

Poremećaj socijalne anksioznosti

<https://www.youtube.com/watch?v=Qn0szBx7tEg>

<https://www.youtube.com/watch?v=mKczZnfwYC4>

U kojim se situacijama najviše plaše socijalno anksiozne/fobične osobe

Socijalna interakcija

Potpisivanje u
javnosti



Ručavanje na javnom
mestu



Javni nastup



Autoritet



Javni toaleti



Socijalna fobija vs. socijalna anksioznost

Socijalna fobija

- Strah od specifične socijalne situacije kao npr.:
 - Nastupa
 - Ručavanja na javnom mestu
 - Potpisivanja pred drugima
 - Suprotnog pola
 - Autoriteta
 - Javnog toaleta

Socijalna anksioznost

- Anksioznost vezana za širok spektar svakodnevnih socijalnih situacija:
 - Razgovor sa nepoznatom osobom
 - Prolazak kroz prostoriju punu ljudi
 - Iznošenje svog mišljenja pred ljudima, čak i bliskim
 - Obraćanje prodavcu u prodavnici
 - Vožnja javnim prevozom

Uglavnom idu zajedno – postoji sveprisutna socijalna anksioznost u većem ili manjem stepenu i izraziti strahovi od nekih socijalnih situacija.

Čega se plaši socijalno anksiozna osoba – strah od negativne evaluacije

- Da će se ponašati anksiozno i ispoljiti bihevioralne i fiziološke manifestacije anksioznosti (crvenjenje, drhtanje, znojenje, zamuckivanje)
- Da će ih ljudi proceniti kao:
 - Anksiozne
 - Slabe
 - Glupe
 - Dosadne
 - Kukavice
 - Neprivlačne
 - Smotane
 - Čudne, nenormalne



DSM 5 kriterijumi

- Strah od socijalnih situacija u kojima je osoba potencijalno **izložena proceni** od strane ljudi (npr. socijalna interakcija, biti posmatran, javni nastup)
- Osoba se plaši da će **se ponašati ili izgledati anksiozno** što će biti negativno evaluirano.
- Socijalne situacije **skoro uvek** provociraju strah ili anksioznost.
- Socijalne situacije se **izbegavaju** ili se u njima ostaje uz naglašen strah i anksioznost
- **Strah preteran** u odnosu na realnu opasnost, kada se kulturni kontekst uzme u obzir
- Izbegavanje, distres i anksioznost **izazivaju patnju i interferiraju sa funkcionisanjem**
- Trajanje u kontinuitetu **bar 6 meseci**

Izbegavanje

Eksplicitno i ekstenzivno – izbegavanje izlazaka, ne pohađanje nastave, zatvaranje u kuću;

Dobrodošli na prvi sastanak osoba sa socijalnom fobijom i anksioznošću. Ko želi prvi da nam se predstavi?



Suptilno –

- prekomerno pripremanje za nastupe,
- izbegavanje kontakta očima,
- skretanje pažnje na druge,
- izlaženje samo sa osobama istog pola
- Itd.

Strah od javnih nastupa – posebna vrsta socijalno anksioznog poremećaja

- Može biti izolovan i manifestovati se samo u situaciji određene vrste nastupa
- Čest u profesijama koje zahtevaju nastupe (muzičari, sportisti, plesači, predavači)
- Slabiji uticaj genetike
- Izraženiji strah, a ne anksioznost
- Manje u vezi sa temperamentalnim crtama
- Uslovljavanje ima važniju ulogu u etiologiji
- Kasniji početak



Diferencijalna dijagnoza

- Normalna stidljivost
- Izbegavajući poremećaj ličnosti
- Agorafobija
- Panični poremećaj
- GAP
- Separaciona anksioznost
- Specifične fobije
- Depresivni poremećaj
- Dismorfofobija
- Paranoidni poremećaji
- Autizam



Razlike u odnosu na specifične fobije

Zašto socijalna fobija nije jedna od specifičnih fobija?

Kod socijalne fobije-anksioznosti:

- Fobične situacije su obično **brojnije** i podrazumevaju:
 - razne vrste socijalnih situacija (zvanične, nezvanične. ..),
 - razne sagovornike (autoritete, potencijalne partnere...)
 - razne brige (oko crvenjenja, smaranja sagovornika, pravljenja grešaka)
- Potreba za izbegavanjem se tiče **šireg broja situacija**
- **Izbegavanje često nije moguće**
- **Onesposobljenost i patnja su veći**, kvalitet života više narušen



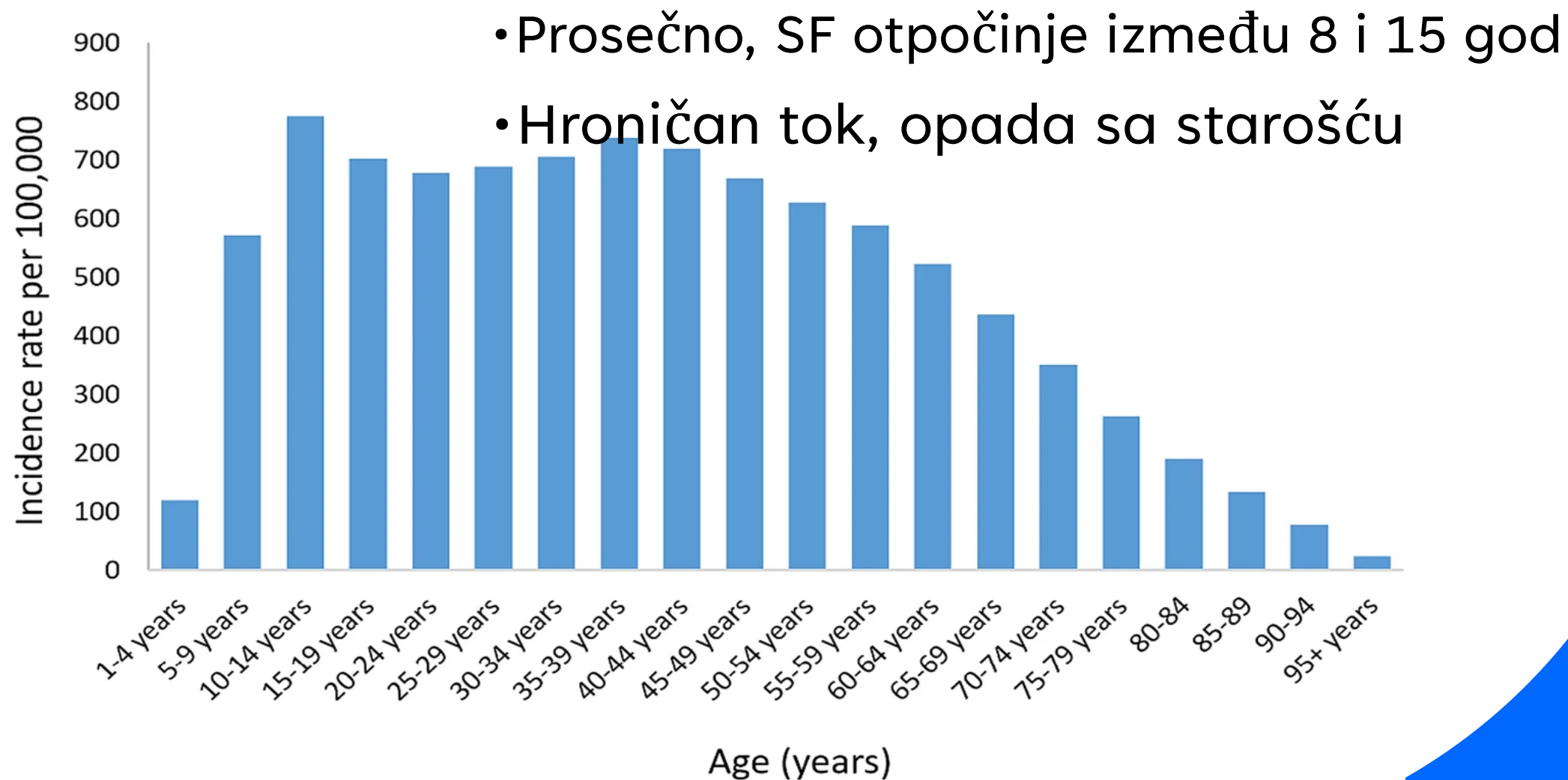
Statistički podaci

- Epidemiologija
 - Životna prevalencija 2-4% u Evropi, a čak 13% u Americi (treći mentalni poremećaj po učestalosti)
 - Češći u razvijenim zemljama zapada
 - Češći kod žena
- Genetski uticaji značajno doprinose
- Sredinski faktori (porodica, vršnjaci, ekonomski status, gradska sredina, industrijski razvijenije zemlje, mediji)
- Više obrazovanje zaštitni faktor



Početak i tok

A. Incidence



Etiologija: činioci podložnosti

- Biološka predispozicija:
 - Heritabilnost straha od negativne evaluacije 48%
 - Biološka pripravnost
 - Nasledne osobine:
 - Neuroticizam
 - Introverzija
 - Suzdržanost
 - Stidljivost
 - Nerazvijenost socijalnih veština
 - Bihevioralna inhibicija
- Psihološka vulnerabilnost
 - Vulnerabilana self-shema - šema opasnosti
 - Pristrasna pažnja za signale socijalne evaluacije – pojačano skeniranje lica, brže primećivanje ljutih lica
 - Negativna interpretativna pristrasnost – neutralne situacije tumače kao negativne
 - Problemi u ToM – slabije prepoznaju misli, emocije i namere drugih
 - Problemi u empatiji

Etiologija: činioci otpočinjanja i održavanja

- Stres, ne nužno
- Očekivanje neuspeha u predstojećoj socijalnoj situaciji
- Samofokusirana pažnja
- Distraktibilna pažnja, pristrasnost za signale opasnosti (negativnu evaluaciju)
- Očekivanje budućih neuspeha
- Izbegavanje
- Ruminacije, briga

