

بنام خالق یکتا

عیشِ فعالی

تصحیح و ترمیم: «آزمایش و درمان»

مؤلف: بهروز محمد چنار

با کوشش: محمدرضا کار



انتشارات آریترین



سرشناسه: محمدچناری، بهروز- ۱۳۵۴؛

عنوان و نام پدیدآور: بیش فعالی: «تشخیص، آموزش و درمان» / مؤلف: بهروز محمد چناری؛ با گوش: محمد

روزگار وضعیت فهرست نویسی: فیا

مشخصات نشر: اندیمشک، اریترین؛ ۱۳۹۷

صفحات: ۱۶۰ ص؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵

شابک: ۳-۴۸-۸۴۱۴-۶۰۰-۹۷۸

موضوع: کم توجهی در کودکان پرتحرک

موضوع: Attention-deficithyperactivity disorder - Diagnosis: موضوع: تشخیص

موضوع: Attention-deficithyperactivity disorder - Treatment: موضوع: درمان

رده بندی کنگم: ۱۳۱۰۳۰۷۷۰۶/۵۰۶ Rg

رده بندی دیویی: ۶۱۸/۹۲۸۵۸۹



بیش فعالی «تشخیص، آموزش و درمان» / مؤلف: بهروز محمد چناری؛ با گوش: محمد روزگار

مشخصات نشر: اندیمشک، اریترین؛ ۹۷

صفحات: ۱۰۰

چاپ: اول؛ ۱۱

قیمت: ... تومان

ناظر فنی: لیلی صابری

طراح جلد: جلال صابری نژاد

صفحه آرای: جلال صابری نژاد

«حق چاپ برای مؤلف محفوظ است»

«خوانندگان محترم، از آنجا که مؤلف برای جمع آوری مطالب این اثر بسیار وقت صرفه نموده لذا هر گونه

عکسبرداری، کپی کردن و ... از متن کتاب بدون اجازه ناشر امتناع ورزید. هر گونه بهره برداری از آن با اجازه

کتابی از نویسنده امکان پذیر خواهد بود.»

ISBN: 978-600-8414-48-3

خوزستان: اندیمشک: پاساژ وفايي، دفتر مرکزی انتشارات اریترین

تلفن: ۰۹۱۶۷۲۵۶۰۱۲ - ۰۹۳۵۳۸۰۳۴۳۲

EritrinBook@gmail.com

فهرست:

- ۹..... پیشگفتار
- ۱۱..... خاستگاه تاریخی اختلال نقص توجه/بیش فعالی
- ۱۵..... تاریخچه‌ی تحول اصطلاح شناسی اختلال نقص توجه/بیش فعالی

فصل اول تعریف، پیشینه‌ی تجربی

- ۱۹..... اختلال نقص توجه/بیش فعالی چیست؟
- ۲۰..... تعاریف
- ۲۱..... پیشینه‌ی تجربی
- ۲۴..... علل اختلال نقص توجه/بیش فعالی چیست؟
- ۲۴..... الف-توارث
- ۲۴..... ب-عوامل نوروربینول
- ۲۴..... ج-درنگ تکاملی
- ۲۵..... د-عوامل روانی-اجتماعی
- ۲۵..... هـ-عوامل زمینه‌ساز دیگر
- ۲۵..... عواملی که موجب اختلال نقص توجه/بیش فعالی نمی‌شوند.

فصل دوم راه‌های تشخیص اختلال نقص توجه/بیش فعالی

- ۳۱..... ملاک‌های تشخیص در کودکان
- ۳۱..... بی‌توجهی
- ۳۲..... بیش‌فعالی
- ۳۲..... تکانشگری
- ۳۳..... زیر گروه‌های اختلال
- ۳۴..... اختلال نقص توجه/بیش فعالی چگونه تشخیص داده می‌شود؟
- ۴۰..... چه کسی صلاحیت تشخیص و درمان ADHD را دارد؟
- ۴۴..... عوامل خطرآفرین خاصی که برای افراد مبتلا به ADHD وجود دارد:

فصل سوم ویژگی افراد مبتلا به اختلال نقص توجه / بیش فعالی

- ویژگی افراد مبتلا به نقص توجه / بیش فعالی ۴۹
- ۱- دوره‌ی نوزادی ۴۹
- ۲- دوران پیش دبستانی ۵۰
- ۳- دوره‌ی کودکی میانه (۶ تا ۱۲) ۵۲
- ۴- دوره نوجوانی ۵۵
- ۵- دوره بزرگسالی ۵۶
- اختلال نقص توجه با / بدون بیش فعالی (ADD+ADHD یا ADD-ADHD) ۵۹
- اختلال تصحیح راجه / بیش فعالی و ملاحظه‌های فرهنگی ۶۰

فصل چهارم مشاوره، آموزش و درمان

- راهنماهای درمانی ۶۵
- الف) دارودرمانی: ۶۵
- ۱- آرام بخش‌ها: ۶۶
- ۲- محرک‌ها: ۶۶
- ۳- داروهای ضدافسردگی: ۶۷
- ۴- اختلال بیش فعالی - آغاز دارو درمانی ۶۸
- ۵- چه موقع باید دارو تجویز شود. ۶۹
- ۶- اثر دارو بر عملکرد شناختی و پیشرفت تحصیلی ۷۲
- ۷- نکاتی دیگر راجع به دارودرمانی ۷۶
- ۸- اثرات جانبی داروها ۷۷
- ۹- هشدارهایی درباره مصرف ریتالین ۷۹
- ۱۰- موارد عدم مصرف داروهای محرک ۸۱
- ۱۱- چه زمانی دارو بیشترین اثر را دارد؟ ۸۲
- ب) درمان‌های کلامی مختلف کدام‌اند و چگونه به بهبود ADHD کمک می‌کنند؟ ۸۴
- درمان شناختی رفتاری چیست و چگونه به بهبود ADHD کمک می‌کند؟ ۸۶

۸۹	ه) درمان طبیعی برای ADHD
۹۱	و) بازخورد زیستی EEG چیست و چگونه به درمان ADHD کمک می‌کند؟
۹۲	آماده‌سازی چیست و چگونه به بیمار ADHD کمک می‌کند؟
۹۴	تأثیر ورزش در بهبودی نشانه‌های ADHD
۹۵	مداخله‌های درمانی مکمل برای ADHD
۹۷	الف) مداخله‌های مدرسه محور
۹۷	۱- آموزش مهارت‌های اجتماعی
۱۰۲	۲- برنامه ریزی تعمیم دمی
۱۰۳	۳- مشارکت را برقرار کنید
۱۰۵	۴- تربیت نوین و اثبات ADHD
۱۰۷	ب) مداخله‌ها در خانه
۱۰۷	۱- آموزش والدین
۱۱۳	خانواده درمانی رفتاری برای نوجوانان
۱۱۵	چگونه می‌توانیم برای حل مشکلات، درس‌گیر و یک درمانی مناسب را انتخاب کنیم؟
۱۱۶	خطرات عدم درمان ADHD
۱۱۷	پیامدهای عدم درمان ADHD ممکن است بسیار وخیم باشند: جمله:
۱۲۱	ویژگی‌های مثبت ADHD

فصل پنجم سخنی با والدین

۱۲۵	اگر والدین به بیش فعال بودن فرزندشان مشکوک شوند، چه باید بکنند؟
۱۲۶	والدین در برخورد با این کودکان چه رویکردی باید داشته باشند؟
۱۳۱	اعتماد به نفس یک کودک بیش فعال چگونه افزایش می‌یابد؟
۱۳۲	راهبردهای مکمل جهت اداره کردن کودکان دارای اختلال ADHD برای والدین
۱۳۳	سعی کنید دستورالعمل‌ها کوتاه و مختصر باشد.
۱۳۳	حمایت‌های آموزشی در خانه

حمایت‌های رفتاری در مدرسه ۱۳۵

فصل ششم: سخن‌ها با آموزگاران

رفتار آموزگاران در قبال دانش‌آموزان مبتلا به ADHD (بیش فعال) ۱۴۳

۱- سازگاری با کلاس ۱۴۳

۲- آموزش و تعلیم مدرسه‌ای ۱۴۴

۳- مداخلات رفتاری ۱۴۷

تمرین‌های آموزشی منحصر به فرد (اختصاصی) ۱۵۰

رها: زبان و درک مطلب خواندن ۱۵۰

نوشتن ۱۵۲

صداها و آواها ۱۵۳

هجی کردن (تلفظ) ۱۵۴

دستخط ۱۵۵

محاسبات ریاضی ۱۵۶

منابع: ۱۵۹

پیشگفتار

این کتاب شرحی به اختصار در مورد کودکان دارای نقص توجه و بیش‌فعالی جهت آگاهی‌رساندن به کلیه علاقه‌مندان، اساتید، دانشجویان، معلمان، خانواده‌ها و ... با زبانی بسیار ساده به رشته تحریر در آمده است.

امروزه همراه با تغییر سبک‌های زندگی و تربیتی، تغییر در رژیم غذایی کودکان، عوامل بیماری‌های نوظهور، اشتغال هر دو والد جهت تأمین معاش زندگی، تغییر در محتوای کتاب درسی و روش‌های تدریس معلمان، بالا رفتن سطح انتظارات از کودکان، نحوه بازی‌های کودکان و نوع آن‌ها (بیشتر کامپیوتری و موبایلی و...) اختلالی در رفتار کودکان از جمله نقص توجه و بیش‌فعالی نیز به وفور مشاهده می‌گردد که اساساً خانواده‌ها به دلایل مختلف نمی‌توانند به شیوه درست به تربیت این قشر پرداخته و یا با شناسایی و روش‌های آموزش، مشاوره رفتار، دارو درمانی این کودکان را در مسیر درست قرار داده و خود را از وارد کردن استرس، اضطراب و دلوپسی‌های بی‌جا باز دارند.

اینجانب بر اساس تجربیاتی که بیش از دو دهه در حوزه آموزش، تعلیم و تربیت، مشاوره چه با کودکان دارای نیازهای ویژه چه مهدکودک‌ها، دبستان‌ها، مدارس ابتدایی عادی، همچنین مدرسين آموزش خانواده در آموزش پرورش و در دانشگاه‌ها و دانشجویان رشته‌های علوم تربیتی و روانشناسی داشته و دارم و نیازی را که به جد برای کلیه اقشار جامعه خصوصاً خانواده‌هایی که دارای کودکان دارای نقص توجه/بیش‌فعال هستند، بر آن شدم تا در این کتاب به صورت

مختصر جهت آگاهی رسانی، پیشگیری، شناسایی زود هنگام، به تعریف، تاریخچه، علل، راه‌های تشخیص، آموزش و درمان نقص توجه و بیش‌فعالی بپردازم. امیدوارم که رضای خداوند نیز پیوستار این تحریر باشد و عمری عنایت بفرماید تا در جلد دوم به‌صورت مفصل همراه با روشهای شناسایی، آموزش و رفتار درمانی، بازی درمانی و مشاوره کودک و خانواده بپردازم.

خداوند منم می‌دانم از زحمات ارزنده‌ی دانشجو و همکار عزیزم جناب آقای محمد روزگار نهایت تشکر و قدردانی را بابت زحماتی که در خصوص همراهی برای، این کتاب گذاشته‌اند، داشته باشم.

از آنجا که به جا می‌دانم، مطالب خالی از اشکال نیست و دید ظریف و تخصصی صاحبان خرد در این حوزه می‌تواند راهگشا باشد، سپاسگزار خواهم شد تا اینجانب را با نکات و فرمایشات خود یاری نموده و نواقص و احیاناً اشتباهاتی اگر باشد را اصلاح نموده و به اینجانب متذکر شوند تا در چاپ‌های بعدی اصلاح شده آن در اختیار علاقه‌مندان قرار بگیرد.

خدا یار پختن کن سرانجام کار

تو نشود بانی و ما را ننگار

بهروز محمد چناری، اندیشک زستان ۹۷

۱۷ ربیع الاول سال ۱۴۴۰