



**3 redenen
OMDIT BOEK
TE LEZEN**

John Brockman (redactie), *Hier word je slimmer van*, Maven Publishing, € 18,50

1 Je doet er verfrissende ideeën in op. In *Hier word je slimmer van* beschrijven 151 wijze mensen – intellectuele *hotshots* uit onder meer de cognitieve wetenschappen, de evolutionaire psychologie en de informatietechnologie – hoe zij de wereld zien. Zo stelt schrijver Stewart Brandt dat microben, niet mensen, het echte succesverhaal zijn van deze aardbol: zij bestaan al veel langer dan de mensheid en in veel groteren getale. Vraag jezelf daarom bij problemen eens af: wat zou een microbe doen?

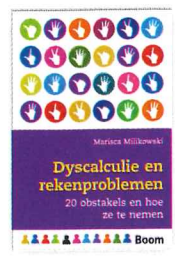
2 Het 'zapt' lekker weg. Misschien zegt het relaas van natuurkundige Richard Dawkins over dubbelblind onderzoek je weinig, maar dan blader je gewoon door naar, bijvoorbeeld, de ideeën van hoogleraar journalistiek Charles Seife over toeval. Er zitten altijd wel een paar waardevolle inzichten tussen die je raken of je blik verbreden.

3 Je wordt er echt slimmer van. Spelenderwijs leer je door het boek van alles over het leven, het universum en de mensheid. Bijvoorbeeld dat in India het aantal mensen met een mobieltje twee keer zo groot is als het aantal mensen dat een wc gebruikt. En dat de correlatie tussen depressie en geluk maar -0,35 is. Oftewel dat, naarmate mensen depressiever zijn, ze niet per se minder gelukkige momenten hebben.

PIETERNEL DIJKSTRA

Het goede antwoord op dyscalculie

Een van de meest raadselachtige verschijnselen bij dyscalculie – moeite met rekenen – is het grote vergeten. De ene dag komt de tafel van zes er na wat oefening vlot uit, de volgende dag niet meer. Het lastige is dat er



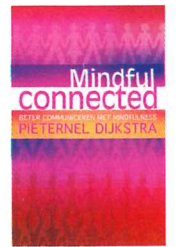
verschillende oorzaken zijn voor dyscalculie, legt psychologe en rekenkundige Mariska Milikowski helder uit. Het kan bijvoorbeeld een probleem van het werkgeheugen zijn, een zwak

ruimtelijk voorstellingsvermogen, of moeite met inprenten in het geheugen. Wij 'zien' meteen dat drie plus vier zeven is. Dat betekent dat die kennis geautomatiseerd is. Maar bij veel kinderen met dyscalculie werkt het systeem van automatiseren niet goed. Milikowski laat met veel praktijkvoorbeelden zien hoe ouders en leerkrachten daarbij kunnen helpen; aan dit boek hebben ze echt iets. **ODA SALOMONS**

Mariska Milikowski, *Dyscalculie en rekenproblemen*, Boom, € 19,50

Mindful met je minnaar

Mindfulness is in. Therapieën, zelfhulpboeken, trainingen: al jaren worden we met deze term gebombardeerd. Letterlijk betekent het: je volle aandacht geven aan alles wat je doet, zonder te oordelen. Of je nu aardappels schilt of met je partner vrijt. Wie *mindful* leeft, zo blijkt uit recente onderzoeken, heeft minder stress, accepteert situaties makkelijker en is zich meer bewust van eigen en andermans emoties. Bondig en helder legt psychologe Pietermel Dijkstra uit hoe dat leidt tot betere relaties. De praktische manier waarop ze dat doet, met veel tips, testjes en bondige voorbeelden, onderscheidt *Mindful connected* van veel andere mindfulnesslectuur.



Daarbij geeft ze veel leuke onderzoeksweetjes. Zoals: wie meer *mindful* gaat leven, kweekt dichter hersenweefsel in het emotiecentrum de hippocampus, en dat leidt tot positievere emoties. **INGE SCHILPEROORD**

Pietermel Dijkstra, *Mindful connected*, BBNC Uitgevers, € 14,95