**Aanbevolen literatuur**

**NB.** Tijdens de opleiding wordt door de docenten aan gegeven welke boeken (sterk) aanbevolen worden (je hoeft deze niet vooraf aan te schaffen).

1. **Patiëntgericht communiceren,** Gids voor de medische praktijk, R. van Staveren.  
*2e druk, De Tijdstroom, 2015, Deze praktijkgids is in eerste instantie bedoeld voor huisartsen, SEH-artsen, overige medisch specialisten en alle artsen in opleiding die patiëntgerichte communicatievaardigheden willen toepassen in de medische praktijk en daarbij wel eens wat inspiratie kunnen gebruiken. Ook andere hulpverleners in de gezondheidszorg, zoals psychologen, verpleegkundigen of therapeuten die vaak onder moeilijke omstandigheden consulten voeren, hebben baat bij de hier beschreven communicatieve vaardigheden.*

2. **Handboek behandeling van somatisch onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten**, J.A. Spaans e.a. , Lannoo Campus 2017.  
*Voor veel voorkomende klachten als hoofdpijn, chronische pijn, vermoeidheid en duizelingen wordt vaak geen oorzaak gevonden. Toch zijn er behandelmogelijkheden. In dit handboek beschrijven specialisten de nieuwste inzichten in diagnostiek, verwijzing, behandeling en begeleiding. Dit complete handboek is bedoeld voor huisartsen, fysiotherapeuten en psychologen. Aan de orde komen zowel breed toepasbare methoden als specifieke interventies en innovaties.*

3. **Alles over psychische stoornissen**, American Psychiatric Association, Boom, 2016.  
*Gids met uitgebreide, overzichtelijke en toegankelijk gepresenteerde informatie over psychische aandoeningen voor patiënten en naastbetrokkenen, gebaseerd op de categorisering van de nieuwste editie van het Amerikaanse DSM-5. Het boek biedt in twintig hoofdstukken concrete kennis die helpt om inzicht te krijgen in (het traject van) diagnose en behandeling.*

4. **Time to ACT!**, G. Jansen, T. Batink, Thema 2014. **How 2 ACT**, G Jansen, 2018  
*Time to Act! Is een bijzonder helder en praktisch geschreven boek. Een aanrader voor iedereen die op een professionele, ervaringsgerichte en praktische manier met ACT (Acceptance and Commitment Therapy) aan de slag wil gaan. De theorie wordt op een laagdrempelige manier uitgelegd en uitgebreid toegelicht met praktijk oefeningen en metaforen. How to ACT is het laatste boek met een verdieping voor professionals met nieuw materiaal.*

5. **Uit je hoofd, in je leven**, S. C. Hayes & S Smith, Nieuwezijds Amsterdam 2006.  
*Steven Hayes is de grondlegger van ACT (Acceptance and Commitment Therapy). In dit boek beschrijft hij zijn gedachtengoed in de vorm van een zelfhulpboek. Het is een belangrijk basisboek, voor wie zich verder wil verdiepen in ACT.*

6. **The therapeutic alliance. An evidence-based guide to practice,** J. C. Muran,  
*J. P. Barber (Red.), The Guilford Press, New York/London 2010. Dit boek is gericht op de doelgroep van therapeuten en studenten en heeft een aantal doelstellingen. In de eerste plaats het schetsen van de wetenschappelijke gegevens op het gebied van de therapeutische relatie in psychotherapie (deel 1). In de tweede plaats het beschrijven van het werken met de therapeutische relatie vanuit verschillende soorten therapeutisch perspectief zoals psycho­dynamische, cognitief gedragsmatige, interpersoonlijke therapie en relatietherapie, gezinstherapie en groepstherapie (deel 2). En in de derde plaats het geven van aanbevelingen voor het werken met moeilijke aspecten van de therapeutische relatie en het geven van trainingen daarin (deel 3).*

7. **Relaxation Revolution**, by Herbert Benson, MD, and William Proctor, JD, (Scribner, 2010).  
*Relaxation Revolution is the first disease-by-disease guide to enhancing personal health through therapies based on the science and genetics of mind body healing. The strategies described in this book – which are supported by Dr. Benson’s extensive published research at Harvard Medical School and Massachusetts General Hospital – show you how to “switch off” or “switch on” gene activity associated with health and disease. The Benson-Henry Protocol introduced to the general public in Relaxation Revolution can be used to treat various medical problems, including: high blood pressure, anxiety, depression, infertility, insomnia, menopausal hot flashes, many pains, including backaches and headaches, phobias.*

8. **Gezond leven met mindfulness**, handboek meditatief ontspannen. effectief programma voor het bestrijden van pijn en stress, Jon Kabat-Zinn, Gottmer Uitgevers Groep, Haarlem, 2014 (gereviseerde herdruk).  
*Mindfulness is voor iedereen die zijn beperkingen wil overstijgen en naar een hoger niveau van gezondheid en welbevinden wil groeien. Dit boek laat zien hoe je op meditatie en yoga gebaseerde oefeningen kunt gebruiken om met meer aandacht in het nu te leven. Hierdoor kun je beter omgaan met de stress van alledag. Ontspanning, wijsheid en beheersing worden het uitgangspunt van je leven. `Gezond leven met mindfulness is een lezenswaardig en praktisch boek dat overtuigend laat zien hoe belangrijk meditatie is in ons dagelijks leven.*

9. **Mindfulness en Fysiotherapie**, Peter van Burken, Bohn Stafleu van Loghum, 2017.  
*Mindfulness is een bewezen effectieve behandelvorm bij pijnklachten. Fysiotherapeuten kunnen mindfulness opnemen in hun behandeling en daarmee het fysieke en psychische welzijn van patiënten bevorderen. Dit boek geeft fysiotherapeuten de handvatten om mindfulness toe te passen in hun werk met patiënten.*

10. **Mindful communiceren voor hulpverleners**, Pieternel Dijkstra, Boom, 2014  
*Mensen communiceren vaak gedachteloos. Pas in een lastige situatie worden ze ‘wakker’ en beseffen ze wat ze precies zeggen en hoe. In de relatie tussen hulpverlener en cliënt waar het succes van de behandeling voor een groot deel afhankelijk is van een goede communicatie tussen hulpverlener en cliënt, is mindful communiceren dan ook belangrijk. Dit houdt in dat een hulpverlener zijn reactie baseert op de informatie die in het ‘hier en nu’ op hem afkomt.*

11. **Basisboek Cognitieve Therapie**, J.S. Beck, HB Uitgevers, 2011.  
*Cognitieve therapie is een behandelvorm die wordt toegepast bij veel verschillende psychische problemen. Daarbij baseert de therapeut zich op een aantal basisprincipes die in het eerste hoofdstuk van dit boek kort en duidelijk staan beschreven. In de volgende hoofdstukken wordt aangereikt hoe de therapeutische sessies gepland, gestructureerd en ingevuld kunnen worden. Daarna worden de basale stappen in de cognitieve therapie aangereikt en legt de auteur strategieën uit die helpen bij het omvormen van onderliggende vooronderstellingen en overtuigingen bij de cliënt. Er is aandacht voor huiswerk, afronding en voorkomen van terugslag en het boek sluit af met een aantal bruikbare werkbladen.*

12. **Pijn, waarom?**, een gids voor mensen met pijn, B van Cranenburgh, Iton 2012.  
*In dit boekje wordt uitgelegd hoe lichamelijke, neurologische, psychologische en sociale factoren in combinatie een rol kunnen spelen bij het ontstaan van chronische pijn, en hoe diezelfde factoren kunnen worden ingezet bij de aanpak van chronische pijn.*

13. **Leven met pijn, De kunst van het aanvaarden**, Martine Veehof, Karlein Schreurs, Monique Hulsbergen, Ernst Bohlmeijer, Boom, 2012.  
*Dit zelfhulpboek is gebaseerd op principes uit ACT. In plaats van de strijd aan te gaan tegen de pijn, leer je de pijn te aanvaarden en toe te laten in je dagelijks leven. Het boek is goed te gebruiken om samen met cliënt door te nemen en oefeningen uit het boek als huiswerk mee te geven. Ook is er een online cursus van beschikbaar.*

14. **‘Adem in, adem uit’** , Thich Nhat Hanh, Ten Have, 2011.  
*Een boekje boordevol korte meditaties, anekdotes en adviezen, waarmee je elk moment van de dag mindful kunt doorbrengen.*

15. **Motiverende gespreksvoering**, W.R. Miller & S. Rollnick, Ekklesia, 2014  
*Dit boek is een standaardwerk over Motiverende Gespreksvoering. Deze belangrijke vorm van hulpverlening is bedoeld om mensen voor te bereiden op en te ondersteunen bij verandering.*

16. **Socratisch motiveren**, M Appelo, Boom Cure &Care, 2014.  
*Handzaam inspirerend boekje geschreven door gezondheidspsycholoog over de socratische dialoog met je cliënt. Bevat DVD met praktijkvoorbeeld van een aantal gesprekken tussen cliënt en therapeut.*

17. **Health Counseling**, F. Gerards R. Borgers, Boom Lemma, 2014  
*Dit boek is met name geschikt voor mensen die werken binnen de gezondheidszorg en adviserende gesprekken met patiënten houden. Aan de hand van de fasen van gedragsverandering beschrijft het met praktische voorbeelden de systematiek van het (para)medische en verpleegkundige adviesgesprek.*

18. **Overdracht en tegenoverdracht**, F. van Delft, Boom Lemma 2012.  
*In dit boek worden de begrippen overdracht en tegenoverdracht, oorspronkelijk ontwikkeld door Freud, vertaald naar de alledaagse beroepspraktijk van begeleiders van cliënten.*

19. **Lichaam en Geest**, J. van Baak e.a., Damon, 2007.  
*In deze bundel wordt het probleem van de relatie van lichaam en geest aan de orde gesteld vanuit de filosofie en de psychologie, de neurofilosofie en de bewegingswetenschappen, de taal- en literatuurwetenschap en de kunst. Uitgangspunt is de gedachte dat alleen een multidisciplinaire benadering een bevredigend beeld kan geven van de recente ontwikkelingen en de actuele stand van zaken op het gebied van onderzoek.*

20. **De POWER patiënt**, W. Konings, De Gezonde Pers, 2015.  
*De POWER Patiënt helpt patiënten om een beter resultaat te krijgen in de zorg. Na het lezen van dit boek weet u waarom Powerpatiënten sneller beter zijn, de behandeling krijgen die het beste bij ze past en minder last hebben van bij-effecten van die behandeling. Auteur Wil Konings behandelt de stappen die je als patiënt moet zetten om goede zorg voor jezelf te regelen. Deze stappen zijn beschreven in het door haar ontwikkelde model: de Power Piramide.*