

Recensente: Yvonne Vinke

Annemiek Heijne: "Als je niet wordt gezien" Uitgeverij Boekscout, juni 2017, Soest. (Autisme/ Posttraumatische stressstoornis/ Educatief/ Positief denken/ Spiritualiteit/ Zorginstellingen /ED/PO). ISBN 978-94-0223-657-6. Zie ook: www.boekscout.nl

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Boek van 82 pagina's waarin Annemiek zeven onderwerpen bespreekt aan de hand van haar persoonlijke ervaring: quarantaine, auto-ongelukken, pesten, spiritualiteit, verlies van een ouder, moeder zijn van een kind met een beperking en hulpverlening.

"Het was geen makkelijke weg, maar Annemiek is er nog! Van een onzeker, hooggevoelig en gekwetst meisje wist ze zich op te vechten tot een sterke vrouw. Met dit boek wil de professioneel ervaringsdeskundige haar kennis met jou delen. Om jou te sterken! Annemiek geeft tips en advies aan iedereen die te maken krijgt met onderwerpen als pesten, autisme, traumaverwerking, rouwverwerking en genderdysforie. Ze is openhartig over haar strijd met de Nederlandse hulpverlening. Met dit boek wil ze vele ogen openen. Na het lezen van dit boek heb jij voldoende handvatten om het leven (weer) aan te kunnen". – Samenvatting www.boekscout.nl

Over de schrijver:

"Annemiek is ervaringsdeskundige. Ze is getrouwd en heeft twee kinderen. Het leven kwam haar niet aanwaaien. Ze raakte getraumatiseerd, maar besloot niet bij de pakken neer te gaan zitten. Strijdvaardig als ze is, schreef ze dit boek vol ervaringen met onder andere de Nederlandse hulpverlening. In dit boek deelt ze haar verhaal en geeft ze tips en adviezen. Haar doel: anderen die te maken krijgen met onderwerpen als pesten, autisme, traumaverwerking, rouwverwerking en genderdysforie te helpen. Je bent niet alleen." – www.boekscout.nl

Annemiek Heijne (ookwel Annemiek de Lange) komt uit Wormer. Al jaren is zij actief bezig met spiritualiteit, inmiddels is zij spiritueel coach. Naast dat Annemiek een eigen praktijk heeft voor Healing, Coaching en ontspanning (beauty of life), doet zij ook aan vrijwilligerswerk. Zij is vrijwilliger bij de palliatieve terminale zorg.

Wat viel op:

Annemiek maakt via eigen ervaringen duidelijk waarom ze bepaalde tips en tricks geeft.

Citaten:

Blz. 10-11: "Al wat ik meemaakte in het ziekenhuis heeft ertoe geleid dat ik een trauma heb opgelopen. Daarmee wil ik zeggen dat ik het als zo ontzettend naar heb ervaren dat elke keer als iets me aan deze gebeurtenis herinnerde ik me zo verdrietig voelde. En wel zo verdrietig, dat ik mijn verdriet niet onder controle had. Het verdriet was zo intens. Niet even snikken en slikken, maar ik raakte echt volledig over mijn toeren. Pas vanaf mijn veertigste kan ik wat beter met deze emoties omgaan."

Blz. 29: "*Een tweede papa of mama krijg je nooit meer. Toen ik mijn vader verloor merkte ik dat er best nog wel punten zijn waarbij stilgestaan kan worden, zoals aandacht voor het kind. Het verlies van een ouder is net zo rauw als een partner*

verliezen. “Hoe is het met je moeder”, dat is de vraag die ik vaak kreeg. De vraag: “Hoe gaat het met jou” ontbrak. Ik had dat wel fijn gevonden.”

Blz. 50: “Alleen de sterkste mama’s krijgen deze kinderen, dat geloof ik heilig. Ook al is het soms echt niet makkelijk, stuit je op een hoop onbegrip en op mensen die denken dat ze het beter weten: het enige dat je moet hebben is zelfvertrouwen. Vertrouwen, dat jij je kind het beste kent.”

Extra’s/Recensies:

Recensies www.boekscout.nl:

- 5/5. “Mooi en verdrietig tegelijk, prachtig geschreven en een absolute must read voor ouders maar zeker ook voor hulpverleners.”
- 5/5. Dit boek is een aanrader voor alle hulpverleners die werken met ouders en vooral ook ouders zelf.

Meer over Annemiek haar eigen praktijk is te vinden op www.thebeautyoflife.eu.