

ZEGT

Margot Vanderstraeten schrijft 'Te Gek!?'-novelle

'Ongelukkig zijn maakt deel uit van het leven'

Zelf ondervindt schrijfster Margot Vanderstraeten (50) geen schroom om met een psycholoog te gaan praten. Dat maakt van haar de geknipte persoon om samen met 'Te Gek!?' het taboe rond geestelijke gezondheid te doorbreken. 'Mensen die hardnekkig volhouden dat alles prima met ze gaat, zijn vaak mensen die worstelen met zichzelf.'

Schrijfster en journaliste Margot Vanderstraeten gooid vorig jaar hoge ogen met haar non-fictieroman 'Mazzel Tov'. Die gunt de lezer een zeldzame inkijk in het leven van een joods-orthodox gezin in Antwerpen. Het boek schopte het tot een van de lievelingsboeken van koningin Mathilde. Haar nieuwste worp heet het 'Het zusje van de buurvrouw' en is een novelle in opdracht van 'Te Gek!?', het initiatief dat psychische problemen bespreekbaar maakt.

Welke voeling heb jij met het thema geestelijke gezondheid?

Margot Vanderstraeten: 'Ik heb een grote belangstelling voor alles wat de mens drijft. En vooral alles wat net niet goed werkt, interesseert me erg. De wereld van de geestelijke gezondheidszorg is mij ook niet onbekend. Ik ken mensen in mijn omgeving die er een beroep op hebben gedaan, tot aan een opname toe. Mijn zus is ook psychologe en mijn broer is pedagoog. De interesse in de ontwikkeling van de mens zit er dus diep in bij ons. Het onderwerp komt regelmatig ter sprake.'

Hoe gemakkelijk praat jij over je gevoelens en problemen?

'Zelf ervaar ik, in de gesloten ruimte van een kabinet, niet echt een taboe om daarover te praten. Ik zet zelfs gemakkelijk de stap naar een psycholoog. Wanneer je mentaal in de knoop zit, kun je baat hebben bij iemand die je een nieuw inzicht in jezelf kan geven. Maar ik bevind me in een geprivilegieerde situatie. Er zijn nog altijd veel mensen die schroom hebben om over hun problemen te spreken. De maatschappij is ook zo veeleisend en wil dat alle negatieve gevoelens weggevaagd worden.

Maar ongelukkig zijn maakt deel uit van het leven. Het is ook moeilijk om toe te geven dat iets niet gaat zoals je zou willen. Ik denk dat dit voor vrouwen makkelijker is dan voor mannen.'

Daarom is het zo belangrijk dat wij signalen leren opvangen dat het niet zo goed gaat met iemand.

'Inderdaad. Een van de sterkst zichtbare signalen van een psychisch probleem is volgens mij de felle ontkenning ervan. *Mij scheelt er niets, alles gaat prima*. Mensen die dat benadrukken zijn vaak mensen die net wel worstelen met zichzelf. De ontkenning is een hardnekkige vorm van zelfbedrog. Net hetzelfde met mensen die schamper doen over psychologen of die lachen met mensen die om hulp vragen. Het vergt moed om je psychisch kwetsbaar te tonen. Dat komt omdat de associatie met *gek zijn* nooit veraf is. Maar er zou gerust wat meer gekheid in de wereld mogen zijn.'

In 'Het zusje van de buurvrouw' lijdt Nadja aan anorexia. Wat heb je bijgeleerd over die ziekte?

'Tijdens de research voor mijn novelle heb ik enkele anorexiapatiënten geïnterviewd. En dan viel me op dat ze veel minder bezig zijn met hun uiterlijk of met schoonheid dan ik dacht. Uiteraard voelen zij haat tegenover zichzelf en hun lichaam. Maar die zelfhaat heeft een dieperliggende oorzaak. Anorexia is een symptoom. Je moet proberen te achterhalen welke problemen aan de basis liggen.'

Door je keuze voor een Marokkaans-Belgisch meisje als hoofdpersoonage, snijdt je ook het thema diversiteit aan.

'Ik vind dat een zeer belangrijk thema om

aan te kaarten. In traditionele culturen, en in mijn boek is dat de Marokkaanse, denkt men anders over begrippen als gezondheid, geneeskunde en de verhouding tussen lichaam en geest. Zo grijpt men in islamitische middens nog vaak terug naar traditionele geneeswijzen, zoals het raadplegen van een gebedsgenezers en *cupping* (een vacuüm boven de huid creëren met verhitte glazen of metalen bollen, red.). Het taboe rond geestelijke gezondheid is er nog veel groter. Net door de verschillen te durven benoemen, probeer ik het taboe te doorbreken. Ik hoop dat mijn boek hier en daar een debat op gang brengt. Want iedereen heeft baat bij een betere gezondheidszorg.'

Net zoals in 'Mazzel Tov' laat je twee culturen kennismaken met elkaar. Is dat een stokpaardje van jou?

'Ik schrijf daarover omdat ik denk dat het een van de belangrijkste maatschappelijke vraagstukken van deze tijd is: hoe ga je om met mensen die een andere culturele achtergrond hebben en wat kun je van hen leren? In *Het zusje van de buurvrouw* leren

buren Louis en Zaida elkaar toevallig kennen door een lekkende kraan. Ik denk dat veel mensen zo naast elkaar leven en elkaar maar aanspreken als er een praktisch probleem is. Dat is niet erg. Maar als je dat inzicht, hoef je misschien niet te wachten totdat er een aanleiding is.'

'Uiteindelijk is de mens een universeel wezen. Allemaal willen we het beste voor onze kinderen, een beter leefmilieu en vrede. Allemaal zijn we bang voor het anderszijn. Maar we kunnen veel van elkaar leren. De vriendelijkheid en warmte in de moslimcultuur bijvoorbeeld is in onze westerse maatschappij haast zoek. Laat ons dus niet in aparte werelden blijven vertoeven, maar bruggen bouwen.'

Leen Grevendonck

✓ Margot Vanderstraeten schreef voor 'Te Gek!?' een verhaal over signaalherkenning bij psychische problemen. Op www.4voor12.be leer je welke signalen erop kunnen wijzen dat iemand hulp nodig heeft.

WIN WIN HET BOEK 'HET ZUSJE VAN DE BUURVROUW'



Visie mag 4 exemplaren weggeven van het boek 'Het zusje van de buurvrouw' (Angèle, 146 p.). Antwoord vóór 31 mei op deze vraag: Aan welke ziekte lijdt het hoofdpersoonage in 'Het zusje van de buurvrouw'?

a. Depressie b. Borderline c. Anorexia

Doe mee op www.beweging.net (klik op de banner 'Visie-wedstrijd'). Of stuur een kaartje naar: Visie, wedstrijd Zusje, Postbus 20, 1031 Brussel.

