



Aviophobie

L'**aviophobie** (construit à partir des mots avion et φόβος / *phobos*, « peur »), ou **aérodromophobie**, désigne une phobie des avions ou des voyages en avion. Cette phobie peut avoir plusieurs origines : une peur de voir l'avion s'écraser et y perdre la vie, une mauvaise expérience en vol, un refus total de tout contact avec un avion, une volonté de vouloir toujours tout contrôler, , etc. Il peut aussi être une conséquence directe d'autres phobies, comme la claustrophobie, l'agoraphobie, ou l'acrophobie. Elle peut avoir comme effets des crises de panique ou d'angoisse.

Un passager sur trois reconnaît être inquiet, un sur dix est vraiment anxieux et un sur cent est atteint de panique élevée, refusant de manger, de boire, de se déplacer, voire de parler¹. Face à ce constat, des centres de formation et des compagnies aériennes proposent des thérapies et des stages visant à vaincre l'aviophobie ^{2,3,4}. Le premier de ces stages a été organisé en 1995 par Air France à l'initiative de Noël Chevrier, commandant de bord et instructeur⁵.

Divers moyens peuvent être utilisés pour limiter cette phobie et éviter le stress en avion comme la relaxation musculaire, la respiration, l'utilisation de calmants naturels et d'objets anti-stress.

Dans la culture populaire

Cinéma

- Dans le film *Rain Man* (1988) de Barry Levinson, avec le personnage de Raymond Babbitt.

- Dans le film *Red Eye : Sous haute pression* (2005) de Wes Craven, avec le personnage de Lisa Reisert.

Notes et références

1. Avion : même plus peur ! (http://www.lefigaro.fr/lefigaromagazine/2006/03/10/01006-20060310ARTMAG90510-avion_mme_plus_peur_.php), 15/10/2007, consulté sur site www.lefigaro.fr le 31 janvier 2012
2. Centre de Traitement de la Peur de l'Avion (<http://www.peuravion.fr/>), réunissant des psychologues et spécialistes de l'aéronautique
3. Stage anti-stress (http://www.airfrance.fr/FR/fr/common/guidevoyageur/pratique/sante_anti_stress.htm), consulté sur site www.airfrance.fr le 31 janvier 2012
4. « Peur en avion ? PeurEnAvion.A320.fr | Stage n°1 anti aérophobie (<https://peurenavion.a320.fr/>) », sur *PeurEnAvion.A320.fr* (consulté le 1^{er} mars 2022)
5. Noël Chevrier, précurseur des stages anti-stress (<http://www.easyvoyage.com/reportage/geriez-votre-stress-en-avion-avec-air-france/noel-chevrier-precurseur-des-stages-anti-stress-308>), consulté sur site www.easyvoyage.com le 31 janvier 2012

Voir aussi

Sur les autres projets Wikimedia :



aviophobie, sur le Wiktionnaire

Articles connexes

- Liste de phobies

Bibliographie

- Noël Chevrier, Marie-Claude Dentan, *Vaincre sa peur en avion*, Paris, Denoël, 1997, 306 p. ([ISBN 2-207-24627-2](#))
- Noël Chevrier, Marie-Claude Dentan, Michel Polacco, *Comment ne plus avoir peur en avion ?*, Le Cherche midi, juin 2001, 319 p. ([ISBN 978-2-86274-880-1](#)), '

Ce document provient de « <https://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Aviophobie&oldid=216298668> ».