



Prävention von Ess-Störungen

Der Umgang mit Betroffenen: Verhaltenstipps für Lehrkräfte

Der Umgang mit Essgestörten, vor allem Magersüchtigen, ist nicht einfach. Das betrifft Eltern ebenso wie Geschwister und Partner, Freundinnen und Freunde, aber auch Lehrerinnen und Lehrer. Die Jugendlichen sehnen sich nach Anteilnahme, möchten aber keinesfalls auf ihr Aussehen und auf Essen angesprochen werden. Die folgenden Ratschläge basieren u. a. auf einer Umfrage ehemaliger Patientinnen einer Tagesklinik für Essgestörte (Gerlinghoff / Backmund 2001).

Sensible Kontaktaufnahme

- „Sprechen Sie mich nicht auf Essen, Figur oder Gewicht an, sondern fragen Sie mich lieber, wie es mir geht, und sagen Sie mir, dass Sie sich sorgen. Da habe ich das Gefühl, Sie haben wirklich Interesse an mir. Versuchen Sie es weiter, auch wenn ich zunächst sehr abweisend reagiere. Mir fällt es schwer zuzugeben, dass es mir schlecht geht; außerdem ist es mir peinlich, angesprochen zu werden.“
- „Bleiben Sie in der Ich-Form ("Ich habe den Eindruck, es geht dir nicht gut.")! Da fühle ich mich nicht gleich in die Enge getrieben und kann leichter zugeben, dass wirklich etwas nicht stimmt.“

Vertraulichkeit und Schutz

- „Reden Sie nicht mit meinen Eltern hinter meinem Rücken! Die Heimlichtuerei verletzt mich.“
- „Sprechen Sie mich nicht vor der Klasse, vor Mitschülern, anderen Lehrern etc. an. Das ist mir peinlich und gerade vor anderen habe ich gar nicht die Chance zuzugeben, dass etwas nicht stimmt.“
- „Reden Sie nicht mit der Klasse in meiner Abwesenheit! Das ist mir unangenehm und ich fühle mich ausgeschlossen und hintergangen.“



Prävention von Ess-Störungen

Der Umgang mit Betroffenen: Verhaltenstipps für Lehrkräfte

Hilfsangebote

- Geben Sie Adressen von Therapiemöglichkeiten weiter. „So habe ich die Möglichkeit, zu einem Zeitpunkt, an dem ich zu einer Therapie motiviert bin, mir Hilfe zu suchen“.
- Führen Sie Informationsveranstaltungen an der Schule durch. „So sind alle für das Thema Essstörungen sensibilisiert und ich kann eher auf Verständnis und Hilfe hoffen!“

Netzwerk - Unterstützung und Selbstschutz

- Sobald eine Lehrkraft mit einem tatsächlich betroffenen Schüler bzw. Schülerin konfrontiert ist, tauchen – wie auch in anderen sensiblen Bereichen – Fragen der Vertraulichkeit, des Datenschutzes und des Einbezuges weiterer Personen auf (wie z. B. des Schulpsychologen, der Eltern). Hier ist große Sensibilität erforderlich.
- Sicher ist eine Beratung mit Kollegen, mit Schulleiter und Psychologen möglich und sinnvoll, solange der Schutz des Betroffenen gewahrt bleibt: Was soll ich tun? Oft können dadurch hilfreiche Adressen von Beratungsstellen vermittelt werden. Der Einbezug der Eltern sollte gemeinsam mit der Schülerin erwogen werden. Schulpsychologen haben eine besondere Verschwiegenheitspflicht und können für erste vermittelnde Gespräche der Schülerin empfohlen werden.
- Dem Lehrer muss klar bleiben, dass er sich nicht überfordert und die nachhaltige Intervention Fachleuten übergibt. Hier enden die Möglichkeiten der Schule!



Prävention von Ess-Störungen

Der Umgang mit Betroffenen: Verhaltenstipps für Lehrkräfte

Co-Abhängigkeit

Essgestörte Schüler verhalten sich wie auch andere Suchtkranke oft nicht nur sich selbst, sondern auch anderen gegenüber manipulativ. Durch ihr Verhalten verstricken sie auch Lehrkräfte in co-abhängiges Verhalten. Achten Sie durch Selbstprüfung oder über Gespräche z. B. mit Schulpsychologen auf typische Anzeichen:

- Beschäftigt die Betroffene viele Kollegen an der Schule mit ihrem Problem mehr als zumutbar?
- Akzeptieren Sie oder Ihre Kollegen hohe Fehlzeiten mehr als üblich? Sind Sie großzügiger als üblich bei Nachprüfungen, Befreiungsregularien und Attestvorlage? Gerade bei leistungsorientierten Magersüchtigen müssen deutliche Grenzen gegen deren Selbstausbeutung gesetzt werden (Zweifel an Schulfähigkeit, ärztliches Attest).
- Gewähren Sie oder die Schule Sonderbehandlungen wie Nachhol- oder Einzelunterricht?
- Trotz häufiger Fehlzeiten werden Noten für die Essgestörte vergeben, mit Rücksicht auf die Krankheit wird die Betroffene großzügiger als üblich auch versetzt.
- Bemerkt die Schulleitung Selbstüberforderung und Kompetenzstreit im Kollegium wegen einer essgestörten Schülerin?

Quellen: Fengler, J.: Handbuch der Suchtberatung. Landshut 2002.
Gerlinghoff, M. & Backmund, H.: Was sind Ess-Störungen? Hg.
Bay. Staatsministerium für Arbeit u. Sozialordnung. München (2001)
Magersucht und Bulimie. In: Lehrerinfo 2/2011.