



Auf einen Blick MaiStep ...

- ist wissenschaftlich evaluiert und reduziert die Gefahr, dass Schüler/-innen eine Essstörung entwickeln.
- ist erlebnisbasiert und sichert durch interaktive Übungen maximalen Lernerfolg.
- wird in einer kostenfreien, eintägigen Lehrkräfteschulung vermittelt und kann direkt in den Unterricht integriert werden.
- aktualisiert stetig alle Materialien zur Durchführung und stellt sie dauerhaft kostenfrei zur Verfügung.

Anmeldung

Haben Sie Fragen oder Interesse, MaiStep in Ihren Unterricht zu integrieren? Für weitere Informationen oder um einen Termin für eine Lehrkräftefortbildung an Ihrer Schule zu vereinbaren wenden Sie sich gerne an:

Sabrina Rau
Projektkoordination MaiStep
maistep@unimedizin-mainz.de
Telefon +49(0) 6131 17-3281

Team

Projektleitung:
Dipl. Psych. Florian Hammerle
Dipl. Psych. Vanessa Wolter

Projektkoordination:
Verena Ernst, M.Sc. Psych.
Dipl. Psych. Jasmina Eskic

Universitätsmedizin der Johannes
Gutenberg-Universität Mainz;
Körperschaft des öffentlichen
Rechts (KöR)
Klinik und Poliklinik für Kinder- und
Jugendpsychiatrie und
-psychotherapie
Gebäude 406, 2. Stock
Langenbeckstraße 1,
55131 Mainz



Mainzer Schultraining zur Essstörungsprävention



Informationen für Schulen zur Teilnahme an
kostenfreien Lehrkräfteschulungen

Eine Kooperation der Universitäts-
medizin Mainz und der Kauf-
männischen Krankenkasse

Mainzer Schultraining zur Essstörungsprävention

Essstörungen wie Anorexia nervosa und Bulimia nervosa und die Binge-Eating-Störung (psychogene Essattacken) nehmen unter den kinder- und jugendpsychiatrischen Störungen eine besondere Stellung ein. Sie sind sehr schwer zu behandeln und häufig einhergehend mit schwerwiegenden körperlichen Schäden bis hin zur Todesfolge (16 % der magersüchtigen Betroffenen).

Das Alter von 12 bis 13 Jahren bildet in diesem Zusammenhang eine kritische Übergangsphase. Mit Beginn der Pubertät ergeben sich eine Vielzahl neuer Entwicklungsaufgaben und körperlicher Veränderungen, die ein Risiko für den Beginn von Essstörungen darstellen (können). Präventive Maßnahmen können hier einem negativen Verlauf vorbeugen.

Im Jahr 2009 rief die Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universitätsmedizin Mainz das Primärpräventionsprogramm MaiStep (Mainzer Schultraining zur Essstörungsprävention) ins Leben. Das Programm, das sich an Schüler/-innen der 7. und 8. Klassen richtet, wurde zunächst an 1.800 Schüler/-innen in RLP evaluiert und 2011 von der KKH mit dem Innovationspreis ausgezeichnet.

Projekt MaiStep Implementierung

Schulen, die ein Interesse am Thema Essstörungen bei Jugendlichen haben, steht mit MaiStep ein praxiserprobtes Konzept zur Verfügung.



Nach erfolgreicher Implementierung in Rheinland-Pfalz ist es seit 2015 Lehrkräften in ganz Deutschland möglich, sich von Mitarbeitern der Universitätsmedizin Mainz in der Durchführung von MaiStep schulen zu lassen.

Lehrkräftefortbildung

In der eintägigen Fortbildung erfahren die teilnehmenden Lehrkräfte zunächst Fakten über die verschiedenen Krankheitsbilder im Essstörungsspektrum, deren Entstehung, Entwicklung und Verlauf, und diskutieren nützliche Strategien im Umgang mit betroffenen Schülerinnen und Schülern. Im zweiten Teil werden die Lehrkräfte mit dem Ablauf, den Inhalten und den Materialien von MaiStep vertraut gemacht. Dabei wird das Prinzip des erlebnisorientierten life-skill-Ansatzes auch in der Schulung umgesetzt, sodass bereits hier konkrete Erfahrungen mit der Durchführung gesammelt werden.

Kosten

Die Schulung der Lehrkräfte sowie die Durchführungsmaterialien für den Unterricht werden von der Universitätsmedizin Mainz und der KKH kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Aufbau des Präventionsprogramms

Der modulare Aufbau von MaiStep in Form von 5 Doppelstunden ist für die Integration in den Regelunterricht vorgesehen. Schülerinnen und Schüler erlangen skillbasiert, interaktiv und mit Hilfe unterschiedlicher Medien wichtige Kompetenzen zum Schutz vor Essstörungen.

