

وسواس

والدین تربیتی مبتلایان

فاطمه فرمادی



انتشارات بیگران دانش

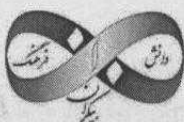
وابسته به مؤسسه فرهنگی و هنری بیگران دانش و فرهنگ



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

سرشناسه : فرهادی، فاطمه، ۱۳۵۱ -
عنوان و نام پدیدآور : وسواس و الگوی تربیتی مبتلایان/ فاطمه فرهادی.
مشخصات نشر : تهران: بیکران دانش، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری : ۶۷ ص:؛ ۵/۱۴ × ۵/۲۱ سم.
شاب : ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۵۶-۳۱-۸ : ۶۷۰۰۰ ریال
رعیب: فهرست نویسی : فیها
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : وسواس
موضوع : Obsessive-compulsive disorder
موضوع : وسواس -- درمان
موضوع : Obsessive-compulsive disorder -- Treatment
ده بندی کنگره : RC۵۳۳/ف۴۰۵ ۱۳
رده بندی دیویی : ۶۱۶ ۵۳۲۷
شماره کتابشناسی ملی : ۴۹۷۰ ۹۳

www.keap



انتمارات بیکران دانش

وابسته به مؤسسه فرهنگی و هنری بیکران دانش و فرهنگ

تهران، ص. پ. ۷۳-۱۰۳۵ ☎ ۰۲۱-۵۵۹۳۶۴۶۶ info@infinitt.ir

وسواس و انجوی تربیتی مبتلایان

فاطمه برهادی

شابک: ۸-۳۱-۸۳۵۶-۶۰۰-۹۰۸

چاپ اول: ۱۳۹۶

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

© کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است و تکثیر، چاپ، ترجمه یا اقتباس از تمام یا قسمتی از این اثر به هر شکل ممنوع است و پیگرد قانونی دارد.

قیمت: ۶۷۰۰ تومان

فهرست مطالب

۵.....	بخش اول: سواس فکری-عملی
۷.....	وسواس فکری
۸.....	وسواس های فکری شایع در اختلال وسواس فکری
۹.....	وسواس عملی
۱۰.....	اختلال وسواس فکری-عملی
۱۱.....	نشانه های اختلال وسواس فکری-عملی
۱۵.....	توجه انتخابی در اختلال وسواس فکری-عملی
۲۱.....	بخش دوم: ریشه ها و اسباب اختلال وسواس فکری-عملی
۲۳.....	ریشه و سبب ژنتیکی
۲۷.....	ریشه و سبب تربیتی
۳۲.....	خانواده
۳۳.....	دوران کودکی
۳۳.....	تحقیر کودک
۳۳.....	ناامنی ها
۳۴.....	بکار بردن جملات منفی
۳۴.....	پرسیدن علت رفتار از کودک

- ۳۵..... صحبت طولانی با توضیح اضافه
- ۳۶..... تهدید کودک به دوست نداشتن
- ۳۸..... اختلالات همایند با وسواس ها
- ۳۹..... وسواس در چه کسانی بروز می کند؟
- ۳۹..... الف) در رابطه با سن
- ۳۹..... ب) در رابطه با هوش
- ۳۹..... ج) در رابطه با اعتقاد
- ۴۰..... د) در رابطه با شخصیت و محیط
- ۴۱..... بخش سوم: روش ها و رویکردهای درمانی اختلال وسواس فکری- عملی ...
- ۴۵..... تغییر محیط زندگی بیمار به عنوان یکی از روش های درمان
- ۴۵..... ۱- تغییر آب و هوا
- ۴۵..... ۲- تغییر شرایط زندگی
- ۴۵..... ۳- ایجاد اشتغال و سرگرمی
- ۴۵..... ۴- زندگی در جمع
- ۴۶..... ۵- شیوه های اخلاقی
- ۴۶..... ۶- تنگ کردن وقت
- ۴۷..... ۷- زیر پا گذاردن موضوع وسواس
- ۴۷..... توصیه های درمانی اختلال وسواس از دیدگاه اسلام

۴۸..... دیدگاه‌های نظری

۴۸..... دیدگاه رفتاری

۴۹..... دیدگاه شناختی

۵۰..... دیدگاه روان‌پویشی

۵۱..... دیدگاه: یست پزشکی

۵۳..... منابع

۵۴..... منابع

۵۵..... سایت‌ها

همواره در جوامع بشری انسان‌هایی زندگی می‌کرده‌اند که گرچه دارای ظاهری سالم بوده‌اند، ولی نوعی تفاوت آشکار در رفتار و اعمال آن‌ها نسبت به کردار رایج و متعارف افراد عادی جامع وجود داشته است. این‌گونه افراد که در میان همه جوامع بشری در میان سوان همه ادیان و مذاهب حضور داشته و دارند بیش از حد متعارف در امور معمولی اعم از ادبی و معنوی سختگیری می‌کنند. به همه چیز شک دارند به کسی اعتماد نمی‌کنند. در بسیاری از امور زندگی کارهای خود را با تردید انجام می‌دهند. به این افراد وسواس گفته می‌شود. درمان این بیماری از نظر متخصصین روان‌پزشکی مشکل است.

وسواس عقده، هیجان و بی‌تکلیفی است عصبی (تیک) که به شکلی متوالی برخلاف میل بیمار از شکل ناخودآگاه به صورت خودآگاه درآمده و باعث ایجاد پالس‌های عصبی خاص می‌شود تا در او نا‌احتیاض اضطراب برانگیزد. تا فرد برای رهایی از آن فشار عصبی اقدام به انجام عملی خاص نماید. مثل شستن تکراری دست‌ها و یا شمارش چندباره پول یا کلمات و حروف و ... در حرات چنین حمله‌ای معمولاً شخص می‌کوشد از آن بگریزد و آن فکر خاص را، از ذهن خود بیرون کند و یا با عمل و فکر دیگری جایگزین نماید و البته آگاهی دارد که این وسواس مزاحم ذهن او هستند و برخلاف تزریق افکار از خارج تحمیل نمی‌شوند.

مفهوم‌سازی مذهبی و طبی اختلالات وسواس فکری-عملی به اصل فروید برمی‌گردد که افکار وسواسی از واکنش‌های دفاعی در مقابل اضطراب روانی-جنسی نشأت می‌گیرند. اولین مفاهیم فکر وسواسی احتمالاً مفاهیمی مذهبی بودند، چون به نظر می‌رسید که اساس پدید آیی آن، تجربه مذهبی، به‌ویژه، تأثیر

شیطان باشد.

همچنین تحقیقات، بیشتر تعارض‌ها و وسواس‌ها در دوران بزرگسالی را به علت روش تربیتی نادرست پدر و مادر عنوان کرده‌اند. لذا محیط خانوادگی خطر ساز زمانی که با حداقل آمادگی‌های زیستن فرد همراه می‌شوند به عنوان عامل تغییر کننده نشانه‌های این اختلال عمل می‌کند بنابراین محیط خانوادگی آشفته این اختلال تا حد بالینی وخیم می‌کند.

وسواس عبارت است از تکرار بدون اراده افکار ناخوشایند. اگرچه فرد می‌فهمد که این افکار نامناسب و غیرعادی است لیکن قادر به دور کردن آن‌ها نیست. وسواس یک الگوی فکری، هیجانی، رفتاری یا حرکت مکرر یا مضر است که با نوعی احساس اجبار و ناچاری، آهنگی، علاقه به مقاومت در برابر آن همراه است. بیمار متوجه بیگانه بودن حادثه نسبت به شخصیت خود بوده از غیرعادی و نابهنجار بودن رفتار خود آگاه است. روانشناسان وسواس را نوعی بیماری از سری نوروهای شدید می‌دانند که تعادل روانی و رفتاری را در بیمار سلب و او را در سازگاری با محیط دچار اشکال می‌سازد و این عدم تعادل و اختلال دارای صورتی آشکار است.

وسواس تأنذازه‌ای در همه افراد بشر وجود دارد و عظام آن در شک و تردید، عدم قدرت در تمرکز فکری، فراموشی و گاهی کم‌خوابی دیده می‌شود.

وسواس هنگامی غیرعادی محسوب می‌شود که شخص متعصب آن می‌فهمد که فکری که او را به خود مشغول کرده بسیار قوی است و سعی می‌کند که آن را از خود دور سازد ولی چون قادر نیست احساس می‌نماید که فکر مذکور بر او مسلط شده است.

روانکاوان نیز وسواس را نوعی غریزه پس‌زده و ناخودآگاه معرفی می‌کنند و آن را حالتی می‌دانند که در آن، فکر، میل، یا عقیده‌ای خاص، که اغلب وهم‌آمیز و

اشتباه است آدمی را دربند خود می‌گیرد، آن‌چنان‌که حتی اختیار و اراده را از او سلب کرده و بیمار را وامی‌دارد که حتی رفتاری را برخلاف میل و خواسته‌اش انجام دهد و بیمار هرچند به بیهودگی کار یا افکار خود آگاه است اما نمی‌تواند از قید آن رهایی یابد.

رسوایی به صورت‌های مختلف بروز می‌کند و در بیمار مبتلای به آن این موارد ملاطفه می‌شود:

اجتناب نکرار مداومت؛ تردید؛ شک در عبادت؛ ترس؛ دقت و نظم افراطی؛
اجبار و الزام؛ احساس بی‌بست؛ عناد و لجابت.