

Vom Erfolg einer Maßnahme hin zum Individuum. Erfolg mit individualpsychologisch-analytischem Blick betrachtet. Fallbeschreibungen aus Einzeltherapien und Gruppenangeboten von PommeFRIZ für Kids



Mannhardt S.M. art-mannhardt & PommeFRIZ Praxis für Ernährungstherapie, Schliengen, Deutschland

art-mannhardt

Einleitung und Ziel

Was als Erfolg des einzelnen Individuums angesehen wird, ist in den AGA-Leitlinien beschrieben und wurde von der KGA in Haupt-, Bedingungs-, fördernde und langfristige Ziele untergliedert. Zusammengefasst kann gesagt werden, dass es nicht ausreichend, das VERHALTEN der Kinder zu ändern, sondern Änderungen des gesamten LEBENSSTILS anzustreben (KGA Manuel Leichter, aktiver, gesünder). Schon A. Adler wusste, dass der Lebensstil eines Menschen einzigartig ist und sein gesamtes Leben prägt. Die Praxis für Ernährungstherapie arbeitet auf dem Hintergrund der Individualpsychologie und damit neben verhaltenstherapeutischen Methoden auch tiefenpsychologisch, um dem Endziel der Behandlung gerecht werden zu können, nämlich „dem Patienten zu helfen, Unabhängigkeit von der therapeutischen Umgebung zu erlangen und die Kontrolle seines Verhaltens selbst zu übernehmen“ (Harting M.). Diesem Erfolgsbegriff schließt sich die Autorin sowohl in den Einzeltherapien 43 SGB V, den Präventionsgruppen 20 SGB V, als auch in den Jahresschulungen 43 SGB V an.

Was ist Erfolg einer Maßnahme? Maßnahmen werden dann als erfolgreich angesehen, wenn die BMI-SDS Werte einer genügend großen Stichprobe, wesentliche Veränderungen des BMI-SDS Wertes zum Zeitpunkt T1 und T2 aufweisen. Leicht besteht dabei die Gefahr, die Antwort für „Erfolg“ beim Anbieter zu suchen. Trotz gleichen Angebotes, streng überwachter Struktur- und Prozessqualität bis hin zu standardisierter Methodik/Didaktik, gibt es aber in jeder Maßnahme mehr und minder erfolgreiche Individuen. Ziel dieser Arbeit soll es sein, von diesem groben „Erfolgsvergleich das Augenmerk wieder zurückzuführen zum Wesentlichen, nämlich dem einzelnen Kind und seinem je individuellen Lebensstil. Anhand von Geschichten, soll der Blick vom Durchschnittskind hin zum real lebenden und existierenden Individuum, in seinem familiären und sozialen Umfeld gelenkt werden. Zu den individuellen APV BMI-SDS-Auswertungen zum Zeitpunkt T0 und T1 soll ein tieferes Verständnis für adipöse Kinder und deren Erfolg/Misserfolg vermittelt werden. Was unterstützt Erfolg, was verhindert Erfolg? Ohne Anspruch zu erheben, darauf eine generalisierbare Antwort präsentieren zu wollen, finden sie hier 6 Antworten aus Einzelberatung, Präventionsprogramm und Jahresschulungen von PommeFRIZ für Kids.

„Erfolgreiche Kinder“ ?!



„Nicht erfolgreiche Kinder“ ???



Carmen H. 17 Jahre (BMI-SDS 4/06 2.0) (BMI-SDS 8/06 1.6) 4 Monate

Carmen ist zu alt für den Kinderkurs und ein Teen-Kurs für Mädchen gibt es aufgrund fehlender Anmeldungen zu der Zeit nicht. Sie entscheidet sich mit ihrer Mutter für die Einzeltherapie und bekommt 6 E Ernährungstherapie vom Kostenträger bezuschusst. Sie kommt alleine ohne Eltern.

Familie und Essverhalten

Carmens Eltern sind stark adipös und von geringem Bildungsstand. Sie hat eine jüngere Schwester und einen jüngeren Bruder die schlank sind. Carmen isst zu viel, unregelmäßig, aus Langeweile und aus Frust. Sie geht als Einzige der Familie aufs Gymnasium und leidet unter dem mangelnden Rückhalt in der Familie, sie meinte etwas „Besseres“, zu sein und unter der Krankheit ihres Vaters. Er ist Führer und hat nichts zu tun.

Finalität des falsch und viel Essens

Viel Essen bedeutet für Carmen, sich etwas Gutes zu tun, sich zu belohnen. Aufgrund anderer Verpflichtungen (Fußball, lernen) und fehlender familiärer Strukturen (kein Frühstück, kein Pausenbrot, kein gemeinsames Abendessen) hat Essen nur Mittags überhaupt einen „Wert“. Dort isst sie über die Maßen, um das Gefühl zu haben „in dieser Familie das zuzugehören. Sie will bei Tisch nicht anzuecken und über sich bestimmen.

Verlauf und Heute

Carmen schafft es sehr schnell, sich in punkto Mahlzeitenrhythmus, Körperwahrnehmung zu verbessern und ändert auch ihre Lebensmittelauswahl. Sie schafft dies durch konsequente Ermutigung und „Abkopplung“ sowohl vom Verhalten der Eltern, als auch vom Verhalten der Geschwister. Ihr Credo: „Ich mache das für mich und ich mache es auf MEINE Weise“ – und „ich will nie so aussehen und werden, wie meine Mutter...“ Ich werde studieren, ob es meinen Eltern passt oder nicht.“ Die Mutter kam nie mit zur Beratung und ist heute dicker denn je. Sie sagte mir auf der Straße, ich hätte ihr ihre Tochter entfremdet und sie auf dumme Gedanken gebracht – sie hätte in die Lehre sollen und nicht noch länger auf der Schule rumzuhängen...Carmen wohnt heute in Freiburg und studiert. Sie hat kaum mehr Kontakt zur Familie und ist normalgewichtig.



Clara W. 10 Jahre (BMI-SDS 6/06 2.0) (BMI-SDS 1/07 2.2) 6mo

Clara hatte im Beratungszeitraum 6 E Ernährungstherapie, die sie alleine besuchte.

Claras Eltern (beides Lehrer) hatten dafür keine Zeit und meinten, es wäre Clara „Sache“. Wegen ihres Dickkopfs könnten sie als Eltern ohnehin nicht helfen. Sobald sich die Eltern einschleichen, rebelliert Clara und macht das Gegenteil...Erst Ende 2007 nahmen Claras Eltern selbst Beratungen in Anspruch.

Familie und Essverhalten

Clara ist jüngstes Kind von 2. Max ist 7 Jahre älter und hatte eine Pubertätsmagersucht. Die Mutter ist ebenfalls übergewichtig und stammt aus einer Familie, in der „Essstörungen“ vermehrt vorkommen. Sie selbst leidet unter binge-eating-disorder, ihre ältere Schwester hatte Anorexie. Der Vater ist Rentner und ständig daheim, ihm ist langweilig so dass er permanent isst, ohne dick zu werden. Er hat sich zur Aufgabe gemacht, Clara zu kontrollieren (z.B. Reinreden bei den Hausaufgaben). Die Mutter ist vollzeiterbstätig. Clara wuchs ausschließlich mit diesen „Großen“ auf. Ihr Problem ist das zu viel Essen und das heimliche Naschen von fetten und süßen Snacks.

Finalität des Viel-Essens

In der Familie gibt es ausschließlich „Gesundes Essen aus biologischem Anbau“. Ausnahmen gibt es nicht. Die Mutter kocht fast ohne Fett und Diät ist das zentrale Thema in der Familie. Claras Essverhalten macht Sinn. Hätte sie selbst KEIN Essproblem, wäre sie in der Familie ein Außenseiter. Ihre übertriebenen Essmengen und das heimliche Essen von Süßem und „Ungesundem“ bringen ihr zumindest die negative Aufmerksamkeit der Eltern, die sonst keine Zeit für sie haben und stellt eine Art Rebellion gegen die „Großen“ dar – ein Ausdruck von Autonomie und Selbstbestimmung.

Verlauf und Heute

Clara nahm mehr als 1 Jahr kontinuierlich weiter zu. Mutter und Vater setzten sich erst dann intensiv mit ihrem eigenen Essverhalten auseinander und nahmen in der Praxis auch Erziehungsberatungen wahr. Sie mischen sich heute weder in das Zimmer von Clara ein, noch in ihre Lebensmittelauswahl und Menge. Frau W. hat außerdem ihr extremes „Gesundungsgebot“ gelockert und ihre Essstörung angegangen. Clara genießt heute die eigene Verantwortung und nimmt seit 6/08 nun kontinuierlich ab, seit sich niemand mehr über ihr „Vollstopfen“ aufregt, sie selbstständig Erfahrungen machen darf und sie auch die Konsequenzen tragen lässt. Es kommt Ruhe und Entspannung in das angespannte Thema.

Niclas K. 15J (BMI-SDS 2/06 2.6) (BMI-SDS 8/06 2.3) 4 Monate

Niclas war 4 Monate im Jugendlichen Kurs. Die Mutter von N. nahm sich parallel auf eigene Kosten 2 Einzelberatungen, da der Jugendlichekurs keinen Elternkurs vorsah. Er wurde ja als Präventionskurs angeboten, nicht als Schulung.

Familie und Essverhalten

Niclas hat zwei ältere Schwestern, die beide schlank sind. Auch die Eltern sind schlank. Niclas geht auf das Gymnasium. Aufgrund der Wohnlage (kleines Dorf) geht er nicht in einen Sportverein und sitzt sehr viel am Computer und vor dem Fernseher. Er spielt Gitarre und ist eher ruhig, zurückhaltend. Die Lebensmittelauswahl in der Familie ist sehr gut. Niclas isst aber zu große Mengen und sehr unregelmäßig. Auch isst er bei Langeweile häufig zwischendurch.

Finalität des viel Essens

Viel Essen bedeutet für Niclas, sich etwas Gutes zu tun. Auch spürt er, dass wenn er viel isst, besser der liebe Junge bleiben kann, der er so gern ist. Als dieser N. ist er „everybodys darling“. Auch hilft ihm Essen gegen Langeweile und Unterforderung. Häufig „weiss nicht recht, wo er mit seiner Energie hin soll“ Essen beruhigt ihn.

Verlauf und Heute

Die Mutter hat sofort aufgehört für ihren Sohn „Taxi“ zu spielen. Heute fährt er mit dem Renndrad zur Schule (12 km), geht in dieser Stadt in einen Kampfsportverein. Das Boxen in der Praxis hat ihm sehr gefallen. Heute ist er nicht mehr „everybodys darling, sondern sagt klar und deutlich, was ihm gefällt und was nicht, was er mag und was nicht. Er besieht Position, was zu Hause noch ungewöhnlich ist und ab an zu lautstarken Auseinandersetzungen führt, aber Wachstumsschritt akzeptiert wird Seine Disziplin und sein Wille sowie seine Gabe, die eigenen Stärken sinnvoll zum Einsatz zu bringen, haben ihm geholfen, in kurzer Zeit Gkg an Gewicht zu verlieren. Weil ihm die Abnahme (s.o.) nicht noch genug war, hat er sich selbstständig in Wangen anmerkt und hat noch eine Rehabilitation drangehängt. Zum Fernsehen und Computer spielen hat er kaum mehr Zeit, er hat Wichtigeres zu tun. Mit Alex trifft er sich heute eher in einer netten Bar und geht mit ihm ins Kino oder auf Tour. Er hat eine Freundin – essen ist ihm nicht mehr so wichtig... Heute ist Niclas NORMAL gewichtig.



Alex I. 16J (BMI-SDS 1/06 2.8) (BMI-SDS 9/06 3.2) GRUPPENKURS Jungs 6 Mo

Alex war bis zum Beginn des Kurses in Einzeltherapie 6 E und besuchte dann den Gruppenkurs RAP für jugendliche während 4 Monaten. Der Kurs bestand aus Ernährung- und Bewegungskurs. Alex war Computersüchtler (bis zu 12 Std.) täglich - Counterstrike und World of Warcraft). Am Wochenende betrieb er mit Kumpels Koma saufen, oder war auf Langparrys unterwegs. Sein Gewicht war nicht auf das Essen zurückzuführen, sondern kam ausschließlich vom Alkohol. Er besuchte die 9. Klasse Realschule und drohte zu scheitern (nicht einmal Hauptschulabschluss...)

Familie und Essverhalten

Alex wächst in einem Akademiker Haushalt auf. Beide Eltern waren voll berufstätig, seine ältere Schwester (16 Jahre) studiert Medizin und lebt nicht mehr im Haus. Laut Mutter war der Junge immer das „Problemkind“, die Tochter das Vorzeigekind – eine Überfliegerin. Von Anfang an war Alex schlecht in der Schule, obwohl er einen brillanten Intelligenzquotient hat. Alex fühlte sich ungeliebt und immerzu kritisiert. Für nichts schien er Lob und Anerkennung zu bekommen. Er hasste seine erfolgreiche Schwester. Weder zu Hause, noch in der Schule bekam er Anerkennung. Bei Freunden schon. In den Parallelwelten und bei Koma saufen war er der King.

Finalität des Zunehmens

Die erhöhte Energieaufnahme durch Bier und Co. einmal beiseite gelegt, empfand Alex sein Gewicht als „Schutz“ gegen Kritik, ein dickes Fell, sozusagen. Ein Abnehmen hätte bedeutet „Kritik mehr zu spüren“. Er wollte partout nicht „folgen“ – das wäre für ihn eine Niederlage gewesen. Nichts wollte er mehr als Selbstbestimmung, koste es was es wolle. Bei mir durfte dieser harte Kerl weinen und lernte erstmals seine Stärken wahrzunehmen und sich selbst wertschätzen. Auch bei Fehlverhalten gab es keinen Tadel, sondern die Ermutigung SELBST sein Leben in die Hand zu nehmen...

Heute 2 Jahre später

Im Kurs lernte Alex, Niclas kennen. Die Beiden wurden Freunde. Dieser positive Umgang half Alex, seinen Freundeskreis zu verlassen, seine Computersucht alleine zu bekämpfen. Er schaffte seinen Realschulabschluss, hängte noch die 10. Klasse dran und machte heute eine Lehre, die ihm Freude macht. Zum Saufen hat er keine „Zeit“ mehr, denn er hat eine Freundin. Er lernte sie bei seinem neuen Hobby kennen. Reale Mittelalterspiele (L.A.R.P) er näherte sich alle Kostime selbst und bekommt heute auch Lob und Anerkennung von seinen Eltern, die aufgehört haben, ihre beiden Kinder zu vergleichen... Er hat über 15kg abgenommen.

Max H. 12J (BMI-SDS 2/06 2.0) (BMI-SDS 8/06 1.3) 12 Monate

Max besuchte die Jahresschulung PommeFRIZ für Kids exakt nach KGA. Die Eltern mussten den Kurs selbst bezahlen und besuchten ab der 2. Stunde gemeinsam den Elternkurs. Der Vater „spürte von Anfang an, wie wichtig er war, kam gerne.“

Familie und Essverhalten

Max hat einen jüngeren Bruder, der leicht übergewichtig ist. Auch seine Mutter und sein Vater haben leichte Gewichtsprobleme. Die Familie weiß wenig von gesunder Ernährung, ist tendenziell zu viel und alle Familienangehörige essen zwischendurch. Max spielt Fußball und ist auch sonst sportlicher, der Vater bisshier nicht.

Finalität des Essverhaltens

In dieser Familie ist Essen wichtig. Alle Angehörigen sind ausgesprochene Genussmenschen. Essen bedeutet, wir gehören zusammen. Nicht Essen, Diät machen bedeutet „Spaßverderber“. Max großes Vorbild ist der Vater – was er isst, isst er auch. Viel Essen ist Ausdruck einer Art „Autonomie“, nach dem Motto: „hier redet mir niemand rein, hier bestimme ich! Miteinander Konflikte austragen ist nicht leicht. Alle mögen es sehr „harmonisch“. Jeder stopft das Ungesunde in sich rein.

Verlauf und Heute

Da die gesamte Familie mitmacht hat und beide Eltern stets gemeinsam zum Elternkurs kamen war es ein leichtes, die gesamte Familie zu schulen. Jeder erkannte sein eigenes Verantwortungsgebiet an. Die Eltern bestimmten konsequenter das Angebot und kauften anders ein. Die Mutter lernte ausgewogener anzubieten, der Vater lernte fettärmer zu kochen, alle lernten Hunger und Sättigung besser wahrzunehmen und alle lernten ihre Gefühle besser zu erkennen... und auszudrücken. Heute ist keiner mehr aus Langeweile oder zur Entspannung. Der Vater unternimmt sehr viel mehr mit seinen Jungen und alle ziehen an einem Strang. Jeder nimmt seine eigene Verantwortung wahr. Heute ist Max normalgewichtig, der Vater hat stark abgenommen, die Mutter auch; einzig der kleiner Bruder Leon – er nimmt zu...noch ist nicht alles ausgesprochen...



Alica B. 10J (BMI-SDS 4/07 2.3) (BMI-SDS 3/08 2.5) PommeFRIZ für Kids 12 Mo

Alica besuchte die Jahresschulung PommeFRIZ für Kids exakt nach KGA. Die Eltern mussten den Kurs selbst bezahlen und besuchten zusätzlich, gemeinsam den Elternkurs.

Familie und Essverhalten

Alica ist Einzelkind. Beide Eltern sind schlank und kümmern sich nicht um ihr Gewicht. Die Mutter ist Hausfrau, der Vater ganztags berufstätig. Beide Eltern sind sehr ruhig und wenig temperamentvoll. Alica ist ständig in Aktion und es sehr lebendiges Kind. Die Mutter sagt, Alica könne nie stillsitzen und folgt überhaupt nicht. Ständig müsse sie bestraft werden. Man traut ihr nicht, zu das Thema alleine in den Griff bekommen. Die Eltern kontrollieren das Angebot, die Menge und massregeln sie bei jeder Mahlzeit. Alica ist viel zu viel bei Tisch, isst heimlich und bewegt sich nicht aus eigener Motivation heraus. Beide Eltern machen keinen Sport.

Finalität des Zunehmens

Der Vater weiss sich dem Dickkopf von Alica nicht anders zu helfen, als sie zu schlagen, um sie „zur Vernunft zu bringen“. Die Mutter weiss sich nicht anders zu helfen, als Alica zu „bestrafen“. (Fernsehverbot, Rausgeherbot). Sie hält ihr zwar vor, dass sie nur fern schaut, lässt sie aber auch nicht alleine raus, das sei gefährlich. Die Mutter hat auch ihre Kursumappe weggeworfen, weil sie im Weg war. Und hat nicht eingehalten, was sie versprochen hat, nämlich mit ihr „Schlittschuhfahren zu gehen“ IHRE neue Sportart, wie sie mir sagte...Im Kurs war das Essverhalten von Alica stets normal, mit mir musste das Kind nicht kämpfen; es spürt, dass es ernst genommen wird. Mit dem viel-Essen, zwischendurch essen zu Hause „richtig“ sich Alica erfolgreich an ihren Eltern. Sie können ihr nichts anhaben. Beim Essen ist und bleibt Alica erfolgreicher CHEF ihres Handelns, sie gewinnt immer.

Heute

Alica ist dicker denn je... und hofft damit insgeheim, wieder mal am Kurs mitmachen zu dürfen (sie sagte mir das im Supermarkt); doch ihre Eltern lassen sie nicht, es hat doch so viel Geld gekostet und nichts gebracht...Auch ist die Mutter „eifersüchtig“, auf die Beziehung zwischen mir und der Tochter. (Alica sagt, sie möchte sie als Mutter) - „Noch lässt sie mich nicht zu dir in den Kurs“, sagt Alica (und lächelt mich an...wir sehen uns...)

Erfolgreich?...Jetzt ist Leon dicker!



Schlussfolgerung / Diskussion

Der alleinige Konzeptvergleich lässt nur unzureichend Schlüsse zu, ob eine Maßnahme erfolgreich oder weniger erfolgreich ist. Nicht eine Maßnahme per se ist erfolgreich, oder nicht, sondern die sich in ihr befindlichen Individuen. Alle besuchen die Maßnahmen auf ihrem eigenen familiären Hintergrund. Auf dieser Erfahrung fußt auch das individuelle Lernen. Je besser es einer Maßnahme gelingt, die individuellen Eigenheiten eines Kindes aufzudecken, desto wahrscheinlicher ist es, dass es auch gelingen wird, diese Kinder individuell zu fördern und zu fordern. Erfolg ist dann nicht zwingendermaßen messbar mit Gewichtsabnahme und auch nicht notwendiger Weise direkt am Essverhalten. Woran er aber stets messbar ist, ist das Vertrauen des Kindes in die eigenen Stärken und die Gabe, sich selbst, die eigenen Wünsche und Bedürfnisse zu erkennen. Die Förderung besteht dann darin, selbstbestimmt Verantwortung für das eigene Tun zu tragen. Dafür kann u.U. sogar eine Gewichtszunahme wichtig sein und darf nicht dazu verleiten, daraus einen „Misserfolg“ abzuleiten, weder für das Kind, noch für die Maßnahme, die derartiges Lernen ermöglicht. Eine Maßnahme sollte auch daran gemessen werden, wie sehr es gelingt, gezielte Einzelförderung und Betreuung anzubieten. Die Wissenschaft sollte darüber hinaus auch wieder den Mut haben, das ins Zentrum zu stellen, wofür wir alle arbeiten, nämlich jedes einzelne Kind; nicht eine anonyme Masse, die sich uns als „Durchschnitt“ zu erkennen gibt. Quantitative Forschung darf nicht alles sein, denn diese oben beschriebenen Kinder sind alle KEIN Durchschnitt.

„Erzähle mir eine einzige Geschichte aus deinem Dorf und ich verstehe die ganze Welt“ (katalanisches Sprichwort)

