



Sachbuch

Frühjahr 2026



ullstein PROPYLÄEN
Econ

ullstein extra
allegria

ullstein Taschenbuch

ullstein



4

Alice Hasters
Anti Opfer



14

Markus Gabriel
Ethische Intelligenz



8

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



16

**Giulia Enders,
Jill Enders (III.)**
Organisch
English Edition



10

David Hugendick
Jetzt sag doch
endlich was



18

Jürgen W. Mueller
Das Jahr im Bild 2025



12

Christine Webb
Der arrogante Affe



20

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



ALICE HASTERS ist eine der präzisesten 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

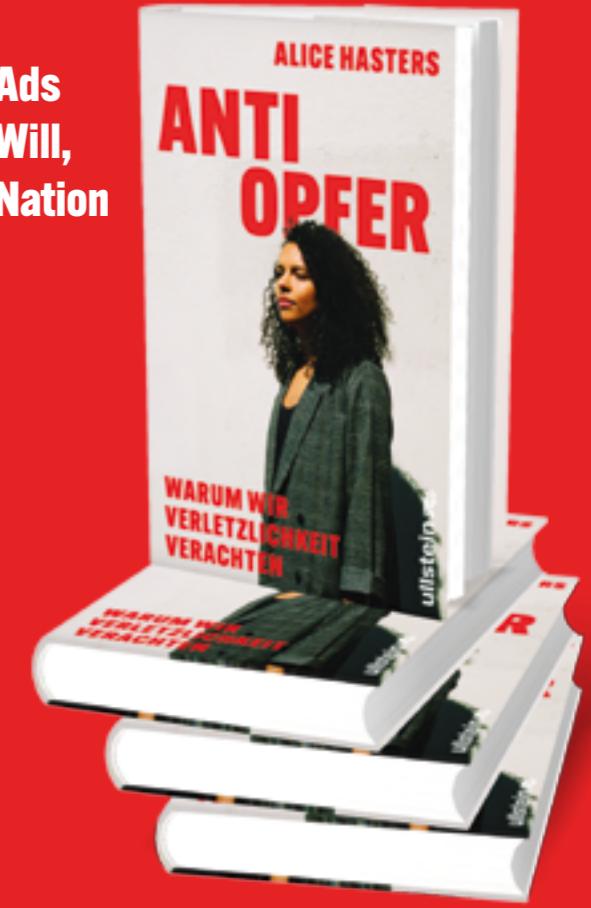


Ads
in politischen
Umfeldern

DIE ZEIT
Frankfurter Allgemeine
ZEITUNG FÜR DEUTSCHLAND
der Freitag
Die Wochenzeitung

taz

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?

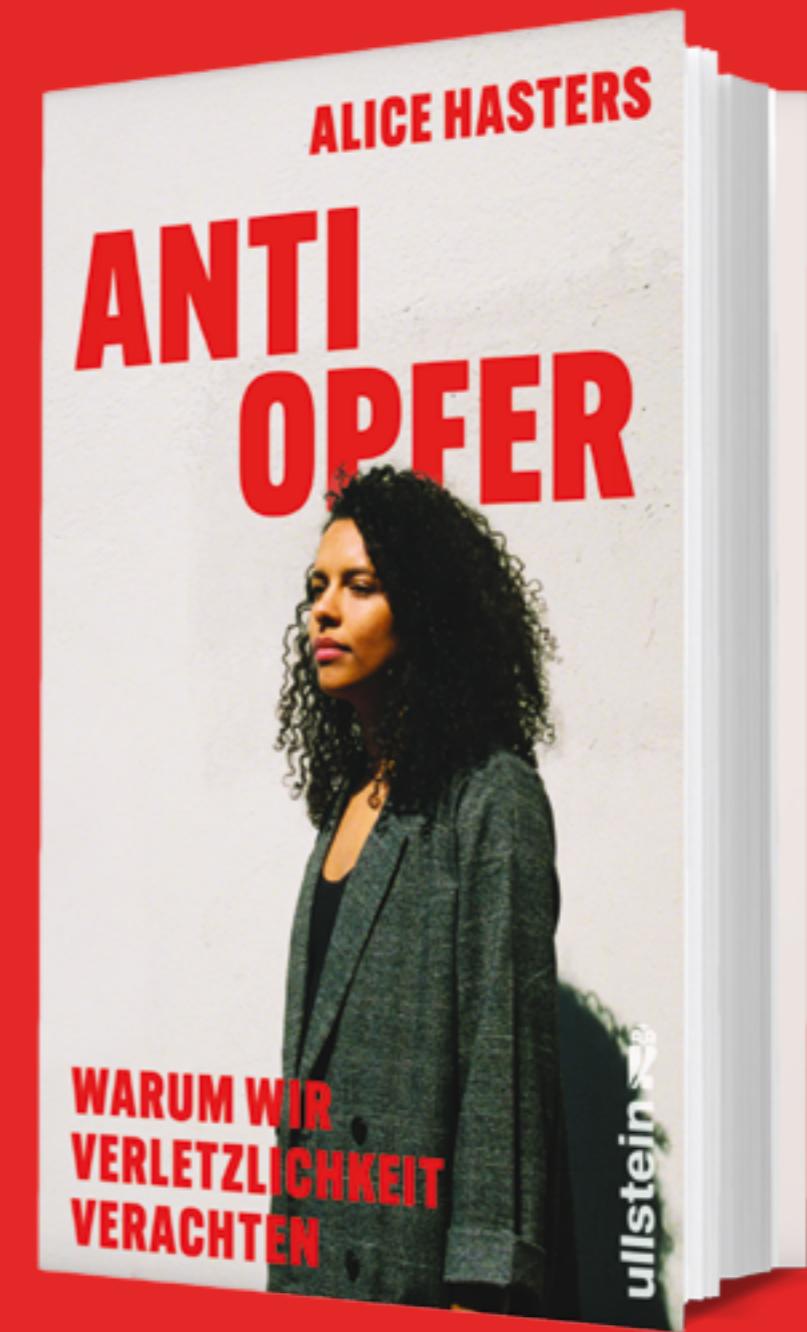
In ihrem neuen Buch beschreibt Alice Hasters einen medial verstärkten kulturellen Wandel, der nicht zufällig mit einem Aufschwung von Autoritarismus und Faschismus einhergeht. Doch auch diese Systeme brauchen »Opfer«: vermeintlich fragile, verwundbare Figuren, die es zu schützen gilt, um die Politik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

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 Waldohreule –, 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.



© Ursula Salys

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.



9 783546 068527



9 783546 074245

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.

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.

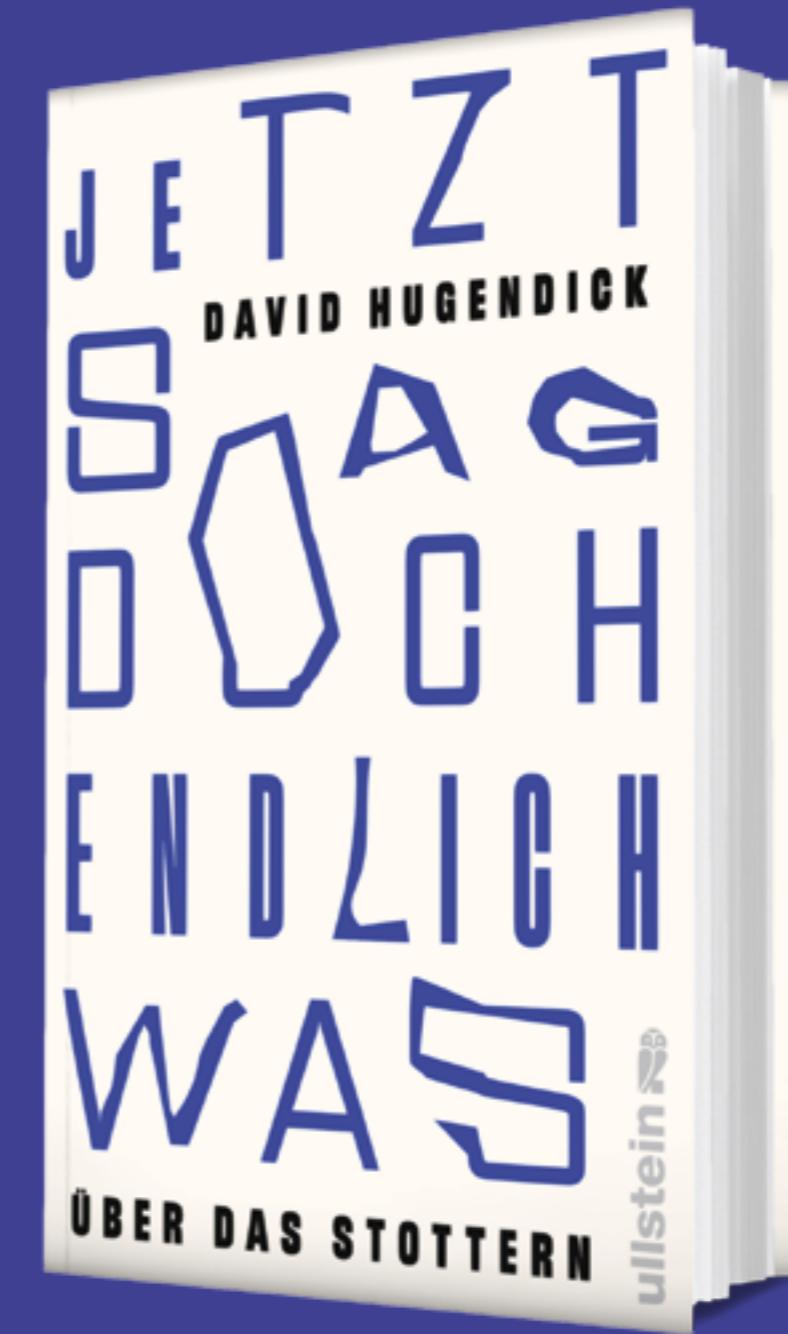
»David Hugendick stottert. Und so seltsam das klingen mag: Für uns ist das ein Geschenk. Sonst hätte er dieses famose Buch nicht geschrieben und wir hätten ein famoses Buch weniger, das ein Lob auf das Sprechen selbst ist und eine Coming-of-Age-Geschichte in den nordwestdeutschen Achtzigern. Jetzt kommen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



© Annika Nagel

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.

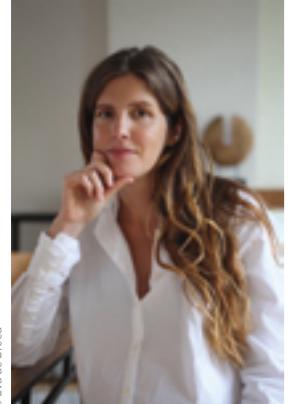
- Ein erhellender Blick auf das Stottern
- Hinterfragt mit Humor und Tiefgang unsere ständige Angst vor Pausen
- Ein kluges Plädoyer für ein Innehalten in einer rastlosen Welt



David Hugendick
Jetzt sag doch endlich was
Über das Stottern
Originalausgabe
12,8 x 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



© Eva de Bredt

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 vor gestellt.

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 Prärehunde 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.

- 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



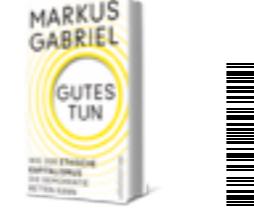
© Lehmbruck Museum

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.

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.

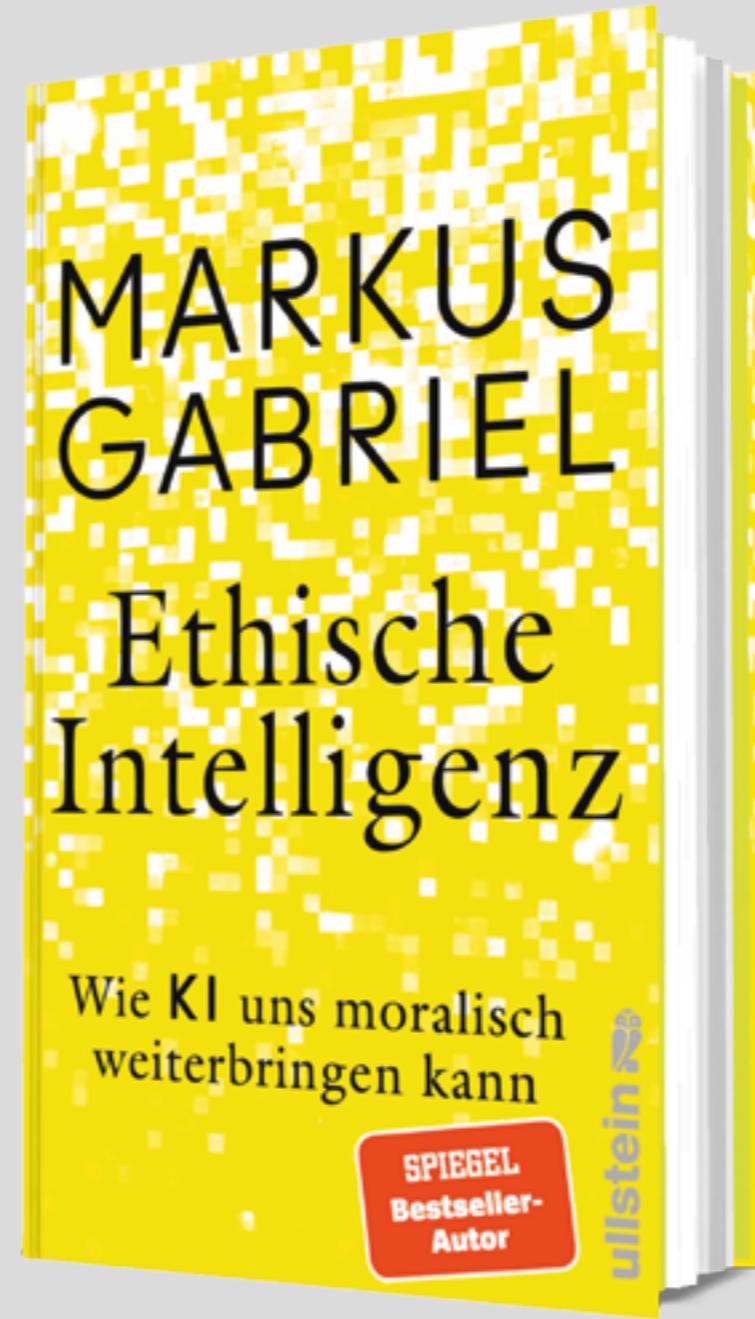


Markus Gabriel
Moralischer Fortschritt in dunklen Zeiten
Universale Werte für das 21. Jahrhundert
13,99 € (D) | 14,40 € (A)
ISBN 978-3-548-06509-0



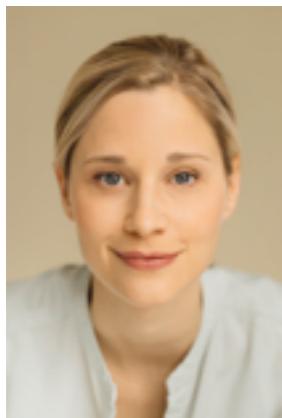
Markus Gabriel
Gutes tun
Wie der ethische Kapitalismus die Demokratie retten kann
22,99 € (D) | 23,70 € (A)
ISBN 978-3-550-20311-4

- 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 x 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

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.



© Julia Sellmann

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.

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.



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



9 783550 201776

- 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 risikante 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



© Benjamin Zirner

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 Kranke 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 x 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



30

Madeline Potter
Die Roma



26

John Cassidy
Der Kapitalismus und
seine Kritiker



32

Hiram Kümper
Mythos 1776



28

**Gisela Graichen,
Matthias Wemhoff**
Dschingis Khan



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 Malmann

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: Ploskay

- | 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 x 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



© Nancy Tamaddon

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.Com.* (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.

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*

- | 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 x 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

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 ermöglichen die Erfolgsgeschichte der Seidenstraße. Unter seinen Nachfahren drangen mongolische Reiterheere bis nach Wien und kurz vor Berlin vor.



© Andreas Henkel / MVF Museen Berlin

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 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.



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



9 783549 100653

- 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)
- Fernsehauftritte, Interviews und Veranstaltungen zum Erscheinen



Gisela Graichen, Matthias Wemhoff
Dschingis Khan
 Der Fürst des Unermesslichen
 Originalausgabe
 13,6 x 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*



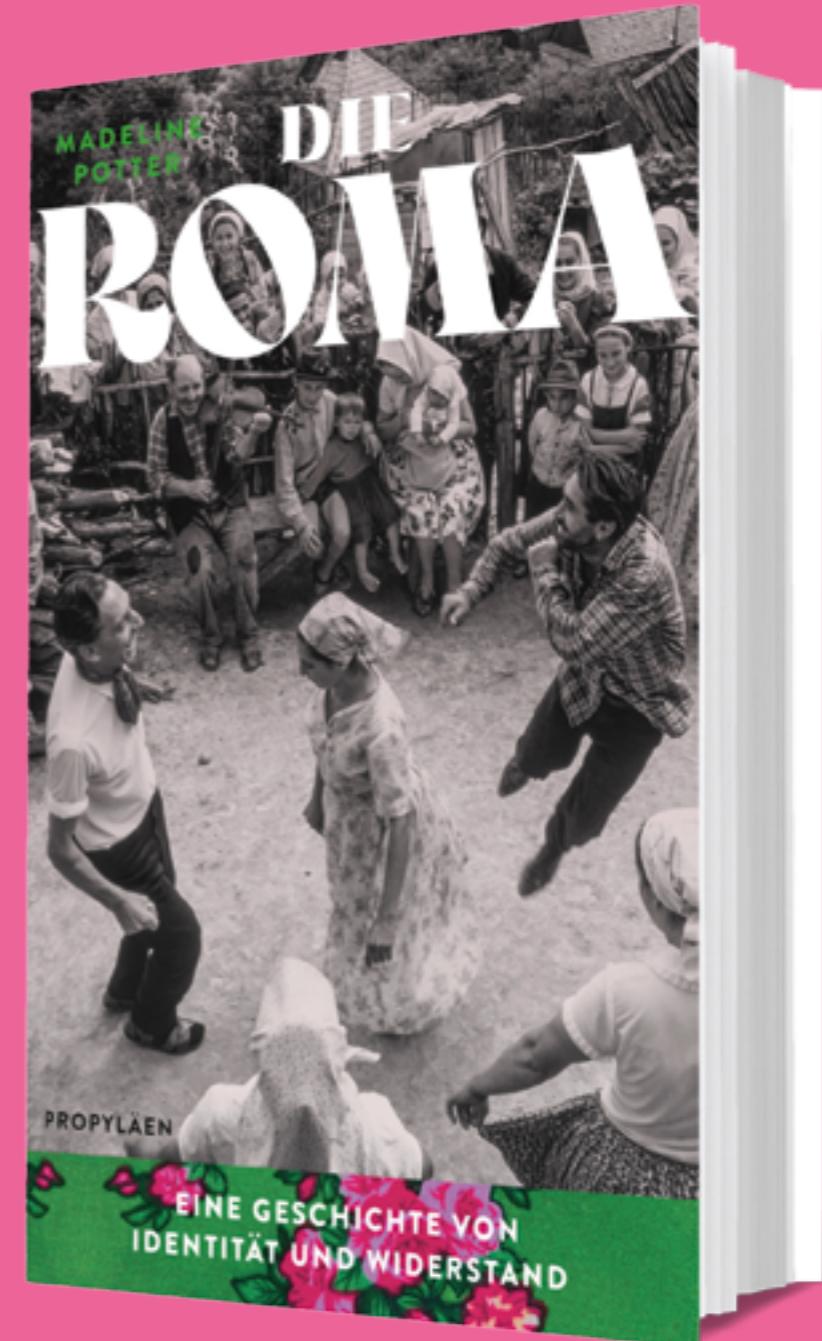
© Martin Potter

»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 Flamenco-tänzerin 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 jahrhundertelang überdauern konnte. Vor allem aber feiert sie die Stärke und Ausdauer der Roma, ihre Fähigkeit zum Widerstand und zum Überleben.

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.

- 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 x 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 Kümper 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 »Fleischtöpfen« 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.



© Alexander Münch

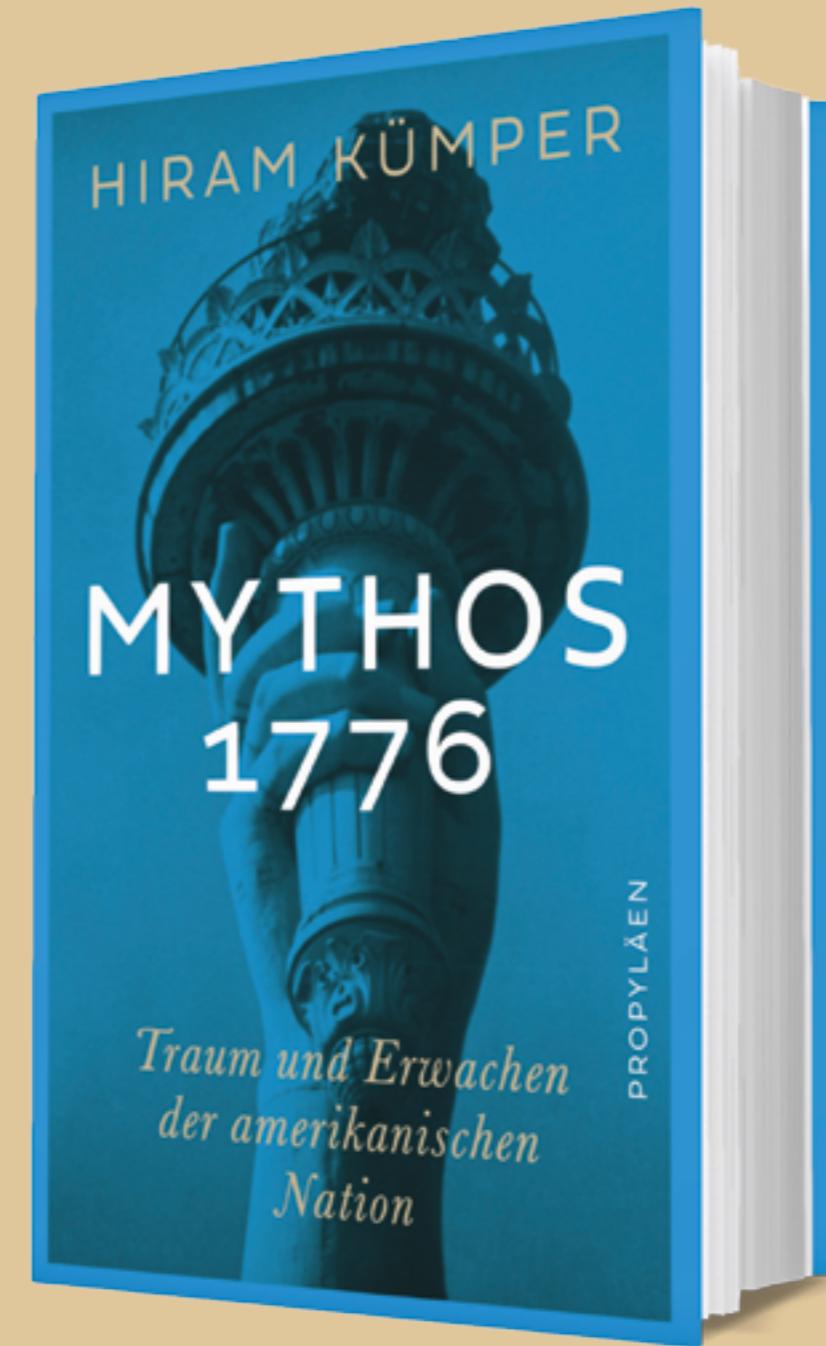
Hiram Kümper, geboren 1981 in Bochum, ist Professor für Geschichte des Spätmittelalters und der Frühen Neuzeit und hat die Carl-Theodor-Stiftungsprofessur an der Universität Mannheim inne. Bei Propyläen erschien sein vielbesprochenes Buch *Der Traum vom Ehrbaren Kaufmann* über das mittelalterliche Handelsnetzwerk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



Hiram Kümper
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 Kümper
Mythos 1776
Traum und Erwachen der amerikanischen Nation
Originalausgabe
13,8 x 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



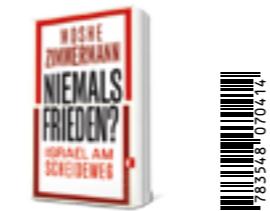
© Moshe Zimmermann

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.

»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 Kippunkt, 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?

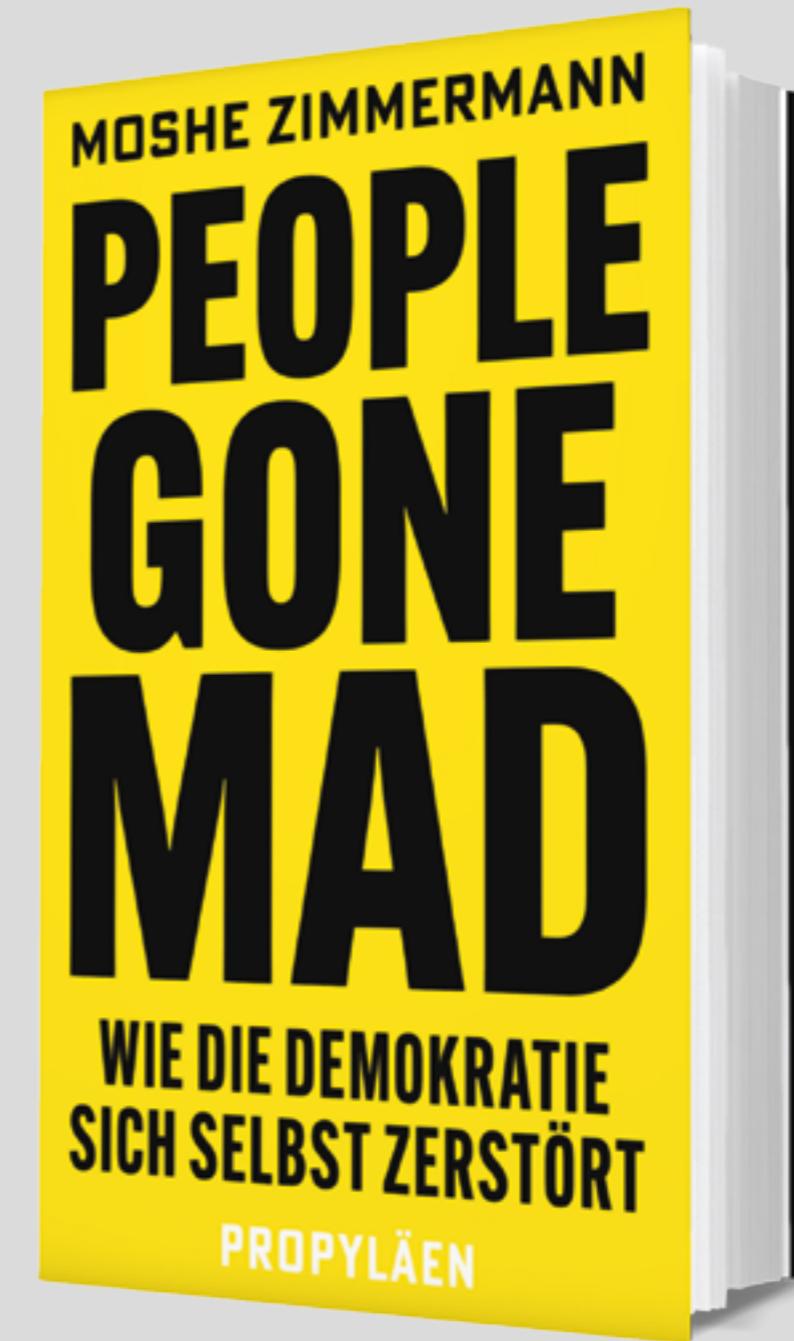
Angesichts einer bedrohlichen Gegenwart unter einer wachsenden Zahl von autoritären Regimen analysiert Moshe Zimmermann markante historische Beispiele wie die Dreyfus-Affäre in Frankreich, den McCarthyismus in den USA, die Weimarer Republik in Deutschland und die Umdeutung des Zionismus in Israel. Der 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
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

44



Marc Hinzmann
Leben und
sterben lassen

40



Liya Yu
Hirn statt Moral

46



**Unlearn
Business Lab**
Unlearn Leadership

42



Roderich Kiesewetter
Was wollen wir?
Was können wir?

48



Florian Hörring
Finance Made Simple

Lässt sich unser Gesundheitssystem noch retten?



© Hans Schenck

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.



© Tomek Sauer

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

Prof. Dr. Ingo Froböse

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.



© 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 x 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 Belongoya

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



Liya Yu
Hirn statt Moral
Warum nur Neuropolitik den gesellschaftlichen Zusammenhalt sichert
Originalausgabe
12,8 x 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?



© 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 zukunftsähnliche Sicherheitspolitik.

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

- | 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 Evakuierungsflieger 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 schmerhaft selbstkritischen Blick.



© Torsten Thiemann

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

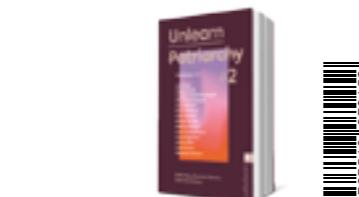
Es sollte mittlerweile selbstverständlich sein, dass wir Arbeit so gestalten, dass sie uns gut tut – egal ob wir führen oder mitarbeiten. Doch häufig scheint das im Spannungsverhältnis zu dem Erfolg des Unternehmens, des eigenen Teams oder des eigenen, persönlichen Wohlergehens zu stehen. Sogar diejenigen, die etwas Neues wagen, die menschenzentriert, nachhaltig und wirksam arbeiten wollen, kommen immer wieder an ihre Grenzen. New Work, Selbstorganisation, Holokratie –, 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 Zykonov (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



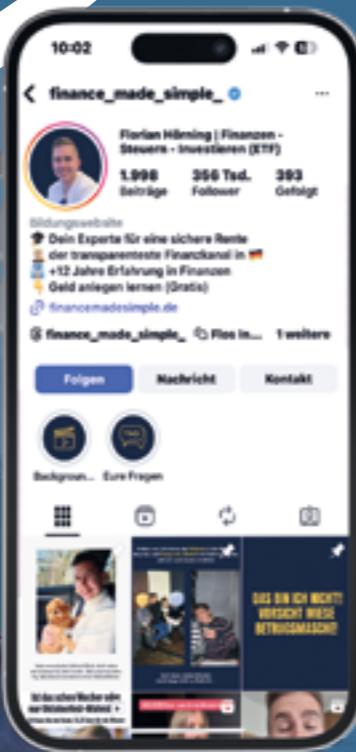
Lisa Jaspers (Hg.), Naomi Ryland (Hg.)
Unlearn Patriarchy
Mit Beiträgen von Madeleine Alizadeh, Teresa Bücker, Kübra G...
14,99 € (D) | 15,50 € (A)
ISBN 978-3-548-06860-2

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



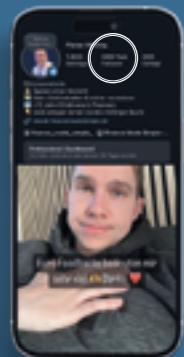
**Unlearn Business Lab
Unlearn Leadership**
Die größten Irrtümer über Hierarchie, Autorität und Leistung
Originalausgabe
12,8 × 20,9 cm | ca. 272 S. | Hardcover
WGS 1973 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft)
22,99 € (D) | 23,70 € (A)
ISBN 978-3-430-21215-1
Erscheint am 29. Januar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

Florian Hörning macht Finanzen einfach



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



TikTok



Beliebter Guest in Talkshows

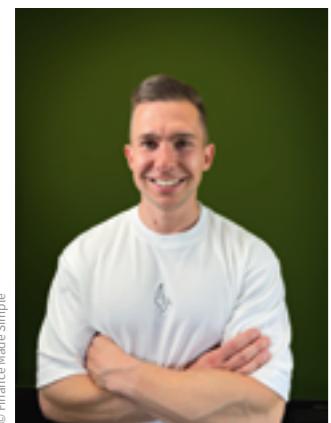


Finfluencer mit über 1 Mio. Follower

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 Sparsens 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 großen Community verholfen.« Podcast Nicht labern, MACHEN!



© Finance Made Simple

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 

54

Lea Korsgaard

Das Jahr
der Schmetterlinge



60

Dr. Tommy Wood

Wach im Kopf



58

Frida Ramstedt

Design für Draussen



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**

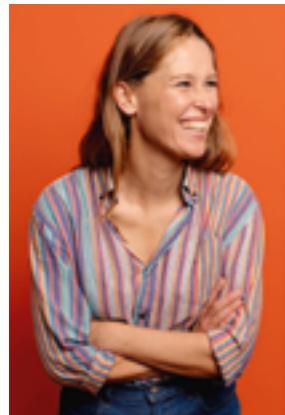
**Exklusive
Buchpremiere
in Berlin**



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?



© Nicoline Ørstedov Westh

„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

Lea Korsgaard (geb. 1979) ist Journalistin, Autorin, Mitbegründerin und Chefredakteurin von *Zetland*, einer preisgekrönten dänischen, digitalen Nachrichtenplattform, und Vorstandsvorsitzende 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*



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!



© Jonas Hall

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



9 783548 064103



9 783548 932577

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 x 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 x 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.

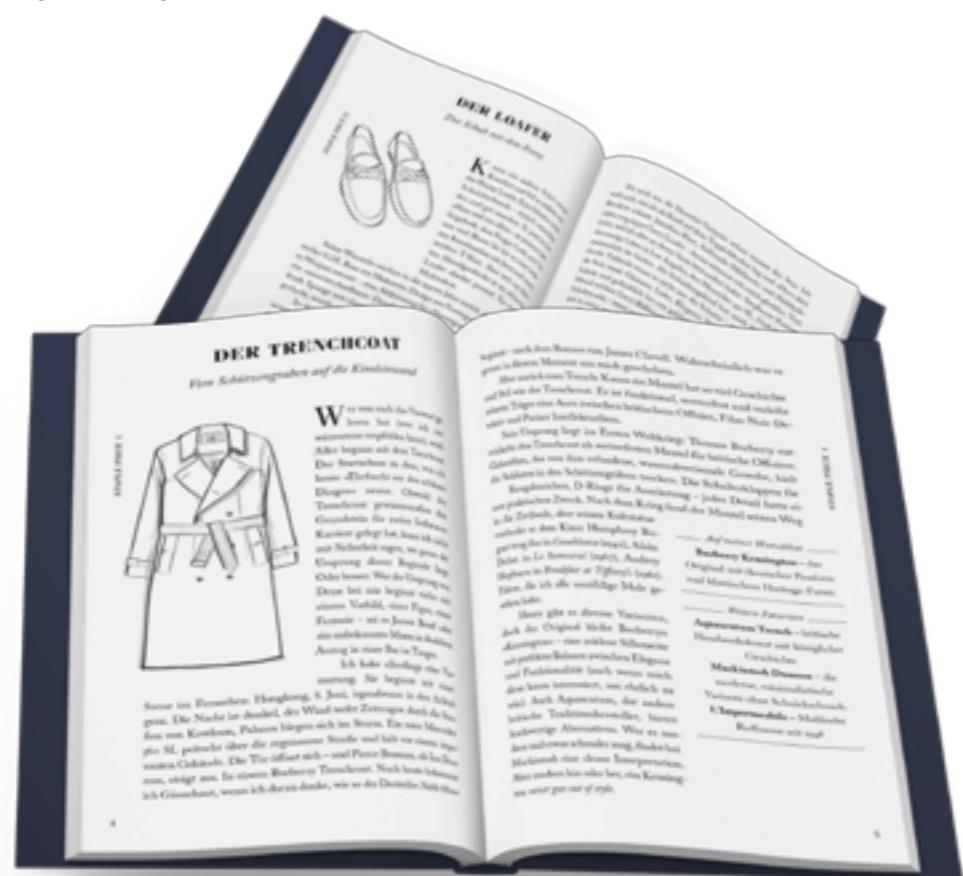
Was macht den Unterschied zwischen einem gut angezogenen Mann und einem Mann mit Stil? Ben Bernschneider kennt die Antwort – und sie beginnt bei den Staple Pieces. In diesem Buch versammelt der Autor, Fotograf und Stil-Influencer die 100 unverzichtbaren Stücke einer Herregarderobe – von der Barbour-Jacke 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 Modelehre, 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.



© Rike Bernschneider/Fehrs

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 todchicken – 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 Precht



Ben Bernschneider, Bernadette Precht (Ill.)
100 Staple Pieces
Die Wunschliste des modernen Gentleman
Originalausgabe
14,8 x 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

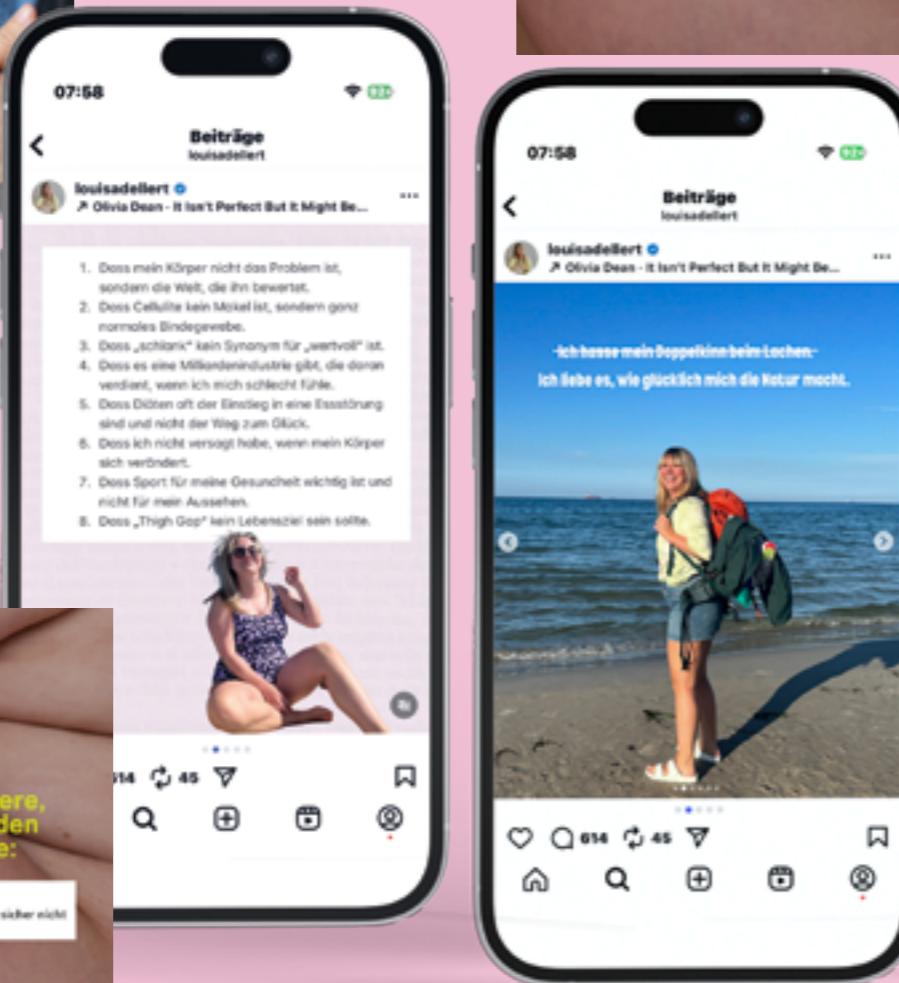
Maxine Reuker
Mental Health Journal



72

Yoo Min Ji
So geht Glück

Eine starke Stimme gegen falsche Schönheitsideale



Große Social- Media-Kampagne



TikTok

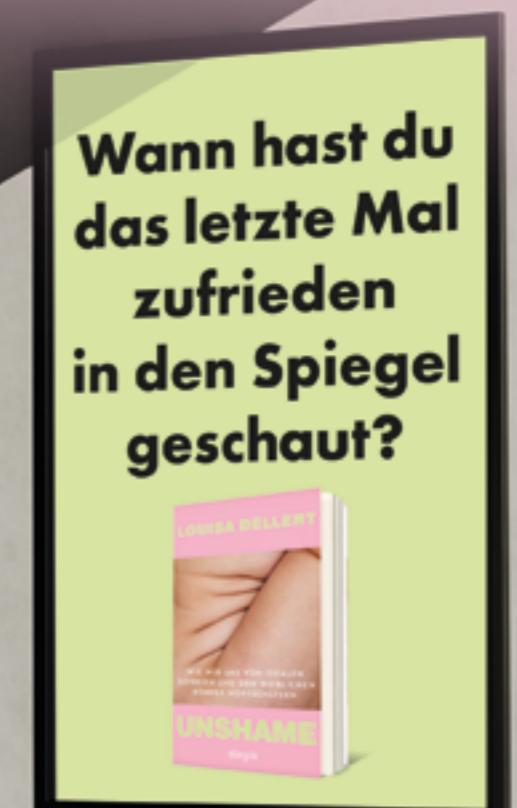
VORAB
LESEN NetGalley

Kooperationen mit Content-Creator:innen

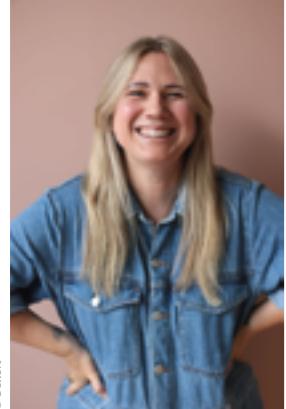
Werbung in Fitnessstudios



Out-of-Home- Maßnahmen



Ein Manifest gegen den Perfektionszwang



© Dellert

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!



© Theresa Geisslinger

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 Narzissen 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

9 783690 0215

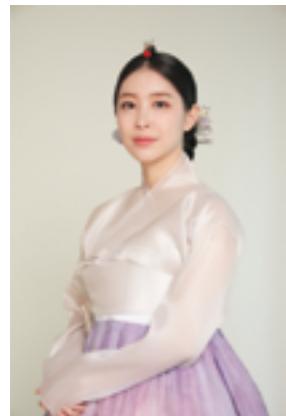
- Große Reichweite: 500.000 Follower:innen auf TikTok
- Das Tagebuch zum besseren Verständnis der eigenen Psyche
- Mit zahlreichen Anregungen und Checklisten zur Selbstfürsorge



Maxine Reuker
Journal
Paper Hearts
Originalausgabe
14,8 x 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



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.

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.

- 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



Die verborgenen
Prinzipien hinter
Erfolg und Erfüllung

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 x 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

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 unersetztlich. 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

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 Tiefelbörse 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.

- 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 x 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 Kuschiks 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.



© Karin Kuschik

Hauptstärke Vielseitigkeit. So lässt sich **Karin Kuschiks** 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 Jahren ist sie in der Funktion vor allem für Top-Entscheider und Celebrities 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 verkauftes 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



© Paula Siqueira

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.

Sich im eigenen Körper wohlzufühlen 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.

- 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

ullstein

Erscheint am 29. Januar 2026



Japan verstehen leicht gemacht



© Felicity Millward

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



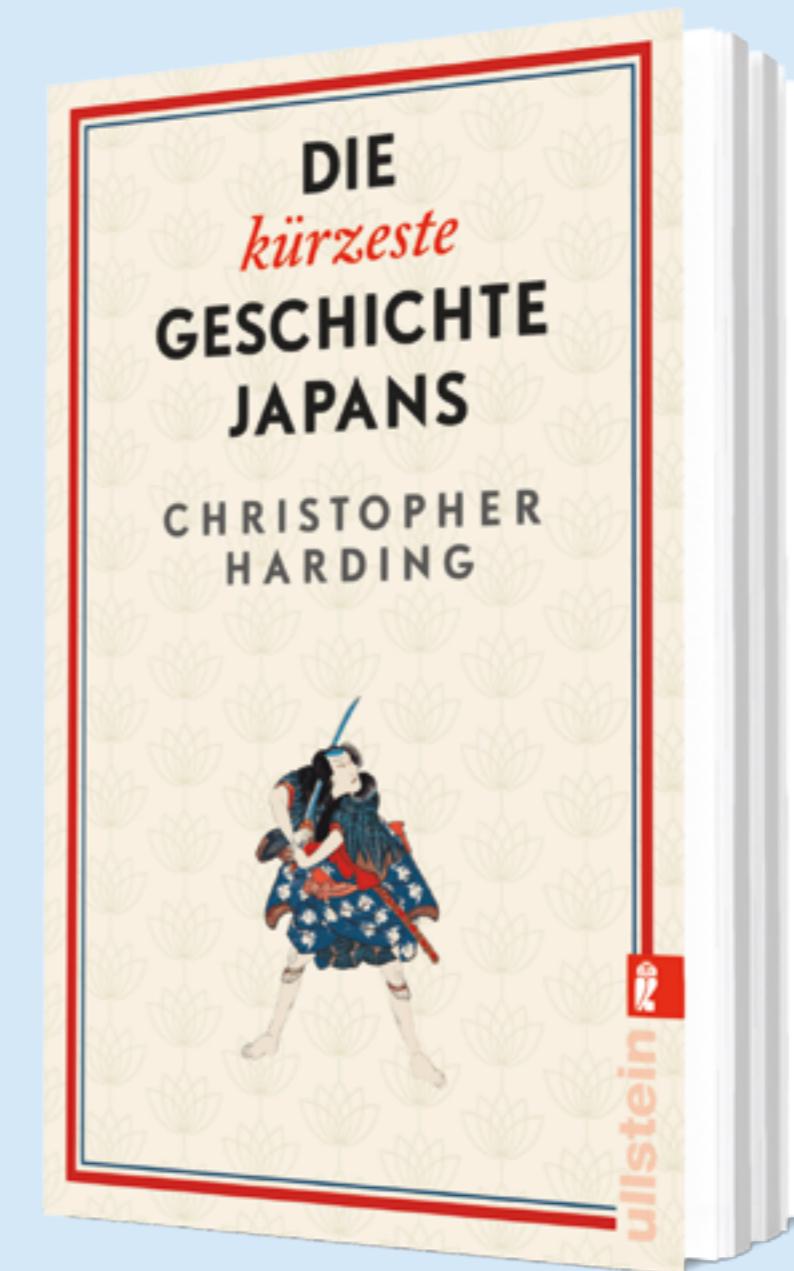
James Hawes
Die kürzeste Geschichte Englands
14,99 € (D) | 15,50 € (A)
ISBN 978-3-548-06504-5



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 Verheißen 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 eindrücklich, als würde man selbst durch das Land reisen, Seide berühren, Tatami riechen oder eine Schüssel Ramen genießen.

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

- 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.



© Matilda Noelia

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 x 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 Ubbenhorst
Originaltitel: Good Energy | Originalverlag: Avery/
Penguin Random House
HC-Übernahme
12 x 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 essentiellen 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.

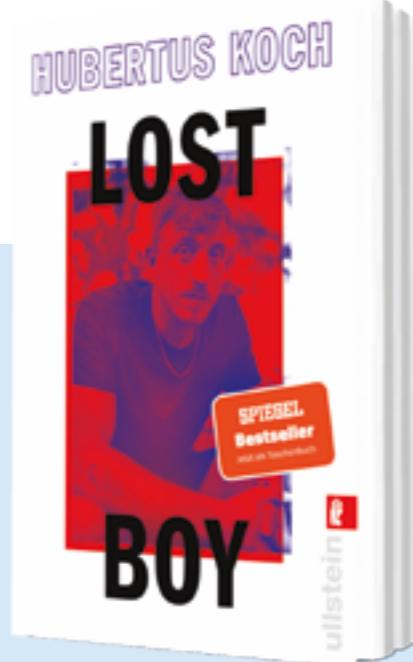
Auf der Suche nach dem echten Leben

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 Koch
Lost Boy**
Süchtig nach Leben
HC-Übernahme
12 x 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



9 783548 074207

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 Achterbahnhalfahrt. 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 x 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.



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 x 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



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.

»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 verzweifelten Kampf, der in Südinindien zur Rettung versehrter Flüsse, Bäche und Lagunen ausgefochten wird. Und zuletzt entdecken wir den Nordosten Québecks, 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.



© Privatarchiv Robert Macfarlane

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. Foster 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 x 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!



© Daniel Hillesheim

Christina Hillesheim, geboren 1982, ist Diplom-Soziologin, Online-Unternehmerin, Bestseller-Buchautorin und betreibt den erfolgreichen Instagram-Kanal @happydings. Über ihren Burnout 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.

- 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



9 783548 074276

Männer sprechen oft unreflektiert über Sexismus, Gendern 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 Konservativismus, 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*

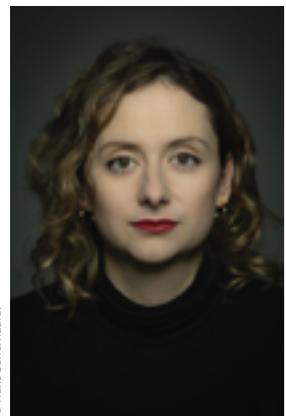


Mariam Lau
Merz
 Auf der Suche nach der verlorenen Mitte
 HC-Übernahme
 12 × 18,5 cm | ca. 336 S. | Broschur
 WGS 2972 (Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Politik)
14,99 € (D) | 15,50 € (A)
 ISBN 978-3-548-07428-3
Erscheint am 25. Juni 2026



9 783548 074283

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



© Hans Scherhauser

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

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.



© 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.



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

Distribook / 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

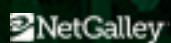
AUSLIEFERUNG SCHWEIZ

Buchzentrum AG
Industriestrasse Ost 10
CH-4614 Hägendorf
Tel. (062) 209-25 25
kundendienst@buchzentrum.ch

**Ihre aktuellen Lieferinformationen,
Lageraufnahmeformulare
und weitere Informationen finden
Sie unter 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 Leseexemplar
unter www.netgalley.de

von über 1000
verlässlichen
Buchhandlungen
2025

