Vortrag vom 8.3.2003 über

Warum so viele Ess-Störungen in der heutigen Überflussgesellschaft?

U. Davatz, www.ganglion.ch

I. Einleitung

Krankheitsbilder, die mit Verhaltensweisen einhergehen sind dem Zeitgeist, man könnte auch sagen der „Mode" unterworfen wie die Kleidung, die Musik, die Redewendungen, die Kunst, die Architektur und andere vom Menschen bestimmte Erscheinungsbilder. Somit ist die Ess-Brechsucht eine „Modeerscheinung", d.h. sie hat in den letzten Jahren massiv zugenommen, insbesondere unter jungen heranwachsenden Frauen, d.h. im Alter von 14 – 20 Jahren. Warum gerade diese Krankheit?

II. Die Bedeutung des Essens in der menschlichen Sozialstruktur

- Essen hat bei allen sozialen Wesen neben dem lebenserhaltenden Aspekt immer auch eine soziale Komponente.
- Gemeinsames Essen, Essen teilen, kommt schon bei jagenden sozialen Tierarten wie z.B. Wölfen vor. Man nimmt die Beute „heim", um sie dort zu teilen.
- Der gemeinsame Mittagstisch oder das gemeinsame Sonntagabendessen hat nicht nur eine ernährende Funktion, sondern immer auch eine soziale integrative Funktion.
- Über das gemeinsame Essen werden politische und wirtschaftliche Geschäfte ausgehandelt, und am Familientisch werden Familienprobleme diskutiert und wichtige Informationen ausgetauscht.
- Nahrung und Essen zubereiten bedeutet überleben und somit auch Macht.
- Die Mutter des Hauses hat also Macht in der Familie über das Essen, sie kann Abhängigkeiten fördern bei allen Familienmitgliedern und ihre Macht über das Essen.
- Früher wurden die Kinder bestraft, indem man sie ohne Essen ins Bett geschickt hat. Sie wurden dadurch zweimal bestraft, erstens, indem man ihnen

https://adhs.expert

das Essen vorenthalten hat und zweitens, indem man sie von der Gemeinschaft ausgeschlossen hat. Dies zeigt die Machtkomponente des Essens an.

- Heute ist diese Pädagogik eher verpönt, nicht mehr ganz zeitgemäss.

III. Was ist schief gelaufen bei der Essensverweigerung der Kinder bei der Anorexie oder Magersucht

- Die Anorexie tritt häufiger bei Mädchen auf und meist im Pubertätsalter, d.h. zwischen 14 und 20 Jahren!
- Die Pubertät zeichnet sich aus durch den Ablösungskonflikt zwischen Kindern und Eltern, ein Machtkampf um die Selbstkontrolle.
- In diesem Ablösungskonflikt sollten die Kinder die Eltern „besiegen", indem sie sie vom Sockel stossen und eigene Leitbilder, Leitlinien und Wertvorstellungen aufbauen, ihre Autonomie erlangen.
- Lassen die Eltern diesen Konflikt aus irgendwelchen Gründen nicht zu oder unterdrücken ihn, ist die Tendenz gross, dass das Kind, d.h. der/die Jugendliche zu einem selbstzerstörerischen Machtmittel greift. Eines davon ist die Essensverweigerung.
- Mit was könnte ein pubertierendes junges Mädchen die Mutter mehr strafen als mit Essensverweigerung.
- Die Mutter wird durch dieses Verhalten total aus dem Gleichgewicht geworfen, denn sie wird absolut kalt gestellt, ist total ohnmächtig.
- Leider versteht die Mutter aber nicht worum es geht und kämpft weiter für das Essen, vermeintlich für das Überleben des Kindes, aber in der Tat gegen ihr Kind, gegen die Autonomie und Persönlichkeitsentwicklung ihres Kindes.
- Läuft dieser Machtkampf bösartig, gewinnt es den Machtkampf aber verliert dadurch die Gesundheit oder gar das Leben.
- Der Freiheitsdrang oder Autonomieinstinkt scheint in jenem Alter stärker zu sein als die Gesundheit oder der Überlebensinstinkt.
- Ein ähnlicher Mechanismus läuft ab bei jugendlichem Selbstmord.
- In der heutigen Zeit der Überflussgesellschaft verwenden also nicht mehr die Eltern die Essensvorenthaltung als Strafe gegen die Kinder, sondern die Kinder die Essensverweigerung als Strafe gegen die Eltern. Das Nicht-Essen hat also eine soziale Wirkung, das Magersein drückt die seelischen Bedürfnisse auf körperlicher Ebene aus.

https://adhs.expert

IV. Und wie steht es mit der Bulimie, der Ess-Brechsucht?

- Bei der Bulimie handelt es sich häufig um temperamentvolle junge Frauen, deren Aggressivität in der Familie keinen Platz hat und die ihre Aggrressivität dann mittels „Fressen" unterdrücken bzw. hinunterschlucken.
- Da sie sich aber dennoch an die Richtlinien der Modelle halten, müssen sie das Gefressene wieder los werden um schlank zu bleiben und so brechen sie halt, ein ebenfalls aggressiver Akt gegen das Umfeld. In der Sprache sagt man ja auch: „Es kotzt mich an" oder „es ist zum Kotzen", eine körperliche Aversionsreaktion, d.h. Abwehrreaktion.
- Bulimikerinnen kämpfen den Machtkampf nicht ganz so persönlich aus, sondern mehr mit dem System. Sie gefährden aber auch ihre Gesundheit, i.d.R. nicht gerade das Leben. Ihr Konflikt liegt etwas mehr an der Oberfläche, sie haben auch etwas mehr Autonomie.
- Die soziale Auseinandersetzung läuft aber wesentlich innerhalb der Person und läuft wenig interpersonell ab, die Person kämpft mit sich selbst.

V. Die Adipositas oder Fettsucht

- Bei der Fettsucht wird nur gegessen, d.h. zu viel gegessen.
- Hinter der Fettsucht kann ein nicht befriedigtes Bedürfnis nach verbalem Austausch stecken, d.h. reden wird durch Essen ersetzt.
- Auch Aggression kann mittels Essen hinuntergeschluckt werden, oder Essen kann an Stelle einer sozialen Belohnung gesetzt werden, d.h. Essen als Belohnungsverhalten.
- Das soziale Bedürfnis wird selbstbefriedigt über Essen statt durch Sozialkontakt.

VI. Therapeutisch hilfreicher Umgang mit den verschiedenen Essstörungen

- Als erstes sollte der Machtkampf aus dem Bereich Essen herausgenommen und auf andere nicht selbstschädigende Gebiete verlagert werden. Essen als Thema muss tabuisiert werden.
- Die Kontrolle über das Essen soll ganz der Patientin überlassen werden, um so den tödlichen Machtkampf zu stoppen. Dies ist sehr schwierig für Mütter, da sie grosse Angst haben, ihr Kind könne verhungern.

https://adhs.expert

- Mit dem Loslassen von der elterlichen Kontrolle soll aber das Kind nicht fallen gelassen werden im Gegenteil, das pubertierende Kind braucht den Rückhalt, die Rückendeckung der Eltern, aber ohne gleichzeitige Kontrolle.
- Bei Bulimie-Kindern muss sehr viel mehr Platz für aggressive Auseinandersetzungen eingeräumt werden, aber nicht über das Essen, höchstens über das Wegessen. D.h. wenn das Bulimie-Kind den andern Familienmitgliedern etwas wegisst, dürfen sich diese für ihr Essen wehren, nur die Mutter nicht. Sie darf sich nur wehren, wenn sie ihr geplantes Familienmenü nicht durchführen kann. Ordnungshalber darf sie sich nicht wehren, denn dann macht sie wieder Übergriffe in die Privatsphäre des Kindes.
- Bei adipösen Kindern oder Partnern soll vermehrt auf einen verbalen Austausch und eine angeregte Auseinandersetzung geachtet werden um dadurch das Essen zu ersetzen.
- Adipöse müssen sich mehr Gewicht schaffen im übertragenen Sinne.
- Alle therapeutischen Machtkämpfe mit Essgestörten sind aus meiner Sicht sinnlos und kontraproduktiv, werden aber in vielen Therapieprogrammen noch immer verkauft.

Schlussbemerkung:

Warum so viele Essstörungern in unserer Überflussgesellschaft? Keine Nahrung zu haben kommt in der Überflussgesellschaft nicht mehr vor und kann deshalb auch nicht mehr als Bedrohung empfunden oder als Strafe verwendet werden.

- Nahrung zu verweigern in der Überflussgesellschaft ist aber ein Druckmittel gegen die Eltern oder diejenigen, die sich um einen sorgen.
- Nahrung verwüsten wie dies bei der Bulimie stattfindet, ist eine Art Verhöhnung oder Verachtung der Überflussgesellschaft, ohne soziale Konsequenzen für die Umwelt.
- Adipositas ist eine natürliche Folge der Überflussgesellschaft, da der Mensch ein Gelegenheitsfresser zu sein scheint wie die Aasfresser, und deshalb leicht dazu neigt, sich zu überfüttern, wenn es zu viel hat.

Zurück zur Frage, warum.....

Ein Krankheitssymptom muss sich immer abheben von der Umwelt – Hungern zur Zeit einer Hungersnot fällt nicht auf sondern ist kongruent – nur so erregt es Aufmerksamkeit und fordert eine Veränderung.

https://adhs.expert