

Sozialpsychische Hintergründe zu Essstörungen

Essstörungen sind in den hochentwickelten, westlichen Ländern verbreitet

Punktprävalenz für Anorexia ca. 1% bei 15 – 25 jährigen
 Bulimie ca. 3-5% bei 15 – 25 jährigen (wobei die
 Dunkelziffer relativ hoch ist)
 Bing-Eating-Syndrom ca. 10%

Der körperliche Gestaltwandel führt bei manchen Jugendlichen zu Beginn der Pubertät zu einer Verunsicherung im Körperleben.

Zwischen dem 10. und 18. Lebensjahr nimmt die Körpergrösse um 15 – 25%, das Körpergewicht jedoch um 75 – 100% zu. Die sich veränderte Beziehung zwischen Gewicht und Grösse verlangt eine Neueinstellung der zentralen Regulation von Hungergefühl und Grundumsatz. In dieser Umbruchphase sind diese Parameter labil und leicht störanfällig.

Dies kann bei verzögerter Persönlichkeitsentwicklung und zusätzlichen psychischen Konflikten zu Übergewicht, Anorexie oder Bulimie führen.

Unter dem Einfluss der Geschlechtshormone finden auch noch geschlechtsspezifische Veränderungen statt.

weibliche Jugendliche

Verbreitern der Hüften und es wird mehr Fettgewebe vor allem im Bereich der Hüften und Oberschenkel abgelagert (später eintretende Schwangerschaft – Geburt – nachfolgende Brusternährung ⇒ Fettdepots dienen als „Speisekammer“ für diese Funktion (Metabela-Frauen in Afrika) entspricht natürlich nicht dem heutigen gängigen Schönheitsideal.

männliche Jugendliche

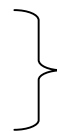
Muskelmasse und Muskelkraft nehmen zu. Herzmuskel wird grösser, Schultern werden breiter. Der pubertäre, männliche Körper strahlt also Stärke und Sportlichkeit aus

→ heute Werbung *der Mann als Symbol für Kraft und Stärke*

daher fühlen sich die Männer im Durchschnitt attraktiver als Frauen in der heutigen westlichen hochzivilisierten Welt/Länder.

! Longitudinalstudien zeigen; das Körpergewicht in der Kindheit ist von Bedeutung !

Normalgewichtige Kinder haben ein niedriges Risiko
Übergewichtige Kinder haben ein höheres Risiko



jenseits der Pubertät eine Essstörung zu entwickeln

Die Zahl der essgestörten Personen nimmt zu. Ein wesentlicher Grund liegt in der gegenwärtigen, geschlechtstypischen Sozialsituation von jungen Frauen und Männern.

Während **männliche Jugendliche** auch heute noch in der Erziehung bestärkt werden - sich auch handgreiflich durchzusetzen, Konflikte auszutragen und hart zu sein, werden

Mädchen und **junge Frauen** dahingegen, sozialisiert, sich anzupassen und in andere einzufühlen, auf andere Rücksicht nehmen. Sich aufzuopfern, zu geben und zu nähren (auch seelisch) ist auch heute noch traditionell „Frauensache“. Entsprechend dieser geschlechtstypischen Sozialisation richten Männer Aggression eher nach aussen, Frauen gegen sich selbst.

Traditionell definieren sich Männer im Erwachsenenalter mehr über beruflichen Erfolg, Macht, Position und Geld.

Frauen werden hingegen in hohem Masse an ihrem Äusserem, ihrem Erscheinungsbild gemessen, d.h. auch über Figur und Gewicht definiert. In diesem Sinn können Essstörungen als Abwehr von und Widerstand gegen Fremdbestimmung verstanden werden.

Personen die eine Essstörungen entwickeln, haben meist wenig Zugang zu ihren eigenen Empfindungen und Ansprüchen. Im Versuch, es allen recht zu machen – was letztlich nicht gelingt – richten sie ihre Aggressivität gegen sich selbst.