

جاده زندگی

تصور کنید سوار بر ماشینی در جاده‌ی مه‌آلود در حال رانندگی هستید. می‌دانید که رانندگی در مه به دو چراغ جلوی ماشین وابسته است تا بتوانید راه خود را ادامه دهید و در غیر اینصورت رانندگی در این جاده برای شما غیر ممکن می‌شود. داشتنِ کودک مبتلا به اتیسم در جاده‌ی زندگی نیز به مثابه رانندگی در یک جاده‌ی مه‌آلود است، پر از ترس، سردرگمی و پیش‌بینی‌ناپذیری. به راستی چراغ‌های روشنایی‌بخش شما برای طی کردن این مسیر کدامند؟ برای برخی دوستان، برخی خانواده و برخی دیگر درمان‌گران... هر چه باشد مهم نیست، مهم آن است که این مسیر و جاده را بدون روشنایی طی نکنید.

شهرنشینی و
آتیسیم کودکان در چین

بررسی نیمرخ علائم اضطراب در
دختران و پسران مبتلا به اختلال طیف اتیسیم

مفید یا مضر؟
مروری بر نتیجه افشای تشخیص اتیسیم برای دیگران

ارزیابی طراحی نرم افزارها
برای کودکان مبتلا به اتیسیم



اخبار و
تازه‌ها

شهرنشینی و اتیسم کودکان در چین

افزایش خطر ابتلا به اتیسم در بسیاری از کشورهای در حال توسعه در بسیاری از کتاب‌ها ذکر شده است ولی مطالعات اندکی روی این موضوع متمرکز شده‌اند. ما با استفاده از داده‌های بسیار زیادی در چین ارتباط بین شهرنشینی و اتیسم را در میان کودکان تازه متولد شده تا ۱۷ سال بررسی کردیم. داده‌ها از ۶۱۶۹۴۰ کودک به دست آمد. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از مدل‌های رگرسیون لجستیک استفاده شد. نتایج نشان داد شهرنشینی با خطر بالاتری از اتیسم در کودکان پسر همراه می‌باشد.

مراجعه شود به

Urbanicity and autism of children in China

Author links open overlay

panelYananLuoabcLihuaPangabChaoGuoabLeiZhangabYiranWangaXiaoyingZhengab

<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112867> Get rights and content



بررسی نیمرخ علائم اضطراب در دختران و پسران مبتلا به اختلال طیف اتیسم

اکنون مشخص شده است که کودکان طیف اتیسم اغلب همزمان با اتیسم، اضطراب را نیز تجربه می کنند. اگرچه جنسیت کودک بر شیوع اضطراب در این کودکان تاثیر می گذارد اما رابطه ای بین جنسیت و اضطراب در کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم یافت نشده است. این مطالعه به مقایسه گزارش والدین از نشانه های اضطراب در پسران و دختران مبتلا به اتیسم ۹ تا ۱۲ سال پرداخته است. تفاوت معنی داری بین نمرات اضطراب کل، اضطراب عملکردی و اضطراب جدایی در دختران و پسران یافت نشد. ولی تفاوت معنی داری در خرده مقیاس برانگیختگی اضطراب در دختران وجود داشت. به طور کلی، پسران و دختران مبتلا به طیف اتیسم ۹-۱۲ سال، نمرات اضطراب مشابه داشتند. نیمرخ اضطراب در دختران و پسران طیف اتیسم ممکن است با مواردی که در تحقیقات گزارش می شود متفاوت باشد و به تحقیقات بیشتری نیاز است.

مراجعه شود به

Exploring profiles of anxiety symptoms in male and female children on the autism spectrum

Author links open overlay panelKathrynAmbrosea

DawnAdamsabKateSimpsonabDebKeenab

<https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101601>Get rights and content

مفید یا مضر؟

مروری بر نتیجه افشای تشخیص اتیسم برای دیگران

تصمیم به افشای تشخیص اتیسم برای دیگران می تواند یک تصمیم بزرگ برای افراد اتیسم و خانواده هایشان باشد. این بررسی مقدماتی به بررسی پیامدهای تشخیص اتیسم بر روی دیگران (همسالان، معلمان، کارفرمایان) می پردازد. در مجموع 37 مقاله مورد بررسی قرار گرفتند. 14 مورد دیدگاه افراد مبتلا به اتیسم را ارائه دادند، 4 مورد دیدگاه والدین و اعضای خانواده را بررسی کردند و 20 مورد که دیدگاه دیگران را ارائه دادند. نتیجه گیری: متخصصان و عموم مردم باید از فرضیات مربوط به اتیسم و افشاگری آن آگاه باشند. تحقیقات بیشتری در مورد فرآیندها و نتایج افشای تشخیص اتیسم، در طول زندگی و زمینه های اجتماعی ضروری است.

مراجعه شود به

Helpful or harmful? A scoping review of perceptions and outcomes of autism diagnostic disclosure to others

Author links open overlay panelSandraThompson-Hodgetts

ChantalLabonteRinitaMazumderShanonPhelan

<https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101598>Get rights and content

ارزیابی طراحی نرم افزارها برای کودکان مبتلا به اتیسم

از نرم افزارها برای کمک به استقلال افراد طیف اتیسم مورد استفاده قرار می گیرد. با این حال، دستورالعمل های طراحی این نرم افزارها به روشنی تعریف نشده است. در اینجا، از طریق تجزیه و تحلیل حرکت چشم نشان دادیم که کاربران اتیسم با کاربران غیر اتیسم به گونه ای متفاوت عمل می کنند و توصیه هایی را برای بهبود طراحی نرم افزارها ارائه دادیم. ما دریافتیم که کاربران اتیسم آیکون ها و تصاویر را سریعتر از متون پردازش می کنند. استفاده از نماد تصویری و متن در تسهیل درک مطلب مؤثر بود. با این حال، ما متوجه شدیم که نماد های تصویری و متون غیرمرتبط با همدیگر کاربران را گیج می کند. نتایج ما نشان می دهد که کاربران طیف اتیسم در پردازش اطلاعات به گونه ای متفاوت عمل می کنند. ما از نتایج یافته های خود برای بهبود طراحی نرم افزارهای آموزشی برای افراد طیف اتیسم استفاده می کنیم.

مراجعه شود به

The evaluation of a mobile user interface for people on the autism spectrum: An eye movement study

Author links open overlay panelMortazaRezaeab

NigelCheneDavidMcMeekinabTeleTanacAneeshKrishnadHoeLeeae

<https://doi.org/10.1016/j.ijhcs.2020.102462>Get rights and content





ده قدم برای ایجاد استقلال

مسعود سعیدی / کارشناس ارشد تاریخ

این لیست از امیلی مولیگان، عضو تیم پاسخگویی اتیسم در Autism Speaks، اطلاعاتی درباره ی این که چگونه به فرزندان کمک کنید تا استقلالش در خانه، مدرسه و جامعه افزایش یابد، ارائه می دهد. با معرفی این مهارت ها در آغاز کار می توانید به کودک عزیزتان که مبتلا به اتیسم است کمک کنید تا مهارت هایی را به دست بیاورد که بتواند در زندگی اش مستقل تر شود.

۱. ارتباط را تقویت کنید.

اگر کودکان دارای گفتار است، قدم مهم برای افزایش استقلال او، تقویت توانایی او برای برقراری ارتباط از طریق ایجاد مهارت و فراهم نمودن ابزارها است تا به ابراز سلیقه ها، تمایلات و احساسات او کمک کند. توجه کنید که این شامل ارتباط مکمل و جایگزین (AAC) و حمایت های بصری می شود. انواع متداول AAC شامل سیستم ارتباطی تبادل تصویر (PECS) و دستگاه های خروجی گفتار (مثل iPad، DynaVox) و ... می باشد.

۲. برنامه ی بصری را معرفی کنید.

استفاده از یک برنامه بصری می تواند به فرزند شما براتی انتقال از یک فعالیت به فعالیت دیگر کمک کند. قبل از انجام فعالیت هر برنامه را به کودک خود یاد آوری کنید و توضیح دهید در هر مرحله چکاری باید به ترتیب انجام شود. با گذشت زمان، با افزایش استقلال، او خواهد توانست این فعالیت را انجام دهد، تصمیم گیری را تمرین کند و فعالیت هایی که توجهش را جلب نموده، پیگیری کند.

۳. روی مهارت های خود یاری کار کنید.

مسواک زدن دندان ها، شانه کردن موها و سایر فعالیت های زندگی روزانه، مهارت های مهم زندگی هستند

بدهد. می توانید نمونه ای از کارت های شناسایی و سایر مواد ایمنی عالی را پیدا کنید.

۸. مهارت های اوقات فراغت را ایجاد کنید.

توانایی درگیر شدن در اوقات فراغت و تفریحات مستقل چیزی است که در تمام زندگی به خوبی به درد کودکان می خورد. بسیاری از افراد مبتلا به اتیسم در یک یا دو موضوع علاقه های خاصی دارند. این علاقه ها می تواند به انتخاب فعالیت های تفریحی مناسب سن کمک کند. راهنمای منابع Autism Speaks فعالیت هایی را شامل می شود که کودکان می توانند در جامعه با آن درگیر شود. شامل ورزش های تیمی، آموزش شنا، هنرهای رزمی، گروه های موسیقی و موارد دیگر. برای اطلاعات بیشتر در مورد شرکت در سازمان های اجتماعی و جوانان، Autism Speaks راه را نشان می دهد: به راهنمایی سازمان های دوستانه جوانان با اتیسم رجوع کنید.

۹. خود مراقبتی را در دوران بلوغ آموزش بدهید.

ورود به سن بلوغ و شروع بلوغ می تواند برای نوجوان مبتلا به اتیسم تغییرات زیادی را به همراه بیاورد، پس این زمان مهم برای معرفی بسیاری از مهارت های بهداشتی و خود مراقبتی است. وارد شدن نوجوانان به عادت خود مراقبتی باعث موفقیت آن ها می شود و به آنها اجازه می دهد تا با نزدیک شدن به بزرگسالی بسیار مستقل تر شوند. کمک های بصری می تواند خیلی مفید باشد تا به نوجوان شما کمک کند هر روز روال بهداشت شخصی خود را کامل کند.

و معرفی کردن آن ها در اسرع وقت می تواند به کودکان اجازه دهد که کاملاً بر آنها تسلط پیدا کند. حتماً این فعالیت ها را در برنامه ی کودکان قرار دهید. پس او به انجام آنها به عنوان بخشی از کارهای روزمره عادت می کند.

۴. به کودکان درخواست استراحت را آموزش دهید

مطمئن باشید که کودکان به روش درخواست استراحت مسلط می باشد - دکمه ی "استراحت" را بر روی دستگاه ارتباطی خود و تصویر را به این منظور روی کتاب PECS اضافه کنید. اتاقی که آرام است را مشخص کنید که کودکان هنگام احساس آشفتگی، به آنجا بروند. هدفون ها یا ابزارهای دیگری را در نظر بگیرید تا به تنظیم ورودی حسی او کمک کند.

۵. روی کارهای خانه کار کنید.

تقاضا کردن از بچه ها برای کمک در کارهای خانه می تواند به آنها مسئولیت پذیری را آموزش بدهد تا آنها را در کارهای روزمره خانوادگی درگیر کند و هنگام بزرگسالی، مهارت های مفیدی را یاد بگیرند. اگر فکر می کنید کودکان ممکن است در انجام آن فعالیتها دچار مشکل شود، می توانید استفاده از تجزیه و تحلیل فعالیت را مدنظر قرار دهید. این روش به صورت تقسیم کردن کارهای بزرگ به مرحله های کوچکتر است. اگر در ابتدا کودکان مشکل دارد حتماً مرحله ها را خودتان جلوی کودک انجام دهید همچنین، استفاده از «مودار کار من» را امتحان کنید: ابزاری عالی است که به کودکان و بزرگسالان کمک کند تا کامل کردن وظایف و مدیریت زمان را یاد بگیرند.

۶. مهارت های پولی را تمرین کنید.

یادگیری چگونگی استفاده از پول مهارت بسیار مهمی است که می تواند به کودکان کمک کند تا در جامعه مستقل شود. مهم نیست که کودکان در حال حاضر چه توانایی هایی دارد، روش هایی وجود دارد که می تواند شروع به یادگیری مهارت های پول کند. در مدرسه، اضافه کردن مهارت های پولی به برنامه ی آموزش انفرادی کودکان را در نظر بگیرید. وقتی که شما با کودکان در مغازه یا سوپر مارکت هستید، به او اجازه دهید تا پول را به صندوقدار تحویل دهد. قدم به قدم می توانید هر بخش از این فرآیند را آموزش دهید. پس کودکان می توانند استفاده از این مهارت ها را در موقعیت های مختلفی در جامعه شروع کنند.

۷. مهارت های ایمنی در جامعه را آموزش بدهید.

امنیت نگرانی بزرگی برای بسیاری از خانواده ها است، مخصوصاً وقتی که بچه ها مستقل تر می شوند. آموزش سفر شامل ایمنی عابر پیاده، شناسایی علامت ها، سایر نشانه های مهم ایمنی و آشنا شدن با وسایل نقلیه ی عمومی را آموزش دهید و تمرین کنید. در نظر بگیرید که کودکان کارت شناسایی را با خود همراه داشته باشد که می تواند خیلی مفید باشد تا نام او، توضیح مختصری در مورد تشخیص خود و فرد مخاطب را ارائه



کند. ایجاد فهرست یادآوری فعالیت ها را در نظر بگیرید که به کودکان کمک کند تا این را پیگیری کند که چه کاری باید انجام دهد و آن را در حمام قرار دهید. این می تواند مواردی مانند دوش گرفتن، شستن صورت، و شانه زدن مو را شامل شود. برای منظم ماندن، می توانید بسته ی بهداشتی را جمع آوری کنید تا کودکان بتوانند همه آن چیزی که نیاز دارد، را استفاده کند.

۱. روی مهارت های شغلی کار کنید.

با آغاز سن ۱۴ سالگی، باید چند مهارت شغلی در برنامه ی آموزش انفرادی فرزندان گنجانده شود. لیستی از توانایی، مهارت ها و علاقه های او را ایجاد و از آن ها برای راهنمایی کردن گونه ای از فعالیت های شغلی که به عنوان اهداف شامل شده اند، استفاده کنید. همچنین این زمانی جهت شروع برنامه ریزی برای آینده است. همه ی روش ها را به سمت این نکته که شما در حال پرورش دادن استقلال کودکان بودید، در نظر بگیرید: توانایی های ارتباطی، خود مراقبتی، علاقه ها، فعالیت ها و هدف هایی برای آینده. ارزیابی مهارت های مبتنی بر جامعه (CSA) به منظور ایجاد برنامه ی انتقال فردی می تواند به شما کمک کند تا مهارت ها و توانایی های کنونی کودکان را بسنجید.

منبع

[https://www.autismspeaks.org/
tool-kit-excerpt/ten-ways-build-
independence](https://www.autismspeaks.org/tool-kit-excerpt/ten-ways-build-independence)



آموزش هیجان‌ات و احساسات



آرزو رضایی/کارشناس ارشد روان شناسی

را از دست می دهد، مدت زمانی که تحت تاثیر هیجان ایجاد شده است و نیز شدت واکنش او به برانگیختگی موجود. پس تمرینات ما متناسب با این شناخت برنامه ریزی می شوند. نکته حائز اهمیت دیگر این است که همیشه سعی کنیم این تمرینات را در شکل بازی های مرسوم یا جدید ولی به صورت جذاب و سرگرم کننده طرح ریزی کنیم تا از ایجاد مقاومت در برابر انجام آنها جلوگیری کرده و نیز تاثیر بهتری داشته باشند. یک مثال ساده و یک تمرین خوب، بازی چرخیدن به دور صدلی ها با صدای موزیک و نشستن با قطع موزیک است که به صورت گروهی برگزار می شود. در این بازی می توانیم به راحتی به کودک بیاموزیم که هیجان‌ات خود را

در مبحث قبل به آموزش کنترل هیجان‌ات و احساسات پرداختیم. موضوعی که برای بسیاری از کودکان با نیازهای خاص و کودکان اتیستیک بسیار چالش برانگیز است. در کنار روش های شناختی که ذکر شد برخی از متخصصین بر این باورند که بعضی از تمرینات فیزیکی و حرکتی و محدودیت های رفتاری هم می توانند به کنترل هیجان‌ات و احساسات در این کودکان کمک کنند بالاخص برای کودکان اتیستیک با عملکرد پایین تر که نمی توانیم از روش های مبتنی بر فعالیت ذهنی سطح بالاتر مثل تفکر، استدلال و ... استفاده کنیم، مفید خواهد بود. این تمرینات می توانند به تقویت سیستم بازداری در مغز کمک کرده و با افزایش خود کنترلی در کودک به تسلط بیشتر بر هیجان‌ات و احساسات بینجامد. نمونه هایی که ذکر می شوند مبتنی بر تجارب شخصی ما در طی سالها کار با کودکان مبتلا به اتیسم بوده و می تواند الگویی برای طراحی سایر تمرینات متناسب با کودکان مختلف ارائه دهد.

در گام نخست بهتر است سطح و دامنه رفتارهای هیجانی کودک را بشناسیم. این کار در موقعیت هایی که کودک بیشتر دچار هیجان زدگی می شود مثل جشن ها، بازی های گروهی، محرومیت ها، تنش های ایجاد شده روزمره ... ممکن است. معمولا بازی های کودک می تواند به راحتی یک الگوی هیجانی از وی به ما ارائه دهد مخصوصا اگر در گروه های دو، سه و پنج نفره انجام شود منظور از سطح و دامنه هیجان، همان آستانه ای است که کودک کنترل هیجانی خود

به صورت مناسب بروز داده و آنها را تحت کنترل خود در آورد. در این بازی کودکان به دلیل رقابت با یکدیگر بر سر تصاحب صدلی ها، تحرک زیاد، شنیدن صدای موسیقی و دیدن هیجانات سایر کودکان معمولا دچار برانگیختگی هیجانی می شوند. هر بار که با فواصل معین موزیک قطع و وصل می شود، کودک به صورت ارادی حرکات بدنی خود را شروع یا بازداری می کند و هر گاه نتواند یک صدلی را تصاحب کند یا جلوتر از دیگران بدود یک احساس ناکامی کوچک و یک محدودیت فوری را تجربه کرده و می آموزد که باید در رفتارهای بعدی خود تغییر ایجاد کند. بنابراین با یک بازی ساده می توانیم به اهداف زیادی در جهت خود کنترلی دست یابیم. این بازی را به طرق مختلف انجام می دهیم. چرا که تکرار بازی تبدیل به عادت می شود و فرصت تعمیم دهی را نیز از کودک می گیرد. سپس می توانیم هر بار مضمون و محتوای بازی را تغییر دهیم: مثل جمع کردن توپ ها یا کارت ها یا اشیای دیگر همراه با موزیک، مسابقه پریدن یا دویدن و .. همراه با پخش موزیک یا شنیدن صدای یک ساز یا ضربه های متوالی و ... یک تمرین دیگر در این زمینه، بازی " درخت شو " است. کودک باید در بحبوحه ی انجام یک فعالیت هیجان برانگیز شدید و با یک علامت خاص مثل یک درخت بی حرکت

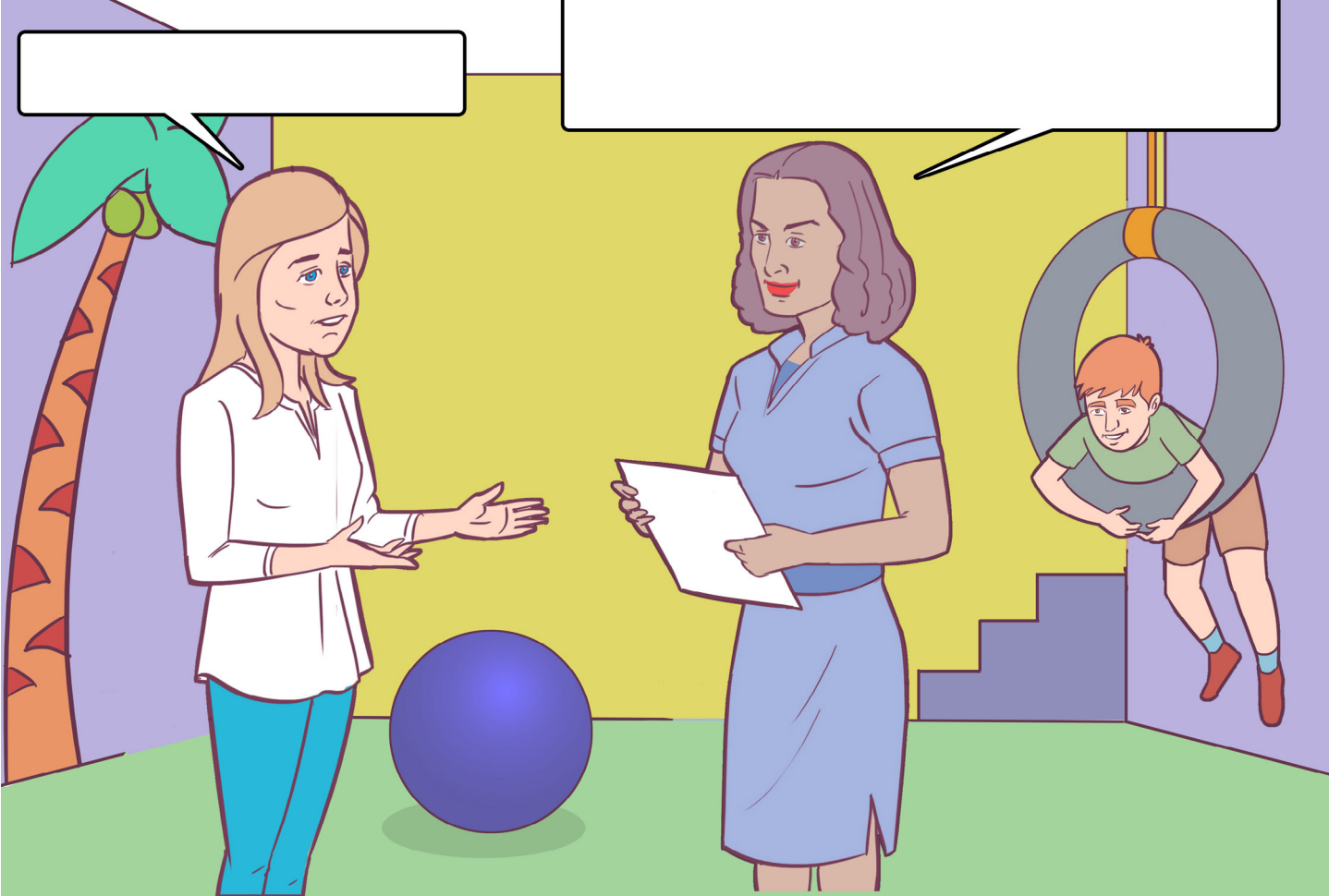
ماند. نخست باید تعدادی از فعالیت هایی که سطح هیجانی کودک را افزایش می دهد شناسایی کنیم. مثلا کودکی که علایمی از بی قراری و بیش فعالی دارد و مداوم در حال تحرک است، می تواند با تمرکز بر کلمات شنیده شده در حین بازی یا فعالیت های پرهیجان، خود کنترلی را تمرین کند. معمولا خودمان هم باید وارد بازی ها شده و هدف را به صورت کاملا عملی به او نشان دهیم. مثلا کودک را درگیر توپ بازی، پریدن، دویدن، بادکنک بازی و ... می کنیم و با شنیدن کلمه ی رمزی که توافق کرده ایم از بازی دست کشیده و مثل یک درخت بی حرکت بایستد و با شنیدن کلمه ی دیگر رمز دوباره فعالیت خود را از سر بگیرد. ترتیب گفتن کلمات رمز باز دارنده و اجازه دهنده و فواصل زمانی بین کلمات باید غیر قابل پیش بینی و متفاوت باشند و همیشه به خاطر داشته باشیم که بازی را باید با مراحل ساده تر، کوتاه تر و آسان تر شروع کرده و اندک اندک به تعداد مراحل و کلمات رمز و موقعیت های مربوط به آن ها بیفزاییم. یک تمرین و بازی دیگر انجام دستورات به صورت برعکس است. البته در نظر داشته باشیم که کودک در درک و انجام دستورات مشکلی نداشته باشد، مفهوم برعکس را درک کند و متوجه شود که فقط در شرایط مورد توافق بازی، اجازه انجام برعکس دستورات را دارد. با انجام دستورات ساده یک مرحله ای به صورت برعکس بازی را شروع کرده و با پیچیده کردن و افزودن به مراحل و تعداد دستورات آن را ادامه می دهیم. این بازی هم می تواند با دستورات رمزی، نماد های عددی و ... پیچیده تر شده و تمرینات متنوعی در راستای تقویت سیستم بازداری در اختیار ما قرار دهد.

هر بار که کودک به صورت ارادی و لذت بخش از انجام یک دستور خود داری می کند و مدت زمانی را صرف ترجمه رمز و دستور در ذهن خود می نماید، به صورت ناخود آگاه تسلط بر حرکات و خواسته های خود را تمرین می کند. به طور کلی هر فعالیت لذت بخش و مورد علاقه کودک هم می تواند بستر مناسبی برای این گونه تمرینات فراهم نماید مثلا هنگامی که کودک به یک خوراکی خاص، شی خاص، فعالیت خاص و ... علاقه زیادی دارد می توان با تمرین خویشنداری و به تعویق انداختن زمان یا میزان دسترسی به آن، ایجاد محدودیت ها و مقرراتی از آن موقعیت یک هدف تمرینی ساخت. برای مثال تکه ای از خوراکی مورد علاقه کودک (یا اسباب

است. بسیاری از این کودکان تابع یک سری قوانین نظم ها و تکرارهای خود ساخته در زندگی روزمره هستند که در بسیاری از موارد با برهم خوردن آنها دچار آشوب و عدم کنترل هیجان می شوند. گاهی می توانیم با یک برنامه ریزی مناسب از همین موقعیت های مشکل آفرین در راستای ایجاد کنترل و در اختیار گرفتن واکنش های هیجانی استفاده کنیم به شرط آنکه کودک یاد بگیرد و بتواند خودش در مورد این تغییرات، تصمیم گیری و دخالت داشته باشد. ما می توانیم با در نظر گرفتن پاداش هایی برای ایجاد هر تغییر به او کمک کنیم که به صورت آگاهانه انتخاب کند برای مثال در مورد چیدمان وسایل اتاق یا کلاس تعدادی پاداش در نظر گرفته می شود و هر کدام از ما به نوبت فرصت داریم که ایجاد تغییرات را بر عهده گرفته و به پاداش دست یابیم. همچنین در انجام برنامه های روزانه کودک ابتدا برنامه ها را به صورت نوشتاری (در صورتی که کودک می تواند بخواند) یا تصویری در آورده و کودک می تواند هر روز در قبال تغییراتی که ایجاد می کند به جوایزی دست یابد به طور کلی فعالیت هایی که برای کودک بار هیجانی مثبت یا منفی دارند می توانند موقعیتی ایجاد کنند که کودک به صورت آگاهانه و انتخابی و با حفظ عزت نفس خود کنترل هیجانات و احساسات را تمرین کند و در ایجاد علاقه کاهش تنش و استرس و افزایش قدرت کنترل و تصمیم گیری، تاثیر به سزایی خواهد داشت.



بازی مورد علاقه اش) را روبروی کودک قرار داده و در کنار آن یک فعالیت نه چندان ناخوشایند یا ناخوشایند را ارائه می دهیم (مثل رنگ کردن یک شکل یا ...) اگر کودک درک مناسبی دارد موقعیت را برایش توضیح می دهیم. تو می توانی این خوراکی را بخوری. اما اگر بعد از رنگ کردن این شکل آن را بخوری یکی دیگر هم می گیری. واضح است که چنین تمریناتی برای تمام کودکان به این شکل مناسب نیست و برای کودکان با زمینه های فزون کنشی و اختلالات رفتاری شدیدتر مجبوریم که محدودیت هایی ایجاد کنیم تا فقط پس از انجام فعالیت شرطی به جایزه دسترسی پیدا کنند. هر چند که ممکن است این امر به خواست کودک و ارادی نباشد اما به دلیل بالا بردن ظرفیت تحمل کودک و ایجاد تاخیر در رسیدن به خواسته اش تاثیر مثبت خود را خواهد داشت. فقط باید همیشه در نظر داشته باشیم که در تمرینات ارائه شده عزت نفس کودک حفظ شده و همه ی برنامه ها به صورت بازی طراحی شوند و حتی الامکان خودمان هم یک طرف بازی باشیم و نه فقط در نقش امرکننده و دستور دهنده. اگر هدف ما ایجاد خود کنترلی و تناسب تظاهرات هیجانی کودک است باید همیشه به این نکات مهم توجه داشته باشیم. نقش مربی یا والدین باید مثل یک شریک و تسهیل کننده در بازی باشد چرا که کودکان از اعمال و حرکات عینی ما به صورت ناخودآگاه بسیار می آموزند همچنین اگر دستور دهنده و امرکننده باشیم ممکن است کودک برای رسیدن به هدف اوامر را اجرا کند اما تاثیری در ایجاد خود کنترلی نخواهد داشت زیرا یک نوع مقاومت ناخودآگاه در وجودش شکل خواهد گرفت و در شرایط غیر اجباری رفتارهای مرتبط با آن را بازدارد نخواهد کرد. از جمله دیگر موقعیت های ایجاد هیجانات غیر قابل کنترل در کودکان اتیستیک بهم ریختن ترتیب انجام کارها، چیدمان وسایل و برهم خوردن نظم موجود در محیط پیرامون



یکپارچگی حسی

علی ابراهیمی / کارشناس کاردرمانی

اطلاعات در مورد وضعیت سر در فضا، حرکت سر و وضعیت نسبی سر نسبت به بدن می باشد. وجود سلامت این حس در حفظ تعادل در حالت ایستا و یا در حال حرکت (راه رفتن، دویدن و...) بسیار حیاتی و در همکاری با حس بینایی است.

حس عمقی: گیرنده های این حس در عضلات، تاندون ها، رباط ها و مفاصل وجود دارد و وظیفه ی کلی آن دریافت اطلاعات در مورد وضعیت اندام ها (دست ها و پاها) و همچنین فشار موجود بر آن ها است. این حس نیز برای حرکت فرد مهم است و در همکاری با حس لامسه در دستکاری و در دست گرفتن اشیا اهمیت می یابد. یکپارچگی حسی عبارت است از

چرا کودک هنگام راه رفتن پاهای خود را به زمین می کوبد و اشیا را محکم تر از حد معمول در دست فشار می دهد؟ دستان خود را گاز می گیرد یا دست مراقب را در دست خود فشار می دهد.

چرا کودک از پوشیدن برخی ازبافت های لباس و یا به طور کلی لباس پوشیدن خوداری می کند و یا از لمس شدن بیزار است؟ چرا کودک علاقه زیادی به ریختن مواد لیز و لغزنده روی دست و بدن خود دارد و یا دست و بدن خود را روی سطوح زبر می کشد؟

چرا کودک از ارتفاع می ترسد و حتی گاهی حاضر به عبور از یک جوی با عمق کم نیز نیست؟ چرا کودک علاقه زیادی به جست و خیز و تاب سواری دارد؟ طبق آخرین تغییرات در منابع وجود مشکلات حسی به عنوان یکی از شاخصه های اصلی تشخیص اتیسم اضافه شد بنابراین بهتراست اطلاعات لازم در خصوص این مشکلات در اختیار والدین و مراقبان قرار گیرد.

حواس شناخته شده کلی در بدن انسان شامل: بینایی، شنوایی، بویایی، چشایی، لامسه، دهلیزی (وستیبولار) و عمقی می باشد. اکثر مردم با پنج حس اول آشنایی دارند ولی اطلاعات کاملی در مورد دو حس دیگر ندارند.

حس دهلیزی (وستیبولار): گیرنده های این حس در اثر حرکات مایع درون بخش حلزونی گوش اتیکول و ساکول تحریک می گردند وظیفه ی این حس دریافت

پردازش اطلاعات به نحوی که مغز اطلاعات را انتخاب، تقویت و مقایسه نموده و در قالب یک الگو یکپارچه سازد.

فرایند یکپارچگی -حسی:

(ثبات حسی، تعدیل و تنظیم حسی، تمایز حسی، ادراک و محصولات نهایی)

اگر در هریک از این مراحل اختلال یا نقصی به وجود آید باعث بروز اختلال در درک فرد از محیط و در نتیجه رفتار نابهنجار می گردد.

بدن ما همواره در معرض اطلاعات حسی قرار دارد. سیستم عصبی مرکزی فرمان اطلاعات مهم را انتخاب می کند و در صورتی که میزان آن حس دریافتی از یک حد آستانه بالاتر باشد به عنوان یک حس ثبت می کند. سپس میزان این حس تعدیل و تنظیم می گردد؛ اطلاعات حواس مختلف متمایز می گردد و برای سامانه های بالاتر در مغز استفاده می گردد.

کژکاری یکپارچگی حسی یا SID: نوعی اختلال رشدی است که به دلیل مشکل در پردازش اطلاعات حسی پدید می آید. افراد معمولاً در زمینه های کنترل وضعیت (تعادل)، حرکات ظریف مانند قیچی کردن و یا طراحی ...، حرکات درشت مانند دویدن، لی لی کردن و ... فعالیت های روزمره زندگی مثل غذا خوردن، دستشویی رفتن و حمام کردن دچار مشکل می گردند.

پیوستار ثبت و تنظیم حسی: آستانه عصب شناختی افراد با هم متفاوت است و روی یک پیوستار قرار دارد، افرادی که در دو سر پیوستار قرار دارند دچار مشکلات تنظیم حسی می شوند. اگر آستانه بالا باشد فرد اطلاعات حسی را کمتر ثبت می کند ولی اگر آستانه پایین باشد تحریک پذیر می گردد و با کمترین تحریک حسی آن را ثبت می کند. فردی که آستانه بالا دارد به طور فعالانه به دنبال ایجاد تحریک است (حس جویی) و فردی که آستانه پایین دارد به دنبال دوری از تحریک است (اجتناب حسی). بنابراین اختلالات ثبت و تنظیم حسی به اختلالاتی گفته می شود که در اثر رفتار افراد دو سر آستانه ایجاد می گردد.

این اختلالات عبارتند از:

۱- رکود حسی: فرد سطح برانگیختگی پایین دارد یعنی در بیشتر مواقع کسل و بی حال است، توجه پایینی دارد و رفتارهای نابالغ از وی سر می زند این فرد به طور معمول دچار رفتار حس جویی می گردد یعنی به دلیل عدم تغذیه حسی مناسب فرد به دنبال خود تحریکی می گردد تحریکاتی که استفاده می کند از حد متوسط بیشتر هستند و معمولاً این رفتار حس جویی بر خلاف قواعد جامعه است. به عنوان مثال کودکی که دستان خود را گاز می گیرد و یا زخم می کند، کودکی که دست و بدن خود را روی سطح زبر می کشاند یا مواد لیز مثل

روغن، کرم، شامپو و مایع دستشویی را روی دستان خود می مالد می تواند در حال حس جویی لامسه و عمقی باشد. جنب و جوش بیش از اندازه، علاقه زیاد به تاب سواری و یا بالا و پایین پریدن.

علاقه به استشمام بوهای خیلی تند و یا خیلی شیرین و یا علاقه به خوردن چیزهایی که خوردنی نیستند و یا بسیار مزه دار هستند (ترش، شور، شیرین، تلخ) نیز از دیگر نمونه های حس جویی در حواس مختلف است. ۲- تدافع حسی: فرد معمولاً سطح برانگیختگی بالا دارد البته در برخی موارد سطح برانگیختگی بسیار پایین خواهد بود.

در فرد با سطح برانگیختگی بالا حساسیت زیاد نسبت به محرک های حسی دیده می شود به طوری که فرد تحریکات عادی را شدید حس می کند. انواع این اختلاف معمولاً ناتوان کننده تر از اختلال پیشین است و فرد را از حضور در اجتماع باز می دارد.

انواع این اختلال عبارتند از:

الف) تدافع لمسی: واکنش شدید به تحریکات لامسه. این اختلال یکی از رایج ترین اختلالات یکپارچگی حسی می باشد. فرد عمدتاً برانگیخته و ناآرام است و هنگام رو به رو شدن با تحریکات علایم عصبی سمپاتیک را نشان می دهد. در موقعیت های اجتماعی و همچنین در بازی و فعالیت های روزمره زندگی دچار مشکل می

هایی که بسیار روشن و یا دارای رنگ های تند هستند اجتناب می کند و در صورت قرار گرفتن در این محیط ها دچار اضطراب و بی قراری می گردد و توجهش به محیط و افراد کاهش می یابد.

ک) تدافع چشایی و بویایی: تدافع در این دو حس هم رخ می دهد و نتیجه آن ناتوانی فرد در حضور در محیط هایی که محرک های این دو حس هستند و یا ناتوانی در خوردن غذاهایی با بو و طعم عادی و معمولی.

۳- اختلال توامان رکود و تدافع حسی: در کودکان با اختلال رشدی رایج است که فرد در برخی موقعیت ها دچار رکود حسی می گردد در صورتی که در دیگر موقعیت ها دچار تدافع حسی می گردد یا در برخی حواس تدافع دارد و در برخی حواس رکود.

تمامی این اختلالات جزو دسته ی اول اختلالات مربوط به یکپارچگی حسی است یعنی اختلال در ثبت و تنظیم حسی. دیگر اختلالات را در شماره ی بعدی مجله عنوان خواهیم کرد.

منابع

- Bundy,A.C.,Lane,s.j.,&Murray,E.A(2002). sensory integration:theoryand practice.FA Davis.
- Case-smith,j.,&o,Brienj.cj.C(2014).occu- pational therapy for children and adoles- cents. Elsevier Health sciences.
- Kramer,P.(2018).frames of refrencefor pediatric occupational therapy.lippincott Williams&wilkins.
- leongHM,carterM,stephenonj.systematic review of sensory integration therapy for individual with disabilities:single case de- sign studies. Research in developmental disabilities.2015;47:334-51
- zimmer M,DeschL. Sensory integration therapies for children with develop- mental andbehavioral disorders.pediat- rics2012;129(6):1186-9



گردد.

ب) عدم تحمل یا پاسخ نا بهنجار به حرکت: در اثر اختلال در سامانه حسی عمقی-دهلیزی رخ می دهد یعنی اطلاعات آمده از بخش حلزونی گوش دچار مشکل می گردد.

ج) ناامنی گرانشی: این مشکل هم در اثر اختلال در اطلاعات آمده از بخش حلزونی گوش پدید می آید (حس دهلیزی). فرد واکنش هیجانی زیاد همراه با ترس را نسبت به قرار گرفتن در ارتفاع از خود بروز می دهد. این واکنش با میزان ارتفاع تناسبی ندارد. به عنوان مثال فرد از عبور کردن از روی یک مانع با ارتفاع کم و یا جوی کم عمق نیز از خود ترس نشان می دهند.

د) تدافع شنیداری: واکنش شدید به تحریکات شنیداری، مثلا فرد با شنیدن صداهای عادی مثل بوق ماشین، زنگ در و یا گوشی، جارو برقی و ... که به طور روز مره با آن ها برخورد می کند دچار اضطراب، بی قراری، حواس پرتی و اجتناب از آن مکان و موقعیتی که در آن قرار دارد می شود.

ه) تدافع بینایی: حساسیت به تحریکات بینایی، در این اختلال فرد از محیط



برنامه ریزی برای بازی کردن افراد مبتلا به اتیسم

حمیدرضا عرب/کارشناس ارشد روانشناسی

روشی ساده یاد بدهند. با این حال، بیشتر کودکان به روشی ساختارمند بازی نمی کنند، اغلب کودکانی که مبتلا به اتیسم هستند قادر به مهارت های بازی در محیط طبیعی نیستند.

همه ی کودکان، خواه مبتلا به اتیسم تشخیص داده شوند یا خیر، فعالیت هایی را انجام می دهند که باعث شادی آنها می شود. وظیفه ی شما به عنوان والد این است فعالیت هایی را برنامه ریزی کنید که موجب شادی کودک شما شود، از خود پرسید "چه فعالیت هایی باعث می شود کودک من شاد شود؟ فرزند من به چه اسباب بازی علاقمند است؟ حباب،

"بازی کردن" کلمه ای ترسناک برای بسیاری از خانواده های اتیسم است. من خانواده های زیادی را می شناسم که به دلایل مختلف از بازی های دوستانه ی فرزندشان جلوگیری می کنند. بسیاری از والدین فکر می کنند که فرزندشان نمی تواند در آن بازی ها شرکت کند زیرا فاقد مهارت های اجتماعی، بازی و کلامی برای موفقیت هستند.

برخی از والدین به دلیل اینکه خودشان اجتماعی نیستند، شرایط بازی را برای فرزندشان تدارک نمی بینند. واقعیت غم انگیزی است اما واقعیت دیگر این است که از کودکان مبتلا به اتیسم درخواست نمی شود که در بازی ها شرکت کنند و این باعث می شود خانواده ها اغلب احساس نفی و انزوا کنند. دلیل هر چه باشد، من اینجا هستم تا یادآوری کنم که برنامه های بازی برای رشد هر کودک بسیار مهم است.

چگونه کودکان معاشرت می کنند؟ کودکان از طریق بازی، اجتماعی می شوند. از آن جایی که یکی از ضعف های مهم کودکان اتیسم، جامعه پذیری است بنابراین کودکان مبتلا به اتیسم باید بازی کنند. از طریق بازی است که کودکان برای یادگیری و آموزش مهارت های اجتماعی آماده می شوند. بزرگسالان می توانند از داستان های اجتماعی، برنامه های بصری و غیره استفاده کنند تا بازی را به

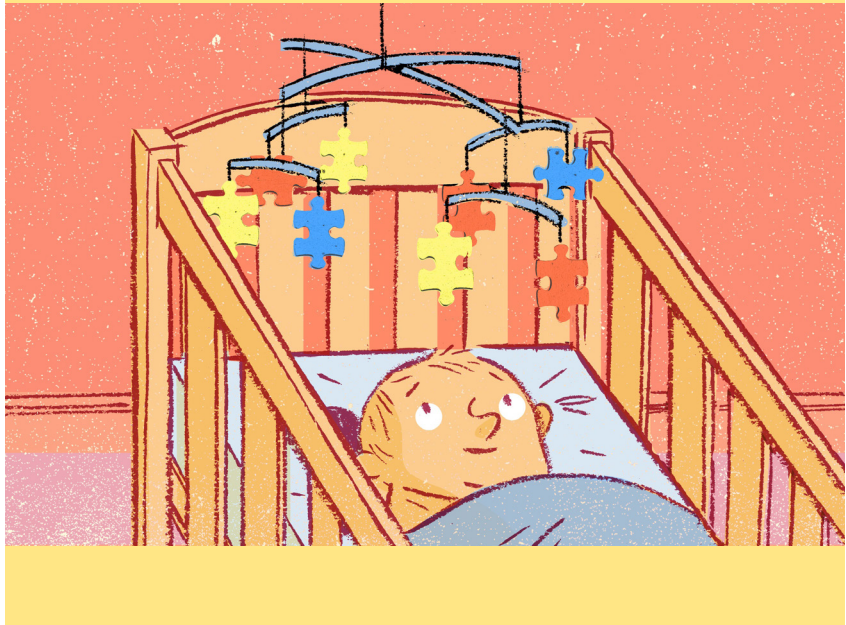
همسایگانی که فرزند همسن فرزندتان دارند در مورد فرزند خود صحبت کنید. جامعه پذیری برای کودکان مبتلا به اتیسم به طور طبیعی اتفاق نمی افتد. وظیفه شما این است که با برنامه ریزی برای بازی ها در موقعیت های اجتماعی به او کمک کنید.

یک همبازی خوب برای فرزندتان پیدا کنید

یک همبازی خوب برای بازی کردن بسیار مهم است. همسال خوب آن است که انعطاف پذیر و صبور باشد و بتواند مهارت مناسب را به کودک شما یاد بدهد. از معلم درباره ی یکی از دانش آموزان تحقیق کنید تا آن کودک با فرزند شما بازی کند. مهم ترین جنبه ی یک بازی سرگرمی است. بازیکنان برای رشد اجتماعی فرزند شما بسیار سودمند هستند. من همیشه به مراجع کنندگانم می گویم بسیار عالی است که کودک شما می تواند بخواند و بنویسد یا مسائل ریاضی را حل کند اما اگر فرزند شما مهارت اجتماعی نداشته باشد بسیاری از این مهارت ها بی معنی خواهد بود. کودکان با استفاده از الگو سازی از دیگران یاد می گیرند بنابراین اگر شما با مشاهده، یک بازی دوستانه را یاد می گیرید کودک شما نیز آن را یاد خواهد گرفت.

منبع

www.autismparentingmagazine.ir



نوسان، پازل، بازی با اتومبیل و غیره. هنگامی که مشخص کردید چه چیزی کودک شما را شاد می کند، ۱۰ الی ۱۵ دقیقه از وقت خود را صرف کنید تا بازی با آن فعالیت را یاد بدهید.

فعالیت مورد علاقه ی کودک خود را به یک فعالیت نوبت دهی تبدیل کنید. اگر با حباب بازی می کند، همراه کودک خود به نوبت حباب های خود را بزنید اگر در حال ماشین بازی است، می توانید چرخ های ماشین را به سمت یک سطح شیب دار سوق دهید.

در زیر لیستی از پنج نکته که والدین باید به خاطر داشته باشند وجود دارد.

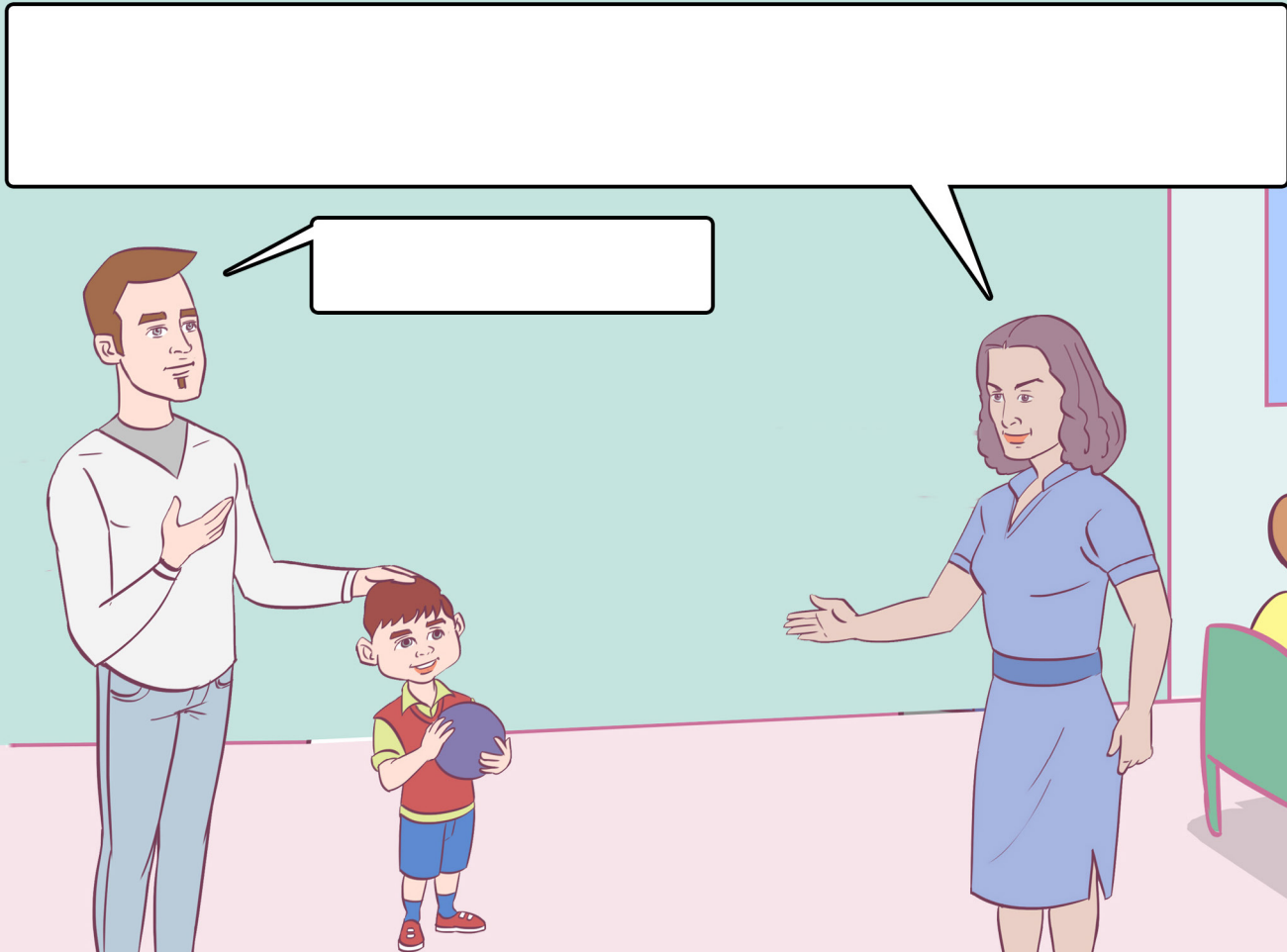
تمرین، تمرین، تمرین

یک یا دو فعالیت بازی که کودک شما از آن لذت می برد را انتخاب کنید. ۱۰ تا ۱۵ دقیقه آن فعالیت را با کودک خود تمرین کنید. اگر پازل دوست دارد می توانیم مفهوم نوبت را به او یاد دهیم و همچنین یاد داده شود چگونه بازی را انجام دهد.

هنگامی که کودک شما مفهوم نوبت را درک کرد او را در معرض بازی های مختلف قرار دهید هر چه کودک شما در معرض بازی های مختلفی قرار گیرد موفق تر عمل می کند. هنگامی که کودک شما توانست بازی ساده ای را انجام دهد پس از آن همسالان او را به بازی دعوت کنید تا کودک شما بتواند آن مهارت ها را تعمیم دهد.

شما باید اجتماعی باشید

من تجربه کرده ام که بسیاری از والدین به دلیل اینکه خودشان اجتماعی نیستند، برنامه های بازی کردن را تدارک نمی بینند. اگر خودتان اجتماعی نیستید نمی توانید انتظار داشته باشید که فرزند شما اجتماعی باشد. سعی کنید ارتباطات اجتماعی خود را بیشتر کنید و معاشرت با والدین را در کلاس فرزندتان شروع کنید، با



بگذار صدایت را بشنوم (فصل بیست و نهم)

ندا قاسمی

"باشه. آن ماری گوریل باشد و میشل

سراشپز کشتی شود."

"میشل دلش برای مادرش تنگ خواهد

شد."

"می بینی؟ تو باید بیایی. من میشل را

تنها می گذارم."

عکس های سه فرزند مارک در سراسر

دفترش وجود دارد.

او به خودش برای شاهکار ثبت اولین

لبخند دانیل و اولین قدم میشل می

بالید.

او مطمئن بود که آن ها اولین نفراتی

هستند که از کلاسشان فارغ التحصیل

می شوند و سپس می روند تا جهان

را فتح کنند.

"اگر آن ها آخرین فارغ التحصیل

کلاسشان در دبیرستان باشند آیا هنوز

هم آن ها را تحسین خواهی کرد؟"

"البته"

من نیاز داشتم مدتی را با این اطلاعات و معلومات بگذرانم.

چیزهایی وجود داشت که من مجبور بودم انجام دهم و من نمی خواستم که

آن ها را انجام دهم. ابتدا باید به مارک زنگ بزنم.

مارک خوشبین و شاد است. او حاضر به غرق شدن در اضطراب تا زمانی که

مجبور نباشد نیست. مارک خانواده اش را دوست دارد.

"بدون شماها کجا می توانم باشم؟" او تعجب کرد. "من کی ام؟ می دانم.

یک لیسانسه سالخورده. با کارم ازدواج کرده ام. شب به خانه می آیم برای

شام یخ زده و ساختمانی از فولاد!"

"هووم، تزیین شده با رنگ های مردانه: آبی دریایی، قهوه ای، بژ. اما فقط

فکر می کنم شما نیاز به امنیت و آرامش دارید."

"بله، شاید صلح و امنیت و آرامش کمی بیش از حد."

مارک برنامه های خوبی را برای بچه هایش ایجاد کرد. "یک روز قایق خواهم

گرفت و آن ها را به عنوان خدمه ی قایق می گیرم. آن ها آن را دوست

خواهند داشت! تو می تونی خانه بمانی!" و خیرخواهانه پیشنهاد داد. "من

می دانم از قایق نفرت داری."

"من از قایق نفرت ندارم من فقط از گذراندن دو هفته در یک هتل شلوغ که

هیچ آب گرم و سردی ندارد تنفر دارم." او به من توجه نکرد و ادامه داد. "بین،

پسرها گوریل ها خواهند بود و آن ماری سراشپز کشتی خواهد بود."

"جنسیت!"

مارک با شوق زیاد در مورد فرزندان خود صحبت می کرد. من مجبور شدم به او یادآوری کنم که مخاطبان او همکاران جوان و معاونان رئیس جمهور نیستند بلکه افرادی هستند که با خستگی و با چشمان جمع شده و بی حالت نگاه می کردند.

"مارک، ماجراجویی در مورد ما را متوقف کن. مردم علاقه مند نیستند." او فقط می خندد. "من علاقه مندم. آن ها بچه های من هستند و جذاب اند."

اما بیشتر از آینده ی آن ها، الان آن ها بود که به مارک لذت و خوشی می داد.

همیشه احساساتش محرمانه بود. او در احساسات پدرانه اش روزنه ای را برای ابراز محبتی که مدت طولانی به خواب رفته بود یافت. او از زنده بودنش برای هدایت و محافظت از آن ها لذت می برد. هنگامی که آن ها مریض بودند سریع به سراغ شان می رفت و با آن ها ارتباط برقرار کرد. اولین بار او توانست با راه رفتن گریه ی دانیل را آرام کند و او را بخواباند و سرش را روی شانه اش قرار داد و با لبخندی سرشار از غرور برگشت.

هنگامی که میشل هنوز تقریباً سیزده یا چهارده ماهه بود، او مسئول استقبال از پدرش بود. وقتی مارک زود به خانه می رسید، میشل تا صدای کلید در را می شنید از روی هیجان جیغ و فریاد می زد، تاتی تاتی کنان با سرعت ۹۰ مایل به راهروی که او می آید می رفت تا در آغوش او برود.

بعد از یک روز خسته کننده با ملاقات های زیاد، ترافیک بدون وقفه در داخل و خارج از دفتر، ۲۰ پیام تلفنی، ۳۰ پیام تلفنی، همه در اسرع وقت برگردانده می شود و برطرف می شود؛ سکوت طاقت فرسا و کشمکش همکاران. شما می توانید مارک را که زیر این هجوم عشق ذوب می شود ببینید.

مارک او را برای یک آغوش گرم بلند کرد. آن ها در چشمان یکدیگر خندیدند. یک روز عصر، یک هفته بعد از سفر ما به مکدونالد، مارک مرا از خواب بیدار کرد و روی تخت نشست.

"کاترین چی شده؟ خیلی ناراحت به نظر می رسی؟"

"این میشل است"

"من می دانم درباره ی او نگرانی ... اما ما درباره ی این موضوع بسیار زیاد صحبت کرده ایم ... او دارای اختلال نیست ... او خیلی خوب به نظر می رسد." من مدتی به زمین خیره شدم.

"مارک، او این روزها خیلی به من نگاه نمی کند، او کلماتش را خیلی مداوم نمی گوید، من فکر می کنم ... او گاهی اوقات برخی از کلماتش را گم می کند و فراموش می کند."

مارک هیچی نگفت. جو سخت و تنش زایی بود. من کلمات را با دقت و بر اساس فضایی که بین ما بود انتخاب کردم و گفتم.

"روزهای دیگر، من او را روی دامنم قرار دادم و بطری او را بالا نگه داشتم. می دانستم که آن را می خواست. من گفتم "با-با". باید این را ۲۰ بار می

گفتم."

مارک پرسید "او چه کار کرد؟"

"او به چشمان من خیره شد و این طور به نظر می رسید که نمی دانست من از او چه چیزی می خواهم. او برای رسیدن به بطری ادامه داد اما نمی تواند کلمه ای را بگوید." من مکث کردم. نفس عمیقی کشیدم و ادامه دادم.

"او عادت داشت آن کلمه را بگوید و آن کلمه یکی از آن ها بود"

مارک کنار من نشست و منتظر بود.

"بالاخره" من گفتم "هر دوی ما شروع به گریه کردیم."

مارک رنگش پریده بود.

"بهتر است با دکتر کوهن و دکتر دی کارلو تماس بگیری، نه؟"

"من حدس می زنم."

من نتوانستم فکر هر کدام از این ها را تحمل کنم. میشل ارزیابی های بسیار بد و وحشتناکی را پشت سر گذاشت. شنیدن این کلمات. پایان خوش داستان آن ماری حتی نمی تواند کمی در سبک کردن ما تأثیر گذار باشد من می دانستم که این کلمات در مورد من و پدر هم وجود دارد. "اتیستیک است." میشل بدرود. وداع با رویاهایی که ما فکر می کردیم. کودک کامل. کودک خوشبخت.

صبح زود که هوا گرگ و میش و غم انگیز بود او در حال گذر بود.

من در مدرسه ی آن ماری با مادر دیگری به نام دایان مایر ملاقات کرده بودم. دایان، یکی از محدود افرادی بود که من می توانستم به او اعتماد کنم. او یک پزشک در بیمارستان نیویورک بود و روزانه با بیماری ها و زخم ها در ارتباط بود، هوش و

دکتر گرشوین چند روز بعد به آپارتمان من آمدند. من کمی از قهوه ای که خودم دوست داشتم برای او آماده کردم. قاشق روی پیشخوان صدا می کرد.

"من کمی درباره ی این موضوع نگران و عصبی هستم."
"می دانم."

ما نشستیم و با میشل صحبت کردیم. دانیل و آن ماری وسط حرف ما می پریدند. سه ساعت به سرعت گذشت. دکتر گرشوین با من به اتاق نشیمن آمد و نشست.

"من فکر می کنم شما می دانید، این طور نیست خانم موریس؟"

"من سرم را به صندلی تکیه دادم و برای لحظه ای چشمانم را بستم."
چشمانم را باز کردم.

"بله می دانم."

ما مدت کوتاهی صحبت کردیم سپس او رفت. بعداً من برای دریافت گزارش آنالیز نقاط ضعف و قوت میشل رفتم. تشخیص: احتمال ابتلا به اتیسم کودکی.

مارک آن روز عصر زودتر به خانه آمده بود. من رفته بودم که به او خبر بدهم.

میشل، کودک طلایی، پاداش برای رنج. آه لطفاً دست نگه دارید.

ترس در حال افزایش است.

من به بچه ها غذا می دهم، آنها را حمام می برم، لباس هایشان را می پوشانم. بدن های کوچک آن ها خیلی کامل و عالی بودند.

دانیل و آن ماری می خواستند بعد از حمام یک داستان بشنوند، من نشستم و برایشان خواندم. میشل با قطارش در کتابخانه بازی می کرد. من لحظه به



استعداد او مرهمی برای روح من بود. او با ابراز همدردی به حرف من گوش می کرد و وقتی با عدم درک من مواجه می شد از جایی دیگر و از طریق دیگر شروع می کرد.

"من با او تماس گرفتم."

"دایان، من به کمک احتیاج دارم. من باید میشل را پیش کسی ببرم و یکبار برای همیشه یک پاسخ صحیح به دست بیاورم."

"به من بگو، اجازه بده کمک کنم."

من معیارهای خودم را مشخص کرده ام:

اولاً، کسی باشد که ما او را نمی شناسیم و او نیز ما را نمی شناسد. من نمی خواستم او را پیش دکتر کوهن یا دکتر دی کارلو ببرم، هنوز نه. من نگران بودم که آن ماری در بدترین حالت ممکن دیده شود، آن ها ممکن است از روی پیش داوری به میشل تشخیص اتیسم بدهند. علاوه بر آن، در یک سطح ابتدایی، سطح منطقی کمتر، من می خواستم از نمایش مجدد آن حس های کابوس مانند برای تشخیص جلوگیری کنم. من هنوز به شدت به دنبال تفاوت بودم.

ثانیاً، من یک فرد حرفه ای که هم بچه های معمولی و هم بچه های اتیسم را می شناخت می خواستم. من هنوز امیدوار بودم که همه ی مشکل، تأخیر در گفتار باشد.

ثالثاً، من کسی را می خواستم که مانند بچه ی ده ساله با من صحبت نکند. من وقت گذاشته ام و در حالتی نبودم که برای هر متخصص در زمینه ی اتیسم تواضع و فروتنی به خرج دهم.

به طرز شگفت انگیزی دایان فرد مناسبی را پیدا کرد. دکتر ماریان گرشوین، که تجربه ی بالینی گسترده ای با انواع مختلفی از کودکان داشته است. کودکان مبتلا به مشکلات عاطفی، کودکان مبتلا به اتیسم و کودکان مبتلا به تأخیر در گفتار.

لحظه استرس داشتم.
میشل تو روزهایی به من لبخند زدی
که من به خاطر گریه نمی توانستم
بینم... لبخند تو کجا رفته است؟
مارک به خانه آمد. هیچ کاری برای
انجام دادن نداشت اما با عصبانیت
رفت و کاری را که باید انجام می داد
انجام داد. بگذار قلب شما فریاد بزند
و به سرزمین گم گشتگی ها برود.
به آرامی به او گفتم، در حالی که به
بازی بچه ها نگاه می کردیم کنار او
ایستادم.

او کمی و برای لحظه ای خمیده شد.
او هنوز ایستاده بود و آه بلندی کشید.
سپس به کتابخانه رفت و کنار پسر
کوچکش نشست. همه خستگی روی
تنش مانده بود.

من گفتم: "مارک". به سختی می
توانم بگویم: "ما او را بهبود خواهیم
داد". ما می توانیم این کار را دوباره
انجام دهیم."

من خودم این را باور نکرده بودم
ما قبلاً یک معجزه داشتیم. ما نمی
توانستیم دو تا معجزه داشته باشیم.
"بله"، مارک خیلی خشک و بی
احساس گفت.

اما چشمانش پر از درد و رنج بود.
او شروع به گفتن چیزهایی کرد. شاید
او تلاش می کرد کلمات شجاعانه و
قدرتمندی را پیدا کند که من را در
دوران درمان آن ماری سرپا نگه داشته
بود.

ادامه دارد...

منبع

Catherine Maurice (۱۹۹۳). Let Me
Hear Your Voice





طیبه صفری

اتیسم و پرخاشگری

از نظر مفهومی، واژه پرخاشگری ناظر به نوع شدت عمل در مقابل دیگران به مفهوم کلی اعم از فردی، جمعی، کلامی، رفتاری ایجابی و سلبی است. پرخاش معنای متقن و مشخصی ندارد برای نمونه برخی از تعاریف آن تنها بر جنبه ی فیزیکی تاکید کرده، هر فعل یا رفتار تهدید آمیزی را که به قصد ارائه صدمه صورت گیرد و عملاً به ایراد صدمه و آسیب منجر شود یا احتمال ایراد صدمه و آسیب را در پی داشته باشد در زمره رفتارهای پرخاشگرانه محسوب می کنند. سازمان جهانی بهداشت در تعریف خود از پرخاش بیان می دارد: "پرخاش استفاده عمدی از نیرو یا قدرت فیزیکی، ارباب یا تهدید بر خود یا دیگری است

که علیه یک گروه یا جامعه صورت گرفته و به صورت آسیب جسمی مرکز یا آسیب روانی سوء رشد و تکامل یا محرومیت منجر شود یا احتمال وقوع این نتایج متصور شود. پرخاشگری رفتاری است که به آسیب یا صدمه زدن به دیگران منجر می شود. برخی دیگر از پژوهشگران پرخاشگری را رفتار آشکار درگیر شدن و آسیب رساندن به دیگران دانسته اند. اگر چه پرخاشگری را می توان از دیدگاه رفتارشناسی نوعی الگوی سازشی در نظر گرفت لیکن می تواند مشکل بسیار مهمی برای همه انسان ها در هر جا که زندگی می کنند، محسوب شود. رفتارهای پرخاشگرانه از شکل ها و

جلوه های متفاوتی برخوردار است و همچنین از یک سو تحت تاثیر عوامل موقعیتی و روانشناختی است و از طرف دیگر عوامل ژنتیک، قومیت، وراثت و فرهنگ در ایجاد و گسترش آن نقش اساسی بر عهده دارند. مشکل دیگر در ارزیابی این سازه از وجود طبقه بندی های مختلف ناشی می شود زیرا رفتارهای پرخاشگرانه نه تنها از نظر شدت بلکه از نظر علل زیربنایی و انگیزه ها نیز متفاوت هستند. اتیسم و رفتار پرخاشگرانه - شناخت علل موضوع "پرخاشگری" یک منبع نگرانی عمده برای خانواده ها است. برخی از خانواده ها نگران امنیت خود و دیگر فرزندان شان هستند. همچنین این

نگرانی وجود دارد که فرزندشان در فضای عمومی چگونه رفتار خواهد کرد. اگر چه برخی از افراد اتیستیک نسبت به خود و خانواده شان رفتارهای پرخاشگرانه بروز می دهند اما، هیچ دلیلی مبنی بر اینکه اتیسم به رفتار خشونت آمیز منجر می شود، وجود ندارد.

رفتار پرخاشگرانه برای کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم (ASD) یک مشکل جدی است. داده های بالینی کمی وجود دارد که نشان می دهد چند بار پرخاشگری در کودکان مبتلا به ASD مشاهده می شود، اما گزارش های والدین، معلمان و سایر متخصصان نشان می دهد که پرخاشگری غیر معمول نیست. بر اساس یک مطالعه بالینی که اخیراً توسط محققان Mazurek و Kanne (۲۰۱۰) منتشر شده تلاش شده است تا تخمین زده شود که چقدر رفتارهای پرخاشگرانه در کودکان و نوجوانان مبتلا به ASD رخ می دهد. در واقع، ۶۸ درصد از جمعیت نمونه آنها پرخاشگری نشان دادند. این در حالی است که اندازه نمونه فقط تعداد کمی از کل افراد مبتلا به ASD را نشان می دهد.

فاکتورهای محیطی

دانشمندان هنوز مطمئن نیستند که چه چیزی در درون آناتومی مغز ممکن است باعث شود کودک مبتلا به ASD رفتار تهاجمی نشان دهد. گر چه مطالعات بسیاری در مورد بررسی تفاوت در این ساختارها طی یک دهه گذشته پدید آمده (به عنوان مثال، بارون-کوهن، و همکاران، ۲۰۰۰؛ کورچسن و پیرس، ۲۰۰۵؛ بامان و کمپر، ۲۰۰۵)، ولی هنوز هیچ مدرک قطعی به دست نیامده است. در حال حاضر هیچ پاسخ قطعی وجود ندارد، متخصصان به جای تکیه بر پاسخ های علوم پزشکی برای تبیین پرخاشگری در کودک مبتلا به ASD، عوامل محیطی را تجزیه و تحلیل می کنند تا مشخص کنند متغیرهای موجود در اطراف کودک چیست که می تواند باعث بروز تکرار رفتار پرخاشگرانه شود.

هنگامی که کودک نسبت به دیگران پرخاشگری می کند، نیاز به یک محیط یادگیری محدودتر نسبت به کودکان هم سن و سال دارد. به دلیل حضور در مدرسه، کودک از طریق خدمات مداخله رفتاری فشرده ارائه شده در خانه یا در یک سازمان بهتر می تواند رشد کند. برای اینکه نیازهای کودک به بهترین شکل در مدرسه برآورده شود او به حمایت های اضافی در کلاس، مانند یک دستیار یا جلسات آموزش فردی نیاز دارد. پرخاشگری تا حد زیادی بر توانایی یادگیری کودک تأثیر می گذارد، و ممکن است برای بزرگسالانی که سعی در آموزش کودک دارند، ناامن باشد.

ABC های رفتار

اصول رفتار به ما یاد می دهد که رفتار در خلاء رخ نمی دهد، یعنی بدون توجه به زمینه ای که در آن مشاهده می شود، رفتار اتفاق نمی افتد. رفتار خود تحت تأثیر تغییراتی در محیط شخص قرار می گیرد، درست قبل از نمایش یک رفتار معین (به نام قبل) و پیروی از یک رفتار معین (تحت عنوان نتیجه). برای تعیین اینکه چرا یک رفتار رخ می دهد، تحلیلگران رفتاری با دقت به روابط بین تغییراتی که پیش از رفتار رخ می دهد، خود رفتار و تغییراتی که درست بعد از رفتار اتفاق می افتد را مشاهده می کنند که به عنوان شرط سه گانه شناخته شده است. شرایط سه گانه گاه غیر رسمی به عنوان "ABC" رفتار گفته می شود.

عملکرد رفتار

تجزیه و تحلیل ABC های رفتار می تواند به تحلیل گر رفتار این امکان را بدهد که کودک چرا رفتار پرخاشگرانه نشان می دهد. پاسخ به سؤالات "چرا" به عنوان عملکرد رفتار گفته می شود. تجزیه و تحلیل عملکردی نشان می دهد که رفتار به دو دلیل اصلی رخ می دهد: دستیابی به چیزی که می خواهیم یا دسترسی به چیزی که ما نمی خواهیم از آن خارج شویم. کودکان مبتلا به اتیسم غالباً برای دستیابی به چیزهایی که می خواهند درگیر رفتارهای پرخاشگرانه می شوند. گاهی

آنچه دیگران می گویند یا ارتباط غیر کلامی برقرار می کنند.

-می توانند خواسته ها و نیازهای خود را بیان کنند به عنوان مثال، آنها می توانند ابراز کنند که نمی خواهند فعالیت را انجام دهند یا اینکه نمی توانند بگویند یک شی خاص را می خواهند.

-بسیار مضطرب هستند.

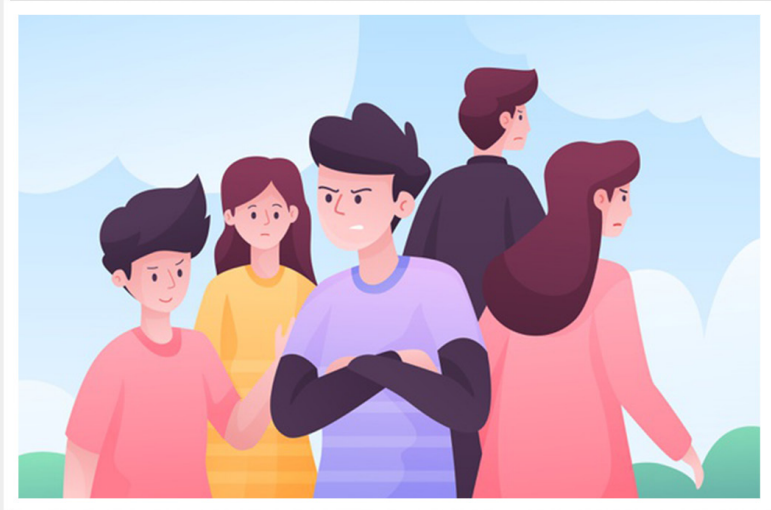
-حساسیت های حسی دارند، مانند حساسیت بیش از حد به سر و صدا یا نیاز به تحریک.

-می خواهند از موقعیت ها یا فعالیت های استرس زا فرار کنند.

مداخلات مبتنی بر رویکرد تحلیل رفتار کاربردی (ABA) می تواند به رفتار خودآزار و پرخاشگرانه فرزند شما کمک کند. این مداخلات از تکنیک های تخصصی و ساختاری برای آموزش رفتار و مهارت های جدید به کودکان استفاده می کنند.

اگر فرزند شما در حال نشان دادن پرخاشگری است، رفتار او را ارزیابی کنید تا بفهمید چرا این رفتارها رخ می دهد. یک ارزیابی خوب به شما می گوید که علت این رفتار چیست، چرا این کار را انجام می دهد و آیا می خواهد ارتباط برقرار کند؟ سپس می توان طرحی را برای آموزش روش های جدید برای برقراری ارتباط موثر و همچنین کاهش و از بین بردن پرخاشگری با استفاده از راهبردهای رفتاری ارائه داد.

در اینجا چند استراتژی وجود دارد که می توانید قبل از شروع اپیزودهای



اوقات کودک از فرد دیگر توجه می خواهد (یعنی عملکرد رفتار پرخاشگرانه او جلب توجه است)؛ این پرخاشگری می تواند به عنوان ابزاری برای شروع مکالمه باشد (مثلاً وقتی مادر حواسش به کودکش نیست کودک ظرف ها را پرت می کند تا مادر را به سمت خود برگرداند و با او صحبت کند)، یا برای اینکه با اسباب بازی های خواهر و برادرش بازی کند به آنها حمله می کند (به عنوان مثال، عملکرد رفتار پرخاشگرانه وی دستیابی به یک مورد ملموس است). بعضی اوقات کودک مبتلا به ASD ممکن است از پرخاشگری به عنوان راهی برای خارج شدن از کاری که نمی خواهد انجام دهد استفاده کند. مهم است که به تجزیه و تحلیل علل اساسی رفتار پرخاشگرانه در فرزند مبتلا به اتیسم توجه کنید. با درک محرک های پرخاشگری، می توانید موثرترین راهبردهای مداخله را انتخاب کنید.

استراتژی های زیادی وجود دارد که می توانید برای پیشگیری و مدیریت رفتارهای آسیب زا یا تهاجمی فرزندتان استفاده کنید.

رفتار پرخاشگرانه، خود آزاری و اختلال طیف اتیسم

کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم (ASD) لزوماً مانند سایر کودکان عصبانیت، ترس، اضطراب یا سرخوردگی را ابراز نمی کنند.

آنها گاهی می توانند از طریق رفتار پرخاشگرانه نسبت به کودکان دیگر، این احساسات را ابراز کنند. بعضی اوقات آنها نسبت به خود پرخاشگر هستند، که به آن رفتارهای آسیب زا گفته می شود. آنها ممکن است ضربه بزنند، لگد بزنند، اشیاء را پرتاب کنند یا به خود آسیب برسانند.

کودکان مبتلا به ASD ممکن است رفتار پرخاشگرانه داشته باشند یا به خود آسیب برسانند چون:

-در درک آنچه در اطراف آنها اتفاق می افتد مشکل دارند برای مثال، در درک

به جای پرخاشگری فعالیت مناسبی را انجام دهد از مراحل کوچک شروع کنید. اگر می خواهید که فرزندان در طول یک سال دوستان بیشتری داشته باشد، او را در معرض آن فرصت ها قرار دهید و مهارت های مناسب اجتماعی را آموزش دهید.

مدیریت طغیان شدید کودک مبتلا به اختلال طیف اتیسم راهکارهای زیادی وجود دارد که شما می توانید با استفاده از آن ها کمک به جلوگیری و مدیریت رفتارهای پرخاشگرانه کودکان نمایید.

از جمله راهکارها " درک کردن " است زمانی که شما درک کنید چه چیزی موجب پرخاشگری کودکان می شود، می توانید باعث تغییر یا کاهش آن رفتار شوید.

راهکار دیگر " مدیریت " است. احتمالاً شما می توانید از همه طغیان های کودک اتیستیک خود جلوگیری نمایید اما، می توانید رفتارهای پرخاشگرانه او را مدیریت کنید.

شما می توانید از پیشنهادات ذیل استفاده نمایید:

آرام بمانید.

از عبارات کوتاه استفاده نمایید.

فرزندان را به مکانی امن تر ببرید.

از نشانه های بصری استفاده نمایید.

منابع

autismtherapies.com

<https://www.babybonus.msf.gov.sg/>

parentingresources.com



تهاجمی از آنها استفاده کنید:

از کنترل بیش از حد برخی عوامل محیطی یا امور روزمره خودداری کنید. فرقی نمی کند که او قبل از تعویض لباس، دندان های خود را مسواک بزند. اگر کنترل آن روال باعث می شود تا پرخاشگری فرزندان افزایش یابد، از این کنترل دست بردارید و بگذارید او انتخاب کند.

به فرزند خود بگویید در آینده چه انتظاری از او دارید، به او بگویید که چه زمانی موقع انجام یک فعالیت است.

از فعالیت های بصری مانند تابلوی عکس یا تصاویر استفاده کنید تا انتظارات واضحی را برای هر فعالیت یا بخش های مختلف روزانه ارائه دهید. رفتارهای درست و خوبی که انجام می دهد را تشویق کنید تا آن ها را ادامه دهد.

اگر رفتاری را دوست دارید حتماً به فرزندان اطلاع دهید و انجام آن را در فرزندتان تقویت کنید.

در لحظه وقوع رفتار پرخاشگرانه، ایمنی از همه چیز مهم تر است! تمام تلاش خود را برای حفظ امنیت خود و فرزندتان انجام دهید. اگر می توانید فرزند خود را به انجام فعالیت دیگری هدایت کنید.

برخی والدین نوجوانانی که رفتارهای پرخاشگرانه نشان می دهند نگران این هستند که فرزندشان دیر زندگی مستقلی را شروع کند. برعکس، هرگز دیر نمی شود. برای فرزند خود برنامه ریزی کنید و در جهت رسیدن به اهداف محقق باشید. به این فکر کنید که کودک شما در یک سال آینده چه کاری باید انجام دهد و از امروز کار خود را شروع کنید. اگر می خواهید کودک شما

جواد صابری/کارشناس ارشد روان شناسی

اختلال دیکته نویسی (روش های درمان و فعالیت های ترمیمی)

تقویت حافظه دیداری:

برای درمان این نوع غلط های املائی چه کنیم:

منزور - مقازه - سر - بشغاب - اسحاب

علت عمده این نوع غلط های، ضعف حافظه دیداری است، یعنی کودک به خوبی قادر نیست تصویر حرف مورد نظر را در کلمه به خاطر بیاورد. بهتر است حافظه دیداری کودک را تقویت کنیم تا نه تنها املاء درست واژه های را که غلط نوشته است فرا گیرد، بلکه با خواندن و دیدن هر کلمه جدید، توانایی به خاطر سپاری آن را داشته باشد.

فعالیت هایی برای تقویت حافظه دیداری:

۱. ابتدا دو تصویر را انتخاب کرده و یک به یک به دانش آموزان می دهیم و سپس تصویرها را مخفی می کنیم و از او می خواهیم که آن تصویرها را نام ببرد.
۲. همان تمرین اول را تکرار می کنیم اما این بار به جای دو تصویر، سه تصویر را به وی نشان می دهیم. اگر کودک قادر به یادآوری آنها بود، چهار تصویر را نشان می دهیم.

۳. یک تصویر نسبتاً مرکب را به دانش آموز نشان می دهیم واز وی می خواهیم تا کل و اجزا آن را به خاطر بسپارد. پس از اینکه کودک مدت زمانی را که خودش کافی می داند به تصویر دقت کرد، تصویر را مخفی و اجزا تصویر را از وی سوال می کنیم.
به عنوان مثال اگر تصویر را به دانش آموز نشان دهیم چه سوالاتی باید از او

پرسیده شود:

۱. چند نفر در عکس دیدی؟

۲. چه حیوانی در تصویر بود؟

۳. بچه ها چه کار می کردند؟

۴. آنها در کجا بازی می کردند؟

۵. آیا پسر کفش به پا داشت؟

۴. مجموعه محدودی از اشیا را به ترتیب خاصی می چینیم و از دانش آموز می خواهیم ترتیب قرار گرفتن آنها را به خاطر بسپارد. سپس چشمان او را می بندیم و آنگاه، جای چند وسیله را با هم عوض می کنیم و بعد از وی می خواهیم اشیا را به ترتیب قبلی بچیند.

۵. چند کارت مقوایی تهیه کرده و بر روی هر کدام یک واژه می نویسیم. کارتها را به دانش آموز می دهیم تا واژه ها را به خاطر بسپارد، سپس کارتها را از او گرفته و دور از دید وی،

یکی دو کارت را بر می داریم و بقیه را به دانش آموز می دهیم. سپس از او می خواهیم تا کارت مربوط به واژه ای را که برداشته ایم معرفی کند.

دوست

بشقاب

مهربان

۴. پس از اینکه به مدت چند روز و روزانه حدود پانزده دقیقه، تمرینهای قبلی را انجام دادیم، اغلب واژه های نسبتاً مشکل کتاب درسی را انتخاب می کنیم و آنگاه هر واژه را بر روی یک کارت مقوایی می نویسیم. تعیین تعداد واژه ها، به میزان خطاهای کودک در باز یادآوری حروف خاص واژه ها بستگی دارد. یعنی هر قدر کودک از ضعف املاء بیشتری برخوردار باشد، تعداد کارتهای تهیه شده بیشتر خواهد بود. اینکه مربی کارتها را به دانش آموز نشان می دهد و از وی می خواهد که املاء آن را، با انگشتش در هوا بنویسد. کارت مربوط به هر کدام از واژه ها که درست نوشته شدند، به عنوان یک امتیاز به دانش آموز داده می شود.

۷. بسیار ضروری است که از گفتن تعداد غلط های کودک به هنگام انجام تمرینها، یا به هنگام تصحیح دیکته، خوداری کنیم. همیشه باید تعداد واژه هایی را که درست نوشته است و از نظر او یک تلاش موفق محسوب می شود، به حساب آوریم. این امر موجب تقویت یادگیری وی خواهد شد. به هنگام اظهارنظر شفاهی یا کتبی دیکته، می توان به دو نوع کتبی از طرف آموزگاران توجه کرده و از نوع مناسب آن استفاده نمود.

جملات کتبی مناسب:

* خوشحالم که ۳۴ واژه را کاملاً درست نوشته ای

* می توانیم با هم بازی هایی بکنیم که میزان دقت را افزایش می دهد.

* به پیشرفت نهایی خیلی نزدیک شده ای

* با نگاه کردن به شکل درست کلمه، آن را یک بار بنویس. بعد بدون نگاه کردن به شکل درست کلمه، یک بار دیگر آن را بنویس. حتماً موفق می شوی که کاملاً درست بنویسی.

* از این زیباتر هم، می توانی بنویسی.

جملات کتبی نامناسب:

* متأسفانه باز هم ۴ غلط داری

* از هر غلط ۲ بار بنویس

* متأسفم، بیشتر دقت کن

* برای اینکه به پیشرفت نهایی برسی هنوز باید خیلی تلاش کنی

* خیلی بد خط است

* کمی پیشرفت کرده ای اما باید بیشتر از این سعی کنی

۸. پس از انجام تمرینهای بالا، می توان از کارتهایی که در آن چندین کلمه نوشته شده است استفاده کرد، تا کودک همزمان چند کلمه را ببیند و به خاطر بسپارد. سپس باید تمرینهایی مشابه همان تمرینهایی که با کارتهای کوچک

انجام می گرفت، انجام داد.

امید

تلاش

بخشش

۹. پس از انجام تمرینهای فوق، می توان کارتهایی تهیه کرد و در آن واژه های هم خانواده را نوشت. مانند:

مخصوص خاص

مخصوص اختصاص

مخصوص خاصیت

این تمرین موجب می شود که علاوه بر تقویت حافظه دیداری، کودک ترک کند که این کلمات یک ریشه دارند و هم خانواده هستند و بنابراین همانند هم نوشته می شوند.

تقویت تمیز دیداری: (س از ش) (ک از گ) (ع از غ)

غلطهای زیر مربوط به تمیز دیداری است. یعنی کودک در ادراک ریزه کاریها و جزئیات کلمه ای که به خاطر سپرده است، دچار مشکل بوده و بنابراین در نوشتن آنها مرتکب اشتباه شده است.

دوز - پتر - زور - جانہ - دوس

برای درمان این نوع مشکلات باید تمرینهایی برای دانش آموز تدارک دید که در حیطه ادراکهای متعدد دیداری قرار دارند:

الف: توانایی در تمیز دیداری - این توانایی به تشخیص تفاوت یک چیز از چیز دیگر مربوط می شود.

مثلاً توانایی تشخیص:

((س)) از ((ش)) - ((د)) از ((ذ)) - ((ع))

از ((غ)) - ((ک)) از ((گ))

فعالیتهایی برای تقویت تمیز دیداری:

۱. تصاویری مشابه هم رسم می کنیم و از کودک می خواهیم دور یکی از

اشکال هندسی را که از او می‌خواهیم (مثلاً شکل مربع) دایره رسم کند.
۲. کارتهایی را تهیه می‌کنیم که در ستون سمت راست کارت، یک حرف می‌نویسیم و در ستون سمت چپ کارت چند حرف، از جمله حرفی را که در سمت راست نوشته بودیم، می‌نویسیم سپس از دانش آموز می‌خواهیم که حرف سمت راست را در میان حروف سمت چپ بیابد:

نونه حروف سمت راست را در بین حروف دیگر بیاید

ج - ی - ص - خ - ج - ک - چ
د - ر - و - ذ - ا - د - م

۳. کارتهایی تهیه می‌کنیم و در سمت راست آن، یک کلمه می‌نویسیم دانش آموز باید همان کلمه را از بین کلماتی که در سمت چپ نوشته ایم پیدا کند.

دانش رانش - سازش - دوش - دانش - درویش

حاتم خانه - نادم - خاتم - حاتم - قاسم

ب: ادراک نقش از زمینه - این یک مهارت ادراکی است که به تشخیص یک چیز از زمینه محیطی آن، مربوط می‌شود. وقتی دانش آموز این مهارت را داشته باشد، می‌تواند حروف کوچک "ب" و "ت" را در میان این واژه‌ها به خوبی ادراک نماید و بنابراین بین هر کدام از آن حروف و کل کلمه تمیز قایل شود:

شستشو مسبب مستأجر مستأصل

فعالیت‌های برای تقویت ادراک نقش از زمینه :

۱. با طراحی تصویرهایی مانند زیر، از کودک می‌خواهیم تا دور شکل خاصی را که تعیین می‌کنیم، یک دایره رسم کند.

۲. کارتهایی از مقوا تهیه می‌کنیم و روی آن حروف الفبا را در جهات مختلف می‌نویسیم. با ارایه هر کارت از دانش آموز می‌خواهیم که بدون چرخاندن کارت، یکی از حروف را تعیین کرده ایم، شناسایی نماید یا به کمک مداد دور آن دایره ای رسم کند.

۳. نقاشی‌ها یا طراحی‌هایی تدارک می‌بینیم که یک یا چند تصویر خاص در آنها پنهان شده باشد و از دانش آموز می‌خواهیم تصویر مورد نظر را بیابد.

۴. کارتهایی مقوایی تهیه کرده و حروفی را مطابق الگوی زیر در هم می‌نویسیم.

و از کودک می‌خواهیم تا دور حرف خاصی را تعیین می‌کنیم دایره رسم کند.

۵. یک صفحه از کتاب درسی دانش آموز را انتخاب کرده و از او می‌خواهیم دور حرف خاصی را که تعیین می‌کنیم دایره رسم کند.

پ: اکمال دیداری: این مهارت به توانایی بازشناسی یک چیز، بدون اینکه کل آن نشان داده شود، اطلاق می‌شود.

فعالیت‌های برای تقویت اکمال (تکمیل) دیداری:

۱. شکل‌های مختلف هندسی را که بخشی از آن رسم نشده در اختیار کودک قرار می‌دهیم تا آنها را تکمیل کند.

۲. طرح‌هایی از حیوانات مختلف را که تکمیل نشده است در اختیار کودک قرار

می‌دهیم تا آنها را تکمیل کند.

۳. کارتهای مقوایی تهیه کرده، حروف مختلف را به صورتی ناقص روی آن می‌نویسیم و از دانش آموز می‌خواهیم تا آنها را تکمیل کند.

ت: هماهنگی دیداری حرکتی: این مهارت به توانایی هماهنگ ساختن دیدار از یک شیء و حرکت قسمت‌های مختلف بدن گفته می‌شود.

فعالیت‌هایی برای تقویت هماهنگی دیداری حرکتی:

۱. مربی می‌تواند از تصاویری مشابه استفاده کند.

در این تصاویر دانش آموز باید شکل‌هایی را که در نقطه چین‌ها می‌بیند، در قسمت پایین تصویر رسم نماید.

۲. از دانش آموز بخواهید شکل‌های نقطه چین را پر کند.

۳. از دانش آموز می‌خواهیم تصاویر هندسی و نیز نقاشی حیوانات و اشیاء را کپی کند.

ث: حافظه توالی دیداری: این مهارت به توانایی یادآوری آنچه دیده ایم به همان ترتیبی که بوده، مربوط می‌شود. دانش آموزانی که از این مهارت به اندازه کافی برخوردار نیستند، در تجسم و ترتیب و توالی حروف دچار مشکل می‌شوند. به عنوان مثال، "دارد" را، "دادر" و "مادر" را "مارد" می‌نویسد.

فعالیت‌هایی برای تقویت حافظه

توالی دیداری:

۱. سه یا چهار نفر را به دانش آموز معرفی می‌کنیم، سپس وی باید به ترتیب آنها را نشان دهد.

۲. جلوی دانش آموز می‌ایستیم و چند حرکت بدنی انجام می‌دهیم و

تشخیص و تمییز اشیا و تصاویر مختلف-
جور کردن اشیا و تصاویر-تشخیص
حروف و اعداد-تشخیص قسمتهای
حذف شده

روش چند حسی

روش خانم دکتر گریس فرنالد که در آن
توازن و تعادلی برای استفاده از حس
بینایی، شنوایی، و حس لامسه مورد
نظر است و آن را روش تعقیب حسی
نیز می گویند از بقیه روشهای چند
حسی کاملتر است.

مراحل روش چند حسی فرنالد:

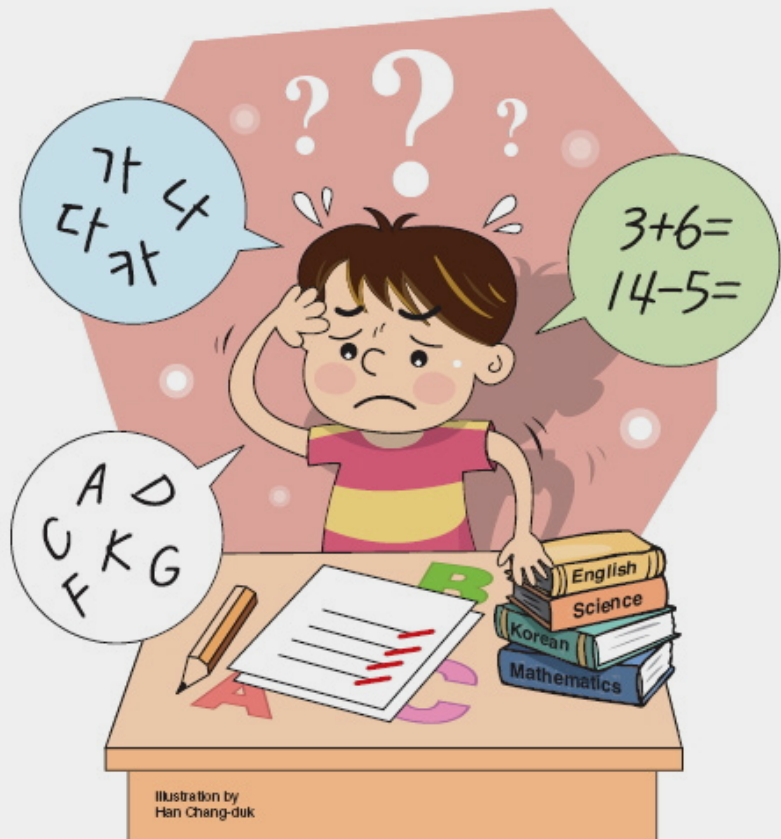
کلمه و همچنین موضوع داستان توسط
کودک انتخاب شود
تعقیب کلمه با انگشت

نوشتن کلمه بدون نگاه کردن به آن

تلفظ کلمه با صدای بلند همزمان با
نوشتن کلمه یا تعقیب با انگشت

منابع

- ۱- کریمی، یوسف. اختلالات یادگیری. ۱۳۸۴ نشر ساوان.
- ۲- سیف نراقی، مریم- نادری، عزت الله. اختلالات یادگیری. (۱۳۸۲) تهران انتشارات امیر کبیر.
- ۳- فریاد، اکبر-رخشان، فریدون. ناتوانیهای یادگیری. (۱۳۷۹) انتشارات مبنا.
- ۴- سیاح، سیاری-نیمتاج. ناتوانی یادگیری.
- ۵- کرک، ساموئل-چالفانت، ترجمه رونقی سیمین-خانجانی، زینب-و ثوقی، مهین. اختلالات یادگیری تحولی و تحصیلی ۱۳۷۷ سازمان آموزش و پرورش استثنائی.
- ۶- پاشا، شریفی حسن. روانشناسی هوش و سنجش آن. انتشارات پیام نور.
- ۷- تریزی، مصطفی. درمان اختلال دیکته نویسی. انتشارات رشد.
- ۸- تریزی، مصطفی. درمان اختلال خواندن. انتشارات رشد.



سپس از او می خواهیم همان حرکتها را به ترتیب انجام دهد.

۳. یک کارت مقوایی را که روی آن سه یا چهار حرف نوشته ایم به وی نشان می دهیم، سپس کارت رامخفی کرده از او می خواهیم حروفی را که دیده بود به ترتیب از سمت راست به چپ نام برد.

ک - ی - ط - س - ج

. همان تمرین قبلی را انجام می دهیم اما این بار به جای حروف از کلمات استفاده می کنیم.

شقایق - گل - لاله - بهار

راههای بازسازی و تقویت یادگیریهای ادراکی - حرکتی :

نرده چوبی-تخته تعادل -توری آکروبات یا تشک ژیمناستیک-فرشته در برف -
بازیهای تقلیدی- تقلید صدای موزون

راههای تقویت پیوند ادراکی- حرکتی:

فعالتهای مربوط به عضلات بزرگ- فعالتهای مربوط به عضلات ظریف

تمرین برای پیوند ادراک بینایی، حرکتی- تمرین برای پیوند ادراک شنوایی، حرکتی

راههای تقویت کنترل بینایی :

تمرین برای تقویت تمرکز چشمی-تمرین برای تقویت تعقیب چشمی

تمرین و آموزشهای لازم قبل از شروع به نوشتن :

آزادانه بر تخته کلاس هر نوع خطی را ترسیم کند -نقاشی با انگشتان

کپی کردن اشکال منظم هندسی

تمرین و آموزش برای تقویت ادراک شکل



جوانب مثبت و منفی استفاده از دستگاه های دیجیتالی برای کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم

حمیدرضا عرب / کارشناس ارشد روانشناسی

جوانب مثبت دستگاه های دیجیتالی

در مقاله ای از هافینگتون پست، والدین می گویند که دستگاه های دیجیتالی "ابزاری مهم هستند که به فرزندان کمک می کند تا در ارتباط، توسعه مهارت های اجتماعی و مهارت های یادگیری پیشرفت کنند و حتی اضطرابشان را کاهش دهد." بعضی از والدین معتقدند می توانند از دستگاه های دیجیتالی به عنوان یک تقویت کننده برای رفتارهای خوب کودک استفاده کنند. همچنین معتقدند از این روش می توان برای یادگیری مهارت های اجتماعی و آرامش کودک زمانی که دچار اضطراب زیادی است استفاده کرد. به گفته محقق دکتر پل شاتاک فواید بسیاری در ارتباط

کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم در درک دنیای اطراف خود دچار مشکلاتی هستند. یک تکان جزئی باعث می شود کودکان مبتلا به اتیسم دچار بیش فعالی شوند. علاوه بر این کودکان مبتلا به اختلال اتیسم مستعد الگوهای رفتاری تکراری هستند که تعامل با دیگران را در آنان دشوار می سازد به همین دلیل کودکان اتیسم به دستگاه های دیجیتالی علاقمند هستند جایی که نتایج قابل پیش بینی به آن ها اجازه می دهد تا مطابق با سرعت خود عمل کنند. تحقیقات می گویند کودکان مبتلا به اختلال اتیسم در مقایسه با کودکانی که مبتلا به اتیسم نیستند وقت بیشتری را بر روی صفحه نمایش می گذارند. حدود ۶۴/۲٪ از بزرگسالان اتیسم وقت خود را صرف دیدن بازی های ویدیویی می کنند و ۱۳/۲٪ درصد از آنها وقت خود را صرف چت کردن، بازدید از سایت های مختلف و چک کردن ایمیل می کنند.

استفاده از رسانه های جمعی برای کودکان اتیسم این امکان را فراهم می آورد تا اطلاعات را به راحتی در دنیای واقعی پردازش کنند. با وجود مزیت هایی که دستگاه های دیجیتالی برای کودکان اتیسم دارد استفاده طولانی مدت از دستگاه های دیجیتالی مضراتی دارد و تاثیرات آن در کودکان اتیسم برجسته است.

به عنوان والدین کودک اتیسم شما می خواهید به فرزندتان کمک کنید که زندگی سالمی داشته باشد به همین دلیل باید از تاثیرات فناوری بر تربیت فرزند خود آگاه باشید. در این مقاله ما در مورد جوانب مثبت و منفی دستگاه های دیجیتالی برای کودکان اتیسم صحبت می کنیم.

با دستگاه های دیجیتال وجود دارد. برای مثال بازی های ویدیویی تکرار یک سناریوی خاص را ارائه می دهد. در مورد فیلم هایی که در یوتیوپ می باشد نیز همین اتفاق حاکم است بازی ها و فیلم ها می تواند اثرات آرام بخش برای کودک اتیسم فراهم آورد. به گفته محققان تلفن های هوشمند می تواند به عنوان یک روش درمانی برای کودکان استفاده شود اینجا است که می توان از توان فناوری برای ارائه درمان به کودکان اتیسم استفاده کرد.

رسانه های دیجیتال، محرک های صوتی و تصویری ارائه می دهند که در دنیای واقعی وجود ندارد. اضطراب ناشی از تعامل چهره به چهره برای افراد مبتلا به اختلال اتیسم می تواند بسیار زیاد باشد بنابراین دستگاه های دیجیتالی فرصت تعاملات اجتماعی را برای کودکان اتیسم فراهم می آورد و زمان پردازش را در اختیار این کودکان قرار می دهد این می تواند به کودک اتیسم در تعامل های اجتماعی کمک کند.

استفاده از دستگاه های دیجیتال به کودکان اتیسم کمک می کند تا به صورت مستقل یاد بگیرند. اغلب کودکان مبتلا به اتیسم در کنار دانش آموزانی که مشکلات یادگیری دارند نمی توانند عملکرد مطلوبی داشته باشند. حواس پرتی در کلاس می تواند باعث استرس و اضطراب بچه ها شود در این حالت دستگاه های دیجیتال می تواند به عنوان جایگزینی برای آنها در یک محیط مطلوب عمل کند. با این حال زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال باید توسط والدین تنظیم شود زیرا عواقب منفی دارد.

اثرات منفی دستگاه های دیجیتال

بسیاری از کودکان مبتلا به اتیسم نسبت به محرک ها حساس هستند. دستگاه های دیجیتال تحریکات زیادی ارائه می دهد این می تواند باعث تحریک آنها شود و رفتار آنها را بدتر کند.

ویکتوریا ال دونکلی در مقاله ای درباره روان شناسی امروز اظهار داشت که کودکان مبتلا به اتیسم در برابر اثر دستگاه های دیجیتال آسیب پذیرند از آن جایی که کودکان مبتلا به اتیسم مستعد اختلال خواب هستند دستگاه های دیجیتال روی الگوی خواب آن ها تاثیر دارد. همچنین زمان استفاده بیش از حد از دستگاه های دیجیتال باعث التهاب سیستم عصبی آنها می شود. در همین مقاله آمده است که میدان های الکترومغناطیسی که از دستگاه های ارتباطی ساطع می شود برای کودکان اتیسم مضر است.

کودکان مبتلا به اتیسم در تعاملات اجتماعی مشکل دارند و خود را با کمک چهره و زبان بدن ابراز می کنند. طبق گفته ویکتوریا ال دانکلی صرف زمان زیاد

با دستگاه های دیجیتال مانع پیشرفت آنان در زمینه مهارت های اجتماعی می شود. به گفته وی دستگاه های دیجیتال باعث تاخیر در یادگیری زبان نیز می شود.

علاوه بر این هنگامی که کودک دارای تیک است که مربوط به مشکلات حسی و حرکتی است زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال می تواند مشکلات حسی را تشدید کند همچنین زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال باعث تشدید وسواس فکری و عملی نیز می شود. از آن جایی که کودکان مبتلا به اتیسم مستعد اضطراب اجتماعی و وسواس فکری و عملی هستند تاثیر دستگاه های دیجیتال باعث افزایش وسواس فکری و عملی در آنان می شود.

استفاده بیش از حد از دستگاه های دیجیتال همچنین می تواند باعث کاهش توجه و تمرکز در کودک شود. افسردگی با مدت زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال مرتبط است که موجب مشکلات سلامتی در آنان می شود. مطالب متنوعی به صورت آنلاین وجود دارد که کودکان اتیسم ممکن است در معرض محتوای نامناسب و یا نایمن قرار گیرند.

همچنین مطالعات مختلف نشان داده اند نقایص اجتماعی و رفتاری که به وسیله افراد اتیسم تجربه می شود

سن	مدت زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال
۳ الی ۵	نیم تا یک ساعت
۵ الی ۷	یک الی یک و نیم ساعت
۷ تا ۱۲	یک الی یک و نیم ساعت
۱۲ تا ۱۵	یک و نیم الی دو ساعت
۱۶ سال و بالاتر	دو ساعت

دستگاه های دیجیتالی، از جمله تلفن های هوشمند و تبلت، به بچه های مبتلا به اتیسم کمک می کند تا با جهان آشنا شوند و با آنها ارتباط برقرار کنند. دستگاه های دیجیتال راحتی و یک محیط آشنا را فراهم می کنند که باعث می شود بچه های طیف اتیسم عملکردی آسان داشته باشند این امر آنها را به یادگیرندگان مستقل تبدیل کرده و حواس پرتی هایی را که می تواند باعث اضطراب و استرس شود از بین می برد. شکی نیست که دستگاه های دیجیتال برای کمک به کودکان اتیسم در زندگی روزمره ضروری هستند.

تأثیرات منفی دستگاه های دیجیتال به خوبی مستند است. مسائل مربوط به سلامتی ناشی از افزایش زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال باعث نگرانی می شود بنابراین، استفاده بیش از حد برای این کودکان خوب نیست.

منبع:

www.autismparentingmagazine.ir

مشارکت در فرم های ساختارمند و غیرساختارمند فعالیت های فیزیکی را مشکل می کند. مهارت های حرکتی یکی از فاکتورهایی است که مانع فعالیت های بدنی در کودک اتیسم می شود. با این حال زمان زیاد استفاده از دستگاه های دیجیتال فعالیت های بدنی در کودک اتیسم را کاهش می دهد و همچنین باعث چاقی در کودک می شود.

با توجه به جوانب مثبت و منفی زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال، والدین باید زمانی را که فرزندانشان با دستگاه های دیجیتال می گذرانند تنظیم کنند. تنظیم مقررات برای زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال بسیار مهم است. برای کودکان و نوجوانان مبتلا به ASD، نکات زیر در مورد زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال باید در نظر گرفته شود.

زمان مشخص استفاده از دستگاه های دیجیتال را تعیین کنید و به آن بچسبانید. سه ساعت در روز حداکثر زمان استفاده از دستگاه های دیجیتال است. زمانی را که کودک شما به یک دستگاه دیجیتالی، ترجیحاً در عصر یا قبل از شام دسترسی دارد، تنظیم کنید. اطمینان حاصل کنید که کودک شما حداقل ۳۰ دقیقه قبل از خواب از دستگاه دیجیتالی استفاده نمی کند.

از دستگاه های دیجیتال به عنوان پاداش فعالیت هایی از قبیل نظافت، کارهای خانه یا کارهایی که کودک از آن لذت نمی برد، استفاده کنید. از آن جایی که دنیای دیجیتال پر از کلاهبرداری است، خیلی راحت بچه ها توسط آنها فریب می خورند به همین دلیل والدین باید بر فعالیت آنلاین فرزند خود نظارت کنند. برنامه های نظارت بر تلفن همراه مانند Xnspey گوشی هوشمند کودک شما را رصد می کنند. همچنین می توانید کاربرد برنامه را تعیین کنید.

رمز ورود به حساب هایی که فرزند شما ممکن است استفاده کند را بدانید.

قبل از اتمام زمان کار، یک اخطار ۱۰ دقیقه و پنج دقیقه ای بدهید. برای مدت زمان صرف شده در یک دستگاه دیجیتال از یک تایمر استفاده کنید تا کودک شما از زمان صرف شده و زمان باقی مانده برای زمان صفحه نمایش آگاه باشد.

سن عاملی است برای تعیین مدت زمانی که کودک باید با استفاده از یک دستگاه دیجیتال بگذرانند. در جدول زیر، زمان توصیه شده برای هر سن ارائه گردیده است.

مجموعه کتابهای اتیسم/ نوجوانی/ دروس مهارت های اجتماعی منتشر شد

همه ی کودکان ورود به دوره ی نوجوانی را تجربه می کنند و کودکان مبتلا به اتیسم نیز باید این دوران پرفراز و نشیب را پشت سر بگذرانند، از آنجا که دنیای اجتماعی بسیار پیچیده و

گیج کننده است، آموزش مهارت های اجتماعی برای نوجوانان مبتلا به اتیسم بسیار ضرورت می یابد. و از این رو نیاز است معلمان و والدین شیوه مواجهه با موقعیت های اجتماعی سخت و چالش برانگیز را به این نوجوانان آموزش دهند. مجموعه کتاب های "دروس مهارت های اجتماعی" به عنوان نقشه راهی برای راهنمایی نوجوانان در دنیای اجتماعی مورد استفاده قرار می گیرد و در پنج کتاب جداگانه با موضوعات بهداشت و سلامتی، تعامل، مدیریت رفتار، مقطع متوسطه و مهارت های شغلی منتشر می شود.

