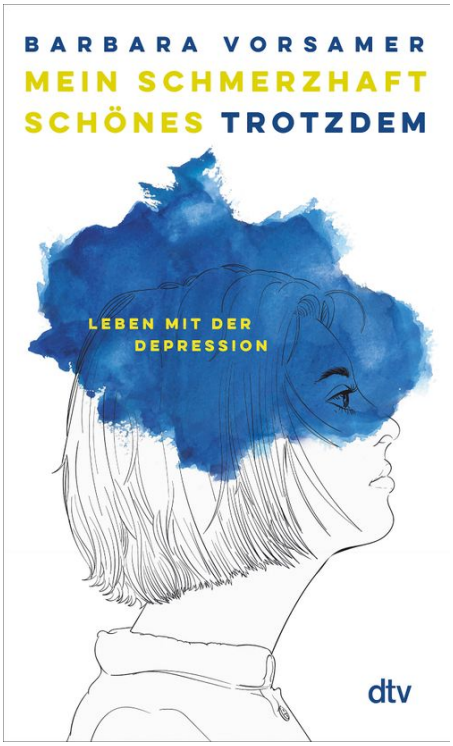


Barbara Vorsamer

Mein schmerzhaft schönes Trotzdem

Leben mit der Depression

Intensiv, berührend, kraftvoll: ein Leben mit Depression

Barbara Vorsamer weiß, wie es sich anfühlt, wenn morgens ein Elefant mitten auf ihrer Brust sitzt. Dann reicht ihre Kraft nicht einmal, um sich im Bett umzudrehen. Dann nimmt das Gefühl der Wertlosigkeit überhand und irgendwann bleibt als Ausweg nur noch die Einweisung in die geschlossene Psychiatrie.
Es war ein schmerzhafter Prozess, es brauchte Therapien und Klinikaufenthalte, bis Barbara Vorsamer lernte, Gefühle nicht länger zu unterdrücken, sondern sie in ihrer Ambiguität zuzulassen. Intensiv, berührend schreibt Vorsamer über das Versinken in tiefdunkler Depression, über Schmerzen und Trauer. Es sind persönliche Fragen, die weit über das Private hinausweisen. Denn wir müssen auch als Gesellschaft mal darüber reden, wie es uns geht.

Barbara Vorsamer
Mein schmerzhaft schönes Trotzdem
Leben mit der Depression

Originalausgabe Ebook
180 Seiten

ISBN: 978-3-423-44075-2
EUR 14,99 [DE]
ET 16. März 2022

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München



COPY

© Astrid Eckert

Autor*in

Barbara Vorsamer

Barbara Vorsamer, geboren 1981, ist Redakteurin im Gesellschaftsteil der ›Süddeutschen Zeitung‹. Ihre Texte wurden mehrfach für Preise nominiert und ausgezeichnet. Sie ist verheiratet, hat zwei Kinder und wohnt in München. Seit vielen Jahren leidet sie an Depressionen. Mittlerweile weiß sie, wie man weiterlebt mit chronischen Schmerzen, mit der Depression. Trotz der Depression. Und obwohl es ihr immer mal wieder so mies geht, dass sie sich gar nicht vorstellen kann, jemals wieder irgendetwas zu tun.

Pressestimmen

»Barbara Vorsamer gibt darauf kluge, lebensnahe, manchmal auch überraschende Antworten, die beim Verstehen einer unverständlichen Krankheit helfen.«

perspective-daily.de, 26. März 2022

»In ihrem klugen und fesselnden Buch ›Mein schmerzhaft schönes Trotzdem‹ erzählt sie beeindruckend offen von den dunkelsten Momenten in ihrem Leben – von Schmerzen und Trauer, aber auch von Hoffnung und dem Wunsch, trotz Depression einfach leben zu wollen.«

ksta.de, 29. März 2022

»Sie erzählt von den dunkelsten Momenten in ihrem Leben, aber auch von Hoffnung und dem Wunsch, einfach weiter leben zu wollen.«

Kölnische Rundschau, *Isabell Wohlfarth*, 5. April 2022

»Barbara Vorsamer gibt in ihrem Buch ›Mein schmerzhaft schönes Trotzdem – Leben mit der Depression‹ einen tiefen Einblick in ihr ganz persönliches Leben.«

motivationstudentin.wordpress.com, *Apollonia Brown*, 10. April 2022

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

»Dass Depression eine schwerwiegende Erkrankung ist, an der Betroffene nicht selten ein Leben lang leiden, die sie in ihrer beruflichen, aber auch privaten Entwicklung unterschiedlich stark behindern, das beschreibt Barbara Vorsamer sehr eindrücklich.«

diebedra.de, 15. April 2022

»In ihrem Buch ›Mein schmerzhaft schönes Trotzdem‹ erzählt die Journalistin Barbara Vorsamer berührend von ihrem Leben mit Depressionen.«

rnd.de, *Stefan Boes*, 28. April 2022

»Sie gibt einen wichtigen Einblick in das Leben einer Betroffenen und erklärt, wie Angehörige im Alltag Beistand leisten können – und wann professionelle Hilfe nötig ist.«

vogue.de, *Ayna Li Taira*, 7. Mai 2022

»Barbara Vorsamers Buch ist ein wesentlicher Schritt, psychische Erkrankungen als das zu verstehen, was sie sind: eine Krankheit, die ebenso wie somatische Probleme anderer Organe gesellschaftlicher Akzeptanz und einer zielführenden Therapie bedarf.«

kerstin-piribauer.at, 17. Mai 2022

»Barbara Vorsamer ist ein wertvolles Buch gelungen, für depressive Menschen, für ihre Angehörigen aber auch für alle Menschen, die mit Gefühlen zu tun haben: Sprich alle.«

chezmamapoule.com, 31. Mai 2022

»Sehr persönliches, leichtfüßiges Buch über ein schweres Thema.«

Eppendorfer - Zeitung für Psychiatrie und Soziales, 1. Juli 2022

»Ein kleiner feiner Helfer durch die Welt der Depression anhand einer ganz persönlichen Geschichte.«

Frankfurter Rundschau, *Sven Trautwein*, 25. Januar 2023

»Ein wichtiges Buch über das Leben mit Schmerzen, Trauer und einer Krankheit, die man nicht sehen kann.«

muenchen.mitvergnuegen.com, 1. März 2022

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

»Ihr Werk ist nicht nur für Betroffene wertvoll, sondern auch für Angehörige, die wissen wollen, wie man sich depressiven Menschen gegenüber verhalten soll.«

NZZ am Sonntag, *Nina Kohli*, 27. März 2022

»Es ist ein Buch, das Hoffnung macht.«

Süddeutsche Zeitung, 30. März 2022

»Es ist ein Buch, das Hoffnung macht.«

Süddeutsche Zeitung, 31. März 2022

»Barbara Vorsamers klare Worte, mit denen sie ihre Depression beschreibt, machen betroffen. Aber nie mutlos. Im Gegenteil: Sie sind ein Anstoß, auch das eigene Leben zu hinterfragen.«

Freundin, *Anke Helle*, 4. Mai 2022

»Für das Unaushaltbare von Schmerz, Düsternis, Abgetrenntsein findet die Autorin kurze Sätze, die ohne jede Dramatik die Wucht des Erlebens so spürbar vermitteln, dass es einen schaudert.«

Psychologie heute, *Gabriele Michel*, 4. August 2022

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

Autor*in Barbara Vorsamer bei dtv

- Mein schmerzhaft schönes Trotzdem, Hardcover, ISBN: 978-3-423-29005-0

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München