

# سلامت روان در مادران کودکانِ پیش دبستانی

www.ketab.ir



مریم کاظمی

|                     |                                                        |
|---------------------|--------------------------------------------------------|
| سرشناسه             | : کاظمی، مریم، ۱۳۶۵ مرداد-                             |
| عنوان و نام پدیدآور | : سلامت روان در مادران کودکان پیش‌دبستانی/ مریم کاظمی. |
| مشخصات نشر          | : تهران: انتشارات حانون، ۱۴۰۰.                         |
| مشخصات ظاهری        | : ۱۲۸ص.                                                |
| شابک                | : 978-622-300-005-8                                    |
| وضعیت فهرست نویسی   | : فیبا                                                 |
| موضوع               | : مادران -- بهداشت روانی                               |
| موضوع               | : Mothers -- Mental hygiene                            |
| موضوع               | : کودکان پیش‌دبستانی -- بهداشت روانی                   |
| موضوع               | : Preschool children -- Mental health                  |
| موضوع               | : اختلالات رفتاری در کودکان                            |
| موضوع               | : Behavior disorders in children                       |
| موضوع               | : خانواده‌ها                                           |
| موضوع               | : Families                                             |
| رده بندی کنگره      | : HQ ۷۵۹                                               |
| رده بندی دیویی      | : ۳۰۶/۷۲۳                                              |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۸۵۷۳۱۵۶                                              |



## سلامت روان در مادران کودکان پیش‌دبستانی

ناشر: انتشارات حانون

نویسنده: مریم کاظمی

صحافی: حانون

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۰۰-۰۰۵-۸

نوبت چاپ: اول

تاریخ انتشار: ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۵۵۰۰۰۰ ریال

## فهرست مطالب

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| پیش گفتار.....                               | ۹  |
| فصل اول: آشنایی با مفاهیم.....               | ۱۳ |
| مقدمه.....                                   | ۱۵ |
| اهمیت موضوع.....                             | ۲۰ |
| تلاطم های روحی کودک در سنین پیش دبستانی..... | ۲۱ |
| فصل دوم: شکل گیری هویت.....                  | ۲۵ |
| سبک های هویت.....                            | ۲۷ |
| مراتب هویت.....                              | ۳۱ |
| دیدگاه های هویت.....                         | ۳۳ |
| انواع سبک های هویت.....                      | ۴۱ |
| فصل سوم: انسجام سازمان یافته خانواده.....    | ۴۵ |
| خانواده.....                                 | ۴۷ |
| انواع خانواده.....                           | ۴۸ |
| خانواده ها از نظر تربیت کودک.....            | ۵۰ |
| نقش مادر در خانواده.....                     | ۶۱ |
| انسجام سازمان یافته خانواده.....             | ۶۲ |
| انسجام خانواده و تاثیر آن در خانواده.....    | ۶۲ |

فصل چهارم: کودکان و مشکلات رفتاری ..... ۶۵

مقدمه ..... ۶۷

اختلالات رفتاری در کودکان ..... ۶۸

اختلال نافرمانی مقابله ای ..... ۶۹

اختلال سلوک ..... ۶۹

اختلال بیش فعالی و نقص توجه ..... ۷۰

عوامل خطر ساز اختلالات رفتاری در کودکان ..... ۷۰

تشخیص اختلالات رفتاری کودکان ..... ۷۱

درمان اختلال رفتاری در کودکان ..... ۷۲

مشکلات رفتاری کودکان پیش دبستانی در مدرسه ..... ۷۳

نکات مهم در اصول تربیت کودکان ..... ۸۰

اضطراب جدایی در کودکان پیش دبستانی ..... ۸۱

درمان اختلال اضطراب جدایی ..... ۸۵

نقش مادران در تأمین بهداشت روانی کودکان ..... ۸۸

سلامت عمومی ..... ۹۰

عوامل مؤثر بر سلامت روانی و ابعاد آن ..... ۹۲

اهمیت سلامت روان ..... ۹۳

فصل پنجم: نظریه ها و مطالعات در این زمینه ..... ۹۹

نظریه های روان شناختی سلامت روانی ..... ۱۰۱

مطالعات انجام شده در این زمینه ..... ۱۰۶

منابع ..... ۱۱۷

## پیش گفتار

سلامت روان را می‌توان حالت رفاه کامل جسمانی، روانی و اجتماعی تعریف نمود نه صرفاً فقدان بیماری یا علیلی، تاکنون تعاریف متعددی از «سلامت روان» ارائه شده که همگی بر اهمیت تمامیت و یکپارچگی شخصیت تأکید ورزیده‌اند. سلامت روانی را تعادل بین اعضا و محیط در رسیدن به خود شکوفایی می‌دانند. سلامت روانی را وضعیتی از بلوغ روان شناختی تعبیر می‌کنند که عبارت است از حداکثر اثربخشی و رضایت به دست آمده از تقابل فردی و اجتماعی که شامل احساسات و بازخوردهای مثبت نسبت به خود و دیگران می‌شود در هر جامعه سلامت کودکان و نوجوانان اهمیت ویژه‌ای دارد و توجه به بهداشت روانی آنان کمک می‌کند تا از نظر روانی و جسمی سالم بوده و نقش اجتماعی خود را بهتر ایفا کنند. کودکان قشر عمده‌ای از جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند و دوران کودکی از مهم‌ترین مراحل زندگی است که در آن شخصیت فرد پایه ریزی شده و شکل می‌گیرد. اغلب اختلالات و ناسازگاری‌های رفتاری پس از دوران کودکی ناشی از کمبود توجه به دوران حساس کودکی و عدم هدایت صحیح در روند رشد و تکامل است

از عوامل مرتبط با سلامت روان مادران، انسجام خانواده است. انسجام خانواده، احساس همبستگی، پیوند و تعهد عاطفی است که اعضای یک خانواده نسبت به همدیگر دارند. ماتسوکا

و بنسن<sup>۱</sup> انسجام را به صورت احساس نزدیکی عاطفی با دیگر افراد خانواده تعریف می‌کند. از نظر او دو کیفیت مربوط به انسجام در خانواده، مشتمل بر تعهد و وقت گذارندن با هم است. منظور از تعهد، میل به صرف وقت و انرژی در فعالیت‌های خانواده و همچنین ممانعت از تاثیر منفی عواملی چون مسائل شغلی در آن می‌باشد. بعد دیگر انسجام وقت گذاشتن و با هم بودن در بین اعضای خانواده است. خانواده‌های که در این زمینه قوی هستند، بطور مرتب برنامه‌ها و زمان‌هایی برای فعالیت گروهی در نظر می‌گیرند. در همین ارتباط می‌توان به نقش عوامل دیگری نیز اشاره کرد که می‌توانند به عنوان متغیرهای میانجی، ارتباط بین سلامت روان و فاکتورهای مرتبط با خانواده را تحت تاثیر قرار دهند، که هویت از جمله این متغیرها می‌باشد.

به اعتقاد اریکسون (۱۹۶۸) مهم‌ترین هدف دوران رشد یک هویت شخصی است. هویت به مثابه یک چارچوب مرجع، عمل می‌کند، که فرد به منظور تفسیر تجارب شخصی و گفتگو درباره‌ی معنا و جهت‌گیری زندگی از آن استفاده می‌کند. اریکسون پایه‌های فهم و درک رشد هویت در نوجوانان را بنا کرد و سپس این موضوع توسط مارسیا و برزونسکی با طرح مراحل رشد هویت گسترش یافت. خانواده به عنوان اولین و مهم‌ترین کانون پرورش هویت نقش بسیار مهمی در پیشگیری از انواع این مشکلات روانی - اجتماعی دارد. خانواده نقش مهمی در چگونگی رشد هویت ایفا می‌کند اما حتی مهم‌تر از این نقش، عملکرد مستقیم خانواده و کودک به طور روزمره است. خانواده اولین و شاید اصلی‌ترین محیط برای یادگیری، به ویژه یادگیری معنایی که روابط برای آن‌ها دارند و چگونگی گسترش و نگهداری این روابط، می‌باشد. الگوهای ارتباطی که در ابتدا در بافت خانواده رشد کرده‌اند به موقعیت‌های دیگر مثل مدرسه و گروه‌های دوستان و حتی تا بزرگسالی منتقل می‌شوند. عملکرد خانواده یکی از مسائلی است که روان‌شناسان و پژوهشگران همیشه به دنبال آن بوده‌اند. خانواده سالم و کارا یک سیستم باز است که اعضای آن در عین حال که از روابط عاطفی گرم با هم برخوردار هستند هویت فردی خود را نیز حفظ می‌کنند، در این گونه خانواده‌ها عشق به صورت نامشروط می‌باشد و اعضا، پذیرای یکدیگر هستند، آستانه تحمل خانواده در برابر کشمکش‌ها نیز بالا می‌باشد. هویت

<sup>۱</sup> Matsuoka & Benson

ساختاری شناختی و چهارچوب ارجاعی شخصی است که برای تفسیر تجارب و اطلاعات مربوط به خود پاسخ به پرسش‌هایی درباره مفهوم معناداری و هدف زندگی به کار گرفته می‌شود. مدل شناختی- اجتماعی هویت بر سازندگی مبتنی است. یعنی افراد نقش‌های فعالی در ساختن تفکر خود درباره اینکه چه کسی هستند، ایفا می‌کنند. هنگامی که تلاش‌های سازگارانۀ موفقیت‌آمیز نباشد، نیاز به بازبینی و اصلاح جنبه‌هایی از ساختار هویت شکل می‌گیرد؛ بر این اساس، رشد هویت، مبادله دیالکتیکی است میان فرایندهایی که به وسیله ساختار هویت اداره می‌شود و فرایندهای انطباقی که توسط بافت‌های فیزیکی و اجتماعی که فرد در آن زندگی و رشد می‌کند، هدایت می‌شود؛ این سبک‌ها به راهبردها و فرایندهای مواجه با تعارض‌های هویت اشاره دارند؛ به عبارت دیگر، سبک‌های هویت، ترجیح نسبی افراد برای به کارگیری شیوه‌های خاص حل مسائل هویتی و پردازش اطلاعات مربوط به خود است، شناسایی ارتباط این عوامل و آسیب شناسی آن نقش مهمی در طراحی برنامه‌های آموزشی و درمانی دارد. که این نوشتار نیز با هدف بررسی ارتباط سبک‌های هویت و انسجام سازمان یافته خانواده با سلامت روان مادران انجام شده است.