



Dresden, den 17.09.2014

**JolinchenKids –
Fit und gesund in der KiTa**

STATEMENT

Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer

**Professorin für Gesundheitswissenschaften, Gesundheits-
psychologie und Versorgung von Kindern und Jugendlichen am
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)**

„Es gilt das gesprochene Wort“

Ernährung, Bewegung, seelisches Wohlbefinden, aber auch Elternpartizipation sowie Erzieherinnengesundheit – das sind die Themen, denen sich das Gesundheitsförderungsprogramm JolinchenKids widmet. Bereits diese Aufzählung macht deutlich, dass es sich um ein umfangreiches und auch komplexes Programm handelt. Dabei wird der Fokus nicht auf einzelne Gesundheitsaspekte gelegt, sondern es wird ein ganzheitlicher Ansatz verfolgt – sowohl thematisch als auch im Hinblick auf die unterschiedlichen Zielgruppen. Aus gesundheitswissenschaftlicher Perspektive liegt genau in dieser Ganzheitlichkeit die größte Stärke des Programms.

Lange Zeit wurde sich in Prävention und Gesundheitsförderung vor allem auf die Förderung ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung konzentriert. Beides sind unbestreitbar wichtige Aspekte für die Gesundheit von Großen und Kleinen. Doch Gesundheitsförderungs-Aktivitäten, die sich allein auf diese beiden Themen konzentrieren und nicht berücksichtigen, dass sie eng mit unserem seelischen Wohlbefinden zusammenhängen, greifen entschieden zu kurz.

Dank Studien wie zum Beispiel dem Kinder- und Jugendgesundheitsurvey des Robert Koch-Instituts (KiGGS) rückt das Thema seelische Gesundheit verstärkt ins Bewusstsein der Akteure,

Seite 1 von 3



die sich mit Gesundheitsförderung beschäftigen. Dass es in Gesundheitsförderungsprogrammen für KiTas eine gegenüber den Aspekten Ernährung und Bewegung gleichwertige Berücksichtigung findet, ist jedoch leider noch keine Selbstverständlichkeit.

Seelisches Wohlbefinden wird entscheidend von der Resilienz eines Menschen, das heißt von seiner psychischen Widerstandsfähigkeit, beeinflusst. Die Resilienz von Kindern kann man gezielt stärken, indem man bestimmte Schutzfaktoren fördert. Hierzu gehören zum Beispiel: sichere Bindung, positives Selbstbild, Selbstwirksamkeit, Wahrnehmen und Ausdrücken können von Gefühlen, Entspannungsfähigkeit und Konfliktfähigkeit. Studien haben gezeigt, dass Kinder mit guter Resilienz größere Chancen haben, sich auch unter ungünstigen Lebensumständen zu gesunden, glücklichen und selbstbewussten Jugendlichen und Erwachsenen zu entwickeln. Es freut mich daher sehr, dass JolinchenKids dem Thema „seelisches Wohlbefinden“ ein eigenständiges Modul widmet, in dem die schützenden Faktoren und Fähigkeiten ganz besonders gefördert werden.

Ein weiterer Pluspunkt des Programms: Dass die Gesundheit der Erzieherinnen Berücksichtigung findet und man sich dieser gezielt widmet. Natürlich sind in einer KiTa die Kinder die Hauptpersonen. Doch ob sie dort optimal gefördert werden, hängt auch entscheidend von den Rahmenbedingungen ab. Materielle und finanzielle Ausstattung, Betreuungsschlüssel und Qualifikation des Personals sind die Basis der Atmosphäre vor Ort. Ebenso wichtig – und das wird in meinen Augen noch immer viel zu wenig berücksichtigt – ist das körperliche und psychische Wohlbefinden der Erzieherinnen. Nur gesunde Erzieherinnen können ihre Kompetenzen vollständig entfalten und die ihnen anvertrauten Kinder optimal fördern und betreuen.

Für die Erzieherinnen ist der KiTa-Alltag häufig durch starke körperliche und psychosoziale Anforderungen gekennzeichnet. Dies geschieht – so nehmen es die Erzieherinnen wahr – nicht zuletzt auch durch immer höher werdende Ansprüche, die von außen an die Betreuungseinrichtungen gestellt werden. Zeitdruck, steigende Erwartungshaltungen von Eltern, hoher Lärmpegel und ungünstige Körperhaltungen bei der Betreuung von Kleinkindern sind nur einige Beispiele, die die Erzieherinnen aus ihrer Sicht als Belastung erleben.

JolinchenKids greift eben diese Anforderungsaspekte auf. Es unterstützt Erzieherinnen dabei, die tägliche Arbeit gut zu meistern und sowohl ihr eigenes körperliches als auch ihr seelisches Wohlbefinden zu stärken – zum Beispiel mit speziellen Angeboten zur betrieblichen Gesundheitsförderung.

Als Wissenschaftlerin freut es mich natürlich ganz besonders, dass bei der Konzeption von JolinchenKids von Anfang an großer Wert auf eine fundierte wissenschaftliche Begleitung gelegt wurde. So wurde beispielsweise ein wissenschaftlicher Beirat etabliert, der die Programmentwicklung begleitet und unterstützt hat, und der auch in Zukunft JolinchenKids beratend zur Seite stehen wird. Parallel dazu hat der AOK-Bundesverband die Pilotphase von JolinchenKids – an der auch die KiTa Kinderspiel hier in Dresden beteiligt war – von einem



unabhängigen wissenschaftlichen Institut evaluieren lassen. Diese Evaluation wurde vom Leibniz Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie (BIPS) durchgeführt. Das Bremer Forscherteam um Prof. Dr. Hajo Zeeb hat sowohl Mitarbeiterinnen der Pilot-KiTs als auch AOK-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die die KiTs betreut haben, nach ihren bisherigen Erfahrungen befragt. Die Ergebnisse sind überaus erfreulich, wie die folgenden Beispiele aus der Befragung von insgesamt 50 KiTa-Mitarbeiterinnen zeigen:

- **98 %** der befragten KiTa-Mitarbeiterinnen beurteilten JolinchenKids als ‚hilfreich‘ oder ‚sehr hilfreich‘.
- **88 %** der befragten KiTa-Mitarbeiterinnen gaben an, dass das KiTapersonal insgesamt ‚motiviert‘ oder ‚sehr motiviert‘ sei, JolinchenKids umzusetzen.
- **98 %** der befragten KiTa-Mitarbeiterinnen gaben an, dass JolinchenKids ‚sehr gut‘ oder ‚gut‘ bei den Kindern ankomme.
- **100 %** der befragten KiTa-Mitarbeiterinnen halten JolinchenKids für integrierbar in den KiTa-Alltag.
- **98 %** der befragten KiTa-Mitarbeiterinnen nahmen an JolinchenKids teil, weil sie die Inhalte überzeugten.
- **98 %** der befragten KiTa-Mitarbeiterinnen wollen die Materialien langfristig einsetzen.
- **73 %** der befragten KiTa-Mitarbeiterinnen würden anderen KiTs empfehlen, JolinchenKids einzuführen. Die übrigen 27 % antworteten auf die Frage mit ‚teils teils‘, 0 % mit ‚nein‘.

Da die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der AOK die Begeisterung für das Programm offenbar teilen, steht einer erfolgreichen Umsetzung nichts mehr im Wege. Befragt wurden jeweils zwei Mitarbeiter der drei Pilot-Regionen. Ebenso wie die KiTa-Mitarbeiterinnen gaben sie an, dass sie das Programm und die dazugehörigen Materialien als sehr stimmig und praktikabel empfinden.

Auch im Hinblick auf zukünftige Anpassungen und die Weiterentwicklung von JolinchenKids scheinen sich die KiTa- und AOK-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einig: Es wurde der Wunsch geäußert, dass das Programm auf den Krippenbereich ausgeweitet wird und man sich regional unter den KiTs und auch unter den AOKs austauscht.

Die positiven Evaluationsergebnisse zeigen, dass JolinchenKids auf dem richtigen Weg ist. Die AOK hat hier ein Programm entwickelt, das sowohl bei den KiTs als auch bei ihren eigenen Mitarbeitern offensichtlich einen Nerv getroffen hat. Auch im Namen meiner Kollegen des wissenschaftlichen Beirats von JolinchenKids, Frau Prof. Heindl von der Universität Flensburg und Herrn Prof. Bittmann von der Universität Potsdam, wünsche ich allen Beteiligten weiterhin viel Erfolg und vor allem Freude bei der Umsetzung.