

Giorgio Nardone: Systemische Kurztherapie bei Ess-Störungen Einführung und Fallbeispiele

Giorgio Nardone leitet das Mental Research Institut in Arezzo, Italien. Er befasst sich mit Essstörungen aus Sicht der strategisch-konstruktivistischen Systemtherapie nach der Palo Alto Methode (Watzlawick et al). Danach werden Essstörungen als das Produkt der Auseinandersetzung einer Person mit ihrer Realität verstanden. Wesentlich ist daher, wie die Betroffenen und das Umfeld das Problem zu lösen versuchen. Denn eben diese Lösungsversuche werden für das Fortbestehen des Problems als verantwortlich gesehen.

Das Buch wendet sich in erster Linie an Fachleute, die in ihrer Praxis PatientInnen mit Essstörungen betreuen. Interessieren dürfte es auch Fachpersonen, die nicht mit Essstörungen zu tun haben, aber grundsätzlich an strategisch-konstruktivistischer Therapie interessiert sind.

Giorgio Nardone geht es im vorliegenden Buch darum, aufzuzeigen, wie Menschen mit Essstörungen nach dem systemisch-lösungsorientierten Ansatz in einer Kurztherapie behandelt werden können und wie wesentliche Schritte zur Heilung geschehen können. Nardone interessiert vor allem das perzeptiv-reaktive Muster einer Patientin, das heisst, wie sie ihre Umgebung wahrnimmt und wie sie darauf reagiert. Dies hat er bei mehreren hundert Betroffenen von Essstörungen untersucht und dabei drei hauptsächliche Muster entdeckt: das anorektische, das bulimische und das «Brechsyndrom». Letzteres hat sich in seiner Interventionsforschung als eigenständiges Muster herauskristallisiert, da das Erbrechen nicht nur notwendige Folge der Essattacke ist, sondern der Lustgewinn des Erbrechens selbst im Zentrum steht.

Das Buch ist in zwei grosse Kapitel eingeteilt. Das Erste beschäftigt sich mit den theoretischen Grundlagen seines Ansatzes. In Kapitel 1.1 wird kurz das methodische Vorgehen dargestellt und dann auf die spezifischen Aufrechterhaltungsdynamiken der einzelnen Essstörungen sowie auf die Interventionsmethoden eingegangen. Kapitel 1.2 beschreibt wie die Interventionsmethoden entwickelt wurden. Kapitel 1.3 beschäftigt sich mit der Effektivität und Effizienz des therapeutischen Modells, und Kapitel 1.4, 1.5 und 1.6 beschreiben die Entstehung, Aufrechterhaltung und das Behandlungsschema der drei Essstörungen Anorexie, Bulimie, Brechsyndrom, die er aufgrund seiner Interventionsforschung in Abweichung zum DSM-IV definiert hat. Nardone versteht die Diagnosen als operationelle Diagnosen und beschreibt sie wie folgt:

1. Anorexie als Weigerung, ausreichend Nahrung zu sich zu nehmen
2. Bulimie als Aufnahme extrem grosser Nahrungsmengen in Anfallsform
3. Brechsyndrom als gewohnheitsmässiges willkürliches Erbrechen von Nahrung

Das umfassende zweite Kapitel stellt ausführliche Protokolle von sieben Therapiesitzungen je unterschiedlicher Fälle aller drei Essstörungen-Typen dar. Der Autor geht davon aus, dass man, um ein Problem zu lösen, begreifen muss, wie das Wahrnehmungs- und Reaktionssystem des Betroffenen hier und jetzt funktioniert. «Wenn wir eine rasche und wirksame Veränderung herbeiführen möchten, müssen wir uns auf das konzentrieren, was das Problem am Leben erhält, und nicht auf die Ursachen in einer Vergangenheit, an der nichts mehr zu ändern ist.» (S. 29) In diesem Sinne «extrahiert» er mit Hilfe seiner empirisch-experimentellen Interventionsforschung jeweils konkrete Behandlungsschemata für die einzelnen Muster der Essstörungen.

Nardone stellt damit ein Kurztherapiemodell für die genannten Essstörungen vor, das sich nach gewissen mehr oder weniger festgelegten Abfolgen (Gesetzmässigkeiten) von Interventionen richtet, die sich in seiner Interventionsforschung als erfolgreich erwiesen haben. Sein Behandlungsansatz ist lösungs- und ressourcenorientiert, seine zentrale Frage ist: Was erhält eine Essstörung aufrecht und was macht sie überflüssig?

Die Lektüre des Buches ist kurzweilig, spannend, zum Teil provokativ. Es ist die scheinbare Einfachheit seines Ansatzes zur Lösung komplexer Probleme wie der Essstörungen, die fasziniert. Das Buch gibt kreative Anregungen für den Umgang mit Essstörungspatientinnen. Wesentliche Interventionen werden in einer Randspalte noch einmal extra benannt, was das Buch gut nutzbar macht. Kurz: eine erfrischende Bereicherung für TherapeutInnen, die mit Menschen mit Essstörungen arbeiten: sehr empfehlenswert, weil es eine unkonventionelle Sicht auf die Symptomatik ermöglicht.

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

Gesamtbewertung: ●●●○

Giorgio Nardone: Systemische Kurztherapie bei Ess-Störungen. Einführung und Fallstudien. Verlag Hans Huber, Bern 2003