
Subject: Ich leider wohl unter Gelotophobie
Posted by [HaartzIV](#) on Sun, 19 Feb 2023 07:45:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<https://de.wikipedia.org/wiki/Gelotophobie>

Die permanente Angst ausgelacht werden zu können.

Es ist wirklich so. JEDES Gelächter in der Öffentlichkeit beziehe ich auf mich und reagiere wie ein Reh im Wald auf bedrohliche Geräusche, dabei werde ich aber eher aggressiv denn traurig/ängstlich. Es kommt auch auf die Art der Lache an, viele Menschen haben eine solch spöttische, unsympathische Lache, das ich das Bedürfnis habe diesen auf die Schnauze zu hauen(Wie könnt ihr es wagen).

Hat natürlich zu einer Sozialphobie und einer völlig kaputten Körpersprache geführt.

Subject: Aw: Ich leider wohl unter Gelotophobie
Posted by [Nomadd](#) on Sun, 19 Feb 2023 22:39:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hausarzt => Psychotherapie

Subject: Aw: Ich leider wohl unter Gelotophobie
Posted by [Parise](#) on Mon, 13 Mar 2023 21:23:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Auch wenn dein Post schon einige Zeit her ist, möchte ich trotzdem ganz kurz meine Erfahrung teilen. Ich hatte vor einiger Zeit ein ähnliches Problem und dachte, dass wenn immer irgendjemand in der Öffentlichkeit oder wenn ich an denen vorbeilaufe lacht, es wegen mir sein muss. Aber wenn man mal ganz ehrlich ist, interessieren sich fremde wahrscheinlich überhaupt nicht für einen. Man ist nicht so wichtig wie man selber denkt. und falls doch.... gerade fremde auf der Straße kennen dich nicht einmal und deswegen ist es auch völlig egal, was die denken / sagen / lachen / Hier ist eine gewisse Portion Apathie durchaus unser Freund. Das hat bei mir jedenfalls ganz gut funktioniert.