

<b>Vorwort</b> .....	<b>7</b>
----------------------	----------

## **I. Theoretischer Hintergrund**

<b>Kapitel 1: Adipositas und pathologisches Essverhalten</b> .....	<b>11</b>
1.1 Symptomatik und Klassifikation .....	11
1.2 Differenzialdiagnostik, Komorbidität und Folgen .....	14
1.3 Ätiologische Annahmen .....	15
1.4 Stand der Therapieforschung .....	17
1.4.1 Behandlung der Adipositas .....	17
1.4.2 Behandlung der Binge-Eating-Störung .....	18
<b>Kapitel 2: Impulsivität, Emotionsregulation und Essverhalten</b> .....	<b>20</b>
2.1 Impulsivität und Inhibitionsfertigkeiten .....	20
2.2 Einfluss von Impulsivität auf Essverhalten und Körpergewicht .....	24
2.3 Zusammenhänge zwischen Impulsivität, Emotionsregulation und Essverhalten .....	25
2.4 Stand der Therapieforschung .....	26
<b>Kapitel 3: Evaluation des vorliegenden Therapiemanuals</b> .....	<b>28</b>
3.1 Konzeption des Therapieansatzes ImpulsE .....	28
3.2 Studiendesign zur Wirksamkeitsüberprüfung .....	29
3.3 Ergebnisse der Evaluationsstudie .....	32

## **II. Therapeutischer Leitfaden**

<b>Kapitel 4: Therapievorbereitung</b> .....	<b>37</b>
4.1 Ablauf des Erstgesprächs .....	37
4.2 Diagnostische Empfehlungen .....	41
4.2.1 Diagnostik von Impulsivität .....	41
4.2.1.1 Fragebögen zur Erfassung genereller Impulsivität .....	42
4.2.1.2 Fragebögen zur Erfassung nahrungsbezogener Impulsivität .....	44
4.2.1.3 Behaviorale Maße zur Erfassung von Impulsivität .....	46
4.2.2 Diagnostik von Emotionswahrnehmung/-regulation .....	48
4.2.3 Diagnostik von Essstörungen und pathologischem Essverhalten .....	52

4.2.4	Diagnostik von weiteren komorbiden psychischen Störungen .....	54
4.3	Integration in ein umfassendes Konzept der Adipositas- und Essstörungsbehandlung .....	54
<b>Kapitel 5: ImpulsE im Überblick .....</b>		<b>57</b>
5.1	Einbettung der ImpulsE-Module in das Störungsmodell .....	57
5.2	Allgemeine Hinweise zum therapeutischen Vorgehen .....	58
5.2.1	Therapeutisches Setting .....	58
5.2.2	Zeitliche Struktur .....	58
5.2.3	Indikationen und Kontraindikationen zur Teilnahme an ImpulsE .....	59
5.3	ImpulsE im Gruppensetting .....	60
5.3.1	Exemplarischer Ablaufplan von ImpulsE .....	60
5.3.2	Allgemeine Übung zur Stärkung der Gruppenkohäsion .....	62
5.3.3	Herausfordernde Therapiesituationen im Gruppensetting .....	63
5.4	Arbeitsmaterialien .....	64
<b>Kapitel 6: Die ImpulsE-Module .....</b>		<b>67</b>
6.1	Modul I – Aufbau eines Verständnisses für die Entstehung und Aufrechterhaltung des eigenen pathologischen Essverhaltens .....	69
6.2	Modul II – Etablierung einer Bereitschaft zum bedürfnis- und zielorientierten Handeln .....	84
6.3	Modul III – Ausbau von funktionalen Emotionsregulationsfertigkeiten .....	93
6.4	Modul IV – Verbesserte Hemmung von Störfaktoren .....	107
6.5	Modul V – Ausbau eines angemessenen Belohnungsaufschubs .....	114
6.6	Modul VI – Verbesserung der Handlungskontrolle .....	123
6.7	Modul VII – Rückfallprävention aus einer wertorientierten Perspektive .....	130
<b>Kapitel 7: Zusatzmodule .....</b>		<b>136</b>
7.1	Zusatzmodul I – Etablierung eines gesunden Ess- und Ernährungsverhaltens .....	137
7.2	Zusatzmodul II – Aufbau eines regelmäßigen Bewegungsverhaltens .....	145
7.3	Zusatzmodul III – Ausbau von Stressbewältigungsfertigkeiten .....	152
7.4	Zusatzmodul IV – Weitere Stabilisierung des Gewichtsverlustes .....	160
<b>Literatur .....</b>		<b>165</b>
<b>Anhang</b>		
Überblick über die Materialien auf der CD-ROM .....		180