

INTERVIEW

„Wichtig ist die Balance von wohlbehütet und autonom“

WAIDHOFEN/YBBS. Man fühlt sich auf Antrieb wohl in der neu eröffneten Praxis von Katrin Roseneder. Die Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision hat bei der Einrichtung auf warme, farbenfrohe Materialien Wert gelegt. Sie sorgen am Hohen Markt – reduziert auf das Wesentliche – für angenehme Atmosphäre. Seit Anfang Mai bietet die gebürtige Waidhofnerin hier eine spezielle Form der Therapie, das Psychodrama, an. Wir haben sie zum Gespräch gebeten.

von KARIN VESELY

Tips: Was darf man sich unter Psychodrama vorstellen?

Roseneder: Der Begründer J. L. Moreno, er wirkte etwa zeitgleich zu Sigmund Freud, gelangte zur Überzeugung, dass Handeln heilender sei als Reden. Dafür setzte er verschiedene Techniken ein, wie zum Beispiel das Rollenspiel oder Aufstellungen. So soll besser erkannt werden, wo etwa

Spannungsfelder liegen oder eingefahrene Verhaltensweisen uns hindern, in kreativer Spontaneität zu agieren.

Tips: Für wen und bei welchen Problemen eignet sich diese Therapieform im Besonderen?

Roseneder: Es eignet sich bei Problemen in Gruppen und im Sozialverhalten, bei Konflikten, in akuten Krisen, aber auch bei Angst- und Panikstörungen, Burn-out oder Depressionen. Die Kraft der spielerischen Begegnung kann bei Erwachsenen ebenso gut angewandt werden wie bei Kindern und Jugendlichen, auf die sich meine Weiterbildung im Besonderen konzentriert. In Einzel- und Gruppensettings können förderliche Umgangsweisen mit den Gefühlen erarbeitet werden. Im Rollenspiel etwa stellt der Protagonist eine belastende Szene nach, das kann ein Konflikt mit einem Arbeitskollegen sein oder Probleme mit dem Partner. Nach dem Spiel folgt die Nachbesprechung, das Feedback, in dem die

Teilnehmer wichtige Rückmeldungen für den Protagonisten liefern beziehungsweise die gespielte Rolle an die eigenen Lebensgeschichten erinnert.

Tips: Wo liegen laut deiner bisherigen Erfahrung die häufigsten Störungen?

Roseneder: Bei Kindern häufen sich Auffälligkeiten im Sozialverhalten, bei Erwachsenen Depressionen und Angststörungen. Gründe oder Auslöser dafür sind sehr unterschiedlich. Ein scheinbar aktuelles Problem kann in der Kindheit oder Jugend begründet liegen.

Tips: Trägt die Krankenkasse einen Teil der Kosten?

Roseneder: Dazu muss ich ein bisschen ausholen. Ich hab das Propädeutikum an der Uni Wien abgeschlossen und stehe nun in der Fachspezifikum-Ausbildung unter Supervision. Das heißt, ich selbst muss unter anderem 600 Praxistherapiestunden vorweisen. Wenn ich diese sowie eine abschließende Masterarbeit hinter mir habe und als fertig ausgebildet eingestuft werde, gewährt die Krankenkasse meinen Klienten einen Zuschuss. Vorläufig muss die Therapie, deren Preis dementsprechend angepasst ist, aber noch aus der eigenen Tasche bezahlt werden.

Tips: Böse Zungen behaupten, dass neun von zehn Psychologie-/Psychotherapiestudenten deshalb diese Richtung wählen, um sich selbst zu therapieren. Was ist an dieser nicht belegten Statistik dran?

Roseneder: (lacht) Macht man nicht insgesamt vieles von dem,

was man tut, für sich selbst? Und selbst, wenn an dieser Statistik was dran wäre, was ist falsch daran, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen, um sich und schlussendlich die anderen besser zu verstehen? Es heißt ja auch, man muss zuerst sich selbst lieben, um andere lieben zu können. Aber zurück vom Allgemeinen zu mir: Ich habe mit dem Psychotherapiestudium erst nach Abschluss meines Kultur- und Anthropologiestudiums begonnen. Daraus lässt sich schon mein Interesse an Menschen, ihrem Lebensraum und Verhalten ableiten. Vom Sozialverhalten zum individuellen ist der Weg nur mehr ein kurzer.

i WORDRAP

Glück ist für mich Zeit mit meiner Familie.

Was mich nervt: Schubladendenken

Mit wem ich gerne einen Abend verbringen würde: mein kindliches Ich mit John Travolta, meine jetziges Ich mit Friedensreich Hundertwasser

Mit wem auf keinen Fall: Auch von Leuten, die man nicht mag, kann man etwas lernen.

Wenn ich mich für einen Tag wo hinbeamen könnte, wäre das: an einen Ort, wo die Zeit entschleunigt ist

Worauf ich nie verzichten möchte: mein Bauchgefühl

Liebe ist, sich selbst und dem anderen genügend Raum für Entfaltung lassen und sich dennoch gemeinsam entwickeln.

Mein Lebensmotto: Alles, auch das vermeintlich Negative, macht uns zu dem, was wir sind.



Die 30-Jährige führt ihr jugendliches Aussehen auf ihre guten Gene zurück.

Ich bin im Zuge dieses Studiums nicht nur viel gereist, ich habe währenddessen auch in der Migrationshilfe gearbeitet und beim Betreuten Wohnen. Ich wollte vor allem in der Flüchtlingsbetreuung bleiben und hab mir die Frage nach einer passenden Zusatzausbildung gestellt und so ist schließlich die Idee zum Psychotherapiestudium gereift.

Tips: *Führt dein mädchenhaftes Aussehen zu Irritationen bei deinen Klienten?*

Roseneder: Die Gene in unserer Familie dürften für unser jugendliches Aussehen verantwortlich sein. Auch mein Bruder wirkt jünger, als er ist. Das kommt uns dann im Alter sicher zugute (lacht). Gelegentlich führt das beim ersten Kennenlernen von Klienten zu kleinen Verunsicherungen. Wenn die Chemie aber stimmt, und das ist für einen Behandlungserfolg von sehr großer

Bedeutung, fällt das nicht mehr ins Gewicht. Entscheidend sind dann die Themen, die sich herauskristallisieren, und die Prozesse, die in Gang gesetzt werden.

Tips: *Du bist in Waidhofen/Zell aufgewachsen und erst vor gut einem halben Jahr wieder nach Waidhofen zurückgezogen. Was war der Beweggrund?*

Roseneder: Mein Lebensgefährte und ich haben lange in Wien

gelebt und im Anschluss ein Jahr in Mödling. Dort ist auch unser Sohn geboren worden. Benjamin ist jetzt eineinhalb Jahre und ich wollte einfach näher zu meinem familiären Netzwerk. Zudem habe ich in Mauer/Öhling mein Praktikum absolviert und bin nun eben dabei meine Praxis aufzubauen.

Tips: *Wie sollten Eltern aus Sicht einer Psychotherapeutin und zugleich Jungmutter ihre*

Kinder erziehen, damit diese im Erwachsenenleben keine Therapie nötig haben?

Roseneder: Es gibt nie eine Garantie gegen irgendeine Form von Erkrankung, weder psychisch noch körperlich. Ich glaube aber, dass Eltern, deren Kinder in einem wohlbehüteten Umfeld aufwachsen, diese Angst nicht mit sich tragen sollten. Generell sollte nicht hinter allem sofort eine Störung vermutet oder befürchtet werden. Wenn zum Beispiel in der Pubertät von den Jugendlichen Grenzen ausgelotet werden wollen, werden müssen, und es auch schon mal zu Dummheiten kommt, so ist das eine ganz gesunde Entwicklung und notwendig, um daraus zu lernen. Es ist ein wichtiger Teil der Identitätsfindung. Eine gesunde Balance zwischen wohlbehütetem Umfeld und autonomer Entwicklung ist durchaus förderlich, spätere Krisen gut bewältigen zu können. ■



Eine entspannte, warme Praxis-Atmosphäre vermittelt Wohlgefühlcharakter.

SAISONERÖFFNUNG Senioren auf Ausflugsfahrt

SONNTAGBERG. Mitte April starteten 48 Senioren der Ortsgruppe ihre Ausflugssaison mit einer Fahrt ins Traisental.

Ihre erste Station führte sie ins „Geschirr“-Museum in Wilhelmsburg. Weiter ging es entlang der Traisen bis zur Mittagstrast in Maria Hilfsberg. Gut gestärkt wurde anschließend die örtliche Servitenklosterkirche besucht. Der Bettelorden Serviten wurde 1233 von sieben Kaufleuten in Florenz gegründet. Im nächsten Ziel Berndorf wurden die „Berndorfer Stilklassen“ besichtigt, deren architektonische Vielfalt von Empire über Rokoko bis Barock die Gruppe staunen ließ. Beim Heurigen Zeilinger in Euratsfeld klang der Tag gemütlich aus. ■

Tips total regional.

ePaper, Gewinnspiele und vieles
mehr auf www.tips.at

Bei Ihnen tut sich was?
Informieren Sie mich!

Tips

Karin Vesely

Redaktion

Unterer Stadtplatz 34
3340 Waidhofen/Ybbs
Tel.: 07442 / 52 820-1654
Mobil: 0676 / 502 63 86
k.vesely@tips.at



**ZEIT, FÜR EINE NEUE KÜCHE?
ABER BITTE NICHT IRGEND EINE!**

**KÜCHEN-CENTER
AMSTETTEN**

Ballwein & Burgstaller

ewe FM INTUS

**KÜCHEN AUS
ÖSTERREICH**

Die erste Adresse, wenn es um Ihre Küche geht!

Betriebsgebiet Nord 4, 3300 Ardagger Stift, Tel. 07479/20110

www.kuechen-center-amstetten.at Mo-Fr von 9:00 bis 17:00 Uhr, Sa von 9:00 bis 12:00 Uhr