

---

Subject: Schreckhaftigkeit

Posted by [Tommi](#) on Sun, 29 Oct 2006 23:26:32 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Ich habe ein Problem und zwar bin ich sehr schreckhaft. D.h., wenn ich z.B. wie jetzt am PC im stillen Raum sitze und das Telefon direkt neben mir klingelt, erschrecke ich kurz und zucke etwas. Eigentlich bin ich immer schon so schreckhaft gewesen.

Jetzt möchte ich aber gerne etwas dagegen machen. Was könnte man da einnehmen, dass sich diese Schreckhaftigkeit etwas bessert? Habe was von Baldrian gehört, das soll eine beruhigende Wirkung haben.

Oder könntet ihr mir was wirkungsvolles empfehlen?

Gruß

Tommi

---