



دور العلاج المعرفي السلوكي في تنظيم الانفعال لدى الاطفال ذوي اضطراب
طيف التوحد رؤية مقترحة

إعداد

أ/ سماح الرفاعي عمارة

إشراف



أ. د/ سيد احمد البهاص
أستاذ الصحة النفسية
بكلية التربية جامعة طنطا

أ. د/ ابراهيم الشافعي ابراهيم
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
بكلية التربية جامعه طنطا

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

عدد خاص بمؤتمر قسم الصحة النفسية بعنوان
"الصحة النفسية والتربية الخاصة ورؤية ٢٠٣٠م"
السبت ١٤ سبتمبر ٢٠٢٤م

المستخلص

يوضح البحث دور العلاج المعرفي السلوكي في تنظيم الانفعال لدي الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. حيث يتميز الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بضعف في تنظيم الانفعال والمشاعر ويؤثر علي قدراتهم علي تعديل استجاباتهم الانفعالية. واستخدم البحث المنهج الوصفي الذي يعد من اكثر المناهج ملائمة لطبيعة هذا البحث. وتوصلت النتائج الي اهمية دور العلاج المعرفي السلوكي في تنظيم الانفعال لدي الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. ويمثل العلاج المعرفي السلوكي تدخلاً مفيداً للغاية في عالم التوحد، من خلال تكييف فنياته للتركيز على الاحتياجات المحددة للأشخاص المصابين بالتوحد، فإنه يساعد في تعزيز تطوير المهارات الاجتماعية والتواصلية والتنظيم الانفعالي. كما يوفر استراتيجيات فعالة للتعامل مع السلوكيات الصعبة، وتقليل القلق، وتعزيز المهارات التكيفية.

الكلمات المفتاحية: العلاج المعرفي السلوكي/ تنظيم الانفعال/ اضطراب طيف التوحد.

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا



The Role of Cognitive Behavioral Therapy in Emotion Regulating in Children with Autism Spectrum Disorder: a Proposed Vision

Abstract :

The research explains the role of Cognitive Behavioral Therapy in Emotion Regulating in children with Autism spectrum disorder. Children with autism spectrum disorder are characterized by weakness in emotion regulating and feelings, which affects their ability to modify their emotional responses. The research used the descriptive approach, which is one of the most appropriate approaches for the nature of this research. The results showed the importance of the role of cognitive behavioral therapy in emotion regulating in children with autism spectrum disorder. Cognitive behavioral therapy is a very useful intervention in the world of autism, by adapting its techniques to focus on the specific needs of people with autism. It helps to promote the development of social and communication skills and emotional regulation. It also provides effective strategies for dealing with difficult behaviors, reducing anxiety, and enhancing adaptive skills.

Keywords: *Cognitive Behavioral Therapy/ Emotion Regulation/ Autism Spectrum Disorder.*

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا

المقدمة:

يعد اضطراب طيف التوحد Autism Spectrum Disorder من أكثر الاضطرابات النمائية انتشارا، كما أنه له آثار سلبية كبيرة على نمو الطفل بالإضافة إلى الرفاهية الاجتماعية والانفعالية والاقتصادية لأسرته ويحتاج إلى التعاون من جميع أفراد الأسرة والمهتمين بمجال الصحة النفسية والتربية الخاصة، وذلك لتحقيق الاهداف العلاجية بالنسبة للطفل.

واضطراب طيف التوحد هو اضطراب في النمو العصبي يتميز بالعجز في الأداء الاجتماعي وأنماط السلوك المقيدة أو المتكررة. وغالبًا ما تظهر أعراض الاضطراب في مراحل التطور المبكرة ولكن قد لا يتم ملاحظتها حتى تتجاوز المتطلبات الاجتماعية أو التعليمية قدرات الفرد.

وتعتبر الخصائص الرئيسية لاضطراب طيف التوحد هي ضعف في التواصل الاجتماعي والتفاعل وسلوكيات نمطية متكررة، وهذه الخصائص مرتبطة بالتطور غير الطبيعي في مجالات عديدة مثل الادراك الاجتماعي والوظائف التنفيذية. كما أن هؤلاء الاطفال غالبًا يعانون من العديد من المشكلات النفسية أو السلوكية مثل القلق والاكتئاب والسلوك المعارض وفرط النشاط ومشكلات النوم. (Orm et al.,2022, 235)

كما تتضمن السمة المميزة لاضطراب طيف التوحد صعوبات في فهم حالتهم الانفعالية وحالات الآخرين. ويمكن أن تؤثر أوجه القصور هذه على طريقة فهم الأطفال المصابين بالتوحد وتفسيرهم والتعامل مع انفعالاتهم وانفعالات الآخرين، مما قد يضعف بدوره قدرتهم على تنظيم تجاربهم الانفعالية. (Scarpa & Reyes, 2011).

ويعتبر العلاج المعرفي السلوكي اتجاها حديثا نسبيا يعمل علي الدمج بين العلاج المعرفي بفنياته والعلاج السلوكي بما يضمه من فنيات، ويعمد الي التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الابعاد اذ يتعامل معها معرفيا وانفعاليا وسلوكيا بحيث يستخدم العديد من الفنيات المعرفية والانفعالية والسلوكية (عادل عبدالله، ٢٠٠٠، ١٧).

مشكلة الدراسة:

نبعت مشكلة الدراسة من خلال تدريب الباحثة في أحد مراكز رعاية الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة حيث لاحظت الباحثة وجود اختلافات في بعض الاطفال حيث يقومون بسلوكيات نمطية متكررة ولديهم صعوبة في التواصل مع الاخرين، ولديهم صعوبة في التحكم في انفعالاتهم. وبسؤال العاملين في هذا المركز عن هؤلاء الاطفال اجابوا بأنهم أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد فقامت الباحثة بالاطلاع علي بعض الكتب والابحاث عن اضطراب طيف التوحد.

ومن خلال الاطلاع علي الادبيات والدراسات التي تناولت اضطراب طيف التوحد، وجدت أن الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يعانون من صعوبات في تنظيم الانفعال كما اشارت دراسة كل من: (Jaisle, Groves, Black, Kofler, 2023, 3)، (Ferland, 2023 , 14) ، (Zhang, et al .,2022,8) وللانفعالات ادوار عديدة في حياة الفرد مثل تقوية العلاقات الاجتماعية والتواصل مع الاخرين وتحسين الصحة النفسية للفرد. (Cai,2023,11,12) . ويعمل خلل تنظيم الانفعال كوسيط بين التوتر والسلوكيات الصعبة في اضطراب طيف التوحد. Nuske et al .,2023,3)

وغالبا ما يواجه الاطفال المصابون باضطراب طيف التوحد صعوبة في تنظيم انفعالاتهم، وبمجرد استثارة مشاعرهم قد يكون من الصعب عليهم العودة الي حالتهم الاولى من حيث الهدوء مما يؤدي غالبا الي انهيارات انفعالية.

وأشارت العديد من الدراسات إلي فاعلية استخدام العلاج المعرفي السلوكي مع الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مثل دراسة كل من (Wood et al., 2021) ، (Storch et al., 2024) ، (Schwartzman et al., 2024)

وبناءً علي ما سبق تتمثل مشكلة البحث في الإجابة علي السؤال التالي:

ما أهمية العلاج المعرفي السلوكي في تنظيم انفعالات الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد؟

هدف الدراسة:

تحديد دور العلاج المعرفي السلوكي في تحسين مستويات تنظيم الانفعال لدى الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

اهمية الدراسة:

- القاء الضوء علي نوع من العلاج النفسي المصمم لمساعدة الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.
- يقدم العلاج المعرفي السلوكي مهارات جديدة تساعد علي التحكم في الانفعالات.

مصطلحات البحث

Cognitive Behavioral Therapy العلاج المعرفي السلوكي

هو مجموعة من المبادئ والإجراءات التي تشترك في افتراض ان العمليات المعرفية تؤثر في السلوك، وان هذه العمليات تتغير من خلال الفنيات المعرفية والسلوكية(عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠، ٢٣)

تنظيم الانفعال Emotion Regulation

ويعرف تنظيم الانفعال بأنه عملية معقدة تنطوي علي مراقبة وتقييم وتعديل الاستجابة الانفعالية للفرد لتحقيق الاهداف الفردية من خلال التفاعل الديناميكي عبر المجالات الفسيولوجية والمعرفية والسلوكية.(Tompson et al.,2008,124)

اضطراب طيف التوحد Autism Spectrum Disorder

يعرفه محمد عبد الظاهر الطيب (٢٠٢١، ٢٦٥) بأنه اضطراب نمائي عصبي معقد ومزمن ومتداخل يظهر في الثلاث سنوات الاولى من عمر الطفل ويتضمن الاعاقة في تطور اللغة الإستقبالية والتعبيرية، والجانب الاجتماعي والعلاقة مع الاخرين، اللعب والتخيل، فهم المشاعر والتعبير عنها.

منهج البحث

هو المنهج الوصفي الذي يعد اكثر المناهج ملاءمة لطبيعة هذا البحث في رصد العلاج المعرفي السلوكي في تحسين تنظيم الانفعال لدى الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

الاطار النظري

العلاج المعرفي السلوكي

يعتبر العلاج المعرفي السلوكي اتجاه علاجي حديث نسبيا يعمل علي الدمج بين العلاج المعرفي بفنياته المتعددة والعلاج السلوكي بما يضمه من فنيات، ويقوم علي التعامل مع الاضطرابات النفسية من منظور ثلاثي الأبعاد اذ يتعامل معها معرفياً وانفعالياً وسلوكياً(عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠، ١٨).

ويعتمد علي افتراض مؤداه ان السلوك التكيفي يمكن تغييره وان هناك تفاعل بين افكار الفرد ومشاعره وسلوكه فالتوجه الاساسي في هذا العلاج يتجه الي فهم طبيعة الأنماط السلوكية للفرد والمصاحبة لها في النواحي المعرفية. وهي مجموعة من المعارف والاستراتيجيات التي توظف المعلومات بطريقة تكيفية (اسماء عبدالله العطية، ٢٠٠٨، ٦١).

ويعد العلاج المعرفي السلوكي نموذج تعليمي يستخدم على نطاق واسع لعلاج القلق والاضطرابات المزاجية والذهانية بين عامة الناس. وإن المبدأ الأساسي للعلاج المعرفي السلوكي هو أنه لا يعالج فقط المظاهر السلوكية للمشاكل، بل يسعى أيضاً إلى فهم ومعالجة الإدراكات الأساسية التي تؤدي إلى تلك السلوكيات. هناك ستة مكونات رئيسية للعلاج المعرفي السلوكي بشكل عام، بما في ذلك: (١) التثقيف النفسي، (٢) الإدارة الجسدية، (٣) إعادة الهيكلة المعرفية، (٤) حل المشكلات، (٥) التعرض، و(٦) منع الانتكاس والتي يمكن تقديمها جميعاً من خلال طرق متعددة. (Rotheram Fuller, & MacMullen, 2011, 264)

وهناك مجموعة من المبادي تمثل العلاج المعرفي السلوكي:

- العميل والمعالج يعملان معا في تقييم المشكلات والتوصل الي حلول.
- المعرفة لها دور اساسي في معظم التعلم الانساني.
- المعرفة والوجدان والسلوك تربطهم علاقة متبادلة علي نحو سلبي.
- الاتجاهات والتوقعات والانشطة المعرفية الأخرى لها دور اساسي في انتاج وفهم كل من السلوك وتأثيرات العلاج والتنبؤ بهما.

- ان العمليات المعرفية تندمج معاً في نماذج سلوكية. (عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠، ٢٣).

تنظيم الانفعال

يشير مصطلح "الانفعال" عادة إلى حالة ذاتية يشار إليها باسم "المشاعر" من قبل معظم الناس، وتعد الانفعالات عنصراً أساسياً في الإدراك وترتبط به ارتباطاً وثيقاً (Daud, Abdullah, & Zakaria, 2023,962)

وعرف (Thompson, 1994,27,28) تنظيم الانفعال بأنه "العمليات الخارجية والداخلية المسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل الانفعالية، وخاصة سماتها المكثفة والزمنية، لتحقيق أهداف الفرد. قد تكون عملية تنظيم الانفعال تلقائية أو خاضعة للتحكم، واعية أو غير واعية. (Gross,1998,275)

ويعرف بأنه القدرة علي تحديد وفهم مشاعر الفرد وكذلك استخدام استراتيجيات لزيادة او تقليل الاستجابات الضرورية. (Mahler et al., 2022, 2)، ويمكن ان يسهل بدء علاقات جديدة والحفاظ عليها وتعديلها. (Li, 2023, 25)

ويشتمل تنظيم الانفعال على عمليات متنوعة تحول انفعالات مختلفة إلى استراتيجيات متميزة فتحول الانفعالات في الاتجاه المرغوب. (Thompson, Uusberg, Gross, & Chakrabarti, 2019,281)

ويبدأ تطور تنظيم الانفعال خلال الأشهر الأولى من حياة الفرد حيث يتعلم الاطفال تحقيق التوازن الفسيولوجي. (Cibralic et al . , 2019 , 2)

مكونات تنظيم الانفعال

تتكون عملية تنظيم الانفعال من ثلاث مكونات أساسية هي: الفرد الذي يقوم بالتنظيم، والمثيرات البيئية التي تثير الانفعال، واختيار وتنفيذ المهارات اللازمة لتعديل وتغيير الحالة الانفعالية، وتتفاعل هذه المكونات مع بعضها من أجل مواجهة التحديات والمطالب البيئية وخلق استجابات سلوكية وفسيولوجية مرغوبة ومناسبة للموقف (Aldao, 2013, 156)

ويصف جروس (٢٠٠١) نموذج لتنظيم الانفعال باستخدام التعريف التالي:
"يشمل تنظيم الانفعال علي جميع الاستراتيجيات الواعية وغير الواعية التي نستخدمها
لزيادة أو الحفاظ على أو تقليل واحد أو أكثر من مكونات الاستجابة الانفعالية"،
والمكونات التي يأخذها في الاعتبار هي: (١) المكون التجريبي، (الشعور الذاتي
بالانفعال)، (٢) المكون السلوكي (الاستجابات السلوكية)، و(٣) المكون الفسيولوجي
(الاستجابات مثل معدل ضربات القلب والتنفس. Bosse, Pontier, & Treur, 2007,187)

ابعاد تنظيم الانفعال:

يشير تنظيم الانفعال الي قدرة الفرد علي التعبير عن المشاعر وتنظيمها بشكل
مناسب بناء علي تحديد وفهم انفعالات الفرد وانفعالات الاخرين، فضلا عن الاهتمام
بمشاعر الاخرين ومساعدة الاخرين علي تنظيم انفعالاتهم، ويشتمل علي ثلاثة ابعاد هي
:

- فهم الانفعال: يتضمن ادراك الاطفال للتعبير الانفعالي وفهمهم للمواقف الانفعالية، مثل
الاعتراف والتعرف والتسمية والتعبير والانفعالات المختلطة واللغة الانفعالية.
- تعبير الانفعال: القدرة علي وصف انفعالات الذات او انفعال الاخرين في موقف معين
بدقة.
- تنظيم الانفعال: انها القدرة علي الاستجابة لمختلف الانفعالات بما في ذلك تنظيم
الانفعالات الخارجية والداخلية، والعملية الاساسية لتنظيم الانفعال هي تنظيم الانتباه.
(Gratz, & Roemer, 2004; Li,2023)

مهارات تنظيم الانفعال

- قد أعدت جارنيفسكي وآخرون (2001, Garnefski., Kraaij,& Spinhoven
1314-1316) نموذجاً يضم تسع مهارات لتنظيم الانفعال هي:
- نوم الذات Self-blame وتشير إلى توجيه اللوم وإلقاء المسؤولية على ما حدث للشخص
من أحداث ضاغطة أو غير سارة نحو الذات.

- **لوم الآخرين Blaming others** وتعني توجيه اللوم، وإلقاء المسؤولية على ما حدث للشخص من أحداث مؤلمة أو غير سارة نحو البيئة أو على شخص آخر.
- **اجترار التفكير Ruminatio**n or focus on thought ويشير إلى التفكير المستمر في المشاعر والأفكار السلبية المرتبطة بالأحداث المؤلمة التي تعرض لها الفرد.
- **التصور الكارثي للأحداث السلبية (الكارثية) Catastrophizing** وتشير إلى الأفكار المتعلقة بالتأكيد الواضح على هول وخطورة وكارثية ما حدث للشخص من أحداث سلبية.
- **الوضع في المنظور Putting into perspective** وتعني محاولة التقليل من خطورة الأحداث الضاغطة والسلبية التي تحدث للفرد وذلك من خلال رؤية الموضوع المثير للانفعال من زوايا ووجهات نظر متعددة.
- **إعادة التركيز الإيجابي Positive refocusing** ويشير إلى التفكير في قضايا وموضوعات سارة بدلاً من التفكير في الأحداث السلبية كنوع من التخفيف من حدة الانفعالات السلبية الناتجة عن أحداث الحياة الضاغطة.
- **إعادة التقييم الإيجابي Positive reappraisal** ويشير إلى التفكير في محاولة البحث عن معنى إيجابي في الأحداث الضاغطة ومحاولة التعلم والاستفادة من تلك الأحداث.
- **القبول أو التعايش Acceptance** ويشير إلى الأفكار المتعلقة بالقبول والتعايش مع ما حدث للفرد من أحداث سلبية وترويض النفس على ذلك.
- **التركيز على التخطيط Refocus on planning** ويعني التفكير في الخطوات العملية أو الفعلية التي يجب اتخاذها حتى يتمكن الفرد من التعامل مع الأحداث السلبية والضاغطة.

اضطراب طيف التوحد

يأتي مصطلح التوحد من الكلمة اليونانية Auto's التي تعني الذات (Bamicha, & Drigas, 2022,44)، وتعبّر عن حالة من الاضطراب النمائي الذي يصيب الاطفال ويعد من اكثر الاضطرابات النمائية صعوبة بالنسبة للطفل ووالديه وافراد اسرته (فكري لطيف متولي، ٢٠١٥، ١٢ - ١٣).

وهو حالة نمو عصبي طويلة الأمد تتميز بصعوبات في ثلاثة مجالات، وهي التفاعلات الاجتماعية، والتواصل، ووجود اهتمامات مقيدة وسلوكيات متكررة. (Daud, Abdullah, & Zakaria, 2023,961)

وهو اضطراب في النمو العصبي يظهر عادةً في مرحلة الطفولة المبكرة ويصبح مزمنًا ويستمر طوال مرحلة البلوغ دون تدخلات علاجية. (Hedley et al ., 2018)

خصائص اضطراب طيف التوحد

اضطراب طيف التوحد هو مجموعة غير متجانسة من حالات النمو العصبي، التي تتمثل سماتها الأساسية المشتركة في ضعف التفاعل الاجتماعي والتواصل بالإضافة إلي أنماط السلوك والاهتمامات والأنشطة المقيدة. (Calderoni, 2023)، كما يتميز اضطراب طيف التوحد بخصائص أساسية علي الرغم من حقيقة ان كل فرد مصاب بهذا الاضطراب فريد جدا. (Pergantis et ah.,2023,78)، وانه طيف حيث يقدم كل فرد بشكل مختلف وتشمل السمات الأساسية لاضطراب طيف التوحد اعاقات اجتماعية خاصة التفاعل والتواصل الاجتماعي مع وجود سلوكيات مقيدة ومتكررة. (Rehn, Caruso, Kumar,2023)، (44, Bamicha, & Drigas, 2022)، وبالإضافة الي عدم التجانس في الاعراض التشخيصية الأساسية يختلف المصابون باضطراب طيف التوحد بشكل كبير من حيث الاداء المعرفي والتكفي والنتائج الاكاديمية والتوظيفية ومتطلبات الدعم. (Cai, 2023, 2)

كما يعانون ايضا بشكل رئيسي من اضطراب انفعالي يظهر على شكل انهيارات ونوبات غضب وعدوانية، مما يزيد من خطر الإصابة بمشاكل الصحة النفسية. (Daud, Abdullah, & Zakaria ,2023,961)

مشكلات تنظيم الانفعال عند الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد:

يرتبط اضطراب طيف التوحد ارتباطا وثيقا بصعوبات تنظيم الانفعال والضعف الاجتماعي (Jaisle, Groves, Black, Kofler, 2023, 3)، ويواجه الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في فهم مشاعر الاخرين من خلال الاشارات البصرية او

السمعية، وفشل في تنظيم الانفعال بشكل مناسب وفعال. (Zhang, et al .,2022) ;
(Ferland, 2023

وقد تم تعريف صعوبة تنظيم الانفعال علي انه عدم القدرة علي ضبط او التحكم في
انفعالات الفرد ويظهر بشكل اساسي في الانهيارات او السلوك العدواني وايداء النفس لدي
الاطفال المصابين بالتوحد، ومن المحتمل ان يكون هذا بسبب الصعوبة التي يواجهونها
في التعبير اللفظي عن انفعالاتهم والتي غالبا تؤدي الي انفعالات جسدية. (Schubert
, 4 ,2023)

ويعد العجز في تنظيم الانفعال مؤشر بارز للقضايا الاجتماعية والسلوكية لدى
الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد لأنهم غالبًا ما يظهرون تفاعلاً انفعالياً مفرطاً
أو عجزاً انفعالياً مقارنة بالأطفال ذوي النمو الطبيعي. (Daud, Abdullah, &
(Zakaria, 2023,961)

دراسات سابقة

أ: دراسات تناولت تنظيم الانفعال عند الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.
بحثت هذه الدراسة (Goldsmith, & Kelley, 2018) في العلاقة بين تنظيم الانفعال
وأعراض اضطراب طيف التوحد، مع التركيز على الضعف الاجتماعي. وتكونت عينة
الدراسة من ١٤٥ شاباً مصاباً باضطراب طيف التوحد. واستخدمت الدراسة مقياس تنظيم
الانفعال (Gross and John 2003) أظهرت النتائج وجود علاقة بين تنظيم الانفعال
وأعراض اضطراب طيف التوحد ، ووجود علاقة بين تنظيم الانفعال وضعف الأداء
الاجتماعي لدي أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

وحاولت دراسة (Gormley et al . (2022). استكشاف العلاقة بين الالكسيثيميا
وتنظيم الانفعال لدى أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وتكونت عينة الدراسة من ٤٣
طفل ومراهقاً تراوحت أعمارهم بين ١٠ - ١٨ عامًا. من خلال استبيانات تقرير الذات
والآباء. واستخدمت الدراسة مقياس مهارات تنظيم الانفعال (MacDermott et al.,
(2010, (Shields & Cicchetti, 1997)) ومقياس التوحد ومقياس الالكسيثيميا.

وأشارت نتائج الدراسة إلى مستويات مرتفعة من الألكسيثيميا ومستوى عالٍ من صعوبات تنظيم الانفعال لدى الاطفال.

وسعت دراسة (Martínez-González, 2022) إلى معرفة العلاقة بين تنظيم الانفعال والتفاعل الاجتماعي وأنواع مختلفة من السلوكيات المقيدة والمتكررة. وتكونت عينة الدراسة من ٢٣٩ طفل مصاب باضطراب طيف التوحد. واستخدمت الدراسة مقياس التقييم الاجتماعي الانفعالي (Roid & Miller, 2011). وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال وإيذاء الذات، بينما كانت صعوبات التواصل الاجتماعي مرتبطة بالسلوكيات النمطية. وارتبط تنظيم الانفعال والتواصل الاجتماعي بقوة وكان إيذاء الذات والسلوكيات النمطية مرتبطة بشكل معتدل.

كما سعت دراسة (إيمان كاشف و هاله محمد، ٢٠٢٢) إلى معرفة مستويات التنظيم الانفعالي لدى الاطفال ذوى الاعاقة الفكرية واضطراب طيف التوحد، والتعرف على الفروق بين الذكور والاناث في التنظيم الانفعالي، والتعرف على تأثير العمر على تنظيم الانفعال. وتكونت عينة الدراسة من ٦٠ طفلاً من الاطفال ذوى الاعاقة الفكرية واضطراب طيف التوحد تراوحت أعمارهم بين ٦ - ١٢ عام، واستخدمت الدراسة مقياس تنظيم الانفعال (إيمان الكاشف، ٢٠١٩). وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الاطفال على مقياس تنظيم الانفعال وفقاً لمتغير النوع (ذكور / إناث) وعدم وجود فروق في تنظيم الانفعال وفقاً لمتغير العمر.

وقارنت دراسة (Hassen et al (2023). بين صعوبات تنظيم الانفعال والاليسيثيميا والادراك الداخلي في ثلاث مجموعات تكونت المجموعة الاولى من (٣٠) من الحاصلين على تدريب اكايمي والمجموعة الثانية من (٢٠) لم يتلقوا أي تدريب والمجموعة الثالثة من (٢٧) من المصابين باضطراب طيف التوحد. واستخدمت الدراسة مقياس (Toronto, 1994) لقياس الاليسيثيميا ومقياس (Gratz & Roemer, 2004) لقياس تنظيم الانفعال. وأظهرت النتائج درجات أعلى بشكل ملحوظ في الألكسيثيميا وصعوبات تنظيم الانفعال، ودرجات أقل في الإدراك الداخلي في مجموعة اضطراب

طيف التوحد. أيضًا وجد أن الأكسيثيميا مرتبطة بالتنظيم الانفعالي، والذي وجد أنه مهم في المجموعات الثلاث.

ب- دراسات تدخله بواسطة العلاج المعرفي السلوكي لتحسين تنظيم الانفعال عند الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

هدفت دراسة (Scarpa & Reyes (2011 إلى معرفة فعالية العلاج المعرفي السلوكي في تحسين استراتيجيات تنظيم الانفعال لخفض الغضب والقلق للأطفال المصابين باضطرابات طيف التوحد. وتكونت عينة الدراسة من أحد عشر طفلاً تراوحت أعمارهم بين (5-7 سنوات) وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية. وأشارت نتائج الدراسة إلى فعالية العلاج المعرفي في تحسين تنظيم الانفعال لدى الاطفال، كما أن البرنامج كان له أثر واضح في خفض الغضب والقلق لدى الاطفال.

كان الغرض من هذه الدراسة (Weiss et al ., 2018) هو فحص مدى فعالية التدخل العلاجي المعرفي السلوكي في تحسين تنظيم الانفعال وصعوبات الصحة العقلية لدى الأطفال الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد. وتكونت عينة الدراسة من ثمانية وستون طفلاً وأولياء أمورهم، تم تخصيصهم عشوائياً الي مجموعة تجريبية (ن = 35) ومجموعة ضابطة (ن = 33). وتكون البرنامج من 10 جلسات بشكل فردي وعلى مدى 10 أسابيع من المتابعة. واستخدمت الدراسة مقاييس تنظيم انفعال الأطفال (Zeman et al., 2010). وظهرت النتائج تحسينات كبيرة في مقاييس تنظيم الانفعال (أي الانفعالية، وقدرات تنظيم الانفعال بالمهارات الاجتماعية) وجوانب علم النفس المرضي (أي مقياس مركب للأعراض الداخلية والخارجية، والسلوكيات التكيفية) مقارنة بالمجموع الضابطة.

وحاولت دراسة (Lee et al., 2022) معرفة فعالية العلاج المعرفي السلوكي بمشاركة الاباء في تحسين تنظيم الانفعال لدى أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وتكونت عينة الدراسة من 11 طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد ووالديهم وتراوحت أعمارهم من (8-13) عام. واستخدمت الدراسة مقياس تنظيم الانفعال (Beaumont & Sofronoff, 2008). وأشارت نتائج الدراسة إلى تحسن تنظيم الانفعال لدى الاطفال.

كيفية استخدام العلاج المعرفي السلوكي مع الأشخاص المصابين بالتوحد:

- التركيز على المهارات الاجتماعية والتواصلية: يمكن أن يساعد العلاج المعرفي السلوكي الأفراد المصابين بالتوحد على تطوير مهارات اجتماعية وتواصلية مثل تعلم تفسير الإشارات الاجتماعية والاستجابة لها، وفهم المشاعر، وتحسين مهارات المحادثة.
- إدارة السلوكيات الصعبة: يمكن أن يعلم العلاج المعرفي السلوكي استراتيجيات للتعامل مع السلوكيات الصعبة الشائعة في التوحد، مثل السلوكيات المتكررة أو النوبات الانفعالية. ويتضمن استخدام فنيات مثل التدريب على المهارات الاجتماعية، والتحكم في التحفيز، وإدارة الضغوط.
- التكيف الحسي والتنظيم الانفعالي: يعاني العديد من المصابين بالتوحد من حساسيات حسية فريدة وصعوبات في التنظيم الانفعالي. يمكن أن يساعد العلاج المعرفي السلوكي في تحديد المحفزات الحسية وتطوير استراتيجيات للتعامل معها، فضلاً عن تعزيز تطوير مهارات تنظيم الانفعال.
- تقليل القلق والتوتر: العلاج المعرفي السلوكي فعال في علاج القلق والتوتر، وهما شائعان لدى الأفراد المصابين بالتوحد بسبب التحديات في التفاعل الاجتماعي والتغيرات في الروتين. يمكن تكيف فنيات مثل إزالة التحسس المنهجي والعلاج بالتعرض للمساعدة في تقليل هذه الأعراض.
- التركيز على تطوير المهارات التكيفية: يركز العلاج المعرفي السلوكي على تطوير المهارات العملية والتكيفية التي يمكن أن تحسن استقلالية وجودة حياة الأشخاص المصابين بالتوحد. ويشمل ذلك المهارات التنظيمية وحل المشكلات والدفاع عن النفس.
- التعاون مع مقدمي الرعاية وأفراد الأسرة: غالبًا ما يشترك العلاج المعرفي السلوكي الآباء ومقدمي الرعاية في العملية العلاجية، ويقدم إرشادات حول كيفية دعم تطوير وصيانة المهارات المكتسبة أثناء جلسات العلاج بشكل فعال.

(Misquita, 2024,756-757)

العلاج المعرفي السلوكي لتنظيم انفعال الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد:

تدعم مجموعة من الابحاث فعالية العلاج المعرفي السلوكي لعلاج القلق وصعوبات تنظيم الانفعال (Wood et al., 2009 ; Scarpa & Reyes, 2011) ويتم استخدام العلاج المعرفي السلوكي بشكل متزايد للأطفال الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد القادرين على الانخراط في التواصل اللفظي. كما تم استخدامه لمعالجة مجموعة من الأعراض المترابطة، مثل القلق والعدوان وعجز الأداء الاجتماعي، وأشارت بعض الأبحاث للعلاج المعرفي السلوكي كعلاج واعد للأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد (Danial, & Wood, 2013, 702)

واستخدمت بعض الدراسات العلاج المعرفي السلوكي لتحسين تنظيم الانفعال عند الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مثل دراسة (Lee et al., 2022) ودراسة (Weiss et al., 2018) ودراسة (Scarpa & Reyes, 2011) واطهرت فعاليتها في تحسين تنظيم الانفعال.

الخلاصة:

يمكن اعتبار العلاج المعرفي السلوكي علاج واعد في معالجة بعض مشكلات الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وقد تم بالفعل استخدامه في العديد من البحوث الخاصة بالأشخاص ذوي اضطراب طيف التوحد مثل دراسة كل من (Wood et al., 2021)، (Schwartzman et al., 2024)، (Storch et al., 2024). واثبتت نتائج دراسة كل من (Scarpa & Reyes, 2011)، (Weiss et al., 2018)، (Lee et al., 2022) فعالية العلاج المعرفي السلوكي في تحسين تنظيم انفعال الاطفال المصابين باضطراب طيف التوحد.

وبذلك يتضح ان العلاج المعرفي السلوكي هو تدخل قيم وشامل للأشخاص المصابين بالتوحد. من خلال توفير أدوات عملية واستراتيجيات محددة، فإنه يمكن الأفراد المصابين بالتوحد من تطوير المهارات الضرورية لمواجهة تحديات الحياة اليومية، وتعزيز الاستقلالية والرفاهية الانفعالية. ويمثل العلاج المعرفي السلوكي تدخلاً مفيداً للغاية في عالم التوحد، من خلال تكييف فنياته للتركيز على الاحتياجات المحددة

للأشخاص المصابين بالتوحد، فإنه يساعد في تعزيز تطوير المهارات الاجتماعية والتواصلية والتنظيم الانفعالي. كما يوفر استراتيجيات فعالة للتعامل مع السلوكيات الصعبة، وتقليل القلق، وتعزيز المهارات التكيفية. إن مرونة العلاج المعرفي السلوكي في التكيف مع الفئات العمرية المختلفة ومستويات الأداء الوظيفي تجعله أيضًا تدخلًا متعدد الاستخدامات وطويل الأمد مدى الحياة.

لذلك، لا يعالج العلاج المعرفي السلوكي التحديات المحددة التي يواجهها الأشخاص المصابون بالتوحد فحسب، بل يظل أداة أساسية في دعم وتطوير الأفراد المصابين بالتوحد، وتعزيز إمكاناتهم الكاملة وإدماجهم في المجتمع. من خلال تصميم تقنيات العلاج المعرفي السلوكي لتلبية الاحتياجات المحددة للأشخاص المصابين بالتوحد، يمكن للمعالجين تقديم تدخل شخصي وفعال للغاية.

التوصيات

- يوصي بإجراء بحوث لتقييم فعالية العلاج المعرفي السلوكي في علاج المصابين بإعاقات ذهنية واضطراب طيف التوحد والذين يظهرون اضطرابات سلوكية وانفعالية.
- يجب أن تركز البحوث المستقبلية على تقييم فعالية مفاهيم ومهارات العلاج المعرفي السلوكي المختلفة لتحديد مكونات البرامج المفيدة بشكل خاص لإضطراب طيف التوحد.

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربوية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا

المراجع

المراجع العربية

- اسماء عبدالله العطية (٢٠٠٨) ، الارشاد السلوكي المعرفي لاضطرابات القلق لدي الاطفال، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع.
- ايمان كاشف وهالة مجد (٢٠٢٢). التنظيم الانفعالي لدي الاطفال ذوي العلاقة الفكرية وذوي اضطراب طيف التوحد في ضوء بعض المتغيرات. مجلة التربية الخاصة، جامعة الزقازيق ١١(٣٩)، ٢٧١-٣٠٧.
- عادل عبدالله مجد (٢٠٠٠)، العلاج المعرفي السلوكي اسس وتطبيقات، دار الكتب الحديثة.
- فكري لطيف متولي، ٢٠١٥، استراتيجيات التدريس لذوي اضطراب الاوتيزم (اضطراب التوحد)، مكتبة المرشد.
- محمد عبد الظاهر الطيب (٢٠٢١) محاضرات تمهيدية في علم النفس الكلينيكي (العيادي)، دار الوفاء لدنيا الطبعة والنشر الاسكندرية.

المراجع الأجنبية

- Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research: Capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 155-172.
- Bamicha, V., & Drigas, A. (2022). ToM & ASD: The interconnection of Theory of Mind with the social-emotional, cognitive development of children with Autism Spectrum Disorder. The use of ICTs as an alternative form of intervention in ASD. *Technium Social Sciences Journal*, 33, 42-72.
- Bosse, T., Pontier, M., & Treur, J. (2007). A dynamical system modelling approach to gross model of emotion regulation. In *Proceedings of the 8th international conference on cognitive modeling, ICCM (Vol. 7, pp. 187-192)*. Taylor and Francis/Psychology Press, Oxford, UK.
- Cai, R. Y. (2023). Emotion regulation and psychological wellbeing in young and older adults with autism spectrum disorder (Doctoral dissertation, La Trobe).
- Calderoni, S. (2023). Sex/gender differences in children with autism spectrum disorder: A brief overview on epidemiology, symptom profile, and neuroanatomy. *Journal of Neuroscience Research*, 101(5), 739-750.
- Cibralic, S., Kohlhoff, J., Wallace, N., McMahon, C., & Eapen, V. (2019). A systematic review of emotion regulation in children with Autism Spectrum Disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 68, 101422.
- Danial, J. T., & Wood, J. J. (2013). Cognitive behavioral therapy for children with autism: review and considerations for future research. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 34(9), 702-715.



- Daud, N. F. N. M., Abdullah, M. H. L., & Zakaria, M. H. (2023). Serious Game Design Principles for Children with Autism to Facilitate the Development of Emotion Regulation. *International Journal of Advanced Computer Science and Applications*, 14(5).
- Ferland, M. (2023). Executive Functioning and Emotion Regulation in Children with Autism Spectrum Disorder: Understanding Heterogeneity in Presentation and Interventions.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Goldsmith, S. F., & Kelley, E. (2018). Associations between emotion regulation and social impairment in children and adolescents with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 48, 2164-2173
- Gormley, E., Ryan, C., & McCusker, C. (2022). Alexithymia is associated with emotion dysregulation in young people with autism spectrum disorder. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 34(1), 171-186.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26, 41-54.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271-299.
- Hassen, N. B., Molins, F., Garrote-Petisco, D., & Serrano, M. A. (2023). Emotional regulation deficits in autism spectrum disorder: the role of alexithymia and interoception. *Research in Developmental Disabilities*, 132, 104378.
- Hedley, D., Uljarević, M., Wilmot, M., Richdale, A., & Dissanayake, C. (2018). Understanding depression and thoughts of self-harm in autism: A potential mechanism involving loneliness. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 46, 1-7.
- Jaisle, E. M., Groves, N. B., Black, K. E., & Kofler, M. J. (2023). Linking ADHD and ASD symptomatology with social impairment: The role of emotion dysregulation. *Research on child and adolescent psychopathology*, 51(1), 3-16.
- Jaisle, E. M., Groves, N. B., Black, K. E., & Kofler, M. J. (2023). Linking ADHD and ASD symptomatology with social impairment: The role of emotion dysregulation. *Research on child and adolescent psychopathology*, 51(1), 3-16.
- Lee, V., Roudbarani, F., Tablon Modica, P., Pouyandeh, A., & Weiss, J. A. (2022). Adaptation of cognitive behavior therapy for autistic children during

- the pandemic: a mixed-methods program evaluation. Evidence-Based Practice in Child and Adolescent Mental Health, 7(1), 76-93.
- Li, X. (2023). Emotion Understanding, Expression, and Regulation in Early Childhood. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 15, 25-30.
 - Mahler, K., Hample, K., Jones, C., Sensenig, J., Thomasco, P., & Hilton, C. (2022). Impact of an Interoception-Based Program on Emotion Regulation in Autistic Children. *Occupational therapy international*, 2022(1), 9328967
 - Martínez-González, A. E., Cervin, M., & Piqueras, J. A. (2022). Relationships between emotion regulation, social communication and repetitive behaviors in autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 52(10), 4519-4527.
 - Misquita, A. G., da Silva, C. N. F., Souza, D. R. O., dos Santos, D. N. B., Brito, I. D. S. M., Ribeiro, J. D. O. S., ... & Lucas, E. G. (2024). Cognitive behavioral therapy: A valuable intervention in the autistic universe. *International Seven Journal of Health Research*, 3(2), 754-760.
 - Nuske, H. J., Nuske, P. H. J., Young, A. V., Young, B. A. V., Khan, F., Khan, M. F., ... & Mandell, S. D. S. (2023). Systematic review: emotion dysregulation and challenging behavior interventions for children and adolescents with autism with graded key evidence-based strategy recommendations.
 - Orm, S., Vatne, T., Tomeny, T. S., & Fjermestad, K. (2022). Empathy and prosocial behavior in siblings of children with autism spectrum disorder: a systematic review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 9(2), 235-248.
 - Pergantis, P., & Drigas, A. (2023). Assistive technology for autism spectrum disorder children that experiences stress and anxiety. *Brazilian Journal of Science*, 2(12), 77-93
 - Rehn, A. K., Caruso, V. R., & Kumar, S. (2023). The effectiveness of animal-assisted therapy for children and adolescents with autism spectrum disorder: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 50, 101719
 - Rotheram-Fuller, E., & MacMullen, L. (2011). Cognitive-behavioral therapy for children with autism spectrum disorders. *Psychology in the Schools*, 48(3), 263-271.
 - Scarpa, A., & Reyes, N. M. (2011). Improving emotion regulation with CBT in young children with high functioning autism spectrum disorders: A pilot study. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 39(4), 495-500.
 - Schubert, V. (2023). Characteristics, Advantages, and Disadvantages of Extended Reality Interventions to Increase Emotion Regulation in Children with Autism Spectrum Disorder: A Scoping Review



- Schwartzman, J. M., Roth, M. C., Paterson, A. V., Jacobs, A. X., & Williams, Z. J. (2024). Community-guided, autism-adapted group cognitive behavioral therapy for depression in autistic youth (CBT-DAY): preliminary feasibility, acceptability, and efficacy. *Autism*, 28(8), 1902-1918.
- Storch, E. A., Schneider, S. C., Olsen, S. M., Ramirez, A. C., Berry, L. N., Goin-Kochel, R. P., ... & Salloum, A. (2024). Stepped-care cognitive behavioral therapy in children on the autism spectrum with co-occurring anxiety. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 54(1), 93-108.
- Thompson, N. M., Uusberg, A., Gross, J. J., & Chakrabarti, B. (2019). Empathy and emotion regulation: An integrative account. *Progress in brain research*, 247, 273-304.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 25-52.
- Thompson, R. A., Lewis, M. D., & Calkins, S. D. (2008). Reassessing emotion regulation. *Child Development Perspectives*, 2(3), 124-131.
- Weiss, J. A., Thomson, K., Burnham Riosa, P., Albaum, C., Chan, V., Maughan, A., ... & Black, K. (2018). A randomized waitlist-controlled trial of cognitive behavior therapy to improve emotion regulation in children with autism. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(11), 1180-1191..
- Wood, J. J., Drahota, A., Sze, K., Har, K., Chiu, A., & Langer, D. A. (2009). Cognitive behavioral therapy for anxiety in children with autism spectrum disorders: A randomized, controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(3), 224-234
- Wood, J. J., Sze Wood, K., Chuen Cho, A., Rosenau, K. A., Cornejo Guevara, M., Galán, C., ... & Hellemann, G. (2021). Modular cognitive behavioral therapy for autism-related symptoms in children: A randomized controlled trial. *Journal of consulting and clinical psychology*, 89(2), 110.
- Zhang, M., Ding, H., Naumceska, M., & Zhang, Y. (2022). Virtual reality technology as an educational and intervention tool for children with autism spectrum disorder: current perspectives and future directions. *Behavioral Sciences*, 12(5), 138.

للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا