

Mit Bildern den Schmerz fassbar machen

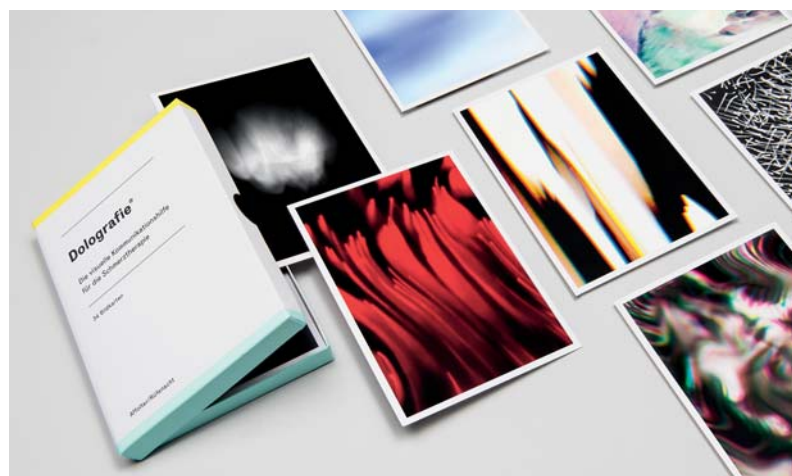
Dolografie – Die visuelle Kommunikationshilfe für die Schmerztherapie

Sabine Affolter

Mit der „Dolografie“ erscheint ein Kommunikationstool auf dem Markt, das auf außergewöhnliche Art die Schmerztherapie unterstützt. Unter Zuhilfenahme von Bildern soll ein präzises und differenziertes Sprechen über die unterschiedlichen Komponenten von Schmerz ermöglicht und dadurch die Kommunikation zwischen behandelnder Fachperson und Patient/Patientin verbessert werden. Das Kommunikationstool umfasst 34 Bildkarten, wurde von den Kommunikationsdesignerinnen Sabine Affolter und Katja Rüfenacht entwickelt und unter anderem am Inselspital Bern in Zusammenarbeit mit Dr. med. Niklaus Egloff getestet.

Die Schwierigkeit, Schmerz in Worte zu fassen, stellt die Schmerztherapie bekanntlich vor eine große Hürde. Sowohl für Betroffene als auch für Behandelnde schlagen verbale Schilderungen eine Brücke zwischen dem amorphen Sinneseindruck und der Person, die diesen empfindet. Doch entzieht sich eben diese den Beteiligten: Das Vokabular gelangt schnell an seine Grenzen, unterschiedliche Eindrücke können schlecht auseinandergehalten werden, eine konzise Darstellung bleibt schließlich aus.

In der Behandlung fallen diese Umstände deshalb ins Gewicht, da – aufgrund der ausbleibenden Objektivierbarkeit der Schmerzen – die Beschreibung der behandelnden Fachperson wichtige Hinweise liefert. Gerade bei einer multimodalen Behandlung chronischer Schmerzen geht die verbale Kommunikation weit über das anamnestische Gespräch hinaus. Eruiert wird das Zusammenspiel von biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren. Umso stärker hängt hier der Erfolg einer Behandlung von der Qualität des Gespräches ab. Wo es also gelingt, mit Hilfsmitteln den Gesprächsverlauf zu unterstützen, kann dadurch die Therapie verbessert werden.



Die Dolografie besteht aus einem Set mit 34 Bildkarten.
© 2016 Affolter/Rüfenacht, Bern, Schweiz

Mit Bildern den Schmerz externalisieren

Hier setzt die Dolografie an. Anhand von Bildern beschreiben Schmerzpatienten/-patientinnen ihr Empfinden; so kann es nach außen sichtbar werden. Durch die Bildkarten wird der Schmerz externalisiert und das Problem greifbar und überschaubar gemacht. Versuche am Inselspital Bern/Schweiz und Erfahrungsberichte aus der Praxis zeigen, dass die betroffenen Personen dank der Dolografie ihre Empfindungen präziser und differenzierter beschreiben können. Neben somatischen Aspekten werden oft auch emotionale und kognitive Anteile der Schmerzempfindung beschrieben. „Die Dolografie liefert Informationen über das subjektive Schmerzerleben, wie es konventionelle bildgebende Techniken nicht vermögen. Die Schmerzanamnese wird damit um eine spannende Dimension erweitert“, sagt Dr. med. Niklaus Egloff, Leiter *Psychosomatische Medizin* am Inselspital Bern. Indem der Schmerz ins Feld des Sichtbaren geführt wird, wird er nicht nur für die Betroffenen, sondern auch für das Gegenüber besser erkenn- und verhandelbar. Dadurch wird einerseits die Schmerzanamnese unterstützt und andererseits eine Voraussetzung dafür geschaffen, dass sich die betroffene Person verstanden fühlt und das Ver-

trauen in die Behandlung gestärkt wird. Die Dolografie kann entsprechend in zweierlei Hinsicht zu einer gesteigerten Wahrnehmung führen, wie es auch Corinne Braunschweig, Fach- und Notfallpsychologin FSP/NNPN¹, beschreibt. Braunschweig arbeitet mit der Dolografie in einer Praxis für Psychotherapie und Psychiatrie in Olten, Schweiz: „Erstens nehmen die Patienten den Schmerz besser wahr – wo genau er ‚sitzt‘ und wie sich dieser anfühlt. Zweitens haben sie den Eindruck, dass sie vom Gegenüber ernst genommen werden.“ Das Instrument unterstützt nicht nur die Wahrnehmung der Betroffenen, sie werden dadurch auch von ihrem Gegenüber besser wahrgenommen, was sich wiederum positiv auf den Genesungsprozess auswirkt. Denn: „Je weniger die Schmerzleidenden wahrgenommen werden, desto gestresster sind sie und entsprechend mehr Schmerzen haben sie“, meint Braunschweig.

Formulierung des Schmerznarrativs

Braunschweig streicht einen weiteren Aspekt heraus: die Dolografie bildet eine Brücke zwischen unterschiedlichen Sprachen. „Fremdsprachige Patienten können, ohne große Worte zu verwenden, sagen: ‚Das ist es, so fühlt es sich an.‘“ Durch die Bildkarten wird eine gemeinsame prälinguale Grundlage geschaffen, die das Sprechen initiiert und leitet. Dies bestätigt auch Barbara Meyer, diplomierte Pflegefachfrau HF² und Erwachsenenbildnerin. Sie erteilt Sprachkurse für Ärzten und Ärztinnen sowie Pflegefachleute: „Bereits in der eigenen Sprache fällt es schwer, Worte für den Schmerz zu finden. In einer Fremdsprache jedoch wird es umso schwieriger.“ Insofern unterstützen die Bilder der Dolografie die Artikulation des persönlichen Schmerznarrativs, welches dann Schritt für Schritt umgeschrieben werden kann. „Die Patienten können damit etwas konkret anvisieren. Denn es gilt zu lernen, wie der Schmerz gesteuert werden kann“, bekräftigt Meyer.

Entwicklung der Dolografie

Die Bilder der Dolografie wurden von den Kommunikationsdesignerinnen Sabine Affolter und Katja Rüfenacht entwickelt. In Zusammenarbeit mit Dr. med. Niklaus Egloff am Inselspital Bern, erprobten sie die Bildkarten in schmerztherapeutischen Gesprächssituationen bezüglich ihrer Eignung zur Beschreibung von Schmerzempfinden. Affolter und Rüfenacht bedienten sich explorativer Gestaltungsmethoden, um, ausgehend von schmerzbeschreibenden Aspekten, ein breites Spektrum unterschiedlicher Bildtypen zu entwickeln. In einem alternierenden Prozess zwischen Bildherstellung und Befragung von Schmerzpatienten/-patientinnen wurden die Bilder getestet und entsprechend überarbeitet und weiter spezifiziert.

Die Dolografie ist als Set mit 34 Dolografie-Bildkarten im Postkartenformat erhältlich unter: www.dolografie.com

Anwendung des Bildersets

Die betroffene Person erhält die Dolografie-Bildkarten in zufälliger Reihenfolge vorgelegt. Sie wird aufgefordert, diejenigen Bilder auszuwählen, die ihrer Schmerzempfindung am genauesten entsprechen. Danach wird sie gebeten, ihre Wahl entsprechend zu erläutern. Abhängig von der Therapiesituation kann das Vorgehen angepasst werden. Einzeln oder kombiniert lässt sich die Dolografie in verschiedenen Bereichen der Schmerztherapie verwenden: Als Hilfestellung bei der Schmerzanamnese, als kommunikationsförderndes Instrument in der Schmerztherapie, in Kombination mit anderen schmerztherapeutischen Verfahren, in der Ausbildung, zur Patientenschulung oder auch für Einzel- und Gruppentherapien.

Offene Bildsprache für eine Kommunikation auf Augenhöhe

„Ich denke, eine Qualität der Dolografie liegt darin, dass die Bilder so offen sind“, sagt Meyer. So würden sie durch ihre Offenheit überhaupt erst dazu einladen, beschrieben zu werden. Dem stimmt auch Katharina Haas zu, Fachärztin FMH³ für Psychiatrie und Psychotherapie: „Die Bilder der Dolografie entziehen sich – ähnlich der Schmerzempfindung – einer semantischen Eindeutigkeit und fordern dadurch zu sprachlicher Ergänzung auf.“ Tatsächlich war dies die Absicht der Herstellerinnen. Die Bilder entziehen sich einer definitiven Deutung und vermeiden damit auch ungünstige Hierarchien zwischen Patient/Patientin und Therapeut/Therapeutin. Bisherige Rückmeldungen durch Schmerzpatienten/-patientinnen stimmen positiv: „Die Bilder lösen bei mir eine Wohltat aus, wie wenn man von jemandem sehr gut verstanden wird und man sagen kann: ‚Ja, genau so meine ich es.‘“ (M.G.)⁴



Sabine Affolter, Kommunikationsdesignerin, MA Communication Design (Hochschule der Künste Bern). Seit mehreren Jahren widmet sich Affolter der Entwicklung der „Dolografie“, u. a. innerhalb eines Praktikums bei der Forschungsgruppe *Psychosomatik* am Inselspital Bern, Schweiz. Das Projekt wurde mehrfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem *Design Preis Schweiz* in der Kategorie *research*. In Bern betreibt sie das Grafikbüro Affolter/Savolainen. info@dolografie.com

¹ Zusatzqualifikation in Notfallpsychologie resp. Zertifizierung als Fachperson Nationales Netzwerk für psychologische Nothilfe (NNPN) der Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP)

² Höhere Fachschule (HF): Institut der höheren Berufsbildung in der Schweiz

³ Swiss Medical Association

⁴ Die Zitate stammen von Schmerzpatienten/-patientinnen, die mit Hilfe der Dolografie am Inselspital Bern, ihren Schmerz beschrieben haben. Ihre Initialen wurden geändert.