

Zusammenfassung des Workshops: Essstörung - hat nichts mit dem Essen zu tun

An dem zweistündigen Workshop nahmen ca. 17 Personen teil. Der Großteil der Teilnehmer/innen bestand aus Fachpersonal zum Thema Essstörungen und nur ca. 7 Personen waren Betroffene bzw. Angehörige, die auch nur teilweise Selbsthilfegruppen besuchen. Nach einer kurzen Vorstellungsrunde leitete Eva-Maria Ohmayer, als ehemals von einer Essstörung Betroffene, in das Thema ein. Auf eindrucksvolle Weise schilderte Sie, wie es bei ihr zu der Essstörung kam und vor allem wie sie für sich wieder einen Weg heraus fand.

Angeregt von dieser Einführung kamen die Teilnehmer/innen in Kleingruppen zusammen. Zunächst wurden Fragen und Anliegen gesammelt, die die Teilnehmenden bezüglich des Themas „Essstörung - was steckt eigentlich dahinter“ beschäftigten. Diese wurden dann im Plenum vorgestellt, diskutiert und von den Inputgeberinnen und der Gruppe nach bestem Wissen beantwortet.

Es entstand ein angeregtes Gespräch, in dem die unterschiedlichen Sichtweisen der Betroffenen, Angehörigen und Professionellen deutlich wurden, aber auch Gemeinsamkeiten herausgearbeitet wurden.

Der Versuch, die Erkrankung zu verstehen, wurde als einer der wichtigsten Teile bei der Bewältigung der Essstörung betont. Deutlich wurde aber auch, dass genau dieser Prozess oftmals sehr langwierig und schmerzhaft für alle Beteiligten sein kann. Allen gemeinsam war der Wunsch nach mehr Präventionsarbeit in Schulen und anderen Kinder- und Jugendeinrichtungen. Um Essstörungen zu vermeiden würde es nicht reichen über Essstörungen zu sprechen und Ernährungstipps zu geben. Viel wichtiger sei es, so waren sich die Teilnehmer/innen einig, die Kinder und Jugendlichen in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken und sie dabei zu unterstützen, ihre eigenen Bedürfnisse zu erkennen und auszudrücken.

Die Workshop-Teilnehmer/innen arbeiteten heraus, was darüber hinaus grundsätzlich hilfreich sei, um die Erkrankung bewältigen zu können: die Mitwirkung und Anerkennung der Sichtweise der Angehörigen, die Notwendigkeit der guten Zusammenarbeit zwischen stationärer und ambulanter Dienste und die Teilnahme an Selbsthilfegruppen.

Neben allen Bemühungen, Erklärungsansätzen und einem gut abgestimmten Hilfesystem sei aber für alle Beteiligten am wichtigsten, Geduld mit den Betroffenen und der Erkrankung zu haben, da die Bewältigung vor allem eines benötigt: Zeit!