

Dr.med. Ursula Davatz

10.9.2016

Wie umgehen mit Gewalt?

[Audio](#)

[00:00:04.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Bitte geben sie mir keine vorgängigen Lorbeeren, das ist immer gefährlich.

[00:00:10.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Das setzt Druck auf einem auf.

[00:00:14.020] - Dr.med. Ursula Davatz

ich hoffe, ich kann diesen Druck aushalten.

[00:00:16.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich möchte Sie alle ganz herzlich begrüßen.

[00:00:18.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine kurze Bemerkung zu meiner Person in dieser Gesellschaft.

[00:00:23.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe gemerkt, ich bin etwas ein Fremdkörper.

[00:00:25.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin weder Adlerianerin (Alfred Adler) noch Jungianerin (Carl Gustav Jung), noch Freudianerin (Sigmund Freud).

[00:00:31.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin Bowenianerin (Murra Bowen), wenn man so sagen will.

[00:00:38.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe in den USA Familientherapie nach Murray Bowen gelernt.

[00:00:41.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Das war einer der ersten Familientherapeuten, der damals Geschichte gemacht hat und ich hatte die Gunst, drei Jahre bei ihm zu lernen, ihm über die Schulter zu schauen.

[00:00:57.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hoffe, als Außenseiterin werde ich nicht zum schwarzen Schaf.

[00:01:04.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn immer man aus der Gesellschaft heraussticht, dann kann man auch negative Dinge auf sich ziehen.

[00:01:12.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hoffe, ich kann das bewältigen.

[00:01:15.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht etwas zum Vorredner noch.

[00:01:19.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie haben von Selbstsabotage geredet.

[00:01:22.200] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Therapie habe ich viele Patienten, die mich immer zu überzeugen versuchen von ihrer Selbstsabotage.

[00:01:30.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich versuche, ihnen andere Wege aufzuzeigen, dann sagen sie, nein, das geht nicht und aus dem und aus dem und aus dem Grund.

[00:01:38.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie verwenden alle Überzeugungskraft, um mich auch davon zu überzeugen, dass das einfach nicht geht.

[00:01:46.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich werde sie jetzt zu Ihnen schicken, damit sie zuerst aufhören mit dieser Selbstsabotage, dass sie dann mich nicht mehr überzeugen müssen, dass die Selbstsabotage funktioniert.

[00:02:01.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Nun aber zu meinem Thema.

[00:02:04.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Thema heißt: Wie umgehen mit Gewalt?

[00:02:10.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich füge noch hinzu: und Aggressionen.

[00:02:14.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Gewaltbegriff wird eigentlich immer dann angewandt, wenn die offiziellen Strukturen, die gewohnten Strukturen nicht mehr funktionieren.

[00:02:27.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Regelstruktur nicht mehr durchgesetzt werden kann.

[00:02:34.520] - Dr.med. Ursula Davatz

So redet man von Staatsgewalt.

[00:02:37.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Man redete früher von elterlicher Gewalt. Heute sagt man es anders.

[00:02:42.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Erziehungsgewalt.

[00:02:43.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Gewaltbegriff kommt eigentlich immer dann zum Tragen, wenn es nicht mehr funktioniert.

[00:02:51.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das System durcheinander ist und das System nicht mehr ohne weiteres aufrechterhalten werden kann.

[00:03:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Regel wird in politischen Strukturen Gewalt angewandt als Machtinstrument, als Machtausübung.

[00:03:12.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann als Machtdurchsetzung verwendet werden.

[00:03:15.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann aber auch als Machtausweitung verwendet werden, wenn man sein Kollektiv vergrößern will.

[00:03:23.200] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Erziehung wird Gewalt angewandt, wenn man als Eltern seine Autorität verliert.

[00:03:30.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man mit seiner elterlichen Macht nicht mehr durchkommt.

[00:03:35.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist schon ein Zeichen des Versagens.

[00:03:40.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Also ich kann nicht mehr, ich weiß nicht mehr, wie es weitergeht, ähnlich wie der eigene Saboteur.

[00:03:47.100] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Erziehung Gewalt anzuwenden ist ein elterliches sich Sabotieren.

[00:03:55.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Allerdings leidet dann das Kind darunter.

[00:03:57.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind kommt unter diese Gewaltanwendung.

[00:04:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Gerade vor zwei Tagen hatten wir eine Tagung und da hat ein emeritierter Professor der Jurisprudenz geredet und der hat gesagt, an sich nützt Strafe überhaupt nichts, um Gesetze durchzusetzen.

[00:04:17.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort wird die Gewalt angewandt.

[00:04:19.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Was hilft, die Gesetze aufrechtzuerhalten, ist die Akzeptanz.

[00:04:24.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn der Mensch akzeptiert, was diese Gesetze beinhalten, dann hält er sich auch an diese Gesetze.

[00:04:35.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen, um Gewalt zu verhindern, Akzeptanz fördern.

[00:04:40.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie tun wir das?

[00:04:41.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ein paar einleitende Gedanken.

[00:04:46.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Zum Auftritt von Gewalt im therapeutischen Setting oder eben beim Coaching.

[00:04:55.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo Gewalt oder Aggression auftritt bei Ihrem Gegenüber, bei mir sind es Patienten, manchmal sage ich auch Klienten.

[00:05:05.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo da Gewalt auftritt, kann man das immer interpretieren als persönliche Verteidigung wegen persönlicher Verletzung.

[00:05:18.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Gewaltauftritt ist eigentlich im Grunde genommen immer eine tiefenpsychologische, jetzt komme ich auch mit diesen Wörtern, Abwehr und Verteidigungsstrategie.

[00:05:30.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist schon die sekundäre Reaktion nicht mehr eine primäre.

[00:05:36.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Verletzung von Seiten des Coaches oder Therapeuten, von Seiten des Machtinhabers, die sollte man deshalb möglichst genau zu erkennen versuchen.

[00:05:52.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Verletzung kann weit zurückliegen in der Kindheit oder in anderen Begebungen.

[00:06:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist wichtig, dass man nicht bei der Gewalt bleibt, sondern zurückgeht in die Geschichte.

[00:06:08.260] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Psychiatrie, von den Krankenkassen wird heutzutage leider an erster Stelle die Verhaltenstherapie angewandt.

[00:06:17.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch in Gefängnissen redet man immer von Verhaltenstherapie.

[00:06:22.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Verhaltenstherapien haben alle möglichen verschiedenen Schulen.

[00:06:27.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Da geht es dann immer darum zu erziehen.

[00:06:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gegenüber dazu zu bringen, dass es von Gewalt ablässt.

[00:06:36.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Solche Therapien sind nur Oberflächentherapien.

[00:06:53.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, sie ändern nur etwas an der Oberfläche, aber nicht in der Tiefe.

[00:06:58.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sind wir wieder bei der Tiefenpsychologie.

[00:07:01.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Aus diesem Grund haben die auch keine nachhaltige Wirkung (Modewort in der Medizin).

[00:07:11.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir den Menschen nur dressieren, von seiner Gewalt abzusehen, die Gewalt nicht mehr anzuwenden, dann machen wir nur eine Oberflächentherapie und die hält nicht hin.

[00:07:23.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sagt man sogar in der Verhaltenstherapie, dass es dann vielleicht eine Symptomverschiebung gibt.

[00:07:32.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Medizinerin, wenn ich solche Dinge mache, kann es eine Symptomverschiebung geben in den Körper.

[00:07:39.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Es können körperliche Krankheiten auftreten.

[00:07:42.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn der Mensch nicht mehr zeigen kann, dass für ihn etwas nicht stimmt, dass etwas nicht richtig läuft, dann geht die Krankheit einfach woanders hin.

[00:07:51.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage, mit dem Kopf, der Intellekt, der kann lügen, der Körper aber nicht.

[00:07:58.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Dysfunktionen gehen in eine körperliche Krankheit.

[00:08:05.780] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne sage ich, die erzieherischen Methoden, die Verhaltenstherapie im Umgang mit Gewalt, sie wird natürlich selbstverständlich auch in Gefängnissen angewandt, hat aus meiner Sicht keine nachhaltige Wirkung.

[00:08:20.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Delinquenter in New York, der saß im Gefängnis, der kam raus aus dem Gefängnis und er ging in eine Bar und wollte dort auf die Toilette gehen. Dann hat der Barkeeper gesagt, nein, du kannst nicht auf die Toilette.

[00:08:42.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat ihm seine Notdurft verwehrt.

[00:08:44.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Er ist rausgegangen in den nächsten Laden, hat eine Pistole gekauft und hat den Barkeeper erschossen.

[00:08:53.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat diese Demütigung, dass er nicht mal auf die Toilette gehen darf, im Moment da er eine Notdurft hatte, hat ihn so gekränkt, dass er diesen umbringen musste.

[00:09:07.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Völlig absurd.

[00:09:08.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir denken, wieso auch? Das kann doch nicht sein.

[00:09:13.000] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesen Menschen müssen hinten dran tiefe Verletzungen gewesen sein, punkto Notdurft verrichten, wahrscheinlich auch andere Dinge.

[00:09:22.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Das als kleines Beispiel.

[00:09:25.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Verletzungen kommen immer wieder auf. Die werden sogenannt getriggert, wenn ähnliche oder nur daran erinnernde Situationen auftreten.

[00:09:35.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Es müssen nicht die gleichen sein.

[00:09:37.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können nur im entferntesten Sinn daran erinnern.

[00:09:42.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist dann unsere Aufgabe, da Spürhund zu sein und herauszufinden, was war denn ähnlich an der Situation, da die Gewalt wieder aufgetreten ist.

[00:09:52.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Es muss überhaupt nicht gleich sein.

[00:09:56.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Menschen können aus ganz verschiedenen Gründen Verletzungen erleben und die Verletzungen sind immer subjektiv.

[00:10:03.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Die sind nicht messbar, die sind nicht allgemeingültig messbar, so wie man die Knochendichte messen kann.

[00:10:10.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Knochendichte kann man allgemeingültig messen.

[00:10:13.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Seelische Verletzungen kann man nicht allgemeingültig messen.

[00:10:17.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Seelische Verletzung müssen immer in der Geschichte angeschaut werden und in Relation zur Lebensgeschichte gesetzt werden.

[00:10:25.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Verletzungen können durch Eltern passieren, Leute aus der Familie, durch Lehrer, durch Schulkollegen.

[00:10:33.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe eine Patientin, die nennt sich, sie sei ein motorischer Krüppel.

[00:10:41.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Ihr ging es genauso. In der Turnstunde ist sie immer als letzte da gestanden und das hat sich wahnsinnig in sie eingeprägt.

[00:10:51.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie hat nichts mehr gemacht, was sie nicht perfekt konnte.

[00:10:55.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich ihr Dinge beibringen wollte: nein das kann ich nicht, ich will mich nicht blamieren.

[00:11:01.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie hat sich derart blamiert gefühlt in der Turnstunde, dass das ihr ganzes Leben durchzogen hat.

[00:11:08.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie ist sicher nicht Turnlehrerin geworden, sondern Arztgehilfin.

[00:11:17.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie hat kaum neue Dinge angehen können, weil sie dermaßen Angst hatte, sich blöd darzustellen.

[00:11:25.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe auch so ähnliche Ratschläge gegeben.

[00:11:30.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Mensch ist Mensch, dadurch dass er Fehler macht.

[00:11:33.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich mache dann immer Vergleiche mit maschinell hergestellten Gegenständen.

[00:11:38.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Dies wirken tot.

[00:11:40.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Hingegen ein von Hand hergestellter Gegenstand, der wirkt lebendig.

[00:11:48.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Zum Menschsein gehören Fehler, denn aus Fehlern lernt man ja schließlich auch und sie sollen Fehler machen.

[00:11:55.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann sogar so weit gehen, man kann sich vornehmen Fehler zu machen, damit man sich etwas desensibilisiert von diesem Perfektionismus.

[00:12:04.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ein weiteres Beispiel, auch aus der Schule.

[00:12:09.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Das war ein Schüler, der hatte Legasthenie.

[00:12:13.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Er war sicher ein ADHS/ADS Kind.

[00:12:14.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hatte 40 Fehler im Diktat/Aufsatz.

[00:12:19.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Was hat der Lehrer gemacht?

[00:12:23.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat ihn vor die Klasse stehen lassen und gezeigt, wie viele Fehler er gemacht hat.

[00:12:28.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Er ging von dieser Haltung aus, dass wenn er diesen Schüler blamiert, dass sich dieser dann mehr anstrengt und weniger Fehler macht.

[00:12:37.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Schüler hatte eine Legasthenie. Er konnte das nicht.

[00:12:41.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Offensichtlich hat der Lehrer nichts davon gewusst.

[00:12:46.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Dieser Schüler kam dann aus der Schule ohne Abschluss natürlich.

[00:12:50.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Er kam in die Delinquenz, in die Drogen, ins Drogenmilieu.

[00:12:55.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat ihn dort von der Jugendanwaltschaft aufgelesen.

[00:12:58.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hatte einen Coach.

[00:13:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich kam als Sozialpsychiatrin und Familientherapeutin hinein und wir haben versucht, versucht und versucht, ihn wieder beruflich einzugliedern.

[00:13:11.280] - Dr.med. Ursula Davatz

An der Arbeit hat er gut gearbeitet.

[00:13:13.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir wollten, dass er noch ein Lehre macht.

[00:13:17.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Zur Arbeit ging er, aber in die Schule nicht.

[00:13:22.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Jeden Morgen, wenn wir ihn versuchten, in die Schule zu bringen, dann war es ihm schlecht.

[00:13:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat gebrochen, also es ging alles in den Körper.

[00:13:33.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Und wir waren nicht in der Lage, dieses Trauma durch den Lehrer aufzuheben.

[00:13:37.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Es war so schwierig.

[00:13:39.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Dabei war er ein sehr geschickter Handwerker.

[00:13:44.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich weiß nicht, wie es ihm jetzt geht, aber diese Blamierung, die war schrecklich für ihn.

[00:13:52.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Blamage wird oft verwendet in Erziehungsstrukturen.

[00:13:57.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber es ist keine gute, es ist eine traumatisierende Erziehungsstruktur.

[00:14:06.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Der einzige Moment, da eine solche Methode funktioniert, ist bei den Eskimos.

[00:14:13.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Eskimo Kinder im Frühling auf das Eis gehen, das dürfen sie natürlich nicht, denn sonst brechen sie ein und die Sippschaft stirbt ab.

[00:14:27.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Da verwendet man die Erziehungsmethode der Blamage.

[00:14:31.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Man nimmt sie in die Gruppe der Eskimos und man lacht sie aus.

[00:14:35.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Die gehen natürlich nie mehr auf dieses Eis.

[00:14:38.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Blamage ist eine Aversionsmethode, aber keine Motivationsmethode, deshalb niemals Blamage verwenden, um Kinder zu erziehen.

[00:14:53.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Solche Demütigungen, solche seelischen Verletzungen bleiben als Wunden ganz tief in der Seele stecken.

[00:15:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Heutzutage beleuchten wir diese tiefe Seele, wir Mediziner reden vom Gehirn.

[00:15:09.080] - Dr.med. Ursula Davatz

In welchem Hirnteil das stecken bleibt, ist das limbische System, also das emotionale Gehirn.

[00:15:17.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Dieses emotionale Gehirn ist zirkulär angeordnet, das heißt es kann sich aufschaukeln.

[00:15:26.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie redeten von der Teufelsspirale.

[00:15:28.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Teufelsspirale kann auch im Gehirn ablaufen.

[00:15:33.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, wenn ich Angst habe und eine Situation erinnert an eine frühere Situation, wo ich stark Angst hatte, dann denke ich mir diese Situation wieder, dann wird diese Teufelsspirale wieder angeregt und ich kann mich in eine Panik hineinsteigern.

[00:15:52.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Unter dieser Panik habe ich natürlich keine Chance mehr, irgendwie korrekt oder überlegt zu handeln.

[00:16:03.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt dann nur noch Flucht, Kampf oder Totstellreflex.

[00:16:11.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Gewalt, die Aggression, das wäre der Kampf.

[00:16:16.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Flight, fight or freeze reaction.

[00:16:20.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Aggression, sprich Gewalt, eigentlich gehört Gewalt nur zum Staat, von meiner Vorstellung her.

[00:16:29.510] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Augenblick tritt dann eben Aggression auf.

[00:16:36.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gegenüber ist natürlich erstaunt, denn es versteht nicht, was da alles abläuft im limbischen System, was da alles für Erinnerungen hervorkommen und ist konsterniert.

[00:16:50.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo dieses limbische System in diesen Teufelskreis hineinkommt, passiert eine absolut automatische, aggressive Abwehrbewegung.

[00:17:00.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Dieser Mann, der die Pistole gekauft hat, der hat sich gerächt an dem, der ihm die Notdurftverrichtung verwehrt hat.

[00:17:14.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, da diese Gewalt, diese Aggression auftritt beim Klienten, beim Gegenüber des Therapeuten oder des Coaches, dann ist es ganz schwierig, nicht auch Gegen-Aggression zu zeigen.

[00:17:36.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, da der Therapeut oder Coach dann ebenfalls aggressiv wird, und wir können jetzt sagen, man redet heutzutage immer von Spiegelhormonen, also wenn der

andere traurig ist, werde ich auch traurig, wenn der andere aggressiv ist, werde ich auch aggressiv.

[00:17:55.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, da wir die Aggression unseres Gegenübers übernehmen, dann steigert man sich natürlich hoch.

[00:18:02.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann gibt es eine Eskalation und die ist sehr gefährlich.

[00:18:06.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Als ich in Königsfelden begonnen habe, 1980, da hatten wir noch eine Frauenabteilung und Männerabteilung.

[00:18:17.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Man wollte sogar eine Klinik bauen, eine Klinik für Frauen und eine Klinik für Männer, also so wie in der Klosterschule.

[00:18:27.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Das habe ich dann verhindern können. Die Klinik wurde nicht gebaut.

[00:18:29.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kam dann auf die Idee, auf der Männerabteilung hatte es immer nur Männer, denn die Frauen sind ja schwächere Wesen und die kann man ja nicht diesen schwierigen Männern aussetzen.

[00:18:45.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Männer haben die Tendenz viel schneller mit Gewalteskalation zu reagieren.

[00:18:52.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn einem Mann gegenüber Gewalt gezeigt wird, reagiert er viel schneller mit Gegengewalt.

[00:18:58.450] - Dr.med. Ursula Davatz

In solchen Situationen geht es ja darum, dass wir die Gewalt beherrschen können, dass wir nicht mit Aggressionen reagieren und das ist gar nicht so einfach.

[00:19:07.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann hat man Frauen auf die Abteilung getan, also Pflegerinnen, Ärztinnen hat es schon gegeben, vielleicht nicht so viele, man hat die Abteilung gemischt mit gemischtem Pflegepersonal.

[00:19:18.810] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Augenblick, als mehr Frauen auf der Abteilung waren, die quasi schwächer waren, ging die Gewalt runter.

[00:19:28.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist nur aus diesem Grund, weil die Frauen nicht automatisch mit Gewalt zurück reagieren.

[00:19:37.600] - Dr.med. Ursula Davatz

So hat sich dann das auch ausgebreitet.

[00:19:39.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke, die Männer haben dann auch davon gelernt.

[00:19:44.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Männer müssen immer aufpassen, dass sie nicht sofort in diese Gewalt Gegenreaktion hineinkommen.

[00:19:51.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass sie nicht eskalieren, sonst wird es gefährlich.

[00:20:03.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Zu den Verhaltensrichtlinien für den Coach im Umgang mit Gewalt und Aggressionen.

[00:20:11.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Als erstes muss der Coach seine eigenen Emotionen im Griff behalten.

[00:20:19.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, der Coach darf nicht mit seinen Spiegelneuronen reagieren.

[00:20:25.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Er muss etwas ruhiger bleiben als der Klient und aber dennoch in Kontakt bleiben.

[00:20:37.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Er darf nicht spiegelartig reagieren, symmetrisch, sondern ruhiger, irgendwie anders.

[00:20:46.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Und er darf die Beziehung nicht abbrechen.

[00:20:50.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Er kann emotional oder muss seine Emotionen etwas runterfahren.

[00:21:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Emotional zwei Schritte zurücktreten und die Haltung einnehmen: jetzt mal überlegen, er muss Zeit gewinnen.

[00:21:08.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Er darf sich aber niemals aus der Beziehung ausklinken.

[00:21:12.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Menschen, die zur Gewalt neigen, haben in der Regel schlechte Erfahrungen in den primären Beziehungen, haben häufig eine ambivalente Primärbeziehung oder unsichere Beziehungen, ein unsicheres Beziehungsmuster.

[00:21:32.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald der Berater, der ja eigentlich helfen sollte, sobald der sich zurückzieht, macht er Liebesentzug.

[00:21:41.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Liebesentzug wird schon wieder als Bestrafung angesehen.

[00:21:45.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Er darf das Gegenüber, das quasi gewalttätig ist oder Gewalt zeigt, darf er nicht bestrafen.

[00:21:57.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Macht er einen Beziehungsabbruch, wird es gefährlicher.

[00:22:01.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gegenüber kommt in Existenzangst.

[00:22:06.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Existenzielle Ängste, die können wieder zu Primitivreaktionen führen, eben zu Kampfreaktionen.

[00:22:19.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre dann wieder die Aggression.

[00:22:24.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Die meisten Menschen, die zu Gewalt neigen, die sind an sich unsicher, haben unsichere Bindungsmuster und sind deshalb sehr, sehr, sehr sensibel auf Beziehungsabbruch.

[00:22:40.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht sage ich noch Folgendes dazu.

[00:22:42.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich beschäftige mich sehr mit ADHS und ADS Kindern.

[00:22:47.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Früher sagte man, das wächst sich aus.

[00:22:50.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute weiß man, dass man im Erwachsenenalter dies auch noch hat. Es bleibt.

[00:22:55.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist eine genetisch vererbte Persönlichkeitsstruktur, die bleibt.

[00:23:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Man lernt vielleicht besser damit umgehen.

[00:23:01.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein Junge, der da nicht in die Schule zu bringen war, der hatte auch ein ADHS/ADS.

[00:23:09.380] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder haben verschiedene Eigenschaften.

[00:23:12.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Einerseits die schlechte Konzentration, sie können sich nicht lange auf etwas konzentrieren, das sie nicht interessiert.

[00:23:18.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie haben eine hohe Sensibilität.

[00:23:21.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese hohe Sensibilität, die verteidigen sie dann mit aggressiven Verhalten.

[00:23:27.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Speziell wenn es Jungen sind.

[00:23:30.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mädchen machen es häufig etwas anders, aber die Jungen machen das

[00:23:34.560] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne findet man in den Gefängnissen auch vermehrt ADHS/ADS Jungen.

[00:23:44.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Da die so schlechte Impulskontrolle haben, laufen sie überall gegen die Regeln an.

[00:23:51.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie gehen immer über die Grenzen raus, sie sind auch sehr explorativ in der Regel, wenn man sie nicht schon wieder in die Flucht geschlagen hat.

[00:23:59.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Die meisten sind sehr explorativ.

[00:24:01.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind immer die Spielverderber.

[00:24:03.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie werden X Mal kritisiert, sie werden bestraft, sie werden gemäßregelt.

[00:24:09.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man mal so viele Maßregeln erhalten hat, erträgt es keine einzige mehr.

[00:24:16.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann passiert das Phänomen: der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt.

[00:24:20.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf Englisch sagt man: The straw that breaks the camel's back.

[00:24:25.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Strohalm ist an sich nicht schwer, aber wenn schon so viele Strohhalme aufgeladen wurden, dann kommt noch ein einziger dazu und dann bricht die Aggression aus.

[00:24:36.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gegenüber kann das natürlich nicht wissen, wenn es zum ersten Mal mit dieser Person zusammen ist.

[00:24:41.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können es in ihrem Hinterkopf vielleicht hervorholen und daran denken: deshalb Achtung, ruhig bleiben und nicht noch ein Stroh oben drauf drücken.

[00:24:52.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Personen, die zur Gewalt neigen, die haben eine starke Kränkungsgefahr.

[00:25:01.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Die können sich gekränkt fühlen durch ganz wenige Dinge.

[00:25:06.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Durch ein Augenzwinkern.

[00:25:08.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich arbeite auch mit Schizophrenen.

[00:25:14.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Blickkontakt ist ein Machtkontakt.

[00:25:18.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie auf der Straße gehen und jemandem in die Augen schauen, den sie nicht kennen, dann zwingen sie den zum Grüßen.

[00:25:28.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Grüßen ist ein Friedensverhalten. Ich greife nicht an.

[00:25:33.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Manche schauen auch weg.

[00:25:34.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Entweder wird man begrüßt oder man schaut weg.

[00:25:38.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Schizophrenen sind in einem hohen Erregungszustand, High Arousal.

[00:25:48.230] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Erregungszustand ist die Angst auch sehr hoch.

[00:25:53.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man mit denen zu sehr Blickkontakt macht, dann fühlen sich die bedroht.

[00:25:58.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann heißt es, warum schauen sie mich so blöd an?

[00:26:00.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Was denken sie?

[00:26:02.200] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinn darf man die nicht einschüchtern mit der eigenen Macht der Augen.

[00:26:09.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf auch nicht zu nahe rangehen, denn das kann schon wieder Angst auslösen und dann aggressive Verteidigung.

[00:26:18.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Diesbezüglich habe ich ein Beispiel.

[00:26:21.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Da war ein Patient auf der Abteilung wütend und der hat dann ein Glas verschlagen, an den Boden geworfen und der Pfleger wollte es sofort auflesen, damit sich niemand daran verletzt.

[00:26:36.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Er kam dem Patienten zu nahe und der Patient hat den Pfleger verprügelt oder ist auf ihn losgegangen, sodass Hilfe geholt werden musste.

[00:26:46.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Arzt kam ihm auch einmal zu nahe und er hat ihm eine Ohrfeige gegeben.

[00:26:51.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei Menschen, die ein gewisses Gewaltpotential haben, muss die Fluchtdistanz eingehalten werden.

[00:27:04.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ihnen zu nahe geht, dann können sie sich bedrängt fühlen und dann geht nichts.

[00:27:10.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Fluchtdistanz ist bei Menschen zwei Armlängen.

[00:27:15.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Je nachdem darf man ihnen auch nicht die Hand geben, denn das löst schon wieder Angst aus.

[00:27:25.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Das zeigt, wie sensibel das Gleichgewicht ist, wie fragil dieses Gleichgewicht ist in der Beziehung zu einer Person, die Gewaltpotenzial hat.

[00:27:42.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann dem Menschen nicht nur so mit der Person zu nahe treten, sondern man kann ihm auch intellektuell zu nahe treten.

[00:27:51.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Als ich aus den USA zurückkam, habe ich gefunden, die Schweizer sind eine Nation von Erziehern.

[00:28:00.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Überall, ob ich am Kiosk gestanden bin oder irgendwo gewartet habe, ich habe irgendetwas falsch gemacht.

[00:28:09.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein halbes Jahr lang dachte ich, ich gehe wieder zurück.

[00:28:15.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Unterdessen habe ich mich gut daran gewöhnt und ich bin geblieben.

[00:28:20.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt verschiedene Erziehungsmethoden.

[00:28:25.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann bestrafen mit Sanktionen.

[00:28:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann aber auch indirekt bestrafen mit moralischer Verurteilung.

[00:28:36.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle Religionen haben Erziehungsmuster in sich.

[00:28:41.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle Religionen werden auch verwendet in der Erziehung.

[00:28:45.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben die christliche Religion.

[00:28:47.410] - Dr.med. Ursula Davatz

In sämtlichen Religionen hat es sozialisierende Regeln drinnen, die uns erziehen sollen.

[00:28:56.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Erziehung nicht funktioniert, dann haben wir die Tendenz, auch aus der religiösen Sicht, moralisch zu verurteilen.

[00:29:09.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt es ganz verschiedene Methoden.

[00:29:10.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Mutter kann zum Kind sagen: das ist ganz schlecht, was du machst.

[00:29:25.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Früher hat man gesagt, Gott schaut aus dem Himmel zu und der bestraft dich dann, der sieht alles, Gott ist ja allwissend und du kommst mal in die Hölle.

[00:29:39.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre eine Bestrafung, aber erst im nächsten Leben.

[00:29:42.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter kann auch sagen: das hat mich schwer enttäuscht.

[00:29:47.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter kann sagen: das macht mich krank.

[00:29:50.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter operiert da mit ihrem eigenen Leiden als Erziehungsmethode.

[00:29:56.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter macht dem Kind Schuldgefühle über ihr eigenes Leiden. Kein Kind will, dass die Mutter leidet.

[00:30:04.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Kein Kind will, dass der Vater leidet.

[00:30:07.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man emotionalen Druck aufsetzt auf das Gegenüber als Erziehungsmethode, appelliert man an die Schuldgefühle.

[00:30:16.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe mir so einen Ausdruck gewählt.

[00:30:23.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Schuldgefühle sind der Hirtenhund, welche den Menschen wieder zum Kollektiv zurückbringt. Kollektiv heißt, zu den Regeln des Kollektivs.

[00:30:36.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie die Regeln des Kollektivs mit dem eigenen Unwohl-Befinden, durchzudrücken versuchen, ist das gefährlich.

[00:30:45.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist keine gute Methode.

[00:30:47.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Schuldgefühle sind von den allerunangenehmsten Gefühlen.

[00:30:52.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht mit moralischen Argumenten funktionieren, nicht mit schuldinduzierenden Argumenten funktionieren, das macht unheimlich unangenehme Schuldgefühle.

[00:31:07.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Die werden nicht ertragen.

[00:31:11.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Schuldgefühle zu ertragen ist etwas vom Schlimmsten.

[00:31:15.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Männer ertragen sie wahrscheinlich noch schlechter als wir Frauen.

[00:31:20.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir sind eher geübt, wir laden alle Schuld auf uns. Das hat schon so begonnen bei der Eva.

[00:31:26.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Die war schuld für die Austreibung aus dem Paradies.

[00:31:31.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir denken, wenn das Kind schlecht rausgekommen ist, dann sind wir schuld.

[00:31:35.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Kind gut rausgekommen ist, dann war das der Verdienst des Vaters.

[00:31:41.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist so ein Klischee.

[00:31:45.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Wo wir schuldinduzierende Methoden verwenden, um den anderen auf den richtigen Weg zu bringen, verstärken wir die Gefahr der Aggression.

[00:32:00.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Deshalb sind schuldinduzierende Erziehungs-, oder zur Vernunft führende Methoden nicht sehr gut.

[00:32:12.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Aggression ist dann wieder ein Verdrängungsverhalten, ein Verdrängungsmodus, um diese Gefühle nicht zu spüren.

[00:32:22.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Unangenehme Gefühle hat man natürlich nicht gerne und die versucht man so schnell wie möglich loszuwerden.

[00:32:29.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ja auch diesen Spruch "Angriff ist die beste Verteidigung" und das ist auch eine Verteidigung vor den eigenen Schuldgefühlen, nicht nur vor der Übernahme.

[00:32:41.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wären alles Dinge, die wir nicht tun sollten.

[00:32:45.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben sie alle zum Teil in uns. Wir haben sie zum Teil erlebt als Kinder.

[00:32:49.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Coach achten sie darauf, dass sie nicht mit diesen Dingen, mit diesen Methoden operieren.

[00:32:57.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Doch jetzt, was soll man tun?

[00:32:59.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe bisher nur gesagt, was man nicht tun soll.

[00:32:59.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Als erstes in der Beziehung bleiben.

[00:33:10.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Ruhig bleiben, keine Ablehnung zeigen, keine moralische Verurteilung zeigen, sondern einfach da bleiben.

[00:33:19.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch wenn sie noch keine Ahnung haben, wie sie die Probleme lösen wollen.

[00:33:25.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Einfach sitzen bleiben.

[00:33:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt wieder ein Beispiel aus der Primatenpsychologie.

[00:33:38.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Gorillas sind ja Pflanzenfresser.

[00:33:40.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Die wollen die Menschen eigentlich nicht fressen.

[00:33:43.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Gorillas haben ein Territorium. Wenn man in das Territorium der Gorillas gelangt, wenn man Gorillas beobachten möchte, und da kommt einer, der Silberback, und der schlägt dann da auf seine Brust, ja, nicht flüchten.

[00:33:57.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie flüchten, dann denkt er, ah, der will jetzt mein Weibchen, den muss ich erdrücken.

[00:34:05.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir Angst haben, dann kommt bei uns die Fluchtreaktion.

[00:34:09.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit dem Gorilla wollen wir nicht kämpfen, mit dem können wir auch nicht argumentieren.

[00:34:14.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum wollen wir davon rennen.

[00:34:15.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Da lernt man dann, dass man sich festhalten muss am Boden und nicht bewegen.

[00:34:23.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo man sich festhält, ist man keine Bedrohung mehr, man will seine Weibchen nicht und er zieht weiter.

[00:34:31.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss seinen Fluchtinstinkt unterdrücken.

[00:34:36.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Sie mit jemandem, der ein Gewaltpotenzial hat, im gleichen Raum sind, nicht flüchten, eher noch die Türe auflassen oder ihn bei der Türe sitzen lassen, dass er flüchten kann.

[00:34:53.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe solche Patienten, die haben sehr Angst, die sind nicht speziell gewalttätig, aber die brauchen immer den Fluchtweg offen.

[00:35:02.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht flüchten, flüchten löst wieder Beziehungsabbruch aus, ausmacht Angst und kann die Aggression verstärken.

[00:35:13.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Das gilt bei jeder Geiselnahme, die Israelis sind sehr gut darin, man muss Zeit gewinnen, im Gespräch Zeit gewinnen, ohne irgendeine Lösung zu haben.

[00:35:26.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss die Situation genau beschreiben lassen, vielleicht noch ein paar Fragen stellen.

[00:35:31.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Fragen stellen darf nie ein in Frage stellen sein.

[00:35:38.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Warum hast du das gemacht?

[00:35:40.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Da heißt es dann schon, das geht doch nicht, das gehört sich nicht.

[00:35:43.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kommt dann wieder die Moral.

[00:35:45.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Systemtherapeuten haben gelernt, dass wir nie "Warum?" fragen.

[00:35:49.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter hat gefragt, warum bist du so spät nach Hause gekommen, warum hast du die Aufgaben nicht gemacht?

[00:35:54.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Frage "Warum?" ist beladen mit Schuldinduktion.

[00:35:58.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Deshalb nicht warum.

[00:36:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Was war denn da, was war denn sonst noch?

[00:36:03.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Situation etwas ausweiten.

[00:36:06.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht herausfinden, wie ähnliche Situationen waren.

[00:36:10.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss vor allen Dingen das Gegenüber validieren in seiner Verzweiflung.

[00:36:17.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Hinter der Gewalt, hinter der Aggression steckt eigentlich immer Verzweiflung und Angst.

[00:36:26.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Allmählich muss man versuchen den Fokus auszuweiten.

[00:36:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Dem sagt man generalisieren.

[00:36:32.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es gut geht, kann man fragen: waren sie schon in ähnlichen Situationen, die sie so verletzt haben?

[00:36:41.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss eigentlich an Ihre Verletzung herankommen.

[00:36:45.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht natürlich langsam, man kann das nicht so direkt, sondern etwas über Umwege.

[00:36:53.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss empathisches Verständnis zeigen für Ihre Verletzung.

[00:37:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja nicht sofort Abhilfe schaffen wollen.

[00:37:05.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf oder sollte auf die individuelle Lebensgeschichte eingehen und schauen, wo da überall Stationen waren, die sich tief eingegraben haben im limbischen System.

[00:37:18.240] - Dr.med. Ursula Davatz

So Verständnis dafür zeigen.

[00:37:23.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Emotionen uns plagen und unsere Emotionalität zu einem Tsunami, zu einer emotionalen Monsterwelle werden lassen.

[00:37:37.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir Worte finden für die Emotionen, dann geht der Stress um 50 Prozent herunter.

[00:37:44.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Also wir müssen unserem Gegenüber helfen, diese Emotionen in Worte zu fassen, in Situationen aufzulösen und quasi eine Geschichte hervorzuholen.

[00:37:55.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick wo eine Coaching Allianz entstanden ist, wo man auf Augenhöhe miteinander vor einem Problem steht.

[00:38:15.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann auch sagen, was machen wir jetzt?

[00:38:18.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss nicht eine Lösung haben.

[00:38:21.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Der andere kann einem vielleicht helfen bei der Lösung.

[00:38:26.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf aber, wenn es irgendwie geht, nicht Angst haben.

[00:38:31.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald man Angst hat, dann hat der andere das Gefühl, man ist nicht in Kontrolle von sich selbst.

[00:38:38.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann steckt man ihn wieder an mit seiner eigenen Angst.

[00:38:41.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ja bei Hunden so, wenn man Angst hat, dann beißen die.

[00:38:45.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man nicht Angst hat, dann beißen die einem nicht.

[00:38:48.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist einfacher gesagt.

[00:38:50.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Angst läuft uns dann oft auch davon.

[00:38:54.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Bleiben sie auf dieser Distanz.

[00:38:55.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Arbeiten sie an Ihren Gefühlen.

[00:38:58.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Versuchen sie, ihre Gefühle im Griff zu behalten und ins Gespräch zu kommen.

[00:39:03.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Indem sie ja ins Gespräch kommen, das Gespräch erweitern, generalisieren, geht auch Ihre eigene Angst etwas herunter.

[00:39:12.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man allmählich nach einer Lösung suchen.

[00:39:17.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lösung muss aber nicht zu Ende gedacht sein.

[00:39:21.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir sind nicht in einer lösungsorientierten Therapie.

[00:39:23.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir wissen noch gar nicht, was die Lösung ist.

[00:39:27.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht nur darum, sich auf den Weg zu machen mit dieser Person, auf einem gemeinsamen Weg.

[00:39:35.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Einen Schritt in eine andere Richtung finden.

[00:39:39.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Manchmal kann man diesen Schritt in eine andere Richtung auch finden, indem man von irgendetwas redet, ob er einen Hund hat oder ob er diesen Film gesehen hat oder wo er die Kleidung gekauft hat.

[00:39:52.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Über ein Übergangsobjekt.

[00:39:55.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist nicht so direkt Angriff auf Angriff, also Auge um Auge.

[00:40:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Da wäre der Angriff drin.

[00:40:02.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Über etwas anderes mit ihm reden, um die ganze Situation zu beruhigen.

[00:40:08.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf sich keinesfalls in eine Schnelllösung hineindrängen lassen.

[00:40:14.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Telefon kommt über solche gewaltpotenziellen Menschen, dann heißt es meistens, es muss etwas passieren.

[00:40:23.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich mache dann immer eine Gegenreaktion.

[00:40:25.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, ganz langsam.

[00:40:26.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald ich angesteckt werde, von diesem "schnell", dann laufe ich Gefahr, dass ich in Aktivismus gerate und das ist nicht gut.

[00:40:37.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann mache ich lauter falsche Schritte.

[00:40:40.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Aktivismus fördert die Negativspirale zwischen den beiden Personen.

[00:40:46.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Aktivismus fördert die Angstspirale und erhöht das Gewaltpotenzial.

[00:40:55.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Emotionen lassen sich nicht mit Argumenten beruhigen.

[00:41:02.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Beruhigt dich endlich.

[00:41:03.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Emotionen lassen sich nicht mit solchen Befehlsverhalten beruhigen.

[00:41:11.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann da in die Chaostheorie gehen.

[00:41:15.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann eine Welle über den Ozean laufen mit einer kleinen Wellenhöhe, eine flache Welle, mit einer sehr langen Amplitude.

[00:41:27.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Welle läuft über das Meer, die Schiffe auf der Welle gehen ein bisschen hoch und runter.

[00:41:29.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kommt die Welle an Land.

[00:41:29.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist der Tsunami.

[00:41:35.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn da eine Mauer gebaut wird, dann kommt die Welle, die staut sich da auf und die macht eine Springflut.

[00:41:44.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir Emotionen mit Argumenten stoppen wollen, dann verursachen wir eine Springflut.

[00:41:52.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird Öl ins Feuer gegossen und wir setzen uns einer riesigen Gefahr aus.

[00:42:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Legen wir uns flach, da bleiben, dann geht die Welle rein, raus, rein, raus.

[00:42:09.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Emotionen haben es an sich, wenn man nicht dagegen vorgeht, dass sie sich mit der Zeit wieder beruhigen.

[00:42:17.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist bei der Aggression so und das ist auch bei der Depression so.

[00:42:21.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir sind meistens sehr ungeduldig und wir wollen eine Schnelllösung.

[00:42:25.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Keine Schnelllösung, keine Argumente.

[00:42:28.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Von mir aus auch sagen: ich weiß jetzt nicht weiter.

[00:42:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Was können wir machen, was schlagen Sie vor?

[00:42:34.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Einfach im Zwiegespräch bleiben.

[00:42:37.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Leitlinie im Umgang mit Menschen, die ein gewisses Gewaltpotenzial haben: der Weg ist das Ziel.

[00:42:49.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir machen uns miteinander auf den Weg, auch wenn wir nicht wissen, wo er hinführt.

[00:42:55.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Kein so ganz bestimmtes, zielorientiertes Handeln wie in der Wirtschaft immer angestrebt wird.

[00:43:05.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich muss so und so viele Autos produzieren bis dann und dann und so und so viele verkauft haben, das funktioniert alles nicht.

[00:43:12.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss miteinander empathisch gemeinsam auf den Weg gehen.

[00:43:17.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein empathisches Vorwärtsgen und wenn das nur ganz kleine Schritte sind.

[00:43:22.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendeine Idee zum Vorwärtsgen ist wichtig, sonst sackt man ab.

[00:43:27.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Klient sackt ab, ich sacke ab.

[00:43:30.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann tritt wieder Panik auf.

[00:43:33.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Nach neuen kreativen Lösungen suchen.

[00:43:36.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt noch ein Fallbeispiel.

[00:43:40.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte einen Patienten, der wurde mir gemeldet vom Sozialdienst der Gemeinde.

[00:43:47.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat zwei Söhne, eine Frau, die ihm emotional und intellektuell irgendwie überlegener war, sie war sehr zielgerichtet, er war sehr emotional. Er hat dann Gewalt angewandt gegen diese Frau.

[00:44:10.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Er bekam deshalb Hausverbot, auch Verbot seine Kinder zu sehen. Man hat ihn seiner väterlichen Funktion beraubt.

[00:44:23.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Sozialdienst wusste nicht mehr, was mit ihm machen.

[00:44:26.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Sozialarbeiterin hat mich gekannt von einer Fortbildung her und hat dann gefragt, ob ich den Fall nehme.

[00:44:34.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Ehrgeizig wie ich bin, habe ich gedacht, suchen wir nach einer Lösung.

[00:44:38.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Sozialarbeiterin kam mit diesem Mann vorbei.

[00:44:41.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich erinnere mich noch genau, ich musste wahnsinnig aufpassen, dass ich kein falsches Wort sagte.

[00:44:49.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ein Joining gemacht und ich habe gesagt: ja, ich verstehe, das muss für sie ganz, ganz schlimm sein, dass sie ihre Söhne nicht sehen dürfen als Vater. Das verstehe ich.

[00:45:03.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich werde mir Mühe geben, dass sie auf irgendeinem Weg, ich konnte nicht garantieren, dass es funktioniert, dass sie diese Söhne wieder treffen dürfen.

[00:45:19.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke, das war ein Joining, das hat er akzeptiert.

[00:45:22.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Das habe ich, glaube ich, sogar noch vor der Türe gesagt, denn er wollte nicht in Therapie, denn er hatte ja kein Problem.

[00:45:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Er wollte nur seine Söhne wiedersehen.

[00:45:32.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Sozialarbeiterin ist dann mit ihm abgezogen.

[00:45:39.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ihn ab und zu gesehen, man kann überhaupt nicht von Therapie reden. Er hat mir immer angerufen, wenn irgendetwas falsch war. Er wollte weg aus der Gegend, er ist in eine andere Gegend umgezogen.

[00:45:49.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ihm ein Tal vorgeschlagen und er ging wirklich dorthin.

[00:45:57.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe immer Telefonate bekommen, wenn er Krach hatte mit dem Vermieter etc.

[00:46:01.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe auch die Mutter und die Söhne gesehen.

[00:46:06.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben versucht, mit begleitetem Besuchsrecht, dass er sie sehen durfte. Es hat eigentlich alles nicht geklappt.

[00:46:14.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat die Söhne nicht regelmäßig gesehen und er kam in Schulden.

[00:46:18.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hatte so Krach mit dem Staat, dass er kein einziges offizielles Papier oder kein Kuvert aufgemacht hat.

[00:46:26.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat keine Steuern bezahlt.

[00:46:29.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat dann immer wieder gedroht, er gehe jetzt dann mit dem Gewehr, er erschieße das Betreibungsamt, er erschieße die Leute in der Gemeinde.

[00:46:44.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat ständig gedroht mit Gewaltakten.

[00:46:47.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat gepoltert, ich taue nichts, ich bringe nichts hin.

[00:46:51.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich am Telefon habe nur, ja, ja, ja so.

[00:46:55.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin einfach dran geblieben und habe gesagt, ja, ich überlege mir, was ich machen kann ich muss darüber nachdenken und wenn ich etwas weiß, dann rufe ich sie wieder an.

[00:47:08.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich konnte keine große Lösung anbieten.

[00:47:13.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe dann gesagt, schicken sie doch alle diese Steuerrechnungen zu mir. Das hat er dann gemacht.

[00:47:24.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe sie nicht bezahlt.

[00:47:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe sie bei mir gehortet.

[00:47:32.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe der Steuerkommission geschrieben und ich bekam immer schöne, viele Paragraphen zurück. Die habe ich nicht verstanden.

[00:47:45.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich konnte sie auch nicht recht interpretieren. Sie haben mir alle nicht geholfen und ich habe einfach alles gestapelt.

[00:47:52.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe es noch fertig gebracht, dass er die IV wieder bekommt, indem ich ihm ein Couvert geschickt habe, ich habe außen drauf geschrieben: Bitte öffnen, persönlich.

[00:48:04.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ihm am Telefon gesagt er soll unterschreiben und das Formular wieder zurückschicken.

[00:48:08.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Die IV hat dann sogar eine Ausnahme gemacht und hat ihm die IV wieder gegeben.

[00:48:14.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Eigentlich war das alles nicht lege artis.

[00:48:17.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe es knapp hingekriegt.

[00:48:19.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe diese Steuerformulare weiter gesammelt, alle Bußen gesammelt.

[00:48:25.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt ist er mit einer anderen Frau zusammen und die hat einen Juristen als Beistand und dann habe ich gesagt, oh kann ich nicht dir all das schicken, du verstehst das da besser. Die Antwort war: Ja.

[00:48:45.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt habe ich alles dahin geschickt.

[00:48:47.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt darf der Jurist das institutionelle regeln.

[00:48:53.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Was ich damit sagen will: meine Aufgabe bestand nur darin, seine Monsterwelle, seine emotionale Monsterwelle abzufangen, nicht dagegen zu agieren, ihn zu verstehen, auch wenn ich überhaupt nicht weiß, was ich tun soll, und immer sagen: ich überlege mir, ich denke an etwas, ich habe auch Dinge vorgeschlagen, manche hat er ja gemacht, andere gar nicht.

[00:49:16.380] - Dr.med. Ursula Davatz

So konnten wir die Beziehung behalten.

[00:49:19.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Am Anfang hat er mir gar nichts geschickt. Dann hat er mir sogar einen sehr anständigen Brief geschickt.

[00:49:25.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Unsere Beziehung, unsere Kommunikation wurde immer mehr humanisiert und von der Gewalt befreit.

[00:49:36.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe da die emotionale Abfangposition gehabt.

[00:49:42.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Jurist kann jetzt alles Formelle lösen.

[00:49:44.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Dieser Mensch ist so frustriert von der Institution, dass er nie mehr irgendetwas mit denen zu tun haben will.

[00:49:53.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Das habe ich ernst genommen, obwohl ich auch überhaupt nicht wusste, was damit machen. Ich habe es einfach gehortet und telefoniert und immer wieder Zeit gewonnen.

[00:50:02.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe jahrelang versucht, Zeit zu gewinnen für diesen Menschen.

[00:50:07.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Einmal stand auch die Polizei vor der Tür und er hat mir dann telefoniert und gesagt: wenn ich da rausgehe, dann prügle ich die zu Tod.

[00:50:19.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann musste ich der Polizei anrufen und sagen, gehen sie nach Hause. Es ging um eine Betreuung.

[00:50:26.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann habe ich gesagt, gehen sie nach Hause, der ist bei mir in Therapie. Sie müssen überhaupt gar nichts machen, das bringt nichts, das erhöht nur das Gewaltpotenzial.

[00:50:35.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben dann gesagt, so läuft es im Staat. Ich muss das schriftlich bestätigen, dass sie etwas für ihre Akten haben. Das habe ich natürlich brav gemacht und sie gingen dann nach Hause.

[00:50:44.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Das war in Kanton Aargau, dort kenne ich mich aus und viele Leute kennen mich.

[00:50:49.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann ging das.

[00:50:49.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich weiß nicht, ob das in Zürich ginge.

[00:50:52.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Da habe ich meinen Heimvorteil ausgenutzt, um die Gewalt zu reduzieren, das Gewaltpotenzial.

[00:51:00.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt versuchen wir es noch juristisch korrekt zu lösen über das juristische Know-how des Beistandes seiner Freundin.

[00:51:11.000] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinn will ich sagen, als Schlussbemerkung: Umgang mit Gewalt als Coach von einem Erwachsenen, wir reden ja nicht von Kindern, im Einzelsetting, ist keine erzieherische Aufgabe.

[00:51:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir dürfen nicht diesen Leuten sagen, das geht doch nicht, das gehört sich nicht.

[00:51:35.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist nicht der Moment, da wir erzieherisch auftreten und uns höher setzen.

[00:51:43.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist viel mehr eine Kommunikation auf Augenhöhe, eine Beruhigung des Gegenübers, denn die gewaltsame Verteidigung ist ja eigentlich eine Stressreaktion, eine Angstreaktion und indem wir das Gegenüber in eine Enge treiben oder bedrohen, wird er nur gewalttätiger.

[00:52:07.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn jemand hospitalisiert werden muss und wenn man den nicht mehr beruhigen kann, dann muss man in Übermacht kommen, aber einfach zeigen, wir sind jetzt stärker und es hat keinen Sinn mehr sich zu wehren.

[00:52:24.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist dann ähnlich wie wenn man im Urwald Nashörner herausfordert.

[00:52:31.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann muss man mit drei Elefanten kommen und dann drehen die um.

[00:52:40.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man überwältigen muss, dann muss man mit Übergewalt kommen.

[00:52:45.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man alleine Gegenüber ist, ja nicht mit intellektueller Übergewalt funktionieren, sondern wirklich auf Augenhöhe bleiben und gemeinsam miteinander eine Lösung erarbeiten, Zeit gewinnen, vielleicht über etwas anderes reden, mithelfen als empathischer, geduldiger Coach.

[00:53:07.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt keine Schnelllösung.

[00:53:09.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Überlegungen gebe ich ihnen gerne mit.