



العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه و النشاط الزائد

Educational treatment for attention deficit hyperactivity disorder

قليف أحلام*

¹ جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة gahlem1990@gmail.com

تاريخ القبول: 2024-01-27

تاريخ الاستلام: 2024-01-18

ملخص:

تناولت الدراسة موضوع اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد (ADHD) الذي يعتبر اضطراب عصبي نمائي يظهر خلال مراحل الطفولة ويستمر عبر مراحل النمو، وقد اهتمت معظم الدراسات بالجانب العلاجي لهذا الاضطراب نظرا لأهميته، وقد أتت هذه الدراسة لتسليط الضوء على العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد من خلال عرض لأهم استراتيجيات التدريس المناسبة للطلاب المصابين بهذا الاضطراب مع التركيز على الدور الحيوي للمدرسين والأهل في العملية العلاجية، كما تناولت الدراسة أهم التحديات التي تواجه التعليم الحديث في تطبيق العلاج التربوي.

الكلمات المفتاحية: تشتت الإنتباه، النشاط الزائد، العلاج التربوي

Abstract

The study addressed the subject of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), which is a neurodevelopment disorder that appears during childhood and continues throughout the stages of development. Most studies have focused on the therapeutic aspect of this disorder due to its importance. This study came to shed light on the educational treatment of Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Through a presentation of the most important teaching strategies appropriate for students with this disorder, with a focus on the vital role of teachers and parents in the therapeutic process, the study also addressed the most important challenges facing modern education in applying educational therapy.

Keywords: Attention deficit, Hyperactivity disorder, Educational Intervention

مقدمة

إن اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد هو حالة طبية تؤثر على الأفراد في جميع الأعمار وخاصة الأطفال والمراهقين. يتميز هذا الاضطراب بصعوبة الشخص في الانتباه والتركيز على المهام المطلوبة منه، وبالتالي يكون لديه سلوك زائد وانفعالي يصعب التحكم فيه، ويؤثر هذا الاضطراب على الأداء الأكاديمي والاجتماعي والنفسي للفرد. (علي سيد أحمد، 1999، صفحة 33)

يعتبر العلاج التربوي أحد الأساليب الشائعة لمساعدة الأشخاص الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، وتهدف هذه الأساليب إلى مساعدة الفرد في تعلم كيفية تحقيق التركيز والانتباه والتحكم في السلوك الزائد. تتضمن المفاهيم الأساسية في العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد استخدام تقنيات التعلم تقنيات التعليم المختلفة مثل اللعب والمحاكاة والتعلم الجماعي والتحفيز الإيجابي وكما يمكن استخدام تقنيات العلاج السلوكي المعرفي والتدريب الذاتي للمساعدة في تحسين السلوك والتركيز والتحكم في الانفعالات وتوفير الدعم اللازم والمتواصل للطلاب والأهل والمعلمين. (باركلي، 2016، صفحة 49)

يواجه التعليم الحديث تحديات كبيرة في تطبيق العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، وذلك بسبب التغيرات السريعة في البيئة التعليمية والتكنولوجية، وكذلك بسبب الزيادة المستمرة في عدد الأشخاص الذين يعانون من هذا الاضطراب.

يجب على المعلمين والأهل العمل سويًا لدعم الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد وتوفير الدعم اللازم لهم. ويمكن الاستفادة من الأبحاث الحديثة والتطورات في مجال العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد لتطوير استراتيجيات أكثر فعالية.

باختصار فإن العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد يتطلب توفير الدعم اللازم والمتواصل للطلاب والأهل والمعلمين، واستخدام تقنيات التعلم المناسبة والتقنيات السلوكية المعرفية. ويمكن تحقيق ذلك من خلال تطوير استراتيجيات فعالة وتوفير الدعم اللازم للأفراد المصابين بهذا الاضطراب.

2. المفاهيم الأساسية لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد:

1.2 تعريف اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد:

يشير موقع مركز مايو كلينيك إلى أنه "يعتبر اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد اضطرابًا عصبيًا يؤثر على الأفراد في جميع الأعمار، ويتميز بصعوبة الانتباه والتركيز والتحكم في السلوك، ويؤثر على الأداء الأكاديمي والاجتماعي والنفسي للفرد". (فريق مايو كلينيك mayo clinic، 2024)

يعرف الدليل الموحد لمصطلحات الإعاقة والتربية الخاصة والتأهيل (2001) اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد على أنه: "عبارة عن الصعوبة في التركيز والبقاء على المهمة ويصاحبه نشاط زائد حيث يعرف النشاط الزائد بأنه نشاط حركي غير هادف لا يتناسب مع الموقف أو المهمة و يسبب الإزعاج للآخرين، حيث يتضمن المعيار التشخيصي لاضطراب فرط الحركة تشتت الانتباه ما يلي:

- ✓ قصور الانتباه فشل الطفل في إنهاء المهمات والصعوبة في التركيز).
- ✓ الاندفاعية أو التهور (مثل: التصرف قبل التفكير في الأمر والصعوبة في تنظيم العمل)...

✓ النشاط الزائد (الحركة المتواصلة). (نبيلة، 2015 / 2016، صفحة 71)

وحسب دليل التشخيص والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM-5) فإنه يتم تشخيص اضطراب تشتت الانتباه وفرط النشاط عند الأطفال والبالغين الذين يظهرون نمطًا واضحًا من التشتت وفرط النشاط يؤثر سلبًا على حياتهم اليومية والوظيفة في الأنشطة الروتينية حيث تشتمل الأعراض على صعوبة في التركيز والانتباه وفرط في الحركة والنشاط، وعدم القدرة على التحكم في السلوك الانفعالي. (american psychiatric association, 2013)

1- أعراض اضطراب فرط الحركة وضعف الانتباه

تشمل الأعراض التي تظهر في أغلب الأحيان عند الأطفال والمراهقين المصابين باضطراب تشتت الانتباه وفرط النشاط الآتي:

• تشتت الانتباه

- ✓ الفشل في الاهتمام بالتفاصيل الدقيقة .

- ✓ ارتكاب أخطاء تافهة ومتسعة ليس لها علاقة بعدم المعرفة.
 - ✓ عدم القدرة على الاستمرارية أو المحافظة على الانتباه خلال المهام والأنشطة.
 - ✓ عدم القدرة على الإصغاء جيداً لا يبدو أنه يستمع أو يصغي جيداً).
 - ✓ عدم اتباع التعليمات..
 - ✓ الفشل في إنهاء العمل.
 - ✓ عدم القدرة على تنظيم الأنشطة بشكل جيد.
 - ✓ تجنب الانخراط في أشياء تتطلب بذل جهد مستمر.
 - ✓ فقدان الأشياء اللازمة لإكمال المهام أو الأنشطة.
 - ✓ سهولة التشتت الذهني يتشتت بسهولة).
 - ✓ نسيان الأشياء.
 - ✓ فرط النشاط والاندفاع:
 - ✓ تملل اليدين أو القدمين أو إحداث صرير وحركة بالمقعد.
 - ✓ ترك المقعد دون سبب في المواقف التي تتطلب منه الجلوس.
 - ✓ الركض في كل اتجاه أو تسلق الأشياء في الأماكن الغير مناسبة.
 - ✓ عدم القدرة على اللعب بهدوء
 - ✓ الميل إلى الحركة دوماً والاندفاع عند أي فرصة كما لو كان الطفل دراجة نارية.
 - ✓ كثرة الكلام
 - ✓ الإجابة على الأسئلة المطروحة عليه قبل الانتهاء من السؤال.
 - ✓ عدم القدرة على الانتظار.
 - ✓ مقاطعة الآخرين أو التدخل في أنشطتهم. (باركلي، 2016، صفحة 14)
- تحدث هذه الأعراض على الأقل بشكل متكرر وبشكل مفرط بالنسبة لأعمارهم حيث يظهر الطفل أو المراهق أغلب الأعراض (6) أعراض أو أكثر من الأعراض المذكورة في القائمة يجب أن تظهر عدة أعراض في مرحلة الطفولة قبل 12 سنة). يجب أن تستمر هذه الأعراض لمدة 6 أشهر على الأقل، ويجب أن تحدث في مكانين مختلفين أو أكثر (مثل: المنزل، والمدرسة والعمل، والمجتمع)، ويجب أن تؤدي إلى ضعف في الأداء خلال القيام بأنشطة الحياة الرئيسية مثل الأنشطة الاجتماعية (ضمن الأسرة والأقران

والمجتمع أو الأنشطة الأكاديمية أو الأنشطة المهنية، وتتغلب نسبة قليلة من الأطفال على كل الظروف المذكورة مما يجعل نسبة الأطفال أو المراهقين الأسوأ أداء في هذه المجالات من 92-95%،

ويضيف بعض الباحثين تفاصيل وملاحظات مصاحبة لحالة الأطفال الذين يعانون من تشتت الانتباه وفرط النشاط، وذلك لتحقيق تشخيص دقيق وموضوعي ومن بين هذه التفاصيل ما يلي:

- ✓ قصر مدى الانتباه لدى الطفل ومدة الانتباه.
 - ✓ التعرض السريع للشروء عن المهمة والنسيان.
 - ✓ ضعف الدافعية والقدرة على نقل أثر التعلم من موقف إلى آخر.
 - ✓ احتمالية وجود درجة من التأخر العقلي مع فرط الحركة.
 - ✓ تأثير بعض العقاقير على الحركة الزائدة للأطفال.
 - ✓ عدم الاهتمام بالمعايير الاجتماعية
 - ✓ تقلب المزاج وقلة الحذر والتحفظ وعدم استجابته للعقوبة
- هذه المعلومات يمكن الحصول عليها من خلال مقابلة الطفل وذويه ومدرسته، ومن خلال الاطلاع على الملفات الطبية. (الزاد، 2001، صفحة 116، 117)
- ومن المهم الإشارة أيضا إلى أن تشتت الانتباه والنشاط الزائد يمكن أن يصاحبه اضطرابات أخرى مثل اضطرابات النوم واضطرابات التعلم واضطرابات القلق والاكتئاب.

2.2 أسباب اضطراب تشتت الانتباه وفرط النشاط ADHD

حاول العديد من الباحثين إعطاء تفسير لسبب ظهور اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد فمنهم من أرجع سبب ذلك إلى عوامل عصبية ومنهم من أرجعها إلى عوامل وراثية أو بيئية، وقد نظر بعض الباحثين إلى أن سبب هذا الاضطراب إلى ما هو نفسي واجتماعي وفيما يلي سنتعرض لأهم هذه الأسباب:

1- الأسباب العصبية الحيوية:

أ- خلل وظائف الدماغ:

يتضح من الأبحاث الطبية والدراسات العصبية النفسية أن اضطرابات تشتت الانتباه وفرط النشاط قد تكون ناتجة عن تلف في بعض مناطق الدماغ، مثل قشرة الفص الجبهي والفص الأمامي وقاعدة الدماغ والمخيخ، هذا التلف يمكن أن يشير إلى ظهور

أعراض مثل صعوبة التركيز والانتباه والسيطرة على السلوك، وزيادة النشاط الحركي. كما أن هناك أبحاث تشير إلى وجود علاقة بين حجم هذه المناطق الدماغية وحدوث الاضطراب.

ب- الناقلات العصبية:

توجد ناقلات عصبية في الدماغ تقوم بنقل الإشارات العصبية، واختلال التوازن الكيميائي لهذه الناقلات يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات في الانتباه والنشاط الحركي، والعلاج الكيميائي مثل Atomoxetine يعمل على استعادة التوازن الكيميائي لهذه الناقلات ويمكن أن يساعد في تقليل الاندفاعية وتشتت الانتباه، وأظهرت بعض الأبحاث أن الأطفال الذين يعانون من فرط النشاط الحركي قد يكون لديهم تدفق أقل للجلوكوز - مصدر نشاط الدماغ - في أجزاء معينة من الدماغ، مما يؤدي إلى ظهور اضطرابات في الانتباه والحركة. كما أشارت دراسات أخرى إلى أن هناك جينات وعوامل وراثية قد تكون مسؤولة عن هذه الاضطرابات.

2- الأسباب الوراثية:

وجدت الدراسات أن بين 10% إلى 35% من الأطفال الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه وفرط النشاط قد يكون لديهم نفس الخطر الوراثي، وهناك اقتراحات بأن الاضطرابات الجينية قد تكون مسؤولة عن هذا الاضطراب، وأنه يوجد توافق وراثي بين الأفراد المصابين بالاضطراب، حيث وجدت بعض الدراسات أن هناك تماثل في تشخيص اضطراب تشتت الانتباه وفرط النشاط بين التوائم المتشابهة، مما يشير إلى وجود تأثير وراثي واضح، لذا يمكن الاستنتاج بأن للوراثة دور كبير في الاضطراب الناجم عن اضطراب تشتت الانتباه وفرط النشاط.

3- الأسباب البيئية:

قد يؤدي التدخين وتعاطي الكحول والمخدرات من قبل الأم خلال الحمل إلى حدوث اضطرابات لدى الطفل، بالإضافة إلى التسمم الناتج عن الأكل والتلوث البيئي خلال فترة الحمل أو الطفولة المبكرة. كما قد تؤدي إصابة الأم الحامل بأمراض مثل السكر وتعدد الحبل السري أو تعرض الأم الحامل للأشعة الزائدة إلى حدوث هذا الاضطراب، وهناك دراسات أظهرت وجود علاقة بين ارتفاع نسبة الرصاص في الدم وحدوث اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد لدى الأطفال.

4- الأسباب النفسية:

بعض الدراسات أشارت إلى أن الأساليب السيئة للتعامل الوالدي قد تكون أحد أسباب حدوث اضطراب النشاط الزائد لدى الأطفال، حيث أن المشكلات في المزاج لدى الأطفال تؤدي إلى اضطرابات سلوكية أكثر صعوبة، خاصة عندما يكون لدى الوالدين تهيج إضافي بسبب سلوك الطفل فقد يكون النشاط الزائد لدى الطفل وسيلة للدفاع عن الذات في وجه الرفض مما يزيد من مشاعر التهيج ويؤثر على تقدير الذات للطفل. هذا بالإضافة إلى الصراعات النفسية والمشاكل العاطفية التي يمكن أن تؤدي إلى تنفيذ الطاقة العصبية اللازمة لعملية الانتباه.

5- الأسباب الاجتماعية:

تتمحور العوامل الاجتماعية تقريبا حول البيئة المنزلية والعلاقة بين الوالدين والطفل وكيفية تفاعلهم معه حيث تشير بعض الأبحاث إلى أن نوعية العلاقة بين الأم والطفل تؤثر بشكل كبير على سلوك الطفل، وقد تكون أحد العوامل المساهمة في اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد فضعف العلاقة العاطفية بين الأم والطفل لها تأثير سلبي خاصة في سياق التفاعلات المبكرة بينهما.

تشير الدراسات أيضًا إلى أن الظروف الاجتماعية والاقتصادية للأسرة تؤثر في ظهور المشكلات السلوكية للأطفال، وأن المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة يمكن أن يكون له تأثير على ظهور الأعراض المرتبطة بتشتت الانتباه والنشاط الزائد، كما أن النظام التعليمي وتوافر البرامج الخاصة لخفض مثل هذه الاضطرابات في المدارس قد تكون لها تأثير كبير.

بشكل عام فإن العوامل الاجتماعية مثل العلاقات العاطفية داخل الأسرة والظروف الاقتصادية والبيئة المدرسية يمكن أن تسهم في ظهور اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد لدى الأطفال. (اسماعيل، 2016 / 2017، الصفحات 22-29)

طرق التشخيص والتقييم لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد

تُستخدم عدة طرق لتشخيص اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، وتشمل هذه الطرق:

- الاختبارات السريرية: حيث يقوم الطبيب بإجراء مقابلة شاملة مع المريض ومع أفراد العائلة للحصول على معلومات حول الأعراض والسلوكيات المنبئة بالاضطراب، ومن ثم يقوم بإجراء الاختبارات اللازمة لتقييم الأداء الذهني والحركي لدى المريض.
- اختبارات الاهتمام والتركيز: وهي اختبارات تستخدم لتحديد مدى القدرة على المحافظة على الانتباه والتركيز، ومنها اختبار (TOVA) الذي يعتبر أحد أشهر الاختبارات المستخدمة في تشخيص الاضطراب.

- الاختبارات النفسية: وتشمل اختبارات الذكاء والشخصية، حيث تساعد في تقييم أداء المريض وعلاقته بالمجتمع، ويستخدم منها اختبار (IV-WAIS) لتحديد مدى القدرة المعرفية والذكاء العام للمريض.

- الفحوصات الطبية: وتستخدم للاستبعاد الأسباب الطبية المرتبطة ببعض الأعراض التي قد تشير إلى وجود اضطراب تشتت الانتباه بدلاً من الأسباب الطبية.
- بشكل عام يتم إجراء جميع هذه الاختبارات والفحوصات اللازمة لإجراء التشخيص الدقيق والتقييم لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، ويجب إجراؤها تحت إشراف مختص نفسي مؤهل. (فريق مايو كلينيك mayo clinic، 2024)

العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه و النشاط الزائد ADHD :

التعريف بالعلاج التربوي وهدفه الرئيسي:

العلاج التربوي هو عملية تعليمية متخصصة تهدف إلى مساعدة الطلاب الذين لديهم اضطرابات نمائية أو سلوكية أو يواجهون صعوبات في التعلم على التغلب على هذه الصعوبات وتحقيق النجاح الأكاديمي والاجتماعي، حيث يركز العلاج التربوي على تطوير المهارات الأكاديمية الأساسية مثل القراءة والكتابة والحساب إضافة إلى المهارات الاجتماعية والسلوكية اللازمة للتفاعل الفعال مع الآخرين والنجاح في بيئة المدرسة والاجتماعية.

يقدم العلاج التربوي عادة من قبل معلمين متخصصين في مجال التربية الخاصة أو العلاج التربوي ويكون ذلك في شكل جلسات فردية أو جماعية، ويستخدم المعالجون التربويون مجموعة متنوعة من الأساليب والتقنيات العلاجية بما في ذلك:

✓ التدريس الفردي: يركز المعالج التربوي على توفير تعليم فردي يتلاءم مع احتياجات الطالب وقدراته

✓ التدريس الجماعي: قد يكون العلاج التربوي في بعض الحالات مفيداً بشكل أكبر عند تقديمه في مجموعات صغيرة.

✓ تعديل السلوك: يستخدم المعالجون التربويون تقنيات تعديل السلوك لتغيير السلوكيات غير المرغوبة لدى الطلاب وتعزيز السلوكيات المرغوبة.

✓ العلاج السلوكي المعرفي: يساعد المعالج التربوي الطالب على تغيير الأفكار والمشاعر والسلوكيات السلبية التي تؤثر على أدائه الأكاديمي أو الاجتماعي.

العلاج باللعب: يُستخدم العلاج باللعب مع الأطفال الصغار للمساعدة في التعبير عن مشاعرهم وحل المشكلات التي يواجهونها. (رابطة العلاج التربوي الأمريكية (aota, 2024) أهداف العلاج التربوي:

يهدف العلاج التربوي إلى مساعدة الطلاب على تطوير المهارات والقدرات اللازمة للنجاح في المدرسة والمجتمع بما في ذلك:

✓ تحسين المهارات الأكاديمية الأساسية مثل القراءة والكتابة والحساب.

✓ تطوير المهارات الاجتماعية اللازمة للتفاعل الفعال مع الآخرين

✓ تحسين المهارات السلوكية والانضباطية.

✓ زيادة الثقة بالنفس وتحسين الصورة الذاتية.

✓ تطوير مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار . (تايلور (2013, p. 23, 27),

• أدوار المعالج التربوي:

قد تشمل أدوار المعالج التربوي ما يلي:

✓ تقييم احتياجات الطلاب ذوي الصعوبات التعليمية

✓ وضع خطط التدخل الفردية (IEPs)

✓ تقديم الخدمات التعليمية والخدمات ذات الصلة للطلاب ذوي الصعوبات التعليمية

والتعاون مع المعلمين وأولياء الأمور والمهنيين الآخرين لتلبية احتياجات الطلاب ذوي

الإعاقة

✓ تقييم تقدم الطلاب ذوي الصعوبات التعليمية وتعديل الخدمات المقدمة لهم حسب الحاجة (موقع وزارة التربية و التعليم الامريكية) العلاج التربوي هو أداة قيمة يمكن أن تساعد الطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد في التغلب على الصعوبات التعليمية وتحقيق النجاح الأكاديمي والاجتماعي

1- الأساليب والتقنيات العلاجية التربوية لتشتت الانتباه والنشاط الزائد

أهم الأساليب والتقنيات العلاجية التربوية المستخدمة في التعامل مع الطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد

- العلاج السلوكي: يركز هذا النوع من العلاج على تغيير السلوكيات غير المرغوبة لدى الطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد مثل التشتت والاندافاعية والعدوانية وشمل تقنيات العلاج السلوكي ما يلي:
- التعزيز الإيجابي: مكافأة الطلاب على السلوكيات المرغوبة.
- التكلفة.

- تدريب الوالدين: تعليم الآباء كيفية استخدام تقنيات العلاج السلوكي مع أطفالهم.
- السلبية: إزالة الامتيازات أو المكافآت عند حدوث السلوكيات غير المرغوبة العلاج المعرفي السلوكي (CBT):

يركز هذا النوع من العلاج على مساعدة الطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد على تغيير الأفكار والمشاعر والسلوكيات غير الصحية وقد تتضمن تقنيات العلاج المعرفي السلوكي ما يلي:

- ✓ تحديد الأفكار والمشاعر والسلوكيات غير الصحية.
- ✓ تعلم كيفية تغيير الأفكار والمشاعر والسلوكيات غير الصحية
- ✓ تطوير مهارات التأقلم الصحية. (national resource center on ADHD)

• العلاج الدوائي:

يكون العلاج الدوائي خيارًا مناسبًا للطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد الذين يعانون من أعراض شديدة وقد تشمل الأدوية المستخدمة في علاج اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد ما يلي:

- ✓ المنشطات: مثل (ميثيل فينيديت) ريتالين (وديكترو أمفيتامين) أديرال.
 - ✓ الأدوية غير المنشطة: مثل (أتوموكسيتين) ستراتيرا (وغوانفاسين) إنتونيف.
- (المجلس الصحي السعودي ص22).

• الأساليب والتقنيات العلاجية الأخرى:

قد تشمل الأساليب والتقنيات العلاجية الأخرى المستخدمة في التعامل مع الطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد ما يلي:

- ✓ التدريب على مهارات التنظيم الذاتي: مساعدة الطلاب على تعلم كيفية التحكم في
- ✓ التدريب على مهارات التنظيم الذاتي: مساعدة الطلاب على تعلم كيفية التحكم في سلوكياتهم وأفكارهم ومشاعرهم.
- ✓ التدريب على المهارات الاجتماعية: مساعدة الطلاب على تعلم كيفية التفاعل مع الآخرين بطريقة إيجابية.

• **العلاج الأسري:** مساعدة أفراد الأسرة على فهم اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد وكيفية التعامل معه والعمل على تحسين العلاقات الأسرية وتعزيز الحوار العائلي والتواصل بين الأطفال المصابين ب ADHD وأسرهم وتنمية المهارات الاجتماعية للأطفال.

• **العلاج الجماعي:** توفير فرصة للطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد لمشاركة تجاربهم وتعلم مهارات التأقلم من بعضهم البعض، وهو ما يسمح لهم بتطوير مهارات جديدة وتعلم كيفية التفاعل مع الآخرين والتواصل بشكل فعال. (national resource center on ADHD). إضافة إلى ذلك فإن الأبحاث الحديثة أيضا تهتم بفهم العوامل المؤثرة في طبيعة اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، وكيفية تحسين العلاج وتحديد العلاج المناسب، إذ يحاول العديد من الباحثين فهم آليات معينة

داخل الدماغ والعوامل الجينية التي تؤثر على التشتت الانتباه والنشاط الزائد، وذلك لتطوير أفضل الوسائل العلمية لعلاج هذا الاضطراب.

3- استراتيجيات التدريس المناسبة للطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد

1- إستراتيجيات التدريس المناسبة للطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد

لتحقيق النجاح في تعليم هؤلاء الطلاب، يجب على المعلمين تصميم استراتيجيات التدريس التي تتضمن تنظيم البيئة الصفية وتوفير معلومات واضحة ومحفزة للطلاب، والتركيز على الطرق المؤثرة في تقليل الانفعالات وزيادة التحليل العاطفي والاجتماعي. ومن الاستراتيجيات الهامة والمفيدة التي يمكن استخدامها في تعليم الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد ما يلي:

- تقديم المواد بشكل واضح ومحدد ليستفيد الطلاب من المواد التعليمية التي تعرض بشكل واضح ودقيق، وعلى الطلاب إتباع التعليمات بدقة لتشجيع التركيز وتحقيق أقصى استفادة من المادة.

- تحديد مدة الفترات الدراسية ووضع أهداف قصيرة ليتمكن الطلاب من الحفاظ على التركيز والانتباه والاستفادة من التقسيم الصغير للوقت ووضع أهداف قصيرة في كل جلسة دراسية، حتى يتم دفعهم للبقاء في حالة دائمة من التركيز على الموضوع بشكل أكبر.

- استخدام التقنيات المتطورة والبرامج الذاتية كاستخدام تقنيات البرامج الذاتية والألعاب التعليمية، حيث يتم تقديم المعلومات بشكل نشط وممتع ويمكن للطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد استخدام تلك التقنيات والبرامج للتحكم في التركيز والانتباه.

2.3 الدور الحيوي للمدرسين والأهل في دعم الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد:

1- دور المدرسين في دعم الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد.

إن دور المدرسين في دعم الطلاب الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد (ADHD) يمكن أن يكون حاسماً في تحسين أداء الطلاب وتعزيز شعورهم بالانتماء إلى المدرسة. فيما يلي بعض الإجراءات التي يمكن للمدرسين اتخاذها لدعم الطلاب المصابين بـ ADHD:

✓ تقديم بيئة صفية هادئة ومنظمة للطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد.

✓ تقديم توجيهات وتعليمات واضحة ومبسطة للطلاب لتقليل الارتباك وزيادة التركيز.

✓ توفير فرص للطلاب للحركة والنشاط البدني خلال اليوم الدراسي للمساعدة في تخفيف القلق وزيادة التركيز.

✓ الدعم الفردي للطلاب من خلال جلسات استشارية أو توجيه فردي لمساعدتهم في تنظيم وإدارة وقتهم ومهامهم الدراسية.

✓ تعزيز التعاون مع أولياء الأمور والمختصين في الصحة النفسية لتقديم الدعم الشامل للطلاب.

✓ توفير إمكانيات تعليمية متنوعة وملائمة لاحتياجات الطلاب مثل استخدام التكنولوجيا والمواد التعليمية الملونة والتفاعلية.

✓ وضع تقييمات منتظمة لمتابعة تقدم الطلاب وضبط البرامج التعليمية والتدخلات وفقاً لاحتياجاتهم الفردية.

✓ تشجيع الطلاب على استخدام أدوات مساعدة مثل جداول الزمن والتنظيم والتذكير لمساعدتهم في إدارة وقتهم ومهامهم.

✓ توفير دعم نفسي واجتماعي للطلاب من خلال برامج التوجيه والتدريب على مهارات التواصل والتعاون.

✓ القيام بتدريب للمدرسين حول استراتيجيات التدريس والتفاعل مع الطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد. (الجمعية الأمريكية للطباء النفسيين ، 2019، صفحة 143. 168) يمكن لبعض هذه الإجراءات أن تحدث فرقاً في تحسين أداء الطلاب المصابين ب ADHD وتعزيز شعورهم بالانتماء إلى المدرسة. يجب على المدرسين التعاون مع أولياء الأمور والمستشارين والمهنيين الآخرين للعمل مع الطلاب المصابين ب ADHD وتوفير الدعم والتحسينات المخصصة لهم.

2- دور الأهل في دعم الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد
دعم الأهل للأبناء الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد (ADHD) يمكن أن يؤدي دوراً حاسماً في تحسين أدائهم والعمل على تحسين سلوكهم ودعمهم في التعلم، وفيما يلي بعض الإجراءات التي يمكن للأهل اتخاذها لدعم الأبناء المصابين ب ADHD:

✓ البدء بتعلم المزيد عن ADHD: ينبغي للأهل تعلم المزيد عن ADHD ومؤثراته الأساسية وطرق العلاج، بحيث يمكنهم التعرف على احتياجات الطفل وتلبيتها بشكل أكثر فعالية يمكن للأهل أن يحضروا العديد من الفعاليات والورش التعليمية الخاصة ب ADHD لزيادة فهمهم للحالة.

✓ التواصل مع المعلمين: ينبغي للأهل التواصل مع المعلمين لتشكيل علاقة بناءة تناسب الحاجات الخاصة بالأبناء المصابين ب ADHD، إذ يمكن للأهل تعريف المعلمين على طفلهم واحتياجاته الخاصة والعمل معهم لإيجاد الحلول الأكثر فعالية لدعم الطفل في المدرسة.

✓ إدارة الوقت: يعاني الكثير من الأطفال المصابين ب ADHD من صعوبة في الإدارة وتنظيم الوقت وإكمال المهام فينبغي للأهل تحسين التنظيم وتوفير البيئة الصحيحة لطفلهم لتحسين قدرته على التنظيم وتحقيق أهدافه الشخصية والأكاديمية.

✓ تشجيع التنظيم ووضع النظام الغذائي المناسب: يجب على الأهل تشجيع النظام والحصول على وقت كاف للراحة والنوم، بالإضافة إلى تناول أطعمة صحية ومتوازنة، إذ يعتبر النظام الغذائي المناسب والنظام الصحي جزءاً رئيسياً من العلاج والذي يساعد الأطفال على التركيز والتعلم بشكل أفضل.

✓ ممارسة الرياضة: ينبغي للأهل تشجيع الأبناء على ممارسة الرياضة حيث أنها تساعد الطفل على إدارة طاقته الزائدة والحد من القلق والتوتر، بالإضافة إلى ذلك تساعد ممارسة الرياضة على تحسين التركيز وتشجيع التعاون والاندماج الاجتماعي. (american psychiatric association, 2013)

يمكن للأهل الذين يعرفون كيفية دعم أبنائهم المصابين ب ADHD أن يساعدوهم على تحسين أدائهم الأكاديمي وسلوكهم العام، ويجب على الأهل أن يتعاونوا مع المدرسين والمستشارين والمهنيين الآخرين لتوفير الدعم والتحسينات المخصصة اللازمة لأبنائهم.

3- تحديات التعليم الحديث في تطبيق العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد

1- تحديات التعليم الحديث في تطبيق العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط

بالرغم من أن العلاج النفسي قد تم استخدامه لعلاج الأطفال المصابين باضطراب ADHD لعدة عقود، إلا أن هناك تحديات في تطبيق العلاج التربوي لهذا الاضطراب في التعليم الحديث.

إحدى التحديات التي تواجه المعلمين هي التعامل مع الأطفال ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد في الفصول الدراسية، حيث قد يعاني هؤلاء الطلاب من التشبث والعدم القدرة على الانتباه لفترات طويلة، مما يؤثر سلباً على أدائهم الدراسي وأدائهم العام. ويمكن أن يساعد التعليم الحديث في تخفيف هذه التحديات من خلال استخدام التقنيات الحديثة، مثل الوسائط التفاعلية والتطبيقات المتاحة على الإنترنت التي قد تساعد الطلاب على التركيز والانتباه أكثر.

إضافة إلى ذلك تعاني المدارس من عدم وجود موارد كافية لتقديم الدعم اللازم للطلاب المصابين باضطراب ADHD كالمدرسين المتخصصين والمعدات والأدوات التعليمية الحديثة، وبالتالي يمكن أن تؤثر تلك التحديات سلباً على أداء الطلاب وقدرتهم على تحقيق النجاح الأكاديمي.

يتطلب علاج تشتت الانتباه والنشاط الزائد العديد من الخطوات المعقدة منها تحديد العلاج الأنسب لكل طالب وأسلوب العلاج المناسب للحالة الفردية. ويقوم المعالج

النفسي بمساعدة الطلاب في اكتشاف المشاكل التي يواجهونها وتحديد الخطوات التي يجب اتخاذها للتغلب عليها، كما أن المعالج النفسي يقدم أدوات ومهارات تساعد الطلاب على تحسين قدراتهم الأكاديمية مثل تعلم كيفية التنظيم والتخطيط والتركيز. (tannock, p. 92. 101)

بالإضافة إلى ذلك يمكن أن تساعد بعض العلاجات الإضافية، مثل الأدوية في تخفيف الأعراض وزيادة تركيز الطلاب، ويكون استخدام الأدوية مدمجاً مع العلاج التربوي، حيث يتم تحديد الجرعة المناسبة والمدة المخصصة لاستخدام الدواء وفقاً لخطة العلاج المناسبة. ويمكن الاستفادة من العديد من الدراسات والأبحاث التي تم إجراؤها حول علاج تشتت الانتباه والنشاط الزائد، مثل دراسة Analysis of-Meta Neurofeedback Treatment Studies of ADHD التي توصلت إلى أن علاج النيوروفيدباك قد يكون فعالاً في علاج تشتت الانتباه والنشاط الزائد. (fabiano & pelham, p. 297. 307)

في النهاية يمثل تحدي تطبيق العلاج التربوي لتشتت الانتباه والنشاط الزائد تحدياً حقيقياً للمعلمين والخبراء في المجال النفسي، إلا أن استخدام التقنيات الحديثة وتحديث المهارات العلاجية يمكن أن تساعد في تجاوز هذه التحديات وتحقيق النجاح الأكاديمي للطلاب المعرضين للإصابة بهذا الاضطراب.

2- نقص الأدوات والموارد المتاحة للمدارس والمعلمين للتعامل مع الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد

نقص الأدوات والموارد المتاحة للمدارس والمعلمين للتعامل مع الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد (ADHD) هو تحدي كبير في التعليم الحديث، فالطلب ذو اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد سوف يعاني من صعوبة شديدة في التركيز والانتباه والتنظيم وإدارة الوقت. وهذا يؤثر بشكل سلبي على أدائه الأكاديمي ويعيق تطوره الشخصي والاجتماعي، يفتقر العديد من المعلمين والمدارس إلى الموارد اللازمة لتقديم الدعم الكافي للطلاب المصابين بـ ADHD، ومن هذه الموارد: المدرسين المتخصصين، الأدوات التعليمية الحديثة والمعدات اللازمة لمساعدة الطلاب على تحسين قدراتهم الأكاديمية، على سبيل المثال قد يحتاج طالب إلى كرسي خاص أو مكتب قابل للتعديل لزيادة نشاطه وتحسين تركيزه في الفصل الدراسي، وهذه المعدات يمكن أن تكون باهظة الثمن وتتطلب التخصص والتركيب.

وبالإضافة إلى ذلك يواجه المعلمين والمدارس تحديًا في توفير المنح التعليمية اللازمة للأطفال المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد فهم قد يحتاجون إلى مواد تعليمية مختلفة أو إلى متطلبات تعليمية خاصة، وبالتالي يجب أن تكون هناك موارد تعليمية متاحة يتم تصميمها خصيصًا لتلبية احتياجات هؤلاء الطلاب.

وتساهم مشكلة نقص الموارد المتاحة في تفاقم الضغوط على المعلمين والمدارس التي تعاني من أعداد كبيرة من الطلاب المصابين باضطراب ADHD، فقد يعاني المعلمون من صعوبة في تعليم الطلاب المصابين بهذا الاضطراب عندما لا يتلقوا الدعم والموارد المناسبة. وبالتالي تتأثر الفعالية العلاجية للمعالجة التربوية لهؤلاء الطلاب من أجل تجاوز مشكلة نقص الموارد المتاحة للمدارس والمعلمين يمكن اتباع بعض الاستراتيجيات العملية مثل:

✓ زيادة الاستثمار في التعليم وتوفير مزيد من الأموال لشراء الموارد التعليمية

✓ تطوير تقنيات التعليم الأونلاين لتقديم الدعم للطلاب المصابين بـ ADHD

✓ تعيين المزيد من المديّن المتخصصين والمعالجين النفسيين لدعم الطلاب والمعلمين

(daley, p. 175. 186).

وفي النهاية يتطلب توفير الموارد المناسبة للمدارس والمعلمين وتبني الاستراتيجيات العملية وتحديث الإجراءات والأساليب التعليمية للطلاب والتركيز على قدراتهم الفردية بدلاً من جعلهم يشعرون بالعجز والنقص، فبالموارد الكافية يمكن للمدارس والمعلمين القدرة على تقديم الدعم اللازم للطلاب المصابين بهذا الاضطراب ومساعدتهم على تحقيق تطورهم الأكاديمي والشخصي والاجتماعي.

خاتمة:

في الختام نؤكد على أهمية العلاج التربوي لذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد (ADHD) في مساعدتهم على التغلب على الصعوبات التي تواجههم في بيئة التعلم وتحقيق النجاح الأكاديمي والاجتماعي. وقد ناقشنا في هذا المقال أهم الأساليب والتقنيات العلاجية التربوية المستخدمة في التعامل مع الطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، والتحديات التي تواجه المعلمين وأولياء الأمور في تقديم هذه الخدمات العلاجية. كما تطرقنا إلى دور الأسرة والمجتمع في توفير بيئة داعمة وملائمة للطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد.

ولتحقيق نتائج أكثر فعالية في العلاج التربوي لذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، نوصي بما يلي:

- 1- ضرورة توفير برامج تدريبية للمدرسين حول كيفية التعامل مع الطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد.
- 2- التأكد من توفير الدعم اللازم للطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد في المدارس وذلك من خلال إنشاء مراكز تخصصية وفرق لعلاجهم.
- 3- توعية الأهل حول أهمية متابعة التعليم الحركي والتنويم في المنزل، وذلك للمساعدة في تحسين قدرة الطفل على التركيز.
- 4- الحاجة إلى إنشاء مشاريع أبحاث جديدة لدراسة فعالية استخدام تقنيات التعلم المختلط في العلاج التربوي لاضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد.
- 5- ضرورة التحديث المستمر للمناهج الدراسية والتركيز على تطوير استراتيجيات التدريس المناسبة للطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد.
- 6- التشجيع على التواصل والتعاون بين الأهل والمدرسين والأطباء المتخصصين لضمان تقديم العلاج التربوي الفعال للطلاب المصابين باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد.
- 7- توفير المزيد من خدمات العلاج التربوي المتخصصة في المدارس العادية والمدارس الخاصة وفصول التعليم الخاص
- 8- زيادة الوعي المجتمعي باضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، وتشجيع الأفراد والمنظمات على تقديم الدعم للطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد وأسره.

من خلال تضافر جهود الأسرة والمجتمع والمختصين في مجال التربية والتعليم، يمكننا خلق بيئة تعليمية داعمة وملائمة للطلاب ذوي اضطراب تشتت الانتباه والنشاط الزائد، وتمكينهم من تحقيق النجاح الأكاديمي والاجتماعي

التمهيش والمراجع:

Northeast journal of psychology 92. 101

ADHD in children and young people: prevalence, care pathways, and service provision

american psychiatric association 2013 diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5 washington DC american psychiatric association

american psychiatric association 2013 diagnostic and statistical manual of mental disorders washington DC published by american psychiatric association

fabian opelham ADHD in children and adolescent sarasota Professional Resource Press

national resource center on ADHD

ادارة اضطراب فرط الحركة و ضعف الانتباه في المدارس 2016 الولايات المتحدة الأمريكية pesi للنشر و الاعلام

اضطراب الانتباه لدى الاطفال 1999 القاهرة مكتبة النهضة المصرية

اضطراب الانتباه لدى الاطفال 1999 القاهرة مكتبة النهضة المصرية

اضطراب فرط الحركة و نقص الانتباه و الاندفاع بالسلوك لدى الاطفال 2001 مدينة الشارقة للخدمات الانسانية 116، 117

الجمعية الأمريكية للطباء النفسيين 2019 دليل اضطراب نقص الانتباه و فرط الحركة للاطفال و المراهقين

دراسة استكشافية وقائية للاضطراب ما وراء المعرفي لدى الاطفال المصابين بفرط النشاط الحركي مع قصور في الانتباه 2017 / 2016 كلية العلوم الانسانية و الاجتماعي ابوبكر

بلقايد، جامعة تلمسان تلمسان

دليل المعلم للتواصل مع اولياء الامور 2013 الرياض مكتب التربية العربي لدول الخليج

رابطة العلاج التربوي الأمريكية aota

فريق مايو كلينيك 2024 mayo clinic

موقع وزارة التربية و التعليم الأمريكية

يوي نبيلة. (2015 / 2016). فعالية العلاج السلوكي للاطفال المتمدرسين مفرطي الحركة و

مشتتي الانتباه ما بين 6-12. قسم علم النفس و علم التربية و الارطوفونيا، جامعة وهران، وهران.