

اوتیسم کلاسیک... اوتیسم... سندرم اسپرگر... اوتیسم غیر طبیعی... اوتیسم با عملکرد بالا... اختلال رشدی فراگیر (PDD)... اختلال رشدی فراگیر - که به صورت دیگری مشخص نشده (PDD-NOS)... اختلال معاشناختی عمل گرای... اختلال طیف اوتیسمی (ASD)

معنای این واژگان و عبارات چیست؟

این واژگان و عبارات اغلب برای توصیف اوتیسم و حالات و وضعیتهای مربوط به آن استفاده می شوند. اوتیسم یک نوع نقص مادام العمر است. همه افرادی که اوتیسم دارند در سه مشکل با هم اشتراک دارند، که گاهی اوقات «نقایص سه گانه» نامیده می شوند. این سه مشکل عبارتند از:

- مشکل در فهم و استفاده از زبان برای ارتباط
- مشکل در تعامل اجتماعی و ارتباط با مردم
- مشکل در "تخیل اجتماعی"

در حالی که تمامی افرادی که دارای اوتیسم هستند این سه وجه مشترک را دارند، ناتوانی هر یک به روشهای مختلف بر آنها تاثیر می گذارد. بعضی از آنها نسبتاً قادر هستند امور روزمره خود را اداره کنند؛ برخی از آنها هم در طول عمر خود نیازمند حمایت متخصصین هستند.

در این قسمت برخی از مشکلاتی را که افراد اوتیسمی ممکن است با آنها مواجه شوند و همچنین راههایی که شما می توانید به آنها کمک کنید ذکر می کنیم.

مشکل در فهم و استفاده از زبان برای ارتباط

افرادی که اوتیسم دارند ممکن است:

- در فهم و استفاده از ایما و اشاره، بیان با چهره یا لحن صدا مشکل داشته باشند
- پاسخ دادن به سوالات و دستورات برای آنها دشوار باشد
- آنچه گفته شده است را تکرار کنند. این مورد «اکولالیا» (یا پژواک گوئی) نامیده می شود.
- در شروع و ادامه مکالمه مشکل داشته باشند
- معنای حقیقی عبارات را در نظر بگیرند که ممکن است باعث شود در فهم ضرب المثلهای، لطیفه ها

"its cool" به معنای سرد بودن است، در حالی که مردم وقتی این عبارت

- را به کار می برند منظورشان این است که چیزی جالب یا مد است
- از واژگان پیچیده ای استفاده کنند، اما معنای آن را متوجه نشوند
- درباره موضوعی که خودشان به آن علاقه دارند صحبت کنند، اما متوجه این نکته نباشند که سایر افراد علاقه ای به آن موضوع ندارند
- بعضی از افرادی که اوتیسم دارند شاید قادر به صحبت کردن نباشند.

راههایی که شما می توانید کمک کنید:

- قبل از شروع مکالمه توجه فرد اوتیسمی را جلب کنید (مثلاً، به شانه آنها آهسته ضربه بزنید یا نام شان را صدا بزنید)
- سطحی از زبان را به کار ببرید که برای آن فرد قابل درک باشد
- واضح صحبت کنید و از جملات کوتاه استفاده نمایید
- از زبان غیر مستقیم با معانی پنهان استفاده نکنید. فردی که اوتیسم دارد ممکن است در جواب به سوال «ساعت داری؟» یا «می دانی ساعت چند است؟» بگوید «بله»، در حالی که منظور شما

- برای کمک به فهم او از تصاویر استفاده کنید
- به فرد فرصت کافی بدهید تا به آنچه شما گفته اید پاسخ دهد
- روشهای دیگر ارتباط را در نظر بگیرید، مثل نوشتن، استفاده از ایما و اشاره یا استفاده از

مشکل در تعامل اجتماعی و ارتباط با مردم

افرادی که اوتیسم دارند ممکن است:

- درک احساسات و حالات دیگران برایشان مشکل باشد
- بیان احساسات و حالات خودشان به صورتی که از لحاظ اجتماعی قابل قبول باشد برای آنها دشوار باشد
- می خواهند با دیگران تعامل داشته باشند، اما نمی دانند چطور این کار را انجام دهند
- ایجاد ارتباط و دوستی با دیگران برای آنها دشوار باشد
- آداب اجتماعی یا راههای پذیرفته رفتار برای موقعیتهای مختلف، مثل خانه، مدرسه یا محل کار را درک نکنند
- تمایلی به انجام فعالیتهای مشترک با دیگران نداشته باشند
- نخواهند دیگران را ملاقات کنند
- درک احساسات، علائق و دلبستگی های دیگران برای آنها دشوار باشد
- دیگران را محل آسایش و راحتی خود بدانند

راههایی که شما می توانید کمک کنید:

- قبول کنید که فرد ممکن است گاهی اوقات نیاز دارد تنها باشد
- سعی کنید احساسات خود را واضح بیان کنید. اگر احساس خوشحالی می کنید، به آنها نگاه کنید و بگویید که خوشحال هستید
- آداب اجتماعی وضعیت و مکان مشخص را برای آنها شرح دهید و در صورت لزوم به آنها اشاره کنید
- فرد را به تعامل با دیگران تشویق کنید، برای مثال، اگر از کامپیوتر خوششان می آید، ببینید آیا تمایل دارند عضو یک کلوب کامپیوتری شوند؟
- به مرور زمان، به فرد کمک کنید مهارتهای تعامل اجتماعی را مثلاً از طریق تمرین موقعیت و وضعیت در خانه یا مدرسه در خود ایجاد کند. مددکاران اجتماعی، معلمها یا سایر متخصصین
- به فرد کمک کنید احساسات خود را بیان و درک کند. برای مثال، به فرزند خود اسباب بازی مورد

مشکل در "تخیل اجتماعی"

افرادی که اوتیسم دارند ممکن است:

- از ساختار و روال یکنواخت لذت ببرند
- بخواهد هر روز روال یکنواختی را در پیش بگیرند
- ایجاد تغییر برایشان دشوار باشد
- فهم موضوعات "انتزاعی"، مثل داستان و آموزش مذهبی برایشان دشوار باشد
- حدس زدن درباره اینکه سایر مردم چه فکری می کنند برایشان دشوار باشد
- علائق آنها بر مسائل خاصی متمرکز شده باشد، مثلاً زمان حرکت قطارها یا جمع آوری کاغذ
- سعی کنند روال یکنواخت را به دیگران تحمیل کنند
- در بازیها و فعالیتهای تخیلی مشکل داشته باشند. برای مثال، اگر از یک بچه که اوتیسم دارید بخواهید که یک خانه بکشد ممکن است از شما بپرسد، «کدام خانه؟»

راههایی که شما می توانید کمک کنید:

- روز فرد را تنظیم و سامان دهی کنید، مثلاً با استفاده از اشیاء حقیقی، عکس، تصاویر یا یک جدول زمان بندی شده نوشتاری
- وقتی آنها می توانند فعالیتهای مورد علاقه اشان را انجام دهند فرصت و وقت را مهیا کنید
- با صحبت کردن از قبل درباره تغییرات، فرد را برای تغییرات آماده کنید
- از وسایل دیداری، مثل جدول زمان بندی شده برای شناساندن تغییرات استفاده کنید
- تغییرات تدریجی ایجاد کنید
- فرد را تشویق به این کنید که علائق خود را گسترش دهد. برای مثال، اگر فرزند شما به جمع آوری کاغذ شکلات می پردازد، ببینید آیا می توانید او را به پیدا کردن کشورهای که شکلاتها در آن تولید می شوند علاقه مند کنید. این کار ممکن است منجر به این بشود که او درباره مردم و فرهنگهای کشورهای مختلف مطالب بیشتری یاد بگیرد
- به او کمک کنید تا در صورت امکان این علائق را تبدیل به سرگرمی کند. برای مثال، اگر فرزند ساختن شکلکهای مختلف مثل گل یا پرند با استفاده از کاغذ را به او یاد بدهید
- فرصت را برای او مهیا کنید تا علائق جدید یا متفاوتی را در خود ایجاد کند. برای مثال، اگر فرزند به او کمک کنید تفکر خلاقانه را در خود ایجاد کند. برای مثال، یک تکه کاغذ را که خودتان

رفتار

بعضی از افرادی که اوتیسم دارند به خاطر مشکلاتی که دارند شاید رفتار نامناسبی را از خود نشان دهند. این رفتار ممکن است در نتیجه موارد زیر رخ بدهد:

- آنها سعی می کنند ارتباط ایجاد کنند
- آنها آداب اجتماعی را درک نمی کنند
- آنها احساس اضطراب، ترس یا سرخورگی دارند
- آنها از یک نوع فعالیت خاصی لذت می برند اما متوجه عواقب آن نیستند. برای مثال، یک فردی که اوتیسم داشت از صدای شکستن لیوان خوشش می آمد اما متوجه این نبود که شکستن لیوان در انظار عمومی پذیرفته نیست یا خطراتی در پی دارد.

گاهی اوقات شما شاید ندانید چرا فردی که اوتیسم دارد رفتار خاصی را از خود نشان می دهد. روان شناسان، پزشکان یا معلمهای متخصص شاید در این مورد به شما کمک کنند.

راههایی که شما می توانید کمک کنید:

- روی فرد کار کنید و او را به استفاده از راههای بهتر ارتباط تشویق کنید
- رفتار او را به سمت روشهای مقبول اجتماعی سوق دهید. برای مثال، اگر فرد دوست دارد با صدای بلند کف بزند، او را به نواختن طبل تشویق کنید، اگر فرد مضطرب و پریشان است، مکان آرامی
- اگر می دانید که شی یا وسیله ای وجود دارد که می تواند به آرام شدن فرد کمک کند، مثل یک
- در صورت امکان از وسایل جایگزین استفاده کنید. برای مثال، اگر فرد از صدای بلند خوشش نمی آید، برای او گوشه مهیا کنید تا وقتی بیرون هستند از آن استفاده کنند
- اگر احساس می کنید مشکلی وجود دارد که علاج پزشکی دارد توصیه پزشک را جویا شوید
- به تدریج آنها را در موقعیت و مکانهایی قرار دهید که برایشان مشکل و دشوار است
- وقتی کافی برای آنها مهیا کنید تا در یک محیط ایمن فعالیت مورد علاقه اشان را انجام دهند.

ناتوانی های یادگیری

بعضی از افرادی که اوتیسم دارند ممکن است ناتوانی های یادگیری داشته باشند که می تواند تمامی جنبه های زندگی آنها را از درس خواندن در مدرسه گرفته تا یادگرفتن طرز و روش شست و شو و غذا درست کردن تحت تاثیر قرار دهد. بعضی از آنها می توانند مستقل و بدون کمک دیگران نسبتاً زندگی خود را اداره کنند، در حالی که بعضی از آنها ممکن است مادام العمر به کمک و حمایت متخصص نیاز داشته باشند. به هر حال، همه کسانی که اوتیسم دارند این قابلیت را دارند که با حمایت درست یادگیری و توسعه در خود ایجاد کنند.

افرادی که اوتیسم با عملکرد بالا یا سندرم آسپرگر دارند معمولاً اختلال یادگیری ندارند اما با این حال در سه موردی که در این نوشتار به بحث گذاشته شده دچار مشکل هستند.

گاهی اوقات، ممکن است افراد اوتیسمی شرایط و وضعیت دیگری داشته باشند. این شرایط و وضعیت شامل اختلال بیش فعالی توام با کمبود توجه، خوانش پریشی (دیسلسیا) یا کنش پریشی (دیسپاراکسیا) می شود.

حساسیت حسی

افراد اوتیسمی ممکن است نوعی از حساسیت حسی را داشته باشند. این مساله می تواند در یکی از حواس پنجگانه (بینایی، شنوایی، بویایی، لامسه یا چشایی) یا چند تای آنها رخ بدهد. حس فرد یا شدید شده یا تحلیل رفته است.

برای مثال، فرد اوتیسمی ممکن است صداهایی را از پس زمینه بشنود که سایر افراد متوجه آن نیستند. این صداها ممکن است آن قدری بلند باشند یا ذهن را پریشان کنند که تحمل آنها غیر ممکن باشد. این مساله ممکن است باعث اضطراب یا حتی درد جسمانی بشود.

افرادی که حس اشان تحلیل رفته ممکن است درد یا بالاترین درجه گرما یا سرما را حس نکنند. برخی ممکن است دستهایشان را تکان دهند، بچرخانند یا بجنابانند تا احساس ایجاد کنند تا برای ایجاد تعادل و وضع و حالت بدن یا مقابله با استرس کمکی کرده باشند.

افرادی که دارای حساسیت حسی هستند ممکن است استفاده از سیستم هوشیاری بدن برایشان سخت تر باشد. این سیستم به ما می گوید که بدنمان کجا قرار دارد، بنابراین برای افرادی که هوشیاری بدنشان کاهش پیدا کرده ممکن است عبور کردن از مکانهایی بدون توجه به موانع، ایستادن در فاصله های مناسب نسبت به سایر افراد و انجام کارهای "ظریف فیزیکی" مثل گره زدن بند کفش سخت تر باشد.

نقاط قوت

- اغلب افرادی که اوتیسم دارند در یادگیری دیداری قوی هستند. استفاده از اشیاء حقیقی، تصاویر، توضیحات به همراه نمایش و مطالب نوشتاری همه اشان می تواند کمک بخش باشند.
- برخی از افرادی که اوتیسم دارند استعداد خوبی برای جزئیات و دقیق بودن دارند.
- اگر یک بار اطلاعات، کار یکنواخت یا روندهایی را یاد بگیرند به احتمال قوی آن را به خاطر می سپارند. برای مثال، برخی ممکن است در زمینه موسیقی، اعداد، حقایق یا کامپیوتر قوی باشند.
- برخی ممکن است برای مدت طولانی در زمینه مورد علاقه خود تمرکز کنند و مطالعه یا تحصیل در حوزه های مربوطه را انتخاب کنند.
- علاقه به انجام کارهای یکنواخت می تواند باعث بشود افرادی که اوتیسم دارند کارکنان قابل

علل ایجاد اوتیسم چیست؟

هیچ کس نمی داند که چرا افراد دچار اوتیسم می شوند. با وجود این، اوتیسم ممکن است به سبب رشد مغز در زمان تولد، قبل از آن یا بعد از آن ایجاد بشود. اوتیسم می تواند ژنتیکی باشد. از والدین به فرزندان انتقال پیدا کند.

اگر فرزند شما دچار اوتیسم است، به این معنی نیست که شما پدر یا مادر خوبی نبوده اید. نحوه تربیت و بار آوردن بچه ها و شرایط اجتماعی آنها ارتباطی به ایجاد اوتیسم ندارد و ایجاد اوتیسم تقصیر فردی که در آن شرایط قرار گرفته نمی باشد.

تاکنون درمانی برای اوتیسم یافت نشده است.

اوتیسم بر چه کسانی تاثیر می گذارد؟

اوتیسم بسیار رایج تر از آن است که مردم فکر می کنند. در انگلستان بیشتر از نیم میلیون فرد اوتیسمی وجود دارد. از هر 100 نفر یک نفر اوتیسم دارد.

مردم همه ملیتها، با تمامی پیشینه های فرهنگی، مذهبی و اجتماعی ممکن است مبتلا به اوتیسم شوند، اگرچه این طور به نظر می رسد که اوتیسم بر زنها بیشتر از مردها تاثیر می گذارد. اوتیسم وضعیتی است که تا آخر عمر با فرد هست: بچه هایی که اوتیسم دارند وقتی بزرگ شوند باز هم اوتیسم همراه آنها خواهد بود.

اصطلاحاتی ممکن است به گوشتان بخورد

وضعیت طیف اوتیسمی (ASC) یا اختلال طیف اوتیسمی (ASD) - نام کلی یا اصطلاح عام برای تمام انواع ناتوانی.

سندرم اسپرگر - یک نوع اوتیسم که در آن فرد در سه ناحیه احساس مشکل می کند اما مشکل یادگیری یا تاخیر در شکل گیری تکلم دیده نمی شود.

اوتیسم غیر طبیعی - افرادی که اوتیسم غیر طبیعی دارند در همه سه ناحیه احساس مشکل نمی کنند. تا سه سالگی شاید نتوان به وجود اوتیسم غیر طبیعی در فرد پی برد.

اختلال بیش فعالی توام با کمبود توجه - افرادی که دارای این حالت هستند در توجه به یک کار یا مکالمه دچار مشکل هستند. آنها شاید نتوانند کاری را که شروع کرده اند به پایان برسانند و همچنین یک جا ماندن برای مدت زیاد برای آنها دشوار است.

اوتیسم کلاسیک/ سندرم کانر - نام دیگری است برای اوتیسم.

تشخیص - پی بردن به اوتیسم، اغلب توسط متخصص بهداشت و سلامت

خوانش پریشی (دیسلکسیا) - این حالت باعث ایجاد مشکل در یادگیری خواندن، نوشتن و املا کلمات می شود.

کنش پریشی (دیسپاراکسیا) - این حالت باعث ایجاد مشکل در مهارتهای سازمان دهی می شود. افرادی که دیسپاراکسیا دارند، مثل کسانی که دیسلکسیا دارند ممکن است همچنین در خواندن، نوشتن و ریاضیات دچار مشکل شوند.

پژواک گوئی (اکولالیا) - تکرار کلمات به وسیله فرد مدت کوتاهی پس از آنکه دیگران آن را به زبان می آورند.

اوتیسم با عملکرد بالا - مانند سندرم اسپرگر است، اما شکل گیری تکلم به تاخیر می افتد.

اختلال رشدی فراگیر (PDD) - یک اصطلاح عام برای اشاره به اختلال طیف اوتیسمی (ASD) و سایر وضعیتهای و شرایط است، مثل سندرم اکس شکننده. اختلال رشدی فراگیر (PDD) یک اصطلاح آمریکایی است.

اختلال رشدی فراگیر - که به صورت دیگری مشخص نشده (PDD-NOS) - نام دیگری برای اوتیسم غیر طبیعی است. PDD-NOS یک اصطلاح آمریکایی است.

اختلال معناشناختی عمل گرایی - اشاره دارد به مشکل در تعامل اجتماعی و زبان اما نه در تفکر خلاقانه.

تعامل اجتماعی: ارتباط داشتن با مردم و پاسخ دادن به آنها در شرایط اجتماعی بسیار مختلف.

تخیل اجتماعی: داشتن الگوهای انعطاف ناپذیر، مشکل در فهم نظرات مختلف، ایده های جدید و مفاهیم گسترده.

آداب اجتماعی: روشهای مقبول رفتار در شرایط و مکانهای مختلف، مثل مدرسه، خانه و محل کار.

طیف - افرادی که اوتیسم دارند به درجات مختلفی تحت تاثیر ناتوانی خود قرار می گیرند، بنابراین اوتیسم به عنوان «حالت طیف گونه» در نظر گرفته می شود.

نقایص سه گانه - سه مشکل اصلی که افرادی اوتیسمی با آن مواجه هستند.

حمایتهای دیداری - تصاویر، عکسها یا مطالب نوشتاری که به درک کمک می کند.

از کجا می توانم اطلاعات بیشتری کسب کنم؟

چنانچه مایلید اطلاعات بیشتری در مورد اوتیسم به دست آورید، با Autism Helpline - سرویس مشاوره تلفنی - تماس حاصل نموده یا به پایگاه الکترونیکی ما به نشانی زیر مراجعه فرمایید:

www.autism.org.uk

Autism Helpline از دوشنبه تا جمعه، از ساعت 10 صبح تا 4 بعد از ظهر آماده ارائه خدمات می باشد.

مینی کام: 0845 070 4003

تلفن: 0845 070 4004

پست الکترونیک به نشانی زیر:
autismhelpline@nas.org.uk

Autism Helpline یک سرویس ترجمه تلفنی برای پاسخ دهی به کسانی دارد که از انگلستان تماس می