مجلة مركز البحوث التربوية جامعة قطر السنة الحادية عشر العدد الواحد والعشرون يناير ٢٠٠٢ ص ص: ٢٢١ـ ٢٢٨

فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات القلق الشائعة لدى عينة من الأطفال بدولة قطر *

د. أسماء عبد الله محمد العطية **

مقدمة :

يعد الاهتمام بالطفولة من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع وتطـــوره ، فهذا الاهتمام هو في الواقع اهتمام بمستقبل الأمة ، فإعداد الأطفال ورعايتهم فـــي كافة الجوانب هو إعداد لمواجهة التحديات الحضارية التـــي تفرضـــها مقتضيـــات التطور والتغير السريع الذي نعيشه اليوم.

فمرحلة الطفولة بما لها من أهمية من حيث الخصائص والمعدلات النمائية فـــي حياتنا تستوجب ألا يكون الطفل خلالها عرضة لاضطرابات عنيفة تزلزل أســـاس شخصيته في المراحل النمائية المتتالية فيما بعد ولابد أن نضمن له مناخـــا هادئـــا مستقرا يسوده الهدوء والاستقرار النفسي . وحيث أن مرحلة الطفولة تعـــد فـــترة حساسة أكثر من أية مرحلة عمريه أخرى فإن الطفل يكون فيها أكـــثر عرضـــة واستهدافا لنمو أشكال من السلوك الدال علـــى ســـوء التوافـــق النفســـي .(فيـــولا الببلاوي،١٩٩٠،ص ص٣-٤).

ويواجه الطفل اليوم في العالم المعاصر وفي ظل الألفية الثالثة العديد مـــن المشكلات والاضطرابات والمشكلات النفسية التي يتعرض لها الأطفال كغيرهم في المراحل النمائية الأخرى خاصة القلق . (هشام عبد الله وآخرين ،١٩٩٧،ص٣) .

---

* رسالة دكتوراه تخصص صحة نفسية ـ كلية التربية ـ جامعة عين شمس ، ٢٠٠١.

** باحثة علمية بقسم الصحة النفسية ـ كلية التربية بجامعة قطر .

فالقلق حقيقة مـــن حقائق الوجود الإنساني وجانب دينامي في بناء الشـــخصية ومتغيّر من متغيرات السلوك البشري. (بشير الرشيدي وآخرين ،٢٠٠٠،ص٢٠٢). إلا أنه كذلك يعد القاعدة الأساسية والمحور الدينـــامي فـــي جميـــع الاضطرابـــات العصـــابية والعقلية والانحرافات السلوكية والقاسم المشترك فيما بينـــها جميعـــا ، ومن أكثر فئات العصاب انتشارا (أحمد عبد الخالق ، ١٩٩١،ص٥٠٤) . فيمثـــل حوالي ٣٠%-٤٠% مـــن الاضطرابات العصابية وأكثرها شيوعا في مراحل نمـو الإنسان المختلفة (حامد زهران ، ١٩٩٧،ص٤٨٥) .ومن أكـــثر الاضطرابـــات العصابية شيوعا لـــدى الأطفال في مرحلة الطفولة(بسيوني السيد ،١٩٩٢،ص١٧) و(أسماء غريب ، ١٩٩٤،ص٩٨). فيبـــدو تأثيره علـــى حوالـــي ١٠%مـــن الأطفال(دولن وبرازيل Dolan &Brazeal ، ١٩٩٣،ص٥٦٣) وقـــد تصـــل تلـــك النسبة إلى٢٠%من الأطفال.(كيندال Kendall (١٩٩٣،ص١٠٠).

ويطرأ تأثيره السلبي في بعض الأحيان على العديد مـــن جوانـــب الحيـــاة النفسية للطفـــل فيؤثر على علاقاته وتفاعلاته مع الآخرين ، فيبدو عليه الانطـــواء والانسحاب والنشاط الزائد وتشتت الانتباه وسرعة الاســـتثارة الانفعاليـــة وبعـــض الأعراض النفسجسمية مما يؤثر على توافقه النفسي (محمد شعلان،١٩٧٩،ص٧٥)، (أحمـــد عبـــد الخـــالق، ومايســـة النيـــال ، ١٩٩٠،ص ٢٤) ، (عبـــد الفتـــاح دويدار،١٩٩٠،ص١٦٢) ، (دولن وبرازيل Dolan &Brazeal،١٩٩٣،ص٥٦٣). يضاف لذلك أعراضه المعرفية التي تبدو في الميل أكثر نحـــو تفســـير الإشـــارات الاجتماعية والبيئية بطريقة خاطئة والتركيز على فكرة تقييـــم الـــذات مـــن قبـــل الآخرين، وتوقع النتائج السلبية القاسية والتحدث إلـــى الـــذات بطريقـــة انهزاميـــة والنظرة السلبية للمستقبـــل (سوثروم جيرو وآخريـــن Southaum Gerow et al ، ١٩٩٧ ،ص١١٦٢) .

الأمر الذي يؤكد على أهمية استخدام أساليب وفنيات علاجية تتعامل مع مشاعر وأفكار وسلوك الطفل لخفض بعض اضطرابات القلق لديه ، ومن هنا تصدت النظريات المعرفية السلوكية في تناولها لاضطرابات القلق لدى الكبار والأطفال ، خاصة وأنها تعد من أحدث التدخلات العلاجية المستخدمة في علاج الاضطرابات النفسية بوجه عام والقلق بوجه خاص لدى الأطفال . وتتناول الباحثة في هذه الدراسة القلق واضطراباته لدى الأطفال حيث تحاول من خلال دراستها التحقق من فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات القلق لدى عينة من الأطفال .

مشكلة الدراسة :

يشهد مجال سيكولوجية الطفل بوجه عام والصحة النفسية والعلاج والإرشاد النفسي بوجه خاص في الوقت الراهن تزايدا ملحوظا للجهود الموجهة للطفل خاصة بعد أن أكدت بعض الدراسات إلى أن مصدر هذه الاضطرابات في مرحلة الرشد ما هي إلا امتداد لأعراض نفسية في مرحلة الطفولة (يسرية سالم ، ١٩٩٦، ص١٨٤) .

وفي هذا المجال تعمل دولة قطر جاهدة كأحد المجتمعات المتقدمة التي تعنى برعاية أطفالها، فتدعم وتعزز تلك الجهود المقدمة والموجهة للأطفال وذلك لتوفير أكبر قدر ممكن من الرعاية المتكاملة لهم بما نصت عليه الاتفاقيات والمواثيق الدولية بوصفهم الثروة البشرية وعدة المستقبل وكأحد هذه الجهود المبذولة في هذا المجال فقد تم وضع الخطة الشاملة لرعاية الطفولة والأمومة التي تبنتها وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي عام (١٩٩٢) والتي بنيت على أساس سباعي ابتداء من العام ١٩٩٣-٢٠٠٠ إلا أن هذه الخطة أحادية الجانب تعنى

بالجوانب التربوية والثقافية والتعليمية لكل من الأم والطفل فقط . (وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي ، ١٩٩٢،ص٥٤) .

وإيمانا من دولة قطر بأهمية الأسرة فقد أنشئ المجلس الأعلى لشئون الأسرة بالقرار الأميري رقم (٥٣) لسنة (١٩٩٨) ، والذي انبثقت منه لجان عديدة من ضمنها لجنة الأمومة والطفولة ، التي تسعى إلى تحقيق الأهداف التي نص عليها الإعلان العالمي لحقوق الطفل وغيرها من المواثيق الدولية التي تعنى بشئون الأمومة والطفولة واقتراح تعديلها وتطويرها بما يتناسب والمجتمع القطري (المجلس الأعلى لشؤون الأسرة ، ٢٠٠٠،ص٦-١٤) .

وعلى الرغم من هذا الاهتمام إلا أن تقديم الرعاية النفسية كخدمات التوجيه والإرشاد النفسي المقدمة للأطفال ، مازالت تعتمد على الاجتهادات الشخصية للإخصائيين الاجتماعيين والمدرسين بالمدارس الابتدائية ، حيث يتم تحويل الأطفال الذين بحاجة إلى الرعاية النفسية إلى وحدة التخاطب والإرشاد النفسي التابعة لقسم التربية الخاصة بوزارة التربية والتعليم والتعليم العالي، والتي تم افتتاحها عام(١٩٩٣) ، بهدف تقديم الخدمات المتخصصة لذوي الاحتياجات الخاصة من المعاقين بالدرجة الأولى ، أو إلى عيادة توجيه الأطفال والبالغين ، أو إلى قسم الطب النفسي التابعتين لوزارة الصحة العامة ، والتي يحد من فاعليتها عدم توافر الإحصاءات الدقيقة للاضطرابات العصابية لدى الأطفال في مرحلة الطفولة ، وبالتالي عدم وجود البرامج الإرشادية المناسبة لهؤلاء الأطفال ، والافتقار إلى وجود عدد كاف من المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي للأطفال ، يضاف إلى ذلك أن هذه الجهات تقدم خدماتها في الفترة الصباحية ، الأمر الذي يتعذر معه تفرغ أولياء الأمور في هذه الفترة نظرا لعملهم ،وكذلك أطفالهم من هم بحاجة إلى تلك الرعاية النفسية ، مما يؤكد أهمية حاجة المجال بدولة قطر إلى تقديم الخدمات الإرشادية النفسية والعلاجية للأطفال في هذه المرحلة الهامة من حياتهم ،والقائمة

على الدراسة العلمية والمستخدمة لأحدث نظريات التوجيه والإرشاد النفسي خاصة للأطفال وهذا ما أكدت عليه نتائج دراسة عبد العزيز المغصيب (١٩٩٢،ص١٢٢) بان الحاجة إلى خدمات التوجيه والإرشاد النفسي في المدارس الابتدائية في دولة قطر كبيرة حيث بلغت نسبتها (٥٨%) مقارنة بالخدمات الأخرى . وعليه تتركز مشكلة الدراسة الحالية في التحقق من فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات القلق لدى عينة من الأطفال بمرحلة الطفولة المتأخرة واستمرار تأثير هذا البرنامج خلال فترة المتابعة (شهر من انتهاء البرنامج).

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية الجانب الذي تتصدى لدراسته ولاشك أن هذا الجانب ينطوي على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو الناحية التطبيقية . فمن الناحية النظرية يتضح ندرة البحوث والدراسات السابقة التي تناولت اضطرابات القلق لدى الأطفال بالدراسة خاصة العربية التي تصدت لهذا المجال ، وكذلك افتقار هذا المجال إلى البحوث التي تناولت هذا الجانب من خلال برامج إرشادية أو علاجية معرفية سلوكية مقارنة بالدراسات الأجنبية وما قدمته تلك الدراسات من بحوث تتعلق بالأطفال في هذه المجتمعات . أما من الناحية التطبيقية فإن هذه الدراسة تقدم إطارا تصوريا من المفاهيم والنظريات والبيانات والمعلومات عن عدد من الفنيات المعرفية والسلوكية الإرشادية التي يمكن استخدامها في خفض اضطرابات القلق .

هدف الدراسة :

هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض بعض اضطرابات القلق لدى عينة من الأطفال بمرحلة الطفولة المتأخرة بدولة قطر .

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة الحالية من (٧٤٦) طفلة من بعض المدارس الابتدائية للبنات بمدينة الدوحة بدولة قطر ، ممن تراوحت أعمارهن الزمنية ما بين (٩-١٢) سنة ، وقد تم اختيار (٤٠) طفلة منهن ممن حصلن على درجات مرتفعة على مقياس اضطرابات القلق المستخدمة في الدراسة ، جرى تقسيم العينة الكلية بالتساوي إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية (ن=٢٠) طفلة طبق عليها البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي .ومجموعة ضابطة (ن=٢٠) طفلة لم يطبق عليها البرنامج الإرشادي .وتمت المجانسة بين أطفال المجموعتين من حيث العمر الزمن ،ونسبة الذكاء ومستوى التحصيل الدراسي والمستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة، واضطرابات القلق.

أدوات الدراسة :

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة الأدوات الآتية :

- استمارة البيانات الأولية من إعداد الباحثة .
- اختبار رسم الرجل تقنين فؤاد أبو حطب وآخرين (١٩٧٩).
- مقياس اضطرابات القلق للأطفال إعداد الباحثة .
- البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي إعداد الباحثة .
- اختبار الكات الإسقاطي لبيلاك وبيلاك Bellak & Bellak.

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية الآتية :

- أسلوب التحليل العاملي للتحقق من الصدق العاملي لمقياس اضطرابات القلق التي قامت بإعداده الباحثة .
- معامل ثبات ألفا لكرونباخ لحساب ثبات المقياس.
- اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test اللابارامتري لحساب دلالة ووجهة الفروق بين متوسطات درجات (المجموعات المرتبطة) لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة بنفسها كل على حده .
- اختبار مان وتيني Mannwhntiy Test اللابارامتري لحساب دلالة ووجهة الفروق بين متوسطات درجات (المجموعات المستقلة) المجموعتين التجريبية والضابطة .

نتائج الدراسة :

أسفرت نتائج الدراسة عما يلي :

- وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بمتوسطات درجاتهم في القياس القبلي على مقياس اضطرابات القلق، بينما لم يتضح وجود فروق بين متوسطات درجات أطفال المجموعة الضابطة في القياس البعدي مقارنة بمتوسطات درجاتهم في القياس القبلي على مقياس اضطرابات القلق. في حين وجدت فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أطفال المجموعة الضابطة لصالح أطفال المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس اضطرابات القلق .

- كما وجدت فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أطفال المجموعة الضابطة في القياس التتبعي على مقياس اضطرابات القلق لصالح أطفال المجموعة التجريبية ، .بينما لم توجد فروق بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسطات درجاتهم في القياس التتبعي على مقياس اضطرابات القلق . مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض اضطرابات القلق لدى الأطفال عينة الدراسة ، واستمرار تأثير هذا البرنامج بعد تطبيقه لمدة شهر من المتابعة.
- أما بالنسبة لنتائج الدراسة الكلينيكية فقد اتضح أن العوامل النفسية التي تكمن وراء استمرار مستوى القلق لدى الحالتين الأعلى في مستوى اضطرابات القلق بعد تعرضهم للبرنامج الإرشادي هي الضغوط والمشكلات الأسرية .