

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 111 (1985)  
**Heft:** 14

**Illustration:** Das photographierte Zitat  
**Autor:** Graffenried, Michael von

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Bild: M. v. Graffenried

Ernst ist das Leben, heiter die Kunst. (SCHILLER: WALLENSTEIN)

## Schreien Sie auch?

Schreie können Emotionen freisetzen, die seit der Kindheit verdrängt worden sind; und die Freiheit, die man daraus gewinnt, kann sich als entscheidender positiver Persönlichkeitswandel auswirken.

Diese Erkenntnis stammt nicht etwa von mir, sondern vom Psychiater Daniel Casriel, seines Zeichens Erfinder der «Schreitherapie» und Verfasser des Buches «Die Wiederentdeckung des Gefühls». Der amerikanische

**Von Felix Feigenwinter**

Arzt besuchte vor geraumer Zeit auch die Schweiz, und durch die Räume eines vornehmen Zürcher Hotels gellten dann während dreier Tage markerschütternde Schreie. «Unter Leitung des Psychotherapeuten aus New York schreien seit gestern 50 Schweizer um die Wette», berichtete damals eine Zürcher Tageszeitung über dieses bewegende Ereignis, und sie informierte auch gleich über den wirtschaftlichen Aspekt dieser Veranstaltung: «Kostenpunkt

für den dreitägigen (Workshop): 250 Franken pro Teilnehmer.» Inzwischen dürfte eine Gruppenschrei-Therapie, gemessen am Landesindex der Preise, noch bedeutend teurer geworden sein.

Das Bedürfnis zu derartigen Übungen scheint gross zu sein; die Schrei-Therapeuten können sich über mangelnde Kundschaft nicht beklagen. Der Hintergrund ist klar: «Wir leiden unter Einsamkeit und Entfremdung, weil wir des ersehnten Kontakts mit anderen Menschen beraubt worden sind...» Denn: «Unsere Kultur hat eine Bevölkerung geschaffen, die in unterschiedlichem Ausmass emotional gestört ist. Menschen sind entfremdet, weil sie anderen nicht genügend Vertrauen schenken können, um ihnen ihre echten menschlichen Gefühle zu zeigen. Werden diese überlebensorientierten Gefühle jedoch unterdrückt, dann kommt es zu verschiedenen Arten von (Krankheiten), die sich symptomatisch in Form von defekten Emotionen, Einstellungen und Verhaltensweisen äussern.»

Casriel bemängelt, dass «nur wenige Psychiater und Psychologen tatsächlich das Wesen der Kultur und die ungeheuren Folgen ihrer Wirkung auf jeden Menschen anerkennen» – und dass «das psychiatrische Denken nur in bescheidenem Mass von dieser Fülle neuer Informationen beeinflusst worden» ist. Er stellt die klassische, nach wie vor rege praktizierte Psychoanalyse als untaugliches Mittel dar, indem er ihre Wirksamkeit mit einer «Zahnbürste für einen Flachmaler, der ein Haus anstreichen muss» vergleicht. Nach klassischer Analytiker-Art jahrelang auf der Psychiater-Couch über Emotionen zu reden, findet der Arzt aus Amerika «dasselbe, als wollte man ein Gemälde mit dem Gehör verstehen».

So weit, so gut. Was geschieht aber mit den durch Schreien befreiten Patienten, wenn sie aus Casriels Schrei-Oase wieder in den grauen, viel Disziplin erfordernden Alltag zurückkehren: In die technokratisch geplanten Lebens-, Wohn- und Arbeitsver-

hältnisse, wo ehrliche Gefühle und individuelle menschliche Bedürfnisse, die viel älter sind als unsere Zivilisation, in der Regel weder vorgesehen noch erwünscht sind?

Nun verspüre auch ich den Drang, hin und wieder loszuschreien. Da unterscheide ich mich kaum vom «kulturgeschädigten Durchschnittsbürger», für welchen Casriels Therapie empfohlen wird. Dass ich mich trotzdem keinem Schrei-Therapeuten à la Dr. Casriel anvertraue, hat einen ebenso einfachen wie praktischen Grund: Als Fussballfan sehe ich beim besten Willen nicht ein, warum ich für eine einmalige Schrei-Therapie 250 Franken oder mehr hinblättern soll, wenn ich mir je 90minütige analoge Erlebnisse für den gleichen Geldbetrag über dreissigmal pro Fussballsaison im Stadion beschaffen kann!

Reklame

Nimm Trybol, Dein Gegenüber ist bestimmt sehr froh darüber

**Trybol** Kräuter-Mundwasser **Trybol** und Zahnpasta