

Literaturempfehlungen:

Autor:	Buchtitel:	Verlag:
Messieproblematik:		
Dr. Rainer Rehberger	Messies – Sucht und Zwang	Klett Cotta
Dr. Rainer Rehberger	Selbsthilfe für Messies	Klett Cotta
Eva S. Roth	Das Messie-Handbuch	Verlag D. Klotz
Veronika Schröter	Messie-Welten	Klett Cotta
Sabina Hirtz	Der Messie in uns	rororo
Traumata:		
Prof. Dr. Franz Ruppert u.v.a.	Frühes Trauma	Klett Cotta
Prof. Dr. Franz Ruppert	Symbiose und Autonomie (Symbiosetrauma)	Klett Cotta
Prof. Dr.med. Luise Reddemann	Trauma heilen	Trias
Laurence Heller u.a.	Entwicklungstraumata heilen	Kösel
Bessel van der Kolk	Verkörperter Schrecken	Probst
Mary Jo Barrett u.a.	Komplexe Traumafolgestörungen	Junfermann
Marc Wolynn	Dieser Schmerz ist nicht meiner	Kösel
Dorothea Weinberg	Verletzte Kinderseele	Klett Cotta
Vivian Broughton	Zurück in mein Ich	Kösel
Psychologie:		
Heinz-Peter Röhr	Die Kunst, sich wertzuschätzen	Patmos
Heinz-Peter Röhr	Die Angst vor Zurückweisung	dtv
Christina Berndt	Resilienz (innere Widerstandsfähigkeit)	dtv premium
Prof. Dr.med. Luise Reddemann	Kriegskinder und Kriegsenkel in der Psychotherapie	Klett Cotta
Psychoanalyse:		
Gabriel Rolón	Auf der Couch	btb
Gabriel Rolón	Trauer Panik Leidenschaft	btb
Allgemein:		
Karen Kingston	Feng Shui gegen das Gerümpel des Alltags	rororo
Thomas Ritter	Endlich aufgeräumt	rororo
Rita Pohle	Das kann weg (Loslassen Aufräumen Freiräume)	Kösel
Wendy Jago	Zähme Dein Mammüt – Schluß mit Aufschieberitis	Goldmann
Sabine Bode (Journalistin)	Nachkriegskinder	Klett Cotta
Sabine Bode	Die Kinder der Kriegskinder	Klett Cotta
Sabine Bode	Kriegsenkel – die Erben der vergess. Generation	Klett Cotta
Prof. Dr. Verena Kast	Abschied von der Opferrolle	Herder
Prof. Dr. Verena Kast	Vom Sinn des Ärgers	Kreuz
Dr. Christian Peter Dogs u.a.	Gefühle sind keine Krankheit	Ullstein
Erika J. Chopich u.a.	Aussöhnung mit dem inneren Kind	Ullstein
Monica R. Basco	Schluss mit Prokrastinieren (Aufschieberitis)	Huber
Peter Teuschel	Das schwarze Schaf (Ausgrenzung u.a.)	Klett Cotta
Wyne W. Dyer	Der wunde Punkt	rororo
Susan Forward	Vergiftete Kindheit (elterliche Macht)	Goldmann
Susan Forward	Wenn Mütter nicht lieben	Goldmann
Stefanie Stahl	Das Kind in Dir muss Heimat finden	Kailash
Ina Rudolph	Ich will ja loslassen...	Goldmann
Sandra Konrad	Das bleibt in der Familie (uralte Lasten)	Piper
David Adam	Zwanghaft	dtv premium
Louise Hay u.a.	Heile Dein Herz (bei Trauer, Verlust u.a.)	Allegria
div. Autoren	Reihe: „das kleine Übungsheft“ (u.a. „Mut zur Veränderung“, „Loslassen“, „Ausmisten und wieder durchatmen“)	Trinity
Marshall B. Rosenberg	Gewaltfreie Kommunikation	Junfermann
Marshall B. Rosenberg	Was Deine Wut Dir sagen will	Junfermann
Filme:		
SPIEGEL TV Doku	Messies – Leben im Chaos	(im Internet bestellbar)
Peter Haemmerli	Sieben Mulden und eine Leiche	(im Internet bestellbar)
WDR	Das Messiehaus, meine Familie und ich	läuft in ARD Mediathek (noch bis 9.11.2018)
Und zur Aufheiterung:		
Jennifer McCartney	Lass' den Scheiß doch einfach liegen	mvg Verlag