



**NEUERSCHEINUNGEN**

**Herbst 2021**

# JUNFERMANN VERLAGSNACHRICHTEN

## Junfermann Autorentag: einmal ganz anders

Im April 2020 hätte es einen Junfermann Autorentag geben sollen. Die Räume waren gebucht, es gab ein Programm und auch schon viele Anmeldungen. Doch dann kam der erste Lockdown und unser Autorentreffen musste, wie so viele andere Veranstaltungen auch, leider abgesagt werden.

Ein Jahr später, im April 2021, sind wir schon wieder im Lockdown, Live-Veranstaltungen sind nicht möglich. Aber Zusammenkünfte per Videokonferenz sind inzwischen ganz normal für uns alle geworden. Warum also nicht unsere Autorinnen und Autoren auf diesem Weg zusammenkommen lassen? Gesagt, getan: Die Kolleginnen aus dem Marketing, Simone Scheinert und Carolin Stephan, stellten gemeinsam mit unserer Autorin Rositta Beck ein Programm auf die Beine. Die zentrale Fragestellung war: Welche Möglichkeiten für das Buchmarketing gibt es? Und die erste Frage war: Was kann ich selbst als Autor\*in tun? Hier hatte Rositta Beck eine Vielzahl an guten Tipps und Strategien zusammengestellt, die sie gerne mit ihren Autorenkolleg\*innen teilte. Die Kolleginnen aus dem Marketing berichteten dann, welche Möglichkeiten der Verlag hat und anbietet.



Die Teilnehmer\*innen, egal ob über viele Jahre dem Verlag verbunden oder »Newcomer«, konnten einiges mitnehmen. Das Gesellige, der intensive Austausch untereinander, die Gespräche in der Kaffeepause kamen etwas zu kurz bzw. waren nicht möglich. Aber wir hoffen doch sehr, dass es in absehbarer Zeit einen Autorentag mit echten Begegnungen geben wird.

-  [www.junfermann.de](http://www.junfermann.de)
-  [blogweise.junfermann.de](http://blogweise.junfermann.de)
-  [www.facebook.com/junfermann](https://www.facebook.com/junfermann)
-  [twitter.com/junfermann](https://twitter.com/junfermann)
-  [www.youtube.com/user/Junfermann](https://www.youtube.com/user/Junfermann)
-  [www.instagram.com/junfermannverlag](https://www.instagram.com/junfermannverlag)

## Von Tyrannen und Bügeleisen

Das Buch »Tyrannen in meinem Kopf« von Sally Winston und Martin Seif hat sich langsam aber sicher zu einem echten Bestseller entwickelt. Das Thema sind unwillkürlich auftauchende Gedanken, die vielen schwer zusetzen, weil sie glauben, diese Gedanken bedeuten etwas und lassen nur einen Schluss zu: Sie sind schlechte Menschen. Die Gedanken erlangen so immer mehr Macht – sie werden zu Tyrannen. Therapeutische Interventionen oder Hilfsprogramme setzen oft an der falschen Stelle an und verstärken für die Betroffenen das Problem noch. Liest man Stimmen zu diesem Buch im Internet, dann zeigt sich: Viele fühlen sich erstmals überhaupt verstanden und finden hier endlich echte Hilfe.



Und jetzt sind Martin Seif und Sally Winston wieder aktiv geworden. Ihr neues Buch beschäftigt sich mit dem Zwang, sich einer Sache immer wieder vergewissern zu müssen, etwa: Ist das Bügeleisen wirklich aus? – Mehr dazu auf Seite 1.

## GFK-Onlinekongress 21.–25. Mai

»Gewaltfreie Kommunikation – die Sprache des Herzens« lautet das Thema unseres ersten Online-Kongresses, den wir in Kooperation mit Sebastian Mauritz durchführen. Als Speaker\*innen konnten viele namhafte GFK-Trainer\*innen gewonnen werden, z. B. Liv Larsson, Al Weckert, Vera Heim, Gabriele Seils, Beate Brüggemeier, Gabriele Lindemann u. v. a. m.

Es gibt einen Live-Zeitraum vom 21.-25. Mai 2021. Die Teilnahme an diesen Tagen ist kostenlos. Anschließend besteht die Möglichkeit, ein Kongresspaket zu erwerben und auch nach dem Live-Zeitraum auf alle Interviews und Kongressinhalte zuzugreifen.

Weitere Infos unter: [➔ https://www.gfk-kongress.de/](https://www.gfk-kongress.de/)

# STECKEN SIE IN DER VERGEWISSERUNGSFALLE?

## Ist das Bügeleisen wirklich aus?

### Wege aus der Vergewisserungsfalle

Aus dem Englischen von Claudia Campisi

»Woher weiß ich, ob ich die richtige Entscheidung getroffen habe?« »Was ist, wenn etwas Schlimmes passiert?« »Ich muss mir unbedingt sicher sein!«  
 Kommen Ihnen solche Gedanken? Gedanken, mit denen Sie sich selbst infrage stellen, die Angst, Stress und Sorgen verursachen? Checken Sie immer wieder Ihre Mails, bitten Sie andere wiederholt um deren Meinung oder liegen Sie nachts wach, weil Sie in aussichtslosen Beruhigungsversuchen alles haarklein analysieren und vorausplanen? Falls ja, leiden Sie vermutlich unter Kontroll- und Vergewisserungszwang. Die gute Nachricht: Sie werden es schaffen, sich aus der verflixten »Vergewisserungsfalle« zu befreien.

In diesem Ratgeber finden Sie erprobte Tools, die auf der Kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) basieren und Ihnen helfen, Frieden mit der Ungewissheit zu schließen und Ihr Bedürfnis, »auf Nummer sicher zu gehen« allmählich zu verringern.

»Dieses Buch handelt vom Streben nach Gewissheit, wo es keine gibt.« – Martin N. Seif & Sally M. Winston



Ca. 200 Seiten, kart. + E-Book inside  
 Format: 17 x 24 • WG 1481  
 Ca. € [D] 24,00 • € [A] 24,70  
 ISBN 978-3-7495-0277-6



#### Als E-Book:

Ca. € [D] 21,99  
 EPUB: ISBN 978-3-7495-0278-3  
 EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0279-0  
 PDF: ISBN 978-3-7495-0280-6



Erscheint: September 2021

#### Martin N. Seif

PhD, Mitbegründer der *Anxiety and Depression Association of America* und langjähriges Vorstandsmitglied. Er ist stellvertretender Direktor des *Anxiety and Phobia Treatment Center* in



New York und arbeitet in eigener Praxis.

#### Sally M. Winston

Gründerin des *Anxiety and Stress Disorders Institute of Maryland*. Sie war Vorsitzende des *Clinical Advisory Board of the Anxiety and Depression Association of America (ADAA)*. Langjährige



Erfahrung als Klinikerin und in der Weiterbildung von Therapeuten.

#### WEITERE TITEL

Winston / Seif  
 »Tyranen in meinem Kopf«



Wadström  
 »Kopferbrechen«



#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Alle, die ein Bedürfnis nach ständiger Vergewisserung haben und darunter leiden.

Kontrollzwang, Vergewisserungszwang, Kognitive Verhaltenstherapie

# EIN BUCH AUS DER PRAXIS FÜR DIE PRAXIS – UND DEN BEZIEHUNGSALLTAG!

## Du bist mein Heimathafen

### Kurs halten für Paare



Eine Beziehung ist wie ein Garten. Sie bedarf der Pflege, damit etwas wachsen kann. Und in eine Beziehungskiste muss man etwas Gutes hineintun, wenn man etwas Gutes entnehmen möchte. Nur so kann eine Partnerschaft auf Dauer gedeihen und die Beziehung zum sicheren Hafen werden, der Schutz und Geborgenheit bietet.

Das Buch bietet zahlreiche Anregungen und ermutigende Leitsätze, die Sie bei der Suche nach mehr Zufriedenheit in Ihrer Beziehung unterstützen. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Möglichkeiten, sich als Paar in kritischen Phasen zu regulieren. Die Fähigkeit, unterschiedliche emotionale Strömungen auszubalancieren, hilft, das innere Gleichgewicht zu halten. Eine Ehe besteht im permanenten Moderieren von Irritationen, heißt es, und um dieses Moderieren, Abgleichen und Regulieren geht es in diesem Buch – vor allem im Hinblick auf fünf Bereiche:

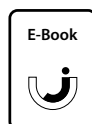
- Nähe und Distanz regulieren
- Störende Eigenschaften und Verhaltensweisen managen
- Beziehungsvorstellungen abgleichen
- Gefühle ordnen und konstruktiv kanalisieren
- Intimität und Sexualität ausbalancieren

Ca. 180 Seiten, kart. + E-Book inside  
Format: 17 x 24 • WG 1483  
Ca. € [D] 22,00 • € [A] 22,70  
ISBN 978-3-7495-0262-2



#### Als E-Book:

Ca. € [D] 19,99  
EPUB: ISBN 978-3-7495-0263-9  
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0264-6  
PDF: ISBN 978-3-7495-0265-3



Erscheint: Oktober 2021

#### Thomas Prünke

Dipl.-Psychologe und seit über 30 Jahren in eigener psychotherapeutischer Praxis in Hamburg tätig. Er arbeitet als Paartherapeut (EFT) sowie als Dozent an diversen Ausbildungsinstituten. Als Autor hat er sich ausführlich mit der Frage befasst, wie Menschen sinnerfüllt leben und lieben können.



#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Menschen in Paarbeziehungen;  
Paartherapeut\*innen und -coachs

Paarbeziehung, Emotionen, Emotionsregulierung,  
Innere Balance, Bindung, Konflikte,  
Sexualität, Sicherheit

#### WEITERE TITEL

**Johnson**  
»Halt mich fest«



**Kallos-Lilly /  
Fitzgerald**  
»Wir beide«



## Die Partnerschule

### Paartherapie im Integrativen Verfahren

Jede dritte Ehe in Deutschland wird geschieden – mit oft negativen Folgen für die Partner selbst wie für die Kinder. Eine einvernehmliche Trennung ist ein hehres Ziel, das aber nur selten erreicht wird. Die meisten Paare, die wegen Beziehungskonflikten eine Beratung aufsuchen, wollen ihre Beziehung retten. Diesem Anliegen trägt Rudolf Sanders mit seiner »Partnerschule« Rechnung. In einem geschützten Rahmen können die Paare ganz neue Erfahrungen machen und bisher verborgene Ressourcen entdecken. Das Lernziel: Beziehungskompetenz.

Die ersten Gruppenseminare nach diesem Ansatz fanden 1990 statt. Stets wurden die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse integriert, und inzwischen wird die Partnerschule – nach mehr als 170 Gruppenseminaren – auch für einzelne Paare angeboten.

In diesem Buch werden ...

- die theoretischen Grundlagen der »Partnerschule« beschrieben,
- Anwendungsgebiete der Methode benannt,
- zahlreiche Übungen für jedes einzelne Modul angeboten.



Ca. 300 Seiten, kart. + E-Book inside  
 Format: 17 x 24 • WG 1534  
 Ca. € [D] 36,00 • € [A] 37,10  
 ISBN 978-3-7495-0269-1



#### Als E-Book:

Ca. € [D] 33,99  
 EPUB: ISBN 978-3-7495-0270-7  
 EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0271-4  
 PDF: ISBN 978-3-7495-0272-1



Erscheint: November 2021

**Rudolf Sanders**, Dr. phil., Dipl.-Päd., Ehe-, Familien- und Lebensberater, Lehr- und Forschungstätigkeit im Bereich der Ehe- und Paarberatung, Begründer des Verfahrens Partnerschule, bis 2016 Leiter der katholischen Ehe- und Familienberatungsstelle Hagen & Iserlohn, Mitglied im Vorstand der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung (DAJEB).



#### WEITERE TITEL

**Johnson**  
 »Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie«



**von Tiedemann**  
 »Versöhnungsprozesse in der Paartherapie«



#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Paartherapeut\*innen,  
 Ehe- und Familien-Berater\*innen

Paartherapie, Partnerschule,  
 Beziehungskompetenz

# WIE BEFREIE ICH MICH VON MEINEM ÄRGER?

## Das Anti-Ärger-Buch

In 3 Schritten frei von Ärger



Der tägliche kleine und große Ärger raubt uns Energie, Zeit und Lebensqualität. Das muss nicht sein! Denn: Sich weniger zu ärgern kann man lernen. Dieses Buch stellt Ihnen einen dreistufigen Prozess vor, wie man seinen Ärger kompetent klären kann: den Ärger-Anlass filtern, den eigenen Ärger-Wunsch klären und verbleibende Ärger-Haken lösen, die uns in der Situation festhalten. Ein Leben ohne Wut und Zorn kann so einfach sein, wenn man weiß, wie es geht. Damit Sie die Strategie der Ärger-Befreiung selbst erfahren und sofort umsetzen können, basiert das Buch auf Coaching-Methoden, die sich in der Praxis bewährt haben:

- Die Werkzeuge werden anhand von Fallbeispielen aus dem privaten und beruflichen Alltag anschaulich vermittelt.
- Zahlreiche Schaubilder illustrieren die einzelnen Prozessschritte und dienen als visuelle Anker.
- Mithilfe von Übungen am Ende jedes Kapitels können Sie den eigenen Ärger-Anlass reflektieren und erhalten Impulse, einzelne Methoden sofort auszuprobieren.
- Der Ärger-Klärungsprozess ist mit 3 Schritten einfach zu erlernen, zu behalten und anzuwenden: filtern, klären, befreien.
- Der Ärger-Klärungsprozess kann bei jedem Ärger-Anlass gleichermaßen und unabhängig vom Thema eingesetzt werden.

Ca. 160 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1481

Ca. € [D] 20,00 • € [A] 20,60

ISBN 978-3-7495-0253-0



9 783749 502530

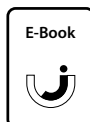
### Als E-Book:

Ca. € [D] 17,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0254-7

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0255-4

PDF: ISBN 978-3-7495-0256-1



Erscheint: Oktober 2021

### Barbara Gerhards

ist Volkswirtin und seit mehr als 10 Jahren selbstständig als zertifizierte Coachin, Trainerin und Speakerin tätig. Ihre Leidenschaft gilt dem Thema Ärger und dem kompetenten Umgang damit. Unter der Marke »AntiÄrger Akademie« bietet sie deutschlandweit AntiÄrger-Kurse, -Webinare, -Coaching und -Vorträge an.



### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Menschen, die sich in Berufs- und Privatleben oft und stark ärgern und daran etwas ändern wollen;  
Coaches und Verhaltenstherapeut\*innen.

Ärger, Bedürfnisse, Klärung, Konflikte, Wünsche,  
Kommunikation, Prozess, Vorbeugung

### WEITERE TITEL

**Brand**  
»Unbeschwert  
leben«



9 783955 171948

**Greenberger / Padesky**  
»Gedanken  
verändern  
Gefühle«



9 783955 171611

# RUNTER VON DER STRESSAUTOBAHN, RAUF AUF DEN RESILIENZPFAD!

## Stressresilienz

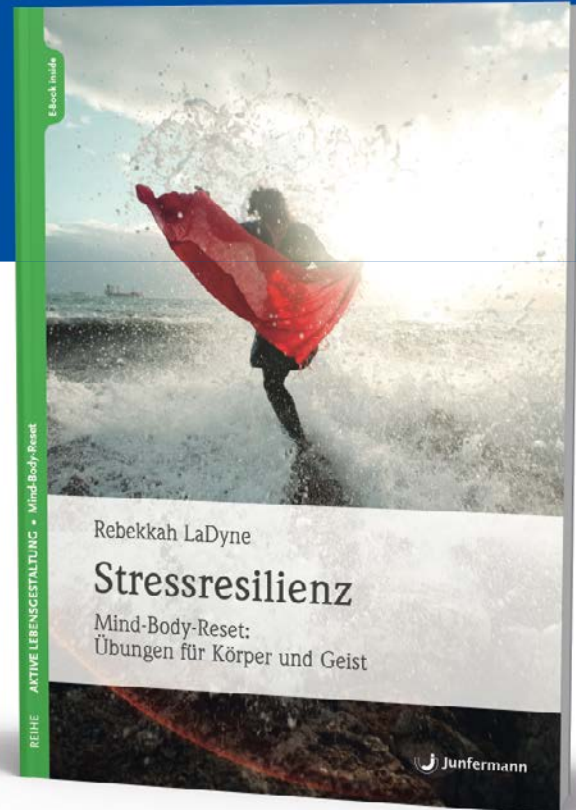
### Mind-Body-Reset: Übungen für Körper und Geist

Aus dem Englischen von Claudia Seele-Nyima

Stress scheint in unserer Kultur des Immer-alles-sofort-erledigen-Müssens zum Normalzustand zu werden. Er ist stets präsent und nistet sich in Geist und Körper ein. Wenn wir das nicht wahrnehmen, daran nichts ändern, wird der Stress immer mehr unser Denken, Fühlen und Handeln bestimmen. Gefühle von Überwältigtsein, Angst, Unbehagen und Unwohlsein sind dann an der Tagesordnung. – Wir sind auf der Stressautobahn unterwegs.

Dieses Buch bietet eine Fülle an Übungen, die sowohl Körper als auch Geist beruhigen und leitet dazu an, die Stressautobahn zu verlassen und häufiger Resilienzpfade zu nutzen. Die Leser\*innen lernen ihr Nervensystem besser kennen und erfahren, wie es sich ganz leicht resetten lässt.

»Es ist eine Freude, ein solch wunderbares Buch zu lesen, das nicht nur denjenigen hilft, die selbst mit Stress zu kämpfen haben, sondern auch Fachleuten, die ihren Klient\*innen in diesem Veränderungsprozess beistehen.«  
– Kathy L. Kain



Ca. 200 Seiten, kart. + E-Book inside  
Format: 17 x 24 • WG 1480  
Ca. € [D] 24,00 • € [A] 24,70  
ISBN 978-3-7495-0258-5



#### Als E-Book:

Ca. € [D] 21,99  
EPUB: ISBN 978-3-7495-0259-2  
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0260-8  
PDF: ISBN 978-3-7495-0261-5



Erscheint: Oktober 2021

**Rebekkah LaDyne**, MSc, Somatic Experiencing Practitioner (SEP), ist Körpertherapeutin, Ausbilderin für Mind-Body-Methoden und Autorin. Auf der Grundlage ihrer langjährigen Erfahrung entwickelte sie das Mind-Body-Reset-Verfahren (MBR). Sie ist in eigener Praxis in der San Francisco Bay Area tätig, wo sie mit ihrem Mann und zwei Töchtern lebt.  
➤ <http://www.rebekkahladyne.com>



#### WEITERE TITEL

**Kain / Terrell**  
»Bindung, Regulation und Resilienz«



**Huber**  
»Der geborgene Ort«



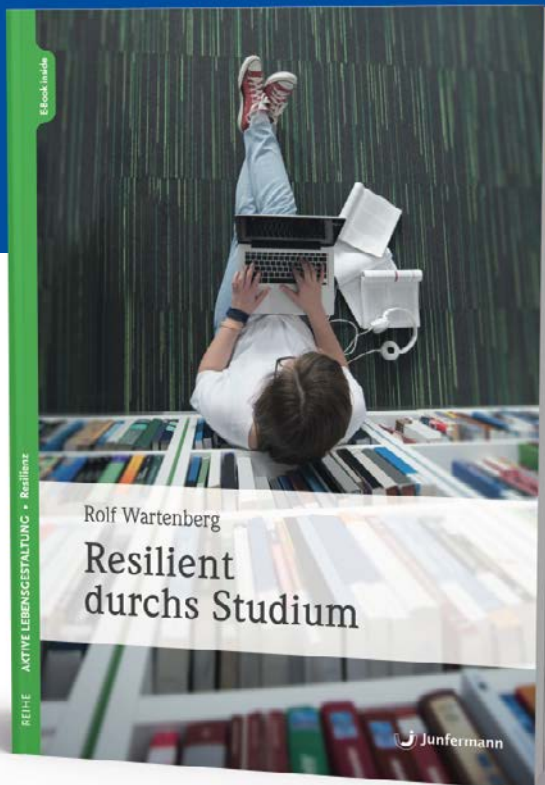
#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Alle, die wirksame Methoden zur Stressbewältigung suchen, mit Schwerpunkt auf der Körper-Geist-Verbindung.

Stress, Körper-Geist-Verbindung, Nervensystem, Wohlbefinden, Stressresilienz

# SELBSTFÜRSORGE UND MENTALE GESUNDHEIT FÜR STUDIERENDE

## Resilient durchs Studium



Die Zeit des Studiums bietet Chancen zur Selbstentfaltung, genauso wie sie Rückschläge, Krisen und Belastungen mit sich bringen kann. Um die Möglichkeiten jener Lebensphase voll auszuschöpfen, braucht es Effizienz in guten Zeiten und Resilienz dann, wenn der Druck durch Prüfungen und Leistungsanforderungen steigt oder Rückschläge verkraftet werden müssen. Dieses Buch unterstützt Studierende dabei, sich gegen herausfordernde Situationen zu immunisieren und resilient durchs Studium zu kommen. Den Bezug zur Lebenspraxis stellt der Autor durch zahlreiche Beispiele und Anregungen her, die Studierenden die Selbstverwirklichung, Selbstentfaltung, Selbstaktualisierung unter widrigen Bedingungen erleichtern.

Fragen Sie sich selbst:

- Versuchen Sie nur auf Nummer sicher zu gehen, wo Sie effektiver sein könnten?
- Resignieren Sie zu schnell vollständig, wo Sie sich immunisieren könnten?
- Vernachlässigen oder übertreiben Sie womöglich die ausgewogene Entwicklung von beidem?

Dann zeigt Ihnen dieses Buch, wie Sie das Beste aus Ihren guten Zeiten herausholen und das Sicherste aus den schlechten – wie Sie effektiv und resilient sein können.

Ca. 120 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1481

Ca. € [D] 16,00 • € [A] 16,50

ISBN 978-3-7495-0284-4



### Als E-Book:

Ca. € [D] 13,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0285-1

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0286-8

PDF: ISBN 978-3-7495-0287-5



Erscheint: September 2021

### Rolf Wartenberg

hat als Psychologe und Psychotherapeut an verschiedenen Hochschulen in der psychologischen Beratung Studierender gearbeitet und ist Referent und Trainer für Arbeitsorganisation, Motivation und geistige Gesundheit.



### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Studierende und alle, die unter Leistungsdruck stehen; Resilienzcoachs und -trainer\*innen.

Resilienz, Leistungsdruck, Uni, Prüfungen, Persönlichkeitsentwicklung, Studium, Beratung, psychische Gesundheit

### WEITERE TITEL

**Wolke**  
»Resilient durch Yoga«



**Langwara / Eilert**  
»Die Kraft unserer Emotionen«





# DIE QUELLEN DER RESILIENZ AKTIVIEREN

## Das Ich in der Krise

### Resilient durch Positive Transaktionsanalyse

In Belastungen, Krisen und Traumata erleben wir uns oft als hilflos. Was geschieht in solchen Situationen mit unserer Psyche? Welche Möglichkeiten haben wir, um darauf Einfluss zu nehmen? Welche Rolle spielt Resilienz dabei und warum lässt sie sich oft so schwer aktivieren? Und warum führt uns unser in der Kindheit erlernter Umgang mit Krisen und Belastungen heute so selten ans gewünschte Ziel?

Auf diese Fragen antwortet das Buch, indem es Resilienz mit den Mitteln der Positiven Transaktionsanalyse veranschaulicht: Wenn wir unsere Hilflosigkeit annehmen und uns auf die Angst, die Verletztheit, die Traurigkeit, den Ärger und die Scham einlassen, die damit verbunden sind, können wir die Quellen unserer Resilienz aktivieren. Sie liegen in unserer Identität, Autonomie und unseren Beziehungen. Anhand von zahlreichen Fallbeispielen, persönlichen Impulsen und Übungen zeigen die Autoren so den Weg aus der Krise hin zu Bindung, Sinn und Freude.



Ca. 240 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1481

Ca. € [D] 28,00 • € [A] 28,80

ISBN 978-3-7495-0273-8



#### Als E-Book:

Ca. € [D] 24,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0274-5

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0275-2

PDF: ISBN 978-3-7495-0276-9



Erscheint: Oktober 2021

#### Dr. Klaus Sejkora

ist klinischer Psychologe und Psychotherapeut in freier Praxis, Supervisor, Coach und Trainer. Er lebt und arbeitet in Linz (Österreich).



#### Prof. Dr. Henning Schulze

ist Hochschullehrer an der Technischen Hochschule Deggendorf sowie Supervisor, Coach und Trainer, Lehrsupervisor und Lehrcoach.



#### WEITERE TITEL

**Berg**  
»Übungsbuch Resilienz«



**Blickhan**  
»Positive Psychologie«



#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

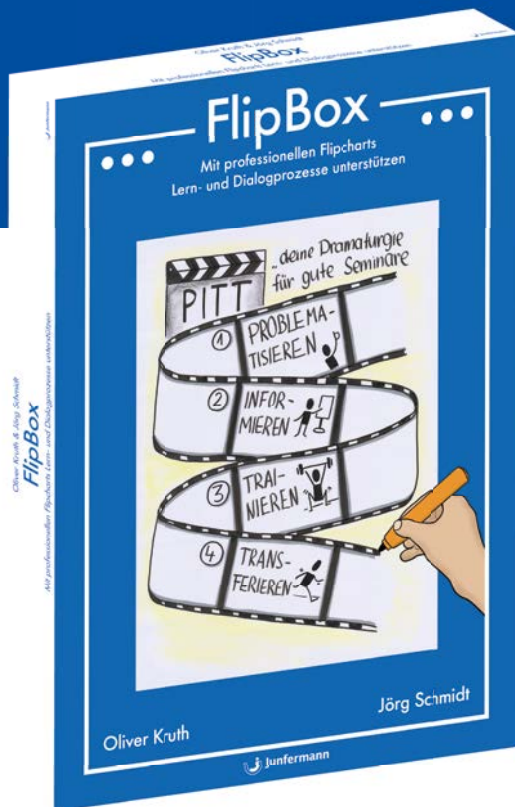
Menschen, die einen neuen Umgang mit Belastungen, Krisen und Traumata und einen neuen Weg zu Resilienz und Selbstentwicklung suchen; Psychotherapeut\*innen, Berater\*innen.

Resilienz, Krise, Trauma, Transaktionsanalyse, Positive Psychologie, Selbstentwicklung, Persönlichkeit, Identität, Autonomie, Beziehungen

# FLIPCHART-GESTALTUNG LEICHT GEMACHT

## FlipBox

Mit professionellen Flipcharts  
Lern- und Dialogprozesse unterstützen



Visualisierungen unterstützen Lern- und Dialogprozesse. Aber ist das Flipchart nicht ein Auslaufmodell? Geht das nicht alles digital viel einfacher? Analoge Visualisierungen sind anders – und wirkungsvoll. Gerade für das gemeinsame Erarbeiten in Workshops ist das Flipchart bestens geeignet, um Beiträge zu visualisieren. Bilder und Motive, die ad hoc im Dialog entstehen, regen an, mitzudiskutieren und mitzudenken. In der Box gibt es eine große Auswahl an Flipchart-Vorlagen. Für die unterschiedlichsten Phasen von Workshops lassen sich schnell die passenden Motive finden und einfach abmalen. Tipps und Schritt-für-Schritt Anleitungen unterstützen bei der Umsetzung und erweitern die eigenen Visualisierungsfähigkeiten.

- Einfacher Einstieg in die Entwicklung und Umsetzung von Bildideen
- Tipps und Anleitungen für die Verbesserung der eigenen Visualisierungsfähigkeiten
- Vorbereitung für die Live-Visualisierung in Workshops
- Flexible Einsatzmöglichkeiten der Muster und Vorlagen
- Alle Flipcharts und Motive auch als digitale Vorlagen, die verändert und adaptiert werden können.

Kartenset mit ca. 150 Karten  
Format: 15,5 x 22 • WG 1820  
Ca. € [D] 39,00 • € [A] 40,10  
ISBN 978-3-7495-0257-8



Erscheint: September 2021

### Oliver Kruth

Trainer und Moderator mit einem Fokus auf visuellen und spielerischen Methoden für nachhaltige Workshops und Seminare.



### Jörg Schmidt

Diplom-Pädagoge, Autor und Trainer für Visualisierung. Mit seiner Firma »einfach visualisieren« führt er Trainings und Workshops für Unternehmen und Organisationen durch.



## ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Trainer\*innen, Coaches, Berater\*innen, die Visualisierungen im beruflichen Kontext anwenden.

Flipcharts, Visualisierung, Lernprozesse, Weiterbildung, Zeichnen, Malen, Workshops, Bildideen

## WEITERE TITEL

Schmidt  
»Einfach  
visualisieren«



Weckert /  
Bähler /  
Oboth / Schmidt  
»Gruppen- und  
Teammediation«



»Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung.«

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

## Werte-Karten

### Reflexion – Klärung – Veränderung

Je besser Menschen ihr Wertesystem kennen, desto leichter fällt es ihnen, sich zu akzeptieren oder an sich zu arbeiten. Das Werte-Karten-Set lädt zur Erforschung der eigenen Werte und Normen, des inneren Regelwerks und der inneren Persönlichkeitsstruktur ein.

Die Karten sind ganz einfach gestaltet, auf das Wesentliche reduziert. Sie können in Coaching, Beratung und Therapie eingesetzt werden, mit Einzelnen oder auch in Gruppen und Teams. Sie eignen sich ebenfalls zur Selbstreflexion und zum Selbstcoaching.

Das Set enthält:

- 65 Werte-Karten
- 15 Frage-Karten zur vertiefenden Arbeit mit den Werten
- Ein Begleit-Booklet, das verschiedene Einsatz- und Anwendungsmöglichkeiten anbietet

Einsatzmöglichkeiten:

- Selbstreflexion der eigenen Werte und dahinter liegender Bedürfnisse
- Reflexion der Zusammenarbeit in Teams, z. B. in Transformationsprozessen
- zur Konfliktprävention oder zum Konfliktmanagement
- bei der Auswahl von geeignetem Personal
- zur beruflichen Perspektiventwicklung
- zur Klärung von Beziehungen (Partnerschaft, Familie, Arbeitsbeziehungen, Freundschaften)



80 Karten + Booklet  
 Format: Karten 10 x 10 cm,  
 Box 15,8 x 11,5 cm • WG 8534  
 Ca. € [D] 29,00 • € [A] 29,90  
 ISBN 978-3-7495-0252-3



Erscheint: September 2021

**Sandra Brauer**, Diplom-Kauffrau (FH), Systemische Beraterin (DGFSF-zertifiziert), Stressmanagement-Trainerin, Prozessbegleiterin in der digitalen Transformation, Lehrauftrag an der FOM Hochschule Hamburg; Gründerin des Systemischen Netzwerks. Schwerpunkte: Coaching von Einzelpersonen und Teams, Vermittlung digitaler Kompetenzen  
 ↗ <http://www.sandrabrauer.de>



#### WEITERE TITEL

**Binder**  
 »Was für mich zählt«



**Berg**  
 »Herzenslichter«



#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Coaches, Berater\*innen,  
 Psychotherapeut\*innen, Trainer\*innen

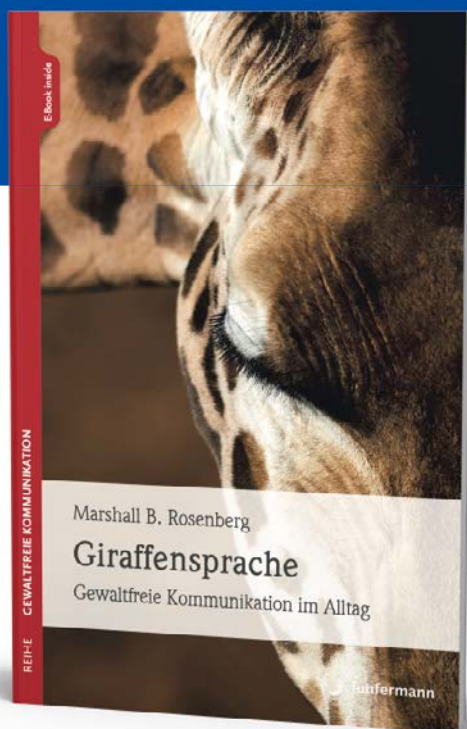
Werte, (Selbst-)Reflexion, Klärung, Veränderung

# WIE KANN ICH ALS GIRAFFE KOMMUNIZIEREN, WENN DIE WELT SCHEINBAR VOLLER WÖLFE IST?

## Giraffensprache

### Gewaltfreie Kommunikation im Alltag

Aus dem Italienischen von Petra Quast



Marshall Rosenberg arbeitete in seinen Seminaren mit zwei Metaphern: mit der Giraffe und dem Wolf. Beide Tiere stehen für bestimmte Haltungen, für bestimmte Arten zu kommunizieren. Der Wolf neigt zu Verurteilungen, Beschuldigungen und erzeugt Scham. Die Giraffe hingegen ist empathisch und spricht eine Sprache des Herzens. Deshalb wird die Gewaltfreie Kommunikation häufig auch als Giraffensprache bezeichnet.

Was ist das Besondere an der Giraffensprache? Mit Seminarteilnehmer\*innen erarbeitet Rosenberg dies mithilfe konkreter Alltagssituationen. Es zeigt sich: Wenn empathisches Zuhören und das Teilen von Gefühlen und Bedürfnissen zur Grundlage des Kontakts mit uns selbst und mit anderen werden, verbessert sich auch unsere Lebensqualität.

Ca. 60 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 14 x 21,5 • WG 1485

Ca. € [D] 12,00 • € [A] 12,40

ISBN 978-3-7495-0104-5



#### Als E-Book:

Ca. € [D] 9,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0266-0

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0267-7

PDF: ISBN 978-3-7495-0268-4



Erscheint: Oktober 2021

#### Dr. Marshall B. Rosenberg (1934–2015)

war international bekannt als Konfliktmediator und Gründer des internationalen Center for Nonviolent Communication in den USA. Die von ihm entwickelte Methode der Gewaltfreien Kommunikation hat sich als machtvolles Werkzeug herausgestellt, um Differenzen auf persönlichem, beruflichem und politischem Gebiet friedlich zu lösen.



#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Alle, die eine erste und kurze Einführung in die GFK suchen.

Gewaltfreie Kommunikation, Giraffensprache, Wolfssprache

#### WEITERE TITEL

Rosenberg  
»Empathisch  
kommunizieren«



Rosenberg  
»Voneinander  
lernen«



# DAS EMDR-GRUNDLAGENWERK

## EMDR – Grundlagen und Praxis

### Handbuch zur Behandlung traumatisierter Menschen

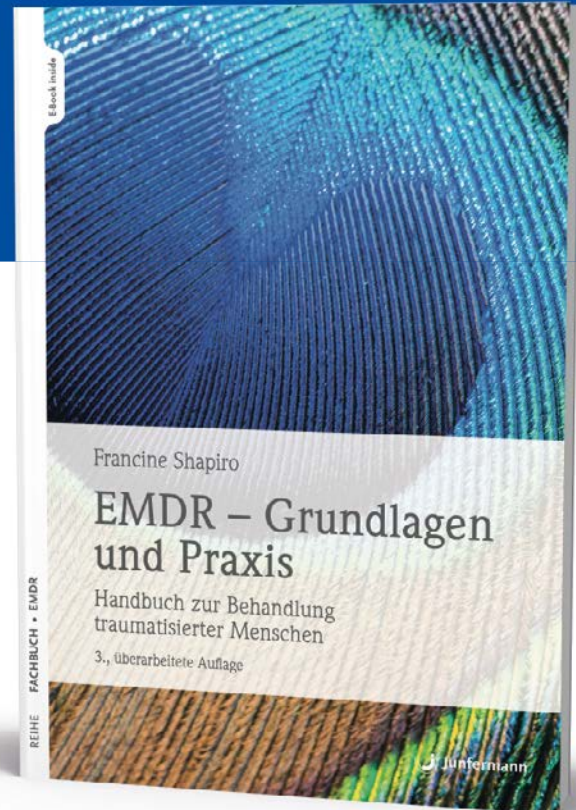
3., überarbeitete Auflage

Aus dem Englischen von Christoph Trunk

Dieses umfassende Basiswerk gibt einen fundierten Überblick über Entwicklung und Anwendung von EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing). Es handelt sich dabei um eine von Francine Shapiro entwickelte klinische Behandlungsmethode für Trauma-Opfer mit Posttraumatischer Belastungsstörung. Augenbewegungen und andere Methoden der Rechts-Links-Stimulation werden dabei eingesetzt, um Trauma-Opfern bei der Aufarbeitung beunruhigender Gedanken und Erinnerungen zu helfen. Als integratives Therapiemodell, das verhaltenspsychologische, kognitive, psychodynamische, körperorientierte und systemische Elemente umfasst, ermöglicht EMDR, in relativ kurzer Zeit nachhaltige Resultate in der Arbeit mit Patienten zu erzielen.

Die nochmals erweiterte und aktualisierte 3. Auflage in neuer Übersetzung dokumentiert

- die wichtigsten Entwicklungen in der EMDR-Forschung und -Praxis der letzten 15 Jahre;
- neue Behandlungsprotokolle;
- erfolgreiche Anwendungsfelder jenseits der Traumatherapie, wie Sucht, Angststörungen, Depression und chronische Schmerzen;
- neue Sitzungstranskripte, Protokolle, Fragebögen und Diagnosekriterien.



Ca. 640 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1534

Ca. € [D] 68,00 • € [A] 69,90

ISBN 978-3-95571-843-5



#### Als E-Book:

Ca. € [D] 57,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0281-3

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0282-0

PDF: ISBN 978-3-7495-0283-7



Erscheint: Dezember 2021

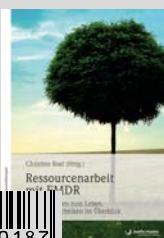
#### Francine Shapiro (1948–2019)

die Begründerin und Entwicklerin von EMDR, war Senior Research Fellow am Mental Research Institute in Palo Alto, Kalifornien. Sie war Begründerin und Präsidentin des EMDR Humanitarian Assistance Program, einer gemeinnützigen Organisation, die weltweit Katastrophenhilfsdienste und kostenlose Ausbildungen in Krisengebieten organisiert.



#### WEITERE TITEL

**Rost**  
»Ressourcenarbeit mit EMDR«



**Huber**  
»Trauma und die Folgen«



#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Psycho- und Traumatherapeut\*innen

EMDR, Trauma, Traumatherapie, Augenbewegungen, PTBS, PTSD, Eye Movement Desensitization and Reprocessing, Neuropsychologie

## Einfach ICH!

### Einfach machen!

Kalender 2022



Damit du für den Umgang mit dem immerwährenden Wandel gut gerüstet bist, hilft dir dieser Kalender, die kommenden 52 Wochen selbstbestimmt zu planen. Er unterstützt dich dabei, realistische Ziele zu stecken, Prioritäten zu setzen und Zeit für Routineaufgaben und Pausen einzuplanen. Feile an deinen Vorstellungen von dem Weg, der dich dorthin führt, wo du hinwillst. Betrachte dabei die Strukturen dieses Planers als Anregung und Richtschnur, damit du jederzeit den Überblick hast, was wann zu erledigen ist. Auch ein stufenweiser Prozess kann zum Ziel führen. Ausprobieren!

160 S., geb., vierfarbig  
Format: 12,5 x 21,0 • WG 7534  
€ [D] 17,00 • € [A] 17,50  
ISBN 978-3-7495-0245-5



#### Iris Meier

ist selbstständig als Dipl.-Graphologin und Dipl.-Coach tätig. Sie bietet Begleitung bei Karriereplanung und persönlichen Lebensproblemen sowie Sprechstunden zum Thema Graphologie an. <http://www.irismeier.ch>



© Göran Lindholm, lindholmfoto.ch

#### ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Selbstcoaching, Kalender, Agenda

#### WEITERE TITEL

**Iding**  
»Ganz bei mir«



**Bartlakowski**  
»in.sight«



# UNSERE NEUEN ONLINE SEMINARE:



## Petra & Ralf Dannemeyer: Abenteuer NLP

Laufzeit: ca. 330 Minuten, € 249,-



## Gisela Ruffer: Nein sagen

Laufzeit: ca. 300 Minuten, € 89,-



## Tanja Klein & Ruth Urban: Erfolg durch Positionierung

Laufzeit: 42 Minuten Video + 44 Minuten Audio, € 129,-

Weitere Infos:



## Ihre Ansprechpartner im Verlag



**Dr. Stephan Dietrich**  
Verlagsleitung



**Simone Scheinert**  
Marketing



**Saskia Thiele**  
Digitale Produkte



**Carolin Stephan**  
Marketing, Lektorat



**Stefanie Linden**  
Vertrieb, Kongresse



**Heike Carstensen**  
Lektorat, Presse



**Monika Köster**  
Aboservice,  
Kundenbetreuung



**Katharina Arnold**  
Lektorat, Presse

**Buchhandelsbetreuung:**  
Stefanie Linden,  
Tel.: +49 (0)5251 1344 16

**Auslieferungen:**  
**Deutschland / Österreich**  
Zeitfracht GmbH,  
junfermann@knv-zeitfracht.de;  
**Schweiz** Buchzentrum AG,  
kundendienst@buchzentrum.ch

Driburger Straße 24d  
33100 Paderborn  
[www.junfermann.de](http://www.junfermann.de)

Tel.: +49 (0)5251 1344 0  
Fax: +49 (0)5251 1344 44  
E-Mail: [ju@junfermann.de](mailto:ju@junfermann.de)

