

**Dr.med. Ursula Davatz**

10.9.2016

## **Wie umgehen mit Gewalt?**

[Audio](#)

### **[00:00:04.160] - Sprecher 1**

Geben Sie mir keine vorgängigen Lorbeeren, das ist immer gefährlich. Das setzt Druck auf einen auf, aber ich hoffe, ich kann diesen Druck aushalten. Ich möchte Sie alle ganz herzlich begrüßen und vielleicht eine kurze Bemerkung zu meiner Person in dieser Gesellschaft. Ich habe gemerkt, ich bin etwas ein Fremdkörper. Ich bin weder Adlerianerin, noch Jungianerin, noch Freudianerin, ich bin Bowenianerin, wenn man so sagen will. Sie haben es schon gesagt. Ich habe in Amerika Bowen gelernt. Das war einer der ersten Familientherapeuten, der damals Geschichte gemacht hat und ich hatte die Gunst, drei Jahre bei ihm zu lernen, ihm über die Schulter zu schauen. Ich hoffe, als Außenseiterin werde ich nicht zum schwarzen Schaf. Denn wenn immer man aus der Gesellschaft heraussticht, dann kann man auch negative Dinge auf sich ziehen. Aber ich hoffe, ich kann das bewältigen. Vielleicht etwas zum Vorredner noch. Sie haben von Selbstsabotage geredet. Und in der Therapie habe ich viele Patienten, die mich immer zu überzeugen versuchen von ihrer Selbstsabotage. Wenn ich versuche, ihnen andere Wege aufzuzeigen, dann sagen sie, nein, das geht nicht und aus dem und aus dem und aus dem Grund. Und sie verwenden alle Überzeugungskraft, um mich auch davon zu überzeugen, dass das einfach nicht geht.

### **[00:01:46.800] - Sprecher 1**

Also ich werde sie jetzt zu Ihnen schicken, damit sie zuerst aufhören mit dieser Selbstsabotage, dass sie dann mich nicht mehr überzeugen müssen, dass die Selbstsabotage funktioniert. Nun aber zu meinem Thema. Das Thema heißt "Coaching, wie umgehen mit Gewalt". Und ich habe dann noch zugefügt und Aggressionen. Der Begriff Gewalt, der Gewaltbegriff wird eigentlich immer dann angewandt, wenn die offiziellen Strukturen, die gewohnten Strukturen nicht mehr funktionieren. Das heißt, wenn der Staat, wenn die Regelstruktur nicht mehr durchgesetzt werden kann, so redet man von Staatsgewalt. Man redet von elterlicher Gewalt. Also hat man früher geredet. Heute sagt man es anders. Erziehungsgewalt. Also der Gewaltbegriff kommt eigentlich immer dann zum Tragen, wenn es nicht mehr funktioniert. Wenn das System durcheinander ist und das System nicht mehr ohne weiteres aufrechterhalten werden kann. In der Regel wird in politischen Strukturen Gewalt angewandt als Machtinstrument, als Machtausübung. Es kann als Machtdurchsetzung verwendet werden. Es kann aber auch als Machtausweitung, also wenn man sein Kollektiv vergrößern will. In der Erziehung wird Gewalt angewandt, wenn man als Eltern seine Autorität verliert. Wenn man mit seiner elterlichen Macht nicht mehr durchkommt. Und von dort her ist es an sich schon ein Zeichen des Versagens. Also ich kann nicht mehr, ich weiß nicht mehr, wie es weitergeht.

### **[00:03:43.830] - Sprecher 1**

Ähnlich wie der eigene Saboteur. Also in der Erziehung Gewalt anzuwenden ist ein elterliches sich Sabotieren. Allerdings leidet dann das Kind darunter. Also es kommt unter diese Gewaltanwendung. Gerade vor zwei Tagen hatten wir eine Tagung und da hat ein emeritierter Professor der Jurisprudenz geredet und der hat gesagt, an sich nützt Strafe überhaupt nichts, um Gesetze durchzusetzen, und dort wird ja die Gewalt angewandt, sondern was hilft, die Gesetze aufrechtzuerhalten, ist die Akzeptanz. Das

heißt, wenn der Mensch akzeptiert, was diese Gesetze beinhalten, dann hält er sich auch an diese Gesetze. Also wir müssen eigentlich, um Gewalt zu verhindern, Akzeptanz fördern. Doch wie tun wir das? Das nur ein paar Einleitungen, Gedanken und nun zum Auftritt von Gewalt im therapeutischen Setting oder eben beim Coaching. Im Augenblick, wo Gewalt oder Aggression auftritt bei Ihrem Gegenüber, Also bei mir sind es Patienten, manchmal sage ich auch Klienten. Im Augenblick, wo da Gewalt auftritt, kann man das immer interpretieren als persönliche Verteidigung wegen persönlicher Verletzung. Also der Gewaltauftritt ist eigentlich im Grunde genommen immer eine tiefenpsychologische, jetzt komme ich durch mit diesen Wörtern, Abwehr und Verteidigungsstrategie. Also es ist schon die sekundäre Reaktion nicht mehr eine primäre. Die Verletzung von Seiten des Coaches oder Therapeuten, von Seiten des Machtinhabers, die sollte man deshalb möglichst genau zu erkennen versuchen.

### **[00:05:52.580] - Sprecher 1**

Die Verletzung kann weit zurückliegen in der Kindheit oder in anderen Begegnungen. Und es ist aber wichtig, dass man nicht bei der Gewalt bleibt, sondern zurückgeht in die Geschichte. In der Psychiatrie von den Krankenkassen wird heutzutage leider an erster Stelle die Verhaltenstherapie angewandt. Auch in Gefängnissen redet man immer von Verhaltenstherapie. Die Verhaltenstherapien haben alle möglichen verschiedenen Schulen und da geht es dann immer darum zu erziehen. Also das Gegenüber dazu zu bringen, dass es von Gewalt ablässt. Solche Therapien sind aber nur ober... Ich muss noch nicht aufhören, oder? Das Windrad ist nur zu Boden gefallen. Solche Therapien sind nur Oberflächentherapien. Das heißt, sie ändern nur etwas an der Oberfläche, aber nicht in der Tiefe. Und da sind wir wieder bei der tiefen Psychologie. Und aus diesem Grund haben die auch keine, und das ist auch wieder ein Modewort in der Medizin, keine nachhaltige Wirkung. Also wenn wir den Menschen nur dressieren von seiner Gewalt abzusehen, die Gewalt nicht mehr anzuwenden, dann machen wir nur eine Oberflächentherapie und die hält nicht hin. In dem Sinne sagt man auch, das sagt man sogar in der Verhaltenstherapie, dass es dann vielleicht Symptomverschiebung gibt. Und als Medizinerin, wenn ich solche Dinge mache, kann es eine Symptomverschiebung geben in den Körper.

### **[00:07:39.360] - Sprecher 1**

Also es können körperliche Krankheiten auftreten. Wenn der Mensch nicht mehr zeigen kann, dass für ihn etwas nicht stimmt, dass etwas nicht richtig läuft, dann geht die Krankheit einfach woanders hin. Und ich sage, mit dem Kopf kann man, also der Intellekt, der kann lügen, der Körper aber nicht. Und von dort her gehen dann die Dysfunktionen gehen in eine körperliche Krankheit. Also in diesem Sinne sage ich, die erzieherischen Methoden, die Verhaltenstherapie im Umgang mit Gewalt, sie wird natürlich selbstverständlich auch in Gefängnissen angewandt, hat aus meiner Sicht keine nachhaltige Wirkung. Vielleicht da ein Beispiel, es gab einen, ich weiß nicht was er verbochen hatte, aber einen Delinquenten in New York, der saß im Gefängnis, der kam raus aus dem Gefängnis und er ging in eine Bar und wollte dort auf die Toilette gehen. Dann hat der Barkeeper gesagt, nein, du kannst nicht auf die Toilette. Man hat ihm seine Notdurft verwehrt. Er ist rausgegangen in den nächsten Laden, hat eine Pistole gekauft und hat den Barkeeper erschossen. Also er hat diese Demütigung, dass er nicht mal auf die Toilette gehen darf. Im Moment da er eine Not durft hatte, hat ihn so gekränkt, dass er diesen umbringen musste.

### **[00:09:07.000] - Sprecher 1**

Völlig absurd. Wir denken, wieso auch? Das kann doch nicht sein. Aber in diesen Menschen müssen hinten dran tiefe Verletzungen gewesen sein, punkto Notdurft verrichten, wahrscheinlich auch andere Dinge. Das als kleines Beispiel. Die Verletzungen kommen immer wieder auf. Die werden sogenannt getriggert. Wenn ähnliche oder nur daran erinnernde Situationen auftreten. Es müssen nicht die gleichen sein. Sie können nur im entferntesten Sinn daran erinnern. Und es ist dann unsere Aufgabe, da spürend zu sein und herauszufinden, was war denn ähnlich an der Situation, da die Gewalt wieder aufgetreten ist. Es muss überhaupt nicht gleich sein. Menschen können aus ganz verschiedenen Gründen Verletzungen erleben und die Verletzungen sind immer subjektiv. Die sind nicht messbar, die sind nicht allgemeingültig messbar, so wie man die Knochendichte messen kann. Die kann man allgemeingültig messen. Seelische Verletzungen kann man nicht allgemein gültig messen. Die müssen immer in der Geschichte angeschaut werden und in Relation zur Lebensgeschichte gesetzt werden. Die Verletzungen können durch Eltern passieren, aus der Familie, durch Lehrer, durch Schulkollegen. Ich habe eine Patientin, die nennt sich, sie sei ein motorischer Krüppel. Und ihr ging es genauso. In der Turnstunde ist sie immer als letzte da gestanden und das hat sich wahnsinnig in sie eingepägt.

### **[00:10:51.440] - Sprecher 1**

Und sie hat nichts mehr gemacht, was sie nicht perfekt konnte. Und wenn ich ihr Dinge beibringen wollte dann nein das kann ich nicht. Ich kann mich nicht blamieren. Sie hat sich derart blamiert gefühlt in der Turnstunde, dass das ihr ganzes Leben durchzogen hat. Und sie ist sicher nicht Tonlehrer geworden, sondern Arztgehilfin. Und sie hat neue Dinge kaum angehen können, weil sie dermaßen Angst hatte, sich blöd darzustellen. Ich habe natürlich dann, ich habe auch so ähnliche Ratschläge gegeben. Der Mensch ist Mensch dadurch, dass er Fehler macht. Ich mache dann immer Vergleiche mit maschinell hergestellten Gegenständen. Dies wirken tot. Hingegen ein von Hand hergestellter Gegenstand, der wirkt lebendig. Also zum Menschsein gehören Fehler, denn aus Fehlern lernt man ja schließlich auch und sie sollen Fehler machen. Man kann sogar so weit gehen, man kann sich vornehmen Fehler zu machen. Damit man sich etwas desensibilisiert von diesem Perfektionismus. Ich habe ein Beispiel, ein weiteres Beispiel, auch aus der Schule. Das war ein Schüler, der hatte Legasthenie. Er war sicher ein Adipositaskind. Und der hat aus, weiß ich nicht was, 40 Fehler im Diktat oder im Aussatz gehabt. Was hat der Lehrer gemacht? Er hat ihn vor die Klasse stehen lassen und zeigen, wie viele Fehler gemacht hat.

### **[00:12:28.940] - Sprecher 1**

Er ging von dieser Haltung aus, dass wenn er diesen Schüler blamiert, dass er sich dann mehr anstrengt und weniger Fehler macht. Aber er hatte eine Legasthenie. Er konnte das nicht. Und offensichtlich hat der Lehrer nichts davon gewusst. Dieser Schüler kam dann aus der Schule ohne Abschluss natürlich. Er kam in die Delinquenz, in die Drogen, ins Drogenmilieu. Man hat ihn dort von der Jugendanwaltschaft aufgelesen. Er hatte einen Coach. Ich kam als Sozialpsychiatrin und Familientherapeutin hinein und wir haben versucht, versucht und versucht, ihn wieder beruflich einzugliedern. An der Arbeit hat er gut gearbeitet. Wir wollten, dass er noch ein Lehrern macht. Aber zur Arbeit ging er, aber in die Schule nicht. Und jeden Morgen, wenn wir ihn versuchten, in die Schule zu bringen, dann war es ihm schlecht. Er hat gebrochen, also es ging alles in den Körper. Und wir waren nicht in der Lage, dieses Trauma durch den Lehrer aufzuheben. Es war so schwierig. Dabei war er ein sehr geschickter Handwerker. Ich weiß nicht, wie es ihm jetzt geht, aber diese Blamierung, die war schrecklich für ihn. Und ich denke, Blamage wird oft

verwendet in Erziehungsstrukturen. Aber es ist keine gute, es ist eine traumatisierende Erziehungsstruktur.

### **[00:14:06.640] - Sprecher 1**

Der einzige Moment, da eine solche Methode funktioniert, ist bei den Eskimos. Wenn Eskimo Kinder im Frühling aufs Eis gehen, dann werden, und das dürfen sie natürlich nicht, denn sonst brechen sie ein und die Siebschaft stirbt ab. Und da verwendet man die Erziehungsmethode der Blamage, also man nimmt sie in die Gruppe der Eskimos und man lacht sie aus. Und die gehen natürlich nie mehr auf dieses Eis. Also die Blamage ist eine Aversionsmethode, aber keine Motivationsmethode. Deshalb niemals Blamage verwenden, um Kinder zu erziehen. Solche Demütigungen, solche seelischen Verletzungen bleiben als Wunden ganz tief in der Seele stecken. Und heutzutage beleuchten wir ja diese tiefe Seele, wir Mediziner reden vom Gehirn. Und in welchem Hirnteil das stecken bleibt, ist das limbische System, also das emotionale Gehirn. Und dieses emotionale Gehirn ist zirkulär angeordnet, das heißt es kann sich aufschaukeln. Sie redeten von der Teufelsspirale. Diese Teufelsspirale kann auch im Gehirn ablaufen. Das heißt, wenn ich Angst habe und eine Situation erinnert an eine frühere Situation, da ich stark Angst hatte, Sie haben ein Beispiel gemacht, dann denke ich, mir diese Situation wieder, dann wird diese Teufelsspirale wieder angeregt und ich kann mich in eine Panik hineinsteigern. Und unter dieser Panik habe ich natürlich keine Chance mehr, irgendwie korrekt oder überlegt zu handeln.

### **[00:16:03.830] - Sprecher 1**

Es gibt dann nur noch Flucht, Kampf oder Tod, Sterbe, Reflex. Und die Gewalt, die Aggression, das wäre der Kampf. Also "Flight, fight or freeze reaction". Und die Aggression, sprich Gewalt, eigentlich gehört Gewalt nur zum Staat, denn von meiner Vorstellung her, aber in diesem Augenblick tritt dann eben Aggression auf. Und dann ist das Gegenüber natürlich erstaunt, denn es versteht nicht, was da alles abläuft im limbischen System, was da alles für Erinnerungen hervor kommt und ist konsterniert. Im Augenblick, da dieses limbische System in diesen Teufelskreis hineinkommt, passiert eine absolut automatische Aggression. Und dieser Mann, der die Pistole gekauft hat, der hat sich gerecht an dem, der ihm die Notdurftverrichtung verwehrt hat. Im Augenblick, da diese Gewalt, diese Aggression auftritt beim Klienten, beim Gegenüber des Therapeuten oder des Coachs, dann ist es ganz schwierig, nicht auch gegen Aggression zu zeigen. Im Augenblick, da der Therapeut oder Coach dann ebenfalls aggressiv wird, und wir können jetzt sagen, man redet heutzutage immer von Spiegelhormonen, also wenn der andere traurig ist, werde ich auch traurig, wenn der andere aggressiv ist, werde ich auch aggressiv. Im Augenblick, da wir die Aggression unseres Gegenübers übernehmen, Dann steigert sich natürlich hoch. Und dann gibt es eine Eskalation und die ist sehr gefährlich.

### **[00:18:06.930] - Sprecher 1**

Als ich in Königsfelden begonnen habe, 1980, da hatten wir noch Frauentakt und Frauenabteilung und Männerabteilung. Und man wollte sogar eine Klinik bauen, eine Klinik für Frauen und eine Klinik für Männer, also so wie in der Klosterschule. Das habe ich dann verhindern können. Die Politik wurde nicht gebaut. Und man kam dann auf die Idee, auf der Männerabteilung hatte es immer nur Männer, denn die Frauen sind ja schwächere Wesen und die kann man ja nicht diesen schwierigen Männern aussetzen. Die Männer haben aber die Tendenz viel schneller mit Gewalteskalation zu reagieren. Also wenn einem

Mann gegenüber Gewalt gezeigt wird, reagiert er viel schneller mit Gegengewalt. Und in solchen Situationen geht es ja darum, dass wir die Gewalt beherrschen können, dass wir nicht mit Aggressionen reagieren und das ist gar nicht so einfach. Dann hat man Frauen auf die Abteilung getan, also Pfleger, Ärztinnen hat es schon gegeben, vielleicht nicht so viele, man hat die Abteilungen gemischt mit gemischtem Pflegepersonal. Und in dem Augenblick, als mehr Frauen auf der Abteilung waren, die quasi schwächer waren, ging die Gewalt runter. Und das ist nur aus diesem Grund, weil die Frauen nicht automatisch mit Gewalt zurück reagieren. Und so hat sich dann das auch ausgebreitet.

### **[00:19:39.480] - Sprecher 1**

Ich denke, die Männer haben dann auch davon gelernt. Aber Männer müssen immer aufpassen, dass sie nicht sofort in diese Gewaltgegenreaktion hineinkommen. Dass sie also nicht eskalieren, sonst wird es gefährlich. Jetzt zu Verhaltensrichtlinien für den Coach im Umgang mit Gewalt und Aggressionen. Also als erstes muss der Coach seine eigenen Emotionen im Griff behalten. Das heißt, er darf eben nicht mit seinen Spiegelneuronen reagieren. Er muss etwas ruhiger bleiben als der Klient und aber dennoch in Kontakt bleiben. Er darf nicht spiegelartig reagieren, symmetrisch, sondern ruhiger, irgendwie anders. Aber darf die Beziehung nicht abbrechen. Er kann emotional oder muss seine Emotionen etwas runterfahren. Deshalb kann ich sagen, emotional zwei Schritte zurücktreten und die Haltung einnehmen. Jetzt mal überlegen, er muss Zeit gewinnen. Er darf sich aber niemals aus der Beziehung ausklinken. Denn Menschen, die zur Gewalt neigen, haben in der Regel schlechte Erfahrungen in den primären Beziehungen, haben häufig eine ambivalente Primärbeziehung oder unsichere Beziehungen, ein unsicheres Beziehungsmuster und sobald der Berater, der ja eigentlich helfen sollte, sobald der sich zurückzieht, macht er Liebesentzug. Liebesentzug wird schon wieder als Bestrafung angesehen. Er darf das Gegenüber, das quasi gewalttätig ist oder Gewalt zeigt, dafür nicht bestrafen. Macht er einen Beziehungsabbruch, wird es gezwungen, gefährlicher.

### **[00:22:01.720] - Sprecher 1**

Denn das Gegenüber kommt in Existenzangst. Und existenzielle Ängste, die können wieder zu Primitivreaktionen führen, eben zu Kampfreaktionen. Und das wäre dann wieder die Aggression. Wie ich schon gesagt habe, die meisten Menschen, die zu Gewalt neigen, die sind an sich haben unsichere Bindungsmuster und sind deshalb sehr, sehr, sehr sensibel auf Beziehungsabbruch. Und vielleicht sage ich noch Folgendes dazu, also ich beschäftige mich sehr mit ADHS und ADS Kindern. Früher sagte man, das wächst sich aus. Heute weiß man, dass man im Erwachsenenalter dies auch noch hat. Also es bleibt. Es ist eine genetisch vererbte Persönlichkeitsstruktur, die bleibt. Man lernt vielleicht besser damit umgehen. Mein Junge, der da nicht in die Schule zu bringen war, der hatte auch ein ADHS. Adhs Kinder haben verschiedene Eigenschaften. Einerseits die schlechte Konzentration, also sie können sich nicht lange auf etwas konzentrieren, das sie nicht interessiert. Sie haben eine hohe Sensibilität und diese hohe Sensibilität, die verteidigen sie dann mit aggressiven Verhalten, speziell wenn es Jungen sind. Die Mädchen machen es häufig etwas anders, aber die Jungen machen das. Und in diesem Sinne findet man in den Gefängnissen auch vermehrt ADHS Jungen. Da die so schlechte Impulskontrolle haben, laufen sie überall gegen die Regeln an.

### **[00:23:51.020] - Sprecher 1**

Sie gehen immer über die Grenzen raus, sie sind auch sehr explorativ in der Regel, wenn man sie nicht schon wieder in die Flucht geschlagen hat, aber die meisten sind Das ist sehr explorativ. Und dann sind sie immer die Spielverderber. Sie werden x Mal kritisiert, sie werden bestraft, sie werden gemäßregelt. Und wenn man mal so viele Maßregeln erhalten hat, erträgt es keine einzige mehr. Also dann passiert das Phänomen der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt. Oder auf Englisch sagt man "the straw that breaks the candle's back". Ein Strohhalm ist an sich nicht schwer, aber wenn schon so viele Strohhalm aufgeladen wurden, dann kommt noch ein einziger Sass zu und dann bricht die Aggression aus. Und das Gegenüber kann das natürlich nicht wissen, wenn es zum ersten Mal mit dieser Person zusammen ist, aber sie können es in ihrem Hinterkopf vielleicht hervorholen und daran denken und deshalb Achtung, ruhig bleiben und nicht noch ein Stroh oben drauf drücken. Denn diese Personen, die zur Gewalt neigen, die haben eine starke Erkrankungsgefahr und die können sich erkrankt fühlen durch ganz wenige Dinge. Durch ein Augenzwinkern. Ich arbeite auch mit Schizophrenen und der Blickkontakt ist ein Machtkontakt. Und wenn man Blickkontakt, wenn sie auf der Straße gehen und jemandem in die Augen schauen, den sie nicht kennen, dann zwingen Sie den zum Grüßen.

### **[00:25:28.520] - Sprecher 1**

Und das Grüßen ist ein Friedensverhalten. Ich greife nicht an. Manche schauen auch weg. Also entweder wird man begrüßt oder man schaut weg. Zum Beispiel bei Schizophrenen, die stehen unter einer wahnsinnig hohen Sie sind in einem hohen Erregungszustand, High Arousal. Und in diesem Erregungszustand ist die Angst auch sehr hoch. Wenn man mit denen zu sehr Blickkontakt macht, dann fühlen sich die bedroht. Dann heißt es, warum schauen sie mich so blöd an? Was denken sie? Und in dem Sinn darf man die nicht einschüchtern mit der eigenen Macht der Augen. Man darf auch nicht zu nahe rangehen, denn das kann schon wieder Angst auslösen und dann aggressive Verteidigung. Auch diesbezüglich habe ich ein Beispiel, da war ein Patient auf der Abteilung wütend und der hat dann ein Glas verschlagen, an den Boden geworfen und der Pfleger wollte es sofort auflesen, damit sich niemand daran verletzt. Er kam dem Patienten zu nahe und der Patient hat den Pfleger verprügelt oder ist auf ihn losgegangen, sodass Hilfe geholt werden musste. Ein Arzt kam ihm auch einmal zu nahe und er hat ihm eine Ohrfeige gegeben. Also die Fluchtdistanz muss bei diesen Menschen, die ein gewisses Gewaltgefühl haben, Wenn sie das Potential haben, muss die Fluchtdistanz eingehalten werden.

### **[00:27:04.620] - Sprecher 1**

Wenn man ihnen zu nahe geht, dann können sie sich bedrängt fühlen und dann geht nichts. Und die Fluchtdistanz ist bei Menschen so quasi zwei Armlängen. Also der andere kommt, aber je nachdem darf man ihnen auch nicht die Hand geben, denn das löst schon wieder Angst aus. Und das zeigt, wie sensibel wie das Gleichgewicht ist, wie fragil dieses Gleichgewicht ist in der Beziehung zu einer Person, die Gewaltpotenzial hat. Man kann den Menschen aber nicht nur so mit der Person zunäher treten, sondern man kann ihm auch intellektuell zunäher treten. Und als ich aus Amerika zurückkam, habe ich gefunden, die Schweizer sind eine Nation von Erwachsenen. Erziehern. Überall, wo ich, ob ich am Kiosk gestanden bin oder irgendwo gewartet habe, ich habe irgendetwas falsch gemacht. Und ein halbes Jahr dachte ich, ich gehe wieder zurück. Unterdessen habe ich mich gut daran gewöhnt und ich bin geblieben. Es gibt, wie ich schon gesagt habe, es gibt verschiedene Erziehungsmethoden. Man kann bestrafen mit Sanktionen. Man kann aber auch indirekt bestrafen mit moralischer Verurteilung. Und alle Religionen haben Erziehungsmuster in sich und alle Religionen werden auch verwendet in der Erziehung. Wir haben

die christliche Religion und in sämtlichen Religionen hat es sozialisierende Regeln drin, die uns erziehen sollen.

### **[00:28:56.860] - Sprecher 1**

Wie gesagt, wenn die Erziehung nicht funktioniert, dann haben wir die Tendenz, auch aus der religiösen Sicht, moralisch zu verurteilen. Und da gibt es ganz verschiedene Methoden, also eine Mutter kann zum Kind sagen, na, ist das moralisch? Aber ich sage es jetzt trotzdem, eine Mutter kann zum Kind sagen, das ist ganz schlecht, was du machst. Früher hat man gesagt, Gott schaut aus dem Himmel zu und der Bescheid bestraft dich dann, der sieht alles, Gott ist ja allwissend und du kommst mal in die Hölle. Das wäre eine Bestrafende, aber erst im nächsten Leben. Sie kann aber auch sagen, dass sie nicht mehr in die Hölle kommt. Sie kann sagen, das hat mich schwer enttäuscht oder sie kann sagen, das macht mich krank. Also sie operiert da mit ihrem eigenen Leiden als Erziehungsmethode. Sie macht dem Kind Schuldgefühle über ihr eigenes Leiden, denn kein Kind will, dass die Mutter leidet. Kein Kind will, dass der Vater leidet. Also wenn man emotionalen Druck aufsetzt auf das Gegenüber als Erziehungsmethode, appelliert man an die Schuldgefühle. Und ich habe da mir so einen Ausdruck gewählt. Schuldgefühle sind der Hirtenhund, welcher den Menschen wieder zum Kollektiv zurückbringt und Kollektiv heißt zu den Regeln des Kollektivs.

### **[00:30:36.020] - Sprecher 1**

Und wenn sie die Regeln des Kollektivs mit dem eigenen Unwohl befinden, durchzudrücken versuchen, ist das gefährlich. Das ist keine gute Methode, denn Schuldgefühle sind von den allerunangenehmsten Gefühlen. Und von dort her sage ich, nicht mit moralischen Argumenten funktionieren, nicht mit Schuldgefühlen Schuldinduzierenden Argumenten funktionieren, das macht unheimlich unangenehme Schuldgefühle. Und die werden nicht ertragen. Schuldgefühle zu ertragen ist etwas vom Schlimmsten. Und die Männer ertragen sie wahrscheinlich noch schlechter als wir Frauen. Wir sind eher geübt. Wir laden alle Schuld auf uns. Das hat schon so begonnen bei der Eva. Die war schuld für die Austreibung aus dem Paradies. Und wir denken, wenn das Kind schlecht rausgekommen ist, dann sind wir schuld. Wenn das Kind gut rausgekommen ist, dann war das der Verdienst des Vaters. Das ist so ein Klischee. Wo wir schuldinduzierende Methoden verwenden, um den anderen auf den richtigen Weg zu bringen, verstärken wir die Gefahr der Aggression. Und deshalb sind schuldinduzierende Erziehungs-, oder zur Vernunft führende Methoden nicht sehr gut. Die Aggression ist dann wieder ein Verdrängungsverhalten, ein Verdrängungsmodus, um diese Gefühle nicht zu spüren. Denn unangenehme Fühle hat man natürlich nicht gerne und die versucht man so schnell wie möglich loszuwerden. Und es gibt ja auch diesen Spruch "Angriff ist die beste Verteidigung" und das ist auch eine Verteidigung vor den eigenen Schuldgefühlen, nicht nur vor der Übernahme.

### **[00:32:41.620] - Sprecher 1**

Und jetzt, das wären alles Dinge, die wir nicht tun sollten, wir haben sie alle zum Teil in uns, wir haben sie zum Teil erlebt als Kinder, aber als Coach achten sie darauf, dass sie nicht mit diesen Dingen, mit diesen Methoden operieren. Doch jetzt, was sind die Dos? Ich habe jetzt erst die Don'ts gesagt, was soll man nicht machen?" Was sind die Dos? Als erstes, das bezieht sich wieder auf das Gleiche, in der Beziehung bleiben. Ruhig bleiben, keine Ablehnung zeigen, keine moralische Verurteilung zeigen, sondern einfach

da bleiben. Auch wenn sie noch keine Ahnung haben, wie sie die Probleme lösen wollen. Also von dort her einfach sitzen bleiben. Es gibt da wieder ein Beispiel aus der Primatenpsychologie. Gorillas sind ja Pflanzenfresser. Die wollen die Menschen eigentlich nicht fressen. Aber sie haben ein Territorium, und wenn man in ihr Territorium gelangt, wenn man Gorillas beobachten möchte, und da kommt einer, der Silberback, und der schlägt dann da auf seine Brust, ja, nicht flüchten. Denn wenn sie flüchten, dann denkt er, ah, der will jetzt mein Weibchen, den muss ich erdrücken. Und wenn wir natürlich Angst haben, dann kommt bei uns die Fluchtreaktion. Mit dem Gorilla wollen wir nicht kämpfen, mit dem können wir auch nicht argumentieren.

### **[00:34:14.700] - Sprecher 1**

Und darum wollen wir davonrein. Und da lernt man dann, dass man sich festhalten muss am Boden und nicht bewegen. Und im Augenblick, dass man sich festhält, ist man keine Bedrohung mehr, man will seine Weibchen nicht und er zieht weiter. Also man muss seinen Fluchtinstinkt unterdrücken. Und in dem Sinn, wenn Sie mit jemandem, der ein Gewaltpotenzial hat, im gleichen Raum sind, nicht flüchten, eher noch die Türe auflassen oder ihn bei der Türe sitzen lassen, dass er flüchten kann. Und ich habe solche Patienten, die haben sehr Angst, die sind nicht speziell gewalttätig, aber die brauchen immer den Fluchtweg offen. Also nicht flüchten, denn Flüchten löst wieder Beziehungsabbruch auf, ausmacht Angst und kann die Aggression verstärken. Dann, und das gilt bei jeder Geiselnahme, die Israelis sind sehr gut darin, man muss Zeit gewinnen, im Gespräch Zeit gewinnen, ohne irgendeine Lösung zu haben. Man muss die Situation genau beschreiben lassen, vielleicht noch ein paar Fragen stellen, aber das Fragenstellen darf nie ein Infragestellen sein. Warum hast du das gemacht? Da heißt dann schon, das geht doch nicht, das gehört sich nicht. Da kommt dann wieder die Moral. Und wir Systemtherapeuten haben gelernt, dass wir nie "Warum?" fragen. Die Mutter hat gefragt, warum bist du so spät nach Hause gekommen, warum hast du die Aufgaben nicht gemacht?

### **[00:35:54.500] - Sprecher 1**

Die Frage "Warum?" ist beladen mit Schuldinduktion. Deshalb nicht warum. Was war denn da, was war denn sonst noch? Also die Situation etwas ausweiten. Vielleicht herausfinden, wie ähnliche Situationen waren. Man muss vor allen Dingen das Gegenüber validieren in seiner Verzweiflung. Denn eben hinter der Gewalt, hinter der Aggression steckt eigentlich immer Verzweiflung und Angst. Allmählich muss man versuchen den Fokus auszuweiten. Dem sagt man generalisieren. Wenn es gut geht, kann man fragen, waren Sie schon in ähnlichen Situationen, die Sie so verletzt haben? Also man muss eigentlich an Ihre Verletzung herankommen. Das geht natürlich langsam, man kann das nicht so direkt, sondern etwas über Umwege. Man muss empathisches Verständnis zeigen für Ihre Verletzung. Und ja, nicht sofort Abhilfe schaffen wollen. Also ich mache das natürlich, man darf oder sollte auf die individuelle Lebensgeschichte eingehen und schauen, wo da überall Stationen waren, die sich tief eingegraben haben im limbischen System, das wäre da der Daumen. Und so Verständnis dafür zeigen. Und da sagt man ja, wenn Emotionen uns plagen und unsere Emotionalität zu einem Tsunami, also zu einer emotionalen Monsterwelle werden lassen. Wenn wir Worte finden für die Emotionen, dann geht der Stress um 50 Prozent herunter. Also wir müssen unserem Gegenüber helfen, diese Emotionen in Worte zu fassen, in Situationen aufzulösen und quasi eine Geschichte hervorzuholen.

### **[00:37:55.600] - Sprecher 1**

Es ist eine Therapie, wo dann so ein gewisses, man sagt ja, eine therapeutische Allianz, ich darf nicht sagen Therapie, eine Coaching Allianz, entstanden ist, wo man auf Augenhöhe miteinander vor einem Problem steht. Man kann auch sagen, was machen wir jetzt? Also man muss nicht eine Lösung haben. Und dann kann der andere einem vielleicht helfen bei der Lösung. Man darf aber, wenn es irgendwie geht, Angst haben. Denn sobald man Angst hat, dann hat der andere das Gefühl, man ist nicht in Kontrolle von sich selbst. Und dann steckt man ihn wieder an mit seiner eigenen Angst. Und das ist ja bei Hunden so, wenn man Angst hat, dann beißen die. Wenn man nicht Angst hat, dann beißen die einem nicht. Aber das ist einfacher gesagt. Denn die Angst läuft uns dann oft auch davon. Also bleiben Sie auf dieser Distanz, arbeiten Sie an Ihren Gefühlen, versuchen Sie, die im Griff zu zu behalten und ins Gespräch zu kommen. Und indem Sie ja ins Gespräch kommen, das Gespräch erweitern, generalisieren, geht auch Ihre eigene Angst etwas herunter. Und dann kann man allmählich nach einer Lösung suchen. Die Lösung muss aber nicht zu Ende gedacht sein. Wir sind nicht in einer lösungsorientierten Therapie.

### **[00:39:23.770] - Sprecher 1**

Wir wissen noch gar nicht, was die Lösung ist. Es geht nur darum, sich auf den Weg zu machen mit dieser Person, auf einem gemeinsamen Weg. Einen Schritt in eine andere Richtung finden. Manchmal kann man diesen Schritt in eine andere Richtung auch finden, indem man von irgendetwas redet, ob er einen Hund hat oder ob er diesen Film gesehen hat oder wo er die Kleidung gekauft hat. Also über ein Übergangsobjekt. Das ist nicht so direkt Angriff auf Angriff, also Auge um Auge. Ja genau, da wäre der Angriff drin. Sondern über etwas anderes mit ihm redet, um die ganze Situation zu beruhigen. Man darf sich keinesfalls in eine Schnelllösung hineindringen lassen. Also wenn ein Telefon kommt über solche gewaltpotenziellen Menschen kommt, dann heißt es meistens, es muss etwas passieren. Und ich mache dann immer eine Gegenreaktion. Nein, ganz langsam. Denn sobald ich angeschweckt werde, von diesem Schnellen, dann laufe ich Gefahr, dass ich in Aktivismus gerate und das ist nicht gut. Dann mache ich lauter falsche Schritte. Der Aktivismus fördert dann die Negativspirale, aber zwischen den beiden Personen. Also da sage ich jetzt, der Aktivismus fördert die Angstspirale und erhöht das Gewaltpotenzial. Und da sage ich noch mal etwas, Emotionen lassen sich nicht mit Argumenten beruhigen.

### **[00:41:02.300] - Sprecher 1**

Also beruhigt sich endlich. Die lassen sich nicht mit solchen Befehlsverhalten beruhigen. Und man kann da in die Chaostheorie gehen. Wenn wir eine Welle über den Ozean laufen mit einer kleinen Wellenhöhe, also flache Welle, aber einer sehr langen Amplitude. Die läuft über das Meer und die Schiffe, die da raufstehen, die machen nur so etwas so, dann kommt sie ans Land und das ist der Tsunami. Wenn da dann eine Mauer gebaut wird, dann kommt die Welle, die staut sich da auf und die macht eine Springflut. Und wenn wir Emotionen mit Argumenten stoppen wollen, dann verursachen wir eine Springflut. Das heißt, es wird Öl ins Feuer gegossen und wir setzen uns einer riesigen Gefahr an. Wir legen uns flach, aber bleiben da. Dann geht die Welle rein, raus, rein, raus. Emotionen haben es an sich, wenn man nicht dagegen vorgeht, dass sie sich mit der Zeit wieder beruhigen. Und das ist bei der Aggression so und das ist auch bei der Depression so. Aber nur sind wir meistens sehr ungeduldig und wir wollen eine Schnelllösung. Also keine Schnelllösung, keine Argumente. Von mir aus auch sagen, ich weiß es nicht. Ich weiß es nicht weiter. Was können wir machen, was schlagen Sie vor?

### **[00:42:34.480] - Sprecher 1**

Also einfach im Zwiegespräch bleiben. In diesem Sinne ist die Hauptleitlinie, Umgang mit Menschen, die ein gewisses Gewaltpotenzial haben. Der Weg ist das Ziel. Wir machen uns miteinander auf den Weg, auch wenn wir nicht wissen, wo er hinführt. Also, dass kein so ganz bestimmt zielorientiertes Handeln wie in der Wirtschaft immer angestrebt wird. Ich muss so und so viele Autos produzieren bis dann und dann und so und so viele verkauft haben, das funktioniert alles nicht. Man muss miteinander empathisch gemeinsam auf den Weg gehen. Ein empathisches Vorwärtsgehen und wenn das auch nur ganz kleine Schritte sind. Also irgendeine Idee zum Vorwärtsgehen ist wichtig, sonst sagt man ab. Der Klient sagt ab, ich sage ab. Und dann tritt wieder Panik auf. Nach neuen kreativen Lösungen suchen. Und jetzt noch ein Fallbeispiel. Ich hatte einen Patienten, der wurde von einer und wurde mir gemeldet vom Sozialdienst der Gemeinde. Er hatte zwei Söhne, oder hat sie immer noch? Er hat zwei Söhne, eine Frau, die ihm emotional und intellektuell irgendwie überlegener war, sie war sehr zielgerichtet, er war sehr emotional. Und er hat dann Gewalt angewandt gegen diese Frau. Er bekam deshalb Hausverbot, auch Verbot seine Kinder zu sehen. Und man hat ihn seiner väterlichen Funktion enttaubt, beraubt.

#### **[00:44:23.460] - Sprecher 1**

Der Sozialdienst wusste nicht mehr, was mit ihm machen. Und die Sozialarbeiterin hat mich gekannt von einer Fortbildung her und hat dann gefragt, ob ich den Fall nehme. Ehrgeizig wie ich bin, habe ich gedacht, suchen wir nach einer Lösung. Die kam mit diesem Mann vorbei und ich erinnere mich noch genau, ich musste wahnsinnig aufpassen, dass ich kein falsches Wort sagte. Ich habe ein Joining gemacht und ich habe gesagt, ja, ich verstehe, das muss für Sie ganz, ganz schlimm sein, dass Sie Ihre Söhne nicht sehen dürfen als Vater. Das verstehe ich. Und ich werde mir Mühe geben, dass sie auf irgendeinem Weg, ich werde mir Mühe geben, ich konnte nicht garantieren, dass es funktioniert, dass sie diese Söhne wieder treffen dürfen. Ich denke, das war ein Joining, das hat er akzeptiert. Das habe ich, glaube ich, sogar noch vor der Türe gesagt, denn er wollte nicht in Therapie, bei ihm hatte er hatte ja kein Problem. Er wollte nur seine Söhne wiedersehen. Und die Sozialarbeiterin ist dann mit ihm abgezogen. Ich habe ihn ab und zu gesehen, man kann überhaupt nicht von Therapie reden. Er hat mir immer angerufen, wenn irgendetwas falsch war. Er wollte weg aus der Gegend, er ist in eine andere Gegend.

#### **[00:45:49.640] - Sprecher 1**

Ich habe irgendwie einen Teil gesagt, vielleicht können Sie ja dort mal hingehen. Der ging wirklich dorthin. Ich habe immer Telefonate bekommen, wenn er Krach hatte mit dem Vermieter etc. Ich habe auch die Mutter und die Söhne gesehen. Wir haben versucht, mit begleitetem Besuchsrecht, dass er sie sehen durfte. Es hat eigentlich alles nicht geklappt. Er hat die Szenen nicht regelmäßig gesehen und er kam in Schulden. Er hatte so Krach mit dem Staat, dass er kein einziges offizielles Papier oder kein Kuvert aufgemacht hat. Er hat keine Steuern bezahlt. Er zahlt nichts und hat dann immer wieder gedroht. Er geht dann mit dem Gewehr, er verschieße das Betreibungsamt, er verschieße die Leute in der Gemeinde und dort. Also er hat ständig gedroht mit Gewaltakten und gepoltert und ich traue nichts und ich bringe nichts hin und ich am Telefon habe da ja ja ja so ich bin einfach dran geblieben und habe gesagt, ja, ich überlege mir, was ich machen kann ich muss darüber nachdenken und wenn ich etwas weiß, dann rufe ich sie wieder an, etc, etc. Also ich konnte keine große Lösung anbieten. Ich habe dann gesagt, schicken sie doch alle diese Steuerrechnungen zu mir. Das hat er dann gemacht.

#### **[00:47:24.260] - Sprecher 1**

Ich habe sie nicht bezahlt. Ich habe sie bei mir gehortet. Ich habe an die Bundessteuer, Bundesanwaltschaft oder ich weiß nicht, die Steuerkommission geschrieben und ich kam immer schöne viele Paragrafen zurück die habe ich nicht verstanden Ich konnte sie auch nicht recht interpretieren. Sie haben mir alle nicht geholfen. Und ich habe einfach da gestapelt. Ich habe es noch fertig gebracht, dass er die IV wieder bekommt, indem ich ihm ein Couvier geschickt habe, ich habe außen drauf geschrieben "Bitte öffnen persönlich" und habe ihm am Telefon gesagt er soll unterschreiben, wieder zurückschicken und die IV hat dann sogar eine Ausnahme gemacht und hat ihm die IV wieder gegeben. Aber eigentlich war das alles nicht lege artis, aber ich habe es knapp hingekriegt. Ich habe diese Steuerform weiter gesammelt, alle Bußen gesammelt. Jetzt ist er mit einer anderen Frau zusammen und die hat einen Juristen als Beistand und dann habe ich gesagt, oh kann ich nicht dir all das schicken, du verstehst dich da besser. Und dann habe ich gesagt, ja er fragt diesen Klienten, denn die verhandeln auch miteinander. Ja, es ist ein Verstand. Und jetzt habe ich alles dahin geschickt. Und jetzt darf der Jurist das institutionelle regeln.

### **[00:48:53.160] - Sprecher 1**

Was ich damit sagen will, meine Aufgabe bestand nur darin, seine Monsterwelle, seine emotionale Monsterwelle abzufangen, nicht dagegen zu agieren, ihn zu verstehen, auch wenn ich überhaupt nicht weiß, was ich tun soll, und immer sagen, ich überlege mir, ich denke an etwas, ich habe auch Dinge vorgeschlagen, manche hat er ja gemacht, andere gar nicht. Und so konnten wir die Beziehung behalten. Und er hat mir dann, am Anfang hat er mir gar nichts geschickt, da hat er mir sogar einen sehr anständigen Brief geschickt, also unsere Beziehung, unsere Kommunikation wurde immer mehr humanisiert und von der Gewalt befreit. Und in dem Sinn, also ich habe da die emotionale Abfangposition gehabt und der Jurist kann jetzt alles vom Mände lösen. Denn dieser Mensch ist so frustriert von der Institution, dass er nie mehr etwas mit denen zu tun haben will. Und das habe ich ernst genommen, obwohl ich auch überhaupt nicht wusste, was damit machen. Ich habe es einfach gehortet und telefoniert und immer wieder Zeit gewonnen. Ich habe jahrelang versucht, Zeit zu gewinnen für diesen Menschen. Einmal stand auch die Polizei vor der Tür und er hat mir dann telefoniert und wenn er da raus Er hat gesagt, wenn ich rausgehe, dann prügeln sie mich zu Tod.

### **[00:50:19.500] - Sprecher 1**

Dann muss ich die Polizei anrufen und sagen, gehen Sie nach Hause. Es ging um eine Betreuung. Und dann habe ich gesagt, gehen Sie nach Hause, da ist bei mir eine Therapie. Sie müssen überhaupt nicht mehr in die Polizei gehen. Das bringt nichts. Das erhöht nur das Gewaltpotenzial. Die haben dann gesagt, so läuft es im Staat. Ich muss das schriftlich bestätigen, dass sie etwas für ihre Akten haben. Das habe ich natürlich brav gemacht. Und sie gingen dann nach Hause. Das war in Kanton Aargau, dort kenne ich mich aus und viele Leute kennen mich. Dann ging das. Ich weiß nicht, ob das in Zürich ginge. Aber ja, da habe ich meinen Heimvorteil ausgenutzt, um die Gewalt zu reduzieren, das Gewaltpotenzial. Und jetzt versuchen wir es noch juristisch korrekt zu lösen über das juristische Knowhow des Beistandes seiner Freundin. In dem Sinn will ich sagen, als Schlussbemerkung, Umgang mit Gewalt als Coach im Erwachsenen, also mit einem Erwachsenen, wir reden ja nicht von Kindern, im Einzelsetting ist keine erzieherische Aufgabe, wir dürfen nicht diesen Leuten sagen, das geht doch nicht, das gehört sich nicht, das ist nicht der Moment, da wir erzieherisch auftreten und uns höher setzen. Es ist viel mehr eine Kommunikation auf Augenhöhe, eine Beruhigung des Gegenübers, denn die gewaltsame Verteidigung ist

ja eigentlich eine Stressreaktion, eine Angstreaktion und indem wir das Gegenüber in eine Enge treiben oder bedrohen, wird er nur gewalttätiger.

**[00:52:07.920] - Sprecher 1**

Es sei denn, also wenn jemand hospitalisiert werden muss und wenn man den nicht mehr beruhigen kann, dann muss man in Übermacht kommen, aber einfach zeigen, wir sind jetzt stärker und es hat keinen Sinn mehr sich zu wehren. Und das ist dann ähnlich wie wenn man im Urwald Rhino, Rhinocerosse, Challenged, also wie sagt man, herausfordert, muss man mit drei Elefanten kommen und dann drehen die um. Also wenn man überwältigen muss, dann muss man mit Übergewalt kommen. Wenn man alleine Gegenüber ist, ja nicht mit intellektueller Übergewalt funktionieren, sondern wirklich auf Augenhöhe bleiben und gemeinsam miteinander eine Lösung erarbeiten, Zeit gewinnen, vielleicht über etwas anderes reden, mithelfen als empathischer, geduldiger Coach. Denn es gibt keine Schnelllösung. Das wären meine Überlegungen, die ich Ihnen gerne mitgeben möchte. Dank, Frau Dr. Dawatz, für diesen äusserst spannenden und lebendigen Vortrag. Auch für Sie ein kleines Dankeschön. Danke vielmals.