

## Arbeitsaufgabe zum Thema Krisen: Essstörung

### Fallbeispiel:

Leonie M. hat ein Problem: sie findet sich zu dick und will doch so gern Model/Miss werden. Um ihren Traum zu verwirklichen, beginnt sie, sich nach dem Essen zu übergeben um abzunehmen. Schlussendlich nimmt sie gefährlich viel ab, wird Miss, ist aber nicht glücklich, weil sie nie zufrieden mit sich ist.

Außerdem darf sie nicht zur landesweiten Misswahl teilnehmen, weil sie inzwischen nur noch Haut und Knochen ist und starke gesundheitliche Probleme hat.

Wie kann man Leonie helfen?

<p><u>Was ist eine Essstörung?</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bulimie = Ess-Brech-Sucht: der Drang/Zwang nach dem Essen Erbrechen zu erzwingen, um nicht zuzunehmen</li> <li>• Anorexie = Magersucht: konsequentes Hungern, um Zunehmen zu verhindern</li> <li>• Adipositas = Esssucht: übermäßiges/zwanghaftes Essen, auch wenn gar kein Hungergefühl vorhanden ist</li> </ul> <p><u>Wer ist betroffen?</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hauptsächlich Frauen/junge Mädchen, aber auch immer mehr junge Männer im pubertären Alter</li> <li>• Leistungsorientierte/perfektionistische Jugendliche</li> <li>• Immer mehr Jüngere (10-jährige etc.)</li> <li>• Risikogruppen (Sportler, Laufen, Ballett, Kunstturnen)</li> <li>• Teenager mit unsicherem Selbstbild, bzw. schlechtem oder gar keinem Selbstbewusstsein</li> </ul> <p><u>Welche Ursachen?</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper</li> <li>• Falsche gesellschaftliche Normen/Rollenbilder</li> <li>• Familiäre Probleme/Konflikte</li> <li>• Biologische „Veranlagung“</li> </ul> <p><u>Wie häufig?</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In Österreich – jede 15. Frau</li> <li>• 1% Magersucht – mind. 2500 Personen</li> <li>• 2-4% Bulimie – 6500</li> <li>• 5000 Mädchen an subklinischer Krankheit (einzelne Symptome, aber nicht vollkommen krank)</li> <li>• Verhältnis Männer &amp; Frauen – 1:10</li> </ul>	<p><u>Gefahren / Scheitern bedeutet ...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tod (10%; Verhungern, Selbstmord, keine Immunabwehr)</li> <li>• Kein „normales“ Leben</li> <li>• Folgeerkrankungen (Depressionen, ...)</li> <li>• Gescheiterte Beziehungen (Freundschaften, Partnerschaft...)</li> <li>• Leben in Anstalt (Klinik) verbringen</li> </ul>	<p><u>Hilfestellungen / Unterstützung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapien</li> <li>• Hilfe von Freunden und Familie</li> <li>• Selbsthilfegruppen</li> <li>• Körpererfahrung (Tanzen, Bewegungstherapie)</li> <li>• Hormonzufuhr, medizinische Eingriffe, Vitaminzufuhr etc.</li> <li>• Telefonnotdienst (Rat auf Draht?)</li> <li>• ...</li> </ul>
	<p><u>Chancen / die Krise bewältigen bedeutet ...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besseres Selbstbewusstsein</li> <li>• Selbstakzeptanz</li> <li>• Überwindung des Zwanges perfekt zu sein</li> <li>• Bessere Beziehung zum eigenen Körper</li> <li>• Stärker werden im Suchtbereich</li> <li>• Hilfe an andere Betroffene</li> <li>• Neue Freunde/soziale Kontakte durchs Gesundwerden finden</li> <li>• Gesunder Körper</li> </ul>	