

Mit den gespeicherten Sinnen arbeiten

«Hypnotisch arbeiten heisst ein inneres Bild kreieren. Ich zelebriere mit grosser Freude Mikroinszenierungen», sagt Dr. med. dent. Rolf Ammann, Zürich, Lehrbeauftragter bei Dr. med. dent. Hubertus van Waes, Klinik für Kieferorthopädie und Kinderzahnmedizin der Universität Zürich. Im Gespräch mit dem Kinderzahnmediziner aus Zürich.

Anna-Christina Zysset, Redaktorin (Bilder: iStockphoto)

«Wisse, o König! Einst lebte ein Mann, dessen Geschäft war, Schlangen zu erziehen, um sich über die Zukunft zu beraten. Er hielt seine Schlangen in einem grossen Krüge vor den Seinigen verborgen, ging jeden Morgen damit in die Stadt, um durch seine Schlangen Nahrung zu suchen, und kehrte abends wieder nach Hause zurück und verbarg den Krug. Aber eines Tages bemerkte seine Frau diesen Krug und fragte ihn, was er enthalte? Ihr Mann sagte ihr: «Was liegt dir daran?» ...

Tausendundeine-Nacht-Märchen

Keinen Krug, aber einen Schlangenkorb stellt Dr. Rolf Ammann zu Beginn seiner Vorlesung auf Pult und öffnet diesen leicht. Auf seine Frage, ob da jemand hineingreifen möchte, meldet sich natürlich niemand. «Die durch den Korb ausgelöste Imagination wirkt ausgezeichnet», erzählt Ammann und fährt weiter: «Die Studenten fühlen die körperliche Reaktion und die unangenehme Emotion, obwohl da wahrscheinlich nichts im Korb ist. Das ist Hypnose. Bei der Studentenausbildung ist die sinnliche Erfahrung eines Lerninhalts auch die wirkungsvollste Methode, um den angehenden Zahnärztinnen und Zahnärzten Wissen zu vermitteln.» Mit dieser Selbsterfahrung, welche der Dozent geschickt ausnützt, hat er das Verständnis für die Hypnosetechnik bei den Studierenden schon geweckt. «Ohne Hypnosetechnik ist Kinderzahnmedizin nicht durchführbar», meint der engagierte Kinderzahnmediziner und Lehrbeauftragte. «Hypnose erzeuge ich bei meinen jungen Patienten durch kleine Geschichten.»

SMfZ: Weshalb erzählen Sie den Kindern Geschichten?

Dr. Rolf Ammann: «Ein Kind mit einer Geschichte abzulenken, ist eine gute Idee, da Kinder sehr schnell in imaginative Welten eintauchen. Interessante Patienten tauchen aber genau so schnell wieder auf, da der Sinnesstimulus im Mund eben sehr stark ist. Wir benützen deshalb gerne Lachgas, weil es die Sinne verwirrt. Damit das Lachgas als Beruhigungsmittel überhaupt funktioniert, muss man aber die Anwendung mit dieser speziellen, hypnotischen Sprechweise kombinieren und den Patienten auf eine kleine Reise an seinen Lieblingsort, z. B. zurück in die Sommerferien, begleiten.»

Gelenkt vom inneren Bild

Durch das Erzählen von Geschichten und kindergerechten Bildern fesselt Ammann die Aufmerksamkeit seiner kleinen Patienten. Mit seiner besonderen Sprechweise erzeugt er bei den Kindern einen inneren Bilderstrom. Durch Mimik, Gestik, Intonation sowie gewählte Sprache und Methode werden die Kinder Teil der Geschichte, sodass sich die Trance wie von selbst einstellt. Die neutrale Formulierung einer Geschichte lässt der Vorstellungskraft des Kindes grossen Raum. Die inneren Bilder werden lebendig. Diese Fähigkeit der inneren Bildentwicklung bildet das Gehirn schon ab dem 18. Lebensmonat. Die direkte Aktion zwischen dem geschichtenerzählenden Zahnarzt und dem kleinen Patienten ist ein wichtiges Hypnoseelement.

«Das Ich ist nicht der Herr im Haus» (Freud)

Wahrnehmung ist immer eine Mischung zwischen der Realität und der eigenen Vorstellung. Auf welches gedankliche Konzept stützen Sie deshalb Ihre Tätigkeit?

«Mein Grundkonzept ist, den Kindern ein gutes Bild von der Zahnmedizin zu vermitteln oder ein schon bestehendes schlechtes durch gute Erfahrungen zu ersetzen. Von Kleinkindalter an sammeln wir Erfahrungen und speichern diese unter: Etwas ist gut für mich oder schlecht für mich. Diese Erfahrungen sind ursprünglich sinnlich. Wir erfahren unsere Umwelt mit unseren Sinnen, und dieses Weltbild bleibt gespeichert, und zwar umso intensiver, je mehr Sinne beteiligt sind. Dieses Weltbild ist nun auch automatisch wieder abrufbar über das Anregen eines Sinnes. Typisch ist die Wirkung eines Parfums, das einem zufällig in die Nase kommt und einen sofort – und das ist entscheidend fürs Verständnis der Hypnose, automatisch und ohne rationale Kontrolle – an eine lange vergessene Person erinnert und die entsprechenden Emotionen auslöst. Von diesem Automatismus ist nun das ganze Behandlungskonzept ableitbar.

Wir möchten ein gutes Bild von der Zahnmedizin in unsere jungen Patienten einpflanzen. Das

Die **Wahrnehmung** des Menschen passiert über seine fünf Sinne. Diese sind visuell, auditiv, kinästhetisch, olfaktorisch und gustatorisch. Die meisten bevorzugen einen der drei Hauptsinne (visuell, auditiv oder kinästhetisch). Es gibt natürlich auch Menschen, die sich in mehreren Wahrnehmungsbereichen heimisch fühlen. Bei jeder Tätigkeit, fast ständig und überall, benutzen wir unsere Sinne. Mit ihnen erschliessen wir uns die Welt, und sie helfen uns bei der Orientierung in unserer Umgebung. Unsere Sinne sind so gut wie immer aktiv und nehmen Eindrücke aus unserer Umwelt auf.

heisst, die Praxis muss gut gelüftet werden, wir tragen farbige Kleider, und die ganze Praxis ist kinderfreundlich gestaltet. Der Knackpunkt ist einfach der, dass die Kinder nicht in eine Spielstunde kommen, sondern dass wir im Mund arbeiten müssen. Weil beim Mund alle Sinnesorgane in nächster Nähe sind und unsere Tätigkeit nicht wirklich angenehm ist, ist das eine sehr grosse Herausforderung an Patienten und Therapeuten.»

Wie begegnen Sie diesem Umstand?

«Auf der Seite des Therapeuten ist die Ausstrahlung sehr wichtig. Man muss als Kinderzahnarzt Menschen mögen. Meine Selbsthypnose lautet, es gibt keine schwierigen, sondern nur interessante Patienten. Auf Patientenseite ist eine perfekte Schmerzkontrolle unerlässlich.



Was ist im Korb?
Mit der sinnlichen Erfahrung können Lerninhalte wirkungsvoll vermittelt werden.



Dr. med. dent. Rolf Ammann: «In der Hypnose arbeitet man mit der Sinneserinnerung».

Damit die zum Teil sehr jungen Patienten eine Behandlung ertragen, versucht man, mit einer speziellen Sprechweise positive Bilder zu erzeugen. Die Sprachkontrolle ist entscheidend, denn jedes Wort erzeugt im Gehirn eine kleine Mikroszenierung der entsprechenden Bedeutung. «Du musst keine Angst haben» bewirkt also genau das Falsche, nämlich, dass man einen Mikromoment lang Angst fühlt. Erwachsene können diese Angst dann rational verdrängen. Kinder denken emotional, und dann folgt auf Angst eben der Wunsch zu fliehen.»

Wie unterscheidet sich die Hypnosetechnik bei Kindern und Erwachsenen?

«Kinder denken emotional, deshalb kann man sie mit Geschichten sofort in den Bann ziehen. Beim Erwachsenen kann der Einstieg jedoch rational erfolgen, und man führt den Patienten verbal dahin, wo er gerne sein möchte. Zudem regredieren ängstliche Erwachsene auf unserem Behandlungsstuhl oft zum Kind. Deshalb ist die Technik gar nicht so anders anzuwenden. Die Wortwahl muss natürlich angepasst werden. Das erwachsene Gehirn ist relativ stabil und lernt und verlernt nicht mehr so schnell. Also geht es hier darum, ein positives inneres Bild zu wecken. Diese angenehme innere Vorstellung soll dann die unangenehme Realität überdecken. Dazu begleitet man die Patienten wiederum durch eine geschickte Wortwahl imaginativ an Ihren «Safe Place», d. h. an einen Ort, wo sie sich wohlfühlen.»

Weshalb lenken Sie die Kinder nicht einfach mit einem Film ab?

«Die Kinder sind durch einen Film natürlich gut abgelenkt. Man vergibt sich aber die Chance, den

Patienten etwas beizubringen. Weil das kindliche Gehirn dauernd lernt, bin ich überzeugt, dass ein Kinderzahnarzt die Aufgabe hat, bei seinen Patienten ein Bewusstsein für gesunde orale Verhältnisse und die Freude an gesunden Zähnen zu wecken. Denn das gibt unserem Beruf erst Sinn und Würde. Deshalb lasse ich die Kinder mit einem kleinen Spiegel zuschauen und versuche, durch eine gute Wortwahl deren Zähne mit Wert aufzuladen. Und natürlich fühlt sich ein Zahn sehr erleichtert an, wenn er nach der Reinigung des Loches nicht mehr einen so schweren Rucksack zu tragen hat.»

Beziehen Sie die Mutter oder den Vater auch in die Behandlung mit ein?

«Um das Kind zu entspannen, weist er z. B. Mutter und Kind an, tief einzuatmen. Dabei sollen sie mit den Händen die Schwellung des eigenen Bauches mitverfolgen.

Auch bei Operationen beziehe ich die Eltern mit ein: Das Kind schläft und ist entspannt. Das Bild von der blutigen Operation hingegen veranlasst die Eltern, von selber alles daranzusetzen, dass ihr Kind keine weiteren derartigen Behandlungen mehr benötigt.»

Wie reagieren Sie, wenn das Kinder Zeter und Mordio schreit?

«Sein Schreien quitiere ich mit den Worten: Du hast eine starke Stimme wie Tarzan. Die Botschaft für das Kind und die enttäuschten Eltern ist: Dies ist ein starkes und schlaues Kind. Man kann dann nicht einfach weiterarbeiten, aber alle gehen mit einem positiven Bild auseinander. Zudem schimpfen die Eltern nicht mit einem starken und schlaues Kind. Und die Chance ist gross,

dass die nächste Sitzung gelingt. Man muss sich nur vorstellen, wie es sich anfühlt, wenn man zu jemandem in die Behandlung geht, von dem man weiss, dass er einen für stark und intelligent hält.»

Die Behandlung von Kindern ist aufwendig und benötigt Energie, erzählt Dr. Ammann. «Wenn ein desolates Gebiss wieder sauber und saniert ist, ist das einfach schön anzusehen und macht entsprechend Freude. Und nicht zuletzt gibt einem die Dankbarkeit der Eltern und Kinder, die nach oft tagelangen Schmerzen endlich wieder schlafen können, viel Kraft.»

Welche Kontrollmöglichkeit übergeben Sie den Kindern?

«Ich arbeite viel mit Spiegeln. Anhand des Spiegels kann das Kind mitverfolgen, was in seinem Mund wirklich geschieht. Denn gerade bei den interessanten Kindern ist die Vorstellung von der zahnärztlichen Therapie oft viel schlimmer als die Realität. Wie bei einer Lichtampel können die Kinder zudem zeigen, wie es ihnen während der Behandlung geht. Die Hand auf dem Bauch, grün, heisst weiterfahren; die Hand in der Mitte, orange, langsam bremsen und die Hand oben, rot, bedeutet Stopp.»

Sage mir nur ein Wort, und ich bin geheilt...

Matthäus 8,8

«Sprache spielt eine zentrale Rolle dafür, dass wir uns selbst als Menschen erleben, und die Sprachen, die wir sprechen, haben tief greifende Auswirkungen auf unser Denken, unsere Weltsicht und unsere Lebensführung. Bilder beeinflussen unsere Einstellung. Von der Wirkung des Bildes machen Rhetorik, autogenes Training, Werbung sowie die Suggestopädie Gebrauch», sagt Lera Boroditsky, Assistenzprofessorin für Psychologie, Neurowissenschaften und Symbolsysteme an der Stanford University.