



اختراق التوحد

ترجمة كتاب

AUTISM_BREAKTHROUGH

دعاء من القلب :

المرض لا يؤلم المرضى فقط .. بل يؤلم من احبوهم ايضا (اللهم اشفي من
أتعبه مرضه وتأخر شفائه وكثر دأؤه وقل دوائه وأنت سبحانك عونه
وشفائه يا من غمر العباد بفضله وعطائه) أمين ... نسألكم
الدعاء لابننا بالشفاء .. اللهم اشفي مرضانا ومرضى المسلمين بحق محمد
وال محمد

Eman Salam

Chapter 1



My Recovery from Autism – and the Myth of “False” Hope

الفصل الاول : التعافي من التوحد وأسطورة الامل الخاطئة ...

بالطبع انت تحب ابنك اكثر من اي شئ بالعالم

في البدايات المبكرة المبكرة من حياة طفلك ... قبل وقت من تشخيصه ... لابد كانت هناك المئات من الاحلام التي حلمت بها ربما البسيطة منها مثل الاحتضان واللعب ربما بعض الاحلام الاخرى مثل تخطي المدرسة ... يوم زفافه

لكن شخص ابنك بالتوحد

ربما شعرت بان الكثير من الابواب غلقت امام طفلك فجأة .. لان التشخيص سيكون مصاحب له الكثير من المفردات :

ابنك لن يستطيع الكلام ابدا

ابنك لن يكون صداقات ابدا

ابنك لن يتمكن من امساك يدك ابدا

ابنك لن يحظى بوظيفة او يتزوج بالمستقبل

ربما ... ابنك لن يحبك يوما ما

ربما تم اخبارك بالتخلي عن هذه الاحلام وتكون واقعيًا بحسب تشخيص طفلك
بالتأكيد هناك الكثير الكثير من الاهالي الذين سمعوا بأن التوحد هو حالة تبقى لمدى
الحياة

لا أحد يلومك على حالة الحزن والخوف والغضب التي ممكن تشعر بها ... فقد تم
اخبارك بأشياء مهمة ابنك لن يستطيع انجازها

لكن قبل ان تواصل القراءة من المحتم ان تفهم بانه ليس هناك حدود لطفلك

ابنك لديه القدرة للتعلم والتواصل .. لتجربة السعادة الحقيقية .. والتطور والحب
وعمل العلاقات الاعتيادية ...

ابنك او ابنتك سيكون له القدرة على العب والضحك وتعلم الاحتضان او ان تمسك
به

تلك اللحظة التي ينظر بها طفلك بتلقائية مع لحظة فرح وتواصل معك ... كل هذا
الشيء بامكانك الحصول عليه ليس للحظة بل لفترات

هل تصورت بان طفلك بامكانه ركوب الدراجة واللعب او يذهب في رحله ويلعب
مع اطفال اخرين ويستمتع معهم ... او ان يلتحق بالكلية مستقبلا

كل هذا بالامكان الحصول عليه

الاطفال المصابين بالتوحد لهم القدرة الكبيره على التغيير ومن ضمنها ان يشفو تماما

من انا لاخبرك ذلك ... انا شخص كنت هناك ... ليس مثلك بل بمكان ابنك ... انا كنت اعاني من التوحد ... اعرف .. اعرف الموضوع ليش سهل التصديق ... ليس من العادة ان تجد من يقول كنت اعاني من التوحد ... هذا للأسف حقا يشير الى التشاؤم الشديد واليأس المطلق بالنسبه للاشخاص الذين اطلعو على حالات توحد ... هل تعلم ماكانت فرصي للشفاء من المرض %0 نعم كانت صفر ... لاقل لك ماذا حصل

قصتي

عندما كنت طفلا والداي (الكتاب والمعلمين نيل وساماريا ...) راؤا اني اتطور بشكل مختلف عن اخواتي الاكبر مني عمرا .. كنت ابكي بلا انقطاع ... وبشكل فضيع ... عندما كانوا يحملوني تتدلى يدي للأسفل .. قبل ميلادي بعمر سنه .. عانيت من التهاب الاذن الحاد .. والتهاب الحلق .. مصحوبه برد فعل عنيف للمضادات الحيوية .. حياتي باختصار معلقه ... بعد اختبار السمع .. تبين لوالدي باني اصم ... بعد اشهر تبين ازدياد انعزالي ... متعمق في عالمي الخاص توقفت عن الاستجابه لاسمي

توقفت عن الاتصال مع عيون الاخرين

صديت وغفلت عن مشاهدة الاخرين حولي

وظهرت كاني اصم للاصوات التي حولي .. وفتن بالهمس الغير مسموع تقريبا بالغرفه المجاورة

فقدت الاهتمام بكل الناس حولي

ابقى في حالة جماد مع الاشياء ... اهدق بالقلم .. ارسم على الحائط .. حتى على يدي لفترات طويلة

لم ارغب في ان يلمسني او احمل من قبل احد

لم انطق بكلمة واحدة ابدا ... ولم ابكي او اصرخ ولم اعفل اي شي للتعبير عن ما اريد وقفت في حالات خرس تام ... مع حالات تناقض تام اثناء بكائي

ثم حدث شي اخر .. اصبحت مفتتن بعمل الحركات التكرارية .. ادور الصحون على الحواف لساعات على الارض ... مع الركض ذهابا وايابا مع رفرقة يدي امام وجهي كثيرا

كما ساءت ظروف في صارع والدي من اخصائي لاخصائي ... محاولين فهم مشكلتي ... اختبارات وكتابات ومصافحات واختبارات كثيرة ((باعتبار ولادتي 1973 كان التوحد كان قليل وليس شائع مثل الان حالة من كل 5000 طفل ... حسب اخر دراسات مركز السيطرة والوقاية من الامراض

حيث وضع دراسة حول دراسة التوحد شخص بين 50 طفل ... بسرعه تم تشخيصي بالتوحد الشديد .. واعلم والدي بان معدل ذكائي اقل من 30

ماهي حالة الدمار التي ممكن اشعر بها .. هي ليس معتمده على حالة التوحد لدي ... حالة الدمار كانت تاتي من انذار والدي واعلامهم الاشياء التي ان استطيع عملها في حياتي

مثل الاهالي حاليا .. اخبر والدي بان حالتي اكيدة وليس من الممكن ان اتكلم او اتصل باي طريقة مع الاخرين

ولن افضل الناس على الاشياء ابدا .. ولن ابرز من عالمي الوحيد لكون طبيعيا واكثر بعد لن استطيع الذهاب الى الكلية .. احظى بوظيفة او لعب ببيس بول

لن احب او اقود سيارة او اكتب شعر .. قد لا اكون قادرا على الاكل لوحدني .. بالاواني لكن كان هذا حدود احتمالاتي

بحث اهلي عن الحلول ... مع تصاريح قاتمہ .. بحثو عن ضوء في نهاية النفق

.....

وكانو دائما مايحظون بالاحتمالات المخيبة

مرة اخرى ومرارا اخرى ... تسرب لاذني والدي بان التوحد يبقى مدى الحياة ...
الاخصائي شرح ذلك ... عندما كبرت بدأ والدي بالبحث عن مؤسسة للعناية بي ..
ما زلت مذهولا على الخيار الذي اتخذه والدي بما كان بين يديهم لم يصدقو بكل
ما قيل لهم ... لم يتوقفو عن المحاولة ابدا ... على العكس ادارو ظهرهم لكل ما قيل
لهم ... والدي اعتنوا بي وفكرو بالاحتمالات ليس تعريفات بدل الاعتناء بي بخوف
تطلعوا الي بالتساؤل دائما

كما وبدأت خبرتهم بي ... بدأو بصنع البيئة المريحة لي اولا ... التي شعرت
بالامان بها .. لا يضغطو علي . لم يحاولو تغيير تصرفاتي ابدا .. فكرو في فهمي
اولا .. وقفو للتفكير بهذا للحظات .. كم منا فكر بمثل هذه الطريقة ؟ هل من احد ؟؟
الناس تتصرف بالطرق الغير مفهومه للبعض طوال الوقت لمعظمنا الهزه في
ركبتنا جواب لحاولة تغيير سواء كان صديق موظف اهل او اي شخص قريب او
طفل .. متى يبدا الجواب الحقيقي .. بمحاولة البحث الحقيقية للفهم بدون ضغط
لتوصيل الفكرة للشخص المقابل بكل امان وعناية بدون المحاولة لتغييره او تغييرها
... كم من المذهل ان والدي بدوا من هذا الجانب وبهذا الاهتمام

سمعت الاف من الاهلي الذين يروون قصصهم عن اطفالهم ومحاولة علاجهم وقد
اعطو لهم المئات من التصرفات الخاطئة هذا الوصف من كتاب والدي للسن رايز
... المعجزة مستمرة ومؤثرة بي من الداخل :

يداه الصغيره تمسك بالصحن بتفان .. كما كان عينية تقيس نعومة الحواف ... فمه
مبتهج ... هو يرتب جلسته هذه هي اللحظة .. وكانت كانما هي الاخيره مثل
السابقه .. وكانها مدخل للعزلة وكانه هذا عالمه الخاص , ببطيء وببيدين خبيره
وضع الحافة على الارض .. وجلس جلسته المريحة على الارض ... وحرك رسغه
بطريقة معتادة ... بدأ الصحن بالدوار .. متللا لحد الكمال ... معتمد على نفسه
وكانه ميكانيكي وكان كذلك ..ز.....

هذا ليس تصرف فردي او جانب من خيال الطفولة ..

بل هو عمل حذر ورقيق ونشاط منفذ بعناية من قبل طفل صغير ..

يستمر الصحن بالدوار والطفل يراقب بحذر منحنيا باتجاهه بعدها يحاول الطفل ان يقلد هذه الحركة على نفسه .. وتصبح حركة الدور هيه نفسها التي يدور بها ..
عيناها تلمع ... يشير الى انه حي .. حي ...

قبل هذه اللحظة كل الذي فهمناه بان ابننا شخص مميز .. ودائما ما كنا نشير بانه عقله مبارك ... كان دائما سعيدا .. ونادرا ما كان يبكي او حين كان في وضع غير مريح بالنسبة له ...

محتواه دائما بانه يحاول الحصول على السلام ... كان بعمر 17 شهر ... اخذنا التفكير ببعد اخر ..

طفل ياخذ بالدوار حول نفسه ... كاننا محاط بهاله غير مرئية .. لكن غير قابله للاختراق .. مزرية وغير قابله للوصول غريبه ..

سوال ... هل بإمكاننا تقبيل الارض التي لعنها الاخرون !؟

من وجهة نظر توقيرية ... سأل والدي انفسهم ... ما الي يمكنهم فعله للوصول الى عالمي ... الجواب يبدأ بعمل امي قامت به ... ارادت فهمي وبينت لي بانها تقبلني كما انا

هذا معناه اني لست مرغما على التغيير لكي اكون محبوبا ..

لذلك بدأت هي مع تصرفاتي التكرارية وتصرفت التصرفات التوحيديه معي كنت لاقوم بالجلوس والتحطيم ... هي كانت تفعل نفس الشيء ... كنت لادير الصحن وهي كذلك كنت ارفرف بيدي امام وجهي وهي عملت نفس الشيء والدي احتراماني جدا وركزو على ما عرفه فقط ... وليس حول ماانا غريب به عن الاخرين

ساعه بعد ساعه يوم بعد يوم وشهر بعد شهر كانت والدتي تنتظر ... بكل صبر والداي انتظرو

بين فتره واخرى كنت لانضم لهم وكاو يرون بداية مشاركة مني ... لمحت امي وابتسمت لها ... نقرتها باطراف اصابعي ... وهنا بداو بفهمي

هنا فهمو عالمي الخاص تواصلو معي بالاف الطرق ... مرة بعد اخرى ... كنت انا بامان ... وكنت محبوب وكنت مقبول ... شي ما مفاجأ حدث

تواصل بدا بالحدوث وبيبتيء وبحذر بدأت بالخروج من وراء الحجاب من عالمي الخاص بحذر بدأت بالانضمام معهم

امضت والدتي ساعات طوال وهي تحاول فهمي ولعبت معي على الارض واصبحت صديقتي وتطورت علاقتي بهم ... كانت تكافأ كل نظرة كل ابتسامه وكل انجاز ... وتفرح بهم ... وقدرت كل خطوة صغيرة تخطيتها

وبعد ذلك بدأ والدي بعمل برنامج وطريقة حولي ... ساعدوني في زيادة تواصلني الاجتماعي مع الاخرين ,, وشجعوني على اللعب معهم للنظر اليهم للعمل معهم والضحك معهم والامساك بايديهم ... وصنعوا اعمال خاصه حسب مايلائمني كالحيوانات والطائرات في كل محطه كنا ننجز شي باهتمام شديد منهم وبدون ضغط ابدا ودائما بالدعوة ...

هل يمكن تصور كل ماسبق ...

اوصلوني واستمرو بسماعدي دون مقابل

مع ذلك كانوا قد سمعو بانهم اذا ينضمون لي من الممكن ان تسوء حالتي .

عملو معي لمدة 3 سنوات ونصف وشفيت تماما من المرض .

مصدر اون لاين :

[http://www.autismbreakthrough.com/chapter1/.](http://www.autismbreakthrough.com/chapter1/)

Chapter 2



Joining: Entering Your Child's World

Hello! Welcome to the Online Resources for Chapter 2 of my book *Autism Breakthrough: The Groundbreaking Method That Has Helped Families All Over the World*.

You may want to print yourself a copy of the Activity Time! table from the end of this chapter. You might want extra copies, or you might want to fill it out and e-mail a copy to other people on your child's team (or have others do the same). So here it is!

الفصل الثاني : الانضمام _ الدخول الى عالم طفلك

مشكلة التوحد هو ليس خلل بالتصرفات انما هو خلل بالعلاقات ... كل الاطفال يتصرفون بطريقة مختلفة بعضهم عن الاخر

لكن هذه التصرفات هي عباره عن اعراض وليس مسببات ... اذا لاحظنا طفل يخدش بيديه .. ونحاول اجباري ان نوقفه عن فعل ذلك ... ممكن تهدده بطريقه معينه ... ولا ترضيه .. ممكن ان تحاول تلهي الطفل بوضع شي هو يريد (ايس كريم) لوهلة ... في اليد التي يستخدمها للخدش ... وقد تربط يده لغرض ان توقعه!

او ببساطه تفكر ما المسبب للحكة لدى الطفل قد تكون لسعه ... فتستخدم لها الدواء وتحل المشكلة

بدل محاولة اجباره عالتغيير ابحت عن لسبب وراء التصرف ...

كل تصرف يقوم به طفلك هو بمثابة احد الاعراض محاولة القضاء على التصرفات لا وجهك بالمشكلة الصحيحة

فقط يعمل على هدم علاقة الثقة بينك وبين طفلك

الثقة والعلاقة التي تنشأ بينك وبين طفلك هي اهم شي حاليا تساعد في تطور الطفل

لماذا ؟ لان التوحد هو عبارة عن اضطراب العلاقات الاجتماعيه
ما المعنى الحقيقي من ذلك ؟.

المعنى من ذلك ان ابنك يلاقي صعوبة بعمل وانشاء العلاقات مع الاخرين
انا اقول طفل ... بغض النظر عن العمر ... لانه طفلك حتى لو كان بالغ
هناك اسباب معينه وراء ذلك سنتكلم بها لاحقا

لكن الان اعلم بان تقريبا كل مشكلة يعاني منها طفلك تأتي من هذا التحدي
كيف ذلك؟؟

اذا اخذنا حالتين احدهما لطفل بعمر 7 سنوات لا ينطق يعاني من التوحد الشديد
والحالة الاخرى بعمر ستة عشر سنه يعاني من متلازمة اسبرجر ... عل الأرجح
لن تلاحظ مايوجد متشابهه بينهم بالتصرفات ... بالتصرفات هما مختلفان تماما عن
بعض لكن كلاهما يعانيان التوحد ... كلاهما يعاني صعوبة التواصل ..صعوبة
التواصل البصري ... نطق كلمات ... التعامل مع الاخرين ... التعامل مع تحفز او
ارتفاع المستوى الحسي .. والمرونه مع التغييرات في المحيط ... لكن كلاهما
لديهما اهتمامات قوية او كما وصفت من البعض الهوس بالاشياء والعلاقة بها لمدة
طويلة كما وانهما يبديوان غافلين عن المحيط

اليس هذا مثير للاهتمام ؟

ليس لديهما تصرف مشترك لكن هناك الكثير من الاشياء المشتركة ضمنية او
كامنه ...

لذلك بغض النظر عن ما يعانیه او تعانیه من التوحد فهما لديهما نفس نوع من
العجز

هذا بالحقيقة شيء جيد .. ربما لا تراه كذلك لكن هو جيد بالفعل ... فانت هنا تقريبا
تعرق كل التحديات التي يواجهها طفلك من هذه الناحية ... وهذا يعني انه كل مافي
هذا الكتاب هو مصمم لكي تساعد طفلك ليتطور ويتعلم بدل ماتكون ضد طفلك ...
وترابط اكثر مع طفلك بدل ان تنشأ حرب معه

هذا يقودنا الى اهم المفارقات المنطقية .. ان لكي تعالج ابنج ليس بالضرورة ان
تركز على تغيير تصرفاته

الانعكاسات او العكسيات الجماعية:

اولا نريد ان نغير السؤال من ماذا افعل لاساعد طفلي بدل السؤال ماذا افعل لاغير
تصرفات طفلي

يجب ان نسأل ماذا افعل لكي انشيء علاقة ترابط بيني وبين طفلي ... بمجرد سؤالنا
لانفسنا هذا الشيء كل شي يتغير

تحتاج الى التركيز على عمل الافضل لكي ترى من خلال عيني طفلك

لا اسألك ان تكون طبيب نفسي .. بل انني اتحدث عن التصور كل تصرف تراه من
طفلك ماهو شعور طفلك حينما يقوم به

حينما توقف طفلك من ان يكرر شي ... ماذا يكون شعوره؟؟ حينما تاخذه لمتنزه
كله اصوات وضوضاء ويضع يديه على اذنه ماذا يكون شعوره؟ حينما يظهر
طفلك منهك وهو يمزق الاوراق ... حينما يتكلم باستمرار عن الطواحين الهوائية؟
ياترى ماذا يحب بهم...

نريد هنا ان نقوم بعمل كل مايخدم اطفالنا ويقوي علاقتنا معهم هذا معناه انك تريد ان تصبح جزء كبير ومهم وواضح بالنسبة لطفلك يحتاج منك التصرف الكامل مع المشاعر الاخرى ... الفرح الرضى .. الدهشه ... اعني افعل ذلك حقا ...

فكانما انك تذهب لابنك وتقول له ... هيا اريد الانضمام اليك بعالمك

ببساطة هنا حين تنضم لعالمنا سوف تتوقف عن فعل كل ماتحب لتجرب فعل ماتكره اليس هذا مدهش؟؟

الان ... ليس هنالك طفل او بالغ على الارض سياتخذ بهذه الصفة ولكن هذه هي العروضه حاليا

اذا العمل بالانعكاس الكامل بدل ذلك .. بدل التركيز على طفلك وتغييره ... تحول الى طالب في عالم طفلك .. دع طفلك يكون المعلم

بالطبع لديك الكثير والكثير من الاشياء التي تريد تعليمها لطفلك عدد من الفصول القادمة سيساعدك بعمل ذلك حتما ... لكن حينما تذهب للاشياء التي يهتم بها طفلك اولا .. في مالديك لتعرضه له يجب عليك بناء ثقة وتكوين رابط حسب قوانين طفلك ... يجب ان تبني جسر لتصل لعالم طفلك اولا

وثم تاخذ بيديه وتعبرو هذا الجسر معا ... ولهذا فان برنامج سن رايز يأتي بالمبادئ الاتيه:

((الاطفال يروننا طريق الدخول ثم نريهم نحن طريق الخروج))

اذا كيف نفعل ذلك:

كلنا نحب الجزء الثاني من الجملة "" كيف استطيع اخراج طفلي من عالمه ""

اريد طفلي ان ينظر الي ... يتواصل يتعلم اشياء جديدة ... ان يصبح طبيعي

هنا ستكون الخطا الاول الذي يعمل بالعادة .. ليس ببساطة تستطيع نقلهم من عالمهم الى عالمنا ولا تستطيع اجبارهم لكي يتعلمو او يتطورو او يتغيرو وبالطبع لا يمكن اجبارهم على العمل مع الاخرين....

الانضمام :

اذا اردنا ان نري اطفالنا طريق الخروج .. يجب علينا ان نركز على الجزء الاول من الجملة .. هذا يعني بدل الضغط عليهم واجبارهم للتغير بطريقة هم لا يفهمها ... نحن ننضم ... ونعمل ترابط وعلاقة معهم وهي الاساس للتطور والنمو

كانت هذه التقنية الالى هي الانضمام

((ملخص: قلد اللعب مع الطفل بالمكعبات ... برفرة اليد ... حينما يحرك قلم ويظهر الصوت ""اي يي ي
"eeeeeeeeee""

هناك بعض الطرق التي تعارض مبدا الانضمام وتبين ان الانضمام للطفل يزيد مثل هذه التصرفات لدى الطفل ... لم يحدث ابدا طوال خبرتنا ودراستنا بانه تأثر طفل سلبيا حين انضمنا اليه

بالعكس لاحظنا العكس كلما انضممت اكثر الى طفلك كلما قل ان يكرر ومع مرور الوقت نشاهدهم حينما ننضم اليهم يبدأون بالنظر الينا... ينتبهون اكثر ... يضحكون معنا اكثر .. يشاركون اكثر ... ويصبح كلما يكرر تدريجيا .. ويتخلى عنها بعدما كان اسيرا

القياس :

يوضح كيف ان الانضمام مفيد " ... مثال : في حال كنت قد انتهيت من اسبوع منهك وجئت يوم الاجازة واخذت مجموعه من الكتب وجلست تقرأ .. وجاءك صديقك طلب منك ان تذهب معه لمشاهدة الفلم ... تبقى ان مصرا على ان تقرأ ولا تريد الذهاب الى الفلم .. في حال اقترب منك وتحاور معك ويحاول اقناعك بانه يجب الذهاب معه ... تبقى مصرا على ان تبقى مصرا وتقرأ بالكتب الذي تراه

افضل من الذهاب للفلم ... اذا اجبرك واخذ الكتب منك .. لا تبقى بيدك حيلة سوى ان تذهب معه بالاجبار لكن في حال جاءت الاجازة الاخرى ستذهب بالاتجاه الاخر الذي يخلصك من صديقك .. كذلك هو الحال هنا مايعلمه الطفل :

المشكلة هنا .. لا احاول عمل الاشياء صعبه .. احاول ان ابسطها قدر المستطاع .. فعلى العكس اريد المساعدة .. ف صحيا ارى من المناسب ان تجلس مثلا طوال اليوم تحديق وتقرأ الكتب اعتقد هذا جيد بالنسبة لك
المشكلة انت لا تقرأ العقل .. انت لا تعرف الدوافع والاهتمامات .. كل ماتعرفه عن صديقك هو

انه بوجهك دائما

يحاول ايصال نفس الرسالة مرارا وتكرارا وهي توقف عن عمل ماتريد واعمل ما انا اريد

الان للنظر خلسه من خلال اعين الطفل ... اذا لديه توحد شيئان مهمان هنا :
اولا : صعوبة تفسير ومنطقية للمدخلات الحسية .. بمعنى انه يرى " يسمع " يشم " يتذوق " بطريقه مختلفه عنا عندما يسمع شيء لوهلة يسمعه اعلى او انعم هو ببساطه مختلف عن ما نسمعه

اذا توقفت للحظه بصمت لسماع الاصوات في وسط ضوضاء .. ستسمع الكثير من الاصوات سيارات .. رياح .. اجهزة التهوية والتبريد ... تلفاز .. محادثات بين اشخاص .. ربما لم تكن لتلاحظ هذا قبل .. هذا مايجب ان تشعر به في هذا الحال كأنما الاذن مقصوفة بسير هائل من النغمات والاصوات ففي الحالات الطبيعية يقوم الدماغ يترجمة الاصوات ذات الصلة او العلاقة .. واخذ المهمه فقط منها

كان يكون صوت صديقك او صديقتك .. على الاقل ممكن ان نسمي هذا مهم لانه موجود بمعظم الوقت

مع الطفل كل الاصوات تاتي بنفس الطريقة ... لا تعمل بالضبط نفس هذه الطريقة لكن هذا قصي وصف لحالة الطفل ... تمكنا من الوصول اليه الان ... لذلك حينما نقول له اسمع ... انصت ,, ركز ... على ماذا يركز من بين 25 صوت اخر!؟؟!

هذا هو حال الطفل يدخل يوم ويخرج يوم ... تعرف كيف انت تشعر بعد ان امضيت يوم كامل بالمطار (متعب .. ومرهق .. مجرد تريد ان تخرج)

فطفلك ينهض .. يغتسل .. ياكل ويعود للنوم في منتصف هذا اليوم في المطار (تشبيه لضوضاء الاصوات) حتى لو كانت هذه غرفة المعيشة لديكم هي تشبه ضوضاء المطار بالنسبة لطفلك

هذا هو لماذا نبذل جهد لنرى من خلال اعين طفلك هو مهم جدا

لربما لديك الطفل الذي يحب خلع ملابسه والركض عاري ... لربما بمجرد دخوله المنزل يخلع كل ملابسه ... ربما تسأل نفسك لماذا ابني يسيء التصرف؟؟

على الأرجح هو يعلم بانه يجب ان يبقي ملابسه عليه .. لكن ماذا يفعل اذا كانت الملابس عليه اشبه بورق الزجاج (الصنفرة - يستخدم حك الزجاج)

الطفل يحاول خلع الملابس ليشعر بالراحة فقط

حينما كنت صغيرا .. كنت ارى واسمع الاشياء بطريقة مختلفة جدا .. خضعت لاختبارات السمع .. وكانو قد راقبو رد فعلي من عيوني من بشرتي بنفس الوقت كنت اقلد او احاكي اغنية تظهر على تلفاز موضوع على مسافه بعيدة

استطيع تذكر الاشياء بانها كانت مختلفة في مرحلة ما ... بعد اكمال فترة علاجي بسنتين للحظات وفي بعض الاحيان حينما انظر الى وجوه الاشخاص .. يتبين لي باني كنت ارى الاشخاص من منظار مختلف .. كانما من نهاية عيني ...

يظهر لي الوجه كأنه بعيد وفي نهاية نفق ... يبدو غريبا اليك ... اهلا بك الى عالم الطفل

ثانيا : المشكلة الاخرى يكون لديه صعوبة في استقبال الانماط المختلفة ... هذا يعني ان هناك اشياء تحدث تكون منطقية ومفهومة لنا ... لكن تكون عشوائية وغريبه بالنسبه لطفلك

لذلك نرى الطفل دائما يبحث عن المتشابهات والروتين

عندما اجلس واقول (مرحبا) واقدم يدي ببساطة انت تفهم اني اريد ان القي التحية ليس بالضرورة ان يكون طفلك على معرفة بما هو العمل ... الاسوء ان الكل يظن بان الطفل بإمكانه معرفة ذلك .. ومن المزعج بان الطفل لا يعرف.

طفلك يعيش في عالم غير مفهوم .. مربك ... هائج .. مضطرب ...

اي منا يتعرض لمثل هذا التحدي سيتصرف بنفس الطريقة التي يتصرف بها اطفالنا

كنا قد مررنا بمثل هذا الظرف كأن نكون ببلد اجنبي بثقافة مختلفة وبتقاليد مختلفة بهذا الحال لا يمكنني اطاعة امور اجهلها ... ونبدأ بالبحث عن المتشابهات ... والسيطرة

كما هو الحال بالوظيفة الجديدة .. الانتقال الى مكان اخر ..

هذا هو الحال ... بالحقيقة الطفل يكون ذكي جدا وبارع بحيث يتقبل التحديين معا .. ان يكرر

كيف يحدث ذلك

اولا حين يكرر يكون تأثيره اقل من حالة الضغط التحسسي التي يعاني منها والتي يواجهه كل دقيقة يوميا

ثانيا : عمل الاشياء نفسها معه مره بعد اخرى بطريقة هو مسيطر عليها .. طفلك يكون يحاول ان يصنع جزيرة يحتملها في محيط العشوائية .. لذلك نلاحظ ان الطفل يوظف الشيبين بتصرف واحد ..

هو اذكى شي ممكن ان يفعله .. ليوظف مايحصل له .. في الواقع طفلك لا يتصرف بحالة غير طبيعيه بل هو طبيعي جدا في مواجهة الظرف الغير طبيعي الذي يعانيه

الرجوع الى المثال :

نفرض انت جالس في منتزه تقرأ كتابك المفضل ... وفجأة اجلس انا وانا اقرأ نفس الكتاب الذي هو من كتابك المفضل ... لا اقول شي وانا مشغول بقراءة كتابي بعد دقائق .. تلتفت لي ... وانت متفاجا باننا نقرأ نفس الكتاب لكاتبك المفضل ... تحاول الرجوع لكتابك للقراءة لكن تبقى تفكر .. كيف من الجميل ان نقرا نفس الكتاب بعد مدة وجيزه لا تحتمل سوف تسأل رأيي بالكتاب تلمس ذراعي محاولا تنبيهي وتسأل ما الدافع وراء قرائتي للكتاب .. انا اجيبك بلهفه ... وسنغرق بمحادثة بالكتب المفضلة واسباب حبنا لها

بعد ذلك سانهي المحادثة واذهب ... بتكرار الحال يوما بعد يوم .. نقرا قليلا ,, نتناقش قليلا بعد ذلك نبحث في اشياء اخرى مثلا هذا الكتاب يعرض كفلم فلنذهب لمشاهدته معا ... هل ترى ماذا حدث هنا ... السيناريو الاول الذي ذكرته سابقا حين اجبرك واخذ منك الكتاب ان تترك ماتحب وتفعل ما احب ... لا يصنع الثقة.

بالسيناريو الجديد ... امضيينا وقت لننشئء العلاقة ذات المعنى الحقيقي ... ما هو اكثر من ذلك ممكن ان نبنيه حين نجد ما هو مشترك بيننا

هذا مهم جدا في برنامج سن رايز الذي له الريادة (الرائد) في هذه الفكره للتعامل مع التوحد ... يبني العلاقة على اساس المشتركات ...

What in common

يذكر امثله ملخصها :

حين يفعل الطفل تصرف تكرراري ويستمر لساعات بالتاكيد هناك غرض لذلك ...
المشكلة من الصعب علينا ان نعرف الفائدة لاطفالنا من هذه التصرفات ونحن نحاول
ان نطبع تصرفاتهم ...

هذا هو فائدة الانضمام .. فهو نافذه للدخول لعالم الطفل وتعطينا فرصة لفهم
تصرفات اطفالنا ..

Mirror neurons الخلايا العصبية المرآة

تزايدت دراسة اطباء الاعصاب واندھشو بدراسة الخلايا العصبية العاكسة المرآة
... الكتاب (مرايا في الدماغ) يعطي تصور بان هناك صفوف خاصة للخلايا
العصبية في دماغ كل شخص ... ومن بين اشياء اخرى وهي تساعد في التعرف
والتعلم والتطور والتواصل مع الاخرين

تعمل هذه الخلايا حين نرى وفي بعض الاوقات حين نسمع حول نشاط معين يقوم
به اخرون .. احد الامثلة حين نبكي على فلم في بعض الاحيان هذا معناه بان الخلايا
العاكسة قد تفعلت وجلعلت الشخص يتخيل مكانه مكان الشخصية في الفلم

لطفل التوحد يعاني الصعوبة في تفعيل هذه الخلايا .. حين لا تعمل يفقد الاهتمام
بالاخرين ... لكن حين يدعم الشخص باشياء اجتماعية والنظر لاعين الاشخاص
الاخرين ... سوف تعرف ماذا تبحث مع الاخرين وتتعلم مع الاخرين وهكذا يبدو
مألوفاً

احزر

بمجرد ان الطفل ينضم اليك اشارة الى عمل هذه الخلايا ... في كاتب

Mirroring people

يشرح الظاهرة جيدا ويشرح عن عملها كثيرا

لذلك اذا اردنا ان نساعد خلايا الدماغ لطفلنا يجب علينا ان ننظر للمبدئ الاول
لبرنامج سن رايز ... وهذه اول درجة او اول خطوة لعبور هذا الجسر من
عالمنا الى عالم اطفالنا.

متى ننضم؟؟؟ من المهم ان تعرف متى تنضم لطفلك ... ليس بكل وقت

التوحيد The Ism ...

في الحقيقة انت تنضم حين يفعل ابنك تصرف معين

هذا التصرف هو يحمل صفتين

مكرر

وخاص بمعنى خاص بالطفل نفسه ...

ونلاحظ ان الطفل لا يهتم بمن قربه ولا يريد غيره بالمشاركة ...

ففي هذه الحال حين يتصرف طفلك كذلك يكون غر قابل للاستجابة لاي سؤال او
قول

وكانما الطفل قد صنع نادي خاص به وهو العضو الوحيد فيه

الفكرة كيف لك ان تدخل ضمنه

بمجرد ملاحظتك لمثل هذه التصرفات يتطلب منك التدخل فورا

كيف انضم للطفل :

الانضمام ليس بشي معقد هو مجرد دخول الطفل من التصرفات التكرارية والمميزة التي يقوم بها

تصرفك الذي تقوم به اثناء التكرار مهم جدا

الطفل يشعر بك اذا كنت تحب فعلا الانضمام له

انت تفكر كثيرا هل طفلي يشعر بمقدار حبي له ... واهتمامي

بامكانك ان تشعره بذلك فحين تنضم انضم وانت تحب ان تفعل ذلك لكي يشعر بحبك له

طفلك ذكي ويعرف تمام حتى ضربات قلبك وانت متعب منه او انت تحب ان تنضم اليه

لذلك حان الوقت لكي تفعل الصواب

توقف حاليا عن التفكير بالمستقبل لكي تتوقف عن الضغط على طفلك يجب عليك ان تتخلى عن فكرة الضغط على الطفل ليتغير ... تذكر طفلك يفعل ما يفعله لانه اكثر شي يساعده حاليا

ركز على ايجاد سبب حب طفلك لهذه الطريقة ... اصبح ملهما بعالم طفلك وحب طفلك كما هو

اذا رفر فطفلك بيديه ... اجلس معه ورفرف بيديك وكأنه ليس هناك غدا

وكلما انضممت اكثر له كلما اصبح طفلك مهتما بك اكثر

اذا فعل طفلك ما هو اكثر تعقيدا من هذا

اذا صنع برج معقد . يكرر جمل من فلم معين ... او اللعب بلعبة بتكرار معين

انظر الى ما يقوم به طفلك ... اصبح مولعا بذلك وادخل اليه وافعل نفس الشيء

ملاحظه : اذا نظر طفلك اليك وانت تقلده .. حاول ان تبتسم بوجهه او ان تشكره

وارجع لما انت مضم به معه واستمر

ما لا يجب عمله :

1 - لا تحرق بطفلك ولا تنتظر له كل ثانيتين ... انضم واعمل نفس عمله تذكر انت

لا تحاول اثبات انك مقلد ... انت تتدخل لعمل نشاط طفلك يحب القيام به

2- لا تقترب كثيرا من وجه طفلك : هذا ما يزيد الرفره .. دائما اعطيه مجالا خاصا

به لكن كن بمستواه

3- لا تأخذ اغراض طفلك اذا كان مرتب سياراته بطريقه خطيه لا تاخذ من هذه

السيارات .. حاول ان تستخدم من نفس النوع لكن ليس سيارات طفلك المرتبه على

طريقته

4- اهم شي لا تحاول ان تغير طفلك وتصرفاته باي طريقه

هذا اكبر خطأ يعمله الناس حين يحاولون تغيير تصرفه .. طفلك ذكي ... اذا حاولت

ان تستخدم من انضمامك وسيله لتغييره سيعرف ذلك بسرعه لذلك لا تفعل ... لا

حاول ان تقول له انظر الي و انت منضم اليه ..

الانضمام ليس حيله على طفلك ... بل وسيله لتفهيمه ولتعبير عن حبك له

متى ما اصبح طفلك واثق منك تماما ... ويشعر معك بالامان بامكانك ان تفعل معه

اشياء اخرى

كما سيأتي في الفصل القادم

هناك استثناءات في ما تنضمون اليه مع الطفل ... كان تكول اللعب امام ترافك او فتح باب السيارة .. اوقف طفلك اولا وتذكر السلامه اولا وقبل كل شي

وقت التمرين :

سننظر نظرة بسيطة للجدول ادناه .. كل ما ستفعله هو ان تجد خمس تصرفات مختلفه (ازم) (وهي التصرفات التكرارية) التي يعملها طفلك او طفلاتك والتي لم تنضم لطفلك بها .. وليس عليك ان تملي هذه التصرفات بجلسة واحدة .. خذ وقتك بأمكانك املاء اول او ثاني تصرف امامك ... ثم عد للجدول لاحقا .. المهم ان تبقي عنك على حركات طفلك وتنضم اليه تماما كما شرحنا سابقا ...

ACTIVITY TIME!

This is going to be super simple. Take a look at Table 1. All you are going to do is find five different behaviors—isms—that your child does that you haven't previously joined in with that you now will.

You don't have to fill out all five isms in one sitting. Take your time. You can fill out the first one or two that come to you, then come back to this table a day later, once you've noticed another ism.

The most important thing is to keep your eyes peeled for isms—and then to join your child in exactly the way we've discussed.

Ism	How you've been responding	What you will do now to join
1)		
2)		
3)		
4)		
5)		

Table 1

نقاط البدء : بأي وقت تلاحظ ان
أبنك بدء بعمل التصرفات
التكرارية (ازم) انضم اليه والى
ما يفعله وافعل هذا الشيء بفرحة
وارتبط حقا بالفعالليه وتذكر اعطاء
بعض الحرية لطفلك بالموقع
والمكان بحيث يكون من السهل
عليه ان يلحمك بالنظر .

Chapter 3



Motivation: The Engine of Your Child's Growth

الفصل الثالث :

التحفيز : المحرك لنمو طفلك

هل تريد ان تتعلم المفتاح لتعليم طفلك فعاليات جديدة
اذا كان الانضمام لطفلك هو اليد اليمنى لبرنامج سن رايز فالتحفيز هو اليد اليسرى
له تريد ان تنضم لطفلك لكي تنقله لمكان بإمكانه التعلم والتطور
قبل ان نعوص في جانب لتحفيز من المهم ان نتكلم على المشاكل والمزلق التي
تأتي من الجانب الحواري التي تعلم للطفل
مشكلة التوقيت

Timing problem

اكبر خطأ ان نحاول تعليم الطفل او تحديه وهو في الحالة غير المناسبة لذلك
لاستقبال معلومات جديدة

ان طفلك لو للحظه كمر تصرف معين ولم يتواصل معك بصريا ولا يتجاوب حينما تكلمه او تناديه هنا يعطيك الضوء الاحمر سنراه في الفصل 12

حينما تحاول الكلام مع طفلك وهو يعطيك الضوء الاحمر ... فانت تقود والاشارة حمراء

لربما تفكر في الوصول سريعا لكن اغلب الاحيان النتيجة مختلفه تماما

كذلك الحال اذا حاولت تعليم الطفل وهو يعطيك الضوء الاحمر وانت تتصور انك سوف تعلمه بسرعه ... النتيجة هنا عكسية

من القاسي ان تنتظر الى ان يكون طفلك جاهز للتعليم والتحدي .. ونسمي هذه الحالة الضوء الاخضر ...

اذا طفلك لا يعمل تصرفات تكرارية وينظر اليك ويستجيب لك هذا تقريبا ما يسمى بالضوء الاخضر

هذا هو الوقت المناسب لتعليمه وتدريبه سوف تحظى باكثر من هذا اذا انضمت بترتيب الى طفلك

حينما نتحدى الطفل في الوقت الصحيح سرعة التعلم وقوة التواصل تتسارع بشكل كبير

لا يمكنك ان تصدق كم هو من المفيد ان تتبع جدول طفلك اكثر عن جدول غيرك او جدول اي احد اخر

التحفيز عامل مهم جدا في نمو طفلك ... متى ماتم تحفيزه التعلم سيكون سريعا ...
عدم توافق التحفيز

دائماً التحفيز في التعليم في الجانب الذي يفضله الطفل دائماً
مثلا لو ان طفله طلب منها التعلم للحساب من 1 الى 5 باشكال دوائر سوداء ..
وهذه الطفله تحب الديناصورات ...
ليس من الاسهل والاسرع لو اعطيت ديناصورات بدل الدوائر للتعلم !

حينما نتحدث عن المبدأ الاساسي من استخدام تحفيز الطفل الجوهرى او الفعلي ..
ما معنى هذا ... تخصيص الاظهار للمنهج (اي شئ انت تفعله لطفلك ليتعلم او
يعمل) ليتماشى مع متطلبات طفلك الاساسية

مطبات مبدأ المكافأة

Pitfalls of the reward principle

هذه طريقة تقليدية يستخدمها المعلمون اطباء النفس ...
دائماً نكافأ الطفل ب حلوى
من المهم معرفة هذا المبدأ مستخدم وبكثرة حينما يأتي الحال لاطفالنا
استخدم مبدأ المكافأة للتوضيح والتبسيط
كل الاشخاص يحبون المكافأة .. ومن المذهل ما يستطيع ان يعملها الاطفال بالمقابل

Detrimental dessert

الحلوى الضارة

يتكلم عن مبدأ تحفيز الطفل على اكل ما لا يرغبه مثلا باغرائه بالحلوى مثلا ...
انا لا اربغ في اكل البروكلي عادة لكن اذا اغريتنني باني اذا اكلت صحن البروكلي
تعطيني بعده ايس كريم مغطى بالشكولا ساكله بدون تردد

ماذا يحدث اذا ليس لديك شكولاة (بالمعنى)

هل عرض الاكلات الصحية يجعلني مهووس بها ؟ او اكره كل صحن يوضع
امامي .
بالطبع لا

لناخذ نظرة اقرب للموضوع :

لو قلت للطفل : لو قمت بهذا الشي الغير مريح والمزعج بالنسبة لك .. ساكافاك
مكافاة مجزية

في الواقع السبيل الوحيد لعمل ذلك هو بالمكافاة

لكن معضمنا تربينا على اسلوب الاقناع لاكل الطعام الصحي والخضروات
كلنا تربينا على مبدأ المكافاة ... دائما ماكان يقال لنا .. اذا اكلنا صحن من هذه
الخضروات سيصبح بمقدارنا تناول هذه الحلوى

بالطبع اكلنا الخضروات لاننا كنا مرغمين على ذلك ... لكن في اغلب الحالات رأينا اشياء صحية ... كانها فضيحة

مجبرين عليها لاجل الحصول على السم المحلى الذي نسمي الحلوى
في الواقع تناول الحلوى يجلب مبدأ المكافأة بعد اكل الوجبه
من الذي نحتاج لمكافأته
لماذا ليست الوجبة كافية ..

اذا راينا بان الوجبه هي بطعم لذيذ ومرضي بالنسبة لمقياس الصح لدينا فهذا يكفي
هذا هو بالضبط ما يؤخذ بنظر الاعتبار لدى الاطفال هنا ... لكنهم يستخدمونه مع كل
شيء

لا شيء هو كبير او قليل على المكافأة ... وكلما كانت رغبة اطفالنا اقل بعمل
الاشياء كلما زاد حجم المكافأة لهم

هذا هو المغزى من كل هذا التنظيم

حيث انهم سيكبرون ليكر هو عمل اشياء جهدنا لكي نجعلهم يعملوها ..
بالطبع سيعملوها بين وقت واخر لكن ... لكن الان هم يعملوها فقط لاجل المكافأة
هذه هي مشكلة خاصة لمجموعة اطفالنا المميزين بالواقع ان نقول لهم : لنعمل
هذه الاشياء المزعة التفاعل البشري الرجعي الروتيني لكي نفعل بعد ذلك الاشياء
الجيدة

هذه هي البطاقة الوحيدة لكي يخرج اطفالنا

إذا كنت والد أو ام ل أحد البنات المراهقات ... انت لا تعرض عليها مكافأة لكي تتحدث مع صديقاتها على الهاتف .. لربما تكافأها حين تترك الاتصال بصديقاتها

لماذا

لانه هي حين تترك الاتصال الهاتفي فهو الطريق للتواصل الاجتماعي ..

Human interaction

Socialization interpersonal relating

هذا هو ما نريد أطفالنا عمله !.

Robotic behavior

السلوك الآلي

احدى اكثر الشكاوي التي اسمعها من الاهل بان اطفالهم يتصرفون تصرفات وان كانت مفيدة الا انها اشبه بما تكون اليه .. مثلا ان يصافح او ان يحل احجية او ان يقول كيف حالك , بدون عفوية او متعة ظاهرة

بالواقع الكثير من الاهالي قد قيل لهم بان هذه التصرفات هي مفتاح اعراض التوحد والكثير من اطفال التوحد يظهرون بهذا الشكل ...

بحسب خبرتنا التصرف الالي خالي من المتعة او التلقائية .. ولكنه ليس اعراض توحد

وهو احد الاعراض التي تاتي من طريقة تعليمنا للطفل ...

في الحقيقة هو احد الاعراض الواسعه الانتشار نتيجة للاستخدام المفرط لمبدأ المكافأة

معظم اطفال التوحد ليس لديهم هذا التصرف الاشبه بالالي

وهو ليس سبب لوجود برنامج سن رايز
والتحفيز ليس مبدأ الشفاء التام هنا
لكن احد اهم الاشياء التي لا يعملها هو التصرفات الالية

محورية الالتزام :

Compliance centric

كمثال على هذه الحالة

في يوم من الايام استوقفه احد الفيديوات المصورة لاحد الاطفال الذين كانوا فرحين
بتعليمه كيفية لبس معطفه ...

حينما كال يقال له البس المعطف يلبسه .. يكافأ بقطع حلوى ايمانيمز

الذي استوقفني في هذا المقطع اننا نعلم الطفل .. كيف يلبس لكن لا نعلمه ادراك
سبب لبس المعطف

بمعنى اذا تعلم حينما نأمره يلبس ويخلع المعطف سيتطلب وجود شخص يرشده متى
يجب لبس المعطف وخلعه او متى يجب لبس الحذاء وخلعه

الطفل بحاجة للتعلم ادراك سبب عمل ما يجب عمله .. وذلك يأتي من خلال المتعه
بعمل الشيء

في حال تعليم الطفل التكرار للفعاليات .. وليس خطأ مكافاته عليها
هذه هي لا تستطيع خلق التحفيز للطفل ... المتعه والادراك والتعلم والرغبة

اهم التأثيرات الجانبية من مبدأ المكافأه :

-التصرفات التكرارية

-ان يكره الطفل عمل ما يطلب منه

-لن يتعلم المهارة حقا ... يتبع التعليمات فقط ...

استخدام مبدأ التحفيز.

اذا كان التحفيز لا يعمل بمبدأ المكافأة اذن كيف ذلك؟؟

هو احدى التقنيات الاخرى لبرنامج سن رايز ... وليس فقط مختلفه هي تماما العكس ... اذا اردنا ان نستخدمها علينا ان نقلب كل شيء

اول نقطة للبدء ابحث باهتمامات طفلي اولا ماذا يحب ان يعمل :

هل يحب شخصيات ديزني .. الطيارات .. العاب يدوية ... الخيال العلمي ...
العاب الركض والمطاردة ... ستركز على هذه اولا

تحتاج الى ان تكتبها بورقة

ستسائل كيف اعرف ذلك؟

كل ما عليك هو ملاحظة طفلك

ماذا يفعل ... الى ماذا تنجذب .. هل هناك مايجعلها تستمتع عند مراقبتك لعمل ما ؟

ستكون لك الرغبة في كتابة بعض الامور على الارجح

اهدافك ... ماتحب ان يفعله طفلك ... ان يتكلم عنه...

من الصعب ان تحقق جميع الاهداف المرضية لك

ستكون لك الرغبة في كتابة بعض الامور على الارجح
اهدافك ... ماتحب ان يفعله طفلك ... ان يتكلم عنه ...

من الصعب ان تحقق جميع الاهداف المرضية لك

مثلا .. لربما تساعد طفلك في تعلم النطق لكن الهدف من استخدام الكلمات هو عام
لكنك تريد تحقيق هدف معين كاستخدام المفردة ... مطاردة او لعب او انا اريد
اللعب

تعتمد اللغة ومستواها على مستوى طفلك نفسه

الاهداف هي ليست مرتبطة باللغة

ممکن ان تتضمن التواصل البصري
مدة التواصل ليرغب باستمرار اللعب

قوانين الكلام

نشاطات محددة

كالذهاب لطبيب الاسنان

مهارات العناية اليوميه الشخصية

خلال اليوم

كالذهاب للحمام

تعلم السباحة

او اكل نوع محدد من الطعام التي لم يكن يرغبها سابقا

ان يلبس الملابس بنفسه

او ينظف غرفته

التقنية

خيار اضافي : فقط فقط اذا طفلك ترابط معك باللعب اصف شيء ... اذا احبان
يلعب المطاردة واحب ان يلعبها معك

ستأخذ ثلاث خطوات لتطبيق مبدأ التحفيز

2. برغبة للعب ان تدعو طفلك للمشاركة في النشاطات المعتمدة على شيء هو يحبه
اذن حاول ان تضيف شيء واحد مثل ان تستمر في الركض وان تحاول جعله يستمر
معك باللعب

اولا ؛ ان تنضم لطفلك لغاية توقعه عن عمل التصرفات التكرارية
مجرد ان يتواصل طفلك معك باللعب لزيادة الوقت
يتواصل معك

على أكبر فتره ممكن ان يبقى طفلك مستمتع بها

ان يستمر بالنظر اليك اكثر من ثانية

ملاحظة : بإمكانك ان تترك هذه الملاحظة اذا طفلك تواصل معك ولا يكرر
تصرفاته التكرارية نهائيا
بلهفه كبيرة

3. للمبتدئين. فقط فقط اذا انضم طفلك معك باللعب ... استمر باللعب معه على
أكبر قدر ممكن

وبالتالي تتطور قدرته للتواصل واللعب مع الآخرين

مثال اذا طفلك احب الدغدغه او احب الكلام عن النباتات ببساطة شاركة بالموضوع

تجربة بيدرو :

ام بيدرو التحقت بالدورات التعليمية في مركز التوحد ... جاءت محطة بعد معاناة فترة 6 اشهر لتعليم طفلها التبول في الحمام ..

ولم يتعلم ... ابسط سؤال سألوها اثناء المناقشة ماهو اكثر شي يحبه ابنك ... قالت يحب صعود الدرجات المصاعد او حتى الكرسي اذا يحتوي على درجات (ستول) يحب صعوده .. ترددت لوهله واعتذرت عن انها لم تحاول ان تلعب معه او ترغبه من خلال ذلك بعد اكمالها 5 ايام التدريب المركز ...

اول شي عملته حين عادت للمنزل بقيت تلعب بال(ستول) مع طفلها .. تلعب كل ما يحب ان يفعله ... بدأت تغيير مكان ال (ستول) الى ان قربته من الحمام ... اثناء اللعب طلبت منه ان يقضي حاجته (يتبول) في الحمام ... ببساطة قام بذلك ... وبمرور الايام استغنت عن استخدام الستول لترغيبه بالحمام ... هل وصلت الفكرة

التمرين : ستلاحظ في الجدول السفلي عمودين .. على العمود بالجهة اليسرى اكتب خمس محفزات لاهتمامات طفلك (لا تفكر في كيفية الامر) على الجهة اليمنى اكتب خمس اشياء تعليمية تهدف اليها .. هذه هي الاشياء التي تريد تعليمها لطفلك الان ارسم خط من المحفز الى احد الاهداف .. كيف تقرر اي عنصرين ستتصل بخط .. انظر الى الجدول وفكر باسهل تحفيز تستطيع عمله في لعبة مع طفلك واي هدف يقابله

ليس على الهدف والتحفيز ان يكونوا متشابهين تذكر مثال بيدرو في هذا الفصل كيف انضم من الستول الى الذهاب الى الحمام .. هذين الشئيين ليسوا متقاربين في حين ان الام عملت على التواصل البصري باستخدام احد شخصيات ديزني .. لذلك افعل الافضل له .. بمجرد ان توصل هدف مع محفز ارسم خط لتوصيل الهدف والمحفز الثاني ثم استمر برسم الخطوط بين الاهداف والمحفزات .

ثم ستبدأ بعمل ذلك من خلال العاب ونشاطات لتكسب ابنك المهارة المطلوبة يمكنك ان تستخدم المخطط لتوجد افكار او اثنين لاي نوع من الالعاب التي يحبها طفلك لمساعدته على التطور ..

Take a look at Table 2. You'll notice that it has two columns. In the left-hand column, write down five motivations or areas of interests that your child has. (Don't worry about the order.) In the right-hand column, write down five specific, short-term educational goals. These are things that you are trying to get your child to do or learn.

Now, draw a line from one of the motivations to one of the goals. How will you decide which two items to connect with a line? Look over your table, and think about which motivation might most easily go together in a game or activity with which goal.

This does not mean the motivation and the goal have to be similar or naturally "go together." Remember the example from this chapter, when Pedro's mom combined a stepping stool with peeing in the toilet? Those two things aren't at all similar. Another mom worked on her son's eye contact using his interest in airplanes. A dad worked on his daughter's language using her interest in Disney characters. So you are just going to do your best. Once you've connected one motivation with one goal, draw a line connecting a second motivation with a second goal. Then continue drawing lines until each motivation has one goal connected to it.

This will be your beginning blueprint for coming up with games and activities to help your child gain skills and achieve goals. You can use this blueprint to begin generating an idea or two of what kinds of games and activities you can do with your child to help him progress.

الجدول :::

Motivation / Area of Interest	Educational Goal
1)	1)
2)	2)
3)	3)
4)	4)
5)	5)

Table 2

<http://www.autismbreakthrough.com/chapter3>

نقاط البدء :

1-ان تتضمن لطفلك او طفلتك في كل وقت تشاهده (ازم) وتنظر اليك (لمحة لمجرد ثانية) ... ملاحظة بإمكانك ان تعبر هذه النقطة في حال طفلك يتواصل ويتفاعل ولا يعمل (ازم ابدأ)

2-بكل رغبة في اللعب ادعو طفلك للمشاركة في لعبة ابداعية او لعبة على اساس شيء معين او شيء يحبه او مهتم به

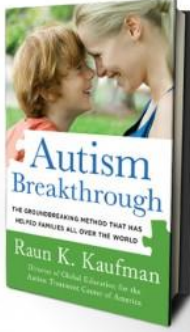
3-نظرة للمبتدئين: فقط فقط اذا كان طفلك يرغب ليكون متواصل او مترابط في لعبتك حاول ان تبقي اللعبة مستمرة على قد المستطاع ، مثال : اذا كانت تحب الدغدغة او تستمتع بالتحدث عن الكوكب ... ببساطة شارك في هذا النشاط ويغمرك الفرح ... على قدر رغبة طفلك بالاستمرار .. بمجرد ان يترابط طفلك معك قم بزيادة الوقت لتزيد من الوقت التفاعلي التواصلي لطفلك ليستطيع بذلك بالتواصل مع الاخرين لاحقا

خيار اضافي :

فقط فقط اذا رغب طفلك لتواصل معك في اللعب اضع شيئاً واحد مثلاً :

اذا كان طفلك يحب لعبة المطاردة (ان تركض خلفه) وبنجاح استطعت ان تلعب هذه اللعبة معه حاول ان تضيف شيئاً واحداً مثل ان تقول "" خلص وقودي " وهي بهذا ستقول " اركض " لتجعلك تركض معها

Chapter 4



How to Stay Fresh and Creative When Coming Up with Games and Activities for Your Child

الفصل الرابع : كيف تبقى مبدعا وخلاقا في اللعب مع طفلك

احد الجوانب المهمة في برنامج سن رايز هي التي تبقى متفرد ومميز ((مخيف من قبل بعض الاشخاص)) هو انشاء جانب خلاق للعمل به مع طفلك من المهم ان تمضي بعض الوقت للتفكير في ان تصبح خلاق ...

Creative

بمجرد تعرفك على التقنية في هذا الفصل ... ستحظى بما لا ينتهي من الافكار

لماذا ايجاد هذه الالعاب سيكون متعب

او ك اذن قبل الاستمرار بالموضوع ... نريد ادخال الفيل للغرفة (مجازيا)
نستطيع الاستمرار بالتكلم عن التحفيز طوال اليوم ... لكن اي الكلام غير مفيد اذا لم
تستطع استخدامه

ولن نستطيع استخدامه اذا كنت متوترا .. او مجهد ..

لربما تكون كباقي الاهالي الذين التقيت بهم يقولون : التقنية جميلة على الورق وقد
تكون مفيدة للابداع او الخلق ... لكني لست خلاقا لمثل هذا ... ببساطة لا يمكنني
الاتيان بافكار ..

يجب عليك ان تعرف ان تراودك مثل هذه الافكار شيء طبيعي جدا

وهذه لا تقلل من قيمتك كاب او ام

لا تعني انت لست خلاقا ولا تعني انك لا تستطيع القيام بذلك

او انه سيكون صعب عليك تنفيذ ذلك

كل ما يعني انك لديك فكرة خاطئة عن الموضوع

اذا جلست قليلا محاولا اخراج 10 العاب لطفلك بناءا على ما يحفزه ... ستكون
ربما صعبة .. والسبب موقفك .. تجاه نفسك .. تملك منظار عن نفسك بانك لست
خلاقا كفاية ... واي اي شيء كافي ... ربما طبيعي (معتاد - عادة) ولكن ليس
طبيعي (ك جزء من ظروف الانسان)

Normal as usual but not natural as in necessary part of human
condition

في كل لحظة تفكر بانك لا تستطيع الاختلاق ... توقف لانك كانما تهيأ نفسك على ان كرة الاختلاق ليست صحيحة بالاساس

انت بالتاكيد بدون اي تساؤل مبدع وخلاق ...

انا اقول لك ذلك لان كل شخص بطبيعته خلاق ومبدع ..

لم يحصل لي ابدا بانني تعاملت مع شخص ليس كذلك

العقل البشري بطبيعته خلاق ... حينما تقول لا استطيع الخلق .. كانك تقول ليس لدي دماغ .. وبما انك على قيد الحياة وتقرأ هذا الكتاب ساقول لك بكل ثقة انت خلاق ...

لربما التقيت بأشخاص تجدهم خلاقين اكثر منك .. ما تحتاج ان تعرفه هم ليسو اكثر ابداعا منك لكنهم ببساطة لا يقللون من قيمة الخلق لديهم او واثقين بها ...

هناك ثلاث نقاط تؤثر في تقليل الخلق لدينا ...

1.. نقول لانفسنا نحن لسنا خلاقين ...

هذا يقتل كل فرصة للخلق لدينا ,, على العكس من الصورة النمطية الثقافية الفنان المبدع الاكتئاب أو الغضب ...

تريد من دماغك ان يرخى ويهدا .. وينهض ليحمل مجموعة من الافكار ... لذلك تحتاج الى ان تعد نفسك الى ان تحرص على تقليل اي ادانة لنفسك

2... نحن نستشعر افكارنا ..

معظمنا ينتظر لكتابة الافكار الجيدة فقط .. هذا الشي سيخفق مقدره خلق الافكار ... عليك ان تخرج الافكار ... انا جديّ .. استخرج اكبر قدر ممكن من الافكار ...

لديك قائمة بالاشياء التي يهتم بها طفلك ... متطابقة مع اهداف تريد انت ان تحققها معه ... ثم تظهر اكبر عدد من الالعاب اكبر عدد ممكن .. اذا يبدو هذا صعبا عليك .. أبطئ .. تمعن بقائمة الاشياء المهمة لطفلك التحفيزية .. منها اخرج اكبر عدد ممكن من الالعاب .

اذا وجدت نفسك تحكم على العاب بانها سيئة ... لا لا تحكم عليها
اكتب اكبر قدر ممكن من الالعاب وبعد ان تعمل قائمة طويلة بها لك الحق بان
تستثني بعض منها ..

3... نحن نصر على الكمالية :

نحن نصر على ان افكارنا يجب ان تطبق حتما من قبل طفلنا ... بهذا نعيق افكارنا
بالتقدم مع الوقت ... مع البحث لماذا لا تعمل هذه الافكار ... لماذا اطفالنا لا
يتماشون معها

بالاضافه الى ذلك ... نحطم عدد غير محدود من الافكار بعد محاولتنا بها لان
اطفالنا ليس تماما مهتمين

الا اذا كنت تقرأ الافكار ... لا يوجد هناك شي اخر يمكنك ان تاتي به وتحاول مع
الافكار التي تعمل مع طفلك في اول الامر ... بحيث ان الطفل يهتم بها

بعض اطفالكم سيتصرفون بذكاء .. في اول الامر لكن الاخرين لا يفعلون ذلك ...
هل تعلم كم مره فكرت بلعبة وتقديمها لطفل كنت اعمل معه ... ورايت فورا على
ان اللعبة تتخبط ... مرات ومرات عديدة

متى يحصل ذلك

انا اقول مع نفسي .. هذا بالتأكيد لم يعمل ...

سأحاول شي اخر في المره القادمة وربما سأتحايل مع هذه اللعبة واحاول بها
مره اخرى ,, في الشهر القادم

خذ فكرة عن اللعبة ... وخذ بالاعتبار بان فكرتك مثالية ولا بد ان تنجح وستشعر
بالتحرر والاهم ان لا تقيد فكرتك

تحتاج ان يكون الخلق ان يساعد طفلك باكبر قدر ممكن

تقنية الخلق .. اضافة شي جديد :

هذه التقنية واضحة .. باضافة شي جديد .. مثلا طفلك يحب اللعب بالركض (المطاردة) تستغل هذا الشئ وتضيف شي عليه كان تقول كلمة الطاردة او هيا نركض او اي شي مشابه

عندما تبدأ بهذه التقنية ... حاول ان تضيف شيء واحد فقط ليس 2 او 3 اشياء ...
ابدا ببسط شي يمكن عمله :

-سرع الاشياء

-بطأ الحركة

-عبر دورة بالركض

-افعل شيء سخيف

-استخدم الصوت العالي فقط

-ضف خطوة واحدة جديدة

-اعبر خطوة

-غير احد قوانين اللعبة

-اضف تحدي او تساؤل جديد

تقنية الخلق : اي شي ممكن ان يكون اي شي :

معنى اي مجسم بالغرفة مثلا ممكن ان يكون اي شي اخر

اي شئ يناسب الغرض المطلوب

حينما دربني والدي .. هناك جانب مهم لم يتركااه وهو اختلاق افكار جديدة ويوميا ... كلها ساعدت في تطويري ... حينما لم تنجح فكرة لو يروها فشل بل رأوا انها معلومه ومحاولة ..

وقت نشاط :

ACTIVITY TIME!

Now is the perfect time to start flexing your creativity muscles—by using the anything-can-be-anything idea. Table 3 names four common household objects. Below each object, write down seven things that these objects might be in pretend play with your child. The only rule is that none of the seven things can relate to the original object. (For instance, you can't write down "canteen" under the object "water bottle" or "cooking utensil" under the object "frying pan.")

Frying Pan	Pillow	Ruler	Water Bottle
1)			
2)			
3)			
4)			
5)			
6)			
7)			

Table 3

الآن هو الوقت المناسب لتحرك وترخي عضلات الابداع لديك واستخدام فكرة اي شيء ممكن ان يكون فكرة .. في الجدول 3 حاول ان تسمي اربع اشياء في المنزل اكتب سبع اشياء ممكن ان يهتم بها طفلك القاعدة في الموضوع هو ان لا احد في الاشياء السبعة بإمكانه ان يكون ذا علاقة بالشيء الاصيلي . مثلا ان تكتب "كانتيني _مخزن طعام " تحت بطل ماء او ان تكتب "اناء طبخ " تحت " مقلاية " وهكذا ..

[.http://www.autismbreakthrough.com/chapter4](http://www.autismbreakthrough.com/chapter4)

نقاط البدء : تدرب على فكرة اي شيء ممكن ان يكون اي شيء .. خلال النشاط اليومي مع طفلك .. في الوقت التالي الذي ستتناول فيه العشاء .. مع طفلك خذ الملعقة واعمل منها طائرة كأنها تطير .. خذ مقلاية واعمل منها _ طبله او خذ غطاء طفلك وضعها على الارض وتظاهر كأنها بساط طائر

ان الترابط خلال هذه الفعالية يرخي عضلات الابداع وينشط دماغك .. وهو صعب التاثر والتحفيز معتمدا على النشاطات وعلى قمة ذلك ستستمتع كثيرا كع طفلك

Chapter 5



Socialization: The Son-Rise Program Social Developmental Model

الفصل الخامس :

Socialization: التنشئة الاجتماعية

برنامج سن رايز المطور :

في معظم الاحيان وعلى الاقل ابنك يتعلم بعض الاشياء المساعدة

هناك هوس جماعي يمكن في معظم انحاء العالم .. في اكااديميات تعليم اطفال التوحد .. لربما هذه الاكااديميات تراها جيدة لطفلك ... لكن حقا هي لا تخدم اطفالنا ابدا ..

وفق تجربة خوان التي خاضها ... كان هناك مدرب له حسب برنامج اي بي اي

كان الطفل حين وصول المعالج يركض باستمرار حينما اقترب منه المعالج ... اراه صورة معينه خاصة بالعلاج هداً الطفل وجلس ... طلب منه ان يشير الى الرقم 2 بالكرت .. اشار ... وطلب منه بعض الاوامر .. نفذها .. وهذا جيد جدا من ناحية ... لكن اعتقد انتم عرفتم ان هناك مشكلة .. والا لما اهل الطفل اخذو معي موعدا وطلبو مني مشاهدة طفلهم

اعتقد انكم لاحظتم ان الطفل ..ليس لديه اصدقاء ... لا يستطيع لعب اي لعبة مع الاخرين ...

لا يعرض اي اهتمام بالآخرين

لغته محدودة جدا

لا يتواصل مع اي لعبة فكرية ... لا يضحك على النكات .. ولا يعرف ماهي النكته ... يعمل الحركات التكرارية لساعات

حل خوان كأي طفل اخر ... اضطراب بالتواصل الاجتماعي كيف نجعله يتواصل اجتماعيا ...

هل مهم ان طفلي مجرد يعرف الالوان والارقام فقط .. ولا يعرف الغاية منهم ؟

اراد اهل خوان اكثر من ذلك له حضرو لبرنامج سن رايز .. وتمت مساعدتهم بما يحتاجونه بالضبط

رحلته كانت مليئة بالنجاحات ... والتغييرات ... الهمني حقا .. بالذات حين رجعت بعد سنتين من هذه المدة (رغم اني كنت مرتبط معهم لفتره وجيزة بالبرنامج) .. رأيت خوان

وصلت المنزل .. . شاهدته يفتح النافذه .. ويناديني ... ((روان .. هل جئت لتلعب معي ??? ... انتظرنى عند الباب واخذ بيدي وقادني لمكان اللعب لتلعب معا

.....

المشكلة مع الرياضيات (ومواضيع الاكاديميات الاخرى) :

في الفصل 3 ركزت على كيفية التعليم .. هنا اصفر اي شي في ماهية التعليم ..

معظم الاكاديمين مشغولين بتعليم الامور الاكاديمية لاطفال التوحد ...

اولا الامور الاكاديمية هي ما بنيت المدرسة لتعلمها للاطفال

كل شي مصمم بمواد المدرسة هو لتعليم الرياضات

قراءة العلوم ... هذا هو ما تنتقد عليه المدرسة

هذا مايفترض عمله من قبل المدرسة

بالنسبة للمعلمين الاكاديمين المعالجين فان هم اسهل الاماكن للتعليم وللتطور

لكن للوالدين ... اذا تعلم طفلهم ان ينطق بالالوان .. بالارقام ... يقرأ رواية لشكسبير وهو مصاب بمتلازمة اسبرجر .. مع تقديم الادلة والاثباتات فهذا شي جيد ومتطور كثيرا

لذلك انا افهم جوهر الرغبة في تعليمهم للامور الاكاديمية

لكن تعليمهم هذه الامور في هذا الوقت الذي لا يزالون يعانون من التوحد ليس بتلك الفائدة

التوحد ليس صعوبة بالرياضيات .. ولا صعوبة تعلم الوان او ارقام ... هو صعوبة تواصل اجتماعي ...

انا اعلم انت قلت ذلك فيما سبق .. لكن بالنسبة لهذا الامر لا ضير بالمبالغة

حينما تنام وتفكر او تحلم او تصلي لكي ابنك يحظى باصدقاء او يحظى بافضل صديق في يوم من الايام او يحظى بشريك حياته او ان يقول لك احبك او يعبر عنه او يعيش حياة مليئة بالسعادة لو يناقشك بشأن امتلاكه سيارة او ان يخرج مع اصدقائه

علينا حقا ان نفكر في ذلك بان اطفالنا سيحضون بذلك حقا .. بكل طريقة مرضيه .. لكن الاكاديمين ليسو بجزء من هذه المعادلة .

لا اعطي طفلي اداة بحيث يعتمد على توجيه الاخرين ... انا لا اقول بان الاكاديمين او المعلمين ليسو بذو فائدة ... بالطبع لا

هم قيمون جدا لكنهم قيمون للذي يفكر بوضوح في هذ العالم

في الواقع معظم مهارات العلاقات الاجتماعية معظمها من المدرسة .. لا بد من ان طفلك يعتمد على علاقته بمعلمه او بالطلاب وان يشاركهم الالعاب والنشاطات الضوضاء

لكي اكون واضح تماما انا لا اقف باي طريقة ضد الاكاديمين انا اقدر العلم والتعلم لكن ان يكون التركيز على الاكاديمين غير ذي صلة تماما لنجاحهم حتى يتم باستطاعة الطفل ان يتواصل مع الاخرين ..

في برنامج سن رايز علمنا عدد كبير من الاطفال القراءة والكتابة والمسائل الحسابيه لكن علمناهم بعد ان وضعناهم بالمكان الصح وبعد ان عبر الجسر من عالمه لعالمنا

بعد ان اصبحت علاقاته جيدة مع من حوله بعدها ذهبنا للامور الاكاديمية

اهلي بالطبع عندما شاهدوني ... لم يروني افتقد لموهبة التعلم لكن لاحظو ان
افتقد لموهبة التواصل ... انا لا اراهم انهم فقمو بقرون قبل غيرهم لكن اراهم
عرفوا ماهي بالضبط حقيقة التوحد ...

بعد ان اكملو 3 سنوات ونصف بعدها ركزو على تطوير مهاراتي التواصلية

بعد ان تعافيت من التوحد اصبحت هذه الامور وتطويرها سهل بالنسبة لي
في الاعدادية كنت بمستوى جيد بجميع المواد .. تتراوح بين المسائل الحسابيه
والانكليزي .. والعلوم والاسباني

بحيث استطعت ان اختار باحتراف بالعلوم والرياضيات وعلوم الحاسبات انا
اخترت باحتراف العلاقات لانني اردت اكتشاف ماهو الاكثر منه

والذي الذي اكتشفو ولا زالو يعلمون في المركز لغاية هذا اليوم متفهمين جدا
للناس في حالتهم الاجتماعيه او النفسية .. بحيث ان الكثير من الاشخاص وجدو
ان والذي يشعرون بهم ويعرفون حالهم قبل ان يتكلموا حتى

لربما سوف تتسائلون هل والذي عملو معي بجهد مكثف في التطوير الاجتماعي ..
ماذا حدث حينما دخلت الى المدرسة .. بالواقع في بادئ الامر وللأيام الاولى كنت
افتقد الامور الاكاديميه لذلك عمل والذي معي بعد التوحد لكي استطيع اللحاق
بالبقية وكان هذا اسهل شي بالمهمه العلاجية .. حيث كنت متواصل معهم تماما
ومتداخل مع العالم

اذا سنوات من الان .. سيكون ابنك متواصل اجتماعيا وطبيعا لكن يعاني مشكلة
بالرياضيات ... اذا كانت اكبر شكوى هذا ... هل هي بتلك المشكلة الصعبة .؟؟

تجربة كالوم

كان كالوم لا ينطق .. مغلق تماما على نفسه ولا ينتبه لوجود اشخاص الا بعد دقائق .. بعد سنتين ونصف من تطبيق والديه لبرنامج سن رايز بنجاح دخل الى المدرسة وتعلم وكان جميل ومذهل وعلى ضوء تقدمه الواضح الحكومة عينت اخصائي له لمراقبته .. هذا الاخصائي كان ينصح اهله بعدم عمل برنامج سن رايز لكن بعد التطور الذي لاحظته على كالوم اصبح ينصح الاهالي بتطبيقه لانه هو التطبيق الوحيد الذي نجح في علاج التوحد الى الان

ذات يوم ذهب كالوم مع اهله للحدائق وهم فرحين به .. هناك لاحظ كالوم مجموعة اطفال يلعبون ... هنا جاءت اللحظة الحاسمة التي لطالما كان اهله يحلمون بها .. ماذا فعل ... ذهب بكل بساطة مع الاطفال عرف نفسه واصبح من ضمنهم يلعب ... في لحظة من اللحظات كان اهله يتخيلون لو ان السماء تفتح وتغلق ابنهم مستحيل ان يتواصل او يلعب مع الاخرين هذا اليوم الذي لن ينسى ابدا

ليس هناك كمية من الرياضيات والعلوم او الكتابة او القراءة ماوصلته الى هنا بالعلاقات الانسانية الطبيعية الاجتماعية ...

التغلب بما يمكن تعويضه :

في احد الملاحظات يصف الاكاديمية بانها الفاكهه السهلة الوصول : لماذا؟؟

عندما نعمل مع الطفل بامور علمية اكاديمية نعمل على جزء غير توحدي من الدماغ ... لانه بصورة رئيسية طبيعي .. في حال كان لا يعمل .. معناه ان الطفل بحالة انغلاق تام بحيث يكون ذكائه غير واضح

الجزء الغير توحدي في الدماغ هو يعمل الكثير من الاشياء كان يحل احجية .. او يقول شكرا ... او يتعلم جدول يومي كل هذه فرص تعليم مهمه لمعظم الاهالي .. لانها اسهل مايمكن تعليمه .. لانها ببساطة هدف سهل نعمله لنعوضه مع طفلنا

التعويضات هي ليست المهمة بما ان اطفالنا ليسوا مندمجين مع البيئة المحيطة ..
نحن نريدهم ان يعوضو ما عجزو يتعليمهم كيف يستخدمو دماغهم
هذا هو نفس التفكير في حال اردت تعليم شخص فقد ذراعه في استخدام ذراعه
الثانية في كل شي
وفي حال فكرنا هذا المثل يصبح منطقي لان الذراع الاخرى مستحيل ان تنمو
للاسف .. نفس هذا التفكير لا يكون منطقياً على اطفالنا .. الا اذا كنت مع وجهة
النظر (التي هي عند معظم الناس) بان اطفالنا ليست لديهم المقدرة ابدأ على
تطوير مهاراتهم الاجتماعية .. مركزين على تعويض المسببات ومنتاسي الشئ
المهم ... التغلب على ذلك

لماذا لا نمضي الوقت والطاقة بمساعدة اطفالنا لتعويض على معظم العجز الكامن
بالتنشئة الاجتماعية بدل ان نركز على تعليمهم مهارات اكااديمية بمعنى (الحصول
على الذهب نفسه بدل المفرط او المجرد)

مساعدة اطفالنا في ذلك يأتي بالمنفعة والنتائج المرضية
الاهداف الاجتماعية قبل الاهداف الاكاديمية :تذكر هي قبلها وليس بدونها

المنهاج المطور من برنامج سن رايز :

ليس هناك محدد معين في العالم الذي يختص في قياس مستوى تطور طفلك

لذلك ... اوجدنا نحن ذلك ... يوجد اساسيات للمنهاج المطور تستخدم للاطفال
تقيس التطور الاجتماعي لهم ... في حال استخدم واحد فقط منهم .. سنكون على
خطأ

لذلك اوجدنا المجموعه المخصصة لنا ... في الحقيقة وجدت من تجاربنا من براين
وويليام وطورت على يد الدكتورة كيت ووالدي وانا وعلى اساس تجاربنا مع الاف
الاطفال

طورت على فترة سنوات ... وعقود من الزمن في العمل

في بداية برنامجنا والمطور منه طورناه الى هذا النموذج الذي يناقش المواضيع
الاتيه

كيف بالضبط نشير الى تطور طفلك بحسب اربع اساسيات اجتماعية

وكيف تتعقب او تراقب هذا التطور

اعدادات الاهداف

ماهي النشاطات اللازم عملها لتحقيق الاهداف

النظرة المنظورية لتعليم طفلك وتطويره

3 من 5 مكونات في كل تطور

كيفية المعرفة .. اذا كانت هذه المهارة مطلوبة الان ام بعد ...

في الحقيقة ستكون مضخمة ومتعبه لك .. اذا كنت حريص بامكانك ان تنزل او

تشاهد المنهاج المطور لكن انصحك بالانتظار وليس ان تشاهده الان

الرجاء .. الرجاء .. ثق بي عندما اخبرك هذا سيخدم طفلك نحو الاحسن
اذا بدأنا بالقليل والاساسي بدل تطبيق كامل المنهاج المطور .. ساريك الاساسيات
المهمه الواجب التركيز عليها في هذا البرنامج

الاساسيات الاجتماعية الاربعه

هناك بالتأكيد اربع اساسيات اجتماعية كل واحده منها تحتوي على 5 مراحل
تطويرية التي يجب عليك ان تركز عليها اذا كنت مهتما بتطوير مهارات طفلك
الاجتماعية :

1-التواصل البصري (بدون كلام)

Eye contact – nonverbal communication

2-التواصل الكلامي

Verbal communication

3-مدى الانتباه التفاعلي

Interactive attention span

4-المرونة

Flexibility

في الشكل التالي ستلاحظ الاربع اساسيات كيف تتطابق مع بعضها لتنتج المنهج

المخطط وماداخله من ملاحظات تهيئ أساس العمل الحقيقي للفصول الرابع
الاساسيات للمنهاج .. مفصلة

سوف نتفحصها ونستكشف التقنيات لمساعدة اطفالنا ولنطور اطفالنا خطوة
بخطوة



[http://www.autismbreakthrough.com/chapter5/.](http://www.autismbreakthrough.com/chapter5/)

Chapter 6



Fundamental #1: Eye Contact and Non-Verbal Communication

الفصل السادس :

الاساس الاول : التواصل البصري :

هي من اهم الاساسيات التي يفتقدها الطفل سواء كان بعمر 3 سنوات وشخص بالتوحد او بعمر 17 متلازمة اسبرجر هذا اهم شي يعاني ويصارع فيه الطفل

وهي منطقية تماما في حال خلل المشاكل الاجتماعية فالتواصل البصري هو اكثر شي يقوي الترابط والتداخل مع الاخرين ... اهم شي يلاحظ قليل التواصل البصري يكون قليل التفاعل اجتماعيا

فاذا اردت من طفلك ان يطور من علاقاته الاجتماعية عليك اولا بالتواصل البصري

كلما نظر الطفل اكثر ... كلما تعلم اكثر (قاعدة)

اول قاعدة من القواعد الاربعة هي عمل التواصل البصري .. هذا يتضمن كل الطرق للتواصل غير الكلامية كأن تكون الالتفات للاخرين او قراءة التفاتات الاخرين ... ان يعبر عن الاشياء بطريقة واضحة او ان يقرأ تعبيرات وجوه الاخرين او تصرفاتهم لديه وضوحية في تغيير الاصوات او قراءتها من الاخرين
.....

الطفل الذي لا ينطق نادرا ما يركز ... التواصل اللاكلامي هو الذي ياخذ حصة الاسد من التركيز

صحيح ان التواصل الكلامي مهم جدا لكنه يأتي بعد التواصل البصري ...

الغالبية العظمى من التواصل تأتي من البصري وبدون كلام

نوعا ما في بادئ الامر يكون صعبا الملاحظة بان طفلك يتواصل معك

برنامج سن رايز المنهاج المطور يراقب ويقيس مدى التواصل اللاكلامي مع طفلك والذي يحتوي على اهداف من النشاطات المطورة في هذا المجال

هنا سيكون التواصل اسهل بينك وبين طفلك بتضخيم كل تعبيراتك التفاتتك وصوتك ودرجاته بينما انت تبقى مركزا على جانب التواصل البصري

الاستراتيجيات

ناخذ كل الفرص من طفلك لاجل التواصل البصري معه ...

1-نسأله مباشرة : ... انا احبك انظر الي ... سنعمل كذا اذا نظرت لي ... انا متعب انظر الي لكي ابقى معك

2-اسأله بطريقة غير مباشرة : ببساطة ممكن ان تؤشر على عينيك ... لمن تتحدث عزيزي لاني لا اراك تنظر الي ... وهكذا

3-موقعك بالنسبة للتواصل البصري

دائماً اجعل العملية بسيطة وواضحة لطفلك ليتواصل معك بصريا ..

حاول ان تبقى بمستوى طفلك اكبر مدة ممكنه

تريد ان تجلس على الارض ان تنام .. اهم شي بمستوى الطفل

المهم انه لا يحتاج ل لف رأسه للنظر اليك

ان تريده بكل بساطة ان يلمحك وينظر اليك

اذا لاحظت بان طفلك يحدق بشي ما على اليسار .. تحاول ان تضع وجهك مع مستوى ذلك الشي وقريب منه ..

ومرة اخرى لا نريدك وجه بوجه مع طفلك

بالواقع البعد لمسافة معينه يكون مفيدا ..

اذا اوجدت بعد فيزيائي معين بينك وبين طفلك .. سيكون من السهل النظر اليك لانه سيحتاج لتحريك راسه وعينه بنسبة بسيطة وقليله

4-حينما تعرض على طفلك شي هو يريده امسكه قريبا من عينيك ... هذا يمكن

تطبيقه مع الطعام مع اللعبة مع الكرة مع اي شي يريده الطفل .. طالما حينما يريد

الشي تبقى تسأله ((هل هذا ماتريده)) او ببساطه تقول له ((هذه كرتك)) او لا

تريد ان تقول شيء ببساطة قربها من عينيك

5-احتفل بكل نظرة او تواصل بصري بينك وبين طفلك

مهما الذي رأته من طفلك لربما يكون مضحك في بادئ الامر لكنه مهم جدا ... كل مره تحصل فيها على تواصل بصري اشكر طفلك وافرح معه والعب معه

وقت النشاط ...

لأخذ مدة 15 دقيقة تمرين ... كان تكون من ضمن وقت طعام او من ضمن لعبة او من ضمن قراءة قصة لطفلك ...

خذ الجدول التالي واعمله مع طفلك .. كم عدد النظرات التي تتوقع ابنك ينظر لك بها

احسب عدد النظرات التي ينظر ابنك فيها خلال 15 دقيقة

لا يهم اذا كنت قريب او على اليمين ... المهم نظرة

لاحظ الفرق بين ماكنت تتوقعه وبين الحقيقة خلال 15 دقيقة

قبل ان تبدأ .. ضع ورقة وقلم جنبك لتسجل

بامكانك ان تستخدم هذا الجدول باي وقت وباي لعبة

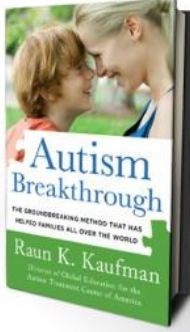
الخبر الجيد ... خلال استخدامك لتقنيات هذا الكتاب ستلاحظ تطور كبير

تخمينك		الواقع
عدد النظرات		

<http://www.autismbreakthrough.com/chapter6/>

نقطة البدء: ان تحتفل وتفرح بكل نظرة تحصل عليها من طفلك ..

Chapter 7



Fundamental #2: Verbal Communication

المكون 2 : التواصل الكلامي (اللغوي) :

اذا كام طفلك غير متكلم فانت على وعي تام بعجز ومتحفز لتعليمه ... قبل ان نخوض في استراتيجيات اي لغة ... من المهم مناقشة كل ضروريات التي تبشر بكلام الطفل .

ان تؤمن بان طفلك قادر على الكلام

اريد ان اخذ دقيقة لكل من لديه طفل لم يتحدث بعد ... هناك فخ يسقط فيه الاهل قبل ان يؤمنو بمقدرة طفلهم على الكلام ..

اما قيل لهم شيء معين لانهم لم يسبق لهم ان سمعوا ابنهم يتكلم بان طفلهم لن يستطيع الكلام

العجز الحالي لطفلك وعدم مقدرته على الكلام .. بالتأكيد لا يخبرك هذا الشيء عن اي عجز معين به

هذا لا يخبرك باحتمالية كلامه ... انما يخبرك ماذا يحدث الان
النظرة المنظرية التي عليك التمسك بها ليست ان طفلي لن يستطيع التكلم ..
الافضل هو ان طفلي لم يتحدث بعد او ان طفلي سيتعلم عمل هذا (الكلام)

لربما ان ابنك يتكلم لكنك غير منصت له باغلب الاحيان لانك مؤمن بان طفلك لا يتكلم
من خلال التجارب بالمركز تبين ان هناك الكثير من الاهالي الغافلين عن ابنهم لانهم لم يصدقوا انه يستطيع الكلام

اعطاء اللغة معنى :

هناك فخ يقع فيه معظم الاهالي بسبب الجهد لمحاولة جعل الطفل يتكلم نصبح
مركزين على ضرورة تكراره للكلمة ... فالاهل اما يشيرون الى الشيء وينطقون
اسمه ويحاولون طفله ان يكرره

والشيء الاخر ان يقولو جملة ويتوقفوا بالكلمة الاخيرة مثلا : حان الان موعد
..... (النوم)

الطفل لم يتواصل في هذه الحالات ابدا
حتى وان صدفت وتكلم الا انه لم يعرف المعنى
معظم الاهالي الذين التحقو ببرنامج سن رايز يبحثون عن المساعدة لجعل طفلهم
يتكلم

نحن لدينا بعض الفصول في الكتاب مكرسة لتعليم النطق
قبل ان تلتحق جارلوت ببرنامج سن رايز ... ابنها جيمس لم ينطق ابدا
خلال اسبوع من اتباع البرنامج قال اول كلمه ((ديسي)) اسم شخصية تليتابي
المشهورة المفضلة لديه

وقال ((كرة حمراء)) الكرة المفضلة

وقال ((نمر)) حيوانه المفضل

انا اقول لكم هنا مؤشرا نقطة مهمه وهي كل كلمات جيمس الثلاث ذات معنى مهم
بالنسبة له .. لم يقولها سابقا لان شارلوت شعرت بانهم اهم كلمات يجب ان يتعلمها
ابنها بل قالها لانها تشير الى اشياء مهمه جدا بالنسبة له

متى اساعد طفلي في تعلم اللغة ..

يجب دائما ان تستخدم الكلمات ذات المعنى بالنسبة لطفلك

او ان تربط الكلمات باشياء ذات اهمية بالنسبة لها اله
اذا كان طفلك يحب لعبة السكواش (وكان جيمس يحبها) ممكن ان تبدأ بكلمة
سكواش ... لكن فقط حينما يكون سكواش لديك

ثم يمكنك ان تخرج قطعة من السكواش خارجا ... وتصبح مندهشا .. ثم تعرضه على طفلك وتعطيه وتقول له سكواش ثم تخرج قطعة اخرى تحاول ان تجعله يقول سكواش ...

اجعل الكلمات ذات اهمية لطفلك :

محاولة استجابتك للكلمات التي ينطقها طفلك سيكون عامل مهم واساسي في انجاح الامر بما ان لديك طفل يجب عليه ان يتعلم

اجعل الكلمات ذات اهمية لطفلك :

1-تحرك بسرعه بمجرد سماع طفلك يقول ((كره)) حاول الركض وبسرعه اجلب الكرة له وبين له بانك فرح ... لا تقلق من تدليل طفلك .

2-احتفل باي كلمة او اي لغة تاتي من طفلك : نتحدث دائما على الاحتفال بما تحصل عليه ن طفلك لانه مهم .. لكن بفرحتك وباحتفالك او ان تقول بالقابل "" شكرا لك لاستخدامك الكلمة "" او "" تفضل ""

يساعد طفلك كثيرا

3-اطلب لغة : قد يكون هذا واضح لكني رأيت الكثير من الاهالي الذين يعطون اطفالهم الشيء الذي يريدو بالاشارة او بالدفع او بالبكاء ... انا افهم تماما اذا انت مكتفي بان يؤشر طفلك لكن في المرة القادمة حين يريد الشيء اطلب منه ان يقول الكلمة اذا أشر على الكرة قل " كره " ""سأجلبها لك "" هنا انت تصنع ترابط وتفاعل

4-اختر الكلمات المفيدة : الكلمات هي لاشياء طفلك يرغب بها اسماء ك " كرة " "طعام " "شراب" الحركات التي بإمكانك فعلها هنا هي ممتعه والافعال " اعصر " "دغدغ" "اركب " ان تستخدم كلمات لها ارتباط بما يرغبه طفلك

لا تستخدم كلمات ليس لك ماتقدمه بها ك الايس كريم او القيادة ...

5-تتقدم بحذر .. طفلك بالطبع يطور مهاراته ... ان ترغب في ان تحافظ على التطور بما تفهمه وان تطورر طول الجملة بحيث تكون مفهومه ...

اذا كان يقول في بادئ الامر " كره " حاول ان تفهمه الجملتين " اريد كره "" كره حمراء" .. اذا استخدمت كلمتين . .. ابدأ ب 3 كلمات .. وهكذا

سلم التواصل :

1-من البكاء والصراخ والدفع من لفظ بسيط الى كلمة ... مثلا من ك ك ...
كرة

2-من اي جزء من كلمة الى كلمة واضحة

3-من كلمة الى اكثر من كلمة واحد

4-من اكثر من كلمة الى جملة

5-من جملة الى حلقة مترابطة من الجمل

6-من حلقة مترابطة الى حلقات مترابطة

7-من حلقات مترابطة من الكلمات الى محادثة

لنتمعن بخطوات بسيطة .. اذا كان طفلك ليس لديه لغة الى الان ...

اول شيء ان تحاول ان تحول بيئة الطفل الى بيئة ليس بسهولة يمكنه الوصول الى الاشياء التي يريد

معظم تجاربنا في بادئ الامر لاحظنا ان الاهالي يضعون الاشياء بحيث سهل على الطفل الوصول اليها

بامكانهم فتح الثلاجه واخذ الطعام .. بامكانهم الوصول الى اي لعبه يحبون اللعب بها ..

الشكله هنا بالوضع بان الطفل ليس لديه اي صعوبه بالوصول الى الاشياء ... ببساطه يأخذ مايريد

بامكانك طلب اللغه طوال اليوم .. لكن هذا بمجرد ان طفلك يحاول الوصول الى اشياء يريدونها

بامكانك في هذه الحاله الارتقاء مع طفلك والتقدم

اذا كان طفلك ليس لديه لغه او لا يتكلم .. يجب ان تكون الشخص الذي يجلب كل شي

يجب ان يكون كل شي صعب الوصول اليه .. بحيث تتيح لطفلك الفرصه لتعلم ما يقول

وحينما يقول كلمه او جزء ستجابه له

اللغه فيها قوه وفيها الطاقه وفيها الفائده ... ويجب عليك ان تكون المحرك الدائم الذي يري طفلك هذا

ثانيا عليك ان تري طفلك ان كل مرحله من اللغه هي مستجابه من قبلك ... مثل باا او كااا .. اي لفظ تقربه من اي كلمه مشابهه اليه كما شرحت بالخطوات السابقه

استخدم اجزاء الكلمات للتواصل مع طفلك

بعد نجاحك بها بامكانك الانتقال للخطوة التي بعدها

يصبح هنا الوضع اخف قليلا .. يعني تظهر الاجابه والاستجابه لكثير من الكلمات

ثالثا :

في المراحل الاولى من تطور هذه اللغة سيكون لك النفوذ الاكبر في تطويرها حين يريد شي معين

لذلك تاكد من استخدام المفردة الصح وما يقاربها وتحتفل بها اذا نطق طفلك ..
خلف كلمة ((أريد)) :

التواصل الكلامي ليس باستخدام الكلمات ... بل هو عن حجم استيعاب الكلمات الكمبيوتر بإمكانها استخدام اللغة لكنها ليس لديها اصدقاء .. لذلك الاستيعاب مهم جدا للتواصل ... هذا ما يتابعه برنامج سن رايز بالمنهاج المطور ..
لان معظم الناس يركزون على عدد الكلمات التي يتعلمها طفلهم اكثر من استيعابه لها ... منهاج سن رايز المطور يطلع على هذا التواصل بالتواصل الكلامي ..

اول استخدامات الطفل تكون للاشياء التي يريدتها او يحبها

اريد طعام ... اريد لعبة ... لا اريد الاستحمام ... مساعدة طفلك على استخدام اللغة بوضوح هو اقوى شي ... واهم شيء له
المهم في المرحلة هو وجود تواصل واضح بين الكلام والحصول على الشيء في وقته ...

لا نريد التوقف هنا

بمجرد ان طفلك يعتمد جزئيا على ماتريد او مايريد نريد ان نبني تواصل اكبر مع اطفال اخرين

مثلا :

بدء التعلم او الاستمرار بتداخل معين او لعبة

شرح او تحدث حول شيء معين

مشاركة قصة

الاستكشاف حول شخص معين (ماذا يريد ان يفعل لاحقا .. ماذا يشعر .. ماذا يحب
(.....)

في النهاية مناقشة وجهة معينة .. اهتمامات وامال واحلام

هذه هي وظيفة لغة تاتي من التواصل اللغوي ... وهي غنية

بامكاننا ان نبدأ مع اطفالنا بهذا الشيء

بعض الاهداف :

ان يقول كلمة معينة يشير الى ما يحدث ... مثلا يقول يركض .. حين يشاهد شخص
اخر يركض

جزئيا استمتاعه بشيء معين مثلا يقول (شعور جيد) مثلا اذا عصرت قدمه او ما
الى ذلك

يعبر عن شعور لديه

شرح قواعد لعبة معينة لك

ان يشاركك بعمل شيء يحب ان يفعله قبل الذهاب للنوم

اخبارك بقصة حصلت ذلك اليوم

ان يسألك سؤال عن نفسك

ان يسألك ماذا تريد

ليس تعليم للتواصل الكلامي في الخواء (على الفاضي))

في اغلب الاحيان الاهل او المعالجين او المعلمين يحصلون على نوع من التواصل ... يعرفون اهمية اللغة لذلك لها اهمية مضاعفة وفائقة

من لا شك ان الكلام مهم جدا لكن تذكر بان التوحد عجز بالتواصل الاجتماعي .. اللغة المشكلة الكبيرة فيه

اذا لم يكن كذلك لكنت تنظر الى طفلك وهو ينظر للناس ويحب الناس ويلعب مع الاخرين ومرن ويضحك على النكات ويعمل صداقات ويتلفت بطريقة فهم واستيعاب ويعبر عن الافكار سيكون لديك طفل ليس توحدي

حين تعلم التواصل اللغوي على الخواء وبدون دراية سيكون وكانك لا تعلمه محتوى الكلمة ..

لقد رأيت اطفال بالتوحد وبالغين يتحدثون بطلاقة لكن لا يتواصلون بصريا .. لا درجات صوتيه ولا تعبيراً واضحاً .. بدون اصدقاء اهتمامهم بسيط بالاشخاص هذا ليس معناه فشل او شيء سيء بل من الجيد ان اهله توصلو بكل ما بأستطاعتهم لكن كان بأستطاعتهم المساعدة اكثر واكثر اضافة الى اللغة ...

لا تنسى التوضيح :

وايضا لا تنسى اذا بإمكان طفلك التعبير لاشخاص ليسو من ضمن العائلة ممكن ان نعمل هذا يتوصيتين :

1-ان يحضر اشخاص اثنين اليك (لكن ليس بنفس الوقت) وترى هل بإمكانهم فهم طفلك

2-بعد ان تتوجه بتلك الخطوة ان تلعب وكأنك غبي اذا قال طفلك شيء بتمته ..
ويكون ذلك ((هل بإمكانك ان تقول هذا الشيء مره اخرى ... لاجلبه لك ... او
تقول ببطيه لكي اعطيك الشيء ثم توقف وانتظر منه المحاولة مره اخرى

هناك طرق اخرى للتوضيح ,, وتطوير الوضوحية لكن للان اصبحت على دراية
في كيفية تطوير هذا الشيء مع طفلك ...
وان تبقى دائما مشجعا له لتطوير وضوحية طلباته

الان سنتكلم على ما لا يجب فعله ::

التحدث كثيرا :

شاهدت بالكثير من تجاربي بان الامل يتكلمون بجمل طويله كان تكون ((ما هذا
البرج الذي تبنيه بالمكعبات ,, او ها انت تضرب الكره او هاك انظر هذه
الصورة لارانب تعبر الحقل ...

ما هي المشكله بكثرة الرواية عن الاشياء : حين تخبر كل ذلك الكلام فانت تقطع
التواصل الكلامي حين تقطع هذا التواصل ستعدم طريق التواصل مع طفلك للتكلم

الا في حال يكون لديك متكلم لغة بطلاقة ... سيكون عليك ان تأخذ وقت طويل
لتعلمه الكلام سأخذ الكثير من الوقت ... في حين انت تريد ان تعطي طفلك كل هذا
الوقت ... هنا يكون على كثرة المجال (الصمت) في هذه الحالة الذي تعطيه
لطفلك يكون له قدرة على تطور الكلام لديه

بالمقابل لا تؤذي طفلك بكثرة الاسئلة .. هذا ايضا يقطع التواصل الكلامي

بالإضافة إلى أن طفلك في أغلب الأحيان يفهم الضغط المحيط باللغته .. والذي يكون مضغوط منه ... أنا لا أقول لا تسأله ... إنما أقول لا تقدم له مجموعة متواصلة من الأسئلة غير المفهومة

أن تستخدم قواعد مختلفة للشيء نفسه وبأوقات مختلفة

مثلاً حين تعرض الطعام على طفلك .. مره تقول له "كُل" أو "طعام" أو حينما تعرض لعبة على طفلك " اسمها توماس مرة تطلق عليها توماس ومره اخرى تسميها اسم اخر ... هذا يولد ارتباك لطفلك

من المفيد جداً أن تبقى على ثبات متواصل باستخدام كلماتنا لا يهم ما أنت قررت أن تطلقه على اللعبة المعينه المهم عليك أن تسمي بنفس الاسم كل مره

هذا بالطبع لا ينطبق على الأطفال الذين يتحدثون بطلاقة

إذا كانت لغتهم جيدة .. عليك أن تشجع على وجود الاختلافات فيها .. لكن في حال طفلك بدء بالتكلم توا استخدم فقط المفردات الأولى نفسها
تعليم الطفل))

More & again))

تعلمهم لهذه المفردتين مفتاح للوصول الى الاشياء معظمها بطريقة سهلة ونحن لا نريد ذلك ...

استخدام معونة للتواصل :

لربما من الصعب عليك سماع ذلك

لربما من الصعب عليك سماع ذلك .. لربما استخدمت نظام الصور لتعليم طفلك .. وحاولت ايجاد لغة .. لربما وضعت وقت كثير لهذه الوسائل .. لربما تواصل طفلك نوعا ما معها

الحقيقة هو انك تريد تواصل لغوي

الطريق الوحيد للتواصل اللغوي هي لغة تتكلمها بشكل واضح .. اذا اعطيت طفلك طريق ثاني للتواصل للشيء الذي يريده غير اللغة والكلام ... لماذا يتكبد العناء ويتكلم ... فهو هنا حصل على طريق اخر غير اللغة

انا لا اقول بانه مستحيل على طفلك ان يتكلم اذا استخدمت هذه الوسائل .. لكن هذاتقليل لك من الضروريات

وبدون استعجال ايضا تذكر نريد تواصل لغوي واضح ومفهوم

وفي وقت قصير سيكون من الصعب على طفلك ترك هذه الوسائل سريعا

الطريق الوحيد لطفلك للتواصل معه هي الكلمات

واذا تواصل مع الصور والتعاريف سيكون صعب عليه استخدام الكلمات

لغة الصور مخصصة لفئة معينة ممكن ان تنفعها فقط

اما في حال فكرت ... بحال الاطفال اللذين لا يستطيعون الكلام .. الا نعطيهم طريقة للتواصل .. وهذا سؤال قانوني ومنطقي ... في الحقيقة هناك اطفال قلة خلال تجربتي (قلة) اللذين كانوا يعانون من معوقات او صعوبات في الكلام ... في هذه الحالة فقط نستخدم لغة الصور

لذلك علينا ان نعطي تفسير منطقي وواضح لانفسنا قبل تركنا لغة التواصل ((اللغة)) ونذهب نبحث عن وسائل للتواصل الاخرى

وقت النشاط ::

هذا الجدول مصمم لكي تعطي انتباه اكثر ل لغة طفلك

وكيف تتصرف نحوها

اصرف 15 دقيقة مع طفلك ركز على التواصل الكلامي

هدفك هو لتذكر 1 الى 3 كلمات او جمل التي يمكن ان يقولها طفلك خلال 15 دقيقة

اذا طفلك لا يتكلم يمكنك ان تسجل الاصوات مثل .. باا اوو كاا اسفل حقل الكلام

مهم جدا : ان لكل جملة او كلمة او صوت ان تكتب ردة فعلك لها
هل صفتك ؟ هل فرحت ؟ هل ركضت وجلبت شيء لطفلك ؟ هل وقفت بدون
فعل شيء

كما في الجدول في الفصل السابق لا تجعل الجلسة اكثر من 15 دقيقة .. لان ...
اسمع وانتبه لما يقوله طفلك ... وكيف انت استجبت له هو اهم شيء في المرحلة

Verbal Communication		
Word or Phrase	How You Responded	Did You Over-Talk or Narrate? (Yes/No)

Table 5

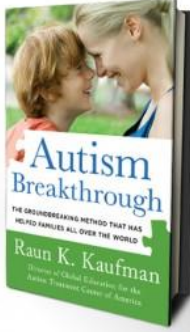
نقاط البدء :

في المرة القادمة اذا اراد طفلك شيء .. بكل فرح اطلب منه ان يفعل ذلك ب (بكلمة واحده ، بصوت واحد ، او كلمات متعددة .. معتمدا على حال اللغة معه الان) قاوم المجادلة التي يعمل بها لتصرفك هكذا والوصول بيدك الى الشيء ومحاولة البحث عليه .. ليكون واضحا لطلبك اللغة .. عليك ان تؤمن بقدره طفلك على الكلام او التلحم اكثر وتذكر عليك ان تترك وقتا له وقفه او سكوت ليحاول التكلم

كما عليك ان تحرص على بيئة طفلك الحالية وليس عليه ان يعيد كل شيء الى ما يريد وبطريقته .. وتذكر عليه ان يكون مستحقا ليجعل من طفلك يحاول الكلام .

<http://www.autismbreakthrough.com/chapter/.7>

Chapter 8



Fundamental #3: Interactive Attention Span

المكون الاساسي الثالث : 3-مدى الانتباه التفاعلي

في حال طفلك قام بالحركات التكرارية (ايزم) هذا هو مدى معين من الانتباه اذن لدينا مشكلة في مدى الانتباه التفاعلي للطفل

في حال طفلك يقوم بالحركات التكرارية .. عليك ان تكرر معه لكن هو في هذه الحالة لا يتواصل

الا في حال لعب معك

او ركض او نظر او لاحقك او تكلم في هذه الحالة فان طفلك تواصل معك او تفاعل معك على فرض ان ابنك كرر التصرفات التكرارية ستنتضم انت اليه ايضا .. هناك وتفاعل معك بشيء معين ... هناك وعاد للتكرار تستمر بالانضمام وتقليد نفس الحركات ... وثم عاد وتفاعل معك ... ثم عاد للتكرار تستمر ايضا انت بتقليده

ما حصل هو انتباه تفاعلي وزيادة الانتباه التفاعلي من دقيقة الى دقيقتين حتى لو كان دقيقة واحده تحصل عليها منه ... لنفرض ذلك ... ف ستبدأ بها ... اريد ان اتصور

هذه هي الطريقة الوحيدة التي ستبدأ منها ... لان هذه الدقيقة لا تخبرك عن مستوى او امكانية تطور ابنك او كم ستطول خلال ستة اشهر

اذا كان انتباه التفاعلي قليل .. الان .. اذن بإمكانك ان ترى ذلك شيء جيد

معنى ان طفلك يريك مقدرته وعجزه بحيث انعكس بالانتباه التفاعلي معه
فكر ما هي الامكانية التي تتاح لنا بمجرد ان تطول هذه المدة
استراتيجيات :

اكثر ماتتضم لطفلك .. يقلل من حركاته التكرارية .. يزيد من وعيه التفاعلي ...
حينما تركز على النشاطات التفاعليه ... بالمناطق المحيطة بطفلك .. ستحظى بفترات
اطول من التواصل .. وستحصل عليها بدون تحفيز هذه هي بعض المفاتيح التي
يمكنك البدء منها :

1-تتضمن مجموعة من الاشياء الجيدة :

اول جزء من اللعبة او المحادثة التي سيحبها طفلك اذا كان طفلك يحب المطاردة
بالذات حين تطارده او تمسكه افعل من ذلك كثيرا
اذا احب ان يشاهدك كأنك تسقط مغشيا عليك افعل من ذلك كثيرا ..
اذا احب طفلك ان تأرجحه افعل ذلك كثيرا
اذا احب القيام بنزله .. او لعب باللعبة متظاهر بطيران طيارة .. افعل مثل مايجب
2-حافظ على العودة الى اللعبة او النشاط :

الكثير من الاهالي يقلقون في احتمالية ان الطفل يفقد اهتمامه باللعبة او النشاط
بمجرد ان انتباههم

لربما تشعر بنفس الشيء

اسأل نفسك ... هل لاحظت ان ابنك عاد لعمل التصرفات التكرارية بمنتصف لعبه او نشاط بالتأكيد

هذا امير يدعو للامل لانه انت ببساطه انضمت له وفي حال انضمت له سيتواصل معك مره اخرى .. السؤال هنا .. هل حاولت ان تعود مع طفلك للعب نفس اللعبه لانك توقعت انه فقد اهتمامه بها

اذا فعلت وهذا ما يفعله معظم الاهالي .. من المهم لطفلك ان تكمل مع نفس اللعبه او النشاط وان تبذل جهدا معه لاكماله

حينما تشعر ان طفلك تواصل معك مجددا اكمل اللعبه :مثلا انا فرح بعودتك .. اكمل دورك .. او انا سعيد لسماع جوابك ... في حال سألته سؤال واجاب

3-ادعو طفلك للعودة للعب بنفس اللعبه مره واحده

مثل ما هو المهم المحافظه على اللعبه من المهم تركها في حال عدم رغبته بها هل وجدت نفسك ترغب في ان تعيد تواصل ابنك ويفقد اهتمامه باللعبه ... بالطبع وانت تحاول ان تربط ابنك معك وان تجعله يتواصل ..

اذن اذا كنت تلعب مع طفلك لعبه .. واحسست انك فقدت التواصل معه حين يعود اعرض عليه العوده للعب مره احرص على ان تكون دعوتك ممتعه مثلا ان تقوا ... اووه دورك هيا لننهي اللعبه معا ان مستمتع معك كثيرا ... اذا لم يستجب طفلك من المهم التوقف الان ... تواصل معه او معها بالانضمام وتحول الى صديق رائع .

وقت النشاط

15 دقيقة من التواصل التفاعلي .. لعب لعبه معينه .. حاول ان تجعل الموضوع بسيطاً ومن الأسهل اختيار الألعاب السهلة ... مثل الركض والمطاردة تذكر لا يجب عليك ان تعتمد اخذ لعبه شاهدت طفلك يكرر الحركات كثيرا حين يراها في الجدول اللعبة ومدة التي لعب فيها الطفل من المهم معرفة الوقت الذي تواصل فيه الطفل معك

قبل ان يفقد ارتباطه بك او بدء بتكرار التصرفات التكرارية

تذكر ليس عليك ان تكون كامل تماماً باللعب وتلعب فقط الألعاب التي تترابط مع طفلك بنجاح المهم هو ان تكون محقق مع طفلك وتستخدم طرقاً مختلفه وتبدأ بملاحظة ما الشيء الذي يربط طفلك او لا

وإذا حدث وان طفلك تواصل معك لمدة 15 دقيقة ... بإمكانك زيادة المدة بالطبع

Interactive Attention Span	
Game/Activity	Length of Time

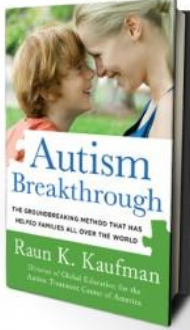
Table 6

<http://www.autismbreakthrough.com/chapter8/>.

نقاط البدء : أختبر لعبة معينة من الجدول 6 وقدمها مره في اليوم لمدة اسبوع لاحظ اذا كان هناك اي تغيير وهل هناك ترابط من طفلك معها وطول الفتره

تذكر ان تقدم اللعبة بطريقة مرحة وبدون ضغط اذا تواصل طفلك بها بنهاية الاسبوع فهذا رائع اما اذا لم يتواصل هذا ايضا رائع من خلال (جمع المعلومات والمحاولات) مع طفلك وتعلم ان هذه الفعالية لا تربطه معك الان يمكنك ان تحاول لاحقا خلال شهر او شهرين القادمة .

Chapter 9



Fundamental #4: Flexibility

4- المرونه:

قبل الخوض في تفاصيل هذا المكون ... لنقرأ عن ارتورو قليلا :

تجربة ارتورو ... كان والداه نوعا ما راضيان عن ادخال ابنهم مدرسة خاصة لاطفال التوحد والتي تعمل بنظام اي بي اي وتعلم الاطفال من الصور ... الذي حدث مع ارتورو بانه اخذ نظام معين وهو يلعب يوميا بنفس النظام ... ويرتب الحاجات ويحل الاحاجي بنفس الطريقة ... يوميا

اي ان اهل ارتورو حين وصفه لعبه بانه هو ليس لعب بالواقع بمجرد ان تغير قاعدة واحده للعب سيرفض اللعب معك او يتركها او يقلبها رأسا على عقب

اذن نلاحظ من الطفل كأنما التصرفات اليه ... اي بمجرد ان الاهل يبديون باللعب من اليد اليسرى بدل اليمنى سيرفض اللعب

في حين التحاقهم معنا ... علمنا اهل ارتورو كيفية بناء نوع من المرونة بتحفيز ارتورو واعطائهم استراتيجيات معينة اضافية

حين عاد اهل ارتورو للمنزل .. بدأؤ بتطبيق البرنامج مع طفلهم وهم مبتهجون بما سيطبقو مع طفلهم ...

هو كاد ينهار بسبب تغيير الجدول .. بدأ يتحمل التغييرات التي تطرأ وفي بعض الاحيان بدأ يلعب مع اخته الصغيرة

اصبح مرن اكثر ... في حال مقاطعته وعمل شيء او تغيير قوانين اللعب ... ومن المهم للاشخاص الذين يلعبون ان يشاركو باللعب بدل ان يكونوا انسان الي للمراقبة

في وقت الذي اخرجت والدة ارتورو الاحجية ... اخذ بسرعة القطع الكبيرة .. بهدوء والدته طلبت منه

(هل من الممكن ان اخذ قطعة من ما لديك)

حذق بوجهه ارتورو ابتسمت بوجهه وبقيت متماسكة

نظر ارتورو الى قطع الاحجية في يده ثم عاد للنظر اليها مجددا ... ثم عاد للقطع مره اخرى

ثم ببطء متعمد اخذ ارتورو احد قطع الاحجية بيده الاخرى واعطاها لامة هنا وجد اهل ارتورو عالمه ... ثم اصبح اللعب مع الطفل بمرونة اكبر ..

لماذا المرونة مهمة جدا :

ليس الخطأ في ان يكون هناك نظام للطفل .. لكن الخطأ تعليم الطفل اي نظام بحت لان سيزيد من بقائه توحدي ... نحن نريد ان نشغل العضلة الضعيفة ... اي شيء يراه الطفل صعب عليه ...

من الحقائق التي يجب اعتبارها :

1-دائماً سيكون هناك تغيير بالجدول .. وكذلك اي روتين ... اي امر مطلوب تنفيذه .. الوجبات التي تقدم له ..

2-هناك دائماً سيكون اشخاص اخرين حول طفلك .. سواء كانوا اطفال او بالغين .. الذين تريدهم ان يخبرو كيفية اللعب معهم وماهي قواعد اللعب معهم

3-الطفل الذي عنده اختلاف او يكرر بالتصرفات (ايزم) بالتأكيد يستطيع دخول المدرسة

4-حياتك ستكون اسهل الاف المرات اذا قمت انت وعائلتك باللعب مع طفلك بدون مشاكل او انهيارات .. وكذلك ستكون حياة طفلك

5-كل شيء معلق بتطور ابنك مرتبط بمقدار مرونتك معه ..

لنرجع للمرونة مرة اخرى ... الشيء الرائع بها هو ليس مجرد مرونة وتبسيط وانما تساعد طفلك في حال لديه صعوبة في اللغة وكثيرا ما تساعد الطفل على التدريب اللغوي ويواجه صعوبة استخدام عضلة الفم ..

ففي بعض الاحيان نلاحظ ان طفلاً يقول كلمة معينة في يوم ... ولا يستطيع قولها في اليوم التالي الذي يظهر هو ضعف قوة العضلات عن طريق الفم ... فكيف تكلم في اليوم السابق ولم يستطع اليوم

السبب هو المرونة تصبح مثل اللعبة .. المرونة تساعد طفلك في التوجه للامام ...

في احيان حين تسأل طفلك لعمل شيء .. هو يسأل كأنما ليذهب بطريقتك انت .

لمعظم اطفالنا ... هذا تحدي كبير جدا

هو اشبه بالتنازل عن الحكم الذاتي ... وهذا الشيء يكون صعب جدا للاطفال خاصة انهم يصعب السيطرة عليهم او غير واثقين

ففي معظم الاحيان يظهر التأثير مع اللغة اذا كان طفلك لا ينطق بعد

ان يأتي شخص لطفلك ويقول له "قل ماء " او طبيعي اكثر " اي لعبة تريد ؟ " ففي هذا يحتاج لطفلك ان تصل اليه من طريق اخر وهذا ما يحتاجه المرونة

اذا كان طفلك لديه قصور في المرونة ... سيكون الكلام صعبا عليه في بادئ الامر ... حتى لو كانت لدى طفلك مقدرة على الكلام .. اذا في اليد الاخرى وجهته بالمرونة .. فانت تزيل اهم عقبه له في اللغة ..

اللغة هي مثال واحد من كثير من الاشياء

حينما تساعد طفلك على ان يكون مرن اكثر .. انت ترفع عقبة هائلة من كل الاشياء المحيطة

كل جهة اخرى لتطور طفلك هي تكون متجهه للامام ...

الاستراتيجيات :

انا اعلم ان قلت هذا سابقا ... ومع احترامي للنظريات الاخرى لكن عليك ان تعلم بانك لا يجب ان تعمل بالمرونة مع طفلك اذا كان غير متواصل معك (ايزم) يقوم بالتصرفات التكرارية ... فهو لن يستجيب

تعمل على المرونة فقط حين طفلك متواصل معك

1-ان تكون الصديق الخارق :

ان تكون مرنا ومتجاوبا مع كل مايريده طفلك ... مثلا حين يريد ان يأخذ كل العاب السيارات له وياخذ حتى العاب السيارات التي معك ... دعه .. اذا يقول لك لا تلمس ذلك ... لا تلمسه .. اذا ارادك ان تقف على قدم واحده تقف ... هذا يساعد كثيرا خلال هذه المرحلة لانه يساعد في بناء ثقة وراحة لطفلك

2-حاول ان تشرح شرح بسيط ... مثلا قبل ان تذهب للعشاء .. "" سنتعشى بعد قليل " و عليك ان تتحدث بنغمة واضحة ومريحة للطفل وباختصار .. " حبيبي بعد نصف ساعه سنلبس احذيتنا ونصعد الى السيارة لدينا موعد مع طبيب الاسنان "

3-افهم خطأ : اذا كان الطفل يرغب بشيء محدد ومعين وبطريقة معينة .. حاول ان تختلق خطأ ... وافعل شيء خاطي للحظه ... اذا كان الذهاب للفراش بصورة نموذجية : غسل الاسنان ... لبس ملابس النوم ... حاول ان تقدم شيء على شيء اخر كان يكون لبس الملابس ثم غسل الاسنان اذا كان يحل الاحجية كل مره بنفس الطريقة ... اذا كان طفلك يريدك سواء كان بطريقة كلام او بدونه ممكن ان تقول " او ... فعلتها بطريقة مختلفه " "من الممتع كثيرا ان تفعل الاشياء بطريقة مختلفه ""

4-دورك في اللعب :

في العادة حاول ان تعمل سيناريو لطفلك بحيث يواجه به صعوبة .. اذا كان طفلك يعاني من صعوبة الانتقال من المنزل حاول ان تفعل لعبة كأن تهى نفسك للخروج ... على ان يكون طفلك على مستوى متطور ليدرك ذلك .. لكن اذا كان طفلك لا ينطق في الوقت الحالي عليك ان تحفظ هذه النقطة لوقت لاحق

5-كن ساذجا مع طفلك

بالحالة الطبيعية حين يحدث شيء لطفنا في الجزء الخاص براحتهم ... سنصبح
صعبين وملتزمين لاننا نعلم ماذا سيحدث ... وهذا خطأ جدا ... ببساطة لو ان طفلك
اصبح هائجا حياي تغيير معين .. لموقع .. او يريد شخص ان يفعل شيء اخر ..
تصرف بسذاجه وبساطة ... اذا مثلا قدمت فترة العشاء قبل الساعه السادسة وطفلك
يريده ان يجهز الساعه السادسة ضبط ... يمكنك ان تقول "" يا الهي الريح دفعتني
على طاولة العشاء "" او "" يا الهي كم انا غريب اكل قبل وقت العشاء ""
يمكنك ان تفعل اشياء بحيث كأنما انت تندفع باتجاه طاولة العشاء .. او ان تسقط
ببطء ... الى حين وصولك للطاولة

اسئلة يجب ان تسأل .. وطلبات يجب ان تعمل :

من المفاجأ ان ترى عدد الفرص والتي اغلبها لم تكن تلاحظها لتحول نشاط هو
يحدث فعلا وتحوله الى تحدي في مرونة مع طفلك
تكون منطقية تماما حينما نلاحظ مثل هذه الفرص
لن يقول لنا احد ان نبدي انتباهنا بمرونة اللعب مع اطفالنا "" طالما طفلك لا يكرر
الحركات التكرارية ايزم ""
هذا مثال على بعض الاسئلة التي يمكننا ان نسألها او طلبات يمكننا ان نطلبها
""من الممتع مشاهدتك تلعب .. حان الان دوري باللعب ""
""ياالهي .. عليك ان تجرب لعبتي ... انها ممتعه جدا ""
""عندي فكرة .. لنرى ما يمكن ان يحدث اذا فعلنا كذا ""
الخ.....

وقت النشاط:

الجدول 7 عليك املائه خلال فترة 3 ايام ... اليوم الاول اختر من طفلك ان يفعل بطريقة مختلفة .. ادعوه ليستمتع

غير وقت وجبه واحده .. شجع طفلك على تبديل ملابسة بطريقة مختلفة ... مثلا بالبنطرون ثم القميص "

في اليوم الثاني اختر عنصر لتغييره .. في اليوم الثالث كذلك

في الجدول التالي استخدمه لمتابعة طفلك .. في التغييرات التي فعلتها وما هي استجابته لها

في العمود الاول اختر اللعبة او النشاط .. في العمود الثاني ببساطة ان توضح على صح او خطأ .. هل طفلك وافق على التغيير ام لا

"بالطبع الرفض يكون اما ان يقول لا او يتجاهل او يبين بطريقته "

تذكر لاتلتزم بان شرط يكون نعم لكل لعبة تختارها ..

Flexibility	
Item That You Endeavored To Change	Did Your Child Agree To The Change?
1)	YES / NO
2)	YES / NO
3)	YES / NO

Table 7

نقاط البدء :

تبدأ من محاولتك ان تكون ساذجا على سبيل التغيير .. اي وقت واي شيء يجب عليه ان لا يكون متوقعا .. استجب بمرح وسهولة وسذاجه .. اذا العمه ماريا لم تصل بالوقت المحدد حينما قالت انها ستصل به تسأل امام طفلك " اوو العمه ماريا لم تصل .. الان لدينا دقائق اضافية للعب ... وهكذا... اذا اراد طفلك الطعام الممنوع عنه .. عليك ان تتظاهر باكلك ليده ولربما تدغدغه قليلا .. ليس هناك طريقة كاملة لان تكون ساذجا لذلك اعط لنفسك الفرصة الان لتكون كذلك

ملاحظة : الفصول الخمسة السابقة ستقفز بمهارات طفلك التواصلية والتفاعلية والاجتماعية .. وهذه الفصول هي فقط البداية من برنامج سن رايز المطور وهو ليس النهاية ... نحن نمضي اكثر وقت في البداية لكي نساعد في نهوض الاطفال خطوة بخطوة وتتضمن المتابعه الحرفية له وضمن الى اين وصل طفلك وتطبيق النشاطات لننتقل بطفلك الى المستوى الاخر ... كما لاحظت في الفصل 5 بإمكانك تنزيل الموديل من الموقع .. الاساسيات الاربعه في التنشئة الاجتماعية هي مراقبه ومفهومه لانه هو ما طوره براين ووليام هوكان .. وانا اشكرهم من كل قلبي

Chapter 10



How Giving Control Generates Breakthroughs

كيف ان اعطاء السيطرة يكون العبور او التحرر للطفل :
بعد ان انهينا اهم المكونات التي يجب ان تتبعها مع طفلك ... افضل طريقة ليحقق
معك اهداف اخرى هي ان تجعل اهمية التفاعل معك بينك وبين طفلك هي اهم من
اي هدف اخر

من المهم ان تعرف التفاعل هو اهم شيء لطفلك بما انه يعاني من خلل التواصل
بالعلاقات الاجتماعية .. الذي هو التوحد .. بناء ثقة وزيادة التفاعل ليس يبني فقط
ثقة وتفاعل وانما هو يبني كل شيء اخر في طفلك ...

وهذه هي اهم الاهداف التي تسعى لتحقيقها مع طفلك

انت تحب طفلك وتقدر ما يطرره طفلك ... هذا رائع ومهم لك وله .. انا اعرف من
السهل عليك وبهدوء تشاهد نفسك تحقق ابتسامه لطيفة بينك وبين طفلك . . لكن من
المهم ان تظهر نوع من السيطرة لك على طفلك ... في الواقع صراعات السيطرة
من اكثر المتداولات التي تعطلك والتي يمكنك ان تحصل عليها مع طفلك ... يجب

عليك ان تتجنبها على قدر الامكان .. عدا اذا كان الشئ يتدخل فيه عنصر الامان
فعليك التدخل فورا

مشكلة صراعات السيطرة :

في الفصول الاولى ذكرت الاحساس الذي يمر به الطفل والذي تحكمه نوعين :
1-معالجات الشعور وصعوباتها (كيف يشعر بالاصوات والروائح واللمسات و....)
2-اشكاليات تميزه للانماط : (ان يشعر بعدم الاحتماليه ... وخارج السيطرة)
اي شخص بصورة عامه اذا انتقل من مكان الى اخر ... او من مدرسة الى اخرى
او يفقد وظيفة او ... يصبحون مسيطرون لفترة وجيزة .. لربما يسقطون في
هاوية الروتين .. يبحثون فقط عن الاشخاص المألوفين لهم .. يبحثون عن وقت
الوحدة (بحيث انهم يستطيعون السيطرة على ماحولهم) بهوس ينظفون منازلهم ..
يشاهدون الافلام التي شاهدها سابقا ... وبنفس الوقت سيحاولون ان يتجنبوا اي
موقف جديد او اشخاص ويردونك بعنف في حال حاولت تغيير تصرف معين لهم ..
وذكرنا بالفصل 2 ما يظهر على طفلك من جمود او من مقاومه او اي تصرف غير
طبيعي

هو بالواقع يتصرف بطريقة طبيعيه .. يعطيك صورة عن ما يواجهه بالضبط ..
لذلك ليس من المفاجيء بان اغلب الاطفال هم المسيطرون

اول ما يفعله الناس مع الطفل المسيطر هو "" تحطيم وكسر "" سيطرته للتصرفات
التي يقوم بها لربما شخص يسأل نفسه : ليعيش في هذا العالم .. على طفلي ان يقوم
بكل شئ بصورة طبيعيه .. لذلك علي ان اجبره ليقوم بها بالطريقة الصح

لربما لبعض الأشخاص يصبحون واقعي ونفعي لربما يفكر ... على طفلي ان يغسل اسنانه علي ان اجبره على ان يغسلها سيتعلم حتى لو قاومني الان لكنه سيتعلم لاحقا .. وسيكون هذا جيد بكل الاحوال حين تكون اسنانه نظيفة ...

اذا احد هذه السيناريوهات حدث معك .. هذا ليس طبيعي انما غير مفهوم مطلقا انت تحب طفلك وتحاول ان تجعله يناسب عالم ليس هو بالضرورة يفهمه او يفهم اختلافاته !

وفوق ذلك سيكون لك ملايين الاشياء تفكر بها ..

المشكلة هو انك ستذهب بالاتجاه هذا مع طفلك الذي ينتهي بكم الوصول الى طريق أعلى نتائج عكسية ادعاء السيطرة على شخص معين .. هو مسيطر يؤدي الى ان يزيد من سيطرته سيجد من نفسه مجبرا على ان يفرض سيطرته ... والمحاربة لتقوية سيطرته..

فكر في حبل مع عقده .. انا اسحب من جهة وانت من جهة اخرى

كلما سحبت اكثر كلما اصبحت العقدة اقوى ... لاننا لا ندعها لا يمكنك ابد ان تفك العقدة بالسحب ... لا بد من ترك الحبل لمحاولة فك العقدة ..

المفتاح لفهم هذا الموضوع هو :

اذا اردت من طفلك ان يكون اقل سيطرة .. (وهذا معناه مرن اكثر .. ويتعلم اكثر ويتطور ويحقق اهداف اخرى) عليك انت تعطي طفلك السيطرة قدر المستطاع

هل مر يوما ان حاولت ان تحتضن طفلك ولم يقبل ان تحضنه .. هل كان يصرخ ويدفع بك .. هل يسبق لك ان حركت عنصر من عناصر اللعبة التي يلعبها طفلك وحركتها بيدك محاولا تصحيح مسارها ؟

هل ضغطت يوما على طفلك لمجرد ان يصفح شخص رأيتة وقلت له قل مرحبا او قل شكرا لك .. هل امسكت بطفلك محاولة جعلها تصفف شعرها ؟ او غسل وجهها وهي تحاول ان تقلت منك؟؟

هو بالطبع شيء اعتيادي منك لتعمله مع طفلك .. معظم الاهالي لا يعون التأثير الذي يحصل حينما تطبق مثل هذه الافعال ... على الطفل ... لربما وجهته لفعل معين تنظيف اسنان تمشيط شعر .. لكنك تتوسط الى تسوية والتعلم على المدى البعيد ... لانك تجد الطفل ليس مجرد ان تزيد سيطرته فقط وانما ليس اجتماعي او متعلم وبالاكراه وعدم الرضى

قصة مايكل :

ام مايكل وجدت ان على ابنها ان ينظف اسنانه .. مايكل طفل ضعيف بعمر 7 سنوات ولغة طفيفة لديه ... لم يكن لديه نفس الشغف .. حاولت والدته التوصل الى الحل

كل ليلة ببساطة تمسك راسه وتحاول ان تفرش اسنانه ولم ترضى بذلك بالتاكيد .. بالواقع كانت تكره ذلك .. لكنها لم تجد طريقة اخرى لتنظف اسنان طفلها ... هل كان عليها ان تترك طفلها بدون تنظيف وتتلف اسنانه ؟

هذا كانت اول مشكلة توجه بين مايكل ووالدته ... جعلتها تأتي الى مركز التوحد وبرنامجها ... على الرغم من بقاء تنظيف اسنانه من المشكلات الاولى .. لكنها بالليل كانت تدمر كل ثقة للطفل لكي يطور نفسه معها . وكانت تقول امه لطالما كان يهرب مني ... لم افهم لماذا يفعل ذلك

للتوضيح ... كانت والدته تحبه جدا ومهتمه به وكانت تريد الافضل لطفلها .. لكنها ببساطه لم تكن لتجد حلا اخر له ... وشعرت بانها اذا تركت ذلك يشعرها بانها ام غير صالحه ... وشعرت بانها عالقة بالمنتصف ..

بعد ان جلسنا مع والدة مايكل وعرفنا ما كان يحدث بدأنا بأخبارها ان اجبار مايكل لغسل اسنانه يزيد من المشكلة ... بالتالي حضر الشخص السؤل عن حالة مايكل ... وحاولنا معه مشكلة تنظيف الاسنان .. اول شيء عمله الممارس هو اللعب كثيرا

مع مايكل وحاول ان يترابط معه .. ويتواصل ويكون علاقة مترابطة ... وبعد الكثير من اللعب ... فجأه سحب الممارس بكل مرح فرشتين للاسنان وعرض على مايكل تفريش الاسنان بطريقة مرحة "" مايكل انظر لدي لعبة مثيره "" ركض مايكل بسرعه احد جوانب الغرفه ... فقل له الممارس "" حسنا مايكل اذا كنت لا تريد ذلك ... فليكن "" تذكر دائما لا تعني لا ... لكن يمكنك العودة بعد 5 او 10 دقائق .. حاول الممارس بنفس الطريقة حوالي عشرة الى احد عشر مره الى ان استجاب معه مايكل للعب بدأ معه باستخدام الفرشة ... "" يالهي انها شعور لطيف "" مايكل عليك ان تجرب ذلك ... ان شعور جميل

ما نريد قوله ان الممارس انتظر الوقت وادرك انه يحتاج الى دقائق اخرى لكي يعمل مايكل ذلك

هذا هو احد اغلب المواقف التي تمر بالاهل .. بعد 3 دقائق اصبحنا قريبين من بعض ..

لماذا لا اقوم انا بوضع الفرشاة وتنظيف فمه .. .كان هذا سيكون خطأ اخر لانه سيهدم كل الثقة التي بنيتها اليكم المشكله .. هو ليس مجرد تنظيف اسنان .. لدينا المئات من الفعاليات نريد ان نعلم مايكل ان يفعلها .. اذا اجبرنا على شيء سيصبح كل شيء اصعب كثيرا ... لانه يرى انه يجبر على عمل اغلب الاشياء بالقوة ..

انت هو المعرف بكامل هذا العالم ...

هل سبق ان شاهدت شخص من دولة اخرى .. اي تصرف يقوم بها هذا الشخص ستوقع ان كل الناس من هذا البلد هكذا .. اذا كان يضغط عليك او اذا كان طيب او

اي صفة اخرى ... كذلك الحال مع طفلك فانت المعرف له عن كل الناس في هذا العالم

قوانين العالم الفعلي وقيوده :

حينما اتحدث ضمن مناقشات التوحد غالبا ما يسألني الاهالي كيف اذا اعطيت طفلك حرية السيطرة ان يتقيد بالقوانين والقيود لهذا العالم الذي ليس لديهم سيطرة عليه .. ولا يعرفوا كيف يتقبلو " لا " منه

انا دائما ما اذكر السائلين بانهم لن يعطوا هذه السيطرة الى الابد .. بينما هم يعطونها خلال فترة تدريب الطفل ضمن برنامج سن رايز ...

اطفالنا ليسوا قادرين بعد على الاحساس او متمكنين منه ولا يعون الظروف الاجتماعية في هذا العالم .. لذلك في هذا الوقت نريد ان نوفر له وضع سهل ويتحملة ... ونرحب به في عالمنا ليثق بنا ويلعب معنا ...

حينما يعبر اطفال التوحد اغلب جسر عالمهم الى عالمنا يكونون بذلك متفاعلين .. مستمتعين ... ومرنين ويستطيعون التواصل بنشاط حينها يمكننا ان نعلمهم بقوانين العالم الحقيقي ..

استطيع اخباركم من خبرتنا بان الاطفال الذين تخرجو من برنامج سن رايز ... بانهم مستمتعين وسهولة التعامل معهم ويتعاملون بصورة جيدة مع قيود العالم المحيط ولا يتوقعون كل شيء مدار حولهم على العكس ... يتوخون الحذر ومهتمين ومنصتين لما حولهم من الناس ...

وقت النشاط ...

انظر الى الجدول التالي (8) فكر في 5 مواقف تحاول بها السيطرة على طفلك ليس عليك ان تفكر فيهم جميعا مره واحده ... يمكنك ان تملي بعض وتترك الباقي لاحقا

..

بالاضافه .. ليس عليه ان يكون تحدي كبير .. لو هلة لربما حين تأتي من العمل حين تحتضن طفلك ويحاول ان يفلت نفسه منك ... بالتأكيد هذا ليس صراع ... لكنه يكون عليك ان تفكر كيفية ان تسيطر على ذلك

لكل موقف اتي بالجدول اكتب ما تفعله بالعادة معه .. واكتب ما ستفعله بالمقابل معه

...

الجدول مصمم ليكون بسيط .. لايوجد اي تعقيد بالموضوع وسيكون دليلك ويذكرك دائما ...

Control Battles	What you usually do	What you will do now
1)		
2)		
3)		
4)		
5)		

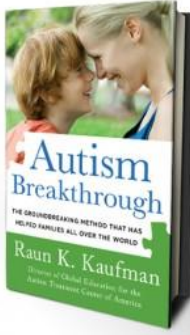
Table 8

[http://www.autismbreakthrough.com/chapter10/.](http://www.autismbreakthrough.com/chapter10/)

نقاط البدء :

انفق 15 دقيقة مع طفلك واعمل ما يريده هو بالطبع هذا لا يتضمن اي شيء غير امن لسلامة طفلك ... دع طفلك ان يكون القائد اذا كان يريد منك الركض اركض اذا كان يريد منك ان تقف ثابتا قف ثابتا اذا كان يريد منك ان تلعب لعبة معينه العبها ... افعل اي شيء لتري ماذا سيحصل والعب بفرح وحاول ان ترى كيف ذلك يشعرك .. ولاحظ كيف يستجيب طفلك

Chapter 11



The Good Tryer Principle and Celebration: Turning Your Child Into a Learning Powerhouse

الفصل 11 : مبادئ المحاولات الجيدة تحويل طفلك الى طفل قوي التعلم :

اغلب اطفال التوحد ضعيفي المحاولات ... ماذا يعني هذا ؟ لمعظمنا وفي اغلب الاوقات تاخذ محولات متنوعه لايجاد شيء جديد

هذا بالتأكيد ليس غريب عليك .. اذا اردت ان تكون راعب كرة سلة ماهر وجيد فعليك ان تظرف الالاف من الضربات في كرة السلة وبالتأكيد لن تدخل كلها بعضها لا ... لتصبح طباح ماهر عليك ان تصنع الكثير من الاكلات وبعضها تنتهي بطعم غير جيد .. عالاقل وفي النهاية فانت تحاول ان تنسج الخيوط الاولية للموضوع في ان تفعل خطأ في بادئ الامر

ما اريد قوله هو ان تحاول كثيرا ومرات عديدة حتى لو اخطأت قبل ان تحقق تقريبا كل شيء

ماذا يعني هذا لطفك :

طفلك يفقد المهارات التي انت تخطط لتعلمها اياه .. الطريقة الوحيدة لتحقيق ذلك هو لعمل الكثير والكثير من المحاولات في كل شيء بسيط تحاول ان تعلمه اياه

اذا بقي طفلك غير راغب في ان يتعلم وتبدو هناك صعوبه اكثر من مره ومرتين ... مستحيل ان يتعلم المهارات التي تنقصه خاصة الاجتماعية منها وهي اهم الصعوبات التي تواجه طفلك

المهم ان تفهمه معظم اطفال التوحد هم ليسو محاولين جيدين .. لا يحبون المحاوله في اي شيء وهذا يصددهم في جدار كبير اذا فكرت بالتطور هناك بعض الاسباب المنطقية بما فيها الصعوبات التي يواجهها اطفالنا .. مع المرونه والتفاعل والتداخل في محيط الانتباه ..

على كل حال الجزء المهم في المعادلة هو انا اريد ان اوجهكم الى المتغير الاول والاهم الذي هو : أنت

هناك الكثير من الانواع والاشياء التي تفعلها بدون رغبة التي تحبط طفلك في محاولاته

لنناقشها نقطة بنقطة : اذا فعلت احد هذه الاشياء فهذا يجعلك اب او ام طبيعين :

ان يكون محاول ضعيف :

اغلبنا يحب ان ينجح في الاشياء التي يعملها ... اذا لم نكن لننجح بها فلماذا نفعلها ؟
لذلك يصبح لدين فكرة ان نمتنع اشياء لانها ممكن ان نمر من خلالها ببضع خطوات
خاطئة

من المستحيل ان ندير ذلك بدون تعمد التواصل ... وارسال رسائل محاولات لطفلك

لربما انك لا تصدق .. لربما تقول كيف لحياتك ان لا تكون تاتر على طفلك ...
دعني أسألك هذا السؤال .. هل حاولت مره ان تترك علاج ابنك لانك قلقت من ان
يرفع امالك هل تذلت يوما وانتكست لمجرد ان ابنك حاول عمل شئ لكن لم يستطع
عمله ... في اي موقف من المواقف اظهرت اهتمام اكثر هل عندما حاول طفلك
عمل شيء او عندما فعلها بنجاح حقا

اذا اي من هذه الحالات صحيح بالنسبة لك ليس هناك ما تضرب نفسك وتلومها من
اجله ... انت انسان ... معظم الناس من ضمنهم اهالي واثقين ادارو الوضع بهذه
الطريقة

اهم شيء هو انك يجب عليك ان تميز اي خوف من محاولة ذلك وان تركز على
التغيير لان ذلك سيكون ذو فائدة اكبر اول خطوة انصحكم بها هي ان تبدأو
الطريق لانتهاز اي فرصة من محاولات التدريب ان تتعمد المحاولة عمل الاشياء
المحتمل ان تكون خطأ .. هو كمحاولة تصليح شيء في المنزل ... لكنك لا تعلم
كيفية تصليحة ... محاولة طبخ شيء ليس لديك خبره به او مهارة جديدة كلغة او
الهواية لعب لعبة معينه لم يسبق انك لعبتها سابقا

اصبحت معتادا على المحاولة تصبح كشياء طبيعي لك للعمل والتي تقيدك وتشعر بانك تحاول العمل بها .

تخريب محاولات طفلك :

لان معظمنا يشعر بالسوء حول محاولة والفشل ... نحن لا نحب ان نشاهد اطفالنا يحاولون عمل شياء ولا يستطيعون النجاح به ... لذلك نذهب لنعمل الاشياء بدقه . " ليس تمام الدقه " شياء يمنعنا او يقطع مشوار مثل هذا الموقف ...

عندما يحاول طفلك ان يقول كلمه باستمرار ولا يستطيع اما ان يكمل الكلمة او لا تستطيع ان تعرف ما هو الشياء لاعطاء اياه ...

لربما تتجنب اللعب معه لعبه يجدها صعبه عليه .. حينما تعلق على افعاله "" او كي حبيبي "" حينما طفلك يصارع ليقول شياء او يعمله كانما هناك سبب لما هو يحاول او ان اخطائه غير مقبوله

المهم انك لا تتجنب محاولات طفلك ... تصرف بنعومه مع اي محاولة يقوم بها طفلك

طفلك يحاول الحصول ولا يستطيع

جيد

هذا ما انت ترده لان هذه هي العضلة التي تريدها ان تعمل للتوضيح هناك سوء تفاهم انا لا اقول لك ان تقوم بتعمد تفعل الاشياء الصعبه لطفلك .. انا فقط اتحدث عن ولا ازيل او تقويض المحاولات التي هي تحدث بالفعل

اهمية الاحتفال مع طفلك ...

تذكر اننا نريد ان ننشط ونزيد كل تفاعل مع طفلك

او اي انجاز الطفل يعمله طوال اليوم حتى لو كان حدث الالف المرات قبل هذا الوقت

احتفل بنظرة طفلك اليك... بفرحة اشكره لانه نظر اليك ... حين يسأل طفلك عن الماء احتفل بذلك واشكره لانه طلب منك ذلك حتى لو فعل ذلك مئات المرات قبلا

....

الاحتفال بالمحاولات

تريد من طفلك ان يعمل الشيء بالطريقة الصحيحة ... هذا كلام صحيح لما لا تريد ذلك ... لكن الكثير من الاهالي الذين اخبرو بان فقط اذا طلب طفلهم الشيء صحيح عليهم اعطائه اياه

من الان وصاعدا ستأخذ منحي جديد مبدأ المحاول الجيد يقول انك عليك ان تفعل اي شيء تستطيع فعله ... لتشجيع طفلك ليكون محاول جيد ... ليجعله يرغب لعمل الكثير من المحاولات حتى لو انه لا يحصل عليها بالنهاية لكنه المفتاح للنمو والتطور

كما ناقشنا الان بانك تريد ان تحتفل اكثر من ما انت تفعل حين يقوم به طفلك بالطريقة الصحيحة ...

عليك ان تضيف مكون اخر للاحتفال مع طفلك اعطي الكثير والكثير من الاحتفال حينما يحاول طفلك

احتفل كثيرا حين تدريبه على دخول الحمام ويتبول في الحمام حتى لو لم تكن في نونية الاطفال (ألقادة) واحتفل حين يحاول ان يتبول في النونية

لقد سمعت بعض الاشخاص الذين يقولون تدريب الطفل على شيء معين صحيح هو حيوي لاطفالنا ... لذلك لربما يكون من غير الحكمة ان نعامل كل شيء على انه صحيح

في برنامج سن رايز حين نسأل الطفل قل "ماء " ويقول "باا "" نقول له احسنت لقد قلت "ماء "

فنحن من جانب اخر لا نقول لا ... لا نقول لا هذا ليس ماء لان هكذا نوع من الجواب هو بالضبط ما يجعل اطفالنا يرفضون القيام بالمحاولات .. نحن لا نريد ان نبين لهم الرفض ولا نريد ان نقول لا لهم

ما الممكن ان نقوله "" نعم كان هذا قريبا "" محاولة جيدة " انت رائع " الان لنحاول مره اخرى ... نحن بفرح نحتفل معهم ... نبحث عن مقبلات لهم لكي يحاولو مرارا اكثر .. استغل اذا كان هناك شيء يفعله طفلك خطأ .. حاول ان تستغله لفتح باب المحاولات له

المقومات الثلاثة : الطاقة ... والاندهاش .. والفرح ...

هذه المقومات هي ليست عملية جراحية للدماغ لكن مهم جدا جدا ان تكون من الاساسيات المعتمدة ... تحدثنا مرارا وتكرارا في الكورسات اذا كنت تشاهد مع طفلك .. شخصيات ديزني .. تيليتايبز .. شارع سمسمي .. كلهم لديهم مشترك واحد (سواء كان الطفل بالتوحد او لا) كلهم هذه الشخصيات لديهم المقومات الاساسية الثلاثة

الطاقة ... والاندهاش .. والفرح ... هذه المقومات مفضلة عند الاطفال .. واستخدم هذه الحقيقة .. ان تجلب هذه المقومات الثلاثة في كل عملية تفاعليه بينك وبين طفلك

استخدمها باحتفالك مع طفلك .. بدخوله الحمام .. اثناء العشاء ... اثناء المشي الخ الا اذا كان طفلك (ايزم) يكرر التصرفات التكرارية وفيها انت ستنتضم له .. غير ذلك استخدم المقومات الثلاثة في اي شيء اخر ... وهذا معناه تعبيرات وجهك ستكون مختلفة وصوتك مختلف عليك ان تقفز و عليك ان تفرح مع طفلك

لماذا هذا مهم .. لانك المعرف الاول والرئيسي لطفلك في هذا العالم عليك ان تجعله راغبا ان يتعلم الكثر من عالمنا هذا

ACTIVITY TIME!

For each column of Table 9, simply follow the instructions in the top box of each column. Have fun!

CELEBRATING	TRYING	THE 3 E'S
Something your child does that you can celebrate more (eye contact, language, etc.)	Something your child struggles with where you can celebrate his or her trying more	An activity you already do with your child (baths, meals, etc.) to which you can add the 3 E's

Table 9

<http://www.autismbreakthrough.com/chapter11/>

نقاط البدء : اختر نشاط معين ان كنت قد فعلته سابقا مع طفلك .. من العمود 3 في الجدول 9 وركز حقا على ايجاد الاساسيات الثلاث لهذا النشاط .. بنشاط ابحت اي شيء يبهج طفلك في هذه اللحظة ... اذا كنت ستحممه كن فرح كثيرا بذلك .. حتى لو فعلت ذلك يوميا .. اذا اخذ طفلك المنشفة .. احتفل بذلك .. يتكون مصدوم بهذه النقلة خلال تجربتك هذه لكليهما .

Chapter 12



The Big Picture: The Son-Rise Program ABC's

الفصل 12 : الصورة الاكبر : اوليات برنامج سن رايز

The Big Picture: The Son-Rise Program ABC's

اذا لن تستطيع رؤية طفلك .. فلن تستطيع مساعدته ..

ماذا لو اخبرتك بان هناك العنصر الاكبر من وجود طفلك انت لم تراه من قبل وماذا لو اخبرتك باني استطيع اعطاؤك نظارات تمكّنك بالحال من رؤية فعاليات طفلك التي لم تراها من قبل

اذا لم تستطيع رؤية حقيقة ما يحدث مع طفلك بلحظات معينة فانك لن تستطيع ان تقرر افضل طريقة لمساعدة طفلك ...

ان تكون قادرا على رؤية حقيقة طفلك ... هذا ما يحدث مع اغلب المعالجين الذين يبقون مع الاطفال ... يرون العجز في مهارات الطفل حين يعملون مع طفل من الساعه 2 الى 3 غالبا مايرون طفل الساعه 2 مختلف تماما عن الطفل ساعه 2:45

..

في حدود 2:15 ربما لا يزال الطفل منغلقا تماما على نفسه ... على كل الناس وحتى على المعالج ... في الساعه 2:45 حتما ستجد الطفل متواصل ومشارك باللعب او ينظر الى المعالج ...

لكن في اغلب الحالات فان منهاج المعالج وطرق العلاج تبقى بدون انقطاع من 2 الى 3 لسوء الحظ الطريقتين تصلان الى منحى مختلف الواحده عن الاخرى

الن يكون عظيما لنرى بوضوح الى اي منهما شد الطفل وتواصل معه ... واي منها استخدمته لتصل الى افضل النتائج

الان لدينا المستودع الرئيسي للمبادئ والتقنيات والنتائج من الفصول السابقة ... الن يكون مثاليا لك ان تعرف بالضبط متى يمكن تطبيق تلك المبادئ باستخدام التحفيز للطفل

استعد هنا ستأخذ النظارات

لماذا الوقت – التوقيت ... هو كل شيء

الاطفال جميعا (المصابين بالتوحد ام لا) يعلمون على الشيء النموذجي (تبييكل) بالعودة الى جدولنا (البالغين) ... نعم مثلا س من 9 الى 10 ونعلم مثلا ص من 10 الى 11 ... حتى بالبيت ليس الوضع بذلك الاختلاف ... نعمل كذا وكذا فعالية

قبل الذهاب للنوم وبعد ان نصحى من النوم ... نحن البالغين نحدد متى يمكننا ذلك وماذا .

بامكاننا ان نتوقف عن ذلك النموذجية (النوروتيبىكال) مع اطفالنا حتى لو بدرت منهم الشكوى في بداية الامر لكننا نكون قد ضمنا اساسا للتفاعل معهم .. بصورة عامه لربما يستجيبون لاسمهم ويتبعون التعليمات ويتصرفون بحمل شيء والتهديدات من عقوبات او وعود لجوائز

ليس لدينا رفاهية اكثر من اطفالنا ... منذ ان اشغلو بعالم من صنعهم بعيدا عن القيود ومن التدخلات الاخرى ... هم يتبعون قوانينهم الداخلية ...

بالطبع بامكاننا تجاهل هذا وكل شخص يستطيع عمل ذلك لكن ولكن يجب علينا ان نتعايش مع الاعراض الجانبية التي ستظهر دفع وسحب من قبل اطفالنا ... ثقة محطة ... علاقة معقدة حيث يفقد طفلنا الاهتمام في هذا العالم ... ومستوى بطيء جدا بالتعلم

ماذا يحدث اذا ضغطنا على اطفالنا ليتعلموا واعطيناهم معلومات هم ليسوا بالاستعداد التام ليتعاملو معها ما نفعله هو عدم اختيار وقت لعمل علاقة قوية بالانضمام اليهم ... بالجهه الاخرى من القطعه نحن ببساطة نعدم الفتحة الصغيرة النافذه للتواصل معهم .. والترابط والتوفر التي يحتاجها اطفالنا لينموا ويكبروا ويتواصلوا ويتعلموا الاشياء الجديدة

الحل لرؤية الموضوع بكل وضوح مع اطفالنا هو ان نرى اطفالنا في عالمهم وهذا يتوفر فقط حين نتفاعل معهم ونتعلم منهم وحين يتواصلو معنا بمجرد ان نفعل ذلك

ينشئ تفاعل وتواصل بيننا وبين طفلنا بافضل واكثر العلاقات المفيدة ونتجاوز الصعوبات لينموا ويكبروا حينما يكونوا مستعدين لذلك
التواصل التفاعلي الخاص :

في كل لحظة بدء لطفلك في كل يوم هو لابد ان يكون في نقطة تواصل تفاعلي خاص .. في بعض الاحيان طفلك يكون يقوم الحركات التكرارية (ايزم) او لا يتجاوب معك ولا يتواصل بصريا وغير مستجيب لك حين تناديه بأسمه .. في هذه الحالة يمكننا القول هو ليس في حالة تفاعل معك ويمكننا القول انه متمسك بعالمه في هذه اللحظات والذي هو الخاص به والذي يستثني به كل الناس بمن فيهم انت

في اوقات اخرى حين يبدأ طفلك باللعب معك والنظر اليك ويضحك ويبتسم في وجهك ويتحدث اليك ربما ولربما تلاحظ ان لديه نوع من المرونة له رغبة اكثر في ان يذهب معك في طريقك هنا نستطيع ان نسميه متفاعل وبامكانه ان يتفاعل معك او مع غيرك ..

بالتاكيد هناك حاله بين الوضعين السابقين هي التي نسميها التواصل ...

من خلال اليوم لربما يتأرجح ابنك بين التواصل وعدمه ... هناك ستفهم انت متى تتدخل مع طفلك لتتصرف معه في الوقت المناسب

اشارة (ضوء) احمر _ اشاره (ضوء) اخضر

للسهوله وللتذكير لمختصرات لهذه الافكار سنستخدم ذكر مصطلحين الضوء الاحمر والضوء الاخضر

الضوء الاحمر : اشارات بان طفلك في وضع التواصل الخاص مع نفسه

الضوء الاخضر : اشارات بان طفلك في وضع التفاعلي التواصل معك ومع الاخرين

شيء اخر احب ان اضيفه وهو ان تبدو الكلمه الواحده اكثر تعقيدا مما هي عليه حين تاخذ ابنك ليتم تقييمه يتم اعطائك وثيقة العيوب المضاعفه في هذه الوثيقه هي:

-يتم قياس طفلك من نظرة او رؤية بوقت واحد ... حتى لو كان القرار طويل المدى فانه يقرر من خلال احد هذه النظرات

-الفرص بان طفلك يتصرف بطريقه النموذجيه حين يواجه شخص غريب ويطلب منه القيام بأشياء مختلفه عن ماهو معتاد عليه

هذه الوثيقة (المايكرو وثيقة) تاخذ دقيقه لتراقب طفلك .. وتفعل تقييم سريع سواء هي اعطتك ضوء احمر او ضوء اخضر فكيف بامكانك ان تخبر هل اعطتك ضوء احمر او اخضر

اشارات الضوء الاحمر :

-طفلي يكرر حركات (التصرفات التكرارية)

-طفلي يستثني من ما يفعله

-طفلي يبدو عليه الصلابه والسيطرة

-طفلي لا يستجيب حين اتكلم معه

-طفلي يتحرك بغير اتجاه حين المسه

-يحرص طفلي على التحرك باتجاه اخر غير اتجاهي

اشارات الضوء الاخضر :

-طفلي ينظر الي

-طفلي يستجيب حين اناديه

-طفلي يبدو مرنا (قابل على تغيير فعاليته)

-طفلي يبدو حنون بدنيا معي

-طفلي يدخلني معه في فعاليته

-طفلي حين اطلب منه شيء ينفذه

-طفلي يتحدث الي

مبادئ سن رايز : اي بي سي سن رايز

لقد طورت الموديل ليكون سهل الاستخدام من قبل الالهل والاشخاص المختصين
لعمل القرارات لحظة بلحظة حتى حين يعملون مع اطفالهم ... هذا الموديل في

الجدول التالي رقم 10

(أي) يرتكز على الاساسيات التي ناقشناها قبل قليل . . وفي حال طفلك اعطاك
الضوء الاحمر او الاخضر

(بي) يعمل الترابط والتواصل حين يعطيك طفلك الضوء الاحمر عليك في هذه
الحاله ان تجد الترابط وانشاء العلاقات معه

(سي) هي للصعوبات التي تواجهها والى الوقت الذي تستغرقه لتصل الى الضوء
الاخضر من طفلك

وقت النشاط : انفق 5 دقائق مع طفلك بدل ان تحاول القيام بشيء معها فقط راقب
... استعمل اسئلة الوثيقة لمحاولة معرفة هل هي تعطيك الضوء الاحمر او
الاخضر من المهم بمجرد ان تعرف ذلك لا تفعل شيء لا تحاول ان تتواصل اذا
كان الضوء احمر او تتحدى اذا كان الضوء اخضر هذا فقط لمراقبة طفلك .. بمجرد
من ان تراقب فقط سجل نعم او لا بالجدول القادم .

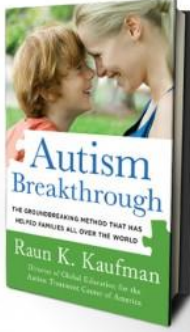
Assessment Question	Yes/No
<p>Is my child isming?</p> <p>Is my child excluding me from what he or she is doing?</p> <p>Does my child seem rigid or controlling?</p> <p>Is my child non-responsive if I speak to him or her?</p> <p>Does my child move away when I touch him or her?</p> <p>Is my child making sure to move or turn away from me?</p>	
<p>Is my child looking at me?</p> <p>Does my child respond when I call his or her name?</p> <p>Does my child seem flexible (i.e. willing to change or alter his or her activity)?</p> <p>Is my child being physically affectionate with me?</p> <p>Is my child walking or moving over to me?</p> <p>Is my child involving me in his or her activity?</p> <p>If I make a request, does my child respond?</p> <p>Is my child speaking to me?</p>	
<p>Red Light?</p> <p>Green Light?</p>	

Table 11

<http://www.autismbreakthrough.com/chapter12/>.

نقاط البدء : هو ان تنفق خمس دقائق بمراقبة طفلك .. اذا ما كان يعطيك الضوء الاحمر او الاخضر .. ستري اي علامه يعطيك طفلك بدون ان تقف لتفكر في ماهيتها .. النظارات التي تحاول تعلم لبسها ستصبح نظارات دائمية وفي اي وقت انت مع طفلك ستشعر هل هو الوقت للتواصل معه او لتحديه .

Chapter 13



Sensory Overload: Optimizing Your Child's Environment

الفصل 13 :

الحمل الحسي الزائد : بيئة طفلك المثلى :

في وقت سابق تحدثنا عن ماهو وضع طفلك ... لنرجع لمكون مهم في وضع طفلك صعوبات الاحساس لدى طفلك :

للبساطة سألخص لك جمل من الفصل 2 :

الصعوبات التي يواجهها طفلك في المدخلات الحسية المحيطه .. هذا يعني انه يسمع , يشم , يرى , يشعر بالاشياء بطريقة مختلفة عن ما نشعر به

عندما يسمع طفلك شيء في بعض الاوقات قد تبدو عاليه بالنسبة له او انعم او بمجرد انها مختلفه عن مانسمعه

اذا تأخذ لحظه الان لمجرد ان تسمع الهدوء من خلفية الضوضاء المحيطة لربما ستلاحظ الكثير من الاصوات الواطئة كحركة السيارات واجهزة التبريد والتهويه والتلفاز او محادثات قريبه بين الاشخاص لربما لم تكن تلاحظ هذه الاصوات ولاحظتها الان ... هذا هو الوضع معه

ان الاذن البشرية تخضع لوايل من الاصوات المختلفه النشاز او غيرها واحد من اهم وظائف الدماغ انه يحلل او يصفى الاصوات التي ليست لها علاقه وغير المترابطه ويصفى الاصوات المهمه فقط فرضا لو صديقك او صديقتك يتكلمون .. على الاقل اي صوت ممكن ان تسمي مهم

الوضع مع طفلك ان كل هذه الاصوات تدخل بنفس القوة وبنفس الصوت (ليست تماما هذا الوضع

ولكن هذا اقرب تفسير له لما يخضع له طفلك من وضعه لذلك حين تخبر طفلك ان ينتبه لك او يسمعك هل من الضرورة ان يكون يسمع لك اي من ال25 صوت التي يسمعها من المفروض ان يسمع لها طفلك!؟

هذا هو وضع طفلك في كل يوم ياتي ويذهب .. انت تعلم ما تشعر به حين تقضي يوم كامل في المطار ... حسنا اذن طفلك يستيقظ ويتناول الفطور .. الغداء .. العشاء .. يذهب للنوم وهو في خضم هذه الاصوات حتى لو كان بمجرد الجلوس في غرفة الطعام هو بمثابة مطار لطفلك

لأجل فهم اعمق لآحاسيس طفلك وانظمتة الشخصية ماري و شيري الذين كتبو كتب حول هذه المواضيع ... حضرت بعض كورساتهم وهم قد زارونا ايضا هو عملو عمل جميل وقد ارسلو الكثير من الاهالي لنا لانهم كانوا يفهمون بالضبط الاحاسيس التي يعانيتها الطفل وكانو واثقين من تاثير التفاعل على ذلك ... وقد كتبوا مقالات حول استخدام العوائل لبرنامج سن رايز وهؤلاء النساء مراعات لطافال جدا ومهتمات بهم ...

ونظرا لصعوبات طفلك وتفاعل واضح وقوي مع بيئته تمثل عوارض لتقدم وتطور الطفل لذلك تريد ان تفعل اي شيء لتقلل من التفاعل المبالغ به لتجعل طفلك يتفاعل مع بيئته طبيعيا ,.....

انشاء بيئة مثلى لطفلك :

كيف نفعل ذلك : ان تهئ غرفة لطفلك لكي تكون غرفة اللعب الخاصة بطفلك او غرفة تركيز .. لما فيها من العمل المهم الذي سيحدث مع طفلك :

1-خالية من المشتتات : الكثير من الغرف التي يدخلها الطفل المليئة بالمشتتات الصور على الحائط واشياء منتشرة على الارض .. والتلفونات التي ترن والناس التي تتكلم والتلفزيونات والاضوية ... حتى لو مشتت واحد من هؤلاء سيكون ذو تأثير مبالغ به بالاحساس بالنسبة لطفلك ... اختر غرفة قريبه جدا من المنزل مثلا ومقفلة حتى لو كانت غرفة طفلك نفسها بأمكانك ان تستخدمها .. افعل ما يمكنك ان تفعله لتقلل من المشتتات بالحقيقة اختر غرفة يجدها اي طفل طبيعي ممله ... (انها لن تكون ممله بالنسبة لطفلك)

2-التحرر من صراعات السيطرة : تتذكر قرارنا في الفصل 10 من المهم ان نتجنب صراعات السيطرة مع طفلك ... في هذه الغرفة لكي تحصل على تفاعل غير

عادي مع طفلك يجب عليك ان تشعره بها بالامان والسيطرة وتتواصل مع طفلك بعلاقة وترابط وثقة مع طفلك ... هذا معناه عليك ان تسمي الغرفة بغرفة (نعم) تريدها ان تشعره بالامان وتريد ان لا تقول مثل (لا تلمس هذا) لا تصعد هذا (لا تفعل كذا) على عكس ما بالمطبخ : كمثال على منعه من ان يلمس اشياء مختلفه مثل السكاكين او الصحون او الاشياء الساخنه ... الخ

3- الالعاب على رف وطفلك لا يستطيع الوصول اليها :

الهدف من هذا هو ليس ان تكون صعوبات على طفلك وانما هي لتشجيع الطفل للتواصل .. بامكان طفلك ان يحصل على اي شيء على هذا الرف لكنها ستحتاجك للحصول عليه .. هذا الترتيب هذا لصنع شريك او صديق لطفلك .. (وليس عارض) تذكر هذه هي غرفة (نعم لطفلك) وتذكر هذه الغرفة التي سيحصل على سيطرة الاحساس والتفاعل .. على كل حال لا يزال لا يستطيع الوصول الى الاشياء التي يريدها بدون مساعدتك واي مساعدة ستكون وستكون جاهز للمساعدة وجاهز للحركة بمجرد ان يطلبه

4- لا العاب الكترونية ولا تلفاز ولا حاسبة :

قد يبدو غريبا .. لوهله وانا اعرف انك ترى طفلك يستمتع مع التلفاز او هذه الاشياء لكنها يجب استخدامها لوقت قصير مع الاطفال لتعد العشاء مثلا .. لكن لكي تساعد طفلك التوحدي اعلم ان هذه الاشياء مسببه للتوحد وهي تسبب حالات الازم لطفلك (كما قلنا انا حالات الازم التي تأتي لطفلك بصورة طبيعيه لا مشكلة في ذلك لكن لا يعني انه نعطي طفلنا اله توفرها له) وليس مهم كم هو مفيد الفيديو التعليمي للطفل او اللعبة او برامج الحاسبة لكن في الواقع هذه تجعله اقل تفاعلا مع المحيط) وثالثا اذا كانت احد هذه الاشياء بالغرفة فانك تضيع الكثير من الوقت لمحاولة ان يتجنبها طفلك .. وهي لا تساعد طفلك ليكون اجتماعي لذلك طفلك دائما سيفضلها عليك :
(((قلل الالكترونيات تحصل على تفاعل اكثر))))

5- واحد ل واحد: لان فقط وليس للابد تريد شخص واحد فقط في الغرفة مع طفلك هذا فقط لتجنب فرط التعزيز التفاعلي انت تحاول ان تبني جسرا من عالم طفلك الى عالمك هذا هو ابسط مثال لتفاعل العلاقات الشخصية .

6- اذا ممكن ان تكون هناك نافذه باتجاه واحد او اتجاهين فيها اربع كاميرات مراقبة :

في مركز التوحد الامريكي لدينا هذا في غرفة اللعب لكن بالطبع غرفتنا قد هئنت لتكون مثالية غرفتك ليس على الضرورة ان تكون كذلك ... لكنك سترغب في ان ترى ما يفعله طفلك مع المعالج وكيف يتعامل المختص معه .

لماذا قفل الباب يكون مساعد :

دائما ما يسألونني لماذا الاهلي في برنامج سن رايز يقفلون ابواب غرف اللعب .. للتوضيح انا لا اتحدث عن حبس طفلك في هذه الغرفة فعليك دائما ان تحرص على وجود شخص بالغ معه فيها .. وكذلك لم اسأل ابدا عن سؤال لماذا يغلق الباب الامامي والخلفي من المنزل بصورة روتينيه ويوميه ولا احد من الاهلي يعمل مع خاصية الباب المفتوح لان حين تترك الباب مفتوح فأن ابنك سيخرج خارج المنزل ببساطة ويركض الى الشارع .. انا هنا اعطيك تنويه بان هناك بيئة مغلقة لكل طفل .. فكيف تستطيع ان تجلس مع طفلك اذا كان يركض من غرفة لغرفة ومن مكان لمكان ؟ وهي ليس حبس الطفل هي عبارة عن اعطاء طفلك بيئة مريحة واعطائه بيئه محببه ومساعدته له

لذلك اذا انت صدقت بمبدأ واحد لو احد فانت هنا قد تخلصت من صراعات السيطرة .. ستكون غرفة لعب وغرفة تركيز .

أخذُ طفلك للسوبرماركت او ساحات اللعب او المتنزها ت :

العديد من الاهالي يجدون من المهم لطفهم ان يذهب خارج المنزل وهو لديهم بانه يشبه اي طفل عادي ويشعرون انهم اذا لم يأخذوه فلنهم يجردوه من طبيعته الحيويه

من المهم ان تفهم ان طفلك الان هو ليس طفل اعتيادي طفلك مختلف ولديه صعوبات خاصه اذا جعلت طفلك ضمن بيئه نموذجية فانت حللت المشاكل .. ولم تكن لتقرأ هذا الكتاب ولم يكن هناك مرض توحّد ... لاننا كلنا بأستطاعتنا ان ناخذ الاطفال الى بيئه نموذجية مع اطفال اعتياديين ونثبت المشاكل حُلت

انت تعرف اكثر من اي شخص اخر انه ليس هذه هي الطريقه للعلاج وانا اعلم برغبتك في لو ان هذه الطريقه هكذا تعمل ... انا حقا اعرف .. وانا لا احسدك عليها واريد تلك لكنني اريدك ان تحب وتهتم بطفلك وان تذهب لنهاية الارض لتساعده

لذلك .. الرجاء خذ هذا بنظر الاعتبار : بسبب صعوبات الاحساس لدى طفلك لا يستطيع طفلك ان يكون طبيعيا ليس في هذا الوقت .. ولا يستطيع ان ينجح في يختبر الاحساس بالاشياء وهي مفرطة حوله ..

على كل حال الن يكون من الرائع ان تكون قادرا على تعريف هذه الاشياء لطفلك لاحقا .. حينما يكون قادرا على ان يتعامل بها وبنجاح

لقد سمعت الكثير من الاهالي الذين يقولون ابنائهم يرغبون ان يبقوا خارج المنزل في البيئة العامه .. انا دائما اجيبهم بأجابة مقتبسه من اختي براين "مدمنين الهروين يحبون الهيروين ,, هذا لا يعني انها جيدة لهم " هذه الاقتباسه جيده جدا سأذكرها مره اخرى في فصل 16 حينما نتكلم عن الحمية

حينما يواجه الاطفال صعوبات وتحديات في الاحساس ومعالجته وحين يدخلون الى بيئته وهم حساسيتهم المفرطه شيئين سيحدث هنا : اما انهيار ورد فعل معين ... اما البعض مستمتعين ومدمنين للاديرنالين والكورتيزول الذي ياتي من نظامهم الهش

اذا كان طفلك من النوع الثاني .. سيظهر الحب لهذه البيئة المفرطه وهذا لا يعني انه جيد له . هذا لا يعني ان نظامه العصبي ليس في خطر وان مقدرتها على التفاعل والتعلم لم تتأثر بشدة بهذه البيئة

هل يمكنني ان اؤكد لك بدون ان اقابل طفلك .. انه لا يتحمل هذه البيئة فهي بيئة مفرطة بالنسبة له وهو يبدو مستمتع بها .. ؟ لكن بامكاني ان اقول لك 99 % من الاطفال الذين رأيتهم هي ضارة بالنسبة لهم ... وضاره للتعلم والتفاعل ... الا اذا كان طفلك متفاعل تماما مع البيئة المحيطة ومرن ويميز كافة الاصوات ولا يكرر الحركات ايزم ولا ينهار بمجرد ان تعود للمنزل او بعد ساعتين من عودتكم للمنزل .. فعلى الارجح ابنك من ضمن 99 % .

من غرفة اللعب الى العالم الحقيقي :

ان حقيقة غرفة اللعب هي غرفة " نعم " هي ليست بالضرورة انه لا تحدي او صعوبه بها ... على العكس تماما سيكون طفلك بكل وضوح وبصورة مباشرة في حالة تحدي ... مع الجوانب الأساسية في التوحد اكثر من اي مكان على العالم . حين يكون طفلك ليس في حال صراع مع ملايين الاصوات المحيطه هو بإمكانه ان يطور نفسه بالمادئ الاربعه : التواصل البصري بدون كلام , التواصل اللغوي .. الفضاء التفاعلي للانتباه .. والمرونة ...

بمجرد ان تقلص ما يسبب له التحسس المفرط شتخرجه من صراع مع صراع الذي كان يعيشه .. كل شيء سيتغير .. انا لا اقول ان الطفل سيكون متفاعل بسرعه على الرغم ان من هذا ما نراه انا اقول ان الطفل سيتحكم باحاسيسه في غرفة اللعب وببطء سيتحملون الاحساس المفرط اذا تم اضافته ... جزء بعد جزء وليس دفعة واحدة

البيئة المتطرفة :

بعد ان تهيء البيئة المناسبه للتركيز وللعب لطفلك ... وبحسب كل التوصيات التي اعطيتك اياها والتي تبدو صارمه لك .. انا اتوافق معك .. ان غرفة التعليم والتدريب في برنامج سن رايز هي كذلك لكن تذكر هي وقتيه لاخذ نتائج دائميه .. اذا كان هذا شيء تريده .. فعليك ان تكمل الاتي .

وقت النشاط : الاشياء التي يمكنك فعلها لتغيير بيئة طفلك له :

ACTIVITY TIME!

As a way to get yourself started, take some time to fill out Table 12.

Five Things You Can Do To Optimize Your Child's Immediate Environment	
1)	
2)	
3)	
4)	
5)	

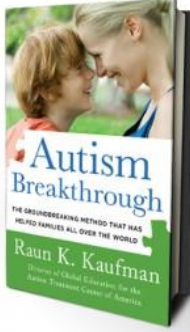
Table 12

<http://www.autismbreakthrough.com/chapter13> /.

نقاط البدء :

قبل ان تهيء اي غرفة لطفلك خاصة به او غرفة تركيز يمكنك ان تأخذ خطوات رئيسية في غرفة معيشتك او غرفة طفلك .. في المكان الذي ستكون به مع طفلك اليوم .. ارفع كل الاشياء عن الارض واغلق الابواب ... اطفئ كل ما هو مشتغل عدا الاضوية طبعاً .. اجلب 3 العاب غير الكتورنيه تتوقع ان طفلك يحبها او هو يحبها .. حضر بعض العاب باشكال حيوانات مملوئه .. تعتبر كعنصر واحد .. او كرة او لعبة كارتات او بورد العاب او اوراق واللوان (تعتبر شيء واحد) الان انت هينئ غرفة تركيز وقتية انفق يوميا 30 دقيقة في هذه الغرفة تلعب بها مع طفلك وركز واستمتع بالوقت معه .

Chapter 14



Tantrums & Other Challenging Behaviors: How Changing Your Reactions Changes Everything

الفصل 14 :

نوبات الغضب وسلوك التحديات الأخرى : كيف تغيير ردود أفعالك تغير كل شيء

انا واثق بان طفلك ليس لديه تصرف تجده صعب بالنسبه له؟؟ او كي ... سؤال غبي

...

اذا كان طفلك انسان طبيعي فهو يفعل نفس الاشياء التي تجدها انت صعبه في بعض الاحيان .. هذا جيد انت في حالة مصاحبة ممتازة مع طفلك وكذلك الوضع بالنسبه لطفلك

ما يفاجأك هو الدور الذي تلعبه في اثناء نوبات طفلك (نوبات الغضب " نوبات الصراخ " البكاء " العض "") الخ ... وكيف هذا له تأثير بالتصرفات الاخرى

في الحقيقة الفرص هاي عالية النسبة هو انك تعلم طفلك بدون كتابه تعلمه الكثير من التصرفات التي انت ترغب في ان تقضي عليها
كيف يعقل هذا ؟

المقياس :

هل يسبق لك ان امضيت الوقت في بلد اجنبي بحيث ان اللغة الانكليزية لا تستخدم بها

او هل يسبق لك ان كنت في بلد اجنبي اللغة الانكليزية هي ليست اللغة الام لكن يبقى الناس يتكلمون بسهولة وبطلاقة الانكليزي

اسمحو لي ان اتكلم لكم عن اثنين من مغامراتي لربما ذكرتها في الفصل 1 انا عشت فتره في السويد ... كل السويديين بالطبع يتكلمون السويدي لكن اغلبهم يتكلمون الانكليزي بطلاقة و اغلبهم يستمتعون بالتمرن على الانكليزي مع الاجانب وخلال سنه عشتها اخذت صفوف التكلم بالانكليزي خمسة ايام بالاسبوع وانا بصورة عامه جيد باللغات لذلك توقعت ان اكون جيدا بنهاية السنه

السويدية كلغه هي ليست صعبه لكن على كل حال ما لاحظت عندما كنت خارج بلدة ستولكهوم هو انني باستطاعتي ان اوقف اي شخص واساله عن الاتجاهات وكنت بدأت أتكلم سويدي لكني بمجرد شعوري بنقص مفردات قفرت للانكليزي في اللحظة التي توقفت بها عن السويدي وتكلمت انكليزي اجابوني اجابة واضحة جدا بالانكليزي وكان هذا رائع

المشكلة الوحيدة هي التي حدثت معي انني في نهاية السنة هو انني لم اجد نفسي اتكلم بطلاقة بالسويدي والسبب انني بمجرد ان احتاج كلمات اقولها بالانكليزي وسيفهمونني وهذا ما لم يساعدني في تعلم المزيد

كذلك قضيت بعض الوقت في اسبانيا والذي اغلب الناس لا يتكلمون الانكليزي اذا اردت ان اجد دار استراحة أجبرت على السؤال بالاسباني على الرغم من انني درست الاسباني في المدرسة انذهلت من ما استطعت تعلمه في فتره وجيزة المفتاح كان ان الاسبانيه هي لغة الفهم الوحيد لديهم التواصل باللغة الاسبانيه كان الوحيد الذي يساعدني ..

النوبات (الصيغة \ المثال \ النموذج القديم)

في اغلب الاوقات اذا طفلك يتعرض لنوبة غضب او ضرب او صراخ او .. الخ الاهل سيتخذون احد المنحيين : اما يغضبون ويتصرفون بشدة مع الطفل او الخيار الثاني الشائع اكثر يسألون الطفل ما الامر يا حبيبي : ويندفع نحوه محاولين اكتشاف ماذا اراد الطفل لكي يستطيعوا اعطائه اياه .. لكي يتوقف عن النوبه

خلاصة الكلام ان عليك ان تقلل ردة فعلك تجاه ما يفعله طفلك لكي لا تعطيه دافع ان يزيد مثل هذه التصرفات .. اذا صرخت وركضت وعبرت بطريقة قوية وواضحه

فان الطفل سيزيد من نوبات الغضب او الصراخ او لانه يرى منك ردة فعل واضحة اما اذا تصرفت بهدوء وحاولت ان تشرح له ...

ان تصرفات التحدي هذه تنمو بنجاح وسرعه وتتكرر اكثر وتاخذ وقتا اطول ...

خذ على اعتبار ان تصرفات التحدي لا تأتي بمعنى النوبات فقط هي ايضا تشير الى التصرفات التي يقوم بها ابنك مثل التكلم بصوت عالي او ان يكسر الاشياء او ان يركض بالشارع ... الخ

ماذا يحدث حين يتصرف ابنك مثل هذه التصرفات :

في معظم الاحيان تشبه ما يكون كاننا نشغل شجرة عيد ميلاد ... لوهلة اذا خدش طفلك صبغ الحائط سيكون تصرفنا الاندهاش والركض والتعبيرات الظاهره كان تكون احباط او انفعال او ان نصرخ "" ماذا فعلت "" لا يجب عليك ان تلمس ذلك "" لبعضنا حين يشعرون بالذنب يقولون " انا اعرف انك لم تقصد ذلك " " لناخذك الى الغرفة "" نحن بهذا اعطينا ردة فعل كبيرة وواضحة

والنتيجة حين تكثر هذه التصرفات فانه يطلب ان تكون هناك تصرفات تحدي اكثر

شأسرحها بمرور الوقت لكن اولا لأريكم المثال الاتي:

النوبات كوسيلة للتواصل :

حينما يبدأ طفلك بنوبات الغضب والصراخ فهو يريد ان يتواصل ... عظيم نحن نريد التواصل

هناك مشكلة واحده ... ههو انك ان ابنك كأنه يتكلم السويديه (يرجع يشبه للمثال السابق) التكلم بالسويدي هو تواصل اكثر من ما ان انه لا يتكلم ابدا ... لكن وجهة نظر طفلك بانه لا يوجد احد يفهم لغته

طفلك لا يستطيع الذهاب والصراخ في محل معين لمجرد انه يريد علكه او سيعطيه احد ذلك ... لان لا احد سيفهمه

لذلك من المهم ان تفهم حين يبدأ طفلك بعمل ما يسمى بالنوبات فعليك هو ليس جرس انذار وهو ليس تقييم لك كوالد للطفل هو مجرد وسيله ليتواصل معك

لذلك ليس علينا ان ننضم معهم في نوبات الغضب .. الانضمام نفعله حين يكون وضع الطفل خاص ويكون منفصلا تماما عنك

نوبات الغضب هي العكس تماما .. باستخدام هذا المبدأ سنقلب ما يحدث لصالحنا .. لماذا ردة الفعل القوية تشجع الطفل لعمل تحديات ونوبات اكثر معك

سببين :

الاول : المبدأ الذي ذكرناه سابقا : ردة الفعل القوية تؤدي الى تكرار الافعال .

هذا يخدم طفلك في الاحتفال بشيء هو يقوم به حينما ينظر اليك او يفعل شيء تريده او ينطق كلمه ... الخ

لكنه لا يخدم ابنك ابدأ حين يكون رد فعلك قوي على الأشياء التي لا تريدها

تذكر ان طفلك يعيش في عالم والذي يشعر به اغلب الاحيان بعدم السيطرة وعدم التحمل .. لذلك هو دائما ما يبحث عن السيطرة وعن الأشياء التي تحتمل .

السبب الثاني هو ردة فعلك حين يفعل مثل هذه التصرفات .. ردة الافعال هذه كانما تخبره انت تفهم السويدي بالذات حين تركض حوله محاولا اصلاح الأشياء .. طفلك ليس غبي فلماذا يحاول ان يتكلم وهو بصرخه منه يجعلك تنفذ ما يطلب ولماذا يحاول ان يتعلم كلمات اذا كانت النوبه تجعل الكل يخاف منه لكن انتظر لم اصل الى الجزء الافضل ..

انت لست وحدك الشخص الذي يعلم طفلك ان يزيد هذه التحديات لكذك ايضا قلت من فائدة طفلك او انتاجيته او تواصله .

لنبحث لماذا يحدث هذا :

تصوري انك تعدين العشاء ويأتي طفلك بهدوء يقول كلمتين او يلمسك بطريقة يحاول ان يطلب منك شيء اذا كنت في منتصف الطبخ ستقولين " سمعتك طفلي ساكون معك بعد ثواني ... احتاج ان انهي العشاء . فكأنما تلغي فعاليته وتصرفه بهدوءك وسيتحول الى هادئ بالنهاية

لكن لو مثل رد الفعل هذا حين يقوم بالتحديات والنوبات فأنها ستخف تدريجيا

ولو ان طفلك تصرف تصرف جيد كان يقول كلمه وتكون ردة فعلك كبيرة وانفعاليه فأنه سيحاول ان يكررها مرارا بعد ذلك ..

هل رأيتك كيف قلبنا الأشياء بصالحنا ...

انا لا اخبرك بان تتجاهل طفلك او ان تجلس وتقول " اسمعني لن اساعدك ولن البي ولن .. ""

وانما اريدك ان تتواصل معه وتريه بأنك تفهم الانكليزي وليس السويدي ... في النوبه الاخرى التي سيقوم بها طفلك تذكر ان تبقى هادئا ... وبدل ان تسأل نفسك " كيف اوقف النوبات " بل يكون سؤالك " كيف اساعد طفلي ان يتواصل بفعاليه معي اكثر

اذا سألت نفسك هذا السؤال فمستحيل ان تخطأ

تذكر ان وظيفتك كأب او ام هو ليس ان توقف النوبات حين يتصرف طفلك هكذا حاول ان تريه انك تتكلم الانكليزي او حين يأتيك بهدوء لاي مكان او يقول كلمه او يلمسك محاولا التواصل معك اتخذ ردة فعل قوية وسريعة ...

النمو والتطور خالي من النوبات :

بامكانك تصوري وانا في منزلي هم عرفو هذه النوبات جيدا حين كنت صغيرا .. البكاء والصراخ ... الخ وهي لم تجد ردة فعل ابدأ عن والدي ...

وعلي ان اعترف حينما كنت طفلا صغيرا (وبعد التوحد) كنت اجد ذلك مزعجا منهم لكن بعد ذلك احزر ؟ لم استخدم النوبات ابدأ ليس وانا طفل ولا وانا مراهق

هو ليس بأنني لم اتملق والدي يوما ليعطوني ما اريد لكني اخذت ما اريده بالكلام
والاقتناع ... ليس بالبكاء والصراخ و....
وبالطبع لم أكن احصل على كل ما اريد ..

ملاحظة حول كلمة : متلاعب " التلاعب " :

الكثير من الاهالي الذين سألوني سابقا اذا كان الاطفال هدفهم من البكاء والصراخ
وهذه النوبات بانواعها هو ان يتلاعبوا بالاهل ... ف صدقوني حتما حينما اقول لكم
ان طفلكم يجدها اسهل وسيله للتواصل كونه لا يستطيع الكلام او ان يعبر بسهولة
... فهو يحاول بافضل مالمديه للتواصل معكم .. لربما طفلك يستخدم الصراخ كوسيله
للتواصل معك .. غير ذلك ان غضبك لا ينفع طفلك ابدا

ف بالتاكيد هو لا يتلاعب بك ... نحن نساعد اطفالنا ليكونوا متفاعلين اكثر معنا
حينما لا نحكم على تصرفاتهم ... بالحقيقة ستجد حين تتبع رؤوس الخطوات في هذا
الفصل بدون حكم من جهتك ستكون مساعدا جدا لطفلك ..

الاحساس المفرط او الالم الفيزيائي :

لربما ان طفلك يبكي بسبب احساسه المفرط بالمحيط وهو متوالم فيزيائيا (رأسه
مضغوط , والم في المعده .. الخ)

إذا رايت ان طفلك متأولم بوضوح او يؤذي فان بالطبع ستفعل ما تستطيع لمساعدته ... جيمس كان يعا ني من ألام المعدة وكان الكثير من الوقت الذي حاولنا تهدئة معدته وهو يبكي

لكن مع ذلك ردة الفعل المستخدمة لتتواصل مع طفلك هي منطقية ... جزئيا لان شارلوت كانت تستخدم طريقة التصرف مع جيمس ليستطيع اخبارها اي جزء من جسمه يؤلمه الا تريد من طفلك ان يتواصل معك ليخبرك ما الذي يؤلمه ... من المفيد جدا ان يعطيك اجابة سريعة وواضحة عن ما يؤلمه ... الا تريد ان ترسل رسائل تطمئنه بانه سيكون كل شيء بخير بدل ان ترسل رسائل العصبية والضغط وهي بالضبط ما نتصرفه حين يبكي الطفل او نغضب .

باخذ الاحساس المفرط بالحسبان علينا ان وقت طويل ومعين في هذه القضية لاهميتها .. غرفة اللعب التي وصفناها في فصل 13 قللت الانهيارات كثيرا لانها قللت الاحساس المفرط بالمحيط .. ابعد طفلك عن الاماكن المفرطة بالاشياء لانها بدون شك اذا ابعده ستقلل بكاؤه وانهياراته

نعود لموضوع اخر بانه اردنا ان نوصل رساله لطفلنا بانه لا شيء مخيف يحصل حتى لو كان يعاني من الاحساس المفرط .. وان تريد ان تريه بانك تفهم الانكليزي بوضوح لكي يستطيع طفلك ان يتواصل معك ..

أهمية الثبات والتماسك :

كل ماسبق يعمل اذا ما تم بثبات وتماسك لانه لا يعمل اذا ما تلعب بذكاء مع طفلك او تحفيزه لما هو يريد .

عدم الضرب .. تعكسه بان يكون هادئاً وناعماً :

لا تفكر في موزه ... لا تفكر في موزه صفراء ... بماذا تفكر ؟ اذا كنت حالك حال كل الناس على الارض لربما تفكر الان في موزه ... لربما حاولت ان تتصور قطعة ورق او قماش او حتى سواد فقط وتظهر عليه الموزه

هذه هي حال العقل البشري لا تستطيع ان تقول له لا تفكر في شيء ولا يفكر به ... ماهو احتمال ان تفكر في برتقال بدل الموز

معظمكم تقولون .. لا تضرب ... لا تقرص ... ليس جميل ان تخذش اخنك .. لاغلب الناس هو شيء طبيعي

المشكلة هي حين تقول "لا تضرب" "الطفل يسمع" اضرب " او لا تقرص " يسمع اقرص " نحن ببساطة نجعل الطفل يفعل ما لا نريد

نحن نركز الطفل على التصرف الخطأ الذي لا نريد منهم عمله

بدل ذلك لنركز على ان يكون طفلنا هادئاً او ناعماً بالتعامل كم مره ممكن ان نقفز فرحاً ونفرح بمجرد ان يكون طفلنا ناعماً بالتعامل ... نستطيع ان نري اطفالنا ذلك بان نمسك ايديهم او كتفهم بنعومه وهدوء نريد ان نعمل من هذا شيء كثير ...

" احتفل .. اقفز " افرح مع طفلك حينما تراه يلمس يديك بنعومه .. يمكنك ان تركز امامه فرحاً وتقول " شعور رائع حينما تمسكني بنعومه "

بصورة عامه فأن اطفالنا يرون منا تصرف قوي حين يضربون او يقرصون او يعضون وقليلاً جداً ما نرد بلطف او نعومه عليهم ... نريد ان نقلب الطاولة الان ونستفيد من ذلك

تذكر : اطفالنا يستطيعون تصور ان يكونوا لطيفين التعامل لكن لا يستطيعون بدون ضرب ... لذلك ستفكر علي ان اجعل طفلي يتوقف عن الضرب ... علينا ان نركز كل الطاقه والانتباه لنشجعهم على ان يكونوا لطيفين التعامل ...

وقت النشاط :

كل ما ستفعله هو ان تجمع قائمة بالتصرفات والمواضيع للتصرف اقل في بعض واكثر في بعض الاخر .. واستخدم هذا الجدول كمرجع لك للتقدم ..

ACTIVITY TIME!

All you're going to do here is to compile a list of all of the behaviors and situations to react *less* to and all of those that you will react *more* to. This list—Table 13—will then serve as a very helpful guidepost going forward!

To React LESS To	To React MORE To

Table 13

نقاط البدء :

الجزء الاول :

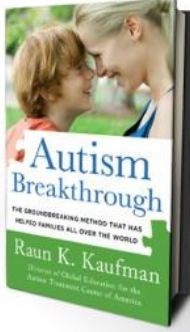
الوقت القادم الذي يبكي فيه طفلك او يعمل نوبات او يضرب ركز على ان تسترخي وخذ بعض الانفاس العميقة .. وركز على ان ما يفعله هذا لا يعطي صورة عنك كاب او ام .. هو مجرد يريد ان يتواصل ,, وليس هناك شيء سيئ يحدث

حتى تسترخي لا تتحرك .. الا اذا شيء غير امن وسليم يحدث معه .. حينما تكون مسترخي تماما قل الاتي لطفلك " انا احبك واريد مساعدتك .. لكني لا افهم ماذا تريد " ثم ادعوه ليقول كلمات بالاشياء التي يريدونها .. اذا كان طفلك لا يتكلم الى الان ادعوه لان يؤشر لما يريد .

اذا كان طفلك يؤشر او يتكلم (بدون صراخ او ضرب) عليك ان تقرحه وافعل افضل ما لديك لتعطيه ما يريد

الجزء الثاني : جد اي عذر لان تحتفل بطفلك بان يكون لطيفا ومتواصلا معك بوضوح .. نحن نتكلم عن اي لحظة .. ليس عليها ان تكون مباشره بعدما كان يبكي او يضرب .. ابحث عن وقت يكون فيه طفلك هادئ ومتواصل واحتفل بذلك كثيرا .

Chapter 15



Asperger's Syndrome: Applying The Son-Rise Program Principles

الفصل 15 :

أسبرجر سندروم وتطبيق مبادئ سن رايز عليه :

في مركز التوحد الامريكي تعاملنا مع المئات من العوائل التي كان يعاني اطفالهم من اسبرجر سندروم ... او ما يعتبر الاداء العاليي ... كل مبادئ سن رايز كانت مؤثرة بهذه المميزات الفريدة

في هذا الفصل سنتحدث عن تطبيق سن رايز مع مرضى الاسبرجر سندروم

انا ايضا افضل ان تتكرو كل الفصول السابقة قبل الخوض في النقاط الاتيه في هذا الفصل لو هله سيساعدك كثيرا ان تراجع الفصل 2 ان تقرأ فصل الانضمام ... بعدها سيكون تطبيق النقاط الاتيه سهله عليك ... للفهم والتطبيق

الانضمام :

حينما يأتي الموضوع بالنسبة للاطفال والبالغين فأنا سنرى اختلافات التي نعتبرها معا تكرارية وكيفية ان ننضم اليهم بها :

الناس من مرضى الاسبرجر سندروم هم ليسوا مرتبطين بأزم اعتيادي (الحالات التكرارية الخاصه) ... مثل رفرقة اليد و الدوران و تمزيق الاوراق الى اوراق صغيرة جدا ... الخ .. ومرات اكثر اما ان يتكلمو بكثرة حول موضوع معين او يرتبطون بهواية معينه بكل تركيز وبطريقة مكثفة

هذه هي اغلب التصرفات الرئيسية لهم التي يجب عليك ان تفكر بهم ك "أزم " اذا طفلك يفعل احد هذه الاشياء فعليك ان تنضم اليه وكأنه لس هناك يوم اخر او غدا اخر ...

بنفس الوقت الطريقة التي تنضم بها الى طفلك بهذه التصرفات هي مختلفة عن طرق الانضمام السابقه اقل تعقيدا ... تحدثنا سابقا حول ان فكرة الانضمام لشخص غير معتاد قد تكون خاطئة .. لو هلة .. ان تنضم لرفرفة اليد ل نسخ او تقليد ... الخ

.. الانضمام الى طفلك وهو يعاني اسبرجر سندروم لن يكون خطأ ابدا بان تقلده مع اكثر الحركات " الازم " الكثيفة ... انت تنضم لتكون جزءا من اهتمامات طفلك

لنقل ان طفلك يحب القطارات .. تتحدث عن القطارات وتقرأ عن القطارات وتستطيع ان تسمي كل نوع من انواع القطارات المصنوعة اخر 100 سنة منصرمة .. فان اغلب ما يحدث هو في لحظة ما او في نقطة ما كل واحد يتبين له بوضوح بأنهم قد ناقشوا موضوع القطارات بما فيه الكفاية ... وعليهم ان يتطوروا اكثر .. الاهالي او المعلمين يخبرون الاطفال " هذا ليس الوقت المناسب للتحدث عن القطارات . "" او " الا تعتقد ان عليك ان تغير الموضوع " مثل هذا القول فانك تحاول ان تبعد طفلك عن شيء هو قرر ان يكون خياره المفضل وبذلك فإنه سيأتيك بنتائج عكسية اكثر مما تتوقع .. تنتهي بان الطفل يبقى متمسكا اكثر بموضوعه وليس اقل

اما من ناحية اخرى ... حين تأتي للمحادثة عن القطارات هو اشبه ما يكون بالازم افعل بالضبط ما يفعله طفلك " ان تعيد كل شيء تقوله .. او اي شيء تفعله .. وبدل ذلك عليك ان تنضم وتصبح طالبا مولعا بما هي تقدمه

اذا كان طفلك يحب الحديث والقراءة عن القطارات عليك ان تنضم الى الموضوع بولع اذا ارادت ان تريك صورة عن القطار عليك ان تتضر بفرح عارم ... حينما تتحدث عن القطارات عليك ان تسمع بتمعن وحينما تسألك عليك ان تجيب واجب بافضل ما تستطيع ... للمره الثانية عشر حتى لو سُئلت نفس السؤال فعلى الارجح انت تعرف الاجابة من الاحد عشر مره السابقة ... لذلك تقدم حتى لو عنى ذلك ان تعطي نفس الاجابة لاحد عشر مرة قبل ..

ان تأخذ الوقت الخاص بك وان تقرأ عن القطارات حينما يذك طفلك الموضوع تستطيع ان تشارك بما لديك من معلومات " فقط حينما يعطيك طفلك المجال لفعل ذلك "

اعطيتمكم القطار كمثال هناك مواضيع اخرى مختلفة اذا كان طفلك يحب ان يبني طائرة عليك ان تشاركه اذا كان سيرفضك من ان تعمل فوضى بطائرتة اجلب طائرتك الخاصه واعمل بها

وهناك طرق مختلفة للانضمام تستطيع ان تلعبها معه .. انا عملت مع طفل يحب الطوابع البريدية كثيرا ... يجمعها ويغلف الظروف واعطاني اياه لاختمها فانضمت له

المفتاح هو ان تبحث عن تصرف تكرراري معين "ازم" و عليك ان تنضم لطفلك به بافضل طريقة ممكنه لك حتى لو كانت مجرد ان تستمع بتمعن لما يقوله

التحفيز :

هنا يوجد عليك القليل ما يمكنك ان تطبقه باختلاف مع مرضى الاسبرجر سندروم .. عليك ان تلاحظ ما يهتم به طفلك ويحفضه ... ومثال على ذلك :

الطائرات

الشخصيات للفلم المفضل لديه

المباني

بلد معين

الامراض التي يموت منها الناس

عليك ان تبدأ باكثر لعبة او نشاطا ومحادثته وان تركز على واحد من المحفزات الاتيه :

ان تتحدث عن الطائرات وان تقرأ عليها .. الخ

ان تتظاهر بان الشخصية المفضلة لطفلك هي المفضلة لديك
ان تبني موديل صغير لاطول مبنى في بلادك
ان تتظاهر بذهابك برحلة لبلد طفلك المفضل
قائمة بالامراض والاختلافات فيما بينها

بمجرد ان تأخذ المحادثة او النشاط طريقها عليك ان تقدم تحدي او هدف تعليمي ..
بصورة طبيعیه الاهداف او التحديات التي تختارها ستكون متطورة إلى حد ما
فلوهلة :

ان تركز حول حدوث مناقشة اجتماعية وحول ما يحب ان يفعله .
ان تحدد هدف لخمس عشرة دقيقة بمرونه تامه بحيث ان تبحث ما يلهم طفلك من
لعبه او ان تتناقش معه بما يلائمك في ذلك الوقت

ان تعمل مع طفلك وان يسألك اسئلة كطريق للتمرين وان يبدي اهتمامه بشخص
اخر

ان تسأل طفلك ليعلمك شيء ... وان تشجعه وان تبين له بأنك فهمته تماما

الموضوعات التجارية : وان تتحدث عن شيء يحبه طفلك ل 10 دقائق وثم شيء
انت تحبه

تحدث مع طفلك بموضوع يحبه ... مثلا السفن الفضائية .. ومااحتمال ان تكون ردة
فعله في حال وجدت كائنات على كوكب اخر وكيف سيقدم نفسه لهم ... الخ

إذا كان يحب القطارات : تحدث عن انواع مختلفه من القطارات .. وادخله في مناقشة كأن تساله من تحبه ان يكون معك بالقطار .. اين تحب ان تأخذهم بالقطار الخ

اكتشف كل شخص اين يريد ان يذهب ولماذا ... اصنع قائمة بالاشخاص الذين يحبون الذهاب القطار ...

الخ .

التنشئة الاجتماعية :

كما ناقشنا سابقا ... منهاج سن رايز المطور يطبق 5 مبادئ اساسية ... وهي تساعد الطفل من ذوي التوحد الشديد وتحولة الى كامل التنشئة الاجتماعية وطبيعي (في التنشئة الاجتماعية كانت 4 مبادئ تواصل رئيسية : التواصل البصري بدون لغة , واللغوي , الفضاء التفاعلي , والمرونة)

اعطاء اهمية للاهداف الاجتماعية اكثر من الاكاديمية

العديد من الاطفال ذوي اسبرجر سندروم هم نجوم بالنسبة للامور الاكاديمية ... على الاقل في الامور التي يحبونها ... وهنا انا لا اقترح ابعاد ما يحبونه او ايقافهم من فعل ما يحبون ..انما ما اقترحهه حينما تكون مع طفلك ركز على الامور الاجتماعية فقط .. تذكر : لو كان طفلك طفل او بالغ وهو بأداء عالي الشيء الوحيد الذي يمنع تطوره هو الطبيعه الاجتماعية

فمثلا : للتواصل البصري انت تطلب منه ان ينظر لك ويقول كلمه معينه حين يفعل ذلك اشكره وقل له بانه حين نظر اليك فانه ساعدك كثيرا

التواصل البصري الغير لغوي هو اصعب شيء يعاني منه مرضى الاسبرجر
ويصارعون فيه ... من المهم ان تدرك ذلك بانه اهم شيء بالنسبه للطفل حتى لو
كان جيدا بالجوانب الاخرى

هذا يعني لا يهم مدى تطور لغته الاهم هو ان يتواصل طفلك من كل النواحي .

لربما يترأى لك بان طفلك متطور بالتواصل اللغوي لانه يختار كلماته وجمله بدقة
وتلفظ عالي لكنه ربما لديه صعوبة في التحدث بالامور الاجتماعيه كيف هو يشعر
كيف انت تشعر النكات والكثير من الامور ... هذا ما تريد ايجاده حين تتحدث معه
بطريقة طريفه ومحبيه له ..

استخدام التحفيز معه سيكون مرتاحا ومتوصلا معك .. لربما تبني من هذه الامور
جسرا للتواصل بامور اجتماعيه اخرى

ايضا في حال مبدأ الفضاء التفاعلي .. ايضا يعمل بمبدأ التشجيع حتى تبقيه متوصلا
قدر الامكان اطول فتره ممكنه ...

المرونه قد تكون مشكله كبيره للناس مرضى الاسبرجر ... حين يلعب لعبه او
يتناقش بمحادثه هذه امثله على ما يمكنك قوله :

" يالهي هل تستطيع ان تشرح لي كيف بنيت هذا القطار بسرعه انا لم اعمل
قطارا من قبل هل تستطيع ان تشرحي ببطئ كيف عملته

"اوه .. لقد استمتعت باللعب معك لنحاول ان نلعب مرة اخرى لكن هذه المره
بقوانيني "

واستخدام مبدأ المرونه مفيد جدا ايضا " مبدا " ان تكون ساذجا " او ان تفهمه خطأ
او دور اللعب استراتيجيات فصل 9 .

تتعامل معه بمبدأ اعطاء السيطرة

تشجيعه ان يكون محاول جيد

وتطبيق مبادئ سن رايز التي شرحت سابقا

تهيئة بيئه مناسبة لمساعدته على التركيز
التعامل مع النوبات المختلفه والتحديات الاخرى

نفس تفاصيل الفصول السابقه

[http://www.autismbreakthrough.com/chapter15/.](http://www.autismbreakthrough.com/chapter15/)

نقاط البدء :

تحول الى طالب بحسب ما يقتضيه عالم طفلك .. وانضم اليه فيه .. اذا كان طفلك يحب السيارات القديمة الفخمة .. اقرأ كتاب عنها .. وتحدث معه عنها ... اذا كان يحب ان يتكلم عن رحلات الفضاء .. بكل فرح حاول ان تستمع اليه فهو يخبرك عن موضوعه ... اذا كان يحب المخلوقات البحرية .. اشترى بوستر لصور الحيوانات البحرية وعلقها واسأل طفلك من هي المفضلة لديه .. ليس فقط ستفهم طفلك لكنه سيجد من السهل التواصل معك وان يكون مرنا اكثر .

Chapter 16



The Recovery Mode: Addressing the Biology of Autism – Especially Diet

الفصل 16 :

وضع المعالجة : معالجة بيولوجيا التوحد - وخاصة الحمية

نفي :

اريد ان اتأكد بأنني واضح تماما ان لا شيء في هذا الفصل يُفسرُ كنصيحة طبية ..
هذا الفصل لم يوضع ليمنع او ليشخص او يعالج او يقي من اي مرض ... انا لست
طبيب ولا اعلب دور ذلك بالتلفاز ..

لقد تحدثت في الكثير من مؤتمرات التوحد وسمعت لكثير من اطباء التوحد ورأيت الكثير من الاطفال الذين يستجيبون للكثير من التدخلات الطبية المختلفه .. بالواقع الكثير من العوائل طبقت برنامج سن رايز مع التدخلات الطبية والبايولوجية

التوحد : علاقة بالطب الحيوي :

نحن نعلم ان التوحد هو مرض عصبي " لكن هو ليس مرض بالاعصاب فحسب , الكثير من اطفالنا يواجهون صعوبات بالمناعة والامراض الهضمية والتي لها علاقة وثيقة بالاحساس المفرط بالمحيط والتصرفات وتعلم الصعوبات .. في مؤتمرات التوحد سمعت طبيب بعد اخر يناقشون بايولوجية التوحد تحديدا كم طفل توحيدي يعاني من مشاكل الهضم ويقاومها بصعوبه مع مجموعة من العمليات البيولوجية الاخرى

بعض منكم على علم بهذا ربما .. والكثير منكم يقرأ هذا الكلام لأول مرة .. اذا كانت هذه اول او ثاني مره انت تسمع هذا الكلام لربما انت الان تفكر هل ان طفلك يواجه هكذا تحديات لربما تفكر بان طفلك لا يعاني تحسس من الاطعمه لا يمرض اغلب الاحيان لا يبدو عليه اي مشاكل فيزيائية واضحة ولربما وعلى الاكثر تكون هذه هي المشكلة

بنفس الوقت .. اطفالنا الصعوبات واضحة عليهم وتأخذ اغلب انتباهنا .. والقليل من الصعوبات التي تواجههم هي التي لا نراها

هذا بالطبع صح اذا كنت قد اخبرك الطبيب بهذه الصعوبات التي يواجهها طفلك

من المهم ان تفهم ان مشاكل طبيعة طفلك الداخليه لربما هي التي تؤثر على تصرفاتها .. التداخل بين فسلجة طفلك والتوحد لديه قد يكون مباشر او غير مباشر

التفاعل المباشر هو حين يكون هناك رد فعل كيميائي من خلال جسم طفلك بحيث يتداخل بتطور دماغ طفلك (سأعطيكم مثال حول كيف ان البروتينات في الحنطة وكيف تسبب الاسهال للطفل ..)

التفاعل الغير مباشر حين تكون هناك مشكلة فسيولوجية " وظيفية " تسبب الم المعدة لطفلك او بلادة "نعاس " فكر كيف يسبب لك الصداع القوي صعوبة العمل في يومك وتخيل كيف مؤذي وجع المعدة لطفلك وانت تطلب منه ان يستمع اليك .. او النظر او التفاعل معك او تعلم اشياء جديدة

لذلك عليك ان تنظر الى طبيعة بايولوجية جسم طفلك .. اذا لم تكن قد فعلت سابقا ظاهرة واحدة ستكون واضحة في نهاية هذا الفصل هي ان مبادئ سن رايز والتدخلات الطبية احدهما يؤثر على الاخر ... الطفل ضمن برنامج سن رايز سيتطور اسرع اذا تجاوب مع العلاجات الطبية ... حين تزيل اغلب الصعوبات التي يعانها جسمه

وهذا صحيح تماما من تحريك موقع طفلك في ان يواجه الصعوبات الجسمانية الى بالوضع الشفائي والعلاجي ومبادئ سن رايز تساعد في التطور والاستجابة للتدخلات الطبية ...

اختيار الطبيب المناسب :

انا اشجعك بشدة بأن ترى طبيب مختص بالتوحد .. اذا لم تكن قد فعلت بعدك اما اذا لم تفعل بعد .. فالطبيب سيحلل الدم والبول والفحوصات الاخرى ليحصل على صورة واضحة على الطبيعة البايولوجية لطفلك

هو او هي سيكون بأستطاعته التوجيهية بالمشاكل او الصعوبات التي يعانيتها طفلك
بالهضم او النظام المناعي لجسمه ... وبالإمكان ان تكون هذه الصعوبات متعددة
الأوجه الا انها ستكون سهلة مثل نقص المعادن

ملاحظة : لقد عملت مع الكثير من الاهالي الذين لاحظوا التطور على طبيعة
اطفالهم من ملاحظة الطبيعة , التجانس , ومن الممارسين من غير اصحاب المهنة
.. ان طبيعة طفلك قد تكون معقدة لذلك من المساعد ان تكون منفتح العقل دائما معه

اذا كنت ستأخذ طفلك لطبيب مختص بالتوحد من المهم ان تذهب لشخص ذو خبرة
بحيث يعلم ماالذي يتحدث عنه .. ومن المدهش انني لازلت اسمع الكثير من الاهالي
الذين يرسلون ملاحظات بان طبيب الأطفال ان يعمل نصيحة لهم وبأن تقول " ان
تغيير حمية طفلك لن تكون ذات تأثير على اي نوع من انواع التوحد " او ان يكتب
" ان الطفح الذي على جسد طفلك ليس له علاقة بالتوحد "

او ان الاسهال الذي يصيب طفلك هو لفترة وليس له علاقة بالتوحد ..

خذ بنظر الاعتبار ان ما نأكله وما نشربه يؤثر على مستويات الطاقة لدينا .. وعلى
قابلية التأثر من العدوى .. او الى ميل اطفال معينين الى الاصابة بالسرطان ..

في مطلع النوع الثاني للحميات اعراض كرون والاضطرابات الهضمية ووضع
شرايينا وما يشابهه ستسبب لنا جلطة .. اكل طعام بحيث ان جسمنا يستحس منها "
كأن نأكل الفول السوداني كمثال " يؤثر فورا وفي بعض الاحيان تأثيرا مميتا
كأستجابة فسيولوجية .. شرب نسبة معينة من الكحول تؤثر على الدماغ في وقت
قصير ... ليس اي من هذه الحقائق قابل للجدل والخلاف ... نحن نعلم بان هناك
تأثيرات على طبيعة اجسامنا ... لذلك لماذا لا تؤثر هذه الحميات على طبيعة ادمغة
اطفالنا واجسمهم المتحسسة .. هل بعدك مخالف لهذا ؟

انا ليس لدي طريقة مهذبة لقول الاتي لكني ساقوله : اي طبيب يخبرك بانه من المستحيل ان طعام طفلك لا يؤثر بأي طريقة على طفلك .. هو لا يعرف ما هو التوحد ... في اغلب الاحيان ما يعطي نصيحة بدون معرفة ... وهذا بالطبع غير مساعد وخطر على طفلك بنفس الوقت

اذا كان طفلك يعاني من مرض جدري .. وتطلب مني النصيحة .. انا لن اعطيك اي نصيحة هل تعلم لماذا ؟ لانني لا اعلم شيء عن مرض الجدري .. لربما ممارسك يعلم الكثير عن الحمى والتهاب الحلق والكحة والكثير الكثير من الاعراض لكن ان اعطاك نصيحة معينة حول التدخل الطبي اذهب لمكان اخر بالنسبة لمساعدة طفلك بالتوحد .. هناك عدد كبير من الاطباء والذين يعرفون الكثير عن التوحد التقيتهم مره في المؤتمرات وفي بداية الكورس ...

ابن شارلوت جيمس .. لديه الكثير من الصعوبات الفسيولوجية التي تؤثر مباشر على التوحد لديه .. احد المشاكل هو عدم قدرته على هضم مجموعة واسعة من الاطعمة ... حين كان جيمس اصغر من هذا العمر ذهبت شارلوت مع زوجها السابق للطبيب لان جيمس لم "تخرج بطنه \ امسك " لاسبوعين وكثيرا ما يمسك معدته ويصرخ قال الطبيب " هو يمسكها متعمد "

هذا النوع من التصريحات تبين نقص التعمق في فهم ماهية التوحد وطبيعته ... وهو ما يأخذ الانفاس

بالحقيقة : شارلوت بسرعه غيرت في حمية جيمس .. وسرعان ما استعاد طبيعة خروجه " وتوقف عن الامسك بمعدته .. او الصراخ

وكذلك تطور في الكثير من الاشياء

قلبي مع هؤلاء الاهالي الذين لا يزالون يأخذون ابنائهم من طبيب لآخر والذين ينكرون ما يحدث مع اطفالكم والذي ترونه بأعينكم .. ثقبو بي حين اخبركم اذا كنتم اخبرتم طبيب توحد واختصاص فانكم لن تتعبو بمثل التفسيرات الاخرى ...

عامل اخر عليكم وضعه بأذهانكم حين تختارون طبيب التوحد اختارو الطبيب الذي ساعد اطفال قبلكم انتم لا تريدون من طفلكم ان يكون حقل تجارب ... حتى لو كان

الطبيب يعطيه كامل اهتمامه انا انصحكم بطبيب على الاقل بخبرة 5 سنوات بالتوحد مع الاخذ بالاعتبار بان الطبيب بإمكانه اخذ 3 ايام حلقة دراسية ويدعي بأنه طبيب توحد "

وكذلك عليك ان تسأل الطبيب لماذا اتخذ اختصاص علاج التوحد .. هذا سيعطيك صورة عن الطبيب ومن اين جاء لان معدلات التوحد بأزدياد في السنوات الاخيرة .. بعض الفيزيائيين قفزو بخبرتهم ليوسعوا من خبرتهم ... من جهة اخرى هناك تزايد في الاطباء الجيدين والذين هم اهالي لاطفال توحيدين

وهم بدأو اول شيء بالتركيز على حالة التوحد الخاصة باطفالهم انا اميل لان اثق بهؤلاء اكثر ان هؤلاء اهالي التوحيدين يعاملون اهالي المرضى الاخرين بكل اخلاص واحترام

قائمة الفحص للطبيب :

حين تختار طبيب توحد من المهم ان تختار من الطبيب الدعم .. وماتفعله ان تطبق مبادئ سن رايز ... فيما يأتي مجموعة اسأله انصحك بسؤال الطبيب عنها :

- 1-هل هم يحترمون بعمق واخلاص دورك كأب أو أم للطفل
- 2-هل يرون قيمة لبناء علاقه مع طفلك وان يساعدو طفلك في التواصل مع الاخرين
- 3-هل يهتمون بحالتك النفسية
- 4-هل يرون اسألتك من المتطلبات وليس بها صعوبات
- 5-هل هم يعاملون بلطف وراحة مع طفلك

- 6- هل يقدرّون حالة طفلك النفسية -بالإضافة الى مراعاة حالة طفلك من ناحية الهضم وعلى ان تتم معالجته
- 7- هل هم يهتمون بطفلك اولا اكثر من اي شيء اخر هم مهتمين بمعالجته
- 8- هل هم يقدرّون العلاج _ من ضمنها التدخلات الاخرى مثل برنامج سن رايز _ اضافة الى ما يقدمونه
- 9- هل يعترف بأهمية التدخلات لطفلك ..
- 10- وبما ان هذه التدخلات هي التي تدار لطفلك هل ستحقق معنا لتجد كيف الوضع ضمن بروتوكول العلاج

ما يهم في حمية طفلك :

ما يأكله طفلك لربما له تأثير مزعج عليه .. تصرف الطفل .. مستوى التفاعل .. تكرار الازم وتوحده بصورة عامه بإمكانه ان يكون ذو تأثير باتجاه واحد او اخر بالحمية ... هذا ليس للحديث عن تأثير الطعام على خروج الطفل او الطفح الجلدي او النوم او لون بشرته او معالجة الاحاسيس لديه

سنصرف اغلب الفصل بالتحدث عن التدخل الغذائي لسببين .. اولا: التحدث بايولوجيا وافضل الفرص للحصول على التأثير المباشر على تطور طفلك ثانيا: التدخلات الطبية هي شيء اشبه ببرنامج سن رايز تستطيع تطبيقها بالمنزل

العدد الكثير من اطفال التوحد متحسسين للطعام .. (اقول متحسسين وليس مصابين بحساسية) لانه غالبا ما هذه المشاكل لا تظهر في فحوصات الاصابة بالحساسية لاسباب سنناقشها بعد قليل

سيكون من المساعد اذا فكرت في طفلك وما يهضمه : هو ان طعام طفلك اما دواء او سم

في عام 1974 قبل وقت طويل من اكتشاف علاقة التوحد بالحميات .. طبق والدي تدخلات الغذائية معي .. وهذه مجال اخر اثبتته والدي قبل عقود من اكتشافه .. هم شعروا بأنني اتأثر بما أكله وهم ازالوا كل طعام فكروا فيه ولاحظوا انه يؤذيني " بالحقيقة لجعل الامور اسهل هم طوروا صحة كل شخص لمنع اي تلوث بالصدفه " . ازالوا الطعام المؤذي من طعام كل العائلة "

اول الامر هم ازالوا منتجات الألبان .. من المدهش انني كنت عرضة له بصورة مزمنة ... توقف لدي التهاب الاذن

ثم ازالو بعد ذلك السكر والاصباغ والاطعمه واللحم الاحمر وطوروا الطعام ضمن حميتي .. اطعموني الاطعمه العضوية فقط " تذكرو هذا قبل عقود من ايجاد الطعام العضوي في السوبر ماركت "

التدخلات هذه كانت مكون مهم لما عمله اهلي لمساعدتي وهي ساعدت وتيرة برنامج سن رايز بازالة العوارض البيولوجية ليعمل البرنامج معي صحيفا .. لسوء الحظ يعتمد على ما تراه انت انا الان على مقدرة بأكل الطعام ضمن اي حمية طبيعية وهي مثالية من السكر والجلطة والسرطان بدون اي تأثير ضار اليس هذا حياة بكاملها

في مركز التوحيد الامريكي هذه هي الاطعمه الاولى التي نخبر الاهالي بالنظر اليها
اولا :

الكازيين (الحليب ومشقاته)

الجلوتين (بروتينات معقدة من الحنطة والمحاصيل الاخرى بالاضافه الى العناصر
بدون جلوتين مثل بطاطا شبس لانه يمنعهم من الالتصاق ببعضهم)

كافيين

سكر

لننظر اليهم بقرب اكثر :

الكلوتين والكازيين :

العملية البايولوجية التي انا في طريقي لوصفها من قبل الكثير من الفيزيائيين في
حقل التوحيد وشرح لماذا بعضها بسيط كبساطة اكل الحنطة او الالبان ممكنه ان
يسبب تأثير على الدماغ وعلى تطوره

بعض الاطفال المصابين بالتوحد تتقصم الانزيمات التي تكسر البروتينات الجلوتين والكازيين وفي قمة هذا لدى هؤلاء الاطفال ما يسميه الاطباء متلازمة تسرب الامعاء ... والتي فيها جدران الامعاء (والذي يحص فيه اغلب الهضم) تكون قابله للنفاذ

طريقة ابسط للتفكير ايضا هي : تصور ان لبعض الاطفال جدران امعاءهم كأنها تحوي ثقب ناعمه (وهذا الجدار المهم ليفصل الطعام الغير قابل للهضم من ان يدخل الى باقي الجسم) فالطعام غير المهضوم او المهضوم جزئيا الكلوتين والجازيين تدخل ضمن مجرى الدم من خلال ثقب جدران الامعاء

هذه الكلوتين والجازيين ستدور حول الجسم وتعتبر مجرى الدم – الدماغ .. بمجرد ان تدخل الدماغ تعمل عمل مخدر تعمل عمل الهيروين والمورفين

لذلك من المهم للكثير من الاطفال الذين يتناولون الكازيين والكلوتين كأنما يأخذون مخدر عالي واكثر بمجرد ان تزال هذه الاطعمه من الاطفال مره واحده فهي كأزالة المخدرات من مدمن ... اولا هو لن يشكرك هو مدمن ومتعلق بها بقوة ولا يذهب الطفل معك ببساطة في العملية ببساطة لديه رغبه عارمة في تناول الكلوتين والكازيين سيأخذ جسم طفلك ردة فعل في بعض الاحيان تطول لمدة اسبوعين من الاسهال او النوبات او قلة النوم بالليل

على كل حال حين تنتهي .. كم هو يوم جميل .. جاءتنا تقارير عن اطفال تحسن التواصل البصري لديهم ... ونامو لساعات طبيعيه .. واستخدمو اللغه الاعتيادية ... ويستجيبون وبسرعه لمبادئ سن رايز

لربما تفكر كيف سazيل الكلوتين والكازيين وطفلك يحب الحليب و سندويجات الجبن و (مكونات اخرى من الالبان والحنطة) اذا كان كذلك فانا سعيد لك جدا ولطفلك بان هذه اشارات واضحة على ان الكلوتين والكازيين ذات تأثير ضار على طفلك .. التطوع لاكل نوع محدد من المأكولات هي من سمات المدمن

لماذا انا سعيد بذلك .. لاننا بنية رؤية كيف ان اطفالنا يعانون من الادمان وهذه مشكلة كبيرة مع الجلوتين والكازيين هؤلاء الاطفال هم الاكثر استجابته حين نرفع عنهم هذه الاطعمه

اذا انت تشعر بالذعر مما سبق .. توقف قليلا .. انا معك وساريك كيفية تغيير حمية طفلك ضمن مبادئ سن رايز .. وهو ليس مخيف او صعب على الاطلاق

الكافيين :

بالطبع نعلم ان القهوة تحتوي على الكافيين " حت القهوة بدون كافيين تحتوي عليه لكن بنسبة اقل " الكافيين ايضا في الكولا والمشروبات الغازية الاخرى ... " هناك الاف الاشياء الخطا في المياه الغازية من ناحية التوحد والكافيين احدها "

تذكر ان الكافيين يقدم ايضا كشوكولا .. هذه هي طريقة كبيرة للدخول لحمية اطفالنا كما قلت لكم مسبقا ... انا مجنون بالشوكولا لذلك افهم بعمق الرغبة في تناولها

المشكلة هو ان الكافيين هو مخدر اعصاب نحن لا نريد ان نعطي اطفالنا مخدر اعصاب

السكر :

السكر هو صعب لانه مضاف تقريبا لاغلب الاشياء .. سأخبرك الان لن تستطيع ازالة السكر تماما من حمية طفلك لحسن الحظ ... هذا جيد لا مشكلة في ذلك .. لسببين .. نحن بحاجة الى بعض السكر في حميتنا .. " على الرغم من ذلك ماموجود منه بصورة طبيعيه مثل التفاحة "

ثانيا : الميكانيكية البايولوجية التي تجعل من السكر مشكله لاطفالنا هي مختلفة تماما .. من التي تجعل الكلوتين والكازيين مشكلة لديهم

هذا يعني صحيح باننا ازلنا الكلوتين والكازيين الى الصفر اذا كان للحمية التأثير المفترض . .. هذا ليس الحال بالنسبة للسكر .. بالنسبة للسكر هو التقليل منه على قدر المستطاع ...

الطريقة التي يصفها اغلب اطباء التوحد بان هناك مشكلتين بايولوجية تحدث مع بعض الاطفال والتي تجعل من السكر مشكلة لديهم : اولهم ان بعض الاطفال بالتوحد يفرزون الكثير من الانسولين ليتعاملوا مع كمية السكر القليلة ... وهذا ما يسبب انخفاض في مستويات السكر بالدم .. مما يجعلهم كسولين وسريعو الغضب والرغبة الشديدة للسكر . وبالتالي الطفل يأكل سكر اكثر .. يرتفع السكر بالدم مره اخرى نسبة انسولين تفرز بكثرة ... وانخفاض اخر بمستوى السكر بالدم ننتهي بتلاعب بمستويات السكر بالدم والذي تعيث فسادا بجسم ودماغ الطفل

بالرجوع الى بعض وثائق التوحد الامر الثاني والصعب التحديات البايولوجيه المحيطة باستخدام السكر ان الكثير من الاطفال لديهم كنديوم فرط الخميرة والذي يعني في معظم الحالات بان الاطفال لديهم معدل اعلى من الفطريات النامية

وهذا يفاقم من مشاكل تسريب الامعاء .. وهذا ما يسبب "ضباب الدماغ" وهذا مع اطفال التوحد منطقيا تماما

مالذي تعيش عليه هذه الفطريات النامية .. حذرت السكر ؟

بالواقع هناك بعض الادلة لاقتراح القوة من الرغبة الشديدة في السكر لاطفالنا التي يعيشوها تاتي من الخميرة نفسها .. الخميرة هي الرغبة الشديدة بالسكر وهي تبدأ بالموت من نقص السكر .. وهي تعطي للجسم رغبة اشد بالسكر .

هناك بعض اطباء التوحد الذين يكتبون وصفة فطريات كدواء ل كانديديوم الخميرة المفرط لكن اول طلب للعمل هو ببساطة بتقليل السكريات والتي هي حسب رأي المحترفين تقلل من مستويات كانديديوم الخميرة المفرط

اذا كان الطفل يعاني من مستوى كانديوم الخميرة المفرط عالي .. والسكريات تقطع فجأة هذا يسبب ما يسمى " الموت تام " وهو ما يستخدم لوصف الموت للكثير من الكانديديوم مرة واحدة .. وحينما تموت هذه الفطريات بشكل جماعي ... من المعتقد بأنه الموت والتكسر يفتح اعضاء هذه الكائنات الناشرات السم الى الجسم ... وهذا هو ما يفسر لماذا هؤلاء الاطفال تناول السكر يقل لديهم وتحدث لديهم اعراض مثل .. الدوران او الصداع او التقيؤ او حمى بسيطة لبضعة ايام

انا استطيع ان اقول لكم من تجربتي الشخصية ان هذه الظاهرة لا تزال تحدث معي .. انا استطيع ان اكل ما اريد وان اكون بخير .. لكني حين اقطع السكريات عن جسمي بصورة مفاجئة وهذا ما افعله حين ارغب بخسارة بعض الوزن .. اصاب ليومين بالدوران .. فمعنى ذلك انني اصبحت رغبتي بالسكر هبطت وعملت كل الذي عانيت منه ...

حميات للنظر اليها :

هناك الكثير من الانواع من الحميات التي تنفع اطفال التوحد وهناك الكثير من الاكلات في السوبر ماركت امنه لاستخدامها مع اطفال التوحد وهناك الكثير من

الكتب التي تفصل هذه الحميات لذلك انا لا اتطلع هنا لاشرحها لكم بالتفصيل ما اعطيكم اياه هو 3 اماكن للبدء

الحميات الثلاث الاتية هي المفضلة لدي وهي تتدرج من الاقل الى الاكثر مقاومة وهي مبنية احداها على الاخرى هذا معناه بان فرضا الحمية 2 تستثني الطعام الذي ذكرته بما يضمن الكلوتين والكازيين

اذا قررت ان تطبق حمية الطعام الخالي من الكلوتين والكازيين ولم تعمل معك ولا ترى اي تغيير ملحوظ مع طفلك هذا لا يعني بالضرورة بان الحمية هي ليست مشكلة لطفلك هذا يعني انك ربما لم تزيل من الاكل ما يؤذيه الى الان وهذا السبب الذي يجعل اغلب الاهالي يختارون الحمية التالية

انا لا اخبرك بان تعمل بهذه الحميات وبنفس الوقت لا امنعك من ان تعمل بعض الابحاث للنظر اليها :

1- الحمية الخالية من الكلوتين والكازيين : ناقشناها مسبقا وهذه الحمية تعني بازالة كل انواع الطعام التي تحتوي على الكلوتين والكازيين .. الحليب ومنتجاته والحنطة (القمح) واعداد كبيرة من الاطعمه الاخرى التي تحتوي على الكلوتين ... لمعظم الاهالي هذا مكان للبدء ... وهذه الحمية ابسط بكثير الان من سنوات مضت لان هناك الكثير من الاطعمه الخالية من الكلوتين والكازيين وتقريبا اي شيء (حليب , زبادي , خبز , معكرونه , وبسكت ,, الخ) هي متواجده وهي خاليه من الكلوتين والكازيين ... (لا انصحكم باستبدال الحليب ببساطة مع منتجات الصويا الاخرى .. الصويا هي شديدة الحساسية وصعبة الهضم بالنسبة لطفلك وبعض المعالجين ومدربين الحمية يعتقدون انه يحفز الهرمون الانثوي في الجسم

2- حمية الكاربوهيدراتية المحدودة (اس سي دي) : واخترت من قبل الدكتوراه سدي هاس ونشرت من قبل الين كوتسكال .. حمية الكاربوهيدرات المحدودة هي مبنية على فكرة ان في بعض لا يكتمل لديهم هضم لكاربوهيدرات معينة وسكريات تنتج عن نمو بكتريا في الامعاء والتي تسبب الالتهاب وأمراض المناعة الذاتية والاستجابة (حين يهاجم جهاز المناعة جزء من الجسم) والكثير من الاهالي الذين وجدوا عدم استجابة اطفالهم بقوة

لحمية الكلوتين والكازيين ارسلو لنا بان اطفالهم تغيروا كثيرا على هذه الحمية لكن حجر الرئيسي في هذه الحمية هي ازالة الطاطا والرز بالاضافه الى الكلوتين والكازيين اذا تساءلت ماذا تبقى لطفلك ليأكله .. انظر الى هذه الحمية وستتفاجأ .. (وعليك ان تتصور في عقلك الكثير من الثقافات التي عاشت الاف السنين بدون هذه المأكولات) هناك حمية تشابه لحمية الخالية من الكاربوهيدرات تسمى سيكولوجيا متلازمة الامعاء (كابز) دايت والتي اوجدت من قبل د.نتاشا كامبل مكبح

3- حمية بيئة الجسم (ايكولوجي دايت) التي اوجدت من قبل نتروشنست دونا كيتس حمية بيئة الجسم تشبه حمية (اس سي دي) لكنها تركز اكثر على "فلورا الامعاء " (البكتريا المعوية) وهناك تركيز اكبر على نمو باكتريا الخميرة المفرطة تركز اكثر من ازالته لاطعمه محددة وهذه الحمية تضع الكثير من التركيز على تجديد فلورا الامعاء التي تنقصها التي تكون صعبة الهضم وباضافة اطعمه مثل الخضروات وجوز الهند الرائب شراب مخمر .. هذه الحمية بامكان اعتبارها أعلى سلطة على سلم الصرامة والتفصيل .. العدد القليل من الاهالي الذين اعتمدوا هذه الحمية مع اطفالهم لانها تتطلب الكثير الكثير من العمل لكن التقارير اشارت الى تحسن ملحوظ مع اطفالهم

على الرغم من انه يبدو على ان الكثير من الحميات تركز على الكثير من ان هدفنا هو ازالة المواد او اضافة عناصر ممكن ان يحدث فرق ... اجلس في اي مؤتمر للتوحد وستسمع الكثير من الاطباء يتناقشون في اختلافية ونقصات كثيرة التي يرونها في اطفال التوحد .. على الرغم من ان الاطفال مختلفين بعضهم عن الاخر .. هذه بعض الجوانب التي تستحق الاستطلاع :

الانزيمات الهاضمه :

لأجل ان تهضم الطعام اجسمنا تفرز كميات كبيرة من الانزيمات وبدون هذه الانزيمات لا يمكننا هضم اي شيء ... بما اننا نحتاج الانزيمات لاستخراج المواد الغذائية فالطعام بدون الانزيمات هو ليس طعام .. لوهلة .. السبب وراء ان الخشب ليش طعام لنا لاننا ينقصنا الانزيمات التي تكسره .. اذا كنا نمل ابيض ولدينا هذه

الانزيمات التي تكسر الخشب لاصبح طعام لنا ... لكننا نبدأ يومنا بأكل سندويج
نشارة خشب ... (عرضيا نحن نستدعي الانزيمات غير الهاضمه تقريبا لكل وظيفة
جسمية كمحاربة العدوى وتغيير الحرارة وحتى التفكير)

بعض اطباء التوحد يشعرون ان هناك الكثير من الادلة بان الكثير من اطفالنا لديهم
نقص بكيمة الانزيمات الهاضمة الطبيعية تسبب خطر على الجهاز الهضمي ..
يتحدث هؤلاء الاطباء عن الفوائد من تجهيز الانزيمات لمساعدة الاطفال بالهضم
واستخراج المواد الغذائية من طعامهم

لتخفيف الانتفاخ والامساك والاسهال وبعض المشاكل الهضمية الاخرى ولمساعدة
الجسم بمناطق اخرى كالجهاز المناعي مثلا .. الانزيمات هي ليست دواء او
فيتامينات هي طعام ومنتجات وتباع في متاجر الاطعمه الصحية

الكثير من اهالي برنامج سن رايز يستفيدون من الانزيمات بالتأزر مع البرنامج
انزيماديكيا : شركة تركز على عمل انزيمات مؤثرة وفعالة وتشعر بالقوة من ذلك ..
منذ 2009 لقد دفعت نقاط للاهالي للحضور الى برنامج سن رايز

وهي ساعدت في ايجاد مركز الامل للتوحد وهو تنظيم بدون ربح وقد اوجدت
الكثير من الاهالي في دروس الكورس

لقد ذكرت سابقا بان جيمس يواجه صعوبات فسيولوجية .. من مستوى سمية
المعادن الثقيلة وكبيرة وصعوبات الهضم .. هو يأخذ من الانزيمات الهاضمه وقد
اصبح ضمن الحميات الثلاث وهو ايضا يحضى بالمعادن والاحماض الدهنية
والبروبايتيك التي سنناقشها بعد قليل

بالنسبة لجيمس فان الانزيمات احدثت فرقا كبيرا .. لقد تحول من طفل يعاني من
استمرار الام المعدة ودائرة غامقة حول عينيه ويعيش بين الامساك والاسهال الى
طفل بدون انتفاخ وبدون الم ولا دوائر غامقة حول العينين وخروج طبيعي اضافة

الى تسارع نظام سن رايز وتطور باللغة ملحوظ وتسارع وقفزات كبيرة في المدى التفاعلي التواصلي ..

البروباتيوكس :

مصطلح البروباتيوكس هو الاشارة الى الكائنات الحية الدقيقة المفيدة التي نحتاجها في امعائنا ولصحتها ... مثل الانزيمات وهي ايضا تعتبر منتجات بالطعام وتباع ايضا في مراكز الطعام اذا رأيت دعاية ل زبادي بالتلفاز والدعاية لفوائد هذه المنتجات لصحة الهضم هذا لان معظم الزبادي يحتوي على بروباتيوكس .. على كل حال لاطفالنا الزبادي مشكلة لهم لانه البان او صويا

ايضا كبسول البروباتيوكس او باودر التي تريد شرائها من الاطعمه الصحية موجودة بالمتاجر الصحية مفيدة اكثر بكثير من البروباتيوكس في الزبادي

ايضا انا لا اخبرك ان تذهب غدا لشراء قناني من البروباتيوكس وان تبدأ باطعامها لطفلك لكنني انصحك ان تبحث بالبروباتيوكس وان تسأل طبيب التوحد خاصتك عنها

الفيتامينات والمعادن :

انا بالتأكيد لن انصح بفيتامين معين او معدن لطفلك لكنني اؤيد بانك لدى طفلك ما ينقصه الكثير منها ... الكثير من اطباء التوحد يتحدثون عن الاطفال الذين عالجهم ب بي 12 وبالماغنيسيوم والزنك التي تنقصهم كمثال (ملاحظة النقص في الزنك تجعل من بعض الخضروات ذات طعم رديء ويزيد من الرغبة لتناول السكريات)

الاحماض الدهنية الاساسية :

لربما من المشابهه للكثير من الابحاث الخارج دائرة التوحد حول دهون اوميغا 3 والاحماض الدهنية الرئيسية ... ومن المتزايد فهمه بان الاحماض الدهنية الصحية تجهزنا بكل ما يفيد الصحة ... للقلب ,, للرئتين .. للمزاج .. وللهضم وللدماغ

الاحماض الدهنية الاساسية هي دائما ما يوصي بها الاطباء لانه بين كل هذه الاشياء فهي التي تبني الغطاء الحامي حول الدماغ والخلايا العصبية ... هذا الغطاء هو اشبه بالمطاط الذي يحمي من الاسلاك الكهربائية .. بعض الاطباء يبينون بأنه ذو فائدة مع بعض اطفال التوحد

الاحماض الدهنية الاساسية تباع ايضا في مراكز الاطعمه الصحية كسوائل و ككبسول .. لان فقط انظر الى هذا اذا قررت ان تعطيمهم لطفلك ارجو ان تتأكد بانك عملت البحث الكافي للبحث عن المنتج ببساطه اعطي طفلك كميات من زيوت الاسماك كمثال فإنه ممكن ان يفيض بجسم طفلك بالسموم والزئبق اذا لم تكن حذرا

استخدام برنامج سن رايز لتغيير حمية طفلك :

حتى لو انك فهمت كل ما سبق شرحه حول التدخلات الغذائية .. الجزء التالي سيغير حياتك وقد وجدت الكثير من الاهالي حتى ذوي المعرفة منهم بالتوحد والحميات لا يشعرون بضرورة معرفة والثقة حول ان يجعلوا من اطفالهم ان يتوقفوا من الاكلات الضارة وان يبدأوا باطعامهم الاطعمه الصحية

لذلك فلنتحدث عن مبادئ سن رايز الخمسة للاطعام :

السيطرة :

1-السيطرة :

هو جوهر مشكلة التوحد وهي الى الان يتم التغاضي عنها كانها لها علاقة بالاطعام اطفالنا يميلون الى السيطرة لسبب وجيه كما تحدثنا سابقا .. تذكر علينا ان نجهد انفسنا لنرى الامور من وجهة نظر الطفل نفسه وهذا بالطبع يشمل الطعام والاطعام من السخرية ان الكثير من الاهالي او المسؤولين عن الطفل يكونون ذو سيطرة كبيرة في الاطعام نحن قررنا ان حين يأكل طفلنا ما هم سأيكلون .. وكم الفتره التي سيأكلون بها وحتى كيف سيأكلون ... على الطاولة وب شوكة وو و.

اذا اردنا ان نغير ما يأكله اطفالنا علينا اذن ان نعطيهم السيطرة في كل الاكل . نريد ان نزيل كل الضغط .. لا ارغام على طفلنا ليأكل .. ولا ضغط اكثر عليهم ليتناولوا على الطاولة حتى لو وقتيا وليس وقت غداء وما يقابله من وقت عشاء واعرض الطعام باوقات مختلفة ... ودعه ياكل بأي وقت يعجبه ... ودعهم يأكلون باي اناء يحبونه .. وبأي مكان يحبون

حين تعرض الطعام اعرضه بلطف .. وراحة . من غير قسرية وبدون سيطرة واعرضه على بعد معين بدل ان يكون بوجههم .. ودع طفلك يأتيك ليأكل .. بمجرد ان ينظر طفلك للطعام .. ان تحاول ان تدفع الطعام باتجاهه من السهولة ان ننسى حين نأخذ شوكة وندخلها في فم الطفل ... قد يكون مخيفا للطفل ... خذ بوفيه ذهنية مع طفلك ودعه يختار اي شيء يريد

دع هناك الكثير من الصحون المليئة بالاطعمه حولك على طول اليوم وطير الطيارات حولها اذا كان طفلك لا يريد الاكل فعلا في هذه الحالة .. لا تضغط عليه .. وافعل الافضل في ان تتجنب اطعام طفلك في اوقات الازم او حين يعطيك الضوء الاحمر

بعض الاطفال غالبا ما يأكلون شيء واحد من الصحن قد يأكلون البازلاء والدجاج لكن ليسو بنفس الصحن .. اسمح بذلك وابدأ بمعرفه درجة الحرارة التي يحبها ابنك للطعام ورتب طعامه تبعا لذلك .. لان زود الطعام بالطريقة التي يحبها طفلك لأكلها

(تذكر هذا لا يعني بإمكانه اكل الكيك والاييس كريم والحلويات ... لازل عليك اختيار ما تعرضه عليه)

اعطاء طفلك هذا النوع من السيطرة على طعامه يزيل كل العوارض له للاكل من الذي تريده ان يأكله ... اذا شعر طفلك بعدم السيطرة سيكون هناك مقاومه من قبله على اي شيء او اي حمية تحب ان تطبقها معه

ان تعطي طفلك السيطرة في هذه الناحية سيساعده في ان يأتي للطعام بأرادته والذي هو صعب اذا اردت ان تطبق حمية صارمه وثابته

الخلق (الانشاء الإبداع) :

تسعى بنشاط لطرق جديدة لتقديم الطعام بطريقة ممتعة و بمجموعة متنوعة من الطرق. يمكنك ان تلعب بالسيارات وتحمل بها الطعام مثلا يمكنك أن تكون ساحرة لعرض المشروب السحري. هل يمكن أن يكون تناول الطعام على الشخصيات. او ان تكون الروبوت (الاله) التي تحتاج الطعام مثل الوقود ، ودعوة طفلك إلى ان يغذي نفسه أيضا. وضع الجزرة في فمك، وتتحرك مثل دودة وتشجيع طفلك على أن تحذو حذوها. "إخفي" الطعام، ومن ثم ركز على إيجاد الطعام وأكله. عندما كان شارلوت تسعى أولا على ترويض جيمس لتناول القرنبيط، وقالت انها لبست ملابس تشبه البروكلي العملاق ودخلت عليه في غرفة اللعب خاصته ودخلت بأغنية القرنبيط. هو في نهاية المطاف حصلت المشاركة وغنوا ترنيمة القرنبيط وحتى تحدثوا الى القرنبيط الحقيقي الذي جلبته معها شارلوت. فعلوا هذا لفترة طويلة قبل موضوع الاكل الفعلي

، وجاء إيفرت القرنبيط تصل. الآن جيمس يأكل القرنبيط بشكل منتظم ويجب ذلك. (كما يأكل بسعادة والجزر، والسبانخ، واللفت، وعلى كل الغذاء الصحي الآخرين.)

لأول مرة اسمعه يقول جيمس، "أريد طحلي"، أنا على وشك السقوط من مقعدي. الطحالب هو بالضبط ما يبدو: الأشياء الخضراء التي تنمو على الجزء السفلي من البحيرات. طحالب جيمس هو النسخة المزروعة تقدم بالشراب الأخضر الذي جيمس يشربه كل يوم. إذا كنت من أي وقت مضى قد تذوقت هذا المشروب، هل نفهم كم هو مرعب ان جيمس سيطلب فعلا لذلك. انها حقا دليل على استخدام الفعال لشارلوت لمبادئ التغذية الخمسة .

بناء العلاقات

هذا المبدأ قد لا تظهر علاقة له بالتغذية، ولكن من الضروري. كل من الانضمام، كل من الاحتفال، وجميع من السيطرة إعطاء حقا مجزيا هنا. إذا كنت قد عرضت بناء علاقة مع طفلك في هذه الطريقة، فانه على ثقة من بك. وهذه الثقة ستكون حجر الزاوية من وجود اختراقات الطعام مع طفلك. عندما يثق طفلك، لديك مجالاً أوسع للتحرك لعرض وتقديم أطعمة جديدة له. وقال انه سيكون مفتوحاً أمام ما لديك لتقدمه.

الموقف

الموقف الذي لديك حول الغذاء والتغذية عنصرا حيويًا تماما في أي تغيير في نظام طفلك الغذائي. الآباء والأمهات، وخاصة، تميل إلى أن تكون متوترة حول تغذية أطفالهن ، وخاصة إذا كان لديهم طفل الذي هو أكل شره و من الصعب إرضاءه. هذا يجلب التوتر والإثارة للتغذية من شأنها أن تحول طفلك خارج في اللحظة عندما تريد لها أن تكون مفتوحة. عند تغذية طفلك، حينما تطلب من طفلك ان يتغذى فانت تطلب منه ان ياخذ شيء من الخارج الى داخل جسده. هذا طلب كبير. من المهم جدا أن يكون لك موقف الهدوء، والاسترخاء، وحتى التحمس في التعامل مع اي شي ذو صلة بالأغذية أي شيء. حقا عند زراعة هذا الموقف حول الأطعمة بنموذج الأكل لطفلك مع الأساسيات الثلاثة. تريد تجربة طفلك حول الغذاء أن يكون مثل الانزلاق في حمام دافئ به، سهلة ومريحة، وممتعة للغاية. هذه هي الطريقة التي ان تحصل عليها مع طفلك .

الاستمرار :

حسنا. لذلك، في نهاية المطاف، وتغيير نظام طفلك الغذائي هو كل شيء . وأنا أعلم أنك قد تشعر بأنك قد حاولت حقا للحصول على طفلك لتناول الطعام X أو Y. ولكن كم من مرة حاولت؟ التحول بنجاح الى ما يأكله طفلك عن طيب خاطر هو كل شيء.. و بالمثابرة.و البقاء على المسار. ورفض الحصول على تثبيط حتى بعد العديد من المحاولات. سوف يستغرق قليلا من الوقت لتدريب طفلك على التمتع الأطعمة الصحية. أنت المفتاح لطفلك في ذلك الوقت .

التخلص من الأغذية ذات الإشكالية وغير صحية

ينطبق الاستمرار في كلا الجانبين للمعادلة في الغذاء إدخال الطعام الجديد وإزالة الأطعمة غير الصحية. في حين إدخال الأطعمة الجديدة يمكن أن يبدو صعبا لأنه، في نهاية المطاف، طفلك الذي سيقدر تناول الطعام ، وإزالة الأطعمة نظريا ينبغي أن يكون أسهل بكثير. ما لم يمضي وقت في اماكن انت غير متواجد بها وليس لك رأي بالطعام الذي يعطى له .. ، يمكنك إزالة أي أطعمة تريد من البيت وببساطة و لا تقم له . من الناحية النظرية، طفلك لا يحصل على الاختيار.

من وجهة نظر عاطفية، ومع ذلك،فان إزالة الأطعمة هو مسألة مختلفة تماما. في مركز علاج التوحد الأمريكية، ونحن نرى أن إزالة الأطعمة يمكن أن يشعر وكأنه حرب لكثير من الآباء والأمهات. هنا في كثير من الأحيان قدرا كبيرا من الخوف والقلق يغلب على هذه المشكلة، وأستطيع أن أفهم لماذا. والطفل الذي لا يأكل بينما، في الوقت نفسه، يطالب الغذائية التي لا تقدم- يلمس بعض المعتقدات والمشاعر الأبوية الأساسية جدا. نرى التغذية باعتبارها واحدة من أكثر الوظائف الأساسية بصفتنا أولياء الأمور. التغذية في كثير من الأحيان تعبيراً عن حبنا. أول شيء هو أن نفهم ذلك، لدينا في

ثلاثين عاما من الخبرة، ولم نر طفلا جوع نفسه حتى الموت عندما تم تغيير نظامه الغذائي. لقد رأينا بالتأكيد الأطفال يقاومون يوم واحد، يومين، وأحيانا ثلاثة، ولكن في نهاية المطاف هؤلاء يجوعون كما ناقشناه، والمثابرة هو مفتاح الحل. أقول هذا: الأطفال الذين يصمدون أطول تميل إلى أن تكون في تلك النفوس العزم حينما يرون شقوق في دروع والديهم . يرون الآباء والأمهات الذين يشعرون بالذنب، الذين يبدو عليهم ويشعروا بالقلق، الذين تألموا مرات عديدة في الماضي، الذين توسلوا لتناول الطعام، الذي تصيح عليهم لتناول الطعام، الخ وباختصار، إنهم يعتقدون بشكل صحيح، في معظم الحالات -من آبائهم يواجهون مثل هذا الوقت الصعب أنهم سوف ينهارون بعد وقت قصير .. . عندما برين علمت الآباء في البرنامج سن رايز ، وقالت انها نقلت بذكاء عملية التفكير لدى أطفالنا بهذه الطريقة: "أنا لا يمكن أن أكل أطول من ما يمكنك مشاهدتي وأنا لا أكل ". هذا العامل " الوحد " بالتعريف لماذا موقفنا هو ذلك مهم جدا في هذه الحالة. إذا كنت تعتقد أنك تفعل شيئا رهيب لطفلك عن طريق إزالة الأطعمة الضارة من حميته، ثم إزالة هذه الأطعمة ستكون صعبة للغاية. وسوف تشعر أنك مذنب، قلقا، وخائفا. ، من ناحية أخرى، انت مؤمن بان ما تفعله هو لانك تحب طفلك وتخاف عليه يتكون هذه العملية قابله للتنفيذ وستكون واضح ومسترخي وباقي على المسار هذا الشيء مهم .. بعدها طفلك سيرى موقفك بوضوح وراحة وبعيدا عن التذبذب .. سيأتيك بأقرب وقت .. .

وأنا أعلم أنك قد يكون التفكير ""ولكن طفلي يحب تلك الأطعمة غير الصحية "وهكذا، فقد حان الوقت لتذكيرك الاقتباس برين ل: "مدمني الهيروين حقا يحبون الهيروين وهذا لا يعني انها جيدة بالنسبة لهم ". (بالمناسبة، تتحدث عن تجربة شخصية. وضعت هي ويليام ابنتهما، جيد، على اتباع نظام غذائي خاص وتمسك في جميع أنحاء برنامجها.) قد يريد طفلك "مجرد قطعة صغيرة واحدة من الكعكة." إذا كان طفلك يريد عدم ارتداء حزام الأمان "قليلا من الركوب"، أو أراد طفلك أن يلعب بسكين حاد "لبضع دقائق فقط"، أو طفلك يريد أن يشرب "قليلا" من السائلة نظافة ، وأنا متأكد أنك لن تطيعه . هذه هي القضايا غير قابلة للتفاوض. كنت ترغب في وضع نظام طفلك

الغذائي في فئة غير قابلة للتفاوض. هذه هي صحة طفلك سلامته التي نتحدث عنها. نجعله يقبل التفاوض حوله؟؟ ... تذكر كيف، في الفصل 3، تحدثنا عن المشاكل مع الاعتماد على المكافآت باعتباره المحرك الرئيسي لسلوك طفلك؟ أنا استخدم القياس حول كيفية كثيرين منا، عندما كنا صغارا، تدريبنا على مبدا "الإجمالي" من الغذاء الصحي من أجل الحصول على "الذيذ" الحلوى غير الصحية. في هذه الحالة، لا يوجد أي تشابه. هذا هو الوضع الفعلي.

مرة أخرى، معتقداتنا عن الطعام هي المركزية. نفكر ومن ثم نقدم أقل الأطعمة الصحية كمكافآت بأنها "الأشياء الجيدة".

لقد سمعت الكثير، الكثير من الآباء أن عبارات مثل: "حسنا، أنا لا أريد حرمان الطفل إلى الأبد، وعندما يمكن لطفلي من النزول لهذا النظام الغذائي؟" المعتقدات مخبأة في هذه الكلمات .. ستشغل قدرتك على مساعدة طفلك على تناول الطعام بشكل صحي. لماذا تكون تغذية طفلك الأطعمة التي يضره "حرمان" له؟ ومسألة "متى يمكن لطفلي النزول هذا النظام الغذائي؟" يستحق النظر عن كثب. نحن نطلب أساسا "، متى اقرب وقت ممكن عندما أستطيع استئناف تغذية طفلي الأطعمة السامة التي سوف تعطي أمراض القلب لطفلي، والسكتة الدماغية، السكري ، الشبخوخة المبكرة او السرطان؟؟ لماذا نحن في استعجال لنعطي هذه السموم لاجسام اطفالنا ؟

وضع المقاومة او الفرار :

دعونا نوضح بدائرة كاملة لنعود إلى عنصر أساسي من التوحد هناك الأدلة المرجحة من التي ذكرتها في بداية هذا الفصل التي تبين أن الغالبية العظمى من الأطفال المصابين بالتوحد الذين يعيشون في معركة شبه دائمة. أو حالة فرار.... لقد علمت عن هذا بالتفصيل من المناقشة كان لي منذ سنوات عديدة مع الدكتور سكوت فابر، الذي، في ذلك الوقت، كان مديرالمركز

التنموي السلوكي لطب الأطفال في مستشفى الرحمة في بيتسبرغ (وهو الآن مع المستشفى في معهد للطفولة)، لكنه أصبح منذ ذلك الحين فهم مشترك بين العديد من الأطباء لمرض التوحد. لماذا هذا مهم؟ عندما يكون الجسم في المقاومة أو الفرار، والتي هي في الأساس في وضع البقاء على قيد الحياة. هذه هي بعض العمليات البيولوجية الأساسية لهذه الحالة :

• مرور ل الأدرينالين (ادرينالين) من خلال عروقك.

• زيادة معدل ضربات القلب

• انقباض الأوعية الدموية (لمنع النزيف).

• تدفقات الدم بعيدا عن الأعضاء الحيوية الخاصة بك وإلى ذراعيك وساقيك (على استعداد للهروب أو المقاومة).

• الخلايا اللمفاوية للجهاز المناعي تتسابق تجاه بشرتك (استعدادا لك حين يجري قص أو عض).

أيضا، ولأهمية خاصة لطفلك:

• المناطق الرئيسية، والأكثر حيوية، للجهاز المناعي الخاص تنطفئ ، بينما تصبح مناطق أخرى مفرطة .

• توقف الجهاز الهضمي.

• يحصل على وضع إصلاح الفسيولوجية في الانتظار

• الدماغ تستعد لانعكاسية سريعة وفورية بصنع القرار ، بدلا من المهام مثل التعلم والتفاعل الاجتماعي.

والأهم من ذلك الكورتيزول ومستويات هرمون إفراز القشرية تتناقص .
الكورتيزول هو هرمون الإجهاد طويل المفعول وهو رئيسيا في جسمك .
ويفرز من قبل الغدد الكظرية. هرمون إفراز القشرية (CRH) هو هرمون
الإجهاد الذي يغطي الدماغ، ولكن وجدت الآن في مناطق أخرى من الجسم
لدى الأطفال المصابين بالتوحد.

الآن، دعونا نلقي نظرة على ما يعنيه هذا. العملية المذكورة أعلاه هي طبيعية
تماما. وهو النظام الذي خدم الأجداد البعيدين في المستقبل أيضا. عندما نمر
يطاردك ذو أسنان ، والشيء الوحيد الذي يهم ان تكون بعيدا في قطعة
واحدة. في بضع دقائق، وهذا النوع من الوضع ينتهي . إما انك هربت أو
كنت لتؤكل. (يا لها من فكرة سعيدة!) ومع ذلك، فإننا لا تهدف إلى ان تبقى
قلق في هذه الحالة إلى أجل غير مسمى.. . فالمقاومة أو الهروب اذا بقي
لساعات أو أيام يسبب الأعطال الضارة في الجسم البشري. اذن أغتتم هذه
الحالة الفسيولوجية وطبقها على طفلك ، وماذا يحصل؟ دعونا نلقي نظرة
أخرى على خمسة النقاط أعلاه. نفكر في ما يحدث إذا أغلقت مجالات رئيسية
للنظام المناعي طفلك ، (أو إذا كان الطفل مع أحد أمراض المناعة الذاتية بقي
سبب رد فعل مبالغ فيه للجهاز المناعي). أو إذا توقف الجهاز الهضمي
لطفلك ، وتبين انه يعاني بالفعل المشاكل في الجهاز الهضمي. أو إذا كنت
تقوم بإدارة التدخلات الطبية البيولوجية المصممة لمساعدة الجهاز الهضمي
طفلك، ذات المناعة ، وأنظمة أخرى قيد الانتظار على إعادة بناء وإصلاح
الفسيولوجية كبير في جسدها. الآن تخيل أيضا في محاولة لمساعدة طفلك
على التعلم والتفاعل اجتماعيا عندما دماغها يكون حالة مقاومة أو هروب
وصعوبة التفاعل الاجتماعي لاطفاننا عندما يكونون في هذا الوضع. يتأثر
مدى اهتمامه في التدخل للتعلم، والطفل في حالة درجة عالية من الحماية

الذاتية واغلاق قدرتها على التفاعل اجتماعيا. ومن ثم لدينا قضية الكورتيزول.

المشكلة مع الكورتيزول

خلال محادثاتي مع الدكتور سكوت فابر، قال لي انه وجد أن الأطفال المصابين بالتوحد غالبا ما يكون لديهم ارتفاع مستويات هرمون الإجهاد المزمن، وخاصة هرمون الكورتيزول. هذا هو علامة رئيسية من شخص ما في مقاومة أو حالة هروب للبقاء على قيد الحياة. وقد وجد الدكتور Theoharis Theoharides (نعم، هذا هو حقا اسمه)، عالم، أستاذ الطب الباطني، وأستاذ في علم الصيدلة في مركز تافتس الطبي في بوسطن، أيضا مستويات مرتفعة من CRH في الأطفال. وقد عثر عليه في مناطق من الجسم خارج الدماغ (كمية كبيرة إلى حد ما، كما أنه يعتقد أن يصدر إلا عن طريق ما تحت المهاد داخل الدماغ)، ويعتقد أنها يمكن أن تؤدي إلى تفاقم التهاب في جميع أنحاء الجسم، والتي هي اوجه المشاكل مع بعض أطفالنا. وجود CRH هو علامة أخرى من الجسم في حالة من المقاومة أو الفرار. وأود أن أضيف أنه على الرغم من أنني لم أكن أعرف بهذا السيناريو في كل من علم الأحياء المحيطة ، لم أجد هذا مدهش على الإطلاق عندما سمعت ذلك. إذا كان الطفل في حالة مستمرة من الاحساس والإفراط في التحميل، وتحيط بها بيئة يبدو لا يمكن التنبؤ به تماما، ومن ثم دفعت وسحبت في عدد لا يحصى من الاتجاهات رغما عنه، فإن استجابة القتال أو الهروب والفرار يبدو بأن النتيجة الأكثر احتمالا . ما يفهم على نحو متزايد جيدا هو أن المستويات المرتفعة المزمنة من هرمون الكورتيزول يسبب ضمور الخلايا في الجزء الحصين

Hippocampus

ومنع إعادة انشاء خلايا حصينة جديدة منطقة صغيرة بالقرب من مركز الدماغ هي المسؤولة عن تشكيل ذكريات جديدة، وهو أمر له أهمية واضحة وحاسمة لأطفالنا. ومن المثير للاهتمام المنطقة الحصينة

Hippocampus

هي واحدة من المناطق الأولى من الدماغ تتعرض لأضرار في الناس الذين يعانون من مرض الزهايمر. (راجع كتب نهاية الإجهاد ، كما نعرفه، إيوان مكجوان دانيال كولمان من خلال الذكاء الاجتماعي تأثيرها على الحصين.) هذه هي النقاط الرئيسية لناأخذ من هذه المناقشة.

• نحن لا نريد لأطفالنا أن تكون لديهم مستويات مرتفعة مزمنة من هرمون الكورتيزول (أو • CRH).

نحن لا نريد لأبنائنا أن يكونوا في معركة دائمة أو فرار.

• نحن نريد أن نفعل ما في وسعنا لتمكين أطفالنا للتحويل من المقاومة أو الفرار الى وضع البقاء على قيد الحياة، وإلى وضع الاسترداد والتعافي .

وضع الاسترداد والتعافي :

هناك أخبار جيدة هنا. كل شيء المذكورة أعلاه هو عكسها. كان الشيء الأكثر وعدا ذلك الي ناقشته مع الدكتور فاير لماذا شعر بأن برنامج سن رايز فعال جدا. وجد أنه عندما انضم إلى الأطفال الذين يعانون من التوحد، واعطاهم السيطرة، والتعامل مع الموقف من غير تحكم والترحيب (كل الذي وصفه بأنه "التدخلات العاطفية المتفهمه")، ووضعها في بيئة غير محفزة للطفل ، فإن مستويات هرمون التوتر لديهم (الأدرينالين، الكورتيزول) انخفضت إلى نطاقاتها العادية. لا أستطيع ان اقول لكم كم أنا متحمس حول

هذا الموضوع. وهذا ما يفسر جانباً هاماً من جوانب ماذا يعمل البرنامج سن رايذ ويعطينا

كل وسيلة ملموسة لمساعدة أطفالنا بيولوجياً، من الناحية الفسيولوجية، عصبياً، وتنموياً. لديك القدرة على التأثير بقوة في البيولوجيا الأساسية للتوحد طفلك. عندما يتحول طفلك من مقاوم أو هارب من العلاج للبقاء على قيد الحياة وتعود هرمونات التوتر له إلى نطاقاتها العادية، والباب مفتوح لتحقيق اختراقات على عدة جبهات.

• طفلك هو يسترخي ويمكن أن يفكر.

• نظام طفلك الهضمي ينبع في الحياة.

• يعطى الجهاز المناعي طفلك أفضل فرصة ليعمل بالشكل الأمثل.

• دماغ طفلك في حالة غير المهددة التي تسمح للتعلم والتفاعل الاجتماعي.

• عندما لا يتم رفع مستويات الكورتيزول، فإن عملية ضمور الخلايا الحصينة

Hippocampal

تتوقف وفي تعكس ذلك، مع نمو الخلايا والتكاثر مرة أخرى. (تذكر، الخلايا الحصينة

Hippocampus

هو أمر حاسم للتعلم، لأنه هو الجزء من الدماغ المسؤول عن-المعلومات (من الذكريات الجديدة).

• جسم طفلك يمكن أن يترابط باصلاح فسيولوجي مستمر (SPR) وهذا يعني أن طفلك يمكنه الاستفادة القصوى من التدخلات الطبية الحيوية. إذا كان طفلك يحصل على علاجات مصممة للمساعدة وإعادة بناء الجهاز الهضمي له، المناعة، والجهاز العصبي، والجهاز المناعي، يحتاج الى جسم يستجيب فعلا للاصلاح واعادة البناء .

ونحن ندعو هذه الحالة التي تحتوي العوامل المذكورة أعلاه هي وضع الاسترداد الحالية. باستخدام برنامج سن رايز لتمكين طفلك على الانتقال من حالة المقاومة إلى وضع الشفاء يعطي طفلك كل فرصة للتقدم والنمو.

كما يوفر لطفلك شيء معظم الأطفال ذوي التوحد ينقصهم : التأزر للعلاج. يمكن للتدخلات الطبية الحيوية تعمل بقوة أكثر جنبا إلى جنب مع برنامج سن رايز بشكل فردي . بالتالي فمن الضروري للغاية بأننا ندير أي تدخلات بيولوجية (النظام الغذائي، والإنزيمات، والعلاجات الطبية الحيوية، وغيرها) بطريقة مريحة، وعدم الإكراه، وبالمرح. ويجب أن يتم هذا التعاون مع أطفالنا بدلا من مقاومتهم. لهذا السبب، وذلك باستخدام تقنيات برنامج سن رايز المبينة في هذا الفصل (وغيرها) أمر حتمي. نحن نريد أن نفعل كل ما يمكننا لتحويل أطفالنا من مكافحين أو هاربين او حالة بقاء إلى وضع الاسترداد والتعافي . هذا هو ما يهم حقا.

وقت النشاط :

للبدء ستقوم بشيئين بسيطين الاول ان تقرر اي واحد من الاطعمه التي تكون غير صحية لطفلك وهذا لا يشير الى كل الاطعمه كالألبان لكن الافضل لعنصر واحد من الاطعمه مثلا المشروبات الغازيه او الصودا او الشكولاته او الشبس او الحلوى او الدونات او سندويجات الجبن او البييتزا ..

ثانيا : حدد طعاما طفلك لا يأكله الان لكنك تحاول ان تقدمه له .. كالسبانخ او القرع او نبات الهليون بمجرد انك قررت املأ الجدول الاتي :

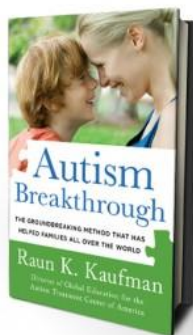
One Food Item To Remove	One Food Item To Add

Table 14

[http://www.autismbreakthrough.com/chapter16/.](http://www.autismbreakthrough.com/chapter16/)

كخطوة اولى لنركز على رفع عنصر طعام واحد عالجهة اليسرى من الجدول هو ليس مهم فقط ازالتها من حمية طفلك لكن المهم ازالتها من المنزل كله .. اذا اخترت الصودا مثلا عليك ان تجعل منزلك خاليا من الصودا ... ثم عد بالنظر الى مبادئ سن رايز الخمسة الاساسية حول ازالة الاشياء التي تسبب مشاكل او عوارض وخلف هذا المبدأ عليك ان تزيله وانت الان جاهز لذلك .

Chapter 17



Attitude: The Critical Element

الموقف: هو العنصر الحاسم (المصيري او الحرج)

Attitude: The Critical Element

هذا هو اهم فصل في الكتاب كله .. موضوع هذا الفصل وبدون شك هو الاكثر اهتماما من بين معالجات التوحد الاخرى .. واكثر من ذلك بدون هذا الفصل اي من التقنيات الاخرى السابقة والمبادئ والاستراتيجيات لن تعمل

هل هذا لفت انتباهك ؟

لماذا موقفك هو العنصر الحاسم

الناس ترغب في تعلم المهارات الصعبة. أنا لا أقصد من الصعب كما في "صعبة". بدلا من ذلك، المهارة الصعبة هي المهارة المادية وينظر اليها بسهولة وقياسها. على سبيل المثال، الانضمام، هو أسلوب يعتمد على مهارة صعبة. يمكنك معرفة ما إذا كان شخص ما ينضم للطفل. ويمكنك معرفة ما إذا كان شخص ما لا ينضم. معظم الآباء والأمهات، للمرة الأولى عندما تتحدث معهم، يريدون أن يسمعوا كل شيء عن المهارات والتقنيات مطبوعة من البرنامج سن رايز. يريدون مني أن أقول لهم عن الانضمام. يريدون أن يعرف كيفية استخدام واحدة من اهتمامات طفلهم في لعبة بناء المهارات. يريدون أن يسمعوا عن الأساسيات الأربعة من التنشئة الاجتماعية وكيفية تعليمهم. ما أنها لا تظهر الكثير من الاهتمام في البداية هو التعلم عن أهمية الموقف وكيفية الاستفادة منه. ويعتبر الموقف مهارة "ناعمة". لكثير من الناس، فإنه حين يشعر انه حساس، فإنه يثير مشكلة. لا تستطيع احصاء عدد الحالات التي "سمعت أحد الوالدين جعل هذا البيان:" انظروا، أعتقد سن رايز

وبرنامج مساعدة حقا طفلي. أريد أن أتعلم التقنيات مثل الانضمام. ولكن، الموقف؟ موقف، وأنا لا تحتاج الى انفاق الكثير من الوقت في النظر في العاطفة وأشياء من هذا القبيل. فقط علمني تقنيات!

في السياق نفسه. ما زلت أسمع بعض الأحيان المعلومات القديمة و الخاطئة بشدة للنقد: "يقول البرنامج سن رايز أنه إذا كنت تحب طفلك فقط بما فيه الكفاية، فإنه سوف يخرج من التوحد ". هذا البيان، في جوهرها، ليست انتقاد لسن رايز البرنامج منذ البداية نقول أو نعتقد ذلك أرى أن هذا التحيز في كل وقت في العديد من الأطباء النفسيين وعلماء النفس والأطباء النفسيون وغيرهم في مساعدة مهنة المرض التي نعمل معها. أصيب العديد من هذه التجربة الضيق وعدم الراحة بما في ذلك بشكل روتيني في حين أنهم يعملون مع الناس.

ولكنهم لا "أنها تسعى لتمكين الناس من تحقيق و" يبدو أن عرض الانقسام بين العاطفية الرفاه من المعالج تحمل أي علاقة لقدرة له أو لها أن الرفاه حسبما يكون مناسباً بشكل خاص.

فكرة الموقف لا يساعد لا تزال سائدة ... ونحن نعتقد أنه المعرفة فقط والتعليم التي تحتسب . ونحن لا نزال مرتبطين من فكرة أنه في وضع العلاج والتعليم، الشيء الوحيد الذي يهم هو ما نقوم به، وليس كيف نفعل ذلك. حتى أنا، مع عمر من الأدلة حول تأثير الموقف، سقطت لفترة وجيزة في هذا الفخ من بضعة سنوات مضت. انا اقول لكم عن ذلك في وقت لاحق من ذلك. الموقف من شخص تعمل معه أو تتفق أي وقت مع طفلك ذو أهمية هائلة لثلاثة أسباب رئيسية. دعونا نتعرف اليهم في وقت واحد.

الموقف له التأثير الصادم والقوي في استجابة طفلنا :

الأطفال الذين يعانون من طيف التوحد، كما ناقشناه من قبل، هم حساسون للغاية لبيئتهم. يشعرون بكل شيء بسيط باحساس مبالغ به ، لديهم صعوبة في معالجة المدخلات الحسية الواردة، وأنهم يعيشون في عالم يبدو عشوائياً وغير متوقفاً لهم، و. في كثير من الحالات ، في حالة ضيق أو الفرار. تذكر، مرض التوحد هو اضطراب العلاقات الاجتماعية . اطفالنا يجدون صعوبة في ترك عالمهم الخاص وان يتواصلوا مع الآخرين. ماذا تعني هذه العوامل عندما نضعهم جميعاً معاً؟ عندما يكون أطفالنا مع شخص غير مريح أو متقلب . أنهم يعتبرونه تهديداً. ونتيجة لذلك، فإنها إما أن يأتي أكثر انتكاس أو التصرف بمزيد من العدوانية. هذه هي كل آليات الحماية الذاتية. بينما من ناحية أخرى، أطفالنا في وجود شخص مريح ومسترخي ، ومرحب وحقا غير تحكمي ، يرون هذا أمن وجذاب .. يجذبهم اليه . انهم تستجيبون بشكل أكثر، وإشراك أكثر من ذلك، عرض مزيد من المرونة، وربط أكثر من ذلك، و، في معظم الحالات،

وتحول من المقاومة أو حالة الهروب للبقاء على قيد الحياة، إلى وضع الاسترداد والتعافي . وبالتالي، يمكن أن موقفنا حافظا للطفل الذي تحدى للوصول إلينا، أو أنها يمكن أن تعمل على دفع هذا الطفل بعيدا. هذا هو ليس نظرية أو فكرة. هو حقيقة . لقد رأينا هذه الظاهرة مع الأطفال لما يقرب من ثلاثين عاما. لقد رأينا الأطفال تستجيب ل الموقف مرة بعد اخرى ، والابتعاد عن اولئك غير المريحين، ونحو من كانت معه تجربة مريحة ، ومسترخي ، ومرحب . في الحقيقة، ربما كنت قد رأيت هذا مرات عديدة كذلك. هل لاحظت أن علاج طفلك على وجه الخصوص (مثلا، العلاج الوظيفي أو علاج لغة الكلام)، تستجيب بقوة جدا لمعالج واحد وليس آخر؟ هذه ليست مسألة تقنية، لأن كلا المعالجين الذين يقومون بنفس النوع من العلاج. بدلا من ذلك، استجابة طفلك هي وظيفة من موقف هؤلاء المعالجين الاثنتين. واحد منهم لديه موقف الذي فيه طفلك يستجيب بشكل جيد، والآخر لا. مجموعة متزايدة من البحوث التي تدعم تأثير الموقف (انظر الملحق الأول).

الفتاة في المستشفى

أريد أن أطلعكم على تجربة قصيرة ولكني أقول ما عرفه والدي عندما كنت صغيرا. هذا حدث بينما كانوا ينتظرون في بهو المستشفى قبيل فحص المتابعة لمدة ثلاث ساعات لي ... ومن قبل نفس فريق من أطباء الأعصاب والأطباء والزملاء أجريت اختبار سابق مع توقع غامض جدا . منذ الاختبار السابق، كنت قد قدمت ما يقرب من 90 في المئة من ما يمكن أن تصبح حالتي حين اتعافى وغني عن القول، مفاجأة كبيرة حدثت للمشخصين .

هنا هو ما عرفوا في بهو المستشفى، مأخوذة مباشرة كتاب والدي " فاذر اند سن رايز: المعجزة تستمر .. "

ساماريا ورون وانا ، وجلسنا معا على الأريكة. وجاءت فتاة صغيرة وأمها يمشون. افلنت الطفلة بعيدا عن والدتها وركضت مباشرة إلى ساماريا، التي

ابتسمت وفتحت ذراعيها لها. كانت الفتاة عيون زرقاء. ساماريا لمست وجه الطفلة بلطف وبدأت تتحدث إليها في الهمس. الطفلة حدقت فقط في عيني ساماريا وثم لمست رأسها لساماريا. كانوا مثل اثنين من الأصدقاء القدامى قائلين مرحبا في الطريقة الأكثر حميمية. وأخيرا، جاءت والدة الطفلة. دون أن تقول اي كلمة ، أخذت يد الطفلة وتوجهت لها نحو الباب. كل هذا الوقت، الطفلة أبقت نظرها إلى الورا على طول الطريق

في وقت لاحق، نحن استفسرنا عن هذه الطفلة. قيل لنا أنها كانت تعاني التوحد وتتجنب دائما الاتصال البشري.

ربما هذه الفتاة قليلا عرفت. ربما، عندما يتم التعبير عن موقف المحبة وقبول ملموس في ابتسامه أو في لمسة رقيقة من جهة، قد تكون الدعوة تلهم حتى الشخص المختل. ربما، في مواجهة مثل هذه السلامة والتشجيع قليلا هذا • الطفل امتدت بنفسها وراء الحدود الطبيعية لها.

مؤتمر الإنقاذ الاوحد لجيل التوحد :

في عام 2011، كان لدينا في مركز علاج التوحد الأمريكية تجربة قوية. تحدثت في مؤتمر التوحد الاوحد في شيكاغو، إلينوي، أكبر وأكثر واوسع مؤتمر من نوعه في ذلك الوقت. (يمكنك معرفة رئيسة الجيل الذي تم انقاذه ، جيني مكارثي.) كنت قد تحدثت في هذا المؤتمر في السنوات السابقة، ولكن هذا العام كان هناك تطورات رائعة. في دراسة استقصائية وطنية أجريت على مدى أشهر من قبل المؤتمر، وكان برنامج سن رايز فاز بجائزة أفضل علاج للتوحد، وكنت قد منحت أفضل مقدم، الذي كان شرف كبير لي ، ولكن هذا كان ليس التطور الذي أود أن أشيرله .

لهذا المؤتمر، ونحن قد حضر لدينا فريق كامل من الميسرين لمساعدة الاطفال بالتبرع في هذا المؤتمر و الرعاية المجانية لأولياء الأمور الذين حضروا المؤتمر مع أطفالهم المصابين بطيف التوحد. كنا متحمسين جدا، ولكن، بالتأكيد، وكان هذا أيضا تجريبي إلى حد ما. تم تصميم برنامج سن رايز لمتابعة الطفل خطوة بخطوة ، والبيئة الشخصية جدا، وهذا السيناريو من شأنه أن يستلزم وجود اثنين من غرف الفندق مليئة بهؤلاء الاطفال. ففي كل غرفة لديها حوالي عشرين طفلا وأربعة أو خمسة بالغين. كنا نعرف إنه نظرا لهذه الظروف، ونحن لم نكن قادرين على تطبيق كل تقنيات برنامج سن رايز بعناية مخصصة لكل طفل ، كما كنا نعمل عادة. قرر المساهمين التركيز على أساسيات البرنامج بدلا من ذلك. قبل كل شيء، والحفاظ على راحة والترحيب، وان يكون موقفنا غير تحكمي تجاه الاطفال . بطبيعة الحال، في أعقاب ما كنا نؤمن به ، فإنها توفر بيئة آمنة وليس بيئة قسرية. فإنها تسمح للأطفال للقيام بالازم الخاصة بهم. وكنا نحتمل بهم ودعوة الأطفال للتفاعل معهم. ولكن مع مجموعة عملاقة من الاطفال، حتى هذه الأساسيات كانت لها حدود. في النهاية، نحن جميعا نعلم أن مهما حاولت الحفاظ على الكمال الشيء الوحيد الذي يمكن أن تفعله الحفاظ على موقفك في برنامج سن رايز. وهكذا هذا هو ما فعله معالجين الاطفال الرائعين .

اسمحوا لي أن نتوقف لحظة ... على الرغم من أنني متحمس جدا حول هذا المسعى كله، وكنت أيضا متشككا بعض الشيء حيال ذلك. مدى فعالية يمكن أن نكون حقا فقط مع موقف البرنامج سن رايز؟ في هذا السؤال، وكنت قد سقطت في أن المعتقد القديم من تقييم ما نقوم به على كيف نعمل ذلك. على الرغم من كل من تجربتي، وكان لي، لحظة، سقطت في فخ عدم تقدير الموقف تماما والأهمية القصوى لهذا ، نعم، الموقف، يجب ان يكون اثناء العلاج ، وعلى أطفالنا، على وجه الخصوص. وكنت تحررت بسرعة وبقوة من شكوكي. على مدى ثلاثة أو أربعة أيام شارك الاطفال في دار رعايتنا ، حدثت بعض التغييرات المذهلة. كان الأهل حين يأتون بيبكون ، ويقولون لنا قصص حول كيفية طبيعة اطفالهم مختلفة في بضعة أيام فقط ... ويروون الكثير عنهم

• والدي جيمي قالوا لنا انه كان طفلا منعزل عندما حاول معلم في المدرسة نقله أو حمله على تغيير ما كان يقوم به، عند هذه النقطة اصبح عدوانياحتى معنا ،

كان حلو جدا، ولم يصبح عدوانيا ابدا خلال 3 ايام .. جيمي تواصل معنا ووالدته قالت بأنه اصبح هادئا كثيرا بعد الوقت الذي قضاه معنا

. بكت كايتلين أول يوم كامل معنا. و خدشتنا أيضا، ولم ترغب في المشاركة في أي شكل من الأشكال. بعد ذلك بيومين، وليس فقط انها لم تعد تبكي ، لكنها اصبحت تأتي لنا، وتصر على ان تمسك يدينا طوال الوقت الذي كانت معنا. غنت معنا في بعض الأحيان، وفي أحيان أخرى تواصل الغناء لوحدها

. في اليوم الأول، أن بيانكا تسلقت على كل شيء ومحاولة سحب شعر الأطفال الآخرين ودفعهم. وكانت تركض بعيدا عنا وتنتظر ردود افعالنا . في اليوم الثالث، جاءت اليها بأرادتها من خلال المكافآت والاحتضان ، وأطنان من الاحتفالات. في نهاية المطاف، بالنهاية اصبحت سهلة باتباع الاوامر (تأتي لتناول الغداء الخاص بها، والوقت لتغيير ملابسها ، وما إلى ذلك). أصبحت محبة بشكل لا يصدق وحلوة، وتراقب الأطفال الآخرين، تنظر على الشعر، و لا تحاول ان تسحبه. في آخر يوم لها معنا، و جاءت من خلال الباب، شاهدت بهدوء والدتها وحديثها مع احد المعالجين، وانتظرت حتى اكملوا كلامهم ، وأخذت بيد المعالج ، ومن ثم دخلت الغرفة معه

• والدي كيانو قالوا لنا ان بكائه كان ثابتا في المنزل، وانخفض بشكل كبير بعد وقته معنا في المؤتمر.

• دانيال، قيل لنا، وكان " احد قضايا الانفصال الكبرى." انه لم يسبق له مثيل بان يذهب إلى جليسة الأطفال أو إلى المدرسة بدون البكاء، والرغبة، والعدوانية وقد كانت والدته تمسكه لاحتجازه، وذلك لكبح جماحه من التصرف بقسوة مع معلميه والمربيات، ولأنه لا يريد أن ينفصل عنها. في الواقع، بكى دانيال لمعظم يومه الأول معنا.

باليوم الثاني (وبعد ذلك كل يوم)، كان يدفع والديه خارج الباب، قائلاً "وداعاً وداعاً!" في، نهاية كل يوم، ولم يكن يرغب بالرحيل وطوال كل يوم، كان يبتسم، يضحك ، ويشارك مع الأطفال الآخرين ،

وجاء والدي زاك في نهاية اليوم لآخذه ما يصل اليه ونقله الى رحلة علاج خاصة إلى المتحف كان يتطلع لها . زاك صبي عالي الأداء، وأوضح لوالديه أنه لا يريد أن يذهب، انه يريد البقاء معنا. والديه بعد أقنعه أخيراً أن يذهب، بقي زاك يقول ، حين كانوا يغادرون، "ولكن أنا سوف اكون قادر على العودة؟ متى تستطيع أن أعود "

اقترب والدي في مؤتمر ، وقال:"؟ بعد أن اصبحت معكم ، ابني هو مختلف تماماً عن كل يوم كيف انه هو عندما يأتي إلى البيت من المدرسة. ولم افكر يوماً بإمكانني ان ادعه يذهب الى المدرسة مرة أخرى "•

والعديد من حالات التحول، الكبيرة والصغيرة: حين يقول صبي صغير، " أنا أحبك "لنا، اللغة المتزايدة لطفلة صغيرة ، و صبي يبدا بالجلوس بشكل عفوي في حضن والدته للمرة الأولى، والآباء يقولون لنا أن أطفالهم كانوا فجأة أكثر هدوءاً وأكثر سعادة، والاطفال الناطقين وحديثهم معنا عن فترة الليل .

تذكر: هذا لم يكن حتى من البرنامج سن رايز الكامل. كان هذا مجرد الموقف لبرنامج سن رايز.

الموقف يحدد تأثيرنا على تمكين اطفالنا للوصول لاهداف اعلى :

وأنا أعلم أن جدران الشك والإنكار لك، كوالد، وجها من الآخرين حول طفلك. إنني أدرك الكم الهائل من الرسائل المتشائمة التي يتم إبلاغها لكم في ألف طريقة مختلفة، حذقة او غير حذقة . وإنني مدرك تمام الإدراك كمية الضغوط الاجتماعية التي قد تواجهك إلى "أن تكون واقعي" حول طفلك. إلى ان تحمل نفسك مسؤولية أمر مفهوم تماما. هذا هو السبب في أنه من المهم جدا بالنسبة لي ولكم لقضاء بعض الوقت في النظر في تأثير المواقف لدينا على الكيفية التي نتعامل بها مع أطفالنا وكيفية تأثير ذلك على تنميتها. هذه ليست بأي حال من الأحوال توجيه الاتهام لأولئك الذين يعانون من مشاعر الغضب والإحباط والخوف والحزن والتشاؤم، أو اليأس والذين يشتررون إلى وابل من التنبؤات حول أطفالنا. على العكس من ذلك، هذه هي فرصتنا لاستخدام هذه المعرفة لتغيير مسارات أطفالنا. معتبرا أن طفلك قادر على إنجاز الأشياء التي لديها لم يعتبر شرطا أساسيا لجعل لكم هذه قفزات تحدث مع طفلك. إذا كنا لا نعتقد أن أطفالنا قادرين في هذه الحالات، سوف تظهر عدة عقبات من صنع أيدينا.

• إننا لن نشجع أطفالنا على اكتساب المهارات الجديدة بالتأكيد لا مع الإخلاص الحقيقي أو العاطفة.

• إننا لن نثابر في محاولاتنا مع مرور الوقت، الذي، بالنسبة لكثير من الأطفال لدينا، هو ضروري للوصول إلى المستوى التالي

وسوف نتواصل لأطفالنا، في عدد كبير من الطرق المختلفة. أننا لا نعتقد بانهم يمكن أن يفعلوا ذلك. هذا لا يشجع لهم الاستمرار في المحاولة.

لن نرى أونميز ان أطفالنا في الواقع يبدأون في تحقيق هذا الهدف، تخريب قدرتهم على بناء عليه بأي شكل من الأشكال.

ولعلمكم نتذكرون المناقشة من الفصل 7 - ظاهرة رأيناها عدة مرات في برنامج سن رايز المكثف. (يذكر أن أولياء الأمور عليهم الحضور في هذا البرنامج مع اطفالهم.) كانت هناك أوقات، أثناء مشاهدة إحدى دوراتنا مع أبنائهم التي تحدث للمرة الأولى، عندما يمكن للوالدين لم يرى ولم يسمع هذا الحدث التاريخي. هؤلاء الآباء والأمهات، بعد أن قيل مرات عديدة أن أطفالهم لا يستطيعون الكلام، وبعد أن استوعبوا تلك الحقائق المنضوية هذا التوقع. ، فإنها لا تزال غير قادر على سماع عندما كان أطفالهم يتعارض مع "حقيقة" أنهم لا يستطيعون الكلام. كانت هناك حالات حيث كان لدينا للعب مرة لقطات فيديو لطفل يتحدث يمكن أن نرى ونسمع طفلهما يتحدث عدة مرات قبل الآباء حين يراقبون. على الرغم من أن هذا قد من ان هذه الظاهرة تحدث في كل وقت عندما نقرر مسبقا ما أطفالنا وما يستطيعون فعله . كل شيء كنت تفعل أثناء وجودك مع طفلك يتحدد عن طريق موقفك. دعونا ننظر إلى الوراثة من خلال تقنيات البرنامج سن رايز لبعض الأمثلة : الانضمام، على الأقل في شكله الصحيح (الفعال) ، ويأتي مباشرة من موقف القبول غير التحكيمي ومصلحة أطفالنا. الحقيقية دعنا نقول أنك تلعب لعبة مع طفلك اصطفاف السيارات. إذا كنت ببساطة تقلد طفلك، وسوف تجد الانضمام لن يكون فعالا إلا بشكل هامشي. تخيل بدلا من ذلك، في حين تلعب نفس اللعبة اصطفاف السيارات، إذا كنت

تشعر شعور تقبل وبدون تحكم بما يقوم به الطفل. الفضول حول عالمه، والاحتفال به التفرد والقدرة على العناية بنفسه. الآن تقوم الانضمام الصح الناجح التي تجعله يعمل. وتتمتع معه بالتواصل والحب والدفء تجاه الطفل الصغير، وتبين له أنك آمن وانك جزء لا يتجزأ من عالمه

ينبع مبدأ التحفيز من الإثارة الحقيقية لما يهتم به اطفالنا . للاستفادة من دوافع أطفالنا. نحن بحاجة إلى ، أولاً، أن نكون مهتمين في ما هية تلك الدوافع (يمكننا ان نشاهدهم). ثم نحن بحاجة إلى الانخراط في لعبة حول ماهية هذه الاهتمامات (قل مثلاً ، الغواصات) ، ، إذا كان في اللعبة أمل في إغراء الأطفال لدينا، يجب أن تنشأ مع الحماس الكامل ، لا يسعنا إلا أن استخدام الاحتفال بفعالية إذا كنا نشعر الامتنان في شيء لما فعله طفلنا للتو.

خلاف ذلك، هو مجرد الثناء عن ظهر قلب لن يكون لها العملة مع أطفالنا (أي، ان اطفالنا لن يطوروا ما يعملون اذا لم نظهر احتفالنا ودهشتنا فيما يعملون ، والا فانه يلغي فعاليته). نحن بحاجة إلى المبادئ الثلاث الطاقة ، الإثارة، والحماس، والعمل على انجابه. أيضاً، ونحن لن نعرف بماذا نحتفل اذا لم نكن مركزين على اطفالنا واهتماماتهم والشعور بالامتنان للأشياء الرائعة التي أطفالنا يقومون بالفعل. عند التعامل مع نوبات الغضب والسلوكيات الصعبة الأخرى، والتفكير في هذا: كيف يمكننا البقاء نتفاعل مع اطفالنا في بعض السلوكيات الصعبة ما لم نتمكن من الحفاظ بصراحة على الموقف المريح؟ عندما يخذشنا طفلنا فنحن نضيء شيء مثل شجرة عيد الميلاد (أي عبوس، تأنيب، نرفع صوتنا عالياً، تبدو تحريكها)، وهذا هو بسبب موقفنا في هذه الحالة، واحدة من الغضب، والإحباط، أو الخوف. وعندما يحدث ذلك، فإنه لأننا ننسى هذه التقنية برنامج سن رايز الذي ينطبق هنا (البقاء هادئاً ومتفاعل، واللعب) ذلك لأنه، على الرغم من أننا نعرف ما يجب القيام به، موقفنا يجعل من المستحيل بالنسبة لنا أن نفعل ذلك.

يمكنك أن تقرأ هذا الكتاب، وحفظ كل التقنيات فيه، ولكن عندما تشعر بالضيق ، فلن تكون قادرة على التنفيذ الفعال للمبادئ كنت قد اعتمدت على الذاكرة.

لدينا موقف يؤثر على كل ما نقوم به. لا يمكننا الانضمام بحب والفضول عندما نشعر بالحزن. نحن لا نستطيع الاحتفال بشكر وإثارة عندما نشعر بالضيق. لا يمكننا البقاء مسترخين ونساعد الاطفال حين يبكون ويخشدون .. علينا ايجاد وسيلة مختلفة للاتصال عندما نشعر بالإحباط.

انها ليست أن تكون مثاليا مع طفلك ويجب ان لا ينزعج أبدا مرة أخرى لديك. انها بمجرد تحديد الأولويات لموقفك والبدء في تغيير الطرق التي تقترب حتى بعض الحالات والتحديات اليومية التي تواجهها مع طفلك، عليك تمهيد الطريق من أجل التغيير الضخم تحدث في كيف أنها تعتمد عليك. في كل مرة كنت تأخذ حتى حدث واحد أو السلوك والتعامل معها مع موقف البرنامج سن رايز، على تحقيق أقصى قدر لتكون مفيدة لطفلك. تحب بالفعل طفلك أكثر من أي شيء. الآن يمكنك التعبير عن حبك في الطريقة التي يمكن أن يفهمها أكثر.

الموقف هو المحدد في حال بقينا محفزين الاطفال او لا بمرور الوقت :

وهذا لا ينبغي أن يكون مفاجئاً لكم، ولكن يجدر الذكر. إذا كنت مجهدا ، تعباً ، مرتعباً ، او يصيبك القنوط، أو الاحباط فلن تتمكنوا مع ما تقومون به. وهذا صحيح إذا كنت تنفيذ البرنامج سن رايز، ولكن صحيح أيضا إذا كنت تنفيذ أي برنامج. للنجاح، يجب الحفاظ على برنامجك (أيا كان برنامج هذا هو) على مر الزمن. فلن تكون قادرة على القيام بذلك ما لم تتمكن من ان تكون لديك دوافع البقاء على الدوام، متفائلة، واثقة، واضحة. هل سبق لك في المنزل مع طفلك، أنك استغرقت بعض الوقت للعب معه، ولكن ادركت أن لديك كمية من الغسيل لغسلها؟ هل ترى من أي وقت مضى طفلك يتصرف "بالتوحد"، وبدلاً من قضاء بعض الوقت معه، كنت قد وضعت أمام التلفزيون لفترة من الوقت؟ أنه

بخير تماما إذا كنت قد فعلت هذه الأشياء. تقريبا كل الاهالي قد عملت مثل هذه الاشياء . كثير من الآباء يجدون صعوبة في الاستمتاع مع طفلهما مما يؤثر على مقدار الوقت الذي يقضونه مع أطفالهم. والوقت هو الشيء الوحيد الذي يشكل الضرورة القصوى لبرنامج سن رايز ليعمل . اذا كنت مرتاحا مع طفلك، سوف تنفق المزيد من الوقت مع طفلك، وليس لأنك عليك ذلك ولكن لأنك تريد ذلك. عندما يكون لديك القناعة الحقيقية وراء ما تقوم به، سوف تتمسك به. عندما تشعر بالراحة على أساس منتظم، فإنك لن تشعر بان طاقتك استنفذت ، وهكذا سيكون لديك الطاقة لإعطاءها طفلك. عندما تشعر بذلك النوع من الثقة بالنفس فيما يتعلق بكفاءتك في المساعدة لطفلك، ويمكنك الحفاظ على الدافع والاتساق مع مرور الوقت أن أمر بالغ الأهمية لمبادئ برنامج سن رايز للقيام بعملهم.

أحد الأسباب لماذا تنفق الكثير من الوقت أثناء بدء الالتحاق مع - البرنامج وبرامج متقدمة في العمل مع الآباء والأمهات على زراعة موقف مريح، واثق، واسترخاء، متأمل واي شيء اخر غيره غير مهم .

علاقاتك الشخصية

بالنسبة لمعظنا، فقط التنقل في الزواج أو العلاقة المماثلة على المدى الطويل يمكن أن يكون من الصعب بما فيه الكفاية في تربية الطفل

يمكن أن يشعر الزوجين أن مع أي طفل مثل تحديا حقيقيا. هذا قبل أن يكون الأطفال مصابين بالتوحد. عندما يولد لدينا طفل مصاب بالتوحد ، يمكن أن يشعر وكأنه تجربة ما وراء التحدي الأكبر الذي قمنا بتصور أي وقت مضى ومواجهتها . طفلك مختلف. انها يسلك السلوك والذي يستجيب معه الاخرين

بعدم الراحة أو الارتباك؟ أبسط المهام اليومية، مثل تناول الطعام أو أخذ حمام، هو امر محفوف بالصعاب. أحلام الأساسية التي كانت لك أنت أنت وشريك حياتك لطفلك تبدو مبهمه. يجب عليك اختيار من قائمة من خيارات مربكة العلاج، او ان تختار الخيار الوحيد المتوفر والذي تكون ممتنا عليه

. مستويات التوتر التي قد تكون مرتفعة بالفعل .. في كثير من الأحيان تنفجر. بالنسبة للكثيرين، كثير من الأزواج، يكون التوحد يدفع العلاقات إلى نقطة الانهيار. إذا كان هناك شيء يمكن القيام به لتعزيز العلاقة وزيادة فرص بقائها والشفاء من التوحد ، لا تريد أن تعرف ما هي هذه الأشياء؟ إذا كنت لا تزال أتساءل عما اذا كان الموقف هو المهم حقا يوما بعد يوم في العلاقة ، واسأل نفسك هذا. هل لاحظت أي وقت مضى؟

• كيف تختلف في تحديد الآخرين حينما تكون مجهدا من طفلك

• كيف تشعر حيال شخص في انه او انها تقول شيئا ان كنت تعتقد يعني انه او انها لا قيمة لك؟

• كيف هو صعب ان تكون قريبا من الشخص المقابل حين تشعر بوضع حرج بالنسبة لنفسك ؟

هذه التجارب هي كل شيء عن الموقف. إذا كان لديك وسيلة لتغيير موقفك، وتغيير هذه التجارب.

قد أجرى (ومعلمين آخرين في مركز علاج التوحد الأمريكية) لجلسات المشورة لكثير من الأزواج . هذا هو واحد من أكثر الجوانب مرضية من

عملي. واحدة من التحولات الأكثر إثارة للمشاعر أشهد على ATCA تعلم الأزواج حل كيفية استخدام التوحد لطفلهم للتقرب وتعزيز علاقة بأكثر رعاية ونزاهه ، ومحبة.

لبعضكم. هذا قد يبدو وكأنه أحلام، ولكنها ليست خارج نطاق الاحتمالية الطريقة الوحيدة لتحويل سفينة وتدويرها ، ورغم ذلك، هو أن تبدأ مع الموقف. كنت تعرف مسبقا كيف أن كنت مع طفلك (الهدوء أو الإحباط، احتفالية أو ازعاج، وقبول أو حاسمة) يؤثر على كل من علاقتك معه من جهة. في نفس الطريق، وكيف أنت وشريك حياتك وموقف واحد يؤثر على الآخر كل من شراكتكم من جهة . حتى تقرأ هذا، هل يمكن أن أفكر أن هذا يبدو لطيفا، ولكن هذا مستعصي ايضا .. عادل بما فيه الكفاية. نحن حتى الآن لم نناقش كيف يتغير الموقف ، ، لكننا سوف نفعل ذلك

وهذا الفصل اعطيكم بعض الأدوات البسيطة التي يمكنك وضعها لاستخدامها فورا مع طفلك وشريكك. ولكن، أولا، عليك أن تكون على متن الطائرة لفكرة أنه إذا كانت هناك طرق بالنسبة لك (وشريك حياتك) لمواجهة الأحداث مع طفلك وبعضها البعض في أكثر اسلوب و أكثر راحة، ووضوح، ومحبة، واسترخاء، وأنه سيكون لديك المنافع فإنه يهم بالنسبة لك أن تفعل ذلك. فماذا تقولون؟ هل أنتم على استعداد لإعطاء الأولوية الموقف؟

مكونات موقف برنامج سن رايز :

موقف البرنامج سن رايز يمكن تلخيصها على النحو التالي:

احتضان دون وجود حكم لطفلك اليوم في حين الاعتقاد بأنها يمكن أن تذهب إلى أي مكان غدا. بطبيعة الحال، فإنه يذهب أعمق من هذا، ولكن دعونا استخدام شطري هذا المفهوم لدينا نقطة انطلاق. "احتضان دون وجود حكم فيها طفلك هو اليوم" له معنى عميق. والواقع أنه يتجاوز مجرد المحبة طفلك، والتي علينا جميعا القيام به. وهو ما يعني المحبة كل شيء عن طفلك، بما في ذلك

الأجزاء الأكثر التوحد. أنها تنطوي على احتضان التوحد طفلك بالطريقة التي تكون عليها : بني العينين، والشعر المجعد، وابتسامة حلوة، أو أي جانب آخر من جوانب من هي. تنطوي عليه ..

رؤية طفلك يدمر من الورق إلى شرائح صغيرة وان تحب تمزيق الورق. وهو ما يعني عدم وصفها أي من السلوكيات طفلك بالسوء، او خاطئة، أو حتى غير مناسبة، الأمر الذي يشير أنها تفعل أفضل ما يمكن في الوقت الراهن ، هذا عنصر أساسي من موقف البرنامج سن رايز هو ما يمهد الطريق للجميع بناء العلاقات. نحن نستخدم كلمة "غير تحكم"، لكننا ويمكن أيضا إضافة عبارة "الترحيب". المحبة"، "قبول"، "رعاية"، "الراحة"، "سهل"، و"الابتهاج" أنت تريد أن زرع الموقف الذي ينطوي على الاعتزاز بإخلاص كل من الأطفال وبالأخص الصفات التي تجعل من طفلك مختلف . ولعلكم تذكرون، في الفصل الأول من هذا الكتاب الذي اقتبست شيئا من كتاب والدي أنه وأمي سألوا أنفسهم عند استلام تشخيصي و التنبؤات المظلمة التي واكبت ذلك: "هل يمكننا ان نقبل الارض التي لعنها الاخرون ؟" هذا ما هو موقف البرنامج سن رايز حقا .. في حين ان الاخرين ممكن ان يوصفوا حالة طفلك بالمأساة

.. قد تبدو على طفلك مع عيون الاعتراض. يمكنك جعل كل نظرة احتضان يمكنك تقبيل الأرض أن الآخرين قد لعنها .

"تعتقد أن طفلك يستطيع الذهاب إلى أي مكان غدا" هو أيضا مهم جدا، ونحن يمكن أن تجسد هذا الجزء من موقف بالأمل والتفاؤل، دعوة استباقية، والإثارة، و، في الواقع، سخافة بهيجة. وهو ما يعني رؤية قدرات طفلك بدلا من التركيز على أوجه القصور المفترض. في الناس (مع أفضل النوايا) بذلوا قصارى جهدهم لإقناعك بان تكوني "واقعية". ويتناقشون معك فيما لا يستطيع طفلك القيام به

. عندما تواجه مع هذا القول هناك اكثر اهمية من ان تكون واقعي او واقعية . وهذا يعني غرس العقيدة في ما يمكن أن طفلك ان يعمل له لا محدودية له بعد كل شيء انت والد . حبك لا مثل لها، تجربتك غير مشابهه لاحد والتزامك غير متزامن مع احد .. وليس عليك ان تعتذر حين تؤمن بطفلك وغير لا وليس عليك ان تشعر بالاحراج حين تراه يفعل شيء ولا يراه احد غيرك

الاهم في برنامج سن رايز هو الموقف الذي يأخذ طفلك ليحقق ابعده مما تتوقع هو ليس بالتأكيد كذلك لكنه يفتح الكثير من الابواب المغلقة هو يسمح لاطفال لم يتكلموا بعد بالتكلم .. "" هو لم يتكلم بعد لكنه بالطبع سيتحدث "" ويساعدك في معرفة ما يستطيع طفلك عمله وحتى الان لم يخبرك عن ما يستطيع عمله في المستقبل

من أين يأتي موقفك ؟ وكيفية تغييره :

أستطيع أن أفهم في البداية ويلوح لي في السماء قراءة حول أهمية زراعة موقف معين ،من خلال تجربتك يوما بعد يوم، قد يبدو هذا الموقف بعيدا. قد تشعر كما لو الأحداث تحدث طوال يومك و ببساطة ترد عليها أفضل ما يمكنك. بعض الأمور التي يبدو أنها تسطع خلال يومك، في حين يبدو حدوث أخرى، أكثر صعوبة لتجعل حياتكم فوضوية. وعندما واجهت الحدث الكبير حقا، مثل بعد تشخيص طفلك بالتوحد، يمكن أن يشعر بالتأكيد كما لو أن الحدث نفسه هو الذي يسبب التعاسة لك.

هذا النموذج تقريبا مقبول عالميا من النفس البشرية :يبين أن الأحداث والظروف في حياتنا تتحدد بكيفية ما نشعر به عاطفيا (سعيد، حزين، متحمس، خائفا، وكاظم الغضب ، غاضب). حين يمزق طفلنا صفحات من كتاب يجعلنا نشعر بالضيق. او حين تصاب بنوبة غضب يجعلنا نشعر بالإحباط.

المختصون بتشخيص الأمراض يقولون لنا أن طفلنا سوف يتحسن لكن قليلا يجعلنا نشعر بأننا مدمرين. على الجانب الآخر من المعادلة، طفلنا حين يقول أول كلمة له يجعلنا نشعر بشعور اكثر من رائع. حين يقول لنا المعلم أن طفلنا حقق تقدما يجعلنا نشعر بالفخر أو الامل.

هناك نوعان من المشاكل مع هذا النموذج، على الرغم من. أول واحد هو يخل في المنطق: كيف نفسر شخصين يستجيب بطرق مختلفة تماما لنفس الأحداث؟ إذا كانت الأحداث والظروف حقا تجعلنا نشعر بما نشعر به، فلا ينبغي أن للجميع يستجيب بنفس الطريقة إلى نفس الشيء؟ وكيف نفسر أن شخصا واحدا يشعر مدمر أو لا قيمة له أو مطرود ، وشخص آخر يتجاهل تشغيله أو حتى يشعر بالاندهاش للمضي اماما ؟ كيف أن بعض الفائزين اليانصيب يقولون أن الفوز هو كان أفضل شيء حدث من أي وقت مضى لهم وغيرهم يؤكدون أنه كان الأسوأ؟ لأن الجميع يستجيب بشكل مختلف لنفس الأحداث ونرد بشكل مختلف لحدث معين في أيام مختلفة،

يجب أن يكون هناك شيء آخر إلى جانب الحدث الذي يتم تحديد كيف نشعر به.

المشكلة الثانية هي عملية : هذا النموذج يجعلنا من أن نكون الضحايا. نحن لا نحدد كيف نشعر به. الأحداث الخارجية هي التي تحدد ذلك ، اذا اراد طفلي أن يتواصل أكثر من ذلك، تقدم أسرع، وان لا يكون توحدي ، ولا يتصرف بهذه الطريقة، وما إلى ذلك، بهذا يمكنني أن أشعر بشعور جيد (مريح، ومسترخي ، متأمل، وما إلى ذلك).

ونظرا لهذا النموذج الموضح والمعزز ثقافيا ، لا يمكن لأحد على وجه الأرض يلومك للشعور بالذهول او الاضطراب، الخوف، بالغضب والإحباط، أو القنوط حول التحديات الخاصة بالطفل وان نواجهه ، وبالتالي، الكثير منا يشعر انه يخوض معركة مستمرة للحصول على أبنائهم لكي يتصرفوا بطريقة معينة أو الوصول إلى معايير معينة فقط حتى تتمكن من النوم ليلا.بأمكنني فهم ذلك . نريد أن نكون آباء جيدين. ونحن نريد لأبنائنا أن يكون حياة كريمة.

المشكلة هي أنه عندما نحتاج أطفالنا ليكونوا يتصرفوا بطريقة معينة هذا لا يجعلنا فقط نشعر بالتعاسة انما هو يعيق إلى حد كبير قدرتنا على مساعدة أطفالنا. لماذا؟ لأنه، كما ناقشنا سابقا ونحن مختلفون مع أطفالنا فأنهم يستجيبون بشكل مختلف عنا، اعتمادا على موقفنا. في الواقع، إذا كنا بحاجة إلى ان أطفالنا يتصرفوا بطريقة معينة أو يتقدموا بحد معين حتى يتسنى لنا أن أشعر أنني بحالة جيدة، فإنهم يشعرون بان هذا ضغط عليهم .. واذا كان هناك شيء نعرفه وهو انهم حين يشعرون باننا نضغط عليهم فانهم سيحفرون اعماق وينعزلون اكثر او يقاومون

لذلك تحرير انفسنا من هذا السجن هو اكثر شيء نستطيع عمله لانفسنا ولاطفالنا السؤال هو كيف ذلك؟؟

القطعة المفقودة : المعتقدات

في الواقع، فإنه ليس الأحداث والظروف نفسها التي تحدد كيف نشعر به. ، بالأحرى، معتقداتنا. ما هي، بالضبط، هو الاعتقاد؟ أحب أن أفكر في المعتقدات كما لو انها نظارات شمسية ملونة. قد يكون لديك العدسات الصفراء في يدكم،

وبالتالي، كل ما تراه يبدو أصفر. كنت قد يكون الأخضر. شخص آخر قد يكون الأزرق. نحن قد نصر جميعا على أن اللون الذي لدينا هو اللون "الحقيقي" للأشياء، ولكن، في الواقع، نحن جميعا مجرد اننا نحدد من خلال العدسات الخاصة بنا. لأن العقول البشرية لدينا لها وظيفة آلات صنع المعتقد، فإننا لا يمكن أبدا إزالة النظارات الشمسية لدينا تماما. نحن دائما نعتقد بشيء يمكننا القيام به ولكن، بإمكاننا تبديل العدسات كما نحب. إذا كنت تشعر بأن عدساتي الخضراء لا يخدموني (أنها تغذيني بالتعاسة أو فعالة في صنعها)، أستطيع مبادلتها بتلك الزرقاء. إذا لم تعمل معي، ويمكن أن تحل محلها العدسات الحمراء. ودائما ما تتلون معتقداتي بلون العدسات التي ارتديها ولكن يمكنني الحصول على حرية اختيار الطريقة الملونة فيها. هل هي وردية اللون البني؟ لذلك الاعتقاد هو الاستنتاج الذي نخرج به عن أنفسنا، وأشخاص آخرين، والأحداث، والعالم من حولنا من أجل إعطاء معنى لبيئتنا ونعتني بأنفسنا. في كل حالة معينة، ونحن نحمل على الاعتقاد الذي يعمل بمثابة العدسة التي من خلالها نرى هذا الوضع. المعتقدات وجهات النظر والآراء والتصورات والتحيزات، أو الأفكار المسبقة التي توفر لدينا إطار مرجعي لفهم ما يحدث

-ابني لن يتغير ابدا

-انا عملت شيئا خاطئا وساهمت في اصابة ابني بالتوحد

-اذا اعطيت اهمية لنفسى وانا اريد ذلك فاني سأكون انانية ولن اكون بجانب طفلي

-طفلي ليس قادرا على عمل ذلك .. (الكلام او عمل صداقات او ... الخ)

من جهة اخرى حين نؤمن بان :

-طفلي قادر على النمو والتطور

-لم افعل شيء خاطيء لاسبب لطفلي هذه الصعوبات لكني استطيع ان اكون جزء من الحلول

-اذا اخذت بعض الوقت واعطيت اهمية لنفسى لما اريد هذا سيعود على بالنفع والفائدة والصحة وتركيز اكثر على طفلي

-طفلي قادر تماما على فعل الاشياء لكنه لم يقم بها للان

المعتقدات التي نتمسك بها تغيير كل حالة نشعر بها من الفرح للغضب ومن الالتزام للخوف ... هي تعمل بهذه الطريقة

-حدث حدث معين في حياتنا (تم اخبارنا بان طفلنا فيه التوحد)

-نحن نظمنا هذا الامر ضمن معتقداتنا وتمسكنا ب (ان طفلي سيواجه حياته يعاني ومسؤوليات محدودة ... هذا خطئي)

-نشعر بالعاطفه معتمدين على المعتقد (حزين – خائف – غاضب الخ)

هذه بعض الامثله التي تمثل صورة عن معتقداتنا ::

-شاب مصاب بالتوحد مستلقي على الارض ويعمل اصوات عالية في وسط السوبرماركت وامه تشعر بالاحراج مما يفعله وتبدو غير راضية عما يفعله معتقداتها سببت لها ان تشعر بان الناس يحكمون عليها بانها والدة غير صالحة

-ام تشعر بالفخر والدهشه من ابنتها التي تلاحظ بانها تبني مكعبات باستمرار وتكرار .. المعتقد يغذي الفخر والفرح التي تشعر به الام .. ابنتي تعرف ما تفعل بالضبط ,, وافضل طريقة للعنايه بنفسها وانا استطيع ان اتواصل معها من خلال عمل ما تحب واعرفها بطريقه افضل

-اب يشعر بالاحباط من مشاهدته لطفله المصاب بالتوحد وهو يعيد اخر دقيقتين من الدي في دي مرات ومرات معتقده يغذي بان طفله محطم وليس قادر على التغيير او النمو والتطور

- طفل صغير مصاب بالتوحد ينطق كلمته الاولى ووالداه يشعرون بالفرحه معتقدهم يغذي فرحتهم : هذه اول خطوة لطفلي ليتكلم بطلاقة لغة اكثر قادمة بالطريق

- ام لطفل بعمر 5 سنوات مصاب بالتوحد تشعر بالغضب والحزن حينما ترى الاطفال الطبيعيين : المعتقد يسبب الغضب والحزن . طفلي لن يستطيع ان يصبح مثل هؤلاء الاطفال .. التوحد سيء هو ليس عادلا بحق طفلي .. هو لديه توحد والاخرين ليسوا كذلك

من اين تأتي معتقداتنا :

لقد تعلمنا الكثير الكثير من معتقداتنا من المحيط ومن خلال انفسنا نحن نتعرض لوابل متدفق من المعتقدات من والدينا .. معلمينا واصدقائنا والغرباء والاعباء والافلام وبرامج التلفاز ومعظم الوقت يتم تعليمنا معتقداتنا من ما يغذيها امن الاجهاد والخوف والتعاسة واللاتاثر ... نحن نتبنى معتقد ونتمسك به والتعاسة تخلق استراتيجيات للعناية بانفسنا .. نحن نفعل في بعض الاحيان في ان نتبنى معتقد يقودنا الى الاطمئنان لكن شكوكنا تأخذنا الى "" او لا ؟ " بدل من ان تأخذنا " او نعم " امثلة :

•-الطفلة الذي قيل من قبل والديها أنها غير مسؤولة تتبنى هذا الاعتقاد عن نفسها ولا تزال على ايمان بذلك كشخص بالغ.

• يعتمد الزوج الاعتقاد المورج له من قبل والده أنه يجب عليه توفير المال لزوجته الجديدة من أجل أن يكون زوجا صالحا.

• يقال للطفل المدرسة من قبل أستاذه أنت ليست جيدا في الرياضيات. ويتبنى هذا الاعتقاد ويحتفظ عليه لعقود. (هذا يمكن أن تعمل في الاتجاه المعاكس أيضا: امرأة في الكلية تتبنى الاعتقاد المروج له من قبل أستاذ من كتاباتها انها كاتبة جيدة.)

• وقيل لرجل من قبل مذيع الأخبار أن مرشحه المفضل لديه القليل من فرص الفوز في الانتخابات. ويتبنى هذا الاعتقاد، ولا يصوت لصالح ذلك المرشح. (وبالتالي، يتم إنشاء نبوءة ذاتية التحقيق.)

في بعض الحالات، ونحن نطور أنفسنا المعتقدات من خلال تجاربنا. على سبيل المثال:

"إن الرجل الذي سُرق في أحد شوارع المدينة ليلا يستنتج إلى أن المدن تشكل خطرا وبيتعد عن المناطق الحضرية .

• يتم التعامل مع رجل مسن بالرفض مرارا وتكرارا من قبل الناس من حوله ، ويستنتج إلى أنه التقدم في السن يجعله أقل أهمية.

• امرأة في منتصف العمر تطلقت مرتين .. تستنتج الى انها لن تجد الحب الحقيقي ابدا

• وصاح على زائر في فرنسا في قبل شخص باللغة الفرنسية في ثلاث مناسبات مختلفة. انه يخلق الاعتقاد بأن الفرنسيين هم غير مهذبون

. (هذا يمكن أن تعمل في الاتجاه المعاكس، وأيضا: يتم التعامل مع الزوار لإيطاليا بعدوبة من قبل الكثيرين من الشعب الإيطالي ويخلص إلى أن الإيطاليين هم شعب لطيف.)

كيف يرتبط هذا لكم يا اهالي الطفل مع مرض التوحد؟ التفكير في شعورك عندما حصلت طفلك أولا التشخيص أو لها عندما أدركت لأول مرة أن شيئا ما كان مختلفا جدا في حالته . هل شعرت بالخوف؟ غضب؟ حزن؟ هل شعرت وكأنه كان هناك كرة البولينج في معدتك أو جهة في جميع أنحاء الحلق؟ بالنسبة لمعظمتنا، وشخص ثان يعطي طفلنا تشخيص ، وترافق هذا التشخيص مع تيار

من المعتقدات حول ما يعنيه هذا التشخيص عن طفلنا وعنا. قيل لنا أن طفلنا لن يكون قادر على القيام بما الأطفال الآخريين يستطيعون القيام به. قيل لنا أن التوحد هو حالة مستمرة مدى الحياة. ونظرا لاننا لا نحصى من التفاصيل حول ما مدى السنوات الثلاثين المقبلة من حياة الطفل لدينا المفترض أن يكون عليه الحال. وكما قيل لنا من القيود الكثيرة التي لدينا ظاهريا بوصفنا كأبوين، مثل عدم وجود التدريب / التعليم المناسب أو عندما نكون "عاطفيين جدا / ومتواصلين أيضا." الأهم من ذلك، كما قيل لنا هذه الأشياء، هذه المعتقدات كما لو هي الحقائق.

وفي العديد من الحالات التي نعتمد فيها هذه المعتقدات بدون تفحص أو اعتبارها وجهات نظر أخرى اختيارية . والذين

يمكنه القاء اللوم علينا؟ نحن محاطون بدعاة وأنصار هذه المعتقدات . نحن منغمسين في هذه المعتقدات في وقت نحن الأقل مجهزة لتكون مميزة . يتم إعطاء طفلنا حكما بالسجن مدى الحياة. نحن غمرنا بمثل التصريحات. نحن نشعر بنوع من اليأس، ونحن نعلم أن طفلنا يواجه تحديات عميقة، لكننا لا نعرف ما يجب القيام به لمساعدته في مواجهة ذلك، فإننا لا ندرك الوصول الى قرار ما إذا كنا نريد أن نأخذ على المعتقدات نحن مع عرض أم لا

. مع مرور الوقت، ونحن نلتقط المزيد من المعتقدات (أو نخلقها من ذاتنا)، ومعظمها من يسلب القوة والمنتجة للتعاسة. ثم، عندما نحن نواجه يوما بعد يوم الخبرات مع طفلنا، فإننا نواجه سيل لا ينتهي من المحفزات

. انه يقرص أو يعض او انها لا تتحدث. وتواجه النقد من الآخرين. ونحن أيضا نواجه النقد من الآخرين.

واصبحت تعمل السلوكيات المتكررة غير عادية. واصبحت غير مهتمه بنا. هي صلدة وتمسكة حول الاحداث التي يجب ان تغييرها

. لكن، وتذكر: هذه المحفزات تزيد فقط لاننا نؤمن بالمعتقدات التي تجعل من هذه الأحداث نشعرنا بشعور رهيب . على سبيل المثال، اذا رأينا قرص طفلنا أو العض على أنها امور مؤقتة محاولة من طفلنا لرعاية نفسه بدلا من ما يعني أنه لن يتغير أبدا أو انهم لا يحبوننا، من شأنه أن يشعرك بشعور مختلف جدا .. لئلا تظهر هذه الصورة القائمة، دعونا نستكشف أهم جزء من هذه المعادلة كلها.

الأخبار الجيدة: المعتقدات قابلة للتغيير

وبما أننا نتعلم المعتقدات، اذا يمكننا ان لا نتعلمها . وبما ان معتقداتنا تأجج العواطف لدينا حول هذا الحدث، فإن تغييرها تماما يغير ما نشعر به، حتى عندما لا يكون هناك تغيير في الحدث نفسه ونحن نعمل مع العديد من الآباء والأمهات الذين غيروا معتقدات اساسيات التعاسة عن انفسهم واطفالهم ،

في كثير من الأحيان مجرد خمسة أيام من الكورس التأهيلي . يذهبون من رؤية التوحد لطفلهم بمثابة كابوس الى رؤية الجمال الأكثر عمقا في تفرد طفلهم. أنها تحول من رؤية أنفسهم بأنهم غير مؤهلين في كل شيء، فإنها تحتاج إلى أن يكون لها تأثير عميق ودائم على مسار طفلهم. يغيروا من التفكير في أن طفلها قادر على تغيير طفيف وبطيئا إلى الاعتقاد بأن طفلها قادر على النمو الهائل والكاسح. هذه التحولات ممكنة فقط لأن المعتقدات قابلة للتغيير. فهم كيفية عمل المعتقدات ينقل لنا للخروج من موقف الضحية وإلى مقعد السائق. واحدة من أقوى الطرق للحفاظ على نفسك في مقعد السائق وهذا لتقول لنفسك، في المرة القادمة حين تكون مستاءا : "أشعر بالضيق ليس بسبب ما يحدث ولكن بسبب ما أنا أو من او اعتقد حول ما يحدث." حسنا، إذا كان الأمر كذلك المعتقدات وقابلة للتغيير، كيف يمكننا تغييرها؟ أولا، علينا أن نكتشفها . وإذا لم تكن قد فعلت هذا ، يمكن أن تبدو صعبة في البداية. هذا هو السبب في أننا تعليم الوالدين (وغيرها) لاستخدام عملية الاستجواب خاصة تسمى حوار الخيار عملية للكشف عن و ثم تغيير المعتقدات والأفكار المسبقة، والاساسيات التي قد يكونوا حصلوا عليها بطريقتهم ، لا سيما عندما يتعلق الأمر بالحفاظ في البرنامج سن رايز موقف حاسم جدا لمساعدة أطفالهم.

أن يشرح هذه العملية برمتها تحتاج الى كتاب في حد ذاته. (في الواقع، يوجد مثل هذا الكتاب. إذا كنت ترغب في معرفة أساسيات الحوار الخيار عملية في التفاصيل، يمكنك قراءة حوارات السلطة، عن طريق باري نيل كوفمان). ما يمكننا القيام به هنا هو أن أقدم لكم بعض الأسئلة البداية التي سوف تكون مفيدة جدا لك إذا كنت تستخدمها بشكل منتظم. أود أن أوصي بأن عليك ان تسأل نفسك هذه الأسئلة في كل مرة تجد نفسك تشعر بشعور غير راضي، مضطراب، منزعج، أو محبط. هذا ويمكن أن تشمل القضايا والأحداث التي لا علاقة لها لطفلك ، كما تحصل على نحو أفضل في كشف وتغيير المعتقدات، وسوف تجد انك ستحصل على اكثر واكثر من الشعور بالراحة وتحصل على موقف سن رايز في المواقف التي تتطلب منك التواصل مع طفلك

ثلاث اسئلة يجب عليك ان تسألها لنفسك :

1- ما انا أو من به (ان اقول لنفسي) هذا يغذيني بالتعاسة (الاحباط ، الخوف ، الحزن ، الغضب ...)

2- لماذا انا اخبر نفسي بذلك ؟

3- بما يمكنني ان أو من به بداله وكيف هذا سيساعد طفلي او يساعدي (سؤال مختصر : كيف لي ان ارى هذا الوضع جيدا او على الاقل نوع ما جيد) ؟

انتظر لحظة .. قبل ان تبدأ بهذه الاسئلة القي نظرة على المعتقدات الشائعة بين الاهالي .. ان تنظر بتمعن لها ستجعل من الامر سهل اكثر قبل اجابتك لتلك الاسئلة ... هذه القائمة اساسية ومهمه لاكمال وقت التمرين " ... الذي يأتي في نهاية الفصل

المعتقدات السبعة الشائعة بي الاهالي والغير مشجعة والمنتجة للتعاسة :

- 1-توحد طفلي هو مأساوي ولا يمكنني ابدا ان اشعر جيدا تجاهه
- 2-ظرف طفلي خاص وغير متغير (ما فعله طفلي سابقا في الماضي يجعلني اعرف الكثير على ما يمكنه ان ينجزه بالمستقبل)
- 3-طفلي يعرف بانه لا يجوز عليه التصرف هكذا .. هو يفعل ذلك ليقودني للجنون
- 4-لا استطيع احتمال هذا
- 5-هذا الشيء سيحطم زواجنا وعائلتنا
- 6-تعاستي بسبب ظرف طفلي الخاص هو علامة على كم انا اهتم لطفلي وكم انا احبه
- 7-علي ان اجعل الاخرين يوافقونني في الرأي .. وفهمي ودعمني لكي اشعر بتحسن

المعتقدات السبعة التي تقوي وتنتج السعادة للوالدين :

- 1-انا احب طفلي واستطيع ان ارى جمال طفلي بما هو عليه بكل الاختلافات
- 2-ابني قادر على التطور والتغيير الغير محدود (ما كان طفلي قادرا عليه وغير قادر عليه في الماضي بالتأكيد لا يعطيني صورة ولا انطباع عن ما يستطيع فعله بالمستقبل)
- 3-طفلي يتصرف بهذه الطريقة لانه هذه هي الطريقة الوحيدة التي يعرفها ليعتني بنفسه .. هو يفعل افضل ما لديه
- 4-انا بالتأكيد استطيع ان اتحمل ذلك
- 5-انا استطيع استخدم هذا الشيء لدافع اكثر فائدة ومعنى ان اطور واعمق زواجي

6-تعاستي لا يمكن ان تكون مقياس اهتمامي لطفلي .. بامكاني ان اعبر عن اهتمامي من خلال الحب والجهد

7-لا احتاج ان يفهم الآخرون او ان يوافقوني او يدعموني لكي اشعر بتحسن ... انا فقط احتاج قناعة لما انا افعله .

لتحصل على المساعدة في الموقف والمعتقدات انا انصحك ان تقرأ كتاب (السعادة هي خيار) لباري نيل كوفمان .. هو كتاب واضح وسهل القراءة وكيف تعمل تغييرات كبيرة في الموقف وكيف ان تشعر بسهولة وامكانية عمل ذلك

من اهتمام جزئي هناك المختصرات الست للسعادة هذه هي خطوات بسيطة بامكانك اخذها لتقطع نفسك من الجنون الذي كنت تفكر به الى وضع الراحة والاسترخاء في دماغك باسرع وقت ممكن

وقت النشاط :

في هذا الجزء ستختار مشكلة او شيء عاطفي وغير مريح وتعييس وحزين التي تعني طفلك او علاقتك .. كأن يكون حزنك لانك علمت باصابة طفلك بالتوحد .. قلق من مستقبله .. او قلق بانك قد لا تستطيع عمل كل شيء لمساعدته .. اختر حدث معين اغضبك او ازعجك كالوقت الذي انفعلت به لان طفلك تصرف بدون قصد حيث شعرت بالاحراج في العامه وانت معه

بمجرد ان تختار مشكلة انظر الى الجدول السفلي يمكنك ان تنظم احداثك وفقا لهذا الجدول ثم استمر بأملائه .. حين تمليء الخانتين تماما سيساعدك كثيرا لتأخذ نظره اخرى لتتنظر الى القواعد السبعة المحبطة لسعادتك والمعتقدات التي تقويك التي شرحناها قبل قليل ...

يمكنك ان تختار ما انت مؤمن به وانت تكتبها بيدك .. حين تملأ الجدول خذ بضع دقائق ثم فكر بالمعتقدات الاخرى التي تريد ان تتركها التي بتركها ستحقق هدفك بالموقف .. اجعل من هذا ان يكون مرشدا لك .. جهة الشمال لك .. مهمتك بالحياة ثم عليك ان تنتى هذا المعقد .

الاكثر اهمية في كل ذلك لا تكن قاسيا على نفسك اذا لم تستطع ان تترك كل شيء او ان تتبنى معتقدات اخرى .. لقد كانت لديك سنوات وانت تقوي هذه المعتقدات التي تجلب التعاسة .. اهم خطوه هو ان تبدأ .. الصق هذه المعتقدات في مرآة الحمام .. واكتب قائمة بما يدعمها .. واجعل من شريكك او صديقك يذكرك بها دائما .. واكتب كيف هو تبني معتقدات جديدة ساعدك وساعد طفلك وفعلت كل ما فعلت لاجله .. ولكن فوق كل ذلك كن حريصا على نفسك وانت تفعل كل شيء لانك تحب ابنك وستفعل تغيير معنوي لكليكما .

Event or Circumstance	
How You Feel/ Felt	
Belief Fueling This Emotion	
Alternate Belief to Adopt	

Table 15

[http://www.autismbreakthrough.com/chapter17/.](http://www.autismbreakthrough.com/chapter17/)

نقاط البدء : للمبتدئين اختاروا احد المبادئ من حالة اطفالكم او تصرفاتهم التي تنوي ان تحكم عليها او التي تقضي بها وقت صعب وحاول ان تسأل نفسك الاسئلة الثلاثة التي ناقشناها قبل قليل وهاي هي مرة اخرى

1- ما انا اؤمن به (ان اقول لنفسي) هذا يغذيني بالتعاسة (الاحباط ، الخوف ، الحزن ، الغضب) ...

2- لماذا انا اخبر نفسي بذلك ؟

3- بما يمكنني ان اؤمن به بداله وكيف هذا سيساعد طفلي او يساعدني (سؤال مختصر : كيف لي ان ارى هذا الوضع جيدا او على الاقل نوع ما جيد) ؟

ثم اقضي بضع دقائق وانت تفكر بحلم لطفلك لربما قد تكون ازلاته لانك اعتبرت لربما يراك الناس غير واقعي بذلك .. الان فقط اجلس مع هذا الحلم للحظة .. اذا شعرت بجزء منك يعتذر لكونك تحلم بهذا .. فقط انسى ذلك انت من حقا ان تحلم لطفلك ومسموح لك ان تريد اكثر واكثر لطفلك ولك الحق بان تعطي طفلك كل الفرص ليصل افاق جديدة .

كلمة اخيرة مني لكم :

لقد قطعنا مشوار طويل مع بعض .. انتم وانا ... ولقد وضعت عقلي وروحي في هذه الصفحات متأملا بانها بامكانها ان تجد الطريق الى قلوبكم اكثر من اي شيء اخر اريد هذه المبادئ والقواعد والاستراتيجيات ان تكون ذات فائدة لطفلك الرائع والمميز والفريد

الرجاء الرجاء لا تمسك نفسك ببعض قواعد الكمالية انت شخص يحب طفله هذا كافي جدا كجهد منك لتبذله لتطبيق التقنيات والطرق في هذا الكتاب كن لطيفا مع نفسك اذا لم تستذكر هذه التقنيات في كل لحظه .. هذا ليس مشكلة اذا تسعر بالاحباط والخوف في بعض الاحيان ايضا هذا ليس بمشكلة فقط انهضم بنفسك وهيء نفسك لتمتطي الجواد من جديد

وايضا اي ما تفعله لا تصدق ابدا ابدا بأن مستقبل طفلك قد تحدد سواء كان طفلك بعمر 3 سنوات او بعمر 33 سنة

قصة جريير

قبل سنوات قليلة جاءت ام لرجل بعمر 33 سنة مصاب بمرض التوحد من بريطانيا الى مركز العلاج الامريكي لبرنامج سن رايز طوال هذا الوقت كان ابنها في مؤسسة رعاية حيث قضى معظم وقته

جرير انفق معظم وقته في قليل من التواصل البصري وكان يتواصل ببضع كلمات مفردة " مع العلم كان بإمكانه استخدام كلمه او اثنين في بعض الاحيان " كان غالبا ما يتكلم اجابه لما يطلب منه وليس بعفوية كان يفضل ابقاء وحيدا وكان يبدي اهتماما قليلا جدا بما حوله وكان يرفض اغلب محاولات التواصل معه

كان برنامج سن رايز تحول بالنسبة للام واملها واستراتيجياتها مع ابنها بعد ان عادت الى بريطانيا ... نقلت جرير من المؤسسة وطبقت معه برنامج سن رايز

بعد 18 شهر تغير شكل جرير تماما الازم من 10 ال 20 % من ما سبق ... تزايد تواصله البصري ... الى ما يقرب الطبيعي تحسن تواصله اللغوي وطالت الجملة الى خمس او ست كلمات وفي بعض الاحيان 10 كلمات

واكثر من ذلك تواصله اصبح عفويا افضل مما كان بمجرد الاجابة عن ما يطلب منه .. واصبح جرير رجلا يريد الناس حوله وان ينضموا اليه في النشاطات في اغلب الاوقات .

لن يفت الاوان ابدا :

قصة علاج جرير واصرار ومثابرة والدته وقوة الاستراتيجيات المفصلة في هذا الكتاب وايضا الى قدرة جرير وكل الاطفال للنمو والتغيير بطريقه عجيبة وهائلة في اي عمر كان بغض النظر عن الظروف ساعد كثيرا في الانتقال

هناك بالتأكيد حواجز بالنسبة لاطفالنا والدماغ يبقى قوي طوال حياتهم .. (هذا هو سبب ان رجل بعمر السبعين يصاب بجلطة يفقد قدرته على الكلام وثم يعود ليتعلم الكلام) لذلك لا تدع اي احد يقنعك بانه فات الاوان وانه عليك ان تستسلم وما فعله طفلك هو مؤشر لما لا يستطيع فعله

حينما يتأخر الوقت في الليل وانت تشعر بالوحده ارجوك اعلم هناك فريق منا نجلس في مدينة في بيرك شاير والتي تبحث عنك ويشجعونك ويؤمنون بك وبامكانية مساعدة طفلك للوصول الى النجوم

انتهى ..

نسألكم الدعاء لطفنا بالشفاء العاجل
اختكم ايمان