



إشراق

الجمعية السعودية لاضطراب
فرط الحركة وتشتت الانتباه

SAUDI ADHD SOCIETY

adhd

التدخلات التعليمية
لاضطراب فرط الحركة
وتشتت الانتباه



#المعرفة بداية الحل



فهرس المحتويات

٤	العلاج الناجح
٥	العلاج الطبي
٥	العلاج التربوي
٦	العلاج السلوكي
٧	أهداف العلاج التربوي
٨	دور أولياء الأمور
٩	طبيعة تفاعل المعلم مع الطالب
١١	إجراءات الدعم التربوي في المدرسة
١١	مدى معرفة المعلم بالاضطراب
١٢	الإجراءات التي ينفذها المعلم
١٥	حقائق هامة عن العلاج يجب معرفتها
١٧	دور المعلمين في حالة أخذ التلميذ للدواء
٢١	الخاتمة



العلاج الناجح

من أهم عوامل نجاح العلاج معرفة الأسرة والمجتمع المحيط بالأشخاص ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه وكذلك وعي المجتمع بشكل عام بجميع خصائص الاضطراب والطرق الصحيحة للتعامل معها.

لابد من أن تكون الثقافة المعرفية مستمرة ودائمة وشاملة بحيث تشمل كل أفراد المجتمع حول الطفل وتشمل الأسرة بتقديم المساعدة من الأخصائيين والتربويين. العلاج يركز على التخفيف من آثار الأعراض على وظيفة الشخص وأدائه في الجوانب المختلفة من حياته.





العلاج الناجح هو العلاج الشمولي ذو الجوانب المتعددة، ويشمل

العلاج الطبي

أثبت العلاج الطبي نجاحه في ٨٠ - ٩٠ ٪ من الحالات. أكثر الأدوية المستخدمة في علاج اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه هي الأدوية المنشطة مثل رتالين أو دكسدرين أو ادراال أو كونسرتا وهناك أدوية أخرى تستخدم في العلاج منها الأدوية المضادة للاكتئاب أو الأدوية المخففة للضغط.

العلاج التربوي

يهدف إلى دعم الأشخاص ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه للوصول إلى أقصى قدراتهم أكاديمياً واجتماعياً من خلال استراتيجيات تربوية فعالة.





العلاج السلوكي

يركز العلاج السلوكي للأشخاص ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه على:

تدريب الوالدين على إدارة السلوك السلبي وزيادة السلوك الإيجابي.

تزويد الأشخاص ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه بمهارات فقدها بسبب الاضطراب بتدريبهم على السيطرة على أعراض الاضطراب وتخفيف حدتها والتخلص من السلوكيات غير الملائمة.

يعمل على تدريب الأشخاص ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه على المهارات اللازمة للتعامل وزيادة الثقة بالنفس وزيادة التركيز وتطوير مفهوم الذات وضبط النفس.





أهداف العلاج التربوي

يهدف العلاج التربوي لاضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه لمساعدة الطفل للوصول إلى أقصى قدراته أكاديمياً واجتماعياً، فالمدرسة لها تأثير قوى وفعال في مساعدة الطفل، ودراية المعلم بهذا الموضوع جدا مهمة، حيث أن ردة فعله وتعامله مع الطفل سيختلفان تماماً عند معرفة سبب سلوكياته. وقد يكون أول من يكتشف المشكلة ويحول الطفل إلى العيادة بعد موافقة الأهل.

لابد للتربوي الناجح من معرفة مراحل النمو للأطفال حتى يتعرف على ما هو شاذ وما هو طبيعي لهذه المرحلة لتقديم العلاج والوقاية معاً ومن المعلومات ذات القيمة للقيام بدور تربوي فعال هي التعرف على اضطرابات الطفولة كاضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه، وبما أن السمة البارزة للطلبة ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه هي عدم قدرتهم على البقاء في مقاعدهم وعدم تمكنهم من إنهاء المهام التعليمية المطلوبة منهم، ووجود أحد هؤلاء الطلبة في الصف يشكل تحدي لمعلم التعليم العام فهو غير معد تربوياً للتعامل مع تلك المشكلة السلوكية والتربوية لعدم وعيه بالاضطراب وهذا قد يدفع المعلم أن يسيء تفسير سلوك الطفل ذو الاضطراب ويعتبر تصرفه عمل متعمد وصورة من صور تحدي سلطة المعلم فيلجأ للعقوبة ويدخل كلاً من المعلم والطالب في حلقة مغلقة من سوء التفسير وسوء السلوك بشكل يؤثر سلبياً على النواحي الأكاديمية النفسية والاجتماعية لهذا الطالب.



دور أولياء الأمور

- إعطاء الطفل المحبة من دون شروط.
- التدريب على التعامل الصحيح مع الطفل.
- التواصل مع المدرسة والمعلم ومتابعة التقارير الخاصة بالطفل.
- إيجاد نقاط القوة لدى الطفل والعمل على تنميتها.
- العمل كمدافع عن حقوق الطفل.
- متابعة دواء الطفل وفعاليتها في المدرسة وخلال جلسات الواجبات المنزلية.





طبيعة تفاعل المعلم مع الطالب

هناك ثلاث محاور أساسية مهمة تؤثر على تعامل المعلم مع الطالب ذو اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه وهذه المحاور تشمل:

1- مدى معرفة المعلم بالاضطراب:

معرفة المعلم بالاضطراب تعد أهم المحاور لأن فهم سلوك الطلاب ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه مهم جدا للتعامل معهم ودعمهم داخل الصف وخارجه.



مثال: عدم إتقان المهام أو إنجازها بنفس المستوى في كل مرة من الصفات الملازمة للطلاب ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه. فالطالب قد ينجح مهمة في يوم ولا ينجحها في اليوم الذي يليه.



2- صفات المعلم الشخصية

الصفات الشخصية للمعلم تعتبر عامل تأثير مهم في التعامل مع الطلبة ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه ومن أكثر الصفات تأثيراً هي المرونة فعندما يكون لدى المعلم توجه للتعديل والتغيير في التعامل مع المشكلات الصفية والسلوكيات المختلفة في التعامل مع الطلاب ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه فإنه حتماً سيواجه النجاح في التغلب على هذه السلوكيات.

3- أسلوب التدريس

الأسلوب الذي يستخدمه المعلم في التدريس داخل الصف من أهم العوامل المؤثرة على الطلاب ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه، فيجب على المعلم اختيار الأسلوب المناسب في تدريس هؤلاء الطلاب بما يستثير دافعيتهم ويجذب انتباههم ويوظف حركتهم بشكل إيجابي مما يقوي نقاط الضعف لديهم ويعزز دافعيتهم نحو التعلم.





إجراءات الدعم التربوي في المدرسة

هناك إجراءات تقوم بها الإدارة المدرسية وأخرى يقوم بها المعلم لإيجاد بيئة تربوية ملائمة للطلاب ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه:

أولاً: مدى معرفة المعلم بالاضطراب

في البدء ينبغي التعرف على هوية الطالب كطالب ذو اضطراب فرط حركة وتشتت انتباه (ADHD) وذلك من خلال إتباع التالي:

إحالة الطالب إلى طبيب الأطفال والذي بدوره سيحيله إلى فريق عمل طبي.

توعية العاملين بالمدرسة والطلبة والأهالي بالاستعانة بذوي الاختصاص.

تشكيل فريق عمل مدرسي مكون من مدير المدرسة، المشرف الطلابي، الأخصائي النفسي،

معلم الطالب، معلم التربية الخاصة والوالدين والطالب نفسه، لعمل خطة علاجية بالتنسيق مع الفريق الطبي.

تشجيع الجو الاجتماعي الإيجابي بين الطالب وزملائه.

التقييم المستمر للطفل.

التعديل في الخطة العلاجية وفقاً لتوصيات الفريق متعدد التخصصات.



ثانياً: الإجراءات التي ينفذها المعلم

يؤثر المعلم على أداء الطالب من خلال الأساليب التالية:

أ-تعديل طرق التدريس

ينتبه الطلاب ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه للمعلمين عندما يقدمون التعليم على نحو منظم ومبتكر، فتعديل المواد التعليمية بطريقة تعزز التوافق بين مهارات الطلبة والمنهاج والتنوع في استراتيجيات التدريس واستثارة التفكير يحسن انتباه الطلبة ذوي الاضطراب.

فيما يلي بعض الإرشادات المساعدة في دعم الطلاب داخل الصف:

- وضع قواعد صفيّة واضحة وإيجابية للطلاب.
- السماح للطلاب ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه بتفريغ الحركة من خلال توظيفها في عملية التعلم باستخدام أنشطة موجهة.
- التهئية للانتقالات: يلزم تقديم التذكيرات المسبقة للطلاب ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه عند الانتقال من نشاط لآخر أو عند البدء في مهام جديدة ومساعدتهم في التحضير لنهاية اليوم والعودة إلى المنزل.
- توظيف استراتيجيات الدعم عن طريق الأقران في عملية التعلم مما يساعد الطلبة ذوي الاضطراب على تكوين علاقات إيجابية، وتطوير مهاراتهم الأكاديمية وإكسابهم السلوكيات المناسبة وتعزيز مفهوم الذات.



ب-التواصل الفعال مع الطالب

يمثل حجر الأساس في زيادة احتمالية فهم الطلبة للتعليمات داخل الصف، فمن الأمور التي تهيئ الطلبة لتلقي التعليمات:

- الاقتراب من الطالب.
- توفير التواصل البصري.
- تقديم المعلومات بحيث تكون واضحة ومختصرة مع التركيز على كلمات رئيسية.
- تغيير نبرة الصوت عند تقديم المعلم للمعلومات بما يناسب أهميتها.
- البحث عن مفتاح التواصل الناجح وفق نمط ذكاء الطالب سواء بصري، أو سمعي، أو حركي، أو اجتماعي، أو بيئي، أو ذاتي، أو رقمي.
- تقديم المحفزات والمعززات الإيجابية سواء: مادية أو معنوية.
- التركيز على دعم السلوكيات الإيجابية للطلاب وتعزيز إنجازاته
- وان كانت بسيطة.





ج- تنظيم البيئة الصفية

يجب أن يكون الصف خالي من المشتتات.

تتوفر فيه إضاءة وتهوية جيدة.

يجب مراعاة اختيار مقعد الطالب في مكان قريب للمعلم وبعيد عن المشتتات ومصادرهما كالأبواب والنوافذ.

يلزم توفير مقاعد وكراسي مريحة، وتوفير الوسائل المساعدة على تفريغ الحركة مثل الكرات المرنة، طاولات

ذات عجلات، وتوفير أدراج منظمة للتخزين.

وضع نشرة القواعد الصفية في مكان بارز وواضح للطلاب.





حقائق هامة عن العلاج يجب معرفتها

- قد يبدو الأطفال ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه أقل ذكاءً من أقرانهم لأنه لا يستخدمون ذكاءهم بشكل كافٍ بسبب تشتت الانتباه، ولكن عند تلقيهم للدعم المناسب يتبين أنهم يتمتعون بمستوى ذكاء عادي أو متفوق.
- من غير المعروف بالضبط عدد الأطفال الذين تتحسن حالاتهم مع تقدم العمر، إلا أن هناك حوالي الثلث إلى النصف منهم تستمر لديهم الأعراض، لذلك ينبغي تقديم الدعم اللازم في سن مبكرة.
- قد يبدي الطفل تحسناً باستخدام العلاج الدوائي، ولكن قد تزداد حاجته له خلال فترة نموه ليتعلم الكثير من المهارات، بالإضافة للتحصيل الأكاديمي.
- العلاج الدوائي له أعراض جانبية، ولكن فوائده أكبر.
- الأعراض الجانبية للدواء تختلف من دواء لآخر ومن طفل لآخر.
- يمكن أن يستخدم الأبوين العلاج السلوكي مع كل الأبناء بدون استثناء.



- كل الأدوية لا تزيل أعراض اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه وإنما تسيطر عليها لفترة زمنية تتراوح ما بين ٤-١٢ ساعة.
- إن تأخير العلاج غالباً ما يؤثر على نمو الطفل اجتماعياً ونفسياً.
- العلاج السلوكي ليس سحراً يزيل الاضطراب عن الطفل بل هو برنامج يساعد الطفل على خفض أو إزالة السلوك غير الملائم وزيادة احتمال عدد مرات ظهور السلوك الملائم.
- العلاج السلوكي يعمل على تدريب الطفل على المهارات اللازمة للتعامل بنجاح مع المواقف المختلفة في البيت والمدرسة والبيئة المحيطة.
- العلاج السلوكي يؤدي إلى زيادة قدرة الطفل على التفاعل والتقبل الاجتماعي.
- العلاج السلوكي يساعد الطفل على التغلب على المظاهر والمشكلات المصاحبة للاضطراب بضبط النفس، والتحكم في استجاباته، زيادة دافعه وإصراره على إنجاز العمل، وزيادة التركيز أثناء أداء المهام بما يكفل له النجاح أكاديمياً واجتماعياً ومهنيّاً.



دور المعلمين في حالة التلميذ للدواء

يجب على كل أفراد المدرسة أن يكونوا متعاونين في ملاحظة الطالب وفي التواصل مع الأهل والأطباء إذا أمكن.

يجب على المعلم أو المعلمة تدوين ملاحظاتهم حول سلوك الطالب تحت تأثير العلاج وتزويد الأطباء بها حتى يتم الوصول إلى الجرعة المناسبة والفعالة للعلاج.

يحتاج الفريق المعالج أن يتواصل مع المعلم ويكون صورة واضحة عن تأثير الدواء على أداء الطالب الأكاديمي وسلوكه.





نصائح مفيدة

- اطلب العون والمساعدة فلا يوجد أحد قادر على معرفة كل شيء.
- لا تنس أن تتواصل مع زملائك في المدرسة والمشرفين للتوصل إلى أفضل السبل لدعم هؤلاء الطلاب.
- لا تعتبر الطالب كسولا عندما يكون أدائه تحت المستوى المطلوب.
- لا تستغرب من تناقض أدائهم فالتفاوت في الأداء هو من الصفات المميزة للأشخاص ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه.
- لا تفقد الأمل من أي طالب فهؤلاء الطلاب هم بحاجة لك كتربوي وإيمانك بهم سيجعلهم قادرين على النجاح رغم الصعوبات.
- تواصل مع أهل واعمل معهم على تكوين فريق لدعم الطالب.
- لا تجعل نفسك محاطاً بالأصدقاء السلبيين والذين لا يكفون عن انتقاد الطلاب والبعيدين كل البعد عن أسلوب التفكير المتفهم والمتسامح.
- لا تستمع للأساتذة السابقين الذين يحاولون تصوير الطالب بصورة سلبية بل اعط الطالب فرصة وتوقع الأفضل.
- لا تنسى الطالب الذي يجلس دائما في الخلف والذي قد تمر عليه السنة الدراسية ببساطة دون مشاركة فهؤلاء الطلاب هم الأكثر حاجة لدعمك وتدخلك.



التغيرات والتعديلات على الامتحانات وأساليب التقويم

- تجنب إعطاء الاختبارات المكتوبة بخط اليد.
- قم بتدريب الطلاب على مختلف أنواع أسئلة الاختبارات.
- توفير مساحة كافية للحل في الاختبار.
- درب الطلاب على استراتيجيات ومهارات القيام بمختلف أنواع الاختبارات (صح/خطأ، الخيارات المتعددة، املاً الفراغات).
- قم بقراءة أسئلة الاختبار على التلاميذ.
- قم بقراءة الأسئلة مجدداً للطلاب الذين يحتاجون لإيضاحات إضافية.
- قم بتقسيم الاختبار لعدة أجزاء والقيام بها في أيام مختلفة بدلاً من اختبار واحد طويل.
- قم بإجراء الاختبارات المتكررة والقصيرة للوحدة الدراسية، وقم بالمراجعة في اليوم التالي فذلك يساعد على تحسين فهم الطلاب للمادة.
- عند الحاجة يمكن إجراء الاختبار للطلاب لوحده أو في مجموعة صغيرة بإشراف معلم التعليم الخاص.
- خصص بعض الاختبارات التي يتم أخذها وإنجازها في المنزل للتمرين وكسر الروتين.



- لا تحاسب على الأخطاء الإملائية أو النحوية في الاختبارات التي تعتمد على قياس مدى الإلمام بالمحتوى.
- في مادة الإملاء قم بإعطاء عدد أقل من الكلمات للطلاب الذين يعانون من صعوبات إملائية (ينبغي أن تملي عليهم تلك الكلمات أولاً في الاختبار قبل الطلاب الآخرين).
- تعاون مع الأهل للتدريب على الاختبارات في المنزل.
- تعاون مع معلم صعوبات التعلم لكتابة أسئلة الاختبارات المعدلة عند الحاجة لكتابة جمل أقصر، ومصطلحات أسهل ونموذج أسهل للقراءة.
- السماح للطلاب باستخدام الآلة الحاسبة وجدول الضرب في اختبار الرياضيات الخاص بمهارات حل المسائل وليس للحساب.
- تشجع الطلاب على مراجعة إجاباتهم مرتين وثلاث مرات للتحقق من عدم وجود أي أخطاء قم بالثناء والتشجيع دائماً فهؤلاء الطلاب تكون ثقتهم بأنفسهم متدنية في معظم الأحيان.
- قم بمراجعة نموذج الاختبار لبعض الطلاب عند الحاجة (مثل تقليل عدد العناصر المكتوبة في الصفحة تكبير الخط، زيادة المسافة بين العناصر المكتوبة)
- قم بتجربة جميع طرق الاختبار مشاركة ومناقشة «استراتيجيات إجراء الاختبار».
- في حال صعوبات الكتابة أو ضعف الخط يسمح للطلاب باستخدام جهاز الحاسب الآلي للكتابة.



أعضاء اللجنة الدائمة



الخاتمة

جميع المعلومات المذكورة وضعت لتأمين المساعدة لكم
بعد استشارة اللجنة الطبية والنفسية.

إشراق

الجمعية السعودية لاضطراب
فرط الحركة وتشتت الانتباه

SAUDI ADHD SOCIETY



920009973

www.adhd.org.sa

info@adhd.org.sa



@adhdarabia