

خامس عشر: متلازمة
أسبرجر: تطبيق مبادئ
برنامج صن-رايز

www.ahadli.com

obeikandi.com

نعمل في المركز الأمريكي لعلاج التوحد مع عدد كبير من عائلات لديها أطفال أو بالغون مصابون بمتلازمة أسبرجر Asperger's syndrome أو يوصفون بذوي (الأداء العالي)، وجميع مبادئ برنامج صن-رايز ذات فاعلية مماثلة (في بعض الحالات، أكثر فاعلية!) مع هؤلاء الأفراد المميزين، في هذا الفصل سنتحدث عن كيفية تطبيق هذه المبادئ على طفلك (شديد التميز).

وأنا أوصي بقوة أن تتصفح الفصول السابقة قبل أن تقرأ كل قسم أدناه؛ فمثلاً: سيكون من المفيد كثيراً لك أن تتصفح ما سبق بدءاً من الفصل 2 قبل أن تقرأ قسم الانضمام أدناه؛ عندها فإن الاقتراحات الآتية ستكون أسهل للفهم والتطبيق.

الانضمام

عندما يتعلق الأمر بالأطفال والبالغين لديهم متلازمة أسبرجر توجد تنوعات فيما نعدّه سلوكاً نمطياً وفي كيفية الانضمام.

وعادة لا يشارك الأشخاص ذوو متلازمة أسبرجر في السلوكات النمطية التقليدية، مثل الرفرفة بالأيدي، أو الدوران، أو تمزيق الورق إلى أجزاء صغيرة... إلخ؛ فهم -في الغالب- إما سيتحدثون بلا توقف عن موضوع محدد (أو موضوعات عدة)، أو سينخرطون في هواية بطريقة شديدة التركيز وبشكل شديد، هذان هما نوعا السلوك اللذان قد ترغب في التفكير فيهما بوصفهما سلوكات نمطية (isms)، وعندما يقوم طفلك بأي من هذين الأمرين سوف ترغب في الانضمام كأن الغد لن يأتي.

وفي الوقت نفسه ستبدو الطريقة التي تنضم فيها لطفلك مختلفة عن الانضمام إلى سلوك أقل تعقيداً، لقد تحدثنا سابقاً كيف أن شخصاً غير ملم بالانضمام قد يعدُّ الانضمام إلى رفرقة الأيدي -مثلاً- كأنها نسخ أو تقليد أو محاكاة... إلخ، أما الانضمام في متلازمة أسبرجر فلا يمكن أن يخلط المرء فيه بين الانضمام والمحاكاة،

ففي هذه السلوكيات النمطية المعقدة سوف تنضم بأن تصبح مشاركاً فاعلاً في اهتمام طفلك.

لنقل إن طفلك يحب القطارات، وها هو أو هي يتحدث أو تتحدث عن القطارات، ويقرأ أو تقرأ عنها، ويمكنه أو يمكنها أن تسمية نوع كل قطار صُنع خلال المئة سنة الأخيرة؛ ما قد يحصل - غالباً - هو أنه عند لحظة معينة، سيقوم كل شخص ببيان أنه قد اكتفى من الحديث عن القطارات، ويريد الانتقال إلى أمر آخر، وسيقوم الوالدان (أو المعلمون) بإخبار طفلهما: «هذا ليس الوقت للحديث عن ذلك»، «سام لا يرغب أن يسمع شيئاً عن ذلك الآن»، «لقد تحدثنا عن القطارات بما يكفي لهذا اليوم، حبيبتي»، أو «لماذا لا تقول لنا ماذا فعلت مع أبيك أمس؟».

ستكون المحاولة لتغيير الموضوع الذي يهتم به الأطفال إلى موضوع آخر عملاً ذا نتائج عكسية تماماً، وغالباً ما يؤدي إلى أن يصبح الطفل أكثر إصراراً على الموضوع، وليس أقل.

من جهة أخرى، إذا كنا نتحدث عن القطارات وغيره من السلوكيات النمطية المعقدة، فإنك لا ترغب في أن تقلد ما يفعله طفلك (مردداً كل كلمة تقولها، أو تفعل كل ما تفعله)، بدلاً من ذلك أنت ترغب في أن تنضم بأن تصبح تلميذاً منبهراً بموضوعات طفلك الأثيرة.

فإذا كان طفلك يحب الحديث عن القطارات (والقراءة عنها وصنعها... إلخ) فإن مهمتك أن تصبح مهووساً بالقطارات! وإذا ما أراد أو أرادت منك النظر إلى صورة قطار فانظر إلى الصورة وأنت في غاية الحماس، وإن تحدثت عن القطارات فأصغ باهتمام شديد، وإذا سألتك عن القطارات فأجبها.

أجب عن السؤال بأفضل ما تستطيع، استناداً لمعلوماتك الخاصة؛ وإذا كانت هذه هي المرة الثانية عشرة التي تُسأل فيها السؤال نفسه، فهذا رائع معنى هذا أنك تعرف

الجواب؛ ولذلك امض قدماً وأجب، حتى لو عنى ذلك إعطاء الإجابة نفسها التي أعطيتها المرات الإحدى عشرة السابقة.

خذ وقتاً لنفسك، واقراً عن القطارات، وعندما يفتح طفلك الموضوع مرة أخرى يمكنك أن تدلي بدلوك (فقط إذا سمح لك طفلك بـحيّز لأن تقول شيئاً).

أنا هنا أستخدم القطارات بوصفها مثالاً بسيطاً، ثمة تنوعات أخرى استناداً لما يقوم طفلك به، فإذا كان طفلك يحب بناء نماذج للطائرات امض قدماً وشاركها بهذا، وإذا كان لا يريد أو كانت لا تريد منك أن تعبت بما تقوم هي بصنعه أحضر نموذجك أنت، واعمل عليه في الغرفة نفسها التي يوجد الطفل فيها.

هناك كثير من الطرق التي يمكن من خلالها الانضمام إلى هذا النوع قد تنجح في إحداها، عملت مع فتى ذات مرة كان مولعاً بمكاتب البريد، وكان يجهز المغلفات والرزم، ويطلب إليّ أن أختمها؛ ولذلك انضممت إليه بتلك الطريقة، هو يضع الرزم وأنا أزنها وأختمها.

المفتاح هنا هو أن تبحث عن سلوك نمطي ism (اهتمام شديد متعنّت في شيء أو حوار أو هواية)، ومن ثمّ الانضمام بأفضل ما يمكنك (حتى لو عنى ذلك الإصغاء باهتمام شديد).

الدافعية

ليس ثمة إلا القليل الذي تحتاج إلى القيام به بشكل مختلف عند تطبيق مبدأ الدافعية على الأطفال والبالغين ذوي متلازمة أسبرجر، ومثل أي طفل على طيف التوحّد سوف ترغب في أن تراقب طفلك، وتلاحظ اهتماماته ودوافعه، في كثير من الحالات سيكون ذلك واضحاً؛ لأن طفلك سوف يتحدث كثيراً عما يثير اهتمامه. مثلاً:

- الطائرات.
- شخصيات أفلامه المفضلة.
- البناءات.
- دولة معينة.
- أمراض مميتة للناس.

سوف ترغب في أن تبدأ بلعبة أو نشاط (أو حوار) يتمحور حول واحد من هذه الحوافز، مثل:

- الحديث عن الطائرات، القراءة عن الطائرات... إلخ.
- التظاهر أنكما من شخصيات فيلمه المفضل.
- بناء نماذج لأطول بنايات المدينة.
- القيام برحلة تخيلية للدولة المفضلة عند طفلك.
- قائمة بالأمراض، والحديث عن الفروق بينها... إلخ.

وبينما تكون اللعبة أو النشاط تسير في مسارها يمكنك أن تُدخِلَ تحديًا أو هدفًا تعليميًا، وبطبيعة الحال قد تكون هذه التحديات أو الأهداف التعليمية معقدة؛ فمثلًا:

- ركز على أن يكون الحوار اجتماعيًا وعلى ما يجب كلاكما أن يقوم به.
- ضع هدف المرونة أمام عينيك مدة خمس عشرة دقيقة، تسعى في خلالها لأن تُلهم طفلك ليلعب لعبة أو الاشتراك في حوار بحسب شروطك أنت طوال تلك المدة.

• اعمل على جعل طفلك يوجه إليك أسئلة بوصفها طريقة لممارسة الاهتمام بشخص آخر.

- اسأل طفلك أن يعلمك شيئًا، مشجعًا إياه أن يحرص على أن تفهم.

- تبادل الموضوعات، حيث تتحدث أنت عن أمر يحبه مدة عشر دقائق، ثم هو عن أمر تحبه أنت.
 - تحدث مع طفلك عن موضوع يحبه -لنقل السفن الفضائية- ثم اربط هذا الموضوع مع موضوع اجتماعي: مثل إذا ما التقيت كائنًا فضائيًا من كوكب مختلف، فكيف ستقوم بتقديم نفسك، وما الذي ستسأله عنه... إلخ. يمكنك أن تؤدي الدور أيضًا، حيث تصبح أنت الكائن الفضائي، أو ربما يمكنكما أن تقوموا بكتابة صفحة معلومات، مبينين كل شيء يريد أن يعرفه الكائن الفضائي عنه وعن الأرض.
 - إذا كان طفلك يحب القطارات لربما يمكنك أن تتحدث عن أنواع القطارات المختلفة، ولعلك تستطيع أن تحور هذا الحديث لحوار عمق يمكنه أن يرافقه في القطار، وإلى أين سيذهبون... إلخ؛ بل لربما يمكنك أن تقوم بنشاط متعمق حيث يتصل أو يتحدث مع كل واحد من أصدقائه (أصدقاء يمكن أن يكونوا أشخاصًا يعملون معه)، لمعرفة إلى أين سيذهب كل شخص ولماذا، ثم عمل لائحة بالأماكن التي سيذهب إليها هؤلاء الأشخاص والقطارات التي سيستقلونها. لاحقًا، يمكنك أن تقوم بنزهة إلى متحف القطارات مع أصدقاء طفلك وهم يعرفون أن مهمته ستكون في أن يشرح القطارات لأصدقائه، ويجيب عن أي سؤال قد يكون لديهم.
- ألق نظرة على القصة الآتية لترى مبلغ قوة الدافعية وفعلها عند الأطفال والبالغين ذوي متلازمة أسبرجر.

قصة ساندر

ساندرا فتاة في ربيعها الخامس عشر لديها متلازمة أسبرجر، ومع أن مهاراتها اللغوية والمعرفية مكافئة لك أو لي فقد كانت لديها صعوبات مع أبسط التفاعلات الاجتماعية، وقد حضر والداها البرنامج التمهيدي، وعلى الفور بينا أنه بالرغم من المهارات المتقدمة لابنتهما في العديد من الجوانب، فإنها غير قادرة على المشاركة في أبسط الحوارات اليومية العادية.

تمثّل واحدٌ من الأهداف الكبيرة لوالدي ساندرا في أن تصبح ابنتهما قادرة على التحدث مع شخص آخر عما يريد الاثنان عمله في عطلة نهاية الأسبوع، وبالنسبة إلى هذين الوالدين - اللذين كان يصارعان منذ زمن من أجل ذلك - بدا هذا الهدف بعيداً مليون ميل.

في خلال مقرر البرنامج التمهيدي لدينا جلسات خاصة للآباء والأمهات ممن لديهم أطفال بمتلازمة أسبرجر أو ممن يوصفون بذوي (الأداء العالي)، وخلال إحدى تلك الجلسات قام والدا ساندرا بتبيان الصعوبات التي كانا يواجهانها في تحقيق ذلك الهدف مع ساندرا.

ودون شك، قمنا بشرح مبدأ الدافعية لهما، وسألناهما عن أمر واحد على الأقل قد يثير ساندرا، وأجاب كلاهما الجواب نفسه على الفور أن ساندرا تحب برامج المنوعات النهارية المتلفزة، ولكن ليس أي واحد منها، فساندرا تحب برنامج جيرى سبرينغر The Jerry Springer Show. وهي لا تستمتع بمشاهدة جيرى سبرينغر، بل تحب أن تكون جيرى سبرينغر.

ساندرا قد تجوب شوارع الحي ملوحة بعضاً قصيرة أو ملعقة (مستعملة إياها كميكروفون) ومقتربة من الناس بشكل عشوائي، وقد تسألهم أسئلة مثل: «إذاً يا بوب، لماذا تتسكع في الشوارع؟».

وكان والدا ساندرا. المتشددان يرتعبان من سلوكات كهذه؛ إذ كانا يشعران أنها غير لائقة وفي غاية الإحراج، وقد ابتداءً حملة شعواء لاجتثاث هذا السلوك.

ومن دون أن نستغرب، فإنهما كلما سعيا لتضييق الخناق على جيرى سبرينغر، صارت ساندرا أكثر جموداً وتحكماً بخصوص جيرى سبرينغر وفي الحوارات بشكل عام، وعندما حل وقت مجيئهما إلى المركز الأمريكي لعلاج التوحد من أجل برنامجهما التمهيدي، كان الوضع قد تفاقم إلى درجة تقوم فيها ساندرا بالحديث طبقاً للخطوات والقواعد التي وضعتها فقط، فهي الوحيدة التي يمكنها أن تسأل، والآخرون لا يستطيعون (سبب ذلك دون شك أن جيرى يسأل الأسئلة، ولا يجب عنها). إضافة إلى ذلك، على جميع الحوارات أن تكون بالصيغة التي يتبعها برنامج جيرى نفسه، حيث يقدم الآخرون أنواعاً معينة من الإجابات، ويناقشون أنواعاً معينة من الموضوعات.

وقد بيّننا لوالدي ساندرا أن المشكلة ليست جيرى سبرينغر، بل هو الحل. لا، لا، أصراً، ثقوا فينا، جيرى سبرينغر هو المشكلة حقاً، وقد تفهمنا تماماً لماذا ينظران للأمر

بهذه الطريقة، لكننا أوضحنا أكثر أنه لا داعي لأن يقف جيرى سبرينغر في طريق ساندرأ؛ بل قد يكون هو المخرج! ففي النهاية - كما أكملنا- لقد أخبرتمونا مسبقاً أنكم لا تشعرون أن الطريقة الحالية لعلاج هذا الأمر مع ساندرأ ناجحة.

هزاً رأسيهما بافتتان.

وقد ساعدناهما في الخروج بنشاط بسيط يمكن أن يقوموا به مع ساندرأ عندما يعودان إلى البيت بعد برنامجهما التمهيدي، وبالفعل قاما بذلك في اليوم التالي لعودتهما.

لقد ذهبا إلى غرفة ساندرأ وجهازها بميكروفون حقيقي (وهو ما لم تحظ به ساندرأ سابقاً)، ثم وضعا أربعة كراسي في جهة من الغرفة لوالدة ساندرأ، وأبيها، وخالتها، وصديق للعائلة. (وهذا دون شك هو توزيع الحلقة الحوارية في برنامج جيرى سبرينغر).

عندما دخلت ساندرأ، كانت في غاية النشوة؛ فهذه الفتاة، التي نادراً ما أظهرت مشاعرها، وكان وجهها يخلو من التعابير، نظرت وهي في غاية الإثارة؛ وبلهفة أمسكت بالميكروفون، وابتدأت بإطلاق أسئلة جيرى-سبرينغرية الطابع عليهم، وهذه المرة ما إن يسأل أي منهم سؤالاً، كان يجيب بحماس مهما كان السؤال شنيعاً.

ومع تواصل (العرض) ابتدأ والدا ساندرأ يلاحظان تغييراً في سلوك ساندرأ؛ فهي لم تبد سعيدة فحسب، بل أكثر استرخاءً، وأقل حدة وتحكماً، وأكثر مرونة؛ وقد قرر والدا ساندرأ أن يقوم بتجربة؛ ولذلك سألهما سؤالاً. (تذكر أن سؤال ساندرأ لم يكن مسموحاً به، ولن تحصل على إجابة منها)، ووسط دهشة الجميع أجابت ساندرأ عن السؤال دون أي تردد. تبادل الوالدان نظرات خاطفة بينهما وهما يبذلان أقصى جهد لديهما ليخفيا صدمتهما. بعد بضع دقائق حاولت أم ساندرأ أن تسأل سؤالاً ثانياً، فأجابتها ساندرأ: تم الاختراق!

ومع تقدمهم جميعاً في النشاط، وجد والدا ساندرأ أنهم يستطيعان دفع الأمور أكثر فأكثر؛ وبيضاء استطاعا أن يغيرا مجرى الحوار بالكامل. بعد ساعة ونصف كان خمستهم (أربعة بالغين وساندرأ) يجلسون معاً، ويتحاورون عما يرغب كل منهم في عمله في نهاية الأسبوع وسبب ذلك، وقد كان هذا هو الهدف الذي سأل والدا ساندرأ عنه خلال مقرر البرنامج التمهيدي!

العلاقات الاجتماعية

كما عرضنا سابقاً، فإن نموذج برنامج صن-رايز التطويري يتناول خمس مراحل كاملة من المتوحد الشديد وصولاً إلى العادي الناجح اجتماعياً؛ ولذلك فهو يشمل بطبيعة الحال الأطفال والبالغين بمتلازمة أسبرجر، وقد يكون المصاب بمتلازمة أسبرجر -مثلاً- في المرحلة 2 في الأساس 1، اتصال بصري وتواصل غير لفظي؛ المرحلة 5 في الأساس 2، تواصل لفظي؛ المرحلة 4 في الأساس 3، مدى الانتباه التفاعلي؛ المرحلة 3 في الأساس 4، المرونة.

وأنت ترغب في البناء المطرد من أي مرحلة يوجد فيها طفلك.

إن إعطاء الأولوية للأهداف الاجتماعية (بدلاً من الأهداف الأكاديمية) مهم للغاية هنا؛ فالعديد من الأشخاص بمتلازمة أسبرجر يبدوون كالنجوم عندما يتعلق الأمر بالموضوعات الأكاديمية؛ على الأقل التي يحبونها، وأنا لا أقترح أن تأخذ منهم ما يحبونه، أو توقفهم عن عمل هذه الموضوعات؛ ما أقترحه هو أن تركز على الجوانب الاجتماعية عندما تكون مع طفلك. تذكر: إذا كان طفلك أو البالغ لديك مصاباً بمتلازمة أسبرجر أو ذا أداء عالٍ، فإن ما يكبحه عن عمل المزيد هو اجتماعي في جوهره.

سترغب دون شك في أن يتناغم منهجك ليوافق مستوى تطور طفلك ونضجه، فمثلاً: للاتصال البصري قد ترغب في أن تقول: «اسمع يا صديقي، هل تستطيع أن تنظر إلي عندما تقول ذلك؟»، ثم عندما ينظر طفلك إليك، يمكنك أن تقول: «شكراً، يا رجل» أو «رائع، ذلك ساعدني لكي أفهم ما تقول» (خلافًا للحال مع طفل أصغر وأقل تطوراً حيث نقفز صائحين «وهوو-وهوو»، أنت رائع في النظر!).

الاتصال البصري والتواصل غير اللفظي هما -غالباً- جانبان يعاني ذوو متلازمة أسبرجر من الصعوبات فيهما؛ ولذلك من المهم أن نبقي عارفين بهذا الأمر على الرغم من أن طفلك قد يكون متطوراً جداً في غيرها من الجوانب؛ الجزء الأكبر من

التواصل يتم بشكل غير شفهي، وهذا يعني أنه أيًا كان مستوى تطور لغته سيفتقر إلى الجزء الأكبر من التواصل إلا إذا عملت على ذلك.

قد تظن أن طفلك في المرحلة 5 في التواصل اللفظي؛ لأن لديه أو لديها مخزونًا كبيرًا من المفردات وتراكيب الجمل، لكن طفلك قد يجد صعوبة في الحديث عن الجوانب الاجتماعية: بماذا يفكر الناس، وكيف يشعر هو، كيف تشعر أنت، المزاح... إلخ. ولهذا السبب سوف ترغب من دون تعب في أن تسعى لهذا الجانب عندما تتحدث معه (بطريقة مرحة!)، وباستخدام مبدأ الدافعية قد تود أن تبدأ بموضوع يحبه طفلك، وحالما تصبح هي أكثر استرخاء وانخراطًا قد تجسر بين هذا الموضوع وموضوع أكثر صلة بما هو اجتماعي، كما ناقشنا. ثمة إستراتيجية شفوية أبسط من أن تمطر طفلك بالأسئلة طوال الوقت، وهي ببساطة أن تقول تعبيرًا، وتظر إن كان طفلك سيستجيب، مثل: «لقد حظيت اليوم بمرح كبير مع كلي!» أو «أنا أحب أن يكون لدي أصدقاء أقضي الوقت معهم!».

وعندما يتعلق الأمر بمدى الانتباه التفاعلي، فإنك سوف تشجع أيضًا طفلك ليلتزم بالأنشطة التفاعلية الشخصية (وليس ألعاب الفيديو) مدة أطول فأطول؛ والإستراتيجيات التي ناقشناها في الفصل 8 صالحة لجميع مستويات التطور.

أما المرونة فهي -غالبًا- قضية كبيرة للأشخاص ذوي متلازمة أسبرجر، وعند لعب لعبة أو إجراء حوار إليك بعض الأمثلة لما يمكنك أن تقوله:

- «عظيم، لقد شرحتَ بالضبط كيف صنعتَ نموذجَ القطار بسرعة كبيرة! لم أتمكن من صنع نموذج سابقًا. هل يمكنك أن تشرح لي ذلك ببطء ووضوح، بحيث يمكنني أن أصنع واحدًا؟».
- «أوه، لقد حظيتُ بمرح كبير حقًا في اللعب بطريقتك! دعنا نلعب مرة أخرى، ولكن هذه المرة بحسب قواعدنا!».
- «أنا أعرف أنك ترغب في الذهاب للمتنزّه عبر الجادة السابعة؛ شكرًا لوصفك ذلك لي. ما الطريق الأخرى للوصول إلى هناك؟».

مرة أخرى، فإن استخدام إستراتيجيات المرونة مفيد بغض النظر عن تطور طفلك اللغوي. وعلى وجه الخصوص، فإن إستراتيجيات (كن سخيًّا)، (قم بالأمر بشكل خاطئ)، و(العب الدور) من الفصل 9 مفيدة بهذا الصدد.

قصة ديشون

لم تفهم أم ديشون لماذا يقوم ابنها بتكرار السؤال نفسه مرة تلو الأخرى، مع أنه يعرف الإجابة عنه، وفي الحقيقة أنه كان يرغب في سماع الإجابة نفسها، فمثلاً قد يسأل ديشون: «متى وقت الغداء؟»، وكانت أمه تجيبه: «الثانية عشرة والنصف»، وتقول لنفسها: إنه يعرف هذا مسبقاً لماذا يسأل؟ ثم يعود ديشون ليسأل ثانية، وتقوم هي بالرد مرة أخرى. ثم يعود ديشون ليسأل ثانية وتقوم الأم بالرد مرة أخرى. وبعد مرات عدة لتكرار ذلك المشهد، كانت الأم، من إحباطها الذي وصل حده، تصرخ عليه طالبة منه (توقف عن السؤال فوراً) أو تتجاهله.

عندما أتت أم ديشون إلى ATCA لأخذ مقرر برنامجها التمهيدي طرحت هذا الموضوع في جلسة سؤال وجواب للأهالي الذين لديهم أولاد بمتلازمة أسبرجر وذوي الأداء العالي، وعندما سردت ما يحدث معها -ورد فعلها عليه- هز كثير من الأهل رؤوسهم موافقين ومتفهمين.

وقد بيّننا، أولاً، أن ديشون (وغيره من الأولاد والبالغين الذين يقومون بذلك) لم يكن يحاول أن يكون صعب المراس أو مزعجاً لأمه؛ بل إن ما كان يقوم به قد وفر فرصة رائعة للعمل على جعله مرناً بطريقة مفيدة له ومرحة للأم.

وأخبرناها أن تستخدم إستراتيجيات (كن سخيًّا) و(قم بالأمر بشكل خاطئ)، ووضحنا، دون شك، أن هذا سيكون مفيداً إذا كانت مسترخية وسخيفة، وليس إذا كانت متوترة ومنزعجة. وهز الآخرون رؤوسهم موافقين ثانية، مع ابتسامة وإحساس بالذنب على وجوههم. وقد فصلنا بالضبط كيف تقوم بذلك.

عند نهاية الأسبوع عادت أم ديشون إلى المنزل مسرورة متلهفة لاستخدام تقنيات برنامج صن-رايز التي تعلمتها، وعندما سألتها ابنها متى وقت الغداء أجابته بسرور. وعندما سألتها ثانية، بدت سخيّة.

«الغداء سيكون في الساعة الثانية عشرة واثنين وثلاثين دقيقة وأربع عشرة ثانية»، قالت مع ابتسامة. نظر إليها ابنها مذهولاً. فعاد للسؤال ثانية.

«الغداء سيكون على الساعة الثالثة بتوقيت الأرناب الصغيرة»، ووضعت يدها على فمها عندما قالت ذلك، ناظرة إلى ابنها بطريقة سخيفة. حملق فيها الابن، وعاد ليسأل ثانية.

«الغداء سيكون على الساعة الرابعة في الصباح. أوه، كلا! علينا أن نأكل ونحن نيام!» ونظرت إلى ابنها وقد رفعت ذراعيها في الهواء بطريقة مبالغ فيها. ديشون تراجع عن السؤال، ثم ابتسم.

«لا يمكننا أن نقوم بذلك» أجابها ابنها.

وانخرط ديشون وأمه في حوار عما إذا كان بمقدور الناس أن يأكلوا في أثناء نومهم ولماذا يتناول الناس الغداء في النهار.

ولم يعد ديشون يسأل متى موعد الغداء.

منح السيطرة

قد يبدو العديد من ذوي متلازمة أسبرجر نزاعين للتحكم والسيطرة الشديدة، ولأنهم -غالباً- ما يكونون متحدثين بارعين، فإننا نفترض أن بمقدورهم أن «يفهموا» أن الأمور لن تجري دائماً على هواهم، لكن المسألة لا تدور حول «فهمهم»، بل المسألة هي كيف يشعرون بالسيطرة في بيئتهم.

أنا لا أقترح أن تجعل من هو في السادسة عشرة من العمر ومصائباً بمتلازمة أسبرجر مسؤولاً عن المنزل (أو المدرسة)، ولكن ثمة قدرٌ كبيرٌ من الجوانب التي يمكنك أن تمنحه مزيداً من السيطرة فيها أكثر مما تفعل الآن، وبالتأكيد هناك صراعات غير مهمة تدور حول السيطرة تحدث في بيتك.

ولذلك عد للخلف قليلاً، وانظر بأمانة وصدق لتجربة طفلك اليومية؛ أين يمكن منحه مزيداً من السيطرة؟ هل يهتم فعلاً إذا كان ينام على الأرض بدلاً من السرير؟

إذا كانت ملابسه غير متناسقة الألوان؟ إذا كان يتناول الحساء بملعقة الشاي؟ إذا كان يرغب في الجلوس في المقعد الخلفي للسيارة مع أن المقعد الأمامي خال؟ إذا كان يستمتع بما يقوم به وهو واقف؟ (استشارتني أخيراً أم لطيفة سألتني أن أساعدها مع ابنها الذي أراد أن يدرس مجالاً في علم الأحياء في الجامعة يتسم (بالتطور المهني البطيء) كي يغير مجال تخصصه! وأظن أنني لن أصدمكم إذا علمتم أنني قد اقترحت عليها أن نركز على مساعدته في الصعوبة التي يجدها في تشكيل صداقات والارتباط مع الناس أولاً).

أيضاً، أسأل نفسك: كم عدد المرات التي تشغل فيها بهدف بحيث إنك تساوّم في الارتباط الشخصي والتفاعل مع الآخرين؟ ولأن التفاعل الاجتماعي قد يكون أحياناً الجانب الوحيد الذي يتأخر فيه ذوو متلازمة أسبرجر عن الناس العاديين فإن من الحيوي أن نجعل للتفاعل الإنساني أولوية على أي هدف آخر أو مهمة؛ وبالنسبة إلى هؤلاء الأولاد والبالغين، فإنه لا شيء على الأرض أولى من ذلك لتطورهم.

قد يكون الوقت مفيداً الآن لبحث موضوع مستقل ذي صلة، لقد قابلت أشخاصاً بمتلازمة أسبرجر ممن يتوقون لأن يكونوا قادرين على التواصل والارتباط بالآخرين والعمل بمهارة في عالم عادي.

لكنني قابلت آخرين بمتلازمة أسبرجر بينوا لي أنهم يحبون ويقدرّون من هم وحالتهم، وأنهم لا يرغبون في التغيير، وأنهم لا يرغبون في أن يقوم الآخرون بتغييرهم أيضاً. وأنا لا أؤيد أبداً محاولة تغيير هؤلاء الأشخاص على الرغم من إرادتهم؛ فمثل بقيتنا لديهم الحق في أن يكونوا كما يريدون، وأن يُحترموا ويُحَبّوا كما هم. الاختلاف لا يعني أنه سيئ، وهما أمران غير متساويين، وفي الحقيقة فإنه غالباً ما يعني المواهب والمنظورات الفكرية التي يفتردها المجتمع العادي.

الأمر الذي أقدره في برنامج صن-رايز هو أن استخدام مبادئه التي ناقشناها هي علاقة ربح-ربح مع الأشخاص بمتلازمة أسبرجر بغض النظر عن انتمائهم لأي من المعسكرين اللذين عرضنا لهما. فبالنسبة إلى الأشخاص الذين يودون التغلب

على صعوباتهم والارتباط بالآخرين، فإن استخدام هذه المبادئ والتقنيات يمكن أن يساعدهم فعلاً. وبالنسبة إلى من يقولون إنهم لا يرغبون أن يكونوا مختلفين عما هم عليه، فإن هذه المبادئ هي أفضل طريقة يمكنني التفكير فيها لإيجاد أقرب علاقة ممكنة معهم وأغناها معنى. (ولن هم بمتلازمة أسبرجر ومتشككون في الأشخاص العاديين) ويختبرون أشخاصاً يساعدهم من دون رفضهم، ودونما إلحاح، ودون أن يقولوا إن فيهم خطأ، فإن هذا سيوفر نقطة تحولهم الأساسية).

مساعدة طفلك على أن يكون مجرباً جيداً

احتفل بإنجازات طفلك، احتفل بمحاولاتها، واستخدم 3Es- الطاقة، الإثارة، الحماس- ولكن عليك أن توفق بين هذه وبين طفلك، وقد عملنا مع أولاد بمتلازمة أسبرجر استمتعوا فعلاً عندما كنا صاخبين تتقافز مفعمين بالنشاط.

كما عملنا مع أشخاص كثيرين ممن لا يريدوننا أن نفرض ونهتف لهم؛ فهو ليس (لطيفاً)، لا توجد مشكلة، في هذه الحالات فإننا نوازن ردود أفعالنا مع ما يتناغم معهم، فمثلاً قد أرفع إبهامي إلى الأعلى وأقول بهدوء: «يا حبوب، أنت متين. كان ذلك رائعاً»، وقد أهدمت: «عمل لطيف» مبقياً على تعبير واضح على وجهي يعكس ما أقول، وقد أقع عن كرسيي، ثم أبين أن ما قام به كان بديعاً إلى حد أنني لم أحتفظ بتوازني.

يمكنك أن تجرب استجابات عدة. بل يمكنك أن تسأل طفلك عما يفضله. لا توجد طريقة صحيحة واحدة للقيام بذلك؛ عليك فقط أن تجعلها مقبولة لطفلك.

ما هو أكثر أهمية هو أن تقوم بزرع إحساس الإثارة والعرفان داخلك تجاه طفلك.

ABCS برنامج صن-رايز

قد ترغب في أن تتبع نموذج ABC مع طفلك، لكن الإشارات الحمراء قد تكون مختلفة قليلاً. (الإشارات الخضراء هي نفسها).

إليك لائحة بالإشارات الحمراء لطفل بمتلازمة أسبرجر:

- يهوي الاتصال البصري لطفلي بسرعة شديدة.
- يفعل طفلي ما قد يبدو عادياً لكنه يستبعدني من المشاركة فيه.
- يبدو طفلي جامداً ومتحكماً بخصوص النشاط الذي يفعله، أو الموضوع الذي يتحدث فيه، أو ترتيب الغرفة التي هو فيها، أو بخصوص جدول اليوم (أو الصباح، أو بعد الظهر، أو المساء... إلخ).
- يستجيب طفلي عندما أتحدث معه، لكنه يقوم بذلك بجمود أو بطريقة متكررة.
- طفلي يقول (لا) كثيراً.
- يتحدث طفلي عن أحد موضوعاته المفضلة بطريقة جامدة أو متكررة، ولا يبدو متقبلاً لتغيير الحوار.

كما ترى، خلافاً للطفل الأقل حديثاً الذي تشمل إشاراتته الحمراء سلوكيات نمطية واضحة (قذف كرة، إعادة الكلمة نفسها، وضع بعض المكعبات فوق بعضها الآخر، صف الأشياء، رفرفة الأيدي... إلخ)، فإن الأشخاص ذوي متلازمة أسبرجر غالباً ما تكون لديهم إشارات حمراء أكثر دقة، وتكاد لا تلاحظ. وأنت ترغب في أن تفتح عينيك جيداً وبخاصة للجمود.

تهيئة البيئة المثلى لطفلك

إذا كان لطفلك ذو متلازمة أسبرجر في السادسة عشرة من العمر قد ترغب في أن تعدل بيئة غرفة التركيز، لن أدعوها غرفة اللعب. استخدم غرفة التركيز، ودون شك سوف ترغب في مزيد من الأشياء المتطورة فيها، إغلاق الباب لن ينجح على الأرجح، إلا إذا طلبتِ إذنًا من طفلك (هذا ممكن في الواقع، وقد قمنا به).

أفضل أن يتم استثناء الإلكترونيات من الغرفة، حتى لو كان ذلك في المرات التي تعملان فيها معًا على أمر ما. الإبقاء على الغرفة خالية من المشتتات وخالية من معارك السيطرة والتحكم يبقى أمرًا مهمًا. أما إبقاء الألعاب على الرف فهو -عادة- ليس بتلك الأهمية (وهذا أمر لا بأس به؛ لأنك لا تقوم بالعمل على لغة طفلك بالطريقة نفسها).

باختصار، استخدم المنطق السليم، ولكن اسعَ للاحتفاظ بأكثر ما يمكنك من جوانب في غرفة التركيز. يمكنك أن تشرح ما تقوم به لطفلك إن شئت، مثلًا: «للساعات القادمة، بينما أمكث معك، سوف أحرك بعض الأشياء حتى يمكننا أن نركز سوياً، ولا يلهينا شيء. هل تريد مساعدتي؟».

التعامل مع نوبات الغضب وغيرها من التحديات السلوكية

بعض الأشخاص ذوي متلازمة أسبرجر قد تتابهم نوبات غضب بالطريقة القديمة، مثل: معظم الأطفال العاديين، وآخرون لا يثورون بأن يضربوا أو يصرخوا بل يبدو عليهم الغضب فعلاً، ويلعنون، ويغلقون قبضاتهم، وينادون والديهم بأسمائهم، وقد يقولون: «أنا أكرهك»، أو يجدون ذلك الأمر الذي قد يدفع والديهم للانفجار إذا ما قالوه.

وأياً كانت الحالة، من المهم أن تلجأ بسرعة للمبادئ من الفصل السابق. استرخ واهداً، ابق مرتاحاً، لا تجعل من سلوك طفلك يعني أي شيء بخصوصك. اسأل: «كيف يمكنني أن أساعد طفلي على التواصل بشكل أكثر فاعلية؟»، وليس: «كيف يمكنني إيقاف هذا السلوك؟».

وأياً كان مستوى تطور طفلك، فإنه فقط يحاول أن يتواصل بخصوص ما تريده بأفضل طريقة ممكنة له أو لها.

الفرق الوحيد هنا هو أن تكون أنت أكثر تطوراً في صياغة ردود أفعالك للأمرين: تجاه نوبات الغضب، أي (السويدية)، بحسب المقارنة السابقة، وتجاه التواصل الهادئ الفاعل، أي (الإنجليزية).

مثلاً، وكرد على (أنا أكرهك) يمكنك أن تقول: «لا بأس بذلك. أنا أحبك. لكن قول هذا لا يساعدني على أن أفهمك، وأنا لا أستجيب لذلك. مع ذلك، إذا أردت أن تسألني بلطف فأنا جاهز لأن أعطيك ما تطلبه»، أو إذا كنت لا تستطيع أن تعطي طفلك ما تطلبه، اعرض بديلاً آخر: «لا يمكننا أن نقوم بذلك الآن، ربما لاحقاً. ولكن هل تعرف؟ يمكننا أن نقوم بذلك الأمر بدلاً منه إذا طلبت ذلك بلطف».

ويمكنك أن تعطي طفلك آلية تناغم؛ طريقة للشعور بالارتياح في وجه التحدي، وأفضل طريقة لذلك هي اقتراح منظور، مثلاً، إذا قال أو قالت: «أنا غاضبة جداً» يمكنك أن تقول: «من العادي أن تكوني غاضبة، ولكن يمكنك أيضاً أن تشعر بالرضا عندما لا تحصلين على ما تريدين، وتجدين أمراً آخر مثيراً لك»، أو «عندما لا أحصل على ما أريد، فإنني أقول لنفسي لا بأس بذلك، وأجد شيئاً آخر مرحاً أقوم به».

إذا شعرت أن طفلك يعاني فرط الإثارة الحسية يمكنك أن تقول: «إذا شعرت بالإجهاد، ليس عليك أن تشعر بالغضب أو الهياج. يمكنك أن تقول: (أنا مجهد) وتغادر الغرفة»، أو «إذا شعرت أنك لست على ما يرام، حاول أن تدفع يديك معاً بقدر ما يمكنك مدة عشر ثوانٍ. دعنا نقوم بذلك»، (عندها يمكنك عمل ذلك معاً).

وعندما يقوم طفلك فعلاً بتواصل لطيف من الضروري أن تشكره أو تشكرها عليه، وتهتف له أو لها (بطريقة يعتقد هو أو تعتقد هي أنه لطيف)، وتقوم على الفور بعمل ما يمكنك لتساعدها في الحصول على ما تريد. (مرة أخرى إذا تعذر القيام بذلك، اعرض بديلاً، موضحاً من دون لبس أنك ستجوب الأرض والسماء لمساعدتها).

تذكر: لا بأس أن يرفع طفلك صوته، ويبدو مهتاجاً... إلخ. سوف تكون أمورها بخير، مهمتك أنت هي المساعدة ليجد هو أو هي طريقة للتغام والتواصل بشكل مختلف.

جيمس، ابن شارلوت، ليس لديه متلازمة أسبرجر، لكن أمه علمته –وهو أمر مفيد له ولطيف– أن يقول لنفسه أشياء تهدئه؛ ولذلك عندما كان جيمس ينفعل كان يقول لنفسه أشياء مثل: «لا بأس بذلك»، «ليست قضية كبيرة». قول هذه التعابير بصوت عال يساعده على الاسترخاء والتعديل الذاتي.

مصادر على الإنترنت

لمزيد من المساعدة المتعمقة للمبادئ والتقنيات في هذا الفصل تفضل بزيارة:

www.autismbreakthrough.com/chapter15

نقطة البداية

عليك أن تكون تلميذاً في جانب من عالم طفلك، وتتضم إليه فيه؛ فإذا كان طفلك يستمتع بالسيارات القديمة، اقرأ كتاباً عن السيارات القديمة، وتحدث معه عنه، وإذا كان طفلك يحب إخبار الناس عن الرحلات الفضائية، فاستمع بحماس عندما يتحدث إليك عن هذا الموضوع، وإذا كان طفلك يحب الكائنات البحرية أحضر ملصقات لبعض حيوانات البحر، وعلقها، واسأل طفلك عما يفضله منها؟ وبذلك لن يزداد فهمك لعالم طفلك فحسب، بل سيجد هو أنه من السهل أن يرتبط بك، وأن يكون مرناً.