

Pressekonferenz ajs-Jahrestagung 18.11. 2004:

Hauptsache gesund...? Körperliches, psychisches und soziales Befinden von Kindern und Jugendlichen

Gesundheits- und Bewegungsförderung für Kinder und Jugendliche

In den hoch entwickelten Industrieländern des Westens müssen wir heute vielfältige Störungen der Gesundheitsbalance bei Kindern und Jugendlichen beklagen. Die drängendsten Probleme lassen sich wie folgt beschreiben:

- Anstelle der klassischen Kinderkrankheiten, die praktisch ausgerottet sind, haben wir es heute mit einer massiven Beeinträchtigung des Immunsystems bei Kindern zu tun. Asthma und Neurodermitis (betrifft 10% eines Jahrgangs) sind die schwersten Ausprägungen dieser Störung.
- Obwohl heute ein hervorragendes Angebot zur Ernährung von Kindern und Jugendlichen besteht, müssen wir schwer wiegende Fehlernährung konstatieren. Mindestens 10% der Schulkinder sind in ernsthafter Weise übergewichtig – langfristige gesundheitliche Probleme sind vorprogrammiert.
- Ein weiteres Problem ist die unausgewogene Anregung der Sinne. Hören und Sehen werden einseitig stimuliert, andere Sinneszentren werden vernachlässigt. Hier liegen wichtige Gründe für Koordinationsprobleme, die Kinder und Jugendliche heute haben.
- Kinder und Jugendliche haben zunehmend Schwierigkeiten, mit psychischer Beanspruchung und sozialen Anforderungen umzugehen. Wir haben es hier mit einer Fehlsteuerung des Bewältigungsverhaltens zu tun. Die Folge ist eine Zunahme von psychischen und psychosomatischen Störungen wie Nervosität, Unruhe, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, depressive Störungen bis hin zur Suizidgefährdung schon bei 11-12-Jährigen. Bei Jungen spielen zudem nach außen gerichtete Störungen eine Rolle: Aggressivität, körperliche Gewalttätigkeit. Von ernststen oder schweren Formen psychischer oder psychosomatischer Störungen sind mindestens 15 % der Kinder und Jugendlichen betroffen.

Was bedeutet dies für moderne Konzepte der Gesundheits- und Bewegungsförderung? Beispielhaft einige Anregungen für den schulischen Bereich:

- Die Schule ist der Arbeitsplatz der Schülerinnen und Schüler, also eines ihrer wichtigsten Erlebnis- und Erfahrungszentren. Deshalb gehören Gesundheits- und Bewegungsförderung in jedes Fach und in das gesamte Schulleben hinein. Ausreichende Bewegungsangebote und ein gut sortiertes Angebot an Nahrungs- und Stärkungsmitteln – das sollte selbstverständlich sein für jede Schule. Darüber hinaus sollten die Themen Bewegung, Ernährung, Drogen, Stress und Selbstdarstellung in unterschiedlichen Fächern angesprochen und diskutiert werden.
- Schule muss zur lebendigen Ganztagschule werden. Dabei kann es nicht um die Ausweitung des heutigen Vormittagsprogramms gehen, sondern um ein Nachmittagsprogramm, das Angebote und Raum für Erlebnis, Entfaltung und Entspannung bietet. Hierfür ist die Zusammenarbeit mit Fachkräften aus Jugendhilfe, Jugendarbeit, Sportverbänden und auch mit Fachleuten aus der politischen und kirchlichen Arbeit erforderlich.
- Es muss vor allem schnell etwas geschehen, damit die gesundheitlichen Probleme von Kindern und Jugendlichen nicht außer Kontrolle geraten. Ich plädiere für einen Anfang mit kleinen Schritten im Rahmen von Modellvorhaben, um recht bald konkrete Erfahrungen und Rückmeldungen für andere Schulen geben zu können.

Prof. Dr. Klaus Hurrelmann

Universität Bielefeld, Fakultät für Gesundheitswissenschaften