

Autor:	Rosinus, Roland (roland@rolandrosinus.de)
Titel:	Aus der Dunkelheit ans Licht
Verlag:	Books on Demand HH-Norderstedt
ISBN:	3-8311-0582-0
Preis:	12,70€
Sie lesen:	"Diagnose Angsterkrankung - was nun?"

Angst ist keine Krankheit wie viele andere, bei denen man sechs Wochen in Kur fährt und als neugeborener Mensch zurückkehrt. Vielmehr kostet es Mühe und Durchhaltevermögen, mit seiner Angst klar zu kommen. Das sollte jeder wissen.

Wenig von Nutzen war mein Wille, die Angst so schnell wie möglich wieder loszuwerden. Die Diagnose war klar: Angsterkrankung ohne organischen Befund - psychisch krank!

Hilfreich kam mir entgegen, daß ich mich nun nicht abgestempelt fühlte. Warum sollte ein Mensch nicht auch an der Psyche erkranken? Warum sollte ich nicht die Hilfe eines Fachmannes annehmen? Sollte ich nur wegen eines Schnupfens oder wegen eines Magengeschwürs einen Arzt aufsuchen? Mein Entschluß stand fest. Ich wollte freiwillig eine stationäre Krankenhausbehandlung mit fachlicher Psychotherapie aufnehmen.

Viel Erfahrungswissen, von dem ich nun schreibe, stammt aus dieser Zeit. Ich bin meinen Therapeuten heute noch sehr dankbar.

Das Buch ist über jede Buchhandlung und auch über http://www.rolandrosinus.de zu beziehen. Sollten Sie sich für Letztgenanntes entscheiden, beinhaltet der Warenpreis von 12,70€ sowohl Porto- und Verpackungskosten als auch eine persönliche Widmung.
