

## **An alle mit mehr auf den Rippen**

### **Beitrag von „dicker“ vom 15. Mai 2011 21:18**

Hallo zusammen,

habe mal eine Frage:

Werde ab August meine erste Stelle antreten und habe mal eine Frage an alle, die mehr auf den Rippen - und rundherum davon - haben 😊

Wie gehen eure Schüler/innen damit um, dass ihr dick(er) seid?

Kaschiert ihr eher, oder zeigt ihr es?

Bin im Moment etwas unsicher, wie die wohl reagieren können?

Vielleicht könnt ihr mir etwas von euren Erfahrungen berichten?

Danke

---

### **Beitrag von „MrsX“ vom 16. Mai 2011 23:08**

Hallo,

kaschieren oder zeigen? Egal wie, man sieht es. Ich versuche, drauf zu achten, dass man nicht unbedingt alle Speckrollen sieht, wenn ich z.B. an der Tafel stehe (von hinten schaut Speck noch fieser aus als von vorne \*g\*). Ansonsten... du brauchst Selbstbewusstsein und dann geht das.

---

### **Beitrag von „klosterfee“ vom 17. Mai 2011 18:31**

Ich habe sehr viel mehr Speck auf den Rippen.

Aber dumme Kommentare sind mir bisher erspart geblieben.

Allerdings kann ich nur von GS sprechen.

Ansonsten kann auch ich nur sagen: Drüber stehen und Selbstbewusstsein zeigen. Am Anfang Strenge, Konsequenz und Unnachgiebigkeit zeigen, helfen auch ungemein.

---

### **Beitrag von „strubbelususe“ vom 17. Mai 2011 19:04**

Hallo,

ich bin dick. Das hat mir noch nicht einen einzigen Kommentar irgendeines Kindes eingebracht. Wenn, dann sind da eher die Eltern nicht ganz so taktvoll.

Ehrlich gesagt habe ich mir allerdings auch noch nie groß Gedanken darüber gemacht.

Ich ziehe Kleidung an, in der ich mich wohlfühle. Ob das eher kaschiert?? Hm, über dieses Stadium, dass sich noch was kaschieren lässt, bin ich wohl schon einige Kilo hinaus....



Liebe Grüße

strubbelususe

---

### **Beitrag von „dicker“ vom 17. Mai 2011 20:02**

hey,

danke erstmal für die bisherigen Antworten. Klingt ja schonmal nicht so übel \*g\*  
bin gespannt was da mal kommen mag.

Und freue mich auf weitere antworten.

---

### **Beitrag von „Ilse2“ vom 18. Mai 2011 13:23**

Der einzige Kommentar, den ich bisher erlebt habe, war, dass ein Schüler zu mir gekommen ist und gesagt hat :"XY hat gesagt, dass du dick bist, Frau Ilse." Ich habe dazu nur gesagt: "Da hat er recht." Damit war das Thema erledigt. (Förderschule, Klasse 7)

Das einzige Problem, dass ich mit meinem Dicksein habe ist, dass ich deshalb (noch) nicht verbeamtet bin, aber das ist ein ganz anderes Thema...

---

## **Beitrag von „webe“ vom 18. Mai 2011 19:15**

Ich gehe einfach ziemlich offensiv mit dem Thema um. Ich habe bisher erst einmal einen doofen Kommentar von einem Schüler gehört. Ich habe ihm dann gesagt, dass er nur etwas von mir lernen und mich nicht schön finden muss. Danach war er erstmal still. Auf entsprechende Kommentare über andere Kollegen reagiere ich allerdings sehr empfindlich und stelle die Schüler zur Rede. Meistens werde die dann knallrot, stammeln etwas von wegen "war ja gar nicht so gemeint" und lassen diesbezüglich nichts mehr verlauten.

Ich mache durchaus auch mal kleine Witze über meine Figur, wenn's gerade passt, und meistens sagt dann irgendein nettes Mädchen "Aber sie sind doch gar nicht dick" und gut ist. Wirklich fies ist noch kein Schüler geworden, und mittlerweile bin ich so weit, dass ich es nicht mehr persönlich und verletzend finden würde, wenn dies mal passieren würde, sondern meiner Lehrerrolle zuschreiben könnte.

---

## **Beitrag von „dicker“ vom 19. Mai 2011 01:11**

Männer sind nicht dick hier im Forum? 😊

Falls doch - wie macht ihr das mit dem Bauch? Hemden in die Hose stecken, wenn ihr welche tragt?

---

## **Beitrag von „webe“ vom 19. Mai 2011 06:29**

### Zitat von dicker

Männer sind nicht dick hier im Forum? 😊

Falls doch - wie macht ihr das mit dem Bauch? Hemden in die Hose stecken, wenn ihr welche tragt?

😱 Ich hoffe doch, dass alle männlichen Lehrer, die dicken wie die dünnen, Hosen tragen... 😂

---

## **Beitrag von „dicker“ vom 19. Mai 2011 11:45**

Die Frage war ja ob sie die HEMDEN, wenn sie welche tragen, in die Hose stecken ...  
nicht, dass sie keine hosen tragen...

---

### **Beitrag von „Hawkeye“ vom 19. Mai 2011 14:04**

Also, nachdem ich dieses Posting ja zuerst für einen Fake gehalten habe. steuere ich mich mal dazu, weil ich hier einige Gedanken wieder erkenne, die mich auch bewegt haben.  
Ich selbst wiege derzeit etwa zwischen 113 und 115 kg (ich war nie leicht und hab dann das Rauchen aufgegeben...usw.), die man mir, so sagen es die Menschen, nicht unbedingt ansieht. Vielleicht sind sie nett. Vielleicht stimmts.

In der Schule gehe ich damit offensiv um. Auch Schülern gegenüber. "Herr Hawkeye, sie sind zu spät." "Ja, ich weiß, aber schaut mich an: über 40 und dick...was soll man da machen?"

Bezüglich der Kleidung.

Ich neigte früher auch dazu, zu versuchen, alles zu kaschieren. Herausgekommen sind dabei Hemden in Zeltgröße. Die kaschieren dann aber nichts mehr, sondern betonen das noch. Meine Frau meint dann immer, dass mich große Hemden auch nicht schlanker machen. Und sie hat recht.

Daher trage ich seitdem Hemden, die zwar nicht am Körper anliegen, aber eben knapp über der nicht mehr Wohlfühlgrenze liegen - ich finde, die Knöpfe sollten nicht spannen ;). Kaufe gern bei Tom Tailor. Mittlerweile habe ich auch Landsend entdeckt, die aber sogar mir manchmal zu groß sind. (amerikanische Größen!!! 😅) Dort gibt es aber z.B. tolle Leinenhemden, die im Hochsommer einfach fantastisch sind.

Und ich habe noch nie Hemden in die Hosen gesteckt, weil mein Körper grundsätzlich Hemden abstoßt und das sieht dann Scheiße aus, wenn die so dauernd halb raushängen. Und ich weiß mittlerweile, dass man diesen Stil dann "Casual" nennt :D, wenn das Hemd über der Hose getragen wird.

Ansonsten: es gibt ja auch Hemden speziell für "Dicke", die haben dann eine "Bauch"-Passform.

Ansonsten...mit der Zeit habe ich für mich gelernt, dass kleidungstechnisch das gut ist, was mir Wohlbefinden verschafft. Und in den Jahren habe ich verschiedene Stufen erklimmen sozusagen, weil das natürlich auch ein Ego-Problem ist. Ging los, dass ich anfing wieder kurze Hosen zu tragen (Bermudas), nach einiger Zeit auch in der Schule (es ist einfach angenehmer in einem Schulhaus, wo ab Mai die Innentemperatur nicht mehr unter 27 Grad geht). Später dann die Hemdgeschichte, die nicht mehr in Zeltgröße gekauft wurden. Und als letztes habe ich

Sandalen (geschlossen, trekkingähnlich) gekauft.

Meine Schüler haben sich noch nie darüber mokiert, was ich trage. Ich bekomme manchmal eher Komplimente, von Schülern und KollegInnen.

Privat geht das alles noch legerer - aber logischerweise nie über die Schamgrenze oder "unter" sie?

Meine Frau ist der beste Spiegel, den ich daheim habe.

Achja, einen Anzug habe ich schon auch. Mein Hochzeitsanzug, der elf Jahre alt ist. Die Hose passt um den Bauch nicht mehr. Ich trage ihn aber nur selten.

---

### **Beitrag von „Schmeili“ vom 19. Mai 2011 14:33**

Wisst ihr was ich spannend finde? Dass man sich ja bei einigen "Vielschreibern" so mit der Zeit schon ein "Bild" macht - lustigerweise war dabei keiner von "euch" in meinen Gedanken dick!

Kaschieren oder zeigen ist wohl einfach eine Geschmackssache: Ich mag eher keine Kleidungsstücke, die hautnah aufliegen, da sollte schon noch etwas Luft sein. Genau das finde ich auch bei anderen ästhetischer. Ich neige aber auch dazu, Dinge eine Nummer zu groß zu kaufen (ich bin dabei mich zu bessern).

In der Grundschule habe ich noch nie Diskriminierungen oder Sprüche in irgendeiner Richtung erlebt...

---

### **Beitrag von „strubbelusse“ vom 19. Mai 2011 17:03**

#### Zitat

Wisst ihr was ich spannend finde? Dass man sich ja bei einigen "Vielschreibern" so mit der Zeit schon ein "Bild" macht - lustigerweise war dabei keiner von "euch" in meinen Gedanken dick!

In meinen Gedanken bin ich selber ja auch nicht dick.



Übrigens erlebe ich immer wieder ähnliche Szenen.

Ich stelle mich irgendwo vor, man fragt hier nach und dort nach und irgendwann gibt es einen gewissen Erkennungswert und die Menschen sagen:

"*Ach das sind SIE?*" Darauf folgt ein skeptischer Blick. Taktvolle begnügen sich mit dem Blick. Weniger Taktvolle, und das sind die weitaus meisten, erklären dann:

"*Hätte ich nicht gedacht, dass Sie so dick sind und trotzdem.....*"

Kinder jedoch haben mich noch nicht einmal auf mein Körpergewicht angesprochen und haben mir bislang auch nie irgendwelche Fähigkeiten abgesprochen.

Immer wieder interessant.

Herzliche Grüße  
strubbelusse

---

### **Beitrag von „dicker“ vom 1. Juni 2011 00:45**

kann noch jemand etwas zum Thema sagen? bin gespannt

---

### **Beitrag von „SteffdA“ vom 2. Juni 2011 13:24**

Bin zwar nicht dick, aber ich denke man kann sich in jedem Fall vorteilhaft kleiden (müss ja kein bauchfreies T-Shirt auf Leggins sein ;-)).

Außerdem kann man auch für dicke Schüler Vorbild sein und zeigen, dass man auch mit etwas mehr auf den Rippen kein Mensch zweiter

Klasse ist und sowohl im Leben als auch im Beruf etwas erreichen kann.

Grüße  
Steffen

---

## **Beitrag von „Modal Nodes“ vom 5. Juni 2011 11:20**

In einer Zeit in der ein gefühltes Drittel der Schülerschaft selber ein gehöriges Gewichtsproblem hat, sollte das für einen Lehrer kein Problem mehr sein

---

## **Beitrag von „schlarmi“ vom 9. Juni 2011 11:33**

### Zitat von Ilse2

Das einzige Problem, dass ich mit meinem Dicksein habe ist, dass ich deshalb (noch) nicht verbeamtet bin, aber das ist ein ganz anderes Thema...

Das Problem kenne ich auch allzu gut. Dabei wird unsere Gesellschaft doch immer "runder". Sogar Kleidergrößen werden neu angepasst, warum dann nicht auch Beamtenregelungen?! Ich hatte schon ewig lange Diskussionen zu dem Thema mit anderen Lehrern, mit einem [Experten für Arbeitsrecht hier aus Böblingen](#), meiner Frau, meinen Eltern... Und alle sagen natürlich, dass ich einfach abnehmen soll 😊 Nein, Scherz beiseite, die Regelungen sind wirklich leicht veraltet und sollten nochmal überdacht werden (aber nur leicht gelockert werden, schließlich ist Übergewicht ungesund!!!)

### Zitat von SteffdA

Außerdem kann man auch für dicke Schüler Vorbild sein

Naja, da stimme ich nicht ganz zu. Ich bin selber wirklich nicht der Dünnste aber ich möchte damit lieber ein abschreckendes Vorbild sein. Ich habe schon etliche Abnehmversuche hinter mir (manche auch "kurzzeitig" erfolgreich) und würde wirklich lieber weniger auf den Rippen haben. Es ist schließlich einfach nicht gesund und das sollte man auch den Kindern klarmachen. Die sollten sich nicht einfach damit abfinden, dick zu sein, sondern an sich arbeiten. Ich werde in den Sommerferien noch einen Versuch unternehmen und in die Kur gehen. Ich habe mich noch nicht aufgegeben und will meinem Körper etwas Gutes tun, damit er auch noch lange mitmacht!

---

## **Beitrag von „mad-eye-moody“ vom 12. Juni 2011 14:27**

Also ich bin auch übergewichtig, ca. 25kg über dem Normalgewicht, aber es spielt in der Schule (an meiner) und für die SuS überhaupt keine Rolle.

Es ist denen einfach nur egal, wie man aussieht, viel viel wichtiger ist ihnen Persönlichkeit, also ob man spannend und humorvoll unterrichten kann und in der Lage ist Vertrauen aufzubauen.

Ich habe auch andere, noch viel stärker übergewichtigere LehrerInnen kennengelernt, und bei keiner/m von ihnen habe ich je etwas davon gehört, dass sie wegen ihres Gewichts angegriffen worden sind. Ganz im Gegenteil sind diese sogar sehr starke Persönlichkeiten mit viel Humor, Schwung und Einsatz und eben deshalb auch sehr sehr beliebt bei den SuS.

Ich denke, es hängt einfach auch von der Ausstrahlung ab, ob man sich selbst als ganze Person annehmen kann oder ob man sich selbst tagtäglich disst und runtermacht und nur über das Gewicht definiert - das merken dann auch die SuS.

Ich achte einfach darauf, Kleidung zu tragen, die einfach schick ist und modebewußt (aber nicht sexy) und in der ich mich selbst wohlfühle, dazu passende Accessoires, Schmuck etc. Das ist allein schon für mein Selbstwertgefühl total wichtig. Auch dass die Bhs richtig sitzen, keine Rücken-Speckrollen erzeugen oder sich gar der Bh überdeutlich abzeichnet - da schaue ich mir zu Hause immer auch meine Rückenansicht an. Ansonsten nicht zu weit und zeltartig aber auch nicht superenganliegend, ein Mittelding halt.

Ich habe eher erlebt, dass SuS manchmal schauen, WAS für Kleidung man trägt, also ob man nur 2 Hosen und 4 verschiedene Shirts hat - da wurde ich einmal von einer Schülerin "angemacht", die anscheinend meinen Kleiderschrank zählte. Und dass diese sich eben abhebt von der Schülermode (New Yorker, H+M) und nicht von Kik und Co. ist, das ist schlecht fürs eigene Ansehen/Autorität.

Desweiteren hatte ich erlebt, das ein großer Busen gut kaschiert und in Zaum gehalten werden muß - denn gerade das runterbeugen zu SuS kann da fatal sein - aber das ist mir genau nur einmal passiert und war ein Anfängerfehler - seitdem mache ich zu Hause die "Beuge"probe 😊