

الرياضة والموسيقى في علاج التوحد

ورقة بحثية

م.د هيام سعدون عبود

مركز ابحاث الطفولة والامومة / جامعة ديالى

المقدمة

تعد الطفولة حجر الاساس للمجتمعات الحديثة ، ولا بد من الاهتمام بهم في جميع الجوانب النفسية والصحة والتعليمية ، بأعتبارهم عماد المستقبل كبير من انتشار كثير من الامراض والاضطرابات لم نسمع عنها من قبل وهي تصيب الطفولة وتعوق تواصلهم الاجتماعي ونشاطهم التخيلي ويعد التوحد في مقدمة هذه الاضطرابات التي تصيب الاطفال في سن مبكر مما يؤثر على تكوين شخصيته التي من المفروض ان نميها باللعب والانشطة الحركية ، حيث ان اللعب دخلاً وظيفياً لعالم الطفولة ووسيطاً مهماً في تشكيل شخصيته وبنائها من جميع الجوانب الحسية والحركية والاجتماعية والانفعالية⁽¹⁾ وخصوصاً اذا كانت اللعب مع الموسيقى . واللعب والانشطة الحركية يعتبر وسيلة علاجية للأطفال الذين يعانون من هذا الاضطراب لكونهم يفضلون الانعزال ولايتقبلون التواصل الاجتماعي ويفضلون الاندماج مع التلفاز او الاجهزة الالكترونية مثل الايباد وغيرها ، فنجد ان تكنولوجي العصر مثلما لها ايجابيات لعا بعض السلبيات التي باتت واضحة على ملامح اطفالنا لسوء استخدامها . ونجد ان الحركات العشوائية والمتكررة ويكررها الطفل بشكل دائم ومستمر هنا نكمن اهمية هذا الموضوع لا بد من باستخدام الالعاب والانشطة الحركية بشكل منظم مع الموسيقى لتخفيف هذه الحركات والسلوكيات العشوائية التي هي مصدر قلق الوالدين اتجاه ابنائهم .

¹ - رزان سامي عويس ، فاعلية اللعب في اكساب اطفال الروضة مجموعة من المهارات الرياضية ، مجلة دمشق ، (المجلد ، 12 ، العدد الال ، 2005) ، ص369.

3-1 مشكلة الدراسة :-

يعد اضطراب التوحد من اعقد المشاكل الغير عضوية والتي تواجه جميع المجتمعات في العالم في ظل التطور التكنولوجي ووسائل الاتصال المختلفة والشاشات الالكترونية وقنوات الانشاد والتي بدأت تؤثر على الاطفال بشكل واضح من خلال ترك الام لطفلها دون سن الثانية امام هذه الشاشات ، فضلاً عن العوامل البيئية لمختلفة من مشاكل الحمل والولادة ومشاكل بين الوالدين ، والظروف الاقتصادية والاجتماعية وترك الطفل دور الروضة او الحضانة طول ساعات النهار فنجد ان كل هذه الامور قد تكون من مسببات الاضطراب السلوكي لديه .

وان اغلب الدراسات تركز على الجانب النفسي في علاج التوحد وتحصيل اهمية اللعب والانشطة الحركية والموسيقى لما لهم الاثر الايجابي في تحسين سلوك الطفل وتحقيق من هذا الاضطراب .

بعض نظريات المفسرة للتوحد

* نظرية الاضطراب الايضي

تفترض هذه النظرية ان يكون التوحد نتيجة وجود بيبتياد (Peptide) خارجي المنشأ من الغذاء يؤثر النقل العصبي داخل الجهاز العصبي المركزي وهذا التأثير قد يكون بشكل مباشر ومن خلال التأثير على تلك البيبتايات الموجودة والفاعلة في الجهاز العصبي مما قد يؤدي ان تكون لعمليات داخل مضطربة ، هذه البيبتايدات (Peptides) تتكون عند حدوث التحليل غير كامل لبعض الاغذية المحتوية على الجلوتين (Glutine) مثل القمح ، والشعير ، والشوفان ، والكازين الموجود بالحليب ومنتجات الالبان .⁽¹⁾

* نظرية التسمم بالمعادن . تستند هذه النظرية بالاساس الى الملاحظة والحقيقة ان تسمم المعادن الثقيلة مثل الرصاص الزئبق بسبب ضرراً بالدماع وبالأخص الادمغة التي في مرحلة الفوكما عند الاطفال .⁽²⁾

* نظرية اللقاحات احدى النظريات التي وجدت قبولاً كبيراً في بداية الامر هي نظرية علاقة اضطرابات التوحد باللقاحات التي يعطي للاطفال وبخاصة اللقاح الثلاثي الفيروسي (MMP) ، والسبب الرئيسي في

¹ - عادل محمد العدل ، الموهوبين التوحديون من الاطفال المراهقين استثمار الموهبة ودر مؤسسات التعليم (الواقع والطموح) ، المؤتمر العلمي الثامن ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية ، 2010، ص26، وآخرون ، طيف التوحد من دائرة الحيرة والغموض الى دائرة الضوء .

² - والامل خلف اطفالنا (وا) ، (مركز والده الامير فيصل بن فهد لتوحد ، 2009) ، ص21.

هذا الربط مع هذا اللقاح بالذات هو توقيت اعطاء اللقاح الذي يكون مع بلوغ العام الاول من العمر وهو يوافق بداية التقدم في القدرة الكلامية ويفقد بعض الاطفال التوحد قدراتهم الكلامية بين 18-20 شهراً⁽¹⁾

اهمية التربية الرياضية للأطفال المتوحدين

يمكن خفض السلوكيات الشاذة من خلال تمارين جسدية متزامنة او غير متزامنة يتضمن (التمرين المتزامن) هو اشغال الفرد بأنشطة وتمارين مكثفة قبل دخول الموافق التي يتوقع فيها ظهور صعوبات . ويجب مراعاة وتنفيذ ما يلي :-

- تحدد السلوك المستهدف .
 - تحدد نوع الممارسة الحركية الذي سوف يقوم به الفرد .
 - حدد الموافق التي سوى تستعمل فيها .
- تتأثر مستويات النشاط الرياضي وسلوكيات الاطفال المتوحدين بشكل ايجابي من خلال ممارسة الانشطة الرياضية ، حيث تقدم الانشطة الرياضية فوائد متنوعة للأطفال المتوحدين⁽²⁾.
- وتعتبر الانشطة البدنية مع الموسيقى لها تأثير ايجابي كبير على اطفال التوحد وتلعب دوراً هاماً في تنمية المهارات الشخصية والمهارات الحركية والاجتماعية لديهم .
- والانشطة والالعاب الحركية تعيد وسيلة لضبط سلوك الطفل وباستخدام اللعب في كثير من الحالات منها عدم النمو الجسمي والاجتماعي والعقلي والانفعالي المتكامل والمتوازن للأطفال ، فهو يقويه جسدياً ويزوده بمعلومات عامة ويزيد من التفاعل الاجتماعي وتفرغ الانفعالات ، وان اللعب هو حرية للطفل في الحركة والتواصل مع اقرانه وحل مشكلاته⁽³⁾ والانشطة البدنية مع الموسيقى لها تأثير ايجابي كبير على اطفال التوحد وتلعب دوراً هاماً في تنمية المهارات الشخصية والمهارات الحركية والاجتماعية لديهم .

¹- محمد الدورس واخرون ، المصدر نفسه ، ص20 .

²- سامر يوسف متعب واميره صبري حسين ؛ اثر تمارينات حركية في تطوير السلوكيات الحركية الاكثر شيوعاً لأطفال طيف التوحد ، بحث غير منشور ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل .

³- حسن الشافعي ، ادارة الجودة الشاملة ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ، (الاسكندرية ، دار الوفاء للطبع والنشر) ، 2003.

علاقة الموسيقى بالرياضة وانعكاساتها على الطفل

للإيقاع والموسيقى اثراً إيجابياً في مساعدة أطفال التوحد على التواصل والتفاعل الاجتماعي مع الأقران ومن حوله ، لان الموسيقى يمكن ان تستخدم للمساعدة في تنظيم الذات والاستعداد للتواصل وتحسين العلاقات مع ذويهم والآخرين . وزيادة النمو اللغوي ، وتؤدي الى تكوين علاقة تواصلية اجتماعية ، فالموسيقى تعتبر مثير لهم مما تؤدي الى الاستجابة الانفعالية من قبل الطفل (1) وتعمل الموسيقى على تهيئة الطفل لعملية التفاعل الاجتماعي ، وذلك بتشجيع التواصل البصري من خلال ممارسة أنشطة حركية والعباب حركية مختلفة مع الموسيقى المفضلة لدى الطفل يمكن ان تساعد على تعلم مهارات اجتماعية وسلوكية وتفاعل مع الأقران وممارسة الرياضة مع الموسيقى .

بعد ذاته يعتبر علاج لبعض الاضطرابات السلوكية لدى الاطفال المصابين بالتوحد لتخفيف مشاعر القلق لدى الطفل ، من خلال تفرغ الطاقة الانفعالية للمواقف المثيرة للقلق الناتجة عما يواجهه في حياته من مشكلات ، كما يعملان معاً اي الموسيقى والرياضة على تنمية المهارات الحركية الاساسية والمهارات العقلية والاجتماعية واللغوية لطفل التوحد (2). والاهمية الرياضية ولموسيقى لدى أطفال التوحد تأثير على سلوكياتهم .

هذا ما اكدته كثير من الدراسات منها :-

* دراسة (سها علي حسين) (اثر برنامج حركي مقترح لإطفاء سلوكيات الروتينيه للأطفال المصابين بالتوحد .(2012) .

هدفت الدراسة الى اعداد برنامج حري لإطفاء السلوكية الروتينيه الخاطئة لدى اطفال التوحد وبين برنامج مدى استفادة المصابين بتوحد من هذا البرنامج وتغير سلوكياتهم ونجح البرنامج في اطفاء السلوكيات الروتينيه وهذا يدل على ان التدريب الحركي والانشطة الرياضية يعطي نتائج ايجابية لدى اطفال التوحد الذين يعانون سلوكيات روتينيه (3).

ودراسة (سيد جراح السيد) (اثر برنامج حس حركي في التحقيق من المشكلات الحسية لدى الاطفال ذوي اضطرابات طيف التوحد (2015) .

¹ - اسماعيل سعد ، الاتصال والرأي العام الاسكندرية ، دار المعرفة الجامعية .

² Edelson, S : Physical exercise and autim.pup.center of Autism studies , U.S.A(1994).

³³ - سها علي حسين ، اثر برنامج حركي مقترح لاطفال السلوكيات الروتينيه للاطفال المصابين بالتوحد ، (مجلة – القادسية للعلوم التربوية الرياضية ، المجلد (12) ، العدد(1) ، 2012) ص151.

هدفت الدراسة اعداد برنامج حركي في التحقيق من المشكلات الحسية لدى الاطفال ذوي الاضطرابات طيف التوحد ، وقد بنت هذه الدراسة اهمية الحركات والتمرينات في تحقيق المشكلات الحسية لدى اطفال التوحد (بين الذكور والبنات)⁽¹⁾.
و دراسة (براهيمة علي) اكساب عادات سوية لأطفال غير اسوياء من خلال الانشطة الموسيقية عند اطفال التوحد (2015) .

تناولت هذه الدراسة اهمية الموسيقى كوسيلة علاجية لتعديل سلوك الاطفال المصابين بالتوحد ومدى تأثيرها الايجابي على اطفال التوحد ومساعدة هذه الفئة من الاطفال من الاندماج والتفاعل مع المجتمع⁽²⁾.

التوصيات

- 1- من ضروري توجيه الاكاديميين بالتعاون مع معاهد اضطراب التوحد من خلال اعداد برنامج حركي بأستخدام التمرينات والالعاب الرياضية مع الموسيقى بأعتبارها وسيلة علاجية وترفيهية للاطفال المصابين بهذا الاضطراب وبفضل العمل في سن مبكر .
- 2- التأكيد على تعليم المهارات الاجتماعية للأطفال المصابين بالتوحد في (طبيعة وخارج الغرف) .
- 3- للأعلام دور مهم في اعداد برامج تلفزيونية في توجيه وارشاد الامهات اللاتي لديهن اطفال مصابين بالتوحد من اجل نوعية وارشاد الاسر وكيفية التعامل مع اطفالهم .
- 4- محاولة دمج الطفل المصاب بالتوحد مع اقرانه من اجل المشاركة في اللعب محاولة لكسب ثقتهم بأنفسهم

¹- سيد جراح السيد ، اثر برنامج حس حركي في التحقيق من المشكلات الحسية لدى الاطفال ذوي اضطرابات ضيق التوحد ؛ ورقة عمل في مؤتم التوجيهات الحديثة في رعاية متحدي الاعاقة ، جامعة الفيوم ، 2015 .
²- برااهيمة علي ، اكتساب عادات سوية لاطفال غير اسوياء من خلال الانشطة الموسيقية على اطفال التوحد ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، المدرسة العليا للاساتذة ، قسم العلوم الموسيقية (2015) ، ص2.

المصادر العربية

- 1- اسماعيل سعد ، الاتصال والرأي العام الاسكندرية ، دار المعرفة الجامعية .
- 2- براهيمة علي ، اكتساب عادات سوية لاطفال غير اسوياء من خلال الانشطة الموسيقية على اطفال التوحد ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، المدرسة العليا للاساتذة ، قسم العلوم الموسيقية (2015) ، ص2.
- 3- حسن الشافعي ، ادارة الجودة الشاملة ، التربية البدنية وعلوم الرياضة ، (الاسكندرية ، دار الوفاء للطبع والنشر) ، 2003.
- 4- رزان سامي عويس ، فاعلية اللعب في اكتساب اطفال الروضة مجموعة من المهارات الرياضية ، مجلة دمشق ، (المجلد ، 12 ، العدد الال ، 2005) ، ص369.
- 5- سامر يوسف متعب واميره صبري حسين ؛ اثر تمرينات حركية في تطوير السلوكيات الحركية الاكثر شيوعاً لاطفال طيف التوحد ، بحث غير منشور ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل .
- 6- سها علي حسين ، اثر برنامج حركي مقترح لاطفال السلوكيات الروتينية للاطفال المصابين بالتوحد ، (مجلة - القادسية للعلوم التربية الرياضية ، المجلد (12) ، العدد(1) ، 2012) ص151.
- 7- سيد جراح السيد ، اثر برنامج حس حركي في التحقيق من المشكلات الحسية لدى الاطفال ذوي اضطرابات ضيق التوحد ؛ ورقة عمل في مؤتم التوجيهات الحديثة في رعاية متحدي الاعاقة ، جامعة الفيوم ، 2015 .
- 8- عادل محمد العدل ، الموهوبين التوحيديون من الاطفال المراهقين استنثار الموهبة ودر مؤسسات التعليم (الواقع والطموح) ، المؤتمر العلمي الثامن ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية ، 2010 ، ص26 ، واخرون ، طيف التوحد من دائرة الحيرة والغموض الى دائرة الضوء .
- 9- محمد الدورس واخرون ، المصدر نفسه ، ص20 .
- 10- والامل خلف اطفالنا (وا) ، (مركز والده الامير فيصل بن فهد لتوحد ، 2009) ، ص21.

المصادر الاجنبية

- 1-Edelson, S : Physical exercise and autim.pup.center of Autism studies , U.S.A(1994).