

بسمه تعالی

اختلال سلوک در نوجوانان و درمان شناختی رفتاری

مؤلفین:

مهدی، ماشمی پور

رقیه علیمانی

مهدی کوهی

۱۳۹۹

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	:	هاشمی پور، مهدی، ۱۳۶۰-
عنوان و نام پدیدآور	:	اختلال سلوک در نوجوانان و درمان شناختی رفتاری
مشخصات نشر	:	مهدی هاشمی پور، رقیه علیمردانی خاتلق، مهدی کوهی. تهران: موسسه آموزشی تألیفی ارشادان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۹۷ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۵۱۶-۴
وضعیت فهرست نویسی	:	فیپا
موضوع	:	اختلالات سلوک در نوجوانان
موضوع	:	Conduct disorders in adolescence
موضوع	:	اختلالات سلوک در نوجوانان -- درمان
موضوع	:	Conduct disorders in adolescence -- Treatment
موضوع	:	اختلالات رفتاری در نوجوانان
موضوع	:	Behavior disorders in adolescence
شناسه افزوده	:	علیمردانی خاتلق، رقیه، ۱۳۵۸-
شناسه افزوده	:	هاشمی پور، مهدی، ۱۳۶۴-
رده بندی کنگره	:	۵۰۶
رده بندی دیویی	:	۶۱۸/۹۲۸۹
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۱۳۷۳۶۴



مؤسسه آموزشی تألیفی ارشادان

نام کتاب:	اختلال سلوک در نوجوانان و درمان شناختی رفتاری
تألیف:	مهدی هاشمی پور، رقیه علیمردانی خاتلق، مهدی کوهی
ناشر:	آموزشی تألیفی ارشادان
ویرایش:	اول
نوبت چاپ:	اول ۱۳۹۹
حروفچینی و صفحه آرایی:	www.iranypist.com
طراح و گرافیکست:	www.iranypist.com
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۵۱۶-۴
شمارگان:	۱۰۰۰
مرکز خرید آنلاین:	www.arshadan.com www.arshadan.net
مرکز پخش و توزیع:	۰۲۱۴۷۶۲۵۵
قیمت:	۲۸۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۹	فصل اول: اختلال سلوک در نوجوانان
۱۰	تبیین اختلال سلوک
۱۱	نوع کودکی: بروز نشانه‌های تشخیصی پیش از ده سالگی
۱۱	نوع نوجوانی: فقدان هر نوع نشانه تشخیصی پیش از ده سالگی
۱۳	ملاک‌های تشخیصی اختلال سلوک طبق DSM-5
۱۵	عوامل تأثیرگذار در بروز اختلال سلوک
۱۵	شیوع اختلال سلوک
۱۷	فصل دوم: علت‌سناسی و عوامل زمینه‌ساز
۱۸	عوامل فیزیولوژیکی و بیولوژیکی
۱۹	ارتباط والد - نوجوان
۱۹	ویژگی‌های نوجوان
۲۰	ویژگی‌های والدین
۲۱	عوامل زمینه‌ای
۲۲	تأثیرات والدین، همسالان و معلم
۲۵	فصل سوم: درمان شناختی رفتاری در اختلال سلوک
۲۶	اصول نظریه‌های یادگیری مشاهده‌ای، یادگیری اجتماعی و تحریک
۲۷	شکل‌های اولیه درمان‌های شناختی رفتاری و نظریه‌های مربوط به کودکان نوجوانان
۲۹	درمان‌های نوین شناختی - رفتاری
۳۰	انواع مداخلات شناختی - رفتاری
۳۱	آموزش مبانی درمان شناختی رفتاری (رابطه بین فکر، احساس و عمل) به نوجوانان
۳۱	افکارخودآیند
۳۲	چرا من به افکار منفی ام گوش می‌کنم؟
۳۳	تله‌ی منفی
۳۳	افکار حاد
۳۴	افکار حاد من

- ۳۴ شناخت احساسات
- ۳۵ خشم
- ۳۵ اضطراب
- ۳۶ غمگینی
- ۳۷ احساسات و کاری که انجام می‌دهید.
- ۳۷ احساسات و فکری که می‌کنید:
- ۳۷ کاری که انجام می‌دهید - احساسی که دارید - فکری که در سر دارید.
- ۳۷ افکار احساسات
- ۳۸ فواید و احساسات
- ۳۸ وقتی غمگین هستم چه اتفاقاتی می‌افتد؟
- ۳۸ وقتی عصبان هستم چه اتفاقی می‌افتد؟
- ۳۸ وقتی مضطرب هستم چه اتفاقی می‌افتد؟
- ۳۹ وقتی خوشحال هستم چه اتفاقی می‌افتد؟
- ۳۹ تغییر دادن رفتار
- ۳۹ احساساتتان و کاری که انجام می‌دهید را بنویسید.
- ۴۰ مهارت‌های ضروری در درمان اختلال سوت
- ۴۰ آموزش مهارت‌های اجتماعی
- ۴۱ تغییر در اساندها و خودگویی‌ها
- ۴۱ حل تعارضات بین فردی
- ۴۲ تمرین رفتاری
- ۴۲ افزایش خودکنترلی
- ۴۳ آموزش مهارت‌های ارتباطی
- ۴۳ آموزش کنترل خشم
- ۴۵ آشنایی با راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار
- ۴۵ مقابله مسئله‌مدار
- ۴۷ انواع مقابله‌های هیجان‌مدار
- ۴۸ سایر راهبردهای مقابله هیجان‌مدار
- ۴۹ حمایت‌های رفتاری مثبت در مدارس
- ۴۹ برنامه‌های پیشگیری از زورگویی

۴۹	 پروژه تحولی دانش‌آموزان در مدرسه
۵۰	 مهارت‌های تحصیلی و مطالعاتی
۵۰	 افزایش کفایت اجتماعی
۵۱	 فشار همسالان و همراهی با همسالان غیر منحرف
۵۱	 مهارت نه گفتن و جرأت‌ورزی
۵۲	 انواع نه گفتن
۵۳	 راه‌های متفاوت یک نه گفتن منطقی و معنی‌دار
۵۵	 آموزش مهارت‌های حل مسأله

فصل چهارم: مدیریت مخالفت‌ورزی و قانون‌شکنی در نوجوانان دارای اختلال

۵۷	 سلوک
۵۸	 ویژگی‌های دوره و جوان و بلوغ
۶۱	 پیش‌نیازهای اساسی برای مدیریت نافرمانی و کاهش تعارض والد - نوجوان
۶۲	 نتایج منفی سخت‌گیری و سهل‌گیری والدین
۶۳	 والدین مقتدر
۶۳	 انتظارات و قوانین
۶۶	 روش‌های مدیریت مخالفت‌ورزی
۶۶	 تعامل مثبت با نوجوان
۶۷	 مفهوم زمان با کیفیت و لزوم استفاده از آن
۶۹	 تحسین و تشویق
۷۱	 افزایش رفتارهای مطلوب
۷۲	 تقویت و پاداش
۷۳	 اصول اجرای سیستم پاداش
۷۵	 قرارداد رفتاری
۷۶	 تنبیه
۷۸	 موارد مهم در استفاده از روش بازپس‌گیری پاداش
۷۹	 شیوه‌های تنبیهی خاص در نوجوانی
۸۰	 اصول اجرای تنبیه خاص در نوجوانی
۸۲	 شرایط اجرای درست تنبیه خاص نوجوانی
۸۳	 توانمندسازی خانواده در مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله

۸۳	 مهارت‌های ارتباط مؤثر
۸۴	 گوش دادن فعال
۸۵	 لزوم استفاده از مهارت حل مسئله
۸۶	 مذاکره
۸۶	 مدیریت مسائل خاص در نوجوانی
۸۸	 تمایل نوجوانان به جنس مخالف
۹۰	 پیشگیری از مصرف سیگار، الکل و مواد مخدر
۹۲	 مدیریت مشکلات مرتبط با مدرسه و درس خواندن
۹۵	 منابع
۹۵	 منابع فارسی
۹۶	 منابع لاتین

مقدمه

امروزه یکی از نگرانی‌های خانواده‌ها، سلامت روانی فرزندان و تأثیر آن بر رشد و عملکرد روانی و اجتماعی آنها است. افزایش شیوع اختلالات روان‌شناختی در بین نوجوانان، متخصصین بهداشت روان را بر آن داشته تا بر اهمیت نقش ارزیابی و درمان به موقع اختلالات تأکید ویژه‌ای داشته باشند. با توجه به اهمیت برنامه‌های پیشگیرانه، تشخیص هر چه زودتر مشکلات مربوط به سلامت روان نوجوانان به‌ویژه حیطه اختلالات رفتاری در اولویت قرار گرفته است. یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند در بین اختلال‌های دوران نوجوانی، اختلال سلوک یکی از شایع‌ترین مشکلات بالینی است که با الگویی از رفتارهایی مشخص می‌گردد که در آن حقوق اساسی دیگران و هنجارهای اجتماعی متناسب با سن نقض می‌شود و هم‌چنین بر باشگری، ویرانی و تخریب اموال، سرقت، تقلب، دروغ‌گویی و غیره در میان نوجوانان مبتلا به اختلال سلوک مشاهده می‌شود. این کودکان از دستورات والدین و مقررات تبعیت نمی‌کنند، انجام تکالیف مشکل دارند و رفتارهای منفی و متمرذانه بیشتری نسبت به همسالان خود دارند.

پژوهش‌ها نشان می‌دهند این نوجوانان در زمینه مهارت‌های شناختی، اجتماعی و تنظیم هیجانات دارای نواقصی بوده و در شناسایی مشکلات خود به کارگیری راهبردهای حل مسأله ناتوان هستند. نوجوانان مبتلا به اختلال سلوک به دلایل رفتارهای پرخاشگرانه و قانون‌شکنی از طرف همسالان و جامعه طرد می‌شوند، عملکرد تحصیلی ضعیفی دارند و بیشتر در معرض خطر بزهکاری و اخراج از مدرسه قرار دارند. این نوجوانان از دستورات والدین و مقررات تبعیت نمی‌کنند، در انجام تکالیف مشکل دارند و رفتارهای منفی و متمرذانه بیشتری نسبت به همسالان خود دارند. در این شرایط نا کارآمد، کارکردهای خانوادگی به شدت مخدوش شده و رابطه بین والدین و نوجوان همراه با احساس ناکامی، پرخاشگری و ناسازگاری خواهد بود.

بدررفتاری‌های این نوجوانان حس بی‌کفایتی و درماندگی را در والدین آنها ایجاد می‌کند. با توجه به این که خانواده، یک سیستم اجتماعی است، بروز اختلال در هر عضو آن، روی

عملکرد کل سیستم اثر منفی می‌گذارد، اختلالات و مشکلات مربوط به اعضا را تشدید کرده و مشکلات جدیدی ایجاد کند. اختلالات روان‌شناختی، تعارضات زناشویی و طلاق در این خانواده‌ها بیشتر از دیگر خانواده‌ها رخ می‌دهد.

مشکلات رفتاری در این نوجوانان می‌تواند به فضای تحصیلی آنها نیز آسیب رسانده و به صورت نگران‌کننده‌ای عملکرد تحصیلی و رشد هیجانی آنها را به مخاطره اندازد و وقوع رفتارهای خشونت‌آمیز را در جامعه افزایش دهد. همچنین با توجه به اینکه چنین رفتارهایی زمینه‌ساز رفتارهای ضد اجتماعی و بزهکاری در آینده است، شناسایی عوامل مؤثر در شکل‌گیری این رفتارها و درمان زودهنگام می‌تواند به کاهش مشکلات این نوجوانان و خانواده‌های آنها منجر شود. کتاب حاضر به منظور ارائه اطلاعاتی جامع و کاربردی در رابطه با اختلال سلوک در نوجوانان و درمان شناختی رفتاری به کار گرفته شده در کلینیک‌ها و مراکز روان‌درمانی، گردآوری و تألیف شده است. به امید آنکه که والدین و درمان‌گران بتوانند نوجوان را در جهت رسیدن به سلامت هیجانی و عاطفی یاری نمایند.

مولفین، زمستان ۹۸