Fallbeispiel Magersucht

Rita, 14 Jahre alt, stammt aus einer äußerlich intakten und heilen Familie. Es ist eine Familie, in der Werte wie Pflichtbewusstsein, Leistung und Ordnung gelten. Konflikte werden selten direkt ausgetragen, sondern um des Familienfriedens willen lieber totgeschwiegen.
Die Rollen sind in Ritas Familie eindeutig verteilt. Der Vater sorgt als Ernährer für die finanzielle Sicherheit der Familie. Ritas Mutter hat auf ihre eigene Berufskarriere verzichtet und managt das Familienleben.
Sie weiß oft besser, was den einzelnen Familienmitgliedern gut tut, als diese selbst. Rita merkt die Unzufriedenheit der Mutter. Einerseits bewundert sie ihre Mutter, andererseits hat sie Angst vor so viel Arbeit und Pflichten.
Eines Tages während des Sportunterrichts macht Ritas Lehrer ihr gegenüber die Bemerkung „Hast Du zugelegt?“. Rita läuft in die Umkleidekabine und schämt sich fürchterlich. Sie geht vor den Spiegel und schaut sich an. Sie beschließt, sofort etwas gegen ihre Rundungen zu unternehmen. Sie plant, eine Diät zu machen.
Rita will unbedingt und sofort abnehmen, damit ihr Lehrer nie wieder einen Kommentar über ihre Figur/ihr Aussehen macht. Von diesem Tag an fängt sie an weniger zu essen – immer weniger. Als Rita ihr ursprünglich gesetztes Wunschgewicht erreicht hat, hört sie jedoch mit dem Hungern nicht auf. Sie nimmt ab und bekommt viele Komplimente von ihren Freundinnen und ihrer Familie, wie gut sie aussähe. Das macht sie stolz und spornt sie an, noch dünner zu werden. Rita kann nicht aufhören zu hungern. Sie hungert immer weiter.
Auch vor dem Ausbruch ihrer Störung war sie schon sportlich aktiv, jetzt aber treibt sie stundenlang Sport, um Kalorien zu verbrennen. Rita ist sehr ehrgeizig und wird für ihre schulischen Leistungen von ihren Eltern gelobt. Nach einiger Zeit hat Rita sehr viel Gewicht verloren und sieht trotzdem nicht, wie dünn sie geworden ist. Seit mehr als drei Monaten hat Rita ihre Menstruation nicht mehr. Sie ist den ganzen Tag nur noch mit Gedanken an Essen und Nichtessen beschäftigt. Die Waage entscheidet, ob sie zufrieden oder unzufrieden ist; andere Gefühle nimmt Rita nicht mehr wahr.
Die Fähigkeit zu hungern vermittelt Rita ein Gefühl von Unabhängigkeit und Stärke. Obwohl sie jämmerlich und schutzbedürftig aussieht, lehnt sie jede Hilfe ab. Ihr Ehrgeiz, stets die Beste und perfekt zu sein, führt sie zu den besten Leistungen. Doch das kostet sie in zunehmendem Maße große Anstrengung. Woher soll sie auch die Energie schöpfen?

Aufgabenstellung zu Magersucht

Magersucht – Beschreiben Sie den Weg, wie Rita magersüchtig wird.
Woran erkennt man Ritas Krankheit?
Welche Folgen hat die Krankheit für Rita (körperlich und seelisch)?

Fallbeispiel Bulimie

Ich war gerade 14 Jahre alt, als alles anfing. Meine Eltern hatten sich im Jahr zuvor scheiden lassen. Mein Vater wohnte allerdings noch bei uns, da sich meine Eltern nicht einig werden konnten, wer wem wie viel Geld für das Haus schuldet, in dem wir alle wohnten. Es war auch das Jahr, nachdem die Mauer gefallen war. Da ich in Ostdeutschland lebte, brachte das natürlich große Veränderungen mit sich. In der Schule herrschte Chaos, weil es so schnell keine neuen Lehrpläne gab und die Lehrer, die noch da waren nach der Wende, sollten neuen Lehrstoff unterrichten, wussten aber nicht so richtig wie. Es fühlte sich an, als ob mir der Boden unter den Füssen weggerissen würde – nirgendwo Stabilität: zu Hause Streit und Chaos, in der Schule Chaos, im Land Chaos, in mir drin Chaos, was ja für ein mitten in der Pubertät steckendes Mädchen nicht untypisch ist.

So fing das schleichend an. Zum Beispiel ärgerte ich mich darüber, dass ich zugenommen hatte und meine jungenhafte Figur verlor. Ich wollte keinen Busen und keine runden Hüften. Eigentlich wollte ich die Zeit zurückdrehen, als alles friedlich war, und wieder klein sein. So ging das los mit ein paar Diäten. Ich fing an die Kalorientabellen, die meine Mutter hatte, zu studieren, rechnete also nur noch, wie viel ich zu mir nahm und bekam Angst, wenn es mehr war als am Vortag.

Als ich gut sieben Kilogramm abgenommen hatte, fing meine Mutter an, mich zum Essen zu zwingen. Wir stritten uns viel, aber es brachte nichts, ich musste essen. Also erbrach ich heimlich. So kam die Bulimie. Ich fing wieder an zu essen, denn es gab schließlich eine Lösung – das Klo. Und bald kamen Fressanfälle, heimlich natürlich, soweit es ging, denn meine Mutter war wie ein Detektiv hinter mir her.

Bald gab ich auf und lebte die Essstörung aus. Kaufte ein, kam kaum mit dem Geld aus, kochte Unmengen an Essen, aß, erbrach, aß den Rest, erbrach.

Manchmal versuchte ich, kontrolliert zu essen und nicht zu erbrechen, aber es gelang nur selten. Ich nahm ab und fühlte mich körperlich sehr schlecht. Mein Gesicht war geschwollen, ich hatte aufgerissene Mundwinkel, mein Hals und mein Bauch taten permanent weh. Ich war so erschöpft und ekelte mich vor mir selbst.

Als ich nicht mal mehr ohne Pause ein paar Treppenabsätze steigen konnte und Schwächeanfälle mit Zittern, Schweißausbrüchen und Ohnmachtsanfällen bekam, täglich unter starken Kopfschmerzen litt, die mich wahnsinnig machten, ging ich zum Arzt... erstmal wegen der Kopfschmerzen. Nach drei oder vier Arztbesuchen legte ich dann die Karten auf den Tisch. Das war schwer, denn es fühlte sich an, als ob ich mich offiziell als Verlierer im Krieg gegen meinen Körper erklärte.

Aber es war auch der Beginn der Heilung. Manchmal denke ich, dass es erst so weit kommen musste, bis ich mich entschied, so nicht weiterleben zu wollen. Dadurch hatte ich ganz viel Willen, wieder gesund zu werden.

Wenn man eine Essstörung hat, braucht man viel Willenskraft, die Therapie durchzuziehen. Ich habe 2 1/2 Jahre lang eine ambulante Therapie gemacht. Es kostete viel Energie, war harte Arbeit, viel Geduld auf beiden Seiten und viel Vertrauen zum Therapeuten.

Aufgabenstellung zu Bulimie

Bulimie – Beschreiben Sie den Weg, wie die Betroffene bulimisch wird.
Woran erkennt man die Krankheit?
Welche Folgen hat die Krankheit (körperlich und seelisch)?

Fallbeispiel Binge Eating Störung

Fritz ist 15 Jahre und esssüchtig. Als er 6 Jahre alt war, haben sich seine Eltern getrennt. Seitdem lebt er mit seiner Mutter alleine. Er fühlt sich für sie verantwortlich, tröstet sie und berät sie in vielen Fragen. Die Mutter zeigt ihm, dass sie ihn braucht. Sie überschüttet ihn mit Fürsorge und möchte ihn mit übermäßigem Essen verwöhnen. Als Trost oder zur Belohnung gab es schon immer Süßigkeiten.

Früher hat er sich mit seinen Freunden auf dem Fußballplatz getroffen oder ist mit ihnen ins Schwimmbad gegangen. Irgendwann einmal hat ihn ein Klassenkamerad wegen seiner Speckröllchen über der Badehose gehänselt. Seitdem will er nicht mehr schwimmen gehen und bleibt auch sonst oft allein zu Hause. Er wird immer dicker und unbeweglicher. Er versucht seinen Körper mit weiten T-Shirts zu verdecken. Dennoch merkt er, dass die Mitschüler und Mitschülerinnen über ihn reden und über ihn lachen. Besonders im Sport fühlt er sich ausgegrenzt. Keiner möchte ihn mehr in der Mannschaft haben. Der Lehrer kritisiert seine Lustlosigkeit und mangelnden Einsatz. Er ist wütend und traurig darüber und geht seinen früheren Freunden immer mehr aus dem Weg.

Wenn er allein zuhause ist, lockt der Kühlschrank. Wie er es gewohnt ist, tröstet er sich mit Essen. Er isst hastig und unkontrolliert, häufig im Stehen, so aus der Hand. Pappsatt lässt er sich auf das Sofa fallen, schaltet den Fernseher an und greift wie selbstverständlich nach der Gummibärchentüte. Er möchte sich ablenken, doch langsam kommen unangenehme Gefühle hoch. Er ärgert sich über die anderen, ist traurig und fühlt sich einsam. Vor allem schämt er sich für sein Aussehen, für sein Verhalten und ist wütend auf sich selbst, dass er sich nicht beherrschen kann.

Manchmal isst er heimlich, vor allem große Mengen Süßigkeiten. Er isst auch, wenn er keinen Hunger hat und auch, wenn er schon längst satt ist. Hunger und Sättigung kann er kaum noch wahrnehmen.

Mit seiner Mutter kann er über seine Probleme nicht sprechen. Sie meint, das wäre eben manchmal so in dem Alter und „die Rundlichkeit“ würde sich wieder auswachsen.

Mit 14 hatte er sich in ein Mädchen aus seiner Klasse verliebt. Er merkte, dass sie ihn auch nett fand. Als aber die Hänseleien und Bemerkungen der anderen über Fritz und der Spott, was sie denn mit dem wolle, lauter wurden, zog sie sich zurück.

Daraufhin hat Fritz zum ersten Mal versucht eine Diät zu machen. Seine Gedanken drehen sich von da an nur noch ums Essen und Abnehmen. Er stellt sich vor, dass er alle Probleme los wäre, wenn er nur wieder dünn wäre. Heimlich fängt er an wieder etwas Sport zu machen, aber alleine macht es ihm nicht so richtig Spaß. Er hasst seinen Körper, macht sein Übergewicht für alles verantwortlich.

In seinen Tagträumen malt er sich aus, wie er in schicken Klamotten und sportlicher Figur von den Mädchen bewundert wird. Umso härter trifft es ihn, als sein Gewicht nach einer gewissen Zeit trotz seiner Bemühungen stagniert. In seinem Frust fängt er wieder an zu essen. Wenn er nicht abnimmt, könne er auch wieder essen, denkt er. So beginnt der Teufelskreis von Diäten, Hungern, Essen und Nichtessen. Bald bringt er das doppelte Gewicht auf die Waage.

Aufgabenstellung zur Binge Eating Störung

Binge Eating Störung – beschreiben Sie den Weg, wie Fritz esssüchtig wird.
Welche Folgen hat die Adipositas für Fritz (körperlich und seelisch)?
Woran erkennt man Fritzs Krankheit?