

- Телесноориентированная терапия - это проявление эмоций через движение. Нередко случается, что человек, больной булимией, не может почувствовать и расслабить желудок - его орган зажат. Пациентам предлагаются комплексы упражнений и йоги, чтобы решить проблему.
- Групповая терапия, широко используемая при лечении различных зависимостей, эффективна и в данном случае. Люди с похожими проблемами собираются вместе и обсуждают ситуации друг друга. На примере других пациенты учатся справляться со своей зависимостью.
- Семейная терапия. Пищевые расстройства нередко возникают как протест. Например, муж не обращает внимания на супругу, возможно, изменяет ей. Как результат она постоянно «на нервах» и пытается «заесть» свою семейную драму. Возможны и другие ситуации. Например, супруга предъявляет непомерные финансовые требования к мужу - упрекает его, что он мало зарабатывает. Муж начинает заедать беспокойство гамбургерами и запивать тем, что «погорячее». Семейный терапевт помогает супругам выговориться и прийти к компромиссу.