



Autism
مركز تخصصي اتيسم ايران

اتيسم و يکپارچگی حسی

مجموعه کتابچه های زرد





- مجموعه کتابچه های نارنجی
- تجارب و راهکارهای مربوط به خانواده، افزایش اطلاع رسانی به جامعه
- مجموعه کتابچه های آبی
- تکنیک های روانشناسی در حوزه اتیسم
- مجموعه کتابچه های زرد
- تکنیک های کار درمانی
- مجموعه کتابچه های سبز
- تکنیک های گفتار درمانی
- مجموعه کتابچه های قرمز
- تکنیک های مربوط به مهارت آموزی، حرفه آموزی، استقلال و ... در افراد طیف اتیسم
- مجموعه کتابچه های خاکستری
- آشنایی با مغز و آگاهی از بخش ها و عملکردهای مختلف آن در افراد طیف اتیسم

همه ما می دانیم که کودک طیف اتیسم نیازها و مشکلات خاصی دارد. یکی از این مشکلات، ناکارآمدی های حسی است. یک کودک طیف اتیسم بنا به مشکلات ثبت حسی، درگیر یک سری رفتارهای حسی می باشد. برای مثال در این کودکان به دلیل ثبت پایین درون داد های حس بینایی، رفتارهایی از قبیل خیره شدن به نور، تماشای محیط از گوشه چشم، تکان دادن دست جلوی چشم ها و... دیده می شود.

در ذهن اکثر والدین کودکان طیف اتیسم سوالاتی مطرح است مانند اینکه چرا کودک ما دائماً می چرخد، مدام حرکت های پرشی دارد، به صداهای بلند واکنش های شدید نشان می دهد و...، به دنبال آن راه حل های مقابله با این رفتارها را از کارشناسان جویا می شوند. در پاسخ به این سوالات رایج می بایست توضیح مختصری در خصوص فرآیندهای ثبت حس ها بیان نمود.

زمانی که یک محرک حسی به یکی از حواس پنجگانه وارد می شود، آن محرک توسط گیرنده های مربوط به هر حس تبدیل به درون داد حسی می شود که پس از عبور از یک سری مسیرهای عصبی، در پایان به منطقه مربوط به آن حس در مغز ختم می شود، که به این فرآیند "ثبت حسی" می گویند

حال اگر کودکی در فرآیند ثبت حسی دچار اختلالاتی شود، به طبع به محرک های محیطی پاسخ متفاوتی خواهد داد؛ زیرا اختلال در ثبت باعث بروز ادراکات

نامناسب می شود و به دنبال آن، فرآیندهای شناختی نیز به مشکل برخورد خواهد خورد.

در کودک عادی ثبت حسی در دامنه ی نرمال قرار دارد و در واقع مکانیسم تعدیل حس ها به درستی وارد عمل می شود. اما در کودک طیف اتیسم، ما شاهد ثبت حسی متفاوتی هستیم که براساس یکی از مدل های حسی در چهار گروه طبقه بندی می شوند.

گروه نخست کودکانی هستند که ثبت حسی پایینی دارند و محرک حسی، آنها را به راحتی تحریک نمی کند. ولی آن ها خود به طور فعال به دنبال محرک های حسی هستند تا خود را تحریک کنند. در واقع آن ها حس طلب (sensory seeking) هستند. برای مثال این کودکان غذا های تند دوست دارند (تحریک حس چشایی)، در طول روز صدا سازی های مختلف از خود نشان می دهند (تحریک شنوایی)، دائما در حال چرخیدن (تحریک حس تعادلی یا وستیبولار) و پریدن (تحریک حس عمقی) هستند و یا دست هایشان را جلوی چشم خود تکان می دهند (تحریک بینایی). گروه دوم نیز ثبت حسی ضعیفی دارند (poor registration) اما در مواجهه با محرک حسی غیر فعال هستند و به آرامی واکنش نشان می دهند. آن ها با وجود ثبت حسی ضعیف مثل گروه قبلی نیستند که خود را تحریک کنند و به طور کلی آرامتر از گروه نخست می باشند. این کودکان وقتی زخمی می شوند و یا می سوزند خیلی متوجه درد نمی شوند، هر نوع غذایی می خورند، صداهای بلند یا آرام و نور شدید یا کم برایشان تفاوتی نمی کند.

گروه سوم ثبت حسی بالایی دارند و هر محرکی آن ها را به راحتی تحریک می کند. آن ها فعالانه به دنبال کاهش محرک های حسی و اجتناب از تحریک ناخوشایند هستند. در واقع گوشه گیر و حس گریز (sensory avoiding) هستند. این کودکان برای فرار از صدا دست هایشان را روی گوششان می گیرند، حاضر به خوردن هر غذایی نیستند، در مقابل نور شدید چشمشان را می بندند، از تاب بازی و فعالیت های حرکتی گریزانند و یا لباس های زیر که پوستشان را تحریک کند نمی پوشند.

گروه چهارم نیز ثبت حسی بالایی دارند. آن ها به سرعت تحریک می شوند، به محرک حساسند (sensitive to stimuli) و به وضوح به انواع محرک واکنش نشان می دهند. برای بیان تفاوت این گروه با گروه قبلی می توان گفت کودکان این گروه پرتحرک تر از گروه قبلی اند، به طور افراطی حساس اند و با کوچکترین محرکی حواسشان پرت می شود.

البته بعضی از کودکان در یک یا چند حس رفتار دوگانه ای نشان می دهند و به اصطلاح نامتوازن هستند. برای مثال کودک به نور خورشید خیره می شود ولی از نور چراغ مطالعه گریزان است و ...

همانطور که گفته شد این کودکان در وهله اول در ثبت حسی با افراد نرمال متفاوت هستند و به دنبال نقص در ثبت حسی، در یکپارچگی حسی یعنی سازماندهی و پردازش حواس نیز مشکل دارند. سیستم عصبی مرکزی پس از دریافت اطلاعات حسی، آنها را تصفیه و سپس ترکیب و هماهنگ می کند. این امر به عنوان روندی مداوم در تمامی جریان زندگی فرد ادامه می یابد. این اطلاعات حسی ترکیب یافته و هماهنگ که منجر به تولید بسته های معنی دار اطلاعات حسی می شوند، تحت عنوان "یکپارچگی حسی" شناخته می شوند. "یکپارچگی حسی" به عنوان روند عصبی، یک فرآیند زیر قشری است که ابتدا سیستم تعادلی، حس عمقی و حس لامسه را درگیر می کند و در ادامه باعث رشد موثر عملکردهای عالی مغز شده که خود شامل یکپارچگی بینایی، شنوایی، کنترل ارادی حرکت ها، توسعه و رشد درکی، شناخت، یادگیری زبان، رشد فردی و شخصیت است.

با توجه به منحصر بودن هر کودک نمی توان یک بسته درمانی کامل را برای همه تجویز نمود. بدین منظور استفاده از نظرات تخصصی کاردرمانگر مربوطه برای ارزیابی و درمان مشکلات حسی پیشنهاد می شود.

در مجموع اگر والدین در مورد ثبت حسی و آنالیز رفتارهای حسی کودکان اطلاعاتی داشته باشند، می توانند تا حدودی رفتارهای کودکانشان را در منزل پیش بینی و کنترل کنند.

از کجا باید شروع کرد؟

زمانی که یک رفتار مشاهده می شود ابتدا باید از خود پرسید چرا این رفتار اتفاق افتاد؟ کدام کانال پردازش حسی باعث عکس العمل پایین یا بیش از حد کودک می شود؟ لمس کردن، دیدن، بوییدن، گوش دادن، چشیدن، وضعیت تعادلی و یا حس عمقی؟ دانستن جواب این سوالات اغلب به فهم بهتر کودک طیف اتیسم کمک می کند. برای مثال اگر کودک از دستشویی رفتن و یا حمام کردن اجتناب می کند، موارد زیر را بررسی نمایید :

لمس: صندلی سرد، کاغذ توالت، گرما یا سرمای آب و ...

چشیدن: طعم مواد شوینده در تماس با صورت و ...

بوییدن: اسپری توالت، بوی شامپو و ...

دیدن: نور محیط، ترس از بسته شدن چشم ها حین شستشو و ...

شنیدن: صدای خشک کن، سیفون و ...

پس از ارزیابی این موارد و حس هایی که احتمالاً برای کودک ناخوشایند است و کسب آگاهی بیشتر در مورد رفتارهای کودک، در مرحله بعد بایستی به راهکارها و استراتژی های مقابله با آن فکر کرد و تا حد امکان عوامل محیطی که باعث بروز رفتارهای حسی در کودک می شود را کم نمود.

حال برای هر حس به طور جداگانه به بررسی استراتژی های خاص حسیمی پردازیم:

حس لامسه:

استراتژی به کار گرفته شده برای این حس، لمس طیفی از بافت های مختلف و افزایش تحمل محرکات لمسی است که کودک از دیگران دریافت می کند. روش هایی که به کار می رود شامل لمس فضای طبیعی بیرون از خانه (برگ، درخت و ...)، راه رفتن روی بافت های مختلف، استفاده از رنگ های جذاب برای نقاشی، استفاده از ژل اصلاح، استفاده از عروسک های دستی پارچه ای برای لمس آن، خمیر بازی و بازی با پلاستیک های حباب دار است.

حس شنیداری:

استراتژی به کار گرفته شده برای حس شنیداری شامل شنیدن طیف وسیعی از اصوات و افزایش تحمل محرکات شنیداری است که کودک از اطراف دریافت می کند. روش هایی که در این فرآیند به کار می رود شامل استفاده از هدفون و گوش دادن به موسیقی، گوش دادن به صدای واقعی حیوانات، تشخیص صدا (صدای آشنا پخش شود و کودک از روی عکس نشان دهد صدای کیست)، گوش دادن به صداهای طبیعی محیط بیرون (صدای ماشین، شلوغی مردم و ...)، استفاده از بازی چکش و میخ و استفاده از اسباب بازی های صدا دار است.

حس بینایی:

استراتژی مورد استفاده برای این حس، نگاه به انواع مختلفی از رنگ ها و افزایش تحمل کودک نسبت به تغییرات نوری است. روش های به کار گرفته شده شامل بازی با توپ (قل دادن توپ و پرتاب آن به سمت هدف)، استفاده از بازی های کامپیوتری (به دلیل ارائه ی محرک نوری توسط صفحه ی کامپیوتر)، فعالیت نقاشی با طیف وسیعی از رنگ ها، کار با پازل های رنگی، استفاده از چراغ قوه در محیط های تاریک و دیدن تلویزیون در محیط نسبتاً تاریک است.

حس چشایی:

استراتژی به کار گرفته شده برای حس چشایی، شامل چشیدن طیف وسیعی از مواد خوراکی و غذاها و گسترش تجربیات حسی کودک است. روش های به کار گرفته شده در این فرآیند شامل کمک گرفتن از کودک در فعالیت آشپزی، استفاده از برنامه برای تغذیه (مثلاً اول سیب و سپس چیپس بخورد)، ارائه ی طیف مختلفی از غذا در بافت های مختلف (پخته، خام، سرد، گرم، شور و شیرین و ...)، ارائه ی مواد خوراکی در اشکال مختلف (برای مثال یک بار سیب با پوست باشد، یک بار بدون پوست، یک بار درسته و یک بار قطعه قطعه و ...)، اجازه به کودک برای لمس مواد غذایی، استفاده از نوشیدنی های مورد علاقه حین صرف غذا و سرو غذا در شرایط متفاوت (روی زمین، پشت میز و ...) است.

حس بویایی:

برای حس بویایی، تجربه ی طیف وسیعی از رایحه ها و افزایش تحمل محرکات بویایی توسط کودک آموزش داده می شود. روش هایی که در این آموزش به کار گرفته می شود شامل کمک گرفتن از کودک در فعالیت های آشپزی برای تجربه ی بوهای مختلف، بردن کودک به فضا های شلوغ بیرون از خانه برای تجربه ی بوهای مختلف (بوی بنزین، بوی فروشگاه ها و ...)، نقاشی روی صورت با رنگ انگشتی برای اینکه بوی رنگ را در نزدیکی بینی خود حس کند، بو کردن مواد غذایی در طیف مختلف و بعضی از اقلام که به تعدیل حس بویایی کودک کمک می کند (مانند وسایل بهداشتی مثل صابون، ژل اصلاح، خمیر دندان، شامپو، گل، اسپری ها و پودر آرایشی).


حس حرکت (وستیبولار و عمقی):

برنامه ی آموزشی حس حرکتی شامل تجربه ی طیف وسیعی از حرکتی است که کودک قبلا آن را تجربه نکرده است. فعالیت های صورت گرفته در طی این آموزش شامل بازی هایی مثل دنبال بازی، فعالیت هایی مثل بالا رفتن از پله، استفاده از آسانسور و پله برقی، پخش موسیقی و رقصیدن با آن (و یا حتی بالا و پایین پریدن با موسیقی)، بازی های با مدل شروع-ایست (بدود، لی لی برود و سپس با دستور ایست، بایستد)، بازی های سرعتی با حالت مسابقه ای، تاب بازی، راه رفتن روی سطوح مختلف (سر بالایی، سر پایینی، لبه ی جدول و ...)، فعالیت های تعادلی (راه رفتن روی یک خط باریک)، استفاده از ترامپولین، استفاده از فعالیت های نرمشی (بشین، پاشو و بپر و ...)، دوچرخه سواری و استفاده از توپ های بزرگ سی پی (مثلا کودک به شکم روی آن بخوابد و سعی کند تعادل خود را حفظ کند و ...) است.


آدرس انجمن اتیسم ایران
دفتر مرکزی: تهران، اتوبان ستاری جنوب، بعد از پل همت،
خیابان لاله شرقی. پلاک ۸.


تلفن: ۰۲۱-۴۸۰۸۵ ۰۲۱-۴۴۶۱۳۴۵۶ فکس: ۴۴۶۱۴۰۴۴

آدرس دفتر نمایندگی ۱: تهران، خیابان جمهوری، خیابان
برادران یاسری، نبش دیلمان، پلاک ۲.

 www.iraautism.org

تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۲۴۳۵۹

 iraautism.org

 iran.autism.association

شعب:

شیراز: ۰۷۱۳۶۲۶۶۳۳۴ رشت: ۰۱۳۳۳۵۱۳۲۳۵

همدان: ۰۸۱۳۸۲۲۱۵۴۲ کاشان: ۰۳۱۵۵۵۴۸۲۳۱

کرمان: ۰۳۴۳۲۱۱۰۴۰۸ ارومیه: ۰۴۴۳۲۲۵۸۰۳۱

دفاتر نمایندگی:

زنجان: ۰۹۱۲۲۴۴۴۸۴۲ قزوین: ۰۹۱۲۳۸۱۰۳۷۸ بیرجند: ۰۹۱۵۱۶۰۰۰۸۴

خرم آباد: ۰۹۱۶۶۶۲۶۱۹۷ ایرانشهر: ۰۹۳۰۷۵۲۷۶۳۳ کیش: ۰۹۱۹۷۹۵۴۰۲۵

گرگان: ۰۹۱۱۱۷۸۰۹۷۴ بجنورد: ۰۹۳۸۸۳۸۶۶۶۶ کرمانشاه: ۰۹۱۸۳۳۲۵۸۰۳۱



کمک به انجمن خیریه اتیسم ایران: *۷۸۰*۷۰۷۰#

شماره حساب: (بانک اقتصاد نوین) ۱۴۷۸۵۰۵۶۶۳۵۲۸۱

شماره کارت: ۶۲۷۴ ۱۲۱۹ ۴۰۰۱ ۷۹۸۱



مجموعه کتابچه های زرد

تکنیک های کار درمانی در حوزه طیف اتیسم