



## Van alle kanten: depressie belicht

Myrna, een 40 jarige, gelukkige en succesvolle journaliste, wordt opgenomen in een psychiatrische kliniek na een mislukte zelfmoordpoging. Van alle kanten wordt dit drama belicht: de ouders, partner, kind, broer, vriendin, collega en psychologe vertellen ieder een stukje van hun beleving. 'Van alle kanten' laat zien dat er vele werkelijkheden bestaan. Als een rode draad lopen er korte verhaaltjes doorheen die Myrna vertelt, schrijft of verzint. De schrijfster is Willemien van Lith.

*Er was eens ..... een klein meisje dat hoopte dat het eens allemaal goed zou komen, dat ze zich eens gelukkig zou voelen, gewenst en goed genoeg. Om dat te bereiken was veel inspanning nodig. Veel bergen moest ze beklimmen, de dalen waren soms heel diep. Soms viel ze en dacht ze dat ze nooit meer overeind zou komen. Maar toch hield iets haar overeind, de wil om de hele wereld te bewijzen dat ze wel iemand was. Dat ze er zijn mocht.*

*Waarom heb je een boek over depressie geschreven?*

“Sinds twee jaar werk ik voor Stichting Kinderleven, een stichting die zich bezig houdt met onveilige hechting van baby’s en de gevolgen daarvan. Als de relatie tussen moeder (en vader) en de baby niet goed is, kan het kind zich niet hechten. De gevolgen daarvan zijn enorm omdat in de eerste babytijd een blauwdruk wordt gevormd voor het verdere leven. Een van de gevolgen van onveilig hechten kan depressie zijn. Dat wil ik in dit boek laten zien. Zonder een schuldige aan te wijzen toont het hoe belangrijk het is dat er van baby’s onvoorwaardelijk gehouden wordt. Als het niet goed gaat tussen moeder en kind, zoals in dit boek naar voren komt, zullen anderen alert moeten zijn op de uiteenlopende signalen die het kind afgeeft.”

*Schrijf je uit ervaring? Ben je zelf wel eens depressief geweest of nog?*

“Nee hoor, dit verhaal is niet autobiografisch. Ik ben opgegroeid met twee schatten van ouders en een oudere zus die mijn vriendin was. Daarnaast zijn er broers, zussen, een fijne relatie en twee unieke kinderen waar ik het prettig en gezellig mee heb. Het verhaal heeft dus in grote lijnen geen betrekking op mij. Tijdens de overgang heb ik een periode wat depressieve gevoelens gehad maar ik heb nooit overwogen om zelfmoord te plegen.”

*Hoe denk je dat het komt dat er zoveel mensen, oud en jong, depressief zijn? Is het een modeverschijnsel?*

“Het is zeker geen modeverschijnsel, het is er altijd al geweest. Misschien is er nu meer aandacht voor en is de diagnose uit het verdomhoekje gekomen. Je mag nu ook geestelijk ziek zijn alhoewel er

nog steeds een taboe op rust. Ik denk dat er steeds meer depressieve mensen zijn waarbij de oorsprong in de hele jonge jaren ligt. Mensen die geen veilige basis hebben gehad en het gevoel hebben dat ze er niet mogen zijn. Paulien Kuipers heeft er een prachtig en helder boek over geschreven: Eerste hulp bij hechting. Als je haar voorbeelden leest voel je hoe belangrijk het is dat er een goede band is tussen moeder(vader) en de baby. Het te korte zwangerschapsverlof, de economische druk om te werken, de hectiek van het dagelijkse bestaan, allemaal zaken die het niet vanzelfsprekend maken dat er tijd en rust is voor een veilige hechting. En dan heb ik het nog niet eens over armoede, mensen op de vlucht, scheidingen etc.”

Het boek heeft een min of meer gelukkig einde. Myrna wil weer leven.

*Het kleine meisje geloofde voor het eerst dat ze heel misschien gelukkig kon worden. Ze plantte een zaadje van een zonnebloem en hoopte dat er een mooie, grote trotse bloem uit zou groeien. Die zomer werd er goed voor het plantje gezorgd. Het kreeg water, zon en een beetje mest. Het werd beschermd tegen zon en te harde regen. Het plantje groeide en groeide en aan het eind van de zomer stond er een zonnebloem, prachtig geel en met een hart vol met zonnebloempitjes. Het meisje wilde de bloem niet plukken maar maakte er een mooi schilderij van. En iedere keer als ze naar het schilderij keek wist ze dat ze het kon. Wist ze dat ze kon leven.*

Titel: Van alle kanten

Auteur: Willemien van Lith

ISBN: 978-94-021-5720-8

Prijs: € 17,50