

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	7
Vorwort von Prof. Dr. med. Johannes Hebebrand.....	9
I. Theoretischer Hintergrund	
1.1 Wie werden Übergewicht und Adipositas definiert?	11
1.2 Wie häufig sind Übergewicht und Adipositas im Kindesalter?	13
1.3 Woher kommt Übergewicht?	14
1.4 Folgen der kindlichen Adipositas	17
1.5 Übergewicht und Komorbidität mit psychischen Störungen.....	19
1.6 Diagnostik.....	21
1.7 Behandlung.....	24
1.8 Zusammenfassung der aktuellen Forschungslage	26
1.9 Wie wirksam sind Adipositastrainings?	27
II. Einführung in das Manual	
2.1 Motivationsförderung in der Adipositastrategie mit Kindern und Jugendlichen	29
2.2 Therapeutenvoraussetzungen	31
2.3 Therapeutische Strategien	31
2.4 Ernährungsberatung	33
2.5 Behandlung von Komorbiditäten	34
2.6 Struktur des Elternmanuals.....	34
2.7 Arbeitsmaterialien	35
2.8 Gruppengröße und -zusammensetzung	35
2.9 Aufbau des Elterntrainings	35
III. Manual für Eltern	39
1. Sitzung: Einführung und Entstehung von Übergewicht	41
2. Sitzung: Regulation Körpergewicht und Behandlungsziele	63
3. Sitzung: Ziele und Essverhalten	77
4. Sitzung: Bewegungssteigerung und Essverhalten	91
5. Sitzung: Gefühle und Essen.....	101
6. Sitzung: Lob und Belohnung.....	109

7. Sitzung: Hänseleien	117
8. Sitzung: Körperbild	123
9. Sitzung: Soziale Kompetenzen	129
10. Sitzung: Rückfallprophylaxe (gemeinsame Sitzung mit den Kindern)	137
IV. Nachbehandlungssitzungen 1–6.....	149
Literatur	157
Autorinnen	167