

LITERATURLISTE

Titel, Autor	Inhalt
Manisch-depressiv?: Was Betroffene und Angehörige wissen sollten von Thomas D. Meyer (Autor)	Die Autoren analysieren in diesem Buch in sehr leicht verständlicher Form die Vernetzung genetischer ,biologischer und sozialer Faktoren um psychische Störungen zu ergründen
Ratgeber Depression: Informationen für Betroffene und Angehörige von Martin Hautzinger (Autor)	Im Buch werden die Verlaufsformen und die auftretenden Symptome erklärt. Den Personen um einen herum gibt werden einige Erklärungen gegeben warum sich Menschen mit einer depressiven Symptomatik so oder so verhalten
Depression. Die Krankheit bewältigen von Manfred Wolfersdorf (Autor)	Ziel des Buches ist es das Erleben in einer Depression besser zu verstehen .In anschaulicher Form führt der Autor in die Problematik der depressiven Störung ein., Es werden Ursachen benannt und bestimmte therapeutische Angebote vorgestellt
Heile Seelen. Was macht die Psyche gesund, was macht sie krank von Ulrike Schäfer (Autor), Eckart Rüther (Autor)	In sehr verständlicher Form wird von den Autoren die Vernetzung genetischer, sozialer, ,psychologischer und von Umweltfaktoren analysiert .Wie diese Vernetzung erfolgt, und wie auf sie Einfluss genommen werden kann, wird anschaulich und leicht verständlich erläutert. Die Autoren sind beide Fachärzte für Neurologie und Psychiatrie.
<u>Manie und Depression. Selbsthilfe bei bipolaren Störungen</u> von Monica Ramirez Basco und Brigitta Merschmann von Balance Buch + Medien 2007	Die Autorin stellt bewährte Selbsthilfestrategien vor, die helfen sollen, die Kontrolle über den Alltag zurückzugewinnen .Es soll dem Leser die Möglichkeit an die Hand gegeben werden ,den verführerischen Kräften der Manie zu widerstehen und der Depression zu entgehen. Das Buch enthält sehr gute Arbeitsblätter
Manisch-depressiv?: Was Betroffene und Angehörige wissen sollten von Thomas D. Meyer (Autor)	Ein für Laien gut verständliches Buch in dem unterschiedliche Umsetzungsvorschläge gemacht werden und der Verhaltenstherapeutische An- Der Selbsthilfe gut erklärt wird

Freddy - verrückt nach Dir!: Erfahrungen einer bipolar Erkrankten von Mae Day Lawrence (Autor)

Es geht um das Mädchen Rose ,dass bis auf die Tatsache, dass der „Traumprinz“ auf sich warten lässt, mit ihrem Leben ganz zufrieden war .Sie beschließt mit ihrer Freundin auf ein Konzert zu gehen und so dauert es nicht lange ,bis Rosa einen Mann erblickt, den viele zu kennen scheinen .Es stellt sich heraus, dass der Mann ein Mitglied der Band ist. Immer wieder besucht sie Konzerte der Band .Es vergeht eine lange Zeit, bis das Mädchen erkrankt-Nur ihre große Liebe verhindert einen Selbstmord. Sie schreibt ihm e-mails , die niemals beantwortet werden.....

<p>Bipolare Erkrankung von Siegfried Kasper (Autor), Petra Hauk (Autor)</p>	<p>Der Patienten Ratgeber gibt den unter einer bipolaren Störung leidenden Menschen die Möglichkeit Verantwortung für die Erkrankung zu übernehmen. Der Autor gibt viele wertvolle Tipps für das tägliche Leben . Unterstützung finden auch die Angehörigen</p>
<p>Bipolar - Leben mit extremen Emotionen: Depression und Manie von Eberhard J. Wormer (Autor)</p>	<p>Bei den bipolaren Störungen handelt es sich um eine oft unerkannte Erkrankung des Nervensystems an der alleine in Deutschland drei bis 4 Millionen Menschen leiden. Das Buch soll den Betroffenen und deren Angehörigen medizinische Ratschläge erteilen und praktische Tipps für den Alltag bereitstellen.</p>
<p>Libellenflug: Gedichte aus Höhen- und Tiefflügen (m)einer bipolaren Störung von Leonora K. Wegener (Autor)</p>	<p>Gedichte aus einem Leben mit einer bipolaren Störung</p>
<p>Der Sinn des Wahnsinns - Psychische Störungen verstehen von Neel Burton (Autor), Matthias Reiss (Übersetzer)</p>	
<p>Zwischen den Polen von Manie und Depression: Psychoedukation bei bipolarer Erkrankung. Ein Wegweiser für Betroffene und Angehörige von Peter / Wagner, Petra Bräunig (Autor)</p>	
<p>Dem Wahnsinn gewachsen: Über den Umgang mit der bipolaren Störung aus der Sicht eines Betroffenen von Olaf Lingenhölle (Autor)</p>	
<p>Manisch-depressiv für Dummies von Candida Fink (Autor), und andere</p>	<p>Die Psychiaterin Candida Fink gibt in diesem Buch Betroffenen und deren Angehörigen Tipps zur Selbsthilfe. Sowohl Übungen als auch Checklisten und Stimmungsbarometer sollen helfen den Alltag in der Familie und im Beruf trotz aller Stimmungsschwankungen zu meistern.</p>
<p>Achterbahn der Gefühle. Mit Manie und Depression leben lernen von Thomas Bock (Autor)</p>	<p>Wesensverändernde Stimmungszustände wie Depression oder Manie stellen nicht nur die Betroffenen sondern auch deren Angehörige vor große Belastungen. In diesem für Betroffene aber auch deren Angehörigen geeignetem Buch wird versucht anhand von Fallbeispielen die verschiedenen Verläufe so wie die dahinterstehenden Konflikte zu erläutern und Lösungsmöglichkeiten anzubieten</p>

<p>Leben mit bipolaren Störungen: Manisch-depressiv: Wissen, das Ihnen gut tut Antworten auf die 211 meistgestellten Fragen</p>	
<p>Der Bipolare Spagat: Manisch-depressive Menschen verstehen von Donna Reynolds (Autor)</p>	<p>In diesem Buch wird von einer Betroffenen beschrieben aus welchen Gründen sich ein tiefer Graben zwischen ihrer eigenen inneren Realität und der äusseren Realität der anderen auftut. Der leicht verstehbare Stil und die kurzen mit Comic-artigen Zeichnungen-machen die oft kaum nachvollziehbaren Verhaltensweisen der Betroffenen verständlich. Die Checklisten sollen dazu verhelfen den Umgang mit einem manisch-depressivem Familienmitglied und positiv zu gestalten</p>
<p>Bipolare Störung: Himmelhoch jauchzend - zu Tode betrübt von Toni Brammson (Herausgeber)</p>	<p>Alleine in Deutschland leben rund 2 Millionen Menschen mit einer bipolaren Störung .Ihr Leben verläuft zwischen der manischen Euphorie und schweren Depressionen. Bevor die Erkrankung diagnostiziert wird, vergehen im Schnitt acht Jahre-eine sehr gefährliche Zeitspanne, denn etwa ein Drittel er Betroffenen ist stark Selbstmord gefährdet, ca die Hälfte davon bringt sich tatsächlich um .In dem Buch geht es darum , dass Betroffene mehr über die Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten einer bipolaren Störung erfahren.</p>
<p>Der schwarze Klecks der Farbpalette: Mein Leben mit der bipolaren Störung von Stefan Schift (Autor)</p>	
<p>SeelenGezeiten. Die subjektive Seite der bipolaren Störung von Valerie Rupprecht (Autor)</p>	<p>Das subjektive Erleben von manisch-depressiven Zuständen lässt sich in Worten kaum fassen. Das Buch macht diesen Zustand visuell fassbar. In bewegenden Texten, grellen wie düsteren Farben wird ein sehr hautnahen Eindruck davon vermittelt durch welche Hölle die Patient gehen .Der Autor will anderen Betroffenen helfen sich wiederzufinden.</p>
<p>TLL IM QUADRAT Bipolar überleben von A-Z Nathalie Karg</p>	<p>Betroffenen und deren Angehörigen soll das Buch helfen den Höhen und den Tiefen einer bipolaren Störung mit Lebensmut, Humor und Mut zu begegnen. Es ist ein Bilder-und Geschichtenbuch.</p>

<p>Meine Freundin Johanna. Ein Leben mit Manie und Depression von Ilka Scheidgen (Autor)</p>	<p>Besonders lesenswert ist dieses Buch für die Angehörigen von manisch-depressiv erkrankten Menschen. Das Leben von Johanna spiegelt von ihrer Erkrankung abgesehen-typische Generationsmuster wieder: die Dominanz des Vaters, die Unterordnung der Mutter, die Flucht in die Ehe .All das sind biographische Erfahrungsmuster , die viele Frauen teilen .Ihnen wird sich die Frage stellen ,warum Menschen krank werden und andere nicht, ganz persönlich stellen.</p>
<p>Bipolare Störung - reicht vom Normalbürger bis nach Hollywood: Autobiografie eines Betroffenen von Robert Schwan (Autor)</p>	<p>Begleiten Sie den Autor auf seiner LebensreiseEs geht um die Fragen, wie kann man sich auf die Krankheit einstellen ,wie sie deuten,, wie sieht es mit Medikamenten aus, sind sie notwendig, hilfreich ,braucht man sie ständig.....</p>

<p>Mit gebrochenen Flügeln fliegen...: Menschen berichten über bipolare Störungen von Renate Kingma (Autor)</p>	<p>Es wird von Menschen berichtet ,die selber an einer bipolaren Störung leiden</p>
<p>Extreme Gefühle: Manisch-depressiv: Leben mit einer bipolaren Störung. Hilfen für Betroffene und Angehörige von Pascal Sienaert (Autor), Els Dahl (Autor)</p>	<p>Am Beispiel seiner Patientin Els Dahl zeigt der Autor, wie sich eine bipolare Störung zeigen kann, wie sie verläuft und welche Ursachen hierfür vorliegen können.</p>
<p>Der unaufhaltsame Fall des Dr. Spacecake: Geschichte einer bipolaren Störung von Marco Ciaferri (Autor)</p>	<p>In diesem Buch wird die authentische Tragödie einer sehr schweren bipolaren Störung beschrieben , die den Autor vollkommen aus der Bahn geworfen hat. Immer wieder stellt er die Frage nach den Grenzen zwischen Wahnsinn und Erleuchtung.</p>
<p>Leben mit bipolaren Störungen von Peter Bräunig (Autor), Gerd Dietrich (Autor)</p>	<p>In dem Buch werden Fragen, die auf dem Chatroom der Deutschen Gesellschaft für bipolare Störungen beruhen beantwortet.</p>
<p>Achterbahn der Gefühle: Mit Manie und Depression leben lernen von Thomas Bock (Autor)</p>	<p>Das Buch richtet sich insbesondere an Betroffene, ist aber auch hilfreich für Angehörige um ein Leben zwischen extremen Polen gelassener zu sehen.</p>
<p>Das Glück, der Wahn und ich: Die Geschichte eines Manisch-Depressiven von Martina Ouillon (Autor)</p>	<p>Die Autorin hat hier eine sehr ergreifende Geschichte ,ihrer eigenen Erkrankung, die so glücklich aber andererseits so traurig machen kann aufgeschrieben. Ein sehr lesenswertes Buch, das ein Apell gegen die Stigmatisierung der 4Millionen Menschen, die manisch-depressiv enthält</p>
<p>Manie und Depression. Selbsthilfe bei bipolaren Störungen von Monica Ramirez Basco (Autor), Brigitta Merschmann (Übersetzer)</p>	<p>Ein sehr praktischer, gut lesbarer Ratgeber. These des Ratgebers ist, alles was man sich selbst erarbeitet hat kann auch gleich auf die eigene Lebenssituation angewendet werden.</p>
<p>Bipolare Störungen (manisch-depressive Erkrankungen): Ein Ratgeber für Betroffene und Angehörige von Dipl. Psych. Dr. Heinz Grunze Rosa Geislinger (Autor)</p>	<p>In dem Buch wird auf viele Aspekte einer Bipolaren Störung eingegangen .In einem Interview werden Einblicke in die Geduld und das Verständnis vermittelt ,die Angehörige und Freunde aufbringen müssen</p>