

# Integration zahnärztlicher Hypnose und hypnosuggestiver Kommunikation in den Praxisalltag

## FAQ – frequently asked questions

Christian Rauch

Das Gelingen einer Hypnose-Induktion hängt nicht davon ab wie der Hypnotiseur eine Trance induziert, sondern steht und fällt mit der Fähigkeit und Bereitschaft des Patienten, sich zu entspannen und in eine Trance zu gehen. Kein noch so rhetorisch versierter Hypnotiseur wird bei einem Patienten Trance induzieren können, wenn dieser dazu nicht bereit ist. Eine zentrale Aufgabe des Behandlers ist es, einen kommunikativen Rahmen zu schaffen, der es dem Patienten ermöglicht, eine Trance zuzulassen.

Gerade zu Beginn einer „hypnotischen Karriere“ stellen sich dem Anwender häufig eine Reihe von Fragen zum konkreten Einsatz von Hypnose im Praxisalltag. Ziel dieses Aufsatzes ist es, einen Teil dieser Fragen zu beantworten.

**Vorab:** Für eine erfolgreiche Integration von zahnärztlicher Hypnose in den Praxisalltag ist es wichtig, die Hypnose der Behandlung unterzuordnen und nicht umgekehrt!

### Wen kann ich auf Hypnose ansprechen?

Ohne dass bislang eine abschließende wissenschaftliche Erklärung für das Zustandekommen von Trancezuständen gefunden werden konnte, lassen sich durch die von Erickson formulierten Techniken bei bis zu 90% der Patienten unterschiedlich tiefe Trancezustände induzieren. Im

Prinzip kann also jeder Patient auf Hypnose angesprochen werden. Ideal zum Einstieg sind Patienten, zu denen der Behandler einen „natürlichen“ Rapport hat und bei denen Behandlungen anstehen, für die eine ausreichende Routine besteht. Hier ist die hypnotische Trance dann gewissermaßen zusätzlicher Komfort bei der Behandlung, aber eben keine *Conditio sine qua non*. Geschlossene Kurettagen, Füllungstherapien oder Kronenpräparationen könnten hierfür geeignete Behandlungen sein.



Hypnose-Induktion

Nicht so optimal als Anfänger wäre die Hypnose bei einem extrem ängstlichen Patienten, wo die Hypnose eine Behandlung überhaupt erst ermöglichen soll und wo gleichzeitig auch

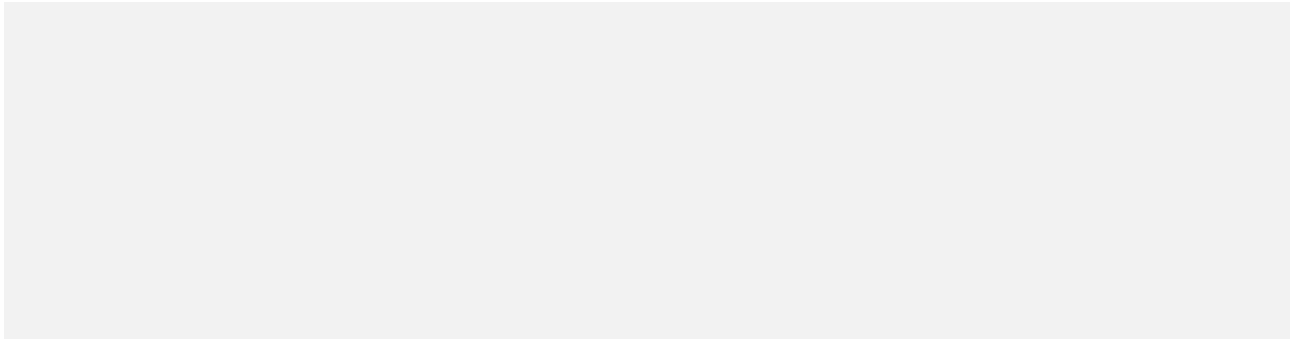
noch das erste Implantat gesetzt wird.

### Wie kann ich meinen Patienten Hypnose anbieten?

Viele Einsteiger vermeiden anfangs das Wort Hypnose und benutzen stattdessen Formulierungen wie „modernes medizinisches Entspannungsverfahren“ oder einfach nur Entspannungsverfahren. Der Begriff Hypnose ist ambivalent besetzt. Auf der einen Seite der Glaube an die „Allmacht“ der Hypnose im positiven Sinn und auf der anderen Seite die Furcht, dass der Hypnotiseur scheinbar Macht über den Hypnotisierten besitzt und einen „willenlosen“ Menschen dazu bringt, jeglicher Suggestion Folge zu leisten.

Grundsätzlich spricht nichts dagegen, hypnotische Techniken als Entspannungsverfahren zu bezeichnen, wichtig ist, dass der Behandler/Hypnotiseur sich mit den verwendeten Begrifflichkeiten identifizieren kann.

„Hätten Sie nicht Lust, die Behandlung einmal auf entspannte Art und Weise zu erleben? In Gedanken an einem schönen Ort zu verweilen, während wir Ihre Zähne reparieren?“ So oder ähnlich kann man Patienten beiläufig zu einer entspannten Zahnbehandlung einladen. Während der Zeit, die die Anästhesie bis zum optimalen Wirkungseintritt einwirken muss, kann über Atemspacing und Leading eine körperliche Entspannung



erreicht werden. Über den VAKOG wird anschließend der Wohlfühlort, z. B. ein schönes Urlaubserlebnis oder ein Ruheort zuhause, aufgesucht und eine Trance induziert.



### Wann kann ich mit der zahnärztlichen Behandlung beginnen?

Häufig sehe ich in Supervisionen, dass Kollegen auch bei „compliant“ Patienten erst mit der Behandlung beginnen, wenn tiefste Hypnosestadien erreicht sind. Häufig bedeutet dies einen Zeitaufwand von zehn bis fünfzehn Minuten, manchmal sogar noch mehr. Aus diesem Grund resigniert der eine oder andere Behandler und hat das Gefühl, „Hypnose kostet zuviel Zeit“.

Wenn Hypnose als zusätzlicher Komfort parallel zur zahnärztlichen Behandlung angeboten wird, kann mit der Behandlung begonnen werden,

wenn die Anästhesie wirkt – unabhängig davon, welches Hypnose-Stadium bis dahin erreicht worden ist. Ein klares Leading „der Mund kann

sich jetzt zur Behandlung öffnen“ unterstützt durch eine sanfte Berührung am Kinn signalisiert dem Patienten eindeutig, dass die zahnärztliche Therapie nun beginnt. Nach der Mundöffnung wird, ohne weiteres Eingehen auf die Behandlung, mit der Tranceinduktion weiter fortgefahren.

Anders beim phobischen Patienten. Hier könnte die Anweisung „und wenn der Mund zur Behandlung bereit ist, kann er sich öffnen“ lauten. Es wird also dem Mund (und damit auch dem Patienten) offengelassen, wann die Behandlung beginnt. Der dadurch häufig erhöhte Zeitaufwand wird dem Patienten in diesen Fällen

aber auch entsprechend in Rechnung gestellt.

### Kann ich die Stuhlposition während einer Hypnose verändern?

Auch sehr oft in Supervisionen zu beobachten: Der Behandlungsstuhl wird nach der Induktionsphase nicht weiter verändert, obwohl die Behandlung dies erfordern würde. Auf die Nachfrage, warum denn der Stuhl nicht optimal eingestellt worden sei, bekomme ich dann als Antwort, man sei unsicher, inwieweit dies die Hypnose negativ beeinflussen würde.

Es gilt das anfänglich bereits erwähnte Statement: Die Hypnose ist der Behandlung unterzuordnen und nicht umgekehrt. Konkret bedeutet dies, den Stuhl auch während der Behandlung so einzustellen, dass der Behandler optimal arbeiten kann. „Und während die Lehne sich weiter absenkt, können Sie noch tiefer in ihre Entspannung gehen ...“ Nach dem Prinzip Pacing-Leading erst konkret die Veränderung benennen und dann anschließend mit einer kurzen Suggestion utilisieren. Ein erneut notwendige Veränderung der Stuhlposition könnte z. B. mit folgenden Text begleitet werden: „... und während sich die Lehne noch weiter absenkt, können sie tiefer und tiefer in eine angenehme Erfahrung gehen ...“

### Wie kann ich mit dem Patienten während einer Hypnose kommunizieren?

Ein häufiges Problem: Der Behandler möchte dem Patienten konkrete Handlungsanweisungen wie z. B. für ein Zubeißen zwecks Okklusionskontrolle nach Füllungslegung geben, weiß aber nicht wie. Hier könnte das Leading lauten: „und der Mund kann sich schließen ...“ Eine direkte Ansprache des Patienten mit seinem Namen ist zu vermeiden, da dies immer zu einer mehr oder weniger starken Reorientierung aus der Trance heraus führen würde. Soll sich der Mund weiter öffnen, könnte folgende Formulierung benutzt werden: „und der Mund kann sich etwas weiter öffnen ...“ Hilfreich ist auch die verbalen Instruktionen durch nonverbale Techniken, wie ein sanftes Führen des Kinns, zu unterstützen. Eine Kopfdrehung zur einen oder anderen Seite kann durch ein „und der Kopf kann sich (ein wenig) zur Seite drehen ...“ eingeleitet werden. Ein einfühlsames Führen des Kopfes durch die Hand des Behandlers erleichtert das Umsetzen dieser Anweisung. Alle weiteren notwendigen Handlungsanweisungen möglichst entsprechend formulieren.

### Kann ich während der Hypnosebehandlung mit meiner Stuhlasistenz reden?

Auch hier noch einmal zur Erinnerung: Die Hypnose wird dem

Behandlungsablauf untergeordnet und nicht umgekehrt.

Wenn also der Mitarbeiterin kurze Anweisungen gegeben werden sollen, kein Problem! Das Unbewusste des Patienten registriert, ob der Satz ihm gilt oder eben nicht.

Wichtig nur: Es sollte insgesamt eine positiv besetzte Sprache benutzt werden. „Geben Sie mir bitte die Nervnadel“ im Rahmen einer endodontischen Behandlung ist sicherlich ebenso unproduktiv wie die Aufforderung „Holen Sie bitte die Zange für den tief zerstörten Zahn 46 ...“

### Wie gehe ich mit einer notwendigen Behandlungsunterbrechung, z. B. der Anfertigung eines Röntgenbildes, um?

Eine klassische Vertiefungstechnik in der Hypnose ist das so genannte Fraktionieren, d.h. das Unterbrechen und erneute Einleiten einer Hypnose mit dem Ziel einer Trancevertiefung. Demzufolge stellt eine Behandlungsunterbrechung überhaupt keine Schwierigkeit dar, im Gegenteil, sie lässt sich wunderbar nutzen: „Und wir werden jetzt für einen kurzen Augenblick die Trance/Hypnose/Entspannung unterbrechen, eine Röntgenaufnahme anfertigen ... und wenn sie dann wieder auf diesem Stuhl Platz nehmen und die Lehne wieder nach hinten fährt, können Sie wieder in diesen wunderbaren Zustand der Ruhe und Entspannung zurückkehren ...“

Nachdem die Aufnahme angefertigt worden ist und der Patient wieder Platz genommen hat, kann man die Hypnose z. B. mit folgenden Text wieder einleiten: „und während die Lehne wieder in diese bequeme Position zurückfährt, können sie wieder beginnen in diese schöne und angenehme Entspannung hineinzugleiten ..., begleitet von der Ruhe Ihres Atems, begleitet von meiner Stimme ... Schön so ...“

### Kann ich kurzfristig den Raum verlassen und dann wieder zurückkehren?

Grundsätzlich ist dies möglich. Wenn vor Behandlungsbeginn feststeht, dass der Behandler den Raum während der Sitzung zwischendurch verlassen muss, ist es hilfreich, dieses vorab im Sinne eines „Seadings“ anzukündigen. Während der Trance könnte man Folgendes zum Patienten sagen: „Und während ich jetzt für einen kurzen Moment den Raum verlasse, können Sie in ihrer angenehmen Trance/Hypnose/Entspannung bleiben ... Frau \_\_\_\_ begleitet Sie weiterhin während meiner kurzen Abwesenheit ...“

### Kann eine zweite Person die Hypnose einleiten und ich übernehme diese dann?

Überhaupt kein Problem. Im Vorgespräch die Rahmenbedingungen besprechen und den Patienten

entsprechend vorbereiten. Während der Behandlung dann in die Trance einschleichen: „Und Sie nun eine zweite Stimme hören, meine Stimme und die Stimme von \_\_\_\_\_, so ist es völlig unwichtig, welcher der beiden Stimmen Sie zuhören oder ob Sie sich ihre eigenen Gedanken machen... Lassen Sie es sich einfach gut gehen ... genau ... Schön so.“ Es ist sogar möglich, nach der aktiven zahnärztlichen Behandlung die Trancearbeit wieder an eine qualifizierte Mitarbeiterin zu übergeben und diese dann die Hypnose sanft ausleiten zu lassen.



Entspannte Patientin nach der Behandlung

### **Mache ich mich eigentlich lächerlich, wenn ich mit meinen „alten“ Patienten auf diese neue und andere Art kommuniziere?**

Eine wichtige Frage. Aus vielen Supervisionen kenne ich diese Bedenken der Kollegen. „Was denken die Patienten wohl, wenn ich so rede? Halten die mich jetzt für ein wenig gaga? Kann ich auch mit ‚verkopften‘ Menschen, z. B. Ingenieuren, auf diese Art kommunizieren?“ Diese Sorgen haben wohl schon einige Kollegen und Kolleginnen davon abgehalten, Hypnose beiläufig zu induzieren. An dieser Stelle die Suggestion: Eure Patienten sind schon in Trance! Auch ohne Induktion. Nur nicht in einer Eu-Trance ... Es braucht also relativ wenig Aufwand, diese fokussierte Aufmerksamkeit auf die Mundregion hin zu angenehmen Erinnerungen zu lenken. Nur ein bisschen Mut. Das Feedback der Patienten wird euch bestätigen und mutiger und mutiger werden lassen. Und selbst wenn ein Patient aufgrund dieser anderen Kommunikation wegbleiben sollte, für ihn werden zehn neue kommen! Hypnose-zahnärzte brauchen sich über ihr Praxisergebnis keine Sorgen zu machen.

Viel Erfolg bei eurer Integration der Hypnose in den Praxisalltag!



Dr. Christian Rauch  
Eckeystr. 18  
59320 Ennigerloh  
c.a.rauch@t-online.de