



Die Sorgen und Ängste nehmen zu: Diese Tendenz ist bei den 15- bis 29-Jährigen gemäss einer Studie am ausgeprägtesten. Foto: Nicole Pont

Jugendliche merken, dass ihre Freundinnen und Freunde leiden

Befragung zum Wohlbefinden Seit Monaten schlagen Fachleute Alarm. Nun bestätigen Zahlen erstmals, dass Corona Kinder und Jugendliche psychisch am stärksten belastet.

Alessandra Paone

Die Zahl der Kinder und Jugendlichen mit psychischen Problemen hat während der Pandemie stark zugenommen. Sie leiden an Depressionen, Essstörungen und denken im schlimmsten Fall darüber nach, sich das Leben zu nehmen. Was seit Monaten Fachpersonen und Medien stark beschäftigt, spiegelt sich nun in einer repräsentativen Studie des Markt- und Sozialforschungsinstituts Link wider. Diese hat die Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit der Bevölkerung untersucht. Die Erhebung wurde jeweils im Januar 2021 und 2022 in der Deutsch- und der Westschweiz durchgeführt; in diesem Jahr haben 1024 Personen zwischen 15 und 79 Jahren daran teilgenommen.

Die Teilnehmenden wurden gebeten, ihre eigene Situation während der Pandemie sowie diejenige ihrer Familie und Freunde im Vergleich zum Vorjahr zu bewerten. Bei der diesjährigen Befragung sind die Forscherinnen und Forscher vertieft auf die Situation von Kindern und Jugendlichen in deren Freundeskreis eingegangen.

Es zeigt sich, dass beinahe ein Drittel der Bevölkerung mehr Sorgen und Ängste meldet als noch vor einem Jahr. Diese Tendenz tritt in allen Altersgruppen auf, ist aber zurzeit bei den 15- bis 29-Jährigen am stärksten erkennbar: 37 Prozent stellen bei ihren Freundinnen und Freunden eine Verschlechterung der psychischen Gesundheit fest. Sie beobachten zudem eine wachsende Aggressivität und geben an, dass immer mehr Personen aus ihrem Umfeld an Depressionen leiden und sich überlegen, zum Psychiater zu gehen. «Diese Ergebnisse sprechen klar dafür, dass sich insbesondere die

jüngeren Generationen aufgrund der Pandemiesituation untereinander stärker zu Themen psychischer Gesundheit austauschen», sagt Studienleiter Stefan Reiser.

Suizidgedanken nehmen zu

Im Vergleich zu 2021 ist auch die Zahl junger Menschen gestiegen, die in ihrem Umfeld Suizidgedanken wahrnehmen: von 5 auf 7 Prozent. Obwohl es sich nur um eine Zunahme von zwei Prozentpunkten handelt, spricht Reiser von einem «sehr beunruhigenden» Wert. «Das sind klare Alarmsignale, die die Gesellschaft unbedingt ernst nehmen sollte.» Anfang Jahr wies bereits die Präsidentin des Stiftungsrats Pro Juventute, Barbara Schmid-

Federer, besorgt auf die Hilferufe Jugendlicher hin. Gemäss Zahlen des Corona-Reports von Pro Juventute gingen 2021 bei der Notrufnummer 147 pro Tag im Schnitt sieben Anrufe von Jugendlichen ein, die über Suizidgedanken sprechen wollten.

Wie Jugendpsychiater Oliver Bilke-Hentsch in einem Interview mit dieser Zeitung sagte, sind Kinder und Jugendliche, die sich ständig in den sozialen Medien aufhalten, besonders gefährdet für psychische Erkrankungen. Seine Aussage deckt sich mit den Ergebnissen der Link-Studie, wonach der beobachtete Konsum digitaler Medien seit Beginn der Pandemie generell (44 Prozent) zugenommen hat, am stärksten aber bei den 15- bis

29-Jährigen (51 Prozent). Diese Problematik sei zwar schon vor der Corona-Krise bekannt gewesen, habe sich durch die Pandemie aber zusätzlich verschärft, sagte Bilke-Hentsch. Studienleiter Stefan Reiser führt den steigenden Konsum digitaler Medien ebenfalls auf die Corona-bedingte Isolation zurück. «Ein Viertel der Studienteilnehmenden beobachtet, dass sich Kinder und Teenager seltener oder viel seltener treffen oder miteinander spielen», sagt er.

Immer mehr genervte Chefs

Die Pandemie wirkt sich auch stark auf das Berufsleben aus. Damit ist allerdings weniger die Produktivität gemeint. Die Befragten berichten sogar, dass sie selbst, aber auch ihre Kolleginnen und Kollegen im letzten Jahr mehr geleistet hätten. Rund ein Drittel ist aber der Meinung, dass sich die Stimmung ihrer Vorgesetzten und überhaupt das Arbeitsklima verschlechtert hätten. Zudem beschwerten sich 36 Prozent über ein verschlechtertes Kundenverhalten. Erfahrungen der Swiss oder der SBB mit renitenten Flug- oder Fahrgästen bestätigen diese Entwicklung.

Immerhin: Die Schweizerinnen und Schweizer beurteilen ihre Lebensqualität als insgesamt ausgewogen. Wobei ein signifikanter Teil immer noch ungesünder isst als vor der Pandemie, schlechter schläft und über Probleme in der Partnerschaft klagt. Mit Ausnahme verschiedener Abweichungen bei den Jugendlichen zeige die neue Studie, dass sich das Wohlbefinden der Schweizer nach eigener Einschätzung im letzten Jahr etwas verbessert habe, sagt Stefan Reiser. «Das hat wohl auch damit zu tun, dass einige Menschen gelernt haben, mit der Ausnahme-situation besser umzugehen.»

Übermässiger Medienkonsum während Corona

Lesebeispiel: In den letzten 12 Monaten haben 51% der 15- bis 29-Jährigen in ihrem Familien-/Freundeskreis einen zunehmenden Konsum digitaler Medien beobachtet.

Resultate in Prozent ■ Umfrage 2022 ■ Umfrage 2021

15- bis 29-Jährige



30- bis 44-Jährige



Grafik: mre / Quelle: Link, Erhebungsphase: 19. bis 24.1.2022, 247 Befragte (2021: 232 Befragte)