



Aktuelle Kinder- und Jugendbücher

Deetjen, Claudia, Stöckigt, Kathrin (2009):

Das Seelenentdeckeralbum. Bonn. Arbeitsheft für Kinder zwischen 6 - 9 Jahren. Kindern wird die Seele erklärt.

Deetjen, Claudia & Stöckigt, Kathrin (2009): *Was keiner weiß.* Bonn.

Diese Bilderbuchbroschüre ist für Kinder zwischen 5 - 8 Jahren und klärt über psychische Erkrankungen und ihre Behandlung auf.

Sonderausgabe für den Dachverband Gemeindepsychiatrie e.V., Oppelner Str. 130, 53119 Bonn, www.psychiatrie.de/dachverband, € 2,00. Gefördert durch die DAK

Beckmann, Ortrud (2014) *Nele im Nebel.* Mabuse-Verlag Frankfurt Vom Leben mit psychisch kranken Eltern Die Jugendroman. Behutsam, aber ohne Beschönigungen erzählt 'Nele im Nebel' von dem schwierigen Weg, den viele Kinder psychisch kranker Eltern gehen müssen. Es macht Mut, spendet Trost und zeigt: Egal, was mit Mama und Papa los ist jedes Kind hat das Recht auf ein eigenes Leben. Der Roman eignet sich auch für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen psychisch kranker Eltern. (12 - 16 Jahre)

Eder, Sigrun; Rebhand, Petra; Gasser, Evi (2011): *Annikas andere Welt - Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern.* Edition Riedenburg, 1. Auflage. Das Sachbuch richtet sich an Kinder psychisch kranker Eltern, an die Eltern selbst, an Angehörige und psychosoziale Helfer, aber auch an Psychologen/-innen und Psychotherapeuten/-innen.

Homeier, Schirin (2006): *Sonnige Traurigtage.* Mabuse Verlag, Frankfurt a. Main, www.sonnige-traurigtage.de/, (Ende Kindergarten bis Grundschulalter plus Ratgeber für Kinder, Eltern und weitere Angehörige) Illustriertes Kinderfachbuch für Kinder psychisch kranker Eltern und deren Bezugspersonen

Homeier, Schirin und Schrappe, Andreas (2008): *Flaschenpost nach Irgendwo.* Mabuse Verlag, Frankfurt a. Main. Kinderfachbuch für Kinder suchtkranker Eltern

Jahn, Rolf; Trostmann, Kerstin (2009): *Der beste Vater der Welt.* BALANCE buch + medien verlag, Ein Bilderbuch, das von den seelischen Veränderungen eines Vaters handelt und was diese Veränderungen für das Kind Nick bedeuten.

Johnstone, Matthew (2008): *Mein schwarzer Hund, Wie ich meine Depression an die Leine legte.* Kunstmann, Antje, Verlag. Bilderbuch für Jugendliche und Erwachsene

Johnstone, Ainsley und Matthew (2008): *Mit dem schwarzen Hund leben: Wie Angehörige und Freunde depressiven Menschen helfen können, ohne sich dabei selbst zu verlieren.* Kunstmann, Antje, Verlag. Bilderbuch für Jugendliche und Erwachsene

Mosch, Erdmute von (2008): *Mamas Monster.* Balance buch + medien verlag, Bonn. Erklärt sehr einfühlsam Depressionen für Kindergartenkinder: Traurigkeit und Rückzug sind Symptome einer Krankheit und können mit Geduld und Hilfe von Ärzten und Therapeuten behandelt werden. (3 – 6 Jahre)

Tilly, Christiane; Offermann, Anja; Anika, Merten (2012): *Mama, Mia und das Schleuderprogramm - Kindern Borderline erklären.* BALANCE buch+medien verlag Bonn. Eine humorvolle und überraschende Geschichte, in der eine Waschmaschine die Hauptrolle spielt und Mama und Mia gemeinsam lernen, mit dem Schleuderprogramm der Gefühle besser umzugehen. (ab 4 Jahre)

Wunderer, Susanne (2010): *Warum ist Mama traurig?* Ein Vorlesebuch für Kinder mit einem psychisch erkrankten Elternteil. Mabuse-Verlag Frankfurt. Bilderbuch für Kinder von 2 bis 5 Jahren: Was ist eine Depression, wer kann helfen?

Weitere Kinder- und Jugendbücher, Romane (z.T. vergriffen)

Bock, Thomas (2003): *Pias lebt gefährlich*. Psychiatrie-Verlag, Bonn.

Eine Gruppe Jugendlicher, die in einer leer stehenden Villa Musik machen will, lernt den obdachlosen Pias kennen, der Stimmen hört, aber doch vollkommen in Ordnung ist und ihre Hilfe braucht, als er zusammen geschlagen wird. (Jugendbuch)

Boie, Kirsten (2005): *Mit Kindern redet ja keiner*. Fischer Taschenbuch Frankfurt
Charlottes Mama fängt auf einmal an, ständig zu schimpfen. Oder sie liegt nur noch traurig im Bett und kümmert sich gar nicht mehr um den Haushalt. Charlottes Vater ist wütend. Ständig streiten die Eltern, aber mit Charlotte redet keiner. Erst als die Mutter ihrer besten Freundin ihr erklärt, was Depressionen sind und wie Charlottes Mutter sich fühlt, kann sie endlich auch über ihre Gefühle sprechen. (ab 10 Jahre)

Haugen, Tormod (1999): *Die Nachtvögel*. Oetinger. In diesem Kinderroman geht es um Ängste von Kindern und Erwachsenen und deren psychische, physische und soziale Auswirkungen. (ab 10 Jahren)

Eggermann, Vera; Janggen, Lina (2004): *FUFU und der grüne Mantel*. Ein Bilderbuch für Kinder mit einem psychisch kranken Elternteil; Vorschulalter, mit Anhang für Betroffene und Angehörige von Dr. Gianni Zarotti, leitender Arzt an der Kinder- und Jugendpsychiatrischen Klinik Neuhaus, Bern. Das Buch wurde von der Vereinigung der Angehörigen von Schizophrenie- und Psychisch-Kranken (VASK) mit finanzieller Unterstützung der AstraZeneca AG realisiert. www.psychosis.ch/fufu_web_d_06.08.pdf

Lund Eriksen, Endre (2007): *Beste Freunde oder der ganz normale Wahnsinn*. Cecile Dressler Verlag. Als zwei Vertreter vom Jugendamt auftauchen und sich mächtig für das Zuhause des dreizehnjährigen Terjes interessieren, schmieden er und sein Freund Jim einen Plan, wie sie Terjes trinkenden Vater und Jims ängstliche Mutter als perfektes Elternpaar in Szene setzen können. (12 - 15 Jahre)

Boratynski, Antoni (2006): *Der Gedankensammler*, Bilderbuch, Sauerländer; Auflage: 5., überarb. A. Herr Grantig sammelt Gedanken. Fröhliche Gedanken und traurige, kluge und dumme, laute und stille, lange und kurze. Eigentlich sind ihm alle Gedanken wichtig. Obwohl er natürlich seine Lieblingsgedanken hat. Doch das lässt er sich nicht anmerken, damit er die anderen nicht verletzt. (5 - 7 Jahre)

Giesen, Birgit; Cave, Kathryn; Riddell, Chris (15., Aufl. 1994): *Irgendwie Anders*. Oetinger Verlag. (4 - 6 Jahre)

Mannsdorf, Peter (2005): *Fliegen ohne Flügel*. Shift (Selbst) Verlag. Jugend- und Erwachsenenroman über einen 9-jährigen Jungen, der mit seinem verwirrten Vater in den Dschungel fahren muss ...

Mannsdorf, Peter (2005): *Robbi und sein ungezähmter Vater*. Selbst (Shift) Verlag. Robbis Vater ist wegen seiner psychischen Erkrankung in der Klinik und Robbi quält die Frage, ob er nun in ein Heim muss. Der Roman ist die Fortsetzung von „Fliegen ohne Flügel“.

Marchetta, Melina (2004): *Ich bin's, Francesca!* Ravensburger Buchverlag. Jugendliche erlebt die manisch-depressive Erkrankung der Mutter. (ab 13 Jahre)

Minne, Brigitte (2004): *Eichhörnchenzeit oder Der Zoo in Mamas Kopf*. Sauerländer Verlag. Das Mädchen Amber möchte unbedingt in eine Fussballmannschaft aufgenommen werden, muss sich aber gleichzeitig oft um den kleinen Bruder und den Haushalt kümmern, weil die Mutter entweder nur in Ruhe gelassen werden und schlafen möchte – wie ein Eich-hörnchen, das Winterschlaf hält – oder sich benimmt wie ein Zirkusaffe, mit Pfannkuchen jongliert oder mit Papa um den Küchentisch tanzt. (ab 8 Jahre)

Rees, Gwyneth (2005): *Erde an Pluto oder als Mum abhob*. Ravensburger Buchverlag, Ravensburg. Der zwölfjährige Daniel ist wütend. Wie kann Mum bloß an seiner neuen Schule Direktorin werden? Und als Dad dringend nach Neuseeland fliegen muss, kommt Mum eine verrückte Idee nach der anderen. Irgendetwas stimmt da nicht, doch Abby zeigt ihm, dass es verdammt viele Dinge gibt, die vermeintlich unnormal sind, aber für die man sich noch lange nicht schämen muss. (10 - 12 Jahre)

Rushton, Rosie (2001): *Wer fängt mich, wenn ich falle?* Bertelsmann, München.(ab 12 Jahre)

Stratenwerth, Irene, Bock, Thomas (2003): *Die Bettelkönigin*. Psychiatrie Verlag Bonn (Neuaufgabe, Oktober 2008 im BALANCE buch + medien verlag) Zeigt einem Jungen und einem Mädchen am Beispiel ihrer »Wahloma«, was Psychosen sind. Dieses Großstadtmärchen macht eine psychische Erkrankung, ohne Schrecken auszulösen, für Kinder begreifbar. Es eignet sich sehr gut als Vorlesebuch in Gruppen, z. B. im Klassenverband. (9 - 12 Jahre)

Corinna Soria: (2000): *Leben zwischen den Seiten*, Roman (Neuaufgabe 2002) suhrkamp TB. Ein Kind erzählt von den bedrängenden Erlebnissen seiner Kindheit. Seine Mutter leidet unter Verfolgungswahn. Die Mutter wird in die Psychiatrie eingeliefert. Ein Kreislauf beginnt: Ausbruch - Behandlung - die vorübergehende Normalität - erneut Aufenthalte in der Psychiatrie. Ganz allmählich beginnt das Kind, sein Ich zu verteidigen. (ab 15 Jahre)

Wilson, Jacqueline (2005): *Ausgeflipt hoch drei*. Ravensburger Buchverlag (früher bei Sauerländer unter dem Titel »Tattoo Mum« erhältlich). Sehr bewegende Schilderung der typischen Erfahrungen zweier Kinder im Zusammenleben mit ihrer manisch-depressiven Mutter. (ab 10 Jahre)

Wortberg, Christoph, (2011): *EASY*. Beltz & Gelberg. Alex' Mutter weigert sich aufzustehen. Bleibt einfach im Bett liegen. Alex weiß nicht, wo ihm der Kopf steht. Zwillinge zur Schule bringen. Für sich selbst ein Attest besorgen. Die Frau vom Jugendamt bei Laune halten. Einkaufen. Putzen. Kochen. Alles machbar. Aber das Konto ist total in den Miesen. Die einzige Lösung, die ihm dazu einfällt, ist sein Vater. Doch der hat seine Familie schon vor Jahren im Stich gelassen. Alex wird ihn finden. Und ihm die Hölle heiß machen ... Die Geschichte eines Helden wider Willen (ab 13 Jahre)

Broschüren

Dachverband Gemeindepsychiatrie e.V., www.psychiatrie.de/dachverband/materialien/
Wenn deine Mutter oder dein Vater in psychiatrische Behandlung muss...Mit wem kannst du dann eigentlich reden?

Broschürensatz :

- *Wenn deine Mutter oder dein Vater in psychiatrische Behandlung muss... Mit wem kannst du dann eigentlich reden?* Informationen für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren (inkl. 2 Begleitblätter für Eltern und Betreuer/-innen)
- *Wenn deine Mutter oder dein Vater psychische Probleme hat...*, Informationen für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren
- *Wenn eine Mutter oder ein Vater psychische Probleme hat..., Wie geht es dann den Kindern?* Informationen für betroffene Eltern,

Kosten: Alle 3 Broschüren als Satz: 4,- €, Einzeln á 2,--€, Bestelladresse: Dachverband Gemeindepsychiatrie e.V., Oppelner Str. 130, 53119 Bonn

Familien-Selbsthilfe Psychiatrie (BApK) www.bapk.de/

Broschürensatz

- *Jetzt bin ICH dran*; Informationen für Kinder von 8 -12 Jahren,
- *It's my turn*, Informationen für Jugendliche, die psychisch kranke Eltern haben,
- *Nicht von schlechten Eltern*, Informationen für psychisch kranke Eltern und ihre Partner zum Umgang mit ihren Kindern
- *Mit psychisch Kranken leben - Amelie*; Aufklärung – Information – Hilfe (für Kinder)

Kosten: pro Broschüre 1,50 €

Bestelladresse: Familien-Selbsthilfe Psychiatrie (BApKe.V.) Oppelner Str. 130, 53119 Bonn www.bapk.de/; bapk@psychiatrie.de, Tel.: 0228 - 632646, März 2009

Erfahrungsberichte - Autobiographien

Gibbons, Kaye (1997): *Verdeckte Blicke*. btb, München. Die 12-jährige Hattie muss mit den zwei Gesichtern ihrer Mutter zurechtkommen: An guten Tagen ist sie erfüllt von unbändiger Lebenslust, an schlechten verschließt sich Maggie Barnes vor der Welt.

Schlösser, Sebastian (2012): *Lieber Matz, Dein Papa hat`ne Meise; Ullstein*. Mit der Diagnose 'manisch-depressiv' landet Sebastian Schlösser in der Psychiatrie. In seinem Buch erzählt er seinem achtjährigen Sohn, was die Krankheit mit ihm gemacht hat - mutig, anrührend und liebevoll. Das Hauptaugenmerk liegt nicht auf der Behandlung der Störung, sondern darauf, was er erlebt hat, insbesondere während der manischen Phasen. Es wird deutlich, wie viel Kraft ihm sein Sohn gegeben hat. (ab 16 Jahre)

Schweg, Miriam (2012) *Tigertränen*. Re Di Roma-Verlages. Jahrelang schwieg Miriam über das, was sie zu Hause erlebte: Keine Geschenke zu Weihnachten, der Strom war abgestellt, die Mutter psychisch krank und in ihrem Verhalten unberechenbar. Anhand ihrer Tagebuchaufzeichnungen macht Miriam, inzwischen erwachsen, auf das Leben, die Herausforderungen und Risiken von Kindern mit einem psychisch kranken Elternteil aufmerksam - den extremen Stress und traumatische Erfahrungen. Gleichzeitig gibt sie einen Einblick in ihren Therapieprozess und die Arbeit mit ihrem inneren Team. Authentisch, einfühlsam und Mut machend beschreibt sie ihren Weg des Loslassens und Losgehens, einen Aufbruch zu einem Leben in Freude.

Walls, Jeannette (2005): *Schloss aus Glas*. Hamburg, Hoffmann u. Campe, München. Diana, eine Jugendliche beschreibt das Zusammenleben mit einem alkoholbelasteten Vater.

Hilfreiche Internetadressen

www.bag-kipe.de Homepage der Bundesarbeitsgemeinschaft für Kinder psychisch kranker Eltern, in der sich Fachleute aus den verschiedenen Projekten bundesweit zusammengeschlossen haben.

www.gaimh.de ist die Seite der »Gesellschaft zur Förderung der seelischen Gesundheit in der frühen Kindheit e.V. (GAIMEH). Dort findet man viele hilfreiche Informationen über ambulante Angebote und Adressen von Frühförder-zentren und Schreiambulanzen.

www.kinderschutz-zentren.org ist eine Anlaufstelle für alle Probleme, die Familien betreffen können.

www.marce-gesellschaft.de beschäftigt sich mit Gesundheit, Versorgung und Forschung bezüglich schwanger-schaftsassozierten psychischen Erkrankungen von Frauen, u.a. Liste von Einrichtungen, die Eltern-Kind-Behandlungen.

www.psychiatrie.de/familienselbsthilfe enthält wichtige Informationen und Kontaktadressen des Bundesverbandes der Angehörigen psychisch Kranker; Materialien für Kinder psychisch kranker Eltern; Datenbank über Hilfeangebote; Plattform für Austausch und Vernetzung.

www.netz-und-boden.de ist die Website der »Initiative für Kinder psychisch Kranker«, die sowohl für Kinder wie erkrankte Eltern Informationen, Austauschmöglichkeiten und Adressen bereithält.

www.schatten-und-licht.de ist die umfangreiche Seite einer Selbsthilfeorganisation, die neben wichtigen Kontakt-adressen auch Erfahrungsberichte zum Thema Depression nach der Geburt veröffentlicht.

Stand: 2015