

# Silentium!

**Interview.** Der Psychotherapeut Theodor Itten bricht das Schweigen. In seinem neuen Buch setzt er sich mit den Spielarten dieser menschlichen Form der Kommunikation auseinander. Er will eine Diskussion über die positiven und negativen Aspekte des Schweigens anregen.

## Mit Theodor Itten hat Norbert Peter gesprochen

Die einen lieben die Stille. Die anderen werden zum Schweigen gezwungen. Wir wollen manchmal nicht reden, ein anderes Mal dürfen wir nicht reden. Im medizinischen Alltag begegnen wir der Notwendigkeit des Schweigens, aber auch jener des Redens. Theodor Itten führt dazu im Interview seine Beobachtungen aus.

### Ärzte Woche: Was ist Schweigen?

**Itten:** Schweigen ist eine Möglichkeit ohne Worte zu kommunizieren. Schweigen zu können ist eine wichtige Fähigkeit.

### Ärzte Woche: Gehört richtig eingesetztes Schweigen zur Kommunikation dazu?

**Itten:** Ja, Schweigen ist für alle eine Fähigkeit, die man lernen kann. Ich war kürzlich in Zagreb. Da ich deren Sprache nicht spreche, habe ich geschwiegen. Wenn ich einer Sprache nicht mächtig bin, in Politik oder Gefühlen, dann muss ich schweigen. Entsprechend dem Diktum des Philosophen Ludwig Wittgenstein: „Wovon man nicht sprechen kann, darüber muss man schweigen.“ Ich habe die Worte zu meinen Gefühlen noch nicht gefunden, so schweige ich vorerst.

### Ärzte Woche: Welche Formen des Schweigens fallen Ihnen im medizinischen Umfeld ein?

**Itten:** Es wird viel geschwiegen über Diagnosevermutungen. Was ich vom

Pflegepersonal mitbekomme, wird viel geschwiegen über zwischenmenschliche Beziehungen im Team, inklusive der vorherrschenden Machtstrukturen. Die Kommunikation wird durch institutionelle Hierarchie strukturell vorgegeben. Der Pflegebereich ist mittlerweile, so wie der medizinische, akademisch. Dies ist eine willkommene Einladung zu egalitärer Kommunikation zwischen Ärzten und Pflegepersonal.

### Ärzte Woche: Darf man schweigen?

**Itten:** Ja, man darf. Als Arzt oder Ärztin darf man schweigen, um erst mal zuzuhören und dann darüber nachzudenken. Als Patient oder Patientin darf man schweigen, um in sich hinein zu hören: Was nehme ich wo im Körper wahr? Welche Sprache habe ich als Patient zur Verfügung? Rede ich in einer diagnostischen oder erfahrungsgeprägten Sprache? Kann ich damit meine Gefühle oder Symptome vermitteln? Wenn ich nicht weiß, wo der Blinddarm ist, kann ich die Schmerzen nicht genau beschreiben. Zuerst darf ich schweigen um im inneren, stillen leiblichen Prozess meine Schmerzen zu erfassen. Im Beschreiben der Symptomatik ist der Patient der Wissende. Der Arzt, die Ärztin ist diejenige, die diese Schilderung aufnimmt und inhaltlich in den Kontext ihres fachlichen Wissens einordnen kann.

### Ärzte Woche: Wie verträgt sich das Internet mit dem Schweigen?

**Itten:** Viele Menschen googeln heute ihre Symptome und kommen dann mit einer eigenen vorgefassten Ansicht zum Arzt. Das ist einerseits positiv: Das medizinische Wissen wird breiter, es gibt Foren, wo diagnostisch viel nachgelesen werden kann. Andererseits kann bei der Prognose und Therapie verschiedenartiges, manchmal sich widersprechendes Internetwissen Angst bereiten. Da ist das ärztliche Gespräch wichtig für den notwendigen Realitätsbezug.

### Ärzte Woche: Kann Schweigen krank machen?

**Itten:** Ja, wenn ich erlebten Missbrauch und Gewalt verschweigen muss. Ich missbräuchliche Beziehungsspannungen verschweige und



© Nader N.-Afshar, St.Gallen



Es gibt das schöne Bild eines Arztes, der am Bett eines Schwerkranken sitzt und schweigt.

**Theodor Itten**  
Psychotherapeut und Autor,  
St. Gallen/Schweiz

die erlebte körperliche Gewalt nicht wahrheitsgetreu angebe. Oder, öfter wir Männer als Frauen, zulange abwarten, bevor ich zum Arzt gehe und so die Leidenssymptome verschweige.

### Ärzte Woche: Hat Schweigen einen therapeutischen Nutzen?

**Itten:** Es gibt das schöne Bild eines Arztes, der am Bett eines Schwerkranken sitzt und schweigt. Als solcher wissen wir entweder nichts über die Krankheit, und wissen, dass wir dies nicht wissen, oder erkennen, dass wir diesen Menschen nicht heilen können. Da wirkt Schweigen therapeutisch. Dieses Schweigen ist dann ein gemeinsames Warten auf einen Wink aus dem leiblichen Unterbewussten.

### Ärzte Woche: Gibt es ein Recht auf Schweigen beim Patienten?

**Itten:** Ja, mal abwarten, was der Arzt sagt. Zuerst selber zuhören, bevor man den Arzt, durch seine eigenen gegoogelten Informationen auf eine falsche Fährte führt.

### Ärzte Woche: Wie stehen Sie zum Verschweigen von Patienten-Daten in Bezug auf den Datenschutz?

**Itten:** Ich möchte möglichst viele Daten und Informationen über den Patienten oder die Patientin. Für mich wünsche ich mir, dass meine Daten für den Behandler zur Verfügung stehen. Wenn mir ein Notfall passiert, will ich, dass die medizinischen Ersthelfer sich über meine Krankenkassen-Karte direkt informieren können, wenn ich nichts mehr sagen kann.

### Ärzte Woche: Gibt es einen Tipp an den Patienten, wie er das Schweigen des Arztes durchbrechen kann, um an mehr Informationen zu kommen?

**Itten:** Fragen, einfach fragen! Der Mut zur Frage ist wichtig. Der Zeitdruck der Ärzte im Spital ist ja mittlerweile fast unmenschlich für diese. Nur das Notwendigste wird da gesagt. Spar-Schweigen sozusagen. Wenn wir die Antwort nicht scheuen, dürfen wir immer fragen.

### Ärzte Woche: Ist der schweigende Patient der bessere Patient für den Arzt?

**Itten:** Der uninformierte Patient ist

der bessere Patient, hat man früher gesagt. Heute ist der schweigende Patient der schwierigere Patient. Behandler wissen nicht, ob sie mit ihrem Mitgeteilten ankommen. Ist solches Schweigen ein stilles Einverständnis oder ein Nichtwissen? Der Arzt oder die Ärztin darf sich mit einem schweigenden Patienten nicht zufrieden geben.

„Bringen sie das nächste Mal einen Verwandten mit.“ Familien-Medizin hat das früher geheißen. Diese Praxis gibt es immer noch: Informationen über die Beobachtung von genetischer, sozialer und emotionaler Vererbung, also Content und Kontext.

### Ärzte Woche: Warum schweigen viele Ärzte?

**Itten:** Oft aus eigener emotionaler Betroffenheit. Wenn sie oder er schweigt, worüber momentan nicht geredet werden kann. Wenn etwa eine niederschmetternde Diagnose, ohne Möglichkeit zu heilen, vorliegt. Da schweigt sie oder er zuerst einmal. Der Arzt und die Ärztin haben die berufliche Schweigepflicht. Schweigen zu können, ist in den helfenden Berufen ein wichtiges, nicht verhandelbares Gut.

### Ärzte Woche: Darf ich dem Patienten etwas verschweigen, wenn ich denke, dass dies besser für ihn ist?

**Itten:** Das ist eine bioethische Frage. Wann bin ich als Hausarzt damit vertraut, was besser für die andere Person ist? Eigentlich muss man davon ausgehen, dass wir es als Heilkünstler nicht besser als die Patientin wissen. Es ist vital, dass wir tödliche Prognosen mitteilen. Wir brauchen Vertrauen in die Seele des Menschen und ihre Heilkraft. Damit die Patienten von ihren Liebsten Abschied nehmen können. Wem gehört die Wahrheit? Der Arzt ist ein Diener. Als Patient bin ich dankbar, wenn ich die Wahrheit höre, da diese Wahrheit seelischen Kräfte in uns wirken: Wie sagte doch Hermann Hesse: „Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde, uns neuen Räumen jung entgegen senden, des Lebens Ruf an uns wird

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 11



### Ärzte und Pfleger schweigen, um zuzuhören.

Sie schweigen aber oft auch aus emotionaler Betroffenheit, etwa wenn sie wissen, dass sie dem Patienten nicht mehr heilen können. Die Pflegerin Janette-Christin am Kinderpalliativzentrum München schiebt ein Patientenbett auf einen Balkon. © Matthias Balk / picture alliance

# Medizin.Kommunikation

Fortsetzung von Seite 10

niemals enden. Wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde!

**Ärzte Woche:** Kann der kulturelle Hintergrund des Patienten ein Grund für den Arzt sein zu schweigen?

**Itten:** Es gibt heute Professuren zur anthropologischen Medizin. Ärztlich Tätige können sich diesbezüglich informieren, wie Menschen aus anderen Kulturen positiv, würdevoll und respektvoll behandelt werden können.

**Ärzte Woche:** Wie ist das mit den Angehörigen, wann sage ich etwas, wann nicht?

**Itten:** Da bin ich für den offenen Dialog in der Patientenkonferenz. Da sind die Angehörigen, die Behandler alle dabei, hören und reden mit. Wenn die Patientin wünscht, dass man ihren Angehörigen nichts sagen soll, ist meine Empfehlung, diesen Wunsch zu respektieren.

**Ärzte Woche:** Gibt es so etwas wie einen Graubereich in der ärztlichen Schweigepflicht, beispielsweise bei Suizidgedanken?

**Itten:** Formell müssten Selbstmordabsichten, als Selbstgefährdung und allenfalls Fremdgefährdung, gemeldet werden. Suizidabsichten sollten offen mitgeteilt und thematisiert werden können. Suizid ist meiner Ansicht nach keine medizinische Diagnose, sondern eine existenzielle Not, die ernst genommen werden kann. Ein anderes Beispiel: Ein Anästhesist tötet Menschen während einer OP und erzählt dies seinem Psychoanalytiker, dass er dies wieder zu tun beabsichtigt. Das darf ich, in der Schweiz, anonym beim Kantonsarzt melden. Das würde ich einem solchen Patienten sagen, ihn sogar ermuntern, es sein zu lassen und sich selbst anzuzeigen. Bei einer Morddrohung, ausgesprochen in meiner Ordination, von einem Ehepartner an seine Partnerin, kündige ich an, wenn dies eine ernsthafte Absicht ist, vor ihnen die Polizei zu rufen. Die innere Schweigepflicht halte ich trotzdem ein. Informationen über Lüste, Verlangen, Gedanken und Fantasien werde ich nie preisgeben. ■

**Theodor Itten**, B.A.Hons. Social Science, Graduate member of the British Psychological Society BPS., Psychotherapeut ASP, ist als psychoanalytischer Psychotherapeut UKCP, und Praktiker der Integrativen Körperpsychotherapie seit 1981 in freier Praxis in St.Gallen, Schweiz, tätig. [www.ittentheodor.ch](http://www.ittentheodor.ch)



**Buchtip**

Theodor Itten  
**Schweigen**  
Springer Verlag 2018,  
194 S., Softcover 25,69 Euro  
ISBN 978-3-662-56767-8



Die innere Schweigepflicht halte ich ein. Informationen über Lüste, Verlangen, Gedanken und Fantasien werde ich nie preisgeben.

**Theodor Itten**  
Psychotherapeut und Autor

## Reden trainieren

**Kommunikation.** Eine neue Online-Schulung hilft beim Arzt-Patienten-Gespräch: Das Training ist in mehreren Sprachen frei verfügbar und bietet Ärzten das nötige Wissen für schwierige Gesprächssituationen.

**TU Dresden.** Eine gute Kommunikation zwischen Arzt und Patient hilft dabei, die Behandlung zu verstehen, mit dem Erfolg, dass Medikamente besser eingenommen und

wichtige Therapieschritte mitgegangen werden. Für Kollegen aller Gesundheitsbereiche steht ab sofort ein Training zur Arzt-Patienten-Kommunikation online. „Unsere Arbeitsweise war von Anfang an praxisorientiert“, sagt Projektkoordinatorin Victoria-Luise Batury. An einer Online-Umfrage zum Thema haben sich mehr als 700 Personen beteiligt. Eine Literaturrecherche in den wichtigsten Datenbanken mündete in einem ausführlichen Überblick, der über die Website einsehbar ist. Das neue Online-Training mit allen Materialien zum Kommunikationsworkshop ist unter der folgenden Internet-Adresse abrufbar: <https://elearning.h-com.eu>. ■

## Stille, die berührt

**Rezension.** Der Schweizer Psychotherapeut Theodor Itten führt den Leser in seinem neuen Buch „Schweigen. Die Kunst der Stille“ auf spannende und persönlich gefärbte Weise durch die Vielfalt und Geschichte des Schweigens.

**Von Norbert Peter**

Vom „Anfang aller Dinge in der Stille“ schreibt Itten, wenn er uns zum Moment des Urknalls begleitet; humoristisch wird es, wenn uns der Autor in eine Münsteraner Folge der TV-Serie „Tatort“ mitnimmt; sehr ernst, wenn es um das „Verschweigen als Schutz vor Entblößung der eigenen Seele“ geht.

**Permanente Lärmbelästigung**

Unserer Zivilisation attestiert Itten, dass sie nicht „ruhe- und stillefreundlich“ ist. Im Kontrast zum Lärm, der uns nahezu permanent umgibt, sieht er den Wert des Ruhens und die Fähigkeit zu schweigen als unbestritten. Als Psychotherapeut weist er auf die integrale Bedeutung des Schweigens in der Sprechbehandlung hin: „In der Quelle des Unsprechbaren ist die

Einsicht...“

Der Psychologe führt aber auch aus, dass nicht jeder freiwillig schweigt. Und da betritt man dann den dramatischen Teil seiner Ausführungen.

Familiengeheimnisse treiben die Menschen in die Verzweiflung und in die Sucht.

**Schweigende Opfer**

Ebenso findet die #MeToo-Bewegung-Eingang in die Analyse Ittens, schwiegen doch viele der sexuell belästigten Frauen aus Scham und Angst. Mitunter fühlen sich auch Opfer schuldig. Zum Beispiel jene Journalistin, die zu den Übergriffen ihr gegenüber geschwiegen hat, und meint, es damit dem Filmproduzenten ermöglicht zu haben, weiterhin übergriffig zu agieren.

Mächtige bringen ihre Opfer zum Schweigen, die Mafia kennt das Gesetz des Schweigens, die Omertà.

**Schweigemauer nach 1945**

Auch das Schweigen der Überlebenden des Zweiten Weltkrieges wird thematisiert, ein Zeitzeuge kommt ausführlich zu Wort. In einem Interview, das Itten führt, lernen wir Klaus Frost kennen, Jahrgang 1938, der von einer Schweigemauer spricht, die sich 1945 auch durch die Familie gezogen hat.

Dass Schweigen auch noch nach Jahrzehnten gebrochen werden kann, zeigen erschütternde Schicksale im Konzentrationslager ermordeter Jugendlicher:

■ 1962 tauchten verscharrte Schriften auf, die die Ermordung von 600 jüdischen Jungen zwischen zwölf und 18 Jahren detailliert schildert.

**Innere Ruhe**

Der Autor wird persönlich, wenn er über seinen Vater schreibt, der als Missionar 1949 in China im Laufe einer spontanen Gerichtsverhandlung erschossen werden sollte – und was Schweigen für eine Rolle spielte.

Zwischendurch lokalisiert er das Thema in der Kunst und lässt William Shakespeares Hamlet, Prinz von Dänemark, seine berühmten letzten Worte sprechen: „The rest is silence / Der Rest ist Schweigen.“ (5. Aufzug, 2. Szene)

Der Schweizer Autor und Psychotherapeut Theodor Itten, der in anderen Werken, unter anderem auch im Springer Verlag, bereits über „Jähzorn“ (2015) und „Größenwahn“ (2016) geschrieben hat, analysiert mit „Schweigen. Von der Kunst der Stille bis zur befohlenen Ruhe“ wesentliche Elemente unserer Zeit und gibt interessanten Antworten ausreichend Platz (<https://bit.ly/2RfWyoC>). ■

**1A PHARMA** QUALITÄT KVP

HOHE QUALITÄT  
KLEINER PREIS  
MEHR WERT

**1A WEIL WIR IN DER INFEKTILOGIE SCHLAUE LÖSUNGEN BIETEN.**

**CLARITHROMYCIN 1A PHARMA**  
250 mg – Filmtabletten  
Wirkstoff: Clarithromycin

**AMOXICLAVULAN 1A PHARMA**  
1000 mg/125 mg – Filmtabletten  
Wirkstoffe: Amoxicillin, Clavamsäure

14 Filmtabletten

JETZT IN DER ARZT-WERBUNG

AI/1A/2019/1/2