

4 Essstörungen

Medien und Essstörungen Essstörungen sind in den letzten Jahrzehnten sowohl in den Blickpunkt der Öffentlichkeit gerückt als auch zu einem intensiv erforschten Untersuchungsgegenstand in der Wissenschaft geworden. Die Medien berichten über die Adipositaslawine, sie zeigen Filme über monströse Adipöse. Junge Mädchen werden interviewt, warum sie an Bulimia nervosa oder Anorexia nervosa erkrankt sind. Forscherinnen und Forscher beschäftigen sich mit der Frage, warum die Verbreitung der Adipositas zunimmt und warum kein langfristig erfolgreiches Behandlungsrezept gegen Adipositas zur Verfügung steht. Die heute aktuelle Definition der Bulimia nervosa gibt es erst seit einigen Jahrzehnten. Diese Essstörung und ihre historischen Vorläufer haben davor kaum wissenschaftliche Beachtung gefunden. Ob sich die Anorexia nervosa in den letzten Jahrzehnten stärker verbreitet hat, ist unstritten. Unstrittig aber ist, dass die wissenschaftlichen Veröffentlichungen zu dieser Essstörung zugenommen haben.

Das Thema Essstörung liegt sozusagen in der Luft. Es ist nicht abzulösen von der Gesellschaft, in der wir leben. Mit unserer Gesellschaft ist gemeint: die westlichen Industrienationen mit einem spezifischen westlichen Lebensstil, der ein zentraler Prädiktor für Diätverhalten, also für restriktive Nahrungsaufnahme, ist. Dies belegen interkulturelle Vergleiche (Gunewardene et al. 2001; Weigel et al. 2016).

Die von Essproblemen oder Essstörungen Betroffenen erkennen im westlichen Lebensstil selbstredend nicht die Ursache ihres Leidens. Sie erleben subjektiv eine Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper.

B

60 % aller Mädchen und 30 % aller Jungen sind unzufrieden mit ihrem Körper. 25 % der Mädchen sind von Krankheiten wie Essstörungen und Depression bedroht. Presnell et al. (2004) haben

in einer prospektiven Studie als wichtigsten Prädiktor für die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper den sozialen Druck Gleichaltriger, dünn sein zu müssen, eruiert (Lawler et al. 2011; Kirch et al. 2016).

Essstörungen als *Modeerkrankungen* werfen ein Licht auf eine Gesellschaft, in der die Zügelung des Essverhaltens offenbar insgesamt zu einem Problem geworden ist (s. den Ansatz von Elias – Kap. 3.6). Unsere Überflusgesellschaft scheint das Essverhalten restriktiv kontrollieren zu wollen, damit ihre Leistungsfähigkeit erhalten bleibt. Unter Leistungsfähigkeit wird verstanden: eine nicht allzu adipöse Bevölkerung, die arbeitsfähig ist und deren Kosten im Gesundheitswesen nicht ausufern. Ob dieser Ansatz angemessen ist, ob die gesellschaftlich induzierte Restriktion der Nahrungsaufnahme tatsächlich zum angestrebten Erfolg führt, soll im Folgenden diskutiert werden.

**Gesellschaft und
Essverhalten**

Es soll auch die Frage gestellt werden, ob die gesellschaftlichen Gegensteuerungen zur Überflusgesellschaft nicht Essstörungen mit produzieren. Wenn der Überfluss die Idee einer maßvollen und gesunden Ernährung wieder aufleben lässt, dann könnte dieses allseits propagierte Ideal – es ist eigentlich eine gesellschaftlich auferlegte Norm – massiven Widerstand hervorrufen. Jeder Zwang, jede Norm bringt ihre Übertretung und Verwerfung mit sich. Der Weg zur Adipositas oder zur Bulimia nervosa ist damit potenziell geebnet. Wenn das Süße oder das Fette verdammt wird, dann gewinnt es an Attraktivität. Wenn in einer Schulklasse verschiedene illegale Drogen vorgestellt werden und vor ihnen gewarnt wird, dann ist mit dieser Schulstunde eher erfolgreiches Marketing für illegale Drogen gemacht worden. Der Verdammung von Fett, Süßem oder Alkohol ist ein ähnliches Schicksal beschieden. Die Verdammnis wertet sie auf als etwas Verruchtes und Verbotenes. So nimmt es nicht wunder, dass Bulimikerinnen in Essanfällen bevorzugt die „bösen“ Lebensmittel konsumieren (Guertin 1999) oder von Eltern verbotene Lebensmittel für ihre Kinder begehrter werden (Jansen et al. 2007, Jansen et al. 2008).

In einem Experiment haben Stirling und Yeomans (2003) 30 Frauen, die ihr Essverhalten kontrollieren, und 30 Frauen, die dies nicht tun, einen ganzen Tag mit Schokolade konfrontiert, deren Konsum im Experiment untersagt war. Die Frauen mit dem



kontrollierten Essverhalten konnten trotz Verbots nicht widerstehen und aßen ein wenig Schokolade, die anderen nicht. Dies ließe sich eventuell so verstehen, dass die Kontrolle der Nahrungsaufnahme zur Übertretung verführt. Menschen, die ihr Essverhalten kontrollieren, reagieren auf Verbote nicht mit dem Einhalten der Verbote, sondern mit dem Gegenteil: Sie brechen das Verbot – vielleicht, weil sie sich permanent gängeln und das Verbotene dann umso verführerischer wird.

In zwei Studien von Mann und Ward (2001) konnte nur ein Zusammenhang zwischen dem Verbot von Lebensmitteln und dem verstärkten Denken an diese ermittelt werden, nicht allerdings zwischen dem Verbot und dem verstärkten Konsum dieser verbotenen *Früchte*. Die Autoren geben allerdings zu bedenken, dass es durchaus möglich ist, dass die erzielten Ergebnisse von den Rahmenbedingungen der Untersuchungen mit bestimmt waren. In diesen konnten aus naheliegenden Gründen nur zeitlich befristete Verbote erlassen werden. Dauerhaftere Verbote könnten durchaus zu einem verstärkten Konsum führen. Houbena et al. (2010) weisen ebenfalls darauf hin, dass das Verbot die Attraktivität erhöht.

Polivy et al. (2005) konnten belegen, dass der Entzug von Lebensmitteln vor allem bei restringierten Essern zu einem verstärkten Konsum dieser führt. Kuijer et al. (2015) sahen einen Zusammenhang zwischen dem Sich-schuldig-Fühlen beim Verzehr von Schokoladenkuchen und einem erhöhten Konsum desselben.

Ansatz von Foucault Foucault (1977a) hat diesen Sachverhalt von Verbot und Verbotsübertretung am Beispiel der Sexualität historisch rekonstruiert. Er stellt heraus, dass unsere moderne Gesellschaft mit Hilfe der Sexualität in den individuellen Körper eingreift. Dieser Eingriff erfolgt z. B. über das Verbot der Masturbation. Das Verbot erhöht nicht nur die Lust an der Masturbation, es ermöglicht auch das Nachdenken über sich: Warum tue ich es nicht, warum tue ich es? Auch wenn man sich gegen das Masturbationsverbot wehrt, ist man an das Verbot gebunden.

Ähnlich ist es mit der Nahrungsaufnahme. Wird das Schlankheitsideal immer rigider, dann können wir immer weniger essen, um noch normal zu sein. Jede Abweichung von der Norm wird pathologisch. Und alle Abweichenden konstituieren ihre Identität über die Abweichung. Sie denken darüber nach, warum sie anders als die anderen sind. Die von vielen Forscherinnen und