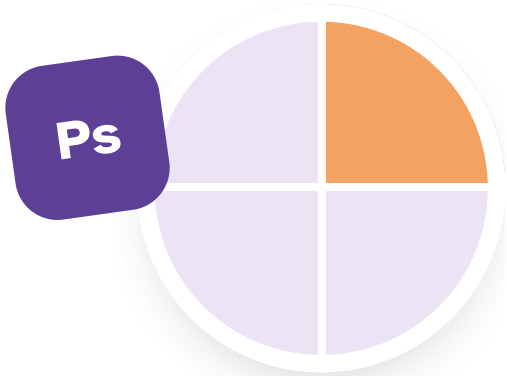
DYS+ Campus



Übungsheft · Psychologie · Klasse 13

Was ist normal? Normalität, Klassifikation und Erklärungsansätze

Erklärungen, 30 Aufgaben in drei Stufen und alle Lösungen, viele mit Begründung.

Name _____ **Datum** _____

Das lernst du

- Ich kann Normkonzepte erklären und beurteilen.
- Ich kann DSM und ICD beschreiben.
- Ich kann Erklärungsansätze der Paradigmen nennen.

So arbeitest du mit dem Heft

●○○ **Basis** zum Einstieg

●●○ **Standard** zum Üben

●●● **Plus** zum Weiterdenken

Du musst nicht alles machen. Fang bei Basis an. Die Lösungen stehen hinten im Heft.

Noch unsicher?

Scanne den Code. Dort wird das Thema Schritt für Schritt erklärt.

dysplus.de/lernen/gymnasium/klasse-13/psychologie/psy-normalitaet-und-klassifikation/was-ist-normal-normkonzepte

Kurz erklärt

Normkonzepte

Konstrukt	Leitfrage
statistisch	Wie selten ist es?
Ideal	Passt es zu einem Ideal?
sozial	Passt es zu den Regeln der Gesellschaft?
funktional	Klappt der Alltag?
subjektives Leiden	Leidet die Person?

Klassifikationssysteme (Stand November 2026)

System	Herausgeber	Fassung
DSM-5-TR	American Psychiatric Association	2022
ICD-11	Weltgesundheitsorganisation	beschlossen 2019, in Kraft seit 1.1.2022

Vulnerabilitäts-Stress-Modell

Faktor	Beispiel (ausgedacht)
Vulnerabilität	Veranlagung, frühe Belastung
Stress	Prüfungsdruck
Schutzfaktor	Rückhalt, Hilfe

Normalität beurteilen

1. Verhalten beschreiben.
2. Mehrere Konstrukte anwenden.
3. Leiden und Beeinträchtigung prüfen.
4. Vorsichtig urteilen: Diagnosen stellen Fachleute.

Merksatz: Kein Normkonzept reicht allein. Diagnose nur durch Fachleute. Erklärungen sind keine Schuldzuweisung.

Typischer Fehler: Man setzt „selten“ mit „gestört“ gleich oder stellt anhand eines Fallbeispiels eine Diagnose.

Tipp: Alle Beispiele in diesem Heft sind ausgedacht und keine Diagnosen. Diagnosen stellen nur Fachleute. Bei Belastung helfen die Nummer gegen Kummer (116 111) und die TelefonSeelsorge (0800 111 0 111). Ärztliche und psychotherapeutische Termine vermitteln die Terminservicestellen unter 116 117.

●○○ Basis

Wissen sichern

1 Kreuze an.

a) Die Norm, die nach der Häufigkeit fragt, heißt _____ Norm. ☐ **soziale** ☐ **funktionale** ☐ **statistische**

b) Die Norm, die nach der Alltagsbewältigung fragt, heißt _____ Norm. ☐ **statistische** ☐ **ideale** ☐ **funktionale**

c) Das DSM gibt die _____ Psychiatrie-Vereinigung heraus. ☐ **amerikanische** ☐ **deutsche** ☐ **französische**

d) Die ICD gibt die _____ heraus. ☐ **DGPs** ☐ **WHO** ☐ **APA**

e) Klassifikationssysteme arbeiten überwiegend _____. ☐ **dimensional** ☐ **zufällig** ☐ **kategorial**

f) Das Vulnerabilitäts-Stress-Modell nennt Verletzlichkeit und _____. ☐ **Belastung** ☐ **Intelligenz** ☐ **Körpergröße**

2 Setze ein: Leiden, Beeinträchtigung, Komorbidität, Stigma, Fachleute.

a) Zwei Kriterien in der Praxis sind subjektives _____ und Beeinträchtigung.

b) Wenn mehrere Störungen zusammen auftreten, spricht man von _____.

c) Abwertung wegen einer psychischen Störung heißt _____.

d) Diagnosen stellen nur _____.

e) Die Einschränkung im Alltag nennt man _____.

●●○ Standard

Prüfen und einordnen

3 **Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.**

a) Wer vom Durchschnitt abweicht, ist automatisch gestört. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

b) Normen können sich mit der Zeit ändern. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

c) Ein DSM-Kriterium besteht aus Symptomen, Dauer, Beeinträchtigung und Ausschluss anderer Ursachen. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

d) Eine Erklärung für die Entstehung einer Störung bedeutet, dass die Person Schuld hat. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

e) Der Behaviorismus erklärt Störungen vor allem durch gelernte Reaktionen. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

f) Mit den DSM-Kriterien kann man sich selbst diagnostizieren. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

4 Ordne zu. Kreuze an.

a) Ein Mensch lebt zufrieden sehr zurückgezogen und ist nicht eingeschränkt. _____

☐ **keine Auffälligkeit** ☐ **Störung** ☐ **Notfall**

b) Seit Monaten kann jemand wegen starker Angst nicht mehr zur Schule gehen und leidet.

_____

☐ **Spaß** ☐ **fachliche Abklärung sinnvoll** ☐ **normal**

c) Der Gedanke „Ich werde alles vergessen“ gehört zur _____ Erklärung.

☐ **kognitiven** ☐ **behavioristischen** ☐ **psychobiologischen**

d) Ein veränderter Hirnstoffwechsel als Ursache gehört zur

_____

Erklärung.

☐ **humanistischen** ☐ **psychobiologischen** ☐ **tiefenpsychologischen**

5 Beantworte kurz.

a) Nenne die vier Normkonzepte neben dem subjektiven Leiden.

b) Nenne zwei Angaben, die ein DSM-Kriterium enthält.

c) Erkläre in einem Satz das Vulnerabilitäts-Stress-Modell.

d) Nenne einen respektvollen Satz über einen Menschen mit Angststörung.

●●● Plus

Nachdenken

6 Beantworte kurz.

a) Erörtere in drei Sätzen, ob Klassifikationssysteme mehr nützen als schaden. (vor allem für den Leistungskurs)

b) Erkläre, was Selbststigma ist und wie es Hilfe verhindern kann. (vor allem für den Leistungskurs)

c) Wende drei Normkonzepte auf einen selbst gewählten, ausgedachten Fall an und urteile.

7 Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.

a) Normen sind unveränderlich. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

b) Wer sich stark belastet fühlt, sollte Hilfe holen und nicht allein mit Kriterien rätseln. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

Kannst du das schon?

Kreuze an, wie sicher du dich fühlst. Hier gibt es kein Richtig oder Falsch.

Ich kann …	sicher	fast	noch nicht
Ich kann Normkonzepte erklären und beurteilen.	☐	☐	☐
Ich kann DSM und ICD beschreiben.	☐	☐	☐
Ich kann Erklärungsansätze der Paradigmen nennen.	☐	☐	☐

Tipp: Bei „noch nicht“ schau dir „Kurz erklärt“ vorne im Heft noch einmal an oder scanne den Code auf dem Deckblatt. Dann probierst du die Aufgaben noch einmal.

Lösungen

Erst selbst lösen, dann vergleichen. Bei vielen Aufgaben steht die Begründung dabei.

●○○ Basis: Wissen sichern

1 Kreuze an.

a) statistische

→ Sie misst die Abweichung vom Durchschnitt.

b) funktionale

→ Sie beurteilt die Funktionsfähigkeit.

c) amerikanische

→ American Psychiatric Association.

d) WHO

→ Weltgesundheitsorganisation.

e) kategorial

→ Kriterien sind erfüllt oder nicht.

f) Belastung

→ Beides wirkt zusammen.

2 Setze ein: Leiden, Beeinträchtigung, Komorbidität, Stigma, Fachleute.

a) Zwei Kriterien in der Praxis sind subjektives **Leiden** und **Beeinträchtigung**.

b) Wenn mehrere Störungen zusammen auftreten, spricht man von **Komorbidität**.

c) Abwertung wegen einer psychischen Störung heißt **Stigma**.

d) Diagnosen stellen nur **Fachleute**.

e) Die Einschränkung im Alltag nennt man **Beeinträchtigung**.

●●○ Standard: Prüfen und einordnen

3 Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.

a) Stimmt nicht. Richtig: Abweichung allein beweist nichts.

b) Stimmt.

c) Stimmt.

d) Stimmt nicht. Richtig: Erklärungen sind keine Schuldzuweisung.

e) Stimmt.

f) Stimmt nicht. Richtig: Diagnosen stellen nur ausgebildete Fachleute.

4 Ordne zu. Kreuze an.

a) keine Auffälligkeit

→ Weder Leiden noch Beeinträchtigung.

b) fachliche Abklärung sinnvoll

→ Leiden und Beeinträchtigung.

c) kognitiven

→ Gedanken stehen im Mittelpunkt.

d) psychobiologischen

→ Es geht um Biologie.

5 **Beantworte kurz.**

a) **statistisch, ideal, sozial und funktional**

→ Zähle sie auf.

b) **zum Beispiel Symptome und Dauer**

→ Symptome, Dauer, Beeinträchtigung, Ausschluss.

c) **Eine Störung kann entstehen, wenn Verletzlichkeit und Belastung zusammen eine Schwelle überschreiten.**

→ Zwei Faktoren.

d) **Ein Mensch mit einer Angststörung.**

→ Mensch zuerst.

●●● Plus: Nachdenken

6 **Beantworte kurz.**

a) **Sie schaffen gemeinsame Sprache und Zugang zu Hilfe. Sie bergen die Gefahr von Etiketten und starren Kategorien. Der Nutzen überwiegt, wenn Diagnosen als Hilfsmittel für Fachleute und nicht als Etikett für Menschen dienen.**

→ Pro, Contra, Urteil.

b) **Betroffene übernehmen Vorurteile über sich selbst. Aus Scham holen sie sich keine Hilfe.**

→ Wer stigmatisiert wen?

c) **Zum Beispiel: Eine ausgedachte Person übt viel Instrument, ist zufrieden und leistungsfähig. Statistisch selten, funktional unauffällig, ohne Leiden. Keine Auffälligkeit.**

→ Fall, Konstrukte, Urteil.

7 **Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.**

a) **Stimmt nicht. Richtig: Sie wandeln sich mit Zeit und Kultur.**

b) **Stimmt.**