

به نام خدا

۲۰۰۴۴۹۲

مجلس شورای اسلامی
جمهوری اسلامی ایران

تحلیل و درمان وسواس

نویسنده: دکتر سعید محمد

روانشناس بالینی



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

سرشناسه: محمد، سعید، ۱۳۴۲ -
 عنوان و نام پدیدآور: تحلیل و درمان وسواس/مؤلف سعید محمد.
 مشخصات نشر: تهران: نشر سده دانش، ۱۳۹۷.
 مشخصات ظاهری: ۱۳۶ ص.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۴۰۰-۴-۵
 وضعیت فهرست نویسی: فیا
 یادداشت: کتابنامه.
 موضوع: وسواس
 Obsessive-compulsive disorder
 موضوع: وسواس -- درمان
 Obsessive-compulsive disorder -- Treatment
 رده بندی کنگره: RC۵۳۳/۳۲۳۱۳
 رده بندی دیو: ۶۱۶/۳۷
 شماره کتابشناسی ملی: ۲۹۰۱۱۴



تحلیل و درمان وسواس

نویسنده: دکتر سعید محمد
 روانشناس بالینی
 مدیر هنری: احمد قائمی مهدوی
 ویراستار ادبی: مژگان ملکی
 ناشر: نشر سده دانش
 چاپ اول: ۱۳۹۷
 تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
 قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

شابک: 978-600-98400-4-5

نشانی: تهران - خیابان میرزای شیرازی - بالاتر از کوچه نهم

پلاک ۶۵ - واحد دو - تلفن: ۸۸۳۱۲۵۲۳-۴

www.sadedanesh.ir



<https://t.me/sadedanesh>

فهرست

۷	مقدمه نویسنده
۹	فصل اول: عناصر ساختار وسواس
۱۳	احساسات مثبت و منفی اولیه و ثانویه و ترس نهادینه
۱۵	احساس ترس، شرم و گناه
۱۹	ترس نهادینه
۲۰	تردید
۲۱	کمال طلبی
۲۲	ترس های موهوم
۲۳	احساس مجرم بودن
۲۶	احساس تنهایی
۲۷	فصل دوم: وسواس و روابط صمیمی و عاشقانه
۳۵	فصل سوم: وسواس و مذهب
۳۹	فصل چهارم: وسواس و تربیت فرزندان
۴۵	فصل پنجم: وسواس و روابط کاری و حرفه ای
۵۱	فصل ششم: وسواس و اختلالات روانی دیگر
۵۱	اختلال هراس

۵۳.....	افسردگی.....
۵۴.....	اعمال و سواسی.....
۵۷.....	مشکلات خانوادگی.....
۵۸.....	رفتارهای تکانشی.....
۵۹.....	رفتار منفعل پر خاشک‌گرانه.....
۶۱.....	میل هفتم: وسواس و روان درمانی.....
۶۱.....	تصمیم برای شروع درمان.....
۶۵.....	رابطه‌ی درمانی (کلیات).....
۷۰.....	راه‌کارهای درمانی.....
۷۸.....	نکات مهم در فرایند درمان.....
۸۲.....	تربیب اجازت از درمانگر.....
۸۳.....	خشم‌مراقبتی نسبت به درمانگر.....
۸۴.....	شکستن انزای هیپوتیمیک مراجع.....
۸۷.....	فصل هشتم: مثال موردی.....
۸۷.....	قسمت اول: لطفاً مراقب باشید.....
۹۴.....	قسمت دوم: وکیل مدافع.....
۹۶.....	قسمت سوم: من مقصرم.....
۱۰۷.....	قسمت چهارم: من از دستش عصبانی نیستم.....
۱۰۹.....	قسمت پنجم: تولد.....

■ مقدمه نویسنده

رنج و آلام بشری بی‌شمارند؛ مصائب اجتماعی، خانوادگی، اقتصادی و انواع گوناگون بیماری‌های جسمی و روحی؛ برخی حاد و کشنده مثل وبا یا طاعون و برخی مزمن و تحلیل‌برنده مثل بیماری‌های روحی. از بین انواع گوناگون مشکلات روحی، روانی می‌توان به «وسواس» اشاره کرد. ماهیت این بیماری به گونه‌ای است که به شدت روابط عاطفی، شغلی و خانوادگی را تحت تأثیر قرار داده و رنج فراوانی را به فرد مبتلا تحمیل می‌کند. به علت ماهیت آزاردهنده و شبهه‌ناک این اختلال طی سال‌های اخیر، درمان آن عنوان تحقیقات و پژوهش‌های بسیار بوده و انواع گوناگونی از درمان‌های دارویی و روانشناختی برای آن ارائه گردیده است؛ درمان‌های تحلیلی، شناختی- رفتاری یا وجودی و انواع رویکردهای تلفیقی. هر یک از این روش‌ها تبیین‌های متفاوتی از ساختار وسواس داشته و در پی آن شیوه‌های درمانی گوناگونی نیز ارائه نموده‌اند. در نوشتار پیش رو، که حاصل سال‌ها کار با افراد وسواسی است سعی بر آن بوده تا با نگاهی چندجانبه به ساختار وسواس پرداخته شود و لایه‌های گوناگون آن مورد تحلیل و بررسی قرار گیرد. آمیخته‌ای از رویکرد تحلیلی، نظریه عواطف و همچنین نظریه دلبستگی راهنمای نویسنده در ارائه این اثر بوده است. امید است این نوشتار بتواند به روان‌درمانگران در مسیر پرفراز و نشیبی که در کار با مراجعان وسواسی دارند، کمکی هرچند اندک بنماید و احتمالاً با بینشی که به افراد مبتلا می‌دهد تا حدودی تسکین‌بخش دردهای آنها باشد.

سعید محمد

بهار ۱۳۹۷