

La phobie d'objet est un type de phobie spécifique où une personne ressent une peur intense, irrationnelle et persistante face à un objet particulier, même si celui-ci ne présente pas de danger réel.

Cette peur est liée au fonctionnement de l'anxiété : le cerveau associe l'objet à un danger, souvent à cause :

- d'un événement passé (traumatisme ou mauvaise expérience)
- d'un apprentissage (ex : voir quelqu'un d'autre avoir peur)
- ou parfois sans cause évidente