

## Info

Das Institut für Kinder- und Jugendtherapie (4KIJU) bestätigt die nebenstehende Studie und verweist auf eigene Erfahrungen. Mag. Sabrina Speiser behandelt Kinder und Jugendliche mit psychischen Problemen und geringem Selbstwertgefühl. Viele Schützlinge sind übergewichtig. „Die Adipositas ist eine ernstzunehmende Krankheit, die vor allem Folgeerkrankheiten verursachen kann. Es fängt mit psychischen Problemen an, die zu übermäßigem Essen führen. Daraus entstehen Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen oder andere Leiden.“ Speiser kennt den fatalen Weg. „Solche Jugendlichen brauchen Bestätigung und Betreuung. Nur ein starker Selbstwert ist die Basis für Gesundheit und eine erfolgreiche Zukunft.“



Infos und Kontakt:

4KIJU – Institut für Kinder- und Jugendtherapie  
Mag. Sabrina Speiser,  
Klinische und  
Gesundheitspsychologin,  
Verhaltenstherapeutin  
Tel. 0664 3556729

# Geringes Selbstwertgefühl verursacht Fettsucht

## Emotionale Probleme als Risikofaktor für Erkrankung

London (pte). Kinder, die Schwierigkeiten mit dem Selbstwertgefühl haben, leiden eher als Erwachsene unter Fettsucht. Zu diesem Ergebnis ist eine Studie des King's College London (<http://www.kcl.ac.uk>) gekommen.

Für diese Studie wurden die Daten von 6.500 Teilnehmern der 1970 British Birth Cohort Study ausgewertet. Es zeigte sich, dass Zehnjährige mit geringem Selbstwertgefühl als Erwachsene dazu neigten, dick zu sein. Dieses Phänomen traf vor allem bei Mädchen zu. Details der Studie wurden in der Fachzeitschrift BMC Medicine veröffentlicht.

Die Kinder wurden im Alter von zehn Jahren von einer Krankenschwester gewogen und gemessen. Im Alter von 30 Jahren gaben sie diese Angaben selbst an die Wissenschaftler weiter. Zusätzlich wurde auch ihre Gemütsverfassung erfasst. Kinder mit einem geringeren Selbstwertgefühl, jene die meinten, weniger Kontrolle über ihr Leben zu haben, und jene, die sich immer wieder Sorgen machten, nahmen im Laufe der nächsten 20 Jahre eher zu. Der leitende Wissenschaftler David Collier betonte, dass das Neue an der aktuellen Studie sei, dass bisher davon ausgegangen worden ist, dass es sich bei Fettsucht um

eine Erkrankung des Stoffwechsels handelt. Die aktuellen Forschungsergebnisse zeigten jedoch, dass emotionale Probleme ein Risikofaktor sind.

Es geht nicht um Menschen mit schweren psychologischen Problemen. Angstgefühle und geringes Selbstwertgefühl hätten sich durchaus im normalen Rahmen bewegt. Colliers Kollege Andrew Ternouth erklärte, man könne nicht sagen, dass emotionale Probleme in der Kindheit später eine Fettsucht verursachten. Sie spielten jedoch eine Rolle, genauso wie das Gewicht der Eltern, Ernährung und Sport.

Michaela Monschein

