

Infobogen 9

Umgang mit übergewichtigen und adipösen Kindern in der Schule

In fast jeder Klasse gibt es übergewichtige oder gar adipöse Schülerinnen oder Schüler, die Unterstützung brauchen, weil sie gehänselt, ausgegrenzt oder gemobbt werden oder weil sie im Sportunterricht nicht richtig mitmachen können oder sich vor diesem „drücken“.

Folgende Tipps und Anregungen wollen LuL im Umgang mit diesen SuS unterstützen:

Allerdings gibt es kaum einfache Faustregeln, da jedes Kind und jede Situation unterschiedlich ist und das Vorgehen individuell angepasst sein sollte. Entsprechend gibt es nicht «die» richtige Reaktion oder Vorgehensweise.

Ansatzpunkte und Handlungsempfehlungen

Vorfälle aufgreifen

Bewusst sollten LuL auf Vorfälle achten, in denen ein Kind wegen seines Gewichts gehänselt oder belästigt wird; der LuL sollte direkt eingreifen und die Beteiligten darauf ansprechen.

Der Vorfall sollte für eine Diskussion der Problematik des Ausgrenzens im Unterricht genutzt werden.

Vorurteile abbauen

Das Thema «Anderssein» ist auch für diese Thematik nutzen. In der Klasse sollte über Abweichungen von der «gewünschten Norm» bezüglich Sprache, Hautfarbe, Aussehen, Gewicht oder Grösse gesprochen werden

Stärken fördern

Der LuL sollte Möglichkeiten geben, dass ein übergewichtiges Kind seine Stärken zeigen kann. Erfolgserlebnisse bei betroffenen Kindern sollten für Wertschätzung genutzt werden. Durch Anerkennung kann der LuL das Selbstvertrauen des betroffenen Kindes fördern.

Unterstützung geben

Der LuL sollte sich dem Kind als Ansprechperson anbieten und es so ermutigen, von sich aus zu einem Gespräch zu kommen.

Der LuL sollte den betroffenen Kindern keine gutgemeinten Ratschläge geben, jedoch übergewichtige Schülerinnen und Schüler in ihren Bemühungen abzunehmen, bestärken.

Der LuL sollte – wo immer möglich durch bewegte Pausen und bewegten Unterricht die Bewegung fördern.

Ausgrenzung vermeiden

Wie andere «Handicaps» erfordert (starkes) Übergewicht eine angemessene Berücksichtigung im Umgang mit Förderung–Forderung–Überforderung im Sportunterricht, auf Schulausflügen oder Klassenfahrten und allgemein bei Schulveranstaltungen.

Das Kind ansprechen

Insbesondere nach «Vorfällen» sollte das Gespräch mit der/dem Betroffenen gesucht werden. Wie geht ein LuL am besten vor?

Zu einem passenden Zeitpunkt – aber möglichst umgehend – die Schülerin beziehungsweise den Schüler wegen ihres/seines Übergewichts ansprechen.

Das Gespräch mit einer Schülerin beziehungsweise einem Schüler kann mit folgenden Fragen aufgenommen werden:

«Ich habe beobachtet, dass ... »; «Was war da los?»

Direkt auf das Thema zugehen und nicht abschweifen.

Signalisieren, dass man an ihrem/seinem Wohlergehen interessiert ist und es ein großes Anliegen ist, dass es allen SuS in der Klasse gut geht.

Die Eltern ansprechen

Übergewichtige und ungesund ernährte Kinder laufen Gefahr, mittelfristig gesundheitliche Probleme zu bekommen. Wenn das Gewicht eines Kindes zur Sorge Anlass gibt, kann die Thematik zum Beispiel bei einem der Elterngespräche aufgegriffen werden:

Dabei sollten Beobachtungen angesprochen und allfällige Schwierigkeiten thematisiert werden.

Dabei sollten keine Schuldzuweisungen in irgendeiner Form gemacht werden, vielmehr sollten die Eltern davon überzeugt werden, notwendige Massnahmen einzuleiten. Evtl. kann den Eltern auch eine Broschüre zum Thema mitgegeben werden.

Der LuL kann auf Unterstützungs und Beratungsangebote durch Fachkräfte hinweisen z.B. Schulpsychologischer Dienst, Familien und Jugendberatungsstellen, Selbsthilfegruppen.