



Presseinformation

Käthe Lachmann

Keine Panik, liebe Angst

Wie die Angst in mir wuchs und ich an ihr

Reihe: Mind & Soul Einzeltitel

Umfang: 288 Seiten

Format: 13,5 x 21 cm, Hardcover

Preis: 17,99 € (D) / 18,50 € (A) / 24,50 sFr

ISBN: 978-3-8338-6384-4

Erscheinungstermin: Februar 2018

 Auch als
eBook
erhältlich.



Ein schonungsloser Bericht über ein Leben mit Angststörung

Comedy ist lustig. Panikattacken sind nicht lustig. Was passiert, wenn beides aufeinandertrifft? Der Comedienne Käthe Lachmann ist genau das passiert, mehrfach. Irgendwann war sie keine Solokünstlerin mehr, sondern stand zu zweit auf der Bühne, zusammen mit ihrer Angst. Und diese Angst fand das so lustig, dass sie weitere Ängste zu Käthe Lachmann eingeladen hat, zum Beispiel die Angst vor der Angst. Oder die Panik vor dem Essen in Gesellschaft anderer. Das führte soweit, dass Käthe Lachmann sich immer weiter zurückzog, nicht mehr in die Öffentlichkeit ging und alleine für sich blieb – ein denkbar schlechtes Lebenskonzept für jemanden, der bis dahin von Auftritten in der Öffentlichkeit lebte.

Ergreifend, schonungslos offen und mit ihrem humoristischen Talent erzählt Käthe Lachmann von ihrer Erkrankung und ihrem langen Weg zurück zum U-Bahnfahren, Essen mit Freunden und den verschiedensten Therapien und Therapeuten. **Keine Panik, liebe Angst** ist ein Mut machendes Buch, das zeigt, dass man sich seinen Ängsten stellen muss, statt Unmengen an Energie darauf zu verwenden, sie zu verstecken – und dass Humor eine Waffe ist, gegen die eine Angststörung plötzlich ganz schön lächerlich sein kann.

Käthe Lachmann (geboren 1971 in Hamburg) ist mehrfach preisgekrönte Komikerin (NDR-Comedy-Preis, Deutscher Kabarettpreis, u.a.) und Buchautorin. Sie ist seit 1995 mit ihren selbstgeschriebenen Comedy-Programmen bundesweit auf Tour und hat bereits drei Romane veröffentlicht. Seit 2015 ruht ihre Bühnentätigkeit wegen der Behandlung ihrer Angststörung.