

Marlis Föhr hat wieder einige Bücher für Sie gelesen!

ERZÄHLEN

Christel Oehlmann

Einfach erzählen

Ein Übungsbuch zum Erlernen des freien und des gestalteten mündlichen Erzählens

Junfermann Verlag Paderborn

2. Auflage 2007, ISBN 978-3-87387-462-6

Was Erzählen sein kann, ist heute nur noch selten im Bewusstsein der Menschen präsent. Erzählen kann spannend und aufregend sein, je nachdem, wie sich der Inhalt darstellt. Dabei geht es zunächst um die mündliche Wiedergabe, die im Vergleich zur schriftlichen eine weitaus stärkere Ausstrahlung hat. Das Wort braucht den Menschen, der es ausspricht und den Menschen, der es hört. Diese Vorstellungen scheinen im Zeitalter von Fernsehen und Kassetten verloren gegangen zu sein. Doch was wäre, wenn Großmütter ihren Enkeln nichts mehr erzählen würden? Wenn den Enkeln bereits im Kindesalter erzählt wird und sie selbst erzählen lernen, gewinnen sie die Festigkeit zu einem beweglichen Umgang mit den Ereignissen ihres Lebens. Die Autorin stellt in diesem Buch viele Spiele und Übungen für Erzähler vor und ist sicher, dass jeder lernen kann, eindrucksvoll zu erzählen.

Aus dem Inhalt: Der Umgang des Erzählers mit sich selbst
 Freies Erzählen
 Erzählen ein weites Feld

GEHIRNTRAINING

Franziska Stengel, Sabine Ladner-Merzl

Gedächtnis spielend trainieren

Memo Verlag Stuttgart

2006, völlig überarbeitete Neuauflage, ISBN 3-929317-06-0

Im vorliegenden Band wird auf angenehme Art Konzentration, Denken, Sprache und viele Gedächtnisfunktionen angeregt und trainiert. Das Lernen macht Spaß und schärft die Wahrnehmung für die Umwelt. Der Wunsch, über ein gut funktionierendes Gedächtnis zu verfügen, ist mit einem Training zu erreichen. Die geistige Aktivität eines Menschen entscheidet, ob das Gehirn neue Nervenzellen bildet und neuer Denkkraft die Möglichkeit bietet, sich zu entwickeln. Man kann die Aufgaben alleine oder besser noch gemeinsam mit anderen Menschen lösen, denn auch soziale Kontakte erhalten das Gehirn leistungsfähig. Diese Art des ganzheitlichen Trainings ist wissenschaftlich überprüft und nachweislich wirksam.

Aus dem Inhalt: Fünf Ansätze des Gedächtnistrainings
 Gedächtnistraining – wozu
 Übungsteil

GERONTOPSYCHIATRIE

Johannes Kipp, Gerd Jüngling

Einführung in die praktische Gerontopsychiatrie

Zum verstehenden Umgang mit alten Menschen

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

4. Auflage 2007, ISBN 978-3-497-01852-9

Das Problem der Überalterung unserer Gesellschaft erfährt immer mehr Aufmerksamkeit. Neben organisatorischen Maßnahmen ist es wichtig, gemeinsam mit den Betroffenen Entscheidungen zu treffen. Ihre Schwierigkeiten und Wünsche müssen ernst genommen werden, damit ein würdiges Leben für sie im Alter möglich ist. Vieles hat sich in den letzten Jahren verbessert, auch dank der Einführung einer Pflegeversicherung. Die Beziehungen zwischen jungen und alten Menschen sind für beide Seiten nicht immer unbelastet. Häufig liegt es an den unterschiedlichen Erfahrungen von Jung und Alt. Zum verstehenden Umgang mit alten Menschen gehören Wissen und Einfühlungsvermögen. Das Buch informiert über Diagnostik, Therapie und Versorgungsmöglichkeiten.

Aus dem Inhalt: Altern und die Entstehung psychischer Alterskrankheiten
Praxisfelder der Gerontopsychiatrie

POLITIK

Thilo Harth, Wichard Woyke

Die Europäische Union konkret

Nachgefragt in zwölf Kapiteln

Verlag Barbara Budrich, Opladen & Farmington Hills

2008, ISBN 978-3-86649-149-6

Die Europäische Union ist das erfolgreichste Experiment nach dem Zweiten Weltkrieg, das Frieden, Wohlstand und Sicherheit wieder möglich gemacht hat. Durch den gemeinsamen Binnenmarkt, die gemeinsame Eurowährung und die Abschaffung der Grenzkontrollen wurde der freie Verkehr von Waren, Kapital und Dienstleistungen möglich. Leider birgt der langwierige Einigungsprozess auf das Vertragswerk von Lissabon immer noch einige Unklarheiten. Es sollte u.a. zu mehr Entscheidungen durch das Mehrheitsabkommen und seltener zu Blockaden einzelner Mitglieder kommen. Ein Verfassungsentwurf scheiterte nach zwei Volksabstimmungen von Mitgliedern. Nach langen Verhandlungen gab es einen tragfähigen Kompromiss für 27 Mitgliedsstaaten. Um den interessierten Bürgern mehr zur europäischen Politik zu erklären, versuchen zwei kompetente Autoren die wichtigsten Fakten in diesem Band zu erklären.

Aus dem Inhalt: Geschichte der Europäischen Union
Frieden in Europa
Erweiterung der Europäischen Union

RATGEBER

Jörg-Peter Schröder

Auf zur zweiten Halbzeit

So wird das Spiel des Lebens richtig spannend

Kösel-Verlag, München

2008, ISBN 978-3-466-30798-2

In der Halbzeitpause, etwa mit 45 Jahren, ist es wichtig innezuhalten und Bilanz zu ziehen. Der Autor sieht das Leben als ein Spiel, zu dem man die Spielregeln lernen muss. Viele Regeln sind in der zweiten Lebenshalbzeit anders als in der Ersten. Gewohnheiten, die uns Sicherheit boten, sind weggefallen. Wir müssen umlernen, neue Regeln aufstellen. Dabei geht es um die eigenen Stärken, die Förderung der Gesundheit und die Entwicklung der eigenen Kreativität. Viele machen sich Sorgen um das, was kommen könnte, statt im „Jetzt“ zu bleiben. Der Autor arbeitet als Arzt und Coach seit Jahren in den Bereichen Führung, Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung.

Aus dem Inhalt: Anstoß
 Arbeitsfallen erkennen
 Vorbereitung der zweiten Halbzeit

Tom Striewisch

Der große Humboldt Fotolehrgang

Humboldt Verlag, Hannover

5. vollständig aktualisierte Auflage 2008, ISBN 978-3-89994-179-1

Die rasante Entwicklung im Bereich der digitalen Fotografie bringt immer wieder neue Fragen und erfordert verschiedene Lösungsansätze. Viele Problemstellungen brauchen heute Lösungen, die vor zehn Jahren noch nicht nötig waren. Viele Fragen zu den modernen Kameras können einfach beantwortet werden, wenn man auf die Ursprünge zurückgeht. Man erfährt in diesem Buch viel über den allgemeinen Aufbau einer Kamera, die verschiedenen Kameratypen und die Ausstattung. Über die Objektive lernt man, was die Brennweite bedeutet, wie die Schärfentiefe gesteuert wird und welchen Einfluss es auf die Bildgestaltung hat, und man lernt viel über Belichtung und Zubehör. Tipps beim Kauf der ersten Kamera und wie man ihre Fähigkeiten und Technik testen kann, ergänzen das Wissen um die Kamera. Alles ist verständlich in diesem Grundlagenwerk erklärt und kann dem interessierten Hobby-Fotografen empfohlen werden.

Aus dem Inhalt: Die Kamera
 Das Objektiv
 Gestaltung

RITUALE

Pierre Stutz

Alltagsrituale

Wege zur inneren Quelle

Kösel-Verlag, München

Sonderausgabe 2003, ISBN 3-466-36638-0

Das Leben mit seinen vielen Eindrücken sinnvoll zu strukturieren, ist wichtig und vernünftig. Einfache Alltagsrituale zeigen in jedem Kapitel des Buches eine Spur auf, wie wir bei uns anfangen können, um gestärkt und mit Zivilcourage für lebensfördernde Werte einstehen zu können. Die Gedanken, die der Autor in diesem Buch wiedergibt, hat er selbst erlebt und werden durch biblische Erfahrungen erweitert. Es sind zwölf Grundhaltungen, die Pierre Stutz ausführlich beschreibt, ergänzt mit Weggebeten und Gedichten, die wesentliche Grundbedürfnisse erklären. Auf einer beigefügten CD spricht der Autor Meditationen zu vielen Alltagsritualen, unterstützt von Gitarrenmusik.

Aus dem Inhalt: Solidarität einüben
 Gelassenheit wagen
 Dankbarkeit ausdrücken

SCHREIBEN

Rosemarie Meier-Dell'Olivio

Schreiben wollte ich schon immer

Gekonnt Tagebuch führen: schärft die Sinne, befreit die Seele. Eine Anleitung

Oesch Verlag Zürich

2. verbesserte Auflage 2008, ISBN 978-3-0350-0048-1

Dieses Buch ist eine Anleitung über das Führen eines Tagebuches, um den Alltag bewusster zu erleben. Schreiben ist ein schöpferisches Ausdrucksmittel, das befreit und anregt. Wer Tagebuch schreibt, nimmt sich und seine Umgebung stärker wahr und das bedeutet, schöpferisch tätig zu sein. Die Aufzeichnungen sind Spiegel einer persönlichen und gesellschaftlichen Zeitepoche und hinterlassen Spuren. Sie haben Selbsterfahrungswert und helfen bei der persönlichen Weiterentwicklung. Gedanken werden aufgegriffen und nutzbar gemacht und helfen oft aus einer Lebenskrise heraus. Schreiben weckt aber auch unsere Kreativität und hilft uns, bewusst am Leben teilzunehmen.

Aus dem Inhalt: Schreiben hinterlässt Spuren
 Methodischer Teil
 Praktischer Teil

SPIRITUALITÄT und DENKEN

Gerald Hüther, Wolfgang Roth, Michael von Brück

Damit das Denken Sinn bekommt

Spiritualität, Vernunft und Selbsterkenntnis

Herder Verlag, Freiburg, Basel, Wien

2008 ISBN 978-3-451-05984-1

Wann sind Denken und Reden sinnvoll? Das ist die Frage, die sich die Autoren dieses Buches stellen, denn vieles, was wir denken und sagen, ist sinnlos, sei es beispielsweise in der Genforschung oder in der Umweltpolitik. Die einzelnen Beiträge beschäftigen sich mit der Zusammenführung von Spiritualität und Denken, dass unserem Dasein Sinn verleiht. Die Humanwissenschaften beschäftigen sich mit naturwissenschaftlichen Aspekten des Menschen, Gesundheit, Körper und Geistesfunktionen, dabei bleibt das, was den Menschen über seine Körperlichkeit ausmacht, ausgeklammert. Wichtig ist, dass Menschen sich selbst klarer von innen heraus spüren, damit sie entscheiden können, was sie wirklich brauchen.

Aus dem Inhalt: Ein neues Verständnis vom Menschen
 Spiritualität als Hoffnung
 Stufen und Wege zur Selbsterkenntnis

TRAUERBEWÄLTIGUNG

Georg Schwikart

Die 100 wichtigsten Fragen zu Tod und Trauer

Gütersloher Verlagshaus, München

1. Auflage 2008, ISBN 978-3-579-06811-4

Das Leben scheint für jene, die einem Verstorbenen nahestanden, stillzustehen. Aber gerade dann müssen viele Entscheidungen getroffen werden. Behörden und Versicherungen müssen informiert werden, die Bestattung organisiert werden. Viele Fragen, die dringend einer Antwort bedürfen. Dieses Buch möchte Antworten geben, wenn ein Todesfall eintritt. Einige Daten sind nur Hinweise, weil vieles in den jeweiligen Bundesländern unterschiedlich geregelt wird. Die Informationen sind übersichtlich und klar aufgelistet.

Aus dem Inhalt: Gut zu wissen – Fragen, nachdem jemand verstorben ist
 Abschied nehmen – was muss ich zur Trauerfeier wissen

VERSICHERUNGEN

Oliver Nüchter, Roland Bieräugel, Florian Schipperges, Wolfgang Glatzer, A. Schmid

Einstellungen zum Sozialstaat II

Die Akzeptanz der sozialen Sicherung und Reformen in der Renten- u. Pflegeversicherung

Verlag Barbara Budrich, Opladen & Farmington Hills 2008

ISBN 978-3-86649-166-3

Die sozialen Sicherungssysteme befinden sich in einem Umbauprozess. Der deutsche Sozialstaat hatte zu allen Zeiten in der Bevölkerung eine hohe Akzeptanz. Durch immer neue Reformen und Rückbau kommen Unsicherheit und Frust bei den Menschen auf, die an ihre Versorgung im Alter denken. Während in den 50er und 70er Jahren im 20. Jahrhundert Leistungen und die Zahl der versicherten kontinuierlich anwuchsen, geriet der Sozialstaat wegen des Ungleichgewichts in den 90er Jahren in die Diskussion. Die Idee einer Grundsicherung und Teilprivatisierung sozialer Risiken beunruhigte die Betroffenen. Die vorliegende Studie enthält Ergebnisse von 5025 Personen in Ost- und Westdeutschland. Ziel dieser Untersuchung ist es, die für den Umbau erforderlichen Möglichkeiten zu erforschen, und die aus der Sicht der betroffenen vorhandenen Grenzen auszuloten.

Aus dem Inhalt: Globale Einstellungen
 Spezifische Einstellungen