

SPIS TREŚCI

SŁOWO OD AUTOREK	9
ROZDZIAŁ I. ZAGROŻENIA	13
1. Wiedza jako podstawa działania	13
2. Uwarunkowania zaburzeń łaknienia	15
2.1. Determinanty społeczno-kulturowe	17
2.2. Determinanty psychologiczne (jednostkowe)	19
2.3. Trudne wydarzenia życiowe	20
2.4. Determinanty rodzinne	21
2.5. Determinanty biologiczne	21
3. Rozpoznawanie zaburzeń odżywiania	22
3.1. Specyficzne zaburzenia odżywiania	22
<i>Anorexia nervosa</i> – jadłowstręt psychiczny	22
<i>Bulimia nervosa</i> – żarłoczność psychiczna	25
3.2. Niespecyficzne zaburzenia odżywiania	28
Kompulsywne objadanie się	29
3.3. Zaburzenia karmienia i jedzenia w okresie dzieciństwa	29
<i>Pica</i>	29
Ruminacja	30
3.4. Zaburzenia jedzenia nieuwzględnione w klasyfikacji DSM-IV	31
Zespół jedzenia nocnego	31
Wilczy apetyt na słodczyce/węglowodany	31
<i>Orthorexia nervosa</i>	31
Anarchia jedzeniowa	32
Hyperfagia	33
Otyłość	33
<i>Bigorexia</i>	35
Ustne wydalanie	36
4. Diagnoza różnicowa	36
5. Rokowania, statystyki, powikłania	38
6. Zaburzenia łaknienia w cyklu życia	40
ROZDZIAŁ II. DOJRZEWANIE	43
1. Wprowadzenie	43
2. Dojrzewanie	44
3. Tożsamość	46
4. Struktura rodziny i styl wychowania	48
4.1. Typy relacji w rodzinie i ich rozwojowe konsekwencje	50
4.2. Obraz siebie i samoocena	54
4.3. Jaką jesteśmy rodziną?	56

SPIS TREŚCI

ROZDZIAŁ III. ROZPOZNANIE	59
1. Wprowadzenie	59
2. Komunikacja jako podstawa relacji	60
2.1. Zasady efektywnej komunikacji	61
2.2. Bariery komunikacyjne	63
2.3. Komunikacja w rodzinie	65
3. Rozmowa o zaburzeniach odżywiania	67
3.1. Przygotowanie	67
3.2. Organizacja rozmowy	70
Okoliczności rozmowy	70
Czas i miejsce	71
Uczestnicy	71
Przebieg rozmowy	71
Zakończenie rozmowy	74
Ocena rozmowy	74
4. Podsumowanie	75
ROZDZIAŁ IV. POMAGANIE	77
1. Wprowadzenie	77
2. Koncepcje i formy pracy terapeutycznej	79
2.1. Wybrane podejścia w pracy terapeutycznej	79
Podejście psychoanalityczne	79
Podejście behawioralno-poznawcze	79
Podejście humanistyczne	80
Podejście systemowe-rodzinne	80
Podejście feministyczno-psychodynamiczne	80
2.2. Formy pomocy terapeutycznej	80
Terapia indywidualna	81
Terapia rodzinna	81
Terapia grupowa	81
Terapia przez sztukę	82
Terapia skoncentrowana na ciele	83
Terapia środkami farmakologicznymi	83
Psychoterapia podtrzymująca	83
2.3. Internet jako medium wymiany informacji	83
3. Terapia jako proces zmiany	86
3.1. Podjęcie terapii	88
3.2. Cele terapii	91
3.3. Rola terapeuty	91
Terapeuta jako przewodnik	92
Terapeuta jako interpretator	92
Terapeuta jako nauczyciel	92
Terapeuta jako doradca rodziców	92
3.4. Rola rodziców i najbliższych	92
4. Pierwsze spotkanie – pierwsza konsultacja	94
5. Co zrobić, gdy chory nie chce się leczyć	96
6. Podsumowanie	97

ROZDZIAŁ V. ZAPOBIEGANIE	99
1. Wprowadzenie	99
2. Zdrowie jednostki a środowisko	102
3. Czym jest profilaktyka	103
4. Konteksty działań prewencyjnych	106
4.1. Rodzina jako system a szkoła w obliczu problemu dziecka	108
4.2. Rodzice i nauczyciele w trosce o wspieranie dziecka	111
Walka	111
Uległość	111
Unikanie	111
Kompromis	112
Kooperacja	112
5. Readaptacja – podstawowe problemy i sposoby wsparcia	112
6. Podsumowanie	114
ZAKOŃCZENIE NA DOBRY POCZĄTEK	117
MATERIAŁY	119
Publikacje, do których warto zajrzeć	119
Zalecenia zawarte w Złotej Karcie Prawidłowego Żywienia	121
Arkusz diagnostyczny dla dziecka	122
Konsekwencje restrykcyjnej diety dla funkcjonowania ciała i wyglądu	123
Zachowania korzystne oraz niekorzystne wychowawczo	124
Konstruktywne i destrukcyjne zachowania komunikacyjne	124
Różnice pomiędzy <i>anorexia nervosa</i> a <i>anorexia athletica</i>	125
Europejska Karta Dziecka w Szpitalu	126
LITERATURA	127