

# Wie lasse ich meine Bulimie verhungern?

.....

**Margret Gröne**

Ein systemischer Ansatz zur  
Beschreibung und Behandlung der Bulimie

**Fünfte Auflage, 2007**

.....

# Inhalt

**Vorwort ... 8**

**Vorbemerkung ... 10**

**1 Einleitung ... 14**

- 1.1 Bulimie: Definition, Symptomatik und Epidemiologie ... 14
- 1.2 Literaturüberblick ... 18

**2 Grundlagen ... 28**

- 2.1 Grundlagen der systemischen Therapie ... 28
  - 2.1.1 *Wurzeln der systemischen Therapie ... 28*
  - 2.1.2 *Von der linearen zur zirkulären Therapie ... 30*
  - 2.1.3 *Konstruktivismus und systemische Therapie ... 34*
  - 2.1.4 *Die Kybernetik der Kybernetik: Von der Objektivität zur Verantwortlichkeit ... 38*
  - 2.1.5 *Menschliche Systeme: Dynamische, autonome, struktur-determinierte Systeme ... 41*
  - 2.1.6 *Der Fokus systemischer Therapie: Verhaltenssequenzen und Bedeutungsschemata ... 45*
  - 2.1.7 *Zusammenfassung: Aspekte und Implikationen eines systemisch-konstruktivistischen Therapiemodells für die Beschreibung und Behandlung der Bulimie ... 49*  
Exkurs: Reflexionen über Sprache in der systemischen Therapie ... 54
- 2.2 Gesellschaftliche und soziokulturelle Aspekte der Bulimie ... 61
  - 2.2.1 *Bulimie, weibliche Sozialisation und soziokultureller Kontext ... 61*

- 2.2.2 *Der Wandel weiblicher Lebensräume und Lebensperspektiven ... 65*
- 2.2.3 *Bulimie und Geschlechtsrollenentwicklung ... 68*
- 2.2.4 *Der „perfekte“ Körper als ambivalenzfreier Bezugspunkt ... 71*
- 3 Wenn Logik und Leben nicht zusammenpassen ... 66**
  - 3.1 *Logische Irrtümer in der Handlungsorientierung bulimischer Frauen ... 74*
  - 3.2 *Die Idee, daß Vernunft immer vernünftig sei – oder: Die Geschichte von der Unvernunft der Vernunft ... 80*
  - 3.3 *„Genug ist nie genug ...“ Maximierung statt Optimierung ... 95*
  - 3.4 *Die Gleichsetzung mechanischer und lebender Systeme: Der Versuch der Trivialisierung und einseitigen Kontrolle in Beziehungen ... 109*
  - 3.5 *Zwischen Allmacht und Ohnmacht: Die Interpunktion zirkulärer Prozesse in Ursache-Wirkungs-Sequenzen ... 121*

*Exkurs: Heimliche oder öffentliche Bulimie – zwei (vergebliche) Lösungsversuche ... 132*

- 4 Die Therapie ... 133**
  - 4.1 *Grundlagen der Therapie ... 141*
    - 4.1.1 *Kontext und Setting der Therapie ... 141*
    - 4.1.2 *Hypothesenbildung ... 143*
    - 4.1.3 *Zirkuläres Fragen ... 146*
  - 4.2 *Therapeutisches Vorgehen ... 157*
    - 4.2.1 *Bulimie: Feindin oder Freundin? ... 158*
    - 4.2.2 *Positive Zielformulierung – oder: Was muß ich mir bieten, damit die Bulimie geht? ... 166*
    - 4.2.3 *Die Suche nach Ausnahmen – oder: Alle Fähigkeiten und Ressourcen sind schon vorhanden ... 168*
    - 4.2.4 *Die Bulimie ist teuer – aber was ist der Preis der Aufgabe der Bulimie? ... 173*
    - 4.2.5 *Scheiterstrategien: Die Befragung „bulimiefördernder Bedingungen“ ... 180*
    - 4.2.6 *Such-Prozesse statt Sucht-Prozesse ... 188*

- 4.2.7 *Von Allmacht und Ohnmacht  
zur Eigenverantwortlichkeit ...* 186
- 4.2.8 *Sicher in die Unsicherheit ...* 194
- 4.2.9 *Loyale Töchter ...* 201
- 4.2.10 *Symptom-Verschiebung oder Symptom-Fortschritt ...* 207
- 4.2.11 *„Weniger-desselben“: Auch bei Therapie? ...* 216
- 4.2.12 *Rückfälle und Rückfallprophylaxe ...* 222
- 4.2.13 *Aufgaben, Experimente, Geschichten und Symbole ...* 226
- 4.2.14 *Therapeutische Dilemmata ...* 242
- 4.2.15 *Ende der Therapie ...* 247

## **5 Schlußbemerkung ... 251**

**Anmerkungen ... 254**

**Literatur ... 279**

**Über die Autorin ... 287**