

Christine Fehér

Dann bin ich eben **weg**

Geschichte einer Magersucht

PROBLEMFALL ESSTÖRUNG

www.schullektuere.de



Taschenbuch, 192 Seiten
ISBN: 978-3-570-30170-8

58 kg

Morgens: 2 Scheiben Toast, etwas Butter
Mittags: 1 Apfel
Nachmittags: 1 Glas Mineralwasser,
Abends: nichts

Unterrichtsmaterial von
Christine Hagemann

**FÜR DIE KLASSENSTUFEN
7-10**

THEMATIK

Magersucht, Gesundheit, Identitäts-
bildung, Erwachsenwerden, Resilienz,
Achtsamkeit, Konfliktbewältigung,
Autonomie

DIDAKTIK

Erweitern des Textverständnisses,
Entwickeln von Reflexionsfähigkeit,
Perspektivwechsel, Entwickeln von
Ichstärke, problem- und handlungs-
orientierter Umgang mit dem Text

cbt

1. DIE STORY

Die fünfzehnjährige Sina ist nicht dick, aber in ihre Lieblingsjeans, die ihre beste Freundin Melli ihr geschenkt hat, passt sie nicht mehr hinein. In ihrer Familie sind alle „vollschlank“, wie ihre Mutter es nennt, doch so möchte Sina nicht aussehen. Sie würde gerne einmal eine Mahlzeit auslassen, aber das kommt für ihre Mutter nicht infrage. Und nun wartet auf dem Geburtstagsfest ihres Opas, zu dem die ganze Familie eingeladen ist, noch mehr Essen auf sie. Während der Familienfeier wird Sina von ihrem Onkel begrapscht, und als sie dann auch noch ihre Tanten tuscheln hört, sie sei doch recht stämmig, steht Sinas Entschluss fest: Sie macht eine Diät. Ihre Mutter ist einverstanden und Melli hilft ihr sogar dabei.

Wenn sie erst schlank ist, so Sinas Hoffnung, hat sie endlich Chancen bei Fabio, ihrem Mitschüler, in den sie schon lange heimlich verliebt ist.

Sina verzichtet auf Süßigkeiten und verliert rasch einige Pfunde. Doch das reicht ihr nicht. Sie beginnt zu hungern und zählt wie besessen Kalorien, um noch weiter abzunehmen. Bei den Mahlzeiten zu Hause erfindet sie Ausreden, damit sie nicht mitessen muss.

Das permanente Hungergefühl stellt sie zufrieden, dabei kreisen ihre Gedanken bald nur noch ums Essen. Sie vergleicht sich ständig mit der schlanken Melli und merkt nicht, dass sie selbst längst viel dünner ist. Immer mehr verschließt sie sich vor ihrer Familie und auch vor Melli. Sogar Fabio, der sich Sorgen um Sina macht, wird von ihr schroff zurückgewiesen. Inzwischen geht sie jeden Tag schwimmen und betreibt

2. FORM UND ERZÄHLSTIL

Die Handlung wird in Ich-Erzählperspektive aus Sicht der Hauptfigur Sina in der Zeitform Präsens entwickelt. Der Erzähltext gliedert sich in achtzehn Abschnitte von jeweils etwa zehn Seiten.

Anstelle von Überschriften wird jedes Kapitel eingeleitet durch eine handschriftlich wirkende Auflistung der genauen Essensmengen, die Sina an dem

exzessiv Gymnastik. Obwohl das tägliche Training für sie zur Qual wird, macht sie verbissen weiter. Ihr Körper ist lebensbedrohlich abgemagert, als sie eines Tages im Schwimmbad bewusstlos zusammenbricht.

Im Krankenhaus legt man Sina als erste Hilfsmaßnahme eine Nährsonde. Der Arzt erklärt ihr, dass sie schwer magersüchtig ist, doch Sina hält sich keineswegs für krank. Das ändert sich auch nicht, als sie anschließend auf die geschlossene Station der Jugendpsychiatrie überstellt wird.

Dort isst sie zwar viel und unkontrolliert, aber nur, um möglichst schnell entlassen zu werden. Zu Hause fällt sie schnell in ihre alten Verhaltensmuster zurück, und panische Angst vor Gewichtszunahme beherrscht ihr ganzes Leben, das ihr nun sinnlos erscheint. Ihrer Mutter und auch Sina selbst wird bewusst, dass sie es ohne therapeutische Hilfe nicht schaffen.

Sina geht in eine Spezialklinik für Jugendliche mit Essstörungen. Dort lernt sie, einen gesunden Umgang mit dem eigenen Körper zu finden. In ihrer Wohngruppe freundet sie sich mit Janine an, die Ähnliches erlebt hat. Zum ersten Mal schafft Sina in den Therapiegesprächen, ihre Gefühle zuzulassen und laut Nein zu sagen. Fast drei Monate bleibt sie in der Therapieklinik. Allmählich gewinnt sie an Selbstsicherheit und sie entdeckt ihr Talent für das Singen. Nach ihrer Entlassung aus der Klinik verwirklicht Sina ihren größten Traum und zusammen mit Janine gründet sie eine Mädchenband.

jeweiligen Tag zu sich genommen hat. Die Handlung verläuft linear und wird gelegentlich durch Zeitsprünge von einigen Tagen bis zu mehreren Wochen gerafft. Die erzählte Zeit umfasst insgesamt einen Zeitraum von etwa einem Jahr.

Die Erzählsprache des Romans ist modern und authentisch. Lebendige Dialoge, zahlreiche innere

Monologe und erlebte Rede lassen den Leser¹ intensiv an Sinas Lebenswelt teilhaben. Insbesondere die Wiedergabe der Gespräche zwischen Mutter und Tochter machen den inneren Druck, unter dem Sina steht, eindrucksvoll nachvollziehbar. Sinas tiefes Bedürfnis nach liebevoller Zuwendung und Wärme drückt sich in Wunschgedanken und Traumbildern aus. Diese Passagen sind im Druckbild durch eine unterschiedliche Schriftart gekennzeichnet.

Der Leser erkennt die zerstörerische Wirkung der Krankheit Magersucht, die Sinas gesamtes Leben beherrscht und sie auch psychisch verändert.

¹ Leser wird hier und im Weiteren genderübergreifend verwendet, entsprechend u. a. *Schüler*.

3. INFORMATION ZUR AUTORIN

Christine Fehér wurde 1965 in Berlin geboren. Nach ihrem Studium arbeitete sie als Lehrerin an verschiedenen Schulen, unter anderem in der Schule einer Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie. Heute unterrichtet sie an einer Grundschule. Daneben schreibt sie seit einigen Jahren erfolgreich



© Isabelle Grubert/Random House

Kinder- und Jugendbücher. Mit ihren Büchern, die existentielle Probleme und Grenzerfahrungen von Jugendlichen aufgreifen, hat sie sich einen Namen als Autorin authentischer Themenbücher gemacht. Sie lebt mit ihrer Familie in Berlin.

4. THEMATISCHE EINORDNUNG

Themenkomplex Essstörungen

Essstörungen zählen zu den häufigsten psychosomatischen Erkrankungen in der westlichen Gesellschaft. Sie äußern sich in einem gestörten Verhältnis zum eigenen Körper. Fast immer haben diese Erkrankungen gravierende gesundheitliche, seelische und soziale Folgen, die sich lebensbedrohlich zuspitzen können. Im Wesentlichen unterscheidet man drei Hauptformen: Magersucht, Bulimie und Binge-Eating-Störung. Die Übergänge sind fließend und häufig kommen Mischformen vor. Allen gemeinsam ist ein erheblicher Suchtcharakter.

Der Höhepunkt des Spannungsbogens ist mit Sinas körperlichem Zusammenbruch erreicht. Das Scheitern der Psychiatriemaßnahmen markiert ihren seelischen Tiefpunkt. Erst als sie bereit ist, fachliche Hilfe anzunehmen, findet sie Zugang zu ihren Gefühlen. Dies wird auf der Textebene dadurch angezeigt, dass sich Wunsch und Wirklichkeit in Sinas Wahrnehmung mischen, bis schließlich keine Träume mehr „notwendig“ sind. Der offene Schluss bietet dem Leser die Chance, die Romanhandlung weiterzudenken und auf die eigene Lebenswirklichkeit zu übertragen. Im Anschluss weist die Autorin auf Informations- und Beratungsangebote für Menschen mit Essstörungen hin.

Magersucht (Anorexia nervosa) ist eine seelisch bedingte Essstörung, bei der die Betroffenen ihre Nahrung auf ein Minimum reduzieren, um rasch an Gewicht zu verlieren. Viele setzen weitere Maßnahmen ein: Sie gebrauchen Appetitzügler und/oder Abführmittel, bringen sich zum Erbrechen oder treiben extrem viel Sport. Die Gedanken sind eingeeignet, kreisen nur noch um die Themen Nahrung und Gewicht. Aufgrund ihrer starken Körperschemastörung nehmen die Betroffenen ihren Körper auch dann noch als zu dick wahr, wenn sie bereits unter starkem Untergewicht leiden.

Bulimie (Bulimia nervosa) kennzeichnet sich durch häufige Heißhungerattacken, gefolgt von selbst herbeigeführtem Erbrechen. Während der Essanfälle haben die Betroffenen das Gefühl, keine Kontrolle mehr über sich selbst zu haben. Danach erbrechen sie, um nicht zuzunehmen oder aus Scham über den Kontrollverlust.

Binge-Eating-Störung äußert sich in wiederkehrenden Essanfällen, bei denen die Betroffenen große Mengen zu sich nehmen, ebenfalls mit dem Gefühl von Kontrollverlust. Meist erfolgen keine Maßnahmen wie Sport oder Fasten. Die Betroffenen sind deshalb häufig übergewichtig.

Die Ursachen für seelisch bedingte Essstörungen liegen nicht in einer Ernährungsstörung. Die Gründe sind sehr individuell und vielschichtig. Neben psychosozialen Faktoren kann auch eine genetische Disposition zugrunde liegen. Oft wirken persönliche Eigenschaften mit, wie etwa besondere Einfühlsamkeit und hohe Sensibilität. Essstörungen können Lösungsversuche für tiefer liegende seelische Probleme oder Ersatz für verdrängte Gefühle und Bedürfnisse sein. Aber auch stummer Protest oder Ablehnung können sich in Essstörungen äußern.

Studien zufolge ist die Zahl der an Essstörungen Erkrankten in den letzten Jahren deutlich gestiegen. In Deutschland ist jeder fünfte Jugendliche gefährdet. In der Altersgruppe zwischen dreizehn und achtzehn Jahren leiden circa 3,9 Prozent der Mädchen und 1,6 Prozent der Jungen unter Essstörungen. In dieser Altersgruppe kommt Magersucht am häufigsten vor und wesentlich mehr Mädchen als Jungen sind betroffen. Allerdings wird diese Essstörung bei Jungen oft spät erkannt, denn Magersucht gilt immer noch als typisch weibliche Krankheit. Bis zu 15 Prozent der Erkrankten sterben, entweder durch Infektionen, Herzschwäche oder Suizid.²

Charakteristisch für Jugendliche mit Magersucht ist ihr mangelndes Selbstwertgefühl. Sie möchten den Erwartungen entsprechen, die andere (Eltern, Peergroup, Gesellschaft) an sie richten. Diese Jugendlichen kommen meist aus sehr behüteten Elternhäusern. Sie sind hoch sensibel für die Bedürfnisse anderer, finden jedoch nur schwer Zugang zu ihren eigenen Gefühlen. Viele haben eine große Angst vor Trennung, fürchten sich aber auch vor zu viel Nähe. Das Schlankheitsideal ist in ihrem Selbstkonzept tief verankert, und sie gehen davon aus, durch Dünnerwerden mehr Anerkennung, Zuwendung und Liebe zu bekommen.

Magersüchtige haben einen hohen Leistungsanspruch an sich selbst. Sie sind sehr ehrgeizig, häufig gehören sie zu den Besten in der Klasse. Das Streben nach Perfektion äußert sich ebenso in der enormen Selbstdisziplin, die das Abnehmen erfordert.

Die Kontrolle über den eigenen Körper gibt ihnen das Gefühl, selbstbestimmt, stark und unabhängig zu sein. Der hungrige, gierige Körper erscheint als Feind, der bekämpft und überwunden werden muss. Die Befriedigung darüber, die Bedürfnisse des Körpers im Griff zu haben, täuscht über tieferliegende emotionale Bedürftigkeit hinweg. Das führt rasch in einen Teufelskreis, denn weiteres Abnehmen kann die eigentlichen Bedürfnisse nicht stillen und jedes Zunehmen löst starke Ängste aus.

Im Verlauf der Erkrankung kapseln sich Magersüchtige immer mehr ab. Die willentliche Körperkontrolle geht verloren, ihr Leben wird zunehmend beherrscht von Angst, Depression und den biologischen Reaktionen durch die Mangelernährung. Für Außenstehende – aber oft auch für die Erkrankten selbst – erscheint ihr Verhalten widersprüchlich und befremdlich. Schwarz-Weiß-Denken und Gereiztheit nehmen zu, auch Suizidgedanken können auftauchen. Nur durch psychotherapeutische Hilfe kann der Teufelskreis durchbrochen werden.

² Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) <https://www.bzga-essstoerungen.de>

Gesundheitserziehung in der Schule

Die Lehrpläne aller Schulformen fordern, im Unterricht neben der Wissensvermittlung die Schüler in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen und ihnen zu ermöglichen, ihre individuellen Anlagen zu entdecken, zu entwickeln und zunehmend selbstbestimmt mit sich umzugehen. Im Prozess dieser möglichst freien und individuellen Entwicklung können Störungen auftauchen, die von Pädagogen beachtet werden müssen. Die Hilflosigkeit vieler Erwachsener im Umgang mit auffälligen oder problematischen Verhaltensmustern von Jugendlichen erklärt die Erwartungshaltung, Lehrer mögen ihre Schüler nicht nur fachlich unterrichten, sondern auch stärker erzieherisch betreuen. Eltern und Jugendliche haben – aus welchen Gründen auch immer – häufig Verständigungsschwierigkeiten.

Die familiären Bedingungen und sozialen Bindungen Jugendlicher sind heute oftmals andere als die der Eltern- und Lehrgeneration. Fehlende Erfahrungen mit festen Bindungen bei gleichzeitig erhöhtem Leistungs- und Konsumdruck sind gesellschaftliche Vorgaben, auf die eine wachsende Zahl von Jugendlichen gesundheitlich besorgniserregend reagiert. Neben erhöhter Risikobereitschaft bis zur Selbstgefährdung diagnostizieren Soziologen, Psychologen und Mediziner eine große Bandbreite psychosomatischer Störungen und Auffälligkeiten schon im Kindesalter.

Die Behandlung von Suchterkrankungen gehört eindeutig in das Arbeitsfeld professioneller Therapeuten. Überengagierte Pädagogen und Laien können mit vorschnellen Rückschlüssen und Handlungen selbst Schaden anrichten. Daher kann es auch im Bereich der Essstörungen für die Schule nur darum gehen, Schüler zu informieren und zu sensibilisieren, um Suchtgefahren erzieherisch vorzubeugen. Hilfreich für primär und sekundär Betroffene sind transparente Strukturen in und außerhalb von Schulen, die Kontakte vermitteln und vernetzt arbeiten.

Chancen und Grenzen schulischer Intervention

Allein über kognitive Wissensvermittlung können Verhaltensmuster nicht beeinflusst werden. Erfolgreiche Präventionsarbeit setzt das Anknüpfen an die

Alltagserfahrung der Jugendlichen, an ihre Wertvorstellungen und persönlichen Einstellungen voraus.

Bei der Behandlung des Themas Essstörungen im Klassenverband stoßen Fachlehrer an klare Grenzen, die von den Schülern gezogen werden – vor allem, wenn diese aktuell betroffen sind. Vor der Gruppe werden Probleme kaum ausgebreitet. Praxistaugliche Ansätze für gesundheitserzieherische Arbeit liegen daher eher in fachübergreifenden Projekten. Nur wenn zwischenmenschliche Beziehungen positiv erlebt werden, besteht die Chance, dass Schüler Bereitschaft entwickeln, sich zu öffnen, Fragen zu stellen und Beratung anzunehmen.

Viele Schulen haben bereits im Bereich der Drogenprävention langjährig Strukturen für Suchtvorbeugung aufgebaut, die sich auch auf die Gesundheitserziehung übertragen lassen. Zu empfehlen ist auf jeden Fall die aktive Beteiligung von außerschulischen Partnern.

Bei der Planung von Projekttagen sollten vor allem Möglichkeiten gesucht werden, den Jugendlichen die externen Angebote vorzustellen, die als Anlaufstelle für Beratung auch vor Ort für Schüler (allein) erreichbar sind. Ideal ist hier eine Kooperation mit kommunalen Einrichtungen sowie engagierten Ärzten und Ernährungsexperten.

Neben der engen Orientierung an den Bedürfnissen der Schüler bietet ein Schulprojekt auch die Chance für die notwendige Zusammenarbeit mit den Eltern. Ein Elternabend im Anschluss an die Projekttag ermöglicht beispielsweise, Beratungsnetzwerke für Eltern und Jugendliche vorzustellen, und ist zugleich eine gute Gelegenheit, Kontakte und Aktivitäten innerhalb der Schulgemeinde zu fördern.

Quellen/Sachliteratur (auch für Jugendliche):

Baack, Sylvia: Essstörungen. Was Eltern und Lehrer tun können. Bonn 2007.

Bauer, Joachim: Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern. Frankfurt a. M. 2010.

Bundesfachverband Essstörungen (BFE) <https://www.bundesfachverbandessstoerungen.de>

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) <https://www.bzga-essstoerungen.de>

Gerlinghoff, Monika; Backmund, Herbert: Der heimliche Heißhunger. Wenn Essen nicht satt macht. München 2004.

Claude-Pierre, Peggy: Der Weg zurück ins Leben. Magersucht und Bulimie verstehen und heilen. Frankfurt a. M. 1998.

Jacobi, Corinna; Paul, Thomas; Thiel, Andreas: Essstörungen. Göttingen 2004.

Nolte, Anke: Essstörungen. Hilfe bei Anorexie, Bulimie und Binge-Eating. Berlin 2013.

Seyfahrt, Kathrin: SuperSchlank!? Zwischen Traumfigur und Essstörungen. München 2000.

Simchen, Helga: Essstörungen und Persönlichkeit. Magersucht, Bulimie und Übergewicht. Warum Essen und Hungern zur Sucht werden. Stuttgart 2016.

5. DAS BUCH „DANN BIN ICH EBEN WEG“ IM UNTERRICHT

Einsatzmöglichkeiten

Das Buch eignet sich zum Einsatz in den Fächern Deutsch, Sozialkunde/Gemeinschaftskunde, auch in Fächerkombinationen oder fächerübergreifenden Projekten mit Beteiligung der Fächer Biologie, Psychologie, Sport und Ethik. Es können kreative Arbeiten angeschlossen werden, die eine weiterführende Auseinandersetzung mit der Thematik ermöglichen, wie etwa Schreib- oder Kunstprojekte.

Der Roman bietet sich sowohl als Plattform als auch als thematischer Schwerpunkt für eine Teilgruppe in einem Schulprojekt oder Workshop-Programm an. Im Rahmen der Thematik Gesundheitserziehung und Suchtverhalten ist die Lektüre ein Beitrag zur Prävention.

Hinweise zur Rezeption

Sehr viele Mädchen und Jungen im Pubertätsalter hadern mit ihrem Gewicht. In dieser Phase ist eine verzerrte Körperwahrnehmung nicht ungewöhnlich. Beim Blick in den Spiegel halten auch Schlanke sich oft für zu dick. Und niemand, der nur mal ein paar Pfunde „abspecken“ möchte und eine Diät beginnt, denkt dabei an Suchtpotenzial.

Hier zeigt Sinas Geschichte eindrücklich, dass die Selbsteinschätzung erheblich täuschen kann. Dennoch könnte die Schilderung des rauschhaften Hungergefühls für Jugendliche in einer ähnlichen Situation wie Sina verlockend wirken, das Hungern selbst auszuprobieren. Dann besteht die Gefahr, dass die eigentlich abschreckenden Auflistungen der Essensmengen als Anleitung wirken, auch wenn dieser Effekt durch die Schilderung der Folgen rückgängig

gemacht wird. Sinas „beste“ Tricks, das Essen zu vermeiden, werden (wohlweislich) im Buch erst nach dem körperlichen und psychischen Zusammenbruch beschrieben.

Wahrscheinlich schließen die meisten Schüler erst einmal aus, dass sie selbst eine Magersucht entwickeln könnten. Für interessierte Jugendliche ist der dramatische Handlungsverlauf sicher sehr fesselnd – für primär oder sekundär Betroffene kann diese Form der Darstellung sowohl entlastend als auch belastend sein. Daher verlangt die Besprechung des Buches im Unterricht viel Sensibilität und Empathie aufseiten der Lehrperson.

Ob bei einer Schülerin oder einem Schüler eine Essstörung vorliegt, ist für Lehrer und andere Außenstehende oft schwer zu erkennen. Sinas Geschichte zeigt zwar einen Lösungsweg auf, aber akut Betroffene werden aufgrund ihrer gestörten Selbstwahrnehmung die Dringlichkeit kaum auf sich selbst beziehen. Bei Verdachtsmomenten sollte die Lehrperson nicht abwarten, sondern sich mit Kollegen beraten und die Eltern ansprechen. Auch der schulpsychologische Dienst kann beteiligt werden.

Methodisch-didaktische Aspekte

Um eine reflektierte Rezeption zu fördern, empfiehlt es sich, den Schülern bereits vor der Lektüre Sachinformationen über Essstörungen zu vermitteln. Dadurch können sie Sinas Weg von Anfang an als „Experten“ begleiten und bewusst Faktoren wahrnehmen, die sonst nur in der Rückschau erkennbar sind.

So zeigen sich Sinas unrealistische Wahrnehmung und ihr Rückzug aus Beziehungen deutlich als Indizien

ihres Suchtverhaltens. In Identifikation mit Sina können die Schüler den Verlauf emotional nachvollziehen, mit eigenen Erfahrungen verbinden und verstehen, wie leicht jemand – auch sie selbst – in den Sog einer Magersucht geraten kann. Zudem werden den Schülern auch schützende Faktoren bewusst, dazu gehören die Auseinandersetzung mit Gruppenzwängen, die Reflexion eigener Bedürfnisse und ein autonomes Selbstwertgefühl. Darüber hinaus erkennen gefährdete Jugendliche, dass sie mit ihren Problemen und Nöten nicht allein sind. Das Buch macht Jugendlichen mit Essstörungen Mut, sich rechtzeitig Hilfe zu holen.

Bei der Besprechung des Romans werden Teilaspekte problem- und handlungsorientiert näher beleuchtet. Die Jugendlichen sollen zu eigenen Stellungnahmen angeregt werden. Neben dem schriftlichen Ausdruck fördert vor allem das kommunikative Erarbeiten der Thematik im offenen und/oder moderierten Unterrichtsgespräch das kognitive und emotionale Verstehen. Dabei sollten Selbstreflexion und Förderung der Autonomie im Vordergrund stehen. Die Schülerarbeitsphasen sollten möglichst oft in Partner- oder Gruppenarbeit erfolgen. Das Romaneschehen stellt eine emotionale Herausforderung dar, die durch kreativ-künstlerische und assoziative Techniken leichter bewältigt werden kann. Das selbstständige Erstellen von Mindmaps ist eine geeignete Methode, um inhaltliche Beziehungsgefüge zu verdeutlichen und das Verstehen von Sinnzusammenhängen zu fördern.

Vertiefung der Thematik

Nach der Romanbesprechung können vertiefende Aufgaben angeschlossen werden. Aufgrund der Realitätsnähe der Geschichte ergibt sich eine Fülle thematischer Anknüpfungspunkte für die Behandlung des Themas Essstörungen. In Projektgruppen können folgende Schwerpunkte bearbeitet werden:

Gesellschaftliche Einflüsse:

- ➔ mediale Vermittlung gesellschaftlicher Leitbilder von Körperkult und Attraktivität
- ➔ Idealvorstellungen des menschlichen Körpers in unterschiedlichen Kulturen
- ➔ Wandel der „Traumfrau“ im Spiegel der Mode

Ernährung und Persönlichkeit:

- ➔ Sind Dicke gemütlicher? – Zusammenhang von Körper und Persönlichkeit
- ➔ Wenn das Aussehen das Ansehen in der Gruppe bestimmt.
- ➔ Was hat Essen mit Gefühlen zu tun?
- ➔ Ist Hungern weiblich? – Geschlechtsspezifisches Rollenverhalten und Problemlösungsstrategien

Info-Ecke:

- ➔ „Fitness-Führerschein“: Bescheid wissen, wenn es um Sport und gesunde Ernährung geht
- ➔ „Hungern ist mein Freund!“: Welche Rolle spielt die Sucht?
- ➔ „Sei verrückt. Sei du selbst!“: Therapieformen und Wege aus der Sucht

Im Anschluss kann die Gruppe einen Erfahrungsbericht zu der Lektüre auf die Webseite der Schule stellen. Mit ihrem erworbenen Wissen können die Schüler eine Kampagne zur Sensibilisierung und Aufklärung über Essstörungen gestalten.

Fächerübergreifende Integration gesundheitserzieherischer Aspekte

Kunst: Geschichte der Mode – Schönheitsideale im Wandel der Zeit

Biologie: Entwicklung des Körpers – Bedeutung der Ernährung – Neurobiologie

Chemie: Nahrungsmittelchemie – Wirkung von Drogen – neuronale Botenstoffe

Sport: Körperwahrnehmung – Bewegung – Fitness – Risikogesellschaft

Sozialkunde/Politik: Körperkult und Marketing – Mediale Leitbilder – Esskultur

Deutsch: Suchtgeschichten („Dann bin ich eben weg“) – Interviews mit Betroffenen

Ethik: Selbstwertgefühl – Selbstverantwortung – Liebe und Toleranz – Persönlichkeit

6. LESETAGEBUCH/PORTFOLIOARBEIT

Jeder Schüler legt eine Mappe an, in der Arbeitsblätter, weiteres Material und eigene Arbeiten gesammelt werden. Das Lesetagebuch kann auch als Wandtafel (Tapetenrolle) in der Klasse gemeinsam erstellt werden. Auf diese Weise können Lektüre und Besprechung im Unterricht parallel geführt werden. Durch Verwendung verschiedener Farben lassen sich Abläufe und Zusammenhänge übersichtlich darstellen.

Anleitung für die Schüler: Notiere zu jedem Kapitel einige Stichworte zum Inhalt. – Finde Überschriften für die Kapitel. – Schreibe Textstellen, die du wichtig findest, mit Angabe der Seitenzahl heraus. Notiere dazu auch, was dir auffällt oder was du nicht verstehst. – Füge der Mappe eigene Arbeiten hinzu, wie zum Beispiel: Mindmaps, Collagen, Zeichnungen, Gedichte, Zeitungsausschnitte, Fotokopien oder Ausdrucke.

7. ARBEITSBLÄTTER

Die Arbeitsblätter können direkt in der Lerngruppe eingesetzt werden. Für die Lehrkraft sind Lösungen verfügbar, die auch didaktische Anregungen, Anschlussaufgaben und Denkanstöße enthalten. Die dargestellten Lösungen sind Vorschläge, meist werden mehrere Antworten genannt. Die Belege durch Zitate in den Lösungsbögen sind, wenn nicht explizit durch die Fragestellungen gefordert, vor allem eine Hilfestellung für die Lehrkraft. Die insgesamt 21 Arbeitsblätter begleiten die Lektüre kapitelweise.

Sie enthalten sowohl einfache Fragen zum Inhalt als auch Aufforderungen zur Reflexion komplexer Zusammenhänge.

Zur Vertiefung der Thematik sind Blätter hinzugefügt, die eine persönliche Auseinandersetzung ermöglichen und zur Selbstreflexion anregen. Das Material kann schwerpunktartig eingesetzt werden, zur schriftlichen wie zur mündlichen Bearbeitung.

ÜBERSICHT DER ARBEITSBLÄTTER

- | | | | |
|-------|---|-------|--|
| AB 1 | Vor der Lektüre | AB 11 | In einer dunklen Höhle |
| AB 2 | „Schon wieder essen!“ (Lektüre bis S. 15) | AB 12 | Zusammenbruch (Lektüre bis S. 124) |
| AB 3 | „Du hättest wenigstens anklopfen können.“ | AB 13 | „Ich will hier raus!“ (Lektüre bis S. 144) |
| AB 4 | „Ihr werdet euch noch wundern.“
(Lektüre bis S. 23) | AB 14 | Spaghetti Bolognese (Lektüre bis S. 153) |
| AB 5 | Kalorien (Lektüre bis S. 34) | AB 15 | Haus Schmetterling (Lektüre bis S. 163) |
| AB 6 | Ein Glückstag (Lektüre bis S. 44) | AB 16 | Gefühle (Lektüre bis S. 174) |
| AB 7 | „Und jetzt lass mich in Ruhe.“
(Lektüre bis S. 55) | AB 17 | Nein sagen |
| AB 8 | Selbstdisziplin (Lektüre bis S. 77) | AB 18 | Neue Wege (Lektüre bis S. 187) |
| AB 9 | „Jetzt auch noch Oma.“ (Lektüre bis S. 87) | AB 19 | Sinas Geschichte |
| AB 10 | „Wir machen uns alle Sorgen um dich,
Sina.“ (Lektüre bis S. 106) | AB 20 | Wie geht es dir? |
| | | AB 21 | Meine Meinung zu dem Buch |

NAME _____

DATUM _____

Vor der Lektüre

1. Schau dir das Cover des Buches an. Wie wirkt das Bild auf dich? Was fällt dir zu dem Titel ein? Schreibe auf, was dir spontan durch den Kopf geht.

2. Lies den Klappentext auf der Rückseite. Welche Fragen und Erwartungen hast du an das Buch? Notiere, was du denkst, vermutest, hoffst, erwartest ...



NAME _____

DATUM _____

„Schon wieder essen!“

Lies im Buch bis Seite 15.

1. Wo und wann spielt die Handlung?

Ort der Handlung: _____

Zeit der Handlung: _____

2. In welcher Form wird erzählt?

Erzählperspektive: _____

Zeitform: _____

3. Was wird in einer anderen Schriftart beschrieben? Kreuze die richtige Antwort an.

Sinas Gedanken und Wunschträume

Kommentare einer anderen Person

4. Was geschieht an diesem Tag? Ergänze die Sätze, dabei helfen dir die Auswahlwörter.
Die Buchstaben hinter den richtigen Wörtern ergeben ein Lösungswort.

Sina fährt mit ihren _____ und ihrem Bruder _____ zu ihren _____, weil ihr _____ Geburtstag hat. Sina zieht die coole _____ an, die ihre beste Freundin _____ ihr geschenkt hat. Beim Blick in den _____ ist Sina unzufrieden mit ihrer _____, sie wäre gerne _____.

Auswahlwörter: Bett (P) – Bruder (Z) – größer (T) – dünner (K) – Eltern (G) – Fabian (D) – Felix (E) – Figur (C) – Frisur (O) – Großeltern (S) – Jacke (D) – Jeans (H) – Lena (J) – Melli (M) – Nachbarn (B) – Opa (C) – Spiegel (A) – Schrank (N)

Das Lösungswort lautet: _____

NAME _____

DATUM _____

„Du hättest wenigstens anklopfen können.“

1. Lies das Gespräch zwischen Sina und ihrer Mutter in Sinas Zimmer.

Wie findest du das Verhalten der Mutter? Unterstreiche in dem Kasten unten einige Adjektive, die deiner Meinung nach auf die Mutter zutreffen. Ergänze, wenn dir weitere Adjektive einfallen, die passen.

kontrollierend – einfühlsam – bestimmend – umsorgend – vorwurfsvoll – achtsam – unzufrieden – respektlos – aufmerksam – zugewandt – gleichgültig – dominant – herzlich – missachtend – wertschätzend –

In ihrem Traum beschreibt Sina eine „andere“ Mutter. Kreise einige Adjektive ein, die ausdrücken, was Sina sich von ihrer Mutter wünscht.

2. Sina sagt: „Ich platze auch nicht einfach herein, wenn du dich im Schlafzimmer anziehst.“ (S. 8) Wie reagiert die Mutter darauf?

3. Bevor die Familie losfährt, ruft die Mutter noch einmal zum Essen.

Sina sagt:

„Felix kann meinetwegen essen.
Ich möchte nichts.“

Die Mutter schüttelt den Kopf:

„Da müht man sich ab und kocht für euch und hinterher kann man die Hälfte wegschmeißen. Aber das verstehst du wahrscheinlich erst, wenn du selber Kinder hast, die dir auf der Nase herumtanzen.“

Wie interpretiert die Mutter Sinas Absage?

Warum isst Sina die Suppe dann doch?



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____

DATUM _____

„Ihr werdet euch noch wundern.“

Lies im Buch bis Seite 23.

1. Was bringt Sina zu dem Entschluss, eine Diät zu machen?

Schreibe in die Kästen, was Sina auf der Familienfeier hört und erlebt.

„Ich werde eine Diät machen,
das schwöre ich euch!“

2. Warum sagt Sina ihrer Mutter nichts von Onkel Erichs sexistischem Übergriff?



Sprecht darüber in der Gruppe.

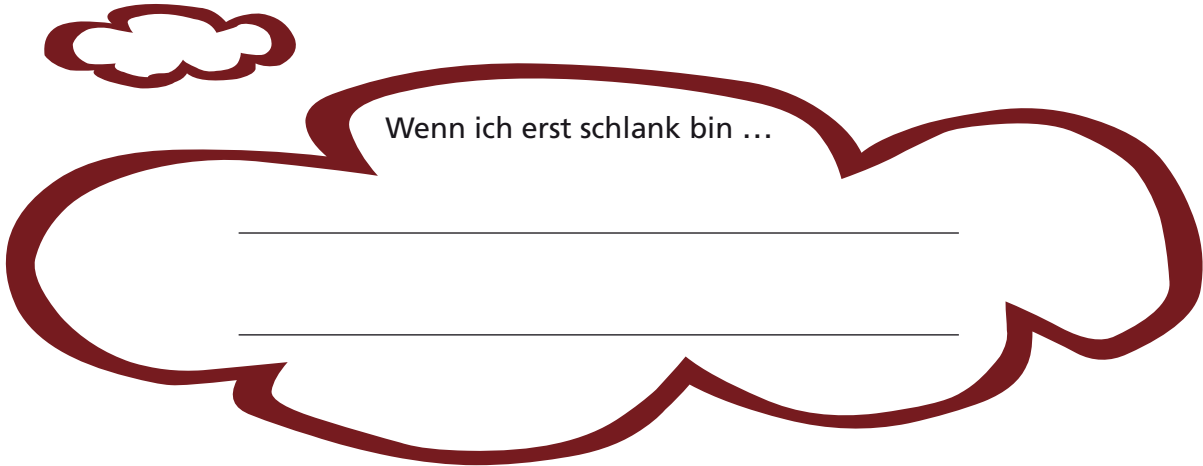
NAME _____

DATUM _____

Kalorien

Lies im Buch bis Seite 34.

1. Welche Hoffnungen verbindet Sina mit dem Schlanksein? Schreibe Sinas Gedanken in die Denkblase. Nenne dazu die Seite, auf der die Stelle im Buch steht.



2. Wie reagieren die anderen darauf, dass Sina eine Diät machen will?

Sinas Mutter _____

Melli _____

Tina _____

3. Sina sucht in ihren Modezeitschriften nach Diättipps.

Auf der Titelseite des zweituntersten Heftes strahlt mir eine gertenschlanke junge Frau entgegen, die braun gebrannt im leuchtend weißen Bikini scheinbar schwerelos einen menschenleeren Strand vor tiefblauem Himmel entlanghüpft. „In 21 Tagen zur Traumfigur“, steht da. „Nur 800 Kalorien täglich – ohne zu hungern.“ (S. 33)

Denkst du, dass Sina hier zuverlässige Informationen findet?



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____

DATUM _____

Ein Glückstag

Lies im Buch bis Seite 44.

In den folgenden Sätzen fehlen einige Wörter. Schreibe diese Wörter im Kreuzworträtsel in die waagerechten Zeilen hinter die jeweilige Zahl.

Wenn du die richtigen Wörter gefunden hast, ergibt die senkrechte Spalte mit dem Pfeil ein Lösungswort.

Beim Turnen am **4** bekommt Sina eine Zwei.

Mit neuen Klamotten wird **12** glatt noch zu meinem Lieblingsfach, denkt sie.

Melli kauft sich einen super **3**.

Im **2** erkennt Sina sich selbst fast nicht mehr wieder.

Sinas neues **1** passt perfekt zu ihrer Augenfarbe **5**.

Ihre Augen sind fein mit **8** umrandet und ihr Lipgloss schmeckt nach **9**.

Unten im Haus, in dem Fabio wohnt, betreibt sein Vater einen **10**.

Die Mutter und Felix starren Sina an, als wäre sie ein **6**.

Abends im Bett spürt Sina ein **7** im Bauch, **11** raubt ihr den Schlaf.

ü = ue

Das Lösungswort lautet: _____

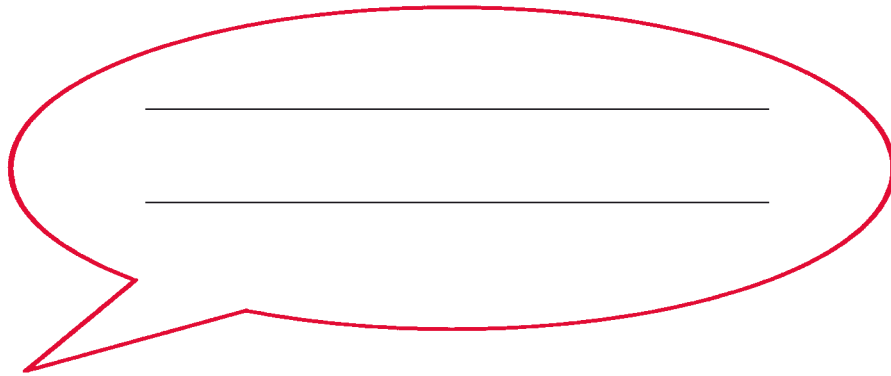
NAME _____

DATUM _____

„Und jetzt lass mich in Ruhe.“

Lies im Buch bis Seite 55.

1. „Als ob Sport das Wichtigste am Schwimmengehen wäre!“ (S. 50) Melli verdreht die Augen. Was meint sie damit? Schreibe in die Sprechblase, was Melli zu Sina sagen könnte.



3. Wie geht es Sina an diesem Abend? Notiere deine Gedanken zu der folgenden Textstelle.

Durch die Wand höre ich leise die Stimmen von Mama, Papa und Felix, sie reden und lachen miteinander. Ich bin allein. Aber durch das Hungern jetzt wiege ich morgen bestimmt noch weniger als heute und dann kann ich auch wieder einmal abends etwas essen. Und beim Frühstück und mittags sowieso. (S. 51)



Sprecht darüber in der Gruppe.

4. „Was habe ich nur getan?“ (S. 53) Warum hat Sina ein schlechtes Gewissen?
Kreuze die richtige Antwort an.

- Weil sie ihre Mutter angelogen hat.
- Weil Hungern ungesund ist.
- Weil sie etwas gegessen hat.

NAME _____

DATUM _____

Selbstdisziplin

Lies im Buch bis Seite 77.

1. Wie reagiert Sina auf Fabios Einladung in die Disco? Beschreibe stichwortartig Sinas wechselnde Gefühle.

„Du siehst echt gut aus.“

2. In welcher Weise hat sich Sinas Verhalten verändert? Belege deine Antwort mit Textstellen.

Gegenüber ihrer Familie: _____

Gegenüber Melli: _____

3. Was hältst du davon, dass Melli in der folgenden Textstelle klare Worte mit Sina redet? Begründe deine Meinung.

„Du warst wieder schwimmen, anstatt wenigstens einigermaßen pünktlich zu meiner Fete zu erscheinen. Total verrückt. Du bist ja schon richtig besessen von deinem Sportfimmel und dem Abnehmtheater. Kein Mensch findet dich zu dick. Pass lieber auf, dass du nicht irgendwann zu dünn wirst!“ (S. 75)

NAME _____

DATUM _____

„Jetzt auch noch Oma.“

Lies im Buch bis Seite 87.

1. Warum denkt Sina panisch, von einer Pizza wieder fett geworden zu sein?

2. Welche körperlichen Folgen zeigen sich bei Sina? Und was meint Sina dazu?

Symptome:

So reagiert Sina:

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

3. Sina ist verzweifelt:

Kein Schwein interessiert sich doch für meine Persönlichkeit, für das, was ich denke und fühle, wonach ich mich sehne, wovor ich Angst habe. Nur wie viel ich esse, ist denen wichtig! Das ist doch krank, einen Menschen nach der Menge der verzehrten Nahrung zu beurteilen! Ich halte das alles nicht mehr aus! (S. 85)

Wie ist deine Meinung dazu?



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____

DATUM _____

„Wir machen uns alle Sorgen um dich, Sina.“

Lies im Buch bis Seite 106.

1. Sinas Mutter und Oma sind stolz auf Sinas Zeugnis. „Solche Traumnoten schafft nun mal nur ein stabiler, gesunder junger Mensch.“ (S. 94) Warum verteidigt die Mutter Sina?

2. In welcher Weise wird Sina von anderen mit ihrem Zustand konfrontiert?

Die Mitschüler _____

Der Klassenlehrer Herr Winter _____

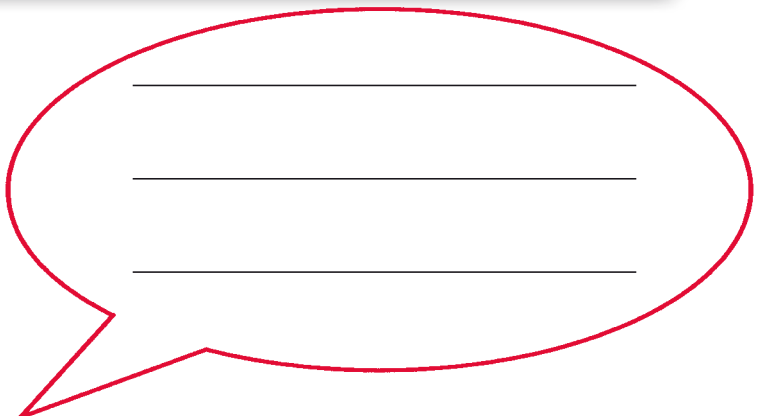
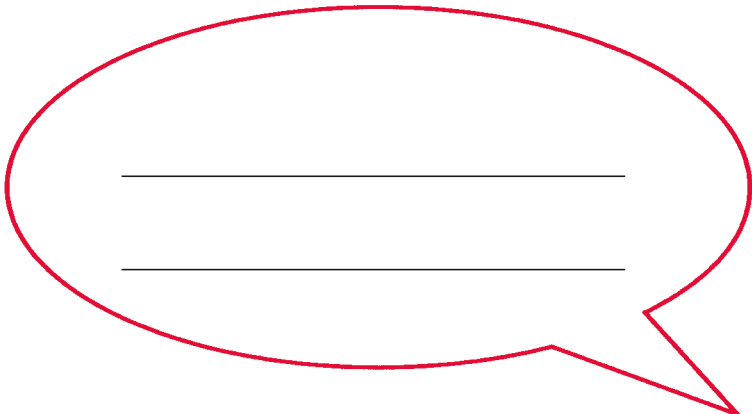
Fabio _____

Melli _____

Die Mutter _____

3. Stell dir vor, die Mutter hätte Sina in der folgenden Textszene tatsächlich in die Arme genommen. Was könnten die beiden danach einander sagen?

„Mein Gott, Sina!“, flüstert sie und hält sich die Hand vor den Mund. „Du bist ja noch dünner geworden. Was machst du denn nur?“ In ihren Augen scheint Traurigkeit auf, Mitgefühl, Zärtlichkeit und Wärme. Sie streckt ihre Hände nach mir aus. Am liebsten möchte ich mich in ihre Arme fallen lassen und hören, dass alles wieder gut wird. Meine Mama. (S. 103)



NAME _____

DATUM _____

In einer dunklen Höhle

5 Ich sitze allein in einer dunklen Höhle. Die Wände um mich herum sind kalt, von der Decke fallen leise und regelmäßig Wassertropfen auf meinen Kopf und rinnen mir übers Gesicht. Denkt nur nicht, es wären Tränen, ihr da draußen, die ihr mein Versteck umringt, um mir aufzulauern. Ruft doch, schreit und beschimpft mich nur, ihr kriegt mich nicht! Ihr wollt mich einfangen, mich besitzen, mich kontrollieren, damit ich brav alle eure Wünsche und Erwartungen erfülle, damit ihr stolz sein könnt auf euer Eigentum. Aber seht ihr nicht, dass ich längst geflohen bin?

10 Die Luft hier drinnen ist muffig und wird bald knapp, aber es ist immer noch mehr, als ihr mir zum Atmen lassen würdet, sobald ich wieder draußen wäre. Ich komme nicht raus. Ich werde nicht zulassen, dass ihr mich wieder vollstopft mit dem, was ihr Essen nennt und was in Wirklichkeit nichts anderes ist als eure Wege, die ich gehen soll, eure Ziele, die ich für euch erreichen soll, angepasstes Verhalten, das ich zeigen soll. Damit ihr weiter glauben könnt, es wäre alles in Ordnung.

15 Ja, ruft nur nach mir in eurer ohnmächtigen Wut, trommelt mit Fäusten gegen den Ort meiner Zuflucht, dieses Mal werdet ihr ihn nicht zum Einstürzen bringen. Meine Zähne schlagen vor Kälte aufeinander, aber hier ist es immer noch wärmer als draußen bei euch. Meine Arme sind wie die eines Skeletts, wenn ich sie um mich schlinge, aber eure sind noch härter, weil sie mich nicht halten, sondern erdrücken. Nahrung ist Liebe und Liebe ist Nahrung, und solange das in eurer Welt keiner begreift, bleibe ich hier, allein mit mir und meinem Hungerstreik. Ich bin gefangen, aber immer noch freier als bei euch. (S. 100f.)

20

1. Wie wirkt der Text auf dich?

2. Unterstreiche Textstellen, die du besonders ausdrucksstark findest.

3. Wie fühlt Sina sich mit ihrem Hungerstreik? Was setzt sie bei diesem Kampf auf Spiel?



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____ DATUM _____

Zusammenbruch

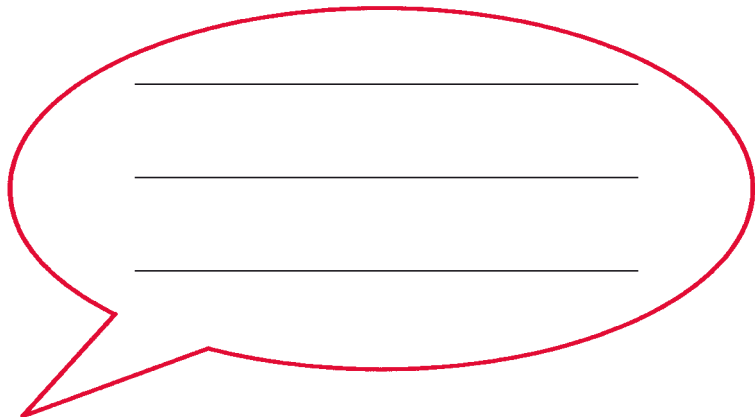
Lies im Buch bis Seite 124.

1. Was geschieht mit Sina im Schwimmbad? Ergänze die Sätze:

Nach dem Schwimmen erleidet Sina einen _____ und bricht bewusstlos zusammen. Sie hat hohes Fieber, vielleicht eine _____. Der Notarzt meint, dass Sinas schlechter _____ eine akute Folge von Magersucht ist. Ihr _____ ist extrem geschwächt. Sina wird sofort ins _____ gebracht.

Der medizinische Fachbegriff für Magersucht ist _____.

2. Wie fühlt Sina sich im Krankenhausbett? Schreibe aus Sinas Sicht.



3. Was sagen Doktor Seefeld und Schwester Monika über die Krankheit Magersucht? Nenne Informationen, die für Sina neu sind.

NAME _____

DATUM _____

„Ich will hier raus!“

Lies im Buch bis Seite 144.

1. Sina wendet weiter ihre Tricks an. Denkst du, dass ihr egal ist, ob sie stirbt?

2. Wohin kommt Sina nach ihrem Krankenhausaufenthalt?

3. Warum soll Sina erst einmal auf der geschlossenen Station bleiben?

4. Sina isst viel und nimmt an Gewicht zu. Macht sie bei der Therapie freiwillig mit? Belege deine Antwort mit einer Textstelle.

5. Sina fühlt sich schlecht, weil die Familie ihretwegen keinen Sommerurlaub gemacht hat. Wie denkst du darüber?



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____

DATUM _____

Spaghetti Bolognese

Lies im Buch bis Seite 153.

1. Warum kocht Sina für die Familie? Kreuze an, was deiner Meinung nach zutrifft.

- Sie will sich nicht verwöhnen lassen.
- Sie hat Tatendrang und es macht ihr Spaß zu kochen.
- Sie möchte ihrer Mutter und Felix eine Freude machen.
- Sie freut sich, wieder mit den anderen zusammen Mittag zu essen.
- Sie kann dabei besser tricksen, um weniger zu essen.

2. Lies den folgenden Textauszug. Hat Sina ihre Magersucht im Griff? Begründe deine Antwort.

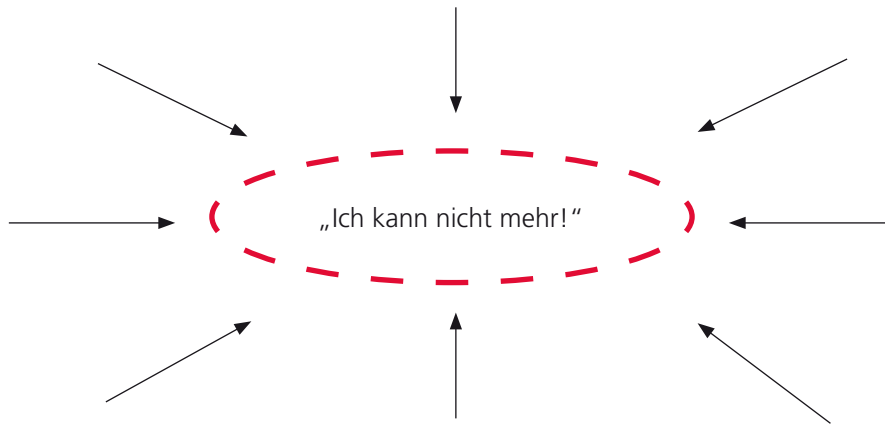
Ich bin so kaputt, denn ich mache das ja nicht nur heute so, sondern schon seit Wochen, jeden Tag, ich muss das alles schaffen, dazu jeden Nachmittag für die Schule lernen, stundenlang, ich will meine Zeit nicht einfach verplempern, nicht nutzlos auf der Welt sein, wozu bin ich überhaupt auf der Welt? Ich kann nicht mehr!
(S. 152)

NAME _____

DATUM _____

Spaghetti Bolognese Fortsetzung

3. Was quält Sina? Notiere Stichwörter oder kurze Sätze zu den Pfeilen.



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____

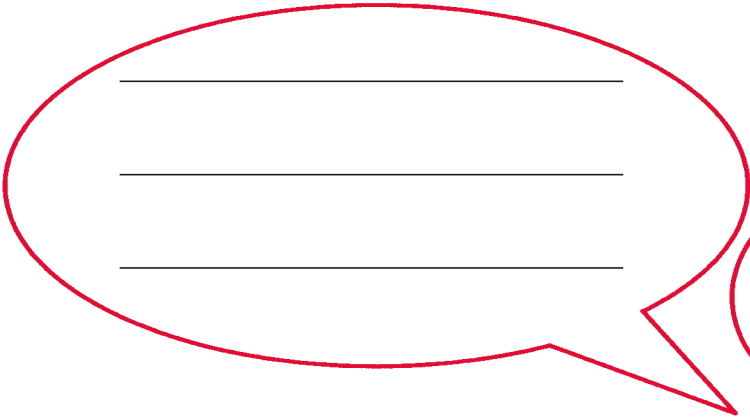
DATUM _____

Haus Schmetterling

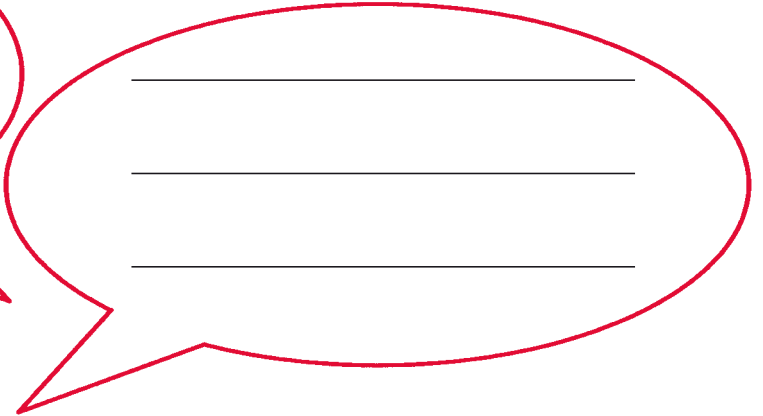
Lies im Buch bis Seite 163.

1. „Ich möchte mit dir reden.“ (S. 154) Was ist in diesem Gespräch anders als früher?

Die Mutter spricht aus, was in ihr vorgeht:



Und Sina kann sich eingestehen:



2. Was ist im Haus Schmetterling anders als in einer „normalen“ Klinik?

3. Was trägt dazu bei, die Magersucht zu überwinden? Schreibe die Sätze zu Ende:

Für die Jugendlichen ist es eine ganz wichtige Erfahrung, einmal _____

Die Jugendlichen lernen, wie sie wieder neuen Zugang zu einem gesunden _____

NAME _____

DATUM _____

Gefühle

Lies im Buch bis Seite 174.

1. Welche Erfahrungen tun Sina gut?

In der Wohngemeinschaft: _____

In den Therapiegesprächen: _____

2. Warum kostet das Rollenspiel Sina viel Kraft? Schreibe die Sätze zu Ende:

Sina hat vorher noch nie _____

Zum ersten Mal schafft Sina es, _____

3. Sinas Körpergefühl kommt zurück. Was sieht sie beim Blick in den Spiegel?

4. Woran erkennst du, dass Sina Kontakt zu ihren Gefühlen bekommt?



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____ DATUM _____

Nein sagen

1. Kannst du laut und deutlich Nein sagen, wenn du dich schlecht behandelt fühlst? Warum braucht es einigen Mut, solche Gefühle zu äußern?

2. Schreibe zu dem Wort „Mut“ neue Begriffe, die mit dem jeweiligen Buchstaben beginnen und inhaltlich dazu passen.

M _____

U _____

T _____

3. Jeder Mensch bestimmt selbst, was für ihn/sie verletzend ist und wo die Grenzen sind. Erstelle eine Mindmap zum Thema Selbstbestimmung.

Stell dir dabei die Fragen: Was schützen diese Grenzen? Was kann ich tun, wenn meine Grenzen verletzt werden?

„NEIN!“



Sprecht darüber in der Gruppe.

NAME _____

DATUM _____

Neue Wege

Lies im Buch bis Seite 187.

1. Warum üben Sina und Frau Cordes ein Mutter-Tochter-Gespräch im Rollenspiel?

2. In dem Rollenspielgespräch finden sich viele gute Tipps, wie Konflikte gar nicht erst eskalieren. Was macht Sina anders und warum gelingt es besser als früher? Notiere, was dir in diesem Gespräch auffällt.

3. Zusammen mit Janine gründet Sina eine Mädchenband – ihr größter Traum. Was hat sich für Sina verändert und wie sieht ihr Leben jetzt aus? Schreibe aus Sinas Sicht.

Wenn ich singe, _____

Nach den Osterferien _____

Mit Melli _____

Meine Figur _____

Mein Leben _____

NAME _____ DATUM _____

Sinas Geschichte

1. Hat Sinas Geschichte deine Achtsamkeit für dich selbst und deinen Körper verändert?

2. Stell dir vor, dass Sina und Melli sich nach den Osterferien wieder treffen. Worüber sprechen die beiden? Skizziere ein Gespräch zwischen Sina und Melli.

3. Schreibe einen persönlichen Brief an Sina.

Hallo Sina,

NAME _____

DATUM _____

Wie geht es dir?

Essen und Trinken ist etwas ganz Alltägliches, es gehört zu den Grundbedürfnissen des Menschen. Und jeder Mensch weiß intuitiv, wie man richtig isst, wenn er geboren wird. Erst später kommen die Essensregeln. Wenn eine Diät den Körper „modellieren“ soll, gerät das sinnlich-intuitive Essverhalten schnell aus dem Gleichgewicht.

Wie gehst du mit deinen Bedürfnissen um?

Genießt du dein Essen? Lässt du dir Zeit dabei? Freust du dich auf gemeinsame Mahlzeiten?

Hat Essen auch für dich manchmal eine Ersatzfunktion? Wenn ja, welche? Was wären in dem Moment wirklich deine Wünsche?

Esstörungen sind keine Ernährungsstörungen. Die Gründe für zwanghaftes Essverhalten können sehr vielschichtig sein. Magersucht beherrscht das Leben nicht nur der Betroffenen, sondern auch der Angehörigen und Freunde, die hilflos daneben stehen.

1. Wäre es gut, wenn offener über Magersucht gesprochen würde? Begründe deine Meinung.

2. Wenn du vermutest, dass eine Freundin oder ein Mitschüler magersüchtig ist, würdest du die Person ansprechen und ihr die Realität auf den Kopf zusagen?



Sprecht darüber in der Gruppe.

Hier findest du Rat und Hilfe online:

➔ Frankfurter Zentrum für Essstörungen <https://www.essstoerungen-frankfurt.de>
Informationen, E-Mail- und Chatberatung – Beratungstelefon: 069 – 55 01 76

➔ Ninette: Dünn ist nicht dünn genug <https://ninette.berlin>
Interaktive Comics mit vielen Infos und Tipps – Onlineberatung

➔ Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung <https://www.bzga-essstoerungen.de>
Informationen, Selbsttest, Beratungsstellensuche – Infotelefon: 0221 – 89 20 31

NAME _____ DATUM _____

Meine Meinung zu dem Buch

1. Unterstreiche, was für dich zutrifft und ergänze, wenn dir noch etwas anderes einfällt:

Das Buch hat ...

mich beeindruckt – mich betroffen gemacht – mir Neues gezeigt – mich gelangweilt – mich überrascht – mich zum Nachdenken gebracht – ...

Meine Begründung: _____

2. Diese Stelle in Sinas Geschichte hat mich besonders gefesselt:

Meine Begründung: _____

3. Das finde ich in dem Buch besonders gut gelungen:

Das gefällt mir nicht so gut:

4. Auf diese Frage hätte ich gern noch eine Antwort:

5. Anderen, die das Buch noch nicht kennen, möchte ich darüber sagen:

Christine Hagemann, Jahrgang 1957, studierte Theologie, Philosophie und Pädagogik, mit dem Schwerpunkt Pädagogische Psychologie, für das Lehramt in Münster. Heute ist sie in der Erwachsenenbildung tätig und arbeitet als freie Autorin.

www.schullektuere.de

© cbj Kinder- und Jugendbuch Verlag in der Verlagsgruppe Random House GmbH, Januar 2019

Alle Rechte dieser Ausgabe vorbehalten

Unterrichtsmaterialien erarbeitet von Christine Hagemann

nach dem Buch „Dann bin ich eben weg. Geschichte einer Magersucht“ von Christine Fehér

© für die Taschenbuchausgabe 2005 cbj Verlag in der Verlagsgruppe Random House GmbH, Neumarkter Str. 28, 81673 München

© 2002 Patmos Verlag/FISCHER Kinder- und Jugendbuch GmbH

Umschlagfoto: Corbis, Düsseldorf

Umschlagkonzeption: init | Kommunikationsdesign, Bad Oeynhausen

Gestaltung und Satz der Unterrichtsmaterialien: FELSBERG Satz & Layout, Göttingen