

Bookmark File PDF Trauma Is Really Strange modernh.com

Angst ist ziemlich strangeEin wenig LebenHope Is Real: Radical Recovery PrayersAddressing AdversityMeine dunkle VanessaFür immer Nichttraucher!Helping Male Survivors of Sexual Violation to RecoverVerityPiranesiTrauma is Really StrangeAgencyAmerican WarStrange the DreamerTouch is Really StrangeBerührung ist ziemlich strangePepper-ManDie verschwindende HälfteTragedies and Christian CongregationsPain is Really StrangeMuse of NightmaresCompassionate Mindful Inquiry in Therapeutic PracticeDas Mädchen ein halbfertiges DingVergebung ist ziemlich strangeStrange AdventuresAnxiety is Really StrangeWo die wilden Kerle wohnenDie Topeka SchuleDas andere Ende der LeineYoga Therapy for Digestive HealthVerkörperter SchreckenCranial IntelligenceTrauma ist ziemlich strangeGwenpool schlägt zurückCrafting Meaningful Funeral RitualsThe Anxiety Survival GuideJonathan Strange & Mr. NorrellDer freigelegte BaumA Heavy ReckoningThe Body in Coaching and Training: An Introduction to Embodied FacilitationNormale Menschen

Why can't we tickle ourselves? How can slow touch convey more powerful emotions than fast touch? How does touch shape our perception of the world? The latest addition to the Really Strange series, this science-based graphic comic addresses these questions and more, revealing the complexity of touch and exploring its power and limits. Used positively, touch can change pain and trauma, communicate compassion and love and generate social bonding. Get it wrong and it can be abusive and terrifying. Touch helps us feel real. Knowledge comes through our body as we engage with space and with others. Before we have language, our concepts are formed as we meet a world full of edges and textures. Touch is Really Strange celebrates the power of inward touch (interoception) and looks at how we can use skilful contact to promote feelings of joy, connection and vitality."Ein wenig Leben" handelt von der lebenslangen Freundschaft zwischen vier Männern in New York, die sich am College kennengelernt haben. Jude St. Francis, brillant und enigmatisch, ist die charismatische Figur im Zentrum der Gruppe - ein aufopfernd liebender und zugleich innerlich zerbrochener Mensch. Immer tiefer werden die Freunde in Judes dunkle, schmerzhaftes Welt hineingesogen, deren Ungeheuer nach und nach hervortreten. "Ein wenig Leben" ist ein rauschhaftes, mit kaum fasslicher Dringlichkeit erzähltes Epos über Trauma, menschliche Güte und Freundschaft als wahre Liebe. Es begibt sich an die dunkelsten Orte, an die Literatur sich wagen kann, und bricht dabei immer wieder zum hellen Licht durch.What is the difference between fear and excitement and how can you tell them apart? How do the mind and body make emotions? When can anxiety be good? This science-based graphic book addresses these questions and more, revealing just how strange anxiety is, but also how to unravel its mysteries and relieve its effects. Understanding how anxiety is created by our nervous system trying to protect us, and how our fight-or-flight mechanisms can get stuck, can significantly lessen the fear experienced during anxiety attacks. In this guide, anxiety is explained in an easy-to-understand, engaging graphic format with tips and strategies to relieve its symptoms, and change the mind's habits for a more positive outlook.Hope Is Real: Radical Recovery Prayers is a different kind of devotional. It invites the reader to get lost in many feminist, recovery, and spiritual rabbit holes. It is a devotional meant to be savored and spark intellectual stimulation. Radical Recovery Prayers are a collection of intimate prayers inspired by scripture and Jones' own inner turmoil that started during the United States election in 2016 and continued throughout the next four years. As she struggled watching the rise of fascism, racism, misogyny, environmental disaster, homophobia, and able-ism in her own country, she felt the need to cry out in prayer to her God. Eventually, Jones came to realize that these prayers might be useful spiritual connecting points for other progressive, feminist Christians as well. Each devotional contains the Scripture that inspired the following prayer, a recovery action item, and then a book recommendation. This book is for progressive Christians, people in recovery, intersectional feminists, and anyone with an open mind and heart looking for hope in this hard and messy world. These are intimate prayers and suggestions from a person who is called to authenticity and radical vulnerability. Jones wishes to give all people the permission to be themselves and the hope to keep on going. Hope is real, always.Die Geschichte einer intensiven Liebe: Connell und Marianne wachsen in derselben Kleinstadt im Westen Irlands auf, aber das ist auch schon alles, was sie gemein haben. In der Schule ist Connell beliebt, der Star der Fußballmannschaft, Marianne die komische Außenseiterin. Doch als die beiden miteinander reden, geschieht etwas mit ihnen, das ihr Leben verändert. Und auch später, an der Universität in Dublin, werden sie, obwohl sie versuchen, einander fern zu bleiben, immer wieder magnetisch, unwiderstehlich voneinander angezogen. Eine Geschichte über Faszination und Freundschaft, über Sex und Macht.»Einer der originellsten und einflussreichsten Schriftsteller unserer Zeit.« The Boston Globe Die begabte App-Flüsterin Verity Jane wird von einem mysteriösen Start-Up angeheuert, um ein neues Produkt zu testen: Eunice, eine Künstliche Intelligenz, die sich als weitaus mächtiger herausstellt als zunächst gedacht - New York Times-Bestseller - William Gibson wurde ausgezeichnet u.a. mit dem Philip K. Dick Award, Nebula Award, Hugo Award, Damon Knight Memorial Grand Master Award San Francisco 2017. Verity Jane testet im Auftrag der zwielichtigen Firma Cursion einen digitalen Assistenten, auf den man durch eine gewöhnliche Brille zugreifen kann. In der Brille befindet sich die Künstliche Intelligenz namens Eunice, die entwaffnend menschlich ist und über ein ausgeklügeltes Verständnis für Kampfstrategien verfügt. Als Verity erkennt, dass sich Eunices Persönlichkeit und ihre Fähigkeiten rasant weiterentwickeln, beschließt sie, diese Beobachtung vor ihrem neuen kryptischen Abreitgeber zu verbergen. Doch das Geheimnis kann sie nicht lange wahren, denn Wilf Netherton und seine rätselhafte Chefin Ainsley Lowbeer arbeiten in London - ein Jahrhundert voraus - daran, den Lauf der Vergangenheit zu beeinflussen. Ihr aktuelles Projekt: Eunice, die droht, einen Atomkrieg auszulösen What is trauma? How does it change the way our brains work? And how can we overcome it? When something traumatic happens to us, we dissociate and our bodies shut down their normal processes. This unique comic explains the strange nature of trauma and how it confuses the brain and affects the body. With wonderful artwork, cat and mouse metaphors, essential scientific facts, and a healthy dose of wit, the narrator reveals how trauma resolution involves changing the body's physiology and describes techniques that can achieve this, including Trauma Releasing Exercises that allow the body to shake away tension, safely releasing deep muscular patterns of stress and trauma.When tragedy strikes a community, it is often unexpected with long-lasting effects on the people left in its wake. Too often, there aren't adequate systems in place to aid those affected in processing what has happened. This study uniquely combines practical theology, pastoral insight and scientific data to demonstrate how Christian congregations can be helped to be resilient in the face of sudden devastating events. Beginning by identifying the characteristics of trauma in individuals and communities, this collection of essays from practitioners and academics locates sudden trauma-inducing tragedies as a problem in practical theology. A range of biblical and theological responses are presented, but contemporary scientific understanding is also included in order to challenge and stretch some of these traditional theological resources. The pastoral section of the book examines the ethics of response to tragedy, locating the role of the minister in relation to other helping agencies and exploring the all-too-topical issue of ministerial abuse. Developing a nuanced rationale for good practical, pastoral, liturgical and theological responses to major traumas, this book will be of significant value to scholars of practical theology as well as practitioners counselling in and around church congregations.Answering questions such as 'how can I change my pain experience?', 'what is pain?', and 'how do nerves work?', this short research-based graphic book reveals just how strange pain is and explains how understanding it is often the key to relieving its effects. Studies show that understanding how pain is created and maintained by the nervous system can significantly lessen the pain you experience.

The narrator in this original, gently humorous book explains pain in an easy-to-understand, engaging graphic format and reveals how to change the mind's habits to transform pain. Was ist Vergebung? Und wie funktioniert sie? Kann sie auch so süß sein wie Rache oder Vergeltung? Wie reagiert man, wenn man verletzt wird? Der Psychologe Masi Noor und die Journalistin Marina Cantacuzino beleuchten in dieser Graphic Novel wissenschaftlich, aber auch praktisch, was im Körper passiert, wenn man zwischen Vergebung und Vergeltung unterscheiden muss, welche Facetten Vergebung hat und wie seltsam und komplex sie sein kann. Wo endet grenzenlose Rache? Was ist gerechte Strafe? Vergebung durchbricht diesen endlosen Kreislauf und verhindert, dass es zu noch mehr Schaden kommt. Anhand wahrer Lebensgeschichten und praktischer Tipps werden Vorteile und Risiken der Vergebung erläutert und verdeutlicht, welchen positiven Einfluss sie auf unseren Geist, Verstand und unsere Psyche hat. Illustrationen von Sophie Standing

Die Jungautorin Lowen Ashleigh bekommt ein Angebot, das sie unmöglich ablehnen kann: Sie soll die gefeierten Psychothriller von Starautorin Verity Crawford zu Ende schreiben. Diese ist seit einem Autounfall, der unmittelbar auf den gewaltsamen Tod ihrer beiden Töchter folgte, geistig nicht mehr ansprechbar. Lowen akzeptiert - auch, weil sie sich zu Veritys Ehemann Jeremy hingezogen fühlt. Während ihrer Recherchen im Haus der Crawfords findet sie Veritys Tagebuch und liest darin Erschreckendes: Hinter der Maske der gefeierten Starautorin verbirgt sich eine zutiefst gefährliche Psychopathin, die die Mitschuld am Tod ihrer eigenen Töchter trägt und auch ihren eigenen Unfall inszeniert hat. Wir schreiben das Jahr 1806. Seit Jahrhunderten gibt es keine Zauberei mehr in England. Doch während auf dem Festland der Krieg gegen Napoleon tobt, entdecken die Zaubereihistoriker, dass es noch einen praktizierenden Magier gibt: Mr. Norrell, ein Einzelgänger, der zurückgezogen in Hurlfrew Abbey in Yorkshire lebt. Noch ehe sich Regierung und High Society von dieser Überraschung erholt haben, taucht ein zweiter Zauberer auf: der junge, charismatische Jonathan Strange. Die beiden Männer, die unterschiedlicher nicht sein könnten, schließen sich im Dienste der Krone zusammen, um in den Krieg einzugreifen. Doch Strange wird von der dunklen, mysteriösen Magie des Rabenkönigs angezogen, des größten Zauberers aller Zeiten. Um mehr über ihn zu erfahren, riskiert er sogar die Freundschaft zu seinem Mentor. Doch Mr. Norrell hat ebenfalls ein magisches Geheimnis, das ihn und alles, was er sich aufgebaut hat, zerstören könnte, wenn es jemals ans Licht käme. Beide "Strange the Dreamer"-Hardcover-Bände in einem Paperback vereint

Lazlo Strange liebt es, Geheimnisse zu ergründen und Abenteuer zu bestehen. Zumindest auf dem Papier, denn außerhalb der Buchseiten erlebt der junge Bibliothekar nur wenig Aufregendes. Am liebsten verliert er sich in Geschichten über die sagenumwobene Stadt Weep. Als eines Tages Freiwillige für eine Expedition dorthin gesucht werden, steht für Lazlo sofort fest, dass er dabei sein muss. Doch Weep hütet ein düsteres Geheimnis, das alle Bewohner in Angst und Schrecken versetzt. Und dann ist da auch noch dieses blauhäutige Mädchen, welches Lazlo immer wieder in seinen Träumen begegnet. Lass dich von Bestseller-Autorin Laini Taylor entführen in eine Welt voller Träume, Abenteuer, Liebe und Poesie! Dieses Buch wirft eine revolutionäre, neue Perspektive auf unseren Umgang mit Hunden: Es beleuchtet unser Verhalten im Vergleich zu dem der Hunde! Als Doktorin der Zoologie, Tierverhaltenstherapeutin und Hundetrainerin mit mehr als zwanzig Jahren Praxiserfahrung betrachtet Patricia McConnell uns Menschen augenzwinkernd wie eine interessante Spezies von Säugetieren. Fundiert, aber höchst unterhaltsam beschreibt sie, wie wir uns in Gegenwart von Hunden verhalten, wie die Hunde unser Verhalten interpretieren (oder missverstehen) könnten und wie wir am besten mit unseren vierbeinigen Freunden umgehen, um das Beste aus ihnen herauszuholen. Beginnen Sie, Hundeverhalten aus der Sicht eines Hundes zu betrachten und Sie werden verstehen, warum vieles, das wie Ungehorsam Ihres Hundes aussieht, einfach ein großes Missverständnis ist. Denn wir sind Primaten, die Hunde Caniden - und sprechen folglich andere Sprachen! Hier erfahren Sie: - Wie Ihr Hund eher auf Zuruf kommt, wenn Sie sich weniger wie ein Affe und mehr wie ein Hund benehmen - Warum der Rat, "Dominanz" über den Hund erlangen zu müssen, Sie in Schwierigkeiten bringen kann - Welche Persönlichkeitstypen Menschen und Hunden gemeinsam sind und warum die meisten Hunde lieber mit großzügigen Herrschern als mit "Möchtegern-Alphas" zusammenleben - und vieles mehr! Zahlreiche kleine Geschichten, Erlebnisse und amüsante Begebenheiten am Rande machen dieses Buch zu einer Fundgrube für Aha-Erlebnisse, bei denen höchstes Lesevergnügen garantiert ist. So viel Spaß kann Verhaltensforschung machen! Schluß mit dem Rauchen! - mit diesem Buch kann jeder endlich den lang gehegten Vorsatz in die Tat umsetzen. Allen Carr zeigt eine verblüffend einfache Methode, mit der die nächste Zigarette wirklich zur letzten wird. Und das ohne Schockbehandlung und ohne starre Verhaltensregeln: Allein durch einen Wandel der inneren Einstellung gelingt es, dauerhaft mit dem Rauchen aufzuhören. Der ausführliche, psychologisch fundierte Ratgeber ist der Schlüssel zu einem gesunden und glücklichen Leben als Nichtraucher. Mit dieser erfolgreichen Methode, die bereits weltweit unzählige Anhänger gefunden hat, kann es endlich jeder schaffen. Placing the experiences of men at the heart of this book, Sarah Van Gogh outlines an integrative approach to effective therapeutic treatment of male sexual abuse. In a culture where to be male is often to be expected to embody strength, power and being in control, male victims of sexual abuse can be particularly challenging to help. This book outlines seven composite detailed case studies representing men from a wide range of backgrounds and demographics. It lays out how the author's pioneering model of an integrative approach which includes psychodynamic, humanistic, relational, cognitive/behavioural, body-based and arts-based approaches can offer an effective model for working with this client group. This key text provides a valuable resource for all those working with male survivors of sexual abuse. Gwenpool hat sich mühsam ihren Platz im Marvel-Kosmos erkämpft. Nun fürchtet sie, dass ihre Serie eingestellt wird, falls ihr nicht ein Paukenschlag gelingt. Und was lockt mehr Leser an, als Spider-Man zu demaskieren? Vielleicht erhält Gwen ja die proportionalen Kräfte einer Spinne, falls Spidey sie beißt. Oder ist es besser, die Ehe von Sue und Reed Richards zu zerstören? Die chaotische Comic-Verrückte, die selbst zur Comic-Figur wurde, ist zurück. Und sie tut alles dafür, dass es so bleibt. Wird sie es schaffen oder für immer aus unserem Blickfeld verschwinden? Der Baum schenkt dem Menschen, was er braucht: Freude, Genuss, Schatten, Schutz, Nahrung, Material. An edited collection of papers published by Young Minds and funded by Health Education England. With 1 in 3 adult mental health conditions related directly to adverse childhood experiences, it is vital that we understand the impact that adversity and trauma can have on the mental health and wellbeing of young people, and how we can strengthen resilience and support recovery. Addressing Adversity presents evidence, insight, direction and case studies for commissioners, providers and practitioners in order to stimulate further growth in adversity and trauma-informed care, and spark innovation and good practice across England. Section 1: Understanding adversity, trauma and resilience includes evidence and analysis of the impact that adverse childhood experiences and trauma have on children and young people's mental health and wider outcomes across the lifecourse. Section 2: Addressing childhood adversity and trauma includes insights from the NHS in England, organisations and clinicians working with children and young people who have experienced forms of adversity and trauma. Section 3: Emerging good practice includes insight, case studies and working examples of adversity and trauma-informed service models being developed across England. The collection ends with an agenda for change, calling on all Directors of Public Health, commissioners and providers to make adversity and trauma-informed care a priority in their locality. Die Topkea Schule ist die Geschichte einer Familie um die Jahrtausendwende. Die Geschichte einer Mutter, die sich von einem Missbrauch befreien will; eines Vaters, der seine Ehe verrät; eines Sohnes, dem die ganzen Rituale von Männlichkeit suspekt werden und der zunehmend verstummt. Eine Geschichte von Konflikten und Kämpfen und versuchten Versöhnungen. In einer an Wundern reichen Sprache erzählt Ben Lerner vom drohenden Zusammenbruch privater und öffentlicher Rede und unserer heutigen Gesellschaft - davon, wie es so weit gekommen ist und wo es mit uns hingehen könnte. Dieses Buch erschließt ein faszinierendes neuartiges Verständnis der Ursachen und Folgen von Traumata und schenkt jedem, der die

zerstörerische Wirkung eines solchen Erlebnisses kennengelernt hat, Hoffnung und Klarheit. Traumata sind eines der grossen gesundheitlichen Probleme unserer Zeit, nicht nur weil sie bei Unfall- und Verbrechenopfern eine so grosse Rolle spielen, sondern auch wegen der weniger offensichtlichen, aber gleichermassen katastrophalen Auswirkungen sexueller und familiärer Gewalt und der verheerenden Wirkung von Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung und Substanzabhängigkeiten. Bessel van der Kolk, der seit über dreissig Jahren in den Bereichen der Forschung und der klinischen Praxis an vorderster Front aktiv ist, beschreibt in seinem neuen Buch, dass das Entsetzen und die Isolation im Zentrum eines jeden Traumas buchstäblich Gehirn und Körper verändern. Neue Erkenntnisse über die Überlebensinstinkte erklären, warum Traumatisierte von unvorstellbaren Ängsten, Taubheitsempfindungen und unerträglicher Wut heimgesucht werden und wie Traumata ihre Fähigkeit, sich zu konzentrieren, sich zu erinnern, Vertrauensbeziehungen aufzubauen und sich in ihrem eigenen Körper zu Hause zu fühlen, negativ beeinflussen. Das Buch "Verkörperter Schrecken" beschreibt auf inspirierende Weise, wie sich eine Gruppe von Therapeuten und Wissenschaftlern zusammen mit ihren Patienten bemüht, neueste Erkenntnisse aus den Bereichen der Gehirn- und Bindungsforschung sowie über Körpergewahrsein in Behandlungsmethoden zu integrieren, die geeignet sind, Traumatisierte von der Tyrannei ihrer Vergangenheit zu befreien. Diese neuen Wege zur Genesung aktivieren die natürliche Plastizität des Gehirns und nutzen sie, um gestörte Funktionen zu reorganisieren und die Fähigkeit, "zu wissen, was man weiss, und zu fühlen, was man fühlt", wiederherzustellen. (Quelle: buch.ch) Der neue Roman der Bestsellerautorin von »Jonathan Strange & Mr Norrell« Ein riesiges Gebäude, in dem sich endlos Räume aneinanderreihen, verbunden durch ein Labyrinth aus Korridoren und Treppen. An den Wänden stehen Tausende Statuen, das Erdgeschoss besteht aus einem Ozean, bei Flut donnern die Wellen die Treppenhäuser hinauf. In diesem Gebäude lebt Piranesi. Er hat sein Leben der Erforschung des Hauses gewidmet. Und je weiter er sich in die Zimmerfluchten vorwagt, desto näher kommt er der Wahrheit - der Wahrheit über die Welt jenseits des Gebäudes. Und der Wahrheit über sich selbst. Funerals are among the most important life events in Western society, and fashioning a personalized ceremony for yourself or for a loved one is often the most meaningful way to celebrate the life of the deceased. For those wanting non-religious or secular funeral ceremonies, this step-by-step guide begins by identifying what you want from the funeral and showing how you can make it happen. With sections on society's views of mortality, our need for rituals and crafting the actual ceremony, this guide provides the tools and philosophy to understand, plan and tailor a funeral for individuals. Includes all the tools necessary for the creation of a ceremony, such as a Ritual Profiles, checklists, and many other handy resources. Warum können wir uns nicht selbst kitzeln? Warum kann sich Berührung in Sicherheit und Geborgenheit toll anfühlen und eine ungewünschte furchtbar? Helfen uns Berührungen, von Trauma, Angst und Schmerz zu genesen? Mit Antworten auf diese und andere Fragen geben der Körpertherapeut Steve Haines und die Illustratorin Sophie Standing Einblick in die wundersame Welt der Berührungen. Die Graphic Novel enthält die vielen Aspekte von Berührung und erforscht ihre Macht und ihre Grenzen. Berührung ist ein wirksames Werkzeug, um Sicherheit, Gesundheit und die Wahrnehmung des eigenen Körpers zu fördern. Richtig eingesetzt, kann sie Gefühle der Freude, Verbindung und Lebendigkeit verstärken - man muss sie nur mutig und tatkräftig einsetzen. A naughty little boy, Max, sent to bed without his supper, sails to the land of the wild things where he becomes their king. At the deepest level of our physiology, all living tissues and fluids expand and contract with the 'breath of life'. Through gentle touch, the skilled practitioner can interact with these subtle rhythms to address physical aches and pains, acute or chronic disease, emotional or psychological disturbances, or simply to promote enduring health and vitality. This new and important textbook demystifies the biodynamic approach to craniosacral therapy and shows how and why it can be so effective at bringing about a natural realignment towards optimal health. The authors describe how to 'listen' and respond appropriately to each client's system, how to create a safe space for working with different kinds of trauma, and how to address specific states of imbalance to support deep-felt and lasting change. Throughout the book, experiential exercises encourage the reader to practice their newly-acquired skills, and refine their knowledge of human anatomy and physiology. A final chapter on practice development covers issues pertinent to practitioners trying to set up and maintain a successful practice. This intensely practical textbook will transform the practice of craniosacral therapists, and contains much that bodyworkers of all kinds will find useful. Gleich hier die kostenlose XXL-Leseprobe lesen! »American War« - das Buch der Stunde. »Ein gewaltiger Roman«, schreibt die renommierteste Literaturkritikerin der USA, Michiko Kakutani. Ein Roman über den nächsten amerikanischen Bürgerkrieg und das dramatische Schicksal einer Familie. Was wird sein, wenn die erschütternde Realität der Gegenwart - Drohnenangriffe, Folter, Selbstmordattentate und die Folgen von Umweltkatastrophen - mit aller Gewalt in die USA zurückkehrt? Vor diesem Hintergrund entfaltet Omar El Akkad mit großer erzählerischer Kraft den dramatischen Kampf der jungen Sarai Chestnut, die beschließt, mit allen Mitteln für das Überleben zu kämpfen. »American War« ist in den USA ein literarisches Ereignis, das schon jetzt mit Cormac McCarthy »Die Straße« und Philip Roth »Verschwörung gegen Amerika« verglichen wird. Practical and informative, this hands-on manual clearly depicts the relationship between mindfulness and compassion, demonstrating how one supports the other. The book offers a fresh perspective on mindfulness that resonates with a human approach and helps practitioners to validate their work by giving a sense of grounding and direction, and providing a safe, appropriate and transformative process in which to conduct inquiry. Including chapters on the meaning of Compassionate Mindful Inquiry and the Model of Inquiry, Atkinson facilitates transformational change and offers guidance for those incorporating mindfulness teaching into their own professional practice. Digestive issues are widespread and prove difficult to address through mainstream medicine. Senior yoga teacher Charlotte Watts sheds light on the connection between the gut and the brain, explains the links between stress, trauma and digestive issues and demonstrates how yoga with its focus on stilling the mind can have profound effects on conditions such as IBS, IBD, acid reflux, colitis, diverticulitis and more. Breath awareness allows the breath to drop into the belly and diaphragm, essential for good digestive function and understanding the fascial connections within the viscera help shape movement that enables optimal function. Fully illustrated with clear diagrams and instructions, this volume provides yoga, movement and medical professionals with a solid understanding of the digestive system in relation to breath, mindfulness, posture, anatomy, movement, stress and trauma. It helps them to apply this knowledge to their practice and teaching approach. Beide "Muse of Nightmares"-Hardcover-Bände in einem Paperback vereint Gerade noch war Lazlo der unscheinbare Bibliothekar aus Zosma, der von der verborgenen Stadt Weep träumte. Jetzt hängen die Hoffnungen all ihrer Bewohner an ihm, und der junge Mann steht vor einer unmöglichen Entscheidung: Entweder er rettet die Liebe seines Lebens - oder alle Bewohner von Weep. Sein Gegner ist unberechenbar, und ohne die Hilfe von Sarai kann er ihn nicht bezwingen. Doch ist die Liebe, die zwischen der Muse der Albträume und dem Bibliothekar wächst, stark genug, um alle Hindernisse zu überwinden? Bestseller-Autorin Laini Taylor lädt in ihren Büchern voller Mythen, Traumwelten und großer Gefühle zum Wegträumen ein WELTRAUMHELD ODER KRIEGSVERBRECHER? Adam Strange ist der strahlende Beschützer des Planeten Rann und auch auf seiner Heimatwelt der Erde wird er als glorreicher Held gefeiert. Ein Buch das er über sein spannendes Leben und seine Weltraumabenteuer geschrieben hat wird über Nacht zum Bestseller und Adam zum Liebling der Medien und Politiker die sich in seinem Ruhm sonnen! Dann aber taucht ein Unbekannter auf seiner Signierstunde auf und behauptet Adam sei ein skrupelloser Kriegsverbrecher. Wenig später wird der Mann ermordet offenbar mit einer außerirdischen Strahlenpistole und Adam zählt zu den Verdächtigen. Auf die Bitte Batmans hin übernimmt der geniale Wissenschaftler und Superheld Mr. Terrific die Untersuchungen und mehr und mehr zeigt sich dass es im Krieg keine wirklichen Helden gibt und keine eindeutige Wahrheit

Die gefeierte Serie in zwei Bänden inszeniert von den preisgekrönten MISTER MIRACLE Machern Tom King (BATMAN) und Mitch Gerads (SHERIFF OF BABYLON) sowie Evan Shaner (Flash Gordon). ENTHÄLT: STRANGE ADVENTURES (2020) 1-6 Brillant und verstörend! Ein brandaktueller Roman, der mitten ins Herz der #MeToo-Debatte trifft Vanessa ist gerade fünfzehn, als sie das erste Mal mit ihrem Englisch-Lehrer schläft. Jacob Strane ist der einzige Mensch, der sie wirklich versteht. Und Vanessa ist sich sicher: Es ist Liebe. Alles geschieht mit ihrem Einverständnis. Fast zwanzig Jahre später wird Strane von einer anderen ehemaligen Schülerin wegen sexuellen Missbrauchs angezeigt. Taylor kontaktiert Vanessa und bittet sie um Unterstützung. Das zwingt Vanessa zu einer erbarmungslosen Entscheidung: Stillschweigen bewahren oder ihrer Beziehung zu Strane auf den Grund gehen. Doch kann es ihr wirklich gelingen, ihre eigene Geschichte umzudeuten - war auch sie nur Stranes Opfer? »Meine dunkle Vanessa« ist ein brillanter Roman über all die Widersprüche, die unsere Beziehungen prägen, ein Roman, der alle Gewissheiten erschüttert und uns spüren lässt, wie schwierig es ist, klare Grenzen zu ziehen. Verstörend und unvergesslich! Cassandra Tipp - erfolgreiche Autorin, exzentrische Tante und Angeklagte in zwei Mordfällen - ist tot. Ihre Hinterlassenschaften: sehr viel Geld und ein Brief, der die Wahrheit über ihr Leben enthüllen soll. Denn wie die Polizei bereits festgestellt hat, war die zierliche Frau gar nicht in der Lage, die blutigen Morde an ihrem betrügerischen Ehemann und ihrem Vater zu begehen, der nicht der war, für den ihn alle hielten. Die Geschichte, die Cassandra erzählt, beginnt in ihrer Kindheit, mit unheimlichen Geschenken aus Zweigen und Knochen und einem Wesen aus dem Wald, das niemand sonst sehen kann: Pepper-Man Mallard heißt der kleine Ort im ländlichen Louisiana, der auf keiner Karte verzeichnet ist. Seine Bewohner blicken mit Stolz auf eine lange Tradition und Geschichte, und vor allem auf ihre Kinder, die von Generation zu Generation hellhäutiger zu werden scheinen. Hier werden in den 1950ern Stella und Desiree geboren, Zwillingsschwestern von ganz unterschiedlichem Wesen. Aber in einem sind sie sich einig: An diesem Ort sehen sie keine Zukunft für sich. In New Orleans, wohin sie flüchten, trennen sich ihre Wege. Denn Stella tritt unbemerkt durch eine den weißen Amerikanern vorbehaltene Tür - und schlägt sie kurzerhand hinter sich zu. Desiree dagegen heiratet den dunkelhäutigsten Mann, den sie finden kann. Und Jahrzehnte müssen vergehen, bis zu einem unwahrscheinlichen Wiedersehen. Mit kaum 26 gelangte Brit Bennett 2016 aus dem Stand an die Spitze der US-Bestsellerlisten, und auch bei uns wurde sie gefeiert für die Entschiedenheit, die Anmut und Nonchalance, mit der sie in die großen literarischen Fußstapfen einer Toni Morrison getreten war. "Die verschwindende Hälfte" ist die eindrucksvolle Bestätigung solcher Erwartungen: die Generationen umspannende Geschichte einer Emanzipation - von Herkunft, Hautfarbe, Geschlecht - und eine mitreißende Lektüre. Co-written with psychologists and a college student who has experienced anxiety herself, this is a relatable and straightforward guide to managing worry in emerging adulthood. As well as providing tried-and-tested advice and exercises that are proven to reduce feelings of anxiety, it includes recovery stories from people who have managed their symptoms successfully. It begins with what is difficult and challenging about young adulthood and how you can deal with uncertainty in life. It goes on to examine change and challenges, giving tips about what can help in specific scenarios such as exams, relationships, leaving home and interviews. The guide also includes strategies and techniques for coping with panic attacks; self-care; and calming your mind. The guide uses a range of evidence-based approaches, including CBT, DBT, Compassion Focused Approaches and Mindfulness so you can work out the techniques that are best for you. The signposting included throughout guides young adults towards further support. This is essential reading for any young person experiencing anxiety, worry or going through a difficult transition or stressful experience. Are you a coach or trainer looking to work more with the body? Do you want to work safely and help your clients make deeper change? Do you know that the body matters for facilitation, but are not sure practically how to develop this aspect of your work? This book will provide you with the theory and real-world tools for excellence in embodied facilitation. It contains over 50 simple exercises for both you and your clients, and offers a clear pragmatic framework for deepening your experience and developing your skills. Through core techniques such as awareness raising exercises, centring and embodied listening, you will learn how to help clients with a range of common coaching topics such as: • Leadership • Confidence • Finding purpose • Stress management • Communication skills Mark Walsh's straight-talking approach offers a framework for understanding the field, in addition to techniques you can use with clients immediately. From processing trauma to centring yourself in times of stress, it is a no-nonsense resource for any coach, facilitator or teacher wanting to work more through the body. The body is a huge part of who we are, yet it is often ignored. This book will show you how to include it safely, skilfully and powerfully. Mark Walsh is a world leader in embodied facilitation. He founded the Embodied Facilitator Course and Embodied Yoga Principles, hosts The Embodiment Podcast, led the record-breaking Embodiment Conference and manages the business training company Integration Training. He holds a black belt in aikido, an honours degree in psychology, and a 50m swimming badge. He offends pirates with his swearing and impresses dads globally with his jokes. What happens when you reach the threshold of life and death - and come back? As long as humans have lived on the planet, there have been wars, and injured soldiers and civilians. But today, as we engage in wars with increasingly sophisticated technology, we are able to bring people back from ever closer encounters with death. Historian Emily Mayhew explores the reality of medicine and injury in wartime, from the trenches of World War One to the plains of Afghanistan and the rehabilitation wards of Headley Court in Surrey. Mixing vivid and compelling stories of unexpected survival with astonishing insights from the front line of medicine, A Heavy Reckoning is a book about how far we have come in saving, healing and restoring the human body. From the plastic surgeon battling to restore function to a blasted hand to the double amputee learning to walk again on prosthetic legs, Mayhew gives us a new understanding of the limits of human life and the extraordinary costs paid physically and mentally by casualties all over the world.

Copyright code : [31e8b1d1dff8bde064351f05af038b7e](#)