



## ApK Bayern e. V. – Literaturempfehlungen 2021

### Fachbücher

**BApK (Hg.): Mit psychisch Kranken leben. Rat und Hilfe für Angehörige.**

**BALANCE buch + medien verlag, Köln 2014. ISBN: 978-3-86739-088-0**

Der Ratgeber informiert über die häufigsten psychischen Krankheiten, verschafft einen Überblick über das psychosoziale Versorgungssystem, informiert über Psychopharmaka und für die Psychiatrie wichtigen Rechtsgrundlagen.

**Laux Gerd und Dietmaier Otto: Psychopharmaka. Springer Medizin Verlag, Heidelberg 2018. ISBN: 978-3-662-55575-0**

Ein verständlicher und informativer Ratgeber für Patienten und Angehörige. Enthält alle wichtigen Informationen über Psychopharmaka.

**Marschner Rolf: Psychisch Kranke im Recht. BALANCE buch + medien verlag, Köln 2015.**

**ISBN: 978-3-86739-877-0**

Dieser Ratgeber ist eine Orientierungshilfe im Rechtssystem. In ihm finden sich Informationen zu den wichtigsten Gesetzen, die für psychisch kranke Menschen und ihre Angehörigen eine Rolle spielen.

**Mattejat Fritz, Lisofsky Beate: Nicht von schlechten Eltern – Kinder psychisch Kranker**

**BALANCE buch + medien verlag, Köln 2014. ISBN: 978-3-86739-826-8**

Dieser Ratgeber richtet sich an Bezugspersonen von Kindern, deren Eltern psychisch krank sind. Er informiert über Hilfsangebote und gibt durch Erfahrungsberichte Einblick in die Gefühlswelt von betroffenen Kindern.

**Bäuml Josef: Psychosen aus dem schizophrenen Formenkreis. Springer Medizin Verlag, Heidelberg 2008. ISBN: 978-3-662-09597-3**

Alles Wissenswerte zum Verständnis für Psychosen aus dem schizophrenen Formenkreis findet sich in diesem gut lesbaren Ratgeber für Patienten und Angehörige.

**Finzen Asmus: Schizophrenie – Die Krankheit verstehen, behandeln, bewältigen. Psychiatrie Verlag, Köln 2020. ISBN: 978-3-96605-046-3**

Im Vordergrund dieses Buches stehen die Behandlung und der Umgang mit einer Erkrankung aus dem schizophrenen Formenkreis. Der Angehörigenperspektive ist ein Teil des Buches gewidmet.

**Niklewski Günter und Riecke-Niklewski Rose: Leben mit einer Borderline-Störung.**

**TRIAS Verlag in MVS Medizinverlage GmbH und Co. KG, Stuttgart 2020. ISBN: 978-3-432-11102-5**

Ein ausführliches Buch zur Borderline-Persönlichkeitsstörung. Zwei Kapitel darin behandeln den Umgang von Angehörigen, insbesondere Eltern und Partnern, mit dem erkrankten Familienmitglied.



**Gabriele Pitschel-Walz: Lebensfreude zurückgewinnen.**

**Urban & Fischer Verlag, München 2017. ISBN: 978-3-437-22741-7**

Ein umfassender Ratgeber für Menschen mit Depressionen und deren Angehörige.

**Bräunig Peter: Leben mit bipolaren Störungen. TRIAS Verlag in MVS Medizinverlage GmbH und Co. KG Stuttgart, 2018. ISBN: 978-3-432-10578-9**

Das Buch gibt Antworten auf die 200 am häufigsten gestellten Fragen zu bipolaren Störungen.

## **Erfahrungsberichte**

**Berg-Peer Janine: Schizophrenie ist scheiße, Mama! – Vom Leben mit meiner psychisch kranken Tochter. FISCHER Taschenbuch Verlag Frankfurt am Main, 2013. ISBN: 978-3596189144**

Als bei ihrer 17-jährigen Tochter Schizophrenie diagnostiziert wird, ist dies für Janine Berg-Peer zunächst ein riesiger Schock und in ihrem Leben scheint nichts mehr so zu sein wie vorher. Selbstkritisch und mit beeindruckender Offenheit beschreibt sie in ihrem Buch, wie sie gemeinsam mit ihrer Tochter lernt, mit deren Krankheit umzugehen.

**Berg-Peer Janine: Aufopfern ist keine Lösung - Mut zu mehr Gelassenheit für Eltern psychisch erkrankter Kinder und Erwachsener. Verlagsgruppe Random House - Kösel Verlag München, 2015. ISBN: 978-3466346172**

Janine Berg-Peer zeigt in ihrem Ratgeber auf, dass es für Eltern psychisch erkrankter Kinder trotz der oft enormen Belastungen möglich ist, mit der Krankheit umzugehen, ohne sich als Eltern dabei völlig aufzureiben. Das Wissen und die Gelassenheit, die sie selbst nach zwanzig Jahren Erfahrung als betroffene Mutter hat, möchte sie anderen Eltern weitergeben und ihnen helfen, Lebensqualität zu verbessern.

**Friederike Samstag, Kerstin Samstag: Wahnsinn um drei Ecken - Eine Familiengeschichte. BALANCE buch + medien verlag, Köln, 1. Auflage 2017. ISBN: 978-3-86739-171-9**

Die Mutter eines psychisch erkrankten Sohnes und dessen Schwester erzählen gemeinsam von den Erschütterungen und Erfahrungen durch die psychischen Krisen des Sohnes bzw. des Bruders, wie zunächst ein ganzes Familiengefüge auseinanderbricht und doch wieder eins wird. In der Rückschau können Mutter und Tochter das Geschehene als wesentlichen Erfahrungsgewinn und als gemeinsame Entwicklung würdigen.

**Johannes Jungbauer (Hg.), Katharina Heitmann (Hg.): Unsichtbare Narben - Erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern berichten.**

**Psychiatrie Verlag Köln, 1. Auflage 2018. ISBN: 978-3-86739-170-2**

Die besonderen Erfahrungen, die Kinder und Jugendliche mit einem psychisch erkrankten Elternteil machen, stellen oft ein jahrelang gehütetes Familiengeheimnis dar. In diesem Buch setzen sich erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern sehr authentisch und berührend mit ihren Erinnerungen und Gefühlen auseinander, schreiben über ihre Belastungen sowie ihre Möglichkeiten zu einer positiven Bewältigung. Damit machen sie anderen Betroffenen Mut, sich mit der eigenen Geschichte zu versöhnen.



**Klaus Gauger: Meine Schizophrenie.**

**Verlag Herder GmbH, 2018. ISBN: 978-3-451-60049-4**

Der Autor berichtet über seine Erlebnisse während einer akuten Psychose, aber auch über seine Erkrankung und sein Leben allgemein über eine längere Zeitspanne betrachtet. In offener, mitreißender Sprache nimmt Klaus Geiger seine Leser mit und ermöglicht tiefe Einblicke in wahnhaftes Denken und seine Folgen.

Link: <https://balance-verlag.de>

Im BALANCE buch und medien Verlag sind eine Vielzahl von Ratgeber für Betroffene und Angehörige erschienen. Das Angebot erweitert sich ständig um Neuauflagen!

---

**Bankverbindung**

Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE07 7002 0500 0007 8181 00  
BIC: BFSWDE33MUE

**Gefördert durch**

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



**Bayerischer  
Bezirketag**

Gesetzliche Krankenkassen  
und deren Verbände in  
Bayern