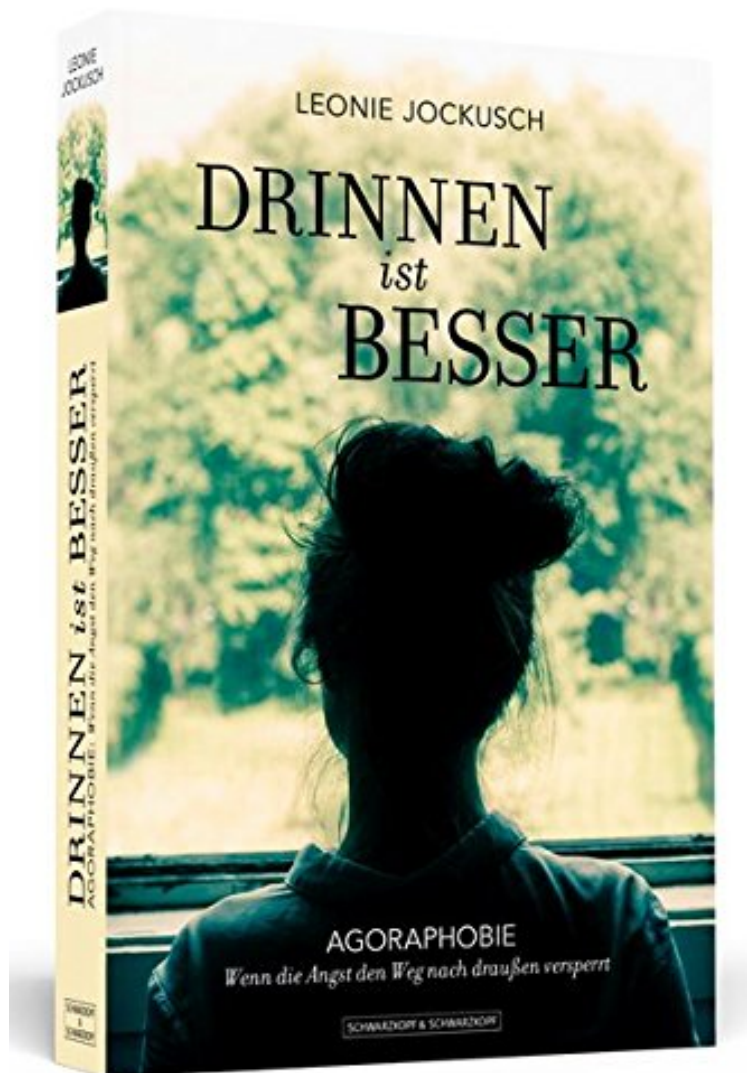


[Get free] Drinnen ist besser: Agoraphobie: Wenn die Angst den Weg nach drauen versperrt

## Drinnen ist besser: Agoraphobie: Wenn die Angst den Weg nach drauen versperrt

Von Leonie Jockusch

ebooks / Download PDF / \*ePub / DOC / audiobook



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #442301 in BcherVerffentlicht am: 2015-10-01Abmessungen: 7.48 x .87b x 4.96l, Einband: Taschenbuch248 Seiten | File size: 56.Mb

**Von Leonie Jockusch : Drinnen ist besser: Agoraphobie: Wenn die Angst den Weg nach drauen versperrt** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Drinnen ist besser: Agoraphobie: Wenn die Angst den Weg nach drauen versperrt:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ist eher ein oberflchlicher Roman ohne HilfestellungVon Eva WimmerIch finde das Buch leider nicht gelungen. Es liest sich

sehr langatmig und mhsam. Die Horrorgeschichten am Anfang (irgendein Schleim, der einer Dame am Krper runterrinnt?!? WTF) werden auch nicht aufgeklrt... warum Schleim? Was hat es damit auf sich, ist diese Person krank? Hat sie Halluzinationen aufgrund ihrer Angst? Was soll das?Die romanartigen Ausschweifungen nerven mich extrem... anstatt dass man einfach zum Punkt kommt und nicht die Umgebung bis ins Detail beschreibt, wie ein Roman-Autor das machen wrde. Ich htte gern die Informationen, und keine Geschichte ber die Umgebungsdetails.Ich fand das Buch leider garnicht hilfreich.Der Titel des Buches will natrlich die Aufmerksamkeit von Leuten erregen, die tatschlich finden, dass Drinnen besser ist... allerdings spiegelt es auch den eher negativen Ansatz des Buches wider. Ich bin wirklich niemand, der ausschlielich positiv ist, aber ich htte mir da doch mehr Hilfestellungen erwartet. Ganze 2 Seiten ber Sozialphobie, wow. Der Rest sind merkwrdige Schleim-Geschichten.1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Naja ...Von AlexandraDas Buch ist eher eine Aneinanderreihung von Erfahrungsberichten als ein Ratgeber, dazu knnte man auch in einem Forum lesen. Konnte fr mich nicht viel raus ziehen. Der Teil mit den Ratschlg/Hilfestellungen flt recht gering aus und ist fr mich persnlich nicht so hilfreich.1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein informatives Buch zum Thema AgoraphobieVon JenniferINHALTDer medizinische Fachbegriff "Agoraphobie" beschreibt die Angst vor Menschenmengen, ffentlichen Pltzen und die Angst, das eigene Zuhause zu verlassen. Betroffene sind im Alltag oft sehr eingeschrnkt, weil bereits alltglige Besorgungen, wie z. B. Lebensmitteleinkauf oder Bankgeschfte, zur Herausforderung werden. Sie isolieren sich, da die Auenwelt sie berfordert/ngstigt.Die Autorin gibt den Betroffenen eine Stimme, indem sie verschiedene, reale Lebensgeschichten auffhrt. Vor allem Frauen zwischen 20 und 30 Jahren sind betroffen.MEINUNGDie Autorin Leonie Jokusch hat selbst einmal an Agoraphobie gelitten und kann bei der Schilderung der Einzelschicksale den eigenen Erfahrungshorizont nutzen, was man dem pointiert und sehr ehrlich geschriebenen Buch anmerkt. Titel, Cover und Inhalt bilden ein harmonisches Ganzes. Als Leser bekommt man einen wohldosierten berblick ber die Angststrung "Agoraphobie" und deren Ausprgungen bzw. Folgen fr den Alltag. Schlimm finde ich, dass in vielen Fllen noch Depression und soziale Phobie hinzutreten - ein wahrer Teufelskreis. Als Ausstehender und Nichtbetroffener ist es anfangs schwer, sich in die Psyche und Lebensumstnde der "Patienten" hineinzusetzen. Aber der eindringliche und aufs Wesentliche beschrnkte Erzhlstil ffnet selbst dem etwas distanzierten Leser fr dieses tabuisierte Thema. Zudem werden Wege raus aus der Angst aufgezeigt. Hier knnen Hypnose oder verschiedene Therapieformen (z.B. Musik- oder Theatertherapie) einiges bewirken. Eine komplette Heilung ist nahezu unmglich.Die ausgewhlten Einzelgeschichten sind allesamt spannend und aufschlussreich. Mit jedem neuen Fall lernt man die Angststrung immer besser verstehen und wird dadurch wohl in Zukunft auch mehr auf sein unmittelbares Umfeld Acht geben.FAZITEin Buch, das wachrttelt, emotional mitreißt und zum Umdenken fhrt. Absolute Leseempfehlung.

KurzbeschreibungAgoraphobie und Panikstrungen sind weiter verbreitet, als man denkt. Das liegt unter anderem daran, dass nicht jeder Betroffene gern darber spricht. Und wenn doch, wird er oft nicht ernst genommen.Dabei ist die Agoraphobie keine mal eben ausgedachte Krankheit, mit der man sich wichtig machen will, und keine Modeerscheinung oder Laune, die man spontan berwindet, indem man sich zusammenreißt. Agoraphobie ist echt. Sie schrnt den Betroffenen in seinem Alltag ein; manchmal so stark, dass sie ihn vollstndig an sein Zuhause bindet weil das der einzige Ort wird, an dem er sich sicher fhlt. Dies hat nicht nur gravierende Folgen fr das Familienleben und die Freizeitgestaltung, sondern erschwert oder verhindert auch das Ausben eines Berufes.Leonie Jockusch hat sich mit vielen Menschen unterhalten, die versuchen, auf ihre eigene Art mit der Angststrung zurechtzukommen. Dabei hat sie eines gelernt: Agoraphobie macht einsam, aber sie kann berwunden werden.Dieses Buch fhrt den Leser auf eine neue, vielfltige Art an das Thema Agoraphobie heran. Es ist kein trockenes Fachbuch, vielmehr zeichnet es ganz persnliche Portrts Betroffener. Deren Geschichten sind es, die Leonie Jockusch mit Einflungsvermgen aufgeschrieben hat. Angereichert mit Momentaufnahmen und einem umfangreichen Ratgeberteil ist dieses Buch so abwechslungsreich wie die vielen Gesichter der Agoraphobie.Da erzht einer von seiner allerersten Begegnung mit der Angst, ein anderer von langen Jahren des Leidens. Tragisch geht es zu, traurig und schockierend, aber auch humorvoll und manchmal sogar abenteuerlustig.DRINNEN IST BESSER bietet Tipps von Betroffenen fr Betroffene; es bezieht Menschen aus dem Umfeld mit ein, und auch Fachleute kommen zu Wort. Jeder wird persnliche ngste in diesem Buch wiedererkennen. Es will informieren, die Agoraphobie von allen Seiten beleuchten, und dabei mit einem Gefhl fr den Ernst des Themas lehrreich unterhalten.ber den Autor und weitere MitwirkendeLEONIE JOCKUSCH wurde 1974 geboren und kommt aus Hamburg. Die gelernte Tanzpdagogin schreibt Songs und Hrspiel-Skripte, verfasst Synchronbcher und schreibt Geschichten. Nach ihren Romanen MEERESSCHATTEN und DER ATEM DES STURMS verffentlicht sie mit DRINNEN IST BESSER ihr erstes Sachbuch. Leonie Jockusch litt in ihrer Jugend selbst an einer leichten Form der Agoraphobie.