

**Dr.med. Ursula Davatz**

15.3.2024

## **Gesellschaft unter Hochdruck**

[Audio](#)

**[00:00:02.020] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Thema der heutigen Weiterbildung lautet: Wie gehe ich mit Angst und Stress? Um Gesellschaft unter Hochdruck.

**[00:00:16.510] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Thema Gesellschaft unter Hochdruck hätte nicht besser gewählt werden können für die heutige Zeit.

**[00:00:24.850] - Dr.med. Ursula Davatz**

Viele Leute haben Angst davor.

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

Sie sind alle nicht ängstlich. Sie sind alle hierher gekommen.

**[00:00:32.770] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man heute einen öffentlichen Vortrag hält, dann kann man nicht daran vorbeikommen, die heutige Weltsituation anzuschauen.

**[00:00:43.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Weltsituation beschäftigt uns alle.

**[00:00:46.390] - Dr.med. Ursula Davatz**

In jeder Stunde höre ich von meinen Patienten, was da läuft. Oh, wie schrecklich!

**[00:00:52.810] - Dr.med. Ursula Davatz**

Alle möglichen Schreckensszenarien. Es herrscht sehr viel Angst.

**[00:00:59.230] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich möchte die Gelegenheit dazu verwenden, auf eine andere Schiene zu kommen.

**[00:01:04.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich muss zuerst ein paar grundlegende Bemerkungen machen.

**[00:01:10.570] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich beginne bei der Neuropsychologie des Gehirns.

**[00:01:17.860] - Dr.med. Ursula Davatz**

Neurowissenschaften haben in letzter Zeit großen Aufwind bekommen.

**[00:01:23.620] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es wird viel geforscht, es werden alle Details angeschaut. Ich bringe jetzt eine Forschungsweise.

**[00:01:32.590] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist eine Forschung von Elena Brivio: Sex shapes cell-type-specific transcriptional signatures of stress exposure in the mouse hypothalamus.

**[00:01:36.940] - Dr.med. Ursula Davatz**

[ PhD from Max Planck Institute of Psychiatry | Science communication enthusiast | Researcher in sex differences in stress with single-cell transcriptomics Rehovot, Zentralbezirk, Israel ]

**[00:01:36.952] - Dr.med. Ursula Davatz**

[ [https://www.cell.com/cell-reports/fulltext/S2211-1247\(23\)00885-9](https://www.cell.com/cell-reports/fulltext/S2211-1247(23)00885-9) ]

**[00:01:37.060] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich nehme an, eine Italienerin, die in Israel arbeitet, ausgerechnet dort wo jetzt alles drunter und drüber geht.

**[00:01:46.780] - Dr.med. Ursula Davatz**

Elena Brivio hat männliche und weibliche Gehirnstrukturen untersucht unter Stress.

**[00:01:56.950] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Untersuchung von Elena Brivio hat ergeben, dass die weibliche Gehirnstruktur unter Stress mit Vernetzung reagiert.

**[00:02:05.440] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das weibliche Gehirn macht mehr Oligodendrozyten, Nervenauswüchse, vernetzt vermehrt.

**[00:02:16.210] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn ich das umsetze auf das normale Leben, sage ich: die weiblichen Wesen suchen nach neuen Lösungen.

**[00:02:31.150] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das männliche Gehirn, das hat sich vereinfacht unter Stress. Es hat eher Vernetzungen abgeschaltet und eine "Autobahn" gemacht.

**[00:02:43.570] - Dr.med. Ursula Davatz**

Negativ formuliert: Das männliche Gehirn fährt bei Stress gegen die Wand, es ist einfacher geworden.

**[00:02:43.960] - Dr.med. Ursula Davatz**

Diese Untersuchung wurde nicht am menschlichen Hirn gemacht, das kann man nicht, will man nicht, darf man nicht, sondern an Rattenhirnen.

**[00:03:02.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ratten sind schon Säugetiere.

**[00:03:05.710] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ganz viele Untersuchungen in der Pharmakotherapie werden an Ratten durchgeführt.

**[00:03:13.540] - Dr.med. Ursula Davatz**

Von daher kann man dieses Beispiel durchaus auch auf den Menschen übertragen.

**[00:03:20.680] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das weibliche Gehirn sucht nach Lösungen, das männliche Gehirn sucht nach Machterhaltung.

**[00:03:27.310] - Dr.med. Ursula Davatz**

Zum Glück haben wir einen Mann dabei. Ich will, dass sie als Mann Stellung nehmen zu meiner Theorie.

**[00:03:27.310] - Dr.med. Ursula Davatz**

Übersetzt auf die menschliche Verhaltensebene, kann man sagen, Frauen suchen nach Lösungen, Männer suchen nach Dominanz.

**[00:03:58.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dominanzverhalten ist Verteidigung des Territoriums, Verteidigung der Brut, Verteidigung des Weibchens.

**[00:04:11.440] - Dr.med. Ursula Davatz**

Auf unser System ausgedrückt suchen die Männer nach Machterhaltung, Strukturhaltung, Sieg.

**[00:04:22.000] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es wird jetzt immer von Sieg geredet.

**[00:04:24.250] - Dr.med. Ursula Davatz**

Vladimir Putin will siegen, Benjamin Netanjahu will siegen.

**[00:04:28.480] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das gibt es auf der heutigen Welt nicht mehr.

**[00:04:28.900] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssten nur noch zusammenarbeiten.

**[00:04:35.890] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man hat den Affen verschiedene Nahrungsmittel zur Verfügung gestellt, die sie nicht gewohnt waren. Zum Beispiel Getreide in den Sand geworfen. Dann hat ein junges Äffchen, es war ein Weibchen, hat diese Mischung von Sand und Getreidekörnern ins Wasser geworfen, die Getreidekörner sind auf geschwommen und der Sand ist abgesunken.

**[00:05:08.390] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dann konnte man das essen.

**[00:05:10.730] - Dr.med. Ursula Davatz**

Alle Kinder darum herum haben das gelernt. Die Mütter haben es auch gelernt.

**[00:05:17.060] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der dominante Affe hat es nie gelernt. Er war zu sehr beschäftigt mit der Machterhaltung.

**[00:05:25.328] - Dr.med. Ursula Davatz**

[https://www.eva.mpg.de/documents/Springer/Allritz\\_Food\\_Primates\\_2013\\_1760016.pdf](https://www.eva.mpg.de/documents/Springer/Allritz_Food_Primates_2013_1760016.pdf)

**[00:05:25.760] - Dr.med. Ursula Davatz**

In gewissen Situationen ist das absolut notwendig und auch richtig.

**[00:05:31.040] - Dr.med. Ursula Davatz**

Heute geht das nicht mehr. Wir sind eine globale Welt. Die Wirtschaft läuft schon länger global.

**[00:05:40.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die macht Systeme, die gehen noch nach altem Stil.

**[00:05:46.700] - Dr.med. Ursula Davatz**

Gehen wir mit einer systemischen Betrachtung in die Geschichte zurück und schauen, welche Männer sind da jeweils aufschwungen und haben beigetragen zur Machterhaltung oder eben zur Machtausweitung?

**[00:06:11.720] - Dr.med. Ursula Davatz**

Viele dieser Herrscher waren Kinder von alleinerziehenden Müttern.

**[00:06:19.610] - Dr.med. Ursula Davatz**

In dem Sinne geht uns die ganze Geschichte etwas an.

**[00:06:23.540] - Dr.med. Ursula Davatz**

Julius Cäsar wurde von einer Mutter und einer Tante erzogen.

**[00:06:28.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

Bill Clinton wurde von einer alleinerziehenden Mutter erzogen, Gerhard Schröder wurde von einer alleinerziehenden Mutter erzogen, Barack Obama ebenfalls, Vladimir Putin auch.

**[00:06:44.510] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Geschichte von Vladimir Putin, weiß man nicht so genau, sie wurde im Economist einmal erzählt.

**[00:06:46.490] - Dr.med. Ursula Davatz**

[ <https://www.economist.com/obituary/2023/06/08/vera-putina-claimed-to-be-vladimir-putins-real-mother> ]

**[00:06:46.490] - Dr.med. Ursula Davatz**

Adolf Hitler wurde auch von einer alleinerziehenden Mutter erzogen.

**[00:06:57.140] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Mütter können die Welt beeinflussen, zum Positiven und zum Negativen.

**[00:07:05.900] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was ist denn anders, wenn ein Sohn von einer alleinerziehenden Mutter erzogen wird?

**[00:07:16.220] - Dr.med. Ursula Davatz**

Jetzt kommt die systemische Betrachtung.

**[00:07:22.970] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ein Sohn wird eine Mutter nie als männliches Gegenüber anschauen.

**[00:07:31.100] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Mütter selber haben auch eine andere Funktion als die Väter.

**[00:07:36.620] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Mütter geben unbedingte Liebe (unconditional love), die Väter geben bedingte Liebe (conditional love).

**[00:07:46.460] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Väter machen Widerstand.

**[00:07:51.410] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn ein Kind aufgezogen wird von einer alleinerziehenden Mutter, die macht keinen Widerstand, weil Mütter so geartet sind, weil das auch unsere Funktion ist, dann hat dieser Sohn nie ein Gegenüber, mit dem er sich auseinandersetzen muss.

**[00:08:13.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ja, er ist schon von klein auf der König, der King.

**[00:08:21.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich will niemandem zu nahe treten punkto Religion.

**[00:08:26.630] - Dr.med. Ursula Davatz**

Woher kommt der Monotheismus?

**[00:08:36.710] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich ein Buch gelesen und es gibt verschiedene Theorien.

**[00:08:39.020] - Dr.med. Ursula Davatz**

Jemand hat mir gesagt, der Monotheismus kommt aus dem ägyptischen Kulturbereich.

**[00:08:44.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

In diesem Buch hat es geheißen, er kommt aus dem iranischen, also persischen Kulturreich.

**[00:08:51.950] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da sind dann viele Bilder abgebildet.

**[00:08:59.540] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Vorstellung, dass es eine Figur gibt, die die ganze Welt unter sich hat, ist aus dieser Theorie heraus an sich der Größenwahn eines 3-jährigen Kindes.

**[00:09:14.900] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es ist die Weltvorstellung, bevor wir die Sprache erwerben.

**[00:09:20.930] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sobald die Sprache kommt, wird alles aufgeteilt.

**[00:09:24.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Solange das Kind noch nicht die Fähigkeit der Sprache hat, muss die Mutter alles, was das Kind sich wünscht und braucht, muss sie merken, hören und erfüllen.

**[00:09:39.320] - Dr.med. Ursula Davatz**

In meiner Praxis habe ich Söhne, die von alleinerziehenden Müttern aufgezogen wurden, die diesen Größenwahn dann wirklich in sich aufgebaut haben und dann zu psychotischem Größenwahn mutieren.

**[00:10:00.790] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wirklich krankhaft größenwahnsinnig.

**[00:10:04.210] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die alles um sich herum nach ihrem Prinzip interpretieren wollen.

**[00:10:11.200] - Dr.med. Ursula Davatz**

Diese Größenwahn Vorstellungen, die kann man heutzutage in der Politik wahrnehmen.

**[00:10:19.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

Heute morgen wurden die Wahlen aus Russland am Radio erwähnt.

**[00:10:19.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da hat der Kommentator gesagt: ja, Russland ist eine sehr ausgefeilte Autokratie. Das ist alles inszeniert. Die ganze Szene ist inszeniert, es muss so tönen wirken, sich anhören, als ob gewählt würde. Dabei ist es eine absolute Scharade. Die Scharade ist so gut, dass die Menschen darauf reinfallen.

**[00:10:56.140] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es wird etwas inszeniert, etwas vorgetäuscht, was überhaupt nicht der Realität entspricht.

**[00:11:04.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist unser Geist.

**[00:11:07.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Unser Geist kann alles Mögliche inszenieren und das ist sehr verführerisch.

**[00:11:15.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

In der Wissenschaft, in der Wissenschaft der Ökonomie hat es Theorien gegeben, die über 100 Jahre aufrechterhalten wurden, die interessant waren. Sie waren alle falsch.

**[00:11:25.198] - Dr.med. Ursula Davatz**

[ Die Theorie des Mercantilismus, Die Laissez-faire-Theorie, Die Theorie des ökonomischen Wachstums von Solow, Die Effizienzmarkthypothese, Die Theorie des rationalen Erwartens ]

**[00:11:36.220] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da läuft die Verführung des Geistes.

**[00:11:38.800] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es liegt an uns Frauen, dass wir wirklich von der Wirklichkeit ausgehen und uns nicht von diesem Geist verführen lassen.

**[00:11:49.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sie sind alle aufgefordert, als Frau in der Welt sich einen Platz zu behaupten.

**[00:12:00.150] - Dr.med. Ursula Davatz**

Größenwahn Verhalten kann mit einer tiefen Kränkung einhergehen.

**[00:12:03.900] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der Vater von Xi Jinping, Xi Zhongxun wurde stark gekränkt.

**[00:12:14.310] - Dr.med. Ursula Davatz**

Xi Jinping gehört auch zu den autokratischen Systemen.

**[00:12:18.690] - Dr.med. Ursula Davatz**



Man will nie mehr diese Kränkung erfahren.

**[00:12:23.070] - Dr.med. Ursula Davatz**

Diese Kränkung wird dann gerächt mit Größenwahn Ideen und mit autoritären Strukturen.

**[00:12:36.210] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Beschämen ist eine Methode, die früher stark in den Schulen verwendet wurde.

**[00:12:44.190] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Beschämung wird noch jetzt weiter verwendet.

**[00:12:47.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

Beschämen setzt unglaublich tiefe Wunden in der Seele, die kaum mehr auszumerzen sind.

**[00:12:58.440] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man zurückschaut, auch in der ganzen Kriminalität, da war immer eine Beschämung vorne dran, und zwar eine schwere Beschämung.

**[00:13:09.530] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Beschämung passiert, weil die Beschützung durch die Vaterfigur, also das wäre dann die Beschützung, der Brut, des Sohnes, der Kinder, weil die Beschützung durch die Vaterfigur nicht funktioniert hat.

**[00:13:24.740] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich mache jetzt einen kurzen Diskurs durch unsere politischen Organisationssysteme.

**[00:13:34.640] - Dr.med. Ursula Davatz**

Schaut man die letzten 2000 Jahre durch in Bezug auf politische und gesellschaftliche Systeme, dann sind diese Systeme nach dem männlichen Gehirn aufgebaut.

**[00:13:51.680] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es geht eigentlich um Machterhaltung, Machterweiterung, Strukturierung, also die ganze Juristerei.

**[00:14:00.290] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es ist weitgehend männlich.

**[00:14:04.250] - Dr.med. Ursula Davatz**

Schauen wir die Führungspositionen an, auch im Business natürlich.

**[00:14:12.050] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die größte Prozentzahl ist immer männlich.

**[00:14:14.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es sind männliche Führer, im Gegensatz zu hier.

**[00:14:19.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das heißt, das männliche Geschlecht hat in den Organisations- und Machtsystemen, Machtstrukturen dominiert.

**[00:14:27.860] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das hat sich auch bewährt, das hat vieles mit sich gebracht.

**[00:14:34.520] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die heutige weltpolitische Situation, ist von patriarchalen Machtstrukturen und Machtpositionen beherrscht.

**[00:14:50.000] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die verschiedenen großen Machtstrukturen wollen sich noch erweitern.

**[00:14:59.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die christliche Religion, die hat die Machtstruktur über das Geistige ausgebreitet.

**[00:15:07.520] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die waren raffiniert.

**[00:15:09.650] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Römer haben zuerst das Christentum bekämpft und dann haben sie den christlichen Glauben übernommen.

**[00:15:17.840] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das war natürlich eines der größten Erfolgserlebnisse.

**[00:15:21.680] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Römer hatten einerseits die militärische Struktur und andererseits haben sie die Menschen mit dem christlichen Glauben überzeugt.

**[00:15:33.440] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das war unglaublich erfolgreich und hat die ganze Welt erobert.

**[00:15:46.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die USA wird als die größte Weltwirtschaftsmacht bezeichnet.

**[00:15:52.190] - Dr.med. Ursula Davatz**

Russland, China, Iran, die träumen heute von einer Großmacht.

**[00:15:58.460] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es wird immer noch von einer Großmacht geträumt wie im damaligen Römischen Reich.

**[00:16:08.510] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Deutschen haben gesagt: das Heilige Römische Reich Deutscher Nationen.

**[00:16:13.160] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Deutschen haben sich damals unter Adolf Hitler ausgebreitet nach dem Modell der Römer.

**[00:16:23.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die USA ist die größte Wirtschaftsmacht.

**[00:16:26.690] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die USA ist zur größten Wirtschaftsmacht geworden über die freie Marktwirtschaft.

**[00:16:32.840] - Dr.med. Ursula Davatz**

Heutzutage haben wir den globalisierten Welthandel, eine freie staatliche Marktwirtschaft, ohne dass die politischen Strukturen überall freigegeben wurden.

**[00:16:47.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

In China wurden die politischen Strukturen nicht freigegeben, in Russland wurden die nicht freigegeben, etc.

**[00:16:50.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

Geld wird rund um die Welt verdient.

**[00:16:53.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da funktioniert das System nicht mehr richtig.

**[00:17:00.410] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Errungenschaften aus der Revolution Liberté, Egalité, Fraternité, diese Meinungsfreiheit wurde sowohl in Russland als auch in China nicht frei gegeben.

**[00:17:13.640] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da entsteht eine riesige Spannung.

**[00:17:19.370] - Dr.med. Ursula Davatz**

Diese Reiche wurden zwar reich, Russland und Iran wurden über die Ölwirtschaft reich, China über die Produktion.

**[00:17:26.510] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sie haben Angst vor der Meinungsfreiheit und das ist ein grosses Problem.

**[00:17:39.410] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was heute die ganze Welt wieder beschäftigt und auf diesem Gebiet müssten wir zusammenarbeiten, ist die ganze Klimaerwärmung.

**[00:17:50.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der Mensch ist das verbreitetste Wesen auf der Welt, aber er schadet dieser Welt auch sehr viel.

**[00:18:02.900] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da kommt jetzt eine Bremswirkung herein über die Klimaerwärmung und über die vom Menschen verursachten Umweltkatastrophen.

**[00:18:15.920] - Dr.med. Ursula Davatz**

In dem Sinne behaupte ich, wir stehen heute an einer ganz wichtigen Wende.

**[00:18:22.640] - Dr.med. Ursula Davatz**

An einer Wende von den patriarchalen Machtstrukturen, die diese autokratischen Systeme noch erhalten wollen, hin zu einem Power Sharing, Machtverteilung, Machtausgleich und Lösungen suchen.

**[00:18:44.810] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es kann niemand mehr gewinnen.

**[00:18:46.850] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn von Gewinnern gesprochen wird, dann ist das die falsche Haltung.

**[00:18:51.530] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich komme zum weiblichen Gehirn zurück.

**[00:18:51.770] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen nach Lösungen suchen und nicht nach Ausweitung der Macht.

**[00:19:00.380] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Wirtschaft, die läuft auch immer noch nach Ausweitung der Macht.

**[00:19:05.570] - Dr.med. Ursula Davatz**

In der Wirtschaft hat man die Haltung, der Markt reguliert sich selbst.

**[00:19:13.670] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der Markt reguliert sich nur bis zu einem gewissen Grade selbst.

**[00:19:19.040] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen wieder reinkommen und steuern, nicht nach Macht-, sondern eher nach Gesundheits-, nach Zusammenarbeits-, nach Kompromissprinzipien, usw.

**[00:19:31.190] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es braucht da ganz andere Wege.

**[00:19:36.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Welt kann nicht mehr nur ausschließlich patriarchal, also männlich zielgerichtet sein.

**[00:19:48.350] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das männliche Stressverhalten, das man im Gehirn sieht, kann nicht mehr ausschließlich zur Anwendung kommen.

**[00:19:58.730] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen nach Lösungen und Kooperation suchen.

**[00:20:01.730] - Dr.med. Ursula Davatz**

In diesem Sinne sind wir eigentlich im Zeitalter des weiblichen Gehirns.

**[00:20:09.740] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen dieses Suchen nach Lösungen viel stärker einflechten.

**[00:20:19.310] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das war ein langjähriges westliches Prinzip: der Markt reguliert sich selbst.

**[00:20:25.190] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da kommen wir jetzt auch wieder unter Druck.

**[00:20:29.540] - Dr.med. Ursula Davatz**

Mit der künstlichen Intelligenz, mit den Computersystemen usw.

**[00:20:35.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die einen, in der Regel Männer, die sagen, oh toll, die künstliche Intelligenz ersetzt schlussendlich das menschliche Gehirn, die KI wird gescheitern.

**[00:20:45.040] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die anderen haben panische Angst vor der künstlichen Intelligenz, dass die uns übernimmt und kaputt macht.

**[00:20:57.250] - Dr.med. Ursula Davatz**

Beides stimmt nicht.

**[00:21:00.970] - Dr.med. Ursula Davatz**

Im Zeitalter der künstlichen Intelligenz, des IT Business, wo die Kinder abgefangen werden, schon als kleine Kinder von der Marktwirtschaft, was sie konsumieren müssen, sollen.

**[00:21:17.890] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da ist es so wichtig, dass wir als lebendige Menschen, dass was den Menschen ausmacht, mehr wieder in den Vordergrund bringen.

**[00:21:32.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was die künstliche Intelligenz nicht kann: Sie kann nicht mit Emotionen umgehen, sie kann nicht modulieren.

**[00:21:42.820] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da ist unser Gehirn viel weiter, das wird die künstliche Intelligenz auch nie können.

**[00:21:49.960] - Dr.med. Ursula Davatz**

Yuval Harari, A Brief History of Humankind, meinte, dass die künstliche Intelligenz uns bald überholt.

**[00:21:57.340] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das glaube ich nicht.

**[00:22:05.200] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die künstliche Intelligenz hat in der Medizin zum Teil große Fortschritte gebracht.

**[00:22:11.110] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man kann viel präziser ausrechnen, wo zum Beispiel bestrahlt wird beim Tumor.

**[00:22:19.240] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man kann Prothesen berechnen usw.

**[00:22:22.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man kann Röntgenbilder gut lesen, man kann Hautdiagnosen machen.

**[00:22:32.860] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die KI ist überhaupt nicht variabel.

**[00:22:35.080] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn die KI nicht weiss worum es geht, dann spuckt sie irgendeinen Blödsinn heraus.

**[00:22:40.900] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da haben wir Menschen mit unserem Gehirn eine viel bessere Korrekturmöglichkeit, Variabilität.

**[00:22:50.260] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich glaube an den Menschen und sein Gehirn.

**[00:22:54.760] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich habe keine Angst, dass wir von der künstlichen Intelligenz überholt werden.

**[00:23:00.730] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen unser Gehirn pflegen.

**[00:23:03.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen unser Gehirn in der Variabilität pflegen.

**[00:23:06.520] - Dr.med. Ursula Davatz**

Darum sage ich den Kindern, wenn ihr nur immer Computerspiele macht, dann verblödet euer Gehirn.

**[00:23:12.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es gibt Untersuchungen von einem Neurobiologen, der sagt unser emotionales Gehirn, der Hippocampus, unser persönliches Gedächtnis, der schrumpft ein wenig.

**[00:23:27.349] - Dr.med. Ursula Davatz**

[https://www.realclearscience.com/blog/2019/07/11/modern\\_life\\_may\\_be\\_shrinking\\_the\\_hippocampus\\_heres\\_how\\_to\\_grow\\_it.html](https://www.realclearscience.com/blog/2019/07/11/modern_life_may_be_shrinking_the_hippocampus_heres_how_to_grow_it.html)

**[00:23:27.970] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der Hippocampus schrumpft, wenn wir uns nicht mehr mit menschlichen Dingen auseinandersetzen, die viel mehr von unserem Gehirn erfordern als irgendein Computerspiel.

**[00:23:42.490] - Dr.med. Ursula Davatz**

Auch wenn das Computerspiel noch so gescheit ist, die Emotionen fehlen dann.

**[00:23:47.020] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Lesen von Emotionen ist etwas ganz, ganz Wichtiges.

**[00:23:51.490] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Ausdrücken von Emotionen ist etwas Wichtiges.

**[00:23:54.880] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da kommen wir wieder ins Therapeutische.

**[00:23:57.400] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir unsere verletzten Gefühle oder unseren Stress in Worte fassen können, dann geht 50% des Stresses zurück.



**[00:24:10.120] - Dr.med. Ursula Davatz**

In dem Sinne müssen wir an sich unseren Kindern und der Gesellschaft beibringen, viel differenzierter Gefühle und Gefühlssituationen, menschliche Situationen, soziale Situationen wahrzunehmen und zu beschreiben.

**[00:24:28.300] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da können wir noch viel dazu lernen und viel dazu beitragen.

**[00:24:33.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sie sind alle im therapeutischen Bereich tätig.

**[00:24:36.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Hier trage ich Wasser in die Aare.

**[00:24:36.220] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der Markt reguliert nicht alles selbst.

**[00:24:52.630] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Prinzip der menschlichen Freiheit, der individuellen Freiheit muss auch immer wieder geschützt werden.

**[00:25:01.660] - Dr.med. Ursula Davatz**

Auch dort kann man zu extrem in eine Richtung gehen.

**[00:25:05.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das passiert zum Teil im westlichen Kulturbereich.

**[00:25:10.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ein absolut übertriebener Individualismus.

**[00:25:15.790] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das hat man in letzter Zeit so etwas gemerkt anhand der Universitäten.

**[00:25:20.320] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Political Correctness. Man darf gewisse Wörter nicht mehr brauchen, weil das dann schon rassistisch sein könnte.

**[00:25:33.670] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir werden eingeschränkt in unserem Sprachausdruck.

**[00:25:40.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Geht auch nicht.

**[00:25:42.860] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist dann der übertriebene Individualismus, der sich da überall breitmacht.

**[00:25:50.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dann ist jeder ein König, jeder ein Herrscher, ein gefühlsmäßiger Herrscher. Das geht auch nicht. Da haben wir zwei Extreme, die da laufen.

**[00:26:02.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da werden wir dann zu Recht korrigiert und kritisiert von den autoritären Systemen, die sagen, wir sind degeneriert.

**[00:26:13.070] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir zu sehr in diese individualistische Richtung laufen, dann machen wir unsere Strukturen selbst kaputt.

**[00:26:22.820] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es läuft eine Diskussion: was für rechtliche Regeln es geben wird im Bereich der IT?

**[00:26:41.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir können da noch so viele Regeln machen, es gibt immer Schlupflöcher, die werden immer wieder durchbrochen.

**[00:26:48.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der beste Schutz gegen diese Machtausweitung im Bereich der IT ist, dass unsere Kinder, dass wir als Menschen, als Individuen lernen kritisch zu konsumieren.

**[00:27:03.590] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir dürfen nicht alles essen, das uns gefüttert wird.

**[00:27:10.220] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dazu müssen wir kritisch denken können.

**[00:27:13.070] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das geht nicht über äußere Regeln.

**[00:27:15.950] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es geht viel mehr über die innere menschliche Entwicklung.

**[00:27:21.620] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir sprechen von Ethik und Moral.

**[00:27:30.170] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Ethik, die Moral, die verhält nur, wenn die in uns geortet ist.

**[00:27:37.760] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ethik und Moral ist nie etwas Äusserliches.

**[00:27:40.520] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich gehe da noch weiter.

**[00:27:42.620] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Menschen sind eine soziale Spezies.

**[00:27:46.310] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir haben Sozialverhalten.

**[00:27:47.960] - Dr.med. Ursula Davatz**

Im Sozialverhalten gibt es gewisse Regeln.

**[00:27:50.660] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Menschen haben soziale Gene, die sind da, die müssen wir nicht erst erfinden.

**[00:27:56.240] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man andere soziale Tierarten anschaut, dann haben die sozialen Tiere Sozialverhalten, ohne dass sie religiös erzogen wurden, ohne dass sie einen Ethikkurs besucht haben.

**[00:28:15.470] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich habe einen Tierfilm gesehen, wo ein Affe ein Katze, die in eine Grube gefallen ist, gerettet.

**[00:28:15.635] - Dr.med. Ursula Davatz**

[ <https://www.youtube.com/watch?v=fcHVY8NHFIA> ]

**[00:28:15.770] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es ist sehr berührend. Sozialverhalten ist Art überspringend.

**[00:28:36.470] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dieses Sozialverhalten müssen wir in uns wieder wecken und nicht von außen her, männlich, mit Regeln, Sozialverhalten einimpfen.

**[00:28:55.460] - Dr.med. Ursula Davatz**

In Zürich hat ja ein islamischer Jugendlicher einen orthodoxen Juden angegriffen. Es war die Jugend, die dem orthodoxen Juden zu Hilfe gekommen ist. Eine ganze Schar Jugendliche und die, die voneinander getrennt haben.

**[00:29:16.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

<https://www.tagesanzeiger.ch/messerattacke-in-zuerich-der-mordversuch-an-einem-juden-muss-ein-weckruf-sein-221032750462>

**[00:29:16.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

Er hat überlebt.

**[00:29:18.500] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was war der Kommentar in der Zeitung? Wir müssen härter durchgreifen.

**[00:29:23.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Blödsinn.

**[00:29:24.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Mit härterem Durchgreifen haben wir nicht mehr Sozialverhalten.

**[00:29:29.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das härtere Durchgreifen, das ist wieder das männliche bestrafen und strukturieren.

**[00:29:36.920] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen früher eingreifen und helfen, dass Menschen sich menschenwürdig entwickeln können.

**[00:29:47.210] - Dr.med. Ursula Davatz**

Menschen müssen nicht über Bestrafung in die richtige Richtung gebracht werden.

**[00:29:52.280] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich erlebe das.

**[00:29:53.450] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich habe mit vielen Kindern zu tun, aus dem Schulsystem. Verzweifelte Eltern.

**[00:29:58.940] - Dr.med. Ursula Davatz**

Meistens sind es ADHS/ADS Kinder.

**[00:30:00.860] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich bin erstaunt und erschreckt, wie häufig von der Lehrerschaft her mit Bestrafung und Belohnung reagiert wird.

**[00:30:11.000] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wie man immer noch an diese Methode glaubt.

**[00:30:15.710] - Dr.med. Ursula Davatz**

Diese Methode geht überhaupt nicht auf das Soziale eines Menschen ein.

**[00:30:21.590] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Belohnungs-/Bestrafungsmethode denkt, dass der Mensch so dirigiert werden kann, mit Bestrafung und Belohnung.

**[00:30:26.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es werden Verträge gemacht mit den Kindern und den Eltern.

**[00:30:30.380] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die können alle abfahren damit.

**[00:30:33.320] - Dr.med. Ursula Davatz**

Auch Therapeuten machen ja zum Teil Verträge. Ich mache nie Verträge.

**[00:30:39.860] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was zählt, ist die lebendige Beziehung zur Person, über die dann das Verhalten langsam verändert werden kann.

**[00:30:50.190] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sicher nicht über Bestrafung.

**[00:30:51.780] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Bestrafungs-/Belohnungsmodell gehört immer noch zum patriarchalen System, wie es im Alten Testament heißt: die Kinder, die er liebt, die züchtigt er.

**[00:31:05.880] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir sind an einer ganz bestimmten Wende.

**[00:31:09.120] - Dr.med. Ursula Davatz**

Als junge Frau wollte ich das Militär abschaffen. Das brauchen wir nicht, dachte ich, als Frau brauche ich das nicht.

**[00:31:09.450] - Dr.med. Ursula Davatz**

Jetzt, da wir unsere Freiheit verteidigen müssen im Westen, sage ich: doch, doch, wir müssen uns verteidigen, dass wir nicht von den autokratischen Systemen gefressen und überrollt werden.

**[00:31:33.450] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir sind an einer riesigen Wende der politischen Zeitgeschichte.

**[00:31:46.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir müssen all unsere Errungenschaften, die wir im Westen uns erkämpft, erarbeitet, über lange Zeit ausprobiert haben, müssen wir verteidigen.

**[00:32:00.450] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir dürfen auch nicht nur den übertriebenen Individualismus leben, es geht um Kooperation.

**[00:32:07.530] - Dr.med. Ursula Davatz**

Aus diesem Grunde bin ich jetzt für die Waffen, dass man kämpft, dass wir nicht einfach überrollt werden.

**[00:32:19.620] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das war eine politische Einführung, eine zeitgeschichtliche Einführung.

**[00:32:23.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

Jetzt komme ich vermehrt zum Psychologischen.

**[00:32:28.320] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Ursachen von Angst und Stress.

**[00:32:32.370] - Dr.med. Ursula Davatz**

Stress ist ein Konzept, das von Hans Hugo Bruno Selye im somatischen Bereich geprägt wurde.

**[00:32:36.570] - Dr.med. Ursula Davatz**

Hans Hugo Bruno Selye hat gesagt: ein Organ kommt unter Stress, wenn es sich nicht mehr weiter anpassen kann.

**[00:32:51.900] - Dr.med. Ursula Davatz**

Heutzutage verwenden wir das Wort Stress, für das was von außen kommt.

**[00:32:57.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ursprünglich hat Stress aufgezeigt, was im Organ passiert.

**[00:33:05.190] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Organ ist unter Stress, wenn es nicht mehr seine Anpassungsfunktion erfüllen kann.

**[00:33:15.000] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Menschen sind die anpassungsfähigste Lebensart auf diesem Planeten, außer den Bakterien und Viren. Die passen sich schneller an.

**[00:33:28.500] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das haben wir in der letzten in der Corona Pandemie erlebt.

**[00:33:33.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Viren und Bakterien können sich viel schneller anpassen, weil die ihr genetisches Material schneller verändern können.

**[00:33:39.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Menschen haben da viel stabilere Strukturen zum Glück, wir sind ja auch viel komplizierter.

**[00:33:48.300] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich bin Psychiaterin, ich komme vom Kopf her.

**[00:34:00.369] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn die seelische Anpassungsfähigkeit, die geistige Anpassungsfähigkeit, überfordert wird, dann kommen wir unter Stress.

**[00:34:10.230] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Gefühle, die ausgelöst werden, wenn unsere Anpassungsfähigkeit erschöpft ist, die sind Angst.

**[00:34:21.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Über die Angst wird uns signalisiert: Jetzt hast du es nicht mehr im Griff.

**[00:34:26.310] - Dr.med. Ursula Davatz**

Kontrollverlust macht Angst. Wir wollen immer die Kontrolle über uns haben.

**[00:34:35.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wie setzen wir uns selbst unter diesen Stress?

**[00:34:42.000] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir etwas auf unserer Welt verändern wollen, das wir nicht verändern können, dann geraten wir unter Stress.

**[00:34:51.090] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir etwas erreichen wollen, zum Beispiel eine Ambition, irgendeinen Beruf erlernen, aber es klappt nicht.

**[00:35:00.720] - Dr.med. Ursula Davatz**

Unser Geist eilt voraus und der will etwas aber man hat die Mittel dazu nicht.

**[00:35:07.890] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man will z.B. Mathematiker werden, aber man hat kein mathematisches Hirn.

**[00:35:14.400] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man will seinem Vater imponieren, weil der mathematisch auch gut ist, und es geht nicht.

**[00:35:21.510] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dann kommt man unter Stress.



**[00:35:22.920] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man gegen sich vorgeht, indem man mit dem Hirn, mit dem Geist etwas will, was gar nicht geht, Dann gerät man unter Stress.

**[00:35:34.710] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir dürfen unseren Ehepartner nicht verändern.

**[00:35:45.510] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Frauen sind oft sehr damit beschäftigt, unsere Männer zu erziehen.

**[00:35:53.250] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir unseren Ehepartner verändern wollen, geraten wir dauernd unter Stress.

**[00:35:55.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir können nur an uns selber arbeiten.

**[00:36:00.180] - Dr.med. Ursula Davatz**

Umgekehrt, wenn wir unser Potenzial nicht ausschöpfen, also wir hätten an sich Fähigkeiten zu irgendetwas und im tiefsten Ich, in der tiefsten Seele würden wir an sich gerne etwas machen, aber wir vertrauen uns nicht.

**[00:36:22.350] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir trauen es uns nicht zu.

**[00:36:23.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir warten auf irgendeinen Mäzen oder Lehrer, der uns da fördert und der kommt nicht.

**[00:36:32.520] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dann verrottet unsere seelische Energie, dann kommen wir auch unter Stress.

**[00:36:39.840] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn ich schaue, was ich in den Therapien mache, dann muss ich häufig den Menschen dazu verhelfen, dass sie den Mut haben, zu sich zu stehen, zu ihrem Wesen zu stehen, zu ihren Fähigkeiten zu stehen.

**[00:36:58.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Vor allem bei ADHS/ADS Menschen passiert das häufig, weil die ja etwas aus der Reihe tanzen.

**[00:37:07.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn ADHS/ADS Menschen kein wohlwollendes Umfeld gehabt haben, sondern immer eingeengt wurden und sich dann immer falsch fühlen, dann muss ich denen helfen zu sagen: Ihr Entscheid ist richtig. Es gibt keinen falschen Entscheid.

**[00:37:24.950] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es gibt keinen objektiv gesehenen, richtigen oder falschen Entscheid. Es gibt nur ihren Entscheid und zu diesem Entscheid müssen sie stehen.

**[00:37:34.820] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man kann nicht einen halben Salto machen und dann in der Mitte aufhören und denken: Oh, vielleicht kann ich den Salto doch nicht. Dann fällt man auf den Kopf.

**[00:37:41.300] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ganz viel meiner Therapie besteht darin, dass ich dem Menschen helfe, zu sich zu stehen und sich dann halt entsprechend durchzusetzen.

**[00:37:56.090] - Dr.med. Ursula Davatz**

An sich wäre das die Aufgabe der Eltern gewesen.

**[00:37:59.810] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn das Wesen des Kindes nicht zum Erziehungsmodus der Eltern passt, dann kann es passieren, dass die Eltern das Kind, behindern, zurückhalten.

**[00:38:19.340] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich muss dann helfen, dass dieser Mensch als Erwachsener zu sich steht.

**[00:38:25.520] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ein Arzt hat gesagt: Man muss mit seinem Symptom Freundschaft schließen, bevor man es verändern kann.

**[00:38:35.570] - Dr.med. Ursula Davatz**

So muss ich den Menschen, die so erzogen wurden, dass sie nicht zu sich stehen dürfen, muss ich sagen, sie müssen mit ihrem Wesen Freundschaft schließen, damit sie dann mit diesem auch umgehen können.

**[00:38:52.070] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man ständig gegen sich vorgeht, dann ist man ständig unter Stress und dann wird man krank.

**[00:38:59.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ja, ich komme da wieder zu ADHS/ADS.

**[00:39:01.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich war gestern an einem Vortrag über ADHS/ADS in Zürich.

**[00:39:13.370] - Dr.med. Ursula Davatz**

ADHS/ADSler haben vermehrt somatische Krankheiten, Herzkrankheiten, Atemkrankheiten, Asthma usw.

**[00:39:22.220] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich hier mal eine Weiterbildung gegeben: Wann lässt die Seele den Körper sprechen?

**[00:39:22.550] - Dr.med. Ursula Davatz**

[https://ganglion.ch/pdf/Wann\\_laesst\\_die\\_Seele\\_den\\_Koerper\\_sprechen.m4a.pdf](https://ganglion.ch/pdf/Wann_laesst_die_Seele_den_Koerper_sprechen.m4a.pdf)

**[00:39:22.820] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir uns geistig, seelisch unter Druck setzen, wenn wir nicht das leben dürfen, was wir eigentlich sind, dann gerät unser Körper unter Stress.

**[00:39:45.890] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir das nicht wahrnehmen, dann muss der Körper für uns sprechen.

**[00:39:49.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das sind dann all diese Krankheiten.

**[00:39:52.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da wird nicht mehr getrennt zwischen Psychiatrie und Somatik.

**[00:39:57.320] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das geht dann auch in die Somatik rein.

**[00:39:59.840] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es ist ganz wichtig, dass wenn wir Menschen therapeutisch begleiten, dass wir ihr Wesen versuchen herauszufinden und dass wir sie unterstützen, zu diesem Wesen zu stehen.

**[00:40:14.870] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist gar nicht so einfach.

**[00:40:17.120] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Programmierung über die Erziehung, die sitzt so tief in unserer Seele drin, dass wir das Gefühl haben, wenn wir zu uns stehen, dann werden wir disloyal zu unserem Familiensystem. Davor haben wir Angst.

**[00:40:39.410] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da kommt dann der Gruppenprozess. Wenn wir unserem Erziehungssystem dysloyal werden, dann werden wir ausgeschieden. Dann werden wir zum Sündenbock. Dann gehören wir nicht mehr zur Gruppe und dann können wir gerissen werden.

**[00:40:58.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Der Wolf drängt ein Schaf ab von der Herde und dann kann es gerissen werden.

**[00:41:03.500] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir von der Herde abgedrängt werden, weil uns nicht nach den Prinzipien verhalten, dann haben wir Angst, wir bekommen Todesangst.

**[00:41:15.260] - Dr.med. Ursula Davatz**

Angst vor Bestrafung.

**[00:41:18.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Angst davor, etwas falsch zu machen.

**[00:41:23.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dieses Programm in unserem emotionalen Gedächtnis umzuprogrammieren, ist gar nicht so einfach.

**[00:41:31.310] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist unsere therapeutische Arbeit.

**[00:41:38.960] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir etwas von uns verlangen, was wir gar nicht können, kommen wir unter Stress.

**[00:41:45.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir etwas nicht tun, was eigentlich zu uns passen würde, kommen wir unter Stress.

**[00:41:52.370] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir tun das nicht aus Höflichkeit, aus guter Erziehung.

**[00:41:56.630] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir wollen niemanden vor den Kopf stoßen, wir wollen niemanden verletzen.

**[00:42:01.220] - Dr.med. Ursula Davatz**

Gerade die hochsensiblen Leute, die verletzten eher sich selbst als das Gegenüber.

**[00:42:09.710] - Dr.med. Ursula Davatz**

Diesen Menschen muss man helfen, damit das geändert wird.

**[00:42:10.490] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir gesund durchs Leben kommen wollen, müssen wir lernen, das zu ändern, was wir können, und das nicht ändern zu wollen, was wir nicht können.

**[00:42:31.340] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich bringe ein Beispiel aus der Covid Pandemie.

**[00:42:35.510] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es gab die medizinische Schulmeinung, was man machen soll.

**[00:42:40.040] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die hat auch ständig geändert.

**[00:42:41.570] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das war ja zum Ersten Mal, dass wir eine solche Pandemie durch erlebt haben.

**[00:42:48.680] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es gab dann Impfgegner und Verschwörungstheorien.

**[00:42:53.840] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn ich versucht habe zu schauen, was sind das für Menschen, die diesen Theorien anhängen?

**[00:43:01.970] - Dr.med. Ursula Davatz**

Aus meiner Beobachtung heraus würde ich sagen, es waren immer Menschen, die an sich vielleicht mehr Potenzial gehabt hätten, aber auf der Welt zu kurz gekommen sind.

**[00:43:13.670] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sie haben sich dann an diese Theorien drangehängt und dann hatten sie auf einmal Macht.

**[00:43:20.030] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dann waren sie im Gespräch und sie haben sich stark gefühlt, nur mit mit dieser geistigen Theorie.

**[00:43:30.920] - Dr.med. Ursula Davatz**

Als Einzelwesen konnten die sich nicht so gut durchsetzen.

**[00:43:35.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist wieder ein Gruppenphänomen.

**[00:43:39.050] - Dr.med. Ursula Davatz**

Mit der Moral, mit der Ethik läuft die Schuld.

**[00:43:51.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Mit dem Sozialverhalten wird das Wort Schuld verwendet.

**[00:43:56.150] - Dr.med. Ursula Davatz**

In der Schule, wenn zwei sich streiten und der eine ist aggressiver als der andere, macht sogenannt im Sozialverhalten etwas falsch, dann sagt man: du musst dich entschuldigen.

**[00:44:11.390] - Dr.med. Ursula Davatz**

In der Familientherapie hat man von der schizophrogenen Mutter geredet.

**[00:44:16.400] - Dr.med. Ursula Davatz**

Die Familientherapie ist zum Teil unter Verruf gekommen, weil man von einer schizophrogenen Mutter geredet hat.

**[00:44:25.760] - Dr.med. Ursula Davatz**

Im psychologischen Bereich kenne ich den Begriff Schuld nicht.

**[00:44:35.420] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich kenne nur Interaktion.

**[00:44:38.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

Schuld ist ein moralischer Begriff.

**[00:44:42.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Schuld ist immer an ein Kollektiv geheftet, das gewisse Regeln hat.

**[00:44:50.840] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir machen uns schuldig, wenn wir gegen diese Regeln verstoßen.

**[00:44:55.490] - Dr.med. Ursula Davatz**

Unser Schuldgefühl ist unser Hirtenhund.

**[00:45:00.380] - Dr.med. Ursula Davatz**

Unser Schuldgefühl holt uns zurück zur Gruppe.

**[00:45:05.750] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir jetzt die Regeln des Systems, in dem wir aufgewachsen sind, übertreten, dann bekommen wir Schuldgefühle.

**[00:45:14.630] - Dr.med. Ursula Davatz**

Diese Schuldgefühle, die müssen überwunden werden, dass wir neue Verhaltensweisen uns einüben können.

**[00:45:25.910] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es ist ganz kompliziert.

**[00:45:29.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da müssen wir uns unsere eigene Ethik erarbeiten.

**[00:45:34.730] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir sind soziale Wesen. Wir müssen nicht Angst haben, dass wir unsozial sind.

**[00:45:40.130] - Dr.med. Ursula Davatz**

Vielleicht ist dann die eigene Ethik etwas anderes, als was wir von unseren Eltern gelernt haben oder als was wir an der Uni gelernt haben oder als was unsere Berufsgruppe hält.

**[00:45:57.050] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich war gestern an einer ADHS/ADS Weiterbildung.

**[00:46:00.320] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es ging alles über Medikamente, ich habe gedacht: Ach, ich bin so fremd da!

**[00:46:03.200] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich konnte einige Dinge doch auch mitnehmen.

**[00:46:12.680] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn ich abweiche von der generellen Meinung in der Psychiatrie, dann bin ich wie eine Ketzerin.

**[00:46:21.560] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da könnte ich Schuldgefühle haben, da werde ich zum Teil auch so kritisiert.

**[00:46:28.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da muss ich sagen nein, Ich stehe zu meiner eigenen Ethik und zu meiner eigenen Erfahrung.

**[00:46:33.620] - Dr.med. Ursula Davatz**

Nur die kann ich vertreten.

**[00:46:36.170] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich will nicht nur ein Herdentier sein.

**[00:46:47.750] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Frauen suchen nach Lösungen.

**[00:46:50.960] - Dr.med. Ursula Davatz**

In Konflikten haben wir die Tendenz eher, uns anzupassen, während Männer eben die gerade Linie suchen und sich durchsetzen, also Dominanzverhalten an den Tag legen.

**[00:47:06.590] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man als Frau dann in eine schwierige Situation kommt, muss man auch aufpassen, dass man nicht immer nur die Anpassungsstrategie wählt, sondern auch schaut, was wichtig ist, dass man sich für etwas einsetzt, das einem wichtig ist.

**[00:47:24.680] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich zitiere Martin Luther.



**[00:47:24.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Bei Martin Luther ging es um die Religion, die Katholiken und die Reformierten.

**[00:47:33.290] - Dr.med. Ursula Davatz**

Martin Luther hat gesagt: hier stehe ich und kann nicht anders.

**[00:47:37.760] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist kein intellektuelles Argument.

**[00:47:41.360] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist ein absolut empfundenes emotionales Argument. Meine Emotionen sagen mir, ich muss jetzt dafür einstehen.

**[00:47:50.300] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das war ein Mann, der das gesagt hat.

**[00:47:54.020] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das sage ich auch den Frauen, dass sie zu sich stehen dürfen und sagen: ich will es so!

**[00:47:59.330] - Dr.med. Ursula Davatz**

Oft sagen dann Frauen, der hört mir nicht zu oder der versteht das nicht, oder der oder die akzeptiert das nicht.

**[00:48:15.110] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sie müssen nicht den anderen zum Verständnis bringen wollen. Das ist rein intellektuell.

**[00:48:23.600] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sie müssen für sich hin stehen.

**[00:48:26.960] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das man für sich hin steht und nicht verstanden werden will.

**[00:48:32.000] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das wäre so ein Prinzip, das die Frauen oft lernen müssen.

**[00:48:38.180] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es muss überhaupt nicht intellektuell unterlegt sein.

**[00:48:42.590] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es ist nur vom eigenen Gefühl, von der eigenen Überzeugung, von der ganzheitlichen Überzeugung ist es geprägt.

**[00:48:53.180] - Dr.med. Ursula Davatz**

So habe ich zum Teil wenn ich Theorien von Freud gelesen habe, habe ich gesagt: es ist alles sehr logisch und sehr gut argumentiert, aber es stimmt irgendwie nicht für mich.

**[00:49:05.180] - Dr.med. Ursula Davatz**

Dass wir diesen inneren Instinkt nicht verlieren, sondern immer wieder diesen suchen.

**[00:49:12.170] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist auch etwas, was ich immer meinen Klienten beibringen muss, dass sie sich genügend Zeit nehmen, anhalten, um herauszufinden, wo sind sie eigentlich?

**[00:49:25.670] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was wollen sie?

**[00:49:26.870] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was stimmt für Sie?

**[00:49:28.280] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was stimmt nicht?

**[00:49:32.270] - Dr.med. Ursula Davatz**

In diesem Moment, wo wir uns in der Anpassung nicht überfordern, nicht runterfahren, also etwas machen, das uns wichtig ist, dann geht der Stress weg und auch die Angst geht weg.

**[00:49:48.860] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es gibt Konzepte der Eudaimonic Happiness und Hedonic Happiness.

**[00:49:59.060] - Dr.med. Ursula Davatz**

Bei der Eudaimonic Happiness ist man glücklich, man ist zufrieden, wenn man Freude hat an dem, was man macht.

**[00:50:10.280] - Dr.med. Ursula Davatz**

Hedonic Happiness ist, wenn man Freude hat, dass die anderen einen toll finden, z.B. Likes im Internet.

**[00:50:18.650] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man das Immunsystem betrachtet, wie das reagiert auf die Eudaimonic Happiness, ist man gesund, das Immunsystem floriert, man wird alles ab.

**[00:50:28.340] - Dr.med. Ursula Davatz**

Bei der Hedonic Happiness macht das Immunsystem gar nichts.

**[00:50:32.420] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da sind wir gut verdrahtet.

**[00:50:34.820] - Dr.med. Ursula Davatz**

Es lohnt sich, zu sich zu stehen, das zu tun, was uns entspricht, was wir gerne machen. Dann haben wir auch gerade etwas für unsere körperliche Gesundheit getan.

**[00:50:49.820] - Dr.med. Ursula Davatz**

Klar, immer im Gleichgewicht als soziales Wesen.

**[00:50:55.460] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn wir alle überfahren, dann können wir als soziale Wesen schlussendlich auch nicht zufrieden sein.

**[00:51:06.200] - Dr.med. Ursula Davatz**

Haben sie Fragen?

**[00:51:15.410] - Bemerkung 1**

Was für Lösungen suchen die Männer?

**[00:51:16.160] - Dr.med. Ursula Davatz**

Männer suchen intellektuelle, strukturelle, mechanische, schnelle Lösungen.

**[00:51:42.770] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das ist genau das, was man bei den Ärzten erlebt.

**[00:51:45.770] - Dr.med. Ursula Davatz**

Eine Patientin, wo man nicht recht weiß, um was es geht. Alle diese somatischen Krankheiten, Schmerzen, dort sucht der ärztliche Mann gleich nach einer Lösung. Dabei übergeht der Arzt den Menschen.

**[00:52:04.520] - Dr.med. Ursula Davatz**

Er nimmt sich nicht Zeit zum schauen, was eigentlich ist.

**[00:52:09.020] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das Lösungen, welche die Männer suchen, sind recht mechanisch, intellektuell, strukturiert.

**[00:52:15.590] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man hört zuerst in sich hinein, schaut, überlegt, man holte die Gefühle hinzu und dann sucht man nach einer Lösung.

**[00:52:24.230] - Dr.med. Ursula Davatz**

In der Sprache sieht man das heutzutage schon.

**[00:52:31.010] - Dr.med. Ursula Davatz**

Heute sagen auch viele Männer: gefühlt nehme ich das so wahr.

**[00:52:35.570] - Dr.med. Ursula Davatz**

Gefühlt wahrgenommen. Nicht mehr einfach intellektuell wahrgenommen, sondern gefühlt.

**[00:52:43.550] - Dr.med. Ursula Davatz**

ADHS/ADSler sind immer so schnell, die wollen ganz schnell eine Lösung.

**[00:52:48.740] - Dr.med. Ursula Davatz**

Denen muss ich allen sagen: Halt, Stopp, halten sie ein bisschen inne, verschlaufen sie ein bisschen, schauen sie in sich hinein.

**[00:52:55.370] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich zitiere Antoine de Saint-Exupéry: On ne voit bien qu'avec le coeur. Consulter votre coeur.

**[00:52:55.670] - Dr.med. Ursula Davatz**

Lassen sie sich Zeit und spüren, wo sie sind.

**[00:53:07.250] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn man schnell etwas macht, dann überfährt man sich und das ist nicht die richtige Lösung.

**[00:53:14.180] - Dr.med. Ursula Davatz**

Jemand von der Weltbank hat mir auch schon gesagt: die Frauen sind eigentlich besser in der Krise.

**[00:53:21.980] - Dr.med. Ursula Davatz**

Frauen sind objektiver als die Männer in der Krise.

**[00:53:26.060] - Dr.med. Ursula Davatz**

Männer lassen sich von irgendeiner Theorie verleiten.

**[00:53:31.760] - Dr.med. Ursula Davatz**

Männer können sehr theoriegläubig sein, dass man den Theorien 150 Jahre hinterdrein läuft, obwohl sie falsch sind.

**[00:53:48.170] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir leben in dieser schnelllebigen Zeit, wo alles schnell sein muss, Geschwindigkeit ist Geld, Geschwindigkeit ist Profit.

**[00:53:57.770] - Dr.med. Ursula Davatz**

Man ist der Erste in irgendetwas erfinden.

**[00:53:59.810] - Dr.med. Ursula Davatz**

In der Zeit wo alles so schnell ist, muss man immer dazu anhalten, inne zu halten, langsam schauen, dann kommt eine bessere Lösung, eine ganzheitliche Lösung.

**[00:54:12.740] - Bemerkung 2**

Wenn man im Stress ist, findet man nie die richtige Lösung.

**[00:54:13.430] - Bemerkung 2**

Männer sind nie im Stress, sie wissen ja, wie es geht, sie machen es einfach einmal.

**[00:54:21.590] - Bemerkung 2**

Wir sind mit einem narzisstischen Vater aufgewachsen, wo alles immer ganz schnell gehen musste. Das nimmt man mit in sein Leben und geht dann auch so durch das Leben.

**[00:54:30.050] - Bemerkung 2**

Lernen innezuhalten und dann abrufen, erst dann findet man sein Potential und hat einen Zugang zu all den Wegen, die es gibt.

**[00:54:49.850] - Dr.med. Ursula Davatz**

So ist es.

**[00:54:54.080] - Bemerkung 2**

Wenn man seine Prägung verstanden hat und daraus Aussteigen kann, erst dann ist man frei und weiß, wer man ist.

**[00:55:05.300] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ganz genau. Sie sagen das sehr schön.

**[00:55:12.500] - Bemerkung 2**

Es ist der Weg, den man macht.

**[00:55:14.990] - Dr.med. Ursula Davatz**

Innehalten und zu sich selber finden und von dem aus dann weitergehen.

**[00:55:19.580] - Dr.med. Ursula Davatz**

Sie nicht an irgendetwas anpassen, das nicht zu einem passt.

**[00:55:27.260] - Bemerkung 2**

Mein Vater ist ein Narzisst, wie er im Buche steht. Meine Schwester ist ADHS/ADS.

**[00:55:32.120] - Bemerkung 2**

Mein Vater hetzt immer, es muss alles immer ganz schnell gehen, geh weg. Er war der Herrscher.

**[00:55:49.370] - Bemerkung 2**

Wir Frauen sollten mehr in die Positionen der Macht kommen, aber der Mann will die Macht.

**[00:56:05.120] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wenn Frauen in Führungspositionen kommen, dann übernehmen sie oft den Stil der Männer, zum Teil noch schlimmer als die Männer.

**[00:56:09.890] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich habe das bei Krankenschwestern erlebt. Die Frauen sind dann männlicher als die Männer, weil sie denken: nur so komme ich durch.

**[00:56:19.460] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich habe mir viele Gedanken gemacht, wie würde ich als Frau führen?

**[00:56:24.950] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was ist die Qualität der Frauen?

**[00:56:30.770] - Bemerkung 3**

Wir Frauen müssen den Männern vorleben, dass es anders viel besser geht.

**[00:56:38.450] - Dr.med. Ursula Davatz**

Wir Frauen müssen noch ein wenig üben in der heutigen Gesellschaft.

**[00:56:51.950] - Dr.med. Ursula Davatz**

Was sagt der Mann in unserer Runde dazu?

**[00:56:56.360] - Bemerkung 4**

Die Frauen sind mehr Detailorientiert.

**[00:56:58.480] - Bemerkung 4**

Die Männer sind gleich bei der Lösung.

**[00:57:01.700] - Dr.med. Ursula Davatz**

Abstrahierend und vorwärts.

**[00:57:04.250] - Bemerkung 4**

Die Detailorientierung kann auch eher in die Enge führen.

**[00:57:11.180] - Dr.med. Ursula Davatz**

Das stimmt.

**[00:57:12.200] - Dr.med. Ursula Davatz**

ADHS/ADSLer sind sehr Detailorientiert und schauen alles an.

**[00:57:20.870] - Dr.med. Ursula Davatz**

Vor lauter alles anschauen, kommen sie dann gar nicht zu einer Entscheidung.

**[00:57:23.240] - Dr.med. Ursula Davatz**

Ich weiss nicht ob Frauen ganz allgemein mehr Detailorientiert sind.

**[00:57:32.150] - Bemerkung 4**

Die Frauen denken vernetzter. Detailorientiert ist nicht genau das gleiche.

**[00:57:35.450] - Dr.med. Ursula Davatz**

Da stimmt. Das vernetzte Denken kann Detailorientiert sein. Dann geht es lange für die Entscheidung oder man kann gar keine Entscheidung treffen.

**[00:57:50.000] - Dr.med. Ursula Davatz**

Männer sind eher zielgerichtet orientiert.