

Essen unter Aufsicht

Von Sarah Oberwemmer

Als Praktikant/in in der salus klinik Lindow erwarten einen viele spannende Aufgabenbereiche. Einer davon bietet eine besonders gute Gelegenheit, die Therapeutenrolle einmal zu erleben und Patienten/innen zu unterstützen. Wo? Am Esstisch! Frühstück, Mittag- und Abendessen sind für die meisten von uns eine Erholung, ein Genuss oder eine Wohltat. Leider nicht so für Essstörungspatienten/innen, ganz im Gegenteil.

Während der Mahlzeiten sind die Patienten/innen mit den oft angstbesetzten Lebensmitteln konfrontiert. Als Tischbegleitung sieht man von diesem inneren Kampf manchmal nur einen kleinen Ausschnitt, wie zum Beispiel ein paar Tränen in den Augen oder einen traurigen und abwesenden Blick, der ins Leere zu starren scheint. Doch diese innere Anspannung, die viele Patienten/innen spüren, zeigt sich mit ganz verschiedenen Gesichtern. Mal ist es ein intensives Stochern und Zerlegen der Lebensmittel. Das Essen wird bei vielen Patienten/innen ritualisiert präpariert, angeordnet und teilweise absichtlich überwürzt. Die Betroffenen erleben ein breites Spektrum an Gefühlen von Ärger, Frust bis Traurigkeit, das es ihnen sichtlich schwer macht, die Mahlzeiten zu genießen.

Besonders wenn man die ersten paar Male den Tisch begleitet, lässt einen das selbst nicht ungerührt. Man spürt oftmals die Anspannung, die in der Luft liegt. Jede/r der Anwesenden hat seine eigene Art damit umzugehen und diese zu zeigen. An manchen Tagen, eben zumeist am Anfang einer „Tischbegleitungskarriere“, kann es auch mal vorkommen, dass einem eine gewisse Feindseligkeit entgegengebracht wird. Immerhin hat man in dem Moment die unliebsame Rolle die Tischregeln, die am therapeutischen Tisch eingehalten werden, im Blick zu haben. Beispielweise findet das Essen immer in einer festen Gruppe, zur selben Zeit am selben Tisch gemeinsam statt. Es werden Zielmengen, Hungergefühl, Menge der verzehrten Nahrung und Sättigung gemeinsam in der Runde protokolliert. Es soll mit der Hauptmahlzeit begonnen werden, Salat und Dessert sind erst danach an der Reihe. Bereits das bereitet vielen große Probleme: Am liebsten wird zu viel Salat genommen, der kaum Kohlehydrate enthält. Es ist nicht immer leicht, während der Mahlzeiten auf die Einhaltung der Tischregeln zu achten, schließlich ist man selbst auch mit essen beschäftigt. Es ist eine Gradwanderung nicht offensichtlich zu beobachten, aber dennoch aufmerksam zu sein. Viele der Patienten/innen horten gerne Nahrung auf ihren Zimmern. Da kann es schon vorkommen, dass mal eine Brotscheibe hier und eine Kiwi da unter dem Tisch verschwinden. Der Fokus auf Nahrung ist so stark ausgeprägt, dass eine wichtige Tischregel immer und immer wieder gebrochen wird – das Sprechen über Essen ist nicht erlaubt. Denn problembehaftete Themen wie schwierige Situationen, Lebensmittel, Suchtmittel und Bewertung der Mahlzeit erleichtern die Tischsituation nicht. Die Hauptaufgabe erfüllt man als Tischbegleitung allerdings schon durch die schiere Anwesenheit und Vorbildfunktion. Schafft man es mit all diesen Regeln im Hinterkopf und der Anspannung, die einem begegnet, trotzdem eine gewisse Ruhe und Gelassenheit zu vermitteln, so kann das für Patienten sehr hilfreich sein. Darüber hinaus ist man selbst froh die Situation gemeistert zu haben. Ich habe bei der Tischbegleitung viel gelernt, das mir Bücher nicht hätten vermitteln können. Einen eigenständigen, natürlichen und souveränen Umgang mit Patienten/innen und deren Gefühlen auch in schwierigen Situationen.