

Sprich nicht zu schnell Versteh mich langsam

Thomas Auerbach
Pflegepädagoge B.A.
Thomas.Auerbach@kbo.de

Juni 2018



Die Säulen der psychiatrischen Therapie


Ziel unserer Beziehungsarbeit ist aufmerksam auf Augenhöhe mit meinem gegenüber zu kommunizieren.

Dabei sind wir Profis mit unzähligen Kompetenzen oder Erfahrungen am Werke.

Doch wie wollen wir andere verstehen, wenn wir uns nicht mal verstehen.

Ein sehr kritisches Beispiel:

- Viele Erklärungen durch mich an einem neuen Mitarbeiter.
- Dann die Frage von mir: Hast du verstanden was ich sagte?
- **Gegenüber:** Ja, ja, warum fragst du?
- **Ich:** Weil **du mir das Gefühl** über deine **Mimik und Gestik**, dass du nichts verstanden hast.
- **Gegenüber:** Doch, doch vielleicht 3 oder 4 Wörter nicht.
- **Was hat er verstanden, wenn der Satz aus 10 Wörtern bestand????**



Wenn manche Menschen wie Elefanten und andere wie
Fische aussähen,
würde man von ihnen gar nicht erwarten,
dass sie einander verstehen,
und die Dinge würden viel mehr so erscheinen,
wie sie wirklich sind.

(Ludwig Wittgenstein am Piere Sraffa 1949

Die Zeit 10.11.2008

Was bedeutet es zu verstehen?

In der Philosophie entwickelt sich das Verstehen in der **Hermeneutik**.

Besonders in der Auseinandersetzung mit Texten,
die auf Grund langer Herkunft als fremd erschienen.

Hier entstand die „Organisation des Verstehens“.

Organisation des Verstehens

Verstehen vollzieht sich auf verschiedenen Ebenen:

1. **Wörter werden** in **einer Sprache verstanden** und dieses Verstehen erfolgt, **wenn man die Sprache kennt, routinemäßig und ohne besondere Fachkenntnisse.**
2. **Verstehen** setzt grundsätzlich ein Verhältnis von **Ausdruck und Ausgedrücktem** voraus.

Der Ausdruck = wird sinnlich wahrgenommen, als Zeichen, als Handlung

Das Ausgedrückte = ist das, was jemand meint oder meinen könnte, ein Gedanke, ein Gefühl, ein Zustand.

3. Dieses Verhältnis besteht, ob ich mich selbst oder ob ich andere verstehe.

Egal wie: Ich habe es immer mit **Zeichen, Verhaltensweisen und Symptomen** im ganz allgemeinen Sinn zu tun, **die jedoch eine Bedeutung von sich geben.**

Allgemeine Merkmale des Verstehens

- Verstehen ist subjektiv
- Verstehen lässt sich nicht als Stoff lernen, es ist vorhanden durch vorher erlangten Verständnis.
- Verstehen bedeutet eine Erweiterung des Ich
- **Bedeutet:** Ich versteh immer mehr durch Formeln, Schemata, Handlungsabfolgen die ich verstanden habe.

Verstehen als Tätigkeit in der psychiatrischen Pflege

Leider gibt es kaum Literatur über das Verstehen als Teil der psychiatrischen Pflege.

Jedoch gibt es viel Literatur das die Psychiatrische Pflege viel verstehen soll.
(meist von anderen Berufsgruppen über die Pflege)

Warum??

Weil „das Verstehen“ kaum als Aufgabe der Pflege gesehen wird.

In der psychiatrischen Versorgung wird „das Verstehen“ als Aufgabe von Psychiatern oder Psychologen zugeordnet.

Wir Pflegende sind da wohlmöglich nicht qualifiziert genug.

Das pure Sprachverständnis ist in der Pflege nicht das Problem.

Es ist meist nicht schwieriger wie anderswo.

Unser Problem ist zu verstehen, warum jemand bestimmte Gefühle hat, warum sie jetzt vorhanden sind oder so plötzlich entstanden sind und warum er diese nicht mehr los wird.

Und damit entsteht die Frage, warum der Patient dieses Krankheitsbild oder warum es ihn gewählt hat.

Damit ergibt sich ein weites Feld von Beweggründen, Erfahrungen, und Funktionen der Krankheitssymptomen mit denen wir uns beschäftigen müssen.

Aktuelle Situation im Jetzt

Um zu verstehen muss man eine umfangreiche Begegnung mit dem anderen zulassen können.

Leider:

Können wir den Patienten nicht immer in der notwendigen Ruhe und Offenheit begegnen.

Es ist anstrengend, denn der Patient beschäftigt mich mit Forderungen, Kritik und er hört nicht auf mich.

Oder....

Ich beschäftige den Patienten mit den Forderungen und Ansprüchen unserer Organisation, die ich vertreten muss.

Dabei verlieren sich viele Themen in diesem manchmal Organisationsalltag, **doch wäre gerade dieser Alltag so wichtig.**

Die Phase des Zur – Verfügung - Stehens

Wir erleben zahlreiche Verhaltensweisen der Patienten, die wir zwar den Krankheitsbildern zuordnen können, aber nicht mehr verstehen,

- **Warum es gerade so heftig ist**
- **Warum der Patient gerade jetzt nicht den Aufforderungen nach kommt sich anders zu verhalten**

Es sind oft die Phänomene des Behandlungswiderstands, mit denen wir Pflegenden mehr zu tun haben, als andere Therapeuten.

Denn die Pflege, muss sich dann um die Patienten kümmern, die nicht an den Therapien teilnehmen.....

Was bedeutet es für uns:

Wir müssen für die Patienten da sein, denn es vermittelt Stabilität und in gewisser Form ist es die Fürsorge für den Patienten.

Diese Fürsorge wird der Patient ggf. heftig angreifen, er wird sich dem Kontakt entziehen. Hier gilt es abzuwägen, denn der Patient hat das Recht auf Alleinsein, und wir meinen **auch das Recht** zu haben sich um den Patienten zu sorgen.

Diese Zwiespältigkeit **haben nicht nur wir, sondern auch der Patient.**

Und trotzdem so fremdartig die Verhaltensweisen sind, wird er unsere Fürsorge und Anwesenheit brauchen.

Wenn wir das Verstehen, dass auch Widerstand das Bedürfnis nach Sicherheit und Fürsorge ist, sind wir einen Schritt voraus.

Doch.....

Versteh mich bitte nicht zu schnell

Diese Aufforderung soll dazu dienen, die Chance nicht zu verspielen, den Patienten durch viel Nachfragen, genauer und tiefer zu verstehen.

Unser Problem:

Alle Betreuer aber auch Betreute wollen schnell verstehen.

einmal aus Scham,

aus Wunsch dazuzugehören

oder aus der Rolle heraus, ich bin Betreuer und habe zu verstehen

Dabei... klagen

Betreuer klagen, das man oft zu wenig über die Kulturen aus denen die Menschen kommen weis.

Es wird immer wieder geäußert, dass durch Nachfragen, Retraumatisierungen ausgelöst werden.

Doch meine Beobachtungen und Erfahrungen zeigen, das es keinen Grund gibt nicht zu fragen.

Angst hemmt uns nur zu verstehen, wenn wir nicht Fragen.

Oder frägt keiner mehr, weil wir in der Psychiatrie meinen eh alles zu verstehen oder alles anzweifeln oder keiner mehr Zeit hat immer wieder neue Informationen aufzunehmen?

Oder haben wir Angst, dass uns der Patient auch Fragen stellt, denn wir müssen diese zulassen, damit er uns verstehen kann.

Haben wir Mut zu fragen

Fragen sind Zeichen von Interesse und knüpfen Verbindungen und schaffen Netze von gemeinsamer Emotionalität.

Fragen können Heilung entstehen lassen, denn sie bringen Erinnerungen, welche Kraft bringen.

Oft wurden bei Menschen aus anderen Ländern ihre letzte Erinnerung in den Lagern zerstört... Handys werden vor den Augen vernichtet.

Wo heben wir in dieser Zeit unsere Geschichten auf??????????

Fragen halten Erinnerungen wach und halten sie lebendig.

Fragen statt Ausfragen

- Respektieren** Verzicht auf jede Form von Abwehr oder Bewertung.
Damit dem Gehörten mit etwas FREMDEN betrachten und dem Erzähler ermöglichen damit, etwas NEUES zu erzählen.
- Suspendieren** Erkennen und Beobachte eigener Gedanken.
Emotionen anbieten
- Artikulieren** Wiedergeben, Finden der eigenen Sprache und Bilder, als Antwort auf das Gehörte, welches dem Erzähler einen neuen Blick auf sein Gesagtes geben kann.

Fragen können heilende Bilder schaffen

Durch Erzählen von Erfahrungen wird der Erzähler zum Akteur.

Die Rolle als Opfer und Geflüchteter kann schwinden.

Er nimmt durch das Erzählen sein Leben wieder in die Hand und entscheidet, was davon er an die Öffentlichkeit weitergibt.



Versteh mich nicht zu schnell

Versteh mich nicht zu schnell

Könnte es in vielen Situationen heißen, denn beim schnellen Verstehen oder beim Vortäuschen von Verstehen entsteht Distanz statt Nähe.

Geflüchtete sagen zu schnell, sie hätten alles verstanden... auch wenn es nicht stimmt.

□ Scham, Angst

Doch auch **Betreuer** sagen, ich hab Sie verstanden, weil sie die Verstehenden sein wollen.

oder

Ich verstehe was ich verstehen möchte.




Ich bin als Verstehender mächtiger als die Nichtverstehenden.

Nicht zu schnell verstehen, heißt auch Ärger und Ungeduld auszuhalten.

Beschämungen aushalten, wenn der Erzähler bemüht ist etwas in deutsch zu sagen und wir **verstehen und verstehen und verstehen es nicht.**

Wenn wir dieses nicht klarstellen und ansprechen kommt es zu
Missverständnissen.

- 
- ✓ Fragen ist eine grundmenschliche Verhaltensform.
 - ✓ Fragen und Antworten.
 - ✓ Fragen in unserer Tätigkeit ist eine Grundvoraussetzung um etwas zu verstehen.
 - ✓ Fragen sollen die Kommunikation fördern.
 - ✓ Und doch...gibt es Anlass zu einem Ungleichgewicht zwischen dem Frager und dem Befragten.



Meist nimmt sich der sozial Höhergestellte als Erster das Fragerecht heraus.

- Der Chef fragt den Angestellten
- Der Präsident die Mitglieder
- Der Lehrer die Schüler

Die andere Seite des Fragens

Beispiel:

Hallo Amir, morgen ist Ihr erster Schultag, ich wünsche einen guten Start..

Ich weis nicht, Schule morgen

Weist du nicht, in welche Schule du morgen gehst?

Ich weis

Welche Schule ist es denn?

Allgemeine Berufsschule

Und wann fängt die Schule an?

Ich weis nicht

Aber du wirst doch wissen, wann deine Schule anfängt?

Montag!

Was passiert hier?

Aus einem Wunsch zum Schulstart wurde ein Prozess aus Druck

Es wurde das Prinzip des Kleinmachens angewendet. (aber du wirst doch/wohl/wissen?)

Der Frager ist der Mächtige

Der Befragte der Bedrängte

Das Fragen wird zum Ausfragen

Beispiele von Fragen

| | |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rhetorische Frage: | Antwort wird vorweggenommen (Hab ich nicht vor Monaten gesagt, das wir es nicht schaffen?) |
| Demagogische Frage: | offen gestellt, lässt nur eine Antwort zu (Kann hier jemand leugnen, dass ich auf diesen Missstand bereits hingewiesen habe?) |
| Narzistische Frage: | Selbstspiegelung (Bin ich nicht allen Fremden gegenüber offen?) |
| Beschämende Frage: | Befragte wird vorgeführt (Hab ich dir nicht schon zweimal erklärt, dass.....) |
| Diskriminierende Frage: | Abwertung (Heißen sie nicht auch Ali oder so?) |
| Moralische Frage: | Schuldfrage (Wie konnte das nur geschehen?) |

Bessere Fragen

Fragen sollen nicht den Fragesteller mächtig, sie sollen einen interessiert erscheinen lassen.

Fragen sollen mit echter Empathie gestellt werden und nicht mit rustikaler Empathie.

Reflektive Frage:

soll zum Nachdenken anregen

(Ich frage mich ob die Geflüchteten Deutschland jemals als Heimat empfinden werden?)

Offene Frage:

nicht auf Ja oder Nein reduzieren

(Was kannst du gut?)

Zusammenfassung

- ✓ Fragen dürfen nicht beschämend sein
- ✓ Fragen ohne Macht Hintergrund
- ✓ Aufmerksamkeit und Achtsamkeit für unsere Haltung beim Fragen und Sensibilität für die Formulierung der Fragen

Was kann man vom Verstehen in der psychiatrischen pflege für das Verstehen überhaupt lernen?

Verstehen gedeiht, wie viele menschliche Tätigkeiten am besten in Sicherheit und in Beziehung.

Das Wissen im Umgang mit herausfordernden Patienten einbringen, hilft deren Verhalten einzuordnen aber es hilft nicht ein gemeinsames Verständnis zu entwickeln, aus dem heraus eine Situation verändert werden kann.

Profis brauchen Erfahrung neben dem Wissen um den Patienten den inneren Raum zu geben, in dem er sich Verstanden fühlt.

Verstehen bedeutet, sich in einer gemeinsamen Geschichte wieder zu finden. Die Hindernisse die beiseite geschoben werden müssen, sind manchmal gewaltig.

Verstehen Sie langsam

- Nehmen wir andere Kulturen wahr, Akzeptieren wir andere Lebensweisen, Finden wir heraus welche Ähnlichkeiten und Differenzen es gibt.
- Werden wir uns bewusst, dass es Vorurteile gibt. Verdrängen wir sie nicht. Seien wir sie uns bewusst.
- Lassen wir keine Benachteiligungen zu.



Danke