



## **Matthew Johnstone**

### **Mein schwarzer Hund**

*Wie ich meine Depression an die Leine legte*

48 Seiten

Euro 16,00 € (D)

sofort lieferbar

erschienen im September 2008

Übersetzt von Thomas Lindquist

ISBN 978-3-88897-537-0

Ein schwarzer Hund läuft durch dieses Buch, von Seite zu Seite wird er größer, irgendwann ist er riesig, am Ende jedoch sitzt er brav und klein an der Leine: der schwarze Hund, das ist die Depression, die Matthew Johnstone viele Jahre begleitete. In einer berührenden Bildergeschichte erzählt er davon, wie sie ihn fast umgebracht hätte, und davon, wie er es schließlich schaffte, sich Schritt für Schritt wieder von ihr zu befreien. Der schwarze Hund späht um die Ecke. Er legt sich einem auf die Brust und beherrscht die Gedanken. Er sitzt im Kopf und zerfetzt die Erinnerungen. Er lungert daneben, wenn man sich sinnlos betrinkt: Matthew Johnstone findet für den schwer fassbaren Zustand der Depression einfache, zwingende Bilder, die Betroffenen, deren Angehörigen und Freunden helfen können: sich nicht alleine damit zu fühlen, sich mitteilen zu können, Verständnis zu entwickeln, miteinander darüber ins Gespräch zu kommen - und nie die Hoffnung zu verlieren.



© Verlag Antje Kunstmann

## Matthew Johnstone

Matthew Johnstone, 1964 geboren, ist Autor zahlreicher Bücher: Neben seinen Bestsellern zum Thema Depression erschien zuletzt Resilienz. Wie man Krisen übersteht und daran wächst (2015). Johnstone lebt als Autor und Illustrator, Redner und Kreativberater mit seiner Frau und seinen beiden Töchtern in Sydney. Mehr auf [matthewjohnstone.com.au](http://matthewjohnstone.com.au)

## Weitere Titel des Autors

Mit dem schwarzen Hund leben 978-3-88897-594-3

Den Geist beruhigen 978-3-88897-791-6

Resilienz 978-3-95614-066-2

Kein Stress! 978-3-95614-328-1

## Pressestimmen

"Johnstone erzählt einfühlsam, einfach, mit Humor und größtem Verständnis etwas, wozu andere Bücher 300 Seiten brauchen." Stephen Fry

"Dem gesellschaftlichen Tabu, das diese Krankheit noch immer bedeutet, entzieht Johnstone auf diese Weise ganz lässig den Boden." Claudia Voigt, Der Spiegel