

راه های کلیدی برای رفتار با کودک مبتلا به اوتیسم

4 دی 1404

وقتی از کودک مبتلا به اوتیسم مراقبت می کنید، مراقبت از خودتان هم بسیار مهم است. قوی بودن از نظر عاطفی به شما کمک می کند تا پدر و مادر فوق العاده ای باشید.

این راهنمایی های کوچک در کنار جلسات درمانی و کمک های حرفه ای، می تواند به شما کمک کند تا راحت تر با برخی از چالش هایتان کنار بیایید. در ادامه برخی راه های رفتار با کودکان مبتلا اوتیسم را با هم مرور می کنیم.

تا تشخیص قطعی دست روی دست نگذارید

به عنوان والدین، لحظه ای که متوجه شدید چیزی در رفتارتان فرزندتان اشتباه است و عادی نیست سریعاً به دنبال روش های درست برخورد و درمان باشید. منتظر نباشید تا فرزندتان خودش با مشکلش کنار بیاید یا خود به خود خوب شود. حتی تا تشخیص قطعی و رسمی پزشکان صبر نکنید. کودک مبتلا به اوتیسم هرچه زودتر روند درمان را آغاز کند و کمک بگیرد، شانس موفقیت بیشتری خواهد داشت و علائم اوتیسم در او کاهش پیدا خواهد کرد.

درباره ی اوتیسم بیاموزید

هرچه اطلاعات بیشتری درباره ی اوتیسم و راه های کلیدی رفتار با کودک مبتلا به اوتیسم داشته باشید، از توانایی تصمیم گیری آگاهانه تری در برابر فرزندتان برخوردار خواهید بود. روش های درمانی را به صورت خودآموز یاد بگیرید و در تمام مراحل درمان کودکان شرکت کنید.

کودک خود را بپذیرید و تسلیم نشوید

به جای اینکه روی مقایسه ی فرزندتان با سایر کودکان و آنچه از دست می دهد تمرکز کنید، پذیرش را تمرین کنید. از روند رشد ویژه ی فرزند خود لذت ببرید و موفقیت های کوچک را جشن بگیرید. احساس دوست داشتن بی قید شرط بیشتر از هرچیز به فرزندتان کمک می کند. پیشبینی روند درمان اوتیسم غیر ممکن است. مانند همه ی افراد دیگر، افراد مبتلا به اوتیسم تمام عمر برای پیشرفت و ارتقا توانایی خود فرصت دارند.

به برنامه ی روزانه متعهد بمانید



مرکز مشاوره
حاله خوب
ازدواج، تحصیلی، خانواده
دکتر کبری درویش پیشه
۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸
مشاوره تلفنی

#دکتر_رویا_درویش_پیشه

برنامه ریزی یکی از راه های رفتار با کودک مبتلا به اوتیسم است. کودکان مبتلا به اوتیسم وقتی برنامه ریزی منسجم و منظمی دارند بهترین پیشرفت ها را دارند. برای کودک خود برنامه ای مشخص از وعده های غذایی، برنامه های مدرسه، جلسات درمانی، بازی و وقت خواب تنظیم کنید و اخلاص در آن را به حداقل برسانید. اگر روزی ناچار به تغییر برنامه شدید، از قبل به کودک اطلاع دهید. به رفتار خوب پاداش دهید

تقویت مثبت بسیار نتیجه بخش است. مچ او را هنگام انجام کار خوب بگیرید و او را تشویق کنید. به او کاملا شفاف پاسخ دهید که برای کدام رفتار در حال تشویق شدن است. زمانی که یک مهارت را به خوبی می آموزد و انجام می دهد او را با دادن یک برچسب و یا اسباب بازی مورد علاقه اش مشتاق به ادامه دادن کنید.

یک پناهگاه برای او بسازید

یک فضای خصوصی در خانه برای فرزندان مهیا کنید که بتواند در آن آرامش بگیرد و احساس امنیت کند. این می تواند شامل گذاشتن نوارهای رنگی و برچسب ها جذاب در یک نقطه ی خاص باشد. همچنین مهم است که خانه را ایمن سازی کنید به خصوص برای کودکانی که مستعد خشم و یا آزار به خود هستند.

راه های غیر کلامی برای ارتباط با او بیابید

شناخت نشانه های ارتباطی یکی از راه های رفتار با کودک مبتلا به اوتیسم است. ارتباط با کودک مبتلا به اوتیسم می تواند چالش برانگیز باشد؛ ولی بسیاری از اوقات برای ارتباط برقرار کردن نیازی به صحبت کردن نیست. شما می توانید با زبان بدن، لمس کردن و یا حتی نگاه خود با او ارتباط برقرار

کنید.

به دنبال نشانه های غیر کلامی باشید. حالات چهره، آواهای مختلف و یا حرکاتی که موقع گرسنگی یا خواب آلودگی انجام می دهند. در بسیاری از مواقع دلیل عصبانیت این کودکان این است که شما نشانه های ارتباطی آن ها را نادیده می گیرید.

از کمک گرفتن خجالت نکشید

مراقبت از کودک مبتلا به اوتیسم می تواند بسیار چالش برانگیز باشد. طبیعیست که بعضی اوقات احساس خستگی، استرس و درماندگی کنید. شما مجبور نیستید که همه کارها را به تنهایی انجام دهید.

گروه های بسیاری برای حمایت از کودکان مبتلا به اوتیسم وجود دارند که با عضویت در آن ها می توانید با والدین دیگری که با این مشکل روبرو هستند دیدار کنید و از تجربیات آن ها استفاده کنید. این فکر که شما تنها فردی در این دنیا نیستید که با این مشکل دست و پنجه نرم می کنید می تواند بسیار دلگرم کننده باشد.