

# Medienforum des Bistums Essen

Zwölfling 14 / 45127 Essen

**Dienstag, 24. April 2018 - 19.30 Uhr**

## „RATTATATAM, MEIN HERZ – Vom Leben mit der Angst“

Lesung und Gespräch mit der Autorin  
**Franziska Seyboldt**

In Kooperation mit:



Katholische Erwachsenen- und Familienbildung Essen

**Eintritt:** 10,00 €

**Vorverkauf:**

Medienforum des Bistums Essen

Zwölfling 14, 45127 Essen

Tel.: 0201 / 2204-274

**Abendkasse:** sofern nicht ausverkauft

**Einlass:** 19.00 Uhr



### „Jeder 6. Deutsche leidet im Laufe seines Lebens einmal unter einer Angststörung“

Angststörungen treten laut einer internationalen Studie häufiger auf als Depressionen. Und doch sind sie immer noch ein Tabuthema. In Franziska Seyboldts Leben hat sich die Angst schon früh eingeschlichen. Und sie ist weit über das hinausgegangen, was man allgemein unter „ängstlich“ versteht. Angst davor, mit der U-Bahn zu fahren, zum Arzt zu gehen, in beruflichen Situationen zu versagen, kurz: generalisierte Angststörung. Panikattacken.

Millionen Menschen kämpfen sich mit dieser Erkrankung und der daraus resultierenden Angst vor der Angst durchs Leben und sind wahre Meister im Ausredenerfinden geworden, notgedrungen. Warum spricht niemand darüber?



Warum ist die Angststörung nicht so „normal“ wie Depressionen oder Burn-out? Diese Fragen stehen am Anfang von Franziska Seyboldts poetischem und mutigem Buch, das ihren Weg durch die Angst beschreibt. Sie ist nie eingeladen, diese Angst, und doch immer dabei. Indem sie unter ihrem persönlichen Namen schreibt, befreit sich Franziska Seyboldt aus dem Zwang nicht aufzufliegen, keine Schwäche zu zeigen: „Ist man schwach, wenn man Schwäche zeigt oder holt man sich gerade so die Kontrolle zurück?“, fragt sie.

Ein wegweisendes Buch, das eines der wichtigsten Themen unserer durchperfektionierten Gesellschaft aufs Tapet bringt.

## Franziska Seyboldt

© Linda Rosa Saal



Franziska Seyboldt, geboren 1984 in Baden-Württemberg, studierte Modejournalismus und Medienkommunikation in Hamburg. Seit 2008 lebt und arbeitet sie in Berlin. Sie ist Redakteurin, Autorin und Kolumnistin bei der taz, schreibt Werbetexte und Bücher für Erwachsene und Kinder.

Medienforum des Bistums Essen  
Postfach 100464 · 45004 Essen  
Zwölfling 14 · 45127 Essen

T 0201/2204-274  
F 0201/2204-272  
medienforum@bistum-essen.de

Öffnungszeiten:

Mo.: geschlossen  
Di.: 10.00 – 18.30 Uhr  
Mi.: 10.00 – 18.30 Uhr  
Do.: 10.00 – 18.30 Uhr  
Fr.: 10.00 – 15.00 Uhr

