

Ich fühle was ich will!

-Selbstmanagement für Menschen mit Essstörungen

Randomisierte kontrollierte Studie zur Überprüfung der Effekte des ressourcenaktivierenden Selbstmanagementtrainings ZRM für Menschen mit Essstörungen

Abstract

Im Theorieteil dieser Arbeit wird eine neue Theorie zur Entstehung von Essstörungen entwickelt, welche unter einer transdiagnostischen Perspektive als Kernpsychopathologie von Essstörungen die mangelnde bzw. fehlende Affektregulationskompetenz betrachtet. In dieser Studie wird die Trainingswirksamkeit des ressourcenaktivierenden Selbstmanagementtrainings ZRM-ED (Eating Disorders) bezüglich der Verbesserung der Affektregulationskompetenz untersucht. Diese wird an den Konstrukten der Handlungskontrolle und Alexithymie gemessen. Zusätzlich wird der Einfluss der Affektregulationskompetenz auf die Essstörung untersucht. Für die Untersuchung der Ergebnisse wurden 17 Fragebögen (10 Kontrollgruppe und 7 Treatmentgruppe) ausgewertet. Trotz der sehr kleinen Stichprobengrösse, die durch die Tatsache gerechtfertigt wird, dass es sich bei der vorliegenden Studie um eine randomisierte kontrollierte Pilotstudie handelt, können die Ergebnisse zur Trainingswirksamkeit auf die Affektregulation und indirekt auch auf die Essstörung als sehr gut eingeschätzt werden. Die Wirksamkeit des „ZRM Eating Disorders“ kann insgesamt bestätigt werden. Der Gewinn dieser Arbeit liegt in Berechtigung der Durchführung einer grösseren randomisierten kontrollierten Wirksamkeitsstudie.

Julia Weber
julia.weber@ismz.ch

Empirische Lizentiatsarbeit
Eingereicht bei: Prof. Dr. Helmut Fend
Fachbereich Pädagogische Psychologie I
Pädagogisches Institut
Universität Zürich