

Psychologický přístup k výživě obézního dítěte

Mgr. Jana Divoká

Při psychoterapeutické intervenci v oblasti řešení problémů s nadváhou a obezitou u dětí a adolescentů se ukazuje jako užitečné neomezit se jen na oblast změny stravovacích a pohybových návyků, ale využívat jistého integrativního terapeutického postupu, který vhodně podporuje i motivaci dítěte a rodiny ke změně, pomáhá řešit rodinný kontext problematiky a v neposlední řadě pomáhá dítěti resp. rodině se zvládnutím dalších psychických problémů. Pro působení v oblasti změny stravovacích a pohybových návyků se ukazuje jako nejefektivnější metodika vycházející z kognitivně-behaviorálního směru. Motivaci dítěte resp. rodiny ke změně lze vhodně podporovat prostřednictvím metody Motivačních rozhovorů. Dále se jako velmi potřebná v mnoha případech jeví rodinná či párová terapie i individuální psychoterapie dítěte ev. jiného člena rodiny.

Možnosti tohoto integrativního postupu, který se zaměřuje jak úpravu životního stylu dítěte resp. adolescenta, tak zároveň i na posilování jeho sebeúcty a problémy spojené se zvýšenou úzkostností či podporu vztahů v rodině, jsou naznačeny i v představené kazuistice.