

# بیش‌فعالی و معرفی برنامه بُن‌کُد

تألیف:

ثریا دانش‌پژوه، روانشناس بالینی

و

دکتر Farbod Mofidi، گفتاردرمانگر و روانشناس  
استاد ارشد دانشگاه عدالت و دانشگاه آزاد

Soraya daneshpajuooh

&

D. farbod mofidi



سرشناسه : دانش پژوه، ثریا، ۱۳۵۰  
عنوان و نام پدیدآور : بیش فعالی و معرفی برنامه بن کد/ تالیف ثریا دانش پژوه، فرید مفیدی  
مشخصات نشر : تهران: انتشارات آکو، ۱۳۹۴.  
مشخصات ظاهری : ۱۳۵ص: مصور (رنگی)، جدول  
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۲۴۶-۰-۷

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : واژه نامه

یادداشت : کتابنامه: ص. ۱۱۶-۱۱۲

شناسه افزوده : نیدی، فرید

رده بندی کنگره : I ۵۰۶.۱/ ک ۲۵۷۷ ۲۳۹۴

رده بندی دیویی : ۶۱۰/۹۳۰۵۱۹۰

شماره کتابشناسی ملی : ۴۱۰۳۰۲۵



- بیش فعالی و معرفی برنامه بن کد
- ثریا دانش پژوه/ دکتر فرید مفیدی
- ناشر: آکو
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۲۴۶-۰-۷
- طرح روی جلد: مصطفی خزایی
- حروف نگار: انتشارات آکو
- چاپ اول: ۱۳۹۵
- شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
- بها: ۱۵۰۰۰ تومان

# فهرست مطالب

| صفحه | عنوان                                                         |
|------|---------------------------------------------------------------|
| ۹    | بخش اول: آشنایی با اختلال کمبودتوجه/ بیش فعالی                |
| ۱۰   | ۱. اختلال کمبودتوجه/ بیش فعالی                                |
| ۱۰   | ۱.۱. تاریخچه                                                  |
| ۱۲   | ۲.۱. نشانه‌شناسی                                              |
| ۱۲   | الف) بی‌توجهی                                                 |
| ۱۳   | ب) بیش‌فعالی                                                  |
| ۱۳   | ج) تکانشگری                                                   |
| ۱۳   | ۳.۱. معیارهای تشخیص اختلال ADHD، بر اساس DSM-5                |
| ۱۷   | ۴.۱. انواع اختلال کمبودتوجه/ بیش‌فعالی                        |
| ۱۸   | ۵.۱. مشکلات همراه با اختلال کمبودتوجه/ بیش‌فعالی              |
| ۲۰   | ۶.۱. پیامدهای اختلال کمبودتوجه/ بیش‌فعالی                     |
| ۲۱   | ۷.۱. شیوع اختلال کمبودتوجه/ بیش‌فعالی                         |
| ۲۲   | ۸.۱. آسیب‌شناسی اختلال کمبودتوجه/ بیش‌فعالی                   |
| ۲۲   | الف) علت‌های زیست‌شناختی                                      |
| ۲۵   | ب) علت روانشناختی                                             |
| ۳۱   | بخش دوم: روش‌های ارزیابی و مداخله اختلال کمبودتوجه/ بیش‌فعالی |
| ۳۲   | ۲. مقدمه                                                      |
| ۳۲   | ۱.۲. ارزیابی                                                  |
| ۳۳   | الف) ابزارهای غیر استاندارد                                   |
| ۳۳   | ب) ابزارهای استاندارد                                         |
| ۴۰   | ۲.۲. مداخلات درمانی                                           |
| ۷۵   | بخش سوم: برنامه بن‌کد و رخدادهای ناكرانمند                    |
| ۷۶   | ۳. مقدمه                                                      |
| ۷۶   | ۱.۳. برنامه بن‌کد                                             |

|     |                                                       |
|-----|-------------------------------------------------------|
| ۷۷  | ۲.۳. چگونگی تأثیر برنامه بن کد بر نشانگان اختلال ADHD |
| ۸۵  | ۳.۳. فعالیتهای برنامه بن کد                           |
| ۸۶  | الف) بازی نمادین                                      |
| ۹۱  | ب) کارتون                                             |
| ۹۷  | ج) داستان                                             |
| ۱۰۲ | ۴.۳. اهداف برنامه بن کد                               |
| ۱۰۲ | الف) اهداف کوتاه مدت                                  |
| ۱۰۲ | ب) اهداف بلند مدت                                     |
| ۱۰۳ | ۵.۳. شیوهی استفاده از برنامه بن کد                    |
| ۱۱۹ | منابع                                                 |

دوران کودکی مهمترین و حساس‌ترین دوران شکل‌گیری شخصیت هر فرد است که بی‌توجهی به آن نتایج جبران ناپذیری به دنبال خواهد داشت. در جامعه‌ای که کمتر به کودکان توجه می‌شود کودکان نابهنجار و بزهکار بیشتری مشاهده می‌شود و معضلات اجتماعی آنها بیشتر است. با توجه به اهمیت و جایگاه کودکان، بررسی مشکلات و رفع آنها شایان توجه است. یکی از مشکلاتی که دامنگیر کودکان است اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی و بی‌فکری است. این اختلال یکی از شایع‌ترین اختلالات رفتاری طی چند دهه اخیر در سراسر جهان است که در حال افزایش می‌باشد (بیلی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). طبق پنجمین ویرایش راهنمای تشخیصی و آماری<sup>۲</sup> تخمین زده می‌شود که حدود ۵ درصد کودکان، اختلال کمبودتوجه/بیش‌فعالی و بی‌فکری دارند. اثرات شدید این اختلال بر جامعه چون، هزینه‌ها، تنیدگی در خانواده، آشفتگی در مدرسه، استعداد ارتکاب جرایم و سوء مصرف مواد، تداوم اختلالات روانپزشکی تا بزرگسالی در مطالعات مقطعی و گذشته‌نگر متعددی مطرح شده است. مطالعات دیگری شده حکایت از تداوم اختلال تا نوجوانی و بزرگسالی و بروز آسیب‌های روانی در مراحل بعدی زندگی دارد (سیدمن<sup>۳</sup> و همکاران، ۱۹۹۵).

بنابراین، مداخله‌ای رودهن‌گم که خطر و لذت‌بخش برای کودکانی که در شرف بروز نشانگان اختلال کمبودتوجه/بیش‌فعالی در سن پایین هستند، جهت جلوگیری و تداوم نشانه‌های این اختلال می‌تواند ثمربخش باشد. لذا در کتاب حاضر ضمن آشنایی بیشتر با اختلال ADHD، به نظریه‌های مختلف انواع دره‌ان‌های رایج اشاره شده و در نهایت یک روش مداخله‌ای نوین که توسط مولفین این کتاب با باقیقت مورد آزمایش قرار گرفته است پیشنهاد شده است، باشد که کمکی هر چند کم در جهت کاهش نشانگان و جلوگیری از بروز آسیب‌های ناشی از این اختلال در بزرگسالی باشد.

<sup>۱</sup> - Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)

<sup>۲</sup> Billy

<sup>۳</sup> Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)

<sup>۴</sup> Sedman L. J