

Ernährungstherapeut(in)

Ausbildung Nr.: 554-0/551-1/552-1

Dauer: 2 Wochen Intensivausbildung

Termine: Nr. 554-0: 18. - 30. Oktober 2010
Nr. 551-1: 07. - 19. März 2011
Nr. 552-1: 17. - 29. Oktober 2011

*jeweils Montag bis Samstag je 8 - 18 Uhr
(ab ca. 17 Uhr Einzelcoaching bei Bedarf)*

Teilnahmegebühr: Euro 2.100,- / ermäßigt Euro 1.680,-
(USt.-befreit; als Kosten für die berufl. Weiterbildung steuerlich absetzbar)

Zertifikat: Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem Zertifikat des IEK bescheinigt.
Die erworbene Qualifikation kann grundsätzlich bundesweit namentlich geführt und z. B. in selbstständiger Arbeit, eigener Praxis oder im Angestelltenverhältnis beruflich ausgeübt werden. Die in dieser Ausbildung enthaltene Zusatzqualifikation Autogenes Training entspricht inhaltlich den qualitativen Anforderungen der Krankenkassen bzw. der Kassenärztlichen Vereinigung. Somit werden die absolvierten Unterrichtseinheiten unter der Maßgabe einer Einzelprüfung bei bestehender Grundqualifikation von den Krankenkassen hinsichtlich des § 20 SGB V (Primärprävention) bzw. von der Kassenärztlichen Vereinigung hinsichtlich des Einheitlichen Bewertungsmaßstabes im Bereich übender und suggestiver Techniken als spezifische Qualifikation grundsätzlich anerkannt.

Voraussetzungen: Offenheit, Einfühlungsvermögen, Freude am Umgang mit Menschen, Fähigkeit zur Selbstreflexion, Bereitschaft zur Entwicklung eines positiven Selbstbildes, Mindestalter 24 Jahre, Schulabschluss. Die Intensivausbildung richtet sich an Menschen mit Erfahrungen in psychologischen, therapeutischen, pädagogischen, sozialpädagogischen, gesundheitlich – medizinischen, pflegenden oder helfenden Bereichen.

Veranstaltungsort: IEK-Ausbildungszentrum Köpenicker Straße 175, 10997 Berlin

Ernährungstherapeut(in)

Hintergrund

Immer mehr Menschen in Deutschland leiden an Übergewicht – trotz Diätenwahn, Fitnesswelle und kalorienarmer Lebensmittel. Dauerhafte Abhilfe schaffen keine simplen Heilsversprechen, sondern nur eine klientenorientierte, ganzheitliche Betrachtung, welche die individuelle gesundheitliche Disposition, Energiebilanz, Nährstoffverarbeitung und Lebenseinstellung ebenso berücksichtigt wie die Bewegungs- und Essgewohnheiten und das psycho-soziale Umfeld. Es besteht also ein dringender Bedarf an qualifizierten Ernährungstherapeuten, die Menschen in Gruppen- oder Einzelarbeit bei der langfristigen Gewichtsreduktion begleiten.

Der Ernährungstherapeut unterstützt seine Klienten bei der Ernährungsumstellung hin zu einer gesunden Lebensweise, wobei in der Behandlung psychologische Ansätze, individuelle Betrachtungsweise der Lebensumstände sowie eine persönliche Strukturmodellanalyse eine Rolle spielen. Er vermittelt eine höhere Lebensqualität durch bewussteres und besseres Essverhalten. Präventive Beratung sensibilisiert die Menschen für eine gesunde und ausgewogene Ernährung, die der Entstehung typischer Zivilisationskrankheiten vorbeugt.

Ziel

Der Lehrgang vermittelt ernährungsphysiologische und psychologische Grundlagen aus Sicht der Ernährungswissenschaft, Naturheilkunde unter Integration von psychologischen Ansätzen. Die Teilnehmer lernen, wie man die Situation des Klienten systematisch analysiert und einen passenden Aktions- und Ernährungsplan entwirft. Weitere Schwerpunkte sind Gesprächsführung und Coaching.

Darüber hinaus werden fachtechnische Grundlagen in Anatomie, Physiologie oder Nahrungsmittellehre vermittelt. Der Kurs versetzt in die Lage, eine kompetente Ernährungstherapie für alle Personengruppen anzubieten. Sie lernen, zielgruppengerecht zu beraten, anzuleiten zu betreuen, und therapeutisch zu intervenieren.

Aus dem Inhalt

- Ansätze und Modelle der Ernährungstherapie (aktuellen Theorien, Methoden - verschiedene Modelle)
- Berufskunde/Berufsfeld (Beratung, Betreuung, Therapie, Gesundheitsberatung)
- Anwendungsbereiche der Ernährungstherapie
- Kontextuelle Einbettung der Ernährungstherapie
- Anatomische Grundlagen in der Ernährungstherapie
- Psychologische Aspekte der Ernährung
- Ernährung und Psyche

- Grundlagen der Psychologie und therapeutische Interventionstechniken
- Sensibilisierung für Ernährungsverhalten / Wahrnehmungsveränderungen
- Aufdecken von abwehrmechanismischen Strukturen
- Anamneseverfahren in der Ernährungstherapie
- Kommunikations- und Interviertechniken
- Interventionsmöglichkeiten
- Die Bedeutung der Ernährung für körperliches, geistiges und psychisches Wohlbefinden – Prävention und Therapie
- Funktion des Körpers bei der Ernährung / Nahrungsaufnahme
- Nährstoffe und Nahrungsbestandteile
- Lebensmittelkunde
- Ganzheitliche Ernährungslehren
- Vollwertige Ernährung
- Vegetarische Ernährung
- Ernährungsansätze aus dem TCM
- Krankheitsbilder aus der Sicht der modernen Ernährungstherapie - Krankheit und Gesundheit
- Pathologie und Diätetik
- Diätetik / Übergewicht
- Diätformen
- Vor- und Nachteile von Diäten
- Indikationsgrenzen, Kontraindikation
- Fasten – Methoden, Anwendungsgebiete, psychologische Begleitung
- Gesund abnehmen
- Individuelle Nährstoffanalyse
- Erstellen eines Ernährungsprotokolls
- Führen und Auswerten eines Ernährungstagebuchs
- Analyse von Mangelzuständen
- Nahrungsmittelallergien
- Heilkräuter
- Neutralisierung überschüssiger Säuren - Ausgleichen des Säuren-Basen Haushalts
- Darmsanierungsverfahren
- Änderung von Ernährungsgewohnheiten – Einbettung von neuen Ernährungsmodellen in das Alltagsleben
- Ernährungskonzepte bei bestimmten Krankheiten (z.B. Allergien, Rheuma, Gicht, Hautkrankheiten, Gefäßkrankheiten, Bluthochdruck, Darmerkrankungen)
- Ernährungshinweise für Säuglinge, Kleinkinder, Schwangere, Stillende, Sportler, Senioren
- Information über weitere Hilfsmittel wie Hypnose, Akupunktur, Yoga bei Gewichtsreduktion
- Anwendung von Entspannungsverfahren für die Ernährungsumstellung und bei Gewichtsreduktion - Autogenes Training (Seminarleiterschein)
- Praxisfelder: Einsatzformen im Berufsalltag
- Praxiserfahrungen: Durchführung verschiedener ernährungstherapeutischer Therapieeinheiten
- Anleitung von Klientengruppen

- Durchführung und Gestaltung von ernährungstherapeutischen Seminaren
Kreatives gesundes Kochen – Ernährung in der Familie – Ernährung im Kindergarten / Schule
- Rechtliches zur Berufskunde
- Gesetzliche Grundlagen zum Therapeutenberuf
- Grundlagen, Ziele und Grenzen der Ernährungstherapie
- Klientenzentriertes Einzelcoaching
- Selbsterfahrung

Aus dem Methodenteil

Im Mittelpunkt der Ausbildung stehen alle Kenntnisse, die zur professionellen Begleitung von Menschen in den präventiven Gesundheitsberufen notwendig sind. Sie beruhen auf den aktuellen Erkenntnissen der Ernährungswissenschaften, Lebensmittelkunde, Psychologie und Soziologie. Neben dieser intensiven Fachausbildung liegt ein weiterer Schwerpunkt darauf, eine Trainerkompetenz zu entwickeln, mit deren Hilfe man die Klienten bedarfsgerecht beraten kann.

In der Ausbildung wird durch Vortrag, Gruppenarbeit und Selbsterfahrung eine Wissensbasis zu den modernen ernährungswissenschaftlichen Modellen geschaffen. Die Teilnehmer(innen) üben Elemente aus den unterschiedlichen Verfahren. Die Erfahrungen werden reflektiert, analysiert und auf ihre therapeutische Relevanz hin geprüft.

Die gelernten Methoden werden von den Teilnehmenden umgesetzt und gemeinsam Therapieansätze generiert. Die Ausbildung endet mit der Durchführung einer selbst entwickelten Seminar- und Therapie-einheit. Therapieeinzel Sitzungen werden im Rollenspiel mit erfahrenen Therapeut(inn)en oder Diplom-Psycholog(inn)en geübt und supervidiert. Gemeinsam werden die gelernten Verfahren zur Anwendung gebracht.