



# Essstörungen bei Jungen und Männern

 **Therapienetz**  
Esstörung

wenn essen  
dein leben  
beeinträchtigt



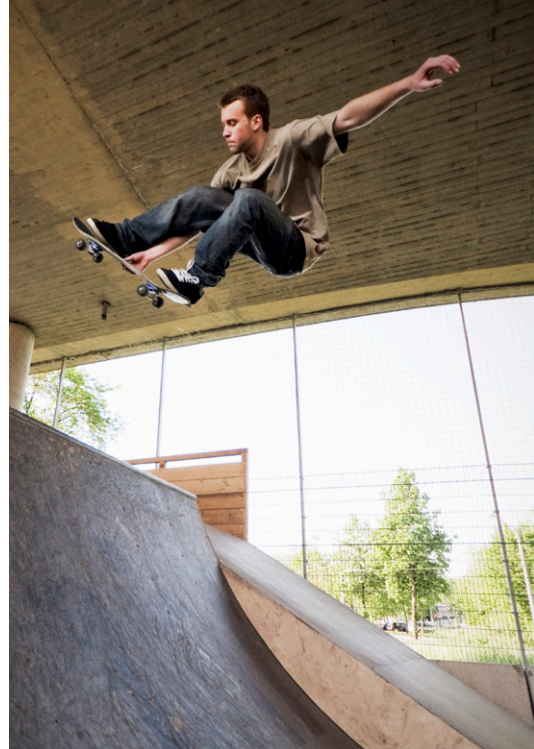
## Essstörungen bei Jungen und Männern

---

**Jungen und Männer können hungern und lebensbedrohlich dünn werden. Sie können Essanfälle haben und die aufgenommene Nahrung wieder erbrechen, sie können übermäßig viel essen, sie können einen starken Bewegungsdrang verspüren, sie können sich übermäßige Sorgen um ihr Gewicht machen und versuchen, ihren Körper durch zwanghaftes Sporttreiben zu optimieren.**

---

Der erste Schritt, Essstörungen bei Jungen und Männern zu erkennen und sie diagnostisch einzuordnen und zu behandeln, besteht darin, Hinweise und Signale wahrzunehmen. Auch wenn die Symptomatik nicht sichtbar ist oder von Betroffenen nicht eingestanden wird, gibt es dennoch Anzeichen, die auf eine Erkrankung oder beginnende Erkrankung hindeuten können.



**Jungen und Männer  
können alle Arten  
von Essstörungen  
entwickeln.**



Wir sind ein auf Essstörung und deren Begleiterkrankungen spezialisiertes Fachkompetenzzentrum und unterstützen Betroffene individuell mit einem qualitativ hochwertigen Angebot und innovativen Konzepten auf dem Weg aus der Essstörung. Neben der kostenfreien Beratung und unseren ambulanten Angeboten sind die intensivtherapeutischen Wohngruppen ein wichtiger Bestandteil unseres Angebots.





# Unsere Beratung

## Wer kann kommen?

Wir beraten alle, die sich um das Thema „Essen“ Sorgen machen: bei sich selbst oder einem nahestehenden Menschen. Zu viel oder zu wenig essen – wir helfen Ihnen weiter.

Wir beraten Jugendliche und Erwachsene, Frauen und Männer, Einzelpersonen, Paare und Familien.

## Wie wird beraten?

Sich beraten zu lassen, ist der erste Schritt. Weil dieser Schritt manchmal Überwindung kostet, bieten wir Ihnen verschiedene Möglichkeiten – wie es Ihnen am leichtesten fällt:

- **Persönliche Beratung**
- **Telefonische Beratung**
- **Online-Beratung**

## Was passiert in einer Beratung?

In den kostenlosen, unverbindlichen und auf Wunsch auch anonymen Beratungen klären wir

- **individuelle Fragen**
- **ob eine behandlungsbedürftige Essstörung oder Adipositas vorliegt**
- **Hintergründe der Essproblematik**
- **Mögliche Unterstützungsangebote**

Wir besprechen, was Sie beschäftigt, und helfen Ihnen umzusetzen, was Sie erreichen wollen. Dank unserer langjährigen Tätigkeit können wir auf ein großes Netzwerk an professionellen Partnern zurückgreifen, an die wir Sie bei Bedarf weitervermitteln.

i

*Je nach Krankenkasse und Leistungserbringer können sich die Leistungsinhalte regionsabhängig leicht unterscheiden. Unsere Beratungsstellen informieren Sie gerne näher.*

Gefördert von:



Landeshauptstadt  
München

bezirk



oberbayern



## Unsere Sonnen-WG für Jungen und junge Männer mit Essstörungen

---

Jungen und Männer mit Essstörungen beschäftigen sich gedanklich übermäßig mit ihrem Aussehen und machen sich Sorgen um ihre körperliche Erscheinung. Sie berichten manchmal von einem ausgeprägt muskulösen Körperideal. Die inneren Konflikte jedoch, die zu einer Essstörung führen, sind vielfältig und individuell sehr unterschiedlich: Das Streben nach mehr Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen und die Identitätsentwicklung können u. a. zu den Aspekten der Symptomatik gehören.

---

### Unsere Sonnen-WG für Jungen und Männer mit Essstörungen

Die Bereitschaft, die Erkrankung zu akzeptieren und sich Hilfe zu holen, fällt Jungen und Männern häufig sehr schwer. Sie haben Schamgefühle und Angst vor Stigmatisierung. Auf der anderen Seite wollen sie mit der eigenen Symptomatik wahrgenommen werden.

Diese Ambivalenz erfordert ein einfühlsames Vorgehen. Eine frühzeitige Behandlung ist jedoch auch hier besonders wichtig.





---

### **Unser Angebot**

Mit unserer intensivtherapeutischen Wohngruppe bieten wir männlichen Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit einer Essstörung ein individuelles therapeutisches Angebot, das eine nachhaltige Behandlungsmöglichkeit darstellt.

### **Unser Ziel**

Gemeinsam arbeiten wir daran, Betroffene zu stabilisieren und somit eine Rückführung in die Familie oder in ein selbstständiges Leben zu ermöglichen.

---

### **Wer kann zu uns kommen?**

Unsere intensivtherapeutische Wohngruppe ist ein Angebot für Jungen und junge Männer zwischen 14 und 20 Jahren mit Essstörungen (Anorexie, Bulimie, Binge Eating und Adipositas) und deren psychischen Begleiterkrankungen .

### **Voraussetzungen**

Voraussetzung für die Aufnahme ist ein Mindest-BMI von 16.

Hilfe  
suchen –  
Beratung  
und Unter-  
stützungs-  
angebote  
finden



## Nachhaltige Unterstützung von männlichen Patienten mit Essstörungen

---

Unser therapeutisches Behandlungsangebot umfasst eine intensive Betreuung von Jungen und jungen Männern, bei denen Essstörungen und/oder andere psychische Erkrankungen meist in einer Phase auftreten, in der Selbstständigkeit, Identitätsentwicklung, Berufswahl und soziale Kontakte zur normalen Entwicklung gehören. Die Symptomatik verhindert bei den Betroffenen diesen Entwicklungsschritt. Hier setzen wir mit unserem etablierten Konzept aus pädagogischer

---

**Begleitung und Betreuung, Psychotherapie und Ernährungsbegleitung an. Ein speziell ausgebildetes Fachteam unterstützt dabei.**

- **Sozialpädagogische Betreuung** in Form von regelmäßigen Einzelgesprächen, WG-Gruppen, Familienangeboten, tagesstrukturierenden Maßnahmen, Begleitung und Unterstützung in allen lebenspraktischen Belangen

- **Psychotherapeutische Behandlung** in Form von Einzeltherapie (hausintern und/oder extern) und Gruppenpsychotherapie nach integrativ-verhaltenstherapeutischem Konzept
- **Ernährungstherapie** in Form von Einzelgesprächen sowie regelmäßiger Mahlzeitenbegleitung nach 4-Phasen-Konzept
- **Ärztliche Betreuung** durch kooperierende Fachärztinnen und Fachärzte





## Ihre Zukunftsperspektive

---

### Förderung und Unterstützung

- Wir fördern Ihre schulische/berufliche und soziale Integration sowie die selbstständige Lebensführung im Alltag: Wir arbeiten gemeinsam an einer individuellen Zukunftsperspektive!
  - Wir verbessern Ihre Kommunikations- und Konfliktfähigkeit
  - Wir unterstützen auch bei schwierigen Lebensumständen
- Wir fördern und stabilisieren Ihre Persönlichkeitsentwicklung
  - Wir unterstützen Sie dabei, Ihre familiären Beziehungen und Kommunikationsmuster zu verbessern
  - Gemeinsam arbeiten wir daran, Rückfälle zu vermeiden und den Übergang der Essstörung in andere psychische Störungen zu vermeiden
- 





**089-720 136 78 - 0**

Bei Interesse vereinbaren wir gerne einen Termin für ein kostenloses und unverbindliches persönliches Informationsgespräch mit der Möglichkeit, unsere Wohngruppen zu besichtigen.

[www.tness.de](http://www.tness.de)

## Bei individuellen Fragen zu unseren therapeutischen Wohngruppen stehen wir gern zur Verfügung

---



**Eveline Müller**

**Dipl.-Psychologin**

Psychologische Psychotherapeutin  
Kinder- und Jugendlichenpsycho-  
therapeutin

Supervisorin und Lehrtherapeutin

Therapeutische Leitung

Aufnahme und Belegung

Telefon: 089 / 720 136 78-39

E-Mail: [wohngruppen@tness.de](mailto:wohngruppen@tness.de)



**Anna Schostek**

**Dipl.-Sozialpädagogin**

Aufnahme

Telefon: 089 / 720 136 78-36

E-Mail: [wohngruppen@tness.de](mailto:wohngruppen@tness.de)



**Sonja Nowotny**

**Dipl.-Sozialpädagogin (FH)**

Systemische Einzel-, Paar- und  
Familientherapeutin

Leitung Therapeutische Wohngruppen

Telefon: 089 / 720 136 78-30

E-Mail: [wohngruppen@tness.de](mailto:wohngruppen@tness.de)



Beratung • Begleitung  
Ambulante Angebote  
Therapeutische Wohngruppen



[beratung@tness.de](mailto:beratung@tness.de)  
089 / 720 136 78-0  
[www.tness.de](http://www.tness.de)

## Unsere Beratungsstellen:

In unserem Team beraten Sie SozialpädagogInnen und PsychologInnen kompetent und erfahren zu den Themen Magersucht (Anorexie), Ess-Brech-Sucht (Bulimie), Esssucht (Binge Eating) und Übergewicht (Adipositas) sowie deren psychischen Begleiterkrankungen. So können wir aufgeschlossen und engagiert auf Ihre Fragen und Sorgen eingehen.

## Sprechen Sie mit uns:

Wir beraten Sie ganz individuell und geben Ihnen ausführliche Informationen an die Hand – und das ganz in Ihrer Nähe.

Die Adressen und Kontaktmöglichkeiten  
unserer Beratungsstellen finden Sie hier:  
[www.tness.de/unsere-standorte](http://www.tness.de/unsere-standorte)

