

Gediegen und nicht ganz billig

Jungbürgerfeier Kanton und Zünfte heissen die jungen Erwachsenen mit Essen, Trinken und Musik willkommen

VON DOMINIQUE WALDMANN

Kurz nach Mitternacht sah es am Samstagmorgen im Volkshaus so aus: Im Vorhof tummeln sich die Jungbürger schön dicht beieinander, ziehen an ihren Zigaretten, die meisten haben einen Becher Bier in der Hand. Beim Vorbeilaufen hört man sie zwar fragen «Bist du auch schon betrunken?», das Ganze wirkt aber friedlich.

Innen: Da läuft die Disco, nur wenige getrauen sich, das Tanzbein zu schwingen. Dafür sind im ersten Stock die Hemmungen verfliegen. Die Karaoke Station wird von allen genutzt, auch von denen, die nicht singen können. Daneben wird der Bulle von Wagemutigen geritten, die Play4You-Tische sind auch besetzt.

«Wollte gar nicht kommen»

«Eigentlich wollte ich gar nicht kommen», sagt eine nüchterne Jungbürgerin. Auf blödes Prahlen, wer was bisher erreicht hat, habe sie nämlich keinen Bock. «Aber dann haben sich viele Kollegen von mir angemeldet, die wollte ich halt trotzdem sehen», sagt sie. Sich wie die meisten andern edel aufzupopen, sei ihr zu viel gewesen. An den zwei Bars reihen sich feine Hemdenträger neben Kleidchenträgerinnen, viele sind auch gemütlich mit Jeans und T-Shirt unterwegs.

«Easy» - mit diesem Wort beschreiben die meisten die Stimmung des Anlasses. «Ich finde es einfach easy, dass hier so viele Leute sind, die man kennen lernen kann», sagt ein junger Mann. Tatsächlich herrscht ein Geläuf zwischen Bar, neuen Menschen und

«Easy» – mit diesem Wort beschreiben die meisten die Stimmung des Anlasses.

den Räumlichkeiten. Natürlich sei auch das gratis Essen und Trinken easy. Für viele dürfte das Motto des Abends «Essen» und «Trinken» gewesen sein. «Nachher geht's dann noch weiter, heute wird gefeiert», sagt der Kollege. Andere wollen den Abend geniessen: «Chillen und mit meinen Freunden hängen, darum bin ich hier», sagt eine Frau.

190 000 Franken

Ein Gala-Dinner gehört anscheinend bei einer Feier dazu. Damit die Gästezahl wieder steigt, hat sich das OK des Events gedacht, auf die Interessen der Jungbürger zu hören. «Dabei kam raus, dass ganz viele eine gediegene Feier haben wollen, mit Lounges, wo man sich hinsetzen und zusammen reden kann»,



Eine vergnügte Schar, die ordentlich feiern kann: Blick in den grossen Saal des «Union»

PAUL WICHERT ZVG

sagt Oliver Piel, Präsident des OKs. Die frischen Basler Bürger erhielten dann, für rund 190 000 Franken, ein Fest, dass sich sehen lässt. Weisses Tisch-tuch, Dreigangmenü und die Band «Weird Fishes», die noch während dem Dessert einheizt. Bemerkenswert war, wie die 18-Jährigen in der ersten Reihe vor der Bühne tanzten, während die Ehrengäste und das OK im Takt wippend zusahen. Und als die Bannerträger der Basler Zünfte, die Organisatoren der Veranstaltung, mit Trommelwirbel aufmarschierten wurde applaudiert und mit Snapchat dokumentiert. 1400 Anmeldungen gab es, wie viel schliesslich gekommen sind, ist schwer eruiert, weil nach 22.30 auch Freundinnen und Freunde der Jungbürger willkommen geheissen wurden.

«Für mich geht es bei der Feier darum, die jungen Erwachsenen willkommen zu heissen und zu sagen: Habt einen unvergesslichen Abend», erklärt Piel. Die Politik spiele natürlich auch eine Rolle, die Gäste könnten jetzt immerhin abstimmen. Während dem Essen hält Joel Thüring, Grossratspräsident, eine Ansprache zur Politik. «Die

Rede hat mich jetzt nicht so überzeugt», sagt Bruno, der sich für die Politik interessiert. «Aber hier hat man wohl ein schwieriges Publikum. Nur wenige werden sich jetzt schon für so ein Thema interessieren». Für ihn ist die Feier eine Plattform, um viele andere in seinem Alter kennenzulernen.

Wer am Samstagmorgen ein mehr oder weniger volles Volkshaus mit lachenden, singenden und vielleicht auch etwas alkoholisierten Jungbürgern sieht, denkt erst mal an Ausgang, an Party. Die Fahnen der Zünfte, das Einbürgerungsspiel, die Jungpolitiker und die Ansprachen wollen da zunächst nicht so recht reinpassen. Aber Basel anerkennt die 18-jährigen mit der Jungbürgerfeier genauso, wie sie sind: Jung, motiviert und am Ausgang interessiert.

In den vergangenen Jahren wurde immer wieder diskutiert, wie sinnvoll oder gewünscht eine Jungbürgerfeier überhaupt ist. In Basel wurden diese von 1951 bis 1973 von der Regierung organisiert, dann mangels Interesse aufgegeben und 1984 von den Zünften wiederbelebt.



Gute Stimmung auch im Innenhof.

DW

INNENSICHT

Psychotherapie bei ADHS: Mehr als eine Ergänzung

Bei mir (m, 40) wurde von meinem Arzt eine ADHS diagnostiziert. Ich nehme nun Medikamente, die mir auch tatsächlich dabei helfen, mich besser konzentrieren zu können. Wäre es sinnvoll, daneben auch eine Psychotherapie zu beginnen?

Seit einigen Jahren wird die Diagnose Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) auch bei Erwachsenen gestellt. Die Auffassung, eine ADHS würde sich von alleine «auswachsen», hat sich als falsch erwiesen. Bei vielen der in der Kindheit Diagnostizierten treten auch im Erwachsenenalter Symptome auf: Aufmerksamkeitsprobleme, Hyperaktivität, starke Impulsivität und Desorganisation - wenn auch auf andere Art als früher. Ein 24-jähriger Student klettert zwar nicht mehr wie ein Sechsjähriger ständig auf den Tischen herum, aber er ist vielleicht während der Vorlesungen mit Fusswippen beschäftigt, kann sich



Thomas Kern, Basel
«Innensicht» wird betreut vom «Verband der Psychotherapeuten beider Basler», VPB (www.psychotherapie-bsl.ch). Stellen Sie Ihre Fragen an innensicht@bzbasel.ch

nicht auf den Inhalt eines Buches konzentrieren, schweift ständig ab. Oder er kann trotz vieler Bemühungen seinen Tagesablauf nicht strukturieren, schämt sich fürchterlich dafür und raucht deshalb vermehrt Cannabis.

Bei der Behandlung hat sich die Kombination von medikamentöser Therapie (Methylphenidat) und Psychotherapie bewährt. Leider gibt es noch immer Ärzte, die einseitig auf eine medikamentöse Behandlung setzen. Ich kenne aber einige Erwachsene, die dank Psychotherapie mit der Zeit auf Medikamente haben verzichten können oder sie nur noch gezielt in bestimmten Situationen einsetzen. Betroffene sollten eine mit ADHS vertraute Fachperson aufsuchen, da sich eine Psychotherapie in ihrem Fall etwas anders gestaltet als übliche Psychotherapien. Die Therapie sollte möglichst pragmatisch auf die vorhandenen Symptome und Probleme ausgerichtet werden.

Ziel der Therapie kann nicht sein, die ADHS zu heilen; die Therapeutin steht dem Betroffenen vielmehr als strukturgebende Hilfe zur Seite, begleitet ihn dabei, geeignete Strategien zur Bewältigung des Alltags herauszufinden und zu erlernen. In einer wertschätzenden Atmosphäre erfährt er, wie er in bestimmten Situationen denkt, fühlt und sich verhält. Je nach Beeinträchtigung werden dann geeignete Methoden angewendet. ADHS-Betroffene zum Beispiel, die sehr stark an Aufmerksamkeitsproblemen leiden, können mit gezielten Achtsamkeitsübungen ihre Aufmerksamkeitsspanne allmählich ausdehnen.

Zur besseren Organisation des Alltags können To-do-Listen oder Mind-Maps eingesetzt werden. Zur Förderung der Impulskontrolle wird geübt, auftretenden Gefühlen zuerst Raum zu geben, statt sie sofort auszuagieren. Diese Form

von Psychotherapie kann sowohl im Einzel- als auch im Gruppensetting stattfinden.

Noch etwas spricht für Psychotherapie bei ADHS: Untersuchungen haben gezeigt, dass sich bei Menschen mit ADHS im Erwachsenenalter oft psychische Krankheiten (Depressionen, Angst-, Sucht- oder Persönlichkeitsstörungen) entwickeln. Das überrascht nicht: Viele Menschen mit ADHS wurden als Kinder nicht in ihrer eigentlichen Not erkannt. Sie fielen negativ auf, wurden von anderen gemieden und stets von allen Seiten kritisiert. Für viele war es deshalb schwierig, ein stabiles Selbstwertgefühl aufzubauen. Psychotherapie bietet eine gute Möglichkeit, schmerzhaft Erfahrungen zu verarbeiten, indem ihnen endlich die nötige Beachtung geschenkt wird. Somit kann das Risiko für begleitende psychische Erkrankungen bei vielen Betroffenen verringert werden.