

HOHENEGG

Stiftung

Hohenegg Gespräche

Angst – Eine grundlegende Herausforderung



Daniel Hell im Gespräch mit
Dr. phil. Alice Holzhey-Kunz, Psychoanalytikerin

Dienstag, 18.10.2022, 19.00–21.00 Uhr mit anschließendem Apéro*
Kulturhaus Helferei, Kapelle, Kirchgasse 13, 8001 Zürich
Eine öffentliche Gesprächsreihe der Stiftung Hohenegg

Liebe Interessierte

Mit der Veranstaltungsreihe «Hohenegg Gespräche» möchten wir zwei bis drei Mal im Jahr alltagsrelevante Themen der Psychologie und ihrer Nachbardisziplinen verständlich, unterhaltsam und dialogorientiert aufbereiten.

Jede Veranstaltung bringt einen informativen und anregenden Dialog zwischen erstklassigen Fachexperten und dem Zürcher Psychiater und Psychotherapeuten Daniel Hell. Im Anschluss entwickelt sich der Dialog zum Polylog, denn die Teilnehmenden sind eingeladen, Fragen und Ansichten zum Thema beizutragen.

Ein geselliger Apéro rundet die Veranstaltung ab und bietet Möglichkeiten zu Begegnung, Vertiefung und Vernetzung.

Die «Hohenegg Gespräche» richten sich an Menschen, die sich selbst und andere besser verstehen wollen und sich nicht mit Oberflächlichem zufrieden geben. In der historischen Kapelle des Kulturhauses Helferei im Herzen von Zürich erhalten das gesprochene Wort und die zwischenmenschliche Begegnung die Bedeutung, die sie verdienen. Das schlichte und erhabene Ambiente soll helfen, Wesentliches erlebbar und für den Alltag nutzbar zu machen.

Die gemeinnützige Stiftung Hohenegg ist Träger dieser Veranstaltungsreihe. Zweck der Stiftung ist die Erfüllung von Aufgaben im Gesundheitswesen, namentlich zugunsten von psychisch kranken Menschen. Mit den «Hohenegg Gesprächen» möchten wir einen Beitrag leisten, auf grössere Zusammenhänge von psychischen Problemen aufmerksam zu machen. Es ist unser Ziel, interessierten Menschen Impulse zu bieten, die eigene psychische Gesundheit zu pflegen.

Wir freuen uns sehr, Sie zur 11. Veranstaltung «Angst – Eine grundlegende Herausforderung» herzlich begrüssen zu dürfen.

Freundliche Grüsse



Beatrix Frey-Eigenmann
Präsidentin Stiftung Hohenegg



Prof. em. Dr. med. Daniel Hell
Mitglied Stiftungsrat Hohenegg

«Angst ist der Schwindel der Freiheit»

Sören Kierkegaard

Angst – eine grundlegende Herausforderung

Sehr viele Menschen fühlen sich durch die aktuellen weltpolitischen Ereignisse auch persönlich verunsichert. Sie sehen ihre eigene soziale und wirtschaftliche Situation plötzlich gefährdet, fürchten für die eigene Zukunft und die ihrer Kinder. Nehmen solche Befürchtungen bei Einzelpersonen überhand, wirken sie lähmend.

Bei manchen Menschen werden durch kollektive Bedrohungen auch existenzielle Ängste geweckt, die schon vorher in ihnen geschlummert haben. Diese Ängste sind anderer Art als die vorher erwähnten Befürchtungen. Sie haben ihren Grund im Menschen selbst. Sie betreffen weniger bestimmte akute Gefahren, sondern jene grundlegende Ungesicherheit des menschlichen Lebens überhaupt. Sie sind deshalb auch schwerer fassbar. Solche Ängste scheinen wie ohne Grund aufzutreten, können aber einen Menschen besonders tief erschüttern.

Das 11. «Hohenegg Gespräch» greift beides, Befürchtungen und Ängste auf. Ein besonderer Schwerpunkt wird aber darauf gelegt, Angst als grundlegende und zutiefst menschliche Herausforderung zu verstehen.

Im Einzelnen werden folgende Facetten zur Angstthematik behandelt:

- Warum macht es Sinn, Angst und Furcht voneinander zu unterscheiden?
- Hilft ein klareres Verständnis von Angst, dieses Grundgefühl besser

anzunehmen und zu ertragen – und zwar auch die Angst vor dem Tod?

- Wie können wir mit sogenannten Angststörungen, insbesondere mit Phobien und Panik, besser umgehen?
- Was hat es mit der Hellhörigkeit für Angst auf sich?
- Brauchen wir seelische Schutzwälle gegen die Angst und wenn ja, warum?

Referat und Gespräch

Dr. phil. Alice Holzhey-Kunz ist Psychoanalytikerin daseinsanalytischer Richtung in Zürich, Präsidentin der Gesellschaft für hermeneutische Anthropologie und Daseinsanalyse (GAD), und Co-Leiterin des Daseinsanalytischen Seminars (DaS). In verschiedenen Publikationen hat sie eine neue Richtung der Daseinsanalyse entwickelt, die psychoanalytische und existenzphilosophische Einsichten verbindet. Als neuestes Buch ist von ihr erschienen: *Emotionale Wahrheit. Der philosophische Gehalt emotionaler Erfahrungen*. Basel 2020 (Schwabe reflexe 66).

Prof. em. Dr. med. Daniel Hell war von 1991–2009 Ordinarius für Klinische Psychiatrie an der Universität Zürich sowie Direktor an der psychiatrischen Universitätsklinik Zürich, von 2009 bis 2014 Leiter des Kompetenzzentrums Depression & Angst an der Privatklinik Hohenegg. Aktuell ist er in eigener Praxis und als Stiftungsrat der Stiftung Hohenegg tätig. 2022 erschien sein neuestes Buch: *«Das Selbst in der Krise – Krise des Selbst»* (Schwabe reflexe 73).

Veranstaltungsinformationen

Die «Hohenegg Gespräche» finden in der Kapelle im Kulturhaus Helferei mitten in der Zürcher Altstadt statt.

Datum

Dienstag, 18.10.2022, 19.00–21.00 Uhr
mit anschliessendem Apéro*

Eintritt

CHF 25.– inkl. Apéro* (Abendkasse)

Anmeldung

www.hohenegg-gespraechе.ch
bis zum 30. September 2022

Wir bitten um verbindliche Anmeldung. Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einganges berücksichtigt. Eine Warteliste wird geführt. Über die aktuellen Hygienemassnahmen informieren wir vor der Veranstaltung auf www.hohenegg.ch.

Ort

Kulturhaus Helferei, Kapelle,
Kirchgasse 13, 8001 Zürich

Anreise Ab Hauptbahnhof

- Tram 4 bis Haltestelle Helmhaus
- Tram 3 und Bus 31 bis Haltestelle Neumarkt oder Kunsthaus

Ab Bellevue

- Tram 4 und 15 bis Helmhaus

Nächste Parkmöglichkeiten

- Parkplatz Obergericht/Hirschengraben
- Parkhaus Hohe Promenade

Organisation

Privatklinik Hohenegg AG
Hohenegg 1
8706 Meilen
Telefon +41 44 925 15 16
veranstaltungen@hohenegg.ch

* Falls es die aktuelle Coronavirus-Situation erlaubt.

