

اختلال اضطراب اجتماعی کودکان

مؤلفین:

نجمه زیوری

سوده تیمورزاده





- سرشناسه : زیوری، نجمه، ۱۳۷۲-
عنوان و نام پدیدآور : اختلال اضطراب اجتماعی کودکان / مولفین نجمه زیوری، سوده تیمورزاده.
مشخصات نشر : خراسان رضوی : انتشارات جالیز، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری : ۱۲۷ ص.
شابک : ۲۵۰۰۰۰ ریال 4-726308-622-978:
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
موضوع : جمع‌هراسی در کودکان
موضوع : Social phobia in children
موضوع : اضطراب در کودکان
موضوع : Anxiety in children
شناسه افزوده : تیمورزاده، سوده، ۱۳۷۴-
رده‌بندی کنگره : ۵۰۶RJ
رده‌بندی دیویی : ۵۵۲۲۵/۶۱۶
شماره کتابشناسی ملی : ۶۱۵۹۶۸۵



اختلال اضطراب اجتماعی کودکان

نجمه زیوری

سوده تیمورزاده

ناشر: انتشارات جالیز

چاپ: اول، زمستان ۱۳۹۸ / ۱۰۰۰ نسخه

قطع: وزیری / تعداد صفحه: ۱۲۷

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۶۳-۰۸-۴

طراح جلد: صالح مقدم

صفحه آرایی: زهرا مهدیزاده

حق چاپ محفوظ است

آدرس: مشهد بلوار شهید رضوی روبروی درب دانشکده روانشناسی دانشگاه فردوسی
تلفن تماس: ۰۹۱۵۹۳۰۹۹۶۳-۰۹۱۵۸۳۱۹۵۳۵-۰۵۱۳۸۷۹۵۲۸۸

فهرست

پیشگفتار ۷

فصل اول

- اضطراب چیست؟ ۱۲
- علائم مهم بروز اضطراب در کودکان ۱۲
- اختلال اضطراب اجتماعی کودکان ۱۶
- ملاک تشخیصی DSM-5 در مورد اضطراب اجتماعی ۱۹
- بروز و سیر اضطراب اجتماعی ۲۲

فصل دوم

- ریشه شناسی اختلال اضطراب اجتماعی ۲۵
- سبب شناسی اضطراب اجتماعی از منظر نظریات روان درمانی ۳۴

فصل سوم

- مدل‌های تبیینی اضطراب اجتماعی در کودکان و نوجوانان ۴۴
- مدل پیوستاری رایپی واسپنس ۴۵
- مدل مفهومی الندیک و بنویت ۵۲

فصل چهارم

- تکنیک‌های رایج برای درمان اضطراب اجتماعی ۶۶
- منابع ۹۵

پیشگفتار

عصری که ما در آن زندگی می‌کنیم، عصر اضطراب نامیده می‌شود. طبق آمار سازمان بهداشت جهانی ۴۰۰ میلیون نفر در جهان به اضطراب مبتلا هستند؛ این بدیده علت اولیه ۶ تا ۲۵ درصد از تمام مشکلات روانی محسوب می‌شود. اضطراب، حالت خلقی منفی با علائم جسمی و اندیشناکی نسبت به آینده است. مطالعه اضطراب مشکل است، زیرا با علائم پیچیده‌ای همچون حس ذهنی نگرانی، مجموعه‌ای از رفتارها و بی‌قراری، پریشانی و یا پاسخ‌های فیزیولوژیکی که در مغز آغاز می‌شود و بازتاب و انعکاس آن افزایش ضربان قلب و تنش ماهیچه‌ای است، همراه است.

از سوی دیگر توجه به وضعیت سلامت جسمی، روانی، اجتماعی، فرهنگی و علایق کودکان و نوجوانان و فراهم آوردن زمینه لازم برای تحقق یک زندگی پویا و سالم برای آن‌ها، ضامن سلامتی آن جامعه برای سال‌های آینده به شمار می‌رود. کودکان و نوجوانان از اقشار مستعد و برگزیده جامعه و سازندگان آینده کشور خویش می‌باشند و سطح سلامت آن‌ها تأثیر بسزایی در یادگیری و افزایش آگاهی علمی و موفقیت‌های تحصیلی‌شان خواهد داشت؛ بنابراین امروزه تلاش در جهت شناخت آسیب‌شناسی روانی در کودکان و نوجوانان به عنوان یک هدف ویژه برای بهبود جامعه به شمار می‌رود. یکی از این متغیرهای آسیب شناسانه که پرداختن به آن در کودکان و نوجوانان از اهمیت بسزایی برخوردار است، اضطراب است. اختلال‌های اضطرابی یکی از شایع‌ترین مشکلات بالینی در کودکان و نوجوانان هستند که با اضطراب‌های اولیه مانند اضطراب جدایی پیوند خورده‌اند

یکی از مشکلات روان‌شناختی که در کودکان و نوجوانان به‌وفور مشاهده می‌شود و تأثیرات عمیقی بر وضعیت روان‌شناختی و پیشرفت تحصیلی آن‌ها می‌گذارد، اضطراب اجتماعی است. اضطراب اجتماعی در کودک و نوجوان به عنوان یک ترس مشخص و مزمن از یک یا چند موقعیت اجتماعی تعریف می‌شود که فرد خود را در معرض موشکافی به‌وسیله دیگران می‌بیند و می‌ترسد مبادا کاری انجام دهد که باعث خجالت باشد یا تحقیرآمیز به نظر آید. کودک یا نوجوانی که دچار اضطراب اجتماعی است، هیچ‌گونه تمایلی به آغاز ارتباط با دیگران ندارد و با احساسی از ترس غیرمعمول، از هر موقعیتی که

ممکن است در معرض داوری دیگران قرار گیرد، اجتناب می‌ورزد. این افراد در هنگام صحبت کردن با دیگران احساس خجالت و عصبانیت می‌کنند. نگران این هستند که اشخاص دیگر درباره آن‌ها چگونه فکر می‌کنند و در هنگام آشنایی با افراد جدید و صحبت کردن در مقابل چند شنونده، مضطرب می‌شوند.

نوجوانان مبتلا به اضطراب اجتماعی علاوه بر اضطراب شدیدشان در موقعیت‌هایی که اغلب مردم هم در آن موقعیت‌ها مضطرب می‌شوند (مانند صحبت کردن در حضور دیگران)، ممکن است در پیش‌یا افتاده‌ترین فعالیت‌ها نیز مضطرب شوند، از قبیل ارائه مقاله در مقابل کلاس، بستن دکمه‌های کت در حضور دیگران یا سفارش غذا در رستوران. اگر آن‌ها در حضور جمع صحبت کنند، می‌ترسند در میان صحبت‌هایشان تپق بزنند؛ آن‌ها فکر می‌کنند چنانچه سؤالی را مطرح کنند، ممکن است احق به نظر برسند؛ می‌ترسند اگر در حضور جمع غذا بخورند، غذا را روی زمین بریزند؛ یا اگر وارد اتاقی شوند، ممکن است پایشان به جایی گیر کند و روی زمین بیفتند و دست‌وپا چلفتی به نظر آیند. یک دختر نوجوان به قدری از غذا خوردن در حضور دیگران ترس داشت که در سال اول دبیرستان در رختکن حمام نهار می‌خورد. جای تعجب نیست که این کودکان در حضور مراجع قدرت یا همسالانی که وضعیت اجتماعی بالایی دارند، مضطرب شوند.

کودکان و نوجوانان مبتلا به هراس اجتماعی در حضور همسالانشان آرام به نظر می‌رسند و از هرگونه توجهی اجتناب می‌کنند. در موقعیت‌های ترسناک، کودکان و نوجوانان مبتلا به هراس اجتماعی نگرانی‌های شدیدی درباره‌ی شرمسار شدن، ارزشیابی منفی و طرد را تجربه می‌کنند. مشاهدات و پاسخ‌های کودکان و نوجوانان مبتلا به هراس اجتماعی افکارشان را آشکار می‌سازد که با تمرکز بر خود و خودتحقیری منفی مشخص می‌شوند و با گروهی از نشانه‌ها و احساسات خودمختار همراه هستند.

از اینرو با توجه به اهمیتی که شناختی این اضطراب در این دوران دارد و می‌تواند در بزرگسالی افراد تأثیر بسزایی بگذارد، در این کتاب سعی در معرفی این اختلال داریم، بدین منظور در فصل اول به

معرفی اختلال اضطراب اجتماعی در کودکان پرداخته شده، در فصل دوم کتاب به عوامل ایجاد اختلال اضطراب اجتماعی اقدام گردیده و مدل‌های تبیینی اضطراب اجتماعی در کودکان و نوجوانان عنوان فصل سوم کتاب است. در نهایت در فصل چهارم به راهکارهای درمانی از منظرهای مختلف پرداخته شده است.

www.ketab.ir