

الفصل الرابع

الحياة اليومية مع الطفل التوحدي

الفصل الرابع الحياة اليومية مع الطفل التوحدي

مقدمة :

إذا رزق الآباء بطفل توحدي فإن كل يوم في حياتهم - إن لم يكن كل لحظة- سيصبح تحدياً. ففي كل حين وأن يجد الآباء أنفسهم أمام طفل يجد صعاباً جسماً في التواصل معهم . وفي كل يوم يجب على الآباء أن يعدوا أنفسهم للوصول إلى طفل يصعب الوصول إليه عاطفياً ، ويعتبر لمسه عاطفياً ضرباً من ضرب المستحيل . وفي كل يوم يجب على الآباء أن يحاولوا جهدهم أن يطموا طفلهم قليلاً من المهارات التي يحتاجها .

وربما يأتي على الآباء حين من الدهر يرون فيه أن التحديات التي يواجهونها والغصص التي يتجرعونها في رعايتهم للطفل لا تنتهي ولا تفني. وذلك مرده إلى الطريقة التي تؤثر بها التوحدية على الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، فإن الأطفال التوحديين يعانون من اضطرابات وإزعاجات أكثر مما يعانون من تأخر في النمو. وبينما يظهر الأطفال التوحديون مهارات نسبية في بعض المجالات ، فإتهم يتخلفون عن بقية الأطفال في باقي المجالات؛ ولذا فمن الصعب جداً رعاية الطفل التوحدي .

وينبغي أن يكون هدف الآباء هو أن يجعلوا طفلهم جزءاً من العائلة وليس مركزها ، وإن كان ذلك في البداية يبدو ضرباً من الخيال . وبعبارة أخرى يجب على الآباء ألا يجعلوا احتياجات الطفل تسيطر على العائلة . فلن يستفيد الطفل من الاهتمام الزائد لوالديه ، وإذا حدث ذلك فإن بقية أفراد العائلة يعانون منه. فواجبات الآباء ورعاية الطفل تتطلب أن يوازن الآباء بين احتياجات كل فرد داخل الأسرة بما في ذلك الآباء أنفسهم . ولن يكون ذلك سهلاً على الطفل التوحدي، ولكن يجب تعليمه أن يقبل ذلك التوازن .

التنبؤ، البناء، النظام :

جميع الأطفال يحتاجون للنظام الثابت في حياتهم. وإذا تغيرت الأحداث كل يوم وتعذر على الطفل التنبؤ بها فإنه يصبح قلقاً خائفاً. وبالنسبة للأطفال

التوحيديين فإن النظام الثابت يعتبر أمراً بالغ الأهمية . بل إن كثيراً من الأطفال التوحيديين يعانون مما يعرف بالإصرار على المثلية والتشابه الكامل . وغالباً ما يصبحون قلقين مضطربين منزعجين إذا طرأ ولو تغيير طفيف على نظامهم اليومي أو على بيئتهم . ورغم أن ذلك التصلب وعدم المرونة ربما يكون محبطاً للآباء ، فإنه يبرز ويظهر ويوضح مستوى القلق الزائد لدى الطفل وحاجته إلى القدرة على التنبؤ . وربما يحاول الآباء أن يوفرُوا للطفل البناء أو التركيب الذي يحتاجه، ولكن عليهم ألا يدعوا تلك الحاجة تسيطر على حياتهم .

توفير البناء والتناسق :

إن إقامة نظام ثابت للبيت هو الخطوة الأولى في توفير بناء أو تركيب للطفل التوحدي . وبغض النظر عن المقدار المطلوب من المهارة في تنظيم وتدبير شئون الأسرة فعلى الآباء أن يحاولوا توفير نظام ثابت يشعر معه كل فرد من أفراد الأسرة بالارتياح ، ويشعر بأنه يستطيع أن يتبعه باتساق وتناغم . وإذا شعر الآباء بالحيرة والارتباك واضطراب النظام، فإن الطفل التوحدي سوف يشعر هو الآخر بذلك . ولسوء الحظ فإن طريقة تجاوب الطفل مع هذا الارتباك تشمل مجموعة متنوعة من السلوكيات المزعجة مثل إيذاء الذات أو الحوادث المرتبطة بقضاء الحاجة؛ ولذا فإن الآباء بحاجة لأن يعدوا خطة شاملة للعب تتضمن طريقة تطور يوم الأسرة من البداية للنهاية، وتندمج فيها متطلبات كل يوم، كأن يحددوا أوقاتاً يغتسل فيها الطفل، ويأكل، ويلعب . . . الخ .

وإذا كانت هناك كلمة يجب أن نركز عليها بخصوص رعاية الطفل التوحدي ، فإن تلك الكلمة بلا ريب هي "التناسق" . فكتير من الأطفال التوحيديين يواجهون صعوبات كثيرة في التعلم من البيئة . ولا يتعلمون من الخبرة على نحو جيد . ولمساعدتهم يجب أن نحاول أن نجعل البيئة أكثر تناسقاً واتساقاً . وينطبق ذلك على كل تفاعل يحدث بين الطفل والوالدين، ويتراوح ذلك من الكلمات التي يختارها الآباء عندما يمدحون سلوكه الجيد، إلى الطريقة التي يتبعونها لإزالة المشكلات السلوكية .

ومن بين الأسباب التي تجعل الأطفال التوحديين بحاجة للاتساق أنهم يواجهون صعوبات ومشكلات في استخدام نفس المهارات مع أناس مختلفين أو في أماكن مختلفة أو في مواقف مختلفة . ويعرف ذلك بالافتقار إلى القدرة على التصميم . فطلي سبيل المثال ربما يظهر الطفل سلوكاً وأداءً رائعاً على المائدة في البيت ، إلا أنه يجزع ويفزع في المطعم . وربما لا يعاني الطفل من النوبات عندما يكون مع أمه في حين ينخرط في ثلاث نوبات في المتوسط إذا كان مع أبيه . وعلى الآباء أن يدركوا أن نقص القدرة على التصميم أو القصور فيها يعتبر خاصية من خواص التوحدية، ويمكن خفضها إلى الحد الأدنى إذا استجاب كل الناس للطفل بنفس الطريقة التي يستجيب له بها أبواه . فطلي سبيل المثال ينبغي أن يتأكد الآباء أن جميع أفراد العائلة يستخدمون نفس العبارات عندما يطمون الطفل ، وكذلك يستخدمون مكافآت لفظية أو ملموسة متشابهة لإثابة الطفل . وإذا اتسم الجميع بالتناسق والاتساق، فإن سلوك الطفل سوف يعتمد عليه بغض النظر عن تواجد الآخرين أو موقعهم في البيئة . وعندما يكتسب الطفل مهارة جديدة، فبوسع الآباء أن يتدرجوا في تنوع وتغيير الطريقة التي يعرضون أو يقدمون بها المواد أو المطالب . وسيساعد ذلك الطفل على أن يكون أكثر مرونة .

ومن بين أسباب المشكلات المتوقعة بالتصميم لدى الأطفال التوحديين ما يعرف بالانتباه الانتقائي أو الإفراط في انتقاء المثير، وهذا يعني أن الطفل يفرض في التركيز على أحد جوانب الموقف ، ولا يتمكن من الاستجابة ما لم تكن تلك الخاصية أو ذلك الجانب بعينه حاضراً وموجوداً . ويواجه الأطفال التوحديون صعوبات في التعرف على الخصائص التي يجب أن يركزوا عليها . وعلى سبيل المثال يمكن أن يركز الطفل على لون السيارة في الصورة ، ولا يركز على السيارة نفسها، ولا يمكنه أن يتعرف على صورة السيارة إذا عرضت عليه بلون مختلف . وربما يركز الطفل على أن أمه شعرها أشقر أثناء جلسة التعم ولا يستطيع أن يظهر مهارة أتقنها مع أمه عندما يعمل مع شخص ذي شعر أسود . وهذا يؤدي إلى كثير من مشكلات التصميم التي يواجهها الأطفال التوحديون، ويمكن أن يكون ذلك مصدر إحباط وارتباك للآباء . وأفضل استراتيجية لمواجهة هذا الميل هي التأكد من أن أهم الجوانب في الموقف التطيمي متناسقة ومتناغمة

ومتساوية وليست متنافرة . وعلى الآباء أن يغيروا فقط بعض الخصائص الفرعية الصغيرة . فعلى سبيل المثال لتعليم الطفل التعرف على أجزاء الجسم، ينبغي أن يستخدم جميع الأفراد الذين يعملون معه عبارة "المس رأسك" على نحو متناسق ، ويقوم الفرد بتعليم الطفل المهارة بينما يغير موقعه ، وبهذه الطريقة يتعلم الطفل أن كلمات "المس رأسك" هي الجزء المهم في الجلسة التعليمية .

وبوسع الآباء أن يقدموا مفهوم التناسق لمن يشتركون في رعاية الطفل على نحو مبسط ثم يجلسوا معا ويتفقوا على طريقة استجابتهم للطفل . ويمكنهم أن ينظموا بعض المواقف التخيلية ويمارسوا ذلك مع بعضهم بعضاً . ويمكنهم أيضاً أن يناقشوا المواقف الماضية وكيف كان يمكن التصرف في تلك المواقف على نحو أفضل . ومن خلال العمل معاً يمكن أن يتفق الجميع على الطريقة التي يريدون التفاعل مع الطفل بها سواءً بطريقة فردية أو كمجموعة .

النظام وضبط السلوك :

يجد كثير من آباء الأطفال التوحديين أنه من الصعب أن يلزموا طفلهم بنظام معين . فهم بكل بساطة ليسوا مستعدين للاستجابة لسلوك طفلهم غير المؤلف . وأحد الأسباب المؤدية لتلك الصعوبة أن معظم الكتب التي تتناول رعاية الأطفال تركز وترشح استراتيجيات تعتبر غير فعالة بالمرّة مع الطفل التوحدي . ومما يزيد الطين بلة ويزيد الأمر صعوبة وتعقيداً أن الآباء يجب أن يتعاملوا بطريقة دبلوماسية مع النصائح غير المرغوب فيها والتي تتوافق عليهم من حيث يحتسبون ومن حيث لم يحتسبوا من الأصدقاء والأقارب، بل ومن الغرباء .

ليس هناك وصفة سحرية تضمن أن يسلك الطفل سلوكاً قوياً . ولكن الخبرات الواسعة لعديد من آباء الأطفال التوحديين، والسنوات العديدة من الأبحاث والدراسات التي أجراها المتخصصون تظهر أن الفنيات المرتكزة على تحليل السلوك التطبيقي هي أكثر الفنيات فعاليةً في تغيير سلوك الأطفال التوحديين . وتفترض تلك الاستراتيجيات أن السلوك كله يتم اكتسابه وتعلمه من خلال الأحداث التي تسبق السلوك (المقدمات السلوكية أو المثيرات) ، والأحداث التي تلي السلوك (النتائج) فإذا كانت المقدمات تؤدي إلى سلوك معين فإن الطفل

يحتمل أن يأتي بهذا السلوك، فعلى سبيل المثال، عندما يطلب الوالد أو المعلم من الطفل أن يبدأ في عمل ما فإن الطفل ربما ينخرط على الفور في نوبة هياج فذلك الطلب (مقدمة مثيرة) يؤدي إلى نوبة الغضب في هذه الحالة لأن الطفل يرغب في تجنب العمل . وإذا كان الطفل يحب النتائج التي تلي السلوك فإنه يظهر ذلك السلوك ويكرره . أما إذا كان يكره النتائج التي تعقب السلوك وينفر منها فإنه لن يظهر ذلك السلوك ولن يكرره . ومن ثم يمكن إزالة السلوكيات المشكّلة لتحل محلها السلوكيات والمهارات الملائمة من خلال عملية تغيير المقدمات وتنظيم النتائج (استخدام المكافآت بعد السلوكيات الملائمة ، واستخدام العقاب بعد السلوكيات غير الملائمة) .

وربما تفيد الفنيات والأمثلة التي سيلي ذكرها في توضيح قواعد ومبادئ التعم في زيادة فعالية الآباء في ضبط سلوك الطفل.

التركيز على حسنات الطفل

ثمة استراتيجية من أكثر الاستراتيجيات فعالية وكفاءة ألا وهي مراقبة سلوكيات الطفل ومكافأة السلوكيات المرغوبة . فبعض الآباء يركزون على حسنات الطفل وعيوبه في حين ان الهدف ينبغي أن يكون التركيز على حسنات الطفل ومناقبه ومآثره. ورحم الله من قال : اذكر الخير ينتشر، ولا تذكر الشر يندثر. وهذه الاستراتيجية تقتضي اهتماماً وانتباهاً كبيراً من جانب الآباء . فقد تكون ملاحظة صراخ الطفل أسهل على الآباء من ملاحظة هدونه. ولكن على الآباء أن يتذكروا أن عليهم أن يقدموا عشر عبارات ثناء - مثل "رائع ! إتني مسرور لأنك رتبت سريرك" في مقابل كل عبارة تقويم وتصحيح وتصويب واحدة- من قبيل "توقف عن رمي الأشياء".

وتقترح الدراسات التي أجريت على الأطفال التوحدين أن يكون الآباء واضحين ومحددين عندما يثنون على الطفل ويمدحونه . فليطلبهم أن يستخدموا ألفاظاً محددة - من قبيل "أحسنت لقد ارتديت معطفك ، وهذا رائع" بدلاً من أن يستخدموا العبارات العامة من قبيل "أحسنت صنعا" فالوضوح والدقة والتحديد يساعد الطفل على أن يفهم ويحدد السلوك الذي تمت مكافأته. ومن المفيد أن

تقدم المكافآت الملموسة مثل الحلوى والأطعمة والدمى مقترنة بالثناء والمدح لا سيما في مراحل التطعيم الأولى. لأن الأطفال التوحديين لا يجدون أي مكافأة في التفاعلات الاجتماعية، فاستخدام المكافآت المادية الملموسة يساعد في زيادة دافعيتهم .

١- التعليم في الصغر، والنقش على الحجر :

عندما يسيء الطفل التصرف او يأتي بسلوك خاطئ وغير مناسب ، فإن ذلك يعتبر مشكلة عاجلة وملحة بالنسبة للآباء وفي بعض الأحيان يكون من الصعب أن يقرروا ماذا يفعلون عندما يحدث ذلك السلوك غير المناسب ومن الطبيعي أن يشعروا في تلك الحالة بالإحباط واليأس عندما يبدأ الطفل في الدخول في نوبة من الغضب والهياج أو نوبة صرع في وسط السوق أو السوبر ماركت. وفي بعض الأحيان يستطيع الآباء أن يوقفوا السلوك قبل أن يبدأ وفي أغلب الأحوال لا يدرك الآباء أنهم يستطيعون أن يخططوا مسبقاً ويطوروا أساليب وقائية بدلاً من الاستمرار في التفاعل عندما تحدث الأزمة وتقع الواقعة . فمنع المشكلات أسهل من التفاعل معها بعد أن تبدأ . فعلى الآباء أن يأخذوا بزمام المبادرة وأن يكون دورهم هو الفعل وليس التركيز على رد الفعل . وفيما يلي بعض الاستراتيجيات الوقائية التي ربما تفيد.

٢- تغيير البيئة :

توجد عدة طرق لتغيير بيئة الطفل لمنع السلوكيات المشكّلة ، فعلى سبيل المثال إذا كان الطفل يمزق الصور وينزعها من على الحوائط . فيمكن أن يستخدم الآباء المصصقات أو الصور المرسومة على الحوائط المباشرة بدلاً من الصور التي يمكن تمزيقها وانزعاعها. وإذا كان الطفل يواجه صعوبات ومشكلات في الحمام لأنه لا يستطيع أن يفك سرواله أو بنطاله فيمكن أن يشتري له الآباء سراويل ذات خصر مرن (يحل فيها رباط مطاطي محل الحزام) .

ورغم أن تلك الأفكار تبدو كلاماً عاماً ، فعلى الآباء أن يأخذوا الوقت الكافي لتقدير بيئتهم التي يعيش فيها الطفل وتقدير نظامه اليومي وحياته اليومية، وقد يحدث في بعض الأحيان أن تغيب بعض المواقف البسيطة عن الآباء

فطى الآباء أن يراجعوا أنفسهم بخصوص طريقة ترتيب الأثاث ، وهل الضروريات فى تناول الطفل وسهولة المنال بالنسبة له ، وأى الأشياء سهلة الكسر ومن المحتمل أن ينتج عنها حوادث فى أى وقت ، وعليهم أن يجروا التغييرات والتعديلات التى يمكن أن تساعد فى منع تلك الحوادث والمشكلات يتناقص أم لا ؟ وإذا حدث تناقص فى عددها فليهنئ الآباء أنفسهم لأنهم منعوا بعض الحوادث التى كان من الممكن أن تقع . أو بعبارة أخرى نجحوا فى تغيير المثيرات أو المقدمات السلوكية بحيث لا تستثير السلوك المشكل .

مراقبة الطفل ومقدماته :

يبدى كل الأطفال مقدمات رقيقة عندما يكونون على وشك أن ينخرطوا فى السلوكيات المشكلة أو عندما يبدأ شخص ما فى مضايقتهم فبعض الأطفال التوحيديين يعون وينتحبون، فى حين يتصلب آخرون وتتوتر عضلاتهم ، بينما يرفرف آخرون بأيديهم بدرجة كثيفة، وربما يدخل آخرون فى صمت رهيب وهذوء عجيب، ويميل الآباء إلى أن يفترضوا أن زيادة وتصاعد وتيرة السلوكيات المشكلة أمر لا مناص منه ولا محيد عنه ويبدأون بالفعل فى توسيع السلوك المشكل الذي ينظرون إليه على أنه حتمي وواقع لا محالة ويدرجونه فى خططهم. كأن تقول الأم: "دعا نرى ما إذا كان سيبدأ فى الصراخ خلال خمس دقائق، ثم تنتهى نوبة الغضب فى خلال نصف ساعة، وفى تلك الفترة يمكنني أن أعد المائدة".

وبدلاً من افتراض أن الزيادة والتصاعد فى تلك السلوكيات المشكلة أمر حتمي ، على الآباء أن يتفوقوا على إشارات التحذير والمقدمات السلوكية التى يطلقها الطفل وأن يعدوا توجيهه قبل أن يبدأ فى الزيادة والتصاعد . وإحدى الاستراتيجيات أن يبدأ الآباء ببطء فى إصدار بعض التعليمات البسيطة المألوفة لدى الطفل والتي يسهل عليه تنفيذها كأن يقول أحدهم له: " لو سمحت ناولني هذا الكتاب" وإذا نفذ الطفل هذه التعليمات فطى الآباء أن يمدحوا ويثنوا عليه بحماس. أما إذا لم يستجب لتلك التعليمات فطىهم أن يوجهوه إلى المهمة برفق وحنو وبعد أن يتبع الطفل تلك التعليمات وينفذ عددا منها يتراوح من الخمسة إلى العشرة على نحو مستقل فإن احتمال زيادة السلوك المشكل يقل ويتلاشى فبصفة

عامّة يستحيل أن يخرج الطفل عن السيطرة بينما ينفذ التعليمات ومن خلال تقديم تعليمات بسيطة وإطراء الطفل ومدحه على طاعته واستجابته فإن الآباء يقدمون بذلك فرصة للخروج من الموقف المشكل .

وصف ما يحدث:

الارتباك واحد من بين العناصر التي تزيد سلوكيات الأطفال التوحديين ومن ثم فإن الآباء بحاجة إلى أن يوضحوا للطفل على نحو دقيق ومحدد ما يحدث وبعبارات واضحة فكثير من الآباء يصفون الأنشطة التي ستحدث خلال اليوم ليساعدوا طفلهم على الفهم " حسناً إننا في طريقنا إلى مخزن الأدوية ذلك المبنى الأحمر الكبير الموجود بجوار جدتك . وسنبقى هناك لدقائق معدودة " فعندما يخبر الآباء طفلهم بما سيحدث في المستقبل القريب فإنه يصبح أقل توتراً وخوفاً ومن ثم يقل احتمال انخراطه في سلوكيات المشكلة . ويمكن أن يعرض الآباء على طفلهم صوراً تمثل أنشطة اليوم ليزيدوا فهمهم لجدول ذلك اليوم .

تحديد نتائج واضحة :

غالباً ما يقول الآباء أن أصعب شيء بخصوص الرحلات والجولات التي يقومون بها بين الناس هو خوفهم من أن يصبح سلوك طفلهم مشكلة، والحق أن ذلك الخوف يعتبر أكثر ضغطاً على الآباء من السلوك المشكل نفسه .

ولمنع حدوث السلوكيات المشكلة ، ينبغي أن يصف الآباء للطفل نتائج سلوكه قبل أن يوضع في موقف يحتمل أن يكون موقفاً مشكلاً فإذا كان الطفل يطلب كثيراً من المطالب بصوت عالٍ في السوبر ماركت فعلى الآباء أن يتحدثوا معه قبل أن يدخلوا المتجر ، وليصفوا له ما سيحصل عليه إذا تكلم بصوت منخفض ، وما سيفقده إذا طلب مطالبه بالصراخ والصياح وحبذا لو أظهر الآباء للطفل بعض المكافآت المادية الملموسة أثناء هذا الحديث . وإذا بدأ الطفل في إظهار علامات أولية على البدء في الانخراط في السلوك المشكل ، فعلى الآباء أن يشيروا إلى المكافأة المرغوبة ويبرزوها ، أو أن يذكروا بها بأن يرفعوا له صورة لتلك المكافأة.

وربما لا تعمل تلك الفنيات مع جميع الأطفال في كل المواقف لأن كل طفل نسيج وحده ، وكل طفل من الأطفال التوحديين يعتبر إنساناً فريداً ورغم أن الاستراتيجيات الوقائية ليست فعالة دائما فإن استخدامها سوف يقلل تكرار المواقف المشككة على الأقل ويمكن للآباء أن يحسنوا الحياة الأسرية من خلال التركيز على الوقاية بدلا من التركيز على رد الفعل على السلوكيات التي تتسم بالتحدي وليتذكر الآباء جيدا أن تغيير العادة أصعب بكثير من منعها.

استخدام الفنيات السلوكية الفعالة :

يقضى استخدام الاستراتيجيات السلوكية في المقام الأول أن يفهم الآباء بوضوح السلوك المشكل ثم يستخدموا المعلومات في تطوير خطة العلاج . وتوفر فنيات تحليل السلوك التطبيقي أفضل إطار لتحقيق ذلك حيث يركز على فهم السلوك في موقف معين هو ذلك الموقف الذي يحدث في السلوك والاستجابة التي يتلقاها السلوك من الآخرين. ولا يبقى للخيال إلا القليل . فالمعلمون والآباء لا يقدمون الافتراضات بخصوص الأسباب التي ربما تؤدي إلى حدوث ذلك السلوك، كما أن المعلومات تجمع لتحديد تلك الأسباب بدقة. ومن أهم الأشياء التي يجب على الآباء أن يتذكروها أن السلوك بمفرده لا يعطي صورة كاملة واضحة بل من المهم أن يجمعوا عدة أمثلة من المقدمات والنتائج التي تحيط بالسلوك لتحديد أي أنماط ربما تكون موجودة .

وبمرور الوقت فإن النظر إلى مجموع من السلوكيات الفردية يجعل رؤية الاتجاهات أسهل وأيسر ويسر فهم الطريقة التي يستجيب بها الطفل، وتمثل أول خطوة في تحليل السلوك التطبيقي في مراقبة سلوك الطفل لمدة أسبوع أو أسبوعين في مراقبة الطفل وجمع المعلومات . والهدف من مراقبة الطفل وملاحظته هو فهم الظروف التي ترقى وتزيد احتمال حدوث السلوك الملامم والظروف التي تستثير السلوك المشكل وتزيد من احتمال حدوثه وعلى الآباء أن يعدوا استمارة ملاحظة . وتشمل تلك الاستمارة على ثلاثة أعمدة ويخصص الصود الأول لمقدمات السلوك (المثيرات) في حين يحتوى الصود الثاني على السلوك ، أما الصود الثالث فيشتمل على النتائج . وفيما يلي بيان طريقة استخدام

هذا الجدول. في عمود المقدمات السلوكية يكتب كل شيء يسبق السلوك مباشرة. كأن يدون اسم الشخص الذي كان موجوداً مع الطفل، وأين كان، وماذا كان يفعل، أو ماذا طلب منه أن يفعل، وهل تمت مقاطعة أي نشاط كان يحدث، وفي أي وقت كان ذلك، وأي مطومات يمكن أن تلقى الضوء على ما يستثير السلوك ويؤدي إلى حدوثه في عمود السلوك يكتب السلوك غير المرغوب فيه الذي تتم ملاحظته.

فطى سبيل المثال إذا ذكر الآباء أن الابن يؤدي الآخرين فإن ذلك لا يعطى فكرة واضحة عن طريقة أو كيفية إيدائه لهم. فهل يصيح فيهم؟ أم تراه يضربهم وبعضهم؟ أم هل يؤدي مشاعرهم؟ وليعلم الآباء أن الفشل في تحقيق الوضوح والدقة يزيد من خطورة علاج سلوك الطفل على نحو غير ملائم، مما يزيد الأمر تعقيداً، والأفضل أن يلتزم الآباء بالوضوح والدقة وأن يصفوا السلوك بدقة عندما يحدث. فطى سبيل المثال (يؤدي) يمكن تحديده على نحو أفضل بعبارة من قبيل (يضرب بكف يده بقوة تكفي لإحداث صخب أو لترك أثر على جسم المضروب). وربما يبدو ذلك بسيطاً ولكنه يساعد على التمييز بين لمسة رقيقة وصفعة عنيفة على الذراع.

وفي عمود النتائج، يدور ما يحدث بعد السلوك مباشرة. على سبيل المثال بعد ضرب شخص ما يتم حرمان الطفل من النشاط لمدة دقيقتين، يتم ضبط ساعة الإيقاف. وعندما تمر الدقيقتان يسمح له بأن يعود لنشاط آخر. وبعد فترة تتراوح بين عدة أيام إلى أسبوع من مراقبة سلوك الطفل يبدأ الآباء في مشاهدة نماذج يمكنهم استخدامها للمساعدة في تحسين سلوكيات الطفل ومهاراته. فأولاً وقبل كل شيء على الآباء أن يحاولوا تحديد المواقف التي يحتمل أن تستثير السلوك المشكل لدى الطفل والمواقف التي يحتمل أن تؤدي إلى السلوكيات الجيدة وربما يجد الآباء أن بعض الأشياء التي تعتبر بسيطة بالنسبة لهم ربما تكون مزعجة جداً بالنسبة للطفل، فطى سبيل المثال وجدت إحدى العائلات أن طفلتها تنخرط في نوبات غضب وهياج شديد عندما ترتدى ثوباً معيناً. فلم تكن تلك المسكينة لديها القدرة على التعبير عن أن ذلك الثوب غير

مريح بالنسبة لها، وكانت تخرط في تلك النوبات لتعبر عن تلك المشاعر. وعندما كان أبواها يضعانها في حجرة النوم المخصصة للوقت المستقطع أو الحرمان من النشاط ، فإنها كانت تنزع ذلك الثوب كجزء من نوبة الغضب ، حتى يسمح لها في النهاية أن تنزع عنها ذلك الثوب وعندما فهم الآباء تلك المشكلة فإتھما توقفا عن جطھا تلبس ذلك الثوب ، ومن ثم انخفض تكرار حدوث تلك النوبات انخفاضاً جوهرياً والخطوة الثانية هي النظر إلى المقدمات والنتائج ومحاولة تحديد الغرض الذي يخدمه سلوك الطفل الذي يتسم بالتحدي . وتلك الخطوة مهمة جداً ، فمن خلال تقدير الغرض من سلوك الطفل يستطيع الآباء أن يعطوا الطفل بديلاً مناسباً لذلك السلوك ويحقق نفس الغرض ، فطى سبيل المثال يمكن أن يصبح الطفل مثاراً وغاضباً ويتسم سلوكه بالتمزيق في الرابعة والنصف ظهراً في أي يوم من أيام الأسبوع بخلاف الخميس والجمعة . وهذا السلوك التمزيقي ربما يشمل رمي الدمى ، والجري في البيت.....إلخ

وبعد مراجعة المقدمات والنتائج لعدة مواقف من هذا القبيل يمكن أن يلاحظ الآباء أن ذلك الوقت من اليوم ليس مرتباً ولا منظماً على نحو جيد بالنسبة للعائلة كلها . وربما يكون ذلك الموعد هو عودة الأم من العمل ، وربما يكون الأطفال جائعين ، وتنهك الأم في إعداد الطعام وتنشغل عن الأطفال وينحرف اهتمامها عنهم، من هنا يمكن أن نتوقع نقص أو غياب البناء أو التنظيم الواضح عندما يمتزج بنقص في اهتمام الآباء وانتسابهم، وربما يعمل الجوع كعامل مساعد، يؤدي كل ذلك إلى السلوك التمزيقي. وبعد النظر إلى الجزء الخاص بالمقدمات في استمارة الملاحظة يمكن أن يلاحظ الآباء أن الأسرة تخرط في عمل منظم بشكل عام في ذلك الوقت ، الرابعة والنصف يوم الخميس والجمعة، وهذا النوع من المعلومات يقترح أن نقص البناء أو التنظيم ، ونقص انتباه الوالدين ربما يكون بمثابة مقدمات سلوكية أو عوامل تسهم في حدوث السلوك التمزيقي . وربما تقترح تلك الافتراضات مداخل علاجية يمكن تجربتها.

وهذا النوع من التقدير السلوكي يعتبر نوعاً من التقدير الوظيفي. ويعتبر جزءاً مهماً في علاج الأطفال التوحديين. فالنظر بعنى إلى المواقف التي يزداد

احتمال حدوث السلوك فيها والمواقف التي يقل احتمال حدوث السلوك فيها، وتحديد الشخص الذي يزداد حدوث السلوك معه ، وفحص العوامل الأخرى المرتبطة بالسلوك والتي تسهم في إحداث السلوك ، .. كل ذلك يقدم مزيداً من المعلومات عما يحاول الطفل أن يعبر عنه من خلال ذلك السلوك وتلك المعلومات تمكن الآباء والمعلمين من تغيير المقدمات السلوكية بحيث يصبح السلوك غير ضروري . كما أنها تمنحنا بصيرة برد فطنا على السلوك ، وكيف أن رد الفعل ذلك يمكن أن يعزز السلوك ويزيد احتمال حدوثه مرة ثانية .

وفهم السبب الذي يؤدي إلى حدوث السلوك يساعد على اختيار سلوك أفضل أو مهارة أفضل ليقوم الآباء بتعليمها بدلاً من السلوك المشكل . وإذا لم يقدّم الآباء بتعليم الطفل سلوكاً مناسباً بدلاً من السلوك المشكل ، فإنه ربما يتوقف عن السلوك المشكل ولكنه ينخرط في سلوك مشكل آخر يخدم نفس الوظيفة التي كان يخدمها السلوك الأول . فطى سبيل المثال إذا كان الطفل يضرب والديه ليعبر لهما عن توتره في موقف جديد . فمن المهم استئصال وإزالة سلوك الضرب بالإضافة إلى تعليم طرق ملائمة لتوصيل ذلك الشعور ، مثل تعليمه أن يقول "لنذهب للبيت" أو لم يعلمه الوالدان طريقة بديلة لتوصيل القلق ، فإن الطفل ربما يتوقف عن الضرب ولكنه يبدأ في الصراخ والصياح عندما يكون قلقاً .

والحذر الحذر من المداخل التي تقدم على أنها أفضل طريقة لإزالة سلوك معين لدى جميع الأطفال . مثل استخدام الوقت المستقطع كاستجابة للعدوان البدني حيث يقدم ذلك الأسلوب في بعض الأحيان على أنه استجابة شاملة وعلاجاً نافعاً ناجحاً . والمشكلة في هذا المدخل أن العدوان قد ينتج عن عدة أسباب مختلفة . فقد يصبح الطفل عدوانياً عندما يرفض له طلب ، بينما يصبح طفل آخر عدوانياً عندما يطلب منه أن يعد المائدة . وإذا وضع الطفل الثاني في حجرة الوقت المستقطع ، وأعدت المائدة أثناء وجوده فيها ، فإن سلوك العدوان لديه يكون قد تلقى تعزيزاً في هذه الحالة ، لأن سلوكه مكنه بنجاح من تجنب إعداد المائدة . وبدلاً من استخدام استجابة معينة كرد فعل على سلوك معين ، فمن الأفضل التوفيق بين الاستراتيجية والغرض من السلوك كما يتم وصفه فيما يلي:

التوفيق بين الغرض والمدخل :

يعتبر الاتصال هو الغرض الرئيسي لمعظم السلوكيات لدى الأطفال التوحديين . وتلك السلوكيات تخدم واحداً من أربع وظائف محتملة ؛ وهي :

- ١ . جذب الانتباه .
- ٢ . تحقيق بعض الإثارة الحسية
- ٣ . تجنب نشاط أو مهمة غير مرغوب فيها .
- ٤ . محاولة الحصول على شيء مرغوب فيه .

وعندما يحدد الآباء أي هذه الأغراض هو الذي يكمن وراء السلوك الذي يتسم بالتحدي ، فطبيهم أن يطوروا استراتيجية التدخل المناسبة متبعين في ذلك الخطوط الإرشادية التالية :

• مع سلوكيات جذب الانتباه :

تعتبر الاستراتيجيات التي من قبيل الوقت المستقطع والتجاهل المنظم استراتيجيات مفيدة عندما يكون الهدف من السلوك هو جذب الانتباه . وعلى الآباء أن يتوقفوا عن منح الطفل أي اهتمام أو انتباه أياً كان عندما يظهر السلوك المشكل ، وأن يكثروا من تقديم المدح والثناء للطفل عندما يظهر السلوك البديل المناسب . وبالطبع عندما يبدأ الطفل في زيادة السلوك إلى الحد الذي ينتج عنه ضرر للآخرين، فعلى الآباء أن يتدخلوا بحيث يصبح الجميع في مأمن . ومن المفيد أيضاً تعليم الطفل الحصول على الانتباه بطريقة مناسبة (مثل تعليم الطفل أن يقول اسم والده، أو أن يربت على كتفه، أو أن يقني كلمة "أحب"، ساعدني).

• مع سلوكيات الإثارة الحسية :

يظهر كثير من الأطفال التوحديين حركات جسمية غير معتادة مثل التدرج، والرفرفة باليدين ، والصراخ المتواصل ، وإيذاء الذات ؛ لأن تلك السلوكيات تقدم لهم إثارة حسية مرغوبة لديهم . ويطلق كثير من الناس على تلك السلوكيات مصطلح " إثارة الذات " . والمدخلان المستخدمان مع هذه السلوكيات إما من خلال منع الإثارة من الحدوث (كأن نلبس الطفل الذي يخمش

جلده قفازاً ، أو من خلال طريقة بديلة للسماح بالإثارة الحسية مثل (التآرجح على كرسي هزاز) . ويمكن أن تصعب إزالة سلوكيات إثارة الذات ، وفي بعض الأحيان يركز الآباء على تطعيم أطفالهم الأماكن والأوقات التي فيها يعتبر السلوك مسموحاً به (كأن يقولوا له : يمكنك أن ترفرف بيديك فقط في حجرة نومك) .

• مع سلوكيات الهروب والتجنب :

جميع الأطفال يبغضون بعض المهام . وفي بعض الأحيان يعبرون عن عدم اهتمامهم بها وانجذابهم إليها بطريقة لفظية (كأن يقول الطفل) " لا أريد أن أفعل ذلك " . ونظراً لأن الأطفال التوحديين يعانون من صعوبات لغوية ، فليس بغريب أن يعبروا عن عدم اهتمامهم بتلك المهام من خلال السلوكيات المشكّلة . ويستجيب كثير من الآباء لتلك السلوكيات بأن يقللوا ويقلصوا مطالبهم من الطفل؛ ويعتبر ذلك تعريزاً لتلك السلوكيات غير التكيفية . فعلى سبيل المثال إذا أمر الآباء طفلهم بتنظيف الدمى ، فدخل الطفل في نوبة غضب شديد ، وقام الآباء بتنظيف الدمى بأنفسهم ؛ فإنهم بذلك يعطونه أن يدخل في النوبات ليتجنب تنظيف الدمى أو أي مهمة أخرى لا يرغب في إنجازها . ومن المهم أن يوصل الآباء للطفل رسالة مفادها أنه مهما صعد من سلوكه وزاد من حدته ، فإن ذلك لا يعفيه من إنجاز المهمة المنوطة به ، ومن المهم أن يعطوه في نفس الوقت طرقات مقبولة لتوصيل عدم اهتمامهم والتعبير عنه (مثل بعض مهارات التفاوض والجدال ، أو الإشارة إلى لافتة مكتوب عليها " لا شكراً " . وعندما تكون المهمة اختيارية ، ويعبر الطفل عن عدم اهتمامه بطريقة ملائمة ، فعلى الآباء ألا يأثروا جهداً في تلبية طلب الطفل .

• مع السلوكيات التي تعبر عن الرغبة في شيء ممنوع :

الحق أن كلمة " لا " طعمها مر . والأطفال بصفة عامة لا يحبون كلمة "لا" . والأطفال التوحديون ليسوا بدعاً من الأطفال ، وليسوا استثناءً منهم . بل إن الأطفال التوحديين قد يتمادون في السلوكيات غير التكيفية ويزيدون حدته لكي يجبروا الآباء على أن يقولوا نعم بعد أن قالوا لا . ومن المهم ألا يذعن الآباء أو يستسلموا لمطالب الطفل لأن ذلك يعطيه أن يزيد حدة سلوكه التكيفي ويصعده

ليحصل على ما منع منه من قبل . والسلوك البديل الملائم الذي يحتاج الآباء أن يطموه لطفلهم هو أن يقبل كلمة " لا " من خلال أي وسيلة متاحة له كأن يقول: موافق يا ماما ، أو أن يهز رأسه بالموافقة ، أو أن يخرج بهدوء عندما يقال له: " لا " . ثم يمكن أن يطمه الآباء أن ذلك الطلب ربما يكون متاحاً في وقت ما ، وحبذا لو أخبروه بذلك الوقت إن كان ذلك ممكناً وحبذا لو استخدموا جدول نشاط مصور لتسهيل ذلك .

استخدام التتابع والتسلسل بطريقة فعالة :

إذا واجه الآباء بعض السلوكيات التي تعتبر عادة متصلة لدى الطفل، فطيهم أن يحددوا ما إذا كان ذلك السلوك مقبولاً. وإذا كان ذلك السلوك غير مقبول، فالأمر يرجع إلى الآباء في محاولة تغيير ذلك السلوك. وربما يستغرق ذلك وقتاً طويلاً، ويقضي عملاً جاداً، ويستنفد جهداً مضمناً، ويصاف نجلحاً قليلاً؛ ولكن بمزيد من الصبر والمصابرة والمثابرة يمكن تحقيق النجاح إن شاء الله.

وفيما يلي عرض موجز لبعض الاستراتيجيات التي ثبتت جدارتها وفعاليتها في إزالة السلوكيات المشكلة. وهي مرتبة ترتيباً تصاعدياً حسب استخدام العقاب. وإذا لم يكن لدى الطفل سلوك يعرضه أو يعرض الآخرين لخطر حقيقي ، فيفضل أن يستخدم الآباء الاستراتيجيات غير التنفيرية أو تلك التي تستخدم أقل قدر ممكن من العقاب. وعليهم أن يطلبوا التصحيح والتوجيه والإرشاد من المتخصصين.

١- المكافآت :

من الطرق المستخدمة في تغيير وتعديل السلوك أن يقدم القائمون على رعاية الطفل مكافآت للطفل بشكل منتظم على السلوكيات الملائمة. ويعني هذا أن يتأكد الآباء أنهم يقدمون المدح والثناء للطفل في كل مرة يحسن فيها الأداء. وثمة طريقة أخرى وهي أن يكافئ القائمون بالرعاية الطفل على سلوك معين يعتبر مضاداً للسلوك غير المرغوب . فعلى سبيل المثال يمكن تقديم المكافأة للطفل عندما يلزم الهدوء إذا كان القائم بالرعاية يحاول أن يزيل عادة الصراخ أو الصياح لدى الطفل ؛ ويمكنه مكافأته على لعبه بالدمى بدلاً من الرفرفة بيديه. ومادام الطفل يتلقى المكافآت على السلوك الملائم فإن احتمال إتيانه بذلك السلوك

المناسب سيزداد في المستقبل وسيخفض احتمال ممارسة السلوك غير المرغوب أو السلوك المشكل. وبدلاً من مجرد تسجيل السلوكيات الملائمة لدى الطفل، يمكن أن ينفذ الآباء تلك الاستراتيجيات بطريقة رسمية كأن يعدوا جدولاً لعدد مرات مكافأة الطفل أو إعداد لوحة تلتصق عليها النجوم التي يكسبها الطفل في مقابل السلوكيات البديلة .

٢- الإطفاء :

الإطفاء هو المصطلح الذي يطلق على استراتيجية تجاهل الطفل تماماً عندما يسيء التصرف . وعندما يستخدم الآباء هذه الاستراتيجية فطبيهم أن يصرفوا انتباههم تماماً عن الطفل عندما يظهر السلوك المشكل . والحذر الحذر أن يغرف الطفل أن الآباء يدركون أنه يمارس السلوك المشكل . وحيداً لو صرف الآباء أبصارهم بعيداً عن الطفل وبدا عليهم أنهم مستغرقون في التفكير في شيء آخر ، وليتجنبوا أي إشارة إلى أن السلوك قد حدث . والحذر الحذر أن يتجاوبوا مع سلوك الطفل بطرق غير مباشرة أو من طرف خفي ، كأن تتمرر وجوههم، أو أن يتنهدوا.

ويستخدم الإطفاء بشكل أساسي مع السلوكيات التي تُهدف إلى جذب الانتباه. وترتكز تلك الاستراتيجية على افتراض مفاده أننا إذا لم نعر السلوك انتباهاً فسوف تنخفض دافعية الطفل لإظهار السلوك في المستقبل . فعلى سبيل المثال إذا تأكد الآباء من أن الطفل يصرخ ليجذب انتباههم إليه ، فعليهم أن يبدؤوا في تجاهل جميع صرخات الطفل . وليحذروا من التواصل البصري أو أي طريقة أخرى تدل على معرفتهم بحدوث السلوك .

وعندما يستخدم الآباء فنية الإطفاء فليطموا علم اليقين أن سلوك الأطفال سيزداد سوءاً قبل أن يبدأ في التحسن . فربما يحاول الطفل أن يصعد سلوكه ويزيده ليحصل على انتباه الآباء أو القائمين برعايته . فعلى سبيل المثال إذا قررت الأم أن تتجاهل صراخ الطفل " ماما ، ماما " فربما يصرخ الطفل بصوت عالٍ جداً ، فلتنتكر الأم أن مهمتها هي أن تواصل تجاهلها لذلك السلوك ما لم يكن هناك خطر يحدق بأي أحد لتصل للطفل رسالة قوية مفادها " لن أعيرك أي انتباه،

مهما صرخت ، ومهما علا صوتك ، وبعد قليل سيدرك الطفل أن سلوكه لن يجدي نفعاً ، وسوف يبحث عن طرق ملائمة لجذب انتباه الأم .

٣- الوقت المستقطع :

إذا كان الطفل يسيء التصرف ولم تجد الطرق المتبعة نفعاً ، فليجرب القائمون برعايته فنية الوقت المستقطع . وعليهم أن ينقلوا الطفل ويبعدوه عن الموقف أو المكان الذي يحدث فيه السلوك المشكل . ألقى سبيل المثال يمكن وضع الطفل في حجرته عندما ينخرط في نوبات الغضب والهياج . ويمكن وضع الطفل في كرسي مواجه للحائط عندما يضرب أحداً .

وليتذكر الآباء والقائمون بالرعاية أن الطفل ربما يأتي بالسلوكيات غير المرغوبة ليتجنب مهمة تكليفه بها . وإذا كان الأمر كذلك فإن استخدام فنية الوقت المستقطع سيكون خطأ فادحاً حيث إنها ستحقق للطفل مراده وهو الهروب من المهمة ، ومن ثم تعتبر تدعيماً وتعزيزاً للسلوك من حيث لا يشعر الآباء . وفي تلك الحالة على الآباء أن يجتهدوا في تحقيق السمع والطاعة من قبل الطفل ، وإذا لم يكن بد من استخدام الوقت المستقطع فلتبقى المهمة في انتظاره بعد انتهاء فترة الوقت المستقطع .

وحبذا لو تم التخطيط والإعداد للوقت المستقطع مسبقاً بحيث تكون حجرة الوقت المستقطع قريبة ، وليحذر القائم بالرعاية من جر الطفل جراً أو دعه إلى حجرة الوقت المستقطع دعاً ، فذلك يزيد الأمر سوءاً ويزيد المشكلة تعاقماً . وليراقب الطفل أثناء فترة الوقت المستقطع بطريقة لا تتسم بالتدخل ، وعليه ألا يتكلم معه وألا يتواصل بصرياً معه . ويمكن للقائم بالرعاية أن يراقبه من أي فتحة ليضمن عليه ومستوثق من أنه آمن . ويجب ألا يطول الزمن المحدد للوقت المستقطع عندما ينطوي السلوك المشكل على خطر محتمل . فهالنسبة للأطفال الصغار ينبغي ألا يتجاوز زمن الوقت المستقطع خمس دقائق ؛ وبالنسبة للمراهقين ينبغي ألا يزيد زمن الوقت المستقطع عن خمس عشرة دقيقة .

و ثمّن الاستجابة :

في هذه الفنية يحصل الطفل على أشياء محببة إليه عندما يأتي بالسلوكيات المرغوبة ، ويفقد تلك الأشياء أو تسحب منه عندما يسيء التصرف . وحبذا لو

استخدمت البونات أو الغيصات التي يمكن أن يستبدل بها الطفل فيما بعد مكافآت مرغوبة ملموسة من قبيل الطعام والدمى . وعندما تستخدم هذه الفنية فعلى القائم بالرعاية أن يجعل عملية الأخذ والعطاء سهلة وميسورة بقدر المستطاع . ولبتأكد أن الطفل يفهم بوضوح الطريقة المتبعة . وينبغي توفير مكافآت كافية ومتنوعة بحيث لا تصل إلى وقت يحسن فيه الطفل دون أن يتلقى المكافأة، وكذلك ينبغي ألا يسيء الطفل التصرف دون أن يفقد أو يخسر تلك المكافآت أو النقاط لكي لا يستهين بالنظام .

وبالإضافة إلى الطرق التي ناقشناها آنفاً ، فهناك طرق أخرى لتعديل السلوك . وإذا استمرت السلوكيات الخطيرة أو السلوكيات التمييزية على الرغم من الجهود التي يبذلها القائمون بالرعاية ، فليبحثوا عن متخصص ذي خبرة في علاج وتعديل السلوك المشكل لدى الأطفال التوحديين . ويمكن أن يسترشد الآباء بطبيب الأطفال ليزكي لهم أسماء بعض المتخصصين الذين ربما يتعاونون معهم .

قواعد عامة لاستخدام إجراءات خفض السلوك :

غالباً ما يكون لدى الأطفال التوحديين استجابات أو ردود أفعال على الفنيات التي تتبع نظاماً ما . وبغض النظر عن السلوك الذي نسعى إلى خفضه أو السلوك المشكل الذي نسعى لإزالته واجتثاثه من جذوره ، فعلى الآباء والقائمين بالرعاية أن يضعوا الاقتراحات التالية نصب أعينهم :

أ - سئل نفسك " ما البديل الذي أريد أن أراه ؟ "

فبدلاً من التركيز على خفض السلوك المشكل ، فإننا بحاجة لاختيار سلوك بديل ليحل محل السلوك المشكل وتعليمه للطفل . فعلى سبيل المثال إذا كان الطفل يضرب القائم بالرعاية ليحصل على الانتباه ، فمن المهم أن نزيد سلوك الضرب ، وأن نقضي وقتاً في تعليم الطفل طرقاً ملائمة لجذب الانتباه . فعلى سبيل المثال يمكن تعليم الطفل أن يقول "أنظر، لو سمحت " أو أن يشير إلى لافتة مكتوب عليها "ساعدني" أو أن يضرب على كتف القائم بالرعاية ضرباً خفيفاً .

وكما أشرنا آنفاً فإنه إذا لم نعلم الطفل سلوكاً مناسباً بديلاً للسلوك المشكل فإنه ربما يتوقف عن السلوك المشكل ، ولكنه ربما ينخرط في سلوك آخر

غير ملائم يخدم نفس الغرض ويقوم بنفس الوظيفة التي كان السلوك الأصلي يقوم بها . فعلى سبيل المثال في المثال السابق ، فإن استخدام استراتيجية ما لخفض السلوك بمفردها ، ربما يؤدي إلى توقف الطفل عن الضرب ، ولكنه إذا لم يتم تنظيمه بطريقة ملائمة لجذب الانتباه ، فإنه ربما يبدأ في الصراخ والصياح بصوت عالٍ لجذب الانتباه ، فالأولى من الاستمرار في إزالة السلوكيات المشكّلة أن نعلم الطفل سلوكيات بديلة ملائمة لتحل محل السلوكيات المشكّلة لا نفترض أن الطفل يشعر بأنه يعاقب .

ومن بين خصائص الأطفال التوحديين التي تسبب إحباطاً للآباء أن هؤلاء الأطفال لا يجدون عقاباً في الأساليب التقليدية للعقاب ، بمعنى أن تلك الأساليب لا تعتبر عقاباً بالنسبة لهم . فعلى سبيل المثال يفضل كثير من الأطفال التوحديين أن يسبقوا بمفردهم ، وإن كان معظم الأطفال لا يحبون أن يتركوا في حجراتهم؛ ولذا فإن استخدام استراتيجية الوقت المستقطع والتي فيها يوضع الطفل في حجرته، بعد كل نوبة من نوبات الغضب والهياج الشديد، ربما يؤدي إلى خفض أو تقليص تلك النوبات لدى معظم الأطفال، ولكنه ربما يؤدي إلى زيادة تكرار تلك النوبات لدى معظم الأطفال التوحديين. وبذا فإن الآباء يكافنون الطفل من حيث أرادوا أن يعاقبوه، ومن ثم يدعمون ويعززون السلوك الذي أرادوا أن يجنتوه ويزيلوه .

والطريقة الوحيدة لتحديد ما إذا كانت الفنية المستخدمة فعالة أم لا هي أن نلاحظ آثارها على السلوك السيء . فإذا تناقص ذلك السلوك أو تلاشى ، فإن الفنية في هذه الحالة تمثل عقاباً بالنسبة للطفل . أما إذا ازداد تكرار السلوك ، فعلى الآباء والقائمين بالرعاية أن يبحثوا عن استراتيجية جديدة لأن تلك الاستراتيجية ربما تكون مشجعة للسلوك المشكل . فعلى سبيل المثال إذا خسر الطفل شيئاً معيناً عندما يمزق الورق ، وأدى ذلك إلى خفض سلوك تمزيق الورق، فإن هذا يعني أن الآباء قد اختاروا الاستراتيجية العقابية المناسبة . أما إذا بقي سلوك تمزيق الورق عند نفس المستوى أو ازداد ، فإن ذلك يعني أن الطفل يجد متعة في فقد ذلك الشيء . وإذا تحقق الآباء من أنهم قد اختاروا الاستراتيجية الخاطئة ، فعليهم ألا يياسوا ، وألا يتوقفوا عن المحاولة ، بل عليهم أن يستشيروا المتخصصين في ذلك .

ب - تجاهل السلوك إذا أمكن ذلك :

إذا لم يكن السلوك المشكل لدى الطفل يعرضه أو يعرض الآخرين للخطر، فمن الأفضل أن يتظاهر القائم بالرعاية بأن السلوك لم يحدث ؛ بمعنى أن يتصرف كما لو كان السلوك لم يحدث . فغالباً ما يظهر الطفل التوحدي عدة سلوكيات غريبة لجذب الانتباه . وبدلاً من مكافأة الطفل على ذلك السلوك من خلال الانتباه إليه ، فعلى الآباء بكل بساطة أن يتجاهلوا السلوك ، وأن يحاولوا أن ينتظروا حتى يحدث السلوك الملام ، وبمجرد حدوث السلوك الملام فعليهم أن يجزئوا له الثناء والمدح بحماس . وبذلك يتعلم الطفل أنه يحصل على الانتباه من خلال السلوك المناسب ، ولا يحصل عليه من خلال السلوك غير المناسب .

ج - راقب سلوكك :

نظراً لأن الأطفال يقلدون سلوك الآخرين ، فمن المهم أن يراقب الآباء سلوكهم . وليسألوا أنفسهم عما إذا كانوا يظهرون نماذج سلوكية لا يرغبون أن يمارسها الطفل ، فلنتخيل أما لا تكف عن الصراخ ، ولنتخيل أباً يصفع طفله ولا يكف عن أمر الطفل بالتوقف عن الضرب . والأطفال بصفة عامة يصعب عليهم أن يتقبلوا العبارة التي يرددها بعض الآباء: "عليك أن تفعل ما أقوله لا ما أفعله" والأطفال التوحديون بصفة خاصة يربكهم ذلك التناقض أشد ارتباك؛ ولذا فعلى الآباء أن يتوخوا الحذر عندما يختارون استراتيجية خفض السلوك وأن يستوثقوا من أنهم لا يقدمون نماذج لسلوكيات لا يرغبون فيها ولا يرغبون أن يقلدها الأطفال .

التعليم خلال اليوم :

يعتبر كل تفاعل مع الطفل موقفاً تعليمياً. ويمكن أن تقدم أبسط المواقف وأقصرها خبرات تعليمية . فعلى سبيل المثال عندما يستسلم الآباء لمطالب الطفل، فإنه يتعلم أن يسخرهم لخدمة مطالبه . وعندما يعطونه ما يريد فقط عندما يطلبه بطريقة ملائمة، فإنه يتعلم أنه يحصل على الأشياء المرغوبة من خلال السلوكيات الملائمة؛ ولذا فعلى الآباء أن يحاولوا أن يتفاعلوا مع الطفل بالطرق التي تساعد على التعلم. والخطوط الإرشادية التالية تساعد في المواقف التعليمية :

١- اجعل تعليماتك واضحة وبسيطة :

التعليمات الواضحة والبسيطة تساعد الطفل على فهم المطلوب منه .
وعلى الآباء أن يصوغوا تعليماتهم وفقاً للخطوط الإرشادية التالية :

أ - اجذب انتباه الطفل إليك قبل أن تعطيه التعليمات : في أغلب الأحوال يسيء الآباء فهم عدم استجابة الطفل وينظرون إليها على أنها عصيان في حين أن الطفل في الواقع لم يدرك أنه تلقى تعليمات .

ب - اسمح بثلاث دقائق من الصمت على الأقل قبل البدء في التعليمات .

ج - استخدم عبارات مختصرة : قدم معلومات كافية للطفل ليفهم ما تتوقعه ، دون أن تتقّل كاهله بسيل من الكلمات . فعلى سبيل المثال يمكن للأُم أن تقول لطفلها: " انظر إليّ . بدلاً من أن تقول له : " انظر " أو " انظر انظر انظر إلى ماما بعينيك الكبيرتين الواسعتين الزرقاوين " .

د - استخدم عبارات مألوفة : استخدم نفس العبارات التي ثبت أنها فعالة من قبل بدلاً من تغيير طريقة كلامك أو ألفاظك . إذا كانت عبارة " يديك لأسفل" فعالة فيما مضى ، فلا داعي لأن تنتقل إلى " ضع يديك في جانبيك "

هـ - كن دقيقاً وواضحاً : أخبر الطفل بما تريده بالتحديد فاستخدام العبارات الغامضة من قبيل " ولداً طيباً " يمكن أن يربك الطفل .

٢ - استخدم المثيرات عندما تكون هناك حاجة إليها :

إذا كان طفلك لا يستجيب لتعليماتك ، فعليك أن تستثيره أو ترشده إلى أن يحاول على الأقل أن يقترب من الاستجابة المرغوبة . في البداية يمكنك أن تستثيره من خلال المثيرات البيئية . يمكنك على سبيل المثال أن تضع كوباً أمام الطفل مباشرة لتجعله يقول: " أريد لبناً لو سمحت " . ويمكنك أيضاً أن تستخدم مثيرات عبارة عن إشارات وإيماءات - من قبيل الإشارات غير اللفظية كأن يشير إلى الشيء الذي يريده . وبمرور الوقت ربما يصبح ضرورياً أن تقدم للطفل مثيرات لفظية مثل " ابدأ بالملاءة " عندما تطلب منه أن يرتب سريريه . وأخيراً إذا فشلت المثيرات الرقيقة في استثارة الطفل أو في إحداث الاستجابة المطلوبة ،

فإنك ربما تكون بحاجة لأن تجرب مثيراً بدنياً وأن ترشد طفلك لأن يستجيب بطريقة بدنية . ولتقديم المثيرات الفعالة ضع ما يلي نصب عينيك :

أ - تقديم المثيرات بعد أمر واحد: فلا تكرر نفسك مرات ومرات وتنتظر من طفلك أن يستجيب، فإذا فعلت ذلك فإن الطفل سيتعلم أن يتجاهل أولئك الأولي .

ب - ينبغي أن تكون جميع المثيرات فعالة: عندما تقدم لطفلك مثيراً ، فطيه على الأقل أن يقترب من السلوك المرغوب وإن كان يجب عليك أن ترشده وتوجهه خلال الفعل كله . وإلا فإن الطفل سيتعلم أن يتجنب مثيراتك . كأن ينسحب إلى مكان بعيد .

ج - قَدِّم أقل قدر ممكن من التوجيه: إذا استطعت أن تحصل على استجابة صحيحة من خلال الإيماء فإن ذلك سيكون أفضل من إرشاد الطفل وتوجيهه بأن تمسك يده أثناء الاستجابة . والتدرج في التوجيه أمر بالغ الأهمية بالنسبة للأطفال التوحديين لأنهم يميلون لأن يصبحوا معتمدين على المثير . وهذا يعني أنهم يعتمدون على المثير لكي يستجيبوا أكثر مما يستجيبون من تلقاء أنفسهم . فطى سبيل المثال ربما لا يستجيب الطفل لأمرك انتظراً منه لأن توجهه من خلال الإيماءات ، أو الألفاظ أو المثيرات البدنية .

د - لا تستعجل في تقديم المثير: أعط الطفل خمس أو ست ثوان ليبدأ في الاستجابة قبل أن تبدأ في تقديم المثير .

هـ - اسحب المثيرات بأسرع ما يكون: ويمكن أن تفعل ذلك بأن تجعل توجيهك أكثر رقةً وذكاءً . فطى سبيل المثال يمكنك أن تبدأ في تعميم الكلام بأن تنطق للطفل الكلمة كاملة ، وبمرور الوقت يمكنك أن تقلل ما تقدمه من توجيهه وإرشاده حتى تنطق المقطع الأول فقط من الكلمة التي تريده أن ينطقها، ثم بعد ذلك انطق له الصوت الأول من الكلمة ، ثم بعد ذلك مثل بفتح كما لو كنت ستنطق الكلمة .

و - تقديم التغذية الراجعة التقويمية: فى بعض الأحيان ربما يحاول الطفل أن يستجيب ولكنه يستجيب على نحو خاطئ، وفى تلك الحالة على القائم

بالرعاية أن يوضح له الخطأ في استجابته، وأن يصف له الاستجابة الصحيحة وعند القيام بذلك عليه أن يتذكر ما يلي :

أ - أن يكون واضحاً ومحدداً: فعليه أن يخبر الطفل عن ما أخطأ فيه بالتحديد...لا..هذا خطأ..لا تضع الخبز على الكرسي، ضمه على المنضدة.

ب - أن يستخدم نبرة صوت متوسطة: فالصراخ والصوت العالي يطم طفلك أنه قد ملك زمامك .

ج - أن تكون عباراته مختصرة: وعليه أن لا يقدم شروطاً مطولة فالعبارات القصيرة المختصرة أفضل من العبارات الطويلة .

د - تعزيز السلوك الملائم: من المهم أن يتلقى الطفل تعزيزاً على السلوك الملائم. ولسوء الحظ فإن بعض الآباء يقعون في حيص بيص ، ويمرون بأوقات صعبة قبل أن يحدوا ما يمكن أن يستخدموه كمكافآت للطفل لأن المكافآت التقليدية غالباً ما تكون غير فعالة ورغم أن اختيار المعززات لبعض الأطفال قد يكون أمراً صعباً ، فإنه لن يكون مستحيلاً . حيث إن جميع الأطفال يمكن تعزيزهم، ولتحديد الأمور التي تمثل مكافأة بالنسبة للطفل يجب علينا أن نراقب عن قرب ما الشيء الذي يبذل جهداً لكي يحصل عليه ؟ ما هي الأشياء أو الأنشطة التي تستهويه وتجذب انتباهه لفترات أطول ولنضع في أذهاننا كل الأشياء التي يفضلها الطفل (مثل المناظر، والأصوات، والمذاقات ، واللمسات) وعلينا أن نختار الأشياء والأنشطة التي تقدم التغذية الراجعة لتلك القنات الحسية . ويمكننا أن نعد مجموعة من الأطعمة والدمى والأشياء التي يحبها الطفل ثم نعد قائمة بتلك الأشياء التي تجذب انتباه الطفل . وقد يتبين أننا بحاجة لأن نستخدم أشياء غريبة مثل الخيوط والقطع المعدنية كمكافآت لطفل وبغض النظر عما نقدمه كمعززات طفل فطينا أن نتذكر ما يلي:

* تعزيز جميع السلوكيات الصحيحة من خلال الثناء والمدح : علينا كلما أمكن أن نقدم التواصل البدني مثل الأحضان والربت على الكتف، وحتى إذا استخدمنا المعززات الحسية من قبيل الطعام ، فعلى أن نقرنها بالمدح والثناء والإطراء بحيث يتعلم الطفل تقدير الثناء ، وأن تقديم ثناء مرتبط بسلوك معين .
وعلىنا أن نخبر الطفل بالتحديد ما فعله لكي يستحق المكافأة ويحصل على الثناء . (حسناً لقد قلت عنواك) (أحسننت لقد التقطت القطع الحمراء).

* تقديم المكافأة بحماس : علينا عندما نقدم المدح والثناء أن نستوثق من أن نبرة الصوت مختلفة عنها في باقي الأوقات، فهذا يساعد الطفل على أن يحدد الثناء من خلال التغير في نبرة الصوت .

* تقديم الثناء أولاً ثم المكافآت الملموسة، عند الضرورة : فهذا يمكن القائم بالرعاية من أن يسحب ويطلق المكافآت المادية المحسوسة في المستقبل .
فعلى سبيل المثال إذا كان القائم بالرعاية يكافئ الطفل بشيء من الطعام في كل مرة يستخدم جملة كاملة ، فعليه أن يتأكد من أن يقول: (أحسننت الحديث في جملة كاملة) قبل أن يقدم الطعام وعن طريق ربط الثناء مباشرة بالكلام الصحيح فالطفل سيتعلم في النهاية أن يستخدم الجمل الكاملة في حديثه فقط ليحصل على الثناء .

* تقديم التعزيز فوراً : ينبغي أن يقدم القائم بالرعاية التعزيز فوراً بعد استجابة الطفل بحيث يتمكن من الربط بسهولة بين الاستجابة والتعزيز .

* السماح للطفل باختيار المكافأة :- فهذا يساعد الطفل على أن يكون أكثر اهتماماً بالحصول على المكافأة . فعلى سبيل المثال يمكن أن يقدم القائم بالرعاية للطفل دمتين . وبعد أن يختار الطفل إحداها يقدمها له عندما يرى السلوك الذي يرغب في تعليمه له . ويعتبر كل تفاعل مع الطفل موقفاً تعليمياً محتملاً وبمرور الوقت يصبح الآباء قادرين على تعليم الطفل ومواصلة حياتهم . وينبغي أن يكون هدفهم هو تعليم الطفل بذكاء . بمعنى أن يسيطروا على حياتهم مع الطفل بدلاً من أن يسيطر الطفل على حياتهم . ومن خلال دمج وتوسيع الاقتراحات السابقة وفي الحياة اليومية سوف تتحسن مهارات الطفل

من خلال التعليم ومن خلال الحياة اليومية ، وستصبح الحياة اليومية أكثر قابلية للسيطرة وال ضبط .

أوقات الوجبات :

تعتبر أوقات الوجبات محببة بالنسبة لآباء الأطفال التوحشين ولا سيما إذا كان الطفل يفضل أطعمة محددة . فإذا كان الطفل لا يأكل إلا الموز والفطائر فمن الصعب أن تشعر الأم بالإبداع أثناء إعداد الوجبات . وبالإضافة إلى ذلك فإن الآباء غالباً ما يستجيبون لتلك المشكلة بأن يتناول ما يحب من أطعمة لكي يتجنبوا تصعيد الملوك المشكل . ولموء الحظ فإن ذلك يستثير مخاوف جديدة بخصوص التغذية .

ولمساعدة الطفل على تناول وجبة غذائية متوازنة ، فطى الآباء أن يقدموا الأطعمة الجديدة ببطء أثناء الوجبات . وفي البداية يمكن أن يضع الآباء قطعة صغيرة من الجبن في الطبق ويصروا على أن يتناولها الطفل قبل أن يتناول أى طعام مفضل . وعندما يعتاد الطفل على تناول الجبن فيمكن للآباء أن يزيدوا في أنواع وكميات الأطعمة التي يقدمونها للطفل . وعندما يأكل الطفل شيئاً من خارج قائمة الأطعمة المفضلة لديه فطى الآباء أن يقدموا له الثناء والمدح بحماس . وتشجيع الوجبة المتوازنة يمكن أن يكون عملية معقدة . وحذا لو استشار الآباء متخصصاً في التغذية في هذا الصدد .

وثمة مشكلة أخرى محتملة في أوقات الوجبات ألا وهي عدم قدرة الطفل على الجلوس فترات الوجبة . ويلجأ بعض الآباء إلى إطعام أطفالهم من خلال وجبات صغيرة كثيرة بدلاً من الوجبات الكاملة . ولكن ينبغي أن يتعلم الطفل عاجلاً أو آجلاً أن يجلس على المنضدة ويتناول وجبته كاملة ، وإلا فته سيقيد حركة العائلة ولا سيما أنشطتها الخارجية من قبيل زيارة المطاعم أو تناول بعض الوجبات عند الأقارب أو الأصدقاء .

وربما يكون من المفيد أن يتعلم الطفل مصطلح الاستقرار في الجلوس أولاً . وعلى الآباء أن يقضوا من ٢٠-٣٠ دقيقة في اليوم في تعليم الطفل الجلوس باستقرار أثناء الأنشطة التي تتطلب جلوساً مثل تناول بعض المكولات

الخفيفة أو اللعب بالدمى . وعليهم أولاً أن يكافئوا الطفل عندما يجلس لدقائق قليلة ، ثم يزيدوا طول الفترة التي يجب عليه أن يجلسها ليحصل على المكافأة والثناء والمدح . وبينما يتعلم الطفل الجلوس أثناء تلك الجلسات التعليمية، فعلى الآباء أن يبدأوا في توقع فترات جلوس أطول على مائدة الطعام .

التدريب على استخدام المراض

من الشائع بين الأطفال التوحديين أن يتأخروا في التدريب على استخدام المراض وقضاء الحاجة . كما أن ٧٠ ٪ من الأطفال التوحديين يعانون أيضاً من التخلف العقلي ؛ ولذا فإنهم ربما يتعلمون مهارات استخدام المراض ببطء . وغالباً ما يصعب على الطفل أن يفهم سلوك قضاء الحاجة، وكذلك قد يصعب على الآباء أن يجدوا المكافآت المناسبة التي يقدمونها لتشجيع سلوكيات استخدام المراض ورغم تلك التحديات يجب ألا نؤجل التدريب على استخدام المراض، لأن اعتماد الطفل على الوالدين في سلوك قضاء الحاجة وتغيير أحفضته بلا شك سيكون أمراً مرهقاً ومكلفاً على حد سواء .

والأداة الرئيسية في تعليم الطفل وتدريبه على سلوك قضاء الحاجة هي معرفة الأوقات التي يحتاج فيها الطفل إلى الخلاء . ورغم أن بعض الكتب تركز أن يأخذ القائم بالرعاية الطفل إلى الخلاء كل خمس دقائق عبر اليوم ، فإن ذلك ربما يكون مرهقاً إن لم يكن مستحيلاً بالنسبة لكثير من العائلات، ولذا فعلى الآباء أو القائم بالرعاية أن يلاحظ ويراقب ويسجل الأوقات التي يتبلل فيها حفاض الطفل .

وبعد أيام قليلة من الملاحظة يتوافر لدى القائم بالرعاية أو الآباء فكرة واضحة عن قضاء الحاجة لدى الطفل . وعندما يستقر الطفل على نمط معين، فعلى القائم بالرعاية أن يتبنى جدولاً صارماً أثناء الأوقات التي يزداد فيها احتياج الطفل للخلاء . فعلى سبيل المثال إذا لاحظ القائم بالرعاية أن الطفل يتبول خلال الفترة التي تلي تناول العشاء ، فعليه أن يأخذه للحمام كل ١٠ دقائق في هذه الساعة وعليه أن يشجع ذهاب الطفل للخلاء في بقية اليوم ولكن يتبنى في ذلك جدولاً أقل صرامة .

وأثناء زهاب الطفل للخلاء فعلى القائم بالرعاية أن يمدحه على بقلته جالساً، وأن يقدم له المكافآت المادية والثناء عندما يتبول أو يتغوط في الحمام. وإذا أحدث الطفل في أوقات أخرى من اليوم فعلى القائم بالرعاية أن يرشده ويوجهه لتنظيف نفسه . وعندما يتعم الطفل استخدام المراض على نحو سليم فعلى القائم بالرعاية أن يطول من الفترات الفاصلة بين مرات زهاب الطفل للخلاء إلى كل ١٥ دقيقة ثم ٢٠ دقيقة ثم ٣٠ دقيقة ثم أكثر من ذلك. وهناك مشكلة أخرى يمكن أن تنشأ عند تعليم مهارات الخلاء للأطفال التوحدين ألا وهي العبث بالبراز أو أكله . ويعتبر هذا أمراً محبطاً بالنسبة للآباء لخطورته من الناحية الصحية وعدم لياقته، وعلى القائم بالرعاية والآباء أن يرشدوا الطفل من خلال المثيرات اللفظية والبدنية لأن ينظف نفسه وملابسه. وإلا فإنهم سيعانون من تكرار هذا السلوك، وفي نفس الوقت لا يتعم الطفل أن نتيجة سلوكه هي أن ينظف ما أحدثه. وفي بعض الأوقات لا يقتضى الأمر أن تكون يد القائم بالرعاية فوق يد الطفل أثناء التنظيف ، ولأياً ما كان الأمر فيجب أن يعطى الطفل أن ثمة نتائج غير مرغوب فيها تلي نثره البراز. وإذا كان الطفل يأكل البراز فمن الضروري مراقبته أثناء قضاء حاجته وتعزيزه على نحو متكرر عندما لا يأكل برازه .

عندما يتطرق الأمر بسلوك قضاء الحاجة فإن كثيراً من الآباء يؤجلون الحتميات أكثر مما يركزون على احتياجات الطفل ، ومع ذلك فبمزيد من الجهد المتواصل والمتأبرة يمكن إتمام التدريب، وقد يكون مفيداً الرجوع إلى المتخصصين أو مطالعة بعض الكتب المتخصصة المفيدة.

وقت النوم :

كثير من الأطفال التوحدين لديهم أنماط غريبة في النوم ، والسهر حتى وقت متأخر أو التجول بلا هدف في البيت أثناء الليل . ويجد الآباء أنفسهم مضطرين للسهر حتى منتصف الليل أو أكثر يجرون خلف الطفل، وحتى عندما ينام فإنهم يترقبون وينتظرون لحظة استيقاظه . وتلك الأنشطة الليلية تترك الآباء في حالة من الإرهاق والإعياء والإحباط ومن ثم فإن كلمة (وقت النوم) يمكن أن تصبح مثيرة للقلق والغضب . ويمكن أن تفيد عدة استراتيجيات في خفض تلك المشكلة وتقليصها .

يجب على الآباء من البداية أن يحددوا وقت النوم ثم يتمسكوا بذلك. وربما يصرخ الطفل ويبكى ويهتز ويتأرجح في سريره لعدة ساعات عندما يصر الآباء على ذهابه للنوم وعلى الآباء ألا يخدعهم ذلك ويجعلهم يقتنعون أن من الأسهل أن يتركوا الطفل ليقرر ويحدد الوقت الذي ينام فيه وإلا فإنهم سيعطون الطفل أن يبكى ويصرخ ويهتز عندما يريد أن يحصل على أي شيء. وعلى الآباء أن يتذكروا المثل الذي يقول: "يمكنك أن تصطحب الحصان إلى الماء، ولا يمكنك أن تجبره على الشرب". وكذلك الحال بالنسبة للطفل فبوسع الآباء أن يجبروا الطفل على الذهاب إلى السرير بل والرقود فيه، ولكن ليس بمقدورهم أن يجبروه على النوم؛ ولذا يجب أن يكون الهدف الوحيد للآباء هو أن يعطوا الطفل أن يبقى هادئاً في حجرة نومه أثناء الليل. وإذا كان الطفل يستيقظ في منتصف الليل. فليوفر له الآباء دمي بجوار مخدعه. أو أن يشتروا سجادة صغيرة تصدر أصواتاً عندما يجتاز الطفل باب غرفته. فمن المهم أن يتعلم الطفل أن التجوال في البيت محظور. وإذا لم يتعلم هذا الدرس فإن الآباء سيعانون من اضطراب النوم خشية أن يشرب الطفل المنظفات أو غيرها من المساحيق أو أن يشعل الموقد أو أن يعرض نفسه للخطر أي كان، وبغض النظر عن تجول الطفل في فترات النوم، فعلى الآباء أن يعدوا جدولاً يومياً وألا يتركوا الطفل يستفيد من سهره بالليل. فعلى سبيل المثال إذا سمح الآباء للطفل بأن يبقى في البيت ويتغيب عن المدرسة لأنه منهك فإن ذلك سيثجع الطفل على قضاء مزيد من الليالي والسهر وعدم النوم. وعلى الآباء أن يتمسكوا بذلك الجدول وأن يتباطوا ويقاوموا نعاس الطفل نهائياً مهما قلت الفترة التي نامها في الليلة السابقة. وربما يكون من المفيد أن يتصل الآباء بمعلمي الطفل ويخبروهم ألا يقللوا مطالبهم من الطفل لمجرد أنه لم ينام في الليلة السابقة.

وإذا استمرت مشكلات النوم فمن المهم مراجعة متخصص في التوحيدية للمساعدة في حل تلك المشكلة. وفي بعض الحالات ربما يكون ضرورياً وضع استخدام الأدوية والعقاقير في الحسبان بحيث تساعد الطفل على أن ينام بالليل.

رعاية الطفل في فترات الراحة

قد يكون ابتعاد الآباء عن الطفل لفترة من الوقت ولكنه ضروري. فلآباء حياتهم التي يريدون أن يحيوها ولهم أوارهم الأخرى التي يجب أن يقوموا بها وليس مجرد أنهم آباء لطفل توحدي. ومن الصعب بحق أن يجد الآباء مربية حنونة عطوفة محبة للطفل التوحدي؛ ولذا فإن كثيراً من الآباء يقعون بين شقى الرحى، فإما ألا يتركوا الطفل على الإطلاق وإما أن يتركوه مع الأقارب وهذا يقلل من أسلوب حياتهم بغير ضرورة.

ولحسن الحظ فإن كثيراً من المؤسسات والمنظمات قد أدركت الحاجة إلى تدريب مربيات للأطفال التوحديين والأطفال الذين يعانون قصوراً في النمو. وتوفر بعض المؤسسات تدريباً لأولئك المربيات على الفنيات التي تعتبرها فعالة مع الأطفال التوحديين. وإذا لم تكن الخدمات المتخصصة في متناول الآباء فتمة حلول متنوعة لتلك المشكلة، وعلى الآباء ألا يفترضوا أنهم لا يستطيعون أن يرتبوا ذلك بأنفسهم. ورغم أنه قد يكون من الصعب جداً في البداية أن يترك الآباء مع أي شخص آخر، فإنهم بحاجة لذلك حفاظاً على صحتهم النفسية. وإذا لم يستطع الآباء أن يحصلوا على الخدمات المتخصصة فإن أحد الحلول المحتملة هو أن يتصلوا ببعض المعلمين في مدارس التربية الخاصة الذين يقومون برعاية الأطفال التوحديين والأطفال الذين يعانون من اضطرابات النمو الأخرى. كما أنهم قد يجدون العون لدى بعض طلاب الكليات الذين يدرسون التربية الخاصة. ويفترض أن أولئك الطلاب لا تحبطهم السلوكيات غير المألوفة أو الغريبة كما أنهم مدربون على استخدام استراتيجيات وفنيات ضبط السلوك وإذا وجد الآباء من يقوم على رعاية الطفل أثناء غيابهم عن البيت فإن عليهم أن يثقوا فيه بحيث لا يقلقون على الطفل طوال فترة غيابهم عن البيت. ويمكن أن يوفر طلاب الجامعات الذين يدرسون التربية الخاصة تلك الثقة.

وبالإضافة إلى الخدمات المتخصصة فتمة برامج لتدريب الآباء كجزء من الخدمات التي تقدمها. ومن ثم فإن الآباء لا يكسبون وقتاً يفطون فيه ما يشاعون بدون الطفل فحسب، وإنما أيضاً يتعلمون استراتيجيات تساعد على أن يشعروا بأنهم أكثر كفاءة ورضاً عندما يكونون خارج البيت.

خاتمة :

يعتبر الطفل التوحدي تحدياً كبيراً بالنسبة للآباء . ومع ذلك فعلى الآباء أن يتذكروا جيداً أن يعاملوا الطفل على أنه طفل توحدي في المقام الثاني وتوفير نظم وتوقعات ومستويات واضحة يساعد الطفل على أن يصبح جزءاً من الحياة العائلية وليس مركزاً لها .

وعلى الآباء أن يخصصوا وقتاً لأنفسهم ، وليعلموا أنهم إذا كانوا مرهقين أو متوترين فإنهم سيعجزون عن ملاحظة التقدم التدريجي الذي يظهره الطفل . ومن خلال وعى الآباء بذلك التقدم ، ومعرفتهم قد أسهمت في تحقيق ذلك التقدم، سيجد الآباء متعة في رعاية الطفل ويستمتعون بالطفل .