

vor einem Jahr

in Gesundheit

Stressige Zeugnisvergabe

(ddp direct) Jeder zehnte Schüler ist kurz vor Zeugnisvergabe gestresst. Eine Elternbefragung von TNS Infratest im Auftrag der Barmer GEK zeigt, dass weitere 15 Prozent der befragten Eltern anlässlich der Zeugnisvergabe ihrem Kind nichts anmerken, aber von Angst- und Stressempfinden ausgehen.

Laut Umfrage sind Grund- und Hauptschüler eher betroffen als Realschüler und Gymnasiasten. Auch beobachten Eltern Stresssymptome häufiger, sobald ein Wechsel der Schulform ansteht.

"Kinder und Jugendliche bewältigen Stresssituationen sehr unterschiedlich. Die Anforderungen sind oft sehr hoch. Kommen Probleme zu Hause dazu, sind Kinder oft überfordert", so Dr. Ursula Marschall, Leiterin des Kompetenzzentrums Gesundheit der Barmer GEK. Marschall schließt auch übermäßigen Alkoholkonsum als Folge nicht aus: "Stressbewältigung hat viele Gesichter, auch Rauschtrinken zählt dazu."

Beinah jeder zweite der befragten Elternteile würde ggf. auch extern Rat und Hilfe einholen. Insbesondere Mütter und Eltern, deren Kinder im Grundschulalter sind, signalisieren Beratungsbedarf. Gleichzeitig fällt auf, dass bestehende schulische Beratungsangebote für Eltern mit geringerem Bildungsabschluss und Kindern im Grundschulalter offenbar seltener in Frage kommen. Marschall: "Hier gibt es noch Akzeptanz- oder Vermittlungsprobleme."

Die Medizinerin rät Eltern, mit dem Nachwuchs über Ängste und Sorgen zu sprechen: "Bei Problemen ist die Initiative der Eltern gefragt", so Marschall. Auch Schule, Jugendberatungen oder Krankenkassen seien mögliche Ansprechpartner. "Sport oder progressive Muskelentspannung sind gute Möglichkeiten, um das innere Gleichgewicht wiederzufinden." Die Barmer GEK bietet ihren Versicherten Kurse, in denen gestresste Kinder Entspannungstechniken kennenlernen. Informationen finden Interessierte auch in den Broschüren "Kein Stress mit dem Stress" oder "Entspannung PUR", die in jeder Barmer GEK Geschäftsstelle erhältlich sind.

Pressekontakt

Herr Athanasios Drougias

Barmer GEK

Email: [Kontakt aufnehmen](mailto:kontakt@barmer.de)
Website: <http://www.barmer.de>
Telefon: 018 500 99 1421

Schlagworte

Barmer GEK Gesundheit
Versicherung Krankenversicherung
Krankenkasse Kind Schule
Schüler Zeugnis Zeugnisvergabe
Stress vorbeugung Prophylaxe
Entspannung Kurse Angebot

Permanenter Link

<http://www.themenportal.de/gesundheit/stre-zeugnisvergabe-13019>