

# Wir müssen das Kindeswohl an erster Stelle denken

**Die AOK-Familienstudie zeigt eine Verschlechterung der Situation der Familien infolge der Pandemie. Wie schwierig ist die Lage?**

Die Pandemie hat ganz klar ihre Spuren hinterlassen. 2018 gab es eine Verbesserung gegenüber der Befragung vier Jahre zuvor. Die neue Studie zeigt jetzt deutliche Veränderungen, also eine Verschlechterung im Vergleich zu 2018. Die Pandemie und vielleicht auch andere Krisen haben Kraft gekostet. Die Situation ist noch nicht dramatisch, aber wir haben einen Zustand, den man ernst nehmen muss. Wir müssen gut überlegen, wie man die Familien gut unterstützen kann.

**Rechnen Sie mit einer Besserung durch den Wegfall der Corona-Einschränkungen?**

Das ist insgesamt schwer zu beantworten. Aber ich gehe davon aus, dass wir nicht so schnell ein Niveau wie vor der Pandemie erreichen. Während der Studie waren Corona-Einschränkungen schon zum Teil aufgehoben und wurden weiter aufgehoben. So hat sich der Alltag der Familien in dieser Hinsicht verbessert. Das kann die AOK-Studie allerdings noch nicht zeigen. Wir wissen aber aus anderen Studien, dass es die Familien entlastet, wenn sich der Alltag normalisiert.

Allerdings steht mittlerweile gar nicht mehr die Corona-Pandemie im Vordergrund, sondern es sind andere Krisen, die zunehmend Sorgen machen. Viele Familien haben finanzielle Sorgen, zum Beispiel durch steigende Preise für Energie. Und dann haben wir zurzeit eine Häufung von externen belastenden Ereignissen, die sich mittelbar oder unmittelbar auf unseren Alltag auswirken und Sorgen in die Familien tragen. Es geht also gar nicht mehr primär um die Corona-Pandemie mit ihren Einschränkungen, die viel ausgelöst und verschlechtert hat.

Selbst wenn wir also Erleichterungen durch wegfallende Corona-Einschränkungen berücksichtigen, bleiben die Werte auf einem hohen Niveau. Das liegt daran, dass eben andere krisenhafte Zustände dazugekommen sind, die in anderer Weise als Corona den Alltag der Familien beeinträchtigen.

Es gibt ein ganzes Bündel an äußeren Bedingungen, die den Familien die Zukunft erschweren, das erhöht die finanzielle, psychische und partnerschaftliche Belastung. Unsichere Zukunftsaussichten erhöhen den Druck auf und in den Familien. Die Krisen bringen auch wirtschaftliche Konsequenzen, die Planbarkeit nimmt ab und das verstärkt die Sorgen. Und dann ist es nicht di-

Erst die Pandemie, dann die globalen Krisen: Für Familien bleibt die Situation angespannt. Mit Folgen für die Psyche der Kinder. Professorin Ulrike Ravens-Sieberer vom UKE fordert daher, dass auch die Politik die junge Generation endlich in den Fokus rückt.

Von Taina Ebert-Rall



Professorin Ulrike Ravens-Sieberer ist Forschungsdirektorin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE). ©ANJA-K. MEYER

rekt der körperliche Gesundheitszustand, der sich verschlechtert hat, sondern das Gefühl, dass die Last auf einen selber zunimmt. Es geht um psychische, seelische Ressourcen sowohl bei Kindern und Jugendlichen als auch bei den Eltern. Dabei spielt auch der sozioökonomische Status eine Rolle. Die, die vorher das Gefühl hatten, dass sie Ressourcen haben, sind existenziell nicht so belastet.

**Also eher ein Fortschreiten der negativen Entwicklung ...**

Auf jeden Fall müssen Familien jetzt besonders unterstützt werden, damit Belastungen unter anderem auch aufgrund diverser globaler Krisen kompensiert werden können. Das ist vor allem vor dem Hintergrund zu sehen, dass Familien durch Corona schon großen Belastungen ausgesetzt waren. Die Belastung ist also weiterhin hoch und wir müssen davon ausgehen, dass sie ohne gesellschaftliche Unterstützung für Kinder und Eltern weiter zunimmt.

**Laut der Befragung haben psychosomatische Beschwerden zugenommen. Wie lässt sich das erklären?**

In den Beschwerden der Kinder spiegelt sich ganz eindeutig die Belastung der Eltern. Kinder und Jugendliche spüren sehr genau, wenn sich Eltern Sorgen machen und großen Belastungen ausgesetzt sind. Sie berichten von einem verminderten psychischen und sozialen Wohlbefinden, also von verminderter Lebensqualität. Das drückt sich etwa in Schlafproblemen, Kopf- oder Bauschmerzen aus. Das betrifft vor allem kleinere Kinder. Zugleich hat der Bedarf an Psychotherapie

zugenommen und die Wartezeiten dafür sind deutlich verlängert. Wir haben in dieser Studie zwar nicht Symptome für psychische Krankheitsbilder gemessen, aber die Ergebnisse sind Indikatoren dafür, wie seelisch stabil die Kinder sind. Wir hatten in den Befragungen durch die Eltern einen höheren Anteil von Kindern, die das Wohlbefinden infolge der Corona-Einschränkungen als eingeschränkt bezeichnet haben, vor allem aus niedrigeren sozialen Schichten. In anderen Studien mit älteren Kindern, die direkt befragt wurden, sind es fast noch mehr, auch international.

**Wie kann die Situation der Kinder verbessert werden?**

Ein gutes Familienklima, Zeit für die Kinder, Aufmerksamkeit, tägliche Rituale, eine Struktur, an die sich alle halten – all das ist der seelischen Gesundheit der Kinder förderlich. Das war bei Befragung nicht mehr so präsent, es gab anscheinend deutlich weniger Zeiten, in denen man sich einander wirklich zugewendet hat. Gleichzeitig nutzten die Kinder deutlich mehr digitale Kommunikationskanäle, was wegen der Ausgangseinschränkungen allerdings auch nützlich war und Kommunikation mit Freunden ermöglicht hat. Eltern waren durch Homeoffice und Homeschooling belastet. Zudem fühlen sich viele Erwachsene in ihrer Elternrolle nicht mehr sicher. Das ist nicht dramatisch, aber wir sehen hier einen Trend. Generell lässt sich aber sagen, dass psychosomatische Beschwerden abnehmen, wenn Eltern es schaffen, gemeinsame Familienerlebnisse zu etablieren und ihren Kindern Wertschätzung zu zeigen, familiäre Ressourcen heben. Damit tun sie etwas für die Gesundheit ihrer Kinder. Das ist unabhängig von der sozialen Schicht.

**Wo sehen Sie hier die Aufgabe der Politik?**

Vor allem müssen die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen für Kinder und ihre Eltern verbessert werden. Kinder dürfen nicht wie in der Corona-Pandemie immer wieder die Leidtragenden in Krisenzeiten sein, wir müssen bei allen politischen Maßnahmen endlich das Kindeswohl an erster Stelle denken. Dafür braucht es eine langfristige Strategie. Sportvereine, Schwimmbäder müssen für Kinder zugänglich sein. Ganztagschulen, der Ausbau schulpädagogischer und sozialer Dienste an den Schulen wären wichtige Ziele. Das trifft auch auf die Gesundheitsförderung und Prävention in Kitas und Schulen zu. Um alle zu erreichen, ist die Schule ein guter Ort.

## Lage von Kindern hat sich deutlich verschlechtert

War die Familiengesundheit vor vier Jahren noch auf einem guten Weg, hat sich der Trend 2022 komplett umgekehrt, so das Ergebnis der AOK-Familienstudie.

Familien in Deutschland geht es 2022 schlechter als vor vier Jahren. Das ist ein zentrales Ergebnis der AOK-Familienstudie, für die von August bis Oktober dieses Jahres 8500 Mütter und Väter befragt wurden. Erhoben wurden die körperliche und psychische Gesundheit von Eltern und Kindern, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten sowie Belastungsfaktoren und deren Auswirkungen auf das Familienleben.

Die Ergebnisse der AOK-Familienstudie zeigen eine Trendumkehr zum Negativen. Im Vergleich zu 2018 hat sich der Gesundheitszustand der Eltern um zwölf Prozentpunkte verschlechtert. Nur noch 64 Prozent der befragten Eltern schätzen ihren Gesundheitszustand selbst als „gut“ und „sehr gut“ ein. Im Vergleich zur AOK-Familienstudie 2018 sind die Belastungsfaktoren der Eltern gestiegen. Den größten Ausschlag zeigen die finanziellen Belastungen mit einem Anstieg um 13 Prozentpunkte auf 40 Prozent. Die psychischen Belastungen sind um sieben Prozentpunkte auf 34 Prozent gestiegen. Von fast allen Befunden überdurchschnittlich betroffen sind Alleinerziehende sowie Eltern mit einem niedrigen sozioökonomischen Status. So sind diese Kinder seltener in einem Sportverein aktiv und können häufiger nicht schwimmen. „Sozial schwache Familien in strukturschwachen Regionen brauchen eine möglichst frühe verlässliche Ganztagsbetreuung der Kinder“, fordert die Vorstandschefin des AOK-Bundesverbandes, Dr. Carola Reimann. Gesundheitsbildung müsse bereits in der Kita beginnen und in der Schule fortgeführt werden.

**Reimann: Gesundheitskioske hilfreich**

„Wenn künftig soziale und gesundheitliche Fragen nicht enger miteinander gedacht werden, sind die gesellschaftlichen Folgekosten immens“, so Reimann. Auch deshalb unterstütze die AOK die Pläne des Bundesgesundheitsministeriums, bundesweit Gesundheitskioske als niedrigschwelliges Beratungsangebot in sozialen Brennpunkten aufzubauen. „Daran müssen sich allerdings auch die Kommunen finanziell in ausreichendem Maß beteiligen. Und diese Investitionen dürfen nicht nach dem Gießkannenprinzip über das Land

verteilt werden, sondern sind dort aufzubauen, wo wir sie wirklich brauchen. Gesundheitskioske sind höchstwahrscheinlich nicht in Hamburg-Blankenese dringend nötig, sondern in sozialen Brennpunkten.“

Laut AOK-Familienstudie finden es 87 Prozent der Eltern wichtig, dass die Kinder etwas über klima- und umweltfreundliche Ernährung in der Schule lernen. Das erfolgreiche AOK-Präventionsprogramm „JolichensKids“ in den Kitas sei ein gutes Beispiel dafür, wie frühkindliche Gesundheitsbildung umgesetzt werden kann. Es umfasst Ernährung, Bewegung und seelische Gesundheit. Reimann: „Es wäre ein Leichtes, wenn die Bundesländer solche Standards künftig für alle Kindertagesstätten verbindlich machen und dies in die Aus-, Fort- und Weiterbildung integrieren würden. Die Curricula und Materialien stellt die AOK-Gemeinschaft gerne zur Verfügung.“

**Hoffnungsschimmer Kita-Qualitätsgesetz**

Aktuell investiert die Bundesregierung mit dem Kita-Qualitätsgesetz vier Milliarden Euro in frühkindliche Bildung. „Geld, das Länder und Kommunen zielgenau einsetzen können, um vor allem Kinder und deren Eltern aus sozial benachteiligten Familien zu unterstützen, damit sie gleiche Startchancen ins Leben erhalten“, so Reimann. Hierzu zähle auch eine gesunde Gemeinschaftsverpflegung in Kitas und Schulen. „Das genügt aber noch nicht. Wir brauchen eine breite gesellschaftliche Anstrengung für unsere Familien“, fordert sie. Die vielen guten Maßnahmen müssten künftig miteinander vernetzt und zielgerichtet in die Fläche gebracht werden. Das Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit, dessen Gründung bereits im Koalitionsvertrag verankert wurde, sollte die Koordinationsfunktion der Gesundheitsämter vor Ort stärken.

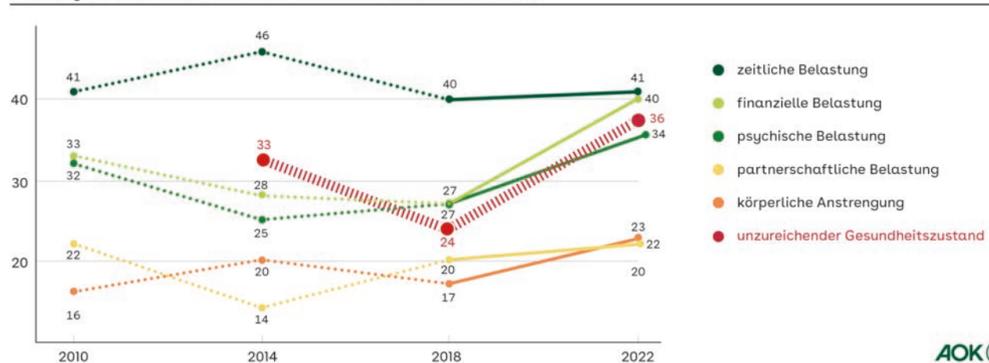
Die AOK-Familienstudie zeigt auch, dass das Wissen um gesunde und klimafreundliche Ernährung offenbar noch nicht in den Familien angekommen ist. 43 Prozent der Eltern verfügen über eine inadäquate oder problematische Ernährungskompetenz. Hierbei besteht ein Zusammenhang zur vermehrten Adipositas bei den Kindern. Schon heute sind etwa 15 Prozent der Kinder und Jugendlichen von Übergewicht und sechs Prozent sogar von Adipositas betroffen. Ihnen drohen im späteren Leben Krankheiten wie Typ-2-Diabetes, Gelenkprobleme und Herzerkrankungen. (Ebert-Rall)

Hier geht es zur aktuellen Familienstudie der AOK: [https://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/hintergrund/dossier/praevention/aok\\_familienstudie\\_2022\\_kurz.pdf](https://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/hintergrund/dossier/praevention/aok_familienstudie_2022_kurz.pdf)

### Elterngesundheit

**Die Belastungen der Eltern steigen im Jahr 2022, insbesondere die finanzielle und die psychische Belastung. Deutlich mehr Eltern geben einen unzureichenden Gesundheitszustand an.**

Belastung der Eltern und unzureichender Gesundheitszustand im Zeitverlauf



### Die Praxis-Serie

**Lesen Sie am 12. Januar:**

Seit zwei Jahren gibt es „Apps auf Rezept“ – doch wie kommen sie bei den Patientinnen und Patienten an? Ergebnisse einer Versichertenbefragung zeigen, wie die Digitalen Gesundheitsanwendungen wahrgenommen und bewertet werden.

**Kontakt:** Haben Sie Fragen an die AOK oder Themenwünsche für diese Seite? Dann schreiben Sie uns per E-Mail an: [prodialog@bv.aok.de](mailto:prodialog@bv.aok.de).