

Stichting Human Concern:

Ervaringsdeskundige therapeuten zorgen voor een persoonlijke begeleiding bij eetstoornissen

Eetstoornissen zoals anorexia nervosa, boulimia nervosa en eetbuienstoornis (binge eating disorder, BED) zijn complexe ziekten die zelden door de omgeving begrepen worden. Ziekten die voor de behandeling ervan veel motivatie, inlevingsvermogen, begrip en geduld vergen. De behandeling van een eetstoornis vereist een nauwe samenwerking tussen cliënt en hulpverlener. Omdat de standaardtherapieën in veel gevallen niet toereikend blijken te zijn, biedt de stichting Human Concern een andere, meer persoonlijke en doeltreffender aanpak.

De therapeuten bij Human Concern zijn zelf ervaringsdeskundigen, ze hebben dus zelf een vorm van eetstoornis aan de lijve ondervonden.

Carmen Netten, therapeut en oprichtster van Human Concern, legt uit: "De therapeuten van Human Concern

hebben naast hun ervaringsdeskundigheid een algemene universitaire, postacademische of post hbo-opleiding gevolgd, en een interne intensieve training die zowel theoretisch als praktisch is. Therapeuten die genezen zijn van hun eigen eetstoornis, hebben duidelijk een meerwaarde in het genezingsproces. Zij begrijpen en voelen beter aan wat hun cliënten doormaken. De drempel is lager. Cliënten voelen zich veiliger en geven zich makkelijker bloot. Hierdoor is een goede band sneller opgebouwd. En binnen deze setting krijgen zij de 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 je zien die genezen is, en gemotiveerd is om ook hen in dat proces te begeleiden, kan een wereld van verschil maken."

Groot probleem

Het probleem in Nederland



(en andere landen) is erg groot; er zijn veel meer mensen met eetstoornissen dan we vaak weten omdat de ziekte vaak verborgen blijft. Daarbij komt dat er eenvoudigweg te weinig gespecialiseerde hulpverleners zijn om dat grote aantal mensen tijdig en goed te kunnen helpen. Veel patiënten hebben te maken gehad met lange wachtlijsten, anderen konden juist niet terecht vanwege te weinig aanmeldingen. Mensen met een eetstoornis kunnen zich eigenlijk niet permitteren lang te wachten. Zonder snelle en vooral deskundige hulp, zakken ze verder af en wordt hun kans op volledig herstel steeds kleiner. Van de cliënten die wel een behandeling aan-

durven, geneest ongeveer 45%, waarvan onbekend is hoeveel terugvalt na verloop van tijd. Maar liefst meer dan de helft geneest helemaal niet, niet afdoende of verslechterd. Het terugvalrisico is groot. En nog erger, de kans op overlijden ook (5 tot 10%).

Op zoek naar de oorzaak

Carmen Netten leed jarenlang zelf aan anorexia en boulimia. Ze merkte dat de reguliere hulpverlening niet toereikend was omdat daar te veel de nadruk ligt op het herstellen van het gewicht, op symptoombestrijding en een zo kort mogelijke behandelingsduur: "Human Concern staat voor een andere aanpak dan de reguliere," vertelt Carmen met overtuiging. "Anders dan in de bestaande hulpverlening gaan wij ervan uit dat mensen die aan een eetstoornis lijden, vaak zelf als beste weten wat er met hen aan de hand is. Wij geloven er in dat cliënten onder deskundige begeleiding zelf prima het tempo en het niveau

van de therapie kunnen bepalen. Wij werken niet met een 'straf- en beloningssysteem', wij zullen nooit iemand dwingen stappen te zetten waar hij of zij nog niet aan toe is. Daarnaast kijken wij niet alleen naar het afwijkende eetgedrag, maar vooral ook naar de oorzaken en functies van het eetprobleem. Eigenwaarde opbouwen en het eetprobleem afbouwen gaan hand in hand. Daarom geven wij in individuele- of groepstherapie veel aandacht aan het zelfbeeld, lichaamsbeeld, sociale vaardigheden en assertiviteit." 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. **Heb je interesse in wat Human Concern precies doet, als cliënt of als professional, kijk dan op www.humanconcern.nl of bel: 020-6671696.**

