

موضوع: آموزش خود مراقبتی به کودکان مبتلا به اتیسم در دوران قرنطینه

نگارندگان:

فرید مفیدی (دکتری روانشناسی سلامت /مسئول فنی مرکز اتیسم)
فاطمه کاظمی (کارشناس ارشد روانشناسی بالینی /کارشناس مرکز اتیسم)

مقدمه:

اختلال طیف اتیسم (Autism Spectrum Disorder) یک اختلال عصبی-رشدی است که در سالهای اولیه رشد و در سه سطح نمایان می گردد. مهم ترین علائم آن نقص در برقراری ارتباط، مشکل در تعاملات اجتماعی، وجود الگوهای محدود و تکراری در رفتار، علائق و فعالیتها است. این کودکان به منظور تحریک کردن خود اشیا و یا دستان خود را داخل دهان برده ،که با توجه به شیوع بیماری کرونا، کودکان را در معرض آسیب بیشتری قرار می دهد این بیماری دارای علائمی همچون :تب، سرفه، تنگی نفس، علائم گوارشی و در موارد شدید، عفونت ریه (پنومونی)، سندرم تنفسی حاد شدید، نارسایی کلیه می باشد. این علائم در کودکان اتیسم نیز یکسان بوده و تفاوتی ندارد.

پیشگیری از مشکلات رفتاری

در شرایط فعلی و شیوع بیماری کرونا اوضاع برای یک فرد مبتلا به اتیسم و خانواده او بسیار دشوار تر است . قبل از این شرایط کودک اتیسم طی یک برنامه زمانی مشخص جهت آموزش ،ساعاتی را در خارج از منزل (مراکز روزانه)سپری کرده و شرایط بهتری برای کودک و خانواده فراهم بوده است.

با توجه به شیوع کرونا و فاصله گذاری اجتماعی ،این امکان میسر نبوده و در چنین شرایطی خستگی و تنش های بیشتر ،موجب بهم ریختگی و بیقراری کودک مبتلا به اتیسم می گردد که در این حالت کودکان رفتارهای تکراری و کلیشه ای بیشتری را نشان می دهند. یکی از این رفتارها به دهان بردن اشیا ،بو کردن اشیا، مالیدن

چشم ها، لمس کردن سطوح، رفتارهای خود تحریکی و یا چسبندگی به برخی از اشیاء مورد علاقه کودک می باشد.

به منظور پیشگیری از مشکلات رفتاری لازم است، برنامه منظمی برای این کودکان تعریف گردیده و در یک فضای مشخص و ثابت، آموزش و سرگرمی در غالب بازی های ساده تعاملی، ارتباطی و حرکتی صورت گیرد و در این شرایط با کودکان برای آموزش یا حذف حرکات کلیشه ای بحث نکنید.

سعی کنید که لیستی از علائق او تهیه نموده و آنها را بیشتر در اختیارش بگذارید تا در خانه کلافه نشود و در صورت تکرار یک بازی و یا کارتن ، منعی نداشته و جرو بحثی با وی نداشته باشید.

آموزش به صورت نماد و تصویر

یکی از روش های برقراری ارتباط با کودکان اتیسم، استفاده از نمادهای تصویری می باشد. روش تیچ که یکی از روش های آموزشی برای کودکان مبتلا به اتیسم است. این روش یک روشی با ساختار مشخص و تاکید بر ارتباط بصری و با در نظر گرفتن مکانی خاص و مشخص جهت حفظ تمرکز و آرامش کودک، برنامه ای آموزشی ارائه می گردد به صورتی که فرد قادر به پیش بینی مطالب بوده و از گام بعدی فعالیت آگاه می باشد. همانطور که قبلا گفته شد، کودکان مبتلا به اتیسم از نظر سطح توانمندی های شناختی و زبانی به سطوح مختلفی تقسیم می شوند.

برای گروهی که مهارتهای زبانی کمتری دارند یا در سنین پایین تری هستند آموزش از طریق نمادهای تصویری کمک خوبی برای کنترل رفتار است.

سطح اول:

برای کودکانی که درک و بیان بهتری دارند، هنگام آموزش می توان از روش داستان های اجتماعی استفاده نمود.

سطح دوم

برای کودکانی که در سطح دوم قرار دارند، از مفاهیم انتزاعی تری همچون (مفهوم خراب /درست ،کثیف/تمیز،عصبانی /خوشحال) و استفاده از نمادهای تصویری در حین آموزش می توان استفاده نمود.

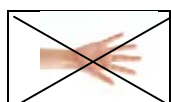
سطح سوم

برای کودکانی که در سطح سوم قرار دارند:

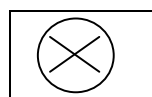
۱-در ابتدا کارهای روزمره همچون (غذا خوردن ،خوابیدن ،WC)،را با تصاویر به او نشان داده و بعد انجام دهید.

یعنی تصویر غذا خوردن را نشان داده و بعد غذا بخورید

دست نزدن را درست کرده و با



ممنوع و

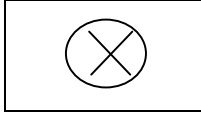
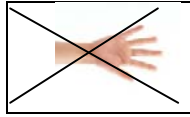


۲-به تدریج نمادهای

کودک تمرین کنید.

تصاویر زیر را تهیه کرده و در جاهای مختلف خانه نصب کنید

به ویژه دو علامت



به بطور مرتب دست های او را با آب و صابون بشویید. و به کودک آموزش دهید.



روش درست عطسه کردن و گرفتن آب بینی را با وی تمرین کنید.



وسایل واسباب بازی هایشان را مرتب ضد عفونی کنید.



-انداختن دستمال مصرف شده در سطل زباله را به وی آموزش دهید.



وسایل و سطوح در دسترس کودک را دائم استریل کنید.



جلوی دست دادن و رو بوسی با اعضای خانواده را بگیرید.