

# Inhalt

## Vorwort zur III. Auflage

IX

## Teil I Störungsbild

|   |    |
|---|----|
| <b>1 Einleitung: Wege aus dem goldenen Käfig</b>              | 2  |
| <b>2 Erscheinungsbild</b>                                     | 5  |
| 2.1 Körperliche Veränderungen                                 | 5  |
| 2.2 Psychische Veränderungen                                  | 6  |
| <b>3 Diagnostik und Klassifikation</b>                        | 10 |
| 3.1 Diagnose von Essstörungen                                 | 10 |
| 3.2 Differentialdiagnose                                      | 17 |
| 3.3 Standardisierte diagnostische Instrumente                 | 19 |
| <b>4 Epidemiologie</b>  | 22 |
| <b>5 Erklärungsansätze</b>                                    | 24 |
| 5.1 Das Zwei-Faktoren-Modell zur Entstehung von Essstörungen  | 24 |
| 5.2 Die Entstehung der Essstörung: das Zauberlehrlingssyndrom | 25 |
| 5.3 Soziokulturelle Faktoren                                  | 26 |
| 5.4 Individuelle Belastungsfaktoren                           | 27 |
| 5.5 Die Bedeutung der Familie                                 | 28 |
| 5.6 Biologische Faktoren                                      | 29 |
| 5.7 Die Set-Point-Theorie: Hungern und Essstörungen           | 31 |
| 5.8 Risikofaktoren  | 32 |
| <b>6 Stand der Therapieforschung</b>                          | 37 |
| 6.1 Stand der Therapieforschung bei Anorexia nervosa          | 37 |
| 6.2 Stand der Therapieforschung bei Bulimia nervosa           | 39 |
| 6.3 Stand der Therapieforschung bei Binge-Eating-Störungen    | 41 |
| <b>7 Prognose</b>   | 43 |

Inhalt | v

# Teil II Therapie

|   |     |
|---|-----|
| <b>8 Wegweiser zu Teil II</b>   | 46  |
| <b>9 Bausteine der Psychotherapie</b>                                 | 47  |
| 9.1 Das verhaltenstherapeutische Modell                               | 47  |
| 9.2 Beginn der Behandlung   | 49  |
| 9.2.1 Klärung der Motivation  | 49  |
| 9.2.2 Indikation  | 52  |
| 9.2.3 Anamnese  | 54  |
| 9.3 Spezifische Bausteine der Verhaltenstherapie                      | 55  |
| 9.3.1 Informationsvermittlung   | 55  |
| 9.3.2 Veränderung von Essverhalten und Gewicht                        | 59  |
| 9.3.3 Veränderung psychosozialer Konflikte                            | 75  |
| 9.3.4 Veränderung dysfunktionaler Kognitionen                         | 81  |
| 9.3.5 Veränderung der Körperschemastörung                             | 88  |
| 9.3.6 Stabilisierung und Rückfallprophylaxe                           | 91  |
| <b>10 Therapie in verschiedenen Settings</b>                          | 93  |
| 10.1 Ambulante Therapie   | 95  |
| 10.2 Tagesklinische Behandlung  | 99  |
| 10.2.1 Vor- und Nachteile tagesklinischer Behandlung von Essstörungen | 99  |
| 10.2.2 Tagesklinische Behandlungskonzepte                             | 100 |
| 10.2.3 Behandlungskonzept der TU Dresden                              | 101 |
| 10.3 Stationäre Behandlung  | 104 |
| <b>II Manual für eine Einzel- oder Gruppenpsychotherapie</b>          | 109 |
| II.1 Phase I: Sitzung 1   | 111 |
| II.2 Phase I: Sitzung 2   | 113 |
| II.3 Phase I: Sitzung 3   | 114 |
| II.4 Phase I: Sitzung 4–6   | 115 |
| 11.4.1 Phase 1: Sitzung 4   | 116 |
| 11.4.2 Phase 1: Sitzung 5   | 116 |
| 11.4.3 Phase 1: Sitzung 6   | 117 |
| II.5 Phase I: Sitzung 7 und 8   | 118 |
| II.6 Phase 2: Sitzung 9–12  | 122 |
| II.7 Phase 2: Sitzung 13 und 14                                       | 124 |
| II.8 Phase 2: Sitzung 15 und 16                                       | 125 |
| II.9 Phase 3: Sitzung 17–20   | 126 |

|           |  |     |
|-----------|--|-----|
| <b>12</b> | <b>Kritische Therapiesituationen</b>   | 128 |
| 12.1      | Motivationsprobleme  | 128 |
| 12.2      | Probleme mit der Familie   | 132 |
| 12.3      | Probleme im Zusammenhang<br>mit dem stationären Behandlungskonzept                 | 134 |
| 12.4      | Allgemeine Probleme im Zusammenhang<br>mit Essen und Gewicht                       | 136 |
| <b>13</b> | <b>Möglichkeiten der Zwangsbefehlungsbehandlung</b>                                | 140 |
| <b>14</b> | <b>Fallbeispiele</b>   | 146 |
| 14.1      | <b>Kasuistik 1: Anorexia nervosa –<br/>Wenn Hungern Autonomie bedeutet</b>         | 146 |
| 14.1.1    | Kasuistik 1: 1. Stunde   | 146 |
| 14.1.2    | Kasuistik 1: 2. bis 4. Stunde  | 147 |
| 14.1.3    | Kasuistik 1: 5. Stunde   | 152 |
| 14.1.4    | Kasuistik 1: 6. Stunde   | 153 |
| 14.1.5    | Kasuistik 1: 7. bis 11. Stunde   | 153 |
| 14.1.6    | Kasuistik 1: 12. bis 22. Stunde  | 154 |
| 14.1.7    | Kasuistik 1: 23. bis 40. Stunde  | 155 |
| 14.1.8    | Kasuistik 1: 41. bis 60. Stunde  | 156 |
| 14.1.9    | Kasuistik 1: 61. bis 80. Stunde  | 156 |
| 14.1.10   | Kasuistik 1: 81. bis 95. Stunde  | 158 |
| 14.1.11   | Kasuistik 1: Therapieende  | 158 |
| 14.2      | <b>Kasuistik 2: Bulimia nervosa –<br/>Heißhungeranfälle mindern die Anspannung</b> | 159 |
| 14.2.1    | Kasuistik 2: 1. Stunde   | 159 |
| 14.2.2    | Kasuistik 2: 2. bis 4. Stunde  | 160 |
| 14.2.3    | Kasuistik 2: 5. Stunde   | 162 |
| 14.2.4    | Kasuistik 2: 6. bis 10. Stunde   | 164 |
| 14.2.5    | Kasuistik 2: 11. bis 20. Stunde  | 165 |
| 14.2.6    | Kasuistik 2: 21. bis 30. Stunde  | 166 |
| 14.2.7    | Kasuistik 2: 31. bis 35. Stunde  | 167 |
| 14.2.8    | Kasuistik 2: 36. Stunde  | 167 |

## Teil III Anhang

### Materialien und Fragebogen (Arbeitsblätter)

|                |  |     |
|----------------|--|-----|
| Arbeitsblatt 1 | Medizinische Komplikationen und Folgeschäden<br>bei Anorexia und Bulimia nervosa | 170 |
|----------------|--|-----|

|                     |   |     |
|---------------------|---|-----|
| Arbeitsblatt 2      | Die Set-Point-Theorie über die Regulation des Körpergewichtes | 175 |
| Arbeitsblatt 3      | Fragen zur Vorgeschichte                                      | 180 |
| Arbeitsblatt 4      | Therapieziele   | 183 |
| Arbeitsblatt 5      | Tabelle zur Bestimmung des Body-Mass-Index (BMI)              | 184 |
| Arbeitsblatt 6      | Anamnestische Gewichtskurve                                   | 186 |
| Arbeitsblatt 7      | Selbstbeobachtung des Essverhaltens                           | 187 |
| Arbeitsblatt 8      | Selbstbeobachtungsprotokoll                                   | 189 |
| Arbeitsblatt 9      | Häufigkeit von Heißhungeranfällen oder Erbrechen              | 191 |
| Arbeitsblatt 10     | Auslösebedingungen für Heißhungeranfälle                      | 192 |
| Arbeitsblatt 11     | Liste positiver Aktivitäten                                   | 193 |
| Arbeitsblatt 12     | Umgang mit Heißhungeranfällen und Erbrechen                   | 194 |
| Arbeitsblatt 13     | Schwarze Liste von Nahrungsmitteln                            | 195 |
| Arbeitsblatt 14     | Protokoll zur Erfassung automatischer Gedanken                | 196 |
| Arbeitsblatt 15     | Analyse von „kritischen“ oder Rückfall-Situationen            | 197 |
| Arbeitsblatt 16     | Informationen zur stationären Behandlung                      | 198 |
| Arbeitsblatt 17     | Zwischenbilanz  | 203 |
| Arbeitsblatt 18     | Rückfall-Verhinderungsplan                                    | 204 |
| Arbeitsblatt 19     | Kontaktadressen   | 206 |
| <b>Literatur</b>    |   | 208 |
| <b>Sachregister</b> |   | 221 |