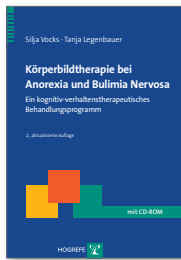




# Hilfe bei Essstörungen



Silja Vocks / Tanja Legenbauer  
**Körperbildtherapie bei Anorexia und Bulimia Nervosa**  
 Ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches  
 Behandlungsprogramm

(Reihe: „Therapeutische Praxis“)  
 2., aktualisierte Auflage 2010.  
 XI/160 Seiten, Großformat,  
 inkl. CD-ROM, € 34,95 / CHF 46.90  
 ISBN 978-3-8017-2264-7  
 Auch als eBook erhältlich

Das Manual beschreibt ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Programm zum Aufbau eines positiven Körperbildes bei Patientinnen mit Anorexia und Bulimia nervosa. Anschaulich werden die verschiedenen Therapiebausteine beschrieben. Diese umfassen die Erarbeitung eines Störungsmodells zur Entstehung und Aufrechterhaltung eines negativen Körperbildes, Techniken zur Identifikation und Modifikation negativer körperbezogener Kognitionen

sowie Körperkonfrontationsübungen mit Spiegel und Video. Hinzu kommen Interventionen zum Abbau des körperbezogenen Vermeidungs- und Kontrollverhaltens in verschiedenen alltagsrelevanten Situationen sowie zum Aufbau positiver körperbezogener Aktivitäten. Die Neubearbeitung des Manuals berücksichtigt aktuelle Forschungsergebnisse und liefert die zahlreichen Arbeitsmaterialien nun auch auf CD-ROM.



Thomas Paul / Ursula Paul  
**Ratgeber Magersucht**  
 Informationen für Betroffene  
 und Angehörige

(Ratgeber zur Reihe „Fortschritte der Psychotherapie“, Band 17)  
 2008. 62 Seiten, Kleinformat,  
 € 8,95 / CHF 13.50  
 ISBN 978-3-8017-2195-4  
 Auch als eBook erhältlich

Woran erkennt man, dass man selbst oder ein Angehöriger an Magersucht bzw. Anorexia nervosa leidet? Wie entsteht eine Magersucht und wie sieht der langfristige Verlauf der Erkran-

kung aus? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Der Ratgeber liefert Betroffenen und ihren Angehörigen verständliche Informationen zu diesen und weiteren Fragen.



Anika Bauer / Silja Vocks /  
 Tanja Legenbauer  
**Wer schön sein will, muss leiden?**  
 Wege zu einem positiven Körperbild –  
 ein Ratgeber

2., überarbeitete Auflage 2016.  
 158 Seiten, Kleinformat,  
 € 16,95 / CHF 21.90  
 ISBN 978-3-8017-2716-1  
 Auch als eBook erhältlich



Anika Bauer



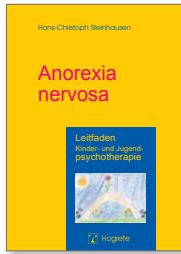
Silja Vocks



Tanja Legenbauer

Wohin man auch sieht – Attraktivität und Schönheit sind allgegenwärtig und aus unserem täglichen Leben kaum mehr wegzudenken. Viele Frauen eifern diesem Ideal nach und nehmen allerhand an Kosten, Schmerz und Leid in Kauf, um ihre Wunschfigur oder ihr Zielgewicht zu erreichen. Die erhoffte Zufriedenheit stellt sich meistens trotzdem nicht ein. Was also sind die Mechanismen, Ursachen und Gründe dafür, dass viele Frauen einen täglichen Kampf gegen den eigenen Körper führen? Ein negatives Körperbild ist häufig mit einem gestörten Essverhalten, überhöhten Leistungsansprüchen an sich und den Körper und einem niedrigem Selbstwertge-

fühl verbunden. Die Neubearbeitung des Ratgebers will all jene ansprechen, die mit sich und ihrem Körper unzufrieden sind und einen Weg aus dem Teufelskreis aus Diätverhalten, Disziplin, Kontrolle oder sozialer Zurückgezogenheit suchen. Der Ratgeber geht auf Zusammenhänge zwischen Essstörungen und dem negativen Körperbild ein und zeigt Möglichkeiten auf, den eigenen Körper wieder akzeptieren zu lernen. Zahlreiche Übungen, Beispiele und Arbeitsblätter erleichtern die Auseinandersetzung mit eigenen körperbezogenen Ansprüchen und Idealen und tragen so zum Abbau von Ängsten und Befürchtungen im Umgang mit dem eigenen Körper bei.



Hans-Christoph Steinhausen  
**Anorexia nervosa**

(Reihe: „Leitfaden Kinder- und  
Jugendpsychotherapie“, Band 7)  
2005. XI/122 Seiten,  
€ 24,95 / CHF 35.50  
(Im Reihenabonnement  
€ 17,95 / CHF 25.90)  
ISBN 978-3-8017-1876-3

Der Band bietet einen praxisorientierten Überblick zum diagnostischen und therapeutischen Vorgehen bei Anorexia nervosa. Das Buch schildert den Stand der Forschung hinsichtlich Definition und Klassifikation, Epidemiologie, klinischer Symptomatik, Komorbidität und Differenzialdiagnose sowie Ätiologie, Therapie und Verlauf der Anorexia nervosa. Den Kern des

Buches bilden 12 Leitlinien zur Diagnostik und Verlaufskontrolle sowie zur Behandlungsindikation und Therapie. Verfahren zur Diagnostik und Verlaufskontrolle werden in knapper Form vorgestellt. Die Umsetzung der Leitlinien in der klinischen Praxis wird durch Materialien erleichtert und anhand der Darstellung von ausführlichen Fallbeispielen veranschaulicht.



Dagmar Pauli /  
Hans-Christoph Steinhausen  
**Ratgeber Magersucht**  
Informationen für Betroffene, Eltern,  
Lehrer und Erzieher

(Reihe: „Ratgeber Kinder- und  
Jugendpsychotherapie“, Band 7)  
2005. 78 Seiten, Kleinformat,  
€ 9,95 / CHF 14.90  
ISBN 978-3-8017-1919-7  
Auch als eBook erhältlich

Der Ratgeber informiert über Ursachen, Erscheinungsbild und Behandlungsmöglichkeiten bei Anorexie im Kindes- und Jugendalter. Der Ratgeber wendet sich an Jugendliche, die an Magersucht leiden sowie an ihre

Eltern und andere Bezugspersonen. Er soll dabei helfen, eine beginnende Essstörung rechtzeitig zu erkennen und gemeinsam zu bewältigen.



Dorothe Verbeek



Franz Petermann

Dorothe Verbeek  
Franz Petermann  
**Essstörungen  
bei Jugendlichen  
vorbeugen**  
Auffälliges Essverhalten  
erkennen und handeln  
hogrefe

Neu

Dorothe Verbeek / Franz Petermann

**Essstörungen  
bei Jugendlichen vorbeugen**  
Auffälliges Essverhalten  
erkennen und handeln

2015. 132 Seiten, Kleinformat,  
€ 16,95 / CHF 21.90  
ISBN 978-3-8017-2683-6  
Auch als eBook erhältlich

Anhaltende Gewichtsorgen und Unzufriedenheit mit der eigenen Figur, gezügeltes Essverhalten, exzessives Fitnesstraining mit Einnahme von Substanzen zum Muskelaufbau, Essanfälle mit und ohne Erbrechen, begleitende depressive Stimmungszustände und Hänseleien durch Gleichaltrige sind Phänomene, die im Jugendalter weit verbreitet sind. Solche Auffälligkeiten sollten unbedingt beachtet werden, weil sich aus diesen ersten Anzeichen Essstörungen wie Magersucht, Bulimie oder eine Essanfallsstörung entwickeln können. Was steckt hinter den Essproblemen so

vieler Jugendlicher? Woran kann man Essstörungen frühzeitig erkennen? Was können Erwachsene wie Eltern und Lehrkräfte tun, um der Entwicklung einer Essstörung vorzubeugen? Wo gibt es welche Unterstützungsangebote und wie sieht die Behandlung aus? Dieses Buch ermöglicht Eltern, Lehrkräften und anderen Bezugspersonen Einblicke in die komplexe Innenwelt von Jugendlichen. Es zeigt auf, wie Eltern und Lehrkräfte Jugendliche auf dem Weg hin zu einer gesunden, stabilen und selbstbewussten Person unterstützen und begleiten können.



Corinna Jacobi / Thomas Paul /  
Andreas Thiel

### Essstörungen

(Reihe: „Fortschritte der  
Psychotherapie“, Band 24)  
2004. VII/113 Seiten,  
€ 19,95 / CHF 28.50  
(Im Reihenabonnement  
€ 15,95 / CHF 22.90)  
ISBN 978-3-8017-1157-3

Auch als eBook erhältlich

Das Buch stellt psychologische und pharmakologische Behandlungsansätze bei Anorexia nervosa, Bulimia nervosa und Binge-Eating Störung dar. Die zentralen Elemente eines verhaltenstherapeutisch orientierten Behandlungskonzepts werden aufgezeigt und durch Beispiele veranschaulicht. Die Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Behandlung der Störungen werden ausführlich erläu-

tert. Betont werden hierbei insbesondere wichtige Aspekte des Erstgesprächs und der Motivationsabklärung, der Psychoedukation, des Erkennens von Auslösebedingungen sowie der Erarbeitung eines individuellen Krankheitsmodells. Konkrete Möglichkeiten der Veränderung des gestörten Essverhaltens und des Umgangs mit dem Gewicht in Abhängigkeit von der Störung werden beschrieben.



Thea Rytz / Silvia Wiesmann (Hrsg.)

### Essstörungen und Adipositas: Akzeptanz verkörpern

Formen körperorientierter  
Gruppentherapien

2013. 281 Seiten, geb.,  
€ 29,95 / CHF 39.90  
ISBN 978-3-456-85198-3  
Auch als eBook erhältlich

Körpertherapien können bei Essstörungen wie Anorexie, Bulimie und Adipositas die Betroffenen wieder in achtsamen Bezug zu sich und ihrer Umwelt bringen. In diesem Buch schildern zehn erfahrene Therapeutinnen, wie

sie Körperpsychotherapien in der Behandlung von Menschen mit Essstörungen und Adipositas anwenden. Sie vertreten die Vielfalt der aktuell wichtigsten körperorientierten Methoden.

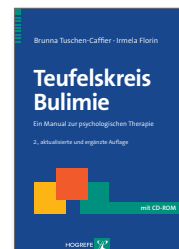


Brunna Tuschen-Caffier /  
Martin Pook / Anja Hilbert  
**Diagnostik von Essstörungen  
und Adipositas**

2005. 113 Seiten,  
€ 24,95 / CHF 35.50  
ISBN 978-3-8017-1698-1

Der Band bietet einen Überblick zum diagnostischen Vorgehen bei Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa, Binge-Eating-Störung und bei Adipositas. Ziel ist es, empirisch fundierte und für die diagnostische Praxis empfehlenswerte Instrumente aufzuzeigen. Hierbei handelt es sich u.a. um Fragebögen

oder Interviewverfahren, die negative Einstellungen und Gefühle gegenüber dem Körper, dem Gewicht und der Figur erfassen. Des Weiteren werden Verfahren beschrieben, die sich für die Erfassung problematischer Essstile eignen.



CD-ROM

Brunna Tuschen-Caffier /  
Irmela Florin  
**Teufelskreis Bulimie**  
Ein Manual zur psychologischen  
Therapie

2., aktual. u. erg. Auflage 2012.  
90 Seiten, Großformat,  
inkl. CD-ROM, € 34,95 / CHF 46.90  
ISBN 978-3-8017-2372-9  
Auch als eBook erhältlich

Das Manual beschreibt die psychologische Behandlung von Patientinnen mit Bulimia Nervosa. Es zeigt anhand von zahlreichen Fallbeispielen und Therapeut-Patient-Dialogen auf, wie man die Patientinnen für die Therapie motivieren und mit Widerstand in der Therapie umgehen kann. Das therapeutische Vorgehen, das aus drei Behandlungsbausteinen besteht, wird ausführlich beschrieben: Ernährungsumstellung, Figurexposition und Umgang mit Belastungen. Darüber hin-

aus vermittelt das Manual Regeln zur therapeutischen Gesprächsführung. Ein Leitfaden zur Durchführung der Figurexposition gibt konkrete Hilfestellungen für die Umsetzung der Übungen in der therapeutischen Praxis. Des Weiteren werden verschiedene Expositionsübungen sowie kognitive Strategien vorgestellt, durch die die Patientinnen lernen, sich ihren Lebensproblemen zu stellen und neue Formen der Konflikt- und Problembewältigung zu erproben.

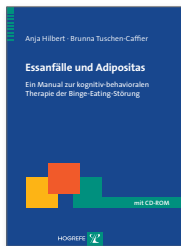


Christopher G. Fairburn  
**Essattacken stoppen**  
 Ein Selbsthilfeprogramm  
 gegen Binge Eating

Aus dem Englischen  
 von Susanne Bonn.  
 3., überarbeitete Auflage 2013.  
 260 Seiten, € 19,95 / CHF 28.50  
 ISBN 978-3-456-85334-5  
 Auch als eBook erhältlich

Dieses Selbsthilfeprogramm hat das Ziel, krankhafte Essattacken zu erkennen, zu stoppen und dauerhaft abzuwehren. Es führt zu einem normalen, gesünderen Essverhalten zurück. Im Grundlagenteil wird zunächst das Krankheitsbild der Essattacken definiert: Was ist eine Essattacke? Wer ist davon betroffen? Wodurch werden

Essattacken ausgelöst? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Im anschließenden Manualteil lernen Betroffene, Essattacken zu überwinden, diese langfristig zu kontrollieren, Rückfälle zu vermeiden und gesunde und stabile Essgewohnheiten zu entwickeln.

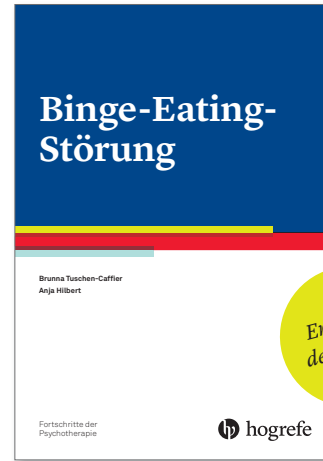


Anja Hilbert / Brunna Tuschen-Caffier  
**Essanfälle und Adipositas**  
 Ein Manual zur kognitiv-behavioralen  
 Therapie der Binge-Eating-Störung

(Reihe: „Therapeutische Praxis“)  
 2010. 118 Seiten, Großformat,  
 inkl. CD-ROM, € 39,95 / CHF 53.90  
 ISBN 978-3-8017-2075-9

Das Manual liefert praxisorientierte und evaluierte Strategien zur kognitiv-behavioralen Behandlung der Binge-Eating-Störung. Schwerpunkte liegen auf der Diagnostik, der motivationsfördernden Gesprächsführung und der Erarbeitung eines Störungsmodells. Ausführlich werden die Module zum Essverhalten, zum Körperbild und zum Umgang mit Stress, negativem

Affekt und interpersonellen Problemstellungen beschrieben. Ein Überblick über die Adipositasverhaltenstherapie sowie zur Rückfallprophylaxe vervollständigt den Leitfaden. Umfangreiches Arbeitsmaterial, welches auf CD-ROM vorliegt, erleichtert die Umsetzung der im Manual beschriebenen Strategien in der therapeutischen Praxis.



Brunna  
 Tuschen-Caffier



Anja Hilbert

Brunna Tuschen-Caffier / Anja Hilbert  
**Binge-Eating-Störung**

(Reihe: „Fortschritte der Psychotherapie“)  
 2016. ca. 90 Seiten,  
 € 19,95 / CHF 26.90  
 (Im Reihenabonnement  
 15,95 / CHF 21.50)  
 ISBN 978-3-8017-2058-2  
 Auch als eBook erhältlich

Menschen mit der Diagnose einer Binge-Eating-Störung leiden unter regelmäßig auftretenden Essanfällen, während derer sie große Nahrungsmengen verzehren und das Gefühl haben, die Kontrolle über ihr Essverhalten zu verlieren. Im Unterschied zur Bulimia Nervosa werden die Essanfälle nicht von Maßnahmen zur Abwendung einer Gewichtszunahme, wie z.B. Erbrechen, Fasten, exzessivem Sport, begleitet. Das Buch liefert nach der Beschreibung der Störung und des diagnostischen Vorgehens einen praxisorientierten Leitfaden zur Therapieplanung sowie zur Durchführung der Behandlung. Hierzu wird ein verhaltenstherapeutisches Konzept

vorge stellt, das sich auf jene Bereiche konzentriert, die für die Therapie der Binge-Eating-Störung von zentraler Bedeutung sind: Es werden Behandlungsmodule zum Aufbau eines gesundheitsförderlichen Lebensstils in den Bereichen Ernährung und Bewegung, zur Förderung von Körperakzeptanz (Körperbildtherapie) sowie zur Vermittlung von Kompetenzen zum Umgang mit Stress, u. a. Auf- und Ausbau von Fertigkeiten zur Emotionsregulation, vorgestellt. Zahlreiche anwenderorientierte Empfehlungen ermöglichen eine professionelle und Erfolg versprechende Behandlung der Binge-Eating-Störung.



Elisabeth Ardel-Gattinger /  
Susanne Ring-Dimitriou /  
Daniel Weghuber (Hrsg.)  
**Der gesunde Adipöse**  
Das Kontinuum zwischen gesunder  
und kranker Adipositas – Aspekte der  
Gesundheitsförderung, Prävention,  
Diagnostik und Therapie

2014. 336 Seiten,  
€ 49,95 / CHF 66.90  
ISBN 978-3-456-85495-3

Epidemiologische Studien konnten zeigen, dass übergewichtige und adipöse Personen mit einer guten kardiorespiratorischen Kapazität ein geringeres Risiko für assoziierte Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen aufwiesen als Normalgewichtige mit geringer körperlicher Fitness. Manche adipösen Erwachsenen und Kinder können sogar als „stoffwechselgesund“ angesehen werden. Vor diesem Hintergrund scheint die in-

terdisziplinäre Debatte über gesunde oder ungesunde Adipositas, günstige und ungünstige Steuerungen des Ess- und Bewegungsverhaltens höchst aktuell und nötig. Diagnostik, Interventionen und deren Evaluation dürfen sich nicht mehr nur am Gewicht oder gar dem erhofften – und empirisch nicht zu begründenden – Gewichtsverlust orientieren, sondern müssen inter- und intradisziplinär durchgeführt werden.

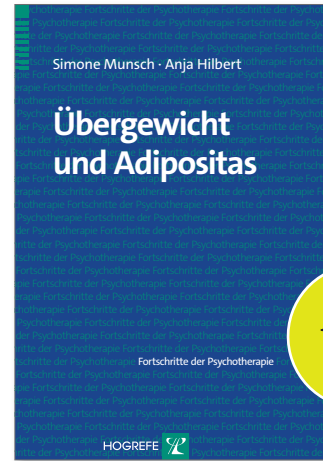


Volker Pudel  
**Ratgeber Übergewicht**  
Informationen für  
Betroffene und Angehörige

(Ratgeber zur Reihe „Fortschritte der Psychotherapie“, Band 19).  
2009. 83 Seiten, Kleinformat,  
€ 9,95 / CHF 16.90  
ISBN 978-3-8017-2267-8  
Auch als eBook erhältlich

Die verbreiteten Schlankheitsdiäten machen langfristig eher dick als dünn. Die dauerhafte Gewichtsstabilisierung kann nur gelingen, wenn der Lebensstil geändert wird. Diese Änderungen des Ess- und Bewegungsverhaltens sind jedoch nur erfolgreich, wenn sie planvoll in kleinen Schritten trainiert werden. Der Ratgeber richtet sich an Menschen, die ihr Gewicht normali-

sieren wollen, aber nach vielen Diäten zweifeln, ob sie dieses Ziel überhaupt noch erreichen können. Er bietet zahlreiche Tipps, die leicht im täglichen Leben umgesetzt werden können. Neben der Gewichtsabnahme steht in diesem Ratgeber vor allem die Gewichtsstabilisierung im Vordergrund, um dem Jojo-Effekt vorzubeugen.



Simone Munsch



Anja Hilbert

Simone Munsch / Anja Hilbert  
**Übergewicht und Adipositas**

(Reihe: „Fortschritte der Psychotherapie“,  
Band 59). 2015. VII/80 Seiten,  
€ 19,95 / CHF 26.90  
(Im Reihenabonnement  
15,95 / CHF 21.50)  
ISBN 978-3-8017-2566-2  
Auch als eBook erhältlich

Der Band liefert einen Überblick über den aktuellen Forschungsstand zu Übergewicht und Adipositas. Er geht auf biopsychosoziale Aspekte der Entstehung und Aufrechterhaltung der Störung ein und präsentiert valide Instrumente, mit deren Hilfe Verhaltensbereiche erfasst werden können, die mit Adipositas assoziiert sind. Ausführlich werden verhaltenstherapeutische Techniken vermittelt, welche die schrittweise Implementierung eines neuen Ernährungs-, Bewegungs- und Essverhaltensstils beim Patienten unterstützen. Dabei wird auch auf Herausforderungen und Schwierigkei-

ten eingegangen, die sich bei der Implementierung der Verhaltensänderung ergeben können, und es werden störungsspezifische Bewältigungsstrategien vorgestellt. Zudem wird auf die adipositaspezifische Stigmatisierung hingewiesen, die sowohl die psychische Befindlichkeit der Betroffenen beeinträchtigen als auch den Verlauf der Behandlung negativ beeinflussen kann. Eine Übersicht über die Wirksamkeit aktuell verfügbarer Behandlungsmöglichkeiten, Materialien für die Behandlung sowie ein ausführliches Fallbeispiel runden den Band ab.



Anja Hilbert / Winfried Rief (Hrsg.)  
**Adipositasprävention**  
 Eine interdisziplinäre Perspektive

2006. 153 Seiten,  
 € 24,95 / CHF 39.90  
 ISBN 978-3-456-84324-7

Die Adipositas nimmt in ihrer Häufigkeit dramatisch zu und hat sich besonders in den westlichen Industrienationen zu einem der großen Gesundheitsprobleme entwickelt. Aktuelle Forschungsbefunde weisen darauf hin, dass die Adipositas eine komplexe, multifaktoriell bedingte Störung ist, die durch Bewegungsmangel, ungesunde Essgewohnheiten, verschiedene psychosoziale Einflüsse sowie genetische Faktoren verursacht wird. Zahlreiche Anstrengungen zur Adipositasprävention wurden bereits unternommen, darunter beispielsweise schulbasierte Präventionsprogramme oder Kurse zu gesunder Ernährung und Bewegung. Umso bemerkenswerter ist die Tatsache, dass bislang nur

wenige wissenschaftlich begleitete Programme zur Adipositasprävention vorliegen, die zudem wenig effektiv waren. Auch biomedizinische Fortschritte werfen tief greifende Fragen für die Adipositasprävention auf, z. B. zur Indikation genetischer Tests bei Adipositas oder zur präventiven Nutzung genetischer Information. Angesichts der Komplexität der Ursachen der Adipositas wird deutlich, dass das Adipositasproblem nur dann gelöst werden kann, wenn Akteure verschiedener Disziplinen, z. B. von Medizin, Psychologie, Recht, Ethik und Politik zusammenarbeiten. Das vorliegende Buch gibt erstmals eine Zusammenstellung dieser für die Adipositasprävention relevanten Aktionsebenen.



Anja Hilbert / Peter Dabrock / Winfried Rief  
**Gewichtige Gene**  
 Adipositas zwischen Prädisposition und Eigenverantwortung

2008. 192 Seiten,  
 € 29,95 / CHF 49.90  
 ISBN 978-3-456-84518-0  
 Auch als eBook erhältlich

Das Buch geht in einem breit aufgefächerten interdisziplinären Spektrum am Beispiel der Adipositas dem Bedeutungswandel von Krankheit und Gesundheit nach, fragt nach den gesellschaftlichen und individuellen Folgen

dieser Transformation und lotet Möglichkeiten für einen verantwortungsvollen Umgang mit einem bisher kaum bekannten Phänomen aus: dem gesund-kranken Menschen.



Petra Warschburger / Franz Petermann  
**Adipositas**

(Reihe: „Leitfaden Kinder- und Jugendpsychotherapie“, Band 10)  
 2008. IX/134 Seiten,  
 € 24,95 / CHF 35.50  
 (Im Reihenabonnement  
 € 17,95 / CHF 25.90)  
 ISBN 978-3-8017-1629-5  
 Auch als eBook erhältlich

Der Leitfaden zur Diagnostik und Therapie von Adipositas basiert auf den Leitlinien nationaler und internationaler Fachgesellschaften und Arbeitsgruppen. Zunächst wird der aktuelle Forschungsstand zur Symptomatik, zur Komorbidität, der Ätiologie, dem Verlauf und der Therapie der Adipositas dargestellt. Anschließend werden die Leitli-

nien zur Diagnostik und Verlaufskontrolle, zur Behandlungsindikation und zur Therapie aufgezeigt und ihre Umsetzung in die klinische Praxis erläutert. Hierzu werden beispielhaft auch Materialien zur Arbeit mit den betroffenen Kindern und deren Eltern vorgestellt sowie das konkrete Vorgehen anhand von Fallbeispielen erläutert.



Franz Petermann / Petra Warschburger  
**Ratgeber Übergewicht**  
 Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher

(Reihe: „Ratgeber Kinder- und Jugendpsychotherapie“, Band 10)  
 2007. 67 Seiten, Kleinformat,  
 € 7,95 / CHF 11.90  
 ISBN 978-3-8017-1628-8  
 Auch als eBook erhältlich

Der Ratgeber vermittelt Eltern, Erziehern und Betroffenen anschaulich und leicht verständlich das aktuelle Wissen über die Entstehung und Aufrechterhaltung von Übergewicht und Adipositas. Er liefert anhand von zahlreichen Beispielen Hinweise, wie man

eingeschliffene Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten wirkungsvoll ändern kann und gibt konkrete Tipps, wie das Ernährungs- und Bewegungsverhalten langfristig verändert und damit Gewicht reduziert werden kann.

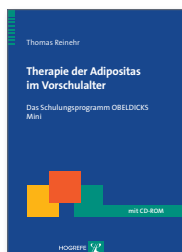


Thomas Reinehr / Michael Dobe /  
Mathilde Kersting  
**Therapie der Adipositas  
im Kindes- und Jugendalter**  
Die Schulungsprogramme  
OBELDICKS Light und OBELDICKS  
für übergewichtige und adipöse  
Kinder und Jugendliche

(Reihe: „Therapeutische Praxis“)  
2., korr. und erw. Auflage 2010.  
167 Seiten, Großformat,  
inkl. CD-ROM, € 36,95 / CHF 49,90  
ISBN 978-3-8017-2261-6  
Auch als eBook erhältlich

Das Manual stellt die Schulungsprogramme OBELDICKS Light und OBELDICKS für 7- bis 14-jährige übergewichtige und adipöse Kinder und Jugendliche vor. Die Schulung basiert auf einer Kombination von Ernährungs-, Essverhaltens- und Bewe-

gungstherapie und zieht intensiv die Eltern sowie die gesamte Familie in die Beratung mit ein. Die zahlreichen Arbeitsmaterialien und Übungen sind in der Neubearbeitung nun auch alle auf einer CD-ROM beigefügt.



Thomas Reinehr  
**Therapie der Adipositas  
im Vorschulalter**  
Das Schulungsprogramm  
OBELDICKS Mini

(Reihe: „Therapeutische Praxis“)  
2010. 155 Seiten, Großformat,  
inkl. CD-ROM, € 36,95 / CHF 49,90  
ISBN 978-3-8017-2260-9  
Auch als eBook erhältlich

Das Schulungsprogramm „OBELDICKS Mini“ ist ein interdisziplinäres Behandlungskonzept für adipöse Vorschulkinder im Alter von 4 bis 7 Jahren, welches gezielt am Ess- und Bewegungsverhalten dieser jungen Patientengruppe und ihrer Familien ansetzt. Der Schwerpunkt wird auf die

Schulung der Eltern und nicht der Kinder gelegt. Das Training unterscheidet sich damit grundlegend vom Vorgehen bei älteren Kindern. Eine umfangreiche Materialiensammlung bestehend aus Arbeitsblättern, Übungen und Rezepten ist zusätzlich auf CD-ROM verfügbar.



Beinahe jedes sechste Kind in Deutschland zwischen vier und sechzehn Jahren ist übergewichtig. Die Behandlung ist häufig schwierig und betroffene Familien sind oft überfordert und geben auf. Doch das muss nicht sein! „Obeldicks“, das ganzheitliche Schulungsprogramm für übergewich-

Thomas Reinehr / Michael Dobe /  
Mathilde Kersting  
**Abnehmen mit Obeldicks  
und Optimix**  
Der Ratgeber für Eltern  
übergewichtiger Kinder

2., überarbeitete Auflage 2010.  
171 Seiten, Kleinformat,  
€ 16,95 / CHF 24.50  
ISBN 978-3-8017-2271-5  
Auch als eBook erhältlich

tige Kinder sowie „Optimix“, ein alltagtaugliches Ernährungskonzept für Kinder – beide von Wissenschaftlern entwickelt und in der Praxis erprobt – können Eltern und Erziehern helfen, die Ressourcen ihrer Kinder zu stärken und zu einem gesunden Lebensstil zu finden.



Rachel Bryant-Waugh / Bryan Lask  
**Esstörungen bei Kindern  
und Jugendlichen**  
Rat und Hilfe für Eltern

Aus dem Englischen übersetzt  
von Irmela Erckenbrecht.  
2008. 192 Seiten,  
€ 19,95 / CHF 33.90  
ISBN 978-3-456-84516-6

Die Probleme, die ein Kind mit dem Essen hat, können sehr unterschiedlich sein: Vielleicht ist es bei der Zusammenstellung der Mahlzeiten auffallend wählerisch? Vielleicht schränkt es die Nahrungsaufnahme insgesamt sehr stark ein, hat bereits einen ernsthaften Gewichtsverlust erlitten oder

eine regelrechte Essstörung entwickelt? Dieser gut verständliche Ratgeber möchte dabei helfen, die Gründe für ein problematisches Essverhalten zu verstehen und aufzeigen, was Eltern und andere tun können, um die Situation positiv zu beeinflussen.



# Bestellschein

Tel. +49 551 999 50 950  
Fax +49 551 999 50 955  
distribution@hogrefe.de  
www.hogrefe.com

## Zu beziehen über

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG  
Herbert-Quandt-Str. 4  
37081 Göttingen  
Deutschland

## Jetzt bestellen

Ex.	ISBN 978-3-
Ex.	ISBN 978-3-
Ex.	ISBN 978-3-
Ex.	ISBN 978-3-

Institution

Name / Vorname

Straße / Nr.

PLZ / Ort

Datum                      Unterschrift

E-Mail

Newsletter