

Nr. im Bücherbuch	Titel	Autor/in	Inhalt
1.	Mit gebrochenen Flügeln fliegen	Renate Kingma	Menschen berichten über bipolare Störungen (Gebundene Ausgabe)
2.	Bipolar – Leben mit extremen Emotionen	Eberhard J. Wormer	Depression und Manie. – Ein Manual für Betroffene und Angehörige, München 2002
3.	Utopia Blues : Manie, Depression und Suizid im Jugendalter	Marianne Rutz	Erfahrungsbericht: Er geht unter die Haut. Ihr Sohn Lucas ist intelligent, begabt und lebensfroh. Er träumt vom Paradies auf Erden, möchte die Welt verändern und Berufsmusiker werden. Doch seine Sehnsüchte und Ideale wachsen ihm über den Kopf, werfen ihn aus der Bahn, treiben ihn über die "Sicherheitslinie" hinaus.
4.	Vademecum	DGBS	Sachbuch: Dieses Buch bietet in übersichtlicher Form die wichtigsten Therapiemöglichkeiten der bipolaren Störung. Die Anwendung von stimmungsstabilisierenden Medikamenten, Antidepressiva, Benzodiazepinen und atypischen Neuroleptika wird anschaulich erläutert.
5.	Meine Freundin Johanna	Ilka Scheidgen	Sachbuch / Ratgeber: "Meine Freundin Johanna" ist besonders für Angehörige manisch-depressiv erkrankter Menschen lesenswert. Die Perspektive der anteilnehmenden Freundin bildet quasi die Spur für die einfühlsame Annäherung an eine Krankheit, die durch das Wechselbad der Gefühle nicht immer einfach mitzutragen ist.
6.	Kinder psychisch kranker Eltern	Albert Lenz	Interventionen bei Kindern psychisch kranker Eltern. Grundlagen, Diagnostik und therapeutische Maßnahmen.
7.	Sturzfliegen	Gabriele Vasak Heinz Katschnig	Diagnose: manisch-depressiv. Leben in Depressionen und Manien Roman und Sachbuch
8.	Der wunderbare Weg	M. Scott Peck	Die Quintessenz dieses Klassikers kann man beschreiben mit der Volksweisheit "Jeder ist seines Glückes Schmied". Habe Mut, Eigenverantwortung für dein Leben zu übernehmen, ist die Devise des Psychotherapeuten M. Scott Peck. Erst wenn wir daran gehen, die Probleme, mit denen wir konfrontiert sind, anzunehmen, findet eine bewusste positive Entwicklung in unserem Leben statt.
9.	Kinder bipolar erkrankter Eltern	Peter Bräuning Stephanie Krüger Yvette Rosbänder	Sachbuch: Uns bipolare Eltern, ob Vater oder Mutter, beschäftigen immer dieselben Fragen. Was bewirkt meine Erkrankung bei meinen Kindern? Bin ich schuld, wenn auch meine Kinder eine bipolare Erkrankung entwickeln? Was kann ich tun, damit meine Kinder gesund aufwachsen? Wie kann ich verhindern, dass meine Kinder sich für meinen Zustand verantwortlich fühlen?
10.	Weißbuch Bipolare Störungen in Deutschland Stand des Wissens - Defizite - Was ist zu tun?	Michael Bauer Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen	Fachbuch/Sachbuch: für die Forschung, Patientenversorgung, Gesundheitspolitik und Öffentlichkeit. Fachbuch/Sachbuch: Inhalt: Epidemiologie, Morphologie, Neurofunktionale Grundlagen, Genetik, Diagnostik, Medikamentöse Akuttherapie, Phasenprophylaxe, Prognose, Psychoedukation und Psychotherapie, Neuropsychologie, Forensik, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Integrierte Versorgung, Versorgung im niedergelassenen Bereich, Selbsthilfe
11.	Gesellschaft für Bipolar		Unterlagen
12.	Die Kraft die im Unglück liegt	Boris Cyrulnik	Was ist das Geheimnis der Menschen, die schwersten Schicksalsschläge glücklich zu überstehen? Viele von ihnen wissen sich offenbar selbst zu helfen. Um diese Form der Selbsthilfe und Selbstheilung hat sich die Wissenschaft bislang wenig gekümmert. Boris Cyrulnik erforscht das vermeintlich Paradoxe: die ungeahnten Kräfte der Seele, die in Krisensituationen zum Tragen kommen - die menschliche Fähigkeit, allen Widrigkeiten zum Trotz, zu überleben, erfolgreich zu sein und sich gesund weiter zu entwickeln. Anhand zahlreicher Beispiele stellt Cyrulnik wirksame Überlebensstrategien vor.
13.	Der Mann dessen Welt in Scherben ging	Aleksandr R. Lurija	Zwei neurologische Geschichten
14.	Wie Sie Ihre Hirnwischerei abstellen und	Giulio Cesare Giacobbe	Ratgeber: Wir denken viel zu viel. Statt das Leben zu nehmen, wie es uns täglich neu entgegentritt, verlassen wir uns auf das, was wir planen, kalkulieren, erwarten, aufarbeiten et cetera. Dies nennt Giacobbe die Neurose der "Hirnwischerei".



Nr. im Bücherbuch	Titel	Autor/in	Inhalt
	stattdessen das Leben genießen		
15.	Herr Jensen steigt aus	Jakob Hein	Roman. Das Aussteigen ist Herrn Jensens Problem nicht. Eher schon, dass er noch nie ins Leben eingestiegen ist: Studium abgebrochen, keine Freunde, keine Interessen, noch nie Sex mit einer Frau gehabt, Kontakt zu den Eltern aufs Minimum reduziert.
16.	Reise in die Tiefe der Seele	Olga Kharitidi u.a.	Eine Reise in die Tiefen der Seele in Bücher, Kunst Kultur, Esoterik Spiritualität, Esoterik
17.	Grauzeit – Mein Weg aus der Depression	Gisela Noy	Eine schwere klinische Depression kommt einem 'Erdrutsch' in der Persönlichkeit des Patienten gleich. Im freien Fall stürzt er in das Nichts all dessen, was er einmal geliebt, woran er einmal geglaubt hat, was ihm der Mühe wert war. Dabei verschlingt die Depression nicht nur den von ihr Betroffenen, sie verschlingt auch die ihm nahe stehenden Menschen, die sich hilflos dem fortschreitenden Verfall einer Persönlichkeit gegenübersehen, der mit keinem ermunternden Wort und keiner tröstenden Geste aufzuhalten ist. Doch 'wer einer Depression ins Gesicht schaut, muss vor ihr vielleicht nicht mehr davon laufen', stellt Gisela Noy fest. Nach einem mißlungenen Suizidversuch 'freiwillig' auf einer geschlossenen Station untergebracht, untersucht sie die Umstände und Beziehungen ihres Lebens. Und wenn auch der Weg aus der Depression ohne eine kleine rosa Tablette nicht möglich gewesen wäre, ist die Befragung der eigenen Lebensgeschichte doch Bedingung der neu gewonnenen Lebensfreude und anhaltenden Gesundheit. Ein Tatsachenbericht
18.	Das heimatlose Ich –Aus der Depression zurück ins Leben	Holger Reiners	Zwanzig Jahre litt Holger Reiners unter schweren Depressionen, heute fühlt er sich gesund, ist beruflich erfolgreich und kann das Leben mit seiner Familie genießen. In seiner ehrlichen und glänzend geschriebenen Reflexion vermittelt Holger Reiners eindrucksvoll, welche erdrückende Last diese Krankheit darstellt. Sie zeigt aber auch, dass selbst aus den größten Tiefen eine Befreiung möglich ist. Und auch wenn einen Depressionen nie ganz loslassen, es lässt sich mit ihnen leben - im glücklichsten Falle sogar sehr gut.
19.	Das weiße Land der Seele	Olga Kharatidi	Fernab von jeder Zivilisation lernt eine russische Ärztin das verborgene Wirken der letzten sibirischen Schamanen kennen. Eine Heilerin wird Olgas große Lehrmeisterin; sie läßt die junge, moderne Wissenschaftlerin teilhaben an ihrer uralten, geheimen Weisheit. Olga Kharitidi öffnet ihre Tagebücher und erzählt ihre aufregende Geschichte: Wie sie die Rituale der Heilung erlebt und von dem betörenden Rhythmus der Trommelklänge hineingezogen wird in die Vision einer versunkenen Welt. Wie sich nicht nur ihrer Arbeit, sondern ihr ganzes Leben verändert.
20.	Der ganz normale Wahnsinn	François Lelord	Sind Sie glücklich mit Ihren Mitmenschen? Wenn man dieses Buch gelesen hat - ich schwöre es Ihnen - ist man glücklich, schwärmte Elke Heidenreich über François Lelords Hectors Reise. - Wenn man Der ganz normale Wahnsinn gelesen hat, ist man auch glücklich mit seinen Mitmenschen, so nervtötend sie auch sein mögen. Wie man sich am besten mit schwierigen Menschen arrangiert und trotzdem die Fassung bewahrt, erklärt dieses überaus eloquente und amüsante Buch. Ein unterhaltsames Plädoyer, im Umgang mit schwierigen Menschen nicht gleich das Handtuch zu werfen.
21.	Leben mit bipolaren Störungen	Peter Bräunig	Sachbuch: Das hier gebündelte Basiswissen hilft zu verstehen und macht Sie stark im Umgang mit der Erkrankung. Besonders ausführlich sind die neuen Medikamente und die Psychotherapie vorgestellt. - In Deutschland leben ca. 2 Millionen Menschen mit bipolaren Störungen. Zwischen Manie und Depression ist ein geregeltes Leben nur schwer möglich. Bipolare Störungen werden sehr spät diagnostiziert, da sich Betroffene und Angehörige sehr spät ihrem Arzt öffnen. Es werden 100 Fragen, die auf dem Chat der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen (DGBS) e.V. basieren, beantwortet. Der Leser erfährt alles Wichtige zu Symptomen, unterschiedlichen Verläufen, Diagnosen, Therapien, Berufs- und Familienleben. Außerdem gibt es Hinweise zu Selbsthilfe und Arztsuche.
22.	Loslassen – Seelenruhe finden	Marita Hennig	CD : Wirksame Kurzmeditationen für mehr Kraft und Gelassenheit
23.	Bunt ist meine Lieblingsfarbe	Anne Holtzmann	Manisch-depressive Erkrankung als Grenzerfahrung
24.	Grundformen der Angst	Riemann	Fachbuch: Klassiker aus den 60er: In diesem Buch entwirft der Autor, ausgehend von den Grundängsten der menschlichen Existenz, eine Charakterkunde, die den fachgebundenen Rahmen sprengt und Lesern aller Schichten Einsicht in die psychoanalytische Praxis gewährt. Seine "Grundformen" - schizoide, depressive, zwanghafte und hysterische Persönlichkeiten - sind fester Bestandteil der Psychologie geworden



Nr. im Bücherbuch	Titel	Autor/in	Inhalt
25.	Gesundheit für Körper und Seele	Louise L. Hay	Ein Führer zur Inneren Harmonie - Jeder Mensch ist wunderbar und heilbar, wenn er sich selbst annimmt und die Schönheit seiner Existenz erkennt – lehrt die Amerikanerin Louise L. Hay. Krankheit ist nichts anderes als Verlust der inneren Harmonie und des Vertrauens in uns selbst. Mit Übungen, Meditation und Affirmationen können wir zu jeder Zeit unser Selbst wieder entdecken und zu einer harmonischen Balance zurückfinden. Den Schlüssel dazu gibt Louise L. Hay in diesem Buch, das aus ihren zahlreichen Seminaren, Workshops und Meditationskassetten entstanden ist.
26.	Extreme Gefühle	<u>Sienaert, Dahl</u>	Bis zu fünf Millionen Menschen sind allein in Deutschland manisch-depressiv. Bipolare Störungen, so die heute übliche Bezeichnung, äußern sich durch das Auftreten manischer und depressiver Episoden sowie durch extreme Stimmungsschwankungen zwischen himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt. Pascal Sienaert zeigt am Beispiel seiner Patientin Els Dahl, wie sich eine bipolare Störung äußern kann, wie sie verläuft und welche Ursachen möglich sind. Die Lebensgeschichte dieser Frau macht Mut, sich konstruktiv mit der Erkrankung auseinander zu setzen: Heilung ist möglich, wenn die Störung richtig diagnostiziert wird und Betroffene und Angehörige auf die vielen praktischen Anregungen für die therapeutische Begleitung einschließlich der notwendigen medikamentösen Behandlung zurückgreifen.
27.	Ich kann nicht wollen	Brigitte Woggon	Berichte depressiver Patienten "Jeder Bericht wird von Woggon ausführlich kommentiert, wobei das enorme Einfühlungsvermögen auffällt und die Fähigkeit, den Patienten motivierend zu begleiten. Dieses Buch hinterlässt eine Spur von Betroffenheit und macht gleichzeitig Mut, und das ist gut so."
28.	Zur inneren Balance finden	Anselm Grün	Was ist wichtig im Leben? Und: Kann man es lernen, einüben? Darum geht es in dieser kleinen Lebensschule.
29.	Selbstheilungskräfte in der Seele	Werner Eberwein	CD : Balsam für Körper und Seele: Über die erstaunliche Kraft der inneren Heilung
30.	Ich vergebe	Colin C. Tipping	Die radikale Art der Vergebung Wie kann es sein, dass diejenigen, die uns am meisten verletzen und wehtun, auf einer höheren Ebene unsere innigsten Freunde sind Und wenn das so ist, wie können wir dann unsere Beziehungsprobleme, unseren Ärger und unsere Verletztheit in Liebe und Mitgefühl transformieren. - Der praktische und direkte Ansatz der Radikalen Vergebung hat seit Erscheinen des Buches im englischsprachigen Raum Tausenden von Menschen geholfen, ihre Beziehungsprobleme, ihre innere Zerrissenheit und vermeintlich unüberwindliche Hindernisse im Leben in einem völlig neuen Licht zu sehen: Als Chancen zu innerem Wachstum, Heilung und Öffnung für die wunderbaren Fügungen in unserem Leben. In zehn einfach nachzuvollziehenden, praktischen Schritten zur Radikalen Vergebung zeigt Colin Tipping auf, wie wir im Alltag, in unseren Beziehungen und am Arbeitsplatz aus dem, was uns am meisten aufregt und die größten Probleme bereitet, die wichtigsten Lektionen lernen können.
31.	Frei – bereits unter Nr. 22 erfaßt- neu	Belegen, weil doppelt	
32.	Weniger Streß durch autogenes Training	Henrik Brandt, Steffen Grose	CD: Entspannter, gesünder, leistungsfähiger! Formeln und Übungen für Fortgeschrittene. Mit dem Autogenen Training können Sie sich vom Alltagsstress erholen und Kraft für neue Herausforderungen sammeln. Die CD hilft Ihnen, wenn Sie die Ruhe-, Schwere-, Wärme- und Atemformel bereits gelernt haben und Ihr Training vertiefen möchten. Sie lernen Organformeln, Kurz- und Teilübungen, imaginative und meditative Erweiterungen sowie den Einsatz von Vorsatzformeln zur individuellen Belastungsbewältigung und Gesundheitsvorsorge kennen.
33.	Achterbahn der Gefühle	Thomas Bock	Dieser Ratgeber beschreibt die Lebensgefühle von Menschen mit manisch-depressiven, auch bipolar genannten Störungen, und macht sie für Außenstehende verständlich. Er hilft Betroffenen, Ordnung in die Wahrnehmung eigener Stimmungsschwankungen zu bringen und zeigt anhand von Fallbeispielen verschiedene Verläufe sowie die dahinterstehenden Konflikte und Lösungsmöglichkeiten.



Nr. im Bücherbuch	Titel	Autor/in	Inhalt
			Das Buch richtet sich in erster Linie an Betroffene, es ist aber auch hilfreich für Angehörige, das Leben zwischen den Extremen gelassener zu nehmen.
34.	Das Kind in uns	John Bradshaw	Ratgeber: Viele unserer alltäglichen Probleme haben eine Wurzel: unverarbeitete Erfahrungen aus der Kindheit. John Bradshaw zeigt, wie wir zu dem Kind in uns zurückkehren, mit der Kindheit abschließen und zu einem erfüllten Leben finden können.
35.	In Balance – Leben mit Manie und Depression	?	Leben mit Manie und Depression
36.	Die Pole des Saturn (DVD)	Nicole Plinz	DVD / Erfahrungsberichte: Drei Betroffene und eine Angehörige berichten in dieser Doku -Collage vom Rausch des Höhenflugs und dem Sog in den Abgrund der Depression. Sie schildern, wie es sie her austreibt aus den Normen ihres Berufes und die Tragfähigkeit ihrer Beziehungen überspannt. Sie erzählen vom Pendeln zwischen berauschem Größenwahn und bohrendem Hass auf sich selbst, vom labilen Gleichgewicht in den Beziehungen zu Familienangehörigen und Freunden und vom langsamen Weg zurück in den Alltag.
37.	Der gesunde Schlaf	Passouant/ A.Rechniewski	Wissenschaftler erhellen das geheimnisvolle Drittel unseres Lebens
38.	Immer wieder Achterbahn	Milka Pavlicevic	VHS aus dem Fernsehen : Erfahrungsberichte: Der Film über Bipolare Störungen begleitet drei Menschen und gibt tiefe Einblicke in eine psychische Erkrankung, die bis heute nur wenig erforscht ist. Es wird deutlich, wie das wiederkehrende Auf und Ab der Emotionen vielfach zu einer Isolation und Vereinsamung führt.
39.	Vom Glück	Sibylle Prins	Erfahrungsberichte: Der Traum ›Vom Glück‹ - ihn träumen Menschen in psychischen Krisensituationen wohl auf besondere Weise. Authentisch und jeweils ganz persönlich lassen uns die Autorinnen und Autoren an ihrer Geschichte teilhaben und geben uns Einblick in die Entwicklung heraus aus der Krise hin zu etwas, das sie vielleicht ›Glück‹ nennen würden.
40.	Kompendium der Psychiatrischen Pharmakotherapie	<u>Otto Benkert,</u> <u>Hanns Hippus,</u> <u>Ion Anghelescu</u>	Bestseller für die Kitteltasche bietet Sicherheit und Aktualität! Das "Kompendium der Psychiatrischen Pharmakotherapie" ist aus der täglichen Arbeit in Klinik und Praxis nicht mehr wegzudenken. Seit über 30 Jahren verlassen sich angehende Psychiater und Fachärzte auf den Benkert/ Hippus. Die Autoren bieten eine kompetente Übersicht zur Pharmakotherapie psychischer Erkrankungen. Ihre kompakte Darstellung bewertet alle Psychopharmaka und Präparate der Grenzgebiete. Zusätzlich enthält das Buch eine tabellarische Übersicht zu allen klinisch relevanten Interaktionen. Die verschiedenen Therapieformen - inklusive der Psychotherapie – sind im Rahmen eines Gesamtbehandlungsplans gewichtet. Der "Benkert/Hippus" - unentbehrlich für jeden Arzt, der Psychopharmaka verordnet. Geschrieben für: Psychiater in Klinik und Praxis, Neurologen in Klinik und Praxis, Internisten, Allgemeinmediziner
41.	Hilfe aus dem Unbewussten	Erhard F. Freitag	Jeder Mensch kann, sobald er bereit ist, über seine psychischen Probleme nachzudenken und Spannungen zu lösen, sein Leben grundlegend ändern und zu einem liebevollen Leben in größtmöglicher innerer Harmonie finden. Erhard F. Freitag beschreibt hier den sicheren Weg, der Sie mit der Hilfe Ihres Unbewussten zu einem neuen Selbst und somit zum erfolgreichen Leben führt. Ein alphabetisches Lexikon der häufigsten psychosomatischen Leiden, das Ursachen und Möglichkeiten der Heilung aufzeigt, soll Ihnen helfen, Ihr persönliches Problem schnell in den Griff zu bekommen.
42.	Psychopharmaka absetzen	Peter Lehmann	Das Buch richtet sich an die Behandelten, die aus eigenem Entschluss die verordneten Psychopharmaka absetzen wollen. Gleichfalls angesprochen sind ihre Angehörigen und Therapeuten. Millionen von Menschen nehmen Psychopharmaka (z. B. Fluctin, Haldol, Imap, Invega, Lithium, Seropram, Seroxat, Valium, Zolof, Zyprexa). Für sie sind detaillierte Erfahrungsberichte, wie diese Substanzen abgesetzt werden können, ohne gleich wieder im Behandlungszimmer des Arztes oder in der Anstalt zu landen, von existenziellem Interesse. In "Psychopharmaka absetzen" schreiben Betroffene aus Australien, Deutschland, England, Neuseeland, den Niederlanden, Österreich, Schweden, der Schweiz, Serbien, Ungarn und den USA über ihre Erfahrungen beim Absetzen. Alle leben jetzt frei oder zumindest relativ frei von Psychopharmaka. Ergänzend berichten elf Psychotherapeuten, Psychiater, Mediziner, Sozialarbeiter und Heilpraktiker, wie sie ihren Klientinnen und Klienten beim Absetzen helfen.



Nr. im Bücherbuch	Titel	Autor/in	Inhalt
43.	Kraftzentrale Unterbewusst - sein	Erhard F. Freitag	Mit diesem Buch bietet der bekannte Münchener Hypnosetherapeut Erhard F. Freitag durch seine klare bildhafte Sprache jedem die Möglichkeit, die fast unbegrenzten Kräfte seines Unterbewußtseins zu nutzen, um seine Lebensqualität zu erhöhen und seine geistige Entwicklung zu erleichtern.
44.	Schöne neue Psychiatrie	Peter Lehmann	Ein Buch, das die Gefahren aller Psychopharmaka auf dem deutschsprachigen Markt sowie des wieder verstärkt praktizierten Elektroschocks schonungslos und leicht verstehbar offenlegt. Das Buch richtet sich primär an die Behandelten und ihre Angehörigen. Umfassende und allgemeinverständliche Informationen über die erheblichen Gesundheitsrisiken von Psychopharmaka sollen ihnen eine fundierte und unabhängige Entscheidung darüber ermöglichen, ob sie diese einnehmen wollen oder nicht. Sollte bereits ein Schaden eingetreten sein, wird der Nachweis erleichtert, dass er durch die Behandlung verursacht wurde. Juristen und im psychosozialen Bereich Tätigen dient das Buch als Handbuch und Nachschlagewerk. In diesem Buch stehen die vielfältigen Risiken und Schäden auf der psychischen Ebene und im Bereich der geistigen Fähigkeiten im Mittelpunkt. Themenschwerpunkte: Psychopharmaka bedingte emotionale Verarmung, Persönlichkeitsveränderung, Depression, Verzweiflung, Selbsttötung, Verwirrtheit, Delirien und psychotische Zustände,
45.	Schöne neue Psychiatrie 2	Peter Lehmann	Ein Buch, das die Gefahren aller Psychopharmaka auf dem deutschsprachigen Markt schonungslos und leicht verstehbar offenlegt. Das Buch richtet sich primär an die Behandelten und ihre Angehörigen. Umfassende und allgemeinverständliche Informationen über die erheblichen Gesundheitsrisiken von Psychopharmaka sollen ihnen eine fundierte und unabhängige Entscheidung darüber ermöglichen, ob sie diese einnehmen wollen oder nicht. Sollte bereits ein Schaden eingetreten sein, wird der Nachweis erleichtert, dass er durch die Behandlung verursacht wurde. Juristen und im psychosozialen Bereich Tätigen dient das Buch als Handbuch und Nachschlagewerk. In diesem Buch stehen die kurz-, mittel- und langfristigen Risiken und Schäden psychiatrischer Psychopharmaka im Mittelpunkt, die sich im Muskelapparat, im vegetativen Bereich und in den Organen niederschlagen, z.B. als - teilweise lebensgefährliche - Muskelkrämpfe, Bewegungsstörungen, genetische Schäden, Belastung der Leber, des Herzens und der Sexualorgane. Ein eigenes Kapitel ist dem Abhängigkeitspotenzial dieser Substanzen gewidmet. Seinen besonderen Stellenwert bezieht es aus der Tatsache, dass deren Verordner die abhängig machende Wirkung - mit Ausnahme der Tranquilizer - abstreiten und die beim Absetzen möglichen Entzugserscheinungen, Reboundphänomene und Supersensibilitätsreaktionen der Rezeptoren sowie mögliche irreversible Psychopharmakaschäden verschweigen oder gar zum Symptomwechsel umdefinieren: z.B. chronische Angst nach längerer Antidepressiva- oder Tranquilizer-Verabreichung, Verwirrheitszustände nach Lithiumentzug und chronische Psychosen nach Neuroleptika- Verabreichung. Umsichtige Ratschläge, wie das Rückfallrisiko gemindert und die Entzugserscheinungen gemildert werden können, schließen diesen Band ab. Mit umfangreichem Schlagwortverzeichnis, allen aktuellen deutschen, österreichischen und Schweizer Psychopharmaka-Handelsnamen und 1677 Quellenangaben.<
46.	Recovery - Das Ende der Unheilbarkeit	Michaela Amering; M. Schmolke	Sachbuch: Hoffnung macht Sinn. Das ist die Essenz der Recovery-Bewegung. Hier werden von Betroffenen initiierte Genesungs-Konzepte und Erfahrungen mit Schizophrenie für Betroffene, aber auch als Maßstab für professionelles Handeln, bereitgestellt.
47.	The secret Life of the Manic Depression	Stephen Fry	BBC Dokumentation auf Englisch = Videodateien für PC oder MCC
48.	Du bist Dein Heiler	Louise L. Hay	Stärkende Gedanken für jeden Tag – Meditationen zur Selbstheilung Für jeden Tag des Jahres hat Louise L. Hay heilsame Gedanken gesammelt, mit denen wir Geist, Körper und Seele wieder in Einklang bringen. Als Geschenk für liebe Freunde oder zur eigenen Unterstützung hilft dieses kleine Buch, den beständigen Strom unserer eigenen Heilkräfte in uns zu wecken und im Fluß zu halten. Louise L. Hay hat durch ihre Aids-Therapien in den USA Hunderttausenden neue Hoffnung gegeben und mit ihrem Bestseller 'Gesundheit für Körper und Seele' Millionen Menschen geholfen. Geboren 1926 in Los Angeles, ist sie heute Amerikas bekannteste Selbsthilfe-Autorin. Als bei ihr 1976 Krebs diagnostiziert wurde, heilte sie sich selbst durch das Auflösen negativer Gedankenmuster. Diese Selbstheilung wurde die Basis ihrer erfolgreichen Bücher.
49.	Liebe das Leben wie Dich selbst	Louise L. Hay	Wege zu einem Gesunden Geist Neue Affirmationen für alle, die eine gesunde Selbstliebe ohne Egoismus anstreben, inneren wie äußeren Wohlstand und eine heile Seele in einem gesunden Körper.



Nr. im Bücherbuch	Titel	Autor/in	Inhalt
			Mit ihren Affirmationen und Visualisierungen hat die amerikanische Autorin Louise L. Hay weltweit Millionen Menschen geholfen und in Deutschland fast 2 Millionen Leser gefunden. In diesem Meditationsbuch präsentiert sie neue geistige Übungen zur Selbstheilung, die aus der Erfahrung in ihren Seminaren entstanden sind.
50.	Umkehr zur Liebe, Rückkehr zum Leben	Louise L. Hay	Louise Hays AIDS-Buch bleibt in seiner Betrachtungsweise der Krankheit AIDS einzigartig und unglaublich aktuell. In einer Zeit, wo an anti-retrovirale Therapien noch nicht im Entferntesten zu denken war, entstand dieses Werk, in dem die Autorin durchblicken lässt, dass es zur Heilung verschiedener Techniken bedarf als nur der reinen Schulmedizin. Sie berichtet über die ersten Selbsthilfe-Gruppen, die sie in den USA Anfang der 80er Jahre mitbegründete und schildert sehr liebevoll den Umgang mit den HIV-infizierten und an AIDS erkrankten Menschen. Die Autorin schildert sehr eingehend eine andere Betrachtungsweise und vor allen Dingen Umgehensweise mit sich selbst als HIV-positivem Menschen und auch mit der Erkrankung an sich. Neben einem Affirmationsprogramm bietet Hay hier auch recht simple Methoden, die Lebensqualität eines jeden zu optimieren. Ein sehr reichhaltiges Buch, das Mut macht und besonders auch für Angehörige von Betroffenen eine große Hilfe sein kann.
51.	Das Körper- und Seele- Programm	Louise L. Hay	Das Arbeitsbuch zur mentalen Heilung - Gesundheit für Körper und Seele. Wenn wir an unserer geistigen Gesundung arbeiten, können wir auch unsere körperlichen Krankheiten heilen - mit diesem Leitsatz ihrer Arbeit hat die Amerikanerin Louise L. Hay inzwischen weltweit Millionen Menschen geholfen. Auch in Deutschland sind ihre Gesundheitsbücher inzwischen Bestseller. Mit diesem Buch kommt Louise L. Hay dem Wunsch ihrer Leser nach, ein praktisches Arbeitsprogramm für die mentale Heilung zu haben. Einfache Übungen, Meditationen und Affirmationen für den Alltag helfen uns, unsere Probleme zu verstehen, ihre geistigen Ursachen zu erkennen und sie aus eigener Kraft zu heilen.
52.	Weißbuch Bipolare Störungen in Deutschland Stand des Wissens - Defizite - Was ist zu tun?	Michael Bauer Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen	Fachbuch/Sachbuch: Inhalt: Epidemiologie, Morphologie, Neurofunktionale Grundlagen, Genetik, Diagnostik, Medikamentöse Akuttherapie, Phasenprophylaxe, Prognose, Psychoedukation und Psychotherapie, Neuropsychologie, Forensik, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Integrierte Versorgung, Versorgung im niedergelassenen Bereich, Selbsthilfe.
53.	Psycho-edukation bei bipolaren Störungen	Petra Wagner Peter Bräunig	Der psychotherapeutischen Behandlung von Patienten mit bipolaren Störungen ist bis Anfang der 90er-Jahre wenig Aufmerksamkeit geschenkt worden. Es dominierten organische Ätiologiemodelle. Durch Forschungsergebnisse, die deutlich machten, dass psychosoziale Faktoren einen maßgeblichen Einfluss auf den Verlauf der Erkrankung haben können, stieg in neuerer Zeit das Interesse an der Entwicklung psychotherapeutischer Verfahren für diese Patientengruppe. Da im deutschsprachigen Raum bislang ein manualisiertes Therapieprogramm bei bipolaren Störungen fehlte, wurde das vorliegende psychoedukative Gruppenmanual entwickelt. Viele Patienten verfügen, trotz langer Behandlungserfahrung, nur über ein rudimentäres Wissen bezüglich ihrer Erkrankung und den Umgang damit. Die oft mangelnde Behandlungcompliance veranlasste die Autoren, den Schwerpunkt des Manuals auf die Transparenz bzw. Nachvollziehbarkeit der Behandlung für die Patienten zu legen. Es entstanden zum einen medikamentöse, zum anderen psychotherapeutische Behandlungsstrategien, welche die Eigenverantwortlichkeit und das Selbstmanagement der Betroffenen unterstützen und stärken sollen. Das nun vorliegende Manual besteht aus 12 Sitzungen à 60 Minuten, in denen alle derzeit diskutierten Einflussfaktoren auf die Erkrankung thematisiert und entsprechende Copingstrategien erarbeitet werden. Neben konkreten Hinweisen zur praktischen Durchführung werden die Inhalte der einzelnen Sitzungen ausführlich beschrieben. Ergänzt werden sie durch umfangreiche Arbeits- und Informationsmaterialien für die Patienten. Das Manual kann sowohl bei stationären als auch ambulanten Gruppen angewendet werden. Es richtet sich somit an Psychiater und Psychotherapeuten, an Psychologen mit klinischem Arbeitsschwerpunkt und an alle anderen Berufsgruppen, die in psychiatrischen Einrichtungen tätig sind.
54.	Kognitiv – psychoedukative Therapie zur Bewältigung von	Annette Schaub, Elisabeth Roth,	Ein Therapiemanual incl. CD-Rom



Nr. im Bücherbuch	Titel	Autor/in	Inhalt
	Depressionen	Ulrich Goldmann	
55.	Ungleiche Partner – Patientenselbsthilfe und Wirtschaftsunternehmen im Gesundheitssektor	Ersatzkassen und ihre Verbände	Millionen Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen haben sich in Selbsthilfegruppen und -verbänden zusammengeschlossen. Sie unterstützen sich gegenseitig, tauschen Erfahrungen aus, informieren und beraten Betroffene. Die Aktivitäten der Patientenorganisationen helfen, soziale Problemlagen zu bewältigen und tragen dazu bei, die gesundheitliche Versorgung zu verbessern.
56.	Leben mit bipolaren Störungen - 2.Exemplar-	Peter Bräunig	Sachbuch: Das hier gebündelte Basiswissen hilft zu verstehen und macht Sie stark im Umgang mit der Erkrankung. Besonders ausführlich sind die neuen Medikamente und die Psychotherapie vorgestellt. - In Deutschland leben ca. 2 Millionen Menschen mit bipolaren Störungen. Zwischen Manie und Depression ist ein geregeltes Leben nur schwer möglich. Bipolare Störungen werden sehr spät diagnostiziert, da sich Betroffene und Angehörige sehr spät ihrem Arzt öffnen. Es werden 100 Fragen, die auf dem Chat der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen (DGBS) e.V. basieren, beantwortet. Der Leser erfährt alles Wichtige zu Symptomen, unterschiedlichen Verläufen, Diagnosen, Therapien, Berufs- und Familienleben. Außerdem gibt es Hinweise zu Selbsthilfe und Arztsuche.
57.	Seelengezeiten	Valerie Rupprecht	Die subjektive Seite der bipolaren Störung
58.	Depression, Melancholie, Manie	Rafaelsen Helmchen	Dieses Buch behandelt Melancholien und ihr gegensätzliches Erscheinungsbild, die Manien. Es macht deutlich, wie sich Melancholie von anderen Zuständen (z. B. Trauer und Kummer) unterscheidet. Die Autoren beschreiben die jeweiligen Krankheitszeichen, die Krankheitsverläufe und die Dauer der Phasen. Sie erklären die Vor- und Nachteile der Behandlungsmöglichkeiten, sie besprechen die möglichen Einflüsse von Erbanlagen und zeigen, welche eigene Haltung zur Vorbeugung und Behandlung erforderlich ist. Das Buch geht behutsam auf den Kranken, sein Verhältnis zum Arzt, zur Familie und zur Umwelt ein, es klärt über soziale und rechtliche Fragen auf, die im Zusammenhang mit Melancholie und Manie entstehen können. Das Buch handelt davon, was aus medizinischer und therapeutischer Sicht heute gewußt und getan werden kann, aber auch davon, wie Patienten und Angehörige in ein normales Leben zurückfinden.
59.	Seelische Erkrankungen, Religion und Sinndeutung	Norbert Mönter	Religiöser Glaube und Spiritualität haben für viele Menschen in seelischen Krisen eine hohe Bedeutung. Mit der Erfahrung individuellen Leidens wird häufig die Sinnfrage thematisiert. In diesem Band belegen die Beiträge von psychischer Krankheit betroffener Menschen, ihrer Angehörigen und die ihrer Behandler diesen Zusammenhang eindrucksvoll. Das Buch ist auch ein Plädoyer an die Psychiatrie, Spiritualität und Glaubensfragen in der Behandlung stärker zu berücksichtigen, um bewusster die im religiös-philosophischen Selbstverständnis des Patienten liegenden Ressourcen einbeziehen zu können. Ein breitgefächertes Band zum Thema Religion in Sinnkrisen, das (nicht nur) in der psychiatrischen Praxis immer mehr Beachtung findet.
60.	Bipolaricum	Hans-Jörg Assion; Hartmut Reinbold	Sachbuch: Kompaktwissen über Manie und Depression. "Das Büchlein ist eine wahre Fundgrube für alle, die mit bipolaren Störungen zu tun haben, unabhängig von ihrem Status. Schon zu Beginn kommen die Betroffenen mit ihren Sichtweisen, Erfahrungen und Erwartungen an Ärzte und Therapeuten zu Wort." SHG Essen
61.	Unerwartet schöne Tage	Katherine Noel	»Ein umwerfendes Debüt in der Tradition von John Cheever und Rick Moody« Library Journal. Angie - Musterschülerin, Schwimmstar ihrer Schule und Anwärterin für eine Eliteuniversität - taucht während eines Wettkampfes zum Boden des Schwimmbeckens, rührt sich nicht, bis ihr Vater sie herauszieht und rettet. Von diesem Moment an verändert sich ihre Welt und die ihrer Familie. Die Voorsters leben in einer Kleinstadt in New Hampshire. Vater Pieter ist Cellist, seine Frau Jordana arbeitet in einem Krankenhaus, Angie ist ein Mädchen, dem alles leicht fällt, weshalb Luke, der kleine Bruder, ein wenig in ihrem Schatten steht. Während ihrer Vorbereitung auf die Universität erlebt Angie ihren ersten psychotischen Zusammenbruch. Eine bipolare Störung wird diagnostiziert und die Therapie eingeleitet. Es scheint, als könnte das Leben einfach so weitergehen. Doch der Wechsel von Manie und Depression reißt Angie und ihre Familie in einen unkalkulierbaren Strudel.
62.	Immer wieder	Milka	DVD : Erfahrungsberichte: Der Film über Bipolare Störungen begleitet drei Menschen und gibt tiefe Einblicke in eine psychische Erkrankung, die bis heute



