

Anne Schillingmann

Essstörungen im Leistungssport

Bachelorarbeit

 **BACHELOR
MASTER
Publishing**

Schillingmann, Anne: Essstörungen im Leistungssport. Hamburg, Bachelor + Master Publishing 2015

Originaltitel der Abschlussarbeit: Essstörungen im Leistungssport

Buch-ISBN: 978-3-95820-358-7

PDF-eBook-ISBN: 978-3-95820-858-2

Druck/Herstellung: Bachelor + Master Publishing, Hamburg, 2015

Covermotiv: © Kobes - Fotolia.com

Zugl. Universität Hildesheim, Hildesheim, Deutschland, Bachelorarbeit, Oktober 2013

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Bearbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Die Informationen in diesem Werk wurden mit Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden und die Diplomica Verlag GmbH, die Autoren oder Übersetzer übernehmen keine juristische Verantwortung oder irgendeine Haftung für evtl. verbliebene fehlerhafte Angaben und deren Folgen.

Alle Rechte vorbehalten

© Bachelor + Master Publishing, Imprint der Diplomica Verlag GmbH

Hermannstal 119k, 22119 Hamburg

<http://www.diplomica-verlag.de>, Hamburg 2015

Printed in Germany

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Leistungssport	4
1.1 Ernährung im Leistungssport	5
3. Essstörungen	7
3.1 Klassische Essstörungen	8
3.1.1 <i>Anorexia nervosa</i>	8
3.1.2 <i>Bulimia nervosa</i>	9
3.1.3 <i>Atypische Formen</i>	11
3.2 Sportinduzierte Essstörungen	11
3.2.1 <i>Anorexia athletica</i>	11
3.2.2 <i>Bulimia exercise</i>	13
4. Prädisponierende Faktoren	14
4.1 Sportarten mit hohem Erkrankungsrisiko	15
4.1.1 <i>Ausdauersportarten</i>	16
4.1.2 <i>Ästhetische Sportarten</i>	17
4.1.3 <i>Gewichtsabhängige Sportarten</i>	18
4.2 Psychosoziale Faktoren	19
4.2.1 <i>Persönlichkeitsmerkmale</i>	19
4.2.1 <i>Familiäre Bedingungen</i>	20
4.2.2 <i>Adoleszenz</i>	21
4.3 Biologische Faktoren	23
4.4 Soziokulturelle Faktoren	24
4.5 Sportspezifische Faktoren	25

4.5.1	<i>Anforderungen und Belastungen</i>	25
4.5.2	<i>Rolle des Trainers</i>	27
5.	Fallbeispiel: Eva-Maria Fitze	28
5.1	Leben und sportliche Karriere	29
5.2	Interview	29
6.	Fazit	32
	Literaturverzeichnis	37
	Anhang	I

1. Einleitung

„Meine Trainerin hat mir oft gesagt, dass ich abnehmen soll, wenn ich Erfolg haben will [...] Das sei nötig, weil Eiskunstlaufen nun mal eine ästhetische Sportart sei“

(Geyer & Pfeil; „2000, S. 244).

Dieser Satz stammt aus einem Interview mit der ehemals Deutschen Meisterin im Eiskunstlaufen, Eva-Maria Fitze, die selbst jahrelang an schweren Essstörungen litt und aufgrund dessen im Alter von 17 Jahren ihre sportliche Karriere unterbrechen musste. (vgl. Geyers & Pfeil, 2000).

Das Interview hat mich auf das Thema aufmerksam gemacht und mich dazu veranlasst, den Zusammenhang von Essstörungen und Leistungssport genauer zu recherchieren. Dabei hat sich gezeigt, dass *Essstörung* ein sehr präsender Begriff in unserer heutigen Gesellschaft ist. Besonders in der Modelbranche, steht er verstärkt im Zusammenhang mit der sogenannten Size-Zero-Größe. Und auch in den Medien sind Essstörungen längst kein Tabuthema mehr.

In Bezug auf den Sportler¹ bzw. den Leistungssport ist dieses Thema, mit Ausnahme weniger Berichte in den Medien über prominente Athleten, öffentlich jedoch recht wenig diskutiert. Dennoch zeigen Untersuchungen der Wissenschaft, dass Fälle von Essstörungen im Bereich des Leistungssports durchaus vorhanden sind und nicht so selten auftreten, wie man vermuten mag (vgl. Lebenstedt et al., 2004, S.1).

Im Laufe der Jahre gewinnt der Leistungssport in unserer aktuellen Leistungsgesellschaft immer mehr Bedeutung. Die Athleten wollen immer schneller, weiter, besser und stärker sein. Aber auch die Trainer, die Medien, Sponsoren und sogar die Eltern erwarten immer bessere Leistungen. Was zählt, sind Siege, Rekorde und Medaillen (vgl. Andrey, 2009, S.1).

Demzufolge führt der Druck auf die Athleten, ihre Leistungsfähigkeit nach Möglichkeit permanent zu steigern, einer ästhetischen Norm zu entsprechen

¹ Der Einfachheit halber verzichte ich im Rahmen meiner Arbeit auf eine geschlechtsspezifische Trennung. Demzufolge impliziert der maskuline Ausdruck (Athlet, Sportler, etc.) auch die jeweilige feminine Form.