

برنامہ

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

کلیدهای پرورش کودکان مبتلا به

**اختلال کمبود توجه**

باری ای. مک نامارا

فرانسیس جی. مک نامارا

مترجم: فریبا مقدم

[www.saberinbooks.ir](http://www.saberinbooks.ir)

سرشناسه  
**عنوان و نام پدیدآور** : مک‌نامارا، باری، ۱۹۴۹ - م  
 کلیدهای پرورش کودکان مبتلا به اختلال کمبودتوجه/ باری ای. مک‌نامارا و فرانسین جی. مک‌نامارا؛ مترجم فریبا مقدم.  
**مشخصات نشر** : تهران، صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۸۶.  
**مشخصات ظاهری** : ۲۱۳ ص، جدول.  
**فروست** : کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان.  
**شابک** : ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۰۱-۸  
**وضعیت فهرست نویسی** : فیبا.  
**یادداشت** : چاپ ششم؛ ۱۳۹۸.  
**یادداشت** : عنوان اصلی: Keys to parenting a child with attention deficit disorder, c1993

**یادداشت** : نمایه.  
**موضوع** : کم‌توجهی در کودکان پرتحرک -- به زبان ساده  
**شناسه افزوده** : مک‌نامارا، فرانسین ، Mcnamara, Francine  
**شناسه افزوده** : مقدم، فریبا، ۱۳۴۳ - ، مترجم  
**رده‌بندی کنگره** : RJ ۵۰۶/ک۷۷م۷۳ ۱۲۸۶  
**رده‌بندی دیویی** : ۶۱۸/۹۲۸۵۸۹  
**شماره کتابشناسی ملی** : ۱۰۳۲۱۲۲



### کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۸۹۰

کلیدهای پرورش کودکان مبتلا به اختلال کمبودتوجه  
 باری ای. مک‌نامارا و فرانسین جی. مک‌نامارا

مترجم	فریبا مقدم
ویراستار	علیرضا حاتمی
اجرای طرح جلد	علیرضا ابراهیمی
تعداد	۱۵۰۰
چاپ ششم	۱۳۹۸
حروفچینی و صفحه‌آرایی	کارا
لیتوگرافی	باران
چاپ جلد	اکسیر
چاپ متن و صحافی	پژمان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۰۱-۸

ISBN: 978-964-2785-01-8

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۳۳۰۰۰۰ تومان

## فهرست مطالب



.....	سخن ناشر	۵
.....	مقدمه	۷
۹	بخش ۱: اختلال کمبود توجه چیست؟	
.....	فصل اول: شرح کلی	۱۰
.....	فصل دوم: اصطلاحات و ویژگیها	۱۳
.....	فصل سوم: معیارهای شناسایی اختلال کمبود توجه	۱۷
.....	فصل چهارم: علل اختلال کمبود توجه	۲۲
۲۵	بخش ۲: تشخیص اختلال کمبود توجه	
.....	فصل پنجم: شیوه چند زمینه‌ای	۲۶
.....	فصل ششم: ارزیابی پزشکی	۲۹
.....	فصل هفتم: ارزیابی روانشناختی	۳۲
.....	فصل هشتم: ارزیابی آموزش	۳۷
.....	فصل نهم: سابقه اجتماعی	۵۱
.....	فصل دهم: ارزیابی یافته‌ها و نتیجه‌گیری	۵۴
۵۷	بخش ۳: درمان اختلال کمبود توجه	
.....	فصل یازدهم: دارو	۵۸
.....	فصل دوازدهم: پرسشهایی در مورد دارو	۶۱
.....	فصل سیزدهم: مداخلات درمانی مورد اختلاف	۷۰
.....	فصل چهاردهم: مداخلات رفتاری	۷۵
.....	فصل پانزدهم: شناسایی رفتار	۷۹

فصل شانزدهم: تشویق	۸۳
فصل هفدهم: انتخاب مشوقها	۸۹
فصل هجدهم: تنبیه	۹۸
فصل نوزدهم: تعیین حد و مرز	۱۰۳
فصل بیستم: نیاز به ساختار، انسجام و پیش بینی	۱۰۷
فصل بیست و یکم: آموزش مهارتهای اجتماعی	۱۱۲
فصل بیست و دوم: افزایش خودباوری	۱۱۸
فصل بیست و سوم: تعلیم نظارت بر رفتار خود، به کودکان	۱۲۴
فصل بیست و چهارم: طرز برخورد با خواهرها و برادرها	۱۲۹
فصل بیست و پنجم: نظارت بر درمان	۱۳۴

#### بخش ۴: همکاری با مدرسه ۱۳۹

فصل بیست و ششم: شرکت دادن کودکان مبتلا به اختلال کمبود توجه در کلاسهای	
عادی	۱۴۰
فصل بیست و هفتم: خدمات حمایتی	۱۴۵
فصل بیست و هشتم: درک بهتر امتیازهای آزمون استاندارد	۱۴۹
فصل بیست و نهم: زبان تخصصی تربیتی	۱۵۷

#### بخش ۵: فعالیتهای فوق برنامه

##### برای کودکان مبتلا به اختلال کمبود توجه ۱۶۵

فصل سی ام: ورزش و باشگاه	۱۶۶
فصل سی و یکم: اردو	۱۷۰
فصل سی و دوم: سرگرمیها، استعدادها و علائق خاص	۱۷۶

#### بخش ۶: مسائل جاری ۱۸۱

فصل سی و سوم: آیا اختلال کمبود توجه نوعی ناتوانی در یادگیری است؟	۱۸۲
فصل سی و چهارم: آیا کودکان مبتلا به اختلال کمبود توجه از درمانی مناسب برخوردار می شوند؟	۱۸۶
فصل سی و پنجم: آیا کودکان بر اختلال کمبود توجه غلبه می کنند؟	۱۹۲
پرسش و پاسخ	۱۹۸
واژه نامه	۲۰۱
ضمیمه: منابعی برای آموزگاران	۲۰۳

## سخن ناشر

خواننده محترم، کتابی که پیش روی دارید، یک جلد از کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان است.

کتابهای این مجموعه علی‌رغم ارتباط موضوعی، هرکدام از نظر مطلب مستقل هستند. آمادگی برای زایمان، روشهای مناسب و صحیح شیر دادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک تیزهوش، آموختن به کودکان دربارهٔ خدا، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جالب دیگری که به روشها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سنین بلوغ می‌پردازد، موضوع کتابهای این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتابها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هرکتاب از فصلهای متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان، علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آنها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.

## مقدمه

والدین بسیار پیش تر از آنکه از اصطلاح «اختلال کمبود توجه» به منظور توصیف نحوه رفتار فرزندشان استفاده کنند، می دانند که «اشکالی در کار است.» این اشکال شاید به این صورت باشد که کودک پیوسته در جنب و جوش است؛ نمی تواند بیش از چند دقیقه روی موضوعی خاص تمرکز کند یا نخست دست به عمل می زند و بعد فکر می کند. والدین این دسته از کودکان می کوشند که این اختلال پیچیده را درک کنند. آنها می دانند که این اختلال بر همه کارهایی که فرزندشان انجام می دهد، تأثیر می گذارد و همچنین دوست یابی و حفظ آن، عضویت در باشگاهها، شرکت در ورزش و فعالیت در مدرسه را دشوار می سازد. به علاوه، سایر اعضای خانواده را نیز تحت تأثیر قرار می دهد.

والدینی که به دنبال کمک هستند ممکن است تحت تأثیر میزان وسیع اطلاعات مربوط به اختلال قرار گیرند که بخشی از آن ضد و نقیض است. ما سعی کرده ایم که آخرین تحقیقات را در این زمینه گردآوری و تنظیم کنیم تا برای مشکلاتی که والدین با آنها مواجه می شوند، رهنمودهایی عملی فراهم کنیم.

این کتاب به شش بخش تقسیم شده است. بخش یک، مباحث کلی مربوط به سرشت و ماهیت اختلال کمبود توجه را مورد بحث قرار می دهد. بخش دوم، اجزای متفاوت تشکیل دهنده فرایند تشخیص را به منظور شناسایی اختلال کمبود توجه مورد بررسی قرار می دهد. در

بخش سوم، طرح جامع مداخله درمانی ارائه می‌شود. بخش چهارم، اطلاعات و تدابیری را در اختیار والدین قرار می‌دهد که آنها را قادر می‌سازد به‌گونه‌ای مؤثر با مدارس همکاری کنند. بخش پنجم به فعالیتهای فوق‌برنامه می‌پردازد و بخش ششم، بحث و بررسی درباره نگرانیهای رایج در مورد اختلال کمبود توجه را دربر دارد.

امیدواریم که توانسته باشیم آشنفگی پیرامون اصطلاح «اختلال کمبود توجه» را اندکی نظم بخشیده باشیم. والدین کودکانی که دچار اختلال کمبود توجه هستند، چالشهای بی‌شماری را پیش رو دارند. امید داریم که این کتاب پاسخی برای سؤالات آنها و راهکارهایی برای مشکلاتشان فراهم آورد.

مایلیم از والدینی که تجارب و نگرانیهای خود را با ما سهیم شده‌اند، تشکر کنیم. ما از آنها مطالب بسیاری را آموخته‌ایم.

## بخش ۱

---

### اختلال کمبود توجه چیست؟

اختلال کمبود توجه بسیار پیچیده است. فصلهای مقدماتی، شرحی کلی از اختلال کمبود توجه، اصطلاحات مورد استفاده، ویژگیهای کودکان مبتلا به اختلال کمبود توجه، چگونگی شناسایی کودکی که به این اختلال دچار است و نیز عوامل این اختلال را، ارائه می دهد.