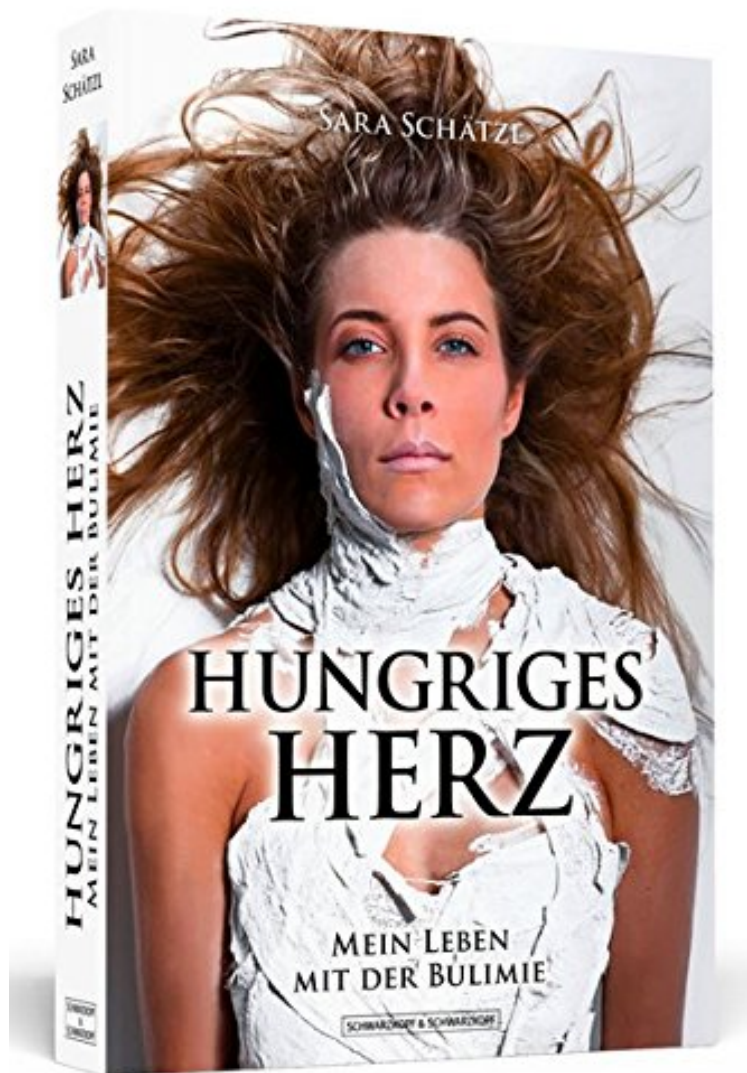


[Read download] Hungriges Herz: Mein Leben mit der Bulimie

## Hungriges Herz: Mein Leben mit der Bulimie

Von Sara Schatzl

DOC | \*audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation - Verkaufsrang: #254739 in BcherVerffentlicht am: 2015-02-15Anzahl der Produkte:  
1Abmessungen: 7.48 x .98b x 4.84l, Einband: Taschenbuch280 Seiten | File size: 36.Mb

**Von Sara Schatzl : Hungriges Herz: Mein Leben mit der Bulimie** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Hungriges Herz: Mein Leben mit der Bulimie:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.  
Perfektes Geschenk.Von MMIch habe das Buch einer Freundin geschenkt, die auch Essprobleme hat.Sie ist begeistert und schrieb mir:"Gefhlsmig ist das Buch schon krass. Es ist nicht so, dass das Essen der Mittelpunkt ist, sondern die Gefhle drum herum, die sie so beschreibt. U z.B. dass sie nie eine der coolen war, seit jeher dazu gehen wollte u sich nie annehmen konnte wie sie ist. Sich immer lieber zurck zog als in einer Gruppe eh nur die berflssige zu sein.

berhaupt soziale Kontakte nicht ihres sind u das Essen eben verlässlich ist. Alles damit drum herum was ihr das Essen eben gibt an anscheinender Liebe, auch ein Zeitfller usw. Und genau so ist es."0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr hilfreich! Von Klaus H. Zuverlässige Lieferung. Toller Preis. Tolles Buch. Beschwingt und unverklemmt geschrieben mit vielen Details. Aus der Sicht eines Außenstehenden kann ich nur sagen: man kriegt einen tollen Einblick in das Leben und Denken von Bulimie-Kranken und kann sich so besser in diese Menschen rein versetzen und so schnell und einfach Verständnis entwickeln, um sich selber eine klarere Sicht zu vermitteln und einen verständlicheren Umgang mit Bulimikern aufbauen zu können. Außerdem lernt man auch was über sich selber. Wenn man will und kann. Drfen tut man immer ! ;-)

4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr berührende Lebensbeichte

Von GoldIch habe mir das Buch als selbst von Bulimie Betroffene gekauft und es hat mich sehr berührt. Teilweise hatte ich das Gefühl, meine eigene Geschichte zu lesen. Ich habe das Buch innerhalb von 2 Tagen gelesen und hatte danach das gute Gefühl, nicht alleine zu sein. Es macht Mut, zu sehen, dass man den Ausweg aus dieser Krankheit schaffen kann wenn man nur will. Ich kann das Buch jeder Betroffenen oder auch Angehörigen und Freunden nur empfehlen! Betroffenen macht es Mut und deren Umfeld kann es zum besseren Verständnis der Krankheit sicher helfen.

Kurzbeschreibung Von überallher lcheln sie uns entgegen spindeldünne Models, deren kindliche Mäe als vollkommen gelten und als Natürlichkeit vermarktet werden. Seit Jahren gaukeln uns die Medien dieses verzerrte Bild des rundum perfekten Körpers vor und haben damit ein gefährliches Ideal geformt. Wer diesem unnatürlichen Schönheitsideal nahefehrt, rutscht nicht selten in eine Essstörung ab. Die Bulimie ist eine von ihnen; betroffen sind vor allem junge Frauen, deren krankhafte Angst vor einer Gewichtszunahme in die Ess-Brech-Sucht gefhrt hat. Nur selten wird die Krankheit frühzeitig erkannt, denn das Essverhalten von Bulimikern ist häufig normal bis kontrolliert reduziert, die Essattacken und das anschließende Bergeben erfolgen in aller Heimlichkeit. Da die Krankheit in der Öffentlichkeit noch weitestgehend unbekannt ist und Bulimie nach wie vor als Tabuthema behandelt wird, stoßen Betroffene häufig auf Ekel und Unverständnis. Die Heilungschancen bei der Bulimie liegen schätzungsweise bei 50 bis 70 Prozent, allerdings kann auch nach bestandener Therapie ein angespanntes Verhältnis zum Essen bleiben häufig ein Leben lang. Bereits als junges Mädchen fhlt sich Sara in ihrem Körper nicht wohl, empfindet sich als zu dick, zu hässlich und zu wenig wert. Im Schatten ihrer perfekten Mutter und neben ihren hässlichen Klassenkameradinnen geht sie unter, sucht Halt in selbst gewählter Einsamkeit und schließlich in ihrem Essverhalten. Mit 14 Jahren entscheidet sie sich zum ersten Mal bewusst, sich nach dem Essen freiwillig zu Bergeben und entdeckt in der Bulimie eine Freundin, die ihr all das gibt, was Sara fehlt: Geborgenheit, Sicherheit, Kontrolle. Innerhalb kürzester Zeit ist Sara in der Sucht gefangen, ihre Gedanken kreisen Tag und Nacht um Essen und Erbrechen. Nach mehr als zehn Jahren und vor allem aufgrund der Geburt ihres Sohnes entscheidet sie, der Krankheit den Kampf anzusagen sie begibt sich selbst in Therapie und schließt sich einer Selbsthilfegruppe in ihrer Wahlheimat Los Angeles an. In HUNGRIGES HERZ erzählt Sara von ihrer Erkrankung und den schlimmsten Jahren ihres Lebens, aber auch davon, wann für sie der Wendepunkt kam und wie sie sich seither Stück für Stück zurück ins Leben kämpft. Ergänzt werden ihre persönlichen Memoiren durch Aufzeichnungen von Saras Mutter sowie von Freunden, die aus ihrer Sicht schildern, wie sie Sara und ihre Bulimie erlebt haben. über den Autor und weitere Mitwirkende Sara Schütz wuchs im idyllischen Donauwrth auf und lebte zeitweilig in Regensburg und München, bevor sie schließlich nach Los Angeles auswanderte. Schon als junges Mädchen begann Sara mit dem Zählen von Kalorien und verfiel mit 14 Jahren der Bulimie. Die Essstörung hielt sie über viele Jahre gefangen, bis sie schließlich stark genug war, der Krankheit entgegenzutreten. Mittlerweile macht Sara eine Therapie und bezeichnet sich als gesund. HUNGRIGES HERZ ist ihr zweites Buch.