

Dr.med. Ursula Davatz

29.2.2024

Kaboom Room mit Fabienne Hadorn zum Thema ADHS/ADS

[Audio](#)

[00:00:00.000] - Fabienne Hadorn

Sie brauchen das Mikrofon, Frau Dr.med. Ursula Davatz!

[00:00:02.030] - Fabienne Hadorn

Mich interessiert es brennend, haben wir viel Chabis erzählt?

[00:00:29.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Alles richtiger Chabis. Ich kann es nur unterstützen, bestätigen. Ich könnte höchstens ein paar Ergänzungen machen.

[00:00:39.980] - Fabienne Hadorn

Bei welchem Thema sind Sie am meisten ins Schreiben gekommen?

[00:00:42.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann ich nicht sagen. Ich habe mir eine gewisse Liste gemacht. Wenn mir ein Wort aufgefallen ist, habe ich es notiert, wie sehe ich es aus meiner Sicht?

[00:00:52.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist nichts falsch gewesen, ich kann nur Ergänzungen machen.

[00:01:05.300] - Fabienne Hadorn

Zu welchem Wort möchten Sie gerne Ergänzungen machen?

[00:01:17.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Das erste Wort, das ich notiert habe ist: Tabu-Room.

[00:01:18.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei ADHS/ADSlern wenn sie in Fahrt sind, so wie Sie, dann gibt es keinen Tabu-Raum.

[00:01:19.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann werden alle Tabus gebrochen.

[00:01:20.920] - Fabienne Hadorn

Ist das gut?

[00:01:26.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Tabus führen nur zu Neurosen und zu Krankheiten.

[00:01:29.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Tabus muss man immer irgendwann brechen.

[00:01:34.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie haben das sehr schnell und spontan gemacht.

[00:01:36.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man in der Therapie mit Leuten an Tabus arbeitet, dann geht es ein bisschen langsamer.

[00:01:44.020] - Fabienne Hadorn

Das habe ich in der Gruppentherapie auch gemerkt. Ich wurde nur in die Gruppentherapie geholt, um die anderen ein bisschen ...

[00:02:04.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Das macht Sinn.

[00:02:04.180] - Fabienne Hadorn

Was ist Ihnen als nächstes aufgefallen?

[00:02:04.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe diese Tempel angeschaut.

[00:02:08.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Tempel der Wissenschaft.

[00:02:11.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit den Tempeln der Wissenschaft bin ich auch häufig in Konflikt.

[00:02:12.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst, die Medizin, die Psychiatrie, stellen immer Statistiken her und machen dann einen Mittelwert. Das ist dann die Wahrheit.

[00:02:22.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Das nennt man dann Evidence Based Medicine.

[00:02:31.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Evidence Based Medicine, die trifft natürlich nie auf das ADHS/ADS zu.

[00:02:39.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Jedes ADHS/ADS ist sehr individuell, ist eine andere Ausgabe.

[00:02:44.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss jedes neu kennenlernen.

[00:02:45.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann bin ich natürlich frustriert mit diesen Statistiken und tue mich darüber hinwegsetzen.

[00:02:56.120] - Fabienne Hadorn

Yeah!!

[00:02:59.200] - Fabienne Hadorn

Hat das mit diesen Fakten-Thematiken zu tun?

[00:02:59.360] - Fabienne Hadorn

Tages-Anzeiger vom 29.7.2023: Links, urban, gebildet – und intolerant.

[00:03:12.750] - Fabienne Hadorn

Ich muss leider sagen, dass ich das in meinem Umkreis auch so beobachtet habe. Das ist was dran.

[00:03:15.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Interessant!

[00:03:18.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, manchmal holen die Statistiken schon etwas raus.

[00:03:23.570] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich tue die dann mit meiner persönlichen 40jährigen Erfahrung vergleichen und sage: Ja, das stimmt, aber dort fehlt noch das und das und jenes.

[00:03:34.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich mache es auch so wie sie.

[00:03:36.840] - Fabienne Hadorn

Gut. Wo sind sie sonst noch ins Stutzen gekommen?

[00:03:46.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ging um den ADHS-Motor und den ADHS Flow.

[00:03:49.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Der ADHS-Motor kommt in Gang, wenn Menschen mit ADHS ein gutes Umfeld haben, wenn sie sich wohl fühlen.

[00:04:06.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage allen, die sich um Stellen bewerben, nehmen sie keine Stelle, die nicht zu ihnen passt.

[00:04:13.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Gehen sie probieren, Probe-Arbeiten.

[00:04:13.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn es nicht passt, darf man die Stelle nicht nehmen.

[00:04:13.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Das steht im Kontrast zum RAV.

[00:04:13.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Das RAV sagt, du musst dich für jede Stelle bewerben und wenn du ein Angebot bekommst, dann musst du das nehmen.

[00:04:28.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage: Nein, nein nicht nehmen.

[00:04:31.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie in eine Stelle reingehen, die nicht zu ihnen passt, die Umgebung passt nicht, dann sind sie in ein paar Monaten wieder draussen.

[00:04:32.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Das bringt nichts.

[00:04:40.660] - Fabienne Hadorn

Unbedingt schnuppern gehen, egal in welchem Alter das man ist.

[00:05:00.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja!

[00:05:04.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Probe arbeiten sagt man dem.

[00:05:07.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Bezüglich dem Motor.

[00:05:09.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Der ADHS/ADSLer darf sich nie fremd motivieren lassen. Er/sie muss seinen eigenen Motor in Gang bringen.

[00:05:18.010] - Fabienne Hadorn

Mit fremd meinen sie auch was Patrick Karpiczenko gesagt hat?

[00:05:18.142] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, das kann man sagen.

[00:05:18.250] - Patrick Karpiczenko

Bitte Applaus vom Publikum, das motiviert.

[00:05:24.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein anderes motivieren.

[00:05:30.140] - Fabienne Hadorn

Ich wäre nie in eine Mädchenschule gegangen. Das hätte mich null motiviert.

[00:05:36.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist Eigenmotivation. Sie sind wegen den Knaben in die Schule gegangen. Das hat sie motiviert. Nicht weil der Vater oder die Mutter gesagt hat sie müssen.

[00:05:36.610] - Fabienne Hadorn

Alles klar.

[00:05:36.680] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer müssen immer intrinsisch, eigenmotiviert sein.

[00:05:56.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ADHS/ADSLer eigenmotiviert sind, dann kann man sie nicht mehr stoppen.

[00:05:59.640] - Fabienne Hadorn

Das ist das doofe am Schulsystem.

[00:06:11.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Schulsystem ist nicht besonders tolerant, den ADHS/ADS Kindern gegenüber.

[00:06:12.120] - Fabienne Hadorn

Mein Bruder ist Lehrer. Es sind ganz viele Lehrer dabei.

[00:06:12.220] - Fabienne Hadorn

Haben sie einen Tipp: Was kann man machen? Was ist der Ratschlag wenn man ein Kind mit ADHS/ADS hat in der Klasse?

[00:06:28.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Als erstes muss man probieren zu verstehen.

[00:06:34.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei der Tiererziehung, man kann nie ein Tier dressieren, wenn man nicht das Wesen vom Tier versteht.

[00:06:41.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Unser Schulsystem sagt zwar, es wäre ein integriertes Lernen.

[00:06:51.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber man probiert, die Kinder dann trotzdem immer auf die Norm zu drücken.

[00:06:58.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Neurodiversität bleibt aussen vor. Es wird immer versucht anzupassen.

[00:07:06.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich würde allen Lehrern sagen, sie müssen sich ein bisschen Erfahrung, Know-how holen, wie umzugehen mit ADHS/ADS Kindern.

[00:07:15.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei jedem ADHS/ADS Kind muss man wieder schauen, wie ist das und was könnte man machen.

[00:07:20.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe viele Lehrer beraten in Bezug auf ADHS/ADS-Kinder.

[00:07:24.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Lehrer gut mitgemacht haben, dann haben wir die eigentlich alle gut durch die Schule gebracht.

[00:07:29.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Es musste jedes Mal wieder ein neues Prozedere erarbeitet werden.

[00:07:30.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Lehrer musste mutig sein.

[00:07:42.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage den Lehrern immer, sie müssen ihre Freiräume nutzen und sich nicht so stark an den Lehrplan halten, bei den ADHS/ADS Kindern.

[00:07:47.790] - Fabienne Hadorn

Ich hatte letztes mal Patrick Frey als Gast.

[00:07:52.780] - Fabienne Hadorn

Er hat von seinen Lehrern erzählt. Was für Lehrer hattest Du?

[00:07:58.160] - Patrick Karpiczenko

Ich habe zwei gute Lehrer gehabt, der Rest war nicht zu gebrauchen.

[00:08:01.920] - Fabienne Hadorn

Was haben die guten Lehrer gut gemacht?

[00:08:06.660] - Patrick Karpiczenko

Sie haben nur Geschichten erzählt, haben nur zugehört. Musik und Informatik sind meine Bereiche.

[00:08:18.560] - Fabienne Hadorn

Bei mir waren es die Lehrer, die aus dem Herzen gearbeitet haben.

[00:08:19.630] - Fabienne Hadorn

Wenn ich das Gefühl hatte, dass der Lehrer mich mag, habe ich alles für die LehrerIn gemacht. Wenn die LehrerInnen mich mochten, das war die halbe Miete.

[00:08:35.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist die Umgebung.

[00:08:35.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn der Lehrer zum ADHS/ADS Kind eine Beziehung herstellen kann, dann frisst es ihm aus der Hand.

[00:08:43.570] - Patrick Karpiczenko

Das sind viele Tieranalogien.

[00:08:49.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt eine Studie.

[00:09:09.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich Mühe habe mit einer Situation, wo ich als Psychiaterin nicht zu Gang komme, dann gehe ich zu den Tieren.

[00:09:26.980] - Patrick Karpiczenko

Den Schwanz abwerfen, wie eine Eidechse?

[00:09:36.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Analogie kann man verwenden.

[00:09:39.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man hohe Ziele hat und man kommt nicht dorthin. Dann bleibt man stecken und ärgert sich immer wieder.

[00:09:49.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sage ich: werfen sie das doch ab, wie die Eidechse den Schwanz abwirft.

[00:09:50.170] - Dr.med. Ursula Davatz

An dieser Stelle muss man klare Entscheide treffen, weiter zu gehen um nicht stecken zu bleiben.

[00:10:04.260] - Fabienne Hadorn

Möchten sie noch etwas zum Thema Gender sagen?

[00:10:07.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Thema Gender ist eine grosse Mode heutzutage.

[00:10:13.190] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Medizin, das wird jetzt kritisiert, dass alle Studien nur immer an den Männern gemacht werden.

[00:10:27.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt versucht man bei allen Krankheiten zu schauen, was so der Unterschied ist.

[00:10:32.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie zeigt sich das ADHS/ADS bei den Frauen und wie bei den Männern.

[00:10:39.450] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Männer, die setzen sich durch, wie der Thomas, die sind zum Teil in höheren Schichten, zum Teil rücksichtslos, aber erfolgreich.

[00:10:51.260] - Patrick Karpiczenko

Ich habe meine Diagnose mit sieben Jahren erhalten, ich bin in das Klischee "lauter Junge" gefallen.

[00:10:59.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Kinder erhalten die Jungs früh eine Diagnose.

[00:11:02.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Mädchen bekommen keine Diagnose. Die Mädchen sind anpassungsfähig.

[00:11:03.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Stute ist einfacher zum reiten als ein Hengst.

[00:11:03.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Jeder der reiten kann, weiss das.

[00:11:35.220] - Fabienne Hadorn

Möchte Sie ein Getränk?

[00:11:40.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein Danke, es geht gut.

[00:11:43.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin gar nicht darauf aus, die Männer zu kastrieren. Gar nicht.

[00:11:55.400] - Patrick Karpiczenko

Das ist eine gute Klarstellung.

[00:12:08.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich kehre zu den Mädchen zurück.

[00:12:09.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Frauen, wir sind geboren, zum Kind aufziehen, da müssen wir uns den Kindern anpassen, von klein bis gross und uns ständig ändern.

[00:12:23.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist wichtig, dass wir uns anpassen können.

[00:12:26.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Menschheit hätte nicht überlebt, wenn wir das nicht könnten.

[00:12:30.410] - Fabienne Hadorn

Wenn wir uns mit irgendwelchen Typen im Park getroffen hätten und uns vermehrt hätten, meinen sie das?

[00:12:36.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Hier spricht eine sehr emanzipierte Frau.

[00:12:41.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich spreche jetzt nicht aus der Therapie.

[00:12:46.950] - Fabienne Hadorn

Das ist Dopamin, aber diese Phase ist vorbei.

[00:12:51.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage noch etwas politisches.

[00:12:56.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Frauen sind gewohnt, uns anzupassen.

[00:12:59.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Untersuchungen vom männlichen und weiblichen Gehirnen.

[00:13:03.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat untersucht wie die auf Stress reagieren.

[00:13:07.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Was hat man gesehen?

[00:13:12.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Frau hat die Untersuchung geleitet, eine Neurobiologin.

[00:13:12.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Frauen, die machen im Gehirn eine stärkere Vernetzung.

[00:13:24.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Übersetzt auf das Verhalten sage ich, die suchen nach Lösungen.

[00:13:29.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Was machen die Männer?

[00:13:30.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Männer vereinfachen ihr Gehirn.

[00:13:37.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Männer fahren voll in die Wand hinein.

[00:13:40.950] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber nicht solche mit ADHS/ADS.

[00:13:45.340] - Fabienne Hadorn

Ganz ungewohnt. Du bist eine Ausnahme, Patrick.

[00:13:48.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Untersuchung wurde bei Ratten gemacht.

[00:13:59.100] - Patrick Karpiczenko

Natürlich.

[00:14:05.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können jetzt sagen, wir sind keine Ratten, wir sind schon noch ein bisschen besser.

[00:14:07.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe noch ein weiteres Beispiel.

[00:14:13.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gab Untersuchungen mit Primaten, Affen.

[00:14:18.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat Getreide in den Sand geschmissen.

[00:14:19.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Die kleinen Affen haben herausgefunden, es war ein Weibchen, wenn man das Gemisch von Getreide und Sand ins Wasser wirft, dann schwimmen die Getreidekörner oben auf und der Sand sinkt runter.

[00:14:19.600] - Dr.med. Ursula Davatz

So haben es alle Kinder von einander gelernt. Jungtiere sind lernbereit, lernfähig. Die haben noch ein offenes Gehirn. Die Mütter haben es auch gelernt.

[00:14:39.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Der dominante Affe hat es nie gelernt.

[00:14:40.220] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer sind eine Ausnahme.

[00:15:05.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben weiss Gott genügend dominante Affen, welche zum Teil unsere Gesellschaft an die Wand fahren, oder nicht?

[00:15:18.510] - Jürg Da Vaz

Bravo!

[00:15:20.800] - Fabienne Hadorn

Haben Sie das Gefühl, wenn Frauen doch so lösungsorientiert sind, sollen die ADHS/ADSlers die Welt retten?

[00:15:33.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ein Buch, das über die Indigo Kinder spricht.

[00:15:49.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn alles nur nach den ADHS/ADSlern geht, dann ist alles nur Unterhaltung.

[00:15:52.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, das geht natürlich nicht.

[00:15:55.560] - Fabienne Hadorn

Ich muss gerade an die unendliche Geschichte denken, wo die depressiven Schlamuffen sich etwas gewünscht haben und in Happy Animals umgewandelt wurden.

[00:16:01.270] - Fabienne Hadorn

Die waren dann ganz frustriert, als die nur noch Fun hatten.

[00:16:01.660] - Fabienne Hadorn

Hat das jemand gelesen?

[00:16:08.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Irgendwann kann es auch zu viel werden.

[00:16:26.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir brauchen eine gute Mischung.

[00:16:29.800] - Patrick Karpiczenko

Ab und zu braucht es einen Johannes, der die Zeit angibt.

[00:17:07.870] - Patrick Karpiczenko

Bei den ADHS/ADSLer spricht man von Info-Dump. Man spricht einfach schneller. Wenn man keine Zeit hat, leiert man einfach alles runter.

[00:17:44.850] - Patrick Karpiczenko

Der Elon Musk hat ADHS/ADS, deshalb ist er Milliardär.

[00:17:49.660] - Patrick Karpiczenko

Deshalb ist ADHS/ADS der Weg zum Erfolg.

[00:17:49.760] - Patrick Karpiczenko

Dazu habe ich eine Kolumne geschrieben, als Gegendarstellung, gegen diese Romantisierung.

[00:17:49.980] - Patrick Karpiczenko

Eigentlich ist es Scheisse und ich hätte lieber kein ADHS/ADS.

[00:17:55.340] - Patrick Karpiczenko

Als Kind habe ich mir sehr viele Sorgen gemacht. Ich konnte als Kind nie schlafen, ich habe mir immer den Kopf gemacht.

[00:18:11.260] - Patrick Karpiczenko

Der Patrick hat Potential, so ein charmanter Junge, aber nein, das kann er nicht. Er soll sich doch fokussieren.

[00:18:11.340] - Patrick Karpiczenko

Der Patrick ist immer ein wenig in den Wolken.

[00:18:27.870] - Patrick Karpiczenko

Das hat mich verfolgt, das könnte ich mir tätowieren lassen.

[00:18:31.340] - Patrick Karpiczenko

Meine Diagnose kam mit sieben Jahren, ich habe sie dann wieder vergessen.

[00:18:41.610] - Patrick Karpiczenko

Fazit: Wenn das Umfeld stimmt, wenn die Eltern nett und fördernd sind, wenn der Wohlstand da ist, kann man auch ohne besondere Umstände durchkommen. Wenn das Auffangnetz gross genug ist.

[00:18:53.680] - Patrick Karpiczenko

Das ist bei mir der Fall gewesen.

[00:18:58.040] - Patrick Karpiczenko

Ich konnte mich überall rausreden. Ich konnte mich mit Vorträgen und Aufsätzen über Wasser halten in allen Fächern.

[00:19:21.090] - Patrick Karpiczenko

Man landet bei der Satire.

[00:19:21.660] - Patrick Karpiczenko

Ich komme zum Tabu-Raum, die Satire.

[00:19:30.220] - Patrick Karpiczenko

Tabus werden nicht ausgelassen, Autoritäten findet man blöd und ekelhaft.

[00:19:42.360] - Patrick Karpiczenko

Man hat ein sehr starkes Gerechtigkeitsgefühl.

[00:19:42.820] - Patrick Karpiczenko

Wenn man etwas sieht, das falsch läuft, kann man es nicht einfach fressen, sondern man muss es sagen.

[00:19:58.660] - Patrick Karpiczenko

Pointengeilheit. Dass man sich von Lachen zu Lachen angelt. Von Dopamin-, Adrenalinschub zum nächsten Schub, sonst verendet man in einem Haufen Elend.

[00:20:07.730] - Patrick Karpiczenko

Ich überlege mir ein Tier das passt. Ein Faultier oder ein Nacktmaul.

[00:20:30.820] - Patrick Karpiczenko

Medienschaffende und ADHS/ADS, wenn man sich outet, kommen plötzlich alle aus den Löchern, wie die Fabienne.

[00:20:41.650] - Fabienne Hadorn

Tun Sie auch gerne fremd diagnostizieren?

[00:20:42.050] - Fabienne Hadorn

Wir machen Live Synchronisierung von Trickfilmfiguren. Robin Williams war für mich eine wichtige Figur, ein klarer ADHS/ADSLer. Auch sein Schicksal und sein Suizid. Ich habe mich mit ihm wahnsinnig verwandt gefühlt.

[00:21:07.730] - Fabienne Hadorn

Machen sie als Ärztin auch fremddiagnose?

[00:21:14.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Ärzte meinen, sie haben die Diagnoseherrschaft unter sich.

[00:21:21.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt kann man so viele ADHS/ADS Beschreibungen im Internet und überall sehen.

[00:21:28.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich finde, das ist absolut in Ordnung, dass man sich fremddiagnostiziert.

[00:21:29.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können sie auch diagnostizieren.

[00:21:33.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Meine Sekretärin kann auch diagnostizieren.

[00:21:36.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man mal den Blick dafür hat, dann sieht man sie relativ schnell.

[00:21:42.460] - Fabienne Hadorn

Gerade in unserer Szene.

[00:21:48.230] - Patrick Karpiczenko

Man merkt es offensichtlich.

[00:21:50.510] - Patrick Karpiczenko

Die Diagnose und Therapie mit 37 Jahren wurde durch die Geburt meiner Tochter ausgelöst.

[00:21:56.740] - Patrick Karpiczenko

Ich konnte mich plötzlich nicht mehr aus Situationen subtrahieren, ein Kleinkind ermöglicht das nicht.

[00:21:59.360] - Patrick Karpiczenko

Man schläft schlecht, isst schlecht, bewegt sich zu wenig.

[00:22:04.830] - Patrick Karpiczenko

Mit Ritalin muss man sich eingrooven, wie mit allen Drogen.

[00:22:36.310] - Fabienne Hadorn

Du bist zufrieden mit Ritalin? Ich bin noch skeptisch.

[00:22:36.340] - Patrick Karpiczenko

Am Anfang ist es zu viel.

[00:22:46.900] - Fabienne Hadorn

Du nimmst Ritalin punktuell? Um die Steuern auszufüllen? Das ist auch mein Plan.

[00:22:46.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann lohnt es sich.

[00:23:19.980] - Patrick Karpiczenko

Wenn die Leute sagen: Mach doch, reiss dich zusammen, mach es doch einfach. Das ist natürlich falsch und funktioniert nicht. Es macht alles nur noch schlimmer.

[00:23:25.790] - Patrick Karpiczenko

Disziplin, To-Do-Listen. Je nachdem wie man es macht.

[00:23:32.180] - Patrick Karpiczenko

Zu den Rezepten.

[00:23:54.010] - Patrick Karpiczenko

Find the Fun. You find the fun and snap the jobs again. Die Überleitung zum Mary-Poppins-Lied.

[00:24:07.000] - Patrick Karpiczenko

Man muss irgendwo andocken. Man kann sich nicht zwingen.

[00:24:07.320] - Patrick Karpiczenko

Ich lerne dann über Geschichte der Bürokratie im K+K Königreich.

[00:24:24.730] - Patrick Karpiczenko

Das hat mir dann ein bisschen geholfen.

[00:24:26.780] - Fabienne Hadorn

Das ist mein Fokus bei der Steuererklärung, was habe ich wann gekauft, wo bin ich essen gegangen, wo bin ich gewesen, etc. Das Jahr Revü passieren lassen.

[00:24:44.750] - Patrick Karpiczenko

Das klingt doof, aber das ist essentiell.

[00:24:47.670] - Patrick Karpiczenko

Für mich war unsere Arbeitsmoral eine Offenbarung.

[00:24:50.070] - Patrick Karpiczenko

Dass wir zuerst arbeiten und dann eine Belohnung uns geben.

[00:24:57.090] - Patrick Karpiczenko

Das finde ich falsch, kontraintuitiv.

[00:24:57.280] - Patrick Karpiczenko

Zuerst gibt es das Essen und dann das Dessert.

[00:24:58.800] - Patrick Karpiczenko

Zuerst mache ich den Spass. Ich game zuerst, bevor ich meine Steuererklärung mache.

[00:25:03.180] - Patrick Karpiczenko

Das mache ich sogar, wenn ich keine Zeit habe oder wenn ich zu spät bin.

[00:25:09.540] - Patrick Karpiczenko

Wenn man es nicht macht, dann hat man noch fünf Stunden länger und hat es immer noch nicht gemacht.

[00:25:24.880] - Fabienne Hadorn

Das ist schwierig zum erklären.

[00:25:28.850] - Patrick Karpiczenko

Gegen aussen sieht es nach viel Stress aus, warum macht der einen Unfug? Das muss man sich verinnerlichen.

[00:25:40.270] - Fabienne Hadorn

Find the Fun. Ein Mary Poppins Zitat.

[00:25:47.430] - Patrick Karpiczenko

Prokrastination hat einen Bad Rap.

[00:25:54.460] - Patrick Karpiczenko

Für mich ist die Prokrastination auch nützlich, lustigerweise, und darum Teil vom Prozess.

[00:25:59.930] - Patrick Karpiczenko

Bei mir ist die Prokrastination von heute, der Job von morgen.

[00:26:03.790] - Patrick Karpiczenko

Das ist quasi Research und Development für mein Hirn.

[00:26:07.070] - Patrick Karpiczenko

Mega, mega wichtig.

[00:26:09.760] - Patrick Karpiczenko

Deadlines helfen klar.

[00:26:11.170] - Patrick Karpiczenko

Panik kann auch helfen irgendwann.

[00:26:13.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Panik schüttet Dopamin aus.

[00:26:16.340] - Fabienne Hadorn

Spass oder Panik, nichts dazwischen.

[00:26:17.990] - Patrick Karpiczenko

Das ist meine Pyramide, was mich motiviert.

[00:26:22.950] - Patrick Karpiczenko

Ganz oben Spleens.

[00:26:24.080] - Patrick Karpiczenko

Spleens sind Hyperfixierungen, kurzfristige Leidenschaften, etwas das ich im Moment mega spannend finde. Das motiviert am meisten.

[00:26:28.180] - Patrick Karpiczenko

Langeweile und der Langeweile ausweichen ist auch ein wichtiger Motivator.

[00:26:43.000] - Patrick Karpiczenko

Die Wut ist auch ein starker Motivator.

[00:26:48.820] - Patrick Karpiczenko

Panik hilft.

[00:26:48.850] - Patrick Karpiczenko

Geld hilft wenig.

[00:26:48.880] - Fabienne Hadorn

We wrap it up.

[00:27:03.990] - Fabienne Hadorn

Was ist ihr Schlusswort, Frau Dr.med. Ursula Davatz?

[00:27:18.090] - Fabienne Hadorn

Wenn wir jetzt ein Paar wären bei ihnen in der Paartherapie, was würden sie uns auf den Weg geben?

[00:27:21.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich geben ihnen gar nichts auf den Weg, ich gehe mit ihnen auf den Weg.

[00:27:22.520] - Fabienne Hadorn

Das ist schön.

[00:27:23.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich mit Ihnen auf den Weg gehe, dann probiere ich, ihre Weltsicht zuerst mal herauszuheben, dann seine Weltsicht, und dann schauen: was macht ihr jetzt damit?

[00:27:36.410] - Patrick Karpiczenko

Dann kommen die Tiervergleiche.

[00:27:36.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, das ist möglich.

[00:27:42.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich will Ihnen gerne etwas auf den Weg geben für Ihre nächste Show.

[00:27:49.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wäre hochinteressant, wenn Sie die Auseinandersetzung von einer ADHS/ADS Persönlichkeit mit unserem, bürokratischen, staatserhaltenden, strukturerhaltenden System darstellen würden. Auf eine lustige Art.

[00:28:14.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist mein Hausaufgabe an Sie.

[00:28:15.010] - Fabienne Hadorn

Okay, Dank vielmal.

[00:28:17.250] - Fabienne Hadorn

Wir leben in einer verrückten Welt, deshalb singen wir noch ein Lied zusammen.

[00:28:18.340] - Fabienne Hadorn

Es ist kein Happy-Happy Lied. Sie dürfen auch Mitsingen Frau Dr.med. Ursula Davatz.

[00:28:45.060] - Gesang zusammen.

All around we are familiar faces, worn out faces, worn out faces. Crying early for the daily races, going nowhere, going nowhere. Their tears are filling up their glasses, no expression, no expression. High my head, I want to drown my sorrow. No tomorrow, no tomorrow. And I find it kind of funny, I find it sad. The dreams in which I'm dying are the best I ever had. I find it hard to tell you, I find take.

[00:30:51.480] - Fabienne Hadorn

Das war Kaboom Room Nummer vier. Es gibt neun Kaboom Rooms. Jeder Raum ist neu.

[00:30:51.680] - Fabienne Hadorn

It's a madness Mad World. Wir sind das letzte Mal da.

[00:30:59.660] - Fabienne Hadorn

Ich möchte mich herzlich bedanken. Drei Mal sind wir beim Millers gewesen.

[00:31:01.810] - Fabienne Hadorn

Es ist wahnsinnig schön gewesen.

[00:31:04.050] - Fabienne Hadorn

Sie ist schuld, dass ich mich getraut habe das zu machen, Dolly Parton, sie hat mir die Kerze gegeben.