

Diagnostik von Essverhalten

Adrian Meule

Kompendien
Psychologische
Diagnostik

 **hogrefe**

Diagnostik von Essverhalten

**Kompendien Psychologische Diagnostik
Band 18**

Diagnostik von Essverhalten

Dr. Adrian Meule

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Franz Petermann, Prof. Dr. Heinz Holling

Adrian Meule

Diagnostik von Essverhalten



Dr. Adrian Meule, geb. 1983. 2004–2009 Studium der Psychologie an der Universität Würzburg. 2009–2014 Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Würzburg und Stipendiat im DFG-Graduiertenkolleg „Verarbeitung emotional relevanter Reize: Von den molekularen Grundlagen zur Empfindung“. 2014 Promotion. 2014–2015 Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der LWL-Universitätsklinik Hamm der Ruhr-Universität Bochum. 2015–2019 Wissenschaftlicher Mitarbeiter im ERC-Projekt „Transdiagnostic views on eating disorders and obesity and new approaches for treatment“ an der Universität Salzburg. Seit 2019 Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der LMU München und der Schön Klinik Roseneck in Prien am Chiemsee. Forschungsschwerpunkte: Essverhalten, Essstörungen, Adipositas.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat gemeinsam mit den Autoren bzw. den Herausgebern große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskripterstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Merkelstraße 3
37085 Göttingen
Deutschland
Tel. +49 551 999 50 0
Fax +49 551 999 50 111
info@hogrefe.de
www.hogrefe.de

Satz: Matthias Lenke, Weimar
Format: PDF

1. Auflage 2020

© 2020 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen

(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-8409-2991-5; E-Book-ISBN [EPUB] 978-3-8444-2991-6)

ISBN 978-3-8017-2991-2

<http://doi.org/10.1026/02991-000>

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Vorwort der Herausgeber

Die Methoden der Psychologischen Diagnostik dienen der Erhebung und Aufbereitung von Informationen, um begründete Entscheidungen zu treffen. Heute bietet die Psychologische Diagnostik ein großes Spektrum an Erhebungsverfahren, das von systematischen Ansätzen zur Befragung und Beobachtung bis zum Einsatz psychometrischer Tests und physiologischer Methoden reicht. Immer schwieriger wird die gezielte Auswahl geeigneter Verfahren und die Kombination verschiedener Ansätze im Rahmen einer ökonomischen Diagnosestrategie.

Unsere Buchreihe möchte aktuelles Wissen über diagnostische Verfahren und Prozeduren zur Weiterentwicklung der Psychologischen Diagnostik zusammenstellen. Wir als Herausgeber der Buchreihe erwarten, dass zukünftig die Kompetenzen der Psychologischen Diagnostik verstärkt nachgefragt werden. Es handelt sich hierbei um Basiskompetenzen psychologischen Handelns, denen in den letzten beiden Jahrzehnten im deutschen Sprachraum vermehrt Aufmerksamkeit geschenkt wurde. Zukünftig sollten Problemanalysen und Problemlösungen noch stärker auf dieses gut fundierte Fachwissen der Psychologie zurückgreifen.

Die einzelnen Bände dieser Reihe konzentrieren sich jeweils auf spezifische psychologische Themengebiete wie zum Beispiel Rechenstörungen oder aggressives Verhalten. Durch diese Spezifikation können diagnostische Fragen im Rahmen der einzelnen Themen intensiver als in der Standardliteratur abgehandelt werden. Zudem kann eine engere Verbindung zwischen theoretischen Grundlagen und den diagnostischen Fragestellungen erfolgen.

Diese Reihe möchte dem Praktiker eine Orientierung und Vorgehensweisen vermitteln, um in der Praxis eine optimale Diagnosestrategie zu entwickeln. Kurzgefasste Übersichten über die aktuellen Trends, praxisnahe Verfahrensbeschreibungen und Fallbeispiele erleichtern auf verschiedenen Ebenen den Zugang zum Thema. Ziel der Reihe ist es somit, die diagnostische Kompetenz im Alltag zu erhöhen. Dies bedeutet vor allem

- diagnostische Entscheidungen zu verbessern,
- Interventionsplanungen besser zu begründen und
- in allen Phasen der Informationsgewinnung die Praxiskontrolle zu optimieren.

Unser Anspruch besteht darin, bestehende Routinen der Psychologischen Diagnostik kritisch zu durchleuchten, Bewährtes zu festigen und neue Wege der Diagnostik, zum Beispiel im Rahmen computerunterstützter Vorgehensweisen und neuerer testtheoretischer Ansätze, zu etablieren.

Mit unserer Buchreihe möchten wir schrittweise und systematisch verschiedene Anwendungsbereiche der Psychologischen Diagnostik bearbeiten. Pro Jahr sollen zwei Bände publiziert werden, wobei jeder Band etwa 120 bis 180 Druckseiten haben soll.

Folgende Bände sind in Vorbereitung:

Familienrechtliche Diagnostik
Diagnostik von Traumafolgestörungen
Stressdiagnostik
Teamdiagnostik

Wir wünschen uns hierzu einen intensiven Austausch mit unserer Leserschaft.

Bremen und Münster, im Juli 2019

*Franz Petermann
und Heinz Holling*

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
1 Einführung	12
1.1 Geschichtliche Entwicklung essverhaltensbezogener Konzepte und Störungen	13
1.2 Zum Aufbau dieses Buches	15
2 Essstörungen und Adipositas	16
2.1 Anorexia Nervosa	16
2.2 Bulimia Nervosa	18
2.3 Binge-Eating-Störung	20
2.4 Weitere Essstörungen	22
2.5 Adipositas	24
3 Erfassung von Essverhalten in Labor und Alltag	27
3.1 Erfassung von Essverhalten im Labor	27
3.2 Erfassung von Essverhalten im Alltag	29
4 Selbstbeurteilungsverfahren	32
4.1 Gezügeltes und emotionales Essverhalten	32
4.1.1 Restraint Scale (RS)	33
4.1.2 Three-Factor Eating Questionnaire (TFEQ)	34
4.1.3 Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ)	36
4.1.4 Flexible and Rigid Control Scales (FC12, RC16)	37
4.1.5 Inventar zum Essverhalten und Gewichtsproblemen (IEG)	39
4.1.6 Perceived Self-Regulatory Success in Dieting Scale (PSRS)	39
4.1.7 Salzburg Stress Eating Scale (SSES)	41
4.1.8 Salzburg Emotional Eating Scale (SEES)	42
4.2 Craving und suchtartiges Essverhalten	45
4.2.1 Attitudes to Chocolate Questionnaire (ACQ)	47
4.2.2 Food Cravings Questionnaires (FCQ-T und FCQ-S)	49
4.2.3 Food Craving Inventory (FCI)	53
4.2.4 Power of Food Scale (PFS)	54
4.2.5 Yale Food Addiction Scale (YFAS)	55

8 Inhaltsverzeichnis

4.3	Orthorektisches Essverhalten	59
4.3.1	Bratman Orthorexia Test (BOT)	59
4.3.2	ORTO-15	60
4.3.3	Düsseldorfer Orthorexie Skala (DOS)	60
4.4	Intuitives Essverhalten	61
4.4.1	Intuitive Eating Scale (IES)	62
4.4.2	Positive Eating Scale (PES)	64
4.5	Essstörungen	65
4.5.1	Eating Disorder Examination-Questionnaire (EDE-Q)	65
4.5.2	Eating Attitudes Test (EAT)	67
4.5.3	Eating Disorder Inventory (EDI)	68
4.5.4	Eating Disorder Diagnostic Scale (EDDS)	70
4.5.5	Munich Eating and Feeding Disorder Questionnaire (Munich ED-Quest)	73
4.5.6	Strukturiertes Inventar für Anorektische und Bulimische Essstörungen: Fragebogen zur Selbstauskunft (SIAB-S)	74
4.5.7	SCOFF	74
4.5.8	Short Evaluation of Eating Disorders (SEED)	75
4.5.9	Anorexia-Nervosa-Inventar zur Selbstbeurteilung (ANIS)	77
4.5.10	Night Eating Questionnaire (NEQ)	77
4.6	Spezielle Verfahren für das Kindes- und Jugendalter	82
4.6.1	Children's Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ)	82
4.6.2	Child Feeding Questionnaire (CFQ)	83
4.6.3	Eating Disorders in Youth-Questionnaire (EDY-Q)	84
4.6.4	Anorectic Behavior Observation Scale (ABOS)	85
5	Interviewverfahren	88
5.1	Strukturiertes Klinisches Interview für DSM-5-Störungen (SCID-5)	88
5.2	Diagnostisches Interview bei psychischen Störungen (DIPS)	89
5.3	Eating Disorder Examination (EDE)	89
5.4	Strukturiertes Inventar für Anorektische und Bulimische Essstörungen: Interview für Experten (SIAB-EX)	90
6	Weitere essverhaltensrelevante Konzepte	93
6.1	Grazing	93
6.2	Essensmotive	95
6.3	Neophobie und Ekel	96
6.4	Körperbild	97
6.5	Gewichtsbezogene Stigmatisierung und Diskriminierung	99

7	Fallbeispiele	101
7.1	Patientin A (Anorexia Nervosa)	101
7.1.1	Diagnostik bei Aufnahme	101
7.1.2	Therapieverlauf und Katamnese	103
7.2	Patientin B (Bulimia Nervosa)	103
7.2.1	Diagnostik bei Aufnahme	104
7.2.2	Therapieverlauf und Katamnese	104
7.3	Patientin C (Nicht näher bezeichnete Essstörung, Adipositas)	104
7.3.1	Diagnostik bei Aufnahme	105
7.3.2	Therapieverlauf und Katamnese	106
	Literatur	108
	Anhang	133

Vorwort

Wie kommt es, dass Essen für manche Menschen etwas ganz Normales ist, über das sie nicht viel nachdenken müssen, während andere Menschen täglich damit hadern und es für sie zum wichtigsten Thema im Leben wird? Diese Alltagsrelevanz (jeder Mensch muss schließlich essen) und die gleichzeitig großen individuellen Unterschiede, die Menschen hierbei an den Tag legen, machen Essverhalten zu einem spannenden Thema. Seit nunmehr etwa 10 Jahren befasse ich mich hiermit wissenschaftlich. Die meisten Menschen denken hierbei dann sofort an Magersucht (die wohl bekannteste Essstörung) oder Adipositas. Essverhalten ist aber sehr viel facettenreicher als die simple Unterscheidung „dünn sein und zu wenig essen“ und „dick sein und zu viel essen“. Ziel dieses Buches ist daher, ein möglichst breites Spektrum an Messmethoden abzudecken, um dieser Vielschichtigkeit der verschiedenen Aspekte des Essverhaltens gerecht zu werden.

Herzlich bedanken möchte ich mich bei den Herausgebern – Prof. Dr. Franz Petermann und Prof. Dr. Heinz Holling – für die Möglichkeit, diesen Band im Rahmen der Reihe Kompendien Psychologische Diagnostik zu verfassen und bei Frau Dipl.-Psych. Tanja Ulbricht für die freundliche Unterstützung bei der Umsetzung dieses Buches. Mein Dank gilt weiterhin allen Kolleginnen und Kollegen, die Informationen und Materialien für dieses Buch bereitgestellt und deren Abdruck genehmigt haben. Schließlich möchte ich mich bei Frau Dr. Anna Richard bedanken, die erheblich zur Erstellung der Fallbeispiele beigetragen hat.

Prien am Chiemsee, im Herbst 2019

Adrian Meule

1 Einführung

Menschen essen täglich, sofern dies nicht durch Nahrungsknappheit eingeschränkt ist. Entsprechend handelt es sich bei dem auf den ersten Blick sehr simplen Vorgang der Nahrungsaufnahme um ein sehr komplexes Verhalten. Jeden Tag müssen zahlreiche Entscheidungen getroffen werden: wann gegessen wird, was gegessen wird und wie lange bzw. wie viel gegessen wird. Nach Wansink und Sobal (2007) treffen Menschen täglich (und meist unbewusst) sogar über 200 solcher Entscheidungen.

Trotz dieser Komplexität funktioniert die Steuerung des Essverhaltens zu meist ohne Probleme. Manche Menschen nehmen allerdings zu wenig Energie mit der Nahrung bzw. bestimmte Nährstoffe nicht in ausreichender Menge auf, was zu Untergewicht bzw. Mangelernährung führen kann. Dieser Mangel kann einerseits beabsichtigt herbeigeführt sein (wie beispielsweise bei Magersucht), kann aber auch ungewollt eintreten (z. B. bedingt durch körperliche Krankheit). Dahingegen nehmen weitaus mehr Menschen zu viel Energie mit der Nahrung auf, was langfristig mit Übergewicht einhergeht. Wie beim Zu-wenig-Essen kann auch das Überessen unterschiedliche Gründe haben. Während das Essverhalten mancher Menschen beispielsweise durch zeitlich umgrenzte Essanfälle gekennzeichnet ist, läuft eine kontinuierlich erhöhte Energiezufuhr bei vielen Menschen weniger exzessiv und eher unbewusst ab („passives Überessen“).

Von zu wenig
bis zu viel
essen

Das Ziel dieses Buches ist die Darstellung von Erfassungsmöglichkeiten zur Beschreibung des Essverhaltens. Gemeint ist hiermit nicht eine exakte Messung der konsumierten Makro- und Mikronährstoffe, wie sie zum Beispiel im Rahmen einer Ernährungsberatung durchgeführt würde. Stattdessen stehen psychologische Aspekte im Vordergrund. Diese umfassen beispielsweise bestimmte Essensstile und -motive wie eine selbstaufgelegte Zügelung des Essens, einen subjektiv empfundenen Kontrollverlust über die Nahrungsmenge, die Rolle von Emotionen als Auslöser von Nahrungsaufnahme oder die Intention, sich besonders gesund ernähren zu wollen. Diese Aspekte können – müssen aber nicht – bei Essstörungen und Adipositas besonders stark oder vermindert ausgeprägt sein. Entsprechend ist ein wesentliches Anliegen dieses Buches zwar einerseits die Beschreibung klarer kategorialer Erfassungsansätze (z. B. bei der Diagnostik von Essstörungen). Darüber hinaus wird andererseits Essverhalten und dessen Charakterisierung durch diagnostische Verfahren vor allem als Kontinuum betrachtet, welches – auch ohne, dass ein

Kontinuum
von gesundem
zu gestörtem
Essverhalten