

**Interview zum Thema: Wie geht es mir in der Corona-Zeit?**

**Kurze Vorstellung der eigenen Person (Vorname, Alter, Geschlecht, evtl. Beruf, familiäre Situation u.a.).**

**Unter welchen Angstformen leidest Du? Wie zeigt sich diese Angst?**

**Wie lange hast Du diese Ängste schon? Was hat dir Selbsthilfe im Umgang mit deinen Ängsten gebracht?**

**Was bedeutet die Pandemie mit allen Einschränkungen ganz konkret für Dich in Bezug auf deine individuelle Angst? In welchen Situationen zeigt sich das?**

**Bewertung des Lockdowns für deine psychische Verfassung: von 1 (ich fühle mich erleichtert durch den Lockdown) bis 10 (ich drehe durch in meiner Wohnung).**

**Bewertung der Lockerung des Lockdowns für deine psychische Verfassung: von 1 (ich fühle mich erleichtert durch die Lockerungen bis 10 (ich traue mich nicht mehr aus der Wohnung wegen der Lockerungen).**

**Machst Du Dir Sorgen, dass sich deine Angstsymptome durch die Umstände der Pandemie verschlechtern? Wenn ja, was befürchtest Du?**

**Wie wichtig ist jetzt die Selbsthilfe aktuell für Dich? Findet Deine Gruppe statt? Video-Gruppe? Telefon?**

**Welche sonstigen Bewältigungsstrategien setzt Du ein, um deine Angst nicht zu groß werden zu lassen?**

**Gibt es auch positive Aspekte in der Krise, die Du in der Nach-Corona-Zeit nicht mehr vermissen möchtest?**

**Was ist Dir noch wichtig, was möchtest Du noch sagen?**

**Ein herzlicher Dank!**