

“Mijn eetstoornis is mijn veiligheid”

Jenna stapt verlegen de kamer in. Stilletjes hangt ze haar jas over de stoel en gaat zitten. Ze is net 18, maar lijkt jonger. Als ze begint te praten blijkt ze al heel wijs te zijn en heel goed te weten waar ze het over heeft. “Het voelt alsof ik gevangen zit in mezelf.”

Terug in de tijd

Ik ben een jaar of tien als ik mijn eetstoornis ontwikkel. Zo ben “ik altijd heel bewust van mezelf en vind ik mezelf dan ook niet leuk. Constant heb ik het idee dat het beter is als er zo min mogelijk van mij is. Dit komt vooral door mijn posttraumatische stressstoornis. Hier heb ik nog steeds last van.”

“Op de middelbare school heb ik een betere tijd dan thuis, daar krijg ik veel steun en begrip. Na veel gesprekken ga ik met mijn docenten naar mijn ouders om mijn probleem te vertellen. Mijn ouders hadden het wel enigszins door, maar ik kwam er voorheen altijd mee weg. Vanaf dit moment kom ik pas echt in de hulpverlening terecht.”

“Na het vertellen van het nieuws is er veel ruzie doordat er zoveel onbegrip en boosheid is. In november 2016 word ik voor het eerst opgenomen. Ik ben daar voor een paar weken en nadat de dokters aan mijn ouders vertellen dat het echt heel slecht gaat, geloven ze het pas echt.”

“Met mijn broertje heb ik een goede band. Mijn ouders willen het hem eerst niet vertellen, omdat ze denken dat het wel weer over gaat. Maar hij weet het allang. Hij neemt het ook vaak voor mij op wanneer mijn ouders boos op mij zijn. Hij steunt mij heel erg, maar is ook erg bezorgd. Ik vind dat best wel erg. Mijn vrienden weten dat het niet goed met mij gaat, maar blijven mij steunen.”

Behandelingen

“Eind januari 2018 ga ik pas naar huis, want het gaat zo slecht in de kliniek. Mijn hoop en motivatie gaan extreem achteruit. Ik zit in een crisis en ben er helemaal klaar mee. Hulp wil ik niet meer. Mijn moeder ontdekt een nieuw behandeltraject met alleen ervaringsdeskundigen en vind dat ik naar de intake moet

gaan. Met tegenzin doe ik dit, maar tijdens de intake merk ik dat de ervaringsdeskundige mij beter begrijpt dan ik verwacht. Zij heeft het tenslotte ook zelf meegemaakt. Ik krijg een sprankeltje hoop dat er misschien tóch nog mensen zijn die mij kunnen helpen en ik ga daar vervolgens in behandeling. Dit verloopt niet zoals verwacht en het eindigt met een ziekenhuisopname in april.”

“Na deze heftige periode is er momenteel een GGZ-behandelaar betrokken en daar moet ik wekelijks heen. Dit vind ik verschrikkelijk. Het gaat nog steeds niet goed. Ik heb bij GGZ aangegeven dat ik niet op het eten wil focussen, maar op wat er in mijn hoofd omgaat. Pas als daar verbetering in komt zal het patroon wat nu normaal voor mij is doorbroken worden. De behandelaars willen niet luisteren. Ze zeggen dat ze doen wat goed voor je is, maar alleen als dat volgens hun boekje klopt. Dit probleem speelt al jaren. Ik ben destijds minderjarig en merk dat mijn mening niet telt. Er is veel gebeurd waar ik niet achter sta, maar ze doen het toch. Zo heb ik veel nare ervaringen met sondevoeding. Ik heb het meerdere malen geweigerd en toch zonder wettelijke toestemming gekregen. Dit werkt echt averechts.”

“In de kliniek wordt alleen op eten gelet, dat was voor mij meteen al een mislukking. Dit is niet mijn probleem. Een behandelaar ziet het label eetstoornis en denkt dat op een gezond gewicht komen de enige genezing is. Het gaat om de reden waarom ik dit doe en dat is niet eten. Niemand kijkt naar het geheel. Er moet vanaf dag één afgesproken worden wat er gaat gebeuren met het gezond maken van je lichaam én geest. Ik wil meer aandacht voor de achterliggende gedachten en meer begrip. Een behandeling is heel angstig en zeker niet niks.”

Marathon in mijn hoofd

“Mijn eetstoornis is mijn veiligheid. Dit nemen ze tijdens behandeltrajecten zo snel mogelijk van je weg. De verwachting is te hoog. Een eetstoornis bestaat uit twee hoeken. Aan één hoek heb je het trauma: het voelt voor mij niet veilig om mij lichamelijk te ontwikkelen. Ik wil zo klein mogelijk, seksueel onaantrekkelijk en onopvallend zijn. De andere hoek is zelfdestructie: er is een grote drang om mezelf kapot te maken, eten te ontzeggen en veel te bewegen. Ik vind dat ik het niet waard ben en dat het beter is als ik er niet ben. Dit voelt soms ook als mijn levensmotto; maak jezelf kapot. Het mag niet goed met mij

gaan. Als er hulp komt is dat iets goeds en dat weet ik, maar het voelt niet alsof ik dat verdien en het niet mag accepteren.”

“Ik weet precies hoe ik hulp van anderen van mij moet duwen, maar toch voel mij ellendig als dit lukt. Het voelt alsof ik gevangen zit in mezelf. Mensen onderschatten hoe sterk iemand zijn geest kan zijn, ook in de negatieve zin. We hebben de neiging de kracht van onze geest alleen te zien bij bijvoorbeeld het lopen van een marathon. Ik loop in mijn hoofd ook een marathon, maar dan in het negatieve.”

“Ondanks alles vind ik nog steeds dingen leuk. Ik wil later graag in de hulpverlening werken om mijn eigen ervaringen te gebruiken om anderen te helpen. Ik geef daarom ook veel om school. Muziek helpt mij ook heel erg. Zelf speel ik gitaar, piano en zing ik. Dansen zou ik ook graag weer oppakken, dat vond ik geweldig. Als ik al deze dingen niet doe is het leven gewoon teveel, dan is er te veel angst. Met mijn eetstoornis worden deze dingen onderdrukt.”

Vervolgstappen

“Dit zorgt wel voor een hoop beperkingen in mijn leven. Ik heb flinke vertraging opgelopen met school. Ik ben nu op het volwassenenonderwijs ingestroomd op havo 5, maar het lukt nog steeds niet. Ik heb al vakken laten vallen en verdeel het nu over twee jaar. Dit zorgt alleen maar voor nog meer vertraging wat ik heel frustrerend vind.”

“Mijn leven heeft gewoon echt op pauze gestaan. Iedereen om mij heen gaat door met school, heeft een relatie, noem het maar op. Ik zou dit ook zo graag willen, maar het lukt me nog niet.”

Jenna is nu druk bezig met beter worden en langzaam het leven weer een beetje op te pakken. “Er zijn wel mensen uit de kliniek waar ik een band mee op heb gebouwd, maar het gaat altijd over onze problemen en dat is soms lastig. Aan de andere kant is het soms ook heel fijn, omdat ze de enige zijn die het echt begrijpen.”