الفصل السادس

النفس والجسم:

الإنسان يسلك فى محيطه البيئى **كوحدة نفسية جسمية**، وتتأثر الحالة النفسية بالحالة الجسمية والعكس صحيح فى توازن تحت الظروف العادية لشخصية سوية متوافقة. والجسم يعتبر وسيطا بين البيئة الخارجية وبين الذات ككيان نفسى. ويؤدى الضغط الشديد المزمن واضطراب الشخصية إلى أن يضطرب هذا التوازن.

وهناك **علاقة مباشرة بين الانفعالات والجهاز العصبى** الذاتى الذي تنتقل إليه هذه الانفعالات عن طريق المهيد hypothalamus. والجهاز العصبي الذاتى يترجم التوتر الانفعالى المنقول إليه إلى تغيرات فسيولوجية فى وظائف الأعضاء. وبعد عملية تحويل الانفعالات المزمنة إلى أعراض نفسية جسمية تختفي هذه الانفعالات ولاتظهر على السطح ويكون التركيز كله على الاضطراب الجسمي. والأجهزة التي يسيطر عليها الجهاز العصبى الذاتي هى: الجهاز الدورى والجهاز التنفسى والجهاز الهضمى والجهاز الغددى والجهاز العضلى والهيكلى والجهاز التناسلى والجهاز البولى والجلد.

وكتوضيح على أن الانفعال يؤثرعلى العمليات الفسيولوجية نجد أن انفعال الحزن يؤدى إلى انسكاب الدموع، وأن انفعال الغضب يؤدى إلى إسراع ضربات القلب، وأن انفعال الخجل يؤدى إلى احمرار الوجه، وأن انفعال الخوف يؤدى إلى شحوب الوجه، وأن القلق يؤدى إلى فقد الشهية.

ومن المعروف أنه كما يسبب المرض الجسمى الاكتئاب، فإن الإرهاق العصبى يؤثر فى وظائف أعضاءالجسم المختلفة.

ونحن نعلم أنه لا يوجد جسم بدون نفس إلا الجماد والجثث، ولا يوجد نفس بدون جسم إلا الأرواح والأشباح، ولا يوجد مرض جسمى بحت يؤثر فى الجسم دون النفس، ولا يوجد مرض نفسى بحت يؤثر فى النفس دون الجسم.

وإذا حدث أن أعيق التعبير الانفعالى وتوالى الإحباط والصراع والقمع والكبت وأزمن الانفعال، بدأ تحويله وظهرت **الأعراض النفسية الجسمية**.

مدى حدوث الا ضطرابات النفسية الجسمية:

حوالى ٤٠ ـ ٦٠٪ من المرضى الذين يترددون على الأطباء يعانون من اضطرابات جسمية.

والاضرابات النفسية الجسمية أكثر تفشيا فى ا لحضارات المعقدة التى يشيع فيها الصراع والتنافس والقلق والخوف والاستثارات الجنسية المستمرة. وهى أكثرحدوثا فى الطبقة المتوسطة حيث التأثر واضح بالحياة الاجتماعية، وهى أكثر شيوعا لدى الاناث منها لدى الذكور. ونسبة كبيرة جدا من حالات التغيب عن العمل ترجع إلى شكاوى نفسية جسمية. وفى القوات المسلحة يلاحظ ارتفاع نسبة الاضطرابات النفسية الجسمية. وأكثر الأعراض شيوعا هى تلك التى تتعلق بالجهاز الدورى والجهاز الهضمى والجهاز الجنسى.

الشخصية قبل المرض:

تتسم الشخصية قبل المرض بالسمات الآتية: نقص النضج الانفعالى، والحساسية النفسية (وخاصة لما يهدد الذات)، والاهتمام بالجسم والصحة، والتمركز حول الذات والميل لجذب انتباه الآخرين، والتوتر والانطواء، والتشاؤم والانهزامية، ونقص الثقة فى النفس وفى الآخرين، والشعوربالرفض والظلم، والاعتماد على الأخرين، والحاجة إلى السلطة واحترامها ونقص الهوايات والميول والاهتمامات، والاهتمام أكثر بالنشاط العقلى المعرفى، ووجود صراع على السلطة، والطموح الزائد عن القدرات، والجدية الزائدة، والضميرالحى.

أسباب الا ضطرابات النفسية الجسمية:

وفيما يلى أهم أسباب الاضطرابات النفسية الجسمية:

* الأمراض العضوية فى الطفولة التى تزيد احتمال تعرض أعضاءمعينة من الجسم للمرض. وقلق الفرد على صحته.
* اضطراب العلاقات بين الطفل والوالدين فى عملية الغذاء والتدريب على الإخراج. ونقص الأمن وفقدان الحب والخوف من الانفصال، والحرمان، والحاجة إلى القبول، وفقر واضطراب المناخ الانفعالى فى المنزل وسيادة جو العدوان والمشاحنات والغيرة، والخلافات الأسرية، وسوء التوافق الزواجى... إلخ.
* الصراع الانفعالى الطويل مثل الصراع بين الاعتماد على الغير وبين الاستقلال، والكبت الانفعالى (وخاصة كبت الغضب المرتبط بنقص القدرة والقوة)، والعدوان المكبوت واختزان الحقد والغيظ، والشعور الطويل بالظلم،والضغط الانفعالى الشديد المستمر والتوتر النفسى، والانفعال الطويل المزمن واستدخال التوتر وتحويله داخليا وتسلطه على عضو ضعيف فيحدث اضطراب فى وظيفته العادية (١)، والخوف وعدم الشعور بالأمن، والإحباطات المتراكمة فى الأسرة والعمل، والقلق الشامل المستمروخاصة عندما يوجد حائل دون التعبير اللغوى أو النفسى الحركى عنه، والحزن العميق على وفاة عزيز أوالطلاق أو الفشل، والمطامح غير الواقعية أو غير الممكن تحقيقها، والضغوط الاجتماعية والبيئية واضطراب العلاقات الاجتماعية.
* التجارب الجنسية الصادمة أو الحب المحرم ومشاعر الإثم وعدم الرضا الدائم.
* التعرض للمواقف الحربية العنيفة.

---

(١) نحن نعرف أن التوتر يعتبر بمثابة تهديد دائم للقلب.

ومما يؤثر عن على بن أبى طالب قوله: «الهم يذيب الجسد»، وقوله: «الحزن يهدم الجسد»، وقوله: «الهم نصف الهرم».

تشخيص الا ضطرابات النفسية الجسمية:

يجب أولا الاهتمام بالفحص الطبى الشامل، واستطلاع تاريخ حياة المريض وتاريخ المرض وتكوين وبناء الشخصية.

يلاحظ أن المريض لا يعترف بسهولة بأن مرضه نفسى جسمى ولكنه يصر غالبا على أنه جسمى فقط.

ويلاحظ أيضا أن المريض عند معرفته بهذا التشخيص تبدو دفاعاته النفسية فى النشاط بشكل ملحوظ وقد تزداد حدة نوبة المرض بشكل واضح أثناء محاولة التشخيص.

ومن العلامات الدالة على أن الاضطراب نفسى جسمى: وجود اضطراب انفعالى يعتبر عاملا مرسبا، وارتباط الحالة بنمط معين من أنماط الشخصية، ووجود اضطراب نفسى جسمى سابق لدى المريض، ووجود تاريخ مرضى فى الأسرة لنفس المرض أو اضطراب مشابه، وسير المرض يكون مرحليا (مراحل شفاء ومراحل مرض).

ويلاحظ الشبه الكبير بين أعراض المرض النفسى وبين أعراض التوتر الانفعالى.

ويجب المفارقة بين العرض النفسى الجسمى وبين العرض كأحد أعراض الأمراض النفسية الأخرى. فمثلا قد تكون العنة أو الضعف الجنسى أو البرود الجنسى أو فقد الشهية العصبى اضطرابا نفسيا جسميا فى حد ذاته وقد تكون عرضا من أعراض الاكتئاب.

ويجب المفارقة بين الأعراض النفسية الجسمية وبين الأعراض الهستيرية.

ويوضح جدول (٦) أوجه الاختلاف بين الهستيريا والمرض النفسى الجسمى.

جدول (٦) أوجه الاختلاف بين الهستيريا والمرض النفسى الجسمى

الهستيريا	المرض النفسى الجسمى
- تصيب الأعضاء التى يسيطر عليها الجهاز العصبى المركزى. - الأعراض تعتبر تعبيرات رمزية غير مباشرة عن دوافع مكبوتة وتخدم غرضا شخصيا لدى المريض.	- يصيب الأعضاء التى يسيطر عليها الجهاز العصبى الذاتى. - الأعراض عبارة عن نتائج مباشرة لاضطرابات انفعالية تخل بتوازن الجهازالعصبى الذاتى.

أشكال الا ضطرابات النفسية الجسمية:

عرفنا أن الاضطراب النفسى الجسمى يعتبر استجابات لا شعورية جسمية للتوترات الانفعالية. وعرفنا أيضا أن الأجهزة التي تصيبها الاضطرابات النفسية الجسمية هي: الجهاز العصبى،والجهاز

شكل (١٤٢) الاضطرابات النفسية الجسمية

لدوري، والجهاز التنفسى، والجهاز الهضمى، والجهاز الغددى، والجهاز التناسلى، والجهاز البولى، والجهاز لعضلى والهيكلى، والجلد.

(انظر شكل١٤٢).

ولاشك أن **اختيار الأعراض** يتوقف على مايلى: وجود استعداد تكوينى يقوم على الوراثة، ووجود استعداد كوينى نتيجة للخبرات الأولى فى الطفولة، وضعف لجهاز المختار (كما فى حالات الإصابة والعدوى)، واضطراب عضو مشابه لدى محبوب أو قريب، وإصابةأومرض العضو من قبل فى مرض عضوى أو حادثة، والمعنى الرمزى الذى يضفيه المريض على العضو، وطبيعة الضغط الانفعالى، ووجود أى مكسب ثانوى يحتمل لظهور العرض فى عضو معين بالذات.

وفيما يلى نتناول أشكال الاضطرابات النفسية الجسمية ى أجهزة الجسم المختلفة، ونكتفى بالقدر الضرورى فقط ن التفصيلات الخاصة بعرض معين من الأعراض. أما فيما عدا هذا فتنطبق الأسباب العامة وطرق العلاج للاضطرابات النفسية الجسمية.

ضطرابات الجهاز العصبى:

أهم اضطرابات الجهاز العصبى هى:

الصداع النصفى (الشقيقة): Migraine حيث يؤدى التوتر الانفعالى الزائد الذى يؤدى إلى رتفاع ضغط الدم فى المخ إلى الصداع ويحدث أكثر لدى الإناث.

إحساس الأطراف الكاذب: Phantom Limbs ويحس به مقطوعو الأطراف. وتعبر هذه لظاهرة عن بقاء صورة الجسم الأصلية بعد فقد طرف من الأطراف أو عضو من أعضاء الجسم. وفى لوضع العادى يبدأ إحساس الأطراف الكاذب فى الزوال مع الوقت حين يتوافق المريض وتتكون صورة جديدة للجسم. (فيصل الزراد، ١٩٨٤).

ضطرابات الجهاز الدورى:

هى التى تحدث فى القلب والدورة الدموية. والقلب عضو هام حساس تؤثر فيه الانفعالات تأثيرا شديدا كالحب والكره والسرور والحزن... إلخ، وهو مركز الإيمان والعقيدة وقد جعله الأدباء والشعراء مركز الحب والكره والعطف والخوف... إلخ.

العصـــاب
NEUROSIS

تعريف العصاب:

العصاب هو اضطراب وظيفى فى الشخصية **بين العادى وبين الذهان** (١) وهو حالة مرضية تجعل حياة الشخص العادى أقل سعادة. ويعتبره البعض صورة مخففة من الذهان.

وأعراض العصاب تمثل رد فعل الشخصية أمام وضع لا تجد له حلا بأسلوب آخر، أى أنه يمثل المظهر الخارجى للصراع والتوتر النفسى والخلل الجزئى فى الشخصية.

والعصاب ليس له علاقة بالأعصاب، وهو لا يتضمن أى نوع من الاضطراب التشريحى أو الفسيولوجى فى الجهاز العصبى. وكل ما فى الأمر اضطراب وظيفى دينامى انفعالى نفسى المنشأ يظهر فى الأعراض العصابية. وهناك فرق بين **العصاب** neurosis **والمرض العصبى** nervous disease حيث المرض العصبى اضطراب جسمى ينشأ عن تلف عضوى يصيب الجهاز العصبى مثل الشلل النصفى والصرع، ومن ثم يفضل استخدام مصطلح العصاب النفسى Psychoneurosis

تصنيف العصاب:

حاول **سيجموند فرويد** فى أول الأمر تقسيم العصاب النفسى إلى:

* العصاب الحقيقى: true neurosis الذى ينتج عن «السموم الجنسية» sexual toxins التى تخلفها الطاقة الجنسية المخزونة dammed up sexual energy . (فريدمان وكابلان Freedman & Kaplan، ١٩٦٧). ومما يجدر ذكره هنا أن السموم الجنسية التى تخلفها الطاقة الجنسية المكبوتة جاء ذكرها فى عددمن الكتب الإسلامية، من أمثلتها «الطب النبوى» لشمس الدين بن قيم الجوزية فى القرن الثامن الهجرى. ففي فصل الجماع (ص ١٩٤) جاء ما نصه: «وإذا ثبت فضل المنى، فاعلم: أنه لا ينبغي إخراجه إلا فى طلب النسل، أو إخراج المحتقن منه. فإنه إذا دام احتقانه: أحدث أمراضا رديئة، منها: الوسواس والجنون والصرع، وغير ذلك، وقد يبرىء استعماله من هذه الأمراض كثيرا، فإنه إذا طال احتباسه: فسد واستحال إلى كيفية سمية، توجب أمراضا كثيرة كما ذكرنا. ولذلك تدفعه الطبيعة ـ إذا أكثر عندها ـ من غير جماع»(٢).

* العصاب النفسى Psychoneurosis وله أصل نفسى أو هو نفسى المنشأ.

---

(١) ليس هناك حد فاصل وحاد بين العصاب والذهان. إن كليهما درجات متفاوتة فى الشدة تشير إلى مدى تصدع الشخصية وبعدها عن الواقع. وليس غريبا أن يتطور العصاب ـ إذا لم يعالج ـ إلى ذهان.

(٢) قال بعض السلف: ينبغى للرجل أن يتعاهد من نفسه ثلاثا: ينبغى ألا يدع المشى، فإن احتاج إليه يوما، قدر عليه. وينبغى ألا يدع الأكل، فإن أمعاءه تضيق. وينبغى ألا يدع الجماع، فإن البئر إذا لم تنزح ذهب ماؤها.

وحاليا يصنف العصاب إلى:القلق، وتوهم المرض، والضعف العصبى (النيوراستينيا)، والخواف، والهستيريا، وعصاب الوسواس والقهر، والاكتئاب (التفاعلى)، والتفكك. ويضاف إلى ذلك أنواع أخرى من العصاب (مثل عصاب الحرب وعصاب الحادث وعصاب السجن وعصاب القدر).

مدى حدوث العصاب:

الاضطرابات العصابية هى أكثر الاضطرابات النفسية حدوثا. ويلاحظ أن هناك عددا من الناس لديهم اضطرابات عصابية ويعيشون بها طوال حياتهم ولا يفكرون أبدا فى استشارة معالج نفسى. ويوجد العصاب فى كل الثقافات وكل الطبقات الاجتماعية. ويحدث العصاب أكثر لدى الإناث منه لدى الذكور.

الشخصية العصابية:

العصاب هو أصل الشخصية العصابية. **وتتسم** الشخصية العصابية بعدد من الخصائص أهمها: نقص النضج وعدم الكفاية والضعف وعدم تحمل الضغط وبخس الذات والقلق والخوف والتوتر والتهيجية والإعياء والتمركز حول الذات والأنانية وضعف الثقة فى الذات واضطراب العلاقات الاجتماعية والجمود ونقص البصيرة ووجود المشكلات وعدم الرضا وعدم السعادة والحساسية النفسية (وخاصة فى مواقف النقد والإحباط، فنجد عنده: الحبة قبة، والقط جمل، والهمسة صيحة، ووخز الإبرة طعنة خنجر).

والشخصية العصابية تؤدى بصاحبها إلى **سوء التوافق** النفسى، مما يؤثر تأثيرا سيئا على قدرة الشخص على ممارسة حياة طبيعية مفيدة ويعوقه عن أداء واجبه كاملا، ويعوقه عن الاستمتاع بالحياة.

وعلى الرغم من هذا فإن **السلوك العام** للمريض - وإن كان مضطربا - فإنه يظل فى حدود العادى، أوتكون غرابته معقولة لأنه يساير المعايير الاجتماعية. والمريض يحافظ على مظهره العام ويهتم بنفسه وبيئته ويشعر بمرضه ويعترف به ويرغب فى العلاج والشفاء ويتعاون مع المعالج.

أسباب العصاب:

الأسباب الوراثية نادرة، والعوامل العصبية والسمية ليس لها دور واضح. وأهم ما فى العصاب أن كل أنماطه نفسية المنشأ، وتلعب البيئة دوراً هاما.

وعلى العموم فمن **أهم أسباب العصاب**: مشكلات الحياة منذ الطفولة وعبر المراهقة وأثناء الرشد وحتى الشيخوخة، وخاصة المشكلات والصدمات التى تعمقت جذورها منذ الطفولة المبكرة بسبب اضطراب العلاقات بين الوالدين والطفل والحرمان والخوف والعدوان وعدم حل هذه المشكلات. وطبيعى أن الحل العصابى لهذه المشكلات حل خاطىء وأسلوب توافقى فاشل.

كذلك يعلب الصراع (بين الدوافع الشعورية واللاشعورية أو بين الرغبات والحاجات المتعارضة) والإحباط والكبت والتوتر الداخلى وضعف دفاعات الشخصية ضد الصراعات المختلفة دوراً هاما فى

إحداث العصاب. وتؤدى البيئة المنزلية العصابية والعدوى النفسية إلى العصاب. كذلك فإن الحساسية الزائدة تجعل الفرد أكثر قابلية للعصاب.

وقد أدلى علماء **مدرسة التحليل النفسى** بالكثير من المعلومات الأساسية حول أسباب العصاب. سيجموند فرويد Freud إن العصاب يرجع إلى عوامل بيولوجية، وإن القلق هو لب العصاب ومحوره، وإن عقدة أوديب نواته ومنشؤه، ولاعصاب بدون استعداد عصابى طفلى. ويقول كارل يونج Jung إن العصاب هو محاولة غير ناضجة للتوافق مع الواقع، وإن الذكريات المكبوتة فى اللاشعور لها دور هام فى تكوين العصاب. ويقول ألفريد آدلر Adler إن نشأة العصاب أساسها خطأ الفرد فى إدراك وتفسير بيئته، واتخاذ أسلوب حياة يصعب عن طريقه تعويض الشعور بالنقص ولا يحقق هدف الحياة، وركز على أهمية البحث فى خبرات الطفولة وخاصة الاضطرابات الأسرية. وحددت كارين هورني Horney ثلاثة اتجاهات عصابية: أولها التحرك نحو الناس، وثانيها التحرك ضد الناس، وثالثها التحرك بعيدا عن الناس. وتقول هورنى، إن القلق هو أساس العصاب، وإن العصابى شخص جامد غير مرن فى سلوكه، عبد لاتجاهه العصابى، يعكس قلقه على العالم الخارجى، وإن العملية العصابية عملية عكسية تتجه ضد النمو الطبيعى للشخص، تمزق الشخص العصابى من جراء الصراع الداخلى الدائم. ويقول أتو رانك Rank إن الشخصية العصابية شخصية وقفت فى نموها عند دور الشخص العصابى الذى يعيش فى حرب مع نفسه ومع المجتمع. ويقول إيريك فروم Fromm إن العصاب هو أحد مظاهر الفشل الأخلاقى، ويلفت النظر إلى أثر مشكلات الإنسان الحديث مثل قوته وسيطرته على المادة مع شعوره بالفخر فى حياته الفردية والاجتماعية. وأكد هارى ستاك سوليفان Sullivan أن القلق هو أساس العصاب.

أما أصحاب **المدرسة السلوكية** فينظرون إلي العصاب على أنه شكل من أشكال السلوك تعلمه الفرد بطريقة التعلم الشرطى بتكرار وتعزيز خبرات معينة خلال حياته، وينظرون إلى أعراض العصاب على أنها المرض نفسه.

ويربط **كارل روجرز** Rogers (١٩٥١) بين العصاب وبين مفهوم الذات، فيقول إنه فى العصاب يشبع الفرد حاجة لا شعورية بوسائل سلوكية تتفق مع مفهوم الذات، ومن ثم تقبل على مستوى الشعور. ويأتى العصاب أيضا نتيجة عدم تطابق السلوك مع الذات، أو نتيجة عدم قبول الذات للرغبات، ومن ثم تعدلهاعصابيا، أو حيث يقل اعتبار الذات حتي يتطابق مع السلوك.

أعراض العصاب:

يشمل العصاب عددا من الأشكال الكلينيكية المختلفة التى يجمع بينها جميعا عناصر مشتركة وأعراض عامة تؤدى إلى عدم السعادة وعدم الكفاية واضطراب العلاقات الشخصية. وعادة يوجد مكاسب ثانوية مرتبطة بالأعراض.

٩٧/٥٩

وفيما يلى **أهم الأعراض العامة للعصاب:**

* القلق الظاهر أو الخفى والخوف والشعور بعدم الأمن، وزيادة الحساسية والتوتر والتهيجية والمبالغة فى ردود الفعل السلوكية، وعدم النضج الانفعالى و الاعتماد على الآخرين ومحاولة جذب انتباه الأخرين والاستجابة الطفلية فى مواقف الإحباط، والشعور بعدم السعادة والحزن والاكتئاب.
* اضطراب التفكير والفهم بدرجة بسيطة، وعدم القدرة على الأداء الوظيفى الكامل، ونقص الإنجاز وعدم القدرة على استغلال الطاقات إلى الحد الأقصى، ومن ثم عدم القدرة على تحقيق أهداف الحياة.
* الجمود والسلوك التكرارى وقصور الحيل الدفاعية والأساليب التوافقية والسلوك ذو الدافع اللاشعورى.
* التمركز حول الذات والأنانية واضطراب العلاقات الشخصية والاجتماعية.
* بعض الاضطرابات الجسمية المصاحبة نفسية المنشأ.

تشخيص العصاب:

يجب **الاهتمام بالتشخيص** الفارق بين العصاب وبين الحالات الحدية، وبينه وبين الذهان، وبينه وبين الاضطرابات العضوية، وبينه وبين ردود الأفعال العادية للتوتر.

ولابد لتشخيص العصاب من مقابلة شاملة مع المريض وأخذ تاريخ كامل للحالة، وتطبيق الاختبارات النفسية، وإجراء الفحص الطبى والعصبى.

ويجب التعرف على خصائص وسمات الشخصية العصابية لدى المريض الذى نتعامل معه.

علاج العصاب:

يجب أن يهدف علاج العصاب إلى شفاء الفرد من العصاب أولا، وإعادة تنظيم الشخصية كهدف طويل الأمد.

وفيما يلى **أهم طرق علاج العصاب:**

* العلاج النفسى هو العلاج الفعال. ويأتى على رأس القائمة التحليل النفسى (١)، والعلاج النفسى التدعيمى، والعلاج النفسى الممركز حول العميل، والعلاج السلوكى. والعلاج الأساسى هو حل مشكلات المريض.
* العلاج النفسى الجماعى، والعلاج الاجتماعى وعلاج النقل البيئى.
* العلاج الطبى بالأدوية (وخاصة المهدئات) وباستخدام الصدمات (الكهربائية)، وعلاج الأعراض.

---

(١) نحن نعلم أن التحليل النفسى قد نما من خلال محاولات فهم العصاب وعلاجه.

مآل العصاب:

يعتبر **مآل العصاب أفضل بكثير من مآل الذهان** أو الاضطرابات عضوية المنشأ. ويلاحظ أن كل أنواع العصاب قابلة للعلاج النفسى والتحسن والشفاء مع العلاج المناسب (وتصل نسبة التحسن والشفاء إلى ٩٠٪ أو أكثر). وكثير من حالات العصاب تشفى تلقائيا (حوالى ٤٠٪ ـ ٦٠٪ من الحالات) حين يحدث تغير فى حياة المريض.

وفى تحديد مآل العصاب يجب أن نضع فى حسابنا أن المآل يكون أفضل كلما تحققت الشروط التى أوردناها عندما تناولنا المآل. (راجع الفصل الرابع).

شكل (١٤٤) بعض أشكال العصاب

القلـــق

ANXIETY

تعريف القلق:

هو حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلى أو رمزى قد يحدث، ويصاحبها غامض، وأعراض نفسية جسمية. ويكون المريض وكأن لسان حالة يقول: شاعر بمصيبة قادمة.

ورغم أن القلق غالبا ما يكون عرضا لبعض الاضطرابات النفسية، إلاأن حالة القلق قد تغلب فتصبح هى نفسها اضطرابا نفسيا أساسيا. وهذا هو ما يعرف باسم «**عصاب القلق**» anxiety neurosis أو «**القلق العصابى**» أو «**رد فعل القلق**» anxiety reaction وهو أشيع حالات العصاب.

ويمكن اعتبار القلق انفعالا مركبا من الخوف وتوقع التهديد والخطر.