

Anorexia nervosa

Krankheitsbeschreibung

- starkes Untergewicht: mind. 15 % unter dem erwarteten Normalgewicht, BMI bei oder unter 17,5
- signifikanter Gewichtsverlust, selbst herbeigeführt durch Vermeidung hoch kalorischer Speisen, übertriebene körperliche Aktivität, selbst induziertes Erbrechen oder Missbrauch von Abführmitteln
- Körperschemastörung: Patientinnen und Patienten empfinden sich trotz niedrigen Gewichts als zu dick
- umfassende hormonelle Funktionsstörungen: Amenorrhoe seit mind. drei Monaten, Verzögerung der Pubertät
- häufige komorbide Störungen: Depressionen, Angst- und Zwangsstörungen, Substanzabhängigkeit und -missbrauch, zwanghafte, ängstlich-vermeidende Persönlichkeitsstörungen, Borderline, histrionische Persönlichkeitsstörungen
- typische Persönlichkeitsmerkmale: Introvertiertheit, Beharrlichkeit, Zähigkeit



Beeinträchtigungen im schulischen Setting

- perfektionistisches Lern- und Arbeitsverhalten: keine Fehlertoleranz
- Zwanghaftes Lernen: Viele Stunden am Tag werden mit pausenlosem Lernen verbracht, Lernstoff wird häufig auswendig gelernt.
- hoher Leistungsanspruch: nur sehr gute Bewertungen werden akzeptiert, Lob kann nur schwer angenommen werden, Schülerinnen und Schüler sind nicht mit ihrer Leistung zufrieden, Fehlerfokussierung
- zunehmende Konzentrationsprobleme im Laufe der Erkrankung: Gedanken kreisen um Nahrungsaufnahme und Gewicht, Nährstoffmangel bei Unterernährung
- Schriftbild: äußerst sorgfältig und genau, wie gedruckt, kleine Buchstaben
- geringes Selbstwertgefühl: besonders bzgl. Aussehen, sozialer Beliebtheit und kognitiver Fähigkeiten
- Schwierigkeiten bei der Kontaktaufnahme
- Emotionen: Stimmung ist schwankend, leicht irritierbar und eher niedergeschlagen, Emotionen sind kaum sichtbar, oft zeigt sich eine starre Mimik
- erhöhter Bewegungsdrang: Sitzen ohne Bodenkontakt der Füße, häufiges Stehen und Laufen

Pädagogischer Umgang mit der Erkrankung in der Schule für Kranke

- Teilnahme am Unterricht erst nach Erreichen eines festgelegten Gewichts
- Verzicht auf Leistungserhebungen und Leistungsbeurteilung in Form von Ziffernnoten
- Thematisieren des Leistungsdrucks
- Lehrervorbild: Fehler als Lernchance
- Ersetzen von Nachschriften durch Kopien
- Reduzieren des Lernstoffs auf die Kerninhalte, Begrenzung der Lernzeit auch bei Hausaufgaben
- Vermittlung spezifischer Lerntechniken, Aufklären über „hirngerechtes“ Lernen
- ganzheitliches Bildungskonzept: Unterricht auch in musischen und praktischen Fächern, Einbezug philosophischer Themen zur Förderung der Schülerpersönlichkeit, Training der Kommunikationsfähigkeit, Möglichkeiten des kreativen Ausdrucks
- Fördern der Ich- und Sozialkompetenz
- Teamarbeit und Helfersystem
- Projektarbeit und fächerübergreifendes Arbeiten
- Anregungen zum freien Sprechen im geschützten Setting, z. B. durch kleine Referate mit anschließendem Feedback von der Gruppe

- Beobachtungen zu Sitzhaltung, Bewegungsverhalten und Toilettengang (v. a. nach dem Essen)

Wiedereingliederung in die Stammschule

Langfristige Maßnahmen im Rahmen der individuellen Unterstützung (§ 32 BaySchO)

- regelmäßige Treffen der Schülerin oder des Schülers mit einer Vertrauensperson, z. B. der Schulpsychologin: Aufmerksamkeit gegenüber Mobbing in der Klasse und erhöhtem Leistungsdruck, Aufzeigen von Strategien im Umgang mit schulischem Stress (Hilfen zur Strukturierung, Setzen von Prioritäten, Lernstrategien)
- Informationsfluss und Austausch innerhalb des Kollegiums bzgl. des Umgangs mit der Thematik, federführend durch die Klassenlehrkraft
- einzelne, an die individuelle Situation der betroffenen Schülerin oder des betroffenen Schülers und die schulischen Gegebenheiten angepasste Maßnahmen aus dem Unterpunkt „Pädagogischer Umgang mit der Erkrankung in der Schule für Kranke“

Schullandheim oder längere Unterrichtsgänge

- vorbereitendes Gespräch mit den Therapeutinnen und Therapeuten führen
- bei gemeinsamen Mahlzeiten nie zum Essen zwingen
- auf symptomatisches Verhalten achten

Sport

- nach Anweisung der Ärztin oder des Arztes
- auf symptomatisches Verhalten achten: Sport wird oft als Strategie benutzt, um Kalorien zu verbrennen
- Verbot der Teilnahme bei Osteoporose (Gefahr von Frakturen), Elektrolytstörungen und einem Body-Mass-Index (BMI) unter der dritten Perzentile
- Wettkampfsport ist untersagt.

Kurzfristige Maßnahmen

- ggf. Entwicklung eines individuellen (reduzierten) Lern- und Stundenplans
- Nichtteilnahme am Unterricht gemäß § 20 BaySchO während der Dauer regelmäßiger Therapiebesuche
- Aussetzen der Notengebung für einen festgelegten Zeitraum
- Verzicht auf das Nachholen von schriftlichen Leistungsnachweisen
- Erstellen eines Zeitplans für die Nacharbeitung der wichtigen, curricular aufeinander aufbauenden Themen der Hauptfächer
- Aufklärung der Klasse, wenn gewünscht

Thematisierung in der Klasse

- Die Schülerinnen und Schüler besprechen mit ihren Therapeuten, wie und in welchem Umfang sie über die Krankheit sprechen möchten, sie üben dies ggf. in einem szenischen Spiel.
- Einbindung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einer Beratungsstelle: Angebot von Workshops in der Schule oder Besuch einer Klasse in der Beratungsstelle, Ansprechpartner hierfür lassen sich über die zuständige Schule für Kranke in Erfahrung bringen
- Einladung einer oder eines ehemals Betroffenen, Bericht über die Krankheit und ihren Weg hinein und hinaus
- Betrachten eines Films zum Thema mit anschließender Diskussion

Wie verhalte ich mich als Lehrkraft bei begründetem Verdacht auf Vorliegen einer Essstörung?

(Beratung für Lehrkräfte an allgemeinen Schulen)

- Sprechen Sie die Schülerin oder den Schüler als Vertrauensperson unter vier Augen an!
- Zeigen Sie Interesse und Sorge und machen Sie ein Gesprächsangebot!
- Sprechen Sie nur von sich und spiegeln Sie Ihre Wahrnehmung in Ich-Botschaften!
- Erfragen Sie die subjektive Einschätzung der Schülerin oder des Schülers!
- Weisen Sie auf mögliche medizinische Folgen von Untergewicht hin und geben Sie Adressen von niederschweligen Beratungsmöglichkeiten! Achten Sie dabei auf das Autonomiebedürfnis der oder des Betroffenen!
- Informieren Sie nicht die Eltern ohne Erlaubnis der betroffenen Schülerin oder des betroffenen Schülers (Vertrauensbruch)! Bei Minderjährigen ohne Krankheitseinsicht ist die Benachrichtigung der Erziehungsberechtigten zwingend erforderlich, sollte dann aber vorher mit der Schülerin oder dem Schüler offen besprochen werden.
- Wenden Sie sich den Betroffenen immer wieder erneut zu trotz Abweisung!
- Behalten Sie eine professionelle emotionale Distanz!
- Geben Sie keine Ernährungsratschläge und kontrollieren Sie nicht das Essverhalten!
- Achten Sie darauf, dass die Schülerin oder der Schüler gut in die Klasse integriert ist und unterbinden Sie Mobbing!
- Vermitteln Sie Ihren Schülerinnen und Schülern, dass Anerkennung und Aufmerksamkeit nicht von Leistung abhängen!
- Übernehmen Sie auf keinen Fall therapeutische Aufgaben! Sie können und sollen nur Hilfsangebote vermitteln und die therapeutischen Maßnahmen bei Bedarf mit pädagogischen Mitteln unterstützen.

Literatur- und Quellenverzeichnis

- Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen e. V. (Hrsg.) (2016): Wir in der Schule: Chronische Erkrankungen und Behinderungen im Schulalltag. Zugriff am 1.06.2023. Verfügbar unter: <https://www.bag-selbsthilfe.de/>
- Häußinger, G. und Baldus, S. (2016): Vortrag am 03.03.2016 für die Veranstaltung „Forum Essstörungen“ in der Carl-August-Heckscher Schule München: Essstörungen in der Klinikschule. Carl-August-Heckscher Schule München.
- Korte, A. (2016): Vortrag am 02.03.2016 für die Veranstaltung „Forum Essstörungen“ in der Carl-August-Heckscher Schule München: Anorektische und bulimische Essstörungen im Kindes- und Jugendalter. Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie, Ludwig-Maximilian-Universität München.
- Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg (Hrsg.) (2010): Schülerinnen und Schüler mit chronischen Erkrankungen. Berlin: Oktoberdruck. Zugriff am 01.6.2023. Verfügbar unter: <https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/schule-und-krankheit/>

Weiterführende Literaturhinweise und ergänzende Materialien

Fachbücher

- Herpertz-Dahlmann, B. und Hilbert, A. (2022): Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen: Ein klinisches Handbuch. Stuttgart: Kohlhammer Verlag.
- Simchen, H. (2016): Essstörungen und Persönlichkeit: Magersucht, Bulimie und Übergewicht – Warum Essen und Hungern zur Sucht werden. Stuttgart: Kohlhammer Verlag.

Webseiten

- Anad Essstörungen (o. D.). Zugriff am 01.6.2023. Verfügbar unter: <https://www.anad.de/> (Themen: Informationen zum Krankheitsbild, Selbsttest, Adressen, Hilfen).
- Bundesfachverband Essstörungen (o. D.): Hilfe bei Essstörungen. Zugriff am 01.6.2023. Verfügbar unter: <https://www.bundesfachverbandessstoerungen.de> (Thema: sehr guter Einstieg in die Thematik, besonders für Betroffene und Angehörige, viele Verweise, u. a. auf Kliniken und Beratungsstellen).
- Bzga (Hrsg.) (o. D.) Essstörungen. Zugriff am 01.6.2023. Verfügbar unter: <https://www.bzga-essstoerungen.de/> (Themen: Informationen zum Krankheitsbild, weiterführende Materialien, Selbsttest, Adressen, Telefonnummern, Hilfen).
- Bzga (Hrsg.) (2023): Gut drauf – bewegen, essen, entspannen. Zugriff am 01.06.2023. Verfügbar unter: <https://www.gutdrauf.net> (Thema: Eine Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung mit umfangreichem Info- und Trainingsmaterial zur Gesundheitsförderung).
- Cinderella Beratungsstelle für Essstörungen (o. D.). Zugriff am 01.06.2023. Verfügbar unter: <https://cinderella-beratung.de> (Thema: u.a. Online-Beratung).
- Irrsinnig Menschlich e. V. (o. D.): Schulprojekt „Verrückt? Na und? – Seelisch fit in Schule und Ausbildung“. Zugriff am 30.05.2023. Verfügbar unter: <https://www.irrsinnig-menschlich.de/> (Thema: Präventionsprogramm im Bereich seelische Gesundheit).
- magersucht.de (o. D.): Selbsthilfe bei Essstörungen. Zugriff am 01.06.2023. Verfügbar unter: www.magersucht.de (Themen: Hilfe zur Selbsthilfe für Angehörige und Betroffene, vielfältige Informationen rund um das Krankheitsbild).
- Mediothek Sternmatt 2 (o. D.): „LebensHunger“. Zugriff am 01.06.2023. Verfügbar unter: <https://www.mediobaar.ch/> (Thema: Infopaket für Lehrerinnen und Lehrer zum Thema Essstörungen, in Kooperation mit der Schön Klinik, Anad und Waage e. V.).
- Therapiezentrum für Essstörungen (2023). Zugriff am 01.06.2023. Verfügbar unter: <https://www.tce-essstoerungen.de> (Themen: Vorstellung des Therapiekonzepts, Termine für Infoabende, telefonische Beratung).

Filme

- FWU (Grünwald) über mebis Mediathek (2019): Essstörung – interaktiv (Thema: interaktiver Film mit Arbeitsblättern, Bildern, Grafiken zum Thema Essstörungen. Ab Sekundarstufe I.).
- SWR/WDR: Planet Schule – Wissenspool gezeichnete Seelen (o. D.): Unsichtbar werden. Zugriff am 01.06.2023. Verfügbar unter: <https://www.planet-schule.de/> (Thema: Aufklärung über das Krankheitsbild. Ab Sekundarstufe I.).
- SWR/WDR über mebis Mediathek: Planet Schule (2017): Ich und die Anderen. Der Feind auf meinem Teller, Magersucht (Thema: Der schwere Weg dreier Mädchen aus der Magersucht. Ab Sekundarstufe I.).

Telefonberatung

- Telefonberatung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zu Sucht, Aids und Essstörungen. Täglich 10–22.00 Uhr, Fr.–So. bis 18.00 Uhr: 0221-89 20 31.