

آشنایی با اختلال وسواس فکری-عملی

(مبتنی بر DSM-5)

تکنیک‌های مؤثر درمانی
(درمان شناختی-رفتاری)

(راهنمای کاربردی برای متخصصان بالینی)

نویسنده‌گان:

دکتر سیدعلی محمد موسوی

صدیقه صالحی

سرشناسه	موسوی، سید علی محمد، ۱۳۴۹ -
عنوان و نام پدیدآور	آشنایی با اختلال وسواس فکری - عملی (مبتنی بر DSM-5) و تکنیک‌های موثر درمانی (درمان‌شناختی - رفتاری) (راهنمای کاربردی برای متخصصان بالینی) / نویسندگان سید علی محمد موسوی، صدیقه صالحی.
مشخصات نشر	تهران: اورنگ، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	۳۳۵ ص: ۵/۱۴ x ۵/۲۱ س.م.
شابک	978-600-94636-9-5
وضعیت فهرست نویسی	قبلی
یادداشت	واژه‌نامه.
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	وسواس
موضوع	وسواس -- درمان
موضوع	بیماری‌های روانی -- تشخیص
موضوع	بیماری‌های روانی -- دارو درمانی
شناسه افزوده	صالحی، صدیقه، ۱۳۷۸ -
رده بندی کنکره	۱۳۹۴ ۵۱۷۶/۵۳۳۸۴
رده بندی دیویی	۶۱۶/۸۵۲۲۷
شماره کتابشناسی ملی	۳۹۸۳۷۴۰



انتشارات اورنگ

نام کتاب: آشنایی با اختلال وسواس فکری - عملی (مبتنی بر DSM-5)
نویسنده‌گان: دکتر سید علی محمد موسوی - صدیقه صالحی

طراح جلد: فروغ بیژن

چاپ و صحافی: کتاب انور

چاپ اول: ۱۳۹۴

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۶۳۶-۹-۵

تعداد: ۱۰۰۰ نسخه

بهاء: ۲۰۰۰۰ تومان

حق چاپ و نشر محفوظ است.

تلفن: ۰۹۱۹۴۸۵۷۱۹۰

Email: nashreorang@gmail.com

فهرست مطالب

پیش‌گفتار.....	Error! Bookmark not defined.
مقدمه.....	۱۳
فصل اول: ماهیت اختلال وسواس فکری عملی.....	۱۷
وسواس فکری عملی و اختلالات مربوط.....	۱۹
اختلال وسواس فکری عملی.....	۲۳
توصیف اختلال وسواس فکری عملی.....	۲۳
ویژگی‌های تشخیصی.....	۲۵
ویژگی‌های شناختی.....	۳۱
فرآیند شناخت و اختلال وسواس فکری عملی.....	۳۷
رفتارهای اجتنابی.....	۳۷
ویژگی‌های وسواس فکری و تمایز آن از افکار دیگر.....	۳۹
ویژگی‌ها و اختلال‌های همراه.....	۴۱
ویژگی‌های خاص وابسته به فرهنگ، سن و جنسیت.....	۴۱
شیوع.....	۵۴
دوره یا سیر.....	۵۵

فصل دوم: دوره بالینی اختلال وسواس فکری-عملی	۵۹
دوره بالینی اختلال وسواس فکری-عملی	۶۱
الگوی خانوادگی	۶۱
خصایص بالینی	۶۲
ملاکهای تشخیصی اختلال وسواس فکری-عملی	۶۴
شاخصها	۶۶
ویژگیهای تشخیصی	۶۷
ویژگیهای مرتبط که تشخیص را تأیید میکنند	۶۸
الگوهای علائم	۷۰
اربابان علائم اختلال وسواس فکری-عملی	۷۳
زمینه ضعف روانی	۷۴
تشخیص افتراقی	۷۵
بیماریهای طبی	۷۶
سایر اختلالات روانی	۷۶
عوامل خطر و پیشاگهی	۸۳
پیامدهای کارکردی اختلال وسواس فکری-عملی	۸۴
فصل سوم: نظریه‌های اختلال وسواس فکری-عملی	۸۷
نظریه‌های اختلال وسواس فکری-عملی	۸۹
دیدگاه‌های نظری در زمینه سببشناسی اختلال وسواس فکری-عملی	۸۹
عوامل زیستی	۸۹
عوامل رفتاری	۱۰۱
عوامل شناختی	۱۰۱
عوامل روانی-اجتماعی	۱۰۳

۱۰۹	سیر و پیش‌آگهی
۱۱۳	فصل چهارم: فراشناخت
۱۱۵	ماهیت فراشناخت
۱۱۶	متغیرهای فراشناخت
۱۲۴	پاسخ‌های مقابله‌ای
۱۲۵	باورهای فراشناختی
۱۲۶	دورهای فراشناختی درباره افکار و احساسات مزاحم
	باورهای فراشناختی درباره آیین‌مندی‌ها (و نگرانی / نشخوار
۱۲۷	فکری)
۱۳۲	دامنه باورهای فراشناختی
۱۳۵	مطالعات مربوط به فراشناخت و اختلال‌های هیجانی
۱۴۵	سنجش بالینی فراشناخت
۱۴۶	پرسشنامه فراشناختی
۱۴۷	وسواس فکری-عملی از دیدگاه فراشناختی
۱۵۳	فصل پنجم: درمان
۱۵۵	درمان
۱۵۷	روش‌های درمان
۱۵۷	درمان‌های موجود برای اختلال فکری-عملی
۱۵۷	درمان دارویی
۱۵۸	اهمیت ارتباط رفتار و مغز
۱۵۹	داروهای مؤثر در درمان وسواس
۱۶۵	داروشناسی اعصاب و عملکردها
۱۶۷	تغییرات همراه با دارو درمانی

- ۱۶۸..... سایر درمان‌های پزشکی
- ۱۶۸..... درمان‌های روان‌شناختی
- ۱۶۸..... روان‌درمانی سنتی
- ۱۷۱..... درمان رفتاری
- ۱۷۸..... درمان شناختی
- ۱۹۱..... التقاط‌گرایی و دیدگاه‌های التقاطی
- ۱۹۲..... رویکردهای نوین
- ۱۹۵..... فصل ششم: درمان شناختی-رفتاری
- ۱۹۷..... مقدمه درمان شناختی-رفتاری
- ۱۹۸..... اصول اساسی درمان شناختی-رفتاری
- ۲۰۴..... دیدگاه‌های پایه و شناختی
- ۲۰۴..... مدل درمان شناختی-رفتاری اختلالات روانی
- رویکردهای شناسی-رفتاری به درک اختلال وسواس فکری-
- ۲۱۲..... عملی
- ۲۱۵..... پیشینه و مروری بر نظریه درمان شناختی-رفتاری
- ۲۲۲..... فرایند درمان شناختی-رفتاری
- ۲۲۸..... ساختار درمان شناختی-رفتاری
- ۲۴۱..... راهبردهای درمان شناختی-رفتاری وسواس فکری-عملی
- ۲۶۱..... رهنمودهای برآمده از نظریه شناختی-رفتاری
- ۲۶۲..... راهبردهای درمانی دیگر
- ۲۷۲..... بررسی درمان‌های جانشین
- ۲۷۵..... موانع عمومی موجود در درمان اختلال وسواس فکری-عملی
- ۲۷۷..... مقابله با عوارض و حفظ بهره‌های درمان
- خطرات بالقوه بهره‌گیری از درمان شناختی-رفتاری اختلال

۲۷۸ وسواس فکری-عملی برای متخصصان بالینی

کسب پرورش مهارت های شناختی-رفتاری به منظور جلوگیری

۲۷۹ از عود

۲۸۰ پیشگیری و مراقبت های بعدی

۲۸۱ نتیجه گیری

۲۸۵ فهرست منابع

۳۰۷ پیوست ها

مقدمه

وسواس بیمانی مزمنی است که موجب اختلال در عملکردهای مختلف بیمار شد. و درمان آن نیز به دلیل ماهیت علایم و میل به ازمان آن دشوار و پیچیده است.

اختلال وسواس فکری-عملی، یک اختلال آشنا و نسبتاً شایع است که ویژگی اصلی آن، وجود وسوسانهای فکری یا عملی مکرر و شدید است که رنج و عذاب قابل توجهی را برای فرد به بار می آورند. این وسواس های فکری یا عملی سبب اتلاف وقت می شوند و به دلیل ماهیت ناتوان کننده ای که دارند اختلال قابل توجهی در روند معمولی و طبیعی زندگی، توانایی های شخصی، کارایی شغلی، سازگاری اجتماعی و روابط بین فردی ایجاد می کنند. مشخصه های ویژه این وسواس؛ مانند اضطراب و تشویش، ناتوانی در تصمیم گیری، اشتغال ذهنی مداوم با مسایل مختلف، ترس از آینده به گونه ای است که فرد را از داشتن زندگی سالم و طبیعی محروم می سازد.

می توان اختلال وسواس را یکی از چالش های عمده قرن حاضر در سطح جهان قلمداد کرد که این مسأله خود بیانگر تداوم ضرورت انجام مطالعات پیگیر در ابعاد مختلف آسیب شناسی، پیگیری و درمان این اختلال است. به همین دلیل پژوهش های مربوط به مداخلات درمانی این اختلال همواره مورد توجه بوده است. از سوی دیگر توسعه و گسترش چشمگیر روش های درمانی، این امکان را برای درمانگران به وجود آورده

که بهترین و مناسب‌ترین روش درمانی را برای یک فرد در نظر بگیرند. رویارویی و پیشگیری از پاسخ به نتایج درمانی مستندی منجر شده است، اما ترس ناشی از دشواری درمان مبتنی بر رویارویی تا حد زیاد موجب امتناع از درمان و افست درمان می‌گردد. همچنین تأیید شده که این روش برای درمان اختلال وسواس همراه با افسردگی و وسواس فکری بدون نشانه‌های آشکار، روش دشواری است. این محدودیت‌ها، پژوهشگران را واداشته که در پی روش‌های جایگزین برای این روش درمانی باشند. در این میان روش درمان شناختی-رفتاری (CBT)، یک روش ترکیبی است که دو راه مختلف درمانی را یکپارچه کرده و بسیاری از مفاهیم را در قالب یک دوره درمانی کوتاه‌مدت آماده کرده است که در طیف وسیعی از اختلال‌ها اعمال می‌شود.

طبقه بندی یک -الش عمده در حیطه‌ی اختلال‌های روانی و به خصوص تشخیص اختلال‌ها تلقی می‌شود. این چالش مطمئناً منفی نیست بلکه بدین لحاظ اهمیت دارد که طی سنین گذشته و مقاطع خاص، مباحث متعدّد و متروّع را ایجاد کرده است. فرآیند این بحث‌های علمی موجب تحوّل در مقوله‌بندی اختلال‌ها شده و این روند کماکان ادامه خواهد یافت. قطعاً روند مذکور به نیم بهتر و مناسب‌تر اختلال‌های روانی و طبقه بندی دقیق‌تر این اختلال‌ها انجامیده و مسیر تشخیص و درمان را ارتقاء داده است.

اختلال‌های وسواس در نظام طبقه بندی قبلی (روانشناسی تشخیص و آماري اختلال‌های روانی - ویراست چهارم - مرور منی (DSM IV-TR)، در دسته‌ی اختلال‌های اضطرابی طبقه بندی می‌شد اما مبتنی بر آخرین نسخه‌ی طبقه بندی مذکور یا ویراست پنجم (DSM 5)، اختلال‌های وسواس تفکیک شده‌اند که اختلال‌های وسواس فکری-عملی، اختلال بدشکلی بدن، اختلال ذخیره کردن، اختلال موکنی، اختلال پوست کنی،

وسواس فکری-عملی ناشی از مواد / دارو و اختلال مربوط، وسواس فکری-عملی و اختلال مربوط ناشی از بیماری جسمانی دیگر، وسواس فکری-عملی مشخص دیگر و اختلال‌های مربوط، وسواس فکری-عملی نامشخص و اختلال‌های مربوط (مثل حسادت و وسواس، اختلال رفتار مکرر و متمرکز بر بدن) را شامل می‌شود.

مسلماً محور و اساس این دسته از اختلال‌ها که به طور معمول وسواس شایسته می‌شود، وسواس فکری-عملی است و بر همین مبنا در کتاب حاضر، کانون پردازش علمی و بررسی قرار می‌گیرد. مضاف بر آن و از جنبه‌ی دیگر می‌توان گفت که آشنایی و تسلط بر شیوه‌های مداخله در وسواس فکری-عملی، توانمندی استفاده‌ی آن را در بقیه‌ی اختلال‌های وسواس اثر بیشتر می‌دهد یا امکان پذیر می‌سازد.

با وجود پیشرفت‌های مربوط به مداخله‌ی درمانی در اختلال‌های وسواس، درمان به شیوه‌ی شناختی-رفتاری از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است که این موقعیت هم از جنبه‌ی فراوانی اساماده و هم از نظر فایده بخشی مورد توجه قرار دارد. از این رو، متن حاضر به معرفی و کاربرد این شیوه درمانی - در اختلال‌های وسواس - می‌پردازد.