این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

گزارش تخصصی آموزگار دوم ابتدایی :

حل مشکل وسواس فکری یکی از دانش آموزان پایه دوم با راه حل های مناسب

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

فهرست مطالب

چکیده: ۵
مقدمه : ۷
بیان وضع موجود ۸
علائم متنوع وسواس فکری: ۹
شیوع اختلال وسواس فکری ۱۰
اهداف پژوهش ۱۰
اهداف کلی: ۱۰
اهداف جزئی: ۱۰
مقایسه با شاخص : ۱۰
جمع آوری اطلاعات ۱۱
جدول حل تناقضات: ۱۳
ادبیات تحقیق ۱۴
چگونگی پی بردن به این بیماری وسواس فکری ۱۴
درمان وسواس فکری- عملی: ۱۵
نقش مهم اطرافیان در درمان وسواس فکری عملی ۱۶

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

تجزیه و تحلیل وتفسیرها: ۱۸

انتخاب راه جدید به صورت موقّت ۲۰

ارزیابی بعد از اجرای طرح ۲۱

مدل جدول تناقضات: ۲۲

نقاط ضعف پژوهش: ۲۳

نتیجه گیری ۲۳

ارائه راهکا رها: ۲۴

منابع : ۲۵

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

چکیده:

بسیاری از مبتلایان به اختلال وسواس فکری- عملی به علت ترس از انگ اختلال روانی، مشکلات‌شان را ده-ها سال از خانواده مخفی می-کنند یا در برابر اعتراض‌های دیگران مشکل خود را نمی-پذیرند و همین موضوع باعث شدیدتر شدن مشکل‌شان می-شود. در حالی‌که این افراد به نوعی اختلال اضطرابی دچارند که زندگی‌شان را تحت‌الشعاع قرار داده است. این مشکل روان‌شناختی که زمانی، فقط در متون تخصصی شناخته شده بود، اکنون بخشی از فرهنگ عامه شده است. این مشکل گاهی آنقدر شدید می شود که باعث مشکلات زیادی از نظر اقتصادی، جسمی و ارتباطات اجتماعی می‌شود. مثلاً افرادی که دارای نوعی وسواس به نام وسواس شستشو هستند و تقریباً همه‌ی ما در یکی از اقوام، اطرافیان یا دوستان‌مان موردی از آن را سراغ داریم، بر اثر شستشوهای بسیار، دچار مشکلات جسمی زیادی مانند کمردرد و اگزمای شدید پوست می‌شوند، چندین برابر بقیه هزینه‌ی آب پرداخت می-کنند و به خاطر وسواسی که دارند ارتباط خود را با بسیاری از دوستان و اقوام خود که حساسیت آنها را در نظر نمی-گیرند، قطع می-کنند و حتی ممکن است سال‌ها باشد که مسافرت نرفته- اند چون هیچ جایی را تمیز نمی-دانند این پژوهش با هدف حل مشکل وسواس اخلاقی و رفتاری دانش آموز آرزو انجام گردیده است با توجه به اطلاعات بد ست آمده سوالات زیر برای رفع مشکل دانش آموز در ذهن من ایجاد گردید:۱ - آیا بیماری سردرد ، موجب وسواس فکری او شده است ؟۲-آ یا بیماری سردرد ، ناشی از فشارهای روانی است ؟۳- آیا تربیت غلط ، موجب وسواس فکری ایشان شده است ؟۴- آیا به خاطر روابط غلط با ایشان دچار خود پنداری منفی از خود شده است؟۵- آیا دچار کمبود محبت شده است؟۶- آیا با رفتارهای خویش می خواهد د یگران را به خود متوجه سازد؟۷- چه راه حل هایی برای مشکل وجود دارد؟روش استفاده در این پژوهش مدل جدول تناقضات می باشد.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

برای گرد آوری اطلاعات روشهای متعددی وجود دارد ؛ با توجه به موضوع پژوهش ، به نظر می رسد که ما مجبور باشیم از چند روش به صورت ترکیبی برای جمع آوری اطلاعات استفاده نمایم ..**ارائه راهکارها:** ۱- محبت به موقع و متناسب به فرزندان ودانش آموزان ، موجب کاهش وسواس فکری می شود.۲- توجه به موقع، محبت ، تقویت نکات مثبت ، پرورش اعتماد به نفس ، موجب نگرش مثبت فرد نسبت به خود و دیگران می شود.۳- ایجاد انگیزه و ایجاد نگرش مثبت فرد نسبت به خود ومعلم و دیگران موجب بهبود وضعیت تحصیلی و رفتاری فرد می شود. ۴- بین فرزندان نباید تبعیض قائل شد . ۵- بهتر است برای شناسایی و رفع مشکل از راهنمایی های صاحب نظران وروان شناسان ومشاوران تحصیلی استفاده گردد .به طور کلی می توان نتیجه گرفت که می توان با تدابیرعلمی وموثربسیاری ازوسواس فکری دانش آموزان راحل نمود.

کلید واژگان: وسواس فکری- دانش آموزان - راه حل ها

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

مقدمه :

وسواس و یا اگر دقیق تر بگوییم اختلال وسواسی جبری از دیر باز مشکل ساز و مزاحم انسان بوده است و همواره تعداد کثیری از ابناءبشر درگیر مسائل و مشکلات ناشی از آن بوده وهستند . قطعاً هرکدام از ما در پیرامون خود تعدادی از این انسانهای دردمند را دیده ایم ،چه به عنوان مراجعین و یا در بین بستگان و نزدیکان خود .اگر کمی دقیق تر به زندگی آنها نگاه کنیم متوجه درد ورنج آنان و مشکلاتی که برای دیگران ، به خصوص نزدیکان خود می آفرینند ، خواهیم شد .تمام افراد خانواده بیمار ، خواسته یا ناخواسته ،درگیر مسائل و مشکلات ناشی از بیماری می شوند و این مشکلات در اغلب موارد رو به ازدیاد و فزونی می رود .در اکثر موارد این بیماران به صورت تعجب آوری مدتها در خانواده تحمل می شوند و خانواده تابع تشریفات ومقررات خاص آنها در رفتاروکردار و به طور کلی "زندگی"میگردد.

شخصیت یعنی مجموعه‌ای از رفتار و شیوه‌های تفکر و هیجانی شخص در زندگی روزمره که با ویژگی های بی همتا بودن، ثبات(پایداری) و قابلیت پیش بینی مشخص می‌شود. از این تعریف این نکات قابل استنباط

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

است:بی همتایی و تفاوت: شخصیت یک فرد بی‌همتاست و با وجود بعضی مشابهت‌ها، دو شخصیت یکسان و همسان وجود ندارد.

ثبات داشتن و پایداری:اگر چه افراد در شرایط و محیط های گوناگون، ظاهرا رفتارهای متضاد و مختلفی دارند، ولی در طول زمان (مثلا چندین دهه) رفتار و همچنین شیوه تفکر آن ها دارای یک ثبات نسبتا دائمی است.قابلیت پیش بینی: با توجه و مطالعه رفتار و نوع تفکر اشخاص می‌توان سبک رفتاری و تفکری آنها را با احتمال زیاد پیش بینی کرد. قابلیت پیش بینی رفتار با "ثبات در رفتار" رابطه متقابل دارد.

بیان وضع موجود

اینجانب ..... آموزگار پایه ..... ابتدایی در آموزشگاه ..... هستم و بیش از .... سال است که در آموزش و پرورش خدمت می کنم. در این آموزشگاه دومیا ازلحاظ سطح سوادمتوسط می باشندوازنظراقتصادی نیز درحدمتوسط هستند ویکی ازعوامل مخل درامرتدریس ویادگیری سایرفراگیران درکلاس درس ومحیط مدرسه درکلاس دوم دختری به نام (آرزو) می باشد که دچار وسواس فکری وبرقراری ارتباط با همکلاسیها ومعلمان است وی از مدرسه دیگری آمده بود و معلمش را دوست نداشت و با همکلاسی هایش نمیتوانست ارتباط درستی برقرار کند اما علی رغم این وسواس فکری خط خوبی داشت و درسش هم خوب بود امسال من ازشروع سال تحصیلی این رفتاررامورد مطالعه قراردادم وبه نتایج مثبتی نیز تاکنون رسیده ام .

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

علائم متنوع وسواس فکری:

وسواس انواع مختلفی دارد و به‌صورت کلی به دو نوع وسواس فکری و وسواس فکری- عملی تقسیم می-شود. اگرچه تکرار اجباری رفتار یا هجوم ناخودآگاه افکار تکرارشونده علامت اصلی وسواس است، بعضی علائم دیگر که ممکن است با وسواس همراه باشد عبارت‌اند از:

عجول بودن

کمال‌گرایی

تردید

مشکل در تصمیم‌گیری

حساس بودن بیش از حد به وقت و زمان

اطمینان‌طلبی (پرسیدن نظر تعداد زیادی از اطرافیان در مورد یک تصمیم هر چند کوچک، مثلاً رنگ یک لباس)

سرزنش بیش از حد خود و دیگران

احساس گناه بیش از حد

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

شیوع اختلال وسواس فکری

پژوهش-ها نشان می-دهد میزان شیوع اختلال وسواس فکری- عملی در بسیاری از فرهنگ‌های گوناگون دنیا شبیه یکدیگر است. آمارها نشان می-دهد از هر صد نفر، دو یا سه نفر در طول زندگی خود این علائم را بروز دهند. اگرچه اختلال وسواس فکری- عملی معمولاً در نوجوانی یا اوایل بزرگسالی شروع می-شود، ممکن است در دوران کودکی نیز آغاز شود و البته احتمال بروز آن در زن و مرد یکسان است.

اهداف پژوهش

اهداف کلی:

حل مشکل وسواس فکری در دانش آموز

اهداف جزئی:

۱) شناخت روشهای حل وسواس فکری دانش آموز آرزو

۲) ارائه راه حل درمورد بوجودآمدن مشکل اخلاقی دردانش آموز آرزو

مقایسه با شاخص :

در مقایسه با شاخص بایستی اختلال وسواس فکری در دانش آموز کم و وی به آرامش برسد.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

جمع آوری اطلاعات

ابتدا رفتارهای آرزو را زیر نظر گرفتم وبه دقت مشاهده می کردم . وقتی برای دومین بار به کلاس رفتم از فراگیران خواستم خودشان را معرفی نمایند . وقتی به (آرزو) رسیدم دیدم دانش آموزی با پوست تیره، ، با کلاه وروسری در گوشه کلاس نشسته است. با صدای بلندی خود را معرفی نمود. به طوری که با این کار خود دیگر دانش آموزان را نیز متوجه خود ساخت. و وقتی دیگر دانش آموزان خود را معرفی می کردند او به شکلی می خواست آنها را مسخره نماید . وقتی دیگر دانش آموزان در اوقات فراغت با یکدیگر صحبت می کردند ایشان می گفت که سر و صدا نکنید . من حوصله سرو صدای شما را ندارم و سرم را به درد می آورید. آرزو با دیگر دانش آموزان دعوا می کرد ودانش آموزان دائماً از او نزد من شکایت می کردند. وقتی در روی تخته مطلبی می نوشتم او صدا در می آورد. و دیگر دانش آموزان را اذ یّت می کرد بطوریکه نظم کلاس را بر هم می زد ود رچنین محیطی آموزش امکان پذ یر نبود. ابتدا احساس کردم شاید ضعف از خودم باشد که ایشان اینچنین می کند به همین علت در زنگ تفریح در مورد آرزو از معلمان دیگر سوال کردم ایشان گفتند که آرزو از دوم چنین بوده است ولی چون بیماری سردرد دارد بهتر است که شما هم کارش نداشته باشید. سپس با دیگر همکاران نیز صحبت نمودم آنان نیز گفتند که خدا به دادتان برسد ! آرزو دانش آموزی بی ادب ، پررو، شلوغ، تنبل وبیمار است . ولی چون بیماری سردرد دارد بهتراست که به حال خود رهایش کنید . سپس مادر ایشان را به مدرسه دعوت نمودیم. از او پرسیدیم رفتار آرزو در خانه چگونه است ؟ ایشان گفتند : که ما از دست او به تنگ آمده ایم . به حرف های ما گوش نمی دهد . بد اخلاق است. به در سهایش توجه نمی کند . ودر نهایت گفت : که ایشان بیماری سردرد دارد و هنگامیکه هوا سرد است بهتر است که در زنگ تفریح در کلاس بماند. از ایشان پرسیدم که آیا برای درمان سردرد ایشان اورا به پزشک

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

برده اید ؟ ایشان جواب داد که چند ین بار برده ایم ولی خوب نشده است.وقتی به خاطر کار نابهنجارش به او تذکر می دادیم ایشان با لحن بدی جواب می داد. یک روز از اوخواستم که به خاطر بی ادبی اش که بدون اجازه واردکلاس شده بود ، از دانش آموزان دیگر معذرت بخواهد ولی ایشان معذرت نخواست هر چه اصرار کردم فایده ای نکرد و ایشان مغرورانه به ما نگاه می کرد باصحبت درموردمشکل به این نتیجه رسیدم که این دانش آموز تقصیری ندارد! بلکه روابط غلط خانوادگی ، او را به این شکل بار آورده است در واقع ایشان دارای مشکل رفتاری وروانی است که باید حل شود. ابتدا مسئله را با یکی از استادان در میان گذاشتم و ایشان راهنمایی های لازم را جهت حل مشکل ارائه نمودند . سپس با دو تن از همکاران باسابقه در این زمینه مشورت کردم اینها نیز راهنمایهای لازم را عرضه داشتند . بعد به د نبال کتابهای روانشناسی اختلالهای رفتاری، روانشناسی رشد ، روابط انسانی در آموزشگاه واصلاح رفتار تحقیقاتی که در این زمینه انجام گرفته بود مورد مطالعه قرار دادم تا ببینم مشکل را چگونه می توانم حل نمایم . در واقع من خودم را چگونه تغییر دهم تا رفتارهای آرزو تغییر کند.او دانش آموزی است که رفتارهای ایشان مغایر با مقررات کلاس ومدرسه می باشد . از جمله مشاهدات و اطلاعات بدست آمده در زیر ارائه می گردد:

۱ - دانش آموز(آرزو)هر روز دانش آموزان را مسخره می کند.

۲- هر روز با دانش آموزان دعوا می کند.

۳- معمولاً احساس سردرد می کند.

۴- معمولاً درکلاس صدای حیوانات را در می آورد.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۵- در خانه و مدرسه بد اخلاق است.

۶- از نظر درسی ضعیف است.

۷- بی حوصله است.

۸- روابط والدین با او غلط بوده است.

۹- معلمان به او توجه لازم را نکرده اند.

۱۰- معلمان به تفاوتهای فردی ایشان توجه نکرده اند.

۱۱- دانش آموزی پرروو مغرور است.

جدول حل تناقضات:

ردیف	وضعیت موجود	وضعیت مطلوب
۱	عدم ناسازگاری	سازگاری
۲	داشتن سردرد	بهبودسردرد
۳	لجاجت وپرخاشگری	همکاری وبرخورددوستانه

« یکی از مشکلات عمده مدارس ما، کمک نکردن به دانش آموزان مشکل داراست. متأسفانه ، مدارس به جای آنکه آماده کمک به کسانی که عقب افتادگی یا مشکلی دارند باشند، بیشتر آنها رااز خود می را نند . وحالت دفعی از خود نشان می دهند. اغلب مدارس به دنبال دانش آموزان قوی وبا نمرات بالا هستند وبیشتر

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

مواقع به تشویق و تکریم آنها می پردازند. در مقابل ، دانش آموزان به ظاهر ضعیف مورد بی مهری قرار می گیرند وبطور ناخواسته آنها را رها و بعضاً سرکوب می کنند. » (میر کمالی ، ۱۳۷۹، ص ۷۴).

ادبیات تحقیق

چگونگی پی بردن به این بیماری وسواس فکری

ممکن است شما کف منزل‌تان را آن‌قدر تمیز نگه دارید که برق بزند یا این‌که بخواهید خرت‌وپرت‌های‌تان را مرتب قرار دهید. این مسئله به‌طور لزوم به این معنا نیست که شما اختلال وسواس دارید. در اختلال وسواس فکری- عملی، کیفیت زندگی شما به‌گونه‌ای آزاردهنده افت می‌کند و افکار سمج، اعمال و تشریفات وسواسی بیشتر وقت شما را پر می-کند، طوری که در سایر حیطه-های زندگی اعم از شغل، تحصیل و غیره دچار افت عملکرد می-شوید و این مسئله باعث آزار اطرافیان‌تان می-شود. بسیاری از بزرگسالان، از وسواس‌های خود و این‌که بیش‌تر آن‌ها بی‌معنا هستند، آگاه‌اند، اما قادر به کنترل آنها نیستند و خود را در چنگ آنها اسیر می-بینند. البته کودکان مبتلا ممکن است متوجه نشوند مشکل دارند. کودکان ممکن است حضور در مدرسه را سخت بدانند و بزرگسالان کار کردن برای‌شان دشوار باشد. چنانچه وسواس‌ها زندگی شما را تحت تأثیر قرار داده است، با یک روان‌شناس در ارتباط باشید. افراد وسواسی به‌طور عموم، از وضعیت‌شان خجل یا کلافه هستند، اما اگرچه وسواس جز مشکلاتی است که به درمان مقاوم است، می‌توان آن را تا حد قابل قبولی درمان کرد.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

درمان وسواس فکری- عملی:

دومین قدم در بهبود وسواس این است که فرد بپذیرد این مشکل را دارد و وسواس علت بسیاری از مشکلات دیگر اوست. در مواردی که درمان وسواس خیلی زود آغاز شود و مشکل چندان شدید نباشد، معمولاً با استفاده از روان-درمانی به‌تنهایی می-توان آن را بهبود بخشید. اما در مواردی که مشکل مزمن شده است یا علائم شدید است، معمولاً ترکیبی از روان-درمانی و دارودرمانی اثربخشی بیشتری دارد. در بعضی موارد شدیدتر یا زمانی که مشکل شدید است و فرد قادر به مصرف دارو نیست، گاهی استفاده از شوک‌درمانی نیز مطرح می-شود.

در سال‌های اخیر روشی به نام جراحی عصبی را برای موارد شدید و علاج‌ناپذیر این اختلال بررسی کرده-اند. قبل از این‌که فرد به این جراحی حتی فکر کند، باید حداقل به مدت پنج سال دچار این اختلال باشد و به سایر روش‌های درمانی که اشاره شد جواب نداده باشد.

در روان‌درمانی وسواس، فرد با کمک یک متخصص از دلایل بروز مشکلش آگاه می-شود و مهارت-های لازم برای مقابله با استرس-های زندگی-اش را، که سبب تشدید علائم می-شود تمرین می-کند.

در مدلی از روان-درمانی که درمان‌شناختی رفتاری نامیده می-شود، و براساس تحقیقات از روش-های مؤثر در درمان وسواس است، فرد با افکار و باورهای ناکارآمد خود که در افکار و رفتار وسواسی او دخیل‌اند، آشنا می-شود و پس از آن از تکنیک‌های رفتاری مختلف برای کاهش رفتارهای وسواسی استفاده می-شود.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

نقش مهم اطرافیان در درمان وسواس فکری عملی

براساس تجارب بالینی و تحقیقات، اطرافیان نزدیک و به‌ویژه خانواده‌ی یک فرد دچار وسواس، هم از آن تأثیر می-گیرند و هم می-توانند در تشدید یا بهبود علائم وسواس یک فرد تأثیرگذار باشند.

احتمال افسردگی و وسواس در فرزندان و همسر افراد وسواسی زیاد است. در بسیاری موارد اطرافیان از این‌که باید مدام مراقب رفتار خود باشند، تا مورد انتقاد فرد دچار وسواس قرار نگیرند، خسته و عصبی می-شوند. از این‌رو یکی از بخش-های درمان این است که پس از آگاهی دادن به فرد در مورد مشکلش و این‌که اطرافیان با رعایت بیش از حد باعث تشدید مشکل او می-شوند، از اطرافیان می-خواهیم از اطاعت‌های بیش از حد از انتظارات غیرمعمول او اجتناب کنند تا هم خودشان در معرض آسیب قرار نگیرند و هم به درمان فرد دچار وسواس کمک کنند.

مثل مادری که از افراد خانواده انتظار دارد هر روز به محض ورود به خانه و قبل از دست زدن به چیزی، با آیین خاصی که او تعیین می-کند مثلاً رد شدن از روی روزنامه-هایی که او از درب ورودی تا درب حمام چیده است، حمام کنند و همه‌ی لباس‌های خود را بشویند. در درمان پس از آگاهی‌سازی با اطلاع خود فرد، به‌تدریج پیروی از این دستورات توسط اعضای خانواده متوقف می-شود.

نکات دیگر که خود فرد و اطرافیان می-توانند در نظر گیرند عبارت‌اند از:

۱. وسواس یک رفتار تکرارشونده‌ی غیرارادی است. بنابراین فرد در مورد آن نباید احساس گناه کند و نیازی به جبران آن ندارد. از همین رو مثلاً در مورد افراد کثیرالشک در نماز نیز گفته می-شود بدون توجه به شک خود از آن بگذرند. احساس گناه، وسواس را تشدید می-کند.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۲. وسواس بیماری است که خودش، خودش را تقویت می-کند. بنابراین هر چقدر به فرمان‌های وسواسی ذهن‌تان بیشتر توجه کنید، قوی‌تر می-شوند. وقتی ذهن شما می-گوید بیست بار بشور و شما ناخودآگاه این کار را می-کنید، احتمالاً باید دفعه‌ی بعد به سی‌بار هم تن دهید تا شاید از اضطراب خلاصی پیدا کنید.

۳. افراد رفتارهای وسواسی را انجام می-دهند تا از اضطراب، احساس گناه، نگرانی و سایر احساسات ناخوشایند رهایی پیدا کنند، اما متأسفانه این رهایی خیلی موقتی است و گاهی فقط چند دقیقه دوام دارد. مثل خوردن مسکن برای یک درد. درحالی‌که علت درد را هنوز نمی-دانیم چیست.

۴. فرد مبتلا به اختلال را به انجام تکالیف درمانی تشویق کنید.

۵. اضطراب و نگرانی دائمی یکی از مشکلات عمده‌ی افراد وسواسی است. در محیطی همدلانه و عاری از سرزنش و تمسخر، به او اجازه دهیم درباره-ی اضطراب و نگرانی-اش با ما صحبت کند.

۶. از رفتارهای او تعجب نکنیم، چون همان‌گونه که قبلاً ذکر شد رفتارهای او اجبارگونه و فاقد اختیار است و خودش را نیز آزرده ساخته است. با هربار تعجب و عکس‌العمل نادرست، او را یک قدم از درمان دور می-کنیم.

۷. مسخره کردن یا مطرح کردن مشکلات رفتاری فرد وسواس در جمع، او را سرخورده و عصبی می‌کند و نتیجه-ی آن چیزی جز تکرار همان رفتارها نیست.

۸. حتی پیشرفت‌های کوچک را هم تشویق کنید.

۹. از اطمینان‌بخشی در مورد وسواس‌ها پرهیز کنید.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۱۰. با کمک نکردن، کمکش کنید! (به آداب وسواسی وی دامن نزنید)

تجزیه و تحلیل وتفسیرها:

آرزو نوجوانی است که در گوشه کلاس می نشیند با صدای بلند خود را معرفی می کند. دیگران را مسخره می کند، بیشتر مواقع سرش درد می کند .حتی با معلم خود لج باز است و مزاحمت ایجاد می کند. او بد اخلاق است از نظر درسی ضعیف است . بی حوصله ا ست .. پرروا ست . به دیگران حسودی می کند.با بررسی رفتار های آرزو این سوال ایجاد گردید که چرا این چنین می کند؟ هدف او از این کارها چیست؟ با این کارها می خواهد چه بگوید؟ چه عللی باعث شده که خود را به این صورت مطرح کند.به نظر می رسد زمان خاصی برای بروز نا بهنجاری های او وجود ندارد واو در موقعیت های مختلف از خود رفتارهای نا بهنجار را نشان می دهد . واز اینکه نظم کلاس به هم می خوردخوشحال می شودواین واقعاً ناراحت کننده است . ولی تحقیقات متعددنیز نشان می دهند که با نوجوان باید با ملایمت ومحبت رفتارنمود . ونباید دانش آموزان تنبیه یا تحقیر شوند.

واقعیت این است که من گیر کرده بودیم که چکار بکنم . چند بار مادرش را به مدرسه دعوت کردم ، چندین بار تذکر دادم .ولی هیچ کدام مشکل را حل نکرد. تمامی معلمان و مادر ش عقیده داشتند که اورا به حال خود رها کنم . چون استدلال می کردند که اصلاح شدنی نیست . مسئله را با دو تن از مشاوران در میان گذاشتیم . آنها را هنماییهای لازم جهت تغییر رفتار ارائه نمودند. سپس به دنبال کتابهای روانشناسی رفتم تا ببینم مشکل چیست ؟ وچگونه میتوانم مشکل را حل نمایم؟ با صحبتهایی که با مادر آرزو انجام دادم.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

فهمیدم که والدین ، با ایشان بد رفتاری می کنند . وبه خواسته های او چندان توجهی نمی کنند وبعد از اینکه که برادرش متولد شده است . والدین او بیشتر به برادرش سرگرم شده اند واورا فراموش کرده اند . بنابراین مورد بی مهری والدین قرار گرفته است . در نتیجه به خاطر ناکامی در جلب محبت ، مجبور شده است به پرخاشگری ولج بازی دست بزند . این عمل خود ، دوباره روابط والدین را با ایشان تیره تر کرده است . و در نتیجه به او بر چسب های منفی متعددی توسط والدین زده شده است . به این ترتیب یک نوجوان معصوم ، به یک فرد نابهنجار تبدیل شده است . وقتی چنین نوجوانانی به مدرسه می روند . در مدرسه نیز مورد بی مهری معلم مدرسه قرار می گیرند و بیشترسعی می کنند ازدست چنین دانش آموزی خلاص شوند ودر مدرسه نیز برچسبهای منفی به نوجوان زده می شود و به این ترتیب سر نوشت نوجوان تغییر می کند و در نهایت علاوه از مشکلات فردی ، مشکلات اجتماعی نیز افزایش می یابد. به این ترتیب برای حل مشکل باید از یک جایی آغاز می کردم . تا با ایشان بتوانم رابطه دوستی بر قرار نمایم تا به ایشان بفهمانم که ایشان نزد من ودیگرمعلمان مدرسه طرد شده نیست. ولی نمی توانستم بطور مستقیم به او بگویم که می خواهم با تو دوست شوم . دومین قدم پیدا کردن ویژگی های مثبت بود با مطا لعه کتابهای روانشناسی ورا هنمایی همکاران و اساتیدمشاوره ، فهمیدم که ابتدا باید نگرش را نسبت به خود و معلم ووالدین او تغییر دهم . برای اینکار باید نکات مثبت را پیدا می کردیم وتغییر نگرش را از نقاط قوت او شروع می کردم .آرزو به خاطر اینکه بعد از او برادرش به دنیا آمده بود و والدینش از روی نا آگاهی به وی بی توجه شده بودند و برای جلب توجه والدین رفتارهای نابهنجاررا پیشه خود ساخته است .به همین خاطر دومین کاری که انجام دادم ایشان را به عنوان سرگروه ومسئول پخش تغذیه آموزشگاه انتخاب نمودم. اما دانش آموزان دیگر از این کار من ناراحت شدند ومی گفتند که آرزو آنهارا اذیت خواهد کرد . ولی بنده دانش آموزان را قانع کردم که ما از قبل نمی توانیم در مورد کسی داوری کنیم. اتفاقاً به نظر مان با توجه به شناختی که از آرزو دارم فکر می کنم

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

شایستگی پذیرش مسئولیت درمدرسه را دارد و به شکل بهتری کارها رااداره خواهد کرد . با این حرفها می خواستم احساس مسئولیت وهمکاری را در ایشان شکوفا نمایم .ولی با اینحال با همکلاسیهای خود در گیر بود . ولی آنها را به آرامش دعوت می کردم سپس مادر ش را به مدرسه دعوت کردم واز ایشان خواستم که بین فرزندان فرق نگذارند وبه او بیشتر توجه ومحبت نماید وبا ایشان بد رفتاری نکنند.در گام بعدی چون ایشان صدای نسبتاً خوبی داشت همچنین اگرکوچکترین رفتار خوبی از ایشان دیده می شد مورد تشویق قرار می گرفت . تا رفتارهای مثبت او تقویت شود دروسش نسبتاًخوب شده بود رفته رفته رفتارهای منفی او کاهش می یافت ودرسش نیزنسبت به گذشته بهتر می شد. احساس کردم که او دیگر ترس از اینکه سرش درد خواهد کرد رااز سرش بیرون کرده است . بعد از چند روز بطورخصوصی در مورد سردردش جویا شدیم . ایشان جواب داد که سردردش خوب شده است . وبه این ترتیب ،با تشویق به موقع ومداوم ، توجه زیاد ورها نکردن دانش آموزان به حال خود، محبت کردن به دانش آموزان جهت ایجاد نگرش مثبت به دیگران ، تقویت نکات مثبت جهت تغییر نگرش نسبت به خود ، ایجاد انگیزه با دادن جایزه جهت تقویت درسی ، استفاده از والدین جهت تغییر نگرش نسبت به آنان ، مسئولیت دادن جهت تقویت نکات مثبت وی، صبرو حوصله ودلسوزی نسبت به دانش آموزان باعث گردید که رفتارهای ایشان تا حد زیادی بهبود یابد.

انتخاب راه جدید به صورت موقّت

برای رفع وسواس فکری ، ابتدا بهتر است علل اختلالات مشخص شود تا راه حلهایی جهت بهبود وسواس فکری تعیین گردد.

با توجّه به سوابق خانوادگی (آرزو)، به خاطرتولد فرزند دوم ، او مورد بی مهری و کم توجهّی والدین قرار گرفته است . و از این کار والدین دچار نارضایتی شده و نسبت به آنان احساس خصومت کرده است . و به

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

همین علت دچار پرخاشگری شده و برای جلب توجه والدین ، رفتار های نابهنجاری را از خود نشان داده است . پرخاشگری و نابهنجاری باعث شده ، والدین علاوه از بی مهری ، وی را تنبیه و تحقیر کرده و برچسب های منفی بزنند ؛ به این خاطر رفتارهای منفی در ایشان درونی شده است . بنابر این فشارهای روحی و روانی شدیدی بر او تحمیل شده و ایشان دچار سر درد عصبی گردیده است . به نظر می رسد مشکل تا حدّی شناسایی شده است . بعد از شناسایی مشکل باید به دنبال راه حل رفت . برای این کار به سراغ محققان و مشاوران و کتابهای روانشناسی و تحقیقات و مقالات مراجعه کردیم. وازسردرداواستفاده کردم وباصحبت باپدرش اورابه روانشناس ومشاوربالینی ارجاع دادم وایشان نیزبرنامه هایی رابرای بهبودوضعیت اوارائه کردندکه واقعا موثربود

ارزیابی بعد از اجرای طرح

برای اینکه رفتارهای آرزو را تغییر دهم ، ابتدا تصمیم گرفتم خودووالدین را تغییر دهم چون به نظر می رسد علت نا بهنجاری در وهله دوم والدین ایشان بودند. آنان با تولد فرزند دوم ، نسبت به او بی توجه شده بودند وخود را با فرزند دوم یعنی برادر (آرزو)سرگرم کرده بودند .به همین علت دچار کم توجهی وکمبود محبت شده بود وبرای جبران کم توجهی وکمبود محبت دست به رفتارهای نا بهنجاری زده بود . ونابهنجاری اوو نگرش والدین رانسبت به او تغییر داده وبه او بر چسبهایی همچون بداخلاقی ، پررویی، لج بازی ...زده بودند وبه این ترتیب فشارهای روانی منجر به سردرد عصبی ایشان گردیده است .برای کاهش نابهنجاری ، مادر ایشان به آموزشگاه دعوت گردید. ومشکلات با مادرایشان درمیان گذاشته شده و از مادر ایشان خواسته شد تا با شوهرش نیز در این مورد صحبت کند وسعی کنند با او رفتاری توام با مهر و محبت داشته باشند وبه او توجه بیشتری نمایند . یا تحقیر نکنند و هنگام بروز رفتارهای خوب ، ایشان را تشویق کنند.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

تقریباً سه ماه طول کشید تا ایشان آرام آرام باور کند که والدینش، تغییر یافته اند و به او توجه ومحبت می کنند واو نیز مانند برادرش برای والدین مهم است .و به مهم بودن خود نزد من در آموزشگاه نیز پی ببرد.

و به خاطر پاداش ، رفتارهای مناسب او تقویت می گردید. رفتارهای ناهنجار ایشان آرام آرام کاهش می یافت. خودش هم به ویژگی های مثبت خویش پی برده بود واحساس می کرد که او هم می تواند از راه های مثبت خودی نشان بدهد.

بعد از چهارماه دوباره مادرش به مدرسه دعوت گردید ، ایشان گفت که رفتارهای آرزو نسبت به گذشته قابل مقایسه نیست واوخیلی زیاد تغییر یافته است . از ایشا ن خواسته شد که مانند گذشته با او رفتار شود و صبر و تحمل را از یاد نبرند .. بعد از چند روز بطور خصوصی از او پرسیدیم که سر دردش چگونه است . ایشان گفت که کاملاً خوب شده است . در اینجا بود که فهمیدیم روشهای ما درست بوده است و مشکلات روانی تقریباًاز بین رفته است . در کنار بهبود وسواس فکری، با تقویت نکات مثبت ، اعتماد به نفس وی نیز پرورش یافته بود وبا اطمینان بیشتری درسهایش را می خواند ونمره هایش نیز روز به روز نسبت به گذشته بهتر می گردید. بطوریکه همکاران سالهای نیز ازمن تشکر کردند که توانسته بودم وسواس فکری او را بهبود بخشم

مدل جدول تناقضات:

ردیف	وضعیت موجود	وضعیت مطلوب	میزان موفقیت
۱	وسواس فکری	بهبود وسواس	۹۰درصد
۲	داشتن سردرد	بهبودسردرد	۱۰۰درصد

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۳	لجاجت وپرخاشگری	همکاری وبرخورددوستانه	۸۵درصد

نقاط ضعف پژوهش :

همکاری کم والدین

نتیجه گیری

به نظر می رسد وقتی مسئله ای پیش می آید . دومین قدم این سئوال پیش می آید که این مسئله چرا بوجود آمده است؟ مشکل چیست واز کجاست؟ قدم بعد ، پیدا کردن علل مشکل است؟ البته ممکن است یک مسئله خاص ، از علل متفاوتی ناشی شود. اما با مطالعه دقیق مسئله ، علل اصلی مسئله به احتمال زیاد مشخص می گردد. تشخیص زمان پیدایش مسئله خود خیلی مهم است . چون علت را تا حد زیادی مشخص می نماید.

وسواس فکری آرزو ، عبارت از حسادت ، پررویی ، لج بازی ، پرخاشگری ، بی حوصلگی ، سردرد، ضعف تحصیلی بود. بعد از بررسی وضعیت خانوادگی ، علل وسواس فکری ، کم توجهی وکمبود محبت در خانواده وسپس در مدرسه تشخیص داده شد. به نظر می رسد برای بهبود اختلالات رفتاری لازم بود علل اختلالات از بین برود . برای این کار از راهنماییهای محققان ، مشاوران وروانشناسان وهمکاران مدرسه ومادر دانش آموز استفاده گردیدو اطلاعات لازم جهت رفع مشکل از کتابهای روانشناسی بدست آمد، وبه یاری خداوند متعال ، وسواس فکری و ضعف تحصیلی دانش آموزی بهبود یافت.

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

ارائه راهکا رها:

۱- محبت به موقع و متناسب به فرزندان ودانش آموزان ، موجب کاهش وسواس فکری می شود.

۲- توجه به موقع، محبت ، تقویت نکات مثبت ، پرورش اعتماد به نفس ، موجب نگرش مثبت فرد نسبت به خود و دیگران می شود.

۳- ایجاد انگیزه و ایجاد نگرش مثبت فرد نسبت به خود ومعلم و دیگران موجب بهبود وضعیت تحصیلی و رفتاری فرد می شود.

۴- بین فرزندان نباید تبعیض قائل شد .

۵- بهتر است برای شناسایی و رفع مشکل از راهنمایی های صاحب نظران استفاده گردد .

۶- بهتر است برای رفع مشکل ، نظریه های علمی و تحقیقات گذشته مورد توجّه قرارگیرد . تا دارای اعتبار می باشد.

۷- استفاده از روان شناسان ومشاوران

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

منابع :

۱- لورابرک .(۱۳۸۹). **روانشناسی رشد** . (مترجم: یحیی سیدمحمدی)(تهران :نشر ارسباران .

۲- کریمی،دکتریوسف.(۱۳۸۹).**وسواس فکری** . تهران : نشرساوالان.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این گزارش تخصصی به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید www.asemankafinet.ir

۳- شعاری نژاد، علی اکبر.(۱۳۸۲). **روانشناسی یادگیری** . تهران: انتشارات توس

۴- شفیع آبادی، عبداله.(۱۳۷۴).**راهنمایی ومشاوره کودکان**. تهران: انتشارات سمت.

۵- قاسمی پویا، اقبال. (۱۳۸۱). **راهنمای عملی پژوهش در عمل**. تهران: چاپ افست.

۶- میر کمالی،سید محمد.(۱۳۸۹). **روابط انسانی در آموزشگاه**. تهران: یسطرون.

۷- میلانی فر، بهروز.(۱۳۸۸). **روانشناسی نوجوانان ونوجوانان استثنایی.** تهران: قوس.

۸- نلسون ، ریتدومکس ، الن سی ، ایزارائل. (۱۳۷۹). **وسواس فکری**.(مترجم: محمد تقی منشی طوسی). مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی .

۹- سیف ، دکترعلی اکبر .(۱۳۹۰) . **تغییررفتارورفتاردرمانی نظریه هاوروشها** .تهران : نشردوران

۱۰- **چرا کودکان حسادت می کنند** . (۱-۱۲-۹۰) .

۱۱- **اختلال بیش فعالی** (۱۸-۲-۹۱).

۱۲- **لجاجت و کج خلقی در کودکان** . (۲۸-۱-۱۳۹۱) .

www.asemankafinet.ir