

# Wie lasse ich meine Bulimie verhungern?

**Margret Gröne**

Ein systemischer Ansatz zur  
Beschreibung und Behandlung der Bulimie

1995

# Inhalt

Vorwort . . . . .	8
Vorbemerkung. . . . .	10
I. Einleitung. . . . .	14
<b>1.1 Bulimie: Definition, Symptomatik und Epidemiologie . .</b>	<b>14</b>
<b>1.2 Literaturüberblick . . . . .</b>	<b>18</b>
II. Grundlagen. . . . .	28
<b>2.1 Grundlagen der systemischen Therapie . . . . .</b>	<b>28</b>
2.1.1 Wurzeln der systemischen Therapie. . . . .	28
2.1.2 Von der linearen zur zirkulären Therapie. . . . .	30
2.1.3 Konstruktivismus und systemische Therapie. . . . .	34
2.1.4 Die Kybernetik der Kybernetik: Von der Objektivität zur Verantwortlichkeit . . . . .	38
2.1.5 Menschliche Systeme: Dynamische, autonome, struktur- determinierte Systeme. . . . .	41
2.1.6 Der Fokus systemischer Therapie: Verhaltenssequenzen und Bedeutungsschemata . . . . .	45
2.1.7 Zusammenfassung: Aspekte und Implikationen eines systemisch-konstruktivistischen Therapiemodells für die Beschreibung und Behandlung der Bulimie. . . . .	49
<b>Exkurs: Reflexionen über Sprache in der systemischen Therapie. . . . .</b>	<b>54</b>

<b>2. 2</b>	<b>Gesellschaftliche und soziokulturelle Aspekte der Bulimie</b> . . . . .	61
2.2.1	Bulimie, weibliche Sozialisation und soziokultureller Kontext . . . . .	61
2.2.2	Der Wandel weiblicher Lebensräume und Lebensperspektiven . . . . .	65
2.2.3	Bulimie und Geschlechtsrollenentwicklung . . . . .	68
2.2.4	Der „perfekte“ Körper als ambivalenzfreier Bezugspunkt . . . . .	71
<b>III.</b>	<b>Wenn Logik und Leben nicht zusammenpassen</b> . . . . .	<b>74</b>
<b>3.1</b>	<b>Logische Irrtümer in der Handlungsorientierung bulimischer Frauen</b> . . . . .	<b>74</b>
<b>3.2</b>	<b>Die Idee, daß Vernunft immer vernünftig sei - oder: Die Geschichte von der Unvernunft der Vernunft</b> . . . . .	<b>80</b>
<b>3.3</b>	<b>„Genug ist nie genug ..“ Maximierung statt Optimierung</b> . . . . .	<b>95</b>
<b>3.4</b>	<b>Die Gleichsetzung mechanischer und lebender Systeme: Der Versuch der Trivialisierung und einseitigen Kontrolle in Beziehungen</b> . . . . .	<b>109</b>
<b>3.5</b>	<b>Zwischen Allmacht und Ohnmacht: Die Interpunktion zirkulärer Prozesse in Ursache-Wirkungs-Sequenzen</b> ..	<b>121</b>
<b>Exkurs:</b>	<b>Heimliche oder öffentliche Bulimie - zwei (vergebliche)Lösungsversuche</b> . . . . .	<b>132</b>
<b>IV.</b>	<b>Die Therapie</b> . . . . .	<b>141</b>
<b>4.1</b>	<b>Grundlagen der Therapie</b> . . . . .	<b>141</b>
4.1.1	Kontext und Setting der Therapie . . . . .	141
4.1.2	Hypothesenbildung . . . . .	143
4.1.3	Zirkuläres Fragen . . . . .	146
<b>4.2</b>	<b>Therapeutisches Vorgehen</b> . . . . .	<b>157</b>
4.2.1	Bulimie: Feindin oder Freundin? . . . . .	158
4.2.2	Positive Zielformulierung - oder: Was muß ich mir bieten, damit die Bulimie geht? . . . . .	166
4.2.3	Die Suche nach Ausnahmen - oder: Alle Fähigkeiten und Ressourcen sind schon vorhanden . . . . .	168

4.2.4	Die Bulimie ist teuer - aber was ist der Preis der Aufgabeder Bulimie? . . . . .	173
4.2.5	Scheiterstrategien: Die Befragung „bulimiefördernder Bedingungen". . . . .	180
4.2.6	Such-Prozesse statt Sucht-Prozesse. . . . .	188
4.2.7	Von Allmacht und Ohnmacht zur Eigenverantwortlichkeit . . . . .	194
4.2.8	Sicher in die Unsicherheit . . . . .	202
4.2.9	Loyale Töchter. . . . .	209
4.2.10	Symptom-Verschiebung oder Symptom-Fortschritt... . . . .	215
4.2.11	„Weniger-desselben": Auch bei Therapie? . . . . .	224
4.2.12	Rückfälle und Rückfallprophylaxe . . . . .	230
4.2.13	Aufgaben, Experimente, Geschichten und Symbole . . . . .	235
4.2.14	Therapeutische Dilemmata . . . . .	251
4.2.15	Ende der Therapie. . . . .	255
<b>V. Schlußbemerkung. . . . .</b>		<b>260</b>
<b>Anmerkungen. . . . .</b>		<b>263</b>
<b>Literatur. . . . .</b>		<b>288</b>