

JAHRESRÜCKBLICK 2024

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 und seit Januar 2024 von der Stadt Nürnberg finanziert wird.

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, 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	Wir feiern!.....	S. 8
	10 Jahre Kühnertsgasse und 33 Jahre Fachberatung bei Essstörungen	S. 8
	Tag der offenen Tür Kühnertsgasse	S. 9
	Tag der offenen Tür Königstraße	S. 10
	Nürnberger Männerwochen	S. 11
	Schaufensterausstellung	S. 11
5	Übersicht über die Leistungen	S. 15
5.1	Erwachsenenberatung	S. 15
5.2	Jugendberatung	S. 16
5.3	Neu: Ernährungsberatung in unseren Räumen	S. 18
6	Gruppen.....	S. 19
6.1	Erwachsenenberatung	S. 19
6.2	Jugendberatung	S. 20
7	Öffentlichkeitsarbeit	S. 21
	Infoveranstaltungen und Prävention, Aktionen im öffentlichen Raum	S. 21
	Instagram	S. 22
	Arbeitskreise und Politik	S. 23
	Fortbildungen, Tagungen und Klausurtag	S. 23
8	Erwachsenenberatung	S. 24
8.1	Telefonische Beratung	S. 24
8.2	Persönliche Beratung	S. 27
9	Jugendberatung	S. 31
9.1	Telefonische Beratung	S. 31
9.2	Persönliche Beratung	S. 34
10	Resümee und Ausblick Jugendberatung	S. 38
11	Resümee Erwachsenenberatung	S. 39
	Gemeinsame Themen mit der Jugendberatung und Ausblick	S. 39

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. Bei Adipositas beraten wir, wenn hohes Gewicht im Zuge einer Essstörung aufgetreten ist.

Die Stelle hat ein niedrigschwelliges Beratungsangebot 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. Neben der Beratung bieten verschiedene Gruppenangebote wirksame Unterstützung.

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 Therapeutin (DGSF)
Stellvertretende Leitung, Erwachsenenberatung
in Elternzeit bis April 2024, bis Mitte Oktober 39 Wochenstunden,
seit Mitte Oktober 25 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit September 2018

Karolina Harwart, Sozialpädagogin M.A.
Erwachsenenberatung, Instagram
35 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit März 2021



Tobias Bauernschmitt, Sozialpädagoge B.A.
Suchthilfe M.Sc., Suchttherapeut (VT)
Jugend-und Erwachsenenberatung, männliche Betroffene
24 Wochenstunden bis April 2024, 20 Wstd. ab Mai 2024
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
22 Wochenstunden seit Mai 2024
Mitarbeiterin seit April 2021

Astrid Bartsch, Verwaltung
25 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit Mai 2011



Bettina Laubach, Verwaltung
7 Wochenstunden
Mitarbeiterin seit September 2020

David Jestaedt, Teilzeitpraktikant seit September 2024
Soziale Arbeit B.A. Evangelische Hochschule Nürnberg



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 0,45 Stellen für die Verwaltung werden vom Bezirk Mittelfranken für die Beratung von Erwachsenen finanziert.

Sachkosten werden von der Stadt Nürnberg und vom Verein getragen.

Die Stadt Nürnberg fördert seit Januar 2024 eine Vollzeitstelle für die Jugendberatung.

Einen geringen Teil für zusätzliche Verwaltungsstunden übernimmt das Inklusionsamt und der Verein.

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

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.

Wir feiern! 10 Jahre Kühnertsgasse 33 Jahre Fachberatung bei Essstörungen

Mitte des Jahres entstand die Idee, den Umzug vor 10 Jahren von der kleinen Einrichtung in der Südstadt (s. Foto) in unsere jetzigen Räume in der Altstadt mit einem inhaltlich dichten Programm zu aktuellen Essstörungsthemen künstlerisch-kulturell-körperorientiert zu feiern.



Vor 10 Jahren begann der stetige Ausbau der Angebote, v.a. der Gruppen und verstärkter Öffentlichkeitsarbeit. Die Beratungszahlen stiegen jedes Jahr an und die großzügigeren Räume in zentraler Lage waren und sind von großer Wichtigkeit. Insgesamt können wir auf 33 Jahre Fachberatung zurückblicken, eine Zahl, die wir in diesem Zusammenhang ebenfalls gerne erwähnen.

Auf unserem selbstentworfenen Flyer ist eine bunte Mischung an Angeboten zu finden – sowohl für Betroffene als auch für Angehörige und Interessierte.

WIR FEIERN!
10 Jahre Kühnertsgasse
33 Jahre Fachberatung bei Essstörungen

AKTIONEN IM HERBST
11.10.-19.11.24

Kühnertsgasse,
Königstraße und
Filmhaus

TAG DER OFFENEN TÜR

Freitag, 11.10.24
Kennenlernen der Fachberatung bei Essstörungen

Samstag, 12.10.24
Fein-Sinniges Yoga mit Sieglinde Schrenk

NÜRNBERGER MÄNNERWOCHEN

Schaufensterausstellung ab dem 31.10.24
Collagenartige Bilder von Florian Pöhlmann im Schaufenster

Statements auf Instagram 04.11.-19.11.24
zum Thema Gewalt und Essstörungen

FILM "AUS DEM RAHMEN FALLEN"
Ein Dokumentarfilm über Binge-Eating am 07.11.24
im Filmhaus Nürnberg

mehr Infos!

Tag der offenen Tür Kühnertsgasse am Freitag, 11.10.2024

Im Oktober starteten wir mit zwei Tagen der offenen Tür und der Möglichkeit die Räumlichkeiten der Erwachsenenberatung in der Kühnertsgasse 24 kennen zu lernen. Zwei unserer Mitarbeiter*innen informierten als Ansprechpartner*innen rund um unser Angebot und das Thema Essstörungen.

Ziel war es auch unsere Haltung und Arbeitsweise näher zu bringen.

Es war erfreulich wie viele Besucher*innen den Weg in die Stelle gefunden haben!
Vielen Dank für den regen Austausch.



Christine Ertl und Doris Mauthofer, eine Gründerin von dick und dünn Nürnberg e.V.



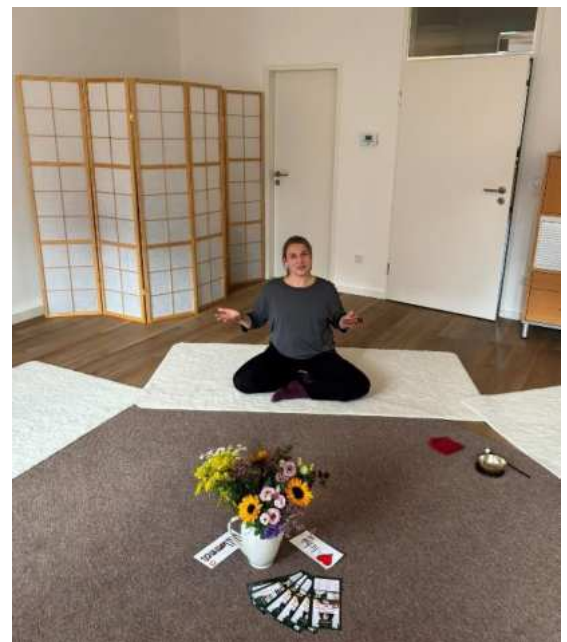
Silke Tauschek-Hertzberg zeigt die Methode „Teilarbeit“

Tag der offenen Tür Königstrasse am Samstag, 12.10.2024

In den Räumen der Jugendberatung bei Essstörungen wurde der zweite Tag der offenen Tür am Samstag veranstaltet. Auch hier war Raum für Fragen und Austausch gegeben.



Zusätzlich gab es das Angebot zu unterschiedlichen Zeiten an den Yoga-Einheiten von Sieglinde Schrenk teilzunehmen. Hinter dem Titel „Fein-Sinniges Yoga“ verbirgt sich der traumasensible Ansatz, welcher durch kleine, achtsame Bewegungen mehr Spüren von Sicherheit und Verbindung zum Körper ermöglichen kann. Das Angebot war kostenlos und wurde von vielen Interessierten in Anspruch genommen.



Sieglinde Schrenk, zertifizierte Yogalehrerin, Entspannungslehrerin, traumasensibles Yoga

Nürnberger Männerwochen, 31.10.-19.11.2024

Im Rahmen der Nürnberger Männer-Wochen veranstalteten wir sowohl online als auch offline Aktionen.

Unter dem Oberthema „Gewalt“ wurden Statements von betroffenen Männern* gepostet und gleichzeitig eine Kunstausstellung organisiert.



Schaufensterausstellung, 31.10.-19.11.2024



Collagenartige Bilder

Florian Pöhlmann

Schaufensterausstellung

Marientormauer/Kühnertsgasse 24 vom 31.10. bis 19.11.2024

Die Ausstellung ist Teil der Männerwochen 2024



dick und dünn Nürnberg e.V. Fachberatung bei Essstörungen

www.essstoerungen-mittelfranken.de

Mitglied im Netzwerk Jungen und Männer Nürnberg



Die von Florian Pöhlmann zur Verfügung gestellten Werke mit dem Titel „Collagenartige Bilder“ erzählen die biografische Geschichte einer von Essstörungen betroffenen Person.

Diese waren im Zeitraum vom 31.10. - 19.11.2024 in unseren ebenerdigen Fenstern der Fachberatung in der Kühnertsgasse 24 zu sehen.

Da die Bilder Eindruck hinterließen, wurde der Zeitraum als kleine Zugabe verlängert.

Zudem schenkte der Künstler unserer Stelle das Gemälde „the fight within“ (Titelbild der Ausstellung), welches nun im Wartebereich der Erwachsenenberatung zu sehen ist. Vielen Dank dafür!

Auf den unteren Fotos sind einige Werke und auch die Zusammenarbeit zwischen Künstler und Mitarbeitern zu sehen. Eine tolle Erfahrung, die sehr viel Freude gemacht hat.



v. l. n. r. Tobias Bauernschmitt, Florian Pöhlmann, David Jestaedt



Statements auf Instagram, 04.11.-19.11.2024



Im Zeitraum von 3 Wochen wurden wöchentlich mehrmals unterschiedliche Statements von Männern* aus Beratungsprozessen und Gruppen unseres Mitarbeiters Tobias Bauernschmitt veröffentlicht. Im Vorfeld wurde nach dem Zusammenhang zwischen Essstörungen und Gewalt gefragt, gesammelt und diskutiert, woraufhin sehr persönliche Erfahrungen geteilt wurden.

Wie wir finden, sind sehr kraftvolle und eindringliche Statements entstanden und wir bedanken uns recht herzlich für die Offenheit und das tolle Engagement!

Alle veröffentlichten Posts sind auf unserem Instagram Account [dickundduenn_nbgev](#) nachzulesen.



„Aus dem Rahmen fallen“ Dokumentarfilm von Waage e.V. Hamburg

Am 7. November 2024 war es soweit – unsere zweite Filmveranstaltung fand im Filmhaus Nürnberg statt! Wir haben den Film „Aus dem Rahmen fallen“ von Waage e.V. aus Hamburg in einem gut gefüllten Kinosaal gezeigt. Der Film thematisiert die Essstörung Binge-Eating. Nach dem Film gab es für das Publikum die Möglichkeit mit den beiden Filmmacherinnen von Waage e.V. ins Gespräch zu kommen. Es war eine rundum gelungene Veranstaltung.



v. l. n. r. Katharina Siehr, Mareen Greter, Silke Tauschek-Hertzberg

Logos for Waage e.V., Filmhaus Nürnberg, and other partners are displayed. Below the logos, the text reads: 'Im Filmhaus Nürnberg am 07.11.24 um 17 Uhr. Näheres zum Film unter: www.essstoerungen-mittelfranken.de. Tickets ab sofort im Filmhaus erhältlich.' To the right, there are two circular icons: one with a yellow background and a white figure, and another with a blue background and white figures.



v. l. n. r. Silke Tauschek-Hertzberg und Svenja Gläßge-Winter von dick und dünn Nürnberg. e.V., Mareen Greter und Katharina Siehr von Waage e.V.

5 Übersicht über die Leistungen

5.1 Erwachsenenberatung

361 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.

1407 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.

98 angeleitete Gruppentermine für 14 Gruppen mit jeweils 7 Terminen für 5 bis 8 Teilnehmer*innen

Hier stehen angeleitete Übungen zur verbesserten Körperwahrnehmung und die gegenseitige Unterstützung 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 April und Oktober 2024. Die Gruppen wurden 14tägig angeboten.

3 Trialog-Abende fanden gemeinsam mit der Jugendberatung mit je 12 Teilnehmenden im März, Juli und Oktober in der Königstraße statt.

63 datengeschützte Online-Beratungskontakte für 41 Klient*innen

360 Beantwortungen von E-Mail-Anfragen

749 Follower auf Instagram

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

Infoveranstaltungen und Seminare für Multiplikator*innen

- 24.04. und 19.06. Sprechstunde zu Essstörungen im IFMZ e.V.
- 15.05. Inhouse Schulung zu Essstörungen, Lilith e.V.
- 19.06. Vortrag beim AK Essstörungen Erlangen
- 22.10. Gastvortrag TH Nürnberg, Sozialwissenschaften

5.2 Jugendberatung

Die Leistungen wurden mit einer Personalstelle, verteilt auf 3 Personen erbracht:

168 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.

404 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.

4 Jugendgruppen als themengeleitete und moderierte Angebote

je 5 Termine mit 5 bis 6 Teilnehmenden ab Januar, Mai und September

2 Elternworkshop (dreiteilig) für bis zu 8 Teilnehmende

Präsenzveranstaltung im April/Mai und November/Dezember in unseren Räumen in der Königstraße.

3 Dialog-Abende mit je 12 Teilnehmenden im März, Juli und Oktober

31 Beantwortungen von E-Mail-Anfragen

24 datengeschützte Online-Beratungskontakte für 12 Klientinnen

Fortbildungen, Workshops und Austausch für Multiplikator*innen

04.07.2024 Jugendsozialarbeit an Schulen Region Nürnberg Süd, Vorstellung der Jugendberatung

15.07.2024 und 22.07.2024 Beratungsstellenrallye der Fachakademie für Sozialpädagogik des GGSD Bildungszentrums Nürnberg

18.07.2024 Vortrag bei der Jahrestagung „Gesundheitsförderung und Prävention“ des Bayerischen Landesamtes für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit in Erlangen

10.10.2024 Jugendsozialarbeit an Schulen Region Nord, Vorstellung der Jugendberatung

19.11.2024 Fallsupervision, SOS-Kinderdorf Nürnberg

Veranstaltungen für Eltern

06.05.2024 Digitaler Elternabend im Rahmen von „Klang meines Körpers“

14.10.2024 Digitaler Elternabend: „Wenn Essen zum Problem wird“ im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit, zusammen mit dem Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

15.10.2024 Elternabend: „Wenn Essen zum Problem wird“ im Jugendkulturhaus Hardhöhe in Fürth

Prävention für Schüler*innen

09.02.2024 Workshop für die 8. Klasse, Ostendorfer-Gymnasium

27.02.2024 und 05.03.2024 Workshop für vier 7. Klassen, Labenwolf Gymnasium

19.03.2024 Workshop für die 7. Klasse, Mittelschule Soldnerstraße

25.06.2024 Workshop für zwei 7. Klassen, Labenwolf Gymnasium

„Der Klang meines Körpers“ im Gesundheitsamt Nürnberg 08.–19.04.2024



08.04.2024 Auftaktveranstaltung

„Klang meines Körpers“ mit unserer Aktion „Gegen-Gewicht“: Streetperformance und Waagenaktion zum Thema Körperkontrolle in Kooperation mit dem M.A.D. - Berufsfachschule für Bühnentanz

15. + 16.04.2024 2 Führungen zur Ausstellung für Schulklassen

30.04.2024 Fortbildung für Multiplikator*innen zum Thema Essstörungen bei Jugendlichen im Rahmen von „Klang meines Körpers“

5.3 Neu: Ernährungsberatung in unseren Räumen



Sonja Osiander ist Oecotrophologin und freiberufliche Ernährungstherapeutin. Ihr Fokus liegt auf dem Thema Essstörungen.

Weiterbildungen als systemische Beraterin (DGSF), Fachberaterin für Essstörungen (Frankfurter Zentrum für Essstörungen) und Resilienztrainerin.

Seit September 2024 fanden insgesamt 21 Beratungsgespräche in der Kühnertsgasse statt. Zielgruppen sind Jugendliche und Erwachsene mit einer Essstörung, sowie deren Eltern. Die Beratung ist von der Krankenkasse zertifiziert und es werden mittels Verordnung bis zu fünf Beratungen durch die meisten Kassen bezuschusst oder teilweise ganz übernommen.

Die persönlichen Einzeltermine werden mit der Beraterin direkt vereinbart und an Mittwochnachmittag angeboten. Folgeberatungen sind auch im Online-Setting möglich.

Zum Angebot gehört auch die präventive Beratung beim Verdacht auf die Entwicklung einer Essstörung.

Themen sind:

- die individuellen Herausforderungen beim Essen und Trinken
- das Vermeiden von Mangel- und Fehlernährung
- das Erkennen und Auflösen restriktiver Essregeln.

Psychoedukative Elemente und systemische Methodik helfen, eigenes Essverhalten besser zu verstehen und innere Suchprozesse zu aktivieren. Ziel ist, dass Klient*innen schrittweise, mit eigenen Ressourcen und selbst gestalteten Lösungen in Veränderung gehen.

Mehr Informationen: www.beratung-osiander.de

.

6 Gruppen

6.1 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 14 verschiedene Gruppen für erwachsene Betroffene mit 98 Terminen.



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: April 2024, Gruppen am Dienstagvormittag/-abend / Mittwochabend / Donnerstagabend / Samstagnachmittag
7 Termine, 14-täglich, 35 €/49 € (nach Selbsteinschätzung) Gruppengebühr (ermäßigter Betrag: 17,50 € in Absprache möglich)

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

Info-veranstaltungen: Dienstag, den 05.03.2024 um 10:00 Uhr
Mittwoch, den 06.03.2024 um 17:30 Uhr

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

Ort: Fachberatung / Jugendberatung bei Essstörungen
Königsstraße 29
90402 Nürnberg

Fachberatung bei Essstörungen

Stück und Markt 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: April 2024, Gruppe am Donnerstagabend
7 Termine, 14-täglich, 35 €/49 € (nach Selbsteinschätzung) Gruppengebühr (ermäßigter Betrag: 17,50 € in Absprache möglich)

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

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

Info-veranstaltungen: Donnerstag, den 07.03.2024 um 18:30 Uhr

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

Ort: Fachberatung / Jugendberatung bei Essstörungen
Königsstraße 29
90402 Nürnberg


Fachberatung bei Essstörungen

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

6.2 Jugendberatung

Gruppe für Jugendliche (ca.15 bis 17 Jahre) mit Essstörungen

Im Januar, Mai und September starteten Gruppen mit 5 bis 6 Jugendlichen unter der Leitung von Lilli-Marie Jüstel.



Jugendberatung
bei Essstörungen

Gruppe für Jugendliche mit Essstörungen

(ab 15 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: montags 22.1., 29.1., 19.2., 26.2., 11.3. und 18.3.2024, jeweils von 17 – 18:30 Uhr

Gruppengröße: max. 6 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. • 0911 - 47 17 11 • kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de • www.essstoerungen-mittelfranken.de

Elternworkshop (dreiteilig)

Der Workshop fand ab April mit 9 Teilnehmenden und ab November 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: montags 11.11., 25.11. und 02.12.2024
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 jugendberatung@essstoerungen-mittelfranken.de,
Teilnahme nach persönlichem Vorgespräch

Ort: Fachberatung / Jugendberatung bei Essstörungen
Königstraße 29
90402 Nürnberg

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

7 Öffentlichkeitsarbeit: Veranstaltungen der Erwachsenenberatung und der Jugendberatung

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

- **Dialog-Abend**
moderierte Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachleute
am 12.03., 09.07. und 15.10.2024
- **Infoveranstaltungen und Seminare für Multiplikator*innen in der Erwachsenenberatung** siehe S. 15
- **Infoveranstaltungen und Seminare für verschiedene Zielgruppen der Jugendberatung und Prävention in Schulklassen** siehe S. 16 und 17
- **Öffentliche Aktionen**
 - Streetperformance „Gegen-Gewicht“, 08.04.2024 am Gesundheitsamt Nürnberg siehe S. 17
 - Spendenübergabe des CEONITE am 11.04.2024



Im Bild (v. li. n. re.): Rainer Hohenberger (CEO BNP Paribas Personal Investors Germany), Petra Wolf (Mitglied der Geschäftsleitung Nürnberg Messe GmbH), Dr. Katharina Strauß (Vorsitzende Verein für Menschen e.V.), Karin Baumüller-Söder (Patin Verein für Menschen e.V.), Anke König (Patin dick und dünn Nürnberg e.V.), Christine Ertl (Geschäftsführende Leitung dick und dünn Nürnberg e.V.), Daniela Krump (Vorsitzende Verein für Menschen e.V.), Simon Röschke (Geschäftsführender Gesellschafter roeschke&roeschke GmbH). Foto: Holger Krömer (roeschke&roeschke GmbH).

- Schaufensterausstellung „Collagenartige Bilder“ und Film „Aus dem Rahmen fallen“ anlässlich unserer Jubiläen im November 2024 siehe S. 11 und 12
- Fahnenaktion zum Internationalen Gedenktag gegen Gewalt an Frauen am 25.11.2024



Instagram-Account mit 749 Followern

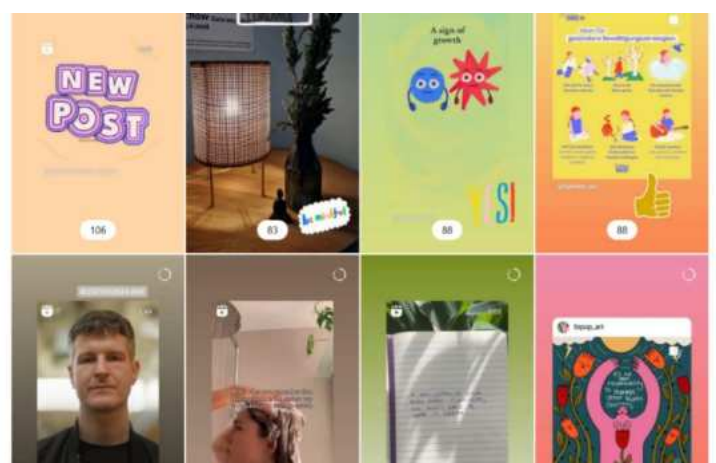
Die Präsenz über Instagram bleibt weiterhin ein etablierter Bestandteil unserer Arbeit zur Wissensvermittlung und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen.

Im Jahr 2024 wurden im Feed weitere 42 Posts hochgeladen, die unterschiedliche Schwerpunkte und Aspekte abdeckten. Insgesamt wurden nun seit Beginn vor 3,5 Jahren 142 Posts im Feed veröffentlicht.

Es fällt auf, dass sowohl Aufrufe als auch Interaktionen ansteigen. Videos/Reels sind beliebte Formate, die bis zu 960 Mal angeklickt wurden. Demnach wurden auch mehr Konten erreicht als zuvor (mehr Reichweite). Die Aufteilung der Aufrufe durch Follower*innen und nicht Nicht-Follower*innen verzeichnet eine kleine Veränderung. Die Tendenz geht dahin, dass unser Content zum größeren Teil von Follower*innen konsumiert wird. Möglicherweise spricht dies für eine wachsende Offenheit, sich beim Thema Essstörungen zu zeigen.

Im Jahr 2024 haben wir erneut unterschiedliche Stories und Posts veröffentlicht. Folgend ein paar Auszüge:

- Zwei Dankeschön-Specials für unsere Follower*innen – eine Fantasiereise mit dem Titel „dem inneren Kritiker begegnen“ (600) und die Verlosung von Kinofreikarten für die Filmvorführung „aus dem Rahmen fallen“ von Waage e.V. (700)
- Rubrik „Häufige Gedanken in der Essstörung“ (kognitive Verzerrungen)
- Vorstellung der Jugendberatung bei Essstörungen in einem Videointerview
- Ankündigung unserer Fortbildungsformate für andere Einrichtungen
- Mehrere Reels zu unseren Gruppen, Veranstaltungen
- Ankündigung der Herbst-Angebote anlässlich der Jubiläen durch unseren selbst entworfenen Flyer
- Gemeinsamer Post mit Lilith e.V. zum Thema Drogenabhängigkeit und Essstörungen
- Statements und Einblicke aus der Kunstausstellung zum Thema Gewalt im Rahmen der Nürnberger Männerwochen
- Videointerviews mit der Ernährungsberaterin Sonja Osiander



Vernetzung in Arbeitskreisen und Politik

- AK Essstörungen (bezirkswweit)
- Online-Arbeitskreise des Bundesfachverbands Essstörungen:
 - Beratungsarbeit
 - Adipositas
- AK Sucht der Stadt Nürnberg und Unterarbeitskreis KLAGS (Kleine Arbeitsgruppe Sucht für Präventionsangebote bei Jugendlichen zum Thema Sucht)
- AK Gemeindepsychiatrie
- Netzwerk Jungen- und Männergesundheit
- AK Beratungsstellen
- PSAG Nürnberg
- Bezirksversammlungen Paritätischer

Fortbildungen und Tagungen

- Systemische Beratung Weiterbildung bei miramis, bis Februar 2024
- Systemische Therapie Weiterbildung bei LUST Institut, 12. – 14.07.2024
- Achtsame Yogapraxis, Benediktushof, 17. – 20.11.2024
- Teilnahme am Fachtag und Jubiläumsveranstaltung „Prävention im Wandel von 50 Jahren LZG Bayern“: „Wie erreichen wir Jugendliche in schwierigen Lebenslagen für Gesundheitsthemen? – LZG, 11.03.2024, München
- Teilnahme am Fachtag und 40jährigen Jubiläum ANAD e.V., 9.07.2024, München
- Teilnahme am THZN Schnuppertag, 6.07.2024, Nürnberg
- Teilnahme am Fachtag des Bundesfachverbands Essstörungen BFE, 5.09.2024, München
- Veranstaltung „Jugendliche Psyche im Fokus“ 17.10.2024, Nürnberg

Klausurtag

- Interne Fortbildung zu Krise und Suizidalität 23.01.2024
- Interner Klausurtag am 13.02.2024

8 Erwachsenenberatung

8.1 Telefonische Beratung

Es wurden 361 telefonische Beratungsgespräche zur Erstaufnahme geführt.

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

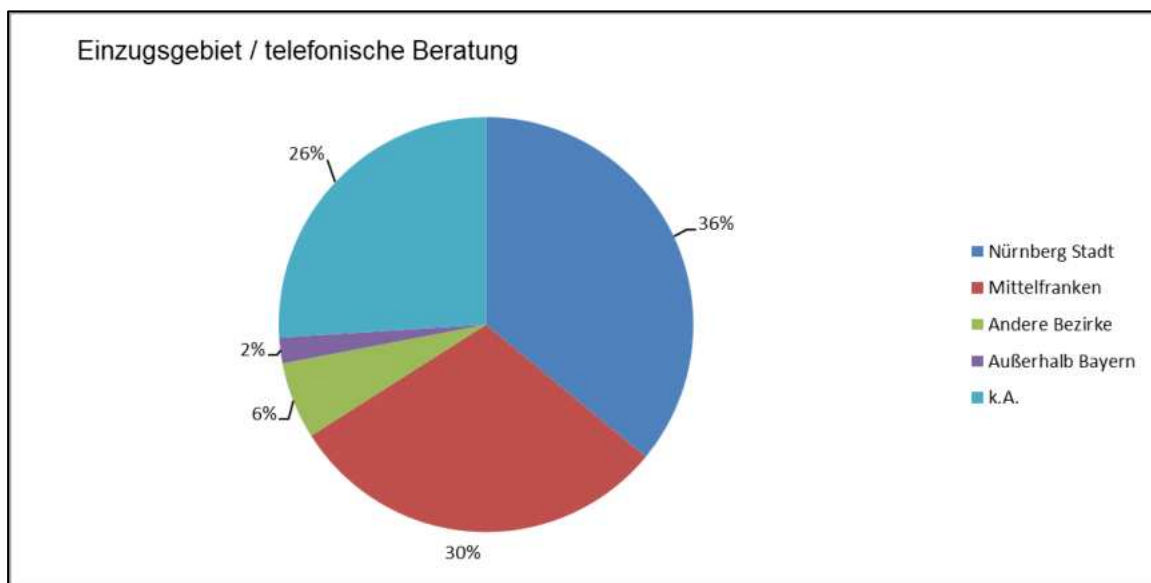
Die Niedrigschwelligkeit der telefonischen Beratung begründet die Anzahl von fehlenden Daten.

Einzugsgebiet

Der Aussagegehalt dieser Statistik ist als schwach einzustufen, da 26% der Anrufenden keine Ortsangabe machten. Wir verweisen auf aussagekräftigere Zahlen der persönlichen Beratung.

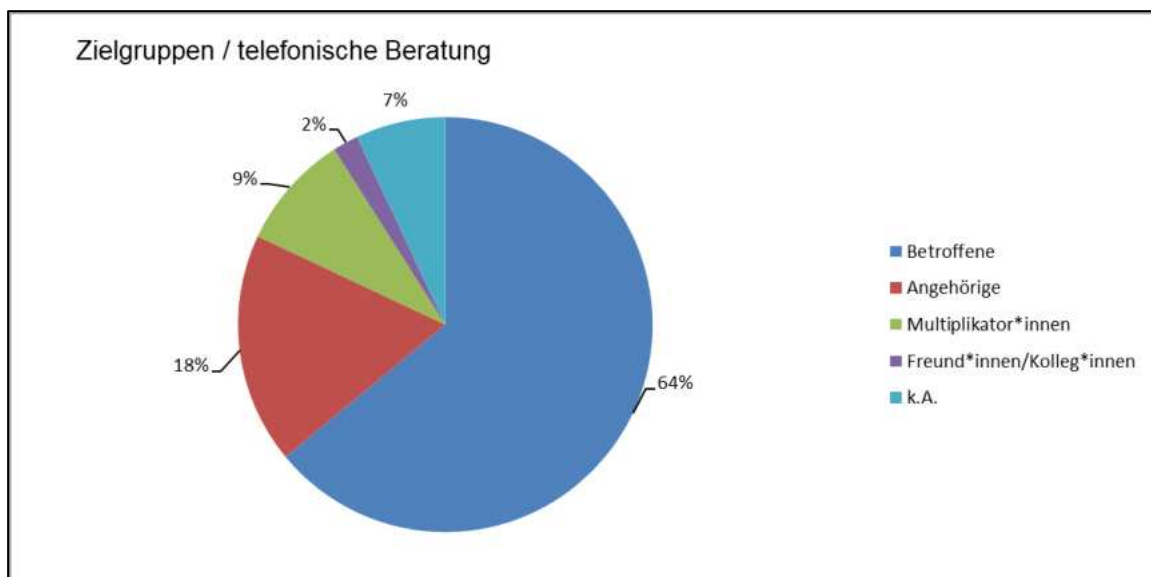
66% der Anrufenden kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 36% aus der Stadt Nürnberg.

8% der Anrufe kamen aus anderen Bezirken oder Bundesländern.



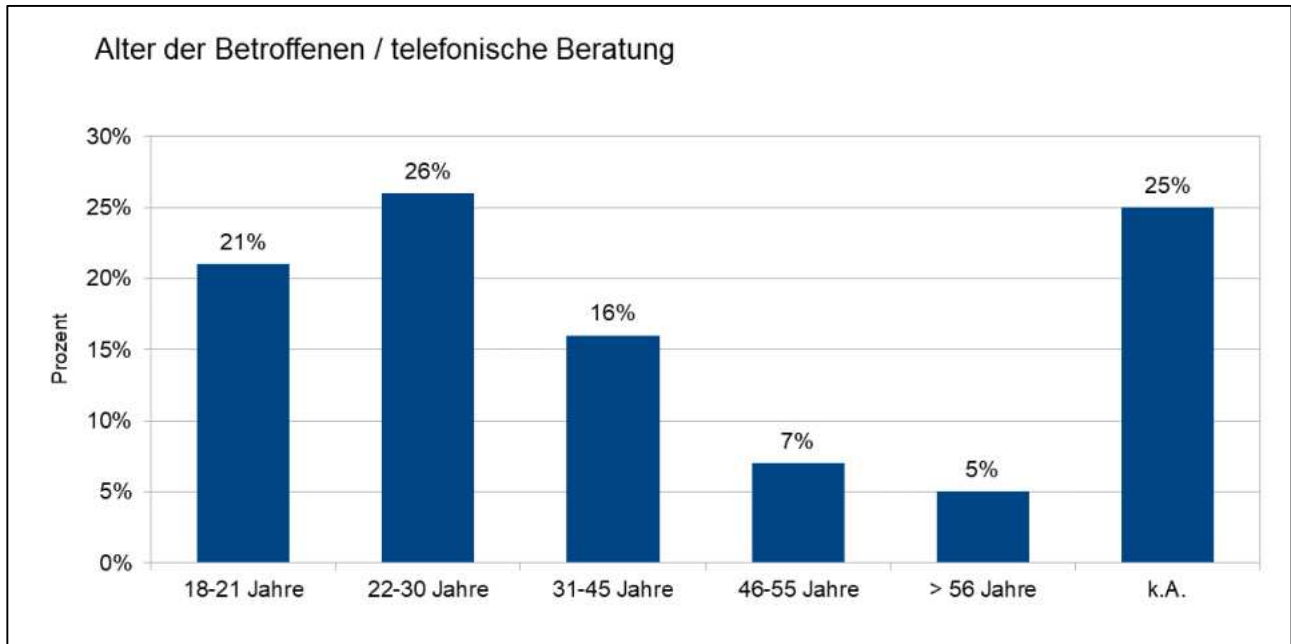
Zielgruppen

64% der Anrufenden waren Betroffene, 18% waren Angehörige, 9% Multiplikator*innen und 2% Freund*innen oder Kolleg*innen.



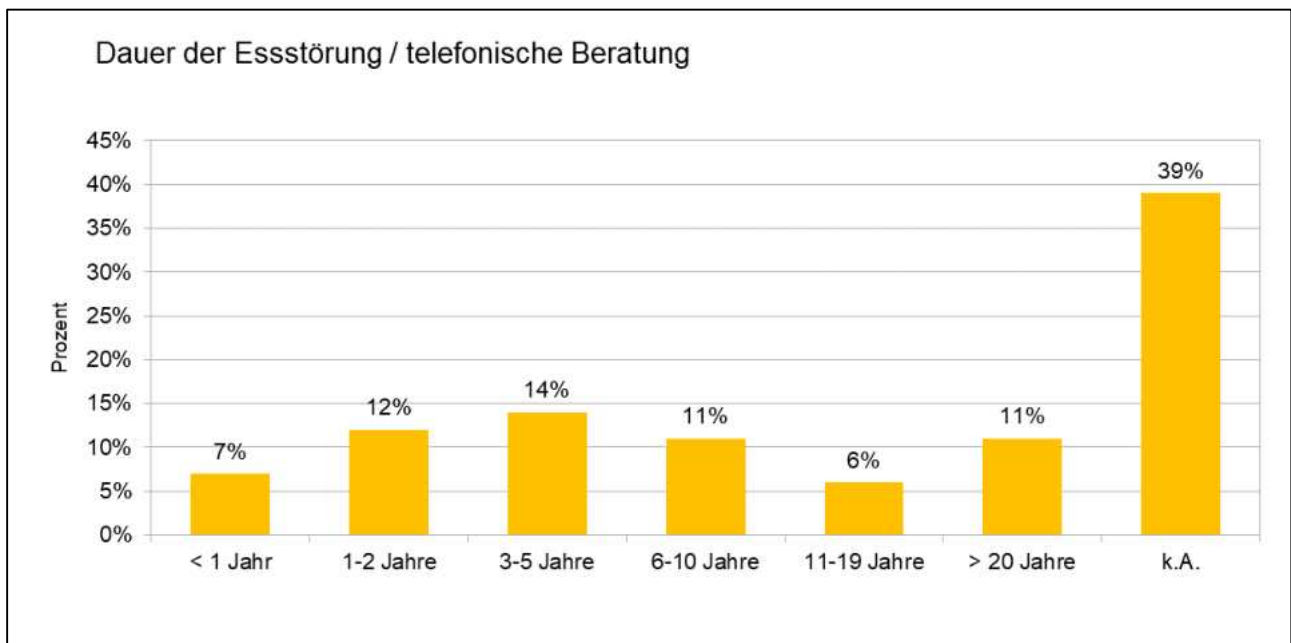
Alter der Betroffenen

Im Folgenden ist das Alter der Betroffenen ersichtlich, allerdings machten 25% der Personen keine Angaben.



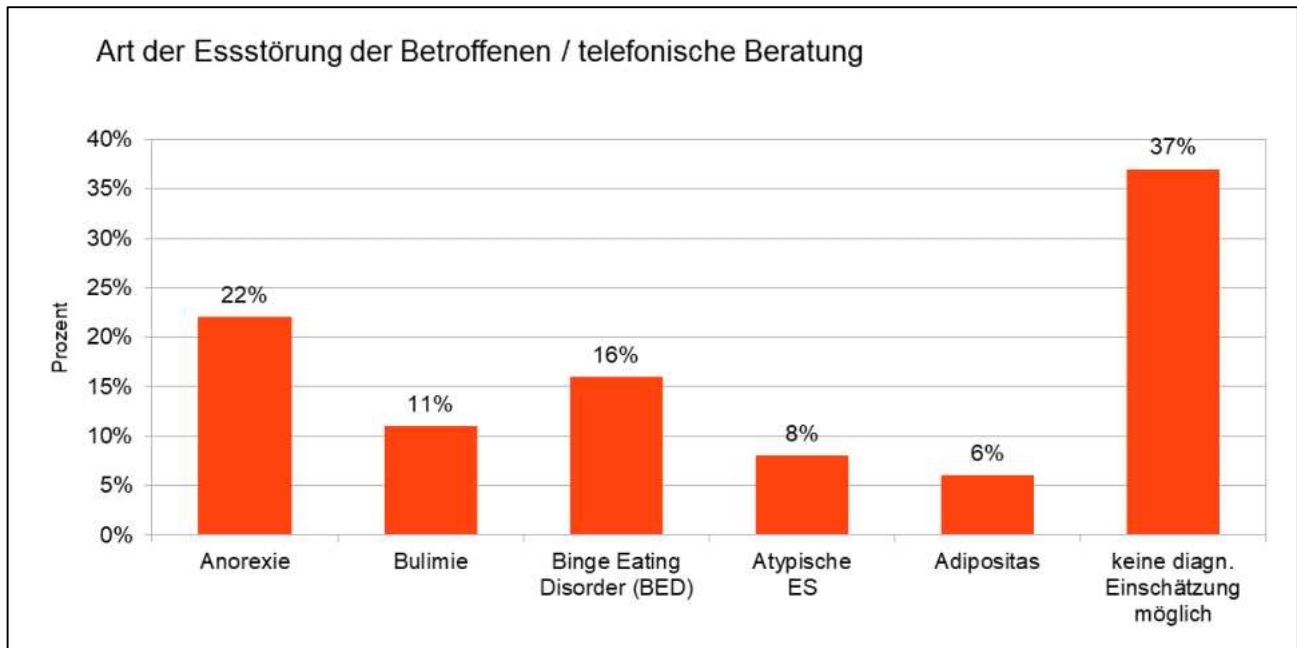
Dauer der Essstörung

Die zeitliche Dauer ist für die meisten Betroffenen im telefonischen Kontakt selbst nur schwer oder nicht einzuschätzen (39%). Laut der Personen, die eine Angabe machen konnten, ist die Dauer der Erkrankung mit Ausnahme unter einem Jahr und 11-19 Jahre in etwa gleich verteilt.



Art der Essstörung

37% der Anrufer konnten sich nicht zur Art der Essstörung äußern. Einordnungen zu Magersucht lagen bei 22%, zu Bulimie bei 11% und Binge Eating Disorder bei 16%. Atypische Essstörungen liegen bei 8% und Adipositas bei 6%.



Bisher von den Anrufern in Anspruch genommene Maßnahmen

12% der Betroffenen oder deren Angehörigen gaben an, bisher keine Maßnahmen zur Bewältigung der Essstörung ergriffen zu haben. 57% waren bereits in ambulanter und/oder stationärer Therapie. Bei Letzteren ging es um einen erneuten Behandlungsbedarf und zusätzliche Möglichkeiten der Unterstützung.

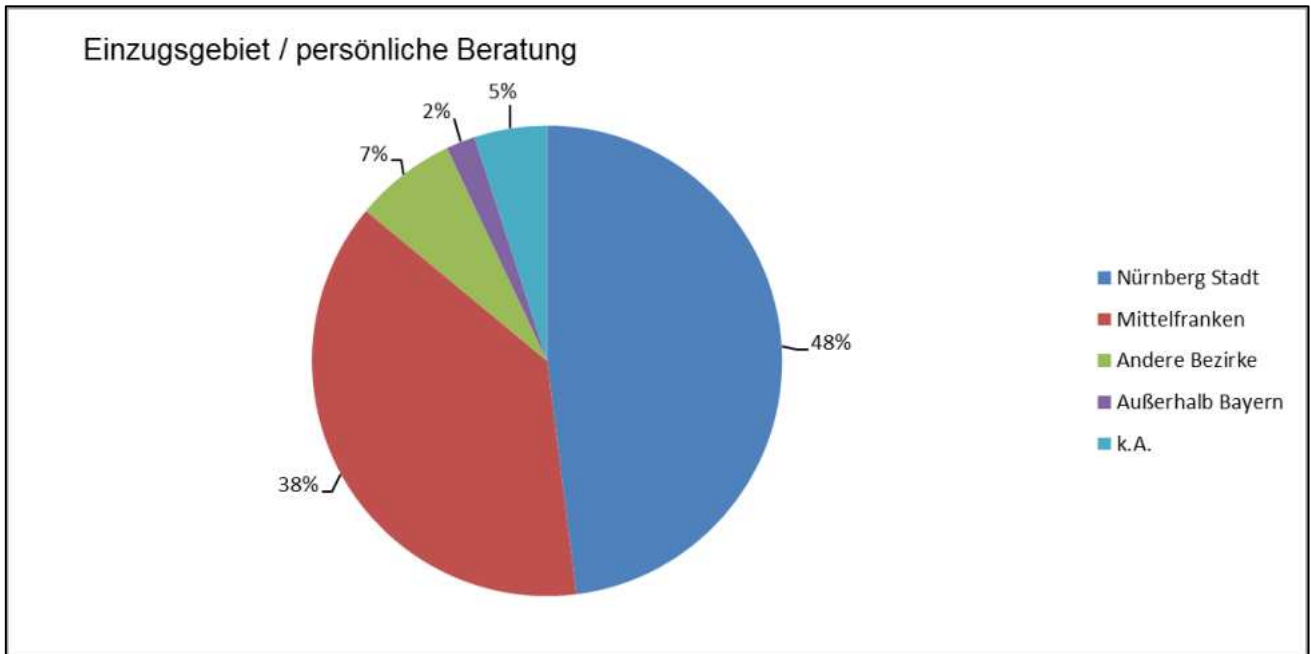
Ergebnisse der telefonischen Beratung

276 Anrufer (76%) vereinbarten einen persönlichen Beratungstermin, 120 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.

8.2 Persönliche Beratung

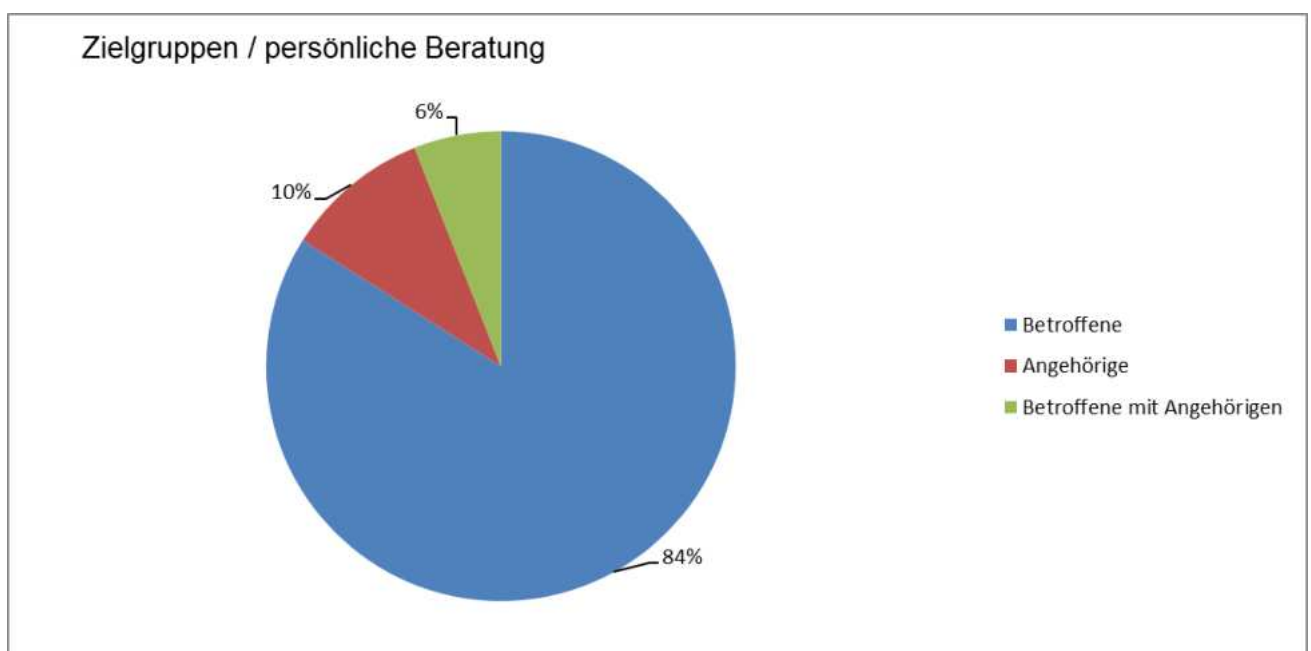
Einzugsgebiet

86% der persönlich Beratenen kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 48% aus dem Stadtgebiet Nürnberg. 7% kamen aus anderen Bezirken und 2% aus anderen Bundesländern.



Zielgruppen

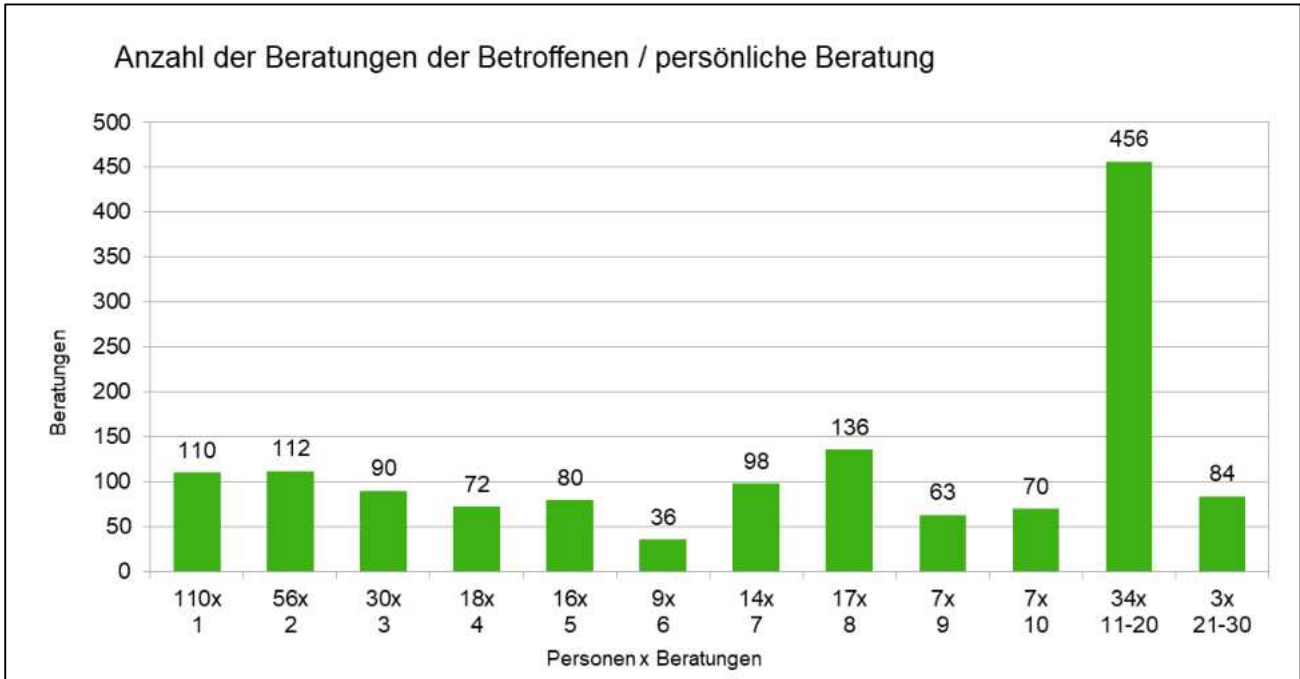
84% der Gespräche fanden mit den Betroffenen selbst statt. Angehörige, Multiplikator*innen sowie Kolleg*innen und Freund*innen (insgesamt 16%) wurden sowohl gemeinsam mit den Betroffenen (6%) als auch ohne sie (10%) beraten.



Anzahl der Beratungen der Betroffenen

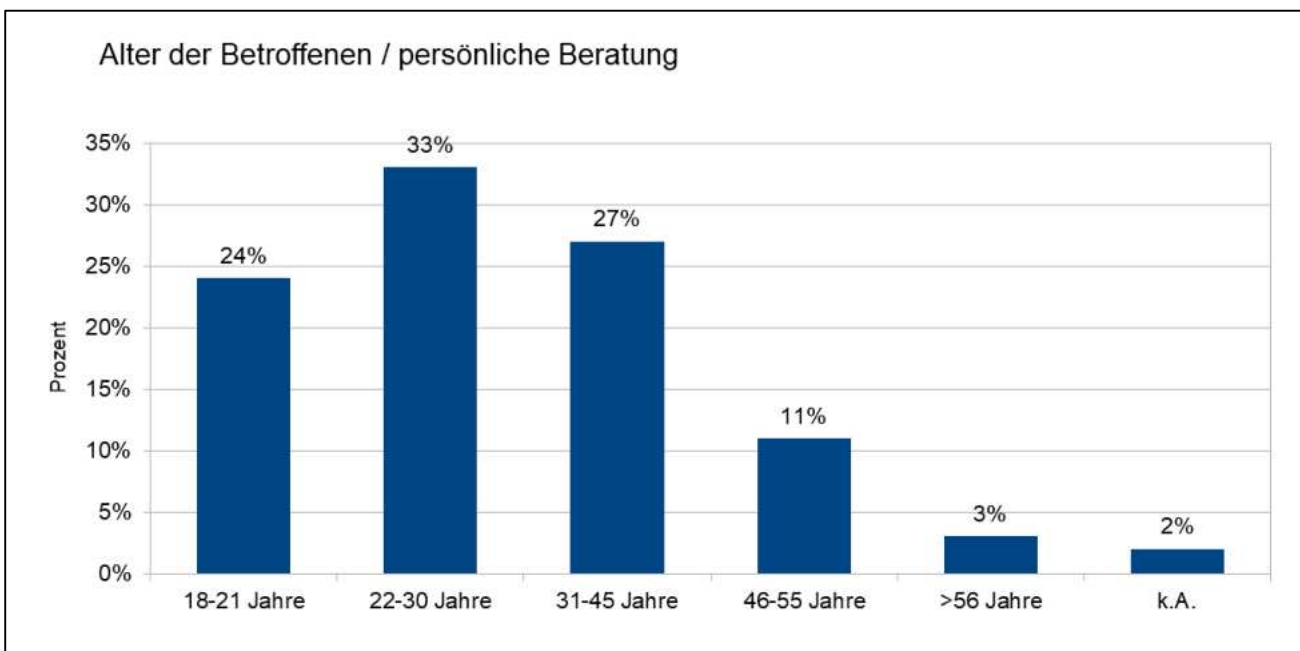
Es wurden **321 Klient*innen, 34 davon männlich***, in **1407 persönlichen Gesprächen** beraten und damit 227 mehr Beratungstermine als im Vorjahr angeboten.

Es fanden 110 einmalige Beratungen statt. 211 Personen nahmen insgesamt 1297 laufende Gespräche mit 2-30 Einheiten in Anspruch. Die fortlaufenden Beratungen fanden in zwei- bis vierwöchigem Abstand statt. 105 Klient*innen wurden aus dem Jahr 2023 übernommen.



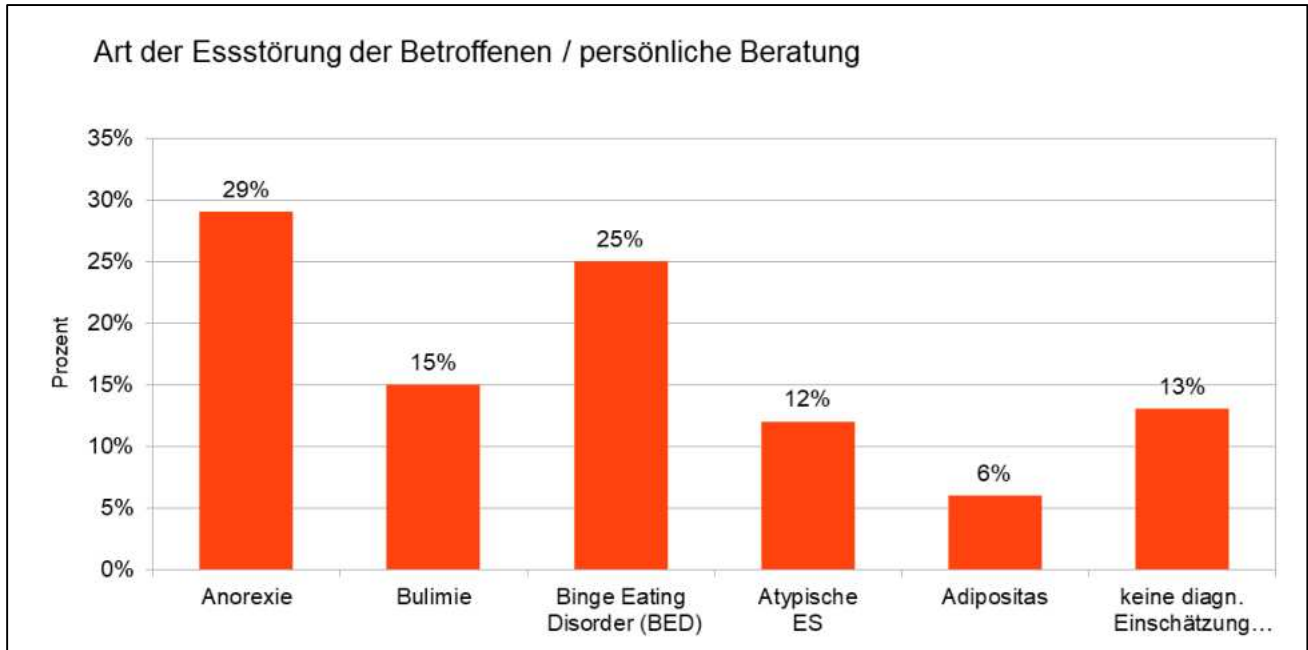
Alter der Betroffenen

Die Hauptaltersgruppen waren die 22- bis 30-Jährigen (33%) und die 31-45-Jährigen (27%) mit jeweils ca. einem Drittel aller Beratenen. 24% der Betroffenen waren 18-21 Jahre alt. 11% der Betroffenen waren 46-55 Jahre alt und 3% waren 56 Jahre und älter.



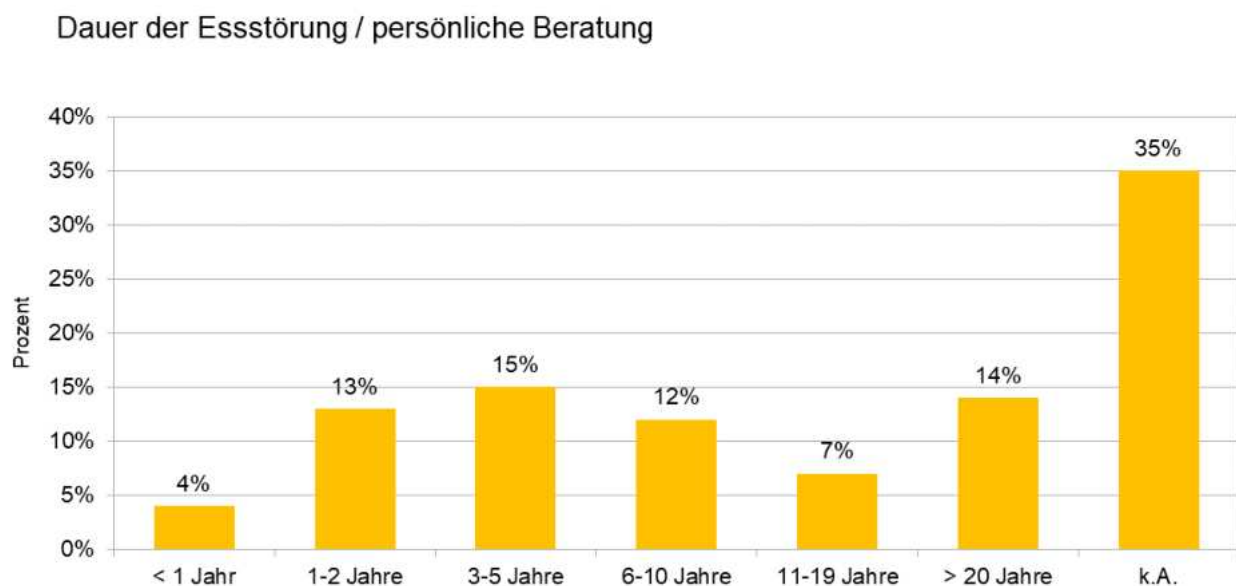
Art der Essstörung

Betroffene mit Magersucht wurden am häufigsten beraten (29%). Ratsuchende mit Binge-Eating-Störung wurden am zweithäufigsten beraten (25%) und Ratsuchende mit Bulimie am dritthäufigsten (15%). Atypische Essstörungen und Adipositas wurden zu 12% bzw. zu 6% 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. Ein großer Teil (35%) der zu Beratenden konnte keine Angaben zur Erkrankungsdauer machen, so dass die Verteilung nur ein ungefähres Bild abgeben kann.



Bisherige Hilfen

18% 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 (33%) oder psychiatrischer Behandlung (20%), über ambulante Therapie (56%) bis zu stationären Aufenthalten (37%).

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 (71%) oder/und den Weg in die ambulante Therapie vorzubereiten (37%). 19% wurden über stationäre Aufenthalte informiert, 22% waren ärztlich nicht versorgt und wurden in Behandlung empfohlen. 50% wünschten eine Beratung zu eigenen Wegen aus der Essstörung. Eine immer wichtiger werdende Rolle spielte auch der Verweis auf eigene Gruppen (12%) sowie Gruppen- und Veranstaltungsangebote anderer Institutionen (9%).

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.

9 Jugendberatung

9.1 Telefonische Beratung

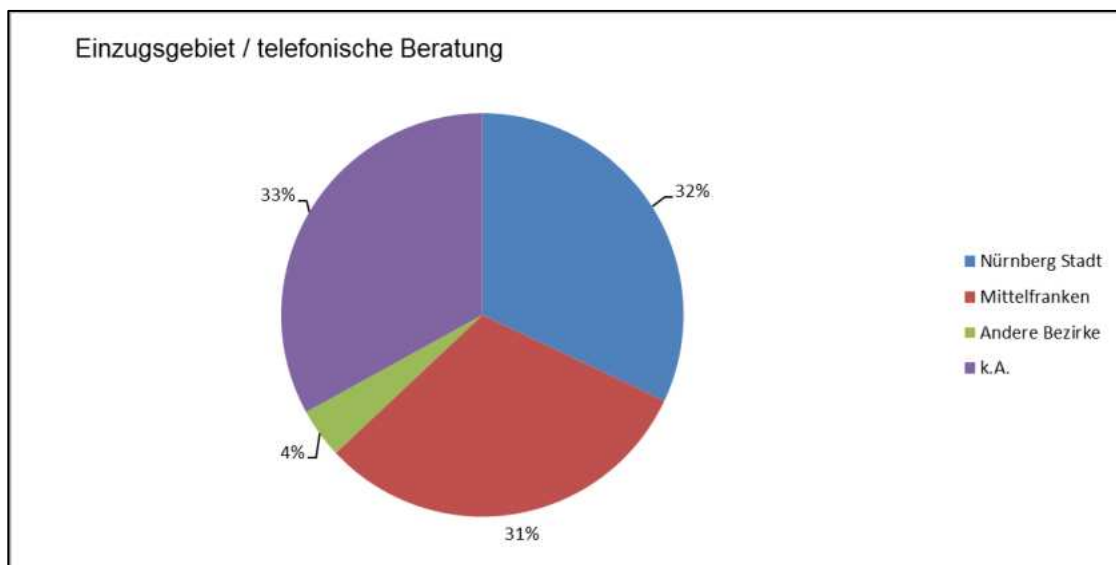
Alle folgenden klient*innenbezogenen Daten basieren auf Angaben der anrufenden Person.

Es wurden 168 telefonische Beratungsgespräche geführt.

Einzugsgebiet

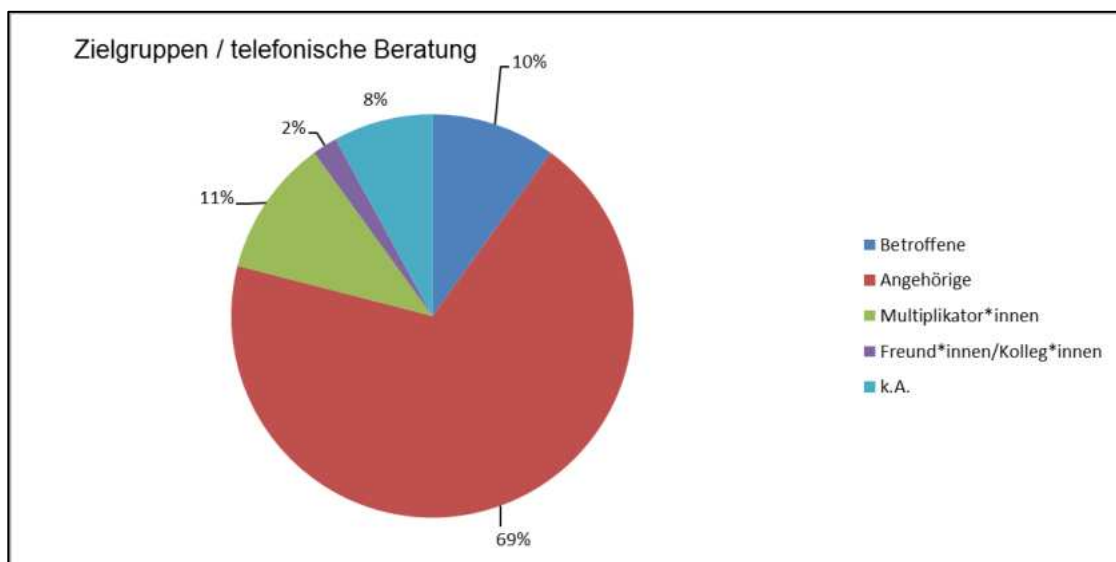
33% machten keine Angabe, daher ist die Aussagekraft als schwach einzustufen. Wir verweisen an dieser Stelle auf die genaueren Daten der persönlichen Beratung.

63% der Anrufenden kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 32% aus der Stadt Nürnberg. 4% der Anrufe kamen aus anderen Bezirken oder Bundesländern.



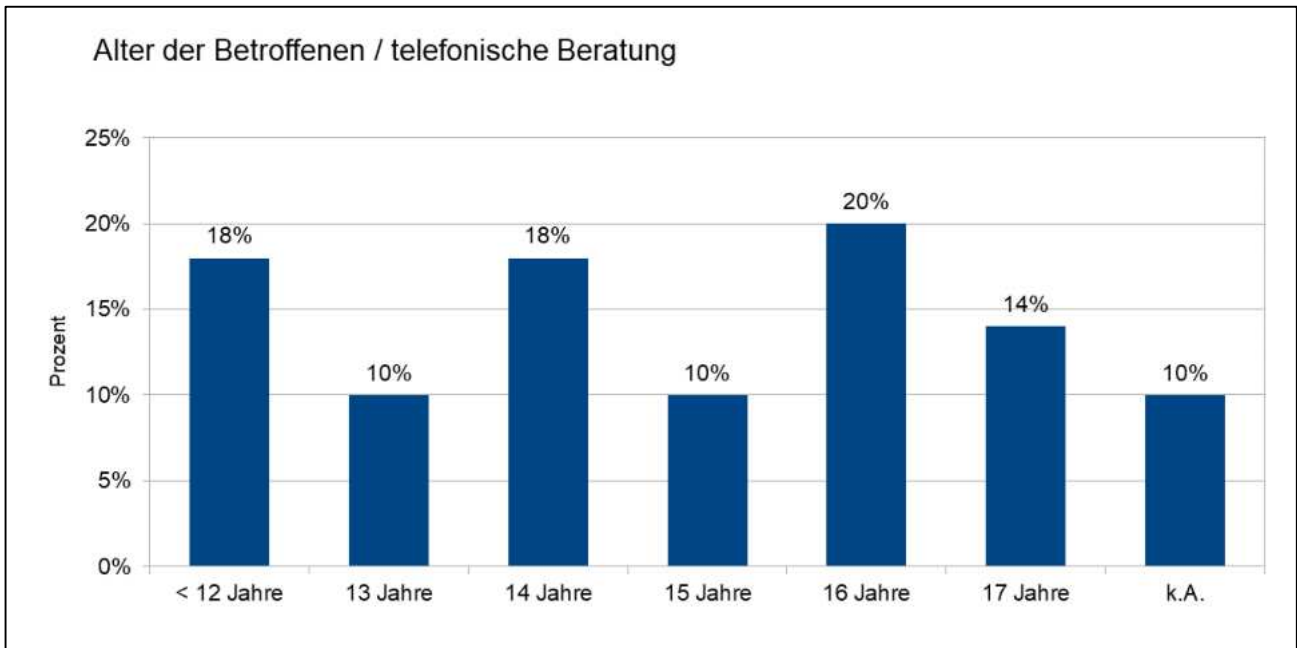
Zielgruppen

69% der Anrufenden waren Angehörige, 10% Betroffene, 11% Multiplikator*innen und 2% Freund*innen oder Kolleg*innen.



Alter der Betroffenen

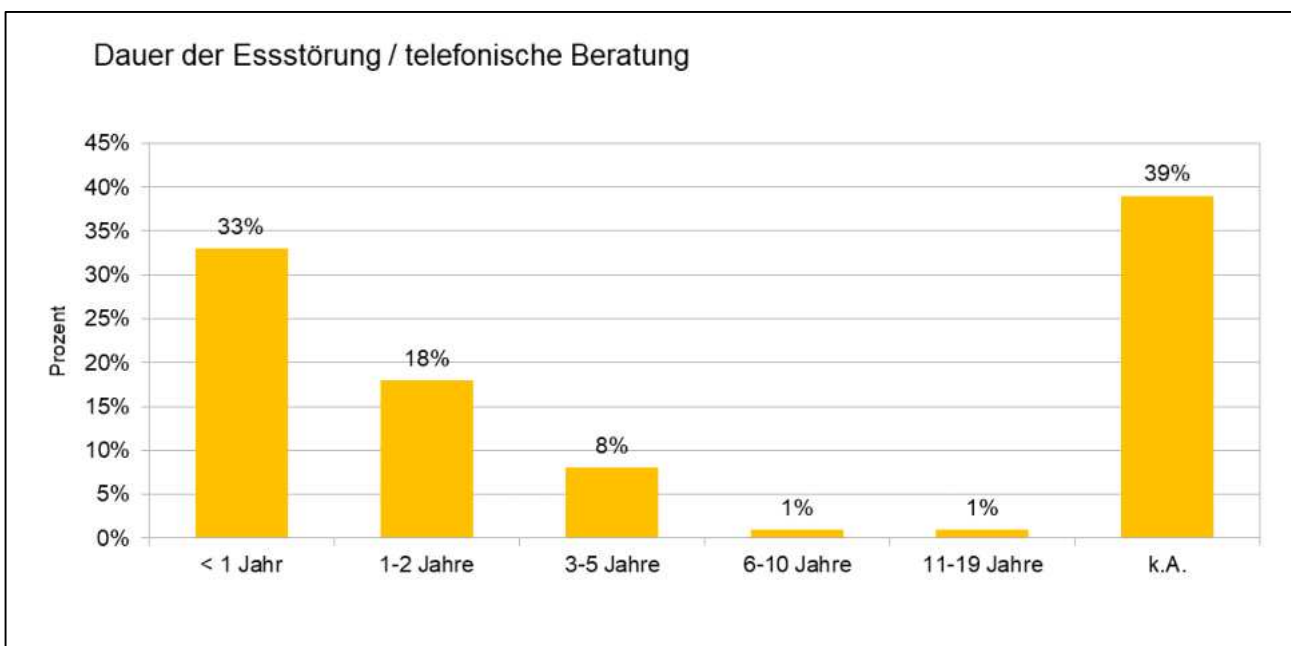
Am häufigsten waren die Betroffenen 16 Jahre alt (20%). Die weitere Hauptaltersgruppe sind die bis 12- und 14-Jährigen (je 18%), gefolgt von den 17-Jährigen mit 14%. Die 13- und 15-Jährigen sind mit je 10% vertreten.



Dauer der Essstörung

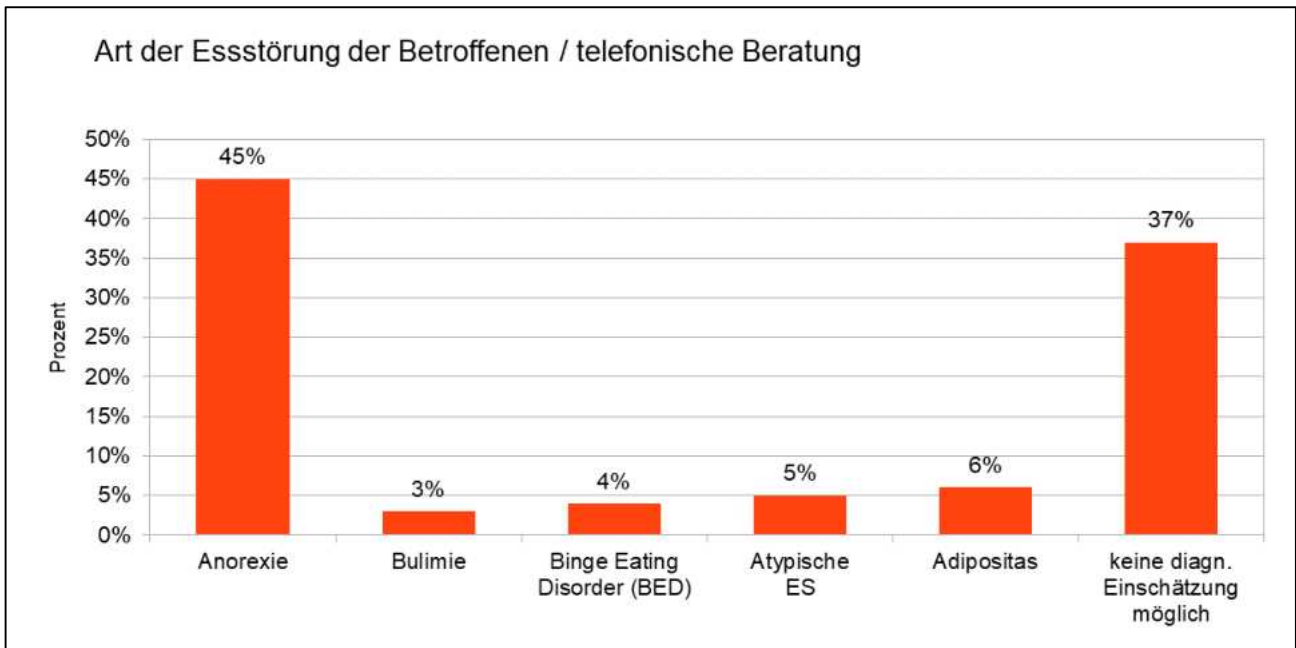
Die Dauer der Erkrankung ist für 39% der Anrufer im telefonischen Kontakt nur schwer oder nicht einzuschätzen. Die Angaben haben daher nur eine schwache Aussagekraft. Wir verweisen an dieser Stelle auf die genaueren Daten der persönlichen Beratung.

Die Personen, die Angaben machen können, geben als häufigste Dauer unter einem Jahr (33%) an, gefolgt von 1-2 Jahren mit 18%. 8% der Betroffenen gaben eine Dauer von 3-5 Jahren an. Je 1% gaben an 6-10 Jahre und 11-19 Jahre die Essstörung zu haben.



Art der Essstörung

Anfragen zu Magersucht (45%) bildeten den Schwerpunkt in der telefonischen Beratung. Anfragen zu Bulimie lagen bei 3%. Zu Binge Eating Disorder bei 4%, Atypischen Essstörungen bei 5% und Adipositas bei 6%. Bei 37% war keine diagnostische Einschätzung möglich.



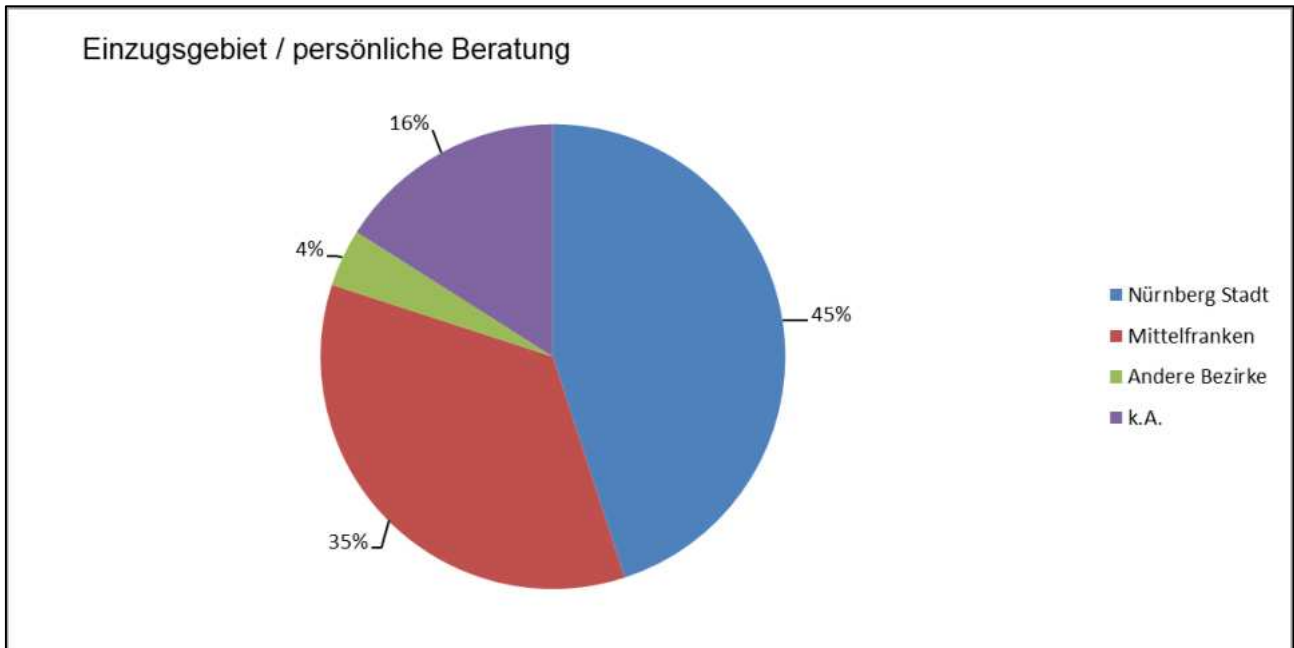
Ergebnisse der telefonischen Beratung

81% 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, etc.) gegeben.

9.2 Persönliche Beratung

Einzugsgebiet

80% der persönlich Beratenen kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 45% aus dem Stadtgebiet Nürnberg. 4% kamen aus anderen Bezirken.

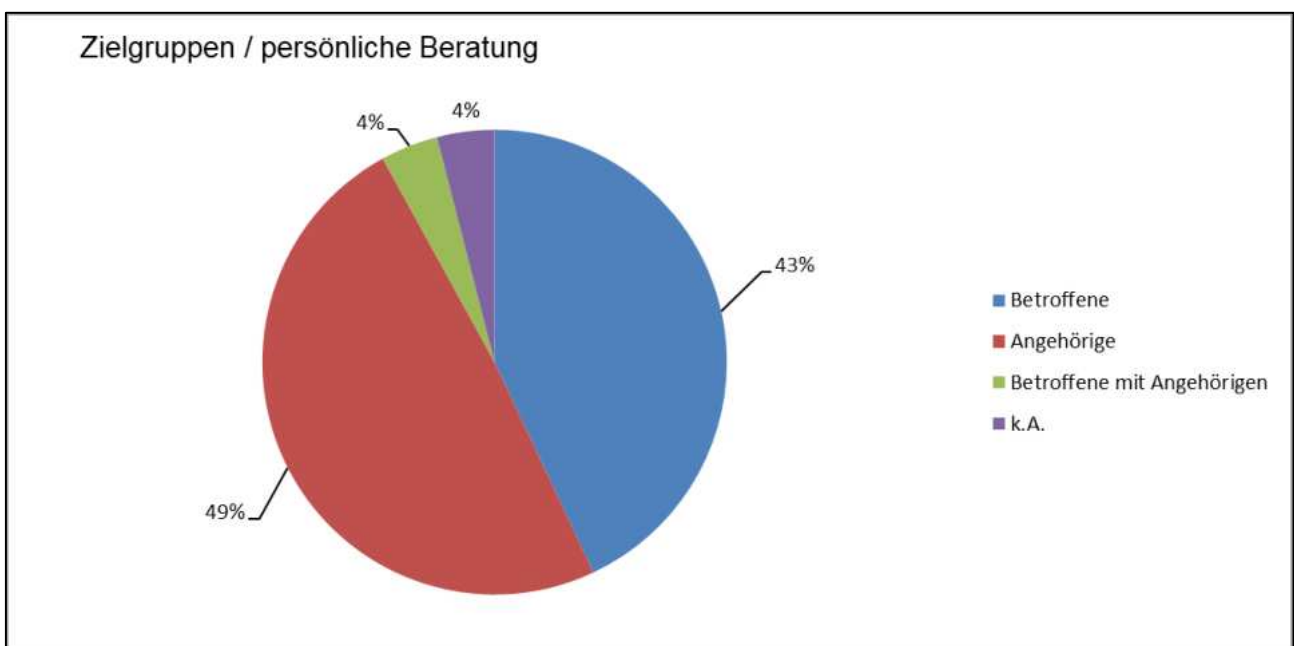


Zielgruppen

47% der Beratungsgespräche wurden mit Jugendlichen geführt. Angehörige, Multiplikator*innen sowie Freund*innen wurden je nach Bedarf mit einbezogen (4%), sonst fand die Beratung alleine statt.

49% der Beratungsgespräche nahmen Angehörige für sich in Anspruch.

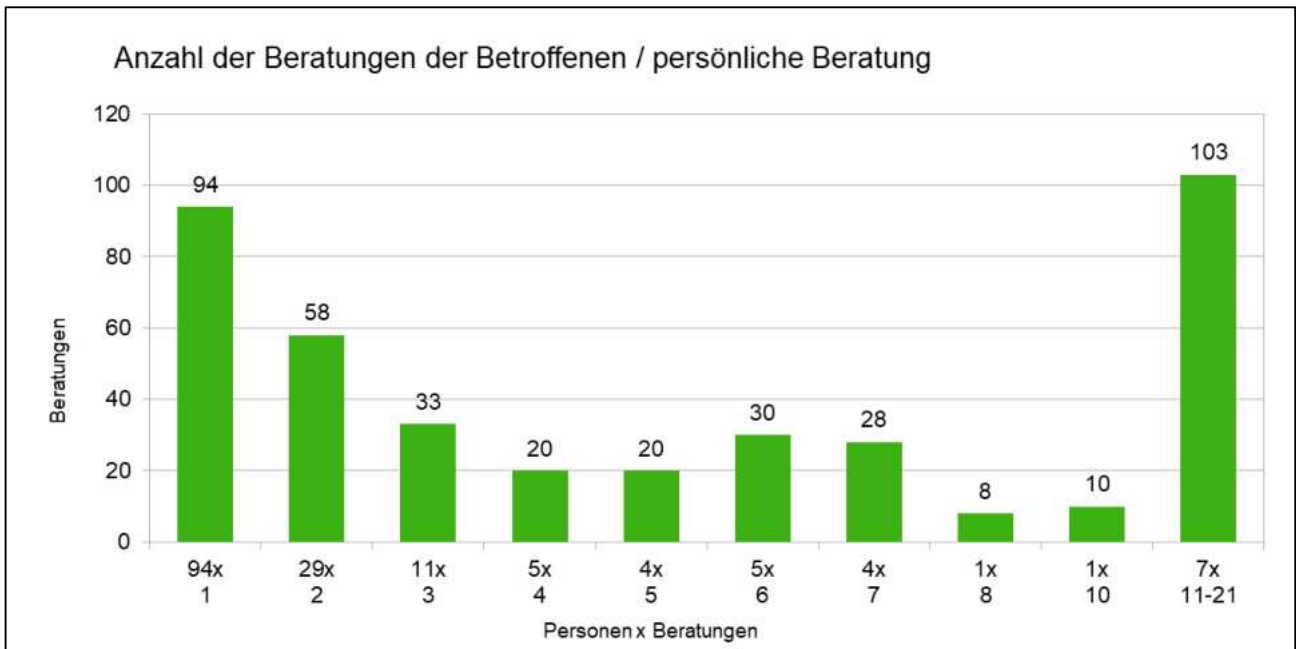
Betroffenes Kind und Elternteil(e) haben nicht dieselbe/denselben Berater*in.



Anzahl der Beratungen der Betroffenen

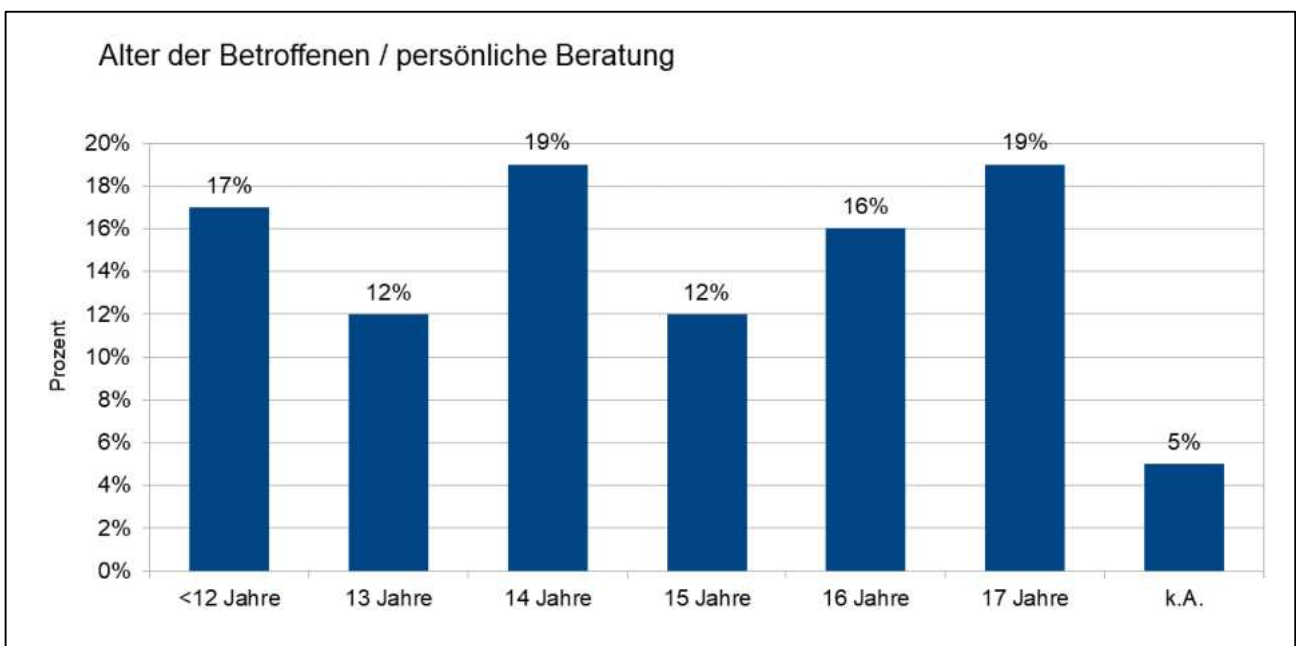
Es wurden **161 Klient*innen (Jugendliche/Angehörige)** in **404 persönlichen Gesprächen** beraten. Bei den Jugendlichen ging es in 12 Fällen um männliche* Betroffene.

94 Klient*innen kamen einmalig in die Beratung. 67 Klient*innen nahmen insgesamt 310 Beratungen mit 2 bis 21 Einheiten in Anspruch.



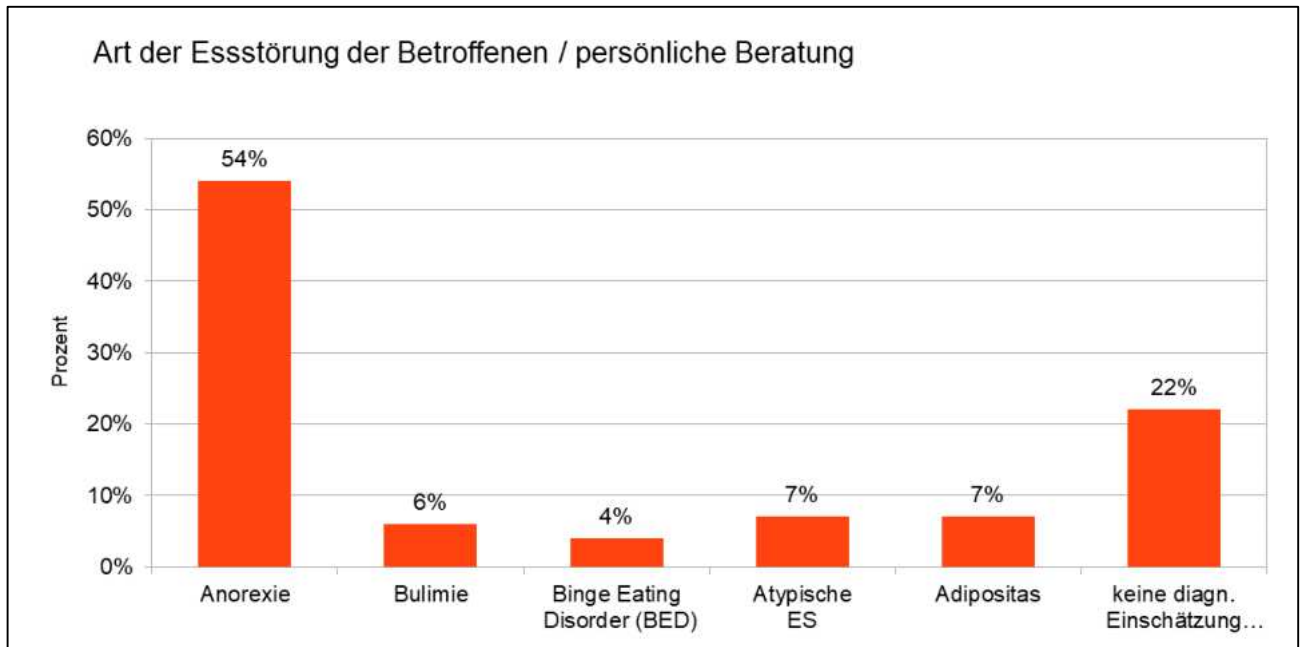
Alter der Betroffenen

Die 14- und 17-Jährigen waren die Hauptaltersgruppe in der persönlichen Beratung (je 19%), gefolgt von den bis 12-Jährigen (17%). Die 16-jährigen waren mit 16% vertreten und die 13- und 15-Jährigen mit jeweils 12%.



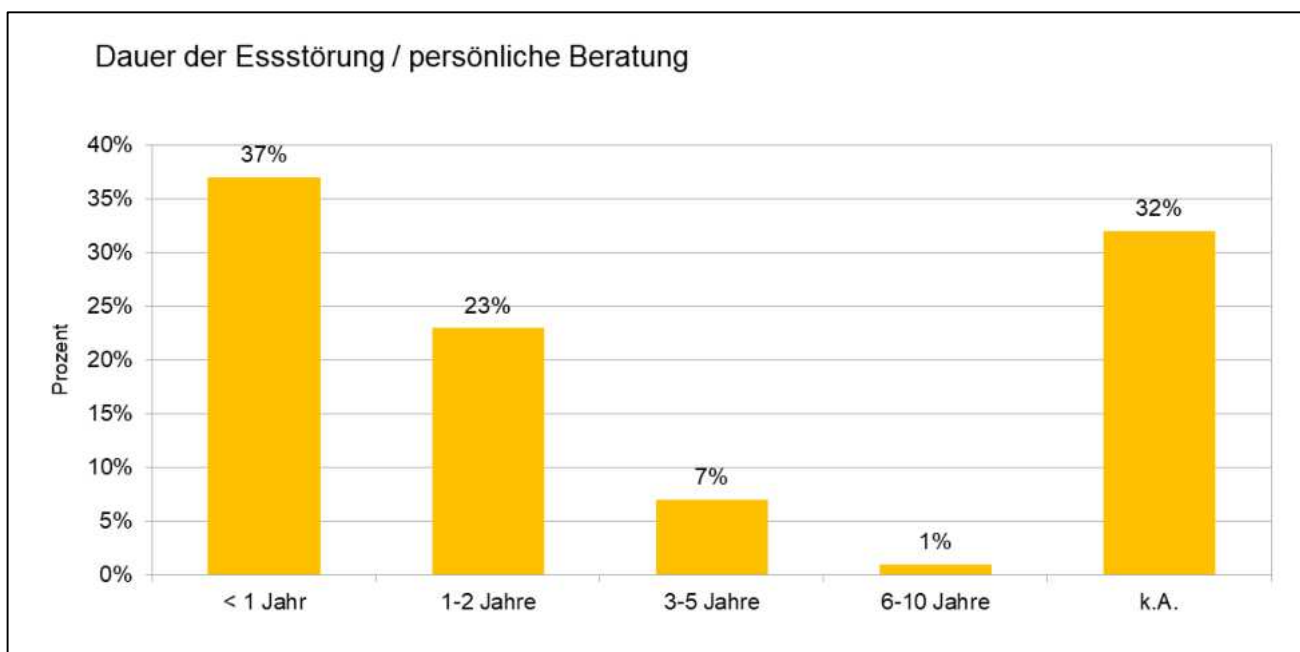
Art der Essstörung

Mehr als die Hälfte der Beratungen hatte die Thematik Magersucht zum Anlass (54%). Gespräche aufgrund von Bulimie und Binge-Eating-Störung folgten mit 6% und 4%. Beratungen zu atypischen Essstörungen und Adipositas fanden zu je 7% statt.



Erkrankungsdauer

Im Zeitraum der bis 1-jährigen Erkrankungsdauer gab es die meisten Ratsuchenden (37%), gefolgt von denen mit 1-2-jähriger Dauer (23%). 7% gaben eine Dauer von 3-5 Jahre an. Längere Verläufe kommen zu 1% vor. Leider konnte ein großer Teil (32%) 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 (16%) wurden am häufigsten genannt.

Aufbau und Inhalte der persönlichen Beratungen

Damit die persönliche Beratung stattfinden kann, haben wir mehrere niedrighschwellige Zugangswege geschaffen: online, per Telefon oder per 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 der Beratung sind Motivation, Veränderungsbereitschaft und -umsetzung. Weitere Inhalte sind Informationen zur Erkrankung, zu Behandlungsmöglichkeiten und die 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)

29% der Beratenen in den verschiedenen Settings nahmen weitere Beratungen in Anspruch, viele wollten den Weg in die ambulante Therapie vorbereiten (41%). 12% der Beratenen wurden über stationäre Aufenthalte informiert, 2% waren ärztlich nicht versorgt und wurden in Behandlung empfohlen. Eine weitere Rolle spielte auch der Verweis auf Gruppenangebote (8%) und Angebote anderer Institutionen (9%).

10 Resümee Jugendberatung

Der Bedarf an Beratungen für betroffene Jugendliche und Angehörige war sehr hoch und die Anzahl der Beratungsgespräche ist im Vergleich zum Vorjahr deutlich gestiegen.

Die Beratungen, bei denen neben der ärztlichen Versorgung die Jugendberatung als einzige Unterstützung aufgesucht wurde, haben zugenommen und lagen bei 71%. Gründe hierfür sind die weiterhin langen Wartezeit bei der Suche nach Psychotherapieplätzen für betroffene Jugendliche. Bei uns konnten sie vorerst mit dem spezialisierten Beratungsangebot die passende Hilfe finden.

Erstmalig war dieses Jahr, dass bei einem Turnus der Jugendgruppe zwei Gruppen parallel liefen. Eine Gruppe wurde von neuen Gruppenteilnehmenden besucht, die andere von Teilnehmenden, die bereits längere Zeit konstant das Gruppenangebot nutzten. Die Aufteilung in zwei Gruppen erwies sich als sinnvoll, da letztere im vertrauten Setting das Gruppensetting gemeinsam beenden konnten.

Bei der Beratung der Angehörigen wurden häufig nur einmalige Beratungen (52mal) angefragt. Eltern brauchen zunächst viele Informationen über die Erkrankung und haben dann organisatorische Aufgaben zu leisten, wodurch sie sehr gefordert sind. Wenn eine Psychotherapie gefunden ist, sind sie dort meist auch durch Elterngespräche versorgt. Einige Eltern benötigen dennoch eine begleitende Beratung zur Reflexion des anspruchsvollen Alltags durch eine außenstehende, neutrale Person.

Im Jahr 2024 erhöhten sich die Anfragen von Eltern, deren Kinder 12 Jahre und jünger waren. Diese lagen bei 17%. Da die Fachberatung Jugendliche ab einem Alter von 13 Jahren berät, wurde nur den Eltern eine Beratung angeboten. Die Anfragen zum Thema Mehrgewicht bei Kindern stiegen ebenso und zwar um 7%. Hier ließen sich trotz intensiver Suche nur wenige Ansprechpartner*innen zur ärztlichen und ernährungsberaterischen Versorgung dieser Gruppe finden.

Die Nachfragen an digitalen Elternabenden, Fortbildungen, Beratungen und Supervisionen für Lehrkräfte, Sozialpädagog*innen und Fachkräfte haben zugenommen. Der Bedarf an Informationen zu Essstörungen ist in unterschiedlichen Settings gefragt und notwendig. Diesen Aufwärtstrend beobachten wir jedes Jahr und er wird sich vermutlich auch im kommenden Jahr fortsetzen.

Bei all den vielfältigen Anforderungen und Anfragen wird deutlich, wie wichtig eine Fachberatung für Jugendliche ist.

11 Resümee der Erwachsenenberatung

Die Anzahl der Erstaufnahmen bei Erwachsenen ist erneut gestiegen, darunter auch die Anzahl der zu beratenden Männer. Der Anteil liegt hier erstmals bei knapp über 10%. Bei gleich bleibendem Personalschlüssel fanden 215 persönliche Beratungen mehr statt. Erneut führten wir häufig fortlaufende Beratungen mit sehr hoher Anzahl. So wurde die Kategorie der Beratungsprozesse mit 11-30 Sitzungen am dritthäufigsten wahrgenommen. Bei den angeleiteten Gruppen für Erwachsene gab es mit 14 Gruppen einen leichten Rückgang um drei Angebote. Die Trialogabende wurden drei Mal angeboten und waren jeweils mit 12 Personen voll besetzt.

Besondere Freude bereitete uns im vergangenen Jahr die Feier unseres Standorts Kühnertsgasse, in den wir vor 10 Jahren eingezogen sind. Die Veränderungen in Richtung Sichtbarkeit des Themas Essstörungen, die Möglichkeiten der Ausweitung der Angebote und die vermehrte Öffentlichkeitsarbeit hängen direkt mit diesem Standort zusammen. Wir bekommen immer wieder begeisterte Rückmeldungen von unserem Klientel und von Kolleg*innen zu den schönen Räumen und der positiven Atmosphäre. Insgesamt wurden fünf kreative und inhaltlich dichte Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit Kunst- und Kulturschaffenden konzipiert und umgesetzt. Hierbei war Leichtigkeit im Spiel, die wir gerne an unsere Besucher*innen und Kolleg*innen weitergegeben haben.

Gemeinsame Themen mit der Jugendberatung und Ausblick

Eine inhaltliche Neuerung war die Zusammenarbeit mit einer Ernährungsberaterin in unseren Räumen. Durch diese kurzen Wege werden unsere Beratungsprozesse thematisch sortiert und entlastet. Die ausgelagerten Ernährungsthemen bleiben jedoch unter einem Dach und somit sind Verbesserungseffekte über kurze kollegiale Wege möglich.

Bedauerlicherweise mussten wir uns von zwei geschätzten Mitarbeiterinnen verabschieden, die neue Karrierewege eingeschlagen haben. Nun investieren wir in die Einarbeitung der neuen Kolleginnen, um den Herausforderungen in neuer Teambesetzung gewachsen zu sein. Hiermit wagen wir einen Ausblick auf einen ganztägigen Fachtag, den wir - unter der Bedingung des konstant bleibenden Personalumfangs und ausreichender Finanzierung - im Jahr 2026 realisieren wollen.

Für die nähere Zukunft sind wir gespannt, ob wir mit dem neuen Gruppenkonzept für Männer mit Essstörungen, den „Themenabenden für Männer*“ die Hemmschwelle für Betroffene weiter absenken können, so dass Männern mit Essörungsthemen der Zugang zu Beratung leichter fällt.



Team-Foto Jugend- und Erwachsenenberatung

Hinten auf dem Sofa v. l. n. r.:
Christine Ertl, Silke Tauschek-Hertzberg und
Svenja Gläßge-Winter

Vorne v. l. n. r.:
Astrid Bartsch, Karolina Harwart, Lilli Jüstel und Katrin
List

Nicht im Bild: Tobias Bauernschmitt und Bettina Laubach

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