

PSYCHOLOGIES

persbericht, 1 november 2012

***Blijf bij mij* van Rika Ponnet wint Psychologies Boekenprijs 2012**

Op 1 november 2012, op de themadag 'Levenskracht van boeken' op de Boekenbeurs, werd **de Psychologies Boekenprijs uitgereikt aan Rika Ponnet voor *Blijf bij mij***. Alle genomineerde titels waren non-fictieboeken die het afgelopen jaar gepubliceerd werden in Vlaanderen. De jury oordeelde dat *Blijf bij mij* (Lannoo) het best aanleunt bij 'een leven in balans'. Als laureate ontving Rika Ponnet een door *Psychologies*-huiskunstenaar Benoît samengestelde verzamelmap met vijf zeefdrukken.

Blijf bij mij



Na de eerste verliefdheid ontstaat in veel relaties een 'machtsstrijd': je gaat je ergeren aan kleine kantjes, je bent bang te veel van jezelf te moeten opgeven, er ontstaat een bepaalde sleur ... Maar hoe vermijd je dat die strijd het einde van je relatie betekent? Aan de hand van praktijkvoorbeelden legt Rika Ponnet de dieperliggende oorzaak van relatieproblemen bloot en toont ze hoe hechtingsstijlen vaak aan de basis liggen. Waarom trekken tegenpolen elkaar aan, maar stoten ze vaak na een tijdje ook weer af? Waarom kiezen veel mensen telkens weer voor een 'foute' partner? En waarom zijn ruzie en strijd vaak een verborgen kreet om meer intimiteit? Een vernieuwende en verhelderende kijk op relaties, met praktische tips en adviezen.

Laureate Rika Ponnet



Rika Ponnet is seksuologe en leidt al jaren, samen met haar man Mark Boeykens (psycholoog), het relatiebemiddelingsbureau Duet. Als therapeute begeleidde ze talloze singles en koppels. Ze is een veelgevraagd relatie-experte in de media en schreef eerder *Mijn leven als koppelaarster* (Standaard Uitgeverij, 2006) waarin ze ons een boeiende kijk op het reilen en zeilen van een relatiebemiddelingskantoor gunt.

Andere genomineerden

De jury, die bestond uit lezers en journalisten van *Psychologies*, las vier door de redactie genomineerde zelfhulpboeken die het voorbije jaar gepubliceerd werden door Vlaamse uitgeverijen: *Gelukkiger leven* van Gerbert Bakx (Witsand Uitgevers), *Ik wil mama én papa, allebei!* van Ludo Driesen (Garant Uitgevers), *Blijf bij mij* van Rika Ponnet (Lannoo) en *Burn-out* van Luc Swinnen (Davidsfonds). Een gevarieerd palet dat perfect paste bij de themadag 'Levenskracht van boeken'.

Juryverslag

'Na een eerste verkennende ronde vielen er meteen twee titels af: ***Gelukkiger leven van Gerbert Bakx*** en *Ik wil mama en papa allebei* van Ludo Driesen. Hoewel de overzichtelijke vraag-en-antwoordstructuur de jury zeker kon bekoren en de auteur erin geslaagd is om wetenschap, filosofie en psychologie op een luchtige en vaak humoristische manier te brengen, verloor hij een deel van de jury door door een teveel aan herhaling en net iets te veel zijsprongetjes waardoor de aandacht afgeleid werd van de kernboodschap.

Ik wil mama en papa allebei van Ludo Driesen is volgens de jury een indrukwekkend en op z'n minst gezegd goed gestoffeerd naslagwerk dat een duidelijk inzicht biedt in het loyaliteitsconflict waar kinderen van gescheiden ouders mee kampen. Een basiswerk dat de psychologen in de jury graag in hun bibliotheek zagen staan, maar dat hen minder geschikt leek voor ouders en familie van gescheiden kinderen door de te droge en afstandelijke schrijfstijl. Zo bleven twee titels over voor verdere discussie. De kanshebbers ***Burn-out van Luc Swinnen*** en ***Blijf bij mij van Rika Ponnet*** waren aan elkaar gewaagd. Allebei behandelen ze een relevant onderwerp (het ene stress en burn-out, het andere de machtsstrijd in een relatie). Daarnaast zijn beide boeken geschreven voor een breed publiek en integreren ze op een vlotte manier getuigenissen en persoonlijke ervaringen wat een herkenbare toon opleverde. In het boek van **stressspecialist Swinnen** waardeerde de jury vooral de positieve invalshoek. In plaats van een klaagzang te houden over de gevolgen van stress legt Swinnen de nadruk op de oorzaken en preventie van burn-out. Via technieken en vragenlijsten wordt de lezer aangespoord om de symptomen

van burn-out en bore-out tijdig te herkennen. Daarnaast apprecieerde de jury ook de talrijke wegwijzers naar verdere lectuur en het praktische tienstappenplan achteraan in het boek. De toon vonden we bij momenten dan weer te schools en hier en daar zelfs slordig.

Het boek van **Rika Ponnet** trof de jury als een origineel en vernieuwend boek. Er is zo goed als geen Nederlandstalige literatuur die zo duidelijk de impact beschrijft die je hechtingsstijl op je relatie heeft. Dat de auteur heel wat getuigenissen en persoonlijke ervaringen in haar boek integreert gaf het boek een authentiek gezicht. Ook slaagde de auteur er volgens de jury in om deze vrij moeilijke materie op een toegankelijke manier om te zetten in een samenhangend verhaal dat blijft nazinderen. Sommige juryleden hadden misschien liever een vlottere benaming gehoord voor de verschillende hechtingssystemen, terwijl andere dan weer een meer oplossingsgerichte aanpak misten in het boek. Maar toch was iedereen ervan overtuigd dat Ponnet een verhelderend inzicht biedt in de mechanismen van hechting en dat ze een onvervangbaar kader aanbiedt dat mensen doet nadenken.

Omdat er maar één iemand de Psychologies Boekenprijs kan winnen werd besloten om over te gaan tot een tweede stemronde. Dit keer koos de jury unaniem voor het boek dat het meest origineel, vernieuwend en toegankelijk is. Een boek dat mensen helpt om hun relationele leven in balans te krijgen en te houden. De jury bekroont ***Blijf bij mij van Rika Ponnet.***'

Juryleden

Barbara Van den Abeele (Psychologies, juryvoorzitster)

Barbara Seynaeve (Psychologies, journaliste)

Barbara De Munnynck (journaliste)

Tina De Gendt (journaliste)

Patricia Meyntjes (lezeres Psychologies)

Bieke Taelman (lezeres Psychologies)

Wendy Hölzken (lezeres Psychologies)

Frederik Trier (Fnac Leuven - verantwoordelijke humane wetenschappen)

Martine Mingelinckx (laureaat Psychologies Boekenprijs 2011)

Perscontact

Barbara Van den Abeele

Hoofdredactrice Psychologies Magazine

0487 54 04 44

b.vandenabeele@ventures.be

Mieke Deprez

Pers & Promotie Lannoo Uitgevers

0496/59 87 56

mieke.deprez@lannoo.be