

# Geleitete Abende für Angehörige und nahe Bezugspersonen von Erwachsenen mit Essstörungen wie Magersucht und Bulimie



## Weshalb und Wozu?

Da Essen ein Grundbestandteil des täglichen Lebens ist, haben schwere Essstörungen unweigerlich Auswirkungen auf das soziale Umfeld der Betroffenen, insbesondere deren engste Angehörige, und können für diese zu einer enormen Belastung werden. Davon betroffen sind nicht nur Eltern und Geschwister von minderjährigen Jugendlichen, sondern auch Eltern und Geschwister von längst erwachsenen Patientinnen und Patienten sowie deren Lebenspartner und – falls vorhanden - auch deren Kinder.

Durch unsere langjährige therapeutische Arbeit - sowohl stationär als auch ambulant - mit Patientinnen und Patienten mit schweren Essstörungen, ist für uns die Möglichkeit, die mitbetroffenen Angehörigen im ganzen Therapieprozess besser unterstützen zu können, ein wichtiges Anliegen geworden.

Folgende Themen werden in den Gruppenabenden für Angehörige aufgegriffen, wobei wir auch auf individuelle Fragen und Anliegen der Gruppenteilnehmer eingehen möchten, die wir zu Beginn der fünf Abende sammeln:

- Vermitteln von Grundinformationen zum besseren Verständnis von Essstörungen, deren Entwicklung, Symptomen und Auswirkungen, sowie deren Hintergründe, Entstehungsmechanismen und Dynamik.
- Eingehen auf die Anliegen und Fragen der Angehörigen mit gemeinsamem Suchen von möglichst hilfreichen Strategien im Umgang mit der Essstörung im Alltag.
- Wie können sich Angehörige hilfreich verhalten? Was ist kontraproduktiv? Wie können sie die gesunde Seite der Betroffenen unterstützen?
- Welche Alltagssituationen führen immer wieder zu Konflikten? Was können Angehörige tun, um solche Konflikte zu vermindern?
- Wie gehen Angehörige mit ihren eigenen Belastungen um? Was können sie tun, um sich von der Essstörung weniger vereinnahmen zu lassen? Was brauchen Angehörige um selber im Gleichgewicht zu bleiben?
- Wie sieht eine stationäre Therapie aus? Wie können Angehörige während einer stationären Therapie die Betroffenen unterstützen? Wie geht es nachher weiter? Worauf sollte nach Austritt aus der Klinik und während der weiteren Behandlung geachtet werden?

**Für wen?**

Interessierte Angehörige und  
nahe Bezugspersonen von Erwachsenen  
mit Essstörungen wie Anorexie oder Bulimie

**Daten:**

5 Abende, jeweils montags  
23.10.17 / 06.11.17 / 20.11.17 /  
04.12.17 / 18.12.17

**Zeit:**

18.00 – 19.30 Uhr

**Ort:**

Psychiatrisch-psychotherapeutische  
Praxisgemeinschaft  
Gubelstrasse 2  
8050 Zürich

**Leitung:**

Dr. med. Anita Realini-Stump  
Lic. phil. Beatrice Büttner

**Kosten:**

Fr. 200.- pro Teilnehmer für alle 5 Abende  
Die Kosten sind im voraus zu bezahlen

**Anmeldung erforderlich:**

Per Mail an: [anita.realini@hin.ch](mailto:anita.realini@hin.ch)  
oder telefonisch: 044 310 14 50  
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt