

# beziehungswweise

MÄRZ 2009

INFORMATIONSDIENST DES ÖSTERREICHISCHEN INSTITUTS FÜR FAMILIENFORSCHUNG

WWW.OIF.AC.AT

## INHALT

- 1 **THEMA** Familiengeheimnis Alkohol. Ein Gespräch mit dem Suchtexperten Scheibenbogen
- 2 **KOLUMNE** Das Baby und den Alltag schaukeln. Monat 7. Akademikerinnen-Talk
- 5 **REZENSION** Auf dem Weg zur elternlosen Gesellschaft. Textors neues Buch über Gegenwart und Zukunft der Familie
- 6 **STUDIE** Jung und gesund? Das Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland
- 8 **SERVICE buch:** Kindesunterhalt im Zivilverfahren · **buch:** Gesellschaft begreifen · **termin:** Geschwisterbeziehungen im Dschungel Wien

THEMA

## Familiengeheimnis Alkohol

*Ein Gespräch mit dem Suchtexperten Oliver Scheibenbogen über Alkoholmythen, Modellernen in der Familie und Schutzfaktoren*

VON CHRISTINA LUEF

Alkohol wärmt, Schnaps desinfiziert und Bier ist ein gutes Elektrolytgetränk. Selbst Ärzte empfehlen gerne ein Achtel Wein am Tag zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Auch in der Schwangerschaft kann ein Glas Wein nicht schaden. Diese und andere Mythen zum Thema Alkohol halten sich seit Jahrzehnten hartnäckig in Österreich. Dass dies aber nur die halbe Wahrheit oder sogar gänzlich falsch sei, erklärt mir der Psychologe und Suchtexperte Oliver Scheibenbogen bei unserem Gespräch über Alkoholsucht in der Familie - wir sitzen im Café Central in Wien. Alkohol wärme deswegen, weil er in der Speiseröhre eine Entzündung verursacht. Schnaps belastet den Magen so sehr, dass es wahrscheinlicher sei, davon Magenbeschwerden zu bekommen als vom Essen. Und Bier sei so harntreibend, dass die Elektrolyte zuerst in der Kanalisation landen, bevor sie der Körper aufgenommen hat. Auch seien die Flavonoide, die eine protektive Wirkung zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben, im Wein in so geringer Dosis vorhanden, dass ungefähr eineinhalb Liter Wein pro Tag getrunken werden müssten. Und Alkohol könne in jeder Phase der Schwangerschaft der Entwicklung des Kindes schaden.

Der promovierte Psychologe weiß, wovon er spricht. Oliver Scheibenbogen leitet seit über zehn Jahren den Bereich Aktivierung am Anton-



Proksch-Institut Wien-Kalksburg. Innerhalb seiner Arbeit hat er vorwiegend mit alkoholkranken Müttern und Jugendlichen zu tun. Er hat schon oft erlebt, wie Alkoholsucht zu Veränderungen in der Familie geführt hat. Eine Abhängigkeitserkrankung sei immer auch eine Familienerkrankung, hält der Suchtexperte fest.

*Alkohol auf Rädern. Für den täglichen Weg zum Supermarkt wird der Kinderwagen gerne als praktisches Beförderungsmittel eingesetzt.*

### Alkohol als Familienkrankheit

Gerade Alkohol stellt ein zentrales Problem in Familien in Österreich dar: 330.000 Alkoholabhängige und 870.000 Gefährdete stehen 25.000 Drogenabhängigen und 110.000 Medikamentenabhängigen



## Akademikerinnen-Talk

VON MARITA HAAS

„Sag“, fragt mich eine gute Freundin, deren Tochter einen Monat vor Ivalina auf die Welt gekommen ist, „glaubst du, können wir überhaupt noch ein vernünftiges Gespräch abseits vom Babyalltag führen?“

Nein, das glaube ich nicht. Wie auch, wir beschäftigen uns rund um die Uhr mit unseren Kleinen und deren Anliegen. Schlafen, wenn sie schlafen, plappern nach, was sie plappern, und gehen dann außer Haus, wenn es in ihren Rhythmus passt und wenn die Hausarbeit erledigt ist.



Mama-Kind-Kaffee

Ausreißer aus dem Alltag zwischen Bügeltisch und Babybett sind die Aktivitäten für Mütter mit Kleinkindern. Da gibt es Babyschwimmen, Baby-Yoga und zwischendurch trifft man sich dann mit den Mamis, die man beim Babyschwimmen oder Baby-Yoga kennen gelernt hat, auf einen Kaffee. Die offizielle Begründung ist, dass sich die (vorwiegend ersten oder Einzel-) Kinder dabei mit anderen Kindern umgeben und voneinander lernen. Den wahren Grund spricht niemand aus, denn der würde darauf hinweisen, dass die Winternachmittage selbst die ambitioniertesten Mamis überfordern. Den ganzen Tag allein mit der Mama ist nämlich ebenso langweilig wie allein mit dem Baby und führt auf beiden Seiten zu Frustration.

„Du hast es ja so gut“, sagt mein Mann. Die ganze Woche Treffen mit Freundinnen und sich nicht herumschlagen müssen mit Kunden, Lieferanten oder Mitarbeitern.

Letzte Woche war ich bei so einer Freundin eingeladen, gemeinsam mit zwei anderen Mamis. Eine Akademikerinnenrunde: Vier von vier haben einen Studienabschluss, eine ein Doktorat. Drei arbeiten im wissenschaftlichen Bereich, zwei sind selbstständig.

Wir sitzen also beim Mittagessen und ja, wir haben es geschafft: Alle Babies sind gefüttert und gewickelt und angesichts der Lieferung vom Chinesen angetan von den neuen Farben und Gerüchen. Zeit zum Tratschen. Zeit für ein Erwachsenengespräch unter Gleichgesinnten. Zeit, die anstehenden Kürzungen der Forschungsgelder oder die Wirtschaftskrise und deren Auswirkungen auf unser aktuelles und zukünftiges Arbeitsleben zu besprechen.

„Also“, sagt da die erste, „wie ist das jetzt, wenn ich mit der Beikost anfangen: verändert sich das Baby-Gagsi sofort?“ ■

marita.haas@univie.ac.at

gen gegenüber. Dennoch sei Alkoholsucht kein Thema, das oft in den Medien auftauche, sondern ein gut gehütetes Familiengeheimnis. In einer typischen Suchtfamilie gebe es starre Außengrenze bei flexiblen und unscharfen Innengrenzen. „Das bedeutet, das Alkoholproblem wird als Familiengeheimnis gewahrt und aus Scham und Schuldgefühlen heraus nicht nach außen gebracht. Das führt dazu, dass die Grenzen innerhalb der Familie aufweichen.“ Will heißen: Bei seiner Arbeit in der Frauenabteilung hat der Suchtexperte schon mehrmals erlebt, dass Kinder Funktionen von Erwachsenen übernehmen: Das Kind erledigt die gesamte Korrespondenz für die Mutter oder ruft am Arbeitsplatz der Mutter an, um deren Abwesenheit zu entschuldigen. Der Psychologe, selbst Vater einer dreijährigen Tochter, erklärt: „Es kommt zur klassischen Rollenumkehr. Die Kinder übernehmen die Erwachsenenrolle, der alkoholabhängige Elternteil rutscht in die bedürftige Kinderrolle.“

Später übernehmen Kinder auch oft die Verhaltensweisen der Eltern. Das führe dazu, dass 40 Prozent der Kinder aus alkoholkranken Familien selbst einmal abhängig werden. Dies liege nicht nur am Modelllernen, bei dem etwa das Trinken von Alkohol als eine Bewältigungsstrategie bei Stresssituationen angewendet wird, sondern auch an genetischen Dispositionen. „Wir wissen heute, dass Alkoholabhängigkeit polygen vererbt wird. Es gibt kein singuläres Gen, das dafür verantwortlich ist. Mittlerweile sind mindestens ein halbes Dutzend Gene bekannt, die mit der Vererbung von Alkoholabhängigkeit im Zusammenhang stehen“, gibt Scheibenbogen neue Erkenntnisse aus der Forschung bekannt. Die genetische Vererbung zeige sich zum Beispiel darin, dass Alkohol bei Kindern von alkoholabhängigen Eltern als Stresskiller wesentlich besser wirke als bei Kindern ohne familiäre Vorprägung.

Was ist aber mit den 60 Prozent Kindern aus alkoholbelasteten Familien, die nicht alkoholkrank werden? Diesem Phänomen gehe die Resilienzforschung auf den Grund, beginnt Oliver Scheibenbogen seine Erklärung. Es gebe einen ganz zentralen Schutzfaktor für Kinder aus Suchtfamilien, nämlich eine stabile und sichere Bezugsperson innerhalb des familiären Verbandes. Das müsse nicht unbedingt die Mutter oder der Vater sein, es könnten auch die Großeltern sein.

Nicht nur alkoholspezifische, sondern auch sehr viele alkoholunspezifische Faktoren treiben die Wahrscheinlichkeit, abhängig zu werden, nach oben: ein gestörtes Bindungsverhalten, keine adäquaten Bewältigungsstrategien oder die Sozialisation, die aufgrund der Erkrankung des Eltern-

teils zur Folge hat, dass kaum ein Austausch mit anderen Menschen stattfinden kann.

Sucht betrifft also immer auch die Familie. Deshalb werden am Anton-Proksch-Institut Angehörige mit eingeladen, wenn es innerhalb des therapeutischen Prozesses als notwendig oder sinnvoll erachtet wird. Es werden therapeutische Familiengespräche angeboten oder eigene Gruppen, in denen der Angehörige selbst mit all seinen Problemen, die er im Umgang mit dem Suchtkranken hat, im Mittelpunkt steht. Scheibenbogen erklärt, es gehe darum, einerseits Wissen zu vermitteln und andererseits auch einen Erfahrungsaustausch untereinander zu ermöglichen.

## **Frauen und Männer trinken anders**

Einen geschlechtsspezifischen Unterschied im Umgang mit Alkohol beschreibt Oliver Scheibenbogen folgendermaßen: „Frauen trinken in der Regel heimlich, während Männer eher in der Öffentlichkeit trinken. Das hat mit dem Rollenbild der Frau in der Öffentlichkeit und dem Bild der trinkenden Frau an sich zu tun.“ Zudem weisen Frauen erheblich mehr psychiatrische Komorbiditäten, also zusätzliche psychische Erkrankungen als Männer auf. Sie benutzen Alkohol vor allem als Medikament zur Unterdrückung anderer Probleme. Männer werden zu einem großen Teil aus dem Gewohnheitstrinken heraus abhängig.

Unabhängig vom Geschlecht ist Sucht aber immer multifaktoriell bedingt. Scheibenbogen zeigt das anhand eines Beispiels: Eine Frau, die sozial ängstlich, aber im Familienbund sehr gut integriert ist und einen guten Job hat, wird nicht zum Alkohol als angstlösendes Mittel greifen. Treten aber beispielsweise in der Partnerschaft Probleme auf – aus welchen Gründen auch immer – entsteht schon mehr Angst. Und dann kann es sein, dass Alkohol zeitweise als Angstlöser eingesetzt wird. Wenn dann auch noch ein Arbeitsplatzverlust droht und große Existenzängste entstehen, dann führt der Missbrauch von Alkohol in die Abhängigkeit.

## **Einmal süchtig, immer süchtig?**

Das Konzept der lebenslangen Abstinenz sei zwar für den Betroffenen unattraktiv. Was in letzter Zeit jedoch vermehrt ins Bewusstsein auch der behandelnden Personen rücke, erklärt Oliver Scheibenbogen, ist die Erkenntnis, dass Versuche kontrolliert zu trinken oft wesentlich anstrengender seien, als vollkommen abstinent zu bleiben. Es sei erwiesen, dass es bei körperlicher Abhängigkeit zu einer Umbildung von Rezeptoren im Gehirn kommt, die nicht mehr rückgängig gemacht werden könne.

Schon kleinste Mengen an Alkohol lösen dann Verlangen nach mehr Alkohol aus. Da sei es wesentlich leichter, abstinent zu bleiben. Das dürfe man sich aber nicht wie einen ewigen Kampf vorstellen, ermutigt der Suchtexperte, sondern das neu erlernte Verhalten werde zur Selbstverständlichkeit. Nach einigen Jahren Abstinenz haben die Patienten nicht mehr das Gefühl, ständig aufpassen zu müssen. Aber dieser Fortschritt ist auch oft der Grund, warum es später zu Rückfällen kommt. Der Patient verspürt irgendwann keinen Leidensdruck mehr und vergisst seine negativen Erfahrungen mit dem Alkohol. Dann ist die Gefahr groß, dass nach etlichen Jahren Abstinenz das berühmte Glas Sekt zu Silvester zum Startschuss für eine erneute Alkoholsucht wird.

## **alkohol in der schwangerschaft**

Alkohol in der Schwangerschaft ist ein Thema, das gerne totgeschwiegen wird. Erst seit wenigen Jahren finden Alkohol und Nikotin eine Erwähnung im Mutter-Kind-Pass. Hier ist ein hoher Bedarf an Fortbildung für professionelle Helfende wie beispielsweise Hebammen und Ärzten gegeben. Aus Forschungen ist nämlich bekannt, dass in der Schwangerschaft schon kleinste Mengen Alkohol zu Beeinträchtigungen führen können bis hin zum fetalen Alkoholsyndrom (FAS), auch Alkoholembryopathie genannt. Das fetale Alkoholsyndrom ist die zweithäufigste Entwicklungsstörung in Europa (1,7 – 3,3 Geburten mit FAS pro 1.000 Lebendgeburten). Die Fehlbildungen reichen von Löchern im Herz bis hin zu Intelligenzminderungen und Entwicklungsverzögerungen. Als Zellgift wirkt Alkohol in der Schwangerschaft wesentlich giftiger als Opiate oder andere Substanzen. Dabei ist ein extensiver Alkoholkonsum für das Kind gefährlicher als geringfügiger, kontinuierlicher Konsum. Auch kann Alkohol prinzipiell zu jeder Zeit in der Schwangerschaft schädlich sein. Nur in den ersten beiden Wochen, wenn noch keine Verbindung zwischen dem Blutkreislauf der Mutter und ihrem Kind hergestellt ist, besteht keine Gefahr.

## **Herr Dr. Scheibenbogen, was raten Sie Angehörigen, wenn diese bei Mitgliedern in der Familie ein Alkoholproblem vermuten?**

### **Das Gespräch mit dem Betroffenen suchen**

Sehr oft entsteht Vermeidungsverhalten. Die Angehörigen scheuen sich, den Betroffenen anzusprechen - aus Angst, der Betroffene könnte sich noch weiter zurückziehen und noch mehr trinken. Aber ist es sehr wichtig, den Betroffenen im Gespräch zu halten und ihn damit zu konfrontieren, dass er trinkt.

### **Grenzen setzen**

Neben der Suche nach Gespräch müssen auch Grenzen gesetzt werden. Angehörige sind oft von der Abhängigkeit des Betroffenen selbst abhängig. Dadurch werden Verhaltensweisen sichtbar, die die Sucht aufrechterhalten. Wenn der Mann beispielsweise die alkoholranke Frau bei ihrem Arbeitgeber entschuldigt und einen anderen Entschuldigungsgrund vorgibt, dann werden nega-



*Dr. Oliver Scheibenbogen ist seit 1996 als klinischer und Gesundheitspsychologe am Anton Proksch-Institut in Wien tätig. Die Aufklärungsarbeit bezüglich Alkoholmissbrauch und -abhängigkeit ist ihm ein besonderes Anliegen.*

tive Konsequenzen wie eine Kündigung für den betroffenen Trinkenden nicht spürbar. Es gibt keinen Grund, warum er mit dem Trinken aufhören sollte. Das kann so weit gehen, dass die gesamte Verantwortung für das Leben von den Angehörigen übernommen wird. Dadurch wird der betroffene Trinker seiner Autonomie beraubt, was dazu führt, dass der Selbstwert sinkt, er depressiv wird und noch mehr der Sucht verfällt.



*„Wir am Anton-Proksch-Institut feiern ohne Alkohol. Es ist für viele gar nicht vorstellbar, dass ein Geburtstag ohne Sekt gefeiert wird. An diesem Beispiel sieht man, wie hoch der Stellenwert für Alkohol in Österreich ist.“ (Oliver Scheibenbogen)*

### Ein ‚Ja‘ zur Person, ein ‚Nein‘ zur Sucht

Folgender Leitsatz kann helfen: Ein ‚Ja‘ zur Person, ein ‚Nein‘ zur Sucht. Das bedeutet, der Suchtkranke erhält Unterstützung, wenn er mit dem Trinken aufhören möchte: „Ich habe dich gerne als die Person, die du bist, aber ich akzeptiere nicht deinen süchtigen Teil. Ich gehe und mache meine eigenen Sachen. Wenn du willst kannst du dabei sein, aber nur wenn du nüchtern bist und sonst nicht.“ Damit kann ich dem Betroffenen die Möglichkeit geben, darüber nachzudenken, ob es für ihn, so wie es ist, in Ordnung ist oder nicht. Daraus kann dann eine Behandlungsbereitschaft entstehen.

### Professionelle Hilfe aufsuchen

Bei den Angehörigen von Suchtkranken kann es durch die Mehrfachbelastung zu einem Burnout kommen. Deshalb ist es wichtig, professionelle Hilfe aufzusuchen. Es kann eine riesige Entlastung bedeuten, zu erfahren, dass es anderen Angehörigen gleich ergeht. ■

## das orpheus-programm

### „Jeder ist seines Glückes Schmied“ am Anton-Proksch-Institut Wien-Kalksburg

Das innovative Therapiekonzept „Orpheus-Programm“ setzt auf die individuellen Ressourcen der Patienten. Diese sollen mit Hilfe verschiedener ressourcenorientierter Module gestärkt werden, was zu mehr subjektiver Lebensqualität im Sinne von Glück und Wohlbefinden führen soll. In der Gartentherapie etwa lernt der Patient, die Welt wieder bunter wahrzunehmen. Die Sinneswahrnehmungen werden sensibilisiert und die Genussfähigkeit trainiert. Auch kann die Arbeit im Garten helfen, autoaggressive Impulse abzuführen. Gern besucht wird auch das Philosophikum, bei dem über Themen wie der Sinn des Lebens, die Liebe oder ‚wie wirklich ist die Wirklichkeit‘ philosophiert wird. Dahinter steckt der Gedanke, dass die Art des Denkens einen Einfluss auf die Art der Bewältigung von Lebenskrisen hat. Bei den kreativtherapeutischen Angeboten geht es darum, Lebensqualität wieder zurückzugewinnen. Abstinenz soll nicht als Verlust begriffen werden, sondern als Basis für eine mögliche Veränderung. Ziel des Orpheus-Programms ist es, so viele positive Lebensmomente zu integrieren, sodass es irgendwann nicht mehr notwendig ist, auf Suchtmittel zurückzugreifen. Das von der griechischen Mythologie inspirierte Orpheus-Programm ersetzt nicht die klassische medizinische und psychotherapeutische Behandlung, sondern baut darauf auf.

## info

Dr. Oliver Scheibenbogen ist klinischer und Gesundheitspsychologe und Koordinator des Schwerpunktbereiches Kreativität und Lebensgestaltung am Anton-Proksch-Institut Wien-Kalksburg  
E-Mail: [scheibenbogen@api.or.at](mailto:scheibenbogen@api.or.at)

# Auf dem Weg zur elternlosen Gesellschaft

**Martin R. Textor beschreibt in seinem neuen Buch ein eher düsteres Bild von der Zukunft der Familie**

VON CHRISTINA LUEF

Martin R. Textor ist vor allem für seine Expertise im Bereich der Kindergartenpädagogik bekannt. Aktuell baut er gemeinsam mit seiner Frau Ingeborg Becker-Textor das Institut für Pädagogik und Zukunftsforschung (IPZF) in Würzburg auf. In die Zukunft blickt Textor auch in seinem kürzlich erschienenen Buch „Die Familie in Gegenwart und Zukunft“. Darin wagt er „Positionen, Provokationen und Prognosen“ zum Wandel der Familie.

Die zentrale Frage des Buches ist die nach der Richtung, in die sich die Familie entwickelt, und nach den Herausforderungen, denen sie sich dabei stellen wird müssen. Textor stellt die These auf, dass die Elternschaft an Bedeutung verliert und die Erziehung der Kinder zunehmend vergesellschaftet wird. Die Finanzkrise wird als zusätzlicher Motor dieser Entwicklung gehandelt.

Zunächst aber gibt Martin R. Textor einen Überblick über den Wandel von Familie, der zu einer Pluralisierung der Familienformen und unterschiedlichen Lebensstilen geführt hat. Das sozialistische Familienbild habe sich gegenüber dem bürgerlichen Familienbild durchgesetzt. Dies zeige sich etwa in der Berufstätigkeit von Frauen, im partnerschaftlichen Erziehungsstil oder dem Ausbau der Kinderbetreuungseinrichtungen. „Deutlich wird, dass die Enttraditionalisierung und der rasante soziokulturelle Wandel für Familien und ihre Mitglieder zu mehr Optionen bei der Gestaltung des gemeinsamen und des eigenen Lebens, zu mehr Entfaltungsmöglichkeiten und zu mehr Wahlfreiheit geführt haben – aber auch zu mehr Entscheidungsnotwendigkeit und Selbstverantwortung, zu mehr Risiken und Gefahren.“

Ausführlich widmet sich Textor dem Thema Elternschaft. Dafür stellt er Ergebnisse aktueller, zum Teil repräsentativer Umfragen zu Mutter- und Vaterschaft in Deutschland vor, zum Beispiel die „Vorwerk Familienstudie 2007“ oder die 2007 von Sinus Sociovision durchgeführte qualitative Studie „Eltern unter Druck“.

Was es bedeutet, heute Kind zu sein, und welche Ursachen hinter psychischen Problemen und Verhaltensauffälligkeiten stecken, wird in einem weiteren Kapitel aufgezeigt. Textor bedient sich dabei

Schlagwörtern wie der Institutionalisierung von Kindheit oder der Medienkindheit.

Im Anschluss an seine Ausführungen über Ehe- und Familienprobleme beschreibt der Pädagoge den „Weg zur elternlosen Gesellschaft“. Dieser führe über den Verlust der Mutterschaft als Teil der Weiblichkeit sowie die Abqualifizierung der Elternschaft. Die Zukunft der Familie sieht Textor dementsprechend düster. Ausgehend von aktuellen Entwicklungen, insbesondere der Ende 2008 voll einschlagenden Finanzkrise stellt er 24 Thesen auf, die den Familien keine leichten nächsten zehn Jahre prognostizieren. „Die Entwicklung in Deutschland geht nicht in Richtung Familien- und Kinderfreundlichkeit – dies zu ändern, bleibt eine große Herausforderung für Politik und Gesellschaft!“

Für seine Ausführungen schöpft Martin R. Textor aus seinem breiten Wissen sowie aus konkreten, aktuellen Studien. Die daraus resultierenden Denkanstöße mögen zum Teil durchaus provokant formuliert sein. Angesichts der derzeitigen unsicheren wirtschaftlichen Lage bekommen seine Thesen aber zusätzlichen Rückenwind. Das spannend zu lesende Buch wäre vor Eintreten der Finanzkrise vermutlich noch als Familien-Science-Fiction durchgegangen. ■

## info

Literatur: Martin R. Textor: Die Familie in Gegenwart und Zukunft. Positionen, Provokationen, Prognosen. Books on Demand: Norderstedt 2009.

ISBN 978-3-8370-8606-5

E-Mail: [Martin.Textor@freenet.de](mailto:Martin.Textor@freenet.de)

Web: [www.zukunftsentwicklungen.de](http://www.zukunftsentwicklungen.de)

Web: [www.kindergartenpaedagogik.de](http://www.kindergartenpaedagogik.de)

## Jung und gesund?

### Das Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland

VON CHRISTINA LUEF



*Vom Netz zum Net. Im Kindesalter ist der Drang nach Bewegung noch groß und spielerisch. Jahre später wird oft nur mehr am Computer beziehungsweise im Internet gespielt.*

Der Wohlstand in unserer Gesellschaft bringt mit sich, dass sich Kinder und Jugendliche immer weniger bewegen. Der Tag wird vorwiegend sitzend in der Schule und zuhause vor dem Fernseher oder Computer verbracht. Selbst der Weg von einem Ort zum anderen wird kaum mit eigener Körperkraft, sondern mit dem Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln bewältigt. Dabei ist erwiesen, dass körperliche Aktivität chronisch-degenerativen Krankheiten wie Übergewicht oder Bluthochdruck entgegenwirkt, sofern sie regelmäßig ausgeübt wird. Zudem wird das persönliche Wohlbefinden gesteigert.

Wie es um den Gesundheitszustand des Nachwuchses in Deutschland bestellt ist, wurde anhand einer bundesweiten, repräsentativen Studie des Robert Koch-Instituts erhoben. Für den Kinder- und Jugendgesundheitsurvey, kurz KiGGS genannt, wurden von 2003 bis 2006 über 17.000 Burschen und Mädchen von 0 bis 17 Jahren zu ihrem Gesundheitszustand und Gesundheitsverhalten befragt. In diesem Beitrag werden die Ergebnisse zum Gesundheitsverhalten hinsichtlich körperlich-sportliche Betätigung, Nutzung elektronischer Medien sowie Ernährung und Gebrauch von Suchtmitteln vorgestellt. Veröffentlicht wurden diese in der medizinischen Fachzeitschrift „Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz“.

#### Eher mäßig als regelmäßig Sport?

Ein Großteil der Kinder im Alter von 3 bis 10 Jahren treibt regelmäßig Sport. Drei Viertel der Kinder von 3 bis 10 Jahren treiben mindestens einmal in der Woche Sport, ein Drittel mindestens dreimal, ist im

Bundesgesundheitsblatt festgehalten. Das Ausmaß an sportlicher Betätigung nimmt im Grundschulalter (7 bis 10 Jahre) sogar zu, was besonders im Vereinssport zu beobachten ist. Allerdings ist auch jedes vierte Kind dieser Altersgruppe nicht regelmäßig sportlich aktiv und jedes achte Kind treibt sogar nie Sport. Kinder aus Familien mit niedrigem Sozialstatus, Migrationshintergrund und aus den neuen Bundesländern sind sportlich inaktiver, zeigt die Studie.

In der Altersgruppe der 11- bis 17-Jährigen wurde neben der sportlichen auch die allgemeine körperliche Aktivität untersucht. Gefragt wurde danach, wie häufig und wie lange sie sich körperlich betätigen und dabei ins Schwitzen oder außer Atem kommen. Die Mehrzahl der Jugendlichen gab an, sich mindestens einmal die Woche körperlich-sportlich zu betätigen. Ein Drittel der Burschen und mehr als die Hälfte der Mädchen sind weniger als dreimal in der Woche körperlich-sportlich aktiv. Das Ausmaß an Aktivität nimmt mit steigendem Alter ab. Bei den Jugendlichen zeigen sich anders als bei den Kindern geschlechtsspezifische Unterschiede: Im Schnitt wenden die 11- bis 17-jährigen Burschen 7,8 Stunden in der Woche für körperlich-sportliche Aktivitäten auf, gleichaltrige Mädchen jedoch nur 4,5 Stunden. Hinsichtlich sozialem Status, Migrationshintergrund und Wohnregion zeigen sich bei den Burschen kaum Unterschiede beim Ausmaß der körperlich-sportlichen Aktivitäten. Bei den Mädchen mit niedrigem Sozialstatus, Migrationshintergrund und aus den neuen Bundesländern ist ein deutlich höherer Prozentsatz inaktiv als bei jenen aus den jeweiligen Vergleichsgruppen. Um die Sportbeteiligung von Kindern und Jugendlichen zu erhöhen, wäre es wichtig, zielgruppenspezifisch ausgerichtete Programme anzubieten, da sich alters- und geschlechtsspezifische Unterschiede zeigen, so ein Resümee der Autoren.

#### Dick vor dem Bildschirm?

Jugendliche verbringen immer mehr Zeit mit elektronischen Medien. Das bestätigt auch die KiGGS-Studie, für die die Daten Jugendlicher im Alter von 11 bis 17 Jahren ausgewertet wurden. Auffallend ist, dass Burschen wesentlich mehr Zeit als Mäd-

chen mit Computer beziehungsweise Internet und Spielkonsole verbringen. Mädchen wiederum hören häufiger Musik und telefonieren mehr mobil als Burschen. Beim Fernsehen und Video schauen liegen sie gleichauf. Eine häufigere und längere Nutzung elektronischer Medien ist besonders bei Jugendlichen aus Familien mit niedrigem Sozialstatus oder geringer Schulbildung zu beobachten. Gleiches gilt für Burschen und Mädchen aus den neuen Bundesländern sowie für Burschen mit Migrationshintergrund.

Aus der Gesundheitswissenschaft ist bekannt, dass die intensive Mediennutzung auf Kosten der körperlich-sportlichen Aktivität und der gesundheitlichen Entwicklung Heranwachsender geht. Auch die KiGGS-Daten zeigen, dass Jugendliche, die täglich mehr als fünf Stunden mit elektronischen Medien beschäftigt sind, vermehrt von Adipositas, also Fettleibigkeit betroffen sind. Damit wird der Zusammenhang von intensiver Mediennutzung und Gesundheitsverhalten sichtbar.

### *Je älter, desto mehr Laster?*

Zum Gesundheitsverhalten zählen auch der Umgang mit psychoaktiven Substanzen wie Nikotin oder Alkohol sowie die Ernährung. Ein erstes Bild vom aktuellen Ernährungsverhalten bei Kindern und Jugendlichen zeigt, dass relativ selten Fast Food und Fleisch gegessen wird. Schokolade und

andere Süßigkeiten sowie Wurst werden jedoch häufiger verspeist als aus Public Health Sicht empfohlen. Fisch, Gemüse und Obst liegen unter dem vorgegebenen Maß. Der tägliche Obst- und Gemüsekonsum nimmt mit dem Alter ab. Insgesamt zeigt sich mit zunehmendem Alter ein schlechteres Ernährungsverhalten, wobei sich Mädchen insgesamt ausgewogener ernähren als Burschen.

In Deutschland rauchen über 20% der 11- bis 17-jährigen Burschen und Mädchen. Jugendliche rauchen häufiger, wenn sie aus Familien mit niedrigem Sozialstatus kommen, eine Hauptschule besuchen und in den neuen Bundesländern leben. Knapp zwei Drittel der Jugendlichen haben bereits Erfahrungen mit Alkohol gemacht. Ein Drittel der Burschen und ein Viertel der Mädchen gaben an, mindestens einmal in der Woche Alkohol zu trinken. Beim Alkohol- und Drogenkonsum konnten keine statusspezifischen Unterschiede festgestellt werden. Im Jahr vor der Befragung haben etwa 9% der Burschen und 6% der Mädchen Haschisch oder Marihuana konsumiert. Andere Drogen wie Ecstasy, Amphetamine oder Speed wurden von weniger als einem Prozent der Jugendlichen genommen. Generell steigt mit zunehmendem Alter der Gebrauch psychoaktiver Substanzen. ■

### über kiggs

Der vom Robert Koch Institut durchgeführte Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS) hat zum Ziel, ein Bild vom Gesundheitszustand der Kinder und Jugendlichen in Deutschland zu zeichnen. An der groß angelegten, repräsentativen Studie nahmen von Mai 2003 bis Mai 2006 17.641 Kinder und Jugendliche (8.656 Mädchen, 8.985 Burschen) in 167 Städten und Gemeinden in ganz Deutschland teil. Bei Kindern von 3 bis 10 Jahren wurden die Eltern um ihre Einschätzung gebeten, ab 11 Jahren beantworteten die Jugendlichen die Fragen selbst. Zusätzlich wurden medizinische Tests und Untersuchungen vorgenommen. Um genauere Aussagen und Empfehlungen treffen zu können, wurden auch Analysen getrennt nach Alter, Geschlecht, sozialem Status, Migrationshintergrund und Wohnregion durchgeführt.

Als Ergebnisse von KiGGS sind bereits zahlreiche Publikationen erschienen sowie weitere Forschungsprojekte in Kooperation mit anderen Instituten durchgeführt worden. Die Ergebnisse fanden auch Eingang in gesundheitspolitische Programme und Strategien. Zur Weiterverwendung wird der KiGGS-Datensatz als Scientific Use File zur Verfügung gestellt.

[www.kiggs.de](http://www.kiggs.de)

### info

Literatur: Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz 5/6 2007, Springer-Verlag (erhältlich als Basispublikation auf [www.kiggs.de](http://www.kiggs.de))

Robert Koch-Institut - [www.rki.de](http://www.rki.de)

## buch

### *Kindesunterhalt im Zivilverfahren*

Die in der Reihe „Neue Juristische Monografien“ veröffentlichte Dissertation enthält eine detaillierte Darstellung des Kindesunterhalts. Diese reicht von einer eingehenden Behandlung sämtlicher materiellrechtlicher Aspekte des Kindesunterhaltsrechts (Begriff, Höhe des Unterhalts, Bemessungsgrundlage, Eigeneinkommen, Familienbeihilfe, Lebensgemeinschaft des Kindes, Eigenpflege, Studium, Sonderbedarf, etc.) über ein Aufzeigen der Auswirkungen einer Konkursöffnung auf den Unterhaltsanspruch bzw. das Unterhaltsverfahren bis zur exekutiven Durchsetzung und einstweiligen Sicherung des Unterhaltsanspruchs. Überdies wurden die in der Praxis verwendeten Berechnungen anhand von Formeln und Beispielen erläutert. Dieses Werk soll sowohl dem Praktiker als auch dem Nichtjuristen einen verständlichen Gesamtüberblick über die Rechtslage und vielfältige Gerichtspraxis des Kindesunterhaltsrechts bieten.

**Literatur:** Katharina Schwarzinger: *Kindesunterhalt im Zivilverfahren: Außerstreit-, exekutions- und konkursrechtliche Aspekte*. Neue Juristische Monografien, Band 47. Neuer Wissenschaftlicher Verlag: Wien 2008. ISBN 978-3-7083-0506-6

## buch

### *Gesellschaft begreifen*

Als „Einladung zur Soziologie“ ist das Buch- und Videoprojekt der an der FernUniversität Hagen tätigen Soziologen Uwe Schimank und Nadine M. Schöneck zu verstehen. Darin bringen namhafte deutsche Soziologinnen und Soziologen an gesellschaftlichen Fragen Interessierten das Studienfach Soziologie näher. Anhand verschiedener zentraler Begriffe wie Macht, Arbeit oder soziale Ungleichheit werden gesellschaftliche Zustände erklärt. Ergänzend zu den Buchbeiträgen wurden Interviews mit den Autorinnen und Autoren aufgezeichnet. Diese knüpfen an die jeweiligen Beiträge an, gehen aber noch einen Schritt weiter. Es werden auch Aspekte angesprochen, die insbesondere für Studieninteressierte von großem Interesse sein dürften – etwa die Frage, was auf jemanden zukommt, der Soziologie studieren möchte. Das Buch ist im Campus Verlag erschienen, die etwa halbstündigen Videoclips können auf der Website der FernUniversität Hagen angesehen und heruntergeladen werden. Empfohlen sei an dieser Stelle das Gespräch mit Cornelia Koppetsch zum Thema Gleichheitsfiktionen in Paarbeziehungen.

**Literatur:** Uwe Schimank, Nadine M. Schöneck (Hrsg.): *Gesellschaft begreifen. Einladung zur Soziologie*. Campus Verlag: Frankfurt am Main 2008. ISBN 978-3-593-38765-9

**Videoclips:** <http://www.fernuni-hagen.de/KSW/basoz/gesellschaftbegreifen/>

## termin

### *„Lass mich jetzt mal die Ältere sein“*

In „Über Morgen“ wird eine Geschwisterbeziehung geschildert - Premiere im Dschungel Wien

Mit „Über Morgen“ zeigt „szene bunte wähne“ in Koproduktion mit dem TAK – Theater am Kirchplatz aus Liechtenstein ein modernes Märchen über Geschwisterliebe und -kämpfe, über Mut und die Kraft des Zusammenseins. Der niederländische Regisseur Joost Koning schildert diese abstrakten psychologischen Vorgänge mit einer derartigen Leichtigkeit, dass kleine wie große Zuschauer mitgerissen werden. Das Stück eignet sich für ein junges Publikum ab fünf Jahren. Der Dschungel Wien – Theaterhaus für junges Publikum – möchte Kinder und Jugendliche an die unterschiedlichen Kunstrichtungen heranführen. Zentral ist hierfür eine intensive Zusammenarbeit mit Schulen und Kindergärten.

**Datum:** Premiere: 16. April 2009, 18 Uhr. Das Stück läuft bis 24. April 2009.  
**Ort:** Dschungel Wien, Museumsquartier, Museumsplatz 1, A-1070 Wien  
**Veranstalter:** szene bunte wähne, TAK - Theater am Kirchplatz (LI)  
**Info:** [www.dschungelwien.at](http://www.dschungelwien.at)

## impressum

**Medieninhaber:** Österreichisches Institut für Familienforschung der Universität Wien  
 1010 Wien, Grillparzerstraße 7/9 | [www.oif.ac.at](http://www.oif.ac.at)

**Herausgeber:** Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Mazal | **Chefredaktion:** Mag. Christina Luef

**Fotos:** privat (S. 1,2,4,6), phase5 - Kurt Keinrath (S. 3)

**Kontakt:** E-Mail: [christina.luef@oif.ac.at](mailto:christina.luef@oif.ac.at), Tel: +43-1-4277-489 10

Gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums für Wirtschaft, Familie und Jugend  
 über die Beruf & Familie Management GmbH

DVR: 0065528

Österreichische Post AG / Sponsoring. Post, Verlagspostamt: 1010 Wien

Zulassungsnr. 02Z0318205