

## Region



Kinder dürfen sich langweilen, «daraus entstehen Fantasie, Kreativität und Eigeninitiative», sagt Alain Di Gallo, Direktor der Klinik für Kinder und Jugendliche in Basel. Foto: PD

## Kinderpsychiater Alain Di Gallo: «Eltern, traut euren Kindern mehr zu»

**Kinder und Jugend in der Krise** Der Basler Kinderpsychiater tritt nach 30 Jahren ab und warnt vor Überbehütung sowie vorschnellen Diagnosen. Er erklärt, wie Kinder stark werden – und wann sie tatsächlich Hilfe brauchen.

**Nina Jecker**

Ende Mai tritt Alain Di Gallo nach fast 30 Jahren an den Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel als Direktor der Kinder- und Jugendpsychiatrie zurück. Im Interview spricht der Kinderpsychiater über Leistungsdruck, soziale Medien – und darüber, warum Eltern ihren Kindern wieder mehr zutrauen sollten.

**Herr Di Gallo, alle reden über die psychisch kranke Generation. Sie sagen trotzdem: 85 Prozent der Jugendlichen entwickeln sich gesund. Übertreiben wir die Krise?**

Heute brauchen tatsächlich mehr Kinder und Jugendliche Hilfe als früher. Vor Corona waren es vielleicht rund 10 Prozent eines Jahrgangs, heute eher 15 Prozent. Für uns bedeutet das eine massive Zunahme. Aber gleichzeitig finde ich es gefährlich, daraus gleich eine «kranke Generation» zu machen. Wir reden ständig über die Jugendlichen in der Krise und vergessen dabei: Die grosse Mehrheit entwickelt sich weiterhin gesund.

**Die Wartezimmer der Kinder- und Jugendpsychiatrie sind trotzdem voller denn je. Was läuft schief?**

Unsere Gesellschaft ist heute stark durchgetaktet. Kinder stehen früh unter Leistungsdruck, alles ist durchorganisiert, auch die Freizeit. Gleichzeitig vergleichen sich Jugendliche heute permanent mit anderen – über soziale Medien praktisch mit der ganzen Welt. Früher war der Ver-

gleich die eigene Klasse. Heute sieht man ständig Menschen, die schöner, erfolgreicher oder talentierter wirken. Das erzeugt Druck und oft auch Scham.

**Viele Eltern würden jetzt sagen: Das Problem sind die sozialen Medien.**

Sie spielen sicher eine Rolle, aber ich wäre vorsichtig mit einfachen Erklärungen. Soziale Medien sind auch ein Symptom unserer Zeit. Wir halten Leere und Langeweile kaum noch aus. Früher sass man im Tram und schaute aus dem Fenster. Heute nimmt man automatisch das Handy hervor. Jugendliche wachsen in dieser permanenten Reiz- und Vergleichswelt auf.

**Sie sprechen von Langeweile fast wie von etwas Heilsamem.**

Ja, absolut. Kinder müssen erleben dürfen, dass nicht ständig etwas passiert. Daraus entstehen Fantasie, Kreativität und Eigeninitiative. Heute wird jede freie Minute gefüllt – entweder von Erwachsenen oder digital.

**Gleichzeitig beobachten viele Eltern ihre Kinder heute viel enger als früher.**

Ja, und das verändert etwas Grundsätzliches. Früher wussten Eltern oft schlicht nicht, wo ihre Kinder gerade waren. Heute kann man sie per Smartphone tracken. Das ist verständlich, sie wollen schützen. Aber manchmal kippt Fürsorge in Überbehütung.

**Wo?**

Wenn Kinder nichts mehr zugeremutet bekommen. Wobei ich

**«Nicht jedes lebhaftes Kind hat ADHS. Nicht jeder Rückzug ist eine Depression.»**

das Wort «Zumutung» eigentlich falsch finde. Oft ist es nämlich ein Zutrauen. Wenn ein Kind allein nach Hause geht, im Regen mit dem Trottoir fährt oder einen Streit mit Freunden selber lösen muss, erlebt es: Ich kann das. Dieses Gefühl ist enorm wichtig für eine gesunde Entwicklung. Heute haben einige Eltern aber sofort das Bedürfnis, einzugreifen und dem Kind Schwierigkeiten, an denen es wachsen könnte, aus dem Weg zu räumen.

**Welche Probleme haben Kinder und Jugendliche am häufigsten?**

Am meisten sehen wir Angststörungen. Bei kleinen Kindern sind das oft Trennungsängste oder Schulängste, bei Jugendlichen auch soziale Ängste. Viele haben Angst, nicht zu genügen oder negativ aufzufallen. Dazu kommen Depressionen, ADHS, Essstörungen und psychosomatische Beschwerden.

**Ängste gehören doch auch zum Aufwachen.**  
Natürlich. Entscheidend sind zwei Dinge: Wie stark beein-

trächtigt das Problem den Alltag – und wie lange dauert es an? Wenn ein Kind mal nicht in die Schule will, ist das normal. Wenn es wochenlang nicht mehr hingehet oder sich völlig zurückzieht, muss man genauer hinschauen.

**Sie warnen gleichzeitig davor, zu schnell Diagnosen zu stellen.**

Ja, da ist man heute oft zu schnell. Nicht jedes lebhaftes Kind hat ADHS. Nicht jeder Rückzug ist eine Depression. Wir diagnostizieren heute schneller, weil Auffälligkeiten in unserem stark getakteten System auch schneller auffallen. Ein Kind, das nicht in den Rhythmus passt, wird in der Familie, der Schule oder der Tagesbetreuung rasch zum Problem.

**Was löst psychische Krisen bei Kindern und Jugendlichen aus?**

Das ist fast nie nur ein einzelner Faktor. Meist kommen mehrere Dinge zusammen. Erstens spielen genetische Voraussetzungen eine Rolle – also eine gewisse Verletzlichkeit, die ein Kind mitbringt. Zweitens prägen frühe Beziehungserfahrungen enorm: Fühlt sich ein Kind gesehen, gehalten und sicher? Und drittens gibt es aktuelle Belastungen wie Trennungen, Überforderung, Misserfolge oder auch traumatische Erfahrungen. Psychische Krisen entstehen meist aus dem Zusammenspiel dieser Faktoren.

**Sie haben jahrzehntlang mit Kindern gearbeitet, die schwere Krisen erlebt haben. Was lernt man dabei über Kinder?**  
Dass Kinder unglaublich unterschiedlich mit Belastungen um-

gehen. Das hat mich vor allem in der Arbeit mit krebskranken Kindern geprägt. Familien reagieren völlig verschieden auf Angst und Krisen. Und oft funktionieren Familien, die von aussen chaotisch oder ungewöhnlich wirken, erstaunlich gut.

**Wie erreicht man Kinder überhaupt therapeutisch? Viele können ihre Gefühle ja noch gar nicht in Worte fassen.**

Genau deshalb arbeitet man mit Kindern anders als mit Erwachsenen. Viel läuft über Spiel, Geschichten oder Zeichnungen. Kinder zeigen Gefühle oft indirekt. Ein Kind sagt vielleicht nicht: «Ich habe Angst.» Aber es zeigt etwas im Spiel.

**Zum Beispiel?**

Ein aggressives Kind spielt vielleicht mit einem grossen Hai, der kleine Fische frisst. Die falsche Reaktion wäre, zu sagen: «Aha, der Hai bist du.» Damit verliert man das Kind sofort. Wichtig ist, in dieser Geschichte zu bleiben und gemeinsam weiterzuspielen und zu denken: Wie fühlt sich der Hai, und wovor hat er vielleicht selbst Angst?

**Was nehmen Sie aus all den Jahren mit?**

Vielleicht vor allem Demut und Respekt davor, wie verschieden Menschen und Familien Krisen meistern. Und oft haben Kinder viel mehr Ressourcen, als wir Erwachsenen denken. Darum würde ich Eltern vor allem eines sagen: Hab Vertrauen in eure Kinder. Und traue ihnen etwas zu.

### Ja-Komitee macht Wahlkampf mit KI-Bildern

**Birsfelden** Das Foto zeigt eine autofreie Idylle – die Realität dürfte ganz anders aussehen.

In Birsfelden läuft die Abstimmungskampagne rund um die Neue Ortsdurchfahrt in vollen Zügen. Am 14. Juni stimmt der Kanton Basel-Landschaft darüber ab, ob die Gemeinde 78 Millionen Franken für die Neugestaltung ihrer Hauptstrasse bekommen soll. Es existieren zahlreiche offizielle Visualisierungen und Videos der Bau- und Umweltschutzdirektion, die zeigen, wie die neue Hauptstrasse dereinst aussehen soll. Auf den sozialen Medien kursiert seit rund einer Woche aber auch ein Bild, das «Unsere Neue Ortsdurchfahrt» darstellen soll: Es ist ganz klar KI-generiert.

Auf dem Bild blickt man auf eine Strasse, auf der drei Männer auf einer Bühne Musik spielen. Links und rechts reihen sich bunte Häuser und Geschäfte. Eines davon ähnelt einem Migros-Laden – in der Realität findet man auf besagter Strasse aber einen Coop. Die Gleise fehlen ganz. Dafür spielen Kinder auf dem Trottoir, ein Pärchen trinkt Kaffee in einem Bistro. Die geplanten Kreisel sind nirgends zu sehen, die Vellowege auch nicht. Das Bild zeigt keinerlei Autos oder Velos auf der Strasse – in Wahrheit dürfte dies aber kaum je der Fall sein. Der Verkehr soll mit der Neuen Ortsdurchfahrt verflüssigt werden – weniger wird es deswegen nicht. Beschriftet ist das Bild mit dem Titel «Zeit für eine neue Ära. Mehr Platz für uns.»

Das KI-Bild wurde vom Komitee «Ja zur Neuen Ortsdurchfahrt Birsfelden» erstellt und in verschiedenen Gruppen in den sozialen Medien geteilt. Auf Anfrage dieser Redaktion schreibt Regula Meschberger, Komiteemitglied und ehemalige Gemeinderätin: «Ergänzend zu den zahlreichen Testimonials von Persönlichkeiten aus Politik, Gewerbe und Bewohnerinnen und Bewohner aus Birsfelden haben wir auch ein paar wenige augenzwinkernde, bewusst überspitzte und erkennbar mit KI-Unterstützung produzierte Motive erstellt.»

Das Ziel des KI-Bilds sei es, die «grossen Vorteile» des Projekts «auf eine andere, frische, bildhafte Weise zu zeigen, um auf die wichtigen Themen wie Sicherheit, aber auch Aufenthaltsqualität hinzuweisen». Die Neue Ortsdurchfahrt solle ja nicht nur das Durchfahren flüssiger gestalten, sondern auch einen Mehrwert für die Birsfelder Bevölkerung bieten.

Es ist nicht das erste Mal, dass KI-generierte Bilder in einem Wahlkampf in der Schweiz genutzt werden. Die Reaktionen auf vergangene Kampagnen und auch auf dieses spezifische Bild in den sozialen Medien fallen jedoch eher negativ aus.

**Andrea Schuhmacher**



Dieses Foto macht in den sozialen Medien die Runde. Screenshot: «Ja zur Neuen Ortsdurchfahrt Birsfelden»