

Mary Sjabbens: 'Open boek' Bijzondere verhalen van doodgewone mensen. Uitgeverij Boekscout, Soest 2014. ISBN: 9789402209587 Zie ook: www.boekscout.nl en <http://www.marysjabbens.nl> (Geestelijke gezondheidszorg/ Borstkanker/ Seksueel misbruik/ Post Natale Depressie (PND)/ED/PO)

Soort boek/ziekte stijl:

Boek van 98 pagina's met verschillende korte verhalen over mensen die Mary Sjabbens meest via twitter heeft leren kennen over gezondheids-en andere problemen die zij in hun leven hebben moeten tackelen. Daarnaast bevat het boek een uitgebreider verslag van de periode waarin Mary Sjabbens last had van een PND.

Boekscout.nl: 'Nieuwe mensen ontmoeten we niet enkel op het werk of op de sportclub, maar ook via social media. Met dank aan Twitter ontmoet Mary Sjabbens veel mensen. Een aantal van hen heeft via een intensieve mailwisseling hun verhalen met haar gedeeld, zonder dat zij elkaar hebben ontmoet. Uit deze contacten zijn de zeer persoonlijke, rakende verhalen en gesprekken ontstaan die je in Open boek- bijzondere verhalen van doodgewone mensen kunt lezen. Ook Mary's eigen verhaal mag in dit boek niet ontbreken. Daarmee is alles begonnen voor haar: een eigen site, mooie online ontmoetingen én bijzondere verhalen.'

Over de schrijfster:

Mary Sjabbens (1967) is getrouwd en moeder van twee zonen. Zij wonen in Eibergen. Mary kreeg een PND, in 2012 de diagnose reumatische psoriasis en in 2013 de diagnose fibromyalgie. Zij werkte als maatschappelijk werkster, een beroep dat zij door een slecht uitgevoerde operatie niet meer kan uitoefenen. Mary Sjabbens blogt en twittert o.a. op www.marysjabbens.nl en <https://www.zorgkaartnederland.nl/blog/auteur/mary-sjabbens> Zij schrijft over haar leven, zorggergnissen en over andere mensen.

<https://www.zorgkaartnederland.nl/blog/auteur/mary-sjabbens> : 'Ik ben het liefst een struisvogel als het om mijn ziekte gaat, ik slik geen medicatie en ga vaak over mijn grenzen heen. Mijn motto: ik ben mijn ziekte niet.'

En: <http://www.marysjabbens.nl/wie-ben-ik-2/> : 'Mijn bio op Twitter is trouwens aardig volledig: Nieuwsgierig, Moeder, Kritische patiënt, Gehuwd, Spontaan, Creatieve geest, Blogger, Schrijfster: Open boek- bijzondere verhalen van doodgewone mensen. Wat niet in mijn twitterbio staat is dat ik atechnisch ben, zeker als het gaat over computers. Informatie en uitleg daarover blijft gewoon niet hangen. Maar goed, daar heb ik dan weer hulp voor. Gelukkig. Wat ook ontbreekt in mijn bio is dat ik gewerkt heb als maatschappelijk werker, dat verklaart mijn interesse in mijn medemens. Verder heb ik een overactieve geest die niet te stoppen is en ik zit boordevol ideeën.'

Korte beschrijving:

Mary Sjabbens beschrijft verhalen die zij heeft verzameld meest via twitter berichtjes waarna langzamerhand gesprekken ontstonden, zij hun verhalen vertelden, waar zij ook wel blogs over schreef. Het zijn diverse verhalen over seksueel misbruik, herseninfarcten, geestelijke gezondheidszorg, agressie, alcoholmisbruik, borstkanker et cetera. Daarnaast schrijft Mary Sjabbens over de geboorte van haar oudste zoon die ook een huilbaby was en ernstig ziek bleek. Het was een hele moeilijke periode, zeker geen

roze wolk. Gedurende die eerste maanden na zijn geboorte kreeg zij een PND. Het duurde lang voordat dat herkend werd. Over deze ervaringen begon ze op haar site te schrijven. Nu is haar zoon een gezonde, lieve puber die haar voorbij gegroeid is. Aan het eind van haar verhaal geeft Mary Sjabbens nog een aantal adviezen voor vrouwen die zwanger worden.

Wat viel op:

De korte verhalen gaan over het leven van mensen die heftige zaken hebben meegemaakt: van seksueel misbruik tot borstkanker. Het grootste deel van het boek is echter gereserveerd voor Mary Sjabbens eigen ervaring met een PND. Hoe de zorgverlening vaak niet paste bij de persoon die hulp nodig had.

Citaten:

Pag. 36: 'Ik heb verschillende hulpverleners gehad. Ik wil nu heel graag weer naar een psycholoog maar in verband met een wachtlijst ben ik nog niet aan de beurt. Tegen een aantal psychologen heb ik nooit iets verteld over mijn jeugd. Het leven op dat moment was al heftig genoeg om mee te dealen.'

Pag.82: 'Ik ging zelfs alleen naar de verloskundige voor de nacontrole, zonder baby. Ik kon toch geen huilende baby meenemen? Toen ik haar vertelde dat mijn zoon veel hilde reageerde ze begripvol, dat wel. Maar verder werd er niet over gesproken.'

Pag.96: 'Ook weet ik nu dat er in sommige gevallen sprake is van schaamte, het aan anderen niet durven laten weten dat het niet goed gaat. Nog steeds rust er blijkbaar een groot taboe op praten over een depressie na een zwangerschap.'

Boekscout.nl (pag.23): 'Ons contact ontstond op Twitter. Daarna gingen wij verder via mail omdat Twitter toch wat te beperkt is om lange gesprekken te voeren. Al snel werd de mailwisseling heel intensief. D. schreef mij haar levensverhaal. Een verhaal vol hobbels, worstelingen, verdriet en onzekerheden. Steeds had ze het in haar mails over haar 'gesloten boek'. Nooit eerder heeft ze daar over willen en kunnen praten. Toch heeft ze op een gegeven moment de knoop doorgehakt en mij dat stuk van haar leven beschreven waar niemand, zelfs haar vrienden en vroegere therapeuten niet, ooit iets over heeft gehoord. (...)'

Recensies/Extra:

<http://www.nieuwsuitberkelland.nl/2015/02/struinen-met-truus-op-de-koffie-bij-schrijfster-mary-sjabbens/>

<http://boekscout.nl/shop/.aspx/Open boek - Bijzondere verhalen van doodgewone mensen?bookId=4957>
<http://www.ankevanhaften.nl/in-gesprek-met/>