

► Boekverslag: Sterker worden waar het pijn doet

Voel- en doeboek over trauma

Titel: Sterker worden waar het pijn doet

Auteurs: Ybe Casteleyn (tekst) Jill Marchant (sfeer) Lara Schmelzeisen (illustraties)

Prijs: € 24,95 | Aantal pagina's: 224 | ISBN 9789491411489

Aangeboden door: Uitgeverij Samsara | www.samsarabooks.com

'Van 'uit je kracht' raken door trauma, wil ik gaan naar 'in je kracht' komen.'

Hoe je dit boek kunt lezen: Als een bundel verhalen, als een leerboek en/of als een voelboek. De verhalen gaan over mensen zoals jij en ik. Door het binnenkijken in hun leven en zielenroerselen, krijgen we als vanzelf voeling met wat trauma is, hoe trauma ons tekent en worden zo gelijk aan elkaar. Maar elk verhaal is ook een casus en kan leermateriaal zijn voor iedereen die geïnteresseerd is in trauma en traumaverwerking. En elk verhaal eindigt met een oefening voor de lezer. Hierin kan je je verbinden met wat jou veerkrachtig maakt.

Vaak worden we gekwetst door de mensen die het dichtst bij ons staan - onze ouders, partners, vrienden - of door mensen of situaties op school, op straat, in onderdrukkende maatschappijen en in oorlogsgebied. Hierdoor ontstaan diepe psychische wonden, offewel: trauma.

Dit boek helpt je je hart opnieuw te openen, en te leven. Want leven is Sterker worden waar het pijn doet.

- Annette Emmink: redactie

