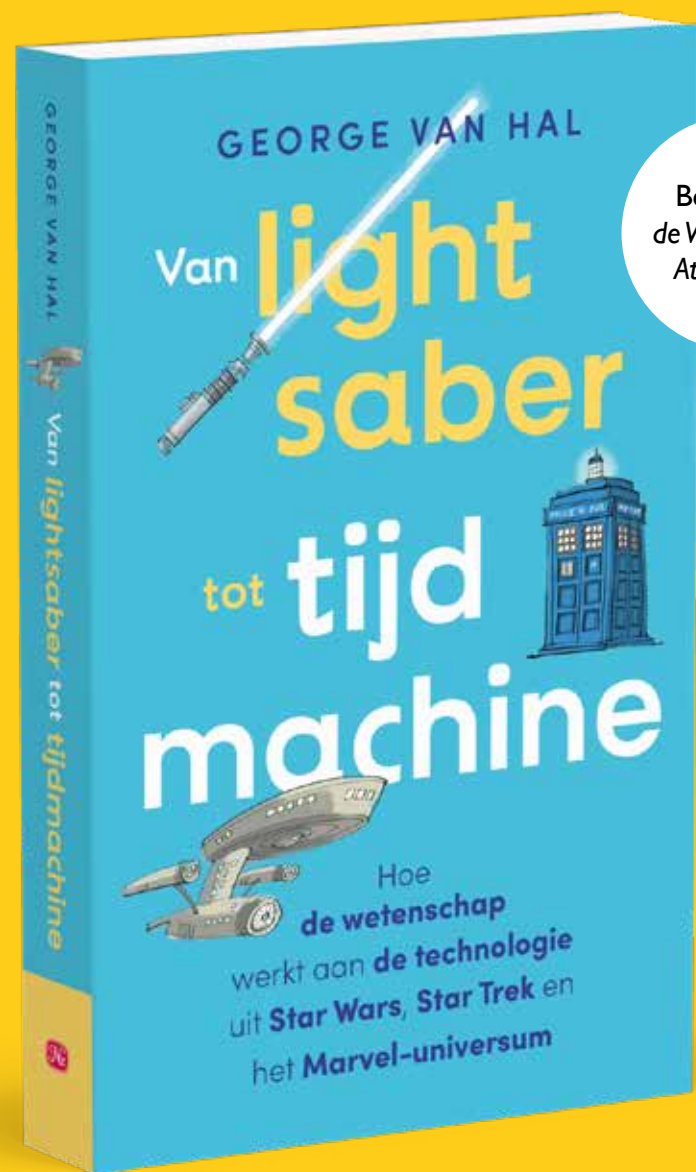


# voorjaar 2023



UITGEVERIJ NIEUWEZIJD'S



Bekend van  
de Volkskrant en  
Atlas (NPO2)

68 sciencefiction-technologieën uit onder meer Star Wars, Star Trek, Back to the Future, het Marvel-universum, Jurassic Park, Dune, Dr. Who en Harry Potter

GEORGE VAN HAL

# Van lightsaber tot tijdmachine

*Hoe de wetenschap werkt aan de technologie uit Star Wars, Star Trek en het Marvel-universum*

Zwaaien met een lightsaber, met warp 9 door de kosmos zoeven, reizen door de tijd, teleporteren naar je bestemming, spelen met de hamer van Thor, of een poort openen naar een parallel universum... iedereen heeft weleens gedagdroomd bij alle betoverende ideeën die sciencefiction ons voorschotelt.

*Van lightsaber tot tijdmachine* bespreekt de boeiendste technologieën en concepten uit de wereld van sciencefiction aan de hand van de meest recente inzichten uit de wetenschap. Steeds weer stelt het boek daarbij de vraag: hoe dicht zijn we nu eigenlijk bij de realisatie ervan?

Dit is een boek voor iedereen die zich bij het lezen of zien van sciencefiction wel eens betrappt op de gedachte: 'Wow, wat gaaf – dát zou ik nou echt graag willen hebben!'

'George van Hal [...] maakt film én wetenschap voor ons gewone stervelingen een stuk interessanter.'  
–Veronica Magazine

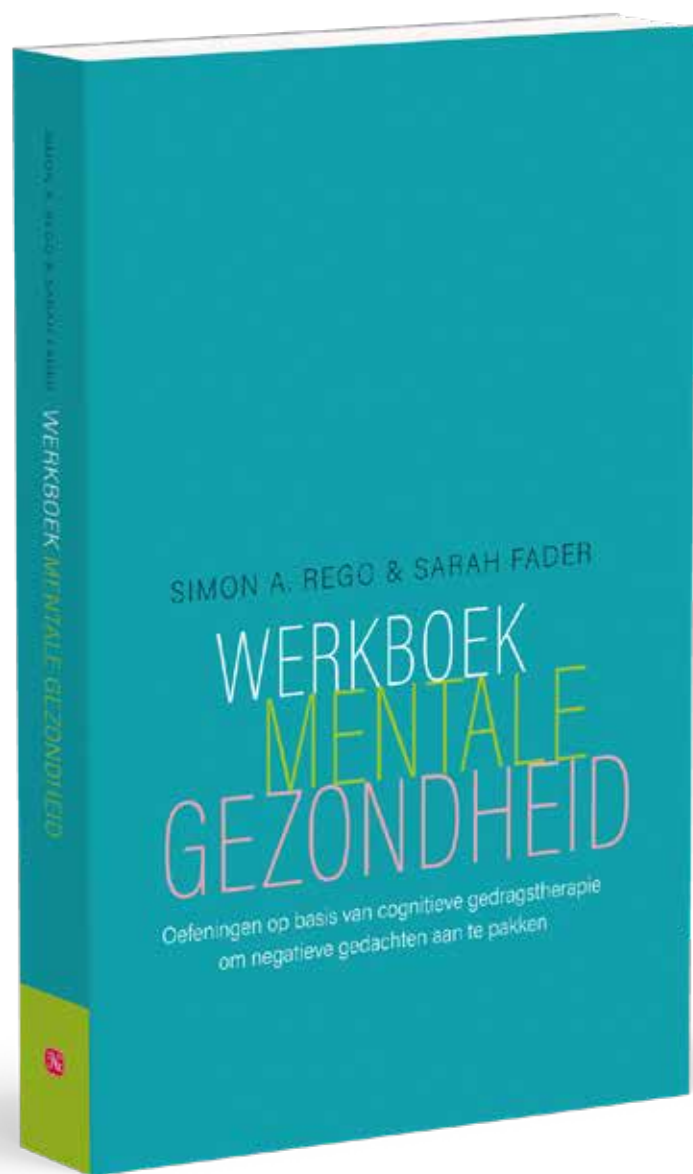
GEORGE VAN HAL IS wetenschapsredacteur bij de Volkskrant, videocolumnist bij televisieprogramma Atlas en doorgewinterd sciencefiction-liefhebber. Eerder verscheen van hem bij Nieuwezijs Fractie van een pixel.



FOTO: MATS VAN SOOLINGEN

ISBN 978 90 5712 581 2 | € 19,99 | 200 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 910 | mei 2023





Positiever leven met eenvoudige oefeningen  
gebaseerd op cognitieve gedragstherapie

SIMON A. REGO & SARAH FADER

# Werkboek mentale gezondheid

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

Veel mentale problemen kunnen worden opgelost met een verandering van denk- en gedrag patronen. Cognitieve gedragstherapie richt zich daarop, en het goede nieuws is dat in veel gevallen niet meteen de hulp van een therapeut of zorgverlener nodig is.

Met behulp van dit inzichtgevende werkboek kan iedereen leren om de meest voorkomende mentale ongemakken aan te pakken, een gevoel van kalmte en vertrouwen te bereiken en een periode van moeilijkheden af te sluiten.

*Werkboek mentale gezondheid* leert je specifieke vaardigheden om in te zetten bij problemen met relaties, angst, boosheid, stress, schuldgevoelens, schaamte en zelfwaardering.

Het boek biedt eenvoudige oefeningen van slechts 10 tot 30 minuten om zelfs op drukke dagen innerlijke rust en emotioneel welzijn te bereiken. Het is te gebruiken als zelfhulpboek of als hulpmiddel bij therapie.

SIMON A. REGO is als hoogleraar psychiatrie en psychotherapeut verbonden aan Montefiore Medical Center en Albert Einstein College of Medicine in New York. SARAH FADER is oprichter en directeur van Stigma Fighters, een non-profit organisatie die mensen met een psychische stoornis helpt hun persoonlijke verhalen te delen.

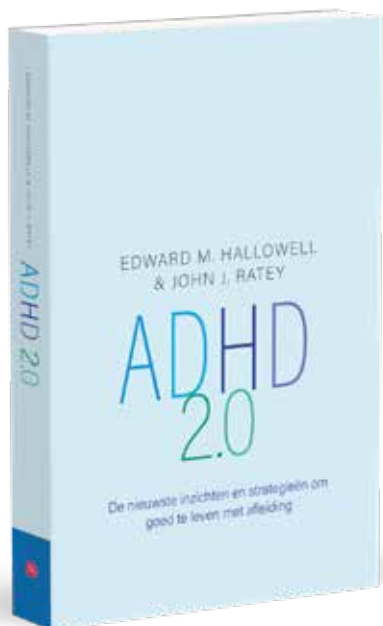
ISBN 978 90 5712 588 1 | € 22,99 | 168 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 770 | juni 2023



EDWARD M. HALLOWELL & JOHN J. RATEY

## ADHD 2.0

*De nieuwste inzichten en strategieën om goed te leven met afleiding*



De wereldberoemde psychiaters Edward Hallowell en John Ratey presenteren in deze inspirerende en praktische gids een plan voor het minimaliseren van de nadelen en het maximaliseren van de voordelen van ADHD.

In de discussie over ADHD, bij zowel kinderen als volwassenen, wordt vaak de positieve kant ervan vergeten: veel creatieve mensen en succesvolle ondernemers schrijven hun prestaties toe aan ADHD.

ADHD kan een unieke troef zijn, een gave als je er verstandig mee omgaat. *ADHD 2.0* presenteert de nieuwste wetenschappelijke inzichten en onmisbare strategieën om goed te leven met afleiding.

ELAINE ELLIOTT-MOSKWA

## Werkboek groeimindset

*CGT-vaardigheden om je veerkracht en zelfvertrouwen te vergroten*

MET EEN VOORWOORD VAN CAROL S. DWECK

Essentiële vaardigheden op basis van cognitieve gedragstherapie:

- voor wie soms het gevoel heeft niet goed genoeg, slim genoeg of getalenteerd genoeg te zijn;
- voor wie uit angst om te falen nieuwe kansen of uitdagingen schuwt.



Je mindset is de manier waarop je denkt over je eigen talenten en vaardigheden. Een groeimindset is de overtuiging dat je van je fouten kunt leren, je kunt aanpassen en je vaardigheden kunt ontwikkelen.

Dit werkboek is gebaseerd op de kernprincipes uit de in onderwijs, training, coaching en therapie veelgebruikte bestseller *Mindset* van Carol S. Dweck. Het leert je hoe je een vaste mindset met niet-helpende en zelfbeperkende houdingen en overtuigingen kunt vervangen door een groeimindset die veerkracht vergroot, zelfvertrouwen versterkt en de basis vormt van een zinvol, op waarden gebaseerd leven.

ELAINE ELLIOTT-MOSKWA is voorzitter en oprichter van de Academy of Cognitive and Behavioral Therapies, heeft een privé-praktijk in Princeton en schrijft voor *Psychology Today*. Ze is opgeleid door Aaron T. Beck, de grondlegger van de cognitieve gedragstherapie, en heeft samen gewerkt en gepubliceerd met Carol S. Dweck.

EDWARD M. HALLOWELL is psychiater en oprichter van de Hallowell Centers in de VS.

JOHN J. RATEY is psychiater, doceert aan Harvard Medical School en heeft een privé-praktijk. Beiden hebben zelf ADHD en hebben baanbrekende bestsellers over dit onderwerp geschreven. Van hen verscheen eerder bij Nieuwezijds *Hulpgids ADHD*.



ISBN 978 90 5712 575 1 | € 22,99 | 192 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 770 | maart 2023



978 90 5712 584 3 | € 22,99 | 200 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 770 | mei 2023

Meer dan 10.000 exemplaren verkocht van de vorige editie

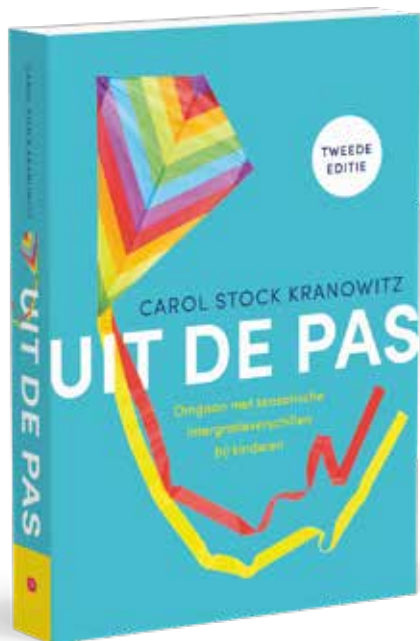
'Een goede handleiding voor ouders en professionals bij de begeleiding van een kind met een sensorische integratiestoornis.'  
– *Psychologie Magazine*

CAROL STOCK KRANOWITZ heeft als muziek-, theater- en bewegingsdocent vaak kinderen meegemaakt die wat uit de pas liepen. Om hen beter te laten functioneren en spelen legde zij zich toe op de theorie van sensorische verwerking. Bij Nieuwezijds verscheen tevens van haar *Met plezier uit de pas*.

CAROL STOCK KRANOWITZ

## Uit de pas

Omgaan met sensorische-verwerkingsverschillen bij kinderen TWEEDE EDITIE



Is je kind overgevoelig of juist ongevoelig voor aanraking, smaak, geur, geluid en visuele prikkels? Is het heel beweeglijk of juist niet? Heeft het coördinatieproblemen? Dan is de kans groot dat het problemen heeft op het gebied van sensorische verwerking.

Het brein van sommige kinderen verwerkt zintuiglijke prikkels niet altijd probleemloos. Ze krijgen dan vaak etiketten opgeplakt als kieskeurig, overgevoelig, stuntelig, onvoorspelbaar of onoplettend. Soms vermijden ze aanrakingen, weigeren ze bepaalde kleren te dragen of zijn het moeilijke eters; soms zijn ze juist dol op extreme prikkels als harde geluiden, heet badwater of heel pittig eten.

Deze nieuwe, geactualiseerde editie van dit toonaangevende handboek geeft antwoord op veelvoorkomende vragen van ouders, docenten en verzorgers van kinderen met uitdagingen bij sensorische verwerking.

ROSS W. GREENE

## Het explosieve kind

Over het begrijpen en opvoeden van snel gefrustreerde, chronisch inflexibele kinderen

VIERDE, GEHEEL HERZIENE EDITIE

- Hoe leer je een kind flexibeler te worden en beter om te gaan met frustratie?
- Hoe verlicht je een gespannen sfeer tussen jou en het kind?
- Hoe voorkom je situaties waarin het kind vast en zeker gaat ontploffen?



*Het explosieve kind* biedt een eenvoudige en veelgebruikte methode om gedragsproblemen bij kinderen te verhelpen, bijvoorbeeld wanneer ze snel gefrustreerd raken en zich onbeheerst of agressief gedragen. Ross Greene helpt je begrijpen waarom en wanneer je kind door het lint gaat en hoe je conflictvermijdend kunt reageren zonder te straffen.

Dit praktische 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

'Helder betoog en herkenbare voorbeelden.'  
– *de Volkskrant*

'Een aanwinst om kinderen met moeilijk gedrag beter te leren begrijpen.'  
– *Balans Magazine*

ROSS W. GREENE is oprichter en directeur van *Lives in the Balance*, een organisatie die zich inzet voor kinderen met gedragsproblemen en hun ouders. Hij was meer dan twintig jaar lang als docent verbonden aan Harvard Medical School. Bij Nieuwezijds verscheen tevens van hem *De weg kwijt op school*.



ISBN 978 90 5712 576 8 | € 27,99 | 264 pag. | paperback | 17 x 24 cm | NUR 770 | februari 2023



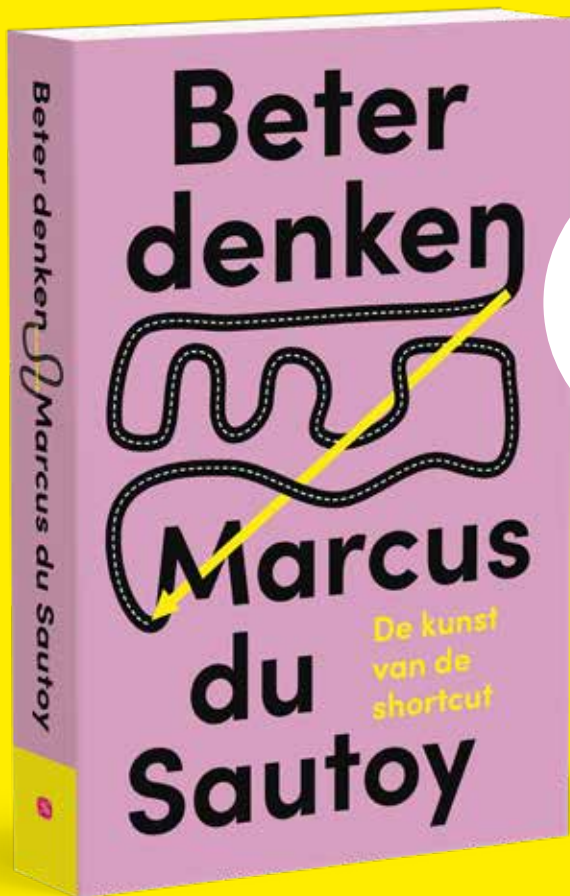
ISBN 978 90 5712 586 7 | € 27,99 | 224 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 770 | april 2023

EERDER AANGEBODEN

MARCUS DU SAUTOY

# Beter denken

De kunst van de shortcut



Lancering op  
de Nationale  
Wiskunde  
Dagen op 14 &  
15 april 2023 in  
Utrecht

‘Beter denken staat vol met slimmigheden, die Du Sautoy glashelder uitlegt. (...) Een uitstekend verzorgde uitstalkast van wiskundige handigheden.’ – *de Volkskrant*

‘Vermakelijk en slim... met levendige, verhelderende hoofdstukken over het nut van algebra, meetkunde en kansrekening in het dagelijks leven.’ – *The Guardian*

ISBN 978 90 5712 564 5 | € 24,99 | 320 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 918 | april 2023



9 789057 125645



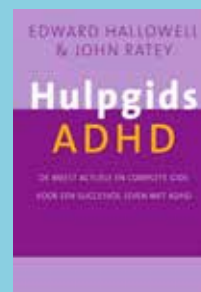
ISBN 978 90 5712 561 4



ISBN 978 90 5712 566 9



ISBN 978 90 5712 568 3



ISBN 978 90 5712 211 8



ISBN 978 90 5712 246 0



ISBN 978 90 5712 571 3



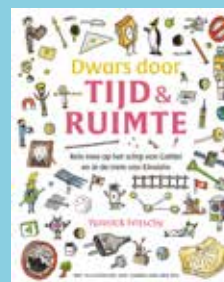
ISBN 978 90 5712 510 2



ISBN 978 90 5712 355 9



ISBN 978 90 5712 518 8



ISBN 978 90 5712 523 2



ISBN 978 90 5712 479 2



ISBN 978 90 5712 550 8



## UITGEVERIJ NIEUWEZIJD

Suzan Beynon, redacteur/productie  
Kristel Dumoulin, uitgever/publiciteit  
Michiel ten Raa, uitgever  
Xanna Reddingius, uitgeefassistent  
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](http://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