

Ansprechen von Betroffenen

Haben Sie die Vermutung, dass eine Schülerin oder ein Schüler unter einer Essstörung leidet und möchten die betreffende Person darauf ansprechen, sind sich aber unsicher, wie sie sich verhalten sollen?

Die Hemmschwelle, eine SchülerIn auf die Problematik einer Essstörung anzusprechen ist häufig sehr groß, da es oftmals auch auf Seiten der LehrerInnen Unsicherheiten und Berührungängste gibt. Die Angst etwas „falsch zu machen“ führt oft dazu, dass lieber geschwiegen wird.

Was genau wünschen sich Betroffene von ihren Lehrerinnen und Lehrern?

Dieses Wissen macht es häufig einfacher, die Unsicherheit zu überwinden und das Schweigen zu brechen. Zeigen Sie, dass Sie da sind, bieten Sie sich als Ansprechpartner an, drängen Sie sich aber nicht auf. Hierzu haben wir eine kleine Liste zusammengestellt, welche im Austausch mit Betroffenen in unserem Forum entstanden ist. Die kompletten Beiträge zu dieser Thematik finden Sie [unter diesem Link](#) auf unseren Forumsseiten.

- Wie spreche ich eine SchülerIn auf eine mögliche Essstörung an?
- Was wünschen sich Betroffene von Lehrerinnen und Lehrern?

Natürlich reagiert nicht jede/r betroffene/r SchülerIn in gleicher Weise und ein klares “richtig” und “falsch” ist kaum zu definieren. Die im Folgenden aufgeführte Liste soll als Anhaltspunkt ein paar generelle Richtlinien bieten. Die Punkte sollen aber nicht als prinzipielle Vorgehensweisen verstanden werden.



- Hilfe und Gespräch anbieten, nicht aufdrängen. Die meisten Betroffenen finden es gut, wenn ihnen Hilfe angeboten wird, sie aber nicht damit „bedrängt“ und in die Enge getrieben werden. Das Gesprächsangebot kann dann angenommen werden, wenn sich die SchülerIn dazu bereit fühlt.
- Betroffene wollen ernst genommen werden. Essstörungen sind kein bloßer Schlankeitswahn und betroffene SchülerInnen müssen sich in ihrer Problematik ernst genommen und verstanden fühlen, um sich anderen Personen zu öffnen.
- Ein weiterer Punkt stellt eine gewisse Sympathie zwischen Lehrer und SchülerIn dar. Es sollte eine positive Lehrer-Schüler-Beziehung vorliegen, um eine Essstörung anzusprechen. Bei problematischem Lehrer-Schüler-Verhältnis sollte man es eventuell vorziehen, Kollegen mit einer besseren Beziehung zur Schülerin/ zum Schüler das Ansprechen der Problematik zu überlassen.
- Betroffene sind meist auch dankbar über Verweise auf Hilfsangebote und Adressen von verschiedenen Anlaufstellen.



- SchülerIn niemals vor der ganzen Klasse oder in Anwesenheit anderer SchülerInnen oder Lehrpersonen ansprechen, da dies oft als ein Bloßstellen und eine Überrumpelung empfunden wird.
- Kommentare über das Gewicht der betreffenden Person so weit wie möglich vermeiden.
- Keine Freunde und Mitschüler der SchülerIn ausfragen, sondern die betreffende Person direkt ansprechen.
- Zu direkte Fragen wie z.B. „Hast du eine Essstörung?“ oder „Bist du magersüchtig?“ vermeiden. Wählen Sie allgemeinere Fragen, die SchülerInnen nicht in die Enge treiben.
- Bedrängen Sie SchülerInnen nicht, auch wenn ein Gesprächsangebot vorerst abgelehnt wird. Eine Aussprache kann nur auf einer Vertrauensbasis erfolgen, welche sich durch Druck nicht aufbauen lässt.
- Auch allwissend anmutende LehrerInnen schrecken SchülerInnen ab. Gehen Sie auf die betreffende Person ein, aber setzen Sie nicht voraus, schon alles über deren Krankheit zu wissen.
- Ankündigung von Elternkontakt wird in dieser Anfangssituation auch meist als negativ aufgefasst. Vermeiden Sie dies also so weit wie möglich.

Es ist ein großer Schritt, sich außenstehenden Personen anzuvertrauen und über eine Essstörung und die damit verbundenen Ängste und Sorgen zu sprechen, da diese Problematik meist von tiefen Schamgefühlen begleitet wird. Dieser Schritt muss dementsprechend anerkannt und berücksichtigt werden und die Gespräche sollten daran ausgerichtet werden. Es sollte immer ein Gespräch stattfinden und keine als Verhör anmutende Fragestunde der Lehrperson.

Selbstverständlich kann es auch sein, dass eine Schülerin/ ein Schüler mit einer Essstörung von sich aus auf Sie zukommen. Werten Sie dies als Vertrauensbeweis und gehen sie auch hier genauso behutsam und verständnisvoll vor.

Noch ein Hinweis: SchülerInnen erwarten von Ihnen keinen Therapieersatz und das können Sie auch nicht leisten. Scheuen Sie sich also nicht, eigene Grenzen aufzuzeigen und betroffene SchülerInnen an geeignete Einrichtungen und Organisationen zu verweisen.