

„Angst beim Autofahren“

Fragebogen auf der neu gestalteten Website von Roland Rosinus

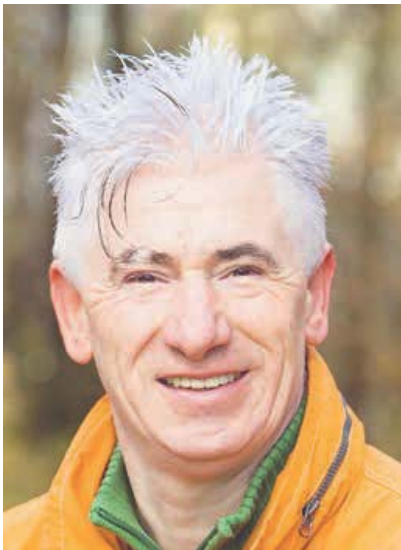
ST. INGBERT „Ich fahre leidenschaftlich gerne Auto. Seit einiger Zeit habe ich so meine Probleme damit. Ich bin ziemlich nervös, zucke, habe Schluckkrämpfe und fahre nicht gern auf die Autobahn. Insbesondere, wenn ich über hohe Brücken fahre, bleibt mir manchmal die Luft weg. Selbst bei größeren Strecken fahre ich über die Landstraße. Die Autobahn ist für mich bedrohlich, wenn ich auffahre, und wenn auf der Überholspur von hinten einer mit 200 Sachen ankommt und zu dicht auffährt. Ich komme nicht damit klar, wenn andere Autofahrer mich durch Hupen und Gesten maßregeln“.

So oder ähnlich könnte ein Erfahrungsbericht aussehen zum Thema Angst beim Autofahren. Roland Rosinus möchte es genau wissen. Er recherchiert für einen Artikel und will damit Betroffenen Mut machen, um wieder entspannt Auto zu fahren.

Die Recherche ist keine wissenschaftliche Studie, die Teilnahme ist anonym.

Der Weg zum Fragebogen:

1. www.roland-rosinus.eu aufrufen
2. Vorletzter Button in der Navigationsleiste „Zum Mitmachen“ anklicken



Der St. Ingberter Autor Roland Rosinus.

Foto: privat

3. Scrollen zu „Angst beim Autofahren“
 4. Fragebogen ausfüllen
 5. Losschicken und fertig
- Der St. Ingberter Autor Roland Rosinus hat seine Website inhaltlich mit viel Liebe neugestaltet. Er hat ihr frische Farben und ein freundliches Design gegeben. Roland Rosinus war selbst Betroffener von Panikattacken, sozialen Ängsten,

einer Herzphobie, einer generalisierten Angststörung und einer Depression. Ihm geht es heute wieder sehr gut. Er hält seit 2001 gut besuchte Vorträge in ganz Deutschland und hat fast 20 000 Zuhörer erreicht. Er schrieb auch die viel beachteten Bücher „Aus der Dunkelheit ans Licht“ und „Angst ist mehr als ein Gefühl“. Die Website ist sehr persönlich: Roland Rosinus gibt viel von seiner Lebensgeschichte, seinen persönlichen Einstellungen und seinen Erfahrungen preis. Ihm kommt es nicht drauf an, hilfeschenden Menschen etwas überzustülpen, sondern Anstöße zu geben und Mut zu machen. Er hat aufgehört, gegen Ängste zu kämpfen und hat verstanden, was ihm die Angst sagen wollte.

Wichtiger Bestandteil der Website ist das Thema „Ängste verstehen“. Es gibt einen Bestellcenter für seine Bücher, seine Vortrags-CD und Postkarten mit Mut machenden Lebensweisheiten. Aber auch die „Selbsthilfe“ kommt nicht zu kurz. Schließlich gibt es Hinweise zu seinen Vorträgen.

Neu sind die BLOGS und die Mitmachaktionen, bei denen ein „Voten“ möglich ist.

Info: www.roland-rosinus.eu
red./jj