

اختلال نقص توجه در کودکان

مؤلف:

سارا ایران پور امراله



انتشارات حق شناس
Haghteh Press publication

۱۴۰۳

سرشناسه	: ایران پور امراله، سارا، ۱۳۶۶-
عنوان و نام پدیدآور	: اختلال نقص توجه در کودکان مولف سارا ایران پور امراله؛ ویراستار علمی معصومه فلاح زاده.
مشخصات نشر	: رشت: حق شناس، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	: ۵۴ ص.
شابک	: 978-622-6809-79-5: ۹۵۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: کم توجهی در کودکان پرتحرک
	Attention-deficit hyperactivity disorder
	کم توجهی در کودکان پرتحرک - درمان
	Attention-deficit hyperactivity disorder -- Treatment
	کودکان پرتحرک
	Hyperactive children
شناسه افزوده	: فلاح زاده، معصومه، ۱۳۶۳ - ویراستار
رده بندی کنگره	: RJ۵۰۴
رده بندی دیویی	: ۶۱۸/۹۲۱۵۸۹
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۷۰۱۸۰۹



نام	: اختلال نقص توجه در کودکان
مؤلف	: سارا ایران پور امراله
ویراستار علمی	: معصومه فلاح زاده
ناشر	: انتشارات حق شناس
طراح جلد	: عاطفه عبدی
حروفچینی	: عاطفه عبدی
چاپ اول	: ۱۴۰۳
چاپخانه و صحافی	: پیشگام
قیمت	: ۹۵۰۰۰ ریال
شمارگان	: ۵۰۰
شابک	: ISBN: ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۶۸۰۹ - ۷۹ - ۵

حق چاپ برای ناشر محفوظ می باشد.

مرکز نشر و پخش: رشت - سبزه میدان - نبش بیستون - مرکز تجاری سبز
تلفن: ۳۳۲۴۴۴۱۴ نمابر: ۳۳۲۴۶۷۶۹ همراه: ۰۹۱۱۶۳۴۷۸۲۰

E-mail: Haghshenass_publication@yahoo.com

www.Haghshenass.com

فهرست

آنچه در این کتاب خواهید خواند.....	۱۰
مقدمه.....	۱۱
انواع اختلالات رایج در روانشناسی.....	۱۲
تعریف سندرم.....	۱۳
تفاوت بیماری، اختلال و سندرم در چیست؟.....	۱۳
آشنایی با اختلالات شخصیتی.....	۱۵
ADHD چیست؟.....	۱۶
۱۴ علامت شایع ADHD در کودکان.....	۱۷
۱. رفتار خود محور.....	۱۷
۲. قطع کردن صحبت افراد.....	۱۷
۳. مشکل در انتظار رسیدن نوبت.....	۱۷
۴. آشفتگی عاطفی.....	۱۷
۵. نداشتن آرام و قرار.....	۱۷
۶. مشکل در بی سر و صدا بازی کردن.....	۱۸
۷. کارهای ناتمام.....	۱۸
۸. عدم تمرکز.....	۱۸
۹. اجتناب از کارهایی که به تلاش ذهنی بالا نیاز دارند.....	۱۸
۱۰. اشتباهات.....	۱۸
۱۱. رویاپردازی.....	۱۹
۱۲. مشکل در نظم.....	۱۹
۱۳. فراموشی.....	۱۹
۱۴. علائم در چندین شرایط.....	۱۹
علائم در حین بزرگتر شدن این کودکان.....	۱۹
برخی از کارهای روزانه که نوجوانان مبتلا به ADHD ممکن است در آنها با مشکل مواجه شوند.....	۲۰
اگر کودک شما موارد زیر را داشته باشد باید در مورد اقدامات بعدی فکر کنید.....	۲۱

- درمان اختلال نقص توجه در کودکان و علل بروز این حالت ۲۲
- درمان اختلال نقص توجه در کودکان و انواع این اختلال ۲۲
- ۱- بیش‌فعالی و نقص توجه همراه با بی‌توجهی ۲۲
- ۲- بیش‌فعالی و نقص توجه همراه با عملکردهای تکانشی ۲۳
- چگونگی تشخیص و درمان اختلال نقص توجه در کودکان ۲۳
- چگونگی درمان اختلال نقص توجه در کودکان بیش‌فعال ۲۴
- پروسه آب‌درمانی ۲۴
- ماساژ درمانی ۲۴
- اتاق تجهیزات ۲۵
- پروسه درمان همراه با بازی ۲۵
- مرحله تعادل ادراک و حس ۲۵
- چگونگی درمان اختلال نقص توجه در کودکان کم‌توجه ۲۶
- درمان اختلال نقص توجه در کودکان، تقویت ادراک شنیداری ۲۶
- درمان اختلال نقص توجه در کودکان، افاق درمان ذهن ۲۶
- درمان اختلال نقص توجه در کودکان، انجام تست‌های تشخیصی ۲۶
- درمان اختلال نقص توجه در کودکان، گفتاردرمانی ۲۶
- درمان اختلال نقص توجه در کودکان و نکات مربوطه ۲۷
- اختلال نقص توجه و ارتباط آن با بیش‌فعالی چیست؟ ۲۸
- رفتارهای تکانشی را بهتر بشناسید! ۲۹
- علائم اختلال نقص توجه در افراد بزرگسال ۲۹
- تفاوت افراد مبتلا به اختلال نقص توجه با افراد سالم در چیست؟ ۳۰
- چه زمانی باید به پزشک متخصص مراجعه کرد؟ ۳۰
- معرفی انواع اختلال نقص توجه ۳۰
- بیش‌فعالی و رفتارهای تکانشی ۳۱
- نوع ترکیبی ۳۱
- علت بوجود آمدن اختلال نقص توجه ۳۱
- برخی علل دیگر ۳۲

۳۲	 مراحل تشخیص
۳۳	 روش‌های درمان اختلال نقص توجه
۳۳	 اختلال نقص توجه چه عوارض جانبی دارد؟
۳۴	 اختلالات خلقی ناشی از اختلال
۳۴	 بروز اختلال دوقطبی
۳۴	 اضطراب
۳۵	 علائم اختلال نقص توجه و تمرکز یا add
۳۵	 قطع کردن صحبت افراد
۳۵	 آشفته‌گی عاطفی
۳۵	 عدم دقت و تمرکز
۳۶	 عدم یادگیری
۳۶	 بهترین راه تشخیص اختلال نقص توجه و تمرکز یا add
۳۶	 بهترین راه‌های درمان اختلال نقص توجه و تمرکز یا add
۳۷	 (۱) درمان با دارو
۳۷	 (۲) استفاده از نوروفیدبک
۳۷	 (۳) رفتاردرمانی
۳۸	 (۴) رفتاردرمانی برای والدین
۳۸	 (۵) ورزش
۳۸	 (۶) رژیم غذایی سالم
۴۰	 بعضی از مشکلات
۴۲	 علت ADHD
۴۲	 درمان ADHD
۴۵	 اختلال بیش‌فعالی و نقص توجه (ADHD): علائم و درمان
۴۶	 شناخت تمامی علائم ADHD
۴۶	 علائم ADHD در کودکان
۴۷	 تشخیص ADHD در کودکان
۴۷	 تشخیص و علائم ADHD در بزرگسالان

- ۴۷..... نادیا کیان، کارشناسی ارشد روانشناسی
- ۴۷..... علائم شایع ADHD در بزرگسالان
- ۴۸..... انواع ADHD
- ۴۸..... آیا تغذیه بر بیش‌فعالی تأثیر دارد؟
- ۴۸..... چه زمانی کودک مبتلا به ADHD را پیش روان‌پزشک ببریم؟
- ۴۸..... مهارت‌های لازم برای بهبود ADHD
- ۴۹..... ADHD ارثی است؟
- ۴۹..... تفاوت ADHD با ADD
- ۴۹..... عوامل خطر اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی
- ۴۹..... علائم ADD اختلال کمبود توجه
- ۵۰..... در نهایت ۳ نوع تشخیص وجود دارد:
- ۵۰..... نوع بی‌توجهی
- ۵۰..... نوع بیش‌فعال - تکانشی
- ۵۰..... نوع ترکیبی
- ۵۱..... سوالات متداول تفاوت ADD و ADHD
- ۵۱..... آیا هنوز ADD وجود دارد؟
- ۵۱..... شیوه تشخیص ADD از ADHD چیست؟
- ۵۱..... در دوران بزرگسالی از چه زمانی علائم ADHD شروع می‌شود؟
- ۵۱..... آیا تغذیه بر بیش‌فعالی تأثیر دارد؟
- ۵۲..... چه زمانی کودک مبتلا به ADHD را پیش روان‌پزشک ببریم؟
- ۵۲..... درمان ADHD
- ۵۲..... مهارت‌های لازم برای بهبود ADHD
- ۵۲..... ADHD ارثی است؟
- ۵۳..... تفاوت ADHD با ADD
- ۵۳..... عوامل خطر اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی
- ۵۳..... کلام آخر
- ۵۴..... منابع و مآخذ

آنچه در این کتاب خواهید خواند

اختلال نقص توجه و ارتباط آن با بیش‌فعالی چیست؟

رفتارهای تکانشی را بهتر بشناسید!

علائم اختلال نقص توجه

تفاوت افراد مبتلا به اختلال نقص توجه با افراد سالم در چیست؟

چه زمانی باید به پزشک متخصص مراجعه کرد؟

معرفی انواع اختلال نقص توجه

علت بوجود آمدن اختلال نقص توجه

تشخیص اختلال نقص توجه

روش‌های درمان اختلال نقص توجه

اختلال نقص توجه چه عوارض جانبی دارد؟

نتیجه‌گیری

قطعاً شما هم اخیراً نام اختلال ADHD، سوپرستار اختلالات روانی را شنیده‌اید. اختلال نقص توجه - بیش‌فعالی با علائمی چون: فعالیت بیش از حد معمول، نداشتن تمرکز کافی، نداشتن نظم، زودرنجی، عدم کنترل استرس، روابط آشفته با دیگران و از این شاخه به آن شاخه پریدن در کارها تشخیص داده می‌شود. مبتلا بودن به این اختلال و البته اختلال OCD به‌تازگی یکی از نمادهای لاکچری بودن در بین مردم، مخصوصاً کاربران اینستاگرام، محسوب می‌شود. اما آیا واقعاً داشتن این اختلال یک ویژگی مثبت است؟

اصطلاحات بیماری، اختلال و سندرم در حوزه روانشناسی بسیار پرتکرار هستند و ما گاهی از این اصلاحات، اشتباه استفاده می‌کنیم یا شاید تاکنون متوجه تفاوت آن‌ها نشده‌ایم. در این کتاب به توضیح و تفاوت اصطلاحات بیماری، اختلال و سندرم می‌پردازیم.

بیماری یک وضعیت غیرطبیعی خاص است که بر ساختار یا عملکرد تمام یا بخشی از یک ارگانیسم تأثیر منفی می‌گذارد و فرد تغییراتی در جسم یا روان خود احساس می‌کند. بیماری‌ها اغلب با علائم و نشانه‌های خاصی همراه هستند. یک بیماری ممکن است توسط عوامل خارجی مانند پاتوژن‌ها یا اختلالات داخلی ایجاد شود. به عنوان مثال، اختلالات داخلی سیستم ایمنی می‌تواند انواع بیماری‌های مختلف، از جمله اشکال مختلف نقص ایمنی، حساسیت مفرط، آلرژی‌ها و اختلالات خود ایمنی را ایجاد کند. بیماری‌ها به دو دسته جسمانی و روانی تقسیم می‌شوند که هر یک دارای زیرشاخه‌های خود هستند. و اما بیماری روانی به گروهی از بیماری‌ها گفته می‌شود که بر ذهن و رفتارهای فرد تأثیر می‌گذارند.

اختلال در لغت به معنای بی‌نظمی، آشفتگی و بهم‌ریختگی می‌باشد. در روانشناسی اختلال به مشکلات ناشی از یک بیماری گفته می‌شود که در قسمتی از بدن یا ذهن افراد و عملکرد آن‌ها مشکل ایجاد می‌کنند. مثلاً اختلال اضطراب که نتیجه‌ی داشتن یک بیماری روان‌شناختی است. اختلالات را می‌توان به صورت روانی، جسمی، ژنتیکی، ذهنی، عاطفی، رفتاری و ساختاری طبقه‌بندی کرد.

انواع اختلالات رایج در روانشناسی

اختلال دارویی: ناهنجاری یا اختلال عملکردی چند دارو باهم

اختلال روانی: یک الگوی روان‌شناختی همراه با پریشانی یا ناتوانی

اختلال عصبی: علائم عصبی مانند (بی‌حسی، نابینایی، فلج یا متناسب بودن)

اختلال وسواس اجباری: اختلال اضطرابی است که با رفتارهای تکراری باهدف کاهش اضطراب مشخص می‌شود

اختلال شخصیت: الگوی ماندگار از تجربه و رفتار درونی

اختلال افسردگی: حالت پریشانی و غم که در تغذیه، تفریح، الگوی خواب و رفتار تأثیر می‌گذارد.