

Milou Peet: Uit je depressie, Brave New Books, 2019, ISBN: 9789402180336 (depressie, PTSS, angststoornissen, emoties ED)

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Covertekst: In februari 2018 ben ik gediagnostiseerd met een ernstige depressie, PTSS en angststoornissen. In dit boek vertel ik mijn verhaal en de strijd die ik heb gevochten om hiertegen te vechten.

Van een doodnormaal meisje, werd ik van de één op andere dag een patiënt in de psychiatrie. Ik werd blootgesteld aan een totaal andere wereld, waarvan ik geen idee had wat het was! Angst, paniek, verdriet, boosheid, gezelligheid, lol, van allerlei emoties en gebeurtenissen gingen als een achtbaan door mijn leven.

Van totaal van het padje af zijn, moest ik weer terecht komen in de wereld waarin gewerkt wordt. Als je patiënt staat je leven stil... Je moet je terug vechten, terug naar de normale wereld. De wereld waar je in de eerste instantie raar aangekeken wordt, omdat er veel onbegrip is en onwetendheid. Een wereld die is doorgedaan, terwijl jij in je eigen lijf gevangen zat.

Over de schrijver:

Mijn naam is Milou en ik ben geboren op 19 mei 1995 (23 jaar).

Momenteel zit ik in een ernstige depressie. Ook ben ik bekend met PTSS, suïcidale gedachten, TS, borderline trekjes, psychotische klachten en angststoornissen.

Vroeger heb ik veel meegemaakt, waardoor ik uiteindelijk PTSS heb opgelopen.

Daarvoor ben ik destijds onder behandeling geweest bij meerdere psychologen, maar op het moment dat zij te dicht bij mijn gevoelens kwamen, stopte ik de behandeling!

Hierdoor heb ik mijn verleden nooit een plekje kunnen geven / kunnen verwerken. Dit heeft ertoe geleid dat ik uiteindelijk een depressie heb gekregen rond mijn 14 en dat is nu uitgelopen tot een ernstige depressie met suïcidale gedachten en handelingen!

Mijn doel is om mensen te bereiken met een depressie en hun te laten weten dat praten en hulp zoeken zo belangrijk is! Ook hoop ik vrienden / familie van mensen met een depressie meer inzicht te kunnen geven in wat het precies inhoudt om depressief te zijn.
(<https://uitjedepressie.com/over/>)

Inzien:

<https://www.bol.com/nl/p/uit-je-depressie/9200000103008129/?suggestionType=typedsearch&bltgh=tYP4SLcDWLZ4rakUQ9PKg.1.2.ProductTitle>

Recensies/Extra:

zie ook <https://uitjedepressie.com/>