



اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة والمشكلات الحسية

يعتبر اقتحام المساحة الشخصية للأفراد والاضطراب المفرط أمام العامة والتملل والاحراج المستمر من علامات اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه ومشكلات المعالجة الحسية . فالبرغم من كونهم أعراض ومشكلات مختلفة، إلا ان بينهم تداخل كبير ويمكن حدوثهم بالتزامن سوياً. لذا، تم تصنيف بعض الاختلافات الرئيسية في هذا الجدول للتمييز بين اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه ومشكلات المعالجة الحسية.

مشكلات المعالجة الحسية	اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه	ما هي؟
هي حالة من الحساسية المفرطة أو حالة من اللامبالاة تجاه مدخلات الحسية ، مثل: المناظر والأصوات والروائح والتكهات والأقمشة.	هي الحالة البيولوجية للطفل التي تجعل من الصعب عليه التركيز أو الجلوس بلا حراك أو هدوء.	
<p>الحساسية المفرطة:</p> <ul style="list-style-type: none"> يواجه صعوبة في التركيز، فلا يمكنه استبعاد المشتتات. يكره التلامس. ينهار أو يهرب أو يشعر بالضيق في الأماكن المزدحمة أو الصاخبة الحافلة بالضوضاء. يخشى على سلامته، حتى وإن لم يوجد خطراً حقيقياً. يواجه صعوبة في الالتزام بالأعمال الروتينية الجديدة والأماكن الجديدة والتغييرات الأخرى. سرعان ما يتغير مزاجه ويتحرك ويتجول، حيث لا يمكنه الشعور بالراحة. 	<ul style="list-style-type: none"> يبدو كشخص قلق أو يعيش في أحلام اليقظة. يبدو وكأنه لا يستمع. عرضه لنوبات الغضب أو حالات الانهيار، نتيجة لفقدانه السيطرة على انفعالاته. يعاني من أجل التنظيم وانهاء المهمات. سرعان ما يشعر بالضجر والضيق، إن لم يكن النشاط ممتعاً للغاية. لديه صعوبة في اتباع التعليمات. يواجه صعوبة في الانتظار فهو غير صبور ولا ينتظر دوره. يتحرك باستمرار. يشعر بالملل و يعبت بكل شيء. 	علامات قد تلاحظها
مشكلات المعالجة الحسية	اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه	
<ul style="list-style-type: none"> الحاجة المستمرة للمس الأشخاص أو الأشياء. لديه صعوبة في المساحة الشخصية للآخرين. يبدو كشخص أحمق وغير متعاون. ييدي تحملاً شديداً للألم. يلعب بخشونة متحملاً مخاطر بدنية. 	<ul style="list-style-type: none"> مقاطعة الناس وافشاء الأمور والتكلم على نحو غير لائق. لا يدرك عواقب الأمور ونتائج أفكاره. يلعب بخشونة متحملاً مخاطر بدنية. 	
<ul style="list-style-type: none"> يمكن أن يسبب شعوره بالقلق في الأماكن الصاخبة ورغبته في تجنب الأماكن المزدحمة أن يواجه الطفل 	<ul style="list-style-type: none"> لديه مشكلة في تطبيق القواعد الاجتماعية، مما يجعل تكوين الصداقات والحفاظ عليها أمراً شاقاً. 	التأثير العاطفي والاجتماعي



<p>صعوبة بأن يصبح طفل غير اجتماعي. فقد يتحاشاه أقرانه نتيجة للعبة العنيف أو لعدم احترامه لمساحته الشخصية.</p>	<p>لذا، يمكن للتقييمات السلبية المتكررة بشأن تصرفاته القصور في الانتباه أن تؤثر على ثقته بنفسه وتقديره لذاته والتحفيز ويشعر الطفل وكأنه طفل مئ.</p>	
<p>الأخصائي النفسي لطب الأطفال الأكلينيكي: يقدم العلاج السلوكي للأطفال لتعليم السلوك للطفل وتوجيه سلوكياته وأفعاله وتفاعلاته. بالإضافة إلى تقديم العلاج السلوكي المعرفي لمساعدتهم في المشاكل العاطفية المتعلقة باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه. كذلك تشخيص مشاكل الصحة العقلية و اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه التي قد تحدث، مثل: مشاكل القلق والتوتر. علاوة على ذلك، قد يقيم المشاكل التعليمية. أطباء الأطفال والاختصاصيين المتمرسين لتنمية السلوك للأطفال : يصف العلاج للتوتر والقلق للتخفيف من استجابات الهلع والذعر أخصائي العلاج المهني: لمساعدة الأطفال على تعلم مهارات التكيف مع الحالات والأوضاع الصعبة. الجميع يشارك في تقديم علاج التكامل الحسي الذي يساعد الأطفال على كيفية الاستجابة للمدخلات الحسية بطريقة سليمة.</p>	<p>أطباء الأطفال والمرضى المتمرسين لتنمية السلوك للأطفال : هم من يقوموا بتشخيص اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه والتوصيف الطبي له. حيث يبحث الأطباء النفسيين عن المشاكل الأخرى، مثل: مشاكل الشعور بالقلق. الأخصائي النفسي لطب الأطفال الأكلينيكي: يقدم العلاج السلوكي للأطفال لتعليم السلوك للطفل وتوجيه سلوكياته وأفعاله وتفاعلاته. بالإضافة إلى تقديم العلاج السلوكي المعرفي لمساعدتهم في المشاكل العاطفية المتعلقة باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه. كذلك تشخيص مشاكل الصحة العقلية و اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه التي قد تحدث، مثل: مشاكل القلق والتوتر. علاوة على ذلك، قد يقيم المشاكل التعليمية. الطب النفسي العصبي للأطفال: يمكنه تشخيص اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه والمشاكل العامة للصحة العقلية التي قد تحدث للأطفال، مثل: القلق. علاوة على ذلك، قد يقيم المشاكل التعليمية. المعالج التعليمي ومدربي التنظيم: العمل على التنظيم ومهارة إدارة الوقت.</p>	<p>يمكن أن يساعد المختصون بـ</p>
<p>مشكلات المعالجة الحسية</p>	<p>اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه</p>	
<p>يجب ان يحصل الأطفال على برنامج التعليم المنفرد، تحت بند " الإعاقات الصحية الأخرى "، خاصة وإن كان يعاني أيضًا من اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه. ومن ضمن الأمثلة على خطة الإقامة: • توفير مقاعد بعيدة عن مصادر التشتت والضوضاء. • الفواصل الحسية. • النشاط البدني للمساعدة على تنظيم المشاعر والسلوك والحاجة إلى الحركة. • سماعات إلغاء الضجيج وسماعات الأذن للحد من المحفزات والمثيرات</p>	<p>يجب ان يحصل الأطفال على برنامج التعليم المنفرد، تحت بند " الإعاقات الصحية الأخرى ". ومن ضمن هذه الأمثلة: • تمديد وقت الفحص، ومن ضمنها: الاختبارات القياسية. • توفير مقعد مقرب من المدرس وبعيدًا عن مصادر التشتت. • توفير مكان خاص وكبير للعمل لإتمام وانجاز الأعمال والمهام. • العلامات أو الإشارات الغير لفظية أو بطاقات الصور لجذب انتباه الطفل. • تقسيم الواجبات الوظيفية إلى مجموعات أصغر.</p>	<p>ما الذي يمكن أن تقدمه المدرسة</p>



<ul style="list-style-type: none"> • في الأماكن المزدحمة كالتجمعات. • توفير مقعد يتناسب معه مما يمكنه من وضع قدميه بشكل مستوي على الأرض وراحة مرفقيه على المكتب. • وضع وسائد ضخمة ووسائد منفوخة، مما يمكنه من الجلوس في مقعده. 	<ul style="list-style-type: none"> • أوراق عمل للأسئلة. • جداول صور أو جداول مكتوبة للأنشطة اليومية. • استراحات حركية. 	
<ul style="list-style-type: none"> • تتبع النمط السلوكي للطفل، لذا يمكنك التنبؤ بمواقفه الصعبة. • إعداد طفلك للتجمعات الاجتماعية أو المواقف الجديدة، لذا يمكنه معرفة ما ينتظره ويتوقعه. • جعل سدادات الأذن في متناول اليد. • إيجاد وسائل طاقة الطفل مثل: ممارسة الأعمال الروتينية أو الرياضة أو الموسيقى. • تعليم طفلك مواطن الخطر التي لا يمكنه استشعارها مثل: البرد القارس والحارة الحارقة. • شراء الصحون والأطباق المقسمة، إن كان يتضايق من خط أو لمس الأطعمة المختلفة. • تثبيت واستخدام مفاتيح الضوء المعتمة والمصابيح الملونة لتعديل الاضاءة والانارة. • التسوق مع الطفل، لذا يمكنه اقتناء ما يناسبه من ملابس. • البحث عن الملابس السلسلة ذات أقمشة ناعمة وعالية الجودة. 	<ul style="list-style-type: none"> • وضع قواعد والالتزام بها لمساعدة الطفل على التفكير قبل التصرف. • عمل روتين يومي وطقوس لتحقيق النظام. • تجزئة المهام وتقسيماها لوحات أصغر. • استخدام المحفزات المرئية مثل: القوائم المرجعية وورقة الملاحظات اللاصقة لمساعدة الطفل على التركيز والحفاظ على النظام وأداء الأمور. • السماح بفترات الراحة في أوقات المذاكرة وأداء الواجبات المنزلية. • إنشاء مكان مخصص ومنظم للمذاكرة وأداء الواجبات المنزلية. • تنظيم حقيبة الظهر والتأكد من نظافتها بانتظام. • الانذار المسبق عن عمل تغييرات في الجدول وشرح وتوضيح ما يمكنه توقعه في المواقف الجديدة. 	<p>ما يمكن تقديمه بالمنزل</p>

يمكنك تعلم المزيد عن كيفية تشخيص حالة اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه وكيفية تجنب مواطن القلق. اكتشف وتعلم كيفية تجنب نوبات الغضب وحالات الانهيار ومعرفة الفرق بينهما. والحصول على المزيد من الاستراتيجيات لمساعدة الأطفال في مشاكل المعالجة الحسية وأداؤها بالمنزل.

كل هذا من خلال كتاب استراتيجيات التكامل الحسي ..

المؤلف د/بهاء الدين جلال

مدير مركز هيلب للشرق الأوسط وشمال افريقيا