



Quin van Dam

## Affectfobietherapie: een integratieve behandeling van angst, depressie en cluster-C-problematiek.

### Angst voor gevoelens

Gevoelens geven energie en kleur aan ons leven, helpen om de juiste keuzes te maken, dicht bij anderen te zijn en grenzen te stellen als dat nodig is. Maar gevoelens kunnen ook beangstigend zijn, bijvoorbeeld als we vrezen overweldigd te worden door wat we ervaren, of geleerd hebben dat emoties er niet mogen zijn. Dan kunnen we bang worden voor wat we voelen, en een zogenoemde emotie- of affectfobie ontwikkelen. We trekken ons terug, vervreemden van anderen, durven niet meer kwetsbaar te zijn en missen plezier in ons leven. Doordat we onze gevoelens hebben weggestopt verdwijnt ook onze spontaniteit, en kunnen we last krijgen van spanning, onrust, een moe en uitgeput gevoel en vage lichamelijke klachten. We worden ontevreden over ons werk of onze relaties en durven ons daarin niet te laten gelden. In zulke gevallen kan een therapie die focust op de angst voor gevoelens behulpzaam zijn. Affectfobietherapie heeft als doel emoties weer toe te laten en te leren hanteren.

### Inhoud presentatie

De Affectfobietherapie (AFT) -ontworpen door McCullough- wordt steeds meer toegepast in de GGZ. AFT is gebaseerd op de aanname dat de tegenstelling tussen gevoelens en daarmee geassocieerde angst – in de psychoanalytische theorie aangeduid als psychodynamisch conflict – opgevat kan worden als een fobie voor gevoelens en verlangens in de persoon: een affectfobie.

Deze aanname biedt de therapeut de gelegenheid deze fobie te behandelen als een externe fobie met behulp van systematische desensitisatie (exposure, responspreventie en angstregulatie). AFT is werkzaam gebleken bij patiënten met depressie, angst- en cluster C persoonlijkheidsproblematiek. AFT kan in verschillende vormen worden toegepast, onder andere als wekelijkse individuele ambulante psychotherapie en als groepsbehandeling in een ambulante en semi-ambulante setting.

### Vorm

De volgende vragen staan centraal:

- Uit welke theoretische en praktische onderdelen is AFT opgebouwd?
- Hoe formuleert de therapeut een individu-specifieke focus die aansluit bij de patiënt?
- Hoe sluit de AF-therapeut met de verschillende technieken daarbij aan?
- Voor welke patiënten is AFT geschikt (indicatiecriteria)?
- Waaruit bestaat de opleiding tot AFT therapeut?

Interactieve inleiding, klinische illustraties en een videofragment van Leigh McCullough

### Leerdoelen

Kennis nemen van het AFT-model, de toepassing daarvan en de formulering van een individu-specifieke focus.

### Over de spreker

Dr. (QD) Quin van Dam is klinisch psycholoog, psychodynamisch psychotherapeut en supervisor NVPP en NVP. Psychotherapiepraktijk te Reeuwijk.  
[www.quinvandampsychotherapie.nl](http://www.quinvandampsychotherapie.nl)



### Accreditatie

Geaccrediteerd door de VPEP (1 punt).

### Kosten

- 7,50 euro - leden VPeP
- 15 euro - niet-leden VPeP
- 5 euro - studenten HBO/VWO

### Aanmelden

Bij Paula Peters via:

[vpepbrabant@gmail.com](mailto:vpepbrabant@gmail.com)

Met opgave van: Naam, Telefoon, BIG-nummer, VPeP-nummer, Student hbo/wo

