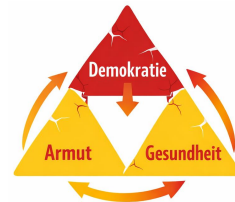


## Das verletzliche Dreieck\*

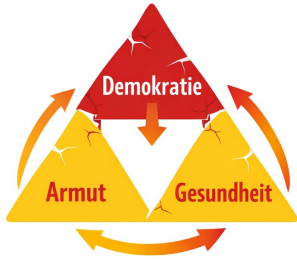
Dr. Sönke Siefert  
Bundesarbeitsgemeinschaft Gesundheit & Frühe Hilfen

*„Als mein Sohn geboren wurde, hatte ich Angst vor allem.  
Vor der Krankheit – und ehrlich gesagt auch vor den Behörden.“  
Mutter eines Frühgeborenen*

Für viele Familien beginnt der Kontakt mit staatlichen Institutionen nicht mit Vertrauen, sondern mit Unsicherheit.

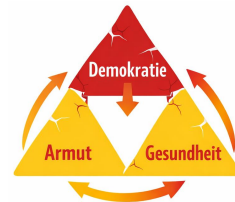


## Armut – Gesundheit – Teilhabe - Demokratie



Armut beeinflusst Gesundheit  
Gesundheit beeinflusst Teilhabe  
Teilhabe beeinflusst Demokratie

Die Bereiche Armut, Gesundheit und Demokratie bilden über die Teilhabe ein **verletzliches gesellschaftliches Dreieck**.



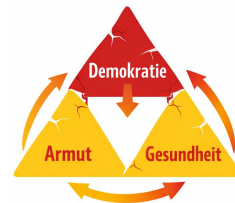
## Besonders vulnerable Lebensphasen

---

- Schwangerschaft
- Geburt
- frühe Kindheit
- chronische Erkrankung
- soziale Krisen

= psychosozial hoch sensible Zeitfenster

➔ Hier entstehen dauerhafte Beziehungserfahrungen.



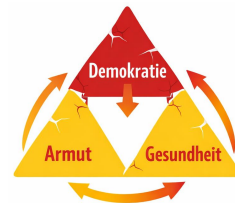
## Armut erzeugt chronischen Stress

---

### Belastungsfaktoren

- finanzielle Unsicherheit
- soziale Isolation
- prekäre Wohnsituationen
- fehlende Unterstützungssysteme
- prekäre Arbeitsverhältnisse
- .....

→ Diese Faktoren erzeugen dauerhaften psychosozialen Stress.



## Stress beginnt oft schon vor der Geburt

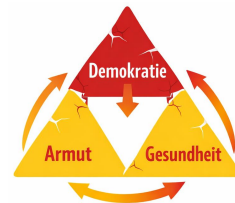
---

Epigenetische Forschung zeigt:

Chronischer Stress in der Schwangerschaft kann die Entwicklung zentraler Hirnstrukturen beeinflussen.

Betroffen sind insbesondere Bereiche für

- Emotionsregulation
- Aufmerksamkeit
- Stressverarbeitung
- Selbstwirksamkeit



## Selbstwirksamkeit als Schlüssel

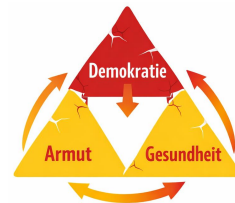
---

Selbstwirksamkeit bedeutet:

Das Vertrauen eines Menschen in seine eigene Fähigkeit, Situationen aktiv gestalten zu können.

Diese Fähigkeit beeinflusst

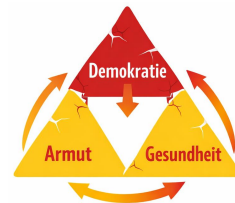
- Bildungsbiografien
- Gesundheit
- gesellschaftliche Teilhabe
- **und Demokratie-Erleben.**



Demokratische Teilhabe setzt voraus

- Vertrauen in die eigene Stimme
- Vertrauen in gesellschaftliche Institutionen
- die Erfahrung, dass Engagement etwas bewirken kann.

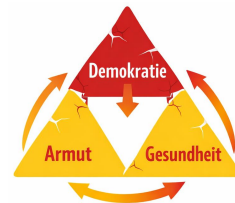
Fehlt diese Erfahrung dauerhaft, kann Vertrauen in gesellschaftliche Systeme erodieren.



„Wenn man sowieso schon überfordert ist, wirkt jedes Formular wie ein Berg.“

*Mutter mit drei Kindern*

➔ Bürokratische Komplexität trifft oft auf psychosoziale Überforderung.



Familien mit Unterstützungsbedarf erhalten keine Unterstützung, weil

1. sie nicht wissen, dass sie einen Unterstützungsbedarf haben,
2. sie nicht wissen, dass ihr Unterstützungsbedarf zu decken wäre,
3. sie nicht wissen, wie (und wo) ihr Unterstützungsbedarf zu decken ist,
4. es kein Angebot gibt, das ihren Unterstützungsbedarf deckt,
5. die Angebote qualitativ oder quantitativ nicht in der Lage sind, den Unterstützungsbedarf zu decken.

*„Geeignete Zugangswege zu schaffen, stellt eine der größten Herausforderungen für die Forschung als auch für die Praxis in der Prävention und Gesundheitsförderung dar.“  
(Walter & Jahn, 2015: „Zielgruppen erreichen – Zugangswege gestalten“)*



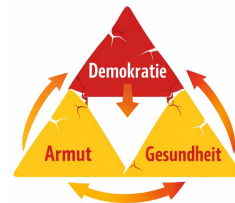
## Lotsendienste als Brücke

---

Lotsensystem wie z.B. **Babylotsen**

- erkennen psychosoziale Belastungen frühzeitig,
- klären Unterstützungsbedarfe,
- vermitteln passende Hilfen,
- begleiten Familien durch komplexe Systeme.

Sie fungieren damit als **Brücke zwischen Gesundheitssystem und Familien und Hilfesystemen.**



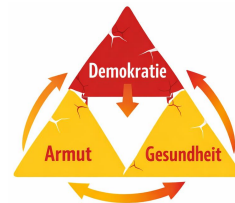
## Warum im Gesundheitssystem?

---

Gesundheitseinrichtungen sind ein idealer Zugangspunkt:

- nahezu universeller Kontakt
- hohe gesellschaftliche Akzeptanz
- kein Stigma
- frühzeitiger Zeitpunkt

Das Gesundheitssystem wird so zu einem Tor zu sozialen Unterstützungsstrukturen.



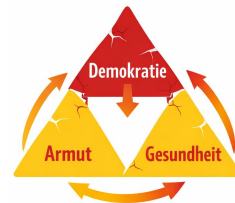
## Vom Hilfekontakt zur Demokratieerfahrung

---

Kontakt im Gesundheitssystem

- Lotsendienst erkennt Bedarf
- konkrete Unterstützung
- Familie erlebt Selbstwirksamkeit
- Vertrauen in Institutionen wächst
- positive Erfahrung mit dem Staat

*„Ich wusste gar nicht, dass der Staat so etwas für Familien macht.“*

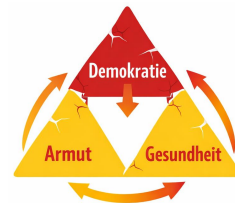


## Demokratie ist mehr als Wahlen

---

- Demokratie lebt von Vertrauen
  - Vertrauen entsteht durch Erfahrung
  - Institutionen werden als „gerecht“ oder „fern“ erlebt
  - Subjektive Wahrnehmung staatlicher Wirksamkeit prägt politische Haltung
- ➔ Demokratie beginnt im Alltag.

*„Wenn Hilfe wirklich ankommt, dann vertraut man auch dem System dahinter.“*

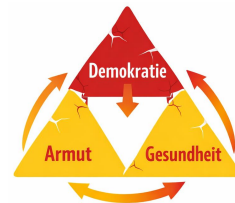


## Der Staat als abstrakte Größe

---

- Für viele Familien ist „der Staat“ unübersichtlich
  - Bürokratie als Überforderung
  - Fragmentierte Zuständigkeiten (SGB V, VIII, IX etc.)
  - Gefühl: „Man muss kämpfen“
  - Frustration, Systemmisstrauen,
  - Gefühl des Alleingelassenwerdens,
  - Radikalisierungstendenzen in prekären Lebenslagen
- ➔ Demokratie erodiert leise.

Und genau hier setzen Lotsendienste an.



## Wie Lotsendienste Demokratie stärken

---

1. Niedrigschwelliger Zugang
  - Der Staat kommt zu den Familien.
2. Schnelligkeit und Wirksamkeit
  - Erfahrbare Problemlösung.
3. Respektvolle Haltung
  - Augenhöhe statt Belehrung.



*„Die Babysitsin war die erste Person, die nicht nur gefragt hat, was fehlt – sondern einfach gesagt hat: Ich kümmere mich.“*

Durch konkrete Hilfe entsteht eine **positive Erfahrung staatlicher Unterstützung**.

Lotsendienste übersetzen Systeme in konkrete Hilfe.



## Wie Lotsendienste Demokratie stärken

---

Demokratie beginnt nicht im Parlament.

Sie beginnt im Moment, in dem eine erschöpfte Mutter erlebt:

*„Ich werde gesehen. Ich werde ernst genommen. Ich bekomme Hilfe.“*



## Frühe Hilfen als Demokratieförderung

---

### Frühe Hilfen

- verbessern Gesundheitschancen
- reduzieren soziale Ungleichheit
- stärken elterliche Kompetenzen
- fördern Selbstwirksamkeit

Damit leisten sie auch einen Beitrag zur **gesellschaftlichen Stabilität.**



*„Ich habe zum ersten Mal erlebt, dass der Staat nicht nur Regeln hat – sondern Menschen, die helfen.“*

*„Ich habe nicht das Gefühl gehabt, ein Fall zu sein. Sondern eine Familie, um die sich jemand kümmert.“*

➔ Wer früh in Gesundheit und soziale Unterstützung investiert, verbessert nicht nur Lebensbedingungen – sondern stärkt auch das Fundament demokratischer Gesellschaften.



*Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit!*

---

Investitionen in die Frühen  
Hilfen und Lotsendienste sind  
Investitionen in eine  
demokratische Zukunft  
unserer Kinder.

--	--	--	--

*Bis das Leben gelingt.*