

<b>Vorwort zur 1. Auflage</b> .....	<b>9</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>11</b>

## **I Theoretischer Hintergrund**

<b>Kapitel 1: Anorexia und Bulimia nervosa</b> .....	<b>15</b>
1.1 Symptomatik und Klassifikation .....	15
1.2 Differenzialdiagnostik, Komorbidität und Folgen .....	22
<b>Kapitel 2: Störungen des Körperbildes</b> .....	<b>25</b>
2.1 Begriffsbestimmung „Körperbild“ .....	25
2.2 Störungen des Körperbildes in der Allgemeinbevölkerung .....	26
2.3 Störungen des Körperbildes bei Anorexia und Bulimia nervosa .....	26
2.3.1 Perzeptive Komponente .....	27
2.3.2 Kognitive Komponente .....	28
2.3.3 Affektive Komponente .....	29
2.3.4 Behaviorale Komponente .....	30
2.4 Multifaktorielles Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung eines gestörten Körperbildes .....	32
2.4.1 Entstehungsbedingungen .....	32
2.4.1.1 Allgemeine soziokulturelle Faktoren .....	33
2.4.1.2 Spezifische soziokulturelle Faktoren .....	34
2.4.1.3 Körperliche Faktoren .....	34
2.4.1.4 Individuelle Lerngeschichte .....	35
2.4.1.5 Persönlichkeitsmerkmale .....	36
2.4.2 Aufrechterhaltende Bedingungen .....	36
<b>Kapitel 3: Diagnostische Verfahren zur Erfassung von Störungen des Essverhaltens und des Körperbildes</b> ..	<b>39</b>
3.1 Diagnostik von Essstörungen .....	39
3.2 Diagnostik von Körperbildstörungen .....	40
3.2.1 Perzeptive Komponente .....	40
3.2.2 Kognitive und affektive Komponente .....	42
3.2.3 Behaviorale Komponente .....	45
<b>Kapitel 4: Wirksamkeit von Körperbildtherapie bei Anorexia und Bulimia nervosa</b> .....	<b>52</b>
4.1 Stand der Forschung .....	52
4.2 Evaluation des vorliegenden Manuals .....	53

## II Therapeutischer Leitfaden

<b>Kapitel 5: Allgemeine Hinweise zum therapeutischen Vorgehen</b> .....	<b>59</b>
5.1     Therapeutisches Setting .....	59
5.2     Einsatz des Manuals an von Essstörungen betroffenen Männern .....	60
5.3     Einsatz des Manuals bei von Essstörungen betroffenen Kindern und Jugendlichen .....	60
5.4     Voraussetzungen auf Seiten der Therapeuten .....	60
5.5     Indikationen und Kontraindikationen zur Teilnahme an der Körperbildtherapie .....	61
5.6     Integration in ein umfassendes Konzept zur Essstörungenbehandlung .....	61
5.7     Zeitliche Struktur .....	64
5.8     Arbeitsmaterialien .....	64
 <b>Kapitel 6: Einführung der Patientinnen in die Körperbildtherapie</b> .....	 <b>66</b>
 <b>Kapitel 7: Erarbeitung eines Störungsmodells zum negativen Körperbild</b> .....	 <b>69</b>
7.1     Einführung .....	69
7.2     Therapeutisches Vorgehen .....	70
7.2.1   Entstehungsbedingungen I: Soziokulturelle Faktoren .....	70
7.2.2   Entstehungsbedingungen II: Individuelle Faktoren .....	72
7.2.3   Vier Komponenten des Körperbildes .....	73
7.2.4   Aufrechterhaltende Bedingungen .....	75
 <b>Kapitel 8: Kognitive Techniken</b> .....	 <b>84</b>
8.1     Einführung .....	84
8.2     Therapeutisches Vorgehen .....	85
8.2.1   Vermittlung des Kognitiven Modells .....	85
8.2.2   Identifikation dysfunktionaler Kognitionen .....	87
8.2.2.1 Identifikation der Automatischen Gedanken .....	88
8.2.2.2 Identifikation der Grundannahmen .....	88
8.2.3   Modifikation dysfunktionaler Kognitionen .....	90
8.2.3.1 Sokratischer Dialog .....	90
8.2.3.2 Rollenspiele .....	94
8.2.3.3 Protokollierungstechnik .....	94
8.2.3.4 Selbstinstruktionstraining .....	96
 <b>Kapitel 9: Körperkonfrontation</b> .....	 <b>106</b>
9.1     Einführung .....	106
9.2     Therapeutisches Vorgehen .....	108
9.2.1   Vorbereitung .....	108
9.2.2   Fokussierung auf negativ bewertete bzw. vermiedene Körperteile .....	110
9.2.3   Fokussierung auf positive Aspekte des Körpers .....	118
 <b>Kapitel 10: Abbau des körperbezogenen Vermeidungs- und Kontrollverhaltens</b> .....	 <b>127</b>
10.1    Einführung .....	127
10.2    Therapeutisches Vorgehen .....	128
10.2.1  Herausarbeitung des körperbezogenen Vermeidungs- und Kontrollverhaltens .....	128
10.2.2  Identifikation und Modifikation der dem körperbezogenen Vermeidungs- und Kontrollverhalten zugrunde liegenden Kognitionen .....	130
10.2.3  Herausarbeitung der Konsequenzen des körperbezogenen Vermeidungs- und Kontrollverhaltens ..	131
10.2.4  Planung der Konfrontationsübungen .....	133
10.2.5  Nachbesprechung der Konfrontationsübungen .....	136

<b>Kapitel 11: Aufbau positiver körperbezogener Tätigkeiten</b> .....	<b>144</b>
11.1 Einführung .....	144
11.2 Therapeutisches Vorgehen .....	145
11.2.1 Identifikation potenziell positiver körperbezogener Tätigkeiten .....	145
11.2.2 Planung und Durchführung positiver körperbezogener Tätigkeiten .....	146
11.2.3 Nachbesprechung der durchgeführten positiven körperbezogenen Tätigkeiten .....	147
<b>Kapitel 12: Rückfallprophylaxe</b> .....	<b>155</b>
12.1 Einführung .....	155
12.2 Therapeutisches Vorgehen .....	155
12.2.1 Identifikation potenzieller zukünftiger Rückfallsituationen .....	156
12.2.2 Identifikation von „Warnsignalen“ für zukünftige Rückfälle .....	157
12.2.3 Erarbeitung von Bewältigungsstrategien für zukünftige Risikosituationen .....	158
<b>Literatur</b> .....	<b>163</b>
<b>Anhang</b>	
Übersicht über die Materialien auf der CD-ROM .....	176
Silhouetten-Matrix zur Erfassung von Schlankheit und Muskulosität bei Frauen	
Silhouetten-Matrix zur Erfassung von Schlankheit und Muskulosität bei Männern	
Arbeitsblatt 16: Instruktionen für die Körperkonfrontation	