

اختلال کم توجهی / بیش فعالی



دانشگاه علوم پزشکی تهران

کلینیک توانبخشی اسما

واحد روانشناسی بالینی

تهیه و تنظیم: هانیه السادات آتشی پور

درمانهای روانشناختی علاوه بر بهبود رفتارهای کودک و افزایش ارتباط مثبت با والدین، تلاش دارند اعتماد به نفس کودک که در این موارد آسیب پذیر است را افزایش دهند. شایان ذکر است که می توان از متخصصین سلامت روان و تغذیه ، رژیم غذایی مناسب برای این کودکان را دریافت کرد.



آدرس محل ارائه خدمات:

یوسف آباد، خیابان سید جمال الدین
اسد آبادی، نبش خیابان بیستم، مرکز
آموزشی پژوهشی و توانبخشی اسما،
طبقه سوم بخش روانشناسی بالینی.
تلفن تماس: ۸۸۴۸۰۵۸۶

درمان کم توجهی / بیش فعالی

اختلال کم توجهی / بیش فعالی قابل درمان است. آشناترین درمانی که معمولاً والدین می شناسند درمان دارویی است. این درمان با داروهایی مانند ریتالین یا ریسپریدون انجام میگردد. درمان دارویی تنها روش درمانی برای این کودکان نیست. درمانهایی که اثرات طولانی مدت دارند و می توانند تغییرات موثری در رفتار کودک ایجاد کنند عبارت اند از:

- روان درمانی
- بازی درمانی
- کار درمانی
- آموزش والدین در زمینه مهارت های فرزندپروری
- اصلاح رفتارهای نامناسب کودک
- نوروفیدبک

که باید نشسته باشد مدام از جایش بلند می شود یا دائما وول می خورد - پرحرفی می کند - این طرف و آن طرف می پرد و سر و صدا می کند و ...)

تکانشگری یا رفتار بدون فکر (قبل از اینکه سوالی که از او میکنند تمام شود شروع به جواب دادن می کند - در بازی با بچه های دیگر نمی تواند صبر کند تا نوبتش شود و همین مساله می تواند منجر به دعوا و درگیری با بچه های هسال شود و ...)



نشانه های کم توجهی / بیش فعالی چیست؟

نشانه های این اختلال در سه دسته قرار می گیرد:

عدم توجه (کودک نمیتواند در زمان انجام تکالیف مدرسه توجه کافی داشته باشد - جزئیات را نادیده میگیرد - زود خسته میشود - بی نظم است و نمی تواند تکالیف و کارهایش را قدم به قدم انجام دهد - از کارهایی که به تمرکز نیاز دارد بیزار است یا از آنها فرار می کند - حواسش خیلی زود پرت میشود و ...)

بیش فعالی (کودک در کلاس یا مکان هایی

اختلال کم توجهی / بیش فعالی (ADHD) چیست؟

اختلال کم توجهی / بیش فعالی الگویی از رفتارها و مشکلات است که معمولا در کودکی ایجاد می شوند. ویژگی این رفتارها به گونه ای است که اولاً تأثیر منفی بر فرایند رشد و انطباق مناسب کودک با محیط دارد، ثانیاً برای دیگران و اطرافیان کودک مزاحمت ایجاد میکند. تقریباً ۸٪ کودکان مدارس ابتدایی مبتلا به اختلال کم توجهی/ بی فعالی میباشند. این اختلال شایع ترین اختلال دوران کودکی است. میزان شیوع ADHD در پسران بیشتر از دختران است.

