

# Van huidhonger naar hafefobie: corona maakt ons allergisch voor aanrakingen

Steeds meer mensen weigeren fysiek contact sinds het begin van de pandemie, observeert professor psychologie Elkin Luis. Daar bestaat een woord voor: hafefobie, de angst om aangeraakt te worden.

Negen maanden na het begin van de pandemie horen we voor het eerst de term hafefobie. Andere terminologie die de revue passeert, is chiraptofobie, aphefobie en thixofobie. Stuk voor stuk wijzen deze termen op de irrationele, extreme angst om aangeraakt te worden.



Foto door Luis Dalvan  
via Pexels

Hoewel het concept vrij nieuw lijkt, is dat niet het geval. Het is gebruikelijk bij personen die eerder het slachtoffer geweest zijn van seksueel misbruik. Mensen die lijden aan hafefobie vermijden sociale situaties waarin ze aangeraakt kunnen worden. Als dat niet mogelijk is, zijn ze angstig,

gestresseerd.

De fobie is verwant aan andere angststoornissen, zoals misofobie (angst voor ziektekiemen) of ochlofobie (angst voor mensenmenigten). Ook de obsessieve compulsieve stoornis (OCD), posttraumatische stressstoornis (PTSS) of gegeneraliseerde angststoornis (GAD) zijn aan hafefobie gelinkt.

Er bestaan studies waaruit blijkt dat de mogelijkheid om fysiek contact te hebben, bepaald wordt door de context en de interpersoonlijke relatie met de ander. Ook voor intimiteit is dat het geval. Over het algemeen voelen we ons dan ook meer op ons gemak om iemand aan te raken die we graag hebben.

*(Bron en volledig artikel Knack.be)*