

۱۵۷۳/۴۰

به نام خداوندگار...

مسوب نیمه پنجاه و دومین

مؤلف: آمنه (هلنا) میرحسینی



سرشناسه	:	میرحسینی، آمنه، ۱۳۴۷ -
عنوان و نام پدیدآور	:	وسواس: نیمه پنهان - شناخت و درمان/آمنه (هلنا) میرحسینی.
مشخصات نشر	:	تهران: فروردگان، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	:	۱۹۲ ص.: جدول؛ ۵/۱۴×۲۱/۵ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۹۶۶۲۶-۹-۲
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	وسواس
موضوع	:	Obsessive-compulsive disorder
موضوع	:	وسواس -- درمان
موضوع	:	Obsessive-compulsive disorder -- Treatment
موضوع	:	وسواس -- جنبه های مذهبی -- اسلام
موضوع	:	Obsessive-compulsive disorder -- Religious aspects -- Islam
رده ر. گ.	:	RC۵۳۳/م۹و۵ ۱۳۹۶
رده بندی ی. سی.	:	۶۱۶/۸۵۲۲۷
شماره کتابشناختی مل.	:	۵۰۴۳۳۸۰



وسواس؛ نیمه پنهان شناخت و درمان
نویسنده: آمنه (هلنا) میرحسینی
انتشارات: فروردگان

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۱۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۶۲۶-۹-۲

چاپ و صحافی: پلیکان

سال چاپ: بهار ۱۳۹۷ چاپ: اول

شماره تلفن: ۰۹۳۵۴۴۵۷۰۲۲ - ۳۳۳۵۲۹۰۸

فهرست مطالب

مقدمه نویسنده	۷
---------------	---

— بخش اول: شناخت وسواس —

فصل اول: وسواس؛ چیست، کلیات و مفاهیم	۱۱
۱- چیستی وسواس	۱۲
۲- انواع وسواس	۱۴
۳- علل وسواس	۱۷
۴- میزان شیوع وسواس در جامعه	۲۱
۵- علائم وسواس	۲۳
۶- ملاک‌های تشخیص وسواس	۲۶
۷- تاثیر وسواس بر اختلالات جنسی	۳۰
۸- روش‌های پیشگیری از وسواس	۳۰

فصل دوم: وسواس از منظر اسلام

۱- مقدمه	۳۳
۲- تعریف وسواس و وسوسه در اسلام	۳۵
۳- اقسام وسوسه در اسلام	۳۷

۳۹	۴- انواع وسواس از منظر آیات و روایات
۳۱	۵- علائم و نشانه‌های وسواس از منظر اسلام
۳۳	۶- سبب شناسی وسواس از منظر اسلام
۴۵	۷- ویژگی‌های مخرب فرد وسواسی
۵۳	۸- داستان‌ها و حکایاتی در باب وسواس
۶۱	۹- پیش‌گیری از وسواس در اسلام
۶۲	۱۰- احکام شرعی و استفتائات وسواس
۷۲	۱۱- جمع‌بندی

— بخش دوم: درمان وسواس —

۷۵	فصل سوم: درمان نای امروزی وسواس
۷۶	۱- مقدمه
۷۶	۲- رویکرد گروه درمانی
۷۷	۱-۲- مزایای ویژه گروه درمانی
۷۸	۲-۲- روش‌های گروه درمانی
۸۵	۲-۳- اثرمندی رویکرد گروه درمانی
۸۵	۲-۴- طرح جلسات درمانی گروه فراشناختی
۱۰۷	۳- رویکرد شناخت درمانی
۱۰۷	۱-۳- آشنایی با شناخت درمانی
۱۰۷	۲-۳- رویکرد شناخت درمانی در درمان وسواس
۱۱۳	۳-۳- اثرمندی رویکرد شناخت درمانی
۱۱۶	۴- رویکرد درمان روانکاوی
۱۱۶	۱-۴- مقدمه
۱۱۶	۲-۴- روش‌های درمانی مبتنی بر روانکاوی
۱۱۸	۳-۴- اثرمندی رویکرد درمان روانکاوی

۱۱۹	۵- رویکرد رفتار درمانی
۱۱۹	۵-۱- آشنایی با رفتار درمانی
۱۲۱	۵-۲- روش‌های درمان رفتاری
۱۳۰	۵-۳- اثربندی رویکرد رفتار درمانی
۱۳۲	۶- رویکرد دارو درمانی
۱۳۲	۶-۱- داروهای مؤثر در درمان وسواس
۱۳۴	۶-۲- سایر داروهای مؤثر در درمان وسواس
۱۳۴	۶-۳- عملکرد داروهای ضدوسواس
۱۳۴	۶-۴- چه کسانی نباید از داروهای ضد وسواس استفاده کنند
۱۳۵	۶-۵- عوارض داروهای ضدوسواس
۱۳۵	۷- سایر رویکردهای درمانی وسواس
۱۳۵	۷-۱- جراحی مغز
۱۳۷	۷-۲- درمان مبتنی بر الکترودشوک (ECT)
۱۳۷	۷-۳- تحریک مغناطیسی از راه جمجمه (TMS)
۱۳۷	۷-۴- تحریک عمقی مغز (DBS)

فصل چهارم: طب سنتی، درمان گیاهی و سوسا

۱۳۹	۱- مقدمه
۱۴۰	۲- شناخت مزاج سودا
۱۴۱	۲-۱- تعریف خلط سودا
۱۴۱	۲-۲- علل تولید سودا
۱۴۳	۲-۳- علائم غلبه سودا
۱۴۵	۲-۴- راههای دفع سودا
۱۴۶	۲-۵- ویژگی‌های افراد سوداوی مزاج
۱۵۱	۳- درمان طبیعی وسواس در طب سنتی
۱۵۳	۴- نسخه‌های شفا بخش در درمان وسواس

فصل پنجم: درمان وسواس از منظر اسلام ۱۶۱

۱- مقدمه ۱۶۲

۲- اسلام و درمان معنوی وسواس ۱۶۲

۳- اسلام و درمان عملی وسواس ۱۶۷

۴- درمان وسواس از منظر تغذیه در اسلام ۱۷۳

منابع ۱۷۸

ضمیمه ۱۸۳

www.ketab.ir

مقدمه نویسنده

وسواس از جمله بیماری‌های روحی و روانی قرن اخیر است که می‌توان آن را در کنار افسردگی به عنوان یکی از بیماری‌های جهان مدرن لقب داد. این مشکل روان‌شناختی که زمانی فقط در میان متخصصان شناخته شده بود، متأسفانه امروزه بخشی از فرهنگ عامه مردم جهان شده است. به واسطه و اساس این بیماری، ناتوانی فکری است، لذا در انحصار ملت خاصی نبوده و در همه جای جهان براساس آداب و سنن، به نوعی ظهور و بروز می‌کند. علاوه بر این، وسواس را هر یک به توجه به خصوصیات صنفی به طرز خاصی آشکار می‌گردد. حملات این نیرو، نامرئی از ابتدایی‌ترین مرحله شروع شده، به تدریج به مراحل خطرناکی می‌رسد و در برخی از موارد کار وسواس آن‌چنان شدت می‌یابد که زندگی اجتماعی، بر ایشان دشوار و سخت می‌گردد و بسیاری از آنها با اشکالات مهمی مانند از دست دادن شغل، فروپاشی زندگی، ربا سویی و از دست دادن روابط میان‌فردی روبرو می‌شوند.

بنابراین شناخت وسواس، ابعاد مختلف آن و روش‌های درمانی آن می‌تواند دامنه اطلاعات ما را نسبت به این بیماری افزایش دهد و ما را در برابر ابتلا و درمان این بیماری مسلح‌تر بنماید.

در همین راستا این کتاب در ۲ بخش شناخت و درمان وسواس، در قالب ۵ فصل ذیل تدوین گردیده است:

بخش اول، شناخت وسواس، شامل ۲ فصل است که فصل اول به چیستی وسواس و کلیات و مفاهیمی در باب وسواس می‌پردازد و فصل دوم وسواس را از منظر دین مبین اسلام بررسی می‌نماید.

بخش دوم، درمان وسواس، شامل ۳ فصل است که فصل سوم درمان‌های امروزی وسواس، فصل چهارم درمان وسواس از منظر طب سنتی و داروهای گیاهی و فصل پنجم دره‌ان وسواس از منظر اسلام است.

مطالعه این کتاب به علاقه‌مندان حوزه روان‌شناسی و دانشجویان دوره کارشناسی رشته روان‌شناسی و مشاوره توصیه می‌گردد.

www.ketab.ir