

Arbeitsblatt

PSYCHISCHE PROBLEME KENNENLERNEN

Zwei Jugendliche erklären acht psychische Probleme, unter denen manche Erwachsene und Eltern leiden. Dieses Arbeitsblatt hilft dir, mehr über diese Störungen zu erfahren.

1. Schau dir die Videos an auf [feel-ok.ch/ps-stoerung](https://www.feel-ok.ch/ps-stoerung)

Kannst du sagen, welche der folgenden Aussagen zu welcher Störung gehört? Schreibe in der ersten Spalte die Nummer der Störung in Klammern. Die Störungen sind: Schizophrenie (1), Zwänge (2), Depression (3), Borderline Störung (4), Ängste (5), Bipolare Störung (6), Posttraumatische Belastungsstörung (7) und Sucht (8).

Störung-Nr.	Aussage
	«Er hat das Gefühl, er kann alles und verhält sich auch entsprechend so. (...) Dann kommt die andere Phase. Die grosse Niedergeschlagenheit, die totale Erschöpfung, die Depression.»
	«Betroffene Menschen waschen sich alle paar Minuten die Hände oder kontrollieren 100 Mal, ob die Tür wirklich abgeschlossen ist.»
	«Die Mutter ist plötzlich davon überzeugt, dass böse Menschen um ihr Haus schleichen und ihren Kindern etwas antun wollen. (...). Niemand kann sie davon überzeugen, dass keiner im Gebüsch sitzt und dass sie sich das nur einbildet.»
	«Das Leben scheint sinnlos und voller Probleme. Die vielen schlechten Gedanken verstärken die schon negativen Gefühle und so kommt es zu einem Teufelskreis, aus dem man keinen Ausweg mehr sieht.»
	«Du zitterst. Du kannst nicht mehr richtig atmen. Und das passiert dir jedes Mal, wenn du z.B. einkaufen gehst.»
	«Der versucht so lang wie möglich sein Verhalten zu ignorieren und gegen aussen zu verheimlichen. Er checkt eigentlich schon, dass das Verhalten für ihn nicht gut ist, aber kann trotzdem nicht aufhören.»
	«Irgendwann später kommen die Gefühle von Ausgeliefert sein und von Todesangst, wieder und wieder und zwar mit voller Wucht. Sie können durch irgendetwas ausgelöst werden, z.B. durch ein Geräusch oder durch einen Geruch.»
	«Sie haben ein riesiges Gefühlschaos. Sie können dies nicht in Worte fassen. Und wenn sie es doch probieren, kommt es meistens aggressiv und vorwurfsvoll rüber.»

2. Falls deine Mutter oder dein Vater psychisch belastet ist oder du eine Kollegin / einen Kollegen in dieser Situation kennst, was empfiehlt IKS am Ende jedes Videos?