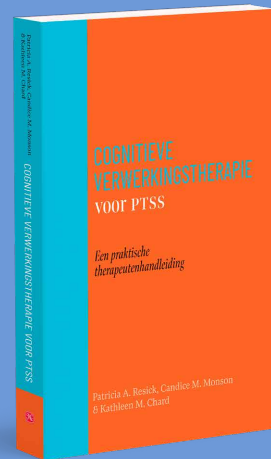
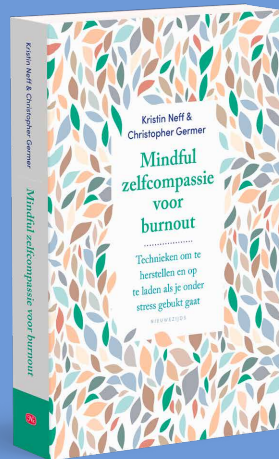
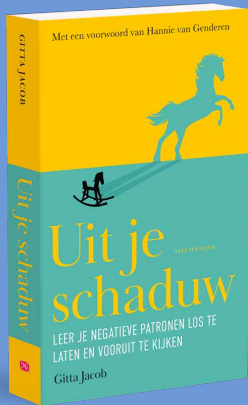


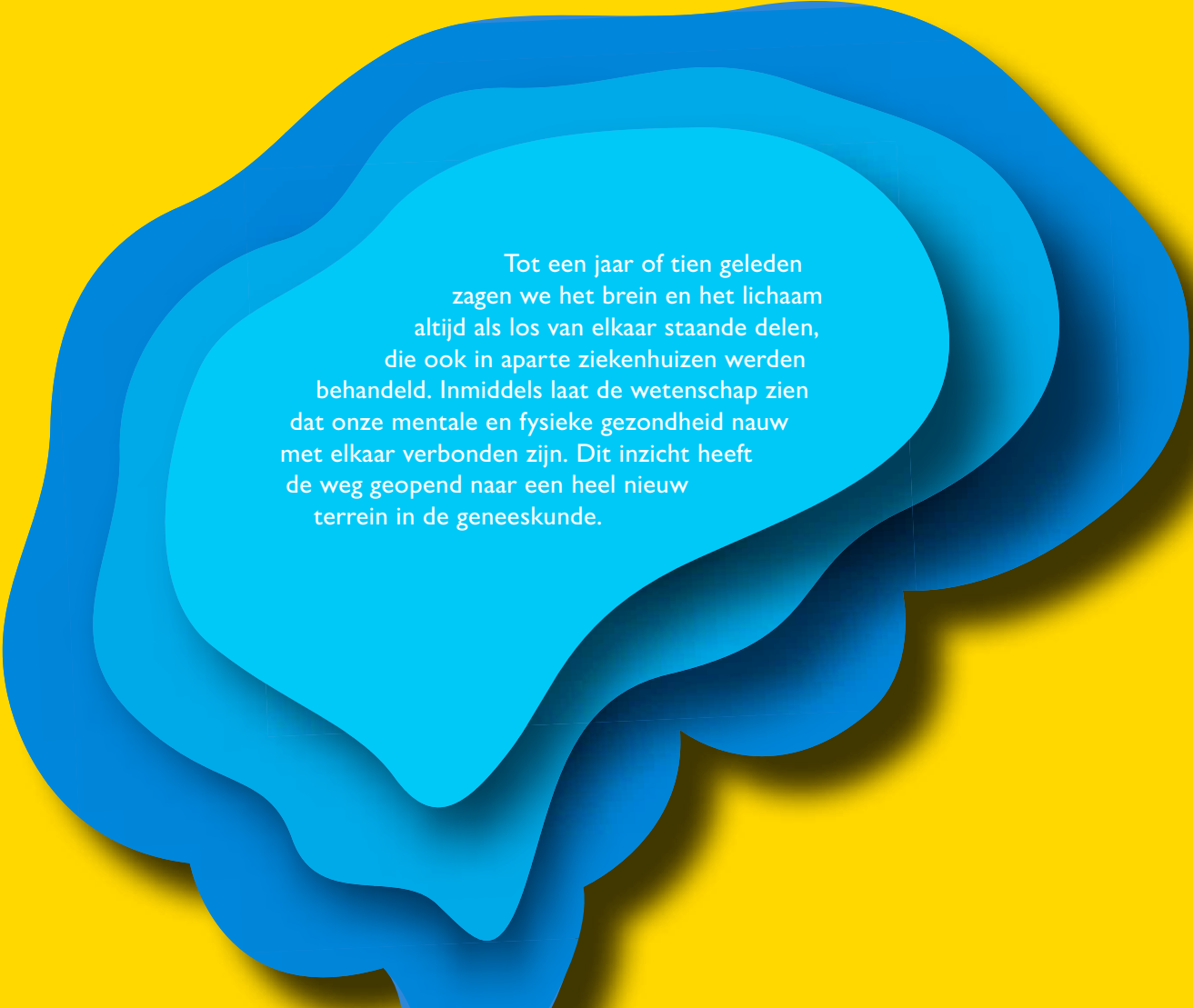
voorjaar  
2025



UITGEVERIJ NIEUWEZIJDS

# VOORJAAR 2025





Tot een jaar of tien geleden zagen we het brein en het lichaam altijd als los van elkaar staande delen, die ook in aparte ziekenhuizen werden behandeld. Inmiddels laat de wetenschap zien dat onze mentale en fysieke gezondheid nauw met elkaar verbonden zijn. Dit inzicht heeft de weg geopend naar een heel nieuw terrein in de geneeskunde.

MONTY LYMAN

# Een immuun brein

*Het nieuwe perspectief op gezondheid*

In *Een immuun brein* onderzoekt Monty Lyman de fascinerende relatie tussen het brein, het immuunsysteem en het microbioom en geeft hij praktisch advies over hoe je gezond kunt blijven. Lyman doet onderzoek op het grensverleggende terrein van de immunopsychiatrie en stelt dat we de manier waarop we ziekten behandelen en de manier waarop we onszelf zien, fundamenteel moeten veranderen. Voor het eerst is er een nieuwe benadering mogelijk van de geneeskunde: een die de mens als geheel behandelt.



€ 26,99 | februari 2025

ISBN 9789057126093 | 320 pag. | paperback | 15 x 23 cm | NUR 860

Vertaling: Sonja Matthews


‘Dit uitstekende boek geeft een prachtig overzicht van het verband tussen het brein, het immuunsysteem en het darm-microbioom.’

— NEW SCIENTIST



FOTO: JANIE CRETCHLEY

**MONTY LYMAN** is als arts en onderzoeker gespecialiseerd in de relatie tussen het brein en het immuunsysteem. Hij is Academic Clinical Fellow aan Oxford University.



Misschien ben je een sloddervos,  
een angstaas of zo koppig als  
een ezel. Mensen vergelijken  
zichzelf vaak met (andere)  
dieren. Zijn vossen echt slordig,  
en ezels koppig? Twijfelen dieren  
weleens? En dromen ze?

Over *Is nergens ergens*:

‘Een inleiding tot de filosofie, waarvan ook geïnteresseerde volwassenen een hoop kunnen opsteken.’

— NRC

‘Rijsman schrijft helder en sluit echt aan bij kinderen.’

— Edward van de Vendel

‘Leuk voor nieuwsgierige filosofen-in-de-dop en voor voorlezers die wel eens iets anders willen dan fabels of sprookjes.’ — TROUW



**IRIS RIJSMAN** (1989) is auteur, beeldend kunstenaar en illustrator. Eerder schreef ze *Is nergens ergens?* – *Verhalen over filosofen en hun ideeën*.



€ 17,99 | maart 2025

ISBN 9789057125737 | 128 pag. | paperback | 16 x 24 cm | NUR 210

IRIS RIJSMAN

# Denkbeesten

*Filosofen en knutselen met dieren*

*Denkbeesten* staat vol met dieren. Kleine en grote dieren, dieren die je dichtbij huis kunt zien, dieren die in verre landen leven en dieren die verzonnen zijn. Ze zetten je aan tot denken. Als je honden ziet spelen en kwispelen, kun je nadenken over vriendschap en blijheid. Hoor je vogels fluiten, dan kun je je afvragen wat taal is. En als je een kudde schapen (of koeien) ziet, kun je filosoferen over wat het betekent om ergens bij te horen.

In elk hoofdstuk vind je naast verhalen over dieren ook teken- en knutselopdrachten. Hou je van filosoferen, natuur, tekenen en knutselen? Dan is dit boek voor jou.

Niet eerder lijkt er zoveel  
verwarring te zijn geweest over  
het begrip antisemitisme. Waar ligt  
de grens tussen kritiek op de staat  
Israël en discriminatie van Joden?

Beschuldigingen van antisemitisme  
en van het misbruiken van deze  
beladen term gaan over en weer.  
Hoe zijn we in dit conceptuele  
moeras terechtgekomen,  
en hoe komen we er weer uit?

MARK MAZOWER

# Over antisemitisme

*Een woord en de geschiedenis*

Historicus Mark Mazower onderzoekt Jodenhaat door de eeuwen heen en gaat dieper in op de periode na 1945, toen de politiek van de staat Israël en de omgang met het holocaustverleden de discussie over antisemitisme compliceerden en polariseerden.

Door te reconstrueren waar het begrip antisemitisme vandaan komt, hoe het door de jaren heen is gebruikt, en hoe interpretaties veranderden in het licht van de omstandigheden, wil Mazower de lezer helpen onderscheid te maken tussen serieus politiek debat en de uitwisseling van vooroordelen.



€ 24,99 | april 2025

ISBN 9789057126154 | 280 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 680  
Vertaling: Auke van den Berg en Suzanne Willekens | Eerder aangeboden

‘De Britse historicus Mark Mazower is een groot kenner van de Europese geschiedenis.’

— Olaf Tempelman in  
DE VOLKSKRANT



**MARK MAZOWER** is hoogleraar geschiedenis aan Columbia University in New York. Hij is de auteur van bestsellers als *Duister continent*, *De Balkan*, *Thessaloniki* en *Hitlers wereldrijk*. Daarnaast schrijft hij regelmatig voor onder meer de *Financial Times*, *The New York Times*, *London Review of Books* en *The New York Review of Books*.





Het is belangrijk dat we negatieve patronen in onze gevoelens, gedachten en gedrag onderzoeken om onszelf beter te begrijpen. Maar te veel introspectie kan ons er juist van weerhouden

verantwoordelijkheid te nemen voor ons handelen. In haar nieuwe boek benoemt psychotherapeut Gitta Jacob, co-auteur van de bestseller *Patronen doorbreken*, de gevaren die op de loer liggen als we te lang met ons innerlijke kind bezig blijven.



**GITTA JACOB** is een van de meest vooraanstaande psychotherapeuten in Duitsland. Ze werkte zowel in de klinische praktijk als bij onderzoeksinstellingen en promoveerde aan de Universiteit van Freiburg. Ze schreef meer dan honderd wetenschappelijke publicaties en diverse publieksboeken, waaronder – samen met Hannie van Genderen en Laura Seebauer – de bestseller *Patronen doorbreken*.



**190.000  
EXEMPLAREN  
VERKOCHT**



**€ 21,99 | maart 2025**

ISBN 9789057126109 | 208 pag. | paperback | 13,7 x 21,5 cm | NUR 770

Vertaling: Sylvia Wevers

**GITTA JACOB**

# Uit je schaduw

*Leer je negatieve patronen los te laten en vooruit te kijken*

Met een voorwoord van **HANNIE VAN GENDEREN**

Hoe kunnen we ons het beste concentreren op wat we willen bereiken? Hoe kunnen we ons leven weer oppakken, plezier beleven en gelukkig zijn in het hier en nu? Gitta Jacob helpt de krachtbronnen terug te vinden die ons in staat stellen het leven vorm te geven, zoals duidelijke waarden, sport en relaties. Helder en met veel concrete voorbeelden laat ze zien wat er echt nodig is om beslissingen te nemen, stemmingswisselingen te doorstaan en vol vertrouwen problemen duurzaam te overwinnen.



In de loop der jaren hebben **Kristin Neff** en **Christopher Germer** hun succesvolle Mindful zelfcompassie (MSC) programma ontwikkeld en onderwezen. Het MSC-programma biedt krachtige instrumenten om met de uitdagingen van het leven om te gaan en is bijzonder nuttig voor mensen die worstelen met de stress en uitputting van een burn-out – van professionals in de gezondheidszorg, leerkrachten en zorgverleners tot uitgeputte ondernemers en werknemers.

KRISTIN NEFF & CHRISTOPHER GERMER

# Mindful zelfcompassie voor burnout

*Technieken om te herstellen en op te laden als je onder stress gebukt gaat*

Dit boek leert je snelle en krachtige manieren om je batterij op te laden, te ontstressen en bovenal lief te zijn voor jezelf, zodat je er voor anderen kunt zijn. Met herkenbare verhalen, praktische oefeningen, diepe inzichten en veel aanmoedigen helpen Germer en Neff je stap voor stap naar duurzaam herstel en laten je zien hoe zelfcompassie werkt als krachtig anti-burnoutmiddel.



€ 26,99 | mei 2025

ISBN 9789057126130 | 256 pag. | paperback | 17 x 24 cm | NUR 770

Vertaling: Marie-Christine Ruijs



**KRISTIN NEFF** is universitair hoofddocent onderwijspsychologie aan de University of Texas in Austin en een pionier op het gebied van wetenschappelijk onderzoek naar zelfcompassie.

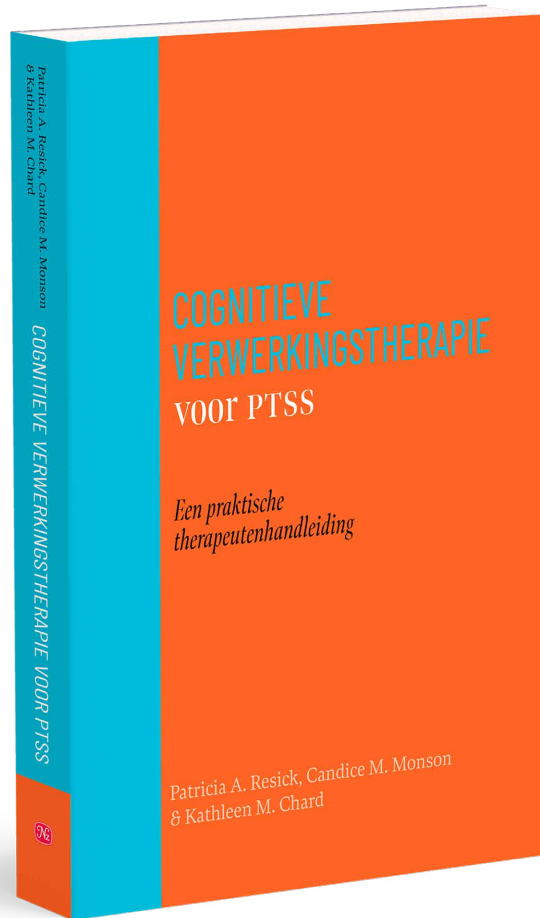
**CHRISTOPHER GERMER** is klinisch psycholoog en docent psychiatrie aan Harvard Medical School en heeft een praktijk in Massachusetts.

Samen zijn ze de oprichters van het Center for Mindful Self-Compassion. Ze geven wereldwijd workshops over zelfcompassie en schreven het bij Nieuwezijds verschenen *Werkboek mindful zelfcompassie*.



**MEER DAN  
7500  
EXEMPLAREN  
VERKOCHT**

VOOR PROFESSIONALS



**PATRICIA A. RESICK** is hoogleraar psychiatrie en gedragswetenschappen aan Duke University Medical School. Ze heeft CPT in 1988 ontwikkeld en heeft sindsdien duizenden therapeuten opgeleid om CPT te gebruiken met hun cliënten.

**CANDICE M. MONSON** is hoogleraar psychologie aan de Toronto Metropolitan University in Canada.

**KATHLEEN M. CHARD** is verbonden aan het Cincinnati Veterans Affairs (VA) Medical Center en hoogleraar psychiatrie en gedragsneurowetenschappen aan de Universiteit van Cincinnati. Eerder verscheen van Resick *Herstellen van trauma* (voor cliënten).

**PATRICIA A. RESICK, CANDICE M. MONSON  
& KATHLEEN M. CHARD**

## Cognitieve verwerkingstherapie voor PTSS

*Een praktische therapeutenhandleiding*

CPT (Cognitive Processing Therapy), ontwikkeld door Patricia Resick, is een vorm van cognitieve gedragstherapie die speciaal is ontworpen voor de behandeling van posttraumatische stressstoornis, PTSS. Deze therapie helpt beter inzicht te krijgen door de feiten te onderzoeken, ook als iemand is vastgelopen in het proces. Het helpt mensen los te komen van hun PTSS en begeleidt ze op hun weg naar herstel.

De auteurs leggen de theoretische en wetenschappelijke onderbouwing van CPT uit en bespreken manieren om effectief te werken met specifieke cliëntengroepen, zoals oorlogsveteranen, slachtoffers van seksueel geweld en cultureel diverse en LGBTQIA+ cliënten.

€ 59,99 | maart 2025

ISBN 9789057126123 | 392 pag. | paperback | 17 x 24 cm | NUR 777

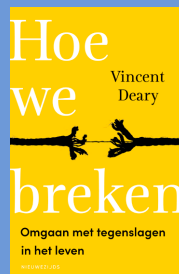
Vertaling: Janine Langeveld



ISBN 9789057125898



ISBN 9789057125850



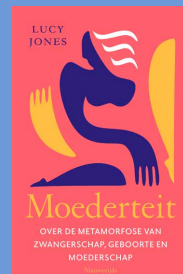
ISBN 9789057126048



ISBN 9789057126000



ISBN 9789057126079



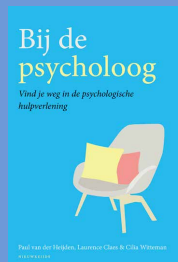
ISBN 9789057125997



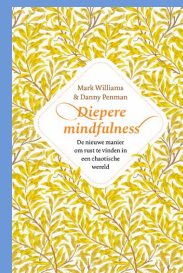
ISBN 9789057125874



ISBN 9789057126062



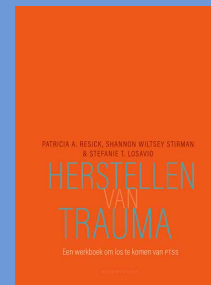
ISBN 9789057125706



ISBN 9789057125942



ISBN 9789057126116



ISBN 9789057125973

Kristel Dumoulin, uitgever/publiciteit  
Sandra Hellemons, redacteur  
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

🌐 www.linkedin.com/company/uitgeverij-nieuwezijds

#### 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

New Book Collective  
Louiza-Marialei 2-1  
2018 Antwerpen  
www.newbookcollective.com

#### VERKOOP

Suzy Mertens: suzy@newbookcollective.com  
Hilde Seys: hilde@newbookcollective.com

#### PROMOTIE EN PUBLICITEIT

An-Katrien Vinckx: an-katrien@newbookcollective.com