

## **Esstörungen vorbeugen: Püppchen – Ein Theaterstück für die 8. und 9. Klassen**

Esstörungen vorzubeugen gelingt vor allem durch die Stärkung des Selbstbewusstseins. Doch viele Jugendliche bringen den Satz „Ich mag mich so wie ich bin!“ gerade in der Entwicklungsphase der Pubertät – wo sich der eigene Körper stark verändert – nicht über die Lippen. So auch nicht die beiden Protagonistinnen Lena und ihre Freundin Shirin im Stück „Püppchen“, das am 01. Oktober 2015 an unserer Schule aufgeführt wurde.



Lena muss jederzeit funktionieren: Zu Hause arbeitet sie im Haushalt mit, in der Kirche spielt sie Orgel. Ständig muss sie das angepasste Mädchen, das „Püppchen“, spielen.

Wenn sie anstelle einer Verabredung die Wäsche machen muss oder in anderer Weise von ihrer Mutter eingespannt wird, ohne dafür Liebe und Zuwendung zu erhalten, sucht sie ihr Glück in Form von Chips und anderem Essbaren. Anschließend findet sie sich und ihr Leben wortwörtlich „zum Kotzen“. Ihre Schulfreundin Shirin ist hübsch, extrem schlank und durchtrainiert. Doch sie hungert weiter, weil sie sich in ihrer verzerrten Wahrnehmung immer noch zu dick findet. Also frühstückt sie nicht mehr, verschenkt ihr Pausenbrot und tut so, als sei sie Veganerin, um sich vor dem Essen zu drücken, außerdem treibt sie exzessiv Sport.

Torsten findet Shirin sehr anziehend, bemerkt aber auch, dass sie immer dünner wird und ihr das nicht gut tut. Er macht Musik, schreibt selbst Texte und betont, dass er etwas könne – allein das sei wichtig.

Sein Freund Simon ist da anderer Ansicht. Er denkt, dass man nur etwas gelte, wenn man entsprechend aussehe. Torsten widerspricht: „Wenn alle gleich aussehen, ist das doch stinklangweilig!“

Am Ende des Stücks erkennt Lena ihre verzweifelte Situation und sucht Hilfe. Shirin ist noch nicht so weit. Es bleibt offen, welchen Weg sie nehmen wird...

Das 2-Personen-Stück und die anschließende klasseninterne Nachbereitung regen Jugendliche zum aktiven, selbstständigen Handeln an und schärfen ihre Selbstwahrnehmung. Die Jugendlichen lernen, für sich einzustehen und sich Hilfe zu holen, wenn sie sie benötigen.

Wir danken den beiden Schauspielerinnen Anna Koslowski und Anaela Dörre sowohl für die gelungene Darbietung als auch für die erfolgreiche theaterpädagogische Nachbereitung. Unser ganz besonderer Dank gilt der AOK NordWest für die finanzielle Unterstützung.

Nadine Emmerling (Koordinatorin für Präventionsarbeit)