

TRANSCRIPT Afl. 85 Uitgestelde rouw en The Voice. Met Tatjana Almulu (afl. 85)

Veel dank aan transcripters: Hanne, Laura, Juliette, Luca, Berfin, Paula, Rozalie & Milou <3

ML = Marie Lotte

NYD = Nydia

TAT = Tatjana Almulu

ML Dag lieve luisterbuiskindertjes, welkom bij damn honeyyy

START INTRO JINGLE

NYD De podcast over shit waar je als vrouw van deze tijd mee moet dealen

ML Mijn naam is Marie Lotte

NYD En ik ben Nydia

ML En dit is aflevering 85.

NYD 80 is prachtigggg

ML Bedankt voor deze...

NYD weet ook niet waar dat vandaan kwam

ML Euhm, voor ik de gast en het onderwerp van deze afl. aan jullie uit de doeken doe, eerst nog even een huishoudelijke mededeling.

NYD Ding dong

ML Ding dong. Na een eeuwigheid doorschuiven lijkt het erop dat onze podcasttour in het theater EINDELIJK doorgaat, maar je weet het nooit, dus hou nog even een slag om de arm. In ieder geval, dit is the deal: Nydia en ik maken dit voorjaar een klein tourtje door het land, met de podcast. We nemen de shows niet op, dus het is echt once in a lifetime ding - be there or not maar dan was je er dus niet. De ticketverkoop is weer open. Dus kom: we komen in Amsterdam, Rotterdam, Brielle, Den Bosch en Almere. Ik zet een linkje in de shownotes en dan kun je kijken wanneerrrrrr:

NYD damnhoney.nl/aflevering-85

ML heel soepeltjes

NYD voor de shownotes

NYD Vandaag zit er een oude bekende bij ons aan tafel. Je kon haar net al heel kort horen gieren

lachgeluid op achtergrond

NYD Nu weer. Euhh, ze gaat wederom haar wijsheid met ons te delen. In 2019 schreef zij het boek 'Knap voor een dik meisje' toen kwam praten over dik zijn in aflevering 15 van onze podcast, toen we nog podcastbabies waren.

ML ahwww

NYD Ze is bovendien fotograaf: ze schoot de 2021 DAMN, HONEY naaktkalender

ML De epische, naaktkalender

NYD de epische naaktkalender. En je vindt stukken van haar hand met regelmaat terug in de bladen. De Elle, LINDA... Ik dacht als ik naar jou kijk, dan kan je aanvullen haha, maar zeg maar alle... Vogue.. alle grote titels eigenlijk, daar kan je haar vinden. Het is nu een soort quiz, WIE IS HET? haha

ML Zet 'm nu stil en pick our guesses!! *korte stilte* oké

NYD je hebt het goed, waarschijnlijk. Vandaag praten we met haar over een serieus thema, namelijk over het verliezen van haar moeder, uitgestelde rouw en transgenerationeel trauma. Het is journalist, auteur en fotograaf Tatjana Almulic.

TAT dank, wat een mooie aankondiging

ML Ja, maar ik ben nog niet klaar, want het is niet zomaar dat we je over dit onderwerp hebben uitgenodigd, want je gloednieuwe boek 'Ik zal je nooit meer' gaat precies hierover. Het is erg prachtig, heb er erg van genoten, heb het zelfs uitgelezen en dat is toch iets bijzonder voor mij *lacht*

NYD wát een compliment, wát een compliment

ML *lacht* sorry hoor, maar je weet niet hoe groot dat compliment is. Euhh, ik heb gelachen, ik heb gehuild, alle emoties waren er en zometeen dan ook meer over jou en je boek, over je moeder, het verlies, over alles, maar eerst....First things first. Nydia, hoe ging jij onlangs de femi-mist is?

*jingle - femist rubriek - je hoort een belletje rinkelen en een stem zeggen 'shame, shame'

NYD nou, WIJ gingen de femist is

ML is dat zo? ik weet van niks

NYD wij hadden een hele korte fotoshoot, voor bij een artikel. En toen zei de fotograaf op een gegeven moment van eh... hoofd iets dicht bij elkaar! Dus wij hoefden iets dicht bij elkaar. En toen kwam de fotograaf even zo ons echt positioneren en toen duwde de fotograaf dus de hoofden van ons tegen elkaar, zo leunend weet je wel, cute stel, en eigenlijk past die hele pose helemaal niet bij ons of bij wat we doen of zeg maar... eigenlijk... het was gewoon heel raar. We zouden ook nooit, als we zelf zo'n foto zouden

maken, zouden we dat niet doen, op die manier poseren

ML nee, en het is zelfs zo dat ik me eerder voorgenomen heb, want het is al een keer eerder gebeurd dat ik ook ergens zo in blaadjes geduwd werd ofzo, of ergens tegenaan, dat ik dacht, het past eigenlijk helemaal niet bij mij en ik wil dit niet meer en ik vond die foto's ook niet helemaal mij, zeg maar. Maar.. we werden dus tegen mekaar geduwd en we zeiden niks, nee, echt pas, ik liet het maar gewoon gebeuren, want ik dacht: ja, die is fotografisch ze zal het wel weten, maar het voelde heel onnatuurlijk voor ons. En toen dachten we dus later, of nou ja, Nydia zei later, dat was eigenlijk zo onfeministisch dat we daar niet onze grenzen hebben aangegeven.

NYD Ja, en waarom het ook zo is: Daniël, mijn vriend, zou nooit met zn zakenpartner zo op die manier gefotografeerd worden

TAT een soort van lieve meisje naast elkaar, precies. Heel raar

NYD dus nou dat

ML oh ik zie, ik zie ik nu helemaal vorm ne dat Daniël...

NYD met Mart

ML * lacht* dat is gewoon heel raar

NYD het zou wel een leuke foto worden, daar niet van

ML ja, maar het is ook raar,

NYD is ook raar

ML Ook raar.

NYD Tatjana

TAT Hebben jullie er daarna niks meer over gezegd?

ML Nee, we hebben er alleen maar over gepraat met elkaar van...

NYD maar we hebben de foto's ook nog niet gezien.

TAT: Misschien is het heel artistiek geworden en past het juist wel. Waarschijnlijk niet

ML je weet het niet echt, misschien zijn ze... Ik kan me er van alles bij voorstellen. Misschien is het prima, maar ik weet gewoon dat die beweging op zichzelf, dat hoofden tegen elkaar, dat is gewoon niet iets wat DAMN, HONEY is.

NYD We zaten ook echt zo raar te giechelen

ML ja, ik werd de helemaal..

NYD Ja, we waren gewoon heel ongemakkelijk

ML En jij, nou jij

TAT: Ja, ik weet niet of ik het heel beknopt...

NYD hoeft niet

ML We hebben alle tijd.

TAT: Nou, er was een situatie afgelopen week dat... Ik had een post geschreven en dat ging over eigenlijk Instagram stories van influencer Jessie Jazz. Die had best wel... nou.. ja, gewoon heel fatshamende uiting...

ML: Richting een minister van België

TAT: Ja, België, de voormalige minister Volksgezondheid, Maggie de Block heet zij geloof ik. En dat is een dikke vrouw. En zij (Jessie Jazz) had in haar stories, had ze, nou eigenlijk kritiek geuit op het corona beleid, omdat we ons veel meer moeten richten op voeding en beweging, een soort van heilzame medicatie eigenlijk in plaats van vaccinaties, even kort door de bocht, maar daar kwam op neer. En toen had ze gezegd: met alle respect, hoezo laten we ons iets voorschrijven door bijvoorbeeld een minister als zij. En nah, het ging dus heel erg over haar uiterlijk, dat je als de ik persoon dus niks over gezondheid te zeggen kan hebben eigenlijk

ML: Het was echt heel pijnlijk.

TAT: Het was heel pijnlijk, heel kort door de bocht, kortzichtig en ik kreeg dat doorgestuurd door een volger en..

ML: Jij zat er wel meteen bovenop.

TAT: Ja, maar iemand had het dus ook... ik, ik.. ja.. ik volgde haar niet, maar eh, ik wist wel wie het was en zij stuurde dat door.. en soms, kijk ik krijg dat wel vaker.. jullie zullen ook wel heel veel dingen doorgestuurd krijgen en je kunt niet óveral op reageren, maar hier bij... ik werd er zó boos van en dacht: ik ga gewoon... en het was, het was ook omdat... zij was niet de eerste die zich op zo'n manier hierover uitlaatte. Er worden gewoon heel veel lijntjes tussen corona en de ziekmakende samenleving en dikke mensen of dik zijn getrokken het wordt heel erg soort van... weer, dat stereotype van...

ML: Dik is ongezond.

TAT: Dik is ongezond en door voeding en beweging kan iedereen dun worden, en dat is gewoon niet zo, dat is veel te simplistisch. Dus eigenlijk dat en nog een paar andere van dat soort eigenlijk, vind ik kernachtige... ja...

ML: Ja, van die hele typische dingen die mensen zeggen als ze weer een claim maken over gezondheid en..

TAT: precies. Dus dat dat ik in een post gezet en ik had het vrij algemeen gehouden, maar ik had er wel iets bijgezet van: Dit was mijn spreekbeurt voor de duizendste keer en vanavond speciaal voor Jessie Jazz. En ik had het dus algemeen gehouden, maar ik merkte dat ik toch echt van binnen, dacht ik gewoon meteen: oh, wat een fucking dom wijf en zo simpel, en dan zit ze geprivilegieerd op d'r eilandje op Ibiza en ze heeft geen idee en met haar stomme detoxes en gewoon... ja, wel echt meteen in zo'n krabmodus naar een andere vrouw toe

ML ja, ja ja, allemaal aannames

TAT allemaal aannames en.. euhm, ik realiseerde me dat, maar toch schreef ik die post en toen, nou, dat is heel... nou, wat er ook gebeurde, was dat die post opeens viral ging, dus het werd echt door RTL Boulevard meteen overgenomen, door allemaal juice channels... En dat is dan.. Ik kreeg weet je wel, driekwart van de mensen die dan reageert is het er dan mee eens, zegt: oh, je hebt mn ogen geopend, maar een kwart is ook gewoon... nou heel veel trollen, die dan gewoon mij gaan uitschelden maar ook wel wat mensen die dan gewoon aan de kant van Jessie Jazz staan, die dan gewoon zeggen: ja, waarom ga je haar niet gewoon een bericht zelf sturen, waarom moet je meteen een post maken? Waarom moet je het meteen een persoonlijke aanval maken op haar? En ja, dat zet me dan toch wel weer aan het denken, dat ik dacht ja... want dat was wel inderdaad ook hoe het bij mij van binnen ging, dat ik meteen ook met mijn vinger naar haar ging wijzen, terwijl ja, eh, ik ben over ook heel veel thema's nog niet, euhm... ja, hoe zeg je, dat? Kan ik ook nog kortzichtig zijn of kort door de bocht zijn? Sommige mensen moeten gewoon meer educated worden over een bepaald thema.

ML: Ja en in die zin iedereen z'n eigen proces

TAT: JA, en ik ken haar ook helemaal niet. Ja, ze woont op Ibiza misschien, maar ik weet natuurlijk verder niks over hoe zij in het leven staat, wat haar achtergrond is, hoe ze over bepaalde zaken denkt, behalve deze paar stories. Ik volgde haar niet eens, dus het is dan toch... en ik vind... ik heb niet per se spijt dat ik het bericht heb geschreven, want, het is ook omdat het dus niet... ik heb dat bericht niet geschreven als persoonlijke aanval naar haar. Ik heb het ook over influencers gehad, en over überhaupt dat gewoon in deze tijd wel heel vaak met dat vingertje naar dikke mensen wordt gewezen en alles en iedereen op één hoop wordt gegooid. Maar toch dacht ik: ja, dit is wel weer typisch dat ik dan... ja, wat dan toch ook mijn eerste impuls, wel ook gewoon best wel lelijk naar haar toe is.

NYD Ja

ML: Maar ik vind dus: zeg maar, als jij berichten krijgt met 'waarom stuur je haar niet gewoon een bericht?' Dat.. daar ben ik het niet mee eens, omdat zij pleurt het toch ook gewoon de ether in voor honderduizenden volgers? En het is een best wel schadelijk bericht waar jij, vind ik, dan wel weer publiekelijk ook op mag reageren. Ja, en daar zit natuurlijk wel veel emotie bij, omdat je heel erg veel frustratie kent, omdat je hier de hele tijd mee moet dealen Dus ja, ik heb er eigenlijk gewoon wel heel veel begrip voor *lacht*

TAT: MAar, het is ook... ik... ik vind het ook niet dat het een soort van het allerergste is wat ik had kunnen doen. Of ik... nogmaals, ik heb er geen spijt van, maar ik dacht wel weer van: het is toch een meganisme bij mezelf dat denk ik ook heel veel mensen en ook dus nog

steeds vrouwen onderling waarschijnlijk heel erg kennen... dat dan toch je eerste reactie is, gewoon, *maakt kat-geluid die uithaalt* weet je wel, nagels naar iemand toe. En euhmm...

NYD en bij uitstek richting influencers, want influencers worden heel vaak neergezet als...

TAT precies

ML Simpel, leeghoofdig..

TAT terwijl nogmaals..ik ken haar helemaal niet

NYD op je eiland, met je detox

TAT Ja precies, dat is natuurlijk ook maar één kant die zij..ja, misschien wel representeert maar...

ML: Ja, en daar kan natuurlijk ook veel meer achter zitten

TAT: precies

ML: We kennen haar verhaal niet, daar heb je gelijk in.

TAT dus dat was euh... vond dat toch wel een femi-mist.

JINGLE *tijd voor post*

ML: Tijd voor post

NYD een leuk bericht

ML een leuk bericht, komt-ie.

NYD *lacht* hou je vast

ML Vind je het leuk dat ik dat aankondig? Ja hou je... pak je borsten vast *leest voor*

Lieve damnhoneys, lieve Marie Lotte en Nydia,

Ik vind jullie geweldig! Elke keer als ik jullie luister (lopend of op mijn elektrische scooter naar werk) roep ik vaak hardop YES en vandaag heb ik een damn honey YES! Met jullie te delen...

Afgelopen 27 december heb ik namelijk mijn vriend ten huwelijk gevraagd! Er is hier een boel aan vooraf gegaan. Als tiener had ik op school een leuke wiskundedocent - overigens de enige vrouwelijke

wiskundedocent - die een keer verdrietig was. Ze vertelde aan onze klas dat ze haar vriend ten huwelijk had gevraagd en hij had gereageerd met: 'BEN JE GEK GEWORDEN?!'.

Dit voorval is me altijd bijgebleven. Ik ben altijd boos geweest op de vriend van mijn wiskundedocent. Wat een lompe hark.

Nu zijn we ruim 16 jaar verder en ben ik zelf docent. Eind vorig jaar dacht ik: hmmm, ik wil mijn vriend ten huwelijk vragen. Alleen... ik kende nul succesverhalen van vrouwen die hun man ten huwelijk hebben gevraagd.

Ik besloot daarom eerst mijn twee MEEST FEMINISTISCHE vriendinnen om raad te vragen. Vriendin 1 zei: hmmm, je kunt veel hints droppen, of hem zeggen dat je hem wil vragen en dan is hij je waarschijnlijk voor.

Vriendin 2 zei: hmmm, je kunt heel subtiel – net als ik – een ring uitzoeken en zeggen: 'die wil ik!'.

Ik dacht bij mezelf, NEE!, ik wil geen hints droppen en proposals afdwingen. Ik wil geeneens een ring!

Huilend vroeg ik tijdens het eten of Vincent – mijn vriend – het erg zou vinden als ik hem een keer ten huwelijk zou vragen. Zou dat het einde betekenen van zijn masculinity? Hij reageerde verrast: 'Moet je daarom huilen?! Wat lief! *lacht* Wat lief! *iedereen lacht* 'Jij moet doen wat je wil!'

In december ontmoette ik de familie van Vincent in Canada. Tijdens een kort tussenstopje bij de Niagara Falls, pakte ik een best friends kettinkje uit mijn zak voor het idee. 'Wil je met me trouwen?' vroeg ik. Vincent – mijn vriend, nu mijn fiancé – zei: ja! YES!

De reacties lopen uiteen. Zijn vader snapte het niet. Zijn neven en nichten feliciteerden ons meteen. Mijn moeder was dolblij en een collega zei lollig: 'Nou nou, het is wel duidelijk wie de broek aanheeft, hè????'. Mijn vriendinnen zijn omvergeblazen. Maar... het maakt me niet uit wat anderen vinden. Ik heb het gedaan, hij wil met me trouwen, liefst deze zomer nog. Het is de 21 ste eeuw mensen, een vrouw kan een man ten huwelijk vragen.

Liefs vanuit de badkuip,
Mathilde uit Groningen.

PS: Lieve wiskundedocent Senta, wat een eggplant was je vriend zeg, you sure dodged a bullet!

iedereen lacht

NYD Jeeeeeeeeej, LOVE IT!

TAT *lacht* Wat goed!

ML Erg geweldig.

NYD Cute. Het poststuk.

ML Ja!

NYD Hoi hoi, lieve Marie Lotte, Nydia en gast, lieve woorden, daarna komt de post.

Ik ga beginnen met de post.

ML Komt ie. *lacht*

NYD Ik ben een vriend *lacht* ik ben een vrouw en ik hou gewoon van seks – niets mis mee natuurlijk. Ik fantaseer graag, verdiep me graag in het onderwerp en heb graag seks – solo of

met mijn vriend. Nu vind ik dit zelf dit absoluut geen probleem, maar ik merk dat mijn vriend toch een andere kijk heeft op 'vrouwen die van seks houden'. Zo maakt hij wel eens een grapje, zoals: 'Heb je nu alweer zin?' of 'Heb je nog niet genoeg gehad?' Ook heeft hij er – al spreekt hij dat niet letterlijk uit – problemen mee dat ik masturbeer. In een gesprek zei hij dat hij zich niet aftrekt en niet snapt dat ik de behoefte voel om wel te masturberen. Hij voelt zich gekwetst en denkt dat hij me niet genoeg kan plezieren op seksueel gebied. Als in: te weinig seks of seks die niet goed, die niet genoeg voldoening geeft. Hebben jullie tips hoe ik het gesprek hierover aan kan gaan met mijn vriend? Ik ben het namelijk spuugzat dat vrouwen zich bescheiden zouden moeten opstellen en dat onze geilheid en onze fantasieën een geheimpje moeten blijven - of beter nog – überhaupt niet mogen bestaan. Terwijl de seksualiteit van mannen juist gevierd wordt. Ik weet dat mijn vriend het niet slecht bedoelt, maar ik zou hem wel graag willen laten inzien dat het vervelend is wanneer hij opmerkingen maakt die me het gevoel geven dat ik me moet schamen voor mijn hoge libido. Ook wil ik hem er graag van overtuigen dat het hartstikke normaal is om te masturberen in een relatie en dat dit niks te maken heeft met 'onvoldaan zijn' na seks met je partner.

Liefs,

Een horny and proud honingbal.

ML *lacht*

NYD P.S: Ik heet Marieke en hoef niet anoniem te blijven als jullie mijn post willen gebruiken.

TAT Oooh

ML Ooooooh, wat goed.

NYD Go, Marieke!

ML Vet!

NYD Jaaaaa...

ML Wat vinden de mensen?

NYD Wat vinden de mensen... Denk eigenlijk dat je al een heel eind bent als je zelf de realisatie hebt van...

TAT Ik hoef me d'r niet voor te schamen.

NYD Ja, ik mag er zijn, ik hoef me d'r niet voor te schamen.

ML Ja, deze brief is al – in elk geval ben je heel erg overtuigd van jezelf en dat dat goed is.

Daar ben ik erg blij mee.

NYD Ja!

ML Ik vind het wel altijd moeilijk te verkroppen eigenlijk, als euh, mannen dus een soort van geldingsdrang hebben ofzo. Ik weet niet wat het is. Dat je dan dus niet zou mogen masturberen, eeeeh, ten-tenzij – of je mag dan niet klaarkomen, tenzij hij het doet ofzo?

NYD Zoiets ja?

ML Ja.

TAT Het voelt alsof hij zich heel erg bedreigd voelt ofzo.

NYD Ja!

ML Ja!

NYD Maar dat is andersom toch ook wel? In heterorelaties?

ML Ja, misschien.

NYD Er zijn toch ook...

ML Ik weet van niks *lacht*

NYD ...vrouwen die zeggen: ik wil – *tegen **ML*** nee, sorry, moet ik niet naar jou kijken.

ML Nee *lacht*

NYD Er zijn toch ook vrouwen die zeggen: ik wil niet dat m'n vriend of m'n man porno kijkt

TAT Precies

ML Ja

NYD Want dat betekent dan...

ML Da's waar, ja.

NYD Eeeeeuuuhm, jah. Het is ook, want ze, ze schrijft van: hij voelt zich gekwetst en denkt dat hij me niet genoeg kan plezieren op seksueel gebied. 't Is gewoon een hele andere vorm van seks hebben en plezier hebben.

ML Ja.

NYD En misschien is het ook gewoon wel niet genoeg als zij alleen met hem seks heeft.

Maar

waarom is dat een probleem?

ML Ja, precies!

TAT Mhm! *instemmend*

ML Ja, want in die zin, het is natuurlijk ook gewoon heel goed om – euh - nou ja – om dan daar, dat gewoon ook maar duidelijk te hebben in een relatie, waar je zit met je libido. Waar je behoefte aan hebt en als daar een verschil in zit dat je dat dan dus op een manier oplost en masturberen kan een manier zijn.

TAT En wel een goeie manier, denk ik.

ML Ja! Dat lijkt me ook. Tenminste... Je kan natuurlijk ook het gesprek openen van – voor seks met iemand anders ofzo.

TAT Ja.

ML Dat kan ook. Maar euh, dit...

NYD Net waar je je fijn bij voelt, wat je wil.

ML Net waar je je fijn bij voelt, maar dit lijkt me een vrij voor de hand liggende manier, waarbij in principe, ja, in mijn optiek dus niemand gekwetst kan worden.

TAT Ja, dat is het.

ML Maar ja, dat ben ik.

TAT Want als hij dit al bedreigend vindt...

ML Dat vind ik echt...

TAT ... dan lijkt het niet alsof er echt ruimte is om nog iets anders...

ML Nee!

TAT Daarnaast euh...

ML En dat...

TAT ... te exploreren. Maar 'k vind het ook wel interessant dat ze schrijft dat hij zegt dat hij zelf dus ook niet masturbeert. Dus ik zou dat best wel een interessant gesprek vinden om dan aan te gaan zelf met je vriend van: 'oké, nou, jij hebt daar dus misschien geen behoefte aan.'

NYD Mhm *instemmend*

TAT Is dat echt zo, of is dat ook dat je denkt dat dat niet hoort ofzo?

NYD Kan ook nog.

ML Ja

TAT Want er ook nog best wel veel schaamte rondom masturberen überhaupt.

NYD Mhm *instemmend*

TAT dat wordt toch door veel mensen echt gezien als een andere, ja, gradatie van seks hebben ofzo, of van seksualiteit volgens mij?

NYD Ja, omdat dan zeg maar dat stuk intimiteit, wat dan gewaardeerd wordt in seks.

TAT Precies, wat met liefde te maken heeft, meer, vaak.

NYD Ja, dat valt dan weg volgens deze mensen. Terwijl je net zo goed intimiteit met jezelf, natuurlijk kan...

TAT Precies!

NYD En ook liefde en... Maar ook als dat er allemaal niet is en het zou gewoon een geile aftrekbeurt of vingerbeurt of whatever zijn. Dan moet dat natuurlijk ook gewoon prima zijn.

TAT Ja, maar dat is het enige dat ik nog kan bedenken van...

ML Ja.

TAT ... is het niet interessant om het gesprek op die manier verder aan te gaan, van: wat zit daar precies achter, waarom je het ook als bedreiging ziet?

NYD Ja!

ML Ja, precies.

TAT Of waarom je 't zelf ook niet wil? Euh...

ML Ja, wat het, wat is je, ja, probleem of issue met masturberen überhaupt?

TAT Precies, ja.

ML Ja, dat is, ja, dat is wel een gesprek waar je weer zin in moet hebben natuurlijk. Maar ja, het klinkt als het zo...

TAT Ja, maar als je verder blij bent met je relatie dan is het wel denk ik aan te raden want het is...

ML Nee, ja, zeker, ja.

TAT Want dan is het best vervelend, toch?

ML Nee, da's waar.

TAT Dat je, ja, dat je steeds... Zo te horen is seksualiteit...

ML Wil ze dat.

TAT Ja, en is het ook heel erg belangrijk voor haar. Good for her! Maar dan, ja, is het ook jammer als je je daar toch dan misschien een beetje laat beperken door de mening van je vriend.

ML Ja.

NYD Ja, en als hij 'n keer een opmerking maakt, dat je dan ook meteen zegt van: 'hé, vind 'k vind 't eigenlijk niet zo fijn.'

TAT Precies.

NYD Dat je 't meteen probeert te zeggen als het ook gebeurt.

ML Als hij dat zegt? Van ga je nu alweer...?

NYD Ja, 'k vind het niet zo fijn als je zegt 'ik vind het niet zo fijn als je zegt: heb je nu nog steeds niet genoeg gehad? want daarmee heb ik het idee dat je mijn libido – of hoe je 't maar wil noemen he - want ik geloof, we hebben 't er al...

TAT Seksdrive.

NYD Ja, dat libido eigenlijk ook maar een onzinnig, euh...

ML Of in ieder geval: mijn zin in seks toch een beetje wegwuift als iets wat er niet toe doet.

Terwijl het gewoon voor mij wel...

NYD Ja! Dat 't onbelangrijker is... Of waar ik niet m'n ruimte in mag innemen.

allemaal instemmend

ML Ja. Dus dan ja, het gesprek aangaan...

NYD Maar blijf vooral een horny and proud honingbal!

ML Jaaaa!

NYD Love to see it.

TAT Zeker!

JINGLE SPONSOR

ML SPONSORTIJD – oftewel – tijd voor HelloFresh!

NYD Hello WAAAT?! Hello Freeeeesh! De maaltijdboxen van HelloFresh die gewoon bij jou thuis worden geleverd. Zitten voller dan vol met verse ingrediënten waarmee je recepten uit je mouw schudt alsof het niets is.

ML En ja, elke week mag je kiezen uit maar liefst 30 verschillende gerechten, lekker snel, vegetarisch, premium en er is elke week een vegan optie. Het kiezen is een feestje.

NYD Marie Lotte, ik zit er weer klaar voor.

* Marie Lotte gniffelt*

NYD Marie Lotte vertelt, uit haar Hello Fresh box.

ML Ja, ik zal eventjes wat uit m'n box vissen. Euhmn, god, oke, ja... Ja, m'n schoonmoeder kwam eten en euhmn, mijn schoonmoeder is erg van het koken en van het experimenteren met koken enzo. Ze stuurt ook in de familieapp ook de hele tijd berichtjes - uit het niets - met een foto van d'r eten of van wat ze dan weer gemaakt heeft. En dan is het: 'Nieuw recept! Pasta met witte miso!' Of zoiets. En dan 'Witte miso is heerlijk!'. Of...

NYD Ja, was toch ook van het geglaceerde, euh, aubergine-miso? Wat was het ook alweer, met de kerst?

ML Oooh, ja. De knol, de knolraap met de miso.

NYD De knolraap, mmmm, lekker! Heerlijk!

ML Fan van miso, blijikbaar, merk ik nu.

TAT Heel hip.

ML En lekker! Echt heerlijk. Maar, en ze bakt 'r eigen desembrood, ze had laatst appeltjes gedroogd. En dat, dat deelt ze ook allemaal in de app.

TAT Wat een vrouw!

ML I KNOW!

NYD The pressure was on!

ML The pressure was on...

NYD *lacht*

ML En euh, gelukkig, heeft Hello Fresh me dus geïntroduceerd aan die eeuwige aardpeer waar ik het altijd over heb. *lachend*

TAT *lacht*

NYD Komt Marie Lotte weer met d'r aardpeer.

ML *lachend* Ik ben gewoon grote fan van die aardpeer, want weet je wel, 't is toch een beetje bijzonder. Maar 't is wel heel gemakkelijk en lekker. En ik had dus die aardpeer bewaard voor de avond dat m'n schoonmoeder kwam. Kon ik nog indruk mee maken zonder de stress van al het boodschappen doen.

NYD En?

ML Ze was erg te spreken over Hello Fresh.

NYD Nou!

ML En dat zegt wat, coming from her.

NYD Wil jij ook indruk maken met een aardpeer? Op je schoonmoeder of op anyone? Met de code HELLODAMNHONEY75 en dat schrijf je aan elkaar en 75 in cijfers. Krijg je tot wel 75 euro korting op je eerste vier boxen. En dan is dus zo, hoe groter je box, hoe meer korting je krijgt.

ML En dan is het nu weer tijd voor onze eigen hellofreshtune.

NYD *zingend* Zelf eens koken voor je schoonmoeder is leuk.

ML *zingend* Met HelloFresh

NYD So fresh!

lachen beiden

ML Powww!

NYD Woehoew!

lachen

JINGLE 'We moeten het even hebben over'

ML We moeten het even hebben over het verliezen van een moeder op jonge leeftijd, over uitgestelde rouw en over intergenerationeel trauma. En dat doen we nu dus met jou, Tatjana. Je was 16 toen je moeder overleed en aan rouwen kwam je niet toe, maar op een gegeven moment kon je het verdriet niet meer ontlopen en móest je het wel onder ogen

komen. Je schreef d'r een heel mooi boek over, over dat proces, en ik zal de titel nog maar een keertje noemen, zodat niemand het ooit vergeet: het is namelijk 'Ik zal je nooit meer'. En... ja, nee.

NYD Ja! Daar gaan we het over hebben. Je was dus nog heel jong, je was zestien. Hoe zag jouw leven er toen uit? Kan je dat een... schetsen?

TAT Ehm

NYD Wat voor... wie was je zelf ook?

TAT Mm ja, ik was toen best wel een soort recalcitrante puber denk ik?

iedereen gniffelt een beetje

TAT Die gewoon eigenlijk heel *lacht* boos was was, dus ehm... ik woonde met m'n moeder, m'n broertje en zusje samen. M'n ouders die waren al een paar jaar daarvoor gescheiden en.. ehm... ja, ik was... ja... ik had denk ik twee-twee-twee kanten in me? Zoals, ja, iedereen heeft natuurlijk meerdere kanten in zich, maar aan de ene kant was ik gewoon... ja... heel erg overal tegenaan schoppen, ehm... altijd ruziemaken met m'n moeder... best wel veel onvoldoendes halen op school, niet echt m'n best doen... Eh, en aan de andere kant deed ik ook alsof alles goed ging, alsof er niks aan de hand was. Dus ik was altijd gewoon de gangmaker op school, veel lachen, ehm... Liet eigenlijk nooit zien dat iets me raakte?

NYD: Ja ja, ja.

TAT En, eeh... ja, dat was dus al zo toen m'n moeder ziek werd en ook net voor haar overlijden, en dat werd eigenlijk alleen maar erger toen zij toen ook dood ging.

NYD Ja

ML Mmm

NYD Ja en, en hoe was de band met je moeder?

TAT Ehm, nah, bij ons thuis, want dat zei ik dus net eigenlijk ook al hoe ik was, dat ik dus niet liet zien hoe ik me van binnen voelde...

NYD Mmhm

TAT ...dat was ook heel de tendens bij ons thuis. Dus mijn moeder die was ook echt niet goed in haar gevoel tonen. Gewoon best wel een soort struisvogelpolitiek eigenlijk dat je

gewoon... ja, altijd mooi weer speelt naar de buitenka-, of naar de buitenwereld doen alsof alles goed gaat, alsof je sterk bent, alsof je het allemaal op orde hebt?

ML Maar ook dus naar elkaar toe?

TAT Ook naar elkaar toe. In ons gezin was dat inderdaad ook zo. Ehm, dus... dat beschrijf ik ook in m'n boek, dat ehm... ik gewoon best wel vaak m'n moeder op haar kamer hoorde

heu- huilen bijvoorbeeld.

ML Mm

TAT Maar als ik dan vroeg wat er was, dan kwam er gewoon een vraag antwoord, of dan negeerde ze het gewoon. Mmm en dat was eigenlijk bij mij hetzelfde, dus... ik voelde me ook heel vaak niet goed...

NYD Mmhm

TAT ...of verdrietig, of boos en, na ja, soms kreeg ik dan een soort enorme driftbui en dan reageerde ik het heel erg op háár af? Maar vaker was dat ik ook gewoon in m'n eentje op m'n kamer zat en me gewoon kut voelde. Ehm, maar het daar niet over had.

NYD Ja

ML Mm

NYD En wist jij dan wel wat, wat er... waarom ze misschien verdrietig was? Waren d'r dingen die niet soepel gingen of niet... w-, was er... zeg maar...

TAT *Overpijnzend* Ja...

NYD Was het een stabiele omgeving, of...

TAT Nee. Nee en dat gaat dus wel verder terug eigenlijk nog, dat, ehm, toen mijn ouders nog samen waren, toen was het ook best wel... moeilijk thuis?

NYD Mm

TAT Ehm, best wel onveilig, hij, eh... kwam niet uit Nederland, hij is Servisch en had gewoon een heel andere... Ja... ideologie en ook heel erg andere... soort van opvoedings-, opvoedingsideeën dan mijn moeder. Zij was best wel vrij en hij had echt wel... ja, hele patriarchale ideeën eigenlijk. Hoe een vrouw moet zijn...

NYD Mmm

TAT ...maar ook hoe kinderen moeten zijn. Dat ze gewoon heel erg de man des huizes...

ML Mmm

TAT ...moeten gehoorzamen eigenlijk.

Tegelijk: **ML** En respecteren... **NYD** Jaa...

TAT Respecteren, precies. Nou, dat deed ik niet. Ik had altijd al wel grote mond en gewoon een eigen wil. En ehm, nou dat werd door hem niet in dank afgenomen, dus hij was best wel agressief naar mij toe vooral...

ML Mm

TAT ...en soms ook naar m'n moeder. En, eh, dus dat was gewoon al, ja, m'n vroege kindertijd, maar daar werd dus óók nooit over gesproken.

NYD Mm, ja.

TAT Dus ook, weet je, daar is nooit echt hulp voor ingeschakeld en ook toen m'n ouders

eenmaal gingen scheiden en toen hij wegging, toen bleef dat 'mooi weer spelen' eigenlijk? En als kind, als je dat natuurlijk gewoon ziet van ja, zo gaat dat bij jouw thuis, dan neem je dat ook over, want je wéét gewoon niet beter.

NYD Ja

ML Ja en je werd dus wel uit die situatie gehaald op een gegeven moment omdat je ouders gingen scheiden?

TAT Ja.

ML Maar... vervolgens is het niet een soort van... een soort *glimlachend* evaluatiemoment geweest van...

TAT Nee

ML Van dit is niet de bedoeling ook.

TAT Precies en ook niet dat toen alles goed was ofzo, want dat lag niet alléén aan m'n vader, het ging er ook over dat... ehm... ja, m'n moeder... want dat vroegen jullie natuurlijk net inderdaad of ik dan wist waarom ze dan verdrietig was...

NYD Mmhm

TAT ...of waarom ze dan huilde. Nouja, ik wist dan dat ze het moeilijk had gehad met mijn vader en dat, toen zij gingen scheiden, dat hun bedrijf failliet ging, had zij geldproblemen, kwamen we in de bijstand terecht... Dus er was dan geldzorgen.

ML Ja

TAT Ehm... Maar verder... verder wist ik het niet. En natuurlijk da-, dat is al genoeg op zich om *lacht*

NYD Ja

TAT ...over te huilen, alleenstaande moeder zijn met drie kinderen. Ehm... maar goed, dat, ze zei dat ook nooit expliciet ofzo.

NYD Nee

TAT Dus het was altijd voor mij ook heel erg... ja, onveilig maar ook heel erg onvoorspelbaar eigenlijk gewoon heel grillig hoe zij... was? Want aan de andere kant... ze was ook best wel... Vrij en ze hield heel erg van... We waren altijd aan het spelen samen en aan het dansen in de woonkamer, we gingen altijd op avontuur naar buiten en...Eh, dus dat was ook heel leuk en zij kon ook gewoon... dat vond ik als puber echt vréselijk, maar dat ze gewoon op het schoolplein in dansen... ehm...

ML Uitbarstte

TAT ...en zingen uitbarstte, precies.

TAT **NYD** **ML** *Lachen*

TAT En nu vind, nu vind ik dat alleen maar een heel leuk beeld, maar toen als puber of als

kind dacht ik 'nou doe effe normáál'.

NYD *Lachend* Ja dán moet alles normaal

TAT Ja *lacht*

NYD *lachend* Ja

TAT Maar da's wel, die kant had ze ook, ze was niet alleen maar kommer en kwel, maar 't was wel heel erg... Ja, hoe ik eigenlijk mezelf net ook portretteerde, van ja, er zaten twee hele uiteenlopende kanten in mij, dat had zij zelf eigenlijk ook.

NYD Mm

ML Ja

NYD En toen ze ziek werd? Was ze, was er een moment dat jij wist 'Oh, maar dit gaat niet meer goedkomen'?

TAT Ehm... Ik denk dat ik het wel ergens voelde?

NY Mmhm

ML Werd daarover gepraat? Over...

TAT Nee

ML ...de dood?

TAT Nee 't is nooit... ze heeft nooit gezegd van... "Ik ga niet meer beter worden en hier moeten we het over hebben".

NYD Ja.

TAT Of "we gaan een soort afscheid van elkaar nemen" of "ik wil je dit nog vertellen", dat...

NYD Mmm

TAT ...dat, die momenten zijn er echt nooit geweest? En... Ik heb w-, ik-ik herin- ik herinner me ook heel veel niet uit die periode, ik denk dat ik ook gewoon heel veel heb verdrongen omdat het gewoon te pijnlijk was of te zwaar? Maar ik herinner me wel dat ik gewoon... denk, een maand ofzo voordat zij doodging, dat ik in bed lag en dat ik dacht: "Oh ja, volgens mij woon ik over een maand ergens anders, want ze gaat dood".

NYD Ja.

TAT En dat ik op dát moment dacht: "misschien is dat helemaal niet zo erg". En dat is...

NYD M-mm

TAT ...natuurlijk een heel rare gedachte, maar dat heeft er denk ik ook, of... pijnlijke gedachte, maar dat er heeft er denk ik ook heel erg mee te maken omdat ik dus... Ik kon zó niet van háár op aan, of er werd zo niet voor mij, of ook niet voor m'n broertje en zusje gezorgd eigenlijk? En als kind heb je dat natuurlijk wel nodig...

NYD Ja

TAT ... ook als zestienjarige, gewoon een soort stab-stabiele situatie, waarvan je...

NYD Mmhm

TAT ...gewoon weet waar je aan toe bent.

ML En dan dacht jij: "Als het dan straks verandert, dan kom ik misschien wél in die stabiele situatie."

TAT Ja, dat hoopte ik heel erg, dat - ik had daar echt héél erg behoefte aan. Al helemaal omdat ook tijdens haar ziekte, toen ze... haar, zeg maar dat ze echt... dat duidelijk was dat ze niet meer beter werd. Heb ik allemaal pas naderhand gehoord, maar... En het moment dat ze doodging, daar zat maar een half jaar tussen?

NYD *Zacht* Oh ja, kort.

TAT En... Ehm... denk, twee of drie maanden daarvan heeft ze echt gewoon alleen in maar in d'r bed gelegen aan de morfine en toen, nou... op een gegeven moment was ze eigenlijk gewoon al weg, terwijl ze d'r nog wel... formeel in leven was.

NYD Mhm

TAT Officieel in leven was.

ML Ging voor haar ook razendsnel natuurlijk.

TAT Zeker.

NL Ja.

TAT Dus denk dat ze het ook gewoon echt niet heeft kunnen overzien?

ML Nee...

TAT En dat ze ook heel erg, dat hoor je natuurlijk wel vaker, dat... Ja, best wel veel mensen die stervende zijn ook zo erg die hoop nodig hebben om nog, om gewoon ook niet gek te worden ofzo?

NYD Ja.. *zachter* ja.

TAT En ik kan me dat al helemaal ook voorstellen als moeder van drie jonge kinderen, dat je het gewoon...

ML Ja dat het niet kán!

TAT ...die kracht er niet... het niet áánkan, precies.

ML Ja dat het...

NYD Verdring je het of je praat er dan niét over.

TAT Ja en al helemaal...

ML En als je er niet over praat dan is het er niet

TAT Precies. En dat was überhaupt dus ook al hoe het bij ons thuis ging, dus dat was voor

haar waarschijnlijk een heel... ehm, ja, logische coping.

NYD Ja.

TAT Maar ja, voor mij was dat dus... omdat er dus niet over werd gesproken was het gewoon een heel rare sfeer bij ons thuis...

NYD Mmhm

TAT ...want, aan de ene kant ligt er een doodziek iemand in bed en ik ervoer natuurlijk wel dat dat niet normaal was, of zo? En dat je ook alle dokters in huis en allemaal mensen over de vloer, vreemden of bekenden, dus het was gewoon niet... En daardoor wist ik wel van: het gaat niet goed en het wordt alleen maar erger, of het gaat alleen maar slechter met haar?

NYD Mmhm

TAT Maar ja, niemand zei dat tegen mij, dus het is dan ook soort van ja, je moet dat dat zelf gaan bedenken he?

NYD Ja

TAT En op een gegeven moment voelde ik dat dus wel, van: ze gaat dood... en laat dat dan maar gebeuren, dan ga-, dan komt het waarschij-, daarna wordt het waarschijnlijk alleen maar beter, ofzo. En dat, ja, dat is heel gek hoe dat soms dan... Weet je, zo, want als ik er nu over nadenk, denk ik: oh wat erg eigenlijk, want...

NYD Ook héél begrijpelijk

TAT ... het is wel je moeder, maar... Ja, ik v... Ja.

Tegelijk: **NYD** In zo'n situatie **ML** Ja maar je bent ook tiener, je...

NYD Ja

ML ...moet er op een bepaalde manier dus gewoon, ja, je moet er mee dealen

TAT Ja en...

NYD Maar en je- maar had je van tevoren zo'n soort beeld van... Ik weet dus niet in hoeverre je echt goed realiseerde ze doodging, maar van "Oh, maar als ze dan dood is dan is dit hoe ik me ga voelen of moet gedragen" of was je daar... was je daar, ja, was je daar bewust mee bezig?

TAT Nah, ik had dus enerzijds dat ik... ehm, heel erg hoopte dat ik ergens terecht zou komen waar ik me beter zou voelen of waar beter voor me werd gezorgd? Ehm, en aan de andere kant had ik ook heel erg het idee van: ik moet sterk zijn.

NYD Ja

TAT Dat was gewoon, dat stond buiten kijf, ik...

NYD Je wilde niet het meisje met de dode moeder zijn.

TAT Precies dat was, en dat heb ik ook al echt al voordat zij daadwerkelijk doodging had ik dat bedacht.

NYD Ja

Tegelijk: **ML** Maar is dat ook iets... **NYD** Gewoon echt letterlijk zo

ML Werd het, het 'sterk'-label ook al op jou geplakt...

TAT Ja

ML ...überhaupt?

TAT Ja

ML Zeg maar, in- in-in de eerdere jaren? *glimlachend* Ja

TAT Ja, dus dat was ook, dat was weer zo'n narratief wat eigenlijk voor mij heel bekend was...

ML Ja

TAT ...en wat dan ook nog vaak... hoort bij zoiets ergs als de dood. Dat als je iemand verliest, dat er dan ook vaak zo'n label op je geplakt wordt, van: Nou, het is heel erg, maar gelukkig ben jij zo sterk.

Tegelijk: **NYD** En je was de oudste natuurlijk... **ML** Kun jij het aan...

TAT: Ja, precies ja, dat ook nog, dus ik had ook wel heel erg dat ik mij verantwoordelijk voelde voor m'n broertje en zusje. Inderdaad dat ik dacht: ja, ik ben wel de oudste, dus ik moet dan maar sterk zijn voor ons allemaal.

NYD: (instemmende) Mmm.

TAT: Ja, dus dat was het vooral dat ik dat van tevoren had bedacht van ik ga inderdaad niet het meisje zijn waarbij haar dode moeder het voornaamste aan haar is, maar ik ga gewoon een sterk persoon zijn die doorgaat, schouders eronder, ik ga iedereen wel laten zien dat weet je dat ik gewoon prima door kan leven zonder haar

ML: Ja, dat was dus echt een nastrevenswaardig iets.

TAT: Ja, dat zag ik echt inderdaad als echt puur iets positiefs.

ML: Ja, ja, ja, terwijl je nu denkt 'hmm'

TAT: Ja, zeker niet iets positiefs eigenlijk.

ML: En en wat wat? Zeg maar, toen ze overleed, wat voelde je wel? Behalve dan dat je je had voorgenomen sterk te zijn, had je gevoelens/emoties? Ervaarde je iets?

TAT: Nou ik ervoer wel iets, maar wel heel weinig. Dus ik, ik was dan soms verdrietig, dat was dan meer die periode nadat ze was overleden. Dus volgens mij de dagen daarna of de weken daarna. Dat was gewoon echt een soort blur dat, je weet je, van de ene dag vloeit in de andere over en heel veel dingen regelen en de begrafenis.

NYD: En het huis ook.

TAT: Ja klopt, we gingen daar weg en ik heb dat huis soort van in mn eentje opgeruimd met wat vriendinnen van haar. Maar dat. Ik kan me daar dus echt maar zo flarden uit herinneren en de rest heb ik allemaal verdrongen, denk ik.

NYD: *Instemmende* Mmm.

TAT: Of nee, dat is gewoon zo, want anders herinnerde ik het me wel. Maar uhm en ja, die maanden daarna dan, ik was dan wel soms verdrietig. Want ik heb ook heel veel dagboeken nog van mezelf teruggevonden uit die tijd, waar echt dan inderdaad wel zo dat je gewoon ziet dat er tranen op die bladzijde hebben gelegen en weet je wel zo, ik schreef altijd met vulpen.

NYD/ML/TAT: gegniffel.

NYD: The writer, she already wassss

TAT: Ja, vrijeschool kind. Nee maar zo uitgelopen inkt en dat ik daar wel, dus echt van die soort van pijnkreten van, dat schrijf ik ook in mijn boek, van waar ben je nou en waarom heb je me alleen gelaten? En ik mis je zo. Dus ik geloof ook wel dat ik dat ook voelde, maar die momenten zijn wel echt geïsoleerd en daaromheen was ik eigenlijk altijd ja, afgestompt ik voelde niks.

ML: En op welke momenten voelde je het dan wel? Dat waren meer dan de dagen waarop het mocht.

TAT: Ja precies, dus de sterfdag, verjaardag van mij of van haar of van m'n broertje en zusje, rondom de feestdagen, omdat je dan na feestdagen natuurlijk heel logisch dat je allemaal andere gezinnen ziet die samen zijn en dat ik dat dan ook wel echt miste. En het is heel gek dat je dat dus, het is dan echt soort van bedacht, want op haar sterfdag ja, waarom ben je dan wel verdrietig en op alle andere dagen niet? Het is toch iets in jezelf, dat je je het dan blijkbaar toestaat: ja, van ohja nu is het logisch, maar dat is heel rationeel.

NYD: Ja.

TAT: Er zit natuurlijk ook gewoon een lijntje tussen je ratio en je gevoel, maar dat heb ik echt in die tijd mezelf soort van heel bewust aangeleerd van oh, ja, dan mag ik, dan was ik ook wel de hele dag aan het huilen eigenlijk.

NYD: Dan kwam het er ook echt uit wel

TAT: Maar ja, dan een dag erna, alsof er niks aan de hand was, gewoon weer opstaan en gewoon weer helemaal dicht.

NYD: En was je je daar ook bewust van dat je dus eigenlijk niet, het gaat natuurlijk over uitgestelde rouw, maar was je je er bewust van dat dat gaande was? Of dacht je oh, dit is misschien ook wel hoe rouw is. Of dacht je, ik doe het fout.

TAT: Ja, ik dacht wel, ik doe het fout. Ook omdat ik denk het jaar nadat zij was overleden wel naar een psychiater ging en dat hij ook, dat was ook echt wel, dat ging echt over de rouw, dus we bespraken daar eigenlijk ook niks anders, maar hij ging wel altijd naar mijn moeder vragen of naar ons gezin of over, ja, hoe ik dan nu kon doorleven zonder haar. Dus ook heel erg opgelegd van, eigenlijk zou je ontroostbaar moeten zijn, en..

ML: Hoe kan dit?

TAT: Hoe kun jij nog functioneren? Hoe kun je nog je school halen?

NYD: Ja en je cijfers en alles.

TAT: Precies. Dus daarin voelde ik al bijna een soort oordeel of van oh, dit is niet normaal. Uhm maar ja, en dat is natuurlijk ook op een gegeven moment is dat gewoon aard het beestje. Ik kon ook gewoon heel goed soort van masker ophouden, toneelspelen maar ook anders voordoen dan dat ik me daadwerkelijk voelde of dus niet voelde. Dus ook bij de psychiater, maar ook als andere mensen dan over haar begonnen, ik, ik kom prima een soort van riedeltje afdraaien.

NYD: Oh ja.

TAT: Ja, nou ja, soms ben ik wel verdrietig of ik mis haar wel echt.

NYD: Het gewenste eigenlijk

TAT: Het gewenste antwoord ja, omdat ik, ja, omdat ik me dus inderdaad als een sukkel voelde dat ik het allemaal niet kon volgens het boekje, dus ook het rouwen maar ook meer dan dat. Ik had gewoon überhaupt heel erg het gevoel van ik ben een outsider en ook om hoe ik eruitzag, bijvoorbeeld dat ik dik was en allemaal vriendinnen dun. En op heel veel manier had ik het gevoel van ik ben niet de normen of ik ben niet normaal en dat ging dus ook nog over het rouwen. En ik kon het gewoon een soort van niet aan om daar dan ook nog eens in te falen of zo, en dat is heel raar maar dat is dan toch, dat was toch inderdaad wel hoe het voelde, waardoor ik dus dat eigenlijk niet...Dat ook bij zo'n psychiater, maar ook bij vriendinnen bijvoorbeeld of bij andere mensen in mijn omgeving gewoon daar niets over durfde te zeggen ook. Maar eigenlijk ook niet naar mezelf toe, want dat was het ook ik, ik voelde dan misschien wel ergens van volgens mij is dit niet helemaal, of weet je wel, zit hier wel iets. Ik gaf mezelf gewoon geen ruimte om voor mijzelf te onderzoeken wat die rouw nou eigenlijk was of hoe ik me nu eigenlijk voelde.

ML: Niet volgens het boekje rouwt en dat je dan dus probeert volgens het boekje te rouwen.

NYD: Het is ook echt een manier van rouw. Of nou ja, het is dus misschien is het uitstellen eigenlijk, maar je ziet dit, je hoort er weinig over, je ziet het weinig. Als het over de doodgaat dan is het vaak juist heel erg met emoties, terwijl dit waarschijnlijk heel veel gebeurt.

ML: ja, en we praten er dus weinig over en tegelijkertijd hebben we wel heel erg een beeld van hoe het eruit zou moeten zien. En dat gaan we dan dus op onszelf plakken op het moment dat we er mee te maken hebben.

TAT: Precies. Dus dat is heel paradoxaal want inderdaad nou ook bijvoorbeeld die psychiater, die halen dan heel veel Joan Didion aan. En natuurlijk haar boek, the year of magical thinking, dat wordt echt als een soort van het rouw werk gezien. Maar dat gaat inderdaad over, eigenlijk weer een beetje de traditionele rouw fasen, die dan volgens mij door psychiater Elisabeth Kübler-Ross op een gegeven moment zijn bedacht. Volgens mij echt, nou, ik weet niet wanneer, maar jaren 40 of zo iets. Die dus heel erg gaan over: ja, eerst kom je in ontkenning, dan de woede

ML: al die fases.

TAT: Ja, precies, al die fases en eigenlijk gaat Joan Didion daar best wel organisch doorheen en dat is inderdaad vaak het beeld dat je ziet van mensen die gewoon niet meer uit hun bed kunnen gaan nadat ze een dierbare zijn verloren, omdat ze zo gevloerd zijn. En dan komen er ook wel, dan eerst natuurlijk die ontkenning dat je iemands schoenen bijvoorbeeld niet wil wegdoen, volgens mij is dat ook uit haar boek dat ze, haar echtgenoot is overleden en dan wil ze zijn schoenen niet wegdoen want wat als die opeens terugkomt dan moet hij toch ergens nog op kunnen lopen. Nou, dat is dan die ontkenning, maar voor de rest inderdaad echt soort van apathisch in bed liggen, er niet meer uit kunnen komen. Het enige wat ik dus herkende, was niet eens zozeer die ontkenning, maar gewoon dat afgestompt zijn en dat kun je natuurlijk ergens ook wel link aan ontkenning dat je gewoon, het bestaat niet, dus dan hoeft je ook niks te voelen of zo, dan hoeft je ook nergens doorheen te gaan. Maar ik zag dat nergens terug, ik hoorde dat van niemand en ja, dan ga je dan, dan geloof je dus van, ik ben niet normaal, dus dan moet ik het maar zelf, soort van, dan kan ik mezelf maar beter nog meer isoleren, of een soort van het maar helemaal bij mezelf houden, want niemand begrijpt het toch.

ML: Ja, dat is wel echt een heel eenzame plek om te zijn eigenlijk.

TAT: Ja dat is ook als ik terugdenk aan die jaren, was dat heel eenzaam.

ML: Ja.

NYD: En wanneer kwam die omslag dat je meer met je moeder ging bezig zijn en meer het rouwen ging toelaten. Misschien, ja, ik weet niet hoe je het zelf zou willen omschrijven.

TAT: Ja wel zo eigenlijk. Ja, echt pas veel later. Ik was dus zestien toen zij overleed en ik denk dat het wel op een gegeven moment meer begon te sluimeren dat ik, maar dat was echt pas vanaf mijn vijftiengste/zesentwintigste.

NYD: Dus tien jaar later

TAT: Ja, tien jaar later, ruim tien jaar later dat ik gewoon aan meerdere dingen in mijn leven ervoer dat ik er gewoon niet helemaal was en ik had, ja wel een hele fikse eetstoornis ontwikkeld. Die ook al wel gaande was voordat zij overleed, maar die wel na haar overlijden eigenlijk steeds heviger aanwezig werd. Dus ik had heel veel eetbuien, maar die werden afgewisseld met periodes van heel restrictief eten, dus heel weinig calorieën en heel veel sporten, en op een gegeven moment voerde dat mechanisme of die ene kant of de andere kant echt de boventoon in mijn leven. Daar was ik gewoon op een gegeven moment gewoon echt klaar mee. En dat was dus zo vanaf mijn zesentwintigste en toen kreeg ik het idee om het boek 'knap voor een dik meisje' te gaan schrijven. Dus toen kwam dat hele schrijfproces en toen schreef ik daarin ook over mijn moeder en tegelijkertijd was ik in therapie gestart voor de eetstoornis. En ook tijdens de therapie kwam er gewoon heel erg naar voren dat ik, ja, totale verstoorde emotieregulatie had, dus dat ik eigenlijk vooral ja, moeilijke, verdrietige emoties niet toe kon laten. Dus dat ik gewoon, naja, dus heel vaak naar eten greep of naar juist die obsessieve sport- en eetkant om maar niet te hoeven voelen, om maar te kunnen verdoven eigenlijk of afvlakken. Toen werd het wel heel erg duidelijk van waarschijnlijk zit daar van alles onder.

NYD: Ja

TAT: Wat dus niet alleen te maken heeft met je moeder is dood, maar waarschijnlijk is dat ook wel iets

heel groots want je bent dat nooit aangegaan en dat is natuurlijk wel. Ja.

Op papier, maar toch ook wel vaak in iemands leven eigenlijk een levensveranderende gebeurtenis. Met

jou is er eigenlijk weet je wel: nooit, nooit over gepraat,

ML: Nooit over gepraat!

TAT: maar ook nooit gevoeld.

ML: Nee

TAT: Ja, ik heb dan, weet je wel, gereduceerd verdriet, maar ja, dat was echt op twee handen te tellen in

al die 13 jaar dat ik er misschien een beetje om had gehuild

ML: Wat natuurlijk niet genoeg is.

TAT: Wat natuurlijk niet, dat kan gewoon niet

ML: Nee

TAT: Dat, dat realiseerde ik me wel steeds meer.

ML: Echt kut trouwens dat je daar dan achter komt en je realiseert, kut daar zit een hele beerput.

TAT: Ja ...

NYD: Die moet nog open

TAT: Ja dat was natuurlijk, dat is natuurlijk ook waarom dat mechanisme op een gegeven moment of dat

coping mechanisme in stand wordt gehouden, omdat je ook als mens ergens waarschijnlijk wel voelt van

er zit hier zo veel. Dat is gewoon dat dat kan je niet overzien dat is fucking eng ...

ML: Het is iets wat je leven overneemt

NYD: Ja en als je (gaat?) dan weet je dat je (gaat?)

TAT: Dus dat en dat hoor je natuurlijk ook van een psycholoog. In ieder geval dat, dat voel ik toen al

broeien en wat ook zo was, was dat ik gewoon. Ik kon het dus niet over mijn moeder hebben zonder ja

helemaal lichamelijk en mentaal een soort van op hol te slaan, dus ik voelde allerlei fysiek, ja ongemakken dat beschrijf ik ook heel erg in mijn boek, maar dan krijg ik het of heel heet dat

ik echt gewoon alsof ik koorts had, helemaal aan het zweten was en alles tintelde of ik kreeg het echt ijskoud. M'n stem die klonk totaal als iemand anders. Ik was gewoon, ik was

gewoon even niet mezelf als het over haar ging en natuurlijk gebeurde dat wel eens, want waren heus wel mensen die naar haar vroegen of die een herinnering deelden, of die wel

vroegen van: 'nouja ben je nog veel met je moeder bezig' of zoiets en ja, ik, ik dacht ik op

een gegeven moment van, ik kan gewoon, dit voelt helemaal niet goed, dit voelt niet gezond.

Volgens mij is er iets wat me dus eigenlijk tegenhoudt wat ik totaal uit de weg ga maar

wat hier wel zit, wat een soort van vastzit in mijn lichaam en daar moet beweging in komen.

Daar, ik wil dat daar beweging en komt, want ik wil niet iemand zijn die de rest van haar

leven het niet over haar moeder kan hebben of, en dan in algemene zin, dat niet over

bepaalde dingen kan hebben, of ja, daar ook geen licht op schijnt eigenlijk.

Dus, nou dat. Die realisatie of dat, dat voelde ik op een gegeven moment echt van, hier wil ik

iets mee, maar toen was het nog wel van oké, ik wil die rouw aangaan maar hoe de fuck ga

je dat doen? Echt, 11, 12 jaar na dato nadat iemand is overleden? Je kan dat natuurlijk niet

forceren. Ofzo.

ML: Nee

NYD: Je kan niet gaan zitten van en nu ga ik

NYD en TAT in koor: rouwen.

ML: Maar dat is sowieso ook,

NYD: je kan het wel proberen.

ML: Met dat doorvoelen van emoties dat je denkt. Nu ga ik zitten en ga ik het voelen, is ook super moeilijk. Het is gewoon heel erg moeilijk, dus waar ben je begonnen?

NYD: Ja, hoe?

ML: Vertel het ons.

TAT: Ja. Nou ik had gewoon heel erg geluk dat ik toen al dus een tijdje in therapie was en echt een heel fijne. Dat is dus eigenlijk echt gericht op die eetstoornis. Maar ik had een super fijne therapeut, die gewoon in algemene zin heel erg naar mij als persoon keek en me heel erg de ruimte gaf om, nouja, te onderzoeken waar ik mee aan de gang wilde gaan. En nou, dat begint, het is ook echt hetzelfde als in een boek, dat dat we ja, familieopstelling gingen doen en dat er toen dus nou dan moeten mensen maar het boek ..., ik ga het niet heel uitgebreid vertellen

NYD: Nee ze moeten dat lezen

TAT: maar dat er toen echt iets loskwam.

NYD: Open brak ofzo, ja

ML: Jij dacht, what the fuck.

TAT: Ja ik dacht, jaa! Oke als dit nu al gebeurd dan zit hier inderdaad van alles. En ja, en dat is natuurlijk iets wat je totaal niet kan forceren, maar voor de toen wel heel erg van, ik ben er klaar voor om dit wel in ieder geval aan te gaan. En dan is het alsnog niet duidelijk hoe dat precies moet gaan doen. Maar dat is natuurlijk wel het begin dat je gewoon in jezelf voelt van, die ruimte wil ik er nu ook aan geven en het is echt de tijd ervoor en ik ga niet meer m'n leven, een soort van on hold zetten totdat het goed uit komt, want waarschijnlijk komt het toch nooit goed uit. En dat was dan was al best wel moeilijk, want we leven natuurlijk in de maatschappij, waar het gewoon heel erg gaat over vooruitgang en maar dus inderdaad groeien en sterk zijn en

ML: Presteren

TAT: Presteren. En ik had toen ook echt het boek. Het jaar daarvoor was mijn boek, mijn eerste boek verschenen, dus ik zat toen heel erg in een soort van trein van oh, ik ga nu een soort van, probeer ik carrière te maken en toen gebeurde dit maar ja, en dat kun je natuurlijk niet altijd, dat kun je gewoon niet zo erg verklaren, maar ik voelde gewoon van binnen dit moment, ik ga dit nu doen en wat voor mij toen ook heel erg hielp, was dat ik, ja meteen voelde van ja volgens moet ik hier een boek over gaan schrijven. En dat is tuurlijk, daar heb ik dan geluk mij dat ik weet wat voor mij een fijne manier of een fijne tool is om dit soort grote processen aan te gaan of te onderzoeken. Ik weet gewoon als ik erover

gaan schrijven en als ik mezelf daar ook dus de ruimte voor geef, gewoon letterlijk in mijn agenda tijd er voor maak. Dan weet ik alsnog niet wat ik precies los komt, maar dan is er in ieder geval dus wel die ruimte voor en dan kan het eventueel gebeuren. Nou, dat was in ieder geval beginpunt. En wat me ook heel erg hielp, was om ja dat wat ik ook in het het boek beschreef, dat ik dus in die therapie ook heel erg veel bezig ging met ademhalingstechnieken en ik vind, dat is altijd nog steeds. *lacht*

NYD: En je begint te lachen uit ongemak.

ML: Zij kan daar niet normaal over praten

TAT: Ja ik vind dat toch zo moeilijk dat dat nog steeds soort van zweverig connotatie heeft, ook voor mezelf, maar natuurlijk ook bij heel veel andere mensen. Ja. Het voelt dan een beetje zijig ofzo alleen. Het heeft voor mij echt heel veel gedaan, omdat wat bij mij dus en ik denk bij heel veel mensen die bijvoorbeeld met uitgestelde rouw te maken hebben, maar ook die misschien anderszins een, ja stagnatie in een belangrijk verwerkingsproces of in trauma bijvoorbeeld ervaren. Dat, of dat heb ik ook van de therapeut gehoord. Dat je vaak het contact tussen je lichaam en dus je ratio eigenlijk, dat dat verstoord is, is dat je gewoon heel erg moeilijk in je lichaam komt, dat je dus moeilijk signalen vanuit je lichaam herkent, dat je dus, ja, weinig voelt, omdat je gewoon soort van dat de rationele hyper hebt ontwikkeld, dat je daar gewoon in excelleert maar dat het gevoel gewoon dat je daar moeilijk bijkomt.

ML: Het is wel een heel bijzondere manier, vanzelf bescherming. Eigenlijk.

TAT: Ja. En het is ook, het is ook soms nodig. Het is ook iets waardoor je wel door kan gaan met het leven.

ML: Ja precies. Dat je niet volledig instort op het moment dat het echt niet kan.

TAT: Ja. En dat, kijk dat daar, dat kun je gewoon niet kiezen natuurlijk. Want als ik nu terugdenk, dan denk ik: nou had mij als zestienjarige maar een paar maanden in mn bed laten liggen, had maar maar met m'n middelbare schooldiploma niet laten halen. Als ik toen alles het kunnen doorvoelen had ik dat liever gehad dan 10 jaar later.

ML: Dat is achteraf!

TAT: Precies, dat is achteraf. Dus je weet het..., je weet gewoon niet wat er gebeurt in je lichaam maar dit zijn natuurlijk wel. Bij de één gebeurt het één, met andere gebeurt het ander. Maar het heeft wel vaak te maken met dat er, ja, dat er dus niet genoeg ruimte is in jezelf, maar ook dat je omgeving je niet genoeg ruimte geeft om zoiets als die rouw, ja toch wel, proberen te doorvoelen eigenlijk.

NYD: En we hebben best wel wat vragen gekregen van mensen die zeiden: hé, mijn partner, die zit in

een soortgelijke uitgestelde..., ja, je kan 'm niet altijd zo op iemand plakken, maar dat je het gevoel hebt

dat er wat speelt. En dan dus de vraag of jij daar een advies voor hebt.

TAT: Nou, dat is dus ook best wel moeilijk, omdat het dus ook niet te forceren is.

NYD: Nee!

TAT: Iedereen gaat er op een andere manier mee om. Maar als ik, ik heb natuurlijk ook best wel nagedacht van oké, maar wat heb ik dan gemist bij mensen in mijn omgeving?

NYD: Ja.

TAT: En dat was dus wel dat eigenlijk niemand probeerde haar een beetje levend te houden.

NYD: Oke.

TAT: Dus, ja, vooral de jaren daarna merkte ik dat mensen gewoon heel erg bang waren om het überhaupt over haar te hebben. En dat, ja, dat het dan toch omdat het ongemakkelijke is, omdat mensen bang zijn om iets verkeerd te zeggen. Maar ik denk dat en dat hoor ik echt van zoveel mensen die met rouw of inderdaad met uitgestelde rouw specifiek te maken hebben, dat het zo belangrijk is om het toch wel te proberen en al helemaal als partner zijnde kan ik me dat voorstellen. En beter, zeg je liever zeg je iets wat dan misschien niet helemaal passend is dan dat je het uit de weg gaat.

NYD *instemmend*: Hmm

TAT: Ik denk dat het daarmee begint en ja toch ook misschien dan met je partner gaan onderzoeken waar diegene behoefte aan heeft. En en en ook dus, want dus, ja... Bij mij is dus ook nooit dat het echt duidelijk was van ik voel echt niks, omdat niemand dat ook vroeg. Niemand vroeg gewoon van: wat voel je dan of wat gebeurt er dan van binnen? En dat zijn natuurlijk best wel specifieke vragen.

ML: Ja! En je moet je er ook maar weer als mens wat de rouw niet doorgaat er bewust van zijn dat dat aan de hand is of dat zien. Dat is nog best wel.

TAT: Ja.

ML: Dat daar, dat vereist wel oplettendheid zeg maar.

TAT: Ja.

ML: En het is ook het überhaupt, het vraag dat jij zegt: ik heb gemist dat mensen mijn moeder levend proberen te houden. Ik denk ook oprecht dat mensen gewoon, soms niet aan dachten.

TAT: Ja.

NYD: En het is ook denk ik, als partner of als collega of anyone dat je denkt: Oh fijn! het gaat goed met Tatjana want die is gewoon lekker op school en die is lekker..., want want je wil eigenlijk iemand behoeden voor de pijn.

TAT: Ja.

NYD: Maar dat kan niet

TAT: Nee.

NYD: Of tenminste je kan het dus uitstellen.

ML: Uit... ja dat dan.

NYD: Maar het zou misschien later dan toch een keer doorbreken.

TAT: Ja, en ik denk dat... dit is ook over echt een groter maatschappelijk gesprek over dus iets als pijn en over moeilijke, verdrietige gênante emoties die iedereen op een bepaald moment in z'n leven zal ervaren bijvoorbeeld rondom rouw maar d'r zijn natuurlijk talloze situaties waarin je gewoon pijn ervaart. Iedereen waarschijnlijk meerdere keren in je leven.

ML: Maar het wordt neergezet als iets heel negatiefs denk ik ook, terwijl pijn is natuurlijk in principe iets wat je misschien niet wil, maar het is wel een positief iets om daarover te praten.

TAT: Ja, en het is het is inherent aan het leven en uiteindelijk is iedereen het er volgens mij over eens dat het openbreken, het er wel over hebben – ook al is het dus vaak ongemakkelijk – dat dat uiteindelijk altijd lucht geeft. Altijd helpt. Dat je vaak dus ook herkenning ervaart als je het over hebt, waardoor je weer meer gesterkt en gesteund voelt, minder alleen, en dat is dus ook rondom rouw zo. En dan, inderdaad, moet je ook als iemand in de omgeving daar vaker, ja, vaak meer moeite voor doen of inderdaad dieper gaan. En misschien heb je daar ook niet altijd zelf ruimte voor of zin in. Alleen, het is wel...ja, als je echt iets voor de rouwende wilt doen of als je er dus echt voor diegene wil zijn, dan is dat denk ik wel nodig.

ML: Ja

TAT: Ja, ik denk ja en eigenlijk is dat dus... Ik wou zeggen "dat is best simpel", maar dat is natuurlijk... het is niet echt simpel, maar het is niet een soort van super ingewikkelde handleiding van "Oh je moet per se dit of je moet-"

NYD: je mag niet dit

TAT: Precies. En dat is, dat is gewoon niet zo. Het gaat uiteindelijk echt over, ja, openheid. En ook, want dat had ik dus tijdens het schrijven van dit boek heel erg, dat ik opeens allemaal een soort van behoeftes kreeg, bijvoorbeeld ook van... ja, of voelde. Bijvoorbeeld

ook dat ik wilde dat mijn vrienden gewoon een soort van 24/7 bijna een soort van moederrol voor mij gingen verzorgen, terwijl ik gewoon een vrouw van bijna 30 was. En dan, ja, dat kan je natuurlijk niet verwachten van de mensen om je heen. Die hebben hun eigen leven. Die kunnen d'r niet alleen maar voor jou zijn en je de hele dag op schoot nemen en je een soort van aaien.

NYD: Ja, het is echt een beetje soort van de baby in jou een soort van weer terug naar helemaal dat geborgen gevoel wat je heel erg cravede.

TAT: precies

ML: Had je dat ook uitgesproken? Zeg maar niet dat je dat vroeg van je vrienden, maar wel een soort van "ik wil gewoon dat iemand voor mij zorgt" *huilende toon*.

Tatjana lacht

ML: Ik kan me voorstellen dat dat uitspreken ook al helpt op een bepaalde manier.

TAT: Nou, ik vond het dus, maar ik merk ook bij mezelf dat ik daar heel veel weerstand in voelde.

ML: Ja maar je wilt het gewoon zelf doen. Je bent die sterke Tatjana natuurlijk. *lachend*

TAT: En ook dat ik dus gewoon heel erg dacht "ja, ik kan dat niet vragen van mensen", maar toen ik dat dus vaker wel gewoon deed en ik ook wel zei van "ik weet dat dit niet fair is, ik weet dat dit niet kan, maar dat is wel wat ik eigenlijk wil en nodig heb".

ML en **NYD:** Ja.

TAT: En daar kunnen mensen dan op reageren. Het is natuurlijk ook een wisselwerking en dat is natuurlijk altijd moeilijk, want als je, als je vol in die soort van dat afgevlakte gevoel zit, of dus heel erg moeilijk om hulp vraagt, dan is het natuurlijk ook heel erg moeilijk om dit aan te kaarten. Maar... eh.... Ja dat, dat is ook waarom ik dit boek heb geschreven, omdat ik dacht "volgens mij is het heel fijn voor mensen die dit herkennen. Dit... weet je wel dat proces van die uitgestelde rouw, om gewoon... Ja want nu in een boek wel te zien hoe hoe zo'n verloop gaat en daar dan zich hopelijk ook minder alleen in voelen, of denken van: oh, ja, eh nou, zij heeft ook misschien op een gegeven moment gewoon gegild van ik wil dat je,

weet je wel, inderdaad dat je voor me zorgt of ik wil dat iemand voor me zorgt...dan kan ik dat misschien ook doen ofzo.

NYD: Ja. Je schrijft ook wel veel over ruimte innemen of te veel zijn. Dat je dat gevoel snel hebt. Dat hangt...Ja, rouwen is ook een soort ruimte innemen. We hadden ook een brief van iemand. Iemand die al 60 is en nog met uitgestelde rouw te maken heeft. En zij eindigt met "ik voel me een aandachtstrekker als ik erover begin". Maar ook vanuit het idee, op haar dertiende heeft ze haar moeder verloren van ja, het is al zo lang geleden. En ja, je moet eigenlijk ook jezelf die ruimte gunnen, dat je dat mag innemen

TAT: Ja ja, dat herken ik heel erg. Ik vond dat ook echt. Dat heeft dus weer te maken met hoe onze maatschappij met rouw omgaat. Dat het gewoon is van... in het begin vragen mensen er nog wel naar maar meestal na een jaar is het toch van oh ja, maar ja, het is toch al best wel een tijdje geleden. Nu weer doorgaan met het leven, laat staan na 13 jaar of laat staan inderdaad, als je 60 bent en het is al 13 jaar of-

NYD: Op je dertiende gebeurd, reken maar uit ja.

ML: Oh ja maar dat is inderdaad echt nog een extra drempel. Dat je dan zegt: en nu ga ik rouwen.

TAT: ja, maar dat was dus ook en en dus naar anderen toe, maar ook naar jezelf toe, van... oké, ga ik nu inderdaad – want dat gebeurde bij mij. Ik heb echt bijna een jaar lang dat ik gewoon elke dag aan het huilen was en dat ik gewoon... Dat ik dacht van "huh maar wat is dit?" En inderdaad, kan ik mezelf dit toestaan? Kan ik gewoon inderdaad deels stoppen met werken en gewoon dus wel halve dagen nu in bed gaan liggen? Maar het was wel nodig en... Na ja. Ik was toen op wel op dat punt dat ik dacht: als het nodig is, dan geloof ik er ook wel in dat het me ook uiteindelijk echt beter gaat maken en niet beter maken van "ik heb nu gerouwd nu bestaat het niet meer" of "nu is het verwerken-

NYD: is het klaar... dat dus niet

TAT: klaar in een doosje en ik kan weer door. Dat zeker niet, maar wel dat ik ergens doorheen ging. En...eh... ik hoorde dat heel mooi: Marte Boneschansker, zij – dat is ook misschien een tip voor mensen – ik heb vandaag een podcastaflevering van Nooit Meer

Slapen met haar geluisterd en zij gaat een rouw community opzetten “het jaar van rouw” en zij zei ook van “ja rouw is ergens ook groei”. En dus weer niet van groei en dan een succesverhaal, maar wel, je gaat ergens moeilijks doorheen en je komt er hoe dan ook als ander mens uit. En dat voelde ik op een gegeven moment ook wel echt tijdens dat rouwproces – door dat aan te gaan voelde ik wel van: Ik kom hier nu als in ieder geval als een vollediger mens uit.

ML: Gelaagder

TAT: Gelaagder precies, en dat is niet een soort van beter mens of succesvoller of nu weet ik het allemaal hoe het zit, maar wel een echter mens. Ik ga gewoon een echter leven aan eigenlijk.

ML: Zou je dan, zeg maar als als tip voor mensen die te maken hebben met rouw of een rouw waar ze nog nooit nog niet doorheen zijn gegaan, zeggen: maak er een soort project van voor jezelf. Een soort, als in, dat je dat maar aangaat en maak er tijd voor vrij, zoals jij ook doet. Maar niet iedereen heeft een luxe van er een boek van maken natuurlijk, maar je kan er een soort kleiner-

TAT: Ja, ik ken ook bijvoorbeeld mensen die dan op rouwvakantie gaan. En dat is dan wel vaak als een dierbare recent is overleden, maar dat kan natuurlijk ook 13 jaar of 20 jaar na dato. Dat je denkt: nou, ik ga nu... En dat hoeft heus niet naar allemaal naar Bali weet je wel, want dat daar ook niet iedereen de financiële middelen voor. Maar dat kan ook een week naar Texel gaan.

NYD *fluistert*: naar Vlieland

TAT: naar Vlieland natuurlijk. *lachend* waarom zeg ik Texel?

iedereen lacht

lachend verder

NYD: Grote liefde

ML: Jij wil gewoon niet iedereen daar.

NYD: Oh ja dat is het.

ML: Blijf weg van Vlieland.

NYD: Niet op Vlieland.

ML: Het is al Tatjana's rouweiland.

TAT: *lachend* Ja het is mijn rouweiland... eh...*serieus* Nee maar, ik ja ik denk dat we ja, wat jij zegt, een project of dat inderdaad dus is dat je even met jezelf weggaat of dat je d'r inderdaad wel iets creatiefs van gaat maken. Maar het kan natuurlijk ook – dat doe ik trouwens zelf ook – ik heb gewoon enorme soort van... Dat noem ik dan een inspiratieboek en daar ben ik ook in dit rouwproces gewoon heel veel afbeeldingen, maar ook teksten in gaan schrijven die me inderdaad aan mijn moeder deden denken, of die mijn gevoel die...dat ik op dat moment ervoer weerspiegelde of goed vatte, en allemaal van dat soort dingetjes die, ja, die dragen wel bij dat je inderdaad al dat soort gevoelens aan kunt gaan en d'r doorheen kunt gaan.

ML: Ja en zo maak je ook iets abstracts wat concreter.

TAT: Ja, wat tastbaarder.

NYD: En wel iets heel concreets wat jij ook deed, is echt in het leven van je moeder duiken. Ook deels omdat er dus ja, daar zat zat pijn en verdriet, of d'r waren gewoon dingen waarvan je dacht van hè, wat is hier? Wat was er?

TAT: Ja, wat was er met haar?

NYD: Wie was mijn moeder nou? Ja, precies ehh ja...hoe ben je- Hoe ben je dat gaan doen?

TAT: Eh nou, ik ben begonnen eigenlijk met eh ja, veel mensen uit haar leven opzoeken. Ik zou eigenlijk naar het eiland gaan waar zij 12 jaar heeft gewoond in Amerika, Martha's Vineyard, maar toen kwam de pandemie tussendoor, dus toen kon ik daar niet naartoe gaan. Maar toen had ik wel contact al met eilanders daar, maar bijvoorbeeld ook mensen in mijn familie en oude vrienden van haar. Daar begon ik gesprekken mee te voeren. En toen kwamen er al best wel veel, ja, beetje losse eindjes boven water, waarvan ik dus steeds

meer de vraag had van “hè, waarom is ze eigenlijk überhaupt op haar twintigste naar dat eiland vertrokken?”.

NYD: Helemaal weg. Alles achtergelaten.

TAT: Helemaal weg. Alle schepen verbrand. 12 jaar daar gewoond. Nou, daar dan m'n vader ontmoet en toen naar Nederland terugkomen. Maar er waren gewoon heel veel vraagtekens en het werden er eigenlijk alleen maar meer hoe meer ik mensen sprak. Nou, toen best wel een bepalend gesprek gehad met mijn vader, die eh ja, me allerlei dingen uit haar familie en uit haar jeugd kon vertellen. En ja, echt wel hele heftige dingen.

NYD: Trauma's

TAT: ja, echt haar jeugdtrauma's of haar eigenlijk haar grootste jeugdtrauma kwam toen boven water. En toen bleken er ook nog eens allerlei dagboeken van haar bewaard te zijn gebleven.

NYD: Daar kwam je dus daarna pas achter?

TAT: Ja. Ja en eh dat was natuurlijk, ja, echt een een schat aan research materiaal. Dat is een beetje gek om te zeggen.

*lachend met **ML***

ML: Ja maar ook heel begrijpelijk.

TAT: Ook natuurlijk gewoon aan persoonlijk kapitaal, wat natuurlijk heel, heel waardevol is. Maar ook, ja, ik was wel ook met dat boek bezig. Dus het was ook voor mij als journalist ook heel interessant, maar er dus... en en ook omdat dat dus heel erg haar eigen stem was die ik toen ineens weer dan wel geschreven, maar wel teruggevond, in plaats van verhalen uit tweede of derde hand. Dus dat was heel bijzonder. En nou ja, toen, toen leerde ik haar echt beter dan ooit kennen en dat was heel... ontroerend mooi, maar ook heel heftig en confronterend en ook heel vaak echt vreselijk. Want, ja, je wil ook niet.. eigenlijk wil je ook niet alles van je moeder of van je ouders weten.

ML: Ja en nu moest je wel natuurlijk.

TAT: Ja, nu moest ik wel.

NYD: Al helemaal niet als het over zware trauma's gaat natuurlijk...

TAT: Precies

NYD: ... het is pijnlijk ook om te lezen dat jouw moeder daar doorheen is gegaan.

TAT: Ja, en ook omdat ik het natuurlijk er echt niet met haar over kon hebben. Want dat was het op een gegeven moment: ik had met zo veel mensen gesproken, maar eigenlijk de enige wie ik daarover wilde spreken was zij.

NYD en ML: Ja.

TAT: Dus het was eigenlijk pijnlijker dan ooit dat ze er niet meer was en dat ik niet dit gewoon met haar dit kon delen.

ML: Ja, ze schreef natuurlijk ook dingen over jou, want jij maakte ook deel uit van haar leven en daar kan je dan ook niks over vragen.

NYD: En ook misschien dingen die niet altijd even leuk zijn om over jezelf te lezen.

TAT: Zeker.

NYD: Het is natuurlijk een dagboek, het is een safe space, je schrijft daar op wat je, ja...

TAT: Precies, zonder filter, zonder rem. Ehm, dus dat was zeker heel confronterend, vaak.

Maar, ehm, uiteindelijk heb ik haar wel echt veel beter begrepen, ja kunnen begrijpen als mens. En dus ook heel erg die gelaagdheid, ehm, teruggezien. En daardoor ook mezelf wat beter begrepen. Want ik ben natuurlijk ook, nou ja daar gaat het boek ook heel erg over, over

transgenerationeel trauma, wat jullie ook al hebben aangestipt, en dat is dus hoe trauma's van generatie op generatie overgegeven kunnen worden. Vaak, of vooral, onbewust.

NYD: Ja, terwijl het dus helemaal niet is dat iedereen op de hoogte hoeft te zijn van de trauma's en dus toch...

ML: Misschien juist niet, omdat er niet over gepraat wordt, wordt het doorgegeven.

TAT: Ja en dat is best wel, nou, dat is natuurlijk niet iets nieuws. Maar het is best wel iets nieuws dat daar nu veel meer bewustwording voor komt en dat dat wel, ehm, een heel interessant boek hier deels ook over The Body Keeps the Score, ik weet even niet de auteur maar dat kan misschien wel in de

NYD en **TAT** (door elkaar): shownotes

NYD: Dat gaan we wel even opzoeken.

TAT: *lachend* Alvast zeggen wat jullie kunnen doen.

NYD en **ML:** *gelach*

TAT: *lachend* Betweter.

NYD: Dat zoeken we wel op hoor, ja is goed.

TAT & **ML** door elkaar: *onverstaanbaar*

ML: Alleen nog maar in de shownotes hoor, ja is goed.

NYD: Jaaa, nee, The Body Keeps the Score

TAT: Ja, ehm... dat is een heel interessant boek hierover. Maar ehm, nou ja, wat ik dus al zei dat ik enerzijds bij mijn moeder heel veel zwaarte voelde, maar dat ik dat dus heel vaak of dat gewoon niet echt kon plaatsen. Maar dat ook in mezelf voelde, dat ehm, ja, ik ik, voel me dan dus vaak afgestompt, maar als ik me dan dus niet afgestompt voelde, voelde ik heel vaak een soort zweem van ja, somberte. En dat werd naarmate de tijd vorderde ook steeds

erger, dan ook in therapie bijvoorbeeld als ik het dan over mijn leven had en ja, er waren natuurlijk dan dingen waar ik niet helemaal blij mee was, maar eigenlijk overall ging het best wel goed. En al helemaal toen ik dus ook die eetstoornis-gerichte therapie volgde en dus nou

ja die coping mechanismes dus meer afbouwde, of hoe zeg je dat, doorbrak. En ook minder dus ja, mijn heil daarin zocht en ook dat die emotieregulatie wat beter gereguleerd werd. Alsnog was er best wel die zwaarte en ik kon dat gewoon niet plaatsen en ik merkte mijn therapeut eigenlijk ook niet. Toen kwam ik dus achter, nou ja, deze trauma's in mijn familie en toen, ja dat was dus weer zoiets dat je niet heel erg goed kan vatten in woorden, maar toen vielen voor mij gewoon heel veel dingen op hun plek.

NYD: *instemmend* Hmm.

TAT: Naarmate ik daar dus meer over ging schrijven en ook die dagboeken begon te lezen, voelde ik me eigenlijk echt steeds lichter worden.

NYD: *instemmend* Hmm hmm.

TAT: En nou ja, dat was wel echt heel, of dat vind ik nog steeds wel heel bijzonder. Dat dat dus ook, ehm, en ik denk dat ik natuurlijk nog steeds best wel veel te verwerken heb en ook nog best wel veel dingen wel uit te zoeken heb, maar voor best wel een groot gedeelte heb ik wel het idee dat door hier dus nu die cyclus eigenlijk te doorbreken – door dus niet te weten van 'dit speelde in mijn familie' 'dit speelde in mijn moeders leven'- en ik weet nu wel waar dit vandaan komt en ik ga me over uitspreken door dit boek te schrijven...

NYD: Ja, want even voor de luisteraar, wij hebben het er nu niet over, ook gewoon deels om mensen moeten het zelf gaan lezen, maar het is niet dat jij in het boek hier omheen draait, het is allemaal uitgelegd in het boek.

TAT: Ja.

NYD: Dus je kiest er ook heel bewust voor om het juist open te leggen.

TAT: Ja.

ML: Ja, en je confronteert de mensen die er mee te maken hebben er mee.

TAT: Ja.

ML: En dat is natuurlijk best wel.. dat is doorbreken.

TAT: Ja precies, dat is ook waar. Ja, dus ik kies er gewoon voor om inderdaad niet het weer onder het tapijt te vegen en te doen alsof er niks aan de hand is.

ML: Nee.

TAT: Maar hier dus wel inderdaad echt de ruimte voor te nemen en ook, ja, te zeggen van ik vind dit niet oké en we kunnen niet doen alsof dit normaal is, of dat dit niet gebeurd is, dat vooral inderdaad. En ehmm.. ja, dat, nou ik merk dat ik daar dus nu al best wel veel profijt van, ook gewoon in mijn eigen leven.

NYD: Hoe kijk je zelf naar moederschap of zelf misschien ooit moeder worden?

ML: Vooral omdat je nu dan zo'n proces doormaakt dat je echt denkt: jee, ja, moeder zijn, dat houdt wel echt zo veel in, het is zo veel invloed.

TAT: Ja, het behelst heel veel, ja. Want dat is inderdaad, dat is heel grappig dat jullie nu deze vraag stellen, toch omdat het ook heel vaak in Damn Honey gaat over 'waarom wordt er altijd aan vrouwen gevraagd of ze moeder willen worden'?

ML: Ja en toch willen we het nu weten.

NYD: Ja en je schrijft er ook zelf over.

TAT: Precies, daarom, dus dat is heel logisch want uiteindelijk gaat er ook best wel een deel van het boek over. Ehm... Ja, ik ik, ik kijk daar heel *lachend* ambivalent naar eerlijk gezegd. Ik, nee vroeger voelde ik al heel duidelijk 'ik wil moeder worden' en ik vind kinderen gewoon altijd heel leuk en het lijkt me gewoon nog steeds heel bijzonder. Maar ik denk ook steeds vaker *stilte* ... enerzijds denk ik steeds vaker: het lijkt me heel heftig om moeder te moeten worden zonder eigen moeder in m'n leven die hmmm *stilte*.

NYD: Ja toch een soort... coaching is een raar woord...

ML: Een soort raad.

NYD, **ML** & **TAT** (door elkaar): Ja, precies.

NYD: Dit is hoe ik het heb gedaan.

TAT: Ja ja.

NYD: De struggles...

TAT: Precies, maar ook: dit heeft mij geholpen of... en die er ook dus gewoon echt voor je is, want dat ervaar ik nog steeds en dat heb ik ook gewoon de afgelopen jaren heel erg ervaren dat die onvoorwaardelijkheid die je bij je ouders voelt en als ik voor mezelf spreek als vrouw vooral bij een moeder, die mis ik natuurlijk. En ik denk dat als je zelf moeder wordt dat je dat misschien extra nodig hebt of waardeert in je moeder dat ze er gewoon helemaal is en ook vooral misschien die eerste periode, of dat eerste jaar, waarin je altijd hoort dat dat zo intens en heftig en overweldigend is. Dus daar kijk ik nu al tegenop als ik ooit moeder kan en mag worden... en wil. Want dat is nu wel twee, dat ik gewoon ook denk: ik heb zo veel jaren zo veel last gehad van al die shit die mijn moeder, maar in mijn geval echt mijn ouders eigenlijk aan mij hebben doorgegeven. Dus wat betreft dat transgenerationeel trauma ik wil dat echt niet doorgeven... of mijn eigen shit echt niet doorgeven aan een kind, of aan een volgende generatie.

NYD: Je stapt er niet lichtvoetig in.

TAT: Nee, dat is het precies.

ML: En tegelijkertijd, ja, of tenminste, je schrijft het letterlijk. Er staat in je boek: "wil ik vooral dat mijn leven in het teken van een ander wezen gaat staan nu ik voor het eerst alleen kan zijn zonder de noodzaak tot verdoving te voelen?". Het is natuurlijk ook zo dat je al die shit net van je af geschud hebt. Kan je eindelijk een beetje een soort voluit leven en zou je dat dan dus nu ... daar ... dat resoneerde heel erg voor mij.

TAT & **ML** lachen.

ML: Maar dat is ook nog een ding

TAT: Want dat is bij mij inderdaad ook ... dus het zijn eigenlijk inderdaad drie paden hier omheen dat ik echt, nou, dus sinds vorig jaar, sinds ik meer dat zware van me af heb *alsof het tussen aanhalingstekens staat* “gegooid”... of gegoid, heb doorwerkt eigenlijk, voel ik

me echt gewoon heel vaak een soort puber. Dat ik gewoon denk: op papier... of nou ja, niet alleen op papier, ik ben dertig

ML, **NYD** en **TAT** lachen

NYD *lachend*: op papier ben ik dertig.

ML *spottend en lachend*: ik ben twaalf.

gelach

TAT: Ik ben helaas dertig. *Lacht*. Nee, ik ben dertig, maar ik voel me gewoon echt – ik wou zeggen hoe ik was als zestienjarige, maar toen voelde ik me dus veel zwaarder, maar hoe mijn vriendinnen zich toen voelden.

NYD: Ja, dat testen en doen.

TAT: Experimenteren en losbandig en ik wil gewoon eigenlijk het liefst elk weekend twee of drie keer uitgaan en drank en drugs en vreemdgaan.

ML *lacht*.

NYD: Als we niet in de corona zaten dan ...

ML *lachend*: zat zij hier niet hoor.

TAT, **ML** & **NYD** lachen.

ML: Maar dit klinkt een beetje als hoe ik altijd praat over de tweede puberteit die ik had toen ik er achter kwam dat ik lesbisch ben.

ML: Maar dit klinkt een beetje als, zeg maar, hoe ik altijd praat over de tweede, tweede puberteit die ik had toen ik erachter kwam dat ik lesbisch ben.

NYD: Ja.

Tat: Ja.

ML: Dat je echt denkt, oh my God. Maar nu, nu ga ik echt leven.

NYD: Ja jij hebt ook heel veel over jezelf geleerd, natuurlijk.

ML: Ja precies.

NYD: Als je jezelf leert kennen, dan ja...

ML: Het is... het is inderdaad, als je jezelf leert kennen, dan valt er weer zo'n zwaarte van je af en dan denk je: Wereld, KOM MAAR! Ja dat.

NYD: Ja. (Lacht)

ML: Lekker. (Lacht)

TAT: Ja heel lekker. Ja, dus dat is het ook. Dat... dat laatste zorgt er dus echt voor dat ik in ieder geval echt niet anytime soon een kind zou willen, maar die andere twee dingen zorgen er ook voor dat ik gewoon denk.. Ja, wat jij net ook al zei Nydia, ik denk gewoon echt niet op een heel vanzelfsprekende of lichtvoetige manier over eventueel moeder worden.

NYD: Ja.

TAT: En nou ja, misschien krijg ik ooit een kind, maar grote kans dat ik het ook niet krijg en volgens mij... ja zal ook wel weer heel erg ingewikkeld zijn, maar volgens mij is dat ook gewoon oké.. voor..

ML: Ja.

TAT: Ja, maar ook voor mezelf.

ML: Ja, ja, ja.

TAT: Ook maatschappelijk. (Lacht)

ML: Ja, maatschappelijke oké en individueel oke. (Lacht)

NYD: Damn Honey approved.

(Lachen)

NYD: Laten we afsluiten met de laatste vraag: wat heeft het rouwen je gebracht? Toen je het.. nu je het eenmaal aan bent gegaan. Je hebt net al heel erg..

TAT: Ja..

NYD: Al antwoord eigenlijk gegeven.

TAT: Ja ik denk dat het dus echt vooral gaat over.. uhm.. Ja, dat leven.. in de breedte eigenlijk, of dus gewoon het gelaagde leven en echt niet meer heel veel uit de weg gaan, en.. dus ook wel.. Ja, veel schaamtelozer durven zijn en nou.. veel meer mezelf durven zijn.

NYD: Ja.

TAT: Ja dat dus denk ik vooral. Dus inderdaad.. Ja, wat jij net ook al bij jezelf vertelde, Marie Lotte, van.. ja echt jezelf beter leren kennen en daar gewoon echt heel erg voor staan en die ruimte in durven nemen.

ML: Ja, en het echt zien als iets.. een zwart cadeau.

TAT: Precies, ja, nou dat.. dat ervaar ik echt veel meer zo, en dat.. ja komt echt door die rouw dus aan te gaan. En door ook, dat is natuurlijk ook, door ook te voelen van.. ik kon dit aangaan, het was fucking groot, het was fucking zwaar, ik heb het heel vaak echt verafschuwt. Ik heb, weet je ja.. al die dagen dat ik jankend in mn bed heb gelegen was natuurlijk niet leuk. Was.. was heel eenzaam weer en ik voelde heel weinig verbinding met de mensen om me heen en dat was super ingewikkeld en complex. Maar uiteindelijk is het me wel gelukt.

NYD: Ja.

ML: Ja.

TAT: En dat is natuurlijk ook..

NYD: Het is natuurlijk ook een soort overwinning al.

TAT: Ja!

NYD: Al is het ook weer stom om weer in..

ML: Ja maar, het is wel echt..

NYD: Het is weer wel een soort presteren waar we het dan over hebben, maar het is wel echt zo.

ML: Ja, maar ook overwinning. Het is ook een soort hoopvolle boodschap, want dit is dus blijkbaar hoe het werkt: het rouwen.

TAT: Ja en natuurlijk, want dat is inderdaad wel goed om te benadrukken, denk ik, dat is natuurlijk niet lineair en bij mij kon het wel dat ik het gewoon, nou ja zo is het gegaan. Het was niet dat ik dat had gepland van ik ga hier twee jaar over doen, maar dat is uiteindelijk hoe het is gegaan, die volle rouw aan gaan. Maar ik weet nu al, als ik bijvoorbeeld wel moeder wordt, of op waarschijnlijk levensveranderende momenten maar juist ook op random momenten in de supermarkt, dat ik opeens weer overvallen kan

worden door woede of verdriet of gemis of.. onbegrip of.. dat zal waarschijnlijk altijd blijven. Maar dat kan ik nu ook toelaten en dat was natuurlijk eerst ook anders. Dus in die zin zie ik het inderdaad heel erg als persoonlijke overwinning en niet van oh, ik heb er iets uit geleerd en dat, weet je wel, dat is de waarheid over rouw.

ML: Ja en we slaan nu het boek dicht en nu gaan we verder.

TAT: Nee totaal niet, want dat is natuurlijk gewoon onzin, maar ja, voor mijzelf voelt het wel als iets wat..

ML: Maar dan is het dan misschien het.. het rouwen niet. Het rouwen is een soort ongoing process maar

jij hebt denk ik wel gewoon.. de... de overwinning hier is dat je het hebt leren toelaten.

TAT: Ja, ja precies.

NYD: En het hebt aangegaan.

TAT: Ja, ja. Mooi gezegd.

ML: Lekker gewerkt.

NYD: Nou..

ML: Nou, koop dat boek mensen.

NYD: Lieve mensen, 'Ik zal je nooit meer' heet het. Prachtige cover trouwens ook, die mensen natuurlijk

nu niet kunnen zien maar, ga het opzoeken op Libris.nl.

ML: Ja. (Lacht)

TAT: Boekhandels zijn weer open, YES!

NYD: Ja dat ook ja, als je dus.. ja dat mag natuurlijk gewoon.

ML: Support your local bookstores.

SPONSOR JINGLE

ML HOTHOT HOT SPONSOR ALERT!

NYD Het is getcheex.com, dat is g-e-t-c-h-e-e-x .com

ML Op het steamy maar classy platform CHEEX is geen stigma en geen schaamte te bekennen

en overigens ook geen advertenties. Wel: seksuele vrijheid zonder taboes.

NYD Cheex representeert seksualiteit op een diverse manier, met plezier en 1uiteraard met consent

ML En Cheex is van alle markten thuis. Je kunt er naar ethisch geproduceerde hotte content kijken of luisteren, er zijn live online workshops en er is een magazine

NYD Dat luisteren naar porno vind ik zo'n openbaring. Porno kijken kan zo in your face zijn, weinig aan de fantasie overlatend

ML Ja, of dat een van de acteurs een erg aanwezige tattoo heeft waar je niet van kan wegstijgen of dat je je afvraagt: wat ligt daar nou eigenlijk in die hoek???

NYD Precies!

ML Ik klikte gister het luisterverhaal 'playing with toys' aan en voor ik het wist had de zwoele vrouwenstem het over een "spreader" en drukte iemand haar gezicht in de kut van haar lover.

Nou, dat deed wel dingen met me... VOORAL DIE SPREADER HOOR

NYD Ik was hierbij en kan beamen dat **ML** nog net niet wegdreef. Ze riep: OHMYGOD. Dus ik

zo: huh, wat is er aan de hand??

ML Dus ik weer uitleggen van die spreader enzo. Maar goed: Ook OMYGOD roepen? Wij mogen jou 14 sexyyyy gratis proefdagen cadeau doen, als je een jaarabonnement afsluit

NYD Let op, ik leg even uit hoe het werkt: ga naar de speciale damnhoney cheex link, die je vindt in de beschrijving van deze podcast of bijvoorbeeld in onze 'link in bio' op insta. Klik vervolgens op 'probeer 14 dagen gratis' en glibber away

ML Binnen die 14 dagen kun je vrijblijvend opzeggen en zit je nergens aan vast, dus voor de vergeetachtigen onder ons: ze het even in je agenda

NYD kun je nooit meer zonder, dan laat je de try out wel doorlopen en verandert-ie automatisch

in een jaarabonnement. Of: ook een optie, zet 'm om naar een maandabo, dat kan ook

ML Ga nou maar gewoon naar die link in de beschrijving van deze podcast, want OHMYGOD!!!

JINGLE DAMN HONEY YES & NO

NYD: Tijd voor onze afsluiter de Damn Honey Yes en de Damn Honey No. Marie Lotte jij hebt de No, vertel het eens

ML: Voordat ik de No induik eerst even een trigger warning want het gaat over seksueel grensoverschrijdend gedrag, en als ik dat zegt, dan denk ik dat je ook wel weet wat mijn no is, want het was niet echt te missen. D'r is een beerput opengetrokken rondom The Voice, het programma The Voice, en het was overal in het nieuws. Het journaal opende er mee afgelopen week. Ik denk niet dat je het gemist hebt. Op het moment dat we dit opnemen is

de aflevering van BOOS die erover gaat nog niet uitgezonden. Dat is tegen de tijd dat die dus.. dat deze aflevering online komt, wel het geval.

NYD: Ja echt, al lang ook. Dat mensen denken, huh.

ML: Dus wij lopen een beetje achter daarin nu. Maar even kort: Tim Hofman en de redactie van BOOS zijn degene die met het verhaal naar buiten zijn gekomen rondom The Voice. Dus we weten op dit moment eigenlijk weinig nog, behalve dat Jeroen Rietbergen is opgestapt als bandleider en hij heeft toegegeven dat hij contact van seksuele aard heeft gehad met vrouwen die meededen aan The Voice en dat er aangiften liggen tegen Ali B en dat er een tweede aangifte tegen iemand is van wie niet bekend gemaakt is van wie het is. En ik kan me op dit moment dus eigenlijk alleen maar indenken dat als je zelf te maken hebt gehad met seksueel grensoverschrijdend gedrag, dat deze hele shit zoi ook ontzettend triggerend is. En dat het heel veel bij je los kan maken. En ik kan me ook alleen maar voorstellen dat het zwaar is, want het is helemaal niet op jouw voorwaarden. Het is zeg maar dit wordt dan losgetrokken en jij moet er dan maar gewoon weer mee dealen op een random moment. Dat lijkt me heel zwaar. Fatma Genç, zij is eerder te gast geweest bij ons in de podcast, die heeft zelf een nare ervaring gehad en die heeft er ook wat over te zeggen. Ik heb gevraagd of zij dat in wilde spreken voor de podcast, dus ik ga nu eventjes haar voice berichtje laten horen.

voicebericht FATMA: Allereerst ben ik enorm geschokt.. in shock de hele tijd. Niet omdat ik.. zoals sommige journalisten, zoals sommige mensen aan televisie bij talkshows of interviews niet wisten dat dit gebeurde. Ik weet dondersgoed dat dit gebeurde. Sterker nog, het is mij ook overkomen in een.. een lang verleden. Dus dat is ook wat het met me doet, er komen heel veel oude emoties naar boven. Maar ik ben bovenal eigenlijk het boost dat er.. er zo'n ja.. nasleep is van: 'is dit echt een groot probleem? We weten het niet. We zijn er niet bij geweest'. Dat er niet uit wordt gegaan van de waarheid van spreken vanuit de slachtoffers, en daarom is het zo grandioos dat BOOS dit heeft gedaan met zo'n groot dossier. Er moet iets structureel veranderd worden in de cultuur binnen de media. Het gedrag dat in stand is gehouden doordat er weg is gekeken van nare ervaringen en.. en geen zero tolerance is uitgevoerd waar dat dan ook wel.. misschien wel beleid is. Het is niet duidelijk dat dat echt leeft en dat dat hand..gehandhaafd is. Dus wat het met me doet, is dat ik echt in een soort emotionele rollercoaster ben, dat er enerzijds heel veel oude pijn bij mij zelf omhoog is gekomen, maar daarbij nog een grotere.. ja.. gevoel van rechtvaardigheid en.. gevoel van willen vechten en boosheid op de industrie, en dat het gewoon echt klaar moet zijn. Dat is een beetje waar ik me nu in bevindt.

ML: Ja, ik kan me daar alleen maar bij aansluiten. Ik vind het ook.. heel lastig om te zien dat als je nu.. want elk programma gaat daar natuurlijk over, talkshows voornamelijk en dat je dan.. ik zapte deze week toevallig langs.. SBS shownieuws of zo en dan hoor je Patty Brard zeggen van: 'oh wat vreselijk voor John de Mol. Moet je voorstellen hoe hij..' en het zeg maar..hoe er op dit moment over gepraat wordt is allemaal ruis.

TAT: Ja.

NYD: Ja, ruis maar niet alleen dat, ook nog eens gewoon echt fout.

ML: Ja, ja, ja, ja,

TAT: Echt victim blaming he.

NYD: Victim blaming to the Max. En ook.. Ronald...

ML: Molendijk

NYD: Molendijk. Ik kan zijn.. ik weet nooit hoe die heet. Hij heet zo. Hij heeft geloof ik een DJ duo met Jeroen...

ML: Rietbergen.

TAT: Rietbergen ja.

NYD: Al die mannen, ik kan ze niet uit elkaar houden.

ML: Ik heb ze geoeffend, dat is de enige reden waarom ik het weet.

NYD: En naja, hij is bevriend met hem, en hij heeft ook ergens, in boulevard geloof ik, heeft die Ronald dan weer gezegd van "Ja maar, Jeroen is ook een enorme flirt" *zucht* en daar gaat al zoveel mis dat we dus nog steeds blijikbaar...

TAT: *op de achtergrond* ja, bagatelliseren

NYD: ja maar dat we dus ook dat onderscheid nog steeds niet kennen tussen seksueel grensoverschrijdend gedrag en

ML en **NYD:** *in koor* flirten

NYD; en dat, dat blijft maar, dat is natuurlijk ook met opmerkingen van ehm 'Pas maar op voor je het weet heb je een me-too'tje aan je broek hangen.

TAT en **ML:** *instemmend gehum*

NYD: of "oh je kan niet, je kan niks meer zeggen, je kan niks meer doen"

TAT: *mannen imiterend* "Je kan ook niks meer doen tegenwoordig"

NYD: het echte gesprek daar zijn we nog steeds niet

ML: nee.. en dat is erg pijnlijk duidelijk. Het enige goeie gesprek wat ik hoorde, en het is niet zo dat ik de hele tijd TV kijk, maar het enige goeie gesprek wat ik hoorde is eh bij Beau was Iva Bicanic uitgenodigd

NYD: Van centrum seksueel geweld

ML: *beamend* van centrum seksueel geweld, en zij had gewoon, had de tijd ook om uit te leggen wat victim blaming is en wat het doet en er was zelfs, want de dag ervoor waren er twee slachtoffers van het seksueel grensoverschrijdend gedrag bij The Voice aangeschoven bij Beau en daar was ook weer heel veel op ge-victimblamed op twitter en dat hebben ze aan de kaak gesteld en dat vond ik goed maar dr zit ook weer zoveel schijt omheen en het echte gesprek is natuurlijk ehm... “kut! Dit gebeurt.” We leven in een wereld waarin dit gebeurt

NYD: *onderbreekt ML* overal...

ML: en we zijn blijkbaar nogsteeds bij “Omg wat errrrg!”

TAT: Maar nog niet bij hoe gaan we dit systematisch veranderen

ML: Maar we zouden al moeten zijn bij “Hoe gaan we.. *stemt in met TAT* ja..”

TAT: Ja

ML: En ik bedoel we hebben het nu over de entertainmentindustrie en dat is helemaal rep en roer, maar als jij werkt in een winkel of in een eh gewoon een bedrijf of weet ik veel of gewoon je gezinsleven al, dr zijn overal machtsverschillen en dit misbruik en seksueel geweld en seksueel grensoverschrijdend gedrag is overal

TAT: *instemmend* ja..

ML: En, me-too had dat, heeft dat ook pijnlijk blootgelegd.

TAT: Ja..

ML: En het blijft maar gewoon zo zijn dat, want ik zag vanochtend weer een tweetje van iemand van “Oh laten we dan nu hieronder gaan zetten waar wij allemaal mee te maken hebben gehad.”

NYD: Dat was een vrouw die daar toe op riep.

ML: *instemmend* ja. En die zegt van ‘Nou ik zal dan nu eventjes eh opsommen waar ik mee te maken heb gehad” en dat had ze zo: billenknippen, hand op m’n bil, weet ik veel, dat soort dingen. Daar had iemand anders op gereageerd met “nee... dat zou nu duidelijk moeten zijn want we hebben dit al zo vaak gezegd”. En het probleem, de omvang van het probleem, is ook duidelijk. Het is overal, het gebeurt overal.

NYD: maar toch, op zo’n tweet waar dus allerlei mensen gaan reageren met wat hen is overkomen, reageren ook weer mensen met “nou ik weet niet wat ik zie, wat eh...”

ML: *instemmend* ja

NYD: Dus, het blijft gewoon hangen, en ook weer mensen die dan allerlei validistische eh termen gaan gebruiken van eh “nou ik hoop dat die gekken vanaf nu het niet meer doen” of eh weet ik wat voor een verschrikkelijke woorden, maar daarmee zetten ze ook de groep daders weg als

ML *onderbreekt* gekken

NYD: Ja gekken, rare types, uitschot, dat is niet je buurman, dat is niet je collega, je vader, je vriend, het is niet je eh weetjewel, dat is heel erg het de randjes van de samenleving, daar is dit

TAT: het heel erg geïsoleerd maken

NYD: en dat is niet zo.

TAT: *instemmend* nee

NYD: het zijn juist de mensen die je gewoon kent en waar je bevriend mee bent

ML: Ja en als we iets dus van Iva Bicenic hebben geleerd is dat dat zo is en ja ehm mensen vinden dat natuurlijk heel erg moeilijk te verkroppen, dat hun veilige, dat hun schijnveiligheid eigenlijk, dat dat veilige wereldje wordt doorbroken door zoiets naars, maar het is gewoon overal. Ja en ik vond het ook, dr zat ook een advocaat die eigenlijk gewoon, bij Beau ook, letterlijk zei dat aanranding niet strafbaar is, of dat je maar moet kijken wat aanranding is. Die is ook nog teruggevlogen via twitter, omdat ze gewoon iets zei op tv wat niet klopte

TAT: Jeetje

NYD: ja en het strafrecht is gewoon heel ingewikkeld als het gaat over deze zaken

TAT en **ML**: *instemmend* ja

ML: En ik snap ook wel dat je daar in voorzichtig bent, maar wat je wel kan benoemen is dat victim blaming niet oké is en dat dit probleem overal is.

NYD: Ja. We zijn er gewoon echt nog lang niet en dat laat het allemaal weer heel goed zien.

ML: Ja in ieder geval, eh, mijn gedachten zijn erg bij iedereen bij wie dit nu iets los maakt, die er nu weer mee moet dealen

TAT en **NYD**: *instemmend* ja

NYD: En bij alle slachtoffers

ML: En dat je altijd en eeuwig maar weer dat gesprek moet horen over *spottend* hoe erg het is voor John de Mol...

TAT: Ja what the fuck

ML: *diepe zucht* oke.. Nydia, maak me nog even blij.

NYD: Mijn yes is dat er een 112 app is gelanceerd waarmee mensen die niet goed kunnen horen en of spreken of die bijvoorbeeld de Nederlands of engelse taal niet helemaal machtig zijn de 112 meldkamer kunnen bereiken, want dat kon dus blijkbaar niet wat eigenlijk echt een enorme no is.

ML: ja dat is heel zorgelijk

NYD: Je kan dus bijvoorbeeld chatten op deze manier en dr zitten geloof ik ook allerlei

vertaalprogramma's achter dus je kan dan ook in het niet Nederlands of niet engels chatten en dan komt het toch aan. Een van de betrokkenen bij het ontwikkelen van deze app is Dini Zeggelaar, en ik las het volgende over haar bij Omroep Gelderland: Zij stottert en haar hospita kreeg 's nachts benauwdheidsaanval, ze belde de huisarts en probeerde stotterend uit te leggen wat er aan de hand was maar d'r kwam niemand, dus de volgende dag is ze naar de huisarts gegaan en heeft ze gevraagd "waarom kwam U niet?" en hij zei dat hij dacht dat, en dit is een quote van haar: hij dacht dat ik aangeschoten was en dat het een geintje was....

TAT: zo erg...

NYD: Nou je hart breekt als je dit eh, de onmacht die je dan moet voelen..

ML: *instemmend, beetje ontzet* ja...

NYD: Dat je dus niet kan over.. dat het niet lukt om over te brengen wat er aan de hand is. Gelukkig is het met de hospita goed afgelopen, maar goed je kan je voorstellen dat er heel veel situaties al zijn geweest waarbij mensen niet duidelijk konden maken "help mij nu, op dit moment!". En die app die is er dus nu en ja, het is gewoon weer een heel goed voorbeeld van als je iets ontwikkeld, een app maar ook een product of dienst of whatever, is het zo belangrijk dat je verschillende perspectieven meeneemt, want ik kan me heel goed voorstellen dat als je zelf kant horen, of kan lopen of kan zien of noem het maar op.

ML: En dat je niet stottert

NYD: Dat je dan aanneemt dat je, ja in dit geval inderdaad of niet stottert, dat je dan aanneemt dat iets werkt want je ziet, je kijkt even naar je collega's aan de tafel en ziet "nou dit is helemaal top". En ja... dus.. diversiteit op de werkvloer is belangrijk, dat laat dit gewoon weer heel goed zien. En dat niet, dat vind ik ook nog weer belangrijk, niet zo'n chique marketingafdeling waar ze dan eh eventjes gratis vrijwilligerspaneltje laten komen van "nou vertelt u maar eens"

ML: ja je moet betalen!!

NYD: Gewoon betalen, expertise en kennis en gewoon eh een goede positie aan tafel geven aan deze mensen.

ML: maak van je beleid dat je mensen betaalt

NYD: Ja dat sowieso, maar goed, deze app is er dus nu en dat is topnieuws!

OUTRO MUZIEK

ML: Dit was aflevering 85, Tatjana, dankjewel.

TAT: Jullie bedankt

ML: En 'Ik zal je nooit meer' ligt in de betere boekhandel die open is

NYD: ik denk in elke boekhandel

TAT: Ik hoop in elke boekhandel

NYD: Ook in de schrale boekhandel

ML: *lacht*

TAT: *lachend* Alle boekhandels zijn goed

ML: *lachend* Sommige boekhandels zijn beter

NYD: Dankjewel, Daniel van de Poppe, Lucas de Gier en Liesbeth Smit voor de edit de jingles en onze website, damnhoney.nl waar je overigens ook alle shownotes kunt vinden.

ML: Hallo en erg veel dank aan alle geweldige mensen die er voor zorgt dat het transcript van aflevering 84 in no time op onze website stond. Marlene, Marieke, Shannon, Rosa, Bijoux, Suzanne, Marinde, Meike, Vivianne en Elisabeth. Dankzij jullie is onze podcast weer een stukje toegankelijker en daarnaast ook dank aan Annebel, Lorian en Manon, die er voor zorgen dat er ook weer van eerdere afleveringen een transcript te vinden is.

NYD: is toch geweldig

ML: Nou hou op hoor.

NYD: Spread de DamnHoney word! Vertel je collega's en bakkertje op de hoek over DamnHoney, das harstikke leuk voor het bakkertje en leuk voor ons.

ML: Of steun ons op petje.af/damnhoney voor extra special bonuscontent. En in de laatste bonusaflevering vertellen we samen met gasten Tatjana Almuli, *knipogend en in koor met

NYD* you may know her, en Titia Hoogendoorn, you may know her

NYD: *lacht mee*

ML: over onze laatste gedeelde obsessie, we kunnen nergens anders meer over praten en we moesten het ergens kwijt dus dat was in de bonusaflevering en dit wil je niet missen..

NYD: of wel!

ML: Zelf weten

NYD: Zelf weten. Dag floepertjes.

ML: Blegh

TAT: Doeiiii

NYD: Ik dacht ik gooi floepertjes d'r weer een keer in

ML: Ja dat is een classic

NYD: Floeperrrrrrrt

TAT: Heel hot

ML: Ja

NYD: Doei

