

Herbst

VERLAGS-
PROGRAMM

2025

Politik

Gesellschaft

Bewusster Leben

Psychologie

KOMPLETTMEDIA

Zwischen Krieg und Hoffnung – Ein Plädoyer für Menschlichkeit

**Eigene STERN TV-Sendung zur
Buchveröffentlichung
(Ausstrahlung 03.09.2025)**

**Unbequeme Fragen:
Konfrontation mit dem Zerfall
westlicher Werte**

**Topaktuell und relevant:
Krieg, Flucht, Migration und die
Verantwortung des Westens**

**Hohe Reichweite in den Sozialen Medien
(@_sophiamaier mit 42.000 Follower*innen
auf Instagram)**

In *Herz aus Stacheldraht* zeichnet Sophia Maier ein eindringliches Bild von Krieg und Flucht – ungeschönt, nah und bewegend. Als Kriegsreporterin berichtet sie aus Afghanistan, Syrien, der Ukraine oder aus Geflüchtetenlagern im Libanon und Griechenland. Ihr Fokus liegt auf den Verwundbarsten: Frauen, Kindern und Familien. Dabei stellt sie die drängende Frage: Was bleibt von der Menschlichkeit, wenn wir die Schutzlosesten im Stich lassen? Neben Leid und Zerstörung gibt es aber auch Hoffnung. Maier trifft Menschen, die sich für Gerechtigkeit einsetzen. Ihr Buch ist nicht nur eine kritische Bestandsaufnahme über die Rolle des Westens, sondern ein Plädoyer für mehr Menschlichkeit – ein Aufruf, hinzusehen und Verantwortung zu übernehmen.

Premieren-Lesung:

16.09.2025 um 20:00 Uhr
im Pfefferbergtheater in Berlin

Aktuelle Aufhänger:

15.09.2025: Internationaler Tag der Demokratie
18.12.2025: Tag der Migranten

Sophia Maier (geb. 1987) ist eine deutsche Journalistin und Kriegsreporterin. Sie arbeitet unter anderem für RTL und stern TV und wurde für ihre Dokumentationen vielfach ausgezeichnet.



Über Freundschaft, Verlust und die Kraft des Miteinanders

Emotional und berührend

Echte Freundschaft, echte Geschichten

Von einer gut etablierten Autorin mit besten Kontakten in den Journalismus

Die Journalistin Kerstin Schweighöfer erzählt von ihrer über drei Jahrzehnte währenden Freundschaft mit Jantina, die an Krebs erkrankt und sich am Ende für Sterbehilfe entscheidet. Während sie um Jantina trauert, fragt sie sich, was Freundschaft wirklich ausmacht. Dafür spricht sie mit Menschen verschiedener Altersgruppen und Kulturen über deren Freundschaften. Wie mit Liesbeth und Alice, die 1994 während des Jugoslawienkriegs als Blauhelme in Srebrenica gemeinsam im Einsatz waren. Oder mit Jonas und Felix, die ihre an ALS erkrankte Freundin Sarah im Rollstuhl über die Dolomiten getragen haben. Und Merel, die ihrer Freundin Veerle, die keine Kinder bekommen konnte, eine Eizelle gespendet hat. Die Antworten zeigen: Freundschaft ist eine besondere Form von Liebe, oft stärker als familiäre Bindungen.



© Lidia van Meegen

Kerstin Schweighöfer (*1960) ist Journalistin und Buchautorin. Seit 1992 lebt sie in den Niederlanden, schreibt u. a. für Deutschlandfunk und ARD und veröffentlichte mehrere Bücher, darunter „100 Jahre Leben“.



Kerstin Schweighöfer
Freundschaft – Eine andere Form von Liebe
 Geschichten über eine unbezwingbare Kraft
 ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0647-6
 24,00 € (D), 24,90€ (A), **WG 1973**



Das Glück lässt sich nicht aufschieben

Lebensweisheiten, die zum Nachdenken anregen und Perspektiven verändern

Emotional und inspirierend: Geschichten, die berühren und bereichern

Autorinnen-Duo bekannt durch Instagram: Zwei starke Stimmen für ein wichtiges Thema (@elsa.palliative.care mit 45.400 Follower*innen auf Instagram)

Sterbende haben eine einzigartige Sicht auf das Leben – und sie zeigen uns, was wirklich zählt. Michaela Bayer und Sara Loy, Palliativpflegerinnen aus dem Klinikum Großhadern und bekannt durch ihren Instagram-Kanal, brechen das Tabu rund ums Sterben. Sie teilen Geschichten und Erkenntnisse von Menschen am Ende ihres Weges, die lehren, im Hier und Jetzt zu leben. Mal berührend, mal humorvoll – immer mit Respekt und voller Lebensweisheit.

Ein Buch, das zeigt: Am Ende zählt nicht der Besitz, sondern gelebte Momente und wahre Beziehungen.

Aktueller Aufhänger:

11.10.2025: Welttag der Hospiz und Palliative Care (kurz Welthospiztag)

Michaela Bayer und **Sara Loy** sind Palliativpflegerinnen im Klinikum Großhadern. Mit ihrem Instagram-Account *elsa.palliative.care* (über 41k Follower) enttabuisieren sie die Themen Sterben, Tod und Trauer.



Michaela Bayer und Sara Loy – Am Ende zählt das JETZT
Was zwei Palliativ-Pflegerinnen von Sterbenden über das Leben lernen
ca. 208 Seiten, 13,5 cm x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0648-3
24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1973**



Wenn Familie plötzlich anders ist: Ein Überlebensratgeber für das Elternsein – auch allein

**Erfahrungsbasierte Expertise
von einem PR-Profi**

**Durch Saras Sozialunternehmen
„Solomütter“ ist sie regelmäßig zu dem
Thema in den Medien
(@solomuetter mit 15.000Follower*innen
auf Instagram)**

**Kompetente Begleitung durch
schwierige Zeiten**

„Was würdest du tun, wenn du wüsstest, dass du in sechs Monaten alleinerziehend wärst?“
Sara Buschmann

Niemand plant, alleinerziehend zu werden – und doch kann es jede*n treffen. Trennung, Verlust oder unerwartete Lebensereignisse können Familien plötzlich auf den Kopf stellen. Doch kaum jemand bereitet sich darauf vor.

Dieses Buch ist ein unverzichtbarer Leitfaden für alle Menschen mit Kindern. Es zeigt, wie fragil das Modell „Mutter-Vater-Kind“ ist, warum unsere Gesellschaft Alleinerziehende oft übersieht und mit welchen Vorurteilen sie zu kämpfen haben. Warum gilt Alleinerziehen als Ausnahme und nicht als eine gleichwertige Familienform? Welche strukturellen Hürden erschweren das Leben alleinerziehender Eltern – und wie kann man sich (besonders auch als Frau) rechtzeitig absichern?

Sara verbindet persönliche Erfahrungen mit fundierter Recherche. Sie räumt mit Mythen auf, spricht gesellschaftliche Missstände an und gibt konkrete Tipps, um sich finanziell, emotional und organisatorisch trennungssicher aufzustellen.



© Anna Gicheru

Sara Buschmann kennt als Alleinerziehende die Herausforderungen, Fallstricke und benachteiligten Strukturen für Ein-Eltern-Familien. Deshalb gründete die Medien-schaffende 2021 die gemeinnützige Organisation „Solomütter“ samt Website und Magazin, um der Perspektive alleinerziehender Elternteile ein Zuhause zu geben.



Sara Buschmann – Das Buch, das du vor dem Alleinerziehen gelesen haben musst

Anleitung für den (un)wahrscheinlichen Fall

ca. 208 Seiten, 14,8 x 21 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0649-0

24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1973**



9 783831 206490

Neuanfang mit Strahlkraft – Wie du gestärkt aus jeder Krise hervorgehst!

Top-Trendthema: Resilienz & persönliche Entwicklung

Authentisch: Erfahrungen aus der Coaching-Praxis

Inspirierend: Mutmach-Geschichten echter Menschen

Aktivierend: Veränderung leicht gemacht!

Autorin von **@mutmentorin**, mit großer Reichweite auf Social Media (ca. 1,5 Millionen Impressionen pro Monat und 40.600 Follower*innen auf Instagram)

Ob nach Trennung, Jobverlust oder persönlicher Krise – dieses Buch zeigt, wie du Ängste überwindest und mutig neu durchstartest. Kathleen Janitschke teilt inspirierende Erfolgsgeschichten und wirksame Coaching-Impulse, die helfen, alte Muster zu durchbrechen, die eigene innere Stärke zu entdecken und sich mit neuer Klarheit auf den Weg zu machen. Mit praktischen Übungen und Reflexionsfragen wirst du Schritt für Schritt begleitet, um deine Komfortzone zu verlassen und deinen inneren Kompass neu auszurichten. Denn Veränderung beginnt im Kopf – und der erste Schritt kann dein Leben verändern!



© Claudia Bernhard

Kathleen Janitschke ist Coach & Expertin für persönliche Transformation. Sie begleitet Menschen in Krisen, hilft ihnen, Ängste zu überwinden & neue Wege zu gehen. Ihr Fokus: Mut, Resilienz & innere Stärke.

Kathleen Janitschke – Hinfallen. Aufstehen. Strahlen.

Wie du gestärkt aus Krisen hervorgehst

ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0650-6
24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1931**



9 783831 206506

Sind wir alle unterkuschelt?

**Zu Gast bei NDR Das zum
Erscheinen am 7. Oktober 2025**

Von DER Forscherin des Streichelsinns

**Wissenschaftlich fundiert und
verständlich: Verbindung von aktuellem
Stand der Wissenschaft und Alltag**

**Praktische Relevanz: Berührung stärkt
unser Immunsystem, reduziert Stress
und fördert das Wohlbefinden**

Dieses Buch entführt in die faszinierende Welt der Berührung und zeigt, wie essenziell physischer Kontakt für Wohlbefinden und soziale Bindungen ist. Sportteams, die sich häufiger berühren, sind erfolgreicher, Kellner erhalten mit einer dezenten Berührung mehr Trinkgeld, und liebevoller Körperkontakt fördert die soziale Hirnentwicklung von Kindern. Außerdem sind Paare, die viel kuscheln, zufriedener, und Berührung reduziert nachweislich Stress. Dieses Buch zeigt anhand beeindruckender Beispiele, wie spezielle Nervenzellen Berührungen in Wohlgefühl verwandeln, wie eng der Tastsinn mit unserem Gehirn verknüpft ist und welche tiefgreifenden Auswirkungen Berührung auf unser körperliches sowie seelisches Wohlbefinden hat. Ein inspirierendes Buch über die unterschätzte Kraft des Streichelsinns.



© Antonie Bierling

Ilona Croy promovierte und habilitierte in Dresden. Sie erforscht an der Universität Jena die neuronalen Grundlagen der Wahrnehmung und begeistert sich für Gehirne und große Datensätze. Zudem wurde sie für ihr Engagement in Lehre und Betreuung ausgezeichnet.

Ilona Croy - Touch me
Die geheime Superkraft der Berührung
ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN 978-3-8312-0651-3
24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1933**



Wie viel Wahrheit steckt in den größten Psycho-Mythen?

Infotainment pur: Wissenschaftlich fundiert und unterhaltsam zugleich

Bullshit-Barometer: Entlarvt Psycho-Mythen auf humorvolle Weise

Trendthema Psychologie: Klischees aufdecken und dabei schlauer werden

„Mir hat's auch nicht geschadet“ – wirklich? Dieses Buch nimmt die bekanntesten Psychologie-Mythen unter die Lupe und prüft ihren Wahrheitsgehalt mit einem humorvollen Bullshit-Barometer. Von „Hirnjogging macht schlau“ bis „Pornos machen süchtig“ werden gängige Stereotype unterhaltsam entlarvt und wissenschaftlich fundiert erklärt. Das Autorenduo aus Wissenschaftsjournalist und Psychologie-Experte räumt auf mit Alltagsweisheiten und liefert spannendes Infotainment. Perfekt für alle, die gängige Klischees hinterfragen wollen.

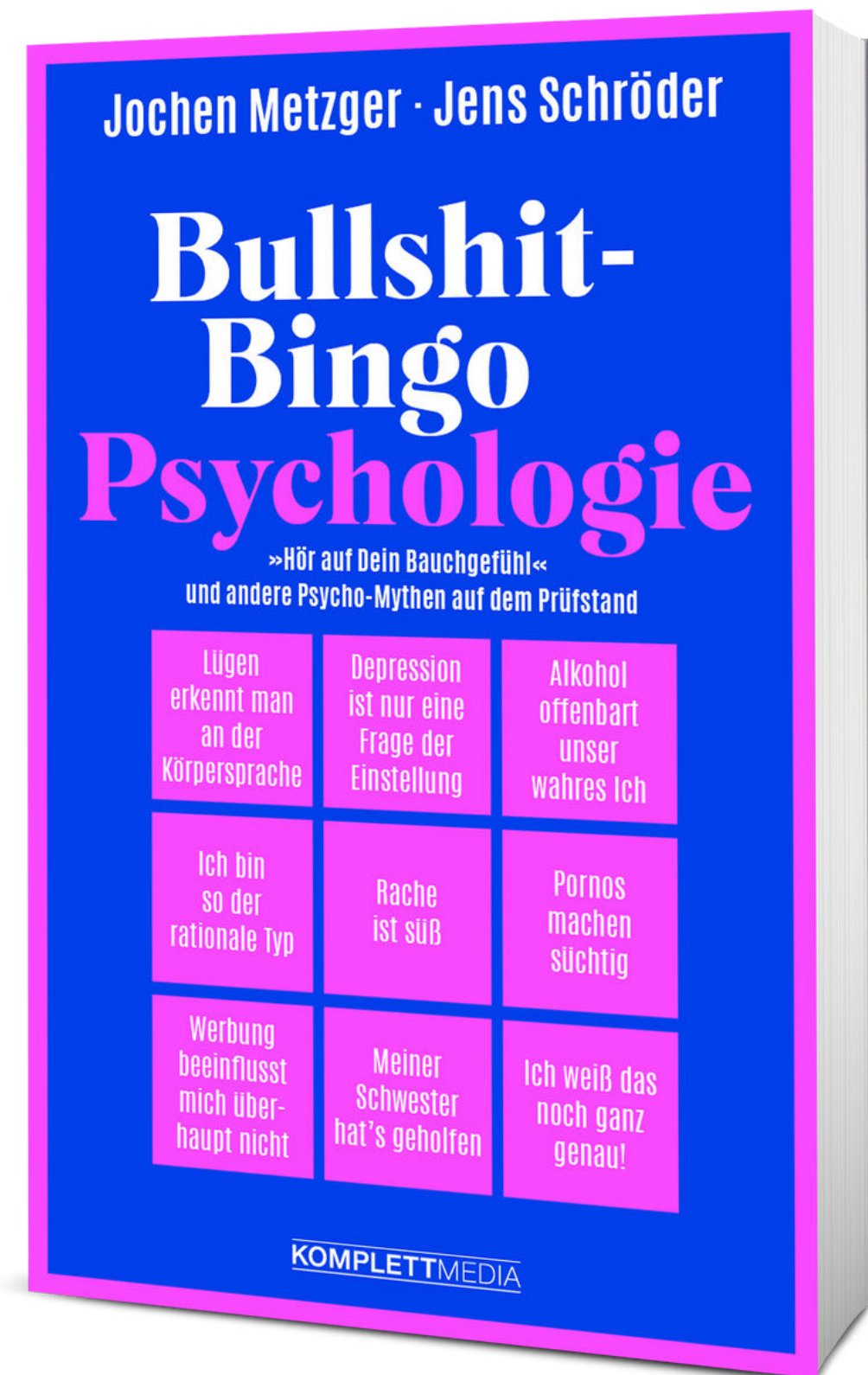
Jochen Metzger und **Jens Schröder** sind die „Bullshit-Jäger“: Metzger ist Wissenschaftsjournalist und Psychologie-Experte („Psychologie Heute“), Schröder renommierter Wissenschaftsjournalist und Podcaster. Gemeinsam entlarven sie die größten Psycho-Mythen.



© Dennis Williamson



© Malte Joost



Jochen Metzger und Jens Schröder – Bullshit-Bingo Psychologie
 „Hör auf Dein Bauchgefühl“ und andere Psycho-Mythen auf dem Prüfstand
 ca. 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm, Paperback, ISBN: 978-3-8312-0652-0
 24,00 € (D), 24,90 € (A), **WG 1933**



9 783831 206520