

Prävention und Gesundheitsförderung durch die Gestaltung einer anregungsreichen Lernumgebung

M.A. Doris Frei
Marie Meierhofer Institut für das Kind

Referat anlässlich der 17. Nationalen
Gesundheitsförderungs-Konferenz
Olten, 28. Januar 2016



Inhalt

Lebenslanges Lernen – Kompetenzen stärken

- Bildung und Lernen in der frühen Kindheit
- Fakten zur Kindergesundheit in der Stadt Bern
- Bedeutung der Frühen Kindheit für die Prävention und Gesundheitsförderung
- Zentrale Kompetenzen für einen gesundheitsfördernden Lebenswandel
- Unterstützung des Kompetenzerwerbs durch eine anregungsreiche Lernumgebung
- Bedeutung für Politik und Gesellschaft

**„Kinder sollen früh
lernen, zu lernen“
(Aargauer Zeitung)**

**„Absage an die
Verschulung der ersten
Lebensjahre“ (NZZ)**

**„Frühförderung: Bald ein
Pisa-Test für Babys?“
(Beobachter)**

**„Wie Kinder für die
Schule fit gemacht
werden“
(Tages-Anzeiger)**

**„Schluss mit
dem
Frühförderwahn
“
(NZZ)**

Begrifflichkeiten

- **Frühe Förderung:** Mit dem Begriff frühe Förderung ist ganz allgemein die Unterstützung von Kindern in ihrem Lernprozess ab Geburt bis zum Eintritt in die Kindergartenstufe gemeint. Frühe Förderung umfasst dabei die Aspekte Bildung, Betreuung und Erziehung gleichermaßen und schliesst auch die Unterstützung und Beratung der Eltern mit ein. *(vgl. Bildungsplanung Zürich, 2009)*
- **Frühförderung:** Meint in der Regel die Behandlung von Entwicklungsdefiziten im sprachlichen, schriftlichen und/oder motorischen Bereich im Rahmen der Heil- und Sonderpädagogik sowie die Förderung von hochbegabten Kindern. *(vgl. Hafen, 2014)*
- **Frühkindliche Bildung:** Frühkindliche Bildungsprozesse umfassen die Aneignungstätigkeit des Kindes, sich ein Bild von der Welt zu machen. Sie sind Konstruktions- und Lernprozesse im Innern des Kindes, auf deren Basis es neues Wissen und neue Kompetenzen erwirbt. *(vgl. Wustmann Seiler & Simoni, 2012)*



Frühkindliche Bildung vollzieht sich im Alltag. Sie ist ganzheitlich und umfasst Lernen mit allen Sinnen.

Frühkindliche Bildung ist **kein** „Lektionenunterricht“ und **kein** vorverlegtes schulisches Lernen!

„Nie wieder im späteren Leben ist ein Mensch so offen für neue Erfahrungen, so neugierig, so begeisterungsfähig und so lerneifrig und kreativ wie während der Phase der frühen Kindheit.“

(Hüther, 2007)



Die Mehrheit der Kinder in der Stadt Bern ist gesund!

Gesundheitliche Probleme (z.B. chronische Erkrankungen, Allergien, Kopf- und Bauchschmerzen):

- Bei 28% der Mädchen und 35% der Jungen gaben die Eltern von KiGa-Kindern gesundheitliche Probleme ihrer Kinder an.
- In der 4. Klasse war dies bei 36% der Mädchen und 39% der Jungen der Fall.

Übergewicht:

- Im ersten KiGa-Jahr waren 14.3% der Mädchen und 12.4% der Jungen übergewichtig – im zweiten KiGa-Jahr war der Anteil bereits deutlich höher.

Motorik:

- Bei 25.3% der Kinder im KiGa-Alter wurde die Grobmotorik als auffällig beurteilt, bei 23.6% die Feinmotorik.

Sprachentwicklung:

- 14.5 % der KiGa-Kinder zeigten eine auffällige Sprachentwicklung.

Zahnhygiene:

- 55% der 12-Jährigen war kariesfrei.

→ Bei allen Bereichen wurde ein starker Zusammenhang mit der Bildung der Eltern festgestellt.

Vgl. Direktion für Bildung, Soziales und Sport Bern (Hrsg.) (2014). Kindergesundheitsbericht Stadt Bern. Die Gesundheit aus Sicht der schulärztlichen, schulsozialen und schulzahnärztlichen Praxis. Bern.

Prävention & Gesundheitsförderung

- **Prävention:** Ein schlechterer Gesundheitszustand oder eine physische oder psychische Krankheit sollen verhindert oder hinausgezögert werden → Vermeidungsstrategie
- **Gesundheitsförderung:** Menschen sollen durch die Verbesserung ihrer Lebensbedingungen eine Stärkung der gesundheitlichen Entfaltungsmöglichkeiten erfahren → Promotionsstrategie

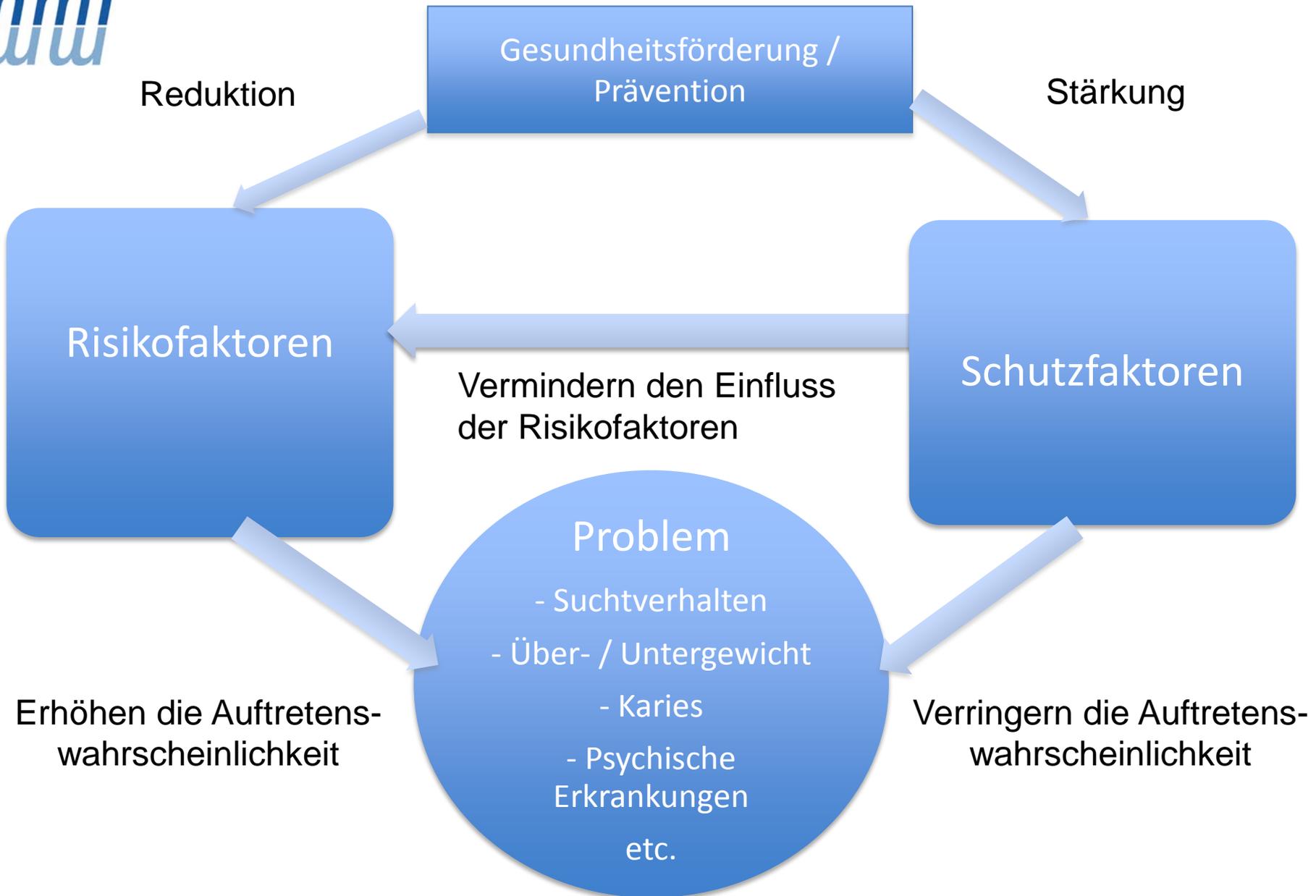
Prävention und Gesundheitsförderung sind zentrale Themen für die Frühe Kindheit.

Bedeutung der frühen Kindheit für die Prävention und Gesundheitsförderung

Viele Weichen für die spätere psychische und physische Gesundheit werden in der Frühen Kindheit gestellt:



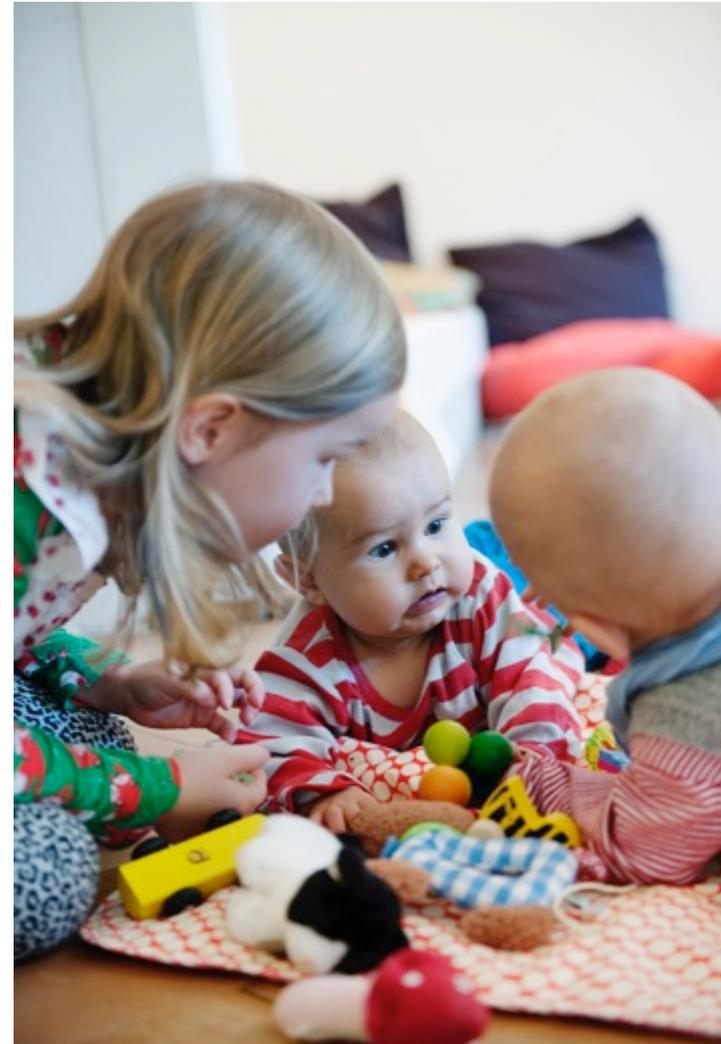
- Ein grosses Mass an erlebtem Stress in der Frühen Kindheit führt dazu, dass die erwachsene Person Stress weniger gut regulieren und bewältigen kann.
- Ernährungsgewohnheiten eignen sich Kinder bereits in den ersten Lebensjahren an.
- Die Grundlage für schwere psychische Störungen werden im ersten Lebensjahr gelegt (z.B. wenn ein Kind nicht ausreichend emotionale Zuwendung bekommt).
- Die Beziehungsfähigkeit, die Identität und die Selbstwahrnehmung eines Menschen entwickeln sich in den ersten Lebensjahren.



Zentrale Kompetenzen für einen gesundheitsförderlichen Lebenswandel

- Kommunikationsfähigkeit
- Konfliktfähigkeit
- Hohe Frustrationstoleranz
- Problemlösefähigkeit
- Selbstvertrauen
- Selbstwirksamkeitsempfinden
- Gesundheitsbewusstsein (Ernährung, Bewegung, Zahnpflege...)
- ...

= Schutzfaktoren



Grundvoraussetzungen für die Entwicklung gesundheitsförderlicher Kompetenzen

1. Psychisches und physisches Wohlbefinden
 2. Verlässliche Bezugspersonen und tragfähige Beziehungen
 3. Anregende Umweltbedingungen für gesundheitsförderliches Verhalten
- ➔ Grundlagen für eine gesunde, selbstbestimmte und stärkende Entwicklung junger Kinder.

Um diese Voraussetzungen zu ermöglichen, braucht es eine anregungsreiche, sichere und bestärkende Lernumgebung!

Aufgaben der Erwachsenen

- Bedürfnisse der Kinder erkennen und aufnehmen
- Anregungsreiche Lernräume bereitstellen
- Partizipation ermöglichen
- Den Kindern etwas zutrauen
- Herausforderungen bieten
- Angemessene Unterstützung anbieten
- Selbstwirksamkeitserfahrungen ermöglichen
- Sicherheit vermitteln
- Das Zusammensein mit anderen Kindern ermöglichen und begleiten



Aufgaben der Erwachsenen

- Motivierende Rückmeldungen geben
- Ausdrucksfähigkeit unterstützen
- Ideen und Interessen der Kinder aufnehmen
- Freude an gesunder Ernährung und Bewegung vermitteln
- Vorbild sein
- Beziehung stärken
- ...



Was fällt auf?

- $1+2=3$
- $3 \times 3=6$
- $4+5=9$
- $3+8=10$
- $4+6=10$
- $2-1=1$
- $7-4=3$
- $2+4=6$

Was fällt auf?

- $1+2=3$
- $3 \times 3=6$
- $4+5=9$
- $3+8=10$
- $4+6=10$
- $2-1=1$
- $7-4=3$
- $2+4=6$

oder

- $1+2=3$
- $3 \times 3=6$
- $4+5=9$
- $3+8=10$
- $4+6=10$
- $2-1=1$
- $7-4=3$
- $2+4=6$

defizitorientiert

vs.

ressourcenorientiert

Fazit



„In der Gesundheitsförderung kleiner Kinder sind nicht externe Fachpersonen gefragt, die spezifische Kompetenzen und gesundheitsbezogene Themen vermitteln, sondern ihnen vertraute Bezugspersonen, die die Interessen der Kinder aufgreifen und mit ihrem eigenen Wissen vertiefen können.“

Fokuspublikation Gesundheit (2014), S. 14

- Eltern und Betreuungspersonen müssen mit dem Wissen und den Ressourcen ausgestattet werden, um im Sinne der Gesundheitsförderung zu handeln
 - Unterstützung der Eltern durch Beratungs- und Elternbildungsangebote
 - Ermöglichung von Teilzeitarbeit
 - Gewährleistung einer kindgerechten medizinischen Betreuung
 - Qualitativ gute und quantitativ ausreichende familienergänzende Kinderbetreuungsangebote
- Kinder und Familien sollen früh unterstützt werden, um soziale und wirtschaftliche Benachteiligungen möglichst auszugleichen – Zugang für alle sicherstellen
- Vernetzung von einzelnen Akteuren und Angeboten (Kinderärzte, Bewegungs-/Sportangebote für kleine Kinder, Kitas, Spielgruppen, Ernährungsberaterinnen etc.) → müssen voneinander Kenntnis haben
- Quartiere müssen so gestaltet sein, dass kleine Kinder zu Bewegung anregt werden und ihnen Selbstständigkeit ermöglicht wird



**Danke für die
Aufmerksamkeit!**

Filme: www.kinder-4.ch

Fotos: *Bildungsdirektion Kanton Zürich*

Literatur:

- Bildungsdirektion Kanton Zürich (Hrsg.) (2009). Frühe Förderung. Hintergrundbericht zur familienunterstützenden und familienergänzenden frühen Förderung im Kanton Zürich. Zürich.
- Direktion für Bildung, Soziales und Sport Bern (Hrsg.) (2014). Kindergesundheitsbericht Stadt Bern. Die Gesundheit aus Sicht der schulärztlichen, schulsozialen und schulzahnärztlichen Praxis. Bern.
- Hafen, M. (2014). „Better Together“ – Prävention durch Frühe Förderung. Präventionstheoretische Verortung der Förderung von Kindern zwischen 0 und 4 Jahren. Überarbeitete und erweiterte Version des Schlussberichtes zuhanden des Bundesamtes für Gesundheit. Luzern: Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.
- Netzwerk Kinderbetreuung Schweiz & Schweizerische UNESCO-Kommission (Hrsg.) (2015). Fokuspublikation Gesundheit: Aspekte und Bausteine qualitativ guter Gesundheitsförderung und Prävention in der Frühen Kindheit. Eine thematische Vertiefung des Orientierungsrahmens für frühkindliche Bildung, Betreuung und Erziehung in der Schweiz. Zofingen.
- Wustmann Seiler, C. & Simoni, H. (2012). Orientierungsrahmen für frühkindliche Bildung, Betreuung und Erziehung in der Schweiz. Erarbeitet vom Marie Meierhofer Institut für das Kind, erstellt im Auftrag der Schweizerischen UNESCO-Kommission und des Netzwerks Kinderbetreuung Schweiz. Zürich.