

«Jugendliche brauchen unser Vertrauen»

UPK Basel Galt die grösste Sorge am Anfang der Coronapandemie noch den ältesten der Gesellschaft, rückten nach und nach die jüngsten in den Fokus: immer mehr entwickelten depressive Symptome. Und kaum ging es wieder aufwärts, kam der Ukraine-Krieg und die Klimakrise hängt wie ein Damoklesschwert über den Menschen. So führt Pascale Hofmeier, Sprecherin der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel (UPK), in die erste Veranstaltung der neuen Informationsreihe «Mensch.Psyche» ein. Professor Alain di Gallo, Direktor der Klinik für Kinder und Jugendliche der UPK, stimmt ihr zu. Gemäss di Gallo zeigten Studien ganz klar, dass während der Pandemie unter den 14- bis 24-Jährigen mehr Menschen von depressiven Symptomen betroffen waren als unter den älteren. Und auch: «Je länger die Pandemie dauerte, umso stärker wurden die Symptome bei den Jugendlichen. Bei den übrigen Altersgruppen blieben sie in etwa gleich», führt di Gallo aus.

Die Gründe hierfür seien, so führt Di Gallo an, dass die Pandemie die Gesellschaft verunsichert habe, so auch die Eltern und Lehrpersonen, also die Bezugspersonen der Kinder und Jugendlichen. Dies habe abgefärbt. Hinzu sei die Angst vor Vereinsamung gekommen, die bei den Jungen stets die Angst vor dem Coronavirus überwog. Die Angst sei ein zentrales Thema. Das sagt auch Mitreferentin Christina Stadler, leitende Psychologin der Klinik für Kinder und Jugendliche der UPK. Sie verortet das Problem bei der sogenannten Selbstwirksamkeit: «Das Gefühl, Kontrolle über das Leben zu haben, hat abgenommen.» Eine deutsche Online-Trendstudie zeigt auf, dass die Pandemie bei Jugendlichen vor allem Angst, nicht Aggression geschürt habe. Auch nehmen sie ihre Lebensqualität als viel schlechter wahr, als noch vor der Coronakrise. Und sie stehen dem hilflos gegenüber.

Was hilft also? Irene Fontanilles, Schulleiterin der UPK-Klinikschulen, führt eine deutsche Studie an, wonach Jugendliche die Schulschliessungen – in Deutschland deutlich länger als in der Schweiz – und damit die Trennung von ihren Gleichaltrigen besser verkraftet hätten, wenn sie auf verlässliche familiäre Beziehungen zurückgreifen konnten. «Diese Bindungen stiften Vertrauen» in einer Zeit der grossen Unbeständigkeit und Unsicherheit, so Fontanilles. Beim Vertrauen hakt auch Alain di Gallo ein. Es sei unerlässlich, den Jugendlichen als Eltern, als Lehr- oder sonstige Bezugspersonen das Vertrauen entgegenzubringen, dass sie die Krise meistern können. Nur so kämen sie zurück in die Handlungsfähigkeit. Und es sei sehr wichtig, das vorzuleben: «Wir hören nicht mehr auf unseren Körper und auf uns selbst. Aber das sollten wir wieder lernen.» Damit sei eine gute Voraussetzung geschaffen, in Krisenzeiten widerstandsfähig zu bleiben. (mma)