

WISSEN



53

BERNER BÄREN

Jahrhundertlang mussten die Berner Wappentiere ihr Dasein in Gräben fristen. Heute beginnt mit der Eröffnung des neuen Bärenparks ein neues Zeitalter.

50

HEISSHUNGER



Wohl die meisten gehen nachts hin und wieder einmal an den Kühlschrank, um etwas zu trinken oder auch einen kleinen Bissen von irgend-etwas zu nehmen. Bei einigen aber wird das chronisch. Und sie räumen ganze Regale leer.

51

UNSERE LEBER

Die Leber ist die Zentrale unseres Stoffwechsels. Ein Wunderwerk – aber auch anfällig für diverse Störungen und Krankheiten, vor allem, wenn man ihr zu viel zumutet, zum Beispiel an Alkohol und an Medikamenten.



Seltsames Wohnen – aber: «Wie jemand seine Einrichtung wählt, ist zu persönlich, um kritisiert zu werden», sagt die von uns befragte Psychoanalytikerin.

GETTY

Was ist guter Geschmack?

In Zürich läuft mit «neue räume 09» die grösste Design-Schau der Schweiz. Eine gute Gelegenheit, sich übers Wohnen Gedanken zu machen. Über das eigene und jenes der andern.

VON EVA HOLZ EGLE

Die Psychoanalytikerin Ingrid Feigl und der Innenarchitekt Stefan Zwicky – er leitet «neue räume 09» – stellen in der Zeitschrift «NZZ-Folio» monatlich anhand fotografiert Wohnräume Vermutungen über deren Bewohner an. Das liest sich dann jeweils so:

«Hier wohnt ein Mannsbild. Ein Kerl, der einst auf seiner Harley Davidson durch die Staaten brauste, der sich auf dem häuslichen Wandbild in prominenter Gesellschaft zeigt. Amerika, Easy Rider, Death Valley, Falkenauge – es rockt und rollt nur schon beim Anblick der ganzen Menagerie in der Stube.»

So interpretiert Ingrid Feigl eine Nadelholz-Wohnwand mit Zubehör, derweil Stefan Zwicky das Praktische in diesem Heim wie folgt ortet: «Kerami-

sche Bodenplatten halten den härtesten Belastungen stand, und im Bezug der Sitzmöbel – eine Art Tarnanzugsmotiv – sind Flecken bereits eingewoben.»

Gerne sieht man sich als Leserin diese Fotorätsel jeweils an, denkt meist: So könnt' ich nie wohnen, schlägt die Seite hastig um und blickt dann ganz erstaunt – in lauter sympathische Gesichter.

Frau Feigl, Herr Zwicky, Ihre Vermutungen kommen unverblümt, auch mal hart daher, sprühen aber gleichzeitig vor Humor und Menschenfreundlichkeit. Ist Wohnen letztlich gar keine so ernste Sache?

Ingrid Feigl*: Beim Einrichten können alle genau das tun, was ihnen gefällt. Das ist ja sonst im Leben kaum der Fall. So betrachtet, ist Wohnen keine ernste Angelegenheit. Gleichwohl ist die Behausung existenziell und überdies ein soziales Etikett, ganz egal, wie diese Behausung ausschaut. Weiter führen verschiedene Lebenslagen zu unterschiedlichem Einrichten. Denken wir daran, was es bedeutet, wenn ein Paar sich trennt oder Kinder ausziehen.

Stefan Zwicky**: Als Innenarchitekt sehe ich schnell, ob jemand etwas von Design versteht, und benenne das in meinen Texten. Genauso, wie wenn in einer Wohnung keine klare Linie ersichtlich ist. Doch auch hinter Möbeln, die mir ästhetisch nicht zusagen, stecken interessante Menschen. Diesen auf die Spur zu kommen, macht richtig Spass.

Frau Feigl, Sie beschrieben die Einrichtung einmal als «Spiegel der privaten Weltordnung». Kann eine Wohnung mehr sagen als tausend Worte?

Feigl: Eine Wohnung ist tausend Worte. Visuelle natürlich. Obwohl die Einrichtung ein Bild von einer Persönlichkeit abgibt, würde das vertiefte Gespräch dieses Bild verfeinern und unter Umständen stark relativieren.

Warum blickt man so gerne in die privaten Räume der andern?

Feigl: Ein Urtrieb des Menschen ist die Neugier. Dazu gehört Voyeurismus, der auch die Möglichkeit bietet, sich mit andern zu vergleichen. Eine Wohnung ist für die Bewohnerschaft Bühne und Versteck in einem, für die Betrachter von aussen bedeutet der Blick in diese Zone einen Genuss. Vergleichbar mit dem kindlichen Blick durchs Schlüsselloch. Gefühle von Rivalität, Neid, Spott und Häme kommen natürlich mit ins Spiel.

Warum kaufen die einen bei Möbelketten, die andern in Designer-Läden? Anders gefragt: Wie kommt man auf den eigenen Geschmack?

Zwicky: Geschmacksfindung hat mit der Herkunft, mit Bildung und Ausbildung zu tun, mit dem Kreis, in welchem man sich bewegt, wo man Dinge sieht und übernimmt. Für überdurchschnittlich an Möbeln Interessierte können auch Vorbilder aus der Welt des Designs eine Rolle spielen. Nicht zuletzt führen die Selbstfindungsfragen «Wer bin ich?» und «Was passt zu mir?» zum eigenen Geschmack.

Feigl: Dem stimme ich zu. Geschmack kann man auf jeden Fall nicht lernen und nicht suchen. Geschmack ist ein Produkt der eigenen Biografie. Einrichtungsgegenstände sind Denkmäler der persönlichen Geschichte und Identität.

Fortsetzung auf Seite 50

DIE AUSSTELLUNG

«neue räume»: Luzernerin kocht



(Bild) ist Architektin – und leidenschaftliche Köchin. Das Gastrokonzept mit dem Restaurant Grotto und einer Bar steht im Zeichen der Italianità, mit ausgesuchten Köstlichkeiten, die es zu entdecken gilt. Judith Raeber ist die Lebenspartnerin von Stefan Zwicky, dem Kurator von «neue räume 09».

Die zum fünften Mal stattfindende internationale Wohn- und Möbelausstellung, die grösste ihrer Art in der

Schweiz, dauert bis zum 1. November. In der ABB-Eventhalle 550 in Zürich-Oerlikon präsentieren auf 8000 Quadratmetern rund 90 nationale und internationale Hersteller aus den Bereichen Möbel, Leuchten, Küche, Bäder, Textilien sowie Boden- und Wandbeläge ihre neusten Modelle und Designideen.

Fakten zur Ausstellung

- «neue räume 09» ist geöffnet von 12 bis 21 Uhr, am Samstag von 10 bis 21 Uhr, am nächsten Sonntag bis 18 Uhr.
- Eintrittspreise: Erwachsene Fr. 20.–, Studenten, Schüler Fr. 10.–
- Ab Bahnhof Zürich-Oerlikon weisen Plakate den Weg zur Ausstellung.

Das Nacht-Essen der anderen Art

Sie stehen nachts auf, räumen den Kühlschrank aus, essen sich satt und fühlen sich am Morgen elend. Nur eine Macke oder eine Krankheit?

VON WALTER WILLEMS/AP

Das Phänomen kennen recht viele Menschen: Man wacht nachts mit Appetit auf, wankt schlaftrunken in die Küche und isst einen Happen. Das muss kein Problem sein, solange man das nicht ständig tut und darunter leidet. Der US-Psychiater Albert Stunkard hat erstmals 1955 regelmässiges nächtliches Essen als Night Eating Syndrom (NES) beschrieben und legte drei Hauptkriterien fest: Die Betroffenen schlafen schlecht, nehmen mindestens ein Viertel ihrer Nahrungsmenge spät abends oder nachts zu sich und haben am nächsten Morgen keinen Hunger.

In der Grauzone

Bis heute ist strittig, ob es nur eine schlechte Angewohnheit ist oder eine Krankheit. In den vergangenen zehn Jahren untersuchten weit mehr als 70 Studien die biologischen Hintergründe des Phänomens. Grundlegende neue Erkenntnisse brachten sie nicht. «Die Erforschung des NES steckt bis heute in den Kinderschuhen», schreibt Barbara Mühlhans, die am Uniklinikum Erlangen eine Studie dazu leitete, in der Zeitschrift «Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie».

Das Syndrom lässt sich deshalb so schwer analysieren, weil es in einer Grauzone verschiedener Störungen liegt, die sich überlappen. Das NES fällt durch das konventionelle Raster, es bewegt sich im Spannungsfeld zwischen Schlaf-, Ess- und affektiver Störung.



Nächtlicher Heiss hunger: Bei 1 bis 2 Prozent der Menschen entwickelt sich daraus eine schwer einzuordnende Störung.

GETTY

US-Forscher um Kelly Allison von der Universität von Pennsylvania in Philadelphia schlagen im «International Journal of Eating Disorders» Kriterien vor, um das Night Eating Syndrom klar zu definieren. Demnach ist betroffen, wer

entweder seit mindestens drei Monaten mehr als 25 Prozent seiner Nahrung nach dem Abendessen einnimmt oder

mindestens zwei Mal pro Woche nachts zum Essen aufsteht.

1 bis 2 Prozent

Obwohl viele Betroffene nachts aus dem Schlaf gerissen werden und überzeugt sind, ohne Stillen ihres Hungers kein Auge schliessen zu können, spre-

chen Forscher nicht von einer Schlafstörung. Und dass der nächtliche Heiss hunger eine Essstörung ist, scheint ebenfalls fraglich. Denn tagsüber ernähren sich viele Betroffene völlig normal.

Barbara Mühlhans schätzt, dass 1 bis 2 Prozent der Erwachsenen an dem Problem leiden. Die Psychologin stiess – ebenso wie Stunkard – auf das Phäno-

ANZEIGE

Matratzen

10 Nächte gratis jede Matratze ausprobieren

Wie man sich bettet, so liegt man, sagt nicht nur der Volksmund, sondern auch die eigene Schlafenerfahrung. Wer gut schläft, lebt gesünder. Schlaf ist die Quelle der Lebenskraft, und der Mensch vermag sich zu regenerieren. Es ist darum wichtig, sich um das richtige Bettssystem zu kümmern.

Zu harte oder zu weiche Matratzen können zu Rücken-, Nacken- und Gelenkschmerzen führen, die durch eine falsche Haltung und Druck entstehen und durch eine angespannte Schlafposition noch verstärkt werden. Auch ein unruhiger oder flacher, wenig erholsamer Schlaf ist vielleicht auf eine ungeeignete Unterlage zurückzuführen. Darum ist es wichtig, dass Sie Ihre Matratze

10 Nächte gratis testen

Nach diesem Motto laden wir Sie zum Probieren ein. Wir führen alle bekannten Bettssysteme wie

– **Tempur-Matratzen**
– **bico-Matratzen**
– **Wasserbett**
– **Luftbett usw.**

Es erwartet Sie eine kompetente Beratung.

Möbel Getzmann, Ebikon
041 429 30 60
www.moebel-getzmann.ch
info@moebel-getzmann.ch

10 Tage Gratis

Gratis-Probematt

Luftbett. Wasserbett. bico. Superba. tempur. etc.

GM Luzernerstrasse 64
Ebikon, 041 429 30 60
www.moebel-getzmann.ch

Fortsetzung von Seite 49

Was ist guter Geschmack?

Temperament, Kreativitätspotenzial und Freude an der Selbstdarstellung sind weitere entscheidende Aspekte. Die Wahl der Einrichtung kann auch ein Akt von Abgrenzung gegenüber Herkömmlichem, Gewohntem sein.

Mitte des letzten Jahrhunderts führten Schweizer Zeitschriften Kampagnen zur Geschmacksaufklärung und rieten, unabhängige Wohnberatungsstellen aufzusuchen. Wird unser Auge heute zu wenig für die gute Form geschult?

Zwicky: Das glaube ich nicht. Es gab noch nie so viele Wohnjournale, Medienberichte übers Einrichten, Wohnausstellungen und Möbelmessen wie heute. Gerade auch in der Schweiz. Dabei fällt auf, dass sich nach wie vor hauptsächlich die Frauen dafür interessieren. In den Wohnredaktionen der wichtigen Mailänder Zeitschriften sind durchs Band Frauen am Ruder. Typischerweise arbeiten wir für die Ausstellung «neue räume 09» mit der Frauenzeitschrift «annabelle» zusammen.

Sind Wohnen und Einrichten typisch weiblich, Frau Feigl?

Feigl: Tendenziell ja. Nestbauen gehört seit je eher zur weiblichen Domäne. Das bemerkt man auch in Kinderzeichnungen.

Gibt es verbindlich guten Geschmack beim Wohnen?

Feigl: Man kann von objektiv guten oder schönen Proportionen und Materialien reden, wie es ja auch schöne oder

weniger schöne Menschen gibt, nicht aber von gutem oder schlechtem Einrichtungsstil. Wie jemand seine Möbel wählt und in den vier Wänden arrangiert, ist zu persönlich, um kritisiert zu werden.

Genau das machen Sie beide doch in Ihren Wohnanalysen.

Feigl: Nein. Ich versuche einfach herauszufinden, wer die Leute hinter den Möbeln sind, wie sie leben, was sie interessiert, warum wohl in einer Ecke ein ausgestopfter Adler steht und im Bad ein rotes Lavabo montiert wurde. Ich



«Meine Erfahrung zeigt, dass sich Leute hinter raumhohen Glasfronten auf die Dauer unwohl fühlen.»

STEFAN ZWICKY, ARCHITEKT

sage aber nicht, etwas sei wundervoll oder etwas zeuge von schlechtem Geschmack.

Zwicky: Das sehe ich ähnlich. Es gibt Räume mit hoher Funktionalität, form-schöne Objekte, harmonische Kombinationen oder umgekehrt hilflos platzierte Möbel. Aber niemand kann darüber

finden, was guter oder schlechter Einrichtungsstil ist. Vereinfacht lässt sich also sagen: Guten Geschmack gibt es nicht.

Kann Einrichten ein Stressfaktor sein?

Feigl: Durchaus. Zum Beispiel für Leute, die krampfhaft nach einem eigenen Stil suchen, oder für jene, die darauf fixiert sind, wie sie über ihre Einrichtung nach aussen wirken. Und natürlich für Paare, die zusammenziehen. Das wäre ein Kapitel für sich.

Sind Ikea und Interio für die Fachhändler eine Bedrohung?

Zwicky: Ganz im Gegenteil. Ich würde sie als Durchlauferhitzer bezeichnen. Wer mit 20 bei Ikea einkauft, wählt wahrscheinlich mit 30 Autorenmöbel im Fachhandel. Wir geben übrigens Ikea bei «neue räume 09» die Plattform für eine Jubiläums-Sonderschau.

Nicht in jedes perfekt gestylte Interieur setzt man sich gerne hin, auf die fichtene Eckbank einer guten Nachbarin erstaunlicherweise aber immer. Wie entsteht in Wohnräumen Behaglichkeit?

Zwicky: Meine Erfahrung zeigt, dass sich Leute hinter raumhohen Glasfronten auf die Dauer unwohl fühlen. Ebenso wenig strahlen schneeweisse Räume und glänzende Oberflächen Behaglichkeit aus, während man sich in einem Chalet in der Regel gerne aufhält. Material- und Farbwahl wirken sich entscheidend auf das Raumerlebnis aus. Wer das berücksichtigt, kann sich in modernster Architektur mit minimalistischer Einrichtung sehr behaglich fühlen.

Feigl: Menschen, die in ihren eigenen Wänden geborgen sind, übertragen dies garantiert auf die Gäste, auch wenn der Einrichtungsstil Letzteren

nicht zusagt. Behaglichkeit hängt genauso stark von der menschlichen Wärme in einem Raum ab wie von der Möbelwahl.

Gelegentlich stylen professionelle Innendesigner Wohnräume komplett durch. Können fremde Hände ein privates Heim beseelen?

Zwicky: Die Möblierung ist das Privateste, was einen umgibt. Professionelle Einrichter sollten nur Steigbügelhalter zur Entfaltung ihrer Kundschaft sein. In ein Trend-Schema X lässt man sich besser nicht pressen, es könnte zu einem ungemütlichen Erwachen führen.

Wie sehen die neusten Trends in Innenarchitektur und Möbeldesign aus?

Zwicky: Ich halte nicht viel von Aussagen über Einrichtungstrends. Ein Möbelstück ist kein Kleidungsstück und deshalb eine längerfristige Investition. Was auffällt, sind interessante Einzelkreationen, vielleicht etwas mehr Ornamentales. Und ich glaube, man mixt wieder leichter Dinge zusammen, legt den von einer Reise mitgebrachten Teppich ins Wohnzimmer, kauft ein Gestell bei Interio und das Sofa bei Teo Jakob. Undogmatisches, nonchalantes Einrichten also.

HINWEIS

* Ingrid Feigl ist Psychoanalytikerin mit eigener Praxis in Zürich. Sie ist verheiratet und Mutter zweier erwachsener Söhne.

** Stefan Zwicky arbeitet als Architekt und Innenarchitekt in Zürich. Zwicky ist unter anderem Herausgeber des Buches «Schweizer Möbel Lexikon». Er leitet die Ausstellung «neue räume 09».

Neben «neue räume 09» findet im Kunsthaus Aarau unter dem Titel «Interieurs. Gesammelte Einsichten» bis 8. November 2009 eine Sonderschau statt, in welcher auch Wohnungen der «NZZ-Folio»-Beiträge ausgestellt sind. ◀