

## Esstörungen: Systemisch lösungsorientierte Ernährungsberatung und Therapie bei Kindern und Jugendlichen

«Reden über die Probleme lässt die Probleme wachsen. Reden über die Lösungen lässt die Lösungen wachsen.»  
Steve de Shazer

In der systemisch lösungsorientierten Ernährungsberatung/-therapie versuchen wir die positive Seite zu stärken und die bestehenden Ressourcen zu aktivieren. Systemisch orientiert zu beraten heisst, dass die Erkrankung nicht als Problem des einzelnen Patienten betrachtet wird, sondern als Störung in seinem Beziehungsgeflecht. Lösungsorientiert bedeutet, dass nicht die Analyse der Störung im Vordergrund steht, sondern die Aktivierung der zur Verfügung stehenden Ressourcen im Patienten selbst und seinem Beziehungsumfeld.

Die Ernährungsedukation und Empfehlungen zur Ernährungstherapie gemäss der Indikation für die Ernährungsberatung/-therapie nehmen vor allem zu Beginn einen grösseren Teil in Anspruch. In der Prozessbegleitung werden die Ziele für den Patienten individuell und sorgfältig erarbeitet. Die spezialisierte Ernährungsberatung/-therapie hilft in diesem Sinne dabei, dass die Patientin bzw. der Patient und sein Umfeld eigene Lösungen und Möglichkeiten finden.

Es ist eine besondere Herausforderung, mit Kindern und Jugendlichen Beratungsgespräche zu gestalten. Wie kann es uns gelingen, unter den erschwerten Anforderungen einer Essverhaltensstörung die Beratungs- und Therapiesituationen «kindgerecht» zu gestalten und ihre Kooperation zu gewinnen? Nebst einer sorgfältigen Auftragsklärung, die für alle Beteiligten wichtig erscheinen sollte, gibt es verschiedene Interviewtechniken und kreative und spielerische Methoden, um gemeinsam mit den Patienten und deren Umfeld passende Lösungen und Möglichkeiten für ihr Problem zu finden.

Für eine erfolgversprechende Begleitung in der Ernährungsberatung/-therapie ist es unabdingbar, die Ernährungsedukation Hand in Hand mit der Prozessbegleitung zu gestalten.

### Kontakt:

Shima Wyss  
Spital Zofingen AG  
Ernährungsberatung  
Mühlethalstrasse 27  
CH-4800 Zofingen  
+41 62 746 56 56  
[shima.wyss@spitalzofingen.ch](mailto:shima.wyss@spitalzofingen.ch)