



Inspirerend, interessant en aangrijpend

Met die woorden zou ik onze lezing over eetstoornissen waar Isabelle Plasmeijer van ISA POWER sprak omschrijven.

Ik ben naar deze lezing gegaan met de wens om in de toekomst een goede gz-psycholoog te zijn die onder andere mensen met eetstoornissen behandelt. Zelf heb ik nooit een eetstoornis gehad en daarom hoopte ik na deze lezing een duidelijk beeld te krijgen van hoe het is om een eetstoornis te hebben. Daarnaast wilde ik graag leren hoe je iemand met een eetstoornis het beste kan helpen. Deze wensen zijn zeker in vervulling gegaan.

De belangrijkste les die ik heb geleerd is dat eetstoornissen niet om het eten gaan, maar o.a onzekerheid, prestatiedruk en perfectionisme. Isabelle vertelde dat ze niet meer durfde te dromen en te vertrouwen dat die dromen uitkwamen. Ik heb geleerd dat mensen met eetstoornissen vaak een enorm doorzettingsvermogen en dat die drive kan zorgen dat de eetstoornis heel ver gaat, zover dat 10% van de mensen met een eetstoornis overlijdt. Maar, dat als je leert die drive om te zetten tot een kracht, de drive kan zorgen dat die weggedrukte dromen waargemaakt kunnen worden. Daarnaast vond ik het inspirerend dat Isabelle in verloop van tijd anders met haar perfectionisme heeft leren omgaan. Dat ze fouten nu ziet als iets positiefs. Als een wijze les waardoor je elke dag een sterker mens wordt. Ze leerde ons dat een goede psycholoog er niet als een robot bij zit maar zich kwetsbaar op durft te stellen. Dat ook al heb je geen eetstoornis gehad, je je wel kan voorstellen hoe jij je voelde toen je even een laag zelfbeeld had of erg verdrietig was.

'laat niemand je vertellen dat je het niet waard bent, of dat je je dromen niet waar zou kunnen maken'

'je hebt maar een leven, maak er een kunstwerk van'

'durf uit je comfortzone te gaan, stap over je angsten heen.'

Namens de Vereniging voor Studenten Psychologie en Pedagogiek van de Vrije Universiteit in Amsterdam (VSPVU),

Inger, studente psychologie

23 februari 2016