



Referat von
Ronja Schiftan
MSc Psychologin
24.11.2023

Beratung zwischen Effizienz und Empathie

Nutridays 2024

**Wann hast du dich das
letzte Mal so richtig
verstanden und gut
beraten gefühlt?**

**Was hat diese Situation
ausgemacht?**





Die Ernährungsberatung

Die Ernährungsberatung ist ein facettenreiches Feld, das physiologische, psychologische und soziale Themen umfasst und darauf abzielt, das Klientensystem zu einem personalisierten, zielgerichteten und gesundheitsfördernden Handeln zu aktivieren. U.a. Dolder et al. 2016

Effizienz und Empathie

Effizienz bezieht sich auf die Fähigkeit der Ernährungsberatungsperson, die Ressourcen optimal zu nutzen und die Beratungszeit effektiv zu gestalten

während Empathie die Fähigkeit beschreibt, sich in die Bedürfnisse, Gefühle und Perspektiven der Patienten einzufühlen.

Effizienz

«Ressourcen optimal
nutzen»

„Beratungszeit
effektiv gestalten“



Empathie

„Einfühlen in
Bedürfnisse,
Gefühle und
Perspektiven“



Effizienz

«Ressourcen
optimal nutzen»

„Beratungszeit
effektiv
gestalten“



1. Prio - Berufspolitik

- Kampf für bessere Tarife
- „Engagiere dich!“

Blended – Arbeiten

- Was muss wirklich in der Beratung vermittelt werden?
- Was kann ich “Outsourcen“?
- Was kann ich an Vor- und Nachbereitung dem Klient*innensystem übergeben?
- Digitalierung nutzen (Apps, Videos...)
- Kann ich meine Wissensvermittlung in Videos aufnehmen und zusammen mit Wissensunterlagen meinen Klient*innen zur Verfügung stellen?
- Gibt es die Möglichkeit für eine Hybride Begleitung per Chat etc.?

Tätigkeiten und Prozesse überdenken

- Was mache ich in der Beratung vor Ort? Was streiche ich?
- Welcher Part der Beratung macht mir ganz persönlich am meisten Freude?
- Gibt es Teile, die ich eigentlich weglassen, bündeln, reduzieren könnte?

Wecke die Geschäftsperson in dir!

- Gibt es die Möglichkeit für eine Teilselbstzahlung durch das Klient*innensystem?
- Grundangebot über die Kasse, weitere Vertiefung als zusätzliches Setting mit anderem Zahlungsmodus?



Wer vermittelt
Ernährungsinforma-
tionen?

Wie gehe ich in der
Beratung damit
um?



Beratungssituation

Zwei Menschen
Zwei Rucksäcke
Zwei Perspektiven

Eine Beziehung



Meine Rolle als Beratungsperson

Was ist meine eigene Prägung?

Was treibt mich an?

Warum berate ich, wie ich berate?

Wie will ich beraten?

Worauf habe ich Lust?

Was schisst mich an?



SPECIAL

externas.ch

SPECIAL

Sozialisierung



- **Wie bist du sozialisiert?**
- **Warum arbeitest du?**
- **Wie ist DIE Ernährungsfachperson?**
- **Welche Bedeutung hat Geld für dich?**
- **Wann lohnt sich deine Arbeit?**

- **Was bedeutet GENDER in deinem Beruf?**





Das Frauenmagazin ...
presseportal.de



EMOTION - DAS FRAUEN...
zzol.de



Frauenzeitschriften - 37 versc...
lesezirkel-brabandt.de



Neues Frauenmagazin "Cover" - Wieder en vogue - ...
sueddeutsche.de



Ein Magazin für selbstbe...
axelspringer.com



Frauenzeitschrift - An ...
sueddeutsche.de



Frauenzei...
lesezirkel-b...



WOMAN - Österreichs ...
amazon.de



Bauer überarbeitet Frau...
dvn-online.net



Barbara Schönebergers Mag...
spiegel.de



FUNKE startet neues m...
funkemedien.de



EMOTION - DAS FRAUENM...
zzol.de



Bauer: Aus für Frauenmagazin Myway / Auch Verk...
horizont.net



Das typisc...
de.webfall...



JOYCE - Die christliche Fraue...
bundes-verlag.net · Auf Lager



Brigitte-Frauenmagazin, GUT, ...
ebay.de



Frauenma...
meuselbac...



JOYCE - Die christliche Fraue...
bundes-verlag.net · Auf Lager

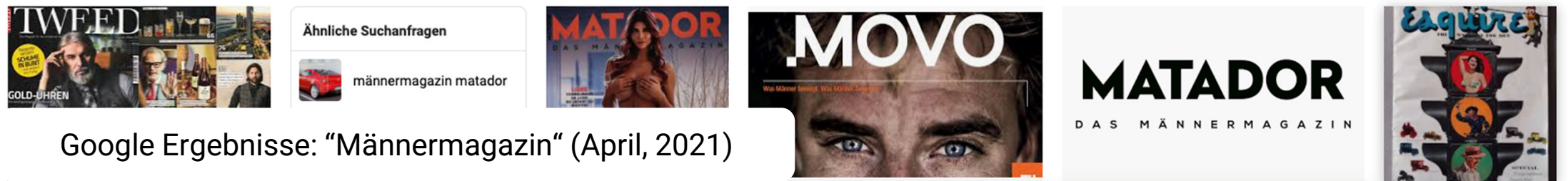
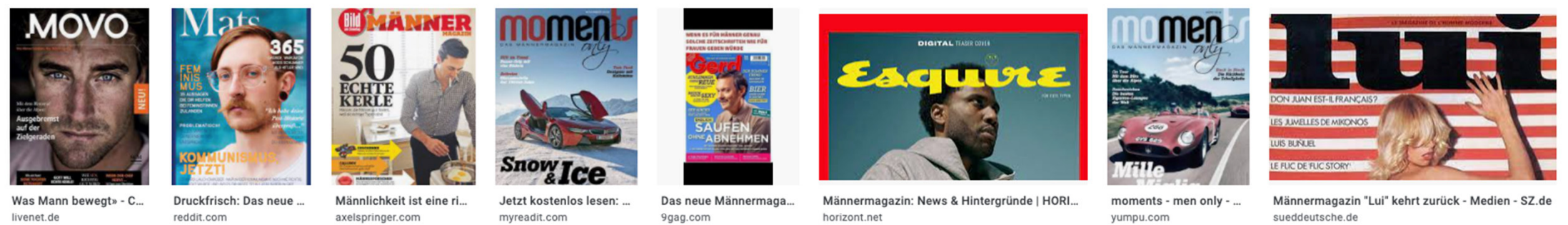
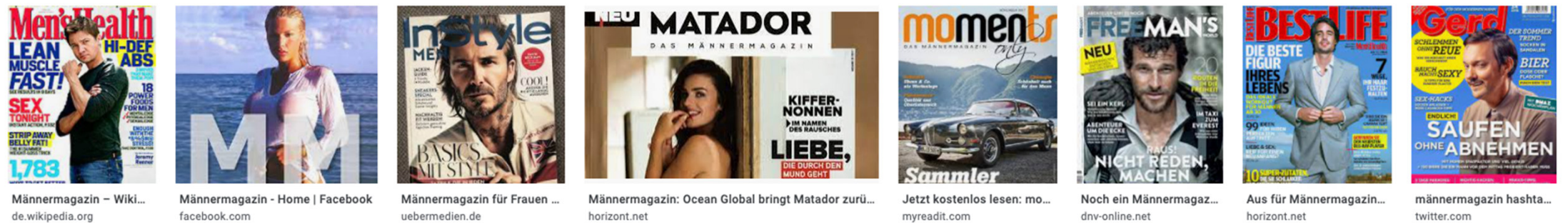


Brigitte-Frauenmagazin, GUT, ...
ebay.de



Frauenma...
meuselbac...

Google Ergebnisse: "Frauenmagazin" (April, 2021)





PATEK PHILIPPE
GENÈVE
Begin your own tradition.

Something truly precious
holds its beauty forever.

Tweny-4th and Ref. 4910/10A,
white gold ring
patek.com

PATEK PHILIPPE
GENÈVE
Begin your own tradition.

You never actually own
a Patek Philippe.
You merely look after it for
the next generation.

patek.com

Annual Calendar Ref. 5295G, Calatrava cufflinks



Empathie

„Einfühlen in
Bedürfnisse,
Gefühle und
Perspektiven“



Beziehungsgestaltung priorisieren

- Was braucht die stabile Beziehung?



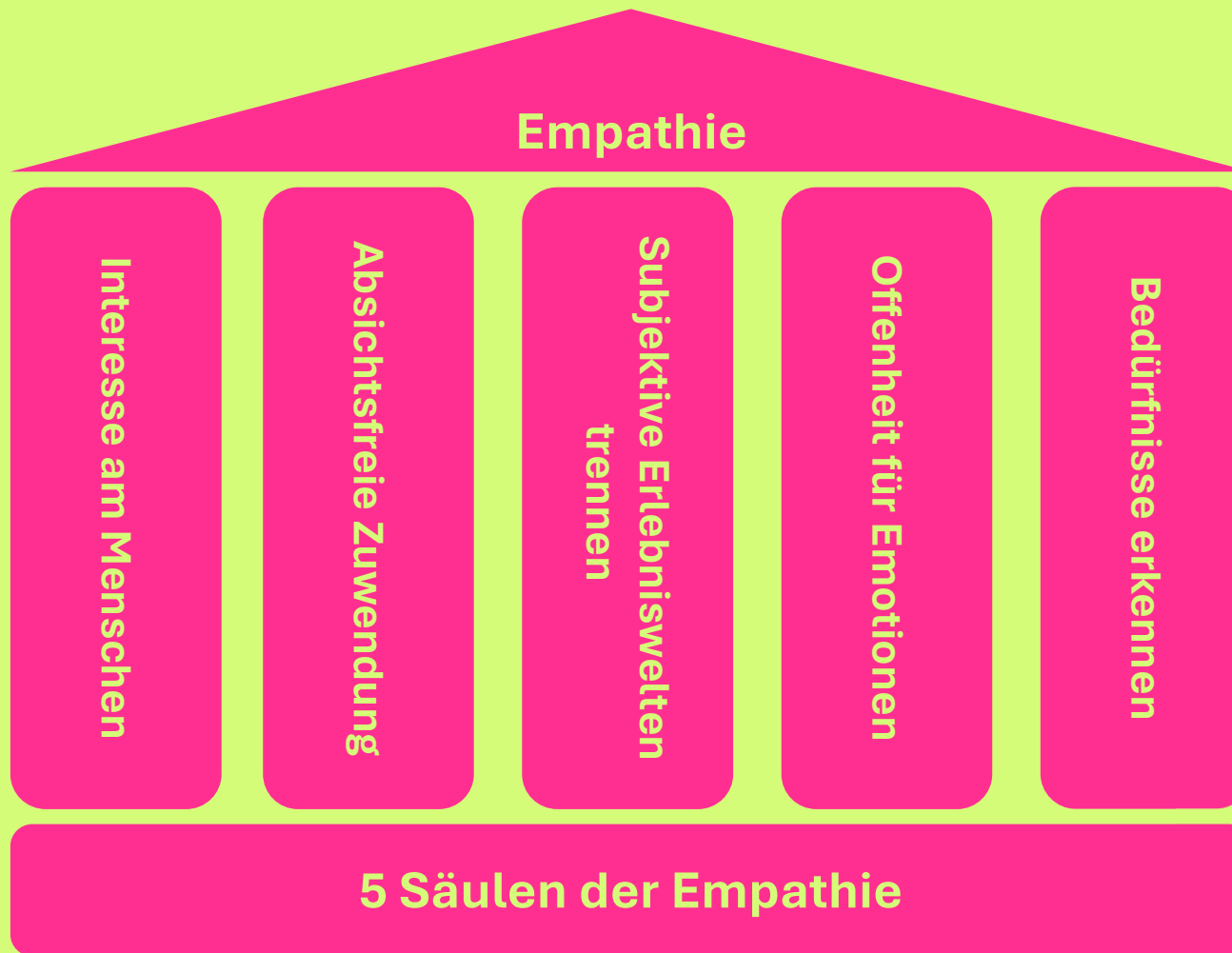
Subjektive Erlebniswelten
trennen

Offenheit für Emotionen

Interesse am Menschen

Absichtsfreie Zuwendung

Bedürfnisse erkennen



Hoos-Leistner, H. (2019). Kommunikation mit Patienten.
In: Kommunikation im Gesundheitswesen. Studium Pflege, Therapie, Gesundheit . Springer, Berlin, Heidelberg.

externas.ch



Was brauche ich als Klient*in?



Ich will...

... gesehen und gehört werden

... ernst genommen werden

... Wertschätzung

... Vertrauen

... Unterstützung

... abgeholt werden

Ich bin ein Individuum!



«Aber das muss man doch?»
«Wer sagt das?»
«Wer setzt den Rahmen?»

**Gestalte mutig und kreativ
Gestalte mit anderen
Getraue dich Altes loszulassen
und Neues zu säen.**

externas.ch



Quellen

- Hoos-Leistner, H. (2019). Kommunikation mit Patienten. In: Kommunikation im Gesundheitswesen. Studium Pflege, Therapie, Gesundheit . Springer, Berlin, Heidelberg
- Jent, S. & Rufener, A. (2016). Der Ernährungstherapeutische Prozess. Hogrefe AG.
- Sachse, R. (2015). Therapeutische Beziehungsgestaltung. Deutschland: Hogrefe Verlag GmbH & Company KG.
- Trautmann-Voigt, S., Voigt, B. (2020). Effizienz und Effektivität in der Psychotherapie. Psychosozial-Verlag

Die Bilder stammen von Unsplash.com, namentlich vom Account «HikiApp» mit vielen Bildern zum Thema Neurodivergenz



Vielen Dank!


Ronia Schiffan

MSc Angewandte Psychologie
Ernährungspsychologin ZEP

Kontakt

ronia.schiftan@externas.ch

www.externas.ch

 **externas.ch**