

اثر بخشی آموزش فنون وارونه سازی عادت در کاهش فراوانی، پیچیدگی و تداخل تیک های حرکتی کودکان

محسن سروری^{۱*}؛ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی کودک و نوجوان از دانشگاه تبریز

مقدمه: اختلالات تیک از جمله مهم‌ترین اختلالات دوران کودکی هستند که می‌توانند بر زندگی آینده افراد تاثیر بگذارند. تیک‌های حرکتی اصوات ناگهانی، سریع، عودکننده و ناموزون هستند که غالباً از کودکی شروع می‌شوند و به مدت چند سال دوام می‌یابند. تیک‌ها هر روز رخ می‌دهند و در طول زمان دچار تغییر شکل، تشدید و تخفیف شده و باعث درماندگی فرد می‌شوند. تیک‌ها می‌توانند حرکتی یا صوتی و هر کدام از آنها نیز در نوع خود می‌توانند ساده یا پیچیده باشند. درمان‌های رایج تیک‌ها عبارتند از دارو درمانی، درمان شناختی-رفتاری و درمان رفتاری. درمان بکار رفته در این پژوهش جز درمان‌های رفتاری اختلالات تیک است. در مدل رفتاری علاوه بر توجه به شرایط درونی، تمرکز اصلی بر تعدیل و دستکاری شرایط محیط بیرونی است. پژوهش حاضر به منظور تعیین اثربخشی آموزش فنون وارونه-سازی عادت در کاهش فراوانی، پیچیدگی و تداخل تیک‌های حرکتی صورت گرفته است.

روش: پژوهش حاضر طرح آزمایشی تک موردی با خط پایه است. جامعه آماری پژوهش مراجعه‌کنندگان به کلینیک بزرگمهر شهر تبریز با تشخیص تیک حرکتی بودند که از این میان، نمونه این پژوهش را ۲ پسر مقطع ابتدایی مبتلا به تیک حرکتی تشکیل دادند که به روش هدفمند انتخاب شدند. این افراد پس از احراز شرایط تشخیصی بر اساس DSM-5 و اجرای خط پایه، وارد طرح درمان شدند و آموزش فنون وارونه‌سازی عادت را به صورت انفرادی در طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای، دو بار در هفته و به مدت ۱ ماه دریافت کردند. ابزار استفاده شده مقیاس شدت کلی تیک یل (۱۹۸۹) می‌باشد.

یافته‌ها: نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش فنون وارونه‌سازی عادت باعث بهبود فراوانی، پیچیدگی و تداخل تیک‌های حرکتی می‌شود. پیگیری ۱ ماهه بعد از اتمام درمان حاکی از ماندگاری این نتایج بود. یافته‌های این پژوهش که همسو با نتایج پژوهش‌های مشابه است حاکی از آن بود که، آموزش فنون وارونه‌سازی عادت باعث کاهش فراوانی، پیچیدگی و تداخل تیک‌های حرکتی می‌شود. در مجموع شرکت‌کننده دوم در این پژوهش میزان بهبودی بالاتری را نسبت به شرکت‌کننده اول نشان داد که می‌تواند حاکی از یادگیری و انجام صحیح‌تر مجموع فنون آموخته شده باشد. مخصوصاً بخش حمایت اجتماعی که برای افزایش بهبودی تاثیر قابل ملاحظه‌ای دارد. این پژوهش جز نخستین پژوهش‌هایی است که کاربرد فنون وارونه‌سازی عادت را علاوه بر فراوانی تیک‌ها، برای پیچیدگی و تداخل آنها نیز بکار برده است. در این پژوهش شرکت‌کننده‌ها توانستند بعد از اتمام مداخله به کاهش قابل توجه تیک‌های خود برسند.

همچنین نتایج نشان داد که ویژگی‌های اختلالات تیک می‌توانند همبستگی داشته باشند. به این معنا که همزمان با کاهش یک ویژگی مانند فراوانی، می‌توان شاهد کاهش در سایر ویژگی‌ها مانند پیچیدگی و تداخل تیک‌ها بود.

بحث و نتیجه‌گیری: این درمان یکی از موثرترین درمانها برای اختلالات تیک محسوب می‌شود. در روش وارونه‌سازی عادت افراد از ماهیت تیک‌های خود آگاه می‌شوند و همزمان با یادگیری تن آرامی در سراسر بدن خود، پاسخ‌هایی که متضاد با تیک مورد هدف باشد را یاد می‌گیرند. این فنون باید در سایر موقعیت‌های زندگی به مرور تمرین شوند تا افراد کنترل بیشتری بر تیک‌های خود پیدا کنند. حمایت اجتماعی مخصوصا اعضای خانواده و سایر افراد نزدیک فرد مبتلا برای کسب نتیجه درمانی مطلوب بسیار مهم است. مجموع این فنون می‌تواند بهبودی قابل ملاحظه‌ای برای اختلالات تیک ایجاد کند. اختلالات تیک که جز اختلالات عصبی-رشدی هستند می‌توانند با نشانه‌های روانی دیگر مانند وسواس فکری-عملی، مشکلات گفتار و مشکلات توجه همراه باشند و به سبب تأثیری که بر حوزه‌های مختلف زندگی افراد مبتلا می‌گذارند، درمان زودهنگام و موثر برای آنها اهمیت زیادی دارد.

واژه‌های کلیدی: وارونه‌سازی عادت، فراوانی، پیچیدگی، تداخل، تیک حرکتی.