



Dr. Wim Dijkstra: "Het zit, vermoeden wij, dus zowel in de aard als in de opvoeding van het beestje."

ELMER SPAARGAREN

pathologische angst zodanig te behandelen (zie het voorbeeld van Romein) dat de negatieve bijverschijnselen geheel verdwijnen en er met de resterende angsten op den duur zeer wel te leven valt.

Officiële erkenning

Een ernstige sociale fobie is een psychische aandoening die redelijk goed behandelbaar is. Onder invloed van de juiste therapie, neemt de angst af tot een voor de patiënt dragelijk niveau, terwijl de bijbehorende gevoelens van ontreddering en depressie verdwijnen. Dat zijn de hoofdconclusies uit twee proefschriften die de afgelopen zomer aan de Rijksuniversiteit Groningen met succes werden verdedigd. Twee psychologen – *Wim Dijkstra* en *Agnes Scholing* – verrichtten er, onafhankelijk van elkaar, onderzoek naar het verloop van het ziektebeeld bij klinische behandeling, en naar de effectiviteit van de onderscheiden therapieën.

De teneur van beide dissertaties is, als gezegd, redelijk bemoedigend, met dien verstande echter, dat pas nu duidelijk wordt hoezeer de ziekte waarom het hier gaat, zowel getalsmatig, als wat de ernst van de aandoening betreft, zeer lang onderschat is.

Wat de getalsmatige onderschatting betreft: volgens ruwe

becijferingen wordt één à twee procent van de bevolking door een dergelijke angst dusdanig belemmerd in het sociale doen en laten, dat van een sociale fobie gesproken kan worden. Sociale fobie is daarmee een van de belangrijkste klachten waarvoor mensen hulp zoeken in de geestelijke gezondheidszorg. En wat de ernst van de klachten betreft: de ziekte staat pas sinds 1980 vermeld op de lijst die door de Wereld Gezondheids Organisatie (de WHO) wordt gehanteerd. Pas na deze officiële erkenning van sociale fobie als psychische aandoening, is er sprake van een stijgende belangstelling van de zijde der medische, psychologische en psychiatrische onderzoekers, en – al was het maar omwille van het feit dat zij hun kwaal nu eindelijk serieus mogen nemen – van een zeker gevoel van opluchting in het kamp der sociaal fobische patiënten.

Slokje water

Ontelbaar velen behoren tot het verlegen menstype, en bijna iedereen kent de gevoelens van onbehagen die vooraf kunnen gaan aan het moment dat men zich prominent in het blikveld van een wat groter publiek gaat wagen. Bij sommigen is van dat ongemak al sprake als zij, enigszins verlaat, een kamer vol verjaarsvisite moeten be-