Die zersägten Tische

Autor(en): **Müller, Cécile Bürdel**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **SuchtMagazin**

Band (Jahr): **28 (2002)**

Heft 4

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-800732

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Die zersägten Tische

Die begleitete Auseinandersetzung des Sonnenblick-Teams mit dem Thema Essstörungen im Rahmen von *Fil rouge* führte zu einer ganz einfachen handwerklichen Massnahme: Die grossen Esstische wurden zersägt. Dieser Schritt symbolisierte das Ende der Essenseinnahme in der Gesamtgruppe, was zu einer deutlichen Entspannung der Dynamik am Mittagstisch und damit zu lustvollerem Essen führte.

CÉCILE BÜRDEL MÜLLER*

Wer sich ans Thema Essen macht, macht sich auch ans «Eingemachte» – an persönlich und gesellschaftlich bedeutungsvolle Themen. Dass diese Arbeit ebenso anspruchsvoll wie lustvoll sein kann, dies konnten wir im Therapieheim Sonnenblick an einer zweieinhalbtägigen Weiterbildung im Rahmen des Projektes *Fil rouge* erleben.
Zielsetzung der Weiterbildung war es, sich als Gesamtteam mit der Problematik rund um die Nahrungsaufnahme und den damit verbundenen Verhaltensweisen auseinander zu setzen. Wir erhofften uns konkrete Schritte in der täglichen pädagogisch-therapeutischen Arbeit mit den bei uns lebenden weiblichen Jugendlichen im Alter von 14 – 18 Jahren.

* Cécile Bürdel Müller ist Psychotherapeutin im Therapieheim Sonnenblick, E-mail: muellerbuerdel@smile.ch

Der Übergang vom Kind zur Erwachsenen

Die jungen Frauen sind ca. 1,5 bis 2 Jahre für einen stationären Therapieaufenthalt im Heim. Die zentrale Aufgabe in dieser Zeit ist die Stabilisierung der Krise und die Förderung der Beziehungs- und Konfliktfähigkeit. Die stationäre Therapie soll die Bewohnerinnen auf dem Weg zu einer eigenen Identität unterstützen und sie befähigen, ihr Leben in eigenverantwortlicherer Weise zu gestalten.
Gemeinsam ist allen jungen Frauen, das sie sich in einem Übergang von der Kindheit ins Erwachsenleben befinden. Physisch wie psychisch vollzieht sich in dieser Zeit eine grosse Veränderung. Diese Veränderung ist störungsanfällig, und die jungen Frauen versuchen oft mit mehr oder weniger verzweifelten Aktionen, ihre innere Balance zu halten. In der Regel wirkt sich dieses Ringen auch auf ihr Essverhalten aus.

Die eigene Haltung als Arbeitsgrundlage

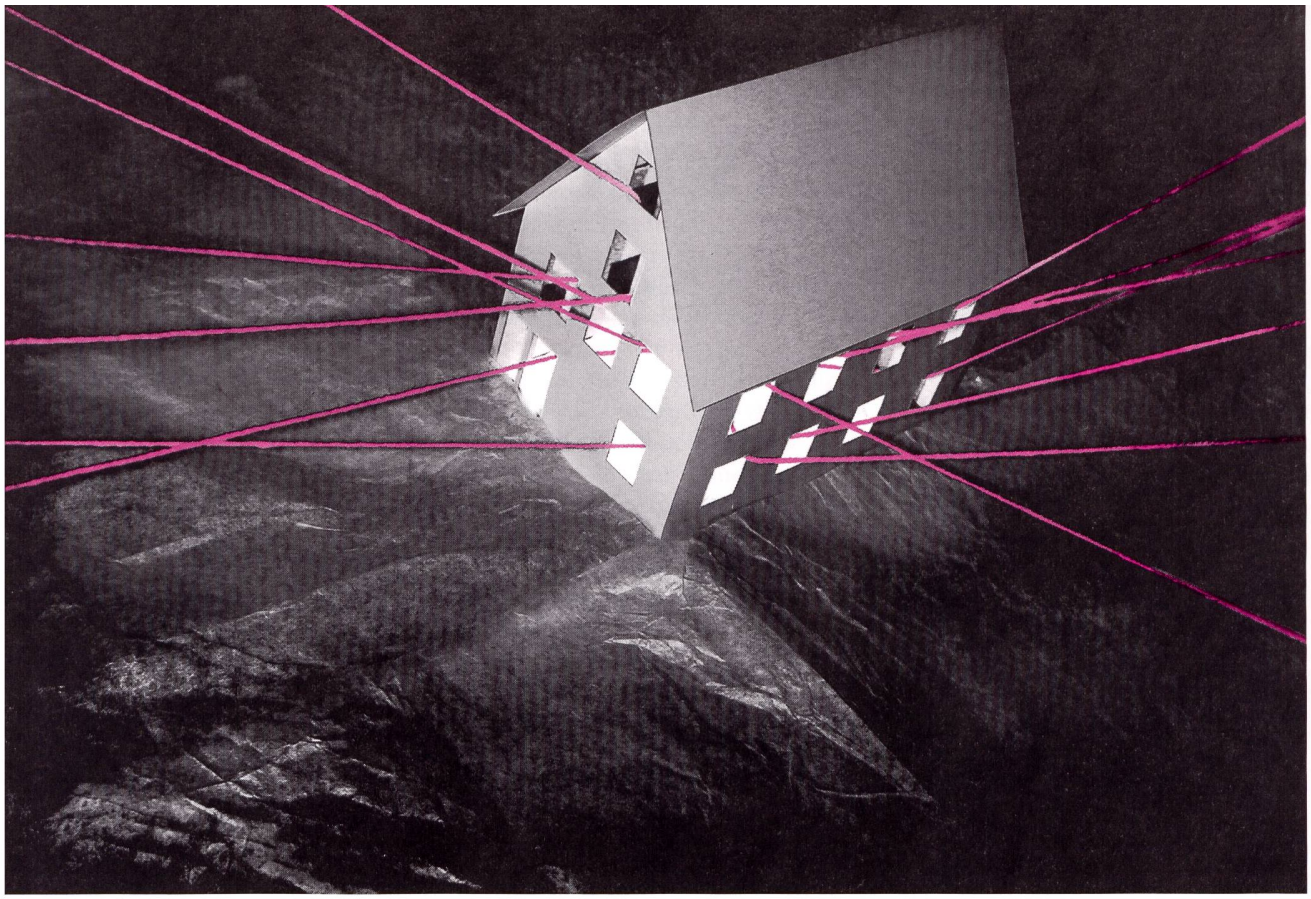
Zusammen mit Susanne Ramsauer, Sozialpädagogin, Psychodramaleiterin und Dozentin an der Höheren Fachschule für Sozialpädagogik in Luzern, und Bettina Isenschmid, Ärztin und Leiterin der Therapiestation für Essstörungen am Inselspital in Bern, setzten wir uns auf verschiedenen Ebenen mit dem Thema Essen und Essstörung auseinander.
Neben einer fundierten Wissensvermittlung und den pädagogischen und therapeutischen Interventionsmöglichkeiten stand für uns die Beschäftigung mit unseren eigenen Haltungen im Vordergrund. Wir reflektierten unsere eigenes Essverhalten, setzten uns mit Lust und Frust des Essens auseinander. Wir erforschten die übertragenen Bedeutungen von Essen und fragten uns, wie wir Essen einsetzen für Beruhigung, Trost oder Belohnung. Wir fragten, was uns Bauchschmerzen macht, was wir zum Kotzen finden, was uns den Appetit verschlägt. Wo fressen wir alles in uns hinein, wo schlucken wir etwas hinunter? Sind wir zufrieden mit unserem Körperbild? Wie reagieren wir auf Magersüchtige? Wie auf Bulimische? Wie auf Adipöse? Was davon ist uns fremd? Was kennen wir von uns selbst? Was macht uns wütend, ärgerlich oder hilflos?

Essen und psychische Befindlichkeit

Wer sich mit Essstörungen beschäftigt, beschäftigt sich immer auch mit den Grundbedürfnissen von Menschen. Essen ist ein primäres und existentielles Bedürfnis. Da wir als Kinder von der Fütterung durch andere Personen abhängig sind, ist die Nahrungsaufnahme gleichzeitig auch ein Beziehungsgeschehen. Wie das Sprichwort sagt: die Liebe geht durch den Magen. Mit dem physischen Akt des Essens sind psychische Komponenten verbunden wie geniessen, geliebt werden, beachtet werden, lieben, sich schuldig fühlen, annehmen, ablehnen, gesättigt sein, getröstet sein. Essen kann zur Ersatzhandlung werden, zur Sucht, zum Kampfplatz. «Diese Suppe ess ich nicht!» wer dieses Verhalten erlebt hat weiss, wie machtvoll das Signal der Verweigerung durch den immer leeren Tellers sein kann.

Essen und Aussehen

Mit dem Thema Essen verbindet sich auch das Thema Aussehen. Die Illu-



strierten sind voll mit Versprechungen von der Topfigur. Schönheit wird mit schlank Sein gleichgesetzt. Schlank zu sein verspricht sexuelle Begierde, Annerkennung und Bestätigung.
Im Rahmen unserer Auseinandersetzung mit Essstörungen wurde in diesem Zusammenhang auch deutlich, dass die Frauen im Team trotz Emanzipation der eigenen körperlichen Attraktivität weit mehr Bedeutung zumessen als die Männer. Die Frage, wie werde ich gesehen, steht für sie stärker im Vordergrund. Damit verbunden auch der Vergleich mit anderen Frauen, die als härteste Punkterichterinnen walten. Der Sieg über den Schokoladenkuchen verspricht die Annerkennung durch den Märchenprinzen!

Die Dynamik am Mittagstisch

In einem nächsten Schritt versuchten wir uns in die Rolle der Jugendlichen zu versetzen. Mit der Methode des Psychodramas schufen wir auf der Bühnenrealität die gemeinsame Essenssituation. Die bis dahin im Heim real existierende Situation waren zehn Jugendliche mit zwei PädagogInnen an einem gemeinsamen Tisch. In der Rolle der jungen Frauen erlebten wir, wie vielschichtig und spannungsgeladen die täglichen Essensituationen für sie sind. Ist auch genügend Essen für alle vorhanden? Kriege ich genug? Werde ich gesehen? Beachten mich die Erwachsenen? Wird jemand bevorzugt? Wer bestimmt die Tischgespräche? Wie gehe ich mit meinem Ärger um? Wie grenze ich mich ab? Wer kontrolliert was ich esse? Kann ich das selbst bestimmen?
Aber auch auf Seiten der PädagogInnen wurde deutlich, wie komplex und überfrachtet an Erwartungen die Situation am gemeinsamen Tisch ist. ? Wie harmonisch muss so ein Essen ablaufen? Findet Pädagogik auch am Essentisch statt? In welcher Form? Wie wird das Zusammenleben als Lernfeld genutzt? Wo bleiben die Bedürfnisse der SozialpädagogInnen? Was passiert, wenn sie auf Erwachsenenebene miteinander kommunizieren?

Die zersägten Tische

Durch die Analyse des Rollenspiels wurde klar, dass die unausgesprochene Erwartung bestand, dass alle zwölf an einem Tisch essen. Die grosse Gruppe, verbunden mit den sozialen Anforderungen an die Jugendlichen, löste eine Art Harmonieterror aus, der regelmässig ein Scheitern der Essensituation auslöste. Die Zweierbesetzung der PädagogInnen war unterstützend gedacht, löste aber bei den Jugendlichen eine Triangulierungssituation, verbunden mit Neid aus. Wir beschlossen etwas Neues auszuprobieren. Wir trennten die Jugendlichen in zwei Gruppen mit je einer Betreuungsperson.
Sofort wurde deutlich, wie sich die Situation entspannte. Für die Jugendlichen war nun klar, wer als erwachsene Person zuständig war, man musste nicht aufpassen, dass die beiden Erwachsenen sich miteinander verbündeten. Auch für die PädagogInnen trat eine Erleichterung ein. Wer immer mit einer Gruppe zusammen ass, war nun alleinige Ansprechperson. Durch die kleinere Gruppe wurde die Angst gemildert, nicht gehört oder gesehen zu werden.
So beschlossen wir kurzerhand, unsere grossen Esstische zu zersägen. Die Auswertung unseres Experimentes hat gezeigt, dass es sich gelohnt hat, unseren self made Stress durch eine einfache handwerkliche Übung wesentlich zu reduzieren. Wer Lust auf Gruppe und genussvolles Zusammensein hat, kann nun an der freiwilligen Kaffeerunde teilnehmen, zu der alle eingeladen sind. Wenn dies auch statistisch nicht ausgewertet ist: mir scheint, dass die Mahlzeiten entspannter und die Kaffeerunde besser besucht sind, seit die Tische zersägt wurden. ■