



راهنمای جامع زنان مبتلا به اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی

ساری گولدن و میشل فرانک

مریم قبادی

چاپ اول (تابستان ۱۴۰۰)

سرشناسه : سولدن، ساری Solden, Sari

عنوان و نام پدیدآور : راهنمای جامع زنان مبتلا به اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی / ساری گولدن و میشل فرانک ؛ مترجم مریم قبادی.

مشخصات نشر : تهران: متخصصان ، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری : ۲۷۲ ص؛ قطع رقی.

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : عنوان اصلی : A radical guide for women with ADHD : embrace

neurodiversity, live boldly, and break through barriers, 2019 .

موضوع : کم توجهی در بزرگسالان - Attention-deficit disorder in adults - زنان - بهداشت روانی-

Women - Mental health - زنان - راهنمای مهارت‌های زندگی - Women - Life skills guides -

مادران - راهنمای مهارت‌های زندگی - Mothers -- Life skills guides -

شناسه افزوده : فرانک، میشل

شناسه افزوده : Frank, Michelle

شناسه افزوده : قبادی، مریم - ۱۳۶۶ - ، مترجم

رده بندی کنگره : RC۹۱۴

رده بندی دیویی : ۸۵۸۹/۶۱۶

شماره کتابشناسی ملی : ۷۶۰۰۷۰۸

وضعیت رکورد : فیبا

تاریخ درخواست : ۲۹/۰۱/۱۴۰۰

کد پیگیری : 7599527



راهنمای جامع زنان مبتلابه اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی

نویسنده: ساری گولان و میشل فرانک

مترجم: مریم قبادی

نوبت چاپ: اول (تابستان ۱۴۰۰)

طراح جلد: علی یاراحمدی

صفحه آرا: مهرداد صفایی

لیتوگرافی و چاپ: متخصصان

قیمت: ۵۰/۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۹۲-۲۰۲-۳

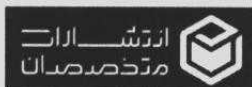
کلیه حقوق محفوظ است.

تهران: نشر متخصصان؛ ۱۴۰۰

دفتر مرکزی: تهران، سه‌راه

طالقانی، پلاک ۲۶۰

تلفن: ۰۲۱-۹۱۳۰۶۰۱۹



www.Motekhassasan.com

پیشگفتار

در سال ۱۹۹۵ برای شرکت در یک بحث در کنفرانسی که به وسیلهٔ کودکان و بزرگسالان دارای اختلال بیش‌فعالی و اختلال نقص توجه سازمان‌دهی شده بود، در صف انتظار میکشیدم. در آن حین متوجه خانمی در ردیف مقابل خودم شدم که کتابی با عنوان زنان مبتلا به اختلال نقص توجه در دست داشت. در زمانی که جامعهٔ اعصاب و روان به‌طور منظم توانایی دختران را در تشخیص اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی رد می‌کرد، چه برسد به زنان که به‌کلی در این زمینه به کنار رانده شده بودند، نمی‌توانستم به سرنوشتی خوب برای خودم ایمان داشته باشم. به او گفتم، «کسی که این کتاب را به تحریر درآورده است، باید یک نابغه باشد!» و او پاسخ داد: «من آن را نوشتم.» و این مقدمه‌های برای آشنایی من با ساری گولدن بود.

به‌لحاظ تاریخی، اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی به توصیف رفتارهایی مبنی بر بیش‌فعالی غیرقابل‌کنترل در پسران جوان اطلاق می‌شود. به این دلیل که اغلب خانم‌ها چنین رفتارهایی را از خود نشان نمیدهند، از معیارهای تشخیص این اختلال بهره نمی‌برند. در همان کنفرانس، سخنران اصلی، دختران و زنان را با لحن تحقیرآمیزی «مقلدان اختلال نقص توجه» خطاب می‌کرد.

زنان مبتلا به اختلال نقص توجه همچون افراد پناهنده زندگی می‌کردند: آن‌ها به دو دلیل به حاشیه رانده می‌شوند، دلیل اول این است که مطابق با جنسیتشان از آن‌ها انتظار نمی‌روند وظایفی مبتنی بر همبستگی، مشارکت و انطباق را برعهده بگیرند و دوم اینکه در راهنمای آماری و تشخیصی اختلالات روانی، معیاری برای آن درج نشده است. تفاوت زیادی در اندازه‌گیری مقیاس اجتماعی دیده می‌شود اما این تفاوت





به قدری نیست که از توجه عصب‌شناسی در امان بماند، زنان مبتلابه اختلال نقص توجه تفاوت‌هایشان را به ترس بیش از اندازه خود نسبت می‌دهند. آن‌ها به دلیل سوءتفاهم و بی‌اعتباری، شدیدترین انتقادهای را در درون خود جای می‌دهند.

هم‌اکنون، می‌توانیم شاهد سخنان جسورانه و صادقانهٔ سولین که برای همیشه دیدگاه همه را نسبت به اختلال نقص توجه تغییر داد، باشیم. من به این گزافه‌گویی‌ها که وی قفل زندان روانی را به انزوا کشیدن زنان مبتلابه اختلال نقص توجه گشود، اعتقادی ندارم. ما پاسخ او را درست می‌پنداریم چراکه جوابی حیرت‌آور است؛ زنان در سرتاسر جهان با کسب اندکی آگاهی مبنی بر اینکه آن‌ها تنها نیستند و مبارزاتشان ماندگار است، احساس قوی بودن می‌کنند. اکنون ساری سولین و میشل فرانک یکبار دیگر مکالماتشان را به پیش می‌برند. کتاب آن‌ها به زنان کمک می‌کند شهادت لازم را به دست بیاورند و از این طریق مدعی جایگاهی در دنیا شوند و خودشان را وادار به دیده شدن، شنیده شدن و شناخته شدن بکنند.

ایدهٔ بنیادی در این کتاب مورد تأکید قرار می‌گیرد، خود پذیرشی است که هم ناراحت‌کننده است و هم کنایه‌آمیز. علیرغم نگرش‌های در حال تغییر، زنان سعی می‌کنند در صورت امکان خودشان را با شرایط وفق دهند؛ زنان مبتلابه اختلال نقص توجه از پزشکان التماس می‌کنند تا به آن‌ها کمک کنند خود را طبیعی جلوه دهند.

در رابطه با افرادی که عزت‌نفس پایینی دارند، یک سازوکار تقلیدی بسیار رایج در جهت ساخت یک خود کاذب وجود دارد. این یک حرکت ویرانگر است و در این راستا تعدادی از افراد از حس هم‌دردی و اعتبارسنجی که مایهٔ لذت اغلب مردم است، بی‌بهره می‌مانند.

