

Erb, N. (2013). *Bedürfnisse und Erreichbarkeit sozial benachteiligter Eltern hinsichtlich Maßnahmen zur Gesundheitsförderung ihrer 3- bis 6-jährigen Kinder*. Universität Flensburg, MA Prävention und Gesundheitsförderung (Erstgutachterin P. Hampel).

## Zusammenfassung

**Hintergrund.** In Deutschland sind derzeit 15% der Kinder im Alter von 3 bis 17 Jahren übergewichtig, davon sind 6,3% adipös (AGA, 2012). Hierbei ist die steigende Zahl übergewichtiger und adipöser Kinder in sozial benachteiligten Familien als kritisch zu bewerten. Ein sozialer Gradient zeigt einen Anstieg an Übergewicht und Adipositas mit abnehmendem sozialen Status (Kurth & Schafrath Rosario 2007; Moß et al., 2007; Pott et al., 2010). Dabei ist Übergewicht meist die Folge eines ungünstigen Ernährungsverhaltens, verbunden mit Bewegungsmangel (BMG, 2010). Das ernährungs- und bewegungsbezogene Verhalten in der frühen Kindheit wird allerdings maßgeblich durch die Familie geprägt. Frühe Gesundheitserfahrungen innerhalb der Familie wirken sich nachhaltig im weiteren Lebensverlauf aus (Jurczyk, 2009). Somit kommt der Familie eine tragende Rolle in der Gesellschaft zu, wenn Übergewicht und Adipositas im frühen Kindesalter vermieden werden soll. Eltern sind Vorbilder für die Entwicklung von ernährungs- und bewegungsbezogenen Verhaltensweisen. Durch geeignete Strategien der familienorientierten Gesundheitsförderung besteht ein bedeutender Ansatz, um der Entstehung von Übergewicht im Kindesalter entgegenzuwirken (BMG, 2010). Diesem Ansatz folgt das *Modellprojekt Familien mit (Kita-) Kindern von 3 - 6 Jahren – Netzwerk Ernährung und Bewegung* des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (StMELF). Allerdings wurde bislang im Zuge von gesundheitsförderlichen Maßnahmen einer Bedürfnisorientierung von sozial benachteiligten Eltern oftmals ungenügend Beachtung geschenkt, wodurch diese Zielgruppe bisher nur selten durch entsprechende Maßnahmen erreicht wird (Bauer & Bittlingermayer, 2006).

**Fragestellungen und Ziel.** Die vorliegende Erhebung ging der Frage nach, welche Bedürfnisse sozial benachteiligte Eltern von 3- bis 6-jährigen Kindern zu den Themen „Ernährung“ und „Bewegung“ haben und wie diese Zielgruppe durch Maßnahmen der Gesundheitsförderung angesprochen und erreicht werden kann. Anhand weiterer Fragestellungen sollte zusätzlich untersucht werden, welche Bedeutung die Themen im Alltag einnehmen und wie Ernährungswissen und -verhalten an das Kind vermittelt werden. Ziel war es, anhand der ermittelten Daten Handlungsempfehlungen für bedürfnis-orientierte Gesundheitsförderungs- und Präventionsmaßnahmen für sozial benachteiligte Eltern, zu formulieren.

**Methode.** Die Fragestellungen dieser Arbeit wurden mittels problemzentrierter, qualitativer Leitfadenterviews untersucht. Für die Befragung wurden sozial benachteiligte Eltern 3- bis 6-jähriger Kinder rekrutiert. Insgesamt wurden neun sozial benachteiligte Mütter befragt. Vier der befragten Familien wiesen einen Migrations-hintergrund auf. Alleinerziehend waren innerhalb der Stichprobe insgesamt drei Mütter. Die Interviews hatten eine durchschnittliche Dauer von 22 Minuten und wurden in Würzburg, im Setting Kindergarten, durchgeführt. Zur Auswertung der vorliegenden Transkripte diente die Methode der strukturierenden Inhaltsanalyse nach Mayring (2010) sowie das Programm MAXQDA® 11.

**Ergebnisse.** Ernährung hatte im Alltag der Familien einen großen Stellenwert. Allerdings wurde der Essalltag durch Faktoren der Lebensumwelt, wie dem Arbeitsalltag und der Herkunft, beeinflusst. Weiterhin zeigten sich aus Gründen mangelnder Zeit Schwierigkeiten bei der Umsetzung gemeinsamer Mahlzeiten. Innerhalb der Familien waren darüber hinaus ethnische Einflüsse weitere Faktoren, die die Mahlzeiteinnahme beeinflussten. Strategien zur Ernährungserziehung waren die Restriktion der Kinder sowie das Verfügbarmachen gewünschter Lebensmittel. Weiterhin war die Aufklärung der Kinder über gesunde und ungesunde Lebensmittel eine Strategie, um Ernährungswissen und -verhalten zu vermitteln. Wenig Beachtung innerhalb der Ernährungserziehung erhielten Rituale. Dem Thema

Bewegung schrieben die Familien einen geringen Stellenwert im Alltag zu. Körperliche Aktivität wurde vor allem mit der Notwendigkeit in Verbindung gebracht, dem Bewegungsdrang des Kindes gerecht zu werden. Von allen Befragten wurde jedoch die Infrastruktur positiv in Verbindung mit der Ermöglichung von Bewegung gebracht. Allerdings waren Zeitmangel, fehlende Disziplin, die finanzielle Situation, schlechtes Wetter sowie die Wohnsituation Faktoren, die einen negativen Einfluss auf die Bewegung des Kindes nahmen. Insgesamt wünschten sich die Mütter einheitliche und in den Alltag integrierbare Empfehlungen für einen gesunden Lebensstil. Vor allem der Wunsch nach Kompetenzen zur Zubereitung kostengünstiger und hochwertiger Produkte stand im Vordergrund.

**Handlungsempfehlungen.** Aus den Ergebnissen kann konstatiert werden, dass zukünftig sozial benachteiligte Eltern vermehrt für die Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung sensibilisiert werden müssen, um langfristig einen Beitrag zur gesunden Entwicklung der heranwachsenden Generation durch Gesundheitsförderungsmaßnahmen leisten zu können. Außerdem müssen vermehrt Netzwerke von und mit Experten auf- und ausgebaut werden, um einheitliche Botschaften zu den Themen verfügbar machen zu können. Insgesamt benötigt es eine zielgruppenspezifische Informationsvermittlung sowie praktisch orientierte Maßnahmen, da die Problematik vor allem in der Umsetzung der Empfehlungen für eine gesunde Ernährung zu verorten ist. Zudem wird anhand der Ergebnisse deutlich, dass Multiplikatoren, lebensweltorientierte Maßnahmen und das Internet adäquate Medien für die Aufklärung und Unterstützung von Familien darstellen. Hervorzuheben ist, dass Eltern die Bedeutung ihrer Vorbildfunktion in Bezug auf das Bewegungsverhalten verdeutlicht werden muss. Darüber hinaus kann festgehalten werden, dass die Mütter zu einer Teilnahme an Maßnahmen zum Thema Ernährung und Bewegung motiviert sind. Allerdings ist die Gewährleistung einer Kinderbetreuung notwendig, um der Zielgruppe eine Teilnahme zu ermöglichen. Weiterhin sprechen die Ergebnisse dafür, zukünftig ressourcenschonende Aspekte in Bezug auf Ernährung im Rahmen von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung zu thematisieren. Des Weiteren ist eine Ausweitung der Inhalte auf Themen, die mit Ernährung und Bewegung aber auch Übergewicht und Adipositas in Verbindung stehen notwendig. Eine weitere bedeutende Erkenntnis ist, dass zukünftige Maßnahmen dauerhaft in vorhandene Strukturen implementiert werden müssen.

**Schlussfolgerungen.** Die vorliegende Analyse hat gezeigt, dass sozial benachteiligte Eltern vielfältige Bedürfnisse hinsichtlich des Themas Ernährung haben, allerdings besteht nur ein geringes Interesse für das Thema Bewegung. Eine interdisziplinäre und intersektorale Zusammenarbeit für eine zielgruppengerechte und bedürfnisorientierte Maßnahmenplanung ist notwendig, um der sozial bedingten gesundheitlichen Ungleichheit und langfristig der vorherrschenden Problematik von Übergewicht bereits im frühen Kindesalter entgegenwirken zu können. Zudem muss die Heterogenität der Ethnizität verstärkt innerhalb der Planung berücksichtigt werden. Mittels der vorliegenden Arbeit liegen erste Ergebnisse vor, die eine zielgruppenspezifische Planung unterschieden nach Familienstand, Herkunft und Bildungsstatus ermöglichen. Somit leisten die Befunde einen bedeutenden Beitrag zur Optimierung des *Modellprojekts Familien mit (Kita-) Kindern von 3 - 6 Jahren – Netzwerk Ernährung und Bewegung* des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (StMELF).

## **Abstract**

Erb, N. (2013). *Bedürfnisse und Erreichbarkeit sozial benachteiligter Eltern hinsichtlich Maßnahmen zur Gesundheitsförderung ihrer 3- bis 6-jährigen Kinder*. Universität Flensburg, MA Prävention und Gesundheitsförderung (Erstgutachterin P. Hampel).

**Background.** In Germany 15% of children aged 3 to 17 years are currently overweight. 6,3% of those were obese (AGA, 2012). The increasing number of overweight and obese children in disadvantaged families should be assessed as critical. A social gradient shows an increase in overweight and obesity with decreasing social status (Kurth & Schafrath Rosario, 2007; Moß et al., 2007; Pott et al., 2010). Overweight is the result of an unfavorable nutritional behavior and is usually associated with physical inactivity (BMG, 2010). The diet- and exercise-related behavior in early childhood is strongly influenced by the family. Early health experiences within the family have a profound effect in later life (Jurczyk, 2009). Thus, the family plays an important role when it comes to prevent overweight and obesity in early childhood. Parents are role models for the development of nutrition and movement related behaviors. An important approach to counter the development of obesity in childhood is to develop appropriate health promotion strategies (BMG, 2010). This approach is applied at *model project Familien mit (Kita-) Kindern von 3 - 6 Jahren – Netzwerk Ernährung und Bewegung* of the Bavarian State Ministry for Food, Agriculture and Forestry (StMELF). There is, however, a lack of sufficient attention in the course of health-promoting measures for a socially disadvantaged parents, so this group is rarely been reached (Bauer & Bittlingermayer, 2006).

**Research questions and goals.** The present survey investigated the needs of socially disadvantaged parents of 3 to 6 year-old children. Questions spanned several topics on diet and exercise, and aimed to assess how the target group can be successfully approached to implement measures of health promotion. Based on other questions the importance of these topics in the families everyday lives were investigated additionally. It was also researched how knowledge about nutrition and nutrition behavior is conveyed to the child. The goal was to formulate recommendations for needs-based health promotion and disease prevention measures especially for socially disadvantaged parents by using the data provided.

**Method.** The research questions in this study were attended to with problem-centered qualitative interviews. For the survey socially disadvantaged parents of 3- to 6-year-old children were recruited. A total of nine socially disadvantaged mothers were interviewed. The children were 4,6 years old on average. Overall, four of the surveyed families had an migration background. Single parents were three mothers. The interviews had an average duration of 22 minutes, and were performed in Würzburg in Zellerau district, in the setting Kindergarten Heiligkreuz. The method of structuring content analysis by Mayring (2010) and the program served MAXQDA® 11 were used to evaluate the present transcripts.

**Results.** Diet played an important role in the families' daily lives. However, factors like the living environment, work environment, and family background had influence on the families' daily nutrition patterns too. Furthermore, for reasons of lack of time, there were difficulties in the implementation of common meals reported. Within the families there were found ethnic influences on daily nutrition. Strategies for nutrition education were the restriction of the children as well as making available the required food. Furthermore, the education of the children about healthy and unhealthy foods was another strategy to teach nutrition knowledge and behavior. Little attention was given to rituals in the nutrition education. In everyday life the families attributed a minor role to the issue of movement. Physical activity was mostly linked to the need for satisfaction of the child's urge to move. For all respondents, good infrastructure was positively associated with the facilitation of exercise. However, were lack of time, lack of discipline, financial condition and bad weather, and the housing situation factors that took a negative effect on the possible exercise of the child. The majority of the mothers interviewed had a need for more information and education on the subject of nutrition, whereas only a lower need for information regarding the subject exercise showed. Overall, the mothers wished for uniform and everyday compatible recommendations for a healthy lifestyle. Especially the acquisition of skills to prepare cost-effective quality food was

a major desire for all the mothers interviewed. Regarding exercise there was a need for information on cost and easily accessible sports or exercise activities.

**Recommended course of action.** From the results it can be stated that in the future socially disadvantaged parents must be increasingly aware of the importance of the topics of nutrition and exercise in order to contribute to the healthy development of the younger generation through health promotion activities long term. Also there is a need to increase and expand networks of experts and to create a consistent flow of information on the subject. Altogether it requires a target group specific communication and information as well as practical oriented actions, as the majority of problems for a healthy nutrition occurs at the cross point of implementation of recommendations. Besides, the results show clearly that multiplier, life-oriented actions and the internet are adequate media to provide education and support for families. Moreover it has to be emphasized, that the role model according to the kinesic behavior has to be illustrated to the parents. In addition, it can be specified that all mothers are motivated to participate in all actions regarding diet and movement. However, to enable a participation of the target group, a child care has to be ensured. In addition, the results confirm to broach the issue of resource-conserving aspects according to diet in favor for measures to health promotion in the future. An extension of the content on topics that are related to diet and exercise but also include the subject of overweight and obesity is important. Another critical finding that can be derived from the interviews is that future measures must be permanently implemented into existing structures.

**Conclusions.** The present analysis has shown that socially disadvantaged parents have a variety of needs with regard to the topics of nutrition, however, there is little interest in exercise. A target group specific interdisciplinary and intersectoral collaboration and needs-based planning of measures is needed to counteract the socially determined health inequalities and address the prevailing problem of obesity in early childhood. In addition, the heterogeneity of ethnicity must be increasingly integrated within the planning. The present work presents first findings which allow future action towards target group specific interventions addressing marital status, origin and educational status. Thus, the findings provide a significant contribution to the optimization of the *model project Familien mit (Kita-) Kindern von 3 - 6 Jahren – Netzwerk Ernährung und Bewegung* of the Bavarian State Ministry for Food, Agriculture and Forestry (StMELF).

**Conclusions.** The present analysis has shown that socially disadvantaged parents have a variety of needs with regard to the topics of nutrition, however, there is little interest in exercise. A target group specific interdisciplinary and intersectoral collaboration and needs-based planning of measures is needed to counteract the socially determined health inequalities and address the prevailing problem of obesity in early childhood. In addition, the heterogeneity of ethnicity must be increasingly integrated within the planning. The present work presents first findings which allow future action towards target group specific interventions addressing marital status, origin and educational status. Thus, the findings provide a significant contribution to the optimization of the *model project Familien mit (Kita-) Kindern von 3 - 6 Jahren – Netzwerk Ernährung und Bewegung* of the Bavarian State Ministry for Food, Agriculture and Forestry (StMELF).