

نقص توجه - بیش فعالی

کتاب راهنمای والدین، مربیان معلمان

مصطفی ولی پور

(روانشناس بالینی کودک و نوجوان)

بهناز رودباری سقائی

سرشناسه : ولی پور، مصطفی، ۱۳۶۴ -
 عنوان و نام پدیدآور : نقص توجه - بیش فعالی : کتاب راهنمای والدین، مربیان، معلمان/
 تالیف مصطفی ولی پور، بهناز رودباری سقائی.
 مشخصات نشر : زنجان : قلم مهر، ۱۳۹۶.
 مشخصات ظاهری : ۶۰ ص.؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
 شابک : ۱۰۰۰۰۰ ریال: ۶-۳۸-۸۴۹۴-۶۰۰-۹۷۸
 وضعیت فهرست نویسی : فیپا
 موضوع : کم توجهی در کودکان پرتحرک
 Attention-deficit hyperactivity disorder : موضوع
 موضوع : کم توجهی در کودکان پرتحرک -- تشخیص
 Attention-deficit hyperactivity disorder -- Diagnosis : موضوع
 موضوع : کم توجهی در کودکان پرتحرک -- درمان
 Attention-deficit hyperactivity disorder -- Treatment : موضوع
 ناسه افزوده : رودباری سقائی، بهناز، ۱۳۶۶-
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۶ ک ۸۷۷/۸ / RJ۵۰۶
 رده بندی دیویی : ۶۱۸/۹۲۸۵۸۹
 شماره کتابخانه ملی : ۴۸۲۴۸۹۷



انتشارات قلم مهر

www.tabassom.org

عنوان کتاب: نقص توجه - بیش فعالی

مؤلفین: مصطفی ولی پور - بهناز رودباری سقائی

ناشر: انتشارات قلم مهر شابک: ۶-۳۸-۸۴۹۴-۶۰۰-۹۷۸

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶ شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: پیشگام

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

فهرست

۱	مقدمه
۲	اختلال نقص توجه-بیش فعالی چیست؟
۳	ملاک‌های تشخیصی DSM 5 برای اختلال نقص توجه-بیش فعالی
۶	انواع اختلال نقص توجه-بیش فعالی
۶	ویژگی‌های اختلال نقص توجه-بیش فعالی در کودکان پیش دبستانی
۸	اختلال نقص توجه-بیش فعالی در مدرسه
۸	چالش‌هایی که کودک مبتلا به ADHD برای معلمان ایجاد می‌کنند
۹	توصیه‌هایی برای معلمان
۱۰	نشستن در کلاس برای کودکان
۱۱	انتقال اطلاعات
۱۱	کار کلاسی
۱۱	سازمان‌دهی
۱۲	تکنیک‌هایی برای کار با کودکان مبتلا به ADHD
۱۲	تکنیک‌های شروع درس
۱۲	تکنیک‌های ارائه درس
۱۳	تکنیک‌های جمع‌بندی و خاتمه درس
۱۳	برگه بازخورد رفتاری روزانه
۱۵	اختلال نقص توجه-بیش فعالی در نوجوانان و بزرگسالان
۱۷	گزارش موردی
۱۸	انواع درمان
۲۲	تعامل با درمانگر کودک
۲۲	سؤالات شما:
۲۳	نکاتی برای ملاقات با پزشک
۲۴	چگونه با مشکلات رایج کودک مبتلا به اختلال نقص توجه-بیش فعالی مواجه شویم؟

- ۳۵.....وضع قوانین کلیدی:
- ۳۵.....ایجاد و نگهداشتن کارهای روزمره (روتین)
- ۳۷.....تقویت رفتارهای مطلوب
- ۳۹.....راه‌هایی برای تشویق:
- ۳۰.....شفاف و واضح حرف زدن:
- ۳۱.....با مشکلات همیشگی چکار کنیم؟
- ۳۱.....مشکلات هنگام غذا خوردن:
- ۳۱.....مسافرت‌های طولانی:
- ۳۲.....کودک شما، اختلال نقص توجه-بیش فعالی و مدرسه
- ۳۴.....سر موقع به مدرسه رفتن:
- ۳۴.....انجام دادن تمرین و مشق شب
- ۳۶.....کودک شما، اختلال نقص توجه-بیش فعالی، تابستان یا تعطیلات
- ۳۷.....ایجاد روتین مثبت در بین اعضای خانواده
- ۳۸.....خواهر و برادران کودک دارای اختلال نقص توجه-بیش فعالی چه احساسی دارند؟
- ۴۰.....فرم‌ها و چارت‌های لازم برای زندگی با کودک مبتلا به اختلال نقص توجه-بیش فعالی
- ۴۱.....پیگیری سیر اختلال نقص توجه-بیش فعالی در کودکان
- ۴۳.....فرم ثبت برنامه دارویی:
- ۴۳.....چارت رفتاری:
- ۴۶.....چارت هشدار (یادآوری):
- ۴۷.....نمودار موفقیت روزانه
- ۴۸.....چک‌لیست دانش‌آموز
- ۴۹.....چک‌لیست دانش‌آموز
- ۵۰.....قرارداد رفتاری
- ۵۱.....کاربرگ تکلیف درسی
- ۵۵.....لیست بعضی از پاداش‌های مناسب برای کودکان:

نقص توجه- بیش‌فعالی^۱ (ADHD)، اختلالی که امروزه افراد زیادی را درگیر خود کرده است. به راستی این اختلال چیست و در مقابل آن چه کارهایی می‌توان انجام داد؟

پدر و مادری کردن برای کودکان دارای اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی همیشه شما را با سؤالات و چالش‌های منحصره‌فردی است. بسیاری از والدین همیشه متحیرند که آیا پیشرفت فرزندانشان چه قدم‌هایی می‌توانند بردارند. همکاری با درمانگر که نشان و خواندن در مورد نقص توجه- بیش‌فعالی می‌تواند اولین و مهم‌ترین راه باشد.

با در نظر گرفتن این مسأله کتاب حاضر برای کمک به شما نوشته شده است. این کتاب دربردارنده اطلاعات کلی درباره اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی، راهکارهای مفید برای مدیریت فرزند همچنین ابزارهایی برای تحت نظر داشتن^۲ وضعیت اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی کودک شما است. قابل‌ذکر است که این اثر حاصل تجارب و مطالعات تخصصی نگارنده و ترجمه مجموعه زیادی از کتاب‌های مرتبط با حیطه اختلال نقص توجه- بیش‌فعالی بوده و هدف نگارنده از تألیف و ترجمه آن کمک به والدین برای ارزیابی اطلاعات و جهت‌مندی آنان است.

1 Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

2 monitoring

اختلال نقص توجه-بیش فعالی چیست؟

نقص توجه بیش فعالی (ADHD) شرایطی است که توجه کردن به مسائل و همچنین یکجا نشستن را برای کودک سخت می‌کند. علائم^۱ اختلال نقص توجه-بیش فعالی شامل مشکلات توجه^۲، بیش فعالی^۳ و تکانش‌گری^۴ است. در صورت عدم درمان، این رفتارها می‌توانند منجر به مشکلاتی عمیق و بلندمدت در مدرسه، خانه و محل کار و سایر فعالیت‌ها شوند.

یک کودک با تشخیص اختلال نقص توجه-بیش فعالی ممکن است:

به زور مداوم حرف بزند.

به آهستگی وسایلش پرت شود.

عزت نفس پایین داشته باشد.

در گوش کردن مشکل داشته باشد.

در توجه کردن به مسائل مشکل داشته باشد.

مهارت‌های ضعیف سازمان‌دهی داشته باشد.

ضعف در مهارت‌های اجتماعی داشته باشد.

رفتارهای مخرب زیادی داشته باشد.

قبل از فکر کردن حرف بزند.

1 symptoms

2 inattention

3 hyperactivity

4 impulsivity

بیش از اندازه صحبت کند.

نتواند یکجا بنشیند.

فراموش کار باشد.

بی‌قرار باشد.

اختلال عصب توجه-بیش‌فعالی بر روی کودکان و نوجوانان اثرات متفاوتی را ایجاد می‌کنند. برای مدیریت این اختلال علاوه بر کودکان باید والدین، سایر مراقبین و معلمان نیز درگیر شوند. بعضی وقت‌ها برای درمان از داروها استفاده می‌شود؛ این داروها در کوتاه‌مدت و گاهی بلندمدت برای کودکان تجویز می‌شوند. این اختلال می‌تواند باعث ایجاد مشکل در زمینه‌های تحصیلی و رفتاری شود.

ملاک‌های تشخیصی DSM 5 برای اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی

وجود (۱) یا (۲)

۱- بی‌توجهی: شش مورد (یا بیشتر) از علائم بی‌توجهی زیر حداقل به مدت شش ماه به درجاتی که غیر انطباقی و ناهماهنگ با سطح رشدی است دوام داشته است:

(a) غالباً از توجه کافی به جزئیات درمی‌ماند یا به علت بی‌دقتی در کار، کار یا سایر فعالیت‌ها مرتکب اشتباه می‌شود.

(b) غالباً از حفظ توجه بر روی تکالیف یا فعالیت‌های مربوط به بازی‌ها ناتوان است.