



Junfermann



NEUERSCHEINUNGEN

Frühjahr 2021

JUNFERMANN

VERLAGSNACHRICHTEN

Coaching und Psychologie @ home

Mit »Junfermann live« sind im Herbst 2020 die ersten Online-Seminare des Junfermann Verlags im Netz gestartet: für Trainer*innen und Coaches im B2B-Bereich, im Fachbereich Kommunikation sowie in Kooperation mit Sinnsucher.de (Penguin Random House Verlagsgruppe) im Fachbereich Psychologie.

Junfermann-live.de

Mit der Reihe »Junfermann live. Die Online-Seminare« reagieren wir auf den stetig fortschreitenden medialen Wandel, die immer mehr an Bedeutung gewinnende Arbeit im Home Office, und richten uns u. a. an Menschen, die den audiovisuellen Kanal bei der Informationsvermittlung bevorzugen. Die Kurse sind persönlich, teilweise zertifiziert, praxisorientiert und zudem multimedial konzipiert.

Wer sich für eines unserer Online-Seminare entschieden hat, kann den Kurs beliebig oft und auf unbegrenzte Zeit streamen. Wir starten mit zwei Angeboten:

- Erfolgreich im Traumberuf Coach: »**Erfolg durch Positionierung**«, das Online-Seminar zum gleichnamigen Buch von Tanja Klein, systemische Coach, und Ruth Urban, Experte für authentisches Marketing.
- Besser kommunizieren: »**Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation**« von Al Weckert, Mediator & GFK-Trainer, das Online-Seminar zum Buch »Grundlagenseminar Gewaltfreie Kommunikation«.

Kooperation mit Sinnsucher.de

Mit dem Junfermann-Autor Dr. Pablo Hagemeyer, Psychiater und Ärztlicher Psychotherapeut, entwickelte Sinnsucher.de in Kooperation mit Junfermann einen Online-Kurs zur Bewältigung von Ängsten: »**Endlich klarkommen mit Deiner Angst. Wie Du lernst, Deine Ängste zu überwinden und mutig durchs Leben zu reisen**«. Die Teilnehmer*innen werden mitgenommen auf eine Reise, die sie zu ihren Ängsten führt, durch sie hindurchgehen lässt, um sie schließlich gestärkt aus ihnen hervortreten zu lassen.

To be continued ...

Apropos Psychologie! – Der Podcast

Immer alles 1000-prozentig machen? Warum habe ich immer was an mir herumzumäkeln? Müsste ich nicht einfach mal genießen? Glücklich sein? I am what I am! Oder doch besser flüchten? Und wohin dann? ... Wovor habe ich eigentlich Angst?

Antworten auf Fragen wie diese findet die Journalistin Marion Heier im brandneuen Junfermann-Podcast »Apropos Psychologie«. In Gesprächen mit Psycholog*innen, Psychotherapeut*innen und Coaches erfahren wir aus erster Hand Tricks für ein einfacheres Leben, erhalten überraschende Einblicke in **persönliche Erfahrungen und Entwicklungen** und lernen eine ganze Menge darüber, wie wir manchmal ticken und warum.

Psychologisches Know-how unterhaltsam verpackt. Alle zwei Wochen mittwochs neu. Überall dort, wo es Podcasts gibt!



www.junfermann.de



blogweise.junfermann.de



www.facebook.com/junfermann



twitter.com/junfermann



www.youtube.com/user/Junfermann



www.instagram.com/junfermannverlag

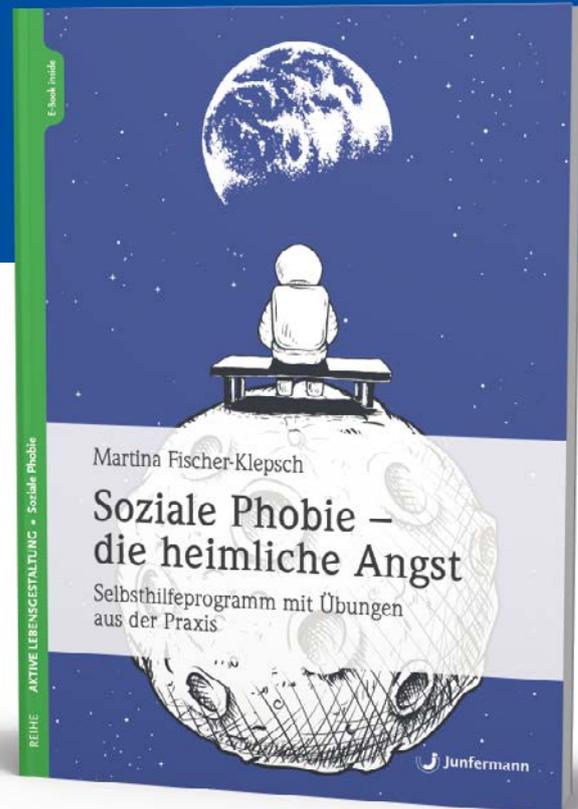
HOLEN SIE SICH IHR LEBEN (ZURÜCK)!

Soziale Phobie – die heimliche Angst

Selbsthilfeprogramm mit Übungen aus der Praxis

Glückliche Beziehungen lassen uns aufblühen und stärken uns. Was aber, wenn diese Ressource zu einer potenziellen Gefahrenquelle wird? Menschen mit Sozialer Phobie fürchten sich davor, von anderen negativ bewertet, ja, sogar verurteilt zu werden. Soziale Interaktionen werden für sie zu einem Spießrutenlauf. Je stärker die Angst vor anderen Menschen und ihren Bewertungen, desto mehr leidet die Lebensqualität der Betroffenen. Sozialer Rückzug und Depressionen können die Folge sein. Damit es gar nicht erst so weit kommt, bietet dieses Buch Hilfe zur Selbsthilfe:

- Auf Basis des im Buch vermittelten Hintergrundwissens kann die individuelle Ursache der Angststörung aufgespürt werden.
- Expositionsübungen helfen dabei, sich Schritt für Schritt der Angst zu stellen und wieder mehr am Leben teilzunehmen.
- Achtsamkeit und Meditation unterstützen auf dem Weg ebenso wie die Stärkung des Selbstwerts und der souveräne Umgang mit Gefühlen.
- Durch das Soziale Kompetenztraining erhalten Leser*innen weitere Tools, um auch neue Situationen entspannt zu meistern.



Ca. 224 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1481

Ca. € [D] 26,00 • € [A] 26,80

ISBN 978-3-7495-0193-9



Als E-Book:

Ca. € [D] 22,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0205-9

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0206-6

PDF: ISBN 978-3-7495-0207-3



Erscheint: März 2021

Dr. phil. Martina Fischer-Klepsch

ist Psychologische Psychotherapeutin mit Schwerpunkt Verhaltenstherapie und Schematherapie in eigener Praxis in Hamburg. Zudem arbeitet sie in der Aus- und Weiterbildung als Supervisorin und Selbsterfahrungsleiterin.



WEITERE TITEL

Clark / Beck
»Ängste
bewältigen«



Grieser
»Gut genug
statt perfekt«



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Menschen mit Sozialer Phobie und / oder Menschen, deren Selbstwertproblematik belastende Schüchternheit und Gehemmtheit zur Folge hat.

Soziale Phobie, Kognitive Verhaltenstherapie, Vermeidung, Sicherheitsverhalten, Scham, Leistungsangst, Selbstwert, Emotionsregulation, Achtsamkeit

SICH SELBST ERNST NEHMEN

Das kleine Buch der Selbstfürsorge

Mit Stress umgehen lernen,
Ängste reduzieren und Wohlbefinden fördern

Aus dem Englischen von Larissa Jolitz



Im Leben das emotionale Gleichgewicht zu halten und seine sich ändernden Bedürfnisse stets im Auge zu haben, ist manchmal gar nicht so leicht. Schnell handeln wir im Autopilotmodus. Kleine Rituale der Selbstfürsorge helfen dabei, mehr bei sich selbst zu sein. Und genau das bietet dieses Buch. Schritt für Schritt klopfen die Leser*innen ihre Lebensfelder ab und prüfen, ob Änderungsbedarf besteht:

- Körperlich: Was benötigt der Körper, um bestmöglich zu funktionieren?
- Sozial: Wie bauen wir gesunde Beziehungen auf?
- Geistig: Welches »Training« braucht unser Kopf, um fit zu bleiben?
- Beruflich: Wie gehen wir mit suboptimalen Jobsituationen um?
- Spirituell: Wie finden wir Sinn und Bedeutung in unserem Leben?
- Emotional: Wie können wir emotionale Erfahrungen zulassen und die Fähigkeit ausbilden, mit schmerzhaften und intensiven Emotionen zurechtzukommen?

Manchmal beinhaltet Selbstfürsorge auch, sich selbst Fehler zu verzeihen, in Beziehungen Grenzen zu setzen oder einen Termin beim Zahnarzt wahrzunehmen, den man schon lange aufgeschoben hat. Wichtig ist, am Ball zu bleiben – mit diesem Begleiter an Ihrer Seite!

Ca. 160 Seiten, kart. + E-Book inside
Format: 14 x 21,5 • WG 1481
Ca. € [D] 18,00 • € [A] 18,50
ISBN 978-3-7495-0111-3



Als E-Book:

Ca. € [D] 15,99
EPUB: ISBN 978-3-7495-0211-0
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0212-7
PDF: ISBN 978-3-7495-0213-4



Erscheint: März 2021

Robyn L. Gobin

ist klinische Psychologin, Achtsamkeitstrainerin, Rednerin,
Wissenschaftlerin und Universitätsprofessorin.



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Alle, die systematisch etwas für ihre
Selbstfürsorge tun wollen.

Selbstfürsorge, Wohlbefinden, Bedürfnisse, Stress,
Beziehung, Gesundheit, Gefühle, Spiritualität,
Glück, Verbundenheit, Selbstverantwortung

WEITERE TITEL

Selle
»moodify«



Iding
»Ganz bei mir«



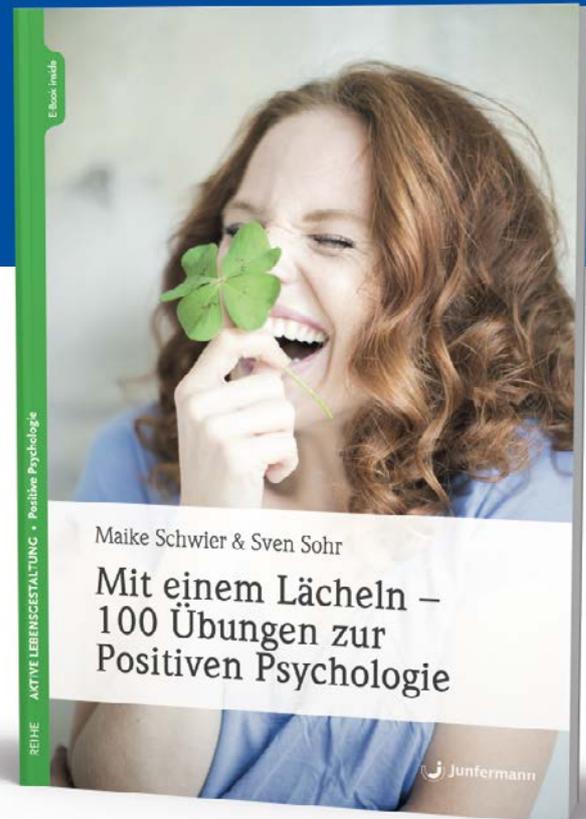
Mit einem Lächeln – 100 Übungen zur Positiven Psychologie

Seit Beginn des 21. Jahrhunderts gibt es mit der Positiven Psychologie eine wachsende Bewegung. Sie interessiert sich weniger für unsere Defizite, sondern vor allem für die menschlichen »Sonnenseiten« und hat viele Erkenntnisse befördert. Doch der Weg vom Wissen zum Handeln ist nicht einfach. Das Buch trägt mit attraktiven Übungen zu 100 Schlüsselbegriffen aus der Positiven Psychologie dazu bei, grundlegende Phänomene unserer Existenz zu reflektieren und sie in der Praxis zu leben.

Nach einer Einführung in die wissenschaftliche Entwicklung der Positiven Psychologie präsentieren der Autor und die Autorin:

- 30 Übungen zur ganzheitlichen Gesundheit,
- 20 Übungen zum Blühen von Beziehungen,
- 20 Übungen zur Persönlichkeitsentwicklung,
- 30 Übungen zu zentralen Fragen des Lebens.

Die Übungen sind eine inspirierende Einladung, um das eigene Leben – und das der Mitmenschen – positiv zu verändern.



Ca. 240 Seiten, kart. + E-Book inside
Format: 17 x 24 • WG 1534
Ca. € [D] 28,00 • € [A] 28,80
ISBN 978-3-7495-0189-2



Als E-Book:

Ca. € [D] 24,99
EPUB: ISBN 978-3-7495-0241-7
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0242-4
PDF: ISBN 978-3-7495-0243-1



Erscheint: März 2021

Maïke Schwier

entdeckte ihre Leidenschaft für Persönlichkeitsentwicklung und Schreiben auf einer Reise durch Australien. Deshalb begann sie Life Coaching zu studieren. Sie arbeitet als Trainerin im Sportbereich und in der betrieblichen Gesundheitsförderung.



Prof. Dr. Sven Sohr

war als Psychologe und Philosoph zehn Jahre als Einzel- und Team-Coach aktiv. Heute wirkt er als Professor für Life Coaching an der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport in Berlin.



WEITERE TITEL

Blickhan
»Positive
Psychologie«



Hausler
»Glückliche
Kängurus
springen höher«



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Studierende, Auszubildende und Praktizierende in psychologischen Berufen; alle, die glücklicher und zufriedener leben möchten; Therapeut*innen und Coachs, die mit positiven Interventionen arbeiten.

Positive Psychologie, Glück, Zufriedenheit, Wohlbefinden, Lebensfragen, seelische Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung, Beziehungen

LEBEN BEDEUTET FÜHLEN

Kognitive Verhaltenstherapie leicht gemacht

Strategien und Übungen zur Bewältigung von
Depressionen, Ängsten, Panik und Sorgen

Aus dem Englischen von Lea Cyrus



Ohne unsere Emotionen könnten wir keine Entscheidungen treffen, keine Beziehungen führen, nicht zielgerichtet handeln. Und zugleich sind es unsere Gefühle, die uns manchmal regelrecht aus der Bahn werfen – seien es Ängste, die uns lähmen, Depressionen, die unsere Lebensqualität beeinträchtigen, oder Ärger, der uns körperlich belastet. Mithilfe der Kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) sind wir dem emotionalen Ungleichgewicht nicht länger ausgeliefert. Dieses Buch stellt die Prinzipien und Wirkweisen der KVT vor, damit die Leser*innen zukünftig

- negative Denkmuster durchbrechen,
- einschränkende Grundannahmen offenlegen,
- mehr Achtsamkeit kultivieren,
- Aufschieberitis stoppen und
- Ängste kontrollieren lernen.

Damit die KVT ihre ganze Kraft entfalten kann, müssen wir uns auf unsere individuellen Bedürfnisse konzentrieren. Dieses Buch hilft dabei, fokussiert zu bleiben.

Ca. 192 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1481

Ca. € [D] 24,00 • € [A] 24,70

ISBN 978-3-7495-0105-2



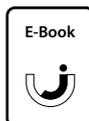
Als E-Book:

Ca. € [D] 21,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0208-0

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0209-7

PDF: ISBN 978-3-7495-0210-3



Erscheint: Februar 2021

Seth J. Gillihan

ist Clinical Assistant Professor für Psychologie an der University of Pennsylvania und betreibt eine psychotherapeutische Praxis mit Schwerpunkt auf verhaltenstherapeutischen und achtsamkeitsbasierten Interventionen bei Angststörungen, Depressionen und ähnlichen Erkrankungen.



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Menschen, die mithilfe der KVT emotionale Probleme angehen möchten, sowie an KVT Interessierte.

Kognitive Verhaltenstherapie, Denkmuster, Denkfehler, Emotionen, Prokrastination, Ängste, Ärger, Wut, Achtsamkeit, Selbstfürsorge, Bedürfnisse, Atmung, Grübeleien

WEITERE TITEL

Wadström
»Kopfzerbrechen«



Greenberger / Padesky
»Gedanken verändern Gefühle«



Alltagsängste bei Kindern

Wie Eltern ihren Kindern Sicherheit geben können

Aus dem Englischen von Christa Broermann

- Wie können Eltern mit einem Kind umgehen, das panische Angst vor dem Zahnarzt, Spritzen, Hunden oder Spinnen hat?
- Wie helfen sie einem Kind, das davon überzeugt ist, ganz genau zu »wissen«, dass es alles vergessen wird, sobald es die Schwelle zum Prüfungsraum überschreitet?
- Wie können sie ihrem Kind Nachrichten von Terroranschlägen und Bombenattentaten erklären, ohne es zu ängstigen?
- Eltern fühlen sich oftmals hilflos, wenn ihr Kind unter Ängsten oder Phobien leidet: Wie sollen sie sich verhalten, was sollen sie sagen, um Unterstützung zu bieten und nicht noch alles zu verschlimmern?

In diesem Buch finden Eltern Antworten auf diese Fragen. Techniken aus der Positiven Psychologie, der Kognitiven Verhaltenstherapie, aus Psychosensorischen Therapien, der Hypnotherapie und dem Neurolinguistischen Programmieren sowie Achtsamkeitsübungen werden verständlich und kindgerecht aufbereitet, damit der Transfer in die Praxis gelingt. Neben allgemeinen Tipps für eine angstreduzierte Umgebung geht die Autorin auch auf spezifische Ängste wie die vor Hunden, Ärzten oder der Schule ein.



Ca. 160 Seiten, kart. + E-Book inside
 Format: 17 x 24 • WG 1481
 Ca. € [D] 20,00 • € [A] 20,60
 ISBN 978-3-7495-0109-0



Als E-Book:

Ca. € [D] 17,99
 EPUB: ISBN 978-3-7495-0202-8
 EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0203-5
 PDF: ISBN 978-3-7495-0204-2



Erscheint: April 2021

Alicia Eaton

führte als AMI Montessori-Lehrerin (Association Montessori Internationale) fünf Jahre lang eine eigene Schule. 2003 ließ sie sich zur Integrativen Psychotherapeutin mit Schwerpunkt Klinische Hypnose ausbilden. Seit 2004 führt sie eine erfolgreiche Praxis in London.



WEITERE TITEL

Paasch
 »Potenziale entfalten – Begabungen fördern«



Kriebs
 »Resilienz in der Schule«



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Eltern und weitere Bezugspersonen, die mit den Kindern angstbesetzte Themen angehen und bewältigen wollen.

Schulangst, Angst vor Hunden, Angst vor Spritzen, Auftrittsangst, Gefühle, kindgerechte Kommunikation, Klopftechnik, NLP, Positive Psychologie, Hypnotherapie

KINDER BRAUCHEN ELTERN, DIE GEFÜHLE REGULIEREN KÖNNEN

Mama, beruhige dich!

Wie Eltern ihre Gefühle regulieren und in guter Beziehung zu ihrem Kind bleiben



Emotionale Sicherheit in der Eltern-Kind-Beziehung ist Voraussetzung für eine stabile psychische Gesundheit im späteren Erwachsenenalter der Kinder. Viele Verhaltensweisen von Eltern beruhen jedoch auf Erwartungen und Haltungen, mit denen diese in ihrer eigenen Kindheit konfrontiert und die in der Ursprungsfamilie erwünscht waren. Diese unbewussten Muster boykottieren oftmals die Bemühungen, in einem herzlichen und echten Kontakt zu ihren Kindern zu bleiben. Ohne zu wissen, warum, wirkt das Geschrei oder ein »falscher Blick« des Kindes wie ein Trigger. Er löst bei den Eltern Gefühle von Aggression oder Trauer aus, schnell eskaliert die Situation.

In diesem Buch erläutert Britta Hahn verständlich die neuronalen und sozialen Grundlagen ungünstiger Eltern-Kind-Dynamiken und zeigt Wege auf, um auch in schwierigen Phasen, mit dem Herzen dabei zu bleiben, anstatt irrational oder gar gewalttätig zu reagieren.

Ca. 160 Seiten, kart. + E-Book inside
Format: 17 x 24 • WG 1484
Ca. € [D] 20,00 • € [A] 20,60
ISBN 978-3-7495-0186-1



Als E-Book:

Ca. € [D] 17,99
EPUB: ISBN 978-3-7495-0214-1
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0215-8
PDF: ISBN 978-3-7495-0216-5



Erscheint: Mai 2021

Britta Hahn, selbst Mutter von vier Kindern, ist Ärztin für Allgemeinmedizin und Homöopathie. Sie arbeitet und lebt in Villingen-Schwenningen. Dort hat sie den Waldkindergarten und in Trossingen das Lebenshaus im Verein für soziale Integration mitgegründet. Sie hält Vorträge und leitet Seminare. Weitere Informationen unter www.brittahahn.com



© Conny Kurz

ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Eltern, die im Kontakt mit ihren Kindern emotional unausgeglichen sind, und Pädagog*innen im weiteren Sinn.

Gewaltfreie Kommunikation, Erziehung, Emotionen, Nervensystem, Selbstberuhigung, Stress, Vagusnerv, Polyvagalthorie, Bindung

WEITERE TITEL

Hahn
»Ich will anders als du willst, Mama«



Hahn
»Mama, was schreist du so laut?«



»Bestrafung und Belohnung mag ein adäquates Konzept für die Hundeschule sein, für die Erziehung von Menschen taugt es eher nicht.«

MARSHALL B. ROSENBERG

Voneinander lernen

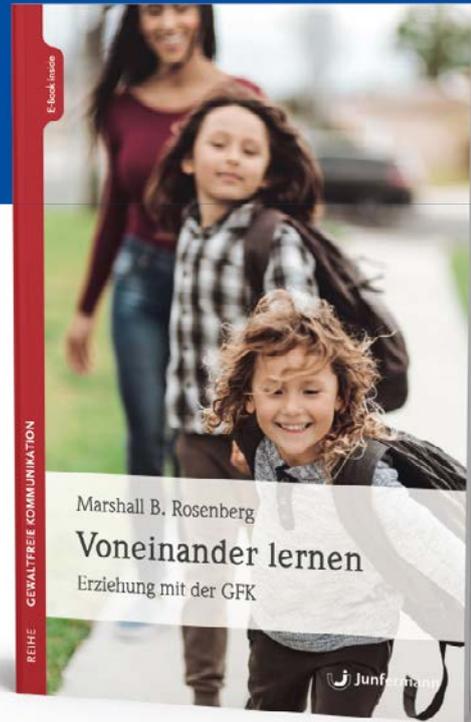
Erziehung mit der GFK

Aus dem Italienischen von Petra Quast

Marshall Rosenberg zeigt in diesem Buch, wie man die Gewaltfreie Kommunikation in Erziehung und Bildung sowie im menschlichen Miteinander einsetzen kann. Wenn man bei jemandem eine Verhaltensänderung anregen möchte, sind die menschlichen Bedürfnisse der Dreh- und Angelpunkt: Wie kann ich im Einklang mit meinen eigenen Bedürfnissen sein und mit den Bedürfnissen anderer?

Nach einer kurzen Einleitung zu den Themen Erziehung, Verhaltensänderung und Einflussnahme auf andere arbeitet Marshall Rosenberg mit Seminar-Teilnehmer*innen an persönlichen Erlebnissen und Beispielen zu diesem Themenspektrum. Folgende Fragestellungen sind hierfür maßgeblich:

- Welche Art der Kommunikation macht es möglich, von Herzen zu geben?
- Wie erreichen wir eine Verhaltensänderung, ohne mit Angst, Schuldgefühlen oder Scham zu agieren?
- Was ist wirkungsvoller – eine Belohnung oder der Wunsch, etwas beitragen zu können und das Leben schöner zu machen?



Ca. 60 Seiten, kart. + E-Book inside
Format: 14 x 21,5 • WG 1484
Ca. € [D] 12,00 • € [A] 12,40
ISBN 978-3-7495-0103-8



Als E-Book:

Ca. € [D] 9,99
EPUB: ISBN 978-3-7495-0238-7
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0239-4
PDF: ISBN 978-3-7495-0240-0



Erscheint: April 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 machtvolleres Werkzeug herausgestellt, um Differenzen auf persönlichem, beruflichem und politischem Gebiet friedlich zu lösen.



WEITERE TITEL

Rosenberg
»Empathisch
kommunizieren«



Rosenberg
»Liebe leben –
Tag für Tag«



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Eltern, Lehrer*innen
Erziehung, Bedürfnisse, Verhaltensänderung

WERTSCHÄTZUNG ANNEHMEN UND AUSDRÜCKEN

Wertschätzung leben

Eine Haltung für gelingende Beziehungen in Familie, Schule und am Arbeitsplatz



Wertschätzung ist die vielleicht wichtigste Ressource für gelingende Beziehungen in allen persönlichen und gesellschaftlichen Bereichen: Werden Menschen wertgeschätzt, so werden sie als Menschen wahrgenommen und gesehen – unabhängig von dem, was sie leisten oder nicht, ob sie gesund sind oder krank, ob sie viel oder wenig haben.

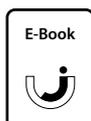
Nach einer Einführung in die Methode der Gewaltfreien Kommunikation erläutert der Autor facettenreich das Konzept »Wertschätzung« als Haltung, die damit beginnt, dass ich mich selbst wertschätze. Erst das ermöglicht die Wertschätzung anderer. Der zweite Teil des Buches ist Handlungsfeldern und Orten wertschätzender Beziehungen gewidmet: Familie, Partnerschaft, Schule, Arbeitsplatz, bis hin zu Formen wertschätzender Organisationsentwicklung. Zahlreiche Übungen helfen den Leser*innen, eine innere Haltung zu entwickeln, die Wertschätzung sich selbst und anderen gegenüber erleichtert.

Ca. 140 Seiten, kart. + E-Book inside
Format: 17 x 24 • WG 1480
Ca. € [D] 20,00 • € [A] 20,60
ISBN 978-3-7495-0190-8



Als E-Book:

Ca. € [D] 17,99
EPUB: ISBN 978-3-7495-0232-5
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0233-2
PDF: ISBN 978-3-7495-0234-9



Erscheint: April 2021

Prof. em. Dr. Gottfried Orth

Professor für Evangelische Theologie und Religionspädagogik (TU Braunschweig), Mitglied im Team des ORCA-Instituts für Konfliktmanagement und Training, Leiter des Projektes Gewaltfreie Kommunikation – Theologie, Religionspädagogik, Schule.



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Pädagog*innen, Trainer*innen,
Berufstätige in Weiterbildung und Personalwesen,
alle an GFK und Beziehungen Interessierten

Gewaltfreie Kommunikation, Beziehungen,
Empathie, Selbstempathie, Respekt,
Feedback, Kritik

WEITERE TITEL

Rosenberg
»Kartenset
Gewaltfreie
Kommunikation«



Orth / Fritz
»Gewaltfreie
Kommunikation
in der Schule«



EINE KOMBINATION AUS ONLINE- UND PRÄSENZLERNEN ALS NEUE NORMALITÄT

Training und Seminare im digitalen Wandel

Der E-Learning-Kompass für erfolgreiche Schulungskonzepte

Dem Bildungs- und Weiterbildungssektor steht ein radikaler Wandel bevor. Digitale Konzepte werden immer wichtiger und Zukunftsforscher prognostizieren, dass kein Stein auf dem anderen bleiben wird.

Dies erfordert einen neuen, flexiblen Zugang aller Beteiligten und ein Überdenken der bisher bekannten Prozesse. Es geht um neu gedachte und innovativ konzipierte Seminar-konzepte, eine völlige Neuausrichtung der Rolle der Trainer*innen, eine offene Unternehmenskultur zur Unterstützung dieser Konzepte und um die erforderlichen technischen Voraussetzungen.

Bei der Fülle an Möglichkeiten gilt es in erster Linie, für die jeweilige Zielgruppe und die verfügbaren Ressourcen passende Lernarrangements zu entwerfen. Und diese Frage gilt es nun bei jedem Lernprojekt neu zu bewerten.

- Das Buch führt diejenigen, die digitale Lernkonzepte entwickeln und umsetzen, durch die wichtigsten Bereiche.
- Es liefert eine verlässliche Schritt-für-Schritt-Anleitung für die professionelle Umsetzung aller Lernprojekte.
- Es leitet Trainer*innen dazu an, selbst zukunftsweisende Lernarrangements zu entwickeln.



Ca. 220 Seiten, kart. + E-Book inside
 Format: 17 x 24 • WG 1740
 Ca. € [D] 29,00 • € [A] 29,90
 ISBN 978-3-7495-0188-5



Als E-Book:

Ca. € [D] 25,99
 EPUB: ISBN 978-3-7495-0235-6
 EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0236-3
 PDF: ISBN 978-3-7495-0235-6



Erscheint: April 2021

Sabine Prohaska

Wirtschaftspsychologin, Trainerin und systemisch lösungsorientierter Coach. Mit ihrer Firma seminar consult veranstaltet sie Coaching- und Trainerausbildungen.
 ↗ www.seminarconsult.at



WEITERE TITEL

Prohaska
 »Coaching
 in der Praxis«



Prohaska
 »Training
 in der Praxis«



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

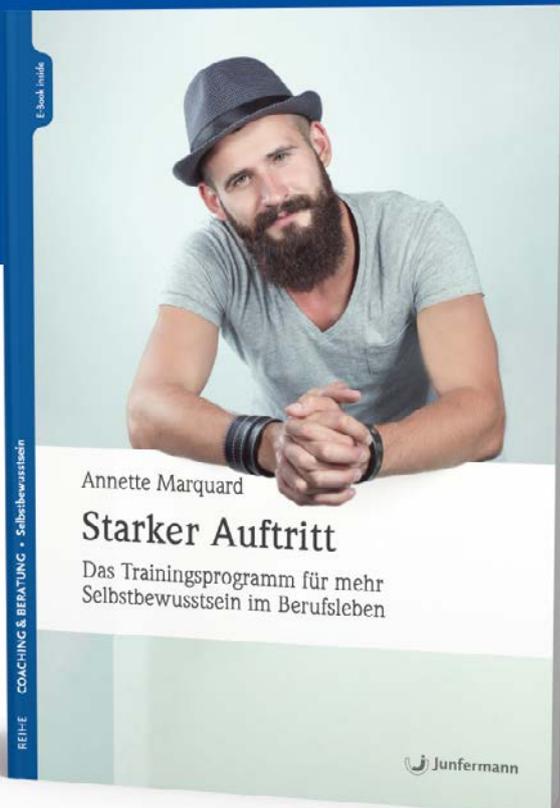
Trainer*innen, Weiterbildungsverantwortliche
 in Firmen und Organisationen

Weiterbildung, E-Learning, Online-Seminare,
 digitale Lernkonzepte

DIE INNERE UND DIE ÄUSSERE HALTUNG STÄRKEN

Starker Auftritt

Das Trainingsprogramm für mehr Selbstvertrauen im Berufsleben



Unser (beruflicher) Alltag ist eine tägliche »Vorstellung«. Jeden Morgen geht für uns der Vorhang auf und wir präsentieren – uns selbst. Der Schritt auf die »Bühne« fällt uns aber oft schwer und verursacht Stress. Es kommt unsere ängstliche, bedürftige und selbstkritische Persönlichkeit zum Vorschein. Wie schaffen wir es, glaubwürdig und selbstbewusst aufzutreten? Dieses Buch lenkt unsere Gefühle, unsere Denkweise und unsere Handlungen durch gezielte Übungen in konstruktive Bahnen:

- Die innere Haltung wird ebenso gestärkt wie die Körperhaltung.
- Mit einem optimalen Stimmtraining erreicht man die gewünschte verbale Wirkung.
- Die richtige Atmung sorgt für Klarheit und Ruhe.
- Tipps gegen Lampenfieber helfen, die Nervosität zu kontrollieren.
- Unsichtbare Energien werden aufgedeckt und nutzbar gemacht.

So gewinnen die Leser*innen Vertrauen in Situationen zurück, in denen sie sich zuvor unsicher gefühlt haben: Meetings, Präsentationen oder Reden werden selbstbewusst gemeistert und die Teamfähigkeit wird geschult.

Ca. 200 Seiten, kart., vierfarbig + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1485

Ca. € [D] 24,00 • € [A] 24,70

ISBN 978-3-7495-0192-2



Als E-Book:

Ca. € [D] 21,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0229-5

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0230-1

PDF: ISBN 978-3-7495-0231-8



Erscheint: Juni 2021

Prof. Annette Marquard

leitet die Abteilung Singer / Songwriter der Popakademie Baden-Württemberg in Mannheim.

Zu Ihren Schwerpunkten gehören: Schauspielimprovisation, Szenisches Lesen, ganzheitliche Körpertechniken, Performance, Sprechen, Gesang, Interpretation, Phrasierung und Texten.



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Alle, die an ihrem beruflichen Standing arbeiten und selbstbewusster wirken möchten.

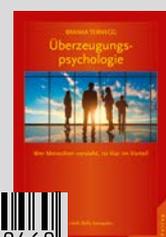
Körperstabilität, Atmung, Konzentration, Achtsamkeit, Stimme, Körpersprache, Lampenfieber, Kommunikation, Ziele, Team Building

WEITERE TITEL

Etrillard
»Auftritt und Wirkung«



Ternegg
»Überzeugungspsychologie«



PRAXISTIPPS FÜRS COACHING JENSEITS DER PRÄSENZ

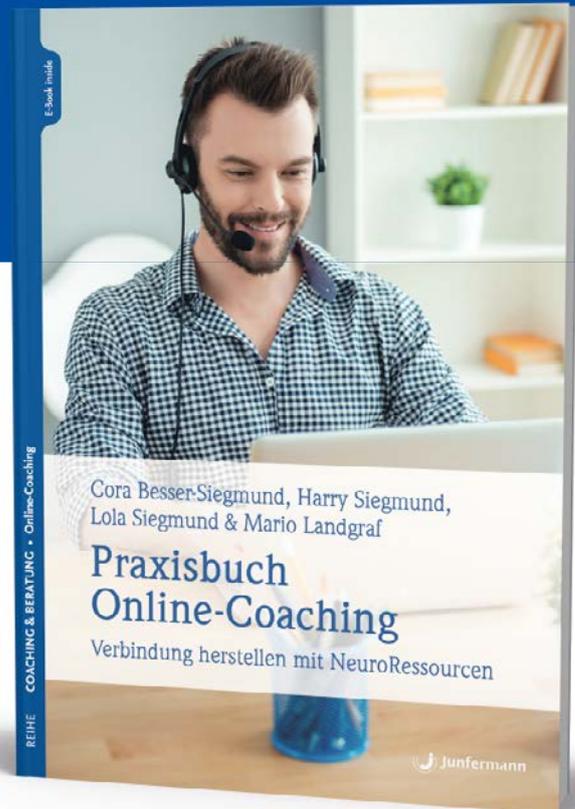
Praxisbuch Online-Coaching

Verbindung herstellen mit NeuroRessourcen

Nicht zuletzt durch Corona wurden Coachs gezwungen, Alternativen zum klassischen Coaching-Prozess mit Coach und Coachee im selben Raum zu entwickeln. Coaching online, haben sich viele gefragt – geht das überhaupt?
Erfolgreiche Kommunikation zwischen Coach und Coachee funktioniert auch in der digitalen Welt. Wichtig ist, dass die Beteiligten ihre neurobiologischen und emotionalen Fähigkeiten auch online einsetzen.

Die benötigten NeuroRessourcen muss niemand lernen oder trainieren: Augenbewegungen wecken bei jedem Menschen emotionale Ressourcen und Aufmerksamkeit für Neues; Bewegung unterstützt erfolgreiches Denken; die bewusste Nutzung des Tastsinns ermöglicht ein ganzheitliches, agiles »Berührt-Sein«. Dieses Know-how kann auch beim Online-Coaching mit bewährten Methoden verknüpft werden.

Neben diesen inhaltlichen Voraussetzungen finden sich in diesem Buch Tipps für das technische Gelingen von erfolgreichen Online-Coachings.



Ca. 160 Seiten, kart. + E-Book inside
Format: 17 x 24 • WG 1534
Ca. € [D] 25,00 • € [A] 25,70
ISBN 978-3-7495-0185-4



Als E-Book:

Ca. € [D] 21,99
EPUB: ISBN 978-3-7495-0196-0
EPUB für Kindle: 978-3-7495-0197-7
PDF: ISBN 978-3-7495-0198-4



Erscheint: Mai 2021

Cora Besser-Siegmund, Lola & Harry Siegmund haben zahlreiche Coaching-Standardwerke geschrieben und leiten gemeinsam das Besser-Siegmund Institut in Hamburg, wo sie maßgeschneiderte Interventionen für ihre Klienten und Kunden entwickeln.
➤ www.besser-siegmund.de



Mario Landgraf, Studium der Wirtschaftsinformatik (Master of Science), Mental-Coach, Wingwave-Coach und -Trainer, IT- und Ausbildungsmanager.



WEITERE TITEL

Besser-Siegmund / Siegmund
»wingwave für Kinder«



Besser-Siegmund / Siegmund / Siegmund
»Systemdynamisches Coaching«



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

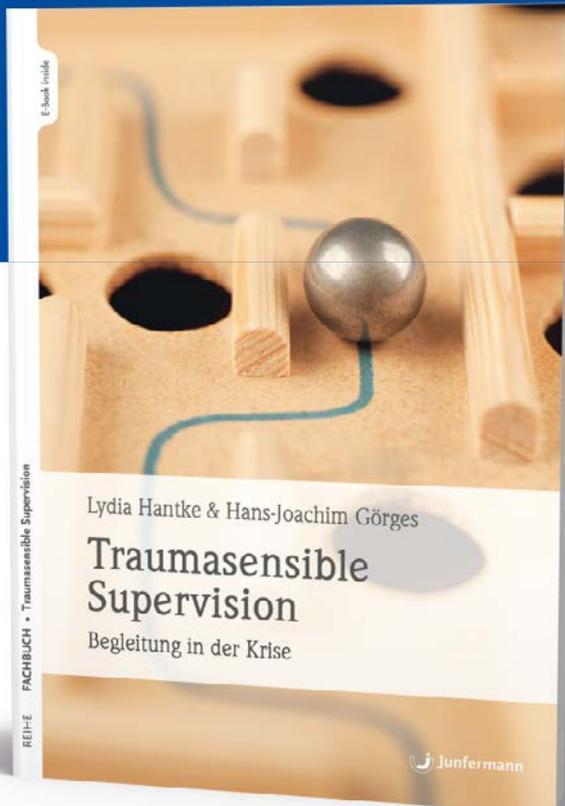
Coachs und Berufstätige in der Weiterbildung, die effektive Tools und wirksame Anleitungen zu Konzeption, Vermarktung und Durchführung von Online-Coachings suchen.

Videokonferenz, Online, Coaching, wingwave, Neurowissenschaften, Verbindung, Präsenz

SUPERVISION ALS TRAUMASENSIBLES LERNFELD

Traum sensible Supervision

Begleitung in der Krise



Krisen gehören zum Alltag und stellen besondere Anforderungen an die Gestaltung von Beratungsprozessen. Traum sensible Handeln fängt in der Krise an: Blockierungen auflösen, Verarbeitung ermöglichen und (unbekannte) Ressourcen mobilisieren heißt, Traumafolgen zu verhindern. Der Supervision kommt die Rolle zu, eine Draufsicht zu ermöglichen.

Dafür braucht es Hintergrundwissen zur Traumaverarbeitung, Spannungsregulierung und zum Ausstieg aus Krisendynamiken sowie Handwerkszeug und neue Ideen. All das bietet dieses Buch. Die Autorin und der Autor beschreiben Standards, die in allen Bereichen der traum sensiblen Arbeit Anwendung finden. Sie arbeiten die Spezifika für die Metaebene der Supervision heraus und zeigen anhand vieler Beispiele und Übungen auf, wie Supervision zum traum sensiblen Lernfeld werden kann.

Inhalte:

- Verarbeitungsblockaden erkennen und auflösen
- mit Ängsten, Wut und Hilflosigkeit umgehen
- gemeinsam ein sicheres Hier und Jetzt herstellen
- ungewöhnliche Ressourcen aus unbekanntem Kontexten sammeln
- vertraute Techniken traum sensibel überprüfen

Ca. 200 Seiten, kart. + E-Book inside
Format: 17 x 24 • WG 1534
Ca. € [D] 28,00 • € [A] 28,80
ISBN 978-3-7495-0194-6



Als E-Book:

Ca. € [D] 24,99
EPUB: ISBN 978-3-7495-0217-2
EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0218-9
PDF: ISBN 978-3-7495-0219-6



Erscheint: April 2021

Lydia Hantke, Dipl.-Psych., systemische und Hypnotherapeutin, Traumatherapeutin, Supervisorin. 2002 Gründung von institut berlin. Entwicklung der Curricula Traumazentrierte Fachberatung / Traumapädagogik und Strukturierte Traumaintegration stib.

Hans-Joachim Gorges, Dipl.-Psych., systemischer und Hypnotherapeut, Traumatherapeut, Lehrtherapeut (SG) für systemische Therapie und Beratung. Seit 2005 freiberuflich im institut berlin. Therapie, Weiterbildung und Supervision.



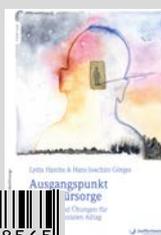
ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Supervisor*innen, die sich Hintergrundwissen zu Trauma und Traumafolgen aneignen möchten.

Supervision, Trauma, Traumfolgen, Ressourcen, Ausstieg aus Krisendynamiken

WEITERE TITEL

Hantke / Gorges
»Ausgangspunkt
Selbstfürsorge«



Hantke / Gorges
»Handbuch
Traumakompetenz«



TIERE HELFEN MENSCHEN BEI IHRER ENTWICKLUNG UND FÖRDERUNG

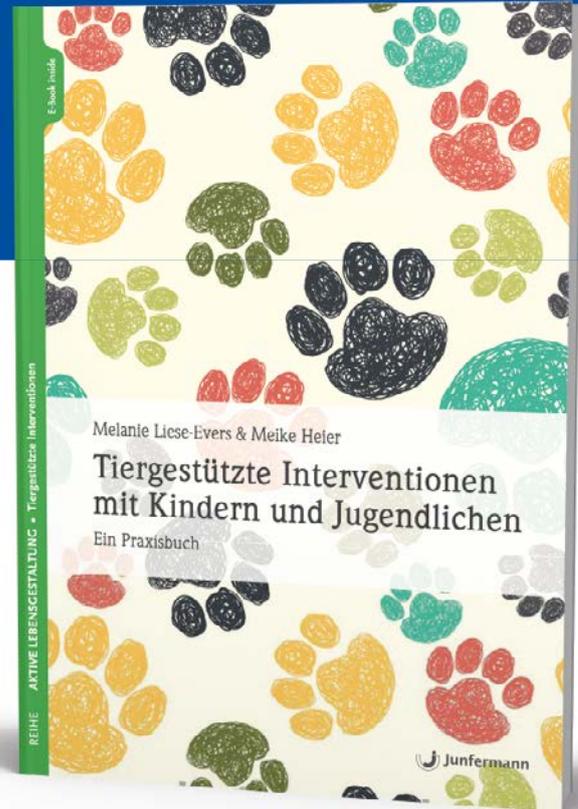
Tiergestützte Interventionen mit Kindern und Jugendlichen

Ein Praxisbuch

In vielen Bereichen des Lebens ergänzen Tiere unsere Arbeit und stellen für uns eine emotionale Bereicherung dar. So verwundert es nicht, dass auch im sozialen und pädagogischen Bereich tiergestützte Interventionen zunehmen. Waren dabei zunächst Hunde und Pferde beliebt, so sind die als Co-Therapeuten eingesetzten Tierarten inzwischen vielfältiger geworden. Und das hat Auswirkungen auf die Praxis. In diesem Buch werden u. a.

- Möglichkeiten, aber auch Grenzen in der Begleitung von Kindern und Jugendlichen aufgezeigt,
- rechtliche Aspekte und »Stolperfallen« betrachtet,
- die Fähigkeiten der jeweiligen »tierischen Mitarbeiter« dargestellt,
- Konzepte vorgestellt, um qualitativ hochwertige Arbeit bieten zu können,
- und es wird der respektvolle Umgang mit den Tieren vermittelt.

So gelingt eine realistische Einschätzung der eigenen Mittel und Möglichkeiten. Praktische Ideen und Tipps geben zudem Impulse, um die eigene Arbeit kreativ zu erweitern und zu gestalten.



Ca. 200 Seiten, kart. + E-Book inside
 Format: 17 x 24 • WG 1534
 Ca. € [D] 28,00 • € [A] 28,870
 ISBN 978-3-7495-0187-8



Melanie Liese-Evers

arbeitet als Literaturwissenschaftlerin und pädagogische Fachkraft mit Grundschulern und hochbegabten Kindern und Jugendlichen. Sie ist zertifizierte Fachkraft für tiergestützte Interventionen.



Meike Heier

arbeitet seit mehr als 20 Jahren in der Kinder- und Jugendhilfe. Sie ist Diplom-Psychologin und zertifizierte Fachkraft für tiergestützte Interventionen.



Als E-Book:

Ca. € [D] 24,99
 EPUB: ISBN 978-3-7495-0226-4
 EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0227-1
 PDF: ISBN 978-3-7495-0228-8



Erscheint: Juli 2021

WEITERE TITEL

Geisler /
 Muttenhammer
 »Achtsamkeits-
 übungen«



Huppertz /
 Schataneck
 »Achtsamkeit
 in der Natur«



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Erzieher*innen, pädagogische Fachkräfte, Lehrer*innen, Therapeut*innen und Sozialarbeiter*innen, die mit Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen 3 und 17 Jahren arbeiten.

Tiergestützte Intervention, Tiergestützte Pädagogik, Tierschutz, Bedürfnisse, Kommunikation, Lernen, Entwicklung, Evaluation

DAS STANDARDWERK DER EFPT – AUF DEN NEUESTEN STAND GEBRACHT

Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie

Verbindungen herstellen

Überarb. Neuauflage

Aus dem Englischen von Claudia Campisi



Für Paartherapeut*innen und Supervisor*innen, die emotionsfokussiert arbeiten möchten, ist dieses Buch seit jeher der Leitfaden.

In die überarbeitete Auflage wurden aktuelle Entwicklungen auf dem Gebiet der Paartherapie einbezogen sowie neuere Forschungsergebnisse zu klinischen Interventionen. Berücksichtigt wurden außerdem ein erweitertes Verständnis von Emotionsregulation, Erkenntnisse aus den Neurowissenschaften und zum Bindungsverhalten Erwachsener sowie dynamische EFT-Anwendungen für Probleme wie Depressionen, Angstzustände, sexuelle Störungen und PTBS.

Als einer der plausibelsten, am besten dokumentierten und erforschten paartherapeutischen Ansätze ist die Emotionsfokussierte Paartherapie (EFPT) eine äußerst wirksame Beziehungstherapie. Das Buch bietet einen in sich stimmigen Werkzeugkasten von Interventionen und einen Leitfaden für den Prozess der Veränderung.

»Die Neuauflage von Susan M. Johnsons Buch Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie, 15 Jahre nach Erscheinen der Erstauflage, zeigt, wie wichtig systematische Forschungsarbeit für die Entwicklung einer großen Theorie sein kann. Dieses Buch ist ein Muss für jeden Therapeuten.« – John Gottman

Ca. 350 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1534X

Ca. € [D] 39,00 • € [A] 40,10

ISBN 978-3-7495-0191-5



Als E-Book:

Ca. € [D] 34,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0223-3

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0224-0

PDF: ISBN 978-3-7495-0225-7



Erscheint: April 2021

Susan M. Johnson

ist maßgeblich an der Entwicklung der Emotionsfokussierten Therapie (EFT) beteiligt. Sie ist emeritierte Professorin für klinische Psychologie an der University of Ottawa und Leiterin des International Centre for Excellence in EFT (→ www.iceeft.com).



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Paartherapeut*innen, Supervisor*innen

Emotionsfokussierte Paartherapie,
Bindungsverhalten, Beziehungstherapie

WEITERE TITEL

Johnson
»Bindungstheorie
in der Praxis«



Johnson
»Halt mich fest«



Achtsamkeit in der Natur

101 naturbezogene Achtsamkeitsübungen und theoretische Grundlagen

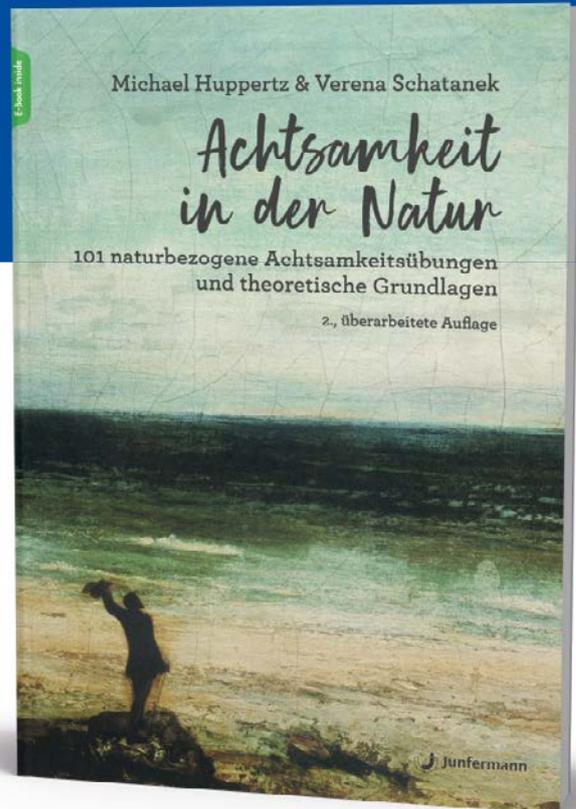
2., überarb. Auflage

Nirgendwo ist Achtsamkeit leichter als in der Natur, und auf nichts ist die Natur mehr angewiesen als auf die Achtsamkeit der Menschen. An alle, die die Haltung der Achtsamkeit verstehen, lernen oder intensivieren möchten; alle, die sich vorstellen können, die Natur stärker in Therapie, Prävention und Beratung einzubeziehen, und alle, die in der Naturpädagogik mit Erwachsenen und Kindern die Beziehung zur Natur weiterentwickeln, wendet sich dieses Buch.

Das Buch zeigt, wie man sich Naturerfahrungen öffnen kann. Die Autoren rekonstruieren die bisherigen Bemühungen hierzu in Naturpädagogik, Psychotherapie, Lebensberatung und Naturethik und halten Ausschau nach möglichen Weiterentwicklungen.

Das Buch wurde für diese neue Auflage auf 101 Übungen erweitert und enthält neue Kapitel über seelische Gesundheit und die Suche nach Spiritualität.

»Das Buch ist von vorne bis hinten ein rarer Glücksfall (...). Allen Pädagogen, Trainern oder Therapeuten sei es ans Herz gelegt.« – Andreas Sauer, www.fachbuchkritik.de



Ca. 360 Seiten, kart. + E-Book inside, vierfarbig

Format: 17 x 24 • WG 1485

Ca. € [D] 29,00 • € [A] 29,90

ISBN 978-3-7495-0195-3



9 783749 1501953

Als E-Book:

Ca. € [D] 25,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0220-2

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0221-9

PDF: ISBN 978-3-7495-0222-6



Erscheint: Februar 2021

Dr. phil. Dipl.-Soz. Michael Huppertz, Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Erfahrungen mit achtsamkeitsbasierter Psychotherapie und Meditation. Aufsätze, Workshops und Vorträge zu den Themen des Buches.



Verena Schataneck, Master of Science in Biologie, Naturpädagogin und Exkursionsleiterin, seit 2002 Naturschullehrerin und Projektleiterin bei der Stadt Zürich, zuvor mehrere Jahre im Pro Natura Zentrum Aletsch in den Walliser Alpen.



WEITERE TITEL

Huppertz
»Achtsamkeitsübungen«



9 783955 714055

Tang
»Die Wissenschaft der Achtsamkeit«



9 783955 717827

ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Pädagog*innen, Psychotherapeut*innen, Berufstätige in Sozialer Arbeit und Beratung, alle, die an Natur und Achtsamkeit interessiert sind.

Achtsamkeit, Philosophie, Stressbewältigung, MBSR, Naturpädagogik, Naturethik, Psychotherapie, seelische Gesundheit, Spiritualität

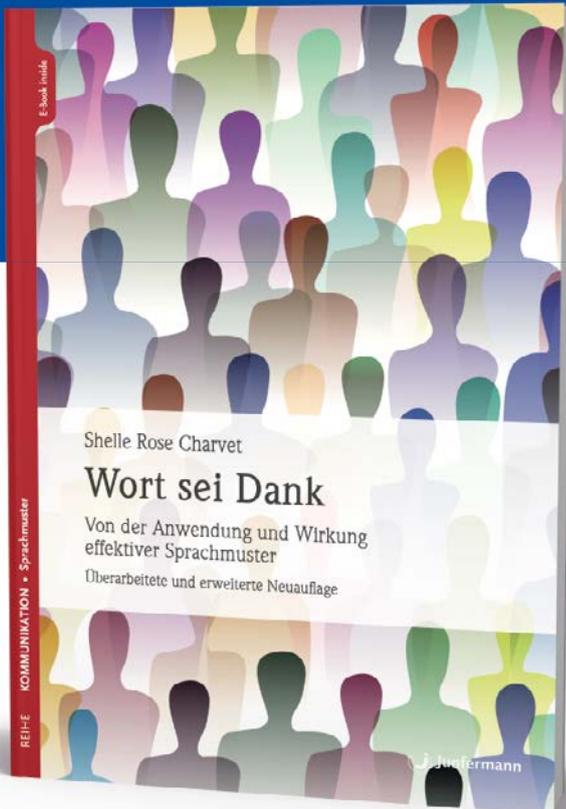
WIE DENKT MEIN GEGENÜBER? WIE KOMMUNIZIERE ICH MIT IHM?

Wort sei Dank

Von der Anwendung und Wirkung effektiver Sprachmuster

Überarb. und erw. Neuauflage

Aus dem Englischen von Christa Broermann



Ca. 320 Seiten, kart. + E-Book inside

Format: 17 x 24 • WG 1534

Ca. € [D] 35,00 • € [A] 36,00

ISBN 978-3-95571-949-4



Als E-Book:

Ca. € [D] 31,99

EPUB: ISBN 978-3-7495-0199-1

EPUB für Kindle: ISBN 978-3-7495-0200-4

PDF: ISBN 978-3-7495-0201-1



Erscheint: Juni 2021

Über die reine Wortbedeutung hinaus vermittelt uns Sprache einiges über unsere Mitmenschen. Sie gibt uns z. B. Hinweise darauf, wie jemand »gestrickt« ist und was ihn motiviert. Möchte er viele Einzelheiten zu einer Sache wissen oder ist ihm mehr an einem großen Überblick gelegen? Bevorzugt er eine lückenlose Schritt-für-Schritt-Anleitung oder hat er lieber verschiedene Wahlmöglichkeiten?

Zur Analyse solcher Muster gibt es ein Instrument: Language and Behaviour (LAB) Profile. Es bietet darüber hinaus Möglichkeiten, sprachliche Botschaften passgenau auf spezifische Personen und Gruppen zuzuschneiden.

Wenn Sie leicht erkennen können, was Menschen motiviert, wie sie denken und wie sie ihre Entscheidungen fällen, dann können Sie auch:

- Konflikte und Missverständnisse reduzieren,
- wirksame Marketing- und Werbekampagnen entwerfen,
- die richtigen Mitarbeiter*innen einstellen, die in Ihr Umfeld passen und etwas leisten,
- Lernprogramme so anlegen, dass sie unterschiedlichen Bedürfnissen gerecht werden.

Das Buch wurde umfassend überarbeitet, enthält viele neue Beispiele und wurde um ein Kapitel erweitert.

Als international anerkannte Expertin für unterhalb der bewussten Ebene ablaufende Kommunikationsprozesse arbeitet **Shelle Rose Charvet** mit Gruppen, führt Trainingsprogramme durch und löst weltweit Kommunikationsprobleme. Sie ist als Keynote-Speaker sehr begehrt und kommt in den Medien häufig zum Thema Überzeugungsstrategien zu Wort.



ZIELGRUPPE / STICHWÖRTER

Verkäufer*innen, in Werbung und Marketing tätige Menschen, Personaler*innen sowie alle an einer guten zwischenmenschlichen Kommunikation Interessierten.

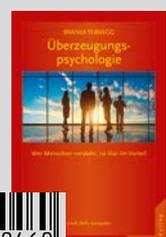
Sprachmuster, Motivation, Kommunikation, Language and Behavior (LAB) Profile

WEITERE TITEL

Fathi
»Empathie-
training«



Ternegg
»Überzeugungs-
psychologie«



UNSER BESONDERER TIPP:



Gill Hasson Warum Glück keine Glückssache ist



als E-Book:

978-3-7495-0075-8 (EPUB)
978-3-7495-0076-5 (MOBI)
978-3-7495-0077-2 (PDF)

als Audiobook:

978-3-7495-0178-6

als gedrucktes Buch:

978-3-95571-901-2

Ihre Ansprechpartner im Verlag



Dr. Stephan Dietrich
Verlagsleitung



Simone Scheinert
Marketing



Saskia Thiele
Marketing



Carolin Stephan
Marketing, Lektorat



Stefanie Linden
Vertrieb, Kongresse



Heike Carstensen
Lektorat, Presse

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



Monika Köster
Aboservice,
Kundenbetreuung



Katharina Arnold
Lektorat, Presse

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

Driburger Straße 24d
33100 Paderborn
www.junfermann.de

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

