

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

Gesundes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen ist keine Selbstverständlichkeit, auch nicht in einer modernen westlichen Industriegesellschaft mit einem ausdifferenzierten Gesundheitssystem. Psychische und psychosomatische Probleme, Störungen des Immunsystems, des Bewegungs- und Ernährungsverhaltens, chronische Krankheiten oder Suchtverhalten stellen nicht nur Eltern, Schulen und Fachkräfte, sondern auch die Gesundheitspolitik vor große Herausforderungen. Besonders belastet sind Kinder aus sozial benachteiligten und armen Familien – ihre Gefährdung ist höher und gleichzeitig haben sie weniger Zugang zu Angeboten der Gesundheitsförderung.

Im Rahmen ihrer Jahrestagung 2004 hat die Aktion Jugendschutz Möglichkeiten der Prävention vorgestellt und Impulse gegeben für Gesundheitsförderung in Kindertageseinrichtungen, an Schulen, in Einrichtungen der Jugendhilfe und in der Familienbildung.

- Prävention soll möglichst früh einsetzen. Bereits im Elementarbereich muss die Chance genutzt werden, eine gesundheitsorientierte Lebensweise in den gesamten Tagesablauf von Kindertageseinrichtungen einzubetten. Hier werden Kinder in einem sehr frühen Alter erreicht, in dem gesundheitsschädigende Verhaltensweisen noch nicht verfestigt sind. Außerdem besteht die Chance, Eltern aller sozialen Schichten zu erreichen und im eigenen gesundheitsgerechten Verhalten zu unterstützen. Dabei müssen alle Beteiligten aktiv einbezogen werden: Erzieherinnen, Eltern, Kinder sowie Kooperationspartner der Kindertageseinrichtungen.
- Methodische Angebote wie die sog. „Lebenskompetenz-Programme“ zu Gesundheits- und Suchtprävention, die an Schulen umgesetzt werden, müssen verstärkt angeboten, aber auch ergänzt werden durch strukturelle Veränderungen. Dazu muss Schule als Lebensraum begriffen werden, in dem Schüler und Schülerinnen sich gesund ernähren können, ausreichend bewegen können und Fähigkeiten zur Stressbewältigung entwickeln können. Gesundheit muss also zum

Anliegen des gesamten Schulentwicklungsprozesses werden. **Denn Schule ist der wichtigste Lebensraum für Kinder außerhalb der Familie!**

- Zwischen Armut, Herkunft, Bildung und Gesundheit besteht ein evidenter Zusammenhang. Deshalb müssen sozial benachteiligte Familien dringend besser erreicht werden. Notwendig sind niedrigschwellige Angebote und eine bessere Vernetzung zwischen Jugendhilfe, Schulen, Erwachsenenbildung, der kommunalen Verwaltung und den Einrichtungen der Gesundheitsversorgung. Der Gemeinwesenarbeit kommt hier eine besondere Bedeutung zu: Es geht nicht in erster Linie um den Einzelfall, sondern um die Verbesserung von Lebensräumen, denn: Gesundheit wird gestärkt oder geschwächt in den alltäglichen Lebensvollzügen. Eine solche Gesundheitsförderung im Alltag erfährt Aufwertung und Nachhaltigkeit, wenn sie von der höchsten kommunalen Ebene unterstützt wird, wenn sich Träger und Handlungsfelder vernetzen, wenn einflussreiche Gruppen und Institutionen zu Unterstützern werden und bestehendes bürgerschaftliches Engagement einbezogen wird.
- Das Recht von Kindern und Jugendlichen auf eine gesunde Entwicklung darf nicht wirtschaftlichen Interessen untergeordnet werden. Eines der wichtigsten Anliegen des Jugendschutzes ist die Suchtprävention. Hier ist politische Rücksichtnahme gegenüber den Werbe- und Verkaufsinteressen der Tabak- und Alkoholindustrie besonders eklatant. Stattdessen sollte der Konsum noch stärker über den Preis gesteuert werden, die Verfügbarkeit legaler Drogen reduziert werden und die Werbung stärker kontrolliert werden.
- Kinder brauchen „soziales Kapital“, um gesund zu bleiben: Sie brauchen jemand, der sich um sie kümmert, der merkt, dass es ihnen nicht gut geht, auch wenn sie es selber nicht sagen können oder wollen. Sie brauchen eine gute Beziehung zu den Eltern und deren Unterstützung, sie brauchen genauso ihre Freunde wie auch die Zuwendung ihrer Erzieherinnen und Lehrer/innen. **Verein. Ausreichendes soziales Kapital ist ein Schutzfaktor!**