

Wenn das Futter zum Ventil für die Seele wird

Essstörungen: Frauenberatung richtet eine neue Gruppe für Betroffene ein

RECKLINGHAUSEN. (metz) Ob zu wenig oder zu viel davon – wenn das (Nicht-)Essen das Leben bestimmt und die Gedanken sich zwanghaft nur noch darum drehen, liegt eine Essstörung vor. In einer angeleiteten Gruppe der Frauenberatungsstelle an der Springstraße 6 können Betroffene sich mit diesem Problem auseinandersetzen.

Das erste von sechs geplanten Treffen ist zwar erst am Mittwoch, 26. April. Manuela Sabozin, die die Gruppe begleiten wird, bittet aber schon jetzt um Anmeldungen. „Es ist nämlich erforderlich, dass ich vor dem Gruppenstart mit jeder Teilnehmerin ein Vorgespräch führe“, sagt die Leiterin der Frauenberatungsstelle.

Die Gruppe wird keine seit

Jahren bestehende Essstörung heilen können. „Aber gemeinsam können Wege gefunden werden, die hinter den Essstörungen liegenden Probleme zu begreifen“, sagt Manuela Sabozin. Ein weiteres Ziel: Die Frauen sollen einen liebevolleren Umgang mit sich selbst lernen. Denn meistens ist das Essen für sie ein Ventil, um psychischen Druck abzulassen. Das haben

auch Betroffene aus früheren Gruppen berichtet: „Im Moment des Essens fühle ich mich besser, doch danach geht es mir noch schlechter als vorher.“

Ob dick, dünn oder ganz „normal“ – auf die Figur der anderen schaut in der Gruppe niemand. Denn sie alle eint, dass das Essen und der Gedanke daran ihr Leben dominieren. „Die Erfahrung in

der Gruppe kann ein Stück Begleitung sein“, sagt Manuela Sabozin: „Es hilft, die Vielfalt der eigenen Gefühle und ihrer Bedeutungen zu entdecken.“

INFO Anmeldung für Vorgespräche unter ☎ 1 54 57, E-Mail: frauenberatung-re@web.de
Gruppe ab 26. April mittwochs, 18 bis 19.30 Uhr.