

Project Binnenstebuiten

*Van onzichtbare machteloosheid
naar beeldende betekenis*

Els Verheyen
Coördinator ANBN vzw



Een mooie dag, wachtend op de trein.
Alles lijkt goed te gaan,
maar de gedachten stoppen niet.
Geen moment is er stilte
van de eetstoornis.



Veel van het lijden blijft buiten beeld

- angst en voortdurende innerlijke strijd
- schaamte en zelfkritiek
- controle en verlies van controle
- ambivalentie tegenover herstel
- machteloosheid van naasten
- een onvoorspelbaar hersteltraject



Als woorden tekortschieten, dreigt vernauwing

Ervaring	Mogelijk gevolg
“Ik krijg niet uitgelegd wat er gebeurt”	Isolement of existentiële vervreemding
“Anderen begrijpen het anders dan ik het beleef”	Wantrouwen of terugtrekken
“Mijn verhaal wordt herleid tot symptomen”	Verlies van eigenaarschap

Binnenstebuiten creëert een andere ingang

Eerst videoproject en nu ook Photovoice methodiek

Mensen gaan aan de slag met een vraag en brengen foto's mee.
Ze vertellen wat die voor hen betekenen.

- Beeld opent wat nog niet gezegd kan worden.
- Het verhaal geeft richting aan wat zichtbaar wordt.
- De groep helpt in het ontstaan van (nieuwe) betekenis.

Niet spreken óver, maar spreken vanuit ervaring

- Ervaringen worden niet gereduceerd tot één herstelverhaal.
- De deelnemer bepaalt wat verteld en getoond mag worden.
- Verschillende stemmen mogen naast elkaar bestaan.



Photovoice verlegt het perspectief

De deelnemer kiest niet alleen wat verteld wordt,
maar ook waarnaar we kijken

- Een open fotografische opdracht
- Zelf beelden maken
- Persoonlijke verkenning (tekstje)
- Begeleid gesprek in de groep
- Samen kiezen wat gedeeld mag worden

*Wat blijft er in jouw
dagelijks leven vaak
onzichtbaar voor anderen?*

**Op welke plek heeft de
eetstoornis jou vandaag
parten gespeeld?**

**Wat helpt jou op een
moeilijk moment?**

Wat kan er in dit proces verschuiven?

Behoefte	Mogelijke ervaring binnen het project
Autonomie	Ik bepaal wat ik toon, vertel en deel
Verbondenheid	Mijn ervaring kan naast die van anderen bestaan
Competentie	Ik kan iets vormgeven en betekenis overbrengen



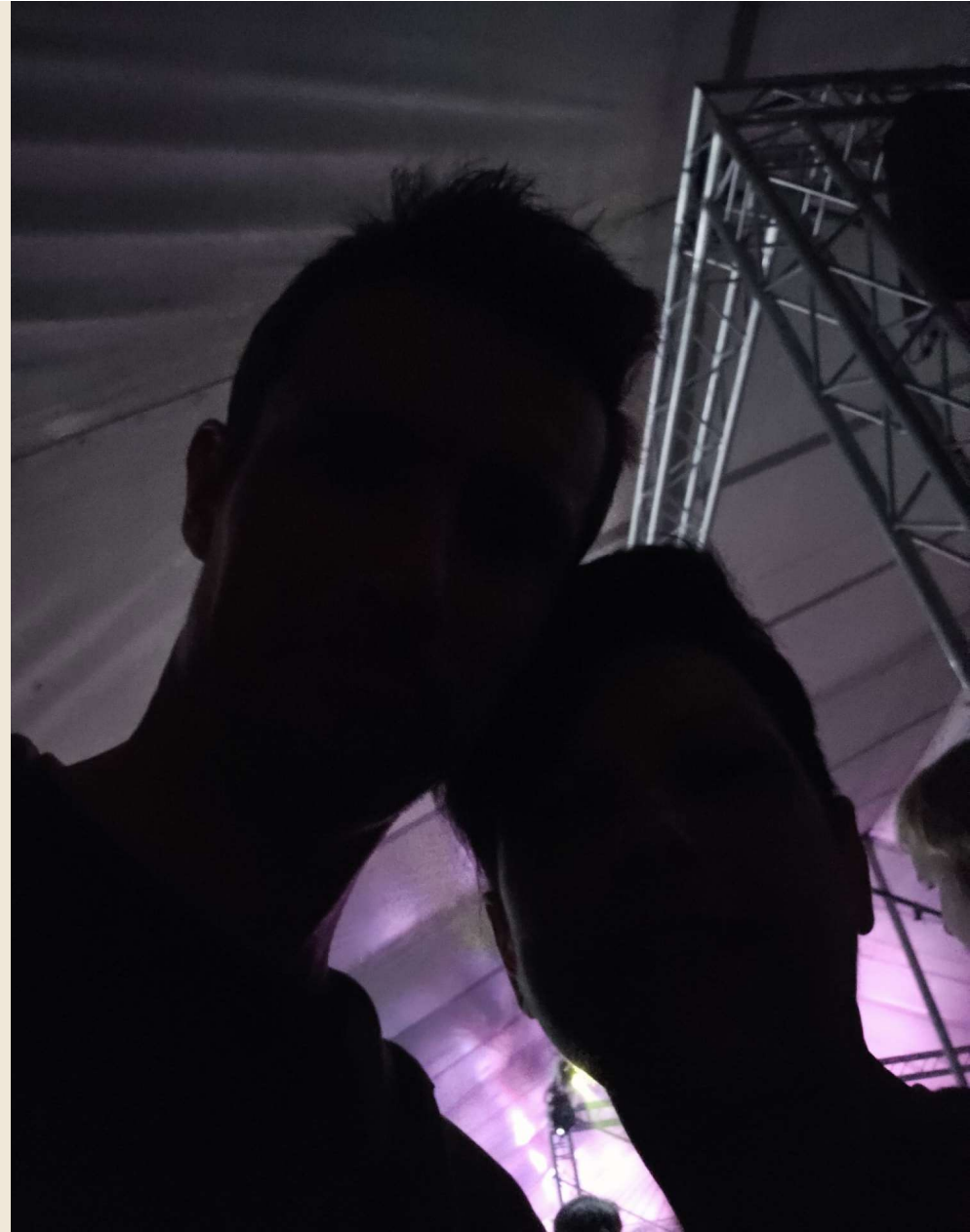
Beeldend werken vraagt ook om zorgvuldigheid

Mogelijke aandachtspunten:

- Wie bepaalt de opdracht en het kader?
- Kan iemand ook níét delen?
- Wie bezit het beeld en het verhaal?
- Waarvoor mag het materiaal later worden gebruikt?
- Kan toestemming opnieuw worden ingetrokken?
- Hoe voorkomen we vergelijking of triggering?
- Wie bewaakt emotionele veiligheid en nazorg?
- Hoe vermijden we dat kwetsbaarheid tentoonstellingsmateriaal wordt?

Wat dit project ons leert...

- Wat onzichtbaar is, hoeft niet eerst volledig verwoord te worden om gedeeld te kunnen worden.
- Eigenaarschap zit niet alleen in mogen spreken, maar ook in mogen bepalen wat zichtbaar wordt en hoe.
- Verbinding ontstaat niet doordat ervaringen hetzelfde zijn, maar doordat verschillen veilig naast elkaar kunnen bestaan.



A close-up photograph of a map with several red pushpins. The pushpins are of varying sizes and are placed at different locations on the map. The map itself is partially visible, showing some street names and geographical features. The background is a soft, out-of-focus mix of warm colors like orange, yellow, and pink.

www.anbn.be

anbn.be/binnenstebuiten
anbn.be/in-the-picture