تدريب إدراكي بمساعدة الحاسوب يحسن مرونة التفكير لدى الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 15, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تدريب إدراكي بمساعدة الحاسوب يحسن مرونة التفكير لدى الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=118953

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل طفلاً يواجه صعوبة بالغة في تغيير مسار تفكيره. مهمة بسيطة مثل الانتقال من حل مسألة رياضية إلى كتابة قصة قد تبدو شاقة، أو قد يجد صعوبة في التكيف مع تغييرات غير متوقعة في الروتين اليومي. هذه الصعوبة، المعروفة بـ "المرونة المعرفية" (cognitive flexibility) (القدرة على التحول بين الأفكار أو المفاهيم المختلفة)، غالبًا ما تكون جوهر التحديات التي يواجهها الأطفال المصابون باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD). هل يمكن لتدريب خاص أن يعزز هذه المهارة الأساسية، وكيف يمكن أن يؤثر ذلك على حياتهم اليومية؟

منهجية البحث

للإجابة على هذا السؤال، أجرى باحثون دراسة شاملة شملت 203 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 6 و 12 عامًا، تم تشخيصهم باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه. قام الباحثون بتوزيع الأطفال عشوائيًا على ثلاث مجموعات: مجموعة تلقت تدريبًا معرفيًا بمساعدة الكمبيوتر (CFT)، ومجموعة تلقت علاجًا دوائيًا (Atomoxetine)، ومجموعة ضابطة انتظرت الحصول على العلاج. استمرت الدراسة لمدة ثمانية أسابيع، وتم تقييم الأطفال في بداية الدراسة وفي الأسبوع الرابع والأسبوع الثامن باستخدام أدوات قياس مختلفة. تضمنت هذه الأدوات اختبار فرز البطاقات ويسكونسن (Wisconsin Card Sorting Test) لتقييم المرونة المعرفية، ومقياس تقييم الإعاقة الوظيفية للآباء (Weiss Functional Impairment Rating Scale-Parent Form) لتقييم مدى تأثير الأعراض على الحياة اليومية، ومقياس Swanson, Nolan, and Pelham, Version IV لتقييم شدة أعراض اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه. بالإضافة إلى ذلك، قام الباحثون بتقييم مستوى "العصابية" (neuroticism) (ميل الشخص إلى تجربة المشاعر السلبية مثل القلق والاكتئاب) لدى الأطفال، وذلك لفهم ما إذا كان هذا العامل يمكن أن يؤثر على فعالية التدريب.

النتائج

أظهرت النتائج أن التدريب المعرفي بمساعدة الكمبيوتر (CFT) أدى إلى تحسينات ملحوظة في المرونة المعرفية لدى الأطفال، بالإضافة إلى تحسينات في المهارات الحياتية والأنشطة الاجتماعية كما أبلغ الآباء. بمعنى آخر، الأطفال الذين خضعوا للتدريب وجدوا أنه من الأسهل عليهم التكيف مع المواقف الجديدة وحل المشكلات بشكل أكثر فعالية. في المقابل، أظهر العلاج الدوائي (Atomoxetine) تحسنًا أكبر في جوانب أخرى من اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه، مثل قلة الانتباه، والتعلم، والأنشطة الخطرة. وكلا العلاجين النشطين (التدريب الدوائي والمعرفي) كانا أكثر فعالية من مجموعة الانتظار في تقليل أعراض فرط النشاط والاندفاع.

الأمر المثير للاهتمام هو أن الباحثين اكتشفوا أن مستوى العصابية لدى الأطفال يلعب دورًا مهمًا في مدى استجابتهم للتدريب المعرفي. الأطفال الذين لديهم مستويات أقل من العصابية في بداية الدراسة أظهروا تحسنًا أكبر في المرونة المعرفية بعد تلقي التدريب. وهذا يشير إلى أن التدريب قد يكون أكثر فعالية للأطفال الذين لا يعانون من مستويات عالية من القلق أو الاكتئاب.

تداعيات البحث

تشير هذه الدراسة إلى أن التدريب المعرفي بمساعدة الكمبيوتر يمكن أن يكون أداة قيمة لتحسين المرونة المعرفية لدى الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه. ومع ذلك، من المهم ملاحظة أن هذا التدريب لا يبدو أنه علاج شامل، بل قد يكون أكثر فعالية كعلاج إضافي للعلاج الدوائي.

ARABPSYCHOLOGY.COM

يوضح الباحثون أن العلاج الدوائي والعلاج المعرفي يستهدفان جوانب مختلفة من الاضطراب، مما يجعلهما مكملين لبعضهما البعض. بالنسبة للأطفال الذين يعانون من مستويات منخفضة من العصابية، قد يكون التدريب المعرفي مفيدًا بشكل خاص في تعزيز المرونة المعرفية وتحسين الأداء في المدرسة والحياة اليومية.

هذه النتائج، التي توصل إليها فريق البحث، تفتح الباب أمام تطوير استراتيجيات علاجية أكثر تخصيصًا للأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه، مع الأخذ في الاعتبار ليس فقط الأعراض الأساسية للاضطراب، ولكن أيضًا العوامل النفسية مثل مستوى العصابية. إن فهم هذه العوامل يمكن أن يساعد في ضمان حصول كل طفل على العلاج الأكثر فعالية لاحتياجاته الفردية.

Reference

Zhang, X. (2026). *Efficacy of computer-assisted cognitive flexibility training and the moderating role of neuroticism in children with ADHD: A randomized controlled trial*. Behaviour Research and Therapy.

DOI: 10.1016/j.brat.2025.104944

ARABPSYCHOLOGY.COM