



## **MINDFULNESSTRAINING BIJ JONGEREN**, *stappenplan voor hulpverleners*

David Dewulf, uitgever Lannoo Campus



Ik kan kort zijn over dit boek. Het is gewoon een goed boek. Het geeft een gedetailleerd overzicht van wat men moet doen als trainer in de verschillende bijeenkomsten. Geen tierelantijn, helder, krachtig.

Was dit boek nodig? Wanneer je gewend bent om programma's te schrijven dan had je genoeg gehad aan Mindfulness voor Jongeren. Dit boek is een directe vertaling met tips voor trainers. Wanneer je het lastig vindt om programma's te schrijven dan is het geen weggegooid geld.

Dewulf heeft het in zijn boek wel over grote groepen in scholen.

Frans van der Horst, mindfulness-, compassie- en ACT-trainer en therapeut. Meer informatie op [www.mindfulness.in](http://www.mindfulness.in)