

Znaczenie lęku w życiu człowieka

The importance of anxiety in human life

Agnieszka Śliwka, Anna Jarosz

STRESZCZENIE

Lęk jest jednym z najczęściej pojawiających się objawów zaburzeń psychicznych. Towarzyszy człowiekowi od początków jego istnienia, gdy zdobywał on przestrzeń otaczającego świata, pełnego tajemnic i niezrozumiałych praw. Rzymski poeta Statius (Thebais, III, 66i) uważał, że lęk, był przyczyną powstania wiary w bogów. Lęk traktuje się także jako motor napędzający rozwój człowieka. To chęć zamiany nieznanego, budzącej niepokój przyszłości w znaną i bezpieczną przeszłość popycha człowieka do działania. Ciągłe podejmowanie walki z lękiem pozwala człowiekowi odkrywać tajemnice otaczającej go przestrzeni. Zbyt duże nasilenie odczuć lękowych i brak umiejętności ich zwalczania jest przyczyną wielu dokładnie opisywanych i badanych zaburzeń lękowych. Ich powszechność zmusza naukowców do wnikliwego studiowania przyczyn, podłoża neurofizjologicznego, objawów oraz sposobów leczenia zaburzeń lękowych. Pojawia się wiele doniesień opisujących klasyfikację, przebieg, etiologię i rozpowszechnienie tej grupy zaburzeń. Poniższy artykuł jest próbą syntetycznego opisu kilku najistotniejszych zagadnień związanych z genezą, klasyfikacją, charakterystyką i filozofią lęku.

SUMMARY

Anxiety is one of the most frequent mental disorders, accompanying humans from the very beginnings when man was conquering the space of the surrounding world abundant in mysteries and incomprehensible laws. According to Roman poet Statius (Thebaid, III, 66i), anxiety was the reason for man to develop belief in gods. Anxiety is also considered a driver of human development, as a manifestation of a desire to replace unknown, disconcerting future with familiar, safe past, which drives man to action. Constant struggle with anxiety makes man discover secrets of the surrounding space. However, overly intense anxieties and the lack of ability to counteract them are the result of numerous anxiety-related disorders, subject to in-depth research and recording. Common appearance of such disorders makes scientists study thoroughly their causes, neurophysiological background and symptoms as well as develop treatment options. Numerous papers discuss classification, course, aetiology and prevalence of this group of disorders. This paper attempts to provide a synthetic discussion of a number of key issues related to the genesis, classification, characteristics and philosophy of anxiety.