

## **Abschlussbericht**

### **Zielgruppenspezifische Förderung der integrierten Versorgung von Essstörungen in Deutschland durch Information von Lehrkräften und anderen Multiplikatorinnen/Multiplikatoren**

#### **(Kurzform: „BMG- Flyer Essstörungen Multiplikatorinnen/Multiplikatoren“)**

Erstellung, Verteilung und Evaluation eines Flyers zur Information von Lehrkräften,  
pädagogischen und psychosozialen Fachkräften

Förderkennzeichnung:	2517FSB505
Laufzeit:	15.07.2017 – 28.02.2017
Fördersumme:	40.989 €
Datum:	28.02.2018
Projektleiter:	PD Dr. phil. med. habil. Uwe Berger
Stellvertretender Projektleiter:	Prof. Dr. phil. habil. Bernhard Strauß
Projektmitarbeiterin:	Juliane Poeck, M.Sc. Psychologie
Kooperationspartnerin:	Dipl. Päd. Sigrid Borse, Geschäftsführerin Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen gGmbH Hansaallee 18 60322 Frankfurt am Main
Kontaktadresse:	Universitätsklinikum Jena Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie Stoysstr. 3 07743 Jena Telefon: 03641/937790 Email: Uwe.Berger@med.uni-jena.de

## **Zusammenfassung**

Essstörungen sind schwerwiegende psychosomatische Erkrankungen, die mit chronischen Krankheitsverläufen und psychischen Komorbiditäten einhergehen. Vorallem Lehrkräfte und andere pädagogische sowie psychosoziale Fachkräfte stehen in Kontakt mit Risikogruppen für Essstörungen. Ihnen fehlt häufig Hintergrundwissen über die verschiedenen Arten von Essstörungen und Umgangs- und Unterstützungsmöglichkeiten, was zu Unsicherheiten im Umgang mit Betroffenen führt. Lehrkräfte nehmen eine essentielle Rolle in der Früherkennung und Prävention von Essstörungen ein.

Ziel des Projektes war es daher, einen weiteren Informationsflyer im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit [BMG] zu erstellen, der sich an die breite Zielgruppe der Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren richtet und Ihnen kompakte Informationen über Essstörungen sowie Handlungshilfen im Umgang mit Betroffenen aufzeigt.

Nach einer exploratorischen Bedarfsanalyse in der Zielgruppe wurden die Inhalte des Flyers in ständiger Zusammenarbeit mit einer Unterarbeitsgruppe des Expertengremiums für Essstörungen am Bundesministerium für Gesundheit erstellt. Der Flyer stellt Informationen über verschiedene Arten von Essstörungen und Unterstützungsmöglichkeiten im Umgang mit Betroffenen kompakt und verständlich dar.

Der Flyer wurde postalisch an 260 Institutionen (u.a. Kultusministerien, Schulpsychologische Beratungsstellen) versendet. Des Weiteren wurden die Fachverbände, Organisationen und Beratungsstellen per E-Mail über den Flyer informiert. Interessierte können auf der Seite des Bundesministeriums für Gesundheit, der BZgA und der Initiative „IN FORM“ online auf den Flyer zugreifen.

Die Evaluation wurde durch ein extern beauftragtes Meinungsforschungsinstitut durchgeführt. Von den 260 Institutionen nahmen 24 % an der telefonischen Befragung teil. Die Evaluation hat gezeigt, dass der Flyer von den Befragten als überwiegend positiv und im Durchschnitt mit einer Schulnote von 2,0 bewertet wurde. Ein Großteil der Befragten schätzte den Flyer als verständlich und die Gestaltung als ansprechend ein. Die Nützlichkeit der Inhalte und die Unterstützung bei der Suche nach Hilfsangeboten wurden zwar überwiegend bestätigt, jedoch werteten knapp 30% beide Aspekte als negativ.

Der Flyer konnte in der breiten Zielgruppe der Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren bekanntgemacht werden und liefert ein niederschwelliges Angebot zur Information über Essstörungen. Handlungsempfehlungen und Verweise auf Unterstützungsangebote erleichtern den konstruktiven Umgang mit Betroffenen und können einen Beitrag zur Früherkennung und einen schnelleren Einstieg in die professionelle Versorgung leisten.

## **Inhaltsverzeichnis**

### **1. Einleitung**

- 1.1 Forschungshintergrund
- 1.2 Zielsetzung und Fragestellung

### **2. Arbeits- und Zeitplan**

- 2.1 Ursprünglicher Arbeits- und Zeitplan
- 2.2 Erfahrungen und Probleme

### **3. Methodik**

- 3.1 Methodische Vorgehensweise
- 3.2 Literaturrecherche und Konzeption des Inhalts
- 3.3 Bedarfsanalyse durch exploratorische ExpertInnenbefragung
- 3.4 Spezifizierung der Zielgruppe
- 3.5 Kommunikationsstrategien

### **4. Aufbau, Inhalte und Gestaltung des Flyers**

- 4.1 Frontseite
- 4.2 Einleitungstext
- 4.3 Symptome von Essstörungen „auf einen Blick“
- 4.4 Innenseite: Handlungshilfen für den Umgang und Beratungsangebote
- 4.5 Rückseite

### **5. Akzeptanz-Evaluation des Flyers**

- 5.1 Methode
- 5.2 Schriftliche Befragung
- 5.3 Telefonische Befragung

### **6. Diskussion, Gesamturteil und Implikationen**

### **7. Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse**

### **8. Literatur**

### **9. Anhang**

# 1. Einleitung

## 1.1 Forschungshintergrund

Die Aktualität zum Thema Essstörungen besteht in Deutschland nach wie vor. Krankenkassen bestätigen eine steigende Anzahl an Betroffenen (Barmer, 2016). Essstörungen sind schwerwiegende psychosomatische Erkrankungen, die ernstzunehmende physische, psychische und soziale Auswirkungen nach sich ziehen (Lebenstedt, Bußmann, & Platen, 2004). Die Erkrankung geht häufig mit einem chronischen Verlauf, mehreren Krankheitsepisoden und hohen Komorbiditäten einher, was die Behandlung von Essstörungen schwierig und kostenintensiv gestaltet (Bauer, Kindermann, & Moessner, 2016). Oft manifestieren sich Essstörungen schon in jungen Jahren (Weigel, Gumz, Kästner et. al, 2015). Alarmierende Zahlen liefert die KIGGS- Studie in Deutschland: Mehr als 20 % der Kinder und Jugendlichen im Alter von 11-17 Jahren weisen Symptome einer Essstörung auf (Hölling & Schlack, 2007). Dabei sind mehr Mädchen als Jungen betroffen. Gerade junge Mädchen im Alter von 15-19 Jahren stellen eine Risikogruppe für Essstörungen dar (Smink, van Hoeken, & Hoek, 2012). Dies zeigt die hohe Relevanz von Präventionsprogrammen im Kindes- und Jugendalter auf. Die Förderung eines positiven Lebensgefühls und der Aufbau psychosozialer Ressourcen gehören neben einem langfristig gesunden Ernährungsverhalten zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen, um Essstörungen vorzubeugen ([BZgA], 2011).

Es existieren verschiedene Formen von Essstörungen: Anorexia nervosa (Magersucht), Bulimia nervosa (Ess-Brech-Sucht), die Binge-Eating-Störung (wiederholte Essanfälle ohne gegenregulierende Maßnahmen) und die nicht näherbezeichneten, atypischen Formen der Essstörungen. Im Folgenden sollen kurz die wichtigsten Merkmale beschrieben werden. Betroffene mit **Anorexie** weisen ein starkes Untergewicht mit einem Body-Mass-Index von 17,5 auf oder haben in kurzer Zeit viel Gewicht reduziert (ca. 6 kg in 4 Wochen). Der Gewichtsverlust wird herbeigeführt durch Hungern, Erbrechen, exzessiven Sport oder die Einnahme von Appetitzüglern und Diuretika. Die ständige Kontrolle des Gewichts und die ausgeprägte Angst vor der Gewichtszunahme bestimmen den Alltag. Die körperlichen Veränderungen gehen mit hormonellen Veränderungen einher: Bei Frauen bleibt die Monatsblutung über mindestens drei aufeinanderfolgende Zyklen aus, Männer leiden unter Potenzverlust. Häufige Komorbiditäten sind Depression, Angst- und Zwangsstörung. Betroffene mit **Bulimie** leiden unter wiederholten Essanfällen, bei denen große Mengen an hochkalorischen Lebensmitteln verzehrt werden. Diese Essanfälle sind durch einen hohen Kontrollverlust gekennzeichnet. Um einer Gewichtszunahme entgegenzuwirken, leiten die Betroffenen unangemessene Kompensationsstrategien ein wie Erbrechen, exzessive körperliche Betätigung, Einnahme von Medikamenten wie Abführmittel und Diuretika. Die übermäßige Beschäftigung mit Figur und Gewicht sowie die Angst vor der Gewichtszunahme nehmen – wie bei der Anorexie- einen hohen Stellenwert ein. Substanzmissbrauch und –abhängigkeiten sowie Persönlichkeitsstörungen können als komorbide Störungen auftreten.

Bei Betroffenen mit **Binge-Eating-Störung** treten ebenfalls wiederholt Essattacken auf, jedoch werden selten bis keine kompensatorischen Maßnahmen ergriffen (z.B. Erbrechen, körperliche Betätigung).

Scham- und Schuldgefühle begleiten die Betroffenen. Aufgrund der fehlenden Gegenmaßnahmen weisen die Betroffenen oft Übergewicht auf. Häufig gehen die Störungen ineinander über oder treten als Mischformen auf oder erfüllen nicht alle Kriterien. Das wird zusammengefasst unter den **atypischen (nicht näher bezeichneten) Essstörungen**.

Die Lebenszeitprävalenzen für Essstörungen sind bei Männern und Frauen unterschiedlich. Frauen weisen bei Anorexie eine Prävalenz von 0,9%, bei Bulimie eine Prävalenz von 1,5 % und bei Binge-Eating-Störungen eine Prävalenz von 3,5% auf. (Hudson, Hiripi, Pope & Kessler, 2007). Im Vergleich dazu ist die Prävalenz für Essstörungen bei Männern für Anorexie bei 0,3%, bei Bulimie bei 0,5% und bei Binge-Eating-Störungen bei 2,0% (ebd.).

Die Ursachen für Essstörungen sind vielfältig. In diesem Zusammenhang spricht man von einem multifaktoriellen Ätiologiemodell (Schneider, Bayios, Pfeiffer, Lehmkuhl, & Salbach-Andrae, 2009). Genetische, neurobiologische (z.B. Dysfunktionen im limbischen System), soziokulturelle (z.B. gesellschaftliches Schönheitsideal) und psychosoziale Einflüsse (z.B. Perfektionismus, niedriges Selbstbewusstsein) wirken als Faktoren zusammen und erhöhen die Wahrscheinlichkeit für die Entwicklung einer Essstörung (ebd.).

Oft wollen die Betroffenen keine professionelle Hilfe in Anspruch nehmen, da sie u.a. ein zwiespaltenes Verhältnis zur Therapie haben und Angst vor der Stigmatisierung besteht (ebd.). Umso wichtiger ist es, Informationen über Behandlungs- und Beratungsmöglichkeiten zur Verfügung zu stellen und Eltern sowie Lehrkräften die Essstörung als ernstzunehmende Erkrankung bewusst zu machen (Gerlinghoff & Backmund, 2004).

## **1.2 Zielsetzung und Fragestellung**

Lehrkräfte und andere Multiplikatorinnen/Multiplikatoren (Psychologinnen/Psychologen, Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeiter) sind wichtige Kontaktpersonen für Betroffene von Essstörungen und deren Angehörige, da sie außerhalb des familiären Umfelds erste Anzeichen von Essstörungen bemerken könnten. Zudem nehmen sie eine bedeutsame Rolle in Bezug auf Prävention und Früherkennung ein. Obwohl präventive Maßnahmen bevorzugt im Setting Schule angesiedelt sind, sind diese dort oft nicht bekannt. Den Multiplikatorinnen/Multiplikatoren fehlen häufig Handlungshilfen im Umgang mit Betroffenen und Informationen über die verschiedenen Erkennungsmerkmale von Essstörungen. Lehrkräfte sind sich oft unsicher, wie sie Betroffene ansprechen sollen und haben Angst, etwas Falsches zu sagen (Knightsmith, Treasure, & Schmidt, 2013). Dadurch können Unsicherheiten im Umgang mit Betroffenen entstehen bzw. Reaktionen verzögert auftreten oder gänzlich ausbleiben. Zwar existieren für die Zielgruppe der Lehrkräfte einige Informationsquellen wie z.B. die Broschüre der BZgA „Essstörungen- Informationen für Eltern, Angehörige und Lehrkräfte“. Zudem enthalten einige Internetseiten von Beratungsstellen wie beispielsweise „ANAD e.V.“, „durch Dick und Dünn e.V.“, „hungrig-online.de“ Hinweise für Lehr- und Mittlerkräfte, jedoch ist die Suche zeitaufwändig und wenig zentralisiert. Aus diesem Grund soll der neu entwickelte Flyer für Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren schnell verfügbare Informationen über die Symptome von Essstörungen und Handlungsempfehlungen für den Umgang mit Betroffenen enthalten und die Suche nach passenden Ansprechpartnern erleichtern. Überdies soll die Zielgruppe für die Thematik sensibilisiert werden und Hilfestellungen sowie weiterführende Informationen zur Diagnostik, Behandlung und Prävention von Essstörungen aufbereitet erhalten.

## 2. Arbeits- und Zeitplan

### 2.1 Ursprünglicher Arbeits- und Zeitplan

Die *Tabelle 1* zeigt mit den grauen Feldern den ursprünglichen Arbeits- und Zeitplan. Rote Felder markieren Planabweichungen mit zusätzlichem Zeitaufwand (Begründung siehe 2.2).

**Tabelle 1:** Arbeits- und Zeitplan.

	Juli		August					Sept.				Okt.				O/N	Nov.				Dez.			Jan.					Feb.			
Projektwoche	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
Kalenderwoche	29	30	31	32	33	33	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Arbeitsbereiche</b>																																
Recherche																																
Befragung Multiplikatoren/innen																																
Befragung BMG																																
Treffen Unterstützer																																
Auswertung																																
Erstellung @-Verteiler																																
Flyer: Inhalte erstellen																																
Flyer: PDF+ Druck																																
Evaluation																																
Verlinkungen																																
Bericht																																
Meilensteine										I																						

### 2.2 Erfahrungen und Probleme

Die Rekrutierung der Teilnehmerinnen/Teilnehmer für die explorative Zielgruppenbefragung wies einige Schwierigkeiten auf (z.B. Erreichbarkeit in Ferienzeit). Statt der geplanten 20 Teilnehmerinnen/Teilnehmer konnten nur 15 befragt werden. Ein Großteil der Befragungen konnte bis zum ersten Projekttreffen im September durchgeführt und ausgewertet werden.

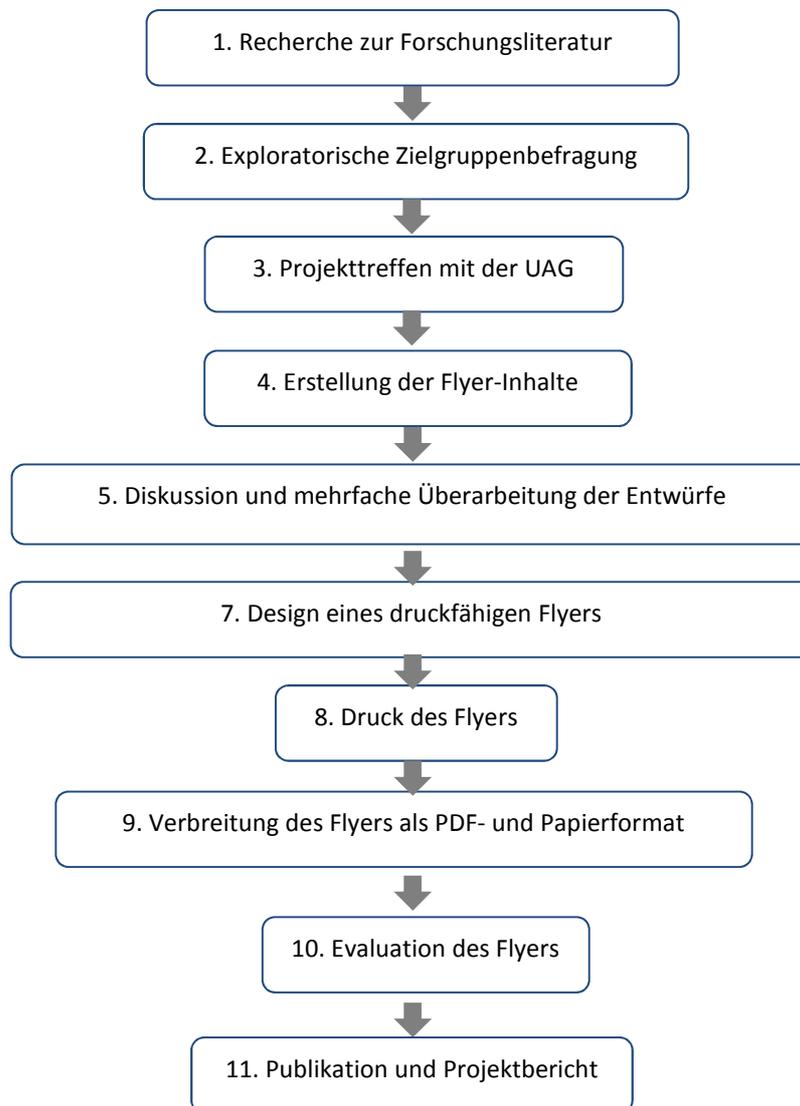
Die Zusammenarbeit mit der Unterarbeitsgruppe kann als sehr positiv resümiert werden. Die Durchführung der Projekttreffen verlief planmäßig. Um die Rückmeldeschleifen effizient zu gestalten, wurden Deadlines festgelegt, die von den Gruppenmitgliedern fortwährend eingehalten wurden. Auch in Kooperation mit dem beauftragten Grafikdesignunternehmen gab es mehrere Korrekturschleifen bis zur endgültigen Fertigstellung der PDF- und Druckversion des Flyers. Im letzten Quartal des Projekts sind Verzögerungen entstanden. Design und Druck des Flyers fanden einige Woche später statt als ursprünglich geplant, da es durch die Ferien-, Urlaubs- und Krankheitsepisoden wichtiger Schnittstellen (Zielgruppe, Verwaltung) und in den zu beauftragenden Dienstleistungsunternehmen gekommen ist. Dies zog weitere Verzögerungen in Bezug auf den Zeitpunkt die Verbreitung des Flyers und der anschließenden telefonischen Meinungsumfrage nach sich. Die Evaluationsergebnisse konnten erst eine Woche vor Projektabschluss endgültig erhoben und ausgewertet werden.

Durch diese Verzögerungen gestaltete sich auch die wiederholte Befragung der Teilnehmerinnen/Teilnehmer schwierig, da die Flyer mit Evaluationsbogen erst kurz vor Projektende versendet werden konnten. Auf Grundlage der Flyerversendung an 260 Institutionen wurde im Zeitraum der siebten bis Mitte der achten Kalenderwoche eine telefonische Evaluation von einem extern beauftragten Dienstleistungsunternehmen durchgeführt. Insgesamt nahmen ca. 24% (N=62) an der Evaluation teil. Der Zeitraum der Befragung gestaltete sich als sehr kurz. Ungünstige Faktoren stellten die Ferienzeit sowie die nicht rechtzeitig bzw. gar nicht ankommende Flyersendung. In nachfolgenden Projekten sollte beachtet werden, insgesamt mehr Pufferzeiten einzuplanen, z.B. für Design und Druck sowie Versendung des Flyers. Zudem sollten Ferienepisoden (Sommer-, Herbstferien, Jahreswechsel) nicht außer Acht gelassen werden um Verzögerungen im Kontakt mit der Zielgruppe und anderen Schnittstellen (Verwaltung, Dienstleistungsunternehmen) zu vermeiden.

### 3. Methodik

#### 3.1 Methodische Vorgehensweise

Die einzelnen Arbeitsschritte sind in ihrer zeitlichen Abfolge in Abbildung 1 dargestellt. Ein detaillierter Arbeits- und Zeitplan des Projekts befindet sich im Anhang. Das methodische Vorgehen zur Erarbeitung des Flyers bestand aus unterschiedlichen Strategien, so wurde zum einen theoriegeleitet deduktiv exploratorisch und induktiv vorgegangen. Im Folgenden werden die einzelnen Schritte und Methoden näher beschrieben.



**Abbildung 1:** Abfolge der Arbeitsschritte und methodische Vorgehensweise im Projekt.

## **3.2 Literaturrecherche und Konzeption des Inhalts**

### **Literaturrecherche.**

Um die inhaltlichen Aspekte des Flyers zu konzipieren, wurde vor dem 1. Treffen mit der Expertengruppe relevante Literatur zu Essstörungen und die Rolle der Lehrkräfte in diesem Kontext recherchiert. Dabei wurden die aktuellen Leitlinien zu Essstörungen berücksichtigt:

- a) Patientenleitlinie „Diagnostik und Behandlung von Essstörungen“ der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachangestellten [AWMF] (2015)
- b) Broschüre der BZgA „Empfehlungen zur integrierten Versorgung bei Essstörungen in Deutschland“ (2012)
- c) Leitfaden der BZgA „Essstörungen- Informationen für Eltern, Angehörige und Lehrkräfte“ (2011)

Der Leitfaden der BZgA adressiert direkt die Lehrkräfte als Zielgruppe und beinhaltet relevante Informationen über die verschiedenen Arten von Essstörungen und Handlungshinweise für Lehrkräfte. Neben dieser zentralen Literatur wurde in Datenbanken wie PsycINFO nach Studien gesucht, die einerseits allgemeine Informationen über Essstörungen (z.B. Symptome, Verlauf, Ätiologie) sowie aktuelle Zahlen beinhalten. Auf diese Inhalte wurde im 1. Kapitel „Forschungshintergrund“ verwiesen. Zudem wurden Studien recherchiert, die Probleme, Bedürfnisse und Hinweise für Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren beinhalten. Die Studien von Knightsmith et. al (2014) und Manley, Rickson, Staxeven (2000) weisen auf Probleme und Unsicherheiten der Lehrkräfte im Umgang mit betroffenen Schülerinnen/Schüler hin, insbesondere was das Ansprechen der Betroffenen anbelangt. Festzustellen ist, dass nur eine geringe Anzahl von Studien existiert, die sich mit den Problemen und Handlungshilfen für Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren auseinandersetzen. Wenn Studien oder Informationsmaterialien vorzufinden sind, dann sind diese meist nur an die Zielgruppe der Lehr- und Mittlerkräfte adressiert. Andere Multiplikatorinnen/Multiplikatoren wie u.a. Psychologinnen/Psychologen und Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeiter sind dort unterrepräsentiert.

### **Recherche zu weiterführenden Adressen.**

Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren stehen vor der Herausforderung, Betroffenen Unterstützungsangebote weiterzuvermitteln bzw. auf diese zu verweisen. Diesbezüglich wurden Adressen und Webseiten recherchiert, die einen Überblick über die Versorgungs- und Beratungsangebote liefern. Dabei steht im Fokus, dass verlässliche Informationen schnell verfügbar sind und eine regionenspezifische Suche (z.B. durch die Eingabe von Postleitzahlen) gewährleistet wird. Die Webseite der BZgA ([www.bzga-essstoerungen.de](http://www.bzga-essstoerungen.de)) sowie Webseiten von Beratungsstellen für Essstörungen eignen sich dafür (z.B. ANAD e.V.). Um die Suche nach ärztlichen und therapeutischen Angeboten zu erleichtern, wurde wie auf den vorhergehenden Flyern auf die Seite der KBV ([www.kbv.de/arztuche](http://www.kbv.de/arztuche)) und der Bundestherapeutenkammer (BPtK, [www.bptk.de/service/therapeutensuche.html](http://www.bptk.de/service/therapeutensuche.html)) verwiesen. Zudem wurde

mehrfach auf Informationsmaterialien der BZgA verwiesen, insbesondere um den Lehrkräften und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren weiterführende Information über Essstörungen und deren Prävention zu liefern.

**Inhaltsberatung durch das Expertengremium für Essstörungen.** Die Inhalte des Flyers wurden in Kooperation mit den Mitgliedern der Unterarbeitsgruppe des Expertengremiums (UAG) erarbeitet. Dazu gehören im Folgenden: Frau Dipl. Päd. Sigrid Borse, die Geschäftsführerin des Frankfurter Zentrums für Essstörungen gGmbH (FZE), Frau Dr. Gerlinghoff und Herr Dr. Backmund, die Gründer und Leiter des Therapie-Centrum für Ess-Störungen (TCEforum) in München, Frau Prof. Dr. Eva Wunderer, Professorin für Psychologische Aspekte Sozialer Arbeit an der Hochschule Landshut und der Referent für Fachpolitik des Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP), Herr Lang. Zudem erklärte sich Frau Hentschel vom Beratungszentrum für Essstörungen Dick & Dünn e.V. Berlin bereit, im Flyerprojekt als Vertretung von Frau Hartmann mitzuwirken. Die Mehrheit der Expertinnen und Experten war an der Konzeption des vorhergehenden Angehörigen- Flyers beteiligt. Alle verfügen über eine langjährige Erfahrung im Bereich der Therapie und Beratung von Patientinnen/Patienten mit Essstörungen sowie im Bereich der Forschung und der Erstellung von Materialien zum Thema Essstörungen.

### **3.3 Bedarfsanalyse durch exploratorische ExpertInnenbefragung**

Der Flyer sollte die Bedürfnisse der Zielgruppe „Lehrkräfte und weitere Multiplikatorinnen/Multiplikatoren“ berücksichtigen. Im Zuge dessen wurde im ersten Drittel des Projekts eine kurze, exploratorische, nicht-repräsentative Befragung mit Lehrkräften und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren durchgeführt. Die Rekrutierung der Stichprobe erfolgte über das persönliche Netzwerk der Projektmitarbeiterin und des Projektleiters. Um die Zielgruppe niederschwellig zu erreichen, wurde die Befragung einerseits als Kurzinterview (telefonisch oder face to face) geführt oder auf Anfrage auch als offener Fragebogen verschickt. Der überwiegende Teil der Befragungen konnte bis zum ersten Projekttreffen durchgeführt und ausgewertet werden. Vereinzelt Rückmeldungen erfolgten noch bis zum zweiten Projekttreffen mit der Unterarbeitsgruppe.

In der Befragung wurden die Bedürfnisse und Erwartungen hinsichtlich der Inhalte und Gestaltung des Flyers exploriert. Neben dem Vorwissen bzw. Vorerfahrungen (z.B. bekannte Informationsbroschüren und Präventionsprogramme, Kontakt zu Betroffenen) standen eher Fragen im Vordergrund wie z.B. „Welche Erwartungen haben Sie an einen Flyer für Essstörungen...?“, „Welche Aspekte sind Ihnen bei der Gestaltung des Flyers wichtig?“. Zudem sollten die Teilnehmerinnen/Teilnehmer vorgeschlagene Informationsinhalte priorisieren. Die Auswertung der Befragungen erfolgte nach qualitativen Gesichtspunkten (Zusammenfassung, Bildung eines Kategoriensystems). Nachfolgend werden die Ergebnisse und die daraus resultierenden Implikationen für die Erstellung des Flyers beschrieben.

**Stichprobe.** Von den 15 befragten Teilnehmerinnen/Teilnehmer waren 73% Lehrkräfte und 27% Multiplikatorinnen/Multiplikatoren (z.B. Ausbildungsleiterinnen/Ausbildungsleiter). 80% der Teilnehmerinnen/Teilnehmer waren weiblichen Geschlechts. Das durchschnittliche Alter betrug 47,2 Jahre (SD=11,2) mit einer durchschnittlichen Berufserfahrung von 20,4 Jahren (SD=12,5).

**Ergebnisse.** Zunächst wurden die Vorkenntnisse bzw. Vorerfahrungen der Teilnehmerinnen/Teilnehmer erhoben. Danach wurde eruiert, welche Wünsche und Erwartungen in Bezug auf Inhalte und Gestaltung des Flyers vorherrschen.

**Vorwissen bzw. Vorerfahrungen:** 79% der Teilnehmerinnen/Teilnehmer gaben an, bereits Kontakt mit Betroffenen von Essstörungen gehabt zu haben (zumeist Schülerinnen/Schüler oder Auszubildende der eigenen oder benachbarten Klasse). Nur 33% kannten Flyer oder Informationsbroschüren zum Thema Essstörungen (u.a. wurden als Flyer der Krankenkasse und Klinik sowie Flyer der Präventionsprogramm PRIMA, TOPP und Torera benannt). 80% der Teilnehmerinnen/Teilnehmer berichteten, sowohl keine Präventionsprogramme als auch keine bestehende Handlungsleitlinien zu kennen. Hingegen konnten 60 % der Befragten verschiedene Unterstützungsangebote resümieren wie z.B. Beratungsstellen, Kliniken, Vertrauenslehrerinnen/Vertrauenslehrer, Schulpsychologinnen/Schulpsychologen.

**Bedürfnisse bezüglich der Inhalte und Gestaltung des Flyers:** Einerseits wurden die Teilnehmerinnen/Teilnehmer offen nach den Bedürfnissen und Erwartungen hinsichtlich des Flyers befragt. Zudem sollten vorgegebene Informationsinhalte priorisiert werden. Bezüglich der **Informationsinhalte** wünschte sich insgesamt die Mehrheit der Teilnehmerinnen/Teilnehmer eine Auflistung von Anzeichen und Früherkennungszeichen der Erkrankung sowie Handlungshilfen im Umgang mit Betroffenen (z.B. DO's and DON'T's, Ansprechen der Betroffenen, Umgang mit Betroffenen auf Klassenfahrt). Ebenfalls wünschten sich die Befragten Informationen über Hilfs- und Unterstützungsangebote wie z.B. regionale, niederschwellige Anlaufstellen. Vereinzelt Nennungen umfassten andere Aspekte wie Ursachen und Risikogruppen von Essstörungen, Umgang mit Eltern, Weiterbildungsangebote für Lehrkräfte, Präventionsangebote für Schülerinnen/Schüler und den Zusammenhang von Essstörungen und Adipositas. Hinsichtlich der **Gestaltung** des Flyers stellten die Teilnehmerinnen/Teilnehmer Aspekte wie Übersichtlichkeit, Prägnanz und eine sinnvolle logische Struktur als wichtig heraus. Zudem sollte im Flyer mit bildhaften Schemata gearbeitet und eine anschauliche äußere Gestaltung gewählt werden, die positive Aufmerksamkeit auf sich zieht (z.B. durch aussagekräftige Bilder). Die Mehrheit der befragten Multiplikatorinnen/Multiplikatoren wünschte sich eine **Verteilung des Flyers** (Papierform oder digital) durch die Schulen (z.B. Sekretariat, Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeiter) oder Schulämter und Ministerien. Vereinzelt wurden noch Gesundheitsmessen, Krankenkassen und Hausärztinnen/Hausärzte als Implementierungsmöglichkeiten aufgezählt.

### **3.4 Spezifizierung der Zielgruppe**

Gemeinsam mit der Unterarbeitsgruppe (UAG) des Expertengremiums wurde entschieden, den jetzigen Flyer an die Zielgruppe „Lehrkräfte, pädagogische und psychosoziale Fachkräfte“ zu richten.

Nachdem die vorhergehenden Flyer an Ärzte und Angehörige bzw. nahestehende Personen adressiert wurden, sollte in diesem Flyer die Zielgruppe erweitert und der Begriff Multiplikatorinnen/Multiplikatoren genauer spezifiziert werden. Der Flyer sollte sich einerseits an Lehrkräfte richten, die im letzten Flyer als Zielgruppe bewusst nicht berücksichtigt wurden.

Dennoch sollten auch weitere Multiplikatorinnen/Multiplikatoren wie z.B. an Psychologinnen/Psychologen, Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeiter und Sozialpädagoginnen/Sozialpädagogen im schulischen Kontext und anderen Institutionen (Aus- und Weiterbildungsinstitute, Verbände) mit diesem Flyer angesprochen und informiert werden.

### **3.5 Kommunikationsstrategien**

Der aktuelle Flyer ist der 3. Flyer für Essstörungen des Bundesministeriums für Gesundheit. Das Layout der vorhergehenden Flyer wurde übernommen, um den Zugehörigkeits- und Wiedererkennungswert zu symbolisieren. Der Prozess der Flyererstellung stimmt im hohen Maße mit der Vorgehensweise im Vorläuferprojekt überein. Unterschiede finden sich vor allem in der Verbreitung und Evaluation des Flyers.

**Der Flyer im PDF- und Papierformat.** Um eine hohe Erreichbarkeit der Zielgruppe und eine breite Nutzung des Flyers zu gewährleisten, wurde der Flyer in einer gefalzten Druckversion sowie einer digitalen PDF-Version zur Verfügung gestellt. Die Druckversion des Flyers ist handlich und kann beispielsweise im Unterricht oder in Versammlungen gut präsentiert und verteilt werden. Die PDF-Version kann von Interessenten unkompliziert ausgedruckt und auch leicht per E-Mail weiterverteilt werden.

**Distinktes Layout.** Der Flyer ist so gestaltet, dass er Aufmerksamkeit auf sich zieht und das Layout der vorhergehenden Flyer aufgreift um den Wiedererkennungswert zu erhöhen. Zudem unterscheidet sich das Titelbild von anderen Flyern zum Thema Essstörungen deutlich. Es wurde ein themenbezogenes, sachliches und zielgruppenspezifisches Titelbild gewählt. Die Verwendung des BMG-Designs verdeutlicht die Zuordnung zur herausgebenden Institution. Zudem signalisiert das Logo des BMG und Initiative In-Form, dass die Informationen bundeweite Relevanz aufweisen. Insgesamt wurde ein sachliches, seriöses Design gewählt.

**Persönliche Relevanz.** Die Mitglieder der Zielgruppe sollen mithilfe des Flyers Hilfestellungen im Umgang mit Betroffenen erhalten, über Essstörungen informiert und für die Symptome sensibilisiert werden. Gerade Lehrkräften fehlen oft Richtlinien und Hinweise, wie man Betroffene anspricht und was man bei der allgemeinen Vorgehensweise (Einbezug der Eltern, Rückkehr der Betroffenen aus der Be-

handlung) beachten sollte. Die allgemeinen Suchmaschinen sollen den Lehrkräften und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren die Möglichkeit bieten, die Betroffenen bei der Suche nach regionalen Hilfsangeboten zu unterstützen.

**Verbreitung der Druck- und PDF-Version des Flyers an wichtige Institutionen.** Der Flyer wurde im Rahmen des Projekts an ca. 260 Institutionen z.B. Kultusministerien, Lehrerverbände, Schulpsychologische Beratungsstellen versendet. Darüber hinaus bietet die PDF-Version des Flyers eine breite Implementierungsmöglichkeit. Der Flyer konnte auf einschlägigen Webseiten platziert und verlinkt werden:

- Der Homepage des Bundesministeriums für Gesundheit: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/praevention/details.html?bmg%5Bpubid%5D=3139>
- der Initiative „IN FORM“:  
<https://www.in-form.de/materialien/essstoerungen-was-kann-ich-tun/>
- der Publikationsseite der Bundesregierung: [https://www.bundesregierung.de/SiteGlobals/Forms/Webs/Breg/Suche/DE/Infomaterial/Solr\\_Infomaterial\\_Formular.html?resourceId=670252&input\\_=392264&pageLocale=de&templateQueryString=Essst%C3%B6rungen&submit=suchen](https://www.bundesregierung.de/SiteGlobals/Forms/Webs/Breg/Suche/DE/Infomaterial/Solr_Infomaterial_Formular.html?resourceId=670252&input_=392264&pageLocale=de&templateQueryString=Essst%C3%B6rungen&submit=suchen)
- der Seite der BZgA:  
<https://www.bzga-essstoerungen.de/lehr-und-fachkraefte/initiative-leben-hat-gewicht/>

Weiterhin wurde der Flyer mit einem Quick-Response-Code (QR-Code) versehen. Somit ist ein schneller und einfacher Zugang zur Seite der BZGA möglich.

## **4. Aufbau, Inhalte und Gestaltung des Flyers**

Die Inhalte und das Design des Flyers wurden durch mehrere Rückmeldeschleifen in Zusammenarbeit mit der UAG konzipiert. Im Folgenden soll der Aufbau des Flyers detailliert dargelegt werden. Die vollständige Version befindet sich im Anhang.

### **4.1 Frontseite**

Die Logos des BMG und der Kampagne In-Form sind gut sichtbar im Kopf des Flyers platziert, um die Auftraggeber und Absender des Flyers darzustellen. Die Banderole mit der blauen Grundfarbe und der Bereichsfarbe Grün wurde ebenfalls von den vorhergehenden BMG- Flyern aufgegriffen, um den Wiedererkennungswert zu erhöhen und die Zuordnung zum Bereich „Gesundheit“ zu signalisieren. Der Titel „Essstörungen- Was kann ich tun? Informationen für Lehrkräfte, pädagogische und psychosoziale Fachkräfte“ gibt Auskunft über das Thema und die Zielgruppe der Publikation. Die Frontseite wird durch ein Bild illustriert, auf dem eine Schiefertafel auf der in Kreideschrift das Wort „Essstörungen!“ zu sehen ist. Es wurde bewusst darauf verzichtet Personen abzubilden, da sowohl männliche als auch weibliche Personen jeden Figurtyps von einer Essstörung betroffen sein können und keine Stereotype bedient oder aufgebaut werden sollten.

### **4.2 Einleitungstext**

Die zweite Seite des Flyers besteht aus einem Einleitungstext, der direkt an die Zielgruppe gerichtet ist, allgemein zum Thema Essstörungen hinleitet und über das Ziel des Flyers aufklärt.

### **4.3 Symptome von Essstörungen „auf einen Blick“**

Der Flyer soll die Zielgruppe über die Symptome von Essstörungen informieren und sie dabei unterstützen, für Auffälligkeiten sensibilisiert zu werden. Im oberen Drittel der Tabelle werden die allgemeinen Symptome aufgelistet, die die Multiplikatorinnen/Multiplikatoren aufmerksam machen sollten. Zudem werden spezifische Symptome unter den drei Kategorien „Auffälliges Essverhalten“, „weitere Auffälligkeiten“ und „Gewicht“ subsumiert. Einfache Symbole (Kreis, Dreieck, Viereck) kennzeichnen die Zuordnung der Symptome zu den einzelnen Essstörungen „Anorexie“, „Bulimie“ und „Binge-Eating Störung“. Die ursprünglich verwendeten farbigen Punkte wurden durch die einfachen Symbole ausgetauscht um die Vervielfältigung der PDF- Version des Flyers für Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und andere Institutionen zu erleichtern.

#### **4.4 Innenseite: Handlungshilfen für den Umgang und Beratungsangebote**

Die Innenseite des Flyers gibt einen Überblick über die Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit Betroffenen. Drei Punkte sind aufgeführt, die Hilfestellungen für Multiplikatorinnen/Multiplikatoren liefern: Zunächst ist es wichtig, das Gespräch zu suchen und den Betroffenen Unterstützung anzubieten. Weiterhin sollte die Unterstützung auch während und nach der Behandlung gewährleistet werden. Zudem sollte das Thema Essstörungen im jeweiligen Arbeitsbereich konstruktiv aufgegriffen werden. Die jeweiligen Punkte werden durch Icons veranschaulicht.

Weiterhin sind verschiedene Hilfe- und Unterstützungsangebote überblicksartig dargestellt. Suchmaschinen für überregionale Institutionen sollen das niederschwellige Angebot des bundesweit verteilten Flyers unterstützen. Mithilfe der Suchmasken können Kliniken, Ärztinnen/Ärzte, Therapeutinnen/Therapeuten und Beratungsstellen für die jeweiligen Regionen aufgesucht werden. Auch ein allgemeiner Hinweis für Präventionsangebote wurde erwähnt. Als weiterführende, vertiefende Literatur wurde der Informationsleitfaden für Eltern und Lehrkräfte, der Flyer für Eltern und nahestehende Personen sowie die Patientenleitlinie der AWMF aufgeführt. Weiterhin erhalten Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren Hinweise für Gruppenübungen, um das Thema Essstörungen konstruktiv und präventiv aufzugreifen.

#### **4.5 Rückseite**

Auf der Rückseite des Flyers ist das Impressum platziert. Die dort enthaltenen Bestelldaten ermöglichen, dass der Flyer jederzeit und kostenlos über den Publikationsversand des BMG bestellt werden kann. Außerdem befindet sich dort ein Hinweis auf die Webadresse des BMG, wo der Flyer im PDF-Format abgerufen werden kann. Über den QR-Code wird ermöglicht, schnell und unkompliziert mit dem mobilen Smartphone auf die essstörungsspezifische Internetseite der BZgA zu gelangen. Abschließend wird das Expertengremium für Essstörungen als Auftraggeber sowie alle an der Erstellung des Flyers beteiligten Institutionen erwähnt.

## 5. Akzeptanz-Evaluation des Flyers

### 5.1 Methode

Die Evaluation des Flyers erfolgte mithilfe zweier Methoden. Zum einen wurden die zuvor befragten Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren (Bedarfsanalyse zu Beginn des Projektes,  $N=15$ ) erneut kontaktiert und gebeten, an einer schriftlichen Kurzevaluation teilzunehmen.

Zum anderen wurden rund 7000 Flyer an 260 Institutionen (u.a. Kultusministerien, Lehrerverbände, Schulpsychologische Beratungsstellen) versendet mit dem Hinweis, dass in einem bestimmten Zeitraum (7. KW) eine telefonische Meinungsumfrage stattfinden wird und der Bitte, daran teilzunehmen. Der Evaluationsbogen besteht aus fünf Aussagen, die anhand einer zweistufigen Skala („trifft zu“; trifft nicht zu“) Skala bewertet werden können. Die ersten fünf Items sind in der Tabelle 2 aufgeführt. Abschließend sollte der Flyer von den Teilnehmerinnen/Teilnehmern mit einer Schulnote auf der Skala von „sehr gut“ bis „unbefriedigend“ bewertet werden.

### 5.2 Schriftliche Befragung

Von den Personen der explorativen Vorab-Befragung beantworteten 40% ( $N = 6$ ) die schriftliche Evaluation. 67% der Teilnehmerinnen/Teilnehmer ( $N = 4$ ) bewerteten den Flyer mit der Note „gut“. Zwei der Befragten gaben dem Flyer die Note „sehr gut“. Insgesamt wurden alle anderen Items als sehr positiv gewertet, nur ein Teilnehmerinnen/Teilnehmer wertete die Gestaltung des Flyers als negativ.

**Tabelle 2** Items der Evaluation und Antworten gemittelt über die telefonisch Befragten ( $N = 6$ ).

Frage (Antwortskala transformiert 1 = „trifft zu“, 0 = „trifft nicht zu“)	M (SD)
Der Flyer liefert für mich wichtige Informationen über Essstörungen.	1.0
Der Flyer ist ansprechend gestaltet.	0.83 (0.41)
Der Flyer ist verständlich und erfordert kein Vorwissen.	1.0
Die Inhalte des Flyers sind in meiner Situation nützlich.	1.0
Der Flyer unterstützt mich bei der Suche nach Hilfsangeboten.	1.0

### 5.3 Telefonische Befragung

Um den Flyer bundesweit in der Zielgruppe der Lehrkräfte, pädagogische und psychosoziale Fachkräfte zu verteilen und bekannt zu machen, wurden 7000 Flyerexemplare an insgesamt 260 Institutionen versendet. Ein extern beauftragtes Meinungsforschungsinstitut sollte daraus eine repräsentative Stichprobe im Zeitraum vom 12.2 bis 20.2.2018 befragen. Insgesamt konnten 62 Multiplikatorinnen/Multiplikatoren telefonisch interviewt werden, was einer Rücklaufquote von rund 24% entspricht. Unter den Befragten bildeten Psychologinnen/Psychologen (N = 29) und pädagogische Fachkräfte (N = 26) die größten Gruppierungen. 80,6 % (N = 50) waren weiblichen Geschlechts.

Die Ergebnisse der Befragung sind in Tabelle 3 abgebildet. Im Durchschnitt bewerteten die Befragten den Flyer mit einer Schulnote von 2,0 („gut“) (SD = 0,7; KI<sub>95%</sub> = [1,8; 2,1]). Die Note 4 („ausreichend“) wurde 2-mal vergeben, die Note 5 („mangelhaft“) wurde von keinem vergeben. Die überwiegende Mehrheit fand, dass der Flyer verständlich und ansprechend gestaltet ist und wichtige Informationen über Essstörungen liefert. Die anderen beiden Items wurden schlechter eingeschätzt. 19 Personen fühlten sich durch den Flyer nicht unterstützt bei der Suche nach Hilfsangeboten. 18 Befragte empfanden den Flyer als nicht nützlich in Ihrer Situation.

**Tabelle 3:** Items der Evaluation und Antworten gemittelt über die Befragten (N = 62)

Frage (Antwortskala transformiert 1 = „trifft zu“, 0 = „trifft nicht zu“)	M (SD)
Der Flyer liefert für mich wichtige Informationen über Essstörungen.	0.88 (.32)
Der Flyer ist ansprechend gestaltet.	0.85 (.35)
Der Flyer ist verständlich und erfordert kein Vorwissen.	0.95 (.22)
Die Inhalte des Flyers sind in meiner Situation nützlich.	0.71 (.48)
Der Flyer unterstützt mich bei der Suche nach Hilfsangeboten.	0.68 (.47)

Zudem wurden noch offene Anmerkungen der Befragten entgegengenommen. Dort zeigte sich ein sehr differenziertes Bild. Einige beurteilten den Flyer als sehr gelungen mit einem kompakten Format und einem sehr guten Informationsgehalt. Andere wiederum empfanden den Flyer als unübersichtlich gestaltet, mit zu viel Text und einer ungünstigen Faltung (Impressum steht beim Ausklappen auf dem Kopf). Vereinzelt wurden sich noch andere, außerschulische Beispiele und eine Übersetzung in arabischer und englischer Sprache gewünscht.

## **6. Diskussion, Gesamturteil und Implikationen**

Essstörungen sind schwerwiegende psychosomatische Erkrankungen, die frühzeitige professionelle Behandlung erfordern. Früherkennung und Prävention spielen folglich eine maßgebende Rolle. Im Rahmen dieses Projekts sollte daher ein weiterer BMG- Flyer konzipiert werden, der Lehrkräfte und andere Multiplikatorinnen/Multiplikatoren wie pädagogische und psychosoziale Fachkräfte über Symptome sowie Arten von Essstörungen aufklärt und ihnen Handlungsempfehlungen und Unterstützungsmöglichkeiten aufzeigt.

Die Literaturrecherche und die exploratorische Bedarfsanalyse machten deutlich, dass ein Mangel an Informationen über die Erkrankung vorliegt. Multiplikatorinnen/Multiplikatoren wissen häufig nicht, wie sie mit Betroffenen umgehen sollen und wo sie auf Hilfsangebote zurückgreifen können, die sie den Betroffenen weitervermitteln könnten.

Ziel des Flyers ist, die Informationen über unterschiedliche Arten von Essstörungen und Handlungsempfehlungen im Umgang mit Betroffenen kompakt und verständlich darzulegen. Wichtig sind dabei die Früherkennung und das Unterstützen der ersten professionellen Versorgungsschritte. Die Sensibilität für Essstörungen soll gesteigert werden und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren sollen auf bestehende Strukturen zur Versorgung von Essstörungen schnell zurückgreifen können.

Die Gestaltung des Flyers erfolgte in Anlehnung an die vorherigen BMG-Flyer. Relevante Informationen wurden kompakt und übersichtlich in Form eines Wickelfalz-Flyers präsentiert. Nachteilig bei diesem Format ist, dass die hohen Menge an Informationen die Übersichtlichkeit einschränkt und dennoch nicht alle gewünschten Informationen in ihrer Tiefe dargestellt werden können. Mehrere Verweise und Verlinkungen auf tiefergehende Informationsquellen sowie regionale Unterstützungsangebote sollen dem entgegenwirken. Herausfordernd ist, eine passende Informationstiefe und –art für so eine breite Zielgruppe mit unterschiedlichem Vorwissen zu erreichen.

Lehrkräfte und Multiplikatorinnen/Multiplikatoren stellen eine wichtige Zielgruppe dar, da sie eine tragende Rolle für die Prävention und Früherkennung von Essstörungen spielen und Betroffene im außerfamiliären Bereich erleben. Mithilfe des Flyers soll die Aufmerksamkeit gesteigert und der Einstieg in die professionelle Betreuung erleichtert werden.

Die Evaluation des Flyers zeigt ein zufriedenstellendes Bild, da er überwiegend positiv bewertet wurde. Im Vergleich mit den Evaluationen der anderen Flyerprojekte liegt die Rücklaufquote mit 24 % wesentlich höher, da eine externe telefonische Befragung gewählt wurde. Eine Steigerung dieser Zahl wäre möglich und wünschenswert, in dem man den Zeitraum für die Befragung verlängert, die Ferienzeiten in den Bundesländern berücksichtigt und die Vorab-Recherchen der richtigen Ansprechpartner ebenfalls durch ein externes Unternehmen unterstützend begleiten könnte.

Eine breite Implementierung des Flyers wurde angestrebt und umgesetzt. Die Flyer wurden umfangreich auf postalischem Weg und digital an entsprechende Institutionen wie Bildungsministerien, Schulpsychologische Beratungsstellen, Lehrerverbände etc. bundesweit verteilt. Über den Publikationsversand des BMG kann der Flyer kostenlos bestellt oder heruntergeladen werden. Auf Kongressen ist eine zusätzliche Verteilung des Flyers geplant.

## **7. Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse**

Der Flyer wurde wie geplant als PDF-Download auf der Homepage des BMG zur Verfügung gestellt. Außerdem ist ein Download des Flyers auf den Seiten der Bundesregierung, der BZgA und der Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung (IN FORM) möglich. Im Rahmen des Projekts wurde der Flyer postalisch an ausgewählte Institutionen (ca. 260) verteilt, darunter an Kultusministerien, Lehrerverbände, Beratungsstellen der BFE, Beratungslehrerverbände und schulpsychologische Beratungsstellen und Schulämter. Zusätzlich wurde der Flyer per E-Mail bei Fortbildungsinstituten für Lehrkräfte und weiteren Schulpsychologische Beratungsstellen (die nicht postalisch informiert wurden) bekannt gemacht.

### **Beiträge auf Kongressen**

Posterbeitrag auf dem wissenschaftlichen Kongress der Deutschen Gesellschaft für Essstörungen (DGEES) vom 1. bis 3. März 2018 in München.

Vorstellung des Flyers und der Evaluation auf der Mitgliederversammlung des Bundesfachverbandes für Essstörungen (BFE) am 6. Juni 2018 in München.

## 8. Literaturverzeichnis

- Barmer. (2016). Deutlicher Anstieg bei Ess-Störungen. Abgerufen am 15.2.2018 unter <https://www.barmer.de/presse/presseinformationen/pressemitteilungen/pressearchiv-2016/essstoerungen-78368>
- Bauer, S., Kindermann, S., & Moessner, M. (2016). Prevention of eating disorder: a review. *Z Kinder Jugendpsychiatr Psychother*, 1-9. doi:10.1024/1422-4917/a000506
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung [BZgA] (2011). Empfehlungen zur integrierten Versorgung bei Essstörungen in Deutschland (Vol. 4).
- Gerlinghoff, M., & Backmund, H. (2004). Eating disorders in childhood and adolescence. Anorexia nervosa, bulimia nervosa, binge eating disorder. *Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz*, 47(3), 246-250. doi:10.1007/s00103-003-0791-2
- Hudson, J. I., Hiripi, E., Pope, H. G., & Kessler, R. C. (2007). The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Biological psychiatry*, 61(3), 348-358.
- Hölling, H., & Schlack, R. (2007). Essstörungen im Kindes- und Jugendalter. *Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*, 50(5-6), 794-799.
- Knightsmith, P., Treasure, J., & Schmidt, U. (2013). We don't know how to help: an online survey of school staff. *Child and Adolescent Mental Health*, 19(3), 208-2014. doi:10.1111/camh.12039
- Lebenstedt, M., Bußmann, G., & Platen, P. (2004). Ess-Störungen im Leistungssport: Ein Leitfaden für Athlet/innen, Trainer/innen, Eltern und Betreuer/innen. In B. f. Sportwissenschaften (Ed.), (Vol. 1, pp. 98). Bonn.
- Schneider, N., Bayios, V., Pfeiffer, E., Lehmkuhl, U., & Salbach-Andrae, H. (2009). Essstörungen und Leistungssport. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 16(4), 131-139. doi:10.1026/1612-5010.16.4.131
- Smink, F. R., van Hoeken, D., & Hoek, H. W. (2012). Epidemiology of eating disorders: incidence, prevalence and mortality rates. *Curr Psychiatry Rep*, 14(4), 406-414. doi:10.1007/s11920-012-0282-y
- Weigel, A., Gumz, A., Kästner, D., Romer, G., Wegscheider, K., & Löwe, B. (2015). Prävention und Versorgung von Essstörungen: Das Gesundheitsnetz Magersucht und Bulimie. *Psychiatrische Praxis*, 42(S 01), S30-S34

## **9. Anhang**

1. Flyer
2. Interviewleitfaden
3. Fragebogen Evaluation
4. Kongress-Poster

## Anhang 1: Flyer



Bundesministerium  
für Gesundheit



### Essstörungen – Was kann ich tun?

Informationen für Lehrkräfte,  
pädagogische und psychosoziale Fachkräfte



#### Symptome von Essstörungen „auf einen Blick“

**Allgemeine Symptome:** sozialer Rückzug; auffällige Persönlichkeits- und Verhaltensänderungen (z. B. Depressivität); ständige Beschäftigung mit Essen, Figur und Gewicht; Essen mit anderen meiden



##### Auffälliges Essverhalten

- Diät als Dauerzustand
- Rigide Ernährungsregeln
- Ständiges Kalorienzählen
- Vermeidung von Hungergefühl (z. B. sehr viel Wasser trinken)
- Eingeschränkte Nahrungsauswahl
- Essattacken (Verzehr großer Mengen an Nahrungsmitteln in kurzer Zeit)



##### Weitere Auffälligkeiten

- Perfektionismus, zwanghafte Tagesplanung
- Gesteigerter Bewegungsdrang
- Krankhafte Angst, dick zu werden
- Erbrechen, Missbrauch von Appetitzüglern & Abführmitteln
- Exzessiver Sport
- Verzerrte Körperwahrnehmung (z. B. die betroffene Person findet sich zu dick, während andere sie dünn finden)



##### Gewicht

- Untergewicht ohne organische Ursache
- Starker Gewichtsverlust (> 6 Kilo in 3 Monaten)
- Tägliche Gewichtskontrolle
- Gewichtsschwankungen
- Gewichtszunahme
- Übergewicht

Die Symbole markieren die Symptome der jeweiligen Essstörung:  Anorexie  Bulimie  Binge-Eating-Störung

Essstörungen bleiben oft lange unentdeckt. Neben Eltern sind es meist **Lehrkräfte** sowie weitere **pädagogische und psychosoziale Fachkräfte** (z. B. Sozialarbeiter/-innen, Psycholog/-innen), die erste Anzeichen bemerken. Fachkräfte können jungen Menschen mit einer Essstörung helfen, wenn sie von den Betroffenen als unterstützende Bezugspersonen wahrgenommen werden.

Dieser Flyer will Sie über Essstörungen informieren, Ihnen **Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten** aufzeigen und Ihnen **Hilfestellungen im Umgang** mit Betroffenen und Angehörigen geben. Im schulischen Kontext sind dabei die länderspezifischen Regelungen zu bedenken (z. B. Zuständigkeiten von Beratungs- und Vertrauenslehrer/-innen).

**Essstörungen sind psychosomatische Krankheiten**, die überwiegend im Jugendalter beginnen. Fachleute unterscheiden **Anorexie** (Magersucht), **Bulimie** (Ess-Brech-Sucht) und **Binge-Eating-Störung** (Essattacken), wobei auch Mischformen und Übergänge häufig vorkommen. Betroffene sind nicht nur Mädchen und Frauen, sondern auch Jungen und Männer. Bei allen Essstörungen bestimmen Essen, Figur und Gewicht das Leben. Essstörungen sind kein Schlankheitstick und keine vorübergehende Pubertätskrise. Sie sind vielmehr Ausdruck tiefer liegender seelischer Probleme.

#### Impressum

**Herausgeber:** Bundesministerium für Gesundheit | 11055 Berlin  
**Stand:** Dezember 2017, 1. Auflage  
**Gestaltung:** ART-KON-TOR Kommunikation GmbH | [www.art-kon-tor.de](http://www.art-kon-tor.de)  
**Bilder | Druck:** shutterstock | Flyeralarm  
Den Flyer im pdf-Format finden Sie unter:  
[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

#### Bestelladresse:

Diese Publikation des Bundesministeriums für Gesundheit können Sie jederzeit kostenlos anfordern:  
**Bestell-Nr.:** BMG-V-10026  
**E-Mail:** [publikationen@bundesregierung.de](mailto:publikationen@bundesregierung.de)  
**Telefon:** 030 / 182 722 721 | Fax: 030 / 18 102 722 721  
**Schriftlich:** Publikationsversand der Bundesregierung  
Postfach 48 10 09 | 18132 Rostock

Dieser Flyer wurde erstellt im Auftrag des Expertengremiums für Essstörungen der Initiative „Leben hat Gewicht“ mit der Unterstützung von: Universitätsklinikum Jena, IPMP; Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen gGmbH; Bundesfachverband Essstörungen e.V. (BFE); Therapie-Centrum für Essstörungen forum (TCE forum); Hochschule Landshut; Dick & Dünn e.V. Beratungszentrum bei Ess-Störungen; Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP); Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Neugierig geworden?  
Schnell zugriff auf  
die Internetseite der BZgA



## Essstörung – Was kann ich tun?

Was kann ich tun?	Wo finde ich kompetente Hilfe und Unterstützung?
 <p><b>Das Gespräch suchen, Unterstützung anbieten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informieren Sie sich über Essstörungen und tauschen Sie Ihre Beobachtungen mit Kolleg/-innen aus.</li> <li>• Holen Sie sich Unterstützung von anderen Fachkräften (z.B. Beratungs- und Vertrauenslehrer/-innen, Psycholog/-innen, Arzt/Ärztin, Beratungsstelle).</li> <li>• Sprechen Sie mit der betroffenen Person vertraulich, nicht vor anderen. Sagen Sie ihr, dass Sie Veränderungen bei ihr wahrnehmen (z.B. traurige Stimmung, Rückzug, perfektionistische Leistungsansprüche), weswegen Sie sich Sorgen machen.</li> <li>• Stellen Sie nicht das Gewicht oder das Essverhalten in den Mittelpunkt des Gespräches und stellen Sie keine Diagnosen.</li> <li>• Bieten Sie Ihre Hilfe an, z.B. ein gemeinsames Gespräch mit den Eltern, und geben Sie einen Hinweis auf Beratungs- oder Behandlungsmöglichkeiten in der Nähe. Bleiben Sie mit der betroffenen Person im Gespräch und motivieren Sie sie, Hilfe anzunehmen.</li> <li>• Besprechen Sie mit der betroffenen Person, ob und wie Sie die Eltern einbeziehen.</li> <li>• Passen Sie die Anforderungen an den Gesundheitszustand der betroffenen Person an (z.B. Ausschluss von sportlichen Aktivitäten bei Untergewicht, ärztliches Attest verlangen).</li> </ul>	<p><b>Mögliche Wege der Beratung und Behandlung</b></p>  <p><b>(Anonymes) BZgA-Infotelefon zu Essstörungen</b> 0221 / 89 20 31 Montag-Donnerstag: 10:00–22:00 Uhr Freitag-Sonntag: 10:00–18:00 Uhr</p> <p><b>Beratungsstellen in Ihrer Nähe finden</b> → <a href="http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de">www.bundesfachverbandessstoerungen.de</a> → <a href="http://www.bzga-essstoerungen.de">www.bzga-essstoerungen.de</a></p> <p>Darüber hinaus gibt es auch <b>Online-Beratungsangebote</b>, die per Email, Einzel- oder Gruppenchat informieren und beraten, sowie <b>Weiterbildungsangebote für Fachkräfte</b> zu Essstörungen und <b>Präventionsangebote</b> für Jugendliche in Schulen und Jugendeinrichtungen.</p> <p><b>Wichtige Suchmaschinen</b> → <a href="http://www.kbv.de/html/arztuche.php">www.kbv.de/html/arztuche.php</a> → <a href="http://www.bptk.de/service/therapeutensuche.html">www.bptk.de/service/therapeutensuche.html</a> → <a href="http://www.weisse-liste.de/de/krankenhaus/krankenhausuche/">www.weisse-liste.de/de/krankenhaus/krankenhausuche/</a></p>
 <p><b>Betroffene während und nach einer Behandlung unterstützen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprechen Sie nicht in Abwesenheit der/s Betroffenen über sie/ihn.</li> <li>• Überlassen Sie es der betroffenen Person selbst, ob sie nach der Rückkehr über ihre Essstörung sprechen möchte.</li> </ul>	
 <p><b>Essstörungen als Thema konstruktiv aufgreifen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagatellisieren Sie das Thema Essstörungen nicht und behandeln Sie es nicht als Tabu.</li> <li>• Seien Sie Vorbild, vermitteln Sie ein positives Körper- und Lebensgefühl.</li> <li>• Pflegen Sie einen offenen Umgang mit dem Thema Essstörungen in Ihrem Arbeitsbereich (z.B. Informations- und Präventionsveranstaltungen anbieten; in der Schule das Thema durch Facharbeiten, Projekttag aufgreifen).</li> <li>• Achten Sie darauf, dass Betroffene weder ausgegrenzt noch diskriminiert werden.</li> </ul>	

**Frühzeitige professionelle Hilfe erhöht die Heilungschancen.  
Nehmen Sie das Thema Essstörungen ernst!**

## Weitere Informationen finden Sie unter:

**Was tun bei Verdacht auf Essstörungen – Informationen für Eltern, Angehörige und nahestehende Personen** unter: [www.bundesregierung.de](http://www.bundesregierung.de); Menü: Infomaterial der Bundesregierung, Herausgeber: Bundesministerium für Gesundheit → Art: Flyer

**Essstörungen – Informationen für Eltern, Angehörige und Lehrkräfte** unter: [www.bzga-essstoerungen.de](http://www.bzga-essstoerungen.de)  
Menü: Infomaterialien → Kategorie: Ernährung – Bewegung – Stressregulation

**Essstörungen vorbeugen – Informationen und Übungen für die Gruppenarbeit** unter: [www.bzga-essstoerungen.de](http://www.bzga-essstoerungen.de)  
Menü: Infomaterialien → Kategorie: Ernährung – Bewegung – Stressregulation

**Patientenleitlinie Diagnostik und Therapie von Essstörungen (Juni 2015)** unter: [www.awmf.org](http://www.awmf.org)  
Menü: Leitlinien → Patienteninformation → Kategorie: Psyche → Essstörungen, Diagnostik und Therapie

## Anhang 2: Interviewleitfaden

### Befragung zur Exploration der Inhalte und Gestaltungsaspekte für einen Flyer über Essstörungen für Lehrkräfte und andere prof. Bezugspersonen von Betroffenen

#### *Ein Projekt des Bundesministeriums für Gesundheit in Kooperation mit dem Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie Jena*

Vielen herzlichen Dank für Ihr Interesse an der Befragung. Ziel ist es herauszufinden, wie ihrer Meinung nach der Flyer gestaltet werden sollte und welche Inhalte für Sie relevant bzw. wünschenswert sind. Die Teilnahme an der Befragung ist freiwillig. Die Daten werden anonymisiert und vertraulich behandelt. Bei der Beantwortung der Fragen gibt es kein Richtig oder Falsch. Es steht Ihnen frei, Fragen nicht zu beantworten oder zu überspringen.

#### 1. Kurze Daten zur Person

Geschlecht: männlich/ weiblich

Alter: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_ Berufserfahrung in Jahren: \_\_\_\_\_

Hatten Sie schon Kontakt mit Betroffenen von Essstörungen? Ja / Nein

#### 2. Hauptteil

##### 2.1 Allgemeine Informationen

- a) Kennen Sie bereits Flyer oder Informationsbroschüren, die Sie über das Thema Essstörungen aufklären bzw. Hilfestellungen geben? Wenn ja, welche?
- b) Sind Ihnen Präventionsprogramme über Essstörungen bekannt? Wenn ja, welche? Werden diese an Ihrer Schule/Ihrem Arbeitsbereich durchgeführt?
- c) Sind Ihnen Beratungsangebote/ Beratungsstellen/Kliniken bekannt, an die Sie Betroffene/Angehörige bei Essstörungen verweisen können?

- d) Gibt es in Ihrem Arbeitsbereich/Ihrer Schule konkrete Handlungsleitlinien für den Umgang mit Betroffenen von Essstörungen?

## 2.2. Flyerspezifische Informationen

- e) Welche Erwartungen haben Sie an einen Flyer über Essstörungen für Lehrkräfte und andere prof. Bezugspersonen von Betroffenen?
- f) Welche Informationsinhalte würden Sie sich für den aktuellen Flyer wünschen?
- g) Im Folgenden werden einige spezifische Inhalte des Flyers vorgeschlagen. Bitte schätzen Sie die möglichen Inhalte entsprechend Ihrer Wichtigkeit/Relevanz ein.

Inhaltliche Aspekte des Flyers	sehr wichtig	wichtig	weniger wichtig
Allgemeine Informationen über die Erkrankung (z.B. Epidemiologie etc.)			
Anzeichen/Früherkennungszeichen der Erkrankung			
Informationen über Unterstützungs-, Behandlungs- und Beratungsangebote			
Verweise auf regionale Anlaufstellen (Kliniken, Beratungsstellen, Psychotherapeuten)			
Behandlungsplan/ Verlauf und Prognose der Erkrankung			
Konkrete und praktische Handlungshinweise für den Umgang mit Betroffenen:			
a) Was man allgemein beachten könnte (allg. Vorgehensweise, einzuleitende Schritte)			
b) Was Sie bei einem Gespräch mit Betroffenen beachten könnten			
c) Informationen/Hinweise für das Verhalten bei Wiederkehr der Betroffenen nach der Behandlung			
Informationen/Hinweise zu präventiven Maßnahmen bzw. auch zu Präventionsangeboten in Ihrem Arbeitsbereich (z.B. Schule)			
<b>Sonstiges:</b>			

- h) Welche Aspekte sind Ihnen bei der Gestaltung des Flyers wichtig? Wie müsste der Flyer gestaltet sein, um für Sie hilfreich zu sein?

- i) Wie könnte Sie der Flyer erreichen? Welche Verteilungswege würden Sie sich wünschen?
  
- j) Gibt es Ihrerseits noch offene Anmerkungen?

Vielen herzlichen Dank, dass Sie an der Befragung teilgenommen haben. Geplant ist, den Flyer bis Ende des Jahres 2017 fertigzustellen.

- k) Hätten Sie daran Interesse, die Endversion des Flyers zu bewerten (Akzeptanzevaluation)?

Ja/ Nein

\*Wenn ja, bitte hinterlassen Sie Ihre E-Mail Adresse für eine Kontaktmöglichkeit

---

**\*Anmerkung:** Die E-Mailadresse/ der Name wird nicht gekoppelt mit den Inhalten zurückgemeldet. Dies dient lediglich der Kontaktaufnahme für die anschließende Akzeptanzevaluation.

### Anhang 3: Fragebogen zur Evaluation des Flyers



Institut für Psychosoziale Medizin  
und Psychotherapie

19.02.2018

#### Evaluation des BMG Flyers

#### „Essstörungen- Was kann ich tun? Informationen für Lehrkräfte, pädagogische und psychosoziale Fachkräfte“

Vielen Dank, dass Sie an der Befragung vor der Erstellung des Flyers mitgewirkt haben.

Das Bundesministerium für Gesundheit hat in Kooperation mit dem Expertengremium der Initiative „Leben hat Gewicht“ den Flyer „Essstörungen- Was kann ich tun?“ für die Zielgruppe Lehrkräfte, pädagogische und psychosoziale Fachkräfte herausgebracht.

Bitte beantworten Sie die nachstehenden Fragen zur Bewertung des Flyers. Falls Sie Fragen oder weitere Anmerkungen haben, können Sie es gerne im unteren Feld vermerken oder mich unter folgenden Kontaktdaten erreichen: [Juliane.Poeck@med.uni-jena.de](mailto:Juliane.Poeck@med.uni-jena.de) | Telefon: 03641/ 935483

Frage	„Trifft zu“	„Trifft nicht zu“
1. Der Flyer liefert für mich wichtige Informationen über Essstörungen.		
2. Der Flyer ist ansprechend gestaltet.		
3. Der Flyer ist verständlich und erfordert kein Vorwissen.		
4. Die Inhalte des Flyers sind für meine Situation nützlich.		
5. Der Flyer unterstützt mich bei der Suche nach Hilfsangeboten		
Haben Sie noch Anmerkungen?		

#### Insgesamt bewerte ich den Flyer mit der Schulnote:

Sehr gut	gut	Befriedigend	ausreichend	mangelhaft
----------	-----	--------------	-------------	------------

Vielen herzlichen Dank für Ihre Teilnahme an der Evaluation.

Bitte senden Sie den ausgefüllten Evaluationsbogen eingescannt per E-Mail an mich zurück.

[Juliane.Poeck@med.uni-jena.de](mailto:Juliane.Poeck@med.uni-jena.de)

Juliane Poeck (Wissenschaftliche Mitarbeiterin)

© Universitätsklinikum Jena – IPMP

Evaluationsbogen\_Flyer\_Ausfüllen

## Anhang 4: Poster für wissenschaftlichen Fachkongress



U. Berger<sup>1</sup>, S. Borse<sup>2</sup>, J. Poeck<sup>1</sup>

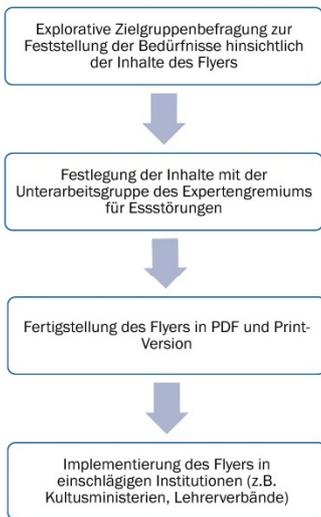
<sup>1</sup> Universitätsklinikum Jena,  
Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie  
<sup>2</sup> Frankfurter Zentrum für Essstörungen



# Entwicklung, Implementierung und Evaluation eines Flyers über Essstörungen zur Information von Lehrkräften, pädagogischen und psychosozialen Fachkräften

Hintergrund	Ziele
<p>Essstörungen sind schwerwiegende psychosomatische Erkrankungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die häufig im Jugendalter entstehen,</li> <li>- die z.T. chronische Krankheitsverläufe mit häufigen Rezidiven aufweisen,</li> <li>- die mit somatischer und psychischer Komorbidität einhergehen.</li> </ul> <p>Lehrkräfte, pädagogische und psychosoziale Fachkräfte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nehmen eine wichtige Rolle bei der Prävention und Früherkennung von Essstörungen ein.</li> <li>- können Verhaltensänderungen im außerfamiliären Bereich wahrnehmen, aber zum Teil nicht einordnen.</li> <li>- weisen auf fehlende Handlungsleitlinien und Weiterbildungen im schulischen Kontext hin.</li> </ul> <p>Eine frühzeitige professionelle Behandlung kann die Heilungsaussichten verbessern. Zudem können Präventionsangebote in Schulen und anderen Institutionen dabei helfen, die Ausprägung von Essstörungen frühzeitig zu bekämpfen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbereitung praxistauglicher Informationen über Unterstützungs- und Handlungsmöglichkeiten im Sinne einer integrierten Versorgung von Essstörungen durch die Entwicklung eines Informationsflyers für Lehrkräfte und Multiplikator*inn*en</li> <li>- Der Flyer soll die Zielgruppe über verschiedene Formen von Essstörungen informieren und Ihnen Hilfestellungen im Umgang mit Betroffenen geben.</li> <li>- Der Flyer soll die Suche nach Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten erleichtern.</li> <li>- Der Flyer wird als PDF- und Druckversion an wichtige Institutionen verteilt, um eine breite Implementierung zu gewährleisten.</li> </ul>

### Methodisches Vorgehen



### Evaluation

- Bundesweite Versendung der Flyer an 260 Institutionen (Kultusministerien, Lehrer- und Schulverbände, Internatsverbände, Schulpsychologische Beratungsstellen, Beratungsstellen für Essstörungen)
- Telefonische Befragung von N=62 (24% Rücklaufquote) durch ein externes Dienstleistungsunternehmen
- Note 2,0 als durchschnittlich vergebene Schulnote für den Flyer (SD= 0.72)

Frage (Antwortskala: 1= „trifft zu“; 0= „trifft nicht zu“)	M (SD) [KI 95%]
Der Flyer liefert für mich wichtige Informationen über Essstörungen.	0.88 (0.32) [0.80; 0.96]
Der Flyer ist ansprechend gestaltet.	0.85 (0.35) [0.77; 0.94]
Der Flyer ist verständlich und erfordert kein Vorwissen.	0.95 (0.22) [0.89; 1.00]
Die Inhalte des Flyers sind in meiner Situation nützlich.	0.71 (0.48) [0.60; 0.82]
Der Flyer unterstützt mich bei der Suche nach Hilfsangeboten	0.68 (0.47) [0.56; 0.79]

### Kontakt

PD Dr. phil. med. habil. Uwe Berger  
Universitätsklinikum Jena  
Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie  
Stoystr. 3, 07740 Jena  
E-Mail: uwe.berger@med.uni-jena.de  
Tel.: 03641 - 937790