

Esstörungen keine reine „Frauensache“



Hungern für die schlanke Linie

Essgestörte Männer können ebenso wie Frauen unter einer Störung der Körperwahrnehmung leiden. Selbst Kinder bleiben vom verzerrten Körperbild nicht verschont.

75 Prozent der normalgewichtigen, aber im Essverhalten auffälligen Kinder im Alter zwischen 11 bis 17 finden sich zu dick - das erbrachte eine aktuelle Kinder- und Jugendstudie des Robert-Koch-Instituts.

Negative Wahrnehmung des eigenen Körpers

Männer wie Frauen messen sich an Körperidealen. Schick ist, wer wenig Fett und mehr Muskelmasse besitzt. Je ferner Mann sich dieser Idealvorstellung wähnt, desto ausgeprägter ist die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper und damit die Gefahr, an einer Essstörung zu erkranken.

Unabhängig von Alter und Geschlecht ist eine negative Bewertung des Körpers ein zentraler Bestandteil von Essstörungen. „Bei essgestörten Männern bezieht sich die Körperzufriedenheit, anders als bei Frauen, nicht nur auf das Schlanksein, sondern auch auf die Muskularität. Ein schlanker, muskulöser Körper symbolisiert Kompetenz, Disziplin, Kontrolle und sexuelle Attraktivität“, erklärt Silvia Uhle, Leitende Psychologin der auf Essstörungen spezialisierten Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster.

Hohes Ideal mit Folgen

Fast jeder zehnte Essgestörte ist männlich, etwa 15 Prozent der elf- bis 17-jährigen Jungen gelten laut Robert-Koch-Institut als auffällig. Häufig verbergen sich hinter der Erkrankung Schwierigkeiten mit der Identität als Mann und dem männlichen Rollenverständnis. Faktoren wie sexuelle Ängste, konfliktbehaftete sexuelle Orientierungen, aber auch hohe körperliche Anforderungen wie Leistungssport kommen hinzu. Auch die vermehrte Auseinandersetzung mit Übergewicht zählt zu den Risikofaktoren.

In der Pubertät beginnen sich Jugendliche an dem gängigen Schönheitsideal zu messen. Wer sich zu dick findet, gerät in einen Konflikt. Im Kampf um Attraktivität beginnen einige exzessiv Sport zu treiben und schlittern von einer Diät in die nächste - die Essstörung nimmt ihren Anfang.

Eigenwahrnehmung verändern

Da der Körper für Essgestörte ein Spiegel ihres Selbstwertes ist, ist die Körperbildarbeit ein zentraler Bestandteil der Behandlung. „Mit Hilfe der

Körperbildtherapie lernen essgestörte Patienten sich – in ihrer „Unperfektheit“ – zu akzeptieren und ein vom Körper unabhängiges Selbstwertgefühl aufzubauen“, erklärt Silvia Uhle.

Ziel der Behandlung ist die Trennung von Nahrung und seelischem Empfinden und die Aufarbeitung der seelischen Konflikte, die der Erkrankung zugrunde liegen. Dabei gilt: Je früher die Behandlung beginnt, desto besser sind die Erfolgsaussichten.

Quelle: Nach Informationen der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie

Autor: BSMO Redaktion

Stand: 14-06-2007