DR.MALA KUMARI
ASSISTANT PROFESSOR (GUEST TEACHER)
DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY
A.N.D COLLEGE SHAHPUR PATORY,SAMASTIPUR

B.A –PART 2 PSYCHOLOGY (HONS)
PAPER-3 ,UNIT-5,
ANXIETY DISORDERS:TYPES OF PHOBIAS

LECTURE-29

TYPES OF PHOBIA

दुर्भीती के प्रकार

दुर्भीती के कई प्रकार है जिनमें से मुख्य तीन सामान्य प्रकार बतलाये गए है जो इस प्रकार है –

(I) विशिष्ट दुर्भीती (SPECIFIC PHOBIA)

(II) एगोरा दुर्भीती (AGORA PHOBIA)

(III) सामाजिक दुर्भीती (SOCIAL PHOBIA)

इनका वर्णन निम्नांकित है –

(I) विशिष्ट दुर्भीती-विशिष्ट दुर्भीती एक ऐसा असंगत डर होता है जो विशिष्ट वस्तु या परिस्थिति की उपस्थिति या उसके अनुमान मात्र से ही उत्पन्न होता है | जैसे ,बिल्ली से डरना या मकड़ा से डरना विशिष्ट फोबिया

का उदाहरण है | सम्पूर्ण फोबिया का करीब ३% फोबिया ही विशिष्ट फोबिया होता है |विशिष्ट फोबिया बहुत तरह के होते है जिन्हें मूलतः निम्नांकित चार प्रमुख भागो में बांटा गया है –

1. पशु दुर्भीती - पशु फोबिया एक बहुत ही सामान्य प्रकार का विशिष्ट फोबिया है जिसमे रोगी विशेष तरह के पशु से कुछ कारणों से असंगत ढंग से डरने लगता है |पशु फोबिया महिलाओं में अधिकतर पाया जाता है तथा इसकी शुरूआत बाल्यावस्था से होता है |प्रमुख पशु फोबिया निम्नांकित है –

   बिल्ली से डर --------- एल्युरोफोबिया

   कुत्ता से डर ---------- साइनो फोबिया

   कीट-मकोड़ो से डर-------एन्सेक्टोफोबिया

   मकड़ा से डर ----------एरेकनोफोबिया

   चिड़ियों से डर----------एबिसोफोबिया

   घोड़ा से डर ----------एक्यूनोफोबिया

   साँप से डर ---------- ओफिडयोफोबिया

   जीवाणुओं या रोगाणुओं से डर---- माइसोफोबिया

2. अजीवित वस्तु से उत्पन्न दुर्भीती – इसमें रोगी कुछ अजीवित वस्तुओ से असंगत डर दिखलाता है | जैसे ,संभव है की व्यक्ति अँधेरा से गंदगी से ऐसा असंगत डर दिखलाना प्रारम्भ कर दे | पशु फोबिया के समान ही इस तरह के फोबिया का केंद्र बिंदु कोई एक विशेष वस्तु होता

है | वरना अन्य दृष्टीकोणों से व्यक्ति सामान्य दिखता है| यह फोबिया पुरुष एवं महिला दोनों में ही लगभग समान रूप से होता है |ऐसे फोबिया के प्रमुख प्रकार निम्नांकित है-

आंधी तूफ़ान से डर--------ब्रौनटोफोबिया

ऊँचाई से डर---------- एक्रोफोबिया

अंधेरा से डर---------- नाइक्टोफोबिया

बंद जगहों से डर---------- क्लाऊस्ट्रोफोबिया

अकेलापन से डर ---------- मोनोफोबिया

3. बिमारी एवं चोट से संबंद्ध दुर्भीती – इस तरह की फोबिया में व्यक्ति में चोट , जख्म या अन्य तरह के बिमारी से संबंद्ध असंगत डर उत्पन्न हो जाता है हालाँकि जिस बीमारी से वह इतना डरता है , उससे अब इतना डरने की बात नही है |ऐसे लोग अन्य दृष्टी कोण से सामान्य होते है परन्तु उनमे इस बात का भयानक डर बना रहता है की उसे जल्द ही अमुक बिमारी हो जायेगा | इसी भयानक डर से ही उसमे कुछ लक्षण जैसे छाती में डर तथा पेट में दर्द आदि होने लगता है जिससे वह समझता है की अब उसमे अमुक रोग उत्पन्न हो जायेगा इस तरह की फोबिया की शुरुआत सामान्यतः मध्य आयु में होता है इस तरह की फोबिया को नोसोफोबिया कहा जाता है जिसके विशिष्ट सामान्य प्रकार निम्नांकित है –

मृत्यु से दर---------- थैनेटोफोबिया

कैंसर से डर----------कैंसरोफोबिया

यौन रोगों से डर----------वेनेरियोफोबिया

4. रक्त दुर्भीती – इस तरह के रोगी में उन परिस्थितियों से असंगत डर विकसित हो जाता है जिसमे उन्हें रक्त देखने को मिलता है चाहे कट-फट जाने से रक्त निकल रहा हो या अन्य कोई कारण से रक्त निकल रहा हो | इसी दुर्भीती के कारण वे मडिकल जांच आदि से अपने को दूर रखते है |

(ii) एगोराफोबिया – एगोराफोबिया का शाब्दिक अर्थ भीड़-भाड़ या बाज़ार स्थलों से डर से होता है |परन्तु वास्तविकता यह है की ऐगोराफोबिया में कई तरह के डर सम्मिलित होते है जिसका केंद्र बिंदु सार्वजनिक या आम स्थल ही होता है जहाँ से व्यक्ति को ऐसा विश्वास होता है की किसी तरह की घटना या दुर्घटना होने पर न तो कोई बचाव संभव है और न कोई बचाने के लिए ही आ सकता है | खरीदारी करने के लिए जाने से डर,भीड़-भाड़ वाले स्थानों में प्रवेश से डर तथा यात्रा करने से डर आदि एगोराफोबिया के सामान्य अंग है |नैदानिक मनोवैज्ञानिको एवं मनश्चिकित्सकों के उपचार गृह में आने वाले फोबिया रोगियों में से करीब साठ प्रतिसत रोगी एगोराफोबिया के ही होते है | यह

महिलाओं में अधिक होता है तथा इसकी शुरुआत प्रायः किशोरावस्था तथा आरंभिक वयस्कावस्था में होता है |

एगोराफोबिया की शुरुआत बार बार आतंक दौरा होने से सामान्यतः होता है | इसमें कुछ और लक्षण भी स्पष्ट रूप से देखने को मिलते है | जैसे इसमें तनाव ,घुमरी ,हल्का-फुल्का बाध्यता व्यवहार यथा बार-बार यह देखना की दरवाजा बंद ठीक से है की नहीं या बिछावन के निचे झाँक-कर यह देखना की कही कोई घुस तो नहीं गया है , तथा विषादी प्रवृतियाँ भी देखने को मिलता है |

DSM-IV (TR) में एगोराफोबिया की उत्पत्ति विभीषिका विकृति के इतिहास के बिना या उसके साथ दोनों ही तरह से होते माना गया है | कुछ ऐसे व्यक्ति होते है जिसमे विभीषिका विकृति में हुए आतंक या विभीषिका दौरा के कारण एगोराफोबिया विकसित हो जाता है कुछ ऐसे व्यक्ति होते है जिसमे ऐसे आतंक या विभीषिका का कोई इतिहास नहीं होता है फिर भी उनमे यह रोग विकसित हो जाता है | यही कारण है की DSM-IV (TR) में एगोराफोबिया को वास्तविक फोबिया का एक प्रकार न मान कर विभीषिका विकृति का एक उपप्रकार बतलाकर उसकी व्याख्या की गयी है|

(III)सामाजिक दुर्भीती –सामजिक दुर्भीती वैसे दुर्भीती को कहा जाता है जिससे व्यक्ति को अन्य व्यक्तियों की उपस्थिति का

सामना करना परता है | व्यक्तियों के ऐसी परिस्थितियों में यह डर बना रहता है की उसका मूल्यांकन लोग करेंगे | फलतः वह ऐसी परिस्थितियों से दूर हटना चाहता है तथा वह चिंतित नज़र आता है तथा वह काफी घबराया हुआ दीखता है | उसे सामजिक चिंता विकृति भी कहा जाता है | ऐसे लोग आम लोगो के बीच बोलने तथा कुछ विशेष तरह की भूमिका करने आदि से काफी डरते है |इतना ही नहीं, ऐसे लोग आम लोगो के साथ खाना खाने या सार्वजनिक पेशाब-पैखाना घरो के उपयोग से भी काफी डरते है|

सामाजिक दुर्भीती की शुरुआत प्रायः किशोरावस्था में होता है तथा 25 साल के बाद फिर शायद ही किसी व्यक्ति में इसका प्रकोप होता है |इसका कारण यह है की किशोरावस्था में ही व्यक्ति प्रथम बार सही अर्थ में सामजिक चेतना तथा अन्य लोगो के साथ अंतः क्रियाओं से अवगत हो पाता है यह विकृति सचमुच में पुरुष तथा महिला दोनों में ही सामान रूप से होता पाया गया है |

टर्नर तथा उनके सहयोगियों के अनुसार सामाजिक दुर्भीती का अन्य विकृतियों के साथ मिलकर होने की संभावना भी अधिक होती है |