

## 2. Zertifizierung zum Adipositas-Trainer für Kinder und Jugendliche\*

Die Schulung von übergewichtigen/adipösen Kindern, Jugendlichen und deren Eltern soll von einem interdisziplinären Team, das die Bereiche Medizin, Psychosoziales, körperliche Aktivität und Ernährung abdeckt, mit dafür ausgebildeten Fachkräften mit ausreichender praktischer Erfahrung durchgeführt werden.

Die Adipositas-Trainerin für Kinder und Jugendliche soll in einer Adipositas-Schulung den Bereich schulen, der in den eigenen Berufsbereich gehört. Daher wird das Trainerinnen-Zertifikat mit der Bereichsbezeichnung versehen.

Angehörige der im Folgenden aufgeführten **Berufsgruppen** können ein Trainerzertifikat beantragen, sofern sie **Mitglied der AGA** sind:

### 1. Medizin

Ärztinnen mit Facharzttrichtung Kinder- und Jugendmedizin sowie Ärztinnen in einer mindestens zweijährigen pädiatrischen Facharzt-Weiterbildung

### 2. Psychosoziales

Psychologinnen mit Abschluss (Diplom, Bachelor oder Master) oder approbierte Psychotherapeutinnen, (Sozial-)Pädagoginnen mit Abschluss (Diplom, Bachelor oder Master)

### 3. Körperliche Aktivität

Dipl. Sportlehrerinnen, Sportpädagoginnen M.A. oder vergleichbare Abschlüsse mit dem Studienschwerpunkt Rehabilitations-/Behindertensport, Staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerinnen, Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerinnen mit Zusatzbezeichnung „Sporttherapie“ des DVGS (Deutscher Verband für Gesundheitssport) oder ähnlicher Qualifikation, Sportlehrerinnen mit Abschluss (Diplom, Bachelor, Master) und Motopädinnen.

### 4. Ernährung

Ernährungswissenschaftlerinnen/Oecotrophologinnen mit Abschluss (Diplom, Bachelor, Master), Diätassistentinnen.

Zur Erteilung des Zertifikates ist der Nachweis notwendig, dass die Antragstellerin eine aus drei Ausbildungsblöcken bestehende **Fortbildung** (s. u.) an einer von der DAG / AGA zertifizierten Adipositas-Akademie (siehe 3.: Zertifizierung von Adipositas-Akademien) absolviert hat. Außerdem muss ein Nachweis über eine mindestens **einjährige Berufserfahrung** in der Behandlung oder Betreuung übergewichtiger/adipöser Kinder oder Jugendlicher erbracht werden. Ein Zeugnis mit dem Nachweis des Berufsabschlusses ist einzureichen.

---

\* Im Folgenden wird ausschließlich die weibliche Form verwendet. Diese Formulierung schließt jeweils die männliche Form ein.

Das Zertifikat zur Adipositas-Trainerin wird vom DAG- und AGA-Vorstand ausgestellt und muss dort mit den entsprechenden Unterlagen (s. Checkliste) beantragt werden.

Vertreterinnen anderer Berufsgruppen mit Abschluss einer durch die DAG / AGA zertifizierten Adipositas-Akademie und mit mindestens einjähriger Berufserfahrung in der Behandlung/Betreuung übergewichtiger/adipöser Kinder oder Jugendlicher können ebenfalls ein Trainer-Zertifikat beantragen. Diese erhalten den Status einer **Co-Trainerin**. Sie ersetzen im Team nicht die Fachkräfte aus den o.g. Berufsgruppen 1-4.

An den von der DAG / AGA zertifizierten Adipositas-Akademien erfolgt die Fortbildung zur Adipositas-Trainerin nach einem festgelegten Curriculum in folgenden drei Blöcken:

**Theorieseminar, Hospitation, Supervision.**

## **2.1. Fortbildungs-Block I: Theorieseminar**

Das Seminar mit praxisbezogenen Inhalten und Übungen umfasst mindestens 48 Unterrichtseinheiten (à 45 min).

Themen aus folgenden Bereichen müssen behandelt werden (1 Einheit = 45 min.):

### **Allgemeine Einheiten: 13 Einheiten**

1. Themeneinstieg: Epidemiologie, Ursachen, Indikationen
2. Was ist Schulung – Stellenwert innerhalb der Behandlung
3. Ziele der Adipositasschulung
4. Didaktik und Unterrichtsplanung
5. Methodik und Einsatz von Rollenspielen
6. Flexible und rigide Kontrolle
7. Entwicklungspsychologie: Phasen kindlicher Entwicklung
8. Schwierige Schulungssituation
9. Organisation der eigenen Schulung
10. Qualitätsmanagement in der Adipositas-Schulung

### **Einheiten Medizin: 5 Einheiten**

1. Grundlagen der Adipositas – Definition, BMI-Bestimmung
2. Differentialdiagnostik und individuelle Problem-Analyse
3. Bedeutung von Ernährung, Bewegung und Genetik
4. Folgeerkrankungen
5. Vermittlung medizinischer Grundlagen bei Therapieplanung

### **Einheiten Psychosoziales: 8 Einheiten**

1. Grundlagen: Psychosoziales im Schulungskontext
2. Zielplanung
3. Selbstwahrnehmung
4. Selbstakzeptanz
5. Initiierung von Lebensstiländerungen
6. Soziale Kompetenz und Konfliktbewältigung

### **Einheiten Ernährung: 7 Einheiten**

1. Grundlagen, OptimiX
2. Selbstbeobachtungstagebuch
3. Essverhaltenstraining
4. Elternschulung im Bereich Einkaufstraining
5. Ernährung: Planen von Mahlzeiten, Vorbereitung für das gemeinsame Kochen

### **Einheiten Körperliche Aktivität: mindestens 8 Einheiten**

1. Grundlagen zu körperlicher Aktivität und Sport bei Adipositas
2. Ursachen für Vermeidung körperlicher Aktivitäten
3. Vermittlungswege und –ansätze in der Schulung
4. Praktische Vorgehensweise in der Schulung
5. Elternschulung im Bereich Körperliche Aktivität und Sport
6. Organisatorische Aspekte

### **Einheiten Elternschulung: mindestens 7 Einheiten**

1. Erziehungskompetenz
2. Realistische Zielplanung und Motivationsförderung
3. Förderung der Selbstwahrnehmung und Selbstakzeptanz des Kindes

Abweichungen zwischen den unterschiedlichen Bereichen von bis zu 20% der Einheiten sind möglich

## **2.2 Fortbildungs-Block II: Hospitation**

Die Hospitation erfolgt bei einer Adipositasschulung an einer von der DAG/AGA zertifizierten Therapieeinrichtung für Kinder und Jugendliche.

Die Hospitationsdauer beträgt mindestens 18 Unterrichtseinheiten (à 45 min), wobei eine Teilnahme an den Schulungen in allen Bereichen (Medizin, Psychosoziales/Elternschulung, körperliche Aktivität und Ernährung) erfolgen soll. Von den Hospitationsstunden können 50% videounterstützt unter fachlicher Begleitung erfolgen.

## **2.3 Fortbildungs-Block III: Supervision**

Die praktische Durchführung von zwei unterschiedlichen berufsspezifischen Schulungseinheiten à 45 Minuten seitens der Supervisandin ist abschließender Baustein der Fortbildung zur Adipositas-Trainerin. Supervisandin und eine von einer Adipositas-Trainer-Akademie abgestellte Supervisorin sollen der gleichen Berufsgruppe entstammen. Die Supervisandin ist verpflichtet, das verwendete Schulungskonzept sowie den Schulungsablauf zu dokumentieren (Stundenpläne und Checklisten mit Inhalten/Themen) und eine Ausarbeitung der supervidierten Schulungseinheiten vorzunehmen (Ziele, Methodik & Didaktik, Material). Die Supervision kann in einer Gruppe erfolgen. Für die Supervision gibt es zwei Möglichkeiten:

### **Live-Supervision**

Bewährt hat sich die Erstdurchführung der Schulung durch Supervisandinnen mit Hilfe einer Supervisorin bzw. innerhalb eines erfahrenen Schulungsteams. Die Supervisorin muss mindestens an 2 Unterrichtseinheiten mit unterschiedlichen Themen persönlich teilgenommen haben.

### **Videogestützte Supervision**

Mindestens 2 Unterrichtseinheiten mit unterschiedlichen Themen müssen dabei einer Supervisorin vorgelegt werden.

Bei beiden Arten der Supervision erfolgt das Supervisionsgespräch persönlich. Im Mittelpunkt des Supervisionsgespräches stehen der Erfahrungsaustausch sowie die Möglichkeit zur Selbstreflexion.

Ist die dargestellte Leistung der angehenden Trainerin in der Supervision nicht ausreichend, so muss die Supervision wiederholt werden. Die Wiederholung wird von mindestens zwei anderen Supervisorinnen durchgeführt. Wird die geforderte Schulungsleistung erneut nicht erbracht, wird das Abschlusszertifikat der Trainerausbildung nicht erteilt.

## **2.4 Anerkennung gleichwertiger Adipositas-Trainerinnen-Zertifikate**

Bestehende Trainerinnenzertifikate werden bis zum 01.01.2016 anerkannt, wenn sie vor dem 01.01.2011 ausgestellt wurden und die Fortbildung aus den Blöcken Theorieseminar, Hospitation und Supervision bestand. Quantitativ und qualitativ muss diese Fortbildung den Ausführungen der Punkte 2.1 bis 2.3 entsprechen. Die Voraussetzungen der persönlichen Qualifikation (Berufsgruppen) und der mindestens einjährigen Berufserfahrung in der Behandlung übergewichtiger Kinder und Jugendlicher müssen erfüllt sein. Die entsprechenden Nachweise sind der AGA vorzulegen.

## **2.5 Gebühr des Zertifikats**

Für den Antrag auf Anerkennung zur Adipositas-Trainerin für Kinder und Jugendliche wird eine Bearbeitungsgebühr von € 40,- erhoben.

Sollten die Voraussetzungen auch nach Nachbesserung nicht vorliegen, kann die Bearbeitungsgebühr nicht zurückverlangt werden.

Zahlung auf das Konto der Deutschen Adipositas Gesellschaft e.V.

Stadtsparkasse München, BLZ 701 500 00, Kontonummer 401 123 44,

Stichwort: Adipositas-Trainer für Kinder und Jugendliche / Name.

---

Stand: 01.11.2012

Dr. Susanna Wiegand, Sprecherin der AGA

Prof. Dr. Reinhard Holl, Sprecher der Zertifizierungskommission der AGA