

Pressemitteilung

AOK-Familienstudie 2022: So wirken sich Krisen auf Kinder und Eltern aus

In Niedersachsen fühlen sich nur noch 41 Prozent der Mütter und Väter in ihrer Rolle „sehr sicher“

Hannover, 06.12.2022

Corona-Pandemie, Ukraine-Krieg, Klima- und Energie-Krise: Wie wirken sich diese Belastungen auf das Leben von Kindern und Eltern in Niedersachsen aus und welche Folgen hat das für die Gesundheit? Eine große AOK-Familienstudie (8.500 Teilnehmer bundesweit) gibt jetzt Überblick über Lebensumstände in Krisenzeiten. Das Stimmungsbild für Niedersachsen entspricht dem Bundestrend - Familien fühlen sich schlechter als noch vor vier Jahren.

Dr. Jürgen Peter, Vorstandsvorsitzender der AOK Niedersachsen: „Aus dem Ergebnis der Familien-Befragung ergibt sich ein klarer Auftrag – die Lebensqualität von Kindern und Eltern muss wieder besser werden. Die AOK steuert hier konsequent gegen negative Entwicklungen.“ Präventions-Projekte wie die „Gemüse-Ackerdemie“ vermitteln Schülerinnen und Schülern gesunde und nachhaltige Ernährung, das Kindertheater „Henrietta & Co“ lehrt Gesundheit mit Gastspielen und via YouTube, „JolinchenKids“ definiert Standards für einen gesundheitsförderlichen Tagesablauf für Kita-Kinder, Eltern und Pädagogen.

Ergebnisse der Familien-Studie für Niedersachsen:

Eltern: Nur noch 59 Prozent der befragten Eltern schätzen ihren Gesundheitszustand selbst als „gut“ und „sehr gut“ ein (2018: 75 Prozent). Die Belastungsfakto-

ren sind gestiegen. Der größte Ausschlag findet sich beim Thema Finanzen mit einem Anstieg um 17 Prozentpunkte auf 43 Prozent (Belastung: „sehr stark“ und „stark“). Psychische Belastungen sind um 13 Prozentpunkte auf 36 Prozent gestiegen. Mehr Druck lastet auch auf den Partnerschaften – Zuwachs um 10 Prozent auf 23 Prozentpunkte.

Kinder: Das Befinden der Eltern wirkt sich direkt auf die Gesundheit der Kinder aus - z.B. in Form von dauerhaften psychosomatischen Beschwerden. 30 Prozent der Mädchen und Jungen konnten schlecht einschlafen (+11 Prozent gegenüber 2018), 16 Prozent klagten über Bauchschmerzen (+5 Prozent), 11 Prozent über Kopfschmerzen (+8 Prozent).

Familienleben: Tägliche gemeinsame Gewohnheiten und Rituale sind rückläufig (-7 Prozent). Rund 80 Prozent der Eltern widmen ihre volle Aufmerksamkeit mehrmals täglich ihren Kindern (2018: 91 Prozent). Eltern sind zunehmend unsicher. Nur noch 41 Prozent fühlen sich in der Rolle als Mutter/Vater „sehr sicher“ – das sind 8 Prozent weniger als vor vier Jahren.

Ernährung: Mehr als 80 Prozent der Eltern sehen die Zukunft ihrer Kinder durch die Klimakrise bedroht. Andererseits glauben etwa 30 Prozent der Familien aber auch, dass eine klima- und umweltfreundliche Ernährung nicht gesund ist. 80 Prozent der Familien wünschen sich klare politische Vorgaben an die Industrie, um die Lebensmittelauswahl im Hinblick auf Umwelt- und Gesundheitsaspekte zu erleichtern.

Bewegung: Je niedriger der sozioökonomische Status einer Familie, desto weniger finden Alltagsbewegung und Sport statt und desto weniger Kinder sind Mitglied im Sportverein. Der Anteil der Kinder, die nicht schwimmen können, schwankt je nach sozioökonomischem Status zwischen 23 und 35 Prozent.

AOK-Chef Dr. Peter zu den Ergebnissen: „Wir brauchen eine breite gesellschaftliche Allianz, die Familiengesundheit weiter in den Fokus rückt. Dass Kinder gesund aufwachsen, liegt in unser aller Verantwortung.“

Weitere Präventionsangebote der AOK Niedersachsen:

AOK-Zuckerkompass: Schülerinnen und Schüler werden rund um das Thema Zucker in der Ernährung aufgeklärt und sensibilisiert. Somit wird die Ernährungskompetenz verbessert, der Zuckerkonsum der Kinder und

Jugendlichen reduziert und die Gesundheit auch unter Einbeziehung der Schulen und Familien gefördert.

AOK-Ernährungsberatung: Die Ernährungsberaterinnen informieren über ausgewogene Ernährung und Vermeidung ungesunder Mengen von Zucker, Salzen und Fetten. <https://www.aok.de/pk/leistungen/sport-ernaehrung/ernaehrungsberatung/>

Kontaktformular: [Terminwunsch Ernährungsberatung | AOK Niedersachsen | AOK Niedersachsen](#)

Informationen zur Studie:

Die AOK-Familienstudie wurde mit wissenschaftlicher Begleitung der IGES Institut GmbH durchgeführt. Im Auftrag der AOK erfolgte von August bis Oktober 2022 eine Onlinepanel-Befragung, repräsentativ nach Alter der Kinder und Bildungsabschluss der Eltern. Befragt wurden Eltern mit Kindern im Alter von vier bis 14 Jahren. Beteiligt waren Elternteile, die zu gleichen Teilen, in der hauptsächlichen oder alleinigen Erziehungsverantwortung sind. Insgesamt wurden 8.500 Eltern befragt, repräsentativ gewichtet nach Bundesländern für die bundesweite Analyse.

Über die AOK Niedersachsen

Die AOK ist die größte Krankenversicherung in Niedersachsen (Marktanteil 38 Prozent). Über 2,9 Millionen Versicherte können sich auf den Schutz einer starken Gemeinschaft verlassen. Zwischen Nordsee und Harz ist die Gesundheitskasse an über 100 Standorten vertreten. Die AOK beschäftigt landesweit rund 6800 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Der Haushaltsetat beträgt in der Kranken- und Pflegeversicherung rund 14 Milliarden Euro.