

John Webster: 'Ik ben mijn huid niet' Uitgeverij Boekscout, Soest 2017. ISBN 9789402238006 Zie ook: www.boekscout.nl (Huidziekten/ Psoriasis/ Schaamte/ Eenzaamheid/ Stigma/ ED)

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Coverttekst: ' Veel mensen met een huidaandoening, in welke vorm ook, schamen zich en doen er alles aan om het te verbergen. John niet. John is de schaamte voorbij en toont dit door zich niet te verschuilen en de dialoog aan te gaan. John communiceert op zijn soms ook humorvolle eigen wijze, maar altijd met respect voor de ander. Hij reikt handvatten aan ter verbetering van je zelfbeeld en ter bevordering van je vertrouwen in de eigen kracht. Houden van jezelf is hierbij cruciaal.'

Over de schrijver:

Zie ook: <https://www.linkedin.com/in/johnwebster3/>

John Webster werkte o.a. bij de belastingdienst en nu in zijn eigen zaak als ontspanningscoach.

Coverttekst: 'Het hebben van een huidaandoening kan een enorme impact hebben op je leven. Schaamte, isolatie, je niet durven tonen. John heeft psoriasis, maar lijdt er niet onder. Hij heeft al vroeg besloten om hier open over te zijn en zich niets aan te trekken van de omgeving. John is geen slachtoffer en dat lees je ook. Hij wil dat je uit die slachtofferrol stapt en de controle neemt over je leven.'

Inkijken: Boekscout.nl: 'Uit het boek

Van mijn zeventiende tot mijn tweeëntwintigste jaar bleef de psoriasis beperkt tot hoofdhuid en scheenbenen. Wel werd het op mijn hoofd wat erger en wat meer aanwezig wat betreft jeuk en schilfers. Er werd een andere crème voorgeschreven door de huisarts. Mijn moeder had het op zich genomen om mijn hoofdhuid er mee te behandelen, omdat dat zelf nu eenmaal erg lastig te doen was. Ze deed het graag voor me, dat is wat moeders doen. We maakten er een ritueel van.

In het uitgaansleven, want dat had ik ondertussen ook ontdekt, ontdekte ik iets nieuws: psoriasis en het fenomeen blacklights. Daar stond ik dan op de dansvloer me uit te sloven, ik keek eens naar links, ik keek eens naar rechts en op allebei mijn schouders zag ik dan de schilfers tentoongespreid, die door het onbewuste krabbelen aan mijn hoofd waren neergedwarreld. Normaal niet zo heel erg zichtbaar, maar nu extra opgelicht. Ja, dan kan je twee dingen doen. Maken dat je wegkomt en nooit meer naar een disco gaan met blacklights op de dansvloer, of je schudt even je rug, wrijft even met je handen over je schouders en schuiert de schilfertjes er af. Ik koos voor dat laatste, uitgaan vond ik nog veel te leuk.'

Recensies/Extra:

<https://webstarcoaching.nl/ik-ben-mijn-huid-niet/>

<https://www.facebook.com/wereldpsoriasisdag/posts/587659291404735>

<https://nl.linkedin.com/pulse/huidperikelen-john-webster>