

# Das Essen zur **ERNÄHRUNG** nutzen

## ■ Esstörungsbehandlung

### Wir wollen Sie begleiten auf dem Weg ...

- vom Kampf zur ... achtsamen Selbstfürsorge,
- vom Ausbrechen ... zum bei sich selbst Ankommen,
- vom Kontrollieren Wollen ... zum selbst bewusst Gestalten,
- vom „falsch“ Sein ... zum sich „richtig“ Fühlen,
- vom Suchtmittel ... zum Lebensmittel!

### Störungsmodell und Therapie

Die Therapie von Patientinnen und Patienten mit Esstörungen - **Anorexie, Bulimie, Esssucht mit Adipositas** - ist ein Behandlungsschwerpunkt der Psychosomatischen Abteilung der Fontane-Klinik. Patientinnen und Patienten mit Esstörungen sind in ihrer Teilhabe am Alltagsleben und in der beruflichen Entwicklung oftmals deutlich eingeschränkt. Die Essstörung bestimmt häufig den Tagesablauf, das Denken und Handeln fixiert sich auf das Beschaffen von Nahrungsmitteln und den süchtigen Umgang damit, oft kombiniert mit einer ständigen Kontrolle des Körpergewichts. Soziale Kontakte, die Familie und die berufliche Situation erfahren dadurch eine außerordentliche Belastung und die körperliche Gesundheit ist erheblich gefährdet.

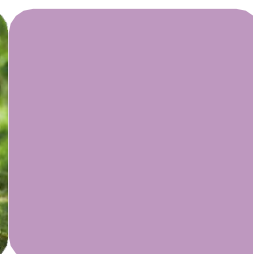
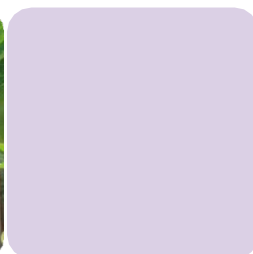
Wir haben den Erkenntnissen der Therapieforschung entsprechend unser Behandlungskonzept für Esstörungen im Laufe der Jahre kontinuierlich weiterentwickelt. Zur Behandlung dieser psychosomatischen Erkrankung mit Suchtcharakter liegt ein umfassendes Behandlungskonzept unter Einbeziehung auch komorbider Störungen (stoffgebundene Süchte, Traumafolgestörungen, Angsterkrankungen u.s.w.) vor und wird von einem multiprofessionellen Team umgesetzt.

Wir bieten in unserem Therapiekonzept eine Kombination von kognitiver Verhaltenstherapie (zur Veränderung des süchtigen Umgangs mit Lebensmitteln) und psychodynamischen Therapien an.



Der systemische Anteil unseres Behandlungsansatzes beinhaltet die Einbeziehung des sozialen Bezugssystems in Paar- und Familiengesprächen sowie in Angehörigenseminaren, zu denen auch alle nahestehenden Personen mit eingeladen sind.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht die Entwicklung von Strategien, die unsere Patientinnen und Patienten dabei unterstützen, ihr Essverhalten zunehmend bedarfs- und bedürfnisorientiert zu gestalten. Durch achtsame Selbstfürsorge und einen wertschätzenden Umgang mit dem eigenen Körper entstehen Spielräume für die Teilhabe am Berufs-



und Alltagsleben sowie die Möglichkeit, sich neue vielschichtige Zukunftsperspektiven zu eröffnen und zu mehr Lebensfreude zu finden.



Wir sind Partner in einem therapeutischen und medizinischen Netzwerk mit dem gemeinsamen Ziel, Menschen mit Essstörungen ambulant und stationär zu behandeln.

Die enge Zusammenarbeit mit ärztlichen und therapeutischen Vor- und Nachbehandlern (u. a. auch Beratungsstellen, Wohngruppen, betreutem Wohnen) ist uns ein zentrales Anliegen, da komplexe Erkrankungen und Krankengeschichten oft auch eine langfristige zuverlässige Begleitung benötigen. Deshalb gehören auch Intervallbehandlungen (Etablierung von Therapiemotivation und nachfolgende Essstörungsbehandlung) sowie Wiederholungsbehandlungen (zur erneuten Stabilisierung oder Rückfallbearbeitung) zu unserem therapeutischen Angebot.

### Wesentliche Therapiemodule

Die **Bezugsgruppentherapie** für Frauen und Männer mit Bulimie, Magersucht sowie Esssucht und Adipositas, u. a. zur Entlastung von Schuld und Scham sowie zur Bearbeitung störungserhaltender Beziehungsmuster in einem vertrauten Rahmen.

Die **Körper- und Bewegungstherapie**, u. a. als Entwicklungsraum für Körperidentität und positive Körperwahrnehmung bei störungsspezifischer Abspaltung körperlichen Erlebens.

Die **Sporttherapie und Bewegung im Wasser**, u. a. zur Entwicklung positiver Selbstregulationsstrategien und zum Erleben von Grenzen sowie der Steigerung der körperlichen Fähigkeiten, dem Empfinden der eigenen Kraft und Ausdauer.

Die **Ernährungstherapie** mit Informationen, Küchenpraxis und Gesprächen, u. a. zur Auseinandersetzung mit dem Thema Essverhalten und zur Steigerung des Selbstverständnisses im Umgang mit Nahrung und eigenen Bedürfnissen.

Die **Einzeltherapie** mit der Bezugstherapeutin, u. a. zur Bearbeitung individueller Hintergründe.

Darüber hinaus kann aus einem vielfältigen Angebot an **indikativen Gruppen** ein individuelles Zusatzangebot zusammengestellt werden. So bieten wir u. a. Kreativtherapie, Ergotherapie, Entspannungsverfahren, Yoga und Meditation, aber auch Gruppen zur Arbeit am Umgang mit Ängsten, Depressionen und Traumafolgen an.

### Ihre Ansprechpartner in der Essstörungsbehandlung

Wir unterstützen Menschen auf der Suche nach dem Weg aus einer Störung des Essverhaltens hin zu Selbstakzeptanz, einer positiveren Selbstwahrnehmung und einem bedürfnis- und bedarfsorientierten Umgang mit Lebensmitteln. Unser Behandlungskonzept richtet sich auch an Patientinnen und Patienten, die an weiteren Suchterkrankungen und anderen komorbiden Störungen leiden. Wir arbeiten seit 1997 in einem multiprofessionellen Team und blicken auf 15 Jahre gewachsene Erfahrung in der Arbeit für Menschen mit Essstörungen zurück.

Wir freuen uns, Sie in einem persönlichen Gespräch individuell informieren zu können. Vielen Dank für Ihr Interesse!

#### Oberärztin Diana Dumitrescu

FÄ f. Psychiatrie u. Psychotherapie  
E: [d.dumitrescu@fontane-klinik.de](mailto:d.dumitrescu@fontane-klinik.de)

#### Dipl.-Psych. Ariane Mossakowski

Psychologische Psychotherapeutin, Verhaltenstherapie  
E: [a.mossakowski@fontane-klinik.de](mailto:a.mossakowski@fontane-klinik.de)

[www.fontane-klinik.de](http://www.fontane-klinik.de)

Fontanestraße 5 · 15749 Mittenwalde OT Motzen · T: 03 37 69 . 86 - 0 · F: 03 37 69 . 86 - 104 · E: [info@fontane-klinik.de](mailto:info@fontane-klinik.de)

