

Patientinnenantworten auf die Frage, welchen Umgang sie sich in der Krankheit gewünscht hätten. (entnommen aus: Gerlinghoff/Backmund: Was sind Ess-Störungen? (Beltz-Verlag, 2001):

- Sprechen Sie mich nicht auf Essen, Figur oder Gewicht an, sondern fragen Sie mich lieber, wie es mir geht, und sagen Sie mir, dass Sie sich sorgen. Da habe ich das Gefühl, Sie haben wirklich Interesse an mir.
- Bleiben Sie in der Ich-Form ("Ich habe den Eindruck, es geht dir nicht gut.")! Da fühle ich mich nicht gleich in die Enge getrieben und kann leichter zugeben, dass wirklich etwas nicht stimmt.
- Ich würde mir wünschen, dass Sie mich nicht ignorieren, sondern mich ansprechen! Schlimmer können Sie die Essstörungen dadurch nicht machen, am schlimmsten ist es für mich, ignoriert zu werden! Ich habe mir die Essstörung als mein "Sprachrohr" genommen, damit ich endlich wahrgenommen werde!
- Reden Sie nicht mit meinen Eltern hinter meinem Rücken! Die Heimlichtuerei verletzt mich.
- Sprechen Sie mich nicht vor der Klasse, vor Mitschülern, anderen Lehrern etc. an. Das ist mir peinlich und gerade vor anderen habe ich gar nicht die Chance zuzugeben, dass etwas nicht stimmt.
- Geben Sie Adressen von Therapiemöglichkeiten weiter. So habe ich die Möglichkeit, zu einem Zeitpunkt, an dem ich zu einer Therapie motiviert bin, mir Hilfe zu suchen.
- Reden Sie nicht mit der Klasse in meiner Abwesenheit! Das ist mir unangenehm und ich fühle mich ausgeschlossen und hintergangen.
- Machen Sie mir ein Angebot zum Reden ("Wenn irgendwas ist, kannst du immer kommen"), denn es fällt mir sehr schwer, selbst um Hilfe zu bitten; und es tut mir gut zu wissen, dass da jemand ist, an den ich mich wenden kann.
- Behandeln Sie das Thema Essstörungen in der Schule nicht als Tabu! Da habe ich noch eher das Gefühl, nicht normal zu sein und meine Krankheit verheimlichen zu müssen. Außerdem schützt Aufklärung in der Schule mich und andere Betroffene vor blöden Kommentaren und Vorurteilen.
- Informieren Sie sich selbst über Essstörungen! Je mehr sie wissen, desto besser können Sie mir/anderen Betroffenen helfen!
- Führen Sie Informationsveranstaltungen an der Schule durch. So sind alle für das Thema Essstörungen sensibilisiert und ich kann eher auf Verständnis und Hilfe hoffen!
- Kontrollen Sie in der Pause nicht mein Essverhalten! Das ist furchtbar erniedrigend für mich und bringt nichts, weil ich nicht mehr normal essen kann und so nur gezwungen werde, Essen verschwinden zu lassen und zu lügen.
- Machen Sie keine abfälligen Bemerkungen über Essgestörte, Figur oder Essverhalten. Das verletzt mich und außerdem fühle ich mich so nicht ernst genommen!
- Ich würde mir wünschen, dass Sie versuchen, mich in die Klasse zu integrieren! Ich will dazugehören und mitmachen, traue mich aber oft nicht, selbst zu fragen oder etwas zu organisieren!
- Seien Sie aufmerksam gegenüber Mobbing der Schüler untereinander und

reagieren Sie vor allem darauf! Das macht eine bessere Atmosphäre und vermittelt das Gefühl, im Notfall nicht allein gelassen zu werden. Zudem können Sie schon im Ansatz auf viele Ursachen für die Entstehung einer Essstörung reagieren.

- Behandeln Sie mich nicht wie ein rohes Ei, sondern wie einen normalen Menschen!
- Unterstützen Sie Schüler, die sich unter einen enormen Leistungsdruck stellen nicht noch dabei! Sonst entsteht der Eindruck, dass Anerkennung und Aufmerksamkeit nur von Leistung abhängen.
- Lassen Sie mich nicht fallen und versuchen Sie es weiter, auch wenn ich zunächst sehr abweisend reagiere. Mir fällt es schwer zuzugeben, dass es mir schlecht geht; außerdem ist es mir peinlich, angesprochen zu werden. Insgeheim freue ich mich aber, dass Sie sich für mich interessieren!