

Silvia Berkenbosch: “Innerlijke strijd.” Uitgeverij Free Musketeers, Zoetermeer 2009. ISBN 9789048405183 (Eetproblemen/Anorexia/1)

Over de schrijfster: Silvia Berkenbosch (1993) woont bij haar ouders in Laren . Ze zit momenteel op de Havo en houdt van tennissen en volleybal. Silvia ontwikkelde anorexia en werd daarvoor in een ziekenhuis en kliniek behandeld. Silvia heeft twee oudere broers, Hans en René.

Soort boek/stijl: Het boek is een ervaringsverhaal, gebaseerd op de dagboeken die Sylvia had bijgehouden vanaf haar dertiende jaar tot 2007. Leest makkelijk

Korte beschrijving: In dit document beschrijft Silvia Berkenbosch de periode dat ze anorexia ontwikkelde en daarvoor eerst in het ziekenhuis in Zutphen en daarna in een kliniek in Smilde werd opgenomen. Ze vertelt o.a. over een aantal factoren die dat hebben uitgelokt: Opmerkingen over haar uiterlijk, dat ze omdat ze aan de mollige kant was merkte dat toen ze slanker was andere schoolkinderen haar zagen staan, dat ze aandacht van haar ouders miste en zelf moest uitzoeken welke schoolsoort ze zou gaan volgen. Ze beschrijft hoe ze begon te lijnen en daar niet meer mee kon stoppen, niet meer wilde eten en steeds op de weegschaal ging staan om haar gewicht te controleren. Ze werd opgenomen in het ziekenhuis en moest sondevoeding krijgen. Wanneer ze een paar kilo is aangekomen gaat ze door naar een kliniek in Smilde. Silvia schrijft over hoe ze deze perioden heeft ervaren. Ze vertelt hoe ze met behulp van therapieën met veel moeite weer beter ging eten en hoe ze nog steeds probeert de anorexia de baas te blijven. Haar lichaam was zo verzwakt dat ze haar favoriete sporten niet meer kon beoefenen. Aan het eind van het boek weegt ze 49,5 kilo, leert ze gitaar spelen, volleybalt ze weer en is de relatie met haar ouders beter. Ze schreef het verhaal om de zaken op een rijtje te krijgen en ze wilde mensen uitleggen wat de ziekte inhoudt.

Wat viel op: Opvallend vond ik de opmerkingen die Silvia maakte over het verschil tussen anorexia en boulimia. Erg eerlijk en oprecht vond ik de manier waarop Silvia het had over wat zij als kind gemist heeft aan warmte, en dat dat óók, maar niet alleen, met háár manier van reageren te maken had. Ook vond ik het weer schokkend om te lezen hoeveel kinderen elkaar aandoen op school door kinderen buiten te sluiten.

Citaten: Pag.15: ‘Het is vervelend dat veel mensen in mijn omgeving niet met deze dingen bezig zijn, dat ze geen besef hebben van mij als persoon, dat ze mij eigenlijk helemaal niet kennen en mij ook niet accepteren zoals ik ben. Ik voel me daardoor een buitenstaander, een eenling als het ware. Ik kan het nog zo goed voor elkaar hebben, maar diep van binnen voel ik me eenzaam, verdrietig en boos. Boos over het feit dat ik de moeder van mijn eigen moeder was, dat ik alles moest verdragen, dat ik vaker een woordenstroom kreeg van negatieve eigenschappen. Ik probeer nu alles te doen om acceptatie te krijgen, vandaar al deze verklaringen voor mijn gedrag, ik ontzie iedereen, ik probeer alles zo goed mogelijk te doen, overal het hoogst haalbare te volbrengen, maar hoe hard ik ook mijn best doe, het zal nooit goed genoeg zijn. Ik zie nu in dat het geen zin heeft om dit te doen, als kind had ik begrip nodig, acceptatie om wie ik ben, complimentjes en liefde. (...) Ik wil zeker niet spreken van schuld, daar gaat het helemaal niet om. Ik wil alleen een beter inzicht krijgen waarom ik bepaalde dingen doe.’

Pag. 62-63: ‘ De wedstrijd waar ik zo tegenop zag, zijn inderdaad niet goed gegaan. Ik

moest opslaan en pakte een bal van de baan. Toen ik omhoog kwam en rechtop wilde gaan staan werd het zwart voor mijn ogen. Ik kon het hek nog net vastgrijpen, zodat ik bleef staan. Het duizelige gevoel was niet weg, maar ik moest gewoon rustig naar de opslagplaats lopen. Dan zou het vanzelf wel minder worden.(..) Het werd zwart voor mijn ogen en ik zakte in elkaar. Ik kon mijn lichaam niet meer overeind houden. Even later kwam ik bij kennis in de kantine.'

Pag.91-92: 'Ik kreeg een cadeautje van papa. Ik lag al bijna een week in het ziekenhuis en ik had niks van mijn ouders gekregen. (..) Ik was daarom ook erg blij, toen ik het pakje kreeg. Ik kon al voelen wat het was, een fotomapje. (...) Ik schrok me kapot. We hadden wat foto's gemaakt van mijn lichaam. Ik zag voor het eerst een dun meisje staan. (...) Dat ik dat zelf niet kan zien. Als ik in de spiegel kijk, dan zie ik een heel dik meisje.'

Pag. 142: '*Boulimia en anorexia*. Beide eetproblemen zijn een voorbeeld van de werking van verslaving. (...) Het vol eten helpt om pijnlijke gevoelens te onderdrukken die opkomen, het eten zelf wekt de illusie dat je je behoeften kunt bevredigen en door over te geven blijft alles onzichtbaar voor de buitenwereld en jezelf... Bij anorexia is er ook sprake van een verslaving, maar hier is het de verslaving aan niets nodig hebben. Anorexia is een zeer extreme vorm van ontkenning van behoeften. De kern van anorexia is namelijk de volgende gedachte: Ik heb niets nodig, zelfs geen eten, dat is iets wat andere mensen doen, iets wat anderen nodig hebben, maar ik niet, voor mij gelden die natuurwetten niet.'

Recensies: www.bol.com: Martha de Vries: 'prachtig" meeslepend boek. Silvia, je hebt heel goed weergegeven wat anorexia is en wat voor strijd je elke dag weer moet leveren om die rotziekte de baas te worden. Het is mooi geschreven en een echte aanrader voor jonge meisjes. "

Loes: 'Heel speciaal. Het is een heel bijzonder boek! Vooral omdat je alles meemaakt wat de hoofdpersoon ook meemaakt. En dat is heel uniek! Van anorexia hebben de meeste mensen wel eens gehoord, maar doordat dit boek een soort van dagboek is met allemaal gedachtes erin is het heel bijzonder om te lezen... Je leest dus eigenlijk de gedachtes van iemand met anorexia en dat heeft geen enkel ander boek! Het lezen van dit boek is zeker een aanrader. '

Klant Bol.com: (Assen) 'Prachtig boek. Het is een prachtig boek die je in 1 keer uit wil lezen, heel meeslepend en ontroerend.. echt prachtig .'