

Silja Vocks
Anika Bauer
Tanja Legenbauer

Körperbildtherapie bei Anorexia und Bulimia nervosa

Ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches
Behandlungsprogramm

3., vollständig überarbeitete Auflage

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur 1. Auflage	9
Einleitung	11
 I Theoretischer Hintergrund	
 Kapitel 1: Anorexia und Bulimia nervosa	15
1.1 Symptomatik und Klassifikation	15
1.2 Differenzialdiagnostik, Komorbidität und Folgen	22
 Kapitel 2: Störungen des Körperbildes	25
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
 Kapitel 3: Diagnostische Verfahren zur Erfassung von Störungen des Essverhaltens und des Körperbildes ..	39
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
 Kapitel 4: Wirksamkeit von Körperbildtherapie bei Anorexia und Bulimia nervosa	52
4.1 Stand der Forschung	52
4.2 Evaluation des vorliegenden Manuals	53

II Therapeutischer Leitfaden

Kapitel 5: Allgemeine Hinweise zum therapeutischen Vorgehen	59
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
Kapitel 6: Einführung der Patientinnen in die Körperbildtherapie	66
Kapitel 7: Erarbeitung eines Störungsmodells zum negativen Körperbild	69
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
Kapitel 8: Kognitive Techniken	84
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
Kapitel 9: Körperkonfrontation	106
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
Kapitel 10: Abbau des körperbezogenen Vermeidungs- und Kontrollverhaltens	127
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

Kapitel 11: Aufbau positiver körperbezogener Tätigkeiten	144
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
Kapitel 12: Rückfallprophylaxe	155
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
Literatur	163
Anhang	
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	

CD-ROM

Die CD-ROM enthält PDF-Dateien aller Materialien, die zur Durchführung des Therapieprogrammes verwendet werden können.

Die PDF-Dateien können mit dem Programm Acrobat® Reader (vgl. www.adobe.com/de/reader) gelesen und ausgedruckt werden.