

Mindfulness en schematherapie

Praktische training bij persoonlijkheidsproblematiek

AUTEUR: Michiel van Vreeswijk, Jenny Broersen en Ger Schurink

UITGEVERIJ: Bohn Stafleu van Loghum

ISBN: 978 90 313 6274 5

Steeds vaker worden mindfulness-technieken met succes toegepast in de schematherapie voor mensen met forse persoonlijkheidsproblematiek. Dit succes vormde de aanleiding tot het schrijven van deze praktische handleiding. Het geeft duidelijke richtlijnen hoe een mindfulness-training toegepast kan worden bij patiënten die worstelen met schema's en modi. Het leren van aandachtgerichte technieken staat hierbij centraal.

Mindfulness en schematherapie helpt patiënten niet alleen bij bewustwording en werking van de eigen schema's en modi, maar maakt ook duidelijk hoe zij geneigd zijn van hieruit automatisch te handelen.

Mindfulness en schematherapie is een praktische handleiding voor psychotherapeuten, gedragstherapeuten en schematherapeuten. De auteurs



maken allen deel uit van de discipline van psychologen en hebben een ruime ervaring binnen de GGZ.