

THE PREVENTION OF EATING DISORDERS

Walter Vandereycken en Greta Noordenbos
Londen (The Athlone Press) 1998
232 blz. f 198,30

The prevention of eating disorders is een bundel met enerzijds uitgewerkte voorbeelden van preventieprogramma's voor leerlingen aan de lagere en middelbare school en anderzijds bijdragen die de valkuilen en problemen bij de preventie van eetstoornissen bespreken. De beide redacteurs van de bundel zijn experts op het gebied van eetstoornissen zowel van de behandeling (Vandereycken, België) als ook van de preventie (Noordenbos, Nederland).

Een verdienste van het boek is dat het de principes van preventie nog eens op een rijtje zet en dat de inhoud maant tot bescheidenheid in de doelstellingen van de preventieve interventie. Zo laten handzame tabellen met evaluatiegegevens van preventieprogramma's zien dat er sprake is van kennisvergroting, maar dat attitude en gedrag geen veranderingen vertonen. Soms werken interventies zelf contraproductief; bijvoorbeeld te veel aandacht voor symptomen van eetstoornissen als braken en laxeren brengt mensen alleen maar op ideeën. Dat geldt ook voor casusbeschrijvingen van anorexia-meisjes, die in eerste instantie als afschrikwekkend bedoeld waren. Juist meisjes met al eerste symptomen van een eetstoornis gaan voorbij aan alle ellende en zien in het vastende anorexia-meisje een heldin en lichtend voorbeeld. Dat deze eetstoornis relatief weinig voorkomt, vormt een belangrijk probleem voor vroegtijdige opsporing van mensen met eerste symptomen van een eetstoornis. De onlangs gepubliceerde prevalentie van veertigduizend (Eindrapport Stuurgroep Eetstoornissen Nederland, 1998) lijkt veel, maar is in de risicogroep - vrouwen tussen de 15 en 29 jaar - nog geen 2%. Een zo lage prevalentie vergt, zo stelt Schoemaker in zijn bijdrage, een onhaalbaar hoge precisie van de speciaal ontwikkelde vragenlijsten om mensen met eerste symptomen van de stoornis op te sporen.

Een goede alternatieve titel van de bundel zou kunnen zijn: is preventie van eetstoornissen überhaupt mogelijk? Verschillende bijdragen beschrijven de veelbelovende overstap van preventie die zich alleen maar richt op eetstoornissen naar een bredere opvatting van preventie. Hierbij zijn ziektemodellen vervangen door gezondheidsbevorderende modellen. Centraal staan het aanleren van algemene vaardighe-



den als assertiviteit, communicatie, stressmanagement en lichaamsbeweging. Maar de evaluatiegegevens van deze programma's ontbreken nog. Daarom is het onduidelijk of deze programma's wel de felbegeerde attitude en gedragsverandering tot gevolg hebben.

Wie zich interesseert voor nieuwe preventieprogramma's van eetstoornissen wordt goed bediend, want ze worden in verschillende bijdragen uitgebreid beschreven. Een belangrijk gemis vond ik echter dat er nergens oog was voor andere betekenissen van slankheid, lijnen en het hongeren, dan de voor de hand liggende betekenis van ziekte of inperking. Als de betekenissen van lijnen alleen maar negatief zouden zijn, dan volgt de vraag, waarom er desondanks zo veel vrouwen aan meedoen. Tenzij men uitgaat van een masochistisch vrouwbeeld moeten er toch ook positieve zaken in het spel zijn? En dat is ook zo, blijkt uit internationaal onderzoek (Van Strien, 1991). Zo wordt slankheid door studenten geassocieerd met vrijheid, met de vrijheid ten opzichte van de oude rollen

als moeder en echtgenote (weg dikke borsten en brede heupen). Slankheid wordt bijvoorbeeld ook geassocieerd met wilskracht, met de overwinning van geest op lichaam, waarbij geest van oudsher geassocieerd is met het mannelijke, lichaam met het vrouwelijke. Slankheid lijkt voor sommige adolescente meisjes een vorm van zekerheid en houvast te bieden in een verwarrende wereld met tegenstrijdige eisen en taken ten aanzien van mannelijkheid en vrouwelijkheid. Voor al deze andere betekenissen is in dit boek geen aandacht. Maar juist deze meer positieve betekenissen zijn interessant, omdat zij kunnen verklaren waarom veel meisjes doorgaan met lijnen ondanks alle pijn en moeite die het kost en ook al hebben zij wel degelijk weet van de mogelijke slechte afloop als het lijnen uit de hand loopt.

Een geheel andere vraag is of het ideaal van slankheid en een sterke gerichtheid op lijnen wel de belangrijkste oorzakelijke factoren voor eetstoornissen vormen. Schieten preventieprogramma's met hun aandacht voor boodschappen in de media over slankheid, voor ontevredenheid met het lichaam en lijngericht eetgedrag niet op het verkeerde wild? Hoewel minder dan voorheen vormen lijnen, slankheid en eetgedrag ook in de nieuwere, breder georiënteerde preventieprogramma's nog steeds een belangrijk punt van aandacht. De theoretische bijdrage in deze bundel van Strieger-Moore en Steiner-Adair toont ons dat slankheid slechts een van de vele risicofactoren is. De bijdrage over de media laat ons zien dat vooral meisjes met al eerste symptomen van een eetstoornis gevoelig zijn voor boodschappen over slankheid in de media. Juist zij kopen tijdschriften met slankheidsmodellen of kijken veel televisie. Op het zelfbeeld van meisjes die wat dit betreft veel steviger in hun schoenen staan, hebben dit soort boodschappen over slankheid veel minder invloed. Sterker, zij hebben er geen belangstelling voor, kijken minder televisie en kopen minder gauw een blad dat slankheid propageert.

De *dread of fatness* (angst voor vet) is volgens de huidige diagnostische criteria een centraal element bij het vaststellen van een eetstoornis. Maar kan dit wel een belangrijke oorzaak zijn? Behalve dat het aanleiding geeft tot een cirkelredenering (*dread of fatness* vanwege *dread of fatness*), kan men zich afvragen waar deze *dread of fatness* zelf voor staat. Zo blijkt uit een elders gepubliceerd onderzoek van Katzman en Lee (1997) dat er de laatste jaren in China en Japan sprake is van een sterke toename in gestoord eetgedrag en ontevredenheid met het lichaam. In beide landen heeft de populatie volgens westerse maatstaven ondergewicht, zodat een *dread of fatness* onwaarschijnlijk lijkt. Nadere beschouwing van de culturen laat zien dat deze in beide landen sterk veranderen. Zo is er in China een overgang van een staats- naar

een markteconomie. Hierbij dreigen goede faciliteiten op het gebied van onderwijs, gezondheid, werk en kinderopvang te worden ingeperkt of helemaal te verdwijnen. Vooral vrouwen worden door deze veranderingen getroffen. Is de eetstoornis bij deze vrouwen dan niet eerder een uitdrukking van gevoelens van machteloosheid, disconnectie en transitie? (Nasser & Katzman, in druk).

Los van deze kritiek bevat het boek ook wel interessante vondsten. Zo vind ik de bijdrage van Schoemaker, die ik al aanstipte, zeer de moeite waard, misschien vooral omdat ik houd van bijdragen die het denken scherpert. En de bijdrage van Niva Piran lijkt me voor mensen die werken met risicogroepen als sporters en balletdansers het lezen waard. Als een van de weinigen werkt zij niet met een vooropgezet programma, maar gaat met grote kennis van zaken op voet van gelijkheid en met liefde voor haar leerlingen te werk. De bijdrage over de media bevat een interessante wijze om leerlingen een meer kritische houding ten opzichte van de media bij te brengen, die ik u tot slot niet wil onthouden. In een klassikale les liet men dertienjarige jongens en meisjes geurtjes opsnuiven die zij vervolgens moesten classificeren als typische mannen- dan wel vrouwengeur. Het grote aantal fouten bij de toeschrijving stond in schril contrast met de overduidelijke mannelijkheid en vrouwelijkheid van deze geuren zoals gepresenteerd in de reclameboodschap. Op deze manier konden leerlingen de manipulatie van de media aan den lijve ervaren.

Tatjana van Strien

Literatuur

- Katzman, M. & Lee, S. (1997). Beyond body image: the integration of feminist and transcultural theories in the understanding of self starvation. *International Journal of eating disorders*, 22, 385-394.
- Nasser, M. & Katzman, M. (in druk), Eating disorders: the global perspective informs prevention, in M. Lavine, N. Piran & C. Steiner-Adair (Eds.), *Prevention of eating disorders in the 21st century*. Bruner-Mazel.
- Van Strien, 1991. Eetgedrag en slankheidsideaal. In C.F.F. van der Staak & C.A.L. Hoogduin (Eds.), *Psychologische aspecten van leefstijl en adaptatie*. Nijmegen: Buro Beta.

Beeldmateriaal: K. Woodward (ed.), *Identity and Difference. Culture, Media and Identities* (Open University) Londen, 1997, p. 140.