Ambivalenz und Pattsituation

Dr. med. Ursula Davatz

KOMPETENZZENTRUM FÜR ADHS UND SCHIZOPHRENIE
www.ganglion.ch; http://schizo.li/

I. Einleitung

Der Begriff Ambivalenz ist eine pathologische Bezeichnung, die an sich aus der Schizophrenie stammt und zu den 4 A's gehört von Bleuler. Doch wie entsteht dieses Verhalten??

II. Neuropsychologische Erklärung des ambivalenten Verhaltens

- Unter Stress (Hyperarousal) geht das Gehirn in einen „Brainstorming"-Zustand, in welchem viele Möglichkeiten von Handlungen eröffnet werden, die alle durchsucht werden auf ihre Brauchbarkeit (Gedankenrasen).
- Um jedoch eine Entscheidung machen zu können muss man Verantwortung übernehmen.
- Entschieden wird grundsätzlich vom Gefühl her, d.h. vom Herzen.
- Ist eine Person nicht von ihren Eltern abgelöst, kann sie nicht selbständig entscheiden, d.h. sie muss sich stets fragen, was würden die Eltern sagen . .
- Diese Haltung verunmöglicht eine Entscheidung, man geht hin und her zwischen „was wird von mir erwartet" und „was will und brauche ich?"
- Die Meinung der Eltern wird im Erwachsenenleben häufig auch von der öffentlichen Meinung übernommen.
- Die Frage heisst dann, „was denken die Anderen, wenn ich nach mir entscheide?" und schon ist man gefangen in der eigenen Ambivalenz zwischen sich und dem Kollektiv.
- Hier kommt die Moral ins Spiel, es gibt schliesslich aber nur eine eigene, subjektive Moral, und keine allgemein gültige. Und diese persönliche Moral muss man sich immer wieder erarbeiten.
- Bleibe ich stecken „was ist allgemein richtig und was ist falsch?" habe ich keine persönliche Moral, für die ich voll und ganz einstehen kann, ich stecke in einer Pattsituation.
- Will ich aber in jedem Moment und in jeder Situation meine eigene Moral finden, muss ich mir etwas Zeit dafür lassen, mein Herz zu konsultieren. (Vergleich: Beurteilung von abstrakter Kunst).
- Menschen mit ADS und ADHS sind impulsiv, sie lassen sich häufig nicht genügend Zeit um ihr Herz zu konsultieren und enden dann in einer Pattsituation.

https://adhs.expert

- Das Resultat davon ist, sie können nicht entscheiden, übernehmen keine Verantwortung, weil man sie in der Kindheit häufig nicht selber entscheiden lassen hat, sondern für sie entschieden oder sie zu Fremdentscheidungen gezwungen hat.

III. Therapeutisches Vorgehen

- Sie müssen also im Erwachsenenleben lernen auf sich zu hören, sich Zeit dafür zu nehmen, ihr Herz zu fragen und dann die Verantwortung für ihren Entscheid tragen unter therapeutischer Begleitung.
- Hier kommt dann häufig auch die Angst vor der Verantwortung, Angst davor einen falschen Entscheid zu treffen.
- Es gibt jedoch keinen falschen Entscheid von einem eigenen und der ist richtig. Falsch ist nur, wenn nicht bzw. nie entschieden wird.
- Manchmal muss man den Entscheid auch reifen lassen.
- In dieser Situation muss die Therapiesitzung geduldig sein und warten können. Sie darf die Patience nicht zu einem falschen Fremdentscheid drängen aus Ungeduld und Aktivismus.
- Hier kommt die aufmerksame Begleitung ohne zu drängen, ja ohne irgendetwas von den Patienten zu wollen, ins Spiel.
- Dies ist eine wahre Kunst und man darf sich dabei auch nicht stören, drängen lassen von Obrigkeiten wie Krankenkassen, KESB, IV etc.
- Hier muss man zu seiner therapeutischen Kunst, Moral, Ethik stehen.

Dr. med. Ursula Davatz, FMH Psychiatrie und Psychotherapie
Kompetenzzentrum für AD(H)S & Schizophrenie
5401 Baden
Tel.

https://adhs.expert