

## Workshop 3 für Angehörige, Lehrer und Berater

# Der Umgang des sozialen Umfeldes mit Menschen, die an Essstörungen leiden

Die Essstörung stellt für die Betroffenen eine Bewältigungsstrategie für komplexe Konflikte aus dem persönlichen, beruflichen oder sozialen Umfeld dar. Auf dem Weg der Genesung können Angehörige, Freunde oder Arbeitskollegen hilfreich oder symptomverstärkend agieren.

Als Bezugsperson sollten Sie wissen, welche Auswirkungen ein gestörtes Essverhalten auf Körper und Psyche hat. So lassen sich mögliche Irritationen über das Verhalten der Betroffenen aufklären. Eine umfassende Information über die Erkrankung und ihre Folgen hilft, den Betroffenen besser zu verstehen.

Folgende Fragen helfen dabei weiter:

- Was genau verbirgt sich hinter der Essstörung?
- Welche Funktion hat die Essstörung für die Betroffenen?
- Welche Rolle spielt die Essstörung innerhalb des Familiensystems?
- Was will die betroffene Person gegenüber ihrem sozialen Umfeld ausdrücken?

Der Leidensdruck der Angehörigen ist oft größer als jener der Betroffenen. Die Motivation zur Veränderung des ungesunden Essverhaltens ist schwierig. Ein wesentlicher Teil ist die Überaufmerksamkeit auf das Essverhalten auf andere wichtige Lebensbereiche zu verlagern und so das Selbstwertgefühl zu stärken.

Wie können wichtige Menschen des Bezugssystems der betroffenen helfen? Konstruktive Verhaltensweisen werden vorgestellt, aber auch ungünstige Umgangsweisen werden aufgezeigt. Zusätzlich wird das Konzept eines Angehörigenesprächskreises in 5 Sitzungen aufgezeigt.

### Literaturliste für Bezugspersonen im sozialen Umfeld

Treasure, Janet. Gemeinsam die Magersucht besiegen. Ein Leitfaden für Betroffene, Freunde und Angehörige. Beltz Verlag.  
Wolfrum, Christine & Papenfuss, Heike. Wenn die Seele nicht satt wird: Wege aus Magersucht und Bulimie. Patmos, 1993.  
Fechner, Annika: Hungrige Zeiten – Überleben mit Magersucht und Bulimie, Beck Verlag 2007  
Jenker, Marina: Nimmersatt und Hungermatt, Verlag Frauenoffensive München 2007  
Boggio, Vincent. Übergewicht bei Kindern. Beltz Verlag, 2004.  
Lautenschläger, Silke. Dicke Kinder: Auf die Pfunde- fertig- los! Fischer Taschenbuch Verlag, 2004.

### **Dipl.-Psych. Dr. Doris Weipert, PP und KJP**

Gründerin und Leitung des Forums für Ess-Störungen in Wiesbaden

[www.forum-ess-stoerungen.de](http://www.forum-ess-stoerungen.de)

Vorstandsmitglied im BFE

[www.bundesfachverbandessstoerungen.de](http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de)

Zeiten: 10 – 17 Uhr, Kosten pro Person € 200,- (Gruppe von 8 Teilnehmern)