

چه اسباب بازی‌هایی برای فرزندم مناسب است؟

ویژه مراقبین و خانواده‌های دارای
فرزند با اختلال طیف اتیسم





آکادمی اتیسم
Autism Academy



انجمن اتیسم ایران
IAA Iran Autism Association

چه اسباب بازی هایی برای فرزندم مناسب است؟

ویژه مراقبین و 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

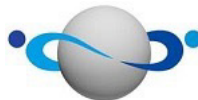
سازمان های حامی:



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تهران



مرکز تعالیف بهره برداری از دانش سلامت

چه اسباب بازی‌هایی برای فرزندم مناسب است؟

بازی یک مؤلفه‌ی اساسی در رشد اجتماعی، عاطفی، شناختی و جسمی کودکان است. بازی به کودکان کمک می‌کند تا در مورد دنیای اطراف خود بیاموزند، روابط علت و معلولی را بفهمند و خلاقیت خود را تقویت کنند. از طریق بازی، کودکان مهارت‌های زندگی ارزشمندی مانند نوبت گرفتن، سازش، همکاری و نگاه کردن به موقعیت‌ها از دیدگاه دیگران را می‌آموزند.

اما برای یک کودک با اختلال طیف اتیسم، بازی کردن متفاوت است. بازی این کودکان با اسباب بازی‌ها ممکن است متفاوت و شامل الگوهای تکراری باشد. همچنین فهم قوانین حاکم بر بازی، بازی‌های گروهی و تعاملی نیز ممکن است برای آن‌ها دشوار باشد. علاوه بر این، مشکلات یکپارچگی حسی در این کودکان، نوع وسایل بازی و بازی کردن را متفاوت می‌کند.

استفاده از بازی‌ها برای تعدیل و بهبود مشکلات حسی، مقاومت‌های رفتاری و تعاملات اجتماعی می‌تواند سبب استقلال فرد در زندگی روزمره شود. در ادامه به ویژگی‌های مهم در انتخاب اسباب بازی برای کودکان دارای اختلال طیف اتیسم و نقش انواع آن‌ها در بهبود ویژگی‌ها و نیازهای خاص این کودکان می‌پردازیم.

در انتخاب اسباب بازی برای کودکان به چه نکاتی توجه داشته باشیم؟

• اسباب بازی های مورد علاقه ی کودک را انتخاب کنیم.

کودک طیف اتیسم می تواند به یک وسیله یا اسباب بازی بسیار علاقه مند شود؛ مانند قطار یا دایناسور یا عروسک ها. گاهی ممکن است این علاقه ما را نگران کند و تلاش کنیم که علاقه ی او را کم یا کنترل کنیم چرا که به اشتباه فکر می کنیم این علاقه آسیب زننده است. اما علاقه ی کودکان می تواند فرصتی باشد تا رشد بازی و یادگیری را در کودک گسترش دهیم. برای مثال اگر کودکان به نقاشی کشیدن خیلی علاقه دارد و بیشتر از هر کاری به نقاشی کشیدن می پردازد، می توانیم از این فرصت برای آموزش رنگ ها، اشکال و مفاهیم مختلف استفاده کنیم.

• از تحریک بیش از حد به واسطه ی اسباب بازی ها جلوگیری کنیم.

بسیاری از کودکان طیف اتیسم توسط اسباب بازی های الکترونیکی با نورها، صداها و قطعات متحرک زیاد تحریک می شوند. بازی با وسایل نه تنها می تواند منجر به هم ریختگی کودکان شود، بلکه کودکان اغلب به طور انحصاری بر روی اسباب بازی تمرکز می کنند و هیچ توجهی به سایر کودکان یا بزرگسالان اطراف خود ندارند.

• به نکاتی بیشتر از رده بندی سنی فکر کنیم.

سازندگان اسباب بازی، سازه های خود را بر اساس سن رده بندی می کنند تا وسایل سرگرمی را متناسب با سن کودکان برای آن ها تهیه کنیم. اما وقتی صحبت از اسباب بازی های بچه های طیف اتیسم می شود، باید به نکات بیشتری از رده بندی سنی توجه کنیم. فقط شما می دانید که کدام وسایل بازی واقعاً برای مرحله ی رشد و ویژگی های خاص کودک مناسب است.



• اسباب بازی‌های دردسترس را محدود کنیم.

داشتن اسباب بازی‌های متعدد و دردسترس اغلب مشکل‌ساز است. ظروف در دار، کابینت یا قفسه برای کنارگذاشتن اسباب بازی‌ها به ما کمک می‌کند تا به کودک خود بیاموزیم چگونه وسایل خود را مرتب کند و حواس پرتی را محدود کند.

• اسباب بازی‌هایی را انتخاب کنیم که پاسخ درست و غلط ندارند.

اسباب بازی‌هایی که می‌توان با آن‌ها به روش‌های مختلف بازی کرد، از بهترین اسباب بازی‌ها برای کودکان طیف اوتیسم هستند. این اسباب بازی‌ها به‌طور ویژه برای کودکانی که در رشد خود ناهماهنگی دارند مناسب هستند. برای مثال لگوهایی که کودک می‌تواند به روش‌های مختلف با آن‌ها بازی کند یا توپ و یا خمیربازی از این دسته بازی‌ها هستند.

• محرک‌های حسی مناسب را برای کودک فراهم کنیم.

کودکان طیف اوتیسم معمولاً باریک ورودی حسی خاص تمرکز دارند. برای مثال برخی به سمت لامسه جذب می‌شوند. مثلاً به بافت‌های نرم توجه نشان می‌دهند و در حالی که برخی دیگر ترجیح می‌دهند سیستم حس شنوایی خود را تحریک کنند. مثل اینکه با گوش دادن به موسیقی خلق و خوی خود را تنظیم کنند. باید توجه داشته باشیم که کودکان طیف اوتیسم نیازهای حسی مختلفی دارند. بهتر است اسباب بازی‌هایی تهیه کنیم که دارای قطعات حسی زیادی هستند که کودک از بازی با آن‌ها لذت می‌برد.

اسباب بازی های خوب برای کودکان را بشناسیم!

انواع مختلفی از اسباب بازی ها وجود دارند که برای کودکان طیف اتیسم جذاب هستند. هر دسته از آن ها مزیتی خاص و فرصتی متفاوت را برای یادگیری و رشد شخصیتی کودکان فراهم می کنند. یکی از روش های دسته بندی اسباب بازی ها به شرح زیر است. دانستن این دسته بندی به ما کمک می کند تا وسیله های بازی را متناسب با سطح توانمندی های کودک تهیه کنیم.



۱. اسباب بازی های نقش آفرینی



این اسباب بازی ها شامل عروسک ها و شخصیت های عروسکی، اسباب بازی های نمادین همچون وسایل آشپزی، نظافت، ماشین ها و عروسک های انگشتی است. این اسباب بازی ها به کودکان کمک می کند تا به کمک نقش آفرینی، مهارت های اجتماعی، خلاقیت و مهارت های زبانی شان تقویت شود. استفاده از عروسک ها برای آموزش هیجان ها و قوانین تعاملات اجتماعی به کودکان اهمیت دارد.





۲. اسباب بازی های آموزشی



با وجود اینکه همه ی اسباب بازی ها فرصتی برای یادگیری و تقویت مهارت های مختلف کودکان هستند، اما بازی های آموزشی به طور هدفمندتری به آموزش آن ها کمک می کند. مثلاً بازی های آموزشی بستن بندهای کفش، دکمه و کمر بند که ضمن تقویت مهارت های حرکتی ظریف به رشد مهارت های روزمره ی زندگی برای استقلال بیشتر کمک می کند. استفاده از بازی های کاردی و جورکردنی نیز در آموزش کلمات، گفتار و تقویت مهارت های اجتماعی نقش دارد.



۳. اسباب بازی های تقویت کننده مهارت حرکتی



اسباب بازی های حرکتی می تواند برای کودکان طیف اتیسم بسیار مناسب باشد تا مهارت های حرکتی مثل تعادل، هماهنگی، حفظ وضعیت بدنی و قدرت عضلانی، مهارت های حرکتی ظریف و درشت را تقویت کند.

اسباب بازی هایی که به مهارت های

حرکتی ظریفی

نیاز دارند مانند: نقاشی | گره زنی | نخ و مهره | رنگ آمیزی
قیچی کردن | بازی های دوخت صفحات چوبی
قالب گیری و مجسمه سازی (خمیربازی)



اسباب بازی‌هایی که برای تقویت مهارت‌های حرکتی درشت مناسب‌اند:

توپ‌ها در اندازه‌های مختلف

داشتن توپ در سایزهای مختلف کمک می‌کند تا بازی‌های مختلف و بانشاطی برای کودکان خود طراحی کنیم. توپ‌های بزرگ که می‌توانیم کودک خود را روی آن‌ها بنشانیم می‌توانند در تقویت عضلات بدن برای حفظ وضعیت بدنی کودک کمک کننده باشند. همچنین توپ‌های مینی مثل پرتاب‌کردن و گرفتن، به بالا پرتاب‌کردن و به دیوار زدن توپ می‌توانند مهارت‌های حرکتی درشت کودکان را تقویت کنند. علاوه بر این پرتاب توپ داخل سبد می‌تواند توجه و تمرکز و هماهنگی حرکات چشم و دست را تقویت کند.

اسباب بازی‌های تعادلی

اسباب بازی‌ها و وسایلی که بتوان با کمک آن‌ها بازی‌های تعادلی را با کودک خود انجام دهیم، می‌تواند به تقویت حس دهلیزی کودک که مرتبط با تعادل است، کمک کند. استفاده از تخته‌های تعادل، راه رفتن روی چوب باریک، قدم برداشتن روی یک خط مشخص و پریدن بر روی ترامپولین می‌تواند به سرگرمی و تقویت تعادل کودکان کمک کند.

طناب بازی

انجام بازی‌های مختلف با طناب می‌تواند مهارت‌های حرکتی و تعادلی کودکان را تقویت کند.



۴. اسباب بازی های علت و معلولی



اسباب بازی های علت و معلولی ابزارهای رشدی ارزشمندی هستند، زیرا فرصتی برای هماهنگی چشم و دست، اقدامات تکراری ساده، بازی بین ما و کودکمان و کاوش حسی را ارائه می دهند. اسباب بازی های علت و معلولی به آنها آموزش می دهد در صورتی که اقدامی انجام دهند، نتیجه ای را دریافت می کنند. اسباب بازی های موسیقیایی که با فشردن دکمه ای صدایی ایجاد می کنند، اسباب بازی های پاپ آپ و سایر اسباب بازی های دکمه دار نمونه های خوبی از اسباب بازی های علت و معلولی هستند.

اسباب بازی های علت و معلولی به آنها آموزش می دهد در صورتی که اقدامی انجام دهند، نتیجه ای را دریافت می کنند.



۵. پازل ها



پازل ها بازی هایی هستند که در شکل ها و جنس های مختلفی همچون چوبی، پلاستیکی، فومی و... وجود دارند. بازی با پازل برای رشد کودکمان مهم است و آموخته هایی زیادی برایش دارد. برای مثال:

کودک یاد می گیرد که بر روی کاری که در دست دارد تمرکز کند و آن را به اتمام برساند.



مهارت های حرکتی ظریف کودک، هماهنگی چشم و دست، حل مسئله، حافظه و مهارت های بصری تقویت می شوند.



گاهی اوقات کودکمان در مهد کودک با سایر کودکان یا با خواهر و برادر و یا درمانگر خود در اتاق درمان پازل بازی می کند. اگر کودکی در انجام بازی مشکل داشته باشد، بچه های دیگر کمک خواهند کرد. این به فرزندمان می آموزد که فردی خارج از خودش وجود دارد و فرصتی برای تمرین تعاملات اجتماعی می شود.





۶. اسباب بازی های حسی



این گروه از وسایل، اسباب بازی هایی هستند که حواس مختلف کودکان مثل حس لامسه، بینایی، شنوایی، بویایی، تعادل (دهلیزی) و فشار را هدف قرار می دهند.

- حباب بازی
- کتابچه های حسی
- اسباب بازی هایی که صدا تولید می کنند.
- اسباب بازی هایی که نور دارند مثل گوی های رنگی
- جعبه های حسی که بافت های مختلف مثل زبر، نرم، کرکی و... دارند.
- از این وسایل بازی می توان در کنار برنامه های توان بخشی یکپارچگی حسی کودک استفاده کرد.



قوانین مهم هنگام بازی کردن با کودکان با اختلال طیف اتیسم چیست؟

۱ - در یک فضای مشترک با کودکان بازی کنیم.

فضای مشترک محیطی است که در آن ما و کودک روی بازی و فعالیت مشترک خود متمرکز هستیم.

۲ - قبل از شروع بازی به کودک توضیح دهیم چه بازی ای قرار است انجام دهیم.

۳ - عواملی که سبب حواس پرتی کودک می شود (مانند صدای تلویزیون) را محدود کنیم.

۴ - از تمام کردن ناگهانی بازی با کودک خودداری کنیم و ۵ دقیقه قبل از اتمام بازی به کودک اطلاع دهیم.

۵ - کودکان هنگام بازی متوجه احساسات ما می شوند. زمان بازی با آنها بانشاط و با انرژی باشیم.

۶ - در بازی با کودکان دقت داشته باشیم که آنها در ایجاد تماس چشمی مستمر دچار چالش هستند. برای همین بهتر است که هم سطح کودک قرار بگیریم و وسایل بازی را میان خود و کودکان قرار دهیم.



بازی‌های موبایلی برای کودکان طیف اتیسم

با وجود اینکه باورهای مختلفی درباره‌ی استفاده از بازی‌های موبایلی برای کودکان وجود دارد، اما پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد در صورتی که روی محتوا و نوع بازی‌های انتخاب شده و ساعت استفاده از آن‌ها نظارت شود، می‌تواند تأثیرات خوبی برای کودکان داشته باشد.



باورهای غلط رایج

درباره‌ی استفاده از بازی‌های موبایلی

برای کودکان با اختلال طیف اتیسم

- بازی‌های ویدئویی می‌توانند علت اصلی اختلال طیف اتیسم باشند!

اتیسم یک اختلال عصبی-رشدی است و بازی‌های ویدئویی تنها یکی از عوامل محیطی هستند که ممکن است بر توانایی‌ها و رفتار کودکان تأثیر بگذارند اما نمی‌توانند علت اصلی اختلال طیف اتیسم باشد.

- بازی‌های ویدئویی می‌توانند اختلال طیف اتیسم را درمان کنند!

بازی‌های ویدئویی ممکن است برخی مهارت‌های اجتماعی، زبانی یا تفکری را بهبود بخشند، اما نمی‌توانند اختلال طیف اتیسم را به طور کامل درمان کنند. برای بهبود ویژگی‌های اختلال طیف اتیسم نیاز به برنامه‌های توان بخشی زیر نظر متخصصان و مشاوران این حوزه است.

- هر بازی ویدئویی برای کودکان طیف اتیسم مناسب است!

هر بازی ویدئویی به طور خودکار برای کودکان طیف اتیسم مناسب نیست. برای انتخاب مناسب‌ترین بازی، باید به نیازهای خاص کودک، سطح رشد و توانمندی‌های او توجه شود.

- بازی‌های ویدئویی می‌توانند از رشد اجتماعی و ارتباطی کودکان طیف اتیسم جلوگیری کنند!

در واقع، بازی‌های ویدئویی ممکن است به کودکان طیف اتیسم کمک کنند تا مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی خود را بهبود بخشند. بازی‌های تعاملی و آموزشی می‌توانند فرصت‌های مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی را به کودکان بدهند و این توانمندی‌ها را تقویت کنند.



در انتخاب بازی موبایلی برای کودکان با اختلال طیف اتیسم به موارد زیر توجه کنید:

بازی‌ها باید با سطح توانایی و مهارت‌های کودکان طیف اتیسم سازگار باشند. مطمئن شوید که بازی انتخابی مناسب گروه سنی و توانمندی‌های کودک است.

تطابق با سطح توانایی کودک



بازی‌ها باید محتوای آموزشی و تعاملی داشته باشند که بتواند به رشد توانمندی‌های اجتماعی، زبانی و تفکری کودکان طیف اتیسم کمک کند. بازی‌هایی که تمرکز خود را بر روی مهارت‌های اجتماعی، توجه به جزئیات و ارتباطات زبانی قرار می‌دهند مناسب هستند.

محتوای آموزشی و تعاملی



بازی‌های با گرافیک ساده و صداهای آرام و غیر تحریک کننده می‌توانند برای کودکان طیف اتیسم مناسب باشند. تحریک‌های زیاد گرافیکی و صوتی برای کودکان با حساسیت بالا مناسب نیستند.

گرافیک و صدا



برخی کودکان طیف اتیسم نیاز دارند تا بازی‌های برای آن‌ها سفارشی سازی شود تا بتوانند با توجه به نیازهای خاص خود از آن‌ها استفاده کنند. مطمئن شوید که بازی انتخابی امکانات سفارشی‌سازی مانند تنظیمات صوتی، سطوح سختی و محدودیت زمانی را دارد.

قابلیت سفارشی‌سازی



انتخاب بازی‌هایی که امکان بازی با دیگران را فراهم می‌کنند، می‌تواند به کودکان طیف اتیسم میزانی از تجربه‌ی اجتماعی را نیز ارائه دهد. بازی‌های همکاری و اشتراکی می‌توانند به کودکان طیف اتیسم کمک کنند تا مهارت‌های اجتماعی خود را بهبود بخشند و در محیط‌های گروهی با دیگران همکاری کنند.

بازی‌های همکاری و اشتراکی



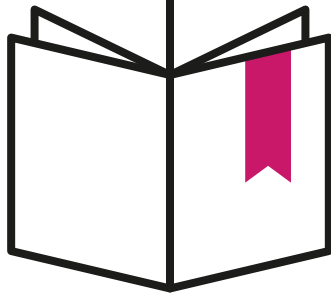
شما می‌توانید این وسایل بازی را با مراجعه‌ی حضوری به

فروشگاه‌های اسباب‌بازی، شهرکتاب

و یا حتی از طریق

سایت‌های فروش آنلاین اسباب‌بازی

تهیه کنید.



این کتابچه مناسب است برای:



مراقبین و خانواده‌های دارای فرزند با اختلال طیف اتیسم

طیف

- خفیف ✓
- متوسط ✓
- شدید ✓

سن

- کودکی ✓
- نوجوانی ✓
- بزرگسالی ○



انجمن اتیسم ایران

۰۲۱-۴۸۰۸۵۰۰۰

www.irautism.org