



DAVOS

Psychotherapeutische Praxis Dr. Wilkening

KOGNITIVE VERHALTENSTHERAPIE

Name:

Datum:

Das Arbeitsblatt möchte Sie anleiten, sich Gedanken zu machen, welche Bedeutung bzw. Funktion die Essstörung bei Ihnen haben könnte.

Welche Bedeutung haben die folgenden Aussagen für Sie?

Die Essstörung als ...

Leistungsbeweis

Alibi für Unglücklich sein

Ausdruck von Opposition

Ausdruck von Leiden

Suche nach Zuwendung und Liebe

ein Weg, die innere Leere auszufüllen

Schutz vor dem Erwachsenwerden

Flucht vor der realen Welt

Schutz vor Sexualität

Unabhängigkeitsbeweis

Möglichkeit, sich von der Familie abzugrenzen

	stimmt gar nicht	stimmt etwas	stimmt stark	trifft voll zu
0	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



DAVOS

Psychotherapeutische Praxis Dr. Wilkening

KOGNITIVE VERHALTENSTHERAPIE

Die Essstörung als ...

Schönheitsideal

	stimmt gar nicht	stimmt etwas	stimmt stark	trifft voll zu
0	■	■	■	■

Kontrollmassnahme

■	■	■	■
---	---	---	---

Ausdruck des Besonderen, Einmaligen

■	■	■	■
---	---	---	---

Lebenssinn und Inhalt

■	■	■	■
---	---	---	---

Ausdruck von Macht und Stärke

■	■	■	■
---	---	---	---

Möglichkeit, sich wahrzunehmen

■	■	■	■
---	---	---	---

Alibi für fehlende Leistung

■	■	■	■
---	---	---	---

etwas Vertrautes

■	■	■	■
---	---	---	---

Ersatz für Freunde und Liebe

■	■	■	■
---	---	---	---

Schutz vor Weiblichkeit

■	■	■	■
---	---	---	---

Möglichkeit, sich zu zerstören

■	■	■	■
---	---	---	---