

### Ervaringsdeskundigen aan het woord

Als reactie op laatstgenoemde reden heeft Mandy Mahn eind 2018 voor Stichting JIJ een project uitgevoerd waarmee ze zowel de doelgroep als de samenleving meer kennis liet maken met jongens en mannen met eetproblematiek. Dit resulteerde in een boek, waarin ze op geheel unieke wijze een aantal mannen met een eetstoornis portretteerde. Ook heeft Mandy samen met de Rotterdammer Mike Schmitz, één van deze ervaringsdeskundige mannen, een trailer ontwikkeld waarin Mike openhartig praat over zijn eetbuitstoornis en de knelpunten waar hij gedurende zijn herstel tegenaan loopt. De trailer is te vinden op het YouTube kanaal van Stichting JIJ en is inmiddels ook via de Sociale Media kanalen en de website van de stichting gedeeld met de doelgroep en het algemeen publiek. Daarnaast is de trailer ook al opgemerkt en gedeeld via andere platforms, waaronder Anorexia Jongens. Kortom, een mooie eerste stap naar meer minder taboe rondom eetproblematiek bij mannen.

### “Het inzetten en delen van verhalen van ervaringsdeskundigen kan de kans op begrip en herkenning vergroten”

- Sharon Voesten, Mandy Mahn en Mike Schmitz

### Hulpbehoefte van jongens en mannen

Dat het onderwerp ‘Jongens en Mannen met een Eetstoornis’ leeft binnen Stichting JIJ is inmiddels wel duidelijk! Maar Stichting JIJ wil nóg meer voor deze jongens en mannen betekenen en niet alleen het stigma rondom eetproblematiek bij jongens en mannen verder doorbreken, maar ook hen laagdrempelige hulp aanbieden. Daarom besloot Stichting JIJ in 2019 intern een project te starten. Hiervoor begon de stichting in het voorjaar van dit jaar met het opstellen van een projectplan, dat vervolgens onder de aandacht werd gebracht bij een aantal belanghebbende fondsen. Het doel van dit project is tweeledig: enerzijds het beter bereiken van de doelgroep en anderzijds het in samenspraak met hen creëren van een passend hulpaanbod.

### Wat is de hulpbehoefte van mannen en jongens met een eetstoornis?

Om de hulpbehoeften van jongens en mannen in kaart te brengen hebben Lianne Disco en Lianne Wille voor hun studie Sociaal Pedagogische Hulpverlening gedurende de afgelopen maanden als voorbereiding op bovengenoemd project bij Stichting JIJ een onderzoek uitgevoerd. Het doel van dit onderzoek was om achter

## “We willen de mannelijke doelgroep beter bereiken en samen met hen een passend hulpaanbod creëren!”

- Stichting JIJ en Ron Meijering van Anorexia Jongens

de concrete hulpbehoefte van mannen met een eetstoornis te komen en na te gaan welke soort begeleiding bij hen aansluit. Om tot deze informatie te komen hebben de twee Lianne's literatuur verzameld en online een vragenlijst opgesteld en uitgezet onder de doelgroep. Daarnaast hebben ze contact opgenomen met een vijftal Nederlandse hulpverleningsinstanties en nagevraagd wat voor hulp zij bieden én of zij in hun aanbod rekening houden met verschillen tussen mannen en vrouwen. Uit zowel deze gesprekken, het literatuuronderzoek en de antwoorden uit de vragenlijsten hebben de naamgenoten een verrassende, maar heldere conclusie getrokken: Er hoeft geen ‘speciaal’ aanbod voor jongens en mannen gecreëerd te worden. Dit betekent echter niet dat er ‘helemaal niets’ hoeft te veranderen!

### “Voor mannen blijkt het voldoende te zijn om gebruik te maken van een gender-neutraal hulpaanbod”

- Lianne Wille en Lianne Disco

Het blijkt voldoende te zijn om gebruik te maken van een neutraal hulpaanbod met daarbij aandacht voor individuele verschillen. Om de doelgroep meer aan te spreken zit het hem vooral in het doorvoeren van kleine aanpassingen. Een aantal concrete voorbeelden hiervan zijn; het zorgdragen voor ‘gender-neutrale’ PR en voor een luisterend oor (bij voorkeur door een ervaringsdeskundige van het mannelijke geslacht) het creëren van een gender-neutrale omgeving die niet té veel op vrouwen gericht is, het aanpassen van activiteiten zodat ze ook aantrekkelijk zijn voor mannen (zoals sportieve activiteiten en/of films) en het in groepsverband, maar ook tijdens individuele begeleidingstrajecten,

FOTOGRAFIE MIKE SCHMITZ



### “Er moet meer aandacht komen voor het bestrijden van het stigma op eetproblematiek bij mannen”

- Lianne Wille en Lianne Disco

rekening houden met onderwerpen die ook betrekking hebben op mannen. Ook is er een voorkeur voor begeleiding door mannelijke ervaringsdeskundigen en deelname van de groep door jongens en mannen (in plaats van alleen maar vrouwen). Verder moet er bij het aanpakken van het probleem aandacht worden besteed aan het bestrijden van het stigma op eetproblematiek in zijn algemeenheid, en in het bijzonder bij mannen.

### Project ‘Jongens en mannen met een eetstoornis’

Inmiddels is er voldoende steun om het project van Stichting JIJ definitief te laten starten. Sinds 1 juli 2019 zijn, samen met partner Ron Meijering van Anorexia Jongens, dan ook al diverse acties ondernomen om jongens en mannen meer erkenning te geven binnen de hulpverlening. Zo is een interne projectgroep met (ervaringsdeskundige) mannen en vrouwen opgericht waarin de aanbevelingen uit alle hierboven genoemde onderzoeken worden besproken en, in samenwerking met de coördinatoren en vrijwilligers van Stichting JIJ, worden omgezet tot acties. Acties die direct kunnen worden opgepakt worden in de komende maanden al doorgevoerd. Tegelijkertijd worden voorbereidingen getroffen om het hulpaanbod aan te passen. Dit hulpaanbod zal vermoedelijk eind 2019 worden gepresenteerd en vanaf 2020 worden uitgevoerd. Houd vooral de website en sociale media kanalen van Stichting JIJ goed in de gaten voor de laatste ontwikkelingen!

Om voor jongens en mannen écht het verschil te kunnen maken, zoeken Stichting JIJ en Anorexia Jongens mannelijke vrijwilligers en/of ervaringsdeskundigen! Wil jij jouw eigen ervaring en/of kennis inzetten om jongens en mannen met een eetstoornis te helpen om meer erkenning te krijgen binnen de hulpverlening? Schroom dan niet, maar mail naar [info@stichting-jij.nl](mailto:info@stichting-jij.nl) om je aan te melden of om meer informatie op te vragen.

Mocht je signalen van een eetprobleem of eetstoornis herkennen bij jezelf of bij iemand in je omgeving, dan ben je natuurlijk ook van harte welkom om vrijblijvend en kosteloos informatie of advies te vragen in ons Informatie-, Advies-, en Steunpunt. Dit kan per chat, telefoon, e-mail of in een persoonlijk gesprek. Zie voor meer informatie over het Informatie- Advies en Steunpunt of over ons project en onze project-medewerkers: [www.stichting-jij.nl](http://www.stichting-jij.nl).

1. Meer informatie over de onderzoeken en het projectplan is via Stichting JIJ op aanvraag beschikbaar.
2. CBS (2017). DBC-gefinancierde GGZ; personen per diagnose; inkomen, leeftijd. Geraadpleegd op 21-07-2019, [www.statline.cbs.nl](http://www.statline.cbs.nl)
3. Blinder, B.J. (2001). Anorexia in males. Geraadpleegd op 21-07-2019, [www.ltspeed.com](http://www.ltspeed.com)