

Infobogen 7

Übergewichtige Kinder und Freundschaften

Eine Umfrage unter niederländischen Teenagern ergab ein trauriges Bild: Demnach werden übergewichtige Kinder häufig von Freundschaften ausgeschlossen. Dieses Studienergebnis stimmt traurig: Übergewichtige Kinder scheinen tendenziell weniger Freunde zu haben als normalgewichtige Kinder. Das fanden amerikanische, spanische und niederländische Forscher in einer groß angelegten Beobachtungsstudie heraus, die bis heute die psychologische, soziale und physische Entwicklung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen erforscht. Die Studie basiert auf Fragebögen, die 504 niederländische Teenager im Alter von zehn bis zwölf Jahren ausgefüllt haben. Etwa 16 Prozent der jungen Teilnehmer waren dabei übergewichtig.

Übergewichtige Kinder haben weniger Freunde

Eines der auffälligsten Ergebnisse der Untersuchung: Obwohl übergewichtige Kinder etwa genauso viele Klassenkameraden als „Freunde“ bezeichnen wie normalgewichtige Kinder, werden sie selbst im Vergleich zu ihren schlanken Mitschülern fast doppelt so oft von diesen als „unsympathisch“ bewertet. Übergewichtige Kinder bezeichnen also häufig auch jene Kinder als „Freunde“, die ihre Sympathie nicht erwidern. Studienleiterin Professor Kaya de la Haye von der Keck School of Medicine der University of Southern California (USC) bezeichnet dieser Art der Beziehung als „Frenemy“, eine Kombination aus „Friend“ (Freund) und „Enemy“ (Feind).

Übergewichtige Kinder scheinen also tendenziell weniger Freunde zu haben als normalgewichtige Kinder. Zudem sind die einzigen Freunde häufig genauso unbeliebt wie sie selbst und neigen ebenso oft zum Übergewicht, fasst die Studienleiterin zusammen.

Übergewicht im Kindesalter steigert Risiko für soziale Isolation

Ein weiteres Ergebnis der Umfrage: Die übergewichtigen Kinder beschrieben weniger Klassenkameraden als „nett“ als ihre schlanken Mitschüler. Kein Wunder, schließlich sind dicke Kinder häufig das Ziel von Spott und Hänseleien. "Unsere Ergebnisse sind alarmierend, denn wenn wir weiterhin eine soziale Umgebung haben, in der Menschen für ihr Übergewicht verurteilt werden (engl. Fatshaming), werden auch übergewichtige Kinder weiterhin geächtet.", so de la Haye auf der Webseite der USC. "Dieses unangenehme Umfeld erhöht das Risiko von Einsamkeit, Depression, schlechten Essgewohnheiten und Krankheit."

Einer aktuellen Studie der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und des Imperial College Londons zufolge sind derzeit etwa 124 Millionen Kinder und Jugendliche zwischen fünf und 19 Jahren adipös, weisen also einen BMI von über 25 auf. Diese Zahl hat sich in den letzten 40 Jahren erschreckenderweise verzehnfacht. Auch die WHO warnt – abgesehen von den gesundheitlichen Folgen starken Übergewichts – vor den Konsequenzen für die Psyche der betroffenen Kinder. Demnach zeigen Studien, dass 63 Prozent der adipösen Kinder öfter gehänselt werden als andere Kinder. Typische Reaktionen darauf sind Scham, Rückzug und ein sinkendes Selbstbewusstsein, was das Risiko für eine spätere Depression steigert.