



Reformierte Kirchen  
Bern-Jura-Solothurn  
Eglises réformées  
Berne-Jura-Soleure

## Hauptsache gesund? - Umgang mit Verletzlichkeit und Begrenzungen

### Literaturhinweise

#### Allgemeines

Brown Brené: **Die Gaben der Unvollkommenheit**. Leben aus vollem Herzen, J. Kamp-  
hausen Verlag 2012, 978-3-89901-583-6

Csikszentmihalyi Mihaly: **Flow. Das Geheimnis des Glücks**, Klett Cotta, 15. Aufl. 2010,  
978-3-608-94555-3

Grün Anselm / Dufner Meinrad: **Gesundheit als geistliche Aufgabe**, Münsterschwarzacher  
Kleinschriften 57, Vier Türme Verlag 2008, 978-3-87868-394-0

Frick Eckhard, Roser Traugott: **Spiritualität und Medizin**. Gemeinsame Sorge um den  
kranken Menschen, Kohlhammer 2009, 978-3-17-021875-8

Gruhl Monika: **Die Strategie der Stehauf-Menschen**. Krisen meistern mit Resilienz,  
Kreuz Verlag, 4. aktual. Aufl. 2012, 978-3-7831-3444-5

Klein Constantin, Berth H., Balck F.: **Gesundheit – Religion – Spiritualität**, Beltz Juventa  
2011, 978-3-7799-1979-7

Kierkegaard Sören: **Die Krankheit zum Tode**, Reclam 1997, 978-3-15-009634-5

Koenig Harold A.: **Spiritualität in den Gesundheitsberufen**. Ein praxisorientierter Leitfaden,  
Kohlhammer 2012, 978-3-17-022279-3

Lütz Manfred: **Lebenslust**. Wider die Diät-Sadisten, den Gesundheitswahn und den Fitness-  
Kult, Droemer Knauer 2005, 978-3-426-77695-7

Müller Wunibald: **Was macht Menschen krank, was macht sie gesund?** Münster-  
schwarzacher Kleinschriften 145, Vier Türme Verlag 2006, 978-3-87868-645-3

Petzold Theodor Dierk: **Praxisbuch Salutogenese**. Warum Gesundheit ansteckend ist,  
Südwest Verlag 2010, 978-3-517-08637-8

Schnabel Ulrich: **Musse**. Vom Glück des Nichtstuns, Pantheon-Verlag, 3. Aufl. 2012,  
978-3-570-55175-2

Stutz Pierre: **Verwundet bin ich und aufgehoben**. Für eine Spiritualität der Unvoll-  
kommenheit, Kösel 2003, 978-3-466-36623-1

#### Zu den Ateliers

##### *Biblische Heilungsgeschichten:*

Kollmann Bernd: **Neutestamentliche Wundergeschichten**. Biblisch-theologische Zugänge  
und Impulse für die Praxis, Kohlhammer, 3. Aufl. 2011, 978-3-17-021376-0

Köhnlein Manfred: **Wunder Jesu - Protest- und Hoffnungsgeschichten**, Kohlhammer  
2010, 978-3-17-020980-0

Zeitschriftenartikel: erhältlich bei Bibelpastorale Arbeitsstelle des Schweiz. Kath, Bibelwerks, Tel. 044 205 99 60, info@bibelwerk.ch:

**Gesundheit und Krankheit**, in: Zs. Bibel heute, (Nr. 182, Jg. 46/2010)

**Wunder - Geschichten von Gottes Kraft**, in: Zs. Bibel und Kirche (Nr. 2/2006, Jg. 61)

***Spiritualität leben in Zeiten von Einschränkungen und Krankheit:***

De Mello Anthony: **Meditieren mit Leib und Seele**. Neue Wege der Gotteserfahrung, Butzon und Bercker (vergriffen)

Gendlin Eugene: **Focusing**, Rowohlt, 9. Aufl. 1998, 978-3-499-60521-5

Kersig Susanne: **Entspannt und klar**. Freiraum finden bei Stress und Belastung, Arkana, 2. Aufl. 2009, 978-3-442-33853-5

Renn Klaus: **Dein Körper sagt dir, wer du werden kannst**. Focusing - Weg der inneren Achtsamkeit, Herder, 7. Aufl. 2011, 978-3-451-05616-1

Weiser Cornell Ann: **Focusing** - Der Stimme des Körpers folgen, Rowohlt, 11. Aufl. 1997, 978-3-499-60353-2

***Der andere Blick:***

Quarroz Esther: **Painful pictures (Deutsch)**, in: primary care, Schweizerische Zeitschrift für Hausarztmedizin, EMH (Heft 22/ Nov.2011); vgl. [www.perspektiven-entwickeln.ch/Publikationen](http://www.perspektiven-entwickeln.ch/Publikationen)

Quarroz Esther, **Frauen ohne Kinder**, in: FAMA, Zeitschrift für feministische Theologie (21.Jg 2005); als PDF unter: [www.perspektiven-entwickeln.ch/Publikationen](http://www.perspektiven-entwickeln.ch/Publikationen)

Videos:

Interview mit Brené Brown: [www.brenebrown.com/welcome](http://www.brenebrown.com/welcome)

Interview mit Philippe Pozzo di Borgo, kto télévision catholique:  
[www.youtube.com/watch?NR=1&feature=fvwp&v=4o3Z9oAFGI4](http://www.youtube.com/watch?NR=1&feature=fvwp&v=4o3Z9oAFGI4)

***An den Grenzen das Leben entdecken: Erzählungen von Peter Weibel***

Peter Weibel, **Abschied von Celia**. Erzählung, Waldgut Verlag 2011, 978-3-03740-105-7

Peter Weibel, **Am Berg**. Erzählung, Waldgut Verlag 2008, 978-3-03740-391-4

Peter Weibel, **Im Gegenbild**. Erzählungen, Waldgut Verlag 2007, 978-3-03740-360-0

Peter Weibel, **Lenz, später** Unvollendete Erzählung, Waldgut Verlag, 2003, 978-3-7294-0338-3

***Ansprüche der Arbeitswelt - Burnout:***

Abel Peter: **Keine Zeit für Burnout!** Vom Arbeitsstress zur Herzensruhe, Vier Türme Verlag 2012, 978-3-89680-552-2

Abel Peter: **Spirituelle Wege aus dem Burnout**, Vier Türme 2009, 978-3-89680-413-6

Grün Anselm: **Kraftvolle Visionen gegen Burnout und Blockaden**, Kreuz Verlag 2012, 978-3-451-61170-4

## Internet

Karikaturen von ANNA: [www.annahartman.net](http://www.annahartman.net)

ANNA, alias Anna Regula Hartmann-Allgöwer, Ärztin, Karikaturistin und Malerin in Basel.

[www.bibelwerk.ch](http://www.bibelwerk.ch)

Schweizerisches Katholisches Bibelwerk mit der Bibelpastoralen Arbeitsstelle: erarbeitet verschiedenste Hintergrund- und Begleitmaterialien zu biblischen Texten und bietet Kurse und Beratungen zur Bibel an.

[www.wtb.ref.ch](http://www.wtb.ref.ch)

"Werkstatt Theologie Bildung" ist das Erwachsenenbildungsportal der Evangelisch-ref. Kirchen der Deutschschweiz. Die Fachstelle bietet Weiterbildungen und Materialien an zu: Didaktik und Methoden der Erwachsenenbildung, Bibel, Theologie, Lebensfragen, Biografie.

[www.freiraum-focusing.ch](http://www.freiraum-focusing.ch)

Hintergrundinformationen und verschiedene Focusing-Angebote für Einzelpersonen und Gruppen von Barbara Rieder Howald, Zertifizierte Focusing Trainerin, Bern.

[www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch)

Übersicht über die Dienstleistungen und Angebote der Berner Gesundheit - Stiftung für Gesundheitsförderung und Suchtfragen, Bern

[www.perspektiven-entwickeln.ch](http://www.perspektiven-entwickeln.ch)

Website mit den Angeboten in den Bereichen Coaching, Supervision, Malen, Kunsttherapeutisches von Esther Quarroz, Theologin, Kunsttherapeutin, Supervisorin, Bern