

GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN DER KITA

Vielfältige Ideen für die Praxis

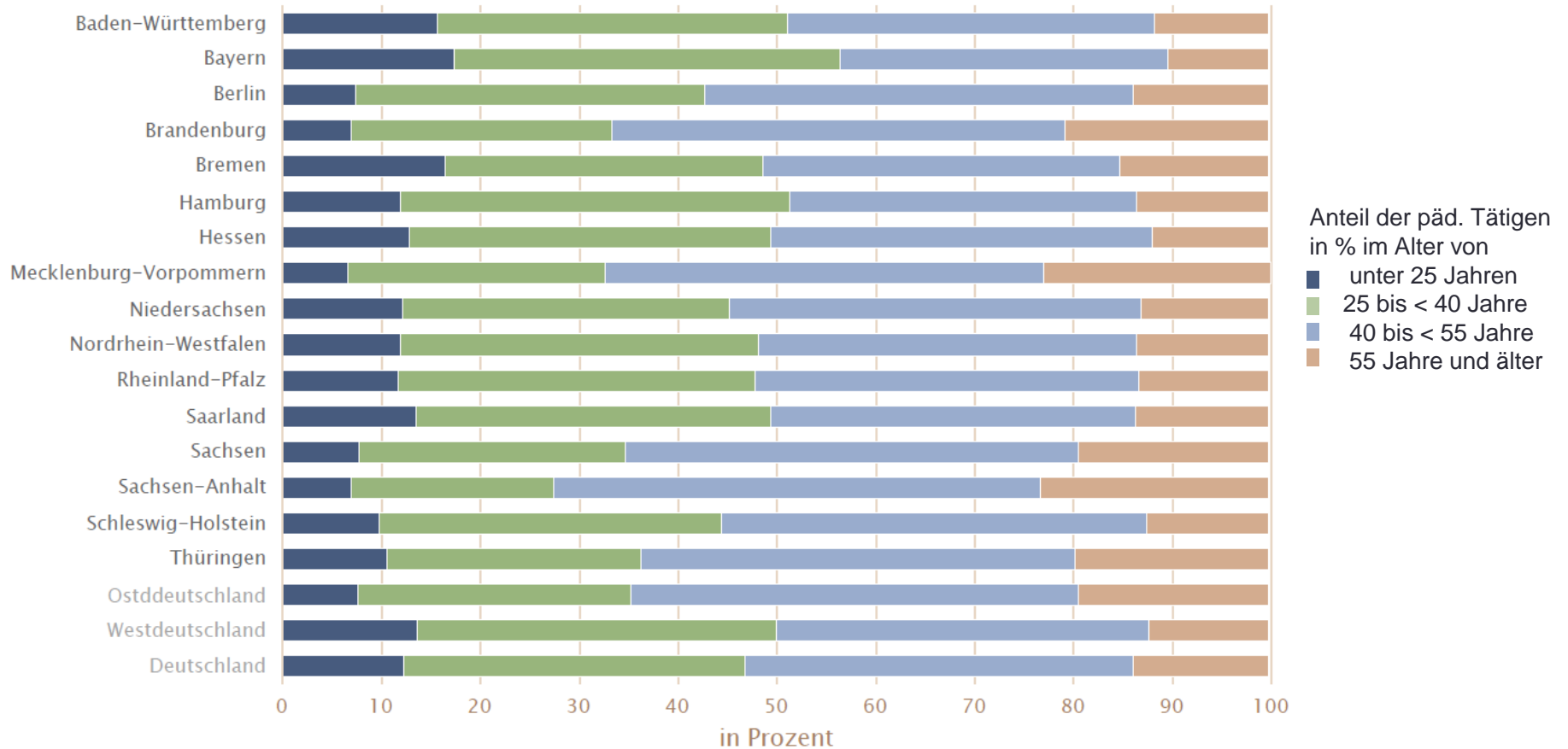
Dr. Attiya Khan

Braunschweig, 13. Januar 2015

Überblick

- Altersstruktur
- Kompetenzen der pädagogischen Fachkraft
- Was ist betriebliche Gesundheitsförderung?
- Wer ist daran beteiligt?
- Typische Belastungen – Ideen für Veränderungen
- Mut zur Veränderung – wie anpacken?
- Wer ist für was verantwortlich?

Altersstruktur des pädagogischen Personals



Kompetenzen der pädagogischen Fachkraft

- Durchhaltevermögen / Zielstrebigkeit
- Verantwortungsbewusstsein und -bereitschaft
- Entscheidungsfähigkeit
- Verschwiegenheit
- Psychische Belastbarkeit
- Psychische Stabilität
- Kommunikationsfähigkeit
- Kontaktbereitschaft
- Befähigung zur Gruppenarbeit / Teamfähigkeit
- Konfliktfähigkeit
- Beherrschtheit / Selbstkontrolle
- Selbstsicherheit
- Einfühlungsvermögen
- Durchsetzungsvermögen
- Interkulturelle Kompetenz

Belastung und Beanspruchung

Konstellation	Wirkung auf Beanspruchung
Belastung entspricht Belastbarkeit	Günstig Erhaltung und Förderung von Leistungsvoraussetzungen
Belastung übersteigt Belastbarkeit geringfügig/kurzfristig	Trainings-, Entwicklungsreiz oder Überforderungserleben
Belastung übersteigt Belastbarkeit erheblich/langfristig	Ungünstig, evtl. schädigend
Belastung bewirkt einseitige Beanspruchung	Lokale Überforderung, zugleich Rückbildung von Leistungsvoraussetzungen
Belastung unterschreitet Belastbarkeit	Rückbildung von Leistungsvoraussetzungen

Betriebliche Gesundheitsförderung...

...ist eine moderne Unternehmensstrategie zur:

- Vorbeugung von Krankheiten am Arbeitsplatz
- Stärkung von Gesundheitspotentialen
- Verbesserung des Wohlbefindens am Arbeitsplatz

(Europäisches Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung, 1997)

Die Luxemburger Erklärung

Standards für die Umsetzung im Betrieb

- Partizipation (gesamte Belegschaft)
- Integration (in betriebliches Handeln)
- Projektmanagement (Bedarfsanalyse, Planung, Ergebniskontrolle etc.)
- Risikoreduktion und Ressourcenentwicklung

(Europäisches Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung, 1997)

Und was ist mit dem Arbeitsschutz?

Wie grenzt sich Arbeitsschutz von Gesundheitsförderung ab?

Beim Arbeitsschutz geht es um Maßnahmen, Mittel und Methoden zum Schutz der Beschäftigten vor arbeitsbedingten Sicherheits- und Gesundheitsgefährdungen.

Das Ziel ist die menschengerechte Arbeit.

Maßnahmenhierarchie

Reichweite der Maßnahmen



1. Gefahrenquelle vermeiden/beseitigen/reduzieren;
Eigenschaften der Quelle verändern



2. Sicherheitstechnische Maßnahmen
(räumliche Trennung an der Quelle)



3. Organisatorische Maßnahmen
(räumlich/zeitliche Trennung von Faktor und Mensch)



4. Nutzung persönlicher Schutzausrüstung
(räumliche Trennung am Menschen)



5. Verhaltensbezogene Maßnahmen

Wo können Sie ansetzen?

- Wo drückt der Schuh?
- Was tut gut?

Typische Belastung: Haltung

Bedingungen

- Kindgerechte Möbel
- Heben und Tragen der Kinder (Lasten!)
- Tragen von Matten, Geräten
- Haushaltsnahe Leistungen



Foto: S. Kehr

Verhalten

- Belastung durch ungünstige Körperhaltung/ Zwangshaltung
- Arbeiten auf Augenhöhe
- Muskuläre Anspannung in Stresssituationen
- Der Anspruch allen gerecht werden zu wollen

Ideen zur gesunden Haltung

Bedingungen

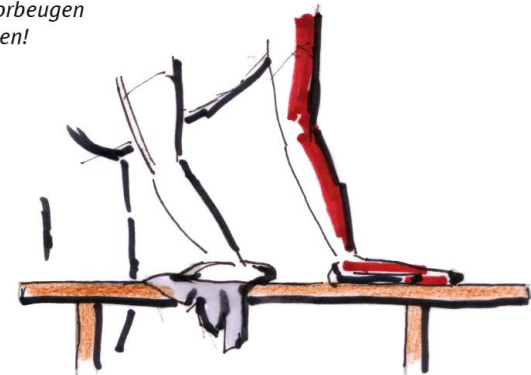
- Erwachsenenengerechte Möbel (Stühle, Sofa, Schreibtisch)
- Abwechslungsreiche Haltungen



Verhalten

- Hilfsmittel nutzen
- Feste Schuhe
- Sportlich aktiv (mit Kindern)
- Interkulturelle Kompetenz
- Rückendeckung durch Team, Leitung und Träger

*Zur Entlastung des Rückens
beim Vorbeugen
abstützen!*



Typische Belastung: Lärm

Bedingungen

- Viele Spitzenzeiten im Grenzbereich
- Zu hohe Anzahl von Kindern pro Raum
- Zu enge Garderoben (Verteilungskampf)
- Räume mit hohen Nachhallzeiten
- Unausgeglichene Kinder
- Verzögerte Sprachentwicklung der Kinder

Verhalten

- Übertönen der Kinder
- Lärm meist mit Appell verbunden (psychische Anspannung)

Ideen zur Lärminderung

Bedingungen

- Baulicher Lärmschutz



Foto: Org_Delta

- Lärminderung im Mobiliar (Filzplatten)
- Geringere Anzahl von Kindern pro Raum

Verhalten

- Entzerrung von Stoßzeiten
- Analyse der lauten Situationen, um pädagogisch sinnvoll zu regieren



- Sprachförderung
- Viel Aufenthalt im Freien

Typische Belastungen: Infektionen

Bedingungen

- Viele Berührungspunkte mit Menschen
- Kranke Kinder in Einrichtung
- Häufiger Kontakt mit Erregern

Verhalten

- Geschwächtes Immunsystem aufgrund chronischer Stresssituation
- Mangelnder Schutz vor Kontamination
- Unzureichender Impfstatus

Ideen zur Infektionsreduktion

Bedingungen

- Klare Regelungen zum Umgang mit kranken Kindern
- Teamvereinbarung zum Umgang mit eigenen Krankheiten (Präsentismus verhindern)

Verhalten

- Eigenes Immunsystem fit halten
- Hygienevorschriften einhalten (Schutzpläne der Unfallversicherungen)
- Aktueller Impfstatus

Typische Belastung: Psyche

- Hohe Präsenz
- Eingeschränkter Handlungsspielraum
- Bindungen
- Hohes Verantwortungsgefühl
- Fehlende Wertschätzung seitens ?
- Hoher Anspruch ohne entsprechende Rahmenbedingungen
- Unzufriedenheit mit der eigenen Arbeit
- Unangemessenes Verhalten gegenüber Kindern
- **Gratifikationskrise:** Aufwand und Nutzen im Ungleichgewicht

Ideen zur psychischen Gesundheit

- Handlungsspielraum
- Rückbesinnung auf die pädagogische Arbeit
- Bindungen
- Eigene Wertschätzung
- Wertschätzung durch Kolleginnen, Vorgesetzte, Träger und Eltern
- Psychohygiene
- „Ausgelassensein können“
- Unterstützende Teamkultur
- Professionelle Haltung
- Fähigkeit zum Perspektivwechsel

Mut zur Veränderung?

So schlimm ist es gar nicht!

Früher gab es solche Eltern nicht !

Das haben wir schon immer so gemacht!

Auf uns hört doch keiner!

Mut zur Veränderung!

Wir gehen den
ersten Schritt!

Gemeinsam sind
wir stark!

Kleinvieh macht
auch Mist!

Wir suchen uns
Unterstützer!

Basis für Veränderungen

- Gefährdungsbeurteilung unter Berücksichtigung aller Belastungen (auch der psychischen)
- Analyse der Dringlichkeit und des Risikos auch im Team
- Kriterien für Lösungen zusammenstellen
- Ideen zur Problemlösung sammeln
- Ausprobieren...

Die Luxemburger Erklärung

Standards für die Umsetzung im Betrieb

- Partizipation (gesamte Belegschaft)
- Integration (in betriebliches Handeln)
- Projektmanagement (Bedarfsanalyse, Planung, Ergebniskontrolle etc.)
- Risikoreduktion und Ressourcenentwicklung

(Europäisches Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung, 1997)

Was kann / muss der Träger tun?

- Gefährdungsbeurteilung
- Gesundheitszirkel
- feste Vertretungsstellen
- ergonomische Möbel
- Lärmschutz
- Arbeitszeit
- verbesserte Fachkraft-Kind-Relation anregen
- Pausenraum
- Handlungsspielraum für Leitungskraft
- altersgerechte Arbeitsplatzgestaltung und Arbeitszeit
- ...

Was kann / muss die Leitung tun?

- gesundheitsförderlicher Führungsstil
- an den Bedürfnissen orientierte Dienstplangestaltung
- Supervision / kollegiale Beratung anbieten
- gesundheitsförderliches Leitbild
- Umsetzung von Arbeitsschutz im Betrieb
- Gesundheitszirkel
- Integration von Arbeitsschutz und Gesundheitsförderung im Qualitätsmanagement und der pädagogischen Konzeption
- Stärken der Beschäftigten unterstützen und Weiterentwicklung fördern
- ...

Was kann / muss die Fachkraft tun?

- als Sicherheitsbeauftragte die Leitung bei der Umsetzung von Arbeitsschutz und Gesundheitsförderung unterstützen
- auf die Arbeitsbedingungen in ihrem Bereich achten
- Stressbewältigung und Ausgleichssport
- rückenfreundliche Bewegungsabläufe und Nutzung von Hilfsmitteln
- Förderung der Selbständigkeit der Kinder
- stressreduzierte Tagesstruktur
- Handlungsspielräume nutzen
- auf das „Wesentliche“ konzentrieren
- ...

Unterstützer suchen

- Sicherheitsbeauftragte
 - Fachberatung
 - Unfallkassen / Berufsgenossenschaft
 - Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V.
 - Sicherheitsfachkraft / Betriebsärzte
 - Krankenkassen
-
- Broschüren
 - Internetseiten

Hilfreiche Internetseiten

www.gesundheit-nds.de

www.guvh.de

www.sichere-kita.de

www.kindergaerten-in-aktion.de

www.alternsgerechte-kita.de

Bestellung der Mappe:

<https://publikationen.sachsen.de/bdb/artikel/17891>

Viel Erfolg!

Khanattiya.dr@gmail.com