

Inhalt

Vorwort zur III. Auflage

IX

Teil I Störungsbild

1	Einleitung: Wege aus dem goldenen Käfig	2
2	Erscheinungsbild	5
2.1	Körperliche Veränderungen	5
2.2	Psychische Veränderungen	6
3	Diagnostik und Klassifikation	10
3.1	Diagnose von Essstörungen	10
3.2	Differentialdiagnose	17
3.3	Standardisierte diagnostische Instrumente	19
4	Epidemiologie	22
5	Erklärungsansätze	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
6	Stand der Therapieforschung	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
7	Prognose	43

Teil II Therapie

8	Wegweiser zu Teil II	46
9	Bausteine der Psychotherapie	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
10	Therapie in verschiedenen Settings	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
11	Manual für eine Einzel- oder Gruppenpsychotherapie	109
11.1	Phase 1: Sitzung 1	111
11.2	Phase 1: Sitzung 2	113
11.3	Phase 1: Sitzung 3	114
11.4	Phase 1: 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
11.5	Phase 1: Sitzung 7 und 8	118
11.6	Phase 2: Sitzung 9–12	122
11.7	Phase 2: Sitzung 13 und 14	124
11.8	Phase 2: Sitzung 15 und 16	125
11.9	Phase 3: Sitzung 17–20	126

12	Kritische Therapiesituationen	128
12.1	Motivationsprobleme	128
12.2	Probleme mit der Familie	132
12.3	Probleme im Zusammenhang mit dem stationären Behandlungskonzept	134
12.4	Allgemeine Probleme im Zusammenhang mit Essen und Gewicht	136
13	Möglichkeiten der Zwangsbehandlung	140
14	Fallbeispiele	146
14.1	Kasuistik 1: Anorexia nervosa – Wenn Hungern Autonomie bedeutet	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	Kasuistik 2: Bulimia nervosa – Heißhungeranfälle mindern die Anspannung	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 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
Literatur		208
Sachregister		221