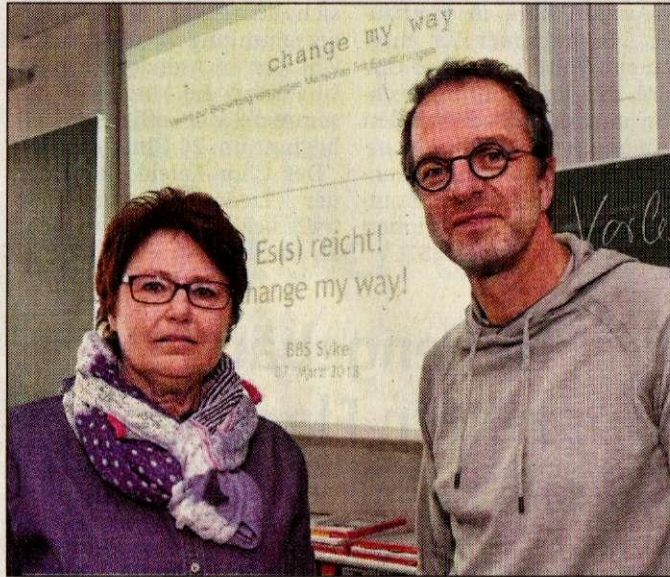


# 125 Gramm Quark für vier Tage

Bassumer Verein „change my way“ informiert Auszubildende über Magersucht

Von Marc Lentvogt



Ingrid Kathmann und Holger Theek sensibilisieren: „Magersucht wird zu wenig thematisiert!“ • Foto: Heinfried Husmann

**SYKE** ■ 20 Schüler der BBS Syke sitzen in einem Stuhlkreis, lauschen Ingrid Kathmann, die eine E-Mail vorliest. Eine Frau mit Essstörungen berichtet darin von ihrem Leiden. Davon, dass sie sich nur noch als Skelett sieht, Angst hat, sterben zu müssen. Die im nächsten Augenblick meint, dass ihr Gesicht nicht so mager sei, mit Kleidung alles in Ordnung wirke und sie vielleicht nur zum Jammern neige. Betroffene Blicke sind auf den Boden oder in den bewölkten Himmel gerichtet, einige Schüler beißen betroffen auf ihre Unterlippen, andere schlucken schwer, zwei oder drei von ihnen scheinen Tränen zu unterdrücken.

Es ist das Ende einer Doppelstunde, in der Kathmann, psychologische Beraterin beim Bassumer Verein „change my way“, gemeinsam mit ihrem Kollegen Holger Theek, Kinder- und Jugendarzt, bei den Auszubildenden um Aufmerksamkeit und Mut gebeten hat. Seit 2006 betreuen sie Patientinnen – der Männeranteil unter den Betroffenen ist verschwindend gering –, die an Magersucht oder Bulimie lei-

den. Die zukünftigen sozialpädagogischen Assistenten verfolgen Theeks Ausführungen zu Krankheitsbildern, -symptomen und -folgen noch relativ entspannt – wie ein weiteres Thema, das in der Schule behandelt wird.

Das ändert sich mit Fotos, die Kathmann und Theek zeigen, genauer gesagt Bewerbungsfotos von Models an Agenturen: „Ach du scheiße“, hallt es mehrfach leise durch den Raum. Und auch der im

Anschluss gezeigte Dokumentationsfilm des Vereins „change my way“ zeigt Wirkung. „Krass, dass die Frauen nur eine Diät machen wollten und da reingerutscht sind.“ „Krass, dass die Frau 125 Gramm Quark auf vier Tage aufgeteilt hat.“ „Krass!“ „Krass!“ „Krass!“

Eva ist froh, dass das Thema in die Schule getragen wird. Ob die schockierenden Bilder aber nötig sind, dessen ist sie sich nicht sicher. „Bei Zigaret-

ten klappt das ja auch nicht so gut. Ich glaube, die Kranken selbst würden da einfach irgendwann nicht mehr hinschauen.“

Auch ihre Lehrerin Birgit Jürgens zeigt sich beeindruckt, wie selbst klassischer Lernstoff Auslöser für eine Essstörung sein könne. Kalorienzählen im Biologieunterricht mag Teil des Lernplanes sein, um den Körperhaushalt kennenzulernen. Bei einer Patientin Kathmanns reichte das aber schon aus, damit sie in eine Negativspirale geriet.

Das aber ist ein seltener Auslöser. Für diese zeigen die Auszubildenden sich nach der Doppelstunde bereits sensibilisiert: Mobbing, Trennung, Streit in der Familie, fehlendes Selbstwertgefühl. „Und ganz oben: die Medien“, erklärt Kathmann. Körperideale, wie sie in „Germanys Next Topmodel“ vorgelebt werden, verschieben die Idee eines gesunden Normalzustandes. „Da müssen wir alle gemeinsam gegenhalten“, sind sich Kathmann und Jürgens einig. Durch die schmerzhaften, aber ehrlichen Konfrontation der Schüler mit dem Thema könnten sie am Mittwoch zahlreiche neue Mitstreiter gewonnen haben.

## Verständnis und Hartnäckigkeit

Ingrid Kathmann, psychologische Beraterin

**SYKE** ■ Es gehört nicht nur Mut dazu, über seine Krankheit zu sprechen. Es ist ebenso schwierig, eine möglicherweise betroffene Person anzusprechen. Niemand möchte einen anderen Menschen verletzen oder die Situation verschlimmern. Ingrid Kathmann gibt Hinweise, wie das Gespräch gelingt. Die Fragen stellte Marc Lentvogt.

**Frau Kathmann, Sie sprechen darüber, welche Symptome Personen zeigen, die an Anorexie leiden. Gibt es Frühwarnzeichen, damit ein Ausbruch der Magersucht verhindert werden kann?**

**Ingrid Kathmann:** Wenn man der Person nicht nahesteht, kann man die ersten Anzeichen kaum erkennen. Am ehesten haben Eltern die Chance, aber viele Mütter sagen sich im ersten Moment: „Alle Mädchen wollen doch heute dünn sein.“ Manchmal senden sie auch falsche Zeichen, sagen dem Kind es müsse noch Abendessen, sitzen dann aber selbst nur mit einem Cappuccino daneben, weil sie abnehmen wollen.

**Wer einen Verdacht hat, dass bei einer anderen Person eine Essstörung vorhanden ist, muss sich auch trauen denjenigen anzusprechen – können dabei Fehler gemacht werden, oder ist jede Ansprache gut?**

**Kathmann:** Die Person sollte nicht vor anderen bloßgestellt werden. Es hilft auch nicht, sofort zu sagen: „Du hast doch eine Essstörung.“ Aufmerksamkeit und Verständnis zeigen, ein Gesprächsangebot machen – das hilft weiter. Ich möchte dazu ermutigen, auf Menschen zuzugehen. Manche Schäden lassen sich irgendwann nicht mehr reparieren.

**Was, wenn das Angebot abgelehnt wird?**

**Kathmann:** Hartnäckig bleiben und sich immer mal erkundigen. Viele Patientinnen haben später berichtet, dass sie nur reagiert haben, weil sie immer wieder angesprochen wurden. Nach dem Prinzip: Wenn es vielen Menschen oder immer wieder auffällt, muss vielleicht doch etwas dran sein.