

## IV./2. fejezet: A szorongás etiológiája

### IV./2.1. Szorongás tüneteit okozó organikus okok



A különféle belszervi betegségek, gyógyszerek, élvezeti szerek, kábítószeres okozhatnak szorongásos, vagy a szorongásra hasonlító tüneteket. A pszichoterápiás beavatkozások megkezdése előtt ki kell zárni ezeket az okokat. Organikus okok esetén előbb azokat kell orvosolni.

IV. táblázat. A szorongás organikus okai	
Neurológiai betegségek	Agyi neoplazma, cerebrális sziflízis, agyi traumák, cerebrovasculáris betegségek, encephalitis, epilepszia, Huntington kór, migrén, sclerosis multiplex, szubarachnoidális vérzés, Wilson kór
Hypoxia	Anémia, arrhythmia, kardiovaszkuláris betegségek, asztma, krónikus obstruktív légúti betegségek, tüdőelégtelenség
Endokrin betegségek	hyperthyreosis, hyperkalcaemia, karcinoid, mellékpajzsmirigy zavarai, pheochromocytoma
Metabolikus zavarok	hyperkalaemia, hyponatraemia, hypoglykaemia, porfiria
Fertőző betegségek	Polyarthritis nodosa, rheumatoid arthritis, szisztémás lupus erythematosus
Vitamin hiány	Pellagra, B12 vitaminhiány
Más szisztémás betegségek	Carcinoid szindróma, krónikus fertőzések, lázas megbetegedések, hypoglykaemia, mononukleosis infectiosa, porphyria, poszthepatikus szindróma, uraemia,
Toxikus hatások	Alkohol megvonás, amfetamin származékok, kokain, kannabisz, koffein, penicillin, szulfonamidok, sympathomimeticum, vazopresszorok

4. táblázat: A szorongás organikus okai.

### IV./2.2. Szorongászavarok okainak viselkedésterápiás elmélete



Foglalja össze a szorongászavarok viselkedésterápiás elméletét!

Viselkedésterápia szerint a szorongás a félelem kondicionált válaszaként jelenhet meg. A feltételnélküli inger a kondicionálás során együtt lép fel egy félelmet kiváltó feltétlen ingerrel és a félelmi reakció társul a feltétel nélküli ingerrel. Szorongásos zavar akkor alakul ki, amikor a félelmet feltétlenül ki nem váltó ingerhez félelemreakció kondicionálódik. Ha pl. egy lány bántalmazó apa mellett nőtt fel, a szorongás megjelenik az apa meglátásakor. A generalizáció folyamata oda vezethet, hogy minden férfi látványa szorongást fog kiváltani. A szociális tanulási modell szerint a gyermekben szorongásos zavar fejlődhet ki szorongó szülők között felnőve. Ha a szülő rémülten reagál a gyermek minden testi tünetére, a gyermek megtanulja, hogy a normál testi működés rémületes.

### IV./2.3. A szorongás etiológiája kognitív megközelítésben



Mi a szorongás kognitív modellje?

A különböző kognitív modellekben közös vonás, hogy a szorongás keletkezésében azon belső értékelő folyamatok szerepét hangsúlyozzák, amelyek egy adott helyzet lehetséges veszélyeiről adnak becslést (Móroczi és Perczel, 2005). Másik közös elem az anticipátoros mozzanat, vagyis a helyzet előtti előzetes veszélybecslés, amit a lehetséges (fizikai vagy szociális) kimenetel negatív túlértékelése jellemez. Mindezek mögött számos irracionális, rendszeres gondolkodásbeli torzítás áll. A szorongás fenntartásában fontos szerepe van a társuló fokozott vegetatív arousalnak és magatartásváltozásoknak. Ha a szorongás megelőzésére irányuló biztonsági magatartás a passzív elkerülés, ez pánikhoz, fóbiához vezet. Kényszerben a kényszerszorongás okozta szorongás csökkentésére

aktív elkerülő magatartás a biztonságkereső viselkedés (kényszercselekvések). Ezek az adott helyzetben csökkentik a szorongást, viszont hosszú távú fenntartásában is szerepet játszanak, hiszen a szorongás elmaradása megerősíti a viselkedést.

### IV./2.3. A szorongás okainak pszichoanalitikus elmélete

Freud különbséget tett a félelem, azaz az objektív szorongás és a neurotikus szorongás között.

A félelem, vagy objektív szorongás három komponensből áll: 1/ valódi külső veszély, 2/ a veszély, mint potenciálisan ártalmas jelenség helyes értékelése, 3/ a szorongás érzelmi élménye, amelynek intenzitása arányban van a veszély mértékével.

A neurotikus szorongást Freud egy pszichobiológiai folyamatként írta le, azonban itt a veszély belül van: egy olyan tiltott ösztöntörekvés, amelyet gyermekkorban megbüntettek, elfojtás alá került, majd kikerült az egyén kontrollja alól, újra tudatosan és szorongással tölti el az egyént. Például, önérvényesítő haragját gyermekkorában a kötődési személy szeretetmegvonása követte, így amint vágyai céljai elérésében jogtalanul korlátozzák, haragra gerjed, azonban haragjához tudattalanjában a kötődési személy szeretetmegvonása társul, és heves szeparációs szorongást vált ki nála. Tehát, harag helyett, szorongást érez.

A szorongás okainak különböző formáit különítik el. A személyiség szétesésének érzése által keltett *dezintegrációs szorongás* a legerőteljesebb, főleg súlyos személyiségzavarban és pszichotikus zavarokban jellemző. Az *üldözöttes szorongás* esetében egy külső üldöző személy a személy megsemmisítésével fenyeget. A *szeparációs szorongásban* a fontos kötődési személy elvesztésétől való félelem a meghatározó. A *szeretet elvesztésétől* való félelem esetében nem a kötődési személy elvesztése okoz szorongást, hanem az, hogy a személy szeretetét veszti el. *Kasztrációs szorongás* a szexuális fejlődés során alakul ki, megnyilvánulása a szexuális szervek sérüléséhez kapcsolódó félelmekben nyilvánul meg, illetve bármilyen olyan helyzetben, ahol a személynek a felnőtt szexualitást kellene gyakorolnia. Érett személyiségekre jellemző a *felettes-én szorongás*, ami a belsővé tett morális értékek kialakulása után lép fel, amikor a személy saját tetteit helytelennek értékeli, és ez szorongást vált ki benne.



Melyek a szorongást beindító főbb mechanizmusok a pszichoanalitikus elmélet szerint?



### IV./3. Szorongásos zavarok

Szorongásos zavarokat a szorongásos tünetek lefolyása, kiváltó tényezők és biztonsági viselkedések alapján osztályozzák.

**V. táblázat. A szorongásos zavarok a DSM-IV-TR alapján** (DSM-IV-TR, 2000):

- Pánik betegség agorafóbia nélkül
- Pánik betegség agorafóbiával
- Agorafóbia pánik betegség nélkül
- Specifikus fóbia
- Szociális fóbia
- Kényszerbetegség – obszesszív-kompulzív zavar (OCD)
- Poszttraumatikus stressz zavar (PTSD)
- Akut stressz reakció

*5. táblázat: A szorongásos zavarok DSM-IV.*