

۲۱ ۲۸ ۸۰۷

الذی لا یجوز

علل و عوامل وسواس و راههای درمان آن

مؤلف:

آزیتا شجاعی



شانی سنجهش و دانش

سرشناسه	: شجاعی، آریتا، ۱۳۴۱ -
عنوان و نام پدیدآور	: علل و عوامل وسواس و راههای درمان آن/مؤلف آریتا شجاعی.
مشخصات نشر	: تهران: سنجهش و دانش، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۷ص.
شابک	: 978-622-051170-0
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: وسواس
موضوع	: Obsessive-compulsive disorder
موضوع	: وسواس -- درمان
موضوع	: Obsessive-compulsive disorder -- Treatment
رده بندی دکره	: RC۵۲۲
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۸۵۲۲۷
شماره کتابشناسی	: ۷۲۹۶۹۰۱

عنوان: علل و عوامل وسواس و راههای درمان آن

مؤلف: آریتا شجاعی

ناشر: سنجهش و دانش

نوبت چاپ: اول-۱۳۹۹

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۵-۱۱۷۰-۰

نشانی: میدان انقلاب، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶.

تلفن: ۰۲۱۶۱۲۶

«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ می باشد»

سنجهش و دانش

www.sanjesh.ir

sanjeshodanesh@iran.ir

قیمت: ۳۵۰۰۰۰ ریال

ISBN 978-622-05-1170-0



786220

511700

فهرست مطالب

۶	مقدمه
۸	فصل اول
۸	مفهوم اختلالات روانی
۹	روان‌شناسی مرضی (آسیب‌شناسی روانی)
۹	تاریخچه‌ی آسیب‌شناسی روانی (روان‌شناسی مرضی) تحولی
۱۲	چهارچوب نظری کنونی
۱۳	ماهیت اختلال‌های روانی
۱۹	بهنجاری و رفتار نشانه‌ها
۱۹	بهنجاری و دیدگاه اختلال
۲۰	بهنجاری و دیدگاه تحولی
۲۱	بهنجاری و محیط
۲۱	نکاتی در رابطه با نابهنجاری‌ها
۲۱	اثرات فرهنگ بر نابهنجاری
۲۲	شیوع و بروز اختلالات روانی و کاربرد آنها
۲۳	سیر تاریخی تبیین‌های نابهنجاری
۲۵	علت‌های جسمانی
۲۶	علت‌های روانزاد
۲۷	فصل دوم
۲۷	اختلال شخصیت
۲۸	اختلالات شخصیت
۳۵	ویژگی‌های شخصیت‌های ضد اجتماعی
۳۶	بررسی دو قلوها
۳۶	بررسی‌های فرزند خواندگی
۳۶	اختلال سلوکی
۴۰	علل اختلالات اضطرابی
۴۶	تفاوت‌ها و تشابه‌های اختلالات اضطرابی

۴۶	درمان اختلالات اضطرابی
۵۱	فصل سوم
۵۱	وسواس، علل و درمان آن
۵۷	انواع وسواس
۶۳	علائم و نشانه های اختلال وسواس فکری-عملی:
۶۴	اختلال وسواسی جبری
۶۵	رفتارهای جبری:
۶۶	شیوع اختلال وسواس جبری
۶۷	ریشه و علل انواع وسواس
۷۰	راههای درمان
۷۰	مشاوره و درمان روانی وسواس
۷۲	اهمیت رفتاردرمانی برای درمان اختلال وسواس:
۷۵	ساختار و بنیاد رفتار درمانی
۷۵	شرطی سازی کلاسیک
۷۵	شرطی سازی عامل
۷۵	انواع رفتار درمانی
۷۶	درمان شناختی رفتاری
۷۶	درمان شناختی-رفتاری (تغییر رفتار):
۷۶	بیزاری درمانی
۷۷	حساسیت زدایی تدریجی
۷۷	درمان وسواس فکری
۷۷	خصوصیات افراد دارای وسواس فکری
۷۹	وسواس فکری
۸۰	درمان اختلال وسواسی جبری:
۸۴	سایر بیماریهای مشابه بیماری وسواسی جبری:
۸۴	انواع اختلالات طیف وسواسی اجباری
۸۵	اختلال موکنی (TRICHOTILLOMANIA)
۸۵	اختلال بدشکلی بدن (BODY DYSMORPHIC DISORDER)

- اختلال بدشکلی بدن ۸۵
- اختلال پوست کنی (EXCORIATION DISORDER) ۸۶
- اختلال احتکار (HOARDING DISORDER) ۸۶
- تشخیص درست برای درمان صحیح لازم است ۸۷
- نقش زن ها در وسواس ۸۷
- علایم وسواسی جبری در بزرگسالان: ۸۸
- بیماری وسواسی جبری چگونه آغاز می گردد؟ ۹۰
- علامت ایجاد OCD چیست؟ ۹۰
- چه عاملی باعث ادامه OCD می شود؟ ۹۱
- خویشتن یاری ۹۲
- شناخت در مانی ۹۵
- این روشهای درمانی چقدر موثر هستند؟ ۹۷
- پیامدها و نتایج تحقیقات ۱۰۶
- تحقیقات در همین راستا: ۱۱۶
- تحقیقات در این راستا: ۱۱۸
- منابع ۱۱۹

وسواس یکی از اختلالات پیچیده به شمار می رود که منشا آن اضطراب است. در واقع شخص وسواسی با انجام اعمال یا افکار دامنۀ دار و بیمارگونه یک عکس العمل ارادی یا ناخودآگاه در جهت کاهش اضطراب درونی و ذهنی نشان می دهد.

معمولاً افراد وسواسی (بخصوص وسواس عملی) از انجام یک عمل مکرر احساس آرامش می کنند و معتقدند که این عمل موجب تشویش و اضطراب آنها می شود.

خصیصه اصلی اختلال وسواس - جبری - رفتاری به معنی OCD مخفف Obsessive Compulsive Disorder، وجع وسواس های فکری یا عملی مکرر و چنان شدید است که رنج و عذاب قابل ملاحظه ای را برای فرد به بار می آورند. این موضوع اختلال زیادی در روند معمولی و طبیعی زندگی، کارکرد شغلی، فعالیت های اجتماعی یا روابط فرد ایجاد می کند. بیمار مبتلا به اختلال وسواسی - جبری ممکن است فقط وسواس فکری، فقط وسواس عملی و یا هر دوی آنها را با هم داشته باشد.

وسواس فکری عبارت است از فکر، احساس، اندیشه یا حسی عودکننده و مزاحم. برخلاف وسواس فکری که یک فرآیند ذهنی است، وسواس عملی نوعی رفتار می باشد.

لازم به ذکر است درمان وسواس روند کندی دارد و اغلب بصورت کامل نمی توان آن را درمان کرد. زیرا افراد مبتلا به بیماری وسواس، مقاومت بسیاری از خود در برابر راهکارهای درمانی نشان می دهند. اغلب برای درمان وسواس، دارودرمانی (به واسطه روانپزشک) و رفتاردرمانی (به واسطه روانشناس) انجام می شود. روش کار به اینصورت می باشد که فرد

وسواسی می بایست در ابتدا به روانشناس مراجعه نماید. روانشناس با بررسی و شناخت کامل اختلال، فرد را به یک روانپزشک جهت دارودرمانی معرفی می کند. همزمان با مصرف دارو که موجب بهبود قابل توجه اختلال وسواس فرد می شود کار روان درمانی توسط روانشناس انجام می شود. در واقع دارو این فرصت را به فرد می دهد تا انتقال دهنده های عصبی اش به درستی کار کند و بتواند بر اختلالات روحی و روانی غلبه کرده و پس از حل آنها، با قطع کردن دارو مشکلی ایجاد نشود.

www.ketab.ir