

Worüber Schulkinder klagen

Kopfweg, Bauchschmerzen, Unzufriedenheit, Mobbing: Eine Erhebung zeigt, worunter Kinder und Jugendliche leiden. Einzelne Gruppen sind besonders stark betroffen.

Es ist die alte Frage, ob das Glas halb voll oder halb leer ist. Immerhin geben die meisten Schüler in Deutschland ihren Gesundheitszustand als gut an. Trotzdem sind erhebliche Abstriche zu verzeichnen, wie aktuelle Daten der HBSC-Studie zeigen. In der bundesweiten Erhebung wurde 2022 repräsentativ die Gesundheit von knapp 6500 Schülern im Alter zwischen elf und 15 Jahren erhoben. Die Analyse ergibt, dass Schüler häufig unter mehreren psychosomatischen Beschwerden wie unklarem Bauch- oder Kopfweg leiden, viele ihr Befinden als allenfalls mäßig einschätzen und sie sich zu wenig bewegen.

An der Studie, die in Zusammenarbeit mit der WHO entwickelt wurde, nahmen 51 Länder teil. Die Ergebnisse, die im *Journal of Health Monitoring* auf insgesamt 127 Seiten veröffentlicht sind, zeigen, dass nur eines von zehn Mädchen und einer von fünf Jungs auf die von der WHO empfohlenen 60 Minuten Sport oder eine andere Form der körperlichen Anstrengung täglich kommen. Je älter die Schüler, desto weniger aktiv sind sie.

Während sich im Alter von elf Jahren noch 15 Prozent der Mädchen ausreichend bewegen, sind es unter den fünfzehnjährigen Schülerinnen weniger als sieben Prozent. Ihren subjektiven Gesundheitszu-

stand bewerten zwar immerhin 84 Prozent der Kinder und Jugendlichen als gut und 87 Prozent schätzen die Zufriedenheit mit ihrem Leben als hoch ein – das Glas wäre in dieser Hinsicht also mindestens halb voll. Andererseits gibt es im Vergleich zu 2010 eine Zunahme an diversen psychosomatischen Beschwerden, darunter Kopfweg, Bauchschmerzen, Schlafstörungen und leichte Reizbarkeit. „Etwa die Hälfte der Mädchen und ein Drittel der Jungen berichten multiple psychosomatische Gesundheitsbeschwerden, mit einem deutlichen Anstieg im zeitlichen Verlauf“, schreiben die Autoren um Franziska Reiß und Steven Behn vom Uni-Klinikum Hamburg.

Von den Genderdiversen gibt fast ein Drittel an, unter Mobbing zu leiden

Im Vergleich zu männlichen Schülern und jüngeren Probanden klagen Mädchen, ältere Schüler und genderdiverse Teilnehmer im Mittel häufiger über einen schlechten Gesundheitszustand, leiden unter psychosomatischen Symptomen und geben eine geringe Lebenszufriedenheit an. „Der hohe Anteil von Kindern und Jugendlichen mit psychosomatischen Beschwerden so-

wie die aufgezeigten Geschlechts- und Altersdiskrepanzen verdeutlichen den Bedarf an Prävention, Gesundheitsförderung und kontinuierlichem Gesundheitsmonitoring“, so die Autoren. Mobbing ist nach wie vor ein Problem an vielen Schulen. Auch

wenn sich die Häufigkeit solcher Vorkommnisse insgesamt seit 2017 kaum verändert hat, sind prozentual mehr Schüler davon betroffen. Acht Prozent der Befragten haben entsprechende Erfahrungen gemacht; unter den Genderdiversen sind es sogar



Kopfweg, Bauchschmerzen und am liebsten im Bett bleiben: Deutsche Kinder und Jugendliche klagen vermehrt über unklare Beschwerden. FOTO: LARISIKSTEFANIA/IMAGO

fast ein Drittel. Der Anteil der „Täter“ beträgt etwa drei Prozent, das wären im Durchschnitt ein Schüler oder eine Schülerin pro Klasse, die aktiv daran beteiligt sind, andere zu mobben.

Die Fähigkeit, Gesundheitsempfehlungen und -warnungen zu verstehen und einzuordnen (in der Fachsprache als „Health Literacy“ bezeichnet), ist stark vom Einkommen der Familie, dem Schultyp und dem Alter abhängig. In dieser Hinsicht weisen ein Viertel der Schüler Defizite auf. Auch auf die Gesundheit und das Wohlbefinden wirkt sich die Herkunft aus. Mädchen aus weniger gut situierten Familien sind mit 24 Prozent doppelt so oft mit ihrem Leben unzufrieden wie Mädchen aus wohlhabenden Schichten.

Bei den Jungs ist der Anteil der Unzufriedenen mit 17 Prozent in der Gruppe mit niedrigem sozioökonomischen Hintergrund sogar dreimal so hoch wie bei jenen, die bildungsnah und vergleichsweise wohlhabend aufwachsen.

„Die Grundlage für die Gesundheit im Erwachsenenleben wird in der Kindheit und Jugend gelegt“, sagt Matthias Richter, der an den Studien beteiligt war und an der TU München eine Professur für soziale Determinanten der Gesundheit innehat. „Leider zeigen unsere Daten, dass wir als Ge-

sellschaft darin nicht gut sind.“ Auch wenn die meisten Jugendlichen mit ihrem Leben weitgehend zufrieden sind, würden sich hinter dem Anstieg psychosomatischer Beschwerden und dem geringen Anteil an körperlicher Betätigung künftige Probleme andeuten. „Wir müssen Programme entwickeln, mit denen wir die jungen Leute auch erreichen und die ihnen helfen, gesund zu bleiben“, so Richter.

Auf die in Deutschland immer wieder beklagten und sich vergrößernden sozialen Ungleichheiten weisen die Daten ebenfalls hin. „Die Ergebnisse unterstreichen erneut, dass nicht alle Kinder und Jugendlichen die gleichen gesundheitlichen Chancen haben“, sagt die Medizinsoziologin Irene Moor von der Universität Halle, die ebenfalls an der Studie beteiligt war. Sie fordert abgestimmte Hilfe je nach Schultyp, Migrationshintergrund, sozioökonomischem Status, Geschlecht und Alter. Mädchen, ältere Schüler und genderdiverse Menschen seien auf vielfältige Weise betroffen. Mit „zielgruppenspezifischen Maßnahmen“ ließen sich Mobbing, ungleiche Gesundheitschancen und wohl auch psychosomatische Beschwerden demnach deutlich verringern. Womöglich könnte das bei einigen Schülern dazu führen, das Glas künftig als halb voll zu bewerten. **Werner Bartens**