

## Das Beratungsgespräch – Skills und Tools für die Fachberatung



Die Fachberatung: Wenn professionelle Berater mit ihrem Fachwissen ratsuchende Klienten bei der Lösung von Problemen konstruktiv unterstützen möchten, brauchen sie Kompetenzen und Methoden, die über den reinen Expertenstatus hinausgehen. Dieses Buch beschäftigt sich mit den ergänzenden Fähigkeiten und stellt Werkzeuge vor, die für ein Beratungsgespräch hilfreich und nützlich sein können. Das österreichische Autorenteam, u.a. in der Organisationsberatung und der Hochschullehre tätig, zieht dabei viele bekannte Kommunikationsmodelle und psychologische Persönlichkeitstheorien zu Rate. Entstanden ist ein Ratgeber, der

für sämtliche Fachdisziplinen (Wirtschaft, Management, Medizin...) zusätzliche Beratungskompetenzen vermittelt.

Mithilfe einer übersichtlichen Gliederung werden zunächst Aufgaben, Anforderungen und Grenzen von Fachberatung näher erläutert. In den folgenden Kapiteln stellen die Verfasser psychologische Aspekte der Beratungsarbeit, Modelle der Kommunikation und Techniken der Gesprächsführung vor. Kreative Verfahren zur Visualisierung im Beratungskontext füllen die Methodensammlung. Zum Ende des Buches findet man eine Auflistung von schwierigen Beratungssituationen mit Lösungstipps. Die Themen Selbstfürsorge und Arbeitserleichterungen für den Berater runden das Werk ab.

Diese reichhaltige Themenauswahl zeigt das Anliegen der Autoren, eine umfassende Hilfe für alle auftretenden Fragen in einer kurzen und prägnanten Form zu bieten. Folgender Aufbau zieht sich konsequent durch das gesamte Buch: Auf der linken Buchseite werden die Aspekte

vorgestellt – auf der rechten Seite findet man die entsprechende Visualisierung in Form fotografiert Flipchartbögen. Der gewollte Effekt, die Inhalte anschaulich und einprägsam zu gestalten, wird absolut erreicht. Für Trainer und Berater kann es eine hilfreiche Inspiration sein und lädt zum Blättern ein. Die Vielzahl der anspruchsvollen Themen mit dieser Struktur abzuhandeln, birgt jedoch den Nachteil, dass die Fragestellungen nur oberflächlich beantwortet werden. Viele Theorien und Modelle werden nicht näher erklärt und wirken auf den ungeübten Berater vielmehr abstrakt.

Die Stärken des Buches liegen in der positiv lösungsorientierten Art der Darstellung. Viele Tipps, Anregungen und Reflexionen machen das Buch zu einem „Ratgeber“ im wahrsten Sinne des Wortes. Für Berufsgruppen mit eher fachtechnischen oder verwaltenden Arbeitsinhalten ist das Erlangen von konstruktiver Beratungskompetenz mithilfe psychologischer Aspekte eine notwendige Herausforderung. Die kritische Auseinan-

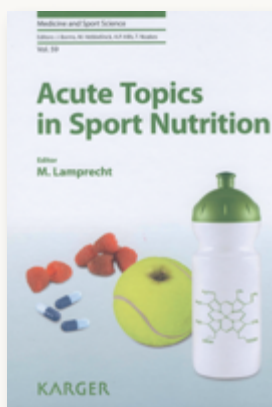
dersetzung mit den eigenen Zielen, der Rolle, der persönlichen Wirkung als Berater sowie die Anerkennung von Grenzen der eigenen Fachrichtung wird mit dieser Lektüre leicht gemacht. Die Literaturangaben zur weiteren Vertiefung sind nur lückenhaft vorhanden und wirken daher etwas zufällig. Für den unerfahrenen Berater fehlen konkrete Umsetzungen, Fragen bleiben offen und im besten Fall wird ein Schulungsbedarf deutlich. Der durch Kommunikationsseminare erfahrene Leser hat überwiegend motivierende Wiedererkennungserlebnisse – wie in einer Auffrischungsschulung.

*Julia Kugler, Münster*

Adelheid Wimmer, Walter Buchacher, Gerhard Kamp, Josef Wimmer:  
**Das Beratungsgespräch. Skills und Tools für die Fachberatung**  
 256 S., Hardcover, 24,90 €  
 Linde Verlag, Wien (2012)

ISBN: 978-3-7093-0376-4

## Acute Topics in Sport Nutrition



„Acute Topics in Sport Nutrition“, von Manfred LAMPRECHT im Karger Verlag herausgegeben, ist eine gebundene Ausgabe des Journals „Medicine and Sport Science“. Mehr als 20 Autoren stellen in 16 Übersichtsarbeiten aktuelle Themen der Sportlerernährung dar, insbesondere Sachverhalte und neue Erkenntnisse zu ausgewählten Nahrungssupplementen im Sport.

Klassische Fragestellungen bspw. zum Kohlenhydrat-, Protein-, Flüssigkeits- oder Vitaminbe-

darf sind ebenso wenig Inhalt des Buches wie praktische Handlungsanweisungen, die den Einsatz von verfügbaren Lebensmitteln präferieren. Hingegen werden Ernährungsstrategien und v. a. neue Hypothesen und Anforderungen an die Supplementierung in Trainings- und Wettkampfzeiten mit denkbar ergogenen Substanzen beschrieben. Arginin, Citrullin, Beta-Glucan, Obst/Gemüse-Konzentrate oder L-Carnitin sollen nur exemplarisch für die Themenvielfalt genannt werden.

Die Reviews basieren auf teilweise industrie-gesponserten Studien, die größtenteils mit Breitensportlern und Sportlern mit geringem Trainingsumfang durchgeführt worden sind.

*Dr. Alexandra Blaik, Magdeburg*

Manfred Lamprecht (Hg):  
**Acute Topics in Sport Nutrition**  
 156 S., 17. Abb., 6 Tab., 158 €  
 Karger Verlag, Basel 2012

ISBN: 978-3-8055-9992-4

*(Fortsetzung S. M181)*

(Fortsetzung von S. M178)

## Mangel- und Unterernährung Strategien und Rezepte: Wieder zu Kräften kommen und zunehmen



Mangel- und Unterernährung ist allgegenwärtig – in deutschen Krankenhäusern ist etwa jeder vierte Patient mangelernährt – und tritt doch häufig in den Hintergrund. Die Folgen sind umfangreich: Der Körper verliert an Muskelkraft, das Immunsystem baut ab, die Infektanfälligkeit steigt und es kommt zu Verzögerungen und Störungen in Genesung und Wundheilung. Hinzu kommen verminderte Lebensfreude und Lebensqualität der Betroffenen. Gründe genug, um therapeutisch zu intervenieren. Die Literatur zu

diesem Thema ist jedoch sehr begrenzt. Umso mehr dürfte sich dieses Buch sowohl bei Betroffenen und deren Angehörigen als auch im Berufsalltag im Umgang mit mangelernährten Patienten großer Beliebtheit erfreuen.

Das Buch gliedert sich in einen allgemeinen Informationsteil zum Umgang mit Mangelernährung und einen Rezeptteil. Der Informationsteil beschreibt Strategien zum gesunden Zunehmen bei Mangelernährung. Nach Begriffsklärungen folgt eine sehr ausführliche Schilderung über die möglichen Ursachen der Mangelernährung sowie deren Symptome. Es folgen Behandlungsstrategien, welche sehr übersichtlich und praxisnah anhand eines Stufenschemas erläutert werden.

Die Betrachtungsweise ist sehr umfassend, so wird auf Nährstoffe und Nährstoffdichte eingegangen, aber auch auf Fakto-

ren wie bspw. Zahnprobleme, geeignete Hilfsmittel und soziale Komponenten der Nahrungsaufnahme. Trink- und Zusatznahrung sowie enterale und parenterale Ernährung werden ebenfalls thematisiert. Besonders positiv zu bewerten ist der Einsatz von ganz „normalen“ Lebensmitteln. Aber auch auf verschiedene Anreicherungs-möglichkeiten und den sinnvollen Einsatz von Trinknahrungen wird hingewiesen. Vervollständigt wird der erste Teil mit dem Kapitel über spezielle Probleme wie z. B. Lebensmittelunverträglichkeiten, Allergien und Kau- und Schluckbeschwerden.

Der Rezeptteil bietet auf gut 70 Seiten eine umfassende Sammlung von Ideen: von Suppen über Shakes zu Hauptgerichten und Snacks für Zwischendurch. Für die Diätküche sind diese Anregungen genauso geeignet wie für Betroffene selbst oder ihre Angehörigen. Die Rezepte sind geeignet für verschiedene Kost-

formen in verschiedener Konsistenz. Häufig sind es ganz geläufige Gerichte, die aufgewertet und angepasst werden und so auch im Familienalltag gut Einsatz finden können. Auch in der Beratung von mangelernährten Patienten kann diese Rezept-sammlung von Nutzen sein.

Die erfahrenen Autoren bieten mit diesem Buch praktikable Strategien an, um der Mangelernährung entgegenzuwirken. Sowohl Betroffene als auch Fachkräfte können von diesem Ratgeber profitieren.

*Martina Gehlen-Thiedt, Bensheim*

Christian Löser, Angela Jordan, Ellen Wegner:  
Mangel- und Unterernährung.  
Strategien und Rezepte: Wieder zu Kräften kommen und zunehmen  
143 S., 31 Abb., broschiert  
TRIAS Verlag, Stuttgart 2012  
ISBN: 978-3-8304-6063-3

## Nährstoff – Perspektiven nachhaltiger Ernährung



Hella Maria INNEMANN, Lena HEITKÖNIG und Marika KINSHOFER studieren an der FH Münster Nachhaltige Dienstleistungs- und Ernährungswirtschaft und haben das Magazin „Nährstoff – Perspektiven nachhaltiger Ernährung“ initiiert und konzi-

piert. 19 Beiträge unterschiedlich in Inhalt, Machart und Länge umfasst die erste, knapp 100-seitige Ausgabe. Neben Artikeln der Redaktionsmitglieder finden sich natürlich Beiträge von Wissenschaftlern der FH Münster. So erzählt bspw. Prof. Dr. Joachim GARDEMANN in „Eine Mahlzeit im finstersten Winkel der Verlassenheit“ von einem Schlüsselerlebnis während seiner Zeit als Kinderarzt in einem ostafrikanischen Flüchtlingslager, Prof. Jan JARRÉ fragt „Essen hält Leib und Seele zusammen, aber auch die Welt?“ und Daniel KOFAHL beschreibt kulinarische Irritationen und den Aufbruch zu einer nachhaltigen Ernährung.

Auch andere namhafte Wissenschaftler und Praxisakteure haben der ersten Auflage mit auf den Weg geholfen: Prof. Dr. Karl-Michael BRUNNER (Uni Wien) bspw. zeichnet „Geschmackvolle Wege zu nachhaltigem Essen“ auf, Edith GMEINER von Fairtrade Deutschland umreißt das Fairtrade-Label.

Auffallend sind die frische Grafik/Typografie und vielgestaltige Bebilderung – das Ergebnis einer Bachelorarbeit am Fachbereich Design. Die Herausgeber-schaft teilt sich der Fachbereich Oecotrophologie – Facility Management mit der ecotransfer Verlags- und Bildungsgesellschaft.

Gratulation an das Redaktionsteam: Nicht nur haben sie es geschafft, Nachhaltigkeit in der Ernährung nicht belehrend darzustellen, sondern getreu der Mehrdimensionalität abwechslungsreich und informativ. Das Magazin ist eine gelungene, inhaltlich wie auch grafisch erfrischende Leseabwechslung.

„Nährstoff“ wird im Masterstudiengang Nachhaltige Dienstleistungs- und Ernährungswirtschaft verankert und soll jährlich erscheinen – wir dürfen also auf die Zweitaufgabe eines neuen Redaktionsteams gespannt sein.

*Stella Glogowski, Pohlheim*