



مورد پژوهی



فرزانه اسلامی

کارشناس ارشد روان‌شناسی



در این شماره، به فرایند درمان و آموزش مراجعی می‌پردازیم که به شدت مضطرب است. ابتدا شرح مختصری از ویژگی‌های شخصی و خانوادگی مراجع، تشخیص مشکل، طول درمان و محورهای درمانی-آموزشی و در پایان برنامه درمانی ارائه می‌شود.

فرآیند درمان

برنامه درمانی مراجع حدود یک‌سال طول کشید و شامل ۴۵ جلسه یک ساعته بود که ۲۰ جلسه هفتگی و سپس جلسات با فاصله یک هفته و در نهایت یک ماه تشکیل شد.

- محورهای درمانی-آموزشی
- افزایش توجه و تمرکز
- کاهش بی‌قراری و پرتحرکی
- کاهش اضطراب
- کاهش پرخاشگری
- کاهش تحریک‌پذیری و تکانشگری
- تقویت مهارت‌های ارتباطی-اجتماعی
- تقویت توانایی‌های یادگیری
- تغییر الگوهای تربیتی والدین

محور موردنظر جهت ارائه برنامه درمانی-آموزشی، «افزایش توجه و تمرکز» است.

معاینه بالینی مراجع

دانش‌آموز پسر پایه دوم دبستان، تک‌فرزند برخوردار از مهارت‌های یادگیری و توانایی هوشی متوسط است. بسیار مضطرب به گونه‌ای که دچار تورم معده و پراکندگی در افکار و گفتار می‌باشد.

ویژگی‌های والدین

مادر ← ۲۷ ساله، لیسانس مهندسی نساجی، خانه‌دار
پدر ← ۳۴ ساله، لیسانس جغرافیا، کارمند.
والدین هر دو مضطرب و بیش از حد آرمان‌گرا بوده و از نظر سبک تربیتی سلطه‌جو و به شدت تنبیه‌کننده هستند.

تشخیص مشکل

در این زمینه از آزمون‌های هوش و کسلر (WISC-R) و C.A.T استفاده شده است.

بیش‌فعالی همراه با نقص در تمرکز و اضطراب

توجه

از آنجایی که مراجع دچار پراکندگی افکار و گفتار می‌باشد، «مفهوم‌سازی کلامی و درک مطلب» در وی جزء مهم‌ترین بخش‌های درمانی محسوب می‌شود.



حافظه دیداری
ادراک دیداری

دیداری

حافظه شنیداری
ادراک شنیداری

شنیداری

ظریف
درشت

مهارت‌های حرکتی

تقویت حواس

افزایش توجه و تمرکز:

۱. توجه به ویژگی‌های محرک‌ها
۲. بازشناسی شباهت‌ها و تفاوت‌های محرک‌ها
۳. تشخیص عنصر یا ویژگی مشترک بین چند محرک
۴. مفهوم‌آموزی و اطلاق یک مفهوم به گروهی از محرک‌هایی که در یک مقوله جای می‌گیرند
۵. شناسایی محرک‌ها یا پدیده‌های دیگری که در حیطه آن مفهوم، مقوله یا طبقه جای می‌گیرند.

راهبردهای شکل‌دهی مفهوم

۱. تشویق مراجع به توصیف و تشریح فعالیت‌ها، افکار، احساسات، خاطره‌ها و تجربه‌های روزمره
۲. تشویق مراجع به نوشتن خاطره‌ها، تجربه‌ها و افکار و احساسات
۳. گفت‌وگو با مراجع در مورد معانی واژه‌ها
۴. جمله‌سازی با واژه‌ها توسط مراجع

توانایی مفهوم‌سازی

مفهوم‌سازی کلامی
و درک مطلب

۱. توجه به نکات اصلی و جزئیات مهم متن (با پرسش درمانگر)
۲. دریافت فکر و موضوع اصلی در یک متن
۳. پی‌گیری امور و توالی رویدادها (یک داستان)
۴. نتیجه‌گیری از یک موضوع یا مطلب
۵. سازمان‌دهی افکار (درک جنبه‌های علی، شباهت‌ها، تفاوت‌ها و تضادها و دریافت طرح کلی متن)

مهارت‌های درک مطلب