

Marcel van der Putten: De steen in mijn rugzak - Mijn verwerking van jeugdtrauma's met behulp van EMDR, medicatie, therapie en mijn echtgenote

Boekscout, Soest, 2023 ISBN: 9789464894189

EMDR, trauma, coping; Perspectief patiënt

**Over het boek:**

De auteur slaagt er op 74 jarige leeftijd alsnog in de overvloedige ballast uit zijn jeugd te verwerken. Hij verlost zich van trauma's die bij hem leken te horen. EMDR, medicatie, therapie en de ondersteuning van zijn vrouw hielpen hem hierbij. Nu voelt hij zich completer dan ooit.

**Over de auteur:**

Marcel van der Putten wordt na zijn werkzame leven als begeleider in de verslavingszorg en psychiatrie geconfronteerd met lichamelijke ongemakken.

Zijn klachten zijn grote vermoeidheid, verlies van spierkracht vooral in de benen en op zijn dieptepunt; de wens om niet meer wakker te worden. Het is op aandringen van zijn vrouw dat er een extra test werd afgenomen. Uit deze test komt de diagnose; atypische depressie. Dankzij de juiste medicatie en EMDR verloopt zijn herstel voorspoedig en voelt hij zich als herboren.

**Inzien:**

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