



## فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة من تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية

خلود بنت سليمان جامع الصومالي\*

ماجستير في علم النفس تخصص دقيق صحة نفسية

### المستخلص

#### هدف الدراسة:

الكشف عن فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة من تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية.

#### عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (١٠) تلاميذ وتلميذات من الذين يعانون من اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد وتم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما تجريبية قوامها (٥) وأخرى ضابطة قوامها (٥) بعد التأكد من تكافؤ المجموعتين .

#### أدوات الدراسة :

اعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي واعتمدت الادوات التالية مقياس ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال اعداد: (سيد،١٩٩٩) واختبار الرسم اعداد: (هاريس،٢٠٠٤) واستمارة المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة اعداد: (الشخص،٢٠٠٦) والبرنامج المعرفي السلوكي للتخفيف من أعراض قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد من اعداد الباحثة .

#### نتائج الدراسة :

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الاطفال لصالح المجموعة التجريبية. ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية على مقياس ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لصالح القياس البعدي.

#### توصيات الدراسة :

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الدراسة قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات من أهمها: تخصيص فصول دراسية في جميع مدارس المرحلة الابتدائية لذوي قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد وتوفير كل الامكانيات والادوات والوسائل لمواجهة مشكلات واضطرابات الطفولة بشكل متكامل ومستمر، أهمية وضرورة تقديم المساعدة والخدمات التشخيصية والعلاجية لجميع تلاميذ وتلميذات المرحلة وذلك للكشف والتدخل المبكر لمواجهة مشكلات واضطرابات مرحلة الطفولة .

## المقدمة:

يزداد الاهتمام والعناية بالطفولة في المملكة العربية السعودية حيث تسعى المؤسسات الحكومية ممثلة في وزارة التعليم إلى تسليط الضوء على رعاية الطفل من الناحية النفسية والاجتماعية والتربوية والتعليمية إيماناً منها بأن قادة المستقبل هم أبناء اليوم وأن الاهتمام بالأبناء وإعدادهم للمستقبل حتمية حضارية يفرضها كل من التقدم العلمي والتكنولوجي المعاصر، حيث أن الاهتمام والعناية بالأبناء معيار يقاس به مدى تقدم وتطور المجتمعات، ولقد نالت فئة الأطفال ذوي اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد اهتماماً خاصاً، إذ أعدت الخطط لإجراء الدراسات ولإعداد البرامج لتقديم المزيد من العناية والرعاية لهذه الفئة من الأطفال، والعمل على توفير الخدمات التي يحتاجونها في المؤسسات التعليمية في ظل إمكانياتهم الخاصة في البيئة المدرسية العادية بدلاً من بيئة العزل، ولا نبالغ في القول بأن أي تغيير أو تطور أو تقدم اجتماعي نحو الأفضل يتوقف على ما يقدمه المجتمع من جهود لإعداد العديد من الدراسات والبرامج من أجل الارتقاء بالطفل وحل مشكلاته وعلاجها، وتعتبر هذه من الضرورات التربوية النفسية التي يجب مراعاتها والاهتمام بها إذا أردنا إعداد مجتمع متطور (محمدي، ٢٠١١، ١).

وتختلف مرحلة الطفولة عن باقي مراحل حياة الإنسان، إذ تعتبر هذه المرحلة من أهم المراحل، حيث يتم فيها بناء الشخصية، فالطفل يكون فيها قابلاً للتشكيل والتوجيه، وايضاً الاهتمام بالطفل في هذه المرحلة يتضمن الاهتمام بسلوكه و الاهتمام بالمشكلات او الاضطرابات التي قد تصيبه في هذه المرحلة يعد امراً بالغ الأهمية، حيث ترجع العديد من المشكلات التي تظهر عند الراشدين الى مرحلة الطفولة ، لذلك من الضروري معرفة خصائص وطبيعة اطفال هذه المرحلة وتعديل سلوكياتهم ومعالجة الاضطرابات التي قد تصيبهم ونعمل على الوقوف على أسبابها ومن ثم العمل على معالجتها (الطبياني، ٢٠١٣، ١).

وتمثل المشكلات السلوكية التي يعاني منها الاطفال عائقاً في سبيل تقدمهم في التحصيل المدرسي بشكل خاص، وفي تحقيق اهدافهم في الحياة بشكل عام، كما انها تكون مصدراً للإحباط امام المدرسين واولياء الامور عند محاولاتهم تربية و توجيه هؤلاء الاطفال و من اكثر المشكلات السلوكية انتشارا لدى الاطفال اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، ينتشر هذا الاضطراب بشكل كبير بين الاطفال اللذين تتراوح أعمارهم من عمر (٦ الى ١٢ سنة) كما نجد أن نسبة انتشاره تتراوح ما بين ٤%- ١٢% وان معظمهم من الاطفال الذكور، كما نجد انه غالباً ما يمتد هذا الاضطراب الى مرحلة المراهقة (Talebe R & Farheen A, 2013: 36).

وتتمثل الأعراض الأساسية لهذا الاضطراب في سلوكيات غير طبيعية وغير مألوفة مقارنة بسلوك الطفل العادي من نفس العمر الزمني وهذه الاعراض هي قصور الانتباه والاندفاعية والنشاط الحركي الزائد و سوف يتناولها برنامج الدراسة الحالية بالتخفيف من حدتها، يمكن ملاحظه هذه الاعراض في سنوات ما قبل المدرسة وعلى الرغم من ذلك نجد أن الكثير من الاطفال الذين يعانون من هذا الاضطراب، لا يحالون للعلاج إلا في سنوات متأخرة من العمر. لذا يجب الاهتمام بهذه الفئة قبل ان يتطور هذا الاضطراب ويحول دون النمو العادي ويكون ذلك بالتدخل المبكر، فكلما زادت الفترة التي يعاني منها يكون العلاج اكثر صعوبة ( شرقي، ٢٠٠٧، ٣).

ولتوضيح حجم هذا الاضطراب في المملكة العربية السعودية، وجد أن هناك انتشاراً كبيراً في نسبة الأطفال ذوي اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، حيث تشير الإحصاءات إلى أن نسبة الانتشار (٨.٤%) AI- (Modayfer, 2015).

ونظراً للانتشار الكبير لهذا الاضطراب في المملكة فقد استقطب التدخل العلاجي اهتمام الآباء والمربين والباحثين والمنظمات المعنية بالتربية فقد أفرزت هذه الاهتمامات مبادرة وزارة التعليم مؤخراً بضرورة وأهمية استحداث برامج تربوية فعالة لذوي اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، حيث صدر قرار رقم ٣٤١٦٣٠٩٤٤ بتاريخ ١٤٣٥/٨/١٤ هـ بضرورة افتتاح برامج لقصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد للبنين وقرار رقم ٣٥١٦٨٨٢٥٦ بتاريخ ١٤٣٥/٨/٢٨ هـ لافتتاح برامج لقصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد للبنات، ومن هنا جاء اهتمام الدراسة الحالية في تقديم برنامجاً معرفياً سلوكياً لتخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة من تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية، قد يساهم في تقديم المساعدة لهذه الفئة العريضة من ذوي اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، ان العلاج المعرفي السلوكي أحد المداخل العلاجية وهو عبارة عن مجموعة من المبادئ والاجراءات التي تقوم على افتراض ان العمليات المعرفية تؤثر في السلوك وهذا يعني أن السبب الرئيسي وراء المشكلات والاضطرابات السلوكية لدى الفرد يكمن فيما يحمله من آراء وافكار واتجاهات نحو نفسه والعالم الخارجي والعلاج المعرفي السلوكي يهدف الى تعديل السلوكيات الظاهرة لدى الأفراد من خلال التأثير في عمليات التفكير (البخيت، ٢٠١٠، ٧٠).

**مشكلة الدراسة:**

أصبح اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد محط اهتمام العديد من الباحثين والمربين والمعلمين و أولياء الأمور نتيجة لما يحدثه من آثار سلبية خطيرة تؤثر على المستوى المعرفي، النفسي والاجتماعي للطفل المصاب به وكذلك أيضاً نتيجة لما يحدثه من مشكلات أسرية، إذ يصاب الوالدين بالإحباط لعدم معرفتهم التعامل مع طفلهم بصورة سليمة وأيضاً صعوبة التحكم في سلوكه لذلك يضطر الوالدان إلى الانسحاب مع طفلهما من المواقف الاجتماعية خشية التعرض للانتقاد من المحيطين. (محمدي، ٢٠١١، ١).

والأطفال ذوي قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لديهم ضعف الاتزان الانفعالي حيث يظهر لديهم تقلب مفاجئ وسريع في المزاج وفشل في التعبير عن المشاعر وخاصة تلك المشاعر بالسعادة والفرح او الحزن والخوف، كما أن هؤلاء الأطفال يعانون من القلق والتوتر ( المرسومي، ٢٠١١، ٥٠).

٨٠% من التلاميذ اللذين لديهم اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، تظهر لديهم مشكلات الإخفاق في الأداء الأكاديمي وإعادة الصفوف الدراسية والتحويل إلى فصول التربية الخاصة أو الانسحاب من الفصل الدراسي، ونجد ان ما بين (٦٠ - ٨٠) من هؤلاء الأطفال يعانون من مشكلات حقيقة في التعلم (رضوان، ٢٠١١، ٣).

يرى كثير من علماء النفس والتربية ان هناك علاقة وثيقة بين صعوبات التعلم واضطراب قصور الانتباه، حيث انه يتم معاملة ذوي قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، اللذين يظهرون صعوبات التعلم على أنهم من ذوي صعوبات التعلم الاكاديمية( الخشرمي، ٢٠٠٨، ٥٠٦).

وفي هذا الصدد تم التوصل الى أن اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، يؤثر على التحصيل الدراسي بشكل سلبي وبالتالي يكون هناك فشل دراسي لدى الطفل الذي يعاني من هذا الاضطراب وأيضا يكون لهذا الفشل آثاره السلبية على مستقبل الطفل(محمدي، ٢٠١١، ٧).

إن التلاميذ من ذوي قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد يعانون من انخفاض في مستوى تقدير الذات نتيجة للمشكلات الاكاديمية أو بسبب الفشل في العلاقات الاجتماعية ( العاسمي، ٢٠١٠، ٤٠).

ونظراً لأن التلاميذ الذين يعانون من هذا الاضطراب يعتبرون شريحة من شرائح المجتمع المدرسي الذي يفترض أن يجدوا في المناخ المدرسي ما يعينهم على إكتساب المهارات المدرسية ، وعليه كان لزاما القيام بمثل هذه الدراسة خاصة وأن نتائج الدراسات في هذا الصدد والتي تناول هذا الاضطراب من الناحية التشخيصية و العلاجية أشارت إلى أن التدخلات القائمة على تعديل السلوك داخل الفصل، كان لها تأثيرات مباشرة على السلوك ( محمدي، ٢٠١١، ٢).

وبالرغم مما أثبتته نتائج الدراسات حول الآثار السلبية على كل من الجانب الاجتماعي والجانب النفسي و التحصيلي لدى من يعانون من هذا الاضطراب ، إلا أننا نجد أن التدخلات العلاجية لهذا الاضطراب لم تحظ بالقدر الكافي من اهتمام الدراسات والبحوث في المواقف المدرسية ( الزيات، ٢٠٠٦، ١٨).

ومما سبق ذكره، وخاصة مع إرتفاع نسبة اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى فئة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وقلة الدراسات التي تبحث عن تعديل هذا السلوك، والتخفيف من حدته، ظهرت الحاجة الملحة والضرورية لتخطيط وتصميم برنامجاً تربوياً فعالاً يحتوي على الفنيات و الأساليب والإجراءات والاستراتيجيات العلاجية الملائمة لهذه الفئة

ومن هنا جاءت الدراسة الحالية للتحقق من فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد، لدى عينة من تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية.

#### أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى جملة من الأهداف التي يتم التعرف عليها في العناصر الآتية:

١. الكشف عن التلاميذ والتلميذات الذين يعانون من اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد.
٢. تصميم برنامج معرفي سلوكي يساعد في تخفيف حدة أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة من تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية.
٣. التحقق من فاعلية البرنامج المستخدم في الدراسة في تخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة الدراسة من خلال المعالجة الإحصائية.

### أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة الحالية كونها تهتم بدراسة متغيرات على درجة عالية من الأهمية، حيث تناول دراسة فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة من تلاميذ و تلميذات الصف الرابع بالمرحلة الابتدائية. وبالتالي فإن هذا الموضوع ينطوي على أهمية من الناحية النظرية والناحية التطبيقية:

### الأهمية النظرية:

1. إثراء المكتبة السعودية بالدراسات النفسية المتعلقة بمشكلات واضطرابات الطفولة.
2. تقدم هذه الدراسة صورة متكاملة عن متغيراتها مما يساهم في تكثيف الجهود العلمية لفهم اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد.

### الأهمية التطبيقية:

- ما تتميز به الدراسة من أهمية اعتمادها على تصميم وتطبيق برنامج معرفي سلوكي.
1. يهدف إلى التخفيف من حدة اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة الدراسة مما يساعدهم في تحقيق التوافق النفسي.
  2. إمكانية استفادة المتخصصين والممارسين للعمل التربوي ومعلمي المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم العام في كيفية التعامل مع هذه الفئة.
  3. إمكانية استفادة المتخصصين الباحثين والممارسين للعمل التربوي من هذه الدراسة وتطبيق خطواتها على عينات أخرى مما يساهم في دفع عملية البحث العلمي.

### مصطلحات الدراسة :

تتضمن الدراسة الحالية عددًا من المصطلحات يتم تحديدها وفقا لما يلي:

### ( ١) الفاعلية Effectiveness:

هي القدرة على التأثير وبلوغ الأهداف وتحقيق النتائج المرجوة ( اللقاني، ١٩٩٩، ١٤ ).  
تقصد الباحثة بالفاعلية في هذه الدراسة " مقدار التحسن الذي يحدثه البرنامج والذي يهدف إلى تخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتقاس مقدار الفاعلية من خلال القياس البعدي لاختبار قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد ومقدار الدرجة التي يحصل عليها مقارنة بالدرجة السابقة التي حصل عليها قبل تطبيق البرنامج".

### ( ٢) برنامج معرفي سلوكي Cognitive behavioral Program :

"تحدد الباحثة المفهوم الإجرائي للبرنامج المستخدم في الدراسة بأنه "مجموعة الأساليب والأنشطة والفنيات المتنوعة والمستمدة من النظرية المعرفية السلوكية والتي يتم تطبيقها في صورة جلسات جماعية وفردية في فترة زمنية محددة بهدف التخفيف من أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى عينة الدراسة".

### (٣) اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد: Attention-Deficit

طبقاً للجمعية الأمريكية للطب النفسي (٢٠١٣) American Psychiatric

Association إن السمة الأساسية لاضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي

الزائد هو "الحركة المفرطة المصحوبة بقصور الانتباه والانديفاع الذي يكون بشكل أكثر تكراراً وشدة مما نلاحظه نمطياً لدى الأفراد في مستوى مشابه من النمو".

**التعريف الإجرائي لاضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد.**

"عدم قدرة الطفل على الانتباه أو عجزه عن الاحتفاظ بالانتباه لفترة زمنية تتناسب مع طبيعة هذه المرحلة كما أنه يكون غير قادر على إنهاء المهمات المطلوبة منه، وذلك نتيجة لسلوكياته التي تتميز بالاندفاعية والتهور اللذان يجعلانه يرتكب الكثير من الأخطاء.

**منهج وإجراءات الدراسة:**

**منهج الدراسة:**

اعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي.

**حدود الدراسة:**

**الحد الموضوعي:** فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد.

**الحد البشري:** عينة من تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية الذين تتراوح أعمارهم ما بين ٨-١٢ سنة .

**الحد الزمني:** الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ١٤٣٧هـ - ٢٠١٦م.

**الحد المكاني:** مركز أيلاف للاستشارات التربوية والتعليمية والاجتماعية بمدينة جدة.

**نتائج الدراسة:**

**نتائج الفرض الأول والذي ينص على :**

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال لصالح المجموعة التجريبية .

اتضح من نتائج الفرض الأول وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية و درجات المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي لدى الأطفال بعد القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية مما يؤكد لنا على تحقق صحة هذا الفرض.

وتشير هذه النتيجة الى كفاءة وفاعلية البرنامج المعرفي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية في التخفيف من أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لأفراد المجموعة التجريبية الذين تم تطبيق البرنامج العلاجي عليهم، في حين نجد أنه لم يطرأ أي تحسن في مستوى الانتباه والنشاط الحركي الزائد لأفراد المجموعة الضابطة الذين لم يخضعوا للبرنامج العلاجي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (البدرى، ٢٠١٥، الكرداوي ٢٠١٥،

ذاكر، ٢٠١٥، Robinson, 2015، داهم، ٢٠١٥، الكاملى ٢٠١٣، عبد الفهيم ٢٠١٢،

الحميد ٢٠١٢، البلوي ٢٠١١، البخيت، ٢٠١٠، lim, 2010، الحبيشي، ٢٠١٠، عيسى،

(٢٠١٠).

التي أشارت نتائج دراستهم الى فاعلية البرامج العلاجية والتدريبية في التخفيف من أعراض قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لأفراد المجموعة التجريبية الذين تم تطبيق البرامج عليهم مقارنة بنتائج أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يطبق عليهم أي برامج وكذلك لم يطرأ عليهم أي تغير.

تفسر الباحثة هذه النتائج التي تشير الى كفاءة وفاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في التخفيف من أعراض قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد الى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي للحالات غير الشديدة او الحالات الاقل اضطرابا او الاسوياء الذين يعانون من الاضطرابات في المجالات الغير طبية .

كما تفسر الباحثة ايضا هذه النتائج في ضوء تنوع الفنيات المعرفية السلوكية التي استخدمت في التخفيف من أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد حيث ساهم هذا التنوع في الفنيات في التعامل بكفاءة مع أفراد المجموعة التجريبية وهذا ما اكده ملحم " بأن التطبيق العملي لأسس وتقنيات تؤخذ من مجالات المعرفة العلمية المتوافرة في المعالجات النفسية من أجل استراتيجية علاجية منظمة تكون مناسبة للحالة التي وضعت لها ( ملحم، ١٩٧، ٢٠٠٧) .

وترجع الباحثة السبب في وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، الى تعرض أفراد المجموعة التجريبية الى جملة من الفنيات والمهارات المعرفية السلوكية التي ساهمت إكسابهم مهارات التخطيط، والمراقبة الذاتية، وضبط الذات. (عبدالله، ٢٠٠٠، ١٧) .

ان فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في التخفيف من أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية يتوافق مع القرارات الذي تمت الاشارة اليها سابقا قرار رقم ٣٤١٦٣٠٩٤٤ لافتتاح برامج لقصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد للبنين وقرار رقم ٣٥١٦٨٨٢٥٦ لافتتاح برامج لقصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد للبنات و بالحاجة الماسة بضرورة واهمية التدخل العلاجي واستحداث برامج تربوية وعلاجية فعالة لذوي اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد .

كما تعزو الباحثة هذه النتائج الى فاعلية استخدام اسلوب العلاج النفسي الجماعي في البرنامج في تحسين مستوى الانتباه والتخفيف من حدة النشاط الحركي الزائد حيث ان هناك بعض الافراد اكثر استجابة للعلاج الجماعي اكثر من العلاج الفردي، كما ان الجماعات تساعد في العلاج لأنها توفر العضوية في الجماعة مأوى للعميل ومناخا صالحا لاتخاذ المبادرة والشجاعة في بدء اشياء جديدة وفي اقامة علاقات شخصية مع بعض الاعضاء مما يكسبه الثقة، وفي الجماعة فرصة جديدة للفضفضة والافصاح مما يجول ويعتل بالصدر وتحرير الانفعالات والمشاعر الحبيسة وتفريغ الشحنات الانفعالية ومن خلال الاتصال مع الجماعة تعمل على تشجيع الاعضاء على اكتساب الثقة في الاقتراب من الغير والتواصل معهم وايضا تنمية المهارات اللازمة في التعامل مع الغير، الاختلاط بالجماعة يخفض من شعور الانسان بأنه مهدد او خائف او عاجز او وحيد كما أنها تساعده على التخلص من النشاط الزائد الذي لا يساعده على اكتساب مودة الاخرين وتحسين العلاقة معهم(الخواجة، ٢٠١٤، ١٥) .

وبناء على ذلك فانه من الطبيعي تحسن مستوى الانتباه والنشاط الحركي الزائد لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بمستوى الانتباه والنشاط الحركي الزائد لدى أفراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لبرنامج الدراسة .

**نتائج الفرض الثاني والذي ينص على :**

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية على مقياس ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لصالح القياس البعدي .

اتضح من نتائج الفرض الثاني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجات التي حصل عليها افراد المجموعة التجريبية على مقياس ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي لدى الأطفال في القياس القبلي ومتوسط الدرجات التي حصلوا عليها في القياس البعدي لصالح القياس البعدي وهذا يؤكد لنا على صحة تحقق الفرض . تشير هذا النتيجة الى فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي المستخدم في التخفيف من أعراض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لأفراد المجموعة التجريبية.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسات ( البدرى، ٢٠١٥، الكرداوي ٢٠١٥، ذاكر، ٢٠١٥، Robinson, 2015، داهم، ٢٠١٥، الكاملي ٢٠١٣، عبدالقاسم ٢٠١٢، الحميد ٢٠١٢، البلوي ٢٠١١، البخيت، ٢٠١٠، lim, 2010، الحبيشي، ٢٠١٠، عيسى، ٢٠١٠ ) .

وتفسر الباحثة بناء على هذه النتيجة على أهمية البرامج العلاجية والارشادية التي تم اعدادها وفق اسس علمية والتي تركز على الجوانب النمائية والوقائية والعلاجية في مساعدة الأفراد على فهم ذواتهم وتحديد مشكلاتهم في ضوء معرفتهم ورغبتهم وتدريبهم لكي يصلون الى تحقيق الصحة النفسية والتوافق الشخصي والمهني والتربوي والاسري ( زهران، ٢٠٠٦، ١٣ ) .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء اعتماد البرنامج المعرفي السلوكي على مجموعة متنوعة من الفنيات المعرفية السلوكية القائمة على فكرة التعديل المعرفي للسلوك الذي يعتمد على التدعيم المتبادل بين المناهج المعرفية والسلوكية، حيث يجمع بين مكونات سلوكية كالنمذجة، والمهام المتدرجة، والتمرينات المعينة والتدعيم الذاتي، بالإضافة الى المكونات المعرفية التي تتمثل في الحوار الداخلي الذاتي، هذا الاتجاه العلاجي ساهم في إحداث تغييرات مرغوبة في الأطفال ذوي النشاط الزائد والاندفاعيين، (عبدالله، ٢٠٠٠، ٦٥-٦٦) .

وهذا ما اكده ملحم " بأن التطبيق العملي لأسس وتقنيات تؤخذ من مجالات المعرفة العلمية المتوافرة في المعالجات النفسية من أجل استراتيجية علاجية منظمة تكون مناسبة للحالة التي وضعت لها ( ملحم، ١٩٧، ٢٠٠٧ ) .

ومما ساهم ايضا في فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي المستخدم مع افراد المجموعة التجريبية في التخفيف من أعراض قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد استخدام بعض الفنيات التالية :

الحوار والمناقشة حيث ساهمت هذه الفنية في تحقيق التواصل اللفظي والانفعالي والاجتماعي بين الباحثة والتلاميذ والتلميذات وكذلك التلاميذ والتلميذات مع بعضهم البعض، وهذا ما اكده الزعبي "ان الحوار والمناقشة تعمل على تحقيق التواصل اللفظي والانفعالي والاجتماعي بين المعالج والعميل، وبين العملاء وبعضهم البعض، حيث تسهم هذه الفنية في تركيز الانتباه ونشيت المعلومات، والتغلب على مشكلات الملل وشروء الذهن أثناء الجلسات" (الزعبي، ٢٠٠٦، ٣٣٠) .



كما ساهمت فنية المراقبة الذاتية على تخفيف الأعراض المرضية لاضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد حيث ان الاطفال المصابين بهذا الاضطراب يعانون من نقص الوعي بالسلوك، بمعنى أن الأطفال الذين يعانون من هذا الاضطراب لا يدركون عواقب سلوكهم، ولذلك اصبح من المفيد تدريب التلاميذ والتلميذات على مراقبة السلوك الخاص بهم، كخطوة أولية لتطوير قدرتهم على السيطرة على الذات، حيث ان هذه الفنية ساعدتهم بكيفية ملاحظة جوانب معينة من سلوكهم و من ثم يقومون بعمل تسجيل أو تدوين موضوعي لسلوكهم، بدون تلقين أو تحفيز من الآخرين، وأثناء هذه العملية يتم المحافظة على الوعي الفعال لحدوث السلوكيات المستهدفة، التي تزيد القدرة على ضبط الذات. (Barkley, 2003).

كما ساعدت فنية التدعيم الايجابي افراد المجموعة التجريبية على القيام بالسلوكيات المرغوبة وهذا ما اكده الفقي " بأن اي فعل أو قول يؤدي تقديمه للعمل إلى زيادة احتمالات قيامه بالسلوك المرغوب فيه، ومن ثم فإن الهدف من استخدام هذه الفنية هو حث العميل على القيام بالسلوك المرغوب فيه، وتلاشي أي خطأ في أداء الأدوار أو عكسها، حيث إن عبارات التشجيع تحفز الفرد على إجادة السلوك وممارسته باستمرار. (الفقي، ٢٠٠١، ١٥٠).

كما ساهمت فنية الواجبات المنزلية من استفادة أفراد المجموعة التجريبية من الخبرات التي مروا بها ومن الأنشطة والتدريبات التي تدربوا عليها في الموقف العلاجي ونقلها معهم الى مواقف الحياة بشكل عام، كما ساهمت هذه الفنية على تحقيق مبدأ هام من مبادئ العلاج النفسي والمتمثل في استمرارية العملية العلاجية وعدم انفصالها. كما تعزو الباحثة فاعلية البرنامج الى التزام المجموعة التجريبية بالمواعيد والمهام ورغبتهم الكبيرة في الاستفادة من خبرة العلاج النفسي سواء كان الفردي او الجماعي، ويتفق هذا مع ما اكده (الداهري، ٢٠٠٥) " ان الالتزام رحلة لتحمل المسؤولية والاندماج وتحقيق النجاح ومع هذا الالتزام يكتسب العميل احساسا بقيمته وأهميته الذاتية . وبناء على ذلك فان اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد يمكن علاجه عن طريق توظيف بعض أساليب تعديل السلوك مع توظيف العمليات المعرفية من خلال العلاج المعرفي السلوكي.

#### توصيات الدراسة :

- في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وايضا في ضوء نتائج الدراسة الحالية قدمت الباحثة هذه التوصيات:
- الاهتمام بإعداد البرامج العلاجية وتطبيقاتها في المرحلة الابتدائية.
  - التوسع في انشاء فصول دراسية لذوي اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد في جميع مدارس المرحلة الابتدائية وتوفير كل الامكانيات والادوات والوسائل لمواجهة مشكلات واضطرابات الطفولة بشكل متكامل ومستمر.
  - أهمية وضرورة تقديم المساعدة والخدمات التشخيصية والعلاجية لجميع تلاميذ وتلميذات المرحلة وذلك للكشف والتدخل المبكر لمواجهة مشكلات واضطرابات مرحلة الطفولة وذلك لتجنب زيادة تأثيرها في المراحل اللاحقة.

- تأهيل المختصين النفسيين وتفعيل دورهم في جميع مدارس المرحلة الابتدائية وذلك لتحقيق الكفاءة والفعالية في تقديم الخدمات التشخيصية والعلاجية لجميع تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية .
- الاهتمام بالتدريب العملي لكافة معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية باحتياجات وبمشكلات واضطرابات الطفولة وكيفية التعامل معها.
- ضرورة اجراء برامج اسرية لا كسابهم الخبرات والمهارات في كيفية التعامل مع مشكلات واضطرابات الطفولة.
- اجراء دراسات مستقبلية حول البرامج العلاجية على بيانات مختلفة ومتغيرات لم تتناولها الدراسة الحالية.

#### بحوث ودراسات مقترحة :

- فاعلية برنامج تدريبي لإكساب مهارات تعديل السلوك لأسر أطفال قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد
- فاعلية برنامج تدريبي لإكساب مهارات تعديل السلوك لمعلمي ومعلمات أطفال قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي.
- الأساليب المعرفية وعلاقتها باضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال.
- الخلل البنائي والوظيفي في الأسرة وعلاقته باضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال.

## **Abstract**

### **EFFECTIVENESS OF COGNITIVE BEHAVIORAL PROGRAM FOR REDUCING SYMPTOMS OF ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER FOR A SAMPLE OF PUPILS FROM PRIMAY SCHOOL**

**By Khlood Suliman AL Somali**

#### **The study objective**

To investigating the effectiveness of a proposed cognitive behavioral program in reducing symptoms of Attention –Deficit Hyperactivity Disorder(ADHD) for primary school pupils who suffering from this disorder and discovering the effect of the decrease of the Attention –Deficit Hyperactivity Disorder.

#### **The Sample of the study:**

The sample of this study was performed on consisting of (10) of primary school pupils who suffering from ADHD and they were divided into two groups – a experimental group consisting of (5) pupils and a control group consisting of (5) pupils.

#### **The study tools:**

The study tools are cognitive behavioral program for reducing symptoms of Attention –Deficit Hyperactivity Disorder(ADHD) prepared by the researcher, Attention deficit Hyperactivity for children scale:(syed,1999), Socioeconomic level scale:( AlShaks,2006) and Drawing Test(Harris,2004)

#### **The study results:**

results of study are differences with statistical significance between the average of the rates of the experimental group in the prior measurement and the average of the rates of the same group in the subsequent measurement regarding Attention –Deficit Hyperactivity Disorder(ADHD), There are differences with statistical significance between the average of the rates of the experimental group and the average of the control group in the subsequent measurement regarding Attention –Deficit Hyperactivity Disorder(ADHD).

#### **The study recommendation:**

In light of finding of the study the research presented several recommendation:

Offering classroom for ADHD student in all primary schools The Importance of providing diagnostic and treatment services for all primary school pupils to face and early intervention for childhood problems and disorder.

## المراجع

## أولاً: المراجع العربية

- البخيت، حسنية محمد (٢٠١٠). فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي مقترح لعلاج اضطراب تشتت الانتباه والحركة الزائدة في ضوء المستوى الاقتصادي الاجتماعي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم درمان الإسلامية.
- البديري، كريم محمود (٢٠١٥). تأثير برنامج ترويحى رياضى على تعديل بعض سلوكيات الأطفال ذوي النشاط الزائد المصحوب بنقص الانتباه، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد، جمهورية مصر العربية.
- البلوي، فيصل ناصر (٢٠١١). فاعلية أسلوبى تكلفة الاستجابة والتعزيز الرمزي في معالجة ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم في المرحلة الابتدائية على عينة سعودية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
- الحبيشي، أمال بنت شليان (٢٠١٠). فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في خفض قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى تلميذات المرحلة الابتدائية في المدينة المنورة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية والعلوم الإنسانية، جامعة طيبة.
- الخشرمي، سحر أحمد (٢٠٠٨) العلاقة بين ضعف الانتباه والنشاط الزائد وصعوبات التعلم، دراسة تحليلية.
- داهم، أحمد فالح (٢٠١٤). فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الأطفال ذوي اضطراب الانتباه والنشاط الزائد، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
- ذاكر، محمد الأمين (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي قائم على المهارات الاجتماعية لخفض النشاط الزائد وقصور الانتباه لدى الأطفال الصم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أسيوط.
- رضوان، مايفيل على (٢٠١١). فاعلية برنامج علاجي في خفض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط الحركة لدى الأطفال الموهوبين ذوي عسر القراءة، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، ١١، ٥٧٩-٦١٩.
- الزعبي، أحمد محمد (٢٠٠٦). الصحة النفسية والعلاج النفسي، الرياض: مكتبة الرشد.
- زهران، حامد عبدالسلام (٢٠٠٦) التوجيه والإرشاد النفسي، ط٤ القاهرة، مكتبة عالم الكتب.
- الزيانت، فتحى مصطفى (٢٠٠٦). صعوبات التعلم: الأسس النظرية والتشخيصية والعلاجية. القاهرة، دار النشر للجامعات.
- شرقي، سميرة (٢٠٠٨) العلاقة بين اضطراب نقص الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي والأسلوب المعرفي التروي/ الاندفاع ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الحاج لخضر باتنة، الجزائر .
- الطيباني، علا والطيباني، مها (ابريل ٢٠١٣) فاعلية كل من التدخل الطبي و التدخل السلوكي في علاج نقص الانتباه - فرط الحركة لدى الاطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، ورقة مقدمة الى الملتقى الثالث عشر - الجمعية الخليجية للإعاقة. المنامة، البحرين .
- العاسمي، رياض نايل (٢٠٠٨) اضطراب نقص الانتباه المصاحب بالنشاط الزائد لدى تلاميذ الصفين الثالث والرابع من التعليم الاساسي " دراسة تشخيصية "، مجلة جامعة دمشق، العدد(١)، المجلد (٢٤) .
- عبدالقهيوم، أحمد مجاور (٢٠١٢). فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض اضطراب ضعف الانتباه لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣٦ (١)، ٨٣١-٨٦٨.
- عبدالله، عادل (٢٠٠٧). العلاج المعرفي السلوكي: أسس وتطبيقات. القاهرة: دار الرشاد.
- عيسى، يسري أحمد (٢٠١٠). فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالفن لخفض النشاط الحركي الزائد وتحسين الانتباه لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، ٢٣ (٢)، ١-٦٨.
- الفقي، أمال إبراهيم (٢٠٠١) أثر برنامج تدريبي لتعديل الانتباه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة بنها.
- اللقاني، احمد حسين (١٩٩٩) معجم المصطلحات التربوية في المناهج وطرق التدريس، القاهرة، عالم الكتب.
- الكامل، وفاء طه (٢٠١٣). فاعلية برنامج إرشاد باللعب لتنمية التفاعل الاجتماعي لدى عينة من أطفال الروضة ذوي النشاط الزائد. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة حلوان.

فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف أعراض اضطراب  
قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد  
خلود بنت سليمان جامع الصومالي

- الكرداوى، شريهان المهدي (٢٠١٥). فاعلية برنامج تدخل مبكر للحد من اضطرابات قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى عينة من الأطفال في تحسين مهاراتهم الاجتماعية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
  - محمدي، فوزية (٢٠١١) فاعلية برنامجين تدريبيين في تعديل سلوك اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه وتعديل صعوبة الكتابة، رسالة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح ورقله . الجزائر.
  - المرسومي، ليلي يوسف (٢٠١١). فاعلية برنامج سلوكي في تعديل سلوك أطفال الروضة المضطربين بتشتت الانتباه وفرط النشاط الحركي، صنعاء: المكتب الجامعي الحديث.
  - ملحم، سامي محمد (٢٠٠٧) مبادئ العلاج النفسي، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- ثانيا: المراجع الأجنبية .**

- AlModayfer, O., Alatiq, Y. (2015). A Pilot Study on the Prevalence of Psychiatric Disorders among Saudi Children and Adolescents: a Sample from a Selected Community. The Arab Journal of Psychiatry, 26(2), 184-192
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th Ed). Washington, DC.
- Barkley, R. (2003). Issues in the diagnosis of attention – deficit / hyperactivity disorder in children, *Brain & development*, 25, 77-83.
- Lim, C; Lee, T; Guan, C; Sheng, F. & Cheung, Y. (2010). Effectiveness of a brain computer interface based program for the treatment of ADHD, *A pilot study. Psychopharmacology Bulletin* 43 (1), 73-82.