



Carmen Netten helpt samen met haar collega's mensen met een eetstoornis

Stichting Human Concern
EEN ANDERE AANPAK

Haar leven werd jarenlang beheerst door een eetstoornis. Via de reguliere hulpverlening kwam Carmen Netten (36) niet verder. Uiteindelijk heeft zij zichzelf weten te genezen. Inmiddels als professioneel therapeut, ziet zij het als een uitdaging om anderen te helpen. We laten haar zelf aan het woord.

Waarom wordt er nog steeds zo weinig begrepen van een eetstoornis? En blijven de hardnekkige vooroordelen bestaan? Waarom zijn de meeste behandelingen nog steeds gericht op het verhelpen van het symptoom? En ligt de focus op het herstellen van gewicht of het te snel afscheid nemen van de eetstoornis? Je gooit een kind toch ook niet in het diepe voordat het heeft leren zwemmen...

De andere aanpak of methode die Human Concern aanwendt bij de behandeling van eetstoornissen is voortgekomen uit het simpelweg begrijpen van de essentie van deze ziekte. Het goed luisteren naar wat de cliënten zelf te zeggen hebben over hun eigen probleem. Ze serieus nemen daarin en met respect behandelen. Dat is toch niet zo moeilijk? Deze benadering, in combinatie met een andere volgorde van aanpak en het hoog houden van de eigen motivatie, is de reden waarom de behandeling van eetstoornissen bij Human Concern succesvol is.

Geen straffen dus, want dit heeft een averechts effect. Het bestraffende is als kenmerkend onderdeel van de ziekte zelf, manifesterend in het hoofd van de cliënt, al pijnlijk genoeg. Waarom daar een schepje bovenop doen? Uit vrije wil leert iemand veel beter de kracht om te genezen uit zichzelf te halen. In plaats van vanuit angst. Door externe druk in de vorm van straf.

Geen symptoombestrijding dus, want dat neemt de oorzaak niet weg. De kern van het probleem moet

worden aangepakt. Dat wil zeggen dat er niet alleen gekeken wordt naar het afwijkende eetgedrag, maar allereerst naar de oorzaken en functies ervan. Want deze houden de eetstoornis in stand. Eigenwaarde opbouwen en het eetprobleem afbouwen gaan hand in hand en moeten met elkaar in evenwicht zijn, zodat de kans op terugval minimaal is. Dit proces kost tijd.

Geen korte behandelingen dus, want juist geduld, tijd en tempo zijn fundamenteel voor het duurzaam genezen van een eetstoornis. Iemand krijgt de ruimte om zelf het tempo en de stappen te bepalen. De angsten die achter een eetprobleem schuilen, zijn namelijk niet mis. Dit zijn angsten die gaan over bestaansrecht. Leven, maar niet weten hoe. Zijn, maar niet weten wie. Niet te onderschatten emoties, die het voor een cliënt vreselijk moeilijk maken om ogenschijnlijk kleine stapjes in de goede richting te doen.

Ervaringsdeskundigheid

Therapeuten die genezen zijn van hun eigen eetstoornis, hebben meerwaarde in dit proces. Zij begrijpen en voelen beter aan wat hun cliënten doormaken. De drempel is lager. Cliënten voelen zich veiliger en geven zich makkelijker bloot. Een goede band is sneller opgebouwd. En binnen deze setting krijgen zij dé steun, erkenning en



herkenning die juist bij deze problematiek zo essentieel is. Vaak geloven cliënten dat ze nooit meer van hun eetprobleem afkomen. Iemand tegenover zich zien die wèl genezen is, en gemotiveerd is om ook hen in dat proces te begeleiden, kan een wereld van verschil maken....

Stichting Human Concern (Centrum voor eetstoornissen)

Behandelt Anorexia Nervosa, Boulimia Nervosa en Binge Eating Disorder patiënten. De aangesloten therapeuten in dit landelijke netwerk zijn (ervarings)deskundigen. Zij hebben naast hun eigen psychotherapeutische opleiding een intensieve opleiding bij Human Concern gevolgd die hen traint te werken volgens een specifieke behandelmethode en grondhouding

Heb je interesse voor wat wij precies doen, als cliënt of als professional, kijk dan op www.humanconcern.nl of bel ons op nummer 020-6671696.