



ارزیابی برای ADHD

خلاصه

- شما ممکن است بخواهید بدانید که آیا طفل تان ADHD دارد یا نه در صورتیکه وی در توجه کردن، پیروی کردن از دستورالعمل ها، به یاد آوردن و منظم بودن خود مشکل داشته باشند، و این مشکلات در خانه و در مکتب دیده شوند.
- بعضی از اطفال همچنان ممکن رفتار بیش-فعالی (بیش از حد فعال بودن) یا حرکات ناگهانی داشته باشند.
- متخصصین اطفال و روانپزشک ها که با اطفال و نوجوانان کار میکنند میتوانند طفل شما را برای ADHD ارزیابی کنند.

این برای اطفال طبیعی است که در توجه، تنظیم رفتار و احساسات شان، و تمرکز کردن بعضی اوقات مشکل داشته باشند. این مهارت ها همچنین میتواند با سن و سال طفل و همزمان با رشد آنها فرق کند.

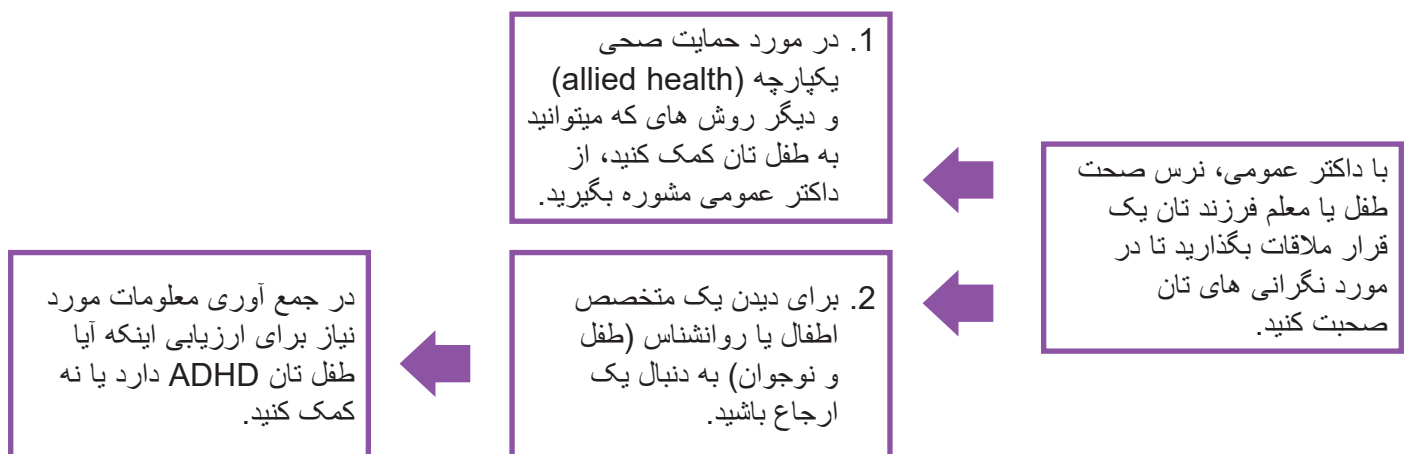
اگر طفل شما با این مهارت ها مشکل دارد، شما ممکن است متوجه شوید که طفل تان:

- به آسانی حواسش بیجاء میشود، مخصوصاً زمانیکه چیزی را که برایش مشکل است، انجام میدهد
- به یاد آوردن چیزی که باید انجام دهند برایش سخت است
- در مهارت های اجتماعی و دوست یابی مشکل دارد
- در درک نمودن عواطف و مدیریت رفتارشان به کمک نیاز دارند
- نیاز به تحرک خیلی زیاد دارند
- تغییر بین وظایف را سخت میداند، مخصوصاً زمانیکه از آنها خواسته میشود تا چیزی را که واقعاً از آن لذت میبرد انجام ندهند
- در برنامه ریزی چیزی که آنها باید انجام دهند، حتی در روال های آشنا مانند آماده شدن برای مکتب، نیاز به کمک دارند
- در استراحت کردن و خواب رفتن مشکل دارد.

بعضی اوقات توانایی یک طفل در توجه، تنظیم رفتار و احساسات اش، و تمرکز نمودن یک تاثیر بزرگ روی زندگی روزمره اش هم در خانه و هم در مکتب خواهد داشت.

اگر شما هم نگران هستید که توجه و رفتار طفل تان بالای یادگیری یا شیوه تعامل آنها با دیگران تاثیر میگذارد، بهتر است که رشد طفل تان ارزیابی گردد.

چگونه میتوانم یک ارزیابی را برای طفل خود ترتیب دهم؟



چه کسی میتواند طفل من را برای ADHD ارزیابی کند؟



متخصصین اطفال و روانپزشک ها که با اطفال و نوجوانان کار میکنند میتوانند طفل شما را برای ADHD ارزیابی کنند.

روانشناسان همچنان میتوانند طفل شما را برای ADHD ارزیابی کنند مگر نمیتوانند دوا تجویز کنند. به این معنی که حتی اگر یک روانشناس طفل شما را با ADHD تشخیص کند، هنوز هم یک متخصص اطفال نیاز است تا طفل شما را ارزیابی نموده و تشخیص را قبل از شروع نمودن دوا تایید کند.

متخصصین دیگر مانند متخصصین پرستاران کلینیکی، کارادرمانگران، روانشناسان و کارمندان اجتماعی میتوانند به شما کمک کنند تا شیوه های حمایت از رشد طفل تان را در خانه و مکتب یاد بگیرید.

در ارزیابی ADHD چه چیزی دخیل است؟

■ یک مصاحبه با شما و طفل تان در مورد:

■ تاریخچه طبی طفل تان

■ تاریخچه رشد آنها

■ تاریخچه روانی/اجتماعی آنها

■ خانواده شما

■ هر نگرانی که در مورد طفل خود دارید.

■ تکمیل کردن سوالنامه ها توسط خود شما و معلم طفل تان.

■ یک ارزیابی صحت فیزیکی و روانی طفل تان.

■ یک ارزیابی رشد طفل شما در موارد دیگر، بشمول:

■ مهارت های گفتار و زبان – نحوه ارتباط برقرار کردن با دیگران

■ مهارت های حرکتی ظریف و درشت – نحوه حرکت دادن بدن شان

■ مهارت های اجتماعی و عاطفی – نحوه تعامل شان با دیگران.

■ آنها همچنان در مورد اینکه طفل تان در مکتب چگونه یاد میگیرد و پیش میرود صحبت خواهند کرد.

این مهم است که این ارزیابی کامل باشد، زیرا بسیاری از چیزها به استثنای ADHD میتواند توانایی طفل را در توجه و مدیریت رفتار خودش متأثر سازد.

یک تشخیص ADHD

دستورالعمل های وجود دارد که متخصصین صحتی از آن برای تصمیم گیری در مورد اینکه آیا طفل تان ADHD دارد یا نه، استفاده میکنند. برای دریافت تشخیص ADHD، طفل تان باید موارد زیر را نشان داده باشد:

■ مشکلات در توجه و/یا بیش فعالی و حرکات ناگهانی (توقف نکردن برای فکر کردن) که نسبت به اطفال دیگر هم سن و سالش بیشتر آشکار است

■ مشکلاتی که قبل از 12 سالگی طفل تان شروع شده است

■ مشکل در زندگی روزمره شان در خانه و در جای دیگر (مثلاً مکتب).

برای دریافت تشخیص ADHD رفتار طفل شما نباید توسط یک حالت دیگر (مانند اضطراب یا اختلال طیف اوتیزم) بهتر تشریح گردد.

اگر طفل من یک تشخیص ADHD نگیرد چه اتفاقی می افتد؟

- حتی اگر طفل تان تشخیص ADHD را دریافت نکند، هنوز هم میتوانید کمک بگیرید.
- متخصصین صحت دیگری وجود دارند که میتوانند به شما و طفل تان کمک کنند، مانند روانشناسان کلینیکی، درمانگران شغلی حرفه ای و کارمندان اجتماعی.

منابع:

- [ADHD: اطفال و نوجوانان | شبکه پرورش اطفال](#)
- [رهنمود شیوه کلینیکی مبتنی بر شواهد استرالیا برای ADHD – رهنمود همراه مصرف کننده | AADPA](#)
- [یادکست «صحت اطفال مهم است» از شفاخانه اطفال پرت \(قسمت های 6 و 7\)](#)

برای نوجوانان

- [ADHD | ADHD چیست و تأثیرات آن در جوانان چیست | نهاد headspace](#)
- [ADHD – Headspace چیست؟ \(ویدیو کوتاه\)](#)