

Lonneke Tomas: Dansen - 61 korte verhalen of blogs over overleven met een psychiatrische stoornis en suïcidaliteit, of gedachten aan zelfmoord

De wensvogel (onderdeel Tobi Vroegh), Amsterdam 2021 ISBN: 9789464182767

Bipolair, depressie, suïcide, coping, psychiatrie: Perspectief Patiënt

Over het boek:

Die ochtend werd ik tot mijn verdriet wakker. Ik deed mijn gordijnen open en zag dat er een herfststorm was losgebarsten. De storm woei de bladeren hoog omhoog en weer omlaag. Ze dansten in de wind. Ik besloot dat ik voortaan zou zijn als de bladeren. Hoe hard de storm in mijn hoofd ook zou waaien, ik zou dansen. In de jaren die volgden werd 'dansen' hierdoor het synoniem voor het telkens opnieuw opkrabbelen na het vallen. Voor leven.

Lonneke Tomas heeft een bipolaire en een persoonlijkheidsstoornis. Daarnaast heeft ze bijna dagelijks last van suïcidale gedachten. In 61 korte, openhartige blogs beschrijft ze met een gezonde dosis humor en zelfspot hoe zij door het leven danst. Ze vertelt hoe ze omgaat met de storm in haar hoofd en een manier vindt om steeds minder psychiatrisch en steeds meer mens te worden. Het geeft een uniek kijkje in de periode dat ze langzaam naar haar keuze van 18 juli 2019 groeit: de keuze om te leven. De blogs zijn regelmatig herkenbaar voor iedereen: met of zonder psychische problemen.

Over de auteur:

Lonneke Tomas (1984) is auteur. Lees meer op [de website van Lonneke Tomas](#)

Inzien:

Klik [hier](#) om het boek in te zien

Extra/Recensies:

Lees [hier](#) een recensie van het boek.