

حكيّني

دليل التواصل بين الأهل
والولد المتوحد

©٢٠٠٦
الجمعية اللبنانية للأوتيزم - التوحد

حكيني

دليل التواصل بين الأهل و الولد المتوحد

إعداد دة نورة ناصيف إختصاصية في التأهيل النفسي الحركي
لمر حيدر إختصاصية في تقويم النطق

تصميم ورسم زينة خليل
طباعة لميا ناصيف

المقدمة

■ لمن يتوجه هذا الكتيب ؟

للأهل لأن دورهم هو الأساس للأسباب التالية:

- لأنهم الأقرب من ولدهم
- لأن علاقتهم به هي الأقوى والأمتن
- لأنهم يقضون أكثر الأوقات معه

■ أهداف هذا الكتيب

- مساعدتكم كأهل على إقامة أو إعادة إقامة التواصل الكلامي والغير الكلامي مع ولدكم المتوحد عن طريق المعيشة اليومية في العائلة
- إعطائكم النصائح العملية للتواصل مع ولدكم
- تبيان غنى المواقف الحياتية التي يمكن أن تكون منطلق للتواصل مع ولدكم
- تمكينكم من مرافقة ولدكم في حياته اليومية دون أن تتحولوا الى مربين أو معالجين

■ بآية طريقة يقدم هذا الكتيب موضوع التواصل مع الطفل المتوحد ؟

- عن طريق إعطاء إرشادات عامة من خلال التطرق الى بعض نشاطات الحياة اليومية عن طريق تقسيم اليوم الى أوقات (تم اختيار الأوقات الأكثر تكراراً في حياة ولدكم مثل أوقات الأكل، اللبس، الإستحمام، الترفيه واللعب
- هذا الإختيار سيمكنكم من تقريب الإرشادات النظرية للتواصل ووصلها مباشرة بتفاصيل الحياة اليومية عند ولدكم

إرشادات عامة

الإرشادات العامة هي عبارة عن تقنية طبيعية للتواصل مع ولدكم وبالتالي يمكنكم تطبيقها في الحياة اليومية

■ قبل البدء بإعطاء الإرشادات، نوّد تحديد معنى التواصل والتفاعل اللذين يشكلان الموضوعين الأساسيين للكتيب

■ ما هو التواصل ؟

التواصل هو عندما يبعث شخص ما رسالة الى شخص آخر. يبعث هذه الرسالة بطرق عدّة (تعبير الوجه، إشارات، كلمات) ولأسباب عدّة (طلب مساعدة، مشاركة فكرة...)

■ ما هو التفاعل ؟

التفاعل هو عندما نشترك معاً ونتجاوب معاً بعمل ما. التفاعل هو شرط للتواصل. الأولاد الذين يعانون من التوحد لديهم صعوبات بالتفاعل على مستويات مختلفة يكون التفاعل إيجابياً وناجحاً عندما يستجيب ولدكم لمحاولات التقرب منه أو عندما يأخذ المبادرة بنفسه

■ كيف نستطيع تحويل مواقف من الحياة اليومية مادة للتواصل والمشاركة ؟

■ مرحلة التحضير لتواصل فعال

التفسير المسبق لولدكم عن النشاط الذي ستقومون به للحد من المخاوف وردات الفعل القوية

■ خلق روتينية في الاختبارات والتجارب اليومية

إحترام نفس التسلسل العام للنشاط



الإشارة بوضوح عن بداية ونهاية كل نشاط بالطريقة ذاتها (مثلاً التصفيق بالأيدي قبل الأكل، تكرار أغنية معينة وقت ما بعد الحمام) إذا إتبعتم هذه الطريقة تشجعون أو تساعدون ولدكم على أن يكون مرتاحاً في النشاط الذي تقومون به وبالتالي يتجاوب ويتواصل معكم بطريقة إيجابية ومسلية

■ ما هي السبل الفعالة لخلق حالة تواصل مع ولدكم والمحافظة عليها ؟

■ المراقبة والملاحظة

عندما تراقبون ولدكم يمكنكم أن تلاحظوا أسلوبه الخاص في التعبير عن حاجاته ومشاعره، بذلك تتعرفون عليه بطريقة سليمة (ماذا يحب، ما الذي يجذب إنتباهه، ما الذي يزعجه، كيف يعبر...)

■ الإنتظار

بعد فترة المراقبة لا تتسرعوا بردة فعلكم بل أعطوا لولدكم الفرصة والوقت الكافيين ليعبر بأسلوبه الخاص. هذا الأسلوب يمكن أن يكون حسياً أو لفظياً أو كليهما معاً

■ الإستماع ومحاولة الفهم

لفهم ولدكم، من المهم الإستماع الى كل ما يحاول أن يقوله أو أن يعبر عنه بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، لكي تستطيعوا فك رموز رسالته من المستحسن أن لا تتكلموا كل الوقت

■ القيام بردة الفصل

بعد المراقبة، التمهّل، الإستماع ومحاولة فهم تعبير ولدكم، يمكنكم التّدخل للتجاوب معه ومجاراته من خلال مشاركته في إهتماماته

إرشادات عامة

في المرحلة الأولى، يمكنكم **تقليد** ما يقوم به أو ما يعبر عنه ومن ثم خلق حالة **من المناوبة وأخذ الأدوار**. هذه الحالة تسمح بإعطاء كل شخص وقته في التعبير والاتصال
الولد الذي يعاني من التوحد لا يشارك بالتواصل ويأخذ دوره بطريقة عفوية. لذلك يجب استعمال **إشارات حسية (الدل والتأشير)**. يمكنكم أيضاً استعمال طريقة **طرح الأسئلة السليمة** وانتظار الأجوبة لتشجيعه على أخذ صورة
في المرحلة الأخيرة، ننصحكم بأن تكررُوا ما تقولونه وما تفعلونه لتفسحوا الفرصة لولدكم للتعلم
لتمكنكم من الوصول الى هذه الأهداف، يجب أن تكونوا وجهاً لوجه مع ولدكم. انها الوضعية الأفضل لتشجيع التواصل النظري وبناء صلة معه

■ ■ ما هي الوسائل لمساعدة ولدكم على التواصل ؟

في حال عدم استعماله للكلام أو استعمال الكلام بطريقة بدائية يمكنكم استعمال وسائل تعويضية

■ كالصور



■ كالإشارة بالإصبع



■ كالإشارات الحركية والإيمانية



هذه الوسائل تسهل لولدكم عملية التعبير عن الذات وفهم المعلومات وذلك للأسباب التالية:

«المساعدات البصرية تسهل فهم

- الخيارات التي لدى و لديكم
- بعض الأحيان يمكننا إستعمال إشارة الـ "لا" أو الـ "نعم" للتعبير عن بعض الأمور التي يصعب التعبير عنها بطرق أخرى
- ما الذي سيحدث
- يمكننا إظهار سلسلة الأحداث التي سيقوم بها و لديكم
- الماضي والمستقبل
- وضع الصور التي تعبّر عن نشاطات قام بها و لديكم وتم إنجازها داخل علبة مخصصة لذلك
- تكوين مذكرة صور
- اعتماد دفتر تواصل
- أحاسيس و لديكم وأحاسيس الآخرين
- كيفية التصرف بإستقلالية
- كيفية فهم المواقف الصعبة

«المساعدات البصرية تسهل التعبير عن الذات وعن حاجاته

- إنها تساعد و لديكم على التعبير عن إختياراته
- تعطي و لديكم طريقة جديدة للتعبير عن نفسه وعن أحاسيسه

■ كيفية مساعدة و لديكم لفهم الكلام الموجه إليه ؟

- **عدم كثرة الكلام** أي تبسيط الكلام الموجه ل و لديكم
إستعمال جمل صحيحة قصيرة و واضحة 
- **التشديد** على الكلمات الأساسية عن طريق المبالغة والترداد 
- **التمهل** بالمحافظة على إيقاع الكلمات والجمل 
- **إظهار** ما نقوله وجعله ملموساً 
- **التكرار** 

إرشادات عامة

ملاحظة: لا تنسوا أن التواصل يجب أن يكون مسلياً وليس عبثاً على ولدكم وعليكم

من خلال هذه الطريقة حاولت الأم دخول عالم إبنتها، فنهت اهتماماتها وقدراتها، ثم خلقت مواقف معين للفت نظرها وبذلك استغادت من هنا الموقف لمساعدتها على فهم كلمة "حادث"



الأكل تكافؤ الأوقات ترويقة -غذاء-عشاء

كيفية الإستفادة من وقت الأكل لبناء صلة للتفاعل والتواصل مع ولدكم

■ ■ **مرحلة ما قبل الأكل:** تحفيزه بالكلام

● ● مثلًا: دعوة ولدكم للمشاركة بوقت الأكل عن طريق أغنية: "بدنا ناكل جوعانين"

■ ■ **مرحلة الأكل** تتم حسب مستوى ولدكم في التواصل

■ **في المرحلة الأولى نسّمى المأكولات لولدكم ونشير إليها، وعليه الإشارة الى ما يريد**

■ **يمكنكم عرض لائحة المأكولات المؤلفة من ٢ أو ٣ إختيارات على الأكثر. تقديم الإختيارات عن طريق الصور وعلى ولدكم الإشارة الى الصور لإختيار ما يريد البدء به**

■ **تشجيع ولدكم على التواصل بالكلام بإتباع الطرق التالية**

- وضع كمية قليلة من الأكل وعليه طلب المزيد
- تناسي وضع مادة معينة يراها فيمكنه أن يشير إليها أو يطلبها
- إعطاؤه عكس ما طلبه لدفعه على لفت نظرنا والتفاعل بإعادة طلبه والحصول على ما يريد
- تشجيع ولدكم على المشاركة بوقت الأكل عن طريق توزيعه مادة معينة كالخبز
- تشجيع ولدكم على التواصل النظري عن طريق مشاركة متبادلة بالأكل. مثلًا: إعطاؤه قطعة من الحلوى وهو يعطيكم قطعة أخرى عن طريق الطلب بالكلام، الإشارة بالأصبع الى قطعة الحلوى أو بتوجيه النظر اليه ثم الى قطعة الحلوى

الأكل

• الاستفادة من هذا الوقت لمساعدة ولدكم على فهم الكلام بإتباع

الطرق الآتية

تكرار كلمة معينة "بطاطا" بجمل بسيطة ومختلفة مثلاً:

اليوم في **بطاطا** • **بذك بطاطا**؟ • شو طيبة **البطاطا**! • **خلص صحن البطاطا**

• مع وجود أشخاص آخرين حول المائدة تستطيعون الاستفادة من

قدرة التقليد لدى ولدكم وذلك عن طريق إعطاء نموذج ردة فعل

يراه عند الآخرين



مين بدو
بطاطا؟

انا بدو
بطاطا



• يمكنكم تشجيع ولدكم على استعمال الكلام (في حال تمكنه من ذلك)
عن طريق طرح أسئلة و انتظار الجواب
شو طالع على بالك تأكل ؟ (سؤال مفتوح)
أو بدك بطاطا أو رز ؟ (سؤال موجه مع إعطاء خيارات)
أو عن طريق تحفيزه بجملة غير مكتملة مثلاً: **بدك تأكل ... ؟** (وعلى ولدكم
قول بطاطا مثلاً)

• الاستفادة ضمن هذا الوقت من كافة المبادرات التي يقوم بها ولدكم.
مراقبة كل ما يفعله، والتجاوب مع إهتماماته بعد الإنتظار وفهم ما يقوم به
من خلال تفسير نظراته، حركاته الجسدية والإيمائية، الإشارات أو الكلمات
من خلال تفسير نظراته، حركاته الجسدية والإيمائية، الإشارات أو الكلمات
• **مرحلة إنهاء الأكل** عن طريق جملة أو أغنية أو حركة معينة
تكررها كل مرة



- ملاحظة : وضع قائمة صور على البراد تظهر محتوياته كي تفسحوا المجال لولدكم للتعبير عما يريد في الأوقات الغير مخصصة للأكل (الترويقة، الغداء، العشاء)



اللبس


■ ■ مرحلة التحضير للباس

مشاركة ولدكم في التوجه الى غرفة النوم وانتقاء ثيابه من الخزانة أو وضع الثياب على السرير بطريقة منظمة ليتمكن ولدكم من النظر إليهم وأخذ ما يريد



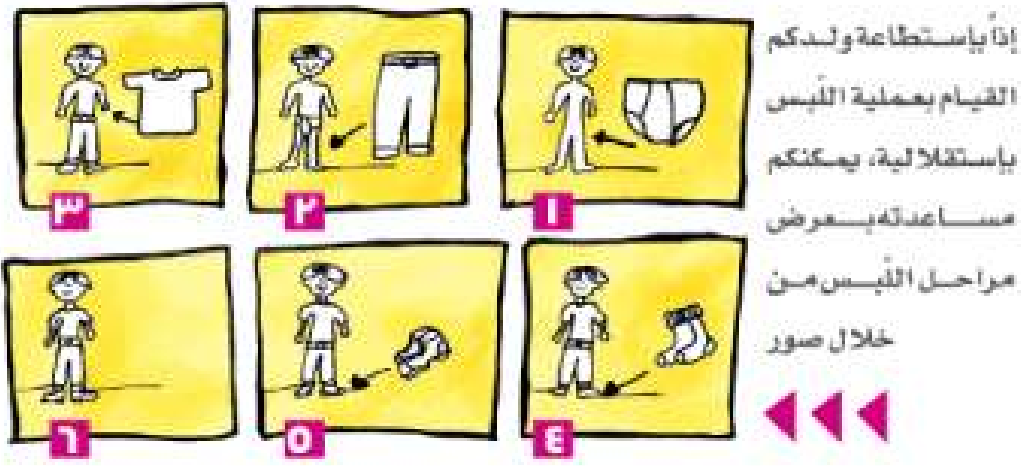
■ ■ مرحلة اللبس

- تحفيز ولدكم على المشاركة في اللبس عن طريق مدّ يده أو رجله، أو توجيه حركته (من قبلنا)
- مرافقة الأفعال التي نقوم بها بالكلمات وحثّه على قول بعضها (إذا كان بإمكانه)
- مثلاً: نمسك الكنزة ونقول كلمة الكنزة، هذا سيدفع ولدكم الى المناوبة بالنظر اليها
- "أعطيني هيدي الإيد" عندها سيوجه يده أو نساعدده على القيام بالحركة، إتباع ذات الطريقة لكي يضع اليد الأخرى والرأس

تحفيز ولدكم لإنهاء لبس كنزته بمفرده بقولكم "تحت، تحت" ولدكم يساعد أو يكمل الحركة المطلوبة لإنهاء اللبس. حينئذ يمكنكم أن تختتموا اللبس بحماس "برافو لبست الكنزة" وتكرار هذه الطريقة  هذا النموذج يبين كيف يمكن التواصل مع ولدكم عن طريق المشاركة، أخذ الأدوار وفهم كلمات متنوعة وجديدة

• إذا لم يتجاوب ولدكم يمكنكم القيام ببعض الحماقات المضحكة لحثه على القيام بردة فعل





مرافقة الصور بإرشادات كلامية ثم الإستغناء عن الصور والإكتفاء بالإرشادات الكلامية مع تطوّر ولديكم
 • ملاحظة: وضع قائمة صور يمكن إرفاقها بالكلمات على الخزانة أو الجوارير تظهر محتوياتها



الإستحمام

■ ■ مرحلة التحضير للإستحمام

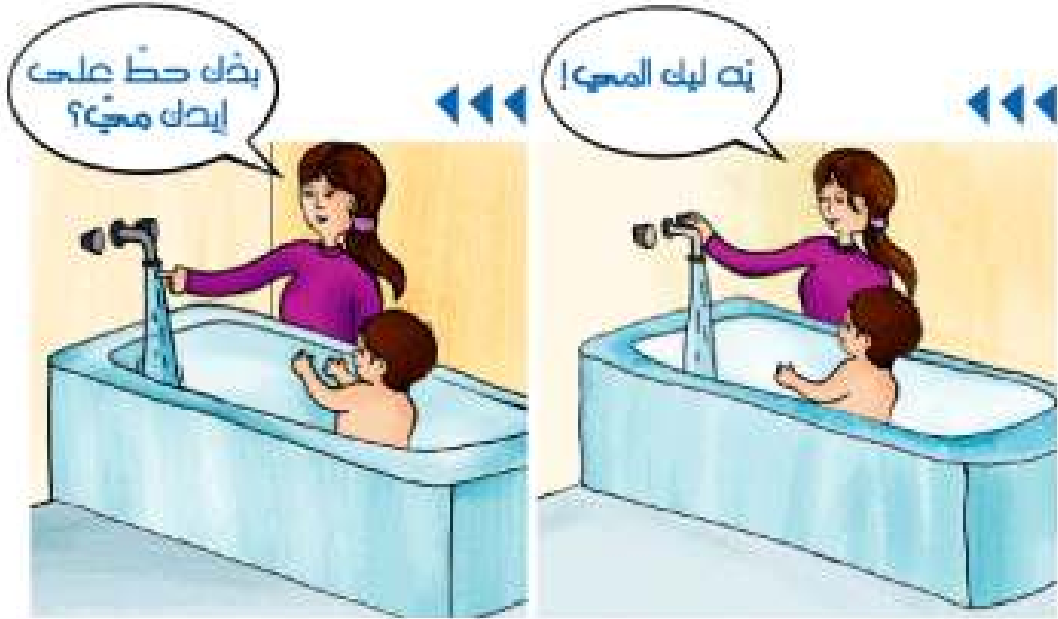
- ● تحفيزه بأغنية، بإشارة أو بكلمات معينة مكررة في كل مر
- مثلا: غلّو، غلّو، الحمام

■ ■ خلال الإستحمام

- الإنتباه الى وضعية جسمكم بالنسبة لولدكم، حاولوا أن تكونوا وجهاً لوجه للحفاظ على التواصل البصري
- التفسير لولدكم عن الإستحمام وذلك عن طريق عرض كل المراحل التي سيمرّ بها من خلال الصور أو الكلام ومشاركته بالتحضير للمواد اللازمة (ليفة، شامبو، منشفة...)
- السماح أو إفساح المجال لولدكم باختبار المواد التي سيستعملها أو ستستعملونها للإستحمام مثل الصابون، الإسفنجة (الليفة)، الشامبو
- تشجيع ولدكم على القيام بالمبادرات كأعطائنا المواد، فتح العلب أو القناني
- مشاركته في استعمال ألعاب مائية كالألعاب التي تطوف، تفرق أو يمكن تعبئتها بالماء
- ليتمكّن ولدكم من المشاركة والتفاعل معكم خلال هذا الوقت عليكم:
 - ● مراقبة وملاحظة ما يجلب إنتباهه ■ محاولة الدخول الى عالمه من خلال تقليده
 - ● الإنضمام الى إهتماماته مثلاً: إذا كان الولد يملأ ويفرغ الماء من وعاء، التعامل مع ذلك وكأنه موجه إلينا
- المشاركة يمكن أن تكون عن طريق إعطائه وعاء آخر بحجم مختلف وحثه على استعماله لإكمال لعبته. يمكن مساعدته على القيام بذلك
- الإستفادة من هذا الوقت لبناء علاقة وثيقة واتصال مع ولدكم. إذا تمكنا من مشاركته في نشاطه نبدأ بخلق مناوئة بالإشارة الى الولد لحنه على أخذ الأدوار مثلاً: <<<



- الاستفادة من هذا الوقت لتوسيع مخزونه اللغوي في مختلف المواضيع مثل أعضاء الجسم، الحواس، المفهوم المكاني
- إختيار بعض من هذه الكلمات في كل مرة (عدم إدخال كمية من الكلمات الجديدة والإكتفاء بكلمة أو كلمتين)
- استعمال هذه الكلمات بجمل بسيطة ومتعددة
- تكرار هذه الجمل ببطء ولكن بطريقة معبرة
- إذا كان بإمكان ولدكم التكلّم، إفساح المجال له بإستعمال هذه الكلمات الجديدة مثلاً: عن طريق البدء بجملته وعلى ولدكم إكمالها



■ ■ إنهاء وقت الإستحمام بنفس الطريقة كل مرة مثلاً: وضع موسيقى
● ● معينة هادئة أو تكرار أغنية معينة



الترفيه

في هذا المحور سنقدم لكم عدّة احتمالات أنشطة لتمضية الوقت مع ولدكم، يمكنكم الاختيار من: **1** ■ الألعاب الاجتماعية

2 ■ الأغاني

3 ■ الكتب

4 ■ الألعاب

1 ■ الألعاب الاجتماعية

- هذه الألعاب تتطلب من ولدكم الإتصال، المشاركة والتفاعل مع الآخر لأنها وسيلة سهلة لمساعدته على أخذ الأدوار إنها منظمة، ممكن تنبؤ وتوقع ما الذي سيحدث بسهولة، تتضمن أحاسيس تريح ولدكم، أفعال، كلمات وأصوات متكررة. إنها مسلية وممتعة
- الألعاب التي يمكنكم تطبيقها مع ولدكم، البقوسة، الغمبضة، الزكزكة، اللقيطة، ركب الحصان (على رجلكم)، التارجح

■ مرحلة التحضير للعبة

- 1 1 تكرار ما نقوله ونفعله
- 2 في بدء النشاط خلاله،
- 3 وفي نهايته



■ مرحلة التمهيد

إعطاء ولدكم الفرصة لأخذ الأدوار ومساعدته على ذلك بالإشارة اليه



■ يمكنكم إستعمال وتأليف الأغاني خصباً لولدكم واحاجاته بإتباع الأهداف الآتية :

- مساعدة ولدكم على الطلب
- مساعدته إستيعاب الروتين اليومي
- مساعدته على طرح الأسئلة أو الجواب عليها والتمرين على إستعمال الكلمات والجمل المهمة
- مساعدته على الترحيب
- مساعدته على فهم بعض الإرشادات البسيطة

مثلاً، غناء على لحن: إذا الضرحة بقلبي Si tu as la joie au cœur

يس إيس البطلون بروح مشوار

يس إيس القميص بروح مشوار

يس إيس تياي بروح مشوار

في هذه الأغنية نحث الولد على إستعمال كلمة مشوار

■ الكتب

هذه الوسيلة هي طريقة أخرى لبناء صلة تواصل مع ولدكم ضمن أوقات ممتعة تشجّع على التفاعل. كما هو الحال في الأغاني عليكم تكرار القصة نفسها عدّة مرات

■ القراءة بالطريقة الصحيحة

■ رواية القصة بطريقة ممتعة ومشوّقة للفت إنتباه ولدكم

■ مجاراة اهتماماته 

■ عدم كثرة الكلام: تبسيط الجمل المكتوبة 

■ التشديد: القراءة بطريقة حيوية ومعبرة 

■ التمهّل 

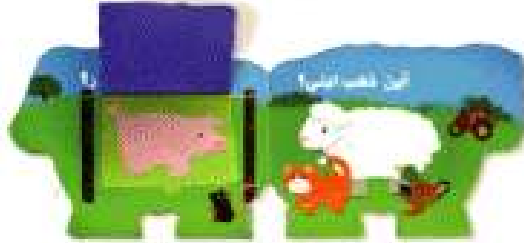
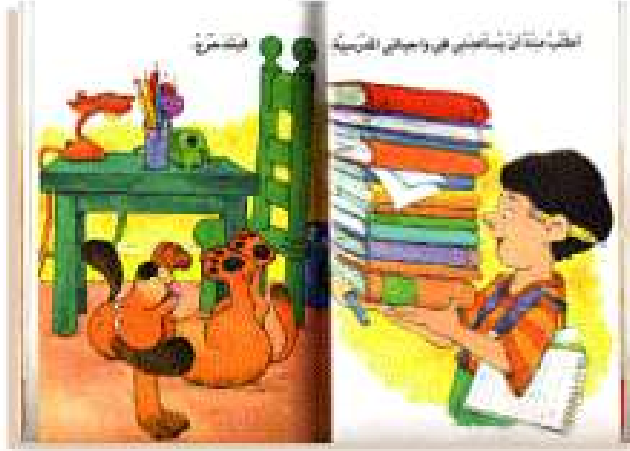
■ الإظهار 

■ التكرار 

الترضية

ننصحكم بإختيار الكتب بالطريقة التالية لتكون مناسبة لولدكم:
كتب طرية، من الكرتون، قصص بسيطة، الكتب التي تسهل الإشارة
إلى الأشياء وتسميتها، التفاعل، التّكهن وتعميم الكلمات التي تعلّمها

ولدكم



■ مرحلة المطالعة

- رواية القصة بطريقة ممتعة ومشوقة للفت إنتباه ولدكم
 - مجاراته بإهتماماته، مثلاً إذا أشار الى تفصيل معين عليكم عدم الإستمرار برواية القصة بالطريقة التي خططتم اليها، بل الإستفادة من مصدر إهتمامه. هذه وسيلة لتتواصلوا معه ولإعطائه معلومات عن ما لفت إهتمامه
 - إذا أراد ولدكم طوي الصفحات فقط، عليكم مشاركته بذلك بأخذ الأدوار، كل واحد يطوي صفحة من الكتاب
 - لإفساح المجال لولدكم للتعبير عن إهتماماته، يجب عدم نسيان المراقبة، التمهّل والتفسير
 - ننصحكم بأن لا تقرأوا الكتاب بطريقة تقليدية، أي بقراءة الجمل المكتوبة بل تكييفها وتبسيطها لتتناسب ومستوى ولدكم اللغوي
- بالإضافة الى ذلك، التشديد على كلمات معينة مع الإشارة الى الصورة المناسبة ليتمكن ولدكم من فهمها وحفظها وبالتالي إستعمالها بطريقة عفوية**



يمكنكم أيضاً
إفساح المجال
لولدكم
بمشاركتكم في
رواية القصة



■ الألعاب

الألعاب هي أسهل وسيلة لبناء صلة تواصل مع ولدكم. عليكم اختيار ألعاب مناسبة لولدكم ويمكنكم الإنتقاء من هذه القائمة:



ألعاب ذات سبب ونتيجة



ألعاب بصرية محيطية



ألعاب تركيبية



ألعاب تبادل



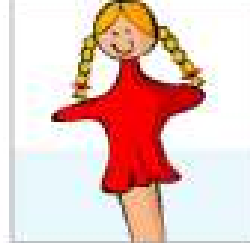
ألعاب مع قواعد



ألعاب نفخ



ألعاب جسدية



ألعاب رمزية

■ مرحلة اللعبة

■ الطلب من ولدكم اختيار لعبة من إثنين أو أكثر. الإختيار يكون عن

طريق إنتقاء لعبة الألعاب أو الصور التي تمثل اللعبة

■ إعطاء اللعبة التي تم إختيارها ومراقبته كمرحلة أولى دون توجيهه

■ بعد الإنتظار قليلاً، تقليده ثم مشاركته في لعبته حسب طريقته مع

■ استعمال المناوبة



الأب يراقب ولده.



انضم الأب إلى لعبته

- إذا ملّ ولدكم من اللعبة، يمكنكم محاولة الإستمرار بها قبل الإنتقال إلى لعبة أخرى
- الإستمرار يكون عن طريق خلق أو عرض أسلوب مختلف وتشجيع ولدكم على إتباعه







◀◀◀
ملّ ولده من اللعبة
فقرّر تغيير مجراها



◀◀◀
يشاركه في الطريقة
الجديدة للعبة

الإستفادة من وقت اللعب لإغناء اللغة عن طريق:

- تبسيط الكلام الموجه لولدكم، إستعمال جمل صحيحة قصيرة وواضحة 
- التأكيد على كلمات أساسية عن طريق المبالغة والترداد 
- التمهّل بالمحافظة على إيقاع الكلمات والجمل 
- الإشارة الى ما نقوله 



■ ●●● إنها اللصة

بطريقة روتينية عن طريق أغنية

مثلا: يلا نضب، يلا نضب، كلنا بدنا نضب

النشاطات خارج المنزل

■ مرحلة التّحضير تمثل أهمّ مرحلة في هذا النشاط

■ إن المتابعة والتّحضير من قبلكم مهمّة لأنها:

■ تخفّف قلق ولدكم من الأماكن الجديدة

■ تخفّف خوفه من الأصوات والمواقف الغير إعتيادية التي سيواجهها

■ تحضّره على توقّع ما يمكن أن يحدث

■ أمّا الطريقة الأفضل للتّحضير والمتابعة يكون عن طريق الصور

والتفسير الكلامي

مثلاً : زيارة طبيب





هكذا سيتمكن والدكم من الدخول عند الطبيب مرتاحاً لأنه تحضر منذ البدء

الفهرس

| | |
|----|----------------------|
| ٣ | المقدمة |
| ٤ | إرشادات عامة |
| ٩ | الأكل |
| ١٣ | اللبس |
| ١٦ | الإستحمام |
| ٢٠ | الترفيه |
| ٢٠ | ■ الألعاب الإجتماعية |
| ٢٢ | ■ الأفانج |
| ٢٣ | ■ الكتب |
| ٢٦ | ■ الألعاب |
| ٣٠ | النشاطات خارج المنزل |

نتمنى أن يرافقكم مضمون
هذا الكتيب في حياتكم اليومية
ويعطيكم وسائل عملية لتكتشفوا
متعة التواصل مع ولدكم





الجمهورية اللبنانية
الجمعية اللبنانية للمعوقين



مشروع حقوق الأهل ذوي الاحتياجات الخاصة والأهل الذين يعانون من التوحد

تنفيذ الجمعية اللبنانية للأوتزم - التوحد
بشراكة جمعية أسدقاء المعوقين، جمعية فيستا وجمعية الزورق

برنامج أفكار

بدعم من الاتحاد الأوروبي
وإدارة مكتب وزير الدولة لشؤون التنمية الإدارية

