

# مشکلات هیجانی و رفتاری در کودکان

مداخله اثربخش در سنین پیش دبستانی و مهدکودک

ملیسا آل هولند، جسیکا مالمبرگ و گرتجن گیمپل پیکوک

مترجمان: دکتر مریم فولادوند و دکتر احمد عابدی



هالند، ملیسا ال. :

سرشناسه

Holland, Melissa L.

مشکلات هیجانی و رفتاری در کودکان؛ مداخله اثربخش در سنین

عنوان و نام پدیدآور

پیش دبستانی و مهدکودک/ملیسا ال. هولند، جسیکا مالمرگ، گرچن

گیمپل پیکوک؛ مترجمان مریم فولادوند، احمد عابدی

اصفهان: نشر نوشته، ۱۳۹۸.

مشخصات نشر

۳۵۲ص: جدول.

مشخصات ظاهری

۹۷۸-۶۰۰-۳۸۶-۱۶۲-۶ :

شابک

فیبا :

وضعیت فهرست نویسی

Emotional and behavioral problems of young  
children: effective interventions in the preschool  
and kindergarten years, 2nd ed., 2017

عنوان اصلی

کودکان - ناهنجاری های سازگاری :

موضوع

Adjustment disorders in children :

موضوع

کودکان پیش دبستانی - بهداشت روانی :

موضوع

Preschool - Mental health :

موضوع

مالمرگ، جسیکا :

شناسه افزوده

Gimpel Peacock Gretchen گرچن

شناسه افزوده

فولادوند، مریم، ۱۳۵۷-، مترجم

شناسه افزوده

عابدی، احمد، ۱۳۴۴-، مترجم

شناسه افزوده

RJ۵۰۶ :

رده بندی کنگره

۶۱۸/۹۲۸۵۲ :

رده بندی دیویی

۵۶۷۲۵۳۳ :

شماره کتابشناسی ملی



اصفهان - خیابان فلسطین - ساختمان نوید

کد پستی: ۸۱۴۳۹-۸۴۱۳۶

تلفن: ۰۳۱-۳۲۲۰۸۶۱۰ دورنگار: ۰۳۱-۳۲۲۲۶۴۴۵

Website: [www.neveshtebook.com](http://www.neveshtebook.com)

E-mail: [neveshte.pub@gmail.com](mailto:neveshte.pub@gmail.com)

مشکلات هیجانی و رفتاری در کودکان

مداخله اثربخش در سنین پیش دبستانی و مهدکودک

نویسندگان: ملیسا آل هولند، جسیکا مالمرگ و گرچن گیمپل پیکوک

مترجمان: دکتر مریم فولادوند و دکتر احمد عابدی

طرح جلد: مجتبیٰ عصبانی

لیتوگراف: طلوع

چاپ: هشت بهشت

صحافی: سپاهان

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۸

قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۸۶-۱۶۲-۶

ISBN 978-600-386-162-6

کلیه حقوق محفوظ است.

## فهرست

|    |                                                     |
|----|-----------------------------------------------------|
| ۱۳ | پیش درآمد                                           |
|    | فصل اول:                                            |
| ۱۵ | مقدمه‌ای بر مشکلات رفتاری، اجتماعی و هیجانی کودکان  |
| ۱۶ | مروری بر اختلالات                                   |
| ۱۷ | مشکلات برونی‌سازی شده                               |
| ۲۲ | مشکلات درونی‌سازی شده                               |
| ۲۲ | ترس و اضطراب                                        |
| ۲۴ | اختلالات اضطراب                                     |
| ۲۷ | دیگر اختلالات درونی‌سازی شده                        |
| ۳۱ | مشکلات دیگر                                         |
| ۳۷ | اختلال طیف اتیسم                                    |
| ۴۱ | خلاصه‌ای از مشکلات                                  |
| ۴۲ | شیوع بیماری‌های مرتبط با سلامت روان در کودکان       |
| ۴۶ | تأثیر مشکلات رفتاری، اجتماعی و هیجانی در محیط مدرسه |
| ۴۸ | پایداری مشکلات رفتاری                               |
| ۵۱ | عوامل پیش‌بینی‌کننده مشکلات                         |
| ۵۲ | عوامل پیش‌بینی‌کننده مشکلات برونی‌سازی شده          |
| ۵۵ | عوامل پیش‌بینی‌کننده مشکلات درونی‌سازی شده          |
| ۵۷ | خلاصه فصل / اهداف کتاب                              |
|    | فصل دوم:                                            |
| ۵۹ | ارزیابی مسائل سلامت روانی                           |
| ۶۰ | مصاحبه با والدین و معلمان                           |

|    |                                          |
|----|------------------------------------------|
| ۶۰ | مصاحبه‌ها به عنوان غربالگری‌ها           |
| ۶۱ | مصاحبه‌ها به عنوان ابزار تشخیص و ارزیابی |
| ۶۱ | مصاحبه با والدین                         |
| ۶۳ | روابط خانوادگی                           |
| ۶۳ | پیش‌زمینه‌های فرهنگی و باورها            |
| ۶۴ | عملکرد شناختی و مدرسه‌ای                 |
| ۶۴ | رابطه هم‌سالان                           |
| ۶۵ | رشد فیزیکی                               |
| ۶۵ | سوابق پزشکی و روان‌پزشکی کودک و خانواده  |
| ۶۶ | رشد اجتماعی - هیجانی و خلق و خو          |
| ۶۶ | علائق، استعدادها و توانایی‌ها            |
| ۶۶ | شرایط آسیب‌زا                            |
| ۶۶ | آزمون اولیه                              |
| ۶۷ | مصاحبه‌ی معلم/ مربی مهدکودک              |
| ۶۸ | اطلاعات کلی درباره‌ی کودک                |
| ۶۸ | مشکلات رفتاری مدرسه/مهدکودک              |
| ۶۸ | در صورت لزوم، عملکرد تحصیلی              |
| ۶۸ | مهارت‌های اجتماعی                        |
| ۶۹ | توانایی‌ها و استعدادها                   |
| ۶۹ | مصاحبه‌ها به عنوان ابزار نظارت بر پیشرفت |
| ۷۰ | مصاحبه با کودکان یا خردسالان             |
| ۷۲ | شالوده‌ی روابط/جمع‌آوری اطلاعات اولیه    |
| ۷۳ | شرایط مصاحبه                             |
| ۷۶ | مقیاس‌های ارزیابی                        |
| ۸۰ | سیستم ارزیابی رفتاری برای کودکان         |
| ۸۳ | سیاهه رفتاری کودک و فرم گزارش معلم       |
| ۸۵ | مقیاس‌های درجه‌بندی کانرز                |
| ۸۶ | مقیاس‌های رفتاری پیش‌دبستان و مهدکودک    |

|     |                                                                   |
|-----|-------------------------------------------------------------------|
| ۸۷  | مقیاس های درجه بندی کوتاه                                         |
| ۸۸  | سیاهه رفتار کودک آبرگ                                             |
| ۸۹  | پرسشنامه ی سنین و مراحل: اجتماعی - هیجانی                         |
| ۹۰  | ارزیابی اوایل دوران کودکی دوروکس                                  |
| ۹۰  | مقیاس های درجه بندی سیستم بهبود مهارت های اجتماعی                 |
| ۹۱  | مقیاس ارزیابی اختلالات نقص توجه                                   |
| ۹۲  | مقیاس درجه بندی اختلال نقص توجه/بیش فعالی ۵                       |
| ۹۳  | مقیاس درجه بندی اتیسم دوران کودکی                                 |
| ۹۴  | مقیاس درجه بندی اتیسم گیلیام                                      |
| ۹۵  | مقیاس های اجتماعی، هیجانی و رفتاری به عنوان ابزار نظارت بر پیشرفت |
| ۹۶  | مشاهده های مستقیم                                                 |
| ۹۶  | مشاهده ها به عنوان غربالگر                                        |
| ۹۷  | مشاهده ها به عنوان ابزارهای تشخیص/ارزیابی                         |
| ۱۰۰ | مشاهده های غیررسمی توسط والدین یا معلمان                          |
| ۱۰۲ | ارزیابی عملکردی                                                   |
| ۱۰۴ | مشاهده های رسمی                                                   |
| ۱۰۵ | مشاهده ها به عنوان ابزار نظارت بر پیشرفت                          |
| ۱۰۶ | خلاصه فصل                                                         |
|     | <b>فصل سوم:</b>                                                   |
| ۱۱۷ | <b>درمان مشکلات برونی سازی /مشکل سلوک</b>                         |
| ۱۱۹ | آموزش رفتاری والدین به عنوان مداخله برای مشکلات برونی سازی شده    |
| ۱۲۵ | هدایت آموزش رفتاری والدین                                         |
| ۱۲۶ | شرح اصول رفتاری                                                   |
| ۱۲۷ | به کارگیری راهبرد توجه                                            |
| ۱۲۹ | اجرای بازی کودک                                                   |
| ۱۳۲ | دادن دستورهای مؤثر                                                |
| ۱۳۴ | استفاده از تکنیک های انضباطی مناسب                                |
| ۱۴۰ | شیوه های انضباطی/تقویتی اضافی                                     |

|     |                                                                     |
|-----|---------------------------------------------------------------------|
| ۱۴۱ | تعمیم و حفظ مهارت‌ها                                                |
| ۱۴۴ | آموزش رفتاری گروهی والدین                                           |
| ۱۴۶ | تقویت آموزش رفتاری والدین با استفاده از درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد |
| ۱۴۷ | ارزش‌ها                                                             |
| ۱۴۹ | گسلش شناختی                                                         |
| ۱۵۱ | تماس با لحظه حال (ذهن آگاهی)                                        |
| ۱۵۴ | خود به عنوان زمینه                                                  |
| ۱۵۵ | پذیرش                                                               |
| ۱۵۶ | عمل متعهدانه                                                        |
| ۱۵۷ | کاربرد بالینی مبتنی بر شواهد                                        |
| ۱۵۸ | مداخله‌های مهارت‌های اجتماعی                                        |
| ۱۶۲ | پیشگیری و برنامه‌های مداخله‌ای اولیه                                |
| ۱۶۹ | خلاصه‌ی فصل                                                         |
| ۱۷۰ | مبانی رفتاری                                                        |
| ۱۷۳ | استفاده از توجه خود به صورت استراتژیک «Time-in»                     |
| ۱۷۳ | خوب بودن کودک خود را درک کنید                                       |
| ۱۷۴ | شیوه‌هایی برای ارائه‌ی توجه مثبت                                    |
| ۱۷۴ | نادیده‌انگاری برنامه‌ریزی شده                                       |
| ۱۷۶ | بازی کودک                                                           |

#### فصل چهارم:

|     |                             |
|-----|-----------------------------|
| ۱۹۱ | درمان مشکلات درونی سازی شده |
| ۱۹۱ | اختلالات اضطرابی            |
| ۱۹۲ | ترس و فوبیاهای خاص          |
| ۱۹۳ | درمان ترس و فوبیاهای خاص    |
| ۱۹۳ | حساسیت زدایی منظم           |
| ۱۹۶ | تنفس عمیق                   |
| ۱۹۷ | تنفس آهسته                  |
| ۱۹۷ | آرام سازی عضلانی پیشرفته    |

|     |                                                        |
|-----|--------------------------------------------------------|
| ۱۹۸ | تصویرسازی                                              |
| ۱۹۹ | تصویرسازی هیجانی                                       |
| ۲۰۲ | فنون مداخله‌ای دیگر برای ترس‌ها و فوبیها               |
| ۲۰۵ | اضطراب جدایی شامل امتناع از مدرسه و مهدکودک            |
| ۲۰۶ | پیشگیری از اضطراب جدایی                                |
| ۲۰۸ | درمان اضطراب جدایی                                     |
| ۲۱۲ | لالی انتخابی                                           |
| ۲۱۶ | شکایت‌های جسمی                                         |
| ۲۱۷ | اختلال استرس پس از سانحه                               |
| ۲۲۰ | درمان اختلال استرس پس از سانحه                         |
| ۲۲۵ | پیشگیری از سوءاستفاده از کودک و غفلت                   |
| ۲۲۸ | افسردگی                                                |
| ۲۲۸ | پیشگیری از افسردگی دوران کودکی                         |
| ۲۲۹ | درمان علائم افسردگی                                    |
| ۲۳۴ | ذهن‌آگاهی                                              |
| ۲۳۹ | خلاصه‌ی فصل                                            |
| ۲۴۵ | پیشگیری از اضطراب جدایی                                |
| ۲۴۵ | درمان اختلال اضطراب جدایی / امتناع رفتن به مدرسه       |
| ۲۴۹ | متنی برای خوردن آگاهانه                                |
|     | <b>فصل پنجم:</b>                                       |
| ۲۵۱ | مدیریت و پیشگیری از مشکلات روزانه                      |
| ۲۵۱ | توالت رفتن                                             |
| ۲۵۵ | بی‌اختیاری ادراری                                      |
| ۲۵۶ | درمان بی‌اختیاری ادراری روزانه                         |
| ۲۵۷ | درمان بی‌اختیاری ادراری شبانه                          |
| ۲۶۱ | بی‌اختیاری مدفوع                                       |
| ۲۶۲ | درمان بی‌اختیاری مدفوع همراه با یبوست                  |
| ۲۶۴ | درمان امتناع از توالت رفتن/بی‌اختیاری مدفوع بدون یبوست |

|     |                                                         |
|-----|---------------------------------------------------------|
| ۲۶۶ | مشکلات مربوط به غذا خوردن/ تغذیه                        |
| ۲۶۶ | ارتقا رفتارهای تغذیه‌ی سالم                             |
| ۲۶۸ | مشکلات معمول تغذیه                                      |
| ۲۷۳ | پیکا یا هرزه‌خواری                                      |
| ۲۷۴ | نشخوار                                                  |
| ۲۷۵ | مشکلات خواب                                             |
| ۲۷۷ | مشکلات مربوط به شروع خواب                               |
| ۲۷۸ | گسترش روال وقت خواب                                     |
| ۲۷۹ | مداخلات مبتنی بر خاموشی                                 |
| ۲۸۳ | بیدارکردن برنامه‌ریزی شده                               |
| ۲۸۴ | برگه‌ی وقت خواب                                         |
| ۲۸۴ | اختلالات برانگیختگی                                     |
| ۲۸۵ | وحشت خواب                                               |
| ۲۸۷ | خوابگردی                                                |
| ۲۸۷ | خلاصه‌ی فصل                                             |
| ۳۰۵ | خوابگردی                                                |
| ۳۰۶ | کابوس                                                   |
|     | <b>فصل ششم:</b>                                         |
| ۳۰۸ | <b>مداخلات و حمایت‌های رفتاری و آکادمیک در کلاس درس</b> |
| ۳۱۲ | پاسخ به مداخله برای مهارت‌های اولیه‌ی سوادآموزی/آکادمیک |
| ۳۱۷ | خلاصه پاسخ به مداخله                                    |
| ۳۱۸ | مداخله‌ها و تقویت‌کننده‌های رفتاری مثبت                 |
| ۳۱۹ | ملاحظات اولیه                                           |
| ۳۲۰ | ایجاد قوانین کلاس                                       |
| ۳۲۱ | ارائه‌ی یک برنامه‌ی تحصیلی                              |
| ۳۲۲ | ارائه‌ی دستورالعمل مؤثر                                 |
| ۳۲۳ | به‌کارگیری توجه انتخابی                                 |
| ۳۲۴ | برنامه‌های مدیریت رفتار مبتنی بر جایزه                  |



- ۳۲۷ پاسخ به تخلف‌های رفتاری و رفتارهای مشکل‌دار شدید
- ۳۲۸ تقویت‌کننده‌ی غیر مشروط
- ۳۲۸ استراتژی‌های پیش‌اصلاحی
- ۳۲۹ جریمه
- ۳۳۰ یادداشت‌های مربوط به خانه - مدرسه/ ورود/ خروج
- ۳۳۳ محروم کردن
- ۳۳۴ خلاصه‌ی تقویت‌کننده‌ها و مداخلات رفتاری مثبت
- ۳۳۵ یادگیری اجتماعی و هیجانی
- ۳۳۶ مزایای برنامه‌های یادگیری هیجانی و اجتماعی
- ۳۳۷ برنامه‌های مشترک آموزش هیجانی و اجتماعی
- ۳۳۷ سال‌های باورنکردنی
- ۳۳۸ مرحله‌ی دوم
- ۳۴۰ ارتقا استراتژی‌های تفکر جایگزین
- ۳۴۰ ارتباط با دیگران: درس‌هایی برای یادگیری مهارت‌های اجتماعی و هیجانی
- ۳۴۱ شروع قوی
- ۳۴۳ خلاصه برنامه‌یادگیری اجتماعی و هیجانی
- ۳۴۳ خلاصه‌ی فصل
- فصل هفتم:**
- ۳۴۶ مباحث ارجاع و نتیجه‌گیری
- ۳۴۶ فرآیند ارجاع
- ۳۴۷ منابع ارجاع
- ۳۴۷ مسئول مراقبت اولیه
- ۳۴۸ روان‌پزشک کودک
- ۳۴۸ درمانگر ارشد
- ۳۴۹ مدرک روان‌شناس بالینی
- ۳۴۹ بستری شدن و محیط‌هایی برای بیماران بستری
- ۳۵۰ راه‌های ارجاع
- ۳۵۰ بیمه درمانی

۱۲ مشکلات هیجانی و رفتاری در کودکان

مسئول مراقبت اولیه

انجمن‌های درمانی و مطالعات آنلاین

روش‌های شفاهی

نتیجه‌گیری و توصیه‌های تجربه برتر

۳۵۱

۳۵۱

۳۵۱

۳۵۲

## پیش درآمد

کتاب حاضر قصد دارد با ارائه‌ی اطلاعاتی پیرامون نحوه‌ی رسیدگی به مشکلات رفتاری و هیجانی کودکان (بین ۳ الی ۶ سال)، فعالان و عاملان حوزه‌ی سلامت روان کودکان را یاری نماید. هدف اصلی ما ارائه‌ی مداخلات مؤثر و کاربردی است تا بتوان با فعالیت‌های بالینی در محیط‌های آموزشی آن‌ها را اجرا نمود. همچنین روان‌شناسان بالینی و سایر فعالان حوزه‌ی سلامت روان در محیط‌های غیرآموزشی می‌توانند این مداخله‌های پژوهشی را به‌کار ببندند. علاوه بر این، ما با والدین کودکانی که رفتارهای نگران‌کننده بروز می‌دهند سروکار داریم. اگرچه برخی از روش‌های درمانی کودکان که به‌صورت انفرادی انجام می‌شود، نیز مطرح و بررسی شده است، به اعتقاد ما والدین این کودکان ابزاری جهت حل مشکلات آنان هستند زیرا این بچه‌ها مدرسه نرفته و بیشتر اوقات خویش را با پدر و مادرشان سپری می‌نمایند.

اگرچه ممکن است اختلال خاص در کودکان ۳ الی ۶ ساله تشخیص داده نشود، یا این‌که به دسته‌های آموزشی خاص منحصر گردد، هنوز این احتمال هست که خردسالان حجم وسیعی از مشکلات رفتاری و هیجانی از خود بروز دهند که باعث نگرانی والدین و معلمان آنان شود. علاوه بر این پژوهش‌ها قویاً نشان می‌دهد که بسیاری از کودکان پیش‌دبستانی که مشکلات رفتاری و هیجانی از خود بروز داده‌اند در دوران ابتدایی و حتی بالاتر هم این مشکلات را به همراه دارند. بنابراین فراهم نمودن روش‌های جلوگیری و مداخله‌ی اولیه جهت کاهش تأثیرات منفی بالقوه درازمدت این دشواری‌ها حائز اهمیت می‌باشد. این کتاب برای روان‌شناسان بالینی مداخلاتی را ارائه می‌دارد که بر اساس شواهد و مدارک موجود برای کودکان این مداخله‌ها مفید و مؤثر بوده است.

فصل اول به‌مرور مشکلات رفتاری و هیجانی کودکان و نحوه‌ی ابزار آنان در دوران پیش‌دبستانی اختصاص دارد. علاوه بر این در این فصل در خصوص رابطه‌ی مابین این مشکلات و اطلاعات مربوط به تداوم و استمرار چنین مشکلاتی می‌باشد. فصل دوم اطلاعاتی در خصوص روش‌های ارزیابی ارائه می‌نماید و در مورد تدابیر ارزیابی نرم (معیارهای امتیازدهی) و سایر انواع

روش‌های ارزیابی (مصاحبه، مشاهده) بحث شده است. به‌طور خاص این فصل راجع به استفاده از این تدابیر و شیوه‌ها برای کودکان و روش‌های نظارت و تشخیص، سخن به میان می‌آورد. سه فصل بعدی مداخلات حوزه‌های خاص را توضیح می‌دهد. فصل سوم بر درمان مشکلات بیرونی‌سازی‌شده در کودکان هم‌چون نقص توجه/ بیش‌فعالی، اختلال سلوک و رفتارهای نافرمانی تمرکز می‌نماید. فصل چهارم به بررسی مشکلات درونی‌سازی‌شده مانند افسردگی و اضطراب و روش‌های تشخیص در کودکان ۳ الی ۶ ساله فویاها‌های خاص می‌پردازد. در فصل پنجم به نقد و بررسی روش مشکلات روزمره هم‌چون مسائل مربوط به آداب دستشویی (بی‌اختیاری ادرار و مدفوع)، اختلالات خواب (شب‌بیداری مکرر) و مشکلات تغذیه (کودکانی که هرزه‌خواری می‌کنند) پرداخته می‌شود. به دلیل ماهیت این مشکلات، مداخلات در این فصل در ابتدا با والدین کودکان سروکار دارد. در فصل ششم مرور کلی از حمایت‌های تحصیلی و هیجانی- رفتاری؛ مشکلات هیجانی برای دانش‌آموزان در کلاس مطرح‌شده است که شامل الگوی پاسخ به مداخله برای مشکلات تحصیلی و آموزشی، مداخلات رفتاری مثبت، و حمایت‌هایی در کلاس‌های پیش‌دبستانی و مهدکودک می‌شود. هم‌چنین این الگوها شامل برنامه‌های آموزشی اجتماعی و هیجانی است که برای بچه‌های پیش‌دبستانی و کودکستانی اجرا می‌شود و در پایان، فصل هفتم مواردی را به بحث می‌گذارد که بایستی برای کودک کمک مضاعف فراهم نمود. هم‌چنین در این فصل مراحل مراجعه را به‌صورت خلاصه بیان می‌گردد.

هر فصل شامل برگه اطلاعات والدین، ابزارهای ارزیابی و سایر موارد قابل تکرار می‌باشد. موارد مشابه در سایر منابع نیز هست ولی مورد پژوهشی که ما در این جا مورد مطالعه قرار داده‌ایم به‌طور خاص به کودکان اختصاص دارد. این کتاب منبع کاربردی و کارآمدی برای کسانی است که در پیش‌دبستانی‌ها و کودکستان‌ها با کودکان دچار مشکلات رفتاری و هیجانی سروکار دارند. کتاب حاضر می‌تواند برای افرادی که با خردسالان، کودکان سنین مهدکودک و پیش‌دبستانی که مشکلات هیجانی و رفتاری از خود بروز می‌دهند و سروکار دارد مفید باشد. اگرچه برخی از مداخله‌ها ممکن است نسبتاً سراسر است و راحت به‌نظر بیاید، بایستی اهل فن و افراد صاحب دانش آن‌ها را جهت درمان کودکان به‌کار گیرند. روان‌شناسان پیش‌دبستانی، روان‌شناسان بالینی حوزه‌ی سلامت روان در کلینیک‌های درمانی و مطب‌ها، روان‌شناسان کودک با سابقه‌ی مداخله‌های رفتاری و سایر افراد دخیل و صاحب تخصص در این زمینه از جمله کسانی هستند که این کتاب می‌تواند به آنان کمک نماید. علاوه بر این کتاب حاضر منبع مفیدی در سطح تدریس کتاب‌های دانشگاهی محسوب می‌شود.