

Trotz aller Professionalität, die Sie als Fachkraft sicher aufweisen, kann es im Umgang mit Betroffenen von Essstörungen schnell zu Verunsicherungen kommen.

Eine Essstörung ist eine psychosomatische Erkrankung mit Suchtcharakter. Das heißt, die Erkrankung ist ein Ausdruck für belastende Situationen und der Versuch einen Umgang damit zu finden. Eine Essstörung hat verschiedene Ausprägungen und welche Unterstützung Menschen mit einer Essstörung brauchen und annehmen können, kann sehr verschieden sein.

Nehmen wir mal an, wir hätten den Film mit Ihnen gemeinsam angesehen.

Über folgende Fragen würden wir z.B. mit ihnen gern ins Gespräch kommen.

*Welche Protagonist*in hat Sie besonders angesprochen? Warum?*

Gibt es Aussagen, die Sie noch beschäftigen?

Gibt es etwas, das neu für Sie war?

Haben sie neue Impulse für ihre Arbeit bekommen?

Gibt es etwas, das Sie gern noch weiterdenken, ansprechen, thematisieren, fragen möchten?

Gibt es Situationen, die sie an ihre Grenzen bringen und wie gehen sie damit um?

Welche Einstellung oder Erfahrungen haben sie zu dem Thema Heilung von Essstörungen?

Brauchen Sie weitere Informationen?

Sie haben Fragen oder suchen professionelle Anlaufstellen in ihrer Region

Kontaktieren Sie uns unter <https://www.essstoerungen-onlineberatung.de/>

In Kontakt mit Betroffenen treten – Was tun? Erste Schritte

1. Das Gespräch suchen

Suchen Sie einen vertraulichen Rahmen und sprechen Sie zuerst die/ den Betroffenen direkt und „unter 4 Augen“ an.

2. Welche Beobachtungen liegen Ihrem Verdacht zugrunde?

Was genau haben Sie beobachtet? Welches Verhalten bereitet Ihnen Sorge, lässt Sie stutzig werden?

Wichtig ist, dass es hier noch nicht darum geht, Verhalten zu deuten oder darum, Zuschreibungen zu machen.

3. Formulierung der eigenen Sorge

Bleiben Sie bei sich: „Ich sehe...“, „Ich bekomme mit...“, „ich bin in Sorge, weil...“ statt „Du...“.

Zeigen Sie Verständnis und Sorge durch Zuhören und Nachfragen; interpretieren, bewerten, verurteilen Sie nicht. Stellen sie keine Diagnosen.

4. Sicht der Betroffenen hören

Im Gespräch sollte ausreichend Raum für die Sicht des Gegenübers vorhanden sein, die offen und ohne Bewertung gehört wird.

5. Fragen und Erwartungen besprechen

Machen Sie Ihre Haltung und Strategie und/oder auch die Ihrer Einrichtung im Umgang mit der Betroffenen transparent. Sprechen Sie offen über Ihre Erwartungen, die Sie gegenüber der Betroffenen haben (z.B. Einbezug der Eltern, Inanspruchnahme von Hilfsangeboten...) Fragen Sie nach, was Sie für ihr Gegenüber tun können.

6. Verbindliche Vereinbarungen treffen

Treffen Sie gemeinsam Vereinbarungen darüber, welche Schritte als nächstes zu gehen sind (z.B. Beratungsstelle aufsuchen, medizinische Abklärung...)

Bennen Sie diese Schritte möglichst konkret. Auch über die Konsequenzen bei Nichteinhaltung sollten Sie offen sprechen. Tun Sie keine Schritte ohne ihr Gegenüber vorher darüber zu informieren.

7. Neuen Kontakt vereinbaren

Schauen Sie, wie es der/dem Betroffenen in der Zwischenzeit ergangen ist, welche Schritte gemacht wurden, ob die besprochenen Vereinbarungen eingehalten werden konnten und welche Perspektiven sich daraus neu entwickeln lassen.