

Dokus

Triggerwarnung

Die folgenden Medien behandeln psychisch belastende und sensible Themen. Dazu können unter anderem Traumata, Gewalt, Missbrauch, psychische Krisen, Sucht, Selbstverletzung, Suizidgedanken, Verlust oder andere belastende Erfahrungen gehören. Bitte achte beim Lesen oder Anschauen gut auf deine eigenen Grenzen und Bedürfnisse. Nicht jede Empfehlung ist für jede betroffene Person hilfreich oder passend. Es ist vollkommen in Ordnung, einzelne Inhalte auszulassen oder später darauf zurückzukommen.

Dokus	Genre	Kategorie	Jahr	Bezug	Link
Alkohol - Der globale Rausch	Alkoholsucht	Realistisch	2016	Stream / DVD	https://de.wikipedia.org/wiki/Verborgene_Sch%C3%B6nheit
Babo – Die Haftbefehl-Story	Gesellschaft	Realistisch	2025	Stream	https://de.wikipedia.org/wiki/Babo_%E2%80%93_Die_Haftbefehl-Story
Braucht unsere Gesellschaft Alkohol	Alkoholsucht	Realistisch	2025	Stream	https://www.arte.tv/de/videos/121326-005-A/braucht-unsere-gesellschaft-alkohol/
Das Dilemma mit den sozialen Medien	Gesellschaft	Realistisch	2020	Stream	https://de.wikipedia.org/wiki/Das_Dilemma_mit_den_sozialen_Medien
Die Dopamin-Falle	Gesellschaft	Realistisch	2023	Stream	https://www.fernsehserien.de/filme/die-dopamin-falle-der-botenstoff-und-die-sozialen-medien
Gefangen im Kopf	Zwangsstörung	Realistisch	2026	Stream	https://www.fernsehserien.de/37-grad-leben/folgen/195-gefangen-im-kopf-leben-mit-zwangsstoerung-1864083
Gefühlskiller Social Media	Gesellschaft	Realistisch	2025	Stream	https://www.fernsehserien.de/filme/gefuehlskiller-social-media
Gesundheitsmythen Alkohol	Alkoholsucht	Realistisch	2025	Stream	https://www.br.de/fernsehen/ard-alpha/programmkalender/sendung-4339560.html
Hausnummer Null	Drogensucht	Hart	2024	Stream	https://de.wikipedia.org/wiki/Hausnummer_Null
Heroin(en)	Drogensucht	Recovery	2017	Stream	https://de.wikipedia.org/wiki/Heroin%E2%80%93
Maithink X - Deutschlands dumme Drogenpolitik	Drogensucht	Realistisch	2023	Stream	https://www.zdf.de/video/shows/mai-think-x-die-show-102/maithink-x-folge-19-100
Nathalie Stüben, Deshalb bist du süchtig geworden – Interview mit Dr. Ulrich Kemper	Alkoholsucht	Recovery	2024	Stream	https://www.youtube.com/watch?v=Tatcn4uMNik
Recovery Boys	Drogensucht	Recovery	2018	Stream	https://en.wikipedia.org/wiki/Recovery_Boys
Süchtig – Protokoll einer Hilflosigkeit	Drogensucht	Realistisch	2004	Stream	https://de.wikipedia.org/wiki/S%C3%BCchtig_%E2%80%93_Protokoll_einer_Hilflosigkeit
Trinkerkind – Der lange Schatten alkoholkranker Eltern	Alkoholsucht	Angehörige	2017	Stream / DVD	https://www.srgd.ch/aktuelles/news/dok-trinkerkind-der-lange-schatten-alkoholkranker-eltern/