

Poletti, Rosette:

Resilienz : die Kunst, wieder aufzustehen / Rosette Poletti ; Barbara Dobbs. - München :
Scorpio, 2014. - 127 S. ; 18 cm. - (Achtsam Leben)
ISBN 978-3-943416-92-3 kt. : EUR 7.99

Neben ihrer Handreichung zum Thema "Selbstachtung" (in dieser Nr.) legen die Autorinnen, über deren Profession/Kompetenz man nichts erfährt, einen Ratgeber zum verwandten Komplex der Resilienz vor. Didaktisch gelungen entwickeln sie entlang von Lebensgeschichten vom "Wiederaufstehen" nach Verlusterfahrungen, Krisensituationen und lebensbedrohlichen Erkrankungen die Essenz dessen, was Resilienz ausmacht, wie sie sich entwickelt und welche Möglichkeiten sowohl bei Kindern wie bei Erwachsenen bestehen, mögliche Resilienzdefizite (nachträglich) auszubügeln. Sonderkapitel gelten der Resilienz bei älteren wie bei traumatisierten Menschen. Der konzise, fundierte und anwendungsnahe Band sei gern empfohlen im Kontext von Jutta Heller (ID-A 11/13), Christina Berndt (ID-A 26/13). M. Gruhl ("Das Geheimnis starker Menschen", ID-B 32/11), A. Wunsch ("Mit mehr Selbst zum stabilen Ich!", ID-B 50/13). (2)

Uwe-Friedrich Obsen

ID bzw. IN 2014/50

Veröffentlichungsdatum ist der Montag der angegebenen Kalenderwoche (ID/IN Woche) in unseren [Lektoratsdiensten](#).