UNABHÄNGIG

Der Alkoholkonsum in Deutschland sinkt, nur bei einer Gruppe steigt er stetig: bei den Frauen, die „trotz 50-Stunden-Woche noch Zeit für Pilates finden, die beim Abendessen auf Kohlenhydrate verzichten und niemals den Geburtstag einer Freundin vergessen". Die Journalistin Eva Biringer war selbst eine solche High-Performerin – und Alkoholikerin. Sie schoss sich nahezu täglich ab, sexuelle Übergriffe inklusive. Jetzt schaut die 33-Jährige zurück: Auf ihre Kindheit und Jugend im schwäbischen Dorf, in dem die Tochter einer Alleinerziehenden „Schlüsselkind" war und Mädchen „Dorfmatratzen" genannt wurden. Sie schaut auf die Gemengelage aus Gefallenwollen und Funktionierenmüssen, die Frauen dazu bringt, permanent Dinge zu tun, die sie nicht wollen. „Der Rausch war die Mini-Auszeit vom Über-Ich", sagt Biringer. Ein ebenso ehrlicher wie feministischer Blick auf das Thema Frauen und Alkohol. **CL**

Eva Biringer: Unabhängig (Harper Collins, 18 €)

UNTENRUM OFFEN

In Deutschland sind jährlich rund 160.000 Frauen betroffen. Sie tragen irreparable Schäden des Beckenbodens von der Entbindung davon. Schäden, die sie im Alltag erheblich beeinträchtigen und manchmal sogar arbeitsunfähig machen. GynäkologInnen geben den Frauen oft selbst die Schuld: „Wohl zu wenig Rückbildung gemacht!" – „Das ist Quatsch", sagt Martina Lenzen-Schulte, „ein abgerissener Muskel lässt sich nicht mehr trainieren!" Die Frauenärztin hat nun ein Buch darüber geschrieben, wie Beckenbodenschäden im Kreißsaal zu verhindern sind und was Frauen tun können, wenn es bereits dazu gekommen ist. Krankenkassen zahlen bei Beckenbodenschäden nicht – die Autorin gibt konkrete Tipps, Recht einzufordern. **AR**

Martina Lenzen-Schulte: Untenrum offen (Eden, 19.95 €)

★★★★★ TIPPS

Helene Hegemann: Schlachtensee
Sie ist wurzellos – und doch tief in sich verankert. Mal als Lamm, mal als Wolf streift sie in diesen 14 Kurzgeschichten durch die Welt: von Kanada bis Berlin-Mitte. Doch sie gehört nie dazu. **(Kiepenheuer & Witsch, 23 €)**

Antje Strubel: Es hört nie auf
Die frauenbewusste, kluge Antje Rávik Strubel (Buchpreisträgerin 2021) hat 16 erhellende Essays geschrieben. Vielsagender Titel: „Es hört nie auf, dass man etwas sagen muss." Und Strubel hat etwas zu sagen! **(Fischer, 24 €)**

Ahmad Mansour: Operation Allah
Der Psychologe und Extremismus-Experte er-klärt, wie der politische Islam geschickt Politik, Institutionen und Wissenschaft unterwandert – und fragt, warum die Politik nicht handelt. **(Fischer, 21 €)**

Adienne Dieudonné: 23 Uhr 12
Auf einer Autobahnraststätte prallen um exakt 23 Uhr 12 die Schicksale von dreizehn Menschen aufeinander – plus eine Leiche und ein Pferd. Abgründige Geschichten über toxische Beziehungen. **(dtv, 18 €)**

Alexandra Lavizzari: Vita & Virginia
Perfekt für den Gabentisch: Die Doppelbiografie über Virginia Woolf und Vita Sackville-West (Woolfs Vorbild für „Orlando"). Eine der größten Liebesgeschichten des 20. Jahrhunderts. **(Ebersbach & Simon, 18 €)**

Robert Galbraith: Das tiefschwarze Herz
Im 6. Teil der Krimiserie von Galbraith alias J. K. Rowling mit den DetektivInnen Strike und Ellacott geht es um heimliche Treffen auf dem Friedhof und in der digitalen Welt. Für lange Winterabende: 1.360 Seiten! **(Blanvalet, 26 €)**

Joachim Gern, Philipp von der Heydt, Heike Steinweg, Celine Niezawer, Debra Hurford Brown/© J.K. Rowling

EIN MANN UND EINE FRAU

Das kommt nicht oft vor, dass ein jüngerer Mann sich so für seine ältere Kollegin interessiert, dass er ihr viele, viele Fragen stellt. Constantin Schreiber, 43, und Dagmar Berghoff, 79, interessieren sich füreinander. Sie, die allzeit perfekte Nachrichtensprecherin, entpuppt sich als rabiat ehrliche Frau. Sie erzählt nicht nur über den Selbstmord ihrer Mutter, sondern auch, dass diese Mutter sie regelrecht gehasst hat („Dich haben sie im Krankenhaus verwechselt"). Gegen alle erkämpfte Dagmar sich, bitterarm und nicht selten hungrig, den geliebten Beruf der Schauspielerin. Mit Schreiber spricht sie sogar über eines der bestgehütetsten Geheimnisse der Branche: Die makellose Tageschausprecherin hat von Geburt an eine verkrüppelte Hand, nur vier Finger. **AS**

Dagmar Berghoff/Constantin Schreiber: Guten Abend, meine Damen und Herren (Hoffmann + Campe, 22 €)