

Kunsttherapie für Jugendliche mit Übergewicht

Die erste Schweizer Studie zur Wirksamkeit von Kunsttherapie bei übergewichtigen Jugendlichen zeigt überzeugende Resultate. Die Wahrnehmung des eigenen Körpers, das Selbstwertgefühl und damit die Lebensqualität der Adipositas-Betroffenen haben sich eindeutig verbessert und diese Wirkung hielt auch sechs Monate nach Beendigung des Therapieprogramms an.

Unsicherheit, mangelnde Selbstachtung, Zukunftsangst, aber auch das Gefühl, nicht geliebt zu werden gehören zu den häufigen Merkmalen, denen man bei übergewichtigen Jugendlichen begegnet. Und dies in einem Kontext mitten in der Adoleszenz, wenn junge Leute über ihre Zukunft entscheiden müssen und immer früher in die Erwachsenenwelt katapultiert werden. Diese Lebensfragen und Ängste werden häufig durch die Übergewichts-Problematik verschärft, mit ernsthaften Auswirkungen auch auf das Essverhalten.

Problematik Übergewicht

Heute leiden mehr als 40 Prozent der Bevölkerung an gestörtem Essverhalten in Verbindung mit Übergewicht oder Fettleibigkeit (Adipositas), was zu einer ernsthaften Beeinträchtigung der körperlichen und geistigen Gesundheit führt. Bereits 21 Prozent der Jugendlichen in der Schweiz sind übergewichtig oder adipös.

Kunsttherapie nutzt die kreative Erfahrung und erschliesst insbesondere den von Übergewicht Betroffenen neue Möglichkeiten, sich anders als in Worten mitzuteilen. Über den künstlerischen Ausdruck können die Patienten ihre Gefühle und Bedürfnisse non-verbal zum Ausdruck bringen, sie gewinnen an Selbstvertrauen und Sicherheit.

Mittels einer gleichzeitig in drei Schweizer Spitälern durchgeführten Studie wurden nun erstmals die Auswirkungen eines Kunsttherapieprogramms auf die Wahrnehmung des eigenen Körpers (Körperschema) von übergewichtigen Jugendlichen untersucht. Die von der Stiftung Art-Therapie koordinierte und von der Fondation Alta Mane finanzierte Studie wurde in drei Gründerspitälern der Stiftung realisiert: Im Service d'Enseignement Thérapeutique pour Maladies Chroniques des Genfer Universitätsspitals (HUG), im Sozialpädiatrischen Zentrum (SPZ) des Kantonsspitals Winterthur und in der Pädiatrieabteilung des Ospedale regionale di Lugano (EOC).

27 Patienten haben an diesem Kunsttherapieprogramm teilgenommen, das vierzehn 90 Minuten dauernden Therapiesitzungen umfasste und von diplomierten Kunsttherapeutinnen geleitet wurden. Die Auswertung erfolgte in den drei Spitälern mittels anerkannter Fragebogen, insbesondere dem « Test of creative thinking », von E. Paul Torrance, und « Impact of Weight on Quality of Life-Lite (IWQOL-Lite) ». Dabei konnte eine eindeutige Verbesserung beim Essverhalten und beim Sozialverhalten der Jugendlichen festgestellt werden.

Beim Essverhalten zeigten sich Verbesserungen bei der Bulimie und der Kontrolle des Esstriebs. Ebenfalls verbessert haben sich die sozialen Beziehungen und das Gefühl der Ineffizienz. Eine Nachkontrolle zeigte, dass die Wirkung der Kunsttherapie auch sechs Monate nach Beendigung des Programms anhält.

Die Studie konnte aufzeigen, dass ein Kunsttherapieprogramm über sechs Monate das Körperbild und die Lebensqualität übergewichtiger Jugendlicher verbessern kann. Die Resultate werden in der Fachzeitschrift ETP/TPE Journal publiziert.

Die Methodik

27 übergewichtige Jugendliche (13.4 ± 1.9 Jahre) haben an den 14 Einzelsitzungen zu je 90 Minuten des Kunsttherapieprogramms teilgenommen, das sich über sechs Monate erstreckte. Sie wurden in den drei Spitälern nach dem selben Protokoll in der jeweiligen Landessprache durchgeführt. Die Fragebogen zum Körperbild (QIC), dem gestörten Essverhalten (EDI) und der Lebensqualität (Kidscreen) wurden vor und nach dem Kunsttherapieprogramm sowie nochmals sechs Monate nach dessen Beendigung durchgenommen.

Eine Stiftung für Kinder im Spital

Die Stiftung Art-Therapie wurde 2008 auf Initiative von Charlotte C. Leber von sechs Schweizer Universitäts- und Kantonsspitalern gegründet, welche Kunst-, Musik-, Drama- und Tanztherapie für hospitalisierte Kinder und Jugendliche bereits in ihr Angebot aufgenommen hatten. Diese innovativen, non-invasiven und in der Fachwelt anerkannten Therapien werden durch das Krankenversicherungsgesetz KVG nicht abgedeckt und die Spitäler sind nicht in der Lage, die vollen Kosten dafür zu tragen.

Dem Stiftungsrat gehören Ärzte und Fachleute aus den Gründerspitälern an. Er hat sich zum Ziel gesetzt, die notwendigen Mittel zu beschaffen. Als Pionierin auf diesem Gebiet nimmt die Stiftung heute eine führende Position ein, inzwischen gehören ihr zwölf Spitäler in allen

Landesteilen an, alle Universitätsspitäler, die unabhängigen Kinderspitäler und führende Kantonsspitäler. Ausführliche Informationen auf www.arttherapie.org

Quellen :

Efficacité d'un programme d'art-thérapie pour adolescents obèses, ETP/TPE-Journal 2016;
Gesundheitsförderung Schweiz; Bundesamt für Statistik ; Umfrage Menu-CH.