

Samenvatting bij- en nascholing 'Angst en Fobieën', 1 september 2019 te Wingene België

Op deze middag houden we ons bezig met de vraag wat er precies speelt bij een client met een fobie. We onderzoeken dit aan de hand van een casus, ook bespreken we verschillende soorten angst zoals een angst -en een dwangstoornis en diverse afweermechanismen en, vertellen deelnemers zelf over hun angst. Al met al een middag met een volle agenda.

De casus en de tekeningen van de deelnemers geven inzicht door de angst op zijn werkelijkheidswaarde te onderzoeken. Het wordt in de analyse van de tekeningen duidelijk dat angst een signaalfunctie heeft waarachter emoties en gevoelens schuilgaan. Is een client zich hiervan niet bewust dan wordt de angst in een object buiten hem geprojecteerd en keert zich vervolgens tegen hem. De casus laat zien dat een fobie een ik-angst is en vaak ontstaat in de vroege kindertijd (3-6 jaar). Een dreiging vanuit het geweten, als dit meer gevormd is en versterkt wordt door werkelijk gebeurde ervaringen. Het gaat om angstaanvallen zonder reden die niet in verhouding staan tot een werkelijk gevaar.

De ongeveer 200 fobieën zijn onder te verdelen in angst voor dieren, natuurtypen zoals de wind en water en een sociale fobie voor een specifieke situatie.

Diagnostische criteria: een aanhoudende angst en vermijding van het object of situatie, bijvoorbeeld voor wind. Een aanhoudende overdreven en onredelijke vrees die een onmiddellijke angstreactie oproept en de vorm krijgt van een paniekaanval. Ondanks dat de client zich ervan bewust is, dat de angst onredelijk of overdreven is. Het vermijden geeft beperkingen in het functioneren doordat de angst wordt afgeweerd. In de fobie voor de wind, betekent dit dat de client nauwelijks meer naar buiten gaat.

Tenslotte krijgen we handvatten bij de behandeling van een fobie: Onbevooroordeeld aandacht geven aan alles wat aan de orde komt en het verder verloop afwachten. Wat duikt er uit de associaties uit het onbewust op? Soms fantaseert de client erop los om maar niet met de verdrongen angst en woede geconfronteerd te worden en houdt hij daaraan vast. Geen eenvoudige opgave. Het was een interessante en leerzame middag en mooie aanvulling op de 4 modules.

Hilde Vermeersch

Wanda Dondorp