

Toen ik voor het eerst het JIJ-huis binnen liep, toen nog aan de Jaffa straat, was ik onwijs zenuwachtig. Je weet gewoon niet zo goed wat je moet verwachten als je voor het eerst komt. “Hoi, ik ben Marije en ik heb een eetprobleem.” Ik zag een soort AA-meeting voor me. Tegelijkertijd kon ik me helemaal niet voorstellen dat ik echt mensen zou aantreffen met hetzelfde probleem als ik. Ik dacht dat ik de enige was.

Stichting JIJ werkt met zelfhulpgroepen. Een soort groepstherapie zonder dat het de naam therapie mag hebben. Voor mij werkte het in ieder geval heel therapeutisch. Ik kwam in een leuke groep terecht met (tegen mijn verwachting in) heel normale mensen. Normale mensen met een eetprobleem. Drie ervaringsdeskundigen leidden de bijeenkomsten zonder ons het gevoel te geven dat ze ‘beter’ waren. Het waren vrouwen die hun eetprobleem al hadden overwonnen en die het ons gunden om dit ook te bereiken. Er werd gepraat over dingen waar ik al jaren mee liep maar waar ik nog nooit met iemand over had gesproken. Waar ik vandaan kom gaan alle problemen namelijk in de spreekwoordelijke doofpot.

Naar bijna iedere bijeenkomst ging ik met een ander gevoel. Je hoort ergens bij waar je eigenlijk helemaal niet bij wilt horen. Aan de ene kant is er een gevoel van opluchting dat er mensen zijn waarbij je je ei kwijt kan, maar aan de andere kant is er ook weerstand omdat je geen hulp nodig wilt hebben. Iedere bijeenkomst is anders en iedere keer leer je vooral veel over jezelf. Niet alleen over je eetprobleem.

Zonder eetprobleem zei ik mijn lidmaatschap uiteindelijk op. Ik denk dat ik nu authentieker ben dan ik ooit ben geweest, omdat ik heb geleerd dat ik eigenlijk best een leuk persoon ben. Sinds kort ben ik vrijwilliger bij de stichting en help ik anderen vanuit mijn eigen ervaringen. Als je zoiets hebt meegemaakt gun je dat niemand. Stichting JIJ heeft voor mij veel veranderd en daar hoop ik nu anderen bij te helpen.