



اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية: عندما تصبح الحياة جحيما

اكتشف كيف يؤثر هذا الاضطراب على المصابين به. تابع
للمزيد...



ما هو اضطراب OCPD؟

نمط دائم

هوس بالنظام والقواعد والسيطرة يستمر لفترة طويلة

كمالية مفرطة

سعي لا ينتهي نحو المثالية على حساب المرونة

تأثير شامل

يؤثر على جميع مجالات الحياة وليس فقط مواقف محددة

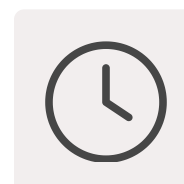
علامات مميزة للشخصية الوسواسية

الاهتمام المفرط بالتفاصيل



انشغال بالجزئيات للدرجة التي تعيق إكمال المهام

هوس بالجدول والقوائم



صعوبة في إدارة الوقت بمرونة والتمسك بالخطط

صلابة وعناد



صعوبة في تغيير الرأي والتكيف مع الظروف المتغيرة

لماذا يتطور هذا الاضطراب؟



تربية صارمة



بيئة عائلية تشدد على الكمال والنظام

العوامل الوراثية



تاريخ عائلي للاضطرابات النفسية

كيمياء الدماغ



اختلال في الناقلات العصبية



تأثيره على الحياة اليومية

العلاقات المتوترة

صعوبة في بناء علاقات صحية بسبب التوقعات العالية

الإرهاق المستمر

ضغط نفسي ناتج عن السعي الدائم للكمال

التردد المزمّن

استهلاك وقت طويل في القرارات البسيطة



OCD ليس هو OCPD

OCPD	OCD
جزء من الشخصية	اضطراب قلق
يرى سلوكه منطقياً	يدرك غرابة سلوكه
تركيز على النظام والسيطرة	أفكار متطفلة وسلوكيات قهرية
لا يشعر بالقلق من أفكاره	قلق شديد من الأفكار المتطفلة