DK
[deep]



FRÜHJAHR 2027 [deep]

vlbTIX

Wie wir KI richtig nutzen und dabei unseren Verstand bewahren
Droht unser Verstand zu verkümmern, wenn Algorithmen das Denken übernehmen? Verlieren wir durch ChatGPT & Co. die Fähigkeit, komplexe Zusammenhänge zu durchdringen? Wird die KI bald schlauer sein als der Mensch? Die Informatik-Professorin **Alke Martens** erteilt zumindest Letzterem ein klares Nein! Denn Künstliche Intelligenz funktioniert ganz anders als ein Gehirn. Dennoch müssen wir aufpassen: Denn was brach liegt, verkümmert, und wer Denkprozesse auslagert, verliert die eigene Urteilskraft. KI birgt große Chancen ebenso wie Gefahren. Wo diese liegen und warum wir uns auf den eigenen Verstand verlassen sollten, erklärt die IT-Expertin in diesem Buch. Denn Künstliche Intelligenz ist schlicht die Kombination aus Software und Daten. Wenn wir sie entzaubert haben, dann können wir sowohl der Zukunft als auch dem Marktgeschrei um KI mit Gelassenheit begegnen.

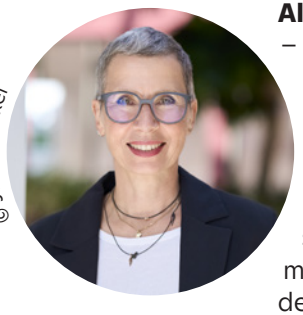


Alke Martens
Dumm Dank KI?
Warum menschliches Denken einzigartig ist und die KI ein Werkzeug bleiben muss

224 Seiten
215 mm x 135 mm
Broschur
WG: 1970
Politik, Gesellschaft, Wirtschaft

€22,00 (D) / €22,70 (A)
ET: Februar 2027
ISBN 978-3-6932-7008-0

Mit Klappen


© Julia Merkel

Alke Martens ist Professorin für Informatik an der Universität Rostock – sie leitet den Lehrstuhl für Praktische Informatik und Didaktik der Informatik. Sie hat Informatik und im Nebenfach Medizin studiert und hat sich zunächst mit Medizin und KI beschäftigt, fokussierte sich dann aber stärker auf Psychologie, Lernpsychologie und Didaktik in KI, sowie deren gesellschaftlichen Auswirkungen und daraus resultierenden ethischen Überlegungen. In ihrer Forschung beschäftigt sie sich mit dem Einfluss von KI auf unser Denken. Alke Martens lebt mit ihren zwei Kindern, ihrem Hund und unglaublich vielen Pflanzen an der Ostsee.

- **Was brach liegt, verkümmert. Wer Denkprozesse auslagert, verliert die eigene Urteilskraft. Die KI ist ein mächtiges Instrument, das uns voranbringen wird - aber wir müssen uns unseren Verstand bewahren**
- Warum die Fähigkeit zur sozialen Interaktion leidet und weshalb Norwegen KI in Schulen verboten hat - IT-Expertin Alke Marten spricht über Hintergründe und erklärt Zusammenhänge
- Die Autorin leitet den Lehrstuhl für praktische Informatik an der Universität Rostock. Auf Instagram begeistert sie 230.000 Menschen mit ihrem KI-Content und sie ist gern gesehener Gast u.a. bei der NDR Talk Show, DAS! Rote Sofa
- Die Professorin und Mutter kennt alle Perspektiven beim Umgang mit der künstlichen Intelligenz: fachlich, didaktisch und privat bei der Erziehung von Teenagern

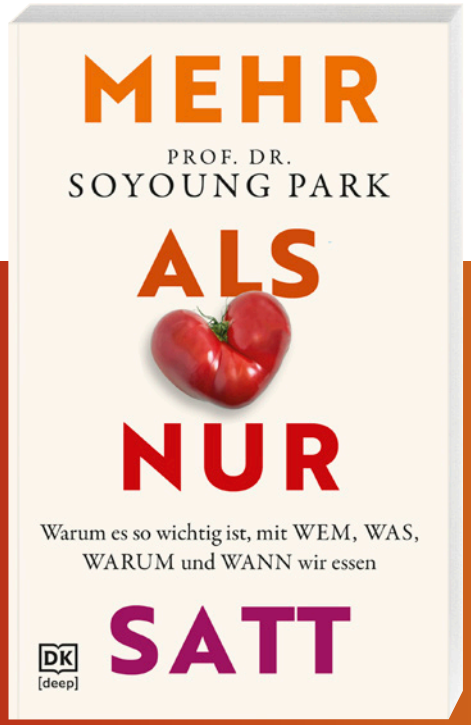
Essen ist so viel mehr als reine Energiezufuhr!
Eine proteinreiche Mahlzeit macht gelassener, das gemeinsame Essen derselben Speisen schafft Vertrauen und ein gut gewähltes Frühstück kann den ganzen Tag für ein Gefühl von Sicherheit sorgen: Essen ist weit mehr als die Aufnahme von Energie und Nährstoffen. Die Neurowissenschaftlerin und Psychologin **Prof. Soyoung Park** beschäftigt sich mit dem ganzheitlichen Zusammenhang von Ernährung und Gehirn und fördert spannende Erkenntnisse zutage. Welche Lebensmittel braucht das Gehirn wirklich? Wie entstehen Hunger, Sättigung und „Food Noise" im Kopf? Wieso essen wir das, was wir essen? Warum scheitern die meisten Diäten und ist es schlimm, wenn wir alleine essen? Ob als sozialer Kitt, emotionaler Regulator oder Nervennahrung - nicht nur WAS wir essen, sondern WANN, WIE, mit WEM und WARUM sind die entscheidenden Faktoren für ein glückliches und gesundes Leben.





© privat

Prof. Dr. Soyoung Park ist Neurowissenschaftlerin und Psychologin. Sie forscht an der Charité in Berlin und leitet eine Abteilung am Deutschen Institut für Ernährungsforschung.
Ihre Forschung hat großes Medieninteresse geweckt; über ihre Arbeit wurde unter anderem in der New York Times, dem Guardian oder bei ARTE berichtet. Prof. Dr. Park lebt in Berlin.



- **Eine proteinreiche Mahlzeit macht gelassener, das gemeinsame Essen derselben Speisen schafft Vertrauen und ein Frühstück sättigt nicht nur, sondern sorgt den ganzen Tag für ein Gefühl von Sicherheit - denn Essen ist weit mehr als Aufnahme von Energie und Nährstoffen**
- Teenager, die regelmäßig mit ihren Familien essen, sind insgesamt deutlich glücklicher; Menschen, die durch Unverträglichkeiten bestimmte Speisen nicht mitessen können, fühlen sich ausgeschlossen - aktuellste Forschungserkenntnisse aus Neurowissenschaft, Ernährungspsychologie und Verhaltensforschung beweisen die komplexe Zusammenhänge von Ernährung und Wohlbefinden
- Aktuellste Erkenntnisse und Alltagstipps: endlich klarer denken, Stress reduzieren und gelassener leben
- Prof. Soyoung Park forscht an der Charité und am Deutschen Institut für Ernährungsforschung an der Schnittstelle zwischen Neurowissenschaft und Ernährungswissenschaft

Soyoung Park
Mehr als nur satt
Warum es so wichtig ist, mit WEM, WAS, WARUM und WANN wir essen

224 Seiten
21.5 mm x 13.5 mm
Broschur
WG: 1933
Angewandte Psychologie

€22,00 (D) / €24,70 (A)
ET: Mai 2027
ISBN 978-3-6932-7009-7

Von außen betrachtet führt Catharina Hoyer ein Leben wie aus dem Bilderbuch: Sie glänzt als erfolgreiche Unternehmensberaterin, treibt viel Sport, reist gern und versprüht pure Lebensfreude. Doch hinter dieser perfekten Fassade tobt ein unerbittlicher Krieg im Kopf. Schon in ihrer Kindheit machten sich die ersten Ängste bemerkbar. Heute bestimmen extreme Waschrituale ihren Alltag, die schon durch den bloßen Anblick von Abfall ausgelöst werden, oder plötzliche Ohnmachtsanfälle, sobald sie der Gedanke an Keime überkommt. Cathi leidet massiv an Zwangserkrankungen und Angststörungen. Jahrzehnte lang hat sie den Zwang mit Psychopharmaka gedämpft, bis sie den Mut hatte, in eine stationäre Klinik zu gehen und offen über ihre Erkrankung zu sprechen. Nun erzählt sie ihre Geschichte oft humorvoll und manchmal tragisch, immer ehrlich und absolut authentisch. Herausgekommen ist ein inspirierendes Buch, das Mut macht und beweist: Die Diagnose ist ein Teil des Lebens, aber sie bestimmt uns nicht!



Catharina Hoyer, Nina Dias da Silva
Tu dir keinen Zwang an
Was es heißt, eine Zwangsstörung zu haben und das Leben trotzdem zu lieben

256 Seiten
215 mm x 135 mm
Broschur
WG: 1933
Angewandte Psychologie

€22,00 (D) / €22,70 (A)
ET: Februar 2027
ISBN 978-3-6932-7010-3

Mit Klappen


© Florian Bison

Catharina Hoyer ist 33 Jahre alt, lebt in Hamburg und arbeitet als Unternehmensberaterin in einem High-Performance-Umfeld. Sie liebt Sport, Reisen und würde sich wohl kaum von anderen jungen, erfolgreichen Frauen in der Großstadt unterscheiden. Doch sie leidet seit ihrer Kindheit unter Angsterkrankungen und Zwangsstörungen. Lange hat sie dafür gekämpft und darauf gewartet, dass diese Erkrankungen „von allein" wieder weggehen – wie ein Schnupfen. Inzwischen weiß sie nicht nur, dass es keine Heilung für sie gibt, sie hat auch ihren Frieden mit sich und dem Krieg in ihrem Kopf gemacht. Dieses Buch schreibt sie, um andere zu motivieren und zu inspirieren, ein gutes Leben auch mit einer solchen Diagnose zu führen.

- **Erfolgreich, selbstbewusst und stets guter Laune - aber hinter der Fassade spielen die Gedanken verrückt. Seit ihrer Kindheit leidet Cathi unter Zwangserkranung mit Angststörung**
- Das erste Memoir über Zwangsstörung - humorvoll und zutiefst ehrlich erzählt Cathi, wie sie permanet gegen die Panik vor Keimen, der Angst, sich zu vergiften und die vielen anderen Trigger ankämpft
- Sehr viel Menschen sind von einer mentalen Erkrankung betroffen - dieses Buch beweist, dass man trotzdem mitten im Leben stehen kann
- Zwang und Angst sind nicht so selten, wie man vielleicht denkt: 15 Prozent der Deutschen leiden während ihres Lebens unter einer behandlungsdürftigen Angststörung, 3 Prozenzt unter einer Zwangsstörung
- Für alle, die sich für den Umgang mit mentalen Krankheiten interessieren und Bücher wie Kirmes im Kopf, Hirngespinste und Eine Bonnie kommt niemals allein lesen

Wir erben unser emotionales Fundament von unserer Familie: Wie wir die Welt sehen, wie wir uns in Beziehungen fühlen und wie wir mit uns selbst umgehen. Doch viele Menschen erleben in ihrer Herkunftsfamilie weder Geborgenheit oder Sicherheit, sie sind mit einer Dynamik konfrontiert, in der sie ihre Bedürfnisse unterdrücken und die Emotionen anderer regulieren müssen. Sie haben nicht die Möglichkeit, ihre eigene Persönlichkeit zu entwickeln. Als Erwachsene leiden sie unter chronischen Ängsten, Schuldgefühlen, Scham und dem Drang nach Anpassung.
Der **Familientherapeut Jerry Wise** hat einen Prozess entwickelt, in dem Menschen diese toxische Prägung verstehen und auflösen können. Er zeigt, wie sich diese schwere familiäre Last ablegen lässt und wie emotionale Reife sowie gesunde Abgrenzung gelingen kann. Dadurch wird es möglich, die eigene Stärke zu entdecken, innere Freiheit zu finden und endlich der Mensch zu sein, der wir wirklich sind.



Jerry Wise, Isaac Goldberg
Werde der Mensch, der du nie sein durftest
Wie du dich von belastenden Familienmustern befreist

368 Seiten
215 mm x 135 mm
Broschur
WG: 1933
Angewandte Psychologie

€22,00 (D) / €22,70 (A)
ET: Juni 2027
ISBN 978-3-6932-7007-3

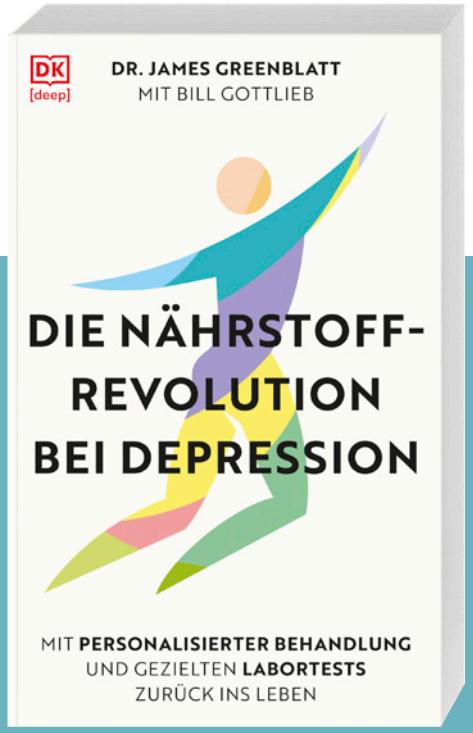
Mit Klappen


© Brenno Pecora

Jerry Wise ist Familien- und Paartherapeut. Er blickt auf jahrelange Erfahrung auf diesem Gebiet sowie als Suchttherapeut, Sozialarbeiter und Seelsorger zurück. Sein Schwerpunkt ist die Arbeit mit Menschen, die in dysfunktionalen Familien aufgewachsen sind. Zudem ist er als Therapeuten-Ausbilder, Organisationsberater und zertifizierter Life- und Beziehungscoach tätig. Seine Arbeit wird durch seine eigene Lebensgeschichte geprägt: Nach einer persönlichen Krise verbrachte er Zeit im Gefängnis. Konfrontiert mit Isolation und sozialem Druck, entwickelte er dort die Ansätze, die er heute lehrt. Jerry Wise hat bereits Tausenden von Klienten in über 110 Ländern geholfen. Mit seinem YouTube-Kanal @jerrywise erreicht er jeden Monat Millionen von Menschen.

- **Dieses Buch zeigt: Für die innere Freiheit braucht es keinen Kontaktabbruch zur Familie. Jerry Wise zeigt einen Weg in 10 Schritten, um im Erwachsenenalter toxische Familienmuster zu heilen**
- Um vererbtes Trauma zu heilen, braucht es die Fähigkeit zur Selbstregulation. Wie dies geht, zeigt Jerry Wise in 10 Schritten
- Weiterführung der Inneren-Kind-Arbeit: So wird aus dem verletzten inneren Kind ein autonomes, selbstwirksames Erwachsenen-Ich
- Der Autor ist Familientherapeut mit langjähriger Praxiserfahrung. Ein eigener Gefängnisaufenthalt führte zur Entwicklung seiner therapeutischen Methode, sich selbst zu finden

Der revolutionäre, maßgeschneiderte Weg aus der Depression
Eine schwere Depression ist eine der häufigsten Erkrankungen, von der im deutschsprachigen Raum jedes Jahr um die 5 Millionen Menschen betroffen sind. Die Standardtherapie mit Antidepressiva hilft vielen Betroffenen nicht dauerhaft, denn eine Depression ist ein ein komplexer psychischer und körperlicher Zustand, der auch durch Nährstoffaufnahme, Körperchemie, Stoffwechsel, Hormone und Nahrungsmittelunverträglichkeiten, beeinflusst wird.
Dieses Buch bietet ein bahnbrechendes neues Konzept: Es zeigt, wie gezielte Labortests genutzt werden können, um körperliche Ursachen der Depression herauszufinden und einen personalisierten Behandlungsplan aufzustellen. **James Greenblatt** liefert dafür den Leitfaden. Sie erfahren, welche Tests Sie brauchen, wie Sie die Ergebnisse deuten und welche Behandlung sich daraus ergibt.



James Greenblatt, Bill Gottlieb

Die Nährstoff-Revolution bei Depression

Mit personalisierter Behandlung und gezielten Labortests zurück ins Leben

432 Seiten
215 mm x 135 mm
Broschur
WG: 1933
Angewandte Psychologie

€25,00 (D) / €25,70 (A)
ET: April 2027
ISBN 978-3-6932-7011-0

Mit Klappen



James Greenblatt ist Facharzt für Psychiatrie und international anerkannt als Pionier auf dem Gebiet der funktionellen und integrativen Psychiatrie. Er studierte an der George Washington University und lehrt derzeit als Assistant Clinical Professor für Psychiatrie an der Tufts University School of Medicine sowie an der Geisel School of Medicine des Dartmouth College. Im Jahr 2019 gründete er Psychiatry Redefined, eine Bildungsplattform, die medizinisches Fachpersonal weltweit in funktioneller und integrativer Psychiatrie ausbildet. Er hält regelmäßig Vorträge über die Bedeutung der Ernährung in der Psychiatrie und die transformative Rolle der funktionellen Medizin für die psychische Gesundheit.

- **Ein revolutionäres, maßgeschneidertes Modell zur Depressionsbehandlung: Es zeigt, wie das Zusammenspiel aus Ernährung, Biochemie, Lebensstil und Genetik für eine wirksame, langfristige Genesung genutzt werden kann**
- Hoffnung für alle Menschen, die unter Depressionen leiden und bei denen die Standardtherapie mit Antidepressiva nicht allein ausreicht
- Mit detaillierten Anleitungen, welche Labortests wichtig sind und wie die Ergebnisse interpretiert und umgesetzt werden
- Der Autor hat 30 Jahre Erfahrung als Psychiater, er kombiniert klassische Schulmedizin mit wirksamen komplementären Ansätzen

IHRE ANSPRECHPARTNER*INNEN IM VERLAG

VERTRIEBS- UND MARKETINGLEITUNG



Björn Oeppert
+49(0)89 / 44 23 26 - 223
bjoern.oeppert@dk.com

VERTRIEB ONLINE



Ina Kaese
+49(0)89 / 44 23 26-249
ina.kaese@dk.com



Fernanda Loutfe Orozco
+49(0)89/ 44 23 26-214
fernanda.loutfeorozco@dk.com

VERKAUFSLEITUNG NORD



Kathrin Janke
+49(0)89 / 44 23 26-219
kathrin.janke@dk.com

VERKAUFSLEITUNG SÜD



Renate Menchini
+49(0)89 / 44 23 26-216
renate.menchini@dk.com

VERTRIEB ÖSTERREICH / SCHWEIZ



Kerstin Patz-Alberti
+49(0)89 / 44 23 26-215
kerstin.patz@dk.com

BARSORTIMENTE/EINKAUFSGEMEINSCHAFTEN



Katharina Köppen
+49(0)89 / 442326-212
katharina.koeppen@dk.com

LEITUNG VERTRIEB INNENDIENST / LOGISTIK / MESSEN



Kathrin Dettmann
+49(0)89 / 44 23 26-213
kathrin.dettmann@dk.com

KUNDENSERVICE



Lea Alber
+49(0)89 / 44 23 26-218
lea.alber@dk.com

KUNDENSERVICE / EXPORT



Tanin Fischer
+49(0)89/ 44 23 26-227
tanin.fischer@dk.com

KUNDENSERVICE / METADATEN



Emma Maske
+49/(0)89 / 44 23 26-233
emma.maske@dk.com

HÄNDLERPORTAL



haendlerportal@dk.com

VERKAUFSLEITUNG FACHHANDEL



Monika Kroiß
+49(0)89 / 44 23 26-217
monika.kroiss@dk.com

LEITUNG PRESSE UND VERANSTALTUNGEN



Jenifer Witte
+49(0)89 / 44 23 26-241
jenifer.witte@dk.com

LEITUNG WERBUNG



Anne Nitzer
+49(0)89 / 44 23 26-231
anne.nitzer@dk.com

B2B & KOOPERATIONEN



Sina Klein
+49(0)89 / 44 23 26-228
sina.klein@dk.com

Dorling Kindersley Verlag GmbH | Arnulfstraße 124 | D-80636 München | Verkehrs Nr. 15897
Telefon: +49(0)89 / 44 23 26-0 **Fax:** +49(0)89 / 44 23 26-410
E-Mail: kundenservice@dk.com
www.dk-verlag.de | **#dkverlag**

Ihre Ansprechpartner*innen im Außendienst

HOTLINE FÜR IHRE BESTELLUNGEN

AUSLIEFERUNG DEUTSCHLAND

Verlegerdienst München GmbH
Gutenbergstr. 1 | D-82205 Gilching
dorlingkindersley@verlegerdienst.de

KUNDENBETREUUNG VERLEGERDIENST

Marion Keidel,
Michaela Dietrich
Telefon: +49(0)8105 / 388-317
Fax: +49(0)8105 / 388-259
dorlingkindersley@verlegerdienst.de

AUSLIEFERUNG ÖSTERREICH

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2 | A-1230 Wien
Telefon: +43(0)1 / 680 14-0
bestellung@mohrmorawa.at

AUSLIEFERUNG SCHWEIZ

Buchzentrum AG
Industriestr. Ost 10 | CH-4614 Hägendorf
Telefon: +41(0)62 / 209 26 26
Fax: +41(0)62 / 209 26 27
kundendienst@buchzentrum.ch

GEBIETSMANAGER DEUTSCHLAND



PLZ-Gebiete
317, 32, 33-37, 40-42, 44-48, 50-54, 56-59, 99974/99817 und Luxemburg

Annette Jung
Pestalozziweg 9 | D-53797 Lohmar
Mobil: +49(0)173 / 394 34 49
Fax: +49(0)2206 / 910 972
annette.jung@dk.com



PLZ-Gebiete
17-19, 20-29, 30-31, 381-386, 49

Bernhard Schulz
Schusterkamp 22 | D-24640 Schmalfeld
Mobil: +49(0)173 / 380 44 39
Fax: +49(0)4191 / 95 27 78
bernhard.schulz@dk.com



PLZ-Gebiete
01-09, 10, 12-16, 172-174, 388, 391-396

Susanne Dieckmann
Denkmalsblick 14 | D-04277 Leipzig
Mobil: +49(0)173 253 6513
Fax: +49(0)89 / 44 23 26-405
susanne.dieckmann@dk.com



PLZ-Gebiete
55, 60-69, 70-79, 89, 97-99

Christopher Hufschmidt
Jakobstr. 15 | D-89520 Heidenheim
Telefon: +49(0)7321 / 96 03 13
Mobil: +49(0)173 / 380 44 37
Fax: +49(0)7321 / 96 03 12
christopher.hufschmidt@dk.com



PLZ-Gebiete
80-88, 90-96

Petra Frohnauer
DK Verlag Arnulfstraße 124 |
80337 München
Telefon: +49(0)89 / 44 23 26-226
Mobil: +49(0)173 / 376 93 90
Fax: +49(0)89 / 44 23 26-405
petra.frohnauer@dk.com

VERTRIEB ÖSTERREICH



Fachhandel Österreich

Team - Fachmarkt Mohr Morawa
fachmarkt@mohrmorawa.at



Buchhandel Gebiete OÖ, K, St., T, V, Sbg.

Manfred Fischer-Reingruber
Am Pesenbach 18 | A-4101 Feldkirchen
Mobil: +43(0)664 / 811 97 94
manfred.fischer@mohrmorawa.at



Buchhandel Gebiete Wien, NÖ, Bgld.

Nina Monschein
Bischoffgasse 5/22
1120 Wien
Tel.: +43 664 413 21 26
Mail: nina.monschein@mohrmorawa.at

VERTRIEB SCHWEIZ



Philippe Jauch
Luzernerstrasse 7 | CH-6045 Meggen
Telefon: +41(0)62 / 209 26 26
Mobil: +41(0)79 671 97 56
philippe.jauch@buchzentrum.ch

467/89240