

## **Zusammenfassung der Wissenschaftstagung am 06. Oktober 2023**

Ergebnisbericht zur Wissenschaftstagung 2023: Biopsychosoziale Gesundheit von Kindern

Die Wissenschaftstagung 2023 mit dem Schwerpunkt "Biopsychosoziale Gesundheit von Kindern" bot wertvolle Einblicke in die komplexen Aspekte der Kinder- und Jugendgesundheit. Das biopsychosoziale Modell wurde als zentrales Konzept präsentiert, das die Wechselwirkungen zwischen biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren in der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen berücksichtigt. Dieses Modell wurde als äußerst relevant für die Förderung der Gesundheit der jüngsten Generation hervorgehoben.

Die Wissenschaftstagung 2023 bot einen aufschlussreichen Einblick in die Herausforderungen und Möglichkeiten im Bereich der Förderung biopsychosozialer Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.

Der Leiter des Kreisjugendamtes Böblingen, Harry Hennig, ging in seinem Vortrag auf die Rolle der Jugendämter in der Kinder- und Jugendgesundheit ein und betonte, dass Jugendämter umfassende Unterstützung in Form von Beratung und Begleitung für Familien, Kinder und Jugendliche bereitstellen. Diese Dienstleistungen sind entscheidend, um Familien in belastenden Situationen zu unterstützen und die biopsychosoziale Gesundheit von Kindern zu fördern.

Hennig wies darauf hin, dass Gefährdungsmeldungen in der Regel aus verschiedenen Quellen stammen, darunter Schule, Kindergarten, Jugendarbeit, Jugendhilfe, Eltern, Polizei und Gesundheitswesen. Interessanterweise wurde während der Phase der Corona-Pandemie eine Verschiebung in den Quellen von Gefährdungsmeldungen beobachtet. Die Meldungen reduzierten sich stark in Bezug auf Schule, Kindergarten und Jugendarbeit, während sie von Seiten von Polizei, Gesundheitswesen und Eltern verstärkt eingingen. Während der Wiedereröffnungsphasen der Schulen und Kindergärten stiegen die Meldungen aus diesen Bereichen jedoch wieder deutlich an.

Hennig betonte in seiner Präsentation ausdrücklich die gesteigerte Bedeutung von präventiven Maßnahmen welche in den Bereichen Kindeswohlgefährdung, Früherkennung innerfamiliärer Konflikte und Stärkung der Elternkompetenz liegen können. So gewinnen präventive Ansätze zum Schutz der biopsychosozialen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen seiner Erfahrung nach gerade in Krisenzeiten an Bedeutung.

Hennig betonte abschließend die Wichtigkeit eines offenen Diskurses über die Umsetzung der gesetzlichen Ansprüche auf lokaler Ebene. Ein solcher Diskurs ist von zentraler Bedeutung um sicherzustellen, dass die lokalen Ressourcen effektiv genutzt werden, um die Gesundheit und das Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen zu fördern und zu schützen.

Ein Schwerpunkt der Wissenschaftstagung 2023 waren drei Keynote-Vorträge, die das Thema der biopsychosozialen Gesundheit von Heranwachsenden aus unterschiedlichen Perspektiven behandelten.

*Evidenzbasierte Qualitätskriterien für Bewegungskitas – theoretische Grundlage & praktische Anwendung (Prof. Dr. Rolf Schwarz, PH Karlsruhe)*

Prof. Dr. Rolf Schwarz legte den Schwerpunkt seines Vortrags auf die Frage nach der Qualität von Bewegungs-Kindertagesstätten. In seinem Vortrag wurden wesentliche Erkenntnisse zu den Faktoren sowie Empfehlungen zur Verbesserung der biopsychosozialen Gesundheit von Kindern vorgestellt. Prof. Dr. Rolf Schwarz betonte zunächst, dass die Bedeutung der Qualität von Kindertagesstätten nur dann bestimmt werden kann, wenn klar ist, was eine gute Qualität ausmacht. In diesem Zusammenhang verwies er auf den bestehenden nationalen Kriterienkatalog (NKK), der 1.776 Kriterien für Kindergärten festlegt.

Allerdings machte er darauf aufmerksam, dass diese Kriterien oft schwammig formuliert sind und auf subjektiven Einschätzungen basieren. Daraus leitete er die Notwendigkeit ab, klare, messbare und evidenzbasierte Qualitätskriterien einer Bewegungs-Kita zu etablieren.

Prof. Schwarz erläuterte im Anschluss daran, was gute Qualitätskriterien auszeichnet. So sollten diese von Fakten ausgehen und logische und plausible Richtlinien ableiten. Sie sollten positiv formuliert sein, d.h., sie sollten klarstellen, was erreicht werden soll, anstatt das zu vermeiden, was nicht gewünscht ist. Darüber hinaus sollten sie eine präzise und eindeutige Sprache verwenden, um Missverständnisse zu vermeiden.

Besonders betonte er die Notwendigkeit, dass Qualitätskriterien operationalisiert werden, um zu klären, wer was, wann, wie, mit wem und mit welchen Ressourcen durchführt. Dadurch würden die Details und die Vorgaben für eine praktische Umsetzung der Qualitätsstandards festgelegt. Darüber hinaus sollte auf die Messbarkeit der Qualitätskriterien, da nur so eine objektive Vergleichbarkeit sichergestellt werden können. Ohne eine Möglichkeit zur Messung könnten Qualitätskriterien lediglich auf subjektiven Annahmen basieren.

Prof. Schwarz unterstrich außerdem die Notwendigkeit der Anpassbarkeit von Qualitätskriterien, da sich die Realität ständig verändert. Qualitätskriterien sollten regelmäßig überarbeitet werden, um den sich ändernden Bedingungen und Erkenntnissen gerecht zu werden. Nur so könne eine kontinuierliche Qualitätsverbesserung gesichert werden.

Abschließend kündigte Prof. Schwarz die Entwicklung eines Qualitätskatalogs in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sportjugend an. Dieser Katalog wird ab Ende 2023 auf <https://www.kitasinbewegung.de> veröffentlicht, dient dazu, klare Qualitätsstandards in Kindertagesstätten zu etablieren, und soll dazu beitragen, die biopsychosoziale Gesundheit von Kindern durch evidenzbasierte Maßnahmen zu fördern.

### *Psychische Gesundheit von Kindern (Prof. Dr. Tobias Renner, Uniklinikum Tübingen)*

Prof. Dr. Tobias Renner setzte sich in seinem Vortrag mit der psychosozialen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen auseinander, wobei er auf die Auswirkungen von Krisen, insbesondere der Corona-Pandemie, einging. Prof. Dr. Renner legte den Fokus seiner Ausführung zur biopsychosozialen Kinder- und Jugendgesundheit auf die psychosozialen Entwicklungsorte von Kindern und Jugendlichen, wozu er Familie, Schule, Vereine und Gleichaltrigengruppen zählt. Er betonte, dass junge Menschen heutzutage mit verschiedenen Krisen, wie der Corona-Pandemie, Energieproblemen, Klimawandel und Kriegen, konfrontiert seien. Diese Krisen haben erhebliche Auswirkungen auf ihre psychische Gesundheit.

Als ein zentrales theoretisches Konzept zur Erklärung der Einflussfaktoren auf die biopsychosoziale Gesundheit präsentierte Prof. Dr. Renner das Vulnerabilitäts-Stress-Modell. Hierbei wird die Verletzlichkeit eines Menschen bildlich als ein Fass dargestellt, in welches Wasser fließt, das beruflichen und persönlichen Stress sowie soziale Belastungen symbolisiert. Das Fassungsvermögen des Fasses variiert von Individuum zu Individuum, womit veranschaulicht wird, dass jeder Mensch unterschiedlich belastbar ist. Wenn das Fass überläuft, kann dies zu psychischen Erkrankungen führen. Prof. Dr. Renner erklärte, dass durch eine Art Überlaufschutz die Vulnerabilität bei psychisch erkrankten Personen reduziert werden kann. Therapeutische Maßnahmen, darunter psychosoziale Interventionen, Psychotherapie oder Medikamente, können dazu beitragen.

Ein weiterer Schwerpunkt des Vortrags von Prof. Renner lag auf den Ergebnissen der COPSY-Studie. Diese Studie zeigte, dass die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen auch im dritten Jahr nach Beginn der Corona-Pandemie weiterhin belastet ist. Ein alarmierender Befund war, dass drei von zehn Kindern über eine geringe Lebensqualität verfügten, im Vergleich zu zwei von zehn vor der Pandemie. Psychische Belastungen, wie

Ängste und psychische Auffälligkeiten, seien zwar geringer als während der ersten und zweiten Lockdown-Phasen, jedoch höher als vor der Pandemie. Zusätzlich zu den Auswirkungen der Pandemie fühlten sich die jungen Menschen derzeit durch neue Krisen, wie die Energiekrise, den Krieg in der Ukraine und den Klimawandel, belastet. Besorgniserregend war die Tatsache, dass Kinder und Jugendliche aus sozial schwächeren Verhältnissen überdurchschnittlich stark von geringer Lebensqualität aufgrund hoher psychischer Belastung betroffen waren. Einen Einfluss übten dabei auch eine hohe psychische Belastung der Eltern, geringer Bildungsstand, beengte Wohnverhältnisse oder ein Migrationshintergrund.

Prof. Renner betonte die Rolle digitaler Medien als "Rundumversorger" für junge Menschen. Diese Medien bieten neue Erfahrungen und Möglichkeiten, ermöglichen die Bildung eigener Peer-Groups, fördern eigene Ansichten und Werte und unterstützen die Entwicklung von Selbstwirksamkeit in eigener Aktivität, aber bergen natürlich auch gewisse Risiken, indem sie über Krisen informieren, Vorbilder für gesundheitlich riskantes Verhalten bieten und Komplexität der Alltagswelt steigern.

Schließlich hob Prof. Renner die Bedeutung von Resilienzfaktoren hervor. Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbstregulation, Selbstwirksamkeit, soziale Kompetenz, Problemlösungsfähigkeiten, aktive Bewältigungskompetenzen sowie sichere Bindungen und Beziehungen wurden als entscheidende Faktoren zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen identifiziert. Diese Faktoren können durch das Umfeld, wie zum Beispiel durch die Mitgliedschaft in einem Sportverein, gestärkt werden. Darin wird auch, so Prof. Renner, die Bedeutung der Förderung solcher Ressourcen in der Jugendarbeit und Bildung zur Unterstützung der biopsychosozialen Gesundheit von Kindern, deutlich.

#### *Global Matrix 4.0 – Bewegungszeugnisse zur körperlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen (Prof. Dr. Stefan König, PH Weingarten)*

Prof. Dr. Stefan König fokussierte in seinem Vortrag auf die alarmierende Problematik des Bewegungsmangels und übermäßigen Sitzens bei Kindern und Jugendlichen. Seine Präsentation unterstrich die Dringlichkeit, dieses Problem anzugehen, um die biopsychosoziale Gesundheit der jungen Generation zu gewährleisten.

Globale Studien zeigen einen erheblichen Bewegungsmangel bei Kindern und Jugendlichen weltweit. In Deutschland erfüllt derzeit weniger als 20% der 7- bis 17-jährigen Kinder und Jugendlichen die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) von 60 Minuten Bewegung pro Tag oder des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) von 90 Minuten. Wichtig auch, dass es bei diesen Befunden signifikante Unterschiede in Abhängigkeit von Geschlecht, Alter und sozioökonomischen Status gibt. Diese alarmierenden Zahlen betreffen nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern haben auch weitreichende Auswirkungen auf die psychosoziale Entwicklung. Dementsprechend sei es besorgniserregend, so Prof. Dr. König, dass Kinder und Jugendliche an Wochentagen durchschnittlich mehr als 10 Stunden pro Tag sitzen, was etwa 70% ihrer Wachzeit entspricht.

Prof. König betonte noch einmal Bedeutung von Bewegung für die biopsychosoziale Gesundheit von Heranwachsenden sowie die Vielzahl positiver Effekte, nicht nur auf die körperliche Gesundheit, sondern auch auf die psychische und soziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Problematisch sei deshalb die Diskrepanz zwischen dem steigenden Wissen über die Bedeutung von Bewegung und der sinkenden Realität in Bezug auf körperliche Aktivität bei Kindern und Jugendlichen. Trotz des vorhandenen Wissens nehmen die tatsächlichen Bewegungsraten ab.

Um diese Problematik allgemein verständlich und anschaulich zu machen, wurde die Idee von Bewegungszeugnissen entwickelt. Die Ergebnisse basieren auf wissenschaftlichen Erhebungen des Active Healthy Kids (AHKG) Netzwerks sowie 4 Global Matrix Analysen.

---

Dafür haben Expert\*innen zahlreiche wissenschaftliche Studien und Berichte ausgewertet und so das Bewegungsverhalten und die Bewegungsverhältnisse deutscher Kinder im internationalen Vergleich ermittelt. Auf dieser Grundlage werden Notenvorschläge für 11 Kategorien erarbeitet und diskutiert, wie die körperliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen auf Basis dieser Noten zu fördern sei. Zudem zeigt die Einteilung in das Notensystem den nationalen Stand im internationalen Vergleich.

Deutschland erhielt bei den letzten Bewegungszeugnissen in der Kategorie "körperliche Aktivität" lediglich eine Bewertung von 4-, was auf erheblichen Handlungsbedarf hinweist. Es wurde betont, dass das Verharren auf dem Status quo keine Option sei, da wenig aktive Kinder mit hoher Wahrscheinlichkeit ihr Bewegungsverhalten im Erwachsenenalter beibehalten und möglicherweise an zukünftige Generationen weitergeben. Die Förderung von Bewegung und körperlicher Aktivität bei Kindern und Jugendlichen sei daher auch mit Blick auf die Zukunft Deutschlands eine außerordentlich wichtige Aufgabe.

Insgesamt zeigte die Wissenschaftstagung 2023, dass die biopsychosoziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ein komplexes, aber sport- wie allgemeinpolitisch sehr wichtiges Thema ist. Die Ergebnisse der Tagung unterstreichen die Notwendigkeit einer ganzheitlichen Herangehensweise an die Förderung der Gesundheit von Heranwachsenden durch Bewegung und die Bedeutung von evidenzbasierten Interventionen in diesem Zusammenhang. Die präsentierten Erkenntnisse und Empfehlungen können einen wichtigen Beitrag zur Gestaltung zukünftiger Maßnahmen im Bereich der Kinder- und Jugendgesundheit leisten.