

Die 10 Dinge, die Sie an dieser Stelle unbedingt über Anorexie wissen sollten!

VIDEO

LINK: <https://www.youtube.com/watch?v=j8txQmviIN4&list=PL7iEOfw-kQMYZVfkjYsASqDVUGhjYz7qm>

(TEXT IM VIDEO "10 Things I want parents to know about Anorexie" von Carrie Arnold, BUCH «Decoding Anorexia» / siehe Buchempfehlung!!!)

1. Es ist nicht Ihre Schuld. Sie werden all Ihre Energie brauchen, um Ihrem Kind zu helfen, wieder gesund zu werden. Verschenden Sie es also keine Zeit darauf, sich dafür verantwortlich zu fühlen und sich dafür zu schämen. Lassen Sie all diese Gedanken los und konzentrieren Sie sich darauf, was Sie tun können, um Ihrem Kind zu helfen
2. Anorexie ist tödlich. Eine Essstörung ist von allen psychiatrischen Erkrankungen, die mit der höchsten Sterblichkeitsrate. Je länger ihr Kind erkrankt ist, desto grösser ist die Gefahr, dass es daran stirbt. Scheuen Sie sich daher nicht davor, auf eine Behandlung zu bestehen - es könnte Leben retten.
3. An Anorexie zu erkranken, ist keine Wahl. Ihr Kind hungert nicht, weil es das so will oder es sich das selbst so ausgesucht hat. Es hungert, weil es Anorexie hat. Und es wird damit nicht von alleine aufhören ohne dass jemand es davon abhält.
4. Ihr Kind erkennt nicht, dass es krank ist. Es ist nicht so, dass Ihr Kind nicht zugeben will, dass es an Anorexie erkrankt ist, es ist so, dass es seine Krankheit buchstäblich nicht sehen oder begreifen kann.
5. Widerstand - extremer Widerstand - ist die Regel, nicht die Ausnahme. Ihr Kind kann nicht begreifen, dass es eine lebensbedrohliche Erkrankung hat. Es kann nicht glauben, dass es richtig schwere Dinge tun muss, um wieder gesund zu werden. Sie sind derjenige, der darauf bestehen muss, dass ihr Kind unverzüglich, intensive und evidenz-basierte Behandlung erhält.
6. Bestehen Sie darauf, Teil der Behandlung Ihres Kindes zu sein. Dies ist besonders wichtig, wenn ihr Kind noch zu Hause lebt, da Sie Dinge sehen können, die ihr Kind aufgrund seiner Essstörung nicht sehen kann. Erinnern Sie sich immer daran, dass Sie der Mensch sind, der sein Kind am meisten liebt Sprechen Sie für Ihr Kind! Vertrauen Sie auf Ihre Intuition!
7. Anorexie ist nicht für Ehrlichkeit bekannt. Ihr Kind lügt sie nicht an, weil es Spass macht oder um Sie herauszufordern. Es lügt, weil es Angst hat. Versuchen Sie die Unehrlichkeit als Angst zu sehen und nicht als schlechtes Benehmen Ihnen gegenüber.
8. Geben Sie nicht auf. Menschen mit Anorexie fühlen sich oft hoffnungslos und hilflos. Sie sind so sehr darauf angewiesen, dass die Menschen, die sie lieben, sie nicht aufgeben, denn sie haben sich oft schon selbst aufgegeben.
9. Bereiten Sie sich auf einen Rückfall vor. Ein Rückfall ist keine Regel aber kommt leider häufig vor. Seien Sie achtsam und bereit. Haben Sie einen Plan und handeln Sie vorausschauend.
10. Der Genesungsprozess ist ein Marathon und kein Sprint. Vollständige Heilung braucht viel Zeit, selbst nachdem ein gesundes Gewicht erreicht wurde und gesunde Essgewohnheiten sich wieder einspielen. Atmen Sie tief durch. Seien Sie geduldig. Ihr Kind wird wieder zum Vorschein kommen und die Anorexie hinter sich lassen.