



„Essstörungen vorbeugen“ Neuer Ratgeber für pädagogische Fachkräfte

Von *voelker-albert*

Erstellt am 16 Apr 2013 - 10:05

„Essstörungen vorbeugen“

Neuer Ratgeber für pädagogische Fachkräfte

Köln, 16. April 2013. Essstörungen sind schwere psychosomatische Krankheiten mit gravierenden Auswirkungen für Körper und Psyche. Treten sie im Kindes- und Jugendalter auf, beeinträchtigen sie häufig die gesamte Entwicklung der Heranwachsenden. Deshalb ist es wichtig, die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu stärken und damit der Entwicklung einer Essstörung vorzubeugen. Um pädagogische Fachkräfte in ihrer Arbeit zu unterstützen, hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) den Ratgeber „Essstörungen vorbeugen - Informationen und Übungen für die Gruppenarbeit“ entwickelt. Erzieherinnen und Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer sowie pädagogische Fachkräfte, die in Vereinen, Jugendeinrichtungen oder anderen Organisationen mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, finden in dem Ratgeber Informationen zu spezifischen Präventionsangeboten. Sie erfahren, wer die Maßnahmen durchführt und wo sie stattfinden, was ein gutes Angebot kennzeichnet und welche Themen eine Präventionsmaßnahme gegen Essstörungen aufgreifen sollte.

„Verschiedenen Studien zufolge nehmen chronische Erkrankungen, und dazu gehören auch die Essstörungen, bei jungen Menschen zu. Angesichts dessen, dass rund jeder fünfte Jugendliche zwischen 11 bis 17 Jahren Hinweise auf ein gestörtes Essverhalten aufweist, sind Prävention und Gesundheitsförderung das ‚A und O‘ für eine gesunde Entwicklung“, betont Prof. Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. „Ein wichtiger Aspekt, um gesund aufzuwachsen, ist die Stärkung von Schutzfaktoren. Bei der Prävention von Essstörungen ist es zudem entscheidend das Selbstwertgefühl zu stärken, einen kritischen Umgang mit Medien und dem darin vermittelten Schönheitsideal herzustellen und Möglichkeiten aufzuzeigen, wie junge Menschen ihren Gefühlen Ausdruck verleihen und ihren Körper positiv wahrnehmen können.“

Essstörungen sind längst kein Nischenthema mehr. Bundesweite Daten zeigen, dass 29 Prozent der Mädchen und 15 Prozent der Jungen im Alter von 11 bis 17 Jahren bereits Anzeichen eines gestörten Essverhaltens haben. Damit sich daraus keine Magersucht, Bulimie oder Binge Eating Störung entwickelt, ist Prävention und Gesundheitsförderung notwendig. Die in der Broschüre enthaltene Übungssammlung unterstützt Fachkräften darin, in ihrem Berufsalltag Impulse zu setzen. Alle Übungen zielen darauf ab, die Lebenskompetenzen der Heranwachsenden zu stärken. Sie nehmen die kritische Auseinandersetzung mit Schönheit und Medien, das Erleben des eigenen Körpers, Ernährung und Essverhalten, den Umgang mit Gefühlen und die Stärkung des Selbstbewusstseins in den Blick.

Die Broschüre „Essstörungen vorbeugen – Informationen und Übungen für die Gruppenarbeit“ steht zum Download unter www.bzga.de/infomaterialien [1]

Sie kann außerdem kostenlos unter folgender Adresse bestellt werden: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 51101 Köln,

Fax: 0221-8992257, E-Mail: order@bzga.de [2], Internet: www.bzga.de [3]

Weitere Informationen unter www.bzga-essstoerungen.de [4]

Kontakt:

Dr. Marita Völker-Albert

Pressesprecherin der

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



51101 Köln

Tel. 0221-8992280

Fax: 0221-8992201

E-Mail: marita.voelker-albert@bzga.de [5]

<http://www.bzga.de> [3]

RSS-Feed: <http://www.bzga.de/rss-presse.php> [6]

Twitter: http://www.twitter.com/bzga_de [7]

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:17): <http://www.medkom24.eu/node/17587>

Links:

[1] <http://www.bzga.de/infomaterialien>

[2] <mailto:order@bzga.de>

[3] <http://www.bzga.de>

[4] <http://www.bzga-essstoerungen.de>

[5] <mailto:marita.voelker-albert@bzga.de>

[6] <http://www.bzga.de/rss-presse.php>

[7] http://www.twitter.com/bzga_de