

## Warum gibt es diese Extra-Information für Väter eines essgestörten Kindes?

Esstörungen betreffen häufig Mädchen und Frauen, sind aber keine reine Frauensache!

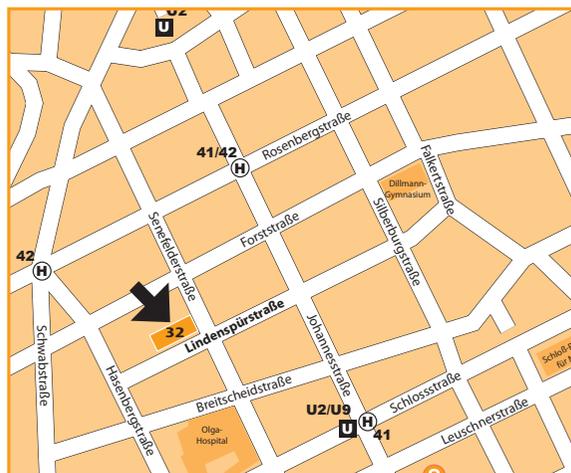
**Als Vater sind Sie wichtig** – aus unserer Erfahrung wissen wir, dass Väter, in Ihrer häufig eher sachlichen Art und mit ihren eigenen Qualitäten, die Tochter/den Sohn gut erreichen! Sie sind auch wichtig in der Rolle des Partners – zur Unterstützung, Entlastung und um in dieser schwierigen Situation Ihren Anteil zum Familienleben beizutragen.

Bei ABAS können Sie sich über die Erkrankung und Unterstützungsmöglichkeiten informieren, gerne auch an der **Elterngruppe, eines von einer Essstörung betroffenen Kindes** teilnehmen – dort erfahren Sie Austausch und Entlastung.

„Die Elterngruppe vermittelt das Gefühl nicht alleine zu sein und hilft mir Situationen besser zu verstehen. Dadurch fällt es mir leichter den Umgang mit meinem Kind und der Essstörung zu verändern.“

Vater

**Weiterführende Informationen:**  
[www.bzga-essstoerungen.de](http://www.bzga-essstoerungen.de)



U-Bahn: Haltestelle U2/U9

Schloß-/Johannesstraße

Buslinie: 41/42 Rosenbergstr.

S-Bahn: Haltestelle Feuersee

**ABAS**  
**Anlaufstelle bei Essstörungen**  
Lindenspürstr. 32  
70176 Stuttgart



Telefon 0711 / 30 56 85 40

Telefax 0711 / 30 56 85 11

info@abas-stuttgart.de

www.abas-stuttgart.de

Telefonzeiten  
Di, Mi und Do 9.00 – 11.00 Uhr

Bankverbindung:  
IBAN: DE60600501010002430087  
BIC: SOLADEST600

Träger:  
GesundheitsLaden e.V.



STUTTGART



Gefördert von der Landeshauptstadt  
Stuttgart, Sozialamt und dem Land  
Baden-Württemberg

# WIE VÄTER IHR ESSGESTÖRTES KIND UNTERSTÜTZEN KÖNNEN



**ABAS**  
Anlaufstelle bei Essstörungen

**Die Fachstelle  
zum Thema Essstörungen  
in Stuttgart**

[www.abas-stuttgart.de](http://www.abas-stuttgart.de)

## Essstörungen sind ernstzunehmende Erkrankungen ...

... und bedürfen einer professionellen Behandlung. Sie entstehen meist schleichend und sind ein Hinweis auf innere Konflikte, die über das Essverhalten einen Ausdruck erhalten. Sie haben mit Gefühlen zu tun – mit Kompensation z. B. mit etwas Runterschlucken, Sichvollstopfen, Hineinwürgen, Wiederherauskotzen, aber auch mit Hunger und Sättigung. Nicht selten gehen sie mit Depressionen, Zwangs- oder Angststörungen einher. Mit Hilfe von fachlicher Unterstützung kann Ihre Tochter/Ihr Sohn lernen, andere Bewältigungsstrategien zu entwickeln – wichtige Fragen in diesem Kontext sind:

- » **Wofür steht das veränderte Essverhalten?**
- » **Welche Funktion übernimmt das Essen?**
- » **Wie kann ein nächster Schritt aussehen?**
- » **Wo gibt es konkrete Unterstützungsmöglichkeiten?**

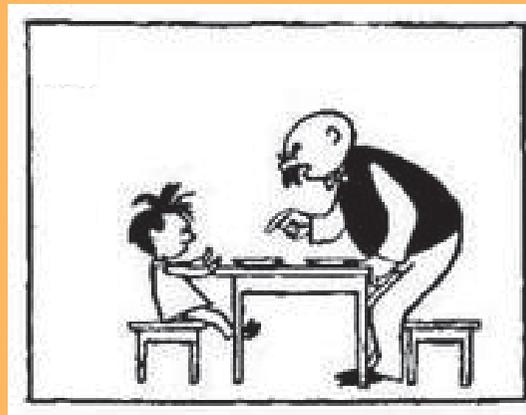
„Ich musste lernen zu verstehen, dass Magersucht keine Laune ist, sondern eine ernsthafte Erkrankung!“  
Vater

## Das Essverhalten Ihres Kindes hat sich verändert. Sind das bereits Hinweise auf eine Essstörung?

### Folgende Verhaltensweisen könnten erste Anzeichen sein:

Ihre Tochter/Ihr Sohn

- ist unzufrieden mit der Figur und möchte eine Diät machen,
- steht häufig auf der Waage,
- kreist mit den Gedanken ständig ums Essen oder Nicht-Essen,
- verändert plötzlich bisherige Essgewohnheiten,
- schränkt die Lebensmittelauswahl sehr ein,
- zieht sich zurück und/oder zeigt Stimmungsschwankungen.



## Möglichkeiten, wie Sie als Vater Ihr Kind konkret unterstützen können:

Versuchen Sie das Thema „Essen“ möglichst wenig zu diskutieren.

- Suchen Sie den direkten Kontakt und auch die Auseinandersetzung mit Ihrer Tochter/Ihrem Sohn – bieten Sie sich als Gesprächspartner an.
- Weisen Sie auf die Notwendigkeit einer professionellen Einschätzung und gegebenenfalls Behandlung hin – bieten Sie Ihre Unterstützung an.
- Stehen Sie zu Ihrer Position und setzen dabei auch klare Grenzen.

„Für mich war es ganz wichtig, dass mein Vater mich direkt angesprochen hat, wie es mir eigentlich geht.“

betroffene Tochter

„Es ist wichtig, dass wir Eltern an einem gemeinsamen Strang ziehen.“

Mutter

**Vereinbaren Sie im Bedarfsfall ein Gespräch bei ABAS – wir informieren und beraten Sie gerne!**