

العلاج المعرفي السلوكي للوسواس القهري الديني

CBT of Religious OCD

part I

أ.د. وائل أبو هندي

Dr. Wa-il AbouHendy

رئيس شعبة طب نفسي الطوارئ والكوارث
باتحاد الأطباء النفسانيين العرب

www.MaGaNiN.CoM



An Introduction To: OCD Clinical Presentation In Arab & Muslim Countries

مقدمة للشكل الإكلينيكي لاضطراب الوسواس القهري
في الأقطار العربية والمسلمة



أهداف الورشة

- في نهاية هذه الورشة يفترض أن يصبح المتدرب:
 - واعيا بالخصوصية الثقافية لأعراض الوسواس القهري لدينا.
 - عارفا بالسمات المعرفية المميزة لمرضى الوسواس عامة.
 - مطلعاً على جزء هام من تراثنا الفقهي في فهم ومناجزة الوسواس القهري خاصة الدينية منها.
 - مكوناً نظرة مختلفة لأعراض الوسواس الديني ولديه أفكار عن كيفية تصنيفها، والتعامل معها معرفياً وسلوكياً.
 - ملماً بمعظم فنيات ع.م.س لمرضى الوسواس القهري عامة.

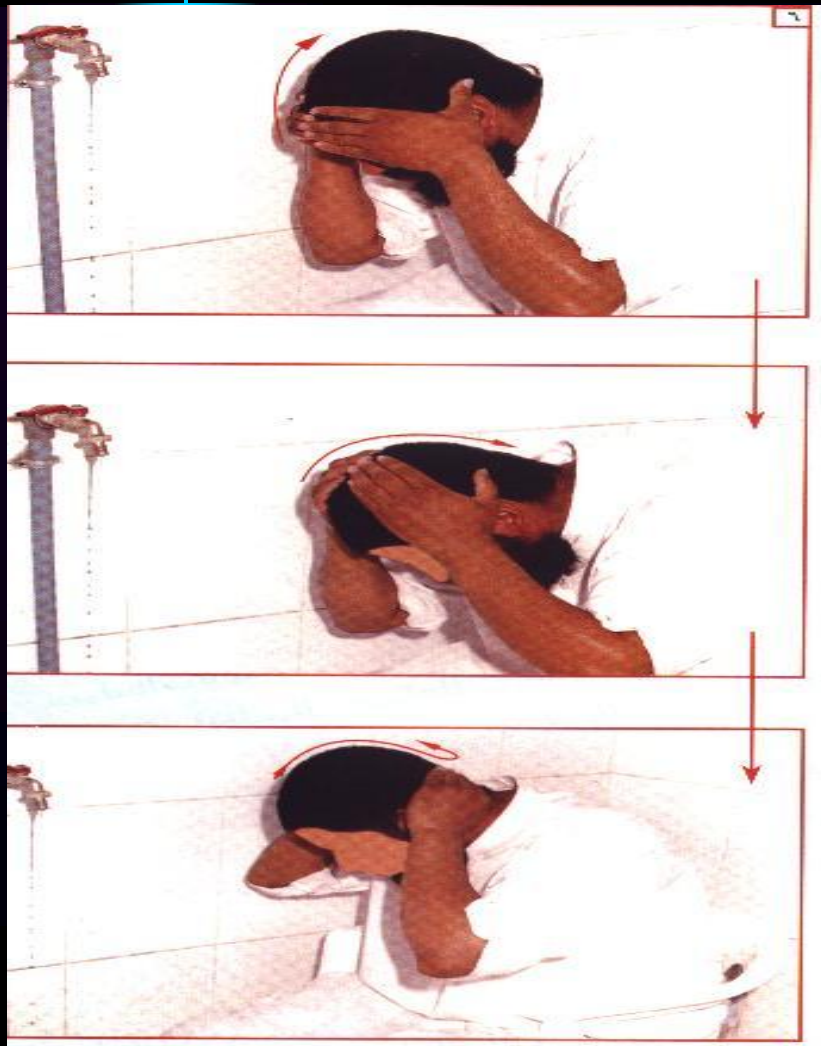
المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا



■ بينت الدراسات التي أجريت في المنطقة العربية وفي تركيا وإيران أن الوسواس (الأحداث العقلية التسلطية) والقهورات (الأفعال القهرية) ذات المحتوى الديني هي الأكثر شيوعا حيث تصل نسبتها ٦٠% من أعراض مرضى اضطراب الوسواس القهري.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

■ يجب ألا يغيب عن أذهاننا أن نسبة كبيرة من الذين يعانون من الوسواس ذات المحتوى الديني لا يعرضون حالاتهم على الأطباء النفسانيين أصلاً وإنما على الأهل أو الشيوخ وبالتالي فإن النسب الحقيقية للوسواس ذات المحتوى الديني قد تكون أكثر بكثير.



المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

- جزء كبير من المرضى بالوساوس الدينية يلجأ للشيخ والفقهاء أو حتى أهل من الناس العاديين - وليس الأطباء النفسانيين- ليسألهم عن خبراته الوسواسية... وكثيرون يشفون بعد ذلك على الأقل لفترة من حياتهم قبل الوصول للطبيب النفسي ومنهم من يعيش عمره ولا يذهب لطبيب نفسي، وهذا الأمر **كثير الحدوث في حالة الوسواس الدينية** بشكل خاص.

- يشير هذا بوضوح إلى غنى ثقافتنا بمفاهيم وأساليب للتعامل مع الوسواس خاصة الدينية منها.

سؤال للمتدربين

- ما هو الشكل الأكثر شيوعا للوساوس والقهورات في مرضى الوسواس القهري في ممارستك العملية؟
- ماذا عن الوسواس والقهورات الدينية؟
 - ما نسبتها؟
 - ما محتواها؟
 - هل تناقش مريضك فيها أم تطلب المعونة من فقيه؟
- هل أنت راض عن نتائج علاج مرضى الوسواس الديني لديك؟

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا



■ تجمع نتائج معظم الدراسات العربية المتاحة على أن الوسواس الدينية هي أكثر أنواع الوسواس القهرية شيوعاً عندنا، فنسبتها في مصر ٦٠%.

■ وحققت الأفكار المتعلقة بالتلوث نفس النسبة تليهما الأفكار الجنسية، ثم أفكار الانضباط والدقة (Okasha, et al., 2001).

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

- المواضيع الثلاثة الرئيسية للوسواس على المستوى العالمي هي: **الدين والجنس والعدوان** (*Rachman, 2004*) (وكثيرا ما يجمع وسواس واحد بين اثنين أو أكثر من هذه المواضيع) هناك بالطبع مواضيع أخرى كالخوف من المرض، الخوف من الموت الرغبة في التماثل أو التناظر... إلخ.
- بينت الدراسات على الشعوب الغربية أن وسواس التلوث والقذر هي الأكثر شيوعا ثم العدوان ثم الوسواس الجسدية ثم الدينية وأخيرا الجنسية، لكننا نجد **المحتوى الديني يليه المحتوى الجنسي أو مزيجا منهما هو الشكل الأكثر شيوعا** لمحتوى الأفكار أو الأحداث العقلية التسلطية في مجتمعاتنا.

محتوى الوسوس في عينة من المصريين (عكاشة ٢٠٠١)

- وسوس دينية²⁸ : Religious Obsessions ٦٠% .
- وسوس متعلقة بالتلوث²⁸ : Contamination Obsessions ٦٠% .
- وسوس جسدية : Somatic Obsessions ٤٩% .
- وسوس جنسية : Sexual Obsessions ٤٨% .
- أفكار الانضباط والدقة التسلطية : Symmetry & Exactness ٤٣% .
- وسوس عدوانية²⁸ : Aggressive Obsessions ٤١% .
- أفكار الحرص والتخزين : Hoarding & Saving Obsessions ٢٨% .
- وسوس متباينة²⁸ : Miscellaneous Obsessions ٣٧% .

محتوى الوسائوس في عينة من المصريين (عكاشة ٢٠٠١)

- طقوس التكرار القهرية Repeating Compulsions :%68
- قهورات الغسيل والتنظيف Washing & Cleaning :%63
- قهورات التحقق Checking Compulsions :%58
- قهورات الترتيب والتنظيم Ordering & Arranging :%47
- قهورات العدّ Counting Compulsions :%47
- قهورات التخزين والتنظيم Hoarding & Arranging :%45
- أفعال قهرية متباينة Miscellaneous Compulsions :%59

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

■ وإذا تأملنا الأفعال القهرية التي ستصنف ضمن طقوس التكرار القهرية والبالغة نسبتها ٦٨% فإن لنا أن نتساءل: هل صنفت إعادة الوضوء أو إعادة الصلاة مثلها مثل إعادة غسل الصحون أو أرضية الحمام؟؟.

■ وكذلك الأفعال القهرية الخاصة بالتطهر من النجاسة أو من الجنابة هل صنفت ضمن طقوس الغسيل والتنظيف - والبالغة نسبتها ٦٣% - مثلها مثل طقوس التنظيف والتطهير من الجراثيم خوفا من العدوى؟



المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجملتنا

- إذن تصنيف الوسواس في هذه الدراسة قد يكون بعيدا عن الواقع بكثير!
- وذلك على الأقل لأن ترجمة لمفاهيم قائمة يل براون الأجنبية **Y-BOCS Symptom Checklist** قد اعتمدت في الدراسة واستخدمت في فهم واستكشاف الوسواس وتصنيفها...
- والواقع يشير بوضوح إلى أن الوسواس والأفعال القهرية التي يظهرها المرضى عندنا تحتاج التصنيف بشكل مختلف....

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

إذن: رغم بداهة ارتباط الوسواس بالخلفية الثقافية فإن المقاييس المتاحة بالعربية مشبعة بالثقافة الغربية إلى حد كبير، لأنها إما ترجمة لمقاييس أجنبية بعينها أو هي مصممة من خلال التحليل العاملي لبعض قوائم الوسواس الأجنبية (أبو هندي، ومؤمن ٢٠٠٥).

تدريب عملي

- يتم توزيع نسخ بعدد المتدربين بالورشة من كل من:
- الترجمة العربية لقائمة وساوس يل براون **Y-BOCS Symptom Checklist** عن طب عين شمس (Goodman, et al., 1989)
- .. تأمل قائمة الوسواس والقهورات (٥ دقائق)
- المقياس العربي للوسواس القهري (أحمد محمد عبد الخالق، ١٩٩٢).
- تأمل بنود المقياس العربي جيدا (٥ دقائق)
- هل تجد هذه المقاييس حساسة لأعراض الوسواس القهري الديني كما تراه في مرضاك؟

OCD Symptom Content Versus/ Commonly Used Scales

محتوى أعراض اضطراب الوسواس
القهرى مقابل/ أكثر المقاييس استخداما

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

■ يبين الاطلاع على المقاييس المتاحة كلها أنها تفتقر إلى ما يقيس الوسواس دينية المحتوى باستثناء عبارتين في قائمة يل براون (Goodman, et al., 1989) تحت المقياس الفرعي أفكار تسلطية دينية هما:

١- هل تمضي وقتا طويلا في التفكير في الكفر والخطيئة؟

٢- هل تبدي اهتماما بالغا بالأخلاقيات وبما هو صواب وخطأ؟

ثم يعطي المقياس مساحة فارغة مسبقة بـ ٣- أخرى، أي أفكار تسلطية دينية أخرى، ليسجل المفحوص فيها ما يعتبره أفكارا تسلطية دينية.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

■ يشير الواقع العملي إلى أمرين:

الأمر الأول هو أن معظم المرضى من ذوي الوسواس الدينية في ثقافتنا لا تشمل وساوسهم التفكير في الكفر والخطيئة بقدر ما تشمل محتويات دينية أخرى تتعلق غالباً بالعبادات، كما تبين بنود مقياس أعراض الوسواس القهري، ولا يصح أن نكتفي باكتشاف من تتعلق وساوسهم بالكفر فقط.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

- والأمر الثاني هو أن مفهوم الصواب والخطأ
مختلف عن مفهوم الحلال والحرام، وبالتالي
فليس غريباً أن لا يجد غارق في وساوسه
الدينية أي علاقة بين معاناته والفقرتين
المذكورتين تحت عنوان الأفكار التسلطية
الدينية في قائمة يل براون.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا



■ وقد قيم مقياس يل براون وتمت
مقارنته بالعديد من المقاييس
الموجودة للوسواس القهري فكانَ
أحسنها (Nakagawa, et al., 1996)

■ لكن بالرغم من ذلك التفوق على
المقاييس الأخرى إلا أن فقرات قائمة
الوساوس والأفعال القهرية المرفقة
ليست قادرة على اكتشاف أعراض
المرضى عندنا.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

- وأما إذا نظرنا إلى بنود المقياس العربي للوسواس القهري **(أحمد محمد عبد الخالق، ١٩٩٢)** فإننا نجد عبارتين ربما أحس بعض المفحوصين أن لهما علاقة بالأفكار التسلطية دينية المحتوى وهما:
 - رقم ٨ "أشك في أشياء كثيرة في هذا العالم"،
 - ورقم ٣٢ "تخطر علي بالي بعض الأسئلة التي يستحيل الإجابة عليها"، ومن الواضح أن العلاقة بعيدة،

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

■ وأما فيما يتعلق بالأفعال القهرية
فإن العبارة رقم ٢

“أغسل يداي عددا كبيرا من المرات”

■ لا يفهمها أحدٌ من الموسوسين
بالوضوء على أنها ذات علاقة
بأفعاله القهرية.

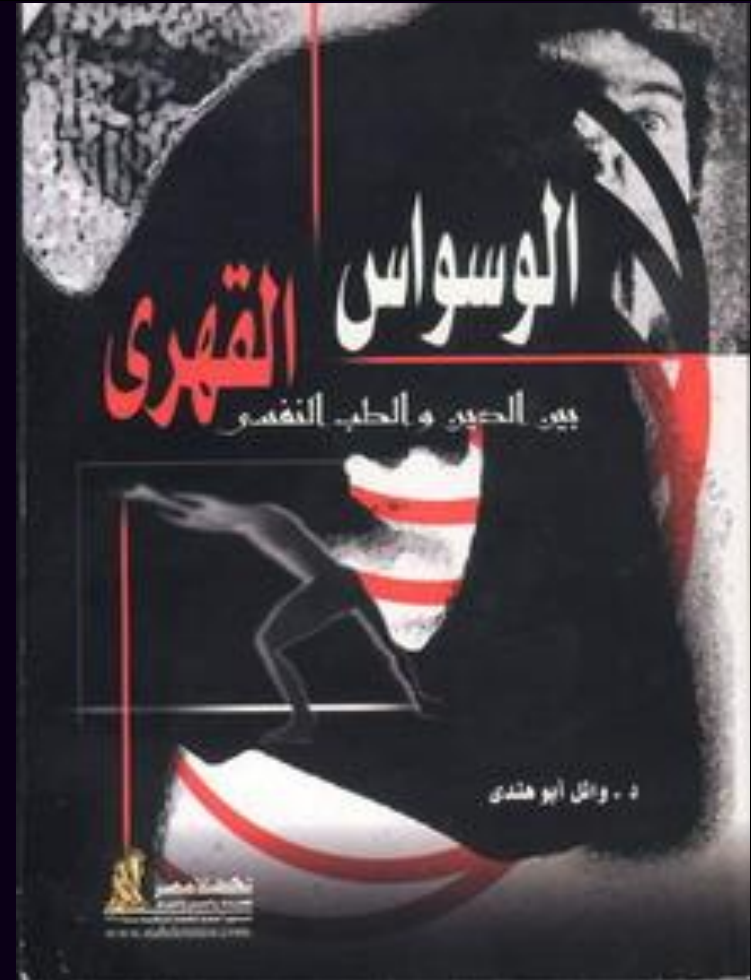
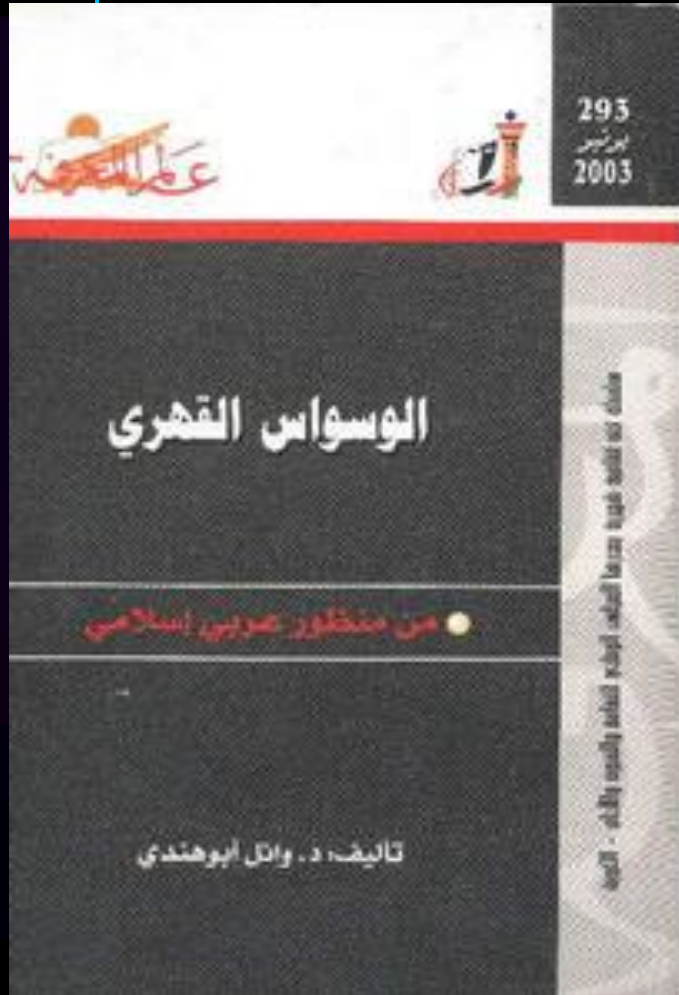


المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

- طبق الباحثون العرب في دراساتهم على مدى يزيد على عقود ثلاثة عددا من المقاييس وقوائم الوسواس المترجمة، وأثبتت النتائج غالبا أننا مثلنا مثل الغرب في معدل الحدوث والانتشار... وغير ذلك، وأنا مثلنا مثل اليهود يكون المحتوى الغالب لوساوسنا من الوسواس الدينية أو الجنسية وفي هذا فقط نختلف عن الغرب... إلخ
- يدل هذا بوضوح على أننا ما نزال بحاجة إلى دراسة مستفيضة لمحتوى أعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا.

٢٠٠٣

٢٠٠٢



المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجملتنا

■ وضعني نشر كتابي خاصة الثاني في تلك السلسلة واسعة الانتشار في موضع من يقصده المصابون بداء الوسوسة، وكنت أستخدم - لأغراض بحثية - كلا من

■ ١ - **المقياس العربي للوسواس القهري** - وهو المقياس العربي الوحيد المتاح -

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

- ٢- ترجمة قائمة يل- براون للوسواس القهري **Y-BOCS Symptom Checklist**، والتي استخدمت في دراسة أعراض الوسواس القهري لدى عينات من المصريين (Okasha et al, 1994), (Okasha, 2001)، دون إجراء أي نوع من أنواع الثبات أو الصدق للمقياس في البيئة العربية في أي من الدراستين.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

■ الحقيقة أنني فوجئت بأن قطاعا كبيرا من المشتكين من الوسوسة في الوضوء والصلاة والغسل والاستنجاء... إلخ من الأفعال الدينية وكثيرين أيضاً من المشتكين ببعض الأفكار التسلطية الدينية المحتوى.... **غالباً ما يجيبون بالنفي على معظم أسئلة تلك المقاييس.**

■ هذا يطعن في صدق أو صلاحية تلك المقاييس لقياس ما يفترض أنها تقيسه في مجتمعاتنا!.. ويطعن بالتالي في النسب السابقة.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

■ استنتجت مما سبق أن هناك تحيزا كامنا في المقاييس والمفاهيم المستوردة من الممارسة الغربية **بشكل واضح** (مثلا عند استخدام مقياس مترجم، سواء قنن أو لم يقنن في البيئة العربية) أو **بشكل مستتر** (مثلا عند استخدام مقاييس عربية أو مفاهيم علاجية مستمدة من المقاييس الأجنبية)، هذا التحيز الكامن أدى إلى استنتاج مفاده:

قصور الأدوات التي نستخدمها في بحثنا وممارساتنا الإكلينيكية عن تحسس -فضلا عن تفنيد وتوصيف- أعراض المرضى في حالة الوسواس القهري.

المحتوى الشائع لأعراض الوسواس القهري في مجمعاتنا



■ ونتيجة لما تشكل لديّ من خبرة إكلينيكية مع مرضى الوسواس القهري من العرب بشكل عام والمصريين بشكل خاص، تبين أننا بحاجة إلى أداة قياس نفسي صادقة المضمون وقادرة بالتالي على اكتشاف أعراض مرضانا.

المقياس المناسب لأعراض الوسواس القهري في مجتمعاتنا

وبالفعل قمنا بإعداد مقياس أعراض الوسواس القهري (أبو هندي،
ومؤمن ٢٠٠٥) المكوّن من ٨٣ فقرة موزعة على ١٤ مقياساً
فرعياً، وتتناول:

■ **أولاً الوسواس:** وتشمل اجترار الأفكار والأفكار الوسواسية بكل أنواعها (جنسية، عدوانية، دينية، طهارة ونظافة) وكذلك الصور والاندفاعات الوسواسية.

■ **ثانياً الأفعال القهرية:** وتتضمن قياس الأفعال القهرية عامة، والأفعال القهرية الدينية، وطقوس الطهارة والنظافة، والبطء، والمراجعة، وطقوس اللمس.

■ **ثالثاً التأثير على الأنشطة اليومية والأداء.**

تدريب على مقياس أعراض الوسواس القهري

■ يتم توزيع نسخ من المقياس على المتدربين.

■ ٥ دقائق للاطلاع على فقرات المقياس.

■ ٥ دقائق لتوضيح طريقة التطبيق والتصحيح.

■ ١٠ دقائق للمناقشة وتدوين الآراء.



الحمد لله وشكرا لكم

www.maganin.com