

# اتیسم چیست؟

ویژه خانواده‌های دارای فرزند با  
اختلال طیف اتیسم





آکادمی اتیسم  
Autism Academy



انجمن اتیسم ایران  
IAA Iran Autism Association

# اتیسم چیست؟

ویژه خانواده های دارای فرزند با اختلال طیف اتیسم

## دبیر علمی:

سینا توکلی (کاندیدای دکتری روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی و مدیر آکادمی انجمن اتیسم ایران)

## تیم تدوین محتوا:

فرح بکی زاده (کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی)

سید محمد علی میری (کاندیدای دکتری روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی)

مینا عمادی زاده (کارشناسی ارشد مشاوره)

## مجریان پروژه تدوین بسته های آموزشی:

دکتر حانیه سادات سجادی، عضو هیئت علمی، مرکز تحقیقات بهره برداری از دانش سلامت، دانشگاه علوم پزشکی تهران

دکتر انسیه جمشیدی، عضو هیئت علمی، گروه آموزش و ارتقای سلامت، دانشگاه علوم پزشکی تهران

## ناظرین پروژه تدوین بسته های آموزشی:

دکتر محمد تقی جغتایی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

دکتر مرضیه شیرازی خواه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی

دکتر کتایون رازجویان، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشت درمانی شهید بهشتی

دکتر مهدی علیزاده، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشت درمانی ایران

## صفحه آرا و طراح گرافیک:

مائده جوادی

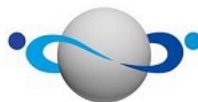
## سازمان های حامی:



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



دانشگاه علوم پزشکی  
و خدمات بهداشتی درمانی تهران



مرکز تعالیقت بهره برداری از دانش سلامت

## مقدمه

اگر فرزندان شما به تازگی تشخیص اختلال طیف اتیسم گرفته است، یا علائمی دیده‌اید که مشکوک شده و در فرایند ویزیت متخصص و ارزیابی‌های جامع هستید، این کتابچه به شما کمک می‌کند تا اطلاعات ضروری در این مسیر را به دست آورید.

← این کتابچه به شما کمک می‌کند تا:

تعریف ساده و قابل درکی از اختلال طیف اتیسم داشته باشید.	۱	
با علائم مختلف این اختلال آشنا باشید.	۲	
فرایند تشخیص و ارزیابی‌های این اختلال را بشناسید.	۳	
نقشه‌ی اختلال طیف اتیسم فرزندان را رسم کنید.	۴	
درباره‌ی نحوه‌ی تأثیر اتیسم بر خانواده اطلاعات بیشتری به دست آورید.	۵	



## اختلال طیف اتیسم چیست؟

در طول سال‌ها برای مجموعه‌های علائمی که امروزه به آن‌ها اختلال طیف اتیسم می‌گویند، نام‌های مختلفی گذاشته شده بود. برای مثال اتیسم، اختلال ازهم‌پاشیدگی دوران کودکی، آسپرگر؛ اما امروزه برای آنکه فرایند تشخیص و پژوهش آسان‌تر و یکپارچه باشد به همه‌ی این موارد اختلال طیف اتیسم یا به اختصار <sup>۱</sup> ASD می‌گویند.

اتیسم یک ناتوانی رشدی مادام‌العمر است که بر روی مهارت‌های اجتماعی، ارتباطی و رفتارهای فرد تأثیر می‌گذارد و در سه سال اول زندگی بروز می‌کند. اتیسم یک بیماری نیست و درمان دارویی مشخص و قطعی ندارد. اما با استفاده از توان‌بخشی‌های مختلف (در ادامه بیشتر به آن‌ها پرداخته می‌شود) می‌توان شدت علائم را کاهش داد یا مدیریت کرد تا فرد زندگی مستقلی داشته باشد.

اختلال طیف اتیسم، همان‌طور که از نام آن مشخص است، طیف مختلفی از علائم و شدت را شامل می‌شود که در فرد با فرد دیگر متفاوت است.

گاهی در برخی از این کودکان، اختلال طیف اتیسم با سایر بیماری‌ها یا اختلالات دیگر همراه می‌شود، برای مثال: کم‌توانی‌های ذهنی، صرع، مشکلات گوارشی، اختلالات خواب، اختلال یکپارچگی حسی، اختلال بیش‌فعالی و کم‌توجهی<sup>۲</sup>. تاکنون در کشور ما مطالعه‌ی دقیقی درباره‌ی شیوع این اختلال انجام نشده است؛ اما مطابق آمارهای موجود یک کودک متولد شده از میان ۱۵۰ تولد، دارای اختلال طیف اتیسم است.



اختلال طیف اتیسم باعث می‌شود تا فرد  
دنیا را متفاوت ببیند،  
بشنود و حس کند.

<sup>۱</sup>) autism spectrum disorders

<sup>۲</sup>) attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)

## علائم اتیسم چیست؟



- علاقه‌ای به بازی کردن با کودکان دیگر ندارد.
- معمولاً بازی یا فعالیتی را خودش آغاز نمی‌کند.
- زمان بازی با کودکان دیگر نوبت و قوانین را رعایت نمی‌کند.
- تأخیر در رشد گفتار / ممکن است اصلاً گفتار نداشته باشد.
- در برقراری ارتباط غیرکلامی (مثل ارتباط چشمی) با دیگران مشکل دارد.
- برای جلب توجه شما به چیزی (فرد، مکان یا شی) از اشاره کردن استفاده نمی‌کند.
- پاسخ‌های نامناسب و نامرتب‌ی به حالت‌های چهره‌ای دیگران می‌دهد یا اصلاً پاسخ نمی‌دهد.
- بازی‌های تخیلی کمی دارد یا اصلاً بازی تخیلی ندارد (برای مثال بازی با کنترل تلویزیون به عنوان هواپیما)
- حرکات‌های تکراری با اعضای بدن خود دارد. (مثل تکان دادن سر، بال‌بال زدن یا حتی تکرار کردن آواهای بی‌معنی یا برخی از کلمات)
- به نظر می‌رسد به اطرافیان خود توجه ندارد و با آنها ارتباط نمی‌گیرد. حتی اگر برای برقراری ارتباط تلاش کنید، ممکن است کاملاً اجتناب کند.

### علائم اتیسم زیر ۷ سال

الزاماً همه‌ی کودکان طیف اتیسم، همه‌ی این علائم را نشان نمی‌دهند.



- دوست ندارد با بقیه‌ی کودکان بازی کند.
- سطح رشد گفتار او از همسالانش پایین‌تر است.
- دوست ندارد دیگران وارد فضای شخصی او بشوند.
- در ارتباط غیرکلامی مثل تماس چشمی و زبان بدن مشکل دارد.
- تغییر کردن محیط و روتین‌های روزانه‌ی زندگی برای او آزاردهنده است.
- از ضمایر به صورت اشتباه استفاده می‌کند؛ مثلاً برای خودش از ضمیر او استفاده می‌کند.
- به صورت خیلی محدود صحبت می‌کند یا فقط درباره‌ی چیزهایی که علاقه دارد صحبت می‌کند، بدون اینکه به سوآلی که از او پرسیده شده باشد ارتباطی داشته باشد.
- به جای آنکه به سوآلات پاسخ دهد، آنچه شنیده است را تکرار می‌کند (برای مثال وقتی از او پرسیده می‌شود «مداد چه رنگی است؟») به جای پاسخ دادن خود سوآل را تکرار می‌کند: «مداد چه رنگی است؟»
- ممکن است نسبت به صدا، لمس و مزه بیش از اندازه یا کمتر از حالت عادی حساس باشد. مثلاً دوست داشته باشد محکم تنش را لمس کنید (کم حسی) یا اینکه نسبت به کمترین لمس واکنش‌های شدید نشان دهد (بیش حسی).

## علائم اتیسم در دوران مدرسه (کودک شما در برقراری ارتباط با دیگران مشکل دارد)

الزاماً همه‌ی کودکان طیف اتیسم، همه‌ی این علائم را نشان نمی‌دهند.

## علت اتیسم چیست؟

علت اتیسم هنوز مشخص نیست و نمی‌توان به‌طور قطع گفت چه چیزی باعث آن می‌شود. اما پژوهشگران معتقدند که مجموعه‌ای از عوامل ژنتیکی و محیطی می‌توانند اتیسم را به‌وجود بیاورند.

مهم است بدانیم پس از تشخیص اتیسم اینکه والدین دنبال علت و یا مقصر این اتفاق باشند نه تنها سودی ندارد؛ بلکه انرژی و تمرکز آن‌ها را از مسئله‌ی اصلی دور می‌کند.

من نشانه‌های مشکوکی در کودکم دیده‌ام، چه باید بکنم؟

اگر نشانه‌هایی در کودکان دیده‌اید که برای شما مشکوک است، می‌توانید در سریع‌ترین زمان ممکن با شماره تلفن ۰۲۱-۴۸۰۸۵۰۰۰ با کارشناسان مشاوره تلفنی انجمن اتیسم ایران درباره‌ی علایمی که به آن‌ها مشکوک هستید به‌صورت کاملاً رایگان صحبت کنید. برای تشخیص قطعی این اختلال می‌توانید به روان‌پزشک کودک و نوجوان مراجعه کنید. متخصص مربوطه پس از ارزیابی‌های جامع رشدی با کمک تیم خود، تشخیص نهایی را صادر می‌کند.

## متخصص چگونه فرزندم را ارزیابی می‌کند؟

- در فرایند ارزیابی، متخصص و تیم او سؤالاتی درباره‌ی تاریخچه‌ی رشدی فرزندتان از شما می‌پرسند. اینکه دوران بارداری چگونه بود؟ چه زمانی متولد شد؟ آیا در زمان تولد مشکل و یا تشخیص خاصی دریافت کرده بود؟ فرایند رشدش شامل گردن گرفتن، راه رفتن، صحبت کردن و... به چه صورت بود؟
- متخصص درباره‌ی تاریخچه‌ی خانوادگی شما می‌پرسد. سؤالاتی که به بیماری‌ها و شرایط پزشکی اعضای درجه یک خانواده مربوط می‌شود.
- آن‌ها کودکان را حین انجام دادن بازی مشاهده می‌کنند و رفتار او را از ابعاد مختلف مورد ارزیابی قرار می‌دهند.
- همچنین سؤالاتی درباره‌ی رفتار، حرکت، گفتار و عادت‌های فرزندتان در منزل یا بیرون از خانه می‌پرسند.
- آن‌ها ممکن است به شما پرسش‌نامه‌های قلم کاغذی بدهند و از شما بخواهند به سؤالات چندگزینه‌ای درباره‌ی فرزندتان پاسخ دهید تا بتوانند به صورت دقیق و جزئی‌تر فرزندتان را ارزیابی کنند.
- در مواقعی ممکن است پزشک انجام نوار مغزی را به عنوان یک روش تشخیصی مکمل برای تشخیص سایر بیماری‌ها همچون صرع، تجویز کند.
- برای تشخیص اتیسم آزمایش خون یا عکس برداری که به صورت قطعی جواب مثبت دهد، وجود ندارد؛ بلکه تشخیص اتیسم توسط متخصص و با توجه به مشاهده‌ی کودک و گزارش والدین انجام می‌شود.





## ویژگی‌های منحصر به فرد فرزندتان را بشناسید.

افراد با اختلال طیف اتیسم ویژگی‌های بسیار متفاوتی دارند. یکی از اشتباه‌ترین کارهایی که پس از دریافت تشخیص می‌توانید درگیر آن شوید، مقایسه‌ی فرزندتان با سایر افراد دارای طیف اتیسم است. با وجود اینکه شنیدن تجربیات سایر والدین دارای کودک طیف اتیسم بسیار حائز اهمیت و یک منبع قدرتمند برای کسب اطلاعات و آرامش است، اما مقایسه‌ی فرزندتان با سایر کودکان یک اشتباه بزرگ است. چرا که کودک شما منحصر به فرد است. او نیازهای ویژه‌ای دارد. شما باید با وجود شنیدن تجربیات دیگر والدین به این نکته توجه کنید که ویژگی فرزند خود را در آن زمینه به بهترین شکل شناسایی کنید. برای مثال اگر می‌بینید کودکی با نوازش‌های پرفشار مادر به راحتی به خواب می‌رود، به جای آنکه کودک خود را با او مقایسه کنید و بگویید چرا فرزندم نمی‌خوابد و بخواهید روش آن والد را تکرار کنید، تلاش کنید تا با بررسی روتین‌های قبل از خواب فرزندتان، بهترین روش برای کودک خود را پیدا کنید.

## کودکم چه خدماتی باید دریافت کند؟

اختلال طیف اتیسم درمان دارویی مشخص و قطعی ندارد، اما برنامه‌های توانبخشی و آموزش‌های ویژه می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشند، شدت علائم کودک را کاهش داده و او را به داشتن زندگی مستقل نزدیک کنند. این خدمات با توجه به شدت اختلال کودک می‌توانند متفاوت باشند. اما به طور کلی می‌توان خدماتی را که تقریباً تمامی کودکان طیف اتیسم - حداقل برای دوره‌ای - دریافت می‌کنند در دسته‌بندی زیر معرفی کرد:

 کاردرمانی حسی - حرکتی

 کاردرمانی شناختی

 گفتاردرمانی

 جلسات رفتاردرمانی

 درمان‌های دارویی

## »» کاردرمانی شناختی

جلسات کاردرمانی شناختی توسط کاردرمانگران و یا درمانگران توان بخشی شناختی برگزار می شوند. در این جلسات بیشتر تمرینات قلم کاغذی با کودک انجام می شود. البته ممکن است برخی تمرینات نیز با استفاده از توپ و سایر بازی های حرکتی انجام بگیرند. در این جلسات روی عملکردهای پیچیده تر مغز مثل حافظه، توجه، سرعت پردازش و... کار می شود. این جلسات با توجه به ویژگی های کودک، سطح تمرینات، میزان تکرار و تمرین والدین در خانه و سرعت پیشرفت کودک برنامه ریزی می شوند.



## «« کاردرمانی حسی - حرکتی

جلسات کاردرمانی حسی - حرکتی زیر نظر کاردرمانگران و در اتاق بازی ایمن برگزار می شوند. در این جلسات ابتدا رشد حسی و حرکتی کودکان ارزیابی می شود و پس از آن مجموعه ای از تمرینات در قالب بازی با کودک اجرا می شوند. برای مثال تعادل، مهارت های حرکتی درشت (مثل لی لی کردن) و مهارت های حرکتی ظریف (مثل نقاشی کشیدن) مورد ارزیابی قرار می گیرند و پس از آن جلسات بعدی نسبت به سن تقویمی و سن رشدی کودک برنامه ریزی می شوند. ممکن است کودک براساس نیاز و ارزیابی های صورت گرفته، یک یا چند جلسه توان بخشی در هفته دریافت کند. به طور معمول زمان جلسات به صورت ۴۵ دقیقه ای تنظیم می شود. در این جلسات علاوه بر اینکه درمانگر با کودک تمرینات را اجرا می کند، تمریناتی هم به والدین ارائه می دهد تا در خانه و در فاصله بین جلسات با کودک خود انجام دهند. در این مرحله شما نقش بسیار مهمی برای کودکان دارید و با انجام درست و منظم تمرینات می توانید نقش مهمی در پیشرفت فرزندتان داشته باشید.

## « گفتاردرمانی

تأخیر در گفتار، عدم شروع گفتار، مشکلات تلفظی، مشکل در شروع مکالمه و رعایت قوانین مکالمه با دیگران، تعریف کردن و توصیف کردن اتفاقات و یا مفاهیم از جمله مشکلات شایع در کودکان با اختلال طیف اتیسم است. گفتاردرمانی در قالب جلسات ۴۵ دقیقه‌ای با توجه به سن رشدی و تقویمی، نقاط قوت و ضعف کودک برنامه ریزی می‌شود. تعداد جلسات با توجه به شدت علائم در کودک متفاوت است و بر روی گفتار و مهارت‌های ارتباطی او در قالب فعالیت‌های بازی محور، مداخلات لازم انجام می‌شود.

مشکلات حسی دهانی، مشکل در جویدن و بلع، آبریزش آب دهان، از دیگر مسائل رایج در کودکان با اختلال طیف اتیسم است. در جلسات گفتاردرمانی با انجام تمرینات مختلف می‌توان این علائم را برطرف کرده یا شدت آن‌ها را کاهش داد.

## » جلسات رفتاردرمانی

در این جلسات که معمولاً توسط روان‌شناس و به مدت ۴۵ دقیقه برگزار می‌شوند، در قالب بازی و ارائه‌ی پاداش و تقویت‌کننده‌های مختلف سعی می‌شود تا رفتارهای مناسب کودک افزایش و رفتارهای نامناسب او کاهش یابند. همچنین در این جلسات، بهبود مهارت‌های اجتماعی و تقویت مهارت‌های روزمره زندگی مورد توجه قرار می‌گیرد.

## » درمان‌های دارویی

همان‌طور که تا کنون تأکید شد، اتیسم درمان دارویی قطعی ندارد؛ اما از داروهای مختلف برای کنترل مشکلات شایعی که کودکان در کنار تشخیص اتیسم به آن دچار هستند کمک گرفته می‌شود. برای مثال از دارو برای بهبود کیفیت خواب کودکان، اختلال بیش‌فعالی و کم‌توجهی و صرع استفاده می‌شود.






## مراقب سلامت روان خود باشید.


لحظه‌ی دریافت تشخیص اتیسم برای شما یک لحظه‌ی سرنوشت‌ساز است. همه چیز به ناگاه تغییر می‌کند. تمام آینده‌ای که برای خانواده‌ی خود و فرزندتان متصور بودید تغییر می‌کند. در این لحظه شما سؤالات زیادی در سر دارید.


آیا فرزندم درمان می‌شود؟ 


چه هزینه‌هایی پیش رو دارم؟ 

چه کسی باید از او مراقبت کند؟ 

کجا برنامه‌های توان‌بخشی او را دنبال کنم؟ 

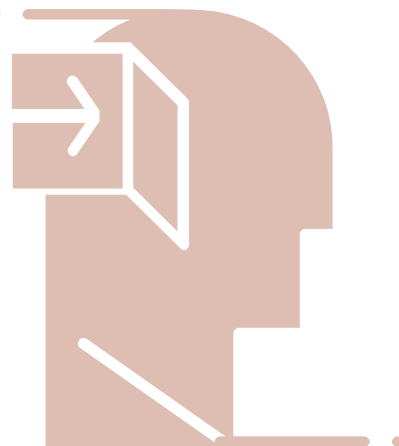
اگر من نباشم چه کسی از او مراقبت می‌کند؟ 

آینده‌ی فرزندم چه می‌شود؟ آیا به مدرسه می‌رود؟ آیا شغلی خواهد داشت؟ 

من و همسرم هر دو شاغل هستیم؛ چگونه باید درباره‌ی اینکه چه کسی در خانه بماند و نقش مراقب اصلی را داشته باشد تصمیم بگیریم؟ 

سؤال‌ها و نگرانی‌های شما فراوان است. ساختار خانواده و مسئولیت‌هایتان تغییر کرده است. همه‌ی این موارد باعث می‌شود تا دریافت کمک‌های حمایتی بسیار ضروری باشد. نکته‌ای که باید به آن توجه داشته باشید این است که در این مسیر شما ممکن است طیف مختلفی از هیجان‌ها و افکار را تجربه کنید. غم، ناامیدی، خشم، حسرت. همه‌ی این هیجان‌های شما طبیعی هستند. سعی نکنید آن‌ها را سرکوب کنید و همیشه پرانرژی و امیدوار باشید. اجازه‌ی ابراز هیجان‌هایی که تجربه می‌کنید را به خود بدهید تا ظرفیت روانی لازم برای پیمودن مسیر پیش رو را داشته باشید.

## چه زمانی باید از خدمات روان‌شناسی و مشاوره برای خودتان استفاده کنید؟



اگر علامت‌های زیر را در بازه‌ی زمانی دو هفته‌ای تجربه می‌کنید به طوری که زندگی روزمره شما مختل شده است، حتماً از متخصصین حوزه سلامت روان، مثل روانپزشک، روانشناس یا مشاور کمک بگیرید.

رفتارها و تصمیمات پرریسک و بدون ارزیابی دقیق دارید.

برای آرام کردن خود به مصرف الکل و مواد مخدر رو آورده‌اید.

اشتهایتان تغییر کرده و دچار پرخوری و یا کم‌اشتهایی شده‌اید.

فکر می‌کنید زندگی ارزش زیستن ندارد و افکار آسیب به خود دارید.

مشکل خواب دارید و از کم‌خوابی، بی‌انرژی بودن، بیدار شدن‌های متعدد در طول شب و کابوس رنج می‌برید.

احساس می‌کنید بیش از قبل پرخاشگر هستید و تکانشی رفتار می‌کنید. ممکن است این موضوع را اطرافیان شما به شما تذکر دهند.



**چنانچه خودتان یا همسرتان چنین تغییراتی داشته‌اید، حتماً به یک روان‌شناس یا روان‌پزشک مراجعه کنید.**



## چگونه منابع درمانی و حمایتی را پیدا کنیم؟

انجمن اتیسم ایران با راه‌اندازی مراکز توان‌بخشی زیر نظر متخصصین و درمانگران خبره‌ی این حوزه اقدام به ارائه‌ی این خدمات به خانواده‌های طیف اتیسم کرده است. همچنین می‌توانید با توجه به استان، شهر و یا محل زندگی خود اطلاعات کلینیک‌ها و مراکز ارائه‌دهنده‌ی خدمات توان‌بخشی را دریافت نمایید. خدمات روان‌درمانی و مشاوره برای انطباق با شرایط جدید نیز برای والدین دارای فرزند طیف اتیسم ارائه می‌شود. علاوه بر این با بزرگ‌شدن فرزندان و رسیدن به سن مدرسه، پیدا کردن اطلاعات مدارس اتیسم و یا مراکز آموزشی مناسب از دغدغه‌های شما خواهد بود که می‌توانید در این خصوص با کارشناسان مشاوره تلفنی انجمن اتیسم ایران صحبت کنید.

مشاوره تلفنی انجمن اتیسم ایران با حضور کارشناسان، مددکاران و متخصصان آماده‌ی پاسخگویی به سؤالات شما عزیزان است.

شماره تماس:



۰۲۱-۴۸۰۸۵۰۰۰

آشنایی با علائم اختلال طیف اتیسم



صبحث با کارشناسان و متخصصین در  
حوزه ی مسائل اتیسم



مدیریت شرایط اورژانسی در اتیسم



دریافت اطلاعات لیست مراکز درمانی  
و مدارس اتیسم با توجه به محل  
سکونتتان

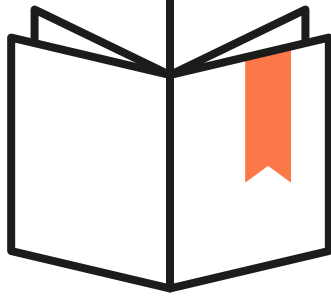


دریافت خدمات روان درمانی و مشاوره



**خدمات  
مشاوره تلفنی**  
انجمن اتیسم ایران

۰۲۱-۴۸۰۸۵۰۰۰



این کتابچه مناسب است برای:



خانواده‌های دارای فرزند با اختلال طیف اتیسم

طیف

- خفیف ✓
- متوسط ✓
- شدید ✓

سن

- کودکی ✓
- نوجوانی ✓
- بزرگسالی ○



انجمن اتیسم ایران

۰۲۱-۴۸۰۸۵۰۰۰

[www.irautism.org](http://www.irautism.org)