

HOHENEGG

Stiftung

Medienmitteilung Hohenegg Gespräch mit Prof. Lutz Jäncke und Prof. Gregor Hasler

Meilen, 13. Oktober 2025

«Wenn Kinder von Hand schreiben, lernen sie besser»

Thema: «Der analoge Mensch in einer digitalen Welt»
mit Prof. Dr. Dr. h.c. Lutz Jäncke und Prof. Dr. med. Gregor Hasler

Sehr geehrte Medienschaffende

Wenn man von Hand schreibt, brennen sich die Schriftzeichen, die für das Lesen elementar sind, viel deutlicher in das Gehirn ein.

Der renommierte Neurowissenschaftler Lutz Jäncke plädiert dafür, dass gerade in den Schulen wieder mehr von Hand geschrieben wird. Immer mehr Menschen nutzen digitale Geräte. Forschende haben deshalb untersucht, wie sich Handschrift und Tippen auf einer Tastatur unterschiedlich auf das Gehirn auswirken. Mehrere Studien belegen¹: Beim Schreiben mit einem Stift ist die Gehirnaktivität deutlich komplexer. Diese Aktivität betrifft vor allem Bereiche, die für das Lernen und Erinnern wichtig sind. Daher sollten Kinder früh mit dem Schreiben von Hand beginnen – aber auch Erwachsene, die etwas Neues lernen wollen, sollen auf die Handschrift setzen!

Bewusster Umgang mit digitalen Geräten auch in der Therapie

In die gleiche Richtung zielt auch die Therapie. Digitale Geräte sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. «In der Privatklinik Hohenegg geht es auch nicht darum, sie grundsätzlich zu verbieten, sondern einen bewussten Umgang zu fördern», erklärt der Ärztliche Direktor Josef Jenewein. Beim Genesungsprozess der Patientinnen und Patienten wird viel Gewicht auf Bewegung und Kreativität gelegt. Persönliche Beziehungen und körperorientierte Therapien spielen eine wichtige Rolle. Studien zeigen, dass die Kombination von Bewegung und Denken eine positive Wirkung auf die Psyche hat. Bereits schon eine Viertelstunde zügiges Laufen pro Tag kann Depressionen vorbeugen! Kreativtherapien helfen zusätzlich, Gefühle bildlich oder grafisch auszudrücken. So können emotionale Zustände besser wahrgenommen und in den therapeutischen Prozess eingebunden werden.

Weniger Tippen, mehr Schreiben auch im Alltag

Laut dem Neuropsychologie-Professor Lutz Jäncke «ist der Mensch nicht für diese digitale Welt geschaffen». Unser Gehirn ist noch immer auf analoge Erfahrungen ausgelegt. Wer mehr von Hand schreibt, verankert die Informationen besser.

Gerne machen wir Sie auf unsere Veranstaltung aufmerksam:

Hohenegg Gespräch mit Prof. Dr. Dr. h.c. Lutz Jäncke & Prof. Dr. med. Gregor Hasler
Der analoge Mensch in einer digitalen Welt – wie wir die Chancen der Digitalisierung mit den Bedürfnissen des Menschen in Einklang bringen können.

Zeit: 21. Oktober 2025 von 19:00 bis 21:00 Uhr

Ort: Museum für Gestaltung, Zürich

¹ Handwriting but not typewriting leads to widespread brain connectivity: a high-density EEG study with implications for the classroom, 2024: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38343894/>

HOHENEGG

Stiftung

Für Interviews stehen Ihnen folgende Fachleute sowie ein betroffener Patient gerne zur Verfügung:

- Prof. Dr. Dr. h.c. Lutz Jäncke
- Prof. Dr. med. univ. Josef Jenewein, Ärztlicher Direktor Privatklinik Hohenegg
- Prof. Dr. med. Gregor Hasler
- Ein von Internetsucht und Doomscrolling betroffener Patient

Kontakt:

Sabine Claus, Leitung Marketing & Kommunikation

sabine.claus@hohenegg.ch

kommunikation@hohenegg.ch

Telefon 044 925 12 41

Hohenegg 1 / Postfach 555 / 8706 Meilen

Beilagen:

- Einladung Hohenegg Gespräch am 21.10.2025
- Portraitfoto Gregor Hasler (kommentarlos verfügbar)
- Portraitfoto Lutz Jäncke (kommentarlos verfügbar)

Die **Privatklinik Hohenegg** zählt zu den führenden Kliniken der Schweiz in den Bereichen Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Sie bietet erwachsenen Patientinnen und Patienten, die sich in einer psychischen Krise befinden, eine fachlich herausragende und individuell abgestimmte Behandlung.

Spezialisierungen:

- Depressive Erkrankungen
- Burnout und Belastungskrisen
- Angsterkrankungen
- Psychosomatik

Die Klinik steht Privat-, Halbprivat- und Allgemein-Versicherten aus der Schweiz sowie Patientinnen und Patienten aus dem deutschsprachigen Ausland offen.

Das dazugehörige «Zentrum für Psychische Gesundheit» am Spital Zollikerberg stellt den Konsiliar- und Liaisondienst im Spital Zollikerberg und im kleineren Umfang auch im Spital Männedorf sicher und bietet ambulante Sprechstunden an.

Die Privatklinik Hohenegg AG ist zu 100 % Eigentum der gemeinnützigen Stiftung Hohenegg. Sie beschäftigt rund 280 Mitarbeitende verteilt auf 170 Vollzeitstellen.

Als Mitglied von The Swiss Leading Hospitals (SLH), einem Verbund von 20 erstklassigen und unabhängigen Kliniken in der Schweiz, erfüllt die Privatklinik Hohenegg höchste Qualitätsansprüche (www.slh.ch).

Weitere Infos unter www.hohenegg.ch

