



SPECIFIČNE FOBIJE

Dijagnostički kriterijumi (dsm-5)

- A. Značajan strah ili anksioznost zbog nekog specifičnog objekta ili situacije (npr. letenja, visine, životinja, primanja injekcije, pogleda na krv).
- B. Fobični objekat ili situacija gotovo uvek izaziva neposredan strah ili anksioznost.
- C. Fobični objekat ili situacija se aktivno izbegava ili se podnosi uz intenzivan strah ili anksioznost.
- D. Strah ili anksioznost su nesrazmerni stvarnoj opasnosti koju predstavlja taj specifičan objekat ili situacija, kao i sociokulturološki kontekst.
- E. Strah, anksioznost ili izbegavanje su trajni, tipično traju 6 meseci ili duže.
- F. Strah, anksioznost ili izbegavanje uzrokuju klinički značajnu patnju ili oštećenje u socijalnom, radnom ili drugim važnim područjima funkcionisanja.
- G. Isključiti panični poremećaj, agorafobiju, OCD, PTSP, separacionu anksioznost ili socijalnu fobiju

PRIMERI SPECIFICNIH FOBIIJA

- **Acrophobia** — strah od visine
- **Algophobia** — strah od bola
- **Aquaphobia, Hydrophobia** — strah od vode
- **Astraphobia, Astraphobia, Brontophobia, Keraunophobia** — strah od grmljavine i oluje
- **Autophobia** — strah od samoće
- **Aviophobia** — strah od letenja
- **Bacillophobia, Bacteriophobia, Microbiophobia** — strah od mikroba i bakterija.
- **Cibophobia, Sitophobia** — strah/averzija prema hrani
- **Claustrophobia** — strah od zatvorenog prostora
- **Coulrophobia** — strah od klovnova
- **Dentalphobia, Dentophobia, Odontophobia** — strah od zubara i intervencija

Primeri fobija od žvotinja

- **Ailurophobia** — od mačka
- **Apiphobia**, — od pčela
- **Arachnophobia** — od pauka
- **Chiroptophobia** — od slepih miševa
- **Cynophobia** — od pasa
- **Entomophobia** — od insekata
- **Equinophobia**, **Hippophobia** — od konja
- **Herpetophobia** — od reptila
- **Ichthyophobia** — od riba
- **Musophobia** — od miševa
- **Ophidiophobia** — od zmija
- **Ornithophobia** — od ptica
- **Ranidaphobia** — od žaba

Neobične fobije

- Xanthophobia – od žute boje
- Turophobia - od sira
- Somniphobia - od usnivanja
- Hylophobia - od drveća
- Omphalophobia - od pupka
- Nomophobia - da se ostane bez dometa na mobilnom
- Ombrophobia - od kiše
- Papaphobia - od pape
- Pogonophobia - od brada
- Triskaidekaphobia - od broja 13
- Ithyphallophobia - od erekcije (pogleda na tuđu, pomisli ili sopstvene)
- Anatidaephobia strah da te negde u svetu posmatra patka



Izmišljena za TV emisiju

Podvrste specifičnih fobija

- Od **životinja** (npr. paukovi, insekti, psi)
- Od **prirodnih pojava** (npr. visina, oluja, voda, vetar, gromovi)
- **Situacione** fobije (npr. avioni, liftovi, zatvoreni prostori, mrak)
- Od **krvi, injekcija i povreda** (KIP; strah od krvi, injekcija i transfuzija, strah od drugih medicinskih intervencija, strah od povređivanja)
- **Druge fobije** (npr. situacije koje mogu dovesti do gušenja ili povraćanja; klovnovi)



Razvojni (normalni) strahovi

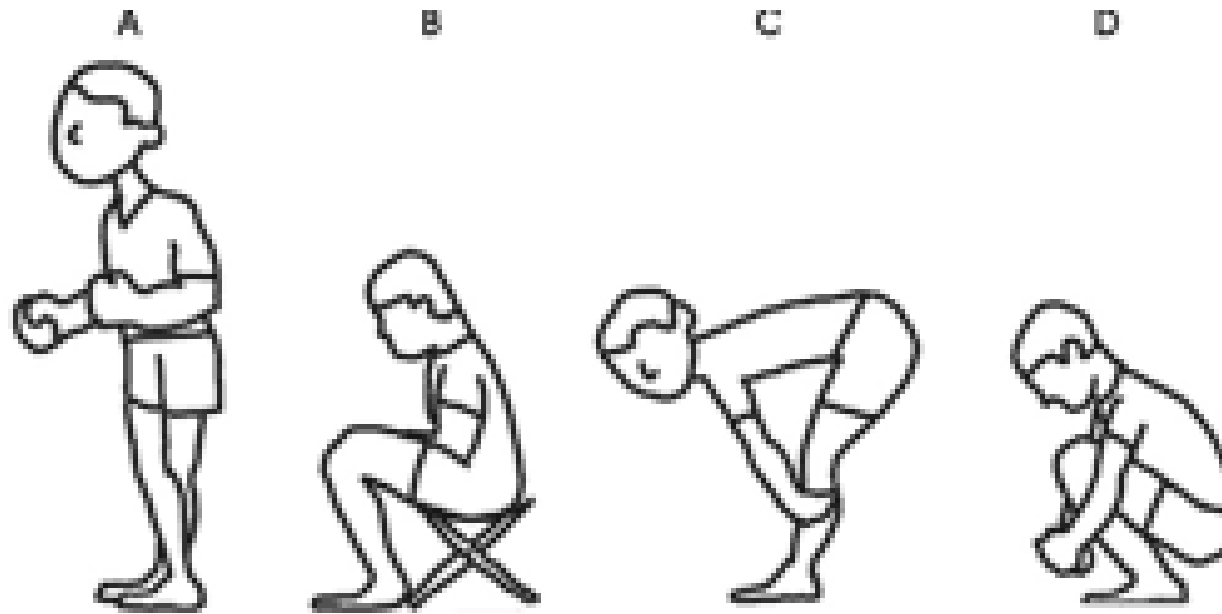
- Ovi strahovi kod neke dece ne prolaze spontano (zbog jačih genetskih uticaja ili efekata sredine)
- Po nekim teorijama sve fobije su ili produžetak ili obnavljanje razvojnih strahoba
 - Od buke i padanja – od rođenja
 - Separaciona anksioznost (između 1-2 godine)
 - Strah od mraka i životinja (do 4-5 godine)
 - Strah od čudovišta i duhova (3- 5 godine)
 - Strah od evaluacije (oko 10)
 - Od povreda (10-12 god)



Fobija od krvi, injekcija i povreda (KIP)

- Fiziološka reakcija: **vazovagalna sinkopa** – nagli porast pa pad pritiska i srčanog ritma → nesvestica ili padanje u nesvest
- <https://youtu.be/2-Dv9P6gLYY>
- Naslednost najviše naglašena - nasleđuje se prenaplašena vazovagalna reakcija
- Češća kod muškaraca
- Javlja se oko 9. godine
- Specifične psihoterapijske intervencije (AT: Applied Tension; primenjeno naprezanje)
- Prevalencija oko 3%

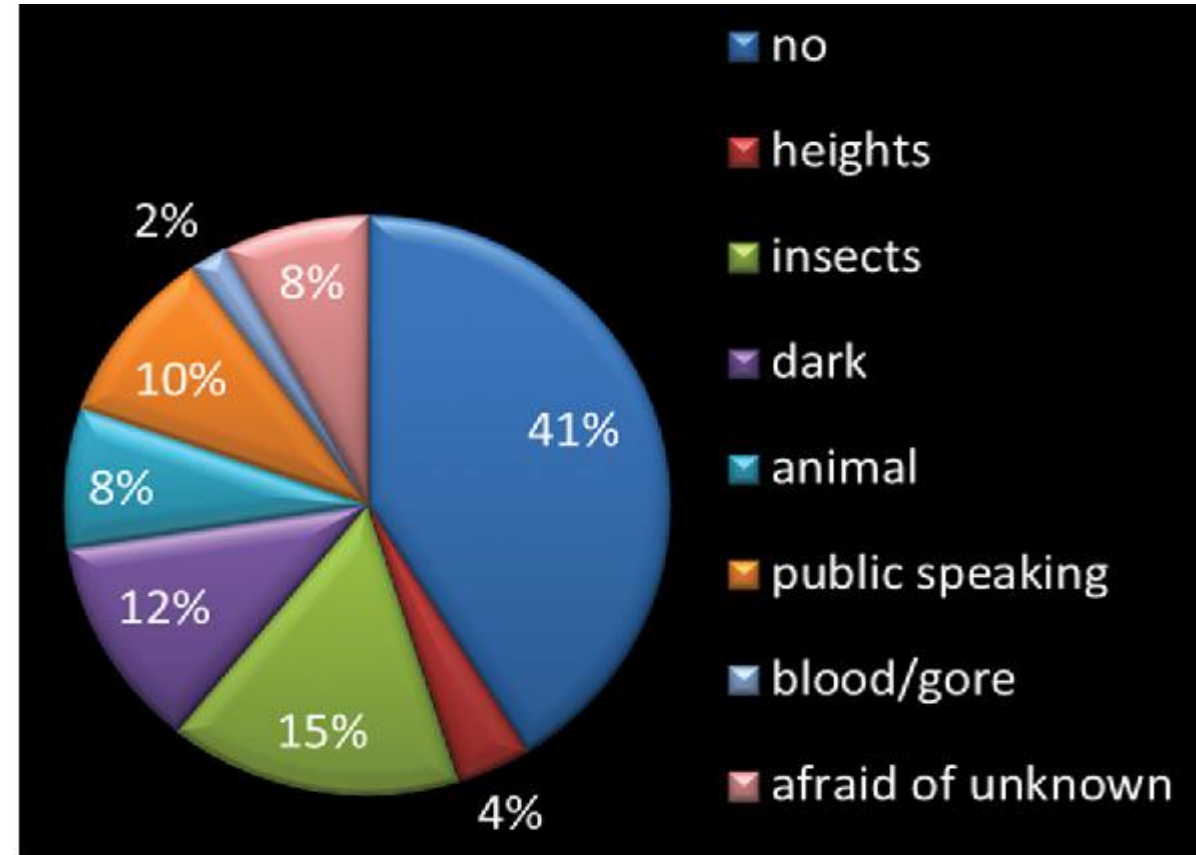
Primenjeno naprezanje – tretman fobije od KIP



<https://youtu.be/eVgTBdM7tEo>

Epidemiološki nalazi za sve specifične fobije

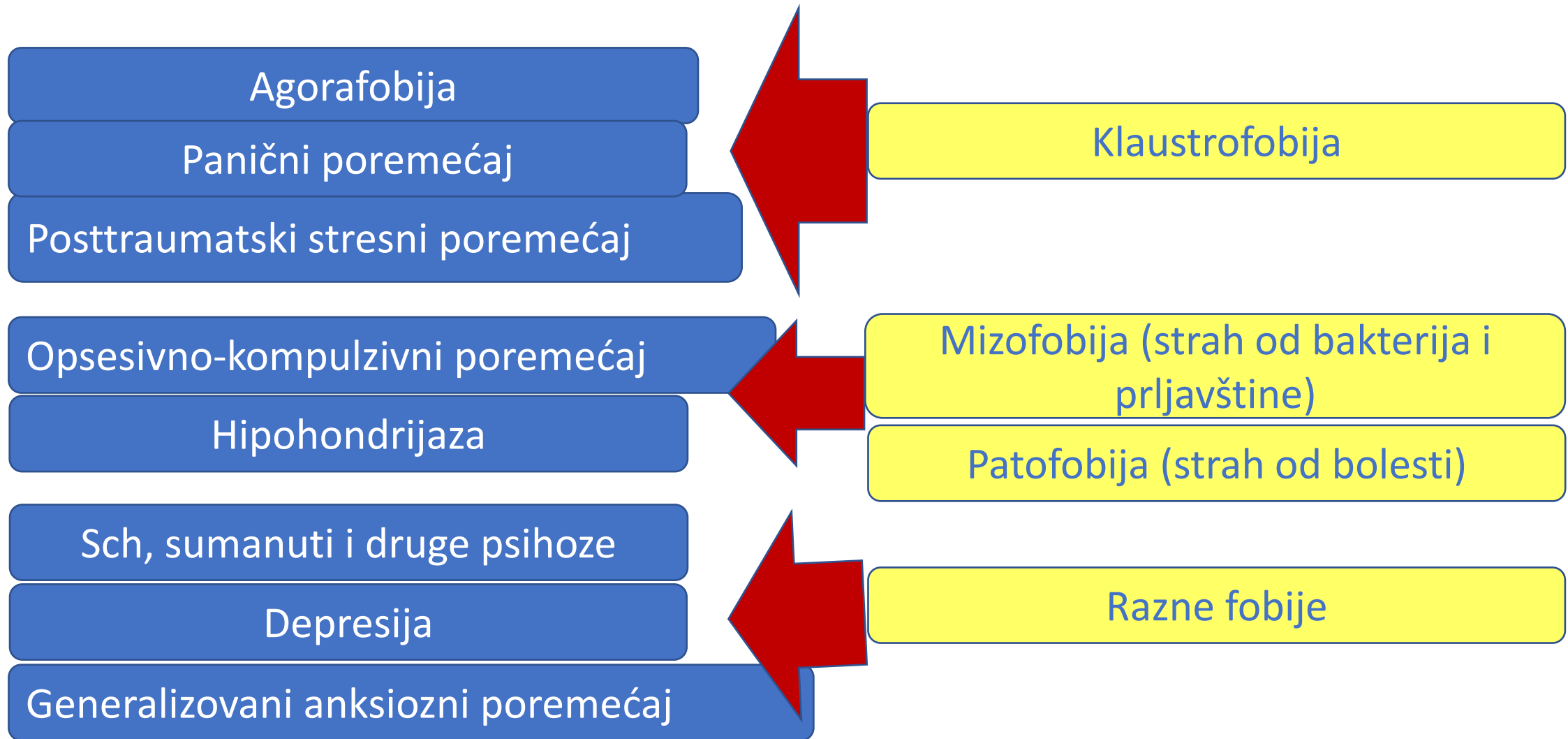
- Jednogodišnja prevalencija– 5,5-7,4 %
- Češće se javljaju kod žena (2-2,5:1) osim od KIP
- Kod žena najčešće animalne fobije, kod muškaraca od visine
- U populaciji najčešće animalne fobije
- 75% fobičara ima više od 1 fobije
- Prevalenca je viša u visoko i umereno razvijenim zemljama



Epidemiološki nalazi za sve specifične fobije

- Fobije od životinja i prirodnih pojava javljaju se oko 7. godine
- Situacione fobije: između 2. i 7. godine ili u ranim do srednjim 20-tim godinama
- Incidencija svih fobija opada sa starošću
- Prosečno trajanje epizode oko 20 godina, tok je skoro hroničan, mada posle 45. godine slabi intenzitet problema
- Retko se obraćaju za pomoć, najčešće kod multiplih fobija ili fobija sa paničnim napadima

Komplikacije, komorbidni poremećaji



Diferencijalna dijagnoza

- **Fobija od bolesti/bakterija vs.**

- GAD
- Hipohondrija
- OKP
- Panični poremećaj
- Sumanuta hipohondrija
- SCH

- **Situacione fobije vs.**

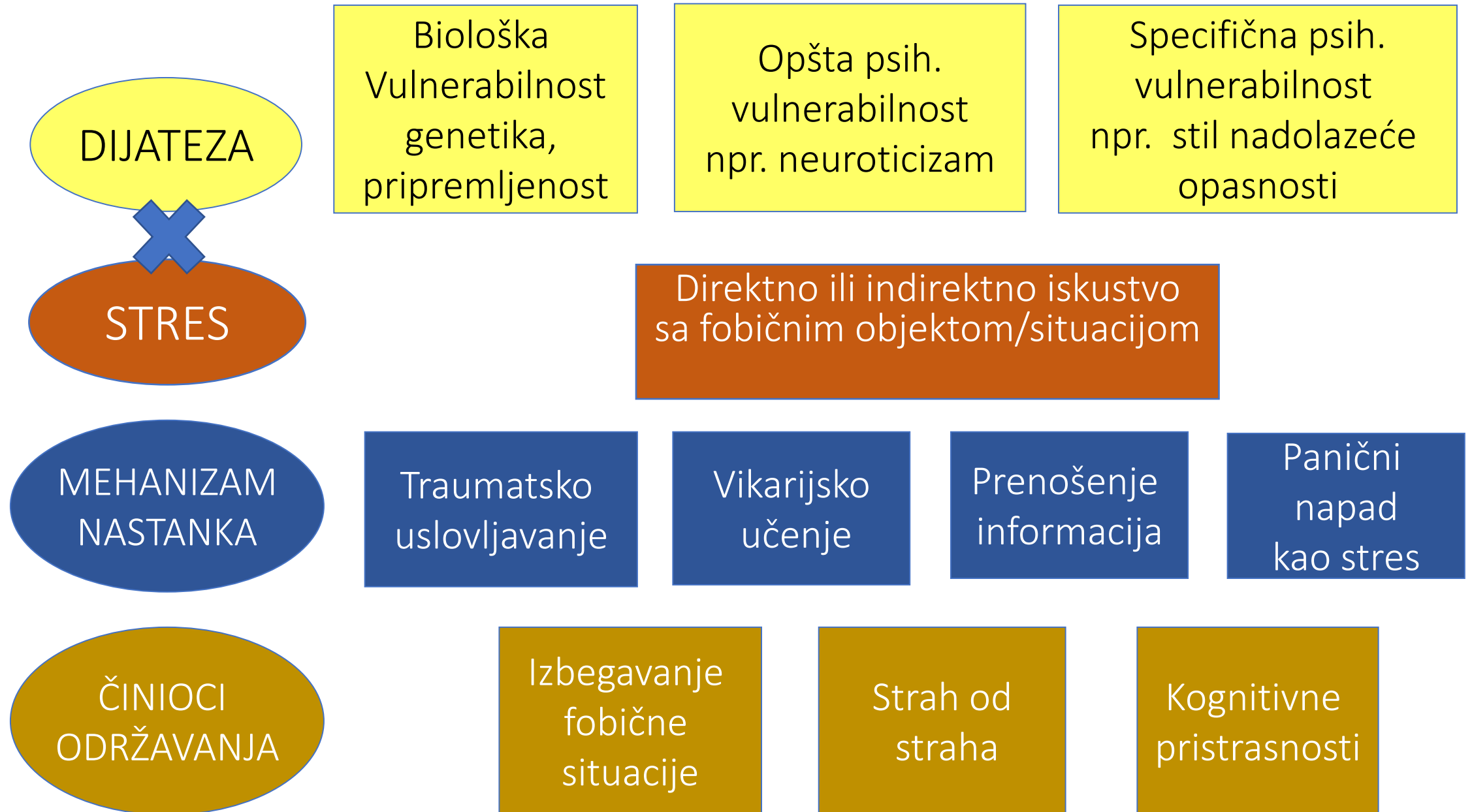
- Agorafobija i panični poremećaj
- Socijalna fobija
- Separacioni anksiozni poremećaj
- PTSP
- SCH

Ključno pitanje pri određivanju da li se radi o specifičnoj fobiji i o kojoj vrsti se radi:
„Šta je najgore što može da vam se desi u toj situaciji?“

Rizik faktori

- ženski pol
- mlađi uzrast, prosečna starost otpočinjanja oko 10 godina
- roditeljsko prezaštićavanje, gubici, separacija i zlostavljanje
- niži SES i obrazovanje
- domaćice, nezaposleni, osobe sa posebnim potrebama
- depresija (rizik faktor, a još više posledica)
- brak je možda protektivni činilac
- genetski činioci – heritabilnost svih fobija 43%

RAZVOJ SPECIFIČNIH FOBIIJA PREMA KOGNITIVO -BIHEJVORISTIČKOMSTIČKOM MODELU



Kognitivne pristrasnosti

Proizilaze iz vulnerabilne kognitivne šeme i doživljaja nekontrolabilnosti, nepredvidivosti stimulusa

- **Pristrasna pažnja**

- Hipervigilnost, distraktibilnost
- Selektivna pažnja u odnosu na opasne stimuluse
- Pristrasna percepcija (looming - šeme nadolazeće opasnosti)

- **Pristrasno rasuđivanje**

- Preuveličavanje verovatnoće negativnog događaja (uloga kovarijacione pristrasnosti; *phobia-relevant illusory correlations*)
- Preuveličavanje razmera katastrofe
- Potcenjivanje sopstvenih i spoljašnjih izvora pomoći
- Emocionalno suđenje (strah = opasnost)

biggest animal fears



HVALA VAM NA PAŽNJI!

PITANJA I KOMENTARI ?!