

Spis treści

Wstęp 5

1. Istota zaburzeń odżywiania się 9
 - 1.1. Kliniczny obraz anoreksji i bulimii – wybrane aspekty 9
 - 1.2. Nie umiem żyć 13
 - 1.3. To naprawdę boli 20
 - 1.4. Nie rozumiem swojego dziecka 22
 - 1.5. Na granicy życia i śmierci 24
2. Anoreksja i bulimia – rys historyczny 26
3. Anoreksja i bulimia – szkice psychologiczne osób chorych 29
 - 3.1. Portret osoby cierpiącej na anoreksję 29
 - 3.2. Portret osoby cierpiącej na bulimię 30
 - 3.3. Postawa hiperempatyczna 32
 - 3.4. Choroba zmieniła moje dziecko 33
4. W poszukiwaniu przyczyn anoreksji i bulimii 36
 - 4.1. Jak to się zaczęło? 36
 - 4.2. Kultura i media 39
 - 4.3. Moda, która zabija 40
 - 4.4. Pro-ana – kult anoreksji 43
 - 4.5. Perspektywa rodzinna 45
5. Wpływ rodziny na proces powstawania objawów anoreksji 54
6. Profilaktyka zaburzeń odżywiania 70
 - 6.1. Profilaktyka anoreksji i bulimii w rodzinie 70
 - 6.2. Profilaktyka anoreksji i bulimii w szkole 77
7. Leczenie zaburzeń odżywiania się 81
 - 7.1. Pierwsze sygnały 81
 - 7.2. To utrudnia powrót do zdrowia 82
 - 7.3. Współczesne metody leczenia 87
 - 7.4. To nie leczy! 97
8. Krok po kroku w stronę zdrowia 107
 - 8.1. Powrót do zdrowia – anoreksja 107
 - 8.2. Powrót do zdrowia – bulimia 111
 - 8.3. Można wygrać! 114
- Zakończenie 120
- Bibliografia 121