

Dr.med. Ursula Davatz

22.5.2025

Was sind die speziellen Herausforderungen im Umgang mit ADHS?

Audio

[00:00:00.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Was sind die speziellen Herausforderungen im Umgang mit ADHS?

[00:00:12.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann dürfen sie mich wieder unterbrechen oder Fragen stellen.

[00:00:20.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Was sind die speziellen Herausforderungen im Erzieherischen Umfeld und therapeutischen Umgang?

[00:00:30.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin ja Therapeutin, ich habe drei Kinder erzogen, zusammen mit meinem Mann.

[00:00:39.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich schaue jetzt das professionelle Erzieherische Umfeld an.

[00:00:44.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Erstes muss man sich merken oder bewusst sein, dass Gene nicht erzogen werden können.

[00:00:55.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Gerhard Polt sagt: was die Gene/Natur versaut haben, kann nicht nur mit Schlägen/ Strafe korrigiert werden.

[00:01:02.309] - Dr.med. Ursula Davatz

Kennt ihn jemand?

[00:01:13.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Bringt das den Sinn rüber?

[00:01:19.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich wurde jetzt gerade vom SRF angefragt, was ich dazu sage, wenn man sagt, ADHS ist eine Modekrankheit.

[00:01:30.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann muss ich sagen: genetische Vererbung ist keine Mode.

[00:01:36.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Genetische Vererbung ist ein Fakt.

[00:01:41.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Zur Steinzeit, zur Jäger und Sammler Zeit, sagt man, 50% der Menschen hatten ein ADHS-Genom.

[00:01:54.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute sind es noch 5%, jetzt geht es langsam etwas rauf, vielleicht 10%.

[00:02:01.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich behaupte, in den USA gibt es mehr davon, denn viele der ADHS-Genom-Besitzer sind nach Amerika ausgewandert, weil man sie hier nicht toleriert hat.

[00:02:14.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Neue und das Explorative gehört ja zu den ADHS/ADS Menschen.

[00:02:23.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann nicht einfach eine Mode sein.

[00:02:26.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Man richtet die Aufmerksamkeit heutzutage vermehrt darauf.

[00:02:37.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Noch vor 40 Jahren, da haben die Fachleute, Kinderpsychiater, gesagt: das gibt es gar nicht.

[00:02:47.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ELPOS war die Organisation, die sich dafür eingesetzt hat.

[00:02:51.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Frühkindliches POS.

[00:02:57.690] - Dr.med. Ursula Davatz

POS heißt Psychoorganische Störung.

[00:03:01.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Begriff wurde dann abgeschafft, wird heute nicht mehr verwendet, aber die ELPOS heißt immer noch ELPOS.

[00:03:07.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Elternvereinigung von POS Kindern.

[00:03:11.330] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://elpos.ch/>

[00:03:13.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Erstes muss man sich bewusst sein, es ist genetisch vererbt und Gene kann man nicht erziehen.

[00:03:20.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Tierbeispiele zeigen: jeder Dompteur weiß, dass er artgerecht mit dem Tier umgehen muss, wenn er irgendetwas erreichen will.

[00:03:37.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Menschen denken, jeder Mensch ist gleich und die Erziehung geht für alle.

[00:03:42.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt nicht.

[00:03:44.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Erziehung geht für die Braven, für die Anpassungswilligen gut, aber für die Widerspenstigen geht sie nicht so gut.

[00:03:56.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Albert Einstein hatte ADS, er war autistisch, er hat nicht geredet bis zum 5. Altersjahr.

[00:04:11.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Man wollte ihn aus der Kantonsschule rauswerfen.

[00:04:15.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Er ist in die gleiche Kantonsschule gegangen wie ich, in Aarau.

[00:04:20.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat es dann aber nicht gemacht und war dann sehr stolz später.

[00:04:25.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute heisst die Schule Einsteinhaus.

[00:04:28.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt einige Forscher, die mit Sicherheit ADHS/ADS hatten oder haben, die eben über die Grenzen hinausdenken können und von dort her neue Dinge erfinden.

[00:04:42.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Da gibt es auch Geschichten von solchen, die aus der Schule geschmissen wurden, also nicht behalten wurden wie Einstein, sondern dann einen anderen Bildungsweg gemacht haben und schlussendlich Nobelpreisträger wurden.

[00:04:57.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt viele Talente.

[00:04:58.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir unsere ADHS Kinder zu früh normieren wollen, dann zerstören wir Talente, dann gehen uns Talente verloren, und das ist schade.

[00:05:12.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum sage ich: es ist wichtig, dass man sich bewusst wird, es ist eine genetische Veranlagung und keine Modekrankheit, auch nicht einfach eine Lust, anders sein zu wollen, die haben wirklich Probleme.

[00:05:31.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Umfeld nicht damit umgehen kann, dann macht man vieles kaputt und erzeugt psychische Krankheiten.

[00:05:41.370] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Betroffene müssen dennoch lernen, mit ihrem andersartigen Hirn umzugehen.

[00:05:48.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre die Sozialisierung, das wurde vorher ja auch schon gefragt.

[00:05:55.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Es braucht natürliche Autoritäten, Eltern, Lehrpersonen, die dem Kind helfen können, dass es lernt, mit seiner Andersartigkeit umzugehen.

[00:06:12.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Da braucht es vielleicht mehr Anläufe und nicht schon beim ersten Mal.

[00:06:19.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Es läuft nicht über die Kognition, sondern es läuft über die Beziehung und die Geduld der Erziehungsperson.

[00:06:29.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass die Erziehungsperson ihre Geduld ausleiht, sodass der ADHS-Betroffene langsam seine Emotionsregulation erlernt.

[00:06:42.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt mache ich der Psychiatrie wieder einen Vorwurf.

[00:06:49.150] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Psychiatrie hat man Medikamente, also Psychopharmaka entwickelt, und die helfen, Emotionen zu regulieren.

[00:07:00.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir natürlich sofort einem ADHS-Betroffenen und insbesondere Kind die Emotionen regulieren über Medikamente, dann lernt diese Person nicht, sich selber zu regulieren.

[00:07:17.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Meine Ambition, meine Vorstellung ist, dass wir diese Menschen begleiten, dass wir ihnen helfen, dass sie sich lernen zu regulieren, vielleicht etwas später, das Hirn reift etwas später, und dass sie nicht gleich zu einer chemischen Problemlösung greifen.

[00:07:36.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe in letzter Zeit gehört, dass man schon einem 9-jährigen Kind ADHS-Medikamente gibt, das sind Stimulantien, sämtliche ADHS-Medikamente sind

Stimulantien, und dann zusätzlich Neuroleptika, das sind Dopamin-dämpfende Substanzen, die man eigentlich bei den Schizophrenen gibt.

[00:08:03.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Erwachsene, die heutzutage dann ADHS-Medikamente bekommen, dann nehmen die zum Teil zu viel, und dann werden sie psychotisch.

[00:08:11.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich in meinem ersten Buch: ADHS und Schizophrenie, habe ich das ganz genau verfolgt.

[00:08:17.398] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.somedia-buchverlag.ch/gesamtverzeichnis/deadhs-und-schizophrenie/>

[00:08:18.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Schizophrenie geht immer einher mit einem erhöhten Dopaminspiegel.

[00:08:26.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Dopamin ist das der Neurotransmitter, den wir brauchen, um aktiv sein zu können.

[00:08:35.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben davon in unserem motorischen Hirn und wir brauchen es, um etwas anzugehen.

[00:08:42.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann gibt man zuerst dem ADHS Kind das Ritalin oder ein anderes, das stimuliert, und da sagt man, dann können die Kinder besser fokussieren.

[00:08:57.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe dann eine andere Beschreibung gelesen: eigentlich können sie gar nicht besser fokussieren, eigentlich können sie sich dann einfach auch für Dinge interessieren, die sie gar nicht interessieren.

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

Ok, das ist in der Schule hilfreich, denn man muss alle Fächer abschliessen, speziell in der Schweiz.

[00:09:22.150] - Dr.med. Ursula Davatz

In England sind es nur 4. Da sind es etwas weniger.

[00:09:27.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS-Medikamente, die erhöhen an sich den Stress und sind Amphetamine, die dann Dopaminausschüttung erhöhen.

[00:09:42.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Menschen mit einem ADHS-Gehirn, die haben nicht weniger Dopamin, aber das Dopamin wird schneller abgebaut.

[00:09:50.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Indem wir ihnen dann Medikamente geben, produzieren sie immer wieder mehr Dopamin.

[00:10:00.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Se werden künstlich gestresst.

[00:10:05.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf der anderen Seite haben ADHS Menschen die Möglichkeit, wenn sie etwas interessiert, dann sind sie überfokussiert.

[00:10:15.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann können sie nicht mehr aufhören.

[00:10:18.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Von Albert Einstein hat man gesagt, wenn der mal begonnen hat zu rechnen oder da seine Formeln, die Relativitätstheorie zu erarbeiten, das hat er ja unter dem Pult gemacht in Bern bei einer Anstellung, neben der Arbeit an seinen Dingen gearbeitet, was man ja eigentlich nicht dürfte.

[00:10:44.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ADHS Menschen an etwas interessiert sind, dann hören sie nicht mehr auf.

[00:10:49.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Albert Einstein hat vergessen zu essen, zu schlafen, sich zu erholen, und seine Frau musste ihm immer sagen: jetzt musst du wieder essen, jetzt musst du schlafen gehen, etc.

[00:11:01.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie hat die Regulierung übernommen.

[00:11:05.450] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinn müssen Menschen mit ADHS lernen, Pausen zu machen, damit sie nicht in diese übertriebene Hyperaktivität hineinkommen.

[00:11:18.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir also den ADHS Menschen die Emotionsregulation über Medikamente organisieren, dann lernen die nicht.

[00:11:27.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein Ehrgeiz ist natürlich, dass die an sich sich besser selber kennenlernen.

[00:11:35.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre wieder: Consulter votre coeur.

[00:11:36.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen auch lernen, mit Emotionen umzugehen.

[00:11:51.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn in der Schule eine Interaktion läuft, die dann mit Aggression zu Ende geht, da ist oft die Angelegenheit so: ein Kind provoziert das andere, das andere kann das nicht aushalten und schlägt dann zurück.

[00:12:07.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Vom Lehrer wird nur das Schlagen wahrgenommen und zitiert und dann kritisiert oder bestraft.

[00:12:17.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn beide zusammengenommen werden, dann muss sich das schlagende Kind entschuldigen.

[00:12:23.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird in der Regel nicht gefragt, was war denn eigentlich, was dich provoziert hat?

[00:12:30.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wäre ganz wichtig, dass man immer den Interaktionsprozess anschaut und sagt: was war los?

[00:12:38.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Was hat dich geärgert?

[00:12:39.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Was hat dich verletzt?

[00:12:40.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Aha, mhm, verstehe ich, kann ich nachvollziehen.

[00:12:44.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre die Validierung der Gefühle.

[00:12:46.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man weitergehen und sagen: was könntest du machen ein nächstes Mal, wenn wieder so etwas passiert?

[00:12:56.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Einer hat sich oft provoziert gefühlt von seinem Chef.

[00:13:06.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Da habe ich gesagt: nächstes Mal, wenn sie sich provoziert fühlen, laufen sie lieber davon, als dass sie dem Chef böse Worte nachsagen.

[00:13:15.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wurde natürlich kritisiert, man darf doch nicht weglaufen von der Arbeit. Aber das war aus meiner Sicht das kleinere Übel.

[00:13:23.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Das war ein schweres ADHS (Erwachsener), aber der hat seinen Weg gemacht.

[00:13:36.240] - Bemerkung 1

Dopamin-Ausschüttung ist ein Glückshormon, oder?

[00:13:41.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja.

[00:13:46.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Man nimmt es nicht direkt unter Glückshormone, das sind die Endorphine.

[00:13:51.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist ein Hormon, das auch ein gutes Gefühl auslöst.

[00:13:55.560] - Bemerkung 1

Wenn ein Mensch mit Dopamin, mit ADHS, so ein Gefühl hat, dann ist er ja voll im Tunnel.

[00:14:03.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja genau!

[00:14:05.330] - Bemerkung 1

Was kann ich dann machen, ob es ein Kind oder eine erwachsene Person ist, die ist da in ihrem Tunnel, und ich möchte jetzt wieder agieren.

[00:14:16.430] - Bemerkung 1

Die Person zu begleiten, das kann ja schwierig sein in einer Schule oder sonst im Alltag, die Person abzuholen.

[00:14:25.530] - Bemerkung 1

Auch möchte ich, dass sie in ihrem Spiel, in ihrer Freude, in ihrem Lernen da drin bleibt und nicht zu cutten.

[00:14:35.910] - Bemerkung 1

Die Abgrenzung zwischen Überarbeiten, Stoppen; wie kann ich da als Person agieren?

[00:14:50.030] - Dr.med. Ursula Davatz

da ist meine Methode, dass man das Kind validieren muss in seiner Freude und seinem Fokus.

[00:14:58.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich weiß, dass du das gerne machst, und ich weiß, du würdest noch ewig weitermachen mit dem.

[00:15:05.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Realität ist aber dass wir weiterfahren müssen.

[00:15:10.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man sagen: du kannst jetzt noch 5 Minuten das weitermachen und dann müssen wir ändern.

[00:15:20.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass die Änderung nicht so abrupt ist. Aufhören, was anderes.

[00:15:25.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Sondern dass man ihn validiert in seinem Interesse und sogar sagt: ich weiß, es ist schwierig für dich aufzuhören.

[00:15:32.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist schon beim kleinen Kind, das mit irgendetwas spielt, das ist schwierig.

[00:15:37.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Tatsache ist, die Stunde geht weiter, oder die Mutter sagt: ich muss einkaufen gehen, ich kann dich nicht alleine zu Hause lassen. In 10 Minuten gehen wir.

[00:15:51.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Manche stellen dann eine Sanduhr auf oder so was, muss man nicht, stellen den Wecker.

[00:15:57.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Man bereitet den Wechsel vor, nicht abrupt, nicht abrupt.

[00:16:05.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sagen alle Eltern: die Kinder haben Probleme mit Wechseln.

[00:16:10.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Die bleiben drin.

[00:16:12.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum muss man den Wechsel ankündigen.

[00:16:15.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann nicht 2 Stunden ankündigen, man kann nur in Minuten ankündigen.

[00:16:21.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage jetzt mal 10 Minuten.

[00:16:25.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Kind zum Arzt gehen muss, dann kündigt man es Tage vorher an.

[00:16:32.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Morgen müssen wir dann, damit eine innere Vorbereitung passiert, damit sich das Hirn einstellt, es kommt dann etwas.

[00:16:42.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den Erwachsenen, ich begleite Studenten, die auf ihre Prüfungen lernen sollten.

[00:16:48.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Man redet ja von Aufschiebitis, Procrastination, aufschieben.

[00:16:56.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Den Studenten muss ich dann sagen, sie müssen ihrem Hirn befehlen, im Hinterkopf, am Donnerstag um 8 Uhr beginne ich das und das zu lernen.

[00:17:10.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Wann, an welchem Ort und was.

[00:17:14.380] - Dr.med. Ursula Davatz

An dem Tisch, der muss sauber gemacht werden, damit man nicht abgelenkt wird.

[00:17:21.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Das braucht eine gewisse Disziplin.

[00:17:23.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Die, die das begreifen, die machen dann ihre Prüfungen.

[00:17:27.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist das Gleiche, wie dass man dem Kind sagen muss: In 10 Minuten müssen wir gehen.

[00:17:35.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf validieren: ich weiß, es ist wahnsinnig spannend.

[00:17:39.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann auch sagen: wir gehen einkaufen und machen das, dann und dann kannst du wieder weitermachen.

[00:17:48.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Macht das Sinn?

[00:17:50.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf nicht abrupt das Steuer herumreißen, das funktioniert gar nicht.

[00:17:57.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann hat man einen Zornanfall oder eine totale Verweigerung oder eben einen Meltdown.

[00:18:03.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man sagt: es eilt, es pressiert, ne, pressieren geht gar nicht.

[00:18:08.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss quasi alle Zeit von der Welt haben, auch wenn man es nicht hat, also so ruhig bleiben.

[00:18:17.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Das muss natürlich auch der Lehrer vermitteln.

[00:18:23.490] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinn muss er etwas vorher, er nimmt das Kind wahr, das macht da irgendetwas, und er muss etwas vorher ankündigen: jetzt musst du dann wieder zur Gruppe zurück.

[00:18:35.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Psychiatrie verwendet Emotionskontrolle über Medikamente, ja, und dann lernt die betreffende Person nicht, sich selbst zu regulieren.

[00:19:02.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle Schizophrenen sind in einem Zustand des Hyperarousal.

[00:19:12.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst, sie sind überangeregt, überangetrieben.

[00:19:16.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Es zeigt sich meistens, dass sie nicht mehr schlafen können.

[00:19:20.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Manisch-Depressiven, die sind dann da in einer Manie, die schlafen nur noch vier Stunden oder weniger, die überrennen alles, überrennen alle Grenzen, und das ist dann eben zu viel Dopamin.

[00:19:35.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man dann das Dopamin runterholen, indem man Neuroleptika gibt, also Medikamente, die gegen Schizophrenie verwendet werden.

[00:19:45.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Heutzutage werden diese Neuroleptika auch als Schlafmittel verwendet und so weiter, zum Beruhigen am Tag.

[00:19:53.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Was damit aber passiert, ist dann, dass die weniger Dopamin haben und sich nicht so gut fühlen.

[00:20:00.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum setzen die meisten Psychotiker, also Schizophrenen oder Manisch-Depressive, ihre Medikamente irgendwann mal ab, weil sie sich nicht richtig spüren.

[00:20:14.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS Kinder, wenn die Ritalin bekommen oder ein anderes ADHS Medikament, manche sagen auch, ich bin nicht mehr mich selbst, ich habe es nicht so gerne.

[00:20:27.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum verwende ich dann Medikamente häufig auch nur unter der Woche, wenn die in die Schule gehen, oder der Lehrling kann es nehmen, wenn er in die Schule geht, aber wenn er am Arbeitsplatz ist, nicht.

[00:20:40.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Er muss es nicht nehmen, weil da ständig Anforderungen kommen, und all diese Anforderungen bewirken dann, dass Dopamin ausgeschüttet wird.

[00:20:49.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Manche Eltern sagen: oh, ich will, dass er es am Wochenende nimmt, dann ist er ein angenehmerer Bub.

[00:20:57.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Das muss ich den Eltern überlassen, da kann ich auch nicht reinreden, aber ich bin immer für das natürliche Regulieren.

[00:21:12.520] - Bemerkung 2

Wenn jetzt künstlich oder wenn ich jetzt durch ein Medikament die Dosis Dopamin bekomme, heißt das dann auch, dass mein Körper eigenes weniger produziert, weil es ja von außen kommt?

[00:21:28.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist der Fall bei Antidepressiva.

[00:21:33.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS-Medikamente sind selber nicht Dopamin, aber sie bewirken eine Dopaminausschüttung.

[00:21:45.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie fest da der Gewöhnungseffekt ist, kann ich eigentlich nicht sagen.

[00:21:50.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle Suchtmittel machen das, die ersetzen dann die eigenen Endorphine.

[00:21:58.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man es wegnimmt, dann fühlt man sich schlecht.

[00:22:02.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den Antidepressiva ist das so, darum muss man langsam ausschleichen.

[00:22:09.780] - Dr.med. Ursula Davatz

An sich sagt man nur bei den Suchtmitteln, dass das so ist, dass der Körper sich daran gewöhnt.

[00:22:19.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Da wird weniger ausgeschüttet, und darum bekommt man alle möglichen Stresssymptome, wenn man entzogen wird.

[00:22:29.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist dann die Entziehung, das geht eine gewisse Weile.

[00:22:38.620] - Bemerkung 3

Das mit dem Medikament Ritalin, ist es auch so, dass die Kinder dann eben nicht schlafen können deswegen? Das höre ich immer wieder, dass sie nicht schlafen wegen des zu viel Dopamins, dann sind sie bis 22 Uhr wach und die Eltern sind sonst schon müde.

[00:22:57.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Sämtliche ADHS Medikamente sind Stimulantien.

[00:23:03.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie werden auch auf der Gasse gehandelt als Stimulantien, Amphetamine.

[00:23:08.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Drum darf man das direkt Wirksame, überhaupt alle, nicht mehr am Abend geben.

[00:23:17.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben zum Teil eine unterschiedlich lange Wirkung.

[00:23:20.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Concerta wirkt dann über den ganzen Tag.

[00:23:24.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann gibt es einen Rebound.

[00:23:29.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Der kann unangenehm sein.

[00:23:32.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Medikament wegfällt, dann reagiert das Gehirn wieder darauf und das kann unangenehm sein.

[00:23:43.030] - Bemerkung 3

Er hat schon Ritalin einfach dreimal am Tag, aber kann dann nicht schlafen.

[00:23:52.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Dritte würde ich weglassen.

[00:23:56.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Das schnell wirksame Ritalin wirkt ungefähr 4 Stunden, und dann darf man es natürlich nicht mehr geben.

[00:24:09.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Kommt drauf an, wenn das Kind ins Bett geht.

[00:24:12.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Ritalin noch aktiv ist, nein, dann kann man nicht schlafen.

[00:24:24.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Es sind ja Weckamine, also so heißt es auch.

[00:24:27.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Man wird geweckt.

[00:24:30.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Appetit kann auch zurückgehen.

[00:24:33.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum sagt man: zuerst essen und dann die Tablette.

[00:24:37.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man sie schon nimmt vor dem Essen, dann kann man nicht mehr essen.

[00:24:46.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Medikamente werden auch verwendet als Anti-Appetizer, zum Abnehmen.

[00:24:56.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ein Weckamin noch am Abend nimmt, dann kann man die ganze Nacht durchlernen.

[00:25:04.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Früher haben Studenten alle Amphetamine genommen, um zu lernen.

[00:25:10.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt sagt man, in Amerika sind ungefähr 60 oder 70%, die Medikamente nehmen, um ihre Prüfungen zu machen.

[00:25:33.060] - Bemerkung 4

Was sagen wir zu neueren Forschungen zur Epigenetik, die das ja wieder ein bisschen infrage stellt, dieses Thema der genetischen Prägung, dass das viel variabler ist als angenommen?

[00:25:45.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Epigenetik ist ein neues Forschungsgebiet, hochinteressant.

[00:25:50.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird jetzt immer mehr investiert, und da geht man sogar so weit, dass die Epigenetik über Generationen hinweg weitergeht, also das vererbt wird.

[00:26:01.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Gene haben viele Anlagen, die werden dann dem Umfeld ausgesetzt, und je nachdem, wie interagiert wird, wird etwas festgelegt.

[00:26:14.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Von dort her ist die epigenetische Forschung natürlich hochinteressant.

[00:26:19.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich war schon an Tagungen, da man solche Dinge gebracht hat.

[00:26:24.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Die waren noch nicht so weit.

[00:26:26.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben immer mehr Anlagen und mehr Möglichkeiten, und über die Aussetzung im Umfeld werden dann verschiedene Sachen gekappt.

[00:26:39.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist das, was ich am Anfang gesagt habe wegen der Muttersprache.

[00:26:44.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann dann andere Töne ausblenden.

[00:26:49.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Kleinkind kann man noch nichts ausblenden.

[00:26:52.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Epigenetik, die kommt dann zum Zug in der Interaktion mit dem Umfeld.

[00:27:04.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Da war zum Beispiel eine Aussage: wenn eine Mutter zu viel gestresst wird und sie ist schwanger, dann hat das eine Auswirkung auf das Kind.

[00:27:16.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Hyperarousal vielleicht.

[00:27:19.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber wenn sie gar nicht gestresst wird, ist auch nicht gut.

[00:27:22.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Es braucht immer etwas Stimulierung.

[00:27:29.700] - Bemerkung 5

Gut zu wissen.

[00:27:35.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Zimmerpflanzen, die sind so schlapperig und darum sagt der Gärtner, man muss sie ab und zu etwas bewegen, damit die mehr Härte entwickeln.

[00:27:48.960] - Dr.med. Ursula Davatz

So sind wir wahrscheinlich auch konstruiert.

[00:27:51.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen auch Probleme erfahren, Stress erfahren, damit wir lernen, damit umzugehen.

[00:27:59.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gehirn ist ein Anpassungsorgan.

[00:28:09.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gehirn muss immer wieder neuen Situationen ausgesetzt werden, damit es weiterhin lernt.

[00:28:16.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Indem man neuen Situationen ausgesetzt wird und lernt, damit kompetent umzugehen, wird das Gehirn immer komplexer, also komplexer organisiert und gleichzeitig anpassungsfähig.

[00:28:34.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Klingt fast wie ein Widerspruch.

[00:28:40.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin keine Epigenetikerin, ich schaue etwas, was da passiert, und lese dann auch nach, und es ist interessant.

[00:28:49.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei der Epigenetik passiert eine Methylierung und da werden eher Dinge dann abgeschaltet.

[00:29:00.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele Möglichkeiten und man muss abschalten.

[00:29:06.310] - Bemerkung 6

Ich hab mal gehört, dass der Körper sehr schwarz-weiß funktioniert.

[00:29:29.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Körper hat natürlich nur beschränkte Möglichkeiten, Reaktionsmöglichkeiten.

[00:29:46.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Intellekt hat viele Möglichkeiten.

[00:29:50.450] - Dr.med. Ursula Davatz

In meinem Buch habe ich geschrieben: wann lässt die Seele den Körper sprechen? Wenn der Mensch mit seinem Intellekt seine Problematik, die im limbischen System steckt, also aus dem Gleichgewicht eigentlich, wenn der Mensch das Gleichgewicht nur intellektuell herstellt und nicht ganzheitlich, dann kann passieren, dass dann diese Überreaktion im emotionalen Gehirn in das vegetative Nervensystem geht, und dann gibt es Körpersymptome.

[00:30:31.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Das gibt es auch bei den ADHSlern.

[00:30:33.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben ein leichter erregbares emotionales System.

[00:30:37.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das alles intellektuell unterdrückt wird, dann gibt's schlussendlich Probleme.

[00:30:44.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann haben wir die Psychosomatik.

[00:30:46.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein neues Fach in der Medizin, jetzt auch nicht mehr so neu. Da ist dann meine Haltung, man muss das Problem wieder zurücknehmen in die Interaktion, in das Erlebnis, um den Körper zu entlasten.

[00:31:05.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man sagt, der Körper denkt schwarz-weiß, tut man meiner Meinung nach ...

[00:31:14.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben ein vegetatives Nervensystem, das kann auf aktiv schalten oder auf passiv, auf Erholung.

[00:31:22.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Sympathikus ist aktiv, Parasympathikus ist passiv und erholend.

[00:31:31.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man nur immer auf aktiv geht, also, und der Intellekt macht das, dann schädigt man seinen Körper.

[00:31:42.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Ist das eine Antwort drauf?

[00:31:44.070] - Bemerkung 6

Ja.

[00:31:46.340] - Bemerkung 7

Bei neudivergenten Kindern und Jugendlichen habe ich so die Erfahrung gemacht, sie fragen mich ab und zu, ja, kann ich ein Cola oder Red Bull trinken? Der erste Gedanke: dann sind sie noch aktiver.

[00:32:15.750] - Bemerkung 7

Im Gegenteil, haben sie gesagt, ich kann noch besser lernen, wenn ich ein Red Bull trinke zum Lernen.

[00:32:21.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke, das ist der gleiche Effekt wie vom Ritalin, von den ADHS-Medikamenten.

[00:32:28.920] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS-Medikamente sind Stimulantien, Cola ist ein Stimulantium, Red Bull ist ein Stimulantium.

[00:32:37.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir wollten den Red Bull noch verbieten, ich habe lange in der Suchtarbeit gearbeitet, und wir wollten das verbieten, hat natürlich überhaupt nicht funktioniert.

[00:32:47.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Da tut er sich mit Cola, Red Bull, und die Erwachsenen machen es dann mit Kaffee, stimulieren, um wieder aufmerksam zu sein.

[00:32:59.060] - Dr.med. Ursula Davatz

An sich ist es keine gute Methode, aber aus meiner Sicht, aber es ist natürlich das Gleiche wie das Ritalin.

[00:33:10.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Es stimuliert auch.

[00:33:11.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Man sagt dann zum Beispiel Menschen, die Koffein zu sich nehmen, also Kaffee, und ruhig sind, also sonst ein ruhiges Temperament haben, denen macht das nichts.

[00:33:25.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Menschen, die schon gestresst sind, wenn die dann noch Kaffee trinken, geht der Blutdruck hoch.

[00:33:31.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist wieder nicht gut. Alles Stimulantien.

[00:33:42.240] - Bemerkung 8

Red Bull ist nicht so toll, wie ist es mit dem Sport?

[00:34:06.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann auch sportsüchtig werden.

[00:34:12.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle körperlichen Bewegungen, die erhöhen die Dopaminausschüttung.

[00:34:18.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat festgestellt, in den Klassen, nach der Sportstunde konnten die ADHS Kinder besser aufpassen.

[00:34:28.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt.

[00:34:29.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann auch wieder süchtig darauf werden.

[00:34:34.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Regelmäßige Jogger, die kommen in einen Entzug, wenn sie irgendwo an einem Business-Meeting sind und ihren Sport nicht betreiben können.

[00:34:50.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt auch Jogging-Entzug.

[00:34:53.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann natürlich auch ein anderer Sport sein.

[00:35:00.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Sport zu verwenden als Regulierung ist eine gute Sache.

[00:35:04.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man es übertreibt, ist wieder nicht gut.

[00:35:07.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann süchtig darauf werden.

[00:35:08.650] - Bemerkung 9

Was ist Omega-3-Fettsäuren und Ritalin?

[00:36:09.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann die von Indien beziehen.

[00:36:09.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Man redet ja jetzt immer mehr von Mikrobiom.

[00:36:15.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Man macht den Zusammenhang zwischen Darm und Gehirn.

[00:36:21.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kann man sagen, ja, was hat das miteinander zu tun?

[00:36:25.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist evolutionsgeschichtlich auch wieder wichtig, denn wir sollten nichts Falsches essen.

[00:36:32.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Es stimmt, wenn unser Darm, unsere Kolonie, unsere Darmbakterien gut ausgeglichen sind, dann geht es auch dem Gehirn besser.

[00:36:44.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gehirn muss ja, wie soll ich sagen, Dysbalancen merken und dann etwas machen, damit das wieder ausgeglichen wird.

[00:36:52.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich finde es eine gute Sache, ich bin überhaupt nicht dagegen.

[00:36:56.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern, die das den Kindern geben wollen, da verschreib ich es auch.

[00:37:03.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie es genau wirkt, kann ich nicht sagen.

[00:37:10.930] - Bemerkung 10

Was ist mit der Hypnosetherapie und dem Neurofeedback?

[00:37:11.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Neurofeedback ja.

[00:37:17.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Hypnosetherapie für die Eltern aber nicht für das Kind.

[00:37:17.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind muss noch lernen, das muss mit allem umgehen lernen.

[00:37:18.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Eltern über die Hypnosetherapie sich beruhigen können, noch so gerne.

[00:37:39.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ja dann wie ein Über-Ich oder ein, was soll ich sagen, eine höhere Instanz, die dann da beruhigt.

[00:37:49.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Für die Eltern ja, fürs Kind nicht.

[00:37:52.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Biofeedback/Neurofeedback, da bringt man dem Gehirn bei, ruhiger zu werden.

[00:38:08.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald die Gedanken weggehen, zum Fenster rausschauen, dann schaltet der Film ab.

[00:38:18.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kommt ein Feedback: jetzt bist du abgelenkt.

[00:38:23.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Manche können über das lernen, sich zu fokussieren und konzentrieren.

[00:38:29.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Patientin, die war sicher ein ADHS, die habe ich auch ins Neurofeedback geschickt, und die hat gesagt, es hat mich noch nervöser gemacht.

[00:38:42.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Die hat so stark versucht, das richtig zu machen, dass gar nichts gegangen ist.

[00:38:48.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hab ich gesagt: Nein, bei Ihnen wirkt es nicht.

[00:38:52.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Die wollte eine brave Schülerin sein, und das hat überhaupt nicht funktioniert.

[00:38:58.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Das gleiche Phänomen: man kann so Bilder zeigen aus Punkten, fuzzy logic, also unscharf sehen.

[00:39:09.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man so etwas unscharf schaut, dann sieht man auf einmal die Figur.

[00:39:14.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man zu genau schauen will, sieht man gar nichts. Ja, das kann einem dann ärgern.

[00:39:23.280] - Bemerkung 10

Thematik: geht es in Richtung Mode-Diagnose oder war es schon immer da? Da kam dann noch ein Punkt hinzu: ja, unsere heutige Gesellschaft fördert das ja auch ein bisschen.

[00:39:49.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Fördert was?

[00:39:52.660] - Bemerkung 10

Man hat viel mehr Eindrücke, die auf einen einprasseln, wie vor 10, 20 oder dann 50 Jahren. TikTok, was ja eigentlich darauf konzipiert ist, in einem Takt neue Impulse zu geben.

[00:40:21.010] - Bemerkung 10

Wie sehen Sie das?

[00:40:25.130] - Bemerkung 10

Letztendlich sind ja fast alle TikTok-süchtig, es sind jetzt nicht nur die ADHS-Kinder, also bei der jüngeren Generation viele.

[00:40:39.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Unsere heutige Gesellschaft ist natürlich sehr darauf aus, auf Leistungsoptimierung und bei der Industrie Gewinnoptimierung.

[00:40:52.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Videospiele sind darauf angelegt, die Aufmerksamkeit des Kindes zu fangen und wieder einzuschalten und zu konsumieren.

[00:41:04.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Da beginnen jetzt langsam, wie soll ich sagen, Anklagen an diese Firmen, dass die unsere Jugend krank machen, bewusst, um Geld zu verdienen.

[00:41:18.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir sind noch nicht so weit, aber Australien hat ja dann die Benutzung der Handys verboten bis 16.

[00:41:33.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe eine Kollegin getroffen letztens, die war in Australien, und die hat gesagt, man merkt schon die Verbesserung.

[00:41:44.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Jugendlichen gehen wieder miteinander um und reden mehr, sind, wie soll ich sagen, ruhiger etc.

[00:41:54.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt das Buch von Jonathan Haidt.

[00:41:57.290] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Jonathan_Haidt

[00:41:57.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Er bringt x Studien, also wissenschaftliche Studien, die aufzeigen, wie die Kinder geschädigt werden über diese Medien.

[00:42:17.000] - Bemerkung 11

Würden Sie sagen, dass bei ADHS Kindern man genauer oder ein bisschen strikter sein muss, beim Umgang mit zum Beispiel mit Videospiele und diesen Medien, weil die Selbstregulierung weniger ist? Oder würden sie jetzt da nicht unterscheiden zwischen neu und vorherigen?

[00:42:42.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sag, ADHS Kinder sind eher geneigt, süchtig zu werden, sei dies chemische Substanzen oder auch solche Mittel.

[00:42:52.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Von dort her ist es für Eltern von ADHS Kindern schwieriger, und sie sagen jetzt strikter, konsequenter, Ich muss mit allen Eltern das so etwas erarbeiten, aber ich unterstütze sie darin, dass sie klar sagen, klare Regeln haben, nur so und so viel pro Tag und nur so und so viel übers Wochenende.

[00:43:17.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Kein Mobile am Tisch, wenn man eigentlich miteinander redet und so weiter.

[00:43:22.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Leute, die dann zu mir kommen, da ist es oft schon völlig aus dem Ruder gelaufen.

[00:43:28.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann ich nur langsam dahin führen.

[00:43:32.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich würde Eltern sicher raten, da konsequent und klar zu sein.

[00:43:41.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist nicht einfach.

[00:43:44.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Die sagen dann: ja, dann kann ich nicht mit meinen Kollegen telefonieren, dann bin ich isoliert.

[00:43:49.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Jonathan Haidt sagt, Kinder die die so viele Medien verwenden, sind mehr isoliert, als die, die miteinander reden.

[00:43:49.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Es braucht eine starke Haltung als Erzieher.

[00:44:10.060] - Bemerkung 12

Ich habe eine Frage, ich möchte zurückkommen auf den Darm. Haben sie Erfahrung mit der Ernährung? Ich habe gehört, dass zu 95% der Serotoninausschüttung vom Magen kommt, nicht vom Gehirn. Der Magen hat also einen grossen Einfluss auf den Ausgleich. Arbeiten sie mit der Ernährung?

[00:44:38.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Prinzipiell verwende ich es nicht.

[00:44:42.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Eltern darauf zu sprechen kommen, und das ist jetzt auch wieder: highly processed food, also stark verarbeitetes Essen, da kommen jetzt dauernd Informationen.

[00:44:56.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Besser wäre natürliches Essen, selbst zubereitetes Essen und kein Fast Food.

[00:45:05.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sag es schon, aber ich missioniere nicht.

[00:45:17.430] - Bemerkung 13

Erste Frage: Medizinisches Cannabis, sogenanntes CBD, aus Beruhigungsmitteln. Es wurde sehr berühmt, als Beruhigungsmittel ausgestellt.

[00:45:44.620] - Bemerkung 13

Die zweite Frage: das Kind wurde im Heim in der Schweiz platziert und ADHS noch nicht diagnostiziert und trotzdem haben die Eltern dem Kind Medikamente gegeben.

[00:46:10.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist, wie wir Ärzte sagen, nicht lege artis (kunstgerecht).

[00:46:13.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Man sollte das Medikament nicht geben, wenn es nicht klar entschieden ist.

[00:46:25.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich war wie gesagt lange in der Drogenarbeit.

[00:46:35.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte viele Drögeler und Eltern von Drogenkindern.

[00:46:38.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein erstes Buch war dann: Wie bewahren wir unsere Kinder vor der Drogensucht?

[00:46:43.030] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.ganglion.ch/pdf/Wie%20bewahren.pdf>

[00:46:44.230] - Dr.med. Ursula Davatz

https://adhs.expert/wp-content/uploads/2026/05/Wie_bewahren_wir_unsere_Kinder_vor_der_Drogensucht.pdf

[00:46:47.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin da auch wieder etwas kritisch.

[00:46:49.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe dann mal an einer Tagung gesagt, ich bin gegen Cannabis-Legalisierung.

[00:46:57.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin dagegen, weil Cannabis bei Menschen mit ADHS schneller eine Schizophrenie auslöst.

[00:47:08.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Cannabis ist eine halluzinogene Droge und das ADHS-Gehirn ist empfindlicher darauf.

[00:47:17.250] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS-Familien, und einer ist nach Amsterdam gereist und hat nach einem Haschisch-Konsum, buh, psychotisch geworden.

[00:47:27.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Es hat ein halbes Jahr gedauert, bis ich den wieder runtergebracht habe.

[00:47:32.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ihm kurz Medikamente gegeben, und aus diesem Grund bin ich gegen die Legalisierung.

[00:47:38.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist für mich eine Verharmlosung, man hat dann immer von harten und weichen Drogen geredet, und Haschisch war nur eine weiche Droge.

[00:47:50.100] - Dr.med. Ursula Davatz

In Bezug auf Schizophrenie-Auslösung ist Haschisch schlimmer als die anderen Drogen.

[00:48:00.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir gehen jetzt trotzdem in diese Richtung, dass das legalisiert wird.

[00:48:07.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Das CBD ist eine spezielle Form von Haschisch.

[00:48:13.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte eine Patientin, hochsensibel, und die hat das schon verwendet, und die hat es verwendet, um schlafen zu können.

[00:48:21.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Der habe ich es dann nicht weggenommen, sondern auch verschrieben.

[00:48:26.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Da habe ich mitgemacht.

[00:48:28.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich würde es nie als Medikament erster Wahl verschreiben.

[00:48:33.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt kritisiere ich die Psychiatrie wieder und sage: an sich ist es ein Ausverkauf der Psychiatrie, dass sie meint, sie müsse jetzt mit LSD und Cannabis experimentieren.

[00:48:50.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe Dr. Albert Hofmann selbst kennengelernt, der das LSD in die Welt gebracht hat, synthetisiert hat.

[00:49:00.537] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Albert_Hofmann

[00:49:00.600] - Dr.med. Ursula Davatz

In Königsfelden der Professor F. Gnirss, er hat seine Habilitation gemacht über LSD.

[00:49:11.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Man redet da von psycholytischer Therapie.

[00:49:16.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt wird das auch wieder gemacht. Schwere Neurotiker, ich sag es so, es ist keine Diagnose mehr.

[00:49:24.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Leute, die sehr verkrampft sind und an etwas festhalten, die gehen jetzt auf LSD-Erfahrungstrips oder Psilocybin, also Halluzinogen-Erfahrungstrips, um Ihre Verknorzhtheit, kann ich jetzt sagen, um Ihre gute Erziehung etwas loszuwerden.

[00:49:44.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin Therapeutin und ich will Ihnen das anders erlauben als über chemisch induzierte Entwicklung.

[00:49:56.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sage ich wieder das Gleiche: Die Emotionsregulation muss nicht über Dämpfer, Stimulantien oder Dysregulierer, so wie LSD, passieren, die kann der Mensch selber voranbringen.

[00:50:13.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Da bin ich sehr naturorientiert.

[00:50:19.210] - Bemerkung 13

Viele Therapeuten schreiben vom Schlafmittel.

[00:50:24.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich weiß, für mich ist es ein Ausverkauf der Psychiatrie.

[00:50:35.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Man verschreibt ja auch Neuroleptika als Schlafmedikation, damit diese Hyperaktivität runterkommt.

[00:50:42.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Leute sagen ja auch, ich hab da dauernd ein Gewirr im Kopf.

[00:50:49.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Das einzige Schlafmedikament, das ich jetzt verschreibe, ist QUVIVIQ.

[00:50:56.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle anderen Schlafmedikamente, die dämpfen.

[00:51:00.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Das QUVIVIQ funktioniert nicht auf dem gleichen Mechanismus.

[00:51:14.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt sage ich noch etwas zum Schlaf.

[00:51:16.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir träumen ja im Schlaf, im REM-Schlaf.

[00:51:22.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Der REM-Schlaf geht quasi den Tag so etwas durch.

[00:51:27.520] - Dr.med. Ursula Davatz

An sich ist das gemacht, um unwichtige Dinge herauszuwerfen.

[00:51:34.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Eigentlich wird in der Nacht, wird entsorgt.

[00:51:38.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn etwas zu anstrengend ist oder nicht gelöst ist, dann passiert ein Traum.

[00:51:45.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Im REM-Schlaf, wenn man es beobachtet, da bewegen sich Leute, manche stehen sogar auf.

[00:51:54.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Die, die nacht wandeln, wahrscheinlich ist das auch REM-Schlaf, die laufen sogar im Zeugs rum.

[00:52:01.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle dämpfenden Schlafmittel, die unterdrücken den REM-Schlaf.

[00:52:08.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Eigentlich müsste man ja im REM-Schlaf seine Dinge verarbeiten, respektive löschen, und wenn im Traum etwas kommt, dann muss das am Tag wieder bearbeitet werden.

[00:52:21.570] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinne arbeite ich mit den Menschen, ich frage: haben sie geträumt?

[00:52:25.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Die berichten mir auch wieder, ich habe den und den Traum gehabt. Ich lasse sie dann immer den Traum schildern.

[00:52:32.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe nie Traumanalyse gelernt, aber im Laufe der Zeit habe ich mir etwas Kompetenz angeeignet.

[00:52:42.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann interpretiere ich das, und dann sieht man in den Traumbildern, entweder ist es etwas nicht Verarbeitetes von früher oder etwas Voraussehendes, wo es hingehen könnte.

[00:52:55.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sind die im Traum dann quasi mutiger als am Tag.

[00:53:03.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe jetzt etwas weit ausgeholt.

[00:53:06.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie haben mich dazu veranlasst.

[00:53:10.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle anderen Medikamente unterdrücken den REM-Schlaf.

[00:53:15.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich weiß nicht, was CBD macht, ob das den REM Schlaf unterdrückt oder noch fantasievoller macht.

[00:53:32.340] - Dr.med. Ursula Davatz

CBD ist nicht das Medikament meiner ersten Wahl, aber ich bin nicht so dogmatisch, eben, ich hatte eine Patientin, der habe ich es dann auch verschrieben.

[00:53:55.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Da bin ich relativ pragmatisch aber ich greife nicht als Erstes dazu.

[00:54:01.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Menschen mit ADHS denen darf man nicht befehlen, sondern man darf nur à la Jesper Juul: "ich will", also dem Kind darf man sagen, ich will, dass das gemacht wird.

[00:54:28.510] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS Kinder müssen intrinsisch motiviert werden.

[00:54:35.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, man muss ihr Interesse gewinnen.

[00:54:38.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hatten wir gerade gestern einen Fall, ein junger Mann, der ins Gymnasium gehen sollte, aber einfach nichts lernt.

[00:54:49.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Der findet die Schule langweilig und die Lehrer, die kommen überhaupt nicht raus, er weiß viel mehr.

[00:54:55.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann hat die Lerntherapeutin gefragt, wie bringe ich den trotzdem dazu, sonst kommt er nicht ins Gymnasium.

[00:55:03.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Da habe ich dann auch gesagt, also, und das ist ein allgemeines Prinzip, man muss schauen, was die gut können, was die interessiert, auf diesen Wagen aufspringen und dann den etwas um- umleiten.

[00:55:18.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann habe ich ihr gesagt, sie soll ihm sagen, was ihn denn da so interessiert, er soll es ihr erklären, er soll es ausführlich erklären, so wie er das gerne hat, und dann wieder unterbrechen einfach auf den Lehrer oder die Lehrerin.

[00:55:41.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie soll mit seiner Eigenschaft, mit seinem Interesse soll sie arbeiten und sich sogar einbringen.

[00:55:51.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Du kannst mir erklären, sodass ich es verstehe, als Laie, und dann bringen wir es wieder runter auf eine einfache Art.

[00:56:02.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht kannst du dann der Lehrerin eher folgen und halt diese Prüfungen machen.

[00:56:09.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss sie immer bei ihrem Interesse holen und das Interesse dann verwenden.

[00:56:14.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Also quasi etwas verführen.

[00:56:18.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Macht das Sinn?

[00:56:22.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Mütter, die das mit ihren Kindern gut können, die machen das.

[00:56:27.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind sollte sich anziehen und dann wird irgendein Wettlauf gemacht, wer hat schneller sich angezogen und so weiter.

[00:56:36.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendeine Interaktion draus machen und das Kind abholen, dort wo es ist.

[00:56:41.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Einfach ausgedrückt: ADHS Kinder müssen intrinsisch motiviert werden, das heißt von sich heraus. Man muss ihr Interesse wecken und dann geht's.

[00:56:51.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ihnen Befehle gibt, dann geht gar nichts.

[00:56:54.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, jetzt komme ich da schon zu was anderem.

[00:57:09.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe dann noch den Untertitel gemacht: Umgang mit ausländischen Familien.

[00:57:17.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Ist das gut, wenn ich das noch bringe?

[00:57:20.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Also die Schweiz, wir stehen ja jetzt vor der 10 Millionen Initiative.

[00:57:23.957] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.srf.ch/news/schweiz/abstimmung-vom-14-juni-initiative-keine-10-mio-schweiz-sechs-argumente-im-faktencheck>

[00:57:32.440] - Bemerkung 15

ADHS Kindern muss man eigentlich wie so Zeit geben? Wenn das Kind nicht folgt, was macht man dann?

[00:58:06.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Nie etwas mehr als dreimal sagen.

[00:58:12.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Besser ist nur einmal.

[00:58:14.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es nicht folgt, das habe ich ja auch in den Dos and Don'ts drin in meinem Buch.

[00:58:21.837] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://adhs.expert/wp-content/uploads/2024/06/13-TIPPS-FUeR-ERZIEHENDE.pdf>

[00:58:22.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie sich nicht durchsetzen können mit dem, was sie wollen, ich habe ja vorher gesagt, wenn man etwas durchsetzen will, muss man wirklich überzeugt sein, man will das durchsetzen.

[00:58:34.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es nicht geklappt hat, das Kind nicht gefolgt hat, dann muss man schauen, war man selber nicht ganz überzeugt, etwas ambivalent?

[00:58:46.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind merkt das sofort und dann geht es nicht.

[00:58:50.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann muss man schauen, wie hat man es dem Kind beigebracht?

[00:58:55.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Hat man da etwas nicht so geschickt gemacht?

[00:58:59.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Und dann als Drittes muss man sich fragen: ist es der schlechte Moment?

[00:59:05.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Keine Regel ohne Ausnahme, aber die Ausnahme sollte nicht zur Regel werden.

[00:59:11.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Frau, die gesagt hat, ich war regelmäßig konsequent inkonsequent, das ist nicht gut, das lernen dann die ADHS Kinder.

[00:59:20.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man dann etwas durchsetzen will, dann muss man es durchsetzen, also wenn man beschlossen hat, und dann muss man auch auf sich nehmen, dass etwas kaputt geht, dass, ich sage jetzt, das ganze Mobiliar verschlagen wird, nein, muss nicht immer

so sein, dann muss man die Aggression des Kindes aushalten, und da habe ich dann die Haltung, du kannst mir die schlimmsten Wörter anhängen, ich will es trotzdem.

[00:59:53.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind disqualifiziert ja dann die Mutter oder den Vater, sagt böse Dinge, sagt Fluchwörter und so weiter und so weiter, und von all dem darf man sich nicht abbringen, ich will es trotzdem.

[01:00:09.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Macht das Sinn?

[01:00:10.550] - Bemerkung 15

Sehr.

[01:00:11.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja und da muss man vorher drauf gefasst sein. Es kann sein, ich bringe es nicht durch, aber ich bleibe dabei.

[01:00:19.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Da gibt es natürlich dann auch Handgemengen.

[01:00:21.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind sollte aufräumen, bevor es ausgeht.

[01:00:24.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man an der Tür stehen und da gibt es Kampf.

[01:00:29.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kann man nicht einfach sagen und dann weggehen und denken, dann sei es gemacht.

[01:00:33.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss bereit sein, diese Energie einzusetzen.

[01:00:40.990] - Bemerkung 15

Und aushalten.

[01:00:43.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, genau, man muss es aushalten und das ist oft schwierig, aber man muss es aushalten.

[01:00:49.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man so zwei Schritte zurückgehen und sagen, es ist mir gleich, aber ich bleibe dabei.

[01:00:55.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht so nah beim Kind.

[01:00:59.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist auch wieder, wenn man zu nah ist, rein körperlich, dann gibt es einen Kampfreflex, wenn man weggeht, dann geht es weg. Der Hund bleibt auch nicht sitzen, wenn man weggeht und ihm zwar befohlen hat.

[01:01:13.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss immer in Reichweite sein.

[01:01:16.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Sagen wir, man will, dass das Kind die Zähne putzt, es will aber nicht, dass man dabei ist, muss man doch in der Nähe bleiben.

[01:01:24.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Beziehung muss erhalten bleiben.

[01:01:27.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Es muss spüren, die will das und die lässt nicht nach.

[01:01:32.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald das Kind merkt, die kann sich gar nicht durchsetzen, wird alles andere machen.

[01:01:39.090] - Bemerkung 16

Ich möchte einfach ergänzen, es geht ja auch darum, die Eltern wirklich zu schulen, das heißt, man müsste mit den Eltern so ein Szenario, das ist ja ein ganz Klassiker, besprechen, auch mit diesen Schwierigkeiten.

[01:01:52.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, ja, genau, genau.

[01:01:54.790] - Bemerkung 16

Was sagen dann die Nachbarn, die KESB wird gerufen?

[01:01:58.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Alles egal.

[01:01:59.760] - Bemerkung 16

Genau, aber das muss man halt wirklich, glaube ich, vorher wirklich mal so ausschmücken. Das kann passieren, das. Man muss sie bestärken, man muss vielleicht selber mal mit dabei bleiben. Das ist ja auch aushalten als Familienbegleitung.

[01:02:14.090] - Bemerkung 16

Ich glaube, dem Kind müsste man ja nicht nur sagen, es ging ja um die Ankündigung. Ich finde, das gehört zur Ankündigung dazu.

[01:02:23.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Absolut, absolut.

[01:02:25.300] - Bemerkung 16

Wenn A, dann folgt B, bei B folgt C und so wird es sein. Damit auch das Kind sich im Vorfeld schon darauf einrichten kann, es ist ja auch verlässlich, es ist ja auch eine gewisse Verlässlichkeit, es wird so sein.

[01:02:38.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann eine Explosion geben, die muss man aushalten.

[01:02:41.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man Angst vor der hat, dann kann man gleich aufhören, muss man gar nicht erst anfangen.

[01:02:46.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann lieber gar nichts machen.

[01:02:56.000] - Bemerkung 17

Dieses Bild von „ich muss vor der Tür stehen und den Weg versperren zum Rausgehen“, das hat bei mir gerade so ausgelöst und die Gedanken kamen, wollte ich bei ihnen nochmal nachfragen, weil wenn man jetzt zum Beispiel von der neuen Autorität ausgeht, dann wird ja ganz fest geschaut, die Beziehung ist wichtig, Beharrlichkeit ist spannend, es geht eigentlich genau den gleichen Grundsatz, nur wäre jetzt zum Beispiel da nicht der Weg, in der Tür zu stehen, sondern Beharrlichkeit, wenn du gehst, ja, dann folge ich dir halt hinterher und dann bin ich halt dabei, und dann, also, oder ist das etwas, was jetzt bei Neurodivergenten Kindern nicht zu wenig Wirkung hat, wenn man einfach nur beharrlich bleibt?

[01:03:41.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kommt natürlich auf die Situation an, das ist durchaus eine Möglichkeit, dann geht man mit.

[01:03:48.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist auch eine Möglichkeit. Man muss einfach dranbleiben.

[01:03:52.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss an der Beziehung dranbleiben und mit seinem Willen dranbleiben.

[01:03:58.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich will, dass das gemacht wird.

[01:04:01.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, ja. Das ist nur ein Beispiel: an der Tür stehen. Man muss dranbleiben.

[01:04:12.530] - Bemerkung 18

Es gibt Beispiele, vor allem ADHS Kinder. Es gibt auch Erwachsene, zum Beispiel eine Ehefrau oder ein Ehemann, der nichts zu Hause macht, man kann nicht sagen, ich will, dass du das machst, ne. Ich weiß nicht, auf dieser Ebene, ob es überhaupt funktioniert. Ich kenne eine Familie, der Ehemann hat ADHS, er gibt es nicht zu, dass er ADHS hat. Ja, aber so schön zeigen, er geht nicht arbeiten, macht zu Hause nichts, braucht sehr viele Überwindungen. Vieles gefällt ihm nicht, viele Menschen passen ihm nicht. Wenn Menschen sprechen, dann sagt er, das passt mir nicht, gefällt mir nicht. Was macht man mit solchen Menschen? Eine Therapie möchte er auch nicht, weil er nicht sehr diszipliniert ist. Er ist aus einer anderen Kultur.

[01:05:08.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sag zuerst etwas unter Eheleuten.

[01:05:21.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Frauen haben oft die Haltung, ich kann meinen Mann erziehen.

[01:05:25.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele Frauen sagen auch, mein Mann ist wie mein Drittes Kind, viertes Kind, fünftes Kind.

[01:05:31.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sage ich, als Ehepartner darf man seinen Ehepartner nie erziehen.

[01:05:38.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht nicht, das ist eine Fehlannahme.

[01:05:42.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann seine Meinung sagen, aber nicht, du machst das und das und das, sondern wenn du das machst, passiert bei mir das.

[01:05:52.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss die Interaktion schildern: das habe ich aus dem Grund nicht gerne, das mag ich nicht gerne, oder das verletzt mich, oder macht mich wütend, oder weiß ich nicht was.

[01:06:02.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss sauber kommunizieren, was mit einem abgeht und dann warten können.

[01:06:10.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sagen die, die den anderen ändern wollen oft: aber er versteht es gar nicht, er hört nicht zu und dann kommt wieder die kognitive Überzeugung.

[01:06:19.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann muss ich sagen: nein, das geht nicht. Ich muss sie dann immer wieder zurückbinden und die müssen warten können.

[01:06:28.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch wenn nicht sofort eine Änderung passiert, gehört wird es schon.

[01:06:33.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Da gibt es ja die Kommunikation: gesagt ist noch nicht gehört, gehört ist noch nicht verstanden, verstanden ist noch nicht akzeptiert und akzeptiert ist noch nicht umgesetzt.

[01:06:48.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss der, der den anderen beeinflussen will, wieder Geduld haben.

[01:06:55.010] - Bemerkung 19

Bitte nochmals wiederholen.

[01:06:56.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Gesagt ist noch nicht gehört. Gehört ist noch nicht verstanden. Verstanden ist noch nicht akzeptiert, und akzeptiert ist noch nicht umgesetzt. Macht Sinn?

[01:07:45.920] - Bemerkung 20

Wer neigt mehr dazu, den Partner erziehen zu wollen in einer Partnerschaft?

[01:07:46.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Frauen.

[01:08:24.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber die Männer haben die Tendenz zu bestrafen mit Kontaktabbruch.

[01:08:33.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann man auch unter Erziehung verstehen. Die geben auf, die brechen ab.

[01:08:41.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Es sind schon die Frauen, die mehr erziehen wollen und immer, und dass er endlich begreift und so, und das geht alles nicht.

[01:08:54.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Er will auch nicht erzogen werden.

[01:09:00.320] - Bemerkung 21

Bindung ist Beziehung! Das ist das Wichtigste. Kontaktabbruch heißt ja auch aus der Beziehung gehen.

[01:09:12.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Kontaktabbruch ist Erziehung durch Liebesentzug.

[01:09:23.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sind wir wieder bei der Erziehung.

[01:09:28.760] - Bemerkung 22

Und die Männer schweigen.

[01:09:28.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist Kommunikationsabbruch.

[01:09:36.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Und die Frauen wollen immer kommunizieren. Und der Mann hat schon lange genug davon.

[01:09:49.450] - Bemerkung 23

Ich habe noch eine Frage zu dem.

[01:09:51.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie sehen, dass etwas schief läuft, dann können sie ja nicht einfach nichts dazu sagen.

[01:10:14.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen aufpassen, dass sie nichts unter Druck sagen.

[01:10:20.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich stelle das so dar, also ich will meinem Gegenüber etwas sagen, das ist meine Botschaft, ich sag die, und ich leg die auf den Tisch. Ich darf nichts so sagen: begreifen Sie endlich!

[01:10:35.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf gar nichts dabei wollen, speziell bei solchen Leuten.

[01:10:43.600] - Bemerkung 24

Ein bisschen diplomatischer.

[01:10:46.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf es sehr klar sagen.

[01:10:48.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man Unterschiede herausholen. Sie kommen aus einer solchen Sozialisierung, aus einer solchen Welt. Da gilt das und das und das.

[01:11:02.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Es hilft immer, die Welt des anderen zu verstehen, validieren.

[01:11:09.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man sagen, aber hier bei uns gelten diese Regeln, und da ist es wichtig, dass man das lernt, und da ist es wichtig, dass die Kinder das lernen.

[01:11:25.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist natürlich das Problem, das wir haben mit vielen Migranten.

[01:11:29.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Die bringen ihre Kulturen von zu Hause mit, die wollen diese behalten, um ihre Identität nicht zu verlieren, aber gleichzeitig wollen sie die Vorteile von hier, klar, mit dem Geldverdienen, mit der Freiheit und so weiter und so weiter.

[01:11:50.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man die Unterschiede aufzeigen.

[01:11:54.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Er geht von dem aus, und bei uns gehen wir von dem aus.

[01:11:58.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt, wo ist der kleinste gemeinsame Nenner?

[01:12:03.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist gar nicht so einfach.

[01:12:06.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man wahrscheinlich die Unterschiede auch— beide Seiten validieren, bestehen lassen und vielleicht sogar sagen: sie können sich das mal ja etwas überlegen und nächstes Mal kommen wir zu diesem Thema zurück.

[01:12:22.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Da darf man auch nicht ungeduldig sein und nicht irgendetwas vorandrängen.

[01:12:29.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Helfer, die Ärzte speziell, wir wollen dann immer gleich schon irgendetwas verändern.

[01:12:37.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Manchmal ist Nichtstun wichtiger als was Falsches tun.

[01:12:42.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss wirklich beide Seiten aufzeigen.

[01:12:46.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Da zitiere ich immer Gregory Bateson, und der sagt: A difference is a difference which makes a difference.

[01:12:52.961] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Gregory_Bateson

[01:12:53.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sind die beiden Unterschiede. Das macht jetzt da einen Unterschied und wo finden wir jetzt unseren kleinsten gemeinsamen Nenner?

[01:13:03.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hab natürlich viele Probleme erlebt in so kulturellen Geschichten, die ganz schwierig gelaufen sind.

[01:13:12.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Da war zum Beispiel eine türkische Familie.

[01:13:19.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mädchen aus türkischen oder auch anderen autoritären patriarchalen Ländern, die haben hier natürlich einen riesigen Vorteil.

[01:13:34.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Mädchen hat das ausgenutzt, ist in den Ausgang gegangen, alles Mögliche gemacht.

[01:13:39.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Bruder hat sich verantwortlich gefühlt, dass die heimischen Regeln beibehalten werden.

[01:13:50.330] - Dr.med. Ursula Davatz

In Griechenland muss der Bruder mit dem Mädchen in den Ausgang gehen, um die Schwester zu schützen. Der Bruder ist dann mitgegangen.

[01:13:58.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Schwester hat aber Dinge gemacht, die für seine Vorstellung der türkischen Kultur nicht akzeptabel waren, und dann hat er sie geschlagen.

[01:14:09.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Er wollte sie dann zurück zu seiner Kultur bringen.

[01:14:13.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie ist abgehauen ins Mädchenhaus. Im Mädchenhaus ist sie durchgedreht, ist psychotisch geworden. Die hat das nicht ausgehalten.

[01:14:26.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben sie auf schweizerische Art geschützt vor ihrer Familie. Wir haben sie gezwungen, disloyal zu werden zu ihrer Familie.

[01:14:36.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Das hat sie nicht ertragen, ist psychotisch geworden. Musste behandelt werden, kam dann wieder zurück, und die hat vorher nie einen Schleier getragen, und dann hat sie begonnen, sich an die Kultur anzupassen.

[01:14:52.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie war in einem riesigen Dilemma, riesiger Stress.

[01:14:56.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe eine andere Geschichte gehabt, auch türkische Familie, da hat die Lehrerin dem Kind, also der Vater hat das Kind zu Hause geschlagen, Mädchen auch. Dann hat die Lehrerin dem Kind gesagt, es soll ins Kinderhaus in Zürich gehen, das war im Kanton Aargau.

[01:15:19.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe später dann den Vater mal gesehen, der hat gesagt, er bringt die Lehrerin um. Er hätte sie beinahe umgebracht.

[01:15:26.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe gesagt: nein, machen sie das nicht. Wir konnten dann das regeln.

[01:15:32.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein anderer Fall war, ich glaube, es war im Thurgau, da wurde der Lehrer wirklich umgebracht.

[01:15:40.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir solche Kulturunterschiede haben, dann müssen wir als Helfer sehr Rücksicht nehmen auf die.

[01:15:49.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir können uns aber nicht total dem anpassen, und wir müssen vermitteln.

[01:15:55.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss den Prozess verlangsamen. Es ist eine sehr schwierige Aufgabe.

[01:16:02.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man mit Ausländerfamilien umgeht, muss man denen ihre Kultur validieren, wertschätzen, unsere Kultur darstellen.

[01:16:14.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Schweizer sind da nicht so gut. Wir denken, wer da reinkommt, macht alles mit.

[01:16:18.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht gar nicht.

[01:16:20.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen unsere Kultur dann auch besser deklarieren.

[01:16:26.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Da verwende ich ein ein Konzept von Jean Piaget, und das heißt Dezentrieren.

[01:16:35.530] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Jean_Piaget

[01:16:35.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe vorher gesagt: gesagt ist noch nicht gehört und so weiter, gehört noch nicht verstanden, verstanden noch nicht umgesetzt.

[01:16:44.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Kind sieht man alles egoistisch, in der Pubertät lernt man dann, sich zu sozialisieren und man lernt auch, die Sicht der anderen zu sehen.

[01:17:00.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Sicht der anderen zu sehen wäre dezentrieren.

[01:17:04.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, ich sehe, was du meinst, ich verstehe sogar, was du meinst, aber ich habe eine andere Meinung.

[01:17:11.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber ich stehe woanders.

[01:17:13.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass man umgehen kann mit unterschiedlichen Meinungen.

[01:17:17.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre ja Demokratie.

[01:17:19.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir machen es dann mit Abstimmung.

[01:17:22.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Da, bei so Ausländerfamilien, ist es ganz wichtig, dass man diese Unterschiede aufzeigt.

[01:17:29.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gab einen türkischen Arzt in Basel, der hat auch Familientherapie gelernt, und der hat dann immer diese Zusammenkünfte geleitet und dann mit den Eltern gesprochen.

[01:17:45.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern wollen das Beste für das Kind und ich als Lehrerin oder Helferin oder Ärztin will das Beste fürs Kind.

[01:17:54.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Wo können wir uns treffen?

[01:17:57.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Das braucht ein Aushandeln und ein Verlangsamen des Entwicklungsprozesses.

[01:18:03.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Da verwende ich dann immer den Bauernspruch: das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht.

[01:18:12.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Da müssen wir wegkommen von dieser Ungeduld, es muss jetzt sofort richtig sein oder sofort geändert werden.

[01:18:20.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen Zeit lassen für den Prozess.

[01:18:26.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe viel mit Spitex-Schwestern gearbeitet, die in Familien gegangen sind, die oft sehr konflikthaft waren oder die sich verhalten haben auf eine Art und Weise, was die Spitexschwester rasend gemacht hat.

[01:18:51.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann einfach ignorieren oder das sofort korrigieren wollen.

[01:18:56.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe dann einen Satz dafür geprägt, dass ich gesagt habe, man soll das Symptom benennen auf eine lockere Art.

[01:19:05.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sehen es so, ich als Intermediator sehe es so, was machen wir jetzt?

[01:19:18.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe viel in der Suchtarbeit gearbeitet, und in der Suchtarbeit versucht man ja den Süchtigen immer von seinem Suchtverhalten wegzubringen.

[01:19:26.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Da ist das größte Problem der Co-Süchtige, also die Frau vom Alkoholiker, die will immer helfen, dass der aufhört.

[01:19:37.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hatte ich einen Fall, das war eine Krankenschwester, und ihr Mann war Alkoholiker.

[01:19:44.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Der ging jeweils weg, wenn er trinken wollte, nahm er das Fahrrad.

[01:19:51.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn er nicht trinken wollte, nahm er das Auto.

[01:19:55.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie ihn gesehen hat, das Fahrrad zu nehmen, dann habe ich gesagt, sie muss sagen: gehst du jetzt Velo fahren? Oder gehst du Velo fahren?

[01:20:04.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie hat gezeigt, dass sie merkt, was er macht, sie hat ihn aber nicht belehrt.

[01:20:11.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Versteht man das?

[01:20:14.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist eine hohe Kunst.

[01:20:17.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Bezug nehmen auf das Symptom auf eine lockere Art, ohne dass man es weckt.

[01:20:23.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Der andere merkt dann schon, dass man was meint oder eine Haltung hat.

[01:20:29.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kommt nicht erzieherisch rüber. Das ist sehr, sehr schwierig.

[01:20:38.130] - Bemerkung 25

Ich glaube, das Problem, was in der Familienbegleitung besteht, ist, dass wir immer mehr Ziele haben. Es gibt dann Aufträge. Bei den Aufträgen an sich ist es schon schwierig einen gemeinsamen Nenner zu finden.

[01:21:02.170] - Bemerkung 25

Manchmal gelingt das sogar, oder scheinbar, das ist immer so eine Sache.

[01:21:06.300] - Bemerkung 25

Dann ist natürlich die Erwartungshaltung sehr hoch, in einem bestimmten Zeitfenster zu sehen, da ist jetzt auch was gegangen.

[01:21:46.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe viel mit den Mütterberaterinnen gearbeitet, jahrelang, und da kam oft dann auch von der Gemeinde der Auftrag, du musst kontrollieren.

[01:22:02.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe den Mütterberaterinnen immer gesagt, nein, sie hat nicht den Auftrag zu kontrollieren, sie hat den Auftrag zu begleiten und zu fördern.

[01:22:14.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist schwierig. Sie sind ja viel näher am Problem und sie spüren viel mehr, was geht und was nicht.

[01:22:22.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Die anderen, die befehlen, die sind weit weg und die können da schön befehlen.

[01:22:27.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Da will ich sie ermächtigen, autorisieren, dass sie sagen, wenn sie merken, das geht nicht, dass sie wirklich dafür einstehen und sagen: ich seh, was sie meinen - das ist jetzt dezentrieren - aber bei dieser Frau geht das nicht.

[01:22:45.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Es braucht mehr Zeit.

[01:22:46.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Punkt.

[01:22:48.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass man die Ungeduld von den Behörden nicht übernimmt.

[01:22:53.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf sich nicht anstecken lassen.

[01:22:55.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Denn dann macht man etwas falsch.

[01:22:59.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf nicht nach oben gehorsam sein und dann da was Falsches machen.

[01:23:05.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie spüren viel besser, was geht und was nicht. Sie sind so viel näher dran.

[01:23:10.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen da, ich sag jetzt, Befehlsverweigerung machen.

[01:23:15.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, ich kann es nicht anders sagen.

[01:23:17.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Freundlich natürlich und erklärend.

[01:23:21.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Da dürfen die sagen: ich denke, das geht nicht, der Schuss geht hinten raus, und drum will ich das nicht machen.

[01:23:30.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hab die Mütterberaterin immer darin unterstützt, dass sie sogenannte Befehlsverweigerung machen dürfen.

[01:23:38.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald wir so befehlerisch ans System rankommen, macht das Fluchtreflexe, macht zu, Stressreflexe und so weiter.

[01:23:50.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den Müttern von kleinen Kindern, die haben dann immer die Brut verschleppt.

[01:23:57.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Mütterberaterin zu kontrollierend reinkam, dann ist sie in einen anderen Kanton verreist.

[01:24:04.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Und dann? Ja, was macht man dann? Gar nichts.

[01:24:08.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann bei ihnen wahrscheinlich auch passieren.

[01:24:11.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Da unterstütze ich sie stark darin, dass sie wirklich auf Ihr Herz hören, auf Ihre Wahrnehmung hören und klar sagen: ich verstehe, was sie meinen, ich verstehe das Gesetz, aber es geht nicht.

[01:24:29.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Da gehe ich ja so weit, jetzt gehe ich wieder zu den ADHSlern zurück, man kann die ADHS Kinder totschiessen und sie folgen immer noch nicht.

[01:24:40.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit dem will ich das Dilemma aufzeigen, dass es einfach nicht geht.

[01:24:44.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist sicher nicht unsere Absicht.

[01:24:51.310] - Bemerkung 26

Kann man mit einem einsichtigen, erwachsenen ADHSler kognitiv arbeiten?

[01:25:21.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Männer haben Frauen geschlagen. Die erste Idee ist: die Frau muss ins Frauenhaus und geschützt werden.

[01:25:21.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte genau immer den anderen Reflex, ich musste mich um den verletzten Mann kümmern, der seinen Gefühlen nicht anders, wie soll ich sagen, Ausdruck geben konnte als aggressiv werden.

[01:25:37.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke, da muss man als Erstes eine große Empathie zu dem uneinsichtigen Mann bringen, und es ist gleich, wie wir es nennen, ADHS oder nicht, man muss einfach ihn abholen, validieren, ihn verstehen in seiner Vorstellung.

[01:25:56.110] - Bemerkung 26

Bei einsichtigen Erwachsenen, macht man das trotzdem so?

[01:26:00.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, ja, unbedingt, ja, geht nicht anders, geht nicht anders.

[01:26:04.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Denn auch die Erwachsenen, wenn die zu sehr unter Stress kommen, verfallen die in die 4 Stressreflexe, meistens nur in die 3: Kampf, der Erwachsene, der kämpft dann, der Mann. Freeze, das wäre dann autistisches Abtauchen und ja, Flucht, er geht einfach weg.

[01:26:30.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Männer machen es dann auch, dass sie einfach in ein in einen anderen Kanton ziehen oder in ein anderes Land und so weiter.

[01:26:39.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, ja, bei den Erwachsenen muss man es genau gleich machen.

[01:26:42.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss sie zuerst in eine Beziehung reinholen.

[01:26:47.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hat man es als Frau oft schwer.

[01:26:51.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich eine solche Situation habe, suche ich nach einem Mann im System, das kann der Gemeinde— der Sozialarbeiter sein.

[01:27:02.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hab einmal einen Fall gehabt, da hab ich dann den Arzt reingeholt, und der musste dann mit dem Vater reden, damit die Kinder mit auf die Schulreise gehen dürfen.

[01:27:18.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann auch als Frau das männliche System vertreten.

[01:27:24.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist etwas schwieriger.

[01:27:26.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Da müsste man wieder vorausschicken: ich weiß, sie nehmen das nicht gerne an von einer Frau, aber wir sind jetzt in dieser Situation.

[01:27:38.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin eine Frau, aber ich vertrete unser System.

[01:27:43.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Zuerst immer Empathie, Validierung, Verstehen. Nicht um Erziehen wollen.

[01:27:56.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Funktioniert nicht.

[01:27:58.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann werden sie abserviert, dass sie eine— die will ich nicht mehr.

[01:28:05.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Macht das Sinn?

[01:28:08.820] - Bemerkung 27

Können Sie den Satz nochmal wiederholen? Empathie, Validierung und?

[01:28:16.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Und Geduld.

[01:28:18.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Empathie, Validierung und sich Zeit lassen für den Entwicklungsprozess.

[01:28:26.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kommt wieder das: Gras wächst nicht schneller, wenn man dran zieht.

[01:28:31.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir auf den gemeinsamen Nenner des Kindes kommen, dann muss man natürlich die Vorteile aufzeigen von hier.

[01:28:48.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kann man zurückgehen: warum ist er hierher gekommen.

[01:28:51.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hab mit Migrantenfamilien gearbeitet und ich hab dann immer gesagt, was ist der Grund zum Auswandern?

[01:29:01.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Sind Sie von etwas weg gewandert oder auf etwas zu?

[01:29:06.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Meistens ist beides dabei.

[01:29:08.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind von einer Not, von einer Geldnot weg gewandert. Aber sie sind auch ins heilige Land, nein, ins Paradies gewandert, wo man besser verdienen kann.

[01:29:21.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn dann das Besserverdienen nicht so gut funktioniert, dann ist man natürlich enttäuscht.

[01:29:26.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Das habe ich alles mit denen durchgeschaut.

[01:29:28.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Da frage ich: was war der Grund, dass sie weg gewandert sind?

[01:29:33.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann frage ich auch immer, wer war der aktive Wanderer? Der Mann oder die Frau? Meistens war es der Mann.

[01:29:40.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann, aber wenn der Mann weg gewandert ist, um— damit seine Kinder eine bessere Chance haben.

[01:29:49.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt kommen wir zum gemeinsamen kleinsten Nenner.

[01:29:52.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Er will ja, dass seine Kinder eine bessere Chance haben und von dort her müssen die Kinder gewisse Regeln von hier lernen.

[01:30:02.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Speziell Mädchen, die heiraten nicht nur, die wollen auch Berufsleben einschlagen und so weiter.

[01:30:13.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Er will ja das Beste für sein Kind.

[01:30:17.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Von dort her muss dann das langsam in ihn hineinsinken, und dann kann man vielleicht etwas durchsetzen, dass seine Tochter dann eine bessere Chance hat.

[01:30:30.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Da hatte ich wieder eine türkische Familie, 4 Mädchen, und die sind natürlich in die Disco gegangen, und der Vater hat dann einen Cousin organisiert, um die abzuholen und gewaltsam heim zuführen zum Vater.

[01:30:52.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Nach Schweizer Recht war das Freiheitsentzug, und Bestrafung.

[01:30:59.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Schweizer Justizsystem ist auch reingekommen und die Eltern kamen, also die Familie kam dann zu mir in die Beratung.

[01:31:12.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Da haben wir das alles etwas durchgeschaut.

[01:31:15.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Vater musste eine Buße bezahlen.

[01:31:21.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben mit der ganzen Familie das angeschaut und schlussendlich haben die Mädchen gesagt: wir bezahlen die Buße des Vaters, denn wir sind ja da im Ausgang gewesen, wir haben das ausgelöst.

[01:31:38.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Da war noch etwas anderes dahinter.

[01:31:41.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mutter hat in einem Spital als Putzfrau gearbeitet und hat dort Süßigkeiten mitgenommen.

[01:31:50.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Die hat gedacht, das darf man.

[01:31:51.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Die wurde bestraft. Die ist psychotisch geworden, als sie bestraft wurde, und ich hab dann versucht, das alles wieder etwas zu glätten.

[01:32:01.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Verwalter der Klinik hat von der Strafe abgesehen, aber die war lange Zeit noch psychotisch.

[01:32:12.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Also nur zu sagen, so können unterschiedliche wie soll ich sagen, Kulturen aufeinanderstoßen, viel Reibung verursachen, und es sind die Kinder, die diese Reibung tragen.

[01:32:26.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder funktionieren auch als Vermittler, als Übersetzer, ist klar, denn die lernen meistens die Sprache schneller, und da muss man sie auch wieder unterstützen, dass sie nicht zu viel tragen müssen.

[01:32:42.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Komplizierte Sache.

[01:32:44.620] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Schule gelten dann Schweizer Regeln.

[01:32:53.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Zu Hause gelten noch andere Regeln.

[01:32:58.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Da würde ich wahrscheinlich nicht von diesen Vätern verlangen, sie müssen das alles ändern.

[01:33:04.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Da würde ich den Kindern sagen: schau, du bist in einer solchen Familie, und zu Hause gelten diese Regeln, und auf der Strasse und in der Schule und am Arbeitsplatz gelten andere.

[01:33:16.190] - Dr.med. Ursula Davatz

An sich können Kinder mit solchen Unterschieden recht gut umgehen.

[01:33:20.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist wieder die Dezentrierung.

[01:33:22.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können dezentrieren von ihrer Herkunftsfamilie auf die Schweizer Regeln.

[01:33:30.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber es sind anstrengende Dinge.

[01:33:33.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Immer die Unterschiede klar aufzeigen.

[01:33:37.170] - Bemerkung 28

Wenn man da als Familienbegleitung dann quasi die Brücke machen soll, das funktioniert überhaupt nicht, weil das Kind will diese zwei Welten separiert haben und auch nicht zusammenbringen, weil die kollidieren, und wenn man da drin ist, dann wird man abgelehnt weil es gar nicht für sie geht, diese zwei Welten zu verbinden. Wie will man damit umgehen?

[01:34:13.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können es wahrscheinlich nicht verbinden, sie als Fremde.

[01:34:19.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können nur die Regel wertschätzen und aufzeigen und die andere.

[01:34:26.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind muss irgendwie damit umgehen.

[01:34:30.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Da würde ich eben, wenn es schon ein Teenager-Kind ist, würde ich sagen, ja, du kommst aus einer solchen Familie, und da gilt das, und hier gilt das.

[01:34:42.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Manche gehen dann halt mit 16 Jahren schon weg, aber das passiert auch in Schweizer Familien, weil sie sich überhaupt nicht mit diesen Regeln solidarisieren, identifizieren können.

[01:34:56.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke, sie können nicht ohne Weiteres immer verbinden.

[01:35:01.260] - Bemerkung 28

Nein, das Kind spricht dann zum Beispiel auch gar nicht, das verweigert auch die Sprache, oder.

[01:35:05.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Absolut.

[01:35:06.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Was ich immer versuche, ich versuche, die andere Kultur etwas zu verstehen, und manchmal habe ich dann Sprichwörter, verwendet

[01:35:22.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei der Frau, die was mitgenommen hat in der Klinik, habe ich gesagt: es gibt bei uns ein Sprichwort: dem Ochsen, der drischt, darf man das Maul nicht verbinden.

[01:35:33.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, er darf auch fressen.

[01:35:35.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Das hat die ja gemacht.

[01:35:37.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann habe ich gefragt: haben Sie auch ein solches Sprichwort?

[01:35:40.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber die hatten keines.

[01:35:42.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Es war ein westliches Sprichwort.

[01:35:46.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist noch schwierig auszuhalten.

[01:35:49.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Da merkt man dann auch, was diese Kinder aushalten.

[01:35:54.980] - Bemerkung 29

Manchmal geht das nicht, das ist so. Aber ich glaube, auch da muss man sich Zeit geben und erst mal rein tauchen. Also erst mal schauen, wie ist denn diese Familie? Was haben die für Regeln?

[01:36:15.840] - Bemerkung 29

Also auch ganz klar, dass die Familie, merkt man, ist nicht die kontrollierende Instanz. Ist man natürlich manchmal irgendwie schon, das ist ja wieder ganz schwierig. Aber dass man wirklich am Anfang mehr erstmal einfach mitbringt, die Neugierde, und dass du das nicht tust, ich weiß, wie schwer das ist.

[01:36:38.500] - Bemerkung 29

Dann ist vielleicht auch diese Phase, diese Kennenlernphase, ein ganzes Stück länger, bis man überhaupt eine Chance hätte. Oder, also, ich weiß nicht, ich glaube, das geht schon länger.

[01:36:56.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke schon, das wollte ich auch ihr sagen. Sie darf Regeln von hier vertreten, im Sinn von, hm, das ist, wie ich sehe, und das wirkt dann heimlich, ja.

[01:37:10.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber es braucht Zeit.

[01:37:13.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Je verhärteter die Situation ist, umso weniger Druck darf man aufsetzen.

[01:37:19.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Das erlebe ich auch in der Therapiestunde, wenn ich etwas rüberbringen will in einer Situation, wo der Patient das eigentlich gar nicht will, muss ich wahnsinnig aufpassen, dass ich keinen Druck aufsetze.

[01:37:33.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Druck aufsetzen heißt disqualifizieren, und ich will ja validieren.

[01:37:40.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Und den Unterschied, also es geht immer um den Unterschied.

[01:37:44.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Den Unterschied bestehen lassen und dann schauen, was passiert.

[01:37:49.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Das erlebe ich auch in Ehe-Therapien, dann heißt es, ja, wenn der andere da nicht zusammen will, dann geht das ja nicht.

[01:37:57.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Ehen, die die sich gegenseitig leben lassen, funktionieren besser und länger als solche, die sich immer symbiotisch zusammenbringen wollen.

[01:38:10.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Von dort her muss man das dann aushalten als Hilfsperson.

[01:38:15.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich entwickle immer mehr die Haltung: ich sag zwar etwas, ich sage es überzeugt, aber ich will nichts verändern.

[01:38:23.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Allen Müttern von Schizophrenen muss ich das beibringen: Sie dürfen Ihre Meinung sagen, aber sie dürfen gar nichts verändern wollen.

[01:38:32.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist so schwierig, eine Meinung äußern, aber nicht beeinflussen wollen.

[01:38:38.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir verzweifeln fast, wenn wir da nicht gleich die Wirkung haben.

[01:38:42.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Das braucht viel Geduld.

[01:38:44.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Das gibt schlussendlich auch mehr Gelassenheit und schlussendlich nimmt das System einen besseren Weg.

[01:38:53.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Es entwickelt sich organischer, ja.

[01:38:59.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist hohe Kunst.

[01:39:01.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie bewegen sich da in der hohen Kunst.

[01:39:10.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Die merken, dass das nicht funktioniert, wenn sie mit ihren alten Methoden kommen.

[01:39:27.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Das bezieht sich wieder auf die ADHS Menschen, die müssen selber rausfinden, dass etwas nicht funktioniert.

[01:39:39.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann es nicht kognitiv weitergeben.

[01:39:42.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Realität ist die beste Erziehung.

[01:39:46.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Wahrheit ist die beste Medizin.

[01:39:52.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Wahrheit, also das, für das, was man einsteht, das darf man sagen, man darf es auch mit Herz sagen, aber nicht überstülpen wollen.

[01:40:06.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist unsere große Kunst.

[01:40:09.260] - Bemerkung 30

Auch nicht ausnützen? Ich habe jetzt auch mehrmals erlebt, dass ADHSler ihre Diagnose, weil sie das so viel mal gehört haben rundum, als Rechtfertigung nehmen. Das darf auch nicht sein.

[01:40:30.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein nein, das funktioniert überhaupt nicht.

[01:40:33.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann will die betreffende Person immer eine Schonhaltung auslösen, das ist nicht gut, dann wird nichts mehr gelernt.

[01:40:42.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch wenn du ADHS hast, ist es deine Pflicht zu lernen, mit deinem Gehirn umzugehen und mit der Gesellschaft umzugehen.

[01:40:54.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, es darf nicht als Freibrief für alles verwendet werden, nein, funktioniert gar nicht, dann wird gar nichts gelernt.

[01:41:00.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich will ja, dass die sich weiterentwickeln und lernen.

[01:42:28.460] - Bemerkung 3

In meiner Arbeit stoße ich immer wieder darauf, dass so wenig Leute, auch Fachpersonen, über ADS, hochsensible Personen, etwas wissen. Auch Therapeuten sagen dann oft: Oh, das habe ich nie so gehört.

[01:42:46.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt viele Therapeuten, die wissen nur etwas über die Diagnose und dieses Krankheitsbild, aber nicht unbedingt über das ADHS und nicht, wie man mit dem ADHS umgeht.

[01:42:59.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist das Problem.

[01:43:01.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wird der Mensch angeschaut über die Brille der Diagnose, und da fühlt sich der ADHS-Mensch natürlich nicht voll wahrgenommen.

[01:43:13.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie, die mittendrin sind, Ihnen bringt die Fachdiagnose nichts, sie müssen damit umgehen.

[01:43:22.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Bis jetzt, man schickt die Leute zur Abklärung, die Abklärung wird gemacht, und was gemacht wird, was darauf folgt, ist Medikamente geben.

[01:43:33.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Niemand wird instruiert, wie mit diesen Leuten umzugehen.

[01:43:38.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein Riesenproblem in der Psychiatrie.

[01:43:42.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich kämpfe natürlich dafür, aber es hat mal in einer wissenschaftlichen Fachzeitschrift geheißen: Fachpersonen haben einen stärkeren Bias, also sind stärker voreingenommen als Laien.

[01:44:01.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Das erlebe ich. Das erlebe ich.

[01:44:04.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hält an seinen Konzepten fest und versucht, die auf den Patienten zu übertragen.

[01:44:12.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Psychiatrie ist natürlich wirklich etwas Schwieriges, es ist nicht so fest, man arbeitet nicht so mit festen Daten wie ein Herzchirurg oder ein Lungenspezialist, sondern es ist alles schwammig und es ist alles interaktiv.

[01:44:34.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss ich sagen, leider ist in der Fachwelt, in der psychiatrischen Fachwelt, aus meiner Sicht noch nicht genügend Wissen vorhanden.

[01:44:43.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf das stoßen Sie natürlich.

[01:44:46.110] - Bemerkung 31

Ja, auch gerade so Thema Schule, wenn es um Abklärung geht, oder also, dass dann Lehrer oft erstmal irgendwas in den Raum stellen, wo Eltern noch nie so vorher involviert waren, und dann heißt es ja, den Verdacht, ihr Kind hat ADHS, werden aber nicht richtig abgeholt, werden nicht abgeholt, ja, alleine gelassen, die Abklärung findet statt und dadurch entsteht ja auch oft auch eine Fehldiagnose, oder weil Autismus als auch ADHS und HSP oder sind sehr verwandt miteinander, meistens haben Kinder ja gar nicht unbedingt ADHS, sondern vielleicht eins der anderen Dinge, oder alles irgendwie ein bisschen verbunden, und dann wird aber gesagt, ja, das Kind hat jetzt die Diagnose ADHS.

[01:45:37.180] - Bemerkung 31

Also ich finde, viel zu schnell eine Diagnose, ohne überhaupt Zeit genug zu haben.

[01:45:42.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sage ich eben wieder, à la Goethe: Was du schwarz auf weiß besitzt, kannst du getrost nach Hause tragen.

[01:45:50.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Patienten tragen das auch dann getrost nach Hause.

[01:45:53.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Das bringt natürlich nichts.

[01:45:56.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Psychologieprofessor in Zürich, Etienne Perret, der hat, die haben als Erstes so das ADHS neurologisch abgeklärt.

[01:46:07.588] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://data.snf.ch/grants/person/11631>

[01:46:08.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gab x Namen dafür. Auf Englisch gab es auch MBD, Minimal Brain Dysfunction, ansich korrekter, aber hat sich nicht durchgesetzt.

[01:46:20.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen sagen, es ist mir gleich, wie man es benennt, aber das Verhalten bewirkt das und das bei mir, oder mit dem Verhalten bewirken sie bei Ihrem Kind das und das, dass man nur auf das Verhalten eingeht und nicht an der Diagnose klebt.

[01:46:41.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die mit Diagnosen kommen und sagen, ja, das ist das oder das, dürfen sie, sie sind ja nicht Psychologen, oder?

[01:46:49.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen sagen, es ist mir gleich, wie man es benennt.

[01:46:52.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Das hat der Etienne Perret damals auch gesagt, ist mir gleich, wie man es benennt. So und so sind die Probleme.

[01:46:58.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen total auf die Interaktion eingehen und was mit Ihnen passiert.

[01:47:03.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ehrlich rückfüttern.

[01:47:07.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Authentizität ist etwas vom Wichtigsten im Umgang mit ADHS.

[01:47:13.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Alles Gelogene funktioniert nicht, alles Vorgetäuschte funktioniert nicht.

[01:47:17.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen ehrlich sein. Macht das Sinn?

[01:47:24.610] - Bemerkung 32

HSP, die hochsensible Person, diesen Begriff kennen viele Fachleute nicht.

[01:47:32.740] - Bemerkung 32

Die Hochsensibilität, dass es Fachleute nicht kennen, hat ja auch ein bisschen damit zu tun, dass es nicht unbedingt Eingang gefunden hat als Begriff in die Psychiatrie.

[01:47:44.930] - Bemerkung 32

Begrifflich geht das für mich jetzt auch so in die Neurodivergenz, oder diese unterschiedliche Sensibilität von Reizen, wie sie verarbeitet werden.

[01:47:58.210] - Bemerkung 32

Gibt es da irgendwo eine klare Begrifflichkeit, die man sagen kann, das ist jetzt aktuell? Weil Neurodivergenz ist auch wieder so etwas, das man neu eingeführt hat, als Reaktion darauf, dass man es pathologisiert.

[01:48:11.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Für mich gehört die Hochsensibilität zu jedem ADHSler.

[01:48:25.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Und die sogenannten Hochsensiblen sind meistens mehr ADS Menschen.

[01:48:33.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS Menschen, da wirkt sich die Hochsensibilität aus, indem sie aggressiv werden.

[01:48:39.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sieht man nur noch die Aggression, das Hochsensible sieht man nicht mehr.

[01:48:43.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie zeichnen sich aus durch höhere Sensibilität.

[01:48:51.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Anhand der hohen Sensibilität habe ich ja dann den Link zur Schizophrenie gesehen.

[01:48:58.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Also Hochsensibilität gehört zum ADHS.

[01:49:01.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Man macht heute immer wieder neue Diagnosen.

[01:49:05.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann will man sie so schön abgetrennt in Kategorien behalten, funktioniert nicht.

[01:49:10.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe letztens einen Artikel in der New York Times gelesen, es ist ein amerikanischer Psychiater, der sagt, wir Psychiater sehen das alles falsch mit diesen Diagnosen, die Diagnosen sind gar nicht so fest.

[01:49:27.349] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.nytimes.com/2026/05/11/opinion/adhd-autism-depression-diagnoses.html>

[01:49:27.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt, das Gehirn ist sehr flexibel, sehr lernfähig, auch negativ lernfähig, also indem es dann Dinge ausklammert, und das habe ich auch im Buch, wenn wir schauen, was für Medikamente verwendet werden, es wird alles bei allen verwendet.

[01:49:46.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Das zeigt ja, dass unsere Diagnosen überhaupt nicht so spezifisch sind.

[01:49:50.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist immer ein momentaner Zustand, ein momentaner dysfunktionaler Zustand, und an sich ist es gleich, wie wir den benennen.

[01:50:01.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Wichtig ist, dass wir als Helfer mit diesem Menschen in diesem dysfunktionalen Zustand umgehen können.

[01:50:08.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist Wurst, wie wir es benennen.

[01:50:13.190] - Bemerkung 33

Ein Beispiel aus der Schule: ein Kind, also die Lehrer sagen, es soll abgeklärt werden, sie machen das, dann werden Medikamente gegeben und die Eltern werden wie alleine gelassen.

[01:50:32.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, so ist es.

[01:50:35.550] - Bemerkung 33

Das ist für mich fast unerträglich, dann zu sehen, dass das Kind beim Elterngespräch dabei ist und sie muss hören: du kannst dich nicht konzentrieren, du kannst dich noch nicht organisieren, du bist zu explosiv. Und dann denke ich: ja, wieso hat sie denn jetzt die Abklärung gemacht?

[01:51:05.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Absolut legitime Frage.

[01:51:09.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist das Problem.

[01:51:10.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe Familientherapie in Amerika gelernt, bei einem der berühmten ersten Familientherapeuten, also ein Pionier, Murry Bowen.

[01:51:22.424] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Murray_Bowen

[01:51:23.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Zeit lang war auch in der Schweiz die Familientherapie en vogue.

[01:51:29.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber jetzt ist sie völlig verschwunden.

[01:51:33.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt noch ein Institut in Zürich, das so ausbildet, das in Bern gibt es auch noch, kein einziger Arzt mehr dabei, also die Ärzte sind nicht mehr interessiert an Systemtherapie.

[01:51:48.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Das werfe ich natürlich dann den Medizinerinnen wieder vor, das medizinische Modell geht auf die Symptome, Symptombekämpfung im Individuum, und betrachtet nicht den grösseren Zusammenhang.

[01:52:04.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Die somatische Medizin, indem sie Zusammenhang zwischen Gehirn und Darm anschaut, ist an sich ganzheitlicher als die Psychiatrie.

[01:52:15.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist schade.

[01:52:16.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hoffe natürlich, es kommt wieder mal.

[01:52:19.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Mensch ist ein soziales Wesen, und wenn man dem ADHS Kind Medikamente gibt und die Eltern alleine lässt, ist das für mich wirklich schlimm.

[01:52:29.490] - Bemerkung 34

Ist es nicht auch für das Kind schlimm?

[01:52:35.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Für das Kind ist es auch schlimm.

[01:52:36.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Was sie tun können, wenn die Eltern alleine gelassen werden, es gibt eine Schweizerische Gesellschaft die heisst SFG-ADHS.

[01:52:47.950] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.sfg-adhs.ch/>

[01:52:48.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort hat es Therapeuten, Psychiater und Psychologen drin, die mit ADHS umgehen können.

[01:52:59.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben lange noch nicht alle eine familientherapeutische Ausbildung.

[01:53:04.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Mindestens könnte man das angeben und sagen, melden sie sich doch dort.

[01:53:13.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Eltern alleine gelassen werden, im Aargau, da gibt es Jugend- und Familienberatungen, Familienzentren.

[01:53:25.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die vom medizinischen System völlig alleine gelassen werden, sie sollen sich an einem anderen Ort Unterstützung holen, für die Familie, wo es Leute hat, die Familientherapie können.

[01:53:42.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Dass beides kombiniert ist, ist noch nicht so häufig, aber die müssen halt dann lernen.

[01:53:47.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern würde ich an ein Familienzentrum schicken, wo sie beraten werden.

[01:53:54.120] - Bemerkung 35

Was ist jetzt, wenn das Kind— was ist, wenn das Kind genau die Symptome, die ADHS Kinder haben, zeigt, und die Lehrer sagen, ja, die sind unkonzentriert, also eigentlich nur die Symptome vom ADHS sagen. Das finde ich halt so schlimm.

[01:54:17.630] - Bemerkung 35

Wenn jemand herzkrank ist, kann man auch nicht sagen, so, jetzt rennst du mal Marathon, wenn die Person das nicht kann.

[01:54:27.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Genau.

[01:54:27.700] - Bemerkung 35

Das ist wie normal, aber bei dem ADHSlern tut man die Symptome dieser Krankheit auf den Tisch legen.

[01:54:36.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, das ist ein Riesenproblem.

[01:54:39.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Die alleingelassenen Eltern, denen würde ich sagen, vielleicht hilft es ihnen, wenn sie sich Hilfe holen in, ich sag jetzt, in einem Familienzentrum.

[01:54:51.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort hat's Leute, die schon etwas wissen von ADHS, oder auch nicht.

[01:54:57.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich kann nur so überbrücken.

[01:55:02.180] - Bemerkung 35

Und mit den Lehrern?

[01:55:05.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Den Lehrern würde ich auch sagen, ich denke, sie sollten sich eine Weiterbildung holen im Umgang mit ADHS.

[01:55:19.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf meiner Webseite ist das wieder aufgeschaltet.

[01:55:24.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe 3 Lehrpersonen im letzten Kurs gehabt, nur 3, aber die waren begeistert.

[01:55:30.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss halt, steter Tropfen höhlt den Stein.

[01:55:33.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Den Lehrern würde ich sagen: das ist ein ADHS Kind, ADHS Diagnose reicht nicht, man muss lernen, mit dem umzugehen.

[01:55:41.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wäre es nicht hilfreich, wenn, also vielleicht müssen sie es besser sagen.

[01:55:45.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich könnte mir vorstellen, es könnte für sie eine Unterstützung sein, wenn sie sich Beratung holen im Umgang mit ADHS.

[01:55:57.030] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.schuelfrey.ch/>

[01:55:58.108] - Dr.med. Ursula Davatz

Kennen sie den?

[01:56:05.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Er ist selber ein ADHS.

[01:56:07.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Der gibt Beratungen an Schulen, und er ist selber ein ADHS Kind, war selber Lehrer und berät Lehrer— geben Sie den an.

[01:56:22.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Eltern sollen auch etwas bekommen, und die müssen zu Familientherapeuten gehen, und auch wenn die nichts von ADHS verstehen, es kann trotzdem etwas helfen.

[01:56:41.880] - Bemerkung 36

Noch mal mit den Familien: wenn jetzt eine Diagnose gestellt wird zum Kind, es hat ADHS, und dann kommt das Thema Medikamente auf den Tisch, und die Eltern verweigern das, wie können wir da bestmöglich unterstützen? Wir sind ja keine Ärzte.

[01:56:59.230] - Bemerkung 36

In erster Linie ist ja schon wichtig, das auch ernst zu nehmen, wenn die Eltern das nicht möchte.

[01:57:10.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Das sage ich wieder, mit Benennung der Diagnose oder nicht ist an sich gleich, aber das Kind hat die und die Schwierigkeiten, bereitet die und die Schwierigkeiten den Eltern, da würde ich wieder halt ein Familientherapiesystem angeben.

[01:57:28.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich weiß nicht, wie es in Kanton Zürich ist, aber im Aargau haben wir Jugend- und Familienberatungsstellen.

[01:57:36.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Da würde ich halt dann an eine Jugend- und Familienberatungsstelle verweisen.

[01:57:53.660] - Bemerkung 37

Das ist nicht unsere Baustelle, da bewegt man sich sehr schnell, also auch mit Empfehlungen, dort sollten wir äußerst zurückhaltend sein.

[01:58:02.880] - Bemerkung 37

Wir können reagieren, genau so, das ist richtig. Die Eltern hören, ernst nehmen. Wir können vielleicht mit den Eltern ihre Für und Wider gemeinsam mal anschauen, das schon.

[01:58:17.810] - Bemerkung 37

Aber sich da auch in eine Richtung zu bewegen, würde ich dringend abraten. Da bist du ganz schnell in einer ganz schwierigen Situation.

[01:58:38.050] - Bemerkung 37

Gemeinsam mit ihnen, wenn sie sagen, ich möchte einfach mal drüber reden, ich möchte mal meine Überlegungen darlegen, ok.

[01:58:43.640] - Bemerkung 37

Das andere nicht.

[01:58:45.260] - Bemerkung 38

Ja, dass man da sehr vorsichtig sein muss, aber da kommt ja meine Rolle dann wieder ins Spiel, oder auf der einen Seite bin ich ja dann da, um der Familie zu zeigen, hey, ich höre es, und die Familie äußert sich und sagt, wir wollen das nicht, und der Arzt hat jetzt schon gesagt, wir müssen das jetzt einstellen oder gucken und so, und dass die Familie das nicht will.

[01:59:13.820] - Bemerkung 38

Da will ich ja dann auch nicht die Position einnehmen und sagen, ja, aber das wurde ja jetzt wie empfohlen.

[01:59:21.020] - Bemerkung 38

Wie kann ich da in meiner Rolle trotzdem die Verbindung aufbauen, dass das, wie soll ich das sagen, also ich finde, es ist ja keine Pflicht, und das ist ja auch wichtig, dass die Eltern das wissen, dass es keine Pflicht ist, sondern es ist eine Empfehlung vom Arzt oder Therapeut, dass man das vielleicht mal probiert mit den Medikamenten. Wenn die

Eltern das halt nicht wollen, ist es aber auch nicht meine Aufgabe, dann sie davon zu überzeugen.

[01:59:50.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, nein, ja nicht.

[02:00:10.040] - Bemerkung 38

Unterstützen in der Kommunikation.

[02:00:15.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe auch Familien und das Kind hat die Diagnose ADHS oder weiß ich nicht was, aber die wollen keine Medikamente geben und die fragen mich dann, muss ich?

[02:00:25.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sage ich, nein, sie müssen nicht, wenn sie nicht wollen, müssen sie nicht.

[02:00:31.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich begleite die dann ohne Medikamente, die Beratung zum Umgang mit dem Kind, die bleibt ja gleich.

[02:00:40.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht sagen sie dann nach einer Weile: ach, jetzt will ich es doch mit Medikamenten probieren. Dann sage ich: okay, probieren wir es.

[02:00:48.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich begleite viele, die keine Medikamente geben wollen.

[02:00:51.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Was ich gar nicht akzeptiere, wenn die Lehrer sagen: ich nehme das Kind nicht mehr in die Schule, wenn es nicht Medikamente bekommt.

[02:01:01.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sage ich nein, das geht gar nicht.

[02:01:06.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lehrer dürfen nicht befehlen, wann dem Kind Medikamente gegeben werden. Es sind die Eltern, die dafür zuständig sind.

[02:01:26.260] - Bemerkung 39

Die Diagnose wird von einem schulpsychologischen Dienst gemacht, dass Medikamente, wenn es in Frage käme, dann wird das ein Kinderarzt übernehmen.

[02:02:11.130] - Bemerkung 39

Die Schule ist nicht zuständig für die Medikamente nehmen oder nicht nehmen.

[02:02:39.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, die Schule darf das eigentlich nicht, aber es wird viel gemacht.

[02:02:47.130] - Bemerkung 40

Die Realität ist ja nicht so, dass die Lehrperson sagt, ich nehme das Kind nicht mehr, wenn es das Medikament nicht nimmt, sondern dass es darum geht, wir haben eine Situation, es steht kurz vor der Umplatzierung in eine Sonderschule oder sonst was, oder die Ressourcen, es geht nicht mehr, und dann kommen Sie und sagen, wollen Sie nicht doch mal probieren.

[02:03:08.270] - Bemerkung 40

Es besteht dann dieser Druck aufgrund dieses Systemlogik, nicht per se durch die Lehrperson, die sagt, du musst das Medikament nehmen.

[02:03:20.670] - Bemerkung 40

Die Realität ist, das Kind muss in eine Sonderschule oder fliegt von der Schule, wird freigestellt, je nach Alter, wenn es da jetzt nicht mitmacht, weil das das letzte Mittel ist, das so verkauft wird.

[02:03:35.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt schon, und da leiden, renken dann viele ein, Eltern, und sagen, okay, wir probieren es jetzt trotzdem.

[02:03:44.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Da ist dann die Frage, Medikamente probieren oder gleich Sonderschule.

[02:03:50.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist immer ein Entscheiden in der Situation, und man kann es nie allgemein sagen.

[02:03:58.760] - Dr.med. Ursula Davatz

One size doesn't fit for all.

[02:04:01.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss es immer miteinander herausfinden.