

# Inhalt

1. Einleitung .....	6
2. Psychologische Aspekte von CGM .....	6
2.1 Selbstmanagement/Empowerment .....	7
2.2 Partizipative Entscheidungsfindung .....	10
2.3 Selbstwirksamkeit .....	11
2.4 Ambiguitäts-Toleranz .....	11
2.5 Erwartungsmanagement .....	12
2.6 Motivation .....	13
2.7 Lebensqualität .....	14
2.8 Diabetesbezogene Belastungen .....	15
2.9 Soziale Unterstützung .....	16
2.10 Soziale Teilhabe .....	17
3. Barrieren gegenüber CGM im klinischen Alltag .....	18
3.1 Unrealistische Erwartungen .....	18
3.2 Sichtbarkeit .....	19
3.3 Beeinträchtigt Körpergefühl .....	20
3.4 Hautreaktionen .....	20
3.5 Vertrauen in die Messwerte des Sensors .....	21
3.6 Alarm-Fatigue .....	22
3.7 Überforderung .....	23
3.8 Mangelnde Kenntnisse und Fähigkeiten .....	23
3.9 Übermäßige Beschäftigung mit Diabetes .....	24
3.10 Zwanghafter Umgang .....	25
3.11 Transparenz gegenüber anderen .....	26
3.12 Überwachung .....	27
3.13 Mangelndes Nutzen der Glukosedaten .....	28
4. Motivierende Gespräche .....	29
4.1 Wertschätzung, Empathie .....	29
4.2 Offene Fragen stellen .....	30
4.3 Aktives Zuhören .....	31
4.4 Stärken und Erfolge würdigen .....	32
4.5 Bereitschaft zur Veränderung klären .....	33
4.6 Zuversicht stärken („Confidence Talk“) .....	34
4.7 Selbstverpflichtung unterstützen („Commitment Talk“) .....	35
4.8 Smarte Ziele .....	35
4.9 Gespräch abschließend zusammenfassen .....	36

---

5. Fallbeispiele.....	37
Kasuistik 1 – Irene: „Unrealistische Erwartungen“ .....	38
Kasuistik 2 – Jonas: „Sichtbarkeit von Technologie und Diabetes“ .....	42
Kasuistik 3 – Simone: „Beeinträchtigtetes Körpergefühl“ .....	46
Kasuistik 4 – Lukas: „Alarm-Fatigue“ .....	50
Kasuistik 5 – Lisa: „Überforderung durch Daten und Trends“ .....	54
Kasuistik 6 – Andrea: „Ständige Beschäftigung mit Diabetes“ .....	58
Kasuistik 7 – Laura: „Gestörtes Körpergefühl“ .....	62
Kasuistik 8 – Samuel: „Transparenz gegenüber anderen“ .....	66
Kasuistik 9 – Stefanie: „Überwachung durch Eltern“ .....	70
Kasuistik 10 – Winfried: „Kaum Reaktionen auf CGM-Daten“ .....	74
Kasuistik 11 – Benedikt: „Leugnung von CGM-Daten und Problemen“ .....	78
Kasuistik 12 – Tim: „Kaum Interesse an Daten“ .....	81
Kasuistik 13 – Maria: „Depression und CGM“ .....	85
Kasuistik 14 – Knut: „Zwangsstörung und CGM“ .....	89
Kasuistik 15 – Johanna: „Essstörung und CGM“ .....	93
Kasuistik 16 – Peter: „Lebensstilmodifikation und CGM“ .....	97
Kasuistik 17 – Patrizia: „Hypoglykämieangst bei cystischer Fibrose und Diabetes (CFRD)“ .....	100
6. Literatur .....	103