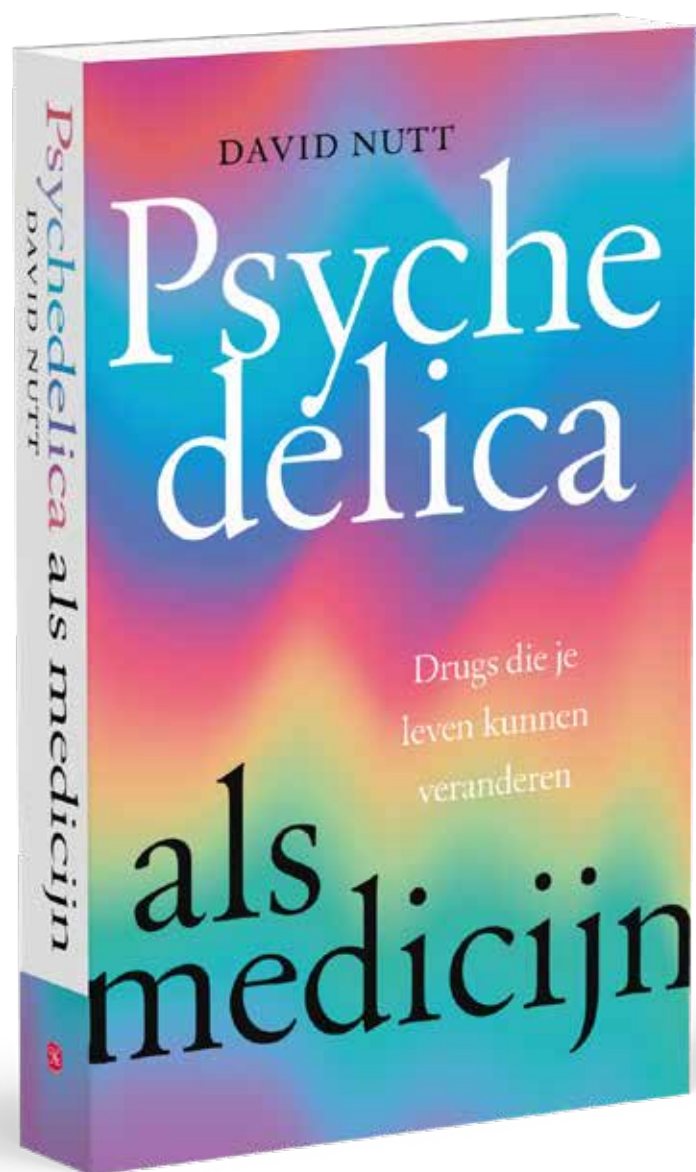


voorjaar 2024



UITGEVERIJ NIEUWEZIJD'S



Een toonaangevende gids over psychedelica, wetenschap en onze gezondheid van de hand van de wereldberoemde autoriteit op dit gebied, professor David Nutt.

DAVID NUTT

Psychedelica als medicijn

Drugs die je leven kunnen veranderen

Na vijftig jaar van verbieden, criminaliseren en bangmakerij toont wetenschappelijk onderzoek aan dat correct gebruik van psychedelica niet gevaarlijk of schadelijk is. Het is juist onze krachtigste nieuwe behandeling van psychische aandoeningen als depressie, PTSS, dwang- en eetstoornissen, verslaving en chronische pijn.

De wereldwijd gerespecteerde neuropsychofarmacoloog David Nutt heeft vijftien jaar onderzoek gedaan op dit gebied. In 2018 was hij medeoprichter van het eerste academische psychedelische onderzoekscentrum. Nutts werk heeft geleid tot meer aandacht en begrip voor de werking van onder meer MDMA, ayahuasca, paddo's, LSD en ketamine. De resultaten betekenen een revolutie voor wat we weten over drugs, onze hersenmechanismen en ons bewustzijn.

Dit boek bevat de broodnodige kennis over medicijnen die op het punt staan gangbaar te worden, feitelijk en zonder omhaal, rechtstreeks afkomstig van de aangewezen expert.

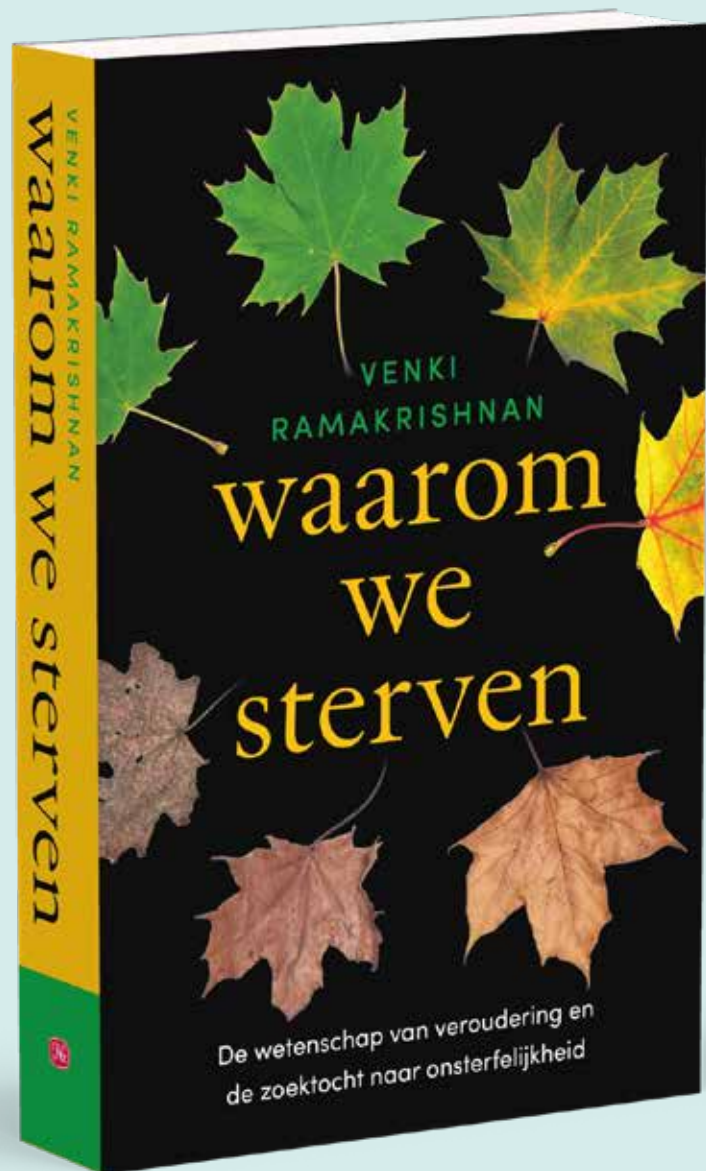
'Nutt heeft meer gedaan om de 'psychedelische renaissance' te bevorderen dan wie dan ook.'
– *The Guardian*

DAVID NUTT (1951) is hoogleraar aan het Imperial College in Londen. Hij geeft lezingen voor het algemene publiek en voor de wetenschappelijke en medische gemeenschap over zowel therapeutische als illegale drugs. Eerder verscheen van hem bij Nieuwezijds *Drankje?*



ISBN 978 90 5712 598 0 | € 27,99 | 368 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 860 | mei 2024





Een grote verkenning van de wetenschap over waarom en hoe we ouder worden en sterven, door de Nobelprijswinnende bioloog en voormalig voorzitter van de Royal Society.

'Ronduit fascinerend. Helder, boeiend en boordevol inzichten.' – Bill Bryson

VENKI RAMAKRISHNAN

Waarom we sterven

De wetenschap van veroudering en de zoektocht naar onsterfelijkheid

Op dit moment maken we een revolutie in de biologie mee: onze kennis over waarom we ouder worden en sterven, en waarom sommige soorten langer leven dan andere, maakt enorme sprongen. Onsterfelijkheid, sinds mensenheugenis een vage hoop, is nog nooit zo dichtbij geweest.

Nobelprijswinnaar en moleculair bioloog Venki Ramakrishnan schreef een gezaghebbende beschouwing over de vraag waarom we sterven, en over de mogelijkheden om aan de dood te ontsnappen. Hij behandelt de recente doorbraken in wetenschappelijk onderzoek en analyseert de nieuwste pogingen om onze levensduur te verlengen door onze natuurlijke biologie te veranderen.

Ons streven naar onsterfelijkheid roept diepgaande vragen op. Dient de dood helaas een noodzakelijk biologisch doel? En wat zijn de sociale en ethische gevolgen van onze pogingen om eeuwig te leven? Met de vooruitgang van de wetenschap hebben we veel te winnen. Maar lopen we ook het risico veel te verliezen?

'Een spannende reis door de wetenschap van veroudering en dood. Een *must read*!' – Stephen Fry

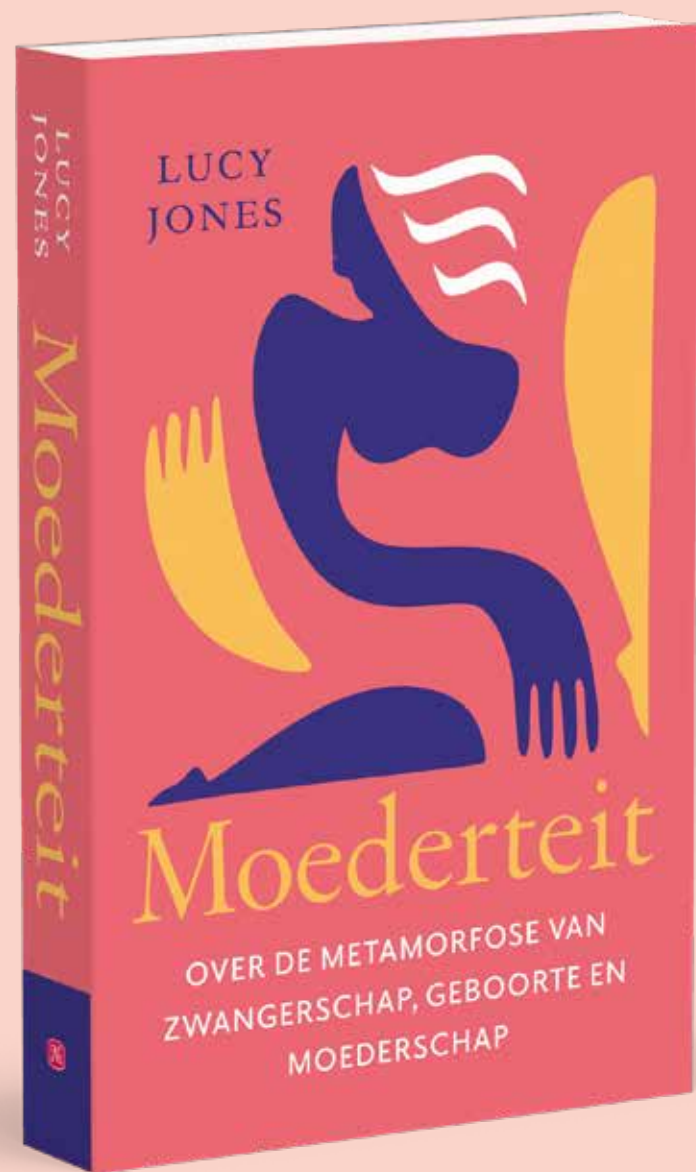
VENKATRAMAN 'VENKI' RAMAKRISHNAN (1952) is natuurkundige en moleculair bioloog. Hij won in 2009 de Nobelprijs voor scheikunde voor zijn onderzoek naar de atomaire structuur van het ribosoom. Ramakrishnan is verbonden aan het MRC Laboratory of Moleculair Biology van Cambridge University en was voorzitter van de Royal Society.



FOTO: THE ROYAL SOCIETY

ISBN 978 90 5712 600 0 | € 27,99 | 352 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 910 | juni 2024





'Moederteit is essentieel leesvoer, bloederig en levend, brullend en klaar om het discours te veranderen. Het beste boek dat ik ooit over moederschap heb gelezen.' – Jude Rogers in *The Observer*

LUCY JONES

Moederteit

Over de metamorfose van zwangerschap, geboorte en moederschap

Behalve de puberteit is er geen periode in het leven die zulke dramatische veranderingen met zich meebrengt als de zwangerschap, de bevalling en het prille moederschap. Toch is deze overgang verwaarloosd door de wetenschap, geneeskunde en filosofie. Sterker nog, spreken over moederschap als iets anders dan een rooskleurige droom is grotendeels taboe.

In dit baanbrekende en persoonlijke onderzoek brengt de veelgeprezen wetenschapsjournaliste Lucy Jones het concept van 'matrescentie', oftewel moederteit, aan het licht. Aan de hand van nieuw onderzoek uit verschillende hoeken – neurowetenschap, biologie, psychologie, sociologie – laat Jones zien hoe de veranderingen in de hersenen en de rest van het lichaam van de moeder veel diepgaander, wilder en langduriger zijn dan we dachten.

In *Moederteit* onthult Jones de gevaarlijke gevolgen van de verwaarlozing van de moederlijke ervaring en stelt ze de patriarchale en kapitalistische systemen ter discussie die de onhoudbare situatie hebben gecreëerd waarin moeders zich vandaag de dag bevinden.

'Mooi en creatief. Jones is een pionier. Ze belicht vakkundig de monumentale verschuivingen die het moederschap met zich meebrengt. Ik merkte dat ik vanbinnen aan het juichen was.' – Rhiannon Lucy Coslett in *The Guardian*

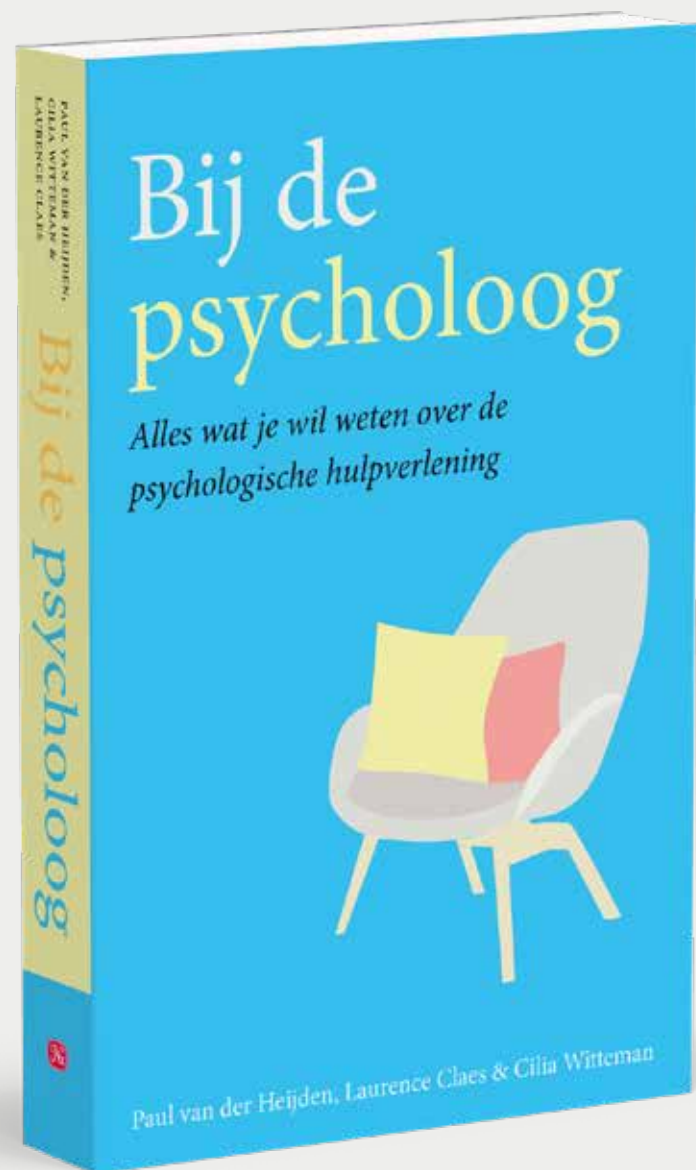
LUCY JONES is schrijfster en wetenschapsjournaliste in Hampshire, Engeland. Ze werkte eerder bij pop- en cultuurwebsite NME en *The Daily Telegraph*. Haar artikelen over cultuur, wetenschap en natuur zijn gepubliceerd in *BBC Wildlife*, *The Sunday Times*, *The Guardian* en *The New Statesman*.

FOTO: STUART SIMPSON



ISBN 978 90 5712 599 7 | € 27,99 | 352 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 860 | april 2024





Een toegankelijk en informatief boek over de psychologische hulpverlening in Nederland en Vlaanderen.

PAUL VAN DER HEIJDEN, LAURENCE CLAES
& CILIA WITTEMAN

Bij de psycholoog

*Alles wat je wil weten over de
psychologische hulpverlening*

Jaarlijks doen miljoenen Nederlanders en Belgen een beroep op de psychologische hulpverlening. Iets minder dan de helft van ons krijgt ten minste eens in het leven een psychische aandoening. Kortom, vrijwel geen enkele familie in Nederland en Vlaanderen die er níet mee te maken krijgt.

Er zijn talloze zelfhulpboeken over de omgang met bijvoorbeeld een depressie of een verslaving, maar hoe vind je je weg in de psychologische hulpverlening? Wat wordt er van je verwacht en wat kun je zelf verwachten? Wat is een psychische aandoening eigenlijk? Hoe stelt een psycholoog een diagnose? Wat gebeurt er tijdens een psychotherapeutische behandeling? Kan zo'n behandeling ook bijeffecten hebben?

Dit boek is bedoeld voor iedereen die vragen of twijfels heeft over de psychologische hulpverlening. Het wijst de weg en biedt inzicht in wat je kunt doen en mag verwachten. Het is geschikt voor iedereen die, om wat voor reden dan ook, altijd al heeft willen weten hoe het er bij de psycholoog aan toe gaat.

ISBN 978 90 5712 570 6 | € 22,99 | 208 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 770 | maart 2024

Klinisch psycholoog PAUL VAN DER HEIJDEN is als bijzonder hoogleraar verbonden aan het Behavioural Science Institute van de Radboud Universiteit Nijmegen. Klinisch psychologe en gedragstherapeute LAURENCE CLAES is als hoogleraar verbonden aan de Faculteit Psychologie en Pedagogische Wetenschappen van de KU Leuven en de Faculteit Geneeskunde en Gezondheidswetenschappen van de Universiteit Antwerpen. CILIA WITTEMAN is emeritus hoogleraar Psycho-diagnostiek aan de Faculteit Sociale Wetenschappen van de Radboud Universiteit Nijmegen.





Gebruik cognitieve verwerkingstherapie om te herstellen van een traumatische ervaring

PATRICIA A. RESICK, SHANNON WILTSEY STIRMAN
& STEFANIE T. LOSAVIO

Herstellen van trauma

Een werkboek om los te komen van PTSS

Heb je moeite om je weer normaal te voelen na een traumatische ervaring? Heb je het gevoel dat je blijft twijfelen over wat je wel of niet hebt gedaan op dat moment? Vermijd je plaatsen, mensen of sensaties die je herinneren aan wat er is gebeurd? Dit boek kan je helpen om te herstellen van PTSS.

Dit is het eerste zelfhulpboek gebaseerd op cognitieve verwerkingstherapie (CPT), een van de beste behandelingen voor PTSS. Het biedt een stapsgewijs behandelplan met oefeningen en praktische hulpmiddelen die je kunt downloaden en uitprinten. Ook lees je herkenbare verhalen van anderen die naar herstel toewerken.

Het gebruik van CPT-technieken zal de herinneringen minder pijnlijk en overweldigend maken. Het helpt je relaties te versterken en een gevoel van veiligheid en vertrouwen te herstellen. Leer met dit boek hoe je los kunt komen van wat er in het verleden is gebeurd, zodat je je eigen leven kunt opbouwen zoals je dat zelf wenst.

Reacties van lezers:

'Het boek is vriendelijk en geruststellend - de auteurs moedigen me bij elke stap aan.'

'De werkbladen en oefeningen hielpen om complexe, overweldigende emotionele problemen toegankelijker te maken, zodat ik ze kon begrijpen en verwerken.'

PATRICIA A. RESICK is hoogleraar psychiatrie en gedragswetenschappen aan de Duke University Medical School. SHANNON WILTSEY STIRMAN is klinisch psycholoog en onderzoeker aan de afdeling Psychiatrie en Gedragswetenschappen van Stanford University. STEFANIE T. LOSAVIO is psycholoog en gespecialiseerd in cognitieve gedragstherapie bij trauma en post-traumatische stressstoornis.

ISBN 978 90 5712 597 3 | € 37,99 | 336 pag. | paperback | 17 x 24 | NUR 770 | februari 2024



9 789057 125973

Over de eerste editie:

‘Helder geschreven, overzichtelijke hoofdstukken (...) Een prima handboek voor ouders en hulpverleners.’
– *Psychologie Magazine*

‘... een onmisbaar boek wanneer je als school te maken krijgt met een verlies van een ouder, leerkracht of leerling.’
– *Klas van Juf Linda*

‘... een warm en levendig geschreven, ondersteunend boek. (...) een instructieve vraagbak met veel heldere antwoorden.’
– *Kind & Adolescent Praktijk*

‘Een rijke bron van informatie.’
– *Pedagogiek in Praktijk*

Dr. MARIKEN SPUIJ is klinisch psycholoog/orthopedagoog en als docent-onderzoeker en behandelaar verbonden aan de Universiteit Utrecht.

MARIKEN SPUIJ

Rouw bij kinderen en jongeren

TWEEDE, HERZIENE EDITIE



Een dierbare verliezen is een ingrijpende gebeurtenis, zeker als je nog jong bent. Kan een kind het intense verdriet van een verlies wel aan en blijft het niet voor altijd in negatieve zin getekend?

Dit boek biedt handreikingen om kinderen en jongeren te steunen bij het rouwproces en beantwoordt veelvoorkomende vragen. Wat zijn normale reacties tijdens een rouwproces? Welke invloed heeft rouw op de ontwikkeling van een kind? Hoe communiceer je over verlies met een kind, en wat helpt? Wanneer schakel je professionele hulp in?

Deze herziene editie bevat de nieuwste inzichten over gestagneerde rouw en welke behandelmogelijkheden er zijn. Verder is het hoofdstuk over risico en beschermende factoren geüpdatet, is er aandacht voor communiceren over rampen met kinderen en voor het welzijn van hulpverleners.

CARLA SHARP & DICKON BEVINGTON

Mentaliseren in de psychotherapie

Een gids voor therapeuten

Hoe kunnen therapeuten cliënten helpen dieper na te denken over hun eigen gedachten en emoties en die van anderen? Hoe kan de therapeutische relatie effectief worden ingezet om verandering teweeg te brengen?

Dit overzichtelijke boek begeleidt therapeuten van elke oriëntatie bij het toepassen van innovatieve, op mentalisatie gebaseerde strategieën in assessment en interventie. Complexe ideeën worden helder uitgelegd en geïllustreerd met uitgebreide sessietranscripties en vignetten.

De auteurs belichten manieren om cliënten te helpen die worstelen met ontregelde emoties en gedrag, de rol van mentalisatieproblemen bij persoonlijkheidsstoornissen, speciale aandachtspunten bij het werken met adolescenten en manieren waarop klinici hun eigen mentalisatiecapaciteiten kunnen verbeteren.



‘Ongetwijfeld de duidelijkste en meest toegankelijke beschrijving van op mentaliseren gebaseerde therapie.’
– uit het voorwoord van Peter Fonagy, University College London

CARLA SHARP is hoogleraar aan de Universiteit van Houston, waar ze ook directeur is van het Adolescent Diagnosis Assessment Prevention and Treatment Center. DICKON BEVINGTON is consulent kinder- en jeugdpsychiatrie aan de Cambridge and Peterborough NHS Foundation Trust en medisch directeur van het Anna Freud National Centre for Children and Families in Londen, Verenigd Koninkrijk.



ISBN 978 90 5712 591 1 | € 25,99 | 264 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 770 | februari 2024



ISBN 978 90 5712 593 5 | € 39,99 | 224 pag. | paperback | 16 x 24 cm | NUR 777 | februari 2024

EERDER AANGEBODEN

HANNIE VAN GENDEREN,
GITTA JACOB & LAURA SEEBAUER

Patronen doorbreken

Negatieve gevoelens en gewoonten
herkennen en veranderen

TWEDE, GEACTUALISEERDE EDITIE



Nieuwe wetenschappelijke en therapeutische bevindingen waren aanleiding tot het actualiseren van dit al meer dan tien jaar zeer populaire en bijzonder praktische boek over het herkennen en veranderen van patronen van gevoelens, gedachten en gedrag.

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

13,7 x 21,5 cm | NUR 770 | reeds verschenen



HANNIE VAN GENDEREN

Doorbreek je patronen in vijf stappen

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



In *Doorbreek je patronen in vijf stappen* biedt Hannie van Genderen, klinisch psycholoog en (co-)auteur van de bestseller *Patronen doorbreken*, een praktisch behandelplan voor het veranderen van ongewenste gevoelens, gedachten en gedrag.

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

17 x 24 cm | NUR 770 | reeds verschenen



ISBN 978 90 5712 595 9



ISBN 978 90 5712 594 2



ISBN 978 90 5712 581 2



ISBN 978 90 5712 588 1



ISBN 978 90 5712 590 4



ISBN 978 90 5712 518 8



ISBN 978 90 5712 564 5



ISBN 978 90 5712 523 2



ISBN 978 90 5712 577 5



ISBN 978 90 5712 568 3



ISBN 978 90 5712 584 3



ISBN 978 90 5712 575 1

WINNAAR
COSMOS
BOEKENPRIJS
2023!



UITGEVERIJ NIEUWEZIJD'S

Kristel Dumoulin, uitgever/publiciteit
Sandra Hellemons, uitgeefassistent
Jochem Salemink, 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

Rogier van der Valk 06-21646739

info@efenefmedia.nl

www.efenefmedia.nl

VERTEGENWOORDIGING IN BELGIË

Uitgeverij EPO

03-239 68 74

uitgeverij@epo.be

www.epo.be