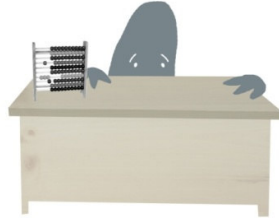


<http://www.n-tv.de/mediathek/videos/wissen/Grundschueler-haben-bedenklichen-Stress->



article7823746.html

Mittwoch, 21. November 2012

## Studie zur Kindergesundheit: Schon Grundschüler gestresst

**Stress ist ein weit verbreitetes Alltagsphänomen. Neu ist, dass bereits Zweit- und Drittklässler über Stress klagen. Häufigster Stressfaktor ist die Schule, vor allem dann, wenn die Entscheidung zur weiterführenden Schule ansteht.**



Gegen die Schule ist die Familie ein Hort der Harmonie.

Bereits jeder dritte Zweit- und Drittklässler klagt über Stress in der Grundschule. Das geht aus einer repräsentativen Umfrage an knapp 5000 Kindern zwischen sieben und neun Jahren hervor, die der **Deutsche Kinderschutzbund** zusammen mit anderen Initiatoren in Berlin vorstellte.

Danach ist die Schule für die Kinder fast bundesweit der meistgenannte Stressfaktor, noch vor "Ärger und Streit" und Auslösern in der Familie. Bereits ein Viertel der Zweit- und Drittklässler fühlt sich oft oder sogar sehr oft gestresst. "Erfolgsdruck" wird dabei als Stressursache von den Drittklässlern doppelt so häufig genannt wie von den Zweitklässlern.

### Selektion und Erfolgsdruck

"Uns hat vor allem überrascht, dass die Schule schon so früh bei relativ vielen Kindern Stress auslöst", sagt Anja Beisenkamp vom PROSOZ-Institut für Sozialforschung, das die Kindergesundheitsstudie durchgeführt hat. "Für die Kinderforschung ist diese Erkenntnis ein

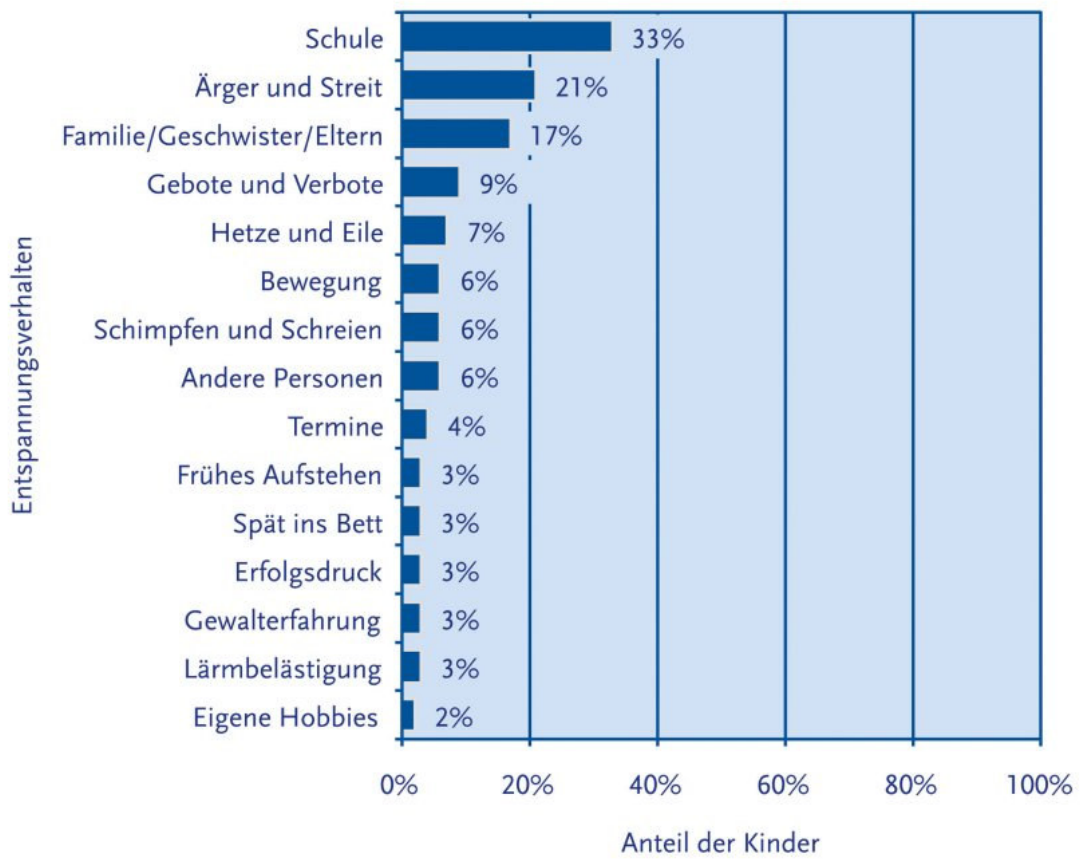
großer Gewinn. Für Erwachsene, die sich Kindheit immer noch als Hort der Glückseligkeit vorstellen, ist es allerdings erschreckend zu hören, dass Stressthemen die Kinderzimmertür

Der Erfolgsdruck in der Schule müsse kritisch hinterfragt werden, fordert der Deutsche Kinderschutzbund, der Kooperationspartner der Studie ist: "Bemerkenswert ist, dass Kinder in der dritten Klasse doppelt so häufig den Erfolgsdruck als Stress empfinden wie noch die Zweitklässler", so Friedhelm Güthoff, Sprecher des DKSB. Er sieht darin bereits die Vorwehen der bevorstehenden Selektion in der vierten Klasse: "Wir müssen endlich aufhören, bereits bei 9- bis 10-Jährigen die Weichen für das gesamte weitere Leben zu stellen. Dann können wir den Kindern nicht nur viel Stress ersparen, sondern auch ihre Potenziale besser entwickeln. Alle internationalen Studien zeigen, dass die leistungsschwächeren Kinder in ihren Lernständen profitieren, ohne dass die Leistungsstärkeren Nachteile haben müssen."

Gleichzeitig zeigt die Studie jedoch auch, dass die Sieben- bis Neunjährigen entgegen vieler Vorurteile ein überraschend ausgeprägtes Gesundheitsbewusstsein haben. Fast 90 % der 7- bis 9-Jährigen finden es wichtig, gesund zu essen. Auf die Frage, was Kinder für ihre Gesundheit brauchen, werden Sport und Bewegung am zweithäufigsten genannt. Knapp ein Drittel findet sportliche Aktivitäten wie Fußball, Laufen oder Klettern wichtig, um sich gesund zu fühlen.

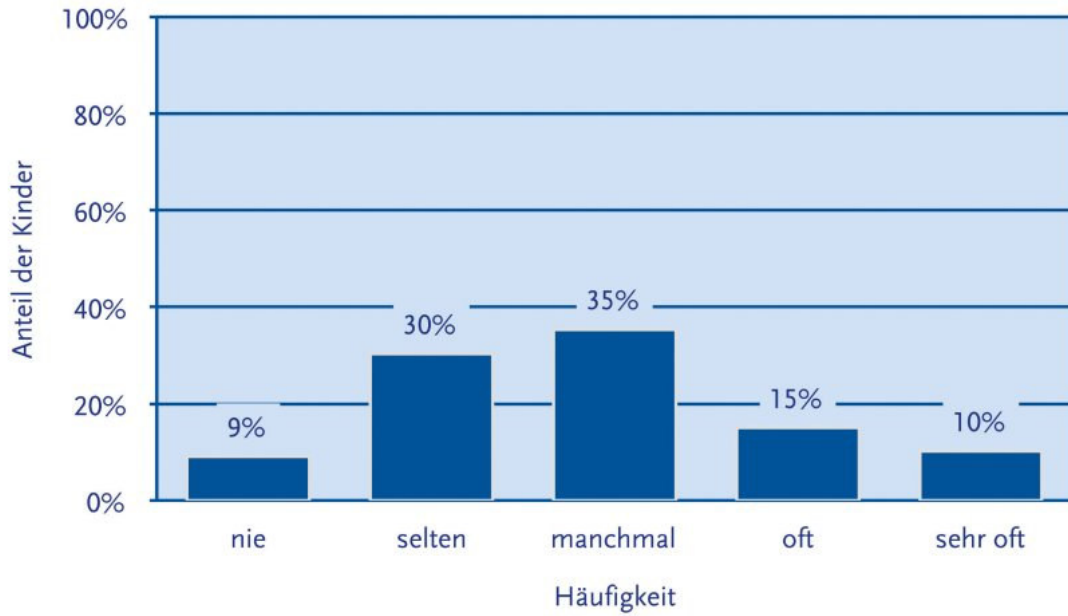
*Quelle: n-tv.de, sba/dpa*

## Wovon fühlst du dich gestresst?

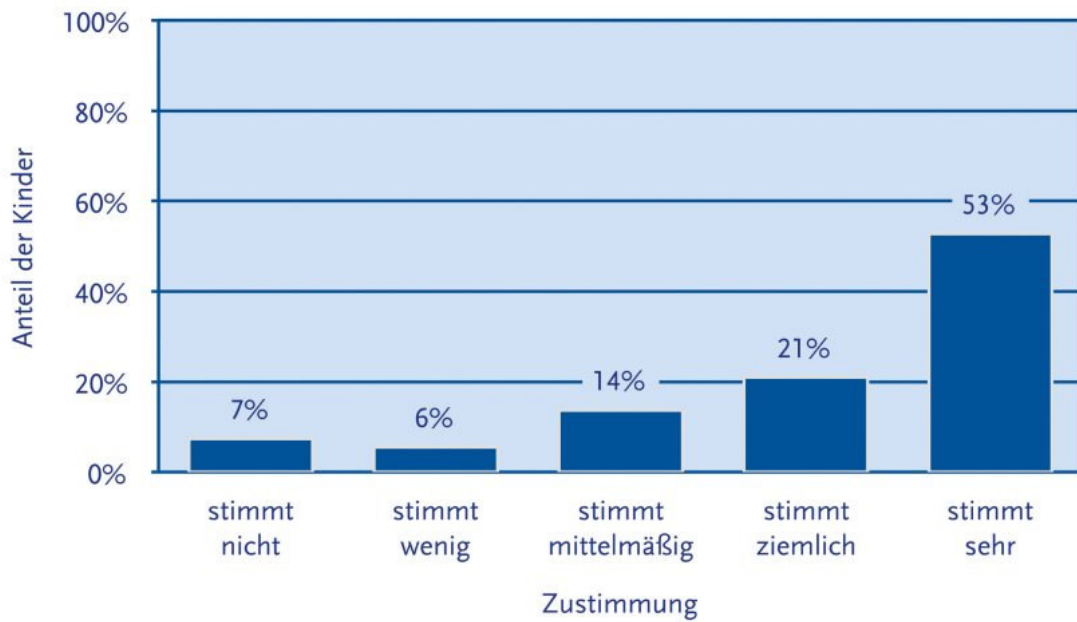


	1. Rangplatz	2. Rangplatz	3. Rangplatz	4. Rangplatz
Baden-Württemberg	Schule (34 %)	Ärger und Streit (19 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (12 %)	Hetze/Eile (Zeit) (12 %)
Berlin	Ärger und Streit (29 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (23 %)	Schule (21 %)	Schimpfen/ Schreien (Opfer) (13 %)
Brandenburg	Schule (31 %)	Ärger und Streit (19 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (18 %)	Gebote (Haushalts- pflichten) (15 %)
Hessen	Schule (31 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (18 %)	Ärger und Streit (17 %)	Schimpfen/ Schreien (Opfer) (9 %)
Mecklenburg- Vorpommern	Schule (29 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (24 %)	Ärger und Streit (17 %)	Hetze/Eile (Zeit) (10 %)
Niedersachsen	Schule (39 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (20 %)	Ärger und Streit (20 %)	Andere Personen/ Freunde (11 %)
Nordrhein- Westfalen	Schule (30 %)	Ärger und Streit (25 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (13 %)	Hetze/Eile (Zeit) (10 %)
Rheinland-Pfalz	Schule (31 %)	Ärger und Streit (26 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (15 %)	Bewegung/Sport (15 %)
Sachsen	Schule (44 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (18 %)	Ärger und Streit (14 %)	Gebote (Haushalts- pflichten) (16 %)
Sachsen-Anhalt	Schule (39 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (21 %)	Ärger und Streit (20 %)	Gebote (Haushalts- pflichten) (11 %)
Schleswig- Holstein	Schule (28 %)	Familie/ Geschwister/ Eltern (19 %)	Ärger und Streit (16 %)	Schimpfen/ Schreien (Opfer) (9 %)

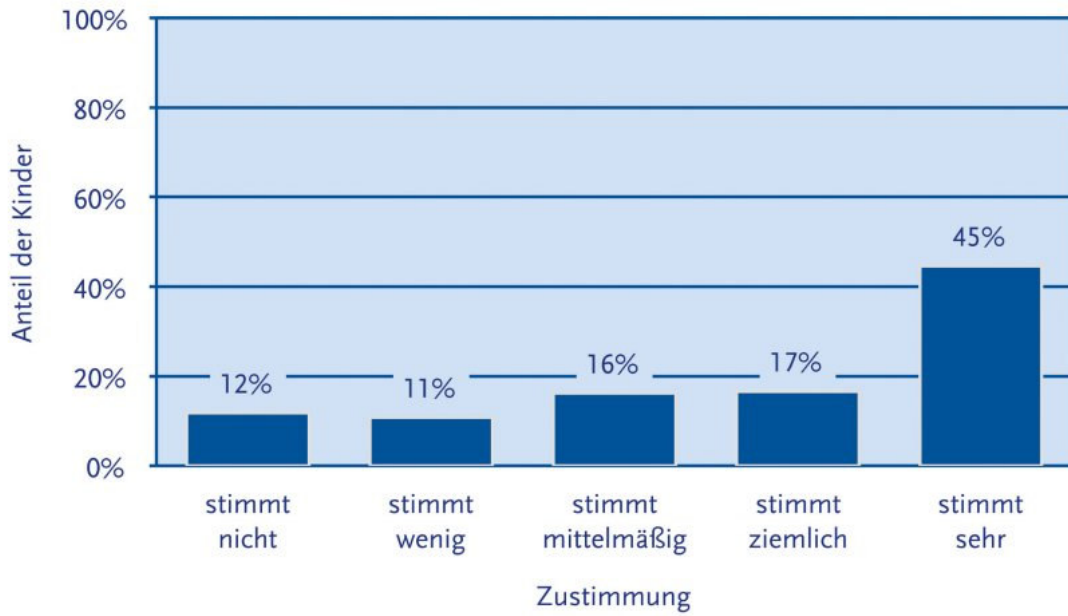
### Wie häufig fühlst du dich insgesamt gestresst?



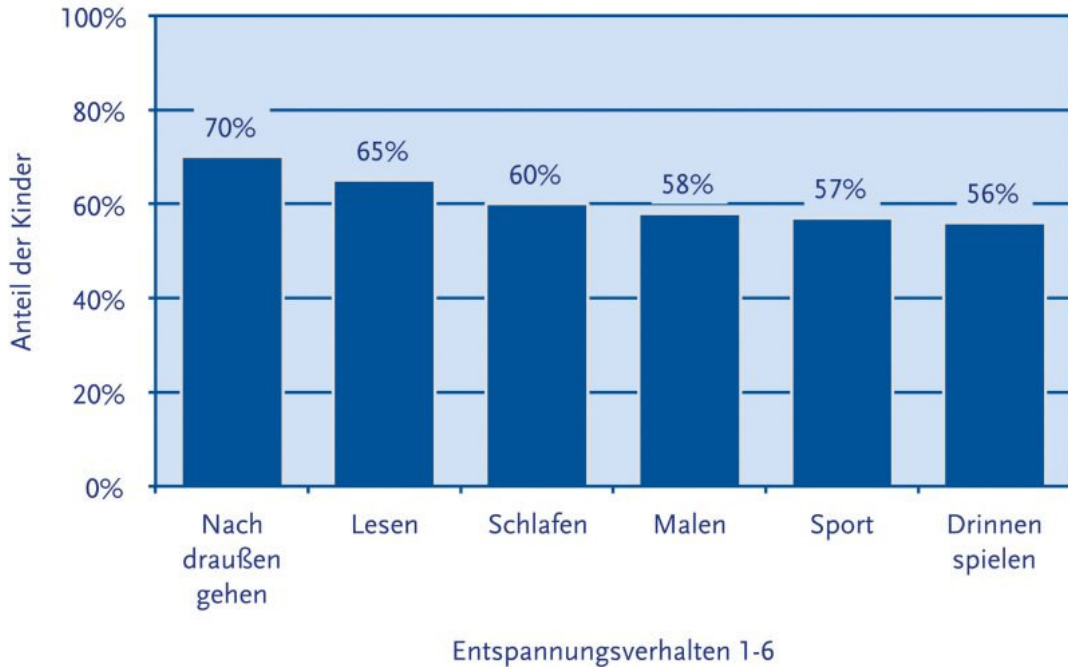
### Ich weiß, was ich tun kann, um zu entspannen (auszuruhen).



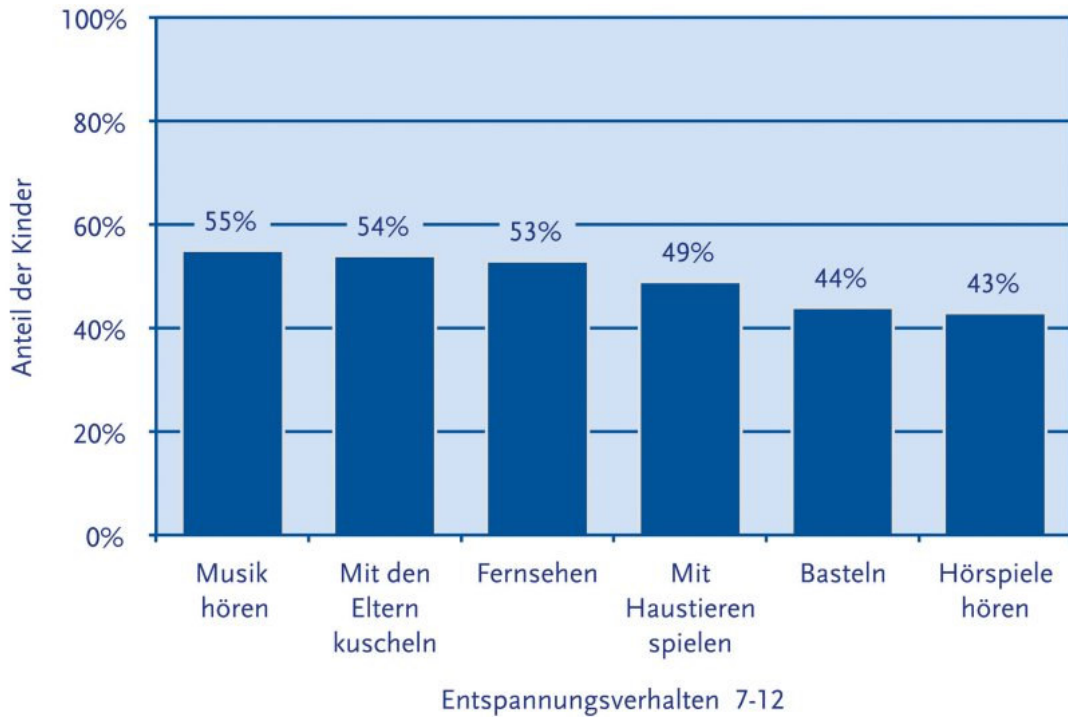
### Ich würde mich gerne häufiger ausruhen.



### Was machst du, wenn du dich entspannen willst?



## Was machst du, wenn du dich entspannen willst?



## Was machst du, wenn du dich entspannen willst?

