

# Inhalt

**Vorwort des Herausgebers** (*Hans-Christian Kossak*) ..... IX

**Geleitwort** (*Richard van Dyck*) ..... XI

**Zur Einführung** ..... 1

## **Kapitel 1**

### **Diagnose und Behandlung von Eßstörungen**

**Allgemeine Prinzipien und Richtlinien** ..... 3

1.1 Einleitung ..... 3

1.2 Anorexia nervosa ..... 3

1.3 Bulimia nervosa ..... 5

1.4 Beschreibung und Diagnose ..... 8

1.5 Prinzipien und Richtlinien der Behandlung ..... 19

1.6 Der Therapievertrag ..... 24

## **Kapitel 2**

### **Hypnose bei Eßstörungen**

**Eine Übersicht über die Fachliteratur** ..... 33

2.1 Zur Geschichte ..... 33

2.1.1 Vor 1975: Von Janet zur Narkoanalyse ..... 33

2.1.2 Von 1975 bis 1984: „Die anorektische Phase“ ..... 34

2.1.3 Von 1984 bis heute: „Die bulimische Phase“ ..... 36

2.2 Forschungsergebnisse ..... 37

2.2.1 Hypnose und Suggestibilität ..... 37

2.2.2 Dissoziation ..... 38

2.2.3 Ergebnisforschung ..... 39

2.2.4 Der Stand der Dinge: einige kritische Anmerkungen ..... 40

## **Kapitel 3**

**Integration hypnotherapeutischer Techniken in die Behandlung** . 41

3.1 Verschiedene Phasen des Behandlungsprozesses ..... 41

3.1.1 Phase 1: Stabilisierung und Symptomreduktion ..... 41

3.1.2 Phase 2: Arbeit an zentralen Themen ..... 42

3.1.3	Phase 3: Verhinderung von Rückfällen und Sicherstellung langfristiger Erfolge .....	42
3.2	Hypnotherapeutische Techniken bei der Behandlung von Eßstörungen .....	43
3.2.1	Phase 1: Stabilisierung und Symptomreduktion .....	44
	Training in Selbsthypnose als Entspannungstechnik	44
	Erlernen von Selbstkontrolle über das Eßverhalten	46
	Erhöhung der Motivation zur Veränderung .....	52
3.2.2	Phase 2: Arbeit an zentralen Themen .....	53
	Exploration von Ambivalenzen gegenüber einer Veränderung .....	53
	Berichtigung unrealistischer Wahrnehmungen .....	57
3.2.3	Phase 3: Verhinderung von Rückfällen und Sicherstellung langfristiger Erfolge .....	60

## **Kapitel 4**

### **Hypnose bei traumatischen und dissoziativen Erfahrungen**

	<b>im Zusammenhang mit Eßstörungen .....</b>	<b>63</b>
4.1	Traumata und Eßstörungen .....	63
4.2	Traumata und dissoziative Erfahrungen bei Eßstörungen: eigene Resultate .....	64
4.2.1	Datenerhebung .....	65
4.2.2	Versuchspersonen .....	66
4.2.3	Resultate .....	67
	Dissoziative Erfahrungen bei Patienten mit Eßstörungen im Vergleich zu Gesunden .....	67
	Traumata und ihr Zusammenhang mit dissoziativen Phänomenen .....	68
	Häufigkeit und Schwere dissoziativer Erfahrungen bei Eßstörungen .....	69
	Schlußfolgerungen .....	70
4.3	Pierre Janet und seine Art der Behandlung trauma-induzierter dissoziativer Erfahrungen bei Patienten mit Eßstörungen ....	71
4.3.1	Exploration, Identifizierung und Assimilation traumatischer Erfahrungen .....	74
	Exploration der Ambivalenz im Hinblick auf Veränderungen	74
	Exploration des dissoziierten Zustandes .....	76
	Erforschung und Assimilation traumatischer Erinnerungen ..	81

---

<b>Kapitel 5</b>	
<b>Zusammenfassung und Diskussion</b> .....	93
<b>Anhang 1</b>	
<b>Fragebogen zur Erfassung von Eßstörungen (EDES)</b> .....	97
<b>Anhang 2</b>	
<b>Dissoziations-Fragebogen (DIS-Q)</b> .....	105
<b>Literatur</b> .....	115
<b>Personenregister</b> .....	121
<b>Sachregister</b> .....	123
<b>Über die Autoren</b> .....	126