

# Monika Tempel

## [Sauerstoff und Sinn]

Lunge und Psyche – Wissenswertes und Wegweisendes zum Thema „Psychopneumologie“

### „Placebo-Kommunikation“ zur Bewältigung von Angst, Depression, Trauma bei Angehörigen von Beatmungs-Patienten

### Grundlagen der „Placebo-Kommunikation“ für Angehörige von Beatmungs-Patienten

Angehörige von invasiv beatmeten Patienten gehen – als Schutzreaktion vor dem Streß der Beatmungs-Erfahrung – in einen natürlichen Trancezustand. Dieser ist durch **fokussierte Aufmerksamkeit und erhöhte Suggestibilität** gekennzeichnet. Suggestionen können in diesem Zustand direkte physische und psychische Reaktionen auslösen und zur Unterstützung der Bewältigung genutzt werden.

**Placebo-Effekte** entstehen durch

- **Konditionierung** (Erfahrung und Lernen in der Vergangenheit)
- **Erwartungshaltung** (Vorstellung über die Zukunft)

Es gibt eine Vielzahl von krankheitsspezifischen Placebo-Effekten – unter anderem nachgewiesene Auswirkungen auf Angst und Depression.

### „Placebo-Kommunikation“: Schönfärberei oder Lüge?

Gegen den Einsatz einer positiven Kommunikation bestehen anfangs in der Regel Barrieren. Das ist eine Folge der „pathogenetischen Orientierung“ der Medizin. Hand auf´s Herz – welcher Satz kommt Ihnen im Gespräch mit Angehörigen leichter über die Lippen:

- **„Wir müssen Ihren Vater weiter beatmen.“**  
oder
- **„Es wird alles getan, daß Ihr Vater bald wieder eigenständig atmen kann.“**

# Monika Tempel

## [Sauerstoff und Sinn]

Lunge und Psyche – Wissenswertes und Wegweisendes zum Thema „Psychopneumologie“

### Mit 12 Schritten Erwartungen lenken

Folgende Anregungen können eine **positive Kommunikation** erleichtern:

1. Sich Zeit nehmen und den Zeitrahmen benennen.
2. Sich mit dem Angehörigen hinsetzen.
3. Augenkontakt suchen – eine heilsame Berührung (am Oberarm) einsetzen.
4. Den Angehörigen zu einem partnerschaftlichen Miteinander ermutigen.
5. Mit offenem Herzen (empathisch) hinhören.
6. Die Äußerungen des Angehörigen nicht bewerten – nicht urteilen.
7. Aufklären, informieren – dabei die negativen Vorerfahrungen des Angehörigen sachlich relativieren, die positiven Vorerfahrungen nachhaltig reaktivieren, die heilsamen Effekte der Beatmungstherapie hervorheben, die Prognose am realen Verlauf ausrichten.
8. Die Worte sorgfältig wählen und optimistisch bleiben.
9. Der Intuition des Angehörigen vertrauen.
10. Dem Angehörigen versichern, daß er nicht allein ist.
11. Den Angehörigen ermutigen, Streß loszulassen – noch besser: durch das eigene Verhalten streßmindernd wirken.
12. Hoffnung verbreiten – auch bei ernster Prognose.

### „Placebo-Formulierung“ für ein Gespräch mit Angehörigen von Beatmungspatienten

Ein Angehörigen-Gespräch könnte im Sinne der positiven Kommunikation beispielsweise so beginnen:

„Wie es aussieht, benötigt Ihr Vater zur Zeit noch die **Unterstützung** der Maschine. Aber Sie sollen wissen, daß Sie das, was auf Sie als Angehörige zukommt, nicht allein durchstehen müssen. Es wird alles getan, damit Ihr Vater bald wieder **eigenständig atmen** kann. Ich weiß, daß dies alles für Sie als Angehörige sehr viel ist. Bitte, bewahren Sie **Hoffnung und Vertrauen** in eine mögliche **Genesung**. Es ist wichtig, daß wir alle **zuversichtlich und optimistisch** und so **entspannt wie möglich** bleiben. Wir sind für Ihren Vater da und sorgen für seine **Sicherheit**. Wir sind auch für Sie da, bis **alles gut überstanden** ist. Wenn irgendwelche dringenden Fragen auftauchen, **melden Sie sich** telefonisch – hier ist die Nummer der Station. Bevor ich mich jetzt meiner nächsten Aufgabe zuwende – haben Sie noch irgendwelche Fragen, die Sie mir gerne stellen würden ...?