

Marieke de Winter: 'Anorexia, de duivel op mijn schouder' Uitgeverij de Brouwerij, Maassluis 2011. ISBN 9789078905448 (Eetproblemen/ Anorexia/ Hooggevoeligheid/1) Zie ook: www.brainbooks.nl en www.uitgeverijdebrouwerij.nl

Soort boek/ziekte/stijl: Ervaringsverhaal van Marieke de Winter die op 15-jarige leeftijd, in 2008, een zodanige vorm van anorexia nervosa had dat zij drie keer in het ziekenhuis belandde. Daarna werd zij opgenomen in een kliniek voor mensen met eetstoornissen, de Ruyterstee in Smilde waar zij voor haar eetprobleem behandeld werd. Dat was 150 km van haar ouderlijk huis vandaan. Zij beschrijft hoe de anorexia is ontstaan en hoe het komt dat ze in 2010 kan zeggen dat het goed met haar gaat. Het boek is in dagboekvorm geschreven. De dagboekstukken worden afgewisseld met email. Daarnaast staan er enige verhalende stukken in het boek waarin de schrijfster als het ware van op afstand naar zichzelf kijkt. Goed leesbaar boek.

Over de schrijfster: Marieke de Winter (1993) komt uit een warm gezin met een vader, een moeder en een zus Elise. Zij is een slimme, hooggevoelige, jonge vrouw die het VWO wil afmaken, en daarna Engels gaan studeren. Marieke ontwikkelde anorexia nervosa gedurende haar pubertijd en werd daarvoor succesvol behandeld.

Bespreking: In dit boek beschrijft Marieke de Winter hoe zij last kreeg van anorexia nervosa. Zij voelde zich niet geaccepteerd door haar klasgenoten op de middelbare school en was bang weer, net als vroeger was gebeurd , alleen te staan. Ze heeft veel nare herinneringen aan haar schooltijd en voelde zich minderwaardig. Marieke kon haar woede, verdriet en angsten niet uiten en ontwikkelde de eetstoornis Anorexia Nervosa.

Toen het zo erg was dat haar lichaam uitgemergeld was en ze allerlei klachten ontwikkelde, belandde ze in drie keer in een ziekenhuis. De laatste keer moest ze aan het infuus en ging ze aansluitend naar de kliniek voor eetstoornissen in Smilde. Marieke beschrijft hoe ze daar tegen haar eetstoornis heeft gevochten. Ze wilde weer van haar leven kunnen genieten, een normale puber van vijftien zijn, naar school gaan, hobby's ontwikkelen en misschien zelf een vriendje tegenkomen. Maar ze had last van de anorexia, de duivel op haar schouder, die met stemmetjes in haar hoofd vertelde dat ze niet moest eten als andere haar uitlegden dat het wel moest. Ze beschrijft hoe zwaar die strijd was, hoeveel verdriet ook haar familie ervan had, maar hoe ze haar, ondanks alles onvoorwaardelijk bleven steunen. Ze beschrijft de periode in Smilde, vooruitgang en terugval, moeilijke en gelukkige momenten. En ook dat de periode thuis niet meteen vlekkeloos verliep. Steeds benadrukt ze in het boek hoe ze ervoor wilde blijven vechten, totdat de duivelse Anorexia geen greep meer op haar zou hebben. Met steun van familie en de medewerkers van de kliniek in Smilde lukt het haar en kan ze echte toekomstplannen maken.

Wat viel op: Opvallend is hoe Marieke de anorexia nervosa als het ware 'los' zet van de echte oude Marieke, die terug moet komen. Daarvoor moet dan wel die duivel op haar schouder geen invloed meer op haar hebben. Als dat lukt, dan kan de oude Marieke doorleven.

Hoe goed haar ouders haar hebben gesteund, zeker na voorlichting van de kliniek, waardoor ze haar konden aanspreken op eetproblemen, duidelijke grenzen stelden, maar haar daarnaast liefdevol en met veel geduld konden blijven steunen.

Hoopvol is dat het Marieke gelukt is haar leven op te pakken, het eetprobleem een plaats te geven, terwijl ze een behoorlijk eetprobleem had. Want ze menstrueerde bijvoorbeeld niet meer, was doodziek, kende vele lichamelijke klachten en droeg

maatje 146.

Citaten: Pag.26-27: ‘ Het doel van de kliniek is om er weer van terug te komen, zonder eetstoornis, zonder anorexia, en niet om er zolang mogelijk te blijven. Ik wil zo snel mogelijk weer een normaal leven. Niet meer verzuipen in kindermaatjes 146 en niet meer nagekeken worden op straat. (...) Ik wil niet meer bang zijn voor een gehaktbal en niet meer angstvallig aan eten denken. (...) Ik ga leren van mezelf te houden en te genieten. En die anorexia laat ik mooi achter in Smilde, aan de langste tak van de hoogste boom! (...) Het is heftig hier, erg heftig. Veel confrontaties, want de groepsleiders wijzen me op alles wat met mijn eetstoornis samenhangt:...’

Pag. 79: ‘Ik wil niet meer dat een zieke geest mijn hoofd overneemt. Zo voelt het soms; bezeten te zijn door een duiveltje. De eetstoornis is een zwart gat in mijn leven, waar ik zo snel mogelijk uit wil komen. Ik heb nu geaccepteerd dat het langzaam gaat. Genezen heeft gewoon tijd nodig, vooral van anorexia.’

Pag. 130 (terugblik): ‘Als ik op school door de gang loop, dreunt er door mijn hoofd een melodietje, op de maat van mijn pas. Dik –zak, jij – bent – een dik – zak (...)’

Pag. 158: *‘Mariekes vader ziet de traan over haar wang glijden en zegt: ‘Laat die eetstoornis lekker roepen wat zij wil, ze heeft géén gelijk. Dit is gewoon normaal avondeten. Wij eten het en wij worden er niet dik van. Wat die anorexia tegen je roept, zijn alleen maar leugens. Jij bent de baas Marieke.’ Ze slikt. Er ontsnapt opnieuw een traan. Met veel moeite pakt ze haar vork en neemt een klein hapje boerenkool. Het voelt niet goed. De eetstoornis begint weer te roepen. “Marieke, luister niet naar je vader! Hij wil je alleen maar dik hebben, net als vroeger! Niet eten, Marieke!”*

Pag. 185: ‘Als ik eerlijk moet zijn, kan ik me eigenlijk geen moment meer heugen waarop ik gelukkig was. Mijn gedachtegang was altijd negatief en ik was een enorme streber. Geen slechte eigenschap natuurlijk, maar het zat mij wel in de weg. Het nam extreme vormen aan: cijfers op school moesten hoger en hoger, mijn lichaam moest dunner en dunner en voor mijn ouders moest ik voor mijn gevoel de perfecte dochter zijn. Niet dat iemand al deze dingen ooit van mij gevraagd heeft, integendeel: ikzelf was de persoon die de lat zo hoog legde. En dat heeft me de kop gekost.

Nu ben ik bezig om dit patroon van denken te doorbreken.’