

„Viele Menschen haben
irgendwelche Ängste.
Ich hatte Ängste vor Menschen.“

Jeder 3. Mensch wird einmal im Leben
psychisch krank. Zum Beispiel durch
eine Angststörung.

www.psychenet.de Hotline: 74105-3320

psychenet

Hamburger Netz psychische Gesundheit





Angst und Angststörung sind menschlich

- Angst ist eine ganz normale Fähigkeit des Menschen, um sich vor Gefahr zu schützen.
- Sie kann sich verselbstständigen, verallgemeinern, zur Panik werden – der Übergang zur Erkrankung.
- Sie kann so quälend sein, dass das Leben vermieden wird.



Kartenmotiv 5

Kampagne © Heye & Partner GmbH, Foto © Thomas Rusch, Rückseite © pix & pinxel

Besonders wichtig sind Zutrauen, Geborgenheit, Geduld und Hoffnung.

www.irremenschlich.de

