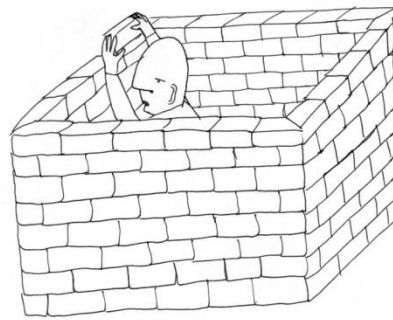
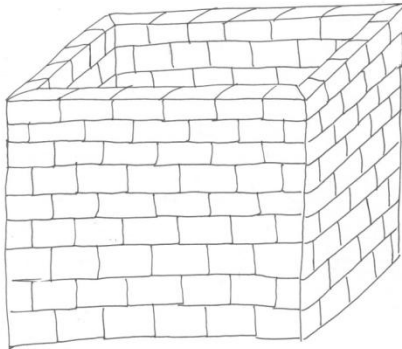


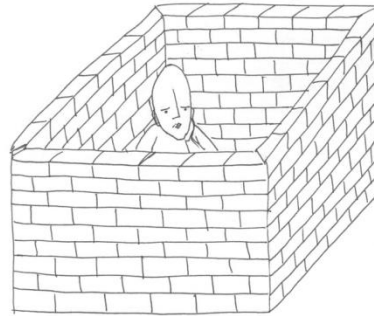
Angst lijkt op het bouwen van een fort.



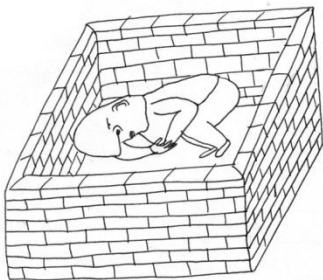
Eerst voelt het veilig. Je bent beschermd. Je hoeft het fort niet uit als je dat niet wil.



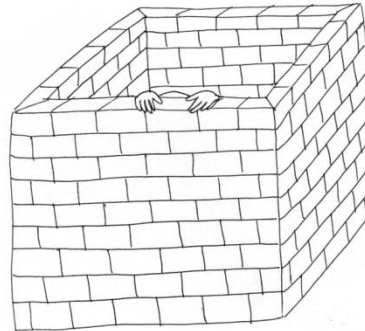
Op een gegeven moment wordt het overweldigend en wil je er uit, maar dan realiseer je je dat je vergeten bent een deur te bouwen.



Veiligheid verandert in frustratie en vereenzaming.



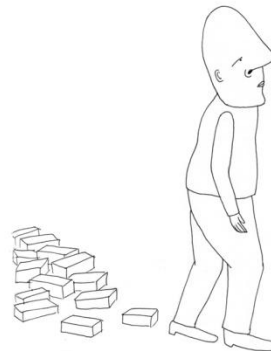
Het is afschuwelijk en pijnlijk en het ergste is het schuldgevoel dat je het allemaal zelf veroorzaakt hebt.



Het andere ergste is eindelijk besluiten dat het tijd is om het fort af te breken.



Angst loslaten is net zo moeilijk als er mee leven.



Het is lastig om het licht te zien na zo veel tijd in het donker door te hebben gebracht, maar je moet hopen dat het er is.

© Kate McDonough  
www.prettyprettyugly.com

Workshop Thuis... En Dan

22-09-2016

Ontmoet autisme: van onderwijs naar arbeid

Deze strip is gemaakt door Kate McDonough, een jongedame die al haar hele leven kampt met angst en depressie. Zij laat met deze strip zien hoe angst en depressie kunnen leiden tot vermijding, en hoe vermijding om kan slaan in eenzaamheid en gevangen zitten in de situatie die je zelf gecreëerd hebt.

Sanne Hoeve, orthopedagoog  
www.sannehoeve.nl  
06 391 30 100

Gert Hubers, Dok 38  
www.dok38.nl  
06 50 97 90 90