



# كيف تساعد الطفل ذوي التوحد على مواجهة التغيير؟

ياسر الفهد  
والد شاب توحدى



# الطفل ذوي التوحد ومقاومة التغيير



- يعرف الأطفال ذوي التوحد بمقاومة التغيير، وبتلك الخاصية تواجه الأسرة مشاكل جمة في عملية التغيير حتى وإن كانت بسيطة.
- سنستعرض هنا 6 خطوات تسهم في جعل الطفل ذوي التوحد يواجه التغيير ويتقبله.

# ١- التزم بالروتين



- التزم بالروتين قدر الاستطاعة حيث أن الأطفال ذوي التوحد يميلون إلى الروتينية.
- عادة ما تحدث المشاكل عند تغيير الجدول الزمني المنظم.
- من الناحية المثالية للتعامل مع الأطفال ذوي التوحد يجب عليك أن تجدول أوقات الأعمال مثل: وقت الوجبات، وقت النوم ... إلخ
- حاول تجنب تغيير الروتين إلا في حالة الضرورة القصوى.

## 2- أخبر الطفل بجدوله لليوم التالي

Evening Schedule		
	Go Potty	
	Take Shower	
	Get in PJ's	
	Take Medicine	
	Brush Teeth	
	Get in bed	


- أخبر الطفل ذوي التوحد عن جدوله لليوم التالي والتوقعات خصوصاً إذا كان هناك تغيير في خطة الجدول لا بد منه.
- قم بتكرار ما قلته بأوجه مختلفة حتى يتفهم الطفل ذلك. على سبيل المثال إذا كنت ستقود سيارتك وتذهب بالطفل إلى المدرسة: قل له قبل الذهاب به أنت ذاهب إلى المدرسة ثم قل له مرة واحدة أنه ذاهب إلى مكان (محدد) بعد المدرسة، وعند ركوبه للسيارة قل له: أنت ذاهب إلى مكان (محدد) بعد المدرسة.
- قم بتنبيه الطفل مرة أخرى عند نزوله للمدرسة، أنت ذاهب إلى مكان (محدد) بعد المدرسة.

### 3- أعرض صور المكان الذي أنت ذاهب له



• أعرض صور المكان الذي أنت ذاهب له مع الطفل ذوي التوحد.

• إذا كنت ذاهب إلى البقالة، جهز صور البقالة مسبقاً عن طريق التقاطها وطبعها.

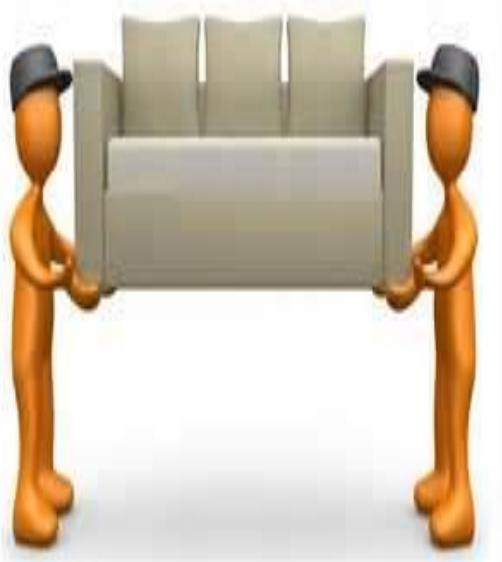
• معظم الأطفال ذوي التوحد بصريين، وباستخدام الصور للأماكن التي ترغب الذهاب إليها معهم يساعدون على الاستعداد للمكان الذي سيدهبون إليه إذا كان خارجاً عن روتين حياتهم العادية.

## ٤- أعرض صور الضيوف الذين سيزورونكم



- أعرض صور الضيوف الذين سيقومون بزيارتكم.
- على سبيل المثال بدلاً من أن تقول للطفل: أن جدته وجده سياتون لزيارتنا، أعرض صورهم أثناء شرح الخطة للطفل.

## 5- أعرض للطفل أنك تخطط للتغيير



- التغيير على سبيل المثال في الأثاث أو الممتلكات الخاصة بالمنزل أو البيئة التي يعيش فيها الطفل يكون مزعجاً جداً للطفل ويسبب له القلق خصوصاً إذا كان مفاجئاً.
- قم بإخبار الطفل أثناء عملية ترتيب للأثاث وتغييره بأن تقوم بالتغيير أو إعادة الترتيب لكي يتفهم الوضع دون قلق.
- على سبيل المثال: قم بسؤال الطفل قبل التغيير: ما رأيك لو قمنا بتحريك الكتبة إلى الجهة الأخرى؟

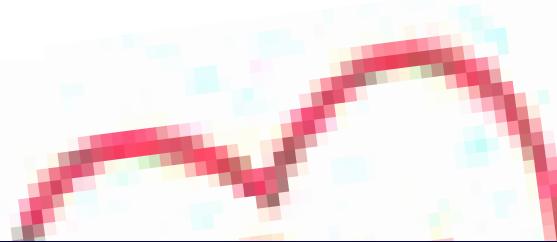
## 6- تجاهل أي سلوك سلبي نتيجة للتغيير

• تجاهل أي سلوك سلبي يظهره الطفل ذوي التوحد كنتيجة للتغيير.

• يجب أن يتعلم الطفل مواجهة التغيير على الرغم من صعوبة ذلك.

• لا تلوم الطفل .. لا توبخ الطفل .. لا تصرخ في وجه الطفل .. فقط تذكر بأن الطفل ذوي التوحد لديه صعوبة في التعامل مع التغيير.





# شكراً لحسن متابعتكم

