

Certaines personnes font tout pour ne pas devoir *prendre l'avion*

The Brussels Airport Company

Valerie Aendekerk
Corporate Communications Department
Tél. +32 2 753 42 91
Valerie.Aendekerk@brusselsairport.be

Université de Gand

Anouk Vanden Bogaerde
Département Psychologie Expérimentale - Clinique
et Psychologie de la Santé
Tél. + 32 9 264 64 74
Anouk.VandenBogaerde@UGent.be

Brussels Airlines

Cpt. Luc Michiels
Project Manager Flight Operations
Luc.Michiels@brusselsairlines.com



Voler sans peur
www.volersanspeur.org



Selon les estimations dix à trente pour cent de la population souffre de phobie de l'avion. Lorsqu'une phobie extrême empêche totalement de voyager en avion, la vie privée et la vie professionnelle peuvent en pâtir fortement: on ne rend pas visite à sa famille à l'étranger, on passe à côté des opportunités de carrière, les vacances restent limitées à la Belgique et aux pays limitrophes, ...

Pourtant **la phobie de l'avion se traite parfaitement**. Brussels Airport, Brussels Airlines et des spécialistes du département 'Psychologie Expérimentale - Clinique et Psychologie de la Santé' de l'Université de Gand organisent des ateliers pour passagers souhaitant se libérer de la phobie de l'avion. Nous travaillons en collaboration avec une équipe de psychologues clinique et thérapeutes comportementalistes agréés.



Comment participer?

1. inscrivez-vous sur notre site www.volersanspeur.org en choisissez directement vos dates de cours.
2. après paiement, vous recevrez un mot de passe et un identifiant de connexion (login) pour répondre aux 5 questionnaires psychologiques.
3. ensuite un de nos thérapeutes vous contactent pour un diagnostic unique.
4. le thérapeute prend la décision de vous accepter, et vous recevrez l'information pratique pour les deux jours du cours (si vous n'êtes pas accepter, nous remboursons le droit d'inscription).

Cours de deux jours

Jour 1 : théorie

- accueil & introduction
- présentation sur les aspects techniques d'un avion
- visite d'un avion dans un hangar
- lunch
- exposé sur l'angoisse: pourquoi vous avez peur, comment réagir et comment y remédier
- exercices de respiration à effectuer pendant le vol

Jour 2 : vol

- préparation du vol
- check-in tous ensemble
- le vol même (aller-retour) sur une destination en Europe et assisté par un de nos thérapeutes
- évaluation et debriefing du vol
- drink

Suivi

Six mois après le cours, nous vous demanderons de remplir à nouveau les questionnaire et un thérapeute vous contactera pour un entretien de suivi.

Chances de réussite

On constate qu'à l'issue des sessions 81,3% des participants sont sortis de ce que les praticiens appellent "le groupe clinique" de ceux qui souffrent de phobie de l'avion. Parmi les autres participants, ayant suivi la totalité du cours, on enregistre une nette réduction de l'intensité de l'angoisse. L'Université de Gand procède également à des études scientifiques plus détaillées sur la phobie de l'avion.