

Inhalt

Vorwort zur vierten Auflage	11
Teil I Störungsbild	13
1 Einleitung: Wege aus dem goldenen Käfig	14
2 Symptomatik	17
2.1 Körperliche Veränderungen	17
2.2 Psychische Veränderungen	18
3 Diagnostik und Klassifikation	22
3.1 Diagnostik von Essstörungen	22
3.1.1 Diagnosekriterien der Anorexia nervosa	23
3.1.2 Diagnosekriterien der Bulimia nervosa	25
3.1.3 Binge-Eating-Störung	28
3.1.4 Atypische Essstörungen	29
3.2 Differenzialdiagnose	30
3.3 Standardisierte diagnostische Instrumente	31
3.3.1 Spezifische Instrumente zur Beschreibung und Diagnostik von Essstörungen	31
3.3.2 Instrumente zur Erfassung der Körperbildstörung	32
3.3.3 Instrumente zur Erfassung anderer psychopathologischer Veränderungen	33
4 Epidemiologie	35
5 Ätiologie	37
5.1 Soziokulturelle Faktoren	37
5.2 Individuelle Faktoren	39
5.3 Das Zwei-Faktoren-Modell zur Entstehung von Essstörungen	40
5.4 Familiäre Faktoren	41
5.5 Biologische Faktoren	42
5.6 Die Set-Point-Theorie: Hungern und Essstörungen	43
5.7 Die Entstehung von Essstörungen: Das Zauberlehrlingsyndrom	45
5.8 Allgemeines Störungsmodell	46
5.9 Risikofaktoren	47

6	Stand der Therapieforschung bei Anorexia nervosa und Bulimia nervosa	52
6.1	Stand der Therapieforschung bei Anorexia nervosa	52
6.2	Stand der Therapieforschung bei Bulimia nervosa	54
7	Prognose	57
Teil II Therapie		59
8	Bausteine der Psychotherapie	60
8.1	Das verhaltenstherapeutische Modell	60
8.2	Beginn der Behandlung	62
8.2.1	Klärung der Motivation	62
8.2.2	Indikation	65
8.3	Spezifische Bausteine der Verhaltenstherapie	66
8.3.1	Informationsvermittlung	66
8.3.2	Veränderung von Essverhalten und Gewicht	70
8.3.3	Veränderung psychosozialer Konflikte	88
8.3.4	Veränderung dysfunktionaler Kognitionen	93
8.3.5	Förderung der Körperzufriedenheit	98
8.3.6	Stabilisierung und Rückfallprophylaxe	102
9	Therapie in verschiedenen Settings	104
9.1	Ambulante Therapie	106
9.2	Tagesklinische Behandlung	110
9.2.1	Vor- und Nachteile tagesklinischer Behandlung von Essstörungen	110
9.2.2	Tagesklinische Behandlungskonzepte	111
9.2.3	Behandlungskonzept der TU Dresden	112
9.3	Stationäre Behandlung	115
10	Manual für eine Einzel- oder Gruppenpsychotherapie	120
10.1	Phase 1: Sitzung 1	122
10.2	Phase 1: Sitzung 2	125
10.3	Phase 1: Sitzung 3	126
10.4	Phase 1: Sitzungen 4–6	127
10.4.1	Phase 1: Sitzung 4	127
10.4.2	Phase 1: Sitzung 5	128
10.4.3	Phase 1: Sitzung 6	129
10.5	Phase 1: Sitzungen 7 und 8	130
10.6	Phase 2: Sitzungen 9–12	135
10.7	Phase 2: Sitzungen 13 und 14	136

10.8	Phase 2: Sitzungen 15 und 16	138
10.9	Phase 3: Sitzungen 17–20	138
11	Kritische Therapiesituationen	140
11.1	Motivationsprobleme	140
11.2	Probleme mit der Familie	144
11.3	Probleme im Zusammenhang mit der stationären Behandlung	145
11.4	Allgemeine Probleme mit Essen und Gewicht	148
12	Zwangsbehandlung	151
13	Fallbeispiele	156
13.1	Fallbeispiel Frau A.: Anorexia nervosa – Wenn Hungern Autonomie bedeutet	156
13.1.1	Frau A.: 1. Stunde	156
13.1.2	Frau A.: 2. bis 4. Stunde	157
13.1.3	Frau A.: 5. Stunde	162
13.1.4	Frau A.: 6. Stunde	162
13.1.5	Frau A.: 7. bis 11. Stunde	163
13.1.6	Frau A.: 12. bis 22. Stunde	163
13.1.7	Frau A.: 23. bis 40. Stunde	165
13.1.8	Frau A.: 41. bis 60. Stunde	165
13.1.9	Frau A.: 61. bis 70. Stunde	166
13.1.10	Frau A.: 71. bis 84. Stunde	167
13.1.11	Frau A.: Therapieende	168
13.2	Fallbeispiel Frau B.: Bulimia nervosa – Essanfälle mindern die Anspannung	168
13.2.1	Frau B.: 1. Stunde	168
13.2.2	Frau B.: 2. bis 4. Stunde	169
13.2.3	Frau B.: 5. Stunde	172
13.2.4	Frau B.: 6. bis 10. Stunde	173
13.2.5	Frau B.: 11. bis 20. Stunde	174
13.2.6	Frau B.: 21. bis 30. Stunde	175
13.2.7	Frau B.: 31. bis 35. Stunde	176
13.2.8	Frau B.: 36. Stunde (Follow-Up)	176
Teil III	Anhang	177
	Übersicht über die Arbeits- und Informationsblätter	178
	Arbeitsblatt 1 Fragen zur Vorgeschichte	180
	Arbeitsblatt 2 Therapieziele	182
	Arbeitsblatt 3 Anamnestiche Gewichtskurve	183

Arbeitsblatt 4	Fragen zu Essanfällen und Erbrechen	184
Arbeitsblatt 5	Selbstbeobachtungsprotokoll zum Essverhalten	186
Arbeitsblatt 6	Häufigkeit von Essanfällen und kompensatorischen Verhaltensweisen	188
Arbeitsblatt 7	Auslösebedingungen für Essanfälle und kompensatorische Verhaltensweisen	189
Arbeitsblatt 8	Schwarze Liste	190
Arbeitsblatt 9	Liste positiver Aktivitäten	191
Arbeitsblatt 10	Strategien zur Vermeidung von Essanfällen	192
Arbeitsblatt 11	Protokoll zur Erfassung automatischer Gedanken	193
Arbeitsblatt 12	Analyse kritischer Situationen	194
Arbeitsblatt 13	Zwischenbilanz	195
Informationsblatt 1	Medizinische Komplikationen und Folgeschäden bei Essstörungen	196
	Informationen für Patientinnen und Angehörige	197
Informationsblatt 2	Die Set-Point-Theorie	200
	Informationen für Patientinnen mit Essstörungen	200
Informationsblatt 3	Regeln für den Umgang mit Essen	205
	Informationen für Patientinnen mit Essstörungen	205
Informationsblatt 4	Informationen für Patientinnen, bei denen eine Gewichtszunahme angezeigt ist	206
Informationsblatt 5	Verhinderung von Rückfällen	211
	Informationen für Patientinnen mit Essstörungen	211
Literaturverzeichnis		213
Sachwortverzeichnis		225