

Abstract

Der Gesundheitsmarkt boomt. Und mit ihm florieren Selbstinszenierung und das Streben nach Perfektion. Das zunehmende Gesundheitsbewusstsein und die damit einhergehende kritische, teilweise exzessive, Beschäftigung mit dem eigenen Essverhalten, schlägt vor allem in der Social-Media-Welt hohe Wellen. Ernährungsformen mutieren zum Trend, dem auf Kosten des Körpers gefolgt wird. Die Zahl der Betroffenen von Essstörungen steigt weiter an und verursacht jährlich hohe Kosten für das Gesundheitssystem. Dabei ist dieses Krankheitsbild so komplex, dass es nicht auf eine Ursache reduziert werden kann.

Die vorliegende Masterarbeit zeigt auf, wie eine schreibtherapeutische Begleitung die Behandlung von Essstörungen unterstützt und wie eine praktische Umsetzung aussehen kann. So gibt es zwar eine Vielzahl an spezialisierten Fachkliniken mit teilweise kreativtherapeutischen Angeboten. Gleichzeitig lassen sich dort meist nur „Klassiker“ verorten, wie Kunst- oder Musiktherapie. Um ein bedarfsgerechtes schreibtherapeutisches Konzept für das stationäre Gruppensetting zu entwickeln, werden die wichtigsten Erkenntnisse zur Entstehung und Behandlung von Essstörungen sowie zur Wirkung therapeutischen Schreibens unter psychoanalytischen Gesichtspunkten zusammengetragen. In diesem Zusammenhang versteht sich Schreibtherapie ausdrücklich als gezielte Begleitung, die eine Psychotherapie ergänzt oder vertieft. Im Umgang mit dem Konzept werden Handlungsempfehlungen für therapeutisches Fachpersonal ausgesprochen, damit ein effektiver und nachhaltiger Einsatz gewährleistet ist. Die Rolle des therapeutischen Fachpersonals, einschließlich seines Menschenbildes, wird dabei ebenso berücksichtigt wie die therapeutische Wirkung der Gruppe und die Beziehungsarbeit. Ein beispielhafter Ablaufplan zu den schreibtherapeutischen Sitzungen rundet das Konzept ab.