Unterrichtung

Hannover, den 22.10.2026

Die Präsidentin des Niedersächsischen Landtages
- Landtagsverwaltung -

Die psychosoziale Versorgung für Mädchen und junge Frauen mit Essstörungen verbessern

Antrag der Fraktion der SPD und der Fraktion Bündnis 90/Die Grünen - Drs. 19/10044

Beschluss des Landtages vom 28.04.2026 - Drs. 19/10502 - nachfolgend abgedruckt:

Die psychosoziale Versorgung für Mädchen und junge Frauen mit Essstörungen verbessern

Im vergangenen Jahr wurde u. a. im Ärzteblatt[1] und durch das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE)[2] darauf aufmerksam gemacht, dass Essstörungen bei jungen Menschen angestiegen sind. Grundlage dafür sind Untersuchungen der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH), wonach die Zahl der Krankenhausbehandlungen aufgrund von Essstörungen seit 2020 gestiegen ist. Andere Krankenkassen teilen diese Beobachtung und verweisen darauf, dass insbesondere junge Mädchen und Frauen von dem Anstieg betroffen sind.

Die Entstehung einer Essstörung ist multifaktoriell bedingt. Als Grundlage für eine Essstörung gelten dabei u. a. Faktoren, die sich in vier Gruppen unterteilen lassen: biologische, soziokulturelle, familiendynamische und intrapsychische. Biologische Faktoren sind u. a. genetische, neurobiologische oder körperliche Faktoren. Soziokulturelle Faktoren sind u. a. gesellschaftlich verbreitete kulturelle Schönheitsideale. Familiendynamische Faktoren sind u. a. Beziehungsmuster, familiäre Regulation und Interaktionsmuster, die von den Jugendlichen übernommen werden, und intrapsychische Faktoren sind u. a. Einstellungen zum Selbstwert, zur Perfektion, zur Impulsivität und zur kognitiven Leistung. Die Entwicklung einer Essstörung beginnt meist bereits im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter. Diese Zeit geht einher mit gravierenden hormonellen, körperlichen Veränderungen und sich verändernden gesellschaftlichen Ansprüchen, die viele junge Menschen in ihrem Selbstbild, ihrem Selbstwert- und Körpergefühl verunsichern, wobei zugleich der Umgang mit den eigenen Gefühlen erschwert ist.

In den letzten Jahren haben Studien gezeigt, dass Schönheitsideale, welche gesellschaftlich, familiär und insbesondere in den digitalen und sozialen Medien vermittelt werden, die Entstehung von Essstörungen fördern. Es wird z. B. das Bild transportiert, dass ein schlanker Körper mit Erfolg, Attraktivität und Beliebtheit einher geht. Um diesem Schönheitsideal zu entsprechen, beginnen viele junge Menschen damit, ihre Ernährungsweise zu kontrollieren und zu verändern. Dazu kommt: Je intensiver die Nutzung sozialer Medien ist, desto größer ist das Risiko für eine Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper, für Bodyshaming und eine Wahrnehmungsstörung des eigenen Körperbildes. All dies kann den Beginn von Essstörungen begünstigen, die zu schwerwiegenden psychischen und gesundheitlichen Folgen führen können. Die Corona Pandemie hat den Social-Media-Konsum durch die soziale Isolation noch gesteigert, was in der Folge Einfluss bezüglich der Entstehung von Essstörungen hatte und hat. Untersuchungen der DAK zeigen, dass insbesondere bei Mädchen der Anstieg emotionaler Probleme nach der Corona-Pandemie zu beobachten ist[3] , was sie besonders anfällig für die Entwicklung von Essstörungen macht.

Es ist notwendig, eine Essstörung frühzeitig zu erkennen und zu behandeln, denn sie ist eine Verhaltensstörung, die unbehandelt schwerwiegende gesundheitliche, psychische und soziale Folgen

[1] https://www.aerzteblatt.de/news/essstorungen-nehmen-vor-allem-unter-madchen-stark-zu-3c169e3e-7e01-4d75-b007-920fae5f9c9b

[2] https://www.bzfe.de/presse/pressemeldungen-archiv/starker-anstieg-von-essstoerungen-bei-jungen-maedchen

[3] DAK-Report: Präventionsradar 2025.

haben und im Extremfall zu Invalidität und Tod führen kann. Dringend benötigte Therapieplätze zur Behandlung sind jedoch rar. Laut NDR[4] braucht es im Schnitt bis zu sechs Monate, bis psychotherapeutische Hilfe in Anspruch genommen werden kann.

In Niedersachsen gibt es für betroffene Mädchen, junge Frauen und ihr Umfeld Beratungsstellen mit qualifizierten Fachkräften. Hier bekommen sie Unterstützung bei der Suche nach Ärztinnen und Ärzten oder einem Therapieplatz, und als Ersthilfe werden psychosoziale Angebote gemacht. Durch die Zunahme des Beratungsbedarfs müssen auch die Strukturen weiterentwickelt und - wo nötig - verbessert werden.

Vor diesem Hintergrund bittet der Landtag die Landesregierung,

1. Maßnahmen zu entwickeln, um dem Bedarf an akuter, spezifischer und qualifizierter Beratung für Mädchen mit Essstörungen und ihrem Umfeld zu entsprechen,
2. die Sichtbarkeit der Beratungsstellen und -angebote zu verbessern,
3. die verschiedenen Akteurinnen und Akteure in der Prävention von Essstörungen miteinander zu vernetzen und gemeinsam Konzepte
   a) sowohl zur Prävention für Mädchengruppen ohne Auffälligkeiten, für Mädchengruppen mit Risikofaktoren bzw. für Mädchengruppen mit Problemausprägungen zu entwickeln
   b) als auch zur Sicherstellung und Optimierung der psychosozialen Beratung bei Essstörungen von Mädchen, jungen Frauen und ihrem Umfeld für Niedersachsen zu erarbeiten und diese dann umzusetzen.

Antwort der Landesregierung vom 15.10.2026, eingegangen am 22.10.2026

Essstörungen gehören in der westlichen Gesellschaft zu den häufigsten psychosomatischen Erkrankungen und haben in den letzten Jahren, insbesondere bei jungen Mädchen und Frauen, stark zugenommen. Frühzeitige Erkennung und Behandlung können dazu beitragen, schwerwiegende psychische und soziale Folgen zu vermeiden. Die Wartezeiten für eine psychotherapeutische Behandlung können jedoch sehr lang sein, weshalb Betroffene auf zusätzliche oder weitere Beratungsangebote angewiesen sind.

Die Landesregierung hat auf der Grundlage der bereitgestellten Mittel in Höhe von 400 000 Euro ein Förderkonzept entwickelt. Schwerpunkte sind insbesondere

– die Verbesserung der Beratungs- und Unterstützungsangebote,
– die Verkürzung bzw. Überbrückung von Wartezeiten bis zum Beginn einer Therapie,
– die Begleitung vor, während und nach stationären Behandlungen,
– die Weiterentwicklung bestehender regionaler Versorgungsstrukturen.

Dies vorausgeschickt, wird zu den Nummern 1 bis 3 der Landtagsentschließung Folgendes ausgeführt:

Zu 1:

Die Landesregierung hat die Beratungslandschaft in Niedersachsen ausgewertet und fachlich geeignete Einrichtungen für eine modellhafte Förderung identifiziert. Ziel ist die modellhafte Erprobung und Weiterentwicklung psychosozialer Unterstützungsangebote für Mädchen und junge Frauen mit Essstörungen. Auswahlkriterien waren insbesondere eine nachgewiesene Spezialisierung auf Essstörungen, professionelle Beratungsstrukturen, regionale beziehungsweise überregionale Reichweite sowie eine gute Vernetzung im jeweiligen Versorgungssystem.

[4] https://www.ndr.de/nachrichten/niedersachsen/Fehlende-Psycho-Therapieplaetze-Lange-Wartezeiten-belasten-Betroffene,psychotherapeuten104.html

Nach der Durchführung vertiefender Fachgespräche wurden nachfolgende Träger zur Beteiligung an einem Interessenbekundungsverfahren aufgefordert:

– Amanda e. V. (Hannover),

– Lebens*Impulse gGmbH (Osnabrück),

– Therapeutische Frauenberatung e. V. (Göttingen),

– Change my way e. V. (Bassum).

Die ausgewählten Projektträger haben unterschiedliche Ansätze zur Verbesserung der psychosozialen Versorgung entwickelt:

Amanda e. V. berücksichtigt in seinem Konzept eine besonders vulnerable und bislang kaum berücksichtigte Zielgruppe: schwangere Frauen mit bestehenden oder früheren Essstörungen. Geplant ist hier u. a. ein Ausbau der Gruppenangebote und eine Verbesserung der Vernetzung zu gynäkologischen Praxen und Hebammen. Das Projekt baut damit eine Brücke zwischen gynäkologischer Betreuung und psychosozialer Beratung. Des Weiteren adressiert das Vor- und Nachsorgepaket von Amanda ausdrücklich die Zeiträume vor stationären Aufnahmen und nach Entlassungen, in denen häufig keine ausreichenden Unterstützungsangebote vorhanden sind.

Lebens*Impulse gGmbH beabsichtigt u. a. die Einführung eines strukturierten Clearings sowie eines Fallmanagements zur Begleitung der Betroffenen durch den gesamten Versorgungsprozess. Hierdurch wird gewährleistet, dass die Betroffenen eine bestens auf sie angepasste Beratung und Behandlung erhalten und ihnen während der gesamten Zeit eine feste Ansprechpartnerin zur Seite steht. Das ist ein deutlicher Mehrwert gegenüber klassischen Beratungsangeboten. Eine weitere Maßnahme besteht darin, eine offene, anonyme Sprechstunde (2 Std./Woche) einzurichten und so ein niedrigschwelliges Angebot der Beratung zu schaffen.

Therapeutische Frauenberatung e. V. plant den Ausbau des niedrigschwelligen Beratungsangebots. Dies ist besonders wichtig, damit junge Frauen und Mädchen überhaupt Hilfe in Anspruch nehmen und ermöglicht den Betroffenen, themenoffen über die bestehenden Probleme zu sprechen. Zusätzlich wird durch dieses Angebot Vertrauen zu den Betroffenen aufgebaut und ein geschützter Raum für einen offenen Austausch geschaffen. Diese Form der Beratung schließt eine wichtige Versorgungslücke zwischen ambulanten und stationären Unterstützungsmaßnahmen.

Change my Way e. V. beabsichtigt, durch die Entwicklung eines digitalen Präventionsangebots zusätzliche Beratungskapazitäten zu schaffen, in dem Fachkräfte entlastet werden. Der Verein weist anhand eigener Erfahrungswerte auf ein sinkendes Erkrankungsalter hin, bei dem zunehmend bereits 11- bis 12-jährige Mädchen betroffen sind. Bestehende Hilfesysteme erreichen häufig jedoch erst ältere Jugendliche. Die Präventionsveranstaltungen an Schulen sollen besonders die junge Zielgruppe frühzeitig erreichen. Aufgrund der fachlich standardisierten Inhalte können die Veranstaltungen künftig von geschulten Ehrenamtlichen übernommen werden. Die gewonnene Fachkraft-Kapazität wiederum kann in der Beratung eingesetzt werden und die Versorgung weiter ausbauen.

Entsprechende Projektmittel wurden im Juli 2026 bewilligt.

Zu 2:

Die Landesregierung verfolgt das Ziel, die Sichtbarkeit spezialisierter Beratungsangebote zu verbessern. Hierzu wurde die Öffentlichkeitsarbeit als Förderbestandteil in die zuvor genannten Modellvorhaben aufgenommen.

In den Projektanträgen sind hierzu verschiedene Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit vorgesehen:

– Aufbau/Ausbau der Social-Media-Präsenz, insbesondere durch Amanda e. V., change my way e. V. und Therapeutische Frauenberatung e. V.,

– Überarbeitung der bestehenden Internetauftritte, insbesondere durch Amanda e. V., change my way e. V. und Lebens*Impulse gGmbH,

– Entwicklung neuer Informationsmaterialien (digital und analog), alle Träger,

– Zusammenarbeit mit regionalen Printmedien (change my way e. V.),

– Informationsstände bei Beratungsrundläufen an Schulen, Mädchengesundheitstag, Fortbildungen für Studierende der Universität, soziale Einrichtungen (Amanda e. V.).

Durch die oben beschriebenen Maßnahmen werden bereits bestehende Angebote ausgeweitet und neue Zugänge zu den Zielgruppen geschaffen. Auch durch einen Ausbau der Vernetzung der Träger mit gynäkologischen Praxen, Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzten sowie Hebammen, Universitäten, Kliniken etc. erhalten die Beratungsangebote eine erhöhte Sichtbarkeit.

Darüber hinaus plant die Landesregierung eine eigene Veröffentlichung von Informationsmaterial. Hierzu werden derzeit vorhandene Informationsangebote gesichtet, damit das bestehende Angebot sinnvoll ergänzt werden kann.

Zu 3:

Die Landesregierung beabsichtigt, die Vernetzung der relevanten Akteurinnen und Akteure durch die Durchführung einer landesweiten Fachveranstaltung zum Thema Essstörungen zu unterstützen. Die Fachtagung ist am 01.12.2026 in der Akademie des Sports in Hannover geplant. Bis zu 200 Akteurinnen und Akteure werden die Möglichkeit erhalten, in den fachlichen Austausch zu gehen. Im Rahmen von gemischten Workshops sollen Versorgungslücken erkannt, Bedarfe aufgedeckt und die Vernetzung verstärkt werden.

Zu der Veranstaltung sollen insbesondere Beratungsstellen, Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und -therapeuten, Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe, wissenschaftliche Expertinnen und Experten, Krankenkassen sowie weitere relevante Akteurinnen und Akteure eingeladen werden.

Ziele der Fachtagung sind:

– die stärkere Vernetzung der beteiligten Institutionen,

– der Austausch guter Praxisbeispiele,

– die Identifizierung von Versorgungslücken,

– die Erarbeitung von Ansätzen für Präventionsmaßnahmen unter Berücksichtigung verschiedener Zielgruppen,

– die Weiterentwicklung der psychosozialen Beratung und Begleitung von Mädchen und jungen Frauen mit Essstörungen.

Die im Rahmen der Modellförderung gewonnenen Erkenntnisse sollen in die Konzeptentwicklung einfließen und für eine nachhaltige Verbesserung der Hilfestrukturen in Niedersachsen nutzbar gemacht werden.

Die geförderten Träger sind an der Planung und Umsetzung der Fachtagung beteiligt. Darüber hinaus beinhalten die Projektkonzepte eigene Vernetzungsaktivitäten:

– Lebens*Impulse gGmbH plant den Ausbau ihres regionalen Kompetenznetzwerks Essstörungen.

– Amanda e. V. beabsichtigt die Intensivierung der Zusammenarbeit mit medizinischen, psychosozialen und schulischen Akteurinnen und Akteuren im Raum Hannover.

– Die Therapeutische Frauenberatung e. V. baut auf ihre langjährige Mitarbeit im Netzwerk Essstörungen Göttingen und weiteren Fachgremien auf und plant eine Ausweitung der Vernetzungsaktivitäten.

– Change my Way e. V. verfolgt insbesondere eine stärkere Einbindung von Schulen und Fachkräften im ländlichen Raum.

Die Landesregierung wird die Umsetzung der Maßnahmen fortlaufend begleiten und auswerten. Ziel ist es, die psychosoziale Versorgung von Mädchen und jungen Frauen mit Essstörungen sowie die Unterstützung ihres Umfelds nachhaltig zu stärken und Erkenntnisse für die Weiterentwicklung der Versorgungsstrukturen in Niedersachsen zu gewinnen.

(verteilt am 26.10.2026)