

Inhaltsübersicht

I EINLEITUNG

0.1 Ausgangslage	1
0.2 Problemstellung	2
0.3 Übersicht	3

II THEORETISCHER TEIL

1 ERNÄHRUNGSVERHALTEN, KÖRPERGEWICHTSTHEORIEN UND ADIPOSITAS

1.1 Einleitung

<i>1.1.1 Inwieweit lässt sich das Ernährungsverhalten pädagogisch beeinflussen?</i>	7
<i>1.1.2 Übersicht</i>	9

1.2 Zur Komplexität des Ernährungsverhaltens

<i>1.2.1 Transaktionaler Erklärungsansatz des Ernährungsverhaltens</i>	10
<i>1.2.2 Kognitive Beeinflussung des Ernährungsverhaltens</i>	12
<i>1.2.3 Aspekte des Ernährungsverhaltens</i>	13
<i>1.2.4 Einflüsse auf das Ernährungsverhalten in Abhängigkeit vom Lebensalter</i>	18
<i>1.2.5 Ernährungsverhalten und Ernährungserziehung</i>	20

1.3 Körperfektgewichtstheorien

<i>1.3.1 Energiebilanztheorie</i>	25
<i>1.3.2 Veranlagungstheorien</i>	28
<i>1.3.3 Set-point-Theorie</i>	28
<i>1.3.4 Thermogenetische Beeinflussung des Körperfanges</i>	29
<i>1.3.5 Schlussbemerkung</i>	31

1.4 Adipositas - ein vielschichtiges Problem

<i>1.4.1 Begriff und Definition der Adipositas</i>	33
<i>1.4.2 Adipositas aus historischer Sicht</i>	35

1.4.3 Ernährungsphysiologische, epidemiologische und medizinische Aspekte der Adipositas	37
1.4.4 Psychologische Aspekte der Adipositas	40
1.4.5 Soziale und soziodemographische Aspekte der Adipositas	45
1.4.6 Schlussbemerkungen	47
2 METHODEN UND EVALUATION DER GEWICHTSREDUKTION	
2.1 Einleitung	
2.1.1 Gewichtsreduktion: eine Frage der richtigen Methode?	49
2.1.2 Übersicht	51
2.2 Massnahmen zur Gewichtsreduktion	
2.2.1 Diätetische Methoden	52
2.2.2 Medikamentöse und chirurgische Methoden	54
2.2.3 Verhaltenstherapeutische Programme und Selbstkontrollmethoden ...	55
2.2.4 Tiefenpsychologische Ansätze	57
2.2.5 Kombinierte Methoden und Gruppentherapien	58
2.3 Evaluation von Gewichtsreduktionsmethoden	
2.3.1 Zum Problem der Evaluationskriterien	60
2.3.2 Prädiktoren erfolgreicher Gewichtsreduktion	61
2.3.3 Notwendigkeit eines multivariaten Bezugrahmens zur Evaluation von Gewichtsreduktionsprogrammen	63
3 GENESE, STRUKTUR UND FUNKTION VON ALLTAGSTHEORIEN	
3.1 Einleitung	
3.1.1 Alltagstheorien als Bindeglied der Gesundheitspädagogik?	65
3.1.2 Übersicht	66
3.2 Zur Alltagsorientierung	
3.2.1 Zum Kontext alltagsorientierter Forschung	68
3.2.2 Erkenntnisinteressen alltagsorientierter Forschung	79
3.2.3 'Lebenswelt' und 'Alltag' - zwei Schlüsselbegriffe der Alltagsorientierung	73
3.2.4 Die alltägliche Lebenswelt	76

3.3 Das alltagstheoretische Konzept von A. Schütz

3.3.1 <i>Vorbemerkung</i>	77
3.3.2 <i>Grundlagen der Sinnkonstitution</i>	78
3.3.3 <i>Grundlagen des Fremdverstehens - Konstitution und Interpretation des gemeinten Sinns</i>	81
3.3.4 <i>Wissenserwerb und natürliche Einstellung</i>	85
3.3.5 <i>Wechselwirkung zwischen Wissensvorrat und Situation</i>	88
3.3.6 <i>Strukturen des Wissensvorrats</i>	89
3.3.7 <i>Das Relevanzproblem</i>	92
3.3.8 <i>Der gesellschaftliche Wissensvorrat</i>	94

3.4 Handlungsrelevanz von Alltagstheorien

3.4.1 <i>Vorbemerkung</i>	97
3.4.2 <i>Alltagstheorien als wissenschaftliches Konstrukt</i>	97
3.4.3 <i>Funktionen von Alltagstheorien</i>	100
3.4.4 <i>Relevanz von Alltagstheorien für die Gesundheitspädagogik</i>	102

4 METHODISCHE IMPLIKATIONEN ALLTAGSORIENTIERTER FORSCHUNG

4.1 Einleitung

4.1.1 <i>Inwieweit sind Alltagstheorien intersubjektiv verstehbar?</i>	105
4.1.2 <i>Übersicht</i>	106

4.2 Exkurs über Anwendungsmöglichkeiten alltagstheoretischer Konzepte

4.2.1 <i>Vorbemerkung</i>	107
4.2.2 <i>Ein alltagstheoretischer Zugang zur Aggressionsproblematik in der Schule</i>	108
4.2.3 <i>Alltagstheorien über Leistung und Versagen in der Schule</i>	111
4.2.4 <i>Alltagstheorien von Berufsschullehrern über ihr unrichtliches Handeln</i>	115

4.3 Das Diätverhalten aus alltagstheoretischer Sicht

4.3.1 <i>Analyse des Diätverhaltens mit Hilfe eines alltagstheoretischen Konzepts</i>	119
4.3.2 <i>Methodologische Probleme der Erfassung von Alltagstheorien des Diätverhaltens</i>	122

III EMPIRISCHER TEIL

5	GEWICHTSZUNAHME UND DIÄTVERHALTEN AUS DER SICHT VON TEILNEHMERN AN GEWICHTSREDUKTIONSPROGRAMMEN	
5.1	Einleitung	
5.1.1	<i>Führt der Einbezug von Alltagstheorien zu einem erweiterten Verständnis der Probleme des Diätverhaltens?</i>	127
5.1.2	<i>Übersicht</i>	128
5.2	Schriftliche Befragung von Teilnehmern an Gewichtsreduktionsprogrammen	
5.2.1	<i>Ziele und Voraussetzungen der schriftlichen Befragung</i>	129
5.2.2	<i>Auswahl der Stichprobe und Durchführung der Befragung</i>	130
5.2.3	<i>Methodische Aspekte der schriftlichen Befragung</i>	131
5.2.4	<i>Darstellung und Diskussion der Ergebnisse</i>	132
5.2.5	<i>Zusammenfassung und Schlussbemerkungen</i>	144
5.3	Problemzentrierte Interviews mit in der Gewichtsreduktion unterschiedlich erfolgreichen Probanden	
5.3.1	<i>Ausgangslage und Zielsetzungen der mündlichen Befragung</i>	145
5.3.2	<i>Auswahl der Probanden und Durchführung der Interviews</i>	146
5.3.3	<i>Beschreibung des methodischen Vorgehens</i>	147
5.3.4	<i>Alltagstheorien über die Entstehung von Übergewicht</i>	149
5.3.5	<i>Alltagstheorien über die Gewichtsreduktion</i>	159
5.3.6	<i>Vergleich der Alltagstheorien unterschiedlich erfolgreicher Probanden</i>	164
5.3.7	<i>Schlussbemerkungen</i>	170
5.4	Folgerungen aus gesundheitspädagogischer Sicht	
5.4.1	<i>Folgerungen für Gewichtsreduktions-Programme</i>	172
5.4.2	<i>Folgerungen für die ernährungsbezogene Prävention</i>	174
6	ZUSAMMENFASSUNG	179
IV	LITERATURVERZEICHNIS	183

V ANHANG

7.1	Fragebogen der schriftlichen Erhebung	197
7.2	Erhebungsinstrumente der mündlichen Befragung	201
7.2.1	<i>Einführung des Interviews</i>	201
7.2.2	<i>Interviewleitfaden</i>	202
7.3	Beispiel eines Interviewprotokolls	204
7.4	Auswertung der mündlichen Befragung	
7.4.1	<i>Kurzbeschreibung des Auswertungsverfahrens</i>	213
7.4.2	<i>Inhaltliche Kategorien für die Bildung von Interviewextrakten</i>	214
7.4.3	<i>Interviewextrakte</i>	215