



Informationen zur Sendung „Mensch, Gott!“ Thema: 18 Jahre Magersucht

Redaktion: Anna Armbrüster

Kontakt/Seelsorge

Vielleicht haben Sie selbst ähnliche Erfahrungen gemacht wie unsere Studiogäste, oder Sie sind Belastungen ausgesetzt, die Sie alleine nicht bewältigen können. Wenn Sie einen Gesprächspartner in Ihrer Nähe suchen, finden Sie vielleicht jemanden unter „Hilfreiche Internet-Adressen“ (siehe weiter unten). Wir können Ihnen aber auch Seelsorger aus verschiedenen Kirchen und Gemeinden in Ihrer Umgebung vermitteln. Rufen Sie uns an oder schicken Sie uns eine E-Mail. Alle Anfragen werden vertraulich behandelt. Tel: 06441 957-14 14, E-Mail: tv@erf.de

Literaturempfehlungen

Normalerweise können Sie alle genannten Produkte unter folgender Adresse bestellen: ERF mediaservice GmbH, Berliner Ring 62, 35576 Wetzlar
E-Mail: bestellung@erf-mediaservice.de, Tel: 06441 957-14 14
Falls wir ein Buch nicht liefern können, weil es z.B. beim Verlag vergriffen ist, können Sie es häufig noch neu oder gebraucht über www.amazon.de oder www.booklooker.de bestellen.

In der Sendung wurde folgendes Buch vorgestellt:



Déborah Rosenkranz
So schwer, sich leicht zu fühlen – Wie ich von meinen Ess-Störungen frei wurde
Adeo, 1. Auflage März 2011
Gebunden, 192 Seiten
ISBN: 978-3-942208-30-7
14,99 €

"Diese große Sehnsucht danach, den Idealen der Gesellschaft nicht nur zu entsprechen, sondern sie sogar noch zu übertreffen. Dann bist du etwas wert. Erst dann wirst du gesehen und beachtet. Wer in Size Zero passt, regiert die Welt. Das ist die größte Lüge auf Erden! Wieso ich das weiß? Ich hab beide Welten erlebt. Bin durch dick und dünn gegangen und war nie glücklicher als an dem Tag, als ich zu mir selbst wurde!" Déborah Rosenkranz

Weitere Bücher zum Thema:



Sabine Herold
Leicht wie ein Schmetterling – Evas Weg aus der Magersucht
ISBN: 978-3-86122-960-5
Francke Buchhandlung, 1. Auflage, August 2007
Paperback, 224 Seiten
9,95 €

Kann es härtere Gesetze geben als die, nach denen Eva lebt? Perfekt muss sie sein, ihr Körper, ihre Schulnoten, ihre Beziehungen. Und ihr ausgemergelter Körper ist ihr Beweis genug, dass sie alles im Griff hat. Dabei steckt sie längst fest im eisenharten Griff der Magersucht. Dieses autobiografisch geprägte Buch ist eine Reise durch die Gefühls- und Gedankenwelt eines Menschen mit Essstörungen.



Ron Kubisch, Jörg Berger
Ess-Störungen – verstehen und überwinden
SCM Hänssler, 2. Auflage März 2009
Taschenbuch, 96 Seiten
ISBN: 978-3-7751-4551-0
7,95 €

Viele Menschen leiden unter Ess-Störungen, die ein ernst zu nehmendes gesundheitliches Problem darstellen. Das Buch wendet sich an Betroffene, Mitbetroffene und Verantwortliche in der Jugend- und Gemeindearbeit und möchte über Ess-Störungen aufklären und erste Hilfestellungen geben.



Lisa Bevere
Du bist nicht, was du wiegst!
Beende deinen Kampf mit dem Essen und entdecke wie wertvoll du bist
Adullam Verlag, 1. Auflage Oktober 2011
Paperback, 160 Seiten
ISBN: 978-3-941826-07-6
11,90 €

Macht dir dein Erscheinungsbild zu schaffen? Dann kann dir dieses Buch helfen, die richtige Perspektive zu finden und dich freizusetzen. Ganz vorsichtig entfernt es die Lügen, die so viele Frauen über sich glauben. Egal ob du eine Essstörung hast oder mit deinem Gewicht haderst; deine äußere Kondition ist zumeist ein Zeichen für einen in dir tobenden Konflikt. Lisa Bevere hatte selbst in diesem Bereich zu kämpfen und hat diesen Kampf gewonnen. Nun will sie mit dem, was sie auf dieser Reise gelernt hat, anderen helfen.



Sheila Walsh
Lass los – Sei, wer du bist! – Meine Reise in ein freieres Leben
Brunnen Verlag GmbH, 1. Auflage Januar 2011
Taschenbuch, 320 Seiten
ISBN: 978-3-7655-4113-1
12,99 €

Ausgepowert? Am Boden? Vom Schmerz überwältigt? Nicht wertgeschätzt? Sheila Walsh kennt diese Gefühle – und den Weg heraus. In ihrem Buch erzählt sie von ihrer persönlichen Reise in ein freies und besseres Leben: wie sie gelernt hat, mit Angst umzugehen, mit Bitterkeit, auch mit geringem Selbstwertgefühl, Zerbrochenheit und Depression, falscher Scham und der Schwierigkeit, vertrauen zu können. Sheila Walsh zeigt, wie es aussieht, wenn man ungunstigen Lebensgefühlen endlich auf die Spur kommt, sich von falschen Vorstellungen und Erwartungen an sich selbst befreit – und wie man dabei sein Gottvertrauen behält oder wieder ganz neu findet.



John Eldredge
Weißt du nicht, wie schön du bist?
Was passiert, wenn Frauen das Geheimnis ihres Herzens entdecken
Brunnen Basel, 11. Auflage Juni 2006
Gebunden, 288 Seiten
ISBN: 978-3-7655-1934-5
16,95 €

"Sanfte Schönheit" oder "wilde Frau" – was macht das Wesen echter Weiblichkeit aus? John und Stacy Eldredge zeichnen ein neues Bild authentischer Weiblichkeit. Tatkraft, Mut und Selbstbewusstsein haben darin ebenso Platz wie das Bedürfnis, zu lieben und geliebt zu werden. Und welche Rolle spielt die Schönheit für das "schöne Geschlecht"? Schönheit ist keine Frage von Diätplänen und Fitnessprogrammen. Sie ist ein Wesensmerkmal jeder Frau.

Hilfreiche Internet-Adressen

Wenn Sie Beratung und Antworten auf spezielle Fragen suchen, können Sie bei den folgenden Organisationen sachkundige Hilfe finden:

Seelsorge-Angebote:

- www.DerBeratungsfuehrer.de
(Adressen von Beratungsstellen, therapeutischen Seelsorgern)
- www.bildungsinitiative.net/supervision-und-lebensberatung/lebensberater.htm (u.a. Seelsorgevermittlung vor Ort)
- www.acl-deutschland.de
(Liste und Infos der Arbeitsgemeinschaft christlicher Lebenshilfen)
- www.icl-institut.org/beraterseelsorger.html
(Adressen von Beratern und Therapeuten)
- www.c-stab.de
(Adressen von Therapeuten – nicht vollständig)

Eheberatung/Sexualität

- www.weisses-kreuz.de
(Sexualethik und Seelsorge; Seminare, Beratung)
- www.team-f.de
(Angebote zur Heilung von Familienbeziehungen)
- www.prepare-enrich.de
(Ehevorbereitung, -beratung)
- www.wuestenstrom.de
(Beratungsangebote zum Bereich Identität und Sexualität)
- www.live-gemeinschaft.de
(Beratungsangebote zum Bereich Identität)

Abtreibung/ungewollt schwanger:

- www.Rahel-ev.de
- www.aktion-leben.de
- www.tclrg.de
- www.aerzte-fuer-das-leben.de
- www.ploetzlich-schwanger.de
- www.kaleb.de (Hilfe für Schwangere, Familien)

Missbrauch:

- www.sichere-gemeinde.de
(wie sich Gemeinden vor sex./geistl. Missbrauch schützen können)

Sucht:

- www.blaues-kreuz.de
(Hilfe für Alkoholabhängige und Angehörige)
- www.sucht.de
(Zusammenschluss von Einrichtungen für Suchtkranke; weitere Links)
- Internetpornografie:
www.nacktetatsachen.at
www.loveismore.de
www.impuls-seminar.at
www.porno-ausweg.de

Suizid:

- www.suizidprophylaxe.de
(Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention)

Trauer:

- www.tabea-ev.de
(Beratungsstelle für Trauernde; Ausbildung zur/m Trauerbegleiter/in)

Fragen zum Glauben:

- www.mehrglauben.de
(Informieren – Entdecken – Vertiefen – Online-Workshops)
- www.jesus-experiment.de
(Rausfinden, was dran ist)
- www.alphakurs.de
(Auf die Spur kommen, was Christen glauben und wie sie leben)
- www.erf.de/service/kirchenfinder/103
(Adressen von Gemeinden im Bundesgebiet – mit Suchfunktion)

Schuldnerberatung:

- www.bag-sb.de
Homepage der Bundesarbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung
- www.forum-schuldnerberatung.de
kostenloser Austausch von Informationen im Rahmen der Verbraucherberatung
- www.schuldnerberatungen.net
Adressen von Schuldnerberatungen aus ganz Deutschland, plus weitere Links

Verschiedenes

- www.smd.org
(Studentenmission in Deutschland)
- www.adam-online-magazin.de
(Werte für Männer)
- www.ezw-berlin.de
(Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen)
- www.relinfo.ch
(viele Artikel zu Sekten und Sondergruppen)
- www.bruderdienst.de
(Hilfe für Sektenopfer)
- www.iguw.de
(Institut für Glaube und Wissenschaft – im Download-Bereich viele Artikel zu theologischen, philosophischen, ethischen Themen)
- www.wort-und-wissen.de
(Studiengemeinschaft Wort und Wissen)