

Kurzbericht zum BMG-geförderten Forschungsvorhaben

Vorhabentitel	Digitale Beratungsangebote professioneller Beratungsstellen für Essstörungen: Partizipative Bestandsaufnahme, Evaluation und Entwicklung von Qualitätsleitlinien – DigiBEsst
Schlüsselbegriffe	Online-Beratung, Essstörungen, Qualitätsleitlinien, Digitalisierung im Gesundheitswesen, COVID-19-Pandemie
Vorhabendurchführung	Hochschule Landshut und Bundesfachverband Essstörungen e. V. (BFE)
Vorhabenleitung	Prof. Dr. Eva Wunderer, Sigrid Borse, Andreas Schnebel
Autor(en)/Autorin(nen)	Anna Hofer, Sigrid Borse, Cäcilia Hasenöhl, Kathrin Harrach, Andreas Schnebel, Eva Wunderer
Vorhabenbeginn	01.12.2021
Vorhabenende	30.11.2023

1. Vorhabenbeschreibung, Vorhabenziele

Die COVID-19-Pandemie und die damit verbundenen Maßnahmen zeigen massive Auswirkungen auf die psychosoziale Gesundheit. Zugleich waren Präsenz-Angebote während der Pandemie vielfach nicht möglich, weshalb professionelle Beratungsstellen in kurzer Zeit neue – digitale – Wege gehen mussten (vgl. z. B. Weissman & Hay, 2022). Die Relevanz von E-Mental-Health-Angeboten resultiert ebenso aus der hohen Prävalenz von Essstörungen bei jungen Menschen, für die Online-Aktivitäten eine wesentliche Lebenswelt darstellen (vgl. z. B. de Zwaan 2015). Jedoch ist speziell digitale Beratung im Essstörungsbereich kaum erforscht. Ziel des Forschungsprojekts „DigiBEsst“ war es, das bestehende digitale Beratungsangebot im Essstörungsbereich in Deutschland zu erheben, die Erfahrungen von Fachkräften, Betroffenen und Angehörigen mit diesem Angebot zu erfassen, daraus „good practice“ sowie Barrieren und Bedarfe abzuleiten und Qualitätsleitlinien für eine professionelle digitale Beratung bei Essstörungen zu entwickeln.

2. Durchführung, Methodik

Basierend auf einer internationalen Literaturstudie kam ein Mixed-Methods-Design zum Einsatz. Eine Analyse von Websites professioneller Beratungsstellen bei Essstörungen ermittelte 86 Beratungsstellen, die Online-Beratung anbieten. In die sich anschließende Online-Befragung konnten die

Antworten von 29 Beratungsstellen mit digitalem Angebot einbezogen werden, was einer Rücklaufquote von 34 % entspricht. In vertiefenden leitfadengestützten Interviews wurden die Erfahrungen von Fachkräften (n=15), Betroffenen (n=16) und Angehörigen (n=10) evaluiert. Die quantitativen Daten wurden mittels deskriptiver Statistik (computergestützt mit SPSS), die qualitativen Daten anhand der inhaltlich strukturierenden Inhaltsanalyse (computergestützt mit MAXQDA) ausgewertet.

3. Gender Mainstreaming

Von Essstörungen sind deutlich mehr weibliche als männliche Personen betroffen (vgl. zusammenfassend Wunderer et al., 2024) und Fachkräfte im Essstörungenbereich sind zumeist weiblich (Wunderer et al., 2016). Um der Gefahr entgegenzuwirken, dass Essstörungen als „rein weibliche Erkrankung“ verkannt werden, wurde im Forschungsprojekt explizit die Perspektive männlicher Experten einbezogen, etwa in der Interviewstudie, in der zwei männliche Betroffene, zwei männliche Angehörige und drei männliche Fachkräfte befragt wurden. Zudem wurden in die Qualitätsleitlinien explizit Gender- und Mainstreaming Aspekte einbezogen, beispielsweise beim Teil „Zugang“, bei dem auf die Ausrichtung des Online-Beratungsangebots auf diverse Zielgruppen (z. B. Personen jeden Geschlechts) hingewiesen wird. Auch bei den assoziierten Kooperationspartnerinnen und -partnern sind weibliche wie männliche Expertinnen bzw. Experten beteiligt.

4. Ergebnisse, Schlussfolgerung, Fortführung

Professionelle Online-Beratung bedarf finanzieller Mittel – und dies langfristig, um sie fortlaufend an digitale Weiterentwicklungen anzupassen. Die Erhebungen weisen diesbezüglich auf Entwicklungsbedarf hin. Nur durch eine ausreichende finanzielle Förderung können angemessene personelle und zeitliche Ressourcen für digitale Beratung bereitgestellt werden. Dies hat wiederum maßgeblichen Einfluss darauf, ob zentrale Qualitätskriterien eingehalten werden können. Aus der Literaturrecherche und den Erhebungen lassen sich Qualitätsstandards für die Online-Beratung in fünf zentralen Themenfeldern ableiten: „Zugang und Setting“, „Haltung und Selbstfürsorge“, „Beratungskompetenzen und schwierige Situationen“, „Zusammenarbeit und Vernetzung“ sowie „Rahmenbedingungen und Ressourcen“. Diese dienen als Grundlage für die Entwicklung von Qualitätsleitlinien, die Ende 2023 u. a. auf der Website des BFE e. V. publiziert wurden und Open Access zur Verfügung stehen (Hofer et al., 2023; <https://doi.org/10.57688/388>). Die Standards sind als Empfehlungen zu verstehen, die einerseits von professionellen Beratungseinrichtungen zur kritischen Reflexion oder Etablierung eigener Angebote genutzt werden können. Andererseits dienen sie Ratsuchenden als Orientierung, um professionelle Angebote im Internet zu identifizieren. Sie sind in weiten Teilen auch über den Essstörungenbereich hinaus anwendbar. Eine Publikation zur Dissemination der Ergebnisse ist gerade

in Begutachtung, weitere Publikationen sowie die Dissertation von Anna Hofer als große projektbezogene Publikation werden in den Jahren 2024 und 2025 erscheinen.

5. Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Das Vorhaben wurde im Rahmen der öffentlichen Bekanntmachung des BMG „Einbeziehung von digitalen Lebenswelten in die integrierte Versorgung bei Essstörungen“ vom 15.06.2021 unter Modul 1 „Implementierung evidenzbasierter digitaler Interventionen zum Thema Essstörungen in der Praxis“ gefördert. Die Ergebnisse können zur kritischen Reflektion oder zur Etablierung eigener Angebote genutzt werden. Andererseits dienen sie Ratsuchenden als Orientierung, um professionelle Angebote im Internet zu identifizieren. Somit liefern die Ergebnisse dieses Vorhabens einen Beitrag zur Versorgung von Menschen mit Essstörungen.

6. Verwendete Literatur

- DE ZWAAN, M. (2015). Sollten/müssen wir neue Medien in der Behandlung der Essstörungen einsetzen? *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie*, 65(1), 30–32.
<https://doi.org/10.1055/s-0034-1394401>
- HOFER, A., BORSE, S., HASENÖHRL, C., HARRACH, K., SCHNEBEL, A., & WUNDERER, E. (2023). *Qualitätsleitlinien für professionelle Online-Beratung bei Essstörungen*. Hochschule Landshut, Bundesfachverband Essstörungen e. V. (BFE). <https://doi.org/10.57688/388>
- WEISSMANN, R. S., & HAY, P. (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. *The International Journal of Eating Disorders*, 55(2), 155–160.
<https://doi.org/10.1002/eat.23653>
- WUNDERER, E., BORSE, S., LAMERS, L., & OMMEN, O. (2016). Beratungsstellen für Menschen mit Essstörungen. Versorgungslage und Rolle der Sozialen Arbeit. *Soziale Arbeit*, 65(12), 456–462.
<https://doi.org/10.5771/0490-1606-2016-12-456>
- WUNDERER, E., HOFER, A., SCHRADI, E., BORSE, S.; SCHNEBEL, A. (2024): Essstörungen. In Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (Hrsg.): *Jahrbuch Sucht 2024*, 123–133. Lengerich: Papst.