

**Fachtag**

**Die Zunahme  
psychischer Störungen  
bei Mädchen und Jungen**

**- unabänderliches Schicksal  
oder gesellschaftlich gestaltbar?**

**16. November 2010, München**

---

**SOZIALDIENST KATHOLISCHER FRAUEN**

Landesverband Bayern e.V.



## Symposium "Die Zunahme psychischer Störungen..."

Sehr geehrte Leserin,  
sehr geehrter Leser,

in der vorliegenden Dokumentation stellen wir Ihnen die Vorträge unseres Symposiums „Die Zunahme psychischer Störungen bei Mädchen und Jungen – unabweisbares Schicksal oder gesellschaftlich gestaltbar?“ vom 16. 11. 2010 zur Verfügung. In Fortsetzung des bei unserem ersten Symposium in 2009 begonnenen interdisziplinären Diskurses ist es unser Ziel, mit unserer Veranstaltung die gegenseitige Kenntnis von Jugendhilfe, Gesundheitshilfe und Schule über die Beiträge der anderen Systeme zum benannten Thema zu befördern.

Der Schwerpunkt des Symposiums lag auf der Frage, inwieweit Gesundheitshilfe, Jugendhilfe und Schule die psychische Gesundheit von Mädchen und Jungen fördern können und bereits fördern – eine Frage, die spätestens mit der Rezeption des 13. Kinder- und Jugendberichts der Bundesregierung im Frühsommer 2009 große Aufmerksamkeit erfährt.

„Der größte Risikofaktor zur Ausbildung einer psychischen Störung ist in der Kindheit der, Junge zu sein“ – resümierte Professor Andreas Warnke von der Universitätsklinik Würzburg die Datenlage zur unterschiedlichen Ausprägung psychischer Störungen bei Mädchen und Jungen. Für Mädchen gelte das gleiche im Jugendalter.

Die im Folgenden dokumentierten Vorträge weisen Ansätze zur Förderung der psychischen Gesundheit auf, verdeutlichen aber auch, dass das Thema noch weiterer Unterstützung bedarf.

Zu den Vorträgen:

**Prof. Heiner Keupp** stellt in seinem Beitrag den Zusammenhang zwischen der Verbreitung psychischer Störungen bei Kindern und Jugendlichen mit folgenden drei Faktoren her: dem Geschlecht, dem Migrationshintergrund und der sozialen Lage. Desweiteren stellt der Vorsitzende der Berichtskommission des 13. Kinder- und Jugendberichts der Bundesregierung die Bedeutung eines erweiterten Gesundheitsbegriffs für die Arbeit in der Kinder- und Jugendhilfe dar. Er erläutert das Konzept der Salutogenese sowie den Gesundheitsbegriff der Ottawa Charta. Entscheidend für ein gesundes Aufwachsen sind Selbstbestimmung, ein positives Selbstbild, das Gefühl der Zugehörigkeit sowie die Möglichkeit, sich selbst als handlungsfähig zu erleben.

**Prof. Peter Paulus** von der Leuphana Universität Lüneburg stellt in seinem Vortrag das von ihm aus Australien nach Deutschland importierte Programm MindMatters zur Förderung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern. Aufbereitet stehen den Lehrkräften Methoden wie „Freunde finden, behalten, dazugehören“, „Umgang mit Stress“, „Mobbing“ sowie „Rückrat für die Seele“ zur Verfügung. In Bayern wird das Konzept im Rahmen des Programms „Gute gesunde Schule“. Darüber hinaus betont Professor Paulus, dass Schule insbesondere dann die gesunde Entwicklung von Mädchen und Jungen fördert, wenn sie Gesundheit als Voraussetzung für gutes Lernen in den Schulalltag integriert.

**Prof. Andreas Warnke** appelliert in seinem Vortrag an die Verantwortung aller gesellschaftlichen Kräfte. Psychische Erkrankungen müssen endlich die gleiche gesellschaftliche Beachtung erhalten wie körperliche Krankheiten. Als wichtigen Beitrag fordert Andreas Warnke von der Schule, auffälliges Verhalten oder mangelnde Schulleistung als möglichen Hinweis auf zugrundeliegende Störungen abzuklären. Ziel müsse es sein, allen Mädchen und Jungen eine erfolgreiche Schullaufbahn zu ermöglichen. „Kinder mit Legasthenie oder mit Autismus haben das Recht auf entsprechende Hilfestellungen“.

---

Symposium "Die Zunahme psychischer Störungen..."

Deshalb sei die Eingliederungshilfe, die über das Jugendamt gewährt wird, wichtig. Professor Warnke verdeutlicht, dass trotz rückläufiger Geburtenrate die Bedürftigkeit nach Jugendhilfeleistungen wie auch nach psychiatrischer Behandlung gestiegen ist. Diese Entwicklung müsse im Kontext gesellschaftlicher Wandlungsprozesse gesehen werden. Dazu gehören zunehmend Armutsrisiken für Familien ebenso wie die Verunsicherung von Kindern in ihren familialen Bezügen durch die Zunahme von Patchworkfamilien und Alleinerziehenden. Familien können Krisen immer schlechter selbständig abfangen.

**Klaus Schwarzer** von der AOK Bayern führt spezifische Förderprogramme der AOK zur Förderung der psychischen Gesundheit aus. Hierzu zählen „relaxed kids“ und „Warum ist Mama krank“. Es wird deutlich, dass auch bei der AOK als mitgliederstärkste Krankenkasse Bayerns der präventive Bereich an Bedeutung gewonnen hat, ebenso die Förderung ambulanter vor stationärer Versorgung. Klaus Schwarzer weist ferner auf die unzureichende Versorgung mit niedergelassenen Kinder- und Jugendpsychiatern hin.

Wir bedanken uns bei den Referenten für die Freigabe ihrer Vorträge für unsere Dokumentation.

München, Januar 2011

Beate Frank und Alexandra Myhsok  
SKF Landesverband Bayern e. V.



Symposium 16. November 2010

# Die Zunahme psychischer Störungen bei Mädchen und Jungen

- unabänderliches Schicksal oder gesellschaftlich gestaltbar?

10.00 Uhr **Begrüßung**

Elisabeth Maskos  
Vorsitzende, SkF Landesverband Bayern e.V.

10.15 Uhr **Was verhindert, was fördert gesundes Aufwachsen  
von Mädchen und Jungen?**

- der Beitrag der Kinder- und Jugendhilfe

Prof. em. Dr. Heiner Keupp  
Vorsitzender der Sachverständigenkommission des  
13. Kinder- und Jugendberichts, München

11:30 Uhr **Gute gesunde Schule –  
das Konzept „MindMatters“**

Prof. Dr. Peter Paulus  
Institut für Psychologie an der Leuphana Universität  
Lüneburg

ca. 12.30 Uhr Mittagspause

14:00 Uhr **Die unterschiedlichen Ausprägungen psychischer  
Störungen bei Mädchen und Jungen**

Prof. Dr. med. Andreas Warnke  
Klinik und Poliklinik für Kinder-Jugendpsychiatrie und  
Psychotherapie, Universitätsklinikum Würzburg

15:15 Uhr **Die Förderung der psychischen Gesundheit von  
Mädchen und Jungen**

– die AOK Bayern

Klaus Schwarzer  
Referent Leistungsmanagement, AOK Bayern

ca. 16.30 Uhr Ende der Veranstaltung

## Tagungsleitung

Beate Frank und Alexandra Myhsok  
Referentinnen, SkF Landesverband Bayern e.V.

## Inhaltsverzeichnis

### **Was verhindert, was fördert gesundes Aufwachsen von Mädchen und Jungen?**

- der Beitrag der Kinder- und Jugendhilfe

Prof. em. Dr. Heiner Keupp

Vorsitzender der Sachverständigenkommission des 13. Kinder- und Jugendberichts, München

### **Gute gesunde Schule – das Konzept „MindMatters“**

Prof. Dr. Peter Paulus

Institut für Psychologie an der Leuphana Universität Lüneburg

### **Die unterschiedlichen Ausprägungen psychischer Störungen bei Mädchen und Jungen**

Prof. Dr. med. Andreas Warnke

Klinik und Poliklinik für Kinder-, Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Würzburg

### **Die Förderung der psychischen Gesundheit von Mädchen und Jungen**

– die AOK Bayern

Klaus Schwarzer

Referent Leistungsmanagement, AOK Bayern



# **Die Förderung der psychischen Gesundheit von Mädchen und Jungen - die AOK in Bayern**

Prof. Dr. med. Andreas Warnke  
Klinik und Poliklinik für Kinder-,  
Jugendpsychiatrie und Psychotherapie,  
Universitätsklinikum Würzburg

# „Die Förderung der psychischen Gesundheit von Mädchen und Jungen“

---

*Symposium des Sozialdienstes kath. Frauen, Landesstelle Bayern e. V.*

*Regierung von Oberbayern*

*16. November 2010*

*München*

**Rede**

**Klaus Schwarzer**

**Fachbereichsleiter  
AOK Bayern - Die Gesundheitskasse**

---

Es gilt das gesprochene Wort

---

AOK Bayern - Die Gesundheitskasse  
Zentrale, ZE74MC021  
Carl-Wery-Straße 28  
81739 München



Telefon: 089 62730-202  
Telefax/iFax: 089 62730-650202  
E-Mail: klaus.schwarzer@by.aok.de  
<http://www.aok.de>

Sehr geehrte Damen und Herren,

herzlichen Dank für die Einladung zu diesem doch äußerst interessanten und derzeit in vielen Medien aufgearbeiteten Thema. Die Anzahl psychischer Erkrankungen nimmt rapide zu und führt bei den Beschäftigten seit Jahren immer häufiger zu Arbeitsunfähigkeit zumeist mit langen Fehlzeiten einhergehend. Die Bedrohlichkeit aber liegt insbesondere in den dadurch ausgelösten enormen Folgekosten und der sehr wahrscheinlich bereits jetzt schon großen und weiter zunehmenden Zahl unerfasster psychischer Störungen, die die Lebensqualität und Leistungsfähigkeit der Betroffenen beeinträchtigt. Eine rasante Entwicklung der Arbeitswelt und die kontinuierliche Veränderung von einer Produktions- hin zu einer Dienstleistungsgesellschaft haben die Anforderungen an Mitarbeiter und Betriebe verändert. Doch die Bedeutung dieses Themas ist seit mehr als 10 Jahren aktuell. Zwar hat im Laufe der Zeit der Anteil der schweren körperlichen Arbeit abgenommen, der Anteil geistiger und zwischenmenschlicher Arbeit hat jedoch zugenommen. Alte Themen wie etwa Nacht- und Schichtarbeit sind geblieben, neue Themen wie berufliche Mobilität, Arbeitssucht, Präsentismus, Konfliktmanagement und Mobbing, die für diese Wandlungsprozesse charakteristisch sind, kamen hinzu. Alkohol, Drogen aber auch Diagnosen wie Essstörungen und die steigende Zahl der armen Menschen spielen ebenfalls eine immer grö-

ßere Rolle. Statistiken und Berichte über psychische Erkrankungen der arbeitenden Bevölkerungsschicht gibt es sehr viele; wie aber sieht es mit den Mädchen und Buben aus. Wie können Kinder bereits frühzeitig geschützt werden, damit sie nicht selbst erkranken, weil sie z.B. eine kranke Mutti und/oder kranken Vati haben oder in einem Umfeld groß werden, das krank machen kann. Die eine psychische Erkrankung auslösenden Faktoren zu erkennen, zu analysieren und Gegenstrategien aufzubauen ist seit vielen Jahren für die AOK Bayern eine Herausforderung, der wir uns mit großem Engagement stellen.

So haben wir zusammen mit der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns unter dem Motto „Warum ist Mamma denn Krank“ ein „Leuchtturmprojekt“ kreiert. Die Diagnose zu erhalten, an Depression, Schizophrenie, Krebs, Aids oder einer anderen schwerwiegenden oder chronischen Krankheit zu leiden, ist für die meisten Menschen ein Schock. Für Partner, Angehörige und insbesondere Kinder ist dies eine enorme Belastung. Diese Nachricht muss man erst mal selbst verarbeiten. Oft treten dabei auch Zukunftsängste auf, weil viele Veränderungen anstehen. Der Betroffene selbst muss sich die Zeit nehmen, die er braucht um aufkommende Gedanken zu sortieren und die Gefühle zu ordnen. Gerade Kinder spüren diese Veränderung und Belastung und wagen es bisweilen nicht darauf zu reagieren, um nicht für zusätzlichen Stress zu sorgen.

Aber ihr Leben und ihr Alltag ändern sich. Diese kindliche Wahrnehmung wird oft unterschätzt und darum nicht ausreichend berücksichtigt. Kinder leisten dabei emotionale Schwerstarbeit, der sie in vielen Fällen nicht dauerhaft gewachsen sind. Es gibt dabei allerdings keine allgemein gültigen Hinweise, die Rückschlüsse darauf zulassen, ob ein Kind mit der Situation tatsächlich überfordert ist oder ob es gut damit klar kommt. Der äußere Eindruck kann täuschen. Hier setzen wir nun an und geben den Eltern Empfehlungen sowie konkrete professionelle Hilfsangebote, die wir auf einem Flyer und in einer Broschüre zusammengestellt haben, an die Hand. So weisen wir ausdrücklich darauf hin, dass mit dem Kind offen gesprochen wird. Es muss nicht alles gesagt werden – aber das was mitgeteilt wird, muss wahr sein. Das Kind muss nicht vor vermeintlich schwierigen Erfahrungen bewahrt werden, indem ein gut gemeintes Netz von Schweigen, Verharmlosungen und Unwahrheiten aufgebaut wird. Wenn dem Kind nicht die Wahrheit gesagt wird, wird es möglicherweise die Schuld für die Veränderungen bei sich selbst suchen oder eine eigene, unter Umständen weitaus schlimmere Wahrheit erfinden, um sich die Veränderung zu erklären.

Ein gemeinsames Gespräch, in dem jedes Familienmitglied seine Gedanken und Gefühle ehrlich zum Ausdruck bringen darf, kann entlasten und helfen, Missverständnisse im Vorfeld zu klären. So wird das Vertrauen innerhalb des Familienverbunds gestärkt. Gespräche helfen, die

neue Situation zu bewältigen. Wenn die Kommunikation mit dem Kind nicht funktioniert, die Kraft für ein solches Gespräch nicht vorhanden ist oder einfach nur die richtigen Worte fehlen, ist professionelle Hilfe von Außen anzunehmen.

Hierfür haben die Kassenärztliche Vereinigung Bayerns und die AOK Bayern ein unterstützendes und professionelles Beratungsangebot geschaffen. Familien können sich von Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten bei der Vorbereitung, aber auch bei der Durchführung des Gesprächs mit ihren Kindern begleiten lassen. Dafür gibt es zwei individuelle Beratungstermine á 60 Minuten. Ist eine weitere Unterstützung nötig, können noch einmal bis zu sechs Gespräche á 60 Minuten in Anspruch genommen werden. Die Vergütung wird außerhalb von Budgets von der AOK Bayern aufgebracht. Damit ist sichergestellt, dass die Gespräche geführt werden ohne Druck auf Regelleistungsvolumen, qualitätsorientierte Zusatzvolumina oder morbiditätsbedingte Gesamtvergütung. Das Projekt wird in den nächsten Tagen gestartet.

Die AOK Bayern hat die Herausforderung psychischer Erkrankungen von Kindern frühzeitig erkannt. So haben wir einen Vertrag über die pädiatrischen Versorgung nach § 73 b SGB V mit dem Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte in Deutschland geschlossen. Diese Vereinbarung soll die Rolle des hausärztlich tätigen Kinder- und Jugendarztes als

zentraler Lotse und Partner des Versicherten für alle Belange seiner medizinischen Versorgung in Bezug auf Qualität, Serviceleistungen und Koordination stärken. Der Kinder- und Jugendarzt leistet einen entscheidenden Beitrag zur Steuerung des Versorgungsgeschehens, indem er den Versicherten einschließlich Bezugsperson(en) bei der Inanspruchnahme der differenzierten Versorgungsangebote des Systems begleitet und durch den fachlichen Austausch mit Kollegen anderer Fachgruppen in Praxis und Klinik und mit weiteren Leistungserbringern eine verbesserte Koordination der Versorgung gewährleistet.

Die Pädiatriezentrierte Versorgung nach diesem Vertrag geht über die im Bundesmantelvertrag Ärzte (§ 10 und Anlage 5 BMV-Ä) und in den Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses vorgegebenen Versorgungsinhalte hinaus.

Die bestehende Versorgung von Kinder- und Jugendlichen in Bayern soll deshalb durch eine leitlinienorientierte, gleichwohl die ärztliche Therapiefreiheit unberührt lassende Versorgungssteuerung durch den hausärztlich tätigen Kinder- und Jugendarzt optimiert werden. Dabei soll durch die Bindung des Patienten an einen Kinder- und Jugendarzt dessen Rolle als primärer Ansprechpartner und Koordinator für den Patienten im Gesundheitssystem insbesondere in der ambulanten ärztlichen Versor-

gung zum Wohle des Patienten eingesetzt werden. Dadurch wird eine zielgenauere Leistungssteuerung und insbesondere eine rationale und transparente Pharmakotherapie und damit die Erschließung von Wirtschaftlichkeitsreserven angestrebt. Der Patient soll durch die Steuerung seiner Versorgung über den Kinder- und Jugendarzt vor unnötigen Doppeluntersuchungen und Fehlmedikationen bewahrt werden. Für die von psychischen Erkrankungen bedrohten Kinder haben wir gesonderte Leistungspositionen geschaffen, auf die ein Kinderarzt zugreifen kann. Dabei handelt es sich um standardisierte Testverfahren zur Erfassung von Entwicklungsdefiziten, entwicklungsneurologische Betreuung, die Koordination von Heilmaßnahmen sowie die individuelle Instruktion des Patienten und/oder der Bezugsperson insbesondere bei Regulationsstörungen, familiären Interaktionsstörungen oder ADHS mit Komorbiditäten.

Die AOK Bayern hat unter der Rubrik RelaxKids Produkte eines Stresspräventionstrainings für Kinder geschaffen. Diese Angebote sind in erster Linie der Primärprävention zugeordnet.

Schon Grundschüler haben ein volles Programm: Musikunterricht, Fußballtraining, Mathe-Hausaufgaben, Geburtstagsfeier. Da sind sie schnell im Stress. Mit RelaxKids gehen die Kinder wie Detektive auf Spurensuche nach dem ganz persönlichen Stress und lernen spielerisch, ihn bes-

ser zu bewältigen. Auch Eltern erfahren mehr über den Hintergrund von Stressfaktoren und über Möglichkeiten, die Kinder verständnisvoll zu unterstützen.

Aber auch ein Autogenes Training für Kinder bieten wir an. Hier heißt das Motto: „Entspannung pur erleben“

Kindersorgen können ganz schön drücken. Das kann zu dauerhaften Beschwerden führen. Mit unserem Programm lernen Kinder in der Gruppe spielerisch, sich trotz aller Sorgen und kleiner oder großer Nöte zu entspannen. Entspannungsmusik und Geschichten helfen dabei.

Die Progressive Muskelentspannung ist ein weiterer Baustein in unserm Leistungsangebot für unsere Kleinen. Kinder zwischen 6 und 10 Jahren lernen mit Stress, Hektik, Angst und Unruhe umzugehen und so ihre Alltagsorgen besser zu bewältigen. In unserem Kurs lernen Kinder spielerisch, sich körperlich und seelisch wohlig zu entspannen. In der Gruppe können sie tief durchatmen, eine Fantasiereise machen und die Muskeln abwechselnd an- und wieder entspannen.

Kinder lieben auch Yoga. Kinder ab 6 Jahren können mit Yogahaltungen und Traumgeschichten entspannen. In Indien haben die Menschen über Jahrhunderte eine Technik entwickelt, die sie Yoga nennen. Das sind

ausgewählte Übungen, mit denen auch Kinder Körper und Gedanken trainieren können. Mutig wie ein Löwe, stark wie ein Gorilla und lebendig wie ein Frosch zu sein – ein herrliches Gefühl, das Kinder in der Gruppe trainieren können.

Des Weiteren bieten wir auch Yoga für junge Erwachsene/Jugendliche. Lebensfreude und Energie tanken wie ein Yogi. In einer Gruppe von Gleichgesinnten die Techniken des Hatha Yoga entdecken und dabei Glücksgefühle und eine tolle Gemeinschaft erleben. Für alle, die sich schon immer gefragt haben, wie sich ein Yogi fit hält und entspannt.

Besonders Interessant ist unser Stressmanagement nach dem OptiMind-Konzept für Eltern mit Kindern, die an ADS/ADHS leiden. ADS-Kinder sind, wie heute bereits dargestellt, oft „schwieriger“ als andere Kinder. Der Kurs richtet sich an Eltern, die Unterstützung für die persönliche Stressbewältigung suchen. Spezielle ADHS- Elternteraining-Coaches stellen neben dem Krankheitsbild bewährte Strategien für den Alltag vor.

Daneben haben wir auch ein Programm aufgelegt für Kinder mit Prüfungsstress. Das Seminar „easy lernen“ wendet sich an Schülerinnen und Schüler der Vorabschlussklassen in Haupt- und Realschulen sowie

Gymnasien. Dabei lernen die Kinder Techniken und Methoden des Lernens.

Aber auch für Jugendliche in der Ausbildung ist unser Kurs „Fit für die Prüfung“ immer wieder ein „Renner“. In einem zweiteiligen Seminar für Auszubildende, die vor der Zwischen- oder Abschlussprüfung stehen, werden Tipps über die Bewältigung von Lernstress gegeben.

Seit 2005 veranstaltet der AOK-Bundesverband einmal im Jahr eine Selbsthilfetagung. Die Selbsthilfe hat bei diesen Fachveranstaltungen die Möglichkeit, wichtige Themen und Fragestellungen gegenüber eigenen Organisationen, aber auch gegenüber den Krankenkassen oder anderen Multiplikatoren darzustellen. Mit Ausnahme der Veranstaltung 2008 fanden alle Tagungen in Kooperation mit Partnerorganisationen der Selbsthilfe statt.

Neben einer wissenschaftlich theoretischen Erörterung des jeweiligen Themas hat die Selbsthilfe Gelegenheit, Best-Practice-Modelle vorzustellen. Zu allen Veranstaltungen sind bisher Spezialausgaben des AOK-Magazins "Gesundheit + Gesellschaft" mit Beiträgen und weiterführenden Informationen zu den Themen erschienen.

Der diesjährige Selbsthilfetag trägt das Motto: „Wenn Eltern trinken - Angebote der Selbsthilfe für Kinder aus suchtkranken Familien“

Kinder aus suchtkranken Familien führen oft ein Schattendasein in vielerlei Hinsicht: Die Eltern haben mit ihren eigenen Problemen zu tun und meinen sogar oft, ihre nächsten Familienangehörigen bemerkten gar nichts. Die Folge ist ein familiäres Versteckspiel, das in eine massive Überforderung der Kinder führen kann, wenn sie versuchen, da einzuspringen, wo ihre Eltern versagen. Das familiäre Klima ist häufig durch fehlende Verlässlichkeit und mangelnde emotionale Zuwendung geprägt. Und diese Situation kennen erschreckend viele: Von allen Kindern und Jugendlichen in Deutschland hat jeder siebte zeitweise, jeder zwölfte dauerhaft ein suchtkrankes Elternteil. Damit sind nach Angaben der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS) bundesweit etwa 2,65 Millionen Kinder und Jugendliche betroffen.

Grund genug, dass in der Sucht-Selbsthilfe nicht nur den Suchtkranken selbst, sondern auch den Problemen ihrer Kinder Raum gegeben wird - nicht zuletzt auch deshalb, weil diese selbst ein hohes Risiko haben süchtig zu werden oder eine andere psychische Störung zu entwickeln.

"Wenn Eltern trinken - Angebote der Selbsthilfe für Kinder aus suchtkranken Familien" ist daher der Titel der Selbsthilfe-Fachtagung 2010 am Freitag, 26. November 2010 im Gebäude des AOK-

Bundesverbandes, Rosenthaler Str. 31, 10178 Berlin. Eine Veranstaltung des AOK-Bundesverbandes in Zusammenarbeit mit der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS).

Im Fokus der ganztägigen Fachtagung stehen die Angebote der Sucht-Selbsthilfe für betroffene Kinder und Jugendliche. Es wird aber auch ganz gezielt über den "Tellerrand" geschaut, weil ähnlich gelagerte Probleme sich beispielsweise auch Kindern psychisch kranker Eltern stellen. Neben Fachvorträgen am Vormittag steht der Nachmittag ganz im Zeichen der Praxis, wenn Selbsthilfegruppen ihre Arbeit vorstellen. Auf der abschließenden Podiumsdiskussion haben die Teilnehmer der Tagung Gelegenheit, mit den Referenten die Ergebnisse der Veranstaltung zu diskutieren. Auch Sie sind gerne dazu eingeladen. Die Unterlagen mit Anmeldebogen habe ich Ihnen mitgebracht.

Wir das Kind dennoch krank, hat die AOK Bayern bereits vor vielen Jahren vorgesorgt. Wir haben mit der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns die Sozialpsychiatrie-Vereinbarung geschlossen. Diese Vereinbarung dient der Förderung einer qualifizierten sozialpsychiatrischen Behandlung von Kindern und Jugendlichen in der ambulanten vertragsärztlichen Versorgung. Im Vordergrund steht dabei der gezielte Ausbau solcher Behandlungsangebote, die für eine sinnvolle kontinuierliche Betreuung der betroffenen Patienten erforderlich sind, im ärztlichen Abrechnungsregelwerk, dem EBM, jedoch nicht aufgeführt werden. Hierdurch soll vorwiegend bei komplexen sozialpädiatrischen und psychiatrischen Behandlungsproblemen insbesondere die ambulante ärztliche

Betreuung als Alternative zur stationären Versorgung und anderen institutionellen Betreuungsformen ermöglicht werden.

An dieser Vereinbarung können Vertragsärzte teilnehmen, die die Berechtigung zum Führen der Gebietsbezeichnung Kinder- und Jugendpsychiater erworben haben sowie Kinderärzte, Nervenärzte und Psychiater mit entsprechender Qualifikation, d.h. mit mindestens zweijähriger Weiterbildung im Bereich der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Der Arzt muss die interdisziplinäre Zusammenarbeit medizinischer, psychologischer, pädagogischer und sozialer Dienste gewährleisten.

Für die sozialpsychiatrische Versorgung von Kindern und Jugendlichen sollen dem Praxisteam mindestens ein Heilpädagoge und ein Sozialarbeiter bzw. eine entsprechende Zahl von Mitarbeitern mit jeweils vergleichbaren Qualifikationen wie Fachschul-, Fachhochschul- oder Hochschulabschluss mit kinder- und jugendpsychiatrischer bzw. therapeutischer Zusatzqualifikation angehören.

Sind Diplompsychologen, Sprachtherapeuten (Logopäden), Ergotherapeuten oder Physiotherapeuten in der Praxis nicht beschäftigt, hat der Vertragsarzt der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns eine Kooperation nachzuweisen.

Der Vertragsarzt ist zur kontinuierlichen Zusammenarbeit mit den übrigen an der Behandlung des Patienten beteiligten Ärzten und - soweit erforderlich - zu deren konsiliarischer Beratung verpflichtet. Dies betrifft insbesondere die regelmäßige Abstimmung des diagnostischen und therapeutischen Vorgehens mit dem behandelnden Arzt. Dies alles in der Hoffnung einer professionellen Betreuung/Behandlung betroffener Mädchen und Buben.

Daneben werden die Buben und Mädchen auch in Psychiatrischen Institutsambulanzen betreut und versorgt. Dafür sind gesonderte Einrichtungen für Kinder und Jugendliche in Bayern ermächtigt. Psychiatrische Institutsambulanzen erfüllen einen spezifischen Versorgungsauftrag speziell für Kranke, die wegen der Art, Schwere oder Dauer ihrer Erkrankung eines solchen besonderen, krankenhaushnahen Versorgungsangebotes bedürfen. Das Angebot der PIA richtet sich an Kranke, die von anderen Versorgungsangeboten nur unzureichend erreicht werden. Durch die Leistungen der PIA sollen auch Krankenhausaufnahmen vermieden oder stationäre Behandlungszeiten verkürzt und Behandlungsabläufe optimiert werden, um dadurch die soziale Integration der Kranken zu stabilisieren. Dazu gehört auch die Einleitung gezielter therapeutischer Maßnahmen in Wohnortnähe. Das Instrument für die Erreichung dieser Ziele ist die Gewährleistung der Behandlungskontinuität.

Am Ende meines Vortrags schließe ich mit den Worten „Nur wer das Unmögliche versucht, schafft das Mögliche“. Wenn jeder Kostenträger seine Möglichkeiten nutzt und wir gemeinsam anpacken, dann werden nach meiner Überzeugung auch die Buben und Mädchen weitestgehend vor psychischen Erkrankungen geschützt. Im Falle der Erkrankung stehen neben den dargestellten ambulanten Versorgungsmöglichkeiten auch stationäre zur Verfügung. Aber auch hier gilt unser bereits im Bayernvertrag der 70er Jahre niedergeschriebenes Motto „soviel ambulant wie möglich und nur soviel stationär wie nötig.“

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

# Informationen

---



## RelaxKids

Stressbewältigungsprogramm  
für 8 – 10 Jährige

Rudi Relax

# Überblick

---



Was ist RelaxKids



Stress bei Kindern



Trainingsbausteine



Was Eltern tun können

# Für wen geeignet?

---



Kind ist 8 – 10 Jahre alt



Kind kann lesen und schreiben



Kind ist gern in einer Gruppe



Kind ist nicht hyperaktiv

# Schulkinder

---

72% berichten von eigenen Stresserlebnissen

36% haben keine Vorstellung über die Ursachen

25% glauben, dass sie nichts dagegen unternehmen können



# Ursachen von Stress

---



Spannungen/Probleme im Alltag



Über-/Unterforderung



Entwicklungsbedingte Probleme



Lebenskrisen

# Kinderstress 1

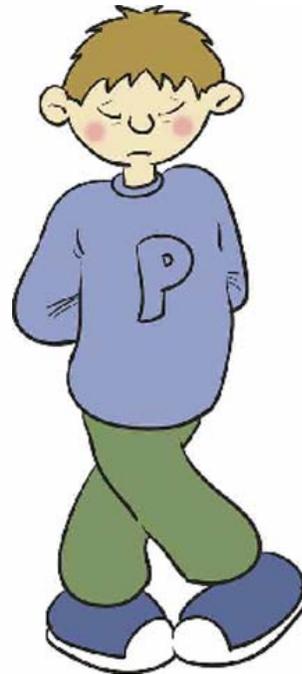
## Schule / Leistungen

Klassenarbeiten  
Hausaufgaben  
Lehrerangst  
Schulwechsel



# Kinderstress 2

im sozialen Bereich



Erwachsene streiten  
Eltern schelten häufig

Fühlen sich unverstanden  
Fühlen sich nicht akzeptiert

# Kinderstress 3

## in der Freizeit

Zu viele  
Aktivitäten

Zuviel  
Fernsehen  
& Computer



Zu ‚gut gemeinte‘  
Förderung  
durch die Eltern

Zu wenig  
unverplante  
Zeit

# Auswirkung von Stress

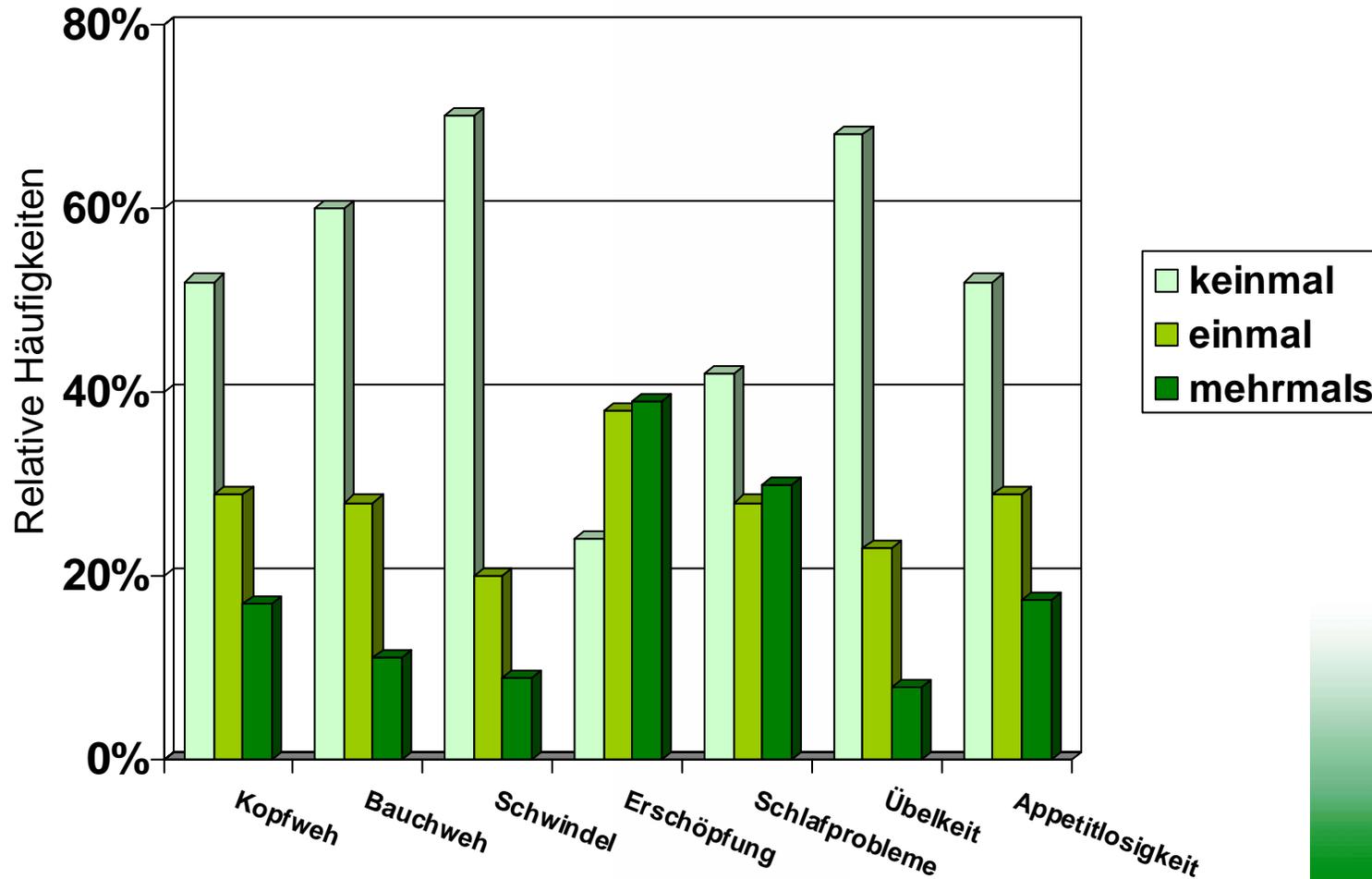
---



- ✓ körperlich
- ✓ psychisch
- ✓ verhaltensbezogen

Gerlinde Gram

# Stress Symptome



# AOK Kursangebot

---

**RelaxKids  
das AOK  
Anti-Stress  
Training**



Rudi Relax

# Trainingsziele

---



- ✓ Wissen, wie Stress entsteht
- ✓ Stress-Situationen kennen
- ✓ Reaktionen auf Stress kennen
- ✓ Strategien erweitern
- ✓ Spaß haben
- ✓ Sich wohl fühlen

# Kursbausteine

---

**Stressmodell  
Balance-Waage**

**Stress-  
situationen**

**Stress-  
reaktionen**

**Selbstbelohnung  
Selbstinstruktion**

**Sich über  
Stress mitteilen**

**Ruhepause  
Entspannung**

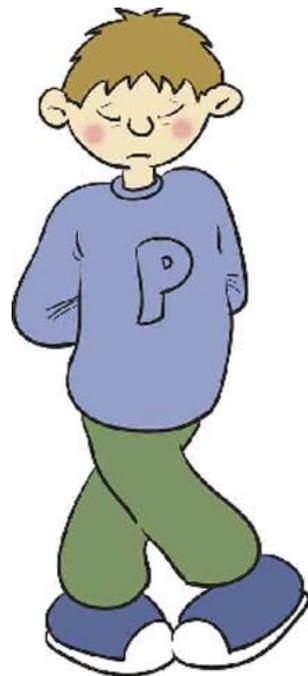
**Ressourcen  
Spiel und Spaß**

# Die Hauptfiguren

**Gerlinde Gram**



**Rudi Relax**



**Paul Peinlich**

**Petra Plan**



**Harald Hetzig**

# Übungen / Spiele

---

„Ich bin stolz“ – Rundblitz

Comics gestalten

Bewegungsübungen

Fallgeschichten

Pinwand



Entspannungs-CD

Kennenlernspiele

Pantomime

Rollenspiele

„Bitte nicht stören“-Schild

# Kinder berichten

---

- ✓ sie wissen danach mehr über sich
- ✓ sie erleben Stress weniger belastend
- ✓ sie leiden weniger unter Anforderungen
- ✓ 80 % hatten viel Spaß im Kurs gehabt

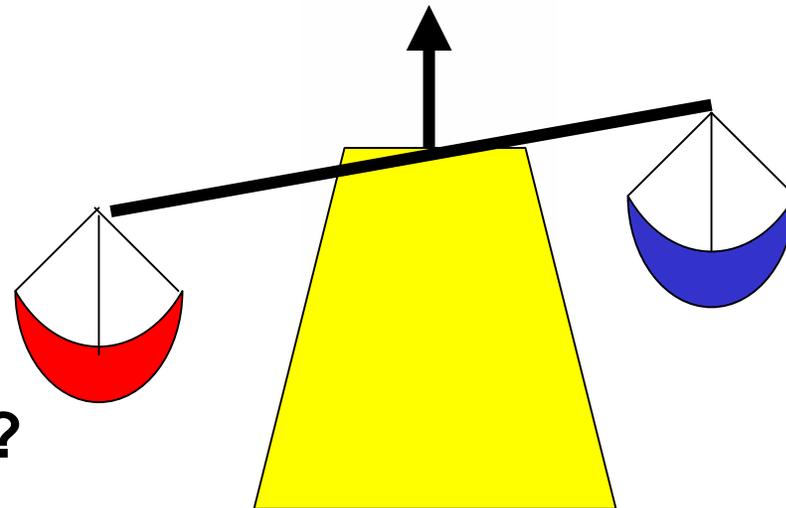
Wieviel Spaß macht was?

# Die Plus-Minus-Waage

Ich bin gestresst



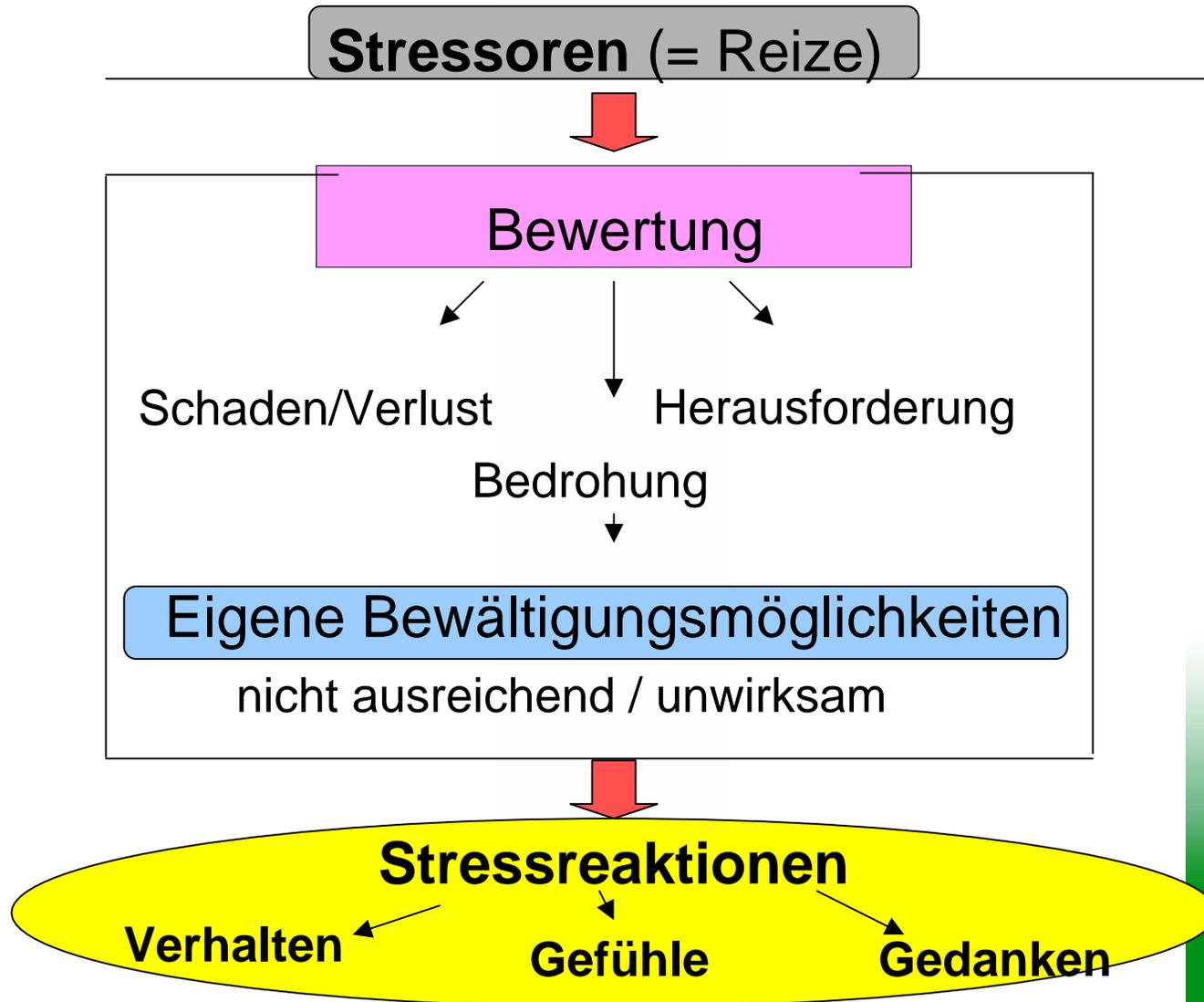
Mir geht's gut



Ursache?

Was  
kann  
ich tun?

# Wie Stress entsteht



# Bewertung Hausaufgaben

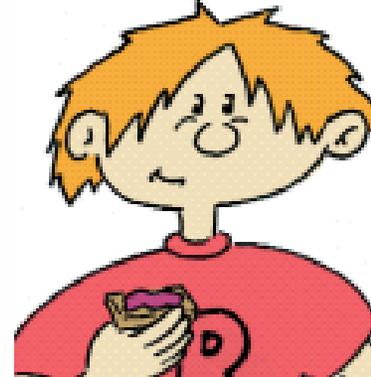
Das  
schaffe  
ich nie



**Gerlinde Gram**  
im Stress

**STRESS**

Das  
schaffe  
ich schon



**Rudi Relax**  
hat's raus

**KEIN STRESS**

# Optimale Lösung suchen

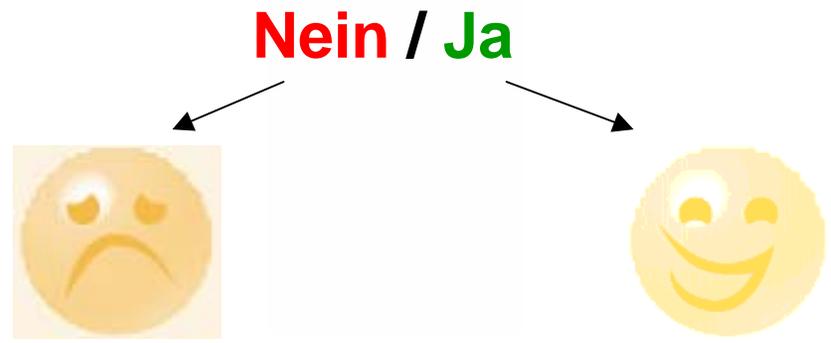
---

Was ist das Problem?

Was/wer kann mir dabei helfen?

Was ist die beste Lösung?

Ausprobieren! Alles ok?



# Was bei Stress oft hilfreich ist

---



- ✓ Probleme ansprechen
- ✓ Unterstützung holen
- ✓ Lösung suchen

- ✓ Gefühle zulassen
- ✓ Ablenkung

# Eltern können unterstützen durch...

---



Probleme der Kinder ernstnehmen



Kinder loben und ermutigen



Kinder spielen und träumen lassen



Fernsehkonsument einschränken



Familienrituale pflegen



selbst gelassen bleiben

# RelaxKids wissen wie's geht!

---



Danke  
für Ihre Aufmerksamkeit!

Sozialdienst katholischer Frauen  
Landesverband Bayern e.V.  
Bavariaring 48  
80336 München

Tel.: 089/538860-0  
Fax: 089/538860-20

landesverband@skfbayern.de  
[www.skfbayern.de](http://www.skfbayern.de)

