

# الوسواس القهري | مع د. أنس ابن عوف و ياسر الحزيمي | الحلقة ٥) | وفي أنفسكم

ياسر الحزيمي

يشمل اثنين فكرة زائد فعل لو جت فكرة فقط لو استكملت الشروط يمكن ان يكون اضطراب وسواس قهري. والغالب ان تجتمع  
الفكرة الوسواسية والافعال القهرية. لكن وقال ولدها خلاص انا - 00:00:00  
يمه انت غلط اللي تسوينه. الموضوع هذا الكثير ما يصلح وكذا وما ادري ايش. قالت لا هذا الدين وهذا كذا. قال خلاص انا بجيب  
الشيخ السعدي لبيتنا اتفق مع الشيخ وقال تعال. ولا يدافع عن الفكرة - 00:00:15  
هو اصلا كما تفضلت يعني يستسحقها تزعجه يريد ان يتخلص منها لكن لا يستطيع. بالضبط. هذا هو الاصل في قال ذاك صريح  
الايمان صريح الايمان هل هناك دعم نفسي اكثر من ذلك؟ جميل اها جميل الى ان يهوي الى ان يهوي من حالق احب اليه من ان يتكلم  
به - 00:00:29  
بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على اشرف الانبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى اله وصحبه اجمعين حياك الله دكتور انس.  
الله يحييك ويبارك فيك. الله يسلمك. اه اليوم ابو عبد الله بنتكلم عن اه - 00:00:51  
الوسواس القهري ايش ممكن نسميه اسم انا اخاف اسميه سرطان العصر اصبح ابو خمت الموضوع اكثر مما كذلك هو الامراض القوية  
والمزعجة لصاحبها جدا. هم من الامراض اللي يشتكي منها صاحبها - 00:01:08  
واكثر ما يتألم منها صاحبها ولا يدري الاخرون بمعاناته ما يدري لانه يخفيها ولا ما تظهر عليه؟ ما تظهر. سلوكه الخارجي طبيعي  
تعمل المعاناة في داخلي. ولذلك انا اسميت كتابي عليه معاناة صامتة واقصد معاناة مريض الوسواس - 00:01:30  
وش وش فكرة ما هو المرض هذا طيب آآ الوسواس القهري هو عبارة عن افكار وسواسية وافعال قهرية. يعني من اسمه وسواس  
قهرية افكار وسواسية وافعال قهرية لكن بطريقة معينة يعني اه - 00:01:53  
تسبب ازعاج وازعاج شديد للشخص تؤثر على حياته اليومية والا اه كل انسان قد يمر عليه شيء من الوسواس آآ يردد شيئا آآ يهتم  
بفكرة اكثر مما هو معتاد تمر عليه مروه لكن اذا ما سببت ازعاج له - 00:02:10  
اه ولم تضيع من وقته آآ بصورة كبيرة لا يعني لا يدخل في اطار المرض اذا هي افكاره وسواسية وافعال قهرية افكار متكررة يعني  
يسبب ازعاج للشخص وتؤثر على اه حياته. سبحان الله! حتى في اللغة - 00:02:30  
الاسم اذا كان الحرف الاول والثاني تكرر مرتين. اه يدل المبني يدل على تكرر المعنى. سبحان هذا يدل على التكرار مثل زل زل ما في  
زلزال يجي بوحده بس. نعم. ايه. جل جل. مم. في تكرر - 00:02:49  
الوسواس اولاً هو شيء فيه تكرر نعم طيب هذا الوسواس يكون شيء عقلي او فكرة تترجم على هيئة فعل قهري ايش معنى قهري  
يعني رغما عن ارادة الشخص هو يحس انه مجبر ان يفعل ذلك لا يفعله بكامل اختياره - 00:03:07  
وهذا يدخلنا في الاعراض لانه هي الاعراض الوسواسية والفعل القهري تفصيل ووصف الفكرة وصف الفعل يعني مثلاً الفكرة  
الوسواسية هي اما انها فكرة احنا بنسميها فكرة لا تختص بالتفكير لكن قد تكون فكرة مجردة او قد تكون اندفاع - 00:03:29  
الدفاع نحو الشيء لا اعني بالاندفاع الحركة المبالغة الدافع الدافع يعني يحس الانسان انه يريد ان يفعل ذلك وما فعله لكن عنده دافع  
قوي آآ ان يفعل شيئاً ويقاومه مثلاً - 00:03:53

مثلا احساسه بانه يريد ان يرمي نفسه في الطريق ايش يسمى هذي الفكرة هذا يسمى اندفاع او دافع يعني بالمصطلح الغربي لكنه دافع او اندفاع آآ يعني يصنف مع الفكرة لانه مجرد خاطرة - [00:04:13](#)

ليس عملا هو لن يجري بنفسه جاءت عرضا مسترسل معها عادية هذي تظل لكن اذا تكررت هذه تظل نمط الوسواس لكن لا تعتبر اضطراب الا اذا كانت متكررة ومزعجة ومخيفة بالشروط التي ساذكرها. طب ما - [00:04:34](#)

شو الفرق اجل بين الوسواس؟ الفكرة الوسواسية والظالية الفكرة الظالية. اه الفرق اه كبير وفي نفس الوقت يشتهه على بعض الناس الفكرة الضالية هي فكرة متجذرة متأصلة يعتقد المريض فيها اعتقادا جازما - [00:04:52](#)

اعتقد في صحتها مثلا مريض يعتقد انه نبي مرسل لا يقبل جذر في ذلك اطلاقا حقيقة عنده لا تقبل المرء ولا الجدل. هذي فكرة ضالية ولها انواع واشكال الفكرة الوسواسية هي فكرة تخطر على المريض وهو غير مقتنع بصحتها بل بالعكس - [00:05:10](#)

يراه السميحة وتافهة ويستغرب احيانا لماذا انا افكر فيه اصلا طيب لماذا لا تزيلها من عقلك لا يستطيع انها فكرة ملحة متكررة افرض نفسه متطفلة يعبر عنها احيانا بيانات متطفلة - [00:05:34](#)

اه مزعجة انه لم يستدعي هذا نفسه لكن يحاول طردها فلا يستطيع فتعود مرة اخرى هذا اه ما يتعلق بالفكرة الاساسية. اذا هي فكرة اه خاطرة او اندفاع او احيانا صورة - [00:05:54](#)

صورة يخطر على ذهنه صنفت مع الفكرة الوسواسية لانها ليست فعلا. هي مجرد طيب هل يراها فعلا بعيني لو رآها لعدت من قبيل الهاوس البصرية. لكن هو لا يراها هو تخطر الصورة في ذهنه - [00:06:11](#)

هذي اه الفكرة الفكر الوسواسية اذا هي مزعجة وملحة متكررة ومستمرة اه ومتطفلة حاول آآ ازاحتها من الذهن لكن لا يستطيع هذا ما يتعلق بالفكرة. الجانب الثاني القهري اللي هو الفعل القهري - [00:06:29](#)

قد يكون فعل عقلي اه او فعل اه جسدي الفعل الجسدي هو المعروف الحركة. مهم. اه الغسيل يغسل يغسل يده عدة مرات هذا فعل قهري. تكرار اغلاق الباب. التأكد من انه مغلق - [00:06:47](#)

اه فعل قهري. طيب اه في الفعل القهري جسدي. طيب الفعل الذهني العد مثلا هناك مربعات في الجدار ونقوش يعد واحد اثنين ثلاثة ليس هناك هدف لكن كأنما هو مجبر - [00:07:05](#)

على ان يعد آآ احيانا تكرار كلمات في ذهني من غير ان ينطقها كررها في ذهن كلمات معينة يحس كأنه مجبر على ذلك يعني طيب او طقوس بعض الناس مثلا - [00:07:25](#)

اه عنده طقوس معينة قبل ان يفتح الباب يحس انه لابد ان يلمس مثلا اعلى المنطقة التي تعلق المقبض ثم يلمس المنطقة التي وحدة فوق وحدة او ثلاثة فوق اثنين دحين المهم ايا كانت طقوس - [00:07:44](#)

هو نفسه مؤمن بتفاهة ذلك الفعل لكن يحس كان مجبر اذا لم يفعل ذلك يحس بقلق هذي اه اه هذا فعل قهري من جسدي او عقلي ذهني او آآ طقوس معينة لابد ان تتم بهذه الطريقة والا - [00:08:01](#)

عانى من القلق شديد طيب الوسواس لابد آآ يشمل اثنين فكرة زائد فعل لو جت فكرة فقط استكملت الشروط يمكن ان يكون اضطراب وسواس قهري. والغالب ان تجتمع الفكرة الوسواسية والافعال القهرية. لكن اذا كان واحد فيهم فقط - [00:08:22](#)

بالشروط المعروفة للتشخيص انها تستهلك الزمان. وانها تكون مزعجة وانها ملحة وانه وانه تؤثر على حياة الانسان فهو وسواس قهري له انواع يا دكتور؟ نعم انواع مرتبطة بمحتوى الفكرة او - [00:08:42](#)

اه المحتوى العمل الفعل القهري يعني مثلا الافكار الوسواسية من اشهرها فكرة اه التلوث والتبعاة هي فكرة سواء قلت فكرة النظافة وفكرة التلوث هي نفس الشيء انه آآ ان يده متسخة. ان ملابسه متسخة - [00:08:58](#)

عن كذا آآ ايا كان اي فكرة مرتبطة بالنظافة او التلوث او آآ انه معقم غير معقم اه فهذه هذي واحدة. طبعا قد ترتبط بفعل قهري وهو الغسيل والتنظيف والتكرار فيها ايه والتكرار في هذا - [00:09:17](#)

يعني هذا فعل قهري انه يغسل يعني مثلا انسان يخطر ببيده انه ان يده متسخة وهي نظيفة لكن لا يستطيع ان يغارب الفكرة. اريح

نفسى المغسلة قريبة اغسل يدي وترجع الفكرة مرة اخرى ثم يرجع يغسل يده هكذا - [00:09:43](#)

اه يصبح في دوامة. بعض بعض الافكار مرتبطة بافعال قهرية وبعضها لا نمشي في الامثلة مثلا عندك آآ فكرة وسواسية فكرة التماثل تماثل اه انه لابد يكون هذا مماثل لهذا - [00:10:01](#)

اليمين ما في اليسار طولاً او عرضاً او شكلاً او لوناً يعني مثلاً على الطاولة وهناك اه هنا في ثلاث اقلام هنا قلم واحد ياخذ واحد من هنا جنب بعض يحطوا الجنب الثاني عصير اثنين وهي اثنين. مم - [00:10:24](#)

او الصف ما يتقدم واحد من الاقلام على آآ الآخرين يعني هي او مرمية زي ما يكون عادة المكاتب اربع خمس مرمية غير نظام لا لازم احياناً اشوف بعضهم الله يشفيننا وايهاهم يا رب العالمين. الزيتون مثلاً - [00:10:40](#)

يصف الزيتون. هم. احياناً يصف التمر. مثلاً. احياناً يصف العدس يعني يصل مرحلة انه لا يبغى التماثل في كل شيء. نعم. يعني هذا مشكلة يعتبر نرجع مرة اخرى اذا كان معيق واذا كان معيق في بعض الناس اه ما يحب الفوضى بس بالنظام. وهذا شيء طيب النظام - [00:10:59](#)

لكن اذا كان مثلاً نظام في ما لا يستدعي نظام مثلاً يعني زي ما قلت اه الزيتون في صحن يعني سيؤكل سواء كان يعني مرصوص او كذا. طيب هذا فعل اه ليس له مبرر لكن هل يستطيع ان يمنع نفسه - [00:11:22](#)

ولا يستطيع اذا يستطيع خلاص يعني مثلاً الان قد تجد تجلس في مجلس ستكون امامك لوحة جميلة اه غالبية ذا ثمان لوحة اه فيها ما فيها من العظم والابداع. لكنها - [00:11:40](#)

قليلة. ايه اللي بالنص اي انسان يحس ان يعني هناك رغبة اني امشي اعدل اللوحة طيب آآ حسب الموقف ان كنت في بيتك طبعا ستعدل. امر بسيط وايه. فاذا كنت في بيت شخص قريب لك يعني - [00:11:56](#)

لكن كنت في دائرة حكومية مصلحة ومناسبة عامة انت احد يعني احد المدعوين التعديل يحتاج الى جهد وكلفة يعني موضوع فاذا يختلف حسب الموقف آآ احياناً لا يستطيع ان يصبر يمنع نفسه من التعديل - [00:12:16](#)

هذي الاشياء فهذا يعني قد يدخل في من الاعراض اه وسواس الشك. انواع. احنا اه نعمل انواع جزاك الله خير الأنواع. قلنا التلوث والنظافة الثاني التماثل. ايوا. الثالث. الشك. الشك. الوسواس الشك - [00:12:40](#)

هو يشك في ان الشيء انجز او لم ينسَ ينجز. سكرت الباب ما سكرت الباب. الفرن سكرته ولا ما سكرت؟ الغاز سويت انا سويت. في اه هل انجزها او لا؟ اي شك الجوال في الجيب او لا؟ الان هذي حركة شائعة طبعا. هم - [00:12:59](#)

ولا تعد بمفردها اضطراباً لكن هي من نفس جنس الشك يعني انا كثير من الناس يدخل يده في جيبه ويتأكد او يحط يده على جيبه ويتأكد انه الجوال موجود او لا صح - [00:13:19](#)

آآ الورقة الفلانية الكذا وكل ما زادت اهمية الشيء كل ما زاد التأكد منه ذكرت هذا المثال فقط لفهم الطبيعة. لكن ليس بالضرورة كل من يتأكد من الجوال اه عنده علامة علامة من علامات الوسواس - [00:13:29](#)

اه الشك يستدعي فعل قهري وهو التأكد للتأكد سواء الامثلة التي ذكرناها الغاز الباب الكذا او التأكد ربما من حتى الغسيل نفسه قد يكون نوع من التأكد لا هو لا يغسل مثلاً اه العضو لانه - [00:13:47](#)

ان لديه شك في الطهارة او لانه عنده وسواس او تلوث لا. لانه شك في العدد الاعداد في الوضوء مثلاً كنيسة من قبيل اه النظافة. النظافة. قبيل الشك لكن فعل - [00:14:10](#)

فعل التأكد هو انه طيب يا اخي ما دام انا شكيت انه اثنين او ثلاثة مضمضة خليها ازيد وحدة تصير اكيد وايضا خالف ايضاً لانه زاد. يعني قد يزيل عن ثلاثة - [00:14:30](#)

آآ يؤكد ليزول شك ليزول عنده الشك ومع ذلك قد لا يزول طبعا. هم. قد اذى بل احياناً اه التأكيد على الشيء يكون اه مثلاً في الكتابة يكتب آآ يكتب كلمة - [00:14:44](#)

اه يعني شوف الحرف كأنها ما بعض الناس يعبر عن الحرف اكثر من مرة قد يكون من باب التأكيد من ايضاً القبيلة الوسوسة ويجي

بعدين يلاقي مثلا خبر على الواو - 00:15:06

طيب صارت اثقل من السين كمل عالسين. كمل عالسين. بعدين ارجع للالف. وهكذا. واصبح يتنقل به الاحرف تلاقي الكلمة نفسها كلها صارت معبر عليها اكثر من فيدخل في ايضا وسواس التماثل - 00:15:24

اه اذن اه قد يكون الانسان الواحد اكثر من نمط او اكثر من نوع من انواع الوسواس ايضا من الافكار الوسواسية هناك افكار جنسية هذي من الانواع ايضا هي انواع - 00:15:39

انواع الافكار يعني ماشي يا دكتور اللي اللي يعيد الصلاة يعيد الوضوء. نعم. اللي يعيد اغلاق الباب هذه الاشياء من جنس واحد اللي هو وسواس الشك. الشك الشك جانب جانب الفكرة. هم. الاعداء نفسها فعل. هم. فهو نوع من التأكيد او التأكد. اذا ثلاث تاءات عندنا التاء الاولى هي التلوث - 00:15:54

الثانية هي التماثل. التاء الثالث هي التأكد اه اه جميل يعني هو كذا شاف ان رابعته تكفى لكن خلني معاليك الاولى والثانية افكار والثالثة افعال ايه ايه صح انت فعل ايه لكن جميل عشان بس نستوعبها جميل طيب الرابعة آا الافكار الجنسية - 00:16:17 الجنسية تشكك التشكك ممتاز. طيب الجنسية كيف حتجيب الفكرة ايه. طيب تخطر على باله فكرة جنسية الفرق بينه وبين الاخر الذي تخطر على باله الفكرة الجنسية من باب التردد واضح هذا يتلذذ وهذا يتعذب - 00:16:41

يعني اه هي خطرت في باله الفكرة الجنسية في غير مناسبة اصلا ولا هو قاعد عشان ولا استثير ولا ما فاضي الكلام زي يعني قاعد في تخيل في يقول اختبار مثلا امتحان ايوه - 00:17:03

مفترضا هو الممتحن هو الطالب الممتحن في اشد حفلات القلق عنده وابعده ما يكون تفكير تخطف فكرة جنسية مثلا متكررة قد تكون الفكرة آا فكرة مجردة او زي ما قلنا اندفاع - 00:17:20

هذا لو قمت ففعلت كذا كذا مع هذا الشخصية الفلانية غصبا عنه ليس معنى ذلك ان هو مسرف للخيالات الجنسية او التعاطي مع لا. المستقدر لها اصلا يعني ما ولا على باله فجأة تخطأ مثلا - 00:17:39

اه طبعا مزعجة احنا في ايش هو من نفس المجموعة افكار متعلقة بالعنف يعني مثلا اه اذكر واحد اه اعرفه شخصا موظف استقبال في منظمة شكى لي انه عنده فكرة - 00:18:00

اه كلما جاء اه شخص مهم يمر استقبال تخطر على ذهنه فكرة انه يعني يضربه ايوه يعني هي فكرة مع اندفاع يعني يخاف من يحس انه كان في حيز. مم - 00:18:30

في حين انه ليس يعني ما بيني وبين الشخص هذا شيء ولا عنده شعور سلبي تجاهه ولا ربما ما كان في سابق معرفة اصلا اه يفكر يعني فكرة انا حضرب او ماذا لو ضربته - 00:18:52

تخيل نفسه يضرب يعني في هذه في هذا النطاق الفكرة الى ان آا جاء مدير المنظمة نفسها فطرت في ذهن هذا الشخص يضربه يضربه بخطورة الفكرة. ايه. اه هذا يعني فكرة وسواسية - 00:19:07

او فكرة ما اقترن بها اي فعل هو يخاف احيانا من التماثل دكتور ما ادري هذا صح ولا غلط يصنف هذا الفكرة والوسواسية ولا لا واحد ماشي في السوق ولا في اي مكان - 00:19:25

يبغى يجيك عقلك احيانا يقول اه اه البلاطة هذي مع البلاطة هذي مع البلاطة هذي ماشي الواحد فيها السامة لكن احيانا لا تكون فكرة فكرة غصب انك تتماثل في الخطى في البلاط في هذي من من - 00:19:43

اه يعني ديس الوسواس. والفعل نفسه من جنس الفعل القهري. لكن اه اه الذي يفرق بين مرضي وغيره المرضي انه هل انت تعملها يعني اه استمتعا تلذذ تسلية. اي تسلية. اه. ولا غصبا عنك. اي جميل - 00:20:05

تسلية كثير من الناس يعني اذا اجلس في اي مكان في ممشى ولا كذا واراقب. ايه. حتلاقي كل الناس بيتابعوا البلاط. يتحاشى ان يضع على الخط بالبلاطات. ايه. نحط فوق منتصف اي فعلا يعني كثيرة شائعة جدا - 00:20:22

لكنه لو لو اراد ان يمنع نفسه استطاع. استطاع. هذا فعل عادي. هذا مزاجه. في ناس يعني ان يلعب باي حاجة يعني

يشغل نفسه او يقضي فراغ او - 00:20:38

هذا بيني وبين نفس لكن اذا كان عاجز عن يوقف ويشعر بقلق شديد لو منع نفسه هنا نتكلم عن امر غير طبيعي طيب اين الوسواس  
اه العقدي تجاه الاشياء العقدية من خلق الله وهل كذا؟ هل يدخل في الشك - 00:20:50

آآ يدخل في الشك آآ جزئيا بعضه يدخل في الشك مثلا الشك في وجود الخالق مثلا هذا لا يتبعه فعل قهري الغالب لكن فعل عقلي  
ممكن تحليل لكن هي فكرة وسواسية. ايه - 00:21:09

هل قال الله سبحانه وتعالى موجود او ليس موجود اركبها اركبها التكرار للفكرة نفسها هو اه وسواس ليس لك فيه عقاب لكن هناك  
فعل اه فكرة ملحة يطردها فترجع يعني يحاول ان يتغلب عليها فتوجد - 00:21:25

اه قد آآ انا اذكر واحد وكثير مثله لكن هذا اتصل علي في اول يوم اخذ رقمي سامح الله من اعطاه الرقم يصل عليه اربعين مرة. ايه.  
في يوم واحد - 00:21:42

كلها يا دكتور انا كفرت طبعاً استفتى احدهم واخيرا دله على انه يرجع الى عرف الشيخ انه مريض المهم يا دكتور انا كفرت اه طيب  
الفكرة فكرة في ذات الله عز وجل - 00:21:58

طيب آآ يعني اشرح لهن هذا وسواس وكذا وكذا تاخذ علاج المهم الكلام قد يهدئ لثواني او لدقائق يكفي الخط يرجع يتصل مرة ثانية  
اه وقد يقول ان انا اغتسلت اغسل اه الدخول في الاسلام - 00:22:18

اه اذكر هذا يعني ربما يغتسل اربع خمس ست مرات في اليوم الواحد يعلن دخوله في اقتنع انه كفر يعني طيب بعضهم آآ اه تخطر  
عليه على بال الفكرة في ذات الله - 00:22:38

يعني يعرف انه ينبغي ان يتجاهل الفكرة يتجاهلها اه فكرة انه كفر مثلا الفكرة يخطر له انه بتجاهله هذا تجاهل امرا مهما في  
العقيدة يا الله اصبح الحل في اصل العقيدة فكفر بتجاهله - 00:22:55

يعني اه شي لا نهائي ما في نهائي ما في حل. يعني مثل هذه الوسواس اذا ما دام انها مرضية حلها الدواء. الدواء حبوب لو صرفت  
معه الى النفخ في الصور - 00:23:22

مع مجرد كلام ما يكفي. يا خي انا لاحظت شي في مريض الوسواس الله يشفيهم يا رب العالمين. امين غير المرض الامراض الاخرى.  
نعم قارئ جيد في مرضه يعني تجي مثلا تتناقشه في وجود الله. اوه اوه اوه - 00:23:37

يعني تتكلم معاه يقول انا عارف ذا الكلام. نعم. غيره عندك شي ثاني انا عارف ذا. وعارف ومنزعج ترى. انا عارف يقول له ترى كذا  
عارف احيانا تقف ما تدري ايش تسوي لها يعني. صح لانه قد يكون اعرف منك. ايه. قرأ اكثر مما قرأت يعني هو الذي يحس بالحاح

المسألة. وسمع منك ومن غيرك - 00:23:56

نصائح وملة سماع النصائح لانه ليس في المرحلة التي يسمع فيها يحتاج فيها لنصيحة مجردة خلل معين يحتاج لتصحيح داخلي.  
وين الخل يكون يا دكتور؟ يعني اعطيك مثال بسيط. هم. في الوسواس الشك - 00:24:16

بعض الذين يصلون ما يدري كم صلى نعم فيبدا يعيد احيانا اه الله اكبر يبغى لان السميع الله اكبر همزة قطع احيانا من اجل ان يتأكد  
يجرح حلقة يعني عشان يتأكد ان الهمزة خرجت - 00:24:33

اذا المسألة هناك يريد يريد شيئا حسيا يقنعه في هذا الظن الذي يشعر به. والدليل على كلامه على الاقل انه حتى في مسألة كم صلى  
من ركعة انه يحط اربعة اقلام - 00:24:57

الركعة الاولى هو لا يثق بذاكرته ربما انما يثق انه خلاص هذي اربعة اقلام فمعناها اربع اربع ركعات الوضوء انا رأيت من يضع اه يعني  
بودرة الى هنا بودرة. هم. الى هنا بودرة. فيتوضأ. فان رأى حدود الماء هنا - 00:25:13

انه توضحاً لاحظ ان المؤثر خارجي كله. المؤكد خارجي. نعم. احيانا يعني اه ينتدب احد زوجته يراقبه ويقول له ترى الركعة الاولى ترى  
الركعة الثانية الركعة او يصلي بها احد او كذا او كذا. نعم. هو لماذا لا يثق بمدخلاته؟ بل ربما لا يثق حتى بالآخر. من يراقبه -

00:25:33



بالأقلام يعني لو كان موضوع البودرة والأقلام يفني بالغرض لانتتهت المشكلة. مم. لكن أحيانا حتى هذا اللي يضع الأقلام ربما يقول آآ هذا القلم الرابع ربما سقط مني مثلا. ايه. ما وضعته - [00:25:56](#)

يشك ايضا لان هذه الامور لا تنهي المعاناة المشكلة ليست في ذاكرتي ولا المشكلة في قناعاته المشكلة في شيء اخر الشك في كل شيء يعني مثلا ما دام هو دخل في وسواس الشك - [00:26:11](#)

سيشك في كل شيء. شيء سيشك في كلامك يعني حتى انا لما يعني اعطي النصيحة اه انا لا اعطيها لانه اعرف الوسواس لا ليس لاني يعني اه اعتقد ان النصيحة كافية لا هو - [00:26:26](#)

لا نعرف انه على علاج هو على علاج. فالنصيحة اتت فوق مع العلاج. مهم مع ذلك يرجع يسألك مرة اخرى اه في كلامك لانه ممكن يشك بفهمه لكلامك وبعدين يرجع شرحت له فيرجع يسأل مرة اخرى لانه جزئية اخرى زادت يعني - [00:26:41](#)

لا يوجد نهاية الا ان تحل المشكلة الداخلية الكيميائية التي في الجهاز العصبي. اللي من جهة في العلاج بيجيها في العلاج. طيب تفضل. خلف النواقل يعني في الاسباب كذلك ممكن طيب شو الفرق بينها وبين الشخصية الشكاكة - [00:27:05](#)

نعم الشخصية الشكاكة اه عندنا حاجتين شخصية شكاكة والشخصية الوسواسية آآ اذا تتكلم عن الشخصية الشكاكة آآ تشك في ان مثلا انه يراد بها شر هناك من يخطط الآخرون يعني - [00:27:27](#)

آآ يغارون منه او كذا اه هو اقرب اولا الموضوع واحد ولا شك لا في وضوء ولا في صلاة ولا في كذا الموضوع في انه يتهم الآخرين اه تدبير المكائد له - [00:27:48](#)

فهذا هو نوع الشك الذي عنده اه وفي نفس الوقت هو لا يؤمن بتفاهة الفكرة او بخطأها. وعند ممكن يدلل له. ممكن يدلل. هم. لم تصل لمرحلة اليقين والا اصبح مريض او فصامك - [00:28:04](#)

لكنها اقرب يعني شيء غالب ظن غالب خلاف مريض الوسواس اه غير مقتنع. بالمناسبة الذي يحط ارض اقلاب غير متأكد بانه الصلاة ناقصة غير متأكد من انها كاملة هو بين بين - [00:28:21](#)

اذا اهمل الموضوع زاد عنده اه القلق الذي يدفعهم لذلك ليس يعني الشك بمعنى انه لا اعرف يدفعهم لذلك ان تجاهل الفكرة يؤدي الى قلق لازم يمشي مع الفكرة. هم - [00:28:40](#)

وقل ذلك في كل انواع الافكار الوسواسية والافعال في اشياء سبحانه الله من من افكار وسواسية يعني يعني اقل يعني ذكرا عند الناس اللي هي الحاجة السؤال حاجة للسؤال آآ ويستجيب لها بفعل قهر انه يسأل - [00:28:57](#)

طيب انت قلت كلاما قد يكون واضح فهم لكن عنده احتياج انه يسأل يسألك لا اه يعني نقصا في فهمي ارتاح اذا سألك. السؤال من اجل السؤال فقط سؤال مجلس سؤال. مم - [00:29:23](#)

التدريس قد تلاحظ هذا الطالب دايم يسأل قد يكون يعرف الجواب حتى. هم. لكن يسأل. طبعا فيهم الطلاب من يسأل لكي يظهر. هم. ولكي تعرفه وانت كمدرس وهذا طالب. لكن في من يسأل لغرض - [00:29:40](#)

ارتاح هذي اه هذي ناحية وسواسية في اه ايضا مثلا اه وسواس تجنب الوقوع في الخطأ الصحيح ان الانسان ما ما يقع في اخطاء مثلا ويتفادى الاخطاء صح؟ مهم. هذا عادي - [00:29:54](#)

لكن في شخص موسوس بفكرة الوقوع في الخطأ. يعني يحذر الاخطاء لدرجة الوسوسة هذا وش نصنفه؟ اه من اي الانواع؟ الانواع هذا نوع الوسواس تجنب الوقوع في الخطأ. كذا اسمه كذا اسمه كذا نعم. يعني اه اه - [00:30:13](#)

انا لاحظت تقيد بالنظام تقيد بنظام جيد لكن ان يصل القهرية المؤذية بمعنى انه في اشياء من التقيد بالنظام حتى النظام لا يجبر عليها يعني مثلا اه لنفترض انه وضع نظام معين - [00:30:31](#)

لمراعاة لكذا كذا كذا في ظرف معين لا يحتاج الامر لهذا وواضع النظام لا يعني هذه الجزئية وهذه الحالة فيلتزم بها حتى في هذه الحالة. مهم. التزم التزام صارم اصل اكثر مما ينبغي - [00:30:51](#)

ربما هذا لا يشتكي منه الناس غالبا لانه في الغالب يعني يمشي يعني آآ قد يعد شيء حميد يعني لاحظت يا دكتور ان الناس اللي تربى

ابناءها على طلب الكمال او هي عندها طلب كمال عالي - 00:31:08

مع مع الحوارات اكتشفت انه مر به وسواس قهري مم او هو معرض للوسواس القهري؟ ايش علاقة طلب الكمال بالوسواس القهري؟  
جميل هذا اجيبه واستدعي سؤال انا ما اكملت اجابته ايضا في شخصية شكافة انا ذكرتها اللي هي يعني يشك الناس حوله شخصية  
وسواسية - 00:31:24

شخصية وسواسية هي التي تنشأ الكمال يعني هذا السؤال متصل بذلك اه مع تكون الشخصية تنشأ عند الانسان آ نزع طلب الكمال  
والكمال الذي يقصده هنا المثالية جمال غير الواقع شي غير واقع وشي غير - 00:31:48

اكثر مما يعني غير معهود غير مدرك بالضبط يعني الانسان بطبيعته ان يحصل كذا ويحصل كذا وان ينقص كذا ويزيد كذا ليطلب ان  
يوقع الاشياء بالضبط يتعب ويتعب من حوله - 00:32:12

اه هذه اه يعني فيها شبه من الوسواس لكن تختلف عن الوسواس انها تبدأ من تكون الشخصية وتستمر الى نهاية الحياة ما لم يخضع  
الانسان لبرنامج ما علاج. اما الوسواس القهري - 00:32:29

فله نقطة بداية مثلا آ يأتي شخص افترض انه في في الاربعين من العمر اه يشتكي من او خرينا نقول في عمر ثلاثين سنة يشتكي  
انه منذ خمس سنوات او سبع سنوات - 00:32:45

بدأ عنده اعراض التأكد من الابواب اعادة الوضوء بشدة كذا من عمر خمسة وعشرين تقريبا مثلا خمس سنوات سابقة طيب  
فتسأل عما قبل ذلك فتكتشف انه منذ نشأته كان يتطلب الكمال يعني يريد ان يأتي مثلا - 00:33:02

آ شيء مكتمل الشيء يعني على ما يعني اه مثالي وهكذا اذن اكتمال الشخصية هناك نزع نحو المثالية والكمال في لحظة ما حدث  
اعراض الوسواس القهري. يعني هذي الشخصية المثالية - 00:33:27

تخلق استعدادا ممكن. هم. للاصابة بالوسواس القهري لما اقول مثالية قد قد ربما المستمع يحس اننا نمدحها ها لكن لا احنا نذمها لان  
المثالية يعني قد لا تكون كما ذكرت مدركة. هم. يعني يكون ممكننا. هم. بل بالعكس اه صعوبة. المثالية في ماذا؟ مثلا - 00:33:47

لنفترض انه آ مم لديه كاسماء شرب نصفه وثلاث ارباعه مثلا اكتفى الشخصية الواساسية ربما اه لا يرتاح الا اذا اكمل الكأس مثلا ربما  
في الماء يعني لا ادري يعني قد تختلف تصنيفات هل الماء يعني هل يعني يكمل ولا ما يكمل؟ ايوه يعني مثلا هل من حفاظ على  
النعمة مثلا؟ لكن - 00:34:11

اه او قارورة الماء هذي اذا بقي فيها قليل الغالب ان غالب الناس انواع ما ينظر اليه يعني هو عادي يعني ممكن يضعها في الشجرة ولا  
مثلا ما يهتم ولا يخطر في بالي اصلا لا لا - 00:34:47

الى اخر قطرة الدافع عنده ليس الحفاظ على النعمة لا. اه ليس الحفاظ على النعمة. لا يخطر حتى لا يخطر في بالي. مم. انه لا لازم اه  
يعني الصحيح انها تفرغ - 00:35:02

اشربها كاملة. مم. بعد ما اشترت مثلا اقول خمس مئة مل اشربه كامل. الكتاب لازم اقرأه كله. مثلا. الاختبار لازم اخذ مئة في المئة  
مثلا. ممكن. وهذي قد اه قد اه تكون ثمرتها - 00:35:19

ايجابية ايجابية من ناحية الدرجة لكنه قد يهلك نفسه اذا اذى نفسه نعم نقول له واسوأ من ذلك يقرأ الكتاب من الغلاف الى الغلاف  
يعني ذلك الفهرس الفه فلان اسماء المؤلفين وطبع وكذا وكذا لكنه لا اه لا يركز على المهم الطالب - 00:35:35

الطريقة الذكية في تركيز على المهم. نعم. الاكثر اهمية وتعطي كل ذي حق حقه قد يقرأ الكتاب من الجلفة لكن لا ينجح في الاختبار.  
مم. الهدف المرور على المعرفة لازم يخلص كل الكتاب - 00:35:55

ومع ذلك قد لا ينجح ومر منا من يقرأ كتاب كامل ولا ينجح وفي المقابل في فصله من قرأ اشياء معينة ونجح وتفوق كذلك الشيطان  
آ الوسواس الشيطان الوسواس المقصود به هو نفسه في علم النفس او في الطب النفسي؟ لا - 00:36:09

وهذا يخلق نفسه الشيطان اذا وسوس للشيطان شيء طبعاً النفس جاء من اشتباه الكلمات وسواس الشيطان وهذا وسواس لكن هذا  
الشيء وهذا شيء. وسواس الشيطان لعله اقرب ما ما ما نقول انه وسواس خناس كما وصفه الله سبحانه وتعالى وسواس خناس

اليس كذلك - 00:36:30

هذا وسواس قهري وقهري عكس خناس. بمعنى الناس يهربوا يقهر انه ليس له سلطان اذا هو وسواس خناس بالاستعاذة يهرب يخنس يخنس الاستاذ القهري يبقى بعد الاستعاذة يبقى هكذا اراد الله - 00:36:51

يعني اه مرض التأخير الكيميائي يبقى حتى بعد الاستعاذة هذا شيء وهذا شيء يعني ربما بعض الاطباء النفسيين الان يرى انه بالنسبة للوسواس القهري غير مناسب لانه يشبه كلمة اخرى دارجة عند الناس - 00:37:13

وتحاشيا للبس نغيرها الى التسلط داء التسلط لا ليست مشتهرة اجتهد من بعض الاطباء في المجال. لكن ما اشتهرت ومن الصعب تغيير كلمات مشتهرة مرت على لكن السبب الذي دعاه لتغيير محاولة تغيير الاسم - 00:37:36

اه انه اشتبه باسم اخر في خاص سبق السيف العدل. اه نبهني احد يعني المصابين بالوسواس والذين تعافوا. هم اه قال لي شوف الوسواس اذا تستضيف احد او تتكلم عنه لا تضربون امثلة - 00:37:59

قلت له ليش ؟ قال ترى انت ممكن تضرب مثال على شخص اه في شخص عنده نفس الفكرة لكن هذا اوغل فيها فيقول انا لما اكون اسمع اقول والله هذا الصح. اه. يعني مثلا انه مثلا نقول واحد يصك الباب او يفتح اه عشرين مرة - 00:38:20

اه مئتين مرة هو يقول اه مئتين. انا خمس مرات فممكن يسويها. صحيح. فقال لا تذكرين امثلة وهكذا. هل ممكن فعلا انت تريد ان تخفف عليه او تضرب له امثلة او تهديه انك ممكن تمنحه وتلقنه سلوك آآ - 00:38:37

اكثر قد يحدث ذلك. مم. لكنه ليس قاعدة ثم انه قد يجد ما يعني ما يلقيه في كهذا من مكان اخر يعني. ولا يستمع لك انت فقط يعني قد يسمع - 00:38:57

قد يرى في الواقع اشياء وقد آآ يدفعه الذي دفعه للاعادة خمسة قد يدفعه للاعادة خمسين ومئة وقد يكون يعيد عدد اقل من المرات لكنه اه منزع بقدر قريب من ذلك ابو مئتين - 00:39:11

في النهاية ليست اه يعني ليست بذلك الضرر ذكر الامثلة بل في النهاية المصلحة المرجوة من من كلام على وسواس وتفصيله هي اكبر من اكبر من المفسدة المتوهمة. هم. بالمناسبة انا اه كثيرا ما اتحدث عن الوسواس - 00:39:30

سواء في محاضرة في في جامعة او في في محاضرة عامة اجد من الحاضرين من يكتشف لاول مرة ان الذي يعاني منه هو الوسواس القارئ ما كان يدري. ما كان يدري ولذلك نسميها معاناة صامتة - 00:39:50

يكتشف ان هذا مرض وهو معروف يعني الاكتئاب مثلا كمثال اكثر ناس يعرفه يعرف المصاب يعرف انه عنده اكتئاب يعرفون لكن الوسواس القهري اشكاله متعددة ولا نهاية للأشكال التي يمكن يخطر فيها يعني يظهر فيها - 00:40:08

اه لذلك قد يصاب الانسان بنوع من الوسواس ويتعب من ذلك لا يعرف انه وسواس يعني اه يتم علاجه بهذي الطريقة انه مرض يستحق العلاج وكذا آآ وقصة من المقال اللي سميته عليه كتاب - 00:40:28

هي فعلا محاضرة القيتها في احدى احدى الجامعات اه لحق بي الطالب يعني آآ انتظر لحظة خلو خاطبي دي ثم بدأ يحكي ويبيكي يبكي لانه عرف اخيرا ان هذا المرض يحتاج الى علاج يعني هو حكي معاناة طويلة عريضة - 00:40:45

بالفعل يعني كان يتعذب. يتعذب ولا يدري ما هو هذا الشيء وكيف يتخلص منه سبحانه الله بدأ العلاج بحبوب بسيطة جدا حبة او حبتين اليوم وانتهت معاناته في فترة قصيرة. يا رب لك الحمد. الله يشفيهم يا رب. امين يا رب. الله يشفيهم - 00:41:08

هذي يعني من الاشياء المهمة جدا يعني حتى سبحانه الله يعني مسألة انها يعني اشكال لا نهائية يعني اه فعلا لا تجد لها اخر الى اخره مثلا انا اذكر مثال لاحد المرضى - 00:41:26

آآ هذا اذا كان يعرف انه عنده وسواس لكن الشكل غريب. قال انه اسمه اه يبدأ بحرف الميم ام مجموعة اخوة يبدأون بحرف واحد آآ آ يشك او تأتيه فيك انه سيموت. لماذا - 00:41:42

لان عندهم اه عنده ابناء عم اخوة ثلاثة يبدأون بحرف واحد مات احدهم طيب نحن ثلاثة اخوة نبدأ بحرف احد سيموت احدا. طيب لماذا تظن انك التي قال لان الاول ذاك مات آآ ميمه ميم - 00:42:02



مفتوحة اخوانه مهيب مضمومة. وانا اسمي يبدأ بمفتوحة اذا انا الذي ساموت طيب يا اخي انت مصاب بكذا كذا وتشخيصك كذا وعلاج كذا وهذه الوصفة ما قبل يعني تردد - [00:42:21](#)

يعني كعادة من يتعرض لعلاج لاول مرة لا شك في انه يعني خلاص اه خليني ابدأ على علاج نفسي ممكن تحولت لقسم العلاج النفسي جلسات وهو طالع من عندي قلت يا اختاه اذكرك بشيء انت اسمك لا يبدأ بميم مضموم مفتوحة - [00:42:41](#)

محمد محمد يظن ان الميم عليها فتحة. محمد. محمد. اي. قلت لا اسمك يبدأ بميم مضمومة. اه محمد. قال ايوة يا صاحب الهي. جزاك الله خير انبسط. هي انحلت لحظيا. انا ارسلت انا في يعني لو كانت تحل بهذا ما كتبت له دواء - [00:43:04](#)

لكن انا كتبت وهو الذي رفضت لا استطيع اجبره. فجاءني المرة القادمة مغتما مكروبا علاج طبعا طيب ما المشكلة؟ قال اه فكرة اني ساموت لا زالت موجودة من وين جا بعد وين؟ قال انا ساكن في شارع. الشارع الثاني - [00:43:26](#)

مات احد اه سكانه سكان الحي طيب بعدين لا الذي مات يسكن في البناية الثالثة من اول الشارع وانا اسكن في البناية الثالثة من اول شارع. ما معنى هذا شيء لن ينتهي؟ لن ينتهي. لن ينتهي الا - [00:43:46](#)

العلاج الدوائي يعني لو جلست تقنعه طيب البناية ذلك كان يعني في الطابق الارضي طابق مثلا دخلت معه في هذه الدوامة لن واجبته على ذلك سيأتي في ثالث ورابع وهكذا الى ان يأخذ الدواء بعد له. فاذا هي اشكال مختلفة. هناك طبعا وسواس لم يتحدث عنه اللي وسواس التخزين - [00:44:02](#)

هو حقيقة هو فعل قهري التخزين. باكتناز. الاكتناز. هم هو استبقاء اشياء لم يعد لها هدف او ليس له فيها حاجة اه لانه تخطر له فكرة انه قد يحتاج اليها مستقبل - [00:44:24](#)

طبعا لو كان الاكتناز اكتناز ذهب وفضة لما كان مرضا لكن مثلا علبة العطر الفاضية او الكرتون يجي له حاجة يقول فيصبح ولو كان شيئا واحدا لكان لكي يصبح بيته مليء الاغراض التي ليس لها فائدة - [00:44:41](#)

يعني هذا نوع مخزن. نعم. هذا هذا نوع من انواع اللي هو يصنف مع الافعال القهرية انه يخزن الشيء آآ قهرا اه القهرة بمعنى انه رغبة شديدة ملحة يستجيب. واذا قاوم - [00:45:02](#)

احس بالقلق يعني كما انت كما تحس اذا اردت ان ترمي مبلغ من المال نفس المقاومة شديدة. شديدة نحس بانه سيحتاج اليه يوما ما. الالعب الالكترونية او الجوالات عموما. هل توصل مرحلة افعال القهرية - [00:45:22](#)

اه هي لا تسمى قهرية بالضبط. طبعا هي تبدأ متعة وتسلية. هم اه ادمان تتحول؟ تتحول الى اقرب ما يكون الى ادمان نعم الادمان وهو يشبه يشبه فعل القهري لكن - [00:45:42](#)

آآ يبدأ باستمتاع ويطلبه الانسان بعدين يصبح يعني اسيرا له سبحانه الله هي الافعال الالعب الالكترونية تخضع لقواعد نفسية يعني ربما متخصصون في علم نفس التسويق وكذا لهم في ذلك اه يعني يد - [00:45:58](#)

لجعل الالعب يتمسك بالاستمارة وهو ايضا موجود في موضوع القمار. يعني اه مبنية على قاعدة معينة قاعدة ان المكافأة غير معلومة يعني تأتيك في لحظة. غير متوقع غير متوقعة بمعنى انه لو هذا سيدخلنا فيه لكن لا بأس من الفائدة. انه لو كانت المكافأة تأتي كلما فعلت فعلا محدد - [00:46:20](#)

هذا نوع من أنواع المكافأة او انقضى زمان محدد هذا ايضا نوع سترتبط المكافأة بالزمان او بانجاز المهمة. مهم. طيب المكافأة تأتيك من غير زرار محدد من غير مهمة محددة - [00:46:48](#)

تصبح انت متوقعا لها في كل حين اذا قبل يعني قبل ان تتوقف تقول يا اخي لو استمررت ثانية اخرى ربما ايه احرز الموقف هي جاية جاية ثانية هكذا هذه نفس نفس الية - [00:47:04](#)

القمار يدمن عليه الانسان وهي مستخدمة بصورة او باخرى في الالعب الالكترونية آآ هي فيها شبه من الوسواس لكنها ليست بالضبط يعني آآ الله يشفيهم مرة يا دكتور احد احد - [00:47:17](#)

اصدقاء يعني لاحظت في يده آآ يعني متقطعة ايوة في كريم في كذا في كذا ايش قصتك؟ قال لي والله بعدين يعني بعدين كذا

اخذني على جنب قال انا فيني وسواس انا اجي اغسل ايه - [00:47:34](#)

اه تكرر الغسيل وش وسواس نظافة لا وسواس شك يعني كما تعلمتوا منك الان انا كنت اظن نظافة يعني اه يريد ان يتأكد يتأكد يتأكد يتأكد اه يجلس في دورة المياه نص ساعة بعضهم يجلس ثلاث ساعات يا دكتور في دورات المياه يتأكد يتأكد يتأكد -

[00:47:51](#)

اه وانا اجزم انك اي واحد عرف من صديقه او عن صديقه انه عنده وسواس سيستدعي الكثير من المواقف بيذا يفسرها اه كان كذا

فبدت افسر ما كان ينزل من السيارة بسرعة - [00:48:14](#)

اه ما كان يحظر في الوقت مع انه موجود بس ما كان يحضر. في تفاصيل بدت اربطها ببعض قال لي شوف وهو يقول لي وصلت

لمرحلة اصلا يعني انا حتى اناك اني نظيف في الطهارة بعد ما ادخل الحمام - [00:48:26](#)

اه يعني وصل مرحلة يا دكتور لا يتوقف من تنظيف نفسه حتى يرى الدم. مم يقول ثم تطورت المسألة لا اتوقف عن تنظيف نفسي

حتى اصور ذلك بالحوال. لا حول - [00:48:40](#)

صور محاشمه يا دكتور لا اله الا الله. ثم ينظر فيها ثم يتأكد ثم يعيدها مرة مرتين وثلاثة يا اخي تعالج يا اخي ما في حل كيف عرفت

ما في حل؟ جربت كذا - [00:48:57](#)

المهم ان بدأ في العلاج. طيب. لا اقول لك انه تغير الوسواس. يا اخي تغير وجهه. اه سبحان الله. تغيرت حياته. سبحان الله. يده طابت

يده. سبحان الله. اموره زانت. نفسيته زانت - [00:49:12](#)

ليه طيب؟ يعني يعني احيانا اما جهلا. مم. هذا واحد. اثنين في كثير من اللي عندهم وسواس يقول ما فادني العلاج النفسي. نعم ما

فات امثال هؤلاء يعني هل فعلا ما فاده؟ هل الخطأ في التشخيص؟ هل الخطأ - [00:49:27](#)

الجرعة هل خطأ في نوعية الدواء الاستخدام من اين؟ لا هو هو طبعا التشخيص باعتباره جهد بشري يرد عليه خطأ لكن الوسواس

ايضا لانه ليس من الامراض الغامضة بالنسبة للطبيب فانا اعتقد انه احتمالية الخطأ نادرة جدا - [00:49:45](#)

اه الذي لا يستجيب ربما اما انه آآ اخذ جرعة اقل مما ينبغي او آآ كتبت له جرعة جيدة لا يعني مناسبة لكن هو ربما التزم بها هذه

احتمالات الاخر انه اخذها كما ينبغي جرعة كافية لكن لم يستجب باعتبار انه آآ - [00:50:04](#)

في عدد من المرضى ما يستجيبوا لاول محاولة اول دوا يغير علاج اخر هي خطوات المفترض بعد كم يستجيب الزمن ايه ايضا غير

محددة لان المرضى من يستجيب من اقل من شهر - [00:50:26](#)

منهم من يستمر اشهر باستجابة محدودة اه يصل طماطم تبدأ العلاج بجرعة اقل ثم تزيد الى الجرعة القصوى استجابة الحمد لله ما

استجبت تغير الدواء او تجمع دوائين مع بعض في عدد سلسلة من من المحاولات - [00:50:41](#)

في النهاية استجيب طبعا اه لا اقول ان نسبة شفاء مرضى الوسواس هي مئة في المئة وهذا ربما نعود الى موضوع العلاج لكن اه

اغلبهم يستفيدون ذكرتني بالموضوع الذي تقطعت يده انا اه مري بي يغسل اصابعه - [00:51:00](#)

اه كل واحد بعدد اجتمع التأكد والغسيل والعد هذا الاصبع آآ مثلا خمسين مرة الوضوء؟ ايه. لما يغسل يد كاملة يغسلها اصبع اصبع.

هذا خمسين. اجتمع معها التماثل اللي يبدو - [00:51:19](#)

لا التماثل ما في ليه؟ لانه الطويل واحدة سبعين وهذا كذا ثمانين كل واحد عنده رقم يد فعلا مسلخة تماما اه اجتمعت اشكالات كثيرة

في من المرضى من عنده اه اللي هو - [00:51:36](#)

القهري للمس امس اللي هو ذكرنا مثال في البداية لمس على الباب واسفله. او مثلا انه لمس آآ بيدي هذي لا يلمس بالثانية فيها نوع

من اللمس او انه يقرع - [00:51:54](#)

اه اذا مر بجدار لازم يقرع عليه ينقر باصبعه لا يعني لابد يفعلها هذا ايضا نوع من الفعل القهري من اذا رأى يعني صلعة رجل اصلع.

ايه يعني يحس رغبة شديدة انه يضع يده على الصلاة - [00:52:11](#)

سبحان الله انا مر علي سلوك قهري يبدو ان آآ نصف سكان الكرة الارضية مصابين فيه حبة التيمس الخبز الخبز التيمس لا يمكن

يوصل للبيت سليم يعني لازم السلوك موجود يعني هذي سلوكيات عادية نعم متى تصنف يعني - 00:52:32

يعني هل لو ابغى المس الاصلع كذا او اطرقت الباب يعني متى اقول لا لا وقف انا الحين بشخص نفسي متى اقول لا وقف انت عندك مشكلة. ومتى اقول لا - 00:52:53

انا اقول لك مثلا في لمس الاصلع. مم. الاصلع انت لا تعرفه وجدته في صف في مكان في البنك مثلا. عميل. ايه. والدافع موجود اذا اطعت الدافع ولمست طبعا للتأكيد هذا غير طبيعي - 00:53:03

اذا استطعت ان تغالب تصرف الفكرة فهذا طبيعي يعني هذا ضابط هل هل تستطيع ان تصرف او ملحمة لدرجة انك تخاف على نفسك اما انك تطيع او تخاف انك تفعل - 00:53:20

في النهاية تؤثر اثر على على عليك وانزعاجك وعلى استقامة حياتك. هم. والتكرار ايضا هذا ضابط اخر. تكرارها كثرتها. اه تكرارها وكثرتها في النهاية تكرار لو كان مؤثر على الحياة فهو بالتأكيد يدل على الاضطراب. في عمر معين للوسواس - 00:53:36

اه نعم اكثر الحالات تبدأ مبكرة اه تبدأ في سن الشباب والى اه بداية العشرين هذي اكثر الحالات تبدأ في ذلك وتستمر طبعا اذا لم آآ يعني لم تعالج. ممكن ترجع - 00:53:56

اذا اذا عالجها اه ممكن ممكن للاسف انها ممكن ترجع نفس الكلام الذي نقوله لانه اذا اصلا الاسباب موجودة فربما تعود مرة اخرى. طيب وش وش عواملها يعني؟ اه ايش عوامل اه نعود الى مسألة الوراثة. الوراثة مرة اخرى في كل الامراض النفسية. في كل الامراض النفسية - 00:54:19

قد تزيد في بعض الامراض عن اخرى عن غيرها مثلا الان في الوسواس يقول لك اذا كان هناك مريض بالوسواس اه اي واحد من اقاربه درجة اولى باحتمال سبعة في المئة ان يكون مصاب - 00:54:41

اذكر في الواقع نرى اكثر من ذلك صراحة احيانا ارقام ارقام الاحصائيات الرسمية تكون متحفظة. مم. لكن نشاهد في الواقع اكثر من ذلك مريض من المرضى يذكر مسألة اعادة الوضوء اعادة الغسيل اعادة كذا - 00:54:53

آآ سألته بعد ما شخصت وهل من اسرتك اعاني من فكأنه انتبه لاول مرة ان الموضوع في الاسرة موجود. مم. ذكر ان والدته وهي تجلس. الوضوء تجلس يعني لا تتوضأ واقفة كما توضأ الناس تجلس لان ستطيل ستطيل طولا اليوم كله - 00:55:13

الكاميو اليوم في حالة وضوء واعادة وضوء طبعا من الناس من يصل الى مرحلة ان يترك الصلاة شاق خلاص دخول دورة المياه والخروج نعم يعني يذكر لي احد الشباب انه منذ اذان العشاء - 00:55:34

الى الساعة الثانية عشر منتصف الليل هو هو في اجراءات الوضوء لصلاة العشاء ما عاد يروحون مناسبات اجتماعية ما عاد ما الا اذا ترك يعني حتى حتى اذا تركها هذا في النهاية تركها ابن واسع تركها الصلاة لا لانه - 00:55:54

يعني صدق للصلاة في حد ذاتها لكن لان بينها وبينها حواجز طويلة جدا من هي مشكلة حقيقية. مشكلة حقيقية لان آآ اذكر واحد من المرضى اقول انه احدي عشر عاما ما صلى - 00:56:09

ما صلى لا رغبة عنها وكسلا او عدم قناعة بها لكن لهذه الطقوس افعال المؤلمة لكن هداه الله الى العلاج فتحسر نوعا تحسن بعد ذلك. فعندنا الوراثة نعم الوراثة واحد - 00:56:31

آآ ثانيا التغييرات الكيميائية في المخ هنا لها دور كبير وصورت صورت حتى ببعض انواع التصوير المتقدمة ان هناك زيادة في النشاط في بعض الاماكن في المخ عند مرضى الوسواس - 00:56:49

بخلاف الاصحاء آآ تحول الامر من مسألة آآ ظنية الى مسألة معروفة الان عضوية الوسواس من اكثر ما يكون من يعني امراض كونه يعني عضوي. خلل عضوي. خلل عضوي لذلك يستجيب للدواء حتى ولو لم - 00:57:08

اه تستخدم معه اساليب النفسية مع ذلك يعني لابد من استخدامها جميع الدواء. هم. لكن انا اقول انه حتى لو اخذ علاج علاجي دوائي فقط ولكنه ليس نوبة مثلا ينتهي له بداية ونهاية لوحده. لا. ممكن يستمر معك لازم لازم يكون في علاج دعم اذا ما في - 00:57:26

محد يوقف ابدا. احيانا يهدأ قليلا هدوء او الهدوء ليس لان الاعراض خفت. لكن لانه استسلم لها يعيد خلاص اصبح يعيد. وهذه

المناسبة اصعب في حالات قليلة من وسواس مزمن - 00:57:47

آآ تعایش مع الاعراض تعایش او تكيف غير صحيح يعني خلاص يعيد معروف انه يعيد كذا عدد كذا من المرات صح يضيع وقته. نعم لكنه ظبط اموره الى حد ما. هذا مقاوم لانه - 00:58:06

لا يحس ولن يبحث عن علاج خلاص يعني نوعا ما يعني يتطبع اجرى تطبيع كذا معين مع المرض واتحمل بعض الاشياء آآ لاسف هذا قد يكون توقعاته غير اللي يشوف المقطع عشرين ثلاثين مرة نفس المقطع نفس المقطع خاصة المقاطع القصيرة شوفه بعدين

عيده يشوفه بعدين يعيده بعدين كل شوي ينتبه لي من التفاصيل اكثر في المقطع - 00:58:27

هذا ايضا ممكن يسمى من هذا المثال بعينه اول مرة يمر عليه لكن ذلك يحتمل احتمالات هل هو مستمتع بالمقطع احيانا احيانا صورني مثلا نشيد اعجب به في عيد كل مقطع يا دكتور كل مقطع يشوفه كل مقطع لازم اذا كان يحس يطبق عليها القاعدة اذا كان يحس انه مجبر على ذلك - 00:58:53

لا مستمتعا مجبر يتمنى لو تخلص من هذا اقول له خلاص يقول لك طيب ما و خلاص طيب طيب اسمعك اسمعك خلاص خلاص عيد لا شك وسواس وسواس هذا فعل قهري. هم - 00:59:15

قد يكون جزء من اه اضطراب الاساس القهري نعم ما دام ما دام بهذا الوصف اه انا ذكرت الاشياء الثانية تحرزا يعني قد يكون لساني يعجبه نشيد معين اسمه عشرات المرات لكن ما دام يقول لا استطيع ايه هذا لا شك - 00:59:30

طيب احنا قلنا الوراثة يا دكتور ان السبعة في المئة اللي عندهم وسواس انه ممكن يكون عنده وسواس اللي في اسرته من الدرجة الاولى طيب القلق لو كان في الاسرة قلق مثلا ايش الامراض المشابهة اللي ممكن - 00:59:46

ينتج ينتج عنها الوسواس في احد الافراد يعني قصدك اذا كان اه اذا كان هو شخص مصاب بالوسواس؟ ايه مثلا هل اللي ابوه وامه عندهم قلق. هم. اه الابناء معرضون - 00:59:59

لامراض غير القلق يعني هل القلق يورث قلق بس؟ اه هي طبعا القلق والوسواس الاكتئاب الرهاب الاشياء هذي خلفيتهم. الوراثة والكيميائية متقاربة. متقاربة. لذلك اذا اصاب اذا كان الاب مصاب بواحد منهم - 01:00:14

حتى الابناء ربما يصابوا به او بشجرة احمل نفس الشجرة لا يستبعد بل نفس الشخص اذا كان مصاب بالوسواس واحتمالية ان يكون اه يأتي باعراض اكتئاب كبيرة. بل اكثر من خمسين في المئة - 01:00:33

برضو الوسواس لديهم اكتئاب واكثر من آآ نسبة وقريبة من ذلك لديهم قلق يستوفي الشروط يعني للتشخيص اه قد يكون مع الوسواس اه رهاب اجتماعي. رهاب ساح رهاب نوعي اي واحد نفس الشخص ايضا - 01:00:50

تزامن اه عندنا التزامن وعندنا السببية التي ربما اشرنا اليها قبل الوسواس نفسه عجزه عن مقاومة الفكرة اه باحساسي بالفشل بكذا يدخلك نوبة يدخل في نوبة اكتئاب ايضا اذكر احد - 01:01:07

والله عا طالب في كلية الهندسة آآ باعراض اكتئابية لكن كان سهلا ان اعرف انها بدايتها وسواس ولا زالت لا زالت الوسواسية موجودة. لكن لان الاكتئاب كان طاغي آآ بدأ به - 01:01:29

الوسواس عنده كان وسواس اه طهارة ونظافة فقط يعني انها طهارة تلوث لا يستطيع ان اه يدخل اكرمك الله دورة المياه الا في بيته الى الان يعني ليس غريبا يعني لكن اذا اضطر الانسان الى دخول دورة المياه في غير بيته يعني اتوقع ان يدخل. نعم - 01:01:46

ولا يؤدي نفسه بالاكتئاب هذا بالضبط فهو يؤدي نفسه لا يستطيع اذا جاء حان وقت صلاة الظهر وهو خارج المنزل يعني يتطهر ويتوضأ ويصلي وكانت النتيجة انه لا يستطيع يمنع نفسه من دخول اه يعني يحتاج الى دورة المياه ولا يصعد يدخل خارج البيت.

فاصبح لا يذهب الى الجامعة - 01:02:11

الجامعة وتأخر عدة سنوات سبحان الله فاخذ العلاج حبيبات معدودات يتحسن ورجع الى دراسته ذلك فضل الله. المتدين يا دكتور اللي هو اكثر عرضة اه مثلا الفعل القهري في قضية التأكد التأكد التأكد لان في مسألة اه حسنات وسيئات وحساب وعقاب وكذا -

01:02:36

ام ان المسألة لها خلل آآ يعني عضوي. نعم هناك من يخطر له ذلك ان المتدين اكثر عرضة لله وسواس لانها مادة ما ذكرت حلال وحرام اه الموضوع بقواعد معينة الكذا كذا - [01:03:06](#)

في المقابل هناك من يظن انه لانه متدين فهو محصن الوسواس وكلا طرفي قصد الامور ذميم. الصحيح انه لا آآ لانه محصن مجرد تديني ولانه اكثر عرضة من غيره بل هو - [01:03:25](#)

كغيري سواء لانه ذكرنا الجانب الكيميائي والجانب الوراثي طيب من يصيب بالوسواس يبحث عن اي مادة فيوسوس عليها يعني ان كان متدينا فموضوعه خلاص الصلاة الوضوء كذا الطهارة كذا. لم يكن متدينا - [01:03:44](#)

يحسب يعد يكرر اشياء انا اذكر اه طالبة طبية كانت كان وسواسه مرتبطا بفيلم اجنبي نسيت تفاصيل لكي تتكرر صور معينة من ذلك الفيلم آآ تتكرر آآ ذكريات معينة وافكار متعلقة بفيلم الاجنبي - [01:04:06](#)

اذا موضوع الوسواس يعني اه يختلف حسب الثقافة وحسب المحتوى في ذهني سواء كان مسلم كافر او غير في اذن لا يتسبب تدينه في زيادة في اعراض الوسواس وفي المقابل ليس بمجرد تدين يكون عنده حصانة - [01:04:35](#)

احد المرضى كان يتردد على العيادة عيادتي خارج السعودية فجاني يوما قال انا اكتشفت ان المرض النفسي اكثر عند المتدينين مرضى نفسي بصفة عامة قلت له لماذا يعني احضر العيادة انتظر في انتظار العيادة فلا اري الا ملتحميا رجلا ملتحميا وامرأة منتقبة - [01:04:54](#)

في بلد يعني النقاب دليل على تدين يعني الغالب ليس كذلك وانما طيب فاذا المرض النفسي مرتبط بالتدين. مم. اذا كان يعني والعيادات الاخرى اشكال مختلف مختلفة قلت له ربما انت مخطئ - [01:05:24](#)

آآ طبعا هذا يسمى من اخطاء اخطاء الاختيار في العملية البحثية العلمية. ايه. اختيار العينة الان هل هؤلاء جاؤوا اه هل لانهم آآ متدينون مرضوا ام انك اخترت عيادة هناك غلبة للمتدينين لسبب اخر. مم - [01:05:48](#)

قريبة من مركز اسلامي في حي كذا ممكن اطباء اللي فيه هم قد يحضرون لانهم يظنون بالطبيب انه متدين قد يفهمهم اكثر فيحضر اليه نوعية معينة ربما عيادة اخرى نجد فيها اشكال مختلفة - [01:06:17](#)

منهج اخر مثلا جنسية اخرى مثلا اه اه جاءوا نعم طبيبههم بالضبط فانت لا تأتي لعيادة واحدة تبني عليها فوضحت لهم ان هذا ليس صحيح اذا لا ليس هناك ابدا ما يعني يشير الى ان - [01:06:36](#)

بالدين انه يزيد اعراض الوسواس على الاطلاق بل آآ ربما لو قلنا انه اه اذا كان متدينا على الحقيقة سيسأل عن الحكم الشرعي اذا عرف الحكم الشرعي في مسائل الاسراف الوضوء مثلا مثلا او ان الشك - [01:06:57](#)

آآ الشكل لا يزيل القيل لا يزول بالشك يعني القواعد الان اتحدث عن معلومات نظرية. اتحدث عن القواعد الشرعية وتطبيقها ودوره في راحة الانسان من الوسواس لها دور وكذلك لا اقول ان مجرد معرفة القاعدة الشرعية يزيل المشكلة لكن يستفيد منها - [01:07:20](#)

نستفيد منها في تخفيف اعراض المرض. في تخفيف حدة اللوم احيانا حدة ذكر قال لي مرة حفيد الامام السعدي رحمة الله عليه ان امرأة كانت مصابة بالوسواس وكانت تعيد الوضوء مرة تلو مرة يعني بشكل مستمر. هم - [01:07:39](#)

هي كانت تتق بالامام السعدي رحمة الله عليه وقال ولدها خلاص انا يمه انت غلط اللي تسوينه. الوضوء هذا الكثير ما يصلح وكذا وما ادري ايش قالت لا هذا الدين وهذا كذا. قال خلاص انا بجيب - [01:08:01](#)

الشيخ السعدي البيهقي اتفق مع الشيخ وقال تعال بس آآ تبغى تتقهوى بعد صلاة المغرب اذا جاء وقت العشاء صلاة العشاء اطلب ماء وتوضأ لتراك امي فتفتنع ان اللي قاعدة تسويه هي من تكرار الماء والاسراف في قضية الوضوء انه غلط لما تراك هي. اذا رأتك - [01:08:15](#)

قال خلاص جا الامام جزاه الله خير وتقهوى عندهم فرحت الام بالامام السعدي يقول فجاءت صلاة العشاء فقال عطوني موية فجاءت الام القدر حق الذبايح. مليون موية. سبحان الله. هي تظن ان الشيخ يعني سيفتسل من - [01:08:36](#)

الماء يعني كبر علمه كثر ماؤه. فاخذ الشيخ آآ غظارة يعني اناء صغير كذا الماء من من هذا القدر الكبير وتوضأ به الولد مبسوط ان



اللغة النهائية اه شوفي يمه ترى هذا كذا الص - 01:08:56

لما راح الشيخ قال ها يمه كيف يا خسارة صلاة صليتها ورا سبحان الله. شف لم تقتنع. مم. بل رأت يقينا ان هذا الفعل غلط. لفكرتها الوسواسية تجاه قضية الوضوء. لذلك - 01:09:17

احيانا تناقش تناقش صاحب الفكرة الوسواسية ترى يعني وحاجك واحيانا عنده ادلته واحيانا اه ما تستطيع على طول نفسه العلاج الدوائي هو مدخل جيد لنجاح مثل هذه العلاج النفسي ان صح التعبير. نعم. هو هو شوف سبحان الذي يحاجك ويجادلك -

01:09:37

احد امرين احده صنفين اما انه اه يريد ان لا يظهر خطأه وضعفه مثلا يدافع يعني لا يريد ان ينكسر. هم. وهو غير مقتنع. اما ان كان مقتنعا اه قد يكون من النوع الذي طبع مع الوسواس والذي علاجه تعايش بصورة خاطئة وعلاجه قد يصعب. لكن الطبيعي -

01:09:59

ان مريض الوسواس لا يحاجك ولا يجادلك. قد يقول انا لا استطيع. مم. لكن لا يريد ان لا يحاج ليثبت صحة فعله. اه الغالب ليس

هكذا لك لذلك اه ربما اقرأ احيانا في كتب بعض اهل العلم - 01:10:27

الموسوسين الموسوسين احس انهم يتحدثون عن شيء اخر اليسا بالضبط هو النمط الذي نعرفه في اضطراب الوسواس القهري ربما هناك من آآ له فكرة حقيقية يعني يقتنع بها قناعة حقيقية ومنهج باطل اخر فيدافع عنه - 01:10:44

لكن مريض الوسواس القهري في الغالب ولا يدافع عن الفكرة واصلا كما تفضلت يعني يستسخرها تزعجه يريد ان يتخلص منها لكن لا يستطيع. بالضبط. هذا هو الاصل في نعم. ولذلك - 01:11:05

ايضا قد يستفاد من ما دام ذكرنا ذنب الموسوسين وكذا آآ انا لعل يعني اقرب شيء ان هذا شيء اخر الذي يتحدث عنه هؤلاء العلماء

لكن هناك من العلماء ومن الافاضل - 01:11:20

ومن آآ يعني غيرهم من من اصيب بالوسواس ولعلي اذكر يعني نموذج من الافاضل من اصيب بالوسواس اه لا ذكرنا يعني اه لنا قدحا فيه ولا ذما له وانما ليعلم المستمع ان الوسواس مرض يصيب الصالح والطالح. هم - 01:11:40

باعتباري شيئا كيميائيا الامام ابن سيرين محمد ابن سيرين عليه رحمة الله وقد ذكر الامام الذهبي رحمه الله عنه انه كان مصابا كان مشهورا او معروفا بالوسواس ذكر ذلك في سير اعلام النبلاء. في ترجمته في ترجمته - 01:12:02

ذكر اشياء وقصص في سيرته يعني تشهد على ذلك انه تأخر عن صلاة الجنازة وماتت اخته اخته حفصة رحمها الله والناس ينتظرونه. تخيل يعني في لحظة لا ينبغي فيها التأخر وهو الذي سيؤمهم - 01:12:17

باعتبار اعتبار اخته وباعتباره عالمهم. هم آآ فبحثوا عنه فوجدوه ايه؟ دخل مغتسلا او ميظأة فيتوضأ ويعيد الناس تنتظر ويتأخر في اعادة الوضوء. وذكر الذهبي قال انه كان يصب كان اذا توضأ يصب الماء صبا عذاب على نفسه وعلى اهله - 01:12:34

ولعله ذكر ان لم تخونني الذاكرة انه كان يغتسل كل يوم في وقت كان الاغتسال فيه واحضار الماء امر يعني صعب. صعب. هم واشياء كثيرة ذكرها وذكرها الامام الذهبي هنا وقفان. هم - 01:12:54

انه مع علمه فضله وعبادته وورعيه اصيب بالمرض كما انه من الفضلاء من يصاب بالتهاب صدر مثلا. مم. مرض مرض جسدي.

مرض ايه او ضعف نظر او ضعف سمع الى اخر مرض لا يقدر فيه. ابدا - 01:13:12

وانه لو كان ذكر اصابته بالوسواس ذما له لما فعل ذلك الامام الذهبي كتبه في كتابه ونشره فيدل ذلك على ان ذلك ليس ذما ولا

انتقاصا والا لما جروا عليه الامام الذهبي عليه رحمة الله وهو - 01:13:35

في العلم. فنحن نسير على ما سار عليه الذهاب لا ننتقص منه رضي الله عنه ولا من علم لكن نذكر انه قد قدر الله عليه ذلك وربما كان ذلك من قبيل بلاء المؤمن. اها - 01:13:55

هذا يعني يمكن هذه آآ يعني جزئية للتنبيه فهل من اصيب بالوسواس اه يصبر ولا ليس معنى صبره ان لا يلتمس الدواء يسعى الى ان

يشفى يسعى للشفاء مع يعني احتساب الاجر - 01:14:10

قد سألتك خلف الكواليس عن اشد الامراض النفسية اللي ترى فيها الناس يتعبون كأنني اذكر انك قلت الوسواس نعم من اشدّها هو ليس من اشدّها باعتبار يعني كمقارنة من الامراض فصام اشد منه واسوأ - [01:14:27](#)

لكن هي من اشدّها على المريض. مم. لانه مدرك مدرك الفصام يقول انه نبي وكذا ورسول او قد يدعي يعني مش يدعي يظن انه اله. ايه. مقتنع. مهم ويتعايش مع ويتصرف على اساس ذلك يعني من قال - [01:14:45](#)

من وصفهم انه في نعيم من هذا لكن مريض الوسواس ليس كذلك مدرك بخطأ هذي الافكار لعدم صحتها لي كذا ويقاومها ولا يستطيع فهذه يعني هذه الاشكالية. هل في حالات تشبه الوسواس وليست من الوسواس - [01:15:05](#)

نعم الشخصية الوسواسية التي ذكرناها. هم لتطلبها يعني كمال الشيء الاخير لاتيان به كما هو ربما يكرر احيانا بعض الاشياء ربما يحافظ على بعض الطقوس ربما يشدد على تفاصيل وهو آ مدير آ - [01:15:25](#)

سيء سكرتير ممتاز مم شخصيا وسواسة فيشبه الوسواس القهري من من وجوه ايضا قد يكون هناك وسواس اعراضه وسواسية في مرض الاكتئاب المرض اكتئاب بكل اعراضه. لكن هناك اعراض وسواسية لا تكفي - [01:15:43](#)

لتشخيص الوسواس القهري ليست مستوفية لكل المعايير لكنها جزء منه في داخل الاكتئاب آ فهذا نوع فهناك نوع اخر هي فكرة وسواسية انت انسان طبيعي ليس مريضا اه مثلا اه تخطر احيانا - [01:16:04](#)

لم تؤثر على حياتي بالصورة الكبيرة لكنها يعني من نمط الفكرة الوسواسية ايضا هذا آ وسواس يعني يعتبر وسواس عابر احيانا اه الرهاب اشتبه مع الوسواس مثلا اه واحد آ يقول انه - [01:16:28](#)

اذا مر بجسر يخاف من يسقط او يخاف ان يقفز هل هو خوف من الجسر فكرة وسواسية انه سيسقط او سيقفز. شو الحل الحل بالتفصيل اعد تشعر بي هل هو خوف ام فكرة؟ يعني تستفصل - [01:16:50](#)

حلوة هل هو خوف له اه استجابة جسدية وتعرق وكذا ولا فكرة؟ ولا فكرة وانت تنزعج من الفكرة حاول طردها فعلا يشتبه ايش تبي ؟ وربما يعني اه لا يستطيع حتى هو ان - [01:17:17](#)

اه يعني يشرح ما عنده تفصيل لكن قد تعرف ذلك من خلال بقية اعراضه تسأل عن هل هناك افكار وسواسية اخرى؟ هل هناك في عرقها لكن تشتبه في بعض الاشياء - [01:17:35](#)

اه الوسواس مع ايها هناك ايضا حالات عند بعض الشباب تبدأ باعراض وسواس قهري مثلا واحد مراهقة خمس طعش ستطعش سبعتعش اعراض وسواس قهري وربما حتى يحضر للعلاج يحضره اهل العلاج يصرف علاج - [01:17:47](#)

تظهر اعراض دهانية ضلالات هلاوس تصرفات غريبة لا يمكن ان تكون وسواس طيب ما هذا كان اه كانت المرحلة التمهيدية ما قبل الفصام التي شخّصت على انها وسواس. نعم. يعني الفصام احيانا يبدأ باعراض تشبه - [01:18:11](#)

ايش معنى فصام؟ الفصام اللي هو مرض الذهاني الذي اه هو اعماق واشد امراض الذهانية في ضلالات وهلاوس وتصرفات غير طبيعية كلام وتفكير غير طبيعي والى ذلك هي هي من اعماق واكبر يعني اذا قلنا ضلالات معناها يظن انه كذا يظن انه نبي يظن انه يملك هذا المكان - [01:18:36](#)

اظن انه قادر على كذا. بالظبط. واذا قلنا هلاوس انه يسمع يسمع اصوات لا يوجد لها في او او يشاهد احيانا. نعم. لا يراها معه الاخرون اه هذا من اكبر واعماق الامراض - [01:18:59](#)

النفسية الكبرى. مم صحت هذي التسمية فالقصد انه يبدأ احيانا اعراض وسواسية اه فترة مؤقتة سم قوية هو نمط هو مرحلة مرحلة قبل المرحلة ما قبل المرض فهذا يشتبه هذا تقريبا اشياء - [01:19:12](#)

يشتبه بالوسواس وتحتاج ان يضعها الطبيب في ذهنه ولذلك لا يمكن يعني ان يسند التشخيص الى غير متخصص الان وسواس اكثر المتقنين يعرفون بصفة عامة صح وسواس لكن آ التشخيص - [01:19:33](#)

الطبيب لكي يستبعد استبعد الاشياء المشتبهة ليس فقط لو ترك لو تركيا يزيد يتعمق ممكن يؤدي الى اكتئاب. ذكرنا انه قد يقود الى اكتئاب ممكن آ يعني آ يقيد الانسان - [01:19:51](#)

يحد من انشطته يعني مثلا الذي ترك الصلاة اللي ترك الجامعة. اللي ترك الجامعة. وترك المناسبات اجتماعية. بالضبط يعني حياته قد تتدمر تماما. انا اذكر هذا الذي تارك الصلاة لما اعطيته علاج اول مرة - [01:20:13](#)

حابة قلت لو حب بعد الافطار جاني بعد فترة اه سألته فقال ما اخذت ولا حبة انا اصلا استيقظ في الصباح ادخل الى دورة المياه ولا اخرج الا في العصر. الله يشفيه - [01:20:30](#)

الله يشفيه تخيل تخيل يعني هل هناك اعاقه؟ اكثر من ذلك؟ ماذا سيصنع هل سيعمل؟ هل سيدرس؟ هل يكون اسرة؟ هل سينجب هو في في دورة المياه في نظافة واعادة نظافة الى العصر - [01:20:47](#)

يعني لو لو بقي في فراش لا يعني تخيل حتى ترك الاكل قتل من اكل جدا حتى لا يحتاج الى ذهاب الى دورة المياه وفي النهاية سيذهب حتى لو لم يكن الا قليلا سيذهب. لكن شو الحل؟ يعني معليش يا دكتور انا كاسرة الان - [01:21:08](#)

هو داخل الحمام اطق عليه الباب اطلع ترى ما يجوز وكذا وغلط وزا ولا اخليه يعني اخليه اخاف اني اهيا له اجواء ان تنبت هذه الحشائش الضارة فيه اكثر واكثر واكثر - [01:21:25](#)

انا كأسرة شسوي انا كزوج مع زوجة بهذا المرض او زوجة مع زوج بهذا المرض ماذا افعل اذا كان المريض لا لم يبدأ العلاج فمهما صنعت طرقت عليه باب ما طرقت لن تغير شيئا - [01:21:39](#)

يبدأ العلاج اولاً طيب ثم تتفق معه انك ستخرج بعد كذا من الوقت سواء اكملت التنظيف او لم تكمله طيب نفترض انه مثلا استنجا عادي يحتاج مثلا خمس دقائق نفترض - [01:21:54](#)

اه وهو يبقى في الحمام ساعة دورة المياه ساعة تتفق معه على ان نفترض ربع ساعة مثلا تعطيه يعني فسحة فسحة من الوقت هذا بعد بدء العلاج انا بعد ربع ساعة ساطلق عليك الباب. ما خرجت سوف افتح الباب. مثلا. مم - [01:22:15](#)

قد ينضغط لكن هذا بعد العلاج والا اذا قبل يعني مهما مهما فعلت من غير علاج قد لا. بعد العلاج بكم طيب؟ ايش المؤشرات انه بدأ يستجيب؟ المؤشرات هي آآ يعني آآ طبعا هي اعراض متعددة. مم - [01:22:34](#)

الطبيب يلاحظ انه مثلا بدأت الفكرة نفسها تخف قوته حدة الفكرة والحاحها يقل تكرارها تكرارها يقل مدة اه شغلة لذهني تقل يصبح اكثر تحكما احيانا حتى لو ما طرقت عليه الباب يخرج في اقل من الساعة - [01:22:52](#)

هكذا. فانت ممكن تتدرج ممكن ساعة تجعلها ساعة الا ربع او نصف ساعة الى وهكذا مثلا فشلت المحاولة في نص ساعة اخليها ساعة الا ربع يعني القصد انها تدريجيا يمكن ان تساعد على تقليل الفترة. العلاج - [01:23:11](#)

علاج دوائي وغير دوائي. الدوائي يعود ايضا لمضادات الاكتئاب سبحانه الله في مجموعة واحدة من الاكتئاب يعني تعالج كمية من الامراض طيب آآ في آآ ادوية من مجموعات اخرى ايضا هي مصنفة تحت مسمى مضادات الاكتئاب تعالج - [01:23:29](#)

الوسواس يستمر علاج الدوائي للوسواس بجرعة اه الجرعة في من مضادات الاكتئاب. في الوسواس في العادة نحتاج جرعات كبيرة في نفس الجرعات اللي تعالج الاكتئاب. اشوف حقين الوسواس ممكن ياكل ثلاث اربع حبوب متنوع او ما له علاقة - [01:23:49](#)

الوسواس غالبا نبدأ بنوع واحد. نوع واحد. نعم. الذي يأخذ حبوب متنوعة في الغالب فشلت المحاور الاولى فاضافوا عليه. صحيح عدة محاولات يعني لانه يعني تخيلنا المحاولة ما نجحت الثانية ما الثالث عندنا عدد - [01:24:12](#)

محاولات بل تصل في نهاية المطاف الى حتى مرحلة العلاج الكهربائي كهربيا. مهم. هذا نادر طبعا لكنها اذا ما استجاب بمضادات الاكتئاب ولا باضافة مضادات الذهان. ولا بالادوية الاخرى المساعدة فهناك حل - [01:24:31](#)

ايضا قد يستخدم في بعض الحالات جلسات اه كهربائي. تنشيط ناقلات معينة ولا شو الفكرة فيها؟ هي سبحانه الله. العلاج بالدسات الكهربائية من الاشياء التي الى الان لم تعرف الالية بالضبط - [01:24:49](#)

كأنما هي نعيد شوف اه الجهاز عندك الكمبيوتر لمن يعلق هيه ايش تسوي؟ طفش اغرف فيه شغله كانه الله تتهز الكيمياء كيمياء المخ بعد ينتهي من الجلسة يعود تعود الى الانتظام ببعضها. فيعالج كثير من - [01:25:05](#)

انا اقول هذا مثلا لكن بصفة يعودنا الى الناحية العلمية هو الى الان لم تعرف الالية بالضبط لكن اه لوح باثره في كثير من الاضطرابات

النفسية. طيب بالنسبة للدواء يا دكتور - [01:25:31](#)

اه الان المفترض انه خلال الاسبوع نفترض نفترض دواء نفسي يقال له حبة في اليوم المفترض انه بعد اسبوع اكل سبع حبات وان بعد شهر اه اكل اه نفترض ثلاثين حبة. طيب. تمام؟ هم - [01:25:44](#)

عدم التزام الانسان بالوقت يعني اليوم اكل خمس. بكرة اكل تسعة بعد اكل بعد الظهر زي كذا جينا نحسب اخر الشهر واكل اه ستة وعشرين حبة. مم. في فاقد وقت - [01:26:05](#)

هل هذا يضر توقيت اكل الحبة؟ ولا ما في اشكال؟ اهم شي اكلها يوميا وبس. هو لو تأخرت او تقدمت في حدوث ساعتين بصفة عامة ولو عمدا هذا لا اشكال فيه - [01:26:21](#)

الو عمدة. مم. ما في اشكال ساعتين او ثلاث ساعات. لكن التأخر الذي في النهاية ينقص عدد يعني الحبوب خلال هذا الشهر يؤثر يؤثر تأثيرا يسيرا بحسبه. يعني يعني مثلا الذي ينقص اربع حبات في الشهر كامل ليس كالذي ينقص عشرين حبة - [01:26:31](#)  
ايوه انا سؤالي ليش؟ لاني افترضت مثلا انه انها بعض الادوية هي تعويض لافرازات معينة. نعم طيب هذا التعويض اذا ما جاء في وقته اه ربما يسبب اه اشكال. فقط يعني هذا افتراضي. هم. هي اه كلمة تعويض اذا انت تعني بها ان الحبة تحتوي على المادة الناقصة. ايوا - [01:26:53](#)

فهذا ليس هو الواقع. لا موب صحيح. ايوة. اها. اه هي تستحث الجسم على انه يرفع مستوى المادة الناقصة طيب ليست ليست تحتوي على نفس المادة. مم. تدفع الجسم لان يرفع مستوى المادة الناقصة. طيب - [01:27:16](#)  
تأثيرها يمتد لأكثر من اربعة وعشرين ساعة الحبة. الحبة. مم يعني اثرها يبقى اه فلذلك التأخير اليسير لا يضر آآ مريض الوسواس في الغالب حريص على علاجه لكن يعتريه ما يعتريه الانسان العادي انسان مثلا عنده علاج ضغط الان - [01:27:35](#)  
يعني ينسى احيانا ويؤخر يعني يرد لكن نقول لا نشهد المثالية ايضا في هذا اقول الملتزم بقدر الامكان آآ يعني حتى بعض المرضى يعني اه يستجيب ولو ترك بعض الادوية - [01:27:56](#)

بعض الايام في الشهر يستجيب ليست دعوة للاهمال لكن انا انا اتقبل النقص البشري طيب والعلاج النفسي؟ العلاج النفسي غير الدوائي ايضا عدة اه اشكال من هذي الاشكال اه التدرج على كيفية ايقاف الفكرة - [01:28:17](#)  
ايقاف تسلسل الافكار. جميل. مثلا فكرة هل آآ فعلت ذلك او لم افعله ما لها نهاية مثلا انا وصلت الجامعة طالب في الجامعة هل اغلقت باب الدواب ام لا الغرفة مثلا مم السكن الجامعي - [01:28:35](#)

مفتوح طبعا اذا استمرت استمرت الافكار اغلقتوا طيب لا انا اعطيته ظهري علاقته باليمنى يعني التفكير في محاولة اثبات هذا اول استمر ليس له نهاية طيب الدخول في هذه الدوامة لا لا ينتهي - [01:28:58](#)  
تعلم كيف يتعرف على فكرة وسواسية اصلا وكيف يغلق الملف دون ان يحسمه بمعنى المريض عادة يفكر بفكرة حتى يوصلها يوصلها اما ايجابا او سلبا لا يدرج يدرجه المعالج النفسي على انه يغلق الملف - [01:29:22](#)  
يتقبل اغلاق الملف من غير حسم طيب فهذه تقنية وليست مجرد امر نظري فاذا استطاع ذلك فيغلق ملفات كثيرة من غير حسم وينتقل الى الشئ يعني يشغل نفسه بشيء اخر. هذا ايقاف الافكار - [01:29:45](#)

الالية الثانية اللي هي تتكلم عن منع الاستجابة فكرة ارتبط بعمل قهري يعني يدرجه المعالج على ان يمنع الاستجابة مثلا آآ فكرة ان يده متسخة ولا بد ان تغسل آآ المريض من غير علاج من الوسواس يحس باحساس اليد المتسخة. في قرارات نفسي يعلم انه لا - [01:30:00](#)

ليس هناك استدعي لا يرى نجاسة ولا يرى اتساخا لكنه يحس بذلك اه يدفعه ذلك القلق طيب يقاوم القلق يطبق عمليات الاسترخاء وتمارين الاسترخاء يقلل من حدتي او يقاوم الجلسة العلاجية قد يكون هناك تعريض ثم منع الاستجابة - [01:30:29](#)  
تعرض للمثير وهو يمنع من الاستجابة يدرج على ذلك يكون في قطع للارتباط نعم. يعني كيف يتحمل القلق الذي يرد عليه ومن غير ان يستجيب اه اه هناك ايضا نوع ثالث من انواع العلاج هو العلاج الداعم - [01:30:54](#)

انك صح فكرت في فكرة اه مثلا في الذات الالهية غير صحيحة لكن هذا لا يعني انك كفرت مثلا ولا يعني انك فكرت في كذا انك انسان سيء. سيء ايه. الفكرة الجنسية. لذلك طبعاً - [01:31:16](#)

يلوم نفسه سيحس عيب احتقار للنفس خزي الخزي والعار وكذا. يحتاج الى علاج داعم هذا مرض وانت كذا وكذا سبحانه الله انا اوجدت هذي الثلاثة جهاد آآ احسب انه صحيح ان شاء الله. وجدتها في آآ السنة النبوية. اها - [01:31:34](#)

مثلاً آآ لما شكر النبي صلى الله عليه وسلم الوسواس اكثر من حديث واكثر من رواية قال ذاك صريح الايمان ذاك صريح الايمان هل هناك دعم نفسي اكثر من ذلك؟ جميل اها جميل الى ان يهوي الى ان يهوي من حلق احب اليه من ان يتكلم به. يعني الرجل مستعجل - [01:31:54](#)

للفكرة غداك صريح الايمان. طيب ما دمت مستعظم طبعاً ليس صريح الايمان للاصابة بالوسواس وانما استعظام الفكرة. الله لانه لو كان كافر لما استعظمه لو كان ملحد لما وجد يعني اصلاً غضاظة هل الملحد الان اذا خطرت فكرة الحادية في ذهني يتألم ويتعذب ما يتعذب - [01:32:16](#)

لا يتعذب الا من هو مؤمن فعلاً. طيب. فهذا موجود دعم نفسي ذاك صريح الايمان وفي اعتقد في لفظ محض الايمان آآ ايقاف الافكار قال ليستعذ بالله ولينتهي انتهي. اترك تماماً - [01:32:39](#)

ما في افكار تعريض منع الاستجابة شكى النبي صلى الله عليه وسلم رجل يخيل له ان يجد الشيء في صلاته يسيء خروج الريح وكذا. ايوة. نواقض الوضوء في الصلاة مريض الوسواس ماذا يصنع - [01:32:57](#)

اقطع الصلاة اصلاً هي انقطعت في اعتقاده انقطعت انه احدث يعني هو اصلاً شك مجرد شك. قال لا ينصرف حتى يجده يسمع صوتاً او يجد ريحاً يعني يقين فهو تخيل مستمر في الصلاة والفكرة موجودة - [01:33:10](#)

لكن لا ينصرف امر من النبي امر لا ينصرف يستمر في صلاته استمر منع الاستجابة سبحانه الله منع الاستجابة. ما شاء الله. وكأنه فعلاً يشهد بصحة ذلك. يعني انا اقول الحديث يشهد بصحة العلاج النفسي. وليس العكس. ايه. لانه - [01:33:28](#)

الاصل اه هذه من الاشياء التي لها فعالية في علاج وتخيل انه لا ينصرف ثم يتم صلاته ولا يعيدها ولا ينصرف يتمها يتمها ثم يكتشف ان لم تنتهي الحياة لم يصب بعقوبة ما مشيت الامور قدر - [01:33:46](#)

اقفل ملف دون حسم له وان الصلاة صحيحة لانه لو لم تكن صحيحة لما امره النبي صلى الله عليه وسلم باكمالها باكمالها يا سلام يا سلام هي فعلاً يعني سبحانه الله نحن احياناً نمر - [01:34:01](#)

الاحاديث ولا نأخذ منها الا قليلاً زادك الله حكمة وفقها. شكراً دكتور. بارك الله فيك. بارك الله شكراً لك - [01:34:14](#)