

Beobachtungsbogen: Signale Essstörungen

Beobachtete Signale werden auf dem Beobachtungsbogen festgehalten und im Team besprochen. Es ist wichtig, sich dabei auch positive Verhaltensweisen des Schülers / der Schülerin zu notieren, damit in einem allfälligen Gespräch daran angeknüpft werden kann.

Name SchülerIn _____ Datum: _____ Lehrperson: _____

	Signale	Bemerkung zur konkreten Situation (was, wann, wie)
Körperebene / Körper- wahrnehmung	<input type="checkbox"/> Gewichtsschwankungen <input type="checkbox"/> Gewichtsverlust <input type="checkbox"/> Häufige Sorge um Figur und Aussehen <input type="checkbox"/> Definiert ihren Selbstwert über Figur und Gewicht <input type="checkbox"/> fühlt sich zu dick trotz Normal- oder Untergewicht <input type="checkbox"/> Grosse Angst zuzunehmen	
Essen Essverhalten	<input type="checkbox"/> fühlt sich nach dem Essen meist zu voll und unwohl <input type="checkbox"/> genaue Kenntnisse der Nährwerte und Kalorien <input type="checkbox"/> Kopflastige Auswahl der Nahrungsmittel <input type="checkbox"/> Ablehnen von kalorienreichen Nahrungsmitteln <input type="checkbox"/> Einteilung in „verbotene“ und „erlaubte“ Nahrungsmittel <input type="checkbox"/> Ausweichen bei Mahlzeiten (Ausreden) <input type="checkbox"/> Kochen für andere ohne selbst zu essen <input type="checkbox"/> Lügen rund ums Essen wie: „Ich habe schon gegessen.“ <input type="checkbox"/> Abstreiten von Diäten und Hungergefühlen <input type="checkbox"/> Heimliches Essen <input type="checkbox"/> Isst ungewöhnlich grosse Mengen <input type="checkbox"/> Essen ohne Hungergefühl	
Beziehungs- ebene / emotionale Ebene	<input type="checkbox"/> Extreme Leistungsorientierung <input type="checkbox"/> stellt hohe Anforderungen an sich selber <input type="checkbox"/> Perfektionismus <input type="checkbox"/> Unsicherheit (nicht immer offensichtlich) <input type="checkbox"/> Sozialer Rückzug	
Diverses	<input type="checkbox"/> Sport zur Figurenkontrolle <input type="checkbox"/> Kälteempfindlich (friert oft) <input type="checkbox"/> Muss häufig während der Lektion aufs Klo (Abführmittel) <input type="checkbox"/> geht nach dem Essen auf die Toilette <input type="checkbox"/> Spuren von Erbrochenem auf der Toilette	
positive Verhaltens- weisen		