

# Das KiG-Lebensphasenmodell

Das Lebensphasenmodell bildet die Grundlage für das Programm «Kinder im Gleichgewicht», dessen Massnahmen sich an den Altersphasen der Kinder orientieren.

Kinder durchlaufen in ihrer Kindheit verschiedene Entwicklungsstufen. Sie sind in jeder Altersphase unterschiedlichen Risikofaktoren ausgesetzt, die das Körpergewicht negativ beeinflussen können. Für das kantonale Aktionsprogramm wurde in St.Gallen ein sogenanntes Lebensphasenmodell entwickelt, das die Entwicklung des Kindes von der Zeugung bis zur Adoleszenz in sechs Altersabschnitte gliedert:

- Vorgeburt/Schwangerschaft und Neugeborenes
- Kleinkind
- Vorschulkind
- Primarschulkind
- Jugendlicher
- junger Erwachsener

Im Lebensphasenmodell werden nicht nur die physischen und psychischen Stationen der Entwicklung eines Kindes berücksichtigt, sondern auch die Entwicklung eines Kindes innerhalb seiner sozialen Umwelt im Sinne von Familie, Peergroups (Gleichaltrige), Settings (Lebensumwelt) und Gesundheitsversorgung.

Aus dem Lebensphasenmodell (siehe Abbildung unten) sind die in den einzelnen Altersphasen wichtigen Personen oder Gruppen mit Einfluss ersichtlich, d.h. diese Personen verfügen über einen besonderen Zugang zu Kindern und Jugendlichen. Von grosser Bedeutung sind dabei Fachpersonen aus dem Gesundheits- und dem Bildungswesen. Sie sind durch ihre fachliche Tätigkeit sehr nah an Eltern und Kindern und werden im Rahmen der Umsetzung von «Kinder im Gleichgewicht» unterschiedlich stark in die Massnahmen zur Übergewichtsprävention einbezogen.

Abbildung: Lebensphasenmodell

	Lebensphasen	I Schwangerschaft 1. Lebensjahr 0-1 Jahr	II Kleinkinder 2-3 Jahre	III Vorschulstufe Kindergarten 4-6 Jahre	IV Primarstufe 6-11 Jahre	V Sekundarstufe I 12-16 Jahre	VI Sekundarstufe II Lehre 17-20 Jahre
Wichtige Einflusspersonen oder -gruppen	Familie	Eltern und Erziehungsberechtigte					
	Gesundheitswesen	GynäkologIn Hebamme StillberaterIn PädiaterIn	PädiaterIn HausärztIn	PädiaterIn, SchulärztIn, HausärztIn, ZahnärztIn			
	Bildung und Beratung	Geburtsvorbereitung MütterVäter-Beratung	MütterVäter-Beratung, Krippe Spielgruppe	Spielgruppe Krippe Kindergarten	Primar-lehrerIn Jugend und Sport	Oberstufen-lehrerIn Sportverein	Gymnasial-lehrerIn LehrmeisterIn, Sportverein
	Peergroups	SpielkameradInnen Vereine			Freundeskreis / MitschülerInnen Vereine		