

آهای اتیسم

سال هشتم
شماره هجدهم
پاییز ۱۴۰۳

فصلنامه علمی و آموزشی



مدرسه اجتماعی - شهروندی

ویژه کودکان و نوجوانان با اختلال طیف اتیسم

Social-Civic School

For children and adolescents
with autism spectrum disorder

آواک انریسم

فصلنامه علمی و آموزشی

سال هشتم | شماره هجدهم | پاییز ۱۴۰۳

شماره ثبت: ۷۸۲۷۵

Registration No: 78275

صاحب امتیاز: انجمن خیریه اتیسم ایران

License holder: Iran Autism Association (NGO)

مدیر مسئول: کتایون رازجویان

Managing Director: Katayoun Razjouyan

سردبیر: سینا توکلی

Editor-in-Chief: Sina Tavakoli

سرپرست نویسندگان: کوثر کمالی

Managing Editor: Kousar Kamali

همکاران این شماره: محمدعلی میری، سعید هادیگل، مینا

عمادی زاده، فاطمه مهرابی، راحله رضایی نیا

Contributors: Mohammad Ali Miri, Saeed Hadigol,

Mina Emadizadeh, Fatemeh Mehrabi,

Raheleh Rezaeinia

عکس: علی رضاییان، ماهان مهین روستا

Photos: Ali Rezaeian, Mahan Mahin Rousta

طراحی گرافیک: امیر شریف

Graphic Design: Amir Sharif

زیر نظر شورای علمی انجمن اتیسم ایران

Supervised by the Scientific Council of the Iran

Autism Association

نشانی: تهران، اتوبان ستاری جنوب،

بعد از پل همت، لاله شرقی، پلاک ۸

Address: No. 8, East Laleh Boulevard,

South Sattari Highway

Contact No: 02148085000

Email: info@irautism.org

Website: www.irautism.org

سخن سردبیر



انتقال به بزرگسالی، فرایندی پیچیده و چندوجهی است که مستلزم رشد تدریجی مهارت‌های ارتباطی، اجتماعی و شهروندی است. برای افراد دارای اختلال طیف اتیسم، این گذار با چالش‌های خاصی همراه است که در صورت نبود آموزش‌های هدفمند، می‌تواند منجر به کاهش میزان استقلال و مشارکت اجتماعی آنان شود. از این رو، توانمندسازی این افراد در زمینه مهارت‌های روزمره همچون خرید کردن، استفاده از حمل و نقل عمومی، رعایت نوبت و تعامل اجتماعی مؤثر، ضرورتی انکارناپذیر در مسیر دستیابی به زندگی مستقل و معنادار است.

در این شماره از فصلنامه آوای اتیسم، گزارش ویژه‌ای از دوره آموزشی «مدرسه اجتماعی و شهروندی» ارائه شده است؛ برنامه‌ای که با رویکردی علمی و عملی، به توانمندسازی نوجوانان طیف اتیسم در زمینه مهارت‌های ضروری زندگی اجتماعی می‌پردازد. در این گزارش، به اهمیت آموزش مهارت‌های اجتماعی و شهروندی در فرآیند انتقال به بزرگسالی پرداخته‌ایم و تأثیر این آموزش‌ها را در افزایش خودکارآمدی و مشارکت اجتماعی افراد طیف اتیسم مورد واکاوی قرار داده‌ایم. امید است که این شماره بتواند گامی مؤثر در جهت ارتقای دانش و بینش متخصصان، خانواده‌ها و سیاست‌گذاران آموزشی در زمینه آماده‌سازی افراد طیف اتیسم برای ورود به دوران بزرگسالی باشد.

براین باوریم که با آموزش‌های مناسب، حمایت‌های ساختاری و تغییر نگرش جامعه، می‌توان فرصت‌هایی برابر برای رشد و شکوفایی این افراد فراهم ساخت.

سینا توکلی

معاون آموزش، توان بخشی
و سلامت خانواده انجمن اتیسم ایران

Editor's letter

The transition to adulthood is a complex and multidimensional process that requires the gradual development of communication, social, and civic skills. For individuals with ASD, this transition involves specific challenges that, in the absence of targeted education, can lead to reduced independence and social participation. Therefore, empowering these individuals in daily living skills such as shopping, using public transportation, turn-taking, and effective social interaction is an undeniable necessity on the path to achieving an independent and meaningful life. In this issue of the Avaye Autism quarterly magazine, we present a special report on the “Social-Civic School” training program—an initiative that employs a scientific and practical approach to empower adolescents with ASD with essential social living skills. The report highlights the critical role of social and civic skill development during the transition to adulthood and explores how such training enhances self-efficacy and social engagement among individuals with ASD. We hope this edition serves as a meaningful step toward advancing the knowledge and perspectives of professionals, families, and educational policymakers in preparing individuals with ASD for entering adulthood.

We firmly believe that through appropriate education, structural support, and changes in societal attitudes, equal opportunities can be created for these individuals to grow and thrive.

Sina Tavakoli

Education, Rehabilitation and Family Health Deputy
of Iran Autism Association

سخن مدیرعامل



در دنیایی پراز رنگ و تنوع، هر فرد داستانی منحصر به فرد دارد؛ داستان هایی که گاهی درسکوت و گاهی باشوق روایت می شوند. پشت هر بزرگسال دارای ایتسم، خانواده ای است که با عشق و امید، او را در مسیر زندگی همراهی می کند. این افراد با چالش هایی مثل ارتباطات اجتماعی و مهارت های شهروندی روبه روهستند، اما آیا نمی توان این چالش ها را به فرصتی برای رشد تبدیل کرد؟ مهارت آموزی، کلید ورود این افراد به جامعه ای پویا و در حال تغییر است. این مهارت ها نه تنها به آن ها کمک می کند تا جایگاه خود را پیدا کنند، بلکه حس همدلی و همکاری را در میان ما تقویت می کند.

ما، به عنوان یک جامعه انسانی، وظیفه داریم فضایی امن و حمایتی بسازیم؛ جایی که استعداد های این افراد شکوفا شود. از طراحی برنامه های آموزشی مؤثر تا ایجاد فرصت های شغلی مناسب، همه گام هایی ضروری هستند. امیدواریم روزی برسد که نیاز های بزرگسالان دارای ایتسم، از اشتغال تا زندگی مستقل، در اولویت قرار گیرد. کسب و کارها می توانند با پیوستن به شبکه دوستدار ایتسم، نقشی کلیدی در این مسیر ایفا کنند. این سفر، فرصتی است برای همه ما تا با تغییر نگرش، دنیایی سرشار از محبت و درک متقابل بسازیم. با حمایت از فرصت های آموزشی و شغلی برای افراد دارای ایتسم، در ساختن جامعه ای فراگیر سهیم شوید. بیایید با هم، این تغییر زیبا را رقم بزنیم.

سعیده صالح غفاری

مدیر عامل انجمن ایتسم ایران

CEO's letter

In a world full of color and diversity, every person has a unique story – stories sometimes narrated in silence and sometimes with enthusiasm. Behind every adult with ASD, stands a family that accompanies them on life's journey with love and hope. These individuals face challenges like social interactions and civic skills, but can't these challenges be transformed into opportunities for growth? Skill-building is the key to integrating them into a dynamic, ever-evolving society. These skills not only help them find their place, but also strengthen empathy and cooperation among us all.

As a human society, we have a duty to create a safe and supportive environment where the talents of individuals with ASD can flourish. From designing effective educational programs to providing suitable employment opportunities, every step is essential. We hope for a day when the needs of adults with ASD—from employment to independent living—are prioritized. Businesses can play a key role in this journey by joining the autism-friendly network. This journey is an opportunity for all of us to shift perspectives and build a world filled with compassion and mutual understanding. By supporting educational and vocational opportunities for individuals with ASD, you contribute to creating an inclusive society. Let's come together to make this meaningful change a reality.

Saeideh Saleh Ghaffari

CEO of Iran Autism Association



Welcome to the Social-Civic School for teaching social and civic skills! To embark on a unique journey, join the Iran Autism Association.

به مدرسه آموزش مهارت‌های اجتماعی-شهروندی خوش آمدید! برای قدم گذاشتن در مسیر تجربه‌ای منحصر به فرد، با انجمن اتیسم ایران همراه باشید.

The Social-Civic School provides an educational and supportive environment where individuals with ASD can learn various skills, practice independence, make new friends, and feel like a member of the world around them, alongside those who understand them the most. In this school, we step out of small classes and clinics, travel to metro stations, parks and shopping centers, so that the individuals with ASD can take steps towards flourishing, empowerment, and independence. Are you ready for days filled with joy, interaction, and growth?

مدرسه اجتماعی-شهروندی، محیطی آموزشی و حمایتی فراهم می‌کند تا بچه‌ها همراه کسانی که بیشتر از همه شبیه خودشان هستند و بیشتر از همه آن‌ها را درک می‌کنند، مهارت‌های مختلفی بیاموزند، استقلال را تمرین کنند، دوست‌های تازه پیدا کنند و احساس کنند عضوی از دنیای پیرامونشان هستند. در این مدرسه، از کلاس‌های کوچک و کلینیک‌ها بیرون می‌آییم، به ایستگاه‌های مترو، پارک و مرکز خرید سفر می‌کنیم تا بچه‌ها قدمی برای شکوفایی، توانمندی و استقلال بردارند. برای روزهایی پراز نشاط، تعامل و رشد آماده‌اید؟

گروه سنی	سطح	تعداد	ساعت
۷ تا ۱۲ سال	خفیف و متوسط	۲۰ نفر (به همراه یکی از والدین)	۸ صبح تا ۱۲
۱۲ سال به بالا	خفیف و متوسط	۲۰ نفر	۸ صبح تا ۱۲

Age group	No. of Participants	ASD Level	Time
7-12 years old	20 (with a caregiver)	1 and 2	8:00 AM - 12:00 PM
12+ years old	20	1 and 2	8:00 AM - 12:00 PM

قبل از ۱۴۰۰ چه گذشت؟

از سال ۱۳۹۵، دوره‌های آموزشی مهارت‌های اجتماعی و شهروندی، ورزشی و هنری در انجمن اتیسم ایران برگزار می‌شدند. در سال ۱۳۹۹، بزرگسالان طیف اتیسم در دوره آموزشی «مدرسه استقلال» شرکت کردند و مفاهیمی را در حوزه‌های ارتباطات و تعاملات اجتماعی، مهارت‌های مالی، استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی، برنامه‌ریزی روزانه، کار گروهی، مدیریت بحران، بلوغ و مسائل هیجانی در کنار یکدیگر یاد گرفتند. همکاران قدیمی انجمن و بچه‌ها، هنوز هم از خاطرات مدرسه استقلال تعریف می‌کنند. بسیاری از خانواده‌ها نیز درخواست می‌کردند این برنامه دوباره برگزار شود.

Before 2021...

Since 2016, educational courses in social and civic, sports, and arts have been held at the Iran Autism Association (IAA). In 2020, adults with ASD participated in the "Independence School" educational program, where they learned important concepts about communication and social interactions, financial skills, use of public transportation, daily planning, teamwork, crisis management, puberty, and emotional issues. The IAA's long-time colleagues and the participants, still talk about their memories of the Independence School. Many families have also requested that this program be held again.



آغاز فصلی جدید

از گوشه و کنار انجمن اتیسم ایران، در گفت‌وگوی والدینی که فرزند بالای هفت سال داشتند، دغدغه‌های مشابهی شنیده می‌شود. مادرانی که روزهای گذشته از پایان کلاس‌های توان بخشی فرزندشان و پذیرفته شدن او در مدرسه خوش حال بودند، حالا نگرانی‌های جدیدی دارند. با بالاتر رفتن سن بچه‌ها و قرار گرفتن آن‌ها در فضاها و روابط عمومی‌تر، روابط با همسالان و مسائلی مثل رعایت نوبت چالش‌های جدیدی را برای خانواده رقم می‌زند.

A new season unfolding

From various corners of the IAA, similar concerns are heard from parents who have children above 7 years old. Mothers who were recently happy about the end of their child's rehabilitation process and their acceptance into school, now have new things to worry about. As children grow older and enter more public spaces, relationships with peers and issues like taking turns bring new challenges for families.

Another frequently requested topic by parents who contact IAA's helpline is: "What should we do for our children's Leisure time?" To examine these requests more accurately, a comprehensive survey was conducted. The results of the survey, which included opinions from more than 70 families with children over the age of 7 with ASD level 1 and 2, indicated that the lack of recreational facilities was one of their concerns. Additionally, parents mentioned the absence of vocational training centers and social skills education, as well as the high costs of these classes.

یکی دیگر از درخواست‌های پرتکرار والدین که در تماس با واحد مشاوره تلفنی انجمن اتیسم ایران مطرح می‌شود این است: «برای اوقات فراغت بچه‌ها چه کنیم؟» برای بررسی دقیق‌تر درخواست‌ها، یک نظرسنجی جامع انجام گرفت. نتایج بخشی از این نظرسنجی که مربوط به بیش از ۷۰ خانواده دارای فرزند طیف اتیسم بالای ۷ سال سطح ۱ و ۲ (خفیف و متوسط) بود، نشان می‌داد که نبود امکانات تفریحی از دغدغه‌های آن‌هاست. افزون بر این، والدین به نبود مراکز حرفه‌آموزی و آموزش مهارت‌های اجتماعی یا هزینه بالای این کلاس‌ها نیز اشاره می‌کردند.



Scientists believe that adolescence can be a particularly challenging developmental stage for the formation of meaningful connections with others, and youth with ASD often struggle in this arena. An escalation in social expectations during this time may affect both social and adaptive functioning for people with ASD. The very symptoms that classify people with ASD (social and communication challenges) may contribute to symptoms of social anxiety and result in greater social withdrawal among these individuals. Social isolation, in turn, is linked to loneliness, anxiety, and depression. This process significantly impacts social relationships for youth with ASD.

دانشمندان معتقدند که عبور از کودکی به نوجوانی می‌تواند یک مرحله رشدی چالش‌برانگیز برای شکل‌گیری ارتباطات معنا دار با دیگران باشد. افراد دارای اختلال طیف اتیسم، بیشتر از دیگران با این چالش‌ها دست و پنجه نرم می‌کنند. افزایش انتظارات اجتماعی در این دوران، می‌تواند بر عملکرد اجتماعی و انطباقی افراد دارای اتیسم تأثیر بگذارد. نشانه‌های اصلی اختلال طیف اتیسم (چالش‌های اجتماعی و ارتباطی)، همان ویژگی‌هایی هستند که ممکن است به افزایش اضطراب اجتماعی و کناره‌گیری نوجوانان از جامعه منجر شوند. این انزوای اجتماعی، خود می‌تواند با تنهایی، اضطراب و افسردگی مرتبط باشد. این فرایند به طور قابل توجهی بر روابط اجتماعی در نوجوانان دارای اختلال طیف اتیسم تأثیر می‌گذارد.

After receiving all these feedbacks, calls, and surveys from parents, we decided to give a fresh start to the Social-Civic School this year, providing an opportunity to tackle many of these concerns. Thus, the process of organizing a new session began.

با توجه به آنچه گفته شد و پس از دریافت تمامی بازخوردها، تماس‌ها و نظرسنجی از والدین، تصمیم گرفتیم امسال جان تازه‌ای به مدرسه اجتماعی-شهروندی ببخشیم؛ تا فرصتی برای رنگ باختن بسیاری از این نگرانی‌ها فراهم شود. بدین ترتیب، فرایند برگزاری یک دوره جدید آغاز شد.



پیش از شروع

برای بازنگری و به روزرسانی ساختار آموزشی قبلی، تحقیقات را در راستای محور انتقال به بزرگسالی شروع کردیم. ابتدا لازم بود یک بنچ مارک انجام شود. بنچ مارک یک اصطلاح به معنای مقایسه چیزی با نمونه های مشابه و تلاش در مسیر بهبود آن چیز است. بدین منظور، مقالات علمی از پایگاه های پژوهشی معتبر و پروتکل های منابع مختلفی مثل سازمان بهداشت جهانی مورد بررسی قرار گرفتند. هدف این بود که در نهایت برنامه ای داشته باشیم که علاوه بر داشتن مبنای علمی، مطابق نیازها، امکانات و اهداف طراحی شود و از ماهیتی تکرار پذیر برخوردار باشد.

Before we begin...

To review and update the previous educational structure, we began research focused on the transition to adulthood. First, it was necessary to conduct a benchmark. Benchmarking is a term that means comparing something with standards and striving to improve it. For this purpose, scientific articles from reputable research databases and protocols from various sources such as the World Health Organization (WHO) were reviewed. The goal was to eventually have a program that not only has a scientific basis, but is also designed to meet needs, resources, and objectives, and is inherently repeatable.

IAA and Beyond!

The fundamental approach of the Social-Civic School is to teach practical communication and social skills in a real-world setting. Based on scientific evidence, the closer the learning environment is to a real-world setting, the better an individual learns the skills and applies them effectively.

انجمن اتیسم ایران و فراتر از آن!

رویکرد بنیادین مدرسه اجتماعی-شهروندی، آموزش واقعی مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی در بستر واقعی است. براساس شواهد علمی، هرچه محیط یادگیری به محیط واقعی نزدیک‌تر باشد، فرد مهارت‌ها را بهتر یاد می‌گیرد و آن‌ها را به درستی اجرا می‌کند.



As the name of the Social-Civic School suggests, another important approach throughout this course is the social nature. Based on the perspectives in the field of individuals with special needs, every person is a member of society and has equal civil and social rights in all areas. This viewpoint guides the programs towards promoting independence, the very valuable ability that we strive for above all.

همان طور که از اسم مدرسه اجتماعی-شهروندی پیداست، رویکرد مهم دیگری که در سراسر این دوره وجود دارد رویکرد اجتماعی بودن است. براساس دیدگاه‌های موجود در حوزه افراد با نیازهای ویژه، هر فرد عضوی از اجتماع است و در تمامی زمینه‌ها حق شهروندی و اجتماعی یکسانی با سایر افراد دارد. این دیدگاه، برنامه‌ها را در راستای استقلال فرد راهبری می‌کند؛ همان توانایی ارزشمندی که بیش از هر چیز به دنبالش هستیم.



Additionally, we were dedicated to upholding our social responsibility as part of our commitment to our ethical obligations as an NGO.

همچنین، برآن بودیم که در راستای عمل به مسئولیت اجتماعی، به تعهد و وظیفه اخلاقی خود به عنوان یک سازمان مردم‌نهاد پایبند باشیم.

Despite the communication and sensory challenges in individuals with ASD, with appropriate support, tailored strategies, and a strengths-based approach, many individuals with ASD can successfully acquire and refine essential skills. Since ASD is a disorder characterized by deficits in communication and social interaction, activities are designed to enhance and promote children's communication and social skills. For example, the skills needed for shopping and using public transportation are skills that any individual should be familiar with in order to participate independently in society. In addition to these, issues as well as decision-making, problem-solving, and creativity are also incorporated into various activities. Alongside learning, having fun and spending enjoyable time with peers are also prominent objectives of the social-civics school. Thus, the final framework of the social-civics school is defined.

با وجود چالش‌های ارتباطی و حسی در افراد دارای اختلال طیف اتیسم، حمایت و برنامه‌های مناسب مبتنی بر پرورش نقاط قوت می‌تواند مهارت‌های ضروری را به آن‌ها آموزش دهد و اشکالات را اصلاح کند. از آن جایی که اتیسم اختلالی همراه با نقص در ارتباطات و تعاملات است، فعالیت‌ها با محوریت ارتقا و رشد مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی بچه‌ها در نظر گرفته می‌شوند. به عنوان مثال، مهارت‌های مورد نیاز برای خرید کردن و استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی، مهارت‌هایی هستند که انتظار داریم یک فرد به عنوان شهروند با آن‌ها آشنا باشد تا بتواند به صورت مستقل در جامعه حضور پیدا کند.

علاوه بر این موارد، مسائلی همچون تصمیم‌گیری، حل مسئله و خلاقیت نیز در فعالیت‌های مختلف گنجانده شد. در کنار یادگیری، تفریح و سپری کردن اوقات خوش در کنار همسالان نیز از اهداف پررنگ مدرسه اجتماعی-شهروندی بود. بدین ترتیب چارچوب نهایی مدرسه اجتماعی-شهروندی مشخص شد.



آگاهی بخشی

**Raising
Awareness**

استقلال

Independence

ارتقای مهارت

**Enhancing
Skills**

آموزش

Education



Setting Up

When we talk about the Social-Civic School, the venues for holding the sessions must certainly be chosen from urban environments. These places should not only provide the experience of being in a real environment, but also be diverse. Most importantly, we need to ensure that the conditions at these venues are suitable for individuals with ASD. Considering these factors, several locations in Tehran are being selected, and we correspond separately with each of them. The conditions for holding the sessions are explained to the officials of each venue so that they would be informed about the program and take the necessary actions.

With coordination with the Tehran City Council, if there is a need to pay an entrance fee or purchase a ticket at any venue, it will be free for the participants.

آماده سازی ۱: مکان ها

هنگامی که از مدرسه اجتماعی-شهروندی صحبت می کنیم، مکان های برگزاری مسلماً باید از محیط های شهری انتخاب شوند. این مکان ها ضمن این که باید تجربه بودن در محیط واقعی را رقم بزنند، لازم است متنوع هم باشند. از همه مهم تر این که لازم است بتوانیم شرایط حضور بچه ها را در آن مکان ها مهیا کنیم. با در نظر گیری این موارد، چند موقعیت در شهر تهران انتخاب می شوند و با هریک از آن ها به صورت جداگانه نامه نگاری می کنیم. شرایط برگزاری به مسئولان هر مکان توضیح داده می شود تا در جریان برنامه قرار بگیرند و اقدامات لازم انجام شود. با هماهنگی با شورای شهر تهران، اگر مکانی نیاز به پرداخت هزینه ورودی یا خرید بلیت داشته باشد، برای بچه ها رایگان خواهد بود.



The Tehran Metro was one of the places we really wanted to include in our program. Fortunately, we had good collaboration with the metro, and the proposed station for the individuals' presence was arranged. Additionally, we were promised that the metro would also support us in raising awareness about ASD.

متروی تهران یکی از مکان‌هایی بود که دوست داشتیم حتماً آن را در برنامه داشته باشیم. خوش بختانه هماهنگی خوبی با مترو صورت گرفت و ایستگاه پیشنهادی ما برای حضور بچه‌ها هماهنگ شد. همچنین، قول گرفتیم که مترو در حوزه اطلاع‌رسانی اختلال طیف اتیسم هم به ما کمک کند.



Participants and Volunteers

The registration process begins with sending an informational SMS to the parents of members who are over 7 years old. The school poster will also be accessible on our social media to engage other families with this program.

آماده سازی ۲: شرکت کنندگان و داوطلبان

فرایند ثبت نام، با ارسال پیامک اطلاع رسانی به والدین اعضای بالای ۷ سال انجمن شروع می شود. پوستر اطلاعات دوره نیز در شبکه های اجتماعی مان قابل دسترسی خواهد بود تا بتوانیم خانواده های دیگری را نیز با مدرسه همراه کنیم.



Volunteers are our helping hands in organizing the Social-Civic School. They have usually studied in related fields and join us with open arms. By issuing a call for volunteer cooperation, we find new friends who all share two common traits: kindness and responsibility.

All volunteers who are ready to help out in every season, join an online group to become familiar with the program details. Before each session, the necessary explanations are provided to them in person.

داوطلبان یکی از بازوهای قدرتمند ما در برگزاری مدرسه اجتماعی-شهروندی هستند. آن ها معمولاً در رشته های مرتبط تحصیل کرده اند و با روی گشاده همراهان می شوند. در هر دوره با انتشار فراخوان همکاری داوطلبانه، دوستان جدیدی پیدا می کنیم که همگی در دو ویژگی باهم مشترک اند: مهربانی و مسئولیت پذیری.

همه داوطلبانی که در هر فصل آمادگی خود را برای همکاری اعلام می کنند، به یک گروه مجازی می پیوندند تا با جزئیات برنامه آشنا شوند. قبل از شروع هر جلسه هم توضیحات لازم به صورت حضوری به آن ها ارائه می شود.

Registration fee: Like other services provided by the Iran Autism Association, we have tried to keep the cost of this course as low as possible.

هزینه: مثل سایر خدمات انجمن اتیسم ایران، تلاش کردیم که هزینه این دوره هم حداقل باشد.

Insurance: Once the number of participants is determined, a civil liability insurance will be obtained for all the individuals.

بیمه: پس از مشخص شدن تعداد شرکت کنندگان در هر دوره از مدرسه، بیمه مسئولیت مدنی اردو برای همه بچه ها گرفته می شود.



مکان‌ها و مهارت‌ها

Spots and Skills



Postscript: In each course, depending on the planning and conditions, we visit different places; that is, we do not necessarily visit all the places every season.

پی‌نوشت: در هر دوره با توجه به برنامه‌ریزی‌ها و شرایط، به مکان‌های مختلفی می‌رویم؛ یعنی در هر فصل لزوماً از همه مکان‌ها بازدید نمی‌کنیم.



باغ پرندگان

هدف‌های مهارتی:

- آشنایی با انواع پرندگان
- تمرین مهارت ایستادن در صف
- حضور در فضاهای عمومی و آشنایی با محیط‌های موزه‌مانند

فعالیت‌ها:

- بازدید گروهی از بخش‌های مختلف

Birds Garden

Skill Objectives:

- Getting acquainted with different types of birds
- Practicing the skill of standing in line
- being present in public spaces and getting acquainted with museum-like environments

Activities:

- Group tour of various areas



Studies have shown that interactions between animals and individuals with ASD can have positive effects in various cognitive, social, emotional, and behavioral areas. Animals are increasingly used in the treatment of children with ASD and can help reduce behaviors associated with the condition and stress. Being around various birds in the open space of the garden provides a unique experience that allows participants to establish closer connections.

مطالعات نشان داده‌اند که ارتباط حیوانات با افراد دارای اختلال طیف اتیسم می‌تواند در حوزه‌های مختلف شناختی، اجتماعی، عاطفی و رفتاری تأثیرات مثبتی بگذارد. حیوانات به طور فزاینده‌ای در درمان کودکان دارای اختلال طیف اتیسم مورد استفاده قرار می‌گیرند و می‌توانند در کاهش رفتارهای مرتبط با اختلال و کاهش استرس مفید باشند. بودن انواع پرنده‌ها در فضای آزاد باغ تجربه متفاوتی است که به شرکت‌کنندگان اجازه برقراری ارتباط نزدیک‌تر را می‌دهد.

مجموعه فرهنگی و آموزشی

هدف‌های مهارتی:

- آشنایی با یک محیط علمی و فرهنگی
- آشنایی با قوانین اجتماعی مرتبط با این فضا
- آشنایی با فعالیت‌ها و برنامه‌های موجود در این فضا
- انجام فعالیت‌های گروهی و تمرین نقش‌های هر عضو در گروه

فعالیت‌ها:

- کتاب‌خوانی
- بازدید از بخش علمی
- شاهنامه‌خوانی

Cultural and Educational Complex

Skill Objectives:

- Getting acquainted with a scientific and cultural environment
- Understanding the social rules associated with this environment
- Getting acquainted with the activities and programs available in this environment
- Engaging in group activities and practicing different roles within the group

Activities:

- Reading books
- Visiting the scientific area
- Reading the Shahnameh



Reading books, in addition to enhancing learning, memory, and attention, positively impacts social skills and stress reduction. Stories allow individuals with ASD to experience situations from different perspectives. When individuals with ASD hear various narratives, they can engage with a wide range of emotions. This helps them to better understand how others might feel in similar situations, thereby enhancing their capacity for empathy.

خواندن کتاب علاوه بر تقویت یادگیری، حافظه و توجه، در بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش استرس نیز مؤثر است. داستان‌ها به افراد دارای اختلال طیف اتیسم اجازه می‌دهند که موقعیت‌ها را از زاویه دیدهای مختلف تجربه کنند. هنگامی که افراد دارای اتیسم روایت‌های مختلفی را می‌شنوند، می‌توانند با طیف وسیعی از هیجان‌ها درگیر شوند. این موضوع می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا درک بهتری از احساس دیگران در موقعیت‌های مشابه داشته باشند و ظرفیت همدلی‌شان افزایش یابد.

مرکز خرید

هدف‌های مهارتی:

- آشنایی با مفهوم مرکز خرید و کاربرد آن
- آشنایی با مفاهیم خرید کردن (بررسی تاریخ تولید و انقضای محصولات، قیمت، پرداخت هزینه و...)
- گزارش دهی، توصیف، توجه به محیط اطراف
- تمرین مهارت خرید اجناس مختلف (اقلام سوپرمارکتی، لباس و...)
- برقراری ارتباط مناسب با فروشندگان
- تمرین رفتار مناسب در مغازه‌ها
- افزایش تحمل کاری^۱

فعالیت‌ها:

- خرید از هایپرمارکت و آشنایی با بخش‌های مختلف آن
- بازدید از فضاهای تفریحی مثل باغ ایرانی، کتابخانه و پیست یخ

Shopping center

Skill Objectives:

- Getting acquainted with the concept of a shopping center and its applications
- Getting acquainted with the concepts of shopping (reviewing production and expiration dates of products, prices, payment, etc.)
- Reporting, describing, and paying attention to the surrounding environment
- Practicing the skill of purchasing various items (supermarket goods, clothing, etc.)
- Establishing appropriate communication with sellers
- Practicing appropriate behavior in stores
- Increasing activity tolerance¹

Activities:

- Shopping at the hypermarket and getting acquainted with its different sections
- Visiting recreational areas such as the Persian garden, library, and ice rink

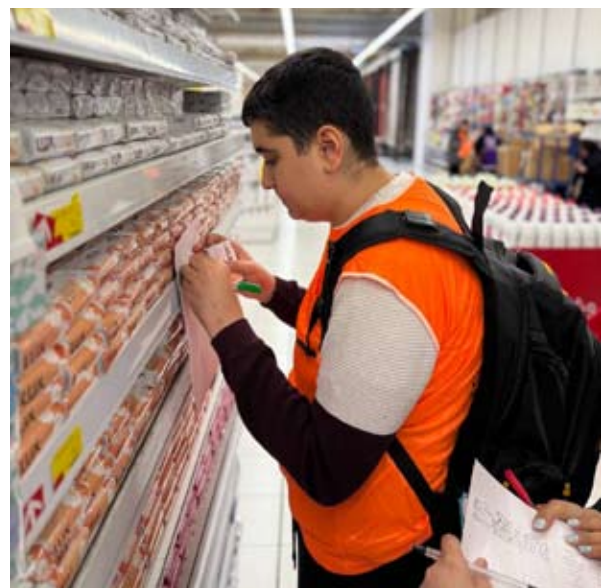


۱- ظرفیت فرد برای شرکت در یک فعالیت برای مدت زمان مطلوب بدون تجربه خستگی بیش از حد فیزیکی، عاطفی یا روانی

1—an individual's capacity to engage in an activity for an optimal duration without experiencing undue physical, emotional, or psychological fatigue

یکی از فعالیت‌های مناسب برای افزایش تحمل کاری افراد، پیاده‌روی است. در مدرسه اجتماعی-شهروندی، پیاده‌روی جزو اهداف اصلی نیست اما بسته به مکان مورد بازدید، به عنوان یک فعالیت جانبی در کنار سایر آموزش‌ها انجام می‌گیرد. مقالات پژوهشی نشان‌دهنده آثار مثبت فعالیت فیزیکی، خصوصاً پیاده‌روی، بسیارند. پیاده‌روی علاوه بر بهبود مهارت‌های حرکتی و تحمل، می‌تواند در کاهش اضطراب و بهبود خلق در افراد دارای اختلال طیف اتیسم کمک‌کننده باشد. راه رفتن در تعدیل بیش‌فعالی یا کمبود انرژی (دو مورد رایج در افراد دارای اتیسم) مؤثر است و می‌تواند شرکت در فعالیت‌های دیگر را نیز برای بچه‌ها آسان‌تر کند. از دیگر فواید پیاده‌روی می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- بهبود یکپارچگی حسی (به دلیل دریافت ورودی هم‌زمان از حس‌های بینایی، شنیداری و عمقی)
- ساختار داشتن و قابل پیش‌بینی بودن (داشتن روال ثابتی از این فعالیت می‌تواند آرامش‌بخش باشد)
- بهبود مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی (ایجادکننده فرصت‌هایی برای تعامل و سازگاری بیشتر)



One of the effective activities to increase individuals' activity tolerance is walking. In the social-civic school, walking is not a primary goal, but depending on the location being visited, it is carried out as a side activity alongside other activities. Research has demonstrated the positive effects of physical activity, especially walking. Walking can help improve motor skills and endurance, reduce anxiety, and enhance mood in individuals with ASD. Walking can help regulate hyperactivity or low energy, both of which are common in individuals with autism and can make it easier for them to engage in other activities. Other benefits of walking include:

- Improved Sensory Integration

Walking involves sensory input from the environment, such as visual, auditory, and proprioceptive feedback.

- Structure and Predictability

For many individuals with autism, the predictability of a walking routine can be comforting.

- Social and Communication Skills

Walking in groups or with a caregiver provides opportunities for social interaction in a low-pressure setting, which can improve social engagement and adaptability.

مترو

هدف‌های مهارتی:

- آشنایی با خطوط مترو
- آشنایی با مفاهیم ایمنی مرتبط با مترو
- آشنایی با مفهوم منتظر ماندن برای قطار
- تمرین خرید بلیت
- تمرین توجه به تابلوهای راهنما

فعالیت‌ها:

- تمرین ایستادن روی پله برقی
- تمرین ایستادن پشت خط زرد لبه سکو
- حرکت از ایستگاه میدان جهاد به سمت ایستگاه میدان ولیعصر
- بازدید از اتاق فرمان

Subway

Skill Objectives:

- Getting acquainted with the metro lines
- Understanding safety concepts related to the metro
- Understanding the concept of waiting for the train
- Practicing the ticket purchase
- Practicing attention to the guidance signs

Activities:

- Practicing standing on the escalator
- Practicing standing behind the yellow line on the platform
- Moving from one Station to another
- Visiting the control room at central station

در مدرسه پاییزه، با هماهنگی‌های انجام شده در ایستگاه میدان جهاد، قطار با کمی تأخیر حرکت کرد و بچه‌ها فرصت بیشتری برای سوار شدن پیدا کردند. مأموران مترو هم در هر بخش برای ارائه توضیحات همراه بودند. یکی از فرصت‌های جالبی که در روز حضور در مترو پیش آمد، بازدید از اتاق فرمان بود.

In the autumn school, at the first Station, the train moved with a slight delay, giving the individuals with ASD more time to board. Metro officials were present to provide explanations. One of the interesting opportunities that day was a visit to the control room.



رستوران

هدف‌های مهارتی:

- رفتار مناسب در رستوران
- انتخاب بین گزینه‌های مختلف
- افزایش صبر

فعالیت‌ها:

- انتخاب غذا از روی منو
- پرداخت هزینه

Restaurant

Skill Objectives:

- Getting acquainted with dining etiquette
- Learning to choose between options
- Increasing the patience

Activities:

- Selecting food from the menu
- Paying the bill



Teens and adults with ASD often struggle with decision-making because of the way they process information. Decision-making is a complex process and involves multiple cognitive tasks. Issues that may exist in any of these cognitive activities for individuals with ASD, can make even seemingly simple decisions, like choosing food, difficult for them.

When faced with multiple choices or complex decisions, teens with ASD may become easily overwhelmed. This feeling of being overwhelmed can lead to relying on parents or caregivers to make decisions for them. While this may provide immediate relief, it hinders their ability to develop independence.

One of the best ways to strengthen decision-making skills is through real-life practice. The presence of a guide in such an environment minimizes stress for individuals with ASD and, by providing support, creates a good opportunity for practice.

نوجوانان و بزرگسالان طیف اتیسم به دلیل شیوه پردازش اطلاعات، اغلب در انتخاب و تصمیم‌گیری چالش دارند. تصمیم‌گیری در واقع یک فرایند پیچیده و درگیرکننده چند فعالیت شناختی است. مشکلاتی که ممکن است در هر یک از این فعالیت‌های شناختی برای افراد دارای اختلال طیف اتیسم وجود داشته باشد، حتی تصمیم‌های به ظاهر ساده‌ای مثل انتخاب غذا را برای آن‌ها دشوار می‌کند. وقتی افراد دارای اتیسم با انتخاب‌های متعدد روبه‌رو می‌شوند، ممکن است احساس سردرگمی کنند. آن‌ها در چنین شرایطی، به والدین یا مراقبان خود تکیه می‌کنند تا به جایشان تصمیم بگیرند. درست است که این کار در لحظه باعث آرامش‌شان می‌شود، اما مانع توسعه استقلال آن‌هاست.

یکی از بهترین راه‌ها برای تقویت مهارت تصمیم‌گیری، تمرین در یک محیط واقعی است. حضور یک راهنما در چنین محیطی استرس را برای افراد دارای اتیسم به حداقل می‌رساند و با ارائه حمایت، فرصت خوبی را برای تمرین فراهم می‌کند.

Raising Awareness

Raising awareness in society about ASD has always been the Iran Autism Association's goal. Despite ongoing efforts in raising awareness, many people still do not know about autism. Undoubtedly, talking about autism is essential to build a supportive and inclusive society.

آگاهی بخشی

بالا بردن آگاهی جامعه درمورد اختلال طیف اتیسم، هدف همیشگی انجمن اتیسم ایران بوده است. با وجود استمرار حرکت در مسیر آگاهی بخشی، هنوز بسیاری از افراد، اتیسم را نمی شناسند. بدون شک، صحبت از اتیسم برای ساختن جامعه ای حمایتگرو پذیرا ضروری است.

Individuals with ASD and their families feel more valued and respected in an environment that understands autism, and they will have the opportunity to spend time without fear of being judged. The presence of participants wearing colored vests, in any public and busy place, creates a good opportunity for them to be seen. Every day, in every place, if only five people become curious about autism, we will eventually welcome 40 new supporters.

افراد دارای اختلال طیف اتیسم و خانواده هایشان در محیطی که اتیسم را درک می کند، ارزشمندی و احترام بیشتری احساس می کنند و مجالی خواهند داشت تا ساعاتی را بدون ترس از قضاوت سپری کنند. حضور بچه ها در کنار هم با کاورهای رنگی، در هر کدام از مکان های عمومی و پرتردد، فرصت خوبی برای دیده شدنشان ایجاد می کند. در هر روز و در هر مکان، اگر فقط پنج نفر درمورد اتیسم کنجکاوشوند و جست و جو کنند، در نهایت ۴۰ همراه جدید به جمعمان خواهند پیوست.

خبر خوب: مجموعه ایران مال یک کیوسک آگاهی بخشی به انجمن اتیسم ایران و آگاهی بخشی مستمر برای اختلال طیف اتیسم اختصاص داده است.

Good news: The Iran Mall complex has allocated a kiosk for the Iran Autism Association and continuous awareness raising for ASD.



The waiting hall at Central Metro Station was one of the places where the presence of individuals with ASD, their families, trainers, volunteers, and even metro officials was very noticeable. In the waiting hall, adolescents with ASD sang songs and shared their feelings about attending the school.

ایوان انتظار ایستگاه متروی میدان ولیعصر، یکی از مکان‌هایی بود که حضور بچه‌ها، خانواده‌ها، مربیان، داوطلبان و حتی مأموران مترو در آن جا خیلی به چشم آمد. در ایوان انتظار بچه‌ها سرود خواندند و از احساسشان در مورد شرکت در مدرسه گفتند.



تغییرات کوچک بزرگ

Big Little Changes

The social-civic school has been a transformative experience full of various achievements for many participants. In this section, we review reports that provide a brief overview of the development process in the participants and the effectiveness of the school. These changes—even if small and minor—are not only indicative of acquiring a skill, but also represent the promising path each participant has taken towards progress.

Postscript: All participant names are pseudonyms.

مدرسه اجتماعی-شهروندی برای بسیاری از شرکت‌کنندگان تجربه‌ای همراه با تحول و دستاوردهای گوناگون بود. در این قسمت، گزارش‌هایی را مرور می‌کنیم که شرح مختصری بر فرایند تغییر بچه‌ها و اثربخشی مدرسه هستند. این تغییرات - حتی اگر کوچک و جزئی باشند - تنها گویای فراگیری یک مهارت نیستند؛ بلکه نشان‌گر مسیر پرافت‌وخیزی هستند که هریک از شرکت‌کنندگان به سوی پیشرفت پیموده است. پی‌نوشت: اسامی مستعار هستند.

At the beginning, **Saeed** did not cooperate well with the trainer and did not participate in activities. When the trainer asked him to complete the shopping list, although he had no problem with writing, he refused to do so. Over a short period of time, Saeed gradually managed to establish a connection and engage in the exercises. Eventually, he completed the list with his own effort.

-سعید در شروع مدرسه همکاری خوبی با مربی نداشت و در فعالیت‌ها مشارکت نمی‌کرد. وقتی مربی از او خواست که کاربرگ اقلام خرید را کامل کند، با این که مشکلی در نوشتن نداشت، قبول نکرد که این کار را انجام دهد. با گذشت زمانی اندک، سعید کم‌کم توانست ارتباط برقرار کند و در انجام تمرین‌ها درگیر شود. در نهایت کاربرگ با تلاش خود او تکمیل شد.



The hypermarket environment was new to **Sarah**, and she only approached the shelves she liked. With the guidance of the trainer and by modeling others, she was persuaded to visit other shelves to pick up the necessary items and check them for prices and expiration dates.

-محیط فروشگاه برای **سارا** جدید بود و او فقط به قفسه‌هایی که خودش دوست داشت سر می‌زد. با راهنمایی مربی و الگوگیری از دیگران، متقاعد شد که با مراجعه به سایر قفسه‌ها اقلام مورد نیاز را بردارد و آن‌ها را از نظر قیمت و تاریخ انقضا واریسی کند.

The main challenge for **Saman** was that he had to spend some time away from his father. He was anxious about this on the first day and did not interact with the trainers and other children. By being in the group, Saman's stress gradually decreased more and more, and in the following days, he was able to comfortably detach from his father and board the bus.

– مهم‌ترین چالش برای **سامان** این بود که قرار است ساعاتی را دور از پدرش بگذراند. او در روز اول به خاطر این موضوع مضطرب بود و با مربی‌ها و دیگر بچه‌ها همراه نمی‌شد. با قرار گرفتن در جمع، استرس سامان کم‌تر و کم‌تر شد و در روزهای بعدی توانست به راحتی از پدر جدا و سوار اتوبوس شود.



Ali's interaction with the restaurant staff was appropriate, but he preferred to choose several dishes at once when ordering. The trainer talked to Ali and explained that he could only order one dish and needed to limit his choice to the one he liked the most. Ali eventually made a choice and even learned to share it with his friends.

– ارتباط **علی** با کارکنان رستوران مناسب بود اما هنگام سفارش، دوست داشت چند غذا را باهم انتخاب کند. مربی با علی صحبت کرد و برایش توضیح داد که فقط می‌تواند یک غذا را سفارش دهد و باید انتخابش را به گزینه‌ای محدود کند که بیشتر به آن علاقه دارد. علی در آخر یک مورد را انتخاب کرد و حتی به اشتراک گذاری آن با دوستانش را نیز یاد گرفت.

During the day at the clothing store, **Sana** would walk away from the group enjoying disorganizing the clothes. When the trainer reminded her that such behavior was inappropriate, she was able to stop and correct her behavior.

- در روز تمرین در فروشگاه لباس، **سانا** از گروه و مربی اش جدا می شد و دوست داشت لباس ها را به هم بریزد. وقتی که مربی به او تذکره داد که این رفتار صحیح نیست، توانست آن را متوقف و اصلاح کند.





One of the positive changes that caught the attention of both the trainers and the parents was the increase in the participants' patience and tolerance. Despite having to wait during some activities, they showed no signs of frustration or disruption and cooperated well with the trainers.

بیشتر شدن صبر و تحمل بچه‌هایی که از تغییرات مثبتی بود که هم توجه مربی‌ها و هم والدین را جلب کرد. با وجود این که لازم بود در بعضی از فعالیت‌ها بچه‌ها زمانی را منتظر بمانند، اما شکایت یا به هم ریختگی در آن‌ها دیده نشد و به خوبی با مربیان همکاری کردند.

نظر والدین Parents' reviews

We received a text message from the Iran Autism Association, and we were eager and welcoming. These classes have greatly helped my son in the area of social skills. My son doesn't go out much, and I haven't seen any significant changes in him outside the house yet; however, what has been very noticeable to me is that he has started talking to those around him, making jokes, and making connections.

از طرف انجمن اتیسم ایران پیامک دادند و ما هم مشتاق بودیم و پذیرا شدیم. این مدرسه در حوزه مهارت‌های اجتماعی خیلی به فرزندم کمک کرد. پسر من خیلی بیرون نمی‌آید و من هنوز در او تغییر خاصی خارج از خانه ندیده‌ام؛ اما چیزی که برای خودم خیلی مشهود بوده همین است که شروع به صحبت کردن با اطرافیان، شوخی کردن و ارتباط گرفتن کرده است.



I know that my son loves being here because the children here are all alike.

◀ من می دانم که پسر من اینجا بودن را خیلی دوست دارد؛ چون این جا بچه ها همه مثل هم هستند.

The children are at home all the time and have no schedule. Even one day a week is a blessing for us. I know that from the day this school ends, we will have problems at home.

◀ بچه ها تمام مدت در خانه هستند و هیچ برنامه ای ندارند. همین یک روز در هفته هم برای ما غنیمت است. می دانم که از روزی که این مدرسه تمام شود، ما در خانه مشکل خواهیم داشت.



This school has greatly helped my child in interacting with friends. It is very beneficial for me that my son sees his peers. My son is at level one and performs well. He can shop on his own, and we allow him to order in a restaurant without any issues. However, when he says, "Mom, I talked to my friends, we did such and such activities..., " it means a lot.

◀ این دوره بیشتر در حوزه ارتباط فرزندم با دوستانش به او کمک کرد. همین که بچه ها را می دید خیلی برای من مفید بود. پسر من سطح یک است و عملکرد بالایی دارد. خودش می تواند خرید کند، در رستوران اجازه می دهیم که خودش سفارش بدهد و مشکلی نداریم؛ اما همین که می گوید «مامان من با دوستانم حرف زدم، فلان کار را انجام دادیم» و... خیلی ارزشمند است.

The best thing about this school, in my opinion, was that the places they took the children were safe, and I was sure about the process. Also, many accompanying trainers were present and in charge of the guidance.

← بهترین ویژگی این مدرسه به نظر من این بود که جایی که بچه ها را می بردند جای امنی بود و اطمینان داشتم، تعداد مربی های همراه زیاد بود و هدایت را برعهده داشتند.

The best thing about school is that children learn how to make purchases and interact with shopkeepers. They learn what not to say in certain situations and what is appropriate to say. Most of them have difficulties in this area.

← بهترین ویژگی مدرسه این است که بچه ها خرید کردن و ارتباط با فروشنده ها را یاد می گیرند. آن ها یاد می گیرند که در هر موقعیت چه حرف هایی را نباید بزنند و چه حرف هایی مناسب است و می توانند بزنند. این موضوعی است که اکثرشان در آن مشکل دارند.

I enrolled my daughter in this course to help her become more independent in society. As long as they are with other children, they enjoy it.

← برای مستقل شدن دخترم در اجتماع او را در این دوره ثبت نام کردم. همین که همراه بچه ها باشد به او خوش می گذرد.





I just want my child to be with his peers and interact with them.

I hope these sessions continue and do not stop. These individuals only learn through repetition; we may need to tell them something a thousand times. Even if they are able to choose one item from five options (for purchase or order), we would be satisfied.

I take my son with me to the store and give him the shopping cart; however, when he comes with me as his mother, he only looks for items he prefers. When he is with me, he doesn't allow me to teach him things like how to check the expiration dates; but when the trainer tells him, he pays attention.

The most interesting thing for me was the support the individuals provided to each other and the affectionate relationship they had with one another.



من فقط می‌خواهم که فرزندم با بچه‌ها باشد و با دیگران تعامل برقرار کند.

امیدوارم این جلسات تداوم داشته باشد و قطع نشود. این بچه‌ها فقط با تکرار یاد می‌گیرند؛ شاید یک موضوع را لازم باشد هزار بار برایشان بگوییم. ما به همین که بتوانند از بین پنج مورد یک مورد را انتخاب کنند (برای خرید یا سفارش) هم راضی هستیم.

من پسر مرا همراه خودم به فروشگاه می‌برم و چرخ خرید را هم به او می‌دهم؛ اما وقتی با من مادر به فروشگاه می‌آید، فقط دنبال اقلامی می‌رود که خودش دوست دارد. وقتی همراه من است اجازه نمی‌دهد چیزی مثل چک کردن تاریخ انقضا را به او یاد بدهم؛ اما وقتی مربی به او می‌گوید دقت می‌کند.

جالب‌ترین ویژگی مدرسه برای من، حمایتی بود که خود بچه‌ها از همدیگر می‌کردند و رابطه محبت‌آمیزی که باهم داشتند.

پوشش رسانه‌ای Media Coverage

مدرسه اجتماعی-شهروندی در رسانه‌های انجمن اتیسم ایران
Social-Civic School in IAA's social media



**The social – civic
school returns each
season with new
activities.
Stay tuned for
upcoming news!**



**در کنار شما هستیم
We are here for you**

**قرار است که مدرسه
اجتماعی - شهروندی
هر فصل با فعالیت‌های
تازه بازگردد. منتظر
دوره‌های بعدی باشید!**

انجمن اتیسم ایران



www.iraautism.org