



Jetzt gibt es Burn-out-Therapien für Expats auf Englisch

Neues Angebot im Sanatorium Kilchberg Die Nachfrage nach stationären englischsprachigen Behandlungen für stressbedingte Erkrankungen ist gross. Die vom Sanatorium geschaffenen Plätze sind bereits ausgebucht.

Gina Dudler

Belastung und Stress können zu einem Burn-out führen. Dagegen bieten viele Schweizer Kliniken stationäre Therapien in einer Landessprache an. Weil Englisch nach Deutsch, Französisch und Italienisch die vierthäufigst gesprochene Sprache des Landes ist, reagiert das Sanatorium Kilchberg nun auf diese Entwicklungen: Ab August bietet die psychiatrische Klinik das schweizweit erste englischsprachige stationäre Angebot zur Behandlung stressbedingter Erkrankungen wie Erschöpfungsdepressionen oder Burn-out an.

Das neue Angebot passe gut in die Region um Kilchberg, sagt Tobias Ballweg, leitender Psychologe im Sanatorium, der das Therapiekonzept mitentwickelt hat. «Die Anzahl englischsprachiger Patientinnen und Patienten hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen.» Diese hätten sie bisher zwar schon therapiert, jedoch mit einem deutlich reduzierten Therapieplan und auf verschiedene Stationen verstreut. «Das war für beide Seiten nicht wirklich zufriedenstellend», sagt der Psychologe.

Kunden aus mittlerem und höherem Management

Die steigende Nachfrage liege vor allem an der zunehmenden Anzahl von internationalen Firmen und Expats in Kilchberg, angrenzenden Gemeinden und in der Stadt Zürich. «Die Betroffenen kamen bislang aus sehr verschie-

denen Berufsfeldern mit einem deutlichen Schwerpunkt im IT-Bereich sowie im mittleren und höheren Management», erklärt Ballweg. Das Angebot sei aber auch für Personen aus anderen Schweizer Gegenden zugänglich, die keine Landessprache beherrschten und deswegen auf eine englischsprachige Therapie angewiesen seien.

Ambulante Therapien in englischer Sprache seien in der Schweiz bereits vorhanden. Auch das Sanatorium biete sie im Zentrum für Psychosomatik Zürich an, sagt der Psychologe. Diese würden jedoch nicht immer ausreichen, um eine schwere Erschöpfungsdepression erfolgreich zu behandeln.

Die Therapie von psychischen Erkrankungen unterscheide sich grundlegend von jener mit körperlichen Beschwerden, erklärt Ballweg. «In der Psychiatrie behandeln wir Patientinnen und Patienten mithilfe von Sprache.» Eine reibungslose Kommunikation sei deshalb essenziell. Körperliche Leiden könnten je nach Fall auch dann behandelt werden, wenn Ärztin und Patient die gemeinsame Sprache unterschiedlich gut beherrschen.

Das Programm in englischer Sprache ist gleich aufgebaut wie jenes, das das Sanatorium schon seit 13 Jahren für deutschsprachige Patientinnen und Patienten anbietet. Im Gegensatz zu ambulanten Therapien, die auf Einzelgespräche setzen, stehen im stati-

onären Programm unter anderem mehrmals pro Woche intensive Einzel- und Gruppentherapien sowie medizinische Massagen oder kreative Tätigkeiten.

Für das Angebot wurden neue Fachkräfte eingestellt. Aber auch langjährige Mitarbeitende, die die englische Sprache bereits beherrschten, wurden für das neue Angebot geschult.

Erste Behandlungswoche ist ausgebucht

Sowohl die deutschsprachige als auch die englischsprachige stationäre Behandlung dauert im Durchschnitt sechs Wochen. «Dazu gehören auch die berufliche Reintegration und Arbeitgebergespräche», erklärt der Psychologe. Das neue Angebot beginnt im Sanatorium ab dem 5. August. Und es scheint gefragt zu sein. Denn die erste Behandlungswoche ist bereits ausgebucht. Die Behandlungsplätze werden aber schrittweise erhöht.

Das englischsprachige Angebot richtet sich zunächst an halbprivat und privat versicherte Patientinnen und Patienten. «Wir denken bereits über eine Erweiterung des Angebots für gesetzlich Versicherte nach», sagt Ballweg. So sei es bereits beim deutschsprachigen Angebot gehandhabt worden.

Das Sanatorium Kilchberg bietet neben der Behandlung von stressbedingten Erkrankungen auch Therapien gegen Krankhei-



ten wie Angst- oder Schlafstörungen an. Englischsprachige Behandlungen in diesen Bereichen seien grundsätzlich möglich, erklärt der Psychologe. «Erst einmal muss jedoch die Therapie bei stressbedingten Erkrankungen evaluiert werden.»



Mit Aussicht auf den Zürichsee können sich Burn-out-Patienten im Sanatorium Kilchberg stationär behandeln lassen. Foto: PD



Tobias Ballweg, leitender Psychologe im Sanatorium Kilchberg, hat das Therapiekonzept mitentwickelt. Hier sitzt er neben einer Statue des olympischen Gottes Zeus. Archivfoto: Moritz Hager