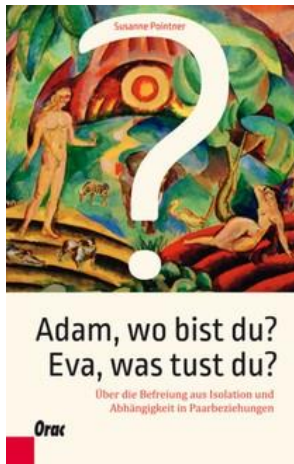


Buchtipps für Sie...„abseits des Neuerscheinungsgetöses“

(Zitat Helmut Sichrovski / „Erlesen“)

Ausgewählt und zusammengestellt von Gabriele Feyerer



Susanne Pointner

Adam, wo bist du? - Eva, was tust du?

Über die Befreiung aus Isolation und Abhängigkeit in Paarbeziehungen

Orac-Verlag 2016,

ISBN: ISBN: 978-3-7015-0585-2

Macht es Sinn, dass wir zusammenbleiben? Viele Paare stellen sich irgendwann diese Frage. Sehnsucht nach Autonomie und das Bedürfnis nach Geborgenheit prallen früher oder später aufeinander.

Am Beispiel eines nach außen hin erfolgreichen, in der Beziehung aber am Abgrund stehenden Paares zeigt **Psychotherapeutin Susanne Pointner** Wege aus dem selbstgezimmernten Gefängnis.

Mit vielen Beispielen aus Märchen und Mythen, Literatur und Film erklärt sie, wie Beziehungssucht und Bindungsangst überwunden werden können, wie sich erstarrte Muster auflösen lassen und wie der Weg frei wird für Lebendigkeit und Erfüllung.

Das kann zu einem Neuanfang in der Beziehung, aber auch zu einer würdigen Trennung führen. In jedem Fall bleibt das Kostbare erhalten.

(www.kremayr-scheriau.at)

Ein Backlist-Tipp!

Larry Winget

„Halt den Mund, hör auf zu heulen und mach Deinen Job!“

Verlag Börsenmedien 2011, ISBN-13: 9783941493964

Larry Winget erklärt Ihnen das Einzige, was Sie wissen müssen, um Erfolg zu haben, nämlich: Für Ihren Erfolg sind allein Sie selbst verantwortlich! Manche Autoren von Erfolgs-Ratgebern streicheln Ihr Ego und sagen Ihnen das, was Sie längst wissen. Andere Schreiberlinge texten Sie zu, ohne Ihnen klar zu sagen, wie Sie Ihr Ziel erreichen. Manche sagen Ihnen, Sie müssten Ihren Job nur genug lieben, dann käme der Erfolg von allein. Larry Winget macht nichts von alledem. Er erzählt Ihnen in diesem Buch die ungeschminkte Wahrheit darüber, was man braucht, um beruflich erfolgreich zu

sein, nämlich: KEINEN Business-Jargon (Vergessen Sie Wörter wie "Markenimage" oder "über den Tellerrand hinaus denken" Sie sitzen nicht auf einem Teller!), KEINE Parabeln (nach dem Motto: "Wer hat den Käse zum Bahnhof gerollt" das ist alles Käse), KEINE Lobhudeleien (auch das ist Käse). Stattdessen das Einzige, was wirklich Erfolg verspricht: **Arbeit!**

Vielfach nur noch im Abverkauf zu haben, aber unbedingt lesenswert!
(Quelle: www.jokers.at)



Anke Domscheit-Berg:

Ein bisschen gleich ist nicht genug!
Ein Weckruf

Heyne-Verlag 2015, ISBN: 978-3-453-60311-0

Frauen werden seltener Chefs, verdienen weniger und tragen die Hauptlast unbezahlter Arbeit in Haushalt und Familie; das Resultat einer Gesellschaft, die Männer und Frauen in stereotype Schubladen steckt. (...) Die Ungleichheit zwischen Männern und Frauen hat Gründe. Aber welche treffen wirklich zu? (...) Neben der Arbeitswelt thematisiert die Autorin Sexismus, Gewalt und die Partnerwahl und gewährt so einen umfassenden Einblick ins Thema.

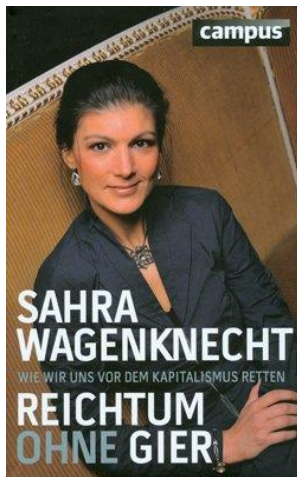
Quelle: Weltladen-Magazin (gekürzt) – www.weltladen.at



Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben
dtv-Verlag 2016

Ein Buch, das es eigentlich gar nicht geben dürfte. Denn mit gerade mal 24 Jahren wird Matt Haig von einer lebensbedrohlichen Krankheit überfallen, von der er bis dahin kaum etwas wusste: einer schweren Depression. Es geschieht auf eine physisch dramatische Art und Weise, die ihn buchstäblich an den Rand des Abgrunds bringt. Dieses Buch beschreibt, wie er allmählich die zerstörerische Krankheit besiegt und langsam ins Leben zurückfindet (...). *Das macht er auf so bewegende und mitreißende Art, dass man sich einige seiner Sätze am liebsten gleich notieren möchte – etwa die 3 L: „Leben, Lieben, Loslassen“.*

(Quelle: www.dtv.de und „Werde-Magazin“ – www.werde-magazin.at)



Sahra Wagenknecht

Reichtum ohne Gier – Wie wir uns vor dem Kapitalismus retten

Campus-Verlag 2016

Wir erleben in den kommenden Monaten die wohl schwerste Krise der Nachkriegszeit. Banken drohen zusammenzubrechen, die EZB druckt immer mehr Geld, in den USA schwindet das Wirtschaftswachstum. Große Konzerne schreiben immer noch erstklassige Gewinne. Dennoch wissen wir alle, dass massive Einschnitte folgen werden. Doch wer trägt die Schuld? Wer könnte dieser Entwicklung noch etwas entgegensetzen? (...) Sahra Wagenknecht hat deshalb ein Buch vorgelegt, das zur Pflichtlektüre für alle politisch und wirtschaftlich Interessierten werden sollte: Ob links, rechts oder schlicht bürgerlich. (...) „Die Autorin beherrscht die Kunst des klaren Denkens.“ Es liefert Denkanstöße, die uns möglicherweise aus der größten denkbaren Krise befreien könnten.

(Text: www.kopp-verlag.de)



Katja Buschmann

Alles, was Sie über Philine Blank wissen müssen

Residenz-Verlag 2016

Philine hat eine in Liebesdingen wankelmütige Mutter und wechselnde Väter, sie bewegt sich im Wasser wie ein Fisch und verliert schließlich auch an Land den Boden unter den Füßen. Als Philine nach einem Zusammenbruch in ein Dorf umziehen muss, lernt sie Planta kennen, Planta-der-den-Plan hat, der ihr im Morgengrauen das beste Rührei der Welt serviert und dessen Augen so blau sind wie ein Haifischbecken. Er zeigt ihr das „Flaschenhaus“ am See, wo jeder willkommen ist. Hier scheint ein anderes Leben möglich, ein glückliches, schwereloses, freies. Doch als sich die Flaschenhauskommune im Winter auflöst, entscheidet sich Philine gegen das Kaputtgehen und hält fest – was war und was nicht gewesen ist, und alles, was Sie wissen müssen. So glasklar und schmerzhaft schön ist die Geschichte vom Erwachsenwerden lange nicht erzählt worden.

(Text: www.residenzverlag.at)

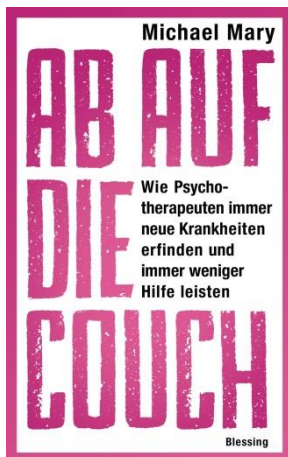


10 Jahre Freiheit

Natascha Kampusch

*„Freiheit beginnt in der Seele
und arbeitet sich nur langsam
von innen nach außen.“*

Sie hatte geglaubt, mit ihrer Selbstbefreiung beginne ein völlig neues Leben voller Energie und Chancen. Stattdessen wurde sie immer wieder dazu gezwungen, in ihre dunkle Vergangenheit einzutauchen. Jetzt erzählt Natascha Kampusch erstmals, wie schwer sie es hatte, ihre Rolle zu finden – und warum sie den Glauben an das Gute im Menschen trotz allem nicht verloren hat. Das bewegende Buch einer mutigen Frau, die immer wieder die Kraft findet, ihr Leben in die Hand zu nehmen. Am 23. August 2006 endete eine der spektakulärsten Entführungen in der jüngeren Geschichte: Natascha Kampusch gelang die Flucht aus dem Kellerverlies, in dem sie über acht Jahre eingesperrt war. Darüber hat sie ein viel beachtetes Buch geschrieben. **Zehn Jahre nach der Selbstbefreiung gewährt sie Einblick in ihr Leben nach der Flucht.** Sie erzählt von ihren Erfahrungen, bitteren und schönen, von ihren Träumen und Alpträumen, von ihrem Alltag, ihrem sozialen Einsatz für Projekte (unter anderem in Sri Lanka) und ihrem Engagement für traumatisierte Jugendliche. In der Hoffnung, dadurch auch das eigene Trauma zu überwinden. (Bild und Text: www.ullstein-buchverlage.de).



Michael Mary

Ab auf die Couch

Wie Psychotherapeuten immer neue Krankheiten erfinden und immer weniger Hilfe leisten

Blessing Verlag 2013 (www.blessing-verlag.de)

Selten gab es ein so ehrliches Buch über den Zustand der heutigen Landschaft einer immer hochmütiger agierenden „Seelenmedizin“. Der Autor zeigt auf, wie die Psychotherapie sich am „grassierenden Machbarkeitsglauben und dem dazugehörigen Lifemanagement“ abarbeitet, dabei aber die Patienten als Individuen völlig aus den Augen verliert. Und er sagt richtig: Sinnvolle Psychotherapie kann und darf nicht „behandeln“, sie kann Menschen in Sinnkrisen maximal begleiten! (fey)