

# Kongress Essstörungen 2015

**23. Internationale Wissenschaftliche Tagung, 15. – 17. Oktober 2015**

**Congress Centrum Alpbach, Tirol, Österreich**

## **Die Wirkung von Peer Counseling in einem Gruppentherapie-Programm für adipöse Kinder und Jugendliche (11 – 16 Jahre)**



**Monika Amann-Morach**  
**Andrea Zumbrunn**

**Hochschule für Soziale Arbeit, Fachhochschule Nordwestschweiz**  
**Riggenbachstrasse 16, CH-4600 Olten/Schweiz, [www.fhnw.ch/sozialearbeit](http://www.fhnw.ch/sozialearbeit)**

## **KEEP ON MOVING - ein multiprofessionelles Gruppentherapie- Programm für adipöse Kinder/Jugendliche und ihre Eltern**

- **Adipöse Kinder und Jugendliche werden zu ca. der Hälfte stark übergewichtige Erwachsene [1].**
- **Daher ist es entscheidend, frühzeitig zu intervenieren. Erstmals wird der Peer Counseling-Ansatz in einem Adipositas-Programm angewendet.**
- **Die Begleitung durch (fast) Gleichaltrige, welche ebenfalls übergewichtig sind, ihr Gewicht im Programm aber bereits stabilisiert oder gesenkt und ihr Verhalten modifiziert haben (Peer Coaches), sollen Programmteilnehmende (Peers) zur Verhaltensänderung motivieren sowie gegenseitige Unterstützung und Modelllernen ermöglichen.**

[1] Holub, M./Götz, M. (2003). Ursachen und Folgen von Adipositas im Kindes- und Jugendalter. In: Monatsschrift Kinderheilkunde. 151. S. 227-236.

## **KEEP ON MOVING - ein multiprofessionelles Gruppentherapie- Programm für adipöse Kinder/Jugendliche und ihre Eltern**

- **Das Programm erfolgt ambulant, enthält praktische und edukative Schulungseinheiten für Jugendliche und Eltern zu Bewegung, Ernährung und Verhalten.**
- **Die Peer-Duos werden zu allgemeinen Gesprächsregeln und Ziele setzen geschult und während der Programmdauer von einer Fachperson begleitet [2] .**
- **Zwei Gruppenlektionen dienen dem Kennenlernen und ermöglichen den ersten Austausch im Peer-Duo.**



[2] Kästner, M. (2003). Peer Education - ein sozialpädagogischer Arbeitsansatz. In: Nörber, Martin (Hg.). Peer Education. Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige. Weinheim, Basel, Berlin: Beltz. S. 79-93.

# Modularer Aufbau des zweijährigen Gruppentherapie-Programms KEEP ON MOVING

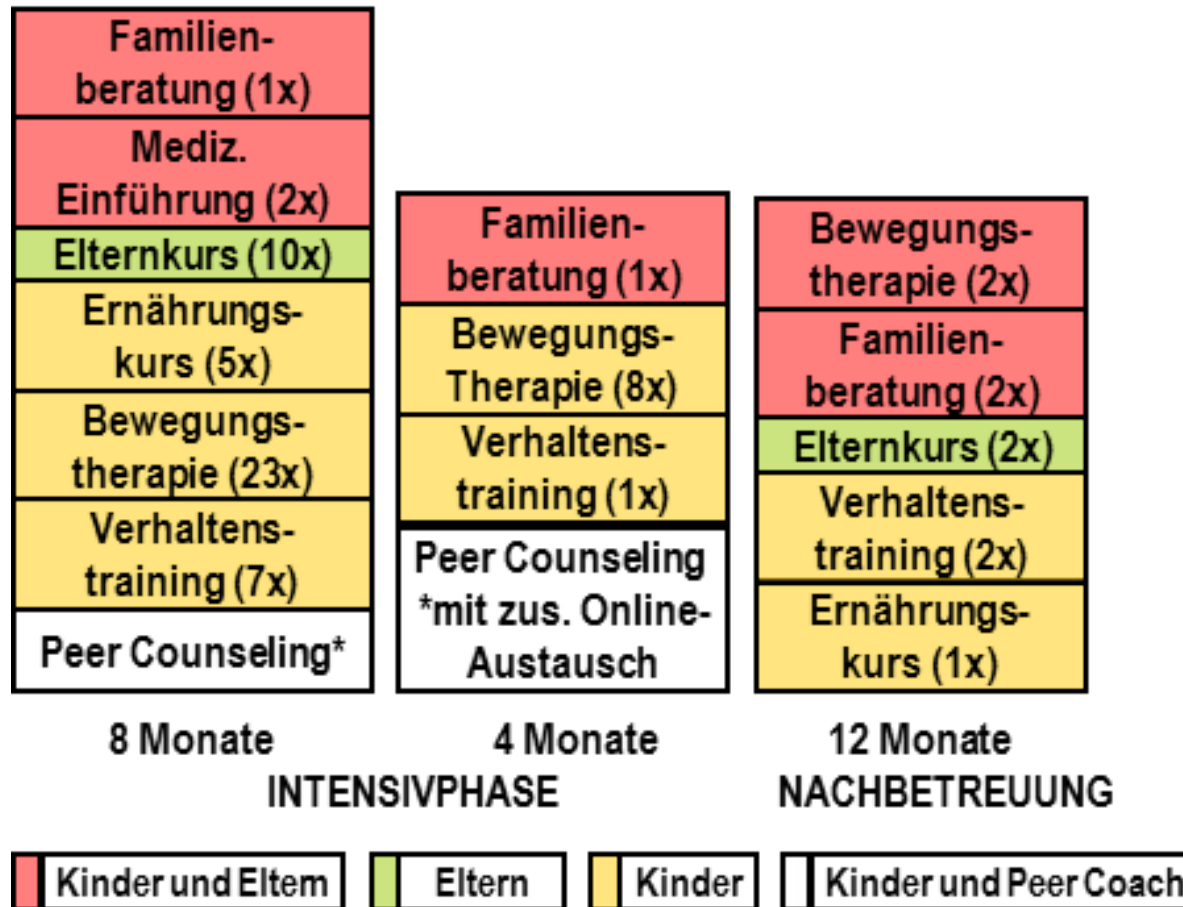


Abb. 1. Ablauf des Programms KEEP ON MOVING

# Peer Involvement-Ansätze allgemein und im Projekt **KEEP ON MOVING (KOM)**

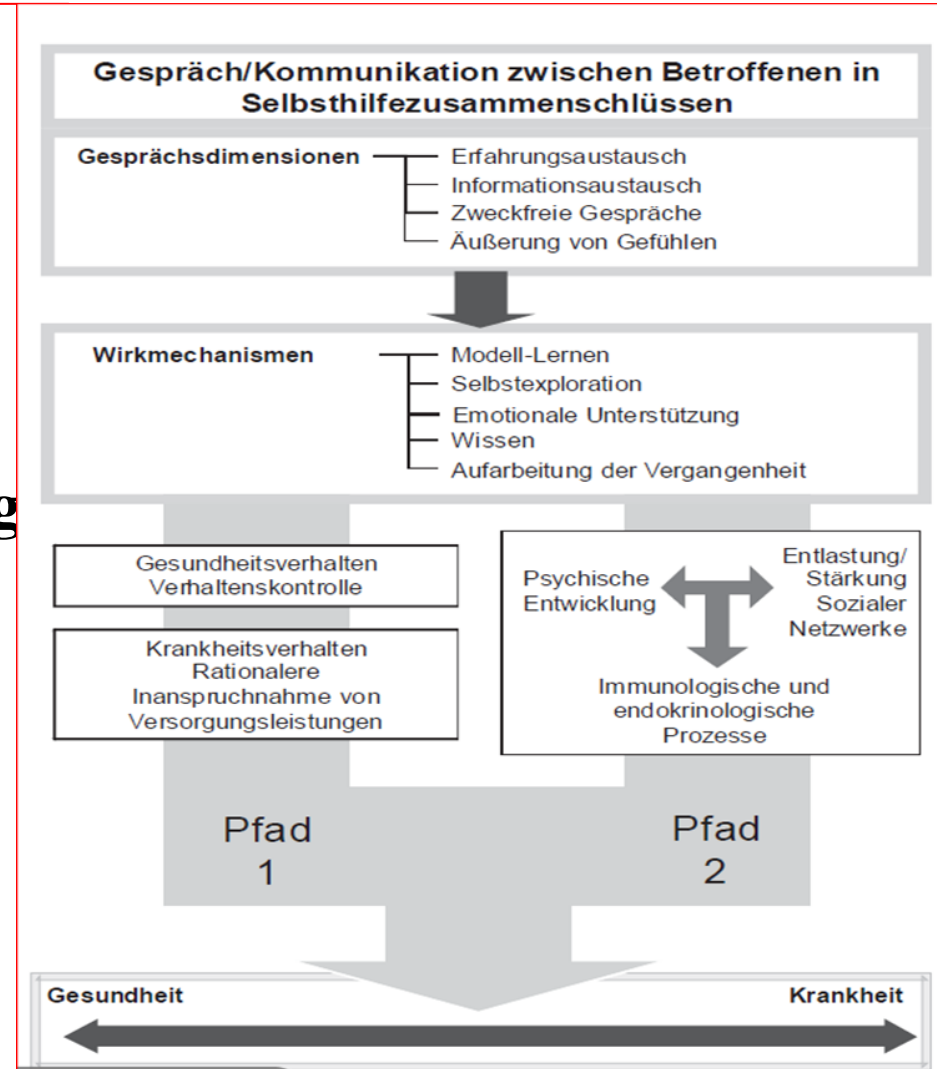
- Gleichaltrige (Peers) werden mit und für Gleichaltrige aktiv (Backes/Schönbach 2002)
- Deutliche Effekte auf die psychosoziale Kompetenzsteigerung bei ressourcenorientiertem Peer Counseling (Nörber 2003; Kaestner 2003)
- Begründung aus entwicklungspsychologischer und lehrtheoretischer Sicht und der Theorie der sozialen Impfung (Oerter/Dreher 1995)
- Modelllernen als zentraler Wirkfaktor (Bandura 1976, 1979a, 1986)
- Entwicklung und Modifikation individueller Verhaltensweisen und Fertigkeiten, Modelllernen (Nörber 2003)
- Vergrößerung des Beziehungsnetzwerkes (Kaestner 2003)
- **im KOM seit 2013: Peer Counseling mit zusätzlicher, freiwilliger Kommunikationsmöglichkeit über die soziale Internet-Lernplattform**

*«edmodo»*



## Allgemein heuristisches Wirkungsmodell der Selbsthilfekommunikation im Kontext von Peer Counseling (Borgetto 2004/2013)

- **Begegnung mit Wertschätzung, Respekt und Vertrauen**
- **grosses Interesse und Anteilnahme an den Anliegen der Peers**
- **Erfüllen einer sinnvollen, bereichernden Aufgabe**
- **themenbezogene Wissensvermittlung**
- **Unterbreitung von Handlungsalternativen**
- **attraktive, glaubwürdige Modellpersonen**
- **Emotionale/soziale Unterstützung durch Trost und Ermutigung**
- **Druck abbauen**



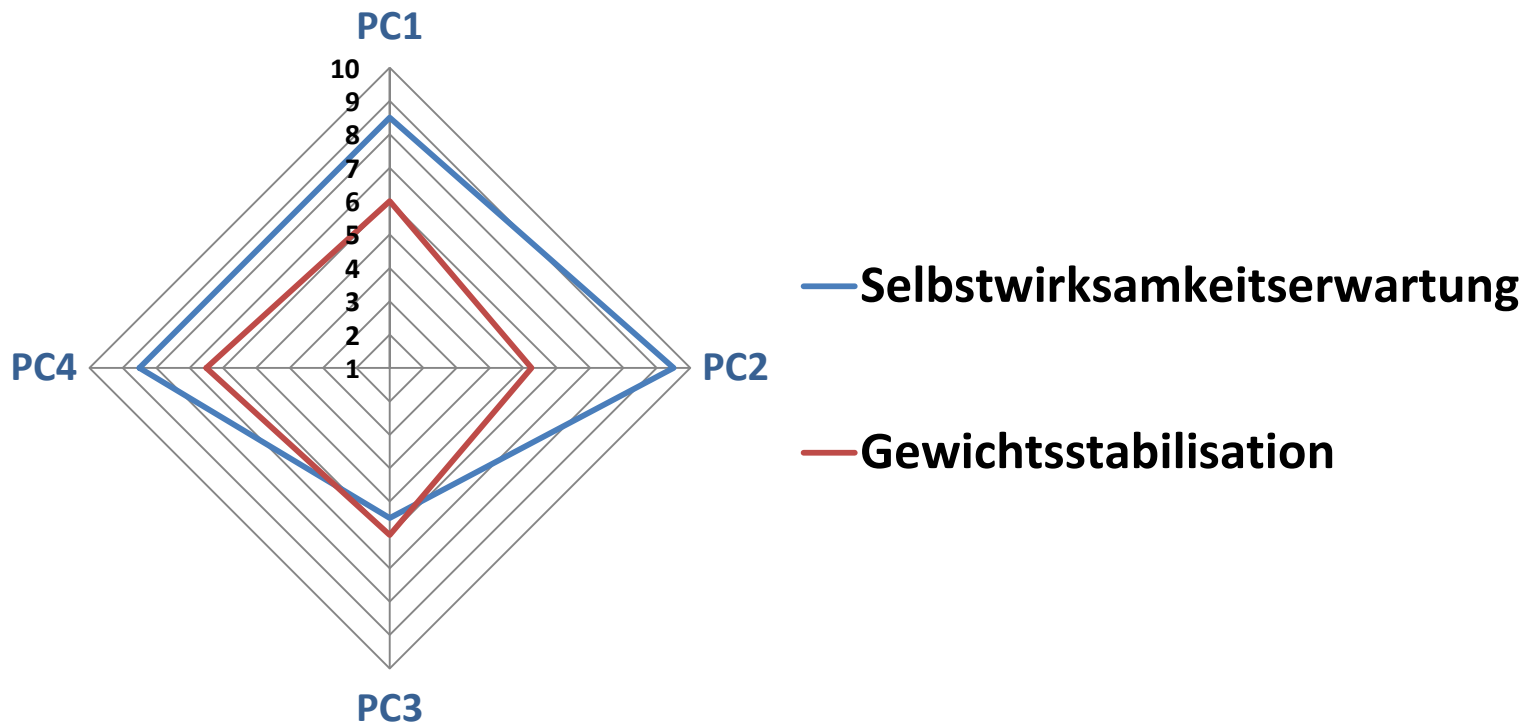
# Unterstützende Wirkung Peer Counselings

1) auf die Erhöhung der **Selbstwirksamkeitserwartung**

Skala 1-10, Median 8.5

2) auf die eigene **Gewichtsstabilisierung**

Skala 1-10, Median 6



## Wichtige beziehungsfördernde, und Nutzen erhöhende Faktoren

- Erinnerung an Verhaltensmodifikationen und Handlungsalternativen
- Erfahrung von mehr Selbstwirksamkeit
- Erweiterung der Wissens-, Kommunikations-, Sozial- und Medienkompetenz
- Vertiefung des themenbezogenen Wissens
- Freude, emotionale und soziale Unterstützung zu leisten und eine sinnvolle Aufgabe zu erfüllen
- Wahrnehmung als attraktive Modellpersonen
- Optimistischere Selbstüberzeugung; Erweiterung Ressourcenrepertoire

## Nutzen beeinträchtigende Faktoren

- Reziprozität konnte nicht auf allen Kommunikationskanälen hergestellt werden
- Wissenstransfer erfolgte nur in eine Richtung
- Zu wenig beziehungsstiftende Aktivitäten während des Programms
- zu wenig geschützter, vertrauensvoller Rahmen auf der Online-Lernplattform
- Gewichtsbezogene Diskriminierungserfahrungen
- Scham und Hemmungen wurden als grösste Barrieren beim Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung identifiziert



## Fazit Peer Counseling mit zusätzlicher Kommunikationsmöglichkeit über eine soziale Internetplattform

Der Austausch über eine soziale Online-Lernplattform und/oder die Online-Beratung durch Fachpersonen setzt für die Besprechung therapie-, problem- und schambehafteter Themen als Kommunikationsbasis voraus:

- wechselseitiges Vertrauen
- Akzeptanz und hohe Glaubwürdigkeit in die Fähigkeit der Beratenden und der Coaches
- hohe Sicherheit (Datenschutz)
- Anonymität
- Benutzerfreundlichkeit und Chat-/Forums-Funktion



## Systematik von Peer Involvement-Ansätzen Prävention durch jugendliche Laien-Multiplikatorinnen und –multiplikatoren, die ihrer Zielgruppe angehören

PEER COUNSELING (auch Peer-Beratung)	PEER EDUCATION	PEER MEDIATION	PEER TUTORING	PEER PROJEKTE
<b>Einzelne Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten mit Einzelnen oder kleinen Gruppen von Adressatinnen und Adressaten</b>	<i>Einzelne Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten mit Gruppen von Adressatinnen und Adressaten</i>	<i>Einzelne Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten mit Einzelnen <u>oder</u> Gruppen von Adressatinnen und Adressaten</i>	<i>Einzelne Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten mit Gruppen von Adressatinnen und Adressaten</i>	<i>Gruppen von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten für Gruppen von Adressatinnen und Adressaten</i>
<b>Beratung durch (fast) Gleichaltrige, vom gleichen Problem Betroffene</b>	<b>Bildung und Erziehung</b> durch (fast) Gleichaltrige	<b>Methode der Konfliktbearbeitung</b> und -lösung, v.a. Anwendung im schulischen Kontext	<b>Vermittlung/Aneignung von Wissen und Kompetenzen</b>	Einmalige, zeitlich befristete <b>Projekte mit Handlungs- und Aktionscharakter</b>

(vgl. Backes/Schönbach et al. 2001: 3 und Kempen 2007: 23), ergänzte eigene Darstellung mit Peer Mediation (Strauss 2012: 95)