

---

راهنمای عملی آموزش  
به دانش‌آموزان دارای  
اوتیسم



آموزشکده الکترونیکی  
برای جامعه مدنی ایران

پروژه

e-collaborative  
*for civic education*

---



آموزشکده الکترونیکی  
برای جامعه مدنی ایران

<http://www.tavaana.org>

پروژه

e-collaborative  
*for civic education*

<http://www.eciviced.org>

---

راهنمای عملی آموزش به دانش‌آموزان دارای اوتیسم

---

ناشر: E-Collaborative for Civic Education

---

تدوین: آموزشکده توانا (آموزشکده الکترونیکی برای جامعه مدنی ایران)

---

© E-Collaborative for Civic Education 2013

## e-collaborative for civic education

یک سازمان غیرانتفاعی (ECCE) E-Collaborative for Civic Education

در ایالات متحده آمریکا، تحت 501c3 است که از فن آوری اطلاعات و ارتباطات برای آموزش و ارتقای سطح شهروندی و زندگی سیاسی دموکراتیک استفاده می کند.

ما به عنوان بنیانگذاران و مدیران این سازمان، اشتیاق عمیق مشتری داریم که شکل دهنده ایده های جوامع باز است. همچنین برای ما، شهروندی، دانش شهروندی، مسئولیت و وظیفه شهروندی یک فرد در محافظت از یک جامعه سیاسی دموکراتیک پایه و اساس کار است؛ همان طور که حقوق عام بشر که هر شهروندی باید از آنها برخوردار باشد، اساسی و بنیادی هستند. ECCE دموکراسی را تنها نظام سیاسی قادر به تأمین طیف کاملی از آزادی های شهروندی و سیاسی برای تک تک شهروندان و امنیت برابری و عدالت می داند. ما دموکراسی را مجموعه ای از ارزش ها، نهادها و فرایندها می دانیم که بشهر صلح، توسعه، تحمل و مدارا، تکثیرگرایی و جوامعی شایسته سالار که به کرامت انسانی و دستاوردهای انسانی ارجح می گذارند، است.

ما پروژه اصلی ECCE یعنی «آموزشکده توانا: آموزشکده مجازی برای جامعه مدنی ایران» را در سال ۲۰۱۰ تأسیس کردیم. آموزشکده توانا در ارائه منابع و آموزش در دنیای مجازی در ایران، یک نهاد پیشرو است. توانا با ارائه دوره های آموزشی زنده در حین حفظ امنیت و با ناشناس ماندن دانشجویان، به یک جامعه آموزشی قابل اعتماد برای دانشجویان در سراسر کشور تبدیل شده است. این دروس در موضوعاتی متنوع مانند نهادهای دموکراتیک، امنیت دیجیتال، حقوق زنان، وبلاگ نویسی، جدایی دین و دولت و توانایی های رهبری ارائه می شوند. آموزشکده توانا آموزش زنده دروس و سمینارهای مجازی را با برنامه هایی مثل مطالعات موردی در جنبش های اجتماعی و گذارهای دموکراتیک، مصاحبه با فعالان و روشنفکران، دستورالعمل های خودآموزی، کتابخانه مطالب توصیفی، ابزارهای کمکی و راهنمایی برای آموزشگران ایرانی و حمایت مداوم و ارائه مشاوره آموزشی برای دانشجویان تکمیل کرده است. تلاش ما برای توسعه توانایی های آموزشکده توانا متوجه گرد آوردن بهترین متفکران ایرانی و صداهای محذوف است. به همین ترتیب، به دنبال انتشار و ارتقای آثار مکتوب روشنفکران ایرانی هستیم که ایده های آنان توسط جمهوری اسلامی ممنوع شده است.

یکی از نقاط تمرکز تلاش توانا، ترجمه متون کلاسیک دموکراسی و مقالات معاصر در این باره و نیز ترجمه آثار مرتبط با جامعه مدنی، حقوق بشر، حاکمیت قانون، روزنامه نگاری، کشمگری و فن آوری اطلاعات و ارتباطات است. امید ما این است که این متون بتواند سهمی در غنای فردی هموطنان ایرانی و بر ساختن نهادهای دموکراتیک و جامعه ای باز در ایران داشته باشد. سپاسگزار بازتاب نظرات و پیشنهاد های شما

مریم معمارصادقی

اکبر عطری

M. Memaradeghi

Akbar Attari



## فهرست مطالب

۷	مقدمه
۱۱	فصل اول: تعریف و ویژگی های اوتیسم
۱۱	بخش اول: تعریف اوتیسم
۱۲	بخش دوم: ویژگی های اوتیسم
۲۱	فصل دوم: آموزش دانش آموزان دارای اوتیسم
۲۱	بخش اول: روش های آموزشی
۳۰	بخش دوم: راه کارهای اداره کلاس
۳۴	بخش سوم: راه کارهایی برای تقویت ارتباط
۳۷	بخش چهارم: راه کارهایی برای آموزش مهارت های اجتماعی
۴۲	بخش پنجم: آموزش مهارت های کاربردی
۴۷	منابع



## مقدمه

تدریس به دانش‌آموزان دارای اوتیسم، از ظرایف و پیچیدگی‌های خاصی برخوردار است و ضمن تلاش و حوصله فراوان، نیازمند ذهنی خلاق، چشمانی تیزبین و قلبی سرشار از محبت و اعتقاد است. اعتقاد به اینکه این دانش‌آموزان نیز همانند دیگران قادر به یادگیری، پیشرفت و برقراری ارتباط و در بروز استعدادهای خود، بیش از هر دانش‌آموز دیگر، نیازمند کمک صبورانه شما هستند. هر دانش‌آموز و کودک دارای اوتیسم، آرزو دارد این امور را در موردش بداند:<sup>1</sup>

### ۱. من یک کودکم

اوتیسم فقط بخشی از من است، نه همه من. آیا اگر شما اضافه وزن داشته باشید یا عینک بزنید یا مو نداشته باشید، دوست دارید دیگران شما را تنها با عنوان چاق، عینکی یا طاس بشناسند؟! مسلماً نه، چون این خصوصیات، فقط پاره‌ای از ویژگی‌های شماست، حال آنکه شما صفات بی‌شمار دیگری هم دارید و به عنوان فردی بالغ می‌توانید خود را با صفاتی که می‌خواهید تعریف کنید. اما من یک کودکم، استعدادهای من بالقوه است و هیچ‌کس حتی شما نمی‌داند که قدرت پیشرفت من تا کجاست. اگر شما فقط مرا به عنوان ایتستی بشناسید و سطح توقعات خود را کاهش دهید، پاسخ طبیعی من شاید این باشد که «چه دلیلی دارد که بیشتر تلاش کنم؟»

---

1. By Ellen Notbohm, a columnist for Autism/Asperger's Digest and co-author of 1001 Great Ideas for Teaching and Raising Children with Autism Spectrum Disorders (Future Horizons)

### ۲. درک من از محیط اطراف، با شما متفاوت است

بسیاری از صداها، بوها، مزه‌ها، شکل‌ها، نورها و لمس‌هایی که به نظر شما کاملاً عادی و یا بی‌اهمیت است ممکن است برای من دردآور باشد. گاه محیط پیرامون خیلی خصومت‌آمیز است و من سعی دارم از خودم دفاع کنم اما به نظر شما من بی‌ادب و بی‌توجه به نظر می‌رسم.

برای همین است که کارهای معمولی، مانند سوار اتوبوس شدن، خرید کردن یا کلاس و مدرسه مرا تا این حد اذیت می‌کند. ده‌ها نفر در آن واحد مشغول حرف زدن هستند و مرا گیج و کر می‌کنند، نور چراغ‌های مهتابی مرا کور می‌کند، بعضی افراد بوی بدی می‌دهند یا بوی گوستی که خریده‌اند مرا دچار حالت تهوع می‌کند، همه‌جا پر از علامت و عکس و نوشته است و حجم این همه اطلاعات، مرا کلافه می‌کند، افراد و اشیاء زیادی در حال راه رفتن و حرکت هستند، من گیج می‌شوم و حتی دیگر نمی‌توانم بدن خود را حس کنم.

### ۳. «نمی‌توانم» و «نمی‌خواهم» دو مفهوم متفاوت است

وقتی شما چیزی را از من می‌خواهید و من آن را انجام نمی‌دهم، به این خاطر نیست که به حرف شما گوش نمی‌کنم بلکه گاه اصلاً متوجه منظور شما نمی‌شوم.

وقتی شما از آن طرف افاق به من چیزی می‌گویید، تمام آنچه که من می‌شنوم این است: «مریم @&\*%#&%&\*#\$#@ بهتر است به طرف من بیایید، توجه مرا جلب کنید و با کلمات ساده خواسته خود را بگویید: «مریم، کتاب را بگذار روی میز. الان موقع غذاست» در این صورت من می‌فهمم که از من چه می‌خواهید و چه چیزی قرار است بعدش اتفاق بیفتد.

### ۴. من کلمات را با معنای لغوی خودشان درک می‌کنم و کنایه و استعاره را نمی‌فهمم

اگر به من بگویید: «آسیاب به نوبت» من فکر می‌کنم مطلبی را در مورد آسیاب می‌خواهید بگویند و متوجه نمی‌شوم منظورتان این است که باید منتظر نوبت خودم باشم. بهتر است منظور خود را واضح و روشن برای من بیان کنید. همچنین اصطلاحاتی که بین هم‌سن‌های من رایج است، برای من فقط همان معنای لغوی خودشان را دارد نه بیشتر و این امر ممکن است موجب سوء تفاهم شود. مثلاً وقتی در امتحان به من می‌گویند: «باز خردی» من با تعجب می‌گویم نه من هیچ خری را نزده‌ام و همه به من می‌خندند چون نفهمیده‌ام خر زدن یعنی درس زیاد خواندن!

### ۵. من سعی دارم با تمام توانم با شما ارتباط برقرار کنم، پس به تمامی رفتارهای من توجه کنید

من راهی برای بیان احساساتم ندارم، پس چگونه نیازهایم را به شما بفهمانم؟ ممکن است الان خسته، گرسنه، گیج یا از چیزی ترسیده باشم اما کلمات مناسب را برای بیان آن پیدا نمی‌کنم. من با عصبانیت، اعتراض و حرکات بدنی‌ام سعی دارم به شما بگویم که مشکلی در میان است.

گاه قادر به حرف زدن هستم و می‌دانم همه توقع دارند در جواب حرف‌هایشان پاسخی بدهم، اما



نمی‌دانم چه باید بگویم. بنابراین جملاتی را از کتاب، فیلم، تلویزیون و... حفظ و آنها را تکرار می‌کنم با اینکه اصلاً معنای آنها را نمی‌فهمم.

### ۶. آنچه را از من می‌خواهید به من نشان دهید

درک من، تصویری است، پس آنچه را از من می‌خواهید به من نشان دهید و خود را آماده کنید که این کار را چندین بار تکرار کنید. تلاش و تمرین‌های صبورانه به من کمک می‌کند که یاد بگیرم. حرف زدن تنها برای من مثل بخار می‌ماند، یعنی قبل از اینکه بتوانم معنای آن را درک کنم به هوا رفته و از دسترس خارج شده، چون من قدرت تحلیل سریع مطالب را ندارم. پس خواهش می‌کنم تعالیم یا وظایف مرا در جلوی چشمانم بگذارید و تا زمانی که مسلط نشده‌ام آن را از من نگیرید. این کمک‌های تصویری به من کمک می‌کند که حتی بفهمم در طول روز چه اتفاق‌هایی می‌افتد. بدون آنها من در نگرانی دائم به سر می‌برم چون می‌دانم که بخش عمده‌ای از وظایفم را گم کرده‌ام و هیچ راهی برای پیدا کردن آنها ندارم.

### ۷. به جای تمرکز بر آنچه «نمی‌توانم»، آنچه «می‌توانم» را تقویت کنید

اگر محیط آموزشی به گونه‌ای باشد که من همواره احساس بدی نسبت به خودم پیدا کنم، من هم مثل دیگران قادر به یادگیری نبوده و همواره در مقابل تلاش برای یادگیری چیز جدید، خودداری خواهم کرد، چون هر قدر هم تلاش کنم باز در خور سرزنش و نارضایتی خواهم بود. اگر دنبال نقاط قوت من بگردید، حتماً آنها را پیدا خواهید کرد.

### ۸. در روابط اجتماعی<sup>۱</sup> به من کمک کنید

ممکن است به نظر برسد که من علاقه‌ای به بازی با دیگران ندارم، اما واقعیت این است که من بلد نیستم چگونه از دیگران بخواهم با من بازی کنند یا مرا در بازی‌هایشان راه دهند. به من یاد دهید که چگونه با دیگران بازی کنم و بچه‌های دیگر را هم تشویق کنید که با من بازی کنند. برای من انجام بازی‌هایی که قواعد واضحی دارند و معلوم است کجا شروع و کی تمام می‌شوند، راحت‌تر است. من نمی‌توانم از روی ژست‌های دیگران و حالت‌های متفاوت صورت، احساسات آنها را درک کنم یا متوجه منظورشان شوم. مرا تعلیم دهید. اگر دوستم موقع بازی زمین می‌خورد و من می‌خندم، به این خاطر نیست که به نظرم این اتفاق خنده‌دار است بلکه نمی‌دانم چه عکس‌العملی باید نشان دهم. در مورد احساس دوستم با من صحبت کنید و به من یاد دهید که باید از او پرسیم: حالت خوبه؟

### ۹. آنچه که سبب بحران‌های عصبی من می‌شود را شناسایی کنید

باور کنید این بحران‌ها برای من دردآورتر از شماسست. این بحران‌ها معمولاً موقعی اتفاق می‌افتد که بعضی از حواس من به شدت تحریک شده یا خیلی بیشتر از توان اجتماعی‌ام از من درخواست شده. اگر بتوانید این بحران‌ها را ریشه‌یابی کنید، می‌توانید جلو وقوع آنها را بگیرید.

به یاد داشته باشید هر کاری که من می‌کنم، وسیله‌ای است برای برقراری ارتباط با شما تا بفهمید که عکس‌العمل من به محیط اطراف چگونه است. بدانید که بسیاری از رفتارهای من ریشه طبیعی و بدنی دارند. مثلاً حساسیت غذایی، دل درد و کم‌خوابی می‌تواند سبب بدرفتاری من شود. به نشانه‌ها توجه و آنچه را که من نمی‌توانم بر زبان بیاورم، درک کنید.

### ۱۰. مرا بدون قید و شرط دوست بدارید

این فکرها را که «کاش می‌توانستی...» یا «چرا نمی‌توانی...» را دور بیندازید. آیا شما خودتان تمام آرزوهای پدر و مادرتان را برآورده کرده‌اید؟! و آیا دوست دارید که آنها دائماً این امر را به شما یادآوری کنند؟

من خودم داشتن اوتیسم را انتخاب نکرده‌ام و به یاد داشته باشید، این اتفاق برای من افتاده است نه شما. بدون حمایت شما من شانس چندانی برای یک زندگی موفق و مستقل نخواهم داشت. اما با حمایت و راهنمایی شما ممکن است آینده من درخشان‌تر از آن باشد که تصور می‌کنید.

در زندگی و کار با من، سه نکته را در نظر داشته باشید: صبوری، صبوری، صبوری.

اوتیسم من را به چشم یک توانایی متفاوت نگاه کنید نه یک ناتوانی. نقاط قوت مرا دریابید و از نقاط ضعف من صرف نظر کنید.

ممکن است من نتوانم موقع حرف زدن به چشمان شما نگاه کنم اما آیا دقت کرده‌اید که من هیچ‌گاه دروغ نمی‌گویم، در بازی‌ها کلک نمی‌زنم و در مورد دیگران قضاوت نمی‌کنم؟! تمام تکیه و اعتماد من به شماست. بدون این تکیه‌گاه به هیچ‌کجا نخواهم رسید. راهنمای من باشید و مرا بخاطر آنچه هستم دوست بدارید تا ببینیم که جایگاه پیشرفت من تا به کجاست.

در این مجموعه مختصر، ابتدا در فصل اول سعی شده مبنای تفاوت رفتار و یادگیری دانش‌آموزان دارای اوتیسم بررسی شود تا شما در جریان علت رفتارهای دانش‌آموزانتان قرار بگیرید. زیرا این آگاهی، کمکی است جهت اتخاذ تدابیر لازم در کاهش و کنترل رفتارهای ناپسند.

سپس در فصل دوم، راهکارهای عملی که در کلاس به یادگیری و آرامش دانش‌آموزانتان کمک می‌کند، بیان می‌شود.

امید است که این مجموعه، پاسخگوی برخی از سؤالات شما عزیزان و کمکی در انجام مسؤولیت خطیرتان باشد.



## تعریف و ویژگی‌های اوتیسم

### بخش اول: تعریف اوتیسم

Autism در لغت به معنای «در خود زندگی کردن» است. (در زبان یونانی aut به معنای «خود» و ism اشاره به حالت و وضعیت دارد).<sup>۱</sup>

اوتیسم یک ناتوانی رشدی است که در اثر آن افراد آنچه را می‌بینند، می‌شنوند یا از سایر راه‌ها دریافت می‌کنند را نمی‌توانند درک کنند. این امر سبب مشکلات عمده‌ای در برقراری ارتباط و روابط اجتماعی و رفتاری در افراد مبتلا خواهد شد.

«راهنمای تشخیص و آمار ناهنجاری‌های ذهنی» (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-IV)<sup>۲</sup> اوتیسم را به عنوان یک ناهنجاری گسترده با مشخصات ذیل تعریف می‌کند:

- اختلال در برقراری ارتباط و روابط اجتماعی
  - الگوهای رفتاری و علائق و فعالیت‌های محدود، مکرر و کلیشه‌ای
- در واقع اوتیسم یک ناهنجاری در اعصاب است که عملکرد معمول مغز را دچار اختلال می‌کند. نشانه‌های اوتیسم به صورت ترکیب‌های متفاوتی بروز می‌کند و گاهی اوقات نیز با سایر ناتوانی‌ها همراه می‌شود. برخی افراد مبتلا به اوتیسم، دارای هوش معمولی هستند، حال آنکه بیشتر مبتلایان، برخی از

---

1. Vidya Bhushan Gupta, New York Medical College and Columbia University, New York, U.S.A.

2. American Psychiatric Association, 1994

درجات ناتوانی ذهنی را دارند که شدت آن ممکن است خفیف یا شدید باشد که به آنها به صورت اوتیسم با عملکرد قوی (high-functioning autism) یا با عملکرد ضعیف (low-functioning autism) اشاره می‌شود.

افراد دارای اوتیسم ممکن است کم و بیش مشکلاتی در گفتار<sup>۱</sup> یا درک زبان<sup>۲</sup> داشته باشند. حدوداً ۵۰ درصد این افراد در صحبت عملی (functional speech) رشدی پیدا نمی‌کنند. افرادی هم که در این زمینه موفق‌ترند، میزان حرف زدنتان معمولاً نامناسب و عملکردشان در برقراری ارتباط، محدود است. تمامی افراد مبتلا به اوتیسم در رفتار و برقراری روابط اجتماعی مشکل دارند، اما میزان و نوع مشکلاتشان با هم متفاوت است. برخی خیلی انزواطلب هستند، در حالی که برخی بسیار فعال و علاقمند به برقراری ارتباط هستند.

این افراد در تمرکز کردن، مشکل دارند و نسبت به تغییر مقاومت می‌کنند. همچنین به دلیل درک متفاوت آنها از محرک‌های حسی، واکنش‌هایشان ممکن است کاملاً متفاوت با دیگران باشد. رفتارهای غیرعادی مانند تکان دادن دست یا بدن، چرخیدن به دور خود، بازی غیرمعمول با اشیاء یا وابستگی به آنها، از جمله مواردی است که در این افراد مشاهده می‌شود.

هرچند افراد دارای اوتیسم، ویژگی‌های مشترکی دارند اما هیچ‌گاه دو فرد دارای اوتیسم کاملاً مثل همدیگر نمی‌باشند. به علاوه پا به پای رشد، ممکن است نوع و میزان مشکلات تغییر کند. دانستن خصوصیات مشترک به ما کمک می‌کند که نیازهای عمومی این گروه را درک کنیم، اما مهم آن است که این اطلاعات را با شناخت از علاقه‌ها، توانایی‌ها و شخصیت هر فرد، ترکیب نماییم. از این رو برنامه آموزشی هر فرد باید با در نظر گرفتن مجموع این شرایط، برنامه‌ریزی شود.<sup>۳</sup>

## بخش دوم: ویژگی‌های اوتیسم<sup>۴</sup>

هر چند ویژگی‌های هر فرد مبتلا به اوتیسم، کاملاً منحصر به فرد است، اما برخی خصوصیات بین همه افراد مشترک است و به عنوان ملاک تشخیص، مورد استفاده قرار می‌گیرد و می‌توان آنها را در چهار مقوله کلی ذیل قرار داد:

- برقراری ارتباط
- روابط اجتماعی
- رفتارهای غیرمعمول
- یادگیری

---

1. Expressive language  
 2. Receptive language  
 3. See: Bristol, M., "State of the science in autism: Report to the National Institutes of Health", Journal of Autism and Developmental Disorders, 26, 1996  
 Minshew, N., J., "Neurological aspects of autism", in Handbook of Autism and Pervasive Developmental Disorders (2nd ed.), 1997  
 4. Characteristics associated with autism

سایر ویژگی‌های رفتاری و یادگیری این دانش‌آموزان عبارتند از:

- روش غیرمعمول در دقت و توجه
- واکنش غیرمعمول به محرک‌های حسی
- نگرانی

در این بخش به بررسی هفت مقوله فوق و خطوط کلی تأثیر این امور در تدریس به این دانش‌آموزان می‌پردازیم. در فصل بعدی راهکارهای عملی مؤثر در تدریس بیان خواهد شد.

## ۱. برقراری ارتباط<sup>۱</sup>

تمامی افراد مبتلا به اوتیسم، کم و بیش در برقراری ارتباط و سخن گفتن با مشکل مواجه هستند، برخی ممکن است هرگز صحبت نکنند و برخی هرچند قادر به حرف زدن هستند، نمی‌توانند از گفتار خود جهت برقراری رابطه استفاده کنند.<sup>۲</sup>

مشکلات زبان<sup>۳</sup> که معمولاً در این افراد وجود دارد عبارتند از:

- مشکل در فهم ارتباطات غیر کلامی<sup>۴</sup>
  - مشکل در برقراری ارتباط چشمی (نگاه کردن به مخاطب)
  - تاخیر یا ناتوانی در حرف زدن
  - حالت‌های بدنی غیرمعمول<sup>۵</sup>
  - نداشتن تمرکز مشترک (با مخاطب در موضوع بحث)<sup>۶</sup>
- افرادی هم که قادر به صحبت کردن هستند، به طور قابل ملاحظه‌ای با کسانی که رشد زبانی متعارف دارند، تفاوت می‌کنند:

- تن صدایشان ممکن است نامتعارف باشد<sup>۷</sup> (مثلاً بلندتر از حد معمول صحبت می‌کند)
- تندتر یا کندتر از حد معمول حرف می‌زنند
- تن صدای یکنواخت دارند<sup>۸</sup> و نمی‌توانند آهنگ صدایشان را مناسب با موضوع تغییر دهند
- یک الگوی تکراری در حرف زدن دارند<sup>۹</sup>
- ذخیره لغات محدودی دارند

1. Communication; For more info see: Lindblad, T., "Language and communication programming and intervention for children with autism and other related pervasive developmental disorders", 1996

2. Deficits in the area of pragmatics
3. Language difficulties
4. Non-verbal communication
5. Strange body posture
6. Lack of mutual attention
7. Odd pitch or intonation
8. Monotone
9. Repetitive speech pattern

- سخنان دیگران را بلافاصله یا با تاخیر تکرار می‌کنند (به طور طوطی‌وار)<sup>۱</sup>
  - تمایل دارند روی یک موضوع خاص صحبت کنند و از تغییر موضوع استقبال نمی‌کنند<sup>۲</sup>
  - در مکالمه و استفاده عملی از زبان<sup>۳</sup> مشکل دارند اعم از:
    - آغاز کردن گفتگو
    - استفاده از قواعد غیرزبانی گفتگو (مانند استفاده از حرکت سر یا چشم و ابرو)<sup>۴</sup>
    - ناتوانی در حفظ و ادامه گفتگو و تغییر ناگهانی و نابجای آن
- باید همواره در نظر داشت که فهم اطلاعات شفاهی<sup>۵</sup>، متابعت از درخواست‌های طولانی شفاهی<sup>۶</sup> و به یاد آوردن آموزش‌هایی که به طور شفاهی ارائه شده، برای فرد مبتلا به اتیسم غالباً مشکل است، هرچند میزان این مشکل ممکن است با توجه به هر فرد، شدت و ضعف داشته باشد.

## ۲. روابط اجتماعی<sup>۷</sup>

دانش‌آموزان دارای اتیسم، به شدت در برقراری ارتباط اجتماعی یا حفظ رابطه دچار مشکل هستند. نباید اینگونه پنداشت که آنها اصولاً علاقه به برقراری رابطه ندارند، بلکه درک و تجزیه و تحلیل روابط اجتماعی و قواعد آن و استفاده کاربردی و مناسب از سخن، برای آنها به شدت مشکل است. درک یک موقعیت اجتماعی و واکنش مناسب به آن، مستلزم درک زبانی و نیز درک حرکات بدنی و تجزیه و تحلیل آنهاست، در حالی که عملکرد این بخش از مغز این افراد، با اختلال مواجه است و اصولاً نمی‌توانند متوجه بعضی از اشارات و علائمی که لازمه ابتدایی این روابط است، بشوند. مضافاً بر اینکه برقراری رابطه، نیازمند درک احساسات طرف مقابل و توانایی در واکنش مناسب به آن است. در حالی که افراد مبتلا به اتیسم، گاه در فهم دیدگاه‌ها و عقاید خودشان نیز با مشکل مواجه هستند چه رسد به درک عقاید و احساسات دیگران، خصوصاً اگر متفاوت با احساسات خودشان باشد. این کودکان ممکن است ندانند چه رابطه‌ای بین یک احساس و عکس‌العمل خاص وجود دارد. مثلاً می‌بینند که بچه دیگر گریه می‌کند ولی نمی‌توانند بین گریه و ناراحت بودن آن کودک ارتباط برقرار کنند، خصوصاً اگر خودشان ناراحت نباشند. در نظر گرفتن این نکات و اینکه دانش‌آموز شما نمی‌تواند خود به خود درک کند که دیگران دارای احساسات و افکار مخصوص به خودشان هستند، به شما کمک می‌کند که علت برخی از افکار و رفتارهای آنها را بهتر درک کنید.

- 
1. Echolalic speech
  2. Tendency to perseverate on a topic
  3. Pragmatics of conversation
  4. Unwritten rules
  5. Verbal information
  6. Verbal instructions
  7. Social interaction; For more information on teaching social communication see: Quill, K. A., Teaching Children with Autism: Strategies to Enhance Communication and Socialization, 1995

توجه داشته باشید که «تقویت مهارت‌های اجتماعی»<sup>۱</sup> اساسی‌ترین امر در آموزش دانش‌آموزان دارای اوتیسم است. این دانش‌آموزان برخلاف کودکان دیگر، مهارت‌های اجتماعی را خود به خود و به صرف مشاهده یاد نمی‌گیرند و نیاز به تعلیم دارند. باید مهارت خاصی را به عنوان هدف در نظر گرفته و پس از تعلیم آن، کمک کنید که دانش‌آموز بتواند از این مهارت استفاده کند.

### ۳. رفتارهای غیرمعمول<sup>۲</sup>

افراد دارای اوتیسم، معمولاً رفتارهای نامتعارف و متمایزی از دیگران دارند. مانند:

- محدود بودن موضوعات مورد علاقه<sup>۳</sup>
  - تمایل به حفظ یک روتین خاص و مقاومت در برابر تغییر آن
  - انجام مکرر برخی حرکات<sup>۴</sup> مانند تکان دادن دست یا انگشت یا کل بدن، چرخیدن و راه رفتن روی پنجه‌های پا
  - مشغول بودن با تکه‌هایی از اسباب‌بازی یا اشیاء<sup>۵</sup>
  - مجذوب حرکت شدن<sup>۶</sup> مانند حرکت پنکه یا چرخاندن اشیاء
  - واکنش‌های غیرمعمول به محرک‌های حسی<sup>۷</sup>
- بسیاری از این رفتارهای غیرعادی و تکراری، ممکن است در پی عوامل دیگری بروز نمایند. مانند حساسیت بسیار شدید (hyper-sensitivity) یا بسیار خفیف (hypo-sensitivity) به محرک‌های حسی، مشکل در فهم موقعیت‌های اجتماعی (social situations)، مشکل در انطباق با تغییر و نگرانی (anxiety). برنامه‌ریزی آموزشی باید شامل راه‌کارهایی برای افزایش زمینه‌های مورد علاقه دانش‌آموز، مهارت‌های رشدی (developing skills)، فهم واکنش کودک به محرک‌ها و آماده‌سازی او برای تغییر در برنامه باشد.
- در برنامه‌ریزی آموزشی، آموزگاران باید رفتارهای مشکل‌ساز و علت بروز آن را برای هر دانش‌آموز بطور جداگانه در نظر بگیرند، مثلاً آیا این رفتار برای جلب توجه است یا برای اجتناب از چیزی. راه‌کارهای موفق آموزشی برای کمک به دانش‌آموزان دارای اوتیسم غالباً تأکید دارند بر تغییر محیط اطراف و انطباق آن با شرایط دانش‌آموز در جهت کاهش رفتارهای نامطلوب و/یا کمک به دانش‌آموز در یادگیری رفتار مناسبی که همین کارآیی را دارد.

- 
1. Social skill development
  2. Unusual behavior
  3. Restricted range of interests
  4. Stereotypic and reeptive motor mannerisms
  5. Preoccupation with parts of objects
  6. Fascination with movement
  7. Unusual responses to sensory stimuli

#### ۴. یادگیری<sup>۱</sup>

- مشکلاتی که دانش‌آموزان دارای اوتیسم در یادگیری دارند، عبارتند از:
- اختلال در توجه به اطلاعات و نشانه‌های مرتبط<sup>۲</sup> با موضوع
  - اختلال در مقوله زبان (درک کلمات و استفاده از آنها در بیان مقصود)<sup>۳</sup> که خصوصاً استفاده از کلمات را برای تشریح مفاهیم انتزاعی برای ایشان مشکل می‌سازد
  - اشکال در درک مفاهیم و استدلال<sup>۴</sup>
  - اشکال در درک مفاهیم اجتماعی<sup>۵</sup> مانند ناتوانی در برقراری توجه متقابل یا درک احساسات دیگران

• ناتوانی در برنامه‌ریزی<sup>۶</sup> و حل مشکلات

از سوی دیگر نقطه قوت برخی از دانش‌آموزان دارای اوتیسم درک بصری و حافظه خوبشان است. این دسته از دانش‌آموزان، توانایی خوبی در درست کردن پازل یا اشیاء سه بعدی و انطباق اشکال و اشیاء دارند.

برخی از این دانش‌آموزان هرچند در به یاد آوردن جملات و اطلاعات پیچیده مشکل دارند اما قادر به درک و حفظ اطلاعات ساده‌تر هستند.

این دانش‌آموزان ممکن است در فهم و درک اطلاعات و دستورالعمل‌های کتبی یا شفاهی مشکل داشته باشند، لذا از دستورهای آموزشی نمی‌توانند پیروی کنند و یا آنچه را که خوانده‌اند، درک نمایند. با این حال برخی از دانش‌آموزان با عملکرد بالا<sup>۷</sup> نسبتاً قادر به خواندن و درک معنای لغات هستند، هرچند در مکالمه و استفاده عملی از زبان مشکل دارند. این دانش‌آموزان ممکن است به راحتی محاسبات ریاضی<sup>۸</sup> را یاد بگیرند اما قادر به درک و حل مسایل ریاضی<sup>۹</sup> نباشند.

#### ۵. روش غیرمعمول در دقت و توجه<sup>۱۰</sup>

نوع دقت و توجه افراد دارای اوتیسم، غالباً متفاوت از دیگران است و این می‌تواند مشکلات متعددی را برای این دانش‌آموزان پیش آورد. این دانش‌آموزان غالباً به نشانه‌های محیطی اطراف، توجه لازم را

1. Learning; See: Minshew, N. J., Autism as a Selective Disorder of Complex Information Processing, 1998

2. Relevant cues

3. Receptive and expressive language impairments

4. Concept information and abstract reasoning

5. Impairment in social cognition

6. Plan and organize

7. High-functioning

8. Numerical computations

9. Mathematical problems

10. Unusual patterns of attention



ندارند و ممکن است فقط به جزء خاصی توجه کنند، نه به کل. مثلاً هنگام پرتاب توپ، به جای آنکه به طرف مقابل نگاه کند به خود توپ نگاه می‌کند.

گاه تغییر توجه از یک موضوع به موضوع دیگر برای آنها مشکل است و همین امر سبب می‌شود که در مقابل تغییر، مقاومت نمایند. همچنین ممکن است گستره توجه آنها محدود باشد.

تمامی این امور توانایی دانش آموز را در رشد زبان و رفتارهای مناسب اجتماعی تحت تاثیر قرار می‌دهد. از این رو برنامه و فعالیت‌های آموزشی این دانش آموزان باید روشن و واضح بوده و ضمن جلب دقت و توجه آنان، دارای مهم‌ترین اطلاعات لازم باشد.<sup>۱</sup>

## ۶. واکنش غیر معمول به محرک‌های حسی<sup>۲</sup>

دریافت افراد دارای اوتیسم از محرک‌های حسی، متفاوت با دیگران است لذا برخی محرک‌های محیطی برای آنها ایجاد مزاحمت یا حتی درد می‌کند. دلیل این امر آن است که درک ما از محرک‌های حسی وابسته به عملکرد اعصاب و مغز ما است، بنابراین اگر عملکرد مغز در این رابطه دچار اختلال شود، درک ما از محیط و واکنش ما به محرک‌ها نیز متفاوت خواهد شد.

درک این نکته به ما کمک می‌کند که بسیاری از رفتارهای به ظاهر بی‌دلیل یا رفتارهای نامناسب این دانش آموزان را درک کنیم. در ذیل مثال‌هایی جهت تبیین موضوع تاثیر احتمالی اوتیسم بر حواس مختلف بیان می‌شود:

### حس لامسه<sup>۳</sup>

محرک‌های متفاوت مانند لمس، دما و فشار از طریق اعصاب حسی زیر پوست درک و به مغز جهت انجام واکنش مناسب ارسال می‌گردد. این واکنش از سوی فرد به عنوان درد، لذت و یا بی‌اثر تلقی می‌گردد.

اگر عملکرد این حس در فردی آسیب دیده باشد، ممکن است در مقابل لمس شدن حالت تدافعی به خود بگیرد یا در قبال جنس خاصی از پارچه، لباس و یا حتی غذا واکنش شدید نشان دهد که ممکن است از آن به سوء رفتار یا انزواطلبی تعبیر شود اما واقعیت آن است که این محرک‌ها برای این فرد درد آور است. لذا غیر معقول است که با حفظ و ادامه محرک مزبور، بخواهیم با اعمال روش‌های تربیتی یا آموزشی این واکنش را اصلاح نماییم.

### حس شنوایی<sup>۴</sup>

اگر عملکرد حس شنوایی تحت تاثیر قرار گرفته باشد، ممکن است دانش آموز نسبت به اصوات

1. See: Rosenblatt, J., "Overselectiveresponding:Description,implications,and intervention", 1995

2. Unusual response to sensory stimuli

3. Tactile system

4. Auditory system

کمتر<sup>۱</sup> یا بیشتر<sup>۲</sup> از حد عادی حساس باشند. بیش حساس بودن در محیطی مثل مدرسه که پر از سر و صداهای مختلف است، آرامش و تمرکز فرد را با مشکل روبرو می‌سازد.

### حس بینایی<sup>۳</sup>

بعضی از نورها یا اشیاء براق برای دانش‌آموزانی که بینایی حساس دارند زجرآور است لذا سعی می‌کنند چشمان خود را با دست بپوشانند. از سوی دیگر همین اشیاء برای بعضی دیگر که حساسیت بینایی‌شان دچار ضعف است، بسیار جالب توجه بوده و می‌توانند مدت‌ها به آن خیره شوند.

### حس بویایی<sup>۴</sup>

گاهی این دانش‌آموزان به بعضی عطرها یا بوهای خاص، واکنش شدید نشان می‌دهند. واکنش منفی آنها به بعضی افراد یا غذاها ممکن است در این حس ریشه داشته باشد. برخی دیگر از این کودکان ممکن است از بویایی خود جهت شناسایی محیط استفاده کنند لذا اشیایی را بو می‌کنند که به نظر ما کاملاً عجیب است.

### حس تعادل و درک ابعاد بدن<sup>۵</sup>

گوش داخلی دارای اجزایی است که حرکت و موقعیت اجزاء بدن را درک می‌کند از همین رو است که حتی با چشمان بسته می‌توانیم تشخیص دهیم که سر ما در حالت عمودی است. اگر این حس در فرد دچار اختلال شده باشد، جهت‌یابی و تشخیص موقعیت بدنی برایش مشکل است. افرادی که این حس در آنها تشدید شده، ممکن است از برخی حرکات به شدت بترسند یا نتوانند خود را روی پله یا نردبان کنترل نمایند. ممکن است به طرز عجیبی ترسو یا بی‌مهارت<sup>۶</sup> به نظر برسند. برعکس افرادی که این حس در آنها ضعیف‌تر از حد معمول است، دائماً در تلاش برای تحریک این حس هستند مثلاً به دور خود می‌چرخند یا حرکاتی انجام می‌دهند که افراد معمولی قادر به تحمل آن نیستند.

همچنین از طریق اطلاعاتی که مغز از اندام‌ها و ماهیچه‌ها دریافت می‌کند، افراد خود به خود می‌دانند که چگونه حرکت کنند یا موقعیت خود را با آرامش تغییر دهند. اگر این بخش از مغز دچار اختلال باشد، دانش‌آموز ممکن است وضعیت بدنی غیرعادی<sup>۷</sup> به خود بگیرد و وارفته به نظر برسد.

- 
1. Hypersensitive
  2. Hypersensitive
  3. Visual system
  4. Olfactory system
  5. Vestibular and proprioceptive system
  6. Clumsy
  7. Odd posture

این درک‌های حسی نامطلوب از محرک‌های محیطی می‌تواند منجر به رفتارهای عجیب یا ناپسند گردد. بعضی از کج‌خلقی و بداخلاقی‌های این کودکان برای آن است که می‌خواهند از شر محیطی که بسیار تحریک‌کننده است خلاص شوند. گاه نیز این دانش‌آموزان برای آرام کردن خود و کم کردن اثر محرک‌ها خود را با بعضی اشیاء یا حرکات بدنی مشغول می‌سازند. آگاه بودن به نوع درک دانش‌آموزان از محرک‌ها، نقش عمده‌ای در درک رفتاری ایشان و برنامه‌ریزی برای آموزش آنان دارد.<sup>۱</sup>

## ۷. نگرانی<sup>۲</sup>

دانش‌آموزان دارای اوتیسم غالباً از نگرانی رنج می‌برند. نگرانی آنها ریشه در موارد متعددی دارد از جمله:

- ناتوانی در بیان احساسات و افکارشان<sup>۳</sup>
  - مشکل بودن تحلیل محرک‌های محیطی<sup>۴</sup>
  - ترس از بعضی محرک‌های حسی<sup>۵</sup>
  - نیاز شدید به از پیش دانستن وقایع و مشکل در انطباق خود با تغییر
  - مشکل بودن درک انتظارها و توقعات اجتماعی<sup>۶</sup>
- برنامه‌ریزی آموزشی برای این دانش‌آموزان باید به گونه‌ای باشد که این نگرانی‌ها را کاهش دهد. در صورت لزوم باید محیط اطراف با نیازهای این دانش‌آموزان تطبیق داده شده و استراتژی‌های مختلفی جهت کمک به آنها در کنترل نگرانی‌هایشان و روش انطباق با شرایط به آنها آموزش داده شود.<sup>۷</sup>

پس از آشنایی نسبی با اوتیسم و ویژگی‌های آن و پیدا کردن درک کلی از نیازهای دانش‌آموزان در این فصل، حال نوبت آن است که ببینیم در عمل چگونه می‌توان به این دانش‌آموزان کمک کرد تا بر مشکلات خود فائق آیند و با کمک شما بتوانند حداکثر پیشرفت ممکن را داشته باشند. در فصل بعد راه کارهای عملی آموزش به دانش‌آموزان دارای اوتیسم مطرح می‌شود.

1. For more information on sensory integration see: Yack, E., Building Bridges Through Sensory Integration, 1998

2. Anxiety

3. Inability to express oneself

4. Processing sensory information

5. Sensory stimulation

6. Social expectations

7. For more information on autism and anxiety see: Harrington, K., Autism: For parents and professionals.





## آموزش دانش آموزان دارای اوتیسم

تدریس به دانش آموزان دارای اوتیسم نیازمند درک مناسب از نیازهای هر دانش آموز و برنامه ریزی مناسب برای هر فرد است. پر واضح است که افراد متفاوت، نیازهای متفاوت دارند و حتی نیازهای یک فرد نیز در طول زمان دستخوش تغییر می شود، از این رو نمی توان از یک روش ثابت و یکسان صحبت کرد. با این حال در این فصل سعی شده است تا موثرترین روش های آموزشی در رابطه با مهم ترین حوزه ها ارائه شود. این فصل به پنج بخش تقسیم شده است:

- روش های آموزشی
- راه کارهای اداره کلاس
- راه کارهایی برای تقویت ارتباط
- راه کارهایی جهت آموزش مهارت های اجتماعی
- آموزش مهارت های کاربردی

### بخش اول: روش های آموزشی<sup>۱</sup>

#### الف. استفاده از نشانه های تصویری<sup>۲</sup>

یکی از موثرترین روش هایی که به این دانش آموزان در درک مفاهیم کمک می کند، استفاده از

- 
1. Instructional approaches
  2. Visual approach

نشانه‌های تصویری یا به عبارتی استفاده از تصاویر یا راهنمایی‌های کتبی در هنگام آموزش است.



به یاد داشته باشید این دانش‌آموزان معمولاً زمان بیشتری را برای تحلیل اطلاعات و خواسته‌ها احتیاج دارند و از سوی دیگر سایر محرک‌های محیطی موجود، مانع تمرکز آنها بر گفته‌های شما است. بنابراین هیچگاه به بیان شفاهی مطلب اکتفا نکرده و از کمک‌های بصری مناسب فهم هر دانش‌آموز استفاده نمایید.

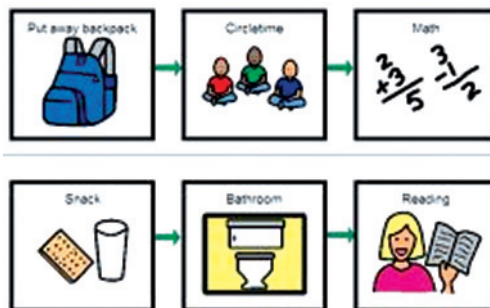
سلسله مراتب این کمک‌ها از ساده به پیچیده به ترتیب عبارت است از:

- استفاده از خود شیء یا موضوع،
- تصویر کاملاً همانند با شیء یا موضوع (به ترتیب عکس رنگی؛ تصویر رنگی؛ عکس سیاه و سفید)
- طراحی موضوع با خطوط
- نشانه‌های گرافیکی
- نوشته

از نشانه‌ها و کمک‌های تصویری<sup>۱</sup> می‌توان در موارد متعددی در کلاس استفاده کرد. مانند:

### تنظیم برنامه دانش‌آموز<sup>۲</sup>

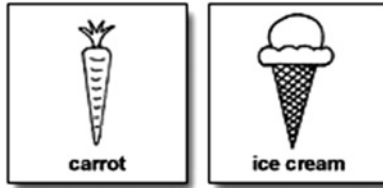
دانش‌آموز با مراجعه به برنامه تصویری، متوجه برنامه روزانه، تقویم و حتی درک زمانی می‌شود. می‌فهمد که چه کارهایی از او توقع دارند و پس از انجام کدام فعالیت می‌تواند استراحت و تفریح کند و چه زمانی کار روزانه او تمام شده و به خانه برمی‌گردد.



1. Visual aids

2. Organize the student's activity

اگر لازم است که دانش‌آموز بین دو فعالیت یا خوراکی یا ... یکی را انتخاب کند، می‌توان تصویر آن دو را در صفحه انتخاب گذاشت و به وی اجازه انتخاب داد.



### درک فعالیت‌های آموزشی<sup>۱</sup>

با کمک نشانه‌های مناسب در کلاس، دانش‌آموز می‌تواند متوجه شود که موضوع درس و فعالیت کلاس چیست و برای انجام آن به ترتیب باید چه کارهایی را انجام دهد.

### درک محیط اطراف

با استفاده از برجسب و نشانه‌گذاری مناسب، دانش‌آموز می‌فهمد که باید هر وسیله را کجای کلاس بگذارد و جای هر چیزی که لازم دارد، کجاست.

### تشویق رفتارهای مناسب<sup>۲</sup>

قواعد کلاس و رفتارهایی را که از دانش‌آموز انتظار دارید (مانند کتک نزدن، گاز نگرفتن، جیغ نزدن) در معرض دید دانش‌آموز قرار دهید.



### آموزش مهارت‌های اجتماعی<sup>۳</sup>

از طریق نقاشی یا عکس می‌توان به دانش‌آموز یاد داد که در هر موقعیت اجتماعی باید چگونه رفتار کند. (در بخش چهارم به تفصیل به این امر می‌پردازیم.)

1. Classroom assignments
2. Support appropriate behavior
3. Social skills

## آموزش خویشتن‌داری<sup>۱</sup>

با استفاده از تصاویر مناسب، دانش‌آموز درک می‌کند که رفتار مناسب در این موقعیت چیست. مثلاً وقتی احساس عصبانیت یا خستگی می‌کند یا از چیزی ناراحت است به جای داد و فریاد چه کار باید بکند.



نکته اصلی که باید توجه داشت این است که وقتی می‌خواهید درسی را آموزش دهید یا هنگام برنامه‌ریزی یک فعالیت، از خود سوال کنید: چگونه می‌توان این اطلاعات را به طور ساده به تصویر کشید. آنگاه با در نظر گرفتن سطح درک دانش‌آموزتان از کمک تصویری مناسب استفاده کنید.

## ب. سایر روش‌ها

### تشویق مناسب دانش‌آموز هنگام یادگیری

هنگامی که دانش‌آموز کاری را خوب انجام می‌دهد بلافاصله او را تشویق کنید اما مواظب باشید که کلی‌گویی نکرده و فقط رفتار مناسب را تشویق نمایید.

به عنوان مثال اگر سینه در حالی که پاهای خود را تکان می‌دهد جواب سوال‌های ریاضی را می‌نویسد به او بگویید: «سینه چقدر خوب جدول ضرب را یاد گرفته‌ای» نه اینکه: «آفرین سینه خیلی خوب کار می‌کنی» چون ممکن است که او فکر کند این تعریف مربوط به تکان دادن پاهایش است.

### استفاده از مشوق‌های معنادار<sup>۲</sup>

منظور از مشوق<sup>۳</sup> هر چیزی است که دانش‌آموز را تشویق به یادگیری کند چه تشویق زبانی چه

1. Self-control
2. Meaningful reinforcements
3. Reinforcer



یک شیء مورد علاقه. مشوق‌های معمولی که در مورد سایر دانش‌آموزان کاربرد دارد، ممکن است در دانش‌آموز دارای اوتیسم، انگیزه‌ای ایجاد نکند. باید در مورد هر دانش‌آموز بدانید به چه چیزی علاقه دارد و از چه چیزهایی خوشش نمی‌آید و آنچه را دوست دارد به عنوان مشوق برایش استفاده کنید. مثلاً اگر این مقدار کار را انجام داد اجازه دارد: پنج دقیقه تنها باشد، قدم بزند، آب‌بازی کند، با اسباب‌بازی مورد علاقه‌اش بازی کند یا از پشت پنجره بیرون را تماشا کند و...

### تناسب توانایی دانش‌آموز و تکلیف

هنگامی که از دانش‌آموز می‌خواهید وظیفه‌ای را انجام دهد باید سطح توانایی او را در نظر گرفته و به تدریج از مراتب آسان به مشکل بروید تا احساس اعتماد به نفس دانش‌آموز را تقویت کرده و جلوی احساس کلافگی و درماندگی<sup>۱</sup> وی را بگیرید. این دانش‌آموزان دچار نگرانی‌های<sup>۲</sup> متعدد هستند و کنترل احساساتشان در صورت احساس شکست و ناتوانی برایشان بسیار مشکل است. کمک گرفتن از نشانه‌های تصویری و اکتفا نکردن به راهنمایی شفاهی و حمایت لازم، به کاهش احساس ناتوانی و کلافگی کمک می‌کند.

راه‌کارهایی برای آماده‌سازی دانش‌آموز	مثال کاربردی
از همکاری و کمک والدین برای آماده‌سازی دانش‌آموز استفاده کنید.	مطالب درسی را پیشاپیش در اختیار والدین بگذارید و از آنها بخواهید که با کمک عکس، ویدئو و یا کتاب‌های مرتبط در مورد موضوع با فرزندشان صحبت کنند تا هنگام تدریس شما در کلاس، وی با موضوع بحث ناآشنا نباشد.
دانش‌آموز را برای موضوعات پیش رو آماده سازید.	دانش‌آموز را ملزم کنید که موضوع درس بعدی را از قبل بخواند تا آشنایی نسبی با آن پیدا کند.

### استفاده از ابزار آموزشی مناسب سن دانش‌آموز<sup>۳</sup>

باید به شخصیت دانش‌آموزان دارای اوتیسم احترام گذاشته شود. بنابراین باید برای هر دانش‌آموز از ابزار آموزشی مناسب سن خودش استفاده شود، هرچند ممکن است لازم باشد که زبان آموزشی را تغییر داد و مطلب را به زبان بسیار ساده بیان کرد.

### فراهم نمودن امکان انتخاب<sup>۴</sup>

نظر به اینکه این دانش‌آموزان در فهماندن خواسته‌های خود به دیگران مشکل دارند و غالباً احساس

1. Frustration
2. Anxiety
3. Age-appropriate materials
4. Opportunity for choice

کلافگی و ناراحتی می‌کنند لذا لازم است به آنها آموزش داده شود چگونه برای خودشان انتخاب مناسب نمایند.

قسمت عمده زندگی این کودکان توسط بزرگترها برنامه‌ریزی و کنترل می‌شود. گاه مدت‌ها مشغول یک فعالیت هستند صرفاً چون نمی‌دانند چگونه فعالیت دیگری را انتخاب کنند.

آموزش انتخاب باید بر مبنای توانایی ارتباط برقرار کردن فرد بوده و محدود به انتخاب یک یا دو فعالیت یا خوراکی مورد علاقه باشد تا به تدریج دانش آموز مفهوم انتخاب کردن را یاد بگیرد.

آزاد گذاشتن کودک در انتخاب مثل اینکه بگویید: «دوست داری توپ بازی کنی یا یک بازی دیگر؟» نه تنها به آموزش مفهوم انتخاب کمک نمی‌کند بلکه کودک را گیج و کلافه می‌نماید.

### تجزیه دستورات شفاهی<sup>۱</sup>

هنگام آموزش به دانش‌آموزان دارای اوتیسم از به کار بردن جملات طولانی خودداری کنید و دستورات خود را به چند بخش کوتاه‌تر تجزیه کرده و در صورت لزوم، هر جزء را همان‌گونه که گفته شد با نشانه‌های بصری همراه نمایید.

### توجه به سرعت پردازش مطالب<sup>۲</sup>

دانش‌آموزان دارای اوتیسم، زمان بیشتری را برای پردازش اطلاعات و درخواست‌ها نیاز دارند لذا در پاسخگویی به پرسش‌های شفاهی یا امتحانات کتبی باید این نکته را مد نظر قرار داد. در نظر گرفتن وقت اضافه در امتحان و دادن فرصت مناسب بین سوال و جواب شفاهی به حمایت از این دانش‌آموزان کمک می‌کند.

### استفاده از نمونه‌های واقعی<sup>۳</sup>

در آموزش مفاهیم انتزاعی<sup>۴</sup> و تفکر روی موضوع از مثال‌های عینی و متفاوت استفاده کنید تا دانش‌آموز اعمال آن مفهوم را در موارد متفاوت درک کند نه اینکه به اشتباه آن را تنها منحصر به موردی بداند که در کتاب به عنوان مثال ذکر شده است.

### تجزیه وظایف پیچیده<sup>۵</sup>

تکالیف پیچیده در واقع مجموعه‌ای است از کارها و وظایف کوچک‌تر. در آموزش اینگونه تکالیف به این دانش‌آموزان چه در مورد مهارت‌های فردی، اجتماعی یا آموزشی باید این تکالیف را به طور

- 
1. Oral instructions
  2. Processing and pacing issues
  3. Concrete examples
  4. Conceptual thinking
  5. Task analysis

پلکانی تجزیه کرد و بعد از آموزش هر مرتبه دانش‌آموز را به مرتبه و پله بعد ارتقاء داد تا تمامی این پلکان طی شده و در وظیفه مورد نظر، مهارت حاصل شود.

به عنوان مثال وقتی می‌خواهید مسواک زدن را به دانش‌آموزان یاد دهید، این مهارت تقسیم می‌شود به یاد گرفتن ترتیبی: به دست گرفتن مسواک و خمیر دندان، باز کردن شیر آب، خیس کردن مسواک، باز کردن در خمیر دندان، گذاشتن خمیر دندان روی مسواک و....



### استفاده از روش آموزشی بدون خطا

هنگام آموزش به برخی از دانش‌آموزان لازم است آنها را در یافتن پاسخ صحیح راهنمایی کنید. این راهنمایی و کمک مری، مراحل مختلفی با توجه به نیاز دانش‌آموز دارد و می‌تواند به صورت کمک فیزیکی<sup>۱</sup> (گرفتن دست دانش‌آموز و هدایت آن به سمت پاسخ صحیح)، استفاده از اشاره<sup>۲</sup> (مریی سوال را مطرح و به سمت پاسخ صحیح اشاره می‌کند) یا استفاده از کلام<sup>۳</sup> باشد.

مراقب باشید که دانش‌آموز متکی به کمک نشود و به تدریج که مفهوم را درک کرد میزان کمک را کمتر و به تدریج آن را محو کنید.

اگر از دانش‌آموز چیزی را پرسیدید که نتوانست بلافاصله یعنی ظرف دو ثانیه جواب صحیح دهد، معلوم است که پاسخ را نمی‌داند و نیاز به آموزش دارد.

فرض کنید برای اولین بار می‌خواهید به دانش‌آموز «دست زدن» را یاد بدهید، مراحل آموزش بدون خطا بدین گونه است:

- مرحله اول؛ مری: این جوری کن یا دست بزن (و خودش دست‌هایش را به هم می‌زند) و بدون یک ثانیه تاخیر دست کودک را گرفته و به هم می‌زند (کمک فیزیکی کامل) و او را تشویق می‌کند.
- مرحله دوم؛ مری: این جوری کن / دست بزن (و خودش دست‌هایش را به هم می‌زند) و بدون یک ثانیه تاخیر به کودک کمک می‌کند اما به میزانی کمتر از دفعه اول، مثلاً دست‌های کودک را به طرف همدیگر راهنمایی کرده و آن را رها می‌کند تا خود کودک آنها را به هم بزند و او را تشویق می‌کند.
- مرحله سوم؛ این مرحله که متأسفانه معمولاً مورد غفلت قرار می‌گیرد نقش مهمی در کسب مهارت یادگیری دارد. در این مرحله از کودک می‌خواهیم که چند کار ساده‌تر که می‌دانیم توانایی آنها را دارد انجام دهد تا حواسش از موضوع آموزش منحرف نشود.<sup>۴</sup>

1. Physical prompt
2. Gestural prompt
3. Verbal prompt
4. Distracts

مربی: بگو / بشین / پاشو / موهات رو نشون بده

• مرحله چهارم؛ برای بار سوم مورد آموزش را از کودک می‌خواهیم اما هیچ کمکی نمی‌کنیم تا ببینیم آیا موضوع را خودش یاد گرفته یا نه.

مربی: این جوری کن / دست بزن (و خودش دست‌هایش را به هم می‌زند) و دو ثانیه صبر می‌کند. اگر کودک ظرف دو ثانیه خودش دست‌هایش را به هم زد او را بسیار تشویق کنید و مقدار قابل توجهی از مشوق را در اختیارش بگذارید.

اگر کودک هیچ کاری نکرد یا به اشتباه کار دیگری انجام داد معلوم می‌شود هنوز موضوع آموزش را یاد نگرفته، لذا مربی ضمن اینکه جلوی انجام کار اشتباه را می‌گیرد باید به مرحله اول آموزش برگردد و دوباره این مراحل را از اول تکرار کند.

اگر بعد از سه بار انجام این مراحل هنوز کودک نتواند بدون کمک، موضوع آموزش را انجام دهد از او بخواهید کاری را که می‌تواند انجام دهد (مثلاً پاشو / پیر) و میزان اندکی از مشوق در اختیارش گذاشته و آموزش را متوقف کنید. سپس فکر کنید کجای کار را اشتباه کرده‌اید: آیا مراحل را درست انجام داده‌اید، آیا میزان یا نوع مشوق مناسب بوده، آیا کمک به میزانی بوده که کودک خواسته شما را درک کند و ....

### مناسب‌سازی ابزار آموزشی<sup>۱</sup>

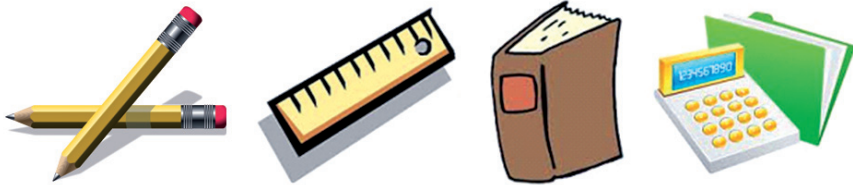
هنگام آموزش با استفاده از ابزار کمکی مناسب به دانش‌آموز کمک کنید تا بتواند بر مطلب جدید و نکات مهم آن تمرکز کند.

مثلاً قبل از آموزش یک مهارت خاص، میز دانش‌آموز را از سایر لوازم غیر مرتبط با موضوع آموزش، خالی کنید. به هنگام آموزش یک متن به جای آنکه کل کتاب را به دانش‌آموز بدهید همان صفحه را کپی کرده و نام‌های خاص یا کلمات کلیدی متن را رنگی کنید.

پیشنهاد‌های آموزشی	مثال عملی
اطلاعات مهم را برجسته و مشخص کنید.	امور مهمی را که دانش‌آموز باید بداند، روی یک کارت بنویسید و در اختیارش بگذارید. این کارت‌ها، خود ابزار خوبی برای دوره درس‌ها به هنگام امتحان خواهد شد.
مطالب کلیدی درس را از قبل، برای یادگیری در اختیار دانش‌آموز بگذارید.	مطالب عمده‌ای را که می‌خواهید روز بعد یا هفته بعد آموزش دهید، در یک ورق نوشته و به والدین دانش‌آموز بدهید تا وی را پیشاپیش آماده سازند.
مراحل انجام تکالیف را به وضوح و با جزئیات، مشخص کنید.	مراحل انجام کار را یک به یک مشخص کرده و یک نمونه کامل شده را در اختیار دانش‌آموز بگذارید تا بداند شکل نهایی کار چگونه باید باشد.

### تشویق و ترغیب تلاش مستقل<sup>۱</sup>

یکی از اهداف آموزشی برای تمامی دانش‌آموزان، کسب استقلال است. اگر دانش‌آموز دارای اوتیسم، همواره متکی به حمایت و کمک دیگری باشد، در رسیدن به استقلال دچار مشکل خواهد شد. بنابراین برنامه آموزشی باید بگونه‌ای باشد که به تدریج اتکای دانش‌آموز به کمک مربی، کاهش پیدا کند.



برخی از روش‌هایی که در این راستا می‌توان به کار گرفت عبارتند از:

- استفاده از نشانه‌های تصویری<sup>۲</sup> (شامل تذکرات کتبی) جهت کاهش نیاز به راهنمایی شفاهی
- افرادی که به هنگام تدریس، جهت کمک به دانش‌آموز حضور دارند باید با فاصله از وی بایستند (نه اینکه همواره بالای سر او باشند)، همچنین باید از کمک افراد مختلف استفاده کرد تا دانش‌آموز به یک فرد خاص وابسته نشود.
- در صورت امکان برای دانش‌آموز چک لیست<sup>۳</sup> تهیه شود تا خودش هر کاری را که باید انجام دهد، بداند و پس از انجام کار، جلوی آن علامت بگذارد.

مثال کاربردی	راه کارهایی برای انجام مستقل تکالیف
روی وایت‌برد یا ورق کاغذ، تکالیف دانش‌آموز را به ترتیب انجام نوشته و در معرض دید وی بگذارید تا پس از انجام هر کار، روی آن را خط بکشید یا پاک کنید. از سبد یا جعبه کار استفاده کنید: وقتی دانش‌آموز کاری را انجام می‌دهد، آن را از سبد خارج می‌کند و خالی شدن سبد به معنای اتمام کار است.	استفاده از نشانه‌های تصویری در کلاس برای درک کارهایی که تمام شده و کارهایی که باید انجام داد.
اگر دانش‌آموز حواسش به انجام تکلیفش نیست، به آرامی به او نزدیک شده و با انگشت به صفحه تکلیف اشاره کنید تا انجام کار را به وی یادآوری کنید. به جای آنکه تذکر دهید که دانش‌آموز کارش را انجام دهد، در کلاس قدم بزنید و یادآوری کنید که اگر دانش‌آموزی نیاز به کمک دارد شما در دسترس هستید.	از چند نشانه غیرگفتاری جهت کمک به تمرکز دانش‌آموز در کلاس استفاده کنید.

1. Independent effort
2. Visual aids
3. Visual organizational aids

### استفاده مناسب از دلبستگی‌های دانش‌آموز

اگر دانش‌آموزی به یک موضوع خاص دلبستگی<sup>۱</sup> دارد، مثل رنگ‌ها، اشکال یا ماشین، موضوع مورد علاقه وی را محور آموزش وی قرار دهید. مثلاً برای یک هفته از کتاب‌هایی برای خواندن استفاده کنید که در مورد رنگ‌ها است یا از رنگ‌ها در آموزش حساب استفاده کنید.

دانش‌آموز خود را بشناسید و لیستی از نقاط قوت و علاقه‌های او داشته باشید از کمک خانواده دانش‌آموز در این رابطه استفاده کنید و علاقه‌های دانش‌آموز را علاوه بر آموزش به عنوان مشوق در یادگیری و رفتار مناسب به کار برید.

### رشد استعدادها و موضوعات مورد علاقه

اگر دانش‌آموزی در یک زمینه علاقه خاص یا استعداد دارد (مثل موسیقی، هنر، کامپیوتر، نقاشی و...) این زمینه را جهت کسب مهارت‌های لازم تقویت نمایید تا علاوه بر تقویت احساس موفقیت و لذت از آموزش، زمینه اشتغال وی در آینده نیز فراهم شود.

راه‌کارهایی جهت جلب توجه دانش‌آموز	مثال‌های عملی
برای دانش‌آموز، فعالیت‌های فوق‌العاده‌ای در نظر بگیرید که انگیزه او را به شنیدن سخنان شما یا دیگران بیشتر کند.	از کلمات کلیدی که در هنگام تدریس بکار می‌برید، یک لیست تهیه و در اختیار دانش‌آموز بگذارید و از وی بخواهید که هر وقت آن کلمه را شنید، روی آن خط بکشد.
هنگام تدریس، اموری را که باعث حواس‌پرتی دانش‌آموز می‌شود به حداقل برسانید.	دانش‌آموز را در ردیف جلو در محلی مناسب بنشانید. در صورت لزوم به او گوشی بدهید تا صدا حواسش را پرت نکند.
مطالب را با علاقمندی‌های دانش‌آموز مرتبط کنید.	مثلاً اگر دانش‌آموزی به حفظ تاریخ علاقه دارد، پرسش مربوط به تاریخ وقایع را از او بپرسید.
هنگام تدریس به دانش‌آموز ابزار تصویری جهت پیگیری موضوع بحث را بدهید.	اگر در مورد مطلبی صحبت می‌کنید، یک کپی از کتاب یا مقاله را در اختیار دانش‌آموز قرار دهید تا هنگام سخنان شما فقط مجبور نباشد بر شنیدن تمرکز کند.

## بخش دوم: راه‌کارهای اداره کلاس<sup>۲</sup>

منظور ما از اداره کلاس در این بخش، استفاده از روش‌هایی است که محیط آموزشی را به گونه‌ای ساماندهی کند که دانش‌آموزان دقیقاً بدانند که در هر موقعیتی چه وظایفی را باید انجام دهند، جای هر

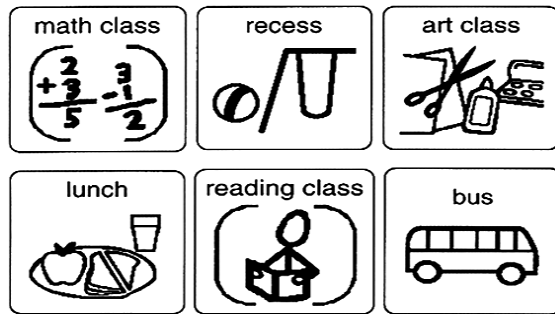
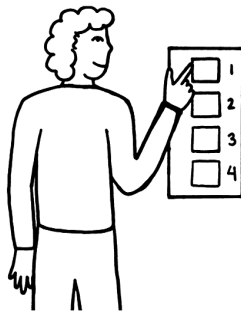
1. Fixation

2. Strategies for classroom management

چیز را در کلاس بیابند و از برنامه یا وظیفه بعدی مطلع باشند. روش‌های زیر می‌تواند کمک مؤثری در این رابطه باشند:

### استفاده از برنامه روزانه تصویری<sup>۱</sup>

جهت اطلاع دانش‌آموز دارای اوتیسم از برنامه‌اش، برنامه روزانه وی را با تصاویر مربوط روی میز کارش یا کنار آن بگذارید، به گونه‌ای که هر زمان نیاز داشت به راحتی و بدون برهم زدن نظم کلاس به آن دسترسی داشته باشد.



در برنامه‌ریزی روزانه، سعی کنید که وظایف را متنوع انتخاب کرده و بین فعالیت‌های مطلوب و غیرمطلوب دانش‌آموز، تناوب ایجاد کنید تا از بی‌حوصلگی، نگرانی یا رفتارناپسند وی پیش‌گیری شود. در نظر گرفتن فعالیت‌های بدنی روزانه نیز در این راستا مفید است. به دانش‌آموزان آموزش دهید که چگونه به طور مستقل از برنامه روزانه‌اش جهت درک وظایف و اتفاقات آتی استفاده کند. قبل از پایان یک برنامه و شروع برنامه بعدی، دانش‌آموز را به سمت برنامه‌اش هدایت کرده و او را آگاه سازید تا تغییر بین برنامه‌ها را راحت‌تر تحمل کند.

### توجه به نوع درک دانش‌آموز از محرک‌های محیطی<sup>۲</sup>

همان‌گونه که قبلاً اشاره شد، واکنش‌های این دانش‌آموزان به محرک‌های حسی و محیطی، ممکن است متفاوت با انتظارات ما باشد. بنابراین لازم است که فعالیت‌های آموزشی و غیرآموزشی دانش‌آموز را به دقت مد نظر قرار دهید و موارد مختلفی را امتحان کنید تا دریابید چه موضوعات یا کارهایی به آنها آرامش می‌دهد و چه اموری آزارآور است.

هنگامی که لازم است دانش‌آموز یک تکلیف مشکل را انجام دهد، این امکان را برایش فراهم آورید که بتواند از چیزی که به او آرامش می‌دهد استفاده کند. (مثلاً موقع حل مسأله، خمیر بازی‌اش را در دست فشار دهد) و تا جایی که امکان دارد از ابزار آموزشی یا تکالیفی استفاده کنید که مشارکت موفق دانش‌آموز را به همراه داشته باشد. محرک‌هایی را که مشکل‌ساز است تا حد امکان از کلاستان

1. Provide a customized visual daily schedule
2. Sensory systems

حذف کرده و اگر فعالیتی سبب گیجی یا عصبانیت دانش‌آموز و مانع یادگیری وی است، میزان آن را کاهش دهید. برخی از مشکلات مرتبط با ادراک حسی در جدول زیر آمده است:

رفتارهای افراد بیش‌حساس (Hyper-reactive)	رفتار افراد غیرحساس (Hypo-reactive)
<b>حس شنوایی</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• با هر صدایی در پس‌زمینه، حواسش پرت می‌شود.</li> <li>• عکس‌العمل شدید نسبت به اصوات</li> <li>• عکس‌العمل غیرقابل پیش‌بینی به صداها</li> <li>• گذاشتن دست‌ها بر روی گوش‌ها برای نشنیدن صدا</li> <li>• گریه کردن یا جیغ کشیدن با شنیدن صداها</li> <li>• عکس‌العمل فیزیکی نسبت به صدا، انگار که صدا، تهدید محسوب می‌شود.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• عکس‌العمل نشان ندادن هنگامی که او را صدا می‌کنید.</li> <li>• بی‌توجهی به صداها اطراف</li> <li>• دائماً سر و صدا درمی‌آورد تا خود را از این حیث تحریک کند.</li> <li>• به دلیل بی‌توجهی به صداهایی که نشانه خطر احتمالی است (مانند بوق ماشین) در معرض خطر قرار می‌گیرد.</li> </ul>
<b>حس بینایی</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نور شدید برایش آزاردهنده است.</li> <li>• اجتناب از نور خورشید</li> <li>• هر حرکتی در اتاق را با چشم دنبال می‌کند.</li> <li>• گستره میدان دید خود را با چشم محدود می‌کند.</li> <li>• بخشی از میدان دید را می‌پوشاند (مثلاً دستش را روی قسمتی از کتاب می‌گذارد).</li> <li>• نسبت به بعضی از اشیاء یا رنگ‌ها، عکس‌العمل فیزیکی نشان می‌دهد.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ناآگاهی از حضور سایر افراد</li> <li>• ناتوانی در پیدا کردن اشیاء مورد علاقه یا افراد</li> <li>• ندیدن افراد یا اشیائی که حرکت می‌کنند</li> </ul>
<b>حس لامسه</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• حساس بودن به لمس شدن. دوست ندارند که به آنها دست زده شود.</li> <li>• از فعالیت‌هایی که ارتباط زیادی با لامسه دارند اجتناب می‌کنند (مانند بازی با گِل یا خمیر، رنگ و آماده کردن غذا).</li> <li>• شکایت از راحت نبودن لباسشان</li> <li>• اجتناب از پوشیدن بعضی لباس‌ها</li> <li>• عکس‌العمل منفی به برخی غذاها یا اسباب‌بازی‌ها یا مبلمان</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• به نظر می‌رسد که مفهوم حریم شخصی را متوجه نمی‌شود.</li> <li>• به نظر می‌رسد که به لمس شدن از سوی دیگران توجهی ندارد.</li> <li>• مدام اشیاء مختلف را در دهان می‌گذارد.</li> <li>• لباس‌ها را از حالت آزاردهنده‌اش خارج نمی‌کند.</li> <li>• آستانه تحمل دردش بالا است و چون درد را کم حس می‌کند متوجه خطر کارهایش نمی‌شود.</li> </ul>



حس تعادل	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• به نظر می‌رسد که دائماً نیاز به حرکت کردن دارند.</li> <li>• دور خود می‌چرخند یا بدن خود را به عقب و جلو تکان می‌دهند.</li> <li>• وقتی در فعالیت‌های حرکتی شرکت می‌کنند، زود خسته می‌شوند.</li> <li>• معمولاً آرام حرکت می‌کنند و سست به نظر می‌رسند.</li> <li>• وقتی از ایشان خواسته می‌شود که حرکت کنند، خیلی طول می‌کشد تا عکس‌العمل نشان دهند.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• عکس‌العمل شدید نسبت به حرکت</li> <li>• مشکل در حرکت روی سطوح مختلف (مانند فرش، چمن و...)</li> <li>• راه رفتن نزدیک به دیوار و چسبیدن به نرده برای کمک</li> <li>• ترس به هنگامی که می‌دانند حرکتی در پیش است؛ عضلاتشان را سفت می‌کنند.</li> <li>• حاضر به تغییر وضعیت بدنی خود نبوده و سرشان را همواره در یک زاویه ثابت نگه می‌دارند.</li> <li>• به نظر می‌رسد که به آسانی موقعیت فیزیکی خود را گم می‌کنند.</li> </ul>
حس بویایی و چشایی	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• به نظر می‌آید که همواره غذا می‌خواهند.</li> <li>• لیس زدن اشیاء مختلف</li> <li>• جویدن اشیاء</li> <li>• اهمیت ندادن به مزه‌های بد و عدم اجتناب از مواد خطرناک</li> <li>• بو کردن مردم یا اشیاء به طریق غیرمعمول</li> <li>• اهمیت ندادن به بوهایی که دیگران متوجه آن می‌شوند.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• غذاهای بسیار محدودی می‌خورند.</li> <li>• امتناع از خوردن غذا و بستن دهان</li> <li>• مشکل در مسواک زدن</li> <li>• تف کردن غذا و دارو</li> <li>• عکس‌العمل شدید به بوهای موجود در محیط</li> <li>• اجتناب از اماکن یا افرادی که بوهای تند دارند</li> </ul>

### ایجاد محلی برای استراحت و کسب آرامش<sup>۱</sup>

لازم است که در کلاس، گوشه دنج و آرامی در نظر گرفته شود که دانش‌آموز بتواند در آنجا خود را آرام سازد. آرامش بعضی از دانش‌آموزان ممکن است با ورق زدن یا نگاه کردن به کتاب یا بازی با اسباب‌بازی مورد علاقه‌شان حاصل شود اما در بعضی موارد، فرد نیاز دارد برای آرام‌سازی خود حرکات بدنی متناوبی را انجام دهد. در هر حال باید زمان و مکان مناسب در اختیار دانش‌آموز قرار گیرد.

### ایجاد موقعیت‌هایی برای ارتباط با سایر دانش‌آموزان

ایجاد ارتباط با دیگران برای دانش‌آموزان دارای اوتیسم، مشکل است. از سوی دیگر کودکانی هم که مشکل برقراری ارتباط ندارند، چون علت رفتارهای عجیب این دانش‌آموزان را درک نمی‌کنند، ترجیح می‌دهند با آنها ارتباط نداشته باشند و این امر آموزش رفتارهای اجتماعی مناسب را با مشکل مضاعف مواجه می‌سازد.

نقش شما به عنوان معلم در این راستا بسیار مهم و کارساز است. این شما هستید که باید موقعیت مناسب را جهت ارتباط این دانش‌آموزان با یکدیگر ایجاد کنید و تا جایی که می‌شود دیگر دانش‌آموزان را در ارتباط با هم تشویق و مشوق‌ها و امتیازات ویژه برای دانش‌آموزان در این رابطه در نظر بگیرید.

برخی از راه‌کارها در این رابطه عبارتند از:

- قرار دادن دانش‌آموزان با یکدیگر در گروه‌های آموزشی
- انتخاب یک دانش‌آموز جهت همراهی دانش‌آموز دارای اوتیسم در راهرو یا زنگ تفریح
- تغییر دادن دوستان همراهی‌کننده جهت احتراز از وابستگی به شخص خاص
- ایجاد ارتباط با دانش‌آموزان بزرگتر، با انتخاب دانش‌آموز کلاس بالاتر به عنوان مراقب و معاون دانش‌آموز دارای اوتیسم
- تسهیل برقراری ارتباط‌های بعد از مدرسه

### آماده‌سازی دانش‌آموز برای تغییر در برنامه<sup>۱</sup>

امکان دارد با تمام دقت شما در برنامه‌ریزی، برنامه به دلیلی با تغییر مواجه شود. تفهیم این موضوع به دانش‌آموز دارای اوتیسم که خود را برای یک برنامه یا روتین خاص آماده ساخته، بسیار مشکل است. استفاده از برنامه تصویری که نشان‌دهنده تغییر پیش آمده باشد و آموزش از طریق «داستان‌های اجتماعی» مصور می‌تواند به آنها در درک موقعیت و رفتار مناسب کمک کند.

## بخش سوم: راه‌کارهایی برای تقویت ارتباط<sup>۲</sup>

در کودکان با رشد معمول، درک خواسته‌های خود و دیگران و انتخاب راه‌کار مناسب جهت پاسخگویی، آنقدر طبیعی و خودکار است که ما متوجه پیچیدگی مراحل مختلف آن و تحلیل مغز از هر مرحله نخواهیم شد، مگر آنکه مجبور شویم هر مرحله را به دانش‌آموز دارای اوتیسم آموزش دهیم. در نظر داشته باشید که این دانش‌آموزان قادر نیستند به طور خودکار و با توجه به رفتار دیگران، روش ارتباط برقرار کردن را درک کنند و لذا بیشتر از هر چیز دیگر نیازمند آموزش در این زمینه‌اند. برخی پیشنهادها کلی در این رابطه عبارتند از:

- روی ایجاد رابطه دانش‌آموز با دیگران و مکالمه با آنها در محیط‌های طبیعی (مثل کلاس، سالن ورزش، زمین بازی) تمرکز کنید. مثلاً اگر در زمین بازی می‌خواهد با توپ بازی کند به او یاد دهید که چگونه به کودک دیگر نزدیک شود و توپ را درخواست کند و او را حمایت و تشویق نماید.
- هنگام صحبت با دانش‌آموز از جمله کامل استفاده کنید تا علاوه بر ارتباط، نحوه صحیح صحبت کردن را هم یاد بگیرد. مثلاً اگر دانش‌آموز به هنگام تشنگی می‌گوید: آب، مربی بگوید: «من آب می‌خواهم» (از زبان او صحبت کنید تا جمله صحیح را یاد بگیرد).

1. Plan for transitions and prepare student for change  
2. Strategies for Communication Development

- از کلماتی استفاده کنید که در سطح فهم دانش‌آموز باشد. در رابطه با دانش‌آموزانی که مشکلشان شدیدتر است از کلمات آشنا و معینی استفاده کرده و در صورت لزوم تکرار کنید.
- زبان ساده، صریح، بدون استعاره، کنایه و مثل به کار برید.
- به دانش‌آموز زمان لازم را برای تحلیل و درک اطلاعات بدهید. در صورت لزوم آهسته‌تر صحبت کنید و بین کلمات فاصله بگذارید.

### آموزش شنیدن<sup>۱</sup>

## Listen and follow directions.



بیشتر دانش‌آموزان دارای اوتیسم، نیاز دارند که مهارت شنیدن و درک مطلب را فراگیرند. درک گفته‌ها یا نوشته‌ها برای این دانش‌آموزان، نیازمند تلاش مضاعف است، لذا در صورت موفقیت، آنها را تشویق نمایید و آن را کاری عادی و خودکار تلقی نکنید. شاید لازم باشد که درست شنیدن را به مراحل کوچک‌تر تجزیه و هر مرحله را جداگانه تقویت و تشویق نمایید. مثلاً به دانش‌آموز یاد دهید که وقتی کسی با او حرف می‌زند او باید صورتش را به طرف گوینده بگیرد، به یک نقطه خاص نگاه کند (ولو غیر از چشمان گوینده که معمولاً برای آنها مشکل است)، دست‌هایش را در وضعیت مناسب بگذارد (نه اینکه آنها را تکان دهد) و انجام هر مرحله را تشویق و تقویت کنید.

### تقویت درک سخن<sup>۲</sup>

سخنان خود را با اشیاء، اشکال یا تصاویر مناسب همراه سازید تا به درک دانش‌آموز کمک کنید. جالب است بدانید که بعضی از دانش‌آموزان دارای اوتیسم، از خواندن برای تقویت درک سخنان شفاهی کمک می‌گیرند (حال آنکه بیشتر افراد از درک زبانی خود برای فهم مطالبی که می‌خوانند استفاده می‌کنند) لذا آموزش خواندن به این گروه، اهمیت ویژه‌ای دارد. توجه داشته باشید که بعضی از دانش‌آموزان دارای اوتیسم، حافظه خوبی دارند، بنابراین با اینکه بعد از بیان دستورات شفاهی شما می‌توانند همه آن را به درستی بازگو کنند اما در عین حال متوجه منظور شما نشده‌اند. بنابراین همیشه اطمینان حاصل کنید که حرف‌های شما را «فهمیده» اند.

### تقویت بیان<sup>۳</sup>

از هر دانش‌آموز دارای اوتیسم، در حد توانایی‌اش باید توقع داشت و باید به وی در به کارگیری زبان کمک کرد. در کودکانی که لغات محدودی را بلدند، مربی و خانواده باید تلاش‌های وی در بیان کلمات (هر چند ناقص) را بپذیرند و راه‌های ارتباط غیر کلامی را به وی آموزش داده و تقویت کنند.

1. Learning to Listen
2. Developing oral language comprehension
3. Developing oral language expression

دانش‌آموزانی که قادر به تکلم هستند نیز ممکن است در پذیرش لغات جدید مشکل داشته باشند. مربی و خانواده می‌باید لغت جدید را در متن‌های متفاوت و با کمک نشانه‌های تصویری به آنها آموزش دهند. دانش‌آموزان باید فراگیرند که:

- هر چیزی در دنیا یک اسم دارد.
  - برای گفتن یک مطلب، راه‌های متعددی وجود دارد.
  - از کلمات می‌توان در متون متفاوتی استفاده کرد.
  - استفاده از کلمات به آنها کمک می‌کنند که نیازها و خواسته‌های خود را به دیگران بفهمانند.
- برنامه آموزشی باید بگونه‌ای باشد که دانش‌آموز، کاربردهای متفاوت زبان را درک و تمرین کند.

مانند:

- تقاضا کردن<sup>۱</sup> (برای به دست آوردن غذا، خوراکی، اسباب‌بازی یا کمک)
- رد کردن<sup>۲</sup> (نخواستن یک غذا یا اسباب‌بازی، اعتراض هنگامی که نمی‌خواهد کاری را انجام دهد)
- توصیف کردن<sup>۳</sup> (مثل گفتن نام تصاویر کتاب یا اشیاء داخل جعبه، سلام و خداحافظی)

#### تقویت مکالمه<sup>۴</sup>

تقریباً تمامی افراد دارای اوتیسم در به کارگیری زبان در موقعیت‌های اجتماعی، مشکل دارند حتی اگر قادر به سخن گفتن بوده و از ذخیره لغات خوبی نیز برخوردار باشند. باید موقعیت‌های اجتماعی برنامه‌ریزی شده‌ای را برای این دانش‌آموزان فراهم آورد که بتوانند این مهارت را تعلیم دیده و تمرین نمایند.

مربی یا والدین از طریق فعالیت‌ها و بازی‌های مورد علاقه کودک باید به وی نزدیک شده، در آن درگیر شوند و در حالی که توجه و لذت کودک را در بازی ایجاد می‌کنند، اصول اولیه روابط اجتماعی مثل درخواست کردن، لذت بردن از حضور دیگری و نوبت بازی و قواعد رفتارهای اجتماعی را به آنها تعلیم دهند، سپس این مهارت با نظارت مربی (یا والدین) به بازی و ارتباط با برادر یا خواهر یا همکلاسی توسعه داده می‌شود و به تدریج مربی حضور و کمک‌های خود را در تسهیل برقراری ارتباط کم می‌کند تا جایی که دانش‌آموز بتواند خود به طور مستقل این کار را انجام دهد.

#### استفاده از روش‌های ارتباطی جایگزین یا کمکی<sup>۵</sup>

استفاده از روش‌های ارتباطی کمکی برای بسیاری از کودکان دارای اوتیسم، مفید است. این روش‌ها کمک می‌کند که دیگران بهتر بتوانند منظور کودک را متوجه شوند. به ویژه در مورد کودکانی که

1. Requests
2. Negation
3. Commenting
4. Developing conversations skills
5. Using alternative or augmentative communication systems

حرف نمی‌زنند یا اگرچه قادر به تکلم هستند اما نمی‌توانند از کلام برای بیان خواسته‌هایشان استفاده کاربردی کنند. برخی از این روش‌ها عبارتند از:

- تکان دادن مستقیم شخص به منظور بیان خواسته (مثلا وقتی دانش‌آموز می‌خواهد از کلاس خارج شود، مریبی را به طرف در ببرد)
  - استفاده از حرکات و ژست‌های بدن<sup>۱</sup> (مثلا تکان دادن سر هنگام نخواستن چیزی)
  - استفاده از شیء<sup>۲</sup> برای انتقال مقصود (مثلا آوردن لیوان برای درخواست آب)
  - استفاده از نمادهای تصویری<sup>۳</sup> (نشان دادن عکس چیزی که می‌خواهد. این تصاویر ابتدا عین موضوع مورد درخواست است و بعد به تدریج می‌توان از تصاویر مشابه و طرح‌های ساده استفاده کرد)<sup>۴</sup>
  - استفاده از اصوات به جای کلمات<sup>۵</sup> (مثلا دَدَ وقتی می‌خواهد از خانه خارج شود یا اِ برای نشان دادن نیاز به دستشویی)
  - استفاده از نوشتار<sup>۶</sup> به جای سخن گفتن (مثلا از جملات نوشته شده و آماده انتخاب می‌کند و خواسته‌اش را به شما نشان می‌دهد)
  - استفاده از زبان اشاره<sup>۷</sup> (همانند زبانی که برای افراد ناشنوا استفاده می‌شود)
- تصمیم‌گیری در مورد نیاز دانش‌آموز به استفاده از روش‌های کمکی ارتباط و نوع آن باید به دقت و با توجه به توانایی و نیازهای دانش‌آموز اتخاذ شود. والدین در این تصمیم‌گیری نقش مهمی دارند چون روش انتخابی باید در خانه و مدرسه یکسان به کار رود تا موثر واقع شود.

## بخش چهارم: راه‌کارهایی برای آموزش مهارت‌های اجتماعی<sup>۸</sup>

بیشتر دانش‌آموزان دارای اوتیسم، مانند دیگر همسالان خود دوست دارند با دیگران بازی کنند، حرف بزنند و بخشی از جامعه اطرافشان باشند؛ با این حال به دلایلی که شرح آن رفت، قادر نیستند به طور خودکار قواعد رفتارهای اجتماعی را دریابند و لذا در برقراری ارتباط دچار مشکل بوده و نیاز به آموزش دارند. بیشتر افراد دارای اوتیسم فکر می‌کنند که:

- هر قاعده فقط مربوط به یک مورد خاص است.
- هر چیزی که کسی می‌گوید راست است.
- وقتی نمی‌دانی چه کار کنی، نباید هیچ کاری کنی.

- 
1. Gestures or body actions
  2. Real object
  3. Picture representation
  4. For additional information on PECS see: Frost, L. A., and Bondy, A. S., The Picture Exchange Communication System: Training Manual, 1994
  5. Using the voice without conventional words
  6. Written messages
  7. Sign language
  8. Strategies for Teaching Social Skills

دانستن این طرز تفکر به شما کمک می‌کند که علت بسیاری از رفتارهای (عجیب یا نامناسب) دانش‌آموزان را درک کنید.<sup>۱</sup> برای مثال ممکن است دانش‌آموز برای جلب توجه دوستش او را محکم بزند چون در واقع راه دیگری برای این کار به نظرش نمی‌رسد یا وقتی در حین بازی دوستش به پشت او می‌زند، ممکن است عصبانی شود چون داند این زدن نیست و بخشی از بازی است.

یاد دادن مهارت‌های اجتماعی به این دانش‌آموزان می‌باید بخش عمده‌ای از آموزش را به خود اختصاص دهد و چون بهترین محل برای تمرین و یادگیری آن، محیط طبیعی مدرسه و حضور دانش‌آموزانی است که به طور طبیعی این مهارت‌ها را آموخته‌اند، توصیه می‌شود که حتی‌الامکان دانش‌آموزان دارای اوتیسم در مدارس معمولی (با حضور مربیان مجرب و کمک‌های لازم) و در میان دانش‌آموزان معمولی آموزش ببینند.

در این بخش به بیان برخی از روش‌های موثر در آموزش مهارت‌های اجتماعی به دانش‌آموزان دارای اوتیسم می‌پردازیم.

### استفاده از داستان‌های اجتماعی<sup>۲</sup>

داستان‌های اجتماعی که توسط معلم یا والدین نوشته می‌شوند، در موارد مختلفی کاربرد دارد، مثل:

- کمک به دانش‌آموز برای حضور در کلاس‌های عادی در مدارس معمولی
- اعلام تغییرات در برنامه‌ها و روتین خاص و آماده‌سازی دانش‌آموز برای آن
- توضیح علت رفتار دیگران
- آموزش یک مهارت اجتماعی خاص
- کمک در یادگیری موضوع جدید درسی

برای نوشتن آن اول موقعیتی را که دانش‌آموز در آن مشکل دارد، در نظر بگیرید. (ساکت بودن در کتابخانه، بلند کردن دست هنگام پاسخ دادن، درخواست توپ از دیگران، رعایت نوبت در صف، خویشتن‌داری هنگام عصبانیت و...) آنچه را که وی احساس می‌کند و عکس‌العمل یا رفتار مناسبی را که باید انجام دهد را با کمک تصاویر یا طرح‌های ساده و با جملاتی در سطح درک دانش‌آموز، به وی آموزش دهید. دقت کنید که داستان از زبان او و با ضمیر «من» بیان شود.



I can tell my brother, "Don't do that. That makes me mad!"

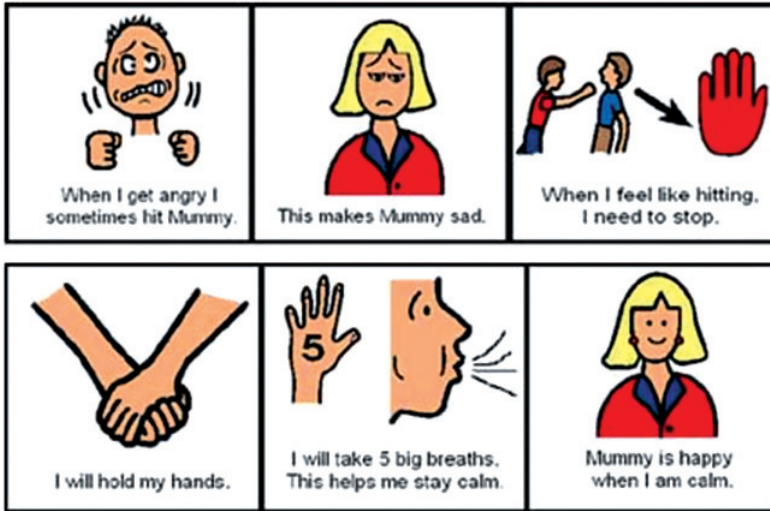


I can take a break  
GOOD choice!

1. See: Janzen, J. E., Understanding the Nature of Autism: A Practical Guide, 1996

2. Using social stories

به طور معمول این داستان‌ها باید به صورت زیر تنظیم شود:  
 دو تا پنج جمله توصیفی<sup>۱</sup> (در بیان موقعیت و افراد درگیر و احساسات آنها)  
 + یک جمله راهنما<sup>۲</sup> (کاری که باید در آن موقعیت انجام دهد یا چیزی که باید بگوید)  
 = یک داستان اجتماعی



بهتر است این داستان به صورت کتابچه‌ای تهیه شود که در هر صفحه یک یا دو جمله باشد و یک صفحه مختص منظور اصلی. ابتدا مربی داستان را می‌خواند، سپس از دانش‌آموز می‌خواهد تا بعد از خواندن او جملات را تکرار کند و سپس کتابچه را برای مرور روزانه در اختیار دانش‌آموز قرار می‌دهد. اگر دانش‌آموز، قادر به خواندن نیست می‌توان داستان را برای او روی نوار خواند یا به صورت ویدئویی ضبط کرد یا از برنامه‌های کامپوتری (مثل پاور پوینت) استفاده کرد.

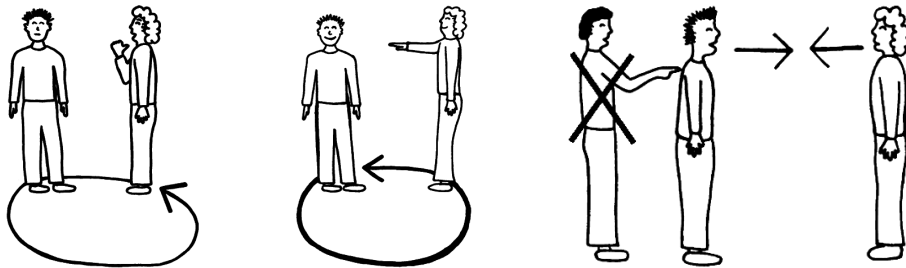
### آموزش قواعد کلیدی اجتماعی<sup>۳</sup>

برخی از قواعد ابتدایی و کلیدی که معمولاً دانش‌آموزان دارای اوتیسم نیاز به یادگیری آنها دارند عبارتند از:

- صبر کردن<sup>۴</sup>: با استفاده از تصویر یا نوشته می‌توان مفهوم صبر کردن را از حالت انتزاعی خارج و آن را به موقعیت موجود اختصاص داد.
- رعایت نوبت<sup>۵</sup>: این امر را می‌توان با استفاده از داستان‌های اجتماعی آموزش داد و حتی شاید لازم

1. Descriptive statements
2. Directive statement
3. Teaching key social rules
4. Waiting
5. Taking turns

باشد که آن را با دانش‌آموز تمرین کنید.

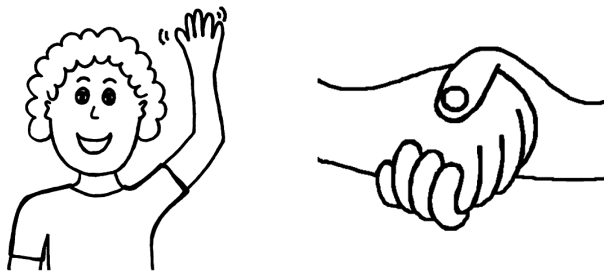


• انتقال از یک فعالیت<sup>۱</sup>: انتقال از یک کار به کار دیگر، خصوصاً اگر دانش‌آموز هنوز کار اولش را تمام نکرده باشد، ممکن است بسیار مشکل باشد. در این راستا ضمن استفاده از داستان‌های اجتماعی باید از نشانه‌هایی جهت آماده‌سازی دانش‌آموز استفاده کرد.

• تغییر موضوع صحبت<sup>۲</sup>: برخی دانش‌آموزان فقط در مورد یک موضوع صحبت می‌کنند و به نظر می‌رسد که نمی‌خواهند یا نمی‌توانند موضوع بحث را عوض کنند. نشانه‌های تصویری در مورد زمان یا مکان صحبت در مورد موضوع مورد علاقه، ممکن است به آنها کمک کند تا بفهمند چه زمانی صحبت خود را تغییر یا خاتمه دهند.

• پایان دادن<sup>۳</sup>: به دانش‌آموزان یاد دهید تا با استفاده از راهنماهای محیطی مانند ملاحظه رفتار دیگران متوجه زمان پایان شوند. در صورت لزوم از ساعت، زنگ یا روش‌های دیگر استفاده کنید.

• آغاز صحبت<sup>۴</sup>: با کمک داستان‌های اجتماعی به همراه عکس یا تصویر، به دانش‌آموز یاد دهید چگونه به دیگران نزدیک شود و سلام و احوالپرسی کند، چیزی بخواهد، وارد بازی شود و....



• انعطاف‌پذیری<sup>۵</sup>: می‌توان از روش‌های تصویری برای توضیح تغییرات برنامه استفاده کرد. اگر دانش‌آموز از برنامه تصویری استفاده می‌کند، می‌توان نشانه خاصی را برای تغییر در نظر گرفت یا روی برنامه مزبور را خط کشید یا برداشت.

1. Transitions
2. Changing the topic in conversation
3. Finishing
4. Initiating
5. Being flexible



• ساکت بودن: کمک‌های تصویری برای آموزش رفتار خاص، مثل ساکت بودن یا کنترل میزان صدا (آرام یا بلند صحبت کردن) می‌تواند سودمند باشد.<sup>۱</sup>

### استفاده از کمک هم‌شاگردی‌ها<sup>۲</sup>

از کمک دانش‌آموزانی که در برقراری ارتباط مشکل ندارند در یاد دادن مهارت‌های اجتماعی به دانش‌آموزان دارای اوتیسم، استفاده کنید.

در بعضی موارد شاید لازم باشد که مربی ابتدا هم‌شاگردی‌ها را با بعضی مسائل خاص دانش‌آموز دارای اوتیسم، آشنا کند. مثلاً چگونه منظور دانش‌آموزی را که حرف نمی‌زند متوجه شوند و از راه‌های ارتباط غیر کلامی با او ارتباط برقرار کنند. توجه داشته باشید که در بیشتر موارد این دانش‌آموز همانند دانش‌آموزان دارای اوتیسم، نیاز به تشویق فراوان و مناسب دارند تا به این کمک ترغیب شوند. می‌توان در زنگ‌های تفریح، بازی‌های مناسبی را بین آنها ترتیب داد.

در ابتدا مربی باید به دانش‌آموز دارای اوتیسم در برقراری ارتباط و پیروی از قواعد بازی کمک کند و خودش هم جزء بازی باشد و به تدریج این کمک کم‌رنگ شود.

در بعضی موارد شاید لازم باشد که در ابتدا از سایر دانش‌آموزان فقط خواسته شود که اسباب‌بازی‌ها یا اشیاء مورد علاقه دانش‌آموز دارای اوتیسم را به او بدهند بدون اینکه با او بازی کنند تا به تدریج، بودن در کنار سایر کودکان برای وی همراه با تجربه خوشایند گردد و به ارتباط با آنها ترغیب شود.

### استفاده از گروه‌های آموزش روابط اجتماعی<sup>۳</sup>

دانش‌آموزان دارای اوتیسم نیاز دارند که در گروه‌های کوچک و با برنامه خاص، مهارت‌های

اجتماعی را یاد بگیرند. در اینگونه کلاس‌ها باید:

- مهارت اجتماعی و مفهوم آن<sup>۴</sup> شناسایی شود.
- راه ارائه آن نشان داده شود.<sup>۵</sup>
- رفتار مطلوب به صورت نمایشی و بازی ارائه گردد.<sup>۶</sup>
- موقعیت‌هایی ایجاد شود که آن را تمرین کنند.
- راه کارهایی برای تعمیم این مهارت مطرح شود.

1. For more information see: Indiana Resource Centre for Autism, Autism Training Sourcebook, 1997

2. Using peer support

3. Using social skills training groups

4. The skill and skill component

5. Modeling the skill

6. Role play

### آموزش مهارت خویش‌داری / نظارت بر خویش<sup>۱</sup>

هدف غایی برای تمامی دانش‌آموزان از جمله دانش‌آموزان دارای اوتیسم، توانایی مشارکت مستقل در موقعیت‌های مختلف با رفتار اجتماعی مناسب است. یکی از راه‌کارهایی که می‌تواند به دانش‌آموزان دارای اوتیسم با عملکرد بالا<sup>۲</sup> در این راستا کمک کند، آموزش نظارت بر خویش است.

در این روش دانش‌آموز برای انجام فعالیت مورد علاقه‌اش<sup>۳</sup> (مثلاً بازی با کامپیوتر) باید رفتار خود را مد نظر بگیرد و امتیاز لازم را کسب کند. توجه داشته باشید که هدف از این برنامه آگاه‌سازی دانش‌آموز به رفتار ناپسند و رسیدن به خودآگاهی است، لذا برنامه را به گونه‌ای تنظیم کنید که حس موفقیت در وی تشویق شود. مراحل آموزش بدین قرار است:

- رفتار مورد نظری را که دانش‌آموز باید مراقب باشد<sup>۴</sup> تعریف کنید (مثلاً آرام حرف زدن).
- پاداشی<sup>۵</sup> که رفتار مناسب را برای این دانش‌آموز ترغیب می‌کند، مشخص کنید (مثلاً ده دقیقه بازی با کامپیوتر).
- نموداری برای دانش‌آموز تهیه کنید که بتواند اطلاعات مربوط به آن رفتار را ثبت کند (مثلاً هر بار که آرام صحبت کرد، یک ضربدر در مربع بزند).
- به دانش‌آموز در مورد رفتار مناسب، پاداش آن و نحوه استفاده از نمودار، آموزش دهید. شاید لازم باشد در ابتدا شما برای او علامت‌گذاری لازم را انجام دهید اما به تدریج به وی یاد دهید که چگونه خودش بدون دخالت شما این کار را انجام دهد.

### بخش پنجم: آموزش مهارت‌های کاربردی<sup>۶</sup>

یکی از اهداف آموزشی برای تمامی دانش‌آموزان، کسب مهارت‌هایی است که بتوانند در حد امکان به طور مستقل کارهای خود را انجام دهند. این امر برای دانش‌آموزان با نیازمندی‌های خاص از جمله اوتیسم، از اهمیت بیشتری برخوردار است زیرا کسب مستقل این مهارت‌ها برای این دانش‌آموزان بسیار مشکل است.

این مهارت‌ها را می‌توان در پنج مقوله گنجانند:

- مراقبت و بهداشت شخصی<sup>۷</sup>
- استفاده کاربردی از آموخته‌ها<sup>۸</sup>

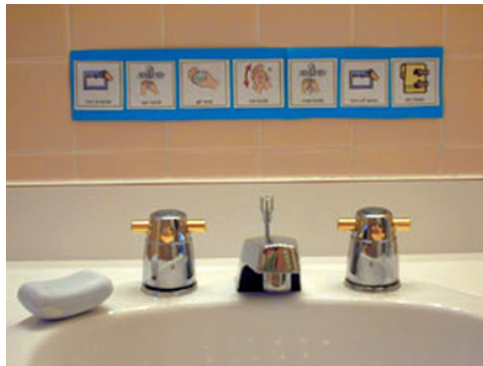
1. Teaching self-monitoring/managing skills
2. High-functioning students
3. Positive reinforcement
4. The target behavior
5. Reinforcer
6. Functional skills
7. Domestic, or Self care
8. Functional academics

- مهارت‌های لازم در محیط کار<sup>۱</sup>
- مهارت‌های لازم در اوقات فراغت<sup>۲</sup>
- استفاده از اماکن عمومی<sup>۳</sup>

برای موثر بودن آموزش‌ها لازم است این امر پیوسته و یکنواخت باشد، بنابراین لازم است خانه و مدرسه هماهنگ با یکدیگر عمل کنند، به خصوص در اموری که بیشتر جنبه فردی دارد و بیشتر در خانه و یا با حضور والدین انجام می‌شود.

### مراقبت و بهداشت شخصی

دانش‌آموزان دارای اوتیسم، به ویژه اگر دچار ناتوانی ذهنی باشند، نیازمند آموزش مستقیم در انجام امور شخصی مانند دستشویی رفتن، حمام کردن و لباس پوشیدن هستند. آموزش دستشویی رفتن و انجام مستقل مراحل آن معمولاً نیازمند برنامه‌ریزی خاص و آموزش جدی است. این امر و آموزش درست غذا خوردن می‌تواند بخش مناسبی از آموزش مدرسه را به خود اختصاص دهد.



حتی لازم است انجام کارهای خانه را که لازمه داشتن زندگی مستقل است (مانند آماده کردن غذا، شستن لباس، تمیز کردن خانه، شستن ظرف‌ها) در حد امکان در مدرسه آموزش داد. استفاده از پول و محاسبه درآمد و خرج، از مواردی است که باید در آموزش دانش‌آموزان بزرگ‌تر در نظر گرفته شود. در این آموزش‌ها نیز همان راه کارهای سابق در مورد برقراری ارتباط یا مهارت‌های اجتماعی به کار برده می‌شود.

### استفاده کاربردی از آموخته‌ها

دانش‌آموزان دارای اوتیسم باید در زندگی واقعی و روزانه قادر باشند که از مهارت‌های ابتدایی

1. Vocational or job skills
2. Leisure skills
3. Community skills

خواندن و نوشتن و محاسبه استفاده کنند.

این دانش‌آموزان باید فراگیرند که چگونه اطلاعات شخصی خود مانند: نام، تاریخ تولد، آدرس و شماره تلفن خود را به دیگران ارائه کنند و علامت‌های مهم، مانند اسامی خیابان‌ها یا برجسب کالاهای را تشخیص دهند.

استفاده از تقویم، تشخیص ساعت و زمان، وزن، فاصله، حجم و شمارش، همگی از مهارت‌های ریاضی هستند که استفاده عملی از آنها لازمه زندگی مستقل است.

### مهارت‌های لازم در محیط کار

دانش‌آموزان دارای اوتیسم معمولاً نیاز دارند که مهارت‌های ابتدایی لازم در محیط کار را آموزش ببینند. افراد بالغ مستقل لازم است به عنوان نمونه مهارت‌های زیر را در محیط کار داشته باشند:

- حضور به موقع در محل کار
- پیروی از روال عادی کار و تکمیل وظایف محوله
- رعایت موارد ایمنی
- پذیرش راهنمایی و انتقاد و تصحیح اشتباه
- پاسخگویی و رفتار مناسب با همکاران و مقامات مافوق
- انجام روال عادی تمیز و مرتب کردن محیط کاری
- پوشیدن لباس و داشتن ظاهر مناسب محیط کار
- استفاده مناسب از زمان فراغت حین کار (مثل ساعت غذا خوردن)

### مهارت‌های لازم در اوقات فراغت

با توجه به این واقعیت که دانش‌آموزان دارای اوتیسم برای چگونگی استفاده از زمان فراغت خود نیاز به کمک دارند، لازم است که برنامه‌های آموزشی ایشان شامل یک بخش آموزش سرگرمی باشد. اگر ناتوانایی‌های فرد مانع اشتغال وی پس از فارغ‌التحصیلی است، این فرد برای پر کردن ایام زندگی بزرگسالی خود نیاز بیشتری به یادگیری این مهارت‌ها خواهد داشت.

یافتن راه‌هایی برای مشارکت در فعالیت‌های تفریحی از چالش‌هایی است که پیش روی مدرسه و خانواده‌ها قرار دارد.

فعالیت‌های زیر را می‌توان به عنوان اهدافی جهت آموزش مهارت‌های لازم با توجه به توانایی و علاقه‌های فردی در نظر گرفت:

- ورزش‌های گروهی (مانند فوتبال)
- ورزش‌های فردی (مانند کشتی)
- فعالیت‌های هنری (مانند موسیقی یا نقاشی)
- رفتن به سینما و نمایش
- فعالیت در طبیعت (مانند کوهنوردی)

- مشارکت در برنامه‌های گروهی (مانند پیش‌آهنگی)
- دانش‌آموزان ممکن است در یافتن یک فعالیت و یادگیری آن نیازمند کمک باشند. همچنین از آموزش فعالیت‌های سرگرمی در خانه مانند موارد زیر نباید غفلت کرد:
- استفاده از وسایل صوتی و تصویری (مانند تلویزیون، DVD)
- مراقبت از حیوان خانگی (مانند ماهی یا گربه)
- ساخت پازل یا لگو
- خیاطی، بافندگی یا سایر هنرهای دستی

### استفاده از اماکن عمومی

یکی از مسائل مهم در رابطه با دانش‌آموزان دارای اوتیسم، ایمنی آنهاست چون بسیاری از ایشان مفهوم خطر را درک نمی‌کنند. بنابراین در راستای آموزش استفاده مستقل از اماکن عمومی، باید مسائل ایمنی را نیز در نظر داشت. واضح است که مهارت‌های اجتماعی، ارتباط تنگاتنگی با مهارت‌های مورد نیاز در اماکن عمومی دارند.

مواردی را که در برنامه‌ریزی آموزش مهارت‌های لازم در اماکن عمومی می‌توان در نظر گرفت عبارتند از:

- استفاده از وسایل نقلیه عمومی
- پیدا کردن خدمات عمومی مانند بانک، استخر، کتابخانه
- مراعات مقررات آمد و رفت
- استفاده از دستشویی‌های عمومی
- مهارت‌های لازم در رستوران مانند انتخاب و سفارش غذا<sup>۱</sup>

۱. برای اطلاعات بیشتر در برنامه‌ریزی آموزش مهارت‌های لازم در اماکن عمومی رجوع کنید:

Gray, C., What's next: Preparing the Student with Autism or Other Developmental Disabilities for Success in the Community, 1992



## منابع

M. Bristol, "State of the science in autism: Report to the National Institutes of Health", *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 26, 1996.

C. Gray, "*What's next: Preparing the Student with Autism or Other Developmental Disabilities for Success in the Community*", 1992.

L. A. Frost & A. S. Bondy, "*The Picture Exchange Communication System: Training Manual*", 1994, Cherry Hill, NJ: Pyramid Educational Consultants, Inc.

K. Harrington, "Autism: For parents and professionals", *East Moline, IL: Linguisystems*.

J. E. Janzen, "*Understanding the Nature of Autism: A Practical Guide*", 1996.

T. Lindblad, "*Language and communication programming and intervention for children with autism and other related pervasive developmental disorders*", 1996.

N. J. Minshew, "*Autism as a Selective Disorder of Complex Information Processing*", 1998, Paper presented at the 19th annual TEACCH Conference, Chapel Hill, NC.

N. J. Minshew, J. A. Sweeney & M. L. Bauman, "Neurological Aspects of Autism", in *Handbook of Autism and Pervasive Developmental Disorders* (2nd ed.), 1997, (pp. 344-369). New York: Wiley & Sons.

K. A. Quill, "*Teaching Children with Autism: Strategies to Enhance Communication and Socialization*", 1995.

J. Rosenblatt, P. Bloom & R. L. Koegel, "Over selective responding: Description, implications, and intervention", 1995, In R. L. Koegel & L. K. Koegel (Eds.), *Teaching children with autism: Strategies for initiating positive interactions and improving learning opportunities* (pp.33-42). Baltimore: Brookes.

E. Yack, "Building Bridges Through Sensory Integration", 1998, *Weston*, ON: Authors.

B. Fouse & M. Wheeler, "*A treasure chest of behavioral strategies for individuals with autism*", 1997, Texas: Future Horizons, Inc.

L. E. McClannahan & P. J. Krantz, "*Activity schedules for children with autism*", 1999, Bethesda, MD, Woodbine House.

Janice L. Adams Kent Bridge, "Creative ideas during the school years", 1993, *Autism/P.D.D.*, ON: Adams Publications.

Janice I. Adams Kent Bridge, "More creative ideas from age eight to early adulthood", 1997, *Autism/P.D.D.*, ON: Adams Publications.

Karen Sewell, "*Breakthroughs: How to reach students with autism: A hands-on how-to manual for teachers and parents*", 1998, Verona, Wisconsin: Attainment Company, Inc.

E. Yack, S. Sutton & P. Aquilla, "*Building bridges through sensory integration*", 1998, Toronto, ON: Print Three.

M. Giangreco, C. Cloninger, & V. Iverson, "*Choosing outcomes and accommodations for children: A guide to educational planning for students with disabilities*", 1997, Toronto, ON: Paul H. Brookes Publish Co.



"*Guidelines and Standards: Educational Planning for Students with Exceptionalities*", 2002, by Departments of Education, Student Services (Anglophone), P.O. Box 6000, Fredericton, NB, E3B 5H1.

L. A. Frost & A.S. Bondy, "The picture exchange communication system: Training manual", 1994, Cherry Hill, NJ: Pyramid Educational Consultants, Inc.

S. Harris & J. Handleman, "*Preschool programs for children with autism*", 1994, Austin, TX: Pro-ed.

Richard Simpson, et. al., "Social skills for students with autism", Reston, VA: Council of Exceptional Children.

C. Gray, "*Social stories: All new social stories teaching social skills*", 1996, Arlington, TX: Future Horizons.

L. A. Hodgdon, "*Solving behaviour problems in autism: Improving communication with visual strategies*", 1999, Troy, MI: Quirk Roberts Publishing.

R. L. Koegel & L. K. Koegel, "*Teaching children with autism: Strategies for initiating positive interactions and improving learning opportunities*", 1995, Baltimore: Brookes.

K. A. Quill, "*Teaching children with autism: Strategies to enhance communication and socialization*", 1995, New York: Delmar.

"*Teaching students with intellectual disabilities: A resource guide for teachers*", 1995, by Ministry of Education, Province of British Columbia Government.

<http://www.bced.gov.bc.ca/specialed/sid/>

N. McConnell & C. Logiudice, "*That's life: Social language*", 1998.

Temple Grandin, "*Thinking in pictures and other reports from my life with autism*", 1995, New York: Random House.

Janice Janzen, "*Understanding the nature of autism: A practical guide*", 1996, San Antonio, TX: Therapy Skill Builders.

L. A. Hodgdon, "*Visual strategies for improving communication, Volume 1: Practical*

*supports for school and home*", 1995, Troy, MI: Quirk Roberts.

Carol Gray, "*What's next? Preparing the student with autism and other developmental disabilities for success in the community*", 1992, Arlington, TX: Horizon Publication.

B. Siegel, "*The world of the autistic child: Understanding and treating autism spectrum disorders*", 1996, New York: Oxford University Press.

"*Teaching student with autism, A resource guide for schools*", British Columbia, Ministry of Education, Special Programs Branch, 2000.

<http://www.bced.gov.bc.ca/specialed/docs/autism.pdf>

"*Instructional management tips for teachers of autism spectrum disorder (ASD)*"

[http://www.cec.sped.org/Content/NavigationMenu/AboutCEC/International/StepbyStep/ResourceCenter/InstructionalStrategiesCurriculum/VOL.35NO.4MARAPR2003\\_TEC\\_Article-8.pdf](http://www.cec.sped.org/Content/NavigationMenu/AboutCEC/International/StepbyStep/ResourceCenter/InstructionalStrategiesCurriculum/VOL.35NO.4MARAPR2003_TEC_Article-8.pdf)

Do2Learn, "*A resource for individuals with special needs*"

<http://www.dotolearn.org/index.htm>

L. T. Broun. "Teaching students with autistic spectrum disorder to read: A visual approach."

[http://www-tep.ucsd.edu/about/Courses/EDS382/General\\_Handouts/Autism--Teaching%20Reading.pdf](http://www-tep.ucsd.edu/about/Courses/EDS382/General_Handouts/Autism--Teaching%20Reading.pdf)

Picture Exchange Communication System

<http://www.pecs.com>

Social Stories

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

TEACCH - Treatment and Education of Autistic and Related Communication Handicapped Children

<http://www.teacch.com>

Lingui-Systems

[www.linguisystems.com](http://www.linguisystems.com)

مؤسسه باور

<http://www.bavariran.com/fa/>

مظفری و صدرایی، «نشانگان اوتیسم (در خودماندگی)»، روانشناسی بالینی

<http://psychoanalyse.blogfa.com/post/48>

مهران حکمت، «اوتیسم (در خودماندگی)»، روانشناسی

<http://www.razeneshat.blogsky.com/1390/08/09/post-71/>

حسین ربویی، «بررسی نقش تغذیه در درمان و بهبود علائم کودکان مبتلا به اوتیسم»، مرکز

کاردرمانی رشد

<http://www.rcnrc.com/articleview.php?cat=86&id=70>

ساناز دهقانی، «اوتیسم و ارتباط (۱)»، مرکز کاردرمانی رشد

<http://www.rcnrc.com/articleview.php?cat=97&id=107>

ساناز دهقانی، «اوتیسم و ارتباط (۲)»، مرکز کاردرمانی رشد

<http://www.rcnrc.com/articleview.php?cat=97&id=111>

«اوتیسم (در خودماندگی)»، پزشکان بدون مرز

<http://www.pezeshk.us/?p=3173>

حمید سجادی، «بیماری اوتیسم»، ایران سلامت

<http://forum.iransalamat.com/showthread.php?t=1032>

کامبیز چوشنه، آمنه دقیقی خدا شهری و امیر همایون جعفری، «تأثیر استفاده از روبات انسان‌نما در

بهبود تماس چشمی کودکان با اختلال در خودماندگی (اوتیسم)»، تحقیقات علوم رفتاری، دوره ۱۰

شماره ۳، ۱۳۹۱، ص ۱۷۸-۱۶۸.

<http://webda.mui.ac.ir/images/pdf/otism.pdf>

مهناز علی‌اکبری، «اوتیسم: درمان با رویکرد رفتاری»، دانشگاه پیام نور، ۱۳۸۷.

«آیا می‌دانید اوتیسم چیست؟»، نیاز مرکزی.

<http://www.niazemarkazi.com/article/pdf/10002882.html>

پروانه کریم‌زاده، «آخرین یافته‌های علمی در زمینه اتیولوژی اوتیسم»، توانبخشی، دوره ۱، شماره ۲، ۱۳۷۹، ص ۱-۷.

[http://rehabilitationj.uswr.ac.ir/browse.php?a\\_code=A-10-1-245&slc\\_lang=fa&sid=1](http://rehabilitationj.uswr.ac.ir/browse.php?a_code=A-10-1-245&slc_lang=fa&sid=1)

ایران اوتیسم، مقالات.

<http://iranautism.com/Article/?idPage=Articles&Title=maghalat&lan=pe>

ازیک زاندر و بهرام کلیلی، «مشخصه اوتیسم محدودیت شدید و بنیادی در چندین زمینه مهم رشد است: تعامل و ارتباط و همچنین رفتار متقابل اجتماعی و توانایی بهره‌گیری از تخیلات»، ۱۳۸۸.



---

 آموزشکده الکترونیکی  
برای جامعه مدنی ایران  
<http://www.tavaana.org>

پروژه

e-collaborative  
*for civic education*  
<http://www.eciviced.org>

---