

Schuldruck als stärkster Corona-Stressfaktor

Eine Umfrage der Universität Basel bei rund 400 Jugendlichen an Deutschschweizer Gymnasien im März 2021 zeigt, dass die psychische Belastung hoch geblieben ist. Der Anteil Jugendlicher mit schweren depressiven Symptomen beträgt gut ein Viertel. Der gewichtigste Faktor ist Schuldruck, gefolgt von Sorgen um eine schlechtere Ausbildung und geringere berufliche Chancen sowie Angst um eine Beschädigung des sozialen Netzwerks.

Die Befunde der Swiss Corona Stress Study zeigen, dass die psychische Belastung im Verlauf des Jahres 2020 gestiegen ist. Die letzte Erhebung im November 2020 hatte ergeben, dass der Anteil von Befragten mit schweren depressiven Symptomen 18 Prozent betrug, wobei die jüngste Gruppe der 14- bis 24-Jährigen mit 29 Prozent am stärksten betroffen war.

Im März 2021 haben Forschende um Prof. Dr. Dominique de Quervain deshalb eine zusätzliche Erhebung bei knapp 400 Gymnasiastinnen und Gymnasiasten (mehrheitlich zwischen 16 und 19 Jahre alt) in der Nordwestschweiz durchgeführt. 97,5 Prozent der Jugendlichen füllten die anonyme Umfrage vollständig aus.

Der Anteil der Befragten mit schweren depressiven Symptomen betrug 27 Prozent. «Die psychische Belastung bei Jugendlichen ist nach wie vor sehr hoch», sagt Dominique de Quervain. Tatsächlich sind kinder- und jugendpsychiatrischen Praxen und Institutionen seit dem Herbst 2020 schweizweit voll aus- und zum Teil gar überlastet. Um mehr über mögliche zugrundeliegende Faktoren depressiver Symptome zu erfahren, schloss diese Umfrage zusätzliche Fragen betreffend Schule, Massnahmen und soziales Leben ein.

Schuldruck als Hauptfaktor für depressive Symptome

Der gewichtigste Belastungsfaktor, der mit depressiven Symptomen zusammenhing, war der empfundene Schuldruck. 46 Prozent der Befragten gaben an, aufgrund des Leistungsdrucks an der Schule stark oder sehr stark gestresst zu sein. Schülerinnen und Schüler, die angaben, dass der Schuldruck durch die Pandemie (verpasster Stoff wegen Schliessungen und Quarantäne) grösser geworden sei, berichteten auch verstärkt von depressiven Symptomen.

«Die gewichtigsten Stressfaktoren haben mit der Schule zu tun, insbesondere mit Schuldruck. Diese Erkenntnis ist wichtig, um Jugendlichen bestmöglich helfen zu können», so de Quervain.

Weitere Faktoren waren unter anderem Sorgen um eine schlechtere Ausbildung oder schlechtere berufliche Chancen sowie Angst um eine Beschädigung des sozialen Netzwerks infolge der Pandemie.

Weitere Resultate

- 69 Prozent der Befragten würden sich impfen lassen, wäre der Impfstoff für sie verfügbar.
- 41 Prozent der Befragten würden in der Umstellung auf Fernunterricht eine Entlastung sehen, 46 Prozent eine Belastung und 13 Prozent weder noch.
- Nur 4 Prozent der Befragten gaben an, überhaupt keine Angst zu haben, ihre

Eltern/Grosseltern oder eine andere nahestehende Person, die zu einer Risikogruppe gehört, anzustecken.

- 29 Prozent der Befragten haben mindestens eine mittlere bis starke Angst, im Falle einer Ansteckung, später an Long Covid zu leiden.

Datenerhebung und Analyse

Die Erhebung wurde zwischen dem 8. und 24. März an Gymnasien der Nordwestschweiz während der Schulstunden durchgeführt. 383 der 393 anwesenden Gymnasiastinnen und Gymnasiasten haben die anonyme Umfrage vollständig ausgefüllt. Alle berichteten Zusammenhänge der Stressfaktoren mit depressiven Symptomen sind statistisch hoch signifikant. Depressive Symptome wurden mit dem PHQ-9 Fragebogen erhoben, der oft zur Bestimmung der Depressivität verwendet wird.

Publikation

David Coyne et al.

[The Swiss Corona Stress Study: survey in high school students, March 2021](#)

Preprint DOI: 10.31219/osf.io/fswck