

DOCUDIENST SIG

Titels over het thema 'Mindfulness voor kinderen en jongeren van 5 tot 19 jaar'



Hieronder vindt u enkele aanbevelingen uit onze docudienst terug. Op de volgende pagina's kan u een uitgebreide themalist nalezen.

Stilzitten als een kikker: Mindfulness voor kinderen (5-12 jaar) en hun ouders- Eline Snel (Ten Have, 2012)



Rustgevende oefeningen waar kinderen zelf om vragen. Dit boek met cd staat boordevol mindfulnessoefeningen en verhaaltjes. Veel Nederlandse kinderen - en hun ouders - hebben er al baat bij gehad: ze komen erdoor tot rust, leren hun piekergedachten te beheersen en om te gaan met nare gevoelens.

Mindfulness voor je kids -David Dewulf (Lannoo, 2009)

Dit boek introduceert kinderen op een heel speelse manier in de wereld van mindfulness, aan de hand van een leuk verhaal met aangepaste oefeningen.



Een stille plek niet ver hier vandaan: Werkboek kindermindfulness voor therapeuten - Silvia Dumazy (Acco , 2010)



Dit boek beschrijft een volledig uitgewerkte training in mindfulness voor kinderen van 6 tot 12 jaar.

Mindful omgaan met kinderangsten: lang leve de angst – Veronique Benoit en Berti Persoons (Acco, 2011)

In dit boek maakt Panteleimon een gewaagde reis vanuit de middeleeuwen naar het jaar 2020. Best spannend, avontuurlijk, zelfs beangstigend. Dankzij mindfulness en de wijze raad van o.a. Vero de kluizenaar slagen Panteleimon, Harlemoet de hofnar en zijn ouders erin om met niet-oordelende wijsheid en mededogen hun angsten te onderkennen, te accepteren en te overwinnen.



Mindfulness is goed voor alles: en zeven andere mythes over mindfulness – Björn Prins en Anouck Decuyper (Lannoo, 2013)



Nieuw wetenschappelijk onderzoek geeft meer inzicht in de mogelijkheden, maar ook in de beperkingen van mindfulness. Dit boek zet de belangrijkste bevindingen op een rij, en brengt een kritische en heldere analyse van wat mindfulness vandaag wel en niet te bieden heeft.

Deze en vele andere titels kan u gratis ontlene in onze docudienst!
Interesse? De docudienst is elke weekdag open van 9 - 12u (lieft na afspraak)
Boeken kunnen ook opgestuurd worden.
Neem contact op met Sarah Persyn via docudienst@sig-net.be

Uitgebreide lijst over het thema 'Mindfulness'

Boeken

Titel	Auteur	Jaar van uitgave
Acceptance en Commitment Therapie: veranderingen door Mindfulness, het proces en de praktijk	Hayes, Steven C.	2012
Milde zorg	Meganck Hans	2012
Mindfulness bij volwassenen met autisme: een wegwijzer voor hulpverleners en mensen met ASS	Spek, Annelies	2011
Mindfulness : Een praktische gids om rust te vinden in een hectische wereld	Williams, Mark	2011
Aandacht voor pijn: door mindfulness gelukkig leven met chronische pijn	Burch, Vidyamala	2010
Mindful @ work: stapstenen naar meer evenwicht op de werkvloer	Prins, Björn	2010
De Mindful Box : 7 inzichten voor je levenswerk	Dewulf, David	2010
Mindfulness voor jongeren	Dewulf, David	2009
Mindfulness voor kinderen : Gids voor onderwijs, hulpverlening en ouders : Een voedende pedagogie vanuit het hart	Catry, Pim	2008
Mindfulness : Een pad van vrijheid	Dewulf, David	2007

Artikels

Titel	Auteur	Jaar van uitgave
Vechten, vluchten of bevroren werkt averechts	Potharst, Eva S.	2016
Mindfulness, ook voor ADHD?	Sauwen, Ilona	2015
MYmind: mindfulness training voor jongeren met ASS en hun ouders	de Bruin, Esther L.	2015
UvA onderzoekt bij ADHD: 'Pillen of chillen?'. 'Door aandacht controle over jezelf'	van der Zee, Renate	2015
Mindfulness: meer greep op jezelf. Mindfulness heeft een positief effect op mensen met een verstandelijke beperking en hun begeleiders	Vink, Ronny	2014
Pilootstudie naar de effecten van mindfulness van mensen met een visuele en matige verstandelijke beperking en hun begeleiders	Lievense, Pieternel	2014
Thema: Mindfulness. 'Het is wat het is': aandacht voor je ademhaling en je lijf, accepteren dat dingen zijn zoals ze zijn.	Gijzen, Tjitske	2014
Thema: Mindfulness. Met jezelf aan het werk: cliënt en begeleider vertellen over hoe ze erin slagen bewuster en meer ontspannen te leven	Gijzen, Tjitske	2014
Thema: Mindfulness. Pionieren: er groeit een levendige uitwisseling van ervaringen met mindfulness in de verstandelijk gehandicaptenzorg	Gijzen, Tjitske	2014
Mindfulness bij volwassenen en ouderen met autisme	Spek, A.A	2013
'Mindfulness niet geschikt voor iedereen'	De Ceulaer, Joël	2013