



**Aus unserer Mediothek**

**Empfehlungen im September 2009**

| <b>Psychische Gesundheit</b>  |  |
|---|--|
|   | <p><b>Spurwechsel</b><br/>Dem Leben eine Wende geben</p> <p><i>Claudia Wartmann, 2007</i></p> <p>Was tun, wenn die Unzufriedenheit am Arbeitsplatz wächst und langsam unerträglich wird? Was tun, wenn eine Krise oder ein Schicksalsschlag zur Neuorientierung zwingt? Die Menschen, die in diesem Buch ihre persönliche Geschichte erzählen, haben gehandelt und ihrem Leben eine Wende gegeben.<br/>Ein ermutigendes, lebensnahes Buch: Es zeigt, wie ein Spurwechsel zu einer tiefen inneren Befriedigung führen kann.</p>                                     |
|  | <p><b>Cut</b><br/>Bericht einer Selbstverletzung</p> <p><i>Patricia McCormick, 2008</i></p> <p>„Bergidylle“ – dieser Name klingt falsch in Callies Ohren, falsch für eine psychiatrische Klinik. Genauso falsch wie die Bezeichnung „Gäste“ für die Mädchen, die hier behandelt werden.<br/>Callie ist wegen selbstverletzendem Verhalten hier. Und Callie spricht mit niemandem: Nicht mit ihrer Therapeutin und erst recht nicht mit den anderen Mädchen aus ihrer Gruppe. Doch dann kommt Amanda, neu hinzu, Amanda, die so unglaublich gerne provoziert...</p> |
|  | <p><b>Fit for Life – Soziale Kompetenz für Jugendliche</b><br/>Grundlagen, Module und Arbeitsblätter zum Training sozialer Kompetenz für Jugendliche</p> <p><i>Jugert, Gert; Rehder, Anke; Notz, Peter &amp; Petermann, Franz, 2009</i></p> <p>Mit diesem Werk wird ein empirisch erprobtes Manual für die Förderung sozialer Kompetenzen von Jugendlichen in der Praxis vorgelegt. Im Begleitbuch sind die theoretischen und methodischen Grundlagen zu finden. Der Ordner enthält zahlreiche Arbeitsblätter, die in thematische Module angeordnet sind.</p>      |

## Sexualität, HIV/Aids



### **fickende Fische**

Wenn du den Richtigen gefunden hast, halt ihn fest! (DVD)

*Getto Almut, 2004*

Ein Fisch und Ninas Unfähigkeit, auf ihren Inline Skates zu bremsen, bringen Jan und Nina schlagartig zusammen. Jan ist 16, schüchtern und ein Einzelgänger. Seine Leidenschaft ist die Unterwasserwelt, in die er am liebsten eintauchen würde, um seine Krankheit zu vergessen und seine überfürsorgliche Mutter abzuschütteln. Jans einziger Vertrauter ist sein Großvater, ein skurriler Kauz, der die Abenteuerlichkeit des Lebens zu schätzen weiß und als einziges Familienmitglied seinen Humor nicht verloren hat. Nina ist anders: Sie ist frech, spontan und steht auf eigenen Beinen. Ihre Mutter hat sich ins ferne Kenia abgesetzt, auf ihren Vater und ihren Bruder kann Nina nicht zählen. Nur ihre Freundin Angel, eine Mittfünfzigerin, die sich mit dem Verkauf von Erotikspielzeug über Wasser hält, hört ihr zu. Doch Beide haben mehr gemeinsam, als es auf den ersten Blick scheint. Zusammen brechen sie aus ihrem Alltag aus und genießen ihr Leben in vollen Zügen. Sie suchen ihr Paradies und sie wissen: Es ist dunkel, ruhig, nass und voller Fische. Um die brennende Frage zu beantworten, ob Fische wirklich Sex haben, übernachten Nina und Jan heimlich im Aquarium - mit ungeahnten Konsequenzen. Ihr kleines Paradies ist bedroht - durch die beengende Welt der Erwachsenen, Missverständnisse, Unsicherheiten und durch eine nicht mehr zu verdrängende Realität: Jan ist mit dem HIV - Virus infiziert.



### **Positiv im Leben stehen**

*Aids und Kind, 2008*

HIV-positiv und trotzdem positiv im Leben stehen: das ist eine enorme Herausforderung besonders für Kinder und Jugendliche. Darüber berichteten Betroffene in diesem Buch auf ihre ganz persönliche Weise. Ihre Biografie ist meist keine einfache. Seit Geburt angesteckt haben viele ihre Mutter bereits in den ersten Lebensjahren verloren. Und sie stehen einer Gesellschaft gegenüber, die kranke Menschen oft ausgrenzt - aus falscher Angst! In Bildern und Texten stellen die Jugendlichen ihre Lebensfreude wie ihre Ängste dar. HIV/Aids ist immer noch unheilbar, dank moderner Medikamente aber nicht mehr tödlich. Kranke haben dadurch eine neue Lebensperspektive. Noch wagen die Jugendlichen nicht, ihr Gesicht auf den Fotos im Buch zu zeigen. Das fordert heraus. Ein Buch für Jugendliche wie für Erwachsene, den Tatsachen und Menschen lieber in die Augen blicken, als sie zu verdrängen. Geeignet für die Diskussion in Schulklassen und Jugendgruppen.

## Gesundheitsförderung allgemein



### **Papillagou**

Ein Spiel zur Gesundheitsförderung und Prävention in einem kleinen Koffer

*Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenfragen, 2002*

Papillagou ist ein Präventionsspiel, das Kinder der 5. und 6. Primarklasse darin unterstützt, eigene Stärken zu erkennen, schwierige Situationen zu bewältigen und Fähigkeiten zu entwickeln, um mit Ängsten, Enttäuschungen und Fehlschlägen umgehen zu können.

Das Präventionsspiel ist in drei Phasen unterteilt: Zuerst hören die Kinder das Märchen von Papillagou. Anschliessend gehen sie in kleinen Gruppen auf einen Parcours. Schliesslich kommen alle wieder zusammen, um von ihrer Reise zu erzählen.

"Papillagou und die Kinder von Leckeranien" kann drinnen oder im Freien, in der Schule, während Ferienlagern oder anderen Freizeitaktivitäten durchgeführt werden und dauert zw. einen halben und einem ganzen Tag.



### **Das Berufsausbildungsbuch**

Wie Eltern ihre Kinder unterstützen können

*Uwe Britten, 2008*

Eine gute Ausbildung gilt als die beste Basis dafür, später einen guten Job zu finden. Doch wie findet man einen geeigneten Beruf? Welche besonderen Fähigkeiten bringen Sohn oder Tochter mit?

Uwe Britten hat in diesem Ratgeber alles Wissenswerte und viele Entscheidungshilfen für Eltern und Jugendliche rund um die Ausbildung zusammengetragen. Seine Empfehlungen, die u.a. auf umfangreichen Befragungen von Berufsschülern basieren, zeigen: Die elterliche Rolle bei der „Berufsberatung“ ist ausgesprochen wichtig.