

বিশ্ববিদ্যালয় স্তরে স্নাতক ও স্নাতকোত্তর পর্যায়ে শিক্ষার্থী, গবেষক,
পিতামাতা ও অন্যান্য পেশাগত শিক্ষার শিক্ষার্থীদের জন্য

আচরণের পরিবর্তন/সংশোধন (BEHAVIOUR THERAPY)

ড. বিষ্ণুপদ নন্দ

প্রফেসর, শিক্ষা বিভাগ, যাদবপুর বিশ্ববিদ্যালয়



রীতা পাবলিকেশনTM

প্রকাশক ও পুস্তক বিক্রেতা

25B, বেনিয়াটোলা লেন, কলকাতা - 700 009

Website: www.ritapublication.com / www.ritapublication.in

সূচিপত্র (Contents)

1. আচরণের পরিবর্তন/সংশোধন—একটি পরিদর্শন 1-22
প্রেক্ষাপট—আচরণ পরিবর্তনের সাধারণ উপাদানসমূহ—শিক্ষক প্রশিক্ষণে আচরণ চিকিৎসার প্রয়োগ—শিক্ষকতার আচরণের সংশোধন বিষয়ে গবেষণা—পরামর্শদানের ক্ষেত্রে আচরণগত অ্যাপ্রোচসমূহ—অপারেন্ট পদ্বতিসমূহ—সামাজিক মডেলের ব্যবহার—আক্রমণাত্মক এবং ধ্বংসাত্মক শিশুর পারিবারিক পরিকল্পনা—বৌদ্ধিক প্রতিস্পর্ধী, অটিস্টিক এবং সামাজিকভাবে বিপথগামী শিশু ও যুবকদের আচরণ সংশোধনের চিকিৎসা
2. বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর আচরণের পরিবর্তন সাধন 23-32
ভূমিকা—আত্ম উদ্দীপক আচরণ, মুদ্রাদোষ ও অতিকথনের কারণসমূহ
3. আচরণের পরিবর্তন সাধন কৌশল 33-60
সমস্যার চিহ্নিতকরণ—পরিবর্তিকরণের জন্য নির্ধারিত আচরণের সংজ্ঞা দান—আচরণের পরিমাপকরণ—প্রায়োগিক বিশ্লেষণ—আচরণ পরিবর্তন সাধন পদ্বতি—শক্তিদায়িকার প্রকারভেদ
4. পরিবর্তনযোগ্য আচরণসমূহকে প্রভাবিত করার অন্যান্য পদ্বতি 61-84
সমাজ অনুমোদিত আচরণের শৃঙ্খলিতকরণ—সমাজ অনুমোদিত আচরণ প্রদর্শনের জন্য সহায়তা দান—সহায়তা হ্রাসকরণ—মডেলের উপস্থাপন—শাস্তিদান—শাস্তিদানের নৈতিকতা—নির্বাণন—পার্থক্যমূলক—প্রবলক/শক্তিদায়িকা—নির্দিষ্ট সময়ের জন্য আলাদা করা—রেসপন্স কস্ট—অতিমাত্রায় সংশোধন
5. জন্মগত বুবেলা সিন্ড্রোম শিশুদের মধ্যে উপস্থিত অনভিপ্রেত আচরণসমূহের উৎপত্তির কারণ 85-93
6. বৌদ্ধিক এবং বিকাশগত প্রতিস্পর্ধী শিশুদের মায়ের উপর পারিবারিক চাপ এবং অবসাদ 94-101
শিশুদের মায়ের উপর পারিবারিক চাপ এবং অবসাদ—একটি সমীক্ষা
7. অটিস্টিক শিশু 102-106
সমস্যামূলক আচরণসমূহ ও মায়ের মানসিক স্বাস্থ্য
8. পারিবারিক জীবন, পিতামাতার মানসিক চাপ ও অবসাদ এবং শিশুর প্রাক্ষেভিক ও আচরণগত সমস্যা 107-115
একটি সমীক্ষা

9. প্রতিস্পর্ষী শিশুদের জনগোষ্ঠীভিত্তিক আচরণগত সমস্যা- সমূহের হার 116-138
একটি সমীক্ষা
10. বাল্যকালীন সমস্যাসমূহ এবং সম্পর্কিত চিকিৎসা 139-211
ভূমিকা—প্রাক্ষেপিক এবং আচরণগত সমস্যা—বিছানা ভেজানো—
বিষ্ঠা/মলত্যাগের অস্বাভাবিকতা—ঘূমের মধ্যে হাঁটাজনিত
সমস্যা—মুদ্রাদোষ—নিরাপত্তাহীনতা বা অনিশ্চয়তার অনুভূতি—
হীনম্মন্যতাবোধ—অস্তর্দ্বন্দ্ব—অপরাধবোধ—বিরোধিতার মনোভাব—
নিঃসজ্ঞাতা—আতঙ্ক ও ভয়—নিশাস্বপ্ন এবং নিদ্রাবিভ্রাট—মৃত্যুভয়—
স্কুলভীতি—স্কুলপালানো—আচরণমূলক সমস্যা—ডায়াবেটিস—অপুষ্টি—
অটিজম—অতিসক্রিয়তা—মূগীরোগ—বামনত্ব—বৌদ্ধিক প্রতিস্পর্ষিতা—
প্রতিকারমূলক কৌশলসমূহ
11. মানসিক/আচরণগত সমস্যাসমূহ 212-245
ভূমিকা—সাইকোসিস—দিশাহীনতা—প্রপঞ্চক মোহ—মায়া বা অমূলক
প্রত্যক্ষ—প্রাক্ষেপিক বিশৃঙ্খলা ও উদ্বেজনা—অসংলগ্ন কথোপকথন—
সিজোফ্রেনিয়া—প্যারানোইয়া—প্রাক্ষেপিক সাইকোসিস—সাইকো-
নিউরোসিস—আতঙ্ক প্রতিক্রিয়া—উদ্বেগজনিত সমস্যা/অমূলক ভীতিজনিত
সমস্যা—আবেশজ-অনুকর্ষী প্রতিক্রিয়া—মানসিক অবসাদ—ডিমেনসিয়া—
অ্যালজাইমার রোগ—স্নায়ুপেশি ও স্নায়বিক রোগসমূহ—মাথার
যন্ত্রণা—ইরিটেবল বাওয়েল সিনড্রোম
12. স্নায়ুপেশি ও স্নায়বিক রোগসমূহ 246-252
1. Huntington's Disease or Huntington's Chorea
 2. Parkinson's Disease
 3. Friedreich's Ataxia
 4. Spinal Muscular Atrophy
 5. Muscular Dystrophy
 6. Poliomyelitis
 7. Multiple Sclerosis
13. আহারজনিত সমস্যা 253-259
ভূমিকা—অ্যানোরিক্সিয়া নারভোসা—বুলিমিয়া নারভোসা
14. হিংস্র বা আক্রমণাত্মক আচরণ 260-285
- A. শিশুর মধ্যে হিংস্র বা আক্রমণাত্মক আচরণ
 - B. প্রতিস্পর্ষী/অক্ষম শিশুর মধ্যের হিংস্র/আক্রমণাত্মক আচরণ
 - C. শিশুর মধ্যে সৃষ্টি হওয়া হিংস্র আচরণ রোধ করার উপায়

- D. নারীর উপর সংগঠিত হিংস্র ও আক্রমণাত্মক আচরণ
 E. জনগোষ্ঠীর মধ্যে হিংস্র আচরণ
 F. ব্যক্তিভিত্তিক হিংস্রতার প্রকাশ
 G. নেশাকারক দ্রব্য (Drug) সম্পর্কিত হিংসা
 H. অন্যান্য প্রকারের হিংসা
 I. হিংসার প্রতিরোধ এবং প্রতিকারমূলক ব্যবস্থা গ্রহণ
 J. কর্মক্ষেত্রের হিংসা এবং আক্রমণাত্মক ব্যবহার
 K. সংশোধনাগারে (Prison) হিংসা ও ঘৃণা ছড়ানোর কারণ এবং তার প্রতিকার
- 15. আত্মহত্যা/আত্মহরণ 286-298**
 আত্মহত্যা/আত্মহরণের কারণ—প্রতিরোধ ব্যবস্থা
- 16. মর্মপীড়াদায়ক মানসিক চাপজনিত সমস্যা এবং
 তীব্র মানসিক চাপজনিত সমস্যা 299-318**
 পোস্ট ট্রমাটিক স্ট্রেস ডিসঅর্ডার: ভূমিকা—প্রাকৃতিক পরিবেশের
 দুর্যোগজনিত সমস্যা—যুদ্ধ প্রত্যাগত সৈনিকের মর্মপীড়াদায়ক সমস্যা—
 নির্যাতনজনিত মর্মপীড়াদায়ক সমস্যা—ধর্মজনিত মর্মপীড়াদায়ক সমস্যা—
 মর্মপীড়াদায়ক মানসিক সমস্যায় আক্রান্ত ব্যক্তির চিকিৎসা
- 17. সংকটজনক অবস্থায় পদক্ষেপ গ্রহণ 319-324**
- 18. প্রতিস্পর্ষী শিশুর জন্মগ্রহণে পারিবারিক সংঘাত 325-334**
 পারিবারিক দ্বন্দ্ব ও প্রতিস্পর্ষী শিশুর প্রতি প্রতিক্রিয়া—নতুনত্বের সংকট—
 মূল্যবোধের সংকট—বাস্তব অস্তিত্বের সংকট—সংকটজনক অবস্থার
 প্রতিরোধে প্রতিকারমূলক ব্যবস্থা—পরামর্শদান
- 19. আচরণের সংশোধন পদ্ধতি 335-384**
 অনাবৃতকরণ পদ্ধতি—ফ্লাডিং—ইমপ্লোশান —অ্যাভারসান থেরাপি—কোভার্ট
 সেনসিটাইজেশন—রিলাক্সেশন থেরাপি—মানসিক একাগ্রতা/ধ্যান—
 সিস্টেমটিক ডিসেনসিটাইজেশন—হিউম্যানিস্টিক পারস্পেকটিভ—
 একজিসটেনসিয়াল পারস্পেকটিভ—হিউম্যানিস্টিক থেরাপি—গেস্টাল
 থেরাপি—কগ্নিটিভ বিহেভিয়ার থেরাপি (CBT)—জেনেটিক পরামর্শদান—
 মনঃসমীক্ষণ—খেলার বিবেচন তত্ত্ব—দাম্পত্য চিকিৎসা—পারিবারিক
 চিকিৎসা—দলবদ্ধ চিকিৎসা
- 20. মানসিক রোগে ব্যবহৃত ওষুধ প্রয়োগের দ্বারা চিকিৎসা 385-390**
- 21. আচরণ সংশোধনে ওষুধের ব্যবহার 391-394**

22. বৌদ্ধিক প্রতিস্পর্ধী মেয়ে/মহিলাদের যৌনতা এবং প্রজননগত স্বাস্থ্যের সুরক্ষা	395-404
23. মাদক আসক্তি	405-460
24. আচরণ সংশোধন/পরিবর্তিকরণ বিষয়ে কিছু গবেষণার ফলাফল	461-494
• REFERENCES	495-549
• INDEX	550-567