

Zuzanne du Preez: 'Zwijgend de stilte doorbreken' Uitgeverij Boekscout, Soest 2014
ISBN: 9789402206586 Zie ook: www.boekscout.nl (Eetstoornis/Eetbuien/Seksueel misbruik/Coping/ED)

Soort boek/ziekte stijl:

Zuzanne du Preez beschrijft in dit boek hoe ze, na ruim tien jaar in stilte gevochten te hebben tegen eetbuien, eindelijk hulp gaat zoeken. En dan komt ze zichzelf tegen: want er zit meer achter de eetproblemen, ze is nog niet klaar met zaken waarvan ze dacht dat ze ze verwerkt had. Als kind is ze seksueel misbruikt, haar moeder had last van stemminswisselingen en haar vader bleef stil, verdedigde zijn kinderen niet wanneer haar moeder een stemmingswisseling had. Het maakte dat Zuzanne haar gedrag aanpaste. Zuzanne leerde haar gevoelens te negeren, niet te uiten en te zorgen voor de mensen om haar heen. De zoektocht naar zichzelf, wie zij werkelijk is was geen makkelijke. Ze gaat terug naar haar jeugd, naar het kleine meisje dat zij ooit was, moet weer voelen hoe echt leven gaat. Met een voorwoord van Lieke Rensen. Boek van 84 pagina's.

Over de schrijfster:

Zuzanne du Preez (1991) werd geboren in Pretoria, Zuid-Afrika. Zij heeft een zus, haar vader was politieagent, haar moeder lerares. Haar moeder had last van depressies, stemmingsstoornissen, haar vader een 'stille geest'.

Zij emigreerde op zevenjarige leeftijd naar Nederland. Op die leeftijd werd zij ook seksueel misbruikt. Dat had ze onderdrukt waardoor ze eetproblemen ontwikkelde. Door de therapie kon ze verwerken en haar leven op orde krijgen. Momenteel is zij studente.

"Geboren in het warme Zuid-Afrika was ik als klein meisje verloren in het koude Nederland. Ik was altijd op zoek naar een plekje dat ik thuis mocht noemen. Dit heb ik in het schrijven gevonden. Mijn hele leven wordt vastgelegd. Mijn schrijven heeft me tot ongekende hoogten en inzichten gebracht. Zo leer ik woord voor woord mijn wereld ontdekken en begrijpen."

Wat viel op:

Dat Zuzanne ingaat op de hulp die ze kreeg, de therapie die hielp, niet zozeer op het seksueel misbruik of de andere ervaringen die haar eetproblemen hebben veroorzaakt. Dat het opschrijven van de problemen zo heeft geholpen bij de therapie en dat de klik met de therapeut zo belangrijk is geweest.

Citaten:

Pag.7: 'Ik had mijzelf aangemeld bij de kliniek met het idee dat ik mijn leven prima voor elkaar had. Als ik dan alleen nog van dat lastige eetprobleem af kon komen, dan zou ik alles aankunnen.'

Pag.12: 'Verkeerd gedacht! Het blijkt dat therapeuten, of nou ja, die van mij in ieder geval, niet erg gesteld zijn om het mooi verpakte verhaaltje, zelfs niet met een strikje eromheen. Zij wil het rauwe verhaal, direct van mijn gedachten op mijn tong gelegd.'

Pag.24: 'De eerste paar weken op school waren heel erg wennen. Ik sprak geen Engels en kon daardoor ook niet duidelijk maken wat ik wilde zeggen.'

Pag.61: 'Mijn behandelaar en ik hebben gemerkt dat ik makkelijker kan praten als ik er eerst over geschreven had en dat gebruikten we ten goede. Ik schreef over mijn misbruik voor de sessies en tijdens de sessies kon ik dat zo goed en kwaad als het ging voorlezen, waarna ik meestal die gevreesde vraag kreeg: "Wat voel je nu?"'

Pag.71: 'Mijn verhaal liet me niet koud, maar ik kon het niet kwijt.'

Boekscout.nl: 'Een automatisme als incasseren en opslaan is ook niet iets dat met een beetje geluk verandert, zeker niet als het alternatief van bewust gevoel uiten zo onbekend en eng is. Het heeft jarenlange koppigheid en inspanning gekost om mijn gevoel automatisch systematisch te negeren. Het is mijn meesterwerk geworden. Een klok met elf uren. Het bewust uit elkaar halen van dat werk is een pijnlijke en tijdrovende taak. Het was dan misschien geen mooi en praktisch meesterwerk, maar het was wel mijn meesterwerk. Ik heb met mijn beperkte kennis en begrip al die jaren geleden het voor elkaar gekregen om iets, dat niet hoorde te werken, te laten werken. Met als gevolg dat het niet helemaal goed functioneerde. Het was aan mij om aan het begin van mijn behandeling, mijn beperkte kennis en begrip in te ruilen voor de inzichten en ervaringen die het leven met zich meebrengt. Het was aan mij om mijn niet-functionele meesterwerk uit elkaar te halen en met dezelfde koppigheid en inspanning om te bouwen naar een veel beter, makkelijker mechanisme en daar ben ik nog steeds mee bezig.'