

SUCHTPRÄVENTION: ESS-STÖRUNGEN

Thema: „Zu dick? Zu dünn?“ TV –Serie (4 x 15 Minuten)

Herausgeber: **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA)**
www.bzga.de

Alter/Klassen: Jugendliche 12-16 Jahre

Medienart: VHS-Cassette, Begleitheft
Vier Kurzfilme mit Begleitmaterial für den Einsatz in Jugendarbeit und Schule über das Thema Essstörungen.

Die Filme sind gegen eine Schutzgebühr von 8 € schriftlich bei der **BZgA** zu bestellen. Sie erhalten die Filme als VHS mit Begleitheft.

Bestell-Nr.: 99860001

Inhalt:



Zu Dick zu Dünn? Essstörungen bei Jugendlichen - Begleitmaterial zur Filmreihe

Der erste Teil des Begleitmaterials zur Filmreihe bietet präventiv orientierte Hintergrundinformationen zu Essstörungen, Hinweise für die pädagogische Praxis und Einsatzvorschläge zu den Filmen sowie weiterführende Anregungen für die Arbeit mit Jugendlichen.

Konkrete und praxisnahe Vorschläge für die Bearbeitung der Filmfolgen findet man im zweiten Teil des Mediums. Die Vorschläge sollen dazu motivieren, eigene kreative Ideen zu entwickeln, um das Thema Essstörungen mit Jugendlichen zu bearbeiten.

Im letzten Teil der Broschüre sind Texte aus den Filmen abgedruckt. Zudem werden Hinweise auf Beratungsmöglichkeiten, Materialien und weiterführende Literatur gegeben

Folge 1: Hauptsache schön.

Ein Tag in den Ferien. Kim trifft sich mit ihren Freunden. Sie gehen in eine Klasse, und auch in ihrer freien Zeit machen sie viel zusammen. Die Jungs und Mädchen sind 15 und 16. Wie fühlen sich Jugendliche in der Pubertät? Was gefällt ihnen, was verunsichert sie? Was passiert mit dem Selbstwertgefühl? Ein Thema, über das sie immer wieder reden, ist das Aussehen.

Dieser Film zeigt, wie Jugendliche mit den Normen umgehen, die durch Medien, Mode etc. gesetzt werden.

Folge 2: Essen, aber wie?

Fast Food – Essen auf die Schnelle. Unkompliziert und preiswert, aber kalorienreich und nährstoffarm. Beliebt bei den meisten Jugendlichen.

Kim und ihre Freunde essen Junk Food immer wieder gerne. Doch die Hamburger-Tempel sind mehr. Treffpunkt um zu quatschen, zu lästern, zu flirten, mit Freunden rumzuhängen. Doch - was ist eigentlich dran an dem Zeug und welche Alternativen gibt es um sich zu entspannen und gut zu fühlen.?

Folge 3: Sich krank essen.

Essstörungen sind immer noch tabu. Nur wenige sprechen darüber. Aber es trifft viele Jugendliche. Auch in Kims Klasse gibt es einige Mitschüler, die daran erkrankt sind. Es gibt viele Gründe, in eine Essstörung zu rutschen. Und es geht schneller als man denkt. Wo fängt eine Essstörung an?

Folge 4: Sich helfen lassen.

Essstörungen sind bei Jugendlichen allgegenwärtig, auch wenn man es nicht auf den ersten Blick sieht. Viele versuchen, die Krankheit zu verbergen. Doch man kann für sich und andere professionelle Hilfe holen. Im Internet findet man unter dem Stichwort Essstörung auch Foren und Chatgruppen, in denen sich Betroffene, Angehörige und Freunde austauschen können. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in Köln bietet Informationsmaterialien zum Thema Essstörungen und eine persönliche, anonyme Telefonberatung an. Auf der Website der BZgA findet man Adressen und Telefonnummern von Beratungsstellen in der Nähe, an die man sich wenden kann. Ob eine Gesprächsgruppe im Mädchenhaus, eine Therapie in einer Spezialklinik oder spezielle Wohngruppen mit Fachbetreuung, jeder kann seinen eigenen Weg aus der Essstörungen finden.