

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 74 (1996)
Heft: 1-2

Artikel: Über Reden und Schweigen
Autor: Weintraub, Arnold
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721884>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 04.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Über Reden und Schweigen

Warum reden manche Menschen viel, und warum wissen sich andere nichts mehr zu sagen, besonders im Alter? Und heisst viel reden in jedem Fall, dass man sich auch viel mitzuteilen hat, oder kann man sich auch im Schweigen begegnen? «Sprache bildet die Grundlage jeder menschlichen Beziehung», sagt Dr. Weintraub, der sich hier Gedanken über Reden und Schweigen in der ärztlichen Praxis macht.



«Er redet nicht mit mir.» Oder: «Sie spricht viel mit ihren Freundinnen, nur nicht mit mir.» Solche Klagen höre ich nicht selten in meiner ärztlichen Sprechstunde, zumeist von älteren, aber auch von jüngeren Patienten. Die Sprachlosigkeit in Paarbeziehungen lässt Menschen einsam werden in einer Gemeinschaft, die längst keine mehr ist. Alles ist ja bereits gesagt, zu bereden gibt es nur noch alltägliche Dinge wie Probleme der Gesundheit und die sich mehr und mehr einstellen den Altersbeschwerden, vielleicht noch dies und jenes in der Familie. Sprache ist durch das Fernsehen ersetzt, das nur dann zum Gespräch führt, wenn beide Partner zufällig am gleichen Programm Gefallen finden. Andernfalls kann es zu Streit Anlass geben.

Reden und Sprechen, Sprache und Sprachlosigkeit sind echte Probleme in der ärztlichen Sprechstunde. Und wie das Sprechen hat auch das Schweigen zwei Seiten: Eisiges Schweigen lässt jede Beziehung einfrieren, wogegen das warmherzig schweigende Zuhören Menschen beglückt. Vor mir sehe ich das ältere Paar auf seinem Spaziergang, Hand in Hand, schweigend und doch innig verbunden durch eine Sprache, die keine Worte braucht. Wie anders das beinahe peinliche Schweigen von

Menschen, die sich offenbar gelangweilt gegenüber sitzen.

Die Sprechstunde

In der ärztlichen Sprechstunde hofft der Kranke, beim Arzt Gehör zu finden. Oft ist dies nicht der Fall. Doch auch der Arzt leidet darunter, für seine Patienten nicht immer genügend Zeit zu haben. Überspitzt gesagt, treffen im Sprechzimmer also zwei Leidende aufeinander. «Fünf Minuten pro Patient» lautet der Titel eines Buches, das vor mir liegt. Was ist nun wirklich nötig, um die Sprechstunde zur wichtigen, oft sogar lebenswichtigen Begegnung werden zu lassen?

Genügend Zeit ist unerlässlich, aber es muss nicht immer eine Stunde sein. Darüber hinaus ist die ärztliche Zuwendung, die sogenannte Empathie, die Fähigkeit, sich in den anderen hineinzuempfinden, von grösster Bedeutung. Dazu gehört das Beobachten von Haltung und Mimik und natürlich auch, wie jemand spricht. Oft ist es wichtiger zu spüren, was verschwiegen wird, als zu hören, was gesagt wird. Und wenn der Dramatiker und Schauspieler Voltaire sagt, dass die Sprache dem Menschen gegeben wurde, um seine Gedanken auszudrücken, so meinte der Staats-

mann und Diplomat Taillierand bezeichnenderweise, dass sie dazu dienen, die Gedanken zu verbergen.

In der Arztpraxis aber hat das hintergründige Verschweigen nichts mit Diplomatie, sondern vielmehr mit Hemmungen und Ängsten zu tun. So schilderte mir ein jüngerer Patient ausführlich seine Beschwerden. Die körperliche Abklärung erklärte seine Schmerzen in keiner Weise. Ich nahm sein Leiden ernst, gab ihm aber auch zu erkennen, dass ich etwas ratlos war. Erst nach längerem Schweigen und unter sichtbaren inneren Kämpfen begann er, über seine sehr intimen Probleme zu reden. Hätte ich ihn direkt darauf angesprochen, so wäre er mir mit Sicherheit ausgewichen. Auch mir fiel es nicht leicht, dieses beredte Schweigen durchzuhalten.

Als Arzt hat meine Sprache ein besonderes Gewicht. Ich werde beim Wort genommen, meine Worte werden auf die Goldwaage gelegt. Ich muss sie deshalb sorgfältig abwägen und dem Verständnis meines jeweiligen Patienten anpassen, ganz besonders dann, wenn es um Diagnose und Prognose einer schweren oder gar unheilbaren Erkrankung geht, denn Unverständliches macht immer Angst. Ich bemühe mich auch, älteren Patienten meine

Verordnungen schriftlich mitzugeben; allzu rasch sind sie sonst nach der Sprechstunde vergessen.

Die Körpersprache

Nicht nur in der ärztlichen Sprechstunde, sondern in jeder menschlichen Begegnung gilt es, der Körpersprache die ihr gebührende Aufmerksamkeit zu schenken und zu lernen, sie zu verstehen. Gestik und Mimik, Körperhaltung und Bewegung sprechen oft eine deutlichere Sprache als viele Worte. So gehen beispielsweise depressive, ängstliche oder schuldbeladene Menschen gebückt, sich frei und stolz führende dagegen aufrecht. «Senkrechte» nennt der Volksmund ehrliche Menschen, Schmeichler und Heuchler aber solche, die Bücklinge machen. Grosse Künstler wie Michelangelo oder Albert Anker haben dies meisterhaft zum Ausdruck gebracht.

Erwachsene haben allerdings meistens gelernt, Haltung und Mimik zu beherrschen und ihre seelische Befindlichkeit zu überspielen. Je differenzierter ein Mensch ist, desto sicherer stellt er sich in seinem Ausdruck auf der Bühne des Lebens dar. Kinder und Jugendliche machen sich dagegen kaum Gedanken über die Wirkung ihrer Haltung, sie äussern sich noch frei und unbekümmert. Anders wiederum der alternde Mensch, der zunehmend gebückt unter der Bürde seines Lebens, unter der Last des Alters einhergeht. Gehen alte Menschen aber immer noch aufrecht, so spricht man gerne von jugendlicher Frische. Ich denke, dass diese Haltung weitgehend Ausdruck der geistigen Aktivität und eines sinn- erfüllten Alters ist.

Auch Schmerzen sprechen ihre eigene Sprache. Sie können Symptom einer körperlichen Erkrankung wie einer psychischen Störung sein. Denken wir nur an die Tränen: Sie treten auf, wenn die Augen gereizt werden, schon bei etwas so Alltäglichem wie Zwiebel schneiden. Sie sind aber auch Ausdruck von seelischen Gefühlen bei Freude und Trauer, beim Lachen – «ich habe Tränen gelacht» – wie beim Weinen, und auch Wut kann von Tränen begleitet sein. Ein anderes Beispiel ist das Herz: Als Organ pumpt es das Blut durch den Körper, symbolisch stellt es aber den Sitz

unserer Emotionen dar: Wir bekommen Herzklopfen in ängstlicher wie in freudiger Erwartung. Liebeskummer bereitet Herzschmerzen, «geht zu Herzen». Vieles ist «herzerreissend» und kann sich über die Angina pectoris bis zum Herzinfarkt auswirken. Aus Ärger geht uns die Galle über, und in Angstsituationen haben Kinder, aber auch Erwachsene, «Schiss» – manchmal buchstäblich. Wenn wir unsicher sind, haben wir «schwache Knie», und ein verschuldeter Geschäftsmann bekommt «kalte Füsse». Und so weiter, der Beispiele sind unzählige.

Sprache ohne Worte

Wieviel sagen wir doch mit einem Lächeln, mit einem Augenzwinkern, mit einem Händedruck. Sprachlos werden wir dagegen bei starken und durchaus ganz verschiedenen Emotionen. Dann «finden wir keine Worte» mehr, «verschlägt es uns die Sprache», und schliesslich verstummen wir. Wenn uns ein Ansprechpartner fehlt, so sprechen wir auch manchmal zu uns selbst und führen Selbstgespräche. Vergessen wir aber nicht all jene, die Zwiesprache mit einem Haustier halten. Ich gehöre auch dazu. Sprache zwischen Mensch und Tier wird beidseits gut verstanden und ist ein gutes Heilmittel gegen Einsamkeit und Depressionen.

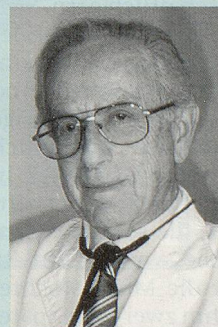
Sprache bildet die Grundlage jeder menschlichen Beziehung, nicht nur in alten, sondern auch in jüngeren Partnerschaften. Wer aber schon in jungen Jahren «verschlossen» war, wird es aller Voraussicht nach auch im Alter sein, vielleicht noch verstärkt. Worüber man spricht, ist unerschöpflich. Es ergibt sich aus dem Zusammenleben mit Familie und Freunden, schöpft aus Reisen, Musik und Theater und aus ferngesehenen Programmen. Selbst Alleinstehende dürften immer noch jemanden finden, der sie oder ihn braucht und wo Gespräche geführt werden können. Nächstenhilfe ist hier nur ein Stichwort, sie kann zur Selbsthilfe werden.

Die Vereinsamung in langen Ehejahren, unter der unsere zu Beginn vorgestellte Patientin litt, ist nicht nur der Trägheit und Redefaulheit des anderen anzulasten. Es kann auf Dauer nicht die Aufgabe des Partners oder der Partnerin

sein, die Langeweile des anderen zu bekämpfen. Wo bleibt denn die Toleranz für die persönlichen Interessen des anderen? Warum gönnt man ihm nicht seine Vorlieben, Hobbys und Marotten, selbst wenn sie zu einem gewissen Eigenleben führen?

Wohl niemand hat es besser verstanden, allgemeingültig zu sagen, wie Menschen sich begegnen sollten, als Antoine de Saint-Exupéry in seinem «Le Petit Prince». Nur mit dem Herzen sehe man gut, heisst es darin in der Begegnung zwischen dem Fuchs und dem Prinzen. Das gilt, so meine ich, ebenso für das Sprechen wie für das Zuhören und auch für das gemeinsam verbindende Schweigen. Die Stimme des Herzens bestimmt unsere Stimmung. Sie lässt sich auch in der Körpersprache vernehmen. Auf diese Weise wird die Begegnung zwischen Menschen bereichert, sei es mit Fremden, die eine andere Sprache reden, oder sei es mit dem Patienten in der ärztlichen Sprechstunde.

Dr. med. Arnold Weintraub



Dr. Arnold Weintraub

Foto: kl

Als Arzt hat sich Dr. Arnold Weintraub immer für die tieferen Ursachen des Gesund- und Krankseins interessiert und bereits komplementär- oder ganzheitsmedizinisch gedacht, ehe das Modewort in aller Leute Munde kam. Das zeigt auch sein für Laien leicht verständliches Buch «Rheuma – seelische Gründe und Hintergründe» (erschienen 1992 im Hans Huber Verlag in Bern), in dem deutlich wird, dass auch die Schmerz- und Volkskrankheit Rheuma als Ausdruck von sehr komplexen menschlichen Beziehungsreaktionen zwischen Reden und Schweigen begriffen werden kann.