



obeikandi.com

قبل أن نناقش هذا الأساس الجوهرى بتفصيل، دعونى أخبركم عن أرتورو.

### قصة أرتورو

كان والدا أرتورو في غاية السرور لإدخالهم إياه إلى مدرسة، استخدمت نموذج تدريب وتعليم الأطفال التوحديين وإعاقات التواصل المرتبطة به:

Training and Education of Autistic and Related Communication-  
handicapped Children (TEACCH) model.

وقد اعتقدا أن هذه المدرسة توفر بديلاً رائعاً لبرنامج ABA، الذي شعرا أنه غير مجدٍ لابنهما؛ وأحد الجوانب التي أحبها الوالدان كثيراً في هذه المدرسة أنها تدعي أنها تحترم (ثقافة التوحد)، وبهذا النموذج شعرت المدرسة أن كل شيء ينبغي أن يُبنى على مواهب أطفال طيف التوحد، وإحدى عقائد تلك المدرسة أن «أطفال طيف التوحد بحاجة إلى التنظيم». (أنا واثق أنكم سمعتم هذه العبارة سابقاً).

وقد جرى ممارسة كل شيء طبقاً لجدول محدد بدقة، وتم تعليم الأطفال هذا الجدول بعمق؛ فتعلموا الأشياء منفردة في أوقات منفردة بكل منها خلال اليوم، وتم عرض بطاقات PECS لكل جانب من اليوم، وأعطوا انتقالات قليلة ما أمكن؛ لأن (أطفال طيف التوحد لديهم صعوبة كبرى في الانتقالات).

وبشكل ما، فقد نجح هذا النظام؛ فمعظم الأطفال في مدرسة أرتورو الجديدة قد أصبحوا بارعين في اتباع الجدول، وحصل قليل من الانهيارات العصبية مقارنة بما هو عليه الحال في معظم المدارس الخاصة.

وعليه، صار أرتورو خبيراً في اتباع الجداول.

ولكن ماذا كان يحصل عندما يتغير الجدول؟

السبب الرئيس الذي حدا بوالدي أرتورو للقدوم إلى برنامجنا التمهيدي كان تحدياً مهماً يقع في مركز التوحد لدى أرتورو: فقد كان جامداً جداً وغير مرن، وعرضة لأي انهيار، فإذا حصل انحراف عن البرنامج في البيت كان أرتورو يقوم بنوبة صراخ، وإذا ما أخذوا مساراً مختلفاً إلى المنتزه، أصيب أرتورو بالانهيار، وإذا ما أتت أخته الصغيرة بجانبه أكثر من بضع دقائق كان أرتورو يُصاب بالانهيار؛ وإذا ما حاول أحد أن يجعل أرتورو يلعب لعبة مختلفة عن اللعبة التي يود هو أن يلعبها، أو إذا أراد

أحدهم أن يغير أحد جوانب اللعبة التي يود أن يلعبها كان أرتورو يرفض. كان أرتورو يلعب مجموعة قليلة من الألعاب المنظمة مع والديه، ولكن ينبغي أن تلعب هذه الألعاب بالطريقة نفسها في كل مرة؛ وقد وصف والداه -وغيرهم- تجربة اللعب مع أرتورو بأنها ليست لعباً بل آلة يُسيطر عليها أرتورو بشكل مطلق.

فمثلاً، عندما كان أبواه يلعبان الأحجية معه كان يخطف جميع القطع الكبيرة بعيداً عنهما، وإذا ما أرادا استخدام قطعة كبيرة فقد كان ينتزعها أو يقوم بالصراخ، وكان بمقدورهما أن يضعا القطع الصغيرة في الأحجية، بشرط أن يبتدئا بالجهة اليمنى للأحجية وإلا فإن أرتورو سينتزع هذه القطع أو يصرخ.

في البرنامج التمهيدي علمنا والدي أرتورو كيف يبينان المرونة لديه من خلال استخدام دافعية أرتورو، ومن خلال إعطائهما إستراتيجيات إضافية محددة.

عندما عاد والدنا أرتورو إلى البيت قاما بتنفيذ ما تعلماه، وكانا مبتهجين؛ لمشاهدتهما السرعة في التغير لدى طفلهما، نادراً ما أصابه انهيار عندما يتغير الجدول أو خلال الانتقالات. وابتدأ يتقبل -وأحياناً يلعب مع- أخته الصغيرة، وأصبح أكثر مرونة مع أعباءه سامحاً للآخرين أن يساهموا، وأن يقترحوا تغييرات، وأصبح لديه عدد أكبر من الألعاب والأنشطة، وصار غالباً يلعب الألعاب بدلاً من مجرد إعادة الخطوات نفسها.

ما أكثر أهمية هو أن من يلعبون معه صاروا يحسون أنهم يلعبون، ويتفاعلون بدلاً من أن يشعروا أنهم آلات مسيرة.

ذات مرة، عندما أمسكت والدة أرتورو بأحجيتها المفضلة، قام أرتورو بخطف القطع الكبيرة، فرفعت أمه يدها برفق، وقالت: «هل يمكنني الحصول على واحدة من قطعك الكبيرة؟».

حملق فيها أرتورو. ابتسمت له، واستمرت رافعة يدها.

نظر أرتورو إلى قطع الأحجية في يده، ثم نظر ثانية إلى يد أمه الممدودة، وعاد ينظر إلى القطع في يده.

ثم -وببطء متعمد- أخذ أرتورو يده الفارغة، وسحب واحدة من القطع الكبيرة من يده الأخرى، وأعطائها لأمه.

وقد وجد والد أرتورو أنه صار مرناً أكثر فأكثر، ولديه تفاعلات رائعة في الأخذ والعطاء، الأمر الذي سمح لوالديه أن يشهدا أمراً لطالما انتظراه: أن يصبح له رفيق في اللعب.

## ما أهمية المرونة؟

من بين الأسس الأربعة، فإن المرونة هي التي تحظى بالاعتبار الأقل؛ وفي الحقيقة -كما في قصة أرتورو-، فإن معظمنا يثمن نقيض المرونة: ألا وهو النظام. هل من السيئ للطفل أن يعرف جدول اليوم؟ بالتأكيد لا. ولكن، كما في الحساب أو الرياضيات، فهي ليست الهدف. تذكر: الجزء المنظم، الجامد من دماغ طفلك هو جزء فاعل، وأنت تريد أن تمرن العضلة الضعيفة، أنت تريد أن تطور الجزء الذي يعاني صعوبة في دماغ طفلك، وعندها ستفتح لها عشرات الأبواب.

الحقائق التي ينبغي تدبرها:

- سيكون هناك دائماً تغييرات في الجدول (وكذلك في الطرق، والروتين، والترتيب الذي تحدث به الأشياء، والوجبات التي يتم تناولها، ... إلخ).
- سيكون هناك دائماً أشخاص حول طفلك، سواء أكانوا أقرانه، أم بالغين كباراً، ممن سيكون لهم رأي في كيفية لعب لعبة ما، وأي نشاط سيتم القيام به، ... إلخ.
- الطفل إذا كان مختلفاً، أو يقوم بالقليل من السلوكات النمطية يمكنه بالمطلق أن ينجح في المدرسة، أما الطفل الجامد المعرض للانهايات المتكررة فلن ينجح.
- ستكون حياتك أسهل ألف مرة إذا أمكنك القيام بأمور مع طفلك ومع العائلة دونما صراعات أو انهيارات، وكذلك حياة طفلك.
- كل جانب آخر في تطور طفلك سيتأثر كثيراً بمستوى مرونته.

إذن، لنأخذ بضع دقائق لمناقشة النقطة الأخيرة؛ إن الأمر المذهل في المرونة أنها لا تؤثر في المرونة فحسب، فمثلاً، لنقل إن طفلك لديه صعوبات في التكلم مع اللغة.

الآن - بالتأكيد - ثمة حالات حيث يكون ذلك ناتجاً عن اللادائية apraxia (الصعوبة في استخدام عضلات الفم لتشكيل الكلمات)، وطفل كهذا سيكون فعلاً محتاجاً إلى عوننا؛ ليبنى القدرة الأساسية لجعل فمه يحدث الأصوات.

ولكن نشاهد في عديد من الحالات طفلاً يقول كلمة أو تعبيراً بوضوح مثالي يوم الإثنين، ويصبح غير قادر على ذلك يوم الثلاثاء. فكيف نفسر ذلك؟ ففي النهاية إذا كان لدى الطفل عضلة فم منخفضة الصوت أو غير قادر كلياً على استخدام اللغة فكيف قام بذلك أمس؟

هنا تتدخل المرونة؛ فالمرونة تتطلب أن يسير طفلك في طريقك (في كل مرة تطلب من طفلك أمراً، أنت تطلب منه أن يسير في طريقك). وهذا الأمر يمثل تحدياً كبيراً جداً للكثير من أطفالنا، وهو أشبه بالتنازل عن الحكم الذاتي، مما يجعل الشعور به قاسياً على الطفل الذي يبدو عالمه فوضوياً وغير مفهوم، وعندما يتعلق الأمر باللغة في معظم الأحيان (إن لم يكن طفلك طلق اللسان) فإن أحداً سيطلب إليه التحدث، قد يكون هذا جلياً جداً (قل ماء) أو قد يكون طبيعياً (أي لعبة تريدها؟). أياً كانت الطريقة ففي معظم الحالات يتطلب التكلم أن يسير الطفل في طريق شخص آخر وبكلمات أخرى فهو يتطلب المرونة.

ولذلك إذا كان طفلك يفتقر إلى المرونة فإن تحدته سيكون تحدياً حقيقياً حتى لو كان لطفلك قدرة على الحديث، وفي المقابل، إذا عالجت مشكلات المرونة عند طفلك فإنك تكون قد أزحت عوائق ضخمة من أمامه ليتكلم، وما الكلام إلا مثال واحد؛ عندما تساعد طفلك ليكون أكثر مرونة فإنك تزيل عوائق ضخمة من أمام كل شيء، ويصبح كل جانب آخر حرّاً في الانطلاق قدماً.

## الإستراتيجيات

أنا أعلم أنني ذكرت هذا مرات عدة فيما يتعلق بالأسس الأخرى، ولكن لا ضرر من إعادته ثانية: لا تحاول أن تعمل على مرونة طفلك في أثناء سلوكاته النمطية، أو عندما لا ينظر إليك، أو عندما لا يستجيب لك، ... إلخ. اعمل على تلك المرونة عندما يكون طفلك مندمجاً معك.

وبقولنا هذا، إليك بعض الإستراتيجيات لبناء المرونة:

### 1. ابدأ بأن تكون في غاية الود

هذا يعني أن تكون أنت مرناً ومستجيباً لطفلك؛ فإذا ما أراد أو أرادت أن تأخذ جميع ألعاب السيارات (وأخذت منك لعب سياراتك)، فدعها تأخذها. وإذا قالت: «لا تلمس ذلك» فلا تلمسه، إذا أرادت منك الوقوف على قدم واحدة، فقف على قدم واحدة؛ إن هذا يهيئ المسرح لأنه يبني الثقة، ويريح طفلك.

### 2. قم بالتوضيح مقدماً

عندما يكون هناك تغير أو انتقال (العشاء متأخر، أو سنقوم بتغيير الغرفة أو الأنشطة، ... إلخ) وضح لطفلك ما سيحدث بلطف ولهجة هادئة، وبين له السبب بإيجاز. مثال: «مرحباً يا حلوة، في خلال نصف ساعة سوف نلبس أحذيتنا، ونكون في السيارة، لدينا موعد مع طبيب الأسنان». قم بذلك مرة أخرى قبل خمس عشرة دقيقة وأيضاً قبل خمس دقائق من الموعد.

### 3. قم بالأمر بشكل خاطئ

إذا كان طفلك معتاداً على طلب لعبة أو القيام بنشاط بطريقة معينة، ارتكب خطأً، وقم به بشكل مغلوط. فمثلاً: إذا كانت استعدادات ما قبل النوم تبدأ بتنظيف الأسنان ثم ارتداء ملابس النوم، اجعل ملابس النوم أولاً، إذا كان حل الأحجية يسير دائماً بالترتيب نفسه، حاول أن تبدأ الأحجية بترتيب آخر، وعندما ينبهك طفلك

لذلك (سواء أقام بذلك بطريقة لفظية أو غير لفظية) فقل: «أوو بس! لقد قمتُ بذلك بطريقة مختلفة!» ويمكنك أن تضيف: «من الممتع أن نجرب الأشياء بطريقة مختلفة!».

#### 4. العب الدور

بطريقة مرحة مبهجة حضر مشهدًا يجد طفلك صعوبة فيه، كالانتقال -مثلاً- إذا كان طفلك يجد صعوبة في الانتقال خارج المنزل العب لعبة تتظاهران فيها كلاكما بأنكما تستعدان للخروج. (يحتاج طفلك إلى أن يكون في مرحلة عالية من تطوره الإجمالي ليتمكنك أن تقوم بذلك، فإذا كان طفلك غير ناطق أو قليل التفاعل، فسوف ترغب في تأجيل هذه الإستراتيجية إلى وقت لاحق).

#### 5. كن سخيًا

عادة، عندما يحدث شيء خارج النطاق المريح لأطفالنا ننزعج وتتوتر أعصابنا؛ لأننا (نعرف ما سيحدث لاحقًا)؛ وهذا يجعل الأمور أسوأ. بدلاً من ذلك، عندما يبدو أن طفلك على وشك الانفعال إزاء تغير، أو انتقال، أو لأن أحداً يريد القيام بأمر مختلف عما يريده هو، تصرف بسخف وبشكل أخرق إزاءه. فإذا ما تم تقديم طعام العشاء أبكر قليلاً بدلاً من السادسة مساءً بالضبط، يمكنك أن تقول شيئاً مثل: «يا للغرابة! الرياح تدفعني دفعًا إلى طاولة الطعام» أو «أنا غريب! إنني أتناول الطعام قبل مواعده!» أو يمكنك أن تقوم بالقفز حول طاولة الطعام أو الوقوع أرضًا بالحركة البطيئة وأنت ذاهب إلى طاولة الطعام.

### أسئلة يمكنك أن تسألها طلبات يمكنك أن تطلبها

من المدهش أن نعرف أن هناك العديد من الفرص لدينا (وغالبًا لا نلاحظها) لأن نحول نشاطًا يحدث إلى نشاط فيه تحدُّ لأطفالنا في مجال المرونة، ومن المفهوم تمامًا

أننا لا نميل إلى ملاحظة هذه الفرص؛ إذ لم يقم أحد أبداً بإخبارنا أن نتنبه لمستوى مرونة أطفالنا!

هذه أمثلة لأسئلة يمكننا أن نسألها أو طلبات نطلبها (طالما أن طفلك لا يسلك سلوكاً نمطياً) ستقوم بتحدي طفلك برفق ليصبح أكثر مرونة في خلال أي نشاط:

- «كان من الممتع مشاهدتك وأنت تقوم بذلك مرات عدة؛ الآن أريد دوري».
- «أوه، يا إلهي! ينبغي أن تجرب لعبتي! إنها لطيفة جداً».
- «لديّ فكرة! لنر كيف سيكون الأمر إذا قمنا به بشكل مختلف هذه المرة».
- «الاصطفاف في ذلك الموقف رائع! لنجرب أن نضع السيارة في موقف آخر!».
- «أنت على حق - نحن نتناول العشاء في السادسة عادة. إذا كان يمكننا أن نتناول العشاء في أي وقت بعد ذلك، ففي أي وقت تفضله؟».
- «نعم، صحيح، أنا أعرف أنك تحب القطعة الزرقاء. هذه المرة، لنجرب أمراً مختلفاً؛ ما اللون الذي تحب أن تجربه بدلاً منه؟».

## وقت النشاط!

صُمِّمَ الجدول 7 ليُملأ في مدة ثلاثة أيام:

في اليوم الأول (1)، اختر أمراً في يوم طفلك ستقوم به بشكل مختلف وادعه أو وادعها لأن تستمتع به، مثلاً: غير وقت تناول إحدى الوجبات، شجّع طفلك على ارتداء ثيابه بترتيب مختلف (البنطال، ثم القميص، بدلاً من القميص ثم البنطال)، وإذا كانت هناك لعبة ورق تلعبها في العادة معه، غير قاعدة واحدة فيها، كأن يكون لكل شخص دوران متتابعان.

في اليوم الثاني (2)، اختر أمراً آخر لتغييره.

في اليوم الثالث (3)، اختر أمراً آخر لتغييره.

تذكر استخدام الإستراتيجيات الخمس.

في كل مرة استخدم الجدول 7 لتتبع أي تغييرات حاولتها وكيف استجاب طفلك؛ في العمود الأول اكتب اسم اللعبة أو النشاط، في العمود الثاني ضع دائرة حول نعم أو لا تبعاً لقبول طفلك بالتغيير أو رفضه له. (يمكنها أن ترفض التغيير بأن تقول لا، أو بأن تتجاهله).

تذكير: لا تشغل بأن تكون كل الإجابات نعم؛ فحتى الإجابة بلا قد تساعد طفلك على توسيع مرونته.

المرونة	
هل وافق طفلك على التغيير	الأمر الذي تسعى لتغييره
نعم / لا	(1)
نعم / لا	(2)
نعم / لا	(3)

الجدول 7

## مصادر على الإنترنت

لمزيد من المساعدة المتعمقة للمبادئ والتقنيات في هذا الفصل نتمنى لك وقتاً رائعاً

مع موقع:

[www.autismbreakthrough.com/chapter9](http://www.autismbreakthrough.com/chapter9)

## نقطة البداية

ابدأ ممارسة تصنع السخف في مواجهة التغير؛ ففي أي مرة لا يسير شيء كما يُتوقع له استجب بمرح، وبساطة، وبطريقة تبدو سخيفة. فإذا لم تصل الخالة ماريا في موعدها الذي قالته يمكنك أن تتقافز متعجباً «ووو-هووو! الخالة ماريا ليست هنا بعد! لدينا الآن خمس عشرة دقيقة إضافية نتصارع فيها! [أو نرسم، نلعب، ... إلخ]»، إذا ما أراد طفلك طعاماً لا يمكنه تناوله يمكنك أن تتظاهر بأنك تأكل يده، وربما تنفذ بدغدغة. ليست هناك طريقة مثالية ليكون المرء سخيلاً، فاسمح لنفسك أن تجرب!

ملاحظة: ستعطي الفصول الخمسة السابقة طفلك دفعة قوية لتطوره الاجتماعي والشخصي، ومع ذلك فهي ليست سوى البداية في نموذج برنامج صن-رايز التطويري، وليست النهاية، نحن نقضي وقتاً طويلاً في البرنامج التمهيدي والبرامج المتقدمة؛ لنساعدك على الإفادة من النموذج خطوة بخطوة، بما في ذلك تتبع وضع طفلك وحالته وتنفيذ أنشطة لإيصاله إلى المستوى التالي. وكما لاحظنا في الفصل 5 يمكنك أن تقوم بتنزيل النسخة الكاملة من هذا النموذج من موقعي على الويب. هذه الأسس الأربعة لتطوير العلاقات الاجتماعية يمكن تتبعها وفهمها نظراً لوجود النموذج الجوهري الذي طورته برين ووليام هوغان- وأنا أشكرهما من كل قلبي!