

مهارت های زندگی و تأثیر آن بر سلامت روان والدین کودک اوتیسم

مؤلفین:

حمید مینو

سمانه کشمیری



1398

سرشناسه	امینی، محمد، ۱۳۵۷ مرداد -
عنوان و نام پدیدآور	مهارت‌های زندگی و تأثیر آن بر سلامت روان والدین کودک اوتیسم/ مولفان محمد امینی، سمانه کشمیری
مشخصات نشر	تهران: صالحیان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۱۰۲ص: جدول.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۲۱۴-۲۶۲-۹
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
یادداشت	کتابنامه
موضوع	والدین کودکان درخودمانده -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی
موضوع	Mental Health -- Case studies Parents of autistic children -- Iran --
موضوع	کودکان درخودمانده -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع	Autistic children -- Iran -- Case studies
موضوع	مهارت‌های زندگی -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی -- نمونه پژوهی
موضوع	Life skills -- Iran -- Psychological aspects -- Case studies
شناسه افزوده	ری، سمانه، ۱۳۶۶ -
رده بندی کنگره	۰۶۲
رده بندی دیویی	۵۸۸/۲
شماره کتابشناسی ملی	۱۱۷۶۱



فترت: تهران - میدان انقلاب - خیابان کارگر جنوبی

خیابان ژان ریبری/ پلاک ۱۲۷ - واحد ۳

۰۲۱-۶۶۹۷۹۴۰۲

۰۹۱۰۰۷۴۰۳

عنوان کتاب

مهارت‌های زندگی و تأثیر آن بر سلامت روان والدین کودک اوتیسم

کتاب مؤلفین	محمد امینی، سمانه کشمیری
کتاب صفحه‌آرا	صالحیان
کتاب طراح جلد	صالحیان
کتاب ناشر	صالحیان
کتاب شمارگان	۱۰۰۰ جلد
کتاب نوبت چاپ	اول ۱۳۹۸
کتاب قیمت	۴۵۰۰۰ هزار تومان

ISBN: 978-622-214-262-9

حقوق مادی و معنوی برای مؤلف و انتشارات محفوظ است و هرگونه کپی برداری پیگرد قانونی دارد.

پیشگفتار ۱۰

فصل اول ۱۳

کلیات ۱۳

مهارت‌های زندگی ۱۹

سلامت روان ۲۰

اوتیسم ۲۰

فصل دوم ۲۱

مهارت‌های زندگی ۲۱

انواع مهارت‌های زندگی ۲۸

مهارت‌های ده گانه زندگی ۲۹

تاریخچه مهارت‌های زندگی ۳۳

۳۴ اهداف آموزش مهارت های زندگی

۳۶ اهمیت مهارت های زندگی در سلامت روانی

۳۹ ابعاد مهارت های زندگی

۴۱ فصل سوم

۴۱ سلامت روان

۴۲ سلامت روان

۴۶ جایگاه سلامت روان در جامعه

۴۹ ویژگی های سلامت روان

۵۰ دیدگاه های مربوط به سلامت روان

۵۰ دیدگاه های مزلو

۵۱ دیدگاه روانی - اجتماعی و زیستی - روانی

۵۲ دیدگاه اریک اریکسون

۵۳ دیدگاه کارن هورنای

۵۴ دیدگاه اریک برن

۵۵ دیدگاه هری استاک سالیوان

۵۷ دیدگاه اریک فروم

- ۵۹ رویکرد روان شناختی
- ۵۹ دیدگاه کنراد لورنز
- ۶۰ دیدگاه مک دو گال
- ۶۱ دیدگاه اسکینر
- ۶۲ رویکرد روانکاوی
- ۶۲ دیدگاه فروید
- ۶۳ دیدگاه یونگ
- ۶۵ دیدگاه صفات موری
- ۶۷ دیدگاه انسان گرایانه

۶۹ فصل چهارم

۶۹ اوتیسم

- ۷۲ گستره ی نظری اوتیسم
- ۷۲ تاریخچه
- ۷۴ انواع اوتیسم
- ۷۵ خصوصیات اوتیسم
- ۷۶ رشد اجتماعی

ارتباط با محیط بیرون ۷۸

رفتارهای تکراری ۸۰

فصل پنجم ۸۳

نتیجه گیری و پیشنهادات ۸۳

آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان والدین کودکان اوتیسم

تأثیر دارد ۸۴

آموزش مهارت های زندگی بر «نشانگان جسمانی» سلامت روان

والدین کودکان اوتیسم تأثیر دارد ۸۵

آموزش مهارت های زندگی بر «نشانگان اضطرابی» سلامت روان

والدین کودکان اوتیسم تأثیر دارد ۸۵

آموزش مهارت های زندگی بر «کارکرد رکنش اجتماعی» سلامت

روان والدین کودکان اوتیسم تأثیر دارد ۸۶

آموزش مهارت های زندگی بر «نشانگان افسردگی» سلامت روان

والدین کودکان اوتیسم تأثیر دارد ۸۶

جمع بندی ۸۷

پرسشنامه مهارت های زندگی (فرم کوتاه) ۸۸

۸۹..... روش نمره گذاری و تفسیر

۹۰..... روایی و پایایی

۹۱..... پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ)

۹۱..... نمره گذاری

۹۶..... پاسخنامه (GHO)

۹۸..... منابع

_Toc9910625

پیشگفتار

پیشرفت های علمی و تکنولوژی در سال های اخیر، انسان ها را با انبوهی فزاینده از مسائل گوناگون مواجه ساخته است. کار، تحصیل و فشارهای روانی - اجتماعی از جمله مسائلی هستند که اغلب نوجوانان و جوانان و والدین با آنها روبرو هستند. توانایی حل مؤثر مسائل مذکور و مشکلات مشابه از جمله مهارت های مهم و مفیدی هستند که نقش تعیین کننده ای در تأمین سلامت روانی و موفقیت فرد و در نتیجه زندگی سالم و اثربخش دارند.

همه انسان ها به طور طبیعی توانایی حل مشکلات زندگی را دارند، ولیکن این توانایی باید مطابق با شرایط و موقعیت فرد پرورش یابد بطوریکه به عنوان مهارت های کارآمد در آنان درونی شود. متأسفانه طبق بررسی های انجام شده توانایی ها و مهارت های عملی و سازشی بسیاری از نوجوانان و جوانان کشور ما برای حل مؤثر مسائل زندگی فردی و اجتماعی آنان کفایت نمی کند. بنابراین آموزش مهارت های زندگی با تأکید بر مهمترین مسائل فردی و اجتماعی نوجوانان به عنوان اصلی مهم و ناگزیر است که تاکنون علیرغم توجه خاص بسیاری از کشورهای جهان و تأکید خاص «سازمان بهداشت جهانی»^۱، جای آن در برنامه های تحصیلی مدارس کشورمان خالی مانده است. البته اخیراً گام هایی برداشته شده است که نیازمند توجه علمی و تخصصی بیشتری می باشد.

آموزش مهارت های زندگی مبتنی بر یادگیری مشارکتی و عملی

می‌باشد. این گونه فعالیت‌ها در افزایش سلامتی و پیشگیری اولیه از بروز مشکلات و همچنین کمک به نوجوان جهت یادگیری رفتارهای مثبت و حفظ سلامت روانی خویش بسیار اثربخش است. بنابراین برنامه‌های بهداشت مدارس و مداخلات پیشگیرانه مبتنی بر مدرسه می‌توانند در جهت ایجاد رفتارهای سالم و افزایش آگاهی والدین در جهت تمرینات حمایت کننده از سلامتی جسمانی، روانی و اجتماعی و به طور کلی مهارت‌های زندگی به کار گرفته شوند.

روان‌شناسان در دهه‌های اخیر، در بررسی اختلالات رفتاری و انحرافات اجتماعی به این نتیجه رسیده‌اند که بسیاری از اختلالات و آسیب‌ها و ناتوانی افراد در تحلیل صحیح، مناسب از خود و موقعیت خویش، عدم احساس کنترل و کفایت شعری جهت رویی با موقعیت‌های دشوار و عدم آمادگی برای حل مشکلات و مسائل زندگی به شیوه مناسب، ریشه دارد. بنابراین با توجه به تغییرات و پیچیدگی‌های روزافزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، آماده سازی افراد به خصوص نسل جوان جهت رویارویی با موقعیت‌های دشوار، امری ضروری به نظر می‌رسد. در همین راستا، روان‌شناسان با حمایت سازمان‌های ملی، بین‌المللی، جهت پیشگیری از بیماری‌های روانی و نابهنجاری اجتماعی، آموزش مهارت‌های زندگی را در سراسر جهان و در سطح مدارس آغاز نموده‌اند. طارمیان، فرهاد، ماه جویی، ماهیار، فتحی، طاهر، ۱۳۹۰)

آنچه که امروزه تحت عنوان مهارت‌های زندگی مشهور است، تنها حاصل کار پژوهشگران عصر حاضر نیست، بلکه بسیاری از این مهارت‌ها در لابلای تعالیم الهی بخصوص در قرآن و احادیث معصومین (ع) بیان شده

است، بطوری که تلاش برای برقراری ارتباط مفید و مؤثر با دیگران، خودشناسی و توجه به ارزش‌ها که از فصول اساسی درس مهارت‌های زندگی است، به کرات در قرآن، نهج البلاغه و صحیفه سجادیه و احادیث منقول از سایر معصومین (ع) مورد تأکید قرار گرفته است (طارمیان و همکاران، ۱۳۸۸). برنامه آموزش مهارت‌های زندگی، روش مؤثری در جهت رشد شخصیت والدین و تأمین و حفظ بهداشت روانی تلقی می‌شود.