

تجربة أم طفل مصاب بالتوحد :

أردت ان أكتب تجربتي هذه لكل أم ربما تساعدنا بفكرة او طريقة مع ابنها في هذا الموضوع المرهق نفسيا و جسديا لكل أم لطفل توحدي . فأسال الله ان يوفق كل أم في مشوارها مع ابنها على جميع المستويات و أن يشفي أبنائنا جميعا .

قبل البدء في سرد تلك المراحل أود التنبيه إلى التوجيهات التي قدمت لي من قبل المركز عند تشخيص ابني بالتوحد عليها تفيد واحدة منكم . علما أن المركز يتبع طريقة التيتش .

{- عند تعليم الطفل فإن العامل المهم هو الثبات على سلوك إيجابي . كل احتجاج أو عدم رضا و حتى النظرة اللائمة يمكن أن تربكه .

- إعطه توجيهات من حين لآخر و استعملي كلمات بسيطة في ذلك . إمدحيه بكل سرور في كل مرة ينجح فيها .

- و للفعالية أكثر إمدحيه بكرم و بمبالغة لكل مجهوداته المكلفة بالنجاح و لا تعاقبيه بنظرتك اللائمة عند كل خطأ .

- لا تنزعي ثيابه ألا في الحمام كي يربط ما بين مشكل النظافة و المرحاض .

الإجراء الخاص : ضعي الطفل على البوتي كل ساعة لمدة 05 دقائق ، قوديه برفق و بهدوء دون أن تظهر له عدم رضاك على أخطائه . قفي أمامه عندما يكون جالسا على البوتي و احملي معك مكافأة و لا تمدحيه . سجلي الوقت الذي يتنوز فيه غالبا كي تكتشفي برنامجيه الطبيعي في التخلص من الفضلات . ضعيه كل صباح فوق البوتي ، و قبل الغداء ، و قبل الخروج و قبل النوم . قومي بإعداد جدول لحصص الجلوس على البوتي و أظهريه للطفل ، أرسمي نجمة ذهبية على الجدول لكل نجاح كي يرى بأنك فخورة به . {

كل ذلك منقول حرفيا من كتاب التيتش للنشاطات التعليمية لأطفال التوحد.

إذن كانت تلك التوجيهات المقدمة من قبل الطيبية المختصة في المركز . و قد اتبعت نصائحهم حرفيا لوقت طويييييييل .

المرحلة الأولى : مرحلة اتباع توجيهات المركز

فقدت أول شيء بنزع الحفاظ نهائيا في كل زمان و مكان ، و اشتريت ثلاث من البوتي نفس اللون و النوع و وضعتهم في الأماكن الأكثر تواجدا لطفلي في المنزل . و كل 20 دقيقة أهرول به كي يتبول فيه ، كنت تقريبا لا أفعل أي شيء الا مراقبته طول اليوم محاولة اللحاق به في الوقت المناسب ، أما ليلا فكانت أنهض مرتين و أضعه على البوتي و العجيب أنه بالليل كان بمجرد وضعه يتبول ربما لأنه كان غير واعى لذلك .

المرحلة الثانية: مرحلة الإدراك أي أن يفهم المطلوب منه .

في البداية ، الامر كان متعب لأنه كان يعتمد التبول على نفسه و يمتنع القيام بذلك في المكان المخصص. كنت أراه يخاف من الجلوس و التبول و خاااااااااااااااااصة التبرز فيقاوم بكل شدة ذلك ، فكنت ألهمه بالغناء لأن الغناء هو المعزز القوي بالنسبة له ، فأبقى أغني طيلة جلوسه على البوتي . أحيانا يصل بنا الوقت الى نصف ساعة حتى تنتمل قدماه و يبكي فأتذكره ، و أنا أعلم أنه يريد القيام بذلك و لكن يرفض ؟ فبمجرد ما يمشي خطوتينيفعلها على نفسه . طال الموضوع على هذا النحو ، و أنا لا أوبخه و لا أعنفه مخافة أن يؤثر ذلك عليه في نواحي أخرى لأنني كنت أجهل هذا الاضطراب و التعامل معه . و أخطاء في ذلك لأنني استمررت لمدة اكثر من ستة أشهر في نفس الخطة والقاعدة تقول لو لم تنجح الخطة طيلة شهر عليك بتغيير الخطة .

بعد شهر من بدايتي و من اصراره على المقاومة اهتديت الى فئوة و هي ان اجعله يرى اخاه و هو يتبول في البوتي على المباشر . و فعلا سبحان الله لمجرد رؤيته لذلك فهم المطلوب منه . و بالتالي انتهت مرحلة ادراكه المطلوب منه بعد شهر من المحاولات .

المرحلة الثالثة :مرحلة أخذه كل ساعة الى الحمام :

كلنا نعلم القاعدة الجوهرية في تعليم طفل التوحد و هي **التكرار** .

كم طالبت تلك المرحلة فقد اصبح عقلي مبرمجا بمواعيد ذهابه للحمام . لدرجة انني كنت اذا حدث و ان تركته مع غيري و خرجت اتصل بالشخص و اخبره بانه يريد الذهاب الى الحمام و فعلا يجوده قد بلل ملابسه ببعض القطرات و لم يطلب ذلك . استمريت في ذلك دون ان اغير طريقة تعليمه كانت القاعدة ان لا اضربه و لا اصرخ عليه فكنت دائما اصبر و اقول نفس الجملة لتوعيته لعله يعي ذلك يوما ما ، لانهم قالو لي لن يفهم سبب صراخي او تعنيفي فلا جدوى من ذلك . و ايضا مخافة من الانتكاسة فلم ارد ان اكون السبب في انتكاسته .

في هذه المرحلة و بعد ان ثقفت نفسي من النت و من تجارب الناس بدأت الطرق تتضح امامي فبدأت بتجريب طرق مختلفة من بينها، و التي اذكر منها :

قمت بتصويره و هو يقوم بجميع مراحل الحمام و علقت الصور على الحائط مثل ما هم الحال في نظام بيكس . رغم انني متأكدة بان ذلك لا ينطبق عليه لأنه واعي لذلك الا انني اردت التجربة لعل و عسى.

قمت بتعزيزه ماديا حين يتبول في المكان المخصص حتى اشجعه للقيام بذلك بهدف الحصول على المعزز و لكن لم ينفع ذلك لان ابني كان معززه معنويا اكثر منه ماديا منذ البداية .

جربت النظرة اللائمة التي حذروني منها و الصراخ في كل مرة يتبول على نفسه و حتى انه أخذ كم ضربة على مؤخرته . و لكن كان يخاف و لم استقد .

جربت اتركه مبتلا لوقت قصير حتى ينزعج من وضعه متسحا و لكن لا يابه لذلك .

جربت اجباره على تنظيف المكان كلما تبول او تبرز في مكان ما بالبيت .

كنت كل ماسنحت لي الفرصة أجعله يرى اطفال اخرين يقضون حاجتهم بالحمام .

جعلت اخاه يطلب الذهاب الى الحمام علنا و بصورة مبالغه امامه و حتى انا شاركت بالصوت و الصورة ههههههه حتى اساعده في ذلك .

بما انه يعشق القصص و الصور اشتريت له قصة خاصة بالحمام و بسيطة جدا و واضحة و تبين مرحلة نزع الحفاظ و الذهاب الى الحمام .

من الاشياء التي اعتقد انها اثرت فيه هي رؤيتي منزعة . انتبهت لذلك مرة عندما تبول على نفسه فوجدني جالسة و ابكي و اتحصر و اكلم نفسي و لكن دون صراخ لان الموضوع اصبح يرهقني . فأجده ينزعج لذلك بما ان ابني حساس كثيرا فمجرد الانزعاج منه يقلقه . فاستغللت الفرصة . و اصبح كلما يخطا اظهار بالبكاء و احيانا كثيرة ينتهي بي الامر بالبكاء حقيقة ههههههه . فاصبح يحاول مرات قليلة ان يذهب للحمام و هو ممسك بنفسه فافهم ان ذلك دون ان يطلب فلطلب منه ان يقول ما يريد بكلمة : " بيبيبيبي " . و قد وصل الى مرحلة لا بأس بها من الادراك فكنت اساله اين تتبول فيذهب و يريني المكان و يجيب ، إلا أن التلقائية في قضاء حاجته لم تصل بعد.

من اهم التجارب التي نجحت بنسبة عالية معه هي طريقة "التايم اوت" او **الوقت المستقطع** فبعد ان اخذت دورة مع الاستاذة سمر جزاها الله كل خير في " تحليل السلوك التطبيقي" اهتمت الى طرق رائعة و متنوعة و متدرجة من الاسهل الى الاصعب في ذلك . فخصصت له ركن في المنزل و وضعت كرسيها صغيرا فيه. حيث كل ما تبول على نفسه او تبرز آخذه مباشرة الى الكرسي و اخبره بانه معاقب لأنه تبول على نفسه، كان الامر يزعجه و يبقو يبكي ، أبقي اراقبه مختبئة حتى لا ينهض و بعد 07 دقائق احضره /حتى يربط الخطأ مع العقاب و لا ينسى ذلك /و انا الظلمه عن خطئه و عن ما كان يجب القيام به احسست بعد هذه التجربة انه اصبح يحاول الذهاب لوحده بشكل احسن من الاول أي زادت عدد المحاولات و ان كانت قليلة .

المرحلة الرابعة :مرحلة تذكيره بالذهاب الى الحمام :

بعد ذلك أصبحت أذكره بالذهاب الى الحمام ، من حين لآخر أذكره إن كان يريد التبول أو التبرز أعزكم الله . و كان ذلك ليس بصيغة السؤال و إنما بصيغة الامر لأنه لم يكن يعرف بعد الاجابة بنعم .

المرحلة الخامسة و الأخيرة : مرحلة التلقائية.

و أخيرا و بعد تعب أكثر من سنة و بعد العديد من المحاولات و التجارب استطاع يوسف أخيرا طلب الذهاب إلى الحمام من تلقاء نفسه دون الحاجة إلى تذكيره.و حتى ليلا أصبح يمسك نفسه حتى الصباح علما انني ادخله للحمام قبل نومه .

بدأ طلبه بالذهاب الى الحمام بصيغة السؤال ، من كثر ما سمع السؤال و كان السؤال بسيط سهل يتكون من كلمتين بسيطتين بلهجتنا معناها : "تعمل بيبي ؟" فأصبح يقول تلك الجملة إن أراد الذهاب الى الحمام . البارحة فقط في جلسة التخاطب طلب مني ان يذهب الى الحمام بصيغة الطلب. و بالليل لمحته يدخل لوحده الى الحمام و راقبته و انا مختبئة فرأيته ينزع ملابسه و يتبول بالحمام أي طفل طبيعي ثم ارتدى ملابسه و خرج . كنت سأصرخ و اسمع العالم كله و اقول " اخيرا انتهيت من هذه المرحلة حمدا لله كثيرا" .

علما انني لم اتيقن من تمكنه من ذلك الا بعد مرور اكثر من شهر و هو ثابت على ذلك لأنه كان كثيرا ما يبادر بنفسه مدة يومين او ثلاثة ايام ثم يعود و ينتكس ، و بعد ان تأكدت من طلبه للذهاب الى الحمام مع أي شخص و في كل مكان للتعميم اخبرتكم.

في الأخير أقول لكل أم مازالت في بدايتها مع ابنها او لم تبدأ بعد انه عليك بالصبر و الثبات و من اهم النقاط الواجب اتباعها و عدم الاستهزاء و لو لمرة هي :

1/- تكريس كل وقتك لذلك اجعليه هدفا لك فلا تنهأني و لا تيأسي استمري و خلي عندك

يقين بالله . و ان طال الامر و ان تبين صعوبته و لكن ستجحين اكيد .

2/ - نزع الحفاظ في كل مكان و زمان و لا تهتمي لشيء ابدا . و ان تطلب عليك الامر عدم

الذهاب لزيارات و حرمان نفسه من امور كثيرة و لكن اعلمي انه كلما اجلت الموضوع

كلما صعب الامر و هناك امور تنتظر التعليم و لا يجب ان تتوقفي في هذه النقطة.

3/- لا تستعملي العنف معه أبدا، وإن احسست انه يفيد فاعلمي انه سيضره اكثر على

نواحي اخرى اهمها طريقة التعلم . و ستجدينه لا يتعلم الا بالضرب و سيصعب الأمر عليك

و عليه .

4/ - ابحي عن ما يعزز ابنك ، و لا تنسي دaaaaaaaaا المعزيز المعنوي من تشجيع و حضن

و تقبيل.....الخ.

ملاحظة أخيرة :

ما يصلح لطفل قد لا يصلح لغيره ، وحدك أدري بما يناسب ابنك . التجربة هي من تفقدك الى ذلك . و لا تقولي ما يزل صغيرا كل ما ابتديت مبكرا كان افيد لك و له . و الله ولي التوفيق.

تحياتي اختكم أم يوسف

وَمَا خَابَ مَنْ قَالَ ؛

رَبِّي أدَّتْ الْمُسِيرَ وَأَدَّتْ الْمُسْهَلَ ، سَهْلُ أَمْرِي
وَحَقَّقَ مَطْلَبِي ، وَسَخَّرَ لِي مَا هُوَ خَيْرٌ لِي

