

بسمه تعالی

اختلالات روانشناختی رایج در کودکان

مؤلفین

سمانه ابراهیمی خدابخشی

«کارشناس ارشد روانشناسی شخصیت»

ملیحه شریفی

«کارشناس ارشد روانشناسی»

۱۳۹۹

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	:	ابراهیمی خمسخی، سمانه، ۱۳۶۵-
عنوان و نام پدیدآور	:	اختلالات روانشناختی رایج در کودکان
مشخصات نشر	:	مولفین سمانه ابراهیمی خمسخی، ملیحه شریفی.
مشخصات ظاهری	:	تهران: موسسه آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۳۹۹.
شابک	:	۱۳۰ص.
وضعیت فهرست نویسی	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۸۰۹-۷
موضوع	:	فیپا
موضوع	:	Behavior disorders in children
موضوع	:	اختلالات رفتاری در کودکان
موضوع	:	اختلالات رفتاری در کودکان -- درمان
موضوع	:	Behavior disorders in children -- Treatment
موضوع	:	Behavior therapy for children
موضوع	:	رفتار درمانی کودکان
موضوع	:	روان شناسی
موضوع	:	Child psychology
شناسه افزوده	:	شریفی، ملیحه - ۱۳۶۰-
رده بندی کنگره	:	R1۵۰۶
رده بندی دیویی	:	۶۱۸/۹۲۸۹
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۲۱۲۸۲۶

ارشدان

مؤسسه آموزشی تالیفی ارشدان

اختلالات روانشناختی رایج در کودکان

سمانه ابراهیمی خمسخی - ملیحه شریفی

آموزشی تالیفی ارشدان

اول

اول ۱۳۹۹

www.irantypist.com

www.irantypist.com

۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۸۰۹-۷

۱۰۰۰

www.arshadan.com

www.arshadan.net

۰۲۱۴۷۶۲۵۵

۳۲۰۰۰ تومان

■ نام کتاب:

■ تألیف:

■ ناشر:

■ ویرایش:

■ نوبت چاپ:

■ حروفچینی و صفحه آرای:

■ طراح و گرافیکست:

■ شابک:

■ شمارگان:

■ مرکز خرید آنلاین:

■ مرکز پخش و توزیع:

■ قیمت:

فهرست مطالب

مقدمه مؤلفین.....	۱۱
فصل اول اختلال بیش فعالی، نقص توجه و ملاک‌های تشخیصی.....	۱۳
شیوع.....	۱۵
همبودی با اختلالات دیگر.....	۱۵
سبب‌شناسی اختلال بیش فعالی نقص توجه.....	۱۶
درمان‌های ساختاری، رفتاری برای ADHD.....	۱۶
رویکردهای رفتاری و شناختی - رفتاری.....	۱۷
مدیریت وابستگی مسکن (تأثیر درمانی).....	۱۷
مداخلات شناختی-رفتاری.....	۱۸
آموزش مهارت‌های اجتماعی.....	۱۸
مداخله‌ی گروهی برای بهبود مهارت‌های اجتماعی.....	۱۹
آموزش مهارت‌های ارتباطی.....	۲۰
فصل دوم اختلال نافرمانی و لجبازی.....	۲۱
شیوع.....	۲۳
همبودی اختلالات.....	۲۴
سبب‌شناسی اختلال نافرمانی مقابله‌ای.....	۲۴
ارتباط والد-کودک.....	۲۴
ویژگی‌های کودک.....	۲۵
ویژگی‌های والدین.....	۲۵
عوامل زمینه‌ای.....	۲۶
درمان اختلال نافرمانی مقابله‌ای.....	۲۷
اصول مدیریت رفتار کودکان (رفتار درمانی).....	۲۸
فرزندپروری مقتدرانه.....	۲۸
تکنیک‌های رفتار درمانی مؤثر.....	۲۸

۲۸	قرارداد همبستگی
۳۰	فوری سازی و همخوانی پیامدها
۳۰	قبل از تنبیه برنامه های تشویقی بچینید
۳۱	تحسین و توصیف رفتار مطلوب
۳۱	انواع پاداش
۳۲	تکنیک زمان مخصوص
۳۲	تکنیک - ول تاره ها
۳۳	برنامه تغییر رفتار
۳۳	ثبت رفتار
۳۴	روش صحیح دستور دادن کودک
۳۴	مدیریت رفتارهای نامناسب
۳۵	انواع تنبیه
۳۵	بی توجهی فعال
۳۵	تکنیک جریمه یا محرومیت
۳۶	پیامد طبیعی
۳۶	تکنیک توقف موقت
۳۷	بدرفتاری را پیش بینی و برای آن برنامه ریزی کنید
۳۹	فصل سوم اختلالات اضطرابی در کودکان
۴۰	طبقه بندی و انواع اختلالات اضطرابی
۴۰	اختلال اضطراب جدایی
۴۱	شیوع
۴۱	همبودی اختلالات
۴۲	لالی انتخابی
۴۳	شیوع
۴۳	همبودی اختلالات
۴۴	فوبی خاص

۴۴	 برخی انواع اختلال فوبی خاص
۴۵	 شیوع
۴۵	 همبودی اختلالات
۴۵	 اختلال اضطراب اجتماعی (فوبی اجتماعی)
۴۶	 شیوع
۴۶	 همبودی اختلالات
۴۷	 اختلال اضطراب فراگیر یا اضطراب منتشر (GAD)
۴۸	 شیوع
۴۸	 بیماری‌های همبود
۴۸	 سبب‌شناسی اختلالات اضطرابی
۴۹	 عوامل عصب‌شناختی
۵۰	 عوامل ژنتیکی
۵۱	 سبک دلبستگی
۵۱	 سبک فرزندپروری
۵۱	 درمان شناختی-رفتاری در اختلالات اضطرابی
۵۲	 جلسه اول: برقراری ارتباط و آشنایی با اهداف درمان
۵۲	 جلسه دوم: شناخت احساس اضطراب
۵۳	 جلسه سوم: مشخص کردن واکنش‌های جسمی به اضطراب
۵۳	 جلسه چهارم: جلسه والدین
۵۳	 جلسه پنجم: آرام‌سازی عضلانی
۵۴	 جلسه ششم: اصلاح خودگویی‌ها
۵۴	 جلسه هفتم: آموزش مهارت حل مسئله
۵۴	 جلسه هشتم: پاداش‌دهی
۵۴	 جلسه نهم: جلسه والدین
۵۵	 جلسه دهم: تمرین ذهنی و عملی مواجهه
۵۵	 جلسه یازدهم: مواجهه با موقعیت‌هایی با اضطراب کم
۵۵	 جلسه دوازدهم: مواجهه با موقعیت‌هایی با اضطراب متوسط

جلسه سیزدهم: تمرین تکلیف مواجهه با موقعیت‌هایی با اضطراب متوسط ۵۶

جلسه چهاردهم: مواجهه با موقعیت‌هایی با اضطراب زیاد ۵۶

جلسه پانزدهم: مواجهه در موقعیت‌هایی با اضطراب زیادتر ۵۷

جلسه شانزدهم: تکلیف مواجهه نهایی در موقعیتی که اضطراب زیادی ایجاد می‌کند ۵۷

فصل چهارم اختلالات افسردگی ۵۹

اختلال افسردگی اساسی بر طبق ملاک‌های DSM-5 ۶۰

شیوع اختلال افسردگی اساسی ۶۲

همبودی ۶۲

اختلال افسردگی مداوم یا پایدار (افسرده‌خویی) ۶۲

شیوع افسردگی مدار ۶۳

همبودی ۶۳

اختلال بی‌نظمی خلق اخلاص گر یا خراب / اختلال کژتنظیمی خلقی ایذایی ۶۳

شیوع ۶۴

همبودی اختلال بی‌نظمی خلق اخلاص گر ۶۴

سبب‌شناسی اختلالات افسردگی ۶۵

عوامل زیستی ۶۵

عوامل ژنتیکی ۶۶

عوامل اجتماعی ۶۶

عوامل شخصیتی ۶۷

درمان شناختی رفتاری افسردگی ۶۷

شواهدی برای الگوی شناختی، رفتاری افسردگی در کودکان و نوجوانان ۶۸

آموزش افکار خودآیند به کودک ۶۸

تله‌ی منفی ۶۹

افکار حاد ۶۹

افکار و احساسات ۶۹

افکار حاد من ۷۰

اضطراب	۷۱
غمگینی	۷۱
خشم	۷۲
تغییر دادن رفتار	۷۳
تشخیص راه‌حل‌های مختلف	۷۴
تشخیص راه‌حل‌های ممکن	۷۵

فصل پنجم: معرفی اختلال وسواسی-جبری ۷۷

شیوع اختلال وسواسی - اجباری	۸۰
همبودی اختلال وسواسی-جبری	۸۰
سبب‌شناسی در اختلال وسواسی، جبری	۸۱
عوامل بیولوژیک	۸۱
عوامل روان‌شناختی	۸۱
درمان شناختی-رفتاری در اختلال وسواسی-جبری	۸۳
جلسه اول: آموزش روان‌شناختی و سبب‌شناسی در اختلال وسواسی-جبری	۸۴
جلسه دوم: تهیه فهرست سلسله‌مراتب شانه‌ها / آموزش روان‌شناختی	۸۵
جلسه سوم: آغاز مواجهه‌سازی همراه با پیشگیری از پاسخ / خالاش با فرضیه‌های منفی	۸۵
جلسه چهارم: بازسازی شناختی / کاستن از سرزنش	۸۵
جلسه پنجم: پرداختن به وسواس‌ها	۸۵
جلسه ششم: برطرف کردن مانع‌های انجام مواجهه‌سازی همراه با پیشگیری از پاسخ	۸۶
جلسه هفتم: ادامه مواجهه‌سازی همراه با پیشگیری از پاسخ برای علامت‌های در درجه‌های بالاتر	۸۶
جلسه هشتم: پرداختن به نشانه‌های مشکل‌تر / مراقبت خانواده از خود	۸۷
جلسه نهم: پرداختن به نشانه‌های مشکل‌تر	۸۷
جلسه دهم: برنامه‌ریزی برای پایان دادن به درمان / پیشگیری از عود	۸۸

فصل ششم: اختلالات یادگیری ۹۱

شیوع	۹۱
------	----

۹۲	همبودی اختلالات
۹۳	عوامل ژنتیک، تراژوژن ها و دیگر عوامل خطر آفرین در بروز اختلالات ویژه یادگیری
۹۳	عوامل ارثی
۹۴	عوامل ناهنجاری زا (تراژوژن ها)
۹۴	عوامل پزشکی
۹۴	عوامل محیطی
۹۵	مهارت های پایه برای خواندن
۹۵	یادگیری رمزگشایی
۹۶	نشانه های اختلال خواندن
۱۰۲	راهبردهای آموزش برای توسعه مهارت های نوشتن
۱۰۳	راهبردهایی برای بهبود املا
۱۰۴	راهبردهایی برای بهبود بیان نوشتار
۱۰۵	اختلال ریاضیات
۱۰۶	علل مشکلات ریاضی
۱۰۷	علائم اختلال ریاضی
۱۰۸	تمرین های پیشنهادی برای دانش آموزان دارای اختلال ریاضی
۱۱۱	فصل هفتم اختلالات دفعی
۱۱۱	انورسیس (بی اختیاری ادرار)
۱۱۲	شیوع
۱۱۲	سبب شناسی انورسیس
۱۱۳	سبب شناسی اختلال انورسیس
۱۱۳	انکوپرسیس (بی اختیاری مدفوع)
۱۱۴	شیوع انکوپرسیس
۱۱۴	سبب شناسی اختلال انکوپرسیس
۱۱۵	درمان اختلالات دفعی در کودکان
۱۱۵	رفتار درمانی

درمان ۱۱۵

توصیه‌های کاربردی ۱۱۷

فصل هشتم اختلالات تغذیه ۱۱۹

اختلال هرزه‌خواری (بیکا) ۱۱۹

شیوع ۱۲۰

همبودی اختلالات ۱۲۰

سبب‌شناسی اختلال هرزه‌خواری ۱۲۰

اختلال سبخوار ۱۲۰

شیوع ۱۲۱

همبودی ۱۲۱

سبب‌شناسی اختلال سبخوار ۱۲۱

اختلال اجتناب محدودیت غذا (انزال) - برف غذای دوری جو - محدودکننده ۱۲۲

همبودی اختلالات ۱۲۲

سبب‌شناسی ۱۲۲

درمان اختلالات خوردن ۱۲۳

منابع ۱۲۵

منابع فارسی ۱۲۵

منابع لاتین ۱۲۷

مقدمه مؤلفین

مهم‌ترین و تأثیرگذارترین دوره‌ی تحول در زندگی هر انسانی دوره‌ی کودکی اوست و تجربیاتی که کودک در این سال‌ها کسب می‌کند، زیربنای شخصیت وی در دوران بزرگسالی خواهد بود. اکثر مطالعات گذشته‌نگر و آینده‌نگر بیانگر این واقعیت است که بنیاد بسیاری از بیماری‌های روان‌پزشکی بزرگسالی را می‌توان در دوران کودکی و نوجوانی یافت. این دوران از نظر بسیاری از متخصصین رشد زمان حساس شکل‌گیری شخصیت در نظر گرفته می‌شود.

همچنین داده‌های تعداد کثیر ارجاعات کودکان به مراکز بهداشت روانی، نشان‌دهنده‌ی شیوع بالای اختلالات روان‌شناختی در میان کودکان می‌باشد. مشکلات هیجانی و رفتاری، آشفتگی‌های فراوانی برای کودکان و خانواده‌ان، ایجاد کنند. همچنین موجب کاهش سطح بهینه عملکرد فردی، تحصیلی و اجتماعی کودک می‌شوند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند اکثر اختلالات دوران کودکی در صورت عدم تشخیص به‌موقع و مداخله زودهنگام، پیامدهای کارکردی منفی آن تا دوران نوجوانی نیز باقی می‌ماند و مشکلات ثانویه‌ای برای نوجوان خانواده ایجاد می‌کند. رایج‌ترین اختلالات سنین کودکی عبارتند از اختلالات بیش‌فعالی، نقص توجه، نافرمانی، نابلندی، اختلالات یادگیری، اضطراب، افسردگی، وسواس، مشکلات تغذیه و مشکلات دفعی.

در کتاب پیش رو به معرفی اختلالات رایج دوران کودکی پرداخته‌ایم. همچنین راهکارهای درمانی که کاربرد بیشتر و اثربخشی بالاتری داشته را ارائه نموده‌ایم. به این نکته، این مجموعه بتواند گامی مؤثر جهت اعتلای سلامت روان فرزندان این مرز و بوم باشد.

مؤلفان، بهار ۱۳۹۹