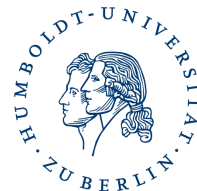


# Pressemitteilung

17. März 2020



## HU-Podcast: Zwischen Angst und Phobie

Ein Gespräch mit HU-Professorin Ulrike Lüken über Angststörungen – und welche Therapiemöglichkeiten es für die Betroffenen gibt.



### Humboldt-Universität zu Berlin

Abteilung Kommunikation, Marketing  
und Veranstaltungsmanagement  
Referat Medien und Kommunikation

Unter den Linden 6  
10099 Berlin  
Tel.: +49 30 2093-2946  
Fax: +49 30 2093-2107  
[www.hu-berlin.de](http://www.hu-berlin.de)

### Pressesprecher

Hans-Christoph Keller  
Tel.: +49 30 2093-2946  
[pr@hu-berlin.de](mailto:pr@hu-berlin.de)

### Expertendatenbank

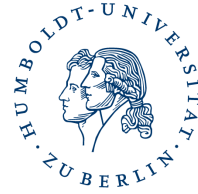
<https://hu.berlin/expertendatenbank>

Atemnot in der überfüllten S-Bahn, Schwitzen und Herzrasen im Meeting – wer das erste Mal eine Panikattacke erlebt, glaubt manchmal, einen Herzinfarkt zu erleiden. Panikattacken treten plötzlich auf, an alltäglichen Orten, im alltäglichen Leben. Sie können ein Symptom für dauerhaften Stress sein. Treten sie regelmäßig auf, können sie sich manifestieren und Betroffene beginnen, ein Vermeidungsverhalten bestimmter Situationen zu entwickeln.

Prof. Dr. Ulrike Lüken forscht am Institut für Psychologie der Humboldt-Universität zu Berlin zu Angststörungen. In der Hochschulambulanz behandelt sie Patientinnen und Patienten, die unter Phobien derart leiden, dass sie mitunter kaum noch die eigene Wohnung verlassen können. Im Gespräch mit der Radiojournalisten Cora Knoblauch erklärt sie, dass es zwar völlig normal sei, sich beispielsweise vor Spinnen zu ekeln. Doch wer sich durch eine Phobie derart im Alltag einschränken muss, dass er nicht mehr im Park picknicken oder S-Bahn fahren kann, leidet mutmaßlich unter einer Angststörung.

Durch Expositions- und Verhaltenstherapie sind diese Phobien gut behandelbar, erklärt Prof. Dr. Lüken. Und sie berichtet, dass sie manchmal in die Therapiesitzungen auch ihren eigenen Hund mitbringt.

Mehr zu diesem Thema hören Sie im neuen Wissenschaftspodcast der HU unter <https://hu.berlin/podcampus>



Der HU-Wissenschaftspodcast „Unendliche Weiten, faszinierende Welten“ bringt die Hörerinnen und Hörer in Kontakt mit den Forschenden der HU. Die Radiojournalistin Cora Knoblauch führt die Gespräche an den Orten, die für die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler wichtig sind und an denen sie anschaulich machen können, worum es ihnen mit ihrer Forschung geht.

Der nächste Wissenschaftspodcast erscheint am 14. April 2020. Gesprächspartnerin von Cora Knoblauch ist dann der Soziologieprofessor Andreas Reckwitz.

Sie finden die Podcasts der Humboldt-Universität auch auf Spotify und Apple Podcasts.

### **Kontakt**

Hans-Christoph Keller, Pressesprecher der Humboldt-Universität zu Berlin, Tel.: 030 2093-2946,  
E-Mail: [pr@hu-berlin.de](mailto:pr@hu-berlin.de)