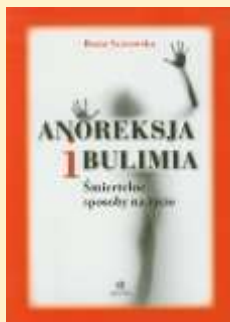


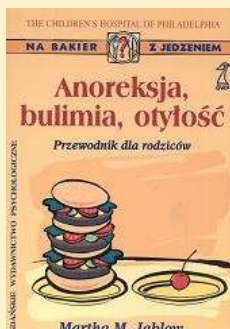
„Osoba z depresją i zaburzeniami odżywiania
zwykle nie chce sięgnąć po jakąkolwiek pomoc.
Zawsze uważa, że ze wszystkim poradzi sobie sama,
a właściwie to nie ma z czym sobie radzić,
bo wszystko jest w jak najlepszym porządku”
NATALIA KRZESŁOWSKA

Wizerunek idealnego ciała – anoreksja, czyli samotność serca



**Anoreksja i bulimia : śmiertelne sposoby na życie / Beata Szurowska. -
Gdańsk : "Harmonia", 2011.
Sygn. WypRz 242572**

Książka ta jest doskonałym źródłem informacji na temat zaburzeń odżywiania się – anoreksji i bulimii. Jej wyjątkowość polega na tym, że jest oparta nie tylko na literaturze, ale także rzetelnych badaniach Autorki, która mieszkała w domach osób chorych. Dzięki temu mogła poznać codzienne życie tych rodzin, ich obawy, myśli, zwyczaje, by w tej książce ukazać anoreksję i bulimię z perspektywy osób, których te choroby dotyczą. Jest więc w niej tragizm, rozpacz, załamanie i bezradność, ale także perspektywa powrotu do zdrowia oraz normalnego życia i jedzenia.



**Anoreksja, bulimia, otyłość : przewodnik dla rodziców / Martha M.
Jablow ; przekł. [z ang.] Mirosław Przyłipiak. - Wyd. 2. - Gdańsk :
Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2000.
Sygn. WypRz 235914**

Rodzice dzieci otyłych i cierpiących na zaburzenia łaknienia (anoreksja, bulimia) niejednokrotnie stają w obliczu problemów, z którymi nie bardzo potrafią się uporać. Niełatwo jest bowiem zrozumieć własne dziecko, które zaczyna uparcie odmawiać przyjmowania jakiegokolwiek pożywienia (anoreksja) lub wprost przeciwnie - wykazuje chorobliwy apetyt (bulimia). W tej sytuacji nieocenioną pomocą może się okazać właśnie ta książka, napisana przy współpracy pediatrów, neurologów, psychiatrów dziecięcych, psychologów i kuratorów. Znajduje się w niej wiele cennych wskazówek, a zastosowanie się do nich pozwoli rodzicom przyjść taki model postępowania wobec własnego dziecka, że w efekcie będzie ono umiało radzić sobie ze swoimi kłopotami w sposób bardziej skuteczny i zdrowy niż objadanie się czy głodzenie.



Młodzież przeciwko sobie : zaburzenia odżywiania i samouszkodzenia - jak pomóc nastolatkom w szkole / Jowita Wycisk, Beata Ziółkowska. - Warszawa : "Difin", 2010.

Sygn. WypRz 235087

Zaburzenia żywienia oraz okaleczanie się często ze sobą współwystępują. Budzą lęk i niezrozumienie otoczenia, stanowiąc tym samym wyzwanie dla profesjonalistów zajmujących się pomaganiem. Tymczasem dla młodych ludzi zachowania te bywają drogą do realizacji ważnych potrzeb. Wzmacniają poczucie własnej wartości, bywają sposobem kontrolowania własnego życia lub strategią radzenia sobie z silnymi emocjami, które towarzyszą kryzysowi tożsamości okresu dorastania. Autorzy adresują książkę przede wszystkim do osób, które pozostają w kontakcie z młodzieżą i czują się odpowiedzialne za wspieranie prawidłowego jej rozwoju. Kierują ją do wychowawców, nauczycieli i opiekunów szkół, internatów, szpitali, świetlic socjoterapeutycznych i domów dziecka. Osoby te często jako pierwsze odbierają sygnały o autodestruktywnych tendencjach wychowanków. Z odpowiednią wiedzą mogą stać się nieocenionym źródłem wsparcia emocjonalnego i informacyjnego, przeciwdziałać pogłębianiu problemu, budzić motywację do korzystania z profesjonalnej pomocy oraz inicjować działania profilaktyczne wśród kolegów osób dotkniętych problemem autodestruktywności.



W pułapce zaburzeń odżywiania : (...dla rodziców, pedagogów i nauczycieli) / Bernadetta Izydorczyk. - Sosnowiec : Projekt-Kom, cop. 2008.

Sygn. WypRz 236193

Z książki dowiemy się:

- jak funkcjonuje uczeń z zaburzeniami odżywiania w środowisku szkolnym?
- co pedagodzy i nauczyciele powinni wiedzieć o uczniu chorym na zaburzenia odżywiania i jego rodzinie?
- co kryje się w głowie, uczuciach i zachowaniach osób chorych na zaburzenia odżywiania?
- jak rozpoznać anoreksję psychiczną?
- co możemy zrobić, żeby pomóc osobie chorej?
- jakie występują powikłania medyczne i skutki anoreksji psychicznej?
- jakie występują powikłania medyczne i skutki bulimii psychicznej?
- leczenie zaburzeń odżywiania – na czym polega?
- co wiemy z badań naukowych na temat skutecznej terapii anoreksji i bulimii psychicznej?



Wizerunek ciała w anoreksji i bulimii psychicznej / Anna Brytek-Matera, Adriana Rybicka-Klimczyk. - Warszawa : "Difin", 2009.

Sygn. WypRz 234796

Osoby z jadłowstrętem psychicznym i bulimią wzbraniają się przed jedzeniem, gdyż ich zdaniem, przyjmowanie pokarmów powoduje przyrost masy i uniemożliwia osiągnięcie, jakże pożądanego przez nie, szczupłej sylwetki. Wyrzekają się własnych, naturalnych potrzeb na rzecz zrealizowania przyjętych społecznie i kulturowo standardów – szczupłości, pięknego ciała, cielesności. Warto zastanowić się, czy dążenie do ideału, jaki stanowi szczupła sylwetka, jest własnym pragnieniem czy też wynikiem nadmiernej internalizacji poglądów propagowanych, głównie, przez środki masowego przekazu. Gdyby problem kultu cielesności nie był tak mocno akcentowany przez współczesne media, czy młode dziewczęta i kobiety dążyłyby do bycia szczupłymi (ze względu na własne pragnienia a nie realizowanie potrzeb innych osób)? Do jakiego ideału dążą – własnego (wynikającego z wewnętrznej motywacji i przeświadczenia) czy społecznie aprobowanego (będącego wynikiem zewnętrznej motywacji i dającego gratyfikację w postaci społecznej akceptacji)? Lęk przed przybraniem na wadze, nadmierne zaabsorbowanie kształtem i masą ciała, nieustanne dążenie do posiadania szczupłej sylwetki i nieakceptowanie aktualnej, wyolbrzymianie rozmiarów własnego ciała prowadzą do postrzegania i oceniania go w kategoriach negatywnych. Problematyka książki dotyczy roli, jaką odgrywa wizerunek ciała w mechanizmie powstawania i rozwoju zaburzeń odżywiania. Omówione zostały m.in. czynniki determinujące negatywny obraz ciała, koncepcje psychologiczne warunkujące zaburzenia odżywiania w kontekście wizerunku własnego ciała, proces internalizacji ideału propagowanej współcześnie sylwetki, postawy wobec jedzenia, syndrom gotowości anorektycznej oraz metody pracy terapeutycznej.



Zaburzenia odżywiania : poradnik dla rodziców i bliskich / Dorota Mroczkowska, Beata Ziółkowska, Anna Cwojdzńska. - Warszawa : "Scholar", 2007.

Sygn. WypRz 30923 ; Sygn. CzytR 230922

Poradnik, który oddajemy w ręce Czytelnika, w sposób przystępny ujmuje problematykę zaburzeń odżywiania. Intencją Auterek jest, by książka służyła radą w trudnej walce z chorobą na wszystkich etapach - od zauważenia jej symptomów aż do pracy ze specjalistami: lekarzami rodzinnymi, psychiatrami, psychologami, dietetykami. Książka przekazuje niezbędne minimum

wiedzy teoretycznej oraz umiejętności praktycznych, obala mity dotyczące jedzenia, zaburzeń odżywiania oraz procesu leczenia, odpowiada na najczęściej zadawane pytania. Poradnik ma przygotować do pomocy, zachęcić, ośmielić do działania i współpracy, a ponadto uświadomić Państwu, że odpowiedzialnością za problemy z odżywianiem nie można obarczać wyłącznie rodziców i opiekunów. Szybko zmieniająca się rzeczywistość sprawia bowiem, że nie jesteśmy w stanie nad wszystkim zapanować. Ważne, aby w odpowiednim momencie z namysłem podejść do problemu i próbować go rozwiązać wspólnymi siłami.

opracowała
Alina Danel

Adnotacje treściowe na podstawie recenzji Wydawców