

17. aid-Forum

Leichter, aktiver, gesünder!?

Adipositas therapie bei Kindern und Jugendlichen

23. und 24. Mai 2014, Wissenschaftszentrum Bonn

Julia Kugler

Diplom-Psychologin, Münster

Umgang mit herausfordernden Beratungssituationen: Was kann ich schon – Was brauch' ich noch – Wo krieg' ich es her?

Keine Beratungssituation läuft gleich ab, selbst sehr erfahrene Beratende haben Momente, in denen sie Unsicherheiten und Störungen wahrnehmen. Oft führt der Wunsch, das Problem schnell zu beseitigen zu Aktionismus, der nur selten konstruktiven Erfolg zeigt. Andererseits werden durch Abwarten und Zögern kaum Lösungen gefunden.

Verhaltensänderung in der Adipositas therapie beinhaltet nicht nur eine Umstellung im Ernährungs- und Bewegungsverhalten – besonders die psychischen Komponenten der Fragen, warum der Klient übergewichtig geworden ist und welche Faktoren eine erfolgreiche Therapie behindern, führen manchmal zu herausfordernden Situationen für den Berater.

Was ist für einen Berater eine schwierige Situation? Dies können Situationen sein, wie

- Motivationsmangel / Stagnation / Gewichtszunahme
- Vorbehalte des Klienten oder der Eltern / Angehörigen
- Verweigerungen / Widerstände
- Schweigen oder Vielredner
- Konfrontation mit psychischer Belastung (z.B. Erleben von Diskriminierung und Hänkeln, Einschränkung im Selbstwert, Depressionen)
- Grenzwahrnehmung zwischen Ernährungsberatung und Psychotherapie.

Unter anderem wird das Kommunikationsverhalten des Beraters unter dem Aspekt der Auswirkung von Noceboeffekten betrachtet. Noceboeffekte sind Symptome und Beschwerden, die durch Suggestionen und Erwartungshaltungen entstehen. Viele Klienten und Angehörige beziehen ihre Informationen durch die Medien oder das Internet, dabei sind diese Berichte häufig in einer reißerischen Aufmachung gehalten oder versprechen unerreichbare Ziele. Für eine professionelle Beratertätigkeit ist es notwendig, nicht nur die Bedürfnisse des Klienten zu bedenken, sondern die eigenen Bedürfnisse und Motive bei der Beratung selbstkritisch zu hinterfragen. Typische Motive sind

- z. B. Freude am Helfen,
- Erfolgsorientierung,

- der Wunsch nach Anerkennung und Harmonie.

Beraterinnen und Berater sollten sich über ihre Motive und die Auswirkungen in der Klienteninteraktion bewusst sein.

Der Workshop bietet den Teilnehmern eine Möglichkeit, sich über diese Erfahrungen auszutauschen und zu reflektieren: Wo sind Kompetenzen und Stärken vorhanden? Wo zeigt sich ein Entwicklungsbedarf?

Mit Hilfe der World-Café-Methode können lebhaftere und inspirierende Gespräche mit Fachkolleginnen und -kollegen geführt werden. Ein Ziel der Veranstaltung ist eine Sensibilisierung für die Thematik der „persönlichen herausfordernden Situation“ in der Beratung und „was ich als Beraterin / Berater für mich tun kann“.

Kontakt:

Julia Kugler
julia.kugler@kugler-coaching.de
www.kugler-coaching.de