

## Catherine interviewt Roos Vonk

Elkaar kwetsen, bespotten of juist slijmen; niets menselijks is Roos Vonk vreemd. Integendeel: ze schrijft er boeken over vol. Afgelopen najaar was zij plots zelf degene die werd gewantrouwd en bespot. Een interview over leedvermaak, vegetarisch eten én liefde.

TEKST CATHERINE KEYL FOTOGRAFIE JOSHUA ROOD

**Je gaat een geheimzinnig pad op en aan het einde daarvan staat een huis met een hek eromheen.** Achter het huis een on-Nederlands heuvellandschap met on-Nederlandse roomwitte koeien. De zwerfhond Aagje en de opgewonden Westie Bobbie begroeten de bezoeker. Vanuit de deur, omzoomd met floxen, stokrozen en gardenia's, heet de hooggeleerde mij welkom. Uiteraard ben ik zenuwachtiger dan anders; hoe erg is het op bezoek te gaan bij iemand die een boek schreef over hoe belangrijk de eerste indruk is die je maakt?

**Ik vond het wel eng om hier te komen.**

"Haha, nou ik kijk net als iedereen, hoor, ik laat de wetenschap achterwege als ik iemand voor het eerst zie. En daarom is er ook een tweede indruk; je krijgt de kans om je impressie bij te stellen, en ervan te leren."

**Afgelopen najaar was je plots het middelpunt van een wetenschappelijke storm. In het onderzoek waaraan je samen met collega Diederik Stapel had meegewerkt, bleken onderzoeksdata door Stapel te zijn verzonden. Schrok je van de gretigheid waarin mensen je wilden neersabelen?**

"Daar ben ik zeker van geschrokken. Ik had nooit verwacht dat die sneeuwbal van verontwaardiging zo mijn kant op zou rollen, weg van collega Stapel. Misschien kwam dat deels door mijn bekendheid: het hoge-bomen-effect." >





## 3x Roos Vonk

### Je gezondste gewoonte?

"Ik eet geen vlees en ik wandel elke dag met de honden."

### Je ongezondste gewoonte?

"Ik drink elke dag wijn bij het eten. Ik vind eten zonder wijn niks. Ik houd het meestal bij een of twee glazen, maar ik heb zelfs alcoholvrije wijn om eventueel mee verder te gaan. O ja, en ik eet elke dag chocola."

### Wat doe je om te ontspannen?

"Met de honden wandelen. En ik houd van lezen en tv-kijken."

**Als psycholoog weet je dat mensen dol zijn op leedvermaak. Maar als jezelf kop-van-jut bent, is het dan mogelijk om met de distantie van een wetenschapper naar jezelf te kijken? Of was je gewoon net als wij 'gewone mensen' heel boos en teleurgesteld?**

"Wat betreft de fraude van Stapel was ik inderdaad heel boos en teleurgesteld. En verbijsterd! Opeens ging alle aandacht naar mij. Wetenschappelijke distantie is moeilijk op zo'n moment. Het is vooral enorm pijnlijk als je merkt hoeveel genoeg mensen erin scheppen je de grond in te trappen. Mensen die er maar over door bléven gaan, ook toen alles al gezegd was. Natuurlijk, ik heb fouten gemaakt. Maar dat mensen dit leuk vinden en daar hun tijd in willen steken, vind ik nog altijd moeilijk te bevatten. Uit onderzoek over leedvermaak weten we dat dit vooral optreedt bij mensen die zelf onzeker zijn. Maar ik moet natuurlijk oppassen met zo'n interpretatie, want voor je het weet zegt men weer dat ik arrogant ben."

**Grote kans dat veel mensen nu pas een eerste indruk van je hebben.**

**Hoe ga je die impressie bijstellen?**

"Dat zal tijd nodig hebben. Je weet, vertrouwen komt te voet en gaat te paard. Ik ga zoveel mogelijk door met wat ik al deed, columns en boeken schrijven en lezingen geven. Dat is wat ik kan en wat ik leuk vind. En de hele affaire-Stapel heeft nog geen invloed gehad op de belangstelling voor mijn werk, zoals mijn boeken."

**Voor gezondNU interviewde ik dr.**

**Frank. Hij vertelde dat de geest veel meer invloed heeft op het lichaam dan hij oorspronkelijk dacht.**

"Ik vind geest eigenlijk niet zo'n goed woord. Dat suggereert een onstoffelijk brein. Terwijl het lichaam een stelsel van hormonen en neuronen is. Alles is verklaarbaar."

**Maar je kunt mensen toch niet gaan zien als een samenstel van hormonen?**

"Jawel hoor, je kunt bijvoorbeeld snappen hoe verliefdheid biologisch werkt, maar dan kun je het ook nog volop voelen. Dat staat los van elkaar."

“  
Voor je het weet  
zegt men weer  
dat ik arrogant  
ben  
”

**Hebben depressies ook met hormonen te maken?**

"Soms wel, maar het heeft ook met onze tijd te maken. We denken nu vaak: Ik heb het recht om gelukkig te zijn. Van de zomer keek ik naar de tv-serie 'De Kleine Waarheid'. Je ziet dat de mensen toen veel meer ervan uitgingen dat leven lijden is. Je mocht niet genieten. Nu is het doorgeschoten naar het omgekeerde: je moet genieten. Als je niet alsmaar loopt te knallen, denk je dat je iets mankeert."

"Ikzelf had ooit een vervelende relatie achter de rug waarover ik enorm in de put zat. Ik ging naar de dokter en zei dat ik een depressie had. Maar het was een goede dokter. Hij had door dat ik alleen maar verdrietig was over het einde van de relatie, en hij gaf me dus geen antidepressiva."

**In gezondNU staan veel interviews met mensen die een ziekte, een ernstige tegenslag of een zware tijd achter de rug hebben. Toch zeggen ze vaak dat dit hun leven heeft verdiept. Geldt dat ook voor jou?**

"Ik denk absoluut dat je leert van een crisis. Dat heb ik ook onlangs weer ervaren. Mis-



schien is het ook dat je jezelf dat aanpraat, omdat je graag wilt dat zo'n crisis niet voor niets is geweest. Maar op basis van mijn eigen ervaring heb ik wel het idee dat het ook echt iets met je doet. Ook na die heftige mislukte liefdesaffaire, tien jaar geleden, merkte ik na een tijdje dat ik aanwijsbaar veranderd was. Het voelt alsof je op een diepere laag komt. Ik begon bijvoorbeeld weer romans te lezen, had ik jaren niet gedaan."

### **En de liefde nu?**

"Voorheen was ik altijd druk met mannen screenen als ik geen relatie had. Is hij wat voor mij? Nu houdt het me niet meer bezig. Sinds een jaar of vijf heb ik niets meer met een man gehad en ik heb er geen belangstelling voor. Dat geeft ruimte voor andere leuke en interessante dingen. Heerlijk."

### **Iets anders dat me opviel; in je boek schrijf je over verwende prinsjes en prinsesjes, de kinderen van deze tijd.**

"Ouders denken dat kinderen geen vervelende ervaringen mogen hebben. Ik ken dat van bij mij thuis. Mijn ouders deden alles om me geen nare gevoelens te geven. Maar ze hadden het me veel vaker zelf moeten laten uitzoeken. Ik heb pas veel later in mijn leven moeten leren met frustraties om te gaan."

"Ouders van nu hebben helemaal de neiging om niets te corrigeren. Er is een interessant onderzoek gedaan: het Marshmallow-onderzoek. Een groepje kinderen kreeg een marshmallow voor hun neus. Door de onderzoekers werd gezegd: 'Als je hem niet opeet voor ik terugkom, krijg je er nog drie extra.' Je ziet dat sommige kinderen zich niet kunnen beheersen en meteen de marshmallow opeten. Anderen knabbelen er langzaam kleine stukjes vanaf, en er is een groep die zich kan beheersen en de drie beloofde extra marshmallows krijgt. Die laatste groep bleek later als volwassene een beter huwelijk te hebben en evenwichtiger in het leven te staan. Het is dus goed als kinderen al jong zelfbeheersing leren."



### **Mag ik je gezondste gewoonte weten?**

"Ik eet geen vlees en weinig dierlijke vetten, dat is gezond. Vegetariërs wegen vijf procent minder dan vleeseters, wist je dat? Afgezien daarvan is vlees ook slecht voor anderen: voor dierenwelzijn, het milieu, het klimaat. Maar inmiddels is wel gebleken dat mijn sterke uitspraken hierover ook tot heftige reacties kunnen leiden, bijvoorbeeld dat ik vlees eten asociaal heb genoemd."

### **Dat is ook niet leuk om te horen.**

"Nee, dat begrijp ik, jij eet dus blijkbaar ook vlees. Maar wist je dat je gemiddeld vijf kilo graan nodig hebt om één kilo vlees te krijgen? Het CO<sup>2</sup>-overschot van de vee-industrie is groter dan dat van alle vervoersmiddelen bij elkaar. Dus alle auto's, motoren, vrachtwagens stoten minder uit >







dan de bio-industrie. Dat is een enorme belasting voor het milieu. Mensen die elke dag vlees eten uit de bio-industrie zeggen dus eigenlijk: ik vind het lekker, en dat is belangrijker dan de wereld, het klimaat, generaties na ons, dierenwelzijn. Tja, hoe belangrijk kan 'lekker' zijn?"

**En wat is je ongezondste gewoonte?**

"Ik drink elke dag wijn bij het eten. Ik vind eten zonder wijn niks. Ik houd het meestal bij een of twee glazen, maar ik heb zelfs alcoholvrije wijn om eventueel mee verder te gaan. O ja, en ik eet elke dag chocola. Mijn vriendinnen verbazen zich dan: ligt er weer een aangebroken reep ergens. Daar kan ik dan vreemd genoeg wel vanaf blijven."

**Wat doe je om te ontspannen?**

"Met de honden wandelen. En ik houd van lezen en tv-kijken. Niet alles hoor, ik kijk altijd eerst heel ouderwets in de gids. 'De Wereld Draait Door' en 'Pauw & Witteman' in het seizoen en 'Desperate Housewives'. Maar ook die talentenjachten vind ik geweldig. Zo'n jury zegt dan altijd: 'Je moet weten waar je naartoe wilt', maar dat vind ik onzin. Je moet je misschien juist laten meevoeren door de gebeurtenissen, in sommige gevallen. Vaak valt je toekomst niet te plannen."

**Heb je ook een motto?**

"Ja, dat heeft hiermee te maken; uit 'Alice in Wonderland': If you don't know where you are going, any road will take you there. (Als je niet weet waar je heen wilt, zal elke weg je ernaartoe brengen.) Ik vat het op als een motto. Je kunt achteraf altijd terugkijken en denken: God, wat heerlijk dat ik hier terecht ben gekomen! Je moet terrein verkennen, overal naartoe gaan en dan pas kiezen wat het best bij je past."

“  
Je moet je laten  
meevoeren door  
de gebeurtenissen

”

We maken ons klaar om met de fotograaf de tuin in te gaan. De professor bedenkt gewillig dat het leuk is om te bezemen, omdat één van de honden dan gek wordt. Levert misschien een leuk plaatje op. Klopt; Bobby bijt zich helemaal vast in de bezemsteel.

Voordat ik terugreis, krijg ik een doosje verse eitjes mee. Van haar eigen kippen. «

