
اختلال نقص توجه

و

بیش فعالی

راهنمای عملی والدین و مربیان

ترجمه و تالیف:

فاطمه خلیلی کرمانی (آسیب شناس گفتار و زبان، روانشناس کودک)

سرشناسه: فاطمه خلیلی کرمانی، ۱۳۶۰
 عنوان و نام پدیدآور: اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی راهنمای عملی والدین و مربیان / ترجمه و تالیف
 فاطمه خلیلی کرمانی.
 مشخصات نشر: تهران: خرد زهره، ۱۳۹۳.
 مشخصات ظاهری: ۱۱۱ ص.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۰۳۷-۳-۸
 وضعیت فهرست‌نویسی: فیا
 موضوع: توجهی در کودکان پرتحرک
 ردیف کتبی: ۱۳۹۳ خ ۵۷۷/ک ۵۰۶ RJ
 رده‌بندی دیویی: ۶۱۸/۹۲۸۵۸۹
 شماره کتابخانه ملی: ۳۵۵۱۷۲۱



انتشارات خرد زهره

اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی راهنمای عملی والدین و مربیان /

ترجمه و تالیف: فاطمه خلیلی کرمانی

قلم: انتشارات خرد زهره

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۰۳۷-۳-۸

قلم: رقی، تعداد صفحه: ۱۱۱

شماره کل: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۴

انتشارات خرد زهره

چاپ دیجیتال آنوس

تهران: شهرک ولیعصر - خیابان جیب‌الهمیزایی - کوچه شهید میرز زکی - پلاک ۸

تلفن: ۰۹۱۲۶۰۳۰۸۲۵

پست الکترونیک: hmmpsy@gmail.com

۶	مقدمه
۹	بخش ۱: زندگی با کودک دارای اختلال نقص توجه و بیش فعالی
۱۰	دنیای بیگانه
۱۲	والدین چه احساسی دارند؟
۱۳	خواهر و برادرهای کودک چه احساسی دارند؟
۱۷	بخش ۲: آشنایی با اختلال نقص توجه و بیش فعالی
۱۷	تعریف اختلال نقص توجه و بیش فعالی
۲۰	شروع اختلال
۲۰	مدت اختلال
۲۰	علتهای اختلال نقص توجه و بیش فعالی چیست؟
۲۷	بخش ۳: اختلال نقص توجه و بیش فعالی بطور تشخیص داده می شود؟
۲۸	بی توجهی
۳۱	فعالیت بیش از حد
۳۳	تکانشگری
۳۷	اختلال نقص توجه و بیش فعالی چه علائم دیگری دارد؟
۴۱	مشکلاتی که کودکان دارای نقص توجه و بیش فعالی با آنها روبرو هستند:
۴۱	مشکلات رفتاری و یادگیری
۴۳	چطور می توانم مطمئن شوم که فرزندم دارای اختلال نقص توجه و بیش فعالی می باشد؟
۴۴	چه شیوه تشخیصی پیشنهاد می شود؟
۴۸	اختلالاتی که معمولاً با اختلال نقص توجه و بیش فعالی همراه می شوند:
۵۱	بخش ۴: توصیه های درمانی
۵۳	۱. آگاهی دادن به والدین، معلمان و در صورت لزوم خود کودک
۵۴	۲. استفاده از داروها تحت نظر روانپزشک
۵۶	۳. مداخلات رفتاری
۷۲	۴. مداخلات تحصیلی
۷۵	۵. تقویت عملکرد حافظه کاری و عملکرد اجرایی مغز
۸۱	بخش ۵: موضوعات و مداخلات مربوط به مدرسه

- معلمان چه اقداماتی می توانند انجام دهند؟ ۸۴
- بخش ۶: مدیریت کودک دارای اختلال نقص توجه و بیش فعالی در خانه ۹۳
- چطور می توان از خواهر و برادرهای کودک حمایت کرد؟ ۹۴
- چطور می توان با اختلال نقص توجه و بیش فعالی برخورد کرد؟ ۹۶
- چطور می توان با مزاحمت های دائمی کودک برخورد کرد؟ ۹۹
- چگونه می توان با مشکلاتی که حین غذا خوردن پیش می آید برخورد کرد؟ ۱۰۰
- چطور می توان با اظهارات بی ادبانه کودک برخورد کرد؟ ۱۰۰
- چگونه می توان با رفتارهای اجتماعی نامناسب کودک برخورد کرد؟ ۱۰۱
- چه راه کارهایی برای جلوگیری از ایجاد مشکل در مسافرت پیشنهاد می شود؟ ۱۰۱
- چطور می توان کودک را از تخریب اموال دیگران منع کنید؟ ۱۰۲
- چطور می توان به تشویق بدخلقی کودک برخورد کرد؟ ۱۰۲
- چطور می توان به استیکار را راهی مدرسه کرد؟ ۱۰۳
- چطور می توان از کودک خراب است انانقش را مرتب نگهدارد؟ ۱۰۴
- چطور می توانید از تصادف کردن اجتناب ورزید؟ ۱۰۶
- چطور می توان کودک را مجاب کردن پیش را انجام دهد؟ ۱۰۷
- چطور می توان با رفتار نامناسب کودک برخورد کرد و آن را ارتقا داد؟ ۱۰۸
- چطور می توانید منظورتان را برای کودک کاملاً واضح کنید؟ ۱۰۹
- منابع ۱۱۱

اختلال نقص توجه و بیش فعالی یک بیماری شناخته شده است و بیشتر از آنچه که تصور می شود رواج دارد. داشتن یک کودک دارای اختلال نقص توجه و بیش فعالی روی تمام افراد خانواده تاثیر می گذارد. این بیماری برای کودک سرگشته کننده است، استرس بالایی برای والدین به همراه دارد و مشکلاتی برای خواهر و برادرهای کودک ایجاد می کند. ممکن است کودک گفته ی والدین و معلم ها را راموش کند و کاری که از او انتظار داشتند را انجام ندهد، دوستان زیادی در مدرسه نداشته باشد، بارها مورد سرزنش قرار گیرد و اعتماد به نفس پایینی داشته باشد. تمام این موارد برای والدین، آزار دهنده تلقی می شوند و در برخی مواقع منجر به شکل گیری احساس ناامیدی و سرزنش در آنها می گردد. به نحوی که والدین، مشکلات کودک را به ضعف خود در تربیت کودکان نسبت می دهند و از شرکت در مراسم گروهی اجتماعی یا همراه کردن کودک در چنین مراسمی و یا حتی برنامه های خانوادگی، اجتناب می کنند. تمام این موارد منجر می شود تا والدین در انتظار راهی برای رهایی از این تجربیات و احساسات منفی باشند تا بتوانند با کمک به کودک علاوه بر جلوگیری از ایجاد مشکلات آتی در زندگی او و پیشبرد اهداف تحصیلی وی، احساس آسایش را در تربیت کودک تجربه کنند و از فشار تربیت او رهایی یابند. رسیدن به این اهداف والدین اصلی ترین هدف تالیف این کتاب می باشد.

در واقع این کتاب بنا به ازدیاد درخواست والدین و آگاهی آنها از نحوه تربیت کودکان دارای اختلال نقص توجه و بیش فعالی تهیه شده است. این مجموعه به نحوی تنظیم شده که برای والدین، معلمان و افراد دیگر که تمایل به داشتن اطلاعات در مورد اختلال نقص توجه و بیش فعالی دارند قابل استفاده باشد

و مرجع راهنمایی در تشخیص و مدیریت اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی در کودکان و نوجوانان محسوب گردد.

کتاب حاضر اطلاعات لازم در خصوص اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی، علتهای آن، مشکلاتی که کودکان دارای اختلال نقص توجه و بیش‌فعال با آن روبرو هستند و شیوه‌های مختلف درمانی را با بیانی ساده ارائه می‌دهد. همچنین والدین و معلمان آموزش می‌دهد تا چگونه با کودک دارای اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی برخورد کنند، چه انتظاراتی از او داشته باشند و چگونه کودک را در انجام صحیح و کامل تکالیف و وظایف حمایت کنند.

دکتر محمد رضامحمدی

فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان

رئیس مرکز تحقیقات روانپزشکی و روانشناسی دانشگاه علوم پزشکی تهران