

Fragment uit Brenda Froyen & Tom Schoonooghe, *Pssst!*
*Het grote weetjes en niet weetjes boek over psychische...
euh... je weet wel*, Borgerhoff & Lamberigts 2019.
Dit fragment mag enkel gebruikt worden voor educatieve
doeleinden en niet verder worden verspreid.



PSSST!

Het grote weetjes en niet-
weetjes boek over psychische
... euh... je weet wel.



DE MET MIJ ALLES ALTIJD



OK
CLUB!

IK HEB
HOOFDPIJN

NIEMAND
LIKET MIJ



Psst, jij daar

Psst, jij, ja jij daar, die dit leest.

Hoe gaat het met je?

Goed?

Ik dacht wel dat je dat zou zeggen.

Ook al zit er een klein steentje in je schoen dat je al de hele tijd stoort.

Ook al heb je een uur geleden een berichtje verstuurd naar een vriend, heeft die nog altijd niet gereageerd en vraag je je nu af of hij misschien boos op je is.

En toch zeg je 'goed'.

Dat zeggen de meeste mensen als je vraagt hoe het met ze gaat: 'Goed.' Ook al is dat niet zo. Dat hoort zo, zeggen ze. Denken we.



Maar eigenlijk gaat het met heel wat mensen niet goed. Eén op de vier mensen in ons land zit 'niet lekker in zijn vel' of heeft zoals ze dat noemen: psychische... euh, je weet wel...



Psy wat?

Je snapt dat niemand erover spreekt. 'Psychisch' is ook een erg moeilijk woord, net als psycholoog, psychiater, psychiatrie. Het zijn allemaal woorden waar mensen niet makkelijk over praten. Niet alleen omdat ze zo moeilijk uit te spreken zijn, maar omdat mensen zich ervoor schamen. Of omdat mensen zelfs niet weten hoe ze erover moeten praten.

Dit boek gaat over die psy-woorden, over die psy-problemen. Al is 'probleem' dan ook meteen zo'n zwaar woord, want soms is het nog niet echt een probleem maar gewoon een 'dingetje'

waar je mee zit, zoals dat steentje in je schoen, en wordt het een probleem omdat je ermee blijft zitten. En dat probleem wordt dan soms een ziekte genoemd. Soms, niet altijd. Ik noem al die psychische... euh, je weet wel, ook wel eens de pssst-problemen (of dingetjes, of ziekten dus).

Pssst. Dat zeg je wanneer je iemand iets wil zeggen waarvan je niet wil dat anderen het horen. Pssst is best wel geheimzinnig.

