



BFE Bundes
Fachverband
Essstörungen e.V.
Der Verband der Einrichtungen im Essstörungenbereich

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Digitale Beratungsangebote professioneller Beratungsstellen für Essstörungen: Partizipative Bestandsaufnahme, Evaluation und Entwicklung von Qualitätsleitlinien

Hochschule Landshut: Projektleitung Prof. Dr. Eva Wunderer, Projektmitarbeiterin M.A. Soz. Arbeit
Anna Hofer

Bundesfachverband Essstörungen BFE e.V.: Projektleitung Dipl.-Päd. Sigrid Borse und Dipl.-Psych.
Andreas Schnebel, Projektmitarbeiterin Sabine Dohme

Was ist der Hintergrund des Forschungsprojekts?

Professionelle Beratung ist ein zentraler Teil der Versorgungskette bei Essstörungen: Essstörungen sind schwerwiegende psychosomatische Erkrankungen, die in aller Regel einer professionellen Begleitung bedürfen. Je früher diese Unterstützung einsetzt, desto besser ist die Prognose (Schmidt et al., 2016). Professionelle Beratungsstellen sind oftmals die erste Anlaufstelle für Betroffene und ihr soziales Umfeld. Sie bilden ein unverzichtbares Element in der Behandlungskette im Rahmen einer integrierten Versorgung und stellen die Weichen für die weitere Behandlung und Genesung (BZgA, 2011). Zudem bieten professionelle Beratungsstellen Unterstützung für Fachkräfte, die mit Betroffenen arbeiten.

Digitale Beratung ist ein unverzichtbares Angebot – nicht nur durch die COVID-19-Pandemie: Die COVID-19-Pandemie und die damit verbundenen Maßnahmen und Einschränkungen zeigen massive Auswirkungen auf die psychosoziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Laut einer aktuellen Studie der DAK stieg die Zahl der in Krankenhäusern aufgrund von Essstörungen behandelten Kinder und Jugendlichen im Vergleich zum Vorjahr um 10% (DAK, 2021; vgl. international zusammenfassend Weissman & Hay, 2022). Ein erhöhter Bedarf auch an niedrigschwelliger Beratung und Unterstützung ist somit akut und in den kommenden Jahren zu erwarten. Gleichzeitig waren Präsenzangebote in der Pandemie vielfach nicht möglich, weshalb professionelle Beratungsstellen in kurzer Zeit neue – digitale – Wege gehen mussten. So ergaben sich im E-Mental-Health-Bereich gleichermaßen Änderungen wie Chancen (Fernández-Aranda et al., 2020; Lewis et al., 2021; Taylor et al., 2020). Die Relevanz von E-Mental-Health-Angeboten resultiert ebenso aus der hohen Prävalenz von Essstörungen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen, für die Online-Aktivitäten eine wesentliche Lebenswelt darstellen (z.B. de Zwaan, 2015). Zudem kann digitale Beratung eine flächendeckende Versorgung auch



in bislang in der Beratung unterversorgten Gebieten sicherstellen, beispielsweise in ländlichen Gegenden (Wunderer, 2016a, b).

Digitale Beratung im Essstörungsbereich ist kaum erforscht. Bei einer systematischen Erhebung professioneller Beratungsangebote in der Essstörungshilfe in Deutschland im Jahr 2015 waren digitale Beratungsangebote nur rudimentär ausgebaut (Wunderer, 2016a, b). So ist auf der einen Seite unklar, was professionelle Beratungsstellen heute genau anbieten und welche Technologien, Medien, Methoden und Settings sie nutzen. Auf der anderen Seite fehlt eine systematische Evaluation, wie diese Angebote von Fachkräften sowie Nutzenden beurteilt werden und welche weiteren Bedarfe bestehen. Ferner fehlt es an Qualitätsleitlinien für die digitale Beratung, um professionelle Standards zu etablieren. So evaluieren die existierenden Studien größtenteils psychotherapeutische Interventionen, spezifische Apps und Präventionsprogramme (z.B. Barakat et al., 2019; Melioli et al., 2016), nur wenige adressieren Voraussetzungen für eine sichere und qualitativ hochwertige digitale Intervention (z.B. van Daele et al., 2020; Waller et al., 2020). Hingegen hat eine Reihe von psychosozialen Einrichtungen und Berufsverbänden erste Standards zusammengestellt (z. B. Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V., American Psychological Association, Australian Counselling Association), die im Rahmen des vorliegenden Projekts für den essstörungsspezifischen Bereich ausdifferenziert werden.

Was ist das Ziel des Forschungsprojekts?

Vor dem Hintergrund des kaum vorhandenen Wissens über bestehende Strukturen im digitalen Bereich und des niedrigschwiligen Zugangs zu Online-Beratung, insbesondere für jüngere Zielgruppen und außerhalb des urbanen Raums, setzt sich das vorliegende Forschungsprojekt folgende Ziele:

Es will erstens das bestehende digitale Beratungsangebot im Essstörungsbereich in Deutschland erheben, zweitens die Erfahrungen von Fachkräften, Betroffenen und Angehörigen mit diesem Angebot eruieren und daraus drittens „good practice“ sowie bestehende Barrieren und Bedarfe ableiten. Auf dieser Basis werden viertens Qualitätsleitlinien für professionelle digitale Beratung entwickelt.

Wie wird das Forschungsvorhaben umgesetzt?

Basierend auf einer umfassenden internationalen Literaturstudie nutzen wir ein Mixed-Methods-Design, das eine Online-Befragung und vertiefende teilstandardisierte, qualitative Interviews umfasst. Der Forschungsprozess ist partizipativ angelegt, alle Zielgruppen werden als Expert:innen einbezogen: Fachkräfte als Expert:innen qua Ausbildung, Personen mit Essstörungen und deren Angehörige als Expert:innen durch ihre eigene Betroffenheit. Letztere kommen in den leitfadengestützten Interviews zu Wort. Daraus lassen sich zum einen Erkenntnisse zu Versorgungslage, Ausbau- und Unterstützungsbedarfen, andererseits Erfahrungen mit verschiedenen Settings, Methoden, Technologien und Medien gewinnen.

Auf dieser Grundlage werden Qualitätsleitlinien für professionelle digitale Beratung entwickelt. Sie enthalten unter anderem Empfehlungen zur Gestaltung der Onlinepräsenz (z. B. Barrierefreiheit, Datenschutz, Adressat:innenorientierung), zur Information und Aufklärung der Nutzenden (z. B.

Einwilligung, Aufklärung über Grenzen der Online-Beratung, Vorgehen in Krisensituationen), sowie zur Durchführung der Beratung und Qualifikation der Fachkräfte (z. B. zeitlicher Rahmen, Umgang mit vorgefertigten Textbausteinen, Erhebung diagnostischer Informationen, Umgang mit Suizidalität).

Die Dissemination an Fachkräfte wird, ebenso wie der Zugang zum Feld, durch den Bundesfachverband Essstörungen BFE e.V. sichergestellt, was den nachhaltigen Transfer in die Praxis sichert. Durch die Auswahl der Kooperationspartner:innen sind im gesamten Forschungsprozess vielfältige Expertisen einbezogen.

Welche Kooperationspartner:innen sind beteiligt?

- **Tom Franke** (Diätassistent, Mansfeld-Löbbecke-Stiftung; Vorstand BFE e. V.)
- **Dr. Maya Götz** (Dr. phil., Studium Lehramt an Grund- und Hauptschulen, M.A. Pädagogik; Leitung des Internationalen Zentralinstituts für das Jugend- und Bildungsfernsehen IZI)
- **Monika Haase** (Dipl. Pädagogin, Bereichsleitung Jugendhilfe Bethel Bielefeld; Vorstand BFE e.V.)
- **Dr. Elisabeth Rauh** (Fachärztin für Psychosomatik und Psychotherapie, Ärztin für Naturheilkunde; Chefärztin Schön Klinik Psychosomatik Bad Staffelstein; Vorstand BFE e.V.)
- **Karin Reupert** (Sozialpädagogin, Sozialtherapeutin/Supervisorin; Geschäftsführung Waage e. V.; Vorstand BFE e.V.; Mitglied Expertengremium BMG)
- **Carmen Schmidt** (Dipl.-Sozialpädagogin, Einrichtungsleitung Dick & Dünn Berlin; Mitglied im BFE e.V. und Expertengremium BMG)
- **Dr. Walburga Wünsch-Leiteritz** (Leitende Oberärztin Klinik Lüneburger Heide; Vorstand BFE e.V.; Mitglied Expertengremium BMG)

Weitere Partner:innen, die ihre Expertise in den Forschungsprozess einbringen:

- **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA**, Köln
- **Prof. Dr. med. Ph. D. Stefan Ehrlich** (Leiter Psychosoziale Medizin und Entwicklungsneurowissenschaften TU Dresden, Leiter Zentrum für Essstörungen an der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie Dresden; Vizepräsident der Deutschen Gesellschaft für Essstörungen DGESS e.V.; Mitgründer des Netzwerk Essstörungen Sachsen NESSA)
- **Netzwerk Essstörungen Sachsen NESSA**
- **Emily Engelhardt** (Pädagogin M. A., Systemische Beraterin/Supervisorin, Online-Beraterin/Online-Supervisorin, Trainerin für Online-Beratung, Lehrende für systemische Beratung)
- **Prof. Dr. jur. Bettina Kühbeck** (Prof. für rechtliche Grundlagen Sozialer Arbeit; Dekanin der Fakultät Soziale Arbeit an der Hochschule Landshut)
- **Prof. Dr. Dietrun Lübeck** (Dipl. Psychologin, Studiengangsleitung Masterstudiengang Beratung in der Sozialen Arbeit in Berlin)

Zitierte Literatur

- Barakat, S.; Maguire, S.; Smith, K.E.; Mason, T.B.; Crosby, R.D.; Touyz, S. (2019): Evaluating the role of digital intervention design in treatment outcomes and adherence to eTherapy programs for eating disorders. A systematic review and meta-analysis. *International journal of eating disorders* 52(10), 1077–1094. DOI: 10.1002/eat.23131.
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2011): *Konzepte Band 4: Empfehlungen zur integrierten Versorgung bei Essstörungen in Deutschland*. Köln.
- Daele, T. van; et al. (2020): Recommendations for policy and practice of telepsychotherapy and e-mental health in Europe and beyond. *J Psychother Integr* 30(2), 160–173. DOI: 10.1037/int0000218.
- DAK (2021). *Folgen der Pandemie in der Krankenhausversorgung 2020*. DAK-Sonderanalyse im Rahmen des Kinder- und Jugendreports (Studienleitung: Prof. Dr. Wolfgang Greiner, Universität Bielefeld). <https://www.dak.de/dakonline/live/dak/bundesthemen/corona-alarmierende-folgen-fuer-kinder-und-jugendliche-2480802.html#/>
- Fernández-Aranda, F.; et al. (2020): COVID-19 and implications for eating disorders. *European eating disorders review* 28(3), 239–245. DOI: 10.1002/erv.2738.
- Lewis, Y.D.; Elran-Barak, R.; Grundman-Shem Tov, R.; Zubery, E. (2021): The abrupt transition from face-to-face to online treatment for eating disorders. A pilot examination of patients' perspectives during the COVID-19 lockdown. *Journal of eating disorders* 9(1), 31. DOI: 10.1186/s40337-021-00383-y.
- Melioli, T.; et al. (2016): Reducing eating disorder symptoms and risk factors using the Internet. A meta-analytic review. *International journal of eating disorders*. 49(1), 19–31. DOI: 10.1002/eat.22477.
- Taylor, C.B.; Fitzsimmons-Craft, E.E.; Graham, A.K. (2020): Digital technology can revolutionize mental health services delivery. The COVID-19 crisis as a catalyst for change. *International journal of eating disorders* 53(7), 1155–1157. DOI: 10.1002/eat.23300.
- Schmidt, U.; et al. (2016): Eating disorders: the big issue. *Lancet Psychiatry* 3(4), 313–315. DOI: 10.1016/S2215-0366(16)00081-X.
- Waller, Glenn; et al. (2020): Cognitive-behavioral therapy in the time of coronavirus. Clinician tips for working with eating disorders via telehealth when face-to-face meetings are not possible. *International journal of eating disorders* 53(7), 1132–1141. DOI: 10.1002/eat.23289.
- Weissman, Ruth Striegel; Hay, Phillipa (2022): People's lived experience with an eating disorder during the COVID-19 pandemic. A joint virtual issue of research published in leading eating disorder journals. *International journal of eating disorders*. DOI: 10.1002/eat.23653.
- Wunderer, E.; Borse, S.; Lamers, L.; Ommen, O. (2016a). *Beratungsstellen für Menschen mit Essstörungen. Versorgungslage und Rolle der Sozialen Arbeit*. *Soziale Arbeit* (12), 456–462.
- Wunderer, E.; Borse, S.; Lamers, L.; Ommen, O. (2016b). *Professionelle (Erst-)Hilfe bei Essstörungen. Aktualisierte Datenbank der BZgA zu Beratungsstellen für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte*. *Ernährungs Umschau* (7), S25-S28.
- Zwaan, M. de (2015): Sollten/müssen wir neue Medien in der Behandlung der Essstörungen einsetzen? *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie* 65(1), 30–32. DOI: 10.1055/s-0034-1394401.