

راه کارهایی برای آموزش کودکان مبتلا به اوتیسم



www.reconnections.net

این اختلال در بیماران اوتیستیک باعث می شود که مغز نتواند در زمینه رفتارهای اجتماعی و مهارت های ارتباطی به درستی عمل کند و مانع او برای یادگیری چگونگی ارتباط و تعامل با دیگران به طور اجتماعی می شود.

اوتیسم را بیشتر می توان یک اختلال عصبی که خودش را در سالهای اولیه کودکی (۳ سال آغازین کودکی) نمایان می کند ، معرفی نمود . این اختلال در بیماران اوتیستیک باعث می شود که مغز نتواند در زمینه رفتارهای اجتماعی و مهارت های ارتباطی به درستی عمل کند و مانع او برای یادگیری چگونگی ارتباط و تعامل با دیگران به طور اجتماعی می شود. پیدا کردن شناخت در مورد کودک اوتیستیک برداشت کودکان اوتیسم از جهان ، با برداشت ما کاملا متفاوت است . بنابراین باید زمان

بیشتر و تلاش روز افزونتر داشته باشیم تا بتوانیم تصویری از چگونگی شخصیت و درک احساسات آنها نسبت به پیرامونشان بسازیم

چگونه شروع کنیم ؟

موثرترین روش برای شناخت کودک اوتیستیک ، این است که مدت زمان کوتاهی را در ابتدای ملاقاتمان با او بگذرانیم و عکس العمل او را در یک موقعیت ملاحظه کنیم . سعی کنید وارد دنیای کودک شوید ، نه اینکه او را وادار به انجام فعالیتی کنید که شما می خواهید . برای چند لحظه سعی کنید بفهمید او از چه چیزی لذت می برد . آنچه که او انجام می دهد ، شما هم تکرار کنید . برای مثال اگر می خواهد با تکه چوب ها جاده یا برج درست کند ، شما هم جاده یا برج درست کنید

جلب کردن توجه کودک

به خاطر داشته باشید شاید او پیام های حسی مشابهی که شما دریافت می کنید را دریافت نکند و به خصوص در مورد انتقال توجهش از یک موضوع به موضوع دیگر مشکل داشته باشد . اگر شما می خواهید توجه او را جلب کنید ، بهتر است قبل از شروع آموزش در مسیر نگاه او قرار بگیرید و بعد نامش را صدا بزنید

بعضی از کودکان اوتیسم ، اگر شخصی ناگهان از پشت سر آنها بیاید یا آنها را صدا کند و از دنیای خودشان خارج سازد وحشت می کنند و عصبانی می شوند . اگر می خواهید توجه کودک را به چیزهای جدیدی جلب کنید به آنها ضربه بزنید و به جای صحبت کردن در مورد آن موضوع به آن اشاره کنید . اطلاعات نوشتاری یا وسایل بصری شاید بهتر از یک عبارت طولانی گفتاری توجه آنان را جلب کند . امتحان کنید تا بفهمید کدام راه جواب می دهد

آیا کودک روی موضوع دیگری تمرکز کرده است ؟

برای بعضی از بچه ها استفاده همزمان از چند حس مشکل است ، بنابراین اگر آنها در حال نگاه کردن به چیزی هستند ، شاید نتوانند کلمه به کلمه به حرف های شما توجه داشته باشند . یکی از بچه ها ظاهرا به مکعب هایی که معلم با آنها در حال شرح دادن یک مساله ریاضی بود ، هیچ توجهی نداشت ، اما هنگامی که معلم برای مدت کوتاهی صحبت خود را متوقف کرد ، کودک خود را حرکت داد تا بتواند دید خوبی به مکعب ها داشته باشد و دوباره هنگامی که معلم شروع به صحبت کرد ، نگاهش را برگرداند

کمک برای تمرکز یافتن

دانش آموز در انتقال توجهش از یک موقعیت به موقعیت دیگر مشکل دارد . شاید او روی چیزهای غیرمعمولی تمرکز پیدا می کند ، مثلا پرتوی از نور خورشید روی کف اتاق یک سری خطوط روی یک تکه کاغذ . اگر چه شما به او کمک می کنید تا روی کارش متمرکز شود ، اما شاید قادر به انجام این کار نباشد . اگر فهمیدید کودک چنین مشکلاتی دارد شاید لازم باشد گوشه دنجی را که نسبتا از آشفتگی ها به دور باشد ، برای او تعیین کنید ، این منطقه می تواند با پرده ها یا یک قفسه کتاب درست شود . شاید این کار فقط برای چند روز نیاز باشد . البته زمانی که می خواهیم تا حد امکان به او شانس برای برقراری ارتباط و برخورد با دیگر بچه ها بدهیم ، باید تنها به او جهت بدهیم و او را از حالت قبلی بیرون آوریم . به هر حال استفاده از این سازگاری ها نباید به عنوان مجازات باشد ، بلکه باید به عنوان یک روش ملموس برای حل مشکل مطرح شود

برنامه ریزی

مثل همه ی ما ، کودکان اوتیسم هم نیاز دارند بدانند که از آنها چه انتظارتی داریم و آنها چه انتظاراتی از ما دارند . بیان کردن قوانین در یک نوشته ، تصویر یا سمبل های دیگر و فراهم آوردن یک برنامه واضح از آنچه در روز اتفاق می افتد و قرار دادن آن روی دیوار یا کارت روی میز دانش آموز می تواند برای کودکی که در مورد پیش بینی رفتار افراد دیگر یا بررسی تغییر رفتار آنها مشکل دارد ، متغیر باشد .

برنامه ریزی می تواند یکی از تاثیر گذارترین روشها برای کمک به کودکان اوتیسم باشد ، البته اگر از آن به عنوان یک روش مداوم و پیوسته استفاده شود . زمان بندی به صورت بصری (استفاده از ساعت ها ، تقویم ها و دیگر توافقی ها برای نشان دادن برنامه) اضطراب کودک را کاهش می دهد . اگر برنامه در حال تغییر است یا متوجه شدید که دانش آموزی با تغییر برنامه عصبانی شده است یا به نظر می رسد که قادر به فهم قانون یک کلاس نیست ، مورد را روی کاغذ بیاورد و به آرامی اطلاعات را با کودک مرور کنید . اغلب کودکان اوتیسم جذب بازی با یک شی می شوند

این کار اغلب اوقات آنها را از وظیفه ای که در حال انجام دادن آن هستند منصرف می کند . اگر این مورد پیش آمد ، از دانش آموز بخواهید کار خود را متوقف کند و یا شی را از او دور کنید ، این کار ممکن است باعث ناراحتی او شود

: این مساله شاید به وسیله مراحلی که در زیر آمده ، قابل حل باشد

به دانش آموز بگویید به چه دلیل از او می خواهید کارش را متوقف کند-۱

یک ساعت برایش رسم کنید که به دانش آموز نشان دهد چه مدت زمان دیگر می تواند وسیله اش-۲ را بدست آورد یا به فعالیت خود ادامه بدهد

ساعت را به او نشان دهید و به او بگویید که چه موقع شی را پس خواهید گرفت یا به فعالیت خود-۳ ادامه دهد . به او نشان دهید الان ساعت چند است ، تا او ببیند چه مقدار زمان باید صبر کند

شی را از دانش آموز بگیرید و آن را در جایی که نتواند ببیند یا به راحتی بدست آورد قرار دهید و -۴ کار را ادامه دهید

به کودک اطمینان بدهید که در زمان اختصاص داده شده ، دانش آموز می تواند شی را پس بگیرد یا-۵ به فعالیتش ادامه دهد . لازم است روی این روش تا زمانی که کودک اطمینان حاصل کند که شما واقعا آنچه را می گوید اجرا خواهید کرد ، پافشاری کنید

روشهایی برای کمک به کودکان اوتیسم

ماساژ دادن قسمتی از بدن کودک که آن را تکان می دهد، می تواند روش موثری برای : ماساژ دادن کمک به متمرکز شدن حواس او باشد . این استراتژی ساده ، اغلب خیلی تاثیر گذار است اگرچه بعضی از کودکان نیاز دارند در مورد لمس شدن آگاهی داشته باشند

خیلی از کودکان در شروع کار با مشکل مواجه می شوند . به کودک اجازه دهید شما را : الگو دهی تماشا کند و چندین بار حرکات را انجام دهید . بعضی اوقات انجام حرکت هم زمان با کودک مفید می

باشد. برای مثال کودکی که قادر نیست از روی صندلی بلند شود، اگر شما کنارش بنشینید و بگویید . (حالا با هم بلند می شویم) و بعد با او بلند شوید ، قادر خواهد بود این کار را انجام دهد

بعضی اوقات در طول یک حرکت نیاز است که چندین بار دست یا : راهنمایی با گرفتن دست ها بازوی کودک را هدایت کنیم . برای مثال ، وقتی کودکی را برای ساختن برجی با وسایل دست ساز تشویق می کنیم ، ابتدا معلم فعالیت را شروع می کند و بعد دست کودک را برای مدتی هدایت می کند ، از آن به بعد کودک قادر است خودش آن را ادامه دهد

برای بعضی از بچه ها ، خواندن یک آواز با یک آهنگ مناسب یا شمردن برای : ریتم و موسیقی شروع و ادامه دادن یک حرکت مفید می باشد. برای مثال اگر کودکان آهنگ مخصوصی را در زمان مناسبی می خوانند ، شما با زدن ضربه با دستانتان روی میز و گفتن ۱،۲،۳ به حرکتشان کمک کنید

بعضی اوقات اندام کودک حرکات ناخواسته ای انجام می دهد ، که او را آشفته : حرکات کنترل نشده می سازد یا از انجام کار او جلوگیری می کند . مثلا مشاهده می کنیم که کودکی بعضی اوقات ضمن انجام کار دست هایش را تکان می دهد. در بعضی موارد او آن قدر درگیر این کار می شود که مانع انجام کارش می شود. ما باید با پایین آوردن دست دیگر به آرامی به او کمک کنیم یا چیزی برای نگه داشتن به او بدهیم . بعضی اوقات می توانیم به کودک یاد بدهیم تا یک دستش را داخل جیبش بگذارد ، ضمن اینکه با دست دیگرش در حال انجام کار است . برای بعضی از بچه ها بعد از اینکه مهارتی را تمرین کرده اند ، تشویق های کلامی می تواند مناسب و کافی باشد

بعد از ورزش های قدرتی فیزیکی ، بعضی از بچه ها قادرند برای مدتی اندام را به : تمرین فیزیکی . طور موثرتری هماهنگ کنند

تفاوت های اجتماعی

اشخاص اوتیسم با قراردادهای اجتماعی مشکل دارند . اما برای ما که قبل از صحبت کردن، بسیاری از این قوانین را یاد گرفته ایم ، مشکلی را بوجود نمی آورد . این قراردادها به این بستگی دارد که ما چه موقع و چطور به مردم نگاه کنیم ، چقدر طول می کشد تا ما جواب سوال را بدهیم ، چطور و چگونه می توانیم آن را قطع کنیم و امثال آنها . در حقیقت هزاران قوانین اجتماعی و رابطه ای در همه جا وجود دارد که ما آنها را به کار می گیریم . برای کودکان اوتیسم این قوانین یک مبارزه پایان ناپذیر است. حسی که آنها در آن زمان دارند، ناتوانی برای پاسخ گویی ، ناتوانی برای متوقف کردن پاسخی که می دهند ، همه و همه دلایلی برای رفتار نامناسب اجتماعی هستند که آنها را بی علاقه نشان می دهد . برای مثال ، دانش آموزی ممکن است توجه کودک دیگری را با موفقیت جلب کند و به او لبخند بزند ولی بعد قادر نباشد با او صحبت کند

آموزش مهارت های اجتماعی

کودکان اوتیسم اغلب مشکلات عدیده ای در برخورد های اجتماعی دارند که بیشتر آنها را بدیهی می دانیم . این کودکان تجربه بسیار متفوتی از دنیا نسبت به افراد دیگر دارند ، بنابراین خیلی تعجب آور نیست که عمل ها و عکس العمل های دیگر افراد اغلب برای آنها به صورت یک راز خودنمایی می کند

وقتی ما در موقعیت های اجتماعی قرار می گیریم ، به شدت به تجربیات خودمان وابسته هستیم برای اینکه تصمیم بگیریم در این موقعیت چگونه عمل کنیم و به دیگران پاسخ دهیم ، این تجربه ی به

اشتراک گذاشته شده ، اساس توانایی احساس ما و درک دیگران است . برای کودکانی که اندام و حواسشان به طور بسیار متفاوتی پاسخ می دهد ، تعجب آور نیست که اغلب به طور نامناسبی عکس این کودکان اغلب در مورد تفاوت های ظریف حالات چهره یا عکس العمل های II العمل نشان دهند. میگنا دست و پا به هنگام صحبت کردن آگاهی ندارند. حرکاتی که باعث می شود ما در عکس العمل هایمان در برخورد با دیگران از آگاهی خوبی برخوردار باشیم . یک ابرو بالا انداختن باعث می شود تا ما عنوان . و موضوع مکالمه را تغییر دهیم

یا یک حالت خشک ، نشانه ای است برای ما تا از کنار شخصی به آرامی دور شویم . عکس العمل افراد اوتیسم اغلب اوقات غیر قابل بررسی یا بی ادبانه به نظر می رسد . به هر حال افراد اوتیسم اغلب برای برقراری ارتباط و برخورد تمایل دارند و عقب نشینی یا فقدان پاسخ از طرف اشخاص آنها را گیج . یا ناراحت می کند

کودک اوتیسم نیاز به آموزش دارد

افراد عادی در مورد چگونگی برخورد با دیگران افراد ، از محیط به طور غیر مستقیم چیزهای زیادی یاد می گیرند . اما برای کودک اوتیسم ، آموزش باید به طور مستقیم باشد تا یاد بگیرد چگونه رفتارهای لازم را انجام دهد. البته کار مشکلی است که ما همه ی ظرایف قوانینی که در دنیای اجتماعی وجود دارد را به آنان یاد بدهیم

به هر حال ما نیاز داریم این قوانین را به صورت واضح و ساده برای او هجی کنیم و اگر نیاز باشد . برای او بنویسیم

به بچه های کوچکتر کمک کنید تا از شرکت در صحبت ها و کارهای دیگران لذت ببرند

بهترین موقع برای این که به بچه ها کمک کنیم تا لذت برقراری ارتباط و دوستی با دیگر افراد را تجربه کنند، زمانی است که آنها بسیار کوچک هستند . برای بعضی از بچه ها تنها راه برقراری ارتباط این است که سعی کنیم به همان کاری که انجام می دهند ، مشغول شویم . مثلاً شما باید کنار آنها خم شوید و برگ های پاییزی را با هم به صدا درآورید، یا یک روبان را بتابانید

به هر حال برای کودکی که به ندرت در مورد وجود دیگران شناخت دارد ، یک نگاه گذرا بهتر از هر پاداشی می تواند باشد . برای این باید دقت کنیم تا با گفتارمان به این کودکان فشار وارد نکنیم و مکان . ساکتی انتخاب کنیم تا حواس آنها بار اضافی بیش از فعالیتی که انجام می دهند، را تحمل نکند

وقتی فرد اوتیسم به یک گروه ملحق می شود ، بهترین کار این است که به او اجازه دهیم تا در یک زمان با یک کودک برخورد داشته باشد . این تماس باید کوتاه و در صورت نیاز ساختار بندی شده باشد

به کودک برای تشخیص و شناسایی احساسش کمک کنید

اغلب اوقات کودکان اوتیسم احساس دیگران را تشخیص نمی دهند یا حتی احساسات خودشان را درک نمی کنند. بعضی از بچه ها در نظم دادن به احساسشان مشکل دارند و عکس العمل مثبت یا منفی یا حتی نمایش احساس متضادی با آنچه که شما انتظار آن را دارید نمی توانند بدهند

برای بچه های بزرگتر از تعدادی فعالیت هایی که به آن ها برای یادگیری و تشخیص احساسشان کمک کند باید استفاده کرد. برای انجام کار می توان از تصاویر و فعالیت های سودمند استفاده کرد. کار در

جلو آینه که معلم با صورت خود شکل های ناراحتی، شادی یا عصبانیت را نشان می دهد و بچه را به انجام چنین بیان هایی تشویق می کند، در کمک به او برای فهم تغییرات در قسمت های مختلف صورت مفید است.

تمرین موقعیت های اجتماعی متداول

برای کودکان تمرین موقعیت های اجتماعی متداول، مانند ملاقات با افراد جدید و پرسش از دیگر بچه ها برای دوستی با آن ها مفید است مانند موارد دیگر، روشهای گفتاری در مورد رفتار با کودک اوتیسم خیلی موثر نیست. بعضی از بچه ها در موقعیت های بازی در یک نقش خوب پاسخ می دهند ویدئو هم ابزار مفیدی برای کودک است تا عملکرد خودش و دیگران را به صورت های دیگری ببیند.

تعریف کردن یک داستانی که برای کودک موقعیتی را توصیف می کند و احساسات شخصیت ها را توضیح می دهد، می تواند کمک مناسبی برای فهمیدن این موضوع باشد که چرا دیگران این گونه عمل می کنند و چه کارهایی مناسب است تا در این موقعیت انجام دهد.

تاکید بر روی آنچه که کودک باید انجام دهد و آنچه که اشتباه انجام داده است

کودکان اوتیسم اغلب به انتقاد حساس هستند در برابر آن خیلی مضطرب می شوند و در چنین مواقعی تمرکز کمتری در کارشان دارند، به همین دلیل به توضیحات شما گوش نخواهند داد. پس سعی کنید مثبت باشید و کودک را در مورد اینکه چه کاری باید انجام دهد راهنمایی کنید و تا حد امکان از انتقاد بپرهیزید.