Dr. Ramendra Kumar Singh
Deptt. of Psychology
M.B.R.R.V.Pd. Singh College, Ara
U.G. Sem-IV (MJC-5)

PHOBIA (दुर्भीति)

असामान्य मनोविज्ञान, शुद्ध मनोविज्ञान (Pure Psychology) की एक प्रमुख शाखा है। इसके अन्तर्गत मूलतः असामान्य व्यक्तियों के मानसिक प्रक्रियाओं एवं व्यवहारों का अध्ययन किया जाता है। मनोविज्ञान की इस शाखा की विषय-वस्तु के अन्तर्गत विभिन्न प्रकार के मानसिक विकृतियों, कुसमायोजित व्यवहारों, मानसिक रोगों तथा समस्याओं का अध्ययन किया जाता है तथा उसके समाधान के उपाय ढूंढे जाते हैं और इसके लिए सिद्धान्तों का निर्माण भी होता है।

'PHOBIA' भी एक प्रमुख चिंता विकृति है जिसका अध्ययन असामान्य मनोविज्ञान के तहत किया जाता है। DSM-5TR (2022) द्वारा फोबिया अथवा दुर्भीति को एक प्रकार का Anxiety-Disorder (चिंता विकृति) ही माना गया है। 'PHOBIA' शब्द की उत्पत्ति ग्रीक भाषा के शब्द 'PHOBOS' से हुई है जिसका शाब्दिक अर्थ भय अथवा आशंका होता है। वस्तुतः दुर्भीति से ग्रस्त व्यक्ति के भय अथवा आशंका का कोई वैज्ञानिक और तार्किक आधार नहीं होता है। ऐसे लोग बेवजह अनुपयुक्त भय से ग्रस्त होते हैं। ध्यातव्य है फोबिया में चिंता उन्माद (Anxiety Hysteria) की तुलना में तीव्र भय होता है। Sarason के शब्दों में -

" Phobia means morbid, fear of dread of some object or situation of which even the patient must admit there nothing to be afraid."

यानी किसी खास वस्तु या परिस्थिति के प्रति तीव्र असंगत भय है जो वास्तव में खतरनाक नहीं होता है यानी डरनेलायक होता ही नहीं है। इसी प्रकार Davison एवं Neal (1996) ने इसे परिभाषित करते हुए कहा है —

"Phobic disorder is an anxiety disorder in which there is intense fear and avoidence of specific objects and situations recognized as irrational by the individual." अर्थात् दुर्भीति विकृति एक प्रकार की चिंता विकृति है जिसमें तीव्र भय या आशंका होती है और व्यक्ति में उस वस्तु अथवा परिस्थिति से बचने के लक्षण पाये जाते है और उसे अविवेकी समझता है।" इसी आशय की एक संतुलित परिभाषा Sarason & Sarason (2007) द्वारा दी गई है :-

"Phobia refers to excessive or inappropriate fear of some particular objects or situation which is not infact dangerous." यानी "दुर्भीति से तात्पर्य कुछ ऐसी वस्तु अथवा परिस्थिति के प्रति अकारण अनुपयुक्त भय से है, जो वास्तव में खतरनाक होती ही नहीं है।"

उपर्युक्त परिभाषाओं की विश्लेषणात्मक व्याख्या करने पर Phobia का जो स्वरुप उभर कर सामने आता है, उसे निम्न प्रकार प्रस्तुत किया जा सकता है —

(i) दुर्भीति एक चिंता विकार है।
(ii) इसमें अकारण और अतार्किक भय बना रहता है।
(iii) यह भय किसी वस्तु या परिस्थिति से होती है।
(iv) इससे ग्रस्त व्यक्ति को एक खास प्रकार चिंता हमेशा सताती रहती है।
(v) व्यक्ति यह समझता है कि अवास्तविक है। लेकिन जब भी वह परिस्थिति या वस्तु सामने आता है, डर ग्रस्त हो जाता है।
(vi) व्यक्ति हमेशा उन डर पैदा करनेवाली वस्तु अथवा परिस्थिति से दूर रहना चाहता है।

दुर्भीति के प्रकार

दुर्भीति के स्वरुप एवं तीव्रता के आधार मनोवैज्ञानिको द्वारा इसे तीन प्रमुख वर्गों में वर्गीकृत किया गया है —

(A) विशिष्ट दुर्भीति (Specific Phobia)
(B) एगोरा फोबिया (Agoraphobia)
(C) सामाजिक दुर्भीति (Social Phobia)

Scanned with OKEN Scanner

(A) विशिष्ट दुर्भीति :- दुर्भीति का यह प्रमुख प्रकार है जिसके अन्तर्गत एक ऐसा असंगत डर से व्यक्ति ग्रस्त होता है, जो खास तरह की वस्तु अथवा परिस्थिति की उपस्थिति अथवा परिस्थिति के आगमन अथवा अनुमान मात्र से उत्पन्न हो जाता है। जैसे छिपकिली, मकड़ा आदि से डरना। इसके तरह आनेवाली कुछ प्रमुख दुर्भीतियाँ निम्नलिखित है :-
(i) ऊँची जगह से भय (Acrophobia) (ii) बंद अथवा तंग जगह से डर (Claustrophobia) (iii) भीड़ का भय (Ochlophobia), (iv) खून का [illegible] (v) जहर दिये जाने का भय (Toxophobia) (v) रोग का भय (Pathophobia), अँधकार का भय (Nyctophobia), धूल का भय (Mysophobia), आग का भय (Pyrophobia), अकेलापन का भय (Monophobia)

(B) एगोराफोबिया (Agoraphobia) - फोबिया का एक प्रमुख प्रकार है जिसमें कई प्रकार के भय समाहित होते हैं। रेथर एवं रेथर (2001) के शब्दों में :-
"Generally agoraphobia refers to a fear of open spaces." It is the most commonly cited phobic disorder of those persons who seek Psychiatric or Psychological treatment" यानी खुले स्थान से लगनेवाले भय है जिसमें मनोचिकित्सकीय अथवा मनोवैज्ञानिक उपचार की चाहत रखने वाले व्यक्तियों में अधिक पाया जाता है। यह सामान्यतः किशोरावस्था तथा आरंभिक वयस्कावस्था में पनपता है। इन्हें विश्वास हो जाता है कि Public place पर जाने में खतरा है। कोई दुर्घटना हो जायेगी जिससे बचाव संभव नहीं है। इसे बाजार भीति आदि नामों से भी जाना जाता है। इसमें बेहोश हो जाने का भय, अकेले यात्रा करने में भय, भीड़-भाड़ का भय आदि आता है। अकेले में असुरक्षा का भय आदि आता है। बर्ड आदि (1995) के अनुसार F के लगभग 80% रोगी Agoraphobia के शिकार होते हैं। Kesk et al (1994) के अनुसार यह पुरुषों की तुलना में स्त्रियों में अधि पाया जाता है।

(C) सामाजिक दुर्भीति (Social Phobia) -
यह एक प्रकार सामाजिक चिंता विकृति है जिसमें

Scanned with OKEN Scanner

व्यक्ति विशेष को लोगों की उपस्थिति में अपना मूल्यांकन का डर बना रहता है। ऐसे लोग व्यक्तियों के समक्ष बोलने से डरते हैं। सामाजिक क्रियाकलापों से डरते हैं। लोग उनका कैसे मूल्यांकन करेंगे, क्या समझेंगे आदि-आदि। ऐसे विकार सामान्यतः Adolescent Period में विकसित होते हैं। इसमें Compulsion एवं Panic disorder होते हैं।

दुर्भीति की विशेषताएँ

बेंगवी और शैफर ने फोबिया अथवा दुर्भीति की कुछ विशेषताओं पर प्रकाश डाला है —

(i) फोबिय साधारणतः किसी तीव्र अभिघातजन्य अनुभव से प्रारंभ होता है जो बालकालीन अवस्था की उपज होता है। बाल्यकाल में जब बालक ऐसे अनुभवों से गुजरता है तो आगे चलकर Phobia से ग्रस्त हो सकता है और युवा-अवस्था में भी यह भय बना रहता है।

(ii) फोबिया से ग्रस्त व्यक्ति के आक्रिय अनुभव सामाजिक मर्यादा से जुड़ा हुआ लज्जापूर्ण कार्य से होता है।

(iii) फोबिया से पीड़ित व्यक्ति का भय खाई स्वरूप का होता है।

(iv) फोबिया के मूल में दमित अभिघातक अनुभव छिपा रहता है।