

BINNENGEKOMEN

In deze rubriek wordt naar recent verschenen publicaties verwezen die voor de LVB-sector relevant zijn.

De Neef, M. (2013). Ik? Ik stel niks voor. Over zelfbeeld, zelfwaardering, zelfvertrouwen. Amsterdam: Uitgeverij Boom. ISDN: 978 94 6105 866 9.

De achterflap meldt: 'Mensen met een negatief zelfbeeld zijn altijd bezig zichzelf te bekritisieren en af te kraken. Elk succes wordt gebagatelliseerd, elke mislukking rekenen zij zichzelf aan. Anderen doen het in hun ogen altijd beter dan zichzelf. Zij zijn ervan overtuigd dat zij niets voorstellen. Heel veel mensen hebben last van een negatief zelfbeeld, sommige meer dan anderen. Het gevolg laat zich raden: een negatief zelfbeeld veroorzaakt verdriet, (sociale) angst, passiviteit, somberheid, of juist tomeloze activiteit om maar te laten zien dat zij wél iets voorstellen. Het heeft kortom invloed op alle gebieden in hun leven en, belangrijk, het gaat meestal niet vanzelf over. In dit boek wordt uitgelegd wat de oorzaken en de gevolgen kunnen zijn van een negatief zelfbeeld. Aan de hand van oefeningen en tips kun je leren je zelfbeeld te verstevigen door anders naar jezelf te kijken en je anders te gedragen, zodat je je in de toekomst prettiger gaat voelen.' De vraag in hoeverre de aanpak van problemen met het zelfvertrouwen, zoals in dit boekje beschreven, toepasbaar zijn bij personen met LVB-problematiek wordt in het volgende nummer van *Onderzoek & Praktijk* beantwoord.
AP