

Statement

von

**Ulrike Elsner**

Hauptamtliche Vorstandsvorsitzende des Verbandes der Ersatzkassen e. V. (vdek)

anlässlich

der Pressekonferenz

**„Seelisch gesund aufwachsen“**

am 26. März 2019

im Tagungszentrum im Haus der Bundespressekonferenz,  
Schiffbauerdamm 40/Ecke Reinhardtstraße 55,  
10117 Berlin

(Es gilt das gesprochene Wort.)

Sehr geehrte Damen und Herren,

wenn Eltern mit ihren Kindern zu den bekannten U-Untersuchungen in die Kinderarztpraxen kommen, werden ihnen zu jeder Untersuchung die „Merkblätter Kinderunfälle“ von ihrem Kinderarzt ausgehändigt. Diese gibt es seit zwanzig Jahren und sie werden von den gesetzlichen Krankenkassen finanziert. Sie sollen Eltern über Gesundheitsgefahren im Haushalt und der Umwelt des Kindes aufklären und damit helfen, Kinderunfälle zu vermeiden. Die Merkblätter werden gut angenommen und unsere Erfahrungen sind sehr gut damit. Sie waren deshalb auch das Vorbild für die neuen Merkblätter „Seelisch gesund aufwachsen“, die wir Ihnen heute vorstellen möchten.

„Gesund aufwachsen“: Lebenskompetenz, Bewegung, Ernährung. Dieses Ziel wurde 2003 ( und 2010 aktualisiert) als nationales Gesundheitsziel von gesundheitsziele.de aufgestellt, an der auch die gesetzlichen Krankenkassen beteiligt sind. Begründet wurde dies so: Bei Kindern und Jugendlichen werden gesundheitsfördernde Verhaltensweisen entscheidend geprägt, hier wird der Grundstein gelegt für das spätere Gesundheits- und Krankheitsverhalten sowie für die Widerstandsfähigkeit im Umgang mit schwierigen Lebenssituationen. Und hier etablieren sich zudem langfristige Gesundheitsrisiken, wie Bewegungsmangel, ungesundes Essverhalten, viel zu viel Zeit vor Bildschirmmedien wie Handy und Tablet, Depressionen, Angststörungen und andere psychische Erkrankungen.

Gesund aufwachsen bedeutet also mehr als nur körperliches Wohlbefinden. Auch die psychische oder seelische Gesundheit ist maßgeblich für die gesunde Entwicklung eines Kindes. Im Rahmen der Eltern-Kind-Beziehung werden Kompetenzen wie Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und in andere Menschen, Mitgefühl, Kommunikationsfähigkeit, aber auch der angemessene Umgang mit Konflikten und soziale Fertigkeiten gelernt. Doch aktuelle Untersuchungen zeigen uns auch, dass es für Eltern oft eine Herausforderung ist, den Bedürfnissen der Kinder gerecht zu werden. Kinderärzte werden daher immer mehr mit psychischen Problemen bzw. Auffälligkeiten von Kindern konfrontiert.

Die Deutsche Liga für das Kind ist deshalb 2015 an uns mit der Idee herangetreten, eine neue Serie Merkblätter „Seelisch gesund aufwachsen“ zu entwickeln. Aus der Idee wurde ein Gemeinschaftsprojekt der gesetzlichen Krankenkassen und der hier anwesenden Organisationen. Entwickelt wurden zehn Merkblätter, die die bekannten Vorsorgeuntersuchungen U1 und U9 (es gibt noch ein Merkblatt 7a) ergänzen sollen. Ihr Ziel ist es, die Elternkompetenz zu stärken, indem die seelischen Bedürfnisse der Kinder altersgerecht erklärt und Handlungsoptionen aufgezeigt werden: Warum braucht das Kind meine Nähe? Was soll ich tun, wenn mein Kind

fremdelt? Wie soll ich mit Ängsten meines Kindes umgehen? Wie lernt ein Kind mit Konflikten umzugehen, wie angemessen zu kommunizieren oder Mitgefühl zu zeigen? Was tun bei übermäßigem Medienkonsum? – und zwar von Geburt an bis zum sechsten Lebensjahr. Die Kinderärzte händigen den Eltern die Merkblätter aus, aber sie können auch online abgerufen werden. Filme begleiten die Merkblätter visuell – sie sind in insgesamt sechs Sprachen verfügbar. Auf den Merkblättern finden Sie den direkten Link zu dem jeweiligen Film.

Wir – die gesetzlichen Krankenkassen sowie alle Partner der Merkblätter „Seelisch gesund aufwachsen“ – hoffen, mit diesem Projekt die Eltern zu stärken und damit zur seelischen Gesundheit unserer Kinder beizutragen.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.