

# کارکردهای اجرایی ذهنی

مؤلفین:

مهرناز آزادیکتا

شبنم میرزایی وند

www.ketab.ir

|                     |                                                         |
|---------------------|---------------------------------------------------------|
| سرشناسه             | مهرناز آزادیکتا ۱۳۴۵                                    |
| عنوان و نام پدیدآور | کارکردهای اجرایی ذهن، مهرناز آزادیکتا- شبنم میرزایی وند |
| مشخصات نشر          | تهران: انتشارات کتاب آوا                                |
| مشخصات ظاهری        | ۱۲۹ ص                                                   |
| شابک                | ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۶-۴۹۴-۰                                       |
| وضعیت فهرست نویسی   | فیا                                                     |
| یادداشت             | کتبنامه                                                 |
| شناسه افزوده        | شبنم میرزایی وند ۱۳۷۲                                   |
| موضوع               | اختلالات رفتاری در کودکان                               |
| رده‌بندی کنگره      | BP۷۳۳/۸۷۴ ۱۳۹۷                                          |
| رده‌بندی دی‌سی      | ۱۵۵/۴۹۲                                                 |
| شماره کتابشناسی ملی | ۵۵۵۸۵۴۶                                                 |

## کارکردهای اجرایی ذهنی



انتشارات کتاب آوا

|           |                                    |
|-----------|------------------------------------|
| مؤلف:     | مهرناز آزادیکتا - شبنم میرزایی وند |
| ناشر:     | کتاب آوا                           |
| نوبت چاپ: | اول - زمستان ۱۳۹۷                  |
| شمارگان:  | ۱۰۰۰                               |
| قیمت:     | ۱۶,۵۰۰ تومان                       |
| شابک:     | ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۶-۴۹۴-۰                  |

نشانی مراکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، پلاک ۴، واحد ۴

شماره های تماس: ۶۶۹۷۴۱۳۰ - ۶۶۴۰۷۹۹۳ - ۶۶۹۷۴۶۴۵ دوپیکار: ۶۶۴۶۱۱۵۸

www.avabook.com Email: avabook\_kazemi@yahoo.com

نشانی فروشگاه: اسلامشهر، خیابان صیاد شیرازی (خیابان دانشگاه)، جنب فرمانداری

شماره تماس: ۵۶۳۵۴۶۵۱

هرگونه تکثیر این اثر از طریق ارسال یا بارگذاری فایل الکترونیکی، یا چاپ و نشر کاغذی آن بدون مجوز ناشر، به هر شکل، اعم از فایل، سی‌دی، افست، ریسوگراف فتوکپی، زیراکس یا وسایل مشابه، به صورت متن کامل یا صفحاتی از آن، تحت هر نام اعم از کتاب، راهنما، جزوه، یا وسیله کمک آموزشی، در فضای واقعی یا مجازی، و همچنین توزیع، فروش، عرضه یا ارسال اثری که بدون مجوز ناشر تولید شده، موجب پیگرد قانونی است.

## فهرست مطالب

|    |                                                                    |
|----|--------------------------------------------------------------------|
| ۱۱ | چرا این کتاب؟                                                      |
| ۱۲ | تلفیق چقدر مهم است؟                                                |
| ۱۲ | کارکرد اجرایی: می‌توان به سه دسته گسترده‌ای از مهارت‌ها تقسیم کرد: |
| ۱۳ | ما چه می‌دانیم؟                                                    |
| ۱۴ | چه کاری می‌توانید انجام دهید؟                                      |
| ۱۵ | بخش اول: توسعه مغز و کارکرد اجزای                                  |
| ۱۵ | مقدمه                                                              |
| ۱۶ | موضوع                                                              |
| ۱۶ | مسئله                                                              |
| ۱۷ | زمینه تحقیقاتی                                                     |
| ۱۹ | سوالات کلیدی                                                       |
| ۱۹ | نتایج تحقیقات اخیر                                                 |
| ۱۹ | شکاف‌های تحقیقاتی                                                  |
| ۲۰ | نتیجه‌گیری                                                         |
| ۲۱ | تأثیرات خدمات و سیاست‌های والدین                                   |
| ۲۲ | منابع                                                              |
| ۲۵ | بخش دوم: کارکرد اجرایی در دوران نوجوانی و کودکی                    |
| ۲۵ | مقدمه                                                              |
| ۲۶ | موضوع                                                              |
| ۲۶ | مسئله (تعریف)                                                      |

|    |                                                    |
|----|----------------------------------------------------|
| ۲۷ | زمینه‌ها                                           |
| ۲۸ | سوالات کلیدی                                       |
| ۲۸ | نتایج تحقیقات اخیر                                 |
| ۲۹ | نتیجه‌گیری                                         |
| ۲۹ | تأثیرات خدمات و سیاست‌های والدین                   |
| ۳۱ | منابع                                              |
| ۳۴ | بخش سوم: کارکرد اجرایی و توسعه‌ی احساسی            |
| ۳۴ | مقدمه                                              |
| ۳۵ | موضوع                                              |
| ۳۵ | مسئله                                              |
| ۳۶ | زمینه تحقیقاتی                                     |
| ۳۶ | سوالات کلیدی                                       |
| ۳۶ | نتایج تحقیقات اخیر                                 |
| ۳۷ | شکاف‌های تحقیقاتی                                  |
| ۳۸ | نتیجه‌گیری                                         |
| ۳۸ | تأثیرات خدمات و سیاست‌های والدین                   |
| ۳۹ | منابع                                              |
| ۴۳ | بخش چهارم: رابطه بین کارکرد اجرایی و شناخت اجتماعی |
| ۴۳ | مقدمه                                              |
| ۴۴ | موضوع                                              |
| ۴۵ | زمینه‌های تحقیقاتی                                 |
| ۴۶ | نتایج تحقیقات اخیر                                 |
| ۴۷ | جهت‌های آینده                                      |
| ۴۸ | نتیجه‌گیری                                         |
| ۴۸ | تأثیرات خدمات و سیاست‌های والدین                   |
| ۴۹ | منابع                                              |

|    |                                                                 |
|----|-----------------------------------------------------------------|
| ۵۳ | بخش پنجم: نقش محافظتی مهارت‌های اجرایی در محیط‌های پر خطر       |
| ۵۳ | مقدمه                                                           |
| ۵۴ | موضوع                                                           |
| ۵۴ | مسئله                                                           |
| ۵۵ | سوالات کلیدی تحقیقاتی                                           |
| ۵۵ | تحقیقات اخیر                                                    |
| ۵۶ | شکاف‌های تحقیقاتی                                               |
| ۵۶ | نتیجه‌گیری                                                      |
| ۵۷ | تأثیرات خدشات و سیاست‌های والدین                                |
| ۵۸ | منابع                                                           |
| ۶۱ | بخش ششم: وضعیت اجتماعی و اقتصادی در توسعه کارکرد اجرایی         |
| ۶۱ | مقدمه                                                           |
| ۶۱ | موضوع                                                           |
| ۶۲ | مسئله                                                           |
| ۶۲ | زمینه تحقیق                                                     |
| ۶۳ | نتایج تحقیقات اخیر                                              |
| ۶۴ | عوامل موثر بر رابطه وضعیت اجتماعی اقتصادی و کارکرد اجرایی چیست؟ |
| ۶۴ | شکاف‌های تحقیقاتی                                               |
| ۶۵ | نتیجه‌گیری                                                      |
| ۶۵ | تأثیرات سیاست‌های اجتماعی                                       |
| ۶۷ | منابع                                                           |
| ۷۱ | بخش هفتم: کارکرد اجرایی در کلاس درس                             |
| ۷۱ | مقدمه                                                           |
| ۷۲ | مسئله                                                           |
| ۷۲ | سوالات کلیدی تحقیق                                              |
| ۷۳ | نتایج اخیر تحقیقات                                              |

- ۷۴ ..... شکاف‌های تحقیقاتی
- ۷۴ ..... نتیجه‌گیری
- ۷۵ ..... اثرات خدمات و سیاست‌های والدین
- ۷۶ ..... منابع

#### بخش هشتم: بازتاب در توسعه کارکرد اجرایی ..... ۷۹

- بازتاب در توسعه کارکرد اجرایی: تفسیر از ناپاپ، مورتون، مناکاتا و همکاران، روئدا و باز آلونسو،  
 بنسون و د. ا. ا. و همکاران و بلر ..... ۷۹
- مقدمه ..... ۷۹
- تحقیق و نتیجه‌گیری ..... ۸۰
- نتیجه‌گیری ..... ۸۴
- منابع ..... ۸۵

#### بخش نهم: کارکرد اجرایی چیست؟ ..... ۸۹

- اختلال در کارکرد اجرایی: نشانه‌ها ..... ۹۰
- کارکرد اجرایی ..... ۹۲
- کارکرد اجرایی بی‌وقفه ..... ۹۵

#### بخش دهم: کارکرد اجرایی یادگیری ..... ۹۹

- سازماندهی اولویت‌بندی ..... ۱۰۰
- چرا سازماندهی برای عملکرد علمی اهمیت دارد؟ ..... ۱۰۰
- چرا اولویت‌بندی برای عملکرد تحصیلی مهم است؟ ..... ۱۰۱
- درباره کودکان با اختلال یادگیری و نقص توجه / بیش‌فعالی ..... ۱۰۱
- چگونه والدین می‌توانند به طور موثری به کودکان در سازماندهی و اولویت‌بندی کمک کنند ؟
- ..... ۱۰۱
- زمان برگزاری ..... ۱۰۱
- راهنمایی برای سازماندهی ..... ۱۰۲

- ۱۰۲ ..... سازماندهی وظایف
- ۱۰۳ ..... ابزار سازماندهی
- ۱۰۳ ..... اولویت‌بندی کارها
- ۱۰۳ ..... ابزار اولویت‌بندی
- ۱۰۵ ..... چرا آنقدر انعطاف‌پذیر تفکر برای عملکرد تحصیلی مهم است؟
- ۱۰۶ ..... چگونه می‌توانید به کودکان خود کمک کنید تا تبدیل به یک اندیشمند انعطاف‌پذیر شوند؟
- ۱۰۸ ..... حافظه فعال
- ۱۰۹ ..... انواع حافظه فعال
- ۱۰۹ ..... حافظه فعال چگونه با یادگیری و توجه است؟
- ۱۱۰ ..... چگونه می‌توانیم مشکلات حافظه‌ی فعال را شناسایی کنیم؟
- ۱۱۰ ..... چگونه به کودک با حافظه‌ی ضعیف کمک کنیم؟
- ۱۱۱ ..... خود تنظیمی و خود تغییر
- ۱۱۲ ..... پیرامون دانشجویان اختلال یادگیری / سر توجه / بیش‌فعالی چیست؟
- ۱۱۳ ..... چگونه می‌توانیم به کودک کمک کنیم تا خود مراقبتی و خود تنظیمی را یاد بگیرد؟
- ۱۱۴ ..... مشق شب
- ۱۱۴ ..... مطالعه و تست گرفتن
- ۱۱۵ ..... بخش یازدهم: کارکرد اجرایی و رفتار
- ۱۱۵ ..... مشکل را مشخص کنید
- ۱۱۶ ..... چگونه به کودک کمک کنیم که انگیزه داشته باشند؟
- ۱۱۷ ..... اختلال عملکرد و رفتار اجرایی
- ۱۱۸ ..... کنترل تحرک و احساسات
- ۱۱۹ ..... انعطاف‌پذیری و خودمراقبتی
- ۱۲۰ ..... نکاتی برای ارتقای رفتار مثبت در کودکان با اختلال کارکرد اجرایی
- ۱۲۱ ..... بخش دوازدهم: کارکرد اجرایی در موقعیت‌های اجتماعی و روابط اجتماعی
- ۱۲۲ ..... پذیرش اجتماعی چیست؟

- ۱۲۲..... چرا زندگی اجتماعی می‌تواند برای کودکان مبتلا به اختلال عملکرد اجتناب ناپذیر باشد.
- ۱۲۳..... فاکتورهای سریع
- ۱۲۳..... چگونه کودک شما را قادر به ایجاد مهارت‌های اجتماعی بهتر هستند
- ۱۲۴..... آموزش با نشانه‌ها
- ۱۲۵..... مهارت‌های عمومی را بسازید
- ۱۲۵..... فرزندان باشید
- ۱۲۶..... سیاست‌گذاری‌ها
- ۱۲۷..... منابع

## چرا این کتاب؟

هریک از ما در زندگی روزمره، یادگیری، کار، تفریح و روابط را با مهارت‌های ذاتی به نام کارکرد اجرایی کار می‌کنیم.

کودکان و بزرگسالان با مشکلات یادگیری و توجه، از جمله ناتوانی‌های یادگیری (LD) و اختلال نقص توجه / بیش‌فعالی (ADHD)، اغلب در بسیاری از مهارت‌ها اجرایی مشکل دارند. کمتر با به آن اهمیت می‌دهیم. این کتاب به درک بهتر بچه‌ها کمک می‌کند، زمانی که یکی مهارت‌های اجرایی مشکل دارند و این امر می‌تواند در مورد مناطق اصلی، نواحی چالش‌هایی ایجاد کند. این کتاب انواع مهارت‌های اجرایی را به شیوه‌ای روشن و آسان درک توضیح داده و طراحی شده است تا راه‌هایی برای کشف مشکلات من را تجربه کنید. کارایی مهارت‌های اجرایی به سه دسته گسترده تقسیم شده است: یادگیری، رفتار و احساسات؛ و موقعیت‌های اجتماعی و روابط اجتماعی. هر بخش شامل آموزش و تمرین، راهنمایی در هر یک زمینه‌های این مهارت‌هاست. حتی اگر دانش شما در کارکرد اجرایی مشکل ندارد، ممکن است بخواهد مهارت‌های اجرایی خود را تقویت کند و یاد بگیرد که چگونه در صورت نیاز از این مهارت‌ها برای رفع مشکلات خود کمک بگیرد.