

Wahrheit am Krankenbett – 02.12.05

Personenzentrierte Kommunikation in der Psychiatrie Josef Schwitzer, Brixen

Theorie

Kommunikation heißt Verständigung. Unter Kommunikation versteht man die verbale oder nicht verbale Vermittlung von Information und Beziehungsinhalten. Sie dient der gegenseitigen Verständigung. In der Arzt-Patient-Beziehung geht es einerseits darum, den Patienten sich ausreichend mitteilen zu lassen, um ein ganzheitliches Verständnis seiner Krankheit zu gewinnen. Andererseits muss der Arzt seine Information dergestalt an den Patienten weitergeben, dass die weitere Verständigung gesichert bleibt.

Aus vielfachen bekannten Gründen hat in den letzten Jahrzehnten immer mehr eine Verschiebung zugunsten biochemischer und physikalischer Untersuchungsmethoden stattgefunden, allzu oft unter Vernachlässigung des Gesprächanteils im Kontakt zum Patienten. Der oft erhobene Vorwurf der ärztlichen „Minutenmedizin“ ist inzwischen durch viele Erhebungen auch belegt worden, sowie umgekehrt die enorme Zunahme an Laboruntersuchungen inzwischen auch Teil des öffentlichen medizinischen Bewusstseins geworden ist. Am Yale-New-Haven-Hospital konnte aufgezeigt werden, dass sich seit 1954 die Zahl der Laboruntersuchungen ca. alle 5 Jahre verdoppelt hat – ein Trend der seither für die USA insgesamt nachgewiesen wurde (Reiser 1978).

Zielsetzung einer Arzt-Patienten-Beziehung nicht nur in der Psychiatrie ist es, dass wir den Patienten, der mit seelischen oder auch körperlichen Problemen zu uns kommt, durch Zuhören und Fragen helfen, sich uns offen mitzuteilen und Einsicht in seine Krankheit zu gewinnen, um zur Lösung seiner Probleme beizutragen. Dies kann durch einführenden Zugang (Empathie) mit Hilfe der personenzentrierten Gesprächsführung erreicht werden.

Im Laufe der Entwicklung der personenzentrierten Kommunikation hat sich die Auffassung durchgesetzt, dass der Erfolg nicht vom Wissen und technischen Können des „Helfers“ abhängt, sondern von bestimmten umfassenden Einstellungen und damit verbundenen Verhaltensweisen. Grundvoraussetzung für jedes erfolgreiche Gespräch ist das Zuhören, das aktive Zuhören, bei dem man wirklich aufnahmebereit dafür ist, was der Patient sagt. Es geht aber nicht nur um die Sachangaben sondern darum, zu erfassen, was der Patient fühlt und wie sich seine Krankheit auf sein Leben auswirkt. Neben der Krankheit geht es auch darum, das Bezugssystem des Patienten zu erfassen (Lebensumstände und deren Bewertung). In der personenorientierten Kommunikation geht man von folgenden Parametern einer Arzt-Patienten Beziehung aus, die auch als Handlungsprinzipien betrachtet werden können:

- a) Bestehen und Aufrechterhaltung eines Kontaktes zwischen „Therapeut“ und Klient im Sinne einer wechselseitigen Beeinflussung des Wahrnehmungsfeldes. Technisch heisst das die Bereitschaft, Kontakt aufzunehmen, unmittelbar in der Situation in Kontakt sein. D.h. weiter zu wissen, dass es ohne einen zunehmenden Kontakt keine tiefgreifende und wahrhaftige Beziehung gibt.
- b) Inkongruenz
Verletzlichkeit des Klienten (Leidensdruck), das bedeutet, die Verletzlichkeit des Klienten aufgreifen und einen Blick dafür entwickeln. Das Aufspüren der Sphäre der Verletzlichkeit und die Bewusstheit der Verletzlichkeit ist ein wichtiger Entwicklungsfaktor.
- c) Kongruenz/Authentizität (Selbstübereinstimmung) des Therapeuten in der Beziehung.
Echtheit, Kongruenz bedeutet, dass der „Therapeut“ sich ungekünstelt und ohne professionelles

oder routinemäßiges Gehabe verhält. Seine Äußerungen und sein Verhalten stehen in Übereinstimmung mit seinem Erlebnis, sie „fließen“ aus dem, was der „Therapeut“ unmittelbar erlebt, empfindet und wahrnimmt, er ist dabei für sein Fühlen und Erleben in der Situation offen und macht es zur Grundlage seines Verhaltens, sofern es für die Beziehung zum Klienten eine Bedeutung hat.

- d) Kommunikation von nicht an Bedingungen gebundener **positiver** Wertschätzung durch den Therapeuten.

Nicht an Bedingung gebundene Wertschätzung und emotionale Wärme bedeutet, dass der Therapeut die Person des Klienten unabhängig davon, welche Erfahrungen und Gefühle er ausdrückt, respektiert. Er achtet den Klienten unabhängig von den Sachangaben, die er mitteilt. Er betrachtet den Klienten als eine Person mit eigenem Wert und respektiert seine Individualität. Er enthält sich jeder Kritik und versucht nicht, das Verhalten und Erleben des Klienten zu verbessern oder abzuwerten, sondern zeigt uneingeschränkt Wertschätzung für den Klienten mit seinen augenblicklichen Möglichkeiten, Fähigkeiten und Grenzen.

- e) Kommunikation von einfühlendem Verstehen der inneren Welt des Klienten durch den Therapeuten (**Empathie**).

Nicht wertendes einfühlendes Verstehen (Empathie) bedeutet, dass der Therapeut seine Aufmerksamkeit auf die von Augenblick zu Augenblick vom Klienten geäußerten Erfahrungen und gefühlsmäßigen Erlebnisinhalte richtet. Er versucht, den Klienten zu verstehen, wie dieser sich selbst sieht. Er bewertet die vom Klienten ausgedrückten Gefühle und Erfahrungen weder offen noch insgeheim und sucht auch nicht nach Erklärungen dafür, sondern seine Aktivität besteht darin, die Welt aus der Sicht des Klienten zu erfassen und zu verstehen und das Verstandene mit eigenen Worten dem Klienten mitzuteilen.

- f) Wahrnehmung der Therapeutenqualitäten durch den Klienten und Offenheit des Klienten für das Beziehungsangebot. Das bedeutet, dass der Klient Ansprechbarkeit und Resonanz zeigt bzw. die personenzentrierten Einstellungen und Verhaltensweisen in einem minimalen Ausmaß auch als etwas wahrnimmt, das für ihn einen konstruktiven Zugang ermöglichen kann.

Ziel eines solchen Beziehungsangebotes des „Helfers“, das durch Echtheit, Empathie (Einfühlung) und Achtung gekennzeichnet ist, ist es, dass der Klient allmählich in die Lage kommen sollte, die verleugneten, verborgenen und schwer zugänglichen Aspekte seiner Erfahrungen und Gefühle wieder zu erleben, auszudrücken und in sein Selbstbild zu integrieren. Echtheit (Kongruenz, Authentizität) ist jene Fähigkeit des „Helfers“, die die Beziehung zum Klienten auf eine realistische Basis stellt und diesem ermöglicht, seine Erfahrungen und Gefühle mit wachsender Offenheit auszudrücken. Das Einfühlungsvermögen des „Helfers“ hilft dem Klienten, seine unterdrückten, diffusen und verwirrenden Erfahrungen wahrzunehmen und zu differenzieren. Die Wertschätzung des „Therapeuten“ schafft ein beurteilungsarmes Klima, in dem der Klient abgelehnte Erfahrungen und Gefühle bei gleichzeitigem Gewinn an Selbstachtung in sein Selbstbild integrieren kann.