

Recensent Adelheid Mensink

Baukje van Kesteren: 'Nodeloos gevangen' Herinneringen aan een eetstoornis
Uitgeverij Free Musketiers, Zoetermeer, 2011. ISBN 9789048414321
(Eetproblemen/Boulimia Nervosa/Depressie/Autisme Spectrum Stoornis/
chronisch vermoeidheidssyndroom (CVS/ ME)/1) www.freemusketiers.nl

Soort boek/stijl/ziekte: De schrijfster Baukje van Kesteren doet verslag van haar ervaringen tijdens de opname in de verslavingskliniek Hoog-Hullen te Eelde, in 1978. Zij had zich daar vrijwillig laten opnemen om van haar al tien jaar durende eetstoornis boulimia nervosa af te komen. Hoog-Hullen was een therapeutische gemeenschap voor verslaafden en aangezien een eetstoornis sterk gerelateerd is aan een vorm van verslaving werden ook patiënten met anorexia of boulimia behandeld. Helaas ging het daar steeds slechter met haar in plaats van beter.

Pas toen Baukje 52 jaar was kreeg ze de diagnose autisme-spectrumstoornis en begreep ze ook waarom de therapie van Hoog-Hillen destijds zo'n negatief effect had gehad. Baukje zag ook een duidelijk verband tussen haar autisme en haar eetstoornis. Het is een openhartig verhaal waarbij de schrijfster niet alleen haar eigen ervaringen in beeld brengt maar ook die van medebewoners. Ze legt uit wat de behandelmethode in de jaren zeventig op Hoog-Hullen inhield.

Omdat er sinds haar eigen opnameperiode veel veranderd is in de inzichten in de psychiatrie en in de behandelmethoden van o.a. verslavingen, heeft Baukje in aparte kaders informatie geplaatst over de wijze waarop vandaag de dag Hoog-Hullen verslaafden benadert en behandelt.

Prof. Dr. R.J. van der Gaag, hoogleraar Psychiatrie, schreef een voorwoord. Het boek bevat verder nog een bijlage met de kenmerken van de autismspectrumstoornissen, voetnoten, een bibliografie, een literatuurlijst en een lijst met adressen en websites.

Over de schrijfster: Baukje van Kesteren (1950) is afgestudeerd als persoonlijkheidspsycholoog. Toen ze achttien jaar was kreeg ze de eetstoornis boulimia nervosa en ze was depressief. Om van haar eetstoornis af te komen liet ze zich vrijwillig opnemen in de therapeutische gemeenschap Hoog-Hullen in Eelde. Daar ging het steeds slechter met haar zodat ze na drie en een halve maand besloot om haar verblijf en daarmee de therapie voortijdig af te breken. Er volgden jaren van verschillende therapievormen. Ook kreeg ze last van het chronisch vermoeidheidssyndroom ME.

Pas toen Baukje 52 jaar was werd de diagnose autisme-spectrumstoornis (ASS) gesteld. Ze begreep eindelijk waarom ze niet gepast had in de therapievorm van Hoog-Hillen en waarom het nooit echt goed met haar was gegaan. Met de kennis over haar diagnose werd Baukje een stuk rustiger en ging het eerst mentaal en vervolgens lichamelijk veel beter met haar. Ze ging gedichten schrijven en boeken zoals o.a. 'Een gat waar je hart zit'.

Eenzaamheid bij mensen met autisme (2005). Zie www.spwbook.com/677.

Ze bestudeerde het boek 'Cursus in Wonderen', zie

www.delachendepanda.nl/boeken.html. In 2006 verscheen onder meer een gedichtenbundel van haar, geïnspireerd op dit boek (Trivium uitg. Sneek). Ze won diverse dichtwedstrijden en ze schreef haar levensverhaal. Baukje heeft een eigen website met onder meer informatie over ADD en ADHD, autisme en de autismspectrumstoornissen, ME/chronisch vermoeidheidssyndroom:

www.delachendepanda.nl. Bovendien schrijft Baukje voor het blad Engagement met

Autisme, van de Vereniging van Autisme. Baukje geeft regelmatig lezingen over autisme.

Korte beschrijving: Baukje ontwikkelt als ze achttien jaar is een eetstoornis, boulimia nervosa. Die aandoening betekende dat ze onbedwingbare eetbuien had en dat eten een voortdurende obsessie voor haar werd. Omdat het haar niet lukte om op eigen kracht de eetbuien de baas te worden en omdat het in feite een vorm van verslaving was, liet ze zich in 1978 vrijwillig opnemen in de therapeutische gemeenschap Hoog-Hullen in Eelde.

Die instelling was vooral gericht op alcohol- en drugsverslaving, maar er werden ook patiënten met anorexia of boulimia opgenomen. De behandeling, die was afgeleid van het Synanonodel uit Californië, bestond uit drie fasen: de introductie, de ankerfase en de terugkeer. Tijdens de ankerfase moest de patiënt zich hechten aan de gemeenschap op Hoog-Hullen. Er mocht drie maanden lang geen contact met familie, vrienden of anderen buiten de gemeenschap plaatsvinden. De patiënten kregen allemaal eenzelfde overall aan zodat je aan kleding of sieraden geen identiteit kon ontlenen.

Patiënten die in de terugkeerfase zaten moesten nieuwe patiënten streng aan de tand voelen over onder andere hun motivatie. Verder werden de bewoners rechtstreeks geconfronteerd met hun eigen gedrag en de effecten daarvan op andere bewoners; dit gebeurde ofwel door medebewoners ofwel door stafleden. Het meest ingrijpend waren de encountergroepen. Ook daar werden de patiënten heftig aangepakt en geconfronteerd met hun gedrag. Baukje kreeg steeds weer het verwijt dat ze zich niet goed opstelde naar de anderen toe en dat ze geen gevoel had. Ze begreep totaal niet wat ze bedoelden; voor haar gevoel deed ze haar uiterste best om aan de eisen van de therapie te voldoen. Na drie en een halve maand brak ze vrijwillig de behandeling af omdat het steeds slechter met haar ging in plaats van beter. Daarmee waren haar problemen nog niet opgelost. Ze liet zich vervolgens in Oegstgeest opnemen in de observatiegroep van de Jelgersmakliniek van professor Bastiaans. Ook dat bleek niet de juiste plek voor haar te zijn en ook daar verliet ze de kliniek voortijdig. Baukje ontdekte dat de therapievorm Primal Scream, letterlijk de oerschreeuw, haar erg aansprak. Die therapie hield in dat de 'oerervaring' van iemands latere psychische problemen opnieuw ervaren werd.

Pas toen in 2002 bij Baukje de diagnose mild autisme-spectrumstoornis met Asperger, werd gesteld begreep ze waarom Hoog-Hullen de absoluut verkeerde therapievorm voor haar was geweest. Alles wat er van haar werd gevraagd had zij als autist niet kunnen waarmaken. Toen ze eindelijk inzicht had gekregen in haar psychische problemen ging het beter met haar. Na 34 jaar kreeg ze tenslotte vat op haar eetstoornis en op haar psychische problemen. Ze begon boeken gedichten te schrijven en hield lezingen over autisme. Op verzoek draagt ze tegenwoordig ook voor uit haar eigen werk.

Wat viel op: Baukje is zich bij het schrijven van dit boek bewust van het feit dat haar ervaringen dateren van dertig jaar terug. Ze verwijt Hoog-Hullen niet dat men niet in de gaten heeft gehad hoezeer haar toestand verslechterde, juist door de speciale therapievorm. In die tijd waren de inzichten in de psychiatrie en behandelmethoden nu eenmaal heel anders dan de laatste tien jaar. Ook de kennis van autisme was in de jaren zeventig en tachtig van de vorige eeuw nog niet zo groot als tegenwoordig. Een en ander is voor Baukje aanleiding geweest om naast de beschrijving van haar eigen ervaringen en die van medebewoners, informatiekaders

in te lassen waarin beschreven wordt hoe de inzichten en behandelwijze op Hoog-Hullen vandaag de dag zijn.

Citaten: Pag. 20: ‘Om een beeld te geven van wat ik in die tijd at: lange tijd ging ik elke middag naar Jamin om daar een rol biscuit van 300 gram te kopen en 250 gram karamels. Dat ging achter elkaar op. Vaak had ik dan tussen de middag al een of twee roombroodjes op en ’s avonds at ik een warme maaltijd.’

Pag. 51: ‘Tijdens mijn verblijf op Hoog-Hullen krijg ik al vrij gauw het verwijt te horen dat ik geen gevoel heb. Eerst begrijp ik dat niet. Natuurlijk heb ik gevoel, hoe kan een ander nou zeggen dat ik het niet heb?’

Pag. 61: ‘Nee, het gaat niet goed met Bauk. Erger nog, het gaat steeds slechter met me, maar zelf ben ik de enige die dat in de gaten heeft.’

Pag. 70: ‘[...] Therapie bij professor Bastiaans is echter voorbehouden aan mensen met een concentratiekampsyndroom; wel ben ik welkom voor een observatieperiode van zes weken. [...] Eenmaal opgenomen in de Jelgersmakliniek krijg ik professor Bastiaans ook een keer te spreken – een herinnering met een gouden randje.’

Pag. 82: ‘Eind 2000. [...] Ik zie een aflevering van het EO- programma ‘Man/Vrouw’ over ‘hoog-functionerend autisme’. [...] En hoewel ik alleen uit interesse kijk herken ik bijzonder veel van mijzelf in hen.’

Recensies: <http://www.delachendepanda.nl/boeken.html>
<http://www.bol.com/nl/p/nederlandse-boeken/nodeloosgevangen/1001004010634010/index.html>