

# Essen, Fressen, Hungern

Essstörungen bei Mädchen und Jungen

Seminar | Mittwoch 4. März 2020 | Seminarzentrum | Hannover

*Essen ist mehr als satt werden. Im Umgang mit Stress oder unangenehmen Gefühlen, wie z. B. Langeweile oder Traurigkeit, kann Essen eine große Rolle spielen. Ebenso lässt sich über Ernährung der eigene Körper formen und gestalten, was für Jugendliche in der Auseinandersetzung mit geltenden Schönheitsidealen bedeutsam sein kann. Alterstypische Autonomie- und Abgrenzungsbestrebungen den Eltern gegenüber lassen sich z.B. durch eine vegetarische, vegane oder frutarische Ernährungsform demonstrieren. Gleichzeitig bieten sie die Möglichkeit, sich bestimmten Gruppen oder einem bestimmten Lifestyle zugehörig zu fühlen.*

*Auffälliges Essverhalten bei Mädchen und Jungen oder Vermutungen über einzelne Jugendliche, die zu viel, zu wenig oder zu ungesund essen, werfen bei pädagogischen Fachkräften oftmals Fragen auf: Wann wird aus einer ständi-*

*gen Beschäftigung mit dem eigenen Gewicht oder einer anhaltenden Selbstkontrolle wie z. B. durch Diäten ein krankhaftes Essverhalten? Was ist überhaupt ein „normales“ Essverhalten und wo verläuft die Grenze zu Essstörungen? Wie kann ein angemessener Umgang mit betroffenen Mädchen und Jungen aussehen? Das Seminar führt in das Thema Essstörungen bei Jugendlichen ein, zeigt Präventionsmöglichkeiten auf und rückt die Frage in den Fokus, wie Jugendliche im pädagogischen Alltag dahingehend gestärkt und begleitet werden können, ein gesundes Essverhalten zu entwickeln. Die Teilnehmenden erhalten darüber hinaus die Möglichkeit, ihre eigene Haltung gegenüber dem Thema Ernährung zu reflektieren.*

*Jan Glienke*

*Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen, LJS*

## Veranstalterin

Landesstelle Jugendschutz  
Niedersachsen (LJS)  
Leisewitzstr 26  
30175 Hannover  
T: 0511 858788  
F: 0511 2834954  
[info@jugendschutz-niedersachsen.de](mailto:info@jugendschutz-niedersachsen.de)  
[www.jugendschutz-niedersachsen.de](http://www.jugendschutz-niedersachsen.de)

Fachreferat der  
LAG der Freien Wohlfahrtspflege in  
Niedersachsen e.V.

## Seminarleitung

Jan Glienke, LJS

## Ort

Seminarzentrum Hannover  
Hildesheimer Str. 265  
30519 Hannover

## Kosten

80,- € inkl. vegetarischer Verpflegung

## Programm

ab 9.30 Anmeldung  
10.00 Seminarbeginn  
12.30 Mittagspause  
16.30 Seminarende

### Seminarinhalte:

#### Daten, Fakten, Trends

zum Thema Essstörungen bei Jugendlichen

#### „Woran erkenne ich eine Essstörung?“

Von Auffälligkeiten zur Krankheit

#### „Was können wir tun?“

Präventionsmöglichkeiten im pädagogischen Alltag

### Methoden:

- Theoretische Inputs
- Gruppenarbeit
- Falldiskussionen

### Referentinnen:

*Agnes Johnson*  
*Dipl. Pädagogin, systemische Familientherapeutin (SG)*

*Claudia Kapahnke-Blaase*  
*systemische Kinder- und Jugendlichen-therapeutin (SG), EssLust e.V.*



## Essen, Fressen, Hungern

Essstörungen bei Mädchen und Jungen

Seminar | Mittwoch 4. März 2020 | Seminarzentrum | Hannover

**ANMELDUNG** (bitte bis zum 11.02.20)

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Seminar an und übernehme die Kosten in Höhe von 80,- Euro (inkl. vegetarischer Verpflegung). Im Fall einer Absage bis zu zwei Wochen vor dem Veranstaltungstermin entstehen mir keine Kosten.

**Essen, Fressen, Hungern**  
4. März 2020 Seminarzentrum Hannover  
Buchungsnr. S2030

Frau  Herr

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Weitere Informationen werden Ihnen ca. 3 Wochen vor der Veranstaltung zugesandt.

Bitte in Blockschrift ausfüllen

\_\_\_\_\_  
*Name / Vorname*

\_\_\_\_\_  
*Institution*

\_\_\_\_\_  
*Straße / Hausnr.*

\_\_\_\_\_  
*PLZ / Ort*

\_\_\_\_\_  
*Tel. / Fax*

\_\_\_\_\_  
*E-Mail*

\_\_\_\_\_  
*Datum / Unterschrift*

**Rückantwort bitte an:**  
[post@jugendschutz-niedersachsen.de](mailto:post@jugendschutz-niedersachsen.de)

Landesstelle Jugendschutz  
Niedersachsen  
Leisewitzstraße 26  
30175 Hannover  
Tel: 0511 858788  
Fax: 0511 2834954

**Ansprechpartnerin:**  
Maika Krahe (LJS)

Landesstelle  
Jugendschutz  
Niedersachsen

