

JAHRESRÜCKBLICK 2023

Fachberatung bei Essstörungen und Jugendberatung bei Essstörungen



Jugendberatung
bei Essstörungen

dick und dünn Nürnberg e.V.
ausgezeichnet
mit dem Frauenförderpreis der Stadt Nürnberg

Der Verein dick und dünn Nürnberg e.V. wurde 1992 von engagierten Frauen gegründet und ist Träger der Fachberatung bei Essstörungen.

Im März 2018 wurde die Jugendberatung bei Essstörungen eröffnet, die bis Juni 2023 aus Mitteln der Aktion Mensch finanziert wurde.

Hiermit geben wir einen Überblick über die erfolgreiche Arbeit des vergangenen Jahres und bedanken uns bei allen, die die Fachberatungsstelle und den Trägerverein unterstützen.

Insbesondere danken wir dem Bezirk Mittelfranken und der Stadt Nürnberg, der Aktion Mensch, den Mitfrauen und fördernden Mitgliedern des Vereins, sowie allen Spender*innen.

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|-----|---|-------|
| 1 | Die Fachberatungsstelle..... | S. 3 |
| 2 | Personelle Ausstattung..... | S. 4 |
| 3 | Finanzierung..... | S. 7 |
| 4 | Übersicht über die Leistungen | S. 8 |
| 4.1 | Erwachsenenberatung | S. 8 |
| 4.2 | Jugendberatung | S. 9 |
| 5 | Gruppen..... | S. 11 |
| 5.1 | Erwachsenenberatung | S. 11 |
| 5.2 | Jugendberatung | S. 12 |
| 6 | Öffentlichkeitsarbeit | S. 13 |
| | Infoveranstaltungen und Prävention, Aktionen im öffentlichen Raum | S. 13 |
| | Instagram | S. 14 |
| | Charity Aktion für die Jugendberatung | S. 15 |
| | Die Film-Spots | S. 16 |
| | Arbeitskreise und Politik | S. 17 |
| | Fortbildungen, Tagungen und Klausurtag | S. 17 |
| 7 | Erwachsenenberatung | S. 18 |
| 7.1 | Telefonische Beratung | S. 18 |
| 7.2 | Persönliche Beratung | S. 21 |
| 8 | Jugendberatung | S. 25 |
| 8.1 | Telefonische Beratung | S. 25 |
| 8.2 | Persönliche Beratung | S. 28 |
| 9 | Resümee und Ausblick..... | S. 32 |
| 9.1 | Erwachsenenberatung | S. 32 |
| 9.2 | Jugendberatung | S. 33 |

1 Die Fachberatungsstelle

Die Fachberatungsstelle ist die einzige spezialisierte und gleichzeitig niedrigschwellige Beratungseinrichtung für Erwachsene und Jugendliche mit Essstörungen, ihre Angehörigen und Multiplikator*innen im Bezirk Mittelfranken.

Es werden einmalige und mehrmalige Beratungen, online-Beratung, telefonische und E-Mail-Beratung, Gruppen und Veranstaltungen angeboten.

Essstörungen sind psychosomatische Erkrankungen mit Suchtcharakter. Sie treten in den Hauptformen Magersucht (Anorexie), Ess-Brechsucht (Bulimie) und Binge-Eating-Störung (Essanfälle ohne anschließende Gegenmaßnahmen wie Erbrechen oder Fasten) auf. Daneben gibt es viele Mischformen und Übergänge von einer Erkrankungsform in die andere. Adipositas beraten wir, wenn hohes Gewicht im Zuge eines essgestörten Verhaltens aufgetreten ist.

Die Stelle hat ein niedrigschwelliges Beratungs- und Gruppenangebot mit kurzen Wartezeiten sowie der Möglichkeit anonymer Beratung und ist oft die erste Anlaufstelle für Hilfesuchende.

Die Berater*innen sind Ansprechpartner*innen bei allen Fragen zur Behandlung der Essstörung.

Durch die Begleitung über einen längeren Zeitraum können erste Hilfestellungen gegeben und Wartezeiten auf einen ambulanten oder stationären Therapieplatz überbrückt werden.

Die Einrichtung ist regional und überregional mit anderen Beratungsstellen, Ärzt*innen, Therapeut*innen und Kliniken vernetzt.

2 Personelle Ausstattung

Hauptamtliche Mitarbeiter*innen



Christine Ertl, Diplom-Sozialpädagogin (FH),
Geschäftsführende Leitung, Erwachsenenberatung
Personenzentrierte Gesprächsführung (IPG)
Focusing-Therapeutin, Ganzheitliche Ernährungsberaterin
30,5 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit Juni 2000

Silke Tauschek-Hertzberg, Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF)
Erwachsenenberatung
20 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit Juni 2016



Svenja Gläßge-Winter, Sozialpädagogin M.A.
Systemische Beraterin
Stellvertretende Leitung, Erwachsenenberatung
25 Wochenstunden
In Elternzeit von Februar 2023 bis April 2024
Mitarbeiterin seit September 2018

Karolina Harwart, Sozialpädagogin M.A.
Erwachsenenberatung, Instagram
30 Wochenstunden bis Februar 2023
39 Wochenstunden ab März 2023
Mitarbeiterin seit März 2021



Tobias Bauernschmitt, Sozialpädagoge B.A.
Suchthilfe M.Sc., Suchttherapeut (VT)
Jugend- und Erwachsenenberatung, männliche Betroffene
20 Wochenstunden bis August 2023
24 Wochenstunden ab September 2023
Mitarbeiter seit September 2021

Katrin List, Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Leitung Jugendberatung, Angehörigenberatung, Prävention
Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (vft)
Supervisorin MA, Psychotherapie HPG
15 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit Juni 2021



Lilli-Marie Jüstel, Psychologin M.Sc.
15 Wochenstunden Jugendberatung
Mitarbeiterin seit April 2021

Astrid Bartsch, Verwaltung
25 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit Mai 2011



Bettina Laubach, Verwaltung
7 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit September 2020

Ehrenamtliche Vorständ*innen



Prof. Dr. Christiane Alberternst, Diplom-Psychologin

Elisabeth Benzing, Krankenschwester,
Leitende Geschäftsführung Kiss Mittelfranken e.V.



Yvonne Hammer, Betriebswirtin (IHK)

Anna Sophia Feuerbach, Diplom-Biologin,
Mental Health-Expertin



Ehrenamtliche Kassenprüferin

Sanela Numanovic, Diplom-Kauffrau

Mitglieder und fördernde Personen

Der Verein hat 9 stimmberechtigte Mitglieder und 17 Personen, die ihn kontinuierlich finanziell fördern.

3 Finanzierung

2,96 Stellen für Fachberater*innen und 0,5 Stellen für die Verwaltung werden vom Bezirk Mittelfranken finanziert. Einen geringen Teil für zusätzliche Verwaltungsstunden übernimmt das Inklusionsamt und der Verein.

Sachkosten werden von der Stadt Nürnberg und vom Verein getragen.

Aktion Mensch förderte Personal- und Sachkosten für die Jugendberatung bis Ende Mai 2023. Von Juni bis Ende des Jahres trug der Verein die Kosten der Jugendberatung aus eigenen Mitteln.

Die Performance Gegengewicht am Gesundheitsmarkt wurde durch die Rudolf und Eberhard Bauer Stiftung finanziert.

Der Verein erhält Einnahmen aus Förderbeiträgen, Gebühren und privaten Spenden. An dieser Stelle danken wir für alle Spenden, die vergangenes Jahr eingegangen sind.

Der Antrag zur Finanzierung der Jugendberatung ab Juni 2023 an die Stadt Nürnberg wurde mit Begründung der Haushaltslage abgelehnt. Aufgrund der hohen Betroffenenzahlen, die durch die Pandemie erneut gestiegen sind (50% Zunahme an Essstörungsdiagnosen bei Jugendlichen, Prof. Dr. Voderholzer, Klinik Roseneck) und der etablierten und stark nachgefragten Angebote stellten wir erneut einen Antrag für eine Personalstelle ab 2024. Ende Dezember diesen Jahres stimmte der Stadtrat für die Stelle, so dass wir die Angebote für Jugendliche, Angehörige und Multiplikator*innen weiterführen können. Dafür allen Beteiligten herzlichen Dank!

Qualitätssicherung

Die Beratung und die Verwaltung wird von hauptamtlichen Mitarbeiter*innen geleistet.

Die Berater*innen erhalten externe Supervision, regelmäßige Fort- und Weiterbildungen. Die Dokumentation erfolgt über standardisierte Qualitätssicherungsbögen.

4 Übersicht über die Leistungen

4.1 Erwachsenenberatung

306 telefonische Beratungen

Die telefonische Beratung dient der ersten Abklärung, Informationsvermittlung und Vereinbarung von persönlichen Beratungsterminen.

Die Fachberater*innen waren dienstags von 14-16 Uhr, mittwochs von 10-12 Uhr und donnerstags von 16-18 Uhr erreichbar. Der Anrufbeantworter wird mehrmals täglich abgehört und die Berater*innen rufen zeitnah zurück.

1180 persönliche Beratungen

Zielgruppen sind Betroffene ab 18 Jahren, Angehörige und Multiplikator*innen. Die Beratung kann einmalig oder fortlaufend stattfinden und zwar in Präsenz, telefonisch oder per Video.

119 angeleitete Gruppentermine für 17 Gruppen mit jeweils 7 Terminen für 5 bis 8 Teilnehmer*innen

Hier stehen angeleitete Übungen zur verbesserten Körperwahrnehmung und die gegenseitige Unterstützung und im Mittelpunkt. Die Themen werden von den Teilnehmenden festgelegt und von der Leitung moderiert. Die Gruppe hat verbindlichen Charakter und arbeitet mit festen Regeln.

Der Gruppenbeginn war jeweils im März und Oktober 2023. Die Gruppen wurden 14tägig angeboten.

2 Trialog-Abende fanden mit je 10 Teilnehmenden im Februar und Juli in der Königstraße statt.

61 datengeschützte Online-Beratungskontakte für 44 Klient*innen

330 Beantwortungen von E-Mail-Anfragen

565 Follower auf Instagram

20 mal Versand von Informationsmaterial auf Anfrage per Post oder E-Mail

Infoveranstaltungen und Seminare für Multiplikator*innen

- Workshop für die Rummelsberger Diakonie Bereich Wohnen
- Beratungsstellen-Ralley der Fachakademie GGSD Juli 2022
- TH Nürnberg Soziale Arbeit, Gesundheits- und Suchthilfe Oktober 2023

4.2 Jugendberatung

Die Leistungen wurden mit folgender Personalausstattung erbracht:
35 Wochenstunden für Fachkräfte, davon 15 für Leitungsaufgaben,
Angehörigenberatung und Prävention, 20 Stunden für die Beratung von Betroffenen

127 telefonische Beratungen

Diese dienen zur ersten Abklärung, Informationsvermittlung und Vereinbarung von persönlichen Beratungsterminen. Direkte Erreichbarkeit: Di 14-16 Uhr, Mi 10-12 Uhr und Do 16-18 Uhr oder Anfrage über Anrufbeantworter, E-Mail und online.

306 persönliche Beratungen

Die Beratung kann einmalig oder fortlaufend stattfinden. Die Wartezeit auf einen Ersttermin betrug durchschnittlich 3 Wochen, die Abstände bei fortlaufender Beratung 4 Wochen.

3 Jugendgruppen als themengeleitete und moderierte Angebote

je 5 Termine mit 5 bis 6 Teilnehmenden ab Februar, Juni und November

1 Elternworkshop (dreiteilig) für 8 Teilnehmende

Präsenzveranstaltung im März/April in unseren Räumen in der Königstraße mit 6 Teilnehmenden. Der ab Oktober geplante Workshop fiel wegen zu geringer Teilnehmer*innenzahl aus.

2 Dialog-Abende mit je 10 Teilnehmenden im Februar und Juli

31 Beantwortungen von E-Mail-Anfragen

27 datengeschützte Online-Beratungskontakte für 20 laufende Beratungen

Fortbildungen, Workshops und Austausch für Multiplikator*innen

16.01.2023 Workshop Handlungsweisen für Erzieher*innen und Vorstellung unserer Arbeit, Fachakademie Baiersdorf

24.01.2023 Online Fortbildung „Was sind Essstörungen?“ und Vorstellung unserer Arbeit, Stadt Fürth

13.02.2023 Ganztägiger Workshop für Mitarbeitende des Jugendamtes Nürnberg, Südstadtforum NOA

27.02.2023 Online Vortrag zu Essstörung, Familienstützpunkt Weißenburg

19.06.2023 Fortbildung für Lehrkräfte zum Thema Essstörung im Rahmen der Ausstellung „Der Klang meines Körpers“

28.11.2023 Teamfortbildung zum Thema Essstörungen, Stadtmission Nürnberg, Reha Zentrum für Jugendliche

18.11.2023 Präsentation der Beratungsstelle, Kinderärztetagung in Bamberg

Vier digitale Treffen mit der KJP Erlangen, Südklinikum Nürnberg und der KJP in Ansbach

Veranstaltungen für Eltern

03.07.2023 online Elternabend: „Wenn Essen zum Problem wird“ im Rahmen der Ausstellung „Der Klang meines Körpers“

16.10.2023 online Elternabend: „Wenn Essen zum Problem wird“ im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit, zusammen mit dem Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

06.01.2023 offene Elterngruppe

Prävention für Schüler*innen

4 Workshops für die 7. Klassen
des Labenwolf Gymnasiums Nürnberg
Projektfinanzierung der AOK

4 Treffen zur Weiterentwicklung der Ausstellung
„Der Klang meines Körpers“,

4 Führungen zur Ausstellung „Der Klang
meines Körpers“ im Gesundheitsamt
Nürnberg, Juli 2023



Pressefoto AOK

Vorstellung der Jugendberatung

20.06.2023 und 18.09.2023 Einladung der Stadträt*innen in unsere Beratungsstelle.

5 Gruppen

5.1 Erwachsenenberatung

Angeleitete Gruppen

Wir nahmen ca. 80 neue Interessent*innen in unsere Gruppenanmeldung auf, die zu einem Infogespräch eingeladen wurden. Im März und Oktober starteten die Gruppen, besetzt mit Teilnehmenden aus dem vorherigen Turnus, die weitermachen sowie neuen Teilnehmenden. Die Gruppengröße lag bei jeweils 5-8 Teilnehmenden. Alle Gruppen fanden in der Königstraße statt. Insgesamt gab es übers Jahr verteilt 17 verschiedene Gruppen für erwachsene Betroffene, überwiegend abends und für Frauen, aber auch gemischt-geschlechtlich, oder nur für Männer, teilweise auch am Vormittag. Neu kam eine Nachmittagsgruppe am Samstag dazu.



Angeleitete Gruppen für Frauen* mit Essstörungen ab 18 Jahren

Hier steht der Austausch von Erfahrungen und die gegenseitige Unterstützung durch die Teilnehmerinnen im Mittelpunkt. Zu Beginn jeder Stunde bieten wir Achtsamkeitsübungen an, um die Gefühle und den Körper besser wahrzunehmen.

Beginn: Oktober 2023; Gruppen am Dienstagvormittag/-abend / Mittwochabend / Donnerstagabend / Samstagnachmittag
7 Termine, 14-täglich, mindestens 35 € Gruppengebühr (ermäßigter Betrag: 17,50 € in Absprache möglich)

Voraussetzung: Teilnahme an einer Infoveranstaltung (nur mit Anmeldung), sowie ein BMI ab 16

Infoveranstaltungen: Dienstag, den 19.09.2023 um 10:00 Uhr
Mittwoch, den 13.09.2023 um 17:30 Uhr

Kontakt: 0911 – 47 17 11 oder gruppen@essstoerungen-mittelfranken.de

Ort: Fachberatung / Jugendberatung bei Essstörungen
Königstraße 29
90402 Nürnberg

dick und dünn Nürnberg e.V. • Kühnertgasse 24 • 90402 Nürnberg • 0911 - 47 17 11 • kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de • www.essstoerungen-mittelfranken.de



Angeleitete Gruppen für Männer* (ggf. gemischte Gruppe) mit Essstörungen ab 18 Jahren

Hier steht der Austausch von Erfahrungen und die gegenseitige Unterstützung durch die Teilnehmer im Mittelpunkt. Zu Beginn jeder Stunde bieten wir Achtsamkeitsübungen an, um die Gefühle und den Körper besser wahrzunehmen.

Beginn: Oktober 2023; Gruppe am Donnerstagabend
7 Termine, 14-täglich, mindestens 35 € Gruppengebühr (ermäßigter Betrag: 17,50 € in Absprache möglich)

Leitung: Tobias Bauernschmitt, Sozialpädagoge B.A., Suchthilfe M.Sc., Suchttherapeut (VT)

Voraussetzung: Teilnahme an einer Infoveranstaltung (nur mit Anmeldung), sowie ein BMI ab 16

Infoveranstaltung: Donnerstag, den 31.08.2023 um 18:30 Uhr

Kontakt: 0911 – 47 17 11 oder gruppen@essstoerungen-mittelfranken.de

Ort: Fachberatung / Jugendberatung bei Essstörungen
Königstraße 29
90402 Nürnberg


dick und dünn Nürnberg e.V. • Kühnertgasse 24 • 90402 Nürnberg • 0911 - 47 17 11 • kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de • www.essstoerungen-mittelfranken.de



5.2 Jugendberatung

Gruppe für Jugendliche (ca. 13 bis 17 Jahre) mit Essstörungen

Im Februar, Juni und November starteten Gruppen mit 5 bis 6 Jugendlichen unter der Leitung von Lilli-Marie Jüstel.



**Jugendberatung
bei Essstörungen**

Gruppe für Jugendliche mit Essstörungen

(ca. 13 bis 17 Jahre)

Beschäftigst du dich viel mit Essen, Nicht-Essen, Aussehen und Gewicht und fühlst dich manchmal alleine mit diesem Thema?
In der Gruppe kannst du dich mit anderen Jugendlichen, die in einer ähnlichen Situation sind, austauschen. Gemeinsam besprechen wir Themen, die im Zusammenhang mit einer Essproblematik auftauchen, und unterstützen uns gegenseitig.

Termine: ab 12. Juni 2023, montags jeweils von 17 - 18.30 Uhr

Gruppengröße: max. 5 Personen

Kosten: kostenfrei

Leitung: Lilli-Marie Jüstel, Psychologin (M.Sc.)

Voraussetzung: Persönliches Gespräch

Anmeldung: 0911 - 471711 oder lilli.juestel@essstoerungen-mittelfranken.de

Ort: Fachberatung / Jugendberatung bei Essstörungen
Königstraße 29
90402 Nürnberg

dick und dünn Nürnberg e.V. • Kühnertsgasse 24 • 90402 Nürnberg • 0911 - 47 17 11 • kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de • www.essstoerungen-mittelfranken.de

Elternworkshop (dreiteilig)

Der Workshop ab März fand mit 6 Teilnehmenden in unseren Räumen in der Königstraße statt. Geleitet wurde der Workshop von Silke Tauschek-Hertzberg und Katrin List.



**Jugendberatung
bei Essstörungen**

Elternworkshop zu Essstörungen in 3 Teilen

Der Elternworkshop soll Eltern von betroffenen und gefährdeten Jugendlichen unterstützen und begleiten. Wichtige Bausteine dabei sind Infovermittlung, Erfahrungsaustausch und Selbsterfahrung.

Termine: Dienstag 14.03., Dienstag 28.03. und Montag 24.04.2023
jeweils von 17 - 19 Uhr

Gruppengröße: max. 8 Personen

Leitung: Silke Tauschek-Hertzberg, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Systemische Therapeutin (DGSF)
Katrin List, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Systemische Therapeutin (vft)

Kosten: 80 € pro Person, 130 € pro Paar, Ermäßigter Betrag: 55 €/80 € in Absprache möglich

Rückfragen: 0911 - 471711 oder silke.tauschek@essstoerungen-mittelfranken.de,
Teilnahme nach persönlichem Vorgespräch

Ort: Jugendberatung bei Essstörungen
Königstraße 29
90402 Nürnberg

dick und dünn Nürnberg e.V. • Kühnertsgasse 24 • 90402 Nürnberg • 0911 - 47 17 11 • kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de • www.essstoerungen-mittelfranken.de

6 Öffentlichkeitsarbeit: Veranstaltungen der Erwachsenenberatung und der Jugendberatung

Durch vielfältige Veranstaltungen geben wir dem Thema Essstörungen Raum. Wir agieren dabei regional und überregional und sprechen Betroffene, Angehörige und Multiplikator*innen an.

- **Infoveranstaltungen und Seminare für Multiplikator*innen in der Erwachsenenberatung** siehe S. 8
- **Infoveranstaltungen und Seminare für verschiedene Zielgruppen der Jugendberatung und Prävention in Schulklassen** siehe S. 9 und 10

- **Dialog-Abend**
moderierte Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachleute



- **Aktionen im Öffentlichen Raum**

- Fahnenaktion zum Internationalen Gedenktag gegen Gewalt an Frauen am 25.11.2023
- Filmspots zur Prävention von Essstörungen im FahrgastTV des ÖPNV 6.-10.03. und 25.-30.10.2023 siehe S.14
- Präsentation der Einrichtung beim Ball der Unternehmer am 7.10.23 in Nürnberg
- Aktion Gegen-Gewicht: Streetperformance und Waagenaktion zum Thema Körperkontrolle beim Gesundheitsmarkt der Stadt Nürnberg am 8.07.2023 am Jakobsmarkt und am Tag der seelischen Gesundheit der Wilhelm-Löhe-Hochschule in Fürth am 16.09.2023



Instagram

Die Präsenz über Instagram wird nach wie vor weitergeführt und -ausgebaut. Mitte 2023 waren wir bei 500 Follower*innen unseres Kanals angekommen, Ende des Jahres bei 565. Als Special stellten wir eine selbstgesprochene Meditation mit Video online, um Klient*innen und Interessent*innen außerhalb der Beratung die Möglichkeit zur Meditation anzubieten.

Gegen Ende des Jahres stieg die Community auf fast 600 an. Grundsätzlich lässt sich dabei stetig beobachten, dass fast die Hälfte der erreichten Konten, die nicht zu den Follower*innen gehören, dennoch die Inhalte verfolgen. Ebenfalls werden immer wieder Posts von uns gespeichert.

Im Jahr 2023 wurden im Feed 27 Posts hochgeladen, die unterschiedliche Schwerpunkte und Aspekte abdeckten. Wir führten Videointerviews zur Ernährungsberatung bei Essstörungen und zum Thema Muskeldystrophie. Von Lilith e.V. wurde unsere Einrichtung für ihren Instagram Account in der Rubrik „Lilith vor Ort“ interviewt.

Es wurden Aussagen aus Beratung oder Gruppensitzung als Statement und Video und Facts über Eating Disorders gepostet. Ganz besonders war für uns der Auftritt als Gäste im **PODCAST „süß und essgestört“**. Diesen gibt es u.a. zu hören auf Spotify.

Ebenfalls freuten wir uns über den großen Support und Zuspruch bzgl. der unsicheren Finanzierungsfrage der Jugendberatung.



Charity Aktion für die Jugendberatung

Wir freuen uns sehr über die Nachricht, dass unsere Jugendberatung beim Ball der Unternehmer von Anke König repräsentiert und mit einem Spendenaufruf versehen wurde.

Hier ist die Darstellung im Programmheft für die Gäste des Balls zu sehen:



DIE GUTEN ZWECKE

Jugendberatung bei Essstörungen

Viele Jugendliche beschäftigen sich mit viel Essen, Nicht-Essen, Aussehen und Gewicht und fühlen sich manchmal alleine gelassen mit diesem schwierigen Thema.

Daher ist die Unterstützung für Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren sowie alle aus ihrem Umfeld, insbesondere Eltern und andere nahestehende Personen, Lehrkräfte und weitere Multiplikator*innen, ausgesprochen wichtig.

Ein eingespieltes Team von Sozialpädagog*innen sowie einer Psychologin kümmert sich um Betroffene und hat individuelle Angebote für Jugendliche, Eltern und Fachkräfte, wenn es um Essstörungen geht.

Bei allen Fragen zu Essstörungen – auch bereits bei ersten Anzeichen ist das Team jederzeit erreichbar und möchte Jugendliche mit diesem wichtigen Thema nicht alleine lassen.

Für Charity-Patin und Nürnbergs „First Lady“ Anke König ist die „Jugendberatung bei Essstörungen“ eine Herzensangelegenheit: „Medien, soziale Netzwerke & Co. bauen heutzutage bei jungen Menschen oft einen besonderen Druck auf – gerade was Äußerlichkeiten angeht. Der „dick und dünn Nürnberg e.V.“ bietet Jugendlichen, die mit Essstörungen zu kämpfen haben, und deren Angehörigen eine hochkompetente, mitfühlende Anlaufstelle direkt hier vor Ort. Ein tolles und wichtiges Projekt, das jede Unterstützung verdient!“



**Fachberatung
bei Essstörungen**
dick und dünn Nürnberg e.V.

Die Scheckübergabe erfolgt am 11.04.2024 😊

Die Film-Spots finanziert von



„Tigerauge“ Initiative Kinderhospiz Nordbayern e.V.

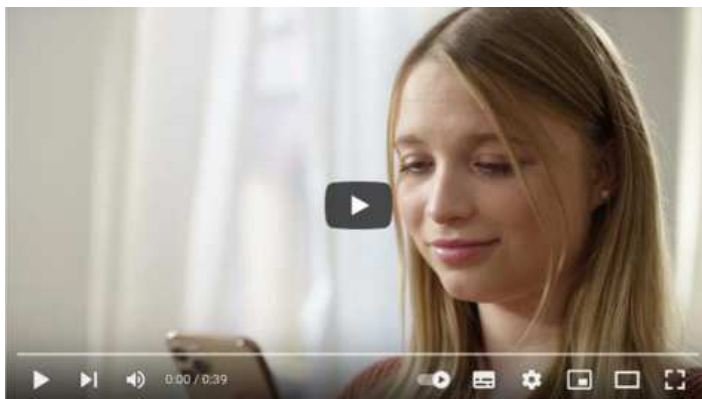


Dieses Medium wird für eine online- oder Präsenzveranstaltung zur Prävention eingesetzt und war auch 2023 auf den Fahrgastmonitoren im ÖPNV zu sehen.

Jederzeit aufrufbar über



und



Jugendberatung bei Essstörungen in Nürnberg (Mädchen Spot)

https://www.youtube.com/watch?v=CY0wk_fMumc



Jugendberatung bei Essstörungen in Nürnberg (Jungen Spot)

https://www.youtube.com/watch?v=JD_ygLeT1Mo

Vernetzung in Arbeitskreisen und Politik

- AK Essstörungen (bezirkswweit)
- AK Sucht der Stadt Nürnberg
- AK Gemeindepsychiatrie
- AK Beratungsstellen
- PSAG Nürnberg
- Bundesfachverband Essstörungen BFE: Fachtag in München am 14./15.09.2023 in München, sowie online-Treffen der Fachgruppe Adipositas und der ambulanten Stellen

Wir stellten die Jugendberatung bei Vor-Ort-Terminen dem Stadtrat und dem Gesundheitsreferat vor, Juni /Juli /September 2023

Wir nahmen an der Veranstaltung „Parität trifft Politik“ am 27.07.2023 in Nürnberg teil

Fortbildungen und Tagungen

- Systemische Beratung Weiterbildung, miramis, Januar 2023 bis Februar 2024
- Betriebsschutz, Der Paritätische, Online, 09.03.2023
- Professionelle Videos konzipieren für Social-Media u. digitale Öffentlichkeitsarbeit, Der Paritätische, 25.-27.04.2023
- IQN: Wenn die Waage das Leben bestimmt – Anorexia nervosa im Kindes- und Jugendalter, Online, 10.05.2023
- Yoga und Meditation, Landvolkshochschule Sylt Klappholttal, 2.-4.06.2023
- Hospitation psychosomatische Fachklinik Dießen am Ammersee, 6.-9.06.2023
- Fachtag BFE München, BFE e.V., 14./15.09.2023
- Arbeitszeitrecht, Der Paritätische, Online, 19.10.2023

Klausurtag

- Interner Klausurtag am 31.01.2023
- Klausurtag zum Thema Gruppenkonzept bei Essstörungen zusammen mit waagnis e.V. Regensburg und Schneewittchen, Augsburg am 02.05.2023 in Nürnberg

7 Erwachsenenberatung

7.1 Telefonische Beratung

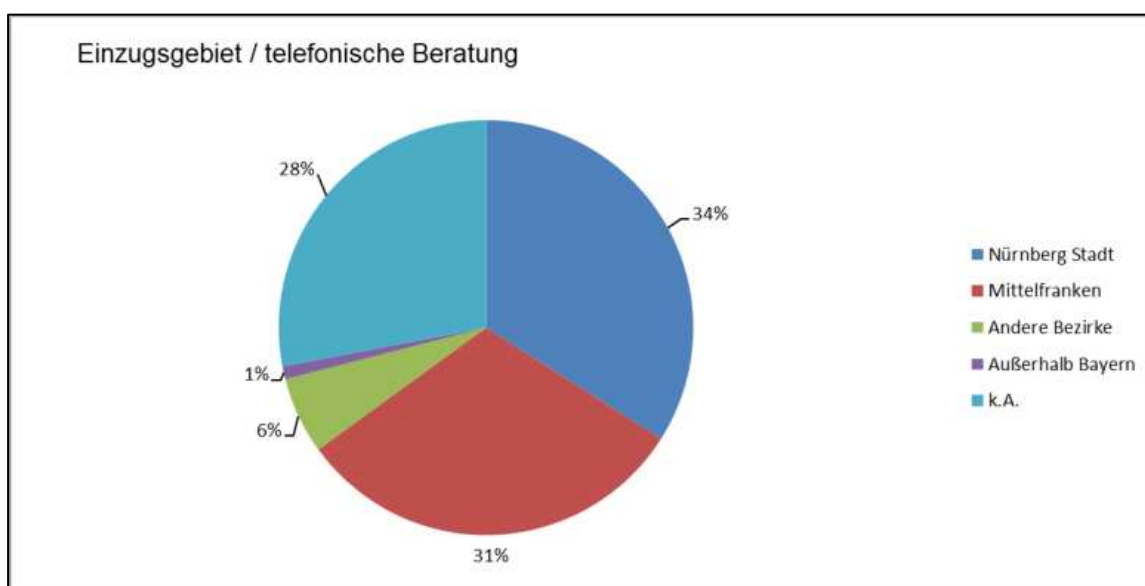
Es wurden 307 telefonische Beratungsgespräche zur Erstaufnahme geführt.

Alle folgenden klient*innenbezogenen Daten basieren auf Angaben der anrufenden Personen.

Die Niedrigschwelligkeit der telefonischen Beratung begründet die Anzahl von fehlenden Daten.

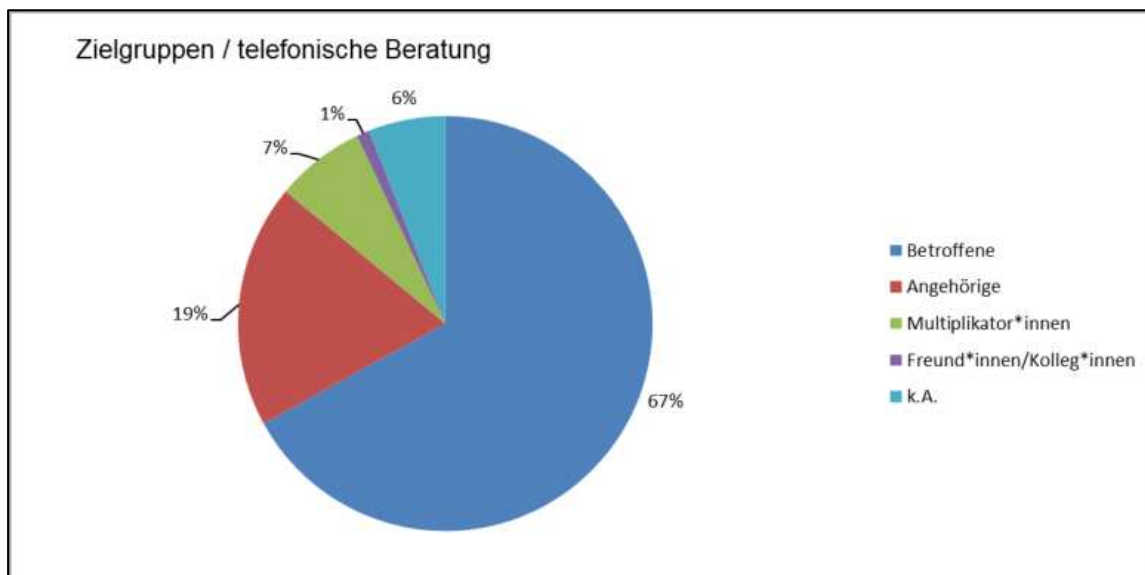
Einzugsgebiet

Der Aussagegehalt dieser Statistik ist als schwach einzustufen, da 28% der Anrufenden keine Ortsangabe machten. Wir verweisen auf aussagekräftigere Zahlen der persönlichen Beratung. 65% der Anrufenden kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 34% aus der Stadt Nürnberg. 7% der Anrufe kamen aus anderen Bezirken oder Bundesländern.



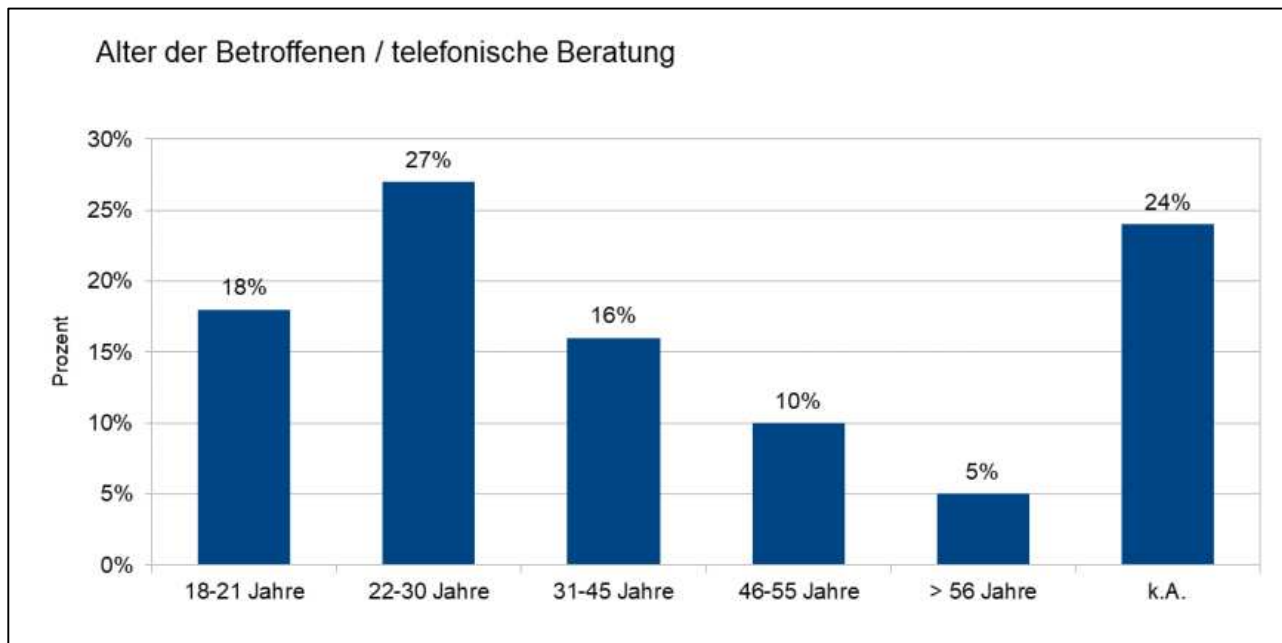
Zielgruppen

67% der Anrufenden waren Betroffene, 19% waren Angehörige, 7% Multiplikator*innen und 1% Freund*innen oder Kolleg*innen.



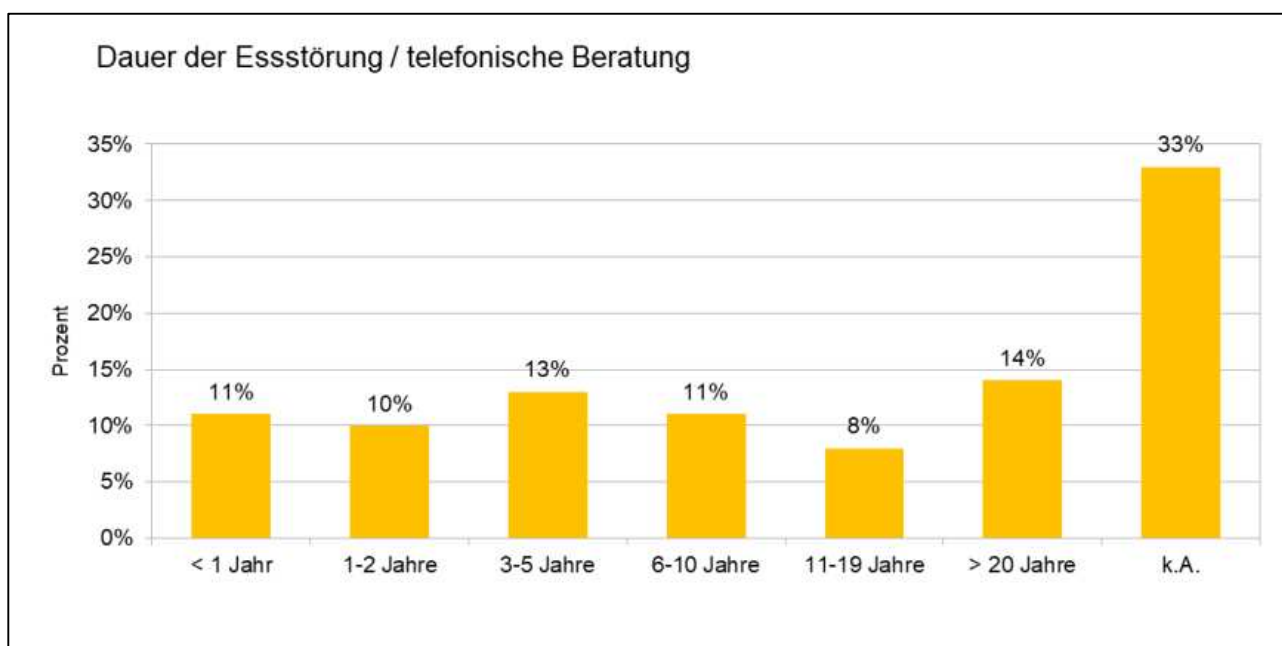
Alter der Betroffenen

Im Folgenden ist das Alter der Betroffenen ersichtlich, allerdings machten 24% der Personen keine Angaben.



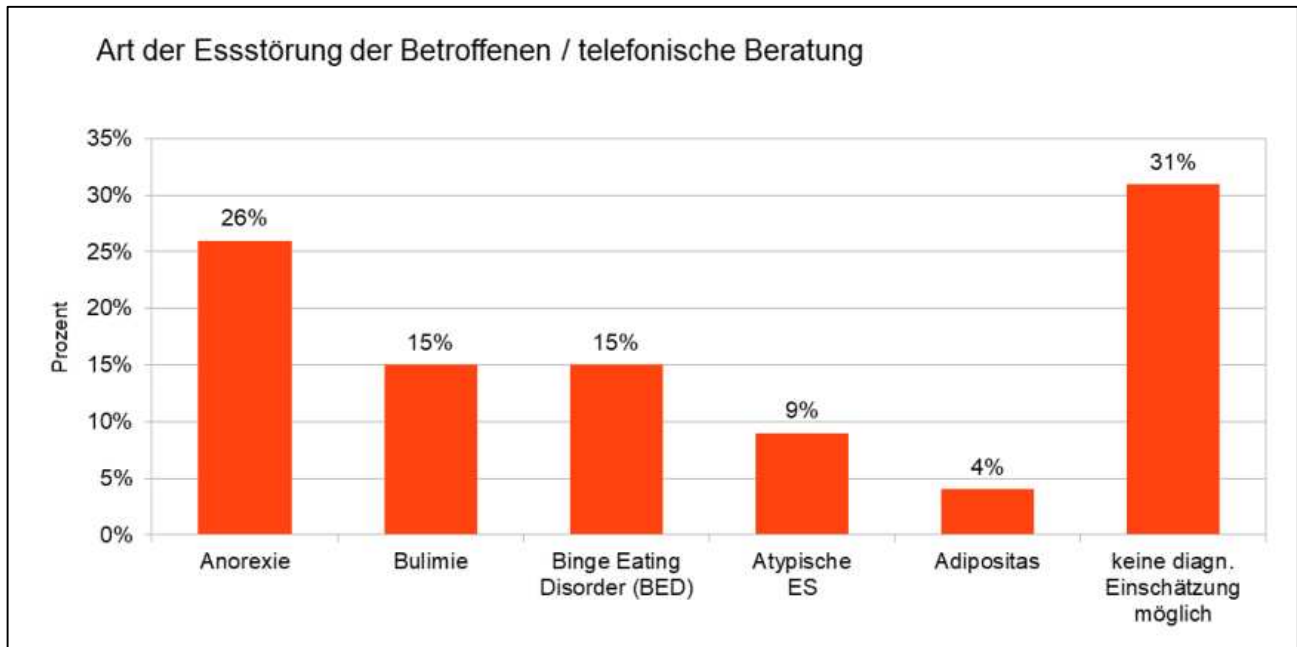
Dauer der Essstörung

Die zeitliche Dauer ist für die meisten Betroffenen im telefonischen Kontakt selbst nur schwer oder nicht einzuschätzen. Laut der Personen, die eine Angabe machen konnten, ist die Dauer der Erkrankung im Zeitraum unter 10 Jahre annähernd gleich hoch (10-13%). Wie im Vorjahr meldeten sich erneut mehr Personen die eine Erkrankungsdauer von unter 1 Jahr hatten, d.h. Hilfe unsererseits wurde tendenziell wieder schneller angefragt.



Art der Essstörung

31% der Anrufenden konnten sich nicht zur Art der Essstörung äußern. Einordnungen zu Magersucht lagen bei 26%, zu Bulimie und Binge Eating Disorder jeweils bei 15%. Atypische Essstörungen liegen bei 9% und Adipositas bei 4%.



Bisher von den Anrufenden in Anspruch genommene Maßnahmen

12% der Betroffenen oder deren Angehörigen gaben an, bisher keine Maßnahmen zur Bewältigung der Essstörung ergriffen zu haben. 63% waren bereits in ambulanter und/oder stationärer Therapie. Bei Letzteren ging es um einen erneuten Behandlungsbedarf und zusätzliche Möglichkeiten der Unterstützung.

Beratungsgespräche werden auch ergänzend zu ambulanter Therapie gesucht, wenn Therapeut*innen keine Spezialisierung auf Essstörungen haben.

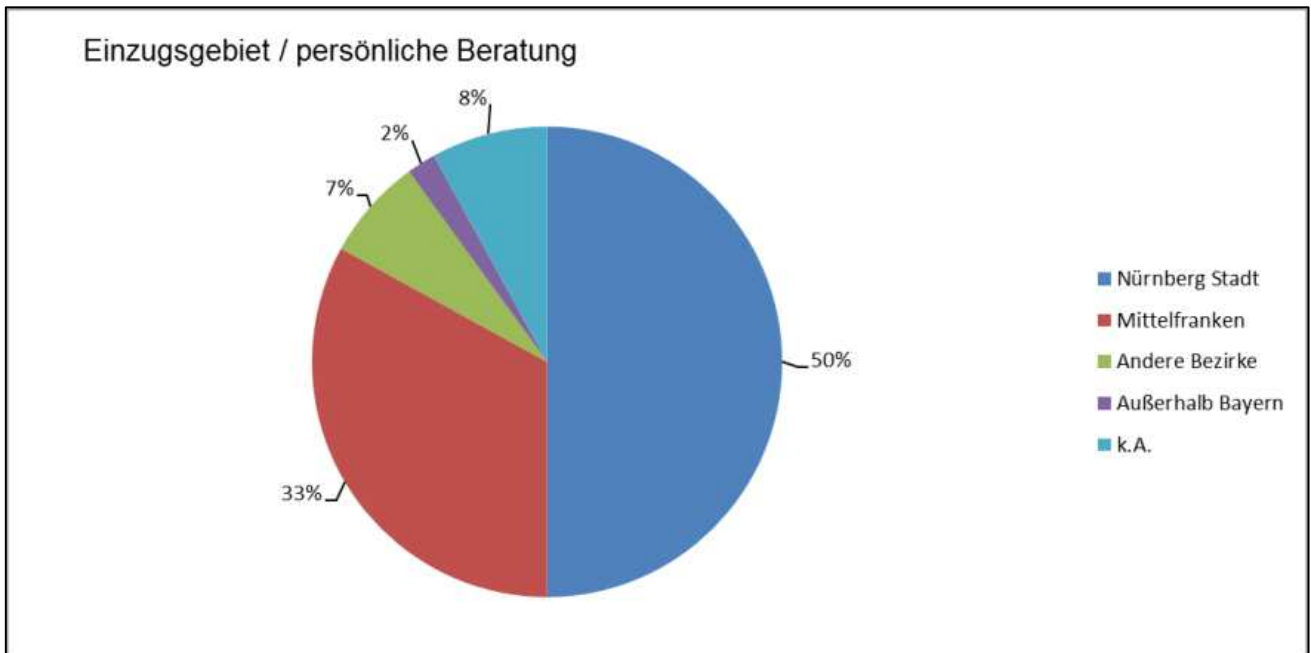
Ergebnisse der telefonischen Beratung

240 Anrufende (78%) vereinbarten einen persönlichen Beratungstermin, 80 Personen meldeten sich für die Infoveranstaltungen für Gruppen an. Ansonsten ging es um erste Beratungshilfen zu Umgangs- und Verhaltensmöglichkeiten sowie allgemeine Informationen zu Essstörungen, Krisenberatung und Weitervermittlung.

7.2 Persönliche Beratung

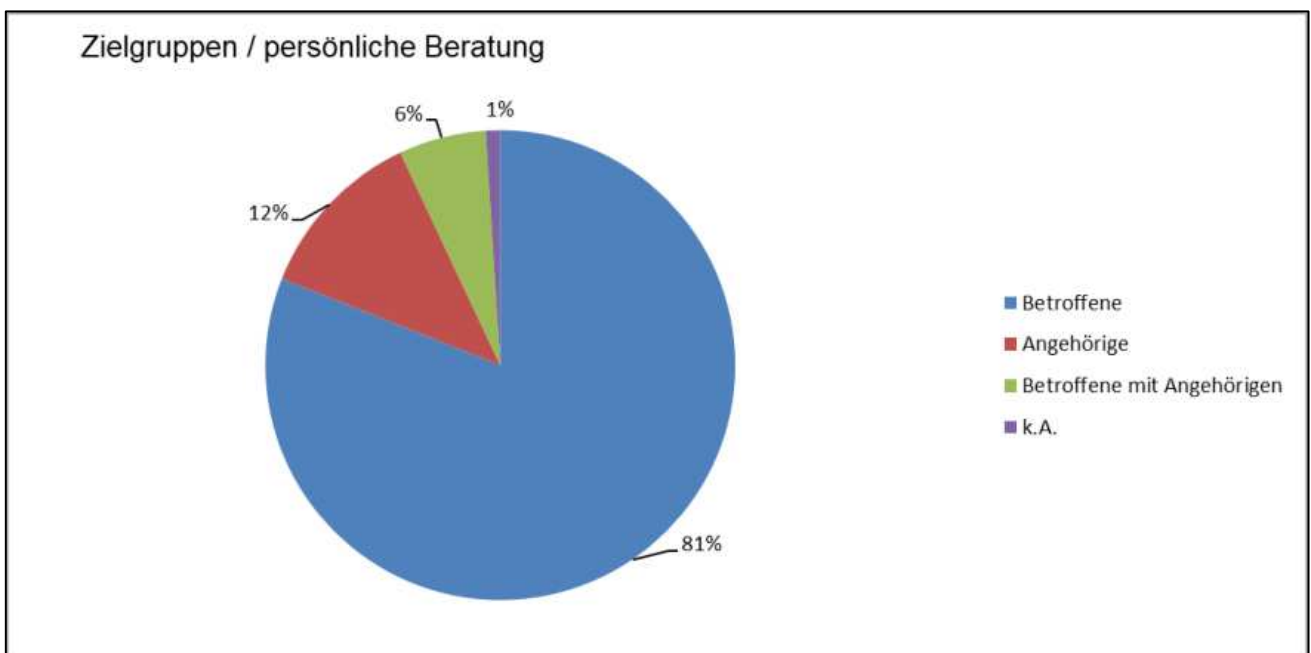
Einzugsgebiet

83% der persönlich Beratenen kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 50% aus dem Stadtgebiet Nürnberg. 7% kamen aus anderen Bezirken und 2% aus anderen Bundesländern.



Zielgruppen

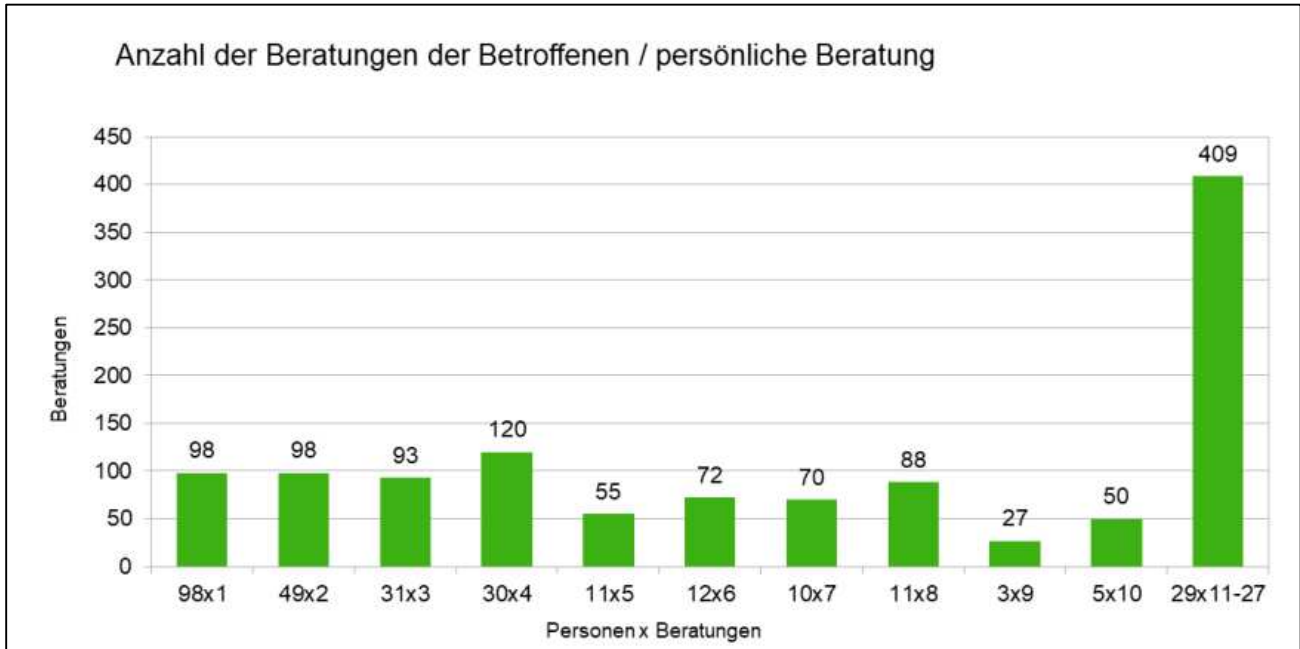
81% der Gespräche fanden mit den Betroffenen selbst statt. Angehörige, Multiplikator*innen sowie Kolleg*innen und Freund*innen (insgesamt 18%) wurden sowohl gemeinsam mit den Betroffenen (6%) als auch ohne sie (12%) beraten.



Anzahl der Beratungen der Betroffenen

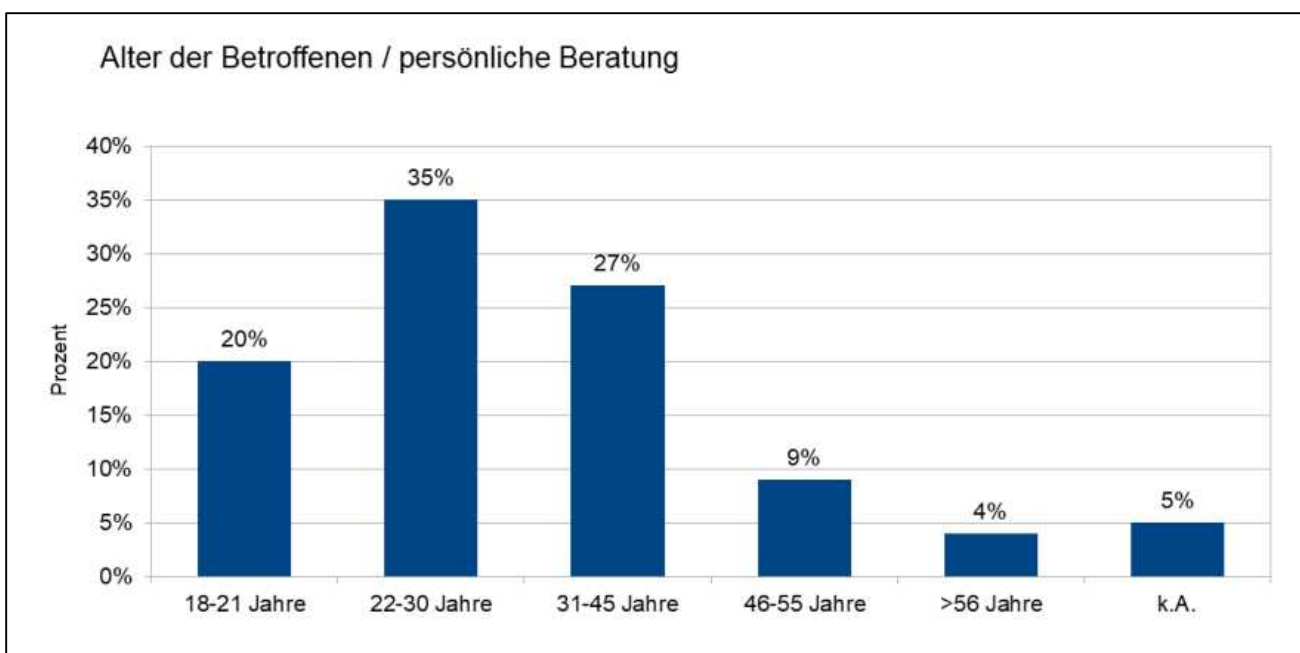
Es wurden **289 Klient*innen, 20 davon männlich*** in **1180 persönlichen Gesprächen** beraten und damit 74 mehr Beratungstermine als im Vorjahr angeboten.

Es fanden 98 einmalige Beratungen statt. 191 Personen nahmen insgesamt 1082 laufende Gespräche mit 2-27 Einheiten in Anspruch. Die fortlaufenden Beratungen fanden in zwei- bis vierwöchigem Abstand statt.



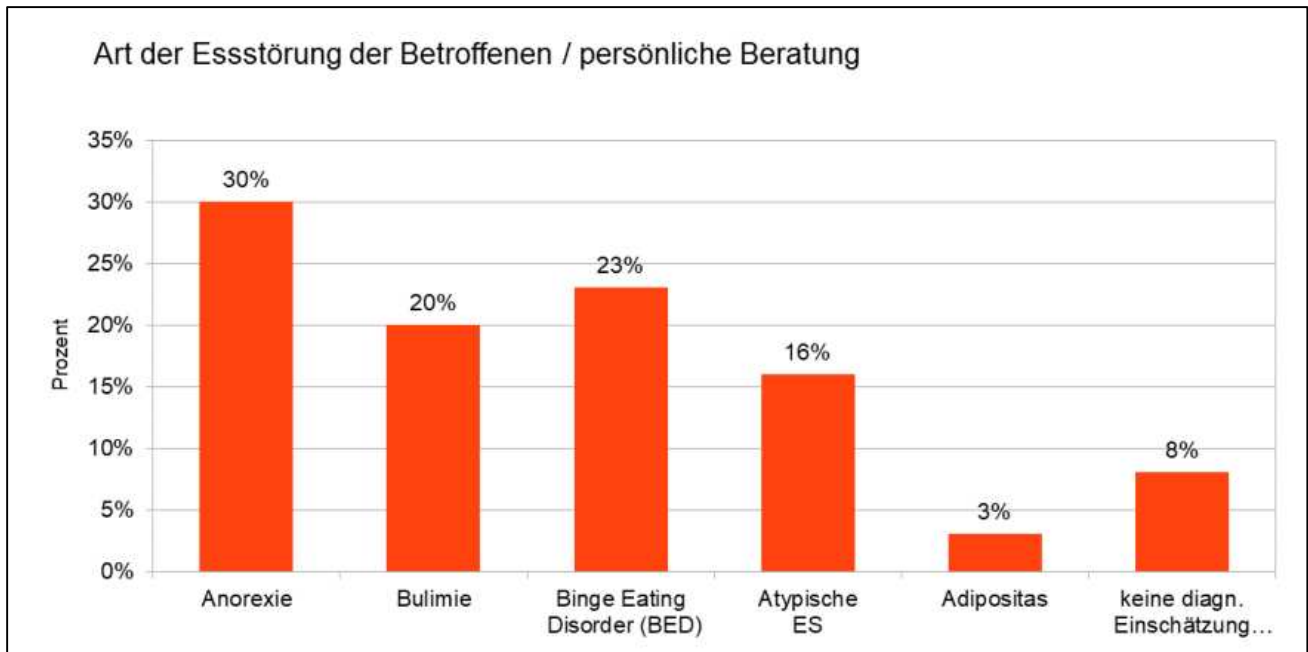
Alter der Betroffenen

Die Hauptaltersgruppen waren die 22- bis 30-Jährigen (35%) und die 31-45-Jährigen (27%) mit jeweils ca. einem Drittel aller Beratenen. 20% der Betroffenen waren 18-21 Jahre alt. 9% der Betroffenen waren 46-55 Jahre alt und 4% waren 56 Jahre und älter.



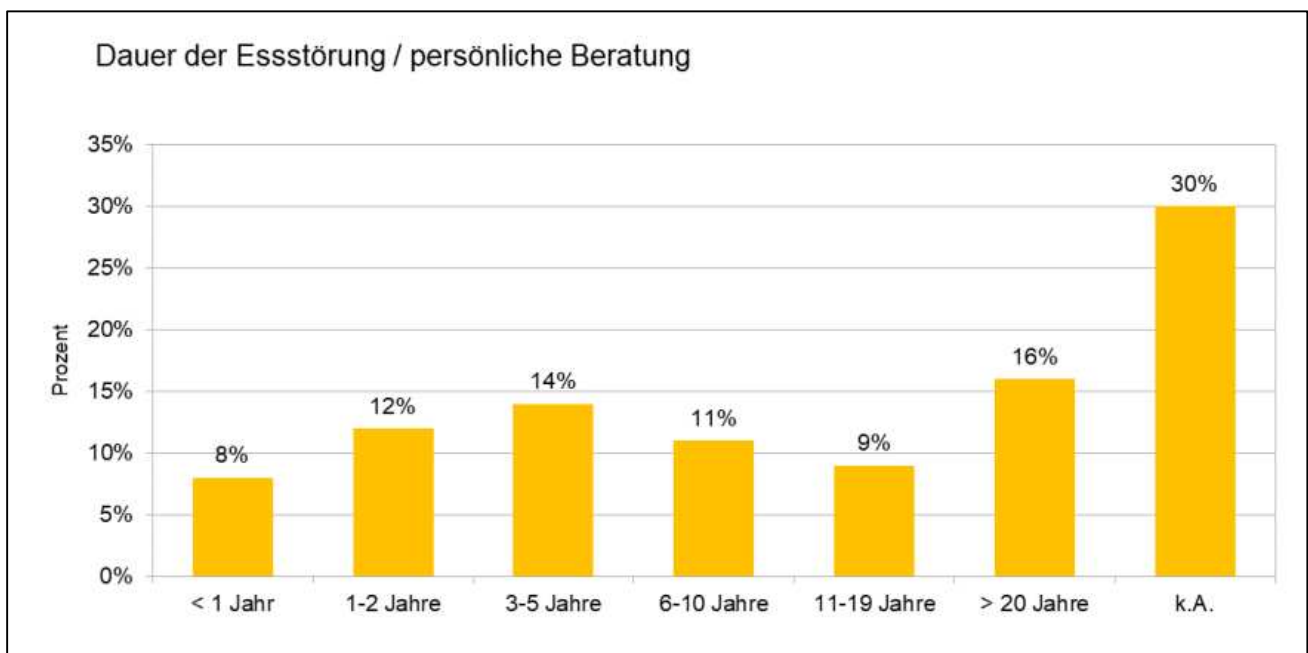
Art der Essstörung

Betroffene mit Magersucht wurden am häufigsten beraten (30%). Ratsuchende mit Binge-Eating-Störung wurden am zweithäufigsten beraten (23%) und Ratsuchende mit Bulimie am dritthäufigsten (20%). Atypische Essstörungen und Adipositas wurden zu 16% bzw. zu 3% beraten.



Erkrankungsdauer

Die Statistik zeigt, dass wir genauso häufig bei lang andauernder Erkrankungsdauer (ab 6 bis über 20 Jahren) beraten wie bei einer Erkrankungsdauer unter 6 Jahren. Leider konnte ein großer Teil (30%) der zu Beratenden keine Angaben zur Erkrankungsdauer machen, so dass die Verteilung nur ein ungefähres Bild abgeben kann.



Bisherige Hilfen

16% der Klient*innen gaben an, noch nie Hilfe in Anspruch genommen zu haben. Ein großer Teil der Klient*innen hatte bereits therapeutische und ärztliche Hilfe, vom Arztbesuch (31%) oder psychiatrischer Behandlung (15%), über ambulante Therapie (55%) bis zu stationären Aufenthalten (42%).

Begleiterkrankungen

Bei den Betroffenen treten häufig begleitende psychische Erkrankungen auf. Depressionen wurden am häufigsten genannt. Des Weiteren wurden Posttraumatische Belastungsstörungen, Angststörungen sowie andere Suchterkrankungen genannt.

Ergebnisse und Inhalte der persönlichen Beratungen (z.T. Mehrfachnennung)

Häufigstes Ergebnis war, weitere Beratungen in Anspruch zu nehmen (66%) oder/und den Weg in die ambulante Therapie vorzubereiten (28%). 14% wurden über stationäre Aufenthalte informiert, 17% waren ärztlich nicht versorgt und wurden in Behandlung empfohlen. 51% wünschten eine Beratung zu eigenen Wegen aus der Essstörung. Eine immer wichtiger werdende Rolle spielte auch der Verweis auf eigene Gruppen (10%) sowie Gruppen- und Veranstaltungsangebote anderer Institutionen (5%).

Wichtige Inhalte in der Beratung sind zunächst Aufklärung über die Erkrankung und Informationen über Behandlungsmöglichkeiten. Bei vielen Klient*innen steht die Krankheitseinsicht und die realistische Einschätzung des Schweregrads der eigenen Essstörung im Fokus. Aufbau oder Aufrechterhaltung der Behandlungsmotivation ist ein wichtiges Ziel bei den überbrückenden Gesprächen während der Wartezeit auf einen ambulanten oder stationären Therapieplatz. Die Beratungsgespräche beinhalten also Information, ggf. Ernährungsberatung, Motivationsarbeit, Überbrückungsstrategien, und Erarbeitung erster Veränderungsschritte. In manchen Fällen lässt sich trotz Bemühungen kein ambulanter Therapieplatz finden. Für diese Klient*innen sind wir ein Teil ihres ambulanten Helfer*innennetzwerks, um im Alltag möglichst stabil zu bleiben.

8 Jugendberatung

8.1 Telefonische Beratung

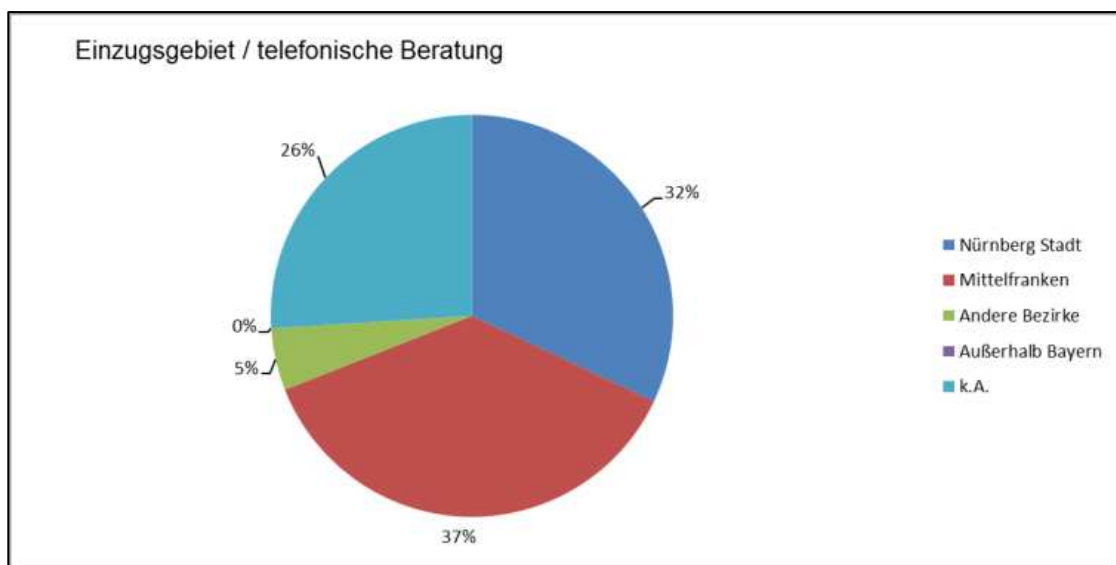
Alle folgenden klient*innenbezogenen Daten basieren auf Angaben der anrufenden Person.

Es wurden **127 telefonische Beratungsgespräche** geführt.

Einzugsgebiet

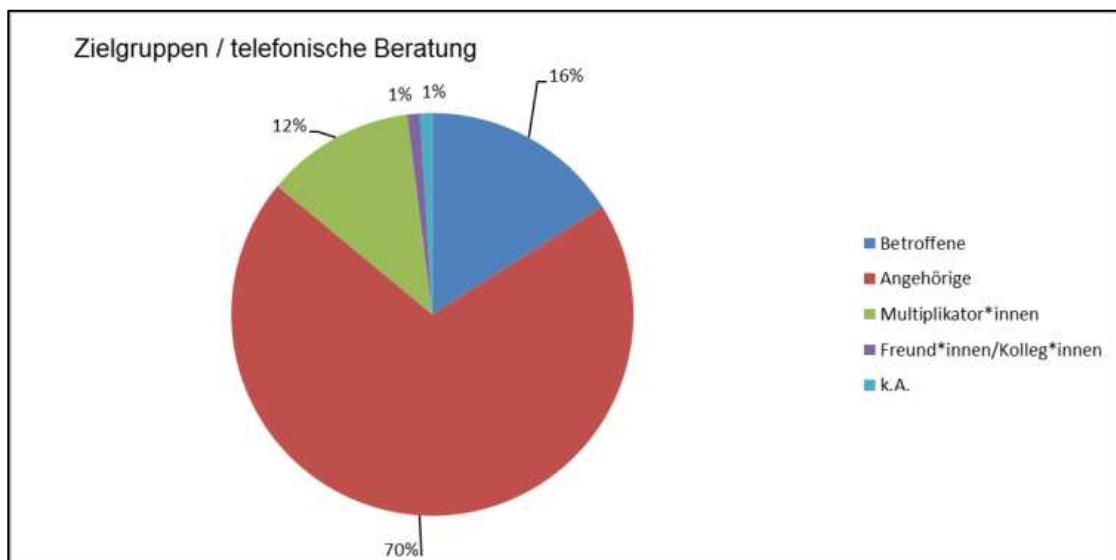
26% machten keine Angabe, daher ist die Aussagekraft als schwach einzustufen. Wir verweisen an dieser Stelle auf die genaueren Daten der persönlichen Beratung.

69% der Anrufenden kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 32% aus der Stadt Nürnberg. 5% der Anrufe kamen aus anderen Bezirken oder Bundesländern.



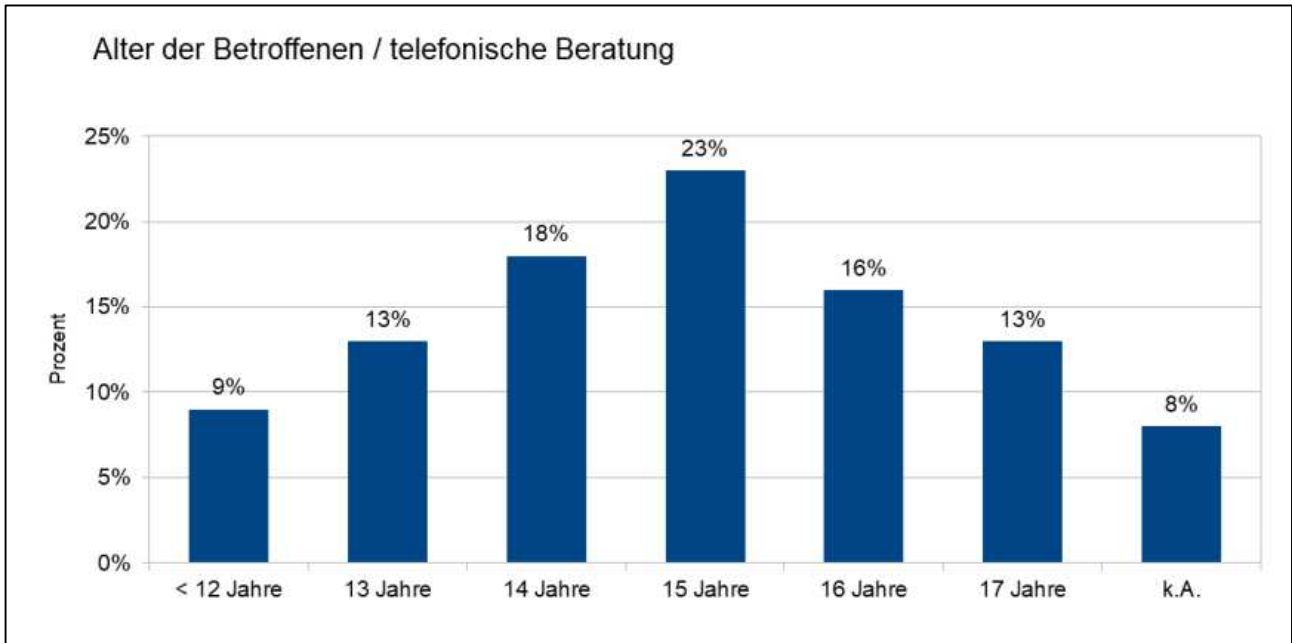
Zielgruppen

70% der Anrufenden waren Angehörige, 16% Betroffene, 12% Multiplikator*innen und 1% Freund*innen oder Kolleg*innen.



Alter der Betroffenen

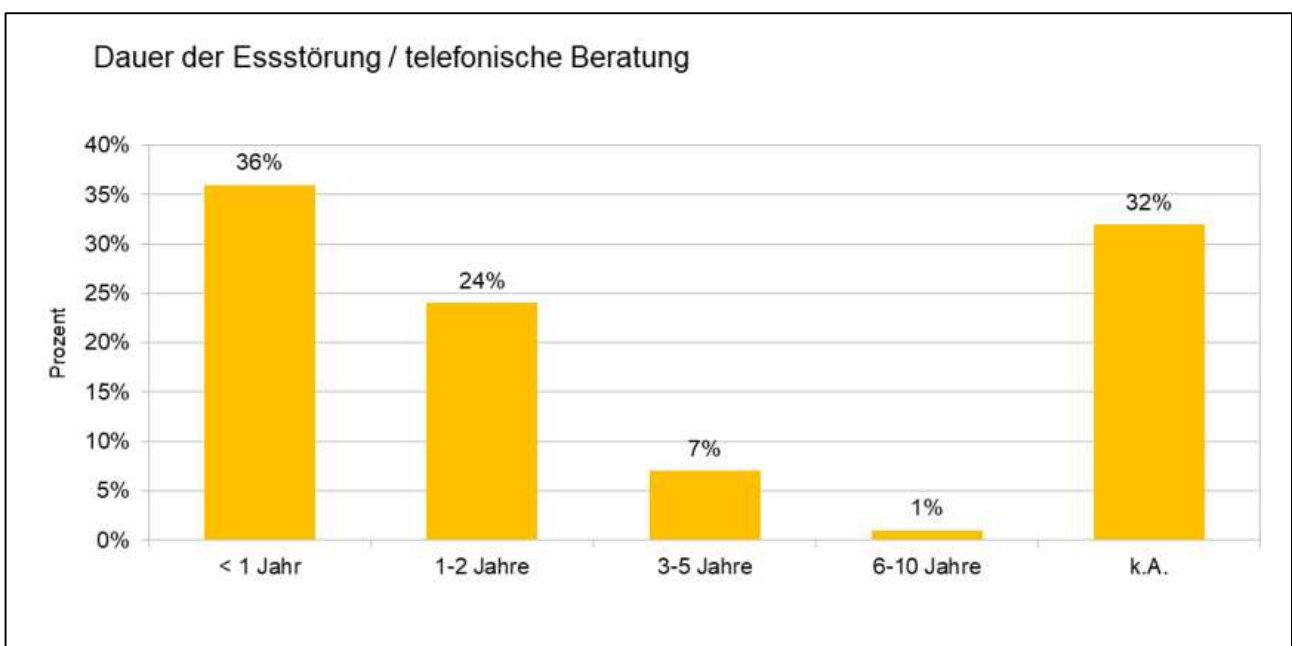
Am häufigsten waren die Betroffenen 15 Jahre alt (23%). Die weitere Hauptaltersgruppe sind die 14-Jährigen (18%), gefolgt von den 16-Jährigen (16%). Die Gruppe der 13- und 17-Jährigen liegt gleich auf mit 13%. Die unter/bis 12-jährigen Betroffenen sind mit 9% vertreten.



Dauer der Essstörung

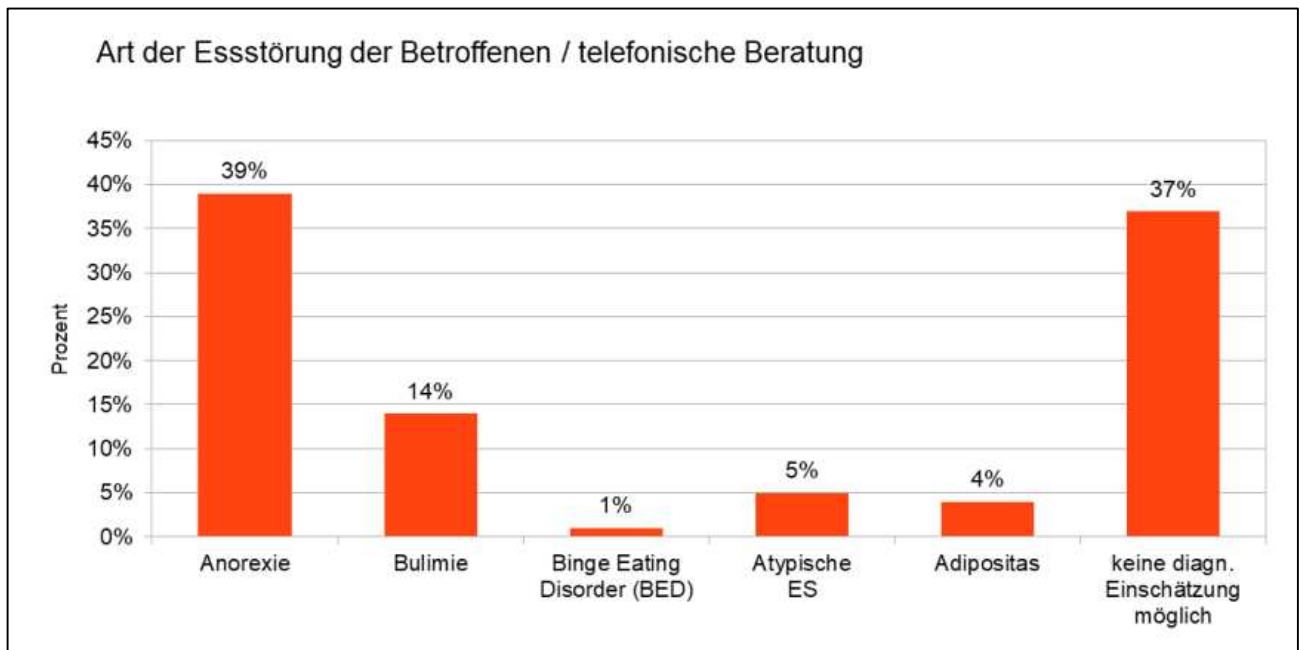
Die Dauer ist für 32% der Anrufenden im telefonischen Kontakt nur schwer oder nicht einzuschätzen. Die Angaben haben daher nur eine schwache Aussagekraft. Wir verweisen an dieser Stelle auf die genaueren Daten der persönlichen Beratung.

Die Personen, die Angaben machen können, geben als häufigste Dauer unter einem Jahr (36%) an, gefolgt von 1-2 Jahren mit 24%. 7% der Betroffenen gaben eine Dauer von 3-5 Jahren an.



Art der Essstörung

Anfragen zu Magersucht (39%) bildeten den Schwerpunkt in der telefonischen Beratung. Anfragen zu Bulimie lagen bei 14%. Zu Binge Eating Disorder bei 1%, Atypischen Essstörungen bei 5% und Adipositas bei 4%.



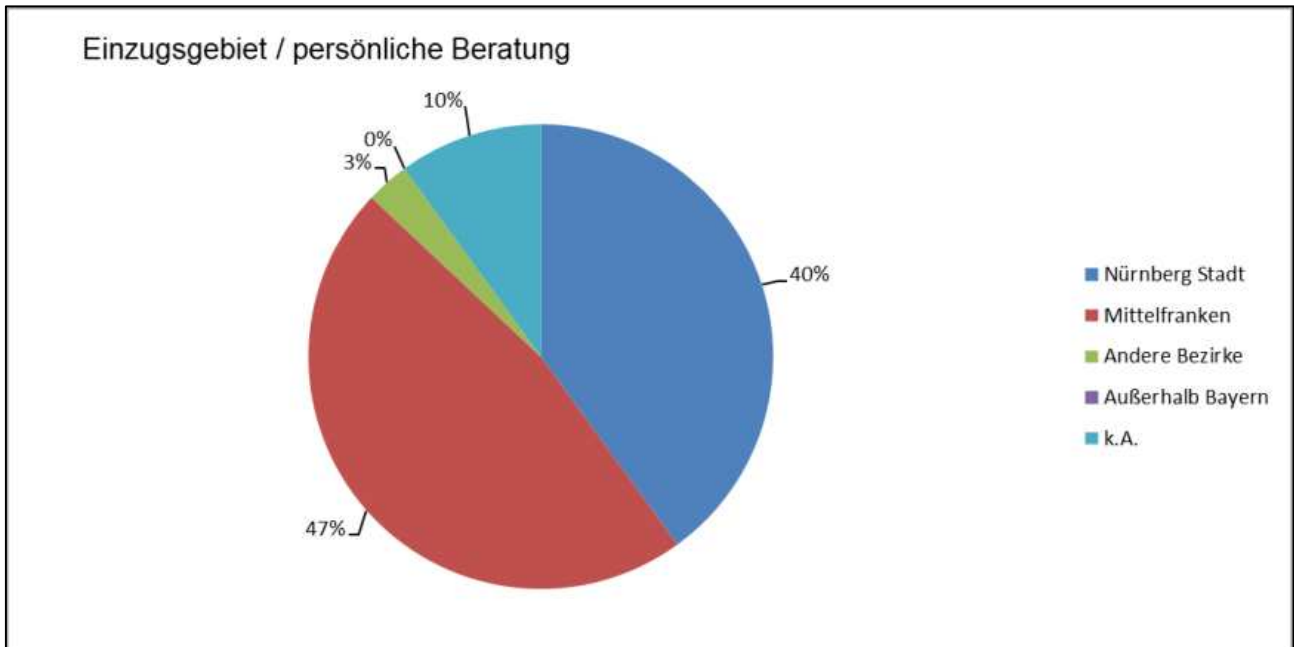
Ergebnisse der telefonischen Beratung

83% vereinbarten einen persönlichen Beratungstermin. Häufig ging es um erste Beratungshilfen zu Umgangs- und Verhaltensmöglichkeiten sowie allgemeine Informationen zu Essstörungen. Im Übrigen wurden Informationen zu Ernährungsberatung und anderen Beratungsstellen (Erziehungsberatung, Krisendienst, etc.) gegeben.

8.2 Persönliche Beratung

Einzugsgebiet

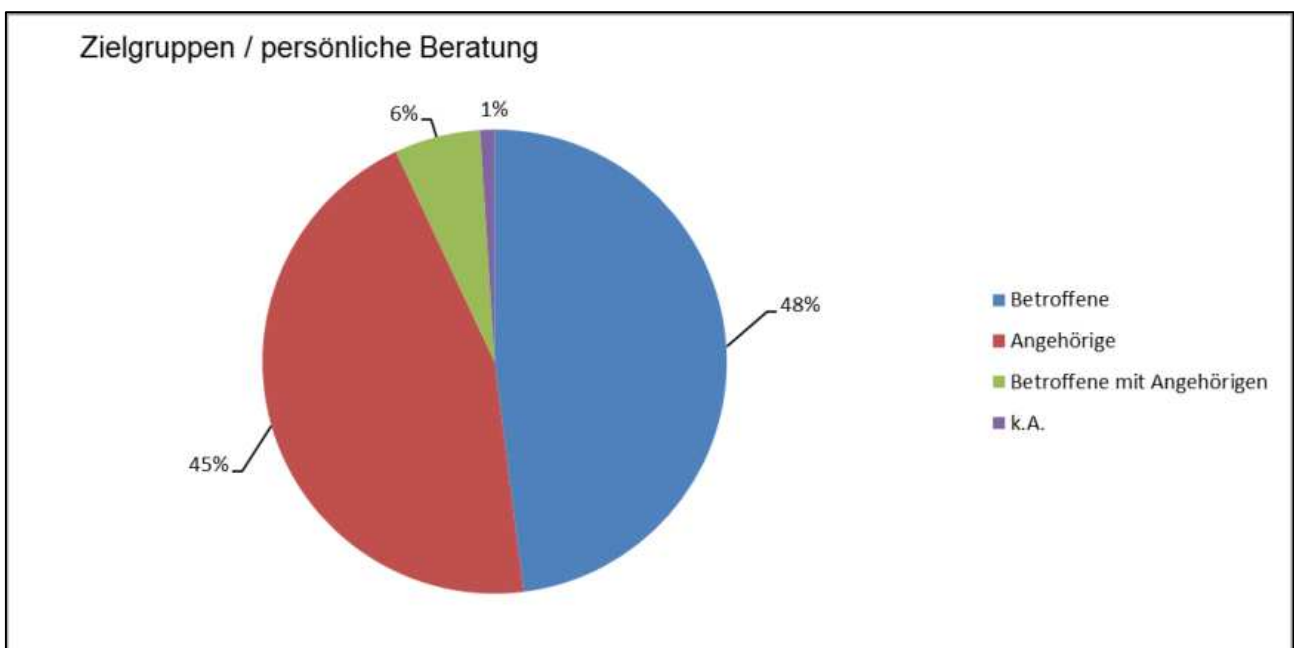
87% der persönlich Beratenen kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 40% aus dem Stadtgebiet Nürnberg. 3% kamen aus anderen Bezirken.



Zielgruppen

54% der Beratungsgespräche wurden mit Jugendlichen geführt. Angehörige, Multiplikator*innen sowie Freund*innen werden je nach Bedarf mit einbezogen. Die Jugendlichen kommen meist über ihre Eltern in die Beratung und werden auch von ihnen begleitet. 48% suchten die Beratungsstelle alleine auf.

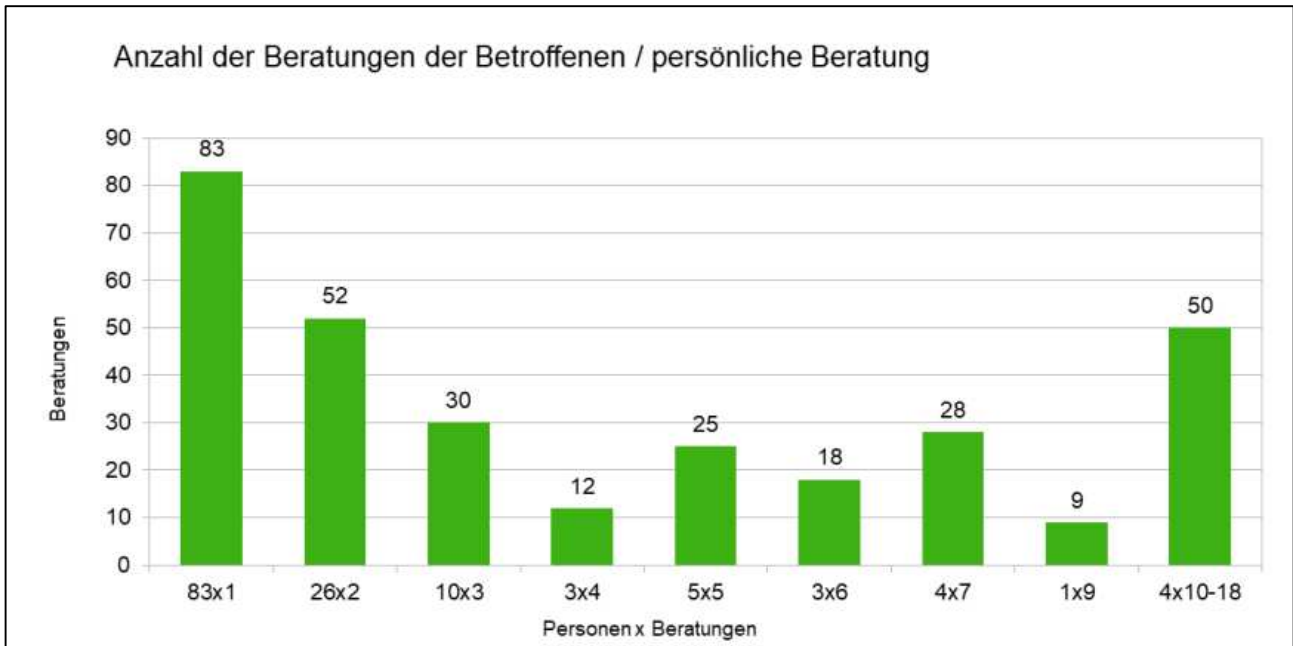
Zu 45% nahmen Angehörige Beratungsgespräche für sich alleine in Anspruch. Betroffenes Kind und Elternteil(e) haben nicht dieselbe/denselben Berater*in.



Anzahl der Beratungen der Betroffenen

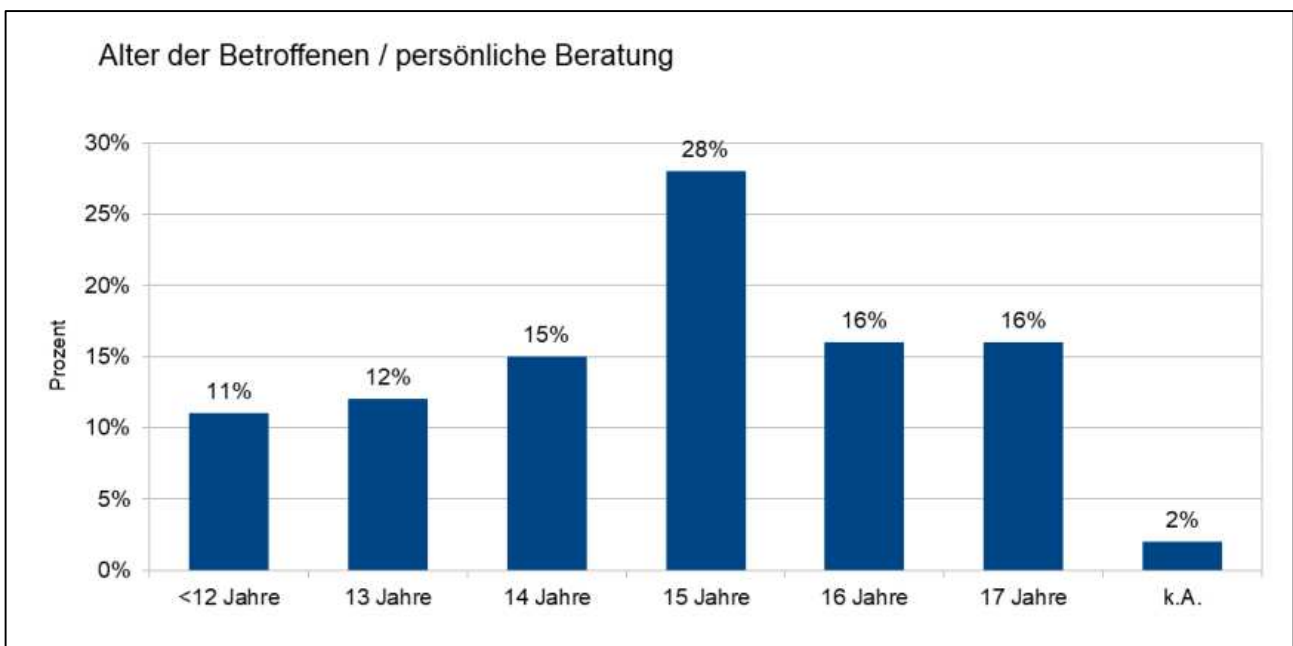
Es wurden **139 Klient*innen (Jugendliche/Angehörige) in 306 persönlichen Gesprächen** beraten. Bei den Jugendlichen ging es in 6 Fällen um männliche* Betroffene.

83 Klient*innen kamen einmalig in die Beratung. 56 Klient*innen nahmen insgesamt 223 Beratungen mit 2 bis 18 Einheiten in Anspruch. Die meisten Jugendlichen kamen aufgrund des Erstkontakts eines Elternteils.



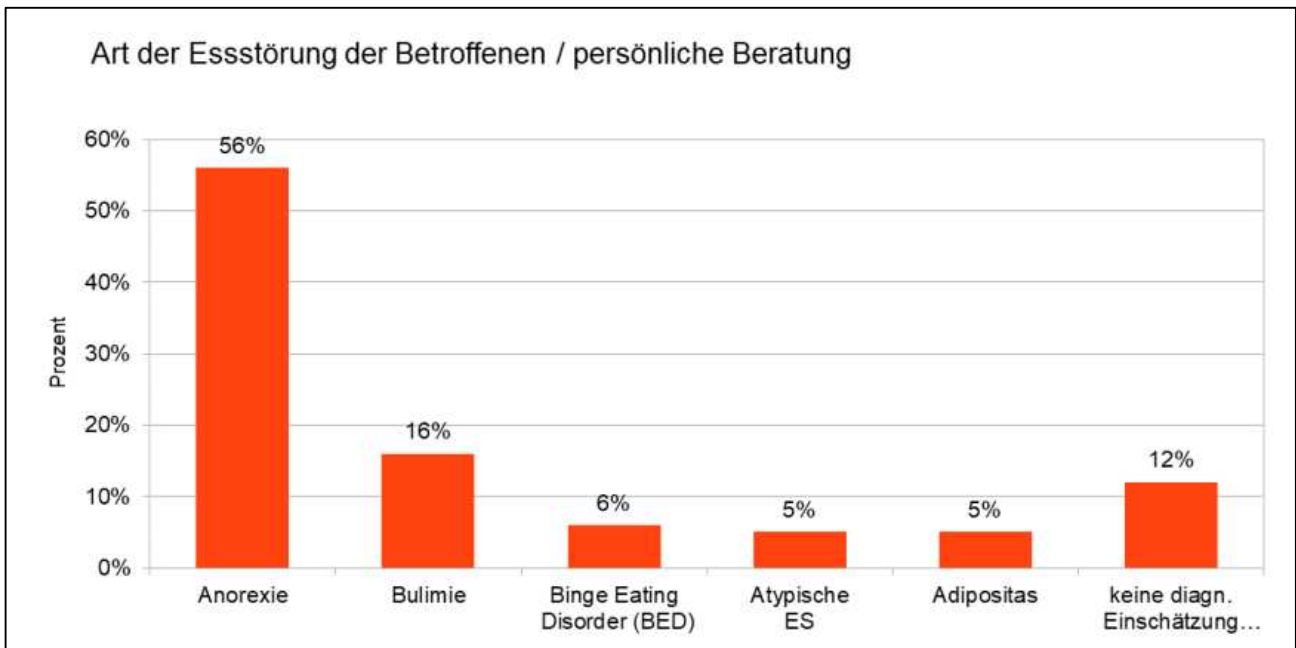
Alter der Betroffenen

Die 15-Jährigen waren die Hauptaltersgruppe in der persönlichen Beratung (28%), gefolgt von den 16- und 17-Jährigen (je 16%). Die jüngeren Altersgruppen bis 14 Jahre machten insgesamt 38% aus.



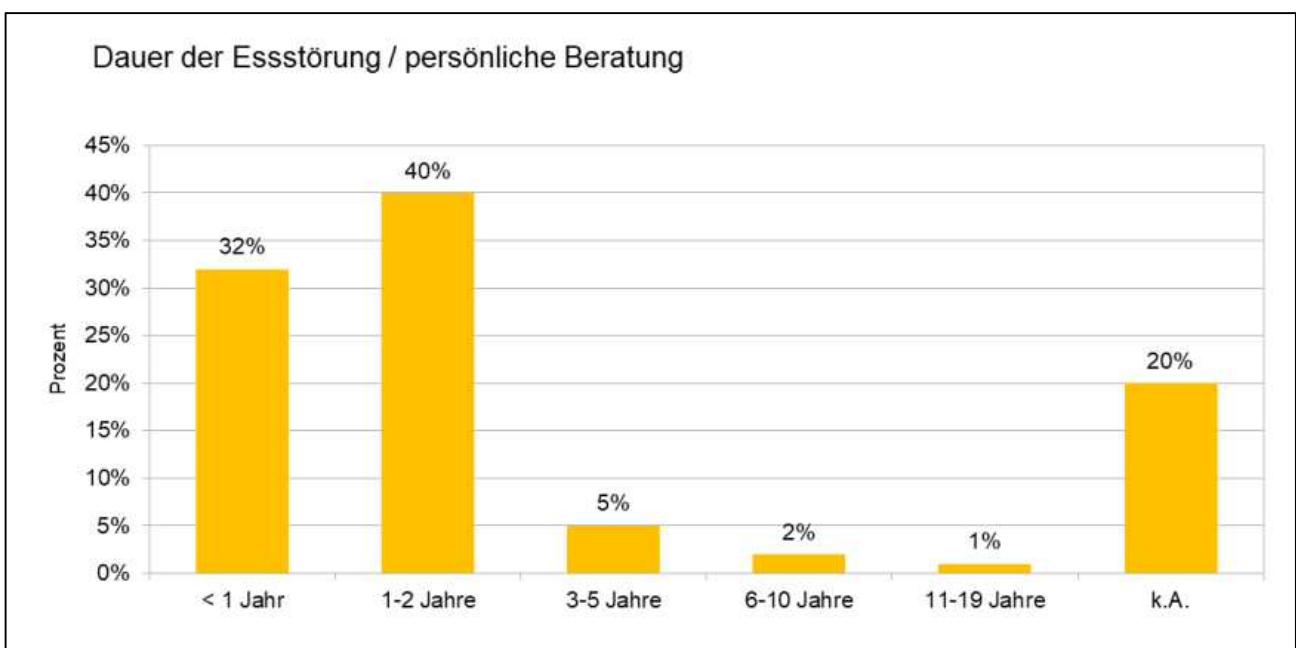
Art der Essstörung

Mehr als die Hälfte der Beratungen hatten eine Magersucht zum Anlass (56%). Gespräche aufgrund von Bulimie und Binge-Eating-Störung folgen mit 16% und 6%, zu Atypischen Essstörungen und Adipositas mit je 5%.



Erkrankungsdauer

Im Zeitraum der 1-2-jährigen Erkrankungsdauer gab es die meisten Ratsuchenden (40%), gefolgt von unter 1-jähriger Dauer (32%). Längere Verläufe kommen zu 8% vor. Leider konnte ein großer Teil (20%) der zu Beratenden keine Angaben zur Erkrankungsdauer machen, so dass die Verteilung nur ein ungefähres Bild abgeben kann.



Begleiterkrankungen

Bei den Betroffenen treten häufig begleitende psychische Erkrankungen auf. Depressionen (23%) wurden am häufigsten genannt.

Aufbau und Inhalte der persönlichen Beratungen

Damit die persönliche Beratung stattfinden kann, haben wir mehrere niedrigschwellige Zugangswege geschaffen: online, per telefon oder E-Mail, sowie durch Veranstaltungen für alle Zielgruppen.

Zunächst steht der Aufbau der Beziehung im Vordergrund. Der Wunsch, die Essstörung aufzugeben, wird nicht vorausgesetzt. Zentrale Themen sind Motivation, Veränderungsbereitschaft und -umsetzung. Weitere Inhalte sind Informationen zur Erkrankung, zu Behandlungsmöglichkeiten und Begleitung bei der Suche nach geeigneten Hilfen.

Die zuletzt genannten Themen sind für Angehörige ebenso relevant. Wichtig sind bei Angehörigen auch die Themenfelder Umgang mit der Erkrankung des Kindes, konkrete Verhaltensweisen dem Kind (Jugendliche/n) gegenüber, u.U. den Geschwisterkindern, Selbstfürsorge, sowie Beziehungsthemen in Familie und Partnerschaft.

Ergebnisse der Beratung (z.T. Mehrfachnennung)

36% der Beratenen in den verschiedenen Settings nahmen weitere Beratungen in Anspruch, fast ebenso viele wollten den Weg in die ambulante Therapie vorbereiten (32%). 11% der Beratenen wurden über stationäre Aufenthalte informiert, 4% waren ärztlich nicht versorgt und wurden in Behandlung empfohlen. Eine weitere Rolle spielte auch der Verweis auf Gruppenangebote (9%) und Angebote anderer Institutionen (3%).

9.1 Resümee und Ausblick Erwachsenenberatung

Die Anzahl der Erstaufnahmen ist gleich geblieben, die Anzahl der Beratungsgespräche jedoch erneut gestiegen. Nach rund 200 Gesprächen mehr im Jahr 2022, konnten wir bei gleich bleibendem Personalschlüssel im vergangenen Jahr 74 Gespräche mehr anbieten. Die Zahl der einmaligen Gespräche ist dabei erneut gesunken, während es bei mittlerer Dauer (4 Beratungen) und langer Dauer (11-25 Beratungen) Steigerungen gab. Die Anzahl der beratenen Männer lag bei 20 Personen.

Besonders erfreulich ist der sich fortsetzende Trend, dass Beratungen früher in Anspruch genommen werden. Dies wurde bereits im letzten Jahresbericht festgestellt. Jetzt sind die Anfragen von Betroffenen, die unter einem Jahr erkrankt sind, erneut mehr geworden. Einen Teil tragen Öffentlichkeitsarbeit und leicht zugänglichen Informationen dazu bei.

In der Zeit nach der Pandemie haben wir unsere Angebote weiter ausgebaut und nun eine feste Angebotsstruktur mit einer sehr guten Auslastung erreicht. Unser Ziel ist, diese Stabilität zu erhalten und verlässliche Strukturen für alle, die mit dem Thema Essstörungen zu tun haben, zu bieten.

Für die Zusammenarbeit mit den Multiplikator*innen werden wir die Homepage etwas umbauen und einen eigenen Menüpunkt für diese Zielgruppe einrichten, um unsere bereits bestehenden Angebote zu Fortbildung und Supervision klarer abzubilden.

Im Bereich Vernetzung und Öffentlichkeit wird es ein neues Vorhaben geben: nach der Streeterperformance „GegenGewicht“ wollen wir auch im Jahr 2024 wieder neue Aktion für die breite Öffentlichkeit bieten und die zweite Filmproduktion der Beratungsstelle waage e.V. Hamburg „Aus dem Rahmen fallen“ – ein Dokumentarfilm zu binge eating im Kino zeigen.

Zu guter Letzt: nach 9 Jahren in der Kühnertsgasse haben wir die beiden Beratungszimmer mit bequemen Loungestühlen, Teppichen, Zimmerpflanzen und Stehlampen neu möbliert und sorgten damit für einen noch angenehmeren Rahmen für unsere Beratungsgespräche.



9.2 Resümee Jugendberatung

Der Bedarf an Beratungen für Jugendliche und deren Angehörige ist nach wie vor groß. Wir konnten für Betroffene und deren Eltern innerhalb von 2-3 Wochen persönliche Beratungsgespräche anbieten, so wie es konzeptionell vorgesehen ist. Zudem war es auch möglich im Bedarfsfall fortlaufende Beratungen in einem 3-4-wöchigen Rhythmus anzubieten.

Durch die große Nachfrage an ambulanten Therapieplätzen und lange Wartezeiten bei Psychotherapeut*innen ist es uns nicht immer möglich alle zwei Wochen fortlaufende Beratungsgespräche zu führen, wie es nötig wäre. In diesem Bereich bräuchten wir mehr Beratungszeiten und vermehrte personelle Kapazität. Der Bedarf an Beratung für betroffene Jugendliche alle zwei Wochen ist groß. Daher werden künftig befristet Vereinsmittel eingesetzt werden, um zusätzliche Beratungen an einem dritten Tag in der Woche anzubieten.

In der Beratungsstelle arbeiten eine Beraterin und ein Berater für weibliche und männliche Jugendliche und eine Beraterin für Angehörige und Multiplikator*innen. Diese Aufteilung, v.a. die Trennung von Eltern und betroffenen Kindern, bewährt sich.

Das Angebot der Jugendgruppe wurde intensiv genutzt und es hat sich eine stabile Gruppe entwickelt, die das Angebot fortlaufend nutzt. Diese begleitete Gruppenarbeit ist höchstwirksam und effektiv. Zukünftig soll eine zweite Jugendgruppe den Jugendlichen zur Verfügung stehen. Das Gruppenangebot für Angehörige wird unterschiedlich gut besucht. Weiterhin wird reflektiert, welche Angebotsformen für Eltern hilfreich sind.

Es gab vermehrt Anfragen von Schulen, sowohl was Fortbildung für Lehrkräfte zum Thema „Essstörung in der Schule“ anging, wie auch präventive Maßnahmen in Form von Workshops mit Schulklassen. Das von der AOK finanzierte Projekt „Prävention von Essstörungen-Bedarfsorientierte Gesundheitsförderung in der Lebenswelt Schule“ wurde auch in diesem Jahr erfolgreich durchgeführt. Der Kontakt zu den Schulen konnte intensiviert werden und die Durchführung der Workshops wurde reflektiert und überarbeitet. Das Ziel, nachhaltig die Prävention von Essstörungen in der Schule zu installieren, konnte weiterhin verfolgt und für den jeweiligen Prozessabschnitt erreicht werden.

Präventionsarbeit wird auch durch die Ausstellung „Der Klang meines Körpers“ geleistet. Bei der Überarbeitung der Durchführung der Ausstellungsführungen war die Jugendberatung maßgeblich beteiligt. Die Führungen sind zeitgemäß und inkludieren die aktuelle Situation von Jugendlichen. Der Kern der Ausstellung konnte dennoch bewahrt werden.

Bis Ende Mai wurde die Jugendberatung noch durch die Projektgelder von Aktion Mensch finanziert. Der Verein dick und dünn Nürnberg e.V. übernahm bis Ende des Jahres die weitere Finanzierung. Durch Informationsveranstaltungen und Kontakte mit Politiker*innen konnte die Wichtigkeit der Arbeit mit den Jugendlichen und deren Angehörigen und die Präventionsarbeit, deutlich gemacht werden und die Stadt Nürnberg hat dem Antrag auf Kostenübernahme für die Personalkosten zugestimmt. Das Ziel für das Jahr 2023, eine Finanzierung der Jugendberatung zu sichern ist somit gelungen.

Im kommenden Jahr sollen die bewährten Beratungsangebote für Jugendliche, Angehörige und Multiplikator*innen weitergeführt und das Gruppenangebot für Jugendliche erweitert werden. Fachsupervision und Beratung für Einrichtungen und Teams werden als teilweise neue Angebotsformate aufgenommen und zur Verfügung gestellt.

Spenden

Der Verein freut sich über jeden Euro. Selbstverständlich sind monatliche Förderbeiträge und einmalige Spenden steuerlich absetzbar; dick und dünn Nürnberg e.V. ist als gemeinnütziger Verein anerkannt.

Spendenkonto:

Evangelische Bank eG

IBAN DE40 5206 0410 0003 5003 06

BIC GENODEF1EK1

V.i.S.d.P.: Christine Ertl