

Anouk Maassen: Een uurwerk van gedachten - Mijn strijd tegen een eetstoornis

Elikser B.V., Leeuwarden 2023 ISBN: 9463655042

Eetstoornis, jongeren, persoonlijke relaties, informatief; Perspectief Patiënt

**Over het boek:**

'Jip en Sip: twee poppetjes die allebei in mijn hoofd wonen. Jip woont aan de ene kant, in het witte huis, Sip aan de andere kant, in het zwarte. Ze delen de achtertuin. Daar staat een heel groot uurwerk met wel honderd verschillende wielletjes. Jip en Sip kunnen dit allebei als de beste bedienen; ware het niet dat ze beiden een heel andere manier van spelen hebben ...

Jip houdt van zijn werk. Hij vindt het leuk om aan alle wielletjes te draaien en kan met plezier uren achter het uurwerk zitten. Zo zorgt hij ervoor dat ik vrolijk ben. Voor Sip ligt dit allemaal anders. Als Sip aan het werk is draaien alle wielletjes 180 graden de andere kant op. De hele lucht kleurt dan donker, alsof er een helse storm op komst is.'

Anouk Maassen vond het moeilijk om over haar eetstoornis te praten. Door op een verhalende manier over haar strijd te schrijven, kreeg ze de afstand en de tijd die ze nodig had om naar de juiste woorden te zoeken. Aan de hand van Jip en Sip, de twee stemmen in haar hoofd die haar gezonde en haar zieke kant representeren, heeft ze geprobeerd uit te leggen hoe de eetstoornis werkte. Voor vrienden en familie werd het toen duidelijker wat ze doormaakte. En daarom wil ze er ook anderen mee helpen.

Dit boek is geen kant-en-klaar stappenplan dat leidt naar het einde van een eetstoornis. Maar het is wel een goed hulpmiddel, zowel bij de strijd tegen een eetstoornis, als bij andere problemen. Het stemmetje van Sip, die zegt dat je het toch niet kan of toch nooit goed genoeg doet, kent bijna iedereen.

**Over de auteur:**

Anouk Maassen is 23 en is nu begonnen aan haar coschappen. Ze schrijft over de opleiding en alle dingen die nieuw voor haar zijn.

**Inzien:**

Het boek kun je [hier](#) inzien.