

Basiswissen: Psychosomatische Erkrankungen am Beispiel von Ess-Störungen

PROFESSIONELLES HANDELN UND SELFCARE IN HELFENDEN BERUFEN

Der Workshop richtet sich an Auszubildende, die in ihrem Arbeitsfeld mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen sowie deren Familien zu tun haben werden. Diese Berufsgruppen stehen in ihrer täglichen Arbeit häufig unter der Anforderung, psychosomatische Erkrankungen - insbesondere Ess-Störungen - zu erkennen und sowohl Klient*innen als auch Kolleg*innen ggf. für eine Behandlung, zugewinnen. Im Workshop erarbeiten wir Handlungsstrategien für die berufliche Praxis und reflektieren den Umgang mit der eigenen Belastung. Durch die Vermittlung von den Grundlagen der Psychosomatik am Beispiel von Ess-Störungen bietet der Workshop Auszubildenden die Chance, subjektive Prozesse und persönliches Erleben von Menschen, mit denen sie arbeiten, besser zu verstehen und mehr Sicherheit im Umgang mit der Erkrankung zu gewinnen. Im zweiten Teil des Workshops gibt es einerseits die Möglichkeit, das Repertoire der eigenen Selbstfürsorge zu erweitern und andererseits eine Idee zu entwickeln, wie präventive Konzepte in Institutionen, Teams und Familien etabliert werden können.

Inhalte des Vortrags

- Weshalb Ess-Störungen nichts mit Essen zu tun haben - und andere Aha Effekte: Ursachen, Auslöser und Diagnostik von Ess-Störungen
- Medizinische Komplikationen und Komorbidität.
- Systemischer Blick auf die Bedeutung der Familie im Kontext von Ess-Störungen
- Therapieansätze, Behandlungsmethoden & Therapieangebote

Inhalte des Workshops

- Therapiemotivation (Sekundärprävention)
- Umgang mit symptomatischem Verhalten
- Selbstwirksamkeit und Compliance: Anregungen zu der aktiven Mitwirkung von Klient*innen
- Arbeit mit Skills & "Notfallboxen"
- Selbstreflexion: Umgang mit Belastung, Leistungserwartungen und Körpergefühl
- Alltagstaugliche Stressreduktion & selbstfürsorgliche Rituale für den Alltag.
- Prävention am Arbeitsplatz



Setting: Präsenz

- 90 min interaktiver Vortrag (Plenum)
- Im Anschluss daran findet ein 180 min Workshop pro Klasse statt
- Ausführliches Skript
- Kosten: 600,00 € zzgl. Reisekosten

Prävention Ess-Störung im Kleinkindalter

PROFESSIONELLES HANDELN UND SELFCARE IM ERZIEHER*INNEN BERUF

Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern während des Essens können in Kindergärten und -tagesstätten bei den Betreuern für Unsicherheit sorgen. Wenn Kinder ihr Essen ablehnen, schlecht essen oder nicht satt werden, müssen die Erwachsenen adäquat reagieren, um Ess-Störungen im späteren Leben zu vermeiden. Der Fokus des Vortrags liegt nicht auf ernährungsphysiologischem Wissen, sondern auf der Sensibilisierung der Erwachsenen für kindliche Signale, um Selbstfürsorge zu fördern. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Zusammenarbeit und Sensibilisierung der Eltern sowie die Vorbildfunktion von Erzieher*innen.



Inhalte des Vortrags

- Zwischen Autonomie und Anpassung: Was der Urkonflikt einer Ess-Störungen mit der Persönlichkeitsentwicklung von Kindern zu tun hat
- Blick auf das System Familie im Kontext der Entstehung von Ess-Störungen
- Überblick zu Ess-Störungen im Kindesalter: Diagnosen & Prävalenz
- Interaktionen am Esstisch: Kindliche Bedürfnisse lesen lernen

Inhalte des Workshops

- Selbstregulation, Selbstwirksamkeit und Körpergefühl bei Kindern stärken
- Ganzheitliche präventive Settings in der Elementarstufe: Die Rolle von Eltern & Erzieher*innen
- Mit Ess-Problemen konstruktiv umgehen lernen
- Selbstreflexion: Umgang mit Belastung, Leistungserwartungen und Körpergefühl
- Alltagstaugliche Stressreduktion & Selbstfürsorgliche Rituale für den Alltag

Setting: Präsenz

- 90 min interaktiver Vortrag (Plenum)
- Im Anschluss daran findet ein 180 min Workshop pro Klasse statt
- Ausführliches Skript
- Kosten: 600,00 € zzgl. Reisekosten

Ess-Störung kompakt: Berufliche Schulen

HINTERGRUND & HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN FÜR AUSZUBILDENDE IN BERUFLICHEN SCHULEN

Bei Jugendlichen und Erwachsenen jeder Geschlechtsidentität ist auffälliges Essverhalten heutzutage weit verbreitet. Oftmals ist dieser Wunsch nach einer bestimmten Ernährung mit dem Wunsch nach Gesundheit und Schönheit oder ethischen und ökologischen Überzeugungen verbunden. Bei einigen Menschen kann jedoch ein auffälliges Essverhalten Ausdruck für seelische Belastungen sein. Der Vortrag bietet Auszubildenden deshalb die Möglichkeit, ggf. eigene Belastungen frühzeitig zu reflektieren, um den Einstieg ins Berufsleben nicht unnötig zu erschweren. Darüber hinaus bereitet er Berufseinsteiger darauf vor, Warnsignale bei Klient*innen frühzeitig zu erkennen, verständnisvoll und konsequent damit umzugehen und eine geeignete Beratungs- und Behandlungseinrichtung zu empfehlen, um schwerwiegende Verläufe von Ess-Störungen zu verhindern.

Inhalte des Vortrags

- Was sind Ess-Störungen? Diagnose, Ursachen & Auslöser.
- Behandlungsmöglichkeiten bei Ess-Störungen
- Stichworte zu professionellem Umgang mit der Erkrankung im beruflichen Kontext
- Überblick Präventionsmöglichkeiten in Kindergärten, Schulen und Freizeiteinrichtungen



Setting: Online

- 90 min interaktiver Vortrag (Plenum)
- Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, über Mentimeter (anonym) Fragen zu stellen, die ich individuell beantworte und als PDF-Broschüre zur Verfügung stelle
- ZOOM-Link: Serviceleistung
- Geeignet 7. - 11. Klasse aller Schultypen
- Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt
- Kosten: 400,00 €