

Literaturempfehlungen/ Weblinks für Angehörige

Die aufgeführten Empfehlungen sind Empfehlungen von Teilnehmern des Borderline-Trialogs München (Betroffene, Angehörige, professionelle Helfer) und werden in alphabetischer Reihe aufgeführt. Wir freuen uns über zusätzliche Empfehlungen!

Ratgeber für Angehörige:

- **P.T. Mason, R. Kreger: Schluss mit dem Eiertanz;** Balance Ratgeber, Psychiatrie-Verlag, 2011.
- **R. Kreger, J.P. Shirley: Das Schluss-mit-dem Eiertanz Arbeitsbuch;** Balance Ratgeber, Psychiatrie-Verlag, 2012.
- **M. Rösel: Wenn lieben weh tut;** ein Kommunikationsratgeber für Partner in der Borderline-Beziehung. Starks-Sture-Verlag, 2010.
- **S. Szomorou, V. Valentin, B. Engel, B. Lukas: Borderline brach Herz.** Hilfe zur Trennungsverarbeitung für Borderline-Partner. Starks-Sture-Verlag, 2005.
- **C. Tilly, A. Offermann, A. Merten: Mama, Mia und das Schleuderprogramm;** Kindern Borderline erklären. Balance-Buch und Medien Verlag, 2012.

Ratgeber für Angehörige und Betroffene:

- **M. Armbrust, A. Link: Borderline im Trialog.** Junfermann- Verlag, 2015.
- **M. Bohus, M. Reicherzer: Ratgeber Borderlinestörung.** Hogrefe-Verlag, 2012.
- **J. K. Kreismann, H. Strauss: Zerrissen zwischen den Extremen** (Nachfolgebuch des Klassikers „Ich hasse dich, verlass mich nicht“). Goldmann Verlag, 2008
- **G. Niklewski, R. Niklewski: Leben mit Borderline-Störung.** TRIAS-Verlag, 2010.
- **E. Rahn: Borderline. Verstehen und bewältigen.** Balance-Buch und Medien Verlag, 2013.

Erfahrungsberichte von Betroffenen:

- **A. Knuf (Hrsg.): Leben auf der Grenze.** Erfahrungen mit Borderline; Balance-Buch und Medien Verlag, 2011.
- **A. Knuf (Hrsg.) Gesundheit ist möglich.** Betroffene berichten. Balance-Buch und Medien Verlag, 2009.

Weblinks:

- **www.bl-ang-muc.de:** Borderline-Angehörigen Selbsthilfegruppe München
- **www.apk-muenchen.de:** Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker, ihrer Freunde und Förderer München e. V. (ApK München)
- **www.bl-t-muenchen.de:** Borderline-Trialog München. Informationen, aktuelle Termine und Themen
- **www.bapk.de:** Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V.
- **www.borderlinetrialog.de:** Informationen zum Borderline-Trialog, deutschlandweite Veranstaltungen
- **www.borderline-plattform.de/index.php/angehoerige:** die Angehörigenseite der Borderline-Plattform