



„Wir Frauen sind schon eher Naschkatzen.“ – Berichten Männer und Frauen unterschiedliche psychologische Faktoren, die eine langfristig erfolgreiche Gewichtsreduktion fördern oder erschweren?



C. van der Velde¹, S. Schroeder¹, M. Haun¹, C. Grillmeyer¹, S. Jongen², S. Herpertz², S. Steins-Löber¹ & J. Wolstein¹
¹Otto-Friedrich-Universität, Bamberg ²LWL-Universitätsklinikum der Ruhr-Universität, Bochum

Theoretischer Hintergrund & Zielsetzung

<https://doi.org/10.20378/irbo-54082>

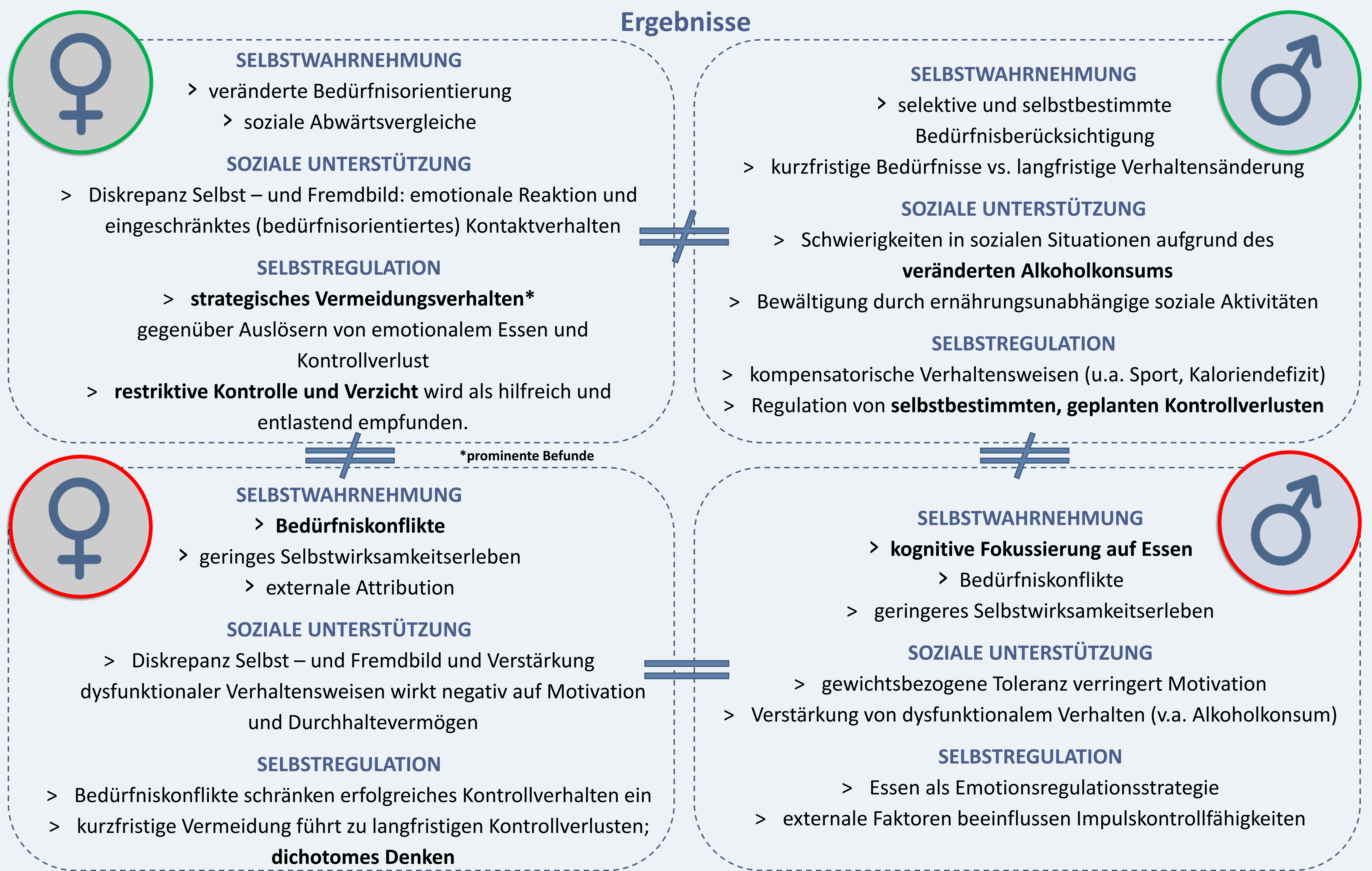
- > Eine langfristig erfolgreiche Gewichtsreduktion (GR) stellt eine Herausforderung für Menschen mit Übergewicht und Adipositas dar.¹
- > Personen nach erfolgreicher GR (weight maintainer; WM) unterscheiden sich hinsichtlich Kognitionen und Verhalten von Personen nach mehrfachen erfolglosen Gewichtsreduktionsversuchen (weight regainer; WR).²
- > Es wurden psychologische Faktoren identifiziert, die für eine langfristig erfolgreiche GR relevant sind.^{3,4}
- > Hinweise auf Geschlechtsunterschiede wurden in der Identifikation von psychologischen Wirkfaktoren noch nicht berücksichtigt.

ZIEL Identifizierung von geschlechtsspezifischen psychologischen Bedingungsfaktoren, die mit einer langfristig erfolgreichen Gewichtsreduktion assoziiert sind.

Methode	
<p>n = 12 ALTER 54.50±18.40 BMI VOR GR 30.16±3.55 BMI NACH GR 23.97±3.49 ≥ 1 JAHR GEHALTEN n=10 % GEWICHTSVERLUST 20.87±10.09</p> <p> WM</p>	<p>PROBANDEN 18 weibliche und 12 männliche Personen ERHEBUNG 5 (WM) und 3 (WR) Fokusgruppen, halbstandardisierter Interviewleitfaden: Erfragung von subjektiv relevanten psychologischen Bedingungsfaktoren für GR AUSWERTUNG Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring (2015) und Kuckartz (2016)</p>
<p>n = 6 ALTER 37.33±12.97 BMI 38.49±10.88 ≥ 6 GR-VERSUCHE n=4</p> <p> WR</p>	<p>n = 8 ALTER 40.50±16.13 BMI VOR GR 33.44±5.30 BMI NACH GR 26.97±2.72 ≥ 1 JAHR GEHALTEN n = 6 % GEWICHTSVERLUST 18.88±5.57</p> <p> WM</p>
<p>n = 4 ALTER 32.75±15.37 BMI 32.29±8.69 ≥ 6 GR-VERSUCHE n = 2</p> <p> WR</p>	

THEMENFELDER DER FOKUSGRUPPEN Motive und Ziele / Erfahrungen bzgl. Gewichtsentwicklung / Selbstregulation: Kontrollverhalten / Selbstwahrnehmung: Selbstwirksamkeit / (Fehlende) soziale Unterstützung / Coping-Strategien

Ergebnisse



Diskussion und Schlussfolgerung für die Praxis

- > Es zeigten sich Geschlechts- und Gruppenunterschiede in einigen psychologischen Bedingungsfaktoren: Kontrollverhaltensweisen, Bedürfnisberücksichtigung, kognitive Verarbeitung von Misserfolgen
- > In der Behandlung von Übergewicht und Adipositas sollten die berichteten Geschlechtsunterschiede stärker berücksichtigt werden.
- > Ausblick: Entwicklung und Evaluierung von individualisierten gendersensiblen Interventionen.

¹de Zwaan, M., & Müller, A. (2014). Adipositas: state of the art. Verhaltenstherapie, 24(2), 93-99.
²Wing, R. R., & Phelan, S. (2005). Long-term weight loss maintenance. The American journal of clinical nutrition, 82(1), 222S-225S.
³Ohnsiek, S., & Williams, M. (2011). Psychological factors influencing weight loss maintenance: an integrative literature review. Journal of the American Academy of Nurse Practitioners, 23(11), 592-601.
⁴Teixeira, P. J., et al. (2015). Successful behavior change in obesity interventions in adults: a systematic review of self-regulation mediators. BMC medicine, 13(1), 84.