

والدین مبتلا به بیماری روانی

راهنمایی و کمک به کودکانی که والدین مبتلا به بیماری روانی دارند

دکتر مریم بختیاری - دکتر مهدی میرزایی

تقدیم به کودکانی که با رویاهای شان به زندگی معنا بخشیدند و با
تمام کوچکی شان بزرگ ترین رنج های بشری را با وجودشان احساس می کنند.

سرشناسه	بختیاری، مریم، ۱۳۵۴.
عنوان و نام پدیدآور:	والدین مبتلا به بیماری روانی (راهنمایی و کمک به کودکانی که والدین مبتلا به بیماری روانی دارند) / دکتر مریم بختیاری، دکتر مهدی میرزایی
مشخصات ناشر:	تهران: نشر قطره، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری:	۵۶ ص
فروست:	سلسله انتشارات نشر قطره، ۱۱۶۹. روان و زندگی؛ ۸۹
شابک:	978-600-119-126-8
وضعیت فهرست نویسی:	فیبا
موضوع:	والدین و کودک
موضوع:	کودکان - بهداشت روانی
موضوع:	آسیب روانی در کودکان - درمان
شناسه ی افزوده:	میرزایی، مهدی، ۱۳۴۶.
رده بندی کنگره:	۱۳۸۹ ۲ و ۳ / ۷۵۵ / HQ ۸۵
رده بندی دیویی:	۳۰۶/۸۷۴
شماره ی کتابشناسی ملی:	۴۲۵۰۲۰۲

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۱۹-۱۲۶-۸ ISBN: 978-600-119-126-8



نشر قطره

والدین مبتلا به بیماری روانی

دکتر مریم بختیاری - دکتر مهدی میرزایی

چاپ اول: بهار ۱۳۸۹

طراح صفحات و جلد: ابراهیم حقیقی

تصویر روی جلد: با استفاده از نقاشی پابلو پیکاسو (آخرا: المیرا ختیفت‌زاده)

لیتوگرافی: طاووس‌رایانه

چاپخانه: نیکا

تیراژ: ۲۲۰۰ نسخه

بها: ۱۶۰۰ تومان

حق چاپ برای نشر قطره محفوظ است.

خیابان فاطمی، خیابان ششم، پلاک ۳ - دورنگار: ۸۸۹۶۸۹۹۶

۸۸۹۷۳۳۵۱-۲ و ۸۸۹۵۲۸۲۵ و ۸۸۹۵۶۵۳۷

صندوق پستی ۳۸۳ - ۱۳۱۴۵

www.nashreghatreh.com

nashreghatreh@yahoo.com

Printed in The Islamic Republic of Iran

○ فهرست مطالب

۷	○ یادداشت ناشر
۹	○ مقدمه‌ی مؤلف
۱۱	○ بیماری روانی چیست؟
۱۲	○ بیماری‌های روانی به چه علت به وجود می‌آیند؟
۱۳	○ شیوع و شدت بیماری‌های روانی در کسانی که دارای فرزند هستند، چه قدر است؟
۱۵	○ کودکان والدینی که به بیماری روانی مبتلا هستند، چه مشکلاتی دارند؟
۱۸	○ چه طور می‌توان به کودکانی که والدین مبتلا به بیماری روانی دارند کمک کرد؟
۱۹	○ والدین مبتلا به بیماری روانی چه تجربه‌هایی دارند؟
۲۳	○ به فرزندم درباره‌ی بیماری روانی چه بگویم؟
۲۷	○ چگونه می‌توانیم با وجود بیماری روانی، فرزند بهتری تربیت کنیم؟
۳۰	○ چه مهارت‌هایی را باید به فرزندان که والدین روانی دارند آموخت؟
۳۵	○ چگونه به عنوان یک متخصص، معلم، و خویشاوند به کودک کمک کنیم؟
۵۱	○ پاسخ سؤالاتی که کودکان زیاد می‌پرسند

○ یادداشت ناشر

هنگامی جامعه‌ی سالم و متعادلی خواهیم داشت که افراد بتوانند با برخورداری از سلامت روان در عرصه‌های اجتماعی به فعالیت بپردازند. انکار نابسامانی‌های روانی جامعه کمکی به رفع آن‌ها نمی‌کند. برای درمان، نخست باید بیماری را شناخت.

در گذشته‌های دور، اندیشمندان و ادیبان با نوشتن پندنامه‌های ارزشمند رسالت خود را در اشاعه‌ی اصول متعادل اخلاقی و روانی در سطح جامعه به انجام می‌رساندند؛ اما انسان امروز که درگیر مناسبات و معضلات پیچیده‌تری است، نیازمند شناخت و به‌کارگیری روش‌هایی عملی‌تر برای مقابله با دشواری‌های فردی و اجتماعی خود است.

انسان در هر نقطه از جهان، تنها با کسب آگاهی‌ها و مهارت‌های ویژه قادر خواهد بود راه برون‌رفتی از تنگناهای فردی و اجتماعی خود بیابد.

از آن‌جا که هر اجتماعی فرهنگ، قوانین، کاستی‌ها و اختلالات خاص خود را دارد؛ بررسی، شناخت، راه‌حل‌ها و درمان‌های مخصوص به خود را نیز می‌طلبد.

نشر قطره بر آن شده است تا با همکاری گروهی از روان‌پزشکان و روان‌شناسان برجسته‌ی ایران، مجموعه کتاب‌هایی را با عنوان «روان و زندگی» منتشر کند. مؤلفان این مجموعه با دانش نظری و تجربه‌های بالینی و درمانی مفید، بخشی از مهم‌ترین اختلالات جامعه را مورد توجه قرار داده‌اند.

این مجموعه به صورت پرسش و پاسخ و به زبانی ساده تنظیم شده است تا خوانندگان بتوانند ضمن کسب آگاهی‌های لازم، پاسخ‌های روشنی را برای حل مشکلات روان‌شناختی خود به دست آورند. نشر قطره بر خود لازم می‌داند که از روان‌پزشکان، روان‌شناسان و استادان محترمی که با این مجموعه همکاری کرده‌اند، سپاسگزاری کند.

○ مقدمه‌ی مؤلف

امروزه، انقلابی در آگاهی اجتماعی از اختلالات روانی رخ داده است. با کوشش متخصصین حوزه‌ی علوم مربوط به بهداشت روان، رسانه‌های جمعی و انتشار کتب و مجلات، جامعه روزانه با حجم وسیعی از اطلاعات درباره‌ی مسائل مربوط به این حوزه مواجه است.

اما متأسفانه در حوزه‌ی سلامت روان و درمان اختلالات روانی در ایران هنوز از الگوی منسوخ شده‌ی طبی به جای رویکرد جامع زیستی - روانی - اجتماعی - معنوی استفاده می‌شود. پیامد استفاده از چنین رویکردی درمان دارویی و بستری کردن بیمار مبتلا به اختلال روانی در بیمارستان‌های عمومی و نادیده گرفتن اثرات و پیامدهای بیماری‌های روانی بر فرد، خانواده و جامعه است. بیماری فراتر از نشانه‌های اختلال، تأثیرات عمیق و پایداری بر خودپنداره، اعتماد به نفس، احساس کفایت و مهارت زندگی فرد مبتلا دارد و فرد با ترس از برچسب خوردن، نگرانی از عود بیماری و پیامدهای قانونی آن درگیر است و جنبه‌های مختلف زندگی فردی و اجتماعی‌اش با خانواده، بستگان، دوستان و همکاران تحت تأثیر عمیق قرار می‌گیرد که به مداخله‌ی وسیع و همه‌جانبه‌ی روان‌شناختی - اجتماعی نیاز دارد.

یکی از زمینه‌های مهمی که در حوزه‌ی بهداشت روان مورد غفلت قرار گرفته است، کودکانی هستند که با والدینی زندگی می‌کنند که از اختلالات روانی رنج می‌برند. با ساده‌سازی الگوی ژنتیکی که نتیجه‌ی رویکرد طبی به اختلالات روانی است، معمولاً کودکان و نوجوانانی که با

والدین مبتلا به بیماری روانی زندگی می‌کنند به عنوان یک گروه نیازمند حمایت و مداخله در حوزه‌ی بهداشت روان مورد توجه قرار نمی‌گیرند.

این کتاب بر اهمیت توجه و حمایت کردن از کودکانی تأکید دارد که والدین‌شان به بیماری روانی مبتلا هستند. و به‌طور ساده و کاربردی روش‌های عملی کمک به چنین کودکانی را مطرح می‌کند.

دکتر مریم بختیاری - دکتر مهدی میرزایی