

## Was brauchen Kinder?

*Oggi Enderlein*

Die Frage „Was brauchen Kinder?“ – wohl bemerkt: im Schulalter – wird in unserem Land nicht so oft gestellt. Sobald Kinder in der Schule sind, liegt den meisten Erwachsenen nämlich eine andere Frage näher: „Was müssen wir Erwachsenen unternehmen, damit die Kinder so werden, wie wir es für notwendig halten? – Wie müssen wir sie erziehen?“ Je nachdem, um welche Erwachsenen es sich handelt, fällt die Frage unterschiedlich aus:

- Bei Politikern lautet sie: Was müssen unsere Schüler wissen und können, damit die deutsche Wirtschaft auch in Zukunft international konkurrenzfähig bleibt und die Renten gesichert sind?
- In der Wirtschaft wird gefragt: Was können wir auf den Markt bringen, was kann zum Modeprodukt „promotet“ werden, damit es die Kids und ihre Eltern kaufen, z.B. Schlapperhosen, Kickboards, Scoubidou?
- Die Krankenkassen interessieren sich für die Frage: Wie können wir erreichen, dass die Kinder wieder schlank werden, damit die Kassen später nicht so viel für Herz- und Kreislauferkrankungen und Diabetes ausgeben müssen?
- Lehrerinnen und Lehrer stellen sich die Frage: Wie kann ich das vorgeschriebene Pensum vermitteln, damit es wenigstens der größere Teil der Schüler/innen versteht und auch beherrscht? Wie kann ich Ruhe in der Klasse herstellen, wie beherrsche ich aufsässiges Verhalten?
- Vater und Mutter fragen (sofern sie an der Entwicklung ihrer Kinder interessiert sind, was leider nicht immer der Fall ist): Was muss mein Kind können, um mit den anderen mithalten? Wie kriege ich mein Kind dazu, etwas zu tun oder zu lassen, was ich will? Welche Leistung muss es bringen, um zu einem vernünftigen Bildungsabschluss zu kommen, damit es später nicht arbeitslos oder gar kriminell wird? Wie halte ich es von schlechtem Einfluss ab?
- Ärzte sehen Kinder meist als Patienten und stehen oft unter dem Druck, Medikamente zu verschreiben, zum Beispiel gegen Zappeligkeit, Konzentrationsschwäche, Aggressivität, Schlafprobleme, Bauch- und Kopfschmerzen.

Wie das Leben aus der Perspektive der Kinder aussieht, gerät dabei oft ins Hintertreffen. Deshalb möchte ich Ihnen zu diesem Thema zunächst ein paar aufschlussreiche Daten nennen. In einem zweiten Schritt wird dargestellt, was Kinder zwischen Einschulung und Pubertät brauchen, um sich gesund zu entwickeln und gut zu lernen. Drittens soll deutlich werden, worauf geachtet werden muss, wenn Kinder einen wesentlichen Teil ihres Tages in der Schule verbringen.

### **Einige Daten zum Befinden der Kinder in unserem Land**

Im Jugendgesundheitsurvey 2003 geben Schülerinnen und Schüler der 5., 7. und 9. Klassen an, dass sie fast jede Woche, mehrmals pro Woche oder fast täglich unter folgenden psychosomatischen Symptomen leiden:

- Müdigkeit/Erschöpfung 46,2 %
- Schlechte Laune/Reizbarkeit 30,5 %
- Einschlafstörungen 26,9 %
- Kopfschmerzen 24,5 %

Für die 5. und 7. Klassen wurde festgestellt, dass 20 % der Schüler/innen zumindest grenzwertig psychisch auffällig sind (mehr Mädchen als Jungen) und 27 % der Jungen Verhaltensprobleme haben. Schule ist Angstfaktor Nummer eins bei Schulkindern – so das jüngste Kinderbarometer aus Nordrhein-Westfalen. Auch aus anderen Studien wissen wir, dass viele Kinder in Deutschland Angst vor der Schule haben. Und gleichzeitig wird Unterricht häufig als langweilig erlebt – je älter die Kinder sind, umso mehr! Erziehungsberatungsstellen machen die Erfahrung, dass die emotionalen Belastungen von Kindern zunehmend häufiger so weit gehen, dass immer jüngere Kinder mit dem Gedanken spielen, sich das Leben zu nehmen. Im Jugendgesundheitsurvey 2003 wurde festgestellt, dass diese Symptome ganz klar mit dem erlebten Schulstress zusammenhängen.

Wenn man sich eine Klasse mit 24 Schüler/innen vorstellt, von denen acht Kopf- oder Bauchschmerzen haben, fünf übermüdet herumhängen, sieben Jungen verhaltensauffällig agieren, um die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen, vier Mädchen voller Sorgen vor sich hingrübeln, fünf als psychiatrische Grenzfälle gelten können, und elf latente Angst haben, dann wird deutlich, dass unter diesen Bedingungen keine gute Arbeitsstimmung aufkommen kann. Zum Glück sind die „normalen“ Schülerinnen und Schüler immer noch in der Mehrzahl, aber auch sie werden durch ihre belasteten Klassenkameraden in ihrem Lerneifer und Wohlbefinden gebremst. Hinzu kommt, dass die belasteten Kinder oft unter mehreren Symptomen gleichzeitig leiden. Auch die Lehrerinnen und Lehrer geraten immer mehr unter Druck, und allen Beteiligten vergeht die gute Laune. Mehr von dieser Art des Schulalltags – auch noch am Nachmittag – wäre deshalb fatal.

Doch wie sehen denn die Nachmittage der meisten Kinder heute aus? Jedenfalls ist kaum noch ein Kind so recht in der Lage, sich von der Schule zu erholen und einen Ausgleich zu finden, weil die Halbtagschule längst keine Angelegenheit mehr ist, die spätestens um 15 Uhr, wenn die Hausaufgaben erledigt sind, ad acta gelegt werden kann. Die Zeit für Schularbeiten ist in den letzten Jahren deutlich angestiegen (ARD/ZDF-Studie „Kinder und Medien 2003“). In bildungsorientierten Familien kommen Nachhilfeunterricht und andere Sonderunterrichte dazu. Das Leben vieler moderner Kinder ist weit in den Nachmittag und Abend hinein von Lern- und Leistungsanforderungen bestimmt, die von Erwachsenen vorgegeben sind.

Damit steigt der Druck an Belastungen, durch den nicht nur die Kinder krank und auffällig werden. Auch viele Eltern werden zunehmend nervös und geraten selbst unter Druck, wodurch sich die Symptome der Kinder weiter verschärfen können. Unter dieser Entwicklung leidet dann wieder die ganze Familie, und nicht wenige Familien zerbrechen letztlich am Schulstress. Häufig wird dann von Lehrern und Psychologen das Argument vorgebracht, dass ein Schüler oder eine Schülerin schlechte Noten schreibt oder sich auffällig verhält, weil er oder sie aus einer Trennungsfamilie kommt. Wie häufig Stress in der Schule der eigentliche Auslöser der Probleme war, wird fast nie thematisiert. Die gesunde Entwicklung der Kinder kann aber nicht nur durch

die Schule eingeschränkt werden. Kinder zwischen sechs und dreizehn Jahren sitzen zwei bis drei Stunden pro Werktag vor dem Fernsehgerät, bewegen sich nur noch etwa eine Stunde pro Tag aktiv, sind weniger draußen, schlafen weniger als noch vor zehn Jahren („Kinder und Medien 2003“, Jugendgesundheitssurvey 2003). Etwa 20% der Mädchen und 25% der Jungen sind wirklich dick, Ausdauer- und Koordinationsfähigkeit nehmen von Jahrgang zu Jahrgang ab.

Doch wie kann den Kindern geholfen werden? Durch mehr Unterricht, mit Medikamenten, mit Krankengymnastik, mehr Sport, mit autogenem Training, Psychotherapie oder Diäten? Vielleicht können wir eine richtige Antwort dadurch finden, indem wir betrachten, was Kinder natürlicherweise tun, wenn sie nicht unter der Anleitung von Erwachsenen stehen, und uns dann fragen, welchen Sinn diese Tätigkeiten in Bezug auf ihre Entwicklung haben könnten. Wenn Sie sich selbst einmal in die Zeit zurück versetzen, als Sie etwa acht bis zehn Jahre alt waren, also zwischen der 2. und 4. Klasse: Was haben Sie gemacht, wenn keine Schule war und Sie nicht unter der Aufsicht oder Anleitung von Erwachsenen standen?

Eine etwa 40jährige Frau, die in Süddeutschland in einem Weinbaugebiet aufgewachsen ist, erzählte mir folgendes Beispiel: „Da saß ich mit meiner Freundin auf einer Brücke am Flösschen. Die Füße reichten gerade nicht bis zum Wasser. Und dabei ein Tütchen lila Brausepulver schlotzen (lutschen): Wer die lilanere Zunge hatte! Und dann das Tütchen ins Wasser werfen, zur nächsten Brücke laufen, das Tütchen rausfischen – und weiter dran schlotzen: Das war das Größte!“

### **Worum geht es? Was geschieht?**

In der Zeit zwischen Einschulung und Pubertät dominieren bei den Kindern folgende selbstbestimmte Aktivitäten:

mit Gleichaltrigen zusammen sein die Welt außerhalb des Elternhauses entdecken, mit ihren Elementen spielen, etwas tun, was man sich selbst ausgedacht hat, Geheimes, Verbotenes, Riskantes oder Ungehöriges tun, sich bewegen, verbunden mit Herausforderungen an die Geschicklichkeit und allgemeiner Körpererfahrung, aus eigenem Antrieb etwas „Nützliches“ tun, Gefühle erleben und ausdrücken. Welche Bedeutung haben diese offenbar alterstypischen Tätigkeiten für die Entwicklung der Persönlichkeit?

### **Die Entwicklung sozialer Kompetenz**

In jeder Altersphase lernen wir Grundstrukturen unserer Welt, unseres Lebens kennen: im ersten Jahr Grundbeschaffenheiten wie trocken-nass, Tag-Nacht, bekannt-fremd und so weiter. Im Kleinkindalter kommen Ordnungsstrukturen wie Sprache, Farben, Zahlen hinzu, aber auch Zeitzusammenhänge wie heute, morgen und gestern, soziale Normen wie mein-dein und „Danke“-Sagen, sowie soziale Bezüge wie Tante, Cousine oder Chef. Erst im Alter zwischen etwa sieben und dreizehn Jahren lernen wir den Umgang mit sozialen Gesetzmäßigkeiten: Es geht darum, was fair ist und was unfair, was gemein ist, was „gildet“ und was nicht, was Vertrauen und was Verrat bedeutet und vieles mehr. Kinder in diesem Alter wollen und müssen herausfinden, wann, warum und wie jemand emotional reagiert: Wann jemand zum Beispiel beleidigt ist oder wütend wird, womit man jemanden erschrecken kann, oder wie man jemandem eine Freude macht, jemanden aufmuntert oder was Trost bedeutet. Es geht

außerdem darum, die eigene Rolle und Position innerhalb der eigenen Altersgruppe zu finden: Wer ist „Bestimmer“, wer „Mitmacher“, wer „Anstachler“, wer „Mahner“ und wer „Petze“? Die „großen“ Kinder brauchen für ihr Wohlergehen die Gesellschaft anderer Kinder. In der Gemeinschaft handeln sie ihre Regeln aus, korrigieren und unterstützen sich und regen einander an, sich weiter zu entwickeln.

Es sind vor allem folgende Erfahrungen und Lerninhalte, die für das spätere Leben in Partnerschaft, Familie, Beruf und Gesellschaft wesentlich sind:

**Erkunden sozialer Phänomene: Normen, Regeln und Gesetze.** Dabei werden Grenzen ausgelotet und natürlich auch überschritten: Das sind dann die ungehörigen, verbotenen, unanständigen und gefährlichen Dinge. Durch ihr „Spiel“ mit den Regeln, Normen und Werten bekommen die Kinder aber auch einen Sinn für das, was Fachleute „prosoziales“ Verhalten nennen.

**Gemeinschaftsgefühl und Teamfähigkeit:** Erst Kinder ab etwa zehn Jahren erleben ein „Wir-Gefühl“ im Sinn einer Gruppenzugehörigkeit. Sie suchen und inszenieren dieses Gefühl, indem sie Vierer- oder Fünfer-Gruppen bilden. In vielen 4. und 5. Klassen gibt es Elternabende, in denen das „Problem Mobbing“ auf der Tagesordnung steht. Meistens geht es dabei um Cliquesbildung. Erwachsene erwarten sehr oft, dass in einer Klasse von 24 Schüler/innen jedes Kind mit jedem anderen in „gleicher“ Beziehung stehen soll. Nur den wenigsten ist bewusst, dass sie auch als Erwachsene in einer Gruppe ab etwa acht Personen damit überfordert sind! Kinder brauchen und suchen autonome Gruppenerfahrungen in kleineren Einheiten, um überhaupt ein Gefühl für Gemeinschaft entwickeln zu können. In diesen Gemeinschaften inszenieren und erproben sie auch Erfahrungen wie Teamgeist, gegenseitige Unterstützung oder Verlässlichkeit. Natürlich lernen sie mit der Cliquesbildung auch die Kehrseite von geschlossenen Gruppen kennen: Ausgrenzung und Abschottung.

**Emotionale Kompetenz:** Ab etwa neun Jahren gelingt es den meisten Kindern, bis zu einem gewissen Grad emotional und sozial die Perspektive eines anderen einzunehmen. Bis dahin erleben sie das, was zwischen ihnen und anderen geschieht, aus ihrer Sicht. Unbewusst probieren sie diese neue Perspektive immer wieder aus, indem sie mit den Gefühlen und Reaktionen der anderen „spielen“. Auch wenn dabei manchmal Grenzen überschritten werden, entwickeln sich wichtige Fähigkeiten, wie zum Beispiel Rücksichtnahme, Empathie, Gerechtigkeitsempfinden, soziale Verantwortung und Gefühl für moralische Werte.

## Die Entwicklung von Schlüsselqualifikationen

Neben dem zentralen Thema des sozialen Miteinanders geht es im Alter zwischen Einschulung und Pubertät aber auch um die Entwicklung von weiteren Schlüsselqualifikationen, die im Erwachsenenleben eine wichtige Rolle spielen. Hier ein paar Beispiele:

- **Eigenverantwortlichkeit, Initiative.** Auf eigene Faust und aus eigener Kraft etwas zu tun, bedeutet Verantwortung zu übernehmen (auch wenn Kinder die Tragweite ihres Handelns nicht immer wirklich ermessen können). Aus eigenem Antrieb etwas in die Wege geleitet und umgesetzt zu haben, ist (meistens) eine gute Erfahrung. Menschen, die in ihrer Kindheit dieses positive Gefühl wiederholt erleben konnten, sind auch als Erwachsene initiativer als jene, die als Kinder zurückgehalten wurden, selbstständig

aktiv zu sein. Das heißt, dass Kinder in diesem Alter Selbstständigkeit und Selbstsicherheit entfalten, wenn sie Gelegenheit haben, in einem altersgemäßen Rahmen eigenständig handeln zu können. Ebenso wichtig ist im Schulalter die weitere Entwicklung von Energie, Wille und Beweglichkeit. Wenn Kinder miteinander oder auch allein spielen, geht es sehr oft um körperliche Geschicklichkeit und um den Einsatz von Willen: „Wer ist der Schnellste?“ – „Ich werde schon irgendwie mit dem Skateboard auf dieses Mäuerchen kommen!“ – „bis zur ...Sendung kriege ich das Scoubidou fertig!“ – „Diesmal schaffe ich die nächste Stufe im Computerspiel!“ Damit trainieren Kinder ihr Durchhaltevermögen, ihren Einsatzwillen, und nicht nur ihre körperliche, sondern auch ihre geistige Beweglichkeit (die deutschen Kindern laut Pisa-Studie besonders fehlt).

- Konzentrationsfähigkeit. Wenn Kinder selbst etwas machen, ausprobieren, experimentieren, sind sie in der Regel tief in ihre Tätigkeit versunken: Sie sind hochkonzentriert. (Man denke nur an die Konzentration der Kinder bei ihren Computerspielen!)
- Widerstandskraft. Im Alter von etwa sechs oder sieben Jahren entfernen sich Kinder zunehmend vom ‚Rockzipfel‘ der Erwachsenen. Ab etwa sechs Jahren wollen Kinder zum Beispiel in der Regel von sich aus nicht mehr auf den Arm genommen werden. Das heißt, dass die „großen Kinder“ mit den „Härten des Lebens“ in gewissem Maß selbst zurecht kommen wollen und müssen. Dazu brauchen sie Widerstandskraft, die sie im Umgang mit sich und der Welt auch suchen und erproben. Ein Beispiel: Obwohl es regnet, wollen die Jungen kicken. Ein Junge zieht seinen Anorak aus, weil das Tor markiert werden muss. Beim Spiel stürzt er und schürft sich den Arm auf. Obwohl er nun schmutzig geworden ist, die Wunde schmerzt und er den Wunsch hat, dass die Wunde versorgt und er selbst bedauert und getröstet wird, spielt er weiter. Indem er sich beherrscht, erprobt er seine emotionale Widerstandskraft. Aber auch seine körperlichen Abwehrkräfte werden angeregt – nicht nur wegen der Bewegung in der Kälte; kleine Verletzungen, der Kontakt mit natürlichem „Schmutz“ wirkt, wie man heute weiß, auch prophylaktisch gegen Allergien (auch wenn Wunden zu Hause natürlich richtig versorgt werden müssen).
- Zuversicht, Lebensmut. In vielen „Spielen“ suchen die Kinder offenbar die Bestätigung dafür, dass sie in gewissem Maß „unverletzbar“ sind. Dazu gehört zum Beispiel, dass sich Kinder im eigenständigen Spiel kleinen Ängsten aussetzen und ihnen standhalten. Die eine Seite ist, dass diese Spiele aus Erwachsenensicht oft gefährlich sind. Die andere Seite aber ist, dass das Kind durch die Überwindung von Angst ermutigt wird (und diese Spiele sind ja nicht zwangsläufig gefährlich). Ein anderes Beispiel: Draußen im Dunkeln Verstecken zu spielen ist unheimlich – macht aber Spaß, weil man sich „groß“ fühlen kann, wenn die Angst besiegt ist. Etwas Nützliches zu tun, ist auch eine sehr positive, ermutigende Grunderfahrung für Kinder, vor allem dann, wenn sie aus eigener Initiative handeln.
- Souveränität, emotionale Stabilität. Kinder in der Zeit zwischen Einschulung und

Pubertät versuchen zunehmend, sich durch seelische oder körperliche Verletzungen nicht in die Knie zwingen zu lassen. Und es ist erstaunlich, was Kinder manchmal aushalten. Denn andauernde Kränkungen oder tiefe seelische Verletzungen führen letztlich zu seelischen Problemen und Verhaltensstörungen. Viel häufiger und nachhaltiger als durch Altersgenossen fühlen sich Kinder im Schulalter von Eltern und Lehrer/innen seelisch verletzt und entwertet. Wenn Kinder zuweilen etwas rau und kränkend miteinander umgehen, reagieren aber meistens die Erwachsenen alarmierter als die Kinder selbst. Denn Kinder probieren untereinander aus, wie weit sie gehen können. Sie setzen dabei auf ihre gegenseitige Rückmeldung und wollen im Grunde auch herausfinden, was sie selbst ertragen können. Denn sie sind auf der Suche nach ihrer eigenen Souveränität und emotionalen Stabilität. Ein Beispiel: „Der Max hat mich beleidigt, aber er ist mein Freund und deshalb räche ich mich nicht.“ Kinder suchen, wie gesagt, nach den Regeln des sozialen Miteinanders. Wenn sie unsicher sind, senden sie normalerweise mehr oder weniger direkte Anfragen an die Erwachsenen, ob das, was geschieht, noch im Rahmen liegt oder schon zu weit geht. Dann brauchen sie selbstverständlich eine deutliche Rückmeldung: Die „Täter“ haben Anspruch auf eine eindeutige Benennung der seelischen oder körperlichen Schmerzen, die sie dem anderen zugefügt haben. Den „Opfern“ aber tut eine übertriebene Dramatisierung ihrer Schmerzen in der Regel nicht gut, weil sie ihre subjektive Kraft in Frage stellt. Die ewige Gratwanderung im Umgang mit Kindern ist in diesem Bereich besonders heikel.

### **Die Entwicklung von Lebendigkeit und Ausstrahlung**

Wenn Kinder selbstbestimmt spielen, geht es nicht nur um soziale Gefühle, sondern fast immer um ein ganzes Repertoire von Gefühlen: Kinder können sich in Gefühle wie Ausflippen, Begeisterung, Leidenschaft, liebevolle Zuwendung, Abscheu, Ekel, Schmollen, Quatschmachen regelrecht hineinsteigern. Sie inszenieren diese Gefühle und „spielen“ mit ihnen. Dadurch erwerben sie emotionale Lebendigkeit, Differenziertheit und Ausstrahlung.

### **Die Entdeckung der Welt und ihrer Naturgesetze**

Schließlich spielt für die „großen Kinder“ das Spielen und Experimentieren in und mit der Natur eine wichtige Rolle. In fast allen Befragungen wünschen sich Kinder mehr „Natur“, in der sie spielen und auf Entdeckung gehen können. Denn dabei lernen sie eine Menge. Zum Beispiel, wie Materialien beschaffen sind: Wann bricht das Holz? Was brennt wie? Was riecht wie dabei? Beim Spielen in und mit der Natur erwerben Kinder nebenbei Grundwissen, das oft eine wichtige Voraussetzung ist, um die theoretischen Inhalte des Schulstoffs überhaupt verstehen zu können. Vielen Kindern fehlt jedoch heute dieses Basiswissen.

### **Was brauchen Kinder, um sich gesund zu entwickeln?**

Erwachsene denken häufig, dass Kinder nichts anderes mehr wollen, als vor den Bildschirmen zu sitzen. Das stimmt nicht ganz. Die folgenden Informationen stammen aus mehreren Studien (am Textende sind dazu einige Quellen aufgelistet, die online verfügbar sind):

Bei den meisten Kindern rangiert der Wunsch, sich mit Freunden zu treffen und draußen zu

spielen, deutlich vor Fernsehschauen und allen anderen Freizeitbeschäftigungen. („Kinder und Medien“ 2001 und 2003). Die meisten Kinder jenseits des Spielplatzalters wünschen sich bessere Möglichkeiten, um draußen mit anderen spielen zu können. Schulhöfe werden von den meisten Kindern als unbefriedigend bewertet. Die Mehrzahl der Kinder unter 13 Jahren träumt von Schulhöfen, auf denen sie „richtig“ spielen können. Die meisten Kinder gehen nach wie vor gern in die Schule, weil sie dort mit Gleichaltrigen zusammen kommen; dagegen gehen sie aber nicht gerne in den Unterricht. Sport ist bei weitem das beliebteste Fach und die meisten Kinder hätten gerne öfter Sportunterricht. Wenn Schule überhaupt in den Nachmittag hinein gehen soll, dann wünschen sich die meisten Kinder, dass es vor allem mehr Zeit und Raum für Sport, Bewegung, Projektarbeit in kleinen Gruppen und Zeit für Entspannung geben soll (Kinderbarometer NRW und Hessen).

Hier stellt sich die Frage: Warum sollte das alles nicht auch am Vormittag möglich sein? Kinder spüren im Grunde ganz gut, was sie brauchen, und die Forschung gibt ihnen Recht:

Bewegung bei Tageslicht und im Freien hat antidepressive und aggressionsabbauende Wirkung (auch im Winterhalbjahr wichtig!). Kinder, die sich genug bewegen, können sich besser konzentrieren, lernen deutlich besser und zeigen bessere Schulleistungen. Spiel und Bewegung fördern emotionales und körperliches Wohlbefinden. (Diese Selbstverständlichkeit muss man leider manchen Eltern erst wieder in Erinnerung bringen!). Kinder, die genug Zeit mit Freunden verbringen können, fühlen sich wohler. Wenn man sich ungestört in eine selbst gewählte Aktivität vertieft, werden Glückshormone ausgeschüttet, man erlebt hohe Zufriedenheit und Entspannung („Flow-Effekt“). Das gilt natürlich auch und ganz besonders für Kinder. Spielen ist Forschen und Lernen. Aber Spielen allein würde auch den Kindern nicht genügen. Kinder wollen lernen, sie möchten weiter kommen. Dazu brauchen sie die Anleitung von Erwachsenen. Wie das am besten geht, können folgende Forschungsergebnisse verdeutlichen:

Kinder, die mit ihren Anliegen, Fragen und Bedürfnissen von Lehrer/innen, Erzieher/innen und Eltern gehört, ernst genommen, akzeptiert und unterstützt werden, fühlen sich wohler und sind weniger aggressiv. Es ist schon seit längerem erwiesen, dass die Frustration von Grundbedürfnissen zu Depressionen, Angst und Aggressionen führt. Wenn Kinder in die Gestaltung und Pflege ihrer Schule einbezogen werden, erhöht sich das Zugehörigkeitsgefühl; damit verbessert sich die Schulatmosphäre insgesamt, was zu verringerter Aggressivität und weniger Angst vor der Schule führt und damit zu besserer Lernleistung. In Schulen, in denen sich die Schüler/innen wohl fühlen und besser lernen, geht es auch den Lehrenden besser und es gibt zum Beispiel weniger Krankmeldungen. Wenn man alle Forschungsergebnisse zusammen nimmt, können Ganztagschulen als geradezu ideale Möglichkeit gesehen werden, um Kindern wieder mehr Raum und Zeit zur Verfügung zu stellen, damit sie nicht nur gut lernen, sondern sich auch körperlich, emotional und sozial gesünder entwickeln können.

## Quellen zum Text

Ausführliches Verzeichnis in: Edelstein et al. 2011

Albert, M., Hurrelmann, K., Quenzel, G., (2010). 16. Shell-Jugendstudie – Jugend 2010  
<http://www.nationalcoalition.de/pdf/UN-Kinderrechtskonvention.pdf>

Alt, C. (2008): Kinderleben – Individuelle Entwicklungen in sozialen Kontexten. Persönlichkeitsstrukturen und ihre Folgen. Bd. 5. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften

Alt, C. (2005). Kinderleben - Aufwachsen zwischen Familie, Freunden und Institutionen. Wiesbaden: VS Verlag ([www.dji.de/kinderpanel](http://www.dji.de/kinderpanel))

Arbeitsgemeinschaft für Kinder- und Jugendhilfe (AGJ) (2010): Erster Kinder- und Jugendreport zur UN-Berichterstattung über die Umsetzung der UN-Kinderrechtskonvention in Deutschland

Beisenkamp, A., Klöckner, C., Hallmann, S., Preißner, C. (2009) LBS-Kinderbarometer Deutschland 2009. Stimmungen, Trends und Meinungen von Kindern aus Deutschland. (<http://www.lbs.de/bw/lbs/pics/upload/tfmedia1/HBNAAYMa4vT.pdf>)

Bilz, L. (2008). Schule und psychische Gesundheit. Risikobedingungen für emotionale Auffälligkeiten von Schülerinnen und Schülern. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Bilz, L. & Melzer, W. (2008). Schule, psychische Gesundheit und soziale Ungleichheit. In: M. Richter, K. Hurrelmann, A.

Klocke, W. Melzer & U. Ravens-Sieberer (Hrsg.), Gesundheit, Ungleichheit und jugendliche Lebenswelten. Ergebnisse der zweiten internationalen Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO. Weinheim

Brümmer, F., Rollett, W. & Fischer, N. (2009). Schülerinnen und Schüler als Experten für die Ganztagschule. Aktuelle Befunde der Studie zur Entwicklung von Ganztagschulen. In O. Enderlein (Hrsg.). Ihr seid gefragt! Qualität von Ganztagschule aus Sicht der Kinder und Jugendlichen (S. 141-157). Berlin: DKJS

Bös, K., Oberger, J., Opper, E., Romahn, N., A., Wagner, M., Worth, A. (2006). Motorik-Modul: Motorische Leistungsfähigkeit und körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz 49 (9), 1056. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2009): 13. Kinder- und Jugendbericht, Berlin.

Edelstein, W.; Bendig, R.; Enderlein O. : Schule: Kindeswohl, Kinderrechte, Kinderschutz in: J. Fischer, T. Buchholz, R. Merten (Hrsg.): Kinderschutz in gemeinsamer Verantwortung von Jugendhilfe und Schule (S.117-140). Wiesbaden: VVS Verlag für Sozialwissenschaften

Ellert, Ute/Neuhauser, Hannelore/Roth-Isigkeit, Angela(2007): Schmerzen bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Prävalenz und Inanspruchnahme medizinischer Leistungen. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS). Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz 2007, 50: 711-717.

[http://www.kiggs.de/experten/downloads/Basispublikation/Ellert\\_Schmerzen.pdf](http://www.kiggs.de/experten/downloads/Basispublikation/Ellert_Schmerzen.pdf)

Health Behavior In School-Aged Children. International Coordinating Center. Inequalities in young people's health.

International Report From The 2005/2006 Survey:

<http://www.hbsc.org/publications/reports.html>

Hessenstiftung & proKids-Institut (2005) . Kinderbarometer Hessen 2004. Stimmungen,



Meinungen, Trends von Kindern in Hessen

([http://www.hessenstiftung.de/files/kinderbarometer\\_hessen\\_2004.pdf](http://www.hessenstiftung.de/files/kinderbarometer_hessen_2004.pdf))

Hölling, H., Schlack, R. (2007). Essstörungen im Kindes- und Jugendalter. Erste Ergebnisse aus dem Kinder – und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS). Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, 50, 794-799

Hurrelmann, K. & Andresen, S., (2007). Kinder in Deutschland 2007. 1. World Vision

Kinderstudie Hurrelmann, K. & Andresen, S. (2010). Kinder in Deutschland 2010. 2. World Vision Kinderstudie.

Hurrelmann, K., Ravens-Sieberer, U., Settertobulte, W., (2010). AOK-Familienstudie 2011

Klocke, A. & Lipsmeier, G. (2008). Soziale Determinanten der Gesundheit im Kindes- und Jugendalter: Eine Mehrebenenanalyse. In: Richter, M., Hurrelmann, K., Klocke, A., Melzer, W. & Ravens-Sieberer, U. (Hrsg.) (2008),

Gesundheit, Ungleichheit und jugendliche Lebenswelten. Ergebnisse der zweiten internationalen Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO. Weinheim: Juventa

Kuchenbuch, K. & Erk, S. (2004). Medien im Alltag Sechs-bis 13-Jähriger: Trends, Zielgruppen und Tagesablauf.

Ergebnisse der ARD/ZDF-Studie "Kinder und Medien 2003", mediaperspektiven Jg. 8, 9.

LBS-Initiative junge Familie & proKids-Institut (2004). Kinderbarometer NRW 2003.

Stimmungen, Meinungen, Trends von Kindern in Nordrhein-

Westfalen. (<http://www.prosoz.de/de/kundencenter/support-download/prosoz-institut-fuersozialforschung.html>)

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.) 2010: KIM-Studie 2010

Ravens-Sieberer, U., Wille, N., Bettge, S. & Erhart, M. (2007). Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse aus der BELLA-Studie im Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS).

Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, 50, 871-878

Richter, M., Hurrelmann, K., Klocke, A., Melzer, W. & Ravens-Sieberer, U. (Hrsg.) (2008),

Gesundheit, Ungleichheit und jugendliche Lebenswelten. Ergebnisse der zweiten internationalen Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO. Weinheim: Juventa

Robert Koch Institut. Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS). Schwerpunkttheft

Bundesgesundheitsblatt Mai/Juni 2007

Rollet, W. (2008). Schulzufriedenheit und Zufriedenheit mit dem Ganztagsbetrieb und deren Bedingungen. In: Holtappels, G.H., Klieme, E., Rauschenbach, T., Stecher, L. (Hrsg.)

Ganztagschule in Deutschland. Ergebnisse der Ausgangserhebung der „Studie zur Entwicklung von Ganztagschulen“ (StEG). Weinheim: Juventa

Schlack, R., Hölling, H. (2007). Gewalterfahrungen von Kindern und Jugendlichen im subjektiven Selbstbericht. Erste Ergebnisse aus dem Kinder – und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS).

Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, 50, 819-826

22.03.2012

[www.ganztaegig-lernen.de](http://www.ganztaegig-lernen.de)

IDEEN FÜR MEHR!

*ganztagig lernen.*