

Margret Gröne: **Wie lasse ich meine Bulimie verhungern?** Ein systemischer Ansatz zur Beschreibung und Behandlung der Bulimie

Margret Gröne stellt einen Vergleich an zwischen zwei psychotherapeutischen Behandlungsmethoden bei Bulimia nervosa. Sie trägt Ergebnisse aus einem Forschungsprojekt zusammen, das die Effektivität der stationären psychoanalytisch orientierten Therapie mit der Effektivität der ambulanten systemischen (Familien-)Therapie vergleicht. Das Buch richtet sich vor allem an PsychotherapeutInnen und psychosoziale HelferInnen. Es gibt aber auch betroffenen Frauen und Männern und ihren Familien wertvolle Hinweise.

Im ersten Kapitel präsentiert Margret Gröne zunächst einen Überblick über die Symptomatik und Epidemiologie der Bulimie. In Kapitel zwei widmet sie sich bisherigen Erklärungs- und Behandlungsmodellen und erläutert die Grundlagen der systemischen Therapie in Bezug auf die Bulimia nervosa. Auch gesellschaftliche und soziokulturelle Aspekte der Bulimie werden diskutiert. Kapitel drei zeigt auf, welche neuen Interpretationen zum Verständnis und zur Befreiung der Bulimie sich aus den systemtheoretischen Grundlagen ergeben und wie diese zum «Verhungern lassen» der Bulimie genutzt werden können. In Kapitel vier legt die Autorin anhand zahlreicher ausführlicher therapeutischer Dialoge die Umsetzung und praktische Anwendung einzelner systemisch-konstruktivistischer Maxime dar. Diese werden mit den Forschungsergebnissen und konkreten Möglichkeiten zum therapeutischen Vorgehen bei KlientInnen mit Bulimia nervosa verbunden.

Das Buch stellt ein alternatives Verständnis und den darauf basierenden Ansatz zur Bewältigung der Bulimie vor. Die Bulimie wird nicht als etwas zu «Bekämpfendes» dargestellt, sondern als etwas in ihrer Kernbotschaft und Funktion Wertvolles und Hilfreiches zur Bewältigung des Lebens. Margret Gröne geht davon aus, dass Frauen mit bulimischem Verhalten über alle Fähigkeiten und Ressourcen verfügen, ihr Leben auch ohne Essstörung zu gestalten. Aus bestimmten Gründen werden diese zum Zeitpunkt der Bulimie jedoch nicht genutzt. Die Autorin legt dar, wie gemeinsam mit den Frauen alternative Handlungsmuster und Problemlösungen entwickelt werden und wie diese das bulimische Verhalten oft in erstaunlich kurzer Zeit überflüssig machen. Anhand eindrücklicher Fallbeispiele zeigt die Autorin das therapeutische Vorgehen auf und erläutert es. Sie basiert ihre Darstellungen auf Forschungsergebnissen sowie auf der Analyse von Therapiegesprächen und -verläufen.

Das Buch ist sehr klar strukturiert, vom theoretischen Hintergrund der Systemtheorie über die Verbindung zur Bulimie mit konkreten Fallbeispielen, zu den Forschungsergebnissen und daraus resultierenden Therapiemöglichkeiten. Es ist leserinnenfreundlich geschrieben, wenn auch einzelne theoretische Abschnitte vor allem Fachleute ansprechen dürften.

Margret Gröne kann anhand der vielen ausführlichen Fallbeispiele und der vorhergehenden Theorie plausibel zeigen, wie man das Symptom Bulimie «rehabilitiert» und im Verständnis seines ursprünglichen Bedeutungszusammenhangs seinen Sinn und seine Funktion erkennen kann. Dadurch kann das konstruktive Potential des Symptoms befreit und für den Heilungsprozess nutzbar gemacht werden. So resultiert nicht mehr ein «Kampf gegen die Bulimie», sondern vielmehr ein Würdigen der inneren Logik des Symptoms und damit auch ein Versöhnen mit demselben. Dies macht den Weg frei für eine umfassende Selbstakzeptanz, die auch das Symptom als vorübergehenden Verbündeten mit einbezieht.

Im Vergleich zur tiefenpsychologisch orientierten Psychotherapie zeigt dieses Buch einen alternativen Ansatz mit einem interindividuell orientierten Weltbild und Erklärungsmodell auf, das für tiefenpsychologisch orientierte Fachleute eine interessante Ergänzung darstellt. Die ausführlichen Ausschnitte aus Therapiesitzungen zeigen ein konkretes therapeutisches Vorgehen in der Behandlung von Bulimie, das mittels der praktischen Erläuterungen der Therapietechniken transparent und nachvollziehbar gemacht wird. Ein sehr gutes, praxisnahes und leserinnenfreundlich geschriebenes Buch über systemisch-konstruktivistische Erklärungsmodelle und Therapieansätze für Bulimie.

*Christiane Schrärer,
Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES, Zürich*

Gesamtbewertung: ●●●○

Margret Gröne: **Wie lasse ich meine Bulimie verhungern?** Ein systemischer Ansatz zur Beschreibung und Behandlung der Bulimie
Carl Auer Verlag, Heidelberg 2007