

Happy depressie

*over psychische kwetsbaarheid
en jezelf mogen zijn*

Rosan van der Zee

Happy depressie

Rosan van der Zee



Colofon

© GVMedia 2020

Happy Depressie – over psychische kwetsbaarheid en jezelf mogen zijn

Auteur: Rosan van der Zee

Redactie: Simone Timmermans

Editing en eindredactie: Koen Romeijn, Liesbeth Korsman

Vormgeving en zetwerk: dtp-hulp.nl

Foto omslag: Richard Beukelaar

Auteursfoto: Richard Beukelaar

ISBN: 978-90-5599-358-1

Alle rechten voorbehouden. Alle intellectuele eigendomsrechten, zoals auteurs- en databankrechten, ten aanzien van deze uitgave worden uitdrukkelijk voorbehouden. Deze rechten berusten bij Stichting GVMedia en de auteur.

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen, mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Hoewel aan de totstandkoming van deze uitgave de uiterste zorg is besteed, kan voor de aanwezigheid van eventuele (druk)fouten en onvolledigheden niet worden ingestaan en aanvaarden de auteur(s), redacteur(s) en uitgever deswege geen aansprakelijkheid voor de gevolgen van eventueel voorkomende (druk)fouten en onvolledigheden.

Proloog

Mijn vingers glijden langs de blaadjes van een struik. De wind waait zachtjes langs mijn gezicht. Een zoete geur vult mijn neus. Een fijne herinnering brengt me terug naar vroeger. Rennend door het gras. Uren starend naar insecten die voorbijkomen en genietend van de vreugdevolle bloemetjes om me heen. Ik was een kind. Gewoon een kind met een ongedwongen leven en een kleurrijke toekomst in het vooruitzicht. Ik wilde gek doen, dieren helpen, dansen, zingen, mensen blij maken... Het maakte me niet uit. Er was geen 'moeten' en geen verplichting om te leven. Het was me gegeven als een cadeau en ik was vrij om het in te vullen zoals ik wilde.

Nu sta ik hier, terend op die herinnering. Het voelt niet goed. Het is alsof ik mijn vroegere ik heb verraden. Het kleine meisje met de kleurrijke toekomst in wiens schaduw ik verdwijn. Heb ik haar verraden door niet gelukkig te zijn?

Ik sluit mijn ogen en verdwaal in mijn gedachten. Daarin verschijnt het meisje weer. Ze steekt lachend haar hand naar me uit met daarin een prachtige roze bloem. Ik houd mijn hand op en met een teder gebaar legt ze de bloem in mijn handpalm. Mijn vingers sluiten zich eromheen en de bloemblaadjes strelen mijn huid. Langzaam open ik mijn ogen en kijk naar mijn gesloten hand. Als ik vervolgens mijn vingers open zie ik de roze bloem uit mijn gedachten in mijn handpalm liggen. Mijn adem stukt in mijn keel bij het aanzien ervan. Ik kijk om me heen, maar nergens zie ik het meisje of een plant waar deze bloem vandaan kan komen.

Ik kijk naar de bloem en voel een golf van liefde door me heen gaan. Een traan welt op in mijn ogen, valt op de bloem en glinstert als een parel in het zonlicht. In deze glinstering lijk ik even de sprankel in de ogen van mijn vroegere ik te herkennen.

'Het is oké... Ik ben oké', zeg ik zachtjes tegen mezelf waarna ik met de bloem in mijn handen weer mijn weg vervolg.

De zon
(6 jaar, groep 3 – inclusief spelfouten)

*de bloemen staan mij onder de zon.
ik wilde dat ik de zon aan raaken kon.
maar dat is veelste heet.
de zon schijnt ooveral.
maar nooht bij mij.*

De gedachtestorm

(een gefrustreerde 13-jarige, 22 december 2008)

Net zag ik een tv-programma en dat ging over een of andere gevangenis in Amerika. Toen martelen opeens weer werd toegestaan!
Die mensen komen gekker uit de gevangenis dan dat ze erin gaan.
Eenzame opsluiting? Het domste idee ooit! Zo worden ze gek en gevaarlijk gemaakt!
Ze mogen martelen tijdens verhoringen. Zo gaan mensen dingen zeggen die niet kloppen, alleen maar om van de pijn af te zijn. Ja, zo krijg je er meer uit, maar niet het goede!
En dan iets heel anders: Kerst! Met al die lichtjes, een paar is genoeg, maar dan heb je mensen die weer lekker willen overdrijven! Ja, heel goed voor het milieu ...
Mensen zijn ook nooit zichzelf. Het lijkt wel of dat hun aard is! We zijn een stel stomme groepsdieren die gelijk doen wat de leider doet!
Nee echt, waarom hebben wij toch die stomme luxe?
Of dan gaan we dieren fokken! Dan blijven ze mooi ... Ja, maar wel verneukt vanbinnen!

Deel 1

De roos



Zestien: rozengeur en maneschijn?

‘Meisje, wat een verhaal. Hoe kan je dit nu al die tijd bij je hebben gedragen?’ vraagt de maatschappelijk werkster.

Haar ogen kijken dwars door me heen. Ik heb het idee dat ik tegenover een pratend röntgenapparaat zit. Ik kijk van haar weg en probeer te bedenken hoe ik antwoord moet geven op haar vraag. Uiteindelijk tover ik maar een glimlach op mijn gezicht. ‘Ach, het valt allemaal wel mee hoor,’ zeg ik, terwijl ik haar weer aankijk. ‘Er zijn veel ergere dingen. Ik vind het al gewoon fijn om er nu over te praten.’

De vrouw kijkt me bedenkelijk aan. Even overweeg ik te vragen hoe ze ook alweer heet, maar misschien is dat nu te laat. Misschien toont dat aan dat ik niet genoeg in haar geïnteresseerd ben en te veel met mezelf bezig ben. Ik besluit te zwijgen en gewoon beleefd te blijven glimlachen.

‘Hoe oud ben je ook alweer?’ vervolgt de vrouw.

Volgens mij had ik dat net al gezegd, maar blijkbaar was ik niet duidelijk. Dat heb ik wel vaker. Mijn moeder zegt altijd dat ik bin-nensmonds praat en dat ik beter moet articuleren, anders kan niemand mij ooit verstaan en kom ik waarschijnlijk dom over. Wat zal die vrouw wel niet van mij denken?

Ik knipper even met mijn ogen en voor mijn gevoel moet ik net te lang nadenken voordat ik antwoord geef. Uiteindelijk lukt het me te zeggen dat ik zestien jaar ben, waarna het akelig stil blijft. Ik zie de vrouw denken: wat moet ik met dit kind? Ze weet niet eens haar eigen leeftijd en ik kan haar amper verstaan.

Tja, wat moet je eigenlijk met mij? Wat voor nut heb ik? Alles wat ik doe gaat fout en nu ben ik de tijd van deze vrouw aan het verdoen.

De vrouw zucht en kijkt zorgelijk uit haar röntgenogen. Even vraag ik mij af of ik misschien niet beter gewoon weg kan gaan. Schijnbaar zijn de dingen die ik zeg niet zo fijn voor de vrouw om te horen. Onzeker kijk ik om mij heen tot de vrouw weer wat zegt.

‘En wanneer was dit ook alweer gebeurd?’

‘Toen ik twaalf was.’ Ik ben me er plots van bewust dat mijn glimlach niet zo goed past bij het verhaal dat ik probeer te vertellen. Tevergeefs probeer ik mijn gezicht neutraal te krijgen. Wanneer de vrouw mij weer aankijkt, zit er een masker op mijn gezicht. Doe

alsjeblieft normaal, gewoon normaal. Wat moet ze wel niet van je denken, is een dwingende gedachte die door mijn hoofd gaat. Maar ik krijg het glimlachende masker niet meer van mijn gezicht. Nooit meer. Een eeuwige lach zonder enige betekenis.

Weer begint de vrouw te zuchten. ‘Zo jong ...’

Ze spreekt deze woorden zachtjes uit en ik voel me spontaan schuldig dat ik ze heb kunnen verstaan. Ik weet niet zo goed of ik hier wel of niet op moet reageren. Ik begin aan mijn shirt te plukken en toon erg veel interesse in een pluisje dat ik er niet vanaf krijg. *Dit is niet normaal, Roos. Pluisjes zijn niet zo interessant. Hou op!* Snel vouw ik mijn handen in elkaar en lach naar de vrouw. Op dat moment realiseer ik me weer dat een lach niet erg passend is bij deze situatie, maar ik heb mijn gezicht niet meer onder controle. Als een dwaze blijf ik dus maar lachend voor me uit staren.

‘Wil je echt geen professionele hulp, lieverd? Dit is best wel wat. Seksueel misbruik is iets wat je altijd met je mee zult dragen en dan heb je ook nog die paniekaanvallen gehad,’ zegt de vrouw, terwijl ze dwars door me heen kijkt.

Angst maakt zich meester van mijn gedachten. Moet ik nu weer naar een ander? Weer een nieuw persoon om dit aan te vertellen? Ik wil dit niet eens vertellen. Waarom kunnen we het niet laten rusten? Gewoon verdergaan en dit alles vergeten. Alsof het nooit is gebeurd.

Ik schud mijn hoofd en ben me er nu volledig van bewust dat ik er alles aan moet doen om zo gewoon mogelijk over te komen. Ik zoek naar een meer ontspannen en zelfverzekerde houding. ‘Ik denk dat dat voor mij niet nodig is,’ zeg ik zo kalm mogelijk. ‘Ik merk dat ik het al een vrij goede plek heb kunnen geven, zeker nu ik er met u over praat. Die paniekaanvallen kwamen door andere omstandigheden en dit verhaal is daarbij toevallig ook naar buiten gekomen. Natuurlijk is het vervelend en dat zal het ook blijven, maar ik denk dat ik nu al op de goede weg ben. Verder denk ik niet dat het me problemen gaat opleveren in de toekomst.’ Een meer overtuigende en geruststellende glimlach vormt zich op mijn gezicht.

Ook het gezicht van de vrouw lijkt op te klaren en tevreden knikt ze naar me. ‘Goed,’ zegt ze. ‘Dat is dan mooi om te horen, maar ik wil nog wel graag een volgende afspraak maken.’

Ik maak duidelijk dat ik dat een goed plan vind. Nonchalant pak ik mijn agenda en geef aan wanneer ik zou kunnen komen. We zetten

weer een datum en een tijd vast. Vervolgens schudden we elkaar de hand en ik verlaat zonder zichtbare haast de ruimte.

Wanneer ik de deur achter mij sluit, val ik terug in de realiteit. Een zwaar gevoel drukt op mijn borst en hoofd. Ademhalen kost de grootste moeite en ik kan nog maar net mijn tranen onderdrukken.

Ik sta in de gang van de school en kijk vluchtig om me heen of iemand me ziet. Dit lijkt niet het geval te zijn en ik probeer snel een zelfverzekerde houding aan te nemen. Plots merk ik dat er toch iemand naar me kijkt. Het is Emma. Een lieve, blonde meid met prachtige groene ogen. Haar aanwezigheid maakt iedereen vrolijk en verwijdert elk beetje negativiteit uit de ruimte. Met haar stralende, oprechte lach is ze een geliefd persoon. Ook omdat ze altijd voor iedereen klaarstaat.

Heel even blijven we elkaar aankijken en eventjes zie ik een zorgelijke uitdrukking op haar gezicht opkomen. Iets in mij verwacht en hoopt dat ze daarna wegstijgt, zodat ik weer in mijn onzichtbaarheid kan opgaan. Dit is niet wat er gebeurt. Het tegengestelde gebeurt juist. Ze komt naar me toe.

Vragend kijkt ze me aan. ‘Gaat het?’

Ik beantwoord haar vraag met een lach. ‘Ja hoor, het gaat prima.’

Emma lijkt niet overtuigd. ‘Oké, maar als er iets is, weet dan dat je altijd naar me toe kunt komen om erover te praten als je dat wilt.’

Praten, iedereen wil alsmaar praten, maar begrijpen ze niet dat ze mijn last niet moeten willen dragen? Waarom ziet Emma eigenlijk dat er iets met mij is? Bijna niemand lijkt ooit iets te merken. Met de wetenschap dat ik toch onzichtbaar ben, is het altijd gemakkelijk geweest alles geheim te houden. Maar bij haar heb ik het gevoel dat ze echt ziet wie ik ben. Dat ze mij oprecht wil helpen.

Snel wuif ik deze gedachte weg en zeg ik haar dat ik dat lief vind, maar dat het echt prima gaat.

Emma kijkt weer zorgelijk.

Nog steeds niet overtuigd? is de gedachte die door me heen gaat. Maar nee, het lijkt alsof ze mijn antwoord accepteert. Er komt weer een glimlach op haar gezicht en ze verandert van onderwerp.

‘Het gaat trouwens goed met je muziek, hè? Ik vind het in ieder geval supermooi en hoop vaker iets van je te mogen horen.’

Waarschijnlijk heeft ze me toevallig in het muzieklokaal op de piano horen spelen. Toch ben ik blij met deze verandering van onder-

werp. ‘Superbedankt!’ zeg ik op enthousiaste toon. ‘Dat is erg fijn om te horen. Ik ben inderdaad druk bezig met het schrijven van nummers. Het is vooral ook erg leuk om te doen.’

Emma kijkt me lachend aan en knikt. ‘Ga zo door, meis, ik geloof in je!’

Deze zin betekent veel voor me, al weet ik niet hoe ik moet reageren. Eventjes kijken we elkaar lachend aan tot we elkaar nog een fijne dag wensen en we allebei onze weg vervolgen.

Terwijl ze wegloopt, kijk ik haar na. *Lieve Emma, wat ben je toch een mooi mens.* Maar al snel komt het gevoel van onzichtbaarheid weer terug en voel ik een somberheid over me neerdalen die ik wanhopig probeer weg te slaan.

Wanneer het gevoel terug is dat ik alles onder controle heb, loop ik verder. Met een brede glimlach op mijn gezicht begroet ik een leraar die ik tegenkom. Hij geeft me een vriendelijke glimlach en een tevreden knik als antwoord. *Het is beter zo. Beter als ze het niet weten. Beter als ze denken dat het goed gaat.*



Dansend het leven door

Het voelt alsof ik schreeuw. Het voelt alsof ik stampvoetend wacht tot iemand me hoort. Het voelt alsof ik mezelf op een podium tentoonstel. Het voelt alsof ik mijn zwaailichten heb aangezet en de sirenes door de ruimte laat galmen. Maar hoezeer ik dit ook voel, hoezeer ik elk sprankje energie hierin probeer te stoppen, niemand zal mij zien, want er is niets te zien. Ik zit slechts op een stoel en staar voor me uit.

De muziek die uit mijn koptelefoon komt, vult mijn hoofd. Met de grootst mogelijke moeite probeer ik alle andere gedachten uit te bannen. Toch blijft het constante gevoel van radeloosheid aanwezig. Als een altijd aanwezige schim die geruststellend een hand op mijn schouder legt. Alsof deze schim probeert te zeggen dat hij altijd voor mij klaar zal staan, dat hij mij niet alleen laat. Alleen die schim hoort mijn wanhoop en komt me vergezellen in mijn duistere gedachtestroom. Op deze manier zijn we als het ware samen alleen. De schim weet alles van mij. Hij weet dat alles wat ik doe slechts toneel is. Ik weet echter maar heel weinig van hem.

Toneel. Dat is mijn leven, dat is wat ik ben geworden. Het ware verhaal speelt zich af achter de coulissen en voordat ik het podium betreed, spreekt de schim mij moed in. *Je weet dat niemand je kan helpen, je weet dat je er daar alleen voor staat. Je weet dat ik hier op je zal wachten, altijd. Dus ga maar en laat je mooiste dans zien.*

Terwijl het publiek me verwachtingsvol aankijkt, gaan er duizenden gedachten door mijn hoofd. De muziek start, maar op het moment dat mijn dans begint, is het blok aan mijn been weer terug. Toch til ik mijn benen als een ware ballerina zo elegant mogelijk op en laat ik de mooiste bewegingen zien. Nog steeds vol twijfel kijk ik langs iedereen heen, maar al snel weet ik mijn mondhoeken op te tillen en mijn blik op het publiek te richten. Ik zie dat dit bij iedereen een bepaalde opluchting teweegbrengt en ik voel dat de ruimte wordt gevuld met positieve gedachten.

Ze doet het zo goed.

Kijk hoe ze geniet.

Wat een devotie, zo inspirerend.

Zo oprecht, een ware verschijning.

Tijdens mijn dans focus ik mij uitsluitend op het overtuigen van het publiek. Eventjes straal ik geluk uit. Achter de coulissen hoor ik de schim mij weer op zijn manier bemoedigend toefluisteren. *Goed bezig! Je bent een natuurtalent. Zoveel overtuiging, het is net echt.*

Mijn dans gaat door en de vrolijke muziek ondersteunt mijn bewegingen. Het verhaal dat deze dans vertelt is dat van succes, van liefde, van vreugde en van voldoening. Het werkt opzwevend en het publiek kijkt lachend toe, terwijl de mensen ritmisch meebewegen op de golven van de muziek.

Wanneer het einde van het nummer nadert, begin ik het ondraaglijke gewicht van het blok weer te voelen. Wanneer ik mijn zelfverzekerdheid voel wegglijden, merk ik al snel de aanwezigheid van de schim. Hij kijkt me fronsend aan en steekt zijn hand naar mij uit. Ik wil die niet aannemen en probeer mijn dans zo goed mogelijk te redden met de zwakke bewegingen die ik nog in mij heb.

Het publiek begint nu ook te fronsen en bij steeds meer mensen verdwijnt de lach van hun gezicht. Op het moment dat ik dit zie gebeuren, neemt de onzekerheid mijn spieren over en verlies ik mijn

evenwicht. Ik val in de armen van de schim. Hij vangt me op, streelt mijn haar en vertelt dat het wel goedkomt. Ik wil me lostrekken, maar hij houdt mijn arm vast. Met zijn hand forceert hij een lach op mijn gezicht. Uit angst laat ik de lach als geboetseerd op mijn gezicht staan. De schim tilt mijn armen op en laat ze met de muziek meebewegen. Mijn benen volgen mijn armen en als een poppenspeler begeleidt de schim me door het nummer.

Het publiek lijkt hier niks van te merken, de mensen zijn alleen maar blij dat ze waar voor hun geld krijgen. Al vraag ik mij soms af hoe oprecht ze hierin zijn.

Omdat er geen andere optie lijkt te zijn, geef ik me uiteindelijk maar over aan de schim en wacht ik tot we het einde van het nummer hebben bereikt. De muziek wordt steeds zachter en de schim maakt mijn bewegingen geleidelijk langzamer. Ineens besef ik dat ik een diepe buiging maak en het publiek hartelijk toespreek. De lach op mijn gezicht wordt breder en tussen de buigingen door laat ik mijn blik knipperend over de mensen glijden.

Het publiek geeft een staande ovatie. Een oorverdovend applaus galmt door de ruimte en mijn buigingen worden dieper en dieper.

Even geeft de schim mij weer de ruimte en sta ik alleen op het podium. Verstomd kijk ik voor me uit. Een bewustwording verspreidt zich door mijn aderen. Als een onontkoombaar gewicht drukt dit op mijn schouders en laat het mij weer voor het publiek buigen.

Wanneer ik mijzelf omhoog forceer, kijk ik het publiek angstig aan. Tranen lijken over mijn wangen te stromen. Ik begin te schreeuwen, te stampvoeten en wild met mijn armen te zwaaien. Maar de tranen maken mijn ogen slechts vochtig en worden, net als mijn wanhopige gebaren, niet opgemerkt. De mensen zijn te druk bezig met het opvoeren van hun eigen kleine toneelstuk, dat zo goed is dat ze zelfs zichzelf weten te overtuigen van hun tevredenheid.

De schim steekt zijn hand uit en gebaart dat ik hem moet volgen. Ik richt mij nog even tot het publiek en een zwakke kreet om hulp verlaat mijn mond, maar niemand schijnt ook nog maar iets van mijn aanwezigheid op te merken. De mensen zijn alleen maar bezig met hun eigen applaus.

Het is tijd. Tijd om me weer achter de coulissen terug te trekken, want daar staat wat mij nooit in de steek zal laten: de schim. Voordat ik van

het podium verdwijnt, aanschouw ik nog eenmaal het jubelende publiek en zie ik dat er één vrouw tussen staat die mij zorgelijk aankijkt. Wanneer onze blikken elkaar ontmoeten, delen we de diepste verhalen. Dit moment probeer ik zo lang mogelijk vast te houden, toch verdwijnt mijn lichaam al snel van het toneel.

Wanneer ik eenmaal onzichtbaar ben voor het publiek, grijpt de schim me bij mijn schouders en kijkt me lachend aan. *Je was een groots succes, bravo! Iedereen was overtuigd van het personage dat je speelde, ik ben trots op je.*

Als een lappenpop laat ik me vervolgens weer door hem begeleiden en word ik op mijn stoel neergezet. De altijd aanwezige gedachten vermenigvuldigen zich in mijn hoofd. Ik staar weer voor me uit. De tijd tikt door, maar alles lijkt stil te staan.

Tot ik plots terugdenk aan de toeschouwer met wie ik zojuist een moment heb gedeeld. Zag deze vrouw niet slechts het personage, maar ook het verhaal? Was ze oprecht bezorgd? Kan ik bij haar een uitweg vinden? De schim kijkt me nadenkend aan, alsof hij weet wat er door mijn hoofd spookt. Uit zijn mond komen weer die bekende woorden, altijd diezelfde woorden. *Je weet dat niemand je kan helpen, je weet dat je er daar alleen voor staat. Je weet dat ik hier op je zal wachten, altijd. Laat mij dus maar voor je zorgen.*

Toch, al is het maar voor even, ontstaat er een sprankje hoop in mijn hart. Ik kijk omhoog en zeg voor het eerst iets terug tegen de schim. 'Ik weet dat je er altijd zult zijn, maar misschien, heel misschien ook wel niet.' Er verschijnt een glimlach op mijn gezicht, een oprechte deze keer, en een glinstering vult mijn ogen bij deze gedachte. En heel even wordt het gewicht dat mijn lichaam in bedwang houdt lichter.

Diep vanbinnen weet ik dat dit goede gevoel slechts tijdelijk is. Toch, in de diepte van het dal, is het fijn als je even omhoog kunt kijken en het onbereikbare kunt aanschouwen. Ik klamp mij vast aan dit gevoel en gebruik het om verder te gaan. Verder in het eindeloos verstrijken van de tijd. Verder naar het vinden van mijn eigen vrijheid.



Onder de roos

'Kan ik even een leerling lenen?'

Vaag hoor ik iemand deze vraag stellen, terwijl ik in mijn Nederlands-schrift bezig ben met het ontleden van ellenlange zinnen die duidelijk nooit in een werkelijke situatie zijn gebruikt. In dromen verzonken benoem ik elk deel van de zinnen zonder erbij na te hoeven denken. *Dit is iets wat je gewoon moet doen. Iets waar je gevoel voor moet krijgen. Want als je er te veel bij nadent, ga je twijfelen en dan gaat het geheid fout.* Een preek die ik bij ongeveer elk vak te horen krijg nadat ik vraag waarom iets zo is. Maar ik wil graag weten hoe dingen werken, wat nu juist die kleine verschillen zijn en waarom. Hoe onbelangrijk ook. Ze zijn er niet voor niets. Toch heb ik deze oppervlakkige houding op school maar gewoon geaccepteerd en bewaar ik mijn interesse voor de momenten waarop ik thuis ben en vrij ben om alles uit te zoeken.

'Roos?'

Verschrikt ontwaak ik uit mijn droom wanneer ik mijn naam hoor. Heel de klas kijkt naar mij en ik weet mijzelf niet zo goed een houding te geven. Wanneer ik zie wie een leerling wil lenen, weet ik genoeg.

De naamloze vrouw met röntgenogen kijkt mij met een alwetend glimlachje aan. 'Wij hadden een afspraak,' zegt ze vervolgens op een net iets te vriendelijke toon.

Shit. De afspraak. Opeens kan ik het me herinneren. *Hoe kan ik dat nou vergeten! Ik ben zo dom. Waarschijnlijk denkt ze dat ik gewoon niet wilde komen. Dat ik haar expres voor niks heb laten wachten.* Ik kijk weg en krimp ineen. Ik vermoed echter dat dit me er alleen maar schuldiger uit laat zien. Daarom sta ik maar snel op en loop naar de deur. Onderwijl voel ik de ogen van mijn klasgenoten in mijn rug prikken en het gefluister dringt als gebulder tot me door.

'Wat heeft zij nou weer gedaan?'

'Is dat niet de maatschappelijk werkster van school?'

'Waarschijnlijk wil ze gewoon aandacht ...'

Met gebogen hoofd verlaat ik de klas. Mijn 'walk of shame'. Wanneer ik toch nog even een blik in de klas durf te werpen, zie ik dat alle leerlingen mij veroordelend aan lijken te kijken. Op één na. Zij kijkt bezorgd, alweer. Alsof ze weet hoe ik me nu voel. Eventjes verwacht