

informationen

ANALYSEN | MATERIALIEN | ARBEITSHILFEN ZUM JUGENDSCHUTZ



Schwer in Ordnung!

Barbara Methfessel

Esskulturelle Entwicklungen
Jugendlicher zwischen Familie
und Peers

Katrin Ziser, Florian Junne

„Dicke Kinder sind faul.“ Stigmatisierung und andere
psychosoziale Folgen von Übergewicht und Adipositas
im Kindes- und Jugendalter

Impressum

Herausgeber:

Präsidium der Aktion Jugendschutz
Landesarbeitsstelle Baden-Württemberg
Marion v. Wartenberg, Angela Blonski,
Wolfgang Borkenstein, Marion Steck,
Petra Weiser

Redaktion:

Elke Sauerteig (verantw.)
Ursula Kluge

Unter Mitarbeit der Fachreferent:innen:

Henrik Blaich, Ute Ehrle, Silke Grasmann,
Lothar Wegner, Petra Wolf

Die mit Namen versehenen Beiträge geben
die Meinung der Autor:innen wieder.

Alle Rechte sind vorbehalten,
Vervielfältigungen sind nur mit Genehmigung
der Aktion Jugendschutz gestattet.

Konto: Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE75 6012 0500 0008 7018 00
BIC: BFSWDE33STG

Bezugspreis (2021): Einzelheft € 4,00;
Abonnement € 7,50 jährlich inkl. Versand

Auflage: 1.800

Erscheinungsweise: 2x jährlich
ISSN 0720-3551

Titelbild: iStock, LuisALouro

Layout: Kreativ plus – Gesellschaft für
Werbung und Kommunikation mbH
Hauptstraße 28, 70563 Stuttgart
www.kreativplus.com

Druck: Offizin Scheufele Druck und
Medien GmbH & Co. KG Stuttgart

Aktion Jugendschutz
Landesarbeitsstelle Baden-Württemberg
Jahnstraße 12, 70597 Stuttgart-Degerloch
Tel. (07 11) 2 37 37-0
Fax (07 11) 2 37 37-30
info@ajs-bw.de, www.ajs-bw.de

Gefördert durch Mittel aus dem baden-
württembergischen Staatshaushalt, den der
Landtag von Baden-Württemberg beschlossen
hat. Die Mittel sind dem Ertrag der Staatlichen
Wetten und Lotterien entnommen.

Inhalt

Barbara Methfessel	4
Esskulturelle Entwicklungen Jugendlicher zwischen Familie und Peers	
Katrin Ziser, Florian Junne	10
„Dicke Kinder sind faul.“ Stigmatisierung und andere psychosoziale Folgen von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter	
Katrin Ziser, Florian Junne	15
Stufenmodell Adipositasprävention und -therapie im Kindes- und Jugendalter (STARKIDS)	
Tom Hauber, Isabell Mentor, Nadine Preisach-Podchull	18
STARK² – Ein Gruppenangebot des GesundheitsLaden e.V. für Mädchen* und Jungen* mit Übergewicht und deren Eltern	
Ute Ehrle	22
Padlet zum Thema „Schwer in Ordnung“	
Medien und Materialien	23
Aus der Arbeit der ajs	27
Vorankündigungen	31



Liebe Leser:innen,

Die Zahl der übergewichtigen Kinder und Jugendlichen hat nicht – wie vielfach kolportiert – zugenommen. Sie stagniert auf einem hohen Niveau. Dies zeigen die Daten der zweiten Folgerhebung

der Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS Welle 2, 2014 – 2017): etwa 15,4 % der Heranwachsenden sind von Übergewicht und 5,9 % von Adipositas betroffen. Es gibt keine Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Allerdings steigen die Übergewichts- und Adipositasprävalenzen mit zunehmendem Alter an. Heranwachsende mit niedrigem sozioökonomischen Status sind deutlich häufiger von Übergewicht und Adipositas betroffen als Gleichaltrige mit hohem sozioökonomischen Status.

Neben den körperlichen Beeinträchtigungen leiden betroffene Kinder und Jugendliche unter psychischen und psychosozialen Folgen wie z. B. Essstörungen oder affektive Störungen wie Angst- und Aufmerksamkeitsstörungen. Hinzu kommen die Gefahren einer gewichtsbezogenen Stigmatisierung, der Entwicklung eines negativen Selbstwerts, einer erhöhten Körperunzufriedenheit, des sozialen Rückzugs und verschiedene Formen der Depression.

„Dicksein“ bedeutet heute Schwäche, Versagen, Sich-nicht-im-Griff-haben. Es steht im Widerspruch zu einer leistungsorientierten Kultur des unbegrenzten Machbarkeitswahns, der Verfügbarkeit von Schlankmacherangeboten, der allgegenwärtigen Körperinszenierung und permanenten Zurschaustellung perfekter junger Körper in den Medien.

Ursachen und Folgen von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen sind komplex. Dies ist aus pädagogischer Sicht und bei der Entwicklung von Angeboten zu berücksichtigen. Psychosoziale Aspekte sind ebenso einzubeziehen wie die Bereiche Ernährung und Bewegung.

Prof. Dr. Barbara Methfessel stellt in ihrem Beitrag dar, wie Esskulturen sich in Familie und Peers entwickeln. Das subjektive Erleben ist entscheidend, denn Essgewohnheiten werden von psychischen und sozialen Faktoren beeinflusst.

Prof. Dr. Florian Junne und Katrin Ziser beschreiben aus medizinischer Sicht die heute bekannten Ursachen und die Auswirkungen des kindlichen Übergewichts sowie wirksame Präventions- und Interventionsmaßnahmen. In diesem Zusammenhang stellt Katrin Ziser in ihrem Praxisbeitrag das Stufenmodell zur Adipositasprävention und -therapie im Kindes- und Jugendalter (STARKIDS) vor.

Der zweite Praxisartikel veranschaulicht das Projekt „stark²“ des GesundheitsLadens Stuttgart e.V. Nadine Preisach-Podchull, Isabel Mentor und Tom Hauber arbeiten hier mit übergewichtigen Kindern und Jugendlichen und geben einen Einblick.

In unserem Padlet (https://padlet.com/ajsbw1/ajs_Info_2_2021) finden Sie zahlreiche Informationen zum Thema dieser ajs-informationen. Schauen Sie sich um. Wie gewohnt gibt es Hinweise auf aktuelle Materialien und Aktuelles aus der Arbeit der ajs. Wir wünschen Ihnen interessante Anregungen für Ihren Arbeitsalltag!

*Ute Ehrle
Fachreferentin*

Esskulturelle Entwicklungen Jugendlicher zwischen Familie und Peers

Essverhalten von Menschen wird durch zwei Faktoren beeinflusst: die genetische Disposition und die soziokulturelle Umwelt. Dabei bestimmt die soziokulturelle Umwelt, welche Bedeutung die genetische Disposition bekommen und auch, wie sie sich vererben kann. Zum Verständnis der Entwicklung des Essverhaltens Jugendlicher sollen im Folgenden beide Faktoren beachtet werden.

„Der Mensch ist, was er isst“ –
Aber nicht alle Menschen sind gleich

Mit der Feststellung, dass der Mensch ist, was er isst, wollte der Philosoph Feuerbach (1850) verdeutlichen, dass ein Mensch nur aus dem bestehen kann, was er isst. Der gesamte Körper wird – abgesehen von den Gehirnzellen – ein Leben lang auf-, um- und abgebaut. Die Qualität dieses Prozesses wird dabei durch eine ausreichende Zufuhr der Vielzahl der Inhaltsstoffe unserer Nahrung bestimmt.

Schon in der Schwangerschaft lernt ein Fötus den Geschmack des Essens der Mutter kennen und kann sich dadurch an spezifische Aromen gewöhnen.

Für die Nahrungsauswahl gibt die Evolution den Menschen allerdings keine ausreichenden Instinkte, dafür aber ein problematisches Erbe mit: Von Geburt an bevorzugen Menschen die Geschmacksrichtungen süß, eiweißreich und reagieren positiv auf die Wahrnehmung von Fett. Abgelehnt wird zunächst der Geschmack bitter (Signal für Gift) und sauer (Signal für Verderb und Unreife). Angeboren ist auch, dass der Körper die Zufuhr von Nahrung durch die Ausschüttung von Stoffen, die positive Gefühle vermitteln, belohnt und, dass Fett (als Sicherheit vor dem Verhungern) leichter gespeichert als abgebaut wird (Blundell, 2018; Methfessel et al., 2020; Peters, 2012).

Diese angeborenen Vorlieben und Abneigungen dienen in der Menschheitsgeschichte dem Überleben; sie leiten heute aber in die Irre. In der „westlichen Überflusgesellschaft“ begünstigen sie die Wahl von süßen und fetten Lebensmitteln, die arm an notwendigen und reich an weniger gesundheitsförderlichen Inhaltsstoffen sind und daher u. a. Adipositas fördern. Dies trifft vor allem den genetischen Typus von Menschen, die als „Energiekonservierer“ gelten, die schnell zunehmen und auch schwieriger abnehmen als andere. Sie konnten in Notzeiten die Menschheit vor dem Verhungern retten und müssen heute gegen die Versuchungen des Überflusses angehen und frustrierende Kämpfe gegen das Übergewicht¹ führen (Blundell, 2018; Peters, 2012). Genetische Unterschiede gibt es auch bei Reaktionen des Körpers auf Essverhalten. So ist z. B. die Veranlagung zu Diabetes Typ II oder Fettstoffwechselstörungen unterschiedlich ausgeprägt. Daher reagieren Menschen auch unterschiedlich auf die „western diet“, eine energiereiche, aber – bezogen auf die Breite der Makro- und Mikronährstoffe – nährstoffarme Kost. Schlanke, gesund wirkende Jugendliche müssen nicht unbedingt gesundheitsförderlicher ernährt sein und übergewichtige können dies durchaus sein. Letztere haben auch nicht unbedingt viel mehr gegessen. Übergewichtige haben aber unter Vorverurteilung und Diskriminierung zu leiden (Methfessel, 2022a, 2022b; Methfessel et al., 2020, 2021; Zwick et al., 2011).

1 Im Weiteren wird immer der Begriff Übergewicht bei einem Gewicht oberhalb des jeweils definierten „Normalgewichts“ genutzt, unabhängig davon, ob das Gewicht mit gesundheitlichen Folgen verbunden ist.

Angesichts des Zusammentreffens von genetisch gegebenen Präferenzen und gesundheitlichen Entwicklungen sowie der Bedeutung einer soziokulturellen Umwelt, die mit adipogenen Nahrungsangeboten und Essweisen lockt, sind daher Maßnahmen zur Verhältnisprävention die wesentliche politische Aufgabe, d. h. gesundheitsförderliche Bedingungen zu schaffen und die „bessere Wahl“ zur „einfacheren Wahl“ zu machen. Leider steht diese Aufgabe weniger im gesundheitspolitischen Fokus, sondern Aufgaben der Verhaltensprävention, vor allem durch Information und Belehrungen – und damit auch die Zuweisung der „Schuld“ an die Individuen.

Zur Bedeutung physischer, psychischer und sozialer Einflüsse auf das Essverhalten

Schon in der Schwangerschaft lernt ein Fötus den Geschmack des Essens der Mutter kennen und kann sich dadurch an spezifische Aromen gewöhnen. Auch die Muttermilch beinhaltet solche Aromen (die Flaschenmilch meist nur Vanille). Mit dem Füttern erlebt ein Säugling (im positiven Fall) neben der Erlösung vom Schmerz des Hungers auch Geborgenheit und Zuwendung. Diese Erfahrungen werden zusammen mit dem Geschmack (im Limbischen System) gespeichert. Mit Essen wird also von Beginn an physische, psychische und soziale Bedürfnisbefriedigung verknüpft. Darüber wird auch „Geschmack gelernt“, d. h. kennen – und durch Verträglichkeit und Gewohnheit akzeptieren gelernt. Zudem werden Essen (als Prozess und als spezifische Nahrung) und Geschmack über das Zusammentreffen physischer, psychischer und sozialer Eindrücke auch immer mit Gefühlen verbunden: bei negativen Erlebnissen (Stress am Esstisch) mit Ablehnung und bei positiven (angenehme Situationen und Personen) auch mit Sicherheit, Zugehörigkeit und Identität.

Geschmack lernt man also durch Essen, ebenso Geschmacksvorlieben (Dr. Rainer Wild-Stiftung, 2013; Methfessel et al., 2021). Dieses Lernen kann in den Familien sehr unterschiedlich sein. Im „normalen“ Verlauf erfahren Kinder nicht nur eine „Enkulturation“ in die familiäre Esskultur (die wiederum Teil einer regionalen oder milieuspezifischen Kultur ist). Sie können mit spezifischen Geschmacksarten durch Kräuter und Gewürze (im arabischen Raum u. a. Kreuzkümmel) und Gerichten (in Schwaben u. a. Linsen mit Spätzle) auch Gefühle von Vertrautheit und Sicherheit erreichen („soul food“). In Lebenssituationen, die verunsichern, kann darauf zurückgegriffen wer-

den (Methfessel, 2020, 2022a, 2022b; Methfessel et al., 2020, 2021).

Familienmahlzeiten sind für die Familienmitglieder (meist) wichtige soziale Treffpunkte und bieten regelmäßige Kommunikationszeiten. Durch die Verknüpfung von Geschmack mit sozialen und psychischen Erfahrungen ist nicht nur der Geschmack des Familienessens für eine Essbiografie bedeutsam; auch die Mahlzeitenkultur, die jeweilige Art des Zusammenseins und des gemeinsamen Genießens (oder nicht), beeinflusst das weitere Ess- und Sozialverhalten. Im vertrauten Bereich angenommen und beteiligt zu sein, stärkt Kinder und Jugendliche. Daher setzen sie sich auch gerne an den Familientisch, wenn sie nicht oder nicht sehr hungrig sind. Da Familienkultur und Esserziehung insgesamt liberaler geworden sind, hat die Zeit für die einzelnen Mahlzeiten zugenommen, obwohl Arbeits- und Schulzeiten die Strukturen der Mahlzeiten verändert haben (Bartsch, 2008, 2022b; Klünder, 2020; Methfessel, 2022a).

In Familien lernen Kinder und Jugendliche auch, wie und über welche Wege psychische und soziale Bedürfnisse befriedigt werden.

Auch die Freude am Essen entspricht nach Grawe (2004) einem Bedürfnis, nämlich Unlust zu vermeiden und Lust zu suchen. Essen ist mit Lust und Genuss verbunden. Essen generell und die „angegessene“ Verknüpfung von positiven Gefühlen und Geschmack führen zur Ausschüttung von Botenstoffen (Hormone, Neurotransmitter), die die Psyche

Familienmahlzeiten sind für die Familienmitglieder (meist) wichtige soziale Treffpunkte und bieten regelmäßige Kommunikationszeiten.

Die Autorin

Professorin (i. R.)

Drⁱⁿ. Barbara Methfessel

Pädagogische Hochschule Heidelberg, Institut für Gesellschaftswissenschaften, Abteilung Alltagskultur und Gesundheit

Kontakt

methfessel@ph-heidelberg.de



positiv beeinflussen. Die Suche nach dem beruhigenden und lustgebenden Gefühl, das – allerdings nur kurzfristig – durch Essen erreicht werden kann, kann von Kindheit an erlernt werden. Unter anderem kann man täglich in Bussen oder auf Spielplätzen beobachten, dass einem unruhigen oder weinenden Kind als erstes Essen gereicht wird. In sozial benachteiligten Familien ist Essen auch häufig die einzige selbstbestimmte Freude, die man sich leisten kann.

Grundbedürfnisse

Grundbedürfnisse sind dadurch bestimmt, dass sie bei allen Menschen, d. h. auch in allen Kulturen, festzustellen sind. Sie sind gekennzeichnet durch ein Gefühl eines Mangels, das dazu führt, dass man diesen Mangel beheben will. Unbestritten ist, dass alle Menschen

- physische (wie Hunger, Durst, körperliche Sicherheit)
- sozialpsychologische (wie nach Zugehörigkeit, soziale Beziehung) und
- individualpsychologische (wie nach Entwicklung, Achtung)

Bedürfnisse haben, wenn auch deren Bezeichnung und Strukturierung unterschiedlich sind. Umstritten ist u. a., ob Bedürfnisse hierarchisch zu ordnen sind, ob also die Erfüllung eines Bedürfnisses eine (relative) Befriedigung anderer voraussetzt. Allerdings ist zu beachten, dass Entwicklung und Bedeutung von Bedürfnissen und Möglichkeiten eines selbstbestimmten Umganges damit an Stufen der menschlichen Entwicklung gebunden sind (Maslow, 2018; Methfessel, 2020). Der Pubertät kommt dabei eine bedeutende Rolle zu, weil in dieser Entwicklungsstufe Identität und Selbstkonzept auf- und ausgebaut werden sowie die Fähigkeit zur Reflexion ausgebildet wird.

Sich aus diesen Bedürfnissen entwickelnde Wünsche und Ziele, über die man die Befriedigung erreichen will (der sog. Bedarf), sind allerdings kulturell sehr unterschiedlich. Die Bedarfsdeckung ist auch abhängig davon, wie man in der individuellen Entwicklung gelernt hat, Bedürfnisse zu befriedigen und wie das soziokulturelle Umfeld Werte, Wünsche, Interessen, Moden etc. beeinflusst (Maslow, 2018; Methfessel, 2020).

Essen kann daher als „Kanal“ für die Befriedigung fast aller Bedürfnisse dienen: Es bietet

- über vertrauten Geschmack Sicherheit und soziale Geborgenheit,
- über Essmoden und Esstile (wie vegetarisches/veganes Essen oder – auch als Widerstand dagegen – Fleisch) Identitäts- und Zugehörigkeitsgefühle.

Auch nicht zu essen bietet – wie bei Magersucht –

- die Erfahrung von Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung.

Essen kann also zur Befriedigung aller Grundbedürfnisse beitragen. Übergewicht kann manchmal auch über Bedürfnisse und deren Wege zur Befriedigung Auskunft geben.

Werbung und Moden suggerieren schon Kindern, dass Bedürfnisse (u. a. nach Anerkennung) über Konsum zu befriedigen sind. Für die Entwicklung Jugendlicher ist wichtig, dass diese ihre jeweiligen (physischen, psychischen und sozialen) Bedürfnisse wahrnehmen und von Wünschen und kurzfristigen Zielen unterscheiden lernen. Dies ist Voraussetzung, um die verschiedenen Wege zur Bedürfnisbefriedigung reflektieren, bewerten und selbstbestimmt wählen zu können (Bartsch, 2022; Methfessel, 2020).

Essverhalten ist zugleich individuell und sozial beeinflusst

Essverhalten wird von zahlreichen Faktoren beeinflusst. Naturgegebene, historische, ökonomische, technische oder kulturelle Bedingungen für die Nahrungsproduktion sowie soziokulturelle oder religiöse Einflüsse auf Werte und Bewertungen führen zu sehr unterschiedlichen Nahrungsangeboten und auch zu unterschiedlichen Vorstellungen von „richtigem Essen“. Zwischen Gesellschaften und auch innerhalb einer Gesellschaft bildeten sich so sehr unterschiedliche Esskulturen und Esstile heraus, die sich im Laufe der Geschichte auch veränderten und gegenseitig beeinflussten.

Durch Wissenschaft und Technologieentwicklungen hat sich das Nahrungsangebot ebenso verändert wie die Vorstellungen davon, was ein „richtiges“ und gesundheitsförderliches Essen ist. Je vielfältiger und dynamischer

- das Angebot an Nahrungsmitteln ist,
- neue Erkenntnisse die Einzelnen erreichen,
- die sozialen Kontakte – auch im Rahmen der eigenen Biografie – sind,

desto mehr Impulse gibt es zur Veränderung des Essverhaltens und umso „dynamischer“ können sich Essbiografien entwickeln. Vermutlich hat keine Generation so viele Möglichkeiten der Veränderung ihres Essverhaltens erlebt wie die „Nachkriegsgenerationen“ der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts im Rahmen der Internationalisierung des Nahrungsangebotes.

Peers, d. h. im weiteren Sinn Vertreter und Vertreterinnen von Gruppen, die jeweils soziale Bedeutung haben, beeinflussen ebenfalls das Essverhalten. Über solche Einflüsse fanden ab dem 16. Jahrhundert „Kolonialwaren“ ebenso den Weg in Küchen schwäbischer Dörfer wie Ende des letzten Jahrhunderts Kiwis und Mangos. Von der Kindertagesstätte bis zum Altenheim bekommen Menschen heute Impulse, sich Neuem zu öffnen und darüber auch ihre Wertungen und ihre Zugehörigkeiten zu verändern: sich „moderner“, „gesünder“, „praktischer“, „nachhaltiger“ etc. zu ernähren. Dabei werden sie zunehmend auch nicht nur durch Personen im sozialen Umkreis, sondern auch über Medien, insbesondere über die sogenannten sozialen Medien durch „virtuelle Peers“ angesprochen. Sie beeinflussen besonders Jugendliche, die in Folge durch ihre Wünsche und Vorschläge wiederum auch die familiäre Esskultur beeinflussen können.

Die familiäre Esskultur begleitet die Entwicklung der Essbiografien von Kindern und Jugendlichen. Sie bestimmt zunächst auch, wie offen Kinder und Jugendliche neuen Esserfahrungen gegenüberstehen und wieviel sie wiederum in die Familie zurücktragen. Die Bedeutung von Peers für die esskulturelle Entwicklung im Jugendalter geht meist darüber hinaus.

Die Bedeutung von Peers für die esskulturelle Entwicklung Jugendlicher

Zu den Entwicklungsaufgaben Jugendlicher gehört die Entwicklung einer eigenständigen Persönlichkeit, zum Teil auch in Abgrenzung zur Herkunftsfamilie. Essen hat in diesem Prozess unterschiedliche Funktionen: Es dient u. a.

- der Körpergestaltung, auch in Verbindung mit einer sexuellen Identität (Schlankheit, Muskelbildung)
- der Identitätsentwicklung, z. B. durch neue Wertorientierungen wie Nachhaltigkeit und Tierschutz, die zu vegetarischen oder veganen Essstilen führen oder – im Gegenteil als Widerstand gegen solche Essstile – durch explizit fleischorientierte oder „ungesunde“ Ernährung
- Selbstständigkeit, u. a. durch Suche nach Unabhängigkeit von den Familienmahlzeiten.

Der Wunsch nach „Erwachsensein“ und die Suche nach Identität fördern auch die Bereitschaft, sich neuem Geschmack und neuen Essgewohnheiten zu öffnen. Neben der Annäherung an das bittere Bier und aktuell angesagtem Fast Food können auch der Wurm im Tequila oder Insektenburger dazu dienen. Solche Entwicklungen können durch Peers angestoßen und verstärkt werden. Sie können auch zur Suche nach neuen Peer-Gruppen und zur Distinktion (Abgrenzung) zum bisher „Normalen“ und zu Integration in neue soziale Gruppen führen.

Durch Peers bekommen Jugendliche neue Informationen über angesagte Essstile, Lebensmittel, Speisen, Nahrungsergänzungsmittel (wie Eiweiß zum Muskelaufbau) oder „neue“ Wege zur Körpergestaltung, die sie auch mit anderen zusammen ausprobieren. Gemeinsam werden „in“ und „out“ Wertungen ausgetauscht. Mit Peers wird Ess- und Trinkverhalten eingeübt, das in der Familie noch nicht erlaubt ist. Gemeinsam erproben sie so das „Erwachsenwerden“. Nicht zuletzt stillen sie gemeinsam auch den Hunger: möglichst preiswert und unkompliziert, d. h. unter Bedingungen, die durch viele Fast Food-Angebote erfüllt werden (Bartsch, 2008, 2022a).

Der Wunsch nach „Erwachsensein“ und die Suche nach Identität fördern die Bereitschaft, sich neuem Geschmack und neuen Essgewohnheiten zu öffnen.

Jugendliche zwischen Familie und Peers

Familie und Peers sind beide für die Entwicklung von Essverhalten Jugendlicher bedeutsam. Wieweit sie „nebeneinander bestehen“, sich ergänzen oder widersprechen, hängt von vielen Bedingungen ab. Generell gilt, dass Fast Food-Zwischenmahlzeiten zwar Selbstständigkeit und Selbstbestimmung bieten, aber meist nur die Familienmahlzeiten ergänzen. Sie können zu Veränderungen der

Essstile der Jugendlichen und auch anderer Familienmitglieder führen. Neue Essstile können

- dem Kampf zwischen den Generationen dienen
- zum „Nebeneinander“ bei gemeinsamem Familienessen führen (meist zu Lasten der Elternteile, die für die Alltagsküche verantwortlich sind und allen gerecht werden wollen)
- oder auch das Familienessen verändern, wenn der Rest der Familie den neuen Werten und Wünschen entgegenkommt.

Auch ohne unterschiedliche Vorstellungen vom „richtigen“ Essen kann das Verhalten Jugendlicher zu Konflikten führen, z. B. wenn sich hungrige Teenager an der Reserve-Pizza bedienen und dann beim gemeinsamen Essen nicht mehr hungrig sind. Erfreulich ist aber, dass sich viele Jugendliche dennoch am Familienessen beteiligen, zum einen, weil es ihnen schmeckt und zum anderen, weil sie sich an den Gesprächen beteiligen wollen. Letztlich brauchen sie beides: die Familie als Rückgrat und die Peers zur Ablösung von der Familie (Bartsch, 2008; Klünder, 2020).

Übergewicht führt zum Ausschluss Wissen unterstützt Selbstwahrnehmung und Selbstbewusstsein

Übergewichtige Jugendliche durchleben im Prinzip dieselben Entwicklungsprozesse. Für sie ist die Zugehörigkeit zu Peer-Gruppen jedoch häufig begrenzt. Schon in der KiTa ist der Satz „Du bist fett!“ eine gängige Beschimpfung geworden. Die Figur und das Aussehen sind häufig genutzte Mittel, um zu mobben. Übergewichtige Jugendliche erfahren dabei auch, dass sie aufgrund ihres Gewichtes schnell als weniger sympathisch, intelligent oder kompetent beurteilt werden. Sie benötigen viel Kraft, um sich dagegen zu wehren und sich durchzusetzen. Sie haben häufig nur die Chance, sich untereinander zusammenzuschließen oder sich einer Gruppe anzuschließen, in der Äußeres weniger relevant ist, wie bei Computernerds, Spiefreaks etc. (Barlösius, 2014; Bartsch, 2022a; Schmidt-Semisch & Schorb, 2008; Zwick et al., 2011).

Übergewicht gibt ebenso wie Untergewicht auch Hinweise dazu, ob Jugendliche Probleme damit haben, Bedürfnisse

wahrzunehmen und angemessene Wege zur Befriedigung zu finden. Für Jugendliche, die Schwierigkeiten mit den Herausforderungen der Pubertät haben und nicht wissen, wie sie damit umgehen können, kann Essen daher auch eine größere Bedeutung bekommen und zugleich zum großen Problem werden.

In sozial höhergestellten Familien wird von Kindern erwartet, dass sie die gesellschaftlichen Normen erfüllen. Wenn sie keine Unterstützung bekommen, sondern Druck, auch die (häufig weder alters- noch Gen-Typus gerechten) „Figur-Normen“ zu erfüllen, kann dies zu Essstörungen führen. In sozial benachteiligten Familien ist Übergewicht stärker verbreitet. Für viele ihrer Eltern ist Essen ein wesentlicher Teil von selbstbestimmter Lebensqualität, den Kampf um eine „gute Figur“ haben sie nie aufgenommen oder längst aufgegeben. Sie können ihre Kinder zur Akzeptanz ihrer Figur oder zu Widerstand ermutigen.

Viele Jugendliche haben – unabhängig von ihrem Gewicht – Probleme mit der Akzeptanz ihres Körpers und dem Umgang damit (Finne et al., 2020; Methfessel, 2013). Sie finden aber häufig keine ausreichende Unterstützung, wie sie mit den Wünschen nach einer anderen Figur umgehen können. Jugendarbeit hat hier eine besondere Bedeutung. Dabei geht es zunächst nicht vorrangig um Informationen über eine gesundheitsförderliche Ernährung, sondern um ein Verständnis davon, welche Faktoren Einfluss auf das (auch eigene) Essverhalten haben, welche Bedeutung Essen im Rahmen der Entwicklung hat und was daraus für die Gestaltung der eigenen Essbiografie folgt. Es geht um ein Verständnis der eigenen Bedürfnisse, der Möglichkeiten, sie ernst zu nehmen und Wege für ihre Befriedigung zu finden.

Um die eigene Essbiografie selbstbestimmter gestalten, sich auf dem Markt selbstbewusst behaupten und sich genussvoll ernähren zu können, ist Wissen über die Qualität von Nahrungsmitteln und zur Bewertung von Essstilen notwendig. An beidem mangelt es häufig und wird zum Teil sogar durch Peers und „virtuelle Peers“ oder durch jeweils „angesagte“ und auch problematische Ernährungsmoden und Strategien zur Körperveränderung ersetzt. ■

Literatur

- Barlösius, E. (2014). Dicksein: Wenn der Körper das Verhältnis zur Gesellschaft bestimmt. Campus.
- Bartsch, S. (2008a). Jugendesskultur: Bedeutung des Essens für Jugendliche im Kontext Familie und Peergroup (Hrsg. v. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Bd. 30). BZgA. <https://www.bzga.de/infomaterialien/fachpublikationen/forschung-und-praxis-der-gesundheitsfoerderung/band-30-jugendesskultur/>.
- Bartsch, S. (2022a). Zusammenhang von Körper, Essverhalten und Identität verstehen (Kap. 5.7 aus: Konsum – Ernährung – Gesundheit. Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung von K. Schlegel-Matthies, S. Bartsch, W. Brandl & B. Methfessel). Budrich-UTB.
- Bartsch, S. (2022b). Sicher handeln bei der Kultur und Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung (Kap. 5.10 aus Konsum – Ernährung – Gesundheit. Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung von K. Schlegel-Matthies, S. Bartsch, W. Brandl & B. Methfessel). Budrich-UTB.
- Blundell, J. (2018). Die Biologie des Antriebs zu essen. Implikationen für das Verständnis des menschlichen Appetits und der Adipositas. *Ernährungs Umschau*, 65(7), 126–133.
- Dr. Rainer Wild-Stiftung (DRWS). (Hrsg.). (2013). Käsebrötchen mit Marmelade – Geschmack ist mehr als schmecken. DRWS. <https://www.gesunde-ernaehrung.org/buchartikel/k%C3%A4sebrötchen-mit-marmelade-31.html>.
- Feuerbach, L. (1850). Die Naturwissenschaft und die Revolution. *Blätter für literarische Unterhaltung* (Jahrgang 1850; 2. Bd.; Nr. 271), 1081-1083. F. A. Brockhaus. <https://digital.slub-dresden.de/werkansicht/df/90281/1100/>.
- Finne, E., Schlattmann, M. & Kolip, P. (2020). Geschlechterrollenorientierung und Körperzufriedenheit im Jugendalter – Querschnittergebnisse der HBSC-Studie 2017/18. *Journal of Health Monitoring*, 5(3), 39-55. <https://doi.org/10.25646/6893>.
- Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie. Hogrefe.
- Klünder, N. (2020). Die Ernährungsversorgung in Familien zwischen Zeit, Alltag und Haushaltsführung. Eine Mixed-Methods-Untersuchung. Beltz Juventa.
- Methfessel, B. (2013). Ernährungsprobleme von Jugendlichen – aktuelle Herausforderungen. In S. Bestmann & S. Schaal (Hrsg.), *Jugendaktion „Gut Drauf“*. Evidenzbasierte Praxis kommunaler Gesundheitsförderung für und mit Jugendlichen (S. 23-33). RabenStück.
- Methfessel, B. (2020). Maslows Bedürfnistheorie und ihre Bedeutung für die Fachdidaktik. *Haushalt in Bildung & Forschung*, 9(1), 69-86. <https://doi.org/10.3224/hibifo.v9i1.05>.
- Methfessel, B. (2022a). Beziehungen zwischen Ernährung und Gesundheit verstehen und reflektieren (Kap. 5.6 in Konsum – Ernährung – Gesundheit. Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung von K. Schlegel-Matthies, S. Bartsch, W. Brandl & B. Methfessel). Budrich-UTB.
- Methfessel, B. (2022b). Einflussfaktoren auf Essverhalten identifizieren und analysieren sowie ihre Bedeutung für Essbiografien reflektieren (Kap. 5.8 in Konsum – Ernährung – Gesundheit. Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung von K. Schlegel-Matthies, S. Bartsch, W. Brandl & B. Methfessel). Budrich-UTB.
- Methfessel, B., Guzmán, R. A. O. & Lührmann, P. (2020). Bedürfnisbefriedigung durch Essen und Trinken. *Haushalt in Bildung & Forschung*, 9(1), 105-136. <https://doi.org/10.3224/hibifo.v9i1.07>.
- Methfessel, B., Höhn, K., Miltner-Jürgensen, B. & Schneider, K. (2021). Essen und Ernährungsbildung in Kindertageseinrichtungen. *Entwicklung – Versorgung – Bildung* (2., erw. u. überarb. Aufl.). Kohlhammer.
- Peters, A. (2012). Das egoistische Gehirn. Wie die menschliche Gewichtsvielfalt entsteht. *Ernährungs Umschau*, 59(4), 210-218.
- Schlegel-Matthies, K., Bartsch, S., Brandl, W. & Methfessel, B. (2022). Konsum – Ernährung – Gesundheit. Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung. Budrich-UTB.
- Schmidt-Semisch, H. & Schorb, F. (Hrsg.). (2008) *Kreuzzug gegen Fette. Sozialwissenschaftliche Aspekte des gesellschaftlichen Umgangs mit Übergewicht und Adipositas* (S. 227-240). VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-90800-7>.
- Zwack, M., Deuschle, J. & Renn, O. (Hrsg.). (2011). *Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen*. VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-93158-6>.

„Dicke Kinder sind faul.“

Stigmatisierung und andere psychosoziale Folgen von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter

Übergewicht und Adipositas sind ein globales Gesundheitsproblem, das auch Kinder aller Altersklassen betrifft. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) verzeichnet einen Anstieg an Übergewicht und Adipositas bei Kindern zwischen 5 und 19 Jahren von über 14 Prozent in 41 Jahren (WHO, 2020). Neben den körperlichen Auswirkungen auf die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen, wie beispielsweise spätere Fettleber-, Herz-Kreislauf- oder Diabetes-Erkrankungen (Niehoff, 2009), spielen auch psychosoziale Auswirkungen von Übergewicht und Adipositas eine wichtige Rolle (Sahoo et al., 2015) wie Stigmatisierung, soziale Isolation, Scham und die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper.

Stigmatisierung bei Übergewicht und Adipositas

Der Begriff Stigmatisierung beschreibt die Zuschreibung oder Aberkennung bestimmter Merkmale und Eigenschaften einer Person, die sich negativ auf diese auswirkt und in Folge zur Ausgrenzung der betroffenen Personen führen kann (Goffmann, 2016), beispielsweise die Zuschreibung „Dicke Kinder sind faul“. Insbesondere bei Kindern und Jugendlichen führt Stigmatisierung häufig zu Ausgrenzung und Mobbing durch Gleichaltrige (Pont et al., 2017). Insgesamt gilt Adipositas als „eine der stigmatisierendsten und am wenigsten sozialverträglichen Bedingungen in der Kindheit“ (Schwimmer et al., 2003).

Bei Kindern und Jugendlichen führt Stigmatisierung häufig zu Ausgrenzung und Mobbing durch Gleichaltrige.

Auch nach Berichten von ErzieherInnen, LehrerInnen und Eltern ist Übergewicht und Adipositas der häufigste Grund für Mobbing bei Kindern und Jugendlichen. Die Wahrscheinlichkeit von verbaler oder physischer Viktimisierung nimmt mit steigender BMI-Perzentile zu (Pont et al., 2017). Doch nicht nur in der Schule oder im

direkten Austausch mit Gleichaltrigen erfahren übergewichtige Kinder und Jugendliche diese Stigmatisierung, sondern auch durch die Medien, z. B. in Fernsehsendungen mit und für Kinder oder im Gesundheitswesen durch medizinisches Personal. Stigmatisierungen aufgrund des Gewichts scheinen sich aufrecht zu erhalten, da teilweise immer noch davon ausgegangen wird, dass das Stigma die übergewichtigen Personen dazu motiviert, Gewicht abzunehmen (Callahan, 2013). Stattdessen bewirkt die Stigmatisierung jedoch häufig das Gegenteil und führt beispielsweise zu Essattacken, sozialer Isolation, verringerter körperlicher Aktivität und Gewichtszunahme (Puhl & Suh, 2015).

Psychische Auswirkungen gewichtsbezogener Stigmatisierung

Stigmatisierung und damit einhergehende Schikane von Kindern und Jugendlichen kann zu psychischen Problemen wie Depressionen, Angststörungen, Körperunzufriedenheit und einem niedrigeren Selbstwertgefühl bei den Betroffenen führen (Puhl & Lessard, 2020). Bei Adipositas im Kindesalter und Depression wird dabei von einem bidirektionalen Zusammenhang ausgegangen. Das bedeutet, dass Depressionen im Kindes- und Jugendalter sowohl zu Über-

gewicht und Adipositas führen können als auch der umgekehrte Zusammenhang zutreffen kann und Übergewicht/Adipositas ein Risikofaktor für die Entstehung von Depressionen sein kann (Goldfield et al., 2010). Das erhöhte Risiko für Depressionen und Angststörungen aufgrund von Übergewicht und Adipositas zeigt sich auch nach Einbeziehung anderer Risikofaktoren wie familiär-psychiatrischer Hintergrund, neuropsychiatrischen Erkrankungen oder sozioökonomischer Status (Lindberg et al., 2020). Hier zeigte eine Studie, dass Mädchen mit Adipositas ein um 43 Prozent erhöhtes Risiko aufweisen, an Depressionen oder Angststörungen zu erkranken im Vergleich zu normalgewichtigen Mädchen, ähnliche Zahlen gelten auch für Jungen (Lindberg et al., 2020).

Als weitere Faktoren, die einen starken Einfluss auf den Zusammenhang zwischen Adipositas im Jugendalter und depressiven Symptomen nehmen, wurden Schamgefühle, Trennung der Eltern und Erwerbstätigkeit der Eltern identifiziert (Sjöberg et al., 2005). Stigmatisierung ist daher nicht als einzelnes Phänomen zu sehen, sondern kann nach dem Schneeballprinzip zu einer Reihe unterschiedlicher psychischer Folgen führen wie Scham oder soziale Isolation. Auch der Selbstwert und das allgemeine Empfinden von Glückseligkeit sind in Schulkindern deutlich verringert, wenn diese übergewichtig oder adipös sind (Floody et al., 2018). Das erhöhte Risiko für psychische Schwierigkeiten bis hin zu Erkrankungen gilt nicht nur bei einer direkten und persönlichen Konfrontation der betroffenen Kinder und Jugendlichen mit ihrem Gewicht. Eine Studie zeigte, dass sich Mädchen, die zu einem höheren Ausmaß gewichtsbezogenen, wertenden TV-Inhalten ausgesetzt sind, unzufriedener in ihren Körpern fühlten, unabhängig von ihrem eigenen Gewicht (Eisenberg et al., 2017).

Wenn Mobbing extreme Folgen hat

Bedingt durch die erhöhte Viktimisierung und das Mobbing durch Gleichaltrige zeigen übergewichtige Jugendliche eine doppelt so hohe Wahrscheinlichkeit für selbstverletzendes und suizidales Verhalten (Sutin et al., 2018). Grund für die psychischen Probleme seien dabei laut einer längsschnittlichen Studie weniger das Übergewicht als solches, sondern vielmehr das damit verbundene gesellschaftliche Stigma (Qualter et al., 2018). Retrospektive Studien zeigen auf, dass die Folgen von Mobbing in der Kindheit weitreichende psychische, physische und soziale Probleme bis ins Erwachsenenalter nach sich ziehen (deLara, 2019). So

gibt ein Großteil der darin befragten 19 – 29-Jährigen an, dass sie aufgrund ihrer Mobbing-Erfahrungen in der Kindheit nach wie vor mit Ängsten, Depressionen, Gefühlen von Scham und Wut, Rachefantasien, Suizidalität und posttraumatischen Belastungsstörungen zu kämpfen haben. Insbesondere die Personen, die Erfahrungen mit gewichtsbezogenem Mobbing gemacht haben, haben auch im Erwachsenenalter Körperbildstörungen bis hin zu Essstörungen. Neben den psychischen und physischen Auswirkungen von Mobbing in der Kindheit sei aber auch das Sozialverhalten in Bezug auf Bindungen im Erwachsenenalter beeinträchtigt. Dies betrifft sowohl freundschaftliche als auch intime Beziehungen und äußere sich insbesondere in Vertrauensproblemen, Ängsten und Vorurteilen, weshalb es für viele frühere Mobbingopfer schwer sei, im Erwachsenenalter enge Beziehungen mit anderen Personen einzugehen (deLara, 2019).

Ausgehend von Übergewicht in der Kindheit zeigt sich auch ein erhöhter Substanzkonsum und -missbrauch bei Jugendlichen, die Opfer von gewichtsbezogener Viktimisierung wurden. Bei 1.344 untersuchten Kindern zwischen 11 und 14 Jahren zeigte sich ein eklatanter Anstieg im Alkoholkonsum und dem sogenannten Binge-Drinking (starker Alkoholkonsum innerhalb kurzer Zeit mit dem Ziel, sich möglichst schnell zu betrinken) im Folgejahr (Klinck et al., 2020). Neben Alkohol steigen außerdem auch der Nikotin- und Marihuana-Konsum bei Jugendlichen mit gewichtsbezogener Viktimisierung stark an (Puhl & Lessard, 2020).

Als weitere psychosoziale Folgen weisen Kinder und Jugendliche mit gewichtsbezogenen Mobbing-Erfahrungen auch Schwierigkeit in ihrer akademischen Laufbahn auf (Puhl & Lessard, 2020). Verschiedene Studien zeigen auf, dass Kinder mit Übergewicht schlechtere schulische Leistungen erzielen als ihre normalgewichtigen Klassenkameraden und die Gewichtsstigmatisierung bzw. das gewichtsbezogene Mobbing diesen Zusammenhang beeinflusst (Krukowski et al., 2009; Martin et al., 2017). Speziell zeigte sich, dass Kinder, die gewichtsbezogenes Mobbing erfahren, eine über 50 Prozent erhöhte Wahrscheinlichkeit haben, weniger gute schulische Leistungen zu haben als die Kinder, die keinem gewichtsbezogenen Mobbing ausgesetzt

Bedingt durch die erhöhte Viktimisierung und das Mobbing durch Gleichaltrige zeigen übergewichtige Jugendliche eine doppelt so hohe Wahrscheinlichkeit für selbstverletzendes und suizidales Verhalten.

sind (Krukowski et al., 2009). Es scheinen dabei ebenfalls fortbestehende Auswirkungen auf das Erwachsenenalter zu bestehen. In einer Follow-Up Studie mit Kindern zeigte sich unter anderem, dass jene Kinder, die in Mobbing involviert waren (sowohl als Täter als auch als Opfer) im jungen Erwachsenenalter einem höheren Risiko ausgesetzt sind, zu verarmen, ihren Beruf nicht aufrechtzuerhalten oder keinen Schulabschluss zu erlangen (Wolke et al., 2013).

Es zeigt sich, dass Kinder und Jugendliche mit Übergewicht oder Adipositas einer Vielzahl erhöhter Risiken für psychosoziale Folgebeeinträchtigungen ausgesetzt sind.

Allgemeine Beeinträchtigung der Lebensqualität

Es zeigt sich daher, dass Kinder und Jugendliche mit Übergewicht oder Adipositas einer Vielzahl erhöhter Risiken für psychosoziale Folgebeeinträchtigungen ausgesetzt sind. Als übergreifender Hinweis für eine Vielzahl dieser genannten Faktoren kann die Erfassung der Lebensqualität betroffener Kinder und Jugendlicher dienen. Diese können zum Beispiel das Selbstbild, Mobbing, körperliche Schmerzen, Qualität der Nahrungsaufnahme, physische Aktivitäten, Bildschirmzeit, Bildungsgrad der Eltern und auch den

Gewichtsstatus umfassen (Buttitta et al., 2013). In einem Übersichtsartikel über verschiedene Studien zur Lebensqualität bei Kindern und Jugendlichen mit Übergewicht/Adipositas zeigte sich, dass die subjektiv erhobene Lebensqualität mit zunehmendem Gewicht abnimmt (Buttitta et al., 2013).

Ansätze zur Intervention

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter verheerende Folgen haben, die über die physischen Erkrankungsaspekte weit hinausgehen. Psychosoziale Folgen machen einen Großteil der negativen Konsequenzen von Übergewicht und Adipositas aus und beschränken sich nicht nur auf das Kindes- und Jugendalter, sondern können sich insbesondere bei Nichtbeachtung und Nichtbehandlung bis ins Erwachsenenalter fortsetzen, selbst wenn das Übergewicht bereits nicht mehr vorliegt (deLara, 2019). Umso wichtiger sind multidimensionale Ansätze, Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter vorzubeugen, zu behandeln und neben dem Gewicht auch die Begleiterkrankungen und psychischen Beeinträchtigungen der Betroffenen zu adressieren. Interventionen, die sowohl Ernährung, als auch physische Aktivität und Verhaltenskomponenten mit einbeziehen, sind daher in der Praxis und auch aufgrund der wissenschaftlichen Befundlage die beste Möglichkeit

Die Autor:innen

Katrin Ziser, M.Sc. Psych.

ist seit 2015 wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitätsklinikums Tübingen und beschäftigt sich im Schwerpunkt mit der Veränderungsbereitschaft im Bereich Ess- und Gewichtsstörungen. Sie ist außerdem die Projektkoordinatorin des STARKIDS-Projekts.

Kontakt

katrin.ziser@med.uni-tuebingen.de



Prof. Dr. med. Florian Junne, M.Sc. IHP (LSE)

ist seit 2021 Direktor der Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie in Magdeburg. Davor war er viele Jahre am Universitätsklinikum Tübingen in der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie tätig, wo er die Arbeitsgruppe Versorgungsforschung und Prävention leitete und sich mit Ess- und Gewichtsstörungen, Stressfolgestörungen sowie Traumafolgestörungen beschäftigte.

Kontakt

florian.junne@med.ovgu.de



in der Behandlung von Adipositas bei Kindern und Adoleszenten unter 18 Jahren (Oude Luttikhuis et al., 2009; WHO 2015).

Bisherige Behandlungsansätze in Deutschland setzen diese Multidimensionalität um, wie beispielsweise das einjährige, ambulante Behandlungsprogramm „Moby Dick/Moby Kids“, das sowohl Ernährung und Bewegung als auch das psychosoziale Wohl der teilnehmenden Kinder und Jugendlichen fokussiert. Es besteht aus ein- bis zweiwöchentlichen gruppenbasierten Treffen über ein Jahr hinweg. In der Evaluation des Programms bestätigte sich zum einen, dass die Gruppe der übergewichtigen Kinder in den meisten Aspekten der gesundheitsbezogenen Lebensqualität vor Beginn der Behandlung schlechter abschnitten als die verglichenen Schulkinder. Zum anderen zeigte sich, dass sich die selbstwahrgenommene Gesundheit, das emotionale Wohlbefinden sowie die Lebensqualität nach der Behandlung bedeutsam verbessert hatten (Wille et al., 2008).

Häufig können solche Programme aktuell leider nur an ausgewählten Standorten angeboten werden, eine flächendeckende ambulante Versorgung fehlt. Eine Möglichkeit zur Teilnahme an einem ambulanten niederschweligen Versorgungsangebot, das neben den Themen Ernährung und Bewegung auch viele der weiteren relevanten Einflussfaktoren wie Medienkonsum und Familienleben (z. B. Umgang mit Stress, Schlaf) miteinbezieht, ist das „Stufenmodell Adipositasprävention und -intervention im Kindes- und Jugendalter (STARKIDS)“. Das STARKIDS Programm wird in einer ersten Erprobung in ausgewählten Kinder- und Jugendarztpraxen in Baden-Württemberg angeboten und erstreckt sich über den Zeitraum von eineinhalb Jahren. Neben einer gesunden Gewichtsentwicklung hat das Programm zum Hauptziel, vor allem psychosoziale Faktoren und damit die Lebensqualität teilnehmender Familien positiv zu beeinflussen. ■

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter verheerende Folgen haben, die über die physischen Erkrankungsaspekte weit hinausgehen.

Referenzen

Buttitta, M., Iliescu, C., Rousseau, A., & Guerrien, A. (2014). Quality of life in overweight and obese children and adolescents: a literature review. *Quality of life research*, 23(4), 1117 – 1139. <https://doi.org/10.1007/s11136-013-0568-5>

Callahan, D. (2013). Obesity: Chasing an elusive epidemic. *Hastings Center Report*, 43(1), 34 – 40. <https://doi.org/10.1002/hast.114>

deLara, E.W. Consequences of Childhood Bullying on Mental Health and Relationships for Young Adults. *J Child Fam Stud* 28, 2379 – 2389 (2019). <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1197-y>

Eisenberg, M. E., Ward, E., Linde, J. A., Gollust, S. E., & Neumark-Sztainer, D. (2017). Exposure to teasing on popular television shows and associations with adolescent body satisfaction. *Journal of psychosomatic research*, 103, 15 – 21. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2017.09.014>

Floody, D., Caamaño-Navarrete, F., Martínez-Salazar, C., Jerez-Mayorga, D., & Carter Thuiller, B. (2018). Childhood obesity and its association with the feeling of unhappiness

and low levels of self-esteem in children of public schools. *Nutricion hospitalaria*, 35(3), 533 – 537. <https://doi.org/10.20960/nh.1424>

Goffman, E. (2016). Stigma. Über Techniken der Bewältigung beschädigter Identität. In *Kriminologische Grundagentexte* (pp. 149 – 167). Springer VS, Wiesbaden.

Goldfield, G. S., Moore, C., Henderson, K., Buchholz, A., Obeid, N., & Flament, M. F. (2010). Body dissatisfaction, dietary restraint, depression, and weight status in adolescents. *Journal of school health*, 80(4), 186 – 192. <https://doi.org/10.1111/j.17461561.2009.00485.x>

Klinck, M., Vannucci, A., Fagle, T., & Ohannessian, C. M. (2020). Appearance-related teasing and substance use during early adolescence. *Psychology of addictive behaviors*, 34(4), 541. <https://doi.org/10.1037/adb0000563>

Krukowski, R. A., Smith West, D., Philyaw Perez, A., Bursac, Z., Phillips, M. M., & Raczyński, J. M. (2009). Overweight children, weight-based teasing and academic performance. *International Journal of Pediatric Obesity*, 4(4), 274 – 280. <https://doi.org/10.3109/17477160902846203>

- Lindberg, L., Hagman, E., Danielsson, P. et al. Anxiety and depression in children and adolescents with obesity: a nationwide study in Sweden. *BMC Med* 18, 30 (2020). <https://doi.org/10.1186/s12916-020-1498-z>
- Martin, A., Booth, J. N., McGeown, S., Niven, A., Sproule, J., Saunders, D. H., & Reilly, J. J. (2017). Longitudinal associations between childhood obesity and academic achievement: systematic review with focus group data. *Current obesity reports*, 6(3), 297 – 313. <https://doi.org/10.1007/s13679-017-0272-9>
- Niehoff, V. (2009). Childhood obesity: A call to action. *Bariatric Nursing and Surgical Patient Care*, 4(1), 17 – 23. <https://doi.org/10.1089/bar.2009.9996>
- Oude Luttikhuis, H., Baur, L., Jansen, H., Shrewsbury, V. A., O'malley, C., Stolk, R. P., & Summerbell, C. D. (2009). Cochrane review: Interventions for treating obesity in children. *Evidence-based Child Health: A Cochrane Review Journal*, 4(4), 1571 – 1729. <https://doi.org/10.1002/ebch.462>
- Pont, S. J., Puhl, R., Cook, S. R., & Slusser, W. (2017). Stigma experienced by children and adolescents with obesity. *Pediatrics*, 140(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2017-3034>
- Puhl, R., & Suh, Y. (2015). Health consequences of weight stigma: implications for obesity prevention and treatment. *Current obesity reports*, 4(2), 182 – 190. <https://doi.org/10.1007/s13679-015-0153-z>
- Puhl, R.M., Lessard, L.M. Weight Stigma in Youth: Prevalence, Consequences, and Considerations for Clinical Practice. *Curr Obes Rep* 9, 402 – 411 (2020). <https://doi.org/10.1007/s13679-020-00408-8>
- Qualter, P., Hurley, R., Eccles, A., Abbott, J., Boivin, M., & Tremblay, R. (2018). Reciprocal prospective relationships between loneliness and weight status in late childhood and early adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 47(7), 1385 – 1397. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0867-9>
- Sahoo, K., Sahoo, B., Choudhury, A. K., Sofi, N. Y., Kumar, R., & Bhadoria, A. S. (2015). Childhood obesity: causes and consequences. *Journal of family medicine and primary care*, 4(2), 187. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.154628>
- Schwimmer, J. B., Burwinkle, T. M., & Varni, J. W. (2003). Health-related quality of life of severely obese children and adolescents. *Jama*, 289(14), 1813 – 1819. <https://doi.org/10.1001/jama.289.14.1813>
- Sjöberg, R. L., Nilsson, K. W., & Leppert, J. (2005). Obesity, shame, and depression in school aged children: a population-based study. *Pediatrics*, 116(3), e389-e392. <https://doi.org/10.1542/peds.2005-0170>
- Sutin, A. R., Robinson, E., Daly, M., & Terracciano, A. (2018). Perceived body discrimination and intentional self-harm and suicidal behavior in adolescence. *Childhood obesity*, 14(8), 528 – 536. <https://doi.org/10.1089/chi.2018.0096>
- Wille, N., Erhart, M., Petersen, C., & Ravens-Sieberer, U. (2008). The impact of overweight and obesity on health-related quality of life in childhood—results from an intervention study. *BMC Public Health*, 8(1), 1 – 9. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-8-421>
- Wolke, D., Copeland, W. E., Angold, A., & Costello, E. J. (2013). Impact of bullying in childhood on adult health, wealth, crime, and social outcomes. *Psychological science*, 24(10), 1958 – 1970. <https://doi.org/10.1177/0956797613481608>
- World Health Organization. (2015, 5 Juni). Interim Report of the Commission on Ending Childhood Obesity: Open for comment. Abgerufen am 25.05.2021 von: <http://www.who.int/end-childhood-obesity/interim-report-for-comment/en/>.
- World Health Organization. (2020, 1 April). Obesity and overweight. Abgerufen am 25.05.2021 von: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.

Praxisbeitrag

Stufenmodell Adipositasprävention und -therapie im Kindes- und Jugendalter (STARKIDS)

Etwa 15 Prozent aller Kinder und Jugendlichen sind von Übergewicht oder Adipositas betroffen und daher von Kindesbeinen an einem erhöhten Risiko für körperliche und seelische Begleit- und Folgeerkrankungen ausgesetzt. Insbesondere psychosoziale Auswirkungen von Übergewicht und Adipositas wie Stigmatisierung, ein negatives Verhältnis zum eigenen Körper und Schwierigkeiten im Sozialverhalten (z. B. Vertrauensprobleme, Ängste und Vorurteile) können bis ins Erwachsenenalter fortbestehen.

In STARKIDS werden Familien für eine gesunde Gewichtsentwicklung ihrer übergewichtigen und adipösen Kinder und Jugendlichen gestärkt. Damit sollen mit dem Übergewicht/der Adipositas zusammenhängende Folgeerkrankungen verringert und die Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Familien verbessert werden. Das übergeordnete Ziel ist die Etablierung eines ambulanten, strukturierten, niederschweligen und bedarfsgerechten Versorgungsmodells als Teil der Regelversorgung der gesetzlichen Krankenkassen.

Das Programm

Das STARKIDS-Programm nutzt die Kinder- und Jugendarztpraxis als erste und häufig wichtigste Anlaufstelle für Familien bei Gesundheitsfragen ihrer Kinder und Jugendlichen. Hierzu arbeiten sowohl die Kinder- und Jugendärzte und -ärztinnen sowie speziell für das Programm geschulte medizinische Fachangestellte innerhalb des Programms mit den Familien zusammen. Das STARKIDS-Programm erstreckt sich über einen Zeitraum von eineinhalb Jahren und besteht aus zwei verschiedenen Stufen.

Die Autor:innen

Katrin Ziser, M.Sc. Psych.

ist seit 2015 wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitätsklinikums Tübingen und beschäftigt sich im Schwerpunkt mit der Veränderungsbereitschaft im Bereich Ess- und Gewichtsstörungen. Sie ist außerdem die Projektkoordinatorin des STARKIDS-Projekts.

Kontakt

katrin.ziser@med.uni-tuebingen.de



Prof. Dr. med. Florian Junne, M.Sc. IHP (LSE)

ist seit 2021 Direktor der Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie in Magdeburg. Davor war er viele Jahre am Universitätsklinikum Tübingen in der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie tätig, wo er die Arbeitsgruppe Versorgungsforschung und Prävention leitete und sich mit Ess- und Gewichtsstörungen, Stressfolgestörungen sowie Traumafolgestörungen beschäftigte.

Kontakt

florian.junne@med.ovgu.de





Abbildung 1: Grafische Übersicht über die beiden Stufen des STARKIDS-Programms.

In Stufe 1 erhalten die Familien über ein Jahr verteilt fünf Präsenzs Schulungen zum Thema „gesunde Gewichtsentwicklung“ in ihrer Kinder- und Jugendarztpraxis. In jeder Präsenzs Schulung werden die behandelten Inhalte auf die jeweilige Familie abgestimmt und gemeinsam individuelle Ziele festgelegt. Zwischen den Präsenzs Schulungen werden die Familien in einem Onlineportal mit vielfältigen Inhalten zum „Entdecken und Verstehen“, „Verändern und Reflektieren“ sowie „Spielen und Anwenden“ (z.B. Filme, Lernspiele, informative Texte, Tagebücher) unterstützt. Teilnehmende Familien erhalten praktische Tipps zur Umsetzung ihrer Ziele im Alltag und werden alle zwei Wochen daran erinnert, ihre Ziele und die Gewichtsentwicklung des Kindes/Jugendlichen zu reflektieren. Bei Schwierigkeiten kann jederzeit im Verlauf eine optionale sechste Schulungsstunde vereinbart werden.



Modul 1: STARKIDS Start

- Welche Ursachen hat Übergewicht?
- Welche Ziele sind realistisch und wo kann man ansetzen?

Im ersten Modul erfolgt eine Analyse der individuellen Ausgangssituation jeder Familie, um individuelle Ziele für eine gesunde Gewichtsentwicklung festlegen zu können.

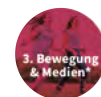
Außerdem wird Basiswissen über das Übergewicht und das STARKIDS-Programm vermittelt.



Modul 2: Essen & Trinken

- Welche Rolle spielen Essen und Trinken für eine gesunde Gewichtsentwicklung im Kindes- und Jugendalter?
- Was, wann und wie viel sollte man essen und trinken?

Im zweiten Modul werden z.B. mit Energiedichte und Mahlzeitenrhythmus einfache und wirksame Prinzipien vermittelt, mit denen gesunde Ernährung im Alltag gelingen kann.



Modul 3: Bewegung und Medien

- Wie kann es gelingen, sich mehr zu bewegen?
- Welcher Bewegungstyp bin ich und welche Rolle spielen Smartphone und andere Bildschirmmedien beim Thema Übergewicht?

Im dritten Modul zeigen wir, wie man Freude an Bewegung entwickelt, die Tricks der Werbung durchschaut und den eigenen Medienkonsum bewusst gestaltet.



Modul 4: Familienleben

- Was können wir gemeinsam als Familie für eine gesunde Gewichtsentwicklung tun?
- Welche Rolle spielen Stress, Gefühle und der Schlaf beim Thema Übergewicht?

In diesem Modul geht es darum, was man in psychosozialen Bereichen für eine gesunde Gewichtsentwicklung und mehr (Lebens-)Zufriedenheit tun kann.



Modul 5: STARKIDS-Dranbleiben

- Wie kann eine gesunde Gewichtsentwicklung langfristig verfolgt werden?
- Welche Maßnahmen sollen nach dem STARKIDS-Programm beibehalten werden?

Das fünfte Modul thematisiert die langfristige Aufrechterhaltung der erzielten Erfolge nach den Präsenzschulungen. Wer weitere Unterstützung benötigt, erhält weiterführende Hilfeangebote.



(Optionales) Modul 6: STARKIDS-Joker

- Es gibt Schwierigkeiten in der Umsetzung?
- Die gesetzten Ziele werden nicht erreicht?

Wenn die Veränderungen im Alltag nicht gelingen oder die Motivation schwindet, dann gibt es den Joker. In diesem optionalen Zusatzttermin wird gemeinsam beleuchtet, welche Hürden es zu bewältigen gibt und wie das als Familie gelingen kann.

In Stufe 2 bietet das örtliche Gesundheitsamt bei Bedarf weiterführende Hilfen an, sofern die gesetzten Ziele nach einem Jahr in Stufe 1 nicht erreicht wurden. Zu Beginn des Programms, nach einem Jahr sowie nach weiteren sechs Monaten finden außerdem ausführliche ärztliche Untersuchungen statt.

Die Studie

Im Rahmen der STARKIDS-Studie wird das STARKIDS-Programm zunächst in einer cluster-randomisierten Interventionsstudie im Kontrollgruppendesign wissenschaftlich erprobt (bis ca. 2023). Das bedeutet, dass eine Interventionsgruppe mit Teilnahme am STARKIDS-Programm mit einer Kontrollgruppe verglichen wird, die nicht am STARKIDS-Programm teilnimmt. Hierbei werden sowohl Gewichtsentwicklung und Lebensqualität als auch weitere somatische und psychosoziale Parameter berücksichtigt.

Das Programm und die Studie werden derzeit gefördert durch den Innovationsfonds in der Förderlinie „Neue Versorgungsformen“. Ziel dieser Förderlinie ist es, neue Ansätze der Therapie und der Art der Versorgung zu entwickeln und wissenschaftlich zu evaluieren, die später in der Regelversorgung der Bundesrepublik eingeführt werden können und von den Krankenkassen auch entsprechend finanziert werden. Somit könnte das STARKIDS-Programm in der Zukunft allen Familien zur Verfügung stehen.

Beteiligte

Das multiprofessionelle STARKIDS-Team besteht aus medizinisch, psychologisch und wissenschaftlich tätigen Experten und Expertinnen aus den Bereichen Pädiatrie, psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Ernährungswissenschaften, Medienwissenschaften, Sportwissenschaften, Sportmedizin, Versorgungsforschung und Gesundheitsökonomie sowie aus Experten und Expertinnen für klinische Studien, Statistik, IT, Programmierung, Vertretern des Landesgesundheitsamts und der AOK Baden-Württemberg.

Weitere Informationen und Kontaktaufnahme:

<https://starkids.medizin.uni-tuebingen.de>

starkids@med.uni-tuebingen.de



STARK²

Ein Gruppenangebot des GesundheitsLaden e.V. für Mädchen* und Jungen* mit Übergewicht und deren Eltern

In Stuttgart geht man von 14.000 Kindern und Jugendlichen aus, die von Übergewicht bzw. Adipositas betroffen sind. Somit ist Übergewicht ein gewichtiges Thema für das gesunde Aufwachsen von Mädchen* und Jungen* in unserer Zeit. Übergewichtige Menschen werden oft ausgegrenzt, sind mit Beleidigungen und Hänseleien konfrontiert und haben häufig ein schlechtes Selbstwertgefühl.

Für betroffene Mädchen* und Jungen* hat der GesundheitsLaden e.V. mit seinen Einrichtungen Mädchen*gesundheitsladen und Jungen* im Blick das Projekt STARK² für diese Zielgruppe entwickelt.

Das Angebot beinhaltet einerseits eine wöchentliche Mädchen*- bzw. eine Jungen*gruppe über 20 Einheiten, in der sich übergewichtige Mädchen* und Jungen* zwischen 11 und 15 Jahren mit den Bausteinen Psychosoziale Aspekte, Ernährung und Bewegung auseinandersetzen, sich ausprobieren dürfen und die Themen in ihren Alltag integrieren können. Hierbei geht es in erster Linie darum, dass die Jugendlichen ihr Gewicht halten und positive Körpererfahrungen machen.

Ziele des Projekts sind, die Selbstwirksamkeitserfahrungen der Mädchen* und Jungen* zu stärken und ihnen gute Erfahrungen zu ermöglichen. Da es um das sensible Thema „Umgang mit Übergewicht“ geht und es hierbei viele geschlechtsbezogenen Fragestellungen und Unsicherheiten gibt, treffen sich die Mädchen* und Jungen* in geschlechtshomogenen Gruppen, in denen unterschiedlich gearbeitet wird. Ein solcher Raum ist erfahrungsgemäß geschützter als gemischte Gruppen. Dadurch können sich andere Erfahrungen und Prozesse der Einzelnen eröffnen. Der Fokus liegt auf einer aktiven Lebensgestaltung, das heißt die Mädchen* und Jungen* probieren aus, erspüren, setzen Grenzen und entscheiden selbst, was ihnen für eine positive Entwicklung guttut. Die damit verbundene Stärkung des Selbstwertgefühls und dem eigenverantwortlichen Umgang mit sich selbst, sind weitere wichtige Ziele des Projekts.

Andererseits richtet sich das Angebot auch an die Eltern der Mädchen* bzw. Jungen*. Diese Besonderheit wird im Projekttitel mit dem Zusatz „hoch zwei“ ausgedrückt: Das elterliche Engagement und eine gesunde Lebensführung sollen in den Familien begleitend gefördert werden. Ziel der Elternarbeit ist es, die Eltern darin zu bestärken, ihre Töchter* und Söhne* in dieser herausfordernden Lebenssituation zu unterstützen. Dafür wurde ein vielfältiges Angebot erstellt: einerseits mit regelmäßigen Elternabenden zu verschiedenen Themen, wie z. B. Ernährung und Pubertät, andererseits mit individuellen Elterncoachings, die wiederholt stattfinden.

Seit Herbst 2018 haben bereits drei Zyklen für Mädchen* und drei Zyklen für Jungen* stattgefunden. Jeder Zyklus beinhaltet 20 wöchentliche Gruppentreffen, drei Elternabende und je Familie ein bis drei Elterncoachings. Im Folgenden möchten wir gerne einige Einblicke in die Arbeit mit den Mädchen* und Jungen* geben und auf mögliche geschlechtsbezogene Besonderheiten eingehen.



Mädchen*gruppen

Die Mädchen*gruppen sind meist sehr heterogen, bestehend aus 6 bis 10 Jugendlichen mit einer Altersspanne zwischen 11 und 16 Jahren und unterschiedlichem sozialen Status.

Arbeitsweise

Die wöchentlichen Treffen basieren auf unseren Grundwerten der Prozess- und Nachfragorientierung und sind partizipativ gestaltet. Den Mädchen* soll ermöglicht werden, gesundheitliche (Mit-)Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und sich dadurch als aktives Mitglied unserer Gesellschaft zu erleben. Dies geschieht unter anderem durch die Arbeit mit individuellen und konkreten (Wochen-)Zielen.

Veränderungen beginnen im Kleinen. Damit dies für diese Zielgruppe erfahrbar wird, unterstützen wir die Mädchen* darin, sich selbst wöchentliche Ziele zu setzen: z. B. jeden Tag eine Portion Obst essen, 10 x Treppen laufen oder mit einer Freundin am Wochenende schwimmen gehen. Beim darauffolgenden Treffen überprüfen wir gemeinsam in der Gruppe, ob das Wochenziel erreicht wurde und klären die Frage, was der eigene Beitrag zum Gelingen war. Einer Teilnehmerin ist es hierdurch beispielsweise gelungen, Spaß an alltäglicher Bewegung zu entwickeln. Sie tauschte die Fortbewegung mit Bus und Bahn gegen den Cityroller und nutzte auch in der Freizeit oft eine freie Minute, um mit dem Roller an der frischen Luft zu fahren. Durch die wöchentlichen Ziele ist es ihr gelungen, Spaß an Bewegung zu entwickeln und sich so in einem hohen Maße selbstwirksam zu erleben.

Baustein psychosoziale Aspekte

„Wie kann ich mich in meinem Körper wohlfühlen?“ „Wann erlebe ich meinen Körper positiv?“ „Wie kann ich mich gegen dumme Sprüche wehren?“ „Wie verändert sich mein Körper in der Pubertät?“ etc.

Diese und weitere Fragen werden im Hauptteil des Projektes, dem psychosozialen Bereich, bearbeitet. Bei diesem Baustein sind überwiegend die Themen Stärkung des eigenen Selbstwertgefühls, Körperakzeptanz, Gefühle benennen, Zusammenhang Gefühle und Essen, Selbstbehauptung sowie Pubertät und körperliche Entwicklung enthalten. Durch die vielfältigen Abwertungs- und Ausgrenzungserfahrungen, die die Mädchen* in ihrem Alltag erleben, ist es uns besonders wichtig, die Mädchen* da-

rin zu stärken, sich in ihrem „So-Sein“ anzunehmen. Wir ermöglichen ihnen Erfahrungen, in denen sie sich kraftvoll und selbstbestimmt erleben und in denen sie ihre Fragen klären können. Dies erreichen wir z. B. in Rollenspielen, mit interaktiven Methoden und Körperarbeit.

Damit sich die Mädchen* auf solche Übungen einlassen können, liegt der Fokus zu Beginn der gemeinsamen Gruppenzeit auf Kennenlernen und Zusammenwachsen. Es wird ein gemeinsames Regelwerk für einen diskriminierungsfreien Raum erstellt, in dem sich die Mädchen* wohlfühlen können. Dort können sie neues Verhalten ausprobieren.

Die Mädchen* wünschen sich von der Gruppe, dass sie zusammenhalten, sich gegenseitig unterstützen, gemeinsam Spaß haben und respektvoll miteinander umgehen.

Veränderungen beginnen im Kleinen. Damit dies für diese Zielgruppe erfahrbar wird, unterstützen wir die Mädchen* darin, sich selbst wöchentliche Ziele zu setzen.

Bei unseren Wochenzielen legen wir im psychosozialen Bereich den Fokus auf: Was tut mir gut? Was brauche ich, um zufrieden zu sein? Was möchte ich Neues ausprobieren? Wie kann ein Tag aussehen, an dem ich viele schöne Dinge tue, die mir guttun? Hier gibt es tolle Ideen von den Mädchen*: Endlich mal wieder Origami-Tiere basteln, sich mit Freundinnen treffen und einen Self-Care-Day zu machen, abends in die Badewanne gehen, mit der Mama einen Frauentag am Wochenende veranstalten u. a. m.

Baustein Bewegung

Es ist uns wichtig, den Mädchen* Spaß an Bewegung zu vermitteln und diese auch zunehmend in ihren Alltag zu integrieren. In jedem unserer Gruppentreffen gibt es eine kurze Bewegungseinheit – in aller Regel über ein Bewegungsspiel, das sich die Mädchen* wünschen dürfen. Einige der Treffen sind auch größere Bewegungseinheiten in Verbindung mit einem Ausflug. Dabei werden die Wünsche der Gruppe selbstverständlich mit einbezogen. Bowling, Badminton und Geo-Caching im Stadtteil waren bisher beliebte Ausflugsziele.

Darüber hinaus entwickeln die Mädchen* individuelle Bewegungsziele. Dies kann z. B. sein, 2x in der Woche eine Bushaltestelle früher auszusteigen und den Rest zu

laufen, 4x die Woche auf Rolltreppe und Aufzug zu verzichten oder 3x eine halbe Stunde spazieren zu gehen. Wurden die Ziele erfüllt, kann es eine Steigerung geben. Konnten die Ziele nicht ganz erfüllt werden, gibt es einen neuen Versuch und ggf. Modifizierungen, die sich besser in den Alltag der Mädchen integrieren lassen.

Baustein Ernährung

Neben der Vermittlung von Wissen über ausgewogene Ernährung durch eine Ernährungsfachfrau (Welche Nährstoffe braucht unser Körper jeden Tag? Wie viele davon? Wie groß sollte eine Portion sein? etc.), besteht unser Ansatz darin, gesunde Ernährung erfahrbar zu machen.

Jungen*gruppen

Die Zusammensetzung der Jungen*gruppen ist ebenfalls heterogen geprägt, die Teilnehmenden kommen aus dem gesamten Stuttgarter Stadtgebiet bzw. teilweise auch aus dem Großraum Stuttgart. Die Altersspanne liegt zwischen 11 und 15 Jahren.

Unsere Arbeitsweise

Um über einen längeren Zeitraum produktiv als Gruppe zusammenarbeiten zu können, ist es uns wichtig, von Beginn an durch verschiedene methodische Aspekte des sozialen Lernens das Gruppengefühl zu stärken. Bedeutende Punkte sind hierbei die Gestaltung von Settings, die den Jungs* Erfahrungen zur eigenen Selbstwirksamkeit ermöglichen, sowie einen Raum zu öffnen für respektvolle Gespräche, deren Themen sich ernsthaft an den Interessen der Jugendlichen orientieren.

Durch das wachsende Vertrauen, zu uns als Sozialpädagogen und innerhalb der Gruppe, können auch schwierigere Themen angeschaut oder angesprochen und Lösungsideen entwickelt werden. Hierbei ist es wiederum entscheidend, die Umsetzung von Ideen pädagogisch maßvoll zu begleiten und mit Rückschritten konstruktiv umzugehen, vor allem Erfolgserlebnisse zu würdigen und auf ihnen aufzubauen. Leitfragen können dabei sein:

Welche vorhandenen Ressourcen können einen Erfolg begünstigen? Wie realistisch ist die Idee? Braucht es Anpassungen? Wie bleiben wir konsequent aber ohne zu viel Druck im Gespräch über das Thema? Wie können die Erfahrungen mit der Gruppe rückgekoppelt und honoriert

So gibt es einige Termine, an denen wir gemeinsam kochen. Die Mädchen* partizipieren hierbei nicht nur, indem sie sich Gerichte wünschen, sondern das Kochen findet weitgehend selbstverwaltet statt. Wir stellen den Mädchen* die Rezepte und Lebensmittel zur Verfügung und unterstützen z. B. beim Gemüseschneiden. Die Zubereitung und damit verbundene Abfolge der Zubereitungsschritte, Kochzeiten im Blick haben, Tisch decken und servieren, übernehmen die Teilnehmerinnen*. Sie können hierdurch vielfältige Selbstwirksamkeitserfahrungen machen. Dadurch gelingt es bei den Kocheinheiten, dass alle Mädchen* von allem probiert haben – auch wenn sie vorher dachten, dass sie z. B. ein bestimmtes Nahrungsmittel nicht mögen.

werden? Thematisch gliedert sich unsere Arbeitsweise in drei wesentliche Bereiche, durch deren Bearbeitung versucht wird, dem Thema Jungen* mit Übergewicht möglichst ganzheitlich gerecht zu werden.

Baustein Bewegung

Regelmäßige körperliche Bewegung hat vielerlei positive Aspekte auf die menschliche Gesundheit. Sie regt u. a. den Kreislauf an, hilft beim Stressabbau und kann die Konzentrationsfähigkeit unterstützen. Deshalb sind Bewegungsangebote auch fester Bestandteil des Stark² Projektes.

Gewählt werden bewusst Bewegungsformate oder -varianten, bei denen das Übergewicht kein unüberwindbares Hindernis darstellt, wie z. B. Spaziergänge, Schwimmen oder auch einfache handwerkliche Tätigkeiten, die die Jungs* z. B. mit einem Kooperationspartner auf einer Jugendfarm ausüben können.

Generell ist zu sehen, dass Jungen* mit Übergewicht oft Diskriminierungen in Bezug auf ihr Bewegungsspektrum ausgesetzt sind. Körperbezogene Beleidigungen, Hänseleien und teilweise auch Mobbing haben viele von ihnen bereits erlebt, was oftmals dazu führt, dass die Bewegungsfreude (weiter)abnimmt. Dieser Entwicklung wollen wir etwas entgegensetzen und dazu ermutigen, ggf. auch individuell mit Bewegung neue Erfahrungen zu machen. Unser Leitmotiv folgt hierbei nicht explizit leistungsorientierten Settings wie sportlichen Wettkämpfen, sondern verfolgt vielmehr den Gedanken, eine bewegungsorientierte Experimentierfreude (wieder) zu erlangen.

Baustein Ernährung

Gesunde Ernährung unterstützt die Regeneration, den Energiehaushalt und stärkt somit langfristig das menschliche Wohlbefinden. Manchmal fehlt jedoch der Zugang zu Information darüber, wie gesunde Ernährung in den Alltag integriert und gesunde Lebensmittel zubereitet werden können. Aufgabe des Projektes ist es, mithilfe verschiedener Impulse diesen Zugang herzustellen. Die Impulse richten sich an die Jungen* und deren Bezugspersonen. Orientierungshilfen wie der „Gesunde Teller“ der Harvard Medical School (<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/translations/german/>) werden genutzt, um die ernährungsbezogenen Aspekte zu veranschaulichen. Gemeinsame zubereitete einfache und schmackhafte Gerichte, wie gesunde Dips und Snacks aus Gemüse, Obst oder Nüssen, sprechen alle Sinne an und schaffen neue Geschmackserlebnisse. Durch Termine mit externen Ernährungsexpert*innen wird garantiert, dass die vermittelte Information auf solide wissenschaftliche Basis gestellt ist.

Fazit

Das Projekt Stark² bietet durch die verschiedenen Termine und Inhalte die Chance, Veränderungen anzustoßen.

Aus pädagogischer Sicht ist es wichtig, die Vielschichtigkeit der Themen im Blick zu behalten und durch die Wahl der Aktivitäten immer wieder Impulse zu setzen. Die Kooperationen innerhalb des Projektes in den Bereichen Ernährung und Bewegung sind aus diesem Grund von besonderer Bedeutung. Ein weiteres entscheidendes Element, das durch die langjährigen Erfahrungen der Mitarbeiter*innen möglich wird, ist die Einbeziehung psychosozialer Aspekte.

Baustein psychosoziale Aspekte

Last but not least, führt kein Weg daran vorbei, die psychosoziale Situation der Teilnehmenden zu betrachten, um ihre Lage ganzheitlich zu verstehen. Nicht selten existieren in ihrem Umfeld Herausforderungen, die wahrgenommen werden müssen, um Veränderungsprozesse möglich zu machen. Dies bedeutet, auch Bezugspersonen wie z. B. die Eltern durch Elternabende oder Elterncoachings einzubeziehen.

Die Wechselwirkungen zwischen psychosozialer Gesundheit und Übergewicht sollten nicht unterschätzt werden. Wie bereits erwähnt, werden Jugendliche oft Zielscheibe negativer Zuschreibungen, die sich auf das eigene Selbstbild auswirken. Hier unterstützt das Projekt, indem es fragwürdige normative Vorstellungen von Körperlichkeit kritisch hinterfragt, dekonstruiert und hilft, neue Leitsätze zu verinnerlichen. Durch ein positives Selbstbild und die Besinnung auf eigene Stärken werden Kräfte frei, die die Jugendlichen nutzen können, um ihre Ziele zu verwirklichen.

Um Betroffene und Fachkräfte für das Thema Übergewicht bei Jugendlichen nachhaltig zu sensibilisieren, sind jedoch weitere Hilfestellungen im Bereich der universellen Prävention und auf verschiedenen gesellschaftspolitischen Ebenen notwendig. Die Gestaltung von Ernährungs- und Bewegungsangeboten in öffentlichen Räumen und Institutionen weisen den Weg in die richtige Richtung.

Die Soziale Arbeit als Akteurin, die sich in diesen Räumen bewegt, sollte ihren Einfluss nutzen, um entsprechende Entscheidungsträger auf diese Dinge hinzuweisen und sich in diesem Sinne auch interdisziplinär zu vernetzen. ■

Die Autor:innen

Tom Hauber

Int. Education, Soziale Arbeit B.A.
Jungen* im Blick
www.jungen-im-blick.de

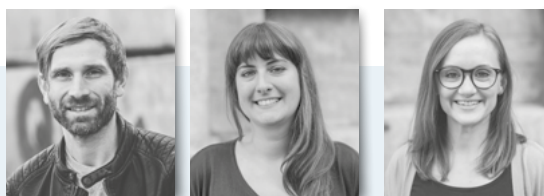
Isabel Mentor

Erziehungswissenschaften M.A.,
Management M.A.,
Systemische Therapeutin

*GeundheitsLaden e.V. Stuttgart, Mädchen*gesundheitsladen, www.maedchengesundheitsladen.de*

Nadine Preisach-Podchull

Erziehungswissenschaften B.A.,
Systemische Therapeutin



Padlet zum Thema „Schwer in Ordnung“

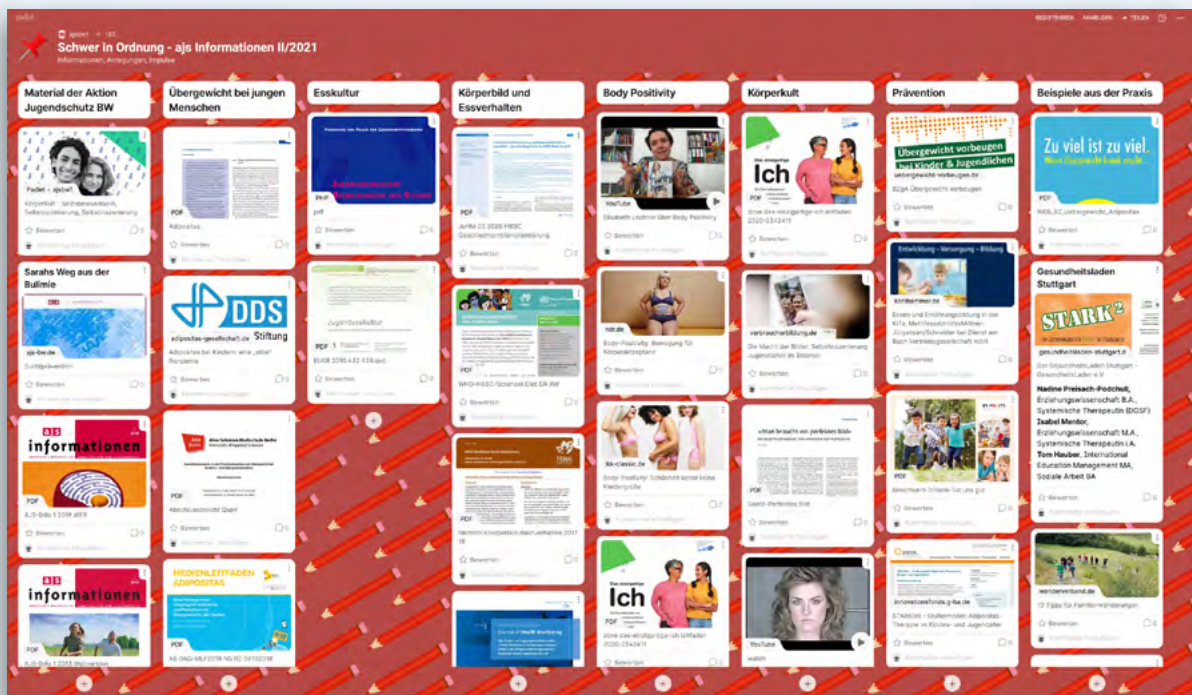
Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen ist ein vielschichtiges Phänomen. Immer sind es komplexe Faktorenbündel, die zu einer Fehlernährung führen, die Kindern und Jugendlichen gesundheitlich schadet.

In der sensiblen Phase der kindlichen Entwicklung und der Pubertät verändert sich der Körper. Viele junge Menschen stehen in einem permanenten, von den sozialen Medien angetriebenen Wettbewerb um ein gutes, gesellschaftlich akzeptiertes Aussehen. Um diesem Druck standzuhalten, brauchen sie Erfahrungen von positiv geprägten Esskulturen in der Familie und ihrem Umfeld, in dem auch Grundbedürfnisse wie Akzeptanz, Zugehörigkeit, Sicherheit und liebevolle Zuwendung erfüllt werden. So können sie ein Bewusstsein für eigene Bedürfnisse, Ressourcen und Fähigkeiten entwickeln. Dazu gehören ebenso ein positives Körpergefühl und die Kraft, sich in ihrer individuellen Einzigartigkeit „richtig“ zu fühlen.

Die Komplexität des Themas spiegelt sich im Padlet wieder. Sie finden auf dieser digitalen Pinnwand zahlreiche Informationen und Quellen zu theoretischen Fragen ebenso wie Beispiele aus der pädagogischen Praxis. Fachkräfte finden Anregungen und Impulse für die Arbeit mit jungen Menschen. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Stöbern.



https://padlet.com/ajsbw1/ajs_Info_2_2021





Wie Influencer:innen für ungesunde Lebensmittel werben

YouTube, Instagram, Snapchat und TikTok sind die beliebtesten Internetangebote bei Kindern und Jugendlichen. Influencer:innen sind die Stars dieser sozialen Plattformen und lassen ihre jungen Follower:innen an ihrem Alltag teilnehmen. Sie sind oft Vorbilder und digitale Freund:innen. Was Influencer:innen in ihren Videos und Beiträgen zeigen und tun, hat eine große Bedeutung für das tägliche Leben von jungen Menschen. Dies eröffnet der Lebensmittelindustrie ganz neue Möglichkeiten der direkten (Werbe-) Kommunikation mit jungen Zielgruppen.

Der Verein foodwatch e.V. zeigt in seinem foodwatch-Report 2021 „JUNKFLUENCER – Wie McDonald's, Coca-Cola & Co. in sozialen Medien Kinder mit Junkfood ködern“, dass Unternehmen nach wie vor fast ausschließlich unausgewogene Produkte wie gezuckerte Getränke, Süßwaren und fettige Snacks gezielt bei Kindern und Jugendliche bewerben und dabei reichweitenstarke Influencer:innen nutzen. Beliebte Inhalte sind neben Produkttests vor allem Spiele und Wettbewerbe mit den Produkten, Unboxing (Auspacken) und Videos, die Influencer:innen beim Verzehr der Produkte zeigen.

Da Unterhaltung und Marketing so häufig fließend ineinander übergehen, fällt es Kindern schwer, bei den Beiträgen von Influencer:innen Werbung zu erkennen. Außerdem werden die Empfehlungen wie jene von Freund:innen wahrgenommen. So ergab eine Umfrage, die clicksafe im Rahmen des Safer Internet Days 2020 zum Thema Influencer & Meinungsmacht durchgeführt hat, dass knapp die Hälfte der befragten Schüler:innen Kaufempfehlungen von Influencer:innen folgen.



<https://www.clicksafe.de/ueber-clicksafe/safer-internet-day/sid-2020/sid-umfrage-poster/>

Eine ausgewogene Ernährung in jungen Jahren ist eine wichtige Voraussetzung für die kindliche Entwicklung – beispielsweise für die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Wie es um das Ernährungsverhalten von Heranwachsenden im Alter von 6 bis 17 Jahren in Deutschland steht, wurde im Rahmen der Ernährungsstudie EsKiMo II vertiefend vom Robert Koch Institut untersucht. Ein erschreckendes Ergebnis: „Eine deutliche Mehrheit der 6- bis 11-Jährigen verzehrt weniger als die Hälfte der empfohlenen Mengen an Obst, aber mehr als doppelt so viele Süßigkeiten, Snacks und Limonaden.“

Im reformierten Jugendmedienschutz-Staatsvertrag wurde 2020 die Audiovisuelle Mediendienste (AVMD)-Richtlinie der Europäischen Kommission umgesetzt. Erstmals wird das Marketing für unausgewogene Lebensmittel darin nun explizit thematisiert. Die Anbieter werden in § 6 Absatz 7 JMStV angehalten, „geeignete Maßnahmen“ zu treffen, um „die Einwirkung von im Umfeld von Kindersendungen verbreiteter Werbung für Lebensmittel, [...] deren übermäßige Aufnahme im Rahmen der Gesamternährung nicht empfohlen wird, auf Kinder wirkungsvoll zu verringern.“ In der Begründung zum Staatsvertrag handelt es sich bei diesen „geeigneten Maßnahmen“ insbesondere um Verhaltenskodizes, also selbstregulierende Instrumente.

Ob die freiwilligen Selbstverpflichtungen der Werbewirtschaft zu einem verantwortungsvolleren Kindermarketing führen werden, bleibt abzuwarten. Eltern und pädagogische Fachkräfte sind gefragt, sich mit dem Phänomen des Influencer:innen-Marketings auseinanderzusetzen und die Medienkompetenz von Kindern zu stärken, z. B. das Erkennen von Werbung zu üben.

Petra Wolf

Christoph Horner

Kinderschutz: Medienerziehung in der Kita

Basiswissen, Fallbeispiele, Reflexionsfragen und Checklisten für Team- und Elternarbeit
Don Bosco Verlag 2021, 25,00 Euro



Digitale Medien sind für Kita-Kinder längst Alltagsgegenstände. Das zeigen Dreijährige, die scheinbar mühelos ein Handy bedienen können. Doch zugleich besteht bei vielen Erzieher:innen und Eltern ein Unbehagen angesichts der Gefahren digitaler Medien. Medienbildung in Krippe, Kindergarten und Schule ist der Schlüssel zur richtigen Mediennutzung. Sie muss altersangemessen sein und sich an der körperlichen, kognitiven und seelischen Entwicklung der Kinder orientieren.

Die Box enthält ein Fachbuch mit den Grundlagen der Medienpädagogik, der alltagsintegrierten Medienbildung und der kindlichen Medienaneignung in Kita und Familie. Neben dem Praxishandbuch umfasst das Set 30 liebevoll illustrierte Bildkarten zur Reflexion im Team oder als Gesprächsimpulse in der Elternarbeit. Sie sind dazu gedacht, die eigene Haltung zu Medien und Medienpädagogik zu reflektieren und damit auch die Zusammenarbeit im Team zu stärken. Die Medienkarten ermöglichen es außerdem, Medienthemen für die Elternarbeit darzustellen sowie Elternveranstaltungen vorzubereiten.

reiten und zu moderieren. Zum Set gibt es kostenloses Zusatzmaterial wie Informationssheets für die Elternarbeit oder eine Checkliste für die Entwicklung eines medienpädagogischen Konzepts für die Einrichtung.

Das gelungene Set mit fundiertem Fach- und Hintergrundwissen richtet sich primär an Erzieher:innen in Krippen und Kitas. Es bietet zugleich einen Ausblick auf die Entwicklung der kindlichen Medienkompetenz im Schulalter und kann so auch für pädagogische Fachkräfte in Hort und Grundschule bereichernd sein.

Petra Wolf

Eva Hauck, Dorina Tessmann

Kinder-Werkstatt Animation Vom Daumenkino zum Stop-Motion-Film

Haupt Verlag: Bern 2021 24,00 Euro



„Animation – das heißt, Bilder in Bewegung zu versetzen.“ Das Buch der beiden Autorinnen richtet sich an Kinder ab fünf Jahren, die gerne basteln und Spaß daran haben, Bilder in Bewegung zu versetzen. Von physikalischen Kräften bei den verliebten Schwänen, optischen Täuschungen wie beim Stalker Tier, über die Vorläufer der Filmkunst mit dem Zoetrop bis zur Geisterstunde, einem eigenen kleinen Animationsfilm, können die wesentlichen Techniken von der Animation eines Bildes bis zum Film erlernt und erprobt werden. Kinder lernen so Filmanipulationen und Filmtricks kennen.

Das Buch liefert damit gute Anregungen, um selber Medien zu machen und Medien zu durchschauen – wichtige Schritte, um Medien kritisch nutzen zu können. Dabei werden Kinder allerdings das ein oder andere Mal auf die Hilfe von Erwachsenen angewiesen sein. Nicht alle Anleitungen im Buch sind leicht verständlich und nachvollziehbar. Mit Unterstützung, manuellem Geschick und Fingerfertigkeit können jedoch anhand der Vorlagen und Anleitungen Objekte bewegt, Ideen und Geschichten umgesetzt werden. Zu jedem Projekt gibt es eine Altersempfehlung, im Anhang ein Glossar mit Fachbegriffen und einen Test mit Urkunde. Eine zeitgemäße und wünschenswerte Ergänzung wären Vorlagen, die über einen QR-Code erreicht und ausgedruckt werden können. Die Vorlagen im Anhang abzupausen und auf 172 Prozent zu vergrößern, könnte für manche eine Hürde sein.

Ursula Kluge

Medienprojekt Wuppertal

F**k Dich!

Eine Filmreihe zu gruppenbezogenen

Beleidigungen unter Jugendlichen

Wuppertal 2021

Beleidigungen kennen wir alle. Doch welche Auswirkungen haben Beleidigungen auf die Betroffenen? Wann wird eine Beleidigung überhaupt als solche erlebt? Was sind absolute No-Gos bei Schimpfwörtern? Wird im Internet schneller und heftiger beleidigt? Und wieso wird manch unbodachter Spruch plötzlich zur handfesten Beleidigung, die lange wirkt und nachhallt?

Wer die Sichtweise junger Menschen auf diese Fragen kennenlernen möchte, findet Antworten in den vier Episoden der Filmreihe „F**k Dich!“ des Medienprojekts Wuppertal. Mit Interviewsequenzen und einem Kurzspielfilm thematisieren die jungen Filmemacher:innen das Thema Beleidigungen und geben Einblicke, wie sie sich damit individuell und in der Peer-Group auseinandersetzen. Die Jugendlichen sprechen darüber, wie sie mit Beleidigungen umgehen und wie sich diese ihrer Meinung nach von gruppenbezogenen Diskriminierungen unterscheiden. Dabei berichten sie auch, wie sie



selbst andere beleidigt haben und wie sich dies auf Freundschaftsbeziehungen ausgewirkt hat. Gruppenbezogene Beleidigungen und Diskriminierungen sind immer auch ein Zeichen fehlender Akzeptanz von Vielfalt und einem wenig respektvollen Umgang mit Anderen. Dies bringt die Geschichte des abschließenden Kurzspielfilms „Circle of Death“ gut zum Ausdruck.

Die Filmreihe eignet sich gut für einen niedrigschwelligen Einstieg, um mit jungen Menschen alleine oder im Gruppenkontext zu diesem wichtigen Thema ins Gespräch zu kommen. Die vier Episoden sind zwischen neun und 18 Minuten lang, die Gesamtspielzeit beträgt 59 Minuten.

DVD Kauf, DVD Leihe, Stream oder Download:
www.medienprojekt-wuppertal.de

Henrik Blaiich

Barbora Chalupová & Vít Klusák

Gefangen im Netz. Wir müssen handeln! Und zwar jetzt!

Dokumentarfilm zu Cybergrooming an

Jugendlichen. Schulfassung FSK 12, 67 Min.;

Kinofassung FSK 16, 100 Min.

notsold GmbH, Hamburg

Für das filmische Experiment „Gefangen im Netz. Wir müssen handeln! Und zwar jetzt!“ haben sich drei volljährige Darstellerinnen bei verschiedenen Social-Media-Kanälen als 12-Jährige angemeldet. In nachgebildeten Kinderzimmern chatteten sie mit erwachsenen Männern. Im Hintergrund ist das Filmteam anwesend, zu dem auch eine Psychologin zählt. Das Experiment geht 10 Tage. 2458 übergriffige erwachsene Personen, zumeist Männer, nahmen Kontakt zu den Schauspielerinnen auf. Sie senden sexualisierte Nachrichten, Bild- und Video-

material. Sie fordern Bild- und Videomaterial zurück. Sie starten Erpressungsversuche. Auch Treffen in der realen Welt wurden aufgezeichnet. Die Zuschauer:innen bekommen einen direkten Einblick in gängige Täter:innenstrategien, erleben die Sprachlosigkeit und emotionale Betroffenheit aller am Filmset Beteiligten. Regelmäßig sprechen die Protagonistinnen das jugendliche Publikum direkt an. Sie informieren zu Cybergrooming, geben Tipps, wie sich Jugendliche vor sexualisierter digitaler Gewalt schützen und an wen sie sich wenden können.

Der Dokumentarfilm nimmt gefangen und hinterlässt bereits bei der Schulversion ein beklemmendes und betretenes Gefühl. Er ist durchaus sehenswert. Allerdings gibt es einige Punkte, die aus fachlicher Sicht beachtenswert sind: Kinder und Jugendliche, die den Film anschauen, sollten bereits altersangemessene sexualpädagogische Aufklärung erhalten haben. Um eine gute psychosexuelle Entwicklung zu ermöglichen, sollte der erste Kontakt zum Thema Sexualität positiv besetzt sein und nicht mit möglichen Gefahren beginnen. Auch im Sinne der Prävention ist dies wichtig, denn selbstbewusste und gut informierte Heranwachsende haben bessere Chancen, ihre sexuelle Identität und ihre Partnerschaften zu gestalten ohne vermeidbare Risiken einzugehen.

Wird der Film im Schulkontext gezeigt, sollte ausreichend Zeit für Vor- und Nachbereitung eingeplant werden. Selbstverständlich sind auch die Eltern zu informieren. Es empfiehlt sich zudem den Film durch externe Fachkräfte begleiten zu lassen, die professionell in diesem Themenfeld arbeiten und auch im Umgang mit Betroffenen geschult sind. Denn je nach Entwicklungsstand und Vorgeschichte wirft der Film sicher viele Fragen auf. Da sexualisierte Gewalt analog und digital zu den Risiken einer Kindheit in Deutschland gehören, ist immer mitzudenken, dass Betroffene anwesend sein können, die ggf. entsprechende Begleitung benötigen.

Über die Website des Filmes können Tickets für die Verwendung der Schulversion angefordert werden. Zudem finden sich hier Hintergrundinformationen und Hilfetemen. Auch ein FAQ-Bereich, der

Antworten auf häufig gestellte Fragen gibt, kann aufgerufen werden. www.gefangenimnetz.de

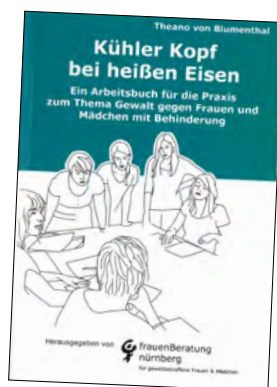
Die EU-Initiative www.klicksafe.de hält für Eltern, Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte und Multiplikator:innen fachliche Informationen und Materialien zu Cybergrooming bereit.

Silke Grasmann

Theano von Blumenthal

Kühler Kopf bei heißen Eisen

Ein Arbeitsbuch für die Praxis zum Thema Gewalt gegen Frauen und Mädchen mit Behinderung
frauenBeratung nürnberg (Hrsg.) 2. Auflage 2017, 29,95 Euro



Verständlich und alltagsnah verschafft das Arbeitsbuch alle erforderliche Informationen zu (sexualisierter) Gewalt gegen Menschen mit Lernschwierigkeiten. Auch wenn sich die Autorin aufgrund des eigenen Arbeitsgebietes auf betroffene Frauen und Mädchen bezieht, sind die genannten Hinweise durchaus auf alle Geschlechter übertragbar. Im ersten Abschnitt, „Was muss ich wissen?“, geht Theano von Blumenthal auf Begriffsdefinitionen, Strategien übergreifiger Personen und Gewaltfolgen für Betroffene ein. Im zweiten Abschnitt, „Was kann ich tun?“, unterscheidet sie zwischen Prävention und Intervention. Hier wird dargelegt, wie täterunfreundliche Strukturen geschaffen und zu betreuende Personen empowert werden können. Ebenso werden wichtige Interventionsstrategien vorgestellt und der Blick darauf gerichtet, wie betroffene Personen im weiteren Verlauf unterstützt werden können. Dabei bezieht die Autorin alle in-

stitutionellen Ebenen und berührten Personengruppen mit ein.

Besonders wertvoll sind die kleinen Aktionsboxen zum Ende jedes Themenbereichs. Sie regen dazu an, erreichtes Wissen zu überprüfen und zugleich einen Transfer in die eigene Berufspraxis herzustellen. Lösungsvorschläge hierzu sind am Ende des Buches aufgeführt. Im beiliegenden Materialheft gibt es Kopier- und Mustervorlagen, für die institutionelle als auch praktische Weiterarbeit am Thema, auch in einfacher Sprache. Mithilfe des Arbeitsbuches ist es möglich, die institutionelle und eigene Handlungssicherheit in Bezug auf (sexualisierte) Gewalt gegen Menschen zu erweitern. Dabei sind die spürbare Praxisnähe und der gut strukturierte Aufbau besonders hervorzuheben.

Silke Grasmann

Neuer Podcast „klicksafe fragt...“

Kinder, Medien, Sicherheit – einmal im Monat stellt klicksafe im neuen Medienpodcast „klicksafe fragt...“ eine Frage aus diesem Themenfeld. So zum Beispiel: Sind Soziale Netzwerke für Kinder eine gute Idee? Ist die Gaming-Community toxisch? Welche Haltung sollten Eltern beim Thema Sexting einnehmen? Im jeweiligen Podcast werden diese komplexen Themen ausführlich beleuchtet. „klicksafe fragt...“ erscheint immer am letzten Donnerstag im Monat und bei allen gängigen Podcast-Plattformen.

<https://www.klicksafe.de/service/aktuelles/podcast/>



Andreas Abt, Andreas Schumschal

Respekt tut gut!

Ganzheitliches Lernen in der Schule – Modelle, Methoden und Praxis
Göttingen 2020, 27,99 Euro (E-Book als PDF) bzw. 35,00 Euro (Buch mit Online-Addons)



„Immer weniger Menschen haben Lust auf Schule!“ Das konstatieren Andreas Abt, Lehrbeauftragter an der Universität Tübingen am Institut für Erziehungswissenschaft, und Andreas Schumschal, Koordinationsstelle Prävention im Ostalbkreis und langjähriger Referent im LandesNetzWerk der ajs, gleich zu Beginn ihres Buches. Damit dies nicht so bleibt, schlagen sie den Einsatz handlungs- und erlebnisorientierter Übungen und Methoden vor, um ganzheitliche Lern- und Entwicklungsprozesse in der Schule zu initiieren.

Dabei ist das Buch weniger ein Methodenheft – wenngleich im Anhang viele Übungen für die Praxis in der bewährten Form von Kurzbeschreibungen abgedruckt sind und weitere Übungen im ergänzenden Material als Download zur Verfügung stehen. Der eigentliche Gewinn für interessierte Leser:innen ist die umfangreiche theoretische Fundierung zum Einsatz dieser Übungen im schulischen Kontext. Neben Konzepten zum menschlichen Lernen werden insbesondere Modelle zur inneren Haltung und zum Menschenbild, zu Kommunikations- und Beziehungsprozessen sowie zur Gruppenentwicklung und -struktur eingehend erläutert und anschaulich beschrieben. Die Autoren spannen dabei einen großen Bogen über die verschiedensten theoretischen Ansätze. Pädagogische Fach- und Lehrkräfte bekommen vielfältige Anregungen, das eigene Tun im Kontext von Lern- und Entwicklungsprozessen zu reflektieren. Erst über diese Auseinandersetzung mit der eigenen pädagogischen

Professionalität lässt sich beim Einsatz handlungsorientierter Übungen das „wahre Potenzial“ dieser Methoden nutzen – so Abt und Schumschal.

In einem weiteren Kapitel erläutern die Autoren, wie handlungsorientierte Übungen gemeinsam mit Methoden zur Reflexion und zum Transfer sowie rahmengebenden Methoden wie z. B. Klassensoziogramm oder Klassenrat zu einem ganzheitlichen Curriculum zusammengestellt werden können und sich so ein umfassendes soziales Kompetenztraining gestalten lässt. Auch darin zeigt sich der Ausgangsgedanke des Buches, handlungsorientierte Übungen nicht nur als netten Zeitvertreib nebenbei, sondern als integralen Bestandteil ganzheitlichen Lernens bewusst und gezielt einzusetzen.

Bezug: www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com
Henrik Blaich

jugendschutz.net (Hrsg.)

PraxisInfo: Cybergrooming

Kinder vor sexuellem Missbrauch im Netz schützen. Mainz, September 2021

Kinder werden im Netz immer wieder gezielt angesprochen und zu sexuellen Handlungen überredet oder gedrängt. Cybergrooming, d. h. die Anbahnung sexuellen Missbrauchs online, hat ein erhebliches Ausmaß erreicht. Die Belastungen für betroffene Kinder können immens sein, selbst wenn Übergriffe „nur“ online stattfinden und es nicht zu realen Treffen kommt. Der Bericht ordnet das Phänomen inhaltlich ein und gibt Tipps zum richtigen Verhalten.

Download: www.jugendschutz.net

Konflikt-KULTUR

Fortbildungen für Lehrkräfte, Schulsozialarbeit, Ganztagskräfte und Jugendhilfe

Das Wichtigste, das Erwachsene Kindern und Jugendlichen geben können, ist ihre Präsenz: offene Ohren, Zuwendung und klare Orientierung. Das ist leichter gesagt als getan. Eine Unterstützung für Kinder **und** Erwachsene ist der autoritative Erziehungsstil. Er hilft dabei, die Theorie in die Praxis zu bringen und bietet Unterstützung sowohl für die Erwachsenen als auch für die Heranwachsenden. Positive Autorität ist die Basis all unserer Fortbildungen.

Folgende Angebote beginnen im Herbst 2021:

- **Freiburger Sozialtraining** und *systemische Mobbingintervention*, 10 Tage
- **Meditation und Tat-Ausgleich**
Fair streiten – Konflikte gemeinsam lösen 10 Tage
- **Grundlagen der Schulsozialarbeit**
Modul 1: Positionierung und Auftragsklärung, 2 Tage

Konflikt-KULTUR

Demokratie | Bildung | Prävention

- **Grundlagen der Schulsozialarbeit**
Modul 4: Simplex-Konzept für systemisches Fallmanagement, 3 Tage
- **Positive Autorität in der Schule**
Beziehung gestalten – Entwicklung fördern 6 Tage
- **Positive Autorität im Ganztag**
Beziehung gestalten – Entwicklung fördern 8 Tage
- **Ich versteh' Dich!**
Gespräche führen – Beziehung gestalten 2 bzw. 3 Tage
- **Potenziale nutzen**
Selbstregulation als Schlüssel zum Erfolg 2 Tage
- **No Blame Approach**
Hilfe bei Mobbing, 2 halbe Tage

Alle unsere Fortbildungen, Vorträge etc. sind auch als Inhouse-Veranstaltungen möglich.

Weitere Infos unter www.konflikt-kultur.de



Reform des Jugendschutzgesetzes

Seit dem 1. Mai 2021 gilt ein reformiertes Jugendschutzgesetz. Das bisherige Gesetz in der Fassung von 2002 galt lange schon als überarbeitungsbedürftig, nachdem sich vor allem im Bereich der Medien in den letzten beiden Jahrzehnten viel getan hat. Dem soll das nun vorliegende geänderte Gesetz Rechnung tragen. Es fokussiert ausschließlich den Jugendmedienschutz. Gesetzliche Änderungen in anderen Bereichen – z.B. bei Werbung für Tabak und Alkohol oder der Altersfreigabe für Energydrinks gab es nicht, obwohl diese von Fachkräften des Kinder- und Jugendschutzes gefordert wurden.

Die Aktion Jugendschutz hat in einem Online-seminar interessierte Fachkräfte aus der Praxis über die wesentlichen Neuerungen informiert. Die juristische Expertise kam von der Kollegin Britta Schülke, Volljuristin und Geschäftsführerin der Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz NRW in Köln.

Für den Kinder- und Jugendmedienschutz hat das neue Gesetz zum Ziel, Kindern und Jugendlichen Selbstschutz zu ermöglichen, Eltern und Fachkräfte bei ihrem Erziehungsauftrag zu unterstützen und Anbieter stärker in die Verantwortung zu nehmen. Heranwachsende sollen zukünftig nicht nur vor inhaltlichen Risiken, sondern auch vor Kommunikations- und Interaktionsrisiken geschützt werden. Insbesondere geht es um den Schutz der persönlichen Integrität von Kindern und Jugendlichen. Die Umsetzung der Maßnahmen soll u.a. durch Informationshinweise gewährleistet werden, an deren Entwicklung die Obersten Landesjugendbehörden derzeit arbeiten. Die neu gegründete Bundeszentrale für den Kinder- und Jugendmedienschutz (www.bzkg.de) ist für die Aufsicht, die Überprüfung der Umsetzung, der konkreten Ausgestaltung und

der Angemessenheit der Vorsorgemaßnahmen durch die Anbieter zuständig. Weitere Informationen, Handout und Anmerkungen: www.ajs-bw.de/jugendmedienschutz.html.

Klar ist: Das neue Jugendschutzgesetz ist da, die Umsetzung der Neuerungen dagegen wird noch etwas Zeit in Anspruch nehmen. Alle Maßnahmen zum verbesserten Schutz von Kindern und zur Orientierung Eltern und Fachkräften müssen, wenn

sie entwickelt sind und Anwendung finden sollen, kommuniziert werden. Die Aktion Jugendschutz wird dies zeitnah in ihren Veranstaltungen tun und entsprechend informieren.

Informationen: Ursula Kluge

Lust zur Zusammenarbeit?

Das LandesNetzWerk für medienpädagogische Angebote der Aktion Jugendschutz sucht interessierte und kooperationsfreudige Kolleg:innen.

Das LandesNetzWerk ist ein Zusammenschluss von Fachkräften aus verschiedenen pädagogischen Feldern der Kinder- und Jugendhilfe, Jugendsozialarbeit, Bildung. Sie haben sich in den Bereichen medienpädagogische Grundlagen, Medienwirkungs- und Mediennutzungsforschung, Aufgaben des Jugendmedienschutzes, Methoden der medienpädagogischen Arbeit mit verschiedenen Zielgruppen qualifiziert. Das LandesNetzWerk setzt sich regelmäßig in gemeinsamen Fortbildungen mit aktuellen medienerzieherischen Fragestellungen auseinander und hat einen guten Überblick über die Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen. Die Zusammenarbeit basiert auf dem gemeinsamen Interesse am Thema Medienpädagogik und dem kontinuierlichen Austausch untereinander.

Die Fachkräfte des LandesNetzWerks stehen in den verschiedenen Regionen Baden-Württembergs als medienpädagogische Referent:innen (Honorarkräfte) für die Elternarbeit und die Fortbildung von Fachkräften zur Verfügung. Die Zusammenarbeit im LandesNetzWerk und die Tätigkeit als Referent:in werden von der Aktion Jugendschutz seit dem Jahr 2000 unterstützt und koordiniert.

Haben Sie medienpädagogische Expertise oder Erfahrungen in der Elternarbeit? Haben Sie Interesse und Ressourcen für die Durchführung medienpädagogischer Angebote für Eltern oder Fachkräfte? Die Mitwirkung im LandesNetzWerk ist freiwillig, die aktive Durchführung von Veranstaltungen wünschenswert, die Anzahl und eingebrachte Zeit selbstbestimmt.

Direkteinstieg bei Vorliegen der notwendigen medienpädagogischen Kenntnisse und Erfahrungen sofort möglich. Für Interessierte mit wenigen medienpädagogischen Kenntnissen bietet die ajs ab 2022 eine 6-tägige Qualifizierung an.

Informationen und Bewerbung bei Ursula Kluge

MeKoH – Medienpädagogische Konzeptionsentwicklung für die Hilfen zur Erziehung

Fortbildung in Kooperation mit dem KVJS-Landesjugendamt

Die Fortbildung über den Zeitraum von einem halben Jahr besteht aus insgesamt sechs Tagen, die in Präsenz- und Online-Tagen geplant sind. Aufgrund der anhaltenden Pandemie-Lage fand sie von Februar bis Juli 2021 ausschließlich online statt. Ein kleiner Wermutstropfen auf einer ansonsten gelungenen ersten Durchführung, so die Aussage der 26 teilnehmenden Fachkräfte aus 13 Einrichtungen der Hilfen zur Erziehung in Baden-Württemberg.

Sehr spannend zu sehen war, wie unterschiedlich die einzelnen Einrichtungen in Bezug auf das Thema aufgestellt sind und welche verschiedenen Bedarfe sich für die Fachkräfte zeigen. In einigen Einrichtungen existieren bereits medienpädagogische Konzeptionen, die allerdings aktualisiert und erweitert werden müssen. In anderen Einrichtungen sind zunächst grundlegende Fragen zur pädagogischen Haltung, zur rechtlichen Absicherung und technischen Umsetzung zu klären.

Einige der Fachkräfte-Tandems konnten bereits während der laufenden Fortbildung erste wichtige Aufgaben in der Einrichtung angehen, z.B. die Durchführung einer Befragung und Bedarfserhebung bei Mitarbeiter:innen und Jugendlichen oder

die Arbeit an einer Nutzungsvereinbarung. Andere wiederum stehen zunächst vor der Herausforderung, den Prozess einer medienpädagogischen Konzeptionsentwicklung in der Einrichtung zu strukturieren und dafür die Unterstützung durch Einrichtungs- oder Bereichsleitungen zu bekommen. Damit einher geht die Aufgabe, die eigene zukünftige Rolle als Multiplikator:in des Themas zu finden und anzunehmen.

Wie geplant startete im September die zweite Runde der Fortbildung analog mit insgesamt 20 Teilnehmenden. Eine dritte Ausgabe wird es aufgrund der weiterhin großen Nachfrage ab Juni 2022 geben. Interessierte Einrichtungen können sich ab Herbst 2021 bewerben.

Regionale Veranstaltungen werden in 2022 fortgesetzt

Datenschutz geht alle an! Datenschutz in der Familie

In Kooperation mit der Landesanstalt für Kommunikation Baden-Württemberg (LFK) hat die ajs zum Thema **Datenschutz in der Familie im Jahr 2021 zehn digitale Elternabende durchgeführt. Das Angebot wird im kommenden Jahr fortgesetzt. Die Veranstaltungen werden digital oder vor Ort in den Landkreisen stattfinden.**

Nach wie vor bestimmen Hygiene- und Abstandsregeln unseren Alltag. Doch wie schützen Familien sich auch im Internet? Wissen Eltern, was ihre Kinder Google anvertrauen? Datenschutz ist wichtig, weil er Datenmissbrauch vorbeugt! Was passiert mit den Daten? Wo hinterlassen Eltern und ihre Kinder Datenspuren, die missbraucht werden können? Wie behalten Kinder und Jugendliche die Kontrolle über ihre Daten?

IPSEB – die wichtigsten Regeln und praktischen Maßnahmen, um die Daten und Privatsphäre der Kinder zu schützen, werden in den Veranstaltungen vorgestellt und an den eigenen Geräten ausprobiert:

- **Identitäts-Hygiene** Sparsamer Umgang mit Daten
- **Passwort-Hygiene** Sichere Passwörter zum Schutz von Daten und Privatsphäre
- **System-Hygiene** Daten und Privatsphäre schützen durch Einstellungen.
- **E-Mail-Hygiene** Sichere E-Mail-Konten für Kinder
- **Browser-Hygiene** Sichere Browser und Suchmaschinen

Die Veranstaltungen dauern 1,5 bis 2 Stunden. Eigene Geräte (Smartphones/Tablets) sollen mitgebracht bzw. bereitgehalten werden, um die Einstellungen gemeinsam vorzunehmen. Die Kosten für die Referent:innen werden von der LFK getragen. Interessierte Multiplikator:innen, die eine Veranstaltung für ihre Region organisieren möchten (Bewerbung in entsprechenden Verteilern, ggf. Raumorganisation und Bewirtung, etc.), wenden sich bitte an Ursula Kluge.

Informationen: Henrik Blaich, Petra Wolf, www.ajs-bw.de/mekoh.html

Medienpädagogische Fortbildung für die Sozialpädagogische Familienhilfe

Neben zwei zentralen Fortbildungsangeboten (digital im Frühjahr und analog im Herbst durchgeführt) gab es in diesem Jahr eine hohe Nachfrage nach Inhouse-Seminaren, in denen aktuelle Medienthemen wie Bewegtbild, (mobile) Internetnutzung, Cybermobbing und digitale Spiele im Hinblick auf die Arbeit mit Familien im Mittelpunkt standen. Wie medienpädagogische Elternarbeit in Zeiten von Corona konstruktiv gestaltet werden kann, wurde in zwei halbtägigen Online-Seminaren mit den Fachkräften der SPFH bearbeitet und diskutiert. Denn die Pandemie und ihre Auswirkungen auf Familien spielen weiterhin eine bedeutende Rolle in den Angeboten für die Fachkräfte der SPFH. So berichteten diese u.a. von veränderten Freizeitaktivitäten und unkontrollierten Mediennutzungszeiten in den Familien. In der Pandemie wurde – nicht nur bei Heranwachsenden – „kurzfristige Entlastung“ gesucht, oft mit oder durch Medien.

Leider gab es aufgrund der Corona-Pandemie nur wenige Anfragen für medienpädagogischen Workshops für Fachkräfte und Familien. Diese können

nur analog durchgeführt werden und viele Träger sind verständlicher Weise noch vorsichtig, möchten noch abwarten und planen die Durchführung erst für 2022.

Für das kommende Jahr geht aktuell der Familien-Medien-Planer, in dem monatlich ein medienpädagogisches Thema aufgegriffen und mit kurzen Informationen und Tipps behandelt wird, in den Druck. Freuen dürfen sich die Fachkräfte erneut auf viele Anregungen, Bilder und Themen. Selbstverständlich gibt der begleitende Newsletter wie bisher zusätzliche Informationen.

Informationen: Petra Wolf

Eltern und Medien

Digitale Veranstaltungsreihe für Eltern und Pädagog:innen – Kooperation von Landesmedienzentrum und ajs

Kindliche und jugendliche Medienkompetenz ist ein relevantes Thema für unsere Gesellschaft. Das hat nicht zuletzt die Pandemie deutlich gemacht. Eltern und Pädagog:innen stehen vor der Aufgabe, Medienkompetenz zu vermitteln. Was ist während der Pandemie passiert und wie kann die Mediennutzung der Heranwachsenden gut moderiert werden? Was gilt es aufzuarbeiten und wie können Eltern ihre Kinder unterstützen?

Das Landesmedienzentrum (LMZ) und die Aktion Jugendschutz (ajs) möchten diese und andere Fragen der Medienerziehung in der Familie in einer siebenteiligen digitalen Veranstaltungsreihe mit Expert:innen, Eltern und Fachkräften diskutieren, Informationen anbieten und unterstützen. In den Abendveranstaltungen gibt es jeweils einen Fachvortrag, der durch Fragen, Anmerkungen und Diskussionsbeiträgen aus dem Kreis der Teilnehmenden ergänzt wird.

Themen: Mediennutzung in und nach der Pandemie (Prof. Dr. Daniel Hajok, Universität Erfurt, AKJM), Kindliche Medienwelten (Dr. Susanne Eggert, jff München), Kinder und Bewegtbildangebote (Michael Gurt, jff München), Influencing und Online-

Werbung (Charlotte Horsch, jff München), Fake-News und Verschwörungstheorien (Andre Wolf, mimikama), Cybermobbing (Henrik Blaich, ajs) und digitale Spiele (Marek Brunner, USK).

Die Veranstaltungen finden online ab dem 28. Oktober 2021 jeweils donnerstags von 19:00 – 20:30 Uhr statt.

Informationen:

www.ajs-bw.de/veranstaltungen.html

Medienpädagogische Konzeptionsentwicklung für Kindertageseinrichtungen

Der Orientierungsplan für Bildung und Erziehung für die baden-württembergischen Kindergärten greift die Notwendigkeit der frühen Medienbildung auf: „Kinder heute haben Zugang zu vielen Dingen und sammeln auch Erfahrungen mit neuen Medien, die faszinierend wirken. Figuren und Handlungen ziehen Jungen und Mädchen aber durchaus unterschiedlich an. Die Bilder der ungefilterten Medienwelt können Kinder bedrängen. Der Kindergarten nimmt deshalb den Medienalltag der Kinder in sein Bildungs- und Erziehungskonzept auf.“

Um diese Aufgabe zu leisten, brauchen Kindertageseinrichtungen eine medienpädagogische Konzeption, die frühkindliche Medienbildung in einen geregelten institutionellen Kontext stellt und Anforderungen wie Zuständigkeiten klar benennt.

Gemeinsam mit dem Silberburg-Kompetenzzentrum für frühkindliche Pädagogik und Ausbildungsort für pädagogische Fachkräfte entwickelte die Aktion Jugendschutz eine zweitägige Weiterbildung für Fachkräfte im Kita-Bereich aus der Region Stuttgart. Sie wird im November 2021 stattfinden. Ziel ist, Fach- und Führungskräfte dazu qualifizieren, ein medienpädagogisches Konzept in ihrer Einrichtung auszuarbeiten und umzusetzen. Die Themen sind: äußere Rahmenbedingungen, Haltung im Team, Bestandsaufnahme und Bedarfsermittlung, medienpädagogische Elternarbeit und konzeptionelle Verankerung.

In 2022 wird die Aktion Jugendschutz die Weiterbildung in die Fläche bringen und in Landkreisen außerhalb der Region Stuttgart anbieten. Unter dem Namen **MeKKi – Medienpädagogische Konzeptionsentwicklung Kita** startet das Angebot im April.

Informationen: Petra Wolf

Gewaltprävention in digitalen Zeiten

Die alltägliche Mediennutzung von jungen Menschen bringt neue Themen für die Gewaltprävention mit sich. In regionalen Fachveranstaltungen vermittelt die ajs pädagogischen Fachkräften Handlungssicherheit im Umgang mit Gewaltphänomenen im Kontext digitaler Medien. Wie können sie mit ihren spezifischen Kompetenzen darauf reagieren? Welche Bedeutung hat dabei die pädagogische Beziehung? Darüber hinaus gibt es einen Überblick zum umfangreichen Material und den gut nutzbaren Methoden für Prävention und Intervention.

Informationen und Anfragen: Henrik Blaich

My heart will „app“ on! Jugendliche Liebes-(Lebens-)Welten

Das Internet hat sich als unangefochtenes Leitmedium zur Sexualaufklärung bei allen Geschlechtern durchgesetzt. So ein Ergebnis der aktuellen PARTNER 5 Studie zur Jugendsexualität 2021 (Hochschule Merseburg 2021). Der Fachtag „My heart will „app“ on!“ greift dies auf und vermittelt Anregungen für die altersangemessene sexualpädagogische Begleitung junger Menschen. Neben dem aktuellen Überblick zum Mediennutzungsverhalten von Jugendlichen werden sowohl gefährdende Phänomene wie Sexting, Cybergrooming und Pornografie als auch die vielfältigen Potenziale sexueller Angebote im Netz vorgestellt und diskutiert. Hinzu kommen Informationen zu hilfreichen Portalen, Podcasts, YouTube-Kanälen und Instagram-Accounts zum Thema Sexualaufklärung. Der nächste Fachtag findet im April 2022 statt.

Informationen: Henrik Blaich, Silke Grasmann

„Yezidische Jungs“ zu Besuch im Staatsministerium

Acht junge Männer und eine junge Frau, die Schwester eines im Projekt Aktiven, trafen sich am 7. Juli hybrid im Staatsministerium mit Dr. Michael Blume, der Staatssekretär Florian Hassel krankheitsbedingt vertrat.

Anlass war ihr Wunsch, stellvertretend für ihre Altersgenossen aus dem Projekt (s. Kasten) ihre Lebenssituation und die sich daraus ergebenden Bedarfe und Bedürfnisse für ihre Zukunft in Baden-Württemberg zu schildern. Moderiert wurde das Treffen von Projektleiterin Hiser Sedik von INSIDE OUT, mit dabei waren der im Projekt tätige Pädagoge Jochen Beuter (Ulm) sowie Lothar Wegner von der Aktion Jugendschutz (ajs) als Vertreter der Projektpartner.

Bei einem partizipativen Jugendforum im Juli 2020, durchgeführt von INSIDE OUT und Projektpartner Michael Schirmer (LAG Jungenarbeit), äußerten die jungen Männer den Wunsch, ihre Anliegen direkt der Landesregierung vorzutragen, die ihnen die Aufnahme in Baden-Württemberg ermöglicht hatte. Deutlich wurde beim Gespräch mit dem damaligen Projektleiter des Sonderkontingents und heutigen Antisemitismusbeauftragten Dr. Michael Blume einerseits, dass die jungen Yezid:innen beim hier Ankommen große Fortschritte machen (Sprachkurs, Schulabschlüsse, Ausbildungen...). Andererseits beschäftigt und beansprucht sie die Situation in ihrer zerstörten Heimat, in der Teile der Verwandtschaft leben, sehr. Die Mütter fliegen immer wieder in den Irak, um die sterblichen Überreste aus geöffneten Massengräbern zu identifizieren. Das sind erhebliche Belastungen für die ganze Familie. Neben einer Entschärfung dieser Situation ist den Jungs die Familienzusammenführung mit überlebenden Vätern und Onkeln ein großes Anliegen. Das wiederum erschwert die aktuelle Bundespolitik, die die zuvor gängige Praxis „nach zwei Jahren möglich“ ausgesetzt hat.

Schließlich halten die jungen Yezid:innen den Aufbau einer yezidischen Organisationsstruktur für

Projekt „Yezidische Jungs in Baden-Württemberg“

Das Land BW hat 2015 rund 1100 Menschen im Rahmen des „Sonderkontingents für besonders schutzbedürftige Frauen und Kinder aus dem Nordirak“ aufgenommen und in rund 21 Kommunen in BW untergebracht. Darunter waren 190 männliche Minderjährige zwischen 12 und 17 Jahren, viele davon yezidischen Glaubens.

Das Projekt startete 2017 und sollte den Jungs, die mehrheitlich ihre Väter verloren hatten, männliche Bezugspersonen an die Seite stellen, die sie bei der Inklusion in diese Gesellschaft unterstützen: ihre Persönlichkeit und Eigenständigkeit stärken, sie bei ihrer schulischen/beruflichen Laufbahn unterstützen und bildungspolitische Inhalte vermitteln.

In Freiburg, Stuttgart, Ulm, Rottweil, Wiesloch, Zwiefalten, Heilbronn und Bad-Bellingen werden seit 2018 rund 40 dieser inzwischen jungen Männer* durch männliche Multiplikatoren begleitet. Diese sind zu Beginn gender- und traumapädagogisch sensibilisiert worden und entwickeln ihre (erlebnispädagogischen) Angebote entlang der geäußerten Interessen und Bedarfe der Jungs.

Gefördert durch das Staatsministerium, liegt die Gesamtkoordination bei INSIDE OUT e.V.. Begleitet wird das Projekt durch Jungen im Blick (JUB), die LAG Jungenarbeit, die Aktion Jugendschutz (ajs) und die Türkische Gemeinde in Baden-Württemberg (tgbw).

Information: Lothar Wegner

notwendig, zusammen mit Vertreter:innen der ganzen Community. Ein yezidischer Verein könnte ein Gemeindezentrum betreiben, in dem die yezidische Kultur gepflegt werden kann. Um das in sechs Jahren in Baden-Württemberg Erreichte zu festigen und auszubauen, plädieren sie für eine Fortsetzung des Projekts zumindest solange, bis geklärt ist, ob der Aufbau eines Gemeindezentrums von einer Mehrheit der Community mitgetragen wird. Die ajs unterstützt dieses Anliegen, um die Erfolge des Projekts nicht „auf halber Strecke“ zu gefährden und hat dies gegenüber Michael Blume so formuliert.

Seit August steht allerdings fest, dass die Förderung nicht verlängert wird. Aktuell wird die Abschlussdokumentation durch INSIDE OUT erstellt. Im Nachgang bietet das Staatsministerium im Sommer 2022 einen Workshop für junge yezidische Menschen (auch außerhalb des Projekts) an. Dabei werden Vereine und Organisationen vorgestellt, um die weitere Vernetzung und Verselbständigung zu fördern.

KÖRPERKULT Selbstbewusstsein – Selbstoptimierung – Selbstinszenierung

*ajs-Kompaktwissen, überarbeitete Neuauflage
Oktober 2021*

Das Faltblatt (8 Seiten) aus der Reihe Kompaktwissen gibt einen Einblick in den „Körperkult“ junger Menschen. Erklärt wird, warum das Aussehen und die Gestaltung des Körpers für Heranwachsende so wichtig sind. Gefahren werden benannt, wie z. B. zwanghaftes Abnehmen oder Muskeltraining. Pädagogische Fachkräfte und Eltern bekommen Hintergrundinformationen und Anregungen. So können sie junge Menschen beim gesunden Umgang mit dem eigenen Körper unterstützen.

Bezug: www.ajs-bw.de



Aggressionen, Konflikte, Gewalt: Gewaltprävention in der KiTa

Seminar in Kooperation mit dem
KVJS-Landesjugendamt

Eine offene Gesellschaft zeichnet sich auch durch ihre Konfliktfähigkeit aus. Die Fähigkeit, Konflikte konstruktiv auszutragen, kann bereits im Kindesalter gelernt werden. Fachkräfte der Kita können entscheidend dazu beitragen, dass Kinder diese Fähigkeit erwerben.

Wie dies gelingen kann, wird in der Fortbildung des KVJS vermittelt: Zehn Erzieherinnen und zwei Leitungskräfte erlebten eine abwechslungsreiche Einführung in konstruktive Konfliktregelung mit Kindern. Grundlage waren die Gesprächsführung nach Carl Rogers sowie die Grundzüge der gewaltfreien Kommunikation. Angepasst an die Lebenswelten von Kindern bedeutet das: prägnant reden mit einfacher Sprache und die Verwendung von Bildern. Insbesondere Bilder – etwa für Gefühle und Bedürfnisse – vereinfachen die Verständigung. Verbunden mit dem jeweiligen Wort, helfen Bilder den Kindern zudem, ihre Sprachkompetenz zu erweitern. Also beispielsweise Gefühle differenzierter benennen zu können und nicht auf „blöd, scheiße“ zu reduzieren. Dies ist eine Bereicherung für alle.

Im zweiten Teil der Fortbildung stehen konflikthafte Elterngespräche sowie Angriffe von Kindern auf Fachkräfte im Mittelpunkt.

Informationen: Lothar Wegner

Abschied von Ute Ehrle

Seit 2011 hat Ute Ehrle das Fachreferat Suchtprävention und Gesundheitsförderung bei der ajs gestaltet. Nun geht sie in den Ruhestand. Mit großer Kompetenz, Engagement und Kreativität hat sie vielfältige und innovative Angebote für pädagogische Fachkräfte in Jugendhilfe und Schule entwickelt. Besonders wichtig war ihr die Perspektive der ganzheitlichen Suchtprävention und Gesundheitsförderung, in der die Lebenswelt junger Menschen, deren Bedürfnisse und Kompetenzen anerkannt werden. Vernetzung und Kooperation im Rahmen der Präventionsarbeit zwischen Schule und außerschulischer Jugendbildung, mit Fachstellen und Ministerien war für sie ein entscheidender Faktor, um Präventionsarbeit gelingend zu gestalten. Wir danken Ute Ehrle für die bereichernde Zusammenarbeit und wünschen ihr von Herzen alles Gute.

Noch Fragen?

- **Elke Sauerteig**
Geschäftsführerin, Kinder- und
Jugendschutzrecht, Öffentlichkeitsarbeit
Tel. (07 11) 2 37 37 11
sauerteig@ajs-bw.de
- **Ursula Kluge**
Jugendmedienschutz, Medienpädagogik,
ajs LandesNetzwerk für medien-
pädagogische Angebote,
stellv. Geschäftsführung
Tel. (07 11) 2 37 37 17, kluge@ajs-bw.de
- **Henrik Blaich**
Jugendmedienschutz, Medienpädagogik,
Gewaltprävention
Tel. (07 11) 2 37 37 18, blaich@ajs-bw.de
- **Silke Grasmann**
Sexualpädagogik, Prävention
von sexualisierter Gewalt
Tel. (07 11) 2 37 37 13, grasmann@ajs-bw.de
- **Lothar Wegner**
Gewaltprävention, Migrationspädagogik
Tel. (07 11) 2 37 37 14, wegner@ajs-bw.de
- **Petra Wolf**
Jugendmedienschutz, Medienpädagogik
Tel. (07 11) 2 37 37 15, wolf@ajs-bw.de

+++ VORANKÜNDIGUNG +++ VORANKÜNDIGUNG +++ VORANKÜNDIGUNG +++

Online-Beratung bei psychischen und suizidalen Krisen

Die Angebote von Youth-Life-Line,
Jugendnotmail und [U25] Deutschland,
Online am 10. Februar 2022

Sexuelle Bildung für alle!

18.03.2022, Kulturhaus Osterfeld Pforzheim

My heart will „app“ on! Jugendliche Liebes-(Lebens-)Welten

7. April 2022, Hospitalhof Stuttgart

MeKKi – Medienpädagogische Konzeptionsentwicklung in Kindertagesstätten

11. und 27. April 2022,
Jugendherberge Mannheim

Konflikte lösen – Gewalt vermeiden

Seminar 10. und 11. Mai 2022,
Hohenwart Forum, Pforzheim

Dran bleiben!

Deeskalation und Eskalation in Jugendhilfe und Schule
Seminar, 23. – 24. Mai 2022,
Hohenwart Forum Pforzheim

Auszug aus dem ajs-Publikationsverzeichnis



ajs-Kompaktwissen
KÖRPERKULT
Selbstbewusstsein
Selbstoptimierung
Selbstinszenierung

Dieses Kompaktwissen gibt einen Einblick in den „Körperkult“ junger Menschen. Warum sind das Aussehen und die Gestaltung des Körpers für sie so wichtig? Welche Gefahren gibt es? Pädagogische Fachkräfte und Eltern bekommen Hintergrundinformationen und Anregungen. So können sie Heranwachsende beim gesunden Umgang mit dem eigenen Körper unterstützen.

8 Seiten, überarbeitete Neuauflage Oktober 2021

Bestellnr. **1006**

Einzelpreis **0,50 Euro**

Staffelpreis ab 100 Stück **0,40 Euro**

Staffelpreis ab 1000 Stück **0,35 Euro**



Arbeitshilfe zur medienpädagogischen Konzeptionsentwicklung in Einrichtungen der Hilfen zur Erziehung

Die Arbeitshilfe liefert anhand eines Leitfadens konkrete Anregungen, welche Voraussetzungen und Anforderungen bei der Erstellung und Implementierung einer medienpädagogischen Konzeption berücksichtigt werden müssen.

Die Leser:innen erhalten zudem einen Überblick zu den Grundlagen für medienpädagogisches Handeln in stationären und teilstationären Einrichtungen der Hilfen zur Erziehung.

42 Seiten, Dezember 2020

Bestellnr. **412**

Einzelpreis **15,00 Euro**

Bestellungen sind auch telefonisch, per Fax oder im Internet möglich!

(07 11) 2 37 37-0

(07 11) 2 37 37 30

www.ajs-bw.de



Menge	Titel/Autor	Bestellnummer	Einzelpreis	Gesamtpreis
Summe				

Name/Vorname

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Zahlungsbedingungen:

Die Lieferung erfolgt auf Rechnung. Preise zuzüglich Porto.

BESTELLCOUPON