



**LEBENS Hunger**  
Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen  
Tübinger Initiative für Mädchenarbeit e.V.  
Weberstr. 8  
72070 Tübingen  
Telefon: 07071- 763006

## Elterngruppe Hilfe bei Essstörungen

### Schritt für Schritt

Eltern stärken  
Essstörungen  
überwinden

Beginn 31. März 2020

unterstützt von: AOK Neckaralb,  
DAK, Barmer,  
PSD Stiftung Liebenswert

### Elterngruppe " SCHRITT FÜR SCHRITT"

Beginn:  
**Dienstag 31.3.2020**      **Jeweils 18-20.00 Uhr**

Weitere Termine:  
Dienstag 21.4.2020  
Dienstag 5.5.2020  
Dienstag 26.5.2020

**Leitung:** Regine Kottmann,  
Systemische Beraterin und Supervisorin (DGSF)  
**Kosten:** 50.-€  
**Ort:** Tima e.V., Beratungsstelle Lebenshunger,  
Weberstr. 8, 72070 Tübingen

**Bitte vereinbaren Sie ein kostenfreies Vorgespräch  
07071 /763006 oder  
e-mail an: [kottmann@tima-ev.de](mailto:kottmann@tima-ev.de)**

Eltern stehen beim Beginn einer Essstörung ihres Kindes besonderen Anforderungen gegenüber. Das Zusammenleben kann für alle Familienmitglieder belastet sein, wenn Konflikte über Essen, Gewicht oder persönlicher Rückzug im Mittelpunkt stehen. Vielleicht haben Sie das Gefühl, den Teenager nicht mehr zu erreichen, sie fühlen sich verantwortlich und suchen nach Wegen ihrer Tochter oder ihrem Sohn beizustehen.

#### **Folgende Themen werden Schritt für Schritt besprochen:**

*Wie kann es dazu kommen?*  
Den Kreislauf der Essstörung verstehen.

*Wie miteinander reden?*  
Hilfreiche Haltungen im Umgang mit der Erkrankung und mit Konflikten.

*Wie können wir gut für uns sorgen?*  
Familienressourcen und Paarressourcen (wieder) finden.

*Wie haben andere Familien das geschafft?*  
Wege und Erfahrungen raus aus der Essstörung.