

Eröffnungsrede zur ajs-Jahrestagung 18. November 2004

Hauptsache gesund ...?

Körperliches, psychisches und soziales Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen

Sehr geehrte Damen und Herren,

fragt man jemanden „Wie geht's?“, dann erhält man nicht selten die Antwort: Hauptsache gesund! Nicht allen jedoch reicht dieses einfach „gesund sein und sich einigermaßen wohl fühlen“ aus. Der Wunsch nach Gesundheit kann durchaus selber krankhafte Züge entwickeln, der Begriff „Gesundheitswahn“ kommt nicht von ungefähr. Jugend, Gesundheit, Schönheit können zu Idealen werden, die Opfer fordern. Der Körper wird zum Objekt, das unaufhörlich bearbeitet und in Schranken gewiesen werden oder zu Höchstleistungen angespornt werden muss, Krankheit wird verdrängt und wer gar bewusst ein behindertes Kind zur Welt bringt, muss angesichts der heutigen Möglichkeiten, dieses zu verhindern, mit schiefen Blicken rechnen.

Gesundheit wird also von den meisten Menschen als eines der höchsten Güter gehandelt – ob man nun selbst gesund lebt oder nicht oder es gar krankhaft übertreibt mit der Gesundheit, spielt dabei gar nicht unbedingt die entscheidende Rolle.

Trotz grassierenden Gesundheitsbewusstseins – wenn ich das mal salopp so nennen darf – haben wir im Blick auf Kinder und Jugendliche Anlass zur Sorge. Die klassischen Kinderkrankheiten sind zwar eingedämmt, aber an ihre Stelle sind neue Gesundheitsrisiken getreten.

Ich möchte beispielhaft drei Probleme nennen, die uns besonders aufmerksam machen und die wir gerne und heftig beklagen:

Da ist zunächst **Bewegungsmangel**: Wir erleben in unserem privaten und beruflichen Umfeld oder erfahren es alle drei Tage aus der Presse, dass unsere Kinder offensichtlich in Unbeweglichkeit erstarren. Daraus resultierend werden sie z.B. dick und entwickeln Koordinations- und Konzentrationsschwächen. Nicht nur *die*

Gesellschaft oder *die* Schule, sondern auch *wir* Eltern, *wir* Pädagogen und Pädagoginnen legen unseren Kindern seit Jahren bzw. inzwischen Jahrzehnten die Leine an und hindern sie an Bewegung. Nostalgisch schwärmen wir zwar von unserer eigenen Jugend, in der wir „rumgestromert“ und auf Bäume geklettert sind – inzwischen ist ein Begriff wie „Rumstromern“ fast vergessen. Unseren Kindern aber etwas Ähnliches zu ermöglichen, kostet heute große Mühe. Das Leben ist vertaktet, die Lebensräume sind zugebaut und der Programmpunkt „Bewegung“ muss da irgendwie hinein organisiert werden, was zugegeben heutzutage mit Schwierigkeiten verbunden ist.

Dann das Problem **Ernährung**: Sich und die Kinder gesund zu ernähren, ist nicht so einfach. Dass die Karotte gesünder ist als der Hamburger, das dürfte inzwischen in den letzten Winkel vorgedrungen sein. Dass übergewichtige Kinder mit schwer wiegenden gesundheitlichen Folgen rechnen müssen, ebenso. Es ist also fraglich, ob weitere Aufklärungskampagnen nachhaltige Hilfe bringen. Gesunde Ernährung ist eine Frage der Einstellung, der Lebensweise und eine Frage der Ressourcen – also eine Frage dessen, was sozusagen in der Familie tradiert und oft an die nächste Generation weiter gegeben wird. Umso wichtiger für Kinder, dass sie im Kindergarten, im Hort oder in der Schule neue Muster nicht nur erlernen, sondern auch erleben können.

Gesunde Ernährung kostet übrigens Zeit, und die ist bei Erwachsenen wie Kindern knapp. Wieder einmal eine Hypothek für Frauen mit Doppelbelastung – also mit Familie und Beruf. Es ist aufwändig, jeden Morgen für die Kinder ein Vollwertfrühstück herzurichten und dieses auch noch in magenfreundlich angemessener Ruhe gemeinsam zu verzehren.

Wer mittags durch die Stadt geht, sieht, dass sich Erwachsene und Kinder im Ernährungsverhalten übrigens gleichen: Im Schlendern in der Mittagspause oder in der Hetze zwischen zwei Terminen wird Pizza aus dem Karton gegessen oder Döner aus der Papiertüte – von McDonalds oder Süßigkeiten vom Bäcker ganz zu schweigen.

Ein weiteres Problem, das uns Sorge macht, sind **Psychische Störungen** von Kindern und Jugendlichen: Stark den Herausforderungen des Lebens begegnen zu

können, das wünschen sich nicht nur Eltern für ihre Kinder, das ist auch ein wichtiges Anliegen des Jugendschutzes und ein Erziehungsziel rund um die professionelle Pädagogik. Allen Bemühungen zum Trotz – „Kinder stark machen“ ist ja seit Jahren der wichtigste Slogan aller Präventionsanstrengungen – sind wir damit konfrontiert, dass Kinder und Jugendliche zunehmend psychische und psychosomatische Störungen entwickeln. Prof. Hurrelmann spricht von 15% aller Kinder und Jugendlichen. Die Ursachen liegen häufig in einem problematischen und wenig unterstützenden sozialen Umfeld. Manche Kinder wenden dann ihr eigenes Leid nach innen, werden krank, fangen an, sich zu verletzen oder geraten in eine Sucht. Andere wenden es nach außen, werden aggressiv und gewalttätig.

Besonders belastet durch gesundheitliche Beeinträchtigungen sind Kinder aus sozial benachteiligten und armen Familien – und zwar in zweifacher Hinsicht: ihre Gefährdung ist höher und gleichzeitig haben sie weniger Zugang zu Angeboten der Gesundheitsförderung. In sozial benachteiligten Familien steht oft jeden Morgen aufs Neue die Bewältigung des aktuell anstehenden Tages im Vordergrund – mit all seinen Sorgen um den Arbeitsplatz, das Geld für die Miete und vielen anderen Problemen. Vollwertfrühstück oder das nachmittägliche Chauffieren des Kindes zum Reiten oder zum Jazztanz sind hier nicht vorgesehen.

Zwischen Armut, Herkunft, Bildung und Gesundheit besteht ein evidenter Zusammenhang. Gesunde Ernährung, ausreichende Bewegungsmöglichkeiten, stabilisierende soziale und emotionale Unterstützung im Umfeld – das sind Bestandteile des Startkapitals für gute Lebens- und Bildungschancen auch für randständige Kinder und Jugendliche.

Für Schulen, für alle Felder der Kinder- und Jugendhilfe und für die Gesundheitsdienste muss diese Erkenntnis dazu führen, sich für diese Kinder verstärkt zu engagieren und vor allem: sich zusammen zu tun und interdisziplinäre Netzwerke zu knüpfen! Wichtig sind ausreichende schulische und außerschulische Betreuungs- und auch Versorgungsangebote, Hilfen für allein Erziehende, verstärkte Integration der Kinder in Sportvereine, Drogen- und Gewaltprävention – dazu und zu weiteren Ansätzen werden wir heute Nachmittag in den Fachveranstaltungen einiges erfahren.

Wenn übrigens mal wieder allseits beklagt wird, man erreiche genau die nicht, die es nötig hätten, müssen wir uns auch fragen, wie weit unsere Fähigkeiten reichen, deren Perspektive zu übernehmen. Es gibt einen interessanten Versuch dazu, sich einen Tag lang in die Perspektive alter Menschen zu versetzen. Mit einigen mechanischen Tricks werden Bewegungsfähigkeit, Sehfähigkeit, Sprechfähigkeit usw. herabgesetzt und plötzlich spürt man, was es bedeutet, mit eingeschränkten Möglichkeiten zurechtkommen zu müssen. Dieses Einfühlungsvermögen brauchen wir auch für die, die wir gerne unsere Klientel nennen, um uns in ihre Denkstrukturen und Lebensweisen, die mit allen Risikopotenzialen über Generationen weiter gegeben werden, hinein zu versetzen. Die subjektive Sichtweise derer, die wir erreichen wollen, muss in die Strategien der Gesundheitsförderung einbezogen werden. Änderungen der Lebensweise funktionieren nicht über Aufklärung oder Angst machen – das wissen wir alle von uns selber – , sondern müssen sich im Lebensalltag der Betroffenen, in der Familie, im Kindergarten, in der Schule, in Stadtteilangeboten usw. vollziehen. Wichtig dabei ist: Nicht in erster Linie über Gesundheit reden, Broschüren verteilen oder Elternbriefe herausgeben (das kann alles flankierend passieren), sondern stattdessen Gesundheit zum Thema der ganzen Schule, des ganzen Kindergartens, des Gemeinwesens machen. Nur auf diese Weise haben strukturelle Veränderungen eine Chance. Eine gesunde Schule bietet beispielsweise nicht nur ein Vollwertmittagessen oder Bewegungsangebote in der Pause an, sondern entfaltet darüber hinaus ein Klima, in dem Lernen und die Schulgemeinschaft für alle zur Bereicherung werden und in dem der psychische Druck, unter dem sowohl Schüler/innen als auch Lehrer/innen so häufig leiden, abnimmt.

„Gesundheit entsteht in den Lebensvollzügen des Alltags“, wie Hans-Günther Homfeldt das eingängig nennt. Dazu wollen wir mit unserer Jahrestagung beitragen, indem wir Ihnen hoffentlich viele fachliche Impulse bieten können, die Sie in Ihre Diskussionen vor Ort oder auch ganz konkret in Ihre Arbeit und in Ihre Projekte mitnehmen und einbringen können.

Dr. Ursula Pfeiffer, Vorsitzende der Aktion Jugendschutz