

# Inhaltsverzeichnis

|          |                                                                                 |           |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Large Range Theories zum Verständnis des Menschen</b>                        | <b>1</b>  |
| <b>2</b> | <b>Middle Range Theories zum Hintergrund von Essstörungen</b>                   | <b>5</b>  |
| 2.1      | Bedeutung von Nahrung und Essen                                                 | 5         |
| 2.2      | Entwicklungspsychologie                                                         | 10        |
| 2.2.1    | Ideen zur psychosexuellen Entwicklung<br>von Mädchen/Frauen                     | 12        |
| 2.2.2    | Mütter und Töchter                                                              | 16        |
| 2.2.3    | Väter und Töchter                                                               | 19        |
| 2.3      | Gesellschaftliche Herausforderungen an Frauen<br>in gendersensibler Perspektive | 22        |
| 2.4      | Schöne Körper: Eine mediale Inszenierung                                        | 27        |
| 2.4.1    | Körper und Medien                                                               | 29        |
| 2.4.2    | Der schöne Körper                                                               | 31        |
| 2.4.3    | Sexualisierte Bilder                                                            | 35        |
| 2.5      | Frauenspezifische/Feministische Psychotherapie                                  | 36        |
| 2.5.1    | Geschichte                                                                      | 36        |
| 2.5.2    | Hintergrundannahmen                                                             | 38        |
| 2.5.3    | Praxis                                                                          | 41        |
| 2.5.4    | Überlegungen zu Integrativer Therapie und<br>feministischer Psychotherapie      | 43        |
| <b>3</b> | <b>Small Range Theories zu Essstörungen</b>                                     | <b>51</b> |
| 3.1      | Geschichte und Konstruktion von Essstörungen                                    | 52        |
| 3.1.1    | Geschichte von Essstörungen als Krankheitsbild                                  | 52        |
| 3.1.2    | Essstörungen als gender- und culture<br>bound syndrome                          | 54        |

|       |                                                                                  |     |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 3.1.3 | Epidemiologie von Essstörungen . . . . .                                         | 57  |
| 3.2   | Gemeinsamkeiten von Essstörungen . . . . .                                       | 60  |
| 3.2.1 | Ätiologie und Auslöser von Essstörungen . . . . .                                | 64  |
| 3.2.2 | Der Beitrag von Diäten . . . . .                                                 | 70  |
| 3.3   | Der Anti-Diät-Ansatz . . . . .                                                   | 73  |
| 3.3.1 | Entwicklung des Anti-Diät-Ansatzes . . . . .                                     | 73  |
| 3.3.2 | Grundlagen des Anti-Diät-Ansatzes . . . . .                                      | 76  |
| 3.4   | Anorexie . . . . .                                                               | 78  |
| 3.4.1 | Diagnostische Kriterien . . . . .                                                | 78  |
| 3.4.2 | Körperliche Auswirkungen . . . . .                                               | 82  |
| 3.4.3 | Psychische Aspekte der Anorexie . . . . .                                        | 83  |
| 3.4.4 | Gesellschaftliche Betrachtung der Anorexie . . . . .                             | 88  |
| 3.5   | Bulimie . . . . .                                                                | 89  |
| 3.5.1 | Diagnostische Kriterien . . . . .                                                | 89  |
| 3.5.2 | Körperliche Auswirkungen . . . . .                                               | 92  |
| 3.5.3 | Psychische Aspekte der Bulimie . . . . .                                         | 93  |
| 3.6   | Binge Eating Disorder/Esssucht . . . . .                                         | 97  |
| 3.6.1 | Diagnostische Kriterien . . . . .                                                | 98  |
| 3.6.2 | Körperliche Auswirkungen . . . . .                                               | 100 |
| 3.6.3 | Psychische Aspekte der Binge-Eating-Störung . . . . .                            | 101 |
| 3.7   | Orthorexie . . . . .                                                             | 103 |
| 3.7.1 | Diagnostische Kriterien . . . . .                                                | 103 |
| 3.7.2 | Körperliche Auswirkungen von Orthorexie . . . . .                                | 105 |
| 3.7.3 | Psychische Aspekte der Orthorexie . . . . .                                      | 105 |
| 3.8   | Subklinische und weitere Essstörungen . . . . .                                  | 107 |
| 3.8.1 | Latente Essstörung Typ 1: Restraint<br>eating and dieting . . . . .              | 108 |
| 3.8.2 | Latente Essstörung Typ 2: Dieting and<br>overeating . . . . .                    | 109 |
| 3.8.3 | Nachtessen . . . . .                                                             | 110 |
| 3.8.4 | Sonstige Essverhaltens-Störungen . . . . .                                       | 110 |
| 3.8.5 | Krankheitswertigkeit/Behandlungsnotwendigkeit<br>von Essstörungen . . . . .      | 111 |
| 3.8.6 | Differenzialdiagnosen: Was sind keine<br>Essstörungen im engeren Sinn? . . . . . | 112 |
| 3.9   | Essstörungen bei Männern . . . . .                                               | 116 |
| 3.10  | Ausblick auf ICD-11 . . . . .                                                    | 120 |

**4 Praxeologien der gendersensiblen integrativen**

|                                                                                                                              |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Therapie von Essstörungen</b> . . . . .                                                                                   | 123 |
| 4.1 Zu Beginn und als Basis: Selbstreflexion und<br>Selbsterfahrung für Therapeut*innen und Berater*innen . . . . .          | 125 |
| 4.2 Gendersensible integrative Psychotherapie bei<br>Essstörungen . . . . .                                                  | 128 |
| 4.2.1 Allgemeine Grundsätze . . . . .                                                                                        | 129 |
| 4.2.2 Abschnitte des Therapieprozesses . . . . .                                                                             | 132 |
| 4.2.3 Therapieziele . . . . .                                                                                                | 139 |
| 4.2.4 Dynamiken der genderhomogen weiblichen<br>Therapiedyade . . . . .                                                      | 141 |
| 4.3 Die einzelnen Ess-Störungsbilder in der Psychotherapie . . . . .                                                         | 143 |
| 4.3.1 Anorexie: „Rein und willensstark: Autonomie im<br>System“ . . . . .                                                    | 144 |
| 4.3.2 Bulimie: „Ambivalenz von verborgener Scham<br>und perfekter Oberfläche – an eigenen<br>Ansprüchen scheitern“ . . . . . | 150 |
| 4.3.3 Binge Eating Disorder: „Hilflosigkeit, Schutz,<br>Grenze und Macht“ . . . . .                                          | 159 |
| 4.3.4 Orthorexie: „Zwang und Kontrolle – alles<br>richtig machen“ . . . . .                                                  | 163 |
| 4.3.5 Unspezifische Essstörungen: „An endless Story“ . . . . .                                                               | 164 |
| 4.4 Methoden und Praxeologien einer gendersensiblen<br>integrativen Therapie . . . . .                                       | 168 |
| 4.4.1 Die vier Wege der Heilung und Förderung bei<br>Patient*innen mit Essstörungen . . . . .                                | 169 |
| 4.4.2 Arbeit mit dem Essen/am Symptom:<br>Erlebnisaktivierende Methoden und Techniken . . . . .                              | 171 |
| 4.4.3 Arbeit mit der Leiblichkeit . . . . .                                                                                  | 178 |
| 4.4.4 Psychotherapie-unterstützende Maßnahmen . . . . .                                                                      | 182 |
| 4.5 Zur Behandlung junger Mädchen (Autorin: Sonja Pasch) . . . . .                                                           | 185 |
| 4.5.1 Einbezug der Eltern in die Psychotherapie<br>von Kindern . . . . .                                                     | 186 |
| 4.5.2 Methodische Anregungen für die psychotherapeutische<br>Arbeit mit Kindern und Jugendlichen . . . . .                   | 189 |
| 4.6 Arbeit mit Angehörigen von Essstörungen-Betroffenen . . . . .                                                            | 193 |
| 4.6.1 Einbezug von Angehörigen in die Psychotherapie<br>älterer Jugendlicher und Erwachsener . . . . .                       | 194 |

---

|          |                                                                                   |            |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.6.2    | Arbeit mit Angehörigen von Betroffenen<br>(ohne die erkrankte Person) . . . . .   | 198        |
| 4.7      | Frauenspezifische Gruppentherapie in der Behandlung<br>von Essstörungen . . . . . | 206        |
| 4.7.1    | Leitlinien der Gruppenarbeit . . . . .                                            | 208        |
| 4.7.2    | Phasen, Dynamiken und Themen im<br>Gruppenprozess . . . . .                       | 211        |
| 4.7.3    | Zur Funktion der Gruppenleiterin . . . . .                                        | 216        |
| 4.7.4    | Konkrete Hinweise zur Durchführung<br>von Gruppen. . . . .                        | 217        |
| 4.8      | Zusammenarbeit mit Ärztinnen/Ärzten und weiteren<br>Gesundheitsberufen . . . . .  | 224        |
| 4.9      | Herausforderungen in der Behandlung von Essstörungen. . . . .                     | 230        |
| <b>5</b> | <b>Prävention von Essstörungen. . . . .</b>                                       | <b>239</b> |
| <b>6</b> | <b>Zusammenfassung und Schlusswort. . . . .</b>                                   | <b>243</b> |
|          | <b>Anhang. . . . .</b>                                                            | <b>247</b> |
|          | <b>Literatur. . . . .</b>                                                         | <b>253</b> |