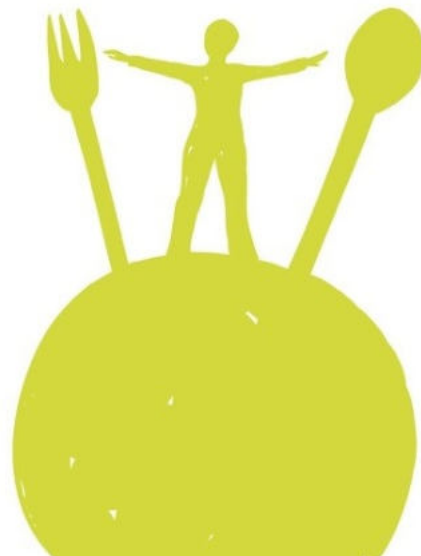


# JAHRESRÜCKBLICK 2021

## Fachberatung bei Essstörungen und Jugendberatung bei Essstörungen



Jugendberatung  
bei Essstörungen

Gefördert durch die  
**Aktion**  
MENSCH

**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 aus Mitteln der Aktion Mensch 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, der Aktion Mensch, den Mitfrauen und fördernden Mitgliedern des Vereins, sowie allen Spender\*innen.

# Inhaltsverzeichnis

1	Die Fachberatungsstelle.....	S. 3
2	Personelle Ausstattung.....	S. 3
3	Finanzierung.....	S. 5
4	Statistik.....	S. 6
	4.1. Erwachsenenberatung	S. 6
	4.2. Jugendberatung	S. 7
5	Neue Angebote für erwachsene und jugendliche Männer* .....	S. 8
6	Gruppen.....	S. 9
	6.1. Erwachsenenberatung	S. 9
	6.2. Jugendberatung	S. 10
7	Veranstaltungen.....	S. 11
8	Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung.....	S. 12
	Arbeitskreise, politische Arbeit und Fortbildungen	S. 12
	Therapeut*innenabfrage für erwachsene Betroffene	S. 13
	Aufbau Instagram-Kanal	S. 14
	Filmspots zur Prävention	S. 15
	Interviews in Presse und Radio	S. 16
9	Telefonische Beratung.....	S. 17
	10.1 Erwachsenenberatung	S. 17
	10.2 Jugendberatung	S. 20
10	Persönliche Beratung.....	S. 23
	11.1 Erwachsenenberatung	S. 23
	11.2 Jugendberatung	S. 27
11	Resümee und Ausblick.....	S. 31
	11.1 Erwachsenenberatung	S. 32
	11.2 Jugendberatung	S. 33

# 1 Die Fachberatungsstelle

Die Fachberatungsstelle ist die einzige spezifische Beratungseinrichtung für Erwachsene und Jugendliche mit Essstörungen, ihre Angehörigen und Multiplikator\*innen im gesamten Bezirk Mittelfranken.

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

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.

**Essstörungen** sind psychosomatische Erkrankungen mit Suchtcharakter. Sie treten in den Hauptformen Magersucht (Anorexie), Ess-Brechsucht (Bulimie) und Binge-Eating-Störung (Essanfalle ohne anschließende Gegenmaßnahmen wie Erbrechen oder Fasten) auf.

## 2 Personelle Ausstattung

### Hauptamtliche Mitarbeiter\*innen



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

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



Svenja Gläßge, Sozialpädagogin M.A.  
Stellvertretende Geschäftsführende Leitung  
Systemische Beraterin  
39 Wochenstunden Erwachsenenberatung  
Mitarbeiterin seit September 2018  
In Mutterschutz seit April 2021

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





Tobias Bauernschmitt, Sozialpädagoge B.A.  
Suchthilfe M.Sc., Suchttherapeut (VT)  
15 Wochenstunden Jugend-/Erwachsenenberatung/  
männliche Betroffene  
Mitarbeiter seit September 2021

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



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

Christina Krieger, Diplom-Sozialpädagogin (FH)  
Systemische Beraterin  
12 Wochenstunden vom 01.01. bis 31.03.2021 Jugendberatung  
6 Wochenstunden vom 01.05. bis 31.05.2021 Jugendberatung  
Mitarbeiterin in Vertretungsfällen seit August 2018



Astrid Bartsch, Verwaltung  
25 Wochenstunden  
Mitarbeiterin seit Mai 2011

Bettina Laubach, Verwaltung  
7 Wochenstunden  
Mitarbeiterin seit September 2020



**Im Gedenken an Stefan Oidtmann**, Kommunikationsdesigner und  
Administrator unserer Homepage  
Sein Tod kam völlig unerwartet und wir verabschieden uns  
schweren Herzens von unserem langjährigen externen Mitarbeiter.

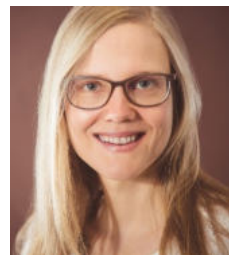
### **Ehrenamtliche Vorständ\*innen**

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 Vorständinnen

v. l. n. r. Prof. Dr. Christiane Alberternst, Elisabeth Benzing, Yvonne Hammer, Anna Sophia Feuerbach

### **Ehrenamtliche Kassenprüfer\*in**

Sanela Numanovic

### **Mitglieder und fördernde Personen**

Der Verein hat 11 Mitglieder, die Beiträge entrichten und 12 Personen, die ihn kontinuierlich finanziell fördern.

## **3 Finanzierung**

Die Stellen der Fachberater\*innen werden vom Bezirk Mittelfranken finanziert (derzeit 1,96 Fachkraft und 0,55 Verwaltung), die Sachkosten werden von der Stadt Nürnberg getragen. Die Verwaltungsstelle wird vom Bezirk Mittelfranken und aus Vereinsmitteln finanziert. Aktion Mensch fördert Personal- und Sachkosten für die Jugendberatung für den Zeitraum von weiteren zwei Jahren (Juni 2021 bis Mai 2023).

Um passende Angebote für verschiedene Zielgruppen bereithalten zu können und auf weitere Bedarfe zu reagieren, sind zusätzliche Stellenerhöhungen geplant und Anträge gestellt. Um dieses Ziel zu erreichen, stellte der Verein beim Bezirk Mittelfranken für das Jahr 2021 einen Personalantrag in Höhe einer 0,5 Vollzeitstelle Fachkraft. Dieser Antrag wurde bewilligt und für Angebote für die neue Zielgruppe betroffene Männer\* und den Ausbau der Arbeit in Kleingruppen verwendet.

Erfreulicherweise wurde ein weiterer Förderantrag an Aktion Mensch für die Jugendberatung mit einem Personalumfang von 35 Stunden pro Woche bis Mai 2023 bewilligt. Der Antrag an die Stadt Nürnberg wurde mit Begründung der Haushaltslage abgelehnt. Mit einer Starthilfe der Stadt Nürnberg Stiftung konnte unser Instagram-Account im Oktober an den Start gehen.

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 arbeiten in kollegialer Beratung mit Mitarbeiter\*innen anderer Einrichtungen zusammen. Sie erhalten externe Supervision, regelmäßige Fortbildungen und Weiterbildungen. Die Dokumentation erfolgt über standardisierte Qualitätssicherungsbögen.

## 4 Statistik 2021

### 4.1 Erwachsenenberatung

- Bei den persönlichen Beratungen gab es nach dem sprunghaften Anstieg um fast das Doppelte in 2020 (990 Beratungen) nur einen leichten Rückgang um 78 Gespräche. Auch bei der telefonischen Beratung gab es keine wesentliche Veränderung. Die Zahl der Ratsuchenden blieb insgesamt stabil.
- Zurückgegangen auf das Niveau von 2019 sind E-Mail-Anfragen und datengeschützte online-Kontakte.
- Einen deutlichen Zuwachs gab es bei den Angeboten der sozialpädagogisch angeleiteten Kleingruppen. Hier war die Nachfrage so hoch, dass im Vergleich zum Vorjahr 40 Treffen mehr stattfanden, im Vergleich zu vor der Pandemie, 20 Treffen mehr.
- Aufgrund der Rahmenbedingungen für Veranstaltungen konnte der Trialog nur zwei Mal angeboten werden.

#### **288 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 direkt erreichbar. Der Anrufbeantworter wird mehrmals täglich abgehört und die Berater\*innen rufen zeitnah zurück.

#### **912 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.

#### **104 angeleitete Gruppentermine für 13 Gruppen (8 Termine) mit 4 bis 5 Teilnehmer\*innen**

Hier stehen die gegenseitige Unterstützung und angeleitete Übungen zur verbesserten Körperwahrnehmung im Mittelpunkt.

Der Gruppenbeginn war jeweils im März und Oktober 2021. Es gab eine Vormittags- und drei Abendgruppen. Sie fanden 14-tägig im wöchentlichen Wechsel statt. Aufgrund der hohen Nachfrage wurde im Oktober ein weiteres Gruppenangebot für Frauen geschaffen.

Weiterhin planten wir ab Oktober als neues Angebot eine Gruppe für Männer\*. Da diese jedoch nicht voll besetzt war, wurde die Gruppe gemischt besetzt.

**2 Trialog-Abende** (moderierte Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachleute) fanden mit je 10 Teilnehmenden im Künstlerhaus statt (Juli und Oktober). Weitere Trialog-Abende waren auf Grund der Corona-Situation und der neuen Auslastungsquote nicht umsetzbar und mussten abgesagt werden.

**38 datengeschützte Online-Beratungskontakte** für 26 laufende Beratungen

**298 Beantwortungen von E-Mail-Anfragen**

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

## 4.2 Übersicht über die Leistungen der Jugendberatung bei Essstörungen

Personalausstattung durch Aktion Mensch bis 28.02.2021: 30 Stunden Fachkraft, 10 Stunden Verwaltung.

Personalausstattung durch Aktion Mensch ab 01.06.2021: 35 Stunden Fachkräfte.

In der Übergangszeit wurde Personal aus Vereinsmittel finanziert und die Jugendberatung somit aufrecht erhalten.

In der Jugendarbeit kam es trotz Lücken in der Finanzierung gegenüber dem Vorjahr zu insgesamt gleichbleibend hohen Beratungszahlen, wobei die telefonische Beratung deutlich zugenommen hat und die Email- und online-Anfragen abgenommen haben.

Wir bedauern sehr, dass wir kaum Veranstaltungen anbieten konnten. Durch die Corona-Maßnahmen sind hier große Lücken in der Prävention, beim Trialog und beim Elternworkshop entstanden.

### **199 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. Ansonsten Anfrage über Anrufbeantworter oder E-Mail und zeitnaher Rückruf.

### **303 persönliche Beratungen**

Die Beratung kann einmalig oder fortlaufend stattfinden. Die Wartezeit auf einen Termin betrug in der Regel 3 bis 4 Wochen, die Abstände bei fortlaufender Beratung 4-5 Wochen.

### **2 Jugendgruppen als themengeleitete und moderierte Angebote**

- 6 Termine mit 4 Teilnehmenden ab Juni
- 5 Termine mit 5 Teilnehmenden ab Oktober

### **2 Elternworkshops** (dreiteilig) für 8 Teilnehmende

- im Mai/Juni als online-Workshop
- Im Oktober/November in Präsenz in den Räumen der Bayerischen Krebsgesellschaft

**2 Trialog-Abende** (moderierte Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachleute) fanden mit je 10 Teilnehmenden im Künstlerhaus statt (Juli und Oktober). Weitere Trialog-Abende waren auf Grund der Corona-Situation und den ständig sich ändernden Bestimmungen nicht umsetzbar und mussten abgesagt werden.

### **53 Beantwortungen von E-Mail-Anfragen**

### **29 datengeschützte Online-Beratungskontakte für 10 laufende Beratungen**

#### **Infoveranstaltungen und Seminare zu Essstörungen für verschiedene Zielgruppen:**

- Elternabend des Kreisjugendrings Roth mit Silke Tauschek-Hertzberg, 30.06.2021
- Einrichtungs-Ralley des BJV der Berufsschule 7 des mit Christine Ertl 13.07.2021
- Online-Seminar für Teilnehmende am Bundesfreiwilligen-Dienstes des IB Nürnberg 04.2021

#### **Prävention**

Die jährlich im Gesundheitsamt stattfindende und vom Arbeitskreis Essstörungen organisierte Präventionsveranstaltung „Der Klang meines Körpers“ (Führungen für Schulklassen, Elternabend, allgemeiner Öffnungszeit mit niedrigschwelligem Beratungsangebot und Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte) musste pandemiebedingt ein zweites Mal abgesagt werden.

## **5 Neue Angebote für erwachsene und jugendliche Männer\***

Beratung konnten betroffene Männer bei der Fachberatung schon immer erhalten, auch wenn die Stelle lange als Institution ausschließlich für betroffene Frauen galt. Seit 01.09.2021 gibt es die Besonderheit, dass betroffene Männer\* eine geschlechtsspezifische Beratung erhalten können und im Rahmen der Gruppenangebote ein spezielles Angebot für Männer\* mit Essstörungen vorgehalten werden kann. Dienstag und Donnerstag besteht bei Bedarf und Wunsch für betroffene Männer\* und Jungen die Möglichkeit, sich mit einem männlichen Berater über die Thematik auszutauschen.

Stand zu Beginn der Aufnahme der Tätigkeit die Vernetzung, Veröffentlichung und Bekanntmachung des Angebots im Vordergrund, so nehmen aktuell sukzessive die Anmeldezahlen von betroffenen Männern\* zu. Diese können sowohl durch Einzelberatungen als auch im Rahmen der angeleiteten Gruppen Unterstützung finden. Aktuell findet die für Männer\* ausgelegte Gruppe noch in gemischter Anzahl der Geschlechter statt. Im nächsten Jahr besteht auf Grund der gestiegenen Interessentenzahlen die Möglichkeit eine reine Männergruppe anzubieten.

### **Kooperationen**

Insbesondere wurde mit den regionalen, an Männer\* gerichteten Anbietern von Unterstützungsleistungen Kooperationen eingegangen. So fanden folgende einrichtungsübergreifende persönliche Gespräche statt:

- Beauftragter der Stadt Nürnberg zum Thema Männergesundheit Michael Eckert
- Fliederlich e.V.
- „Jungenbüro“
- Beratungsstelle für von häuslicher Gewalt betroffene Männer

Durch die Netzwerke besteht so die Möglichkeit, betroffenen Personen zielgerichtet das richtige Angebot zukommen zu lassen und Überschneidungsbereiche in den Beratungen zu ergänzen.

Überregional konnten wir unser Angebot im Online-Register für Männerangebote platzieren und stehen über den Bundesfachverband Essstörungen im Austausch mit der Essstörungenberatung in Leipzig und der Caritas Fachambulanz in München, die ebenfalls geschlechtsspezifische Beratung für betroffene Männer\* mit Essstörungen anbieten.

### **Öffentlichkeitsarbeit**

Das neue Angebot wurde im „AK Sucht“ vorgestellt und der Verein wurde in den bestehenden Arbeitskreis „Jungen- und Männergesundheit“ aufgenommen.

Durch unseren Instagram-Account machen wir neben vielen anderen Themenbereichen auch immer für die Thematik der Essstörungen bei Männern\* aufmerksam, um Betroffene und ihr Umfeld dafür zu sensibilisieren.

Der im November erschienene Artikel in den Nürnberger Nachrichten widmete sich u.a. auch der Situation betroffener Männer (siehe S. 15).

### **Zahlen zur Inanspruchnahme von Beratungen und Gruppen Sept. bis Dez. 2021**

- 9 Anmeldungen von Männern und einem Jungen für die Erstberatung
- davon sind 4 Klienten fortlaufend in der Beratung
- 3 Klienten nahmen am Infoabend für Gruppen teil, wobei ein Mann verbindlich zugesagt hat
- für den neuen Turnus ab März 2022 gibt es 5 männliche Interessenten, so dass eine eigene Gruppe für betroffene Männer\* möglich wird

## 6 Gruppen

### 6.1 Erwachsenenberatung

#### Angeleitete Gruppen

Diese starten im März und Oktober 2021 mit jeweils 4-5 Teilnehmenden unter Schutzmaßnahmen. Das Gruppenangebot wurde um eine Frauengruppe erweitert. Ein weiteres Angebot war die Gruppe für Männer\* ab Oktober 2021. Da diese jedoch nicht voll besetzt war, wurde sie gemischt belegt.



**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 2021  
Gruppen am Dienstagvormittag / Dienstagabend / Mittwochabend  
8 Termine, 14-täglich, 40 € Gruppengebühr  
(ermäßigter Betrag: 20 € in Absprache möglich)

**Voraussetzung:** Teilnahme an einer Infoveranstaltung, sowie ein BMI ab 16

**Infoveranstaltungen:** Dienstag, 14.09.2021 um 10 Uhr,  
Dienstag, 14.09.2021 um 17 Uhr,  
Mittwoch, 15.09.2021 um 17:30 Uhr

**Kontakt:** 0911 – 47 17 11 oder [gruppen@essstoerungen-mittelfranken.de](mailto:gruppen@essstoerungen-mittelfranken.de)

**Ort:** Fachberatung bei Essstörungen - dick und dünn Nürnberg e.V.  
Kühnertsgasse 24  
90402 Nürnberg

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



**Angeleitete Gruppen für Männer\* 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 2021 / Gruppe am Donnerstagabend 8 Termine, 14-täglich, 40 € Gruppengebühr  
(ermäßigter Betrag: 20 € in Absprache möglich)

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

**Voraussetzung:** Teilnahme an einer Infoveranstaltung, sowie ein BMI ab 16

**Infoveranstaltung:** Donnerstag, 16.09.2021 um 17:30 Uhr

**Kontakt:** 0911 – 47 17 11 oder [gruppen@essstoerungen-mittelfranken.de](mailto:gruppen@essstoerungen-mittelfranken.de)


**Ort:** Fachberatung bei Essstörungen - dick und dünn Nürnberg e.V.  
Kühnertsgasse 24  
90402 Nürnberg

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

## 6.2 Jugendberatung

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

Im Juni und Oktober 2021 starteten Gruppen mit 4 Jugendlichen unter der Leitung der Beraterin Lilli-Marie Jüstel. Die Gruppe wurde von Mädchen genutzt, die bereits in der Beratung angebunden waren.



**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:** 21.06 / 28.06. / 05.07. / 12.07. / 19.07. / 26.07.2021, montags jeweils von 16:00 – 17:15 Uhr

**Gruppengröße:** max.4 Personen

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

**Voraussetzung:** Persönliches Gespräch

**Anmeldung:** 0911 - 471711 oder [lilli.juestel@essstoerungen-mittelfranken.de](mailto:lilli.juestel@essstoerungen-mittelfranken.de)

**Ort:** Fachberatung bei Essstörungen  
Jugendberatung bei Essstörungen  
dick und dünn Nürnberg e.V.  
Kühnertsgasse 24  
90402 Nürnberg

dick und dünn Nürnberg e.V. • Kühnertsgasse 24 • 90402 Nürnberg • 0911 - 47 17 11 • [kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de](mailto:kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de) • [www.essstoerungen-mittelfranken.de](http://www.essstoerungen-mittelfranken.de)

### Elternworkshop (dreiteilig)

Der erste Elternworkshop ab Mai musste online mit 6 Plätzen stattfinden. Der zweite Workshop ab November fand mit 8 Teilnehmenden in Präsenz statt. Geleitet wurde der Workshop von den Beraterinnen 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:** donnerstags 28.10. und 25.11.2021 von 17-19 Uhr sowie Montag 29.11.2021 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 (vlt)

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

**Rückfragen:** 0911 - 471711 oder [silke.tauschek@essstoerungen-mittelfranken.de](mailto:silke.tauschek@essstoerungen-mittelfranken.de), Teilnahme nach persönlichem Vorgespräch

**Ort:** Künstlerhaus  
Königstraße 93  
90402 Nürnberg

dick und dünn Nürnberg e.V. • Kühnertsgasse 24 • 90402 Nürnberg • 0911 - 47 17 11 • [kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de](mailto:kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de) • [www.essstoerungen-mittelfranken.de](http://www.essstoerungen-mittelfranken.de)

## 7 Veranstaltungen

### a. 2 Trialog-Abende (moderierte Gesprächsrunde)

Diese fanden mit je 10 Teilnehmenden im Künstlerhaus statt (Juli und Oktober). Weitere Trialog-Abende waren auf Grund der Corona-Situation und den ständig sich ändernden Bestimmungen nicht umsetzbar und mussten abgesagt werden.



**Jugendberatung bei Essstörungen**

**Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachleute die mit dem Thema Essstörungen zu tun haben**

Welche Erfahrung habe ich mit dieser Erkrankung gemacht? Wie bin ich mit mir und den Menschen in meinem Umfeld umgegangen?  
Wie ist meine Sicht als Mutter, Vater, Partner\*in, Freund\*in, .... darauf und was hat die Erkrankung bei mir ausgelöst?  
Welche Hilfestellungen geben die Profis? Was hilft denn überhaupt?

**Termin:** Donnerstag, den 21.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr

**Gruppengröße:** max. 10 Personen und **nur mit Anmeldung**

**Moderation:** Silke Tauschek-Hertzberg Diplom-Sozialpädagogin (FH), Systemische Therapeutin (DGSF)

**Kosten:** 5 €/ermäßigt 2,50 € für Raummiete

**Anmeldung:** kontakt@essstoerungen-mittelfranken.de  
oder datengeschützt über  
<https://essstoerungen-mittelfranken.beranet.info/>

**Ort:** Künstlerhaus  
Königstraße 93  
90402 Nürnberg

**Fachberatung bei Essstörungen**

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

### b. Infoveranstaltungen und Seminare zu Essstörungen für verschiedene Zielgruppen:

- Elternabend des Kreisjugendrings Roth mit Silke Tauschek-Hertzberg, 30.06.2021
- Einrichtungs-Ralley des BVJ der Berufsschule 7 mit Christine Ertl, 13.07.2021
- Online-Seminar für Teilnehmende am Bundesfreiwilligen-Dienstes des IB Nürnberg, 14.04.2021, gehalten von Christine Ertl

## 8 Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

Auf kommunaler und bundesweiter Ebene ist Vernetzung ein arbeitsintensiver Tätigkeitsbereich. Öffentlichkeitsarbeit wurde in diesem Jahr erneut verstärkt über digitale Projekte und Pressearbeit geleistet.

### Unsere Beratungsstelle ist Mitglied in folgenden Verbänden und Arbeitskreisen:

- Bundesfachverband Essstörungen e.V.
- Der Paritätische e.V.
- Arbeitskreis Essstörungen Nürnberg
- Arbeitskreis Sucht der Stadt Nürnberg
- Arbeitskreis Gemeindepsychiatrie der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft Nürnberg
- Mädchenarbeitskreis der Stadt Nürnberg

### Politische Arbeit:

- Treffen mit dem Bundestagsabgeordneten Sebastian Brehm, März 2021 und CSU-Stadträtin Claudia Bälz zur Finanzierung der Jugendberatung
- Persönliches Treffen mit der Grünen-Stadträtin Andrea Friedel
- Teilnahme am runden Tisch der Kinder- und Jugendpsychiatrie zur psychosozialen Situation von Kindern und Jugendlichen infolge der Pandemie
- Fahnenaktion zum Internationalen Gedenktag gegen Gewalt an Frauen am 25.11.2021, zusammen mit dem Arbeitskreis Mädchen- und Frauenfachforum in Nürnberg)



### Wir nahmen an folgenden Fortbildungen und Tagungen teil:

- Bundesfachverband Essstörungen (BFE) Online-Treffen, 22.03.2021
- Instagram Online-Fortbildung, 06.07.2021
- Focusing und Meditation 18.-20.07.2021, DFI Würzburg
- TherapieCentrum Essstörungen München, Präsenz-Tag der offenen Tür, 12.10.2021
- Online-Symposium des Forums für Essstörungen, 30.10.2021
- Online-Fortbildung Frankfurter Zentrum „Reden allein reicht nicht“, 5.+6.11.2021
- Bundesfachverband Essstörungen (BFE) Online-Tagung, 18.11.2021
- Somatic Meditation, Online-Jahresprogramm

Wir führten einen eintägigen Klausurtag durch, 09.11.2021



## Aufbau Instagram-Kanal unterstützt durch



Referat für Jugend,  
Familie und Soziales

Durch die finanzielle Unterstützung aus dem Projekt- und Initiativenfonds der Stadt Nürnberg, Referat für Jugend, Familie und Soziales, wurde uns die professionelle Mediengestaltung für den Instagram Account ermöglicht.

Nach der fachlichen Betreuung durch Carina Albersdörfer (Masterstudentin für Multimediales Didaktisches Design), konnte Ende September 2021 der erste Post erfolgen. Mitte Oktober vergangenen Jahres startete die regelmäßige Bespielung des Kanals.

Innerhalb dieser 3 Monate gingen 32 Posts online. Mindestens einmal pro Woche kommt neuer Content hinzu. Die Follower\*innenanzahl war auf knapp über 200 angestiegen und liegt zum jetzigen Zeitpunkt bei mehr als 240 Abonnent\*innen (Januar 2022).

Tägliche Stories mit wertvollen Inhalten und Anregungen, z.B. zu den Themen Selbstfürsorge, Traumata oder Emotionen, halten Interessierte auf dem Laufenden. In der Regel werden diese von durchschnittlich 60 Personen angesehen und durch weitere Ideen und Kooperationen ausgebaut.

Die produzierten Film-Spots für die Jugendberatung finden auf dieser Plattform ihre Veröffentlichung. Die Videospots verzeichnen von November bis heute 424 Aufrufe. Interaktionen über Stories, direct Messages und Kommentarfunktion wachsen stetig. Von Klient\*innen und Follower\*innen wurden uns persönliche Texte als „Sprachrohr“ anvertraut.

Der Instagram Account von dickundduenn\_nbgev bietet von der Vorstellung der Einrichtung, Aufgaben und Mitarbeiter\*innen bis hin zu aktuellen Themen, Selbstreflexion und Aufklärungsarbeit unterschiedlichsten Mehrwert. Dabei wird vor allem auf Verständlichkeit, Lebensbezug und Leichtigkeit Wert gelegt.



## Die Film-Spots finanziert von



„Tigerauge“ Initiative Kinderhospiz Nordbayern e.V.



Wir danken an dieser Stelle der großzügigen Spende von Tigerauge e.V., die die professionellen Dreharbeiten möglich gemacht haben.

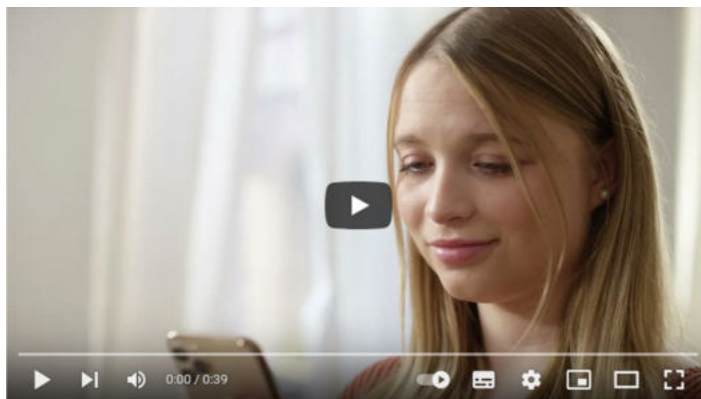
Die Spots sind zu sehen auf:



und



Dieses Medium wird für eine online- oder Präsenzveranstaltung zur Prävention eingesetzt.



Jugendberatung bei Essstörungen in Nürnberg (Mädchen Spot)

[https://www.youtube.com/watch?v=CY0wk\\_fMumc](https://www.youtube.com/watch?v=CY0wk_fMumc)



Jugendberatung bei Essstörungen in Nürnberg (Jungen Spot)

[https://www.youtube.com/watch?v=JD\\_ygLeT1Mo](https://www.youtube.com/watch?v=JD_ygLeT1Mo)

## Interviews in Presse und Radio

Artikel NN Nordbayern vom 17.03.2021, 14:50 Uhr

### **Esstörungen: So hilft der Verein dick und dünn Nürnberg**

Von Johannes Handl

<https://www.nordbayern.de/region/nuernberg/essstorungen-so-hilft-der-verein-dick-und-dunn-nurnberg-1.10924956>

Artikel NN Nordbayern vom 28.11.2021, 09:58 Uhr

Verein dick und dünn Nürnberg möchte helfen

### **Esstörungen: Corona verschärft die Situation für Betroffene zusätzlich**

Von Johannes Handl

<https://www.nn.de/nuernberg/essstorungen-corona-verscharft-die-situation-fur-betroffene-zusätzlich-1.11557709>

Interview BR24 vom 08.03.2021, 18:04 Uhr

### **Abnehmen im Frühling: Anti-Diät-Gruppe gegen Schönheitsideal**

Radio-Interview mit Vorstandsfrau Anna Sophia Feuerbach anlässlich der Anti-Diät-Gruppe bei Kiss Mittelfranken

## 9 Telefonische Beratung

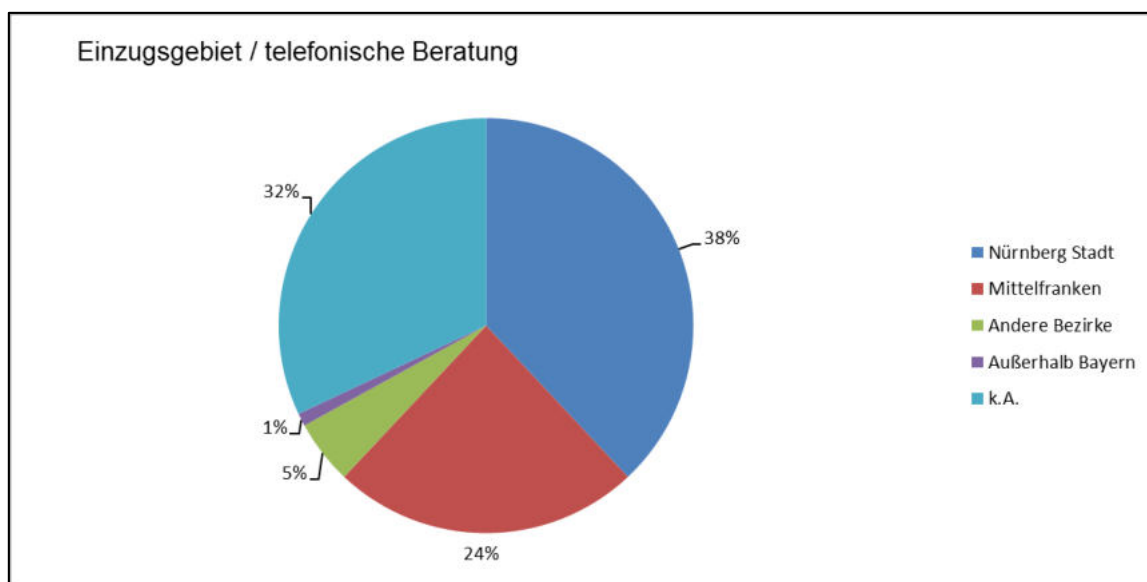
### 9.1 Erwachsenenberatung

Es wurden 288 telefonische Beratungsgespräche geführt.

Alle folgenden klient\*innenbezogenen Daten basieren auf Angaben der anrufenden Personen. Die Niedrigschwelligkeit der telefonischen Beratung begründet die Anzahl von fehlenden Daten.

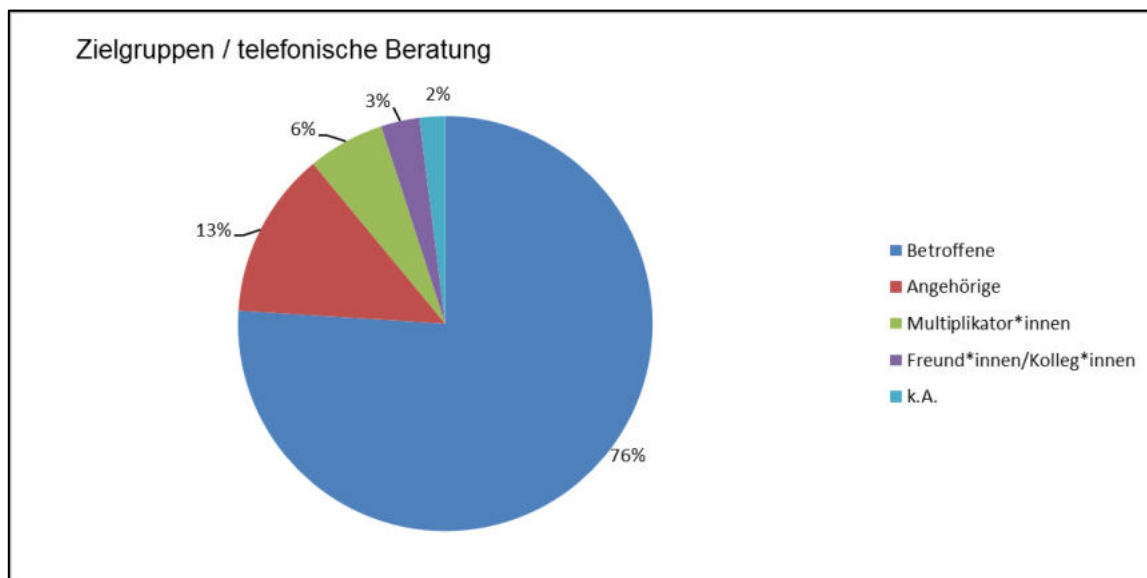
#### Einzugsgebiet

Der Aussagegehalt dieser Statistik ist als schwach einzustufen, da 32% der Anrufenden keine Ortsangabe machten. Wir verweisen auf aussagekräftigere Zahlen der persönlichen Beratung. 62% der Anrufenden kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 38% aus der Stadt Nürnberg. 6% der Anrufe kamen aus anderen Bezirken oder Bundesländern.



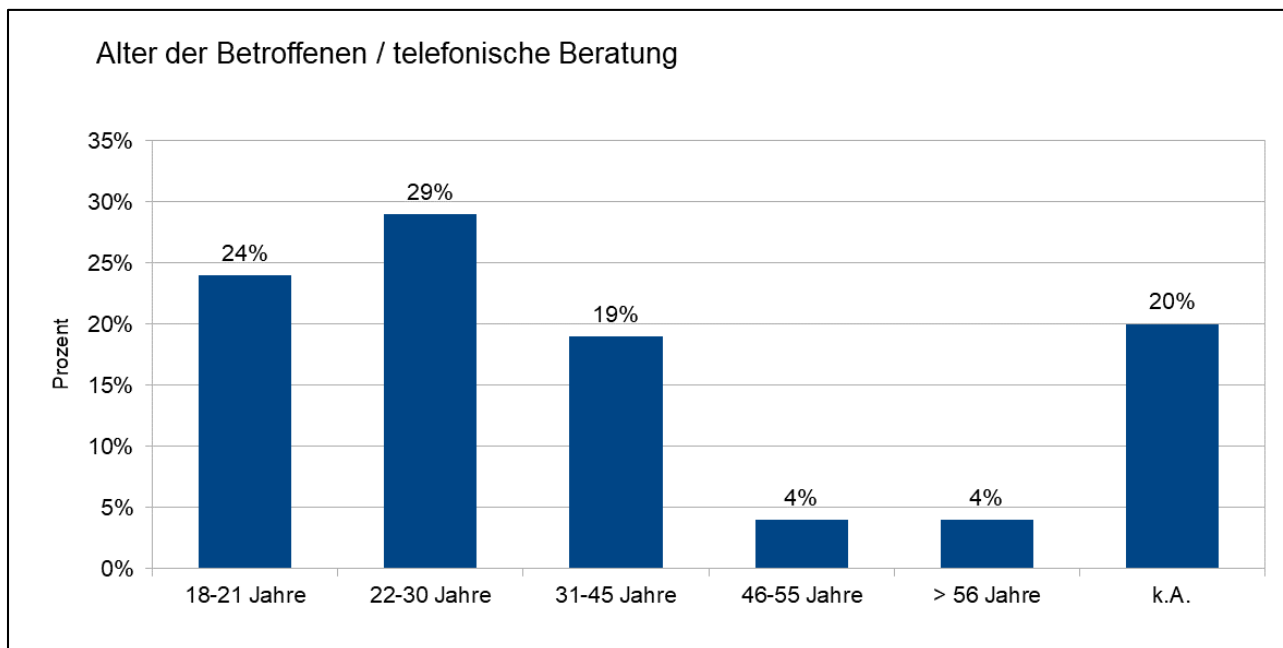
#### Zielgruppen

76% der Anrufenden waren Betroffene, 13% waren Angehörige, 6% Multiplikator\*innen und 3% Freund\*innen oder Kolleg\*innen.



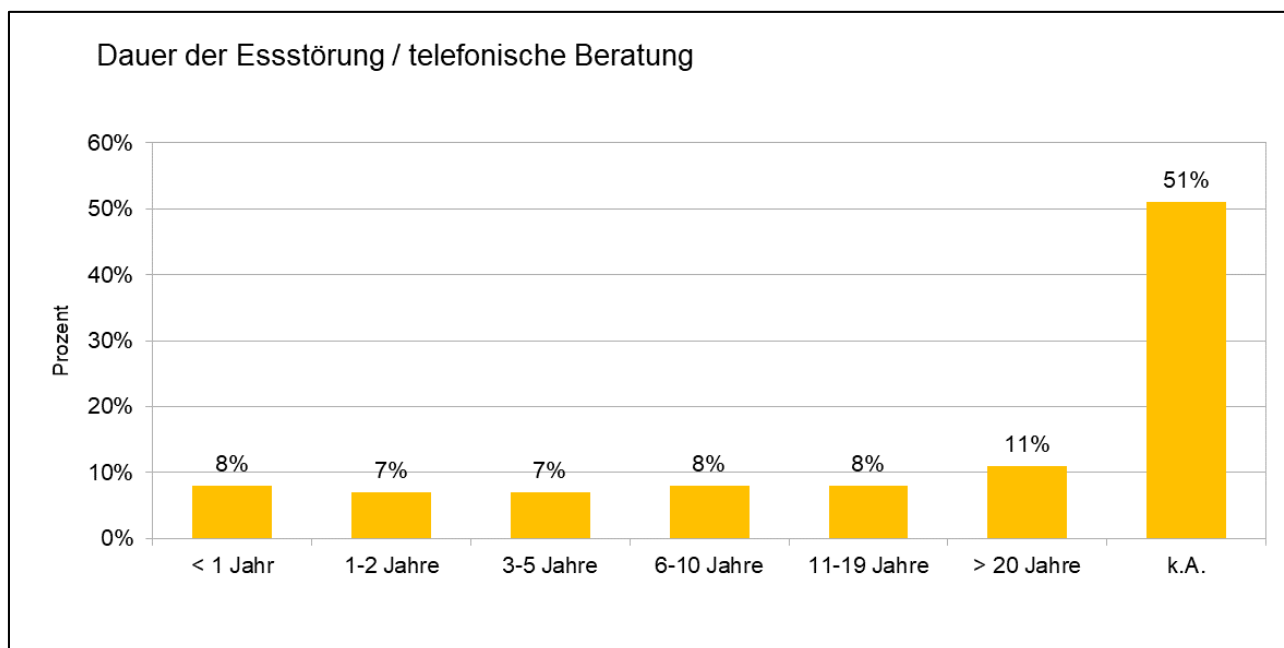
## Alter der Betroffenen

Im Folgenden ist das Alter der Betroffenen ersichtlich, allerdings machten 20% der Personen keine Angaben.



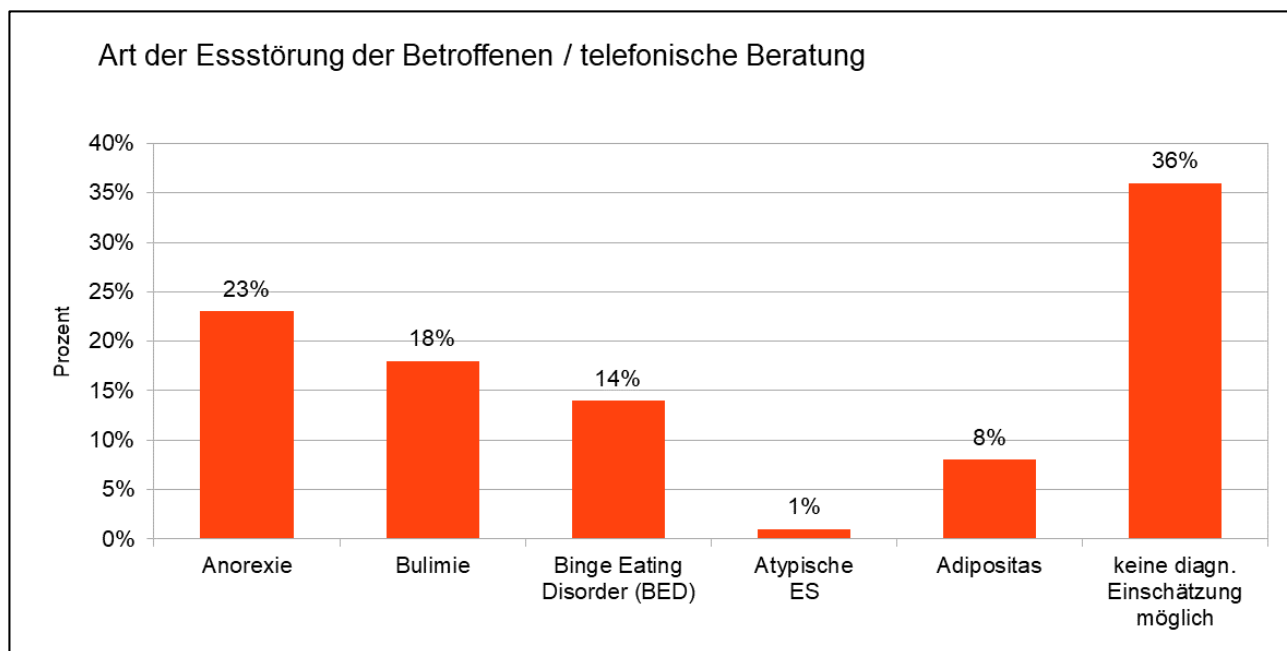
## Dauer der Essstörung

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 - mit Ausnahme des Zeitraums von 20 Jahre und mehr (11%) – zum Zeitpunkt des Anrufs annähernd gleich hoch (7-8%).



## Art der Essstörung

36% der Anrufenden konnten sich nicht zur Art der Essstörung äußern. Einordnungen zu Magersucht lagen bei 23%, zu Bulimie bei 18% und zur Diagnose Binge Eating Disorder bei 14%. Atypische Essstörungen liegen bei 1% und Adipositas bei 8%.



## Bisher von den Anrufenden in Anspruch genommene Maßnahmen

14% der Betroffenen oder deren Angehörigen gaben an, bisher keine Maßnahmen zur Bewältigung der Essstörung ergriffen zu haben. 50% 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

81% vereinbarten einen persönlichen Beratungstermin. Verglichen mit den Vorjahren stellen wir fest, dass diese Zahl beständig steigt. Häufig ging es um erste Beratungshilfen zu Umgangs- und Verhaltensmöglichkeiten sowie allgemeine Informationen zu Essstörungen. Weiterhin ging es um allgemeine psychosoziale Themen, Krisenberatung, Ernährungsberatung und Vermittlung an andere Beratungseinrichtungen zu Gesundheit, Erziehung, etc.

## 9.2 Jugendberatung Telefonische Beratung

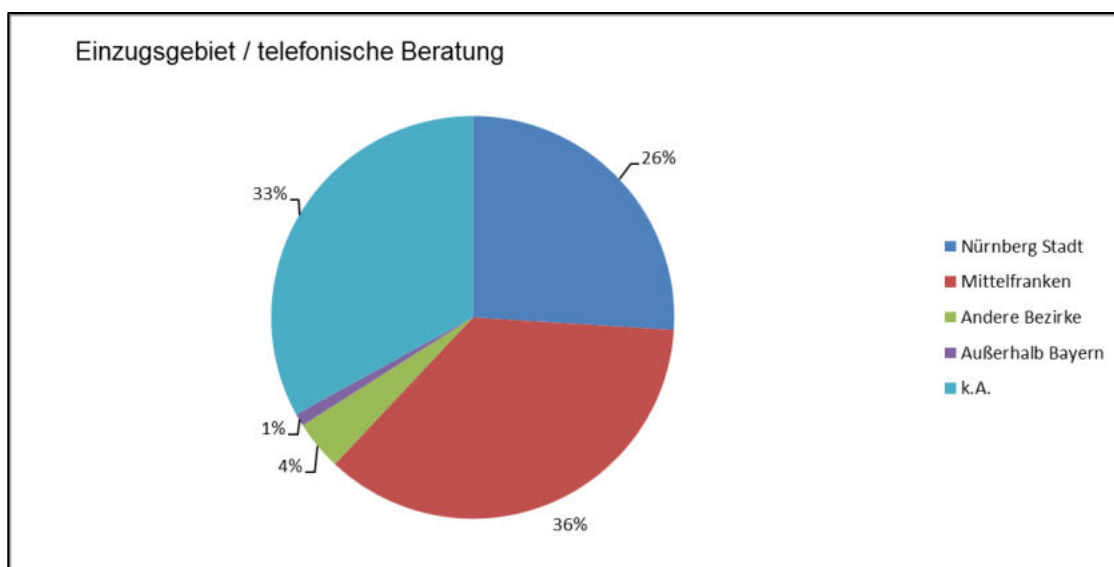
Alle folgenden klient\*innenbezogenen Daten basieren auf Angaben der anrufenden Person.

**Es wurden 199 telefonische Beratungsgespräche geführt.**

### Einzugsgebiet

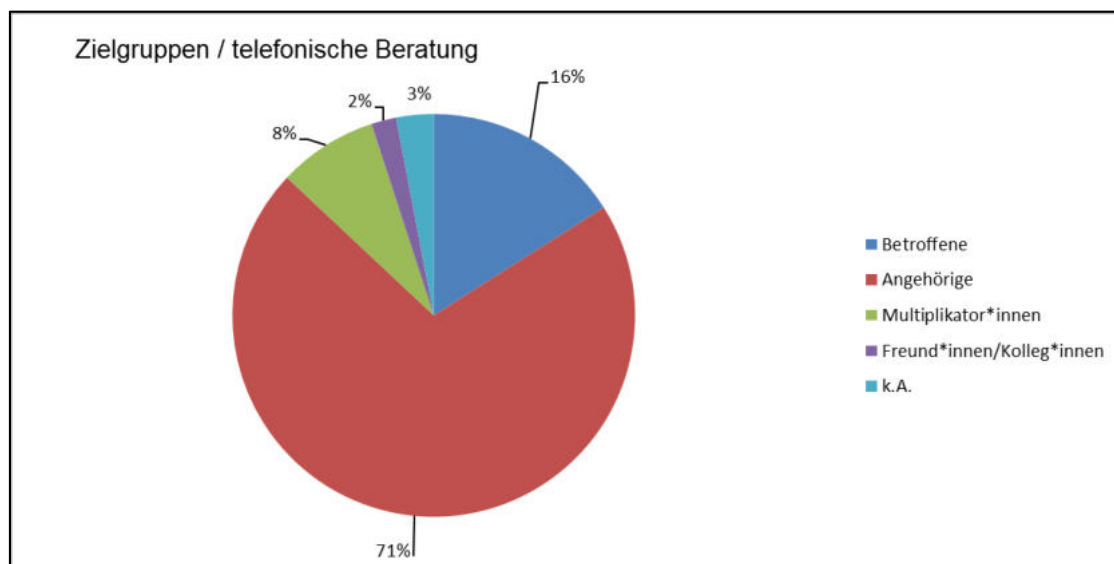
33% machten keine Angabe, daher ist die Aussagekraft als schwach einzustufen. Wir verweisen an dieser Stelle auf die genaueren Daten der persönlichen Beratung.

62% der Anrufenden kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 26% aus der Stadt Nürnberg. 5% der Anrufe kamen aus anderen Bezirken oder Bundesländern.



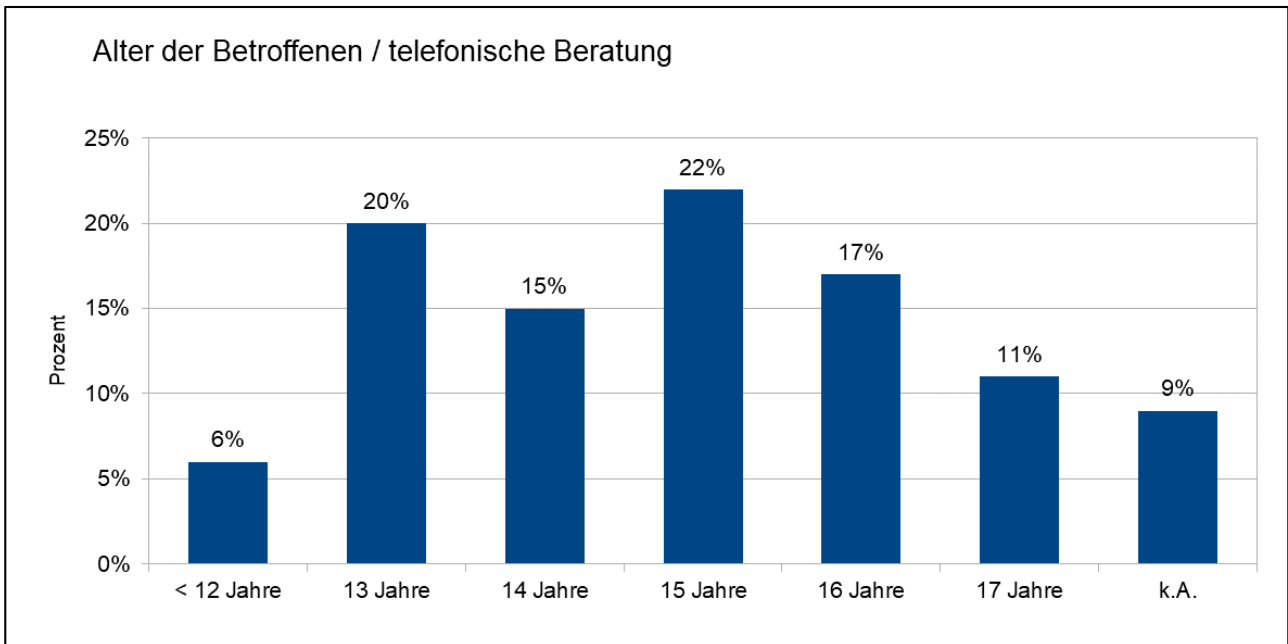
### Zielgruppen

71% der Anrufenden waren Angehörige, 16% Betroffene, 8% Multiplikator\*innen und 2% Freund\*innen oder Kolleg\*innen.



## Alter der Betroffenen

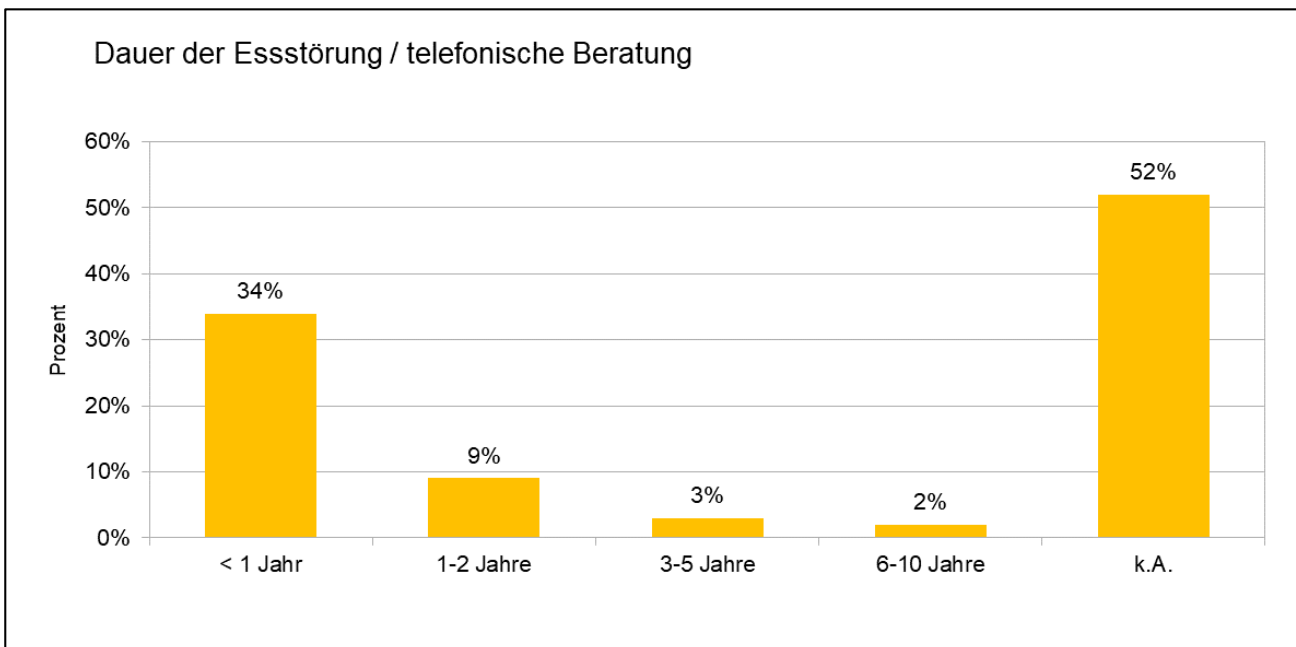
Am häufigsten waren die Betroffenen 15 Jahre alt (22%). Die beiden weiteren Hauptaltersgruppen sind 13 Jahre (20%) und 16 Jahre (17%). Die Gruppe der 14- und 17-jährigen ist mit 15 bzw. 11% vertreten. 6% der Betroffenen waren 12 Jahre und jünger.



## Dauer der Essstörung

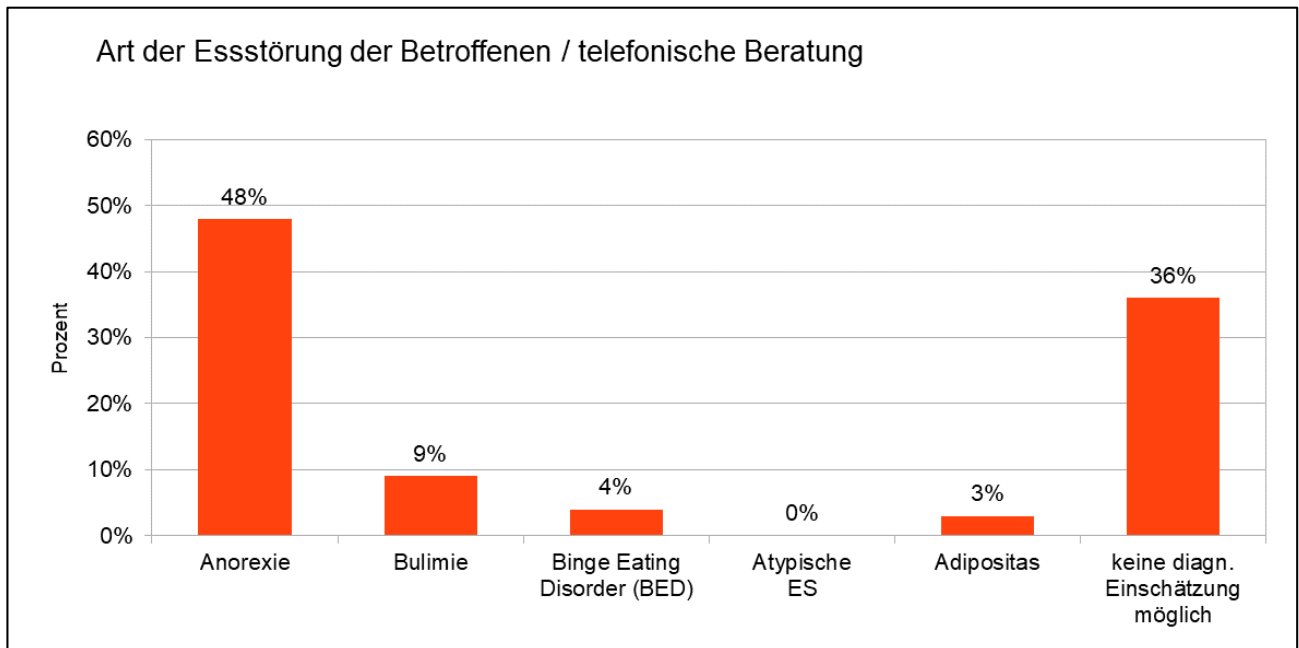
Die Dauer ist für 52% der Anrufer im telefonischen Kontakt nur schwer oder nicht einzuschätzen. Die Angaben haben daher nur eine schwache Aussagekraft. Wir verweisen an dieser Stelle auf die genaueren Daten der persönlichen Beratung.

Die Personen, die Angaben machen können, geben als häufigste Dauer unter einem Jahr (34%) an. Gefolgt von 1-2 Jahren mit 9%. Die Zeiträume 3-5 Jahre und 6-10 Jahre wurden annähernd gleichrangig mit 3 und 2% benannt.



## Art der Essstörung

Anfragen zu Magersucht (48%) bildeten den Schwerpunkt in der telefonischen Beratung. Anfragen zu Bulimie lagen bei 9%, zu Binge Eating Disorder bei 4%. Die Atypischen Essstörungen wurden nicht benannt und Adipositas lag bei 3%.



## Ergebnisse der telefonischen Beratung

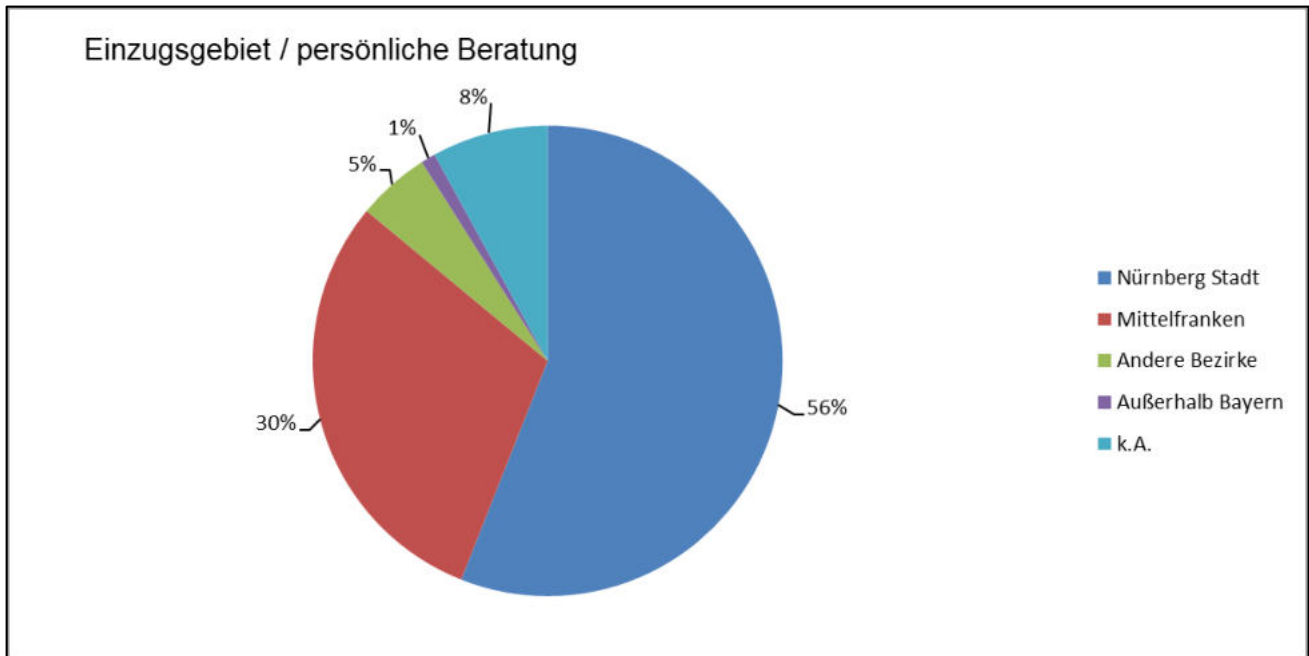
84% vereinbarten einen persönlichen Beratungstermin. Verglichen mit den Vorjahren stellen wir fest, dass diese Zahl beständig steigt. Häufig ging es um erste Beratungshilfen zu Umgangs- und Verhaltensmöglichkeiten sowie allgemeine Informationen zu Essstörungen. Im Übrigen wurden Informationen zu Ernährungsberatung und anderen Beratungsstellen (Erziehungsberatung, Krisendienst, etc.) gegeben.

# 10 Persönliche Beratung

## 10.1 Erwachsenenberatung

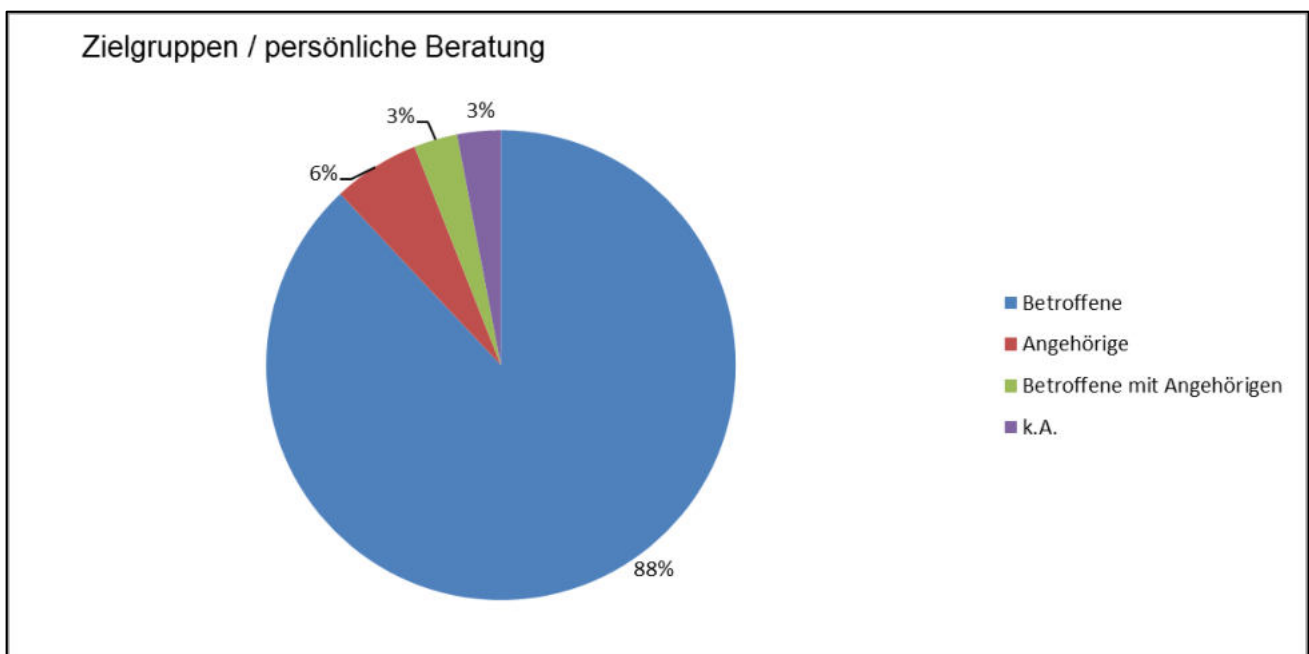
### Einzugsgebiet

86% der persönlich Beratenen kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 56% aus dem Stadtgebiet Nürnberg. 5% kamen aus anderen Bezirken und 1% aus anderen Bundesländern.



### Zielgruppen

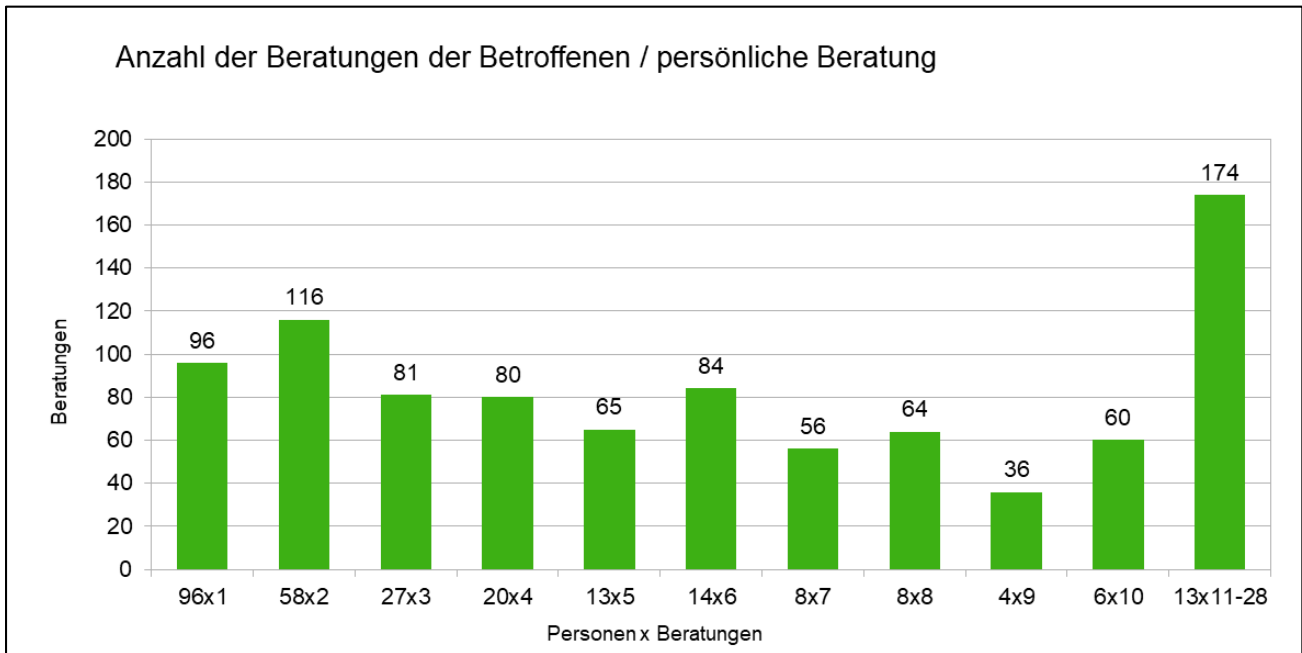
88% der Gespräche fanden mit den Betroffenen selbst statt. Angehörige, Multiplikator\*innen sowie Kolleg\*innen und Freund\*innen (insgesamt 9%) wurden sowohl gemeinsam mit den Betroffenen (3%) als auch ohne sie (6%) beraten.



## Anzahl der Beratungen der Betroffenen

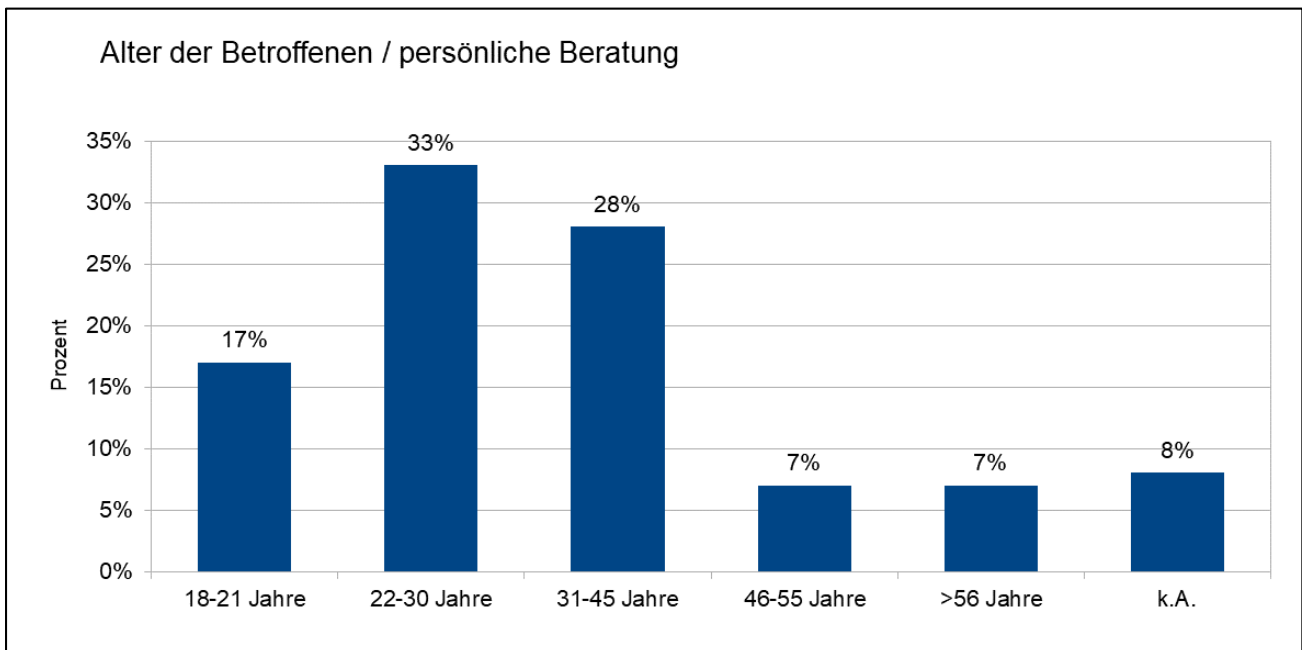
Es wurden **267 Klient\*innen in 912 persönlichen Gesprächen** beraten.

Es fanden 96 einmalige Beratungen statt. 171 Personen nahmen insgesamt 816 laufende Gespräche mit 2-28 Einheiten in Anspruch.



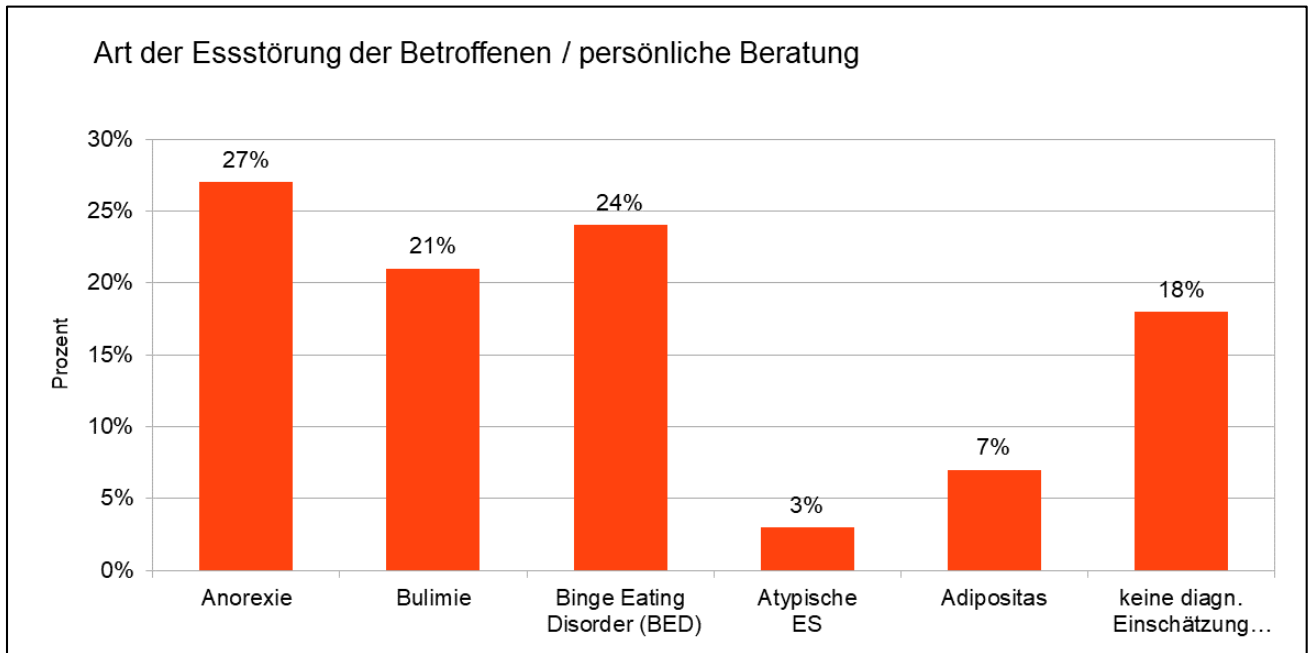
## Alter der Betroffenen

Die Hauptaltersgruppen waren die 22- bis 30-Jährigen und die 31-45-Jährigen mit jeweils ca. einem Drittel aller Beratenen. 17% der Betroffenen waren 18-21 Jahre alt. Jeweils 7% der Betroffenen waren 46-55 Jahre alt oder 56 Jahre und älter.



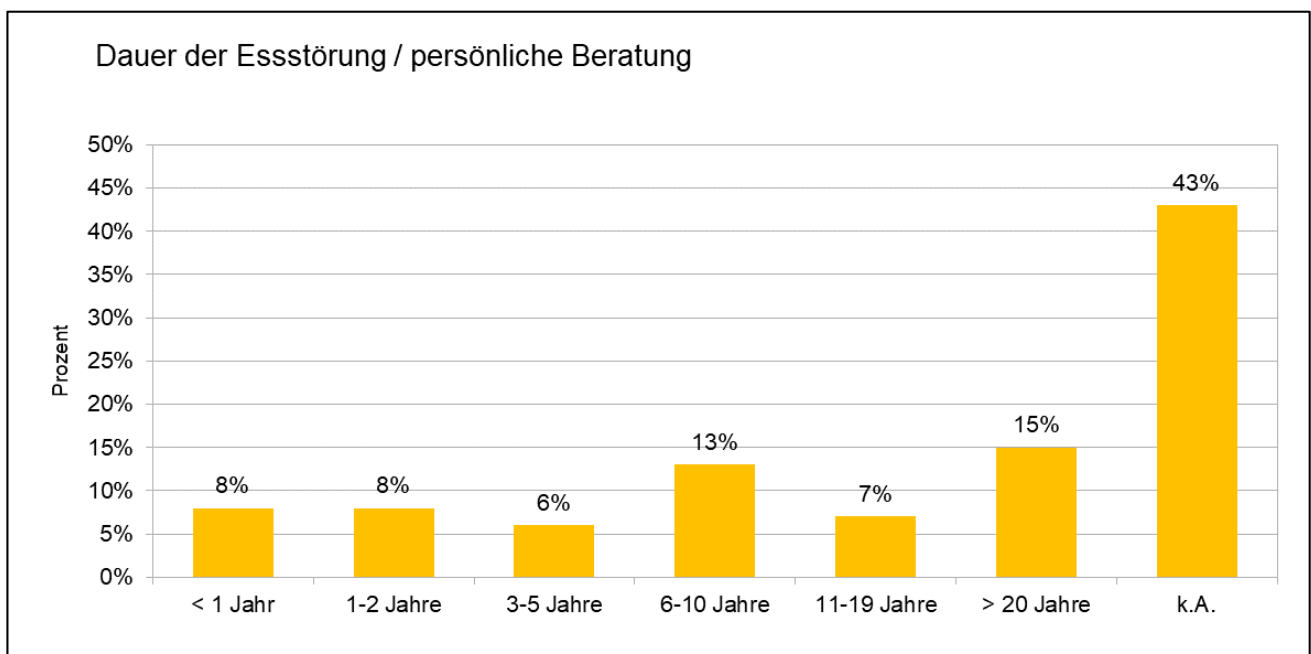
## Art der Essstörung

Betroffene mit Magersucht wurden am häufigsten beraten (27%), Ratsuchende mit Bulimie und Binge-Eating-Störung wurden zu ähnlichen Teilen (21% und 24%) beraten. Atypische Essstörungen und Adipositas wurden zu 3% bzw. zu 7% beraten.



## Erkrankungsdauer

Die Statistik zeigt, dass wir häufig bei lang andauernder Erkrankungsdauer beraten (35% sind ab 6 Jahre bis über 20 Jahre erkrankt). 22% der Ratsuchenden hatte eine Erkrankungsdauer, die unter 6 Jahren liegt. Leider konnte ein großer Teil (43%) der zu Beratenden keine Angaben zur Erkrankungsdauer machen, so dass die Verteilung nur ein ungefähres Bild abgeben kann.



## **Bisherige Hilfen**

15% der Klient\*innen gaben an, noch nie Hilfe in Anspruch genommen zu haben. 73% hatten bereits eine ambulante und/oder stationäre Therapie gemacht. Zudem wurden allgemeinärztliche oder fachärztliche (meist psychiatrische) Behandlungen in Anspruch genommen.

## **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)**

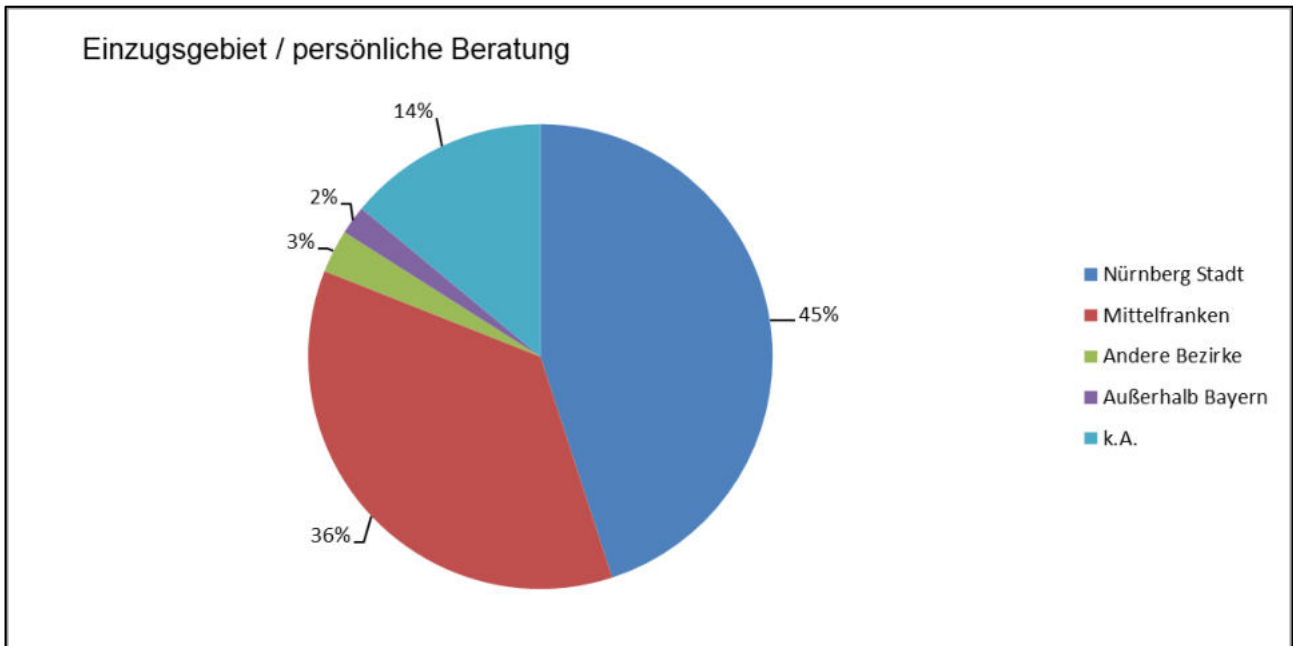
Häufigstes Ergebnis war, weitere Beratungen in Anspruch zu nehmen (50%) oder/und den Weg in die ambulante Therapie vorzubereiten (24%). 10% wurden über stationäre Aufenthalte informiert, 6% waren ärztlich nicht versorgt und wurden in Behandlung empfohlen. Eine Rolle spielte auch der Verweis auf eigene Gruppen sowie Gruppen- und Veranstaltungsangebote anderer Institutionen (6%).

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, Motivationsarbeit, Überbrückungsstrategien, ggf. Ernährungsberatung und Erarbeitung erster Veränderungsschritte.

## 10.2 Jugendberatung Persönliche Beratung

### Einzugsgebiet

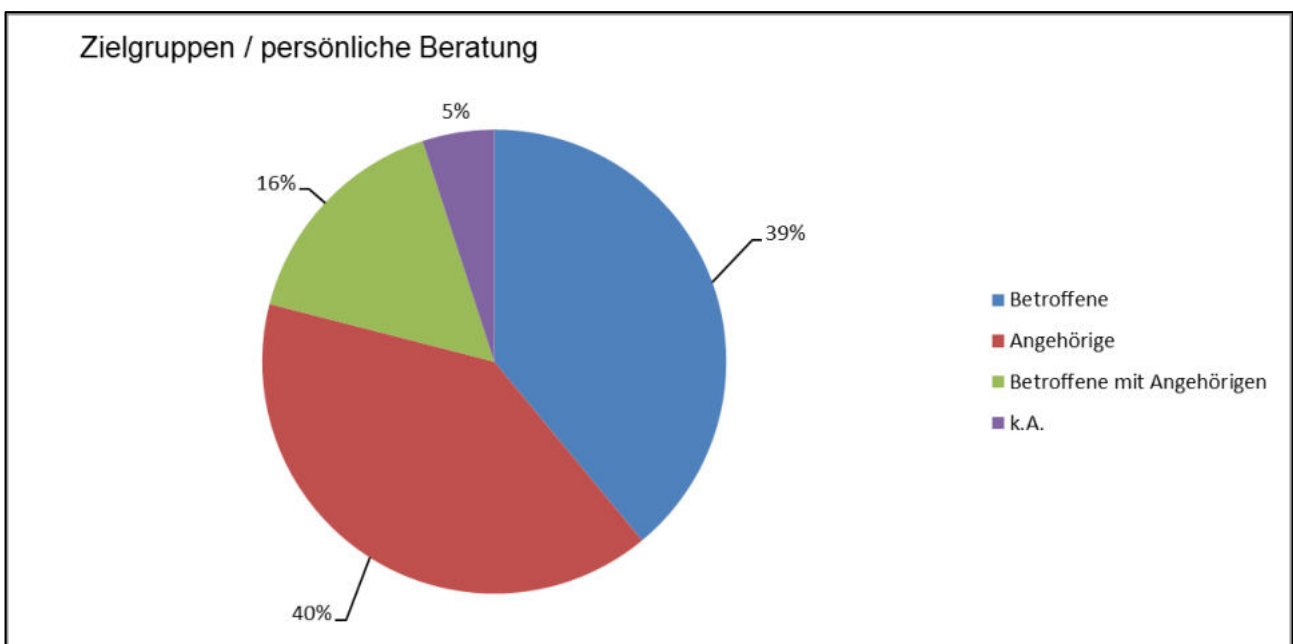
81% der persönlich Beratenen kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 45% aus dem Stadtgebiet Nürnberg. 3% aus anderen Bezirken und 2% außerhalb von Bayern.



### Zielgruppen

55% 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. 39% suchten die Beratungsstelle alleine auf.

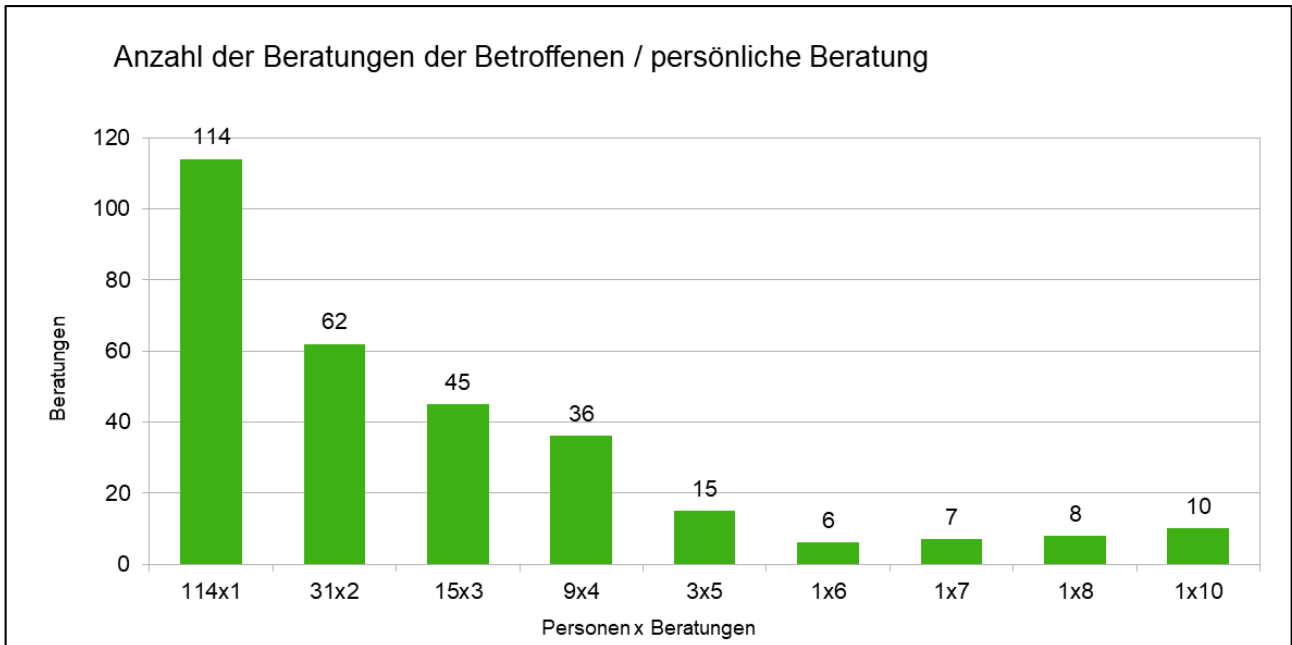
Zu 40% nahmen Angehörige Beratungsgespräche für sich alleine in Anspruch. Betroffenes Kind und Elternteil(e) haben nicht dieselbe/denselben Berater\*in.



## Anzahl der Beratungen der Betroffenen

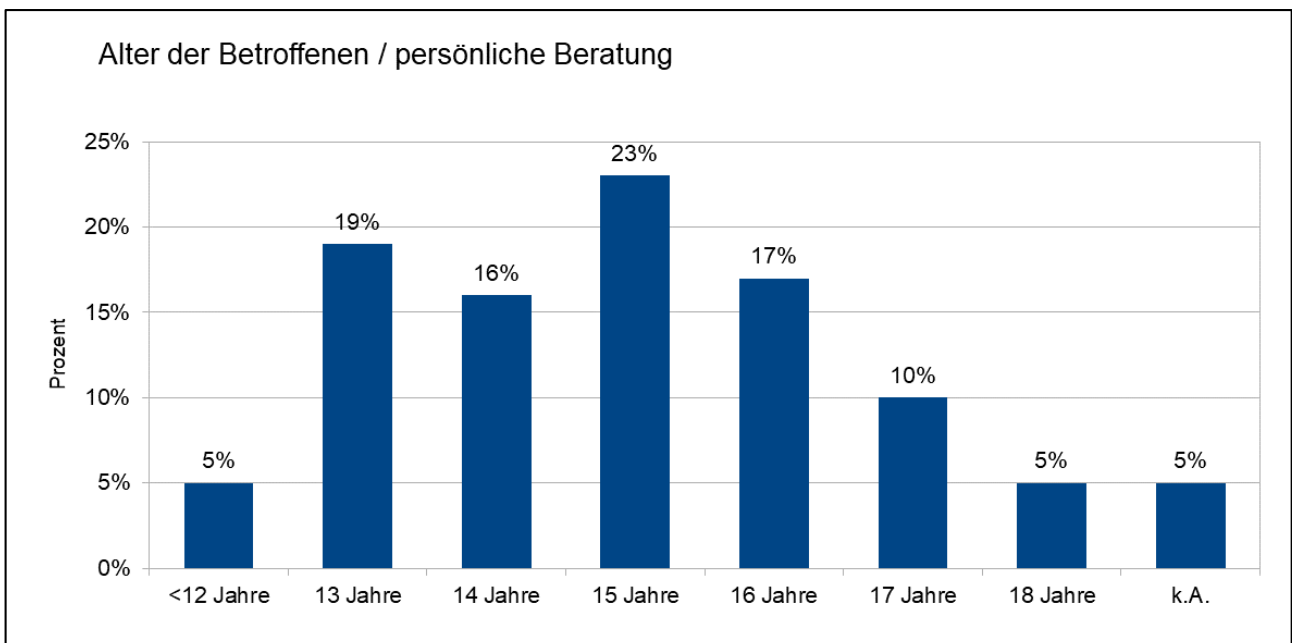
Es wurden **176 Klient\*innen (Jugendliche/Angehörige) in 303 persönlichen Gesprächen** beraten.

114 Klient\*innen kamen einmalig in die Beratung. 62 Klient\*innen nahmen insgesamt 189 Beratungen mit 2 bis 10 Einheiten in Anspruch. Die meisten Jugendlichen kamen aufgrund des Erstkontakts eines Elternteils.



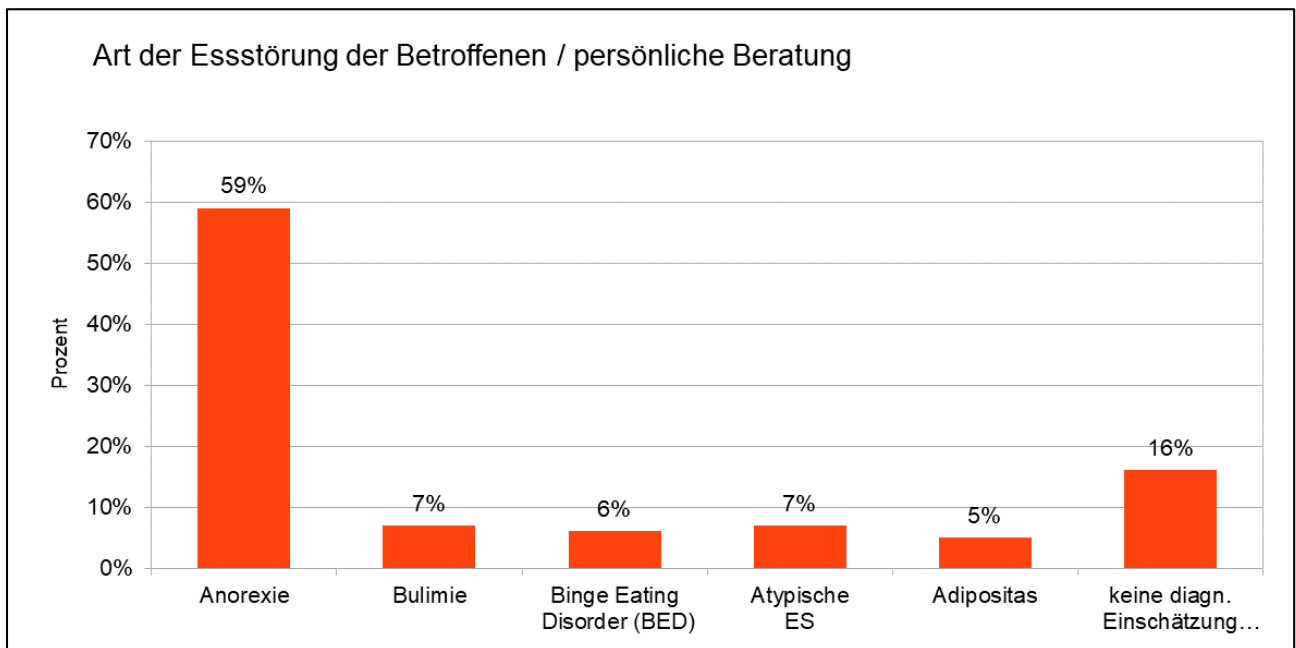
## Alter der Betroffenen

Die 15-Jährigen waren die Hauptaltersgruppe in der persönlichen Beratung (23%), gefolgt von den 13-Jährigen (19%). Jeweils zu ähnlichen Teilen ging es um 14-Jährige (16%) und 16-Jährige (17%). Die 17-Jährigen waren mit 10% vertreten.



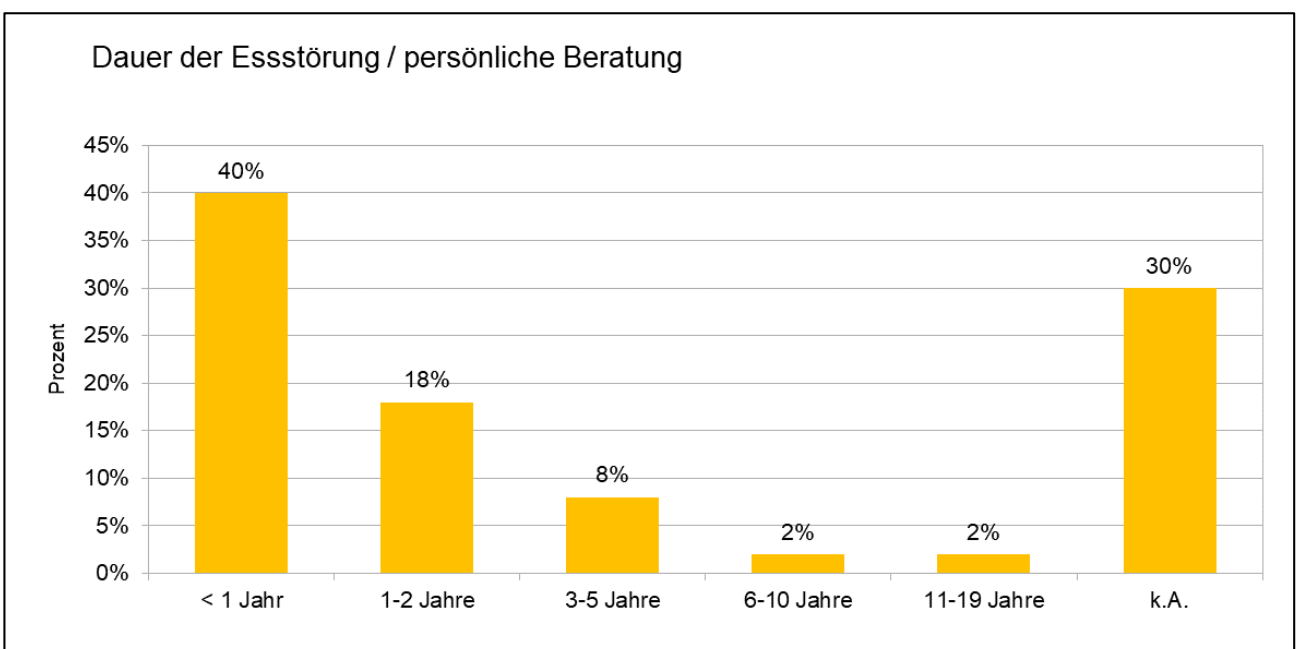
## Art der Essstörung

Mehr als die Hälfte der Beratungen hatten eine Magersucht zum Anlass (59%). Gespräche aufgrund von Bulimie und Atypischen Essstörungen folgen mit je 7%, zu Binge-Eating-Störung 6% und Adipositas mit 5%.



## Erkrankungsdauer

Im Zeitraum der unter 1-jährigen Erkrankungsdauer gab es die meisten Ratsuchenden (40%). Gefolgt von 1-2-jähriger (18%) und 3-5-jähriger (8%) Dauer. Längere Verläufe kommen zu 4% vor.



## **Begleiterkrankungen**

Bei den Betroffenen treten häufig begleitende psychische Erkrankungen auf. Depressionen (17%) wurden am häufigsten genannt.

## **Aufbau und Inhalte der persönlichen Beratungen**

Damit die persönliche Beratung stattfinden kann, haben wir mehrere niedrigschwellige Zugangswege geschaffen: die Kontaktaufnahme per online-Beratung, per E-Mail, telefonisch, darunter auch per WhatsApp.

Zunächst steht der Aufbau der Beziehung im Vordergrund. Der Wunsch, die Essstörung aufzugeben, wird nicht vorausgesetzt. Zentrale Themen sind Motivation, Veränderungsbereitschaft und -umsetzung. Beratung mit Jugendlichen ist ein zeitintensives Setting und wird in dichten Zeitabständen von ca. zwei Wochen angeboten. 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 selbstfürsorglicher Umgang, Abgrenzung gegenüber der Erkrankung beim Kind, Abgabe von Verantwortung und Beziehungsthemen in Familie und Partnerschaft.

## **Ergebnisse der Beratung (z.T. Mehrfachnennung)**

Häufigstes Ergebnis war, weitere Beratungen in Anspruch zu nehmen (39%) sowie das Angebot, den Weg in die ambulante Therapie vorzubereiten (30%). 11% der Beratenen wurden über stationäre Aufenthalte informiert, 9% waren ärztlich nicht versorgt und wurden in Behandlung empfohlen. Eine weitere Rolle spielte auch der Verweis auf Gruppenangebote und Angebote anderer Institutionen (5%).

## **11 Resümee und Ausblick**

Auch das Jahr 2021 war bei der Planung und Durchführung von Angeboten pandemiebedingt gekennzeichnet von ununterbrochenem Abwägen von Faktoren wie Aufwand, Nachfrage, technischen Möglichkeiten, Zugangsregelungen, bestehenden Ressourcen, etc.. Präsenz wurde häufiger gewünscht, als wir es ohnehin leisteten, denn die meisten Gruppen fanden vor Ort statt. Elternworkshop und Trialog ebenso, bis die Auslastungsquote diese verunmöglichte. Öffentlichkeitsarbeit wurde erneut hauptsächlich mittels Social-Media und Printmedien geleistet. Das Gefühl nur mit angezogener Handbremse arbeiten zu können, mit konträren Anforderungen jonglieren zu müssen und eine eben gefundene Sicherheit wieder einbüßen und nachfolgenden Entscheidungen von heute auf morgen erneut in Frage zu stellen zu müssen, waren ständige Begleiter. Dennoch blicken wir auf ein erfolgreiches Jahr zurück und führen dies hauptsächlich auf die bewährten Qualitäten in der Teamarbeit zurück, nämlich Offenheit, Vertrauen und Transparenz, sowie auf den Mut, nicht perfekt sein zu müssen.

### **Dank für die zusätzlichen Förderungen**

Ohne zusätzliche finanzielle Mittel hätten wir nicht auf die wachsenden Herausforderungen im letzten Jahr reagieren können. Daher bedanken wir uns ausdrücklich für den Einsatz der PSAG Mittelfranken und den angeschlossenen Arbeitskreisen, sowie dem Bezirk für die erneute Aufstockung und der Aktion Mensch für die Anschlussfinanzierung der Jugendberatung für zwei Jahre.

### **Personalwechsel und gestiegene Mitarbeiter\*innenzahl**

Unsere Vollzeitkraft Svenja Gläßge verabschiedete sich im April in Mutterschutz und Elternzeit. Zur selben Zeit fand eine Konzeptänderung in der Jugendberatung statt, die durch ein neues, mehrköpfiges Team besetzt wurde (zuvor gab es nur eine Mitarbeiterin). Etwa zeitgleich wurden eine 35-Stunden-Fachkraft für die Erwachsenenberatung und zwei 15-Stunden- Fachkräfte für die Jugendberatung eingearbeitet und große Teile des Betriebs umstrukturiert, was für alle, besonders aber für die langjährigen Mitarbeiterinnen eine große Herausforderung war und durch gute Planung, Flexibilität und nicht zuletzt durch einen neu geschaffenen Beratungsraum gelang. Im Herbst kam ein männlicher Mitarbeiter mit zehn Stunden in der Erwachsenenberatung und fünf Stunden in der Jugendberatung hinzu, so dass der Verein nun insgesamt 9 hauptamtliche Mitarbeiter\*innen, 7 Fachkräfte und 2 Verwaltungskräfte, überwiegend in Teilzeit, beschäftigt.

## 11.1 Erwachsenenberatung

### **Deutlich mehr Gruppenangebote**

Im Jahr 2019 –also vor der Pandemie- hatten wir 88 angeleitete Gruppensitzungen. Im Jahr darauf mussten wir bedingt durch den Lockdown Gruppen absagen, kamen aber 2020 immer noch auf 63 angeleitete Sitzungen für Kleingruppen. 2021 reagierten wir auf die steigende Nachfrage mit neuen Gruppenangeboten und kamen auf insgesamt 104 angeleitete Gruppensitzungen. Wir entnahmen den Äußerungen der Klient\*innen, dass der Bedarf nach Präsenzangeboten in direktem Zusammenhang mit den Einschränkungen im privaten und öffentlichen Bereich steht. Die Wichtigkeit der persönlichen Auseinandersetzung wurde als unersetzbar eingestuft und die Wertschätzung der Teilnehmenden war entsprechend hoch.

### **Gleichbleibende Zahl an Beratungssettings und gestiegene Klient\*innenzahlen**

Die im Erwachsenenbereich enorm gestiegene Anzahl an Sitzungen während des Pandemiejahres 2020 sind im Folgejahr nur um 70 Sitzungen gesunken, liegen aber mit 912 Sitzungen immer noch hoch. So stellen wir fest, dass es sich 2020 nicht nur um einen akut erhöhten Beratungsbedarf aufgrund der eintretenden Pandemiesituation handelte, sondern dass wir längerfristig mit großer Nachfrage rechnen müssen. Das spiegelt sich bei den Erwachsenen auch im Punkt ‚Dauer der in Anspruch genommenen Beratungen‘ wieder. Ähnlich wie im Vorjahr ist das Verhältnis von einmaliger zu mehrmaliger Beratung ein Drittel zu zwei Drittel. Die Anzahl der Ratsuchenden ist insgesamt um 25 Personen gestiegen.

### **Beratung und Gruppe für Männer\*, geleitet von einem männlichen Mitarbeiter**

Seit September arbeitet Tobias Bauernschmitt in unserem Team und setzt nun das vier Jahre alte Satzungsvorhaben in die Tat um, Männer als Betroffene von Essstörungen direkt anzusprechen. Diese Umsetzung war uns ein großes Anliegen und wurde aufgrund einer weiteren Stellenbewilligung des Bezirks möglich. Bereits nach wenigen Monaten hatten wir eine steigende Zahl von Ratsuchenden (s. Artikel S. 8).

### **Social-Media-Beratung**

Wir freuen uns, dieses neue Angebot dank der Initiative der neuen Mitarbeiterin Karolina Mass bereithalten zu können, die thematisch dicht, motivierend und aktuell zu Essstörungen coacht, über unsere Stelle informiert und Abonnent\*innen auch zu essstörungsnahen Themen von Netzwerkpartner\*innen leitet. Im kommenden Jahr soll „blended counseling“ also die Social-Media-Beratung verknüpft mit persönlicher Beratungen ausgebaut werden (s. Artikel S.13).

## 11.2 Jugendberatung

Inzwischen ist auf Grund der Pandemiefolgen allgemein bekannt, dass es zu einer Zunahme der psychischen Erkrankungen, auch der Essstörungen bei Jugendlichen kam. Ebenso nahmen die Zahlen bei Adipositas zu. Von daher sind wir sehr froh, erneut über Aktion Mensch die Jugendberatung bei Essstörungen bis Mai 2023 anbieten zu können. Die Personalstelle wurde auf drei Personen verteilt, um den Bedarf besser auffangen und die unterschiedlichen Zielgruppen (Jugendliche/Angehörige/betroffene Jungen) adäquater versorgen zu können. Die neue Leitung hat zudem die Aufgabe, die feste Finanzierung bei der Stadt Nürnberg herzuleiten, die bedauerlicherweise im letzten Jahr ausblieb.

### Deutlich mehr Ratsuchende

Sehr hoch fiel die Anzahl der Klient\*innen in der Jugendberatung aus. Sie stieg hier im Vergleich zum Vorjahr um 72 Ratsuchende. Da die Personalkapazität nicht gestiegen ist, konnten wir die Jugendlichen bzw. deren Eltern zwar mit einer Wartezeit von 2-4 Wochen aufnehmen, jedoch nur unzureichend mit fortlaufender Beratung versorgen. Am Häufigsten gab es zwangsläufig einmalige und zwei- bis viermalige Beratungen, was weit vom eigentlichen Bedarf entfernt ist und vor allem hinsichtlich knapper gewordener Therapieplätze eine Mangelversorgung darstellt.

### Neues Team, neue Angebote, neue Räume für die Jugendberatung und für Gruppen, sowie Veranstaltungen

Das neue Team nahm im Juni seine Arbeit auf. Die Inanspruchnahme der Angebote im Jugendbereich ist im Vergleich zum Vorjahr gleich geblieben, was mit dem unveränderten Stundenkontingent zu tun hat. D.h. die Jugendberatung ist an ihrer Belastungsgrenze angelangt und kann den Jugendlichen Folgetermine nur in großem Abstand anbieten. Seit Jahresbeginn 2022 zeichnete sich auch bei Eltern eine zunehmende Nachfrage ab, worauf wir mit einem monatlichen Elterntreff reagierten.

Es fanden im Vergleich zu 2020 wieder mehr Gruppenveranstaltungen statt, allerdings konnten wir sie räumlich und hygienebedingt nicht in dem Umfang anbieten, wie sie nachgefragt wurden.

Daher suchten wir mit Nachdruck nach Räumlichkeiten in der näheren Umgebung und werdenvoraussichtlich im **Herbst 2022 die Jugendberatung in der Königstraße 29 eröffnen, inklusive großem Gruppenraum**, in dem die Angebote Elternworkshop und Trialog wieder regelmäßig stattfinden können. Auch das neue Angebot des regelmäßigen, monatlichen Elterntreffs wird natürlich dort angesiedelt, sowie größere Gruppen der Erwachsenenberatung.

## **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