

Inhalt

TEIL 1 ALLGEMEINE HINTERGRÜNDE UND INFORMATIONEN ZU IMPULS

1	Rationale von IMPULS und Behandlungsfokus	15
2	Essanfälle und Impulsivität bei Binge-Eating-Störung	17
2.1	Essanfälle und andere impulsive Verhaltensweisen	17
2.2	Evidenzlage und angenommene Wirkfaktoren	21
2.3	Essstörungsdiagnostik, Erfassung von Essanfällen und anderen impulsiven Verhaltensweisen	23
3	Behandlungsziele und Behandlungsrahmen	25
3.1	Primäre und sekundäre Behandlungsziele	25
3.2	Zielgruppe, Setting und Gesamtbehandlungsplan	26
4	Überblick über das IMPULS-Programm	27
4.1	Struktur des IMPULS-Programms in der Gruppe	27
4.2	Therapeut-Patient-Beziehung	29
4.3	Ablauf einzelner Therapiesitzungen	30
4.4	Aufgaben zwischen den Sitzungen	32
4.5	Behandlungsmanual für Patient:innen	32
4.6	Krisen	32
4.7	Modifikation der IMPULS-Gruppe in niederschwelligem Format	33
4.8	IMPULS im Einzelsetting	35

TEIL 2 MODULE DES TRAININGSPROGRAMMS

5	Anfängliche Therapiephase	39
5.1	Sitzung 1: Psychoedukation zu BES und Impulsivität – Vermittlung eines impulsivitätsbezogenen Störungsmodells	39
1.	Einführung zu IMPULS	39
2.	Psychoedukation zu BES und Impulsivität	41
3.	Hausaufgabe: Selbstbeobachtung über Impulsivitätsprotokolle zum Essverhalten und Verhaltensanalysen	48

5.2 Sitzung 2: Analyse von individuellen Risikofaktoren, Entwicklung von Kontrollstrategien und individuelle Ausgestaltung von Behandlungszielen	51
1. Besprechung des Impulsivitätsprotokolls zum Essverhalten und der Verhaltensanalysen: Identifikation von Risikosituationen und Konsequenzen	51
2. Kontrollstrategien für Essanfälle: Stimuluskontrolle und Reaktionskontrolle ...	52
3. Ausarbeitung und Konkretisierung der Behandlungsziele	56
4. Hausaufgabe: Impulsivitätsprotokoll zum Essverhalten, Verhaltensanalyse, Verlaufskurve	59
6 Hauptphase	61
6.1 Sitzung 3: Impulsivitätsrunde und Psychoedukation zu Nahrungskonfrontation mit Reaktionsverhinderung	61
1. Impulsivitätsrunde	62
2. Psychoedukation zur Nahrungskonfrontation mit Reaktionsverhinderung	62
3. Planung der Nahrungskonfrontation mit Reaktionsverhinderung in der nächsten Sitzung	66
4. Hausaufgabe	66
6.2 Sitzung 4–7: Impulsivitätsrunde und Nahrungskonfrontation mit Reaktionsverhinderung	69
1. Konkreter Ablauf der Expositionsübung in der Sitzung	70
2. Planung der nächsten Expositionsübung in der Sitzung	74
3. Expositionsübungen im Alltag als Hausaufgabe	75
4. Besprechung der Hausaufgabe Expositionsübung im Alltag	76
5. Durchführung der Expositionsübungen in der Einzelbehandlung	76
7 Abschlussphase: Aufrechterhaltung, Transfer und weitere Planung	79
1. Impulsivitätsrunde	79
2. Besprechung der Expositionsübung im Alltag	79
3. Reflexion des bisherigen Verlaufs, Planung und Transfer des Erlernten	79
4. Abschlussrunde	84
8 Weiterentwicklungen des IMPULS-Programms	86
8.1 Zusätzliche Sitzung zu Emotionen in der modifizierten IMPULS-Gruppe	86
8.2 Zusätzliche Sitzung zu Selbstwert und Körperbild in der modifizierten IMPULS-Gruppe	93
9 Evaluation und Abschlussdiagnostik	99

APPENDIX

Prozessuntersuchungen von Essanfällen und anderen impulsiven Verhaltensweisen ..	105
Befragung zu Beginn des IMPULS-Gruppenprogramms	108
Befragung bei Abschluss des IMPULS-Gruppenprogramms	110
Literatur	113