

Auszug aus dem Jahresbericht 2019 / 2020 des Gymnasiums Münchberg

„Wir haben eine Essstörung, aber wir sind keine!“

Mit diesem Wunsch erarbeiteten betroffene Jugendliche und junge Erwachsene gemeinsam mit ihrer Musiktherapeutin und einer Grafikerin die interaktive Ausstellung „Klang meines Körpers“. Und mit einem Teil dieser Ausstellung, nämlich den Geschichten dieser Jugendlichen, kam die Heilpraktikerin für Psychotherapie, Suchtberaterin und Fachlehrerin für Ernährung und Gestalten Gertraud Fischer im Oktober 2019 ans Gymnasium Münchberg, um mit den Mädchen und Jungen aus den 8. Klassen zum Thema Ess-Störungen, ihre Ursachen und Heilungsmöglichkeiten zu arbeiten. Über das, was die Betroffenen von sich auf Plakaten erzählen, konnten die Schülerinnen und Schüler in



ihre Gefühlswelt eintauchen. Da sind zunächst Info-Tafeln, die das Thema Ess-Störung näher beleuchten: Was kann hinter Problemen mit dem Essen stecken? Welche Ursachen und Auslöser für die

Entstehung von Ess-Störungen gibt es? Welche Signale und Anzeichen weisen auf eine Ess-Störung hin? Welcher emotionale Hunger verbirgt sich hinter Ess-Störungen? Und schließlich: Welche Wege aus der Ess-Störung gibt es? Darüber konnten sich die AchtklässlerInnen ausführlich informieren. Sehr kompetent beantwortete Gertraud Fischer auch die Fragen rund um die verschiedenen Formen von Ess-Störungen. Doch sachliche Informationen allein lassen das Ausmaß des körperlichen und seelischen Leidens bei Ess-Störungen nicht erkennen. Deshalb wurde in dieser Präventionsveranstaltung bewusst ein emotionaler Zugang gewählt: Betroffene junge Frauen geben in fünf Portraits Einblicke in ihre ganz persönliche Geschichte, die in Bilderserien und Collagen auf Plakaten erzählt wird. Die AchtklässlerInnen konnten sich so einfühlen in die Gefühlswelt von Betroffenen. Die Portraits beleuchten die unterschiedlichsten Aspekte der Krankheit und lassen ihre Komplexität erahnen. Besonders große Aufmerksamkeit erfuhr da-



sondern in zunehmendem Maß auch immer mehr Jungen betrifft.

In insgesamt drei Schulstunden erlebte jede 8. Klasse eine etwas andere Präventionsver-

anstaltung. Auch wenn der emotionale Zugang für manche ungewohnt war, zeigte der Workshop doch, dass es sich lohnt, sich von den Erlebnissen und Geschichten von Menschen, die einen Weg aus ihrer Sucht und Angst gefunden haben, berühren zu lassen. Denn letztendlich ging es darum, herauszufinden, was Jugendliche stark und „satt“ macht – und um die Botschaft: „Du kannst es schaffen!“

bei die Geschichte von David, einem betroffenen jungen Mann – eigt sie doch, dass Ess-Störungen nicht nur Mädchen, sondern in zunehmendem Maß auch immer mehr Jungen betrifft.

Heike Eul