

آسیب شناسی
(۱) شناسایی طبقه بندی اختلالات
(۲) سبب شناسی اختلالات

اختلالات روانی

سندروی است با ویژگی های

(۱) فصل شناسی شناخت (فکر - باور - ادراک) هیجان و رفتار

(۲) از نظر بالینی معنادار باشد (مختصم) رایج گذر

(۳) با معیار / هنجار / فرهنگ / نود فرد در تضاد باشد DSM

(۴) منجر به عملکرد نادرست ذهنی

جسمی

★ سایکوسوماتیک Psychosomatic به مشکلات جسمی گفته می شود که علت اصلی آن روان شناسی است نه فیزیولوژی خاص

(۵) موجب رنج نود یا دیگران می شود

(۶) یک واکنش طبیعی نسبت به یک رویداد خاص می باشد

★ عدم نسبت به بزرگ یک فرد افشنز نیست و جزو موارد بالا است

روان شناسی = اختلال در شناخت هیجان / رفتار

علت اختلالات روانی

زیستی = ژنتیک / فیزیولوژی

اجتماعی - فرهنگی = طبقه اجتماعی / جنس / فاکتورهای اجتماعی / تبیین ها

سبب شناسی کل

دیدگاه معنوی «spiritual»

دیدگاه انسان دوستانه «Humanitarian»

دیدگاه علمی «scientific»

دیدگاه معنوی ۸۰۰۰ سال قبل از میلاد مسیح

نظم کردن فردی که رفتار غیرعادی دارد تسخیر شده یا تفریق شده (جنسیتی، شکسته یا تبعید)

دیدگاه انسان دوستانه انقلاب انسان دوستانه * بعد از قرن ۱۸

انسان را موجودی دارای کرامت می دانست. وی گفتن با بیماران روانی باید یا محرمات رفتار شود برای نون
(فیلیپ پیل - ویلیام نورک)

دیدگاه علمی از قرن ۱۹ به بعد

اصولات روان علت جسمی یا روان شناختی قابل بررسی دارند

صغرا
سنودا
دم
بلغم

علت بیماری روانی عدم تعادل اخلاط چهارگانه

یونان باستان
بقراط - پدر علم پزشکی

روم باستان
جالینوس - نظام دانش پزشکی (کالبدشناسی) * باور داشت روح و بدن در تعامل اند

رئس - بنیان گذار روانپزشکی امریکایی * تحقیق روی نون

یوهان کریستیر - اولین کتاب آسیب شناسی روانی و اختلالات
* نخست هم بیماری های روانی بیماری معنوی اند

اجل کریلین - پدر روانشناسی نوین

طبقه بندی اختلالات روانی [DSM] - راهنمای تشخیص و آمار اختلالات روانی

31 > 11

MONDAY

March

2025

دوشنبه

فروردین

۱۴۴۶ ۱ شوال

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

— زان - مارتن تشارکو ~~هینوئینم~~

— پیرراند ~~زاهشیار~~ / ناگوراکاه هیستوریائی از جاسدن بخش های از آگاهی

فرورد

— یوزف بروئر ~~کا تاريس~~ «catharsis» / تحلیل هیجانی

تداعی آزاد

رویای آشکار

تحلیل رویا

رویای پنهان = ~~نیماد سازی~~

فرورد ~~رویکرد روانکاوی~~

= بعد از اون

۱ جنبش رفتاری

۲ دهه ۱۹۵۰ — روان های ناروین برای اختلالات روانی

بع

۲۸ < 17

پنجشنبه
فروردین
۱۴۴۶ شوال ۱۸
THURSDAY
April
2025

جلسه ۱۱

«آسیب شناسی»
(طبقه بندی DSM)
08:00

قبل از DSM IV به صورت معقوله ای بوده بر اساس بودن / نبودن نشانه ها

بعد از DSM IV به صورت ابعادی بوده بر اساس کمیت نشانه ها
تفصیل | طیف | شدید

۱۱:۰۰ طبقه بندی DSM IV بر اساس ۴ محور =

۱۲:۰۰ I - تمامی اختلالات بر اختلالات شخصیت و عقب ماندگی

۱۳:۰۰ II - اختلالات شخصیت و عقب ماندگی ذهنی

۱۴:۰۰ III - مربوط به مشکلات پزشکی (عدم توازن انتقال دودرهای کبی)

۱۵:۰۰ IV - مشکلات عصبی (خانواده، فقر، نیکار، طلاق و...)

۱۶:۰۰ V - سطح کارکرد بیمار بر اساس کنش متقابل ۴ محور قبل

۲۹ < 18

جمعه
فروردین
۱۴۴۶ شوال ۱۹
FRIDAY
April
2025

دیدگاه روان پریشی (فروری)

تئیه انرژی لیبیدو (مشکلات روانی)

انرژی لیبیدو تمرکز روی مراحل رشد

★ علت اختلالات روانی مربوط به تجربیات گذشته فرد

id - مبتنی بر اصل لذت - تأمین نیاز

عزت نفس شخصیت ego - مبتنی بر اصل واقعیت - پاسخگو به نیاز به تقویت عزت نفس - با استفاده از ابزار مکانیزم دفاعی

super ego - مبتنی بر وجدان - اخلاق، قوانین، باید و نبایدها و...



روز ارتش جمهوری اسلامی و نیروی زمینی

1404 < 1 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

19 > 30

SATURDAY شنبه
April فروردین
2025 1446 شوال 20

دیرگاه‌های پسا فرویدی

ناهنسب‌های جمعی

یونگ } کهن‌الگوها
نیازهای ناهنسب - عدم تأمین - اختلال روان

ادلر - کفده تفاوت - علت اختلال - عدم ناتوانی در برابر کفده تفاوت

هورنای - علت اختلالات روان - فاصله گرفتن از خود واقعی و تبدیل به خود کاذب

اریکسون - طی مراحل رشد بچان هاین ایجاد می شود - علت اختلالات - عدم حل بحران در اطفال رشد

سبب شناسی اختلالات روان
بر اساس دیرگاه‌های نظری

زنتیک

دیرگاه زنتی - مشکلات فیزیولوژی در اثر آسیب

انتقال دهنده‌های جمعی

تبعیض

دیرگاه اجتماعی - فرهنگی - براسب زدن (جنسی، قوی و ...)

هیچ‌انزوانی و آشفته و ناآمن و ... (سبب قربانی‌ها)

دیرگاه صفات - علت اختلالات روان در اثر شکل‌گیری صفات خاص

صفات کلی - دیرگاه تعاملی شخصیت

۱ - بدون گرایش - برانزری - هیجان‌پذیر - فعال - دایره اجتماعی بزرگتر - کم حرف - منفرد - متغیر - دایره اجتماعی کمتر

۲ - سازگاری - همدل - سهل‌گیر - معطوف - شگفتی - غیر معطوف - بی‌رحم

۳ - وظیفه شناسی

۴ - پذیرا بودن

۵ - روان رنجور

دیدگاه رفتارشناسی = اختلالات را نتیجه یادگیری های نادرست شرطی سازی یا تقویت رفتارهای ناسازگار

ایوان پاولف - شرطی سازی کلاسیک [محرک - پاسخ]
تیمیم - فرد مثل محرک های اصلی به محرک های مرتبط با واکنش نشئون هیپده
تمیز - بین محرک ها تفاوت قابل بسته فقط به محرک خاص واکنش نشئون هیپده
خاموشی - وقتی محرک شرطی دیده باغذا همراه نشئون پاسخ شرطی به تدریج از بین می رود
بارکشت تودبندی - با ارائه محرک شرطی پاسخ شرطی موقعا بر می گردد

اسکینر - شرطی سازی کنشگر تقویت - تکرار رفتار
تنبیه - خاموش شدن

تقویت مثبت - اضافه کردن چیزهای خوشایند برای افزایش رفتار
تقویت منفی - حذف کردن یا دور کردن چیز ناخوشایند برای افزایش رفتار
تنبیه - اضافه کردن چیز ناخوشایند برای کاهش رفتار
تنبیه منفی - حذف کردن چیزی ناخوشایند برای کاهش رفتار

بهنورا - یادگیری اجتماعی / یادگیری مشاهده ای
تقویت جانشینی - مشاهده بارش گرفتن شخص بیکه همان رفتار را شخص بیکه یاد می کند
تنبیه جانشینی - اگر کسی دیگری برای رفتار بیکه بیکه باشد از انجام آن رفتار اجتناب می کند

درمان های دیدگاه رفتاری

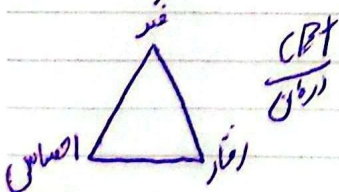
تغییر رفتار - رفتار نامطلوب با شرطی سازی تغییر داده بشود با رفتار مطلوب

آرکیدس آهوزی - یاد دادن که به فرد که در موقعیت اضطراب آور بدن و ذهنش را آرام کند

احسانیت خدای منظم - درمان ترس ها و اضطراب ها به شکل تدریس همراه با آرمیزش

شرطی سازی تقابلی - جایگزین کردن پاسخ در برابر (مثبت) به جای پاسخ منفی قدیمی

دیدگاه شناختی - افکار منفی نادرست یا غیر منطقی باعث شکل گیری احساسات و رفتار ناسالم می شود (اعتلال روانی)



گفت و گوی شرطی - افکار میسر است تا به جواب برسد

آلین ویک - دیدگاه شناختی - رفتاری

غریبه سازی

21 > ۱

MONDAY

دوشنبه

April

اردیبهشت

2025

۲۲ شوال ۱۴۴۶

08:00

09:00

• دیدگاه انسان گرایانه = علت اختلالات روانی
زمانی که توانایی ها، استعدادها و رشد طبیعی فرد سرکوب یا کم رنج باشد

کارل یونگ - انسان درون خودش به رشد، شکوفایی و کفایت واقعی شدن دارد ولی اگر اطرافیان به شکل
تسرطنی بپذیرن فرد از خودش دور می شود.

11:00

یونگ بر مبنای شرط + هدای + توجه برای تغییر رفتار - در صورت ثوابت کودک فرد اجرا نیست

12:00

• دیدگاه اجتماعی فرهنگی = درامی هلی زوج / خانواده / گروهی

13:00

14:00

15:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

• دیواره اجتماعی فرهنگی = همیشه مشکل از فرد نیست (درمان هلی روج، خانواده، گروهی و ...)

۱- اختلالات اضطرابی =

علامه ۱: لرزش دست، تکان دادن پا، کندن پوست لب/ناخن، سشیم بودن قفسه سینه، تنفس بریده، کتوفتی محفلات کردن. * اضطراب در سطح قابل تحمل

علامه ۲: سرخ شدن پوست، خشکی دهان، تپش قلب، گشت زبان، سوزش معده، تهوع، خواب آلودگی بیرون روی، تپش، گرم/سرد شدن بدن، احساس نیاز به دستشویی. * سطح داخلی بدن کمتر کنترلش دست ما نیست

علامه ۳: عدم تمرکز، قراموشی مقلع، خالی شدن ذهن، سرگیجه، سردرگمی، تار شدن چشم. * بالاترین سطح اضطراب

دسته ۱: اختیار و کنترل ما بیشتر است و در سطح و قابل تحمل است
دسته ۲: سطح داخلی بدن که کنترلش دست ما نیست
دسته ۳: بالاترین سطح اضطراب است و نگران کننده است

اختلالات اضطرابی

- اختلال اضطراب اجتماعی
- اختلال وحشت زده
- آزار هراسی / اکورافوبیا
- اختلال اضطراب فراگیر / تعمیم یافته
- اختلال اضطراب ناشی از مواد و دارو
- اختلال ناشی از یک عارضه پزشکی
- اختلال اضطراب تیپیک
- سکوت انتخابی
- هراس اجتماعی / فوبی اجتماعی

ح

اختلال اضطراب جدایی

ترس یا اضطراب زیاد در تناسب با مرحله‌ی رشدی فرد که به علت جداسازی از افرادی که با آنها دلبستگی دارد ایجاد می‌شود.

این ترس و اضطراب با عوامل نشان دهنده‌ی سن و هنجاری که فرد از خانه یا افراد محمی که به آنها دلبستگی دارد جدایی احساس می‌کند که به فردی جدایی شود به طور دائمی تران این است که مبادا یکی از افرادی که به آنها دلبستگی دارد را از دست بدهد یا بلافاصله سر آنها بیاید. دائمی تران روزهای است که می‌تواند به جداسازی از افراد محمی که به آنها دلبستگی دارد منجر شود هرگز دوست ندارد از خانه خارج شود یا به مکانی غیر از خانه مثل مدرسه/خانه اشان برود. به طور دائمی و شدیداً هیچ ندارد در خانه یا جاهای دیگر تنها بماند. به طور دائمی در راه‌ها یا جدایی از اقوام کاملاً می‌بیند.

★ در صورت جداسازی از افرادی که با آنها وابستگی دارد علائم فیزیکی شدید اضطراب از کودکان نشان می‌دهد

مدت زمان

این حالت باید به مدت زمان آماه وجود داشته باشد
این حالت در کودکان و نوجوان آماه است

در صورتیکه چیز را اختلال نمی‌نامیم اختلال باید باعث ایجاد اختلال در عملکرد ذهنی، تعلیمی، اجتماعی یا زمینه‌های گسترده شود و بتوان آن را به علائم بزرگی، دارو، مواد، تعلیم داد

★ اضطراب زنجیری است و ۷۰ درصد از طریق ارث منتقل می‌شود
★ اضطراب جدایی بیشتر در کودکان دیده می‌شود

سکوت انتخابی

فرد در همه موقعیت‌های اجتماعی خاص که در آنها از او انتظاری بود که حرف بزند سکوت می‌ماند اما در سایر مواقع صحبت می‌کند

★ حداقل باید یکی از این حالات را داشته باشد که نتوانیم به اختلال تکلم نسبت دهیم

در انوکسیم، عقب ماندگی ذهنی، صحبت نکردن داریم ولی این اختلال مربوط به بیماری نیست و فرد در بعضی مواقع صحبت نمی‌کند.

★ این اضطراب از سمت خانواده است → زیرا حرف نزن، سکوت باش

30 > ۱۰

WEDNESDAY

چهارشنبه

April

اردیبهشت

2025

۲ ذی القعدة ۱۴۴۶

08:00

هراس اجتماعی

ترس و اضطراب شدید نسبت به یک شیء یا موقعیت خاص مثل گربه، حیوانات، اشیاء فلزی،
فضای بسته یا باز، ترس از تاریکی، ترس از فضای کوچک، ترس از فن، ترس از پرواز، ترس از ارتفاع
ترس از مرد، تقریباً همیشه این ترس در حلقه ایباردی نشود

10:00

این ترس شدید با شدت فیزیکی که از سمت آن موقعیت یا روپارایباردی نشود تناسب ندارد پس اضطراب
یا اجتناب فرد باعث ایجاد اختلال عملکرد اجتماعی، تحصیلی، شغلی... می شود

12:00

13:00

ع

14:00

08:00

افطار اجتهای

- ۱- ترس یا افطار به سبب شب به یک یا چند موقعیت اجتماعی که در آن فرد در معرض توجه و دقت نظر دیگران قرار می گیرد.
- ۲- فرد می ترسد طوری عمل کند که دیگران متوجه نشانه های افطار او بشوند و برداشت منفی از او داشته باشند.
- ۳- موقعیت های اجتماعی تقریباً همیشه باعث ترس و افطار در فرد می شوند.
- ۴- در کودکان با سبب کاری و تشنگی به یک کردن همراه است.
- ۵- فرد فعالانه تلاش می کند که از قرار گرفتن در موقعیت های اجتماعی کند و اثر مجبور باشد با ترس و افطار بسیار شدید آن را تجربه می کند یا عمل می کند.
- ۶- ترس و افطار فرد با خطری که از جانب موقعیت آن را تهدید می کند تناسب ندارد.
- ۷- ترس یا افطار یا اجتناب مورد نظر به طور مکرر و مدام (پیوسته) و مکرر مدام ۶ ماه تا دو سال در این ترس و افطار منجر به اختلال در عملکرد فرد در موقعیت شغلی، تحصیلی، اجتماعی و ... فرد می شود.
- ۸- ناراحتی فرد را نمی توان به عوامل دیگر مثل دارو و یک ماده هورمونی یا یک عارضه پزشکی نسبت داد.
- ۹- یک اختلال روانی دیگر نمی تواند توضیحی برای این اعلام داشته باشد.

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

ترس = ۸۵ درصد بین ۸ تا ۱۰ سالگی مبتلای شوند

عوامل محیطی از جمله رفتار خانواده ها خیلی در این اختلال تأثیر می گذارد

بررسی کردن سبب اعلام (در جایی بودن سبب زیاد یا نیست)

خیالت در جاهای دیگر هم خودش رو بروز می دهد که افطار اجتماعی نیست

افطار اجتماعی در موقعیت های خاص در اجتماع اتفاق می افتد

اگر فرد جانی باشد و عملکرد فرد در موقعیت های اجتماعی دچار اختلال شود می توان گفت فرد افطار اجتماعی دارد

تشخیص

تشخیص افطار به دلیل با افطار اجتماعی = افطار برای بیشتر در تنها بودن است اما افطار اجتماعی مورد توجه دیگران قرار گرفتن و در اجتماع بودن است

تشخیص لالی انتخابی با افطار اجتماعی = لالی انتخابی در موقعیت اجتماعی لازم نیست هبت کند افطار می گیرد ولی اونی که افطار اجتماعی دارد هم می تواند هبت کند یا نه افطار می گیرد. لالی انتخابی در هر موقعیت اجتماعی افطار نمی گیرد ولی افطار اجتماعی در هر موقعیت ها افطار می گیرد

18 < 8

پنجشنبه

THURSDAY

اردیبهشت

M a y

۱۰ ذی القعدة ۱۴۴۶

2025

احتلال بینک یا ولست نرس

علائم بینک شامل حملات ترس یا افکار این شد است که در عرض چند دقیقه به اوج خود می رسد

09:00

09:00

باید حداقل ۴ تا از موارد زیر را داشته باشد =

تپش قلب شدید / انقباض مفاصل / احساس تنگی نفس یا خفگی / تاری دید / سرگیجه / حالت تهوع

لرزیدن / عرق کردن شدید / سرد یا گرم شدن بدن / احساس مور مور شدن یا سوزن سوزن شدن (فشار فوری)

ترس از دست دادن کنترل / ترس از دیوانه شدن / ترس از مردن (شناسی)

بعد از تجربه حمل بینک فرد به مدت یک ماه یا بیشتر ۲ مورد زیر را تجربه می کند

ترس مکرر یا مداوم درباره وقوع مجدد حمل بینک

تغییرات ضایعات ناگهانی و غیر قابل پیش بینی در رفتار که با این حملات مرتبط است. احتلال کردن از موقعیت های اغراق آور

16:00

روز بیماری های خاص و صعب العلاج

19 < 9

جمعه

FRIDAY

اردیبهشت

M a y

۱۱ ذی القعدة ۱۴۴۶

2025

علائم بینک وابسته به موقعیت خاصی نیست و دلیل خاصی ندارد

تفاوت علائم را به معرف موارد یا عارضه پذیری نیست دهم یا نتوانیم بیماری های روانی دیگر نیست دهم

از سن جوانی ۱۸ سالگی به بعد ۱۸ تا ۲۴ سالگی شیوع بیشتری در افراد دارد

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

17:00

18:00

20:00

21:00

ترس یا اضطراب شدید - حداقل در دو موقعیت از موارد زیر مشاهده می شود

۱) استفاده از وسایل عمومی (اتوبوس - مترو - قطار - هواپیمای)

۲) فضای سر باز و روبار (مراکز خرید روبار - پارکینگ بدون سقف - زمین بزرگ و روبار)

۳) فضای بسته (آسانسور - اتاق پرو - مغازه - فعالیت عمومی)

۴) تنه‌ها مانع بودن در سیر و از خانه

۵) ایستادن در صف یا مکان شلوغ (مثلاً بازار و راهپیمایی)

معمولاً دردی می‌کشد یا اگر همورسن با اضطراب وارد می‌شود. باید حداقل ۶ ماه دوام داشته باشد و از دو موقعیت حداقل اجتناب می‌کند. اگر در سال‌های گذشته که می‌ترسید بدون زمین. این ترس تقریباً همیشه در فرد وجود دارد (تشنج از ۶ ماه به بالا). یک عارضه مزمنی نتواند علت این ترس و اضطراب در فرد باشد. مدیریت اطفال در زندگی عادی فرد نباشد.

مقایسه با تنگی = در تنگی حرکت خاص نداریم

مقایسه با اضطراب تنگی = اگر او فردی که اختلال اضطراب ندارد. با بررسی افکار می‌توانیم بفهمیم. در اضطراب تنگی از آن برای فرد امن و... اتفاق بی‌وفتد اضطراب دارند. اگر او تنگی مکان برایش مهم و اضطراب رنگارنگ از آنجا است

مقایسه با اضطراب اجتماعی = قضاوت شدن از طریق دیگران برایش مهم و مکان. در اضطراب اجتماعی افراد زیادی باعث اضطراب می‌شوند. در آنجا جمعیت تأثیر چندانی ندارد

مقایسه با PTSD = یک اتفاق خاص باعث این اضطراب شده (قرار گرفتن در موقعیت = اضطراب)

اضطراب قرارگیری تقیم یافته ۳ حالت کلی اضطراب یا ترس مزمن در باره تعدادی از رویدادها یا موضوعات که این اضطراب یا ترس مزمن با آن رویداد و موضوع تناسبی ندارد. فرد نمی‌تواند این ترس را کنترل کند.

★ حداقل ۶ ماه باید دوام داشته باشد

۱) فردین قرار است یا احساس نمی بردن دارد یا به دلیل نترسیدن پس از نوبت اطلاق می کند

۲) به آسان نشسته و بن رقی می شود

۳) نمی تواند بواسطه کوز را متمرکز بر چیزی کند یا دهنش زود خالی می شود

۴) در آتش تر اقل ۳ مورد ۴) زود رنج و سریع از کوره در می رود

۵) تنفس ملاحظه ای دارد

۶) توانش تحمل می شود

نشانه های

(در آتش تر اقل ۳ مورد)

معمولاً موضوعات زیادی را در بر می گیرند
۱) نترسیدن را نتوان به یک دارو یا ماده یا عارضه پزشکی نسبت داد

۲) تمیزی و بیرونی علامت افکار می دهد

۳) افکار افکار فزاینده هیچ نشانه مشخصی برای تشخیص وجود ندارد (افکار دلیل خاصی ندارد) موضوعات گسترده ای را شامل می شود

۴) افکار ناشی از مصرف مواد دارو ۴

از روی سوابق فرد - معاینات پزشکی و تست آزمایشگاهی نتایجی به دست می آید که موارد ۱ و ۲ هر دو با هم وجود دارند =

۱) نشانه های افکار پس از مصرف مواد یا دارو ایجاد می شود و با قطع آن برطرف می شود

۲) ثابت شود که آن دارو یا مواد توانایی ایجاد افکار را دارند

داروهای ضد افکار می توانند توانایی ایجاد افکار را دارند

افکار ناشی از یک عارضه پزشکی ۴

۱) نتایج بیست آمده از سوابق فرد معاینات پزشکی و تست های آزمایشگاهی نشان می دهد که آنشتی فردی است =

۱) مشکل فیزیولوژیک (عارضه پزشکی است)

۲) نتایج افکار را به نشانه های یک احتمال روانی زیر تعلیق دهیم

۳) عملکرد عادی و زنجیر فرد را تحت تاثیر قرار دهد

ع.

12 > ۲۲

MONDAY

دوشنبه

M a y

اردیبهشت

2025

۱۴ ذی القعدة ۱۴۴۶

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

اختلال اضطراب بیماری
فرد همش فکر میکنه بیماریه یا میترسه که بیمار باشه

★ عارضه پزشکی نیست اختلال روانی است

★ اختلال سایکوماتیک هم عارضه پزشکی نیست اختلال روانی است

★ یک متنس کمی می تواند یک عارضه بدن ایجاد کند

★ قسمتی از میزن ها هم اختلال سایکوماتیک است

obsessive - compulsive

احتمالات وسواس - جبری

وسواس ۲ گروه کلی
 ۱. فکری = فکر، میل، تکان (اعمال فکری)
 ۲. عملی = اذیت، اذیت در عمل انجام می‌دهد.

وسواس؟؟ = فکر میل تکان یا عملی که به صورت راجع (بازگشتی) و مزاحم (فرد بخش زمانی ندارد) در فرد اینها می‌شود و باعث ناراحتی یا اضطراب قابل توجهی می‌شود.

☆ نشانه‌های ذهنی [نود توان] ولی تو وسواس دست خود فرد نیست
 ☆ سمایست های زیاده در روز مشغول
 ☆ احتمال در عملکرد

رایج ترین وسواس با تیزی یا تیزی (۱)
 ۲. تریز مری (وارسی) (۲)
 ۳. افکار مزاحم یا مضمونه (۳)
 ۴. تقارن یا نظم (۴)

۱. فرد می‌ترسد یا اجتناب از کرد و نگار آلودگی، بقیه این که این کرد و نگار آسیب زا است. از دیدگاه آنها اگر چیزی با این آلودگی نباشد ممکنه منتقل باشد. بعضی ها حتی اگر از کنارش هم رد بشن هم ممکنه آورده بشن. ☆ بیز اجتناب از مدفوع - ادرار - کرد و نگار

۲. معمولاً ترس از آسیب دیرین از چیزی یا احساس خطر یا جریانی

۳. درگیری ذهنی یا میل و تکان که بیشتر جنسی و پرخاشگری همراه با احساس شرم و گناه از بار

۴. در مورد خودشان و وسایل است
 خودشان = یک قسمت از لباس لک شود باید دو طرف لباس هسان باشند، کم تقارن اندیش می‌کند.
 اشیاء = در جیبان مثل = بالش های روی مبل باید کاملاً قرینه باشند.

☆ دستور وسواس اجتناب است ولی کلمات نیست

31 > 10

SATURDAY شنبه
M a y خرداد
2025 4 ذی الحجه 1446

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

23:00

24:00

25:00

26:00

27:00

۱) اختلالات بدرنیت انشاری بدن
۲) اختلال انباشت کرمی / ذخیره سازی / اختلال
۳) اختلال کندن مویا موکنی (ترکیو-تیلو-مانیا)
۴) اختلال پوست کنی یا کندن پوست

۱) اختلال بدرنیت انشاری بدن

• ذهنی = معمولاً نسبت به بدن نورس تر یا قهوه ای از بدن لکودشون دیدگاه مثبت ندارد
★ از دید بقیه افراد مشکلی ندارد
★ ساعات زیادی در طوی آینه هسش
• محلی = روی آوردن به فراموشی های زیبا
★ تا ۲ عمل اختلال حساب نمی شود
★ بیشترین درگیری ها با سر و صورت است (بینی - ابرو - چشم - لب و ...)

۲) اختلال انباشت کرمی / ذخیره سازی / اختلال

درد و ناراحتی و وسایل مشکل دارن حتی اگر آن وسیله بلا استفاده باشد
★ نه می دارد تا سایر یک روزی استفاده کنیم
در تقلم و نوردن و خوابیدن و زندگی مشکل ایجاد می کند
معمولاً کتاب، کیف، کفش، روزنامه و ... که داری می گذرن بعضی مفعول نمی دارند یا نیوان نمی دارند

۳) اختلال کندن مویا موکنی (ترکیو-تیلو-مانیا)

معمولاً در صورت و مو هسش و در موهای بازو و ... دیده می شود
در ظاهر فرد تغییراتی ایجاد می شود کم برای سایر افراد قابل مشاهده است
معمولاً سعی می کنند انجام ندهند ولی می گویند بعد از انجام دادن احساس تنفس از بین می رود
تکرار می کنند احساس آرامش
تکرار می کنند درگیری های ذهنی
★ بعضی در مواقع نادر موهای خود را می خورد (استعداد روده - سر و تفریب)

۴) اختلال پوست کنی یا کندن پوست

به صورت خارش / کندن پوست / خراش پوست ★ با انگشت ها قوی صورت اطراف لب و دهن

11 < 1

یکشنبه

SUNDAY

خرداد

June

۵ ذی الحجه ۱۴۴۶

2025

08:00

سبب شناسی و سواس
(۱) زنیستی
(۲) هیجانی

10:00

(۱) زنیستی
رژیمیک = ۵۰ درصد
فیزیولوژیک = پیش پیمان و گنگد باهن - سیستم سروتونیک رومیرو بایس و دوپامین میره بالا
واقعیت را آن شکلی که هست نمی تواند ببیند
دوپامین پیش فعالی را به همراه دارد (یکبار فایده ندارد بیشتر باید انجام بده)
☆ سروتونیک قدرت تشخیص را پایین می آورد

(۲) هیجانی

بر میزده به سبب زنیستی و الگوی تربیتی
والدین سختگیر - یا انتقال احساس گناه شرم مسئولیت پذیری اطرافیان توجه بیش از حد اندازه به سیر چارچوب خاص
(اگر این خبری رفتار کنی بهم توبی هدی می ده)

16:00

17:00

دوشنبه
خرداد
۶ ذی الحجه ۱۴۴۶
2025
MONDAY
June
«آسیب شناسی»

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

روان اختلالات و سواس - جبری

آشنایی که نتیجه را مبالغه می کنند (مثل برآورد بیش از اندازه تهدید)

CT - تمرکز بر افکار - احساس مسئولیت مفرط (تهدید کردن کل کلاس)

BT - تمرکز بر تغییر رفتار (به مرور رفتار را تغییر میدهد)

CBT - شناختی - رفتاری

زیرمجموعه CBT

ERP - به قبلی روی سواس تا کند دارد

متغیرش موافق و بلوگری از پاسخ است

روان مواجه سازی - فرد با موقعیت مواجه شود و کاری نکند - تنش ایجاد می شود - به بالا رفتن اضطراب

در درمان شاهد کاهش اضطرابیم - مجدد مواجه شدن با موقعیت

مروارید به مرور است

از کمترین حالت به بیشترین حالت

مواجه واقعی

تصور سازی ذهنی

وقتی با تصور کنار آمد و مرو

اضطراب کمتر شد

یا خود فرد در صورت تمار

درمان های تحلیلی - برای افرادی که به CBT مقاومت دارند و ترجیح می دهند روانی را دوست ندارند

سری برای سواس های خالص (بدون عمل) فقط تفریه

دارو - برای افرادی که خیلی مقاومت یا سواس خیلی تاردهست

وقتی که روان در مانج صفر مؤثر نیست

اختلالات شخصیت

یک الگوی پایدار و ناقصی برخی (هم به صورت درونی هم در رفتار با دیگران) با چارچوب فرد و فرهنگ حاصل بسیار زیادی دارند

با نیست نامناسب با آنهاست

این الگوی پایدار و فراگیر با ثبات است (در همه ابعاد زندگی فرد)

سرویس از تقویم ۱۸-۱۵ یا ادراک بزرگسال است

حاصل در ۲ توره زیر باید خودش را نشان دهد

- ۱) شناخت سبب ادراک فرد از تود و دیگران در ویدادها
- ۲) عاطفه (هیجان) سبب پیوستن هیجان ابراز نابجای هیجان و بدتر از نیت است
- ۳) روابط بین فردی سبب مشکلات در روابط
- ۴) کنترل تکان سبب عدم کنترل در هیجان و رفتار

- ★ باعث نقص یا اختلال در عملکرد فرد می شود
- ★ در تشخیص سیر اختلال باید یک شود - طولی - مقطعی
- ★ در ابعاد مختلف زندگی باید بررسی شود

- کلاستر A سبب در ویژگی بکیت و مزین بودن مشترکند ۱) بارانوشید ۲) اسکیزوتیپال ۳) اسکیزوتیپال
- کلاستر B سبب در ویژگی تمایزی و هیجانی ۱) منداقایی ۲) مزین ۳) لودشیفته ۴) نطایی
- کلاستر C سبب در ویژگی اضطرابی و هراسی ۱) اجتنابی ۲) وابسته ۳) وسواسی

پارازیت باید مورد از موارد زیر را داشته باشد

- ۱) بگمان و افکار گزند و آسیب
 - ۲) تردید به وفاداری دیگران
 - ۳) ناتوانی در اعتماد به دیگران
 - ۴) تهدید آمیز یا خصمانه تفسیر کردن تجارب
 - ۵) احساس مورد حمله قرار گرفتن از سمت دیگران
 - ۶) با مسائل راحت کنار نیایان و گذر زنی کنند
 - ۷) معمولاً دوست جمعی و نزدیک ندارند
- ★ فراقنی و بیرون ساری در این افراد زیاد دیده می شود