

Datum: 16.01.2017

# Tages-Anzeiger



sanatoriumKILCHBERG  
PRIVATKLINIK FÜR PSYCHIATRIE  
UND PSYCHOTHERAPIE

Tages-Anzeiger  
8021 Zürich  
044/ 248 44 11  
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 162'894  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 531.030  
Abo-Nr.: 3001498  
Seite: 16  
Fläche: 94'832 mm<sup>2</sup>

# Der Zauberberg am Zürichsee

Im 20. Jahrhundert war das **Sanatorium Kilchberg** Zufluchtsort für Künstler und Boheme. Jetzt tanken dort die kranken und gestressten Menschen des 21. Jahrhunderts neuen Lebensmut.



Tobias Ballweg im Garten des **Sanatoriums**, wo einst die Boheme-Szene psychische Krankheiten auskurierte. Foto: Reto Oeschger

ARGUS   
MEDIENBEOBACHTUNG

Medienbeobachtung  
Medienanalyse  
Informationsmanagement  
Sprachdienstleistungen

ARGUS der Presse AG  
Rüdigerstrasse 15, Postfach, 8027 Zürich  
Tel. 044 388 82 00, Fax 044 388 82 01  
www.argus.ch

Argus Ref.: 63999693  
Ausschnitt Seite: 1/3



Tages-Anzeiger  
 8021 Zürich  
 044/ 248 44 11  
 www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Print  
 Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
 Auflage: 162'894  
 Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 531.030  
 Abo-Nr.: 3001498  
 Seite: 16  
 Fläche: 94'832 mm<sup>2</sup>

## Tobias Ballweg

Psychologe, Philosoph, Theologe

Tobias Ballweg ist seit März 2016 als Leiter der Psychologie am **Sanatorium Kilchberg** tätig. Zuvor arbeitete er dort als Psychologe auf den Privatstationen und war Leiter des Ethikforums. Studiert hat er neben Psychologie und Philosophie auch Theologie. Bis 2007 arbeitete er als wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Uni in Bonn. Dann wechselte er als Dozent und Studienberater an die Universität in Luzern. (sch)

### Mit Tobias Ballweg sprach Denise Marquard

Lange galt das **Sanatorium Kilchberg** als noble Privatklinik. Nun feiert es sein 150-Jahr-Jubiläum und gehört damit zu den ältesten psychiatrischen Kliniken der Schweiz. Das Buch «Ohne Gestern kein Heute» erzählt erstmals die Geschichte der Klinik und seiner berühmten Patienten.

1904 änderte die ehemalige Pflege- und Heilanstalt nicht nur ihren Namen, sondern auch ihren Charakter. Denn aus der autoritär geführten Zwangsanstalt wurde eine humane Klinik. In den 1920er-Jahren war das **Sanatorium** «zu einer Art Künstlertreffpunkt avanciert, wo man sich vom aufreibenden Nachtleben, vom Morphium, von Kavaliersdelikten und sonstigen Modekrankheiten oder Zeiterscheinungen zu erholen pflegte». Dadaisten wie Hans Arp und Walter Serner, der österreichische Schriftsteller Albert Ehrenstein, der 18-jährige Sohn von Else Lasker-Schüler und die Fotografin Mia Hesse-Bernoulli, Hermann Hesses Frau, gehörten zu den Patienten. Oft waren die psychischen Krankheiten auch ein Vorwand dieser Bohème-Szene, um dem Kriegsdienst zu entgehen.

Anfang der 30er-Jahre wurde die Klinik erweitert und umgebaut. Gustav Ammann, Zürichs bekanntester Gartenarchitekt, entwarf eine wunderbare Parkanlage. Nun galt Kilchberg definitiv als Nobelklinik. Im damaligen Prospekt wurde das exklusive Angebot des Hauses aufgelistet: «Eigenes Bade- und Bootshaus am See, Kegelbahn, Croquettespiel, Turnanlage im Park, Billard, Radio, Un-

terhaltungs- und Konzertabende. Reichhaltiger Lesestoff. Der Ruf der Nobelklinik wurde durch den Nachbarn gefestigt: Thomas Mann, damals der berühmteste Schriftsteller der Welt. Sein bekanntestes Werk «Der Zauberberg» spielt zwar in Davos, gibt aber einen Eindruck davon, wie die Atmosphäre im **Sanatorium Kilchberg** gewesen sein muss. 2006 stärkte der amerikanische Schriftsteller John Irving in seinem Roman «Bis ich dich finde» das Bild des **Sanatoriums** als Zufluchtsstätte für Reiche und Schöne, die dringend ein Time-out nötig hatten.

Wie sieht die Zukunft des **Sanatoriums** Kilchberg heute aus? Hat eine Zauberberg-Klinik weiterhin ihre Berechtigung? Oder braucht es im digitalen Zeitalter bald keine Psychiater und Psychologen mehr? Die Antworten liefert Tobias Ballweg. Er hat mit anderen das Buch über die Geschichte des **Sanatoriums** geschrieben.

### Das **Sanatorium Kilchberg** ist gleichzeitig **Sanatorium** und **psychiatrische Klinik**. Diese **Doppel-funktion** ist **aussergewöhnlich**. **Wie kommen Sie damit zurecht?**

Das ist etwas, was die Geschichte der Klinik prägt. Wenn wir eins von beidem wegnehmen würden, wäre es nicht mehr das **Sanatorium Kilchberg**. Zur Klinik gehören die psychiatrische Grundversorgung, die medizinische Fachkompetenz und gleichzeitig die Idee des **Sanatoriums**, mit der Gastlichkeit, die einen erheblichen Einfluss auf die Genesung hat. Darüber hinaus bieten wir auch körperbezogene Therapien an, die für ein **Sanatorium** typisch sind.

### Was verstehen Sie darunter?

Physio-, Hydro-, Bewegungs- und Lichttherapien. Wir verbinden physikalische mit psychologischen Behandlungsmethoden. So können wir Emotionen besser in das eigene Selbstbild integrieren.

### Das **tönt abstrakt**. **Können Sie uns ein konkretes Beispiel nennen?**

Nehmen wir die Wut. Das ist eine Emotion, die von vielen Menschen einfach unterdrückt wird. Daher wird sie nicht als Teil ihrer Identität wahrgenommen,

weil es für einige Menschen ein zu unangenehmes Gefühl ist. Um Emotionen in die eigene Identität zu integrieren, ist der Bezug zum Körper enorm wichtig. Das lässt sich über körperbezogene The-

rapie viel besser erreichen. Wir schauen die Psyche nicht als etwas an, das getrennt vom Körper ist. Wir befassen uns mit der Wechselwirkung der beiden.

### **iPhone und immer intelligentere Maschinen sind inzwischen aus unserem Alltag nicht wegzudenken. Ist es sinnvoll, wenn wir uns mit dem Körper immer mehr von der Realität entfernen?**

Für Menschen ist es nicht gut, wenn Maschinen alles dominieren. Wir sind kein Gehirn mit einem Wurmfortsatz genannt «Körper», sondern wir sind in erster Linie Körper; und der braucht Kontakt mit der Wirklichkeit. Wir brauchen Bewegung, Nähe und Begegnung.

### Warum ist der persönliche Kontakt so wichtig?

Meine Grossmutter hat zwei Weltkriege erlebt und erfahren, dass Not nicht nur erfinderisch macht, sondern auch Menschen zusammenbringt. Diese Erfahrung geht uns ab. Oft erkennt man erst in schwierigen Situationen, wie wichtig andere Menschen sind. 1941 wurde die Kulturzeitschrift «Du» gegründet, deren Entstehung mit dem **Sanatorium** zu tun hat. Dort heisst es in der ersten Ausgabe: «Du bist nicht allein! Du bist nicht für dich allein da. Du hast Verantwortungen und Aufgaben jenseits deiner persönlichen Neigungen und Abneigungen.» Das ist eine wichtige Erfahrung.

### Ihre **Grossmutter in Ehren**, aber welche Aufgaben stellen sich heute für das **Sanatorium Kilchberg**?

Wir befassen uns mit den typischen Erkrankungen der modernen Gesellschaft. Seit 2013 haben wir eine Privatstation für stressbedingte Krankheiten wie Angststörungen und Depressionen. Zum Glück werden wir im Mai eine Station für Allgemeinversicherte einweihen und können dann dort unser Behandlungskonzept umsetzen.



Tages-Anzeiger  
8021 Zürich  
044/ 248 44 11  
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 162'894  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 531.030  
Abo-Nr.: 3001498  
Seite: 16  
Fläche: 94'832 mm<sup>2</sup>

### Burn-out fällt unter stressbedingte Krankheiten. Wie unterscheidet sich das Früher vom Heute?

Die stressbedingte Krankheiten hatten früher einen andern Namen. In der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts war die Neurasthenie ungefähr das, was wir heute ein Burn-out nennen. Im Zuge der Industrialisierung kamen Ängste und Unsicherheiten auf wie heute. Die Lokomotive beispielsweise erschreckte die Menschen mit ihrer bis dahin nicht gekannten Geschwindigkeit. Heute setzen den Menschen Flexibilität, Mobilität und permanente Erreichbarkeit zu. Wir überfordern uns aber auch selber, weil bestimmte Leistungs Ideale zu einer Selbstverständlichkeit geworden sind.

### Um diese Ideale zu erfüllen, lassen wir uns Pharmaka verschreiben: Ritalin, Viagra oder Antidepressiva. Wie beurteilen Sie das?

Zwiespältig. Antidepressiva sind bei einer schweren Depression unverzichtbar. Doch heute haben die Menschen den Anspruch, jederzeit positiv, ausgeglichen und harmonisch zu sein. Dieser Anspruch ist nicht einlösbar. Unzufriedenheit oder Traurigkeit sind zunächst Signale des Körpers, die man nicht ignorieren sollte. Werden sie durch Stimmungsaufheller weggemacht, dann fehlen Anzeichen, die dazu führen könnten, das Leben zu ändern und nicht nur

die momentane Stimmung.

### Heute steht die kognitive Verhaltenstherapie im Vordergrund. Warum sind die anderen Therapien weitgehend weggefallen?

Die kognitive Verhaltenstherapie ist die Therapie, die am meisten empirisch erforscht und deren Wirksamkeit gut belegt ist. Sie ist auf das Hier und Jetzt ausgerichtet, dauert nur wenige Wochen. Deshalb ist sie aus zeitlichen und finanziellen Gründen praktikabel. Ich bin aber überzeugt, dass die kognitive Verhaltenstherapie Ergänzungen braucht.

### «Meine Grossmutter hat in zwei Kriegen erfahren, dass Not erfinderisch macht und Menschen zusammenbringt.»

### Welche Ergänzungen?

Freuds tiefenpsychologischer Ansatz spielt wieder eine Rolle. Wir interessieren uns in Gesprächssituationen für Übertragung und Gegenübertragung. Mit der Schemaanalyse gehen wir in die frühe Kindheit zurück. Und wir gehen auch wieder auf die Bedeutung der Träume unserer Patienten ein. Träume sind ein Spiegel unserer Bedürfnisse und Befürchtungen. Sie spiegeln beides

nicht in abstrakten Gedanken, sondern in subjektiv bedeutsamen Bildern.

### Werden Therapeuten nicht bald von viel billigerer Software abgelöst?

Tatsächlich zwingt der Kostendruck die Kliniken, innovativ zu sein. Doch eine digitale Therapie kann eine Face-to-Face-Therapie nie vollständig ersetzen.

### Könnte die Hirnforschung die Psychologie ersetzen?

Ich bin nicht sicher, ob das möglich ist. Ich glaube auch nicht, dass Dichter in ihren Gedichten dereinst von Oxytocinausschüttung schreiben, wenn sie von Liebe und Zuneigung sprechen wollen.

### Und wie sehen Sie die Zukunft des Sanatoriums?

Es wird immer Menschen geben, die in einer akuten Krise stationäre Hilfe brauchen. Zudem bin ich überzeugt, dass wir in einer Welt, die immer lauter wird, einen Ort des Rückzugs brauchen.

*Tobias Ballweg, Peter Hösly, René Bridler, Walter Bosshard: Ohne Gestern ist morgen kein Heute. 150 Jahre Sanatorium Kilchberg. Orell Füssli. 49.90 Fr.*



Bilder Aus der Geschichte des Sanatoriums Kilchberg

sanatorium.tagesanzeiger.ch