



## Samen gelukkig

Gebaseerd op bevindingen uit eigen en ander onderzoek is gezondheidseconoom Lieven Annemans ervan overtuigd: we kunnen het geluk vinden, niet door er naarstig naar te zoeken, maar door er samen aan te werken. “Want gelukkig zijn, dat doe je niet alleen, dat doe je samen”, benadrukt professor Annemans, zonder moraliserend te willen klinken. Met zijn verhelderende inzichten, praktische tips en adviezen in *Geluk vinden zonder het te zoeken* wil hij vooral hefbomen blootleggen om onszelf en elkaar gelukkiger te maken – thuis, op het werk en in de samenleving. Hij zoomt in op het ABC van geluk en de kleine en grote dingen in het leven die mee ons ware geluk bepalen. Om meteen ook te tonen hoe we er als individu, samenleving of beleid vat op kunnen hebben. Een inspirerend ‘wij’-boek om samen ons geluksniveau op te krikken. • **A.S**

› **GELUK VINDEN ZONDER HET TE ZOEKEN.** Lieven Annemans, *Borgerhoff&Lamberighs*, 2021, 184 blz., ISBN 9789463935098.

## BODYTALK RAADT AAN



## Dementiegids

Rik Vandenberghe, die al 20 jaar als neuroloog in de geheugenkliniek van UZ Leuven werkt, vindt het naar eigen zeggen tijd om de 1.001 verhalen samen te voegen. “Wat mensen met dementie en hun naasten vertellen, van het prille begin van de ziekte tot het einde ervan, is niet alleen een menselijk en individueel relaas”, zegt professor Vandenberghe. “Het is ook een encyclopedie van de neurowetenschappen die opengaat. Nog elke dag hoor ik nieuwe verhalen en inzichten die toch weer een andere en eigen kijk op het geheugen werpen.” Erkentelijk om wat mensen hem toevertrouwen, en steunend op zijn wetenschappelijke kennis en ervaring, schreef hij met *Het geheugenlabyrint* een erg heldere wegwijzer bij dementie. Als een goede gids loodst hij de lezer met toegankelijke informatie en tips door het ganse traject: van de eerste klachten, de oorzaken, de diagnose en de behandelingen, tot het verdere verloop en de mijlpalen in het ziekteproces. • **A.S**

› **HET GEHEUGENLABYRINT. WEGWIJZER BIJ DEMENTIE.** Rik Vandenberghe, *LannooCampus*, 2021, 200 blz., ISBN 9789401477802.



## Overtuigend

Wil je weten wat psychotherapie en in het bijzonder psychoanalytische therapie inhoudt en voor iemand kan betekenen? Dan is Mark Kinet's nieuwste boek absoluut een aanrader. Hierin laat hij patiënten zelf vertellen hoe zij hun psychotherapeutische proces ervaren, terwijl hij als psychiater hun verhalen algemeen kadert. Niet dat de werkzaamheid van psychotherapie vandaag nog wetenschappelijk omstreden is, maar niets werkt overtuigender dan de stemmen van patiënten zelf. En zoals de titel van het boek al laat vermoeden, blijkt uit hun openhartige getuigenissen dat patiënten zich ook echt geholpen voelen door de therapie. *Beter en wijzer door psychotherapie. 31 patiënten vertellen het zelf* vormt een drieluik met 2 eerdere boeken van Kinet en is al het dertigste boek in de reeks ‘Psychoanalytisch Actueel’ met Kinet als hoofdredacteur. • **A.S**

› **BETER EN WIJZER DOOR PSYCHOTHERAPIE. 31 PATIËNTEN VERTELLEN HET ZELF.** Mark Kinet, *Gompel&Svacina*, 2021, 194 blz., ISBN 9789463713290.