



How to assess obsessions :

available on youtube: [Al-Sughayir Psychiatry Teaching](https://www.youtube.com/watch?v=E6J0XHXGCWk)

<https://www.youtube.com/watch?v=E6J0XHXGCWk>

- 1- سلامات يا أخ2- وضح لي محتوى الأفكار حول أي شيء (النظافة- الوضوء - ...).
- 4- هيئتها وشكلها: هل هي فكرة أو مشهد ينبثق في ذهنك – لقطة (صورة) ثابتة أو مقطع متحرك – أو تشعر وكأنك تندفع لا إراديا لعمل أو التلفظ بشيء ما تريده.
- 5- أنت تصف وساوس ذهنية و لكي نعرف هل هي فعلا تعدت الحدود الطبيعية للوساوس عند الإنسان الطبيعي وصارت قهرية إجبارية أسالك بعض الأسئلة:
 - أ - هل هي تقتحم ذهنك دون إرادتك أو أنت تطلبها أولا ؟
 - ب- هل تحس أنها من داخلك (رأسك أو صدرك) أو تعتقد أنها تأتيك من خارج نفسك؟
 - ج-- هل ترفضها وتقاومها وهي تلح بقوة واستمرار وتغلب مقاومتك حتى مع تعودك من الشيطان و قراءة الأذكار؟
 - د- هل هي متكررة تعاودك باليوم الواحد مدة ساعة أو أكثر؟
- 6- هل أتعبت مزاجك (بقلق أو توتر أو حزن أو غضب على نفسك) ؟
- 7- هل أثرت على أعمالك اليومية أو إنجازك أو علاقاتك أو عرقلت روتين حياتك؟
- 8- حدثني هل من أفعال تكرر لها بسبب الوسواس؟
- 9- هل توجد وساوس لم تذكرها ؟
- 10- هل عندك حزن أو انخفاض مزاج أو نقص في البهجة أو همّ وضيق صدر أو رغبة في البكاء ؟
- 11- أيهما قبل الثاني الوسواس القهري أم الاكتئاب أو ظهرا مع بعض؟