

## Ratgeberliteratur / Erfahrungsberichte

### Für Betroffene und Angehörige

Hegerl, U., und Niescken, S. (2013).

**Depression bewältigen: Die Lebensfreude wiederfinden.** Stuttgart: Trias.

Müller-Rörich, T., Hass, K., Margue, F., van den Broek, A. und Wagner, R. (2013).

**Schattendasein. Das unverstandene Leiden Depression.** Berlin: Springer.

Himmerich, H. (2014). Winterblues.

**Das Wohlfühlbuch gegen Herbst- und Winterdepression.** Freiburg im Breisgau: Kreuz-Verlag.

Hautzinger, M. (2006).

**Wenn Ältere schwermütig werden: Hilfe für Betroffene und Angehörige bei Depression im Alter.** Weinheim: Beltz-Verlag.

Pitschel-Walz, G. (2003).

**Lebensfreude zurückgewinnen- Ratgeber für Menschen mit Depressionen und deren Angehörige.** München: Urban & Fischer.

Wehner-Zott, S. und Himmerich, H. (2010).

**Die Seele heilen.** München: GU-Verlag.

Johnstone, M. (2008).

**Mein schwarzer Hund: Wie ich meine Depression an die Leine legte.** München: Kunstmann Verlag

Niklewski, G. / Riecke-Niklewski, R. (2010)

**Depressionen überwinden: Niemals aufgeben!** Düsseldorf: Stiftung Warentest

Fuhljahn, H. (2013)

**Kalt erwischt: Wie ich mit Depressionen lebe und was mir hilft** München: Diana Verlag

Katze, T. (2015)

**Morgen ist leider auch noch ein Tag: Irgendwie hatte ich von meiner Depression mehr erwartet** Taschenbuch Verlag ororo

Weßling, K. (2012)

**Drüberleben: Depressionen sind doch kein Grund, traurig zu sein** München: Goldmann Verlag

Gudrun Görnitz

**Selbsthilfe bei Depressionen** Klett-Cotta Verlag

Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (2014).

**Mit psychischer Krankheit in der Familie leben. Rat und Hilfe für Angehörige.** Bonn: Psychiatrie Verlag

Epstein Rosen, L., und Amador, X.F. (2002).

**Wenn der Mensch, den du liebst, depressiv ist.** Reinbek: Rowohlt Taschenbuch Verlag

Johnstone, A. und Johnstone, M. (2009).

**Mit dem schwarzen Hund leben: Wie Angehörige und Freunde depressiven Menschen helfen können, ohne sich dabei selbst zu verlieren.** München: Kunstmann Verlag

## Ratgeberliteratur / Erfahrungsberichte

### Für Kinder und Jugendliche

Gliemann, C. & Fainchney, N. (2014).

**Papas Seele hat Schnupfen.** Karlsruhe: MONTEROSA Verlag.  
(Für Kinder zwischen 6 - 8 Jahren.)

Erdmute von Mosch (2011).

**Mamas Monster: Was ist nur mit Mama los?** Bonn: BALANCE Buch + Medien Verlag.  
(Für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren.)

Wunderer S. (2010).

**Warum ist Mama traurig? Ein Vorlesebuch für Kinder mit einem psychisch erkrankten Elternteil. Mit einem Ratgeberteil am Ende des Buchs.** Frankfurt a.M.: Mabuse-Verlag.  
(Für Kinder zwischen ca. 2 und 5 Jahren.)

Homeier, S. (2006).

**Sonlige Traurigtage. Ein Kinderfachbuch für Kinder psychisch kranker Eltern.** Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag

Dachverband Psychosozialer Hilfsvereinigungen (Hrsg.).

**Wenn Deine Mutter oder Dein Vater in psychiatrische Behandlung muss ... Mit wem kannst Du dann eigentlich reden?**

Bonn. Beziehbar über: <http://www.psychiatrie.de/dachverband/kinder/>  
(Für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren.)

Dachverband Psychosozialer Hilfsvereinigungen (Hrsg.):

**Wenn Deine Mutter oder Dein Vater psychische Probleme hat ...**

Bonn. Beziehbar über: <http://www.psychiatrie.de/dachverband/kinder/>  
(Für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren.)

Stehle, Katrin (2011)

**Das Gegenteil von fröhlich.** Stuttgart/Wien: Gabriel Verlag  
(Entwicklungsroman für Jugendliche zwischen 13 und 16 Jahren.)

Mattejat, Fritz und Lisofsky, Beate (2011)

**Nicht von schlechten Eltern: Kinder psychisch Kranker** Balance Ratgeber, Bonn

Döpfner, M. / Petermann, F. (2008)

**Ratgeber Psychische Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen – Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher.** Göttingen: Hogrefe-Verlag

Groen, G / Petermann, F. (2011)

**Depressive Kinder und Jugendliche.** Göttingen: Hogrefe-Verlag

Worringer, Ulla (2013)

**Hasenmama, die Heulsuse und die beste Möhrensuppe der Welt**

Bergisch Gladbach: CreateSpace Independent Publishing Platform  
(Vorlesebuch für Kinder ab dem Vorschulalter; Mut-Mach-Buch für jugendliche und erwachsene Betroffene und Angehörige; mit einem Vorwort von PD Dr. Christine Rummel-Kluge)