

Ätstörning bland idrottande barn och ungdomar

En digital förinspelad föreläsning om varningstecken, diagnoser och förebyggande insatser.



Välkommen till en föreläsning med fokus på hur man kan förstå, upptäcka, förebygga och bemöta ätstörningsproblematik bland idrottande barn och ungdomar.

Plats

Digital förinspelad föreläsning och kompletterande powerpoint finns tillgänglig via vår kursplattform under 2 veckors tid. Powerpointen är möjligt att ladda ner.

Målgrupp

Föreläsningen lämpar sig väl för dig som är verksam inom skola och elevhälsa, idrottsgymnasium, idrottsföreningar eller andra ungdomsorganisationer. Vi ser också föreläsningen som lämplig för dig som förälder eller för dig som dagligen kommer i kontakt med personer med ätstörningar eller möjliga ätstörningar.

Inga särskilda förkunskaper krävs.

Bakgrund

Frågor som berörs:

- Hur skiljer sig funktionell träning och hälsosam kost från tvångsmässiga och riskfyllda beteenden?
- Hur kan vi prata om hälsa, kost och träning utan att riskera att öka risken för att barn och ungas ätstörningsbeteenden triggas?

Fysisk aktivitet fungerar ofta som en skyddsfaktor mot psykisk ohälsa. Samband mellan ätstörning och träning kan dock förekomma.

En del unga utvecklar ätstörningar kopplat till sin idrott medan andra försämras i en befintlig ätstörning genom överdriven träning. Att drabbas av ätstörning är vanligare inom idrott där kroppsbilden spelar en framträdande roll, som exempelvis inom gymnastik, simning, brottning och dans. Ätstörningar förekommer oftare bland elitidrottare än bland utövare på lägre nivåer.

Föreläsningens innehåll

- Olika ätstörningsdiagnoser: Anorexia, bulimi, hetsättningsstörning samt ARFID.
- Hälsorisker med prestationsbaserad självkänsla.
- Varningstecken vid ätstörning och misstänkt tvångsmässig träning.
- Bemötande av unga idrottare med misstänkt ätstörning.
- Att stärka elevers självacceptans och minska självkritik.
- Att utforma en handlingsplan då tecken på ätstörningar identifierats.
- Ätstörningens funktion i idrottssammanhang.
- Hur arbeta förebyggande i skolor och idrottsföreningar.

Föreläsare

Annica Carlsson

Leg. psykolog och leg. psykoterapeut, handledare på Cara Psykologi AB, Stockholms Centrum för Ätstörningar och Mittuniversitetet. Mångårigt arbete med personer med svår och komplex ätstörning med komorbiditet. Har en gedigen erfarenhet av att jobba med ätstörningsproblematik framförallt riktad mot idrott.

Pris

690 kr ex. moms.

Vid stort intresse för föreläsningen på din arbetsplats, kontakta oss gärna.

450 kr ex moms per person

Vid tre eller fler anmälningar från samma gäng.

Vid intresse från förening/skola eller större grupp kontakta oss gärna för eventuella fysiska besök.

Kursanmälan

Anmälan till kursen görs på:

wisemind.se/utbildning under fliken "Kursanmälan".

Kontaktinformation

info@wisemind.se

Tel: 0763-25 49 58