

به نام خدا

اختلالات بیرونی سازی شده در کودکان و درمان شناختی رفتاری

مؤلفین:

مهدی یحقی

سمیه پاک نهار

۱۳۹۹

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	: یعقوبی، مهدی، ۱۳۶۹-
عنوان و نام پدیدآور	: اختلالات بیرونی‌سازی شده در کودکان و درمان شناختی‌رفتاری/ مهدی یعقوبی، سمیه پاک‌نهاد.
مشخصات نشر	: تهران: موسسه آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۰۰ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۵۰۳-۴
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: شناخت‌درمانی کودکان
موضوع	: Cognitive therapy for children
موضوع	: اختلالات رفتاری در کودکان
موضوع	: Behavior disorders in children
موضوع	: اختلالات شناختی در کودکان
موضوع	: Cognition disorders in children
شناسه افزوده	: پاک‌نهاد، سمیه، ۱۳۶۵-
رده بندی کنگره	: ۸۰۰/۸
رده بندی دیویی	: ۶۱۸/۲۸/۱۴۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۲۹۰۳۷



ارشدان

مؤسسه آموزشی تالیفی ارشدان

نام کتاب:	اختلالات بیرونی‌سازی شده در کودکان و درمان شناختی رفتاری
تألیف:	مهدی یعقوبی - سمیه پاک‌نهاد
ناشر:	آموزشی تالیفی ارشدان
ویرایش:	اول
نوبت چاپ:	اول ۱۳۹۹
حروفچینی و صفحه‌آرایی:	www.irantypist.com
طراح و گرافیکست:	www.irantypist.com
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۵۰۳-۴
شمارگان:	۱۰۰۰
مرکز خرید آنلاین:	www.arshadan.com www.arshadan.net
مرکز پخش و توزیع:	۰۲۱۴۷۶۲۵۵
قیمت:	۲۸۰۰۰ تومان

مقدمه

اختلال‌های بیرونی شده در کودکان و نوجوانان از مشکلات شایع روان پزشکی و روانشناختی هستند که موجب اختلال در کارکردهای اجتماعی، شناختی و تحصیلی در کودکان میگردند و ویژگیهای رفتاری کودکان مبتلا به اختلال‌های بیرونی شده از قبیل ناتوانی در مهار رفتار حرکتی، نارسایی توجه، پرخاشگری و رفتارهای تکانشگرانه، مشکلات تحصیلی، تحریک پذیری و بی قراری حرکتی، رفتارهای آزارنده، کینه توزی، نقض حقوق دیگران، دزدی و دروغ گویی معضل اساسی برای والدین، همسالان و مسئولان آموزشی به شمار میآید و در فرایند تحول روانی، اجتماعی و بروز استعدادها و ذهنی کودک نیز مانع وار می‌کند. اختلالات برونی‌سازی شده از مقاوم‌ترین اختلالات دوران کودکی است. این نشان‌ها ممکن است پیامدهای فردی، اجتماعی و تحصیلی گوناگونی را برای کودک و اطرافیانش به وجود آورد که آن را در برابر چالش‌های روانی، اجتماعی دوران کودکی، نوجوانی و حتی بزرگسالی، آسیب‌پذیر سازد. لذا بررسی این مشکلات و شناسایی کودکان در معرض خطر، جهت فراهم آوردن مداخلات درمانی، رفع انواع جهت موفقیت‌های فردی، اجتماعی، تحصیلی و پیشگیری از نتایج روانی نامطلوب ضروری است.

در مجموع، از آنجا که پیشگیری، تشخیص و درمان به موقع اختلالات دوران کودکی، مساله‌ای ضروری است، ارائه راهبردهای درمانی که شانه‌های این اختلالات را کاهش دهد و به بررسی نقش عوامل زمینه‌ساز و تحریفات شناختی بپردازد، مهم و ضروری به نظر می‌رسد.

در میان انواع درمان‌های مربوط به کودکان، درمان شناختی- رفتاری، توجه زیادی را به خود جلب نموده است. در این روش از راهبردهای شناختی از قبیل کسب تحریفات شناختی و افکار اضطراب‌زا، بازسازی شناختی و تقویت خودگویی‌های مقابله‌ای و در بخش رفتاری و همچنین راهبردهای رفتاری از قبیل الگوبرداری، مواجهه‌سازی همراه با پیشگیری از پاسخ، ایفای نقش و خودکنترلی استفاده می‌شود و تلاش می‌شود کودک به رابطه افکار، احساسات و رفتارهای مرتبط پی‌ببرد.

در کتاب پیش‌رو مجموعه‌ای از تکنیک‌های درمانی با رویکرد شناختی- رفتاری برای کودکان مبتلا به اختلالات بیش‌فعالی، نقص توجه، نافرمانی مقابله‌ای و اختلال سلوک ارائه شده است. امید می‌رود مطالعه این کتاب برای درمانگران، خانواده‌ها و مربیان ارزنده و آموزنده باشد.

فهرست مطالب

۱۱.....	فصل اول: اختلالات بیرونی‌سازی شده در کودکان
۱۵.....	فصل دوم: معرفی اختلال بیش‌فعالی، نقص توجه و ملاکهای تشخیصی
۱۶.....	ملاک‌های تشخیص اختلال کاستی توجه بیش‌فعالی در DSM5
۱۸.....	شکل‌گیری و روند بیش‌فعالی کمبود توجه
۱۹.....	عوامل خطر و پیش‌آگهی بیش‌فعالی کمبود توجه
۲۰.....	تشخیص افتراقی بیش‌فعالی کمبود توجه
۲۳.....	همزمانی اختلالات
۲۳.....	اختلال نقص توجه بیش‌فعالی مشخص دیگر
۲۵.....	فصل سوم: سبب‌شناسی اختلال نارسایی توجه، بیش‌فعالی
۲۵.....	عوامل ژنتیکی
۲۷.....	عوامل عصب زیست‌شناختی
۲۹.....	فصل چهارم: درمان‌های شناختی، رفتاری برای ADHD
۳۰.....	رویکردهای رفتاری و شناختی - رفتاری برای ADHD
۳۰.....	مدیریت وابستگی مستقیم (رفتاردرمانی)
۳۰.....	مداخلات شناختی - رفتاری
۳۱.....	آموزش مهارت‌های اجتماعی
۳۲.....	مداخله گروهی برای بهبود مهارت‌های اجتماعی
۳۳.....	آموزش مهارت‌های ارتباطی
۳۴.....	آموزش سایر تکنیکهای شناختی رفتاری
۳۵.....	کارت‌های وظیفه
۳۵.....	بازخورد فوری
۳۵.....	بازخورد مکرر
۳۶.....	ایجاد انگیزش‌های بیرونی
۳۶.....	یادآوری اطلاعات مهم در لحظه عملکرد
۳۶.....	یادگیری حفظ تلاش ذهنی
۳۷.....	یادگیری سازمان یافته بودن

۳۷.....	فعالیت‌های ساخت دار
۳۷.....	یادگیری سازمان دهی وسایل شخصی و مکان
۳۸.....	آموزش خودکنترلی
۳۸.....	نایده گرفتن محرکهای حواس پرت کن
۳۸.....	کمک به کودک در انجام تکالیف
۳۹.....	مدیریت زمان و انجام تکلیف
۳۹.....	کنترل خشم
۴۰.....	مهارت‌ها- حل مسئله
۴۱.....	برنامه خراب
۴۳.....	فصل پنجم: اختلال نافرمانی مقابله‌ای
۴۶.....	ملاکهای تشخیصی اختلال نافرمانی مقابله‌ای
۴۶.....	خلق خشمگین/ تحریک پذیر
۴۶.....	رفتار جنجالی/ نافرمانی
۴۶.....	کینه‌جویی
۴۷.....	عوامل خطر و پیش‌آگهی
۴۸.....	پیامدهای کارکردی اختلال لجبازی و نافرمانی
۴۸.....	تشخیص افتراقی
۴۹.....	همزمانی اختلالات
۵۱.....	فصل ششم: سبب‌شناسی اختلال نافرمانی مقابله‌ای
۵۱.....	ارتباط والد-کودک
۵۱.....	ویژگی های کودک
۵۲.....	ویژگی های والدین
۵۲.....	عوامل زمینه‌ای
۵۳.....	فصل هفتم: درمان شناختی - رفتاری
۵۴.....	درمانهای نوین شناختی- رفتاری
۵۵.....	آموزش مهارتهای حل مسئله
۵۶.....	برنامه مقابله با خشم
۵۶.....	مداخله در دوان پیشدبستانی و کودکی اولیه
۵۶.....	برنامه های پیشگیری کلی: بازی رفتار خوب

۵۶	 راهبردهای تفکر جایگزین
۵۷	 برنامه مرحله دوم
۵۷	 مداخله در اواخر دوران کودکی
۵۷	 برنامه پیشگیری همگانی
۵۷	 حمایت‌های رفتاری مثبت
۵۸	 برنامه های پیشگیری از زورگویی
۵۸	 برنامه تحول کودکان
۵۸	 آموزش مهارت‌های زندگی
۵۹	 مهارت‌های دگانه ضروری برای داشتن زندگی فردی و اجتماعی موفق
۵۹	 مهارت خودآگاهی
۵۹	 مهارت سمبلان
۶۰	 مهارت روابط فردی
۶۰	 مهارت ارتباط مؤثر
۶۰	 مهارت مقابله با فشار عصبی
۶۰	 مهارت مدیریت هیجان
۶۰	 مهارت حل مسئله
۶۰	 مهارت تصمیم‌گیری
۶۱	 مهارت تفکر خلاق
۶۱	 مهارت تفکر نقادانه
۶۳	 فصل هشتم: اختلال سلوک
۶۳	 تبیین اختلال سلوک
۶۴	 الف: نوع کودکی
۶۴	 ب: نوع نوجوانی: فقدان هر نوع نشانه تشخیصی اختلال سلوک پیش از ۱۰ سالگی
۶۶	 ملاک‌های تشخیصی اختلال سلوک طبق DSM-5
۶۶	 پرخاشگری نسبت به افراد یا حیوانات
۶۶	 تخریب اموال
۶۶	 تقلب یا دزدی
۶۷	 نقض جدی مقررات
۶۷	 پیش آگهی اختلال سلوک

فصل نهم: سبب‌شناسی در اختلال سلوک ۶۹

عوامل فیزیولوژیکی و برانگیختگی ۶۹

تأثیرات والدین، همسالان و معلم ۷۰

فصل دهم: درمان شناختی رفتاری در اختلال سلوک ۷۱

شناسایی هدف های رفتاری و فردی ۷۱

شناسایی مشکل، بازآموزی اسنادی و حل مسئله ۷۲

هنر خود پهارگری ۷۳

فشار همسالان و همراهی با همسالان غیر منحرف ۷۳

تحول مثبت نوجوان ۷۳

انجام فعالیت‌های آرامش‌بخش ۷۴

برنامه اجتماعی شدن مثبت بر همسالان ۷۴

فصل یازدهم: آموزش اصول مددکارانه والدین ۷۷

هماهنگی و اتحاد والدین ۷۸

روابط والدین ۷۸

سبک‌های فرزندپروری ۷۹

پذیرش و روابط نزدیک، کنترل، استقلال ۷۹

۱- فرزندپروری مقتدرانه ۷۹

۲- فرزندپروری مستبدانه ۸۰

۳- فرزندپروری آسان‌گیرانه ۸۰

۴- فرزندپروری بی‌اعتنا ۸۰

اصول فرزندپروری قاطعانه ۸۱

قانون و اقتدار در خانواده ۸۱

تکنیک زمان مخصوص ۸۲

تحسین و توصیف رفتار مطلوب ۸۳

تقویت رفتار ۸۳

انواع تقویت‌کننده‌ها ۸۴

پاداش ۸۴

انواع پاداش ۸۴

تکنیک جدول ستاره‌ها ۸۵

۸۶	برنامه تغییر رفتار
۸۷	ثبات رفتار
۸۸	روش صحیح دستور دادن به کودک
۸۸	نکات مهم در زمان دستور دادن
۸۸	مدیریت رفتارهای نامناسب
۸۸	تنبیه و انواع آن
۹۰	انواع تنبیه
۹۰	بی توجهی فعال
۹۱	تکنیک غریب یا محرومیت
۹۱	پیامد طبیعی
۹۲	محروم سازی وقت ارفقه
۹۲	نحوه انجام - روم سازی موقت کودک
۹۳	پیش بینی مشکلات رفتاری و اقدامات عمومی
۹۳	هماهنگ ساختن پیامدها
۹۴	ارجحیت برنامه های تشویقی نسبت به تنبیهی
۹۴	سوالات رایج والدین
۹۵	منابع