

بسمه تعالی

اختلال اضطراب اجتماعی در کودکان و درمان از طریق سایکودرام

مؤلفان:

دکتر فهیمه حسینی

مژگان سادات بیژن فر

«کارشناس ارشد مشاوره - گرایش خانواده»

۱۳۹۹

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	:	حسنى، فهيمه، ۱۳۴۹-
عنوان و نام پديدآور	:	اختلال اضطراب اجتماعى در کودکان و درمان از طريق سايکودرام
مشخصات نشر	:	تهران: مؤسسه آموزشى تاليفى ارشدان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهرى	:	۸۲ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۴۱۴-۳
وضعيت فهرست نويسى:	:	فيا
موضوع	:	Social phobia in children جمع‌هراسى در کودکان
موضوع	:	Drama -- Therapeutic use نمايش‌درمانى
موضوع	:	Anxiety in children -- Treatment اضطراب در کودکان -- درمان
شناسه افزوده	:	سٲن‌فر، مژگان سادات، ۱۳۵۱-
رده بندى کنگره	:	۱۵۰۶
رده بندى ديويى	:	۶۱۰.۳۸۵
شماره کتابشناسى ملي:	:	۱۱۱۰۰۲

ارشدان

مؤسسه آموزشى تاليفى ارشدان

اختلال اضطراب اجتماعى در کودکان - درمان از طريق سايکودرام

دکتر فهيمه حسنى - مژگان سادات بيرى فر

آموزشى تاليفى ارشدان

اول

اول ۱۳۹۹

www.irantypist.com

فاطمه حسنى

۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۴۱۴-۳

۱۰۰۰

www.arshadan.com

www.arshadan.net

۰۲۱۴۷۶۲۵۵

۲۷۰۰۰ تومان

■ نام کتاب:

■ تاليف:

■ ناشر:

■ ويرايش:

■ نوبت چاپ:

■ حروفچينى و صفحه آرايى:

■ طراح و گرافيست:

■ شابک:

■ شمارگان:

■ مرکز خريد آنلاين:

■ مرکز پخش و توزيع:

■ قيمت:

مقدمه

بسیاری از ترس‌ها و اضطراب‌ها در دوران کودکی، به‌عنوان بخشی از فرآیند بهنجار رشد محسوب می‌شوند؛ این‌ها بخشی از مشکلات اضطرابی در طول زمان تداوم و شدت بیشتری دارند و ممکن است تا بزرگسالی و بزرگسالی ادامه یابند. این دسته از اختلالات می‌توانند زمینه‌ساز بسیاری از اختلالات دیگر نظیر افسردگی، وسواس یا اختلالات رفتاری مهارگسیخته شوند.

اختلال اضطراب اجتماعی، یکی از انواع اختلالات اضطرابی است که کودک ترس و اضطراب شدید و ناتوان‌کننده‌ای را در موقعیت‌های اجتماعی تجربه می‌کند. این اضطراب می‌تواند بخشی از فعالیت‌های روزمره‌ی کودک را مختل کند. در این اختلال، کودک عموماً نوعی نگرانی شدید، از می‌پایدار در خصوص قضاوت دیگران در مورد ظاهرش یا رفتارش یا خجالت کشیدن و تحقیر شدن در حضور دیگران دارد. در حالی که کودک مبتلا، معمولاً متوجه غیرمنطقی بودن یا زیاده‌روی در این احساس می‌شود؛ ولی غلبه بر آن برایش بسیار سخت است.

علائم جسمی که معمولاً همراه با این اختلال دیده می‌شوند، شامل سرخ‌شدن، تعریق زیاد، لرزش، تپش قلب، احساس دل‌شوره و لکنت زبان می‌شود. در موارد نگرانی و ترس شدید، ممکن است حملات اضطرابی نیز اتفاق بیفتد.

تشخیص زودهنگام و مداخله درمانی به‌موقع می‌تواند به کاهش شدت نشانه‌ها و کند شدن پیشرفت آن کمک قابل توجهی کند و از بروز عوارض بعدی، نظیر اختلال افسردگی و اختلالات شخصیت، جلوگیری کند.

همچون سایر اختلالات روان‌شناختی، رویکردهای درمانی متفاوتی برای اختلال اضطراب اجتماعی در نظر گرفته می‌شود.

سایکودرام یا روان‌نمایشگری، اولین بار توسط ژاکوب مورنو پایه‌گذاری شد. سپس همسر مورنو و دیگر پیروانش این روش را توسعه دادند. سایکودراما یکی از شیوه‌های درمان گروهی محسوب می‌شود که در آن مراجعان یاد می‌گیرند موقعیت‌های زندگی گذشته و فعلی خود را به نمایش گذارند تا بدین وسیله، به تخلیه هیجانی دست یابند و مهارت‌های رفتاری خود را گسترش دهند.

سایکودرام، صرفاً به درمان اختلالات روان‌شناختی محدود نمی‌شود، بلکه این تکنیک جهت آموزش مهارت‌های مختلف، مانند مهارت‌های رفتاری، ارتباطی، خودآگاهی، مهارت‌های زناشویی و... کاربرد دارد. همچنین، به رشد و شکوفایی فردی در حوزه‌هایی مانند احساس، ادراک، شناخت و تخیل کمک نموده و در بازسازی آرامش و تعادل روانی تأثیر بسزایی دارد. یکی از تکنیک‌هایی که می‌توان در زمینه‌ی درمان مشکلات و ناهنجاری‌های روان‌شناختی به کار گرفت، سایکودرام است. این روش، خود به شاخه‌های گوناگونی چون روان‌نمایش و نمایش‌درمانی تقسیم می‌شود. در مورد سایکودرام می‌توان گفت عبارت است از یک رویکرد درمان که به مراجعان کمک می‌کند مسائل و مشکلات روان‌شناختی‌شان را در بافتی واقعی بازآفرینی کنند.

درواقع، روشی است که در آن فرد با تمرکز روی افکار، احساسات و رفتارهای خود، دیگران و جهانی که در آن زندگی می‌کند به موقعیت ویژه پا می‌نهد. تماشای نمایش باعث آرامش تماشاگر و باعث کاستن از بار غم و اندوه و فشارهای روانی او می‌شود. نمایش پالاینده‌ی روان است و روح را تسکین می‌دهد. در این کتاب، بر آنیم تا به تفصیل با بررسی رویکرد سایکودرام یا نمایش‌درمانی و اثربخشی آن در درمان اختلال اضطراب اجتماعی، رازانیم. به امید آنکه این کتاب مورد استفاده‌ی خانواده‌ها و مربیان قرار گیرد و ما را با نظرات و پیشنهادات خود همراهی نماید.

فهرست مطالب

فصل اول: اختلال اضطراب اجتماعی، تشفیص و ارزیابی	۷
فصل دوم: سبب‌شناسی	۱۹
فصل سوم: درمان دارویی و زیستی	۲۵
فصل چهارم: هنردرمانی در اختلالات روان‌شناختی	۳۱
فصل پنجم: سایکودرام، اصول و بهانه (نمایش‌درمانی)	۳۹
فصل ششم: نقش سایکودرام در آموزش مهارت ابراز وجود	۵۹
فصل هفتم: پروتکل سایکودرام در اختلال اضطراب اجتماعی	۶۳
سفن آخر	۷۱
فهرست منابع	۷۳