

Mein Kind verstehen – was Eltern wissen wollen!

Am 18. Oktober 2013 fand in der Arbeiterkammer in Graz die 3. Tagung der Plattform Elterngesundheit (PEG) statt. Der Schwerpunkt lag beim Thema „*Psychische Gesundheit bei Kindern*“.

Dr. Susanne Schmid, stellvertretende Vorsitzende der PEG und des Bundesverbandes der Elternvereine an mittleren und höheren Schulen Österreichs und Vorsitzende des Verbandes der Elternvereine an mittleren und höheren Schulen des Burgenlandes, moderiert den Nachmittag gemeinsam mit **Mag. Andreas Waltenstorfer**, dem Vorsitzenden des Landesverbandes der Elternvereine an mittleren und höheren Schulen der Steiermark.

In Vertretung von Landesrätin Mag. Kristina Edlinger-Ploder spricht Landtagsabgeordnete **Ingrid Gady** Begrüßungsworte. Sie dankt der Plattform für das Engagement und sieht in ihr eine Schnittstelle zwischen Eltern- und Lehrer/innenbildung. Kinder und Jugendliche sehen sich mit vielen Gefahren konfrontiert. Eltern stehen immer wieder vor großen Herausforderungen und stoßen oft an ihre Grenzen, wenn sie sich um eine dem Alter und der Entwicklung entsprechende Behandlung ihrer Kinder bemühen.

Mag. Waltenstorfer dankt **Ingrid Wallner** für die Organisation der Veranstaltung und der Arbeiterkammer für die Räume und die Verpflegung.

An Stelle der stark verkühlten **Ingrid Wallner** verliest ihre Stellvertreterin **Mag. Elisabeth Rosenberger** die einleitenden Worte. Leistungsdruck, Reizüberflutung, familiäre Belastungen sind Problemfaktoren die Eltern und Kinder betreffen. Oft ist es aber für die Eltern schwierig zu erkennen, mit welchen Problemen ihr Kind kämpft. In Österreich sind 15% der Kinder armutsgefährdet, in Wien sogar 28%. Bessere Bildung bedeutet bessere Gesundheit. Die Tagung soll Einblicke in die Gesundheit und Psyche der Kinder geben. Durch die PEG soll eine Brücke zwischen Eltern, Elternvertreter/innen und allen Schulpartnern gebaut werden.

Dr. Elisabeth Wilkens, Schulärztereferentin im BMUKK, bringt an Stelle von MR Mag. Jürgen Horschinegg die Grüße aus dem Ministerium und freut sich auf eine spannende Tagung.

Mag. Judith delle Grazie, Leiterin der Abt. für Gesundheitsförderung und Prävention im BMG, berichtet über die Rahmengesundheitsziele für Österreich, die für die nächsten 20 Jahre gelten sollen. Ziel ist die Verbesserung der Gesundheit aller Menschen, unabhängig von Bildung, Einkommen und Lebensumständen, und die Steigerung der in Gesundheit verbrachten Lebensjahre um zwei. Gesundheit spielt sich im Alltag ab, dort wo Menschen leben, arbeiten, lieben und spielen. Sie skizziert die Entstehungsgeschichte der Erstellung der Rahmengesundheitsziele. 40 Institutionen haben mitgearbeitet, darunter der Bundesverband der Elternvereine.

Zehn Ziele wurden formuliert und im Parlament beschlossen:

- 1: Gesundheitsförderliche Lebens- und Arbeitsbedingungen für alle Bevölkerungsgruppen durch Kooperation aller Politik- und Gesellschaftsbereiche schaffen
- 2: Für gesundheitliche Chancengerechtigkeit zwischen den Geschlechtern und sozioökonomischen Gruppen, unabhängig von der Herkunft, für alle Altersgruppen sorgen
- 3: Die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung stärken
- 4: Die natürlichen Lebensgrundlagen wie Luft, Wasser und Boden sowie alle unsere Lebensräume auch für künftige Generationen nachhaltig gestalten und sichern
- 5: Durch sozialen Zusammenhalt die Gesundheit stärken
- 6: Gesundes Aufwachsen für alle Kinder und Jugendlichen bestmöglich gestalten und unterstützen
- 7: Gesunde Ernährung mit qualitativ hochwertigen Lebensmitteln für alle zugänglich machen

- 8: Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern
- 9: Psychosoziale Gesundheit bei allen Bevölkerungsgruppen fördern
- 10: Qualitativ hochstehende und effiziente Gesundheitsversorgung für alle nachhaltig sicherstellen
- Priorität haben die Ziele 3, 6, 1 und 2. Es wurden Arbeitsgruppen eingesetzt um die Umsetzung der Ziele zu beobachten.

Die Kinderpsychologin **Dr. Sonja Hutter** spricht in Vertretung von Dr. Günter Klug zum Thema „**Überblick über die kindliche Psyche**“ und befasst sich mit einigen Problemfeldern.

- Bei exzessiven Schreien eines Kindes, das meist um die 6. Lebenswoche einsetzt, gilt es vor allem die Eltern zu beruhigen, beide (Kind und Eltern) brauchen Ruhe und Zeit.
- Bei Kindern, die nicht in den Kindergarten gehen wollen, können Trennungsängste oder auch echte Störungen vorliegen. Auch hier sind Ruhe und Gelassenheit angezeigt. Weinende Kinder beruhigen sich oft sehr rasch nachdem die Eltern gegangen sind. Wichtig ist den Kindern zu vermitteln, dass sie einen guten Platz im Kindergarten haben, aber die Eltern müssen auch selbst davon überzeugt sein.
- Die meisten Kinder durchleben ihre Trotzphase zwischen dem 2. und 4. Lebensjahr. Sie ist wichtig und dient der Selbständigkeitsentwicklung. Meist werden zu viele gleichzeitige Anforderungen an das Kind gestellt.
- Kinder mit ADHS brauchen Struktur und Hilfe und die Erwachsenen brauchen viel Geduld.
- Eltern von Schulkindern haben oft das Gefühl, dass sie viel helfen müssen und sind unsicher wie sie etwas erklären sollen, damit es vom Kind verstanden wird. Wenn es größere Schwierigkeiten gibt, kommt es oft zu gegenseitigen Schuldzuweisungen von Elternhaus und Schule. Wichtig ist, dass sich jeder auf seinen Bereich konzentriert und nicht glaubt, den des anderen auch übernehmen zu müssen.
- Manche Kinder leiden unter sozialen Ängsten, Leistungsängsten, Versagensängsten. Es fällt ihnen schwer auch kleine Niederlagen zuzugeben.
- Manchmal reden Jugendliche mit den Eltern nicht mehr oder kaum. Hier könnte man durch das Setzen kleiner Zeichen, z.B. eines gemeinsamen Frühstücks zur Entkrampfung beitragen.

Wenn man keinen Ausweg mehr weiß, sollte man professionelle Hilfe holen. Es werden auch Beratungen nur für Eltern durchgeführt, wenn Kinder nicht mitkommen wollen.

Dr. Angela Huber-Stuhlpfarrer, Schulärztin in Graz, stellt „**Studienergebnisse zur Kommunikation Schule – Elternhaus**“ vor. Die Studie wurde von Sept. 2012 bis Sept. 2013 mittels Befragungen von Kindern und Eltern in zwei steirischen Schulen durchgeführt. Es zeigte sich, dass Eltern größtenteils nicht wissen, was Schulärzt/innen machen. Sie wünschen sich mehr Kommunikation und möchten, dass die Schulärztinnen zur Gesundheitserziehung beitragen. Die Gründe, eine Schulärztin oder einen Schularzt aufzusuchen sind laut Auskunft der Schüler/innen: Reihenuntersuchung (47%), Verletzungen (18%), Schmerzen/Fieber (13%), Beratung (14%), Turnbefreiung (6%). Bei der Frage nach den Aufgaben der Schulärzt/innen stand die Erste Hilfeleistung bei Eltern und Schüler/innen deutlich an erster Stelle, gefolgt von der Beratung. Da die psychischen Probleme stark zunehmen, ist eine Zusammenarbeit zwischen Schulärzt/innen und Schulpsycholog/innen erstrebenswert. Um ein besseres Kennenlernen zu ermöglichen, sollten sich Schulärzt/innen am ersten Elternabend vorstellen. Auf Anfrage erklärt **Huber-Stuhlpfarrer**, dass Schulärzt/innen der ärztlichen Schweigepflicht genau wie alle anderen Ärzt/innen unterliegen, ausgenommen bei Verdacht auf Drogenkonsum.

Corinna-Maria Schaffer, BA, MA, stellt die Servicestelle **Schule der Gebietskrankenkasse** vor. Diese wurde 2005 als Ansprechstelle für schulische Gesundheitsförderung eingerichtet. Sie ist eine Erstberatungsstelle für alle Schultypen mit Ausnahme der Volksschule. Das Gesundheitsförderungsprogramm „**Gesunde Schule – bewegtes Leben**“ richtet sich an HS/NMS, PTS, AHS Unterstufe.

Ein Pilotprojekt für die BMHS in NÖ und Stmk. soll 2014 starten. Es wird ein Netzwerk aufgebaut um finanzielle Unterstützung bei Projekten zu gewähren, Module zu verschiedenen Themenbereichen anzubieten und Partnerschulen vernetzen zu können.

Die Arbeit verläuft nach dem Konzept

Analyse – Planung der Maßnahmen – Umsetzung – Abschlussreflexion.

Nachhaltigkeit wird angestrebt.

Nach der Pause richtet **Mag. Michael Schickhofer**, Landesrat für Bildung, Jugend und Familie Grußworte an das Auditorium. Für seine Tätigkeit hat er das Motto „Begegnen, begeistern, bilden“ gewählt. Kinder brauchen Wertschätzung um sich als Person angenommen zu fühlen. Wenn es Probleme gibt, sollten sie nicht zugedeckt werden. In der Fähigkeit „Menschen begeistern können“ sieht er einen ganz wesentlichen Faktor.

OA Dr. Wolfgang Kaschnitz, medizinische Universität Graz, spricht zum Thema **ADHS**. Es handelt sich hier um ein Phänomen, das vor 25 Jahren noch relativ unbekannt war. Die Symptome sind Aufmerksamkeitsstörung (kurze Konzentration, schwierige Selbstorganisation), motorische Hyperaktivität (eher bei kleineren Kindern) und Impulsivität (Kinder sind stärker unfallgefährdet)

Folgende Typen lassen sich unterscheiden:

- Unaufmerksamkeit und Hyperaktivität/Impulsivität
- Unaufmerksamkeit
- Hyperaktivität/Impulsivität

Die einzelnen Symptome können verschieden stark ausgeprägt sein, sie sind auch nicht immer zu bemerken. Sie treten verstärkt auf, wenn dem Kind langweilig ist, bei großer Ablenkung und bei sich wiederholenden Tätigkeiten. Sie sind weniger wahrnehmbar, wenn das Kind etwas sehr interessiert, eine völlig neue Situation vorfindet oder große Zuwendung spürt.

ADHS hat neurobiologische Ursachen, tritt bei einer schlechten Durchblutung des Gehirns auf. Familiäre und schulische Faktoren spielen eine große Rolle. In die Therapie werden die betroffenen Kinder, deren Eltern und die Schule einbezogen. Die Psychoedukation erstreckt sich auf alle drei Gruppen. Bei Bedarf werden den Kindern Psychopharmaka verabreicht und es kommt eine Verhaltenstherapie zum Einsatz. Den Eltern wird ein Elterntaining, der Schule eine Verhaltensintervention angeboten.

Den Eltern gibt **Kaschnitz** folgende Tipps: *Stärken Sie die positive Beziehung zum Kind! Stellen Sie klare Regeln auf! Geben Sie positive Rückmeldungen! Bleiben Sie konsequent! Bleiben Sie ruhig! Erheben Sie keinen Anspruch perfekt sein zu wollen! Tun Sie sich selbst etwas Gutes!*

Sinnvoll ist eine multimodale Therapie wobei das gesamte Umfeld an einem Strang ziehen muss.

Im Anschluss werden aus dem **Publikum** viele Fragen gestellt, die Antworten zusammengefasst:

Auf ADHS kann es bereits beim Säugling Hinweise geben, manchmal wächst sich das aus. Die Wirksamkeit der Medikamente ist keine Erfindung der Pharmaindustrie, was durch einen Film von zwei Kindern vor und nach längerer Medikamenteneinnahme dokumentiert wird. Die Schnelligkeit der Diagnoseerstellung kann stark variieren, von 1 ½ Stunden bis zu einem Jahr reichen. Für einfache ADHS gibt es keine erhöhte Familienbeihilfe. Zum Einfluss von Elektromog und Handynutzung gibt es keine Daten. Der Einfluss von Zusatzstoffen in der Nahrung spielt keine große Rolle, es gibt wenige Kinder, wo doch ein Einfluss gegeben sein könnte. Diäten sind wirkungslos. Die Anzahl der Betroffenen nimmt nicht dazu, aber die Diagnose wird verbessert. Nebenwirkungen von Medikamenten entsprechen den Nebenwirkungen aller Medikamente.

Zuletzt appelliert Dr. **Kaschnitz** an eine Entschleunigung der Gesellschaft, je mehr Informationen auf Kinder hereinprasseln, desto schwieriger werde es.

Dr. Elfriede Wegrich, Berufsverband Österreichischer Psycholog/innen, befasst sich mit der Frage **„Mobbing – ein Spiegel der Gesellschaft?“** Zu Beginn erläutert sie die Kennzeichen von Mobbing. Es handelt sich um Schikanen, die die Lebensqualität der Betroffenen maßgeblich beeinträchtigen

und letztlich krank machen. Man unterscheidet verschiedene Formen:

Bossing (zwischen Vorgesetztem und Untergebenen), **Staffing** (zwischen Untergebenen und Vorgesetztem), **Bullying** (Schulbereich), **Cyber Mobbing** (durch Einsatz neuer Medien). Mobbing ist ein Verhalten, das bewusst schädigen will. Oft wollen Mobber von eigenen Konflikten ablenken indem sie andere klein machen. Sie sind intolerant gegenüber allem Fremden. Manchmal korrelieren Angst und Aggression. Ein Mobber hat kein Schuldgefühl, deshalb fühlt er sich durch sein Mobbing bestätigt. Opfer sind meist schwach und ängstlich. Die Mitläufer/innen erweisen sich als „wunderbares Publikum“, sie sind mitschuldig, denn sie verstärken die Handlungsweise der Täter. Menschen werden weder als Mobbingopfer noch als Mobbingtäter geboren. Oft setzt eine Fehlentwicklung bereits in der Kindheit ein, Kinder werden nie gelobt und fühlen sich nicht wertgeschätzt. Die Täter - Opferrolle kann auch wechseln. Kinder sollten von klein auf Toleranz lernen und Selbstbewusstsein entwickeln können. Hier sind die Eltern besonders gefragt. Da Kinder erst lernen müssen etwas selbst zu regeln, dürfen Erwachsene, vor allem Lehrer/innen, nicht wegschauen und meinen „Regelt euch das selbst“. Wenn Anzeichen von Mobbing bemerkt werden, ist Eingreifen erforderlich, denn Schweigen und Wegschauen führen zu einer Bestätigung der Täter! Manche Lehrer/innen verfügen allerdings selbst nicht über die erforderlichen sozialen Kompetenzen. Im Bereich Schule muss ein stärkeres Problembewusstsein für das Thema geschaffen werden. Wenn die Lehrer/innen glauben, das Problem nicht allein bewältigen zu können, müssen sie Hilfe holen.

Mag. Rosenberger stellt kurz den von der PEG gestalteten Mobbing Folder vor.

Dr. Philip Streit, Institut für Kind, Jugend und Familie in Graz, befasst sich mit *„Ausgleich und Versöhnung statt Strafe und Härte – Wissenswertes zum Umgang bei drohender Familiengewalt“*.

Über 80% aller Gewaltverbrechen passieren in der Familie. Die Herausforderungen für die Erziehung liegen heute

- am Mangel an Zeit (Eltern haben keine Zeit, denn sie müssen Geld verdienen),
- an der Schwierigkeit die Individualisierung in der Konsumgesellschaft zu schaffen,
- am Leistungsdruck, der die Begeisterung verdrängt,
- an der Problematik der Jobsuche und auch im Migrationsbereich.

Eltern stehen unter Druck, weil sie alles gut und richtig machen wollen, aber die Beziehung bleibt oft auf der Strecke. Die Kinder werden auffällig, weil sie die Eltern auf sich aufmerksam machen wollen. Dem Dilemma des Kindes steht die Hilflosigkeit der Eltern gegenüber.

Unter Gewalt versteht man eine Personen oder Sachen schädigende nicht akzeptierte Handlungsweise. Aggression tritt auf, wenn Beziehungen bedroht sind, fehlen oder nicht gelingen. Aggression ist oft grundsätzlich verständlich, da es darum geht, emotionale Bedürfnisse befriedigen zu können. Sie ist aber nicht naturgegeben und gegen aggressives Verhalten kann etwas getan werden.

Es gibt viele Gründe für das Entstehen von Gewalt in der Familie, genannt werden:

Verteidigung bestehender Beziehungen, Kampf um Anerkennung, Balancesicherung in den Beziehungen, Kompensation von Beziehungsdefiziten, Wunsch nach Festigung von Gemeinschaften.

Falsche Reaktionen sind sowohl autoritäres Reagieren mit Gegengewalt als auch Nichtreagieren. Die Reaktion sollte durch die fünf Prinzipien – Wertschätzung, Präsenz zeigen, wachsame Sorge, neue Autorität und Zivilcourage bestimmt sein.

Dazu werden elf „einfache“ Maßnahmen genannt:

Wertschätzen – eigene Stärken entdecken – Reaktion verzögern – Vorbild sein – Widerstand leisten – Gewalt öffentlich machen – darüber reden – Telefonjoker einsetzen – fünf Minuten Begegnung mit dem Positiven zu suchen – positive Herausforderungen schaffen – sich helfen lassen.

Günter Ebenschweigers Thema lautet *„Alkohol – mit Jugendlichen darüber sprechen“*. Der Experte für (Kriminal-) Prävention und Medienkompetenz beginnt mit dem Satz: *„Das einzig Berechenbare für die Kinder ist die Unberechenbarkeit ihrer alkoholkranken Eltern“*. Jugendliche stehen unter einem enormen Konkurrenzdruck, der Gruppenzwang ist riesengroß. Eltern kommen

nicht mehr zu Informationsveranstaltungen über Drogensucht und Drogenprävention, denn diese Themen werden inflationär abgehandelt. Man muss sich fragen, wie bedeutsam es für unsere Gesellschaft wirklich ist dagegen etwas zu tun. Die Familien sind überfordert, denn die Eltern haben keine Zeit. Der Wohlfühlraum für Kinder ist heute bei McDonalds.

Der Erziehungsstil hat sich gewandelt, aber in welche Richtung soll es gehen? Niemand will mehr als Prediger mit erhobenem Zeigefinger dastehen. Verbote, die nicht nachvollziehbar sind, sind vollkommen sinnlos. Eltern sollten Grenzen setzen und die Einhaltung auch durchsetzen. Sie sollten die notwendige Zeit aufbringen und zuhören können. Sie müssen für ihre Kinder berechenbar sein, sonst werden sie von ihnen nichts erfahren. Sie müssen am Leben ihrer Kinder teilnehmen und die Gesellschaft allgemein muss wertschätzend mit der Jugend umgehen.

Die Antworten von **Ebenschweiger** auf **Publikumsfragen** zusammengefasst:

Es sei sinnlos, Alkohol aus der Öffentlichkeit zu verbannen, man müsse lernen, sinnvoll damit umgehen. Viele Jugendliche greifen zum Alkohol weil sie sich nicht mehr entspannen könnten. Man sollte die Kinder beim Alkoholenuss zunächst begleiten und immer einschätzbar bleiben. Ein einmaliges Über- die- Stränge-schlagen sollte nicht dramatisiert werden. Den Eltern müsse die Bedeutung des Themas bewusst gemacht werden.

Dr. Susanne Schmid spricht sich für alkoholfreie Zonen im öffentlichen Raum aus.

Letzter Programmpunkt ist die Vorstellung des Glücksunterrichts durch **Dr. Eva-Maria Chibici-Revneanu**. Sie ist Leiterin des Projektes „**Glück macht Schule**“ an der PH und dem LSR Steiermark. In der Steiermark gibt es bereits 110 Glücksschulen aller Schultypen von der Volksschule bis zur BHS, weitere könnten heuer noch folgen.

Ziel des Projektes ist es, Schüler/innen selbstsicher und glücklich zu machen, den Begriff Leistung positiv zu besetzen, Schüler/innen Lebenskompetenz zu vermitteln, ihre psychische und physische Gesundheit im Blick zu haben. Weitere Themen sind Gewaltprävention und das Wohlbefinden der Lehrer/innen. Menschen sollen so gestärkt werden, dass Krankheiten erst gar nicht ausbrechen. Das Schulfach Glück wurde zuerst in Heidelberg eingeführt. Es ist ein „Lebensfach“, umfasst alle Schulstufen und es gibt Curricula für die Volksschule, die Sek. 1 und Sek. 2. Mit Ausnahme von einer AHS wird es nicht benotet.

Der Unterricht besteht aus sechs Modulen:

Freude am Leben und seelisches Wohlbefinden - Freude an eigener Leistung – Ernährung- Körper in Bewegung – Körper als Ausdrucksmittel – Das Ich und die soziale Verantwortung

Da der Landesschulrat das Thema Lesen zum Jahresschwerpunkt erklärt hat, ist dieses Schuljahr „Glück er-lesen“ Jahresthema. Im Rahmen der Elternbildung gibt es das Angebot „Auch Eltern haben Glück“.

Derzeit wird ein Kriterienkatalog zur Zertifizierung von Glücksschulen entwickelt.

Die Frage, was „Lebensfach“ bedeute, wird mit einer Veränderung des Unterrichts beantwortet. Das Fach gibt es bereits vereinzelt auch außerhalb der Steiermark. Schüler/innen bezeichneten es als Lieblingsfach.

Die Veranstaltung wird von **Ingrid Wallner** und den beiden **Moderator/innen** geschlossen. Die Power Point Präsentationen werden zur Verfügung gestellt werden.

Dr. Christine Krawarik