

„REDEN WIR MAL DRÜBER“

Zoom-Online-Workshop für Einrichtungen / Vereine in der Jugendarbeit zum Thema Essstörungen

Essstörungen sind ein Thema, das mittlerweile viele Jugendliche betrifft. Gerade jetzt in der Zeit der Pandemie stehen vielen Jugendlichen herkömmliche Bewältigungsstrategien nicht zur Verfügung. Mehr denn je leiden Heranwachsende unter sozialer Distanz, wenig Strukturen, fehlendem Umgang mit Gefühlen, etc. Dies sind Faktoren, die die Entstehung einer psychischen Erkrankung wie zum Beispiel Depressionen, Ängste und auch Essstörungen fördern können.

Die Kontrolle bzw. Nicht-Kontrolle über das Essen und schlussendlich über den Körper sind „Antworten“ auf schwer lösbare seelische Konflikte und mögliche Ablösungs- und Veränderungsprozesse. Essstörungen sind keinesfalls Ernährungsprobleme, sondern ernstzunehmende psychische Erkrankungen.

Viele, die mit Jugendlichen arbeiten, sind mit diesem Thema konfrontiert. Aber fragen sich, wie sie damit umgehen sollen: Spreche ich es an? Und wenn ja, wie? Wann schalte ich die Eltern ein? Wieviel Druck soll ich machen oder soll ich gar nichts unternehmen? Oft steht man dem Thema hilflos und ohnmächtig gegenüber.

Wir, das Team der Hotline für Essstörungen, wollen mit diesem Workshop-Angebot informieren, unterstützen und erste Schritte vorstellen, wie man Menschen, die möglicherweise an einer Essstörung erkrankt sind, unterstützen kann und die Möglichkeit für einen Austausch geben, um neue Perspektiven zu entwickeln.

Inhalte des Workshops

Krankheitsbilder und Ursachen:

- Grundlegende Informationen zum Thema Essstörungen: Diagnosen, Komplexität von Essstörungen, Erscheinungsformen bei Frauen und Männern, Ursachen etc.

Kommunikation:

- Woran erkenne ich, dass jemand ein Problem mit dem Essen haben könnte?
- Soll ich es ansprechen? Wie kann/soll ich es ansprechen?
- Was ist hilfreich und unterstützend, was ist zu vermeiden?

Mögliche Vorgangsweise:

- Klärung von Zielgruppen, Rahmenbedingungen, Verantwortlichkeiten
- Welche Schritte sind in welchem Rahmen möglich?
- Hilfsangebote, z. B.: Hotline für Essstörungen – kostenlos, anonym & bundesweit
- Literatur



Zielgruppe: Alle, die mit Jugendlichen arbeiten und/oder in ihrer Berufssituation mit dem Thema befasst sind. Das Angebot der Hotline für Essstörungen richtet sich vor allem an Teams in Einrichtungen.

Weitere Informationen zum Angebot:

Den Termin vereinbaren wir individuell mit der Institution (mind. TeilnehmerInnenzahl 10, max. TeilnehmerInnenzahl 16 Personen) und kann entweder Dienstag oder Donnerstag von 9h – 11h stattfinden.

Der Workshop findet über die Plattform Zoom statt. Nach der Terminvereinbarung schicken wir Ihnen einen Willkommensbrief mit Zoom-Link zum Einwählen und detaillierter Informationen zum Ablauf. Die Workshops sind ein kostenloses Angebot der Wiener Gesundheitsförderung.

Anmeldungen unter:

Mag.^a Ursula Knell, E-Mail: ursula.knell@wig.or.at

Gabriele Haselberger, E-Mail: gabriele.haselberger@wig.or.at

Hotline für Essstörungen

Die Hotline für Essstörungen **0800 20 11 20** wurde 1998 vom Wiener Programm für Frauengesundheit gegründet und 2009 von der Wiener Gesundheitsförderung übernommen. Sie ist eine kostenlose, anonyme und niederschwellige Telefonberatungsstelle und von Montag bis Donnerstag (werktags) von 12 bis 17 Uhr erreichbar. Betroffenen und Angehörigen von Menschen mit Essstörungen bietet die Hotline professionelle Hilfe und Beratung. Fachleuten aus dem engeren und weiteren Zielgruppenbereich dient sie als Informationsplattform. Im Jahr 2004 wurde die E-Mail Beratung unter hilfe@essstoerungshotline.at eingerichtet vor allem für jene Menschen, für die das telefonische Beratungsangebot eine Hemmschwelle darstellt.

**Hotline für Essstörungen der Wiener Gesundheitsförderung
0800 20 11 20**

kostenlos – anonym – bundesweit

Montag bis Donnerstag, von 12–17 Uhr (ausgenommen Feiertage)

E-Mail-Beratung: hilfe@essstoerungshotline.at

www.essstoerungshotline.at