



# Sachbuch

Frühjahr 2026



ullstein 

PROPYLÄEN

Econ

ullsteinextra 

allegria

ullstein  Taschenbuch



4  
**Alice Hasters**  
Anti Opfer



8  
**Robert Macfarlane, Jackie Morris (Ill.)**  
Das Buch der Vögel



10  
**David Hugendick**  
Jetzt sag doch endlich was



12  
**Christine Webb**  
Der arrogante Affe



14  
**Markus Gabriel**  
Ethische Intelligenz



16  
**Giulia Enders, Jill Enders (Ill.)**  
Organisch  
English Edition



18  
**Jürgen W. Mueller**  
Das Jahr im Bild 2025



20  
**Andreas Große Halbuer**  
Das Ding in meinem Kopf

# **ALICE HASTERS** ist eine der präzise- sten Gesellschaftsbeobachter:innen unserer Zeit.

**TV-Auftritte und  
Interviews zum  
Erscheinen**

»Der Umgang mit Opfern reflektiert die Stärken und Schwächen einer jeden Gesellschaft. Mein Eindruck ist, dass Opfern gerade vor allem Härte und Zweifel entgegengebracht werden. Der Glaube und unser Interesse an Gerechtigkeit scheint zu schwinden. Eine gefährliche Entwicklung.«

## **Große Online- und Social-Media-Kampagne**



**Ads  
in politischen  
Umfeldern**



**Podcast-Ads  
bei Anne Will,  
Lage der Nation**



**Koop mit  
Influencer:innen**



# Warum wir Opfer hassen

In Talkshows, in Bundestagsdebatten, am Abendbrottisch – überall wird über »Opfer« gesprochen. Doch zunehmend sind damit nicht Menschen gemeint, denen Unrecht widerfahren ist. Sondern solche, die die Harmonie stören, als verweichlicht gelten, andere herunterziehen oder sich über sie stellen wollen. »Opfer« – das ist längst ein Vorwurf geworden. Wenn Menschen nicht so viel jammern würden, heißt es, hätten wir nicht so viele Probleme. Was passiert in unserer Gesellschaft, wenn Sensibilität als elitär gilt, das »Recht des Stärkeren« dagegen als egalitär und authentisch?

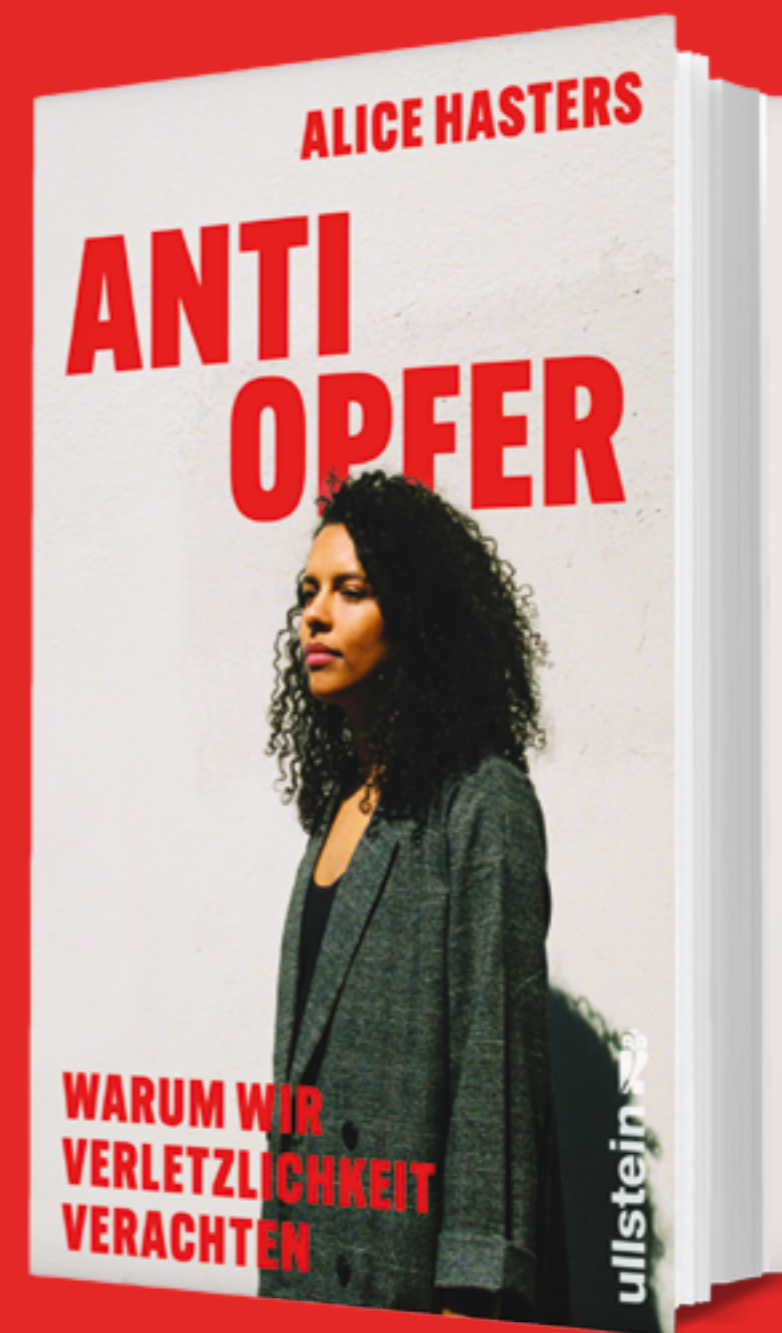
In ihrem neuen Buch beschreibt Alice Hasters einen medial verstärkten kulturellen Wandel, der nicht zufällig mit einem Aufschwung von Autoritarismus und Faschismus einhergeht. Doch auch diese Systeme brauchen »Opfer«: vermeintlich fragile, verwundbare Figuren, die es zu schützen gilt, um die Politik der Härte zu rechtfertigen – Frauen und Kinder, die »europäische Kultur« oder den »Wohlstand«. Mit intellektueller Unruhe und unbeirrter Klarheit benennt Hasters die verheerenden Folgen dieser Politik und stellt ihnen die politische Kraft der Verbundenheit gegenüber.



© Joanna C. Schröder

**Alice Hasters** wurde 1989 in Köln geboren. Sie lebt und arbeitet als Autorin und Publizistin in Berlin. Sie war unter anderem für die Tagesschau tätig und moderierte bei Deutschlandfunk Nova und dem RBB. Mit Maxi Häcke spricht sie im Podcast *Feuer & Brot* über Feminismus und Popkultur. Ihr erstes Buch *Was weiße Menschen nicht über Rassismus hören wollen, aber wissen sollten* belegte Platz 5 der Sachbuch-Jahresbestsellerliste Sachbuch für Paperbacks 2020. Im gleichen Jahr wurde sie zur Kulturjournalistin des Jahres gewählt. Zuletzt erschien ihr Buch *Identitätskrise*.

- Die fundierte Analyse eines kulturellen Wandels: Härte gilt zunehmend als authentisch und gesund, das »Recht des Stärkeren« als Leitfaden für Politik
- Ein Plädoyer für die politische Kraft der Verbundenheit
- Bestseller-Autorin Alice Hasters ist aktuell eine der wichtigsten intellektuellen Stimmen des Landes



Alice Hasters  
**Anti Opfer**  
 Warum wir Verletzlichkeit verachten  
 Originalausgabe  
 12,8 × 20,9 cm | ca. 208 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
 WGS 1972 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Politik)  
**22,99 € (D) | 23,70 € (A)**  
 ISBN 978-3-550-20406-7  
 Erscheint am 30. April 2026



# Zwischen Ehrfurcht und Staunen: ein bezauberndes Buch über unsere Vögel



**Robert Macfarlane** ist einer der bedeutendsten Naturschriftsteller der Gegenwart und international bekannt. Er ist Stipendiat am renommierten Emmanuel College in Cambridge und wurde mit zahlreichen Literaturpreisen ausgezeichnet. Seine Bücher *Karte der Wildnis* und *Alte Wege* sind bei Ullstein erschienen. Gemeinsam mit der Künstlerin Jackie Morris schuf er *Die verlorenen Wörter*, ein Buch mit Naturgedichten und Kunst, das zum *Sunday-Times*-Bestseller wurde.

**Jackie Morris** ist preisgekrönte Illustratorin, Künstlerin und Autorin von über vierzig Kinderbüchern. 2019 gewann sie für ihre Illustrationen zu *Die verlorenen Wörter* die prestigeträchtige Kate-Greenaway-Medal. *Das Buch der Vögel* ist ihr drittes gemeinsames Buch.

Weltweit sind immer mehr Vogelarten vom Aussterben bedroht. Unsere Morgendämmerungen und Frühlingstage werden von Jahr zu Jahr stiller. Ein nahezu unvorstellbarer Reichtum geht verloren. Es müsste nicht so sein – denn wir können schützen, was wir lieben. *Das Buch der Vögel* ist ein Kompendium von neunundvierzig Vogelarten – vom mächtigen Fischadler über die Nachtigall bis zur Walddohreule –, die gegenwärtig in Europa bedroht sind oder deren Bestände stetig schwinden. Inspiriert von den klassischen Vogelkundebüchern, mit denen die Autoren aufgewachsen sind, ist dies ein Naturführer der besonderen Art. Er fragt nicht: "Was ist das für ein Vogel?", sondern: "Wer ist dieser Vogel?" Er zeigt seinen Lesern nicht nur, wie man Vögel bestimmt, sondern auch, wie man sich mit ihnen identifiziert. Ein faszinierendes Leseerlebnis, das die Wunder der Vogelwelt beeindruckend vor Augen führt und uns nachhaltig prägen wird.



Robert Macfarlane  
**Karte der Wildnis**  
16,99 € (D) | 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-548-06852-7



Robert Macfarlane  
**Sind Flüsse Lebewesen?**  
Wie Gewässer die Welt formen, unser Denken prägen und unsere...  
18,99 € (D) | 19,60 € (A)  
ISBN 978-3-548-07424-5  
Erscheint am 28. Mai 2026



- Eine lyrisch-bezaubernde Hommage an die bedrohte Welt der Vögel – von Bestseller-Autor Robert Macfarlane
- Mit wunderschönen Gouache-Zeichnungen der Künstlerin Jackie Morris
- Für Vogelbegeisterte jeden Alters – ein künftiger Klassiker unter den Nachschlagewerken



Robert Macfarlane, Jackie Morris (Ill.)

**Das Buch der Vögel**

Aus dem Englischen von Daniela Seel

Originaltitel: The Book of Birds. A Field Guide to Wonder and Loss | Originalverlag: Penguin Random House UK

Deutsche Erstausgabe

16,7 × 24,5 cm | 384 S. | Halbleinenband

WGS 1956 (Sachbücher/Kunst, Literatur/Literatur/Allgemeines, Nachschlagewerke)

**34,00 € (D) | 35,00 € (A)**

ISBN 978-3-550-20458-6

Erscheint am 25. Juni 2026



»Du redest wie ein Wasserfall,  
ich rede wie ein Stausee.«

Wer stottert, der hat keine Superkraft. Wer stottert, dem fällt allerdings manches auf: Irgendwann muss die Menschheit beschlossen haben, dass sie es pausenlos eilig hat. Wer stottert, guckt oft in ungeduldige Gesichter. Stottern ist eine Art des rasenden Stillstands, eine unvorhergesehene Störung im Betriebsablauf.

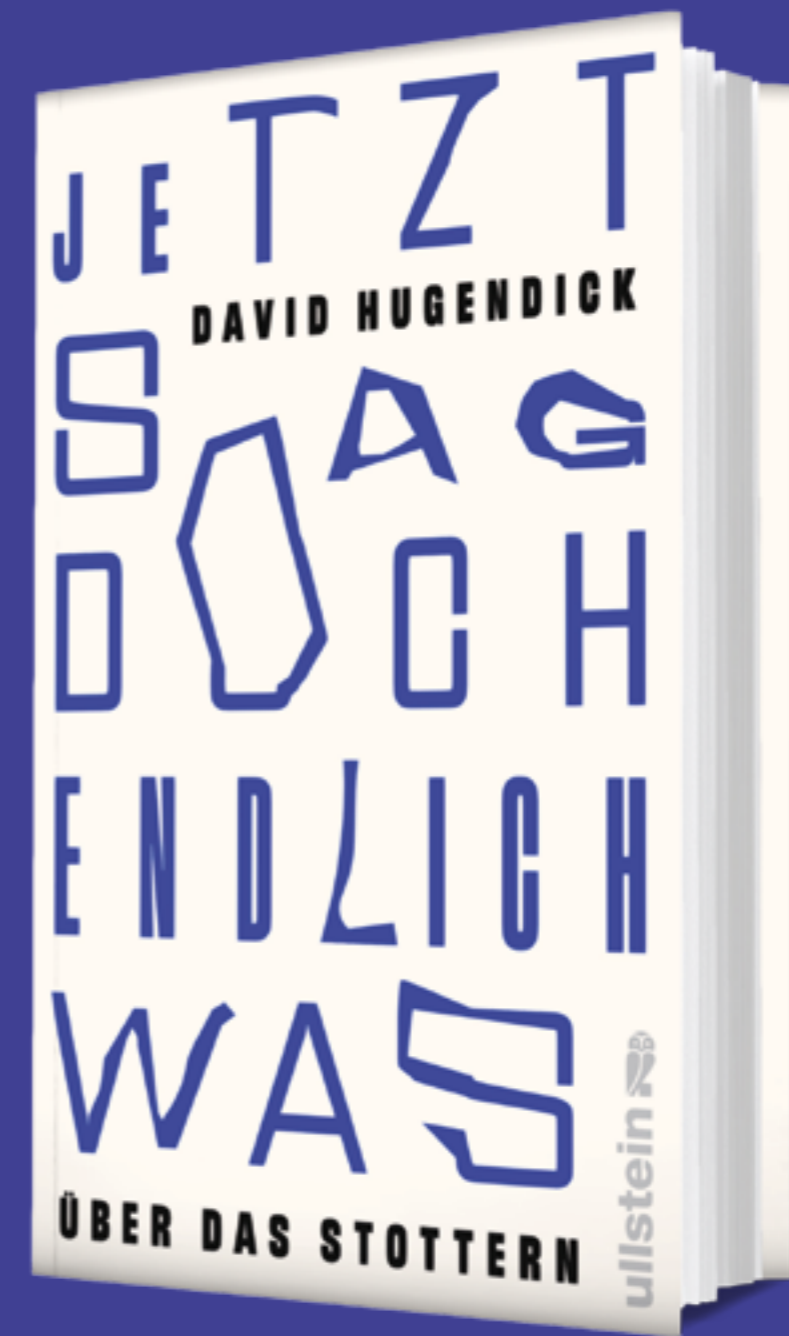
In seinem autobiografischen Essay denkt David Hugendick über das Stottern und das Sprechen nach, über Ungeduld und Scham, über heimtückische Buchstaben und über unsere von künstlicher Dringlichkeit geprägte Gesellschaft.

**»David Hugendick stottert. Und so seltsam das klingen mag: Für uns ist das ein Geschenk. Sonst hätte er dieses famose Buch nicht geschrieben und wir hätten ein famoses Buch weniger, das ein Lob auf das Sprechen selbst ist und eine Coming-of-Age-Geschichte in den nordwestdeutschen Achtzigern. Jetzt kommen die Adjektive! Zärtlich! Selbstironisch! Und so sehr komisch!« Saša Stanišić**



**David Hugendick**, geboren 1980 in Bremerhaven, studierte Germanistik und Politikwissenschaft. Er ist Redakteur im Feuilleton der *ZEIT* und lebt in Berlin. Für seine journalistischen Texte wurde er mehrfach ausgezeichnet.

- Ein erhellender Blick auf das Stottern
- Hinterfragt mit Humor und Tiefgang unsere ständige Angst vor Pausen
- Ein kluges Plädoyer für ein Innehalten in einer rastlosen Welt



David Hugendick  
**Jetzt sag doch endlich was**  
 Über das Stottern  
 Originalausgabe  
 12,8 × 20,9 cm | ca. 144 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
 WGS 1979 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Sonstiges)  
**21,99 € (D) | 22,70 € (A)**  
 ISBN 978-3-550-20430-2  
 Erscheint am 29. Januar 2026



# Vom Mythos menschlicher Überlegenheit

Das Selbstverständnis der Menschheit als »Krone der Schöpfung« bestimmt maßgeblich, wie wir uns gegenüber anderen Spezies verhalten. Doch was ist, wenn diese arrogante Haltung auf einer Ideologie beruht, die sich wissenschaftlich längst nicht mehr aufrechterhalten lässt?

Die Harvard-Primatologin Christine Webb enthüllt bahnbrechend, wie die Illusion menschlicher Überlegenheit wissenschaftlich widerlegt wird, und zeigt die unterschätzte Komplexität nichtmenschlichen Lebens: von der Sprache der Singvögel und Präriehunde über die Kultur der Schimpansen und Riff-Fische bis hin zum Scharfsinn der Pflanzen und Pilze. Webb zeigt, was die Menschheit gewinnen kann, wenn sie ihre Vorstellung von Einzigartigkeit und Sonderstellung ablegt. Diese Perspektivwechsel lassen uns staunen und stillen eines unserer ältesten und tiefsten Bedürfnisse: das Verlangen, Teil des größeren Ganzen zu sein, das wir bewohnen.



© Eva de Bred

**Christine Webb** ist eine Primatologin am Department of Human Evolutionary Biology der Harvard University. Sie arbeitet mit nichtmenschlichen Primaten in verschiedensten Umgebungen und kooperiert mit Wissenschaftler:innen aus den Sozial- und Geisteswissenschaften, um die Rolle der Wissenschaft im wachsenden Bestreben, anderen Tieren moralischen Status zuzusprechen, neu zu denken. Ihre Arbeit wurde unter anderem in renommierten Medien wie der *New York Times*, der *Washington Post*, *National Geographic* und der BBC vorgestellt.

- Ein eindringlicher Beitrag zu den existenziellen Fragen unserer Zeit
- Neueste Forschung mitreißend erzählt
- Für die Leser:innen von Merlin Sheldrake und Robert Macfarlane



**Christine Webb**

**Der arrogante Affe**

Der Mythos der menschlichen Überlegenheit und was wir von anderen Spezies lernen können

Aus dem Amerikanischen von Stephanie Singh

Originaltitel: *The Arrogant Ape: The Myth of Human Exceptionalism and Why It Matters* | Originalverlag: Avery Publishing Group

Deutsche Erstausgabe

12,8 × 21 cm | ca. 400 S. | Hardcover

WGS 1985 (Sachbücher/Natur, Technik/Natur, Gesellschaft/Allgemeines, Nachschlagewerke)

**24,99 € (D) | 25,70 € (A)**

ISBN 978-3-550-20232-2

Erscheint am 28. Mai 2026



# Für eine KI, in der der Mensch im Mittelpunkt steht und die uns vor den Konzernen schützt

Künstliche Intelligenz durchdringt alle Bereiche unseres Lebens. Der Menschheit steht gleichsam vor einem magischen Spiegel, der uns besser durchschaut als wir uns selbst. Diese Revolution wird sich weiter beschleunigen. Umso dringlicher müssen wir KI nachhaltig gestalten, um uns gegen skrupellose amerikanische und chinesische Konzerne zu behaupten. Wir müssen unsere Daten nutzen, um unsere gesellschaftlichen Werte greifbar zu machen und zu kommunizieren, mithilfe von KI-Agenten, die unsere Werte verstehen und uns sowohl bei technischem als auch bei moralischem Fortschritt unterstützen. Wenn Unternehmen das ökonomische Potenzial einer humanen, wertebasierten KI zu ihrer Geschäftsgrundlage machen, können wir diese als marktwirksame Realität etablieren. Mit KI-Systemen, die unsere ethische Intelligenz verbessern, können wir aus der Floskel der »europäischen Werte« ökonomisch wirksame Modelle machen, die sowohl zu moralischem Fortschritt als auch zu langfristigem wirtschaftlichem Wachstum beitragen.



© Lehmbruck Museum

**Markus Gabriel**, geboren 1980, studierte in Bonn, Heidelberg, Lissabon und New York. Seit 2009 hat er den Lehrstuhl für Erkenntnistheorie, Philosophie der Neuzeit und der Gegenwart an der Universität Bonn inne. Dort ist er Direktor des Internationalen Zentrums für Philosophie sowie des interdisziplinären Center for Science and Thought. Er ist einer der Gründungsdirektoren des Institute for Philosophy and the New Humanities an New School for Social Research in New York City. Seit 2024 ist er außerdem Senior Global Advisor am Kyoto Institute of Philosophy.

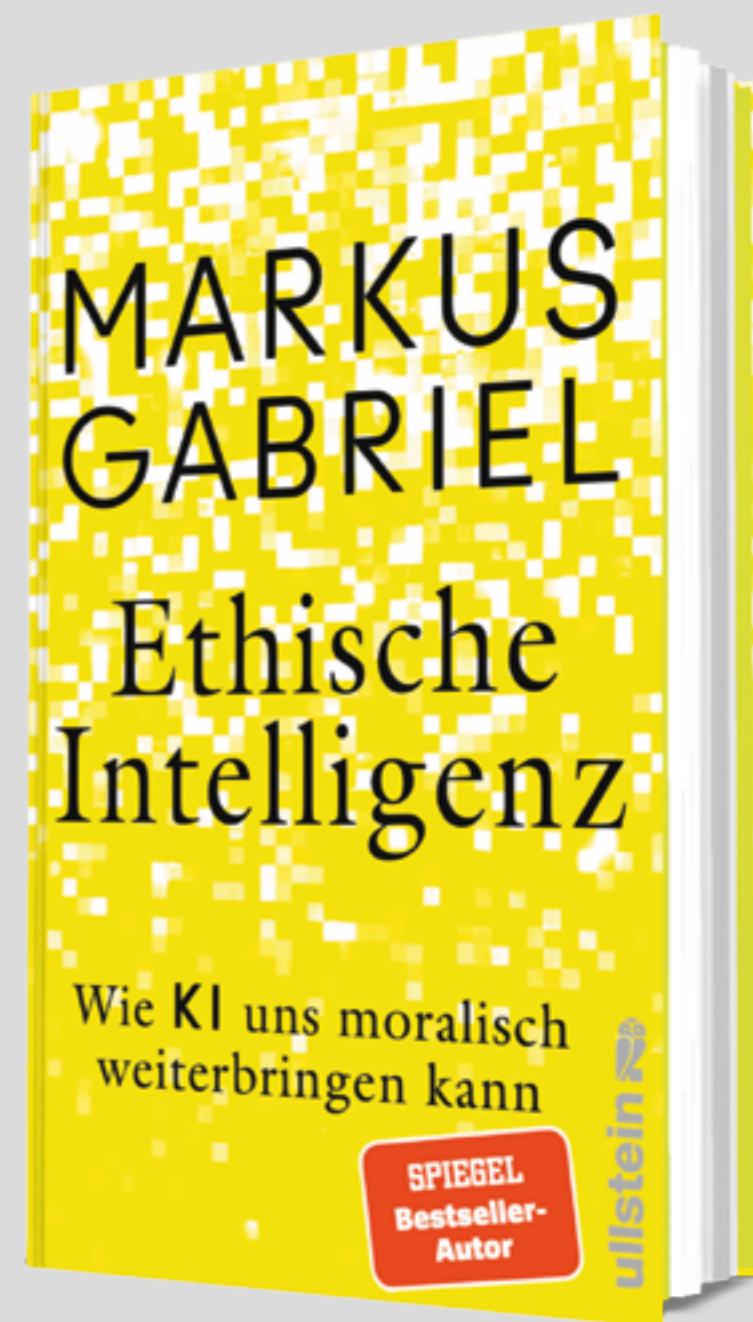


Markus Gabriel  
**Moralischer Fortschritt in dunklen Zeiten**  
Universale Werte für das 21. Jahrhundert  
**13,99 € (D) | 14,40 € (A)**  
ISBN 978-3-548-06509-0



Markus Gabriel  
**Gutes tun**  
Wie der ethische Kapitalismus die Demokratie retten kann  
**22,99 € (D) | 23,70 € (A)**  
ISBN 978-3-550-20311-4

- Wie wir künstliche Intelligenz zu einer Sozialen Marktwirtschaft 3.0 machen
- Das Konzept einer neuen Ethik der KI - gegen die digitale Disruption unserer liberalen Ordnung
- Markus Gabriel zählt zu den bekanntesten und bestvernetzten Philosophen Deutschlands



**Markus Gabriel**  
**Ethische Intelligenz**  
Wie KI uns moralisch weiterbringen kann  
Originalausgabe  
12,8 × 20,9 cm | ca. 160 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**22,99 € (D) | 23,70 € (A)**  
ISBN 978-3-550-20461-6  
Erscheint am 26. Februar 2026



# Die englischsprachige Ausgabe des neuen #1-Bestsellers von Giulia Enders



© Julia Sellmann



© Julia Sellmann

**Dr. Giulia Enders** is a physician and author. Her book *Gut: The Inside Story* was published in 2014 and became a global book bestseller. She has conducted research in microbiology, worked as a physician, and is dedicated to making scientific topics accessible to a broad audience.

**Jill Enders** is a communication designer specializing in science communication. She designs books, exhibitions, and event concepts, including the illustrations for *Gut: The Inside Story* and the concept for the *Microbiote* exhibition in Paris.

In a world that is becoming ever louder and more complex, sometimes the answer is to look inward: to look at our body. For millennia, the human body has been confronted with problems and solved them in its own way. What can we learn from it? Can the body give us new perspectives on life itself?

In her book *Organisch*, Giulia Enders invites us on a journey of discovery through our bodies. Armed with the latest scientific insights and her unique talent for vividly capturing complex interrelationships, Giulia Enders instills in us a profound appreciation for what feels intimately familiar yet mysteriously remote: our selves.

At the beginning there is amazement, at the end there is a new perspective on the human body and our lives. With her inimitable talent for getting to the heart of complex connections in an entertaining way, Giulia Enders shows in *Organisch* what it really means to listen to one's body.



Giulia Enders, Jill Enders (Ill.)  
**Organisch**  
24,99 € (D) | 25,70 € (A)  
ISBN 978-3-550-20177-6



- Die einzige englischsprachige Ausgabe auf dem EU-Markt
- Weltweit über 8 Millionen verkaufte Exemplare des Vorgängers *Darm mit Charme*
- Hochwertige Ausstattung mit vierfarbig gedruckten Illustrationen



Giulia Enders, Jill Enders (Ill.)  
**Organisch (English Edition)**  
Übersetzt von Jamie Bulloch  
Englischsprachige Ausgabe  
13,8 × 21 cm | ca. 330 S. | Hardcover  
WGS 1982 (Sachbücher/Natur, Technik/Naturwissenschaft)  
24,99 € (D) | 25,70 € (A)  
ISBN 978-3-550-20463-0  
Erscheint am 30. April 2026



# Alles, was 2026 wichtig wird

*Das Jahr im Bild* ist der Klassiker unter den Chroniken. Seit 67 Jahrgängen dokumentiert diese Reihe mit herausragenden Fotos und informativen Begleittexten die wichtigsten Ereignisse rund um den Globus in Politik, Wirtschaft, Kultur, Technik und Sport.

Im Januar 2026 feiert Wikipedia seinen 25. Geburtstag. In Bulgarien wird der Euro eingeführt. Für den April plant die NASA den Start einer bemannten Mission zum Mond, zugleich jährt sich die Nuklearkatastrophe von Tschernobyl zum 40. Mal. Im Juni findet die 23. Fußball-Weltmeisterschaft in den USA, Mexiko und in Kanada statt. Im Juli feiern die USA 250 Jahre Unabhängigkeit vom Königreich Großbritannien. Im August erleben wir eine totale Sonnenfinsternis. Der Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung für Kinder im Grundschulalter wird schrittweise eingeführt und es gibt Landtagswahlen in Berlin, Mecklenburg-Vorpommern, Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz.

Was auch immer wo auch immer passiert: Der attraktive Erinnerungsband *Das Jahr im Bild 2026* hält es für Sie fest.



**Jürgen W. Mueller**, Journalist, Theaterwissenschaftler, Lektor, Ghostwriter und Herausgeber zahlreicher Ereignisbücher, ist seit 2007 konzeptionell und inhaltlich verantwortlich für die Ullstein-Chronik *Das Jahr im Bild*. Als freier Autor lebt er in der Nähe von München.



- Der erste Jahresrückblick auf 2026
- Hochwertiger Bildband
- Das ideale Geschenkbuch



Jürgen W. Mueller (Hg.)  
**Das Jahr im Bild 2026**  
 Originalausgabe  
 21 × 28 cm | ca. 160 S. | Hardcover  
 WGS 1915 (Sachbücher/Lexika, Nachschlagewerke/Jahrbücher)  
**21,99 € (D) | 22,70 € (A)**  
 ISBN 978-3-550-20454-8  
 Erscheint am 29. Oktober 2026



# Ein Buch voller Kraft, Wut und Verzweiflung – ein Schrei nach Leben

Es begann mit einem Kribbeln im rechten Arm. Dann verlor seine Handschrift ihren Schwung. Schließlich versagte das rechte Bein, sein Lächeln verschwand. Mit vierzig Jahren erkrankte Andreas Große Halbuer an Parkinson. In seiner Verzweiflung entschied er sich für eine riskante Operation: Implantierte Elektroden im Gehirn sollten ihm die geraubte Beweglichkeit zurückgeben. Hier erzählt er, wie er lernte, sein Schicksal anzunehmen und das Beste aus seinem Leben zu machen. Trotz der Diagnose arbeitete er weiter, gründete eine Familie und blieb offen für alles, was die moderne Medizin zu bieten hat. Ein schonungsloses Buch über das Leben und Leiden als chronisch kranker Mensch in einer Gesellschaft, die Gesundheit vergöttert.

**»Große Halbuer macht das Thema der Volkskrankheit Parkinson nachvollziehbar und ist gleichzeitig ermutigend für alle, die es betrifft.« Jury des Deutschen Reporter:innen-Preises 2023.**

**»Ein berührendes, ein mutiges Buch!« Michael Bröcker, Table Media**



**Andreas Große Halbuer**, Jahrgang 1972, schreibt seit 2013 als Politikredakteur und Autor für das Magazin *FOCUS*. 2023 wurde er mit dem Deutschen Reporterpreis für die beste Wissenschaftsreportage ausgezeichnet. Er lebt mit seiner Familie in Berlin.

- Hunderttausende in Deutschland leiden an Parkinson
- Der preisgekrönte Autor schildert sein Leben als Kranker in einer Gesellschaft, in der das Streben nach Gesundheit alles dominiert
- Interviews und Talkshowtermine zum Erscheinen

**Bereits  
angeboten**



**Andreas Große Halbuer**  
**Das Ding in meinem Kopf**  
 Mein Leben mit Parkinson  
 Originalausgabe  
 12,8 × 20,9 cm | ca. 240 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
 WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**24,99 € (D) | 25,70 € (A)**  
 ISBN 978-3-550-20313-8  
 Erscheint am 26. Februar 2026



PROPYLÄEN

# PROPYLÄEN



24

**Holger Stark**  
Das erwachsene Land



26

**John Cassidy**  
Der Kapitalismus und  
seine Kritiker



28

**Gisela Graichen,  
Matthias Wemhoff**  
Dschingis Khan



30

**Madeline Potter**  
Die Roma



32

**Hiram Kümper**  
Mythos 1776



34

**Moshe  
Zimmermann**  
People Gone Mad

# »Ein leidenschaftliches, exzellent begründetes Plädoyer für mehr Unabhängigkeit von Amerika« *Ingo Zamperoni*

Ohne Amerika kein Europa, ohne US-Soldaten keine Sicherheit – das war die Formel, die seit dem Zweiten Weltkrieg galt. Mit Donald Trump geht diese Epoche unwiderruflich zu Ende. Die Amerikaner sind keine Freunde mehr. Für die Babyboomer und alle danach, die mit Jeans von Levi's und Big Macs aufgewachsen sind, bedeutet dies das Ende eines Weltbildes.

Holger Stark analysiert tiefenscharf und aus nächster Nähe, warum Trumps USA keine Momentaufnahme ist, sondern der Beginn von etwas Neuem. Der preisgekrönte Journalist und Bestsellerautor sagt, worauf wir uns einstellen müssen: Auf der Grundlage von Gesprächen mit Regierenden und Ministern in Berlin, Brüssel und Washington rekonstruiert er die Fehler der vergangenen 25 Jahre – und entwirft ein Bild, wie eine Zukunft jenseits von Amerika aussehen könnte. Für Deutschland ist es an der Zeit, erwachsen zu werden. Es könnte ein zweiter Mauerfall-Moment werden.



© Nina Mallmann

**Holger Stark**, geboren 1970, ist stellvertretender Chefredakteur der Wochenzeitung DIE ZEIT und zählt zu den renommiertesten Journalisten des Landes. Er berichtet seit 30 Jahren über die USA, von 2013 bis 2017 verfolgte er als Korrespondent in Washington Donald Trumps Aufstieg. 2014 wurde Stark zum »Journalisten des Jahres« gewählt. Er gewann dreimal den Henri-Nannen-Preis und viermal den Deutschen Reporter:innenpreis. Seine Bücher *Staatsfeind Wikileaks* und *Der NSA-Komplex* waren SPIEGEL-Bestseller.



© Laptop/Handy: Creative Market; Radio: Pixabay

- Der Vize-Chef der ZEIT sagt, warum Deutschland ohne die USA besser fährt
- Holger Stark gilt als einer der besten Kenner der amerikanischen und der deutschen Politik
- Fernsehauftritte, Interviews und Veranstaltungen zum Erscheinen



**Holger Stark**  
**Das erwachsene Land**  
 Deutschland ohne Amerika – eine historische Chance  
 Originalausgabe  
 12,8 × 20,9 cm | ca. 320 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
 WGS 1972 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Politik)  
**26,00 € (D) | 26,80 € (A)**  
 ISBN 978-3-549-11018-8  
 Erscheint am 02. Januar 2026



# Der Kapitalismus durch die Augen seiner schärfsten Kritiker

Wie lässt sich eine gerechte, zukunftsfähige Gesellschaft denken? Diese zentrale Frage eint Kapitalismuskritiker durch die Jahrhunderte. Rasant und gewinnbringend porträtiert John Cassidy die wichtigsten Denker und Denkerinnen, deren Ideen für die Gegenwart genauso relevant sind wie vor 250 Jahren.

Von Adam Smiths Kolonialkritik über Rosa Luxemburgs sozialistische Utopie bis zu den ökologischen Visionen des indischen Ökonomen J. C. Kumarappa entfaltet Cassidy ein faszinierendes Panorama, das von den Anfängen der industriellen Revolution im 18. Jahrhundert bis zur Ära der künstlichen Intelligenz reicht. Mit erzählerischer Brillanz und analytischer Schärfe macht er sichtbar, wie die Debatten um Gier, Innovation, Ausbeutung und soziale Gerechtigkeit seit jeher in den gesellschaftlichen Wandel eingreifen – und wie aktuell sie bis heute sind.

**»John Cassidy zeigt: Der Kampf zwischen dem Kapitalismus und seinen Kritikern dreht sich nicht nur um wirtschaftliche Ideen, sondern um das Wesen unserer Gesellschaft.«**

**Joseph Stiglitz, Nobelpreisträger für Wirtschaftswissenschaften**

**»Ein enorm hilfreicher Leitfaden für die aktuellen Debatten.«**  
**Michael Sandel, US-amerikanischer Starphilosoph und Autor von Vom Ende des Gemeinwohls**



**John Cassidy**, geboren 1963, ist der führende Wirtschaftsjournalist des Magazins *The New Yorker* und erforscht seit über 30 Jahren, wie Finanzsysteme unsere Gesellschaft prägen. Seine Bücher *Dot.Con.* (2002) und *How Markets Fail* (2009) trafen auf große Resonanz und wurden breit diskutiert.

**Klaus-Dieter Schmidt**, geboren 1950, arbeitet seit vielen Jahren als Übersetzer und hat u. a. die Werke von Christopher Clark, Paul Collier, Ian Kershaw, Stephen Levitsky und Daniel Ziblatt aus dem Englischen übertragen.

- 250 Jahre Kapitalismus: seelenlos, ausbeuterisch und unaufhaltsam?
- Warum das System immer wieder Krisen produziert und weshalb seine Kritiker nie verstummen werden
- »Ein Meisterwerk.« *The New York Times*



**John Cassidy**

**Der Kapitalismus und seine Kritiker**

Eine Geschichte von der Industriellen Revolution bis zur Künstlichen Intelligenz

Aus dem Amerikanischen von Klaus-Dieter Schmidt

Originaltitel: *Capitalism and its Critics* | Originalverlag: Farrar, Straus and Giroux

Deutsche Erstausgabe

13,8 × 22 cm | ca. 720 S. | Hardcover mit Schutzumschlag

WGS 1976 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Volkswirtschaft)

**39,00 € (D) | 40,10 € (A)**

ISBN 978-3-549-10033-2

Erscheint am 26. März 2026



# 800 Jahre Dschingis Khan: Wie ein Krieger die Welt für immer veränderte



© Gisela Graichen



© Andreas Henkel MfV Museen Berlin

**Gisela Graichen** ist preisgekrönte Fernsehautorin des ZDF sowie Autorin und Co-Autorin zahlreicher Wissenschaftsbestseller zur Archäologie.

**Matthias Wemhoff** ist Landesarchäologe von Berlin und Direktor des Berliner Museums für Vor- und Frühgeschichte.

Bei Propyläen erschien von dem Autoren-Duo *Gründerzeit 1200. Wie das Mittelalter unsere Städte erfand*, das als Wissensbuch des Jahres 2025 nominiert ist.

Genie, Barbar und Welteroberer: Der Mongolenherrscher Dschingis Khan (ca. 1162 – 1227) begründete das größte Landimperium der Geschichte. Mit brutaler Härte einte er die zerstrittenen mongolischen Stämme, beendete die Willkürherrschaft der Stammesfürsten, setzte für alle geltende, schriftliche Gesetze durch und schuf in seinem Reich eine Ära der Stabilität und Sicherheit. Seine Eroberungen verbanden China und Europa und ermöglichten die Erfolgsgeschichte der Seidenstraße. Unter seinen Nachfahren drangen mongolische Reiterheere bis nach Wien und kurz vor Berlin vor.

Wie hat die mongolische Invasion die Geschichte Europas geprägt? Auf der Grundlage neuer archäologischer Entdeckungen erzählen Gisela Graichen und Matthias Wemhoff das Leben des so genialen wie erbarmungslosen Staatmannes sowie die Geschichte des mongolischen Jahrhunderts, das die Welt veränderte.

**»Ja, es stimmt, er war ein Verbrecher. Aber für die Vertreter der Extreme der letzten tausend Jahre gibt es keinen besseren Kandidaten als Dschingis Khan, der die halb zivilisierte, halb wilde Doppelgesichtigkeit der Menschheit idealtypisch verkörperte.«**

***The Washington Post* in ihrer Begründung zur Wahl Dschingis Khans zum »Mann des Jahrtausends«**



Gisela Graichen, Matthias Wemhoff  
**Gründerzeit 1200**  
Wie das Mittelalter unsere Städte erfand  
**29,00 € (D) | 29,90 € (A)**  
ISBN 978-3-549-10065-3



- Zum 800. Todestag des legendären Reiterfürsten Dschingis Khan
- Große Ausstellung im Museum für Vor- und Frühgeschichte Berlin unter Leitung von Matthias Wemhoff (Eröffnung: Herbst 2026)
- Fernseauftritte, Interviews und Veranstaltungen zum Erscheinen



Gisela Graichen, Matthias Wemhoff  
**Dschingis Khan**  
Der Fürst des Unermesslichen  
Originalausgabe  
13,6 × 20,5 cm | ca. 256 S. | Klappenbroschur  
WGS 1945 (Sachbücher/Geschichte/Mittelalter)  
**22,00 € (D) | 22,70 € (A)**  
ISBN 978-3-549-11016-4  
Erscheint am 28. Mai 2026



»Eine mitreißende Geschichte von Widerstand und Überleben – über ein Volk, das sich nie von seinen Verfolgern definieren ließ.« *The Observer*



© Martin Potter

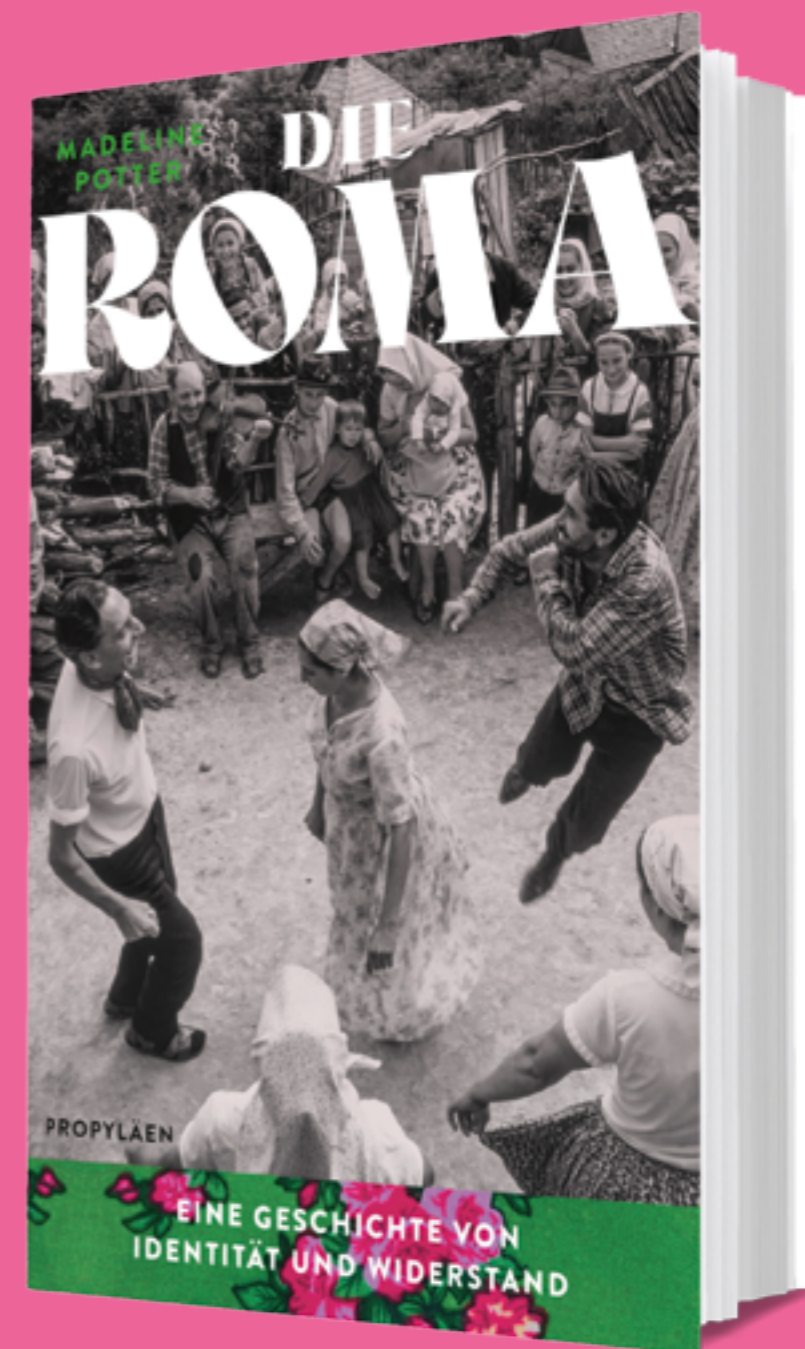
**Madeline Potter**, geboren 1989, wuchs als Romni im postkommunistischen Rumänien der 1990er-Jahre auf. Anstatt in einem von Pferden gezogenen »Vardo«, der von Lager zu Lager reiste, verbrachte sie ihre Kindheit in einem hoch aufragenden Hochhaus im sowjetischen Stil. Später zog sie zum Studium nach Großbritannien, wo sie in englischer Literatur promovierte. Sie lebt in Edinburgh und lehrt an der dortigen Universität.

**Wanda Jakob**, geboren 1976, studierte Amerikanistik, Romanistik und Germanistik in München und Lissabon. Sie übersetzt Literatur aus dem Englischen und Portugiesischen. Von 2016 bis 2022 war sie Lektorin für deutsche und internationale Belletristik und Sachbuch beim Verlag Antje Kunstmann.

»Auf jedem Schritt meiner Reise bin ich den kraftvollen Geschichten derjenigen begegnet, die sich ihrer Ausgrenzung widersetzen und deren Leben uns bis heute inspirieren.« Madeline Potter verwebt ihre eigene Biografie als Romni mit Recherchen in Archiven zu einer mitreißenden Erzählung. Dem alten Klischee vom »fahrenden Volk« setzt sie konkrete Schicksale entgegen: etwa das des Boxers Johann Rukeli Trollmann, dem deutschen Meister im Halbschwergewicht, dem die Nazis seinen Titel aberkannten. Oder das von Carmen Amaya, einer spanischen Romni, die Mitte des 20. Jahrhunderts als beste Flamencotänzerin der Welt bekannt war.

Vom England der Tudorzeit bis ins Rumänien der Gegenwart, vom NS-Deutschland bis ins Frankreich des 21. Jahrhunderts lernen wir die Roma-Gemeinschaften und ihre Kämpfe kennen. Madeline Potter zeigt, wie der tief verwurzelte Hass auf die Minderheit jahrhundertlang überdauern konnte. Vor allem aber feiert sie die Stärke und Ausdauer der Roma, ihre Fähigkeit zum Widerstand und zum Überleben.

- Ein faszinierender Einblick in die Geschichte und das Leben der Roma
- Eine immer noch ausgegrenzte und diskriminierte Minderheit
- Interviews und Veranstaltungen zum Erscheinen



**Madeline Potter**  
**Die Roma**

Eine Geschichte von Identität und Widerstand  
Aus dem Englischen von Wanda Jakob  
Originaltitel: The Roma: A Travelling History | Originalverlag: Bodley Head  
Deutsche Erstausgabe  
13,8 × 22 cm | ca. 336 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
WGS 1943 (Sachbücher/Geschichte/Regionalgeschichte, Ländergeschichte)  
**28,00 € (D) | 28,80 € (A)**  
ISBN 978-3-549-10069-1  
Erscheint am 12. März 2026



# Wie der Gründungsmythos der USA unsere globale Gegenwart prägt

Für das innen- und außenpolitische Handeln der USA im 21. Jahrhundert spielt der Rückbezug auf die Unabhängigkeitserklärung von 1776 und der Mythos vom amerikanischen »Freiheitsstreben« eine zentrale Rolle. Dies gilt einmal mehr seit dem erneuten Amtsantritt von Donald Trump, der das Land seitdem grundlegend verändert. Aber ging es den Gründervätern wirklich nur um Freiheit, Liberalität und Menschenrechte? Und welche Folgen zeitigt dieser Mythos in einer Gegenwart politischer Extreme und gesellschaftlicher Spaltung?

Der Historiker Hiram Kümpfer analysiert die Gründungsgeschichte und das Politikverständnis der USA, die ihren »way of live« spätestens seit dem 19. Jahrhundert in die Welt exportierten. Dem Heldenepos vom »Freiheitsstreben« einer Gruppe weißer Männer setzt er eine vielgestaltige Erzählung vom Kampf um politische Partizipation, um die Beteiligung an Macht und »Fleischtopfen« entgegen. So kommen auch jene in den Blick, die die Kosten dieses Selbstbewusstseins trugen: Millionen versklavte Schwarze, Indigene und Menschen, die Amerika groß machten, während ihre eigenen Spielräume klein blieben.



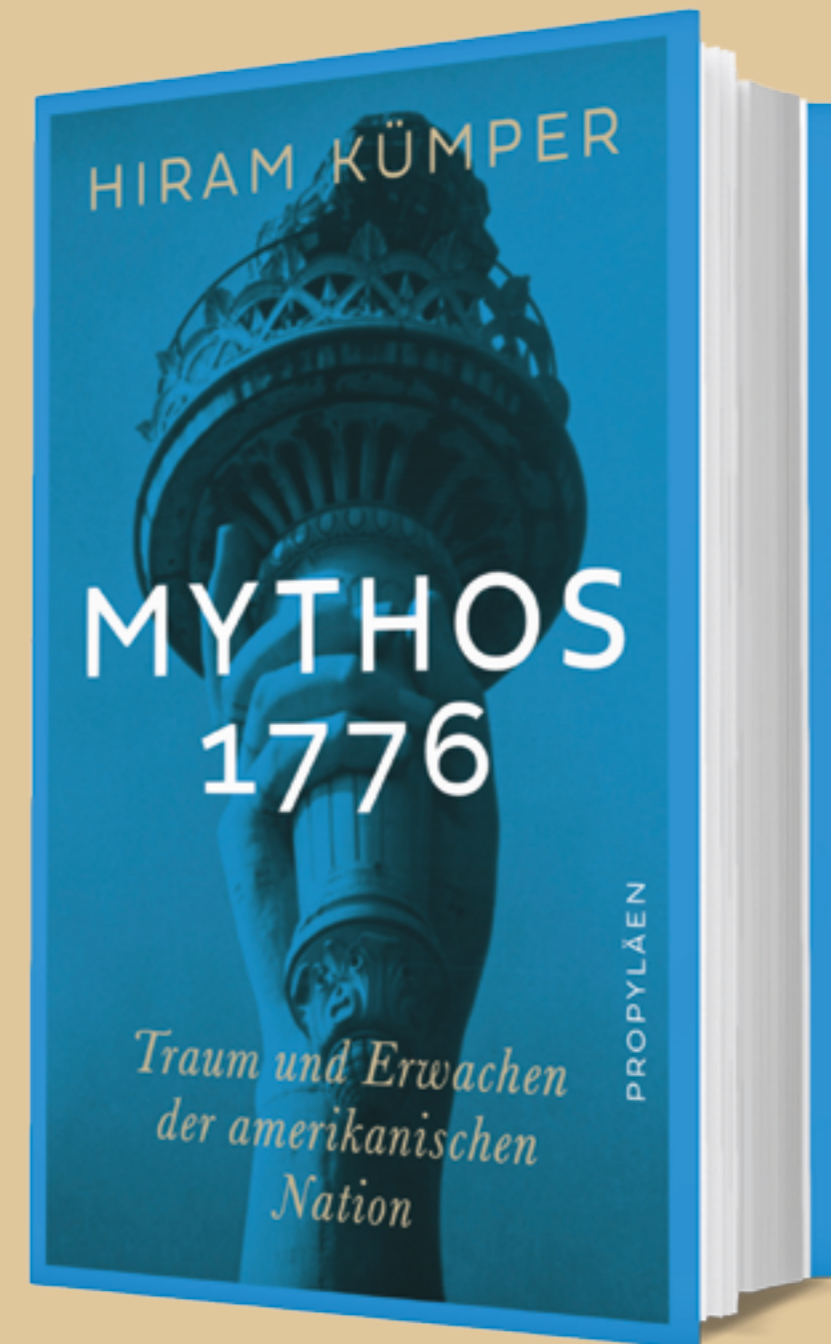
**Hiram Kümpfer**, geboren 1981 in Bochum, ist Professor für Geschichte des Spätmittelalters und der Frühen Neuzeit und hat die Carl-Theodor-Stiftungsprofessur an der Universität Mannheim inne. Bei Propyläen erschien sein vielbesprochenes Buch *Der Traum vom Ehrbaren Kaufmann* über das mittelalterliche Handelsnetzwerk der Hanse.



Hiram Kümpfer  
**Der Traum vom Ehrbaren Kaufmann**  
Die Deutschen und die Hanse  
28,00 € (D) | 28,80 € (A)  
ISBN 978-3-549-07649-1



- Zum 250. Jahrestag der US-amerikanischen Unabhängigkeitserklärung
- Wie die Mythifizierung des 4. Juli 1776 bis heute nachwirkt
- Interviews zum Erscheinen



Hiram Kümpfer  
**Mythos 1776**  
Traum und Erwachen der amerikanischen Nation  
Originalausgabe  
13,8 × 21,9 cm | ca. 368 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
WGS 1946 (Sachbücher/Geschichte/Neuzeit bis 1918)  
26,00 € (D) | 26,80 € (A)  
ISBN 978-3-549-11010-2  
Erscheint am 26. Februar 2026



# Die freiheitliche Demokratie und ihre Feinde

»People gone mad« – die Leute sind verrückt geworden. Wer hätte das zuletzt nicht schon gedacht? Moshe Zimmermann nimmt nicht den einzelnen Menschen, sondern ganze Gesellschaften, »das Volk«, in den Blick: Wo ist der Kipppunkt, was ist der Auslöser, dass scheinbar gefestigte Demokratien mit einer starken Zivilgesellschaft ins Wanken geraten, gefährliche Populisten die Oberhand gewinnen oder gar ein faschistischer »Führer« die Macht ergreift? Was bringt Menschen dazu, sich von hart erkämpften Grundwerten wie Freiheit, Gerechtigkeit und Solidarität abzuwenden?

Angesichts einer bedrohlichen Gegenwart unter einer wachsenden Zahl von autoritären Regimen analysiert Moshe Zimmermann markante historische Beispiele wie die Dreyfus-Affäre in Frankreich, den McCarthyismus in den USA, die Weimarer Republik in Deutschland und die Umdeutung des Zionismus in Israel. Der renommierte Historiker zeigt, wie wir den Feinden der Demokratie auf die Spur kommen können, bevor es zum »point of no return« kommt.

**»Einer der wichtigsten Historiker der Gegenwart.«  
Jury des Deutschen Sachbuchpreises 2024**



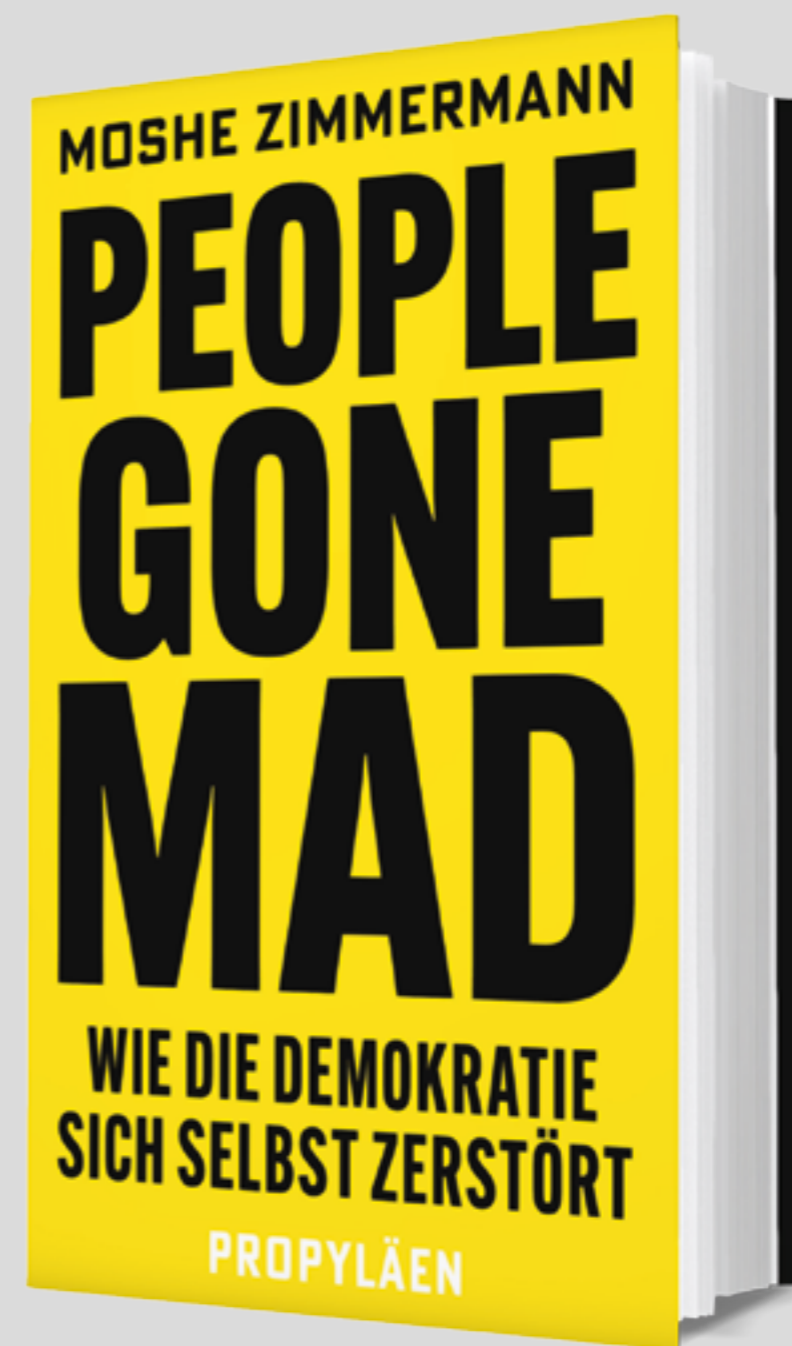
**Moshe Zimmermann**, geboren 1943 in Jerusalem, ist Professor emeritus für deutsche Geschichte der Hebräischen Universität Jerusalem. Er gilt als einer der renommiertesten Experten für die Geschichte des Nationalismus, des Antisemitismus sowie der deutsch-jüdischen und deutsch-israelischen Beziehungen. Er hatte mehrere Gastprofessuren an deutschen Universitäten inne und ist Autor zahlreicher Bücher. Zuletzt erschien bei Propyläen *Niemals Frieden? Israel am Scheideweg*, das für den Deutschen Sachbuchpreis 2024 nominiert war.



Moshe Zimmermann  
**Niemals Frieden?**  
Israel am Scheideweg  
12,99 € (D) | 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-548-07041-4



- Wann und warum kommen Demokratien vom Kurs ab?
- Eine der zentralen Fragen der Gegenwart aus historischer Perspektive
- Interviews und Veranstaltungen zum Erscheinen



Moshe Zimmermann  
**People gone mad**  
Wie die Demokratie sich selbst zerstört  
Originalausgabe  
12,8 × 20,9 cm | ca. 256 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
WGS 1972 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Politik)  
20,00 € (D) | 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-549-11020-1  
Erscheint am 30. April 2026



Econ

# Econ



38

**Ingo Froböse,  
Stefan Sauerzapf**  
Deutschland ist krank



40

**Liya Yu**  
Hirn statt Moral



42

**Roderich Kieseewetter**  
Was wollen wir?  
Was können wir?



44

**Marc Hinzmänn**  
Leben und  
sterben lassen



46

**Unlearn  
Business Lab**  
Unlearn Leadership



48

**Florian Hörning**  
Finance Made Simple

# Lässt sich unser Gesundheitssystem noch retten?



© Hans Scherhauer



© Tomek Sawer

**Prof. Dr. Ingo Froböse** war Universitätsprofessor an der Deutschen Sporthochschule Köln. Er berät den Bundestag in Fragen der Prävention und arbeitet als wissenschaftlicher Berater für die Gesundheitsvorsorge der Krankenkassen. Gemeinsam mit Stefan Sauerzapf ist er Partner der Denkfabrik *fischimwasser*. Er ist mehrfacher Bestsellerautor u.a. von *Der Stoffwechsel-Kompass* und *Muskeln – die Gesundmacher*.

**Stefan Sauerzapf** ist Journalist und hat gemeinsam mit Ingo Froböse 2008 die Rubrik *Sportschlau* im ARD-Morgenmagazin erfunden. Mit der Gründung von *fischimwasser* führt er die erste Denkfabrik in Deutschland, die wissenschaftliche Kompetenzen in Bewegung, Ernährung und Regeneration mit multimedialer Umsetzungsexpertise unter einem Dach vereint.

Ab 2030 droht eine komplette Überlastung unseres Gesundheitssystems und ein gravierender Sozialkollaps. Deshalb braucht Deutschland eine dringende Neuorientierung: Weg von der teuren Pille und hin zu Vorbeugung, Prävention, Gesundheitsvorsorge und Gesundheitskompetenz. Prof. Dr. Ingo Froböse legt mit dem Journalisten Stefan Sauerzapf den Finger provokant in diese Wunde und zeigt zugleich Lösungen und Strategien auf der gesellschaftspolitischen, aber auch auf der individuellen Ebene jedes einzelnen Bürgers auf, die allesamt aus der Misere führen könnten.

**»Wir ruinieren unsere Gesundheit – und Medizinbetrieb und Pharma schauen zu, weil ihr Geschäft die Krankheit ist.«**

**Prof. Dr. Ingo Froböse**



© Computer/Handy: Creative Market; Icon Newsletter: vectorstate

- Kritische Analyse eines hochaktuellen Themas
- Spannende Insiderinformationen und konkrete Lösungsansätze
- Talkshowauftritte und große Berichterstattung zum Erscheinen



**Ingo Froböse, Stefan Sauerzapf**  
**Deutschland ist krank**

Was wir alle gegen den Kollaps unseres Gesundheitssystems tun müssen  
Originalausgabe

13,8 × 21,9 cm | ca. 304 S. | Hardcover mit Schutzumschlag

WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)

**22,99 € (D) | 23,70 € (A)**

ISBN 978-3-430-21210-6

Erscheint am 26. März 2026



# Ein radikal neuer Ansatz zur Überwindung der politischen Spaltung

»Wir brauchen eine neue Vorstellung davon, was es heißt, Mensch zu sein. Wir brauchen ein unideologisches Verständnis unseres Wesens, das bei den Gehirnzellen beginnt und interkulturelle Unterschiede und politische Einstellungen umfasst.«

Die Welt ist in einem Dauerkrisenzustand. Und die Demokratie scheitert immer häufiger an den Grenzen unseres Gehirns. Die kognitiven Anforderungen von Inklusion, Toleranz und Diversität überfordern uns – unabhängig von der politischen Ausrichtung. Liya Yu verbindet Neurowissenschaft, Politik und ihre persönlichen Erfahrungen aus gespaltenen Gesellschaften. Sie zeigt, wie wir mit einer neuropolitischen Strategie unsere Demokratie wieder stärken, der rechtspopulistischen Dehumanisierung Andersdenkender entgegenwirken und das Versprechen einer gerechten, inklusiven Gesellschaft einlösen können.

»Liya Yu zählt zu den wichtigsten wissenschaftlichen Stimmen in Deutschland.« **Brand New Bundestag, Nominierung für den Progressive Science Voices Award 2024**

»Yus neuropolitische Theorie ist einer der wichtigsten Impulse für 2025.« **Philosophie Magazin**



© Darina Belonogova

**Liya Yu** ist neuropolitische Philosophin. Sie studierte in Cambridge und New York, wo sie an der Columbia University in Politikwissenschaften promovierte. Momentan ist sie ein Non-resident Research Fellow am Institut für Medizinische Psychologie der LMU und lehrt an der Universität der Künste in Berlin. Ihre Interviews und Meinungsbeiträge sind bei ARD, *Die ZEIT*, *Süddeutsche Zeitung*, *Tagesspiegel*, Deutschlandfunk, *New Scientist*, *Philosophie Magazin* u.a. erschienen. Sie lebt als freie Schriftstellerin in Berlin.

- Ein völlig neuer Blick auf Politik und Gesellschaft aus Sicht der Neurowissenschaft
- Liya Yu ist eine der wichtigsten intellektuellen Stimmen der Gegenwart
- Ein Denkanstoß für alle, die unsere Demokratie retten wollen



Interviews  
zum  
Erscheinen

Liya Yu

**Hirn statt Moral**

Warum nur Neuropolitik den gesellschaftlichen Zusammenhalt sichert  
Originalausgabe

12,8 × 20,9 cm | ca. 240 S. | Hardcover mit Schutzumschlag

WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)

**23,99 € (D) | 24,70 € (A)**

ISBN 978-3-430-21214-4

Erscheint am 12. März 2026



# Wie verhindern wir den Krieg?

Deutschland steht an einem Wendepunkt: Sind wir bereit, für Frieden, Freiheit und Selbstbestimmung Verantwortung zu übernehmen und Konsequenzen zu ziehen – politisch, diplomatisch und militärisch? Roderich Kiesewetter, einer der profiliertesten Sicherheitsexperten im Bundestag, fordert eine grundlegende Neuausrichtung unserer Sicherheitspolitik. Er analysiert Versäumnisse, benennt bequeme Narrative und zeigt, warum und welche Reformen jetzt notwendig sind. Zwischen technologischem Wandel, globalen Krisen und einer kaum verteidigungsbereiten Bundeswehr entwirft Kiesewetter zwei gegenläufige Zukunftsbilder: Werden wir zum handlungsfähigen Akteur – oder überlassen wir unsere Zukunft fremden Mächten?

**»Haltung und einen eigenen Kopf auch jenseits der Fraktionsdisziplin hat Kiesewetter in den vergangenen Jahren tatsächlich immer wieder bewiesen. So war er vor der Bundestagswahl einer von wenigen aus der Unionsfraktion, die nicht mit der AfD für einen Unions-Antrag zur Verschärfung der Migrationspolitik stimmten.«**  
Sabine am Orde und Konrad Litschko, taz



© Tobias Koch

**Roderich Kiesewetter**, geboren 1963, ist CDU-Politiker, Oberst a.D. und einer der führenden Experten für Außen- und Sicherheitspolitik in Deutschland. Nach einer langjährigen Karriere in der Bundeswehr, unter anderem als Kommandeur, in Auslandseinsätzen und in internationalen Organisationen wie EU und NATO, ist er seit 2009 Mitglied des Bundestages. Dort engagiert er sich im Auswärtigen Ausschuss für eine wehrhafte Demokratie und eine zukunftsfähige Sicherheitspolitik.

- Roderich Kiesewetter ist einer der profiliertesten Außen- und Sicherheitspolitiker Deutschlands
- Die Bedrohungslage verschärft sich weiter
- Große Medienpräsenz zum Erscheinen des Buches



**Roderich Kiesewetter**  
**Was wollen wir? Was können wir?**  
 Deutschlands Rolle in der globalen Machtverschiebung  
 Originalausgabe  
 13,8 × 21,9 cm | ca. 280 S. | Hardcover mit Schutzumschlag  
 WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**25,00 € (D) | 25,70 € (A)**  
 ISBN 978-3-430-21219-9  
 Erscheint am 26. Februar 2026



# Eine unmögliche Aufgabe in Afghanistan

Im August 2021 wird der junge Oberleutnant Marc Hinzmann kurzfristig mit einem zusammengewürfelten Team von Feldjägern nach Afghanistan befohlen. An den Flughafen Kabul, an dem zu diesem Zeitpunkt bereits Chaos herrscht und der als letzter Zufluchtsort gilt. Während sich tausende Menschen vor den Toren drängen, liegt es plötzlich in seiner Verantwortung zu entscheiden, wer einen Platz im Evakuierungsfieger der Bundeswehr bekommt und wer nicht – ohne Dolmetscher, ohne klare Vorgaben und ohne rechtlichen Beistand.

Marc Hinzmann nimmt die Lesenden mit in seine Gedankenwelt und schildert diesen dramatischen Einsatz mit seinen emotionalen Tiefen, aber auch kleinen Lichtblicken mit einem beindruckenden, manchmal schmerzhaft selbstkritischen Blick.



**Marc Hinzmann** (34), ist seit 13 Jahren bei der Bundeswehr. Seine Laufbahn hat ihn an verschiedenste Orte und in unterschiedlichste Situationen geführt, die intensive und interessante Herausforderungen mit sich brachten. Ende 2025 scheidet er aus dem aktiven Militärdienst aus. Sein Einsatz in Kabul im Jahr 2021 gehört zu den prägendsten Erfahrungen seines Lebens.



**Wolf Gregis**  
**Das Karfreitagsgefecht**  
Deutsche Soldaten im Feuer der Taliban  
**24,99 € (D) | 25,70 € (A)**  
ISBN 978-3-430-21117-8



**Vier Tage im November**  
Mein Kampfeinsatz in Afghanistan  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-06657-8



- Erstmals eine persönliche Schilderung der Evakuierungsmission der Bundeswehr am Flughafen Kabul
- Der Sinn des Afghanistaneinsatzes bleibt umstritten
- Interviews zum Erscheinen



**Marc Hinzmann**  
**Leben und sterben lassen**  
Die letzten Tage der Bundeswehr in Afghanistan  
Originalausgabe  
13,6 × 20,5 cm | ca. 256 S. | Klappenbroschur  
WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**23,99 € (D) | 24,70 € (A)**  
ISBN 978-3-430-21217-5  
Erscheint am 29. Januar 2026



# Warum Arbeit für die Menschen da ist und nicht umgekehrt

Es sollte mittlerweile selbstverständlich sein, dass wir Arbeit so gestalten, dass sie uns gut tut – egal ob wir führen oder mitarbeiten. Doch häufig scheint das im Spannungsverhältnis zu dem Erfolg des Unternehmens, des eigenen Teams oder des eigenen, persönlichen Wohlergehens zu stehen. Sogar diejenigen, die etwas Neues wagen, die menschenzentriert, nachhaltig und wirksam arbeiten wollen, kommen immer wieder an ihre Grenzen. New Work, Selbstorganisation, Holografie –, das klingt alles super, ist aber in der Realität ermüdend, aufwändig und langwierig.

Die Autorinnen verbinden ihre Erkenntnisse und Erfahrungen aus dem *Unlearn Business Lab*, ihrer eigenen Arbeit und der von radikal anders arbeitenden Führungskräften und Organisationen, sie gleichen diese mit den neuesten Ergebnissen aus der Forschung und Wissenschaft ab und ergänzen diese um praktisch anwendbare Tools und Reflexionsfragen, die helfen Führung mutig zu hinterfragen.

Das **Unlearn Business Lab** ist ein lebender Organismus, den unterschiedliche Menschen und Unternehmen mitformen.

Aktuell schreiben folgende Personen des Unlearn Business Labs an diesem Buch: Corinna Sy, Frauke Oedekoven, Irmela Sinkewitsch, Isabelle Tudorica, Jocelina Ndimbalan, Julia Merhart, Lisa Jaspers, Nancy Koch, Naomi Ryland, Nilay Korucu und Verena Warnke.

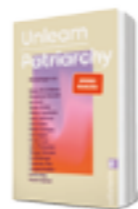
Das *Unlearn Business Lab* setzt sich für eine menschenzentrierte Arbeitswelt ein und treibt den dafür nötigen Wandel voran: Denn es fehlt eine Brücke zwischen dem Wissen darüber, was aktuell verkehrt läuft, der Vorstellung, wie es anders aussehen könnte, und der tatsächlichen Möglichkeit von etwas Neuem.



Emilia Roig (Hg.), Alexandra Zykunov (Hg.)  
**Unlearn Patriarchy 2**  
Mit Beiträgen von Melina Borčak, Anne Dittmann, Miriam Davou...  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07045-2  
Erscheint am 02. Januar 2026



Claudia Kemfert (Hg.), Julien Gupta (Hg.)  
**Unlearn CO2**  
Zeit für ein Klima ohne Krise  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07353-8  
Erscheint am 02. Januar 2026



Lisa Jaspers (Hg.), Naomi Ryland (Hg.)  
**Unlearn Patriarchy**  
Mit Beiträgen von Madeleine Alizadeh, Teresa Bücker, Kübra G...  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-06860-2

- Erfolge hängen immer stärker vom Engagement aller Beteiligten ab
- Neue Generationen bringen veränderte Erwartungshaltungen mit
- Starkes Netzwerk der Autor:innen



**Unlearn Business Lab**  
**Unlearn Leadership**  
Die größten Irrtümer über Hierarchie, Autorität und Leistung  
Originalausgabe  
12,8 × 20,9 cm | ca. 272 S. | Hardcover  
WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**22,99 € (D) | 23,70 € (A)**  
ISBN 978-3-430-21215-1  
Erscheint am 29. Januar 2026



# Florian Hörning macht Finanzen einfach

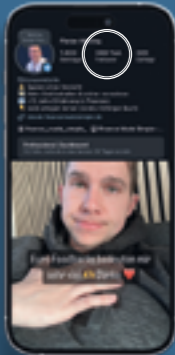
Florian Hörning  
Finance Made Simple



Stell dir vor, du bist 67  
und musst trotzdem  
weiterarbeiten. Weil du  
früher dachtest:  
„Wird schon passen.“  
Doch wie du später leben  
wirst, entscheidet sich jetzt.

## Große Social-Media- Kampagne

Finfluencer  
mit über 1 Mio.  
Follower



 TikTok



Beliebter Gast in Talkshows



# Wissen ist Geld

Florian Hörning ist seit zehn Jahren Finfluencer und hat über 1 Mio. Follower. In »Finance Made Simple« bringt er nun die Methoden aus seinen sehr erfolgreichen Erklärvideos auf eine neue, tiefere Ebene. Schritt für Schritt geht er durch die wichtigsten Bereiche der persönlichen Finanzen, von den Grundlagen des Sparens und Budgetierens bis hin zu Themen wie Geldanlage, Vermögensaufbau und Altersvorsorge. Er zeigt, wie jeder von uns ein eigenes Finanzsystem entwickeln kann, um die Kontrolle über seine Ausgaben zu behalten und langfristig für die Zukunft vorzusorgen. Mit vielen Anekdoten, eigenen Erfahrungen und Beispielen aus dem Alltag zeigt Florian, dass Finanzen keineswegs ein trockenes oder unzugängliches Thema sein müssen. Im Gegenteil – er macht Finanzen zu einem spannenden Abenteuer, das jeder für sich selbst gestalten kann. Dabei bleibt er immer der Einfachheit und Klarheit treu, die seine Erklärvideos so erfolgreich machen.

**»Seine Kunst, komplexe Inhalte auf Plattformen wie Instagram und TikTok verständlich zu machen, hat ihm zu einer große Community verholfen.« Podcast Nicht labern, MACHEN!**



**Florian Hörning**, ist Gründer von *Finance Made Simple*, einer Plattform für finanzielle Bildung. Mit über 12 Jahren Erfahrung in der Finanzberatung teilt er auf Instagram, TikTok und YouTube praktische Tipps zu Themen wie Sparen, Geldanlage, finanzieller Freiheit und Altersvorsorge.

- 452.000 Follower auf TikTok, 356.000 auf Instagram, 222.000 auf Facebook, 46.000 auf YouTube
- Das Finanz-Know-how in Deutschland ist leider erschütternd gering
- Gerade bei einer jüngeren Zielgruppe gibt es enormen Informationsbedarf

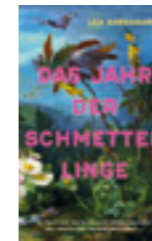


**Florian Hörning**  
**Finance Made Simple**  
 Keine Angst vor dem eigenen Geld  
 Originalausgabe  
 13,6 × 20,5 cm | ca. 256 S. | Klappenbroschur  
 WGS 1977 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Geld, Bank, Börse)  
**16,99 € (D) | 17,50 € (A)**  
 ISBN 978-3-430-21216-8  
 Erscheint am 29. Januar 2026



**ullstein**extra 

ullsteinextra 



**54**

**Lea Korsgaard**

Das Jahr  
der Schmetterlinge



**58**

**Frida Ramstedt**

Design für Draussen



**60**

**Dr. Tommy Wood**

Wach im Kopf



**62**

**Ben Bernschneider**

100 Staple Pieces

**WAS 64  
SCHMETTERLINGE  
UNS ÜBER DAS  
LEBEN LEHREN - DAS  
INTERNATIONALE  
SENSATIONSDEBÜT  
ENDLICH AUF  
DEUTSCH.**

**Große Online- und  
Social-Media-Kampagne**



**TikTok**  
 

**Große  
Pressekampagne  
mit TV-Beiträgen**



**Kooperation mit  
dem Botanischen  
Garten Berlin**

**Exklusive  
Buchpremiere  
in Berlin**



# Ein magisches Buch über ein lebensveränderndes Jahr in der Natur

In der Dunkelheit des Winters, am ersten Tag des Jahres, erstellt Lea Korsgaard eine Liste. Sie hat sich vorgenommen, alle Schmetterlingsarten innerhalb eines einzigen Jahres zu sehen. Sie weiß nichts über Schmetterlinge. Sie weiß nicht, was sie antreibt. Sie spürt nur, dass etwas sie ruft. Es ist wie ein Sog.

Die Liste der Schmetterlinge führt sie zu Landschaften, von deren Existenz sie nie geahnt hätte, geprägt vom Wind und vom Meer. Sie wandert über uralte Meeresböden und Hügel aus Algenschalen. Menschen, die ihre Hilfe anbieten, geleiten sie zu verborgenen Orten. Die Suche führt sie auch in die Welt der Bücher, der Philosophie und der Mythologie. Denn seit Menschen über den Sinn von Leben und Tod nachdenken, symbolisiert der Schmetterling die Hoffnung auf Wiedergeburt – und konfrontiert uns mit den größten Fragen der Existenz: Warum leben wir? Und wofür leben wir?

„Lea Korsgaards Bericht über ihre innere und äußere Reise ist eines dieser Bücher, die die Welt ein bisschen größer machen. Selbst wenn es sich um die kleinsten Dinge handelt.“ *Berlingske*

„Ein zum Nachdenken anregendes Werk, durchgehend mit den eigenen Schmetterlingszeichnungen der Autorin illustriert, erstklassiger literarischer Journalismus.“ *Weekendavisen*



© Nicolai Oreskov Westh

**Lea Korsgaard** (geb. 1979) ist Journalistin, Autorin, Mitbegründerin und Chefredakteurin von *Zetland*, einer preisgekrönten dänischen, digitalen Nachrichtenplattform, und Vorsitzende der *Danish School of Media and Journalism*. Ihre Arbeit wurde mehrfach ausgezeichnet. Mit ihrem Buch, dem Bestseller *Das Jahr der Schmetterlinge*, gelang ihr der internationale Durchbruch als Autorin.

- Sanft, poetisch und klug: eine zauberhafte Erzählung über die verbindende Kraft der Natur
- Der internationale Bestseller endlich in deutscher Übersetzung: Rechte wurden in 10 Sprachen verkauft
- Für alle Fans von *Das Evangelium der Aale und Hase und ich*

Besondere  
Ausstattung  
mit farbigen  
Illustrationen



**Lea Korsgaard**  
**Das Jahr der Schmetterlinge**  
 Aus dem Dänischen von Kerstin Schöps  
 Originaltitel: Inden året er omme | Originalverlag: Zetland  
 Deutsche Erstausgabe  
 12,8 × 20,9 cm | ca. 320 S. | Hardcover  
 WGS 1982 (Sachbücher/Natur, Technik/Naturwissenschaft)  
**22,99 € (D) | 23,70 € (A)**  
 ISBN 978-3-86493-380-6  
 Erscheint am 26. März 2026



# Pure Inspiration: So verwandeln Sie Ihren Balkon oder Garten in eine gemütliche Wohlfühloase!

Was sollte man bei der Gestaltung von Terrassen und Balkonen berücksichtigen? Welche Farbkombinationen, Dekorelemente und Materialien passen am besten zusammen? Und worauf sollte man beim Kauf von Outdoor-Möbeln achten?

Design für draußen ist ein unverzichtbarer Leitfaden für alle, die ihren Außenbereich – sei es Terrasse, Balkon oder ein kleiner Garten – nicht nur verschönern, sondern mit den besten Designentscheidungen treffen möchten. Die renommierte Design-Expertin Frida Ramstedt erklärt grundlegende Prinzipien, die draußen funktionieren. Man erfährt, wie ausgebildete Gartenarchitekten bei der Planung und Gestaltung vorgehen – und wie sie Lage, Form und Proportionen des Außenbereichs berücksichtigen. Ein genialer Ratgeber für alle, die ihre Outdoor-Wohlfühloase lieben!



Frida Ramstedt zählt zu den bekanntesten Innendesignern weltweit und ist als Innenarchitektin, Dozentin und Trendberaterin tätig. Darüber hinaus verfasst sie Skandinaviens meist gelesenen Innenarchitektur-und-Design-Blog "Trendenser.se", für den sie 2016 den "The Elle Decoration Award" erhielt.

40.000  
verkaufte  
Exemplare



**Frida Ramstedt  
Innendesign**  
Ein Handbuch für alle, die ihr Zuhause lieben  
**13,99 € (D) | 14,40 € (A)**  
ISBN 978-3-548-06470-3



**Frida Ramstedt  
Das Möbel-Handbuch**  
Ein Leitfaden für Auswahl, Anordnung und Pflege von Objekten...  
**24,99 € (D) | 25,70 € (A)**  
ISBN 978-3-86493-257-1

- Zahlreiche Tipps & Tricks, Ideen und Lösungen für jeden Außenbereich
- Von der weltweit führenden Design-Expertin aus Schweden
- Frida Ramstedt hat über 200.000 Follower auf Instagram und 3 Millionen auf Pinterest.



**Frida Ramstedt  
Design für Draußen**

Ein Handbuch für alle, die ihren Garten, Balkon und ihre Terrasse lieben  
Aus dem Schwedischen von Anja Lerz und Carla Hegerl  
Originaltitel: Handbook of Outdoor Interior Design | Originalverlag: Trendenser  
Deutsche Erstausgabe  
13,6 × 20,5 cm | ca. 288 S. | Klappenbroschur  
WGS 1421 (Ratgeber/Natur/Garten)  
**19,99 € (D) | 20,60 € (A)**  
ISBN 978-3-86493-258-8  
Erscheint am 26. März 2026



# Wie wir schon heute unser Gehirn vor Demenz schützen können

Der wichtigste Teil unseres Körpers, besonders mit zunehmendem Alter, ist unser Gehirn. Warum nehmen wir unsere Gehirngesundheit also nicht so ernst wie unser Herz und unsere schmerzenden Gelenke – insbesondere, wenn immer mehr Menschen täglich Schwierigkeiten haben, sich zu konzentrieren und die Fälle von Demenz und Alzheimer weiter ansteigen? In seinem profunden Buch räumt Dr. Tommy Wood, Neurowissenschaftler mit Spezialisierung auf lebenslanger Gehirngesundheit, mit dem Mythos auf, dass unser Gehirn zwangsläufig mit dem Alter abbaut. Stattdessen können wir es durch eine angemessene Stimulation anpassungsfähig halten und es sogar verbessern. Wie, das zeigt der renommierte Arzt verständlich und mit vielen Beispielen und Übungen.



© Tommy Wood

**Dr. Tommy Wood** ist ein weltweit führender Neurowissenschaftler und Performance-Coach, der zahlreiche Spitzensportler und Formel-1-Piloten berät. Er arbeitet als Assistenzprofessor für Pädiatrie und Neurowissenschaften an der University of Washington, wo sich sein Labor auf die Gesundheit des Gehirns über die gesamte Lebensspanne hinweg konzentriert: Er forscht an Möglichkeiten zur Behandlung einer Reihe von Hirnverletzungen.

**»Ich kenne Tommy seit fünf Jahren und war von Anfang an beeindruckt von ihm. Die Themen, über die er schreibt, sind wichtig.«  
Dr. Peter Attia, Bestseller-Autor von OUTLIVE**

- Der Bestseller aus den USA: Die wissenschaftlich fundierte Anleitung für ein gesundes Gehirn – jetzt und im Alter
- Ein dauerhaft gesundes Gehirn kann jeder aktiv entwickeln – durch Bewegung, gesunden Schlaf und die richtige Ernährung.



**Tommy Wood**  
**Wach im Kopf!**

Der innovative Gesundheitsplan für geistige Fitness in jedem Alter  
Aus dem Amerikanischen von Martina Wiese und Monika Niehaus  
Originaltitel: The Stimulated Mind | Originalverlag: Harmony Books  
Deutsche Erstausgabe  
13,6 × 20,5 cm | ca. 320 S. | Klappenbroschur  
WGS 1469 (Ratgeber/Gesundheit/Sonstiges)  
**21,99 € (D) | 22,70 € (A)**  
ISBN 978-3-86493-353-0  
Erscheint am 26. März 2026



# Ein Mann.Sein Stil. 100 Essentials.

Was macht den Unterschied zwischen einem gut angezogenen Mann und einem Mann mit Stil? Ben Bernschneider kennt die Antwort – und sie beginnt bei den Staple Pieces. In diesem Buch versammelt der Autor, Fotograf und Stil-Influencer die 100 unverzichtbaren Stücke einer Herrengarderobe – von der Barbour-Jacke übers Hawaii-Hemd bis zum Weekender. Mit persönlicher Handschrift, historischer Tiefe und einer Prise Ironie erzählt Bernschneider die Geschichten hinter den Klassikern: Wer sie zuerst trug, wie sie Kult wurden – und warum sie heute immer noch wirken. Keine theoretische Modellehre, sondern ein inspirierender Streifzug durch Kino, Popkultur, Reisen und eigene Erlebnisse.

**Ein stilistisches Manifest für Männer, die wissen, dass Eleganz nicht im Trend liegt – sondern in Haltung, Qualität und der Freude an guten Dingen.**



Tausendsassa **Ben Bernschneider** hat als preisgekrönter Werbetexter, Regisseur und Autor gearbeitet. Seit Anfang 2023 widmet sich Ben seiner Karriere als Content Creator auf Social Media und begeistert dort täglich mehrere hunderttausend Menschen mit seinen kreativen, unterhaltsamen – und natürlich todschicken – Inhalten. Die schönen Dinge des Lebens haben es ihm einfach angetan. Ben lebt und arbeitet in Hamburg.



- Ben Bernschneider ist die Nummer-1-Adresse für Herrenmode im Internet: Sein Instagram-Account hat über 450.000 Follower.
- Das perfekte Geschenk für alle Lebenslagen – für Väter, Söhne, Partner, Freunde
- Wunderschön illustriert von der Modezeichnerin Bernadette Prechtel



Ben Bernschneider, Bernadette Prechtel (Ill.)

**100 Staple Pieces**

Die Wunschliste des modernen Gentleman

Originalausgabe

14,8 × 21,9 cm | ca. 224 S. | Hardcover

WGS 1916 (Sachbücher/Lexika, Nachschlagewerke/Listenbücher)

**22,99 € (D) | 23,70 € (A)**

ISBN 978-3-86493-376-9

Erscheint am 28. Mai 2026



allegria

allegria



**66**

**Louisa Dellert**  
Unshame



**70**

**Maxine Reuker**  
Mental Health Journal



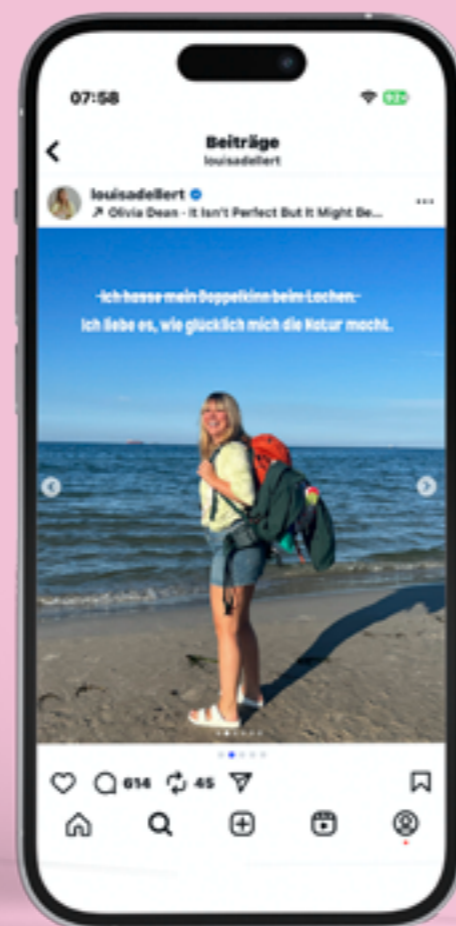
**72**

**Yoo Min Ji**  
So geht Glück

# Eine starke Stimme gegen falsche Schönheitsideale



© Dellert



## Große Social- Media-Kampagne



TikTok

VORAB  
LESEN NetGalley

Kooperationen mit  
Content-Creator:innen

Werbung  
in Fitnessstudios

## Out-of-Home- Maßnahmen



Plakat A2



© Laptop/Handy/CLP: Creativemarket; Plakat: Yellowimages

© Laura Hoffmann

# Ein Manifest gegen den Perfektionszwang



**Louisa Dellert**, geboren 1989, ist Autorin, Moderatorin, Influencerin und Aktivistin. 2019 erschien ihr *SPIEGEL*-Bestseller *Wir*. Sie betreibt das Buchcafé SISU LOU in Braunschweig und ist eine der reichweitenstärksten Stimmen auf Instagram, wenn es um toxische Schönheitsideale geht. Ihre Follower:innen lieben ihre Videoformate zu mentaler Gesundheit und ihre Botschaften für ein gesundes Körperbild.

Vor dem Spiegel beginnt für viele der tägliche Kampf: Zu dick, zu schlaff, zu faltig, zu unperfekt. Als ehemalige Fitnessinfluencerin kennt Louisa Dellert diesen Blick auf den eigenen Körper. Lange war sie selbst gefangen in Vergleichen und beschäftigt mit der ständigen Frage: Bin ich schön genug? In »Unshame« will sie herausfinden, wie wir aus diesem Teufelskreis ausbrechen und endlich Frieden mit unserem Körper schließen können.

Wer verdient eigentlich an unserem schlechten Körpergefühl? Und wer entscheidet, welcher Körper »zu viel« ist? Dellert deckt die perfiden Mechanismen auf, mit denen Schönheitsindustrie und Patriarchat Frauen systematisch verunsichern. Mit schonungsloser Ehrlichkeit analysiert sie, wie absurde Schönheitsnormen entstehen und warum Männer anders bewertet werden als Frauen. Ihr Buch ist Aufklärung und Befreiungsschlag zugleich – eine Anleitung, um den eigenen Körper endlich als das zu sehen, was er ist: ein Zuhause. Persönlich, aufklärerisch und voller Hoffnung: Ein Buch, das umarmt – und das uns neue Spielregeln an die Hand gibt.

- Bestsellerautorin Louisa Dellert erreicht 670.000 Menschen auf Instagram
- Beeindruckende persönliche Reise vom Fitnesswahn zu echter Selbstliebe
- Gesellschaftskritische Körperdebatte, die alle Altersgruppen bewegt

**SPIEGEL  
Bestseller-  
Autorin**



**Louisa Dellert**  
**Unshame**

Wie wir uns von Idealen befreien und den weiblichen Körper wertschätzen  
Originalausgabe  
13,6 × 20,5 cm | ca. 208 S. | Klappenbroschur  
WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**18,99 € (D) | 19,60 € (A)**  
ISBN 978-3-7934-0095-0  
Erscheint am 25. Juni 2026



# Das Mental Health Journal für junge Mädchen und Frauen

Maxine Reuker ist bekannt für ihren achtsamen Umgang mit den Themen Essstörung und toxische Beziehungen. Schnell merkte Maxine, dass für einen reflektierten Blick auf ihre Erfahrungen eine Therapie nötig ist. Jetzt, über zwei Jahre später, ist sie bereit, über ihre Erfahrungen auch zu schreiben: Im Frühjahr 2026 erscheint endlich ihr Roman *Und alles zerbricht*, Band 1 der *Paper Hearts*-Serie. Im Roman ist das Journal für die Hauptfigur Mila zentral. Und jetzt hat Maxine für ihre vielen Follower:innen auf TikTok und Insta ein Mental Health Journal entworfen, es ist der perfekte Begleiter für jeden Tag, für kleinere und größere Krisen – und auch die eigenen Erfolge!



**Maxine Reuker**, geboren 1999 in Dortmund, studierte fünf Semester Jura an der Ruhr-Universität Bochum, bevor sie durch eine Schauspielanfrage in die Öffentlichkeit rutschte. Geprägt durch ihre persönlichen Erfahrungen mit einer Essstörung und einer Beziehung zu einem Narzissten setzt sich Maxine öffentlich für die Themen Mental Health und Female Empowerment ein. Da ist es nur konsequent, dass es jetzt auch ein Journal von ihr für ihre Follower:innen gibt!



Maxine Reuker  
**Und alles zerbricht (Paper Hearts 1)**  
Roman  
**15,99 € (D) | 16,50 € (A)**  
ISBN 978-3-69086-021-5  
Erscheint am 26. Februar 2026

- Große Reichweite: 500.000 Follower:innen auf TikTok
- Das Tagebuch zum besseren Verständnis der eigenen Psyche
- Mit zahlreichen Anregungen und Checklisten zur Selbstfürsorge



**Maxine Reuker**  
**Journal**  
Paper Hearts  
Originalausgabe  
14,8 × 22 cm | ca. 160 S. | Hardcover  
WGS 1469 (Ratgeber/Gesundheit/Sonstiges)  
**15,99 € (D) | 16,50 € (A)**  
ISBN 978-3-7934-0101-8  
Erscheint am 26. Februar 2026



# Das Buch, das Glück bringt, sobald man es liest



**Yoo Min Ji** verfügt über eine intuitive Gabe zur Voraussicht und umfassende Kenntnisse traditioneller ostasiatischer Lehren zur Schicksalsdeutung und Lebensanalyse. Ihre seherischen Fähigkeiten hat sie von ihrer Großmutter geerbt, doch ihre Expertise erschöpft sich nicht in spiritueller Weisheit. In ihren Zwanzigern arbeitete sie in der koreanischen Fernsehbranche, wo sie beobachtete, wie erfolgreiche Menschen ihr Glück nutzen. Danach machte sie sich selbstständig und wurde erfolgreiche Produzentin und Verlegerin. Mittlerweile ist sie eine angesehene Beraterin, wenn es darum geht, durch die Psychologie des Glücks Wohlstand in all seinen Formen zu erreichen.

Wer glaubt, Glück sei reiner Zufall, wird hier eines Besseren belehrt: Yoo Min Ji erklärt, wie wir die Zeichen des Glücks erkennen und gezielt für uns nutzen, um persönlichen Reichtum zu erlangen – sei es in finanzieller, gesundheitlicher, spiritueller oder romantischer Hinsicht. Yoo, aufgewachsen mit koreanischen Traditionen wie Numerologie, Astrologie und Schamanismus, verbindet ihr überliefertes Wissen mit moderner Psychologie. Dabei schöpft sie aus ihrer langjährigen Erfahrung als Beraterin von Prominenten, Unternehmer:innen und ganz normalen Menschen. Anhand praktischer Beispiele zeigt sie, wie wir durch Selbstkenntnis, emotionale Intelligenz und einen bewussten Perspektivwechsel Ängste loslassen und Erfolg sowie Reichtum in unser Leben ziehen.

- Dieses Buch beweist: Glück ist kein Zufall, sondern eine Fähigkeit
- Für Leser:innen von Ichiro Kishimi, Fumitake Koga und Ken Honda
- Moderne Psychologie trifft auf koreanische Weisheit



**Yoo Min Ji**

**So geht Glück**

Die verborgenen Prinzipien hinter Erfolg und Erfüllung

Aus dem Englischen von Jochen Winter

Originaltitel: 운의 심리학 (Die Psychologie des Glücks) | Originalverlag: Sam & Parkers

Deutsche Erstausgabe

13,6 × 20,5 cm | ca. 208 S. | Klappenbroschur

WGS 1485 (Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Praktische Anleitungen)

**21,99 € (D) | 22,70 € (A)**

ISBN 978-3-7934-0098-1

Erscheint am 25. Juni 2026



**ullstein**





# Unsere Highlights



76

**Mary Abdelaziz-Ditzow**  
Behind the News



84

**Franziska Saxler, Dinah Gutermuth**  
Trashologie



78

**Karin Kuschik**  
50 Fragen, die das Leben leichter machen - Das Kartenset zum Buch



90

**Robert Macfarlane**  
Sind Flüsse Lebewesen?



80

**Emma Bardwell**  
Der 30-Gramm Plan



96

**Alexandra Zykunov**  
Aber patriarchale Kackscheiße darf man schon sagen, oder?

# Ein Blick hinter die Kulissen der Medienwelt — so bildest du dir deine Meinung!



© Mary Abdelaziz-Ditzow

**Mary Abdelaziz-Ditzow** ist preisgekrönte Journalistin und Moderatorin mit umfassender Erfahrung in führenden Positionen der deutschen Medienlandschaft. Sie war lange Jahre als Wirtschaftsjournalistin beim *Handelsblatt* tätig, bevor sie 2022 zu n-tv wechselte, wo sie als Leiterin für »Wirtschaft und Innovation« Marken wie Telebörse und den geopolitischen Podcast *Wirtschaft Welt & Weit* hostete. Seit April 2025 ist sie Chefredakteurin für Wirtschaft und News bei Thomas Kehls enorm erfolgreichem Portal Finanzfluss und entwickelt dort innovative journalistische Formate mit hoher Reichweite.

Nichts ist mächtiger als eine gute Geschichte – warum, das erfährst du hier! Mary Abdelaziz-Ditzow, Journalistin beim beliebten Portal *Finanzfluss*, wirft einen erhellenden Blick hinter die Kulissen der deutschen Medienwelt. Schonungslos ehrlich und konstruktiv kritisch. Sie räumt auf mit Irrtümern und haltlosen Klischees, schildert Fails im System und erklärt, warum es »die Wahrheit« einfach nicht gibt. Ihr Buch ist ein verständlicher Leitfaden für alle, die sich in der Informationsflut unserer Zeit wappnen wollen gegen Beeinflussung, Manipulation und gesellschaftliche Spaltung. Anhand von zahlreichen Beispielen zeigt sie: Die Medienbranche kämpft mit gewaltigen Problemen – doch bleiben etablierte Nachrichtenmedien trotzdem unersetzlich. Für alle, die sich ihre Meinung bewusst und souverän bilden wollen.

**»Mary hat meine Wahrnehmung und meinen Umgang mit Medien fundamental verändert — und genau das ist auch der Anspruch dieses Buches für dich als täglicher Medienkonsument.« Thomas Kehl, Gründer von Finanzfluss und Bestsellerautor**

- Das Portal *Finanzfluss* hat über 1,5 Mio. Follower bei YouTube und 600.000 Follower bei Instagram
- Ein fundierter und unterhaltsamer Ratgeber
- Für junge Mediennutzer:innen, die sich über die Mechanismen der Medienwelt kritisch informieren möchten



Mary Abdelaziz-Ditzow

**Behind the News**

So navigierst du sicher zwischen Manipulation und Information

Originalausgabe

12,1 × 18,5 cm | ca. 224 S. | Klappenbroschur

WGS 2973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)

**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**

ISBN 978-3-548-07436-8

Erscheint am 26. Februar 2026



# Book in a box! Das Kartenset zum SPIEGEL-Nr.1-Bestseller

Kluge Fragen haben Superkraft. Sie schenken uns Antworten, die wir ohne sie glatt verpasst hätten. Sie verblüffen, entlarven, beruhigen, machen uns selbstbewusster und bringen Schwung ins Gespräch. Wer fragt, der führt. Karin Kuschik's neuer SPIEGEL-#1-Bestseller ist eine wahre Schatzkammer: Weit über 50 Fragen, die das Leben leichter machen, sind in diesem Buch versammelt. Ein Feuerwerk an umsetzbaren Instant-Tools. Nur, wie soll man sich das merken? Zum Glück gibt es das Kartenset: Vorne eine Frage, hinten ein vertiefender Text dazu, und der praktische Holzaufsteller setzt jede Botschaft perfekt in Szene. Die ideale Ergänzung zu Buch und Hörbuch und auch für Neueinsteiger ein Gewinn. Denn hier erschließt sich spielerisch und ganz nebenbei gleich das gesamte Buch. 50 wertvolle Reminder für ein selbstbestimmtes Leben.



Hauptstärke Vielseitigkeit. So lässt sich **Karin Kuschik's** Laufbahn am ehesten verstehen. Als Radiomoderatorin hat sie Berlin geweckt, war Talkshow-Host, hat Filme gedreht, hält Keynotes, ist Songtexterin. Alles Wege, die zur eigentlichen Passion führen: Performance Coach. Seit über 20 Jahre ist sie in der Funktion vor allem für Top-Entscheider und Celebritys im Einsatz. Seit ihrem SPIEGEL-#1-Bestseller *50 Sätze, die das Leben leichter machen* ist das Know-how der Selbstführungs-Expertin damit allen zugänglich, die Lust haben, ihr Leben souveräner zu gestalten. Ihr aktueller SPIEGEL-Bestseller *50 Fragen, die das Leben leichter machen* stieg direkt von Null auf Eins ein.



Karin Kuschik  
**50 Fragen, die das Leben leichter machen**  
Wie durch kluge Selbstführung ganz nebenbei Klarheit entsteht...  
**18,00 € (D) | 18,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07332-3



Karin Kuschik  
**50 Sätze, die das Leben leichter machen - das Kartenset zum Buch**  
Das Kartenset zum SPIEGEL-Bestseller  
**UVP 25,00 € (D) | 25,00 € (A)**  
GTIN 4251385308861



- Das Buch zum Kartenset ist SPIEGEL-Bestseller Nummer 1
- Über 800.000 verkaufte Bücher und Hörbücher von *50 Sätze, die das Leben leichter machen*
- Über 25.000 verkaufte Kartensets zum *50 Sätze*-Buch



Karin Kuschik  
**50 Fragen, die das Leben leichter machen - Das Kartenset zum Buch**  
Originalausgabe  
10,5 × 15,5 cm | ca. 50 S. | Box  
WGS 9481 (Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung, Persönliche Entwicklung)  
**25,00 € (D) | 25,70 € (A)**  
GTIN 4251385311038  
Erscheint am 29. Januar 2026



# Der einfache wie nachhaltige Weg zur Gewichtsreduzierung

Sich im eigenen Körper wohlfühlen kann mitunter mühevoll sein – man strauchelt von einer Diät zur nächsten, oftmals ohne langfristigen Erfolg. Bis jetzt. Der 30-Gramm-Plan zeigt, wie wir durch eine ausgewogene Kombination von 30 Pflanzen pro Woche mit 30 Gramm Proteinen und Ballaststoffen in unseren täglichen Mahlzeiten nicht nur mühelos Gewicht verlieren, sondern uns auch satt fühlen und viele weitere gesundheitliche Vorteile haben. Inklusive 60 unkomplizierter Rezepte, Essensplänen, Tipps & Tricks – mit diesem Buch lernen Sie eine völlig neue Art des Essens kennen, die Ihnen dabei hilft, sich bestmöglich zu fühlen – ein Leben lang.



**Emma Bardwell** ist Ernährungsberaterin und Gesundheitsautorin. Ihr evidenzbasierter, sachlicher Ansatz hat sie zu einer der ersten Adressen in Sachen Frauengesundheit und Ernährung in Großbritannien gemacht. Sie kombiniert die aktuellsten Forschungsergebnisse mit einem 360-Grad-Lifestyle-Audit, um Frauen zu helfen, ihr Wohlbefinden zu optimieren. Emma ist eine entschiedene Gegnerin von Modeerscheinungen und hält nichts von Einschränkungen, da sie eher an eine positive als an eine perfekte Ernährung glaubt.

- Der neue Ernährungstrend: Wer mindestens 30 Pflanzen in der Woche isst, stärkt sein Darmmikrobiom und damit seine gesamte Gesundheit
- Der *Sunday-Times*-Bestseller – inklusive 60 einfacher Rezepte
- Emma Bardwell hat über 120.000 Follower bei Instagram



**Emma Bardwell**  
**Der 30-Gramm Plan**

Mit Proteinen, pflanzlicher Kost und Ballaststoffen zu Wunschgewicht und mehr Wohlbefinden

Aus dem Englischen von Bernhard Ubbenhorst

Originaltitel: The 30g Plan | Originalverlag: Vermillion

Deutsche Erstausgabe

12,1 × 18,5 cm | ca. 224 S. | Klappenbroschur

WGS 2461 (Ratgeber/Gesundheit/Ernährung)

**16,99 € (D) | 17,50 € (A)**

ISBN 978-3-548-07441-2

Erscheint am 29. Januar 2026



# Japan verstehen leicht gemacht

In dieser äußerst unterhaltsamen Einführung zeichnet der Historiker Christopher Harding Japans reiche Geschichte über mehrere Jahrtausende hinweg nach. Angefangen bei den ersten Küstengemeinden über die Verbreitung des Buddhismus, den Aufstieg der Kriegsherren und Samurai, die Verheißungen und die Bedrohung durch den Westen bis hin zum Aufbau des japanischen Imperiums untersucht Harding, wie sich eine distinkte japanische Gesellschaft und Kultur herausbildete. Auf Basis neuester Forschung räumt das Buch mit Klischees auf und eröffnet einen lebendigen, sinnlichen Zugang zu Japans Geschichte, Werten und Kultur – so eindrucksvoll, als würde man selbst durch das Land reisen, Seide berühren, Tatami riechen oder eine Schüssel Ramen genießen.

»Eine Geschichte, die es schafft, gleichzeitig prägnant und umfassend zu sein: eine unverzichtbare Lektüre für jeden, der sich für dieses faszinierende Land interessiert.« Tom Holland, Bestsellerautor und Historiker



**Christopher Harding**, geboren 1978, ist Kulturhistoriker mit Schwerpunkt auf Japan, Indien und den Beziehungen zwischen Ost und West. Harding ist u. a. Autor des viel gelobten Buches *Japan Story: In Search of a Nation* (2019), das von Neil MacGregor als »meisterhaft« beschrieben wurde. Als Journalist schreibt er für zahlreiche Publikationen wie *The New York Times*, *The Guardian* oder *BBC History*.



James Hawes  
**Die kürzeste Geschichte Deutschlands**  
14,99 € (D) | 15,50 € (A)  
ISBN 978-3-548-06043-9



James Hawes  
**Die kürzeste Geschichte Englands**  
14,99 € (D) | 15,50 € (A)  
ISBN 978-3-548-06504-5



- Japan ist absolutes Trendland – und das Interesse an japanischer Geschichte, Lebensweise und (Pop-)Kultur boomt
- Kompakt, unterhaltsam, informativ



**Christopher Harding**  
**Die kürzeste Geschichte Japans**  
Aus dem Englischen von Stephan Pauli  
Originaltitel: A Short History of Japan | Originalverlag: Pelican  
Deutsche Erstausgabe  
12 × 18,5 cm | ca. 256 S. | Broschur  
WGS 2943 (Sachbücher/Geschichte/Regionalgeschichte, Ländergeschichte)  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07440-5  
Erscheint am 26. März 2026



# Was Trash-TV mit unseren Beziehungen zu tun hat

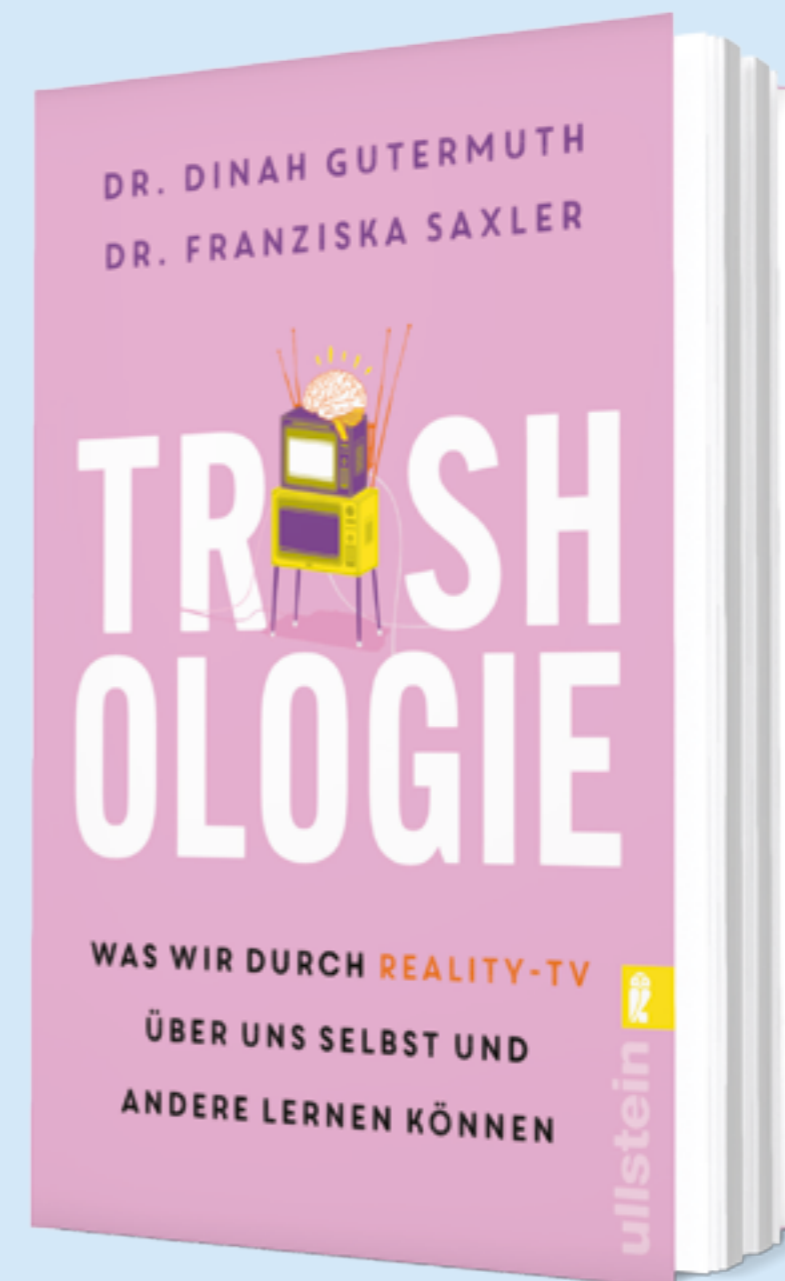
Warum bleiben Menschen in schlechten Beziehungen? Wieso beenden sie diese nicht? Warum betrügen sie ihre Partner? Antworten darauf finden sich, genau, ausgerechnet im Trash-TV. Die Macherinnen hinter dem erfolgreichen Podcast *Trashologinnen*, Franziska Saxler und Dinah Gutermuth, haben beide Psychologie studiert. Nun verwandeln sie ihr Fachwissen in ein spannendes Buch über die psychologischen Dimensionen im Reality-Fernsehen. Vom *Bachelor* bis *Love Island* analysieren sie, was diese Formate über Geschlechterrollen, Bindungsverhalten und Gruppendynamiken verraten. Dabei entstehen überraschende Erkenntnisse: Warum werden Frauen zu Pick me Girls? Wie funktioniert der »Will-and-Grace-Effekt«? Eine kurzweilige Lektüre, die Trash-TV endlich ernst nimmt. Saxler und Gutermuth öffnen die Augen für die Psychologie hinter dem Trash.



**Franziska Saxler**, geboren 1993, ist Psychologin, Autorin und Aktivistin. Sie beschäftigt sich mit den Mechanismen von sexueller Belästigung und betreibt interkulturelle Geschlechterforschung. Sie ist Co-Host des Podcasts *Trashologinnen*.

**Dr. Dinah Gutermuth** ist Psychologin und Expertin für Geschlechterstereotype und deren Einfluss auf unsere Selbst- und Fremdwahrnehmung. Nach ihrer Promotion forschte sie an der University of Exeter, seit 2024 ist sie in der Wissenschaftskommunikation tätig. Ihre Mission: komplexe psychologische Theorien verständlich und greifbar für ein breites Publikum zu machen.

- Millionen Zuschauer:innen von Reality-Formaten bekommen endlich die wissenschaftliche Einordnung ihres Lieblings-Guilty-Pleasure
- Die Autorinnen sind etablierte Expertinnen und erfolgreich mit ihrem Podcast *Trashologinnen*
- Die erste umfassende psychologische Analyse des Reality-TV-Phänomens



**Franziska Saxler, Dinah Gutermuth**  
**Trashologie**

Was wir durch Reality-TV über uns selbst und andere lernen können

Originalausgabe

12,1 × 18,5 cm | ca. 224 S. | Klappenbroschur

WGS 2933 (Sachbücher/Angewandte Psychologie)

**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**

ISBN 978-3-548-07448-1

Erscheint am 30. April 2026



# Eine revolutionäre Vision, um unsere Gesundheit zu optimieren – jetzt und in Zukunft

- Der Nr.1-Bestseller aus den USA – über 500.000 verkaufte Exemplare seit Erscheinen
- Ein bahnbrechender Ratgeber: Wie wir mehr Energie finden, Krankheiten vorbeugen und länger leben.



**Casey Means**

**Good Energy**

Der erstaunliche Zusammenhang zwischen Stoffwechsel und unerschöpflicher Gesundheit  
Aus dem Amerikanischen von Bernhard Ubberhorst  
Originaltitel: Good Energy | Originalverlag: Avery/Penguin Random House  
HC-Übernahme  
12 × 18,7 cm | ca. 512 S. | Broschur  
WGS 2461 (Ratgeber/Gesundheit/Ernährung)  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07413-9  
Erscheint am 28. Mai 2026



Der Schlüssel zu einer optimalen und langanhaltenden Gesundheit liegt in den Funktionen unseres Stoffwechsels – dem wichtigsten und bislang am wenigsten verstandenen Faktor für unser Wohlergehen. In ihrem bahnbrechenden Buch schildert die Wissenschaftlerin und Ärztin Dr. Casey Means, wie unsere Körperzellen gute Energie erzeugen und somit unserem Körper den essenziellen Treibstoff liefern, der unser Wohlbefinden positiv beeinflusst.

*Good Energy* verknüpft modernste Forschungsergebnisse mit persönlichen Erfahrungen und bietet einen Vier-Wochen-Plan, den man für eine optimale Gesundheit benötigt.

»Der beste tiefste Einblick in Krankheiten, die uns alle plagen, und was wir tun können, um sie zu heilen.«  
Jes-sie Inchauspé, **Bestsellerautorin von *Der Glukose-Trick***

**Dr. Casey Means** studierte an der Stanford Medical School Medizin und hielt als Dozentin Vorlesungen über metabolische Gesundheit und Gesundheitstechnologie. Sie ist Mitbegründerin von LEVELS, einem amerikanischen Unternehmen für Gesundheitstechnologie zur Überwindung der weltweiten Krise der Stoffwechselgesundheit.

**Calley Means** ist Mitbegründer von TrueMed und ein Befürworter einer Politik, die Anreize im Gesundheitswesen verändert. Er ist Absolvent der Stanford und Harvard Business School.

# Auf der Suche nach dem echten Leben

- Der SPIEGEL-Bestseller jetzt im Taschenbuch
- »Hubertus Koch ist lost – zwischen Liebe, Zweifeln und Wut. Dabei verliert er nie den Blick für die Schönheit in den kleinen Dingen des Lebens.« Louisa Dellert

Filmemacher Hubertus Koch dreht Reportagen in Kriegsgebieten, gibt Gas in den Medien, gewinnt Preise – und brennt dabei aus. Also haut er ab. Weit weg von zu Hause versucht er, sich selbst einzuholen, in Bosnien, Montenegro und Albanien, wo ihn niemand kennt und niemand etwas von ihm will. Doch die Fragen seines Lebens reisen mit ihm; unterwegs reflektiert er die Themen seiner Generation: die Bedeutung von Arbeit, die Täuschungen auf Social Media, Weltschmerz, Drogenexzesse und die Schwierigkeit, echte Beziehungen einzugehen.

»Eindringlich, schonungslos, pur. Ein dynamisches Wechselspiel zwischen Euphorie und Melancholie. An einer Stelle heißt es übers Reisen: Skip the Germans. Aber skipped nicht diesen Deutschen & lest sein Buch!«  
Tahsim Durgun

**Hubertus »Hubi« Koch**, Jahrgang 1989, ist Journalist, Podcaster, Autor und Filmemacher. Bekannt wurde er durch seine Syrien-Dokumentation *Süchtig nach Jihad* (2014), für die er 2016 den Deutschen Fernsehpreis erhielt. Koch veröffentlicht Filme und Formate sowohl auf seinen Social-Media-Kanälen als auch für ARD & ZDF.



**Hubertus Koch**

**Lost Boy**

Süchtig nach Leben  
HC-Übernahme  
12 × 18,5 cm | ca. 272 S. | Broschur  
WGS 2973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**13,99 € (D) | 14,40 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07420-7  
Erscheint am 30. April 2026



# Eine Liebe fürs Leben – die Fußballreihe bei Ullstein



Kein anderer Verein verkörpert die Extreme des deutschen Fußballs so sehr wie der 1. FC Kaiserslautern. Zwischen Meisterschaftsrausch und Abstiegsdrama, zwischen Euphorie und tiefer Enttäuschung – das Leben rund um den Betzenberg ist eine emotionale Achterbahnfahrt. Doch was macht diesen Klub so besonders? Es ist die unerschütterliche Treue seiner Fans, die in guten wie in schlechten Zeiten hinter ihrem Verein stehen. In einer Stadt, in der Fußball mehr als ein Spiel ist, wird jede Niederlage zur persönlichen Kränkung, jeder Sieg zum kollektiven Fest. Am eigenen Fandasein zeigt Christian Baron, wofür der FCK steht: der Underdog aus der strukturschwachen Provinz, der mit Herz, Haltung und wenig Mitteln den Großen die Stirn bietet.

Christian Baron • 1. FC Kaiserslautern • Eine Liebeserklärung  
Originalausgabe  
11,8 × 19,5 cm | 144 S. | Hardcover  
WGS 1971 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft,  
Wirtschaft/Biographien, Autobiographien)  
16,99 € (D) | 17,50 € (A) • ISBN 978-3-548-07465-8  
Erscheint am 30. Juli 2026



CHRISTIAN BARON, geboren 1985 in Kaiserslautern, lebt als freier Autor in Berlin. Nach dem Studium der Politikwissenschaft, Soziologie und Germanistik in Trier arbeitete er mehrere Jahre als Zeitungsredakteur. 2020 erschien bei Claassen sein literarisches Debüt *Ein Mann seiner Klasse*, wofür er den Klaus-Michael-Kühne-Preis und den Literaturpreis »Aufstieg durch Bildung« der noon-Foundation erhielt. Die von ihm zusammen mit Maria Barankow herausgegebene Anthologie *Klasse und Kampf* erschien 2021 bei Claassen.



MARKUS KAVKA, geboren 1967 in Ingolstadt, ist Journalist und Moderator. Nach Stationen beim Print und Radio startete er seine Musik-TV-Laufbahn 1995 bei VIVA. 1997 wechselte er zu VIVA ZWEI, von 2000-2009 war er Moderator und Producer bei MTV Germany. Nach weiteren Formaten bei Kabel Eins, ZDFkultur und Nitro ist er seit 2015 bei Deluxe Music zu sehen. Darüber hinaus ist er Radiomoderator, Buchautor, Podcaster und DJ.

Kein deutscher Fußballverein ist erfolgreicher, keiner hat mehr Fans, keiner wird vom Rest Fußballdeutschlands leidenschaftlicher gehasst: Der FC Bayern München spielt in einer Liga für sich. Moderator und Autor Markus Kavka ist seit seiner Kindheit mit Leib und Seele Fan des Vereins. In seinem Buch erzählt er, wie diese Liebe entstand, welche Höhen und Tiefen er erlebte, von dramatischen Spielen im Stadion und davon, wie er seinen Club gegen all diejenigen verteidigt, die ihn nicht ausstehen können.

Markus Kavka • FC Bayern München • Eine Liebeserklärung  
Originalausgabe • 11,8 × 19,5 cm | 144 S. | Hardcover  
WGS 1971 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft,  
Wirtschaft/Biographien, Autobiographien)  
16,99 € (D) | 17,50 € (A) • ISBN 978-3-548-07390-3  
Erscheint am 30. April 2026

# »Ein visionäres Werk von kaum ermesslicher Schönheit.« Elif Shafak

In fließender Prosa führt uns der englische Schriftsteller auf drei großen Reisen von hohen Gipfeln bis hinunter ans Meer. Zunächst blicken wir ins nördliche Ecuador, wo ein einzigartiger Nebelwald und seine Flüsse durch den Abbau von Gold bedroht sind. Auf der zweiten Reise erleben wir den verzweiferten Kampf, der in Südindien zur Rettung versehrter Flüsse, Bäche und Lagunen ausgefochten wird. Und zuletzt entdecken wir den Nordosten Québecs, wo sich eine Flussrechte-Kampagne für den Wildfluss Mutehekau Shipu einsetzt, um den Bau eines Staudamms zu verhindern. In seinem neuesten Buch verwebt Robert Macfarlane faszinierende Kultur- und Naturgeschichte mit literarischer Reportage und einem dringlichen Aufruf zum Handeln – und schafft dabei ein erzählerisch einzigartiges Leseerlebnis, das lange nachwirkt.



© Privatschiv Robert Macfarlane

»Allein mit sich und dem Wasser, schreibt Robert Macfarlane eine herrliche Prosa, in der man wie in einem Fluss baden kann.« *Wienland Freund, DIE WELT*

»Keiner denkt konsequenter über Landschaft nach und darüber, was sie mit uns Menschen macht und wir mit ihr.« *Neue Zürcher Zeitung*

»Ein zutiefst menschliches Werk über Trauer, Verbundenheit und die tragende Kraft der Wildnis.« *Deutschlandfunk Kultur*

**Robert Macfarlane** gilt als bedeutendster Naturschriftsteller der Gegenwart. Seine Bücher *Berge im Kopf*, *Karte der Wildnis* und *Alte Wege* wurden allesamt Bestseller und sind mehrfach ausgezeichnet worden. Sein Buch *Im Unterland* bekam den NDR-Kultur-Sachbuchpreis 2019. Im Jahr 2017 verlieh ihm die American Academy of Arts and Letters den E.M. Forster Prize for Literature.



Robert Macfarlane  
**Berge im Kopf**  
Die Geschichte einer Faszination  
17,99 € (D) | 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-548-06953-1



Robert Macfarlane  
**Alte Wege**  
Eine Reise zu Fuß  
17,99 € (D) | 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-548-06952-4



- Dieses Buch wird Ihren Blick auf unsere Natur und Umwelt verändern!
- Platz 1 der Sachbuch-Bestenliste von ZDF, Deutschlandfunk Kultur und DIE ZEIT
- »Der wichtigste zeitgenössische Vertreter des Nature Writing« *Süddeutsche Zeitung*



## Robert Macfarlane **Sind Flüsse Lebewesen?**

Wie Gewässer die Welt formen, unser Denken prägen und unsere Zukunft beeinflussen

Aus dem Englischen von Frank Sievers und Andreas Jandl

Originaltitel: Is a River Alive? | Originalverlag: Hamish Hamilton

HC-Übernahme

13,6 × 20,5 cm | ca. 416 S. | Klappenbroschur

WGS 1369 (Reiseberichte, Reiseerzählungen/Welt, Arktis, Antarktis)

**18,99 € (D) | 19,60 € (A)**

ISBN 978-3-548-07424-5

Erscheint am 28. Mai 2026



# Der Weg aus Angst und Panik – Der SPIEGEL-Bestseller für mentale Gesundheit und Glück

Fast 30 Jahre litt Christina unter Ängsten, die 2016 in einem Burn-out gipfelten. Gemeinsam mit Ärzten, Psychologen und Psychotherapeuten lernte sie in den darauffolgenden Jahren, wie und warum sie entstehen und – das Wichtigste: wie man sie wieder loswird! Die 33 entscheidenden Sätze, die Christina Hillesheim bis heute im Alltag unterstützen, hat sie gesammelt, um Betroffenen mit konkreten Tipps, Gedanken und Übungen bei Angst und Panik zu helfen.

EIN UNVERZICHTBARER WEGWEISER, UM ANGST UND PANIKATTACKEN ZU ÜBERWINDEN!



**Christina Hillesheim**, geboren 1982, ist Diplom-Soziologin, Online-Unternehmerin, Bestseller-Buchautorin und betreibt den erfolgreichen Instagram-Kanal @happydings. Über ihren Burn-out schrieb sie den Spiegel-Bestseller *Entspannt statt ausgebrannt*. Heute lebt die 43-Jährige angstfrei und glücklich mit ihrer Familie in Bad Kissingen und begleitet Menschen auf ihrem Weg in ein selbstbestimmtes, glückliches und freies Leben. Mehr Informationen zur Autorin: [www.happydings.net](http://www.happydings.net).

- Paperback-Ausgabe: 30.000 verkaufte Exemplare
- SPIEGEL-Bestsellerautorin mit erfolgreichem Instagram-Kanal @happydings: über 200.000 Follower:innen
- Dieses praktische Anti-Angst-Handbuch vereint Experten-Wissen und persönliche Erfahrungen einer Ex-Betroffenen



**Christina Hillesheim**  
**Sag deiner Angst, sie kann gehen!**  
 33 Sätze gegen Angst und Panik  
 Button: Happydings  
 HC-Übernahme  
 12 × 18,7 cm | ca. 240 S. | Broschur  
 WGS 2480 (Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag)  
**13,99 € (D) | 14,40 € (A)**  
 ISBN 978-3-548-07415-3  
 Erscheint am 25. Juni 2026



# Der SPIEGEL-Bestseller jetzt im Taschenbuch

Aktualisiert und erweitert mit einem neuen Nachwort von Jutta Allmendinger

»Ein erhellender Frontbericht über das, wie in Männerrunden über Feminismus gesprochen wird.« *Focus*



**Vincent-Immanuel Herr, Martin Speer**  
**Wenn die letzte Frau den Raum verlässt**  
 Was Männer wirklich über Frauen denken  
 HC-Übernahme  
 12 × 18,5 cm | ca. 208 S. | Broschur  
 WGS 2973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
 ISBN 978-3-548-07427-6  
 Erscheint am 25. Juni 2026



Männer sprechen oft unreflektiert über Sexismus, Gender und Quoten, wenn sie unter sich sind. Weil sie kaum geschlechterspezifische Diskriminierung erleben, unterschätzen die meisten Männer die Problemlage maßlos und wittern Übertreibung oder gar Ausnutzung, wenn Frauen Veränderung einfordern. Das Buch analysiert die Gedanken- und Sorgenwelt von Männern, entkräftet ihre Argumente und liefert einen Plan, wie wir sie zu Verbündeten im Einsatz für Geschlechtergerechtigkeit machen können.

»Die Gleichstellung der Geschlechter können wir nur gemeinsam erreichen. Herr & Speer leisten seit Jahren wichtige Arbeit, um aufzuzeigen, wo die Widerstände bei Männern liegen und wie wir sie als Partner für die Gleichstellung gewinnen können.« Jutta Allmendinger

**Vincent-Immanuel Herr** (geboren 1988) und **Martin Speer** (geboren 1986) sind Autoren und Berater. Gemeinsam setzen sie sich als HERR & SPEER für eine geschlechtergerechte Gesellschaft und das vereinte Europa ein. Sie wirken als HeForShe-Botschafter für UN Women Deutschland, wurden 2022 von der Bundesregierung in den Gender Equality Advisory Council der G7-Staaten berufen und begleiten DAX-Konzerne, Mittelständler und Behörden. Ihre Texte erscheinen u.a. im *Spiegel* und der *Zeit* und wurden von der *Süddeutschen Zeitung* geadelt als »Feminist:innen, die man kennen sollte«.

# DAS Buch, das Merz erklärt — jetzt aktualisiert im Taschenbuch

In einer Zeit, in der autoritäre Regime an Einfluss gewinnen, wünschen sich viele Menschen einen Konservatismus, der das Land stabilisiert, aber auch dem rechten Rand die Stirn bietet. Ist Friedrich Merz ein solcher Konservativer? Wie hat sich seine bisherige Politik als Bundeskanzler bewährt, national wie international? Mariam Laus Porträt macht die vielen, mitunter widersprüchlichen Facetten des neuen Regierungschefs greifbar und zieht eine Bilanz des ersten Jahres seiner Kanzlerschaft.

»Mariam Lau verbindet den Mut zum klaren Urteil mit der Tugend des nüchternen Abwägens.« Matthias Alexander, *Frankfurter Allgemeine Zeitung*

**Mariam Lau**, 1962 geboren in Teheran, ist in Berlin aufgewachsen. Nach dem Studium der Amerikanistik in Berlin und Bloomington, Indiana, arbeitete sie bei der *taz* und der *Welt*, bevor sie in die Politikredaktion der *ZEIT* wechselte. Ihre Schwerpunkte sind Konservatismus, CDU, AfD und Migrationspolitik.



**Mariam Lau**  
**Merz**  
 Auf der Suche nach der verlorenen Mitte  
 HC-Übernahme  
 12 × 18,5 cm | ca. 336 S. | Broschur  
 WGS 2972 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Politik)  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
 ISBN 978-3-548-07428-3  
 Erscheint am 25. Juni 2026



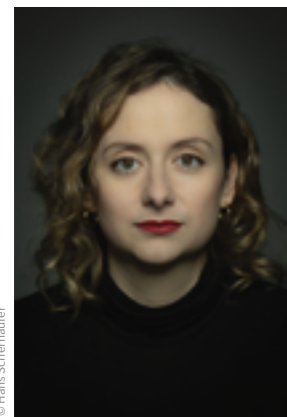
# Wie ich versuche, meine Kinder feministisch zu erziehen – und ständig daran scheitere

Die Tochter will nur mit Barbies spielen, die aussehen wie wandelnde Essstörungen. Der Sohn träumt davon, wie sein Fußballidol zu werden – der nur leider wegen Gewalt gegen Frauen vor Gericht steht. Oder gleich Gangster-Rapper. Na ganz toll. Willkommen im Alltag einer ganz normalen Familie, in der die Eltern klischeefrei erziehen wollen – und dann der Alltag dazwischen kommt! Autorin und Mutter Alexandra Zykunov erzählt, wie das Patriarchat auch vor aufgeklärten Eltern nicht Halt macht, was zur Hölle man antworten soll, wenn der Teenie-Sohn plötzlich sexistische Witze reißt und die Tochter sich mit acht Jahren »zu dick« findet. Mit gnadenloser Ehrlichkeit und ihrem typisch wütend-witzigen Ton schreibt die Bestsellerautorin über die täglichen Kämpfe unzähliger Eltern zwischen Anspruch und Realität. Ein Buch für alle, die wissen: Feministische Erziehung ist verdammt schwer, mit Kindern über patriarchale Kackscheiße zu sprechen noch schwerer. Doch beides zahlt sich am Ende aus. Also, hoffentlich.

## Pressestimmen zu *Wir sind doch alle längst gleichberechtigt!*

»Ein Buch zum Thema Gleichberechtigung, das jede Frau lesen sollte.« ELLE

»Alexandra Zykunov legt mit ihrem Buch den Finger in die Wunde.« SR2 KulturRadio



**Alexandra Zykunov**, geb. 1985, ist Journalistin, Herausgeberin und SPIEGEL-Kolumnistin für feministische und gesellschaftliche Themen und Autorin des Bestsellers *Wir sind doch alle längst gleichberechtigt!*. Seit Jahren hält sie als Speakerin Keynotes in Unternehmen und vor politischen Akteur:innen zu Themen wie Feminismus, Care-Arbeit oder Gender Bias und ist als @alexandra\_\_\_z eine reichweitenstarke Stimme auf Social Media.



Alexandra Zykunov  
**"Wir sind doch alle längst gleichberechtigt!"**  
25 Bullshitsätze und wie wir sie endlich zerlegen  
**12,99 € (D) | 13,40 € (A)**  
ISBN 978-3-548-06533-5



Alexandra Zykunov  
**»Was wollt ihr denn noch alles?!«**  
Zahlen, Fakten und Absurditäten über unsere ach-so-tolle Gle...  
**15,99 € (D) | 16,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-06824-4



- Bestsellerautorin Alexandra Zykunov mit ihrem bisher persönlichsten Buch
- Wo feministische Erziehung und digitale Realität aufeinandertreffen
- Medienauftritte zum Erscheinen



Alexandra Zykunov  
**Aber patriarchale Kackscheiße darf man schon sagen, oder?**  
Bekenntnisse einer feministischen Mutter  
Originalausgabe  
12 × 18,5 cm | ca. 224 S. | Broschur  
WGS 2973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07394-1  
Erscheint am 27. August 2026



# Genial daneben!



© Jonas Thiel



© Carina Wendland

**Lena Greiner**, Jahrgang 1981, stammt aus Hamburg. Sie studierte Politikwissenschaft und Internationale Beziehungen in Hamburg, Berlin und Washington, DC. Seit 2013 ist sie Redakteurin beim SPIEGEL, war Leiterin des Ressorts Bildung und verantwortete bis 2023 das Projekt »Globale Gesellschaft« im Auslandsressort. Heute arbeitet sie im Ressort »Redaktionelle Entwicklung«.

**Carola Padtberg**, geboren 1976 im Rheinland, studierte Englische Literatur, Germanistik und Politik in Bonn und London. Sie ist seit 2005 Redakteurin beim SPIEGEL, seit 2016 im Ressort Kultur. Die Mutter von drei Kindern lebt und arbeitet in Hamburg.

Wie heißen die Nachkommen des Rehs? Reh Kids. Welches Gebirge trennt Europa und Asien? Das Oralgebirge. Solche Schülerantworten sorgen bei vielen Menschen nicht nur für Kopfschütteln, sondern vor allem für große Belustigung – das beweisen die fast 400.000 verkauften Exemplare der Einzelbände. Aus Hunderten Zuschriften an den SPIEGEL versammelt dieser Doppelband die besten Stilblüten, Fehler und Ausreden.



Lena Greiner, Carola Padtberg  
**Verschieben Sie die Deutscharbeit - mein Sohn hat Geburtstag & Ich muss mit auf Klassenfahrt - meine Tochter kann sonst nicht schlafen**  
Das große Buch über Helikopter-Eltern  
**9,99 € (D) | 10,30 € (A)**  
ISBN 978-3-548-06145-0

- Zwei Bestseller zum Preis von einem – endlich der große Doppelband!
- Beide Titel waren wochenlang unter den Top 5 der SPIEGEL-Bestsellerliste



Lena Greiner, Carola Padtberg  
**Nenne drei Nadelbäume: Tanne, Fichte, Oberkiefer & Nenne drei Hochkulturen: Römer, Ägypter, Imker**  
Die witzigsten Schülerantworten im großen Doppelband  
Sonderausgabe  
12 × 18,5 cm | ca. 464 S. | Broschur  
WGS 2185 (Belletristik/Comic, Cartoon, Humor, Satire/Humor, Satire, Kabarett)  
**14,99 € (D) | 15,50 € (A)**  
ISBN 978-3-548-07451-1  
Erscheint am 26. Februar 2026

Bei  
Fragen, Wünschen  
und Bestellungen  
wenden Sie sich bitte  
an Ihre Ansprech-  
partner:innen



## IHRE AUSLIEFERUNG

### AUSLIEFERUNG DEUTSCHLAND

Zeitfracht Medien GmbH  
Industriestr. 23  
70565 Stuttgart

### RÜCKSENDUNGEN

Distribbook / Zeitfracht Medien GmbH  
Remittendenabteilung VA  
Ferdinand-Jühlke-Str. 15  
99095 Erfurt

### Service- und Bestellhotline:

Tel. (0711) 7860 2254  
<https://service.zeitfracht.de>

### AUSLIEFERUNG ÖSTERREICH

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH  
Sulzengasse 2  
A-1230 Wien

Tel. (01) 680-14-0  
[bestellung@mohrmorawa.at](mailto:bestellung@mohrmorawa.at)

### AUSLIEFERUNG SCHWEIZ

Buchzentrum AG  
Industriestrasse Ost 10  
CH-4614 Hägendorf

Tel. (062) 209-25 25  
[kundendienst@buchzentrum.ch](mailto:kundendienst@buchzentrum.ch)

**Ihre aktuellen Lieferinformationen,  
Lageraufnahmeformulare  
und weitere Informationen finden  
Sie unter [www.ullstein.de](http://www.ullstein.de)**

Preisänderungen und Irrtümer vorbehalten.  
Stand November 2025. Die Preise in österreichischen € wurden von unserem Auslieferer als sein gesetzlicher Letztverkaufspreis in Österreich angegeben.

**Hinweis:** Befinden sich die zurückgesandten Verlagsprodukte nicht mehr in neuwertigem Zustand, so ist der Verlag berechtigt, den Gutschriftbetrag dem Wiederverkaufswert entsprechend zu kürzen. Die Kosten der Rücksendung trägt der Absender.



Alle Titel finden Sie  
als kostenfreies  
digitales Lesexemplar  
unter [www.netgalley.de](http://www.netgalley.de)

