

Ervaring naaste uit de contactgroep:

Als moeder van een dochter met een eetstoornis heb ik vaak behoefte gehad er met anderen over te praten. Gewoon mijn eigen gedachten, angsten en fantasieën uit te spreken en te toetsen aan de ideeën van anderen, in de hoop er beter mee te leren omgaan en te begrijpen hoe ik er voor mijn dochter kan zijn zonder haar te kwetsen, dat wilde ik zo graag. Maar ja, mijn dochter wilde niet dat ik er met anderen over sprak. Hoe kon ik mezelf ruimte geven zonder de grenzen van mijn dochter over te gaan. Het was een worsteling voor mij.

Mijn dochter werd soms boos omdat ze zich niet begrepen voelde, terwijl ik wel probeerde begrip te tonen, maar ook grenzen te stellen. Soms gaf ik ongevraagd advies, waarvan ik best begrijp dat ze daar niet op zat te wachten, maar ja, vanuit mijn machteloosheid lukte het niet altijd me hieraan te houden. In een van onze gesprekken benoemde ik mijn gevoel van machteloosheid. Een dag later stuurde ze mij een app'je met de tip deel te gaan nemen aan de contactgroep. Het was mij meer dan welkom. Ik heb de groep als zeer steunend ervaren. De herkenning in de verhalen van andere ouders en het zoeken naar manieren om er voor je kind te zijn, maar ook jezelf in acht te nemen, het was allemaal onderwerp van gesprek. Ik heb me duizend keer afgevraagd wat ik anders had kunnen doen in haar kinderjaren, waar ben ik tekort geschoten, wat ging er fout, enz., enz. En de waarheid is dat je natuurlijk her en

der tekort bent geschoten, want ja, wie is nou de perfecte ouder? En wat is dan de perfecte ouder? De andere ouders die ik sprak heb ik ervaren als aardige en normale mensen die ook gewoon hun best hebben gedaan, net zoals ik. Simone en Joke die de groep begeleidden gaven zowel informatie als steun en advies, voor mij zeer welkom, want oh, ik was lange tijd zo onzeker over mijn moederschap. Het heeft mij enorm geholpen om minder aan mezelf te

twijfelen, waardoor het beter lukte om duidelijk te zijn naar mijn dochter. Het is niet dat er nooit protest kwam van haar maar het lukte beter om standvastig en duidelijk te zijn. Of het effect heeft gehad op mijn dochter en onze relatie weet ik nog niet zo goed. Op mezelf heeft het wel veel effect gehad, ik ben rustiger geworden en kan het probleem meer bij haar laten. Ik ervaar de relatie met haar als liefdevol en betrokken. Ze zit nu in het buitenland voor een jaar. Meestal gaat het goed. Soms zoekt ze contact op een moeilijk moment. Ik heb alle vertrouwen erin dat ze haar eetproblemen steeds beter leert hanteren. Ik begrijp heel goed, dat ik het niet voor haar kan oplossen. Volgende week ga ik haar opzoeken, de voorpret is heerlijk. De contactgroep is zeer waardevol voor mij geweest. Simone en Joke, nogmaals veel dank voor jullie steun en raad. Uiteraard geldt dit ook voor de ouders met wie ik in contact geweest ben.