ترجمة لدراسة حالة تعاني من رهاب المدرسة
المؤلف: بيير مارداج " عيادة العلاج السلوكي"

Translate of case study suffering from a school phobia
Author : Pierre Mardags « clinique de thérapie comportementale »

الأستاذة سعاد بوسعيد

مخبر جودة البرامج في التربية الخاصة والتعليم المكيف

جامعة قاصدي مرباح ورقلة- الجزائر

ملخص:

يمثل الخوف من المدرسة إحدى المشكلات الرئيسة التي تشكل مصدراً من مصادر الضيق للأسرة، و عادة ما يأخذ هذا الخوف شكل التعبير عن الانزعاج الشديد و الرعب و التمارض في صباح كل يوم دراسي، و البكاء و التوسل بالبقاء في المنزل. وهذه الحالة هي إضطراب رهاب المدرسة وتعتبر حالة من القلق يعاني منها الطفل في بداية فترة ذهابه إلى المدرسة أو العودة إليها بعد فترة من إنقطاع الدراسة، والتي تتمثل برفضه الشديد والإمتناع عن الذهاب إلى المدرسة، لذلك يسمي بعض العلماء هذه الحالة "تجنب المدرسة" أو "رفض المدرسة.وهذه المقالة ترجمة لدراسة حالة تعاني من رهاب المدرسة للمؤلف « clinique de thérapie comportementale » Pierre Mardags تم علاجها عن طريق العلاج المعرفي السلوكي .

- الكلمات المفتاحية: ترجمة لدراسة حالة - رهاب المدرسة- العلاج المعرفي السلوكي

Abstract :

The fear of the school represents one of the main problems that constitute a source of distress to the family, and usually take the form of this fear the expression of alarm and terror and Sickout each morning classroom, and crying and begging to stay in the house. This situation is a school phobia Disorder Anxiety is experienced by a child at the beginning of the going to or return to school after a period of interruption of study،Which is refusing to refrain from going to school, so some scientists called this situation "Avoid School" or "the refusal of the school.This article interpretation to examine a case suffering from
school phobia author Pierre Mardags book of “clinique de therapie comportementale”, been treated by the CBT therapy.

Keywords: The translation of a case study-School phobia -The CBT therapy.

مقدمة :

يمثل الخوف من المدرسة إحدى المشكلات الرئيسة التي تشكل مصدراً من مصادر الضيق للأسرة، و عادة ما يأخذ هذا الخوف شكل التعبير عن الإنزعاج الشديد و الرعب و التمارض في صباح كل يوم دراسي، و البكاء و التوسل بالبقاء في المنزل.

رهاب المدرسة هي حالة من القلق يعاني منها الطفل في بداية فترة ذهابه الى المدرسة أو العودة إليها بعد فترة من إنقطاع الدراسة، والتي تتمثل برفضه الشديد والإمتناع عن الذهاب إلى المدرسة، لذلك يسمي بعض العلماء هذه الحالة "تجنب المدرسة" أو "رفض المدرسة.

ويحدث رهاب المدرسة لدى شروع الأطفال بالذهاب إلى المدرسة لأول مرة (عادة ما بين سن 5 الى 7 سنوات من العمر). وتبلغ النسبة الانتشارية لهذا الاضطراب عل نطاق عالمي نحو 2.4 بالمئة.وقد لوحظت هذه الحالة أيضاً عند لأطفال الأكبر سناً والمراهقين، لأن رهاب المدرسة قد يحدث أحياناً لدى معاودة الطفل الذهاب إلى المدرسة بعد غياب عنها بسبب المرض أو العطلة الصيفية أو أسباب أخرى تدعو للإنقطاع عن الدراسة لمدة معينة.

إن الخوف ورفض الذهاب إلى المدرسة يسبب التوتر للطفل ولذويه أيضاً، مما يدخل أولياء الأمور في حالة من القلق على مستقبل طفلهم.

و في هذا المقال سوف نتطرق إلى حالة الطفل **" وليام"** الذي يعاني من رهاب المدرسة وهي ترجمة لحالة من كتاب :

- Pierre Mardags,(1984), **clinique de thérapie comportementale**,v(1), Ev_vivantes, p:(270-275)

1- تقديم الحالة:

"وليام" طفل عمره (13 سنة)، يعاني من رفض الذهاب إلى المدرسة (رهاب المدرسة)، والده ذو جنسية إنجليزية و مستقرين في **"تولوز Toulouse"** لستة أشهر لأسباب عملية، ولديهم بالإضافة إلى **"وليام"** إبنة تدعى **"أندرو"** عمرها (9 سنوات).

في سوابق **"وليام"** لم يلاحظ أي شيء غريب أو مثير للشك، تمدرسه كان بدون مشاكل، و لم تظهر عليه أي إضطرابات سلوكية، و مستواه الدراسي في إنجلترا كان جيداً.

والدا **"وليام"**لاحظوا أنه دائماً خجول، و يهتم كثيراً لما يظنه الناس به و سهل التأثر في المواقف الجديدة (عدم التكيف في الوضع الجديد).

عند قدوم **"وليام"** لفرنسا كان لا يعرف التكلم بالفرنسية، و في نهاية السنة (نهاية ماي وبداية جوان) إلتحق بمدرسة خاصة في القسم السادس أقل من مستواه الحقيقي، و منذ ذلك الوقت كُثُر الغياب و أصبح الطفل يتضرع بمشاكل عديدة (تعب، وجع بالمعدة...) من أجل تجنب الذهاب للمدرسة، و الأولياء تساهلوا مع هذه الغيابات.

أصبح وليام يشكو من إستهزاء و سخرية الأطفال الآخرين، و السلوك المتشدد للأساتذة، و المدرسون من جهتهم وجدوا **"وليام"** قليل الميل لبذل جهد من أجل التأقلم و الإندماج.

وفي العطلة الصيفية إلتحق **"وليام"** بدروس خصوصية في الفرنسية مرتين إلى ثلاثة في الأسبوع في منزله، ثم أصبح يأخذ درس واحد خصوصي في الأسبوع. بعد العودة إلى المدرسة أستاذه كان راضي على تقدمه، فقد أصبح يستطيع تدبر أمره في محادثة بسيطة، و كذلك أصبح مستواه في الفهم اللغوي ممتاز.

- في العودة المدرسية التالية وِضَع **"وليام"** في الصف السادس من أجل تسهيل إندماجه، لكن بعض الروابط الإجتماعية التي أنشأها في الوسط المدرسي كانت مكسورة، و الآن وجد نفسه مع أطفال أصغر منه، ورجع وليام من جديد يتذمر من الإستهزاء و إنعزل.

في الأسبوع الأول عاد له الخوف من المدرسة، و بعد أسبوع آخر من التجنب و الرفض قرر الوالدان تغيير مدرسة **"وليام"**. و عند دخوله إلى قسمه الجديد رفض أي اتصال بالآخرين و هرب من المدرسة، و منذ ذلك اليوم الأب أصبح يجلبه إلى المدرسة بالقوة و لا يتركه إلا في وجود مجموعة من الموظفين ليمسكوا به و يمنعوه من الهرب.

ردود الطفل كانت قوية (نشطة جدا)، يقول الأب ان الطفل يتصرف كأنه حيوان في قفص، يصيح و يضرب رأسه على الأرض، و بعد مرحلة الإضطراب و الهيجان تأتي دائما لحظة فاصلة يكون الطفل فيها هادىء لكن منطوي على نفسه، حزين و رافض لأي نوع من التواصل.

- **التحليل السلوكي:**

- عوامل شخصية:

عند معاينة **"وليام"** كان لديه رفض كلي للمدرسة منذ أسبوعين (لم يذهب للمدرسة منذ أسبوعين).

-أثناء المقابلة، الطفل يظهر خجول جداً، لكن إرادته و روحه التعاونية واضحة مع المعالج، و لا يظهر عليه أي خلل نفسي على مستوى التواصل، ونلاحظ ببساطة علامات الكبت في مظهره العام، وكذلك صعوبة في إستمرار التواصل البصري.

- الطفل تأقلم جيدا مع المعالج (الذي يحاول أن يجعل لغته تشبه طريقة الطفل لكي يفهمه)، و يظهر أن الطفل مهتم جدا بهذه الوضعية مع المعالج، و يبذل جهد كبير من أجل تقديم مساعدته.

- **"وليام"**تطرق بوضوح جداً في المعاينة، و صرح أنه تجاوز الوضع الدراسي لأنه لا يفهم اللغة، و يحس أنه منعزل و مرفوض و يشتكي من إستهزاء و سخرية الأطفال، و لا يبذل مجهود كافي من أجل الاندماج و التأقلم، خاصة وقت العمل، و هو يفكر أن الأساتذة لا يفهمونه لأنهم يطالبونه كثيرا و ليس عندهم صبر إتجاه صعوباته.

- فيما يخص العمل (المردود) المدرسي تبين أن **"وليام"** متحسن، و يخاف من السخرية و الإخفاق، و لا يستطيع الكلام (التكلم) إلا إذا تأكد أنه يستطيع الشرح بوضوح أو يعطي إجابة صحيحة، العلاقات الإجتماعية خارج المدرسة متحفظة جداً.

- المستوى الفكري (العقل)، مقيم من خلال نوعية الخطاب و القدرات الإستبطانية مبهر، إختبار الشخصية لا يضع في وضوح أي بنية نفسية مرضية. و نستخرج مع ذلك ملامح إكتئابية.

- في إستبيان المخاوف لـ (والب Wolpe) البنود التي تأخد النقطة الكبيرة هي: التكلم أمام الجمهور، كونه أداة للسخرية، كونه منتقد، مهمش، مستنكر، سخيف، فاقد للسيطرة، فقدان الوعي، الإحساس بالغثيان، الشعور بالإختلاف عن الآخرين، كونه مريض عقليا.

- في سلم مقياس تقدير الذات لـ " لراتيس" (الترجمة الفرنسية في كوثرو Cottraux 1979) المجموع المتحصل عليه خلال الفحص الأول من (- 45). (استعملنا هذا المقياس لأجل الإشارة فقط لأن هذا المجموع لا يتطابق على الأطفال).

- الخاصة (الميزة)التقريبية لهذا الاختبار، المجموع النازل جداً يأكد غياب تقدير الذات.

- عوامل عائلية:

- الأم عندها آثار اكتئابية، فهي في حد ذاتها خاضعة (مرتبطة) بوالديها و تأقلمها كان سيء أثناء تموقعها في فرنسا و إفتراقها عنهم، لم يكن لديها أي نشاطات خارج العائلة و تبدل جهد قليل في العلاقات الاجتماعية، العائلة تعيش في منزل منعزل في الوسط الريفي، و لا تبحث عن

التأقلم، أم **"وليام"** متكلة أو تابعة لزوجها في كل الإجراءات الهامة لأن لغتها الفرنسية تقريبية جداً، هي نسبيا مستقلة و تهتم لـ **"وليام"** و تلعب دور كبير في تجنبه للمدرسة عن طريق تساهلها مع غيابات إبنها و معارضتها لزوجها في محاولاته الأولى لإرغام **"وليام"** على الذهاب للمدرسة بالقوة.

- الأب متاقلم كثيراً في وسطه العملي مجيئه إلى فرنسا متعلق بترقية مهمة. هو إنسان مواظب و إجتماعي و واجباته العملية تجعله دائماً بعيداً عن المنزل، و حسب أبنائه فهو صارم و مهتم من أجل المستقبل، في وقت بَدْأ مشاكل عند **"وليام"**، أصبح الأب منغلق و فاقد للأمل من وضعية إبنه.

- الأخ كان لا يداوم المدرسة في إنجلترا، و هذا الذي تحسن في الوسط المدرسي، فقد بدأ يتقن اللغة بشكل صحيح و ينشأ علاقات جيدة مع الزملاء، **"أندرو"** أخته اصبح عندها بعض الغيرة من **"وليام"** أثناء بقائه في البيت.

- الأن نحن في صدد وجود قلق متعلق بالوضعية المدرسية و هي مصدر التجنب المدرسي، القلق البسيط أصبح معقد أثناء الوضعيات الصعبة المترابطة: عدم فهم اللغة، السخرية و الإستهزاء من جهة الأطفال و نفاذ الصبر من جهة الأساتذة بالإضافة إلى قلق الإفتراق. و هذا القلق (فقدان الصبر) هو الذي شارك في تكوين مشكل السلوك لأن الوضعيات معرفة كضغوطات في أثناء غياب الوالدين.

قلق الانفصال يستطيع أن يكون ثانوي بالمقابل للوضعية مولدة القلق. في المجمل هناك إعادة ظهور للسلوكيات إلتصاق و بحث لقاعدة أمنية بالنسبة للأم. لكن في الوقت الحاضر إلتقطنا من أجل الفرضية الثانوية الأولى، بمعنى المشاركة الأولية لقلق الانفصال لتمركز الإشكال (المرض) أي أن قلق الانفصال هو الذي سبب رهاب المدرسة.

- عوامل أخرى لعبت دور:

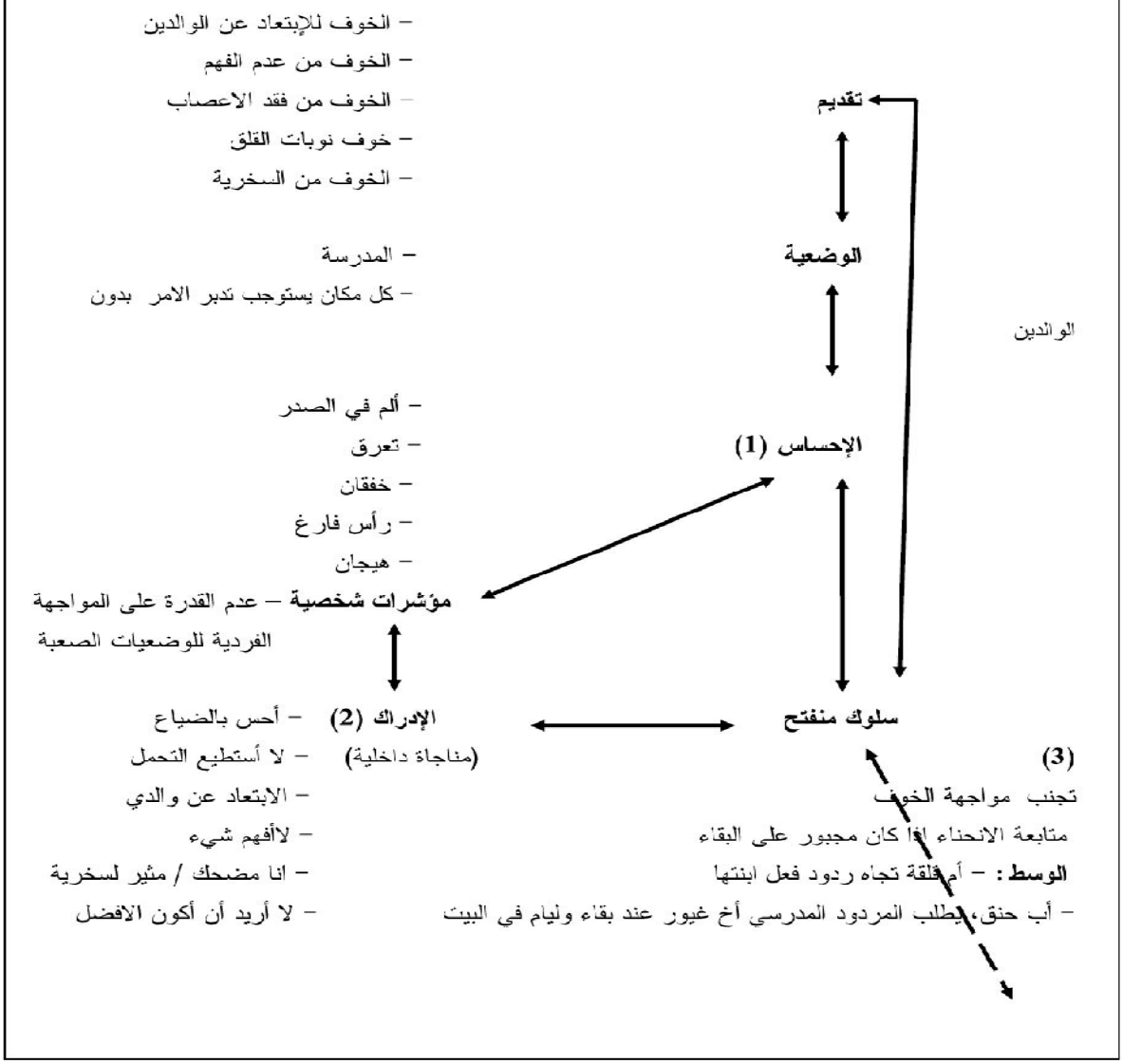
- بنية **"وليام"** هي التي وضعته في موقع إخفاق و عززت سلوك القلق من الوضعية المدرسية.
- تشددات الوالد لا تتناسب مع قدرات الطفل على التكيف و هذا يعزز القلق المدرسي.
- الحماية الأمومية و القلق المرتبط - التبعية القلقية (أم-طفل) تعزز لقلق الانفصال.

* الملخص التحاليل السلوكية المعرفية تظهر في جدول 12 و 13

الجدول 12: التحليل الإدراكي (المعرفي) السلوكي:

– الإسم:	– اللقب:	– الجنس:
– تاريخ الميلاد:	– تاريخ الفحص:	– رقم السجل:
– المشكلة المستهدفة: الرهاب المدرسي		

– التزامن:



الجدول 13: التحليل الإدراكي (المعرفي) السلوكي (تكملة): يتضمن النقاط التالية :

1)- إعطاء العوامل المحتملة:

- وراثية: - أم اكتئابية

- شخصية:

- انسحاب اجتماعي
- الكبت
- التخوف من الجديد
- التبعية للأم (التعلق)

2)- عوامل تاريخية بمحافظة ممكنة:

- التشدد الكبير جدا للأب
- الحماية الأمومية هي المصدر الأساسي لتعزيز السلوك عند وليام

3)- عوامل مطلقة ابتدائية مبتهلة:

- الوضع في وضعية دراسية بدون فهم و معرفة اللغة.
- سخرية الزملاء
- نفاذ صبر الأساتذة

4)- حوادث مسرعة للمشاكل (للاختلال):

- الإنتقال، الإستقرار في فرنسا

2- العلاج:

وجود أعراض إكتئابية جعلنا نفكر أولا بإستخدام علاج كيميائي من النوع الخفيف والمتمثل في (Anafamil).والذي وصفه الطبيب التابع للطاقم .

- ولتقليص من قلق الإنفصال والقلق المرتبط بالمدرسة (رهاب المدرسة) تم خفظ الحساسية بطريقة تدريجية في المحيط ليتم إعادة دمجه.

- كما تم إجراء بعض الحصص لتأكيد أو تعزيز الثقة بالنفس وأخذ ذلك بعين الإعتبار وذلك لتوسيع العلاقات الإجتماعية.

مشاكل اخرى: **علاج داخلي:-**

الإعتمادية - –لا يوجد

الرهاب الإجتماعي.

- تم إنشاء العقد العلاجي مع الوالدين والطفل .

-تم إعطائهم أو تزويدهم بمعلومات مفصلة حول كيفية تطبيق تقنية الإسترخاء وتخفيف الحساسية التدريجي). و بالخصوص لتقليل القلق حيث أن التعرض للموقف المتعلق هو أمر ضروري .

-وكان الهدف الرئيسي هو العودة للمدرسة.

و مراحل دمجه تم الإتفاق عليها مع العائلة ووليام .

سير العملية العلاجية:

-راقبة العلاج ثم تأكيده بعملية قياس مزدوجة :

من جهة في كل حصة الطفل يجب أن يعطى درجة القلق يعدها بعد ذهابه للمدرسة وهذا العد أو التقيم يتم على سلم من 10نقاط.

ومن جهة اخرى :

الأم يجب أن تدون الكلام الشفهي التلقائي المتعلق بالمدرسة ،وتفرق التداعيات (التصريحات) السلبية سواء كانت متعلقة بالقلق أو الإكتئاب ،والتصريحات الإيجابية أو الحيادية .

- المرحلة الأولى من العلاج تتضمن التدريب على الإسترخاء حسب طريقة شالتز "Schultz" بالمشاركة مع العلاج الدوائي أو الكيميائي مع تكرار للتمرينات أو التدريبات بالمنزل والتي تعتبر ظرورية للحصول على حالة من الإسترخاء كافية .

المرحلة الثانية من التكفل العلاجي متعلقة بخفض الحساسية التدريجي.

ثلاثة تسلسلات هرمية مختلفة تم إتباعها مع الطفل .

1-التسلسل الهرمي الأول :الإنفصال ،بنود متعلقة بالمواقف التي تبتعد فيها الأم عن الطفل .

2-التسلسل الهرمي الثاني:التصرف لوحده وتقبله للمواقف ،حيث يمكن أن يتعرض لمخاطر الإنتقاد أو يكون فيها موضوع للسخرية.

3-التسلسل الهرمي الثالث:المواقف الدراسية ،البنود التي تمكنه من التقرب تدريجيا مع الوقت في الأماكن التي يتفاداها .

-إن كل موضوع لخفض الحساسية التدريجي يشكل هدف ضمن التدريبات المطبقة في الحصص.

- لموضوع الانفصال : يجب على وليام أن يذهب الى المدينة مع أمه ويفترق أو ينفصل عنها لمدة محدودة .

ولموضوع التصرف(الذاتي الحرية الذاتية) :على الطفل ان يقوم بالذهاب للشراء لوحده .

- لموضوع المدرسة: وليام يرافق أمه للبحث عن أخيه الصغير في المدرسة ويقف أمام ثانويته.

- هاته التمارين تمثل قائمة إضافية لتقييم القلق على 10 نقاط .

- وقبل المحاولة الأولى لإعادة الادماج ،تم تغيير لبعض المسببات المذكورة سابقا في المحيط.

- تم إعلام الأساتذة العاملين بالمدرسة بالبرنامج العلاجي المدرج أثناء الدرس وتشجيعهم على المساهمة في العلاج.

- الأطفال في القسم الذي يدرس فيه "وليام" أيضا تم إعلامهم بأن هناك برنامج علاجي ،وبالتالي تم التحضير لعودته و الأولياء تم اعلامهم منذ البداية بالعملية العلاجية حيث تم تلقينهم تعليمات حازمة ولكن أيضا نصائح لتشجيع وتقوية السلوكيات التوافقية المتكيفة .

- تم تطبيق حصة لتقنية لعب الأدوار لتهيئة الأم كذلك للإنفصال .

- وتم تنفيذ مرحلة الرجوع للمدرسة تدريجيا وكان المعالج حاظرا معه في كل مرحلة ،ينتقل فيها للخطوة الموالية الأصعب .

- وفي الأيام الموالية أو القادمة تلقت العائلة مكالمة هاتفية في المساء وذلك لدعم الطفل .

- تم إحترام خطة العمل والمستويات المبرمجة من طرف الطفل والأولياء حيث تم الإدماج الكلي للطفل في المدرسة في ظرف أسبوع .

- والطفل أصبح يدرس بشكل منتظم بعد التكفل به في ظرف شهرين .

- في هاته المرحلة نعتقد أن العمل لم ينتهي بعد .

والمرحلة الأخيرة من العلاج خصصت للتدريب على تأكيد الذات أو تعزيز الثقة بالنفس .حيث أنجزت 6 ستة حصص والتقييم تم انطلاقا من شرائط فيديو .كما تم إستعمال شبكة الملاحظة لـ"ليبرمان".

تم إستعمال العمل المتعلق بلعب الادوار بطرق متفرقة لتحسين أداء "وليام" .وبلخصوص طريقة النمذجة حيث تم الوصول الى قمة الخجل عند "وليام" والمرتبط خاصة بإعتقاد عدم الكفاءة أو الكمالية.

-المعالج خصص نموذج يمكن من الوصول إليه، خاصة الصعوبة في تكلم اللغة الفرنسية والتمرين طبق وسجل وشوهد من قبل الطفل .

- التركيز حول العيوب ولكن كذلك حول المجهودات التي يبذلها للتواصل، وتمثل الربح أو الشيء الإيجابي المتحصل عليه في غياب السخرية من هذا الموقف .

- التمرينات المسجلة في فيديوهات مع "ويليام" مكنته من إستعمال التغذية الراجعة - تصحيح الأخطاء- والتعلم من الأخطاء وتصحيحها وتصحيح بعض الجوانب غير الشفاهية للتواصل (التواصل البصري ،وضعية الجسم، الحركات ،.....اخ) .

- بعد نهاية الست حصص تم استعمال السلم راثوس "Rathus"من جديد والنتيجة المتحصل عليها هي 20 .

3-النتيجة:

إن قياسات قلق المدرسة توضح التحسن الخفيف المتحصل عليه من خلال الإسترخاء المصحوب بالعلاج الكيميائي ينخفض القلق بشكل أفضل عدما يتم إدخال تقليل الحساسية ، عندما تقل حساسية مشكل الإنفصال يكون القلق لازال متوسطا وينخفض بشكل قوي عندما يتم تقليل حساسية المواقف المدرسية . هذه الظاهرة يمكن ترجمتها بطرق متعددة .

قلق الإنفصال لا يمكن أن يكون السبب الأساسي للرهاب ، ولكن يمكننا القول أيضا أن القياسات المستعملة تحفز خفض نتائج القلق بعد تقليل الحساسية للمواقف المدرسية المقلقة .

القياسات التي قامت بهم الأم في نفس الاتجاه الذي تسلكه القياسات التي قام بها الطفل مع التقدم في العلاج .

عند إعادة الإدماج في الوسط المدرسي يكون القلق موجودا ولكن لا يوجد تجنب ، ينقص عند الإستمرار في الموقف ثم إعلام الطفل بالظاهرة والنتائج المتوقعة مما أدى إلى تعزيزه .

قياسات التقدم في تأكيد الذات توضح تحقيق التعلم على عدة مستويات للتواصل .

في مدة أربعة أشهر يعيد الدمج المدرسي الجيد والإرتباطات الإجتماعية تجدد والتحسنات في الفرنسية حقيقة ، حيث أن الوالدين قرارا أن يعيش عند جداه وأن يدرس في إنكلترا ، حيث أن عودته إلى المدرسة نفذت بلا مشكل لكن المتابعة ليست مؤمنة إلا أنه كان تحت مراقبة كبيرة من طرف جداه .

بعد عام من العلاج النتائج المحصل عليها مستقرة حيث أن الطفل عاد بفضل العلاج ،لم يشاهد الطفل من قبل الطبيب المعالج بسبب بعد المسافة ، لكن والداه أعطياه تعليمات جديدة.

وكخلاصة: يمكننا القول مهما كان سببُ رهاب المدرسة تبقى النتائج المترتبة على هذا الغياب الطويل وخيمة وتظل مدى الحياة، فالطفل يفقد مشاركته لأصدقائه، ويفقد تنمية مهاراته الاجتماعية داخل المدرسة، ويتأثر تعليمه. إن تعود وتجنب المواقف غير السعيدة قد يكبر لدرجة أن ذلك الفرد في سنوات لاحقة يتعامل بسلبية شديدة مع المشاكل التي تواجهه في المستقبل.لذا يجب علينا أن نتعلم كيف نحل مشاكلنا منذ سن مبكر.

المرجع :

- Pierre Mardags,(1984), **clinique de thérapie comportementale**,v(1), Ev_vivantes,

p:(270-275)

4-أهم المصطلحات:

المصطلح بالعربية	المصطلح بالفرنسية
رفض الذهاب إلى المدرسة	Refus scolaire
خجل	timide
انعزاله	isolement
التجنب	évitement
الرفض الكلي	Le refus total
المعالج	L'examinateur
تأقلم	adapte
عوامل شخصية	Facteurs individuels
عوامل عائلية	Facteurs familiaux
علاج كيميائي خفيف	chimiothérapie légère
قلق الانفصال	L'anxiété séparation
القلق المرتبط بالمدرسة	L'anxiété lui a l'école
نظام الحساسية التدريجي المنهجي	La désensibilisation systématique
إعادة الإدماج	Réinsertion
تأكيد الذات	Affirmation de soi
شبكة العلاقات الاجتماعية	La gamme de comportements sociaux
العقد العلاجي	Le contrat thérapeutique
التعرض للموقف المقلق	La confrontation à la situation anxiogène
محاولة الادماج	Tentative de réinsertion
التصريحات السلبية	L'évocations négatives
تدريب على الاسترخاء	un apprentissage de la relaxation
خفض الحساسية التدريجي المنهجي	Désensibilisation systématique