

NIEUW VAN Nieuwezijds

PSYCHOLOGIE OPVOEDING GEZONDHEID

POPPY O'NEILL

Zorgen opzij, helemaal blij

Een kindergids over angst



Deze praktische gids is bedoeld voor kinderen van 7 tot 11 jaar, een leeftijdsfase waarin een heleboel kleine en grote zorgen kunnen ontstaan en kinderen zich wel eens angstig voelen. De heldere uitleg, duidelijke voorbeelden, eenvoudige activiteiten en cognitieve gedragstechnieken leren kinderen om te gaan met angstige gedachten.

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

POPPY O'NEILL

Je bent een ster

Een kindergids over zelfwaardering



Sommige kinderen zijn onzeker en maken zich te veel zorgen over wat andere kinderen van hen denken. Deze praktische gids geeft kinderen van 7 tot 11 jaar inzicht in wat zelfwaardering is en hoe ze meer eigenwaarde en zelfverzekerdheid kunnen ontwikkelen. Het boek bevat veel leuke activiteiten en nuttige tips.

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

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

PAUL STALLARD

Denk goed – voel je beter

Werkboek cognitieve gedragstherapie voor adolescenten en jongvolwassenen



Denk goed – voel je beter biedt een verzameling materialen voor het gebruik van de strategieën van cognitieve gedragstherapie bij adolescenten en jongvolwassenen.

verschijnt najaar 2020 | € 39,95 | 254 pag. | ISBN 978 90 5712 533 1

MARISKA KLEIN VELDERSMAN & FIEKE PANNEBAKKER

Als je ouders uit elkaar gaan

Werkboek voor jongeren met ouders in scheiding



Dit praktische werkboek helpt jongeren de scheiding te verwerken. Aan de hand van denkvragen, oefeningen en puzzels krijgen ze inzicht in hun eigen situatie en hun gevoelens. Ook geeft het informatie over welke rechten je als kind hebt bij een scheiding en bevat het vele herkenbare verhalen van andere jongeren.

2019 | € 21,95 | 191 pag. | ISBN 978 90 5712 527 0



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

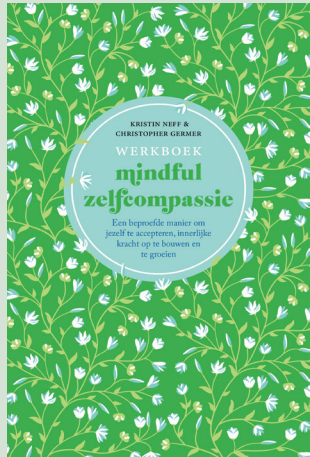
NIEUW VAN Nieuwezijds

PSYCHOLOGIE OPVOEDING GEZONDHEID

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



In deze trainershandleiding wordt de lezer stap voor stap begeleid in elk van de acht sessies van het programma voor Mindful Zelfcompassie. Er wordt uitleg gegeven over kwesties als: hoe je je verhoudt tot de deelnemers, hoe je groepsprocessen leidt en zelfcompassie in psychotherapie kunt integreren.

verschijnt najaar 2020 | € 59,95 | 448 pag. | ISBN 978 90 5712 522 5

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

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 | € 19,99 | 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



Elke maand stranden er duizenden relaties, met pieken na de vakanties in de zomer en december. Bij deze scheidingen zijn veel kinderen betrokken. De *ScheidingsATLAS* helpt ouders om hun scheiding zo prettig mogelijk te laten verlopen – voor de kinderen én voor henzelf.

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

UITGEVERIJ NIEUWEZIJD



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

www.nieuwezijds.nl | post@nieuwezijds.nl

