

Muscheln, Mord und Tätersuche

Neuer Krimi von Autoren-Doppel

Krimizeit in Ostfriesland: Großbrand in Neuhaarlingersiel. Bei einem Feuer auf der Baustelle des neuen Entspannungszentrums „Meeresrauschen“ kommt ein polnischer Arbeiter ums Leben. Der Investor Johann Gehrken tönt auf der Jahresversammlung des Boßelvereins laut herum, er wisse, wer den Brand gelegt hat. Nur wenige Stunden später ist er tot. Die Kripo in Wittmund verdächtigt den örtlichen Bauunternehmer, doch Lehrerin und Hobby-Detektivin Rosa Moll hat einen anderen Verdacht. Gemeinsam mit ihren Freunden, Dorfpolizist Rudi und Postbote Henner, krepelt sie die Ärmel hoch und macht sich daran, auch diesen Fall zu lösen.

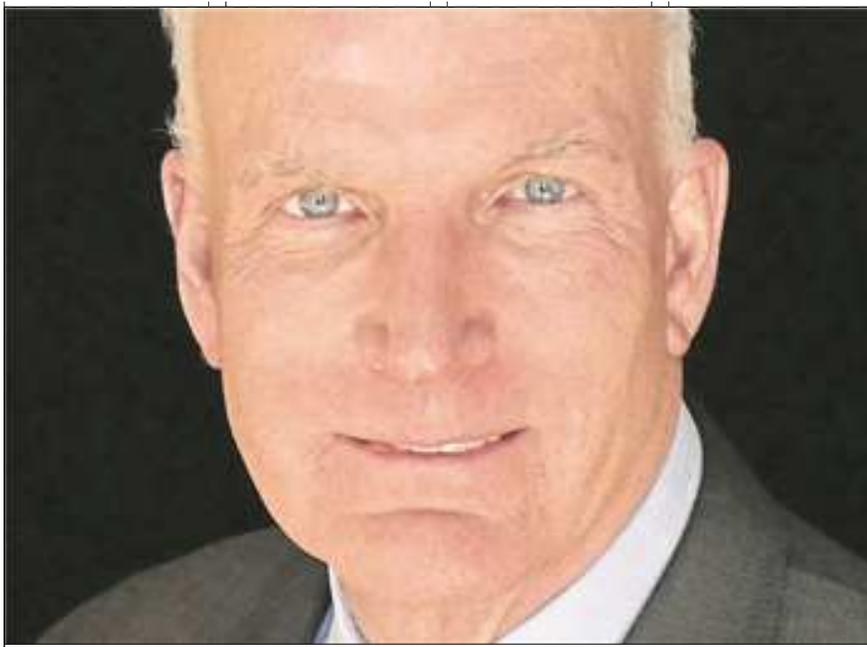
Christiane Franke, Cornelia Kuhnert: „Muscheln, Mord und Meeresrauschen“, rororo, 333 Seiten, 9,99 Euro

Wölfe und ein Toter im Wald

Krimi um die Angst vor dem Wolfsrudel

Ein Wolfsrudel hetzt ihn durch den Wald. Er spürt die Schläge des Unterholzes auf seiner Flucht an seinen Waden. Er vernimmt das schnelle Atmen der Meute, ihren scharfen Raubtiergeruch in den Sekunden, bevor die Tiere ihn zu Boden reißen. Der Alpha-Rüde setzt blitzschnell den Kehlbiss, Blut spritzt. Als sein Kehlgangsknorpel wie ein großer Kloß in seinem Hals verstrickt, kann er endlich dem Traum entfliehen und schreckt schweißgebadet auf. Gravenstedt ist in heller Aufregung. Wolfsberaterin Henrike Schnabel hat es schwer, die aufgebracht Dorfbewohner zu beruhigen. Ihr Verschwinden und ein Toter im Wald stellen Kommissarin Sabine Lüschen vor ihre größte Herausforderung.

Jutta Gerecke, Uwe Jark, Werner Künst: „Der Schafe Tod“, CW Niemeyer Verlag, 14 Euro



Der ehemalige Rechtsanwalt Douglas E. Noll arbeitet als Autor, Mediator und Friedensstifter.

FOTO: ALEYA DAC

Im Interview: Autor Douglas E. Noll verrät Deeskalationstechniken

Auch den größten Streit schnell entschärfen

VON CORINNA SCHINDLER

Familienstreit, Ärger am Arbeitsplatz bis hin zu politischen Konflikten können mit einer einfachen Methode erfolgreich gemindert werden, meint Douglas E. Noll in seinem Buch „Die elegante Art Hitzköpfe und andere Streithammel zu beruhigen“. Seine These: Die Grundlage dafür bilden emotionale Intelligenz und die Kunst des Zuhörens. Statt auf die Worte sollten wir vielmehr auf die Gefühle der anderen hören.

Wenn wir streiten, geben wir gerne dem anderen die Schuld. Warum?

Dies hat mit dem Selbstwertgefühl und dem Wahnen des Gesichtes zu tun. Wir sind darauf konditioniert, für unsere Fehler keine Verantwortung zu übernehmen. Wir fühlen Scham und Schuld für unsere eigenen Fehler, was oft schmerzhaft genug ist. Folglich neigen wir dazu, Verantwortung anderen in die Schuhe zu schieben. Persönliche Verantwortung für die eigenen Fehler anzuerkennen, erfordert ein hohes Maß an emotionaler Intelligenz und ein starkes Selbstwertgefühl. Gibt es so etwas wie einen guten Streit oder ist Streit per se negativ? Ich glaube nicht, dass Streit je gut sein kann. Alle empirischen Beweise zeigen, dass Streiten und Konflikte schlecht für die Gesundheit sind. Studien in den USA und in Dänemark haben belegt, dass Streit in Familien

Scham und Schuld für unsere eigenen Fehler, was oft schmerzhaft genug ist. Folglich neigen wir dazu, Verantwortung anderen in die Schuhe zu schieben. Persönliche Verantwortung für die eigenen Fehler anzuerkennen, erfordert ein hohes Maß an emotionaler Intelligenz und ein starkes Selbstwertgefühl.

Gibt es so etwas wie einen guten Streit oder ist Streit per se negativ? Ich glaube nicht, dass Streit je gut sein kann. Alle empirischen Beweise zeigen, dass Streiten und Konflikte schlecht für die Gesundheit sind. Studien in den USA und in Dänemark haben belegt, dass Streit in Familien



zu frühem Tod durch eine Vielzahl an Krankheiten und Süchten führen kann.

Was sind die fünf Techniken für emotional intelligente Streitlösungen?

Emotionale Intelligenz beschreibt fünf verschiedene Fähigkeiten: erstens das Bewusstsein für die eigenen emotionalen Erfahrungen, zweitens die Fähigkeit, die eigenen Gefühle anzupassen, drittens die Fähigkeit,

auch entgegen der eigenen Emotionen zu handeln, viertens die Fähigkeit, die Gefühle anderer Menschen zu erkennen, und fünftens die Fähigkeit, sich emphatisch auf andere einzulassen.

Was sind die wichtigsten Fähigkeiten zur Deeskalation?

Die grundsätzliche Fähigkeit, die ich unterrichte, besteht aus drei Schritten: Ignorieren Sie die Worte des anderen, versuchen Sie seine Gefühle einzuschätzen und reflektieren Sie seine Emotionen mit einfachen Du-Aussagen, wie „Du fühlst dich jetzt gerade nicht verstanden“. Wenn diese 3-Schritte-Methode richtig eingesetzt wird, kann sie eine verärgerte Person in einer kurzen Zeit von 45 bis 90 Sekunden beruhigen.

Douglas E. Noll: „Die elegante Art, Hitzköpfe und andere Streithammel zu beruhigen – Wie Sie in 90 Sekunden Ärger in Luft auflösen“, Scorpio Verlag, 328 Seiten, 17,90 Euro

Appell gegen Massentierleid

Astrid Lindgren kämpft schon 1985 für Mitgefühl

Am 3. Mai 1985 erschien in der schwedischen Tageszeitung Dagens Nyheter ein kritischer Artikel von Astrid Lindgren über das Leben der Kühe, die niemals auf die Weide kommen und wie „Kettensträflinge auf Lebenszeit“ gehalten werden. Dieser Artikel war der Anfang einer öffentlichen Debatte, in der Astrid Lindgren die Politiker ihres Landes aufrief, den katastrophalen Zuständen in der Massentierhaltung ein Ende zu setzen und den Tieren ihr Recht auf eine natürliche Lebensweise zurückzugeben. Die Stimme der damals 78-jährigen, weltweit erfolgreichen Kinderbuchautorin hatte in Schweden großes Gewicht. Astrid Lindgren mischte sich immer wieder ein und wurde gehört. Schließlich wurde das schwedische Tierschutzgesetz geändert. Das Buch „Meine Kuh will auch Spaß haben“ enthält die Artikel, die Astrid



Lindgren in Zusammenarbeit mit Kristina Forslund, der Tierärztin und Dozentin an der Tierärztlichen Hochschule Stockholm, 1985 in 1989 in der Tageszeitung Expressen veröffentlicht hat. Ergänzt wird das Buch durch einen Kommentar von Kristina Forslund, die ihren heutigen Blick auf die Dinge vermittelt. Astrid Lindgrens Plädoyer gegen Massentierhaltung ist heute genauso hochaktuell wie 1985: „Meine Kuh will

auch Spaß haben“ zeigt eine weitere Facette Astrid Lindgrens gesellschaftlichen Engagements. Ihr Appell den Tieren eine natürliche Lebensweise zurück zu geben, geht ans Herz und wirft die Frage danach auf, wie es sein kann, dass sie damit bereits vor mehr als 30 Jahren in Schweden gehört wurde und der Horror, den Menschen den Tieren in der Massentierhaltung bescheren, in Deutschland noch immer traurige Realität ist. „Müssen wir wirklich jede Kuh zu einem Fleischgebirge mit schleppenden Eutern machen?“, fragt Astrid Lindgren und fordert die Verbraucher zu einem Kaufstreik auf, mit dem sie deutlich machen sollen, dass sie nicht länger bereit sind, zum Leiden der Tiere beizutragen. Astrid Lindgren, Kristina Forslund: „Meine Kuh will auch Spaß haben“, 128 Seiten, Verlag Friedrich Oetinger

Die Folgen einer kalten Kindheit

Was emotionslose Eltern bewirken

Gewöhnlich halten wir Erwachsene für reifer als ihre Kinder. Was aber, wenn besonders sensible Kinder schon wenige Jahre nach der Geburt emotional entwickelt sind als ihre Eltern, die bereits ein paar Jahrzehnte auf dieser Welt leben? Was geschieht, wenn diese unreifen Eltern nicht in der Lage sind, die seelischen Bedürfnisse ihres Nachwuchses zu erfüllen? Solche Konstellationen enden für die Kinder unweigerlich in emotionaler Vernachlässigung, ein Phänomen, das so gravierend ist wie irgendeine körperliche Deprivation. Es ist lange bekannt, dass viele psychische Erkrankungen ihren Ursprung in der Kindheit haben. Vor allem negative Bindungserfahrungen hinterlassen im erwachsenen Gehirn eine „Stressnarbe“. Wenn Eltern nicht in der Lage sind, dem eigenen

Kind emotionalen Rückhalt zu geben, um stark und geborgen zu wachsen, macht es eine schmerzhaft Erfahrung, die sich durch das ganze weitere Leben zieht. Die Betroffenen leiden später verstärkt unter Bindungsangst, Verlustängsten und mangelndem Selbstwertgefühl.

Emotionale Bedürfnisse klar artikulieren

Mit berührenden Fallgeschichten und den richtigen Fragestellungen hilft die Psychologin Lindsay Gibson in ihrem Buch „Kalte Kindheit – Wie wir trotz unemotionaler Eltern Wärme im Leben finden“ derartige Verletzungen zu verarbeiten und emotionale Bedürfnisse klar zu artikulieren. Lindsay C. Gibson: „Kalte Kindheit“, Kailash Verlag, 285 Seiten, 21 Euro

Neue Serie für Mädchen ab acht Jahren

Abenteuer und Pferdeliebe

Vier Mädchen, vier Pferde, ein idyllischer Reiterhof und jede Menge Abenteuer: In den Horse Club-Büchern für Mädchen ab acht Jahren geht es um Pferdeliebe, den geheimen Klub der Mädchen, den Horse Club, um tiefe Freundschaft und Zusammenhalt und eine mysteriöse Landkarte. Die Mädchen Hannah, Lisa, Sarah und Sofia erleben mit ihren heiß geliebten Vierbeinern Cayenne, Storm, Mystery und Blossom immer wieder neue Abenteuer auf dem Gut Lakeside, dem Pferdehof von Hannahs Eltern, und dem angrenzenden Peppertree-Wald, einem beliebten Ausflugsziel der Mädchenclique. Wettrennen zum nahe gelegenen Café „Cups and Saddles“ über Waldwege und Wiesen stehen auf der Tagesordnung. Genauso wie das Lösen von Rätseln.

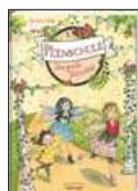


Schleich-Edition: „Horse Club“, Ameet Verlag, je 8,99 Euro

Freud und Leid der Geschwisterschaft

Liebevoll illustriert

Rosalie ist eifersüchtig auf ihre kleine Schwester. Flo sitzt ständig auf Papas Schoß und sogar Jokkel, Rosalies bester Freund, ist ganz vernarrt in Flo. Als Rosalie eines Tages bei Nikki und ihren fünf Schwestern übernachtet, fühlt sie sich jedoch pudelwohl und merkt, wie schön es sein kann, Geschwister zu haben. Kurz darauf, beim großen Blütenfest in der Feenschule, zu dem auch Eltern und Geschwister eingeladen sind, bezaubert Flo dann alle. Ob sie jetzt auch Rosalies Herz gewinnen kann? Band 5 der magischen Feenschule-Reihe, mit hochwertigen und detailreichen Illustrationen von Naeko Ishida steht ganz im Zeichen von Geschwisterliebe und der Pein der Eifersucht. Ein wichtiges Thema, liebevoll dargestellt.



Barbara Rose: „Die Feenschule – Das große Blütenfest“, Oetinger

Für Abenteuer ab acht Jahren

Dunkle Seite der Wurst

Der 13-jährige Cosmo und seine Freunde, ein liebenswerter Alien namens Humphree und die abenteuerlustige Prinzessin Dagger, reisen an Bord des Raumschiffs „Neon Wiener“ durch die Galaxie, um ihre berühmtesten Hot Dogs zu verkaufen. In der Vergangenheit haben sie es mit Mutantenwürmern, Piraten-Zombies und dem Ultimativen Bösen aufgenommen. Nun müssen Sie gegen den grausamen König der Piraten und seinen hungrigen Müllplaneten kämpfen und ganz nebenbei auch noch Goober retten. „Galactic Hot Dogs – Die dunkle Seite des Würstchens“ ist spannender Lesestoff für alle Abenteuerer im Alter ab acht Jahren.

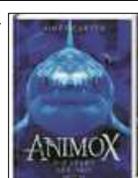


Max Brallier: „Galactic Hot Dogs“, Oetinger Verlag, 320 Seiten

Neuer Teil der Tier-Saga

In der Stadt der Haie

Die Saga der Tierwandler hat Nachschub erfahren: Der Kampf der Tierreiche tobte ohne Unterlass und Simon steckt mittendrin. Kaum ist er den tödlichen Gefahren des Schlangengereichs entkommen, erwartet ihn und seine Freunde schon das nächste Abenteuer. Die Suche nach den verschollenen Stücken jener Waffe, die einst dem sagenumwobenen Anführer aller Tierreiche gehörte, führt die Tierwandler in die Stadt der Haie. In den dunklen Tiefen des Pazifiks bekommt Simon es mit finsternen Gestalten zu tun. Und mit der Frage, ob er das Richtige wagt oder die Seinen gefährdet. Atemberaubender dritter Band der erfolgreichen Tierfantasy für Leseratten im Alter ab zehn Jahren.



Aimee Carter: „Animox – Die Stadt der Haie“, Oetinger Verlag

13 Kindergeschichten-Klassiker

Von Pippi bis Ritter Trenk

Kinderridyle pur: ein Buch, das bestens geeignet ist, um zur Vorlesestunde zusammen zu kommen. In „Das große Landlust-Vorlesebuch“ findet zum Beispiel Pippi einen Spunk, die Mompse entdecken das Geheimnis der Zauberböhen und Pu der Bär stapft mit seinen Freunden durch den Hundertsechzig-Morgen-Wald. Und auch das Sams, Michel aus Lönnberga, Seeräuber Moses und Ritter Trenk sind mit von der Partie. Die beliebtesten und bekanntesten Kinderbuchautoren erzählen ihre schönsten Geschichten in dieser durchgängig farbig illustrierten Sammlung. Insgesamt sind es 13 Geschichten, die man immer wieder lesen möchte. Eine Anthologie mit Hausbuch-Charakter.



Diverse Autoren: „Das große Landlust-Vorlesebuch“, Oetinger Verlag