

**Literaturverzeichnis zum Fachartikel "Selbstmanagement in Klassenarbeiten mit der körperlichen Hausapotheke – Ein dringend benötigtes Unterstützungsangebot für unsere gestressten Schüler (Teil 1)" von Horst Hofmann in "Praxis der Psychomotorik", Ausgabe 2/2017:**

Bauer, J. (2015). Selbststeuerung. Die Wiederentdeckung des freien Willens. München: Karl Blessing Verlag.

Bohlayer, R. (2008). Chinesische Medizin für Kinder und Jugendliche. Stuttgart: Hippokrates-Verlag.

Funk, R. (2000). Erziehung zwischen Haben und Sein. Nachhaltige Erkenntnisse Erich Fromms. Vortrag im Rahmen der Tagung „Erich Fromm und die Pädagogik“.

Funk, R. (2005a). Das entgrenzte Ich. In: Welt am Sonntag, Berlin Nr. 1 (2. Januar 2005).

Funk, R. (2005b). Ich und Wir. Psychoanalyse des postmodernen Menschen. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.

Hempfen, C.-H. (2013). dtv-Atlas Akupunktur (11. korrig. Aufl.). München: Deutscher Taschenbuch Verlag.

Henning, K. (2012). Mit Qigong Stress und Angst verringern und Kreativität und Leistung steigern. Schriftliche Hausarbeit im Rahmen der 2. Staatsprüfung. Zentrum für schulpraktische Lehrerbildung Düsseldorf.

Happel, S. (2000): „Qigong - ein ganzheitliches Konzept zur Gesundheitsförderung, Bewegungs- und Körpererfahrung im Sportunterricht der Jahrgangsstufen 12 und 13“. Pädagogische Prüfungsarbeit zur 2. Staatsprüfung für das Lehramt an Gymnasien im Fach Sport. Studienseminar Frankfurt am Main III.

Hofmann, H. (1998). Qigong Yangsheng - Unterrichtshilfe und Wegweiser zu einem körperorientierten Unterricht an Schulen. Zeitschrift für Qigong Yangsheng 1998 (1), 63 - 69.

Hofmann, H. (2002). Qigong im Rahmen des Sportunterrichts an Schulen. In: Hildenbrand G. u. a. (Hrsg.). Qigong und Yangsheng. Von den Wurzeln in Daoismus und Heilkunde bis zur heutigen Anwendung. Uelzen: Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft, 118 – 125.

Hofmann, H. (2014a). Fit im Schulalltag - mit Qigong. In: Praxis der Psychomotorik (2), 75 - 83.

Hofmann, H. (2014b). Schüler im Beschleunigungszustand. Gesundheits- und Lernförderung mit Qigong. Zeitschrift für Qigong Yangsheng, 2014 (1), 162 - 177.

Hofmann, H. (2015a). Dynamisches Stehen im Sportunterricht. Teil I: Burnout-Prophylaxe für Schülerinnen und Schüler. In: Praxis der Psychomotorik (3), 155 - 160.

Hofmann, H. (2015b). Dynamisches Stehen im Sportunterricht. Teil II: Das Akku-Lade-Programm. In: Praxis der Psychomotorik (4), 211 - 218.

Hofmann, H. (2016). Jungenförderung mit Qigong - ein Projekt in der Mittagspause eines Gymnasiums. In: Praxis der Psychomotorik (4), 228 - 237.

Kastner, J. (2003). Propädeutik der Chinesischen Diätetik (2. Aufl.). Stuttgart: Hippokrates-Verlag.

Kugelmann, C. (1999): „Körperarbeit - sich spüren und seiner selbst gewahr werden“. In: sportpädagogik (2), 24 - 35. Seelze: Friedrich Verlag.

Liu Y. (2008). Innen Nährendes Qigong - Neiyanggong. München: Urban & Fischer.

Maaz, H.-J. (2012). Die narzisstische Gesellschaft. Ein Psychogramm (3. Aufl.). München: Beck Verlag

Postman, N. (1987). Das Verschwinden der Kindheit. Frankfurt: Fischer Taschenbuch Verlag.

Rosa, H. (2005). Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne. Frankfurt: Suhrkamp Verlag.

Rosa, H. (2014). Beschleunigung und Entfremdung (4. Aufl.). Berlin: Suhrkamp Verlag.

Schulte-Markwort, M. (2015). Burnout-Kids. Wie das Prinzip Leistung unsere Kinder überfordert. München: Pattloch Verlag.

Schulte-Markwort, M. (2016). Super-Kids. Warum der Erziehungsehrgeiz unsere Familien unglücklich macht. München: Pattloch Verlag.

Türcke, C. (2012). Hyperaktiv! Kritik der Aufmerksamkeitsdefizitkultur. München: C.H. Beck.

### **Online-Quellen:**

1. [http://www.akademie-hofgeismar.de/Vortraege/Neu%20ab%202010/10144\\_Ausgeglichen\\_und\\_entspannt/Hofgeismar-Folien.pdf](http://www.akademie-hofgeismar.de/Vortraege/Neu%20ab%202010/10144_Ausgeglichen_und_entspannt/Hofgeismar-Folien.pdf)

2. [http://www.bundesaerztekammer.de/fileadmin/user\\_upload/downloads/04PraeventionstagungKurth.pdf](http://www.bundesaerztekammer.de/fileadmin/user_upload/downloads/04PraeventionstagungKurth.pdf)

3. <https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/BildungForschungKultur/Schulen/Schulen.html>

4. <http://www.sueddeutsche.de/bildung/uebertritt-aufs-gymnasium-abitur-der-vierten-klasse-1.1943807>

5. <http://www.derwesten.de/wirtschaft/gehaelter-vergleich-viele-meister-verdienen-mehr-als-akademiker-id11816082.html>

6. <http://www.zeit.de/2015/40/ausbildung-studium-wahl-entscheidung>

7. <http://www.handelsblatt.com/unternehmen/banken-versicherungen/deutsche-bank-stellenabbau-in-deutschland-schreitet-voran/14652214.html>

8. <http://www.rp-online.de/leben/beruf/karriere/arszneimittel-doping-drei-millionen-deutsche-dopen-am-arbeitsplatz-aid-1.4950234>

### **TV-Sendung:**

planet wissen "Wie Stress unsere Kinder krank macht" Sendung vom 17.11.2016