Umfrage/Studie: 12 Fakten zur Flugangst

14.09.2016, 13:52 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *flugangstlos.de*



Dmitri Maruta

Schweißausbrüche, Zittern, Reizdarm - zahlreiche Reisende hierzulande steigen mit mulmigen bis panischen Gefühlen in ein Flugzeug. Die Online-Plattform Flugangstlos.de präsentiert mit einer eigens durchgeführten Umfrage interessante Ergebnisse rund um das Thema Flugangst. Mehr als 1.000 Betroffene beteiligten sich an der Studie im Internet und bieten spannende Einblicke in das Thema.

Flugangst - ein Problem bei vielen Gesellschaftsgruppen

Das Phänomen Flugangst ist nach Auswertung der Webseite weder typisch männlich noch weiblich. Unter allen Teilnehmern gab es einen minimal größeren Anteil an männlichen Flugreisenden mit Ängsten. Das Problem durchzieht alle Altersgruppen, allerdings nahm der Anteil von ängstlichen Gästen über dem Alter von 34 Jahren erkennbar ab. Ob primär junge Menschen für diese Art von Angst empfänglich sind, kann auf dieser Basis nur spekuliert werden.

Mit der Flugangst wird im Regelfall offen umgegangen. Drei von fünf Personen gaben in der Umfrage an, dass Freunde und Verwandte über diese Ängste wüssten. Als Hauptgrund für ein Verschweigen der Angst wurde die Befürchtung angegeben, dass die Situation durch deren Verhalten noch schlimmer werden könnte. Auch der Wunsch, andere nicht durch die eigene Flugangst zu belasten, ist bei vielen Befragten präsent. Zudem vermuteten 55 % der Befragten, Freunde und Familie würden sich für die eigene Flugangst schämen.

Starke Beeinträchtigung des Privatlebens

Flugangst ist keine Bagatelle, sondern wird von den Betroffenen als echte Belastung wahrgenommen. 39 Prozent der Teilnehmer gaben eine sehr starke Beeinträchtigung ihres Privatlebens durch die Flugangst an, weitere 25 % bezeichneten die Beeinträchtigung als stark. Da nur bei 30 % der Befragten niemand anderes von der Flugangst weiß, ist diese auch Thema in der Familie oder im Freundeskreis. Auch hierdurch wird das Privatleben zusätzlich in unerwünschter Weise beeinflusst.

Bei den Formen der körperlichen und psychischen Beeinträchtigung belegt Herzklopfen mit Abstand die Spitzenposition. 38 % der Befragten gaben dies als Zeichen ihrer Flugangst an, auf den Folgeplätzen landeten Erbrechen und das Gefühl, auf Toilette gehen zu müssen, mit jeweils 13 %. Auch Schwitzen und Zittern waren gängige Symptome, wobei das gesamte Spektrum auf eine erhöhte Nervosität bzw. klassische Anzeichen einer immensen Stresssituation hindeutet.

Gewünschte Hilfe und medialer Umgang

Ein Großteil der Befragten sieht für sich keine Möglichkeit, die Flugangst alleine zu bewältigen. So gaben 77 % der Befragten den Wunsch nach Unterstützung an, um die Flugangst zu überwinden. Interessant ist außerdem der Umgang mit öffentlichen Berichten rund um das Thema Fliegen. So gaben zwei Drittel der Befragten an, dass sich ihre Ängste durch mediale Berichte über Notlandungen oder Flugzeugabstürze noch steigern würden.

Hier gelangen Sie zur Umfrage http://flugangstlos.de/umfrage-fakten-zur-flugangst/

Portrait

Selda Bekar ist NLP Trainerin. Sie bietet auf ihrem kostenfreien Portal zur Flugangst Ratgebertipps, sowie ein online Tool zur Bewältigung und Abschwächung der Flugangst.

News-ID: 918475 • Views: 906 (Stand: 02.11.2026)

Link zur Pressemitteilung:

https://www.openpr.de/news/918475/Umfrage-Studie-12-Fakten-zur-Flugangst.html