

**Pressegespräch des BKK Landesverbandes Bayern
im Presseclub München e.V
am 26. Januar 2017, 11.00 Uhr**

Frühkindliche Entwicklung als Grundstein für ein gesundes Leben

Gesprächspartnerinnen:

- **Sigrid König**

Vorständin des BKK Landesverbandes Bayern

- **Dr. Julia Berkic**

wissenschaftliche Referentin am Staatsinstitut für Frühpädagogik

- **Martina Kuhn**

Erzieherin und Fachberaterin, Fröbel Bildung und Erziehung gGmbH

München, 26. Januar 2017

Frühkindliche Bindung prägt die Gesundheit Betriebskrankenkassen erweitern Präventionsangebot für Kinder

Psychische und chronische körperliche Erkrankungen nehmen mit dem Alter stetig zu. Oft liegen die Ursachen dafür schon in der frühen Kindheit. Mit dem Ziel, frühzeitig der Krankheitsentstehung vorzubeugen, haben die Betriebskrankenkassen (BKK) ein Präventionsprojekt für die Altersgruppe der 3 bis 6 Jährigen aufgebaut. Der gesundheitsfördernde Ansatz knüpft am Beziehungsgeflecht von Kindern, Eltern sowie Erzieherinnen und Erzieher an und setzt auf einen feinfühligem, bindungsfördernden Umgang. Zusammen mit dem Staatsinstitut für Frühpädagogik und aus Perspektive der Erziehungspraxis stellte der BKK Landesverband Bayern heute im Münchner Pressclub das Projekt und seine Hintergründe vor.

Von der Schwangerschaft bis in die ersten sechs Lebensjahre werden die Grundsteine für die psycho-emotionale Entwicklung, aber auch für die körperliche Gesundheit gelegt. Aus der Bindungsforschung ist bekannt, dass der feinfühligem und vertrauensvolle Umgang mit Kindern essentiell für deren lebenslange Entwicklung ist. Das BKK-Projekt setzt deshalb bei der frühkindlichen Entwicklung als Grundstein für ein gesundes Leben an. Sigrid König, Vorständin des BKK Landesverbandes Bayern: „Viele Untersuchungen bestätigen die Bedeutung der frühkindlichen Bindungserfahrung für die gesundheitliche Entwicklung. Wir wissen, dass psychische und körperliche Krankheiten einander begünstigen. So nimmt die Wahrscheinlichkeit an Diabetes mellitus Typ 2 oder einer koronaren Herzerkrankung zu leiden um das Zweibis Vierfache zu, wenn in der frühen Kindheit mehrere frühkindliche Belastungsfaktoren zusammenkommen, aber im Laufe des Lebens nicht erkannt und verarbeitet werden.“

Dr. Julia Berkic, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Staatsinstitut für frühkindliche Entwicklung, betonte, dass eine vertrauensvolle und feinfühligem Beziehung zum Kind dessen lebenslange Entwicklung positiv beeinflussen kann. Präventionsangebote fehlten aber bislang: „Feinfühligkeit und ein bindungsfördernder Umgang mit kleinen Kindern ist gut erlern- und veränderbar, wie Studien zeigen. Viele Eltern sind gut informiert über die Bedeutung einer sicheren Bindung in den ersten beiden Lebensjahren. Deutlich weniger Information gibt es jedoch für die älteren Kleinkinder. Hier setzt das vorliegende Präventionskonzept an, das gezielte Angebote für eine gesundheitsfördernde Entwicklung beinhaltet.“

Wie wichtig entsprechende Angebote im Praxisalltag Kindergarten sind stellte die Sozialpädagogin und Erzieherin Martina Kuhn heraus: „Der Alltag im Kindergarten ist vielfältig: Es kommen Kinder mit unterschiedlichem Bildungshintergrund, verschiedenen Kulturen, Sprachen und Lebenswelten zusammen. Alle Kinder sind dabei Individuen mit eigenen Bedürfnissen und Interessen. Wichtig ist es, diese zu erkennen und adäquat darauf zu reagieren, damit die Kinder einen sicheren Rahmen vorfinden, in dem sie sich frei entwickeln und sich ausprobieren können.“

Für Eltern und Erzieher wurde eine 32-seitige Broschüre mit dem Titel „Feinfähigkeit von Eltern und Erzieherinnen“ erstellt. Entscheidendes Thema ist der Umgang mit Gefühlen. Über Workshops sowie Informations- und Gesprächsangebote für pädagogische Fachkräfte und Elternabende in den Kindergärten wird die Bedeutung der frühkindlichen emotionalen und kognitiven Entwicklung zunächst in München und in weiteren bayerischen Regionen näher gebracht.

Sigrid König: „Eine gesunde frühkindliche Entwicklung ist wesentlich für die Gesundheit im Erwachsenenalter. Kinder müssen sich verstanden und geborgen fühlen und leben können, was sie wirklich sind. Dadurch werden sie gestärkte und resiliente Persönlichkeiten. Eltern, Erzieher und andere Bezugspersonen haben nicht nur eine prägende Vorbildfunktion in Bezug auf einen psychisch und physisch gesundheitsbewussten Lebensstil. Sie unterstützen auch mit ihrem Maß an Zuwendung und emotionaler Unterstützung langfristig die Gesundheit ihrer Kinder.“

Hintergrund:

Befragungen im Rahmen der Kiggs-Studie zur psychischen und physischen Gesundheit von Kindern (3-17 Jahre) zeigen bei rund einem Fünftel der 3-17-Jährigen psychische Auffälligkeiten, die Anhaltspunkte für Prävention und Intervention liefern. Dabei lassen sich auch schon bei den 3 bis 6-Jährigen emotionale- und Verhaltensprobleme, Hyperaktivität, Probleme mit Gleichaltrigen beobachten.

Nach der BKK-Arbeitsunfähigkeitsstatistik (AU) beruhen rund 15 Prozent aller Arbeitsunfähigkeitstage auf psychische Erkrankungen. Die Bedeutung psychischer Erkrankungen wächst, denn die AU-Tage haben sich im Bereich der psychischen Erkrankungen seit 2003 verdoppelt. Die Falldauer hat um ein Viertel zugenommen und liegt derzeit bei rund 40 Tagen/Fall.

Weitere Informationen zum Projekt finden Sie auf den Presseseiten von www.bkk-bayern.de

Der BKK Landesverband Bayern vertritt als Körperschaft des öffentlichen Rechts die Interessen der Betriebskrankenkassen und ihren Versicherten in Bayern. Aktuell zählt der BKK Landesverband Bayern 16 Betriebskrankenkassen als Mitglieder mit über 3 Millionen Versicherten (Kassensitz). In Bayern selbst leben rund 2,54 Millionen Menschen, die bei einer Betriebskrankenkasse versichert sind. Damit verfügen die Betriebskrankenkassen im Freistaat über einen Marktanteil von gut 23 Prozent.

Pressegespräch zum Thema Frühkindliche Entwicklung als Grundstein für ein gesundes Leben am 26. Januar 2017 im Münchner Presseclub

Statement

Sigrid König, Vorständin, BKK Landesverband Bayern

Von der Schwangerschaft bis in die ersten Lebensjahre werden die Grundsteine für die psycho-emotionale Entwicklung und für die physische Gesundheit gelegt. Es gibt viele Untersuchungen, die den Zusammenhang zwischen der psycho-emotionalen Entwicklung und der psychischen Gesundheit im Alter zeigen. Und, es mehren sich auch Untersuchungen, die den Zusammenhang mit körperlichen Erkrankungen herausstellen.

Erste Bezugspersonen für die psychische und physische Entwicklung der Kinder sind Eltern sowie Erzieherinnen und Erzieher. Sie prägen durch eine vertrauensvolle und feinfühlig Beziehung zum Kind dessen lebenslange gesundheitliche Entwicklung.

Aus präventiver Sicht ist dieser Zusammenhang sehr wichtig, weil wir schon in frühen Jahren gezielt mit Unterstützungsangeboten eine gesunde Entwicklung der Kinder fördern können. Kinder, die in einem feinfühligem Beziehungsumfeld aufwachsen, haben bessere Chancen, zu psychisch-emotional starken Menschen heranzuwachsen und weniger anfällig für psychische aber auch für körperliche Erkrankungen zu werden.

Der Handlungsbedarf für gesundheitsfördernde Maßnahmen in den ersten Lebensjahren ist immens, wie aktuelle Medienberichte verdeutlichen. Einige Schlagzeilen:

- „Stress im Kleinkindalter kann ein Leben lang krank machen“ (Münchner Merkur vom 13.01.2017)
- „Die frühen Jahre – Kinder brauchen Bezugspersonen, zu denen sie eine starke Bindung aufbauen können“ (Süddeutsche Zeitung vom 19./20.11.2016)
- „Eltern reden zu wenig mit dem Nachwuchs“, Sprachdefizite oft soziale und weniger medizinische Ursache (Nürnberger Ztg. Vom 16.12.2016)

Die Statistiken verdeutlichen den Handlungsbedarf:

Befragungen im Rahmen der Kiggs-Studie zur psychischen und physischen Gesundheit von Kindern (3-17 Jahre) zeigen bei rund einem Fünftel der 3-17-Jährigen psychische Auffälligkeiten, die Anhaltspunkte für Prävention und Intervention liefern. Dabei lassen sich auch schon bei den 3 bis 6-Jährigen emotionale- und Verhaltensprobleme, Hyperaktivität, Probleme mit Gleichaltrigen beobachten.

Im Erwachsenenalter nehmen psychische Erkrankungen eine immer größere Rolle ein. Nach der BKK-Arbeitsunfähigkeitsstatistik (AU) beruhen rund 15 Prozent aller Arbeitsunfähigkeitstage auf psychische Erkrankungen. Die Bedeutung psychischer Erkrankungen wächst, denn

die AU-Tage haben sich im Bereich der psychischen Erkrankungen seit 2003 verdoppelt. Die Falldauer hat um ein Viertel zugenommen und liegt derzeit bei rund 40 Tagen/Fall.

Wir wissen, dass psychische und körperliche Krankheiten einander begünstigen. Bekanntermaßen machen schwerwiegende psychosoziale Belastungsfaktoren in Form von Vernachlässigung, Misshandlung, Missbrauch u.a. krank. Aber auch mangelnde Zuwendung oder einschneidende Veränderungen im familiären Umfeld, wie die Geburt eines Geschwisterkindes in den ersten zwei Lebensjahren, erhöhen die Wahrscheinlichkeit, psychisch und körperlich im weiteren Lebensverlauf zu erkranken. Die Wahrscheinlichkeit, krank zu werden steigt, wenn mehrere dieser Kindheitsbelastungsfaktoren zusammenkommen.

Verschiedenen Studien zufolge nimmt die Wahrscheinlichkeit an Diabetes mellitus Typ 2, Schlaganfall, koronare Herzerkrankung, COPD u.a. zu erkranken um das Zwei- bis Vierfache zu, wenn in der frühen Kindheit mehrere der oben genannten Belastungsfaktoren zusammenkommen, aber im Laufe des Lebens nicht erkannt und verarbeitet werden. Wenn Feinfühligkeit und Zuwendung Mangelware im kindlichen Umfeld sind, wird das Kind nur schwer positive Bewältigungsstrategien und einen konstruktiven Umgang mit Stresssituationen erlernen.

Eine Folge verdrängender Bewältigungsstrategien sind ausgeprägte und länger anhaltende neuroendokrine Stressreaktionen, die sowohl organisch als auch psychisch ihre Spuren in der Gesundheit des Kindes und des späteren Erwachsenen hinterlassen. Sind die soziale Kompetenz und das Selbstwertgefühl eingeschränkt, wird im fortschreitenden Alter oft versucht, diese Defizite durch einen risikoreichen Lebensstil, Nikotin-, Drogen- und Alkoholkonsum oder Bewegungsmangel zu kompensieren.

Viele wissenschaftliche Untersuchungen zeigen aber auch, dass es möglich ist, Kinder für den Umgang mit Belastungsstörungen stark zu machen. Kinder, die in den ersten Lebensjahren über eine Hauptbezugsperson viel Zuwendung erfuhren, sind schwerwiegenden alltäglichen Stresssituationen, gut gewachsen. Genau hier setzt unser Projekt mit dem Staatsinstitut für Frühpädagogik an, das wir Ihnen heute vorstellen.

Eine gesunde frühkindliche Entwicklung ist wesentlich für die Gesundheit im Erwachsenenalter. Kinder müssen sich verstanden und geborgen fühlen und leben können, was sie wirklich sind. Dadurch werden sie gestärkte und resiliente Persönlichkeiten. Eltern, Erzieher und andere Bezugspersonen haben nicht nur eine prägende Vorbildfunktion in Bezug auf einen psychisch und physisch gesundheitsbewussten Lebensstil. Sie unterstützen auch mit ihrem Maß an Zuwendung und emotionaler Unterstützung langfristig die Gesundheit ihrer Kinder.

Wissenschaftler fordern deshalb zu Recht eine Stärkung der präventiven Angebote in den ersten Lebensjahren. Der BKK Landesverband Bayern spricht die Zielgruppe 3 bis 6-Jährige schon bisher auf verschiedenen Ebenen an:

- Mit mir nicht! Bayernweites, flächendeckendes Projekt zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern in Grundschulen und in Kindertagesstätten durch Schulungen für Erzieherinnen und Erzieher (Multiplikatoren) sowie Informationsmaterialien für den praktischen Einsatz im Schul- und Kindergartenalltag.
- BAERchen mit dem BLSV: Das Projekt steht für Bewegung, Aufklärung, Ernährung und Ressource für Vorschulkinder. Sportvereine gehen mit entsprechenden Angeboten in Kindergärten. Es fördert die Partnerschaften zwischen Kindergärten und Sportvereinen mit dem Ziel, Kinder für eine lebenslange Freude an der Bewegung zu begeistern.

- Fit for future: Ein Projekt zur Bewegung, Ernährung, Konzentration und Entspannung an bayerischen Grundschulen in Augsburg und Regensburg. Es sensibilisiert die Kinder für Gesundheitsthemen, gibt Anregungen und vermittelt Impulse für eine gesunde Entwicklung.

Dabei ist die Bedeutung des Spiels wichtig. Denn wir wissen, dass Kinder spielerisch lernen und nicht zwischen Spielen und Lernen unterscheiden. Die Fähigkeit, über sich hinaus zu wachsen, erfahren Kinder vor allem im Spiel. Und Kinder, die die Möglichkeit haben, im Spiel sie selbst zu sein haben die Chance, sich selbst gut anzunehmen.

Mit dem aktuellen Projekt Feinfühligkeit in Zusammenarbeit mit dem Staatsinstitut für Frühpädagogik setzen wir im Setting Kindertagesstätten an mit dem Ziel, die aktuellen Erkenntnisse der Bindungsforschung und der besonderen Bedeutung der Feinfühligkeit in die Alltagspraxis zu bringen.

Zielgruppe dieser Präventionsmaßnahme sind Erzieherinnen und Erziehern, aber auch Eltern.

Im Rahmen des Projekts wurde eine nutzerfreundliche 32-seitige Broschüre mit dem Titel „Feinfühligkeit von Eltern und Erzieherinnen“ erstellt. Über Workshops sowie Informations- und Gesprächsangebote für pädagogische Fachkräfte und Elternabende in den Kindergärten soll die Bedeutung der frühkindlichen emotionalen und kognitiven Entwicklung näher gebracht werden.

Mein besonderer Dank gilt dem Staatsinstitut für Frühpädagogik, hier vertreten durch Frau Dr. Julia Berkic und Frau Martina Kuhn, Erzieherin und Fachberaterin bei einem freigemeinnützigen Träger von Kindertageseinrichtungen, stellvertretend für die vielen engagierten Erzieherinnen und Erziehern, die unser Projekt unterstützen.

Literaturverweise:

Psychische Auffälligkeiten und psychosoziale Beeinträchtigungen bei Kindern und Jugendlichen im Alter von 3 bis 17 Jahren in Deutschland (...), Ergebnisse der KiGGs Study Group der Abteilung Epidemiologie und Gesundheitsmonitoring im Robert-Koch-Institut, Bundesgesundheitsblatt 2014 – 57:807-819 DOI 10.1007/s00103-014-1979-3, Springer-Verlag Berlin, Heidelberg 2014

BKK Gesundheitsreport 2015 und 2016, Knieps, Pfaff (Hrsg.), MWV Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Berlin 2015/2016

Gesundheitliche Langzeitfolgen psychosozialer Belastungen in der Kindheit – ein Update von Ulrich T. Egle u.a., Bundesgesundheitsblatt 2016 – 59:1247-1254 DOI 10.1007/s00103-016-2421-9, 31.08.2016, Springer-Verlag Berlin, Heidelberg 2016

Was uns krank macht, was uns heilt, Christian Schubert mit Madeleine Amberger, Fischer & Gann, Munderfing/Österreich 2016

Spielen um zu fühlen und zu lernen, André Stern, Elisabeth Sandmann-Verlag, August 2016

Sigrid König

Vorständin des BKK Landesverbandes Bayern

Geboren am 19. Juli 1961 in Bamberg

- | | |
|-------------------|---|
| Seit 1. Juli 2010 | Vorständin des Landesverbandes der Betriebskrankenkassen in Bayern |
| 2006 - 2010 | Leiterin des Bereichs Pflege im Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen (StMAS) |
| 2004 - 2006 | Landesverband der Betriebskrankenkassen in Bayern, kommissarische Leitung der BKK AKS und
Kommissarische Leitung der Kassenzahnärztlichen Vereinigung Bayerns im Rahmen der Tätigkeit eines Staatskommissars |
| 2001 - 2004 | Leitung des Bereichs Sozialhaushalt im StMAS |
| 1996 - 2001 | Leitung des Bereichs Krankenversicherung im StMAS |
| 1994 - 1996 | Sozialrichterin Sozialgericht München |
| 1993 - 1994 | Lehrgang für Verwaltungsführung der Bayerischen Staatskanzlei |
| 1989 - 1993 | weitere z.T. leitende Funktionen im StMAS |
| 1980 - 1989 | Studium der Rechtswissenschaften und Referendariat mit zwei juristischen Staatsexamina |
|
Weiteres | |
| Seit Oktober 2010 | Mitglied des Kuratoriums des Zentrums für Qualität in der Pflege (ZQP) |
| September 2012 | Abschluss der Master Coaching-Ausbildung |

Pressegespräch zum Thema Frühkindliche Entwicklung als Grundstein für ein gesundes Leben am 26. Januar 2017 im Münchner Presseclub

**Statement Dr. Julia Berkic,
wissenschaftliche Referentin am IFP**

Feinfühligkeit wirkt ein Leben lang

Der Zusammenhang zwischen sicheren Bindungen in der Kindheit und einer gesunden psychischen und auch körperlichen Entwicklung ist wissenschaftlich gut belegt. Langzeitstudien der Bindungsforschung legen dabei nahe, dass alle feinfühligsten Erfahrungen, die Kinder in den ersten sechs Lebensjahren machen, einen Beitrag dazu leisten, ob ein Kind sich im weiteren Verlauf gut entwickeln wird – auf sozial-emotionaler, aber auch auf kognitiver und auf gesundheitlicher Ebene. Dabei stehen immer die Eltern an erster Stelle - einflussreich sind aber ebenfalls ErzieherInnen- und Lehrer-Kind-Beziehungen. Wenn diese Beziehungen kontinuierlich und feinfühlig gestaltet werden, können sie die kindliche Entwicklung positiv mit beeinflussen.

Zudem wissen wir seit Jahren, dass Feinfühligkeit im Umgang mit kleinen Kindern gut erlernbar und veränderbar ist – viele Interventionsstudien zeigen, dass sowohl Eltern als auch Lehrer ihr eigenes Verhalten mit Hilfe von unterstützenden Angeboten verbessern können. Dies ist aus präventiver Sicht entscheidend, weil wir schon in frühen Jahren gezielt mit Unterstützungsangeboten eine gesunde Entwicklung der Kinder fördern können.

Warum ist Bindung auch im Kindergartenalter noch wichtig?

Inzwischen sind viele Eltern gut informiert über die Bedeutung einer sicheren Bindung in den ersten beiden Lebensjahren. Deutlich weniger Information gibt es jedoch über die ersten Lebensjahre hinaus, in denen Feinfühligkeit nicht weniger wichtig wird. Während die Bedeutung von räumlicher Nähe und Körperkontakt zwar nach den ersten zwei bis drei Lebensjahren allmählich abnehmen, entsteht mit der wachsenden Fähigkeit des Kindes, sich sprachlich über Gedanken, Gefühle, Absichten und Wünsche auszutauschen und gemeinsame Sichtweisen und Ziele auszuhandeln gleichzeitig eine neue Form der Verbundenheit in der Beziehung. Die Bindung an die Eltern wird mit dieser neuen Unabhängigkeit nicht weniger wichtig für die Entwicklung, aber sie verändert sich.

Eine neue Form der Partnerschaftlichkeit in der Eltern-Kind Bindung bildet eine wichtige (Erfahrungs-)Grundlage für den Erwerb einer Vielzahl von „Kompetenzen“ wie z.B. Empathie, Kooperationsbereitschaft, Gegenseitigkeit oder Kompromissfähigkeit, die für die Gestaltung von intimen Beziehungen bis ins Erwachsenenalter von großer Bedeutung sind. Darüber hinaus bietet sie auch den schützenden Rahmen, in dem die Kinder nun immer mehr lernen, ihre Gefühle besser zu verstehen, in Worte zu fassen und selbständig zu regulieren, sowie Impulse zu kontrollieren.

Was können Eltern und ErzieherInnen in dem vorgestellten Programm (Broschüre/Workshops/Elternabende) lernen?

Der Schwerpunkt der Fortbildungsmaßnahmen liegt darauf, Eltern und Erzieher dafür zu sensibilisieren, welche emotionalen Grundbedürfnisse (nach Verbundenheit und Autonomie) Kinder im Kindergartenalter zeigen und in welchen Situationen sie demnach welche Unterstützungsangebote brauchen. Dabei ist feinfühliges Verhalten immer an die Individualität des Kindes und die jeweilige Situation angepasst und kann nie als allgemeingültiges Patentrezept oder Handlungsanweisung verstanden werden. Die Maßnahmen zielen vielmehr darauf ab, dass Eltern und Erzieher lernen, „die Welt mit den Augen des Kindes“ zu sehen und die eigenen Interessen mit denen des Kindes in Einklang zu bringen – ohne dabei den eigenen Standpunkt aufgeben zu müssen.

Ein entscheidendes Thema ist dabei der Umgang mit Gefühlen. Hier bieten enge Beziehungen zu Hause oder im Kindergarten das wichtigste Übungsfeld um tagtäglich mit starken –v.a. negativen- Emotionen umgehen zu lernen. Dabei ist eine feinfühlig Beziehung, in der das Kind gespiegelt bekommt, dass alle seine Gefühle wahrgenommen und verstanden werden (jedoch nicht jedes Verhalten) von entscheidender Bedeutung. Insbesondere für den Kontext von Kindertageseinrichtungen wird im Rahmen der Fortbildungen auf typische Konfliktsituationen eingegangen und darauf, welche bindungsfördernden und feinfühlig Lösungsmöglichkeiten es geben könnte.

Ein weiteres prominentes Thema stellt das „Grenzen-setzen“ oder der Umgang mit Regeln dar. Viele Eltern und Fachkräfte sind verunsichert über den richtigen Umgang mit und die richtige Dosis an Grenzen und Regeln, die es mit zunehmendem Alter auszuhandeln gilt. Im Rahmen der vorgestellten Maßnahmen wird der Sinn und Unsinn von Grenzen und Regeln aus bindungstheoretischer Sicht dargestellt und eine Orientierung gegeben, wann und warum Regeln sinnvoll und nötig sein können.

Nicht zuletzt wird das Themenfeld der Selbstfürsorge von Eltern und ErzieherInnen behandelt und es werden praktische Tipps zur Hilfe bei Überforderung bereitgestellt.

Dr. Julia Berkič; Diplom Psychologin; Jahrgang 1975
seit 2008 wissenschaftliche Referentin am Staatsinstitut für Frühpädagogik
(IFP), Mutter von zwei Kindern

aktuelle Arbeitsschwerpunkte:

Bindungstheorie und -forschung, Zusammenspiel von familiärer und institutioneller Sozialisation in der frühen Kindheit, Feinfühligkeit von Eltern und Fachkräften; Partnerschafts- und Persönlichkeitsentwicklung, Prävention im Bereich Partnerschaft und Familie;

Werdegang:

- Diplompsychologin, Studium der Psychologie in Berlin und Regensburg, Diplom 2002

- 2006 Abschluss der Promotion mit dem Titel „Generelle und spezifische Arbeitsmodelle von Bindung und Partnerschaft bei Langzeit-Ehepaaren“, LMU München

- 2003-2008 angestellt am Lehrstuhl für Persönlichkeitspsychologie, Familienpsychologie und Diagnostik an der LMU München. Lehrtätigkeit in den Bereichen Bindungstheorie und -forschung, Partnerschafts- und Persönlichkeitsentwicklung, Bindung in Partnerschaften, sowie Prävention im Bereich Partnerschaft und Familie

- 2007 Forschungsaufenthalt an der State University of NY, USA

- seit 2008 Angestellte des Bayerischen Staatsinstituts für Frühpädagogik als wissenschaftliche Referentin

- Ausbildung zur systemischen Einzel- Paar- und Familientherapeutin

Forschungsprojekte:

- seit 9/2014 Projekt "Förderung der Feinfühligkeit von Erzieherinnen"

- seit 2012 Konzeption, Umsetzung und Durchführung der Fortbildungsreihe SIBE ("Sichere Bindungsentwicklungen über den Lebenslauf begleiten und fördern") für Mitarbeiter Bayerischer Familienbildungsstätten und Familienstützpunkte

- 2009-2011 Planung und Koordination der Feldphase des NUBBEK-Projektes (Nationale Untersuchung zur Bildung, Betreuung und Erziehung in der frühen Kindheit) in Bayern

- 2007-2009 Projekt "Emotionsregulation und Bindung bei Langzeitehepaaren", gefördert durch die Köhlerstiftung

- 2004-2006 Projekt "Bindung und Partnerschaft bei Langzeitehepaaren", gefördert durch die Köhlerstiftung (Fortsetzungsprojekt des DFG-geförderten Projektes "Was hält Ehen zusammen?")

Pressegespräch am 26.01.2017

Frühkindliche Entwicklung als Grundstein für ein gesundes Leben

Alltag im Kindergarten

- ⑩ Vielfalt von Kindern mit unterschiedlichen Kulturen, Sprachen und Lebenswelten
- ⑩ viele Individuen mit ihren eigenen Bedürfnissen, Interessen und Entwicklungsaufgaben
- ⑩ individuelle Bildungsprozesse anzuregen und zu begleiten unter Einbeziehung von drei Prinzipien: Beziehung, Individualisierung und Partizipation
- ⑩ Erfahrungs- und Lernangebote für alle Bildungsbereiche
- ⑩ Kindern Chancengleichheit zu ermöglichen
- ⑩ Individualität leben und Gemeinschaft erleben im Kindergarten
- ⑩ enge Zusammenarbeit mit den Eltern als Erziehungspartner

Herausforderungen und Anforderungen an die frühkindliche Erziehung im Kindergarten

- ⑩ unterschiedliche kindliche Bedürfnisse wahrzunehmen und adäquat darauf zu reagieren
- ⑩ Kindern in herausfordernden Situationen Orientierung und Sicherheit zu geben
- ⑩ Kinder dabei unterstützen sich selbst und ihre Gefühle besser zu verstehen
- ⑩ einen sicheren Rahmen für Kinder gestalten, in dem sie frei explorieren und sich ausprobieren können
- ⑩ Erklärungsmodelle für kindliches Verhalten kennen und diese in der pädagogischen Praxis umsetzen
- ⑩ Transparenz des pädagogischen Handelns für die Eltern
- ⑩ Selbstreflexion um das eigene pädagogische Handeln weiterzuentwickeln

Kurzlebenslauf:

Martina Kuhn, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Erzieherin

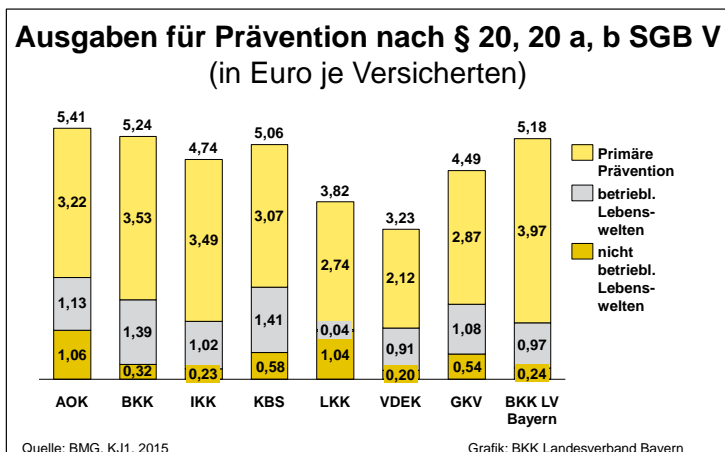
Fachberaterin Region Bayern bei FRÖBEL Bildung und Erziehung gGmbH (seit 1.10.2013)

Zweigstellenleitung der Fabi, Paritätische Familienbildungsstätte (04/1994-09/2013)

Kindergartenleitung (2 Jahre), Gruppenleitung (4 Jahre)

Ausgaben und Angebote für Prävention aus dem BKK Landesverband Bayern

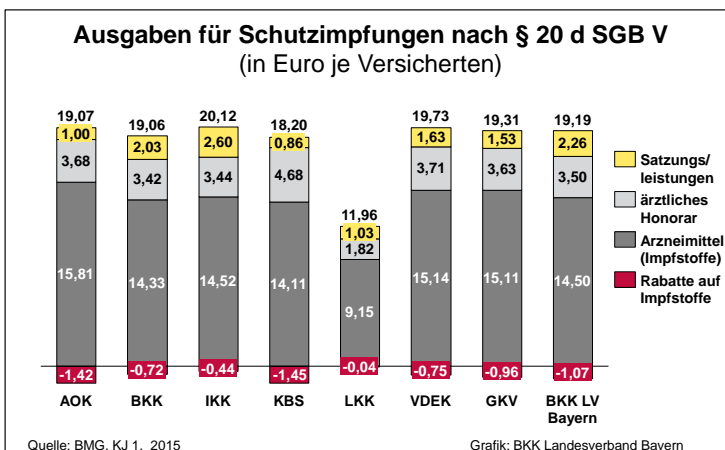
(1) Ausgaben für individuelle Prävention und im Setting



Die Ausgaben für Prävention sind kassenweit unterschiedlich hoch. Für primärpräventive Maßnahmen im Rahmen des Individualansatzes stellen die Krankenkassen die meisten Geldmittel zur Verfügung. GKV-weit waren es 2015 je Versicherten 2,87 Euro.

Führend in diesem Bereich sind die Betriebskrankenkassen: Bundesweit setzten sie 3,53 Euro je Versicherten im Individualansatz ein, bei den BKK mit Sitz in Bayern (BKK Landesverband Bayern) waren es sogar 3,97 Euro.

(2) Ausgaben für Schutzimpfungen



Die Gesetzlichen Krankenkassen gaben 2015 durchschnittlich 19,31 Euro je Versicherten für Impfleistungen aus; bei den BKK in Bayern waren es im Bundesdurchschnitt 19,19 Euro. Wesentlicher Kostfaktor sind dabei die Ausgaben für Impfstoffe und ärztliches Honorar im Rahmen der Regelleistungen. Über freiwillige Satzungsleistungen, wie zum

Beispiel Frühsommermeningitis, Tollwut und Reiseimpfungen können die gesetzlichen Krankenkassen weitere Impfkosten übernehmen. Seit 2015 werden auch Rabatte in der amtlichen Statistik ausgewiesen, welche kassenartenübergreifend mit Pharmaunternehmen ausgehandelt werden.

(3) Aktuelle Präventionsprojekte des BKK Landesverbandes Bayern

Die Betriebskrankenkassen sind eigenständig für ihre Präventionsangebote verantwortlich. Ein Großteil der Angebote aus dem Settingansatz wird aber über die Verbände koordiniert und betreut. Beispielhafte Präventionsprojekte, die der BKK Landesverband Bayern unterstützt, sind in der nachfolgenden Übersicht aufgeführt.

Präventionsangebote im Setting Kindertagesstätte, Schule, Ausbildung

bauchgefühl

Eine bayernweite Initiative zum Thema Essstörungen, die bereits 2009 für die Jahrgangsstufen 6-10 angeboten und 2016 für die beruflichen Schulen ausgebaut wurde. Insgesamt erhielten über 1.500 Lehrerinnen und Lehrer eine Schulung für ein Unterrichtsprogramm zu Essstörungen www.bkk-bauchgefuehl.de mit zahlreichen Materialien, die im Unterricht einsetzbar sind.

Mit mir nicht!

Bayernweites, flächendeckendes Projekt zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern in Grundschulen und in Kindertagesstätten. Schulungen für Erzieherinnen und Erzieher (Multiplikatoren) mit Informationsmaterialien für den praktischen Einsatz im Schul- und Kindergartenalltag. [Mit-mir-nicht! E-Tutor](#)

Fit for future

Ein Projekt zur Bewegung, Ernährung, Konzentration und Entspannung an bayerischen Grundschulen in Augsburg und Regensburg. Es sensibilisiert die Kinder für Gesundheitsthemen, gibt Anregungen und vermittelt Impulse für eine gesunde Entwicklung.

Antidrogenaktion zu Legal Highs

Unter dem Motto „Legal Highs – legal, illegal, nicht egal“ setzt der BKK Landesverband Bayern ein Projekt der Gesundheitsaufklärung um, das Jugendliche für die Gefahren und Folgen des Konsums von Legal Highs sensibilisieren soll. Im Fokus stehen insbesondere die neuen psychoaktiven Substanzen, bekannter unter dem Szenenamen Legal Highs.

Unterstützt wird die Aktion vom Bayerischen Kultusministerium und dem Bayerischen Landes-Sportverband.

Auf der Plattform www.legalhighs-nicht-egal.de sind zahlreiche Hintergrundinformationen über die Gesundheitsrisiken von Legal Highs hinterlegt.

Projekt zur Kinderfußgesundheit

Die Präventionsaktion „Kinderfüße auf den Prüfstand“ nimmt sich des Themas Kinderfußgesundheit an. Denn ein Großteil dauerhafter Schädigungen, wie veränderte Zehenstellung, Gelenkentzündungen, verkürzte Muskulatur sowie Probleme des Haltungssapparates resultieren aus der Entwicklungszeit im Kindesalter. Aktionstage in Kindergärten und Informationsangebote für Eltern und Erzieherinnen klären über die Bedeutung von abwechslungsreicher Bewegung, Körpergewicht und passendem Schuhwerk für die Fußgesundheit auf.

Kooperationsprojekte mit dem Bayerischen Landessportverband (BLSV)

Der BKK Landesverband Bayern und der BLSV kooperieren seit 2013 in den Bereichen Gesundheitsaufklärung und Prävention. Seit 2015 unterstützt der BKK Landesverband das Projekt „BAERchen“, welches sich durch gezielte Bewegungs- und Ernährungsprogramme für Vorschulkinder einen Namen gemacht hat. BAERchen steht für Bewegung, Aufklärung, Ernährung und Ressource. Das Projekt fördert die Partnerschaften zwischen Kindergärten und Sportvereinen.

Seit 2016 ist der BKK Landesverband Bayern auch Premiumpartner für die Verleihung des Deutschen Sportabzeichens und entwickelt gemeinsam mit dem BLSV eine Initiative zur Förderung sportlicher Aktivitäten seiner Versicherten.

Hirndoping

Leistungssteigernde Medikamente finden zunehmend Einzug in den Hochschulalltag. Mittels Aufklärungsmaterialien und Schulungen für die Zielgruppen des Präventionsprojekts

(Studenten und Mitarbeiter an Hochschulen; Drogenbeauftragte) werden Wissen und Hilfsangebote vermittelt.

Selbsthypnose gegen Prüfungsangst

Informationen und Vorschläge für Studierende, wie diese mit Stress und Prüfungsängste umgehen und vermeiden können. In Vorträgen, Übungen und Demonstrationen für Studenten wurden an verschiedenen Hochschulen Methoden der Selbstregulation erklärt, wie z.B. Selbsthypnose und verschiedene Entspannungstechniken.

Feinfühligkeit

In Zusammenarbeit mit dem bayerischen Staatsinstitut für Frühpädagogik ist das Präventionsprojekt Feinfühligkeit von Eltern und

Erzieherinnen im Umgang mit Kindern von 3 bis 6 Jahren entstanden. Basis des Projekts sind umfangreiche Studien zur Bindungsforschung. Über Informationsmaterialien, Workshops für pädagogische Fachkräfte als Multiplikatoren und Elternabende werden Inhalte der Bindungstheorie, Bindungsforschung und Feinfühligkeit vermittelt. Das Projekt startet zunächst in München, soll aber bayernweit die Zielgruppen erreichen.
[www.bkk-feinfuehligkeit](http://www.bkk-feinfuehligkeit.de)

Web-Portal Kindergesundheit

Mit vielen Angeboten rund um Vorsorge und Prävention für Kinder und Jugendliche.
www.bkk-kindergesundheit.de

Präventionsangebote in betrieblichen und sonstigen Lebenswelten

Halt dein Herz fit – Aktion zur Herzgesundheit

Die Aktion zum Einsatz in der betrieblichen Gesundheitsförderung enthält zahlreiche Vorträge, Workshops und Infomaterialien.

MiMi (Mit Migranten für Migranten)

Um das Wissen von Migrantinnen und Migranten über Gesundheit und die Nutzung des

Deutschen Gesundheitsdienstes zu verbessern, wurde 2003 das Projekt „MiMi – Mit Migranten für Migranten – Interkulturelle Gesundheit in Deutschland“ vom Ethno-Medizinischen Zentrum e.V. entwickelt. Ziel des Projekts ist es, langfristig einen Beitrag zur Reduzierung von Ungleichheiten bezüglich der Gesundheitschancen zu leisten. Das bayerische Gesundheitsministerium und zahlreiche Kommunen unterstützen das Projekt.

Primäre Prävention und Gesundheitsförderung

Mentale Fitness

Die Aktion „Mentale Fitness“ bietet Gesundheitsaufklärung und liefert Anregungen dazu, was jeder einzelne tun kann, um geistig leistungsfähig und fit zu bleiben. Vorträge und Workshops zu Themen wie:

- Gedächtnis- und Gehirnkompetenz fördern
- Life Kinetik
- Kinesiologie
- Brainfood etc.

Psychische Gesundheit

Informationen und Hilfsangebote rund um das Thema Psychotherapie: www.bkk-psychisch-gesund.de

Stark und positiv durchs Leben Fitnessstraining für die Seele

Die Aktion enthält zahlreiche theoretische und praktische Vorschläge, wie man Gesundheit und innere Kraft aktiv fördern kann. Mit zahlreichen Themen, wie Psychoneuroimmunologie, Achtsamkeit und Resilienz: www.bkk-starkundpositiv.de

Frauengesundheit

Wie Frauen fit bleiben und was sie für ihre Gesundheit sonst noch tun können, ist anschaulich auf www.bkk-frauengesundheit.de zusammengestellt.

Männergesundheit

Auch für Männer bieten die Betriebskrankenkassen viele Angebote für die Gesundheit. www.bkk-maennergesundheit.de

Herzgesundheit: Halt dein Herz fit

Alles rund ums gesunde Herz mit Tipps sowie Kurs- und Therapieangeboten. www.bkk-gesundeshertz.de

Die gesetzliche Grundlage

§ 20 ff. SGB V ist die gesetzliche Grundlage für alle Maßnahmen der Prävention. Vorbeugende Leistungen zur primären Prävention sollen „den allgemeinen Gesundheitszustand verbessern und insbesondere einen Beitrag zur Verminderung bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen erbringen“.

Die Präventionsangebote der Krankenkassen bauen grundsätzlich auf zwei Säulen auf: Mit den Präventionsangeboten soll jeder Versicherte individuell oder im Setting über betriebliche (§20a, b SGB V) und nichtbetriebliche Lebenswelten (z.B. Kindergarten, Schule) erreicht werden. Basis für die Umsetzung aller Angebote bildet ein [Leitfaden](#), den der GKV-Spitzenverband veröffentlicht. Die

Handlungsfelder für Prävention

Die Basis aller Präventionsmaßnahmen, die die gesetzlichen Krankenkassen unterstützen können, findet sich in den vier Handlungsfeldern wieder:

- Bewegung,
- Ernährung,
- Stressbewältigung und
- Suchtmittelkonsum

Der Medizinische Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e. V. (MDS) und der GKV-Spitzenverband erstellen jährlich einen [Präventionsbericht](#) zusammen. Dieser fasst die Aktivitäten der Krankenkassen in der Primärprävention, zur Gesundheitsförderung in Settings, wie zum Beispiel Kindergarten oder Schule und der betrieblichen Gesundheitsförderung zusammen.

Der Leitfaden Prävention bildet die Grundlage für alle Maßnahmen, die eine Krankenkasse

Aktionsbündnis gegen Darmkrebs

Das „Aktionsbündnis gegen Darmkrebs“ hat das Ziel, die Zahl der Darmkrebserkrankungen und Darmkrebstoten in Deutschland deutlich zu reduzieren. Unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister Gröhe sind der BKK-Landesverband NORTHWEST, der BKK Landesverband Bayern und der BKK Dachverband e.V. die Federführer des Projekts. Weitere Informationen zum Aktionsbündnis unter www.bkk-gegen-darmkrebs.de/

Mittel, die der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) für Prävention zur Verfügung stehen, sind begrenzt. Als Richtwert hat der Gesetzgeber den gesetzlichen Krankenkassen Ausgaben von 7 Euro (2016) je Versicherten und Jahr für Leistungen nach § 20 a-c SGB V auferlegt. Jeweils 2 Euro davon sind für Präventionsleistungen in Lebenswelten und der betrieblichen Gesundheitsförderung vorgesehen.

Versicherte haben nach § 20d SGB V auch einen Anspruch auf Schutzimpfungen. Basis für diesen Leistungsanspruch bilden die Empfehlungen der [ständigen Impfkommission](#) beim Robert-Koch-Institut. Darüber hinaus können die Krankenkassen weitere Impfungen über Satzungsleistungen finanzieren.

fördern kann. Diese Qualitätskriterien sind maßgeblich:

- Strukturqualität (u. a. Anbieterqualifikation),
- Konzept- und Planungsqualität (z. B. Zieldefinition),
- Prozessqualität (z. B. Maßnahmen-durchführung) und
- Ergebnisqualität (Wirksamkeitsnachweis).

Derzeit ist der [Leitfaden Prävention](#) in der Fassung vom 10.12.2016 gültig, der derzeit vom GKV-Spitzenverband in Zusammenarbeit mit den Verbänden der Krankenkassen auf Bundesebene überarbeitet wird.

Qualitätsgeprüfte Kursangebote im Rahmen der Individualprävention haben die Betriebskrankenkassen zusammengestellt. Sie sind über diese Seite [BKK-geprüfte Angebote](#) recherchierbar.