

# Neurose

## Definition

Neurose, ist ein Sammelbegriff für eine Vielzahl von psychischen Störungen und Erscheinungsformen, bei denen keine körperlichen Ursachen vorliegen. Die Betroffenen sind sich ihrer Störung bewusst. Die Realitätskontrolle ist wenig oder gar nicht gestört. Diesbezüglich sind Neurosen von Psychosen abzugrenzen, bei denen der Bezug zur Realität verlorengelassen. Der Begriff ist heute etwas veraltet, denn man definiert heute meist klare Krankheitsbilder, für die es auch eigene Namen gibt: Angst-, Zwangsstörungen oder Depressionen, aber auch posttraumatische Belastungsstörungen.

## Häufigkeit

Ungefähr 6-10 % aller Menschen sind von neurotischen Störungen betroffen, wobei Frauen häufiger von neurotischen Störungen betroffen sind als Männer. Bei 80-95 % aller Menschen treten einmal im Leben neurotische Symptome auf, die sich aber nicht zu einer psychischen Störung auswachsen.

## Ursachen

Je nach psychologischer Richtung (z.B. Psychoanalyse, Lerntheorie) werden andere Ursachen benannt. Während in der Psychoanalyse nach Sigmund Freud nach wie vor frühkindliche Konflikte als Ursache für neurotische Störungen gehandelt werden, sind es aus der Sicht anderer Theorien (z.B. Lerntheorie) erlernte Fehleinschätzungen, die zu unpassenden Reaktionen gegenüber der eigenen Umwelt (z.B. Angst vor Schlangen) führen. Generell ist es bei psychischen Störungen so, dass eine Veranlagung für diese vererbt werden kann, aber auch kritische Lebensereignisse und die allgemeine Fähigkeit mit Belastungen umzugehen das tatsächliche Auftreten von psychischen Störungen bestimmen.

## Symptome

Neurosen können sich in Form von seelischen Beschwerdebildern äußern (Ängste, Zwänge, depressive Verstimmungen) oder auch körperliche Symptome wie Organstörungen (z.B. Reizdarmsyndrom, Lähmungen) hervorrufen, die nicht auf tatsächlichen körperlichen Problemen basieren.

## Diagnose

Die Diagnose von neurotischen Störungen erfolgt aufgrund der Symptome, welche die verschiedenen Störungsbilder aufweisen. Dissoziative und Konversionsstörungen werden oft erst spät als solche diagnostiziert, da die körperlichen und seelischen Symptome weit gestreut sind.

## Therapie von Neurosen

Die Behandlung erfolgt durch einen Psychiater, Psychotherapeuten oder Klinischen Psychologen. Je nach Störungsbild und Schweregrad der psychischen Störung sind andere psychotherapeutische Methoden (z.B. Verhaltenstherapie, Psychoanalyse, Hypnose, systemische Psychotherapie) geeignet. Die Betroffenen sollen in der Therapie lernen, besser mit ihren Ängsten, Zwängen etc. umzugehen und diese so gut wie möglich abzubauen. Teilweise sind die Einstellungen der Betroffenen (z.B. bei hypochondrischen Störungen) bereits sehr verfestigt, sodass es lange dauert, bis das Verhalten geändert werden kann. Zusätzlich können auch Medikamente (Psychopharmaka) vom Psychiater verordnet werden.

## Was kann der Betroffene zusätzlich tun?

Es ist wichtig, sich bei dem behandelnden Arzt, Therapeuten oder Klinischen Psychologen wohlfühlen und eine Vertrauensbeziehung aufzubauen. Ehrliche und offene Kommunikation ist hier besonders wichtig – z.B. wenn der Betroffene bei einer sozialen Phobie nicht regelmäßig Medikamente einnehmen möchte, aber für den Notfall eines dabei haben mag, muss er das dem Behandelnden gegenüber äußern. Außerdem müssen Betroffene daran arbeiten, sich selbst so anzunehmen, wie sie sind – mitsamt ihren Stärken und Schwächen.