

Angst en dwang stoornissen  
Opdrachten

**Opdracht 1: Opwarmen**  
Beantwoord de volgende vragen:

1. Welke soorten Angststoornissen ken jij?
2. Ken jij iemand met een angst of dwangstoornis?
   1. Zoja, wat betekent dit voor zijn/haar leven?
   2. Zonee, zoek een filmpje over iemand met een angststoornis en bedenk wat dit voor het leven van deze persoon betekent.
3. Ben jij ergens bang voor of heb jij bepaalde dwangmatigheden? Zoja, welke?
4. Wanneer is dit een probleem in jouw ogen? Waarom?

**Opdracht 2: Herkennen en begrijpen**

Beantwoord de volgende vragen:

1. Wat is de oorzaak van een angststoornis?
2. Wat zijn de belangrijkste kenmerken voor een angststoornis?
3. Wat is belangrijk in de begeleiding van mensen met een angststoornis?
4. Zoek de definitie op van onderstaande begrippen:
   1. Pathologische angst
   2. Paniek
   3. Agorafobie
   4. Sociale fobie
   5. Post traumatische stress stoornis
   6. Obsessieve compulsieve stoornis
   7. Benzodiazepinen
   8. Cognitieve gedragstherapie

**Opdracht 3: Onderzoeken en toepassen**

Bekijk het filmpje van Je zal het maar hebben over Daphne die een dwangstoornis heeft. (Dit filmpje staat onder de opdracht over angst en dwangstoornissen). Beantwoord de volgende vragen na aanleiding van het filmpje:

1. Wat vindt je van dit filmpje? Leg dit uit.
2. Zou je als bewegingsagoog iets kunnen betekenen voor mensen met een angststoornis/dwang stoornis? Zoja, wat dan en zonee, waarom niet?
3. Bedenk minimaal 3 aandachtspunten voor het werken met mensen met een angststoornis.