

NIEUW VAN Nieuwezijds

PSYCHOLOGIE OPVOEDING GEZONDHEID



POPPY O'NEILL

Zorgen opzij, helemaal blij

Een kindergids over angst

2020 | € 17,50 | 144 pag. | ISBN 978 90 5712 547 8



POPPY O'NEILL

Je bent een ster

Een kindergids over zelfwaardering

2020 | € 17,50 | 144 pag. | ISBN 978 90 5712 548 5

Deze praktische gidsen combineren technieken van cognitieve gedragstherapie met eenvoudige oefeningen die kinderen helpen om angstige gedachten en gevoelens kwijt te raken of hun zelfwaardering te verhogen.

De boeken zijn bedoeld voor kinderen van 7 tot 11 jaar en bevatten veel leuke activiteiten, afgewisseld met heldere uitleg, inspirerende voorbeelden en nuttige tips voor kinderen – en praktische informatie voor ouders.

PAUL STALLARD

Denk goed – voel je beter

Werkboek cognitieve gedragstherapie voor adolescenten en jongvolwassenen



Dit boek biedt materialen voor begeleiding en behandeling van adolescenten en jongvolwassenen. Het is een vervolg op het succesvolle werkboek *Denk goed – voel je goed*, dat zich richt op een jongere doelgroep.

2020 | € 39,95 | 252 pag. | ISBN 978 90 5712 533 1

LISA WEED PHIFER, AMANDA CROWDER, TRACY ELSENRAAT & ROBERT HULL

CGT-instrumenten voor kinderen en jongeren

Meer dan 200 werkbladen en oefeningen bij trauma, ADHD, autisme, angst, depressie en gedragsstoornissen



Dit praktische boek staat vol leuke en vooral nuttige activiteiten op basis van cognitieve gedragstherapie (CGT). Het is geschreven voor professionals die werken met kinderen en jongeren met:

- trauma
- angst
- ADHD
- depressie
- autisme
- gedragsstoornissen

Het is het beste en meest uitgebreide hulpmiddel om kinderen te helpen beter om te gaan met hun dagelijkse problemen en obstakels – en die te overwinnen.

2019 | € 39,95 | 258 pag. | ISBN 978 90 5712 524 9

PAUL STALLARD

Denk goed – voel je goed

Werkboek cognitieve gedragstherapie voor kinderen en jongeren – TWEEDE EDITIE



Over de eerste editie:

'Een goede ondersteuning voor praktijkmensen die cognitieve gedragstherapie toepassen bij kinderen en jeugdigen.' – TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHIATRIE

'Overzichtelijk en zeer praktisch (...) Het materiaal is leuk, vrolijk en kindvriendelijk (...) echt een aanrader.' – KIND EN ADOLESCENT PRAKTIJK

Deze geheel geactualiseerde tweede editie van het zeer succesvolle werkboek *Denk goed – voel je goed* past cognitieve gedragstherapie (CGT) toe op een voor kinderen en jongeren begrijpelijke manier, aan de hand van herkenbare voorbeelden uit het dagelijks leven. De praktische oefeningen en werkbladen zijn tevens beschikbaar als downloads.

2020 | € 39,95 | 254 pag. | ISBN 978 90 5712 532 4

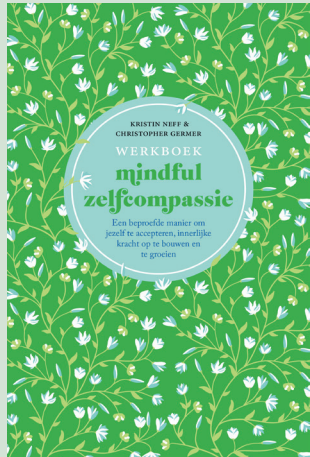
KIJK VOOR EEN VOLLEDIG OVERZICHT VAN ONZE TITELS OP
www.nieuwezijds.nl

Wil je op de hoogte blijven van nieuwe uitgaven? Meld je aan voor de nieuwsbrief.

KRISTIN NEFF & CHRISTOPHER GERMER

Werkboek mindful zelfcompassie

Een beproefde manier om jezelf te accepteren, innerlijke kracht op te bouwen en te groeien



Het boek is gebaseerd op het baanbrekende achttweekse programma voor Mindful Zelfcompassie dat wereldwijd al door tienduizenden mensen is gevolgd. Het bevat geleide meditaties (met audio-downloads), informele oefeningen om regelmatig te doen in het dagelijks leven, schriftelijke oefeningen en aansprekende verhalen van mensen die de technieken al gebruiken om relatieproblemen, stress, issues met gewicht en lichaamsbeeld, gezondheidsklachten, angst en andere veelvoorkomende problemen aan te pakken.

Dit werkboek leert je stap voor stap om je te bevrijden van harde zelfkritiek en onmogelijke eisen aan jezelf.

2019 | € 20,- | 200 pag. | ISBN 978 90 5712 521 8

CHRISTOPHER GERMER & KRISTIN NEFF

Mindful zelfcompassie: handboek voor professionals



De officiële handleiding voor trainers van het programma voor Mindful Zelfcompassie (MSC).

Christopher Germer en Kristin Neff zijn de ontwikkelaars en internationale leraren van MSC. In deze handleiding geven ze voorbeelden van hoe je contact kunt leggen met de deelnemers, hoe je oefeningen kunt begeleiden, en hoe het inquiry-proces kan verlopen. Ook leer je hoe je het groepsproces kunt faciliteren en hoe je zelf een compassievolle trainer kunt zijn. Alle acht MSC-sessies en de bijbehorende retraite worden stap voor stap besproken. Het laatste deel van het boek beschrijft hoe je zelfcompassie in psychotherapie kunt integreren.

verschijnt januari 2021 | € 59,95 | 448 pag. | ISBN 978 90 5712 522 5

HANNIE VAN GENDEREN, GITTA JACOB & LAURA SEEBAUER

Patronen doorbreken

Negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen



Maak je steeds weer dezelfde fouten in het leven, terwijl je je hebt voorgenomen om een volgende keer anders te reageren? Aan de hand van vele voorbeelden en invuloefeningen maakt dit boek duidelijk hoe patronen van gedrag, gedachten en gevoelens zijn ontstaan en hoe je die kunt veranderen.

2012 | € 20,- | 200 pag. | ISBN 978 90 5712 355 9

EVA FASSBINDER, ULRICH SCHWEIGER & GITTA JACOB

Therapieboek schematherapie

Met 140 praktische werk- en informatiebladen voor therapeuten en cliënten



'Een praktisch, helder geschreven werk rondom een mooie verzameling aan informatie- en werkbladen. Inzetbaar binnen zowel individuele als groepstherapie.'

— VERENIGING VOOR SCHEMATHERAPIE

2018 | € 49,95 | 312 pag. | ISBN 978 90 5712 494 5

MARISKA KLEIN VELDERMAN, FIEKE PANNEBAKKER & WENDY VAN VLIET

ScheidingsATLAS

Wegwijzer voor ouders



Dit praktische handboek biedt gesprekstechnieken voor het overleg met de ex-partner, informatie over opvoeden na de scheiding, tips voor het communiceren met je kinderen, een overzicht van mogelijkheden voor verdere ondersteuning en vele herkenbare anekdotes.

2020 | € 20,- | 144 pag. | ISBN 978 90 5712 544 7

RANDOLPH M. NESSE

Het nut van angst en somberheid

Inzichten uit de evolutionaire psychiatrie



Psychiater Randolph Nesse verrijkt ons inzicht in psychische gezondheid met een fundamenteel nieuwe benadering ervan. Hij stelt niet de vraag waarom mensen psychische problemen hebben, maar hoe het kan dat natuurlijke selectie ons psychisch gestel zo kwetsbaar heeft gelaten.

2020 | € 29,95 | 368 pag. | ISBN 978 90 5712 478 5

