

## ماذا تعرف عن فرط الحركة وتشتت الإنتباه ADHD

هو درجة غير طبيعية من النشاط الحركي الزائد وضعف التركيز تكون موجودة في أكثر من مكان مثلاً في البيت و المدرسة والسوق، وليس فقط في موقع واحد، وتعتبر هذه النقطة مهمة جداً في الحكم على المشكلة، حيث تفرقها عن مشكلات سلوكية أخرى، وهي ناتجة عن مشكلات وظيفية تؤثر على المستوى التعليمي للطالب، مع أن معدل ذكاءه طبيعي أو فوق الطبيعي، وتؤثر سلباً على الطفل لاعتقاده أنه أقل قدرة من غيره وهذا غالباً ما يكون شعور المحيطين به إذا لم يكونوا مدركين لحقيقة المشكلة وأبعادها الحقيقية.

وعادة ما تبدأ مؤشرات فرط الحركة الشديد في الظهور من الشهر الخامس من الحمل حيث يظهر الجنين حركة فوق المعتادة داخل الرحم، وتظهر بعض أعراض فرط الحركة وتشتت الإنتباه الجلية على معظم الأطفال المصابين قبل سن المدرسة، ولا بد أن نميز بأن كثير من الأطفال يكونوا في فترة من فترات حياتهم مشاغبين ودرجة حركتهم زائدة بعض الشيء أو درجة انتباههم ضعيفة نوعاً ما، وكثير من المدارس لديها أطفال يعانون من هذه المشكلة، لكن قلة من المعلمين لديهم المعلومات الكافية عن كيفية التعامل مع الطفل الذي يعاني من مثل هذه الحالة.

فالأطفال الذين يعانون من فرط النشاط الحركي ليسوا بأطفال مشاغبين، وفوضويين، وعصبيين، وعنيفين، ومخربين أو عديمي التربية كما يعتقد الكثيرون، لكنهم أطفال لديهم مشكلة حقيقية لها تأثير سيء على تطور السلوك والقدرات والذكاء والعلاقات الاجتماعية، ويواجه أسر هؤلاء الأطفال صعوبات كثيرة بالإضافة إلى المجهود الكبير الذي يبذلونه في التعامل مع هذا الطفل، فهم متهمين من قبل الجميع بعدم قدرتهم على التربية، وهذا بحد ذاته يسبب ضغط نفسي اضافي، فينتج عن ذلك قسوة في التعامل مع الطفل، ولكن بدون فائدة، كما يؤدي إلى فهم تراكمي خاطيء عن سلوك الطفل والاعتقاد بأنه لا يمكن له تحسين أداؤه بشكل أفضل مما هو عليه.



وتعتمد الدراسات الخاصة بتحديد نسبة إنتشار الإضطراب على العديد من المعايير الخاضعة للدراسة ومن أهمها تأثيره على مهارات التعلم النمائية والإدراكية والأكاديمية، إضافة إلى تأثيره على العلاقات الاجتماعية والتأثير السلوكي، ومن هنا فإن أهم الدراسات التي إهتمت بهذا الجانب قد حددت نسب إنتشار تتراوح بين ٢٠% إلى ٣٠% من أفراد المجتمع وخاصة في الفئة العمرية من الميلاد وحتى سن المراهقة، حيث يظهر بوضوح تأثير وجود الاضطراب على النواحي المذكورة.

ومن أهم الصفات التي يتصف بها الطفل في مثل هذه الحالة: (تشتت الإنتباه، وفرط الحركة، والإندفاعية)، ويعتمد التشخيص في معظم دول العالم على وجود الصفات الثلاث أو أحدها، ووجود تلك الصفات بدرجات متفاوتة عند الأطفال تؤثر تأثيراً مباشراً على تطور مهارات الطفل ودرجة تحصيله العلمي، فكثير من الأبحاث اثبتت ان نسبة كبيرة منهم يعانون من صعوبات في التعلم النمائية والإدراكية والأكاديمية كما أسلفنا.

زيادة الحركة والصعوبة في ضبطها مثل النشاط الحركي الزائد وسرعة الحركة أو تحريكه لما حوله بشكل منظم أو عشوائي، أو الصعوبة في التركيز والبقاء على المهمة مثل الإنتقال من نشاط إلى آخر قبل إتمامه أو التركيز في تفاصيل غير مهمة لعملية لتعلم، أو السلوك المتهور دون التفكير بالعواقب مثل اللعب العنيف مع الأقران والقفز للنتائج، أو الرغبة في عدم الالتزام بالقواعد والتعليمات، كلها من أشكال أو أنواع الاضطراب، وظهور أحدها أو بعضها أو كلها من خلال التقييم يؤكد وجود الإضطراب.

كما نؤكد ضرورة إستبعاد وجود أمراض أو إعاقات حسية قد يكون لها تأثير سلبي على السلوك، وقد تظهر على أنها مؤشرات لوجود الاضطراب ولكنها في الحقيقة ليست كذلك، ما يوجب الاهتمام جداً بمعرفة وجود إختبارات وفحوصات طبية وسلوكية، إجرائية وإحصائية تُجرى عن طريق فريق متعدد التخصصات، لأن الأعراض تتداخل مع اعراض مشكلات نفسية وسلوكية أخرى كثيرة.



وينقسم التدخل المناسب للأطفال ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه ADHD إلى ثلاثة محاور:

١- المساعدة التعليمية:

قد يحتاج بعض الاطفال الذين يعانون من مشاكل وصعوبات في التعلم (وهذه ليست لها علاقة بمستوى الذكاء) إلى مساعدة خاصة في تغيير أساليب وإستراتيجيات التعليم المستخدمة معهم حيث يمكن أن يستفيدوا من بعض الحصص الاسبوعية المخصصة لصعوبات التعلم.

٢- العلاج السلوكي:

وهو مهم جدا حيث يوضع برنامج خاص للطفل ينفذ في البيت بالتعاون مع الاهل، وفي المدرسة بالتعاون مع المعلم. ويعتمد على إستراتيجيات بناء وتعديل السلوك وهو جدا فعال اذا نفذ بطريقة صحيحة.

كما أن للمدرسة التأثير الفعال في مساعدة الطفل، فدراية المعلم بهذا الموضوع مهمة جداً، وتكمن مهارته وابداعه وتميزه عن الاخرين في تغيير مسار هذا الطفل الذي يواجه صعوبات مختلفة إلى المسار الصحيح، فهو الاساس في خطة العلاج، ويتعاونونه وتفهمه لخطة العلاج السلوكي وتنفيذها باحترافية يمكن أن نستغنى عن العلاج بالادوية.

٣- العلاج الطبي:

يمكن للطبيب الإستشاري المختص "فقط" وصف بعض الأدوية الفعالة التي تساعد الطفل على الهدوء وتخفيف فرط الحركة وتزيد التركيز، بناء على حاجته الحقيقية وبجرعات تتناسب مع عمره ووزنه وحدة مشكلته، والتي لا تخلو من بعض الاعراض الجانبية والتي نحب دائما أن يكون الاهل على علم بها كالارق، وفقدان الشهية، والعصبية أو فقدان الرغبة في المشاركة الجماعية، وكل هذه الأعراض مؤقتة تنتهي بعد عدة أيام أو تقل إلى حدها الأدنى المقبول، كما أن هناك بعض الأعراض التي لا تحدث باستمرار مثل الصداع، أو الدوخة، أو الغثيان، أو احمرار في الجلد، ويمكن للطبيب المختص إعطاء النصائح المناسبة للتعامل معها.

د. سامي بن مصطفى السقا

إستشاري التربية الخاصة والتأهيل السلوكي

