



[www.Gesundheit-und-Schule.info](http://www.Gesundheit-und-Schule.info)

## Prävention von Ess-Störungen

### Ausgewählte Filme zum Thema Essstörungen



Die Filme können unter der angegebenen Signatur bei den bayerischen Medienzentren für den Unterricht und die außerschulische Bildungsarbeit entliehen werden. Informationen über die Verfügbarkeit der Filme am jeweils zuständigen Medienzentrum unter:

<http://www.medieninfo.bayern.de/index.asp?MNav=4&2NDNav=1&TNav=0>

Weitere Verleiher von Filmen in Bayern sind die [kirchlichen Medienzentralen](#)

sowie der [Landesmediendienst Bayern e.V.](#)

Die angeführten Mediensignaturen gelten für diese Institutionen nicht.

#### **Magersucht Im Kampf mit dem eigenen Körper**

VHS-Videokassette,  
20 min f, /2000

4202541

Magersucht ist eine Krankheit, die in schierem Widerspruch zum Überfluss der Industrieländer zu stehen scheint. Vor allem Mädchen und Frauen versuchen mit aller Kraft, die man schon als Gewalt gegen den eigenen Körper bezeichnen kann, ihr Gewicht immer weiter zu reduzieren. Die Portraits der Betroffenen wecken Verständnis für das Wesen dieser Krankheit; der Film versucht aber auch, Wege aufzuzeigen, wie sie überwunden werden kann.

*Adressaten: ab Jahrgangsstufe 6; ab 12 Jahren; Erwachsenenbildung*

#### **Bulimia nervosa Wenn Essen zum Zwang wird**

VHS-Videokassette,  
22 min f, /2000

4202542

Lisa gehört zu den Frauen, die zuviel Gegessenes durch künstlich herbei geführtes Erbrechen wieder loswerden will. Ihr langer Leidensweg und ihre Therapie werden von ihr selbst und von Therapeuten beschrieben. Der Film versucht, einen sensiblen Zugang zu dieser Krankheit zu finden und seine Ursachen und Folgen aufzuzeigen.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 8-13; Alter 14-18; Erwachsenenbildung*

#### **Essstörungen**

VHS-Videokassette,  
45 min f, /2000

4247494

Das Video liefert Informationen zu den Themenbereichen Hunger, Essgewohnheiten, Essverhalten, Diät, Gewicht, den Body Mass Index. Eingehender kommen Magersucht, Bulimie und Fettsucht zur Sprache, die durch Aussagen Betroffener und aus ärztlicher Sicht ergänzt und erläutert werden. Therapiemaßnahmen werden angesprochen und durch Beiträge visualisiert, Fortschritte in der Therapie von Betroffenen und ihre Vorstellungen von der Zukunft werden vorgestellt.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 7-10; Sonderschule*



## Prävention von Ess-Störungen

### Ausgewählte Filme zum Thema Essstörungen

#### **Hungry hearts**

#### **Wenn Essen ein Problem ist**

VHS-Videokassette/ DVD-Video,

132 min f, /2002

4270586/4653108

Drei betroffene junge Frauen geben ausführlich Auskunft über die Essstörungen Adipositas (Esssucht), Bulimia nervosa (Ess-Brech-Sucht) und Anorexia nervosa (Magersucht). Zuvor erfolgt jeweils eine fachliche Einführung in das Krankheitsbild durch einen Psychologen. Zwischengeschaltet sind kurze Filme, die auf kreativ-künstlerische Weise verschiedene Facetten der Problematik auszuleuchten versuchen.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 7-10; Alter 14-16; Erwachsenenbildung*

#### **Die Diätenfalle**

#### **Vom sinnlosen Hungern**

VHS-Videokassette,

43 min f, /2001

4271501

Magersucht, Übergewicht, Schönheitsideal, Diäten - Schlagworte zur Ernährung. Die Dokumentation setzt sich kritisch mit Ernährungsmythen auseinander. In sechs Kapiteln kommen Betroffene und Experten zu Wort: Fett macht nicht dick, Diäten machen dick, Diäten machen süchtig, Diäten machen krank, Diäten: ein Milliardenmarkt, Wege aus der Diätenfalle.

*Adressaten: Sonderschule; Erwachsenenbildung; Berufl. Bildung; Lehrerbildung*

#### **Schlank aber krank Essstörungen**

VHS-Videokassette,

30 min f, /2002

4271826

Der Film informiert über verschiedene Formen der Essstörungen sowie deren Hintergründe und Symptome. Er will Betroffene und Außenstehende für die Symptomatik sensibilisieren, da gerade Essstörungen oft lange unbemerkt bleiben. Gleichzeitig aber wird allen Betroffenen und Angehörigen Mut gemacht. Ihnen werden Wege aus der Krankheit gezeigt und Therapiemöglichkeiten vorgestellt. Auch Betroffene kommen zu Wort und erzählen ihre Geschichte.

*Adressaten: ab Jahrgangsstufe 7; ab 14 Jahren; Erwachsenenbildung*

#### **Zu dick? Zu dünn? Eine Filmreihe zum Thema Ess-Störungen bei Jugendlichen**

VHS-Videokassette,

60 min f, /2002

4273045

Die Filmreihe stellt das Thema Essstörungen eingebettet in den Lebenszusammenhang von Jugendlichen im Alter zwischen 12 und 16 Jahren vor. Als Essstörungen werden Magersucht, Bulimie und Adipositas/Binge Eating Disorder angesprochen. Der Film begleitet eine Gruppe von nicht akut betroffenen Jugendlichen in ihrem täglichen Umfeld und lässt sie selbst sprechen. Ziel der Filmreihe ist es, die Jugendlichen altersgerecht für die Themenbereiche Körper, Wohlbefinden, Ernährung und Ess-Störungen zu sensibilisieren.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 7-10; Sonderschule; Alter 12-16*

#### **adipös - Auch Dicke haben eine Seele**

Aufgrund der ständigen Zunahme der Adipositas bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland wurde im Frühjahr 2004 die Stiftung Juvenile Adipositas ins Leben gerufen.



## Prävention von Ess-Störungen

### Ausgewählte Filme zum Thema Essstörungen

#### **Ein Film über Jugendliche mit Übergewicht**

VHS-Videokassette/ DVD-Video,  
20 min f, /2004

4273443/4653189

Das erste Projekt ist dieser Film, der unter Mitwirkung Betroffener entstand und der Ursachen und Auswirkungen von Übergewicht thematisiert. Besonderes Gewicht wird auch auf die sozialen und psychischen Probleme gelegt, da Hänseleien und Ausgrenzung übergewichtiger Kinder und Jugendlicher auch zu Depressionen und Schulverweigerung führen können.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 6-10; Alter 12-18; Erwachsenenbildung*

#### **Mit Zucker beginnt die Sucht**

VHS-Videokassette,  
25 min f, /2004

4273583

50% aller Kinder haben Übergewicht die Folge: Suchtgefährdung, vor allem Ess-Störungen wie Fettsucht (Adipositas), Bulimie, Magersucht - und Krankheiten, Bluthochdruck, Arteriosklerose, Gelenkerkrankungen, Diabetes, Gicht. Die Ernährungs- und Drogenberater fassen zusammen: Unsere Kinder essen: 1. zu viel Fett, 2. zu viel Zucker, 3. zu wenig Stärke, 4. zu wenig Flüssigkeit. Und: Wir leben in einem gesellschaftlichem Umfeld, in dem es üblich ist, zu viel zu konsumieren und sich durch Essen, durch Süßes Stimmungs-Aufhellungen zu verschaffen, sich so in Suchtkreisläufe zu verstricken.

*Adressaten: Erwachsenenbildung; Lehrerbildung*

#### **Zu dick? Zu dünn?: Hauptsache schön**

VHS-Videokassette,  
15 min f, /2002

4285306

Jugendliche beiderlei Geschlechts zwischen 14 und 17 Jahren äußern sich zum Thema Aussehen und Schönheit: Mädchen müssen superschlank, Jungen athletisch sein. Es wird deutlich, wie sehr sich Jugendliche bei ihren Selbstinszenierungen an Vorbildern aus der Werbe-, TV-, Mode- und Musikwelt orientieren und wie sehr sich Wirtschaft und Industrie auf diesen Markt eingestellt haben. Der Film betont den Widerspruch zwischen den als Ideal propagierten Medienbildern und der Realität eigener Erfahrungen.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 8-10*

#### **Zu dick? Zu dünn?: Essen, aber wie?**

VHS-Videokassette,  
15 min f, /2002

4285307

Fast Food, Süßigkeiten, Essen aus Kummer, Wut oder Langeweile: Der Film zeigt am Beispiel Betroffener, vor allem von Mädchen in der Pubertät, dass die moderne Ernährungsweise von Jugendlichen oft sehr problematisch ist. Neben Alternativen zu diesem Essverhalten - Bewegung, Entspannung, gesunde Ernährung im Rahmen der Familie - wird auch darüber informiert, wie Diät und Gewichtsreduzierung in eine Essstörung führen können.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 8-10*



## Prävention von Ess-Störungen

### Ausgewählte Filme zum Thema Essstörungen

**Zu dick? Zu dünn?: Sich krank essen**

VHS-Videokassette,  
15 min f, /2002

4285308

Der Film informiert über die typischen Kennzeichen von Magersucht, Bulimie und Adipositas. Betroffene Jugendliche berichten von Gründen und Auslösern ihrer Essstörung. Mögliche Alarmzeichen werden ebenso angesprochen wie Handlungsmöglichkeiten von Freunden, Lehrern und Eltern.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 8-10*

**Zu dick? Zu dünn?: Sich helfen lassen**

VHS-Videokassette,  
15 min f, /2002

4285309

Am Beispiel mehrerer von Essstörungen betroffener Mädchen und junger Frauen - auch ein Junge ist dabei - werden verschiedene Möglichkeiten der Hilfe vorgestellt: Beratungsstellen, ein Mädchenhaus, eine therapeutische Wohngemeinschaft, eine Klinik für stationäre Behandlung und Möglichkeiten der Selbsttherapie. Äußerungen der Betroffenen wechseln mit kommentierten Texten. Es geht dabei mehr um die Vermittlung von Überblickswissen als von Detailkenntnissen.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 8-10*

**Der Kummerkasten**

DVD-Video,  
210 min, /2005

4654419



Bin ich zu dick? Macht Alkohol wirklich cool? Muss ich rauchen, damit die Anderen mich anerkennen? Solche Fragen, die Kinder beschäftigen, stehen im Mittelpunkt der Fernsehreihe. Neun Kummerkasten-Sendungen wurden hier zusammengestellt. Sie bietet Kindern Denkanstöße und Diskussionsanregungen zu den Themen Rauchen, Ernährung-Bewegung-Stressbewältigung (u. a. auch Körpererfahrung), Alkohol. Die DVD enthält neben den kompletten Sendungen (je 23 Min.) auch gesondert die thematisch geordneten Spielfilme. Die Filme mit Kindern und Jugendlichen zeichnen konkrete Situationen exemplarisch nach. Sie enthalten in die Handlung integrierte Themen und Botschaften, die in der Erfahrungswelt der Kinder zu einer konstruktiven Lösung von Problemen und Konflikten anregen.

*Adressaten: Jahrgangsstufen 3-4; Alter 8-12*

Stand: Januar 2006

Aktuelle Informationen: [barbara.moerig@isb.bayern.de](mailto:barbara.moerig@isb.bayern.de)