

 rowohlt repertoire

Leseprobe aus:

Renate Göckel

Eßsucht oder Die Scheu vor dem Leben

Eine exemplarische Therapie

Mehr Informationen zum Buch finden Sie auf
www.rowohlt.de/repertoire

Inhalt

Zu diesem Buch 7

Die Sache mit dem Essen 9

Anna K., Lehrerin, 30 Jahre, eßsüchtig 15

Der Eßanfall als Spannungsausgleich 21

Stillhalten 25

Sich verausgaben 34

Die sogenannte Vernunft 42

Eine Denkpause: Rund um den Eßanfall 50

1. Beobachtungspunkt:

Wo habe ich meine Eßanfälle? 51

2. Beobachtungspunkt:

Wann habe ich meine Eßanfälle? 52

3. Beobachtungspunkt:

Was esse ich bei Eßanfällen? 53

4. Beobachtungspunkt:

Was bringt mir ein Eßanfall? 54

5. Beobachtungspunkt:

Mein Eßverhalten bei Hetze 56

6. Beobachtungspunkt:

Mein Eßverhalten bei Langeweile 59

7. Beobachtungspunkt:

Mein Eßverhalten bei Stillhalten und sich verausgaben 65

8. Beobachtungspunkt:

Das Erbrechen 69

9. Beobachtungspunkt:

«Außer sich sein» und «in sich ruhen» 72

10. Beobachtungspunkt:

Malen Sie ein Bild von sich 76

Anna zeichnet sich selbst 77

Die dicke und die dünne Anna 86

Anna und ihre Mutter	94
Anna und ihre Freundinnen	103
Die Männer in Annas Leben	107
Das «gewisse Etwas» – oder was Anna bei Männern sucht	120
Annas Angst vor der «guten Mutter»	128
Die Symbiose – oder die Einheit von Mutter und Kind	141
Saugen, klammern und auftanken	153
Selbständig werden und die Welt erobern	164
Im Stich gelassen werden	175
Anna, das Opfer	186
Befreiung aus dem Teufelskreis	197
 Literatur	 210
 Adressen	 211

Die Sache mit dem Essen

Viele Frauen haben in unserer schlankheitsbesessenen Zeit Probleme mit ihrer Figur. Von allen Seiten wird uns eingeredet, wir seien zu dick, wenn wir wie Frauen aussehen und nicht wie halbwüchsige Knaben. Also versuchen wir weniger zu essen. Vielleicht nehmen wir dann ab – oder aber der Körper schaltet auf Sparflamme und lernt mit weniger auszukommen. Irgendeine Instanz in uns hat nämlich genaue Vorstellungen von unserer «objektiven» Körperform und strebt langfristig das entsprechende Gewicht immer wieder an. Diese schmerzliche Erkenntnis muß fast jede Frau nach einer Diät machen.

Die meisten Frauen mit «Figurproblemen» bleiben unauffällig. Sie hungern sich das am Wochenende zugenommene Kilo im Verlauf der Woche wieder ab. Und damit ist die Sache erledigt. Daneben aber gibt es Frauen, die sich besonders intensiv mit ihrem Eßverhalten und mit ihrer Figur beschäftigen, deren Denken fast ununterbrochen um diese Themen kreist. Sie können nicht willentlich steuern, wieviel sie essen, sondern der Eßdrang kommt einfach über sie, sie sind ihm ausgeliefert.

Die Geschichte jeder eßgestörten Frau zeigt deutlich, daß die Figur nur das letzte Glied – das Endresultat sozusagen – einer langen Kette von Verhaltensweisen und Einstellungen darstellt, die sich untereinander wiederum beeinflussen. Oberflächlich betrachtet steht am Anfang dieser Kette ein erbarmungsloser Drang zu essen, der zum Eßanfall führt. Als Folge dieses «Versagens» kommen Scham und Schuldgefühle hoch und – je nachdem wie stark das Bedürfnis der Frau ist, die «Kontrolle über sich» wiederzugewinnen – wird sie das «Hinaus» der überschüssigen Kalorien beschleunigen oder auch nicht. Davon, wie gut ihr das «Hinaus» gelingt, hängt unter anderem ihre Figur ab. Aber wie weit ihre jeweilige Figur und ihre subjektive Zufriedenheit dem tatsächlich erreichten Gewicht entsprechen, ist noch eine ganz andere Frage.

Je nach Eßverhalten und Figur der Betroffenen unterteilt man die unterschiedlichen Eßstörungen in drei große Kategorien: Mager-Sucht, Eß-Sucht und Fett-Sucht. Tatsächlich haben diese Krankheitsbilder viele Kennzeichen einer Sucht: das gierige Verlangen nach dem «Stoff», die Heimlichkeit, den «Rausch» oder besser die Vernebelung des Denkens, auf die ein böses Erwachen folgt mit Schuld- und Schamgefühlen und der Beschluß, morgen ein ganz neues Leben anzufangen. Ein Beschluß, der ebensooft gebrochen wie gefaßt wird.

Magersucht ist gekennzeichnet durch eine psychisch bedingte Einschränkung der Nahrungsaufnahme, die u. U. bis zu einer lebensbedrohenden Abmagerung führen kann. Magersüchtige mit ihrer scheinbaren Zerbrechlichkeit, ihrer ausgemergelten, halbverhungerten Gestalt wecken teils Mitleid, teils Bewunderung und manchmal auch Abscheu. Immer aber lösen sie Staunen aus. Sich so unter Kontrolle zu haben, daß man es schafft, fast zu verhungern – das ist «Größe». Die Magersüchtige signalisiert: «Ich habe meinen Körper und seine Bedürfnisse unter Kontrolle, und ich verachte Euch, die Ihr so schwach seid und Euren Körperbedürfnissen nachgebt. Ich bin stärker als Ihr, und ich bin Euch überlegen». Sie hat immer etwas Unnahbares an sich.

Von *Eßsucht* oder Bulimie spricht man bei psychisch bedingtem, krankhaften Heißhunger. In der Regel erbricht die Eßsüchtige im Anschluß an den Eßanfall den größten Teil der aufgenommenen Nahrung wieder und kann so ihr Gewicht halten. Eine Eßsüchtige wird als perfekt wahrgenommen, etwas streng, arrogant, kühl, über den Dingen stehend. Auch sie weckt Bewunderung, und auch an sie kommt man nicht so recht heran. Sie ist rational, vernünftig, «kopflastig», und man möchte nicht von ihr beurteilt werden. Niemand würde ihr – der Perfekten – zutrauen, daß sie sich vollißt und anschließend erbricht. Es ist ihr Geheimnis, und sie würde es um keinen Preis lüften. Dieses Geheimnis macht sie innerlich einsam, denn diesen Bereich kann sie mit niemandem teilen. Sie ist nach außen hin stark, doch wie es drinnen aussieht, geht niemand etwas an.

Zur *Fettsucht* führt psychisch bedingter Heißhunger in der Regel dann, wenn das viel zu hohe Nahrungsangebot im Körper verbleibt und nicht oder zu selten wieder erbrochen wird. Die Fettsüchtige ruft in einer Kultur mit schlankem Schönheitsideal Abscheu und Ablehnung hervor. Sie wird als Neutrum gesehen, und sie steht ständig un-

ter dem Druck, abnehmen zu müssen. Sie hat ein dickes Fell, eine Iso-lierschicht, die sie zwischen sich und anderen aufgebaut hat.

Alle drei Eßstörungen erreichen dasselbe: sie schaffen Distanz: Die Magersüchtige erhebt sich geistig über die «schwachen Mitmenschen», die Eßsüchtige gibt sich anders als sie ist und zeigt nur eine unechte Fassade, und die Fettsüchtige baut einen undurchdringlichen körperlichen Schutzwall um sich auf.

Warum und wozu braucht eine eßgestörte Frau diese Distanz? Nach Thorwald Dethlefsen hängen körperliche Symptome und Psyche in der Form zusammen, daß man im Symptom etwas «hat», was einem im Bewußtsein «fehlt».

Auf die geschaffene Distanz bezogen heißt dies etwas vereinfacht:

Die magersüchtige Frau ist stolz darauf, daß sie ihren Körper so gut im «Griff» hat und ebenso seine Bedürfnisse. Auf der psychischen Ebene dagegen fehlt ihr diese Autonomie. Sie ist nicht selbständig, nicht selbstbestimmt, und sie hat Angst, die mühsam erworbene Kontrolle zu verlieren.

Die eßsüchtige Frau kann nur ihr perfektes Image akzeptieren, ihr eigentliches Wesen, das sie kaum kennt, lehnt sie ab und fürchtet seinen Durchbruch. In ihren Eßanfällen kommt mit Macht dieses Andere, Unbekannte durch, das ihren Perfektionsansprüchen nicht standhält und unschädlich gemacht werden muß. Sie räumt ihrem wahren Selbst psychisch zuwenig Platz ein, so daß es sich auf der körperlichen Ebene einen Durchbruch verschaffen muß. Ihr fehlt im Bewußtsein die Selbstakzeptierung und der Platz für ihr Wesen, so wie es ist.

Die dicke, fettsüchtige Frau grenzt sich körperlich durch ihren Schutzwall ab, weil sie sich psychisch nicht abgrenzen kann. Durch ihre «Häßlichkeit» hält sie sich die Leute buchstäblich vom Leib. Ich habe dicke Frauen erlebt, die – nachdem sie 40 Pfund abgenommen hatten – schleunigst wieder zunahmen, weil sie die Attraktivität ihres neuen Aussehens nicht verkraften konnten. Männer und Frauen verhielten sich plötzlich völlig anders ihnen gegenüber, und sie gerieten in Panik, weil ihr Schutz nicht mehr da war.

Die Kategorien Mager-, Eß- und Fettsucht weisen untereinander mehr Gemeinsamkeiten als Unterschiede auf, und die Arbeit mit Klientinnen aus allen drei Kategorien hat mir immer deutlicher gezeigt, daß alle Eßstörungen mit Suchtcharakter gemeinsame Wurzeln haben.

Diese Wurzeln, um bei der Analogie zur Pflanze zu bleiben, sind unter der Erde verborgen, unbewußt. Über der Erde und damit sichtbar sind die Äste und Zweige, die den verschiedenen Spielarten der Eßstörungen, einschließlich aller Zwischenformen entsprechen. Natürlich ist es kein Zufall, wenn die eine Frau eine Magersucht und die andere eine Fettsucht entwickelt. Diese Ausprägungsgrade sind Ergebnisse ihrer Lerngeschichten, die genauso unterschiedlich sind wie die Wachstumsbedingungen verschieden geformter Zweige einer Pflanze.

In diesem Buche möchte ich vor allem die allen Eßstörungen gemeinsamen Wurzeln beleuchten. Diese liegen – allgemein gesagt – im ganz frühen Genährtwerden, in der Bedürfnisbefriedigung des Säuglings. Was kann ein Säugling tun, dessen Bedürfnisse nach Nahrung, Schutz, Wärme und Geborgenheit nicht adäquat befriedigt werden? Er kann versuchen, die Mutter «herbeizulocken». Wenn ihm dies jedoch nicht gelingt, dann resigniert er und versucht, seine Bedürfnisse einzuschränken. Das Gefühl, das aus einer solchen Resignation erwächst und bis ins Erwachsenenalter erhalten bleibt, ist das Gefühl, nicht genug bekommen zu haben, zu kurz gekommen zu sein.

Eßgestörte haben aber nicht nur zuwenig bekommen. Häufig haben sie Nahrung, Schutz, Angenommenwerden auch nicht zu dem Zeitpunkt erhalten, zu dem sie Zuwendung gebraucht hätten, sondern dann, wenn die Pflegeperson es für richtig hielt, ihnen etwas zu geben. Was kann ein Säugling unter solchen Bedingungen lernen? Er lernt, zuzugreifen und unerbittlich festzuhalten, wenn er tatsächlich etwas bekommt. Da er noch keinen Zeitbegriff hat, handelt er nach der Devise jetzt oder nie. Dieses Verhaltensmuster läßt sich bei Eßgestörten auch im Erwachsenenalter gut beobachten: Geringe Frustrationstoleranz, Gier, Unersättlichkeit, Anklammern in Freundes- und Partnerbeziehungen sind typisch für Menschen mit Eßstörungen. Das Vertrauen, daß sie genug bekommen werden, und zwar auch in dem Augenblick, in dem sie es wollen, fehlt völlig. Durch ihre Gier und ihr Zugreifen/Anklammern bewirken sie aber, daß sich Freunde und Partner vor ihnen «schützen» müssen, um nicht «ausgesaugt» zu werden. Dieses «Aussaugen» findet allerdings nur bei den engsten Freunden oder Familienangehörigen statt. Nach außen hin wirken Eßgestörte dagegen meist stark, souverän und kompetent.

Ganz allgemein kann man sagen, daß eßgestörte Frauen (und Männer wahrscheinlich auch) nicht so autonom und selbständig sind, wie

ihre Umwelt glaubt. Sie lieben ihr «wahres Selbst» nicht und können weder Forderungen stellen noch Ablehnungen formulieren aus Angst, dann gar nicht mehr gemocht zu werden. Durch ihre Distanz schützen sie sich davor, daß andere ihnen zu nahe kommen. Sie haben Berührungssängste in jeder Hinsicht. Jemanden *berühren* heißt auch jemanden *anrühren*, jemanden *rühren*. Rührung hat mit Emotionen (ex-movere = herausbewegen) zu tun, mit Schwäche, Kontrollverlust, mit Tränen, mit Demut. Man kann nicht mehr kühl, stolz und überlegen sein, wenn man gerührt ist. Diese Rührung enthält auch Bewegung, man sagt «jemand ist tief bewegt». Wenn man gerührt ist, kommt etwas in Bewegung. Eine Lawine käme ins Rollen, und das spüren eßgestörte Frauen. Alle tief drinnen versteckten nicht befriedigten Bedürfnisse kämen in *Aufruhr*. Und dann?

Nein, da halten sie lieber Distanz zu anderen Menschen und auch zu ihren eigenen Gefühlen. Durch den Eßanfall oder durch Hungern werden Emotionen betäubt, was wesentlich sicherer ist, als sich gehen zu lassen oder fortgerissen zu werden.

Wer Angst hat vor dem Berührtwerden auf körperlicher und psychischer Ebene, der hat auch Angst vor dem «Hereinlassen». Und wer Angst hat vor dem Hereinlassen, der hat auch Angst vor der Sexualität. Tatsächlich haben auch alle eßgestörten Frauen Probleme mit der Sexualität, vor allem mit der Hingabe an einen Partner. Hingabe und Kontrolle lassen sich nicht miteinander vereinbaren. Mit Hingabe meine ich nicht nur sexuelle Hingabe, sondern die Hingabe an den Augenblick zum Beispiel, oder jede Form des Sicheinlassens. Sich einlassen bedeutet oft, sich auf neues, unbekanntes Terrain zu begeben, sich in einen Prozeß einzulassen, dessen Ausgang unklar ist.

Wenn ich jemanden ganz nahe an mich heranlasse, so sieht der andere zwangsäufig hinter die Fassade, er *erkennt* mich so, wie ich wirklich bin. Er nimmt Dinge an mir wahr, die ich selbst nicht sehe und auch oft nicht wahrhaben will. Dieses Erkanntwerden fürchten eßgestörte Frauen sehr. Sie brauchen ja die Distanz, um nicht als das erkannt zu werden, was sie im Grunde sind: bedürftige, halbverhungerte Wesen mit einer großen Angst, abgelehnt zu werden und auch diesmal nicht zu bekommen, was sie sich wünschen. Sie glauben, wenn sie «gut genug» wären, hätten sie noch eine Chance, ein bißchen Liebe und Zuneigung zu erhalten. Also versuchen sie so zu werden, wie sie ihrer Meinung nach sein müssen, um sich Liebe zu verdienen: nützlich, stark, zuverlässig-

sig, klug und vieles mehr. Wenn jemand ihre Schutzwälle überwindet und sieht, wie sie «in Wirklichkeit» sind, ergreift sie panische Angst, nun abgelehnt und verlassen zu werden.

Leider ist die Situation aber noch komplizierter: Eßgestörte haben nämlich auch Angst davor, daß ihre Bedürfnisse von jemandem befriedigt werden könnten und sie dadurch von diesem Menschen abhängig würden. Der eventuelle Verlust eines solchen Menschen wäre für sie viel schwerer zu ertragen als der vorher empfundene Mangel. Das Prinzip «was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß» funktioniert dann nicht mehr, denn ein einmal gewecktes und befriedigtes Bedürfnis kann man nicht mehr so leicht vor sich selbst und anderen verleugnen.

Wenn jemand imstande ist, einem etwas Lebenswichtiges zu geben, das man nie zur Genüge gehabt hat, dann ist seine/ihre Stellung sehr mächtig. Wie soll eine eßgestörte Frau, deren Selbstwertgefühl sehr gering ist, an die dauerhafte Befriedigung ihrer Bedürfnisse glauben können? Sie kennt ihre Gier und Unersättlichkeit und die deswegen drohende Zurückweisung. Sie wird nicht glauben, daß sie genug bekommen kann; und das macht ihr angst. Um diese Angst zu besänftigen, kann sie versuchen, Leistungen zu erbringen oder zu fliehen. Symptome stellen auch Fluchtwege dar – Fluchtwege aus dem Leben.

Sehen wir uns am Beispiel der Anna K. an, wie Eßstörungen und Lebensscheu zusammenhängen und wo sie herkommen. Anna K. ist eßsüchtig, aber die Prinzipien, die ihrer Krankheit zugrunde liegen, gelten mit Einschränkungen auch für Mager- und Fettsüchtige. Da bei Eßsucht die Momente des Kontrollverlustes (Eßanfall), des Wiedererlangens der Kontrolle (Erbrechen) und der chronischen Unzufriedenheit mit der Figur stark ausgeprägt sind, habe ich dieses Krankheitsbild gewählt, um ein möglichst breites Spektrum der Symptome bei Eßstörungen abzudecken.

Aнна K., Lehrerin, 30 Jahre, eßsüchtig

Eßprobleme hatten Anna K. veranlaßt, sich zu einer Therapie bei mir anzumelden. «Na, wo drückt denn der Schuh», eröffne ich das Erstgespräch mit der neuen Klientin.

«Eigentlich nirgends», sagt sie, «eigentlich habe ich alles was man sich wünschen kann: einen netten Mann, einen Job, der mir Spaß macht und viele Freunde und Bekannte. Ich könnte eigentlich zufrieden sein, wenn nicht die Probleme mit dem Essen wären!»

Und sie erzählt von ihren Eßanfällen, die sie alle zwei Tage bekomme, die meist nachmittags oder gegen Abend anfangen und anhalten bis nach dem Abendessen. «Dann», sagt sie, «wenn alle Arbeit getan ist und der Mann vor dem Fernseher sitzt oder anderweitig abgelenkt ist, gehe ich aufs Klo und erbreche alles wieder. Dann fühle ich mich zwar erleichtert, aber ich habe auch ein schlechtes Gewissen.»

Anna fühlt sich seit ihrer Pubertät unförmig und zu dick. Objektiv gesehen hat sie nur einige wenige Kilo Übergewicht, und ihre Figur ist gut proportioniert. Keineswegs wirkt sie zu dick. Um «absolut dünn» zu sein, würde sie am liebsten 10 kg abnehmen. Allerdings sind fünf Kilo weniger als ihr derzeitiges Gewicht das niedrigste, was sie je erreicht hat, damals fühlte sie sich ziemlich wohl – «fast dünn genug» –, konnte das Gewicht aber nur zwei Wochen halten. Dann sorgten zwanghafte Eßanfälle dafür, daß sie wieder drei Kilo zunahm. Immer wieder probierte sie Diätprogramme aus, die ihr in die Hände fielen, nahm unzählige Kilo ab und unzählige zu. Je strenger ihre Diäten waren, «desto unerbittlicher schlugen die Eßanfälle zu.» Annas Sprache offenbart, daß sie ihre Eßanfälle als etwas ansieht, das sie anfällt, über das sie keine Kontrolle hat. Vor ihrer Umwelt hält sie ihr Eßverhalten streng geheim, sie erwähnt allenfalls, daß sie sich zu dick fühle und abnehmen wolle. Dies nehme allerdings niemand ernst, da niemand sie als zu dick ansehe.

Irgendwann las sie ein Buch über Eßsucht, das «Anti-Diätbuch» von Susie Orbach. «Ich war unheimlich betroffen, manchmal konnte ich gar nicht weiterlesen, so sehr hat mich das Buch berührt. Überall habe ich mich wiedererkannt.»

Besonders bei den folgenden Punkten wurde Anna durch das Buch an ihr eigenes Verhalten erinnert:

- Die Unterteilung der Tage in «gute», an denen sie normal ißt, und «schlechte», an denen sie einen Freßanfall hat.
- Die Unterteilung der Nahrungsmittel in «erlaubte», die sie an guten Tagen ißt, und «unerlaubte», die sie an Freßtagen zu sich nimmt, und um die es auch nicht schade ist, wenn sie erbrochen werden. Die erlaubten Nahrungsmittel stehen auf einer «weißen Liste» und umfassen alle kalorienarmen, vitaminreichen, eiweißreichen und fettarmen Nahrungsmittel. Die unerlaubten Nahrungsmittel auf der «schwarzen Liste» umfassen alle Dickmacher, insbesondere ihre Lieblingssüßigkeiten.
- Ihre Furcht, Leute abzuwehren, Erwartungen nicht zu erfüllen, nein zu sagen einerseits und andererseits deutlich zu artikulieren, was sie möchte.
- Ihr Bedürfnis, bestimmte Körperpartien wie Po, Busen, Hüften, Oberschenkel zu verstecken, weil sie sie als zu dick empfindet.
- Die Tatsache, daß sie eigentlich ständig ans Essen denkt und immer hofft, es möge ihr doch gelingen, sich an die erlaubten Nahrungsmittel zu halten und keinen Freßanfall zu bekommen.
- Schwierigkeiten mit ihrer Mutter, die sich in alles einmischt und deren Einfluß sie sich nicht entziehen kann.

Nach der Lektüre des Anti Diätbuches war Anna theoretisch klar, daß ihr Eßproblem nicht nur mit dem Essen zu tun haben kann. Trotzdem schildert sie mir ihre Lebenssituation als «eigentlich o. k.» Auf diese Diskrepanz angesprochen, meint sie: «Na ja, ich will ja nicht undankbar sein, ich habe wirklich alles, was ich immer gewünscht habe. Große Sorgen habe ich nicht, und die kleinen Alltagsprobleme, die hat ja schließlich jeder.» Sie signalisiert mir damit: «Bitte rühre nicht die eigentlichen Ursachen meines Eßproblems an». Zunächst akzeptiere ich ihre Signale und frage sie, ob das Anti Diätbuch oder andere Bücher über Eßsucht ihr geholfen haben, an ihrem Eßverhalten etwas zu verändern.

«Das ist es ja, ich weiß so vieles aus den Büchern, aber ich kann es nicht so recht für mich umsetzen. Meine Eßanfälle habe ich nach wie vor. Sie sind in den letzten Wochen so schlimm geworden, daß ich mich zu dieser Therapie entschlossen habe. Ich habe den Eindruck, daß ich durch diese Bücher vieles deutlicher wahrnehme als vorher, mich aber auch mehr aufrege. Und dann esse ich aus Ärger noch mehr. Ich habe das Gefühl, ich kann einfach nichts gegen die Eßanfälle tun.»

Ob Anna sich vorstellen kann, daß ihre Eßanfälle auch positive Seiten haben? Das habe sie sich auch schon gefragt; vielleicht könnten sie etwas mit «sich den Mund stopfen» zu tun haben. Auf meine Frage, warum «sich den Mund stopfen» etwas Positives sei, antwortet Anna: «Ich habe manchmal Angst, daß ich Dinge sage, die mir hinterher leid tun. Ich kann sehr unbeherrscht sein und ausfällig werden, besonders zu meinem Mann und zu meiner Mutter. Wenn ich aber wütend bin und etwas esse, bin ich milder gestimmt.» Besonders häufig sei sie wütend, wenn sie gestresst aus der Schule komme. Dann nerve es sie, wenn zu Hause auch noch jemand etwas von ihr wolle. Sie habe dann das Gefühl, ständig geben zu müssen.

Mir fällt auf, daß Anna all dies zwar mit einem Lächeln auf dem Gesicht erzählt, aber öfters schluckt. Welche Gefühle schluckt sie hinunter? Ich fordere sie auf, die Situation ausführlicher zu schildern. «Meine Mutter kommt dreimal die Woche vorbei, wenn ich mittags länger unterrichten muß, und kocht das Essen für mich und meinen Mann. Dann bleibt sie zum Essen da, und das ist für mich der Horror. Ich habe das Gefühl, sie hat meine Küche besetzt – ja, meine ganze Wohnung. Ich fühle mich wie ein unmündiges Kind. Sie glaubt, alles zu wissen, und versucht auch, alles zu entscheiden. Wenn ich widerspreche, solidarisiert sie sich mit meinem Mann. Sie schmeichelt sich richtiggehend bei ihm ein. Ich muß mich beherrschen, ruhig zu essen. Manchmal würde ich ihr Essen am liebsten in den Mülleimer kippen und sie hinauswerfen. Aber das kann ich ja nicht machen, ich muß doch froh sein, daß sie für uns kocht. Solange sie da ist, kann ich gar nicht richtig durchatmen. Das fällt mir in der letzten Zeit auf. Sie erdrückt mich richtig, manchmal fühle ich mich in ihrer Gegenwart im Kopfe wie benebelt.» Die Idee für dieses «Kocharrangement» hätte ihr Mann gehabt. Er esse nicht gerne in der Kantine, sondern komme lieber über Mittag nach Hause. Ist ihr das recht? «Eigentlich schon,