

Aufgabenstellung

Gruppe 4: Was sind Essstörungen?

Essstörungen sind Erkrankungen, bei denen es aufgrund von „krank machenden“ seelischen Belastungen zu körperlichen Schäden kommt. Es wird dann von psychosomatischen Störungen gesprochen. Essstörungen stellen den Versuch dar, die Nahrungsaufnahme und damit den Körper zu manipulieren. Vordergründiges Ziel der Betroffenen ist die Gewichtsabnahme bzw. -kontrolle. Unbewusst wird dabei versucht, innere Konflikte, hoffnungslos erscheinende Schwierigkeiten und Stress zu bewältigen.

Essstörungen können Lösungsversuche für tiefer liegende seelische Probleme, Ausweg, Flucht oder Ersatz für verdrängte Gefühle und Bedürfnisse sein, ebenso stummer Protest oder Ablehnung. Sie signalisieren Verweigerung und stehen zugleich auch für Resignation oder Anpassung.

Das Gefühl, sich über Essen bzw. über Hungern Befriedigung zu verschaffen, führt erst einmal zur schnellen Erleichterung und zu einem Erleben von Sicherheit und Selbständigkeit. Da es sich um eine Kurzzeitbefriedigung handelt, benötigen die Betroffenen Wiederholungen. Dadurch bekommt die Essstörung eine Eigendynamik und gerät außer Kontrolle. Betroffene verlieren die Kontrolle über das wahllose In-sich-Hineinstopfen großer Nahrungsmengen oder über die Verweigerung von Nahrungsaufnahme. Ergebnis: Sie fühlen sich ausgeliefert.

Wer ist betroffen?

Früher galten Essstörungen als „typisch weibliche“ Erkrankung, die nur Mädchen und Frauen betraf. Heute erkranken im zunehmenden Maße auch Jungen und Männer. Häufiger sind jedoch immer noch Mädchen und Frauen in ihrem Essverhalten gestört.

Essstörungen treten über die gesamte Altersspanne auf. Im Jugendalter, vor allem in der Zeit der Pubertät, besteht eine größere Gefahr, eine Essstörung zu entwickeln.

Deine Aufgabe ist nun:

- Lies dir den Text oben stehenden „Was sind Essstörungen“ genau durch!
- Beantworte folgende Fragen stichwortartig in 2-3 Punkten:
 - **Was sind Essstörungen?**
 - **Wer ist von Essstörungen betroffen?**
 - **Was soll durch die Essstörung erreicht werden?**
- Halte die ausgearbeiteten Punkte gemeinsam mit deiner Gruppe auf dem Plakat fest, welches dann kurz von euch präsentiert wird.