

«Krieg ist Zündstoff für Zukunftsängste»

Das Badener Ambulatorium und das BZBPlus erwarten wegen der Ukraine-Krise einen Anstieg von psychischen Erkrankungen bei Jugendlichen.

Sarah Kunz

Depressionen, Angststörungen, Schlafprobleme und Suizidgedanken: Seit Jahren nehmen psychische Erkrankungen zu – bei Erwachsenen, vor allem aber auch bei Kindern und Jugendlichen. Im Badener Ambulatorium der Psychiatrischen Dienste Aargau (PDAG) und im Badener Beratungszentrum BZBPlus haben sich die Anmeldezahlen in den vergangenen fünf Jahren verdoppelt. Die Coronapandemie hat den negativen Trend weiter verschärft. Und jetzt herrscht auch noch Krieg – in Europa, unweit des ansonsten so sicheren Umfelds.

«Solche Ereignisse können grosse Unsicherheit und Ängste bei Kindern und Jugendlichen auch in der Schweiz auslösen», sagt Angelo Bernardon, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der PDAG. Zum einen seien dies Zukunftsängste, zum anderen Angst über die Bewältigbarkeit dieser schweren Krise. Gleichzeitig gebe es Minderjährige, die Verwandte in der aktuellen Kriegsregion oder selbst Flucht oder

kriegerische Ereignisse erlebt hätten. «Bei ihnen können traumatische Erinnerungen wieder reaktiviert werden und zu psychiatrischen Symptomen führen», sagt Bernardon.

Je länger der Krieg dauert, desto gefährlicher wird es

Trotz der potenziellen Gefahren bemerken derzeit weder das Ambulatorium noch das Beratungszentrum eine direkte Auswirkung des Ukraine-Kriegs. Das heisst, wegen des Konflikts allein verzeichnen sie keinen Anstieg der Anmeldezahlen. Das wiederum bedeutet jedoch nicht, dass die Krise keinen Anlass für psychische Probleme gibt. «Es kann sein, dass Jugendliche, die ohnehin schon Schwierigkeiten haben, dadurch zusätzlich psychisch belastet werden», sagt Michael Schwilk, Geschäftsleiter von BZBPlus. «Je länger der Krieg andauert, desto mehr werden Kinder und Jugendliche traumatisiert werden – besonders Geflüchtete.»

Dass in die Schweiz geflüchtete Minderjährige derzeit noch keine psychologische Hilfe in Anspruch nehmen, macht für

Schwilk Sinn: «Sie brauchen zuerst eine Basis der Grundbedürfnisse, also ein Dach über dem Kopf, Arbeit, schulische Bildung und sprachliche Kenntnisse.» Ein Trauma könne vermutlich erst bearbeitet werden, wenn diesbezüglich Ruhe und Stabili-

tät einkehren – das dürfte frühestens ab etwa einem halben Jahr der Fall sein.

«Wir beobachten die Situation ganz genau und stellen uns darauf ein, dass ukrainische Kinder und Jugendliche künftig psychologische Unterstützung

benötigen werden», sagt Schwilk. «Schon heute unterstützen wir Jugendliche mit ukrainischen Wurzeln, die noch Verwandte in der Ukraine haben.» Auch die PDAG bereiten sich laut Bernardon darauf vor, insbesondere den geflüchteten Minderjährigen entsprechend helfen zu können.

Derzeit sei es essenziell, auch Schweizer Kindern und Jugendlichen die Ängste in Bezug auf den Ukraine-Krieg zu nehmen. «In erster Linie ist Sensibilität und Aufmerksamkeit der nahen Angehörigen wichtig», sagt Bernardon. In Gesprächen hätten sie die Möglichkeit, Gefühle und Ängste zu erfahren und darauf eingehen zu können – und auch mögliche Irrtümer auflösen zu können. «Durch das Gespräch mit den Eltern und deren Einschätzung können die Kinder Sicherheit gewinnen und die Bewältigbarkeit der Situation wieder erkennen», sagt Bernardon.

Jugendliche tragen mehr Sorgen mit sich als früher

Egal, ob jemand direkt betroffen oder gar nicht tangiert ist: «Ein

Krieg ist Zündstoff für Zukunftsängste», sagt Schwilk. Lösen die gegenwärtigen Umstände Depressionen oder Angstzustände aus, gilt es, den Fokus wieder auf die eigene Welt und auf alles Positive darin zu legen und die eigenen Ressourcen zu aktivieren. Dabei können Beratungsangebote wie dasjenige von BZBPlus unterstützen.

Das gilt nicht nur in der aktuellen Situation, sondern ohnehin immer. «Der Krieg ist im Moment ein akutes Thema. Bis vor kurzem war es Corona, vorher die Umweltzerstörung», sagt Schwilk. Und diese vorangegangenen Probleme hätten sich schliesslich auch nicht einfach in Luft aufgelöst, sondern sich vielmehr subsumiert.

«Viele Minderjährige tragen allgemein mehr Sorgen mit sich als früher», sagt Schwilk. Er geht deshalb davon aus, dass psychische Belastungsstörungen und Erkrankungen in Zukunft eher weiter zunehmen werden. Umso wichtiger, dass vor allem Kinder und Jugendliche auf breite Unterstützung zählen können – im familiären Rahmen wie auch professionell.

«Solche Ereignisse können Unsicherheit und Ängste bei Minderjährigen auch in der Schweiz auslösen.»



Angelo Bernardon
Chefarzt PDAG

«Je länger der Krieg andauert, desto mehr werden Kinder und Jugendliche davon traumatisiert werden.»



Michael Schwilk
Geschäftsleiter BZBPlus

Er setzt sich für Glöglifrosche und Wendehälsa ein

Nicolas Bircher ist Anwärter auf das Präsidentenamt des Natur- und Vogelschutzvereins Baden und Ennetbaden – was ihn antreibt.

Jeanine Kemper

Die Suche nach Erholung führt viele Menschen aus der Region auf den Geissberg. Doch was für die Bevölkerung Ruhe bringt, kann eine Belastung für die Tier- und Pflanzenwelt bedeuten. «Durch Covid haben die Leute wieder den Naturraum vor der Haustüre entdeckt», sagt Nicolas Bircher. Er ist im Vorstand des Navo, des Natur- und Vogelschutzvereins Baden und Ennetbaden. Auch beruflich ist Naturschutz bei ihm ein Thema: Bircher ist Projektleiter in der Abteilung Landschaft und Gewässer beim Kanton Aargau. Dem Navo ist er 2016 beigetreten, 2018 wurde er in den Vorstand gewählt.

Bircher stellt sich für das Präsidentenamt des Vereins zur Verfügung. Thomas Burger, seit über 20 Jahren Navo-Präsident, tritt an der Generalversammlung Ende April zurück. «Die Arbeit in unseren Projekten und Kursen ist mir eigentlich wichtiger als das Amt des Präsidenten. Sofern aber niemand anders einspringen möchte, würde ich übernehmen», sagt Bircher.

Viele Arten benötigen Fördermassnahmen

Kurz nachdem er vor sechs Jahren nach Ennetbaden gezogen war, suchte er nach einem lokalen Naturschutzverein und stiess auf den Navo. Eines der Projekte zur Artenförderung, das Wendehals-Projekt, verstärkte sein Engagement. In Bäumen und im Rebberg sind knapp 60 Nistkästen, verteilt in Gruppen, aufgehängt. Diese sind für den Wen-

dehals als Bruthöhlen vorgesehen, eine zu den Spechten zählende Vogelart. Einst war dieser Vogel auch am Geissberg heimisch. Doch mittlerweile ist er aus vielen Teilen der Schweiz verschwunden und auf gezielte Fördermassnahmen angewiesen. «Nebst offenen Bodenstellen für die Nahrungssuche muss das entsprechende Höhlenangebot vorhanden sein. Der Wendehals hat gerne mehrere Höhlen auf kurze Distanz. Diese zimmert er jedoch nicht selber», sagt Bircher.

Den «Glöglifrosch» wieder zum Nachbar haben

Er verweist auf ein weiteres Projekt des Navo, das Biotop «Ehemaliger Steinbruch Geissberg», das 2019 umgesetzt wurde. «Im Naturschutz sollte man eine oder mehrere Zielarten vor Augen haben», sagt Bircher. Dies sei eine Pflanzen- oder Tierart, auf welche die Schutz-, Aufwertungs- oder Pflegemassnahmen ausgerichtet werden. So sind sie auf die Geburtshelferkroete gestossen, auch bekannt unter dem Namen «Glöglifrosch».

Diese Amphibienart paart sich an Land. Anschliessend trägt das Männchen die Eier mit sich herum, bis diese so weit entwickelt sind, dass die Larven im Kontakt mit Wasser davon schwimmen können. Die sonnenexponierten Hänge des Steinbruchs stellen einen geeigneten Lebensraum dar. Ergänzt wurde dieser noch durch künstlich angelegte Tümpel. «Es ist nicht gewiss, ob sich der «Glöglifrosch» wieder ansiedelt, aber wir haben einen Lebensraum ge-



Nicolas Bircher ist seit 2018 im Vorstand des Navo von Baden und Ennetbaden.

Bild: Sandra Ardizzone

schaffen, der das Potenzial dazu hätte», so Bircher. Ebenso stelle es für weitere Amphibienarten, Insekten und Pflanzen einen Lebensraum und Rückzugsort dar.

Nebst den Projekten ist der Naturschutzverein immer wieder am Badener Markt vertreten und bietet Kurse an. Eine wichtige Aufgabe vom Navo sei, Wissen zur lokalen Flora und Fauna

zu sammeln, zu vermitteln und in Naturschutzanliegen einzubringen. So lernen die Teilnehmer der Kurse zum Beispiel verschiedene Vogelarten kennen und deren Nistplätze zu identifizieren. Dieses Wissen sei etwa bei Bauvorhaben wertvoll. «Wenn wir die Nistplätze kennen, können wir darauf aufmerksam machen und allenfalls

Schutz- und Ersatzmassnahmen in einem Bauprojekt erwirken», sagt Bircher.

Und was können wir zum Erhalt der Artenvielfalt in der Gegend beitragen? «Schutzgebiete und Wildruhezonen stellen wichtige Lebensräume und Rückzugsorte für unsere heimischen Pflanzen und Tiere dar. Solche Gebiete gilt es beim Ver-

weilen in der Natur zu respektieren», erklärt Bircher. Ebenso helfe es, wenn die Leute auf dem eigenen Grundstück auf einheimische Pflanzen setzen. Diese seien Futterquellen für viele Insekten, die wiederum den Vögeln als Nahrung dienen. «Die heimische Flora und Fauna verbindet eine lange gemeinsame Entwicklungsgeschichte», sagt er. Gebietsfremde Pflanzen seien meist nur für wenige heimische Tierarten von Nutzen.

Chaos im Garten ist in Ordnung für die Natur

Die Bevölkerung solle auch keine Hemmungen haben, ein wenig Unordnung im Garten zuzulassen. Verblühte Pflanzen seien Nahrungsquellen für verschiedene Vögel im Winter und Rückzugsorte für Insekten. «Im offenen Kulturland steht es kritisch um die Vogelvielfalt. Die landwirtschaftlich intensive Nutzung verunmöglicht vielen Vogelarten eine erfolgreiche Brut», sagt Bircher. Es würden passende Nistplätze und die Zeit zur Aufzucht der Jungen fehlen.

«Ein weiterer Faktor ist das Insektensterben, das auf den intensiven Gebrauch von Pestiziden, Überdüngung und die damit einhergehende Verarmung der Flora zurückzuführen ist.» Nebst dem Verlust an Lebensraum habe in der Zukunft der Klimawandel sicher den grössten Einfluss auf die Vogelvielfalt in der Gegend, sagt Bircher. «Extreme Wetterereignisse sowie klimatische Veränderungen hier und in den Überwinterungsgebieten werden vielen Vogelarten stark zusetzen.»