

„Change my way“ berät bei Essstörungen

01.02.18

Bassum - Von Julia Kreykenbohm. Die meisten Väter sind es so gewohnt: Wenn ihre Tochter ein Problem hat, lösen sie es oder stehen mit Rat und Tat zur Seite. Doch wenn ihr Mädchen auf einmal aufhört zu essen und immer dünner wird, sind sie hilflos.

Ihnen fehlt das Verständnis, und entweder ziehen sie sich überfordert zurück oder geben den gut gemeinten, aber völlig unpassenden Tipp: „Iss doch einfach mal etwas.“

Ingrid Kathmann, psychologische Beraterin vom Verein „Change my way zur Begleitung von jungen Menschen mit Essstörung“, erlebt solche Situationen häufig. „Meist sind es die Mütter, die mit ihren Töchtern zu uns kommen. Von daher sind wir immer froh, wenn auch mal ein Vater dabei ist.“

Doch was können Papas tun, wenn sie den Eindruck haben, dass ihr Kind krank ist? „Lassen Sie es erzählen“, rät Kathmann. „Geben Sie ihm Zeit, unterbrechen Sie es nicht.“ Für das Überwinden einer Essstörung gebe es keine Patentlösung, weil sie viele Ursachen hat.

Kind könnte abwehrend reagieren

Es könne sein, dass das Kind zunächst abwehrend reagiere, doch davon solle man sich nicht abschrecken lassen. „Sprechen Sie es immer wieder an, freundlich, liebevoll und ernst, niemals vorwurfsvoll. Sagen Sie: ‚Ich mache mir Sorgen‘“, so Kathmann. Wenn Betroffene dies von verschiedenen Leuten hören, seien sie irgendwann bereit, Hilfe anzunehmen. „Und selbstverständlich können sich auch Väter jederzeit bei uns Rat holen.“

Und diese Hilfe von „Change my way“ wird immer stärker nachgefragt. „Inzwischen haben wir eine Warteliste“, berichtet Kathmann. Ob die Zahl der Betroffenen zunimmt oder ob lediglich immer mehr bereit sind, Unterstützung anzunehmen, vermag sie nicht zu sagen. Zurzeit suchen in den Gruppen- und Einzelgesprächen Betroffene von 14 bis 30 Jahren Hilfe.

„2017 kamen sehr viele über unsere Homepage zu uns“, erzählt Kathmann. „Über 18-Jährige rufen meist selber an, während es bei den Jüngeren häufig Freunde, Eltern oder Lehrer tun.“ Auffällig sei inzwischen der Wechsel von Magersucht zu Bulimie und umgekehrt, berichtet Vorsitzende Petra Roess.

Häufige Diskussion über aktuelle Themen

In den Gesprächen werde häufig über aktuelle Themen diskutiert, wie ein Gesetz, das ein Mindestgewicht bei Models vorschreibt, was es in Frankreich schon gibt. „Das halte ich für sehr sinnvoll“, so Roess. Ganz im Gegensatz zu der Idee, retouchierte Werbung zu verbieten. „Stattdessen sollte man Kindern beibringen, dass diese makellose Welt eine Scheinwelt ist. Aufklärung statt Verbote.“

Überhaupt sind Medien immer wieder Thema bei den Gruppen, Shows wie „Germanys next Top-Model“, die die Mädchen sehr kritisch bewerten, und der Netflix-Film „To the Bone“, in der die Hauptdarstellerin trotz Magersucht immer schön aussähe und damit „nachahmenswert“. Abschreckender wäre es, den Fokus auch mal auf die Spätfolgen der Magersucht zu richten. Einige Betroffene leiden unter Haarausfall, Glasknochen oder Unfruchtbarkeit, erzählt Kathmann.

Verein besucht auch Schulen

Neben der Beratung geht der Verein auch an Schulen, um aufzuklären, und nimmt Kontakt zu Ärzten auf. „Die Zusammenarbeit funktioniert inzwischen super.“

Eine wichtige Unterstützung seien Spenden, sagt Kathmann. Kürzlich bekam der Verein 1000 Euro von Gemüse Meyer in Twistringen überreicht. „Die Summe wird komplett in das Beratungsangebot fließen.“ Von weiteren Zuschüssen würde der Verein mit seinen Schützlingen vielleicht einen Ausflug machen, wie zum Beispiel in den Kletterwald. „Das haben wir schon mal gemacht und war eine tolle Erfahrung für die Mädchen.“

Was dringend benötigt werde, sei ein gutes Smartphone, weil mittlerweile viel über WhatsApp laufe, eine niedrigschwellige Möglichkeit für Betroffene, den ersten Kontakt aufzunehmen.

www.change-my-way.de

Rubriklistenbild: © dpa