

Natalie Kühn

Essstörungen bei Förderschülern

Examensarbeit

BEI GRIN MACHT SICH IHR WISSEN BEZAHLT



- Wir veröffentlichen Ihre Hausarbeit, Bachelor- und Masterarbeit
- Ihr eigenes eBook und Buch - weltweit in allen wichtigen Shops
- Verdienen Sie an jedem Verkauf

Jetzt bei www.GRIN.com hochladen
und kostenlos publizieren



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Impressum:

Copyright © 2009 GRIN Verlag
ISBN: 9783668304895

Dieses Buch bei GRIN:

<https://www.grin.com/document/142204>

Natalie Kühn

Essstörungen bei Förderschülern

GRIN - Your knowledge has value

Der GRIN Verlag publiziert seit 1998 wissenschaftliche Arbeiten von Studenten, Hochschullehrern und anderen Akademikern als eBook und gedrucktes Buch. Die Verlagswebsite www.grin.com ist die ideale Plattform zur Veröffentlichung von Hausarbeiten, Abschlussarbeiten, wissenschaftlichen Aufsätzen, Dissertationen und Fachbüchern.

Besuchen Sie uns im Internet:

<http://www.grin.com/>

<http://www.facebook.com/grincom>

http://www.twitter.com/grin_com

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung::.....	3
Kapitel 1: Essverhaltensstörungen.....	9
1.1. Formen der Essverhaltensstörung – ein Überblick.....	9
1.2. Kennzeichen von Essstörungen.....	10
1.2.1. Kennzeichen von Anorexia und Bulimia nervosa.....	12
1.2.2. Verbreitung von Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen nach KIGGS.....	18
1.2.3. Die Binge-Eating-Störung.....	19
1.3. Der Body-Mass-Index in Verbindung mit Essstörungen.....	27
1.4. Ursachen für die Entwicklung von Essstörungen bei Heranwachsenden...29	
1.4.1. Entwicklung von Essstörungen infolge von Körperbild und Diät.....	31
1.4.2. Entwicklung von Essstörungen durch die Pubertät.....	32
1.4.3. Entwicklung von Essstörungen durch traumatische Erlebnisse.....	33
1.5. Forschungsergebnisse.....	35
1.5.1. Resultate einer Schweizer Studie zu Essgewohnheiten und Gesundheit	35
1.5.2. Ergebnisse der Kieler Adipositas Präventionsstudie.....	37
1.6. Gesellschaftliche Hintergründe der Essstörungen von Kindern und Jugendlichen und ihre Prävalenz in den verschiedenen sozialen Schichten.....	40
1.7. Essstörungen und Familie.....	46
1.7.1. Die Adipositas-Familie.....	48
1.7.2. Familien mit Magersucht.....	49
1.7.3. Die Bulimie-Familie.....	49
Kapitel 2: Der Suchtcharakter von Essstörungen.....	50
2.1. Definition „Sucht“.....	50
2.2. Sucht und Pubertät.....	52
2.3. Sucht und Persönlichkeit.....	52
2.4. Essen als legales Suchtmittel.....	53
2.4.1. Ess-Sucht.....	54
2.4.2. Mager-Sucht.....	55
2.4.3. Ess-Brech-Sucht.....	57
Kapitel 3: Kinder und Jugendliche an der Schule mit dem Förderschwerpunkt Lernen.....	58
3.1. Phänomen Förderbedarf im Schwerpunkt Lern- und Leistungsverhalten..	58
3.2. Modelle zur Erklärung von Lernbeeinträchtigung.....	61
3.3. Förderbedarf beim Lernen und das soziale Milieu.....	65
Kapitel 4: Möglichkeiten zur Prävention von Essstörungen im schulischen Rahmen.....	69
4.1. Gesundheitsförderung in der Schule.....	69
4.1.1. Bewegungsangebote.....	71
4.1.2. Gesunde Ernährung.....	72

4.2. Suchtprävention in der Schule	73
4.2.1. Verschiedene Arten der Prävention vor Suchterkrankungen.....	74
4.2.2. Gerichtete und ungerichtete Prävention.....	75
4.2.3. Intention der schulischen Suchtprävention	76
4.2.4. Voraussetzungen für erfolgreiche Suchtprävention.....	77
4.2.5. Mögliche Gefahren bei der schulischen Suchtprävention	78
4.2.6. Kritik an schulischer Suchtprävention.....	79
Kapitel 5: Befragung an saarländischen Schulen mit dem Förderschwerpunkt	
Lernen	82
5.1. Anlass der Befragung.....	83
5.2. Befragung der Klassenlehrer und -lehrerinnen der saarländischen Lern-	
Förderschulen zum Thema Ess- und Gewichtsstörungen ihrer Schüler/innen..	83
5.3. Ergebnisse	87
a) Allgemeine Angaben zur Zusammensetzung der Klasse	87
b) Einschätzung des Körpergewichts der Schüler/innen	92
c) Auffälligkeiten im Essverhalten	102
d) Maßnahmen in Schule und Unterricht, in der Elternarbeit.....	109
e) Maßnahmen zur Prävention von Ess- und Gewichtsstörungen	116
6. Fazit:	120
7. Quellenverzeichnis.....	122
7.1. Literatur	122
7.2. Internetquellen	125
7.3. Zeitschriften	127

Einleitung::

Infolge der Industrialisierung, hat sich unsere Gesellschaft dahingehend verändert, dass immer mehr konsumiert wird. Dies wirkt sich unter anderem aus auf die Ernährung, damit auch auf die allgemeine gesundheitliche Verfassung der Bevölkerung und gerade auf die Gesundheit von Kinder und Jugendlichen. Denn in Zeiten des Überflusses nehmen paradoxerweise einerseits Körpergewicht und Übergewicht statistisch stetig zu und andererseits wird das durch die Medien suggerierte Schlankheitsideal immer mehr tendierend zu extrem dünnen Körperformen. Gerade auf Frauen und jungen Mädchen lastet der Druck, schön und schlank zu sein, wodurch vielfach Diätversuche unternommen werden und sich in manchen Fällen auf Dauer Tendenzen zu auffälligem oder gar gestörtem Essverhalten manifestieren können.

Auch die Familienformen haben sich im Zuge der sozialen Entwicklung der letzten Jahrzehnte verändert und vervielfältigt, sodass die traditionelle, generationenübergreifende Großfamilie immer seltener zu finden ist. Stattdessen existieren mehr Kleinfamilien mit geringer Kinderzahl, wobei auch die Anzahl von Ein-Eltern- und Patchwork-Familien und auch kinderlosen Paare steigt. Nicht zuletzt dadurch verlieren gemeinsame Mahlzeiten im Kreise der Familie zunehmend an Bedeutung (vgl. Hurrelmann 1990, in Buddeberg-Fischer 2000, S. 130), wodurch gerade junge Menschen sich, beispielsweise mit Fastfood oder kalorienreichen Snacks, vermehrt ungesund und unkontrolliert ernähren. Daneben gibt es noch zahlreiche, weitere Faktoren, die dazu beitragen, dass heutzutage immer häufiger Gewichtsprobleme bis hin zu starken Essstörungen auftreten, gerade bei jungen Frauen (vgl. Buddeberg-Fischer 2000, S.130f).

Allgemein gilt aber die Vorstellung von der Jugend als einer Zeit der Kraft, Gesundheit und Lebensfreude, obwohl einige Studien zur Untersuchung der gesundheitlichen Situation von Jugendlichen in mehreren europäischen Ländern (vgl. Abbet et al. 1993; Narring et al. 1994 usw. in Buddeberg-Fischer 2000, S.132) als Resultat hervorbrachten, dass viele junge Männer und Frauen über starke Leiden psychischer, physischer und psychosomatischer Art klagten.

Zu den psychischen Störungen mit körperlicher Symptomatik gehören neben anderen auch die verschiedenen Formen gestörten Essverhaltens. Darunter werden

die Krankheiten Magersucht und Ess-Brech-Sucht (Anorexia und Bulimia nervosa), sowie auch - teilweise zumindest - die Ess- bzw. Fettsucht (Binge-Eating-Disorder bzw. Adipositas) zusammengefasst (vgl. Steinhausen 1988, S. 162ff; Ist die Adipositas eine Essstörung?: http://www.klinik-am-korso.de/downloads/aktuelles_klinik_report_2005_01_4.pdf). Auch Kinder und vor allem Jugendliche sind heute immer häufiger von diesen Erkrankungen betroffen, zeigen auffälliges Essverhalten und haben vermehrt Gewichtsprobleme. Dabei fällt auf, dass gerade Bevölkerungsgruppen, die in gesellschaftlicher, kultureller und ökonomischer Benachteiligung leben, öfter von psychosomatischen Syndromen betroffen sind und sich daher eine Dependenz sozialer und gesundheitlicher Ungleichheiten abzeichnet (vgl. Hurrelmann 2000, S. 30f).

Anlässlich meiner wissenschaftlichen Prüfungsarbeit im Fach Pädagogik bei Lernbeeinträchtigungen, erarbeite ich die Fragestellung:

Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen – auch ein Thema für die Schule mit dem Förderschwerpunkt Lernen?

Einerseits aus einer ehemals selbst erfahrenen Betroffenheit von Magersucht und andererseits aufgrund der schmalen Grundlage wissenschaftlich fundierter Ergebnisse zur Betroffenheit und Gefährdung von Essstörungen der Schüler und Schülerinnen an Förderschulen mit ihren erschwerten Ausgangsbedingungen vielfältiger Art, ist diese Thematik für mich, als Studierende der Lernbehindertenpädagogik, von besonderem Interesse und daher zum Inhalt dieser Arbeit gewählt worden.

Nun soll die Fragestellung und Grundlage dieser Ausführung erläutert werden.

In dieser Arbeit soll dargestellt werden, inwiefern die Problematik der Essstörungen auch für die Schülerschaft der Schule mit dem Förderschwerpunkt Lernen relevant ist. Dazu werden notwendigerweise auch die besonderen Lebensumstände und Merkmale dieser Schülerschaft in Augenschein genommen, um festzustellen, inwieweit eine Gefährdung dieser Kinder und Jugendlichen für verschiedene Essstörungen oder gar eine Betroffenheit von einer solchen Erkrankung vorliegt.

Zum methodischen Vorgehen und dem Aufbau der Abhandlung lässt sich sagen, dass, infolge der Recherche von Literatur und anderer Quellen, Ergebnisse zu unterschiedlichen, relevanten Aspekten zur Beantwortung dieser Frage den ersten Teil der Arbeit bilden. Dieser wiederum beinhaltet nach allgemeinen Informationen zu gesundheitsförderlicher Ernährung bei Kindern und Jugendlichen ein Kapitel zu Ursachen, Formen, Kennzeichen und Bedingungen der verschiedenen Essverhaltensstörungen, gefolgt von einem Teil, der sich mit der Suchtkomponente dieser Krankheiten befasst. Im Anschluss beinhaltet das dritte Kapitel Informationen zum Förderbedarf bei Lernbeeinträchtigungen als gemeinsames Kennzeichen aller Schüler und Schülerinnen der im Mittelpunkt stehenden Schulform. Danach folgt ein Kapitel, welches sich mit Prävention und Gesundheitsförderung befasst, um Maßnahmen aufzuzeigen, wie Essstörungen auch im pädagogischen Rahmen vorgebeugt und entgegengewirkt werden kann.

Der zweite Teil stellt Ergebnisse aus einer selbst erarbeiteten Lehrerbefragung an saarländischen Förderschulen zum Thema Ess- und Gewichtsstörungen vor, die vorab bereits gefundene Feststellungen infolge der Literatur- und Quellenrecherche unterstreichen oder relativieren können.

Abschließend werden alle Ergebnisse kurz zusammengefasst.

Zu Beginn soll ein kurzer Exkurs bezüglich gesunder Ernährung bei Kindern und Jugendlichen auf das Thema einstimmen.

Vorab: Die gesunde Ernährung bei Kindern und Jugendlichen

Das Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen ist von großer Bedeutung für ihre Entwicklung und hat besonderen Einfluss auf Gesundheit und Wohlergehen. Im Heranwachsendenalter und vor allem bis zum elften Lebensjahr prägen sich durch Lernprozesse bestimmte Ernährungsmuster und -gewohnheiten langfristig ein, die sich förderlich oder auch nachteilig auf die Gesundheit auswirken können. Auch die Neigung zu Übergewicht entwickelt sich häufig frühzeitig und stellt dann einen Risikofaktor für das physische und psychische Wohl dar. Daher bedarf die „normale“ alltägliche Nahrungsaufnahme besonders im Kindes- und Jugendalter erhöhter Aufmerksamkeit, da durch gesundheitsbewusstes Essen und Trinken zukünftig drohenden Krankheiten, wie Herz-Kreislauf- oder Stoffwechselerkrankungen, vorgebeugt werden kann. Des Weiteren ist gerade im Wachstumsalter eine ausgewogene Ernährung anzustreben, um Zustände der Unterversorgung und damit verbundene Entwicklungsrisiken zu vermeiden (vgl. Das Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik: http://www.familienhandbuch.de/cmain/f_Aktuelles/a_Ernaehrung/s_899.html). Dabei ist es recht einfach, Kinder und Jugendliche angemessen mit Nahrungsmitteln zu versorgen und ihnen einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu vermitteln, der sie schulisch leistungsfähig und körperlich fit und gesund hält, wenn man einigen Richtlinien Beachtung schenkt. Zunächst sollte durch vielfältige und abwechslungsreiche Kost in angebrachter Menge, je nach Alter, Geschlecht und daraus ableitbarem Bedarf, die Versorgung mit Energie und Nährstoffen, wie Vitamine, Ballaststoffe und Spurenelemente, gewährleistet sein. Auch für genügende Flüssigkeitszufuhr ist zu sorgen. Außerdem zu beachten sind die Auswahl gesunder, abwechslungsreicher Lebensmittel und die persönlichen, individuellen Vorlieben für bestimmte Speisen und Gewohnheiten in Anbetracht der täglichen Haupt- und Zwischenmahlzeiten (vgl. Deutsche Gesellschaft für Ernährung: http://www.dge.de/pdf/dge_info/EU_03_B9-B12.pdf).

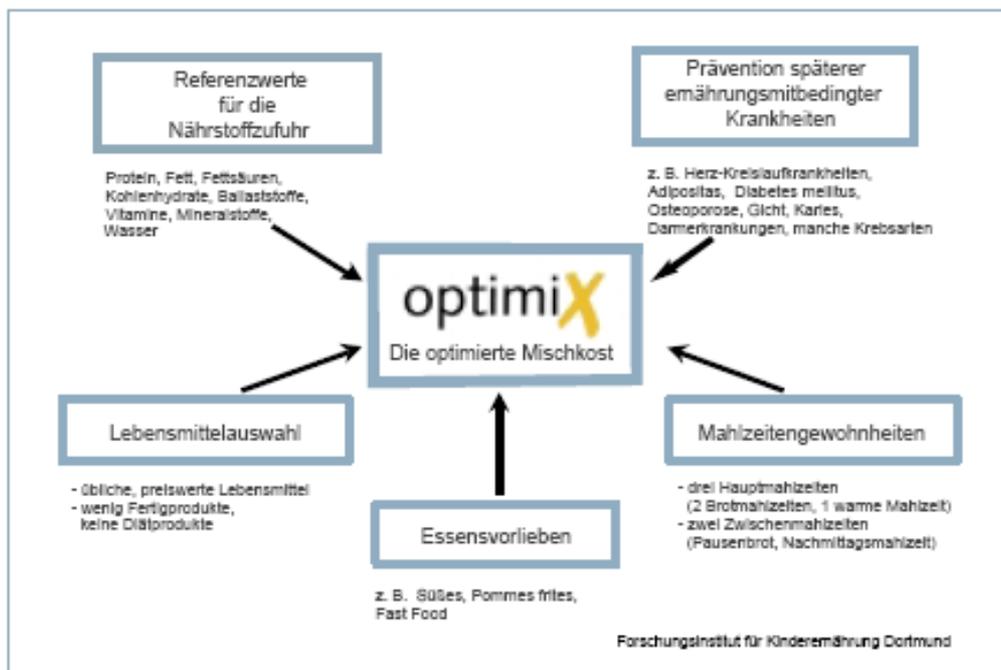


Abb. 1: Die optimierte Mischkost [1]

(Quelle: Deutsche Gesellschaft für Ernährung: http://www.dge.de/pdf/dge_info/EU_03_B9-B12.pdf)

Auf konkrete Empfehlungen in ausführlicher Form zur „Optimierten Mischkost“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, zu der die oben dargestellte Grafik einen Überblick liefern soll, kann hier nur verwiesen werden.

Angemerkt werden soll an dieser Stelle, dass die populäre Lebensmittelpyramide der Hierarchie der Lebensmittelgruppen nicht in vollem Maße auf die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen zugeschnitten und eher für Erwachsene empfehlenswert ist. Deshalb entwickelte die Schweizer Gesellschaft für Ernährung (SGE) eine Empfehlung, speziell für Kinder im Alter von fünf bis zwölf Jahren, in Form einer Ernährungsscheibe. Darauf sind fünf Richtlinien illustriert und mit Hinweisen versehen, die wie folgt lauten: „Wasser trinken – Früchte und Gemüse essen – Regelmäßig essen – Essen und Trinken schlau auswählen - Beim Essen Bildschirm aus“. So kann den Ernährungsbedürfnissen Heranwachsender entsprochen werden (vgl. Elternratgeber Ernährung. Die Ernährungsscheibe für Kinder. Empfehlungen zum gesunden Essen und Trinken (SGE): http://www.tellmed.ch/include_php/previewdoc.php?file_id=4762).

Teil 1: Ergebnisse der Quellenrecherche

Störungen des Essverhaltens von Kindern und Jugendlichen stehen in diesem Teil der Arbeit im Mittelpunkt. Sie können Probleme der Reifung und Sozialisation der Betroffenen ausdrücken und sind Symptome eines Flucht- und Suchtverhaltens. Augenscheinlich sind besonders Frauen und Mädchen davon betroffen. (vgl. Buddeberg-Fischer 2000, S. 3)

Essstörungen zeichnen sich unter anderem aus durch quantitativ und/oder qualitativ falsche Nahrungsaufnahme. Das bedeutet, es wird von dem Betroffenen zu viel oder zu wenig und/oder zu einseitig bzw. unausgewogen gegessen.

Als Richtlinie für eine gesunde Ernährung kann das folgende Zitat gelten: „...wir dürfen *alles* essen, aber alles in Maßen.“ (Zit. Holtmeier 1986, S. V zit. in Diedrichsen 1990, S. 13). Übermäßiges Naschen beispielsweise kann bei Kindern somit im Endeffekt bei fehlender erzieherischer Intervention zu einer Störung des Essverhaltens führen (vgl. Waibel 1994, S. 150) oder auch Symptom einer selbigen sein. Daraus geht die besondere Bedeutung des komplexen Erziehungs- und Sozialisationsprozesses hervor, der Einfluss hat auf den Lebensstil und damit auch auf die Ernährungsgewohnheiten jedes einzelnen, die durch „medizinische und psychosoziale Faktoren“ herausgebildet werden (vgl. Diedrichsen 1990, S. 12).

Das nun folgende erste Kapitel der Arbeit soll grundlegende Informationen über die verschiedenen Essverhaltensstörungen, ihre Entstehungsbedingungen und Folgen, sowie Hinweise zum Vorkommen der verschiedenen Störungsbilder liefern (vgl. Rauscher 1999, S. 8f).

Kapitel 1: Essverhaltensstörungen

Über- und Unterernährung, die mit gestörtem Essverhalten in Verbindung stehen, stellen ein großes, gesundheitliches Risiko für Betroffene dar und haben neben körperlichen auch seelische Folgeerscheinungen. Ernährung dient bei krankhaftem Essverhalten nicht allein dem biologischen Zweck der Energieversorgung, sondern hat auch eine psychische Komponente. Denn durch die Nahrungsaufnahme können auch emotionale Bedürfnisse und Mangelzustände kompensiert werden. Dies kann als Grundlage für die heute immer mehr verbreitete Entstehung psychosomatischer Essverhaltensstörungen angesehen werden. Besorgniserregend ist vor allem auch die hohe Prävalenz von Übergewichtsstörungen in der westlichen Gesellschaft. Übergewicht kann daher bereits als Volkskrankheit bezeichnet werden, von der auch Kinder und Jugendliche nicht verschont sind. Nicht nur Schwierigkeiten mit dem maßvollen Essen, sondern auch andere Störungen im Essverhalten sind somit auch bei der heranwachsenden Bevölkerung vermehrt anzutreffen (vgl. Diedrichsen 1990, S. 12f). Dafür ausschlaggebend sind einerseits intrapersonelle Gegebenheiten, wie beispielsweise erbliche Veranlagungen, aber andererseits auch umweltbedingte, familiäre und gesellschaftliche Faktoren. Diese formen im Laufe des Reifungs- und Lernprozesses das individuelle Ernährungsverhalten eines jeden Menschen und somit auch gestörte Essverhaltensweisen. Letztere können vor allem auf nachteilig wirkende, psychische Einflüsse in den verschiedenen Phasen der Adoleszenz zurückgeführt werden, wie beispielsweise eine gestörte Mutter- Kind-Beziehung, ein Mangel an Zuneigung, Erziehungsfehlverhalten und extreme Erwartungsansprüche der Eltern gegenüber ihrem Zögling (vgl. a.a.O., S. 16ff). Wie sich eine Störung im Essverhalten äußern kann, wird im Folgenden thematisiert.

1.1. Formen der Essverhaltensstörung – ein Überblick

Unter der Begrifflichkeit der Essstörungen sollen hier zunächst folgende drei Krankheitsbilder zusammengefasst werden:

- die Magersucht (Anorexie oder Anorexia nervosa)
- die Ess-Brech-Sucht (Bulimie oder Bulimia nervosa)
- die Binge-Eating-Störung (meist psychogene Störung in Verbindung mit Übergewicht oder Adipositas)