

# In einem anderen Leben

**Nirgends habe sie so viel über Psychologie lernen können wie im Theater, sagt die Psychologin und Amateurschauspielerin Daniela Krneta Messmer. Zunächst nur im Beruf, heute auch in ihrer Freizeit engagiert sich die 48-Jährige zudem in der Suizidprävention.**

«Schon während meines Studiums habe ich in der Waldau gearbeitet. Ich habe Kinder- und Jugendpsychiatrie mit Pädagogik und Psychopathologie studiert. Seit 2003 bin ich als wissenschaftliche Mitarbeiterin im Stab bei Professor Werner Strik, dem Direktor der Universitätsklinik und Poliklinik in den Universitären Psychiatrischen Diensten, angestellt. Meine Arbeit umfasst ein breites Spektrum. Ich helfe meinem Chef, seine Direktion zu managen, und übernehme Aufgaben im Bereich des Controllings. Weiter bearbeite ich die diversen Haftpflichtfälle. Ich bin auch so genannte «Editorialassistent» des wissenschaftlichen Journals meines Chefs, das Neuropsychobiology heisst. Ich pflege Kontakte mit Autoren und Reviewern in der ganzen Welt, nehme ihre Rückfragen und Anliegen entgegen.

Und dann habe ich da noch eine weitere Aufgabe, für die ich mich inzwischen auch in meiner Freizeit engagiere: Ich habe mitgeholfen, das Berner Bündnis gegen Depression aufzubauen. Heute bin ich Vizepräsidentin und Kassierin dieses kantonalen Netzwerks. Unser Ziel ist es, die Versorgung und Lebenssituation von depressiv erkrankten Menschen und ihren Angehörigen zu verbessern und Suizide im Kanton Bern zu vermeiden. So haben wir uns in der Stadt Bern dafür eingesetzt, dass die drei grossen Brücken mit Aufgarnetzen gesichert werden.

Je länger ich im Bündnis engagiert bin, desto mehr fasziniert mich diese Arbeit. Ich sehe, wie wichtig sie ist. In der Schweiz nehmen sich jährlich 1300 bis 1400 Menschen das Leben – das sind dreimal mehr Tote als bei Verkehrsunfällen. Etwa 90 Prozent der Suizide sind auf psychische Erkrankungen zurückzuführen, zu einem grossen Teil auf Depressionen. Das Bündnis setzt sich dafür ein, dass die Anzahl suizidaler Handlungen zurückgeht. Wir versuchen, das Thema Depression in der Öffentlichkeit zu entstigmatisieren, indem wir viel Informationsarbeit leisten. Es ist wichtig zu wissen, dass eine Depression jeden treffen kann, dass sie viele Gesichter hat – und dass sie behandelbar ist.



«In einer Rolle ein anderes Leben leben»: In «Wachtmeister Studer» gab Daniela Krneta Messmer die Untersuchungsrichterin.  
Bild: zvg

In meiner Freizeit bin ich Amateurschauspielerin. Ich bin Mitglied der Zytglogge-Gesellschaft Bärn, und das schon seit über zehn Jahren. Als ich dem Verein beitrug, war er längst schon vom Heimatschutztheater abgekommen und die Gruppe konnte sich eine Profi-Regie leisten. Mein erstes Stück war «Drei Männer im Schnee» von Erich Kästner. Da ich über keine Theatererfahrung verfügte, dachte ich, dass ich mich mit einer kleinen Statistenrolle werde begnügen müssen. Doch ich durfte bereits in allen fünf Akten mitwirken – und als Dienstmädchen sogar fünf Sätze sagen! Ja, es hat mich gepackt, damals. Ich habe später auch Laienkurse an der Schauspielschule besucht und im Verein geholfen,

Stücke auf Berndeutsch zu übersetzen. Im Jahr 2003 durfte ich meine erste Hauptrolle spielen. Es war im Stück «Trommeln über Mittag» von Patrick Frey und Katja Früh. Als Psychologin wandte ich schräge Therapieformen an und durchlebte bewegte Szenen einer Ehe.

Nirgends habe ich so viel über meinen Beruf als Psychologin gelernt wie im Theater. Hier kann man ein gewisses Verhalten ausprobieren, man kann schauen, was passiert – und dann wieder zurückstehen und beobachten. Es ist faszinierend zu sehen, wie durch das Spiel etwas im Moment real passiert. Es ist so, als könnte man in einer Rolle ein anderes Leben leben. Ich glaube, dass

man immer einen kleinen Teil von sich selber spielt. Einiges können wir uns durch Beobachtungen aneignen, den Ansatz für die Rolle aber müssen wir immer bei uns selber suchen. Es ist dementsprechend wichtig, dass der Regisseur oder die Regisseurin die Rollen den Schauspielerinnen und Schauspielern passend zuteilt. Mit der Zeit werde ich ein wenig diese Person und ich nehme Aspekte von ihr mit in den Alltag.

Etwas vom Wichtigsten, das ich im Theater gelernt habe, ist: Hinstehen können mit dem Wissen, dass ich das kann – und dass ich notfalls imstande bin zu improvisieren. Ich weiss, dass ich mich habe. Diese Erfahrung gibt mir Selbstvertrauen und ist auch in anderen Lebenssituationen dienlich. Improvisieren musste ich auch an der Dornier unseres letzten Stücks «Wachtmeister Studer», ein Stück von Barbara Rauch nach dem gleichnamigen Roman von Friedrich Glauser. Als Untersuchungsrichterin wollte ich gerade einen Zeugen einvernehmen. Da kommt doch einfach ein Polizist herein und stellt mir ein Bier aufs Pult – und das mitten in der Verhandlung! «Das können Sie gleich wieder mitnehmen», sagte ich ohne weiter zu überlegen. Der Polizist reagierte nicht. Da bimmelte ich mit der Glocke und bestellte ihn wieder her. Dieses Mal räumte er das Bier ab. So eine Reaktion ist nur aus dem Moment heraus möglich. Es ist wichtig, dass man dabei nicht aus der Rolle fällt und spürt, wer man ist.

Aufgezeichnet von Catherine Arber