

11 Belastung und Ausgleich

Zu dem Themenkomplex Ausgleich und Belastungen wurden Aspekte aus dem Leben der Kinder aufgegriffen, die einerseits Stress und Streit in den unterschiedlichen Lebensbereichen und andererseits Sport und die Unterstützung in Form einer Vertrauensperson behandeln. Zudem wird ein Themenbereich zur „Ich-Zeit“ der Kinder in Deutschland näher betrachtet, in dem Aspekte aufgegriffen werden, inwieweit die Kinder im privaten und schulischen Kontext die Zeit bekommen, nur für sich zu sein.

11.1 Belastung

Zu dem Themenfeld Belastung wurden neben Stressoren auch Streithäufigkeit, die Bewertung von Streit und Streit in der Wohngegend abgefragt.

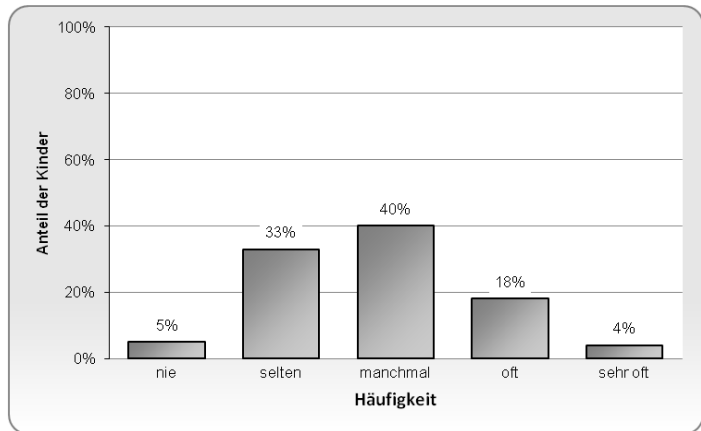
11.1.1 Stress

Neben dem Aspekt, wie häufig sich die Kinder insgesamt gestresst fühlen, wurde das Stressempfinden in allen Lebensbereichen, außer dem Wohnumfeld, abgefragt.

Insgesamt fühlen sich die Kinder in Deutschland mit einem Mittelwert von 2,8 im Durchschnitt „mittelmäßig“ gestresst. Fast ein Viertel aller Kinder fühlen sich regelmäßig gestresst, 4% davon „sehr oft“ und 18% „oft“. „Manchmal“ empfinden 40% der befragten 9-14-Jährigen Stress, weitere 33% „selten“ und „nie“ 5% (s. Abb.: 11.1).

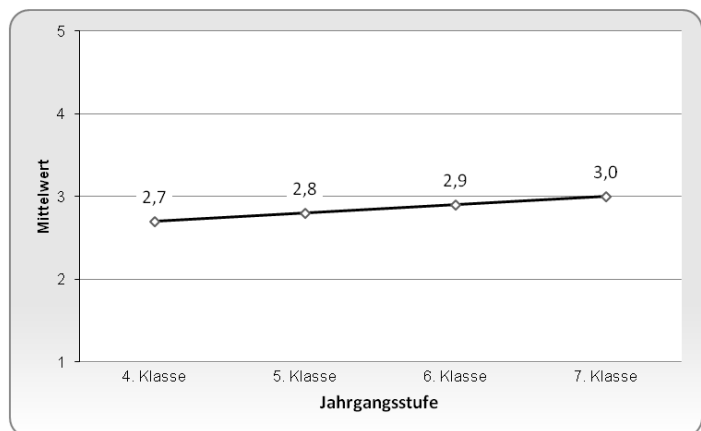
Ein knappes Viertel der Kinder ist regelmäßig gestresst, die Stresshäufigkeit nimmt mit dem Alter der Kinder zu.

Abb. 11.1: Stresshäufigkeit



Es zeigt sich, dass das Stressempfinden insgesamt mit dem Alter der Kinder kontinuierlich ansteigt (vgl. Abb. 11.2).

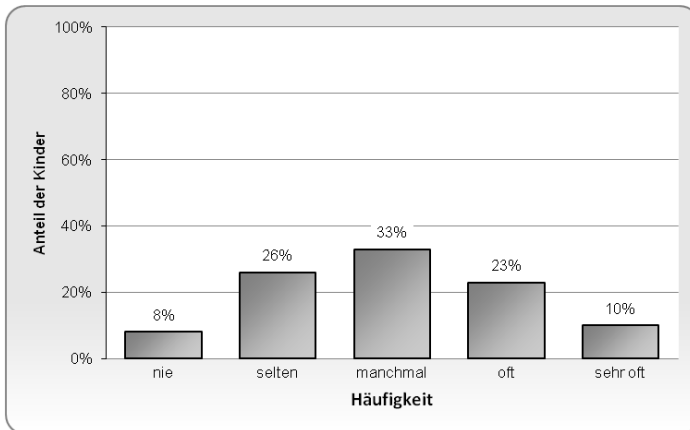
Abb. 11.2: Stressempfinden (nach Jahrgangsstufe)



In der Schule fühlen sich die Kinder in Deutschland noch häufiger (MW=3,0) gestresst (vgl. Abb.). Ein Drittel der Befragten empfinden in der Schule häufig Stress, 10% davon „sehr oft“ und 23% „oft“. „Manchmal“ fühlen sich 33% der befragten 9-14-Jährigen gestresst, „selten“ 26% und „nie“ 8%.

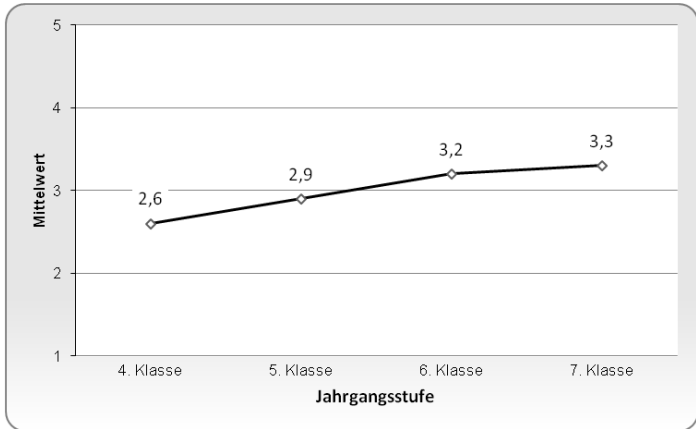
Ein Drittel der Kinder ist regelmäßig von der Schule gestresst., die Stresshäufigkeit in der Schule nimmt mit dem Alter zu.

Abb. 11.3: Stresshäufigkeit in der Schule



Kinder der siebten Klasse (MW=3,3) fühlen sich in der Schule deutlich häufiger gestresst als die Kinder in der sechsten (MW=3,2), fünften (MW=2,9) und vierten Klasse (MW=2,6), wobei zwischen jeder Klassenstufe ein statistisch bedeutsamer Unterschied feststellbar ist (vgl. Abb. 11.4). Andere Gruppenunterschiede oder Unterschiede zwischen den Bundesländern zeigen sich nicht.

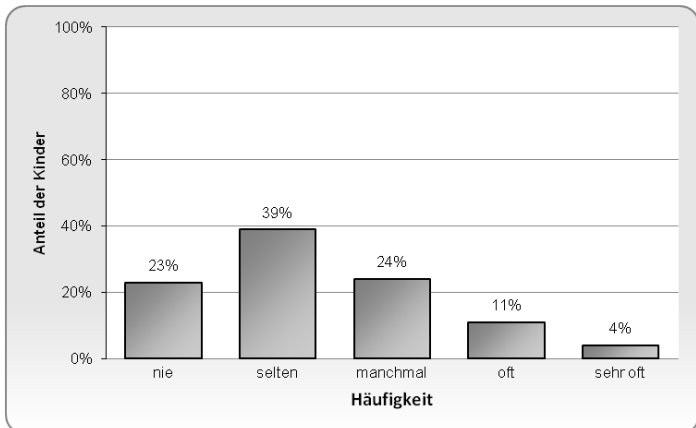
Abb. 11.4: Stress in der Schule (nach Jahrgangsstufe)



Von ihren Eltern sind die Kinder seltener gestresst, das Stressempfinden ist auch hier vom Alter der Kinder abhängig.

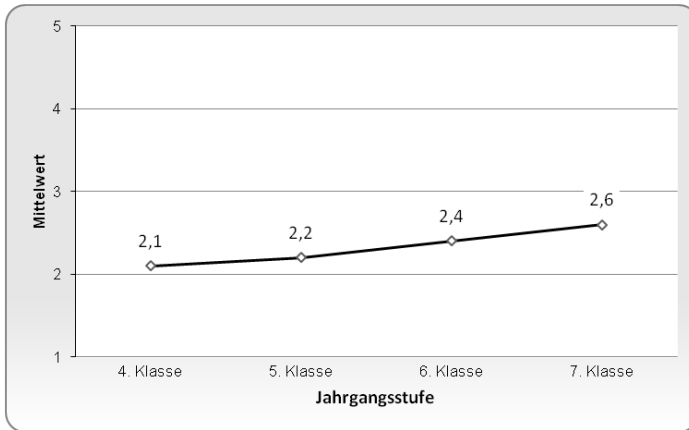
Von den Eltern fühlen sich die Kinder schon weniger häufig gestresst (MW=2,3). Dies spiegelt sich auch in der Verteilung der Antworten wider (vgl. Abb. 11.5). Ungefähr ein Sechstel der Kinder hat häufig mit den Eltern Stress, 4% davon „sehr oft“ und 11% „oft“. 24% empfinden „manchmal“, 39% „selten“ und 23% „nie“ Stress im Elternhaus bzw. mit den Eltern.

Abb. 11.5: Stresshäufigkeit mit den Eltern



Mit zunehmendem Alter erleben die Kinder häufiger Stress mit den Eltern (vgl. Abb. 11.6). In der 7. Klasse liegt das Stressempfinden im Mittel bei 2,6 und unterscheidet sich von den Werten aus Klasse 6 (MW=2,4), Klasse 5 (MW=2,2) und Klasse 4 (MW=2,1).

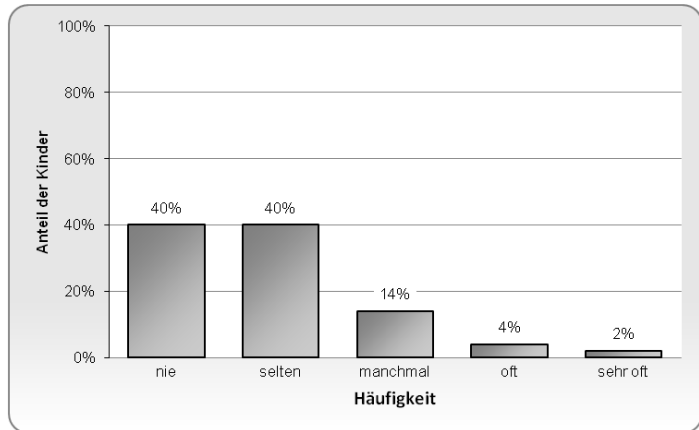
Abb. 11.6: Stress mit den Eltern (nach Jahrgangsstufe)



Insgesamt fühlen sich die Kinder von ihren Freunden selten (MW=1,9) gestresst. Nur 6% der Kinder geben an, regelmäßig im Freundeskreis Stress zu erleben (2% „sehr oft“ und 4% „oft“). „Manchmal“ haben 14% der Befragten mit den Freunden Stress. Und die überwältigende Mehrheit kennt im Freundeskreis keinen Stress („selten“ 40%; „nie“ 40%) (vgl. Abb. 11.7).

Von Freunden sind die Kinder nur selten gestresst, Kinder mit Migrationshintergrund erleben diesen Stress etwas häufiger.

Abb. 11.7: Stresshäufigkeit mit den Freunden



Kinder mit Migrationshintergrund erleben häufiger Stress (MW=2,0) im Freundeskreis, als Kinder ohne Migrationshintergrund (MW=1,8). Darüber hinaus unterscheiden sich die Kinder nicht hinsichtlich des Stresserlebens im Freundeskreis.

Alle abgefragten Stressmöglichkeiten zeigen untereinander relativ enge Zusammenhänge. Der deutlichste Zusammenhang findet sich zwischen dem allgemeinen Stressempfinden und dem Stress mit den Eltern ($r=.52$), gefolgt vom Stress in der Schule ($r=.50$) und dem Stress im Freundeskreis ($r=.26$). Hohes Stresserleben in diesen 3 Bereichen geht dabei immer mit einem hohen allgemeinen Stresserleben einher.

Diese drei Stressaspekte erklären – unter Berücksichtigung des Alters – zusammen 40% der Varianz des allgemeinen Stressempfindens. Dabei hat der Stress mit den Eltern ($\beta=.38$) etwas mehr Einfluss als Stress in der Schule ($\beta=.36$) und der Stress im Freundeskreis trägt zwar signifikant, aber eher mäßig bei ($\beta=.09$).

Unter Kontrolle des Alters, das an sich schon einen Zusammenhang mit dem Wohlbefinden und dem Stressempfinden der Kinder besitzt, zeigt sich für das allgemeine Stressempfinden ein starker umgekehrter Zusammenhang zum allgemeinen Wohlbefinden ($r=-.40$) aber auch zum Wohlbefinden in der Familie ($r=-$

Das allgemeine Stressempfinden wird zu 40% durch den Stress in Familie, Schule und Freundeskreis aufgeklärt.

.36), in der in Schule ($r=-.31$) sowie am Wohnort ($r=-.24$). Ein geringerer Zusammenhang zeigt sich für das Wohlbefinden mit den Freunden ($r=-.13$). Je höher das allgemeine Stressempfinden ist, umso geringer ist das Wohlbefinden der Kinder in den dargestellten Bereichen.

Hohes Stressempfinden geht mit niedrigerem Wohlbefinden einher.

Stress in der Schule zeigt, unter Kontrolle des Alters, den höchsten Zusammenhang zum Wohlbefinden in der Schule ($r=-.45$), gefolgt vom allgemeinen Wohlbefinden ($r=-.27$) und dem Wohlbefinden in der Familie ($r=-.20$). Schwache Zusammenhänge zeigen sich für das Wohlbefinden mit den Freunden ($r=-.10$) und in der Wohngegend ($r=-.16$).

Stress mit den Eltern zu empfinden zeigt, ebenfalls unter Kontrolle des Alters, negative Zusammenhänge mit allen abgefragten Bereichen des Wohlbefindens. Am stärksten ist der Zusammenhang mit dem Wohlbefinden in der Familie ($r=-.51$), gefolgt vom allgemeinen Wohlbefinden ($r=-.36$) und dem Wohlbefinden in der Wohngegend ($r=-.26$). Geringere Zusammenhänge zeigen sich für das Wohlbefinden im Freundeskreis ($r=-.10$) und in der Schule ($r=-.20$).

Stress im Freundeskreis zeigt zu allen abgefragten Bereichen des Wohlbefindens einen mittleren negativen Zusammenhang, d.h. Kinder, die Stress im Freundeskreis erleben, fühlen sich im Allgemeinen und in den jeweiligen Lebensbereichen weniger wohl. Dabei zeigt sich der stärkste Zusammenhang für das Wohlbefinden im Freundeskreis ($r=-.34$).

Stress zeigt jeweils in dem Lebensbereich den engsten Zusammenhang mit dem Wohlbefinden, in dem er auftritt.

Stress hat den größten negativen Einfluss in dem Lebensbereich, in dem er auftaucht.

11.1.2 Streit

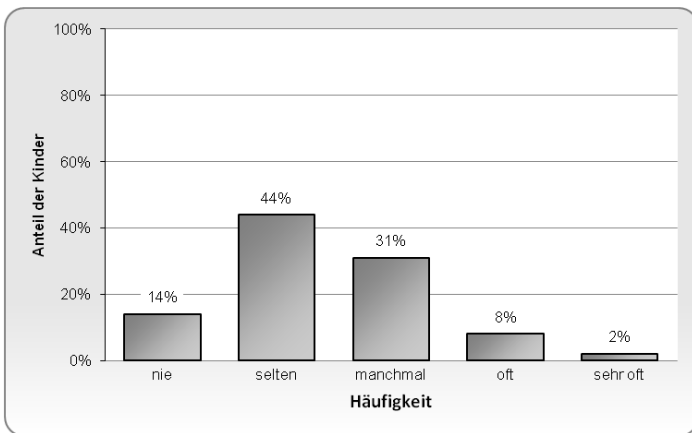
Zum Thema Streit wurden die Häufigkeit von Auseinandersetzungen mit Eltern, Freunden und Lehrkräften sowie älteren Nachbarn und Nachbarskindern, aber auch die Bewertung von Streit und das Vorhandensein einer Vertrauensperson im Streitfall abgefragt.

Mit einem Mittelwert von 2,4 streiten die Kinder nach eigenen Angaben zwischen „selten“ und „manchmal“ mit den Eltern. Im-

Streit mit den Eltern ist selten, vor allem für Jüngere und Kinder mit Migrationshintergrund.

merhin geben 2% der Kinder an, „sehr oft“ mit den Eltern zu streiten, weitere 8% streiten „oft“. „Manchmal“ berichten 31% der befragten Kinder und Jugendlichen von Streit mit den Eltern. Die überwiegende Mehrheit streitet „selten“ 44%; oder „nie“ 14% zuhause (vgl. Abb. 11.8).

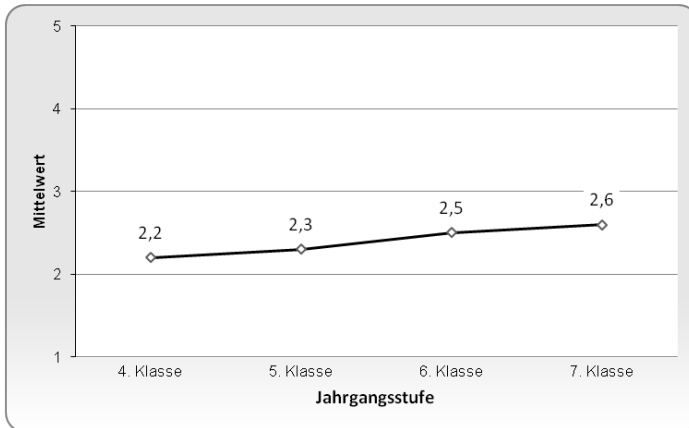
Abb. 11.8: Streithäufigkeit mit Eltern



Kinder mit Migrationshintergrund (MW=2,3) geben seltener Streit mit den Eltern an, als Kinder ohne Migrationshintergrund (MW=2,5).

Mit zunehmendem Alter steigt die Häufigkeit von Auseinandersetzungen mit den Eltern kontinuierlich an (vgl. Abb. 11.9)

Abb. 11.9: Streit mit den Eltern (nach Jahrgangsstufe)



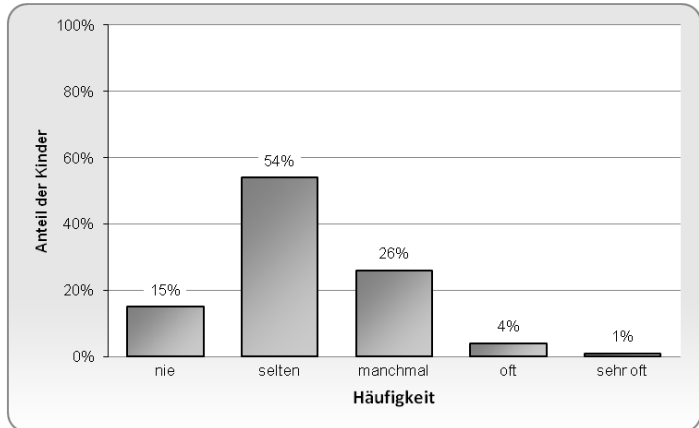
Andere Gruppenunterschiede oder Unterschiede zwischen den Bundesländern bezüglich der Häufigkeit von Streits mit den Eltern zeigen sich nicht.

Es zeigt sich jedoch ein sehr enger Zusammenhang mit der Häufigkeit des Stresserlebens. Je häufiger die Kinder Streit mit den Eltern haben, umso häufiger fühlen sie sich auch von den Eltern gestresst und umgekehrt ($r=.60$).

Etwas seltener als mit den Eltern streiten die Kinder mit ihren Freunden (MW=2,2). Zusammen 5% der Kinder streiten „sehr oft“ (1%) oder „oft“ (4%) mit ihren Freunden (vgl. Abb. 11.10). Weitere 26% verstricken sich manchmal in Streitereien, 54% streiten „selten“ und weitere 15% „nie“.

Mädchen streiten sich häufiger im Freundeskreis als Jungen.

Abb. 11.10: Streithäufigkeit mit den Freunden

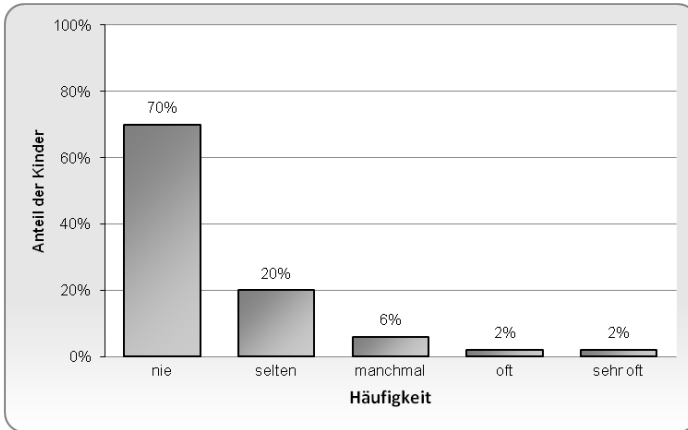


Mädchen (MW=2,3) streiten häufiger im Freundeskreis als Jungen (MW=2,1). Andere Gruppenunterschiede oder Unterschiede zwischen den Bundesländern bezüglich der Häufigkeit von Streits mit den Freunden zeigen sich nicht. Je häufiger sich Kinder im Freundeskreis streiten, umso häufiger geben sie auch an, Stress mit ihren Freunden zu erleben ($r=.45$).

Streit mit den Lehrkräften ist am seltensten.

Am seltensten haben die Kinder Streit mit ihren Lehrkräften (MW=1,5). Dieser geringe Mittelwert, der zwischen „nie“ und „selten“ anzusiedeln ist, spiegelt sich in der Verteilung der Häufigkeiten wider (vgl. Abb. 11.11). So streiten 70% der Kinder „nie“ und weitere 20% „selten“ mit ihren Lehrerinnen und Lehrern. Dass sie sich „manchmal“ mit den Lehrkräften streiten, geben 6% an, und nur 4% haben „oft“ oder „sehr oft“ Streit mit ihren Lehrkräften.

Abb. 11.11: Streithäufigkeit mit den Lehrkräften

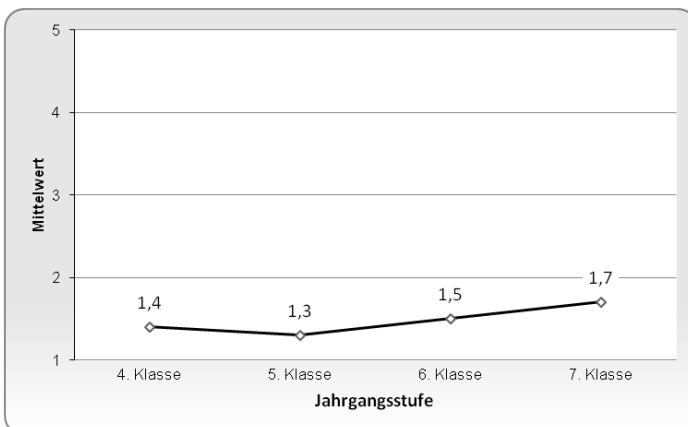


Jungen streiten sich, wenn auch auf niedrigem Niveau, häufiger (MW=1,6) mit ihren Lehrkräften als Mädchen (MW=1,3).

Ähnlich wie bei den Auseinandersetzungen mit den Eltern ist auch bei Streit mit den Lehrkräften eine Zunahme mit dem Alter der Kinder feststellbar (vgl. Abb. 11.12). Während Kinder der 4. Klasse (MW=1,4) und 5. Klasse (MW=1,3) eine vergleichbar niedrige Häufigkeit von Auseinandersetzungen angeben, steigt diese signifikant über die 6. Klasse (MW=1,5) und 7. Klasse (MW=1,7) an.

Ältere Kinder und Jungen streiten häufiger, aber immer noch selten mit ihren Lehrkräften.

Abb. 11.12: Streit mit den Lehrkräften (nach Jahrgangsstufe)



Andere Gruppenunterschiede oder Unterschiede zwischen den Bundesländern bezüglich der Häufigkeit von Streits mit den Eltern zeigen sich nicht.

Je häufiger die Kinder Streit mit ihren Lehrkräften haben, umso häufiger berichten sie auch von Schulstress ($r=.30$).

Je häufiger die Kinder mit den Eltern Streit angeben, umso häufiger werden auch Auseinandersetzungen mit den Lehrkräften ($r=.22$) und im Freundeskreis ($r=.21$) berichtet. Der Zusammenhang für die Häufigkeit von Auseinandersetzungen mit Freunden und Lehrern ist im Vergleich dazu geringer ($r=.16$).

Die Häufigkeit von Streit mit den Eltern ist unter Kontrolle des Alters sehr eng mit dem Wohlbefinden in der Familie ($r=-.47$) und dem allgemeinen Wohlbefinden ($r=-.32$) verbunden. Schwächere Zusammenhänge zeigen sich für das Wohlbefinden in der Wohngegend ($r=-.21$) und der Schule ($r=-.19$), kein Zusammenhang zeigt sich für das Wohlbefinden mit Freunden. Je häufiger die Kinder Streit mit den Eltern angeben, umso geringer ist daher das Wohlbefinden der Kinder in jedem Lebensbereich außer im Freundeskreis.

Häufiger Streit mit den Freunden zeigt, ebenfalls unter Kontrolle des Alters, dagegen schwächere Zusammenhänge mit dem Wohlbefinden im Allgemeinen ($r=-.17$), in der Familie ($r=-.13$), in der Schule ($r=-.16$) und im Freundeskreis ($r=-.29$). Bei häufigem Streit ist auch hier das Wohlbefinden in den obengenannten Bereichen verringert.

Auch für die Häufigkeit des Streits mit Lehrkräften zeigen sich unter Kontrolle des Alters negative Zusammenhänge mit dem Wohlbefinden der Kinder. Am deutlichsten schränkt Streit mit den Lehrkräften das Wohlbefinden in der Schule ($r=-.34$), aber auch im Allgemeinen ($r=-.19$) ein. Schwächere Zusammenhänge zeigen sich darüber hinaus für das Wohlbefinden in der Familie ($r=-.17$) und in der Wohngegend ($r=-.13$), das mit zunehmender Häufigkeit von Auseinandersetzungen mit Lehrerinnen und Lehrern geringer ist.

Häufiger Streit geht mit stärkerem Stresserleben einher. Dies gilt für Streit mit Eltern, Lehrkräften und Freunden.

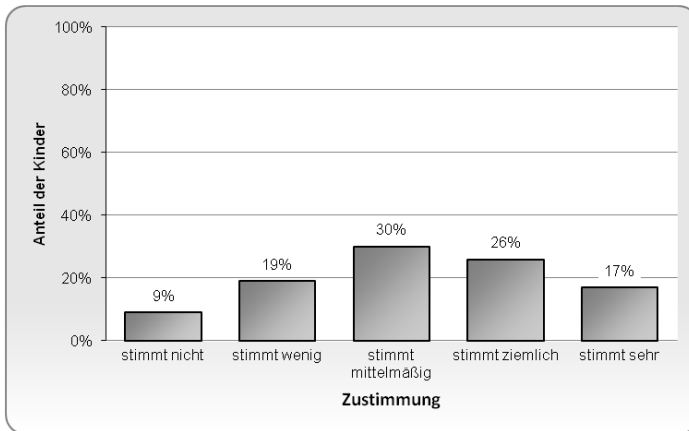
Je häufiger gestritten wird, desto geringer ist das Wohlbefinden.

11.1.3 Bewertung von Streit

Mit einem Mittelwert von 3,2 stimmen die Kinder der Aussage, dass Streit einfach manchmal dazu gehört, zwischen „stimmt mittelmäßig“ und „stimmt ziemlich“ zu. Fast die Hälfte der Kinder denken, dass Menschen sich auch mal streiten müssen („stimmt sehr“: 17%, „stimmt ziemlich“: 26%). Weitere 30% stimmen dieser Aussage „mittelmäßig“ zu. Wenig Zustimmung erhält dieser Aspekt von insgesamt mehr als einem Viertel der Kinder („stimmt wenig“: 19%; „stimmt nicht“: 9%) (vgl. Abb. 11.13).

Für fast jedes zweite Kind gehört es zum Leben dazu auch mal zu streiten.

Abb. 11.13: Manchmal gehört streiten einfach dazu



Kinder mit Migrationshintergrund (MW=3,1) sind seltener der Meinung, dass Streit dazu gehört, als Kinder ohne Migrationshintergrund (MW=3,3). Für das Alter der Kinder zeigen sich geringe Unterschiede bezüglich der Bewertung von Streit. Kinder der 7. Klasse stimmen der Aussage häufiger zu (MW=3,3) als Kinder der 5. Klasse (MW=3,1). Die Kinder der Klassen 4 und 6 liegen in ihrer Zustimmung zwischen den beiden Werten und unterscheiden sich nicht signifikant.

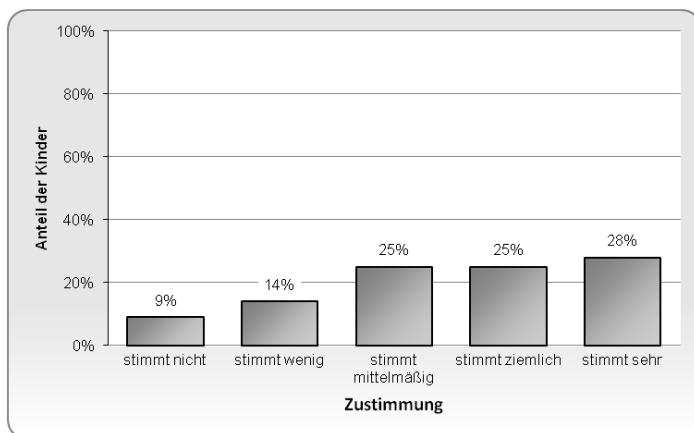
Zwischen den Bundesländern zeigen sich signifikante Unterschiede zwischen Kindern aus Hamburg (MW=3,0) und Sachsen-Anhalt (MW=3,6) in der Bewertung von Streit. Die Mittelwerte der Kinder aus den anderen Bundesländern bewegen sich zwischen diesen beiden Werten und unterscheiden sich nicht signifikant voneinander.

Mit einem Mittelwert von (MW=3,5) stimmen Kinder der Aussage, dass es ihnen immer schlecht geht, wenn sie streiten zwischen „stimmt mittelmäßig“ und „stimmt ziemlich“ zu.

Mehr als jedes zweite Kind fühlt sich bei einem Streit schlecht.

Mehr als die Hälfte aller Kinder fühlt sich beim Streiten schlecht („stimmt sehr“: 28%, „stimmt ziemlich“: 25%). Ein Viertel der Kinder fühlt sich „mittelmäßig“ schlecht, wenn sie streiten, weiteren 14% der Kinder geht es „wenig“ schlecht und 9% finden es nicht schlimm und fühlen sich „gar nicht“ schlecht bei Streit (vgl. Abb. 11.14).

Abb. 11.14: Bei Streit geht es mir schlecht

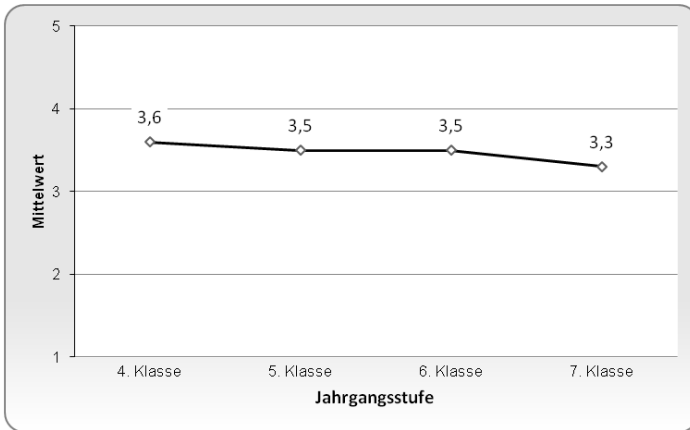


Obwohl Mädchen häufiger finden, dass Streit manchmal dazu gehört, fühlen sie sich mit einem Mittelwert von MW=3,7 deutlich schlechter beim Streiten als Jungen (MW=3,2).

Für das Alter zeigen sich ebenfalls ein Unterschied in der Zustimmung zur Aussage, dass es den Kindern schlecht geht, wenn sie streiten. Mit zunehmendem Alter stimmen Kinder dieser Aussage weniger zu, wobei sich die Kinder aus der siebten Klasse mit einem Wert von MW=3,3 signifikant von den anderen abheben (vgl. Abb. 11.15) und sich somit weniger schlecht fühlen, wenn gestritten wird.

Jungen und Kinder der siebten Klasse fühlen sich weniger schlecht bei Streit.

Abb. 11.15: Bei Streit geht es mir schlecht (nach Jahrgangsstufe)



Weitere Unterschiede bezogen auf die untersuchten Gruppen zeigen sich ebenso wenig wie ein Zusammenhang zwischen den beiden Aussagen zum Streit. Ob es den Kindern beim Streiten häufiger schlecht geht ist somit unabhängig davon, ob sie der Meinung sind, dass Streiten zum Leben dazugehört.

Je mehr die Kinder meinen, Streit gehöre zum Leben manchmal dazu, umso häufiger geben sie jedoch an, sich mit den Eltern ($r=.18$) und den Freunden zu streiten ($r=.14$).

Ein weiterer interessanter Zusammenhang zeigt sich je zwischen der Bewertung von Streit und dem Erleben von Stress.

Je mehr die Kinder der Aussage zustimmen, dass Streit manchmal dazu gehört, umso häufiger fühlen sie sich insgesamt gestresst ($r=.13$) und erleben Stress in der Schule ($r=.12$), mit den Eltern ($r=.15$) und mit den Freunden ($r=.10$). Für die Aussage, dass es den Kindern bei Streit immer schlecht geht, findet sich nach Alterskorrektur nur ein schwacher Zusammenhang mit dem Stresserleben insgesamt ($r=.10$).

Für das subjektive Erleben von Streit und dem Wohlbefinden zeigt sich unter Berücksichtigung des Alters der Kinder nur zwischen der Aussage, dass es dem Kind bei Streit immer schlecht geht und dem allgemeinen Wohlbefinden ein schwacher Zusammenhang. Je häufiger die Kinder angeben, dass es ihnen bei Streit schlecht geht, desto geringer ist das von ihnen angegebene allgemeine Wohlbefinden und anders herum ($r=-.10$). Bei al-

Stress und die Bewertung von Streit weisen Zusammenhänge auf.

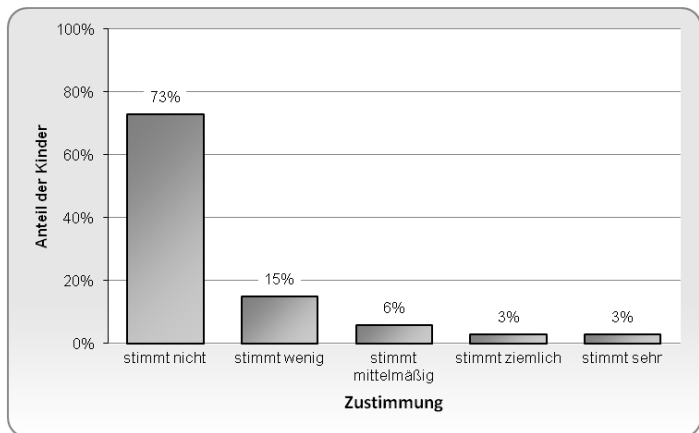
len oben dargestellten Zusammenhängen wurde das Alter der Kinder berücksichtigt.

11.1.4 Wohngegend und Streit

Die meisten Kinder streiten sich „nicht“ oder nur „wenig“ mit älteren Nachbarn (MW=1,5).

73% der befragten Kinder in Deutschland stimmen der Aussage, dass es in ihrer Wohngegend häufig Streit mit älteren Nachbarn gäbe, nicht zu (vgl. Abb. 11.16). Weitere 15% sagen, dass dies nur „wenig“ der Fall sei und 6% geben an, dass es „mittelmäßig“ häufig Streit mit älteren Nachbarn gibt. Für insgesamt 6% der Kinder zeigt sich aber, dass sie schon häufiger unterschiedlicher Meinung mit älteren Mitbürgern in ihrer Nachbarschaft sind („stimmt ziemlich“: 3%; „stimmt sehr“: 3%).

Abb. 11.16: Streit mit älteren Nachbarn in der Wohngegend



Gruppenunterschiede oder Unterschiede zwischen den Bundesländern finden sich hinsichtlich der Häufigkeit von Streit mit älteren Nachbarn keine, dies gilt auch für die Zusammenhänge zwischen der Bewertung von Streit und der Häufigkeit von Auseinandersetzungen mit älteren Nachbarn.

Kinder die häufiger angeben, sich mit älteren Nachbarn zu streiten, geben auch häufiger an, sich mit ihren Lehrkräften ($r=.18$), ihren Eltern ($r=.13$) oder ihren Freunden ($r=.12$) zu streiten.

Mit älteren Nachbarn wird nicht oder nur wenig gestritten.

Die Streithäufigkeit mit verschiedenen Personengruppen steht miteinander in Zusammenhang.

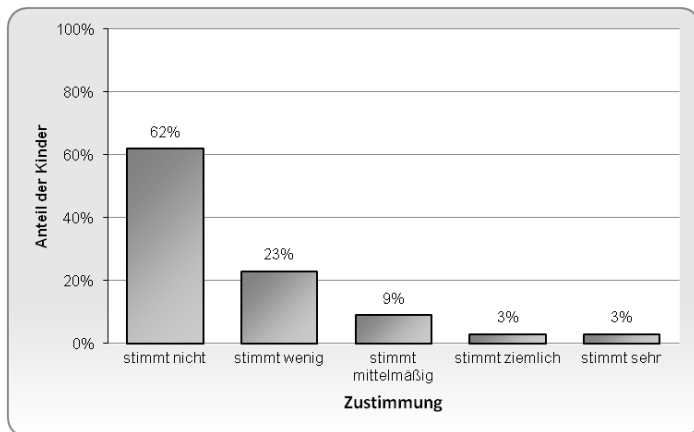
Je häufiger Kinder mit älteren Nachbarn Streit haben, umso mehr fühlen sie sich insgesamt ($r=.15$), in der Schule ($r=.11$), von den Eltern ($r=.15$) und von den Freunden ($r=.12$) gestresst.

Weiterhin geben Kinder, die häufiger Streit mit älteren Nachbarn berichten, ein geringeres Wohlbefinden im Allgemeinen ($r=-.13$), in der Familie ($r=-.14$), in der Schule ($r=-.13$), im Freundeskreis ($r=-.09$). Am stärksten wird Wohlbefinden in der Wohngegend der Kinder durch häufigen Streit mit älteren Nachbarn beeinträchtigt ($r=-.19$)²⁰.

Etwas häufiger, aber immer noch selten, streiten die Kinder in ihrer Wohngegend mit Gleichaltrigen (MW=1,6). Insgesamt 85% der befragten Kinder stimmen der Aussage „nicht“ (63%) oder „wenig“ (23%) zu, dass es in ihrer Wohngegend häufig Streit mit anderen Kindern gäbe (vgl. Abb. 11.17). 9% streiten „manchmal“ mit Nachbarkindern und insgesamt 6% erleben Streit in der Nachbarschaft schon häufiger, sie stimmen der Aussage „ziemlich“ (3%) und „sehr“ (3%) zu.

85% der Kinder streiten nicht mit Gleichaltrigen in ihrer Nachbarschaft.

Abb. 11.17: Streit mit anderen Kindern in der Wohngegend



²⁰ Bei Zusammenhängen dieser Art wird grundsätzlich das Alter der Kinder berücksichtigt.

Es zeigen sich keine Gruppenunterschiede und keine Unterschiede zwischen den Bundesländern für die Häufigkeit von Streit mit Kindern aus der Nachbarschaft und auch Zusammenhänge zwischen der Bewertung von Streit und der Häufigkeit von Streit mit Nachbarkindern treten nicht auf.

Je häufiger die Kinder jedoch angeben, sich mit Nachbarkindern zu streiten, umso häufiger geben sie auch an, sich mit Lehrkräften ($r=.16$), den Eltern ($r=.13$) und den Freunden ($r=.19$) zu streiten.

Kinder mit häufigem Streit mit Kindern in der Nachbarschaft, fühlen sich auch häufiger insgesamt ($r=.17$), in der Schule ($r=.15$), von den Eltern ($r=.16$) und von Freunden ($r=.18$) gestresst.

Je häufiger die Kinder angeben, sich mit Nachbarkindern zu streiten, umso mehr ist ihr Wohlbefinden eingeschränkt, vor allem in der Wohngegend ($r=-.20$), in der Familie ($r=-.19$) aber auch in der Schule ($r=-.15$).

Das Wohlbefinden im Allgemeinen ($r=-.16$), in der Familie ($r=-.17$), in der Schule ($r=-.16$), bei den Freunden ($r=-.09$) und in der Wohngegend ($r=-.20$) ist umso geringer, je häufiger die Kinder Streit mit Kindern der Nachbarschaft berichten.

11.2 Ausgleich

Neben den Belastungsfaktoren wie Streit und Stress wurden auch einige Aspekte abgefragt, die deutlich in den Bereich Ausgleich fallen. Dazu zählt unter anderem eine Vertrauensperson zu haben, an die sich die Kinder im Streitfall wenden können, aber auch Aspekte zum Sport und Ich-Zeit, die insgesamt zu Entspannung und Entlastung führen können.

11.2.1 Vertrauensperson beim Streit

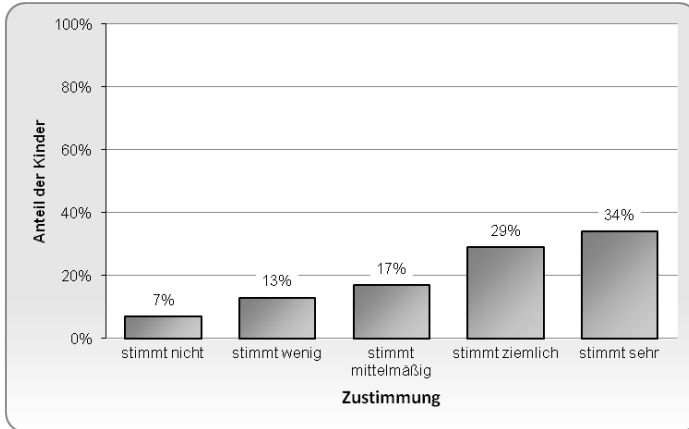
Insgesamt haben die Kinder häufig eine Person, an die sie sich wenden können, wenn sie mit jemandem Streit haben ($MW=3,7$). Allerdings geben 7% der Kinder an, „nie“ jemanden zu haben und 13% können sich im Streitfall nur „selten“ an jemanden wenden (vgl. Abb. 11.18). Weitere 17% erhalten zumindest „manchmal“ Unterstützung beim Streit. Mehr als ein Drittel aller Kinder müssen den Streitfall also mehr oder weniger ohne Vertrauensperson meistern. Fast zwei Drittel (63%) kann auf Unterstützung

Streit mit Nachbarn (jung und alt) und Wohlbefinden stehen miteinander in Zusammenhang.

Jedes fünfte Kind hat im Streitfall kaum die Möglichkeit, sich vertrauensvoll an jemanden zu wenden. Mädchen haben diese Möglichkeit häufiger.

im Streit zurückgreifen, 29% finden „oft“ und 34% „sehr oft“ jemanden.

Abb. 11.18: Vertrauensperson bei Streit



Mädchen können sich deutlich häufiger in Streitsituationen (MW=3,9) an eine Person ihres Vertrauens wenden als Jungen (MW=3,5). Weitere Gruppenunterschiede finden sich nicht.

Hinsichtlich der Bewertung von Streit zeigt sich, dass Kinder, die häufiger berichten, dass es ihnen bei Streit schlecht geht, auch häufiger eine Vertrauensperson haben ($r=.09$). Zusammenhänge zur Häufigkeit von Streit und dem Vorhandensein einer Vertrauensperson sind nicht feststellbar. Für das Stresserleben zeigen sich ebenfalls schwache Zusammenhänge mit dem Stressniveau insgesamt und dem Stress mit den Eltern. Je häufiger Kinder angeben, eine Vertrauensperson zu haben, umso geringer ist das Stresserleben insgesamt ($r=-.09$) und das Stresserleben bei den Eltern ($r=-.14$). Eine Vertrauensperson im Streitfall zu haben, zeigt deutlich positive Zusammenhänge zum allgemeinen Wohlbefinden ($r=.22$) sowie allen einzelnen Bereichen (familiär: $r=.23$; Schule: $r=.19$; Freunde: $r=.16$; Wohngegend $r=.16$).

Je häufiger es eine Vertrauensperson gibt, desto höher ist das Wohlbefinden in allen Bereichen.

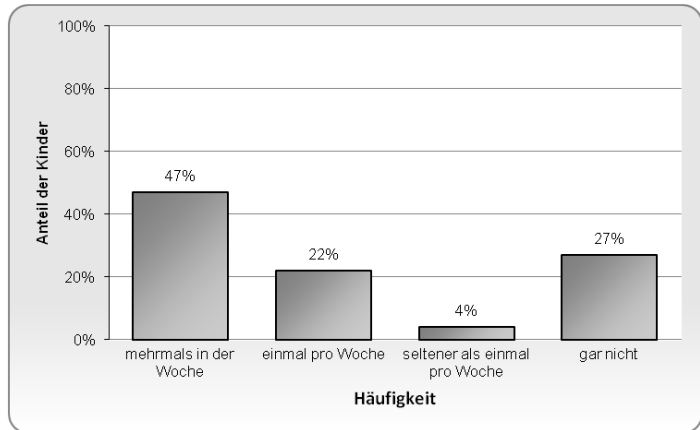
11.2.2 Sport

Fast die Hälfte aller Kinder in Deutschland (47%) treibt mehrmals in der Woche Sport im Verein. Ein gutes Fünftel (22%) übt immerhin noch regelmäßig einmal in der Woche Vereinssport aus (vgl. Abb. 11.18). Demgegenüber stehen 27% der Kinder, die gar

Die Mehrheit der Kinder treibt mindestens einmal in der Woche Sport im Verein.

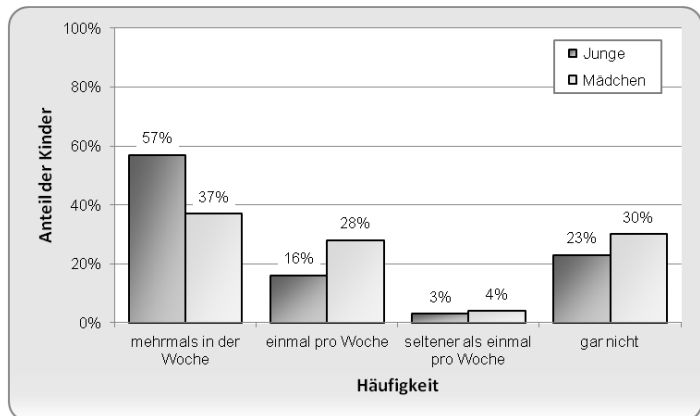
keinen und 4% die seltener als einmal in der Woche in einen Verein Sport treiben (vgl. Abb. 11.19).

Abb. 11.19: Häufigkeit Vereinssport



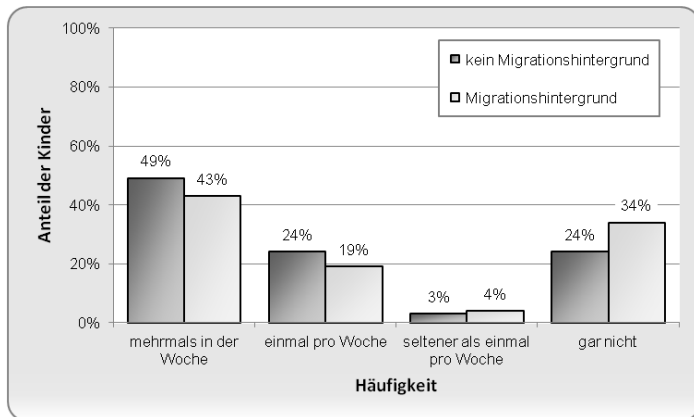
Jungen betreiben häufiger Vereinssport als Mädchen (vgl. Abb. 11.20), indem sie häufiger mehrmals (57%) in der Woche und seltener keinen Sport (23%) im Verein treiben als Mädchen (37% und 30%).

Abb. 11.20: Häufigkeit Vereinssport (nach Geschlecht)



Kinder ohne Migrationshintergrund nehmen häufiger am Sport im Verein teil (vgl. Abb. 11.21), als Kinder mit Migrationshintergrund. Diese sind hingegen häufiger nicht im Vereinssport tätig.

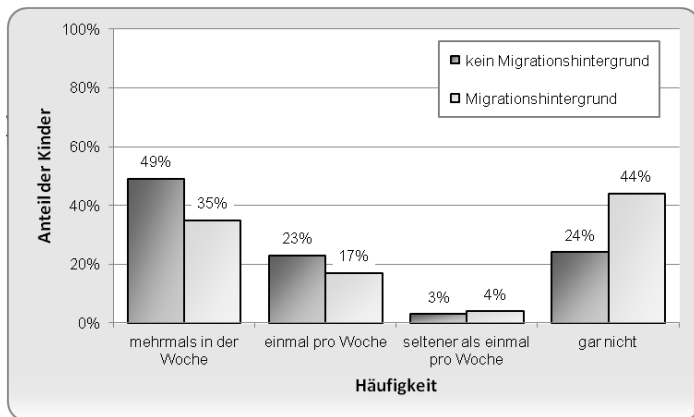
Abb. 11.21: Häufigkeit Vereinssport (nach Migrationshintergrund)



Ein sehr enger Zusammenhang zeigt sich für die Arbeitslosigkeit der Eltern und die Teilnahme am Vereinssport (vgl. Abb. 11.22). Kinder aus Familien, die von Arbeitslosigkeit betroffen sind, treiben seltener Sport in einem Verein als Kinder aus Familien, die nicht von Arbeitslosigkeit betroffen sind.

Jungen, Kinder ohne Migrationshintergrund und Kinder, die nicht von Arbeitslosigkeit in der Familie betroffen sind, machen häufiger Sport im Verein.

Abb. 11.22: Häufigkeit Vereinssport (nach Arbeitslosigkeit in der Familie)



Auch für die Bundesländer zeigen sich Unterschiede in der Häufigkeit der Teilnahme am Vereinssport. Am häufigsten treiben Kinder in Rheinland-Pfalz (52%), im Saarland (51%) und in Nordrhein-Westfalen (51%) mehrmals in der Woche Sport im Verein. Am geringsten fällt die Teilnahme am Sport im Verein mehrmals wöchentlich in den neuen Bundesländern, und hier insbesondere in Sachsen-Anhalt (34%), Thüringen (35%) und Sachsen (38%) aus.

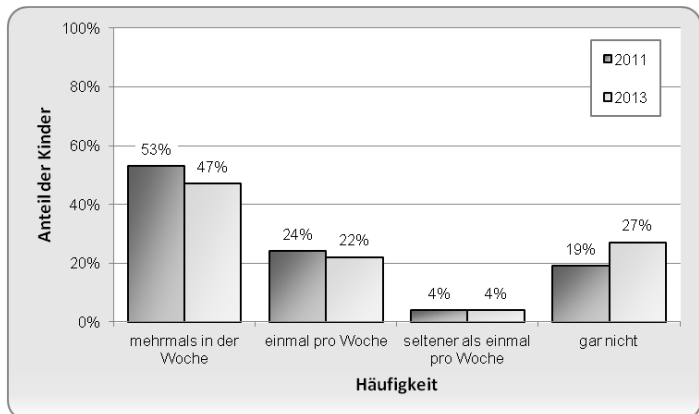
Die Sporthäufigkeit im Verein zeigt keine Zusammenhänge zu den abgefragten Stressvariablen und der Streithäufigkeit, allerdings deutliche Zusammenhänge zum Wohlbefinden der Kinder.

Kinder, die Sport im Verein treiben berichten ein höheres Wohlbefinden.

Kinder, die mehrmals oder einmal in der Woche Sport treiben, berichten ein höheres allgemeines Wohlbefinden (je MW=5,6) als Kinder, die gar keinen Sport im Verein betreiben (MW=5,3). Ebenso verhält es sich mit dem Wohlbefinden in der Familie (mehrmals die Woche: MW=6,0; einmal in der Woche: MW=5,9; gar nicht: MW=5,6), der Wohngegend (mehrmals die Woche: MW=6,3; einmal in der Woche: MW=6,2; gar nicht: MW=6,0) und bei Freunden (mehrmals die Woche: MW=6,5; gar nicht: MW=6,3). Nur auf das Wohlbefinden in der Schule hat der Vereinssport keinen Einfluss.

Im Vergleich zum Erhebungsjahr 2011 treiben die Kinder in der neuesten Erhebung (2013) weniger Sport im Verein (vgl. Abb. 11.23).

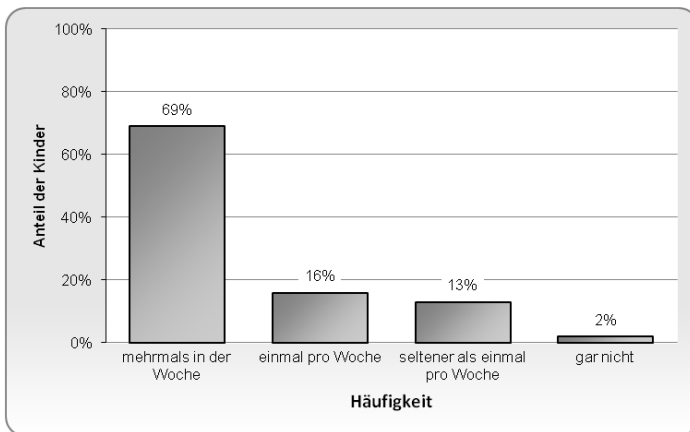
Abb. 11.23: Häufigkeit Vereinssport (nach Erhebungsjahr)



Neben dem Vereinssport wurden die Kinder zudem danach gefragt, wie häufig sie Sport „einfach so zum Spaß“ machen, als Beispiele wurden hierbei Fahrrad fahren oder Skaten aufgezählt. Nur 2% aller befragten Kinder in Deutschland geben an, sich in ihrer Freizeit gar nicht zu bewegen, 13% geben seltener als einmal pro Woche an. Einmal pro Woche machen 16% der Kinder einfach so zum Spaß Sport und der überwiegende Teil von 69% treibt mehrmals die Woche Sport einfach so zum Spaß (vgl. Abb. 11.24).

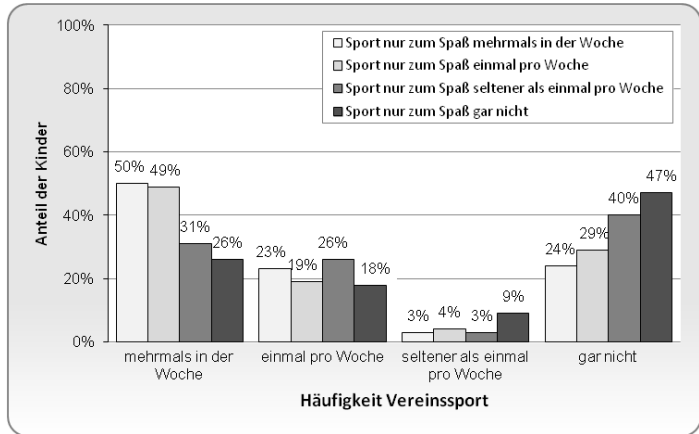
Sieben von zehn Kindern machen mehrmals in der Woche einfach so zum Spaß in der Freizeit Sport.

Abb. 11.24: Häufigkeit Sport zum Spaß



Je häufiger Kinder Sport im Verein treiben, umso häufiger treiben sie auch einfach so Sport. Dabei zeigt sich aber auch ein relativ großer Anteil von Kindern (26%), die zwar mehrmals in der Woche am Vereinssport teilnehmen, dafür aber nach eigenen Angaben nie Sport einfach aus Spaß treiben (vgl. Abb. 11.25).

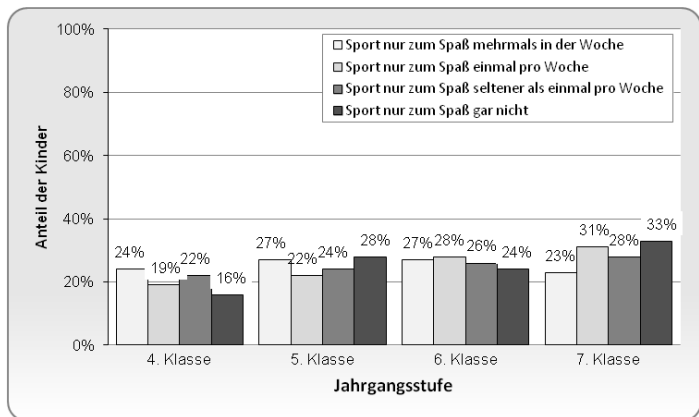
Abb. 11.25: Sport in der Freizeit (nach Vereinssport)



Je häufiger Kinder Sport im Verein treiben, umso häufiger treiben sie auch einfach so Sport.

Der Anteil von Kindern, die gar keinen Sport zum Spaß machen, steigt mit dem Alter stark an, von 16% in der 4. Klasse auf 33% in der 7. Klasse (vgl. Abb. 11.26).

Abb. 11.26: Sport in der Freizeit nach Jahrgangsstufe



Auch für die Bundesländer zeigen sich Unterschiede in der Häufigkeit mit der Kinder aus Spaß Sport treiben. Am häufigsten geben Kinder aus Bremen (77%), Bayern (76%) und Schleswig-Holstein (74%) an, mehrmals in der Woche Sport aus Spaß zu treiben. Am Seltensten ist dies bei Kindern aus Hessen (59%), Berlin und dem Saarland der Fall (beide 62%).

Kinder, die gar keinen Sport in ihrer Freizeit einfach so zum Spaß betreiben, berichten ein geringeres allgemeines Wohlbefinden (MW=4,8) als Kinder, die Sport treiben (seltener als einmal und einmal in der Woche: je MW=5,4; mehrmals die Woche: MW=5,6). Dasselbe Muster zeigt sich für das Wohlbefinden in der Schule (MW=4,3 bei keinem Sport im Vergleich zu seltener als einmal und einmal in der Woche: je MW=5,0; mehrmals die Woche: MW=5,1). Ähnlich wirkt sich der Sport in der Freizeit zudem auf das Wohlbefinden bei den Freunden und in der Familie aus. Hier ist das Wohlbefinden der Kinder, die keinen Sport zum Spaß treiben signifikant niedriger (Freunde: MW=6,1; Familie: MW=5,4) als das der Kinder, die dies einmal (Freunde: MW=6,4; Familie: MW=5,8) oder mehrmals in der Woche (Freunde: MW=6,5; Familie: MW=5,9) tun.

Kinder, die keinen Sport zum Spaß in ihrer Freizeit machen berichten ein geringeres Wohlbefinden.

Nur auf das Wohlbefinden in der Wohngegend hat der Freizeitsportsport keinen Einfluss.

Zudem wird deutlich, dass sich Kinder, die keinen Freizeitsport machen, häufiger insgesamt (MW=3,2 vs. seltener als einmal in der Woche: MW=3,0; einmal und mehrmals in der Woche: je MW=2,8) und von der Schule gestresst fühlen (MW=3,4 vs. vs. seltener als einmal und einmal in der Woche: je MW=3,1; mehrmals in der Woche: MW=3,0). Beim Stresserleben durch die Eltern berichten die Kinder, die keinen Sport machen, höhere Werte (MW=2,7) im Gegensatz zu Kindern, die einmal (MW=2,4) oder mehrmals in der Woche (MW=2,3) Sport zum Spaß machen.

Kinder die gar keinen Sport zum Spaß machen berichten häufiger davon, sich gestresst zu fühlen und streiten häufiger mit ihren Lehrern.

Betrachtet man die berichteten Streithäufigkeiten der Kinder, wird ebenfalls ein Zusammenhang zum Freizeitsport aus Spaß deutlich. Kinder, die keinen Freizeitsport machen, streiten häufiger (MW=1,9) mit ihren Lehrkräften als Kinder, die Freizeitsport zum Spaß betreiben (seltener als einmal in der Woche: MW=1,5; einmal und mehrmals in der Woche: je MW=1,5).

Im Vergleich zum Erhebungsjahr 2011 treiben die Kinder in der neuesten Erhebung (2013) zwar deutlich weniger Sport im Ver-

ein, die sportliche Freizeitbetätigung „einfach so zum Spaß“ hat sich hingegen nicht auffällig verändert.

11.3 Ich-Zeit

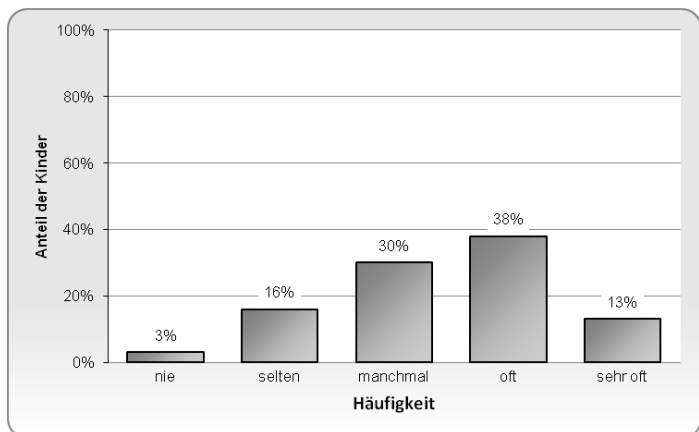
Im Bereich der „Ich-Zeit“ wird aufgegriffen, inwieweit die Kinder in ihrem Alltag Zeit für sich haben, um ungestört machen zu können, was sie wollen. Zudem wird die „Ich-Zeit“ im Schulalltag beleuchtet und eine Verbindung zur Häufigkeit von Nachmittags-terminen und dem Stresserleben der Kinder hergestellt.

Im Durchschnitt haben die Kinder manchmal bis oft genug Zeit für sich.

Generell zeigt sich, dass die Kinder in Deutschland im Durchschnitt „manchmal“ bis „oft“ genug Zeit haben, in der sie ungestört machen können, was sie wollen (MW=3,4) und in der sie in Ruhe gelassen werden (MW=3,3).

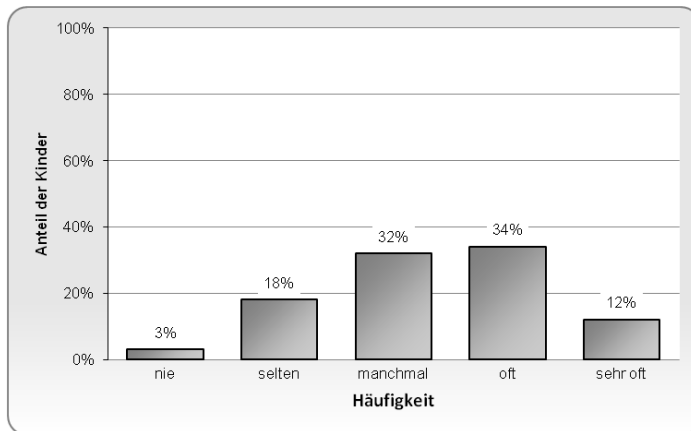
Konkret bedeutet dies, dass etwas mehr als jedes zehnte Kind (13%) in Deutschland „sehr oft“ genug Zeit hat in der es ungestört machen kann was es will. Weitere 38% der Kinder haben diese Möglichkeit „oft“ und ein knappes Drittel (30%) gibt an, „manchmal“ genug Zeit zu haben. 16% der Kinder in Deutschland haben jedoch nur „selten“ Zeit um ungestört zu sein, 3% berichten davon, diese Zeit „nie“ für sich zu haben (vgl. Abb. 11.27).

Abb. 11.27: Genug Zeit, um ungestört das zu machen was man will



Ein sehr ähnliches Bild zeigt sich erwartungsgemäß hinsichtlich der Frage, wie häufig die Kinder genug Zeit haben, in der sie in Ruhe gelassen werden. Insgesamt 46% haben diese Zeit „sehr oft“ (12%) oder „oft“ (34%), ein weiteres knappes Drittel der Kinder (32%) hat „manchmal“ genug Zeit, in der sie in Ruhe gelassen werden. Knapp ein Fünftel der Kinder (18%) hat diese Zeit hingegen nur „selten“, 3% berichten davon, „nie“ genug Zeit zu haben, in der sie in Ruhe gelassen werden (vgl. Abb. 11.28).

Abb. 11.28: Genug Zeit, in der man in Ruhe gelassen wird



Erwartungsgemäß stehen diese Angaben zur privaten Ich-Zeit in einem deutlichen Zusammenhang ($r=.59$). Kinder, die häufiger genug Zeit haben, in der sie ungestört agieren können, haben auch häufiger genug Zeit, in der sie in Ruhe gelassen werden (und andersherum). Hinsichtlich der verschiedenen Gruppen oder der Bundesländer zeigen sich hierbei keine Unterschiede.

Unter Kontrolle des Alters zeigen sich für die beiden Angaben zur privaten Ich-Zeit der Kinder Zusammenhänge mit dem Wohlbefinden. Es wird deutlich, dass Kinder, die häufiger genug Zeit haben, in der sie in Ruhe gelassen werden, ein höheres Wohlbefinden in der Familie ($r=.32$), im Allgemeinen ($r=.28$), in der Wohngegend ($r=.21$), in der Schule ($r=.20$) und unter Freunden ($r=.13$) angeben. Kinder die häufiger angeben, dass sie ungestört machen können, was sie wollen, berichten ebenfalls ein höheres Wohlbefinden in der Familie ($r=.30$), im Allgemeinen ($r=.27$), in

Fehlende Ich-Zeit hängt negativ mit dem Wohlbefinden und mit höherem Stresserleben sowie Streit mit den Eltern zusammen.

der Wohngegend ($r=.22$), in der Schule ($r=.19$) und unter Freunden ($r=.14$).

Ein umgekehrtes Verhältnis, ebenfalls unter Kontrolle des Alters, zeigt sich im berichteten Stresserleben der Kinder: Je weniger Zeit die Kinder haben, in der sie in Ruhe gelassen werden, desto häufiger fühlen sie sich von ihren Eltern ($r=-.29$), im Allgemeinen ($r=-.27$) und von der Schule ($r=-.14$) gestresst. Kinder die weniger Zeit angeben, um ungestört tun zu können, was sie wollen, fühlen sich häufiger insgesamt ($r=-.27$), von den Eltern ($r=-.24$) und von der Schule ($r=-.16$) gestresst.

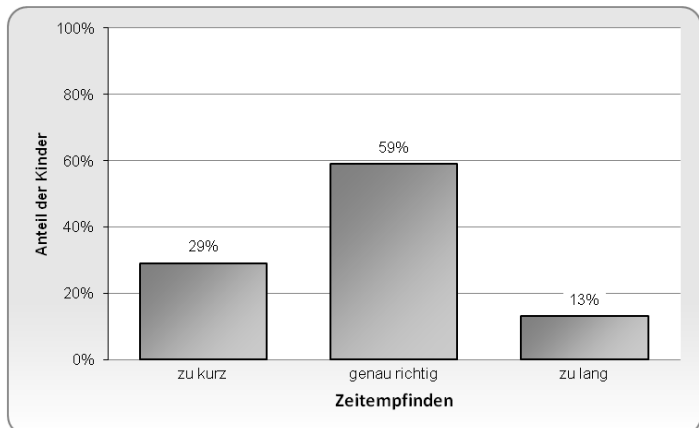
Die Kinder berichten umso häufiger Streit mit Ihren Eltern, weniger Zeit sie haben, in der sie tun können was sie wollen ($r=-.17$), oder in der sie in Ruhe gelassen werden ($r=-.21$).

11.3.1 Ich-Zeit im Schulalltag

Als „Ich-Zeit“ in der Schule wurde die Zeit erfragt, die die Kinder haben, um für sich alleine lernen zu können, um mit Freundinnen und Freunden zu quatschen, sich auszuruhen und zu spielen.

Mehr als die Hälfte der Kinder (59%) erlebt, die Zeit, die sie in der Schule haben um für sich alleine lernen zu können, als „genau richtig“. Mehr als ein Zehntel der Kinder (13%) gibt an, dass sie diese Zeit als „zu lang“ bewerten und 29% der Kinder beschreiben die Zeit, die sie in der Schule haben, um für sich alleine lernen zu können, als „zu kurz“ (vgl. Abb. 11.29).

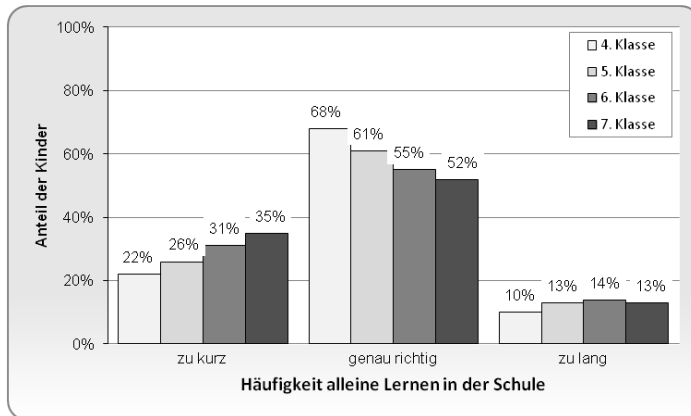
Abb. 11.29: Zeit in der Schule um alleine zu lernen



Die Ich-Zeit zum Lernen in der Schule wird vom Großteil der Kinder als genau richtig erlebt, älteren Schülerinnen und Schülern ist sie jedoch häufiger zu kurz als den Jüngeren.

Hierbei zeigen sich Unterschiede in der Bewertung der Zeit zum eigenständigen Lernen nach dem Alter der Kinder. Mit zunehmendem Alter steigt der Anteil von Schülern, die die Zeit zum Lernen als „zu kurz“ empfinden, deutlich an (vgl. Abb. 11.30). Gleichzeitig nimmt der Anteil der Schüler, die diese Zeit als genau richtig einstufen, ab.

Abb. 11.30: Zeit in der Schule um alleine zu lernen (nach Jahrgangsstufe)



Am häufigsten bewerten Schüler im Land Brandenburg (36%) die Zeit zum eigenen Lernen in der Schule als „zu kurz“. Am häufigsten als „zu lang“ bewerteten Schüler in Hamburg (19%) die Zeit zum eigenen Lernen in der Schule (vgl. Tabelle 11.1).

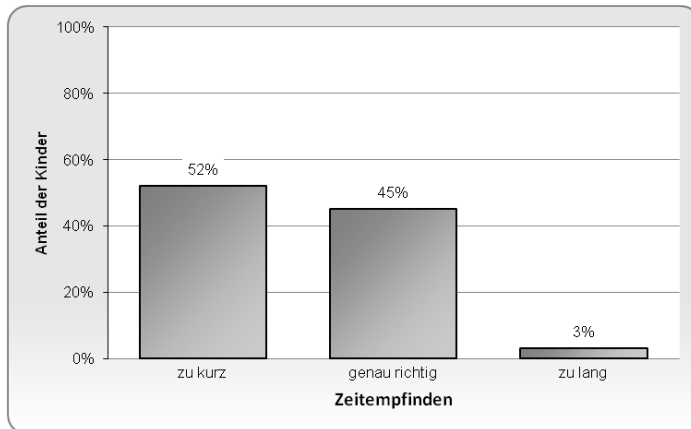
Die Ich-Zeit zum Lernen in der Schule wird in den Bundesländern unterschiedlich erlebt.

Tab. 11.1: Zeit in der Schule um alleine zu lernen (nach Bundesländern)

| Bundesland | Die Zeit, die ich in der Schule habe, um für mich alleine lernen zu können, finde ich ... | | |
|------------------------|---|---------------|---------|
| | zu kurz | genau richtig | zu lang |
| Hessen | 27% | 66% | 7% |
| Berlin | 26% | 64% | 10% |
| Schleswig-Holstein | 23% | 63% | 14% |
| Sachsen | 29% | 62% | 9% |
| Rheinland-Pfalz | 25% | 62% | 14% |
| Mecklenburg-Vorpommern | 28% | 62% | 10% |
| Thüringen | 28% | 61% | 11% |
| Niedersachsen | 26% | 60% | 14% |
| Hamburg | 22% | 60% | 19% |
| Bremen | 28% | 59% | 13% |
| Nordrhein-Westfalen | 29% | 59% | 12% |
| Saarland | 29% | 59% | 12% |
| Sachsen-Anhalt | 29% | 56% | 15% |
| Baden-Württemberg | 32% | 56% | 13% |
| Brandenburg | 36% | 53% | 11% |
| Bayern | 32% | 52% | 16% |

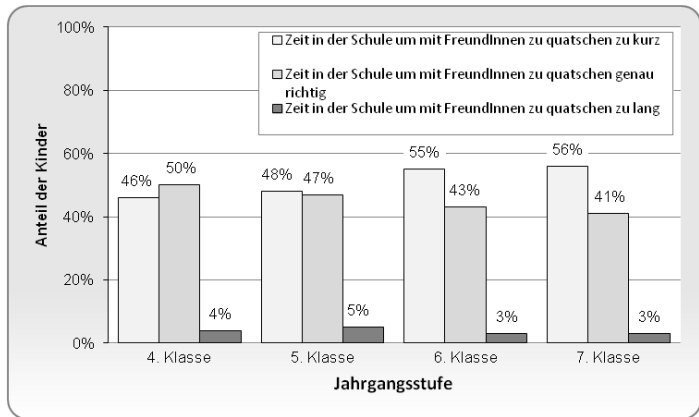
Die Zeit, die den Kindern in der Schule zur Verfügung steht, um mit ihren Freundinnen und Freunden zu quatschen, beschreibt mehr als die Hälfte der Kinder als „zu kurz“ (52%), knapp die andere Hälfte der Kinder findet diese Zeit „genau richtig“ (45%). Nur 3% der Kinder geben an, dass sie die Zeit, die sie in der Schule haben, um mit ihren Freundinnen und Freunden zu quatschen als „zu lang“ empfinden (vgl. Abb. 11.31).

Abb. 11.31: Zeit in der Schule um mit Freunden und Freundinnen zu quatschen



Mit dem Alter steigt die Anzahl der Kinder, die die Zeit zum Quatschen mit Freundinnen und Freunden für zu kurz halten von 46% in der 4. Klasse auf 56% in der 7. Klasse. Parallel dazu nimmt der Anteil der Kinder, für die die Zeit zum quatschen genau richtig ist von 50% in der 4. Klasse auf 41% in der 7. Klasse ab (vgl. Abb. 11.32).

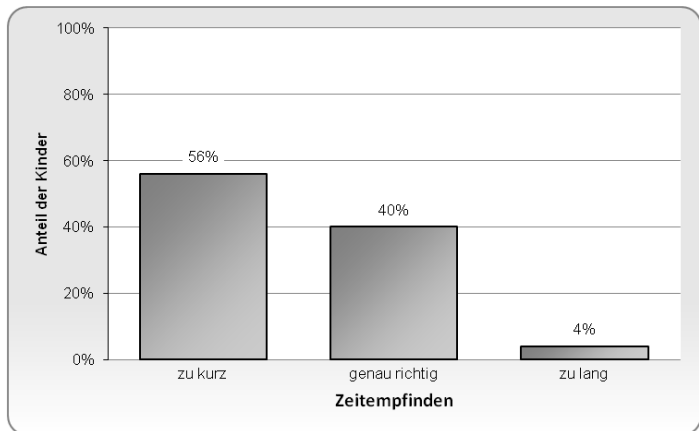
Abb. 11.32: Zeit in der Schule um mit Freunden und Freundinnen zu quatschen (nach Jahrgangsstufe)



Die Zeit in der Schule, um mit den Freunden zu quatschen oder sich auszuruhen, ist kaum einem Kind zu lang; älteren Kindern ist sie häufiger zu kurz.

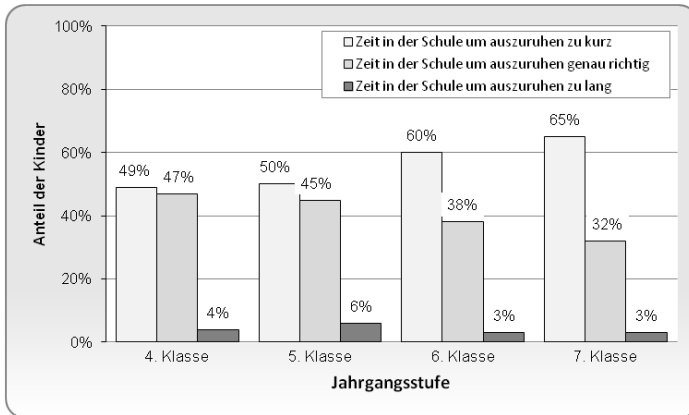
Ein ähnliches Muster zeigt sich bei der Beschreibung der Zeit, die die Kinder in der Schule haben, um sich auszuruhen. Hier geben 4% der Kinder an, dass ihnen diese Zeit „zu lang“ sei. Die Mehrheit der Kinder (56%) beschreibt die Zeit, die sie in der Schule haben, um sich auszuruhen, jedoch als „zu kurz“. 40% der Kinder erleben die Zeit um sich auszuruhen als „genau richtig“ (vgl. Abb. 11.33).

Abb. 11.33: Zeit in der Schule um auszuruhen



Mit zunehmendem Alter steigt auch hier die Anzahl der Schüler, die der Ansicht sind, dass diese Zeit zu kurz ist von 49% in der 4. Klasse auf 65% in der 7. Klasse. Entsprechend nimmt die Anzahl der Schüler die der Meinung sind diese Zeit wäre genau richtig von 47% in der 4. Klasse auf 32% in der 7. Klasse ab (vgl. Abb. 11.34).

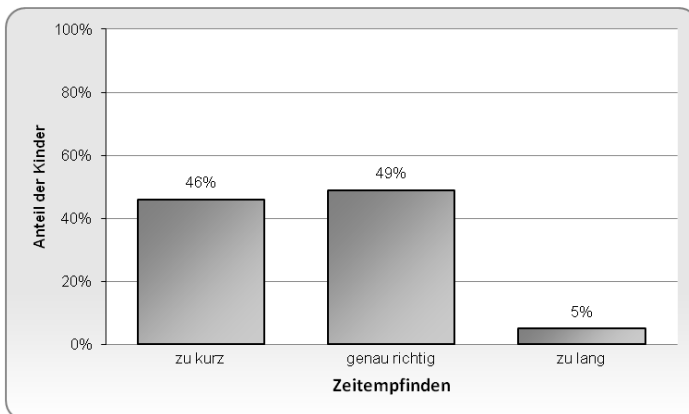
Abb. 11.34: Zeit in der Schule um auszuruhen (nach Jahrgangsstufe)



Die Zeit, die die Kinder in der Schule haben, um zu spielen, wird ebenfalls von der Hälfte der Kinder als „genau richtig“ (49%) beschrieben. Für 46% der Kinder ist diese Zeit jedoch „zu kurz“ und 5% der Kinder geben an, dass ihnen die Zeit, die sie in der Schule haben um zu spielen „zu lang“ ist (vgl. Abb. 11.35).

Auch die Zeit um in der Schule zu spielen ist ungefähr zur Hälfte „zu kurz“ oder „genau richtig“.

Abb. 11.35: Zeit in der Schule um zu spielen



Hinsichtlich der wahrgenommenen Ich-Zeit in der Schule zeigen sich verschiedene Zusammenhänge zum Wohlbefinden der Kinder.

Das schulische Wohlbefinden von Kindern, die ihre Zeit in der Schule zum alleine lernen als „genau richtig“ empfinden, liegt deutlich höher (MW=5,4) als das schulische Wohlbefinden der Kinder, die diese Zeit als „zu kurz“ (MW=4,7) oder „zu lang“ (MW=4,3) erleben.

Bei Kindern, die die Zeit zum Quatschen „genau richtig“ finden, ist das allgemeine Wohlbefinden (MW=5,6) und das Wohlbefinden in der Schule (MW=5,3) höher als bei Kindern, die die Zeit zum Quatschen als „zu kurz“ (allgemein: MW=5,4; Schule: MW=4,9) oder „zu lang“ (allgemein: MW=5,3; Schule: MW=4,7) einschätzen.

Kinder, die die Zeit zum Ausruhen in der Schule als „genau richtig“ beschreiben, weisen einen höheren Wohlbefindenswert im Allgemeinen (MW=5,7), in der Familie (MW=6,0), in der Schule (MW=5,5) und in der Wohngegend (MW=6,3) auf als Kinder, die die Zeit zum Ausruhen als „zu kurz“ (allgemein: MW=5,3; Familie: MW=5,8; Schule: MW=4,8; Wohngegend: MW=6,1) oder „zu lang“ (allgemein: MW=5,3; Familie: MW=5,7; Schule: MW=4,9; Wohngegend: MW=6,1) bewerten (vgl. Tab. 11.2).

Tab. 11.2: Wohlbefinden nach Zeit in der Schule um auszuruhen (Mittelwert)

| Wohlbefinden | Zeit in der Schule um auszuruhen | | |
|--------------|----------------------------------|---------------|---------|
| | zu kurz | genau richtig | zu lang |
| Allgemein | 5,4 | 5,7 | 5,6 |
| Familie | 5,7 | 6,0 | 5,8 |
| Schule | 4,8 | 5,5 | 4,9 |
| Freunde | 6,3 | 6,5 | 6,4 |
| Wohngegend | 6,1 | 6,3 | 6,1 |

Das schulische Wohlbefinden ist bei Kindern, die angeben, dass die Zeit zum Spielen „genau richtig“ sei, ebenfalls höher

Das schulische Wohlbefinden der Kinder, die die Ich-Zeit in der Schule als genau richtig empfinden, ist höher.

Auch die Zeit um in der Schule zu spielen ist ungefähr zur Hälfte „zu kurz“ oder „genau richtig“.

(MW=5,4), als bei Kindern die diese Zeit als „zu kurz“ (MW=4,8) oder „zu lang“ (MW=4,7) beschreiben.

Auch zum Stresserleben der Kinder werden diesbezüglich Zusammenhänge deutlich.

Kinder, die die Zeit zum Quatschen mit Freundinnen und Freunden „genau richtig“ finden, erleben Stress insgesamt (MW=2,7), in der Schule (MW=2,8) und bei den Eltern (MW=2,2) seltener als Kinder, die die Zeit zum Quatschen als „zu kurz“ (Stress insgesamt: MW=3,0; Schule: MW= 3,2; Eltern: MW=2,5) oder „zu lang“ (allgemein: MW=2,9; Schule: MW= 3,2; Eltern: MW=2,3) einschätzen (vgl. Tab. 11.3).

Bei der im Ausmaß richtig erlebten Zeit in der Schule, um mit Freunden zu quatschen wird weniger Stress erlebt.

Tab. 11.3: *Stressempfinden nach Zeit in der Schule um mit Freundinnen und Freunden zu quatschen (Mittelwert)*

| Stressempfinden | Zeit in der Schule um mit Freundinnen und Freunden zu quatschen | | |
|-----------------|---|---------------|---------|
| | zu kurz | genau richtig | zu lang |
| Allgemein | 3,0 | 2,7 | 2,9 |
| Schule | 3,2 | 2,8 | 3,2 |
| Eltern | 2,5 | 2,2 | 2,3 |

Für die Zeit zum Ausruhen in der Schule zeigt sich ebenfalls ein Zusammenhang mit dem Stresserleben (vgl. Tab. 11.4). Kinder, die die Zeit zum Ausruhen „genau richtig“ (MW=2,6) oder „zu lang“ (MW=2,8) finden, erleben Stress insgesamt seltener als Kinder, die angeben die Zeit zur Erholung sei „zu kurz“ (MW=3,0). Auch das Stresserleben in der Schule ist bei Kindern, die die Zeit zum Ausruhen für „genau richtig“ (MW=2,7) halten, niedriger als bei Kindern für die diese Zeit „zu lang“ (MW=3,0) oder „zu kurz“ (MW=3,3) ist. Die Häufigkeit von Stress mit den Eltern ist bei Kindern, die die Zeit zum Ausruhen als „genau richtig“ (MW=2,1) oder „zu lang“ (MW=2,2) einschätzen geringer als bei Kindern, die diese Zeit als zu „kurz“ bewerten (MW=2,5).

Tab. 11.4: Stressempfinden nach Zeit in der Schule um auszuruhen (Mittelwert)

| Stressempfinden | Zeit in der Schule um mich auszuruhen | | |
|-----------------|---------------------------------------|---------------|---------|
| | zu kurz | genau richtig | zu lang |
| Allgemein | 3,0 | 2,6 | 2,8 |
| Schule | 3,3 | 2,7 | 3,0 |
| Eltern | 2,5 | 2,1 | 2,2 |

Auch bezüglich der Zeit zum Spielen sind Zusammenhänge mit dem Stresserleben insgesamt, in der Schule und mit den Eltern feststellbar. Kinder die angeben, dass die Zeit zum Spielen „genau richtig“ (MW=2,7) ist, erleben seltener Stress insgesamt, als wenn die Zeit zum Spielen „zu kurz“ oder „zu lang“ (beide MW=3,0) erlebt wird. Vergleichbar verhält es sich mit dem Erleben von Stress in der Schule. Kinder, die angeben die Zeit zum Spielen sei „genau richtig“ erleben dort seltener Stress (MW=2,8) als Kinder, die diese Zeit als „zu lang“ (MW=3,2) oder „zu kurz“ (MW=3,3) bewerten. Stress im Elternhaus tritt ebenfalls seltener auf, wenn die Zeit zum Spielen „genau richtig“ (MW=2,2) ist, als wenn sie als „zu lang“ oder „zu kurz“ (beide MW=2,5) eingeschätzt wird (vgl. Tab. 11.5).

Das zeitliche Ausmaß, in der Schule spielen oder sich ausruhen zu können, steht im Zusammenhang mit dem Stresserleben der Kinder.

Tab. 11.5: Stressempfinden nach Zeit in der Schule um zu spielen (Mittelwert)

| Stressempfinden | Zeit in der Schule um zu spielen | | |
|-----------------|----------------------------------|---------------|---------|
| | zu kurz | genau richtig | zu lang |
| Allgemein | 3,0 | 2,7 | 3,0 |
| Schule | 3,3 | 2,8 | 3,2 |
| Eltern | 2,5 | 2,2 | 2,5 |

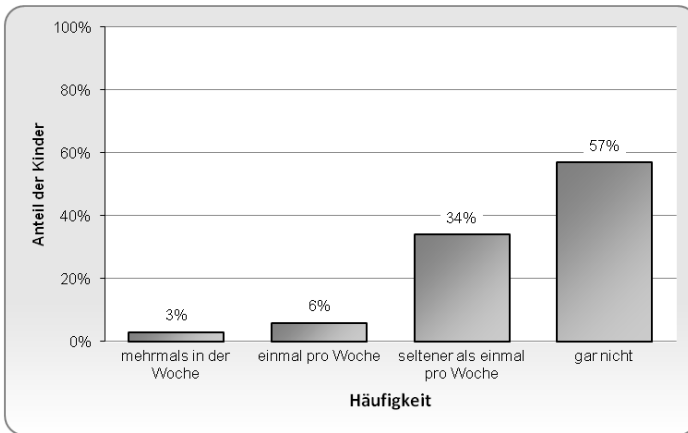
11.3.2 Therapeutische Nachmittagstermine

Neben den Einschätzungen der Kinder, wie sie die Zeit, die sie im Privaten und in der Schule für sich haben, einschätzen, wurde zudem noch die Frage gestellt, wie häufig die Kinder nach der Schule Termine wahrnehmen, die ihnen ein Arzt verschrieben hat (z.B. Logopädie oder Krankengymnastik). Diese Terminhäufigkeit wird im Folgenden dargestellt und im Zusammenhang mit dem Erleben der Ich-Zeit betrachtet.

Es zeigt sich, dass die Mehrzahl der Kinder in Deutschland am Nachmittag „gar keine“ therapeutischen Termine hat (57%). Etwa ein Drittel (34%) der befragten Kinder haben „seltener als einmal pro Woche“ einen solchen Termin, 6% besuchen wöchentlich eine ärztlich verordnete Therapie und bei 3% ist dies mehrmals in der Woche der Fall (vgl. Abb. 11.36).

Die Mehrzahl der Kinder in Deutschland hat keine therapeutischen Termine.

Abb. 11.36: Terminhäufigkeit nach der Schule, von einem Arzt verordnet



Bezüglich der Angaben zu therapeutischen Nachmittagsterminen zeigt sich nur ein kleiner Unterschied nach den Bundesländern. Kinder in Hamburg haben geben seltener als Kinder aus anderen Bundesländern an, „seltener als einmal pro Woche“ einen ärztlich verschriebenen Termin zu haben (vgl. Tab. 11.6).

Tab. 11.6: Terminhäufigkeit nach der Schule, von einem Arzt verordnet (nach Bundesländern)

| Bundesland | Terminhäufigkeit nach der Schule, von einem Arzt verordnet | | | |
|------------------------|--|----------------|---------------------|-----------|
| | mehrmals in der | einmal pro Wo- | seltener als einmal | gar nicht |
| Hamburg | 2% | 10% | 21% | 67% |
| Schleswig-Holstein | 4% | 9% | 29% | 58% |
| Brandenburg | 4% | 7% | 30% | 59% |
| Saarland | 4% | 6% | 32% | 58% |
| Hessen | 3% | 5% | 33% | 60% |
| Sachsen | 3% | 9% | 33% | 56% |
| Nordrhein-Westfalen | 3% | 7% | 33% | 57% |
| Bremen | 2% | 7% | 33% | 58% |
| Niedersachsen | 3% | 4% | 33% | 59% |
| Bayern | 2% | 8% | 34% | 56% |
| Mecklenburg-Vorpommern | 2% | 6% | 35% | 56% |
| Rheinland-Pfalz | 2% | 5% | 36% | 58% |
| Sachsen-Anhalt | 2% | 6% | 36% | 56% |
| Baden-Württemberg | 4% | 6% | 36% | 54% |
| Thüringen | 3% | 4% | 37% | 56% |
| Berlin | 4% | 6% | 40% | 50% |

Zusammenhänge zwischen der Häufigkeit von therapeutischen Terminen nach der Schule und dem Empfinden der Ich-Zeit, dem Wohlbefinden und dem Stresserleben der Kinder sind nicht feststellbar.

Es zeigen sich keine Zusammenhänge zwischen therapeutischen Terminen und der Ich-Zeit der Kinder