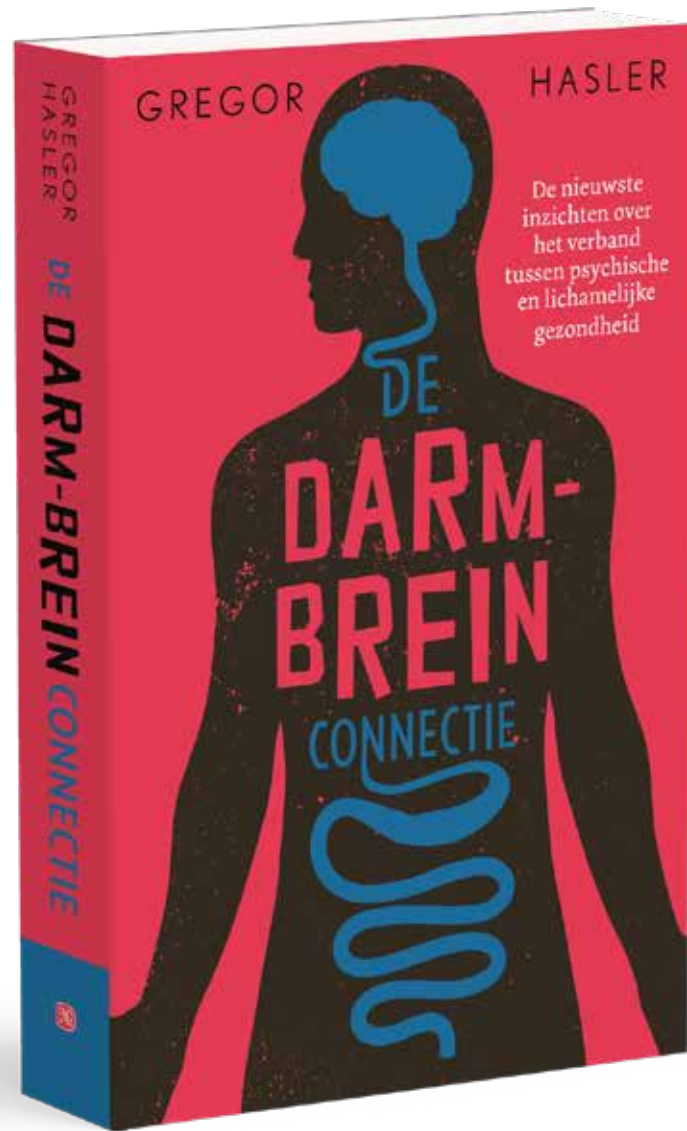


najaar 2021



UITGEVERIJ NIEUWEZIJD'S



BESTSELLER IN DUITSLAND

‘Een boeiend boek, dat een interessante inkijk geeft in de talrijke facetten van de darmen en hun verband met lichaam, geest en brein.’

– Christine Amrhein, *Psychologie Heute*

GREGOR HASLER

De darm- breinconnectie

*De nieuwste inzichten over het verband
tussen psychische en lichamelijke gezondheid*

Het darmmicrobioom is van grote invloed op onze lichamelijke en psychische gezondheid. Als het gezond is, goed gevoed wordt en een uitgebalanceerde verbinding onderhoudt met het brein, staat het aan de basis van een goede gezondheid en een tevreden leven.

Een verstoorde darm-breinconnectie kan leiden tot buikklachten, darmontstekingen, eetstoornissen, overgewicht en diabetes, maar is ook van invloed op neurologische en psychische stoornissen als multiple sclerose, parkinson, autisme, schizofrenie en depressie. Dit boek legt uit hoe diagnostiek en behandeling spectaculair kunnen profiteren van nieuwe inzichten in de darm-breinconnectie.

We hebben onze gezondheid veel meer in eigen hand dan we ooit hadden kunnen denken, en het darmmicrobioom en de darm-breinconnectie spelen daarbij een grote rol. Dit boek behandelt de nieuwste inzichten en geeft praktische tips op basis van recent medisch en voedingsonderzoek en ervaringen met psychotherapie.

DR. GREGOR HASLER is een Zwitserse psychiater, psychotherapeut en neurowetenschapper. Hij is hoogleraar psychiatrie en psychotherapie aan de universiteit van Fribourg. Zijn onderzoek richt zich op stress, veerkracht, voeding en stemmingsstoornissen.



ISBN 978 90 5712 559 1 | € 21,95 | 296 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 860 | oktober 2021



In zijn eerdere boek, *Leven zonder diabetes*, gaat Roy Taylor gedetailleerder in op zijn baanbrekende onderzoek naar de manier waarop het lichaam voedsel verwerkt en diabetes type 2 zich ontwikkelt.



ISBN 978 90 5712 542 3



PROFESSOR ROY TAYLOR is hoogleraar geneeskunde en stofwisselingsziekten aan Newcastle University in Engeland en een van 's werelds meest vooraanstaande deskundigen op het gebied van diabetes.



ROY TAYLOR

Hoe keer je diabetes type 2 om?

Het eenvoudige 3-stappenplan om weer gezond te worden



Professor Taylors onderzoek heeft aangetoond dat diabetes type 2 slechts één oorzaak kent – te veel vet in de lever en alvleesklier – en dat je diabetes of prediabetes kunt omkeren door met snel gewichtsverlies dit schadelijke inwendige vet weg te werken.

Wat gebeurt er in je lichaam bij diabetes type 2? En hoe kun je het omkeren?

In deze eenvoudige en zeer toegankelijke gids, inclusief veelgestelde vragen en tips van deelnemers aan zijn klinische onderzoek, neemt Taylor je mee door de drie stappen van zijn bewezen werkende Newcastle-dieet en laat hij zien hoe je het programma gemakkelijk kunt inpassen in je leven en je gezondheid kunt herstellen.

'Het is een boek dat alle kenmerken heeft om een enorme bestseller te worden.' – *The Guardian*

ISBN 978 90 5712 572 0 | € 14,95 | 160 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 860 | januari 2022

RUSSELL A. BARKLEY

Twaalf principes voor het opvoeden van een kind met ADHD

- Hoe herken je de talenten en vaardigheden van je kind?
- Hoe kun je dat talent verder ontwikkelen?
- Hoe kun je een vangnet en steunpilaar voor je kind zijn?



Een gedegen inzicht in de symptomen van ADHD en hoe deze het functioneren van je kind beïnvloeden, is belangrijk om je kind op een effectieve manier te kunnen opvoeden. Russell Barkley, de zeer gezaghebbende Amerikaanse ADHD-onderzoeker en -behandelaar heeft twaalf principes ontwikkeld waardoor ouders en begeleiders minder problemen zullen tegenkomen bij de opvoeding, meer rust in het gezin kunnen brengen en aanzienlijk aangepaster gedrag zullen zien bij het kind met ADHD.

Deze gids bevat vele praktische tips en adviezen en is een aanrader voor iedereen die extra steun nodig heeft bij de zorg voor kinderen met ADHD.

ISBN 978 90 5712 558 4 | € 24,95 | 256 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 770 | oktober 2021

'Het boek helpt je te begrijpen hoe de hersenen van je kind werken, waarom je kind met bepaalde dingen worstelt, en hoe je het kunt helpen de vaardigheden te ontwikkelen om succesvol te zijn in het leven. Een echte aanrader!' – Kathleen Nadeau, klinisch psycholoog gespecialiseerd in ADHD en, samen met Judith Kolberg, auteur van *Opgeruimd leven met ADHD*

RUSSELL A. BARKLEY is hoogleraar klinische psychiatrie aan de Virginia Commonwealth University School of Medicine. Hij is internationaal een vooraanstaande autoriteit op het gebied van ADHD.



'Alleen met een nuchtere benadering houd je het uit met een borderline-patiënt. In *Leven met een borderliner* leggen de Amerikaanse psychotherapeut Paul Mason en de pr-adviseur en tekstschrijfster Randi Kreger haarfijn uit hoe dat moet. (...) In dit toegankelijk geschreven boek bieden de auteurs praktische tips.' – *NRC Handelsblad* over de tweede editie

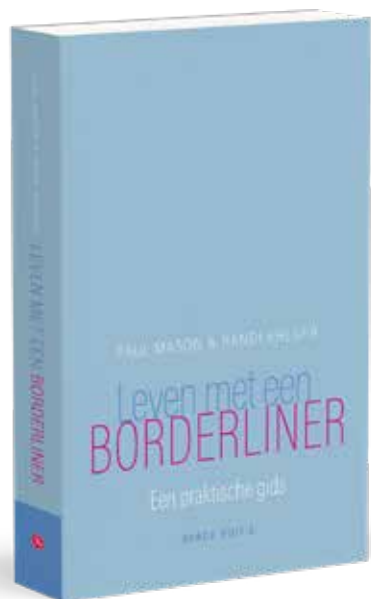
PAUL MASON is vicevoorzitter van de Ascension Medical Group in Wisconsin.
RANDI KREGER is pr-adviseur en tekstschrijver en beheerder van de website www.stopwalkingoneggshells.com, over BPS.

PAUL MASON & RANDI KREGER

Leven met een borderliner

Een praktische gids

DERDE EDITIE



Voel je je gemanipuleerd, onder druk gezet en bekritiseerd? Verberg je wat je denkt of voelt, omdat je bang bent voor de reactie van de ander? Ben je regelmatig het mikpunt van heftige woedeaanvallen, die afgewisseld worden met perioden waarin de ander liefdevol gedrag vertoont?

Mensen die leven met iemand met de borderline-persoonlijkheidsstoornis (BPS) lopen vaak op eieren. Op basis van praktijkverhalen en wetenschappelijke inzichten laten Paul Mason en Randi Kreger zien hoe je de controle over je eigen leven weer terug kunt krijgen.

Deze herziene derde editie van dit zeer succesvolle boek is bijgewerkt op basis van recent onderzoek, uitgebreide nieuwe informatie over narcistische trekken bij BPS en meer aandacht voor mannen en kinderen met BPS.

VOOR PROFESSIONALS

JUDITH S. BECK

Cognitieve gedragstherapie

Theorie en praktijk

DERDE, GEHEEL HERZIENE EDITIE



Deze gezaghebbende en praktische handleiding voor cognitieve gedragstherapie (CGT) biedt een solide training op basis van theoretische inzichten en klinische ervaring. Judith Beck laat stap voor stap zien hoe je evidence-based CGT-technieken kunt toepassen.

De derde editie van dit leerboek én naslagwerk is geheel herzien, geactualiseerd en uitgebreid en bevat nieuwe inzichten en ontwikkelingen op het gebied van CGT, zoals over de therapeutische relatie, het integreren van mindfulness in de behandeling en over herstelgerichte cognitieve therapie.

'Het verloop van de behandeling wordt stap voor stap concreet uitgewerkt, van intake tot afronding en terugvalpreventie. (...) Talloze voorbeeldgesprekken maken de benadering concreet. Een casus wordt door het hele boek gehanteerd als illustratie. Dit alles maakt het werk letterlijk een schoolvoorbeeld van cognitieve gedragstherapie (...) absoluut een aanrader.' – *Tijdschrift voor Psychiatrie* over de tweede editie

JUDITH S. BECK is directeur van het Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy en verbonden aan de afdeling psychiatrie van de University of Pennsylvania School of Medicine.



ISBN 978 90 5712 562 1 | € 27,95 | 296 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 770 | november 2021



ISBN 978 90 5712 557 7 | € 59,95 | 416 pag. | paperback | 16 x 24 cm | NUR 777 | januari 2022

EERDER AANGEBODEN

EDWARD VAN DE VENDEL & IONICA SMEETS
MET TEKENINGEN VAN FLOOR DE GOEDE

Rekenen voor je leven

Wat gebeurt er als een klas de saaie sommen mag vervangen door rekenlessen die met hun eigen leven te maken hebben?



THEMATITEL
KINDER-
BOEKENWEEK
2021

Groep zeven van de Rover Hoepsika-school komt in opstand tegen hun saaie rekenboek. De klas sluit een contract met hun juf en meester: dit jaar gaan ze rekenen met vragen die belangrijk zijn voor hun leven. Iedereen één vraag. Elke week één vraag. Die nieuwe rekenlessen zullen alles veranderen.

ISBN 978 90 5712 518 8 | € 18,95 | 280 pag. | gebonden | 17 x 23 cm | NUR 283 | juli 2021



9 789057 125188

EERDER AANGEBODEN

GEORGE VAN HAL

Fractie van een pixel

Verhalen met een kosmisch perspectief

MET EEN VOORWOORD VAN ANDRÉ KUIPERS



Turen naar het heelal helpt ons alles in perspectief te plaatsen. Wat wij hier meemaken, van ellende tot geluk, is op kosmische schaal immers bijzonder relatief. Het maakt van de kosmos het ideale tegengif voor het heftige nu.

ISBN 978 90 5712 561 4 | € 18,95 | 200 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 910 | september 2021



9 789057 125614

EERDER AANGEBODEN

FRANK WILCZEK

Fundamenteel

Tien sleutels tot de werkelijkheid

WINNAAR VAN DE NOBELPRIJS VOOR NATUURKUNDE



Nobelprijswinnaar Frank Wilczek presenteert in dit elegante boek tien grondbeginselen uit de moderne natuurkunde, waaronder tijd, ruimte, materie en energie, die beschrijven hoe het universum werkt en hoe wij als mensen daarin passen.

ISBN 978 90 5712 556 0 | € 21,99 | 224 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 910 | september 2021



9 789057 125560



ISBN 978 90 5712 555 3



ISBN 978 90 5712 538 6



ISBN 978 90 5712 539 3



ISBN 978 90 5712 542 3



ISBN 978 90 5712 543 0



ISBN 978 90 5712 549 2



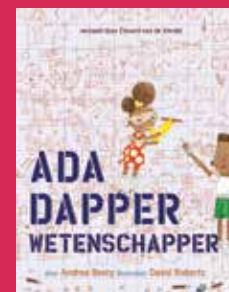
ISBN 978 90 5712 554 6



ISBN 978 90 5712 485 3



ISBN 978 90 5712 355 9



ISBN 978 90 5712 511 9



ISBN 978 90 5712 498 3



ISBN 978 90 5712 520 1



UITGEVERIJ NIEUWEZIJD'S

Suzan Beynon, redacteur/productie
Lisa Darko, bureauredacteur
Kristel Dumoulin, uitgever/publiciteit
Michiel ten Raa, uitgever
Pleun Wielinga, uitgever/verkoop

Nieuwezijds Voorburgwal 130-H

1012 SH Amsterdam

020-623 47 44

post@nieuwezijds.nl

www.nieuwezijds.nl

 @Nieuwezijds

 @uitgeverijnieuwezijds

 www.facebook.com/uitgeverijnieuwezijds

VERTEGENWOORDIGING IN NEDERLAND

Ef & Ef Media

Paul Impens 06-29108294

Ronald Rhebergen 06-22424790

info@efenefmedia.nl

www.efenefmedia.nl

VERTEGENWOORDIGING IN BELGIË

Uitgeverij EPO

03-239 68 74

uitgeverij@epo.be

www.epo.be