

---

## Der Nervenzusammenbruch

**Wer einen Nervenzusammenbruch hat, weiß oft nicht weiter. In welcher Situation das geschieht, ist bei jedem Menschen allerdings verschieden.**

Einige Menschen bekommen ständig Nervenzusammenbrüche, etwa wenn die Haare nicht ordentlich sind, der Lieblingspulli einen Fleck hat oder der gerade reparierte Wagen wieder kaputtgeht. „Ich krieg’ einen Nervenzusammenbruch“, regen sie sich dann ganz laut auf. Das sind natürlich im medizinischen Sinn keine richtigen Nervenzusammenbrüche. Stattdessen ist es ein Ausdruck dafür, dass man sich sehr über etwas geärgert hat. Wer wirklich einen Nervenzusammenbruch hat, erlebt eine schwere seelische Krise. Bei einem Zusammenbruch geht immer etwas kaputt – so wie etwa ein Haus, das in sich zusammenfällt. Bei einem Nervenzusammenbruch hat jemand das Gefühl, unter einer Last von Problemen „zusammenzubrechen“, daran „kaputtzugehen“. Doch genau wie beim Zusammenbruch eines Hauses, braucht auch jemand, der einen Nervenzusammenbruch hatte, jemanden, der ihn wieder „aufbaut“.

*Autorin: Hanna Grimm*