

Με τον όρο «**νεύρωση**» αναφερόμαστε σ' εκείνες τις διαταραχές συμπεριφοράς, σύμφωνα με τις οποίες ένα άτομο αδυνατεί συνήθως, να αντιμετωπίσει στρεσογόνες καταστάσεις, αλλά και τις εσωτερικές του συγκρούσεις. Μάλιστα, οι ειδικοί υποστηρίζουν ότι η ψυχοπαθολογία των νευρώσεων επικεντρώνεται σε μια διαρκή μάχη μεταξύ του Εγώ του ατόμου και του Υπερεγώ του, δηλαδή των κοινωνικών κανόνων και των «Πρέπει» που επιβάλλουν οι άλλοι στη ζωή του.

Η πρώτη συστηματική έρευνα πάνω στις νευρώσεις έγινε από τον Freud και τον Jung στις αρχές του εικοστού αιώνα, ενώ γενικά θεωρείται ότι το άτομο που υπόκειται σε συμπτώματα νευρώσης, παρουσιάζει συνήθως φοβίες (με ή χωρίς εμφανή αιτία), ψυχαναγκασμούς και αγχωτικά επεισόδια.

Ο όρος «**ψύχωση**» από την άλλη, πρωτοαναφέρθηκε το 1845 από τον Αυστριακό Ernst Von Feuchtersleben.

Σήμερα, η ψύχωση καθιστά έναν όρο «ομπρέλα» και σημαίνει ότι ένα άτομο βιώνει πράγματα που οι άλλοι δεν μπορούν να αντιληφθούν, έχοντας ταυτόχρονα πεποιθήσεις, οι οποίες δε βασίζονται στην πραγματικότητα. Ο άνθρωπος λοιπόν με ψύχωση, τείνει να χάνει μέρος της επαφής του με την πραγματικότητα, δεν μπορεί να ξεχωρίσει τις πραγματικές από τις μη πραγματικές εμπειρίες του, ούτε τον εαυτό του από τον μη εαυτό. Ωστόσο, το παράξενο είναι ότι μερικές φορές σκέφτεται, αισθάνεται κι ενεργεί με τρόπο αρκετά φυσιολογικό, με την πλειοψηφία να μην εμπλέκεται σε βίαιες ενέργειες.

Βέβαια, δεν είναι λίγες οι φορές που ο όρος «ψύχωση» συγχέεται με τον όρο «νεύρωση». Ωστόσο, η καθεμιά αποτελεί ευρεία κατηγορία, που περιλαμβάνει ένα πλήθος από ψυχικές διαταραχές με κοινά και μη κοινά χαρακτηριστικά.

### **Κατηγορίες Νευρώσεων:**

Γενικευμένη αγχώδης διαταραχή, Κρίση πανικού, Διατροφικές διαταραχές, Διαταραχές σωματικών συμπτωμάτων, Αποσυνδετικές διαταραχές, Υστερία, Ιδιοψυχαναγκαστική διαταραχή, Σεξουαλικές διαταραχές... Επίσης συμπεριλαμβάνονται κάποιες από τις διαταραχές προσωπικότητας.

**Κατηγορίες Ψυχώσεων:** Σχιζοφρένεια, Παραληρητικές διαταραχές, κάποιες φορές η Διπολική διαταραχή, η Σχιζοσυναισθηματική διαταραχή κ.ά..

Συνήθως οι ψυχώσεις είναι πιο βαριές και χρόνιες καταστάσεις. Δηλαδή μπορεί να συμβεί μια πολύ βαριά νεύρωση, η οποία να διαρκέσει χρόνια, αλλά και μια ψύχωση με σχετικά καλή πρόγνωση. Με πιο απλά λόγια, και στις δύο περιπτώσεις, μπορεί να συμβεί πορεία με διακυμάνσεις στο χρόνο. Οι νευρώσεις, από την άλλη, είναι πιο ήπιες ψυχικές διαταραχές με κύρια χαρακτηριστικά τους το υπερβολικό άγχος, την εσωτερική ανησυχία, τον εκνευρισμό, τον φόβο και τον πανικό, δεν έχουν οργανική βάση κι οφείλονται σε ασυνείδητα αίτια.

Επίσης, η νεύρωση συνήθως μπορεί να ερμηνευτεί πιο εύκολα. Αντίθετα, μια ψύχωση μπορεί να έχει πολύ παράξενα κι ακατανόητα συμπτώματα -π.χ. παραληρητικές ιδέες- κι αντιληπτικά βιώματα μη συμβατά με την πραγματικότητα. Κι ακόμη, κάτι πολύ στενάχωρο για την περίπτωση της ψύχωσης, είναι ότι σε κάποιες περιπτώσεις, το άτομο μπορεί να μην είναι πια αυτό που ήταν. Αντίθετα, σε μια

νεύρωση συνήθως το άτομο διατηρεί προϋπάρχοντα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του.

Ακόμη, ένα άτομο με νεύρωση έχει επίγνωση ύπαρξης ψυχικής διαταραχής κι αποδέχεται τα συμπτώματά της, ενώ προτίθεται παράλληλα να αντιμετωπίσει την κατάσταση αυτή. Το ίδιο φυσικά δεν συμβαίνει με έναν ψυχωσικό άνθρωπο, ο οποίος συνήθως αρνείται την κατάστασή του κι αδυνατεί να αναγνωρίσει τα συμπτώματα, αλλά και την ανάγκη αναζήτησης βοήθειας.