



BILD: SHUTTERSTOCK.COM

„Im eigenen Leben Regie führen“

Obwohl Jacob Moreno, Gründervater des Psychodramas, wenig bekannt ist, hat er ein beachtliches Lebenswerk hinterlassen. Seine Ideen werden auch von Salzburger Therapeuten hochgehalten.

BETTINA FIGL

WIEN. Sigmund Freud, Viktor Frankl, Alfred Adler: Diese Väter anerkannter Psychotherapieschulen sind bis heute weltbekannt. Weniger geläufig ist der Name Jacob Levy Moreno. Dabei hat der Begründer des Psychodramas ein beachtliches Lebenswerk hinterlassen: Seine Arbeit hatte Einfluss auf Psychotherapieschulen wie die Gestalttherapie oder die Transaktionsanalyse. Aber auch die Methode der Familienaufstellung geht auf ihn zurück.

Sein Werk soll nun anlässlich seines 50. Todestags bei einem noch bis Sonntag andauernden Psychodrama-Weltkongress in Wien, wo Moreno übrigens auch am Zentralfriedhof begraben ist, geehrt werden. Ins Leben gerufen hat die Veranstaltung der Salzburger Psychiater, Psychotherapeut und Bestsellerautor Manfred Stelzig. Er fordert, Morenos Beitrag solle „nicht hinter dem Vorhang verborgen bleiben“.

Wer war Moreno und was steckt hinter der von ihm begründeten Methode? Der 1889 in Bukarest geborene Jude hat Psychodrama in Wien und New York als handlungsorientierten Gegenentwurf zu Freuds Psychoanalyse entwickelt. Fasziniert vom Stegreiftheater inszenierte er bereits in jungen Jahren spontane Stücke mit Kindern im Wiener Prater. Obwohl er letztendlich Medizin und Philosophie an

der Universität Wien studierte, bewahrte er sich die Leidenschaft für das Theater, die später auch in seine Arbeit einfluss.

Karoline Hochreiter, Salzburger Psychotherapeutin und Lehrtherapeutin für Psychodrama-Therapie und Kongress-Mitorganisatorin, sagt: „Wir alle spielen auf den Bühnen des Lebens und nehmen ständig wechselnde Rollen ein.“ Psychodrama mache sich das zunutze, in-



BILD: SN/PRIVAT

„Nicht nur Kinder lernen im Spiel.“

Karoline Hochreiter,
Psychotherapeutin

dem gefragt werde: Wie kann ich die Rolle so gestalten, dass ein zufriedenstellendes Leben möglich ist? „Das Ziel der Methode ist es, zu lernen, wie man sich von festgefahrenen Rollenstrukturen löst und Regisseurin oder Regisseur des eigenen Lebens wird“, sagt Hochreiter.

Während einer Psychodrama-Sitzung sollen Klienten Erlebtes auf der „psychodramatischen Bühne“ nachspielen – sei es der Streit mit einer Freundin, einem Arbeitskollegen oder ein Kindheitstrauma. „Durch das Teilen von Gefühlen können Erfahrungen integriert werden und neue Handlungsmöglichkeiten entstehen“, sagt Hoch-

reiter, denn „nicht nur Kinder lernen im Spiel, sondern auch Erwachsene“. Wichtig sei aber, dass der Protagonist oder die Protagonistin immer jede Rolle einnimmt – also nicht nur die eigene, sondern auch die des Gegenübers wie etwa des Ehepartners, mit dem man einen Konflikt hatte. „Durch diesen Perspektivenwechsel werden die Handlungs- und Veränderungsansätze dem Protagonisten selbst evident“, erklärt sie.

Falls die psychodramatische Sitzung in einer Gruppe stattfindet, werden die anderen zu Mitspielern. Sie können – mit Unterstützung der Therapeutin oder des Therapeuten – in das psychodramatische Spiel eingreifen. Dabei soll es laut Moreno auch bei nicht oder kaum ins Spiel integrierten Gruppenmitgliedern zu einer „heilsamen Erschütterung“, einer sogenannten Katharsis, kommen. Danach sind die Mitspieler aufgefordert, dem Protagonisten Rückmeldung geben.

Im Gegensatz zu Freuds Psychoanalyse, bei der Patienten liegend oder sitzend behandelt werden, ist beim Psychodrama Bewegung ein zentrales Element. „Es steckt auch ganz viel Embodiment (Wechselwirkung zwischen Körper und Bewusstsein, Anm.) im Psychodrama“, sagt Hochreiter. Auf diese Weise sollen festgefahrene Konflikte, wie sie oft zwischen Paaren oder Familienmitgliedern bestehen, gelöst werden.

„Gute Erfahrungen haben wir in Salzburg mit Psychodrama in der ambulanten Familientherapie gemacht“, sagt Hochreiter. Die Behandlungsmethode komme mitunter in sehr belastenden Situationen zum Einsatz: beispielsweise bevor das Jugendamt die schwierige Entscheidung trifft, ob ein Kind den Eltern abgenommen werden muss. Um eine Abnahme zu verhindern, wird mithilfe von (psychodramatischer) therapeutischer Intervention versucht, die angespannte Situation in der Familie zu verbessern. „In vielen Fällen können die Kinder danach doch bei ihren Familien bleiben, in manchen müssen sie dennoch in ein betreutes Wohnen wechseln.“

Wesentliche Unterschiede zwischen Psychodrama, für das die Ausbildung in Form eines Fachspezifikums in Österreich seit 50 Jahren angeboten wird, und Psychoanalyse gebe es auch in der Herangehensweise, sagt Hochreiter: „Im Psychodrama ist es von Beginn an ein Füreinander und Miteinander. Es geht uns um Verbundenheit, denn danach sehnen sich die Menschen.“

Das sei ganz im Sinne Morenos, der sich Zeit seines Lebens für Menschen am Rande der Gesellschaft eingesetzt habe. Hochreiter erklärt: „Moreno wollte ein gutes Leben für alle. Das ist bis heute die Grundlage des Psychodramas.“

Oft bemerkt Friseur erstmals Hautprobleme

Jeder und jede macht im Lauf des Lebens eine Hauterkrankung durch.

WIEN. Bei Haar- und Kopfhauterkrankungen spielen Friseure eine große Rolle bei der Früherkennung. Das betonten Hautärztinnen und -ärzte am Donnerstag. Daisy Kopera, Präsidentin der Gesellschaft für Dermatologische Kosmetik und Altersforschung, plädierte dafür, die Kooperation zwischen Medizin und Friseuren zu intensivieren. Diese könnten eine Rolle bei der Früherkennung von Hauterkrankungen spielen und entsprechend geschult werden. Sichtbare Hauterkrankungen und Haar- ausfall führen oft zu einer zusätzlichen psychischen Belastung, wurde betont. An der Haut gebe es „unwahrscheinlich viele Krankheiten“, sodass jede Österreicherin und jeder Österreicher im Lauf des Lebens an einer Hautkrankheit erkrankt, sagte Robert Müllegger, Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Dermatologie. SN, APA

KURZ GEMELDET

Doskozil will eigene Medizin-Privatuni

EISENSTADT. Landeshauptmann Hans Peter Doskozil (SPÖ) will im Burgenland eine eigene medizinische Privatuniversität einrichten. Auf diese Weise könnte das Land seine Ärzte in Zukunft selbst ausbilden und wäre nicht mehr von Ausbildungsstätten in anderen Bundesländern abhängig, meinte Doskozil in der Landtagssitzung am Donnerstag. Ziel sei es, innerhalb von drei Jahren die Akkreditierung und Zertifizierung zu schaffen. SN, APA

Weniger Andrang beim Medizinstudium

WIEN. 15.158 Personen haben sich für den Aufnahmetest für das Medizinstudium am 5. Juli beworben. Das teilten die Medizin-Universitäten in Wien, Innsbruck und Graz sowie die Medizin-Fakultät der Universität Linz am Donnerstag mit. Damit sind die Anmeldezahlen das dritte Jahr in Folge zurückgegangen. Zu vergebene sind heuer insgesamt 1900 Plätze, das sind um 50 mehr als im Vorjahr. SN, APA

Listerien wurden erstmals in veganem Käse nachgewiesen

Milchsorten aus pflanzlichen Quellen sind laut Forschenden „ein guter Nährboden für Listerien“.

PARIS. Veganer Käse wurde bisher als Alternative zu Rohmilchkäse für Personen mit Listerioserisiko, wie etwa Schwangere, angepriesen. Nun wurden erstmals einige durch veganen Käse hervorgerufene Listeriosefälle in mehreren europäischen Ländern belegt.

So berichten Forschende des Pariser Institut Pasteur im „New England Journal of Medicine“ von einem Listerioseausbruch in Frankreich zwischen April und Dezember 2022: Er betraf vier schwangere Frauen, die Frühgeburten erlitten,

sowie eine 38-jährige Person mit geschädigtem Immunsystem, die eine Meningoenzephalitis (Gehirnhautentzündung) erlitt.

Das „Deutsche Ärzteblatt“ berichtet von Listeriosefällen bei einem dreijährigen Kind in Belgien, einer Person mit schwangerschaftsassoziierter Sepsis in Deutschland und einem Baby in den Niederlanden, bei dem nach der Geburt eine Meningitis diagnostiziert wurde. Die Forschenden sequenzierten Erbanlagen der Listerien, welche die schweren Infektionen verur-



Veganer Käse.

sacht hatten: Die Bakterien waren faktisch ident. Bei der Befragung der Betroffenen stellte sich heraus,

dass sie veganen Käse derselben Marke konsumiert hatten. Im Jänner 2023 rief der französische Produzent mehrere Sorten der Marke Jay & Joy zurück. Der Produktrückruf betraf vegane Gänseleber, Brie und Blauschimmelkäse.

Ein mögliches Problem ist laut den Experten: „Solche Produkte werden als gesünder als Käse aus tierischer Milch und als frei von nahrungsmittelbedingten Krankheitsregenern vermarktet, weil sie pflanzenbasiert sind.“ Allerdings: Diese Produkte würden keinerlei

Hygienemaßnahmen wie einer Pasteurisierung unterzogen, um Kontaminationen zu vermeiden. Dabei seien aus pflanzlichen Quellen stammende Milchsorten offenbar ein guter Nährboden für Listerien. In einer im „New England Journal of Medicine“ zitierten Vergleichsstudie wuchsen Listerien in aus Nüssen hergestellter Milch sogar viel schneller als in Kuhmilch. Listerien können insbesondere bei älteren oder abwehrgeschwächten Menschen lebensgefährliche, invasive Infektionen auslösen. SN, APA