

Tanja de Graaf: Navelstaren en weer opkrabbelen – Een ode aan de burn-out, Uitgeverij Boekscout, Soest, 2019, ISBN: 9789463893251 (Burn-Out, ED)

Over het boek:

Een ode aan de burn-out “Mijn overdenkingen in dit boek zijn meer een ode aan de burn-out dan een afrekening”, aldus Tanja de Graaf.

De onderwerpen die zij aanhaalt zijn eigentijds en down to earth. Omdat zij de focus legt op recente gebeurtenissen zijn haar opmerkingen ook zeer relevant. Haar verhalen zijn scherp realistisch, met humor en een knipoog geschreven en met hier en daar een rauw, cynisch kantje. Dit alles schrijft zij in een makkelijk te lezen stijl. De positieve boodschap waarmee zij afsluit, blijft je bij.

Dit boek is geen afrekening met de burn-out, zoals zij zelf al zegt, maar meer een ode, want als je daar oog voor hebt en ervoor openstaat, kan een burn-out ook een nieuwe start zijn van een ander leven.

Over de auteur:

Met korte en krachtige teksten geeft Tanja de Graaf een kijkje in haar opgebrande leven. Het is meteen duidelijk waarom lezers haar verhalen zo waarderen. Zij weet de zaken raak te benoemen. Zonder er omheen te praten, zegt zij wat ze heeft beleefd en ervaren. Daarom zal dit boek een feest van herkenning zijn voor mensen mét, maar ook zónder ervaring met een burn-out.

Inzien:

<https://www.boekscout.nl/shop2/boek.php?bid=9425>