BY: Dr. Hameeda Shaheen (Guest Teacher),
Department of Psychology, Raja Singh College, Siwan.

FOR: B.A. Part I,
Psychology (Hons.), Paper-II

दुर्भाति अथवा दुर्भीति प्रतिक्रिया (Phobia or Phobic Reaction)

दुर्भीति या दुर्भीति-प्रतिक्रिया वास्तव में एक मानसिक रोग है, जिसकी गणना स्नायु विकृति (neurotic disorder) अर्थात चिन्ता विकृति (anxiety disorder) के अन्तर्गत की जाती है। फोबिया (Phobia) शब्द की उत्पत्ति ग्रीक शब्द फोबोस (phobos) से हुई है, जिसका अर्थ है भय (fear), आतंक (panic), या पलायन (flight)। यह भय अतार्किक (illogical), तथा अविवेकी (irrational) होता है। भिन्न-भिन्न मनोवैज्ञानिकों ने दुर्भीति को परिभाषित करने का प्रयास किया है। डैवीसन तथा निल (Davison and Neale, 1996) के अनुसार, "दुर्भीति विकृति - एक चिन्ता विकृति है, जिसमें तीव्र भय तथा उन विशिष्ट वस्तुओं एवं परिस्थितियों से बचने के लक्षण पाये जाते हैं, जिन्हें व्यक्ति अविवेकी समझता है।" ("Phobic disorder is an anxiety disorder in which there is intense fear and avoidance of specific objects and situations, recognized as irrational by the individual.")

अतः दुर्भीति का अर्थ ऐसा भय है जो दृढ़ एवं अविवेकी होता है और उसका सम्बन्ध ऐसी वस्तु या परिस्थिति से होता है जो वस्तुतः हानिप्रद या खतरनाक नहीं होती है। इसीलिए, दुर्भीति को असामान्य भय कहते हैं।

दुर्भाति के लक्षण या नैदानिक विशेषताएँ (Symptoms or clinical features of phobias):

अमेरीकन मनश्चिकित्सक संघ (American Psychiatric Association or APA, 1994) के अनुसार दुर्भीति के निम्नांकित प्रमुख लक्षण होते हैं-

(i) किसी विशिष्ट परिस्थिति या वस्तु से इतना अधिक सतत डर (persistent fear) जो वास्तविक खतरा के अनुपात से कहीं अधिक होता है।

(ii) व्यक्ति को उस विशिष्ट वस्तु या परिस्थिति से सामना होने पर अत्यधिक चिंता या विभीषका दौरा (panic attack) भी उत्पन्न हो जाता है।

(iii) व्यक्ति या रोगी यह समझता है कि डर अत्यधिक या अवास्तविक है।

(iv) व्यक्ति दुर्भाति उत्पन्न करने वाली परिस्थिति या वस्तु से दूर रहना पसंद करता है।

(v) अगर उपर्युक्त लक्षण कोई और विशेष रोग से उत्पन्न न हुए हों।

Dr. Hameeda Shaheen, Dept. of Psychology, Raja Singh College, Siwan.

उपर्युक्त प्रमुख लक्षणों के अतिरिक्त ऐसे व्यक्तियों में अन्य कई तरह के लक्षण जैसे तनाव, सिरदर्द, पीठ में दर्द, पेट की गड़बड़ी आदि देखने को मिलते हैं। तीव्र संत्रास या आतंक (panic) की स्थिति में ऐसे व्यक्तियों में व्यक्तित्व लोप (depersonalization) का अनुभव उत्पन्न होता है तथा साथ-ही-साथ अवास्तविकता तथा विचित्रता आदि का भाव भी उत्पन्न करता है। दुर्भीति में प्रायः विषाद (depression) के लक्षण भी देखे जाते है और कई रोगियों में तो गंभीर अंतरवैयक्तिक कठिनाइयाँ भी उत्पन्न हो जाती हैं। कुछ रोगियों में तो निर्णय लेने में भी काफी कठिनाई उत्पन्न हो जाती है जिसे कॉफमैन (Kaufmann, 1973) ने व्यंग्यात्मक लहजे में निर्णय दुर्भीति (decidophobia) कहा है।

दुर्भीति के प्रकार (Types of Phobia):

फोबिया (Phobia) या दुर्भीति को मुख्य रूप से निम्नलिखित तीन प्रकारों में विभाजित किया गया है:-

(क) विशिष्ट दुर्भीति (Specific Phobia)

(ख) एगोरोफोबिया (Agoraphobia)

(ग) सामाजिक दुर्भीति (Social Phobia)

(क) विशिष्ट दुर्भीति (Specific Phobia)

विशिष्ट दुर्भीति का अर्थ वह फोबिया है जिसमें भय या चिन्ता का सम्बन्ध किसी वस्तु जैसे-जानवर, बीमारी, आग आदि से होता है। विशिष्ट दुर्भीति बहुत तरह के होते हैं जिन्हें मूलतः निम्नांकित चार प्रमुख भागों में बाँटा गया है-

(i) पशु दुर्भाति (Animal phobia):- पशु दुर्भीति एक बहुत ही सामान्य प्रकार का विशिष्ट दुर्भाति है जिसमें रोगी विशेष तरह के पशु से कुछ कारणों से असंगत (irrational) ढंग से डरने लगता है। पशु दुर्भाति महिलाओं में अधिकतर पाया जाता है तथा इसकी शुरूआत बाल्यावस्था से होता है। जैसे, बिल्ली से डर - एल्यूरोफोबिया (ailurophobia), कुत्ता से डर -साइनोफोबिया (cynophobia),कीट-मकोड़ों (insects) से डर - इन्सेक्टोफोबिया (insectophobia) इत्यादि पशु दुर्भीति के उदाहरण हैं।

(ii) अजीवित वस्तु से उत्पन्न दुर्भाति (Inanimate object phobia):- इसमें रोगी कुछ अजीवित वस्तुओं से असंगत डर दिखलाता है। जैसे, सम्भव है कि व्यक्ति अंधेरा से या गंदगी से ऐसा असंगत डर दिखलाना प्रारंभ कर दे। इस तरह के दुर्भीति का केन्द्र बिंदु कोई एक विशेष वस्तु (object) होता है। इस तरह की दुर्भीति पशु दुर्भीति की तुलना में अधिक सामान्य है तथा वे पुरुष एवं महिला दोनों में ही लगभग समान रूप से होता है।

Dr. Haneeda Shaheen, Deptt. of Psychology, Raja Singh College, Siwan

इस तरह की दुर्भीति की एक विशेषता यह भी है कि यह किसी भी उम्र में व्यक्ति में हो सकता है। आंधी-तूफान से डर - ब्रौनटोफोबिया (brontophobia), ऊँचाई से डर - एक्रोफोबिया (acrophobia), अंधेरा से डर - नाइक्टोफोबिया (nyctophobia) इत्यादि अजीवित वस्तु से उत्पन्न दुर्भाति के उदाहरण हैं।

(iii) बीमारी एवं चोट से सम्बद्ध बीति (Illness and injury phobias):- इस तरह की दुर्भीति में व्यक्ति में चोट, जख्म या अन्य तरह के बीमारी से सम्बद्ध असंगत डर उत्पन्न हो जाता है हालांकि जिस बीमारी से वह इतना डरता है, उससे अब इतना डरने की बात नहीं है। ऐसे लोग अन्य दृष्टिकोण से सामान्य होते हैं परंतु उनमें इस बात का भयानक डर बना रहता है कि उसे जल्द ही अमुक बीमारी हो जाएगा।

इस तरह की दुर्भीति की शुरूआत सामान्यतः मध्य आयु (middle ages) में होता है। इस तरह की दुर्भाति को नोसोफोबिया (nosophobia) कहा जाता है जिसके विशिष्ट सामान्य प्रकार कुछ इस तरह से हैं- जैसे, मृत्यु से डर - थैनेटोफोबिया (thanatophobia), कैंसर से डर - कैंसरोफोबिया (cancerophobia), यौन रोगों से डर - वेनेरियोफोबिया (venerophobia) ।

(iv) रक्त दुभीति (Blood phobia):- इस तरह के रोगी में उन परिस्थितियों से असंगत डर विकसित हो जाता है जिसमें उन्हें रक्त देखने को मिलता है, चाहे कट-फट जाने से रक्त निकल रहा हो या फिर सूई देने से रक्त निकल रहा हो। या अन्य कोई कारण से रक्त निकल रहा हो। इसी दुर्भीति के कारण वे मेडिकल जाँच आदि से अपने को दूर रखते हैं। क्लिनकेनेचट् (Klinkhecht, 1994) के अनुसार रक्त दुर्भीति महिलाओं में पुरुषों की अपेक्षा अधिक होती है और इसकी शुरूआत अक्सर उत्तर बाल्यावस्था (later childhood) में होती है।

Dr. Hameeda Shaheen, Deptt. of Psychology, Raja Singh College, Siwan.