



SELBSTHILFEZÜRICH

GESPRÄCHSGRUPPE FÜR MÜTTER UND VÄTER VON KINDERN UND JUGENDLICHEN MIT ESS- STÖRUNGEN

Ihr Alltag dreht sich um das erkrankte Kind. Die Sorge um Ihr Kind und dessen Betreuung nimmt Sie in Anspruch. Aber wo können Sie mit Ihren Fragen und Gefühlen hin?

In dieser Selbsthilfegruppe tauschen sich Mütter und Väter aus, deren Kinder an einer Essstörung erkrankt sind. Sie diskutieren zum Beispiel folgende Themen:

- Wie erleben wir die Krankheit unseres Kindes? Welche Gefühle und Gedanken begleiten uns, wenn wir an unser Kind denken? Wie gehen wir mit diesen Gefühlen und Gedanken um?
- Wie gehen wir mit den Belastungen um? Welches sind unsere Ressourcen und Grenzen? Wie und wo können wir Energie tanken? Wie gelingt es uns, zuversichtlich zu bleiben?
- Wie gelingt es uns, eine Balance im Zusammenleben in der Familie und als Elternpaar zu finden?
- Wie können wir die Zusammenarbeit mit Fachpersonen zum Wohle unseres Kindes gestalten? Wie gelingt es uns, Empfehlungen von Fachpersonen im Alltag umzusetzen?

Möchten auch Sie Ihre Erfahrungen mit anderen Eltern teilen und sich gegenseitig unterstützen? Dann sind Sie eingeladen, in dieser Gruppe mitzumachen. Angesprochen sind Eltern, die bereits für eine medizinische und psychologische Betreuung ihres Kindes gesorgt haben. Die Gruppe wird von den Eltern selber organisiert und nicht von einer Fachperson geleitet. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an: