



# DIE BÖSE MUTTER

WARUM VIELE FRAUEN DICK WERDEN UND BLEIBEN  
Esssucht – eine versteckte Zivilisationskrankheit und  
deren psychische Ursachen

Abendveranstaltung mit Catherine Herriger, (CH)



**F**rauen mit starkem Übergewicht leiden nicht nur unter ihren Pfunden, mangelndem Selbstvertrauen und sexuellen Schwierigkeiten, sondern auch unter den Reaktionen ihrer Umwelt. Eine ganz spezifische und fatale Mutter-Tochter-Bindung bildet meistens die Ursache für das Entstehen der Ess-Sucht – so die erfahrene Psychotherapeutin Catherine Herriger.

Stetig ansteigendes, massives Übergewicht, regelmässige und entwürdigende Fressattacken, unkontrollierbar gierige Nahrungsaufnahme mit darauf folgenden Scham- und Schuldgefühlen weisen auf eine Sucht hin – auf Esssucht. Es ist eine den Körper verunstaltende Sucht, welche gerade bei einem

Inseratekampagnen zum Thema Esssucht und keine breitgestreuten, informativen Aufrufe für vermehrte Aufmerksamkeit und proaktive Zuwendung für die vielen Betroffenen – wie längst und völlig selbstverständlich bei sonstigen Suchterkrankungen.

So haben Beratungsstellen und Selbsthilfe-Gruppen für Esssüchtige nach wie vor den Status von Insider-Tipps. Erzieherische und schulische Präventionsmassnahmen sind – wiederum mangels gezielter Informationen – nicht existent. Im Kollektiv, in der öffentlichen Wahrnehmung gibt es Esssucht schlichtweg nicht.

Der Bumerangeffekt ist verheerend: Esssüchtige Menschen können/dürfen sich selbst nicht als krank erkennen, sondern fühlen sich fälschlicherweise zugehörig zu den Heerscharen der „Dicken“. Sie verhalten sich ihrem Körper gegenüber entsprechend, also falsch und kontraproduktiv. Zu ihrer Sucht gesellt sich im Allgemeinen eine weitere hinzu: die wachsende Abhängigkeit von Ratgebern und verschiedensten Diäten.

Zwischen Dicksein (oder regelmässig einige oder mehrere Kilos zu viel auf die Waage bringen) und Esssucht liegen Welten. Das eine mag eine persönliche

---

**«Falsch verstandene  
mütterliche Liebe behindert die  
Entwicklung seelischer und  
körperlicher Autonomie.»**

---

Mädchen oder einer Frau in unserer westlichen, überaus mode- und gesundheitsbewussten Gesellschaft einer Kastration gleichkommt.

Schlimm ist zudem, dass diese psychisch bedingte Fettleibigkeit keinerlei Lobby hat. Sie ist in der Öffentlichkeit stumm, weil nach wie vor als Sucht unerkannt. Esssucht ist nicht salonfähig, die durch sie verunstaltete Menschen gelten einfach als unschön und ihre Erscheinungsbild wirkt allgemein peinlich. Es gibt keine aufklärenden

## Datum

9. Februar 2010  
(Dienstagabend)

## Zeit

18.00 – 21.30 Uhr

**Kosten** Fr. 120.–

## Ort

Polarity Bildungszentrum Schweiz,  
Zwinglistrasse 21,  
8004 Zürich  
(12 Gehminuten vom Hauptbahnhof Zürich; Bus 31 bis Kanonengasse; Tram 8 bis Helvetiaplatz)

**Sprache** Deutsch

## Zielgruppe

Menschen, die sich beruflich oder privat für dieses Thema interessieren.

## Kursbedingungen

Die schriftliche Anmeldung mit hintenstehendem Talon ist verbindlich.

Wahl sein oder ist medizinisch bedingt – das andere ist eine seelische Erkrankung, durchaus analog der Abhängigkeit von Drogen und Alkohol.

**Es kann nicht deutlich genug betont werden: Die Begriffe Adipositas (Fettleibigkeit) und Esssucht sind NICHT deckungsgleich, obwohl sie sich in ihrer körperlichen Manifestation überschneiden.** Esssucht ist das Symptom, der Ausdruck eines psychisch bedingten „Mechanismus“, der wiederholt und anfallartig zur übermässigen und unkontrollierbaren Nahrungsmittelaufnahme drängt.

**Catherine Herriger ist Diplompsychologin mit Abschluss in Kinderpsychologie und Erziehungsberatung. Nach der Weiterbildung in Ehe- und Familientherapie spezialisierte sie sich auf das Thema Abhängigkeit. Ihr zentrales Arbeits- und Forschungs-**

*gebiet ist weibliches, auf Sucht basierendes Binge-Eating-Disorder.*

*Neben ihrer Tätigkeit im therapeutischen Bereich ist Catherine Herriger in den Medien tätig und Autorin*

*mehrerer Sachbücher, darunter die Bestseller*

*„Bis der Tod euch endlich scheidet – oder wie Paare besser lieben lernen“ und ihr zuletzt erschienenen Buch „Warum Eltern klüger werden müs-*

*sen... Kindheit in der*

*heutigen Zeit“ (Tobler Verlag 2005). Als Coach und Kommunikationsfachfrau leitet Catherine Herriger Workshops und Seminare. Sie ist verheiratet, Mutter zweier Söhne und lebt in Bern ([www.ch50.ch](http://www.ch50.ch)).*

«Es geht um die Suche nach den Ursachen, unter denen auch die Mütter leiden.»

### Sachbuch von Catherine Herriger: „Die böse Mutter“ Lesermeinung auf der Homepage des Kösel Verlags

Als ich dieses Buch das erste Mal im Buchhandel sah, schlich ich schnell wieder hinaus. Was sollte schon da drin stehen, was ich noch nicht wusste? Aber es liess mir keine Ruhe und so vollzog sich das Ganze noch ein zweites Mal. Erst beim dritten Besuch der Buchhandlung hatte ich den Mut das Buch zu kaufen.

Meine Erwartungen gingen in die Richtung, dass ich lesen werde, dass

ich zu viel esse und undiszipliniert bin. Und dass meine Mutter schuld hat. Ich wurde eines besseren belehrt! Niemals geht es darum der Mutter Schuld zu geben, es viel mehr die Suche nach den Ursachen - unter denen auch die Mütter leiden. Warum bin ich übergewichtig? Warum noch heute wo ich erwachsen bin?

Bisher dachte ich immer, meine Mut-

ter hätte mich „nur“ falsch ernährt. Wie weitgreifend jedoch ihre Erziehung war und noch immer ist, war mir nicht bewusst. Diese Auswirkungen auf mein „Ich“ werden mir klarer. Ich bin sehr froh, dieses Buch gekauft zu haben. Es hat meine Erwartungen weit übertroffen und eine für mich völlig neue Sichtweise eröffnet.

Katharina H.  
aus Schleswig-Holstein

**ANMELDE TALON:** Ich melde mich hiermit gemäss den vorne genannten Bedingungen verbindlich an für die Abendveranstaltung «Die böse Mutter – Warum viele Frauen dick werden und bleiben» mit Catherine Herriger vom 9. Februar 2010:

Name ..... Vorname .....

Strasse ..... PLZ/Ort .....

Beruf ..... Telefon .....

E-Mail ..... Fax .....

Ich bestelle das Buch „Die böse Mutter“ von Catherine Herriger, CHF 32.00

Ort/Datum ..... Unterschrift .....

Anmeldung senden an: Zentrum für Innere Ökologie, Zwinglistrasse 21, 8004 Zürich  
oder faxen an: 044 218 80 89 • Tel. 044 218 80 80 • [info@polarity.ch](mailto:info@polarity.ch) • [www.polarity.ch](http://www.polarity.ch)