



«روزنه» و افزایش ارتباط و تعامل ②

ویژه مداخلات خانواده محور

مولف: دکتر سید علی صمدی



کتابچه شماره ۲
منابع آموزشی

«روزنه» و افزایش ارتباط و تعامل

ویژه مداخلات خانواده محور در اختلال طیف اتیسم

سرشناسه	: صمدی، سیدعلی، ۱۳۴۳ -
عنوان و نام پدیدآور	: روزنه و افزایش ارتباط و تعامل / مولف سیدعلی صمدی.
مشخصات نشر	: تهران: سازمان بهزیستی کشور، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۲۶ص.
فروست	: ویژه مداخلات خانواده محور در اختلال طیف اتیسم؛ [ج. ۲].
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۶۹-۳۹-۰
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: کودکان در خودمانده
شناسه افزوده	: سازمان بهزیستی کشور
شناسه افزوده	: ویژه مداخلات خانواده محور در اختلال طیف اتیسم؛ [ج. ۲].
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۴ ج. ۲ ص ۷۶۳ / ک / ۵۰۶ R
رده بندی دیویی	: ۶۱۸/۹۲۸۵۸۸۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۱۷۶۰۲۴



روزنه و افزایش ارتباط و تعامل

ویژه مداخلات خانواده محور در اختلال طیف اتیسم

مؤلف: دکتر سید علی صمدی

ناشر: سازمان بهزیستی کشور

اجرا: روابط عمومی و امور بین الملل

صفحه آرا و طراح جلد: مهسا صمدزاده

چاپ اول: ۱۳۹۵

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: اهدایی

تذکر مهم: منظور از «اتیسم» در این متن، تمامی اختلالات قرار گرفته در طیف اتیسم است.

اهمیت ارتباط و اجتماعی شدن

مشکلات مربوط به ارتباط و اجتماعی شدن هسته‌ی اصلی مشکلات و ناتوانی در اتیسم به شمار می‌رود و باید هر چه زودتر مورد توجه قرار گیرد. ایجاد و حفظ توانایی برقراری ارتباط و اجتماعی شدن یکی از دشوارترین چالش‌های روبروی افراد دارای اتیسم و نزدیکان آنان است. علت این است که توان ورود به اجتماع به توانایی برقراری ارتباط معنی‌دار متکی است. افراد دارای اتیسم در برقراری ارتباط با دیگران و یا درک آنان مشکل دارند. این جریان می‌تواند عاملی برای ایجاد سوء تفاهم میان افراد دارای اتیسم و خواهر و برادران و یا سایر افراد فاقد اتیسم مرتبط با آنان باشد.

نکته‌ی مهم ۱:

میان کودکان دارای رشد عادی و کودکان دارای اتیسم از نظر میل برقراری ارتباط، تفاوتی وجود ندارد. تنها موضوع این است که افراد دارای اتیسم برای برقراری ارتباط نیازمند حمایت و یا انعطاف بیشتری از جانب دیگران هستند. چون مشکلات آنان شدید است؛ بنابراین نیازمند بردباری و صبوری بیشتری از جانب دیگران هستند. بهترین راه حل این است که به آرامی اما پشتکار و تداوم بیشتری از این افراد حمایت شود. بدترین کار، ناامید شدن و رها کردن کودک به حال خود است.

نکته‌ی مهم ۲: تعدادی از کودکان دارای اتیسم ممکن است بعضی از فعالیت‌های پیشنهادی در این کتابچه را دوست نداشته باشند. در صورت بروز چنین حالتی فرزندان را مجبور به انجام آن فعالیت نکنید.

علت اهمیت توانایی ارتباط و اجتماعی شدن این است که:

- * به سازگاری فرد کمک می‌کند.
- * درک الگوها و نقش‌های قابل قبول برای زندگی در جامعه را ممکن می‌سازد.
- * نیازهای اجتماعی فرد مانند تعلق به گروه و فرهنگ و جامعه را تامین می‌کند.

نکته‌هایی درباره‌ی ارتباط و اجتماعی شدن

با استفاده از توصیه‌های زیر می‌توانید در برقراری ارتباط و سازگاری اجتماعی به فرزندان کمک کنید:

* تا زمانی که کودکان کم سن و کوچک است فرصت‌هایی برای بازی وی با سایر بچه‌ها به وجود آورید؛ حتی اگر به نظر می‌رسد کودکان درک چندانی از این کار ندارد و بودن با دیگر کودکان را درک نمی‌کند؛ این کار باعث می‌شود این افراد فرصتی برای کسب مهارت‌های اجتماعی را در جهان واقعی تجربه کنند.

* کودکان را به شیوه‌ی غیر مستقیم تقویت کنید تا با سایر کودکان بازی کند. سعی کنید میان فعالیت‌های انفرادی و مورد علاقه‌ی او و فعالیت‌های گروهی ارتباطی برقرار کنید. همراه با این کار سعی کنید که وسعت فعالیت را نیز گسترش دهید. مثلاً اگر فرزندان پriding روی ترامپولین را دوست دارد، همراه با سایر کودکان او را به پرش روی ترامپولین ببرید.

* پس از آن که فعالیت‌ی را نشان دادید و یا از کودکان خواستید که سایر کودکان را در ضمن انجام آن فعالیت مشاهده کنند، به وی فرصتی دهید تا فعالیت را جذب کرده و پیش از اجرا بتواند آن را پردازش کند. این کار زمان می‌برد، یک روز، یک هفته و یا شاید بیشتر، تا اطلاعات جذب شود.

* کودکان دارای اטיسم دوست دارند تا رفتارهای جدید را از فاصله‌ای امن مشاهده کنند، پس از آن است که آنان برای اجرای عملی آماده می‌شوند. به یاد داشته باشید که یک فعالیت را زود تمام شده فرض نکنید. ممکن است برای کسب احساس امنیت و آشنا شدن با موضوع و متعاقب آن برای لذت بردن و اجرای آن، کودک دارای اטיسم نیازمند زمان باشد.

* به آرامی و با وضوح کامل سخن بگویید و پیش از تکرار درخواست خودتان، اندک زمانی مکث کنید.

* اطلاعات زیادی را به یکباره به فرد ارایه ندهید و تصور نکنید که اگر واکنش ندیدید، یعنی کودکان صدای شما را نشنیده است. ممکن است در حال پردازش گفته‌های شما باشد و تکرار درخواست شما باعث شود که برای درک آن مانند کامپیوتر، نیازمند راه‌اندازی (بوت شدن) مجدد و شروع فرآیند از اول باشد.

* اگر پس از گذشت زمانی طولانی واکنشی نشان نداد، مجدداً گفته‌ی خود را تکرار کنید اما به یاد داشته باشید که سرعت پردازش آن‌ها همیشه کند است، هرچند سطح ادراک آنان بیشتر از چیزی است که شما تصور می‌کنید. هر کوشش ارتباطی را پاداش داده و تقویت کنید و برای تشویق از لبخند و صحبت استفاده کنید و آب نبات را به عنوان یک تقویت کننده‌ی دائم فراموش کنید.

* مشارکت در انجام فعالیت‌های حمایتی را تشویق کنید. حمایت گروهی برای کودکان دارای اטיسم دشوار است، اما می‌توان حمایت‌های انفرادی را در ضمن انجام فعالیت‌هایی مانند شنا کردن، بالا و پایین پریدن روی تشک فتری، تشک نرم و دویدن ارایه کرد. در صورتی که افراد دیگری در کنار شما باشند،

کودکتان می‌تواند به طور غیر مستقیم در فعالیت گروهی درگیر شود بدون این‌که لازم باشد با همه تعامل کند.

* در ابتدای برنامه‌ی حمایتی، کودک را به برقراری ارتباط چشمی مجبور نکنید. برای کودکی دارای اختلال در پردازش، برقراری این شیوه از ارتباط بسیار دشوار است و نیازمند گام‌هایی است که در ادامه توضیح داده می‌شوند.

شیوه‌ی برقراری ارتباط فرزندان را بشناسید

آیا می‌دانید فرزندان چگونه ارتباط برقرار می‌کند؟ ممکن است فرزند شما برای برقراری ارتباط یکی از راه‌های زیر را به کار ببرد:

- جیغ بکشد و گریه کند.
- خود را به افراد و اشیائی که دوست دارد بچسباند و یا از دیگران دور شود.
- از حالت بدن و یا حالت چهره برای برقراری ارتباط استفاده کند.
- دستش را به‌طور باز شده به سمت چیزهایی که می‌خواهد دراز کند تا فرد دیگری بیاید و نیازش را برآورده کند.
- دست والدین را به سمت چیزی که می‌خواهد بکشد.
- فقط به چیزی که می‌خواهد نگاه کند.
- به چیزی که می‌خواهد نگاه کند و دستش را به سمت آن دراز کند و سپس به سمت شما برگردد.
- از طریق عکس ارتباط برقرار کند.
- از کلام انعکاسی استفاده کند. یعنی این‌که کلام دیگران را همان‌طور که می‌شنود، تکرار کند.

برای افزایش توان برقراری ارتباط باید به نکات زیر توجه کرد:

- افزایش توانایی برقراری ارتباط چشمی
- افزایش سطح توجه
- توانایی تقلید
- درک اصول مربوط به رعایت نوبت
- توانایی گوش دادن
- انجام بازی‌های صدادر

ارتباط چشمی

اغلب کودکان دارای اتیسم ارتباط چشمی برقرار نمی‌کنند و یا دنبال کردن اشیا و افراد را با چشم انجام نمی‌دهند. ارتباط چشمی به کودک و والد در انجام تجربه‌ای واحد با یکدیگر کمک می‌کند. این کودکان برای برآوردن خواسته‌هایشان ممکن است ارتباط چشمی برقرار کنند، به این معنی که فقط برای دریافت چیزی مانند غذا و یا نوشیدنی ارتباط چشمی برقرار می‌نمایند.

ارتباط چشمی پایه‌ای برای موارد زیر است:

- نگاه به خارج از خود
- توجه دو جانبه
- اجتماعی شدن
- یادگیری
- درک حالت‌ها و احساسات طرف مقابل (شاد است، خشمگین است و...)

فعالیت‌هایی که ارتباط چشمی را تشویق می‌کند:

• ردیابی با استفاده از نگاه

(ابزارهای مورد استفاده: جغجغه، بادکنک، حباب‌ساز و ...)

می‌توانید توجه کودک را با استفاده از قرار دادن یک لگو و یا اسباب‌بازی مورد علاقه او مانند جغجغه، نزدیک صورتتان به منظور تسهیل برقراری ارتباط چشمی هرچند کوتاه مدت با شما به خود جلب کنید. در هر حال می‌توانید کاری کنید که او به دلخواه خود وارد دنیای شما شود و این گامی به سوی تعامل دوجانبه است.

انجام بازی‌های مورد علاقه‌ی کودک مانند بازی با بادکنک و حباب‌ساز. این دو ابزار معمولاً بسیار مورد توجه کودکان هستند. این کار باعث می‌شود تا کودک این موارد و چهره‌ی شما را که نزدیک به این‌ها است (در ضمن یادکردن و یا فوت کردن) نگاه کند.

• جلب توجه کودک

ممکن است فرزندان به چیزهای غیر عادی نگاه کند مثلاً عطسه کردن و یا خمیازه کشیدن شما و یا مواردی اغراق شده. البته باید به یاد داشته باشید که فعالیتتان خیلی سروصدا نداشته باشد.

• اسباب‌بازی‌های متحرک یا صدا دار

(ابزارهای مورد استفاده: ماشین، سوت و ...)

اسباب‌بازی‌های دارای حرکت مخصوصاً حرکت‌های ناگهانی مانند ماشین کنترل‌دار و عروسک‌های جهنده می‌تواند برای جلب توجه کودک و ردیابی بصری وی مورد استفاده قرار گیرد.

به علاوه به صدا درآوردن وسایلی مانند بوق‌هایی که در جشن تولد یا مهمانی‌ها از آن استفاده می‌شود می‌تواند باعث شود که فرزندان به شما توجه کند. سوت می‌تواند برای تشویق کودک در نگاه کردن به صورت شما مورد استفاده قرار گیرد. یک اسباب‌بازی انتخاب کنید و از آن صدا در آورید. صدا را قطع کنید و پیش از آن که مجدداً اسباب‌بازی را به صدا درآورید. چند لحظه مکث کنید و منتظر عکس‌العمل کودک باقی بمانید.

• دالی بازی و بگرد و پیدا کن

دالی را می‌توان از پشت مبل و پرده، دیوار و در و یا هر چیزی که بتوان پشت آن قایم شد شروع کرد. این بازی برای برقراری ارتباط بین والد و کودک سال‌هاست که استفاده می‌شود. بگرد و پیدا کن هم از مراحل ساده مانند کشیدن پارچه روی اسباب بازی و یا موضوع مورد توجه کودک شروع می‌شود و به پنهان کردن در محل‌های مشخص و نامشخص منتهی می‌شود.

• کاغذهای رنگی (با استفاده از پانچ و یا سوراخ کن) پرهای رنگی

مسیر دید فرزندان را در نظر بگیرید و پرهای رنگی، خورده‌های کاغذ رنگی و یا موارد مشابه را که به آرامی پایین می‌آیند و انعکاس‌های مختلف نور و یا رنگ را از خود نشان می‌دهند در محدوده‌ی دید فرزندان رها کنید تا به زمین بریزند و یا فوت کنید و یا جلوی پنکه قرار دهید که به هوا بروند.

• استفاده از الک، آرد و کاغذ مشکی

یک کاغذ و یا مقوای دارای رنگ تیره انتخاب کنید و با استفاده از الک مقداری آرد را از ارتفاعی که کودک ببیند بر روی آن الک کنید. پس از جلب

توجه کودک در مراحل بعدی می‌توانید تصویرهایی از کاغذ بریده شده را بر روی کاغذ سیاه قرار داده و با برداشتن آن پس از پاشیده شدن آرد الک شده بر روی کاغذ، توجه کودک را به موارد دیگر نیز بکشانید.

• استفاده از موسیقی و شعر

کودک دارای اتیسم اغلب نسبت به موسیقی از خود واکنش مثبت نشان می‌دهد. همراهی با آواز و تکمیل کردن جملات ناتمام شعر می‌تواند بسیار برایش جذاب باشد و با استفاده از حرکت لب شما برای یادآوری و اتمام شعر هم‌زمان به چهره‌ی شما نیز بیشتر دقت کند.

• توپ‌بازی با توپ کوچک

وقتی توپ‌بازی می‌کنید مثلاً بازی ساده‌ای مانند بگیر و بنداز، که در آن تنها کافی است که فرد توپ را گرفته و مجدداً به سمت پرتاب کننده بیندازد، پیش از پرتاب توپ منتظر بمانید تا فرزندتان به صورت شما نگاه کند و یا توپ را پشت سرتان نگه دارید تا فرزندتان به شما نگاه کند. اگر فرزندتان به شما نگاه نمی‌کند، کار خنده‌دار و یا با مزه‌ای انجام دهید (مثلاً توپ را روی سرتان بگذارید). در این بازی به جای توپ می‌توانید از چیزهای دیگری مانند عروسک شنی، کیسه‌ی کوچک لوبیا و یا شن و یا چیزهای مشابه استفاده کنید.

افزایش سطح توجه

یکی از مشکلات این گروه از کودکان عدم توجه به مواردی است که اغلب کودکان دارای رشد عادی به آن توجه می‌کنند. مشکل توجه گاه به اندازه‌ای برجسته است که کودک به اشتباه تشخیص بیش‌فعالی و کمی توجه دریافت می‌کند. اهمیت توجه در این است که به کودک کمک می‌کند تا توانایی‌های زیر را بیاموزد:

- یادگیری
- انجام تکالیف محول شده
- بازی کردن
- یادگیری نقش‌های اجتماعی

برای تقویت توان توجه کودک می‌توان فعالیت‌های زیر را انجام داد:

• بادکنک بازی

- بادکنک‌ها را باد کنید و بعد بدون آن‌که ته آن‌ها را گره بزنید رهاشان کنید. این کار باعث ایجاد صدای جالب توجهی می‌شود. باز این کار را انجام دهید و سعی کنید که بادکنک رها شده را بگیرید.
- بادکنک‌های باد کرده را پیچانید و از آن‌ها اشکال مختلف بسازید و رویشان صورتک‌های مختلف بکشید.
- بهتر است که از یک بادکنک شروع کنید زیرا تعداد زیاد آن می‌تواند باعث پریشانی و اختلال در توجه فرزندان نشود.
- می‌توانید درون بادکنک آب بریزید که آن را سنگین‌تر می‌کند.

- یا با استفاده از روزنامه‌ی خیس خورده روی بادکنک ماسک درست کنید و پس از آن در صورت علاقه‌ی کودک، رنگشان کنید.
- با ریختن آرد در درون بادکنک با استفاده از قیف می‌توان اسباب‌بازی‌ای انعطاف‌پذیر که به راحتی شکل‌های مختلف به‌خود می‌گیرد بسازید.
- خلاقیت به خرج دهید و کارهای دیگری را که می‌شود با استفاده از بادکنک برای جلب توجه فرزندان انجام دهید کشف کنید.

توجه:

هرگز فرزندان را با یک بادکنک و بدون نظارت تنها نگذارید، زیرا ممکن است با در دهان گذاشتن و قورت دادن آن خطری جدی برای سلامتی خود ایجاد کند.

• استفاده از ظروف و کاسه‌های خالی ماست، بستنی و سایر مواد در اندازه و رنگ‌های مختلف

خلاقیت به خرج دهید و کارهای مختلفی با این وسایل در دسترس و ارزان قیمت انجام دهید. با استفاده از این وسایل که اغلب در رنگ‌ها و اندازه‌های مختلف ساخته می‌شوند، می‌توان چیزهایی مختلف ساخت.

برای نمونه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ساخت خانه در اندازه‌های مختلف
- قرار دادن اشیاء کوچک در درون آن‌ها برای انجام بازی بگرد و پیدا کن به منظور افزایش توجه و تقویت حافظه.

- می‌توان اشیاء هم‌رنگ با آن‌ها را یافت و در درون آن‌ها قرار داد تا از این طریق همسانی و ارتباط رنگ‌ها با یکدیگر تقویت شوند.
- در زمان حمام کردن کودک با آن‌ها در حمام، بازی کرد و با استفاده از شیء سنگینی که در درون آن قرار داده می‌شود (مثلا سنگ) کاری کرد که تعدادی به زیر آب بروند و تعدادی روی آب بمانند.
- با استفاده از آن‌ها می‌توان در هنگام ماسه بازی قلعه ساخت. می‌توان آن‌ها را به راحتی شست و تمیز کرد و یا در جاهای مختلف خانه پنهان کرد و بازی بگرد و پیدا کن دیگری ترتیب داد.

• مهره‌های رنگی و یا قرقره‌های خالی نخ

می‌توان از این مهره‌ها و یا قرقره‌های خالی و رنگ شده گردنبند، دستبند و یا آویزهای مختلف ساخت. می‌توان آن‌ها را بر اساس رنگ، شکل و یا اندازه تقسیم‌بندی کرد. می‌توان آن‌ها را درون شیشه‌های خالی مربا ریخت و تکان داد. می‌توان از آن‌ها الگوهای تکراری ترتیب داد، مثلا قرمز و آبی و باز قرمز و آبی و باز هم قرمز و آبی. می‌توان آن‌ها را در جیب گذاشت و پنهان کرد و از کودک خواست تا آن‌ها را پیدا کند.

توجه:

مهره‌ها و مواد رنگی و جذاب کوچک جزو مواردی هستند که احتمال دارد فرزندان آن‌ها را قورت دهد. بنابراین هیچ‌گاه بدون نظارت و حضور خود و یا شخص دیگر از مهره‌ها استفاده نکنید و اجازه ندهید که فرزندان بدون نظارت با مهره‌ها بازی کند.

• بازی‌های لمسی با استفاده از کیسه و جعبه

اسباب‌بازی مورد علاقه‌ی فرزندان را در درون جعبه و یا کیسه‌ای که آماده کرده‌اید بگذارید. به آرامی در جعبه و یا سر کیسه را باز کنید و از فرزندان بخواهید دستش را در درون جعبه یا کیسه کرده و اسباب‌بازی مورد علاقه‌اش را لمس کند و سپس آن را بیرون آورده و با آن بازی کند.

اشیاء مورد علاقه می‌تواند موارد زیر باشد:

یک تیله، یک مهره‌ی رنگی که کودک دوست دارد، یک عروسک دستکشی، یک عروسک شنی یا کیسه‌ی کوچک شنی، خمیر بازی و یا یک خوردنی مورد علاقه‌ی کودک مانند سیب، شکلات و یا آب نبات.

هر مورد را همراه با کودک خود کشف کنید و همراه با وی از این کشفیات اظهار هیجان کنید. اظهار هیجان باید بی‌صدا و با استفاده از حرکات بزرگ‌نمایی شده‌ی صورت انجام گیرد. این کار هم‌زمان باعث می‌شود کودک به چهره‌ی شما نیز توجه کند.

برای تقویت توانایی توجه کودکان این فعالیت‌ها را انجام دهید:

- لگو بازی

- حل کردن پازل‌های مختلف از ساده به دشوار

- جعبه‌هایی با سوراخ و یا شکافی برای انداختن اشیاء در درون آن

- کتاب مصور و آواز و شعر

- نقاشی کردن (با استفاده از انگشت، دست، بر روی مواردی مانند تخته‌ی

سفید، تخته‌ی مغناطیسی و با استفاده از گچ و ماژیک و یا مداد شمعی و یا

مداد رنگی و هر چیزی که بتواند اثری از خود به‌جا بگذارد).

تقلید

بیشتر کودکان با استفاده از تقلید نحوه‌ی تعامل با دیگران را یاد می‌گیرند، اما در کودکان دارای اتیسم، این توانایی‌ها بر اساس چنین شیوه و برنامه‌ای توسعه نمی‌یابد.

در زمینه‌ی تقلید می‌توان به کودک دارای اتیسم که حساسیت شنیداری دارد و صداها باعث درد او می‌شوند، با استفاده از ضبط صوت کمک کرد. این کار به او اجازه می‌دهد تا صداها را تقلید کند. به تدریج با افزایش حجم و بلندی صدا، آن را به سطح قابل تحملی برای گوش کودک برسانید. با استفاده از تقلید می‌توان موارد زیر را در کودک ایجاد کرد:

- یادگیری نقش‌های مورد قبول اجتماعی
- یادگیری‌های مختلف (مهارت‌های درسی و شناختی)
- درک شیوه‌های مناسب برای برقراری ارتباط

فعالیت‌هایی که باعث تقویت توانایی تقلید می‌شوند:

- درخواست از کودک برای انجام کار و تقویت او بلافاصله پس از انجام کار
- کار ساده‌ای مانند لمس بینی‌تان را انجام دهید و از کودکان بخواهید این کار را تکرار کند. این درخواست را ساده بگویید. مثلاً: «این کار بکن». کم‌ترین کوشش فرد برای تقلید را بلافاصله تقویت کنید. سعی کنید از فعالیت‌هایی که کودکان به‌طور معمول انجام می‌دهد، تقلید کنید. این کار باعث جلب توجه و یا تعجب کودک می‌شود؛ زیرا والدین اغلب دستور می‌دهند که کودک این فعالیت را انجام ندهد، اما شما کار او را تکرار می‌کنید.

• تقلید از بازی کودک

اگر فرزندان برای بازی از وسایل کوچک مانند ماشین‌های کوچک، لگو یا مهره استفاده می‌کند، از او تقلید کنید. مثلاً دو لگو بردارید و همانند فرزندان کاری را که وی انجام می‌دهد انجام دهید، مثلاً آن‌ها را مانند او به‌هم بزنید و یا مانند او پشت سر هم ردیف کنید. اگر تقلید از شما برایش دشوار است می‌توانید با گرفتن دست، او را برای انجام کار کمک کنید. تغییرات کوچک و اندکی در فعالیت و یا حرکات آن ایجاد کنید و توجه داشته باشید که آیا کودک از شما تقلید خواهد کرد یا خیر. مثلاً در هنگام بالا و پایین پریدن دست‌هایتان را تکان دهید و یا لگوها را یک دور بچرخانید و بعد باز به‌هم بزنید و یا فعالیت مشابه با آن انجام دهید.

• تقلید از صداها و شکل‌هایی که کودک از خود در می‌آورد

اغلب کودکان دارای اِتیسم برای تحریک خود، صداهایی مانند: «ایی ی ی ی» از خود در می‌آورند. می‌توانید از این صداها برای آموزش تقلید به کودکان استفاده کنید. پس از این که کودک از خود صدا درآورد، شما نیز آن را تکرار کنید و منتظر بمانید تا کودک مجدداً این صدا را از خود در بیاورد. این کار را ادامه دهید تا کودک متوجه جریان شود. پس از آن تغییراتی در صداهایی که از خود در می‌آورد ایجاد کنید و منتظر واکنش کودکان بمانید. در صورتی که کودک متوجه جریان رفتار شما شد، صداهای خنده‌دار از خود در بیاورید. صداهایی که با استفاده از حروف صدادار ایجاد می‌شوند برای تقلید بسیار ساده و آسان هستند (صداهایی مانند: هاهاهاها یا هوهو، هه‌هه‌هه و...). انتظار نداشته باشید که فرزندان از صداهایی که در می‌آورید کاملاً به درستی تقلید کند.

سعی کنید شکلک‌ها و صداهایی را انتخاب کنید که فرزندان به آن‌ها علاقه‌مند است. به هر صدایی که فرزندان در می‌آورد، واکنش نشان دهید و از آن تقلید کنید. به این ترتیب، شما پایه‌های تقلید را در کودک خود ایجاد می‌کنید.

رعایت نوبت

رعایت نوبت از جمله مواردی است که در رشد توانایی‌های ارتباطی و اجتماعی و حضور در جامعه نقش بسیار مهمی دارد و برای موارد زیر مهم است:

- تقویت مهارت‌های مربوط به توجه شنیداری

- تقویت بیان خواسته‌های خود به شیوه‌ای صحیح و قابل قبول

- تقویت توان انجام تعامل اجتماعی

- ادراک قواعد مکالمه و برقرار ارتباط دوجانبه

فعالیت‌هایی که باعث تقویت مهارت رعایت نوبت می‌شوند:

• درک مفهوم نوبت

فرزندان باید پیش از همه برای درک رعایت نوبت، فعالیت «دادن و گرفتن» را بیاموزد. مثلاً اگر فرزند شما نمی‌خواهد اسباب‌بازی مورد علاقه‌اش را رها کند، به وی اسباب‌بازی دیگری پیشنهاد کنید و تنها زمانی اسباب‌بازی را به وی بدهید که وسیله‌ی مورد نظر شما را به شما برگرداند. این کار مفهوم گرفتن و دادن را به فرزند شما آموزش می‌دهد.

• توپ و عروسک‌های شنی

روبروی کودک خود بنشینید و سعی کنید که عروسک شنی و یا توپ را برای یکدیگر پرتاب کنید.

• ماشین و اسباب‌بازی کوکی

عروسک و یا ماشین کوکی را به سمت یکدیگر بفرستید. برای انجام این کار باید روبروی هم قرار گیرید. می‌توانید ماشین‌های غیر کوکی را نیز با این کار، به سمت یکدیگر بفرستید (البته روی یک میز صاف و یا کف زمین سنگ و یا پارکت شده).

• جعبه‌ی دارای سوراخ

سعی کنید به نوبت چیزهایی مانند ژتون و یا وسایل مختلف را از داخل سوراخ جعبه‌ای که درست کرده‌اید، در درون جعبه بیندازید.

• توپ و یا قرقره‌های خالی

به ترتیب و با رعایت نوبت توپ و یا قرقره‌های خالی را از روی یک سطح شیب‌دار به پایین قل دهید.

• اسباب‌بازی‌های جهنده

سعی کنید با رعایت نوبت دکمه‌ی مربوط به جهیدن عروسک از درون جعبه و یا پرتاب موشک را فشار دهید.

• گذاشتن مهره یا حلقه در درون میله

سعی کنید که به نوبت، مهره‌ها یا حلقه را در درون میله قرار دهید. با انجام هر بار بگویید: «یکی تو، یکی من».

• ورق زدن کتاب عکس‌دار بزرگ

به نوبت صفحه‌ی کتاب را ورق بزنید. پیش از ورق زدن به کودک یادآوری کنید که نوبت کیست. این کار را می‌توان با استفاده از کارت رعایت نوبت انجام داد که در آن در هر طرف کارت، تصویر یک فرد قرار دارد. یک طرف تصویر کودک و طرف دیگر تصویر والد. هر بار که می‌پرسید: «نوبت کیست؟» تصویر مورد نظر را به سمت کودک برگردانید و بگویید: «نوبت توست و یا نوبت منه».

در بعضی از بازی‌های دو طرفه مانند ورق زدن کتاب و یا بازی ساخت برج با لگو، یا داشتن یک اسباب‌بازی کوچک که نشان می‌دهد نوبت کیست، می‌توان به فرد کمک کرد. اسباب‌بازی در کنار هر کسی قرار داشته باشد نوبت وی است تا کار را انجام دهد.

گوش دادن

توسعه و گسترش ارتباط با فرد دیگر با استفاده از انجام فعالیت‌های مشترک مختلف، نیازمند توانایی و مهارت گوش دادن فعالانه و توجه به گفتار طرف مقابل و تقسیم کردن نیازها و خواسته‌ها است.

گوش دادن برای موارد زیر دارای اهمیتی ویژه است:

- افزایش میزان توجه و سطح آگاهی
- توانایی تمرکز بر روی یک موضوع
- درک گفتار و کلام دیگران
- افزایش سطح پذیرش اجتماعی

نکته:

دو نشانگر مهم برای حصول اطمینان دیگران از این که شما به حرف‌هایشان گوش می‌دهید، یکی ارتباط چشمی است و دیگری برگرداندن بدن به سمت فرد گوینده و روی کردن به وی است.

فعالیت‌هایی که گوش دادن را تقویت می‌کند:**• به صدا درآوردن اشیاء و وسایل مختلف**

- به صدا درآوردن اشیاء مختلف با توجه به آستانه‌ی حساسیت کودک. مثلاً به‌هم زدن قاشق‌های چوبی، در قابلمه و قاشق‌های فلزی، دبه‌های پلاستیکی، جعبه‌ی خالی بیسکویت، طبل اسباب‌بازی و یا دایره‌ی زنگی.

- مقداری شیرینی ریز رنگی روی در جعبه‌ی خالی بیسکویت بپاشید و سپس روی در جعبه ضربه بزنید. شیرینی‌های ریز شروع به بالا و پایین پریدن می‌کنند و باعث جلب توجه فرزندان می‌شوند. می‌توانید کارهای مشابهی با اشیاء ریزی مانند دکمه و تکه‌های دستمال کاغذی انجام دهید.

• استفاده از سازهای بادی (یا چیزهایی که در آن دمیده می‌شود و صدا

ایجاد می‌کند)

سوت/ سازدهنی/ فلوت/ شیپور و ترومپت اسباب‌بازی.

• چیزهایی که در زمان تکان داده شدن صدا تولید می‌کنند

اشیاء و وسایل مختلفی را به این منظور می‌توانید به کار بگیرید. برای مثال: از شیشه‌ی خالی مربا و قوطی حلبی خالی که در آن چایی و قهوه می‌ریزند،

برای ایجاد صدا می‌توان استفاده کرد. این کار دو سودمندی دارد: نخست باعث می‌شود چیزی لمس شود و آنگاه صدایی شنیده شود. در صورتی که در جعبه و یا قوطی خالی شده به راحتی باز نشود و یا در به آن چسبیده باشد، می‌توان با استفاده از یک چاقو و یا شیء تیز برشی ایجاد کرد و مواد ریزی مانند برنج خشک و یا ماش را در درون آن ریخت و تکان داد تا صداهای مختلف ایجاد شود. ظروف دردار مختلف (در پیچی و یا در ثابت، صداهای مختلفی ایجاد می‌کنند). اگر ظروف مورد استفاده‌ی شما پلاستیکی باشند، فرزند شما می‌تواند در زمان تکان دادن ظرف، حرکت اشیاء را نیز ببیند. استفاده از انواع بازی‌های صدادار مانند: استفاده از اسباب‌بازی‌های صدادار (موسیقی‌دار)، تقلید و اجرای صدای وسایل نقلیه، تقلید صدای حیوانات و مشاهده‌ی تصویر آن‌ها، بازی بایست و حرکت کن با موسیقی و یا کف زدن، خواندن شعرهای پیش‌دبستانی و انجام بازی‌های گفتاری.

توجه:

همیشه به یاد داشته باشید که در زمان عدم حضور خود و یا فرد دیگر، اشیاء کوچک را از دسترس فرزندان دور نگه دارید. عدم دقت در این مورد ممکن است باعث بروز حادثه شود.



سازمان بهداشت و آموزش پزشکی

معاونت امور توانبخشی
دفتر امور توانبخشی روزانه و توانپزشکی
۱۳۹۵

www.behzisti.ir