

Auszeit mit Massage

Zweckverband Heide und Umgebung: Gesundheitskonzept mit vielen Bausteinen

von Esther Geißlinger

In der Eingangshalle der Kita Morgenstern hopsen die »Frösche« und »Hasen« durcheinander. Die Kinder der beiden Gruppen turnen an dem Klettergerüst, das bis zur Empore unter dem Glasdach hinaufführt. Von dort schallen Stimmen hinunter, während auf dem Boden im Erdgeschoss Kinder mit Tretautos herumsausen. Mit dem Krach in einem Flugzeughangar vergleicht Anja Hamann die Geräuschbelastung in einer Kita. Dann wäre, um im Bild zu bleiben, die hohe, schachtartige Eingangshalle ein Flugzeughangar, in dem die Pilot*innen Sturzflüge üben, während die Boden-Crew gerade renoviert. »Nicht leicht, stimmlich dagegenzuhalten«, sagt Anja Hamann. Lärm gehört zu den größten Stress- und damit Belastungsfaktoren in Kindertagesstätten, aber Hamann lächelt nur: »Ich habe keinen Stress.« Einerseits, weil sie mit ihren 58 Jahren und aufgrund mehrerer Zusatzausbildungen eine Sonderrolle im Team hat. Andererseits, weil es bald Mittag ist. Dann nimmt sich Hamann regelmäßig eine Auszeit: »Die Kolleginnen und Kollegen kennen das schon: Ab 13 Uhr sitze ich für 20 Minuten im Sessel.« Der Sessel steht im Ruheraum der Kita-Beschäftigten und hat eine Massagefunktion – eine der vielen Besonderheiten im Gesundheitskonzept des Zweckverbands Kindertagesstätten Heide-Umland. Dem Träger von sieben Einrichtungen in und um die Dithmarscher Kreisstadt gelingt es mit einer Fülle von Angeboten und Maßnahmen recht gut, seine Fachkräfte zu entlasten und sie lange im Beruf zu halten.

Lärm ist immer und überall

Dauerlärm, körperliche und psychische Belastungen und immer neue Anforderungen – eine Kita ist ein anstrengender Arbeitsplatz. Jede vierte Führungskraft fühlt sich durch ihre Tätigkeit psychisch belastet, lautet ein Ergebnis einer Studie des Deutschen Kita-Leitungskongresses (DKLK), die im April 2022 veröffentlicht wurde. Den Verwaltungsaufwand halten 87 Prozent für »gesundheitsgefährdend« hoch. Fachkräfte, die in den Gruppen arbeiten, nennen »personelle Engpässe« als Haupt-Belastungsfaktor: »Anstrengend ist, wenn man aufgrund von Personal-

mangel umdisponieren muss. Also wenn man nicht so arbeiten kann, wie man sich das vorgestellt hat«, sagt eine Fachkraft in einer 2019 veröffentlichten Studie der Weiterbildungsinitiative Frühpädagogische Fachkräfte (WiFF), für die die Autorin Carola Nürnberg mit Leitungs- wie Gruppenkräften Interviews geführt und dabei nach Belastungen und positiven Erfahrungen bei der Interaktion untereinander, mit Vorgesetzten, Kindern und Eltern gefragt hat. »Die positiven Momente haben allerdings innerhalb der Interviews keinen so dominanten Stellenwert wie die Belastungen«, fasst die Autorin eine Tendenz zusammen.



In der Eingangshalle der Kita Morgenstern ist es manchmal so laut wie in einem Flugzeughangar.

Ständig gefordert

Anja Hamann in Heide sagt es ähnlich: »Alle wollen was von uns, dabei wollen wir eigentlich nur für die Kinder da sein. Abends komme ich manchmal nach Hause und frage mich, was ich eigentlich Sinnvolles getan habe.« Diese Erfahrungen machen viele Kita-Fachkräfte. Burnout und Überarbeitung sind große Probleme in der sozialen Arbeit, und viele, die engagiert angefangen haben, verlassen den Beruf vorzeitig. Das verstärkt den Fachkräftemangel, der ohnehin schon in der Branche herrscht, und vergrößert damit den Stress für diejenigen, die im System geblieben sind – ein Teufelskreis. Die Belastun-

gen für die Fachkräfte haben während der Corona-Jahre noch zugenommen: »Mittlerweile gibt eine Mehrzahl der befragten Kitaleitungen an, zumindest teilweise in so großer personeller Unterdeckung arbeiten zu müssen, dass die gesetzlichen Vorgaben zur Aufsichtspflicht nicht mehr erfüllt werden können«, teilt der DKLK als Ergebnis seiner aktuellen Studie mit.

Corona hat Kinder verändert

Die Corona-Jahre haben Spuren hinterlassen, und sie werden sich noch weiter auswirken: »Wir haben jetzt Kinder in den

Gruppen, die während der Pandemie zur Welt gekommen sind«, berichtet Hamann. Das heißt: Sie haben keine Krabbelgruppen oder Eltern-Kind-Turnen erlebt, kaum andere Kinder oder Erwachsene getroffen. Einige sind überfordert vom Trubel, andere drehen in der Gruppe erst recht auf. Und: Tablet, Smartphone und Laptop sind im Leben der Kleinsten bereits sehr präsent. Hamann erzählt von Kindern, die in der Spielecke sitzen, sich einen Bauklötzchen ans Ohr halten und schimpfen. »Ich verstehe nicht immer, was sie sagen, aber sie sind sauer.« Auch mit Lego-Platten wird mehr gebaut, sondern »Selfie machen« gespielt. >>

Dieses neue Verhalten der Kleinen trägt zu den belastenden Faktoren bei. Um ihnen entgegenzuwirken, wünschen sich Kita-Fachkräfte Maßnahmen, die die Gesundheit erhalten, wie Stressmanagement und Coaching. Aber nur wenige Kitas bieten entsprechende Hilfen an oder haben ein Gesundheitskonzept.



Ruheraum mit Massagesessel für die Mitarbeitenden in der Kita Morgenstern

tin keine eigene Gruppe betreut, sondern fachlich unterstützt, wo Kinder oder das Team sie brauchen. Ihr ist wichtig, »zu merken, dass ich und meine Tätigkeit gesehen und gewürdigt werden«. Sie selbst ist seit 19 Jahren beim Zweckverband Heide-Umland, »und ich habe mich von Anfang an sicher aufgehoben gefühlt«.

Regel-, Integrations- und eine Familiengruppe, die Kinder aller Altersstufen von Krippe bis Schule besuchen.

Freiräume schaffen durch Organisation

Um den Erziehungskräften möglichst viele Freiräume zu bieten, wurden je zwei Gruppen zusammengelegt, so dass sich vier Fachkräfte um rund 30 Kinder kümmern. Dazu wurden Räume geöffnet, die Kinder haben damit jede Menge Platz zum Spielen und Toben. »Für uns heißt das, dass wir uns aufteilen und mit kleineren Gruppen arbeiten können«, erklärt Hamann. Etwa im »Matschraum«, in dem Kinder in einer Riesenwanne mit Wasser, Schaum, Farben und anderen Materialien plantschen und panschen dürfen. Oder im Snoezelen-Raum, der in der ruhigsten Ecke der Kita liegt und mit weichen Matten, einem Himmelbett und leuchtenden Sternen an der Decke eingerichtet ist. »Für die Kinder ist es toll – und für uns auch«, sagt Hamann. Besonders schön sei es, einer kleinen Gruppe von Kindern Geschichten vorzulesen: »Das entspannt die Erwachsenen gleich mit«, weiß Hamann.

Unterstützung durch den Zweckverband

Der kleine Zweckverband in Heide und Umgebung bildet eine rühmliche Ausnahme. Susanne Jungheinrich, Mitglied der sechsköpfigen Gesundheitskommission des Verbandes, zählt eine Reihe von Maßnahmen auf: Gesundheitstage, bei denen Mitarbeitende Tipps zu Ernährung und Bewegung erhalten. Massagesessel in jeder Kita, ein Leasing-Angebot für Fahrräder oder E-Bikes. »Ich habe mir da selbst ein Rad ausgesucht, ich musste das Angebot schließlich testen«, sagt Jungheinrich. »Seither fahre ich öfter Rad, und das tut mir richtig gut.« Beschäftigte, die anderen Sport machen möchten, können zu vergünstigten Preisen Kurse in einem Fitnessstudio buchen, und auch ihre Bürostühle können sie sich selbst aussuchen: »Wir hatten eine ganze Kollektion in der Geschäftsstelle ausgestellt, zum Testen und Probieren«, sagt die 54-Jährige, die selbst in der Geschäftsstelle arbeitet und dort für Personalangelegenheiten zuständig ist.

»Gesunderhaltung ist ein großer Baustein, damit die Mitarbeitenden im Alltag belastbar bleiben«, sagt Anja Hamann, die als Erzieherin, Pädagogin für Sprache und Sprecherziehung und Sozialfachwiri-

Auch Kleinigkeiten helfen

Es sind teilweise nur Kleinigkeiten, in denen sich diese Wertschätzung ausdrückt, aber eben eine ganze Reihe davon: Der Personalraum in der Kita Morgenstern etwa, der mit Sitzecke, Sofa und dem Massagesessel ausgestattet ist, ist baulich so getrennt vom Trubel, dass tatsächlich Ruhe herrscht. »Manchmal kommen die Kinder an die Außentür, aber sie gehen nicht rein, denn sie wissen, dass wir hier Pause machen«, sagt Hamann. Die Wickeltische im Krippenbereich sind mit Trittschufen versehen, so dass die Kinder, die schon laufen, aber noch frische Windel brauchen, selbst auf den Tisch steigen können: »Das entlastet den Rücken«, sagt Hamann.

Auch vom Konzept her bietet die Einrichtung den Beschäftigten viele Möglichkeiten, den Arbeitstag abwechslungsreich zu gestalten. »Sieben Kitas, sieben Konzepte«, sagt Hamann. So gibt es offene und teiloffene Gruppen, die teils altersgemischt, teils inklusiv arbeiten.

In der Kita Morgenstern, deren pädagogische Schwerpunkte auf Sprach- und Integrationsförderung liegen, existieren verschiedene Formen nebeneinander:

Genügend und zufriedenes Personal vorhalten

Der Zweckverband Kindertagesstätten Heide-Umland wurde 1992 gegründet. Ihm gehören neben der Stadt Heide die Gemeinden Ostrohe, Wesseln, Weddingstedt, Stelle-Wittenwurth und Neuenkirchen an. Aktuell sind in den sieben Einrichtungen und der Geschäftsstelle rund 200 Personen beschäftigt. Es gibt freie Stellen – aber wenige, und aktuell keine im Erziehungsbereich. »Wir haben einige Springer-Kräfte über Plan, die wir aber auch brauchen und gern halten, und es fehlen aktuell Kräfte für den Hauswirtschaftsbereich.« Denn um die Erziehungskräfte zu entlasten, gibt es in jeder Einrichtung Personen, die sich um Küche und Reinigung kümmern. Der Zweckverband bildet auch aus, und »die meisten werden übernommen«, sagt Jungheinrich. Wenn Kräfte sich fortbilden wollen, zahlt der Verband die Kosten. Die Fluktuation sei gering, sagt die Personalerin. Wichtig: Die Kinder von Beschäftigten erhalten vorzugsweise einen Platz in der Kita. »Das nimmt in der Schwangerschaft schon viel Stress«, sagt Anja Hamann. Und sorgt dafür, dass Beschäftigte gern bleiben.

Lärm, hoher Verwaltungsaufwand, psychische Belastung – was Kita-Fachkräfte krank macht, wissen die Beteiligten genau, zeigt eine aktuelle Studie des Deutschen Kita-Leitungskongresses (DKLK). Zu den hilfreichen Faktoren zählen Wertschätzung, respektvoller Umgang im Team und ein umfassendes Gesundheitskonzept. Doch nur wenige Einrichtungen bieten das. Der Zweckverband Kindertagesstätten Heide-Umland gehört dazu. Die Beschäftigten wissen das zu schätzen: Die Stimmung im Team ist gut, die Fluktuation gering.



Kita Morgenstern (Fotos: Esther Geißlinger)