

Caroline Wendt

Ich kann
nicht anders,
Mama

Eine Mutter kämpft
um ihre magersüchtigen
Töchter

Knaur Taschenbuch Verlag

Besuchen Sie uns im Internet:
www.knaur.de



Originalausgabe März 2011
Copyright © 2011 by Knaur Taschenbuch.
Ein Unternehmen der Droemerschens Verlagsanstalt
Th. Knaur Nachf. GmbH & Co. KG, München
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk darf – auch teilweise –
nur mit Genehmigung des Verlags wiedergegeben werden.
Redaktion: Annerose Sieck
Umschlaggestaltung: ZERO Werbeagentur, München
Umschlagabbildung: Corbis / Paul Simcock
Satz: Adobe InDesign im Verlag
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-426-78387-0

2 4 5 3 1

*Für meine Eltern, die ich umso mehr liebe,
je älter unsere Kinder werden.
Und natürlich für Anna und Marie,
die es schaffen werden, jede für sich allein.*

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
»Eine Frau kann nicht dünn genug sein.« Erste Anzeichen und Alarmsignale	15
»Ich kann nicht anders, Mama.« Vom Erkennen der Krankheit	44
Die Magersucht sitzt immer mit am Tisch Familienleben mit einem magersüchtigen Kind	78
Magersucht und Familientherapie Eltern unter Verdacht	108
»Niemand zeigt einem seine Ohnmacht deutlicher als ein magersüchtiges Kind.« Die Gefühle der Mütter	149

»Das einzige wahre Heilmittel bei dieser Krankheit bist du selbst.« Der Weg aus der Magersucht	184
Und erstens kommt es anders ... Über den Umgang mit Rückfällen	217
Maries Brief	229
Auszug aus Annas Tagebuch	233
Aus der Sicht eines Mediziners Beitrag von Prof. Dr. Manfred Fichter, Psychosomatische Klinik Roseneck und Psychiatrische Universitätsklinik München	239
Literaturverzeichnis	285

Vorwort

Das hast du trotz allem gut gemacht.« Sagte meine Freundin Marion, als meine beiden Töchter die Magersucht fürs Erste überwunden hatten. »Vor allem, wenn man bedenkt, dass ja immer die Mütter schuld sind«, sagte ich. Da mussten wir beide lachen.

Meine Erfahrungen mit der Magersucht unserer Zwillingen haben mich bewegt, dieses Buch zu schreiben. Marie war gerade 14 Jahre alt, als sie erkrankte, ihre Schwester Anna folgte ihr kurz darauf in die Essstörung. Zuerst wollte ich einfach mein Tagebuch veröffentlichen, komplett, intim und ungeschminkt, dann wurde mir klar, wie viel ich nicht nur von mir, sondern auch von anderen Familienmitgliedern, allen voran den Mädchen, preisgeben hätte. Und das angesichts der nicht selten zungenschnalzenden Behandlung des Themas in den Medien. Auf die Mitteilung meiner Erfahrungen verzichten wollte ich aber dennoch nicht. Ich hatte einfach zu viel zu sagen: zum Thema Magersucht und Familie bzw. Familie und Therapie. Also fing ich noch einmal von vorn an und berichtete nun aus der

Distanz von drei Jahren. Als Gewinn entpuppte sich die Zusammenarbeit mit Prof. Manfred Fichter, dem ärztlichen Leiter der Psychosomatischen Klinik Roseneck. Er erweiterte unsere Fallgeschichte um seinen wissenschaftlichen Kommentar.

Dieses Buch möchte verzweifelten Eltern Mut machen. Ja, man kann die Magersucht überwinden – und wenn sich die Magersucht besiegen lässt, dann die anderen Essstörungen auch. Die Zeit bis dahin ist allerdings nicht leicht. Vor allem für die erkrankten Jugendlichen, deren inneres Leiden ihrem jämmerlichen Äußeren entspricht. Aber auch für die betroffenen Mütter und Väter ist die Erkrankung kein Sonntagsspaziergang. Plötzlich wird die gesamte Familie in Frage gestellt. Was hat man mit diesem Kind falsch gemacht? Musste es zu dieser Krise kommen, oder hätte man sie als Eltern verhindern können?

Diese und ähnliche Fragen wird sich jede Mutter und jeder Vater stellen. Und nicht immer passen die stereotypen Antworten zur Situation in der eigenen Familie. Man hat mit vielen vorschnellen Urteilen zu kämpfen, in der engen und weiteren Verwandtschaft sowie im Freundeskreis, aber auch in der Psychotherapie. In Deutschland, so zumindest mein Eindruck, ist man schnell mit Urteilen bei der Hand. Ja, manchmal ist die Diagnose schon per Lehrbuch gestellt, bevor man sich überhaupt richtig mit allen Beteiligten besprochen hat. Bei einer psychischen Erkrankung des Kindes steht nicht selten die Mutter am Pranger. Dass dies wenig hilfreich ist, kann sich jeder denken. Aber es gibt Fachleute, die explizit für eine Entlastung der Eltern eintreten, wenn es um die Magersucht ihres meist noch minderjährigen Kindes geht. Auf alle Fälle lässt sich diese tückische Erkrankung leichter überwinden, wenn Patienten, Eltern und Therapeuten an einem Strang ziehen.

Mein Kind ist krank – also muss ich alles tun, um es zu retten! Das ist die normale Reaktion von Eltern, vor allem angesichts des Zustands der Auszehrung, den die Magersucht mit sich bringt. Aber man wird dem Kind und sich selbst im Weg stehen, wenn man in Sachen Essstörung die mütterliche Löwin gibt. Den Kampf ganz aufgeben wird man dennoch nicht. Die größte Herausforderung für mich war, das geliebte Kind loszulassen, obwohl es ihm offensichtlich schlechtging. Sich angesichts einer schweren psychischen Erkrankung des eigenen Kindes ruhig zu verhalten, Verantwortung an Fachleute abzugeben, aber letztlich auch an das geschwächte Kind – das ist wohl das Schwierigste, was Mütter leisten müssen.

Mein Erfahrungsbericht soll Sie vor allem ermutigen: So gut wie ich bekommen Sie das auch hin! Wahrscheinlich sogar besser, nachdem Sie gelesen haben, welche Möglichkeiten es im Umgang mit einem essgestörten Kind gibt. Dieses Buch soll anderen Müttern und Vätern Einblicke in oft verspätete Einsichten vermitteln. Bei Magersucht hinkt man den Ereignissen nämlich gern hinterher.

Ein magersüchtiges Kind zu haben ist schlimm, weil du als Mutter vollkommen hilflos bist. Weil du so gut wie nichts tun kannst, um einen Prozess aufzuhalten, der fatal erscheint, lebensfeindlich und tödlich. Am schlimmsten, weil du nicht mehr so auf der Seite des Kindes stehen kannst wie sonst immer, denn es fügt sich ja vor deinen Augen Leid zu. Wenn das Kind nichts mehr isst, bleibt der Mutter das Essen im Hals stecken. Das Kind, das man genährt hat – und nie schlecht genährt, im Gegenteil, man hat immer auf gutes Essen geachtet –, dieses Kind verweigert sich deiner Fürsorge auf eine Weise, die unerträglich ist. Wobei ihm deine Fürsorge vollkommen egal ist,

denn es hat andere Sorgen. Sorgen, die zur Dauerdiät geführt haben, Sorgen, von denen die Eltern offenbar kaum etwas wussten.

Diese Sätze stammen aus dem Tagebuch, das ich in den anderthalb Jahren, in denen unsere beiden Zwillingstmädchen akut an Magersucht litten, geschrieben habe. Wie früher als Teenager habe ich fast täglich meine Erlebnisse und Gefühle zu Papier gebracht – nur dass es bei mir nicht um die Liebe ging und auch nicht, wie vielleicht in meinem Alter zu erwarten, um Berufs- und Eheprobleme, sondern ausschließlich um die Erkrankung meiner Kinder. Ich habe geschrieben, um mich selbst zu entlasten – und Klarheit zu gewinnen. Ich kann diese Art der Auseinandersetzung in einer der schwersten Krisensituationen des Lebens nur empfehlen. Dieses Buch enthält manche Passage aus meinem »Magersucht-Tagebuch«, vor allem aber ist es Ausdruck der vielen Gespräche, die ich mit den Kindern, meinem Ehemann, meinen Eltern, meinen Freundinnen und nicht zuletzt meiner Lebensberaterin Rosa geführt habe. Tatsächlich ist man mit einem essgestörten Kind in der Familie nicht selten dem Wahnsinn nah, vor Sorge natürlich und auch angesichts des »verrückten« Verhalten des einst so vertrauten Kindes. In dieser Situation brauchen Eltern und vor allem Mütter viel Unterstützung.

Neulich habe ich mit einer Freundin zusammengessen, die sich große Sorgen um die Gesundheit ihrer Tochter machte. Die 13-Jährige aß fast nichts mehr. Glücklicherweise wirkte sie auch nicht. Ja, selbst ihre Diäterfolge konterte sie mit neuen, noch höheren Ansprüchen. Oje, dachte ich, das hört sich nicht gut an. Aber ich kenne die Tochter meiner Freundin: Sie ist eine starke kleine Persönlichkeit. Daher sagte ich: »Egal, ob sie nun

schon drinsteckt in der Krankheit oder ob sich das Ganze als kurze Episode entpuppt: Sie wird wieder herausfinden aus dem Wahn. Eben weil sie stark ist. Denn die Kraft, die du benötigst, um deinen Körper derart darben zu lassen, brauchst du auch, um dich aus der Umklammerung des Biestes Mager-sucht zu befreien.«

Anders gesagt: Die Kraft zur Zerstörung und die Stärke zum Aufbau sind gleich. Wer die eine hat, hat – grundsätzlich – auch die andere.

Verlieren Sie vor allen Dingen nicht den Mut.

»Eine Frau kann nicht dünn genug sein.«

Erste Anzeichen und Alarmsignale

Ich weiß noch genau, wie ich bei meiner Freundin Marion in der Küche saß und erzählte, dass meine Tochter Marie abgenommen hätte. Sie esse keine Süßigkeiten mehr, ich fände toll, dass sie diese Disziplin aufbringe. Ich hätte das als junges Mädchen nie hingekriegt! Das Wort abnehmen, meinte Marion gleich etwas streng, dürfe in einer Familie mit pubertierenden Mädchen überhaupt nicht vorkommen. Ob mir denn nicht klar sei, wie irrsinnig gefährlich das sei. Unsinn, dachte ich, die Marie isst doch sehr ordentlich zu Mittag, schließlich sitzen wir jeden Tag zusammen am Tisch, da würde ich schon mitbekommen, wenn irgendwas fehlte. – Das war, glaube ich, noch vor Weihnachten.

Was ich richtig schön fand in dieser Zeit: Anna und Marie begannen sich fürs Kochen und Backen zu interessieren. Mir war schon klar, dass ihre plötzliche Häuslichkeit damit zusammenhing, dass sie beide noch nicht ihre Peergroup gefunden hatten. Dafür standen sie bei mir in der Küche und fragten mich Löcher in den Bauch. Wie viel Salz kommt ins Nudelwasser?

Muss man die Büchsentomaten abgießen, oder kommt die Flüssigkeit mit in die Sauce? Wie lange sollen die Zwiebeln schmoren? Klasse, dachte ich, jetzt nutzen sie diese Lücke und lernen gleich mal anständig kochen. Ihr Interesse an Kochbüchern war allerdings auffällig. Ständig blätterten sie sich durch die schönsten Rezepte und riefen: LECKER. Das müssen wir dringend mal machen, Mama. Gegessen wurde aber immer weniger. Ich kann gar nicht sagen, wie viel Nahrungsmittel bei uns in dieser Anfangsphase weggeworfen wurden. Ich musste mein Einkaufsverhalten radikal umstellen.

Beim Skifahren über die Faschingstage fiel es dann allen erstmals deutlich auf, wie wenig Marie »plötzlich« aß. Abends nur noch eineinhalb Brote, und das nach einem anstrengenden Tag am Berg. Sie führte immer die »irre fette Brotzeit auf der Hütte« ins Feld. Nach dem Abendessen, wenn wir spielten oder fernsahen, wurde nichts mehr geknabbert. Uns verging dann auch schnell die Lust am Naschen, und die Abende waren nicht ganz so lustig wie sonst. Zumal für Anna, ihre Zwillingsschwester, die eigentlich ganz gern noch ein wenig zugelangt hätte. Allein Annas Freundin, die wir mitgenommen hatten, vertiefte sich in Berge von Chips und Keksen und genoss das Leben offensichtlich mehr als unsere beiden Mädchen. Haben wir da schon mit Marie gesprochen? Wahrscheinlich nicht. Eine Schlankheitsdiät war in unserer Familie bisher nicht vorgekommen. Wir lieben gutes Essen, und keiner war je dick. Andererseits: Machten nicht alle jungen Mädchen irgendwann einmal eine Diät? Wir sollten vielleicht einfach akzeptieren, dass sie es einmal versuchte. Auch wenn dieses plötzliche »Aufs-Essen-Achten« bei Marie schon irritierte. (Ihre Mutter, also ich, hatte keine einzige Diät im Leben durchgehalten, das ließ doch hoffen, nicht wahr?)

Nach dem Skiurlaub ging das Diätleben zu Hause weiter. Keine Süßigkeiten am Abend, keine Butter mehr aufs Brot, die Salatsauce blieb unaufgetunkt im Teller zurück. Marie nahm deutlich ab, und mein Mann und ich verstanden unser Kind nicht mehr. Weil wir keine Waage haben, wog sie sich bei gemeinsamen Freunden. 49 Kilo. Sie hatte in wenigen Wochen fünf Kilo abgenommen. Wir schluckten, aber sie war stolz auf ihre neue Linie. »Jetzt muss es aber gut sein, Marie«, riefen wir abwechselnd aus. Natürlich sei es jetzt gut, beruhigte sie uns, sie sei zufrieden mit sich und diesem Gewicht, habe sich im letzten Sommer dick und unglücklich gefühlt und wolle jetzt so bleiben. Zu dem Zeitpunkt hatten beide Zwillinge ihre Tage nicht mehr, wie ich erst später erfuhr. Denn auch Anna hatte zwei Kilo verloren. Ist das Abnehmen denn so ansteckend wie ein Schnupfen, fragte ich mich manchmal in dieser Zeit.

Später erfuhr ich aus der Fachliteratur (Mütter lesen alles zum Thema Magersucht), dass eine Übertragung durch Ansteckung tatsächlich in der Wissenschaft diskutiert wurde – doch nicht durch irgendwelche rätselhafte Bakterien! Jeder mit offenen Augen kann sehen, dass die »Ansteckung« mentaler Art ist. In dieser Beziehung findet sie tatsächlich täglich auf dem Schulhof statt. Dünnsein ist schön. Nur Dünne haben Erfolg im Leben und in der Liebe. Essen wird da automatisch zum Gesprächsthema. Ja, wir hatten manchmal den Eindruck, unsere Mädchen hatten kaum noch ein anderes Thema als das Essen. Wenn die beiden abends mit Freundinnen telefonierten, wurden minutenlang die Lebensmittel aufgezählt, die man im Laufe des Tages zu sich genommen hatte. Meist verbunden mit einem »Oh Gott! Ich werde fett!« – woraufhin die Freundin am anderen Ende der Strippe sekundierte, was sie alles gegessen hätte, viel mehr, weshalb sie noch dicker werden würde.

Mein Mann meinte einmal im Scherz: »Wie wäre es, wenn ihr euch erzählen würdet, was ihr alles *nicht* gegessen habt heute?« – War das noch harmlos? Bei uns vielleicht nicht. Bei anderen sicherlich schon. Schließlich werden die wenigsten Mädchen magersüchtig. Als essgestört kann nach Studien jedes dritte bezeichnet werden, und jedes zweite fühlt sich diffus »zu dick« – auch wenn der BMI (der Body Mass Index) vollkommen in Ordnung ist. Schlankheitsfimmel und Schönheitswahn sind nicht die Ursachen für Magersucht, aber der Äußerlichkeitskult in unserer Gesellschaft bestellt ihr sozusagen ein fruchtbares Feld.

Die Neckereien des Vaters und die Telefontiraden der Töchter verebhten allerdings in der Zeit zwischen Fasching und Ostern. Wie auch die gute Laune. Es ist erschreckend, wie schnell das Familienleben kippt, wenn ein Kind die Nahrung verweigert. Bei uns waren plötzlich alle – bis auf den 5-jährigen Jakob, der sowieso nicht mehr verstand, in welcher Welt er eigentlich lebte – aufs Essen fixiert. Anna kontrollierte Marie. Ich schaute auf beide. Mein Mann fragte abends nach der Lage. Die war angespannt. Ich schlief wenig.

Ostern war der große Fixpunkt: Dann würde Marie nämlich endlich wieder normal essen. Dann wäre ihre Fastenzeit endgültig vorbei. Das hatte sie ihrem Vater hoch und heilig versprochen. Ostern würde unser Familienleben wieder ins Lot kommen. Alle würden um den Tisch herumsitzen und lachen und reden und essen. Alles wäre wieder wie früher. – Wobei die fröhlichen Tafelrunden en famille schon vorbei gewesen waren, bevor das Diätleben begann, das muss ich ehrlich zugeben. Die Familienmahlzeiten sind, seit unser Jüngster drei ist und glaubt, zu allem etwas sagen zu müssen, alles andere als

entspannend. Es ist schwierig, mit drei Kindern, von denen einer fast ein Jahrzehnt jünger ist, friedlich am Tisch zu sitzen. Die Großen wollen erzählen, die Eltern in Ruhe essen. Der Kleine turnt. Die Eltern ermahnen oder versuchen, die Ruhe durch Ignorieren des Gezappels wiederherzustellen. Klappt aber leider nicht, weil sich die Großen lautstark einschalten: Ihr erzieht den Kleinen nicht (oder falsch). Das führte manchmal dazu, dass vier Leute auf den Kleinen einredeten, und also: zu nichts. Womit ich nur sagen möchte: Seit der Geburt von Jakob hatten sich in der Familie die Gewichte verschoben. Dieser Satz gilt aber ebenso für die Mädchen, deren Pubertät das Familienleben auch gehörig durcheinandergewirbelt hat.

Das Verrückte in der Zeit mit der Magersucht ist: Du machst etwas mit der Tochter aus – etwa dass die Diät bis höchstens Ostern dauern darf – und lässt dann doch nicht locker innerlich. Ich habe wahrscheinlich gehant, dass sie das Versprechen nicht würde halten können. Heute weiß ich: Das Abrücken von der Magersucht ist kein reiner Willensakt, dafür muss mehr geschehen. – Wann wurde mir klar, dass Marie ernsthaft erkrankt ist? Als sich der Abwärtstrend im Gewicht nicht aufhalten ließ? Als ich vom Ausbleiben der Regel erfuhr? Oder als ich begriff, dass tiefere Konflikte den Ausbruch der Krankheit begünstigt hatten?

Damals habe ich mich oft gefragt – und ich frage es mich noch heute –, ob ich vielleicht überreagiert und zu sehr meinen Befürchtungen nachgegeben habe. Andererseits: Es gibt ein intuitives Wissen um manche Dinge des Lebens – und das hatte ich in diesem Fall. Ich wusste, dass Marie in Gefahr ist, so wie ich wenig später auch wusste, dass Anna gefährdet ist. Natürlich sind Wissen und das Handeln aus dem Wissen heraus

zwei Paar Schuhe. Sicherlich hätte ich mit weniger Geschrei und mehr Gefasstheit und innerer Ruhe mehr erreicht. Mit Bestimmtheit hätte mir und auch meinem Mann professionelle Unterstützung geholfen. (Die Familientherapie war für uns Eltern eine zusätzliche Belastung, die meiste Literatur zum Thema leider auch, doch dazu später mehr.) Dennoch bleibt die Frage: Warum war ich so rasch in höchster Alarmbereitschaft? Weil ich mein Kind so gut kannte oder weil ich die Essstörung so gut kannte? Beides davon ist wahr, wobei sich der zweite Teil erst langsam, in der Auseinandersetzung mit meiner Ursprungsfamilie, herausstellen sollte.

Trotz all dieser Überlegungen steht für mich fest: Die Besorgnis der Mutter ist ein sicheres Indiz für die Störung. Wenn Mütter sich plötzlich ernsthaft Sorgen um ihr Kind machen, ist Gefahr in Verzug. Mediziner und Psychologen werden die Verlässlichkeit der Mutter-Diagnose vielleicht kritisch sehen, aber sie ernst zu nehmen kann nicht schaden. Zumal die Tochter selbst zu diesem Zeitpunkt vielleicht noch gar nichts von einer Störung weiß bzw. wissen will. Daher tun aufmerksame Mütter gut daran, ihrem Gefühl zu trauen, gerade wenn es ungut ist. Es gibt viele Möglichkeiten, sich helfen zu lassen, wenn die Tochter dabei ist, in eine veritable Essstörung abzugleiten. Auch wenn sie schon drinsteckt in der Störung, gibt es Wege hinaus. Man kann sein Kind nicht in die Therapie zwingen, aber auf die Wahrheit aufmerksam machen kann man es.

Bei Marie – und bei vielen Magersüchtigen – war es nicht so, dass sie überhaupt nichts mehr gegessen hätte. Es ist eines von vielen Vorurteilen über die Magersucht, dass man meint, die Betroffenen würden nichts oder quasi nur einen Joghurt pro Tag essen. »Aber sie isst doch«, wurde mir manches Mal von

Freundinnen zugerant, die mich beruhigen wollten. »Ja, aber viel zu wenig«, flüsterte ich zurück und kam mir jedes Mal idiotisch vor, wie die Mutter einer Dreijährigen. Es ist ein großer Mist, wenn man sich in dem Alter Sorgen um die Ernährung des Kindes machen muss. Ein Rückfall in die Zeit der Glücke, die ich nie recht sein wollte. Ich wollte selbstbewusste, eigenständige Kinder heranziehen – und für mich den entsprechenden Freiraum, den ebensolche Kinder bieten.

»Versuch es doch mal mit ihren Lieblingsgerichten!« Das war ein oft (und nicht sehr gern) gehörter Ratschlag von Freunden. Als ob ich das nicht schon längst versucht hätte! Wobei die Vergeblichkeit dieser Versuche mich nicht wenig frustriert hatte. Marie aß morgens zwei Löffel Cornflakes mit ein wenig Milch, mittags ein von mir zurechtgemachtes Tellergericht und abends eine Scheibe trockenes Brot, auf das sie, weil wir irgendetwas Aufstrichartiges forderten, eine hauchdünne Schicht ihrer selbstgemachten Marmelade schmierte. Man kann sich vorstellen, dass das Mittagessen immer vom Feinsten war. Aber schon beim Thema Nachtisch war der Ofen aus. Manchmal hatten wir groteske Auseinandersetzungen um einen Löffel mehr (meine Meinung) oder weniger (ihre Haltung) Nudeln. – Ostern kam und ging, und – natürlich, möchte ich fast sagen – Marie rührte ihre Schokoeier nicht an. Ich hatte es ja geahnt! Und auch nicht versäumt, ihr vor Ostern ein wenig Druck zu machen nach dem Motto: »Für dich brauche ich wohl keine Schokoladeneier zu besorgen?« Was hätte sie da antworten sollen, außer unter Tränen: »Ich hab doch schon gesagt, Mama, dass ich Ostern wieder normal esse!« Solche Wortwechsel sind passiert, obwohl »offiziell« Waffenstillstand herrschte, weil ja die Frist bis Ostern ging.

Überhaupt habe ich mich oft falsch verhalten. Mich provozieren lassen durch das Essverhalten des Kindes, das gar nicht mich und meine Küche meinte, sondern Ausdruck großer Not und eines inneren Zwangs war. (Doch das begriff ich erst später – auch wie tückisch das familiäre Gefecht ums Essen war.) »Das hast du doch früher immer so geliebt, Schatz!« Wie oft habe ich diesen Satz gesagt, fassungslos und vorwurfsvoll zugleich? Ich konnte und wollte nicht begreifen, wie man so dauerhaft und stur die schönsten Leckereien ausschlagen konnte – und sich selbst dabei zugrunde richtete. Unsere Mädchen waren immer wunderbare Esser gewesen, der Stolz ihrer Großmütter vom Land. Ja, die kleinen Zwillinge abzufüttern kam einer schweißtreibenden Arbeit gleich. »Hungri« war ihr Schlachtruf und ihr größter Ärger der Verdacht, die Schwester hätte das größere oder bessere Stück bekommen. Später dann hatten wir unzählig viele schöne Abende am Tisch. Ich hatte das für selbstverständlich genommen. Sogar ein wenig den Kopf geschüttelt über die Kostverächter unter anderen Kindern. Wie kann es einem Kind nicht schmecken? Das gibt es doch gar nicht! Jetzt weiß ich, welches Glück es bedeutet, wenn ein Kind gut isst.

»Die wissen wirklich alles«, habe ich damals in meinem Tagebuch notiert, »wie viele Kalorien ein Duplo hat im Vergleich zum Apfel, wie lange man für einen Latte macchiato joggen muss, was Paris Hilton täglich isst.« Ich fand das sehr befremdlich. Und Marie? Wollte vor allem in Ruhe gelassen werden von ihrer nervigen Mutter, die sich plötzlich in ihre Ernährung und in ihr Leben einmischte. Sie wollte einfach nur dünn sein, wo war hier eigentlich das Problem? Andere Mütter würden gar nichts sagen. »Ich werde nicht zulassen, dass du magersüchtig wirst«, sagte ich. Ein frommes Verlangen!

Bei den Auseinandersetzungen mit Marie stand Anna auf meiner Seite. »Mensch, Marie, was ist so schlimm daran, ein kleines Stück Käse zu essen?«, sekundierte sie die mütterlichen Erwartungen. (Natürlich aß Marie das Stück Käse dann nicht, das sei dazu gesagt.) Anna hatte kein Verständnis für das neue Essverhalten ihrer Schwester, ob sie die Bedrohung für sich selbst da schon spürte? Einmal, als ich in Tränen aufgelöst war, nahm sie mich spontan in den Arm. Eine erwachsene Geste, über die ich mich sehr freute.

Wie immer, wenn mich etwas bedrückt, habe ich meinen Freundinnen die Lage mit den diätwütigen Töchtern geschildert. Einige erinnerten sich daran, dass sie selbst in ihrer Jugend »gesponnen« hätten mit dem Essen. Eine erzählte, dass ihre Mutter stillschweigend überall im Haus wunderschöne Schalen mit Gebäck, Nüssen und Schokolade verteilt hätte. Der Duft sei verführerisch gewesen – und sie hätte als junges Mädchen dem bald nachgegeben. Einfach wieder gegessen, und das ohne Aufregung und Streit wie bei uns. Eine andere schlug einen Aufenthalt in Afrika vor. Es hätte sich schon manches Mal als heilsam erwiesen, die Kinder in ein Hungergebiet zu schicken. Echtes Leid heilt eingebildete Krankheit. Daran glaubte ich allerdings nicht. An Aufklärung aber schon. Die befreundete Ökotrophologin, die den Zwillingen etwas über gesunde Ernährung und Wachstum erzählen sollte, kam dann nicht zum vereinbarten Termin. Ihr war nicht klar, wie bedrohlich die Lage bereits war. Vielleicht fühlte sie sich auch überfordert: Was erzählt man einem jungen Mädchen, das nicht mehr gescheit essen will? Dass Möhren ohne Käse nicht so gesund sind wie Möhren mit Käse? Magersucht ist kein Ernährungsproblem.

Sie habe sich im vergangenen Sommer dick und unglücklich gefühlt, hatte Marie geäußert. Im August des Vorjahres waren die Kinder und ich bei meiner Freundin eingeladen, die ein Ferienhaus auf Sardinien besitzt – perfekte Bedingungen für einen Urlaub, zumal auch neben den beiden kleineren Kindern ihr ältester Sohn mit von der Partie war. Unsere Mädchen und er kennen sich seit frühester Kindheit. Nun war es aber so, dass Tommy sich eindeutig mehr für Anna interessierte als für Marie. Blöd für Marie, aber doch kein Drama, sollte man meinen – wenn man keine Zwillingsschwester hat. Das Zwillingdasein ist ganz wunderbar herrlich, aber manchmal eben auch eine echte Last. Diese Last scheint in der Pubertät zu überwiegen, kein Wunder, schließlich geht es hier um Identitätsfindung, die wiederum besonders schwierig ist, wenn man immer einen Spiegel seiner selbst vor der Nase hat. Jedenfalls war Marie geknickt. Als sie dann auch noch in einen Seeigel trat und ihr der Arzt, nachdem wir mit Pinzetten und Nadeln nichts hatten ausrichten können, die widerborstigen Stacheln einzeln aus dem Fuß herausoperieren musste, war ihre Moral vollkommen am Boden. Ich habe ihr dann zum Trost ein Armband gekauft. Etwas hilflos, der Lage entsprechend. – Ich wusste sofort, was sie meinte, als sie vom vergangenen Sommer sprach. Sie meinte ihr persönliches Unglücklichsein. Nicht, dass sie mal schlecht drauf war, sondern dass es ihr über einen längeren Zeitraum hinweg schlechtging. Es gibt einen wunderbaren Roman von Anna Gavalda, der auch verfilmt wurde: »Zusammen ist man weniger allein«. Die Protagonistin, eine begabte junge Frau, die in einem Putzjob verkümmert, ist magersüchtig. Das wird aber nicht explizit ausgesprochen, weder im Film noch im Roman. Wer sich allerdings ein bisschen auskennt mit Essstörungen, weiß gleich, was Sache ist. Denn zu Beginn der Geschichte wird Camille gefragt, ob

sie jemanden lieben würde. »Nein«, antwortet sie, »niemanden. Ich habe nichts zu geben.« Das ist die Magersucht. Es ist nicht nur der Mangel an Appetit oder an Gewicht. Es ist das Gefühl von innerer Leere. Der Zusammenbruch des Selbst.

Rückblickend wird mir klar, dass Marie und ich auf Sardinien nicht wirklich miteinander gesprochen haben. Und wahrscheinlich auch vorher schon nicht. Das ist zum einen dem Respekt geschuldet, den ich vor der Privatsphäre meiner Tochter hatte. Ich wollte nicht in sie dringen. Außerdem war ich zu dieser Zeit noch sehr mit Jakob beschäftigt, einem wahren Energiebündel. Tja, aber das ist natürlich nicht alles. Denn warum hätten wir nicht einfach über ihr Gefühl der Zurücksetzung reden können? Über ihre Befürchtung, an zweiter Stelle zu stehen, hinter der Schwester? Dazu muss man wissen, dass im Jahr vor der Magersucht zwischen Marie und mir einiges schiefgelaufen war. Ich hatte zu dieser Zeit mit beiden Mädchen heftige Auseinandersetzungen, die ich unter dem Stichwort Pubertät verbuchte. Die Mädchen haben mir ganz schön zugesetzt. Ich war so ziemlich das Letzte für sie – viele Mütter mit pubertierenden Töchtern werden wissen, wovon ich spreche. Es ist die Ablösung von der Mutter, die schmerzhaft verläuft – vor allem für die Mutter. Mit Marie war es besonders heftig. Sie hatte überhaupt keinen Sinn mehr für Familienmitglieder. Sie »hasste« es, im Nachhinein über Dinge noch einmal zu sprechen, Missverständnisse auszuräumen oder etwas vom Gesagten zurückzunehmen: Sie wollte grundsätzlich nichts mehr davon hören, den Streit sollte es am besten nie gegeben haben. In dieser Beziehung war sie ganz anders als ich, ich mag es, Dinge noch einmal durchzusprechen und innerlich für Ordnung zu sorgen. Manchmal war mir meine eigene Tochter in dieser Zeit fremd.