

TEBIRI, MILENA/LÖRZER, ANNA-CHARLOTTE/KUITUNEN,
PAULA/HETTERICH, STEFAN

Die Hungerwolke –

Ein Kinderfachbuch über Essanfälle

Mabuse-Verlag GmbH, Frankfurt am Main 2022

Das Symbol der Wolke ist in diesem Buch immer zweifach präsent. Zum einen als gute, die aufgewühlte Seele beruhigende, einhüllende und wohltuende Decke während des Essanfalls und als kalten Regen bringende, beängstigende Erscheinung in der unmittelbar darauf folgenden Zeit der Scham und Schuld zum anderen.

Diese Ambivalenz zeigt sich bereits auf dem Cover, das zu zwei Dritteln von der grauen Wolke und zu einem Drittel von der inmitten eines Berges von Süßigkeiten kauern den achtjährigen Mona ausgefüllt wird.

Unterschiedliche ungünstige Lebensumstände, so z.B. der innerlich und äußerlich abwesende Vater, eine wenig einfühlsam agierende ältere Schwester und die häufigen Ermahnungen der Mutter nun aber endlich abzunehmen – selbst am Geburtstag wird ein zweites Stück Kuchen verwehrt – tragen zur Entstehung der Binge-Eating-Störung des als etwas mollig beschriebenen Kindes Mona bei.

Sehr schwer auszuhalten sind die permanente Abwertung und Ausgrenzung des Mädchens in der Schule. Das quälende Mobbing geht offenbar über Monate, ehe die Lehrerin dieses entdeckt und professionell eingreift.

Dann allerdings agieren alle Beteiligten schnell und Mona erhält einfühlsame Hilfe durch eine Therapeutin, die offensichtlich gestalttherapeutische und körperorientierte Methoden integriert.

Als sich auch die Familienmitglieder rücksichtsvoller verhalten und in der Schule mehr Wert auf die Ent-

wicklung von wertschätzendem Sozialverhalten gelegt wird, gelingt es Mona zum ersten Mal Freundschaft zu einem anderen Kind aufzubauen.

Alles zusammen trägt dazu bei, dass Mona die Essanfälle nicht mehr braucht, um ihre Emotionen zu regulieren.

Sie fühlt sich jetzt angenommen, geliebt und richtig, so wie sie eben ist.

Im aufschlussreichen Fachteil erfahren Bezugspersonen mehr über die Binge-Eating-Störung und das Erleben der Betroffenen. Das gelingt, unter anderem deshalb so gut, da die Autorin Milena Tebiri selbst mit dieser Störung leben musste.

Auch die Passagen des Anhangs zu unterschiedlichen therapeutischen Ansätzen, zur Entwicklung einer positiven Einstellung zum eigenen Körper und dem Erarbeiten von Handlungsalternativen bei Essdruck, empfinde ich als sehr hilfreich.

Stefan Hetterich und Paula Kuitunen – aus einer Reihe von Kinderfachbüchern des Verlages bekannt und engagiert in den Bestrebungen zur Entstigmatisierung psychisch kranker Menschen – verfassten den Fachteil gut verständlich und facettenreich.

Die Illustrationen von Anna-Charlotte Lörzer werden kein Leserkind und keinen Erwachsenen unberührt lassen.

Das Buch wurde vom Kölner Institut für Kindertherapie empfohlen und sei allen, die mit betroffenen Kindern arbeiten sowie deren Familien dringend ans Herz gelegt.

SYBILLE LENK