

# #TIPPS FÜR ANGEHÖRIGE

→ NOT TO DO

1

ESSSTÖRUNGEN SIND EINE SCHWERWIEGENDE ERKRANKUNG. TUT NICHT SO, ALS SEI ES NUR EIN TICK. DER SATZ "ISS DOCH EINFACH NORMAL" IST **→ NICHT HILFREICH!**

2

MACHT KEIN TABU AUS DER ERKRANKUNG. **→ REDEN HILFT!**

3

AUCH WENN SICH BEI EINER ESSSTÖRUNG ALLES UM DAS THEMA ESSEN, GEWICHT UND FIGUR DREHT: SIE HAT NICHTS MIT ESSEN ZU TUN SONDERN IST EINE **SCHWERE PSYCHOSOMATISCHE ERKRANKUNG**

4

AN EINER ESSSTÖRUNG ERKRANKTE WISSEN SELBST AM BESTEN, DASS SIE MIT DEM ESSEN NICHT KLAR KOMMEN. SIE DAMIT ZU KONFRONTIEREN ODER BLOS ZU STELLEN IST **→ NICHT HILFREICH**

5

AUCH WENN DU DICH FREUST "ZUM GLÜCK, DAS GEWICHT IST WIEDER BESSER" **BEHALTE DAS EINFACH FÜR DICH!**  
DENN NUR WEIL DAS GEWICHT STABIL IST, IST DIE KRANKHEIT NOCH LANGE NICHT ÜBERWUNDEN. ... WIE GESAGT: ES IST EINE SEELISCHE ERKRANKUNG UND KEIN ESS-TICK.

→ "JETZT MUSST DU ABER SICHER NICHT MEHR WEITER ZUNEHMEN, ODER?!" IST VIELLEICHT NETT GEMEINT - KLINGT ABER NACH: **DU HAST ABER AUCH GAR NICHTS VERSTANDEN!**