

Kompetente Hilfe bei Essstörungen

Verein „Change my way“ finanziert sich durch Spenden

Landkreis Diepholz. Seit Jahren steigt die Zahl der an Essstörungen erkrankten Jugendlichen stetig an. Im Landkreis Diepholz bietet der Verein „Change my way“ Betroffenen, Angehörigen und Pädagogen Hilfe an.

Bereits seit 2010 leisten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Vereins essgestörten Mädchen und jungen Frauen professionelle Unterstützung. Was 2006 zunächst als Initiative und lockerer Zusammenschluss mehrerer ehrenamtlicher Helfer begann, ist mittlerweile ein fester Bestandteil in der Unterstützung Betroffener.

Neben den ambulanten und stationären psychologischen und psychiatrischen Hilfsangeboten besteht die Arbeit in der angeleiteten Selbsthilfegruppe vor allem in der Schaffung von Krankheitsbewusstsein, der Stärkung des Selbstwertgefühles und der Einsicht in und um die Therapiemöglichkeit der Suchterkrankung.

Dazu steht neben den unerlässlichen Einzel- und Familiengesprächen vor allem die regelmäßige Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen, die an Anorexie (Magersucht) oder Bulimie (Ess-Brech-Sucht) erkrankt sind, im Mittelpunkt. Deshalb liegt der Schwerpunkt der Vereinstätigkeit in den wöchentlichen, anonymen und kostenlosen Gruppentreffen. Diese Abende bieten Raum für Ängste, Sorgen und Wünsche und dienen dem Austausch mit anderen Betroffenen. Ziel ist es, die Betroffenen in ihren Krisen fachlich zu unterstützen und ihnen über die Vermittlung von Fähigkeiten und Kompetenzen Wege aus der schweren chronischen Krankheit aufzuzeigen. Außerdem wird in diesem Rahmen Unterstützung bei der Vorbereitung einer fachgerechten Therapie angeboten.

Die Erfolge können sich sehen lassen, wenn dabei gleichzeitig die Gesamtzahlen für den Landkreis erschreckend hoch sind. Etwa 100 Mädchen und junge Frauen wurden und werden seit 2006 in der Gruppe betreut, das entspricht etwa zehn bis 15 Betroffenen pro Jahr. Mindestens in gleichem Umfang fanden Beratungen von essgestörten Jugendlichen und deren Familien ohne Gruppenmitgliedschaft im Rahmen von Einzelgesprächen statt.

Durch diese intensive Arbeit konnte bei rund 70 Mädchen eine Krankheits- und Behandlungseinsicht geschaffen werden. Sie wurden einer hoch spezialisierten stationären Therapie zugeführt. Neben dieser regelmäßigen und intensiven Betreuung wurden mehr als 350 Telefon- und E-Mail-Anfragen beantwortet. Dabei stehen allgemeine Fragen zum Thema Essstörungen und zu den Hilfsangeboten der Region im Mittelpunkt.

Da der Verein „change my way“ das einzige Angebot dieser Art im gesamten Landkreis Diepholz darstellt, kommen die Hilfesuchenden aus allen Regionen und sogar über die Landkreisgrenze hinweg.

Darüber hinaus bieten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Vereins weitere Angebote für Betroffene und deren Angehörige sowie für Pädagogen und andere Interessierte an. So werden regelmäßig Vortragsveranstaltungen in den Städten des Landkreises durchgeführt.

Ein besonderes Anliegen des Vereins besteht in der Aufklärungsarbeit an Schulen. Es fanden schon wiederholt Unterrichtsbesuche in den weiterführenden Schulen des Landkreises statt. Gespräche mit Lehrkräften,

die essgestörte Mädchen unterrichten oder Beratung von Vertrauens- und Beratungslehrerinnen sowie Schulsozialarbeiterinnen stellen eine wichtige Säule im frühen Erkennen und Beraten von betroffenen Mädchen dar.

Nicht zuletzt wurden und werden in Abständen größere Projekte mit Nachhaltigkeit in der Region realisiert. Da sind Theaterprojekte genauso zu nennen wie Podiumsdiskussionen

mit Fachleuten weit über die Landkreisgrenze hinweg.

Der Verein hat außerdem einen eigenen Film zum Thema Essstörungen produziert. Darin kommen Betroffene zu Wort, die sehr ergreifend und authentisch ihren Weg in die Anorexie oder Bulimie und ihre Erfahrungen im therapeutischen Bereich schildern.

Zuletzt erfolgte im vergangenen Jahr die Gründung einer Angehörigengruppe. Sie ist über die Selbsthilfekontaktstelle im Landkreis eingebunden.

Für 2015 steht die Entwicklung einer eigenen Homepage an. Um diese intensive wöchentliche Tätigkeit und die umfangreichen Hilfsangebote realisieren zu können, arbeiten nur sieben Personen ehrenamtlich in einem engeren Arbeitskreis. Der kleine Verein selbst besteht aus weniger als 50 Mitgliedern und finanziert sich fast durchweg aus Spendengeldern.

Wer Interesse hat, sich weiter mit diesem Thema auseinander zu setzen, wer Fragen hat oder womöglich Unterstützung benötigen, kann sich vertrauensvoll an die Leiterinnen der Gruppe, Ingrid Kathmann oder Dörte Heyken wenden. Sie sind unter der Telefonnummer 04243/95263 oder per E-mail an changemyway@web.de zu erreichen.

Da sich der Verein vor allem durch Spenden finanziert, sind die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für jede Spende dankbar. Weitere Infos dazu auch unter obiger Telefonnummer.



Die Gruppenleiterinnen geben Hilfe bei Essstörungen.

FOTO: FR