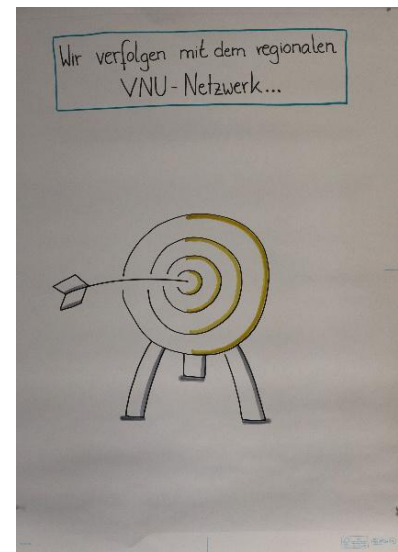


**Thüringer Netzwerktagung 26. Juni 2025**  
**„Verrückt? Na und?“ (VNU) - Das Präventionsprogramm zur  
seelischen Gesundheit in der Schule**



**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

<p><b>Auffälliges Essverhalten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diät als Dauerzustand ○</li> <li>• Rigide Ernährungsregeln ○</li> <li>• Ständiges Kalorienzählen ○</li> <li>• Vermeidung von Hungergefühl (z. B. sehr viel Wasser trinken) ○</li> <li>• Eingeschränkte Nahrungsauswahl ○ □</li> <li>• Essattacken (Verzehr großer Mengen an Nahrungsmitteln in kurzer Zeit) □ △</li> </ul>	<p><b>Weitere Auffälligkeiten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfektionismus, zwanghafte Tagesplanung ○</li> <li>• Gesteigerter Bewegungsdrang ○</li> <li>• Krankhafte Angst, dick zu werden ○ □</li> <li>• Erbrechen, Missbrauch von Appetitzüglern &amp; Abführmitteln ○ □</li> <li>• Exzessiver Sport ○ □</li> <li>• Verzerrte Körperwahrnehmung (z. B. die betroffene Person findet sich zu dick, während andere sie dünn finden) ○ □</li> </ul>	<p><b>Gewicht</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Untergewicht ohne organische Ursache ○</li> <li>• Starker Gewichtsverlust (&gt; 6 Kilo in 3 Monaten) ○</li> <li>• Tägliche Gewichtskontrolle ○ □</li> <li>• Gewichtsschwankungen □ △</li> <li>• Gewichtszunahme △</li> <li>• Übergewicht △</li> </ul>
--	--	--



**Ort: Erfurt, Haus des Thüringer Sports**  
**Teilnehmer:innen: 33**

## Programm

- |       |  |
|-------|--|
| 10.00 | Begrüßung  |
| 10.15 | Vortrag: Essstörungenprävention, Sabrina Scharf  |
| 11.15 | Plenumsdiskussion zu Aktuellem aus den Regionalgruppen, von IRR e.V. und der Landeskoordination  |
| 12.30 | <i>Mittagspause</i>  |
| 13.30 | Workshops:<br><ol style="list-style-type: none"><li>1. Persönliche Expert:innen unter sich (Nancy Preuss)</li><li>2. Essstörungenprävention (Sabrina Scharf)</li><li>3. Netzwerkerweiterung!...aber wie? (Carolin Voigt)</li></ol> |
| 15.00 | Das Wichtigste aus den Workshops   |
| 15.30 | Abschluss und Feedback   |

Das Netzwerktreffen 2025 hatte den Schwerpunkt „Essstörungsprävention“.

Zu diesem Thema konnte unsere Referentin, Sabrina Scharf ([www.sabrina-scharf.de](http://www.sabrina-scharf.de)), aus eigener Erfahrung berichten.

Eindrucksvoll hat sie uns an ihrer Erkrankung teilhaben lassen und am langen Weg der Gesundung.



In der anschließende Plenumsdiskussion haben die RG-Koordinatorinnen berichtet, wie die Umsetzung der Schulprojektstage verläuft und welche Herausforderungen es gibt.

In Jena können trotz vieler ausgebildeter FE und PE nicht alle Anfragen der Schulen bedient werden.

In Nordhausen gibt es die Regionalgruppe seit 2014. Es werden beständig 10 VNU-Schultage im Jahr umgesetzt. Allerdings muss jetzt für den Erhalt der RG gekämpft werden.

Schmalkalden /Meiningen hat mit 11 FE und 5 PE eine große Regionalgruppe und hat in den letzten Jahren viele Schultage umgesetzt. Der Krisenauswegweisen wird als QR-Code digital vorgehalten. Die Nutzung von Edkimo bietet eine Arbeitserleichterung. Zunehmend schwierig sind die Sprachbarrieren bei der Durchführung des Schultages.

In Stadtroda/Saale-Holzland-Kreis hat sich die RG mit neuen Expert:innen gut aufgestellt. Das Team trifft sich regelmäßig, auch zu gemeinsamen Teamevents. Das stärkt die Gemeinschaft.

Hildburghausen hat ein großes Netzwerk zum Thema mit vielen Fachkräften aus dem Hilfesystem. Für die Umsetzung der Schultage gibt es 2 PE und 2 FE. Dass die Koordination der RG auch die Psychiatriekoordinatorin in der Kommune ist, wird als Vorteil angesehen.

Im Wartburgkreis ist die RG-Koordination auf 2 Personen aufgeteilt. Dies funktioniert sehr gut. Die RG mit 6 PE und 15 FE trifft sich 4mal jährlich. Im Jahr 2024 wurden im WAK 31 Schultage umgesetzt. Das ist der Spitzreiter in Thüringen. Viele der Schulen sind „Wiederholungstäter“.

Erfurt hat eine neue RG-Koordinatorin seit Mai diesen Jahres. Akquise von FE und PE ist zunächst die Hauptaufgabe, da es zurzeit nur 3 FE und 2 PE, die ausgebildet sind, gibt. Die Aufgaben der Koordination sind sehr umfangreich. Ein digitales Tool für die Terminabstimmung mit den Schulen wäre hilfreich.

Der LK Eichsfeld hat am 1.6. die Kooperationsvereinbarung mit IRR unterzeichnet. Für die Mitarbeit in der 8. VNU-RG in Thüringen wurden Aktivitäten gestartet. Der Gründungsworkshop soll noch in diesem Jahr durchgeführt werden.

Im Weimarer Land beim TWSD wird im Rahmen der „Seelensteine“ das Grundschulprogramm „Unsere verrückten Familien“ umgesetzt. Es besteht eine große Nachfrage. 11 Schultage wurden durchgeführt. Der Schultag in den Grundschulen wird mit 2 FE umgesetzt.





Fotos: AGETHUR

Mitja Rabitz vom Verein Irrsinnig Menschlich e.V. berichtete über Neuigkeiten aus Leipzig: Neue Materialien werden zur Verfügung gestellt: 2 neue Rollups mit Leer-Feld für eigene Logos, ein Poster mit QR-Code, der zu [www.mut-atlas.de](http://www.mut-atlas.de) führt und ein Poster mit QR-Code zu <https://meinkompass.org>  
Die Poster sollen nach dem Schultag in der Klasse bleiben.

Die Nutzung von Edkimo ist wichtig für die Berichtsführung, eine KI wertet die Fragebögen aus, Deutschlandweit waren es im letzten Jahr 32.000.  
Im Intranet wird es einen Extraordner für die Materialien/Methoden geben, die in den RG entwickelt werden. Hochladen der Dokumente erfolgt über die LK.  
Es gab eine Strategie-Klausur zu VNU, bei der die Frage, was ist die Superpower von VNU erörtert wurde. Unter anderen wurde festgestellt, dass

- VNU auch in strukturschwachen Regionen anwendbar ist
- PE ein großer Schatz sind, die mehr eingebunden werden müssen.

Zukünftig sollen die einzelnen Säulen (Angebote für alle ZGen) als strategisches Gesamtkonzept von IRR dargestellt werden.

Es gibt personelle Veränderungen in der Geschäftsstelle. Neben Antje Wilde wird es eine zweite Person geben, die für die Finanzierung zuständig ist. Mitja verlässt IRR, Wiebke kommt aus der Elternzeit zurück und wird mit einer zweiten Person gemeinsam die Programmleitung von VNU managen.

Das Wichtigste aus den Workshops:

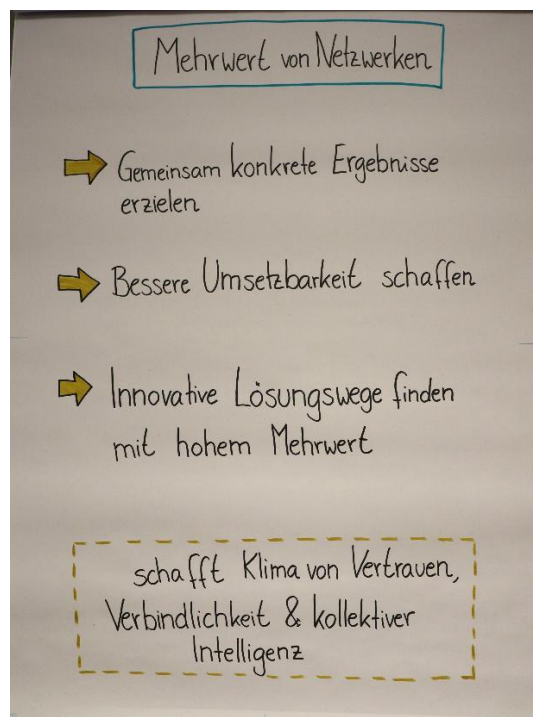
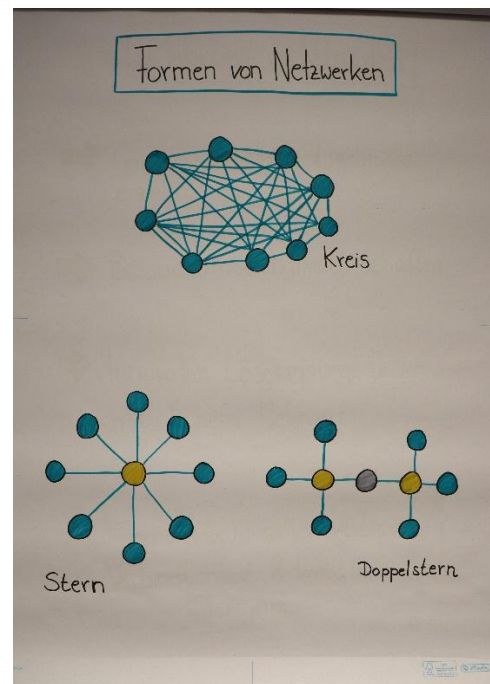
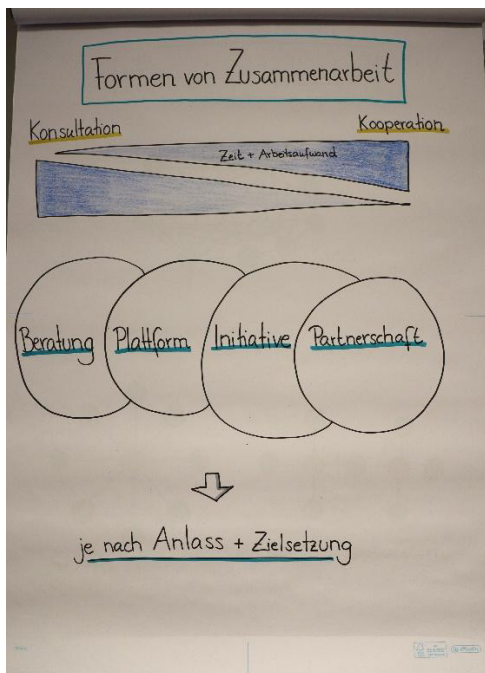
### **Austausch der persönlichen Experten**

Der Workshop startete mit Fragen und Bedenken noch nicht aktiver persönlicher Expertinnen und Experten an die „alten Hasen“. Dabei ging es um das Ansprechen besonders bedrückender Themen, wie Suizidalität und neue Methoden, die evtl. in den Schultag integriert werden können. Es entwickelte sich zu einem angeregten Austausch von Anekdoten aus Schultagen und persönlichen Geschichten, aus dem heraus sich der Wunsch entwickelte, solch einen Austausch regelmäßig stattfinden zu lassen. Ebenfalls ein Wunsch der persönlichen Expertinnen und Experten ist es, sich untereinander in den Schultagen zu hospitieren, um neue Impulse und Anregungen zu bekommen. Es wurde auch deutlich, dass der zeitliche Ablauf des Schultages einigen persönlichen Expertinnen und Experten nicht ganz so klar ist, hier wurde der Wunsch nach einer klaren Kommunikation zwischen Fach- und persönlichen Experten geäußert.

### **Essstörungsprävention**

Im Workshop mit der Referentin vom Vormittag, Sabrina Scharf, konnten die Teilnehmer:innen noch einmal alle Fragen loswerden. Themen waren unter anderem das Verhältnis der Referentin zu ihrer eigenen Tochter bzw. der Umgang mit der Erkrankung innerhalb der Familie. Daran schloss sich eine Diskussion dazu an, was beispielsweise im Rahmen von VNU wichtig wäre zum Thema bzw. was sich Frau Scharf in ihrer Schulzeit gewünscht hätte. Es sei vor allem das „ernst genommen werden“, was für betroffene Kinder oder Jugendliche wichtig sei. Zudem wäre es das wichtigste, Kinder und Jugendliche stets in ihrem Selbstwert zu stärken und die Botschaft zu vermitteln „Du bist gut so wie du bist.“ Frau Scharf beantwortete geduldig, sympathisch und authentisch die vielfältigen Fragen.

## Netzwerkerweiterung! ...aber wie?



Wir verfolgen mit dem regionalen VNU-Netzwerk...

**innen**

- Sin & Selbstwirksamkeit
- Rollenwechsel
- "Therapie"
- Haltung & Offenheit fördern

**außen**

- Altsprache Experten
- Anfragen durch Schulen
- Aufwandsersatz für Präventionsarbeit

**Ziele) RG VNU : Netzwerk (Erfurt)**

- Thema: seelische Gesundheit von Jugendlichen aufarbeiten / bearbeiten / diskutieren / sichtbar machen
- in Schule (Gesundheitskonzept) Unterstützung leisten
- junge Menschen in Lebenswelt "Schule, Alternativen" anbieten
- Haltung aufarbeiten / Verantwortung

**gegenwärtige Hilfe + Unterstützung**

**Projektlage an Schulen untersuchen**

**zum Thema daran lernen**

**Projekt bekannter machen**

**gemeinsam für die "Sache" arbeiten**

**Abläufe zu erleichtern / zu optimieren**

**Prävention / Aufklärung**

**Bekannt machen regionales Angebot**

**langfristige Konstanz** → Angebot v. 01-2017

**Krisenausgeweiser erstellen**

**für die Lebensqualität der Schüler zu kämpfen**

**Altsprache Experten**

- Anfragen durch Schulen
- Aufwandsersatz für Präventionsarbeit

**Prävention / Aufklärung**

**Bekannt machen regionales Angebot**

**langfristige Konstanz** → Angebot v. 01-2017

**Krisenausgeweiser erstellen**

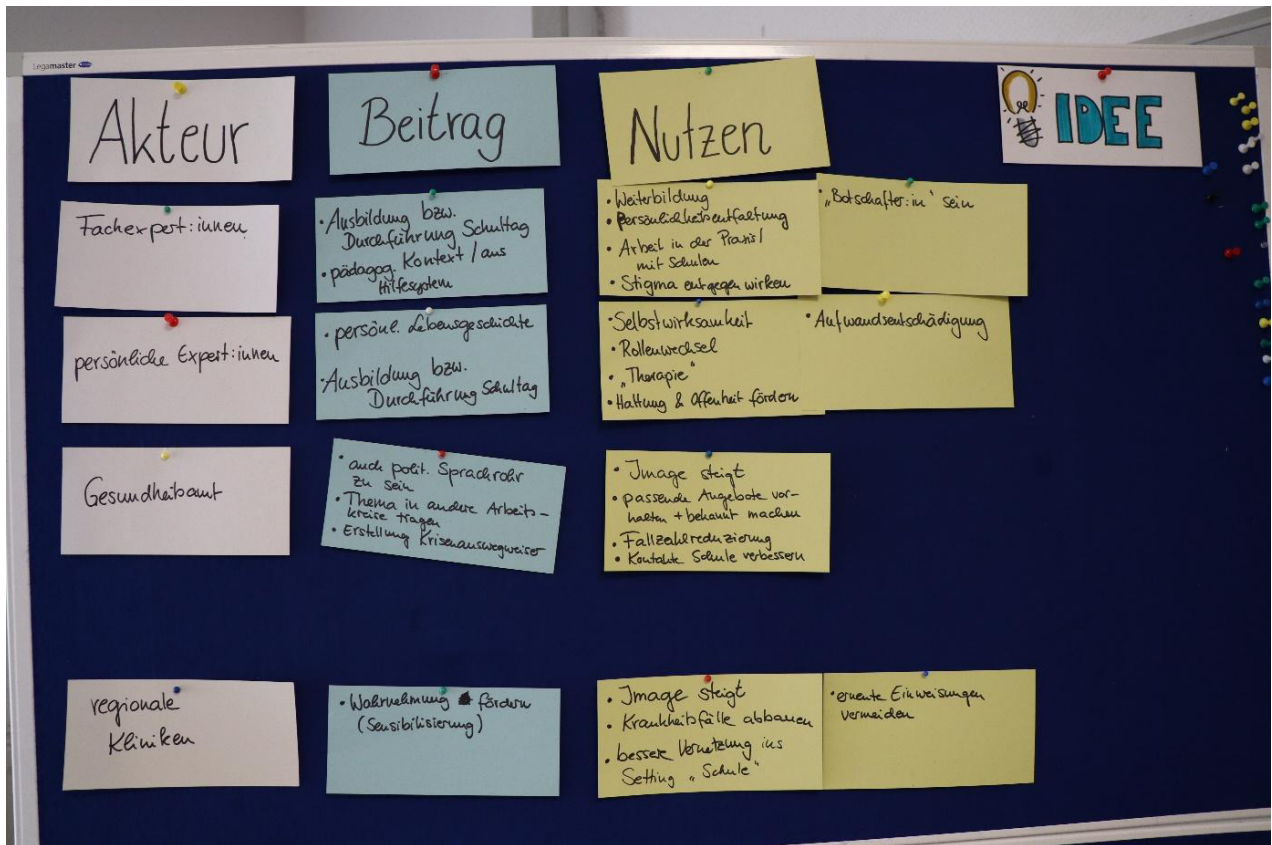
**Ziele) RG VNU : Netzwerk (Erfurt)**

- Thema: seelische Gesundheit von Jugendlichen aufarbeiten / bearbeiten / diskutieren / sichtbar machen
- in Schule (Gesundheitskonzept) Unterstützung leisten
- junge Menschen in Lebenswelt "Schule, Alternativen" anbieten
- Haltung aufarbeiten / Verantwortung

**Projekt bekannter machen**

**gemeinsam für die "Sache" arbeiten**

**Abläufe zu erleichtern / zu optimieren**



Die Frage nach dem Nutzen, den die einzelnen Akteure von der Mitarbeit im Netzwerk haben, ist bedeutsam. Es lohnt sich, darüber nachzudenken, wenn es um neue Partner geht.

An dieser Übersicht soll bei RG-Koordinatorinnen-Treffen weiter gearbeitet werden.



Die Rückmeldungen zum Netzwerktreffen waren alle positiv. Sowohl der Vortrag als auch die Workshops wurden als wichtig und hilfreich für die Schultage eingeschätzt.

Ein herzliches Dankeschön allen, die an der Gestaltung des Netzwerktreffens beteiligt waren und an alle, die die Umsetzung des Programmes „Verrückt? Na und! – Seelisch fit lernen“ für die Thüringer Schulen ermöglichen.

Erfurt, 11.07.2025

Silke Nöller (Landeskoordination VNU)