STUDY MATERIAL

B.A. I (Hons), Paper – II, PSYCHOLOGY

Topic – "ANXIETY NEUROSIS" (Mental Disease)

BY – BAKHTEYAR FATMI

Scanned with CamScanner

Ques:- Describe the symptoms and etiology of anxiety neurosis.

Ans:- (1)

विभिन्न psychoneuroses में anxiety neurosis सबसे common रोग होता है और सभी रोगों में यह 30 to 40% में लगभग पीड़ित होता है। इस रोग की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि व्यक्ति chronic anxiety और apprehension का शिकार हो जाता है। बीच-2 में इसकी degree और तीव्रता घटती बढ़ती रहती है। यह रोग दूसरे neurosis से इस बात में भिन्न है कि यहाँ व्यक्ति चिंता का direct experience करता है, जबकि दूसरे neurosis में anxiety का रोगी कभी phobia की शक्ल में प्रकट होता है, तो कभी compulsion की शक्ल में। Anxiety neurosis का रोगी खुद अपनी anxiety की mercy पर चलता रहता है।

जहाँ तक इस रोग के symptoms का सवाल है, रोगी में tension, बेचैनी और diffuse uneasiness की अवस्था हमेशा बनी रहती है। व्यक्ति में आमतौर से चिड़चिड़ापन आ जाता है। ध्यान को concentrate करने में कठिनाई होती है और नींद उससे कोसों दूर भागती है। अक्सर decision लेने में वह परेशानी महसूस करता है और इस बात से घबराता है कि कहीं कोई भूल न हो जाए। यही नहीं कभी-2 हल्के nausea, भूख की कमी और वजन घटने के लक्षण भी देखे जाते हैं। ऐसे रोगी को बिना किसी स्पष्टीकरण के हृदय की धड़कन बढ़ने लगती है और अक्सर blood pressure और नाड़ी के गति में भी परिवर्तन (वृद्धि) देखा जाता है। कुल मिलाकर ऐसा व्यक्ति घोर चिंता और घबराहट के chronic state से गुज़रता रहता है।

अक्सर रोगी कुछ-2 समय देकर तीव्र panic attack का शिकार होता रहता है जो कुछ सेकण्ड से शुरू होकर घंटों और दिनों तक चलते रहते हैं। ऐसे attack एकाएक आया करते हैं। इनकी तीव्रता बढ़ती जाती है और एक समय ऐसा भी आता है जब attack subside कर जाता है।

Scanned with CamScanner

Attack की हालत में रोगी का दिल बुरी तरह उछलता है यहाँ तक कि breathing में कठिनाई होती है और अत्यधिक पसीना निकलने के साथ उनके हाथ और ओंठ बुरी तरह काँपने लगते हैं। ज्यों-ज्यों attack की तीव्रता बढ़ती है, उसके पाँव लड़खड़ाने लगते हैं और रोगी unbearable tension की शिकायत करता है। वह यह महसूस करता है कि दम घुट रहा है, उसे सिर्फ सांस लेने के लिए हवा चाहिए।

उपर्युक्त physiological symptoms के साथ-साथ psychological symptoms भी प्रगट होते हैं। रोगी अत्यधिक excited और आने वाले भावी खतरे की चिंता से ग्रस्त दिखाई पड़ता है। आमतौर से रोगी यह महसूस करता है कि वह मरने जा रहा है और कोई भयंकर आफत उसे दबोच लेगी। इतना होने पर भी रोगी को यह तनिक भी पता नहीं चलता कि उसके घबराने या भावी मौत का कारण क्या है?

अमुमन रोग का attack कुछ मिनट बाद शांत हो जाता है। यदि attack जारी रहे तो ऐसा रोगी अपने मित्र से तुरत डाक्टर बुलाने का आग्रह करते हैं। जब medical treatment दिया जा चुका हो, जैसे — Reassurance या कोई sedative tablet, तो रोगी धीरे-धीरे शांत होने लगता है। रोग का आक्रमण और उसकी frequency तो अलग-अलग हो सकती है। जैसे- दिन में कई बार, महीने में एक बार या सप्ताह में दो बार। Attack दिन में भी हो सकता है या कभी-कभी रोगी गहरी नींद से जागकर strong anxiety दिखला सकता है। दो attacks के बीच रोगी साधारणतः normal दिखाई पड़ते हैं। मगर गौर से देखे तो पता चलेगा कि वह कभी भी हल्के तनाव या चिंता से मुक्त नहीं हो सका है। कुल मिलाकर anxiety neurotic हमेशा घबराये हुए ही नज़र आते हैं, चाहे हकीकत कितना ही normal क्यों न हो। इनके भीतर हमेशा मौजूद रहने वाला vague fear इन्हें लगातार upset और half hearted

Scanned with CamScanner

बनाए रखता है। इन्हें न सिर्फ decision लेने में दिक्कत होती है, बल्कि decision लेने के बाद भी यह अनिश्चय बरकरार नज़र आते हैं क्योंकि सही निर्णय लेने में उनकी क्षमता न के बराबर है। इनकी सबसे बड़ी विशेषता है कि worry करने के कारण इनकी एकाग्रता बहुत दूर तक हो सकती है, यहाँ तक कि व्यक्तिगत चिंता का एक कारण स्वयं होता है, वे गलत दूसरे पर थोपते हैं। यह cycle हमेशा ही चलता रहता है।

Bed पर जाने पर भी ऐसा रोगी चिंताओं से free नहीं होता। वह लगातार हर मुद्दे को, चाहे वह real हो या नहीं, review करता है। जब वह ऐसा नहीं कर रहा हो तो समझ लें कि वह future में आने वाली मुश्किलों के बारे में सोच रहा है। एक समय जब उसे नींद आ जाती है तो नींद में भी उसे छुटकारा नहीं मिलता। वह dreams देखता है कि उसका गला दबा रहा है, ऊँची जगहों से गिर रहा है, shoot किया जा रहा है, अथवा murderer उसे पीछा कर रहा है, इत्यादि-२।

ऐसी neurotic की चिंता आमतौर से दूसरे रूपों में भी प्रकट होती है, जैसे – शरीर के अंगों का तमाम तनावपूर्ण हालत में होना, sudden stimulus के प्रति overreact करना, nervous breakdown होना, और stomach upset रहना। ऐसा रोगी अक्सर muscular tightness की शिकायत करता है। chronic diarrhea का शिकार होता है और बार-बार पेशाब करने तथा नींद न आने से परेशान रहता है। आजकल में यदि alcohol या sleeping pills का ज़्यादा प्रयोग हो जाए तो हालत और भी गंभीर हो जाती है।

Etiology:—

जहाँ तक रोग के etiology का सवाल है, इस रोग का शिकार व्यक्ति बाहरी और भीतरी तनावों के सामने अपने को inadequate समझने लगता है और सच पूछें तो रोग की कहानी यहीं से शुरू होती है। Normal anxiety तो हर इंसान को होती है मगर यह neurotic तब हो जाता है जब यह chronic रूप से बना रहे और वैसे stress situation से पैदा हो जिसे आम इंसान बिना किसी दिक्कत के solve कर

Scanned with CamScanner

anxiety neurosis

लेता है। coleman के अनुसार — anxiety neurosis का सबसे बड़ा कारण personality और environmental factors का होता है। anxiety का रोगी introverted, sensitive तथा suspicious हुआ करता है। अक्सर इनके aspiration ऊँचे होते हैं और जब reality का वास्ता इन aspiration से नहीं होता है तो इनमें strong guilt feeling विकसित हो जाती है। EYSENCK के अनुसार अपने personality make up के कारण ऐसा व्यक्ति conditioned fear responses को develop कर लेता है जिससे उसमें तरह-तरह के defences काम करने लगते हैं और तनावपूर्ण स्थिति की ओर ज़रूरत से ज़्यादा reaction दिखाता है। observations से पता चला है कि निम्नलिखित पाँच तरह के situations anxiety को बढ़ाने में मदद करते हैं :—

① Threat to status or goals :— अक्सर neurotic anxiety की पैदाइश तब होती है, जब व्यक्ति adult respon-sibilities लेता है और जीवन का मुकाबला करने की कोशिश करता है। साथ ही साथ inferiority feeling के साथ दूसरों से compite करने की कोशिश करता है। परिस्थिति की बढ़ती हुई मांगो और danger के कारण उसका जीवन अधिक stress और strain का हो जाता है जिस से उसका status खतरे में दीख पड़ता है।

② Threatend break through of dangerous desires :— कभी कभी घृणा और कुछ sexual desires इस कदर व्यक्ति को सक्रिय होने की धमकी दिखाते हैं कि जिस कारण उसका संबंध दूसरों से खराब हो जाता है। वह security, love and affection पाने के लिए अपने hostility और sexual desires दबाने की कोशिश जान बूझ कर करता है। GUILFORD के अनुसार — male neurotic में masterbation and homosexuality पर गहरी चिंता देखी जाती है।

③ Anxiety arousing decision :— Anxiety neurotic

को किसी प्रकार का decision लेने में भी दिक्कत होती है। व्यवसाय पर ऐसी परिस्थितियों में जहाँ moral values और status के भारी खतरे पर conflict शामिल है। इस प्रकार ऐसी अवस्थाओं में जहाँ neurotically insecure होती है इस, सचमुच सफलता मिलती है, उनमें anxiety attacks तब देखा जाता है जब उनके प्रशंसित व्यवहार से उनकी सुरक्षा खतरे में पड़ गई हो। (Add.)

④ Reactivation of prior painful experiences:— कुछ situations जिनसे व्यक्तित्व के पुराने घाव उभर जाएँ, इस रोग को पैदा करने में मदद करते हैं।

⑤ Guilt and Fear of Punishment:—

कभी-कभी खास व्यवहार के नतीजे के रूप में anxiety reaction पैदा होता है। DALING ने एक ऐसे university student के case का report किया है जो तब तक anxiety attack से free न हो सका, जब तक कि उसके परिवार वालों से यह पता नहीं चला कि एक बार वह student एक ऐसे accident में भागीदार था जिसमें एक बच्चे की मौत हो गई थी और वह दृश्य को याद तक करना नहीं चाहता था। वैवाहिक जीवन में असफलता, over sensitivity तथा low ego strength के कारण इस तरह के guilt feeling में वृद्धि होती है और anxiety attack बार-2 परेशान करता है। PORTNOY ने अपने को तथा अपने वातावरण को गलत आंकने के कारण यह रोग होता है, ऐसा अध्ययनों के आधार पर बताया।

अचम्भे की बात तो यह है कि anxiety का रोगी emergency तथा दूसरे difficult situation में अधिक कुशलता से काम करते हैं क्योंकि इन्हें लगातार anxiety load में रहने की आदत होती है। TOBIN के मुताबिक psychotherapy तथा tranquilizing drug से ऐसे रोगी को फायदा पहुँच सकता है। हालांकि इनकी चिंता (anxiety) कभी-2 पूरी तरह खत्म नहीं होती। आज के इस

troubled world में इस प्रकार के रोग की संभावना बढ़ती जा रही है।

P. Pfaltini