سادسًا: الأساس 1: الاتصال البصري والتواصل غير اللفظي

obeikandl.com

obeikandl.com

الاتصال البصري طريقة أساسية يتواصل بها الناس معًا، وهي من أكثر السمات الواضحة التي نفتقدها لدى أطفالنا، وسواء أكان طفلك الذي لا يتكلم وهو في الثالثة من عمره والمُشخص بأنه شديد التوحُّد أم في السابعة عشرة من العمر ولديه متلازمة أسبرجر، فعلى الأرجح أن ابنك أو ابنتك يعانيان من الاتصال البصري.

وهذا مفهوم تمامًا، باعتبار أن التوحُّد اضطراب اجتماعي-تواصلي، وأن الاتصال البصري من أقوى الطرق للترابط الشخصي، والقلق الأكبر من قلة الاتصال البصري هو في المقابل ضعف الصلة الاجتماعية المناظرة التي تترافق معه. وإذا رغبتَ في أن يتقدم طفلك في علاقاته الاجتماعية فإن الاتصال البصري أمرٌ لازم.

وعلى كل حال، فإن قلة من البرامج السلوكية التي تعمل على الاتصال البصري تميل إلى القيام بذلك، ولا غرابة في الأمر، بطريقة سلوكية؛ فهذه البرامج تدرب الأطفال على الاتصال البصري بوصفه سلوكًا. مَثَلُ ذلك: «انظر إلي. انظر إلي. انظر إلي إذا ما أردتَ أن يُسمحَ لك باللعب بتلك الدمية». وبما أن النقطة الأساسية في الاتصال البصري هي التواصل الإنساني فإننا نريد أطفالنا أن ينظروا لأنهم يريدون ذلك، وهذا يتطلب جعل الاتصال البصري ممتعًا، وسهلًا، ومحتفلًا به.

(كلما نظروا أكثر تعلموا أكثر)

هذا قول التقطته من أختي برين، وهو يوضح الارتباط المباشر بين الكم الذي ينظر به أطفالنا ومقدار ما يتعلمونه، ويأخذونه، ويطورونه؛ فالنظر يساعد أطفالنا على النطق؛ لأنهم ينظرون إلى وجوه الناس عندما يتحدثون، ويمكنهم أن يدركوا المعلومات؛ لأنهم ينظرون إلى الناس وهم يتحدثون إليهم. وهو يحسِّن من مدى انتباههم التفاعلي؛ لأنهم ينظرون إلى ما نقوم به، ومن ثم، فهم **ينخرطون**. وهو يساعدهم على تطوير تعابير وجوههم؛ لأنهم ينظرون إلى وجوهنا، ويفتح الطريق

لتعلم قراءة تعابير وجوه الآخرين وتعابيرهم غير اللفظية، وهي من أكثر الصعوبات الاجتماعية المُقيدة التي يواجهها أطفالنا.

التواصل غير اللفظي بشكل عام

في حين يركز الأساس الأول من الأسس الأربعة على الاتصال البصري بوصفه أولوية رئيسة، فإنه يشمل جميع أنواع التواصل غير اللفظي: القيام بالإيماءات، وقراءة إيماءات الآخرين، وجعل الوجه أكثر تعبيرًا، وقراءة تعابير وجوه الآخرين، والالتواءات الصوتية، وحدوث اختلاف في صوت الشخص وقراءة اختلاف أصوات الآخرين.

نادرًا ما يكون التواصل غير اللفظي موضع تركيز ثابت، ويميل التواصل اللفظي إلى أن يأخذ حصة الأسد من الانتباه، ومع أن التواصل اللفظي ذو أهمية قصوى -فهو الأساس الثاني على أي حال- فإن الجزء الأكبر من التواصل الشخصي يجري بشكل غير لفظي.

وينبغي الاعتراف بأن التواصل غير اللفظي معقد بعض الشيء من حيث الملاحظة والعمل عليه عند طفلك. إن نموذج برنامج صن-رايز يتتبع، ويقيس التواصل غير اللفظي، ويشمل الأهداف والأنشطة اللازمة لتطوير هذا الجانب. والآن، وبالرغم من ذلك، فإن من الأحسن لك أن تبسط نمذجة التواصل غير اللفظي من خلال المبالغة في تعابير وجهك، وإيماءاتك، والتواءات صوتك عندما تركز جهودك التعليمية وأهدافك على الاتصال البصري.

الإستراتيجيات

تريد أن تغتنم كل فرصة لطلب الاتصال البصري، وثمة إستراتيجيات متعددة لتحقيق ذلك.

obeikandl.com

1. **اطلبه مباشرة**. أمثلة: «أنا أحب عندما تنظر إلي! أعطني نظرة أخرى، أيتها الإوزة الجميلة»، أو «أنا أحب أن أدعك تركب، لكنني متعبٌ جدًّا! انظر إلي كي يمكنني أن أستمر!».

2. **اطلبه بشكل غير مباشر**. مثلًا، «إلى من تتحدثين يا حلوتي؟ أنا غير متأكد؛ لأنك لا تنظرين إلي». أو أشر إلى عينيك، ببساطة.

3. **اتخذ موضعًا يسهل الاتصال البصري**. أنت تريد أن تجعل طفلك ينظر إليك بأسهل طريقة ممكنة وبأقل جهد ممكن؛ وهذا يتطلب أن تبقي وجهك قبالته ما أمكنك (ولكن ليس أمام وجهه مباشرة)، إذا كان طفلك يلعب على الأرض قد ترغب في أن تنزل أرضًا، وتجلس أو تتمدد بحيث يكون وجهك منخفضًا ما أمكن؛ بحيث لا يضطر هو إلى ثني رأسه صعودًا ليشاهدك. أنت تريد أن تمكنه من أن يخطف نظرة إليك، وإذا كان طفلك يحدق في شيء إلى شماله تستطيع أن تخفض وجهك ما أمكنك بشكل يحاذي الشيء الذي يحدق فيه. مرة أخرى، لا تكن في وجه طفلك مباشرة. وفي الحقيقة، فإن وجود مسافة يمكن أن يكون أكثر فائدة. وإذا احتفظت بهذه المسافة بينك وبين طفلك سيكون من الأسهل عليه أن ينظر إليك؛ لأن عليه أن يحرك رأسه وعينيه بشكل أقل.

4. عندما تعطي شيئًا لطفلك يريده **احمله قريبًا من عينيك**. وينطبق هذا على الطعام، لعبة، عقد أيًّا كان. وعندما تقوم بذلك اسأله: «هل هذا ما تريده؟» أو يمكن ببساطة أن تقول: «هنا كرتك!»»، أو يمكنك ألا تقول شيئًا، وتحمل الشيء قريبًا من عينيك مع تعبير بالإثارة على وجهك.

5. **احتفلْ بالاتصال البصري** في كل مرة تحصل عليه من طفلك. وقد يبدو ذلك مضحكًا في البداية، لكنه مهم جدًّا؛ ففي كل مرة تحصل فيها على اتصال بصري اشكر طفلك أو اهتف له. (دون شك أنت تريد أن يكون هذا الاحتفال ملائمًا لعمر طفلك ومستوى نضجه، وأنت سترغب في أن تكون يقظًا لئلا تصرخ

إذا كان طفلك حساسًا للأصوات). سوف نتحدث عن الاحتفال عمومًا بشكل أكبر في الفصل 11.

وقت النشاط!

خصص خمس عشرة دقيقة من الوقت خلال النهار أو الليل عندما يكون التفاعل مع طفلك واحدًا لواحد، وقد يكون ذلك عندما تحممينها، أو تضعينها في السرير، أو تقرئين لها قصة، أو خلال تناول الوجبة، أو ببساطة تلعبين أو تمكثين معها.

قبل أن تبدأ الجلسة، اكتب في الجدول (4) عدد المرات التي تتوقع أن ينظر فيها طفلك إليك -مباشرة إلى وجهك أو عينيك- خلال الخمس عشرة دقيقة. ولا يهم إذا كنت مصيبًا في تقديرك أم كنت بعيدًا؛ فما هذه سوى البداية لتلحظ الفرق بين توقعك وبين الواقع.

وقبل أن تبدأ تأكد من وجود قلم وورقة لديك. في خلال الخمس عشرة دقيقة سوف تخط علامة على الورقة كلما نظر طفلك إلى وجهك أو عينيك، ليس عليك أن تكون مثاليًّا، ولا تقلق كثيرًا بشأن ذلك، فأنت تحاول الحصول على رقم تقريبي.

بعد انقضاء الخمس عشرة دقيقة اجمع العلامات التي كتبتها وضع الرقم في الخانة الملائمة في الجدول (4).

يمكنك استخدام هذا الجدول كلما أردت؛ فهو مصمم لجعلك تبدأ في التنبه لعدد المرات التي تحصل فيها على اتصال بصري (قد تفاجأ بعدد المرات القليلة التي تحصل عليها فعلًا مقارنة بما توقعته).

الأخبار الجيدة: اتباعك للمبادئ في هذا الكتاب يمكن أن يؤدي إلى نتائج استثنائية في هذا الجانب.

obeikandl.com

	تقديرك المسبق	الرقم الفعلي
عدد المرات التي ينظر فيها طفلك إليك		

الجدول 4

مصادر على الإنترنت

لمزيد من المساعدة المتعمقة للمبادئ والتقنيات في هذا الفصل وللاكتشافات الممتعة يرجى زيارة:

.www.autismbreakthrough.com/chapter6

نقطة البداية

هلل واحتفلْ بأي اتصال بصري تحصل عليه. هذا أول مبدأ مهم لزيادة الاتصال البصري طوعيًّا. يحق لك الفرح والمرح!

obeikandl.com