العلاج بالذكريات يحسن الإدراك لدى كبار السن المصابين بالخرف: تحليل شامل

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 25, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). العلاج بالذكريات يحسن الإدراك لدى كبار السن المصابين بالخرف: تحليل شامل. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=121048

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل يمكن للذكريات أن تعيد الحياة للعقل؟ دراسة تحليلية تظهر فعالية العلاج بالاسترجاع لكبار السن المصابين بالضعف الإدراكي والخرف

تخيل جدتك، وهي تجلس في هدوء، عيناها تحدقان في الفراغ، ثم تبتسم فجأة وهي تسترجع ذكرى من الماضي البعيد. هل هذه مجرد لحظة عابرة، أم يمكن لهذه الذكريات أن تكون مفتاحًا لاستعادة جزء من الوظائف الإدراكية المفقودة؟ هذا السؤال يقودنا إلى قلب بحث جديد يلقي الضوء على فعالية العلاج بالاسترجاع (Reminiscence Therapy - RT) كتدخل علاجي واعد لكبار السن الذين يعانون من الضعف الإدراكي أو الخرف. ففي عالم يشهد تزايدًا مطردًا في أعداد كبار السن، يصبح البحث عن طرق فعالة للحفاظ على صحتهم الإدراكية وتحسين جودة حياتهم ضرورة ملحة.

الإطار النظري

العلاج بالاسترجاع ليس مجرد حوار عابر عن الماضي، بل هو تدخل نفسي منظم يستند إلى عدة نظريات. من بين هذه النظريات، تبرز نظرية الارتباط (Association Theory) التي تفترض أن الذاكرة الإنسانية تعمل من خلال ربط الأفكار والمشاعر والتجارب ببعضها البعض. عندما يتم تنشيط أحد هذه الروابط، فإنه يؤدي إلى استعادة الروابط الأخرى المرتبطة به. وبالتالي، فإن استرجاع الذكريات يمكن أن يحفز الشبكات العصبية المرتبطة بالوظائف الإدراكية المختلفة، مما يؤدي إلى تحسينها.

كما أن العلاج بالاسترجاع يتماشى مع مبادئ العلاج السلوكي المعرفي (Cognitive Behavioral Therapy - CBT)، حيث يركز على تغيير الأنماط السلبية في التفكير والسلوك. فمن خلال استرجاع الذكريات الإيجابية، يمكن للمرضى تحدي الأفكار السلبية حول أنفسهم وقدراتهم، وتعزيز شعورهم بالكفاءة الذاتية والأمل. بالإضافة إلى ذلك، فإن العلاج بالاسترجاع يمكن أن يوفر للمرضى شعورًا بالسيطرة على حياتهم، خاصةً في ظل التحديات التي يفرضها الضعف الإدراكي أو الخرف. يشبه الأمر إعادة بناء قلعة مهدمة، حجرًا حجرًا، مستخدمين الذكريات كأدوات البناء.

منهجية البحث

قام الباحث وانغ إس. (Wang S.) بإجراء تحليل تجميعي (Meta-analysis) شامل للدراسات المنشورة حول فعالية العلاج بالاسترجاع في تحسين الوظائف الإدراكية لكبار السن المصابين بالضعف الإدراكي أو الخرف. التحليل التجميعي هو أسلوب إحصائي يجمع نتائج العديد من الدراسات المستقلة لتقديم تقدير أكثر دقة وموثوقية للتأثير العلاجي.

قام وانغ بمراجعة منهجية لقواعد البيانات العلمية الرئيسية، مثل PubMed و Scopus و Web of Science، لتحديد الدراسات التي تستوفي معايير محددة. شملت هذه المعايير أن تكون الدراسات عبارة عن تجارب عشوائية مضبوطة (Randomized Controlled Trials - RCTs)، وأن تكون المشاركين فيها من كبار السن الذين تم تشخيصهم بالضعف الإدراكي أو الخرف، وأن يكون العلاج بالاسترجاع هو التدخل الرئيسي المستخدم.

بعد تحديد الدراسات المؤهلة، قام وانغ باستخلاص البيانات ذات الصلة من كل دراسة، مثل حجم العينة، وخصائص المشاركين، وبروتوكول العلاج بالاسترجاع المستخدم، ونتائج القياسات الإدراكية. ثم قام بتحليل هذه البيانات باستخدام تقنيات إحصائية متقدمة لتقدير حجم التأثير الكلي للعلاج بالاسترجاع على الوظائف الإدراكية. كما قام بتحليل العوامل المعدلة (Moderator analysis) لتحديد ما إذا كانت بعض الخصائص، مثل عمر المريض، وتكرار الجلسات العلاجية، ومكان تقديم العلاج، تؤثر على فعالية العلاج.

ARABPSYCHOLOGY.COM

النتائج

أظهر التحليل التجميعي الذي أجراه وانغ أن العلاج بالاسترجاع له تأثير إيجابي كبير على الوظائف الإدراكية لكبار السن المصابين بالضعف الإدراكي أو الخرف. ووجد أن العلاج بالاسترجاع أدى إلى تحسينات ملحوظة في الذاكرة، والانتباه، والوظائف التنفيذية، واللغة.

بالإضافة إلى ذلك، كشف تحليل العوامل المعدلة أن عمر المريض، وتكرار الجلسات العلاجية، ومكان تقديم العلاج يمكن أن تؤثر على فعالية العلاج. على سبيل المثال، وجد أن العلاج بالاسترجاع كان أكثر فعالية مع المرضى الأصغر سنًا، وأولئك الذين تلقوا عددًا أكبر من الجلسات العلاجية، وأولئك الذين تلقوا العلاج في بيئة جماعية. هذه النتائج تشير إلى أن تصميم بروتوكولات العلاج بالاسترجاع يجب أن يأخذ في الاعتبار هذه العوامل لتحقيق أقصى قدر من الفائدة العلاجية.

تأثيرات سريرية وعملية

هذه النتائج لها آثار عميقة على الممارسة السريرية والعلاجية. بالنسبة للمعالجين النفسيين، فإنها تؤكد على أهمية دمج العلاج بالاسترجاع في خطط الرعاية الشاملة لكبار السن المصابين بالضعف الإدراكي أو الخرف. يجب على المعالجين تصميم بروتوكولات علاجية فردية تأخذ في الاعتبار عمر المريض، ومستوى الضعف الإدراكي، وتفضيلاته الشخصية.

بالنسبة للمرضى وعائلاتهم، فإن العلاج بالاسترجاع يوفر أملًا جديدًا في تحسين جودة الحياة. يمكن للعلاج بالاسترجاع أن يساعد المرضى على استعادة جزء من استقلاليتهم وكرامتهم، وتعزيز شعورهم بالانتماء والهدف. كما يمكن أن يوفر الدعم العاطفي والاجتماعي للمرضى وعائلاتهم، مما يساعدهم على التعامل مع التحديات التي يفرضها الضعف الإدراكي أو الخرف.

على نطاق أوسع، فإن هذه النتائج تدعو إلى زيادة الوعي بأهمية الصحة الإدراكية لكبار السن، وتشجيع تطوير وتنفيذ برامج وقائية وعلاجية تهدف إلى الحفاظ على الوظائف الإدراكية وتحسين جودة الحياة.

السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، تظهر بعض الاعتبارات الثقافية الهامة. في العديد من المجتمعات العربية، يتمتع كبار السن بمكانة اجتماعية مرموقة، ويُنظر إليهم على أنهم مصدر للحكمة والخبرة. هذا الاحترام والتقدير يمكن أن يخلق بيئة داعمة للعلاج بالاسترجاع، حيث يشعر المرضى بالراحة والأمان عند مشاركة ذكرياتهم وتجاربهم.

ومع ذلك، هناك أيضًا بعض التحديات الثقافية التي يجب أخذها في الاعتبار. في بعض المجتمعات العربية، قد يكون هناك وصمة عار مرتبطة بالضعف الإدراكي أو الخرف، مما قد يمنع المرضى وعائلاتهم من طلب المساعدة. بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك اختلافات في القيم والمعتقدات حول أهمية الماضي والذكريات، مما قد يؤثر على فعالية العلاج بالاسترجاع. على سبيل المثال، في بعض الثقافات العربية، قد يكون هناك تركيز أكبر على الحاضر والمستقبل، مما قد يقلل من أهمية استرجاع الذكريات.

لذلك، من المهم تكييف بروتوكولات العلاج بالاسترجاع لتناسب السياق الثقافي العربي. يجب على المعالجين أن يكونوا حساسين للقيم والمعتقدات الثقافية للمرضى، وأن يستخدموا لغة وأساليب تواصل مناسبة. كما يجب عليهم العمل مع عائلات المرضى لتعزيز الدعم والتفهم، وتحدي الوصمات المرتبطة بالضعف الإدراكي أو الخرف.

ARABPSYCHOLOGY.COM

آفاق مستقبلية وقيود البحث

على الرغم من أن هذا التحليل التجميعي يقدم أدلة قوية على فعالية العلاج بالاسترجاع، إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لتأكيد هذه النتائج وتوسيع نطاقها. من بين المجالات التي تتطلب مزيدًا من البحث، تحديد الآليات العصبية التي تكمن وراء فعالية العلاج بالاسترجاع، وتطوير بروتوكولات

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليمView Course → اصول التربية والتعليمView Course → التربية البيئية والتنمية المستدامةView Course →

Reference

Wang S. (2026). *The efficacy of reminiscence therapy on the* cognition *of older patients with* cognitive impairment *or dementia: a meta-analysis based on regulatory factors.* Aging Clinical and Experimental Research, 38(1), 45-45.

DOI: 10.1007/s40520-025-03300-4

ARABPSYCHOLOGY.COM