

الله الرحمن الرحيم

عنوان پژوهش :

کاربرد روشهای اصلاح رفتار در اختلالات رفتاری



مقدمه

برای درک هرچه بیشتر مسائل دوران کودکی و نوجوانی ، مطالعه ی تحول بهنجار شاید بهترین راهنما است . زیرا کودک پیوسته در حال تحول است . شناخت مراحل تحول بهنجار به درک بیشتر و بهتر مفهوم نابهنجاری کمک شایانی می کند .

کودکان با افزایش سن دچار تغییرات جسمانی و روانی می شوند .

به عقیده روانشناسان شخصیت اصلی کودک تا سن ۶ سالگی شکل می گیرد. کودک در این سنین از قدرت الگوگیری بالایی برخوردار است . عادات و رفتارهای به دست آمده ، در این سنین برای سال های سال باقی می ماند . بنابراین اگر کودکان الگوهای مناسب رفتاری را از اطرافیان به ویژه والدین خود بیاموزند ، از طریق الگوسازی و همانند سازی با آنها ، آمادگی لازم برای رعایت فضایل اخلاقی در ارتباط با دیگران را پیدا می کنند.

تعریف اختلال رفتاری behavioral disorder

رفتارهای گوناگون افراطی، مزمن، انحرافی که گستره آن شامل اعمال تهاجمی یا برانگیختگی ناگهانی، اعمال افسرده‌گونه و گوشه‌گیرانه می‌باشد و بروز آنها به دور از انتظار مشاهده‌کننده است، به طوری که وی آرزوی توقف این‌گونه رفتارها را دارد.



محققین، مشکلات رفتاری را ناشی از علل مختلفی می‌دانند که

مهمترین آنها عبارتند از:

- ✓ ۱ اختلالات بیولوژیک (مشکلات ژنتیکی، نورولوژیکی و بیوشیمیایی)
- ✓ فضای نامساعد خانوادگی (نظریه رفتاری یادگیری و نظریه روانکاوی)
- ✓ تاثیرات سوء فرهنگی و اجتماعی (نظریه جامعه‌شناسی و بوم‌شناسی)
- ✓ تجربه‌های نامطلوب و شکست‌های پی در پی.

برخی از رایج ترین

اختلالات رفتاری

اختلال رفتاری سلوک

۱

اختلال سلوک، از دسته اختلالات پرخاشگری در کودکان است که به نسبت اختلال لجبازی و نافرمانی، بسیار شدیدتر بوده و پیامدهای سنگین تری برای شخص یا خانواده او دارد. کودک دارای اختلال سلوک نسبت به قوانین موجود بی اعتنا است و کارهایی را انجام می دهد که از نظر هنجارهای اجتماعی برای سن او نامناسب است. دعوا و درگیری داخل و خارج از خانه، دزدی، رفتارهای جنسی از سنین پایین، دروغ گویی، بزهکاری و غیره از جمله رفتارهای هنجارشکن کودکان مبتلا به اختلال سلوک است.

یکی از روشهای موثر در درمان این اختلال، «بازی درمانی» است. پژوهشگران، بازی درمانی رفتاری شناختی را که ترکیبی از تکنیک های سنتی بازی درمانی با تکنیک های رفتاری شناختی است به کار بردند. ثابت شده که چنین رویکردهایی در رشد مهارت های حل مسأله و مهارت های اجتماعی کودکان و دیگر راهکارهای انطباقی و سازگارانه رفتاری شناختی مفید و مؤثرند. این نوع بازی درمانی، امکان تعامل فعال کودک را با همسن و سالان خود فراهم کرده، مشارکت فعال وی را در درمان خود می طلبد. بازی درمانگران معتقدند که در ۸۰ درصد موارد، درمان های آنها موفقیت آمیز است. مکانیزم تأثیر این رویکرد از طریق اصلاح تصورات ناسازگارانه و تغییر عقاید و نگرش های مرتبط با نشانه های بیماری صورت می گیرد و تعامل دوجانبه و پیچیده بین شناخت ها، هیجان ها و رفتار و محیط را مورد توجه قرار می دهد. این درمان برای کودکان دبستانی و پیش دبستانی طراحی شده و کودک، عضوی فعال در تغییر رفتار خود است

در این اختلال رفتاری، کودک در دوره های زمانی خاصی پرخاشگری های شدید از خودش بروز می دهد که این نوع پرخاش می تواند نسبت به افراد یا اموال یا حیوانات باشد. شدت پرخاشگری در فرد طی فوران های خشم نامتناسب با محرک یا عوامل استرس زا است و معمولا بدون برنامه ریزی قبلی رخ می دهد. فوران های پرخاشگری معمولا در کودک کمتر از ۳۰ دقیقه طول می کشد و خود او را بیشتر از هرکس دیگری آشفته می کند.

رفتار درمانی: به فرد آموزش داده می شود که در موقعیت های مختلف واکنش مناسب نشان دهد تا از طریق تمرین، حالت های متفاوتی از پاسخ را برای جلوگیری از رفتار پرخاشگرانه بدست آورد.

درمان شناختی رفتاری، به فرد کمک می کند:

- یاد بگیرد که چگونه عصبانیت و پاسخ های نامناسب خود را کنترل کند.
 - فرد تشخیص دهد که کدام موقعیت ها یا رفتارها ممکن است باعث واکنش های تهاجمی در او شود.
- محدودیت هایی برای کنترل پرخاشگری (روش کاهش و حذف رفتارهای نامطلوب)

- الف: ساعاتی را که کودک فیلم های خشونت آمیز تلویزیونی می بیند، محدود کنید .
- ب: فیلم ها، تصاویر و روزنامه کودک را به دقت انتخاب کنید .
- ج: الگوهایی را در اختیار کودک بگذارید که پرخاشگرانه نباشند .
- ث: همکاری، مسئولیت و پیگیری مسائل مورد علاقه را با دادن مسئولیت به کودکان تشویق کنید.
- ح: همراه کودک برنامه ای تلویزیونی را ببینید و صحنه پرخاشگرانه آن را تفسیر کنید .
- د- همدلی را افزایش دهید. آگاهی کودک را نسبت به رنجی که بر اثر پرخاشگری او در افراد یا حیوانات به وجود می آید، افزایش دهید. رفتارهایی را که مغایر با رفتار پرخاشگرانه است، تقویت کنید

منابع :

۱- قادری ، نیلوفر ، درمان اختلال رفتاری سلوک به روش بازی درمانی ، ماهنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شاهد ، شماره ۱۹ ، ۱۳۹۵

۲- [www. kidshealth.org](http://www.kidshealth.org)

۳- آسیب شناسی روانی. تالیف ریچارد هالجین و سوزان کراس ویتبورن. ترجمه یحیی سید محمدی. انتشارات روان

۴- محمدی تلوار ، حبیب اله ، رفتار درمانی کودکان و نوجوانان ، گنجور (۱۳۹۸)

۵- کمالی ، فرحناز ، رفتار درمانی کودک (درمان اختلالات رفتاری کودک با اصلاح رفتار) ، ۱۳۹۴

۶- دانشنامه رشد

