

Wer wir sind

Gemeinsam mit Dir und Deinen Eltern wollen wir Wege aus der Essstörung suchen und erarbeiten.

In unserem Team arbeiten alle eng zusammen: ein psychologischer Psychotherapeut, eine Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, eine Psychologin, eine Ärztin, eine Ernährungswissenschaftlerin und unsere Kunsttherapeutinnen. Zusammen unterstützen wir Dich dabei, Deine Erkrankung in den Griff zu kriegen.

Streng vertraulich!
Wir unterliegen der Schweigepflicht.

Hast Du noch Fragen?
Wir sind für Dich da!



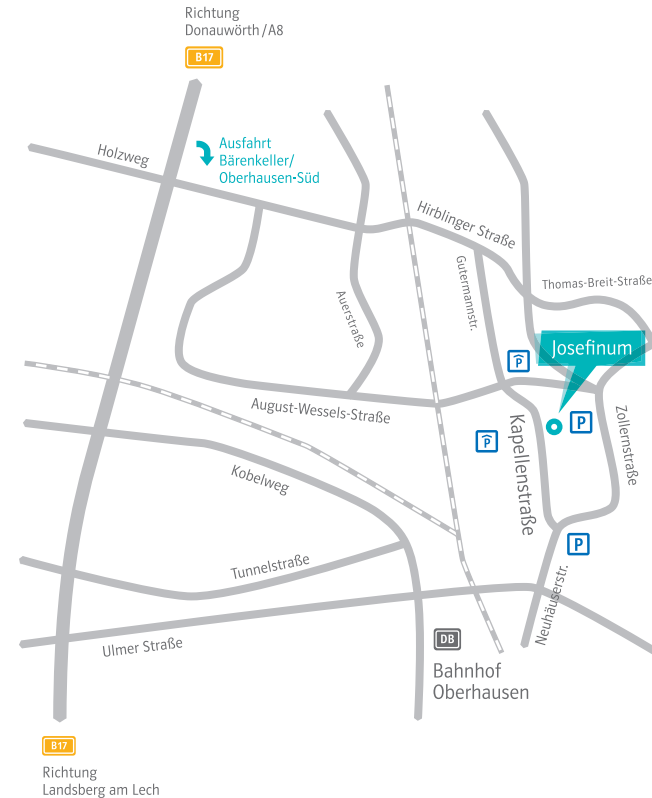
Rupert Müller

Dipl. Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Leitender Psychologe

☎ 0821 2412-435

✉ mueller.rupert@josefinum.de

Dein Weg zu uns



Josefinum Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

Kapellenstraße 30
86154 Augsburg
Telefon 0821 2412-435
Telefax 0821 2412-464
mueller.rupert@josefinum.de
www.josefinum.de

Esstörung – wenn Essen zum Problem wird

Hilfe und Beratung bekommst Du im Josefinum Augsburg



Is(s) was?!



Über das Essen machen sich junge Menschen normalerweise wenig Gedanken. Aus verschiedensten Gründen kann es aber plötzlich zum Problem werden, sei es durch ein emotional aufwühlendes Erlebnis, eine Entwicklungskrise oder durch falsche Vorbilder aus den Medien oder dem Umfeld.

Vielleicht erkennst Du Dich ja in einem der Sätze wieder:

- Ich muss immer ans Essen denken.
- Ich will nichts essen, weil ich sonst zu dick werde.
- Ich habe das Essen nicht mehr unter Kontrolle.
- Nach dem Essen habe ich Schuldgefühle.
- Ich habe unkontrollierbare Essanfälle und erbreche dann alles wieder.
- Ich treibe exzessiv Sport, um mein Gewicht zu regulieren.
- Ich fühle mich zu dick, auch wenn die anderen das Gegenteil behaupten.

Grund dafür kann eine ernsthafte Erkrankung sein, wie **Magersucht** (Anorexie), **Ess-Brechsucht** (Bulimie) oder **Ess-Attacken** (Binge-Eating-Störung).

Wenn Du feststellst, dass Du Dir ähnliche Gedanken machst – dann kannst Du gerne mit uns Kontakt aufnehmen.

Wie wir Dir helfen können

Du bist der Experte für Deine Erkrankung. Mit einer Reihe von Angeboten können wir Dich unterstützen, sie selbstständig und in eigener Verantwortung zu überwinden:

Ernährungstherapie/Medizin

Zurück zu einer gesünderen Ernährungs- und Lebensweise: Dieses Angebot zeigt Dir, was Du für Dich und Deine Gesundheit alles tun kannst.

Psychotherapie

Ziel ist es, Deine Probleme und Ängste in den Griff zu bekommen. Du wirst erfahren, wie Du in Zukunft konstruktiver mit Deinem Essverhalten, mit Rückfällen und Krisen umgehen kannst.



Kunsttherapie

Hier lernst Du Dich als Person besser kennen. Du wirst erstaunt sein, was alles in Dir steckt, und kannst auf kreative Weise heilende Potenziale entfalten.

Familien- und Elternarbeit

Probleme und Konflikte werden offen angesprochen. Anschließend kannst Du gemeinsam mit Deiner Familie Lösungen und neue Perspektiven finden.

Ambulante Therapiegruppe

Die Gruppe bietet Unterstützung und Verständnis. Sie gibt Raum für neue Erfahrungen, soziale Kontakte und Gemeinschaft.

In der Gruppe geht es leichter

In der ambulanten Therapiegruppe triffst Du jede Woche Jugendliche, die zusammen daran arbeiten wollen, die Leichtigkeit des Lebens wiederzugewinnen, die durch ihre Essstörung verloren gegangen ist.

In der Gruppe kannst Du erfahren, dass Du nicht alleine bist. Es gibt viele, denen es ähnlich geht wie Dir. Mit ihnen kannst Du Deine Sichtweisen und Erfahrungen teilen und über alles sprechen, was Dich bewegt: Deine Erkrankung, individuelle Probleme und natürlich auch die schönen Seiten des Lebens. Das kann Dich dabei unterstützen, Deine Schwierigkeiten besser zu verstehen, Lösungen zu finden und diese umzusetzen.



Mach mit!

In der Gruppe triffst Du andere Jugendliche im Alter zwischen 13 und 18 Jahren. Die Aufnahme in die Gruppe ist nach einem Vorgespräch und bei entsprechender Motivation jederzeit möglich.

Verbindliche Treffen:

Dienstag	14.45 bis 17.15 Uhr
Donnerstag (alle 2 Wochen)	14.30 bis 16.30 Uhr
Samstag (einmal monatlich)	9 bis 17 Uhr