

# Suchtvorbeugung 2015

- **Konzertierte Aktion zur Prävention von Essstörungen in Schule und Jugendarbeit**



Landratsamt Esslingen  
Beauftragte für Suchtprophylaxe / Koordination Suchtprophylaxe  
Elke Klös und Christiane Heinze

**„... weil wir etwas bewirken können!“**

**Konzertierte Aktion zur Prävention von Ess-Störungen in Schule und Jugendarbeit im Landkreis Esslingen 2015 / 16**

**Ess-Störungen – ein wichtiges Präventionsthema in unseren Schulen und Jugendhilfe-Einrichtungen! - für Jugendliche, Eltern und Lehr- und Fachkräfte**

- Magersucht, Bulimie, Adipositas u.a. Formen von Ess-Störungen

Schon in der Grundschule ist jedes zweite Mädchen unzufrieden mit seiner Figur. Jedes fünfte Mädchen hat mit zehn Jahren bereits eine Diät hinter sich. Die Rate krankhaften Übergewichts, sogenannter Adipositas, hat sich in den vergangenen 15 Jahren bei Jungen und Mädchen verdoppelt. Schätzungsweise jede bzw. jeder fünfte Jugendliche ist gefährdet, eine Ess-Störungen zu bekommen. Magersucht und Bulimie gehören zu den häufigsten chronischen Krankheiten im Kindes- und Jugendalter. Unbehandelt können folgenschwere gesundheitliche Probleme auftreten. Gerade deshalb ist es wichtig über Ess-Störungen aufzuklären, um diesen vorzubeugen oder um sie frühzeitig zu erkennen und dann zu behandeln.



Sorge bereitet die Zunahme von adipösen, das heißt krankhaft übergewichtigen, Kindern und Jugendlichen, die Zahl hat sich in den letzten zehn Jahren verdoppelt. Immer wieder fallen bei Jugendlichen Magersucht und Bulimie auf, die zu den häufigsten chronischen Krankheiten im Kindes- und Jugendalter gehören. Gerade Magersucht kann dramatische Verläufe haben bis hin zu tödlichen Entwicklungen. Bei 30 % der Mädchen im Alter von 14 bis 17 Jahren gibt es Hinweise auf eine problematische Entwicklung des Essverhaltens, bei den Jungen bei etwa bei 14 %, mit zunehmendem Alter nimmt der Anteil der Mädchen zu. In dieser Altersgruppe sind die Ess-Störungen Adipositas, Magersucht und Bulimie am häufigsten: bei 2,4 % der Mädchen und bei 0,4 % der Junge - hinzu kommt ungefähr die doppelte Zahl mit Ess-Störungen, die nicht eindeutig einer der drei Hauptformen zugeordnet werden kann.

In den Medien, der Werbung oder der Modebranche, wird Schlankheit immer wieder mit Attraktivität und Erfolg gleichgesetzt, verbunden mit Diäten oder kontrolliertem Essverhalten kann das Schönheitsideal ein Auslöser für Ess-Störungen sein. Neben Lösungsversuchen

für tiefer liegende seelische Probleme können Ess-Störungen auch Ersatz oder Ausweg für verdrängte Gefühle und Bedürfnisse sein.

Gerade Jugendliche sind gefährdet, eine Ess-Störungen zu bekommen. Deshalb ist es wichtig über Ess-Störungen aufzuklären, um diesen vorzubeugen oder um sie frühzeitig erkennen und behandeln zu können. Das ist der Hintergrund und die Zielsetzung der konzertierten Aktion – zur Unterstützung von pädagogischen Fachkräften, Eltern, Kinder und Jugendlichen.



Im Landkreis Esslingen wurde im Herbst eine breit getragene „Präventionsaktion Ess-Störungen“ gestartet, die sich mit einem umfassenden Informationsangebot an Schulen und Einrichtungen der Jugendhilfe und Jugendarbeit richtet. Initiiert wurde die Aktion von der Suchtprophylaxe des Landkreises zusammen mit dem Kooperationstreffen Ess-Störungen. Finanziell getragen wird die Präventionsaktion durch die Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen in Kooperation mit dem Kulturzentrum Dieselstraße Esslingen, dem Mehrgenerationenhaus Linde Kirchheim und der AOK Neckar-Fils.

Die Präventionsaktion Ess-Störungen für Lehr- und Fachkräfte in Schulen und Jugendhilfeeinrichtungen unter dem Motto „...weil wir etwas bewirken können!“ setzt sich aus drei Bausteinen zusammen. Zuerst werden drei verschiedene Präventionstheaterstücke begleitet von Fachvorträgen gezeigt, die sensibilisieren wollen für die Wichtigkeit von Präventionsarbeit mit Kindern und Jugendlichen im Bereich Ess-Störungen. Dabei werden gemeinsam Chancen und Möglichkeiten für den Einsatz in der eigenen Einrichtung diskutiert. Es folgen Grundla-

gen- und Methodenfortbildungen, die praktisches Handwerkszeug zur Präventionsarbeit Essstörungen vermitteln. Hierauf aufbauend 2016 wird es Angebote für Unterstützung und Beratung bei der Umsetzung von Präventionsprojekten vor Ort an der Schule bzw. Jugendeinrichtung, beispielsweise für Workshops oder Elternabende geben. Dazu kann beispielsweise auch die Durchführung einer Theatervorstellung gehören.



#### **Bausteine der Konzertierte Aktion**

- 1. Präventionstheater-Sichtungsveranstaltungen (3) am 30.9.2015, 11.11.2015 und 18.11.2015**
- 2. Fachvorträge (3) am 30.9.2015, 11.11.2015 und 18.11.2015**
- 3. Fortbildungen (4) – Grundlagen- und Methodenfortbildungen – am 20.1.2016, 3.2.2016, 17.2.2016 und 24.2.2016**
- 4. Unterstützung der Umsetzung in Schulen / Jugendeinrichtung mit finanzieller Förderung (ab 2016)**

**Zielgruppen:** Lehr- und Fachkräfte in Schulen und Jugendhilfeeinrichtungen u.a. Interessierte

**Veranstalter:** Suchtprophylaxe des Landkreises Esslingen zusammen mit dem Kooperationsstreffen Ess-Störungen Landkreis Esslingen

**Finanzielle Unterstützung:** Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen

**Veranstaltungsort:** Kulturzentrum Dieselstraße Esslingen

### **Kooperation:**

- Kulturzentrum Dieselstraße Esslingen / Mehrgenerationenhaus LINDE Kirchheim
- AOK Neckar-Fils - Info bei der Veranstaltung am 18.11.2015 über die finanzielle Förderung von „Püppchen“ (10 Aufführungen mit 500€ und weitere mit 100€), gemeinsame Werbung und Abstimmung der Pressearbeit und Flyer

**Werbung:** über 6 Pressemitteilungen, 2 Rundbriefe über das Staatliche Schulamt Nürtingen an alle 225 Schulen, Einrichtungen der Jugendarbeit und Jugendhilfe / Erziehungshilfe, Mails an 150 Schulsozialarbeiter/-innen, Werbung über den Aktionskreis Suchtprophylaxe u.a.,

Die Konzertierte Aktion ist ergänzend zu sehen zu den bisher regelmäßig durchgeführten Fortbildungen und einzelnen Präventionsaktivitäten /-veranstaltungen, vor allem in den Gymnasien / Beruflichen Schulen, durch die Suchtprophylaxe des Landkreises und das Kooperationsstreffen Essstörungen, um die Prävention bei Ess-Störungen stärker durch Fachkräfte vor Ort, die direkt mit den Jugendlichen arbeiten, anzustoßen.

### **Zielsetzung:**

- Sensibilisierung und Qualifizierung von Lehr- und Fachkräfte in Schulen, Jugendarbeit und Jugendhilfeeinrichtungen:
- Erkennen von Ess-Störungen – Ansprechen von Jugendlichen und ihren Eltern – Kontaktherstellen zu Beratungseinrichtungen / Kennen des Hilfenetzes im Landkreis
- Kennenlernen / Erproben von Methoden zur Umsetzung von Prävention im pädagogischen Alltag
- Unterstützung bei der Umsetzung in der eigenen Einrichtung (konzeptionelle Entwicklung, Entwicklung von einzelnen Bausteinen, Vermittlung von Fachfrauen für die Durchführung einzelner Bausteine, Hilfe beim Einsatz von Präventionstheatern mit Vor-/Nachbereitung, Unterstützung bei der Entwicklung und Durchführung von Elternabenden, Workshops u.a.

Die Prävention soll stärker in die Schulen und Jugendeinrichtungen getragen werden durch die Vorbereitung und Qualifizierung im Rahmen von **Multiplikatorenschulungen** für Lehr- und Fachkräfte.

Es soll neben der **Prävention mit Mädchen** auch die **Prävention mit Jungen** in den Blick genommen werden (Muskeln, schlank sein, den Körper manipulieren, Nahrungsergänzungsmittel u.a.).

Prävention soll **nachhaltig umgesetzt werden und wirkungsvoll eingebunden** werden durch Vor- und Nachbereitungen in den Einrichtungen.

Wichtiges Grundlagenwissen und Methoden der praktischen Arbeit werden vermittelt durch in der Arbeit mit Jugendlichen **langjährig erfahrene Fachfrauen/-männer**.



### **Baustein1**

#### **Sichtungsveranstaltungen von Präventionstheaterstücken und Fachvortrag - Herbst 2015**

1. No body's perfect - Wilde Bühne + Fachvortrag Mädchengesundheitsladen, ABAS – Anlaufstelle Essstörungen und GesundheitsLaden Stuttgart (30.9.2015)
2. „Essgeschichten“ – Heidi de Blum + Fachvortrag der Anlauf- und Beratungsstelle Essstörungen Esslingen (11.11.2015)
3. „Püppchen“ - Monika Wieder, Sarah Gros + Fachvortrag von Tima e.V. - Tübinger Initiative zur Mädchenarbeit, Lebenshunger – Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen (18.11.2015)

### **Baustein 2**

#### **Fortbildungen zum Thema Ess-Störungen Frühjahr 2016**

1. Grundlagen Ess-Störungen / Gesprächsführung, Beratung und Hilfe – Anlaufstelle Essstörungen
2. Prävention Ess-Störungen – Mädchengesundheitsladen Stuttgart
3. Prävention Ess-Störungen – Tima e.V. - Tübinger Initiative zur Mädchenarbeit / „Lebenshunger“ - Präventions- u. Beratungsstelle bei Essstörungen
4. Prävention Ess-Störungen / Bodykult mit Jungen – Pfunzkerle e.V. Tübingen

### **Baustein 3**

#### **Unterstützung der Schule, Jugendarbeit und Jugendhilfeeinrichtungen im Landkreis bei der Umsetzung vor Ort**

Es werden Schulen 2016 finanziell gefördert:

- die das Präventionstheaterstück gesehen haben,

- die an zwei Fortbildungen teilgenommen haben (Grundlagen + Prävention).

Ebenso gibt es eine finanzielle Förderung von „Püppchen“ durch die AOK bei 10 Aufführungen mit 500,-€ und weiteren mit 100,-€. Die AOK nimmt an der 3. Sichtungungsveranstaltung „Püppchen“ teil und stellt die Förderung vor. Sie fördert auch Schulen, die nicht an den Sichtungungsveranstaltungen / Fortbildungen teilgenommen haben. Es erfolgt eine gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit mit Pressemitteilungen.

Das Kulturzentrum Dieselstraße Esslingen und das Mehrgenerationenhaus LINDE Kirchheim bieten den Schulen einige Veranstaltungen an gegen eine Eintrittsgebühr von ca. 5 – 6 € je Schüler/in – nach Bedarf und Anfragen.

Die Schulen und Jugendeinrichtungen werden auf Wunsch unterstützt bei der Umsetzung von Prävention von

- der Suchtprophylaxe des Landkreises und dem Kooperationstreffen Ess-Störungen durch

- Beratung
- gemeinsame konzeptionelle Entwicklung (von Workshops, Elternabende, Einsatz eines Präventionstheaters mit Vor- und Nachbereitung u.a.)
- Unterstützung bei der praktischen Durchführung, auch mit Vermittlung von Fachfrauen, die einzelne Bausteine (mit)umsetzen.

### **Resonanz und Erfahrungen mit den Sichtungungsveranstaltungen (Baustein 1)**

Alle drei Sichtungungsveranstaltungen wurden gut besucht, mit jeweils 30 – 40 Personen.

Alle drei Präventionsstücke wurden als sehr geeignet bewertet für die präventive Arbeit mit Jugendlichen, Eltern, Betroffenen u.a.

Sie haben hohe Betroffenheit geschaffen bei den Zuschauern.

Alle Stücke wurden mit den Schauspieler/-innen nachbesprochen. Mit ihnen wurde überlegt, wie die Stücke gut vor- und nachzubereiten sind und welche Rahmenbedingungen sie brauchen.

Die Betroffenheit durch die Inszenierungen haben sehr intensive und interessierte Gespräche, Fragen und Auseinandersetzungen angestoßen.

Die Veranstaltungen wurden von den Teilnehmer/-innen sehr begeistert aufgenommen.

Es konnten die Zielgruppen erreicht werden, die angesprochen werden sollten

- Lehrkräfte
- Schulsozialarbeit



- Präventionsbeauftragte der Schulen des RP
- Jugendberufshelfer/-innen der Beruflichen Schulen
- Jugendarbeit
- Psychologische Beratungsstellen
- Kunsttherapeutinnen, die mit Essstörungen arbeiten
- Ernährungsberaterinnen der Krankenkassen
- Frauengleichstellungsbeauftragte
- Erziehungshilfeeinrichtungen
- Sozialer Dienst
- Betriebliche Suchthelferinnen von Stadtverwaltungen

Es konnten viele Schularten erreicht werden

- Grundschulen, Sonder- und Förderschulen, GWRS, Realschulen, Gymnasien, Berufliche Schulen, Freie Schulen
- aus den Städten / Gemeinden: Aichwald, Esslingen, Filderstadt, Kirchheim, Neckartailfingen, Nürtingen, Ostfildern, Plochingen, Wendlingen.

**Nach den Aufführungen haben sich schon zwei Schulen gemeldet, die das Präventionsstück „Püppchen“ einsetzen werden.**

**Im Rahmen der Schultheatertage in Kirchheim wird das Stück von der Suchtprophylaxe mit dem Pädagoginnen-Treff gezeigt.**

<b>Vorbereitung des Bausteins 2 – Fortbildungen Essstörungen im Januar / Februar 2016</b>
---

Für die Grundlagen-Fortbildung Essstörungen und die drei Methoden-Fortbildungen wurde bereits intensiv geworben:

- Werbung für die Fortbildungen über den Rundbrief des Staatlichen Schulamtes an alle 225 Schulen im Landkreis
- Mail an 150 Schulsozialarbeiter/-innen, an die Jugendarbeit, an die Sozialen Dienste und Erziehungshilfestationen, an die Erziehungshilfeeinrichtungen im Landkreis,
- an den Aktionskreis Suchtprophylaxe
- Pressemitteilung
- Werbung in allen Sitzungen und Projekten der Suchtprophylaxe
- Werbung über das Kooperationsstreffen Essstörungen mit ca. 50 Einrichtungen

**Es gehen schon zahlreiche Anmeldungen ein, die Veranstaltungen werden alle stattfinden.**



## Veranstungsübersicht

### Baustein1

**Sichtungsveranstaltungen von Präventionstheaterstücken und Fachvortrag**

**Herbst 2015**

**Ort: Esslingen, Dieselstraße (Parken im Hof und auf der Straße)**

30.09.2015	<p>14.30 Uhr - <b>No body's perfect</b> - Wilde Bühne Stuttgart e.V.          Präventionstheater Ess-Störungen + Austausch (60 Min. + 60 Min.)          16.30 Uhr Pause          17.00 Uhr Impulsvortrag          Mädchengesundheitsladen Stuttgart und ABAS, Anlaufstelle bei          Essstörungen, GesundheitsLaden Stuttgart          Julia Hirschmüller, Dipl. Sozialpädagogin, Psychodrama-Leiterin</p> <p><b>BODY &amp; SOUL – Wie Prävention von Essstörungen gelingen kann:          Impulse für Themen, Chancen, Grenzen und Ansatzpunkte in der</b></p>
------------	--

	<p><b>Prävention</b> (30 Min. + Austausch 30 Min.) Ende: 18 Uhr</p>
11.11.2015	<p>14.30 Uhr - <b>Essgeschichten</b> – Heidy de Blum Präventionstheater Ess-Störungen + Austausch (45 Min. + 60 Min.) 16.30 Uhr Pause 17.00 Uhr Impulsvortrag Anlauf- und Beratungsstelle Essstörungen Esslingen Barbara Hammann, Dipl.Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin</p> <p><b>Informationen zu Formen und Entstehungsbedingungen von Essstörungen, Beratung und Hilfe</b> (30 Min. + 30 Min. Austausch) Ende: 18 Uhr</p>
18.11.2015	<p>14.30 Uhr - <b>Püppchen</b> - Monika Wieder Präventionstheater Ess-Störungen (60 Min. + 60 Min. Austausch) 16.30 Uhr Pause 17.00 Uhr Impulsvortrag Tima e.V. – Tübinger Initiative für Mädchenarbeit / Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen <i>Lebenshunger</i> Regine Kottmann, Dipl. Sportpädagogin, Systemische Beraterin und Supervisorin</p> <p><b>Gelingende Prävention von Essstörungen – wie geht das?</b> Wie sieht die praktische Arbeit aus? Welche Themen bringen die Mädchen ein? Was erleben sie als unterstützend? Ein motivierender Beitrag, der einlädt, sich in der Prävention von Essstörungen zu engagieren !!! (30 Min. + 30 Min. Austausch) Ende: 18 Uhr</p>

## Baustein 2

### Fortbildungen zum Thema Ess-Störungen Frühjahr 2016

**Ort:** Esslingen, Dieselstraße (Parken im Hof und auf der Straße)

**Zeit:** 14.00 bis 18.00 Uhr

**Teilnehmer:** bis ca. 25 (-30) Teilnehmer

	<p><b>Grundlagen-Fortbildung Ess-Störungen</b></p>
20.1.2016	<p>Anlauf- und Beratungsstelle Essstörungen Esslingen Barbara Hammann, Dipl.Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin</p> <p><b>Is(s) was, Mädchen?! – Is(s) was, Junge?! – Ess-Störungen bei Jugendlichen</b> <b>Informationen zu Formen und Entstehungsbedingungen von Essstörungen, Umgang damit im schulischen Kontext, weiterführende</b></p>

	<b>Unterstützungsangebote</b>
	<b>Methoden-Fortbildungen zur Prävention Ess-Störungen</b>
<b>3.2.2016</b>	<p>Mädchengesundheitsladen Stuttgart und ABAS, Anlaufstelle bei Essstörungen, GesundheitsLaden Stuttgart          Julia Hirschmüller, Dipl. Sozialpädagogin, Psychodrama-Leiterin</p> <p><b>BODY &amp; SOUL – Ideen und Anregungen für eine gelingende Prävention von gestörtem Essverhalten und Essstörungen sowie zur Förderung der Körperakzeptanz von Mädchen und jungen Frauen</b></p>
<b>17.2.2016</b>	<p>Tima e.V. – Tübinger Initiative zur Mädchenarbeit / Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen <i>Lebenshunger</i>          Regine Kottmann, Dipl. Sportpädagogin, Systemische Beraterin und Supervisorin</p> <p>Vorge stellt werden Methoden aus dem Schulprojekt  <b>„Wer bin ich? Ich bin wer!“ ab Klasse 7 zu den Themen: Geschlechterrollen, riskantes Essverhalten und „Warum macht die das bloß?“ - Psychodynamik von Essstörungen jugendgerecht erklärt.</b></p>
<b>24.2.2016</b>	<p><b>Prävention Ess-Störungen bei Jungen</b>          Dirk Jakobi, Erzieher, Sozialpädagoge, Sexualpädagoge, Leitung des Fachbereichs Jungenarbeit bei PfunzKerle e.V. – Fachstelle Jungen- und Männerarbeit Tübingen  <b>Jungengesundheit – thematische und methodische Aspekte</b></p>