



Prävention von Ess-Störungen

Zusammenarbeit mit Eltern

Früherkennung

Ess-Störungen zeigen sich natürlich besonders bei gemeinsamen Mahlzeiten. Hier kann die Schule mit den Eltern zusammenarbeiten und z. B. Informationen und Anregungen für die Eltern bereitstellen. In Elterngesprächen oder bei einem Elternabend kann angeregt werden, dass die Eltern auf weitere Aspekte bei ihren Kindern achten, die in der Schule schwer beobachtet werden können.

Bei Verdacht auf Magersucht kann es sein, dass der oder die Betroffene

- komplizierte Essrituale entwickelt: Sie/er isst die Suppe mit der Gabel, zerlegt ein Stückchen Apfel in möglichst kleine Einzelteile etc.
- sich um gemeinsame Mahlzeiten drückt und Ausreden erfindet
- sich zwar mit der Essenszubereitung aktiv beschäftigt und alle bekocht, aber selber nicht einen Bissen mitisst.

Bei Verdacht auf Bulimie kann es sein, dass der oder die Betroffene

- nach jeder Mahlzeit auf die Toilette verschwindet
 - nach Erbrochenem riecht oder sich davon Spuren zeigen
 - nach jedem Essen ein schlechtes Gewissen zeigt
 - in Gesellschaft extrem kontrolliert oder gar nichts isst
 - immer öfter Spuren von „Essattacken“ zeigt, wie z. B. Essensreste oder Verpackungen bei ihm herumliegen
 - das Essen oft direkt aus der Verpackung und ohne Besteck verschlingt
 - riesige Mengen trinkt
- oder im Haushalt oft Lebensmittel verschwinden.

Umgang mit Betroffenen

Die ► Verhaltenstipps zum Umgang mit Betroffenen können gut mit den Eltern besprochen werden. Ergänzend können auf Elternabenden Materialien zur Pflege und/oder Verbesserung der häuslichen Ess-Gewohnheiten vorgestellt werden (z. B. Reinehr u. a. 2003, Vorpahl, Waldhelm-Auer 2004; ► Links und Literatur)