

Kontext

Ausgabe Nr. 10, Oktober 2021



Die Geschichte der Hohenegg

Stationen auf dem Weg zu einer erfolgreichen Privatklinik

2

Erstes digitales Symposium
der Privatklinik Hohenegg

Beziehungen in Zeiten
der Pandemie

3 bis 5

200 Jahre Psychiatrie –
eine wechselvolle Geschichte

Klinikleiter Walter Denzler
und Professor Paul Hoff über
den Wandel einer Heilkunst

6 bis 7

Einsamkeit: immer mehr
Menschen sind betroffen

Wie Fachleute
im therapeutischen Alltag
Patienten unterstützen ▶

Vergangenheit und Gegenwart

In dieser Ausgabe des Kontext schauen wir zurück auf die Geschichte der Psychiatrie und der Hohenegg. Woher kommen wir? Wie hat die Geschichte unsere Gegenwart geprägt? Ich bin sehr dankbar, dass die Psychiatrie sich in den letzten 200 Jahren von der Behandlung von sogenannten «geistig und moralisch Verkommenen» zu einem respektierten, wissenschaftlich geprägten, medizinischen Fachgebiet entwickelt hat. Die Privatklinik Hohenegg entstammt einem ethischen Impuls von Menschen, Patientinnen und Patienten mit psychischen Leiden einen Ort der Hilfe und des Umsorgt-Seins zu ermöglichen. Gelingt es uns heute, diese Ziele zu verwirklichen?

Ein Zitat einer Patientin, die mir kürzlich beim Austritt aus unserer Klinik folgende Worte in einem Mail zugesandt hat, haben mich berührt: «Das Fundament aber ist der Geist an diesem Ort. Es ist der respekt- und rücksichtsvolle Umgang auf allen Ebenen. Ich würde es die – bedingungslose Begegnung nennen, die hier stattfindet. Und es ist die kostbare Erfahrung, dass in der Verletzlichkeit am Ende das Mitgefühl wurzelt und das Erleben der Verbundenheit.» Schöner könnte ich nicht ausdrücken, wie wir die Gegenwart unserer Psychiatrie leben möchten.

Prof. Dr. med. Stefan Büchi
Ärztlicher Direktor

Erstes digitales Symposium der Privatklinik Hohenegg: Beziehungen in Zeiten der Pandemie

Das erste digitale Hohenegger Symposium wurde am 9. September direkt vom Klinikgelände ausgestrahlt. Ein Sitzungszimmer war in ein professionelles Studio (unten im Bild) umgerüstet worden. Mit dem Themenkreis «Beziehungen in Zeiten der Pandemie» fand der Inhalt unmittelbar Ausdruck in der virtuellen Form der Veranstaltung.

Der ärztliche Direktor Prof. Dr. med. Stefan Büchi eröffnete mit einem Vergleich der Corona-Pandemie als chronische Krankheit. Vier Referentinnen und Referenten beleuchteten Beziehungen aus vier Perspektiven: Zenmeister Muho Nölke, live zugeschaltet aus Japan, reflektierte die Beziehung zum Ich in Krisenzeiten. Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello untersuchte Beziehungen zu Nahestehenden und wie sich diese mit Corona verändert haben. Soziologieprofessorin Katja Rost sprach über Arbeitsbeziehungen, die sich im Umbruch befinden. Die Chancen und Risiken digitaler Beziehungen wurden von Dr. med. univ. Michael Pramstaller ergründet. Moderatorin Dr. med. Katrin Merz führte durch

die Veranstaltung und pflegte die Beziehungen mit dem rund 200 Teilnehmenden, die sich mit Fragen an die Referenten einbrachten.

Gerade in dieser sich aus den Interaktionen ergebenden breiteren Perspektive liegt die Hoffnung für die Zukunft: Sich bald wieder real begegnen zu dürfen. Auf dem Klinikgelände konnte dies geschehen, denn es waren für Patienten und Mitarbeitende Möglichkeiten für Public Viewing und Austausch eingerichtet worden. Zu hoffen bleibt, dass am 6. Oktober 2022 das nächste Hohenegger Symposium wieder live wird stattfinden können.

Sabine Claus
Leitung ärztliche Administration

Alle Vorträge sind auf dem Hohenegger YouTube-Kanal sowie auf www.hohenegg.ch/mediathek abrufbar.



Blick zurück auf die Anfänge der Hohenegg

Die Geschichte der Psychiatrie ist kaum 200 Jahre alt. Über Jahrhunderte wurden psychisch Kranke nicht als solche wahrgenommen. Spezialisierte Einrichtungen sind erst ein Phänomen der letzten beiden Jahrhunderte. Zuvor wurden Kranke zuhause behalten oder verstossen. Paul Hoff und Walter Denzler über die Geschichte der Psychiatrie und der Privatklinik Hohenegg.



Walter Denzler, Sie sind seit zwanzig Jahren mit der Privatklinik Hohenegg verbunden. Was fasziniert Sie an der Klinik?

Walter Denzler (links im Bild): Für mich ist die Hohenegg ein spezieller Ort, gewissermassen ein Kraftort. Besonders fasziniert mich, dass wir die Gebäude heute so nutzen, wie das vor über hundert Jahren konzipiert worden ist. Die Offenheit der Anlage, keine abgrenzenden Mauern, lichtdurchflutete Gebäude und eine schöne Fernsicht – das alles funktioniert nach wie vor und trägt zu einer gelingenden therapeutischen Arbeit bei.

Die Hohenegg wurde von vielen Menschen schon immer als Kraftort erlebt. Wenn wir zurückblicken, welches waren im 19. Jahrhundert führende Psychiatriekonzepte?

Paul Hoff (rechts im Bild): Die Psychiatrie war damals eine junge Wissenschaft. Sie entstand im 19. Jahrhundert und musste sich erst einmal selber definieren, rang um Positionen. Die Spannweite dieser Positionen war enorm. Einige betrachteten die Psychiatrie philosophisch, die Vertreter der sogenannten romantischen Psychiatrie. Für sie waren Biografie und Persönlichkeit der Patientinnen

und Patienten relevant. Bei «Geisteskrankheit» wie man damals die Krankheit bezeichnete, trugen Patienten gemäss Lehrmeinung eine Mitverantwortung. Sie hatten möglicherweise falsch gelebt, gegen Gesellschaftsnormen verstossen. Später hat das Pendel in eine andere Richtung ausgeschlagen: Psychiatrie hatte nun wie andere Disziplinen auch wissenschaftlich zu sein: messbar, auf Daten und Studien basierend.

Und das Gehirn rückte in den Vordergrund.

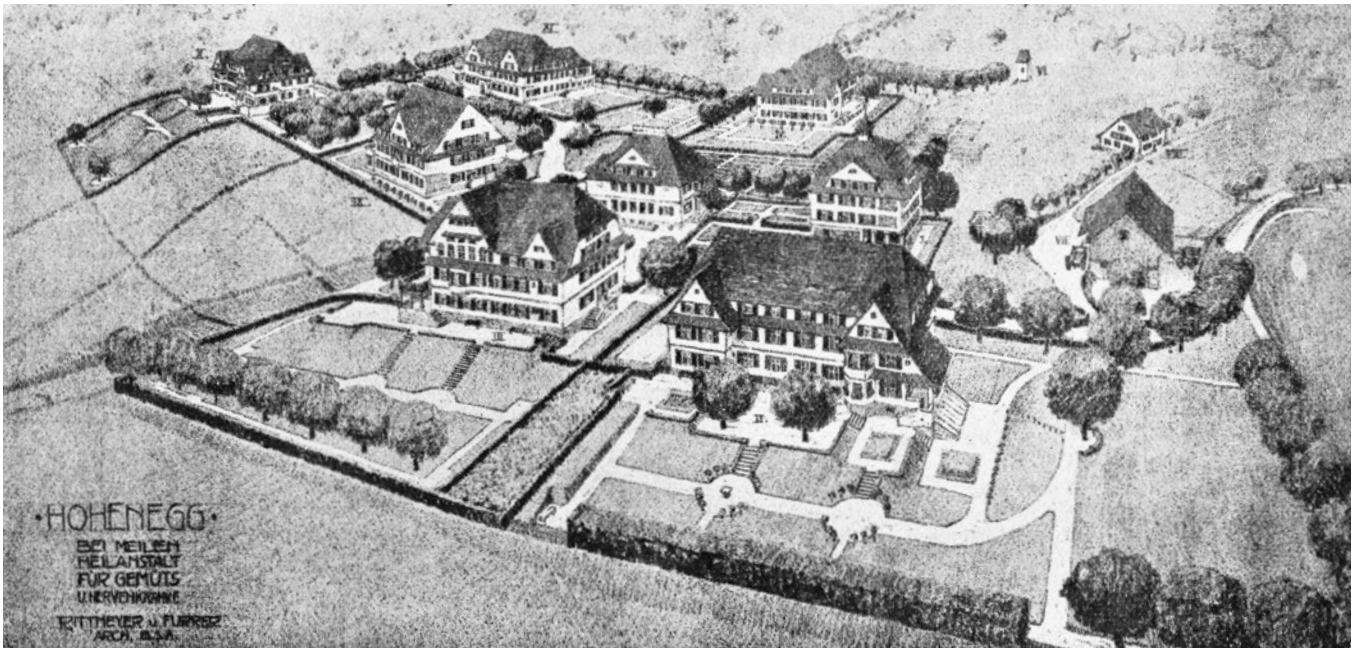
Dies hatte mit dem Aufschwung der Naturwissenschaften zu tun: Chemie, Biologie, Physik. Die Naturwissenschaften haben damals die Medizin stark beeinflusst, auch die Psychiatrie. Man wollte Körper und Geist naturwissenschaftlich beschreiben und verstehen. Manche Exponenten vertraten die radikale Auffassung, psychische Krankheiten seien nichts anderes als Gehirnerkrankungen. Zwischen diesen Extremen pendelte das Fach: die Bedeutung von Person und Lebensgeschichte versus organische Funktionen des Gehirns. Das machte die Psychiatrie unübersichtlich, aber auch spannend und herausfordernd.

Inwiefern war dieses Spannungsfeld bedeutsam bei der Gründung der Hohenegg?

Walter Denzler: Es ist bemerkenswert, dass der Hohenegg-Gründervater Theodor Zangger sich als Hausarzt und Nervenarzt bezeichnet hat. Die von Paul Hoff ausgeführten Polaritäten widerspiegeln sich also auch in den Berufsbezeichnungen. Ich frage mich: War er eher Neurologe oder Psychiater, wenn er sich als Nervenarzt bezeichnete?

Paul Hoff: Den Begriff Nervenarzt hat es in der Schweizer Psychiatrie nie gegeben. In Deutschland aber schon. Ich zum Beispiel bin ausgebildeter Nervenarzt, das heisst: Facharzt für Psychiatrie und Neurologie. Ich würde mich heute aber nicht mehr als Nervenarzt bezeichnen.

Walter Denzler: Auf jeden Fall hat Theodor Zangger bemerkt, dass es eine Zunahme von «merkwürdigen Fällen» gab, viele Menschen wurden seelisch oder geistig krank. Offenbar ist in dieser Zeit gesellschaftlich etwas passiert. Zangger war besorgt darüber, dass seine Patienten keine adäquate Pflege erhielten. Die Anstalten, in



▲ Die Privatklinik hat schon immer auf Offenheit gesetzt: weg vom Burgartigen, hin zu dezentralen Bauten in freier Natur.

die sie eingewiesen wurden, waren meist überfüllt. Als sozialer, religiös geprägter Mensch machte er sich Gedanken über eine angemessene Betreuung. Ihm schwebte eine privat geführte, auf christlichen Werten basierte Nervenheilanstalt vor. Die Medizin sollte professionell sein und dem wissenschaftlichen Standard entsprechen. Zudem sollten die Patienten in einem heilenden Umfeld eine liebevolle Pflege erfahren. Nach einem ersten gescheiterten Anlauf gelang es ihm – gemeinsam mit gleichgesinnten Ärzten, Juristen und Pfarrern und dank eines Legats –, die Hohenegg zu gründen.

Eine Art Start-up. In Zürich gab es ja bereits das Burghölzli, die heutige Psychiatrische Universitätsklinik. Welche Rolle spielte damals diese Institution?

Paul Hoff: Das Burghölzli ist 1871, vier Jahrzehnte vor der Hohenegg, eröffnet worden. Die Klinik hat sich rasch etabliert als zentrale Stelle für psychiatrische Forschung und Entwicklung. Am Burghölzli arbeiteten international anerkannte Psychiater wie Eugen Bleuler und sein Sohn Manfred Bleuler sowie Carl Gustav Jung. Dadurch wurde die Klinik sehr bekannt, ja zu einer Art Ikone, eine Brutstätte für Ideen, bisweilen aber auch verbunden mit unkritischer Bewunderung. Unterschiedlichste psychiatrische Konzepte wurden hier debattiert und weiterentwickelt.

Die wichtigste Figur war Eugen Bleuler.

Er hat den Begriff «Schizophrenie» erfunden, wenn ich das mal so vereinfacht sagen darf, auch wenn «Erfindung» in der Wissenschaft kein gern gesehener Begriff ist. Der Terminus «Schizophrenie» hat sich damals erstaunlich schnell verbreitet. Bleuler war ein eigenständiger, Kri-

tiker würden sagen: eigensinniger Mann. Er vertrat ein damals spezielles, heute modernes Psychiatriekonzept. Er plädierte für einen multiperspektivischen Ansatz. Für ihn waren bei der Beurteilung von Krankheiten Gehirn, Person, Lebensgeschichte und Umfeld gleichermaßen bedeutsam. Obwohl er sich als biologischen Psychiater sah, war für ihn die Psychoanalyse von Sigmund Freud bei der Heilung von Schwerkranken hilfreich; in akademischen Kreisen war Freuds Theorie damals verpönt. Das Burghölzli war unter Bleuler gleichsam ein «melting pot», wo unterschiedliche Theorien debattiert und Therapien erprobt wurden.

Ein «melting pot» hinter dicken Mauern. Walter Denzler, die beiden psychiatrischen Institutionen unterscheiden sich baulich beträchtlich. Die Hohenegg ist alles andere als burgartig, die Gebäude sind dezentral angeordnet und offen in wunderschöner Natur gelegen. Welches waren Überlegungen beim Bau der Hohenegg, und wie wurden die Konzepte architektonisch umgesetzt?

Walter Denzler: Die unterschiedlichen Perspektiven, die Paul Hoff angesprochen hat, bewegten auch die Gründer der Hohenegg. Theodor Zangger überlegte sich, welche bauliche Umsetzung dem therapeutischen Konzept entsprechen könnte. Damals hatte sich zuerst in England, später in Deutschland und in der Schweiz die Idee durchgesetzt, dass man vom Burgartigen wegkommt, hin zu offenen, dezentralen Bauten. Theodor Zangger reiste nach England und liess sich inspirieren. Offene Anlagen, möglichst wenig Einschränkung, dezentrale Bauten in freier Natur und mit viel Licht, ausserhalb der Stadt, das war die Vorgabe. Die psychiatrische Klinik in Herisau

war bereits so gebaut worden. Zangger beziehungsweise die renommierten Architekten Furrer und Rittmeyer gestalteten darauf die Hohenegg nach dem Appenzeller Vorbild. In der Hohenegg haben wir gleichsam eine dörfliche Struktur, die Häuser sind entlang einer Hauptgasse gebaut. Man blickt auf Felder, Berge und den See. Zudem wurden damals die Patienten angehalten, im landwirtschaftlichen Betrieb und in der Gärtnerei unweit der Klinik mitzuarbeiten. Das alles sollte die Genesung begünstigen.

Abgesehen von Forschung, Experimentieren und der therapeutischen Arbeit, die damals geleistet worden ist, in der Hohenegg und im Burghölzli – wie sah die Versorgungssituation aus?

Paul Hoff: Das ist eine wichtige Frage. Man kann sich den Kontrast zwischen den hochstehenden akademischen Debatten und der Versorgungsrealität in den damaligen grossen Kliniken kaum vorstellen. Die Versorgung war katastrophal. Die Patienten hatten zu wenig Platz, schliefen auf den Gängen. Es war unruhig. Es gab praktisch in allen Kliniken eine chronische Überlastung. Zudem arbeiteten in den Kliniken nur wenige Ärzte. Meist gab es einen Chefarzt, einen oder zwei Erste Ärzte, heute Ober- bzw. Leitende Ärzte, sowie die «Wärter». Die hiessen tatsächlich so. Sie achteten darauf, dass nichts Gravierendes geschah.

Wenn wir heute über Psychiatrie sprechen, so ist ein respektvoller Umgang mit den Patientinnen und Patienten selbstverständlich. Das war früher oft nicht der Fall. Pflegende, die sich als Gesprächspartner auf Augenhöhe verstehen und viel Fachkompetenz aufweisen, gab es damals nicht.

Eine komplett andere Psychiatrie.

Die Absicht war zwar gut, denn die Ärzte hatten zweifellos eine am hippokratischen Eid orientierte Vorstellung von ihrem Beruf. Aber die Realität war, wie gesagt, anders. Ich denke, die Gründung der Hohenegg geht genau auf die Wahrnehmung dieses Defizits zurück. Zum Glück gab es Leute, die altruistisch handelten, genug Geld hatten sowie Engagement und politischen Willen zeigten. Nur so gelang es, die Hohenegg zu gründen.

Was verbindet die heutige Klinik in der aktuellen Form mit der ursprünglichen Architektur der Hohenegg?

Walter Denzler: Von 2008 bis 2014 ist die Klinik umgebaut und erweitert worden. Da die Hohenegg unter Denkmalschutz steht, könnte man sagen, wir haben nur

deshalb vieles so belassen, wie es war. Das stimmt aber nicht ganz. Wir haben die gesamte Anlage, den Park und die Wege genau analysiert und die denkmalgeschützten Bauten in eine moderne Privatklinik mit hohem Standard überführt und aufgewertet. Zudem erstellten wir mit den Architekten Romero und Schaeffle zwei Neubauten, die das bestehende Ensemble hervorragend ergänzen. Die Klinikanlage entspricht seit dem Umbau den Anforderungen einer modernen Psychiatrie noch mehr.

Wir haben historische Wurzeln betrachtet und sind nun in die Gegenwart gelangt. Was wünschen Sie der Privatklinik Hohenegg beziehungsweise der Psychiatrie für die Zukunft?

Walter Denzler: Visionäre, kreative und mutige Schritte für die Weiterentwicklung der Hohenegg. Dazu gehört bestimmt auch das Einfließen von unterschiedlichen Perspektiven. Theodor Zangger ist da ein Vorbild.

Paul Hoff: In der Psychiatrie ist in den letzten 200 Jahren zwischen unvereinbaren Positionen viel gestritten worden. Wir sollten Konfrontation und Besserwisserei hinter uns lassen. Alle reden von bio-psycho-sozialen Modellen, aber sie werden zu wenig gelebt. Ich wünsche mir, dass die psychiatrischen Institutionen den Mut haben, wie das Walter Denzler angesprochen hat, im therapeutischen Alltag verschiedene, sich ergänzende Perspektiven zu berücksichtigen. Nicht jeder muss (und kann) alles wissen und machen, aber die unterschiedlichen Exponenten sollten ernsthaft miteinander reden. Das ist in der Vergangenheit zu selten geschehen.

**Interview: Sabine Claus,
aufgezeichnet von Rolf Murbach**

Zu den Personen: **Walter Denzler** ist Verwaltungsdirektor und Vorsitzender der Klinikleitung der Hohenegg. **Prof. Dr. Paul Hoff** war viele Jahre stellvertretender Klinikdirektor der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich. Seit diesem Sommer hat er an der Privatklinik Hohenegg eine ambulante Sprechstunde. Paul Hoff hat sich eingehend mit der Ideengeschichte der Psychiatrie und Psychotherapie befasst.

Podcast über die Entwicklung der Psychiatrie und über die Geschichte der Privatklinik Hohenegg:

<https://hohenegg-podcast.podigee.io>



«Wir brauchen authentische, nährnde Begegnungen»

Einsamkeit breitet sich epidemisch aus. Ältere Menschen und zunehmend Jugendliche sind davon betroffen. Katrin Merz, Leiterin Schwerpunkt Alterspsychotherapie an der Privatklinik Hoheneegg, berichtet, wie sie der Einsamkeit im therapeutischen Alltag begegnet.

In der Schweiz fühlt sich jeder Dritte einsam, und fast die Hälfte der 15- bis 24-Jährigen erlebt manchmal oder häufig Einsamkeit. Es ist belegt, dass Einsamkeit ein grosser Risikofaktor für körperliche und psychische Krankheit ist. «Chronisches Einsamkeitserleben erhöht den Stresspegel und kann sowohl zu Depressionen, Angsterkrankungen, nachlassender Hirnleistung als auch zu kardiovaskulären Erkrankungen, Schwächung des Immunsystems, Entzündungen und Krebs führen. In Studien konnte man zeigen, ganz plakativ ausgedrückt, dass chronisches Einsamkeitserleben so gesundheitsschädlich ist wie 15 Zigaretten am Tag», sagt Katrin Merz, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie an der Privatklinik Hoheneegg.

Die Leiterin des Schwerpunktes Alterspsychotherapie ist in ihrem beruflichen Alltag stark mit der Thematik konfrontiert. «Viele ältere Menschen empfinden Einsamkeit, weil sie das Gefühl haben, nicht mehr gebraucht zu werden, fühlen sich oft von der Welt abgeschnitten, auch weil sie aufgrund von Gebrechlichkeit nicht mehr so mobil sind, eher sozial isolierter und weil ihnen

nahestehende Menschen mit zunehmendem Alter sterben».

Ministerium für Einsamkeit

Einsamkeit ist ein gesamtgesellschaftliches Problem, beeinträchtigt Betroffene massiv und führt zu hohen volkswirtschaftlichen Kosten. In England hat man dies erkannt

und gibt mit einem Ministerium für Einsamkeit Gegensteuer. In den Niederlanden bestehen mehrere Initiativen, die Einsamkeit bekämpfen. Und auch in der Schweiz haben

sich verschiedene Akteure den Themen Einsamkeit und soziale Isolation angenommen: vor allem Vereine und kleinere Institutionen, wie zum Beispiel das Zürcher Start-up «Rent a Rentner». Mehrgenerationen-Projekte, Alterswohngemeinschaften und einige politische Initiativen befassen sich ebenfalls mit der Thematik, Städte publizieren Leitfäden gegen soziale Isolation.

Für Katrin Merz sind solche Initiativen «absolut notwendig». Sie plädiert dafür, dass Einsamkeit enttabuisiert und in der Gesellschaft breit diskutiert wird. «Unsere Patientinnen und



Patienten schämen sich oft für ihr Einsamkeitserleben und haben Mühe, darüber zu reden. Dabei wäre gerade dies sehr wichtig. Menschen müssen erfahren, dass sie mit ihrem Einsamkeitserleben nicht allein sind. Das Erleben des Unverbundenseins gehört zu unserem Menschsein».

Vernetzung ist wichtig

Vernetzungsangebote hält Katrin Merz für hilfreich: Besuchsdienste, Treffpunkte, Austauschgruppen. «Auch wir in der Hoheneegg schauen während des stationären Aufenthaltes, welche Vernetzungsangebote wir für die Zeit nach dem Austritt organisieren können».

In ihrem therapeutischen Alltag beobachtet Katrin Merz, dass Einsamkeit nicht nur ältere Menschen, sondern auch jüngere betrifft. Studien belegen das ebenfalls. «Wir haben zunehmend Menschen unter dreissig bei uns, mehr als das früher der Fall war.» Ein Grund dafür liegt wohl in der Pandemie. Junge Frauen und Männer litten besonders unter den sozialen Einschränkungen während der Krise.

Wie kann Betroffenen geholfen werden? «Schon der Eintritt in die Klinik vermag Einsamkeitserleben zu lindern», sagt die Ärztin. «Gerade Patientinnen und Patienten, die zuhause zurückgezogen oder isoliert gelebt haben, finden bei uns einen Resonanzraum. Sie sind im Kontakt mit Ärztinnen, Therapeuten und anderen Patienten. Sie können sich austauschen in einem vertrauensvollen Umfeld und fühlen sich verstanden.» Gemeinschaft ist ein relevanter Faktor von Gesundheitsprävention.

Im Gespräch betont Katrin Merz die Wichtigkeit solcher Resonanzräume. Weil Menschen soziale Wesen sind, einander brauchen, auf gemeinsame



▲ *Einsamkeit betrifft die ganze Gesellschaft: In der Schweiz fühlt sich jeder Dritte einsam.*

Erfahrungen und den Austausch existenziell angewiesen sind. «Ich sehe immer wieder, wie Patienten aufblühen, wenn sie sich mit anderen über ähnliche Erfahrungen austauschen. Sie merken, dass sie nicht alleine mit ihrem Leiden sind und erleben das als entlastend.»

Bei sich sein

Authentische, gegenseitig nährnde Beziehungen sind nur möglich, wenn wir in Verbindung mit uns selbst sind und uns trauen, uns mitzuteilen, in Verbindung zu gehen mit anderen. Denn Einsamkeit gibt es auch in Gesellschaft. Man kann sozial sehr eingebunden sein und sich dennoch einsam fühlen. Auch spielen oft negative Beziehungserfahrungen und somit fehlendes Vertrauen in andere, verbunden mit Rückzug und folgendem Einsamkeitserleben, eine Rolle. «Im therapeutischen Prozess geht es unter anderem darum, mit sich in Verbindung zu kommen», sagt Katrin Merz. «Achtsamkeitsübungen und andere Spezialtherapien helfen dabei, eigene Bedürfnisse, Gedanken und Gefühle wahrzunehmen, mit sich in Verbindung zu

kommen, möglicherweise auch einen freundlicheren Umgang mit sich selbst zu erlernen. Das wären Voraussetzungen für das Gelingen von gegenseitigen authentischen, nährenden Begegnungen – sozusagen das Antidot zu chronischem Einsamkeitserleben.»

Man kann darüber spekulieren, was alles zur grassierenden Einsamkeit beiträgt. Der fortschreitende Individualismus, die Lebens- und Wohnformen – 1.3 Millionen Menschen leben in einem Einpersonenhaushalt –, eine Arbeitswelt, die immer mehr Burnout-Fälle produziert, Berufstätigkeiten, die als wenig sinnvoll wahrgenommen werden, oder die schwindende Bedeutung von

Gemeinschaft. Klar ist, das Thema wird uns noch lange beschäftigen. Scheidungen, Trennungen und die demographische Entwicklung tragen dazu bei.

Auch die sozialen Medien fördern wirkliche Beziehungen nicht.

Denn die Friends und Follower sind mehr Schein als Sein, oft der Selbstinszenierung und Selbstoptimierung verpflichtet. Menschen fühlen sich

«Chronisches Einsamkeitserleben ist so gesundheits-schädlich wie 15 Zigaretten am Tag.»

auch deshalb bedürftig, weil sie zu viel Zeit in einer virtuellen Welt verbringen und immer mehr Dienstleistungen über Online-Plattformen beziehen oder Käufe im Internet tätigen. Reale, zufällige und authentische Begegnungen finden so weniger statt. Kommt hinzu, dass wir häufig nicht da sind, wo wir sind, sondern schon beim Nächsten. Die vielen Optionen und die Angst, etwas zu verpassen, zerstreuen uns. Dabei wäre es einfach: einhalten, achtsam sein, ein vertrauensvolles Gespräch führen. Nochmals Katrin Merz: «Wir brauchen das Gemeinsame, den Austausch, wir brauchen nährnde Begegnungen.»

Rolf Murbach

Zur Person: **Dr. med. Kathrin Merz** ist Leitende Ärztin und Leiterin Schwerpunkt Alterspsychotherapie an der Privatklinik Hoheneegg

Lesetipps

Diana Kinert, Marc Bielefeld: **Die neue Einsamkeit.** Und wie wir sie als Gesellschaft überwinden können. Hoffmann und Campe 2021. Ca. 33 Franken.

Noreena Hertz: **Das Zeitalter der Einsamkeit.** Über die Kraft der Verbindung in einer zersetzten Welt. HarperCollins 2021. Ca. 35 Franken.

Christine Brähler: **Neue Wege aus der Einsamkeit.** Mit Selbstmitgefühl zu mehr Verbundenheit finden. Irisiana 2020. Ca. 29 Franken

Neu in der Hohenegg

Ab 1. Oktober 2021 arbeitet Frau Dr. med. Verena Schmid als Leitende Ärztin, Fachbereich Alterspsychiatrie im Team der Privatklinik Hohenegg. In Wien geboren, studierte sie in ihrer Heimatstadt Medizin. Nach einem Aufenthalt in Australien kam sie in die Schweiz, um ihre Tätigkeit als Assistenzärztin für Psychiatrie zunächst in Graubünden aufzunehmen. Nach einem längeren Aufenthalt in Madrid setzte sie die eidgenössische Facharztausbildung an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich fort. Zeitgleich begann sie eine psychoanalytisch-psychotherapeutische Ausbildung am Freud-Institut in Zürich und absolvierte anschliessend eine verhaltenstherapeutische Psychotherapieausbildung. Danach arbeitete sie für den ehemaligen



psychiatrisch-psychologischen Dienst der Stadt Zürich, über den sie schliesslich zu den Pflegezentren der Stadt Zürich gelangte. Hier arbeitete Frau Dr. Schmid zunächst als Assistenzärztin, bis sie zur Leitenden Ärztin aufstieg, um die ärztliche Verantwortung für verschiedene Pflegezentren der Stadt Zürich zu übernehmen. Verena Schmid ist auch in der Weiterbildung tätig: Als Dozentin für gerontopsychiatrische Themen und insbesondere für Demenzerkrankungen kam sie während mehrerer Jahre einer Lehrtätigkeit nach. Als Heimärztin des Wohn- und Pflegezentrums Blumenrain in Zollikon führt sie Weiterbildungen für Pflegende zur Qualitätssicherung durch. Sie lebt mit ihrem Mann und drei Kindern in Herrliberg.

Buchtipp

Panik und Platzangst selbst bewältigen

Viele Menschen sind heutzutage von Panikattacken oder Platzangst betroffen. Dr. Dietmar Hansch, Leiter Schwerpunkt Angsterkrankungen an der Privatklinik Hohenegg, hat mit seiner Synergie-Methode ein effektives Tool zur Selbstbehandlung von Angststörungen geschaffen. Der Kern dieser Methode ist eine gestufte Selbstkorrektur im Denken, in der Vorstellung und im Verhalten. Die Synergie-Methode integriert dazu die wirksamsten und wissenschaftlich am besten erforschten Techniken erst-

malig zu einem stimmigen Gesamtkonzept. Betroffene haben nun die Möglichkeit, sich mit dem vor Kurzem erschienen Handbuch gezielt über spezifische Ängste zu informieren und mittels Übungen Abhilfe zu schaffen.

Dietmar Hansch:
Panik und Platzangst selbst bewältigen.
Das Praxishandbuch.
Knauer Verlag 2021. Ca. 29 Franken.

Privatklinik Hohenegg AG
 Hohenegg 1
 8706 Meilen
 Tel +41 44 925 12 12
 privatklinik@hohenegg.ch

www.hohenegg.ch

Behandlungsschwerpunkte

Depressive Erkrankungen
 Dr. med. Caesar Spisla

Burnout und Belastungskrisen
 Dr. med. Sebastian Haas

Angsterkrankungen
 Dr. med. Dietmar Hansch

Alterspsychotherapie
 Dr. med. Katrin Merz

Psychosomatische Erkrankungen
 Prof. Dr. med. Stefan Büchi