‘Ik kan niet acteren als ik iets niet voel’

Avond aan avond staat actrice Esmee van Kampen (25) voor volle zalen in de musical *Sister Act*. Of komt ze je huiskamer binnen als ‘meisje van de Plus-reclame’. Een interview over emoties? **‘Kom maar op! Ik ben gespecialiseerd in emoties!**’

‘Vroeger onderdrukte ik mijn emoties. Nu totaal niet meer’

Interview: Renée Salome | Fotografie: Babs van Geel

Hoe was je als kind?
'Ik was een heel druk kind. Ik had veel energie. Ik deed aan korfbal, ging vaak naar de manege, zat op zwemmen. En toen ik zes was, ging ik op toneelles. Mijn moeder zei eens: "Je kan hier ook je werk van maken." Toen dacht ik: wow! Ik wist al vanaf mijn achtste dat ik het theater in wilde. En anders wilde ik iets met televisie. Ik had dus heel veel hobby's en activiteiten buiten school. Ik was echt onvermoeibaar! Inmiddels niet meer hoor, ik heb het zo druk nu. Naarmate je ouder wordt, ga je steeds meer merken dat je je energie goed moet verdelen.'

Was je een emotioneel kind?
'Ik was vooral een heel gevoelig kind. Meer gevoelig dan emotioneel. Emotioneel heb ik me altijd kunnen uiten in het theater, omdat ik al vanaf mijn zesde op de theaterschool zat. Ik werd heel erg geraakt door mensen die het minder hadden dan wij. Toen ik klein was heb ik een keer mijn hele spaargeld, precies zestig gulden en twaalf cent, door mijn moeder aan een hulporganisatie laten overmaken. Door mijn moeder, die in de zorg werkt, ontdekte ik dat er zo veel mensen zijn die zorg nodig hebben. Soms moest ze op de ambulance werken, of 's nachts op pad om verslaafden te helpen op het politiebureau. En af en toe nam ze me mee, omdat ze geen andere keuze had. Ik zag dat allemaal en voelde me al heel gauw genoodzaakt om haar te helpen.'

Hoe heb jij de puberteit beleefd?
'Heel heftig! Ik was een helse puber. Ik had het heel zwaar. Ik was op zoek naar iets, maar wist niet wat. Ik raakte erg in mezelf gekeerd. Als ik mensen naar me zag kijken dacht ik alleen: oh, ik zie er vast niet uit. Dat uitte zich in dat ik me vijf keer per dag ging verkleden. Ik was erg met mezelf bezig. Ik had een slecht zelfbeeld, was misschien zelfs een beetje depressief. Godzijdank ben ik eruit gekomen. Het heeft wel twee jaar geduurd, maar toen was ik moe van het gevecht. Van het niet meer communiceren.'

Waar raak je nu geëmotioneerd van?
'Van kleine dingen. Ik ben nu bijna een jaar single en woon op mezelf. Helemaal alleen, voor het eerst. Ik had twee maanden vrij genomen. Terwijl andere mensen werkten, was ik vrij. Ik voelde me heel erg alleen, en raakte best geëmotioneerd als mensen koffie met me gingen drinken of een bloemetje meenamen. Mijn moeder heeft laatst mijn huis schoongemaakt. Ik wilde het eerst niet, maar later was ik zo blij! Ik heb er zelf gewoon geen tijd voor. Daar huil ik dan ook echt om. En laatst gingen we vieren dat mijn zusje gezakt was voor haar opleiding. We gingen sushi eten, m'n lievelingseten. Met z'n allen: mijn broertjes, mijn zusje, mijn schoonzus en mijn moeder. En ik dacht: 'Jongens we zijn compleet!' Dan laat ik wel even stiekem een traantje. Dan kijk ik de tafel rond en denk ik: 'Wat hou ik toch van jullie!' Ik ben daarin heel gevoelig hoor. Een enorm contrast met mijn puberteit.'

'Mijn moeder ziet het meteen aan me als er iets is. Dan staan mijn ogen anders'

Sta je dicht bij je gevoel en je emoties?
'Ja! En als het me te veel wordt of als ik het ergens niet mee eens ben en ik raak woedend over iets, dan zeg ik het ook. Ik laat niet meer over me lopen. Ik ben geen voorwerp! Ik heb veel te lang nagedacht over wat mensen van mij willen, over hoe mensen mij zien. En ook geprobeerd daarnaar te leven, maar dat kan en wil ik niet meer. Als ik er ongelukkig van word, waarom zou ik dat dan in godsnaam doen? Je moet lekker voor jezelf kiezen. Vroeger onderdrukte ik mijn emoties, maar nu niet meer. Totaal niet meer. Als ik wat vind, dan hoor je dat direct. Mijn moeder ziet het trouwens meteen aan mij als er iets is. Als ik verdrietig ben staan mijn ogen anders. Mijn moeder zegt dan: De glans is eruit. Dat heeft ze gelukkig al een tijd niet meer hoeven zeggen.

Wanneer heb je je emoties het heftigst beleefd?
'De première van *Sister Act* was een enorm circus. Er waren heel veel grote namen uit de musicalwereld. En Whoopi Goldberg was er natuurlijk. Ik was helemaal niet nerveus, had zelfs een lichte tegenzin omdat het zo groots was, daar werd ik een beetje recalcitrant van. Maar toen was het applaus, en kwamen Glenn Slater en Alan Menken, de schrijvers van de muziek van de musical en zowat alle Disney-films, naar mij toe. Ik ben dus een enorme Disney-fan, en zei zeiden: "Wat was jij goed! En dat menen we echt. We hebben heel veel vrouwen *Sister Act* zien doen, maar jij hebt het echt heel goed gedaan. Dit is zoals we het geschreven hebben!" Toen heb ik zo gehuild! Ik heb ze vastgepakt en drie zoenen gegeven. Eigenlijk te zot voor woorden. Ik verraste mijzelf heel erg, dat was een groots gevoel.

Als actrice moet je emoties feilloos kunnen uitbeelden. Kun jij gevoelens makkelijk oproepen?
'Ik heb ontdekt dat ik een emotionele actrice ben. Ik kan niet acteren als ik iets niet voel. Ik kan soms verdriet of boosheid uit mijn medespeler halen, maar ik probeer het ook uit mezelf te halen, en dan denk ik altijd aan iets uit mijn eigen leven. Iets wat me verdriet heeft gedaan, of waardoor ik enorm woedend ben geworden of juist erg blij. Als ik maar iets voel en als er interactie is met mijn medespeler. Ik probeer het altijd wel te laten ontstaan. Laatst deden we een scène in *Sister Act*. Ik moest zeggen: "Jij hebt ons voorgelogen!" Ik ben bevriend met mijn tegenspeelster in die scène, en het voelde ineens alsof ik haar kwetste. Die scène liep ook niet, want ik was te geëmotioneerd. Toen dwong ik mezelf te denken aan de melk die op was. Je kunt van alles met een boodschappenlijstje, heb ik van mijn speeldocent geleerd. Je kunt er ook heel geëmotioneerd van raken.'

Welke emoties roep je op bij andere mensen, denk je?
'Ik weet dat ik uitersten oproep. Ik wek de grootste irritatie bij mensen op, vooral door de Plus-reclame waarin ik speel. Ik werk al sinds m'n achtste in het theater, maar de meeste mensen kennen mij door die reclame. Maar veel mensen vinden het ook heel leuk wat ik doe. Sommigen zijn zelfs helemaal gek van wat ik doe. En sommige mensen zijn heel erg dom. Dan sta ik in het Kruidvat en dan kijken ze me aan en roepen uit: "Wat doe je hier?" Sommige mensen denken echt dat ik bij de Plus werk, dat ik echt vakken sta te vullen.''

Is dat niet het grootste compliment als actrice?
'Vind je? Ik zie het iets anders. Ik zie steeds meer mensen die denken dat wat op tv is, echt is. Mensen zijn lui aan het worden. Ze nemen alles aan. Als in de bladen staat dat je lesbisch bent, ben je lesbisch. Dat is dan de waarheid. Mensen gaan zitten en het komt naar ze toe. Zo'n gevoel krijg ik ervan.'

'Je kunt zelfs van een boodschappenlijstje heel geëmotioneerd raken!'

Is het ene uiterste vervelender dan het andere?
'Het negatieve is voor mij makkelijker om mee om te gaan. Ik kan moeilijk complimenten ontvangen. Complimentjes, die waaien zo weer weg. Je zegt: "Dank je wel, wat fijn, wat leuk..." Negativiteit blijft altijd hangen, dat neem je altijd mee. Je kunt het van allerlei kanten bekijken: hoe is het nou gezegd, hoe komt het aan, wat leer ik ervan, wat kan ik er mee doen, wil ik er iets mee doen? Daar kan ik kennelijk meer mee dan met positieve reacties. Ik denk dat het komt doordat me altijd is verteld dat ik anders ben, er een beetje buiten val. Een loner. "Jij bent dik, jij doet andere dingen." Er is altijd wel negativiteit om mij heen geweest. Altijd.'

'Ik kan moeilijk complimenten ontvangen'

Je bent eens bedreigd op Twitter. Is die gebeurtenis een uitvergroting van wat je vaker meemaakt?
'Nou, dat is het grootste geweest hoor. Het is nu twee jaar geleden, en ik lees de commentaren over mij allang niet meer. Maar het is wel gebeurd. Er was zo veel negativiteit om me heen. Het is nou klaar. Of op z'n Rotterdams gezegd: tief op!'

Wat wil je de lezers van MoodieZ meegeven?
'Luister altijd naar jezelf! Volg je intuïtie en kies bewust voor jezelf. Streef het geluk na, of dat voor jou nou financieel is of in de liefde. Waar jij gelukkig van wordt, daar hebben anderen helemaal niets mee te maken.'

Esmees emoties

Liefde: 'Mijn familie betekent alles voor me. We hebben enorme lol met elkaar. Soms kijk ik naar hoe ze lachen en dan ben ik echt ontroerd.'
Lust: 'Ik heb nog niet ontbeten, dus ik lust wel wat!'
Vrolijkheid: 'Als de zon schijnt, ben ik supervrolijk.'
Verdriet: 'Vandaag moeten we onze hond Sipke laten inslapen. Daar ben ik erg verdrietig over.'
Angst: 'Ik ben als de dood voor spinnen. Ik heb op m'n dertiende een ontmoeting gehad met een enorme grijze, harige spin op de wc, en dat trauma ben ik nooit meer te boven gekomen.'
Boosheid: 'Ik kan absoluut niet tegen onrecht.'
Tevredenheid: 'Ik ben tevreden met wie ik ben en wat ik doe. Ik kan zeggen dat ik voor de volle honderd procent achter mezelf sta en achter de keuzes die ik heb gemaakt. Ik kan trots zijn op wat ik heb bereikt.'
Verbazing: 'Ik probeer geen vooroordelen te hebben, maar toch gebeurt dat. Daardoor kunnen mensen me blijven verbazen. Je moet met open blik naar mensen kijken, maar dat lukt nooit!'
Stress: 'Als ik in de file sta of als ik me heb verslapen, sta ik stijf van de stress. Ik ben een treuzelaar, maar kom niet graag te laat. Ik ben dus vaak gestrest.'

Mind make-over

Iedereen worstelt weleens ergens mee. In elk nummer van MoodieZ doet psycholoog Kim een Mind make-over. En na een maand checkt ze hoe het ermee staat. Want je wil natuurlijk dat het écht helpt en niet een beetje of voor even.

'Ik ben zo perfectionistisch'

Daniëlle (17 jaar): 'Eigenlijk ben ik pas echt perfectionistisch geworden toen ik naar de middelbare school ging. Alles wat ik doe, moet perfect zijn. Vooral het schoolwerk zelf; ik wil altijd goede cijfers halen. Maar ik heb ook momenten gehad dat ik dacht dat anderen van alles perfecter hadden en deden, en dat ik dat ook zo wilde. Mijn perfectionisme zorgt ervoor dat ik voor schoolopdrachten altijd hoge punten haal, omdat alles tot in de puntjes klopt. Maar daardoor gaat er vaak ook veel meer werk in zitten dan nodig is, of maak ik dingen ingewikkelder dan ze zijn. Met groepsopdrachten heb ik moeite, omdat ik ieders werk controleer of de boel overneem. Ik merk dat ik niet de enige ben, veel meiden om me heen stellen hoge eisen aan zichzelf. Maar lastig is het wel!'

Tekst: Kim Broos | Fotografie: Niqt Segers