

# Adipositas Kolleg 6

## Adipositas – Psychosoziale Aspekte

**CM<sub>3</sub>**  
KAPSELN

zur Behandlung des Übergewichts  
und zur Gewichtskontrolle



EASYWAY AG  
Gesellschaft für Biotechnologie

# Adipositas – Psychosoziale Aspekte

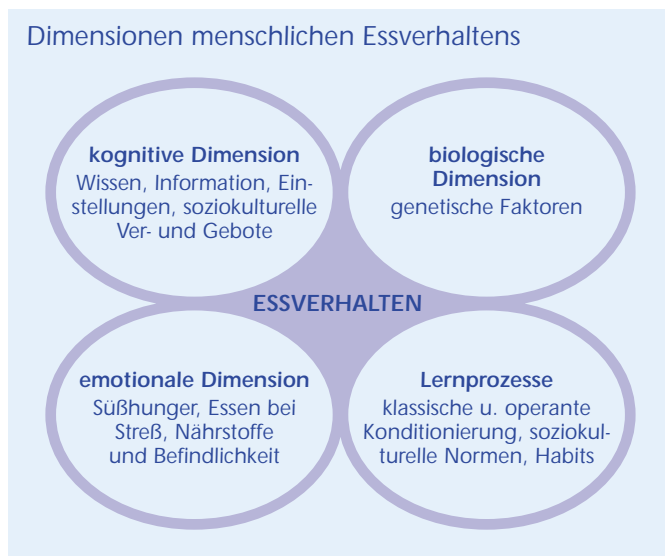
„Die Speisen haben vermutlich einen sehr großen Einfluss auf den Zustand des Menschen, wo er jetzo ist. Der Wein äußert seinen Einfluss mehr sichtbar, die Speisen tun es langsamer, aber vielleicht ebenso gewiss.“ (G. C. Lichtenberg 1742–1799).

Unter der Berücksichtigung, dass früher das Hauptaugenmerk den ernährungsbedingten Mangelerscheinungen galt, müssen in unserer heutigen Zeit mehr und mehr die Folgen der Überernährung beachtet werden. Umso mehr belegt das Zitat von Lichtenberg seine ausgezeichnete Beobachtungsgabe, vor allem aber auch sein Gespür für den Einfluss der unterschiedlichen Nahrungszusammensetzung auf die Gesundheit.

Neben den Abläufen auf der Ebene der Physis und damit der biochemischen Zusammenhänge spielen die unterschiedlichen Verhaltensmuster und ihre Ursachen im Rahmen der psychologischen Adipositas-Forschung eine tragende Rolle. So unklar die biochemischen Zusammenhänge bis in unsere heutige Zeit sind, so widersprüchlich und undifferenziert sind auch die Hypothesen der psychologischen Adipositas-Forschung. Neben den rein psychologischen Modellen gilt es, auch den sozialpsychologischen Aspekt nicht zu vernachlässigen.

## Psychologische Ansätze

Manche Zeitgenossen müssen bei innerer Unruhe oder Stress zunächst einmal ein Stück Kuchen oder Schokolade essen. Viele von uns können den unterschiedlichen Effekt verschiedener Speisen einschätzen und haben im Laufe ihres Lebens gelernt, welche Nahrungs- und Genussmittel die Stimmung heben und welche nur geringfügigen oder keinen Einfluss auf diese ausüben. Solche Vorgänge spielen sich im täglichen Alltag im Unterbewusstsein ab.



Ellrott u. Pudel (1997)

Interessanterweise laufen bei einem Stimmungstief entsprechend einer Matrix drei alternative Methoden ab, durch Änderung des Essverhaltens den aktuellen Zustand zu überwinden. Eine Methode besteht in der Aufnahme fetthaltiger Kost, eine andere besteht im Wunsch nach kohlenhydratreicher Nahrung. Die dritte Spezies legt eine Fastenperiode ein. Welche Vorgänge für diese unterschiedlichen Verhaltens-

muster im Gehirn verantwortlich sind, lässt sich zum jetzigen Zeitpunkt nicht endgültig erklären.

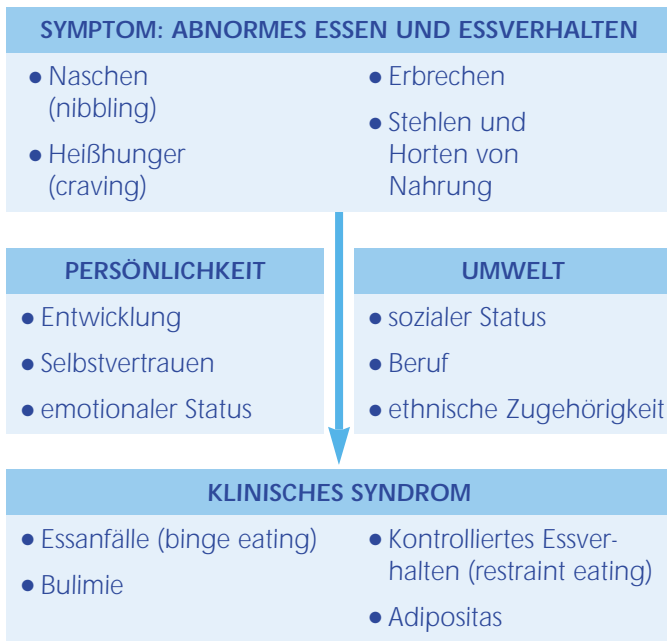
Die bisherigen Untersuchungen über die Persönlichkeitsstruktur adipöser Patienten sind weder einheitlich, noch lassen sich Aussagen über Ursache und Wirkung machen.

In Bezug auf die Persönlichkeit treffen die wenigen vorhandenen Studien nur Einzelaussagen, die übereinstimmend Angst, Abhängigkeit und erhöhte Depressivität postulieren. Andere Studien belegen, dass eine Depression eher zur Gewichtsabnahme führt. Auch Geschlechtsunterschiede dürfen in diesem Zusammenhang nicht unerwähnt bleiben. Beispielsweise weisen adipöse Männer geringere Depressionswerte auf als solche im normalen Gewichtsbereich.

Aus psychoanalytischer Sicht wird eine starke Deprivation in der Kindheit ebenso wie starke Verwöhnung dafür verantwortlich gemacht, dass Adipöse „oral gestört sind“, d.h. schwer das richtige Maß finden können. Hinsichtlich der Familienkonstellation ist festzuhalten, dass Adipositas häufiger bei Kindern alleinstehender Mütter auftritt. Eine andere Studie erhärtet diese Aussage, und zwar in Bezug auf einen auffällig häufigen Väterverlust.

Studien, die das Bild innerhalb der Familien reflektieren, belegen, dass adipöse Geschwister häufig die Rolle des „Sündenbocks“ einnehmen. Dementsprechend ist auch der Kontakt zu anderen Familienangehörigen weniger offen und warmherzig. Andere Studien ermittelten eher das „Nesthäkchen-Dasein“ und das Verwöhnen als Ursache der Adipositas. Auch in diesem Zusammenhang wird deutlich, dass sowohl ein „Zuviel“ als auch ein „Zuwenig“ zur Entwicklung der Adipositas beiträgt.

Essen kann über ein normales Maß an Lustgewinn hinaus zu einer Ersatzbefriedigung werden und schließlich sogar Suchtcharakter annehmen.



Wirth (1998)

Lernprozesse müssen in diesem Zusammenhang auch Erwähnung finden. Eine Studie konnte bei adipösen Kindern eine signifikant häufigere Belohnung oder Tröstung feststellen, die dann im Sinne operanten Konditionierens zum „Essen aus Trost“ führen kann. Auch das „Vorleben“ spielt selbstverständlich eine wichtige Rolle: Der Verzehr von Süßigkeiten der Mutter ist ein guter Hinweis für die spätere Entwicklung einer Adipositas der Kinder.

Lernprozesse im Sinne der Kindheitskonditionierung spielen auch in einem anderen Zusammenhang eine wichtige Rolle. Äußere Regulierung der Tischsitten („... was auf den Tisch kommt, wird aufgegessen“) und latenter Zwang („... noch ein Löffelchen für Mami“) können zu einer herabgesetzten Ansprechbarkeit auf die Körpersignale z.B. der Sättigung führen. Unter solchen Bedingungen können Kinder kein adäquates Selbstwertgefühl entwickeln und lernen nicht, interne Stimuli wie Hunger oder Sättigung richtig zu erkennen.

Adipöse Menschen haben oft auch ein gering entwickeltes Selbstbewusstsein. Neben der beschriebenen Anfälligkeit gegenüber äußeren Einflüssen wirken diese Menschen in ihrem Sozialverhalten sehr angepasst.

Auch externe Faktoren, d.h. Lebensereignisse, wie Heirat, Schwangerschaft oder Austritt aus dem Beruf, können die noch vorhandene Selbstkontrolle verringern.

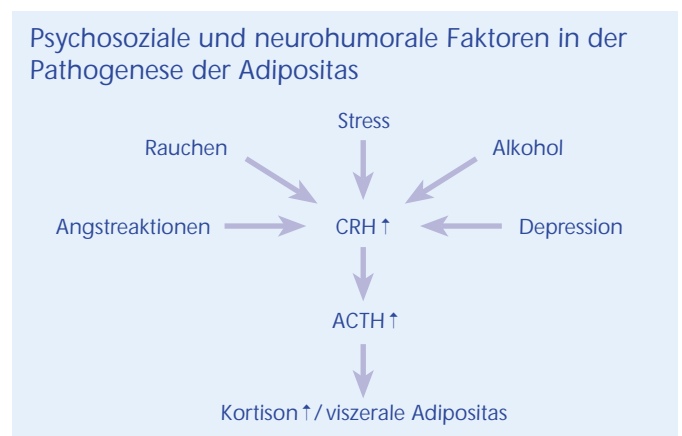
## Soziale Aspekte

Das Körpergewicht scheint in auffälliger Weise von der jeweiligen sozialen Schicht und vom Bildungsstand abhängig zu sein. In Bevölkerungsschichten mit geringem sozialen Status und geringerem Bildungsgrad ist Adipositas besonders verbreitet.

Die Darstellung der Adipositas als Attribut des Wohlstands hat sich zu einem Zustand der Unsicherheit und der Isolation gewandelt. Der ehemals „gemütliche Dicke“ wird heute als hässlich, charakterschwach und bildungsmäßig dumm eingestuft. Besonders Frauen leiden in den letzten Jahrzehnten unter diesem Wandel.

Die soziale Isolation von adipösen Menschen wurde in mehreren Studien beschrieben. Adipöse schildern ihre Sozialkontakte als unübersichtlich groß oder als schlecht in der Hinsicht, dass diese weniger Personen benennen können, bei denen sie Anerkennung und Unterstützung finden. Adipöse Frauen haben nach den obengenannten Studien signifikant weniger Sozialkontakte mit Männern.

Im Berufsleben klagten adipöse Menschen im Verhältnis zu Kollegen, Vorgesetzten und Untergebenen über Diskriminierung. Viele Betroffene werden aufgrund ihres hohen Körpergewichts erst gar nicht eingestellt, bei einigen führt der Druck am Arbeitsplatz zur Kündigung oder zur Entlassung. Die Diskriminierung erfolgt entweder verbal oder physisch. Von Partnern oder Freunden fühlten sich nach dieser Studie rund ein Drittel der Betroffenen diskriminiert. Die häufigste Diskriminierung erlebten Adipöse jedoch durch Fremde. Die vorherrschende Diskriminierungsart ist die Beleidigung. Oftmals werden die Betroffenen auch zum Abnehmen gedrängt. Einigen weiteren wurde Gewalt angedroht, andere wurden mit Gegenständen beworfen, geschubst, geschlagen und gestoßen.



Hanefeld u. Breidert zit. in Wechsler (1998)

## **Psychosoziale Auswirkungen bei Kindern und Jugendlichen**

Die Unterscheidung der juvenilen Adipositas und der Adipositas bei Erwachsenen ist sehr wichtig, weil zur Erhebung der Befindlichkeit in diesem Zusammenhang immer geklärt werden muss, seit wann die Adipositas besteht. Adipöse Kinder und Jugendliche leiden unter psychosozialen Faktoren noch viel stärker als Erwachsene.

Untersuchungen belegen, dass die Diskriminierung stärker ausgeprägt ist und dass fettleibige Kinder und Jugendliche als unsympathischer eingestuft werden.

Gerade die Bedürfnisse und psychischen Probleme der Familien mit adipösen Kindern waren bisher selten Gegenstand von Studien. In einer aktuellen Untersuchung wurde versucht, spezifische Familienstrukturen herauszufinden, welche die elterliche Wahrnehmung des Problems, ihre Motivation und ihr Unterstützungsverhalten bei der Gewichtsabnahme beeinflussen. Anhand verschiedener Kriterien wurden vier Gruppen gebildet.

Die Eltern der ersten Gruppe formulieren als Hauptursache falsches Ernährungsverhalten in der Vergangenheit, sind stark motiviert und haben eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung.

Die Eltern der zweiten Gruppe neigen zu Essstörungen, Alkoholismus sowie Spielsucht und vermuten die Ursache des Adipositas ihrer Kinder in psychischen Problemen. Sie weisen starke Schuldgefühle und Hilflosigkeit auf.

Die Eltern der dritten und vierten Gruppe gehen von einer biologischen Disposition der Adipositas aus und fühlen sich wenig verantwortlich für dieses Problem. Die Gruppe 3 und 4 unterscheidet jedoch Folgendes: Der dritten Gruppe liegt sehr viel an der Gewichtsreduktion ihres Kindes, während der vierten Gruppe die Lösung anderer Probleme zur Zeit dringlicher erscheint.

Die Familien der Gruppen 2, 3 und 4 weisen mit Scheidung, psychischen Problemen der Eltern und Armut ganz besondere psychische Belastungen auf.

Während die erste Gruppe eine gute Compliance bezüglich der Gewichtsreduktion zeigt, ist die Compliance bei den anderen Gruppen niedriger.

Aus dieser Studie wird deutlich, dass im Rahmen der Gewichtsreduktion eine psychologische Beratung sowohl der Eltern als auch der Kinder notwendig erscheint.