



Prävention von Ess-Störungen

FRÜHERKENNUNG VON ESS-STÖRUNGEN IN DER SCHULE

Vom Lehrer beobachtbare Schülermerkmale

Bei deutlichem Untergewicht und Verdacht auf eine **Anorexie (Magersucht)** sollte der Lehrer auf folgende weitere Merkmale achten, ob die/der Jugendliche

- immer dünner wird und sich immer dicker fühlt,
- fast nur noch über Figur, Gewicht, Kalorien redet,
- ihren/seinen Körper in dicken oder weiten Kleidern versteckt oder im Gegenteil die mageren Hüftknochen extra zur Schau stellt,
- sich immer mehr zurückzieht, ihre/seine Stimmung verändert
- in der Leistung überraschend abfällt – oder, im Gegenteil, sich auffallend ehrgeizig sehr häufig bis an die Leistungsgrenze und darüber hinaus zwingt und dadurch überraschend gute Leistungen trotz offensichtlicher körperlicher Schwäche schafft.

Bei deutlichem **Übergewicht (Adipositas)** ist (wie bei allen Ess-Störungen) auch an eine ursächliche körperliche Funktionsstörung zu denken. Oft verdecken die sekundären psychosozialen Belastungen (vor allem erlittene Diskriminierung wegen der Körperfülle) die ursächlichen Zusammenhänge, warum der oder die Jugendliche kontinuierlich oder über Fress-Anfälle (Binge-Eating) zu viel isst. Die Diagnose und damit auch die Anspruchsmöglichkeit sind aber hier leichter gegeben.

Besonders schwer ist das häufigste Krankheitsbild, die **Bulimie** zu erkennen. Oft wird man als Lehrkraft eher indirekt auf Störungen hingewiesen: Unaufmerksamkeit, Leistungsstörungen und offensichtlicher Hilfebedarf der/des Betroffenen, ohne dass ein Gespräch zur Klärung führt. Aufmerksamkeit fordern folgende diagnostisch relevante Merkmale:

- Sie/er hat nie Geld oder macht Schulden
- Ihre/seine Lippen und Fingerknöchel werden rau
- Sie/er hat rote Augen
- Sie/er hat öfter geschwollene Backen
- Sie/er hat oft Halsweh bzw. ist heiser
- Ihre/seine Stimmung verändert sich

Diagnostische Hilfsmittel

Die Thematisierung von Ess-Störungen im Unterricht kann gut mit Hilfe von kleinen Testbögen (vgl. den ► **Ess-Typ-Test**), Schaubildern oder der Vorstellung des BMI gelingen. Aus dem Umgang des einzelnen Schülers mit dem Material und seinen Beiträgen kann die Lehrkraft diagnostische Informationen zu möglicherweise betroffenen Schülern entnehmen und diese dann gegebenenfalls einzeln ansprechen (► **Verhaltenstipps**).

► Zusammenarbeit mit Eltern