

<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	