

Gitta Christen-Rapmund: Van burnout tot ADHD of andersom?

Boekscout, Soest 2008 ISBN:9789088346019

Burnout, ADHD, coping, veerkracht; Perspectief Patiënt

Over het boek:

In oktober 2006 raakte Gitta Christen in een burnout. Een vreselijke periode waarin zij volledig de regie over haar eigen leven kwijtraakte. Twee jaar lang vocht zij keihard om weer volledig functionerend in de maatschappij terug te kunnen keren. Een moeizame lange weg vol met obstakels en ups en downs. Telkens weer viel zij terug in eindeloze vermoeidheid en stemmingswisselingen. Tot zij in juni 2008 gediagnosticeerd werd met ADHD, toen viel de puzzel op zijn plaats. In dit boek staan gedichten, gecombineerd met korte verhalen waarin beschreven wordt waardoor deze burnout veroorzaakt werd.

Over de auteur:

"Ik ben 45 jaar oud, ben gehuwd en heb twee kinderen. Ik ben naast huisvrouw, werkzaam als medisch secretaresse en ik studeer Hbo Toegepaste Psychologie. In een moeilijke periode van mijn leven ben ik gedichten gaan schrijven waarop ik veel positieve reacties kreeg. Ik besloot de gedichten te bundelen in combinatie met een beschrijving van belangrijke onderdelen van mijn leven. Mijn grote hobby is fotograferen."

Inzien:

Het boek kun je [hier](#) inzien.