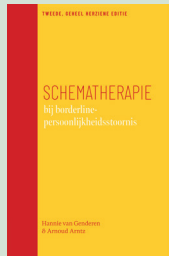


NIEUW VAN Nieuwezijds

PSYCHOLOGIE OPVOEDING GEZONDHEID

HANNIE VAN GENDEREN & ARNOUD ARNTZ

Schematherapie bij borderline-persoonlijkheidsstoornis TWEDE, GEHEEL HERZIENE EDITIE



Deze geheel geactualiseerde en sterk uitgebreide editie van dit toonaangevende leer- en handboek biedt een praktische beschrijving van borderline-persoonlijkheidsstoornis in termen van schemamodi en van een groot aantal therapeutische technieken. Daarbij komen de therapeutische relatie, experiëntiële, cognitieve en gedragsmatige technieken aan bod.

2021 | € 44,99 | 316 pag. | ISBN 978 90 5712 485 3

ANNELIES VERHEUGT-PLEITER & JOLIEN ZEVALKINK

Mentaliseren in de kindtherapie



Leidraad voor de praktijk
— DERDE, GEHEEL HERZIENE EDITIE

Op mentaliseren gebaseerde therapie is een snelgroeiend onderdeel van de kindpsychotherapie. Deze geheel herziene editie bevat de nieuwste theorie over mentaliseren, behandeltechnieken en een overzicht van recent neurologisch en ontwikkelingspsychologisch onderzoek.

2022 | € 54,99 | 285 pag. | ISBN 978 90 5712 578 2

LESLEY SOKOL & MARCI G. FOX

De complete behandelgids voor cognitieve gedragstherapie



Deze gids biedt praktische methodes, interventies en hulpmiddelen om de principes van cognitieve gedragstherapie in de praktijk toe te passen.

De vele werkbladen, copingkaarten en interactieve oefeningen helpen je om je cliënten effectieve copingvaardigheden aan te leren waardoor zij meer zelfvertrouwen krijgen, ophouden aan zichzelf te twijfelen en hun negatieve kernovertuigingen loslaten.

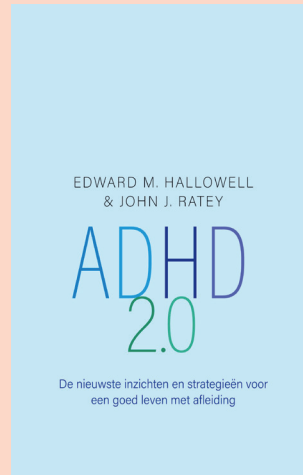
Deze hulpmiddelen ondersteunen het herstel bij onder andere depressie, bipolaire stoornis, angst, boosheid, middelenmisbruik, persoonlijkheidsstoornissen, PTSS, zelfbeschadiging, suïcidaliteit en psychose.

2022 | € 49,95 | 257 pag. | ISBN 978 90 5712 567 6

EDWARD M. HALLOWELL & JOHN J. RATEY

ADHD 2.0

De nieuwste inzichten en strategieën voor een goed leven met afleiding



Dankzij de gerenommeerde psychiaters én doorgewinterde ADHD'ers Edward Hallowell en John Ratey is er nu een boek dat laat zien hoe je van ADHD juist je kracht kunt maken. Zij doen dat aan de hand van aansprekende voorbeelden en onderbouwd met de laatste wetenschappelijke inzichten.

ADHD 2.0 is een motiverende en betrouwbare gids bij het kiezen van een eigen strategie voor een goed leven met afleiding.

'Een opmerkelijk helder, mooi, licht verteerbaar en nuttig boek.'
— *Psychology Today*

2023 | € 24,99 | 192 pag. | ISBN 978 90 5712 575 1

SALLY M. WINSTON & MARTIN N. SEIF

Opdringerige gedachten overwinnen

Een gids op basis van cognitieve gedragstherapie bij beangstigende, obsessieve of verstorende gedachten



Deze gids biedt technieken uit de cognitieve gedragstherapie die je helpen af te rekenen met opdringerige gedachten en de bijkomende schaamte, eenzaamheid, schuld- en angstgevoelens. Je leert hoe je verschillende soorten ongewenste gedachten kunt herkennen, waarom zulke gedachten steeds weer terugkomen en hoe je ze kunt stoppen.

2022 | € 22,99 | 207 pag. | ISBN 978 90 5712 571 3

NINA W. BROWN

Leven met een narcistische ouder

Een gids voor volwassenen



Volwassen kinderen van narcistische ouders leren met dit praktische boek hoe ze vol zelfvertrouwen in het leven kunnen staan en gezonde relaties kunnen aangaan. Daarnaast bevat het boek handige testjes, oefeningen, creatieve opdrachten en praktische tips.

2021 | € 24,99 | 256 pag. | ISBN 978 90 5712 549 2



UITGEVERIJ NIEUWEZIJD

Nieuwezijds is een onafhankelijke uitgeverij van boeken over psychologie, gezondheid, opvoeding, onderwijs, cultuur, wetenschap en filosofie.

www.nieuwezijds.nl | post@nieuwezijds.nl

HANNIE VAN GENDEREN, GITTA JACOB & LAURA SEEBAUER

Patronen doorbreken

Negatieve gevoelens en gewoonten herkennen en veranderen –
TWEDE, GEACTUALISEERDE EDITIE



Schematherapie leert je om de oorsprong van je gedragspatronen te doorgronden, hun invloed op je alledaagse leven te onderzoeken en jezelf zodanig te veranderen dat je beter gaat voelen en beter voor jezelf kunt zorgen en opkomen.

Dit al meer dan tien jaar zeer populaire en bijzonder praktische boek is nu geactualiseerd aan de hand van de laatste wetenschappelijke en therapeutische bevindingen. Van de eerste editie zijn 165.000 exemplaren verkocht.

2023 | € 21,99 | 208 pag. | ISBN 978 90 5712 589 8

HANNIE VAN GENDEREN

Doorbreek je patronen in vijf stappen

Een systematisch plan om ongewenste gedachten, gevoelens en gedrag te veranderen



Dit boek biedt een praktisch en toegankelijk vijfstappenplan voor het doorbreken van hardnekkige, ongewenste patronen. Aan de hand van drie herkenbare personen (Sarah, Martin en Nora), die ieder op hun eigen manier de vijf stappen doorlopen, leer je hoe je ongewenste patronen blijvend kunt veranderen.

Dit gestructureerde en effectieve behandelplan is gebaseerd op de nieuwste inzichten in de schematherapie. Je leert de ongewenste patronen in je gevoelens, gedachten en gedrag te herkennen en zodanig te veranderen dat je er weinig last meer van hebt.

2023 | € 21,99 | 208 pag. | ISBN 978 90 5712 585 0

SIMON A. REGO & SARAH FADER

Werkboek mentale gezondheid

Oefeningen op basis van cognitieve gedragstherapie om negatieve gedachten aan te pakken



Niet elke worsteling met je mentale gezondheid gaat gepaard met een ingrijpende gebeurtenis of een officiële diagnose, maar dat betekent niet dat die geen impact heeft op je leven en op je geluk. Dit boek laat zien hoe je door de kracht van cognitieve gedragstherapie een gevoel van kalmte en vertrouwen kunt krijgen. Aan de hand van deskundig advies leer je hoe je weer kunt oprakbelen na een moeilijke tijd, hoe heftig die ook was. Dit werkboek biedt eenvoudige oefeningen, gerichte oplossingen en cognitieve gedragstherapie voor iedereen.

'Een geweldig boek ... de oefeningen zullen de kwaliteit van je leven verbeteren!' – Judith S. Beck

2023 | € 22,99 | 208 pag. | ISBN 978 90 5712 588 1

ELAINE ELLIOTT-MOSKWA

Werkboek groeimindset

CGT-vaardigheden om je veerkracht en zelfvertrouwen te vergroten



Dit boek bevat essentiële vaardigheden op basis van cognitieve gedragstherapie en is gebaseerd op de kernprincipes uit *Mindset*, de bestseller van Carol S. Dweck. Het leert je hoe je een statische mindset met niet-helpe en zelfbeperkende houdingen en overtuigingen kunt vervangen door een groeimindset die veerkracht vergroot, zelfvertrouwen versterkt en de basis vormt van een zinvol, door eigen keuzes bepaald leven.

2023 | € 24,99 | 232 pag. | ISBN 978 90 5712 584 3

ROSS W. GREENE

Het explosieve kind

Over het begrijpen en opvoeden van snel gefrustreerde, chronisch inflexibele kinderen – VIERDE, GEHEEL HERZIENE EDITIE



Deze nieuwste, geactualiseerde editie van dit praktische en inzichtelijke boek is bijzonder nuttig voor ouders die verstandig willen reageren op problematisch gedrag en zo meer rust willen brengen in het gezin. Het is een must voor hulpverleners en docenten die werken met inflexibele kinderen. Meer dan 15.000 exemplaren verkocht van eerdere edities.

2023 | € 27,99 | 240 pag. | ISBN 978 90 5712 586 7

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.