

Esther Radstaak: 'Je moet het durven' Uitgeverij Village, Leersum 2013. ISBN: 9789461850423 (Kiemceltumor/Jeugdanker/Kanker/PTSS/ED/1) Zie ook: <http://www.vandorp.net>

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Autobiografisch verhaal van Esther Radstaak, die als twaalfjarig meisje kiemceltumorkanker kreeg en daar gedurende twee jaar met succes voor werd behandeld. Zij liep daarbij echter traumatische ervaringen op die zij niet goed verwerkte. Dat deed zij alsnog, toen zij, als getrouwde volwassen vrouw met een dochter van rond de twaalf vastliep, er niet meer omheen kon. Zij zocht hulp en kreeg langdurig psychotherapie met EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) sessies. Op zoek naar zichzelf en levensgeluk. Met enige zwart wit foto's, een voorwoord van NOS journalist Theo Verbruggen en enige nuttige informatie en websites. Boek van 112 pagina's

Over de schrijfster:

Esther Radstaak-Brookman (1967) groeide op in een gezin met twee dochters (zij heeft een jongere zus Marion). Zij doorliep de MAVO en werd apothekersassistente, trouwde met Kees en kreeg een gezonde dochter Marloes. Toen Marloes bijna twaalf was, kreeg Esther last van traumatische ervaringen die ze heeft opgedaan gedurende de periode dat ze voor kanker behandeld werd. Ze verloor de grip op haar bestaan, vroeg zich af wie zij werkelijk zelf is. Ze zocht hulp, ging langdurig in psychotherapie bij Ed die ook gebruikt maakte van EMDR-sessies en cognitieve therapie. Het lukte haar een nieuw evenwicht te vinden.

Korte Beschrijving:

Esther beschrijft het gezin waarin ze opgroeide, en gaat in op hoe goed haar ouders voor haar zorgden. Dat maakte dat zij hen niet verdrietiger wilde maken en veel negatieve ervaringen, die ze in het ziekenhuis had gehad, niet aan hen vertelde. Ze licht in dit boek toe hoe die periode, waarin ze regelmatig in het ziekenhuis opgenomen lag, afgewisseld met perioden thuis en naar school gaan, voor haar is geweest. Ze beschrijft enige ervaringen, hoe ze de middelbare school afmaakte, apothekersassistente werd, ging werken, trouwde en dochter Marloes kreeg. Toen Marloes zo'n 12 jaar was kreeg ze last van PTSS- verschijnselen, die voortkwamen uit onverwerkte ervaringen uit de 'kankerperiode'. Ze beschrijft hoe ze steun zocht, in therapie ging bij Ed, en hoe die therapie in elkaar stak. Ze gaat dieper in op een paar opdrachten en twee EMDR-sessies rondom het verlies van haar haren en drie volle yoghurt glazen die ze in het ziekenhuis op moest drinken terwijl ze de inhoud steeds weer uitbraakte. Uiteindelijk is het haar gelukt het haar zichzelf te ontdekken en weer te genieten van het leven.

Wat viel op:

Esther Radstaak heeft hier goed beschreven hoe groot de impact kan zijn van de behandelingen voor kanker op een puber.

Zo licht ze toe welke gevolgen niet goed uitgelegde procedures hadden: artsen overlegden met haar ouders, maar vergaten haar vaak. Hoe vele verschillende artsen (in opleiding) haar inwendig onderzochten. Het verlies van haar haren. Hoe Esther probeerde het verdriet van haar ouders niet groter te maken en hoe dat haar later in de weg zou staan.

En wat er moest gebeuren om weer grip te krijgen op haar leven. Dat ze niet 'volwassen' kon worden, omdat ze nog steeds aan het overleven was. Hoe bang ze werd als haar dochter of man ziek werden. Hoe dat alles doorgewerkt heeft op haar latere leven.

Citaten:

Pag.11: 'Op de meest onverwachte momenten komen flarden uit mijn oncologieverleden naar boven. Alsof het kleine, zieke meisje van toen alsnog haar stem wil laten horen.'

Pag.14: 'Praten over gevoelens deden wij nooit. Zeker niet toen ik zo ziek was en de bezorgdheid op de gezichten van mijn ouders viel af te lezen.'

Pag.19-20: 'Ontdek je eigen lichaam' heeft Ed me als opdracht gegeven, omdat ik heb verteld dat ik geen intimiteit verdraag. (...) Ik wil mijn lichaam helemaal niet ontdekken. Dat hebben de artsen vroeger meer dan eens gedaan en wat ze vonden was een kwaadaardig gezwel. Al die keren dat mijn onderbroekje naar beneden moest voor inwendig onderzoek...'

Pag.28: 'Daar is ze weer: met een volle beker in haar hand, die ze demonstratief naast me neer zet. Dit keer kunnen er een paar woorden af. "Telkens als je de inhoud uitspuugt, zet ik een nieuwe neer."'

Pag.83: 'Een volwassen vrouw ben je alleen in jaren,' reageert Ed. "Pas als je minder werk hoeft te besteden aan overleven, kun je ontdekken wat er allemaal nodig is om hier en nu te bestaan en daar plezier en bevrediging in te vinden."

Pag.98: 'Als je naam in een kaartenbak is beland, ben je publiek bezit.'

Recensie/Extra: <https://nl-nl.facebook.com/pages/Je-Moet-Het-Durven/158011201025194>

<http://www.emetofobie.nl/forum/viewtopic.php?f=54&t=21127>

http://www.harenerweekblad.nl/esther-van-radstaak-presenteert-boek-over-haar-leven-met-kinderkanker/?utm_campaign=esther-van-radstaak-presenteert-boek-over-haar-leven-met-kinderkanker&utm_medium=rss&utm_source=rss

Achterflap: Prof.dr. Harry van de Wiel, hoogleraar gezondheids- psychologie UMCG : 'Een confronterend, maar ook opbeurend boek. Het geeft inzicht in de diepe dalen die kanker teweegbrengt in een mensenleven. Van harte aanbevolen!'

De volledige opbrengst van het *boek Je moet het durven* gaat naar de VOKK (Vereniging, 'Ouders, Kinderen en Kanker) t.b.v. de KanjerKetting.