



Lebenshunger Präventions- und
Beratungsstelle bei Essstörungen

***NEUE GRUPPE
AB MÄRZ 2022***

Schritt für Schritt

Eltern stärken - Essstörungen überwinden

Gruppe für Eltern von Kindern mit Essstörungen (11- 25 J.)



Leitung: Regine Kottmann, tima e.V.
Pädagogin, Systemische Beraterin
& Supervisorin

Termine: Di, 18.00 - 20.00 Uhr

15.03.2022

29.03.2022

26.04.2022

10.05.2022

Ort: Frauen*projektezentrum,
Weberstr. 8, 72070 Tübingen
Lebenshunger Präventions-
und Beratungsstelle bei
Essstörungen, tima e.V.
Mehr infos: www.tima-ev.de

Wenn das eigene Kind an Magersucht oder einer anderen Essstörung erkrankt, sehen sich Eltern vielen neuen Aufgaben gegenüber: Von der Gestaltung des täglichen Essens bis hin zur Unterstützung bei der Therapeut*innensuche.

Das Zusammenleben kann für alle Familienmitglieder belastet sein, wenn Konflikte über Essen, persönlicher Rückzug und Hilflosigkeit oder Wut den Alltag bestimmen. Vielleicht haben Sie das Gefühl, den Teenager nicht mehr zu erreichen, Sie machen sich Sorgen, fühlen sich verantwortlich und suchen nach Wegen Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn beizustehen. Eltern sind für die Genesung von einer Essstörung enorm wichtig. Es braucht eine gute Balance zwischen Loslassen und Unterstützen. Das ist eine große Herausforderung für viele Eltern. **Unsere moderierten Elterngruppen vermitteln Ihnen hilfreiche Informationen und geben die Möglichkeit zum Austausch mit anderen betroffenen Eltern.**



Anmeldung: Bitte vereinbaren Sie ein kostenfreies Vorgespräch unter 01573 4416803 oder kontaktieren Sie mich per Mail: kottmann@tima-ev.de

Kosten: 60€ pro Familie, Überweisung an: tima e.V.
IBAN: DE85 6415 0020 0000 8290 30

Folgende Themen werden *Schritt für Schritt* besprochen:

- Wie kann es dazu kommen?
Den Kreislauf der Essstörung in den Beziehungen erkennen und verstehen.
- Wie verhindern wir, dass die Essstörung uns „auffrisst“?
Einfühlung in das Erleben der Essstörung. Hilfreiche Haltungen im Umgang mit der Erkrankung und mit Konflikten.
- Wie reagieren Sie auf die stressige Situation?
Hilfreiche Kommunikationsstile für die Genesung.
- Wie können wir gut für uns sorgen?
Familienressourcen und Paarressourcen (wieder) finden.