

Der Schuh drückt an verschiedenen Stellen – aber nicht überall gleich stark

Zu hohe Krankenkassen-Prämien, die Überlastung des Gesundheitssystems und der Klima-Wandel sind die Top-3-Sorgen der Schwyzer. Die Energiekrise macht dafür kaum mehr Angst. Wir fragten bei Triaplus, ob in den dortigen Beratungen auch diese Sorgen im Zentrum stehen.

von Martin Mäder

Aus den Augen aus dem Sinn? Deutlich wird diese Redensart bei den Antworten zur Meinungsumfrage «Sorgenbarometer». Diese wird regelmässig im Auftrag dieser Zeitung durchgeführt. Hier ein konkretes Beispiel ist die Sorge wegen Corona. War die Pandemie in der Umfrage zuvor bereits aus den Top-Plätzen gefallen und von Umfrage zu Umfrage zunehmend nach hinten gerutscht, ist sie nun gänzlich aus der Wertung gefallen. Gleiches droht übrigens – das hat gewiss auch mit der Jahreszeit zu tun – der Sorge um die «Stromknappheit». Bei den durch das Meinungsforschungsinstitut AmPuls Market Research AG geführten Telefoninterviews ging es dennoch am meisten um die Gesundheit.

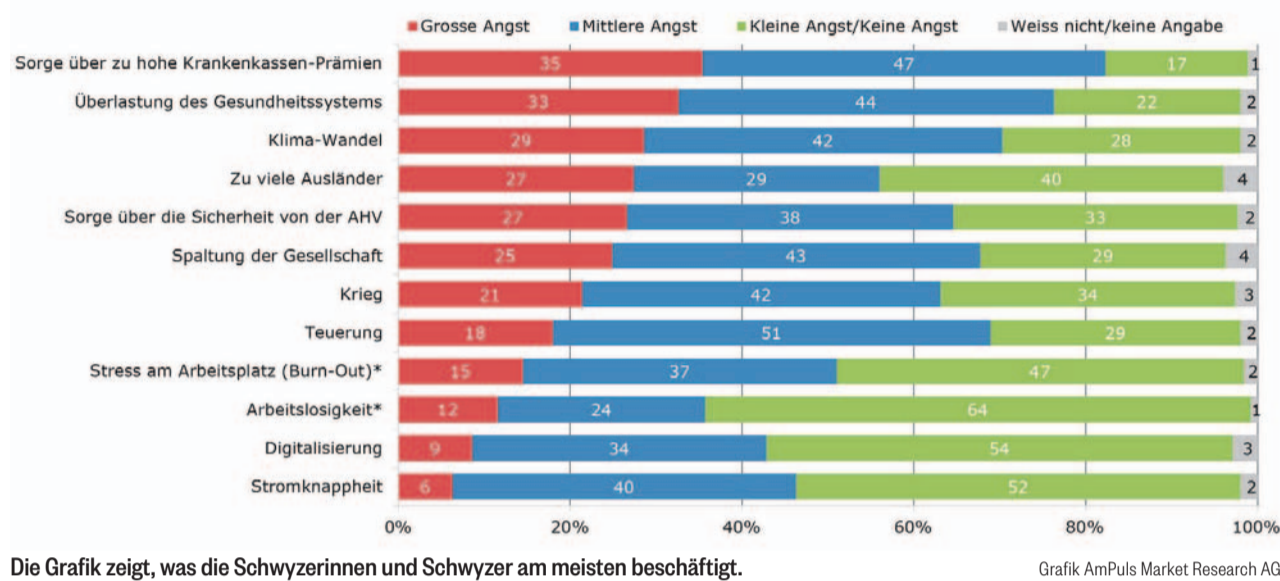
Problem Krankenkassen-Prämien

In der Befragung wurde die Sorge über zu hohe Krankenkassen-Prämien sehr oft geäussert. Total 35 Personen gaben an, in «grosser Sorge» zu sein. Mit 33 Nennungen knapp dahinter folgt mit «Überlastung des Gesundheitssystems» auch ein Gesundheitsthema.

Es fällt auf, dass die Krankenkassen-Prämien schon vor einem Jahr auf dem Podest figurierten – damals mit je 25 Nennungen ex aequo mit der «Spaltung der Gesellschaft». Das überlastete Gesundheitssystem seinerseits befand sich vor Jahresfrist noch gar unter den zwölf meistgenannten Antworten. Dafür rutschte die drohende Spaltung der Gesellschaft in der Wahrnehmung ins Themenmittelfeld ab. Mehr Stabilität gibt es indes beim

Repräsentative Umfrage

Das Forschungsinstitut AmPuls Market Research AG in Luzern hat im Auftrag unserer Zeitung **350 Personen im Kanton Schwyz** zu verschiedenen Themen befragt. Die Telefoninterviews wurden im Zeitraum vom 16. Februar bis 1. März durchgeführt. Befragt wurden Personen ab 14 Jahren. (red)



Die Grafik zeigt, was die Schwyzerinnen und Schwyzer am meisten beschäftigt.

Grafik AmPuls Market Research AG

Thema «Klima-Wandel». Dieser kam in diesem Frühling mit 29 Nennungen auf Rang drei – wie schon 2022 (21).

Krieg und Teuerung neu dabei

Nebst der Sorge um die Leistungsfähigkeit des Gesundheitssystems beschäftigen zwei weitere Themen die Bevölkerung neu überdurchschnittlich. So fanden «Krieg» (21 Mal befand man, davor «grosse Angst» zu haben) und auch die Teuerung (18 Nennungen von «grosser Sorge») neu Aufnahme in die Rangliste. Mit beinahe einer Verdoppelung auf 27 Erwähnungen legte das Thema «zu viele Ausländer» deutlich zu.

Was der Bevölkerung offenbar zunehmend Sorgen macht – mit einer Zunahme um acht respektive fünf Nennungen – sind die «Sorge um die Sicherheit der AHV» sowie «Arbeitslosigkeit». Gleichbleibende Anteile haben die Themen «Spaltung der Gesellschaft» und «Stress am Arbeitsplatz».

Wenn darüber sprechen gut tut

Nun sind dies alles statistisch erhobene Werte. Doch wo drückt die Menschen sonst noch der Schuh? Vielleicht so stark, dass sie sich öffnen und jemandem davon berichten? «In unseren Beratungen werden die Welt und ihre aktuellen Themen öfter angesprochen», sagt Claudia Bertenghi. Sie ist bei der Triaplus AG, der Anbieterin von Integrierter Psychiatrie in den Kantonen Schwyz, Uri und Zug, Leiterin der Einzel-, Paar- und Familienberatung.

«Wenn es jemandem nicht gut geht, können Themen aus der Aussenwelt zusätzlich auf das Gemüt drücken.»

Für jemanden, der schon schwer trägt, könne ein weiteres Thema von aussen zum Tropfen werden, der das Fass überlaufen lasse, sagt die Psychologin. Allgemeine Problemthemen, so wie sie in der Umfrage vorkommen, tauchen also plötzlich in individuel-

«Auf unser internes Sorgenbarometer käme wahrscheinlich auch das Thema Corona.»

Claudia Bertenghi
Psychologin Triaplus AG

len Gesprächstherapien wieder auf. Wie Claudia Bertenghi weiter ausführt, beschäftigen zum Beispiel die Teuerung oder steigende Gesundheits- und Mietkosten in den Beratungen viele Klientinnen und Klienten.

Corona ist nicht aus den Köpfen

Doch gibt es im Beratungsalltag häufiger auftauchende Themen, die jetzt gar nicht in den Umfrageresultaten auftauchen? Claudia Bertenghi: «Auf unser

internes Sorgenbarometer käme wahrscheinlich auch das Thema Corona.»

Da ist sie doch wieder, die Pandemie. Sie und ihre Folgen für Beziehungen würden in vielen Beratungen besprochen, «da sie viele Familien gespalten und Freundschaften belastet oder auseinandergebracht hat». Auch erwähnt Bertenghi den Medienkonsum und seine Folgen auf Beziehungen, soziale Kompetenzen und die Entwicklung der Kinder. «Am häufigsten kommen aber Sorgen bezüglich Beziehung und Familie zur Sprache», sagt Bertenghi zum Alltag der Einzel-, Paar- und Familienberatung bei Triaplus.

Übertragung in die Innenwelt

Und weshalb bekommen selbst ganz allgemeine Belange, welche die Gesellschaft als Ganzes betreffen, beim Einzelnen diese Bedeutung, dass man sich selbst Sorgen macht? «Was wir vom Geschehen in der Aussenwelt wahrnehmen, bildet sich in der Innenwelt ab», erklärt die Psychologin. Gesellschaftliche Themen würden viele Menschen «individuell betreffen».

Dies mache letztlich die gesellschaftliche Bedeutung aus. Bertenghi: «Auch wenn wir von etwas nicht persönlich betroffen sind, sind wir dazu fähig, uns in andere einzufühlen und bestehende Probleme in die Zukunft weiterzudenken.» Das führe dazu, dass wir uns analog der Situation Sorgen machen. Doch werden so persönliche Belange und Bedürfnisse nicht

missachtet? Diese Gefahr besteht, doch Bertenghi ergänzt dazu: «Es ist auch eine menschliche Stärke, sich in Zeiten grosser Aufgaben hinten anzustellen.»

Wie mit den Sorgen umgehen?

Was rät die Expertin, um zu verhindern, dass all die Probleme und Sorgen Überhand gewinnen? Wie gewinnt man eine andere Einstellung?

«Hilfreich sind Fragestellungen wie etwa: Was sind meine Handlungsmöglichkeiten innerhalb eines globalen Themas? Was kann ich zum Beispiel in dem Leben, das ich lebe, für das Klima tun?». Solche Ansätze verfolgt Claudia Bertenghi gemeinsam mit ihren Klienten. Und sie ergänzt: «Bei Dingen, die ich im Moment nicht ändern kann, geht es darum, herauszufinden: Wie kann ich damit umgehen? Wie kann ich sie annehmen, was hilft mir tragen?» Sich Sorgen um die Welt zu machen, sei wichtig, aber genau so wichtig ist es, sich selbst Sorge zu tragen.

Umfrage-Details

Bei der Umfrage befragt wurden **190 Personen aus Ausserschwyz und 160 aus Innerschwyz**. Analysiert man diesbezüglich das Umfrageergebnis, machen sich in **sechs von zwölf Themen die Menschen in Ausserschwyz mehr Sorgen**, in vier Themen herrscht Gleichstand. Nur die Ausländerthematik und Krieg scheinen die Innerschwyzler mehr zu beschäftigen. Beim Geschlechtervergleich, es wurden **je 175 Frauen und Männer** befragt, fällt auf, dass **die Frauen durch vier Themen mehr bewegt werden** und Männer nur von einem (Ausländer), sonst ist man sich einig. Bei der Betrachtung des Alters fällt auf, dass sich junge Menschen (14-34 Jahre) ähnlich viel Sorgen machen, wie ältere Menschen (ab 55), nämlich vier bzw. sechs Mal. Einzig die **Spaltung der Gesellschaft und Arbeitslosigkeit beschäftigt 35- bis 54-Jährige** am meisten. (red)

Kanton will freiwilligen Schulsport fördern

Der freiwillige Schulsport findet zunehmend Beliebtheit. Der Kanton möchte Schulverantwortliche dazu ermuntern, ihn anzubieten.

Kinder sollen ihren Bewegungsdrang ausleben, was sich in ihrer gesamten Entwicklung und in vielen Lebensbereichen positiv auswirkt. Eine solche Haltung verkörpert in Einsiedeln seit Jahren die Primar- und Sportlehrerin Muriel Schönbächler. Die Nachfrage nach diesem abwechslungsreichen Angebot im Bezirk steigt stetig, und es werden damit verschiedenste Bedürfnisse der jungen Teilnehmenden abgedeckt und gleichzeitig Bewegungsgrundformen wie Hüpfen und Balancieren und koordinative Fähigkeiten geschult. «Ich freue mich, stets zu sehen, wie die Kinder voll motiviert, ja mit Begeisterung mitturnen, spielen, schwitzen, Fortschritte machen und manchmal am Schluss total geschafft, aber glücklich sind», fasst Muriel

Schönbächler, die als ausgebildete Jugend+Sport-Expertin auch Kurse für Kindersport-Leiter gibt, ihre positiven Erfahrungen zusammen.

Wertschätzung fördern

Gründe für die steigende Anzahl interessierter Kids gibt es für Muriel Schönbächler einige: attraktive, vielseitige und kostenlose Angebote, direkt anschliessend an die Schule und sehr geringe Einstiegshürden. Die Kinder seien noch nicht auf einen Verein fixiert und es würden Bewegungsgrundlagen aller Art geschaffen. Dass es aber an vielen Schulorten im Kanton Schwyz mit den Angeboten des Freiwilligen Schulsports harzt, findet sie sehr schade, und es wäre ihr, wie vielen anderen Sportleiterinnen und

leitern, denen die körperliche und geistige Gesundheit der Kinder und zukünftigen Erwachsenen wichtig ist, ein grosses Anliegen, dass diese Situation verbessert würde.

Die Verantwortlichen der Schulen müssten sich gezielt dafür einsetzen, dieses Angebot attraktiv zu machen und Lehrpersonen zu motivieren und zu unterstützen, J+S-Leiterkurse zu besuchen, damit sie Aktivitäten im Freiwilligen Schulsport anbieten können. Als Ansporn und Wertschätzung sollten Leiter angemessen entschädigt werden. Ebenso sollte man Eltern ins Boot holen, welche als Hilfsleiter eingesetzt werden können. Und nicht zuletzt sollten Angebote beispielsweise auch über den Mittag stattfinden können.



Mit Engagement und Freude kann die Einsiedler Leiterin Muriel Schönbächler den Nachwuchs für den Freiwilligen Schulsport begeistern. Bild zvg

Anreiz durch den Kanton

Im Sinne der Förderung des Freiwilligen Schulsports engagiert sich seit 2022 auch der Kanton Schwyz, indem er diesen jeweils mit einem Pauschalbeitrag pro Kurs subventioniert. Nach einer Anlaufunterstützung von vier Jahren soll das Projekt vollumfänglich durch die Schulen respektive Gemeinden und/oder Partner organisiert und finanziert werden. Es ist den Verantwortlichen ein grosses Anliegen, die Bedeutung dieses gesundheitsfördernden Angebots zu unterstreichen und möglichst flächendeckend im Kanton zu realisieren und zu unterstützen. Für weitere Informationen können sich die Schulen bei der Abteilung Sport im Amt für Volksschulen und Sport melden. (eing)