

Qu'est-ce que c'est ?

La **phobie**, symptôme, est à différencier de la **névrose phobique**, syndrome.

La phobie est une peur liée à la menace de surgissement d'un Objet ou d'une situation chargés électivement d'actualiser une expérience d'angoisse.

C'est une mesure défensive. La phobie est élective, irrationnelle et tenace.

L'élément phobogène est spécifique à chaque sujet. L'angoisse, source du symptôme, est déplacée sur un Objet extérieur. Ainsi, face à cette problématique existe une conduite :

« **l'évitement** ».

Il y a secondairement la « **réassurance** » à travers l'emploi d'un Objet contra-phobique (par exemple le petit chien qu'on promène et qui permet de traverser les places désertes).

La névrose phobique est un syndrome avec angoisse. C'est contre cette angoisse que se développent de façon privilégiée les défenses et évitements phobiques.

Phobies de situation

- L'**agoraphobie** : c'est la peur des espaces vides,
- La **claustrophobie** : peur d'être enfermé dans un espace clos,
- La **phobie des transports** : peur quand on est dans un véhicule, quand on traverse un pont, un tunnel...

Phobies d'impulsion

- La **phobie de défenestration** : peur d'avoir envie de se jeter par la fenêtre,
- La **phobie des armes**... Ou des instruments tranchants. On a souvent affaire à une enfance malheureuse, un vécu de mort qui s'impose.

Phobies cas limites

- L'éreutophobie : peur de rougir. C'est un phénomène somatique incontrôlable, traduisant la peur de perdre le contrôle de soi-même,
- La nosophobie : peur des maladies. Il y a beaucoup d'angoisse car la maladie peut venir du dedans (cancer par exemple).

Traitement

- Les anxiolytiques mineurs, malgré le risque d'accoutumance, ont un bon effet contre les névroses phobiques,
- Les thérapies suggestives, exhortant le sujet à affronter le problème, auront des effets pratiques assez conséquents. Le thérapeute jouera le rôle d'Objet contra phobique, même de manière intériorisée quand il ne sera plus là,
- Les thérapies comportementales, progressives et mécanistes fonctionnent aussi très bien.