

Literaturtipps für Angehörige

Allgemeine Literatur zum Thema für Betroffene

- Amering, M. & Schmolke, M. (2012). *Recovery*. Das Ende der Unheilbarkeit. Psychiatrie Verlag.
- BApK Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker e.V. (Hrsg.). (2007). *Mit psychisch Kranken leben*. Rat und Hilfe für Angehörige. Balance Buch + Medien.
- Hargens, J. (2003). *Manchmal ist es fast zum Verrückt-Werden*. Partner psychisch Kranker: Was kann ich tun? Krammer.
- Ihde-Scholl, T. (2013). *Ganz normal anders*. Alles über Psychische Gesundheit, Störungsbilder, Perspektiven und Hilfsangebote. Beobachter/Springer.
- Mertz, I. (2007). *Ich, das Krisenzentrum*. Eine Angehörige berichtet. Paranus Verlag.
- Schulz, M. & Zuaboni, G. (Hrsg.). (2014). *Die Hoffnung trägt*. Psychisch erkrankte Menschen und ihre Recoverygeschichten. Psychiatrie-Verlag.

Kinder psychisch kranker Eltern

- Homeier, S. (2006). *Sonnige Traurigtage*. Ein Kinderfachbuch für Kinder psychisch kranker Eltern. Mabuse-Verlag. Illustriertes Kinderfachbuch.
- Pro Juventute (2011. 5. Aufl.). *Wenn ein Vater oder eine Mutter psychische Probleme hat...* Informationen für Eltern. Broschüre erhältlich bei Pro Juventute.
- Pro Juventute (2011. 5. Aufl.). *Wenn dein Vater oder deine Mutter in psychiatrische Behandlung muss*. Informationen für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren. Broschüre erhältlich bei Pro Juventute.
- Pro Juventute (2011. 5. Aufl.). *Wenn dein Vater oder deine Mutter psychische Probleme hat...* Informationen für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren. Broschüre erhältlich bei Pro Juventute.
- Pro Mente Sana (Hrsg.). (2005). *Kinder psychische kranker Eltern*. Was sie und ihre Mütter und Väter brauchen. Broschüre für Fachleute und interessierte Betroffene. Erhältlich bei Pro Mente Sana.
- Eggermann, V. & Janggen, L. (2005, 2. Aufl.). *Fufu und der grüne Mantel*. Ein Kinderbüchlein für Kinder mit einem psychisch kranken Elternteil. Bebilderte Broschüre für Kinder. Auch in französisch und italienisch erhältlich bei Astra Zaneca.
- Essex Chemie (Hrsg.). (2008, 3. Aufl.). *Mama, warum weinst du?* Bebilderte Broschüre für Kinder zum Thema Depression. Auch in französisch und italienisch.
- Wunderer, S. (2010). *Warum ist Mama traurig?* Ein Vorlesebuch für Kinder mit einem psychisch erkrankten Elternteil. Mabuse Verlag.
- Krüger, S. & Illy, D. (2012). *Papa Langohr und die Achterbahnkrankheit*. Hamburg: Lundbeck GmbH.
- Homeier, S. & Schrappe, A. (2009). *Flaschenpost nach irgendwo*. Ein Kinderfachbuch für Kinder suchtkranker Eltern. Mabuse-Verlag. Illustriertes Kinderfachbuch.
- Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (Hrsg.). (2007). *Boby*. Bilderbuch zum Thema Alkohol.
- Sucht Info Schweiz (2010). *Eltern vor allem – Eltern trotz allem*. Wie Sie Ihren Kindern helfen können, wenn in Ihrer Familie ein Alkoholproblem besteht. Eine Informationsbroschüre für alkoholranke Elternteile und deren Partner. Erhältlich bei Sucht Info Schweiz.
- Sucht Info Schweiz (2010). *Kinder aus alkoholbelasteten Familien*. Eine Informationsbroschüre für Fachpersonen und Eltern. Erhältliche bei Sucht Info Schweiz.
- Tilly, C., Offermann, A. & Merten, A. (2012). *Mama, Mia und das Schleuderprogramm*. Kindern Borderline erklären. BALANCE buch+medien verlag.

Psychosen / Schizophrenien

- Bäuml, J. (2008). *Psychosen aus dem schizophrenen Formenkreis*. Springer.
- Beitler, H. & Beitler, H. (2011). *Zusammen wachsen*. Psychose, Partnerschaft und Familie. Balance Ratgeber.
- Berg-Peer, J. (2013). *Schizophrenie ist scheiße, Mama!* Vom Leben mit meiner psychisch erkrankten Tochter. Fischer Taschenbücher.
- Bock, T., Klapheck, K. & Ruppelt, F. (2014). *Sinnsuche und Genesung*. Erfahrungen und Forschungen zum subjektiven Sinn von Psychosen. Psychiatrie-Verlag.
- Bock, T. (2010). *Umgang mit psychotischen Patienten*. Psychiatrie-Verlag GmbH.
- Bock, T. (2006). *Eigensinn und Psychose*. "Noncompliance" als Chance. Paranus Verlag.
- Gartelmann, A. & Knuf, A. (2009). *Bevor die Stimmen wiederkommen*. Balance Buch + Medien.
- Green, H. (2003). *Ich hab dir nie einen Rosengarten versprochen*. Rowohlt.
- Hahlweg, K. & Dose, M. (2005). *Ratgeber Schizophrenie*. Informationen für Betroffene und Angehörige. Hogrefe.
- Hansen, H. (2013). *Der Sinn meiner Psychose*. Zwanzig Frauen und Männer berichten. Paranus Verlag.
- Hell, D. & Schüpbach, D. (2008). *Schizophrenien*. Ein Ratgeber für Patienten und Angehörige. Springer.
- Klöppel, R. (2007). *Die Schattenseite des Mondes*. Ein Leben mit Schizophrenie. Rowohlt.
- Lauveng, A. (2010). *Morgen bin ich ein Löwe*. Wie ich die Schizophrenie besiegte. Btb.
- Schnieder, U. (2010). *Psychose – Analyse und Therapie*. Ein Ratgeber für Betroffene und Angehörige. Ersa Verlag.

Persönlichkeitsstörungen

- Knuf, A. (2012). *Gesundheit ist möglich*. Borderline-Betroffene berichten. Psychiatrie-Verlag. Psychiatrie-Verlag.
- Knuf A. (2009). *Leben auf der Grenze*. Erfahrungen mit Borderline. Balance Buch + Medien.
- Knuf, A. & Tilly, C. (2012). *Borderline. Das Selbsthilfebuch*. Balance Buch + Medien
- Mason, P.T. & Kreger, R. (2012) *Schluss mit dem Eiertanz*. Für Angehörige von Menschen mit Borderline. Balance Buch + Medien.
- Kreger, R. & Shirley J. P. (2007). *Das Schluss-mit-dem-Eiertanz-Arbeitsbuch*. Praktische Strategien für das Zusammenleben mit Menschen, die an einer Borderline - Persönlichkeitsstörung erkrankt sind. Balance Buch + Medien.
- Kreisman, J.J. & Straus, H. (2012). *Ich hasse dich, verlass mit nicht*. Springer.
- Kreisman, J.J. & Straus, H. (2008). *Zerrissen zwischen Extremen*. Leben mit einer Borderline-Störung. Hilfe für Betroffene und Angehörige. Goldmann.
- Sachse, R. (2013). *Persönlichkeitsstörungen verstehen*. Zum Umgang mit schwierigen Klienten. Balance Buch + Medien.

Depression / Manie / Bipolare Störung

- Bock, T. (2007). *Achterbahn der Gefühle*. Mit Manie und Depression leben. Balance Buch + Medien.
- Bischkopf, J. (2009). *So nah und doch so fern*. Mit depressiv erkrankten Menschen leben. Balance Buch + Medien.
- Borst, U. (2011). *Wenn die Liebe überschattet wird*. Leben mit einem depressiven Partner. Walter.
- Brampton, S. (2009). *Das Monster, die Hoffnung und ich*. Wie ich meine Depression besiegte. Bastei.
- Bräunig, P. (2010). *Leben mit bipolaren Störungen*. Manisch-depressiv: Wissen, das Ihnen gut tut. Antworten auf 200 am häufigsten gestellte Fragen. Trias.
- Buijssen, H. & Grambow, E. (2011). *Depression. Helfen und sich nicht verlieren*. Beltz.
- Epstein Rosen, L. & Amador, X.F. (1997). *Wenn der Mensch, den Du liebst, depressiv ist*. Wie man depressiven Angehörigen und Freunden hilft, ohne selbst den Boden unter den Füßen zu verlieren. Rawoht.
- Josuran, R.; Hoehne, V. & Hell, D. (1999) *Mittendrin und nicht dabei*. Mit Depressionen leben lernen. Zürich Haffman.
- Kamer, F. & Kummer John P. (2012). *Depression! Wie helfen?* Das Buch für Angehörige. Erfahrungsberichte - Praktische Tipps - Ideen zur Selbstfürsorge. Kösel.
- Kessler, H. & Hell, D. (2011). *Wege aus der Depression*. Burn-out, Lebenskrise, Stress. Hilfe für Betroffene und Angehörige. Beobachter Ratgeber, Springer.
- Reynolds, D. (2012). *Der Bipolare Spagat*. Manisch-depressive Menschen verstehen. Das Hilfe-Buch einer Betroffenen für Freunde und Angehörige. Trias.
- Schätzko, A. (2010). *Flammierte Rosinen*. Manisch-depressiv: Leben in Extremen. Verlag der Ideen.
- Servan-Schreiber, D. (2006). *Die Neue Medizin der Emotionen*. Stress, Angst, Depression: Gesund werden ohne Medikamente. Goldmann.
- Solomon, A. (2006). *Saturns Schatten*. Die dunklen Welten der Depression. Fischer.
- Woggon, B. (1998) *Ich kann nicht wollen*. Berichte depressiver Patienten. Huber.

Angst / Zwang / Schmerzen

- Heinrichs, N. (2007). *Ratgeber Panikstörung und Agoraphobie*. Informationen für Betroffene und Angehörige. Hogrefe.
- Rufer, M., Alsleben, H. & Weiss, A. (2011). *Stärker als die Angst*. Ein Ratgeber für Menschen mit Angst- und Panikstörungen und deren Angehörige. Huber.
- Rufer, M. & Fricke, S. (2009). *Der Zwang in meiner Nähe*. Rat und Hilfe für Angehörige von zwangskranken Menschen. Huber.

Abhängigkeitserkrankungen

- Flassbeck, J. (2014). *Ich will mein Leben zurück*. Selbsthilfe für Angehörige von Suchtkranken. Klett-Cotta.
- Haberkern, S. (2013). *Mutmachbuch für Angehörige von Alkoholabhängigen*. Erfahrungsberichte von Angehörigen. Schneider.
- Schmalz, U. (2007). *Das Mass ist voll*. Für Angehörige von Alkoholabhängige. Balance Buch + Medien.
- Wilson Schaef, A. (2001). *Co-Abhängigkeit*. Die Sucht hinter der Sucht. Heyne.

Essstörungen

- Baeck, S. (2007). *Essstörungen*. Was Eltern und Lehrer tun können. Psychiatrie-Verlag.
- Fichter, M. M. (2009). *Magersucht und Bulimie*. Mut für Betroffene, Angehörige und Freunde. Karger.
- Gerlinghoff, M. & Backmund, H. (2005). *Ess-Störungen*: Ein Ratgeber für Angehörige. DTV.
- Kunze, R. (2009). *Ich bin müde, kraftlos und herzleer*. Wie Mütter die Magersucht und Bulimie ihrer Töchter erleben und bewältigen. ePUB. Beltz GmbH.
- Linsi, K. (2006). *Tasten auf dünnem Eis*. Books on Demand GmbH.
- Treasure, J. (2011). *Gemeinsam die Magersucht besiegen*. Ein Leitfaden für Betroffene, Freunde und Angehörige. Beltz.
- Werdetzki, B. (2013). *Iss doch endlich mal normal!* Hilfen für Angehörige von essgestörten Mädchen und Frauen. Kösel.

Entwicklungsstörungen

- Attwood, T. (2012). *Ein Leben mit dem Asperger-Syndrom*. Von Kindheit bis Erwachsensein - alles was weiterhilft. Trias.
- Schmidt, P. (2014). *Ein Kaktus zum Valentinstag*. Ein Autist und die Liebe. Goldmann.
- Schuster, N. (2010). *Colines Welt hat neue Rätsel*. Alltagsgeschichten und praktische Hinweise für junge Erwachsene mit Asperger-Syndrom. Kohlhammer.
- Seger, B. (2013). *Was ist mit Tom?* Geschichten zur Aufklärung über Autismus (Aspergersyndrom) in Kindergarten und Grundschule. KATER. Iris Verlag.
- Vogeley, K. (2012). *Anders sein*. Asperger-Syndrom und Hochfunktionaler Autismus im Erwachsenenalter - Ein Ratgeber. Beltz.

Demenzen / Pflegende Angehörige

- Kazis, C. & Ugolini, B. (2010). *Ich kann doch nicht immer für dich da sein*. Wege zu einem besseren Miteinander von erwachsenen Kindern und ihren Eltern. Piper.
- Engel, S. (2012). *Alzheimer und Demenzen*. Die Methode der einfühlsamen Kommunikation. Unterstützung und Anleitung für Angehörige.
- Stechl, E., Steinhagen-Thiessen E. & Knüvener, C. (2013). *Demenz – mit dem Vergessen leben*. Ein Ratgeber für Betroffene. Mabuse-Verlag GmbH.

Verschiedene

- Thomas Ihde (2013). *Ganz normal anders – Alles über psychische Krankheit, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfsangebote*. Beobachter-Edition
- Thomas Ihde (2015). *Wenn die Psyche streikt – Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt*. Beobachter-Edition

DVD's

Angehörige allgemein

- Malevez-Bründler, C. FFG- Videoproduktion, Sarnen (2014). *Zwischen Hoffen und Bangen*.
Ein Film über Psychisch erkrankte Menschen – Angehörige und das berufliche Umfeld.
- Medienprojekt Wuppertal (2010). *Mit Leid*.
Ein Film über Angehörige psychisch kranker Menschen.
- Borg-Lauf, M. (2008). *Kinder psychisch kranker Eltern – ein Interview*.
Ein Film über eine erwachsen Frau, die mit einer psychisch kranken Mutter aufwuchs.

Psychose / Schizophrenien

- Bak, G. (2011). *Schnupfen im Kopf*. Ein Leben mit der Psychose.
Die psychosekranken Autorin und Regisseurin Gamma Bak in einem autobiografischen Dok-Film.
- Kalms, J. & Striegnitz, T.(Psychoseseminar Potsdam) (2007). *Raum 4070 / Psychosen verstehen*.
Dokumentarfilm / Lehrfilm (2 DVDs) über Psychosen
- Medienprojekt Wuppertal (2009). *Wenn die Realität auf einmal anders ist*.
Ein Film über Menschen mit der Diagnose Schizophrenie.
- Greco, J. (Regie). (2006). *Aus tiefster Seele*.
Spielfilm über eine schizophrene Mutter, ab 6 Jahren.
- Weingartner, H. (2002). *Das weisse Rauschen*. Die Realität ist ein Hirngespinnst.
Spielfilm über einen jungen Mann der an Paranoide Schizophrenie erkrankt.
- Howard, R. (Regie). (2001). *A beautiful mind*. Genie und Wahnsinn.
Spielfilm über den schizophreniekranken Mathematiker und Nobelpreisträger John Nash.
- Hagen, E. (2008). *Someone beside you*.
Zusammen mit einigen Psychiatern und deren Klienten bricht der Film zu einem dokumentarischen Roadmovie durch die Schweiz, Europa und die USA auf.

Depression / Manie

- Medienprojekt Wuppertal (2010). *Tiefpunkte*.
Ein Film über die Selbstwahrnehmung junger Menschen mit Depressionen.
- Atef, E. (Regie). (2009). *Das Fremde in mir*.
Spielfilm über die Postnatale Depression einer Mutter. Ab 12 Jahren.
- Psychiatrie-Verlag (2008). *Immer wieder Achterbahn*. Leben zwischen Manie und Depression.
Film zum Thema Bipolare Störung.

Verschiedene Krankheiten

- Medienprojekt Wuppertal (2003). *Diagnose Borderline*.
Dokumentarfilm mit Portraits von Betroffenen.
- Fasssbinder, R.W. (2005). *Angst vor der Angst*.
TV Film, Sozial Portrait.