



Anksioznost i napadi panike

Anksiozni poremećaji čine grupu nepsihotičnih mentalnih premećaja, kod kojih je anksioznost jedini ili vodeći simptom. Anksioznost ili “slobodno-lebdeća strepnja” predstavlja veoma neprijatan simptom ili sindrom, a manifestuje se kroz stanja patološkog straha i napetosti, pri kojem se očekuje potencijalno opasna situacija, koja je po pravilu nelogična, nejasna, nepoznata i ne može se objektivizirati.

Clj i ishod modula:

Edukanti se upoznaju sa različitim komponentama anksioznosti - kognitivnom (neprijatno doživljavanje osećanja straha), fiziološkom (neprijatni telesni simptomi) i bihevioralnom (disfunkcionalno ponašanje). Diferenciraju se pojmovi straha i anksioznosti, kao i pojmovi normalnog i patološkog straha i anksioznosti, kao i kriterijumi za ovo određenje. Govorimo o glavnim odlikama anksioznih poremećaja, kao i o načinima procene simptoma. Detaljnije se upoznaju sa odlikama agorafobije, socijalne fobije, jednostavne fobije, generalizovanog anksioznog poremećaja, opsesivno kompulzivnog poremećaja i drugih, koji kao osnovni smetnju imaju sveprožimajuću anksioznost većeg ili manjeg intenziteta.

Kliničku sliku anksioznosti i paničnih napada povezujemo sa razvojnou dinamikou i predstavljamo teorije o njenou nastanku i održavanju.

Sve teorijske postavke o kojima se izlaže u okviru modula, potkrepljuju se primerima iz prakse u okviru prikaza slučajeva koji ilustruju pomenute smetnje i poremećaje, a edukante uvode u načine psihoterapijskog rada sa osobama koje imaju anksioznu simptomatologiju.

Velika pažnja se posvećuje povezivanju anksioznih smetnji sa emocionalnim kompetencijama, pa se u tom cilju kroz prizmu svake od njih, daju predlozi tumačenja dinamike poremećaja, kao i preporučenih terapijskih postupaka.



Očekuje se da na kraju odslušanog modula, edukanti raspolažu znanjem i veštinama da prepoznaju i psihoterapijski pristupe različitim modalitetima anksioznih poremećaja, strukturišu plan rada i budu osposobljeni za psihoedukaciju klijenta na temu anksioznosti i paničnog poremećaja.

Način održavanja modula:

Modul se održava u okviru jednog vikenda odnosno 12 sati ili 16 časova.

Literatura:

Renata Senić, Nebojša Jovanović (2011) *Strah od života*, Beoknjiga, Beograd
Milan Latas (2021) *Anksiozni poremećaji, teorija i praksa*, Službeni glasnik, Beograd