

Gezond leven met mindfulness: handboek meditatief ontspannen. Effectief programma voor het bestrijden van pijn en stress

J. Kabat-Zinn

In dit handboek wordt uitgelegd hoe yoga- en meditatieoefeningen ons lichaam en onze geest kunnen genezen van stress. Jon Kabat-Zinns systematische aanpak is gebaseerd op onze innerlijke talenten om te ontspannen, aandacht te schenken, bewust in het hier en nu te leven en tot inzicht te komen. De oefeningen moeten in het dagelijkse leven worden geïntegreerd om stress, angsten en paniek te verminderen en de totale levenskwaliteit te verbeteren.

■ Altamira, Haarlem, 2014, 575 blz., € 32,95
9789401301534

neurologie

Het beweeglijke brein: de neurowetenschappelijke achtergronden van de psychische functies

A.J.M. Loonen

De auteur, arts en klinisch farmacoloog Anton Loonen, slaat een brug tussen de farmacologische kenmerken en het klinische effect van de belangrijkste neurotransmitters. Hij promoot het gebruik van een meer geïntegreerd begrip van deze systemen in de klinische praktijk. Hierdoor kunnen psychiaters meer rekening houden met de huidige stand van de basale neurowetenschappen en met de volledige neurofysiologische werking van hun producten.

■ Mension, Haarlem, 2013, 416 blz., € 67,00
9789077322109

oplossingsgerichte therapie

Oplossingsgerichte vragen: handboek oplossingsgerichte gespreksvoering

F. Bannink

Het concept en de methodiek van oplossingsgerichte gespreksvoering verschillen van die van de probleemgerichte gespreksvoering: exploratie en analyse van het probleem of de klacht zijn (grotendeels) overbodig, de sfeer is positief, de gesprekken met cliënten zijn korter en hun autonomie beter gewaarborgd. Bedoeling van dit handboek is oplossingsgerichte gespreksvoering simpel en positief te maken voor professionals in de (geestelijke) gezondheidszorg en in situaties van management, leidinggeven, coaching en onderwijs. Per hoofdstuk wordt stapsgewijs het proces van het werken met een oplossingsgerichte toekomstgerichte focus beschreven.

■ Pearson, Amsterdam, 2013, 304 blz., € 36,80
9789026522611

Oplossingsgerichte therapie met kinderen en jongeren

M. Selekmán



Familietherapeut en mededirecteur van Partners for Collaborative Solutions Matthew Selekmán presenteert de nieuwste inzichten voor oplossingsgerichte behandeling van kinderen en jongeren met emotionele en gedragsproblemen. Selekmán komt tot creatieve toepassingen van gesprekstechnieken, kunstvormen, vertel- en speltechnieken en positieve psychologie en zoekt steeds wegen om spontaniteit en plezier terug te brengen en nieuwe mogelijkheden aan te boren. Daarbij wordt altijd uitgegaan van de kracht van het kind of de jongere. De auteur bespreekt de vaardigheden van ouders, heeft aandacht voor samenwerking met school en kinderartsen en geeft suggesties die vastzittende patronen helpen doorbreken.

■ Pica, S.l., s.d., 312 blz., € 29,95
9789491806438

ouderen

Levenskunst op leeftijd met zorg zonder zorgen

H.M. Becker

De Rotterdamse Stichting Humanitas, actief op het gebied van zorg, welzijn, huisvesting en dienstverlening, laat in dit handboek voor geluksgerichte zorg zien hoe iedere oudere, met welke beperking ook, in een plezierige omgeving de regie kan houden over het eigen leven, lichaam, woning, financiën en andere belangrijke zaken. Door zo veel als mogelijk voor zichzelf en voor anderen te kunnen blijven zorgen, ervaren de ouderen een diepe voldoening. Deze zorgfilosofie is door Hans Becker, voorzitter van de Raad van Bestuur van Stichting Humanitas en hoogleraar Humanisering in de Zorg aan de Utrechtse universiteit, uitgewerkt en toegankelijk gemaakt voor alle ontvangers van zorg en hun verzorgers.

■ Eburon, Delft, 2014, 273 blz., € 24,50
9789059728837

persoonlijkheid

Ik ben oké: een cognitief gedrags-therapeutische training voor kinderen met een negatief zelfbeeld. Handleiding

N. Martel, M. Mostert-Uijterwijk & M. Braber

'Ik ben oké' is een tien sessies tellend protocol bedoeld als individuele training voor kinderen van 9 tot 13 jaar met een negatief zelfbeeld. Het gaat om kinderen die denken dat ze niet de moeite waard zijn of dat ze nooit iets goed kunnen doen. In de handleiding voor de hulpverlener volgt, na de theoretische basis en achtergrond, informatie over de doelstellingen, de randvoorwaarden en de werkwijze van het protocol. De auteurs delen hun ervaringen uit de praktijk en beschrijven mogelijke valkuilen. Naast deze handleiding voor de hulpverlener is er ook een werkboek voor het kind.

■ CCD Uitgevers, Arnhem, 2015, 64 blz., € 25,00
9789492096029

Ik ben oké: een training voor een beter zelfbeeld. Werkboek

N. Martel, M. Mostert-Uijterwijk & M. Braber

■ CCD Uitgevers, Arnhem, 2015, 80 blz., € 17,50
9789492096036

persoonlijkheidsstoornis

Living with the reality of dissociative identity disorder: campaigning voices

L.X. Bowlby & D. Briggs (red.)

Dit boek is het resultaat van een studien ontmoetingsdag georganiseerd door de Paracelsus Trust, een Britse vereniging die zich inzet voor een beter begrip van dissociatieve identiteitsstoornissen (DIS), dit zijn meervoudige persoonlijkheidsstoornissen als resultaat van in het verleden opgelopen ernstige trauma's. Verschillende DIS-specialisten en -ervaringsdeskundigen laten hun licht schijnen op uiteenlopende aspecten van deze specifieke persoonlijkheidsstoornis: van de rol die familie en vrienden kunnen spelen op weg naar herstel tot een stand van zaken in het internationale DIS-onderzoek en getuigenissen over het dagelijks (over)leven met DIS.

■ Karnac, London, 2014, 136 blz., £ 15,39
9781782201342