

Carl Leibl /Gislind Leibl

Schneewittchens Apfel

Eßstörungen und was sich
dagegen tun läßt

Mit Fotos von Herlinde Koelbl

Herder
Freiburg Basel Wien

Gliederung

I. Vorwort	9
II. Gestörtes Eßverhalten - Eßstörung - Krankheit? <i>(Carl Leibl)</i>	13
1. Das Krankheitsbild der Magersucht bzw. Anorexia nervosa	19
2. Das Krankheitsbild der Bulimia (nervosa) bzw. Eß-Brech-Sucht	25
3. Adipositas, Fettleibigkeit bzw. Fettsucht	31
4. Pica	38
5. Ruminationsstörung	39
6. Nicht näher bezeichnete Eßstörungen und atypische Eßstörungen.	40
7. Körperliche Folgen und Risiken bei Eßstörungen	41
III. Geschichten aus der praktischen therapeutischen Arbeit (Gislind Leibl)	51
1. Einleitung	51
2. Schneewittchens Apfel	53
Eine Geschichte, in der erzählt wird, wie Maria die Nahrung, die sie wirklich braucht, in ihrem Umfeld nicht bekommt, das ihr Gebotene für sie giftig ist und erst eine Erschütterung sie wieder aufweckt und lebendig macht.	
3. Papas Pyjama-Jacke	60
Eine Inzest-Geschichte aus dem Leben von Susanne, in der sie erzählt, wie sie lange Zeit nur mit Fressen und Kotzen damit umgehen konnte.	

4. Cassandra	64
„Ich bin eine Tochter aus gutem Hause, meine Familie sieht nur mein gestörtes Eßverhalten - wenn die wüßten, wie ich mich schäme und was ich unbeaufsichtigt so alles treibe.“	
5. Ursula	69
„Heile heile Segen! ... Wenn du erst verheiratet bist und Kinder hast, tut nichts mehr weh, ist alles gut.“	
Ursula erzählt ihre Anpassung oder auch Überanpassung als Frau und wie ihr ihr gestörtes Eßverhalten dabei half.	
6. Laura	75
„Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ist die Schönste im ganzen Land?“	
7. Rebecca	81
Verantwortung für die Mutter, ein abwesender Vater und eine unerwünschte Schwester	
8. Josephine	86
„Ich bin euer Retter - solange ich krank bin, müßt Ihr Euch vertragen.“ Gemeinsames Leid kontra Trennung	
9. Vivian	92
„Ich hungere mich zu Tode, und du änderst dich nicht, warum müßt du immer stärker sein, du darfst nicht vor mir sterben.“	
Wie Vivian versucht, durch Symbiose die krebskranke Mutter am Leben zu erhalten.	
10. Walter	96
„Ich kann einfach nicht mehr.“	
Wie Walter mit 42 Jahren aus seinen Verpflichtungen aussteigt.	
11. Harald	100
„Top-dog, under-dog“.	
Harald, sein großartiger Vater und das Internat.	

12. Peter	104
Der begabte Sohn, seine Außenseiterposition, Bewältigungsversuche und die Krankheit.	
IV. Ich leide unter meinem gestörten Eßverhalten, wohin kann ich mich wenden? <i>(Carl Leibl und Gisliind Leibl)</i>	109
1. Ambulante Therapie	109
2. Stationäre Therapiemöglichkeiten von Eßstörungen	113
3. Spezielle Therapieelemente	132
3.1 Ernährungsberatung	132
3.2 Anti-Diät	134
3.3 Lehr-und Versuchsküche	138
3.4 Körpervideo-Feedback	142
3.5 Entspannungstherapien	144
3.6 Körpertherapie und Bewegungserfahrung.	145
3.7 Kunst-und Gestaltungstherapie	148
3.8 Gruppentherapie zur Erlangung sozialer Kompetenz	150
3.9 Familiengespräche	152
4. Medikamentöse Therapie	153
5. Selbsthilfegruppen	155
6. Nützliche Adressen	163
V. Vorschläge zum Umgang mit Eßgestörten für Angehörige und Freunde	167
VI. Vorschläge für Betroffene	173
VII. Wie gestaltet sich der langfristige Verlauf? - Was bestimmt die Prognose?	177
VIII. Literaturverzeichnis	185