

Inhalt

Vorwort	7
1 Anorexia nervosa – Was ist das?	9
1.1 Vom Wunsch, schlank zu sein, zur Anorexia nervosa	9
1.2 Wie erkennt man eine Anorexia nervosa?	18
1.3 Die Kriterien der Anorexia nervosa	20
1.4 Der Verlauf der Anorexia nervosa	27
1.5 Körperliche Folgen der Anorexia nervosa	29
1.6 Psychische Begleiterscheinungen der Anorexia nervosa	33
1.7 Wie verbreitet ist die Anorexia nervosa?	36
1.8 Wie reagieren Angehörige?	37
2 Wie entsteht eine Anorexia nervosa und warum geht sie nicht von allein weg?	40
2.1 Risikofaktoren für die Entstehung einer Anorexia nervosa	43
2.2 Faktoren, die die Anorexia nervosa belohnend machen	52
2.3 Erforschung von Ursachen, Auslösern und Aufrechterhaltung der Anorexia nervosa: Warum?	57
3 Wie kann man eine Anorexia nervosa überwinden? – Behandlungsmöglichkeiten	60
3.1 Behandlungssetting und -methoden	61
3.2 Behandlungselemente	64
3.2.1 Sich auf den Weg machen und der Anorexie die Stirn bieten	65
3.2.2 Normales Essverhalten wieder erlernen	74
3.2.3 Beendigung aller unangemessenen Maßnahmen, die eine Gewichtszunahme verhindern	86
3.2.4 Ein gesundes Körpergewicht akzeptieren	87
4 Wie Angehörige unterstützen können	94
5 Wo bekommt man Hilfe?	104
5.1 Psychotherapie	104
5.2 Websites	104

Anhang	106
Zitierte Literatur.....	106
Literaturempfehlungen	108
Arbeitsblätter	109
Abbildungsnachweis.....	114