

Wenn ich Angst habe (Reihe)  
Annabels Geschichte (Sendung)  
46800057 (DVD-Signatur Medienzentren)

## Filmskript: Annabels Geschichte

**00:00:15**

**Annabel**

Ich war wirklich glücklich, energiegeladen...

**00:00:18**

**Annabel**

... ich bin gerne geklettert und habe mit Freunden gespielt.

**00:00:23**

**Annabel**

Die Schule lief gut, ich war schlau

**00:00:25**

**Annabel**

Ich hatte eine beste Freundin - aber auch mit anderen habe ich mich gut verstanden.

**00:00:31**

**Annabel**

Dann hat mein Stiefvater uns verlassen. Das war hart, denn er war wie mein richtiger Vater.

**00:00:37**

**Annabel**

In der fünften Klasse sind wir umgezogen und ich habe die Schule gewechselt. Mit Veränderungen komme ich nicht gut klar. Am Anfang wurde ich gemobbt.

**00:00:49**

**Annabel**

Ich saß immer alleine. Wir hatten so einen Naturbereich in unserer Schule. Das war wie eine Hütte mitten im Wald, in der ich immer alleine saß.

**00:01:00**

**Annabel**

Darum fühlte ich mich manchmal einsam und traurig. Ich fragte mich, „was habe ich falsch gemacht, warum mögen sie mich nicht?“

**00:01:10**

**Annabel**

Ich habe so einen Tick entwickelt. Sowas wie eine Bewegung, oder... wie ein Geräusch mit meiner Nase. So wie...

**00:01:17**

**Annabel**

Wenn ich Angst habe (Reihe)  
Annabels Geschichte (Sendung)  
46800057 (DVD-Signatur Medienzentren)

So, als wäre meine Nase verstopft, aber das war sie nicht. Es war nur mein Tick. Wenn ich gestresst bin, habe ich manchmal mehrere gleichzeitig. Mein Auge fängt an zu zucken, und mein Kopf. Ich fühlte mich sonderbar, weil ich dachte, dass es alle bemerken würden, dass man mir Fragen stellen würde, und ich wollte nicht darüber sprechen. Es war mir peinlich, weil niemand sonst in meiner Schule sowas hatte.

**00:01:43**

**Annabel**

Du hast das Gefühl, dass du bestimmte Dinge mehrere Male wiederholen oder eben einfach tun musst. Weil sonst dir oder deiner Familie etwas Schlimmes passiert, oder etwas im Unterricht schiefgeht oder sowas in der Art.

**00:01:59**

**Annabel**

Auf dem Bücherregal muss immer alles exakt gleich stehen. Meine Teddys müssen in einer bestimmten Reihenfolge sitzen, und wenn sie jemand umwirft, muss ich sie alle umwerfen und neu anordnen. Weil es mich sonst einfach... fix und fertig macht.

**00:02:17**

**Annabel**

In der Schule muss ich mit meiner Hand die Wand beim Vorbeigehen berühren.

**00:02:23**

**Annabel**

Und im Klassenzimmer klopfte ich dann im Vorbeigehen auf den Tisch, damit nichts schiefgeht und ich keinen Fehler mache.

**00:02:33**

**Annabel**

Ich bin wie besessen von Listen. Wenn ich eine Liste schreibe und einen Fehler mache, dann schreibe ich die Liste ganz von vorn, und dann wieder und wieder, bis sie perfekt ist.

**00:02:45**

**Annabel**

Wenn ich auf den Tisch klopfe, sagten die anderen: "Hör auf, das ist nervig".

**00:02:49**

**Annabel**

Ich entschuldigte mich, aber ich konnte nicht aufhören. Dann zogen sie Grimassen, und so - ich glaube, sie fanden mich seltsam und nervig.

**00:02:58**

**Annabel**

In dem Moment, in dem es passiert, hat man das Gefühl, dass man es tun muss - sonst passiert etwas Schlimmes. Aber wenn man dann zurückblickt, denkt man vielleicht wäre gar nichts Schlimmes geschehen.

Wenn ich Angst habe (Reihe)  
Annabels Geschichte (Sendung)  
46800057 (DVD-Signatur Medienzentren)

Die Ticks entwickelten sich bei mir zuerst langsam, im Lauf von drei Jahren wurde es immer schlimmer. Ich war sehr gestresst, und dann...  
ging es mir wirklich nicht mehr so gut...

**00:03:26**

**Annabel**

Es war, als sei ich nicht gut genug, als sei das der Grund, dass mich alle verlassen, wie mein Vater, mein Stiefvater. Freunde von früher haben seit unserem Umzug nicht mehr mit mir gesprochen. Es war meine Schuld, und es wäre vielleicht besser, wenn ich nicht mehr hier wäre. Es wäre besser, wenn ich tot wäre.

**00:03:50**

**Annabel**

Und dann war ich ungefähr sechs Wochen lang am absoluten Tiefpunkt und ich habe es niemandem erzählt.

**00:04:00**

**Annabel**

In der Kinder- und Jugendpsychiatrie sagten sie, dass ich eine Zwangsstörung und eine schwere Depression hätte. Dann bekam ich eine Therapeutin und hatte anfangs jede Woche eine Sitzung bei ihr.

**00:04:19**

**Annabel**

Das hat mir sehr geholfen. Es hat mir geholfen, darüber zu sprechen, wie ich mich fühle.

**00:04:25**

**Annabel**

Und es war schön, eine Diagnose zu bekommen, weil mir klar wurde, warum ich mich so fühle und dass viele andere Menschen dieselbe Diagnose haben und dass ich nicht alleine bin.