

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---

GESUNDHEIT

## Risse und Licht

Wie kann Psychotherapie als Profession uns in diesen Zeiten Hoffnung geben? Ein Kongress fand Möglichkeiten – und wurde zum Spiegel der Geschichte.

VON EVA-MARIA TRÄGER

 18. MÄR 2022

Wer sich an diesem Tag um kurz vor elf Uhr in den Livestream des Kongresses einschaltete, dem bot sich ein Bild, das mit Hoffnung wenig zu tun hatte. Im Programm der Tagung der *European Association of Psychotherapy* (EAP) war ein Vortrag von Sue Daniel angekündigt, Psychodrama-Expertin aus Melbourne. Und ebendiese Sue trug keine ausgefeilten Sätze aus einem Manuskript vor, sondern erklärte mit ernster Miene, wie traurig und alarmiert sie angesichts der aktuellen Nachricht sei.

Sie bat die Anwesenden zu sich auf die Bühne, leitete sie an zu atmen, sich zu spüren, die eigenen Gefühle wahrzunehmen und zu formulieren. Dann bildeten sie diesen Gefühlen folgend gemeinsam eine „Skulptur“

aus ihren Körpern. Schock, Trauer, Wut, Ohnmacht. Und schließlich: Hoffnung. Es wurde geweint in der folgenden Stunde auf dieser Bühne, Ängste gezeigt und gelöst, getröstet und umarmt; einander gehalten – Psychodrama live.

## Unsicherheit und Verwirrung

Es war ein besonderer Kongress, den die EAP am vergangenen Wochenende in Wien abhielt. „The Hope of Psychotherapy for Our Endangered World“ – dieses große Thema hatte man schon Monate vorher gewählt, nicht ahnend, dass neben allen Krisen, die die Welt derzeit beschäftigen, noch ein Krieg in Europa dazukommen sollte, und mit ihm das konstante Gefühl der Bedrohung.

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---

---

---

## DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

BEZIEHUNG

### Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

### Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomane. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

BERUF

## Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

# MEISTGELESEN

## 1 GESELLSCHAFT

### „Zuckerbrot funktioniert meist besser als Peitsche“

Dan Christie, einer der führenden Experten für Friedenspsychologie, über Putins Überfall auf die Ukraine und die Frage, was ihn zum Einlenken bewegen könnte.

## 2 LEBEN

### Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Ego manen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

## 3 GESELLSCHAFT

### Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.