

Informationsmaterial für Lehrkräfte

zum Thema „Esstörungen bei Jugendlichen“

(Standort: Lehrerzimmer)

Verbeek, Dorothe / Petermann, Franz: Esstörungen bei Jugendlichen vorbeugen: Auffälliges Essverhalten erkennen und handeln (2015)

Zahlreiche Kinder und Jugendliche finden sich zu dick, obwohl sie normalgewichtig sind. Anhaltende Gewichtssorgen und Unzufriedenheit mit der eigenen Figur, gezügeltes Essverhalten, exzessives Fitnesstraining mit Einnahme von Substanzen zum Muskelaufbau, Essanfälle mit und ohne Erbrechen, begleitende depressive Stimmungszustände und Hänseleien durch Gleichaltrige sind Phänomene, die im Jugendalter weit verbreitet sind. Auch wenn es sich bei diesen Auffälligkeiten nicht um psychische Störungen im engeren Sinne handelt, sollten sie unbedingt beachtet werden, weil sich aus diesen ersten Anzeichen Essstörungen wie Magersucht, Bulimie oder eine Essanfallsstörung entwickeln können, die dringend einer Behandlung bedürfen.

Was steckt hinter den Essproblemen so vieler Jugendlicher? Woran kann man Essstörungen frühzeitig erkennen? Was können Erwachsene wie Eltern und Lehrkräfte tun, um der Entwicklung einer Essstörung vorzubeugen? Wo gibt es welche Unterstützungsangebote und wie sieht die Behandlung aus? Dieses Buch will informieren, aufklären und sensibilisieren. Es will Eltern, Lehrkräften und anderen Bezugspersonen Einblicke in die komplexe Innenwelt von Jugendlichen, ihre Nöte und Probleme ermöglichen, die sich hinter einer Essstörung verbergen können. Das Buch zeigt auf, wie Eltern und Lehrkräfte Jugendliche auf dem Weg hin zu einer gesunden, stabilen und selbstbewussten Person unterstützen und begleiten können.

Pauli / Steinhausen: Ratgeber Magersucht: Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher (Ratgeber Kinder- und Jugendpsychotherapie)

Magersucht ist eine schwerwiegende Erkrankung mit gravierenden körperlichen und psychischen Auswirkungen. Das frühzeitige Erkennen einer Magersucht ermöglicht eine effektive und nachhaltige Behandlung und verbessert somit die Heilungschancen. Der Ratgeber informiert über Ursachen, Erscheinungsbild und Behandlungsmöglichkeiten der Anorexie. Der Ratgeber wendet sich an Jugendliche, die an Magersucht leiden sowie an ihre Eltern und andere Bezugspersonen. Er soll dabei helfen, eine beginnende Essstörung rechtzeitig zu erkennen und gemeinsam zu bewältigen. Der Ratgeber liefert konkrete Hinweise und Ratschläge, wie jugendliche Betroffene sich aus dem Teufelskreis der Magersucht befreien und welche Unterstützung ihnen dabei Eltern oder andere Bezugspersonen geben können.

(Hinweis: sehr gute Fallbeispiele; gut zu lesen!)

Berger, Uwe: Esstörungen wirkungsvoll vorbeugen: Die Programme PriMa, TOPP und Torera zur Prävention von Magersucht, Bulimie, Fressanfällen und Adipositas (2008)

Im Mittelpunkt der Diskussion um Fehlentwicklungen des Ess- und Bewegungsverhaltens stehen magersüchtige TV-Stars und Models. Weniger "sichtbar", wenngleich häufiger, sind Bulimie und Fress-Attacken. Noch weniger bekannt ist, dass bereits ein Viertel der 12-jährigen Mädchen Vorformen von Essstörungen zeigt. Die Rate krankhaften Übergewichts (Adipositas) hat sich in den letzten 15 Jahren bei Jungen und Mädchen verdoppelt. Um diesen Entwicklungen entgegenzuwirken, wurden am Uniklinikum Jena in Kooperation mit dem Thüringer Kultusministerium die Programme "PriMa", "TOPP" und "Torera" für Mädchen und Jungen ab der 6. Klasse entwickelt und an über 50 Schulen erfolgreich erprobt und evaluiert.