

صعب، مربك، غير
واضح، مشوق ...
وغير معروف!

هذا هو التوحد

سنعرض عليكم كل ما كانت
عائلات الأشخاص المصابين
بالتوحد ترغب دوماً في أن
تخبركم إياه من دون أن تتسنى



جمعية التوحد في جنيف

autisme
GENÈVE

جمعية التوحد في جنيف هي جمعية ميدانية أسستها
مجموعة من الأهالي عام 2007.

تضم الجمعية ما يزيد عن 500 عضو (بما في ذلك
الأشخاص المصابين بالتوحد والعائلات والمهنيين)
وهي تصبو إلى عالم أكثر شموليةً يرحب بالاختلاف
بعطف ويتكيف مع احتياجات الأفراد الأكثر ضعفاً.
ومهمتها هي التالية:

- بذل قصارى الجهود اللازمة لجعل مجتمعنا أكثر
شموليةً؛

- إذكاء الوعي بين الجمهور العام بشأن سمات
التوحد؛

- الإنصات باستمرار إلى الأشخاص الذين يعانون من
اضطرابات طيف التوحد وإلى عائلاتهم، وتزويدهم
بالمعلومات اللازمة بشأن التوحد والدفاع عن حقوقهم؛

- عرض دورات تدريبية على المهنيين لضمان دعم
يناسب خصوصيات كل شخص مصاب بالتوحد؛

- تزويد جميع العائلات بكافة المعلومات والأدوات
التي تتيح لها أن تفهم أطفالها فهماً جيداً وأن تدعمهم
قدر الإمكان.

اتصلوا بنا للحصول على أي معلومات على العنوان
البريدي التالي:

secretariat@autisme-ge.ch



إن أينشتاين وبييل جيتس وجلين جولد أمثلة عن مشاهير يُشتبه في أنّهم مصابون بالتوحد! إلا أنه في المقابل، يمكن أن نرى طفلاً غارقاً في الصمت ويتأرجح أمام جدارٍ ... ولكن ثمة عالم شاسع يفصل بين أضواء الشهرة من جهة والباب المغلق من جهة أخرى! وفي هذا العالم، لا نشك في أن أشخاصاً من حولنا قد يكونون مصابين بالتوحد وهم شبه عاديين ... فقد تشمل مجموعة الأشخاص المصابين بالتوحد مثلاً زميلك في العمل المنطوي على نفسه بعض الشيء أو جارئك التي تسكن في الطابق نفسه ولا تحريك بسهولة أو زميل طفلك في الصف الذي يتسبب ببعض الاضطرابات!

يولد شخص واحد من أصل مئة مصاباً بالتوحد تقريباً. ونحن نتناول موضوع اضطرابات طيف التوحد، ولكن من باب التبسيط، سنفضل هنا استخدام مصطلح "التوحد".

ما هي إذاً القواسم المشتركة بين هؤلاء الأشخاص؟
: كلهم لديهم

- صعوبات في فهم المهارات الاجتماعية اللازمة للحياة في المجتمع واستيعابها؛
- حساسية خاصة للحركة أو اللمس أو الضوضاء أو الضوء أو الذوق؛
- اهتمامات حسية أو فكرية خاصة؛
- حاجة ماسة إلى الانتظام؛
- صعوبات كبيرة في الكثير من الحالات في تنظيم عواطفهم وفي فهم أسلوب الأشخاص غير المصابين بالتوحد الذي يكون في نظرهم غير متوقع وفي الغالب غير منطقي فضلاً عن صعوبات في التكيف مع هذا الأسلوب!





الأشخاص المصابون بالتوحد ليسوا مرضى، لا بل الأفضل من ذلك هو انهم غير معديين!

إن كنتم تتصورون أن التوحد مرض فأنتم مخطئين في ظنكم! فالولد يولد مصاباً بالتوحد ويبقى مصاباً به مدى الحياة.

والتوحد هو اضطراب في النمو العصبي، وإن عوامله أصلها وراثي وهي تجعل الدماغ يتطور بشكل غير نمطي.

وفي معظم الحالات، من شأن الكشف الذي يُفضّل أن يكون مبكراً والدعم الخاص أن يمكّننا الأشخاص المصابين بالتوحد من إحراز تقدم كبير ومن إيجاد مكانهم في المجتمع بسهولة أكبر.

ويبقى علينا أن نرحب بهم ترحيباً أفضل!

عندما يصبح صوت مُجفف الشعر مصدر عذاب...

عندما ترون طفلاً يسد أذنيه كي لا يسمع صوتاً ما، فكروا في أن تجربة صوت بسيط كصوت مُجفف الشعر مثلاً يمكنها أن تكون فعلاً بمثابة اعتداءٍ مؤلم جسدياً بالنسبة إليه.

وإن هذه السمة الإدراكية الخاصة تكون دوماً موجودةً وهي تفسّر بعض التصرفات غير المتوقعة.

ويمكن أن تجعل الحساسية المفرطة للضوضاء من مجرد صوت عادي ضوضاءً لا يمكن تحمله، كما يُعتبر احتكاك القميص بالجلد وكأنه من ورق الزجاج. ومن شأن كافة هذه العناصر التي تحفّز الجهاز العصبي أن تصبح مرهقةً ومنهكةً للغاية. وفي الشق الآخر، يمكن أن يولد نقصٌ في الحساسية احتياجات تحفيزية قد تصل إلى إيذاء النفس.





يتقن العديد من المصابين بالتوحد الكلام وعندهم ما يخبرونكم إياه!

غالبًا ما نعتقد، وعلى نحو خاطئ، أن الأشخاص المصابين بالتوحد لا يتكلمون، إلا أن هذا الأمر غير صحيح! فإن معظم المصابين بالتوحد يطورون القدرة على التواصل بالكلام. ويحتاج بعض الأطفال إلى دعم لكي يتعلموا أن يتواصلوا بالكلام وهم يتكلمون في وقت متأخر مقارنةً بما هو متوقع.

وتختلف نغمات الصوت لدى الأشخاص المصابين بالتوحد ومن شأن الأخطاء في بناء الجمل أو الاستعانة بكلمات نادرة الاستخدام أن تعطي أحيانًا انطباعًا بأن الشخص لا يتكلم لغته الأم. كما تجدر الإشارة إلى أن الأشخاص الذين لا يتقنون التواصل باللغة لا يعانون دوماً من إعاقة ذهنية.



لقد طفح الكيل!

إذا تخيلتم أن الطفل الذي يتمرغ ويزحف على الأرض في المركز التجاري لأن والدته ترفض أن تشتري له فطيرة الفراولة هو حقاً طفل لا يطاق وقليل الأدب، فكروا ملياً: قد يكون مصاباً بالتوحد.

فمن وجهة نظره، يتصور الموقف على طريقته: ولربما يتخيل أنه يُعاقب ظلاماً وأنه لن يأكل فطيرة الفراولة بعد الآن. وإن هذا الموقف الذي يبدو لنا تافهاً قد لا يكون كذلك على الإطلاق بالنسبة إليه.

وتزيد بيئة المركز التجاري المحقّزة بصورة مفرطة من ردة فعله.

إن إدراك مشاعر الآخرين وفهمها ومراعاتها ليس بالأمر السهل!

إن فهم العواطف وتفسيرها والتحكم بها ليس دوماً
أمراً بسيطاً حتى بالنسبة إلى الأشخاص الذين لديهم
ما يسمى «النمط العصبي» (أي أنهم غير مصابين
بالتوحد)! أما بالنسبة إلى الأشخاص المصابين
بالتوحد، فالأمر معقد للغاية وشبيه بإتقان لغة صعبة
مثل الصينية، لا بل إن إتقان الصينية غالباً ما يكون
أسهل بالنسبة إليهم!

وقد تبدو لهم طريقة إظهار عواطفنا غير منطقية
بتاتاً. فعلى سبيل المثال، سيشعر طفل مصاب
بالتوحد بالحزن عند رؤية والدته تبكي من الضحك
لكنه لن يظهر أي تعاطف عند رؤية صديقته تبكي،
وذلك بكل بساطة لأنه لا يفهم. بالإضافة إلى ذلك،
يمكن أن يتأثر الأشخاص المصابون بالتوحد بمخاوف
أحبائهم، ولكن بدون أن يعرفوا كيف يبينون تضامنهم
معهم.





معضلة الأعراف الاجتماعية...

قد لا يهتم بعض الأشخاص المصابين بالتوحد بمن حولهم، في حين أن البعض الآخر على عكس ذلك اجتماعيون للغاية. ولكن حتى هؤلاء قد يواجهون صعوبات جمّة في فهم القواعد الاجتماعية ودمجها.

وإن هذه القواعد التي نتبناها بشكل شبه غريزي، لا يكتسبها الأشخاص المصابون بالتوحد إلا بعد عملية تعلّم طويلة. فمثلاً ما هي المسافة التي تفصلك عن شخص تتوجّه إليه بالحديث في سياق مناقشة ما؟ ولماذا تفتح الباب للسيدات؟ وعندما يحبك أحدهم قائلاً «مرحباً، كيف حالك؟» هل تجيب عارضاً تقريراً صحيحاً مفصلاً أو تكتفي بإجابة مهذبة قائلاً «أن بخير، وماذا عنك؟»؟

ماذا لو تمسّكنا بما تم التخطيط له؟ بكل بساطة؟

غالباً ما تُطمئن النشاطات الروتينية الأشخاص المصابين بالتوحد كثيراً، فهم يحبّون معرفة الجدول الزمني اليومي كما يحبّون أن يكون لديهم علامات زمنية معينة.

ومن شأن أي تغيير في الروتين، وحتى لو كان بسيطاً، أن يسبب إرهاقاً كبيراً ويُجبر الشخص على بذل جهود هائلة للفهم وإعادة التخطيط. ولكن المعلومات المقدمة بشكل مرئي (أي الصور والمعلومات المكتوبة) تساهم في التخفيف من هذا الإرهاق.





شغف كبير بمواضيع مذهشة!

بغض النظر عن نوع التوحد، تُعد الاهتمامات الخاصة مهمة جداً ويمكن أن تجتاح حياة الفرد كلياً. وما يرضي الدماغ المتخصص لدى المصاب بالتوحد هو المعرفة المتعمقة بالمواضيع التي يهتم بها اهتماماً خاصاً وغالباً ما يحب أيضاً نوعاً من التكرار. ويكون شخصٌ مصابٌ بالتوحد مثلاً على دراية بكل ما يتصل بالديناصورات (كما لا يتحمل أن يقترب أحدهم خطأً ما عند ذكر الموضوع!)، في حين قد تجد شخصاً آخر مصاباً بالتوحد يحب الاستماع إلى أغنية 1000 مرة من دون أن يتعب أو يمل.

ولا تشجعوا أحد محبي التاريخ الياباني في القرن السابع عشر على تناول موضوعه المفضل، فقد يحدثكم عنه بحماس كبير ولساعات طويلة دون أن يلاحظ حتى تعبكم.

يوازي عدد أنواع التوحد عدد المصابين به!

كل إنسان فريد من نوعه ولا يقتصر الشخص المتوحد على خصائصه العصبية فحسب، فهو لديه شخصيته واهتماماته ومصادر فرحه وحزنه الخاصة به. لكن التوحد يضم عائلة كبيرة من الأشخاص الذين تتراوح لديهم علامات التوحد من خفيفة إلى شديدة جدًا، كما قد تتسبب لديهم هذه العلامات إما بعائق صغير إما بعائق كبير.

وفي كل الحالات، يتيح لنا التعرف على التوحد وتحديدده فهم خصائص سلوك الشخص المصاب بالتوحد بشكل أفضل فنحاول بالتالي تزويده بمفاتيح عالمنا الذي يسود فيه النمط العصبي والذي يفتقر فيه الشخص المتوحد إلى الراحة إلى حدٍ كبيرٍ.





يرى الأشخاص المصابون بالتوحد الأشياء بشكلٍ
مختلفٍ عنا، فهم يضيئون على حياتنا بضوءٍ جديدٍ
ويفتحون لنا أعيننا.

ويميل الإنسان بطبعه إلى رفض الاختلاف لأن هذا
التصرف يُعد أسهل، إلا أن هذا الاختلاف غالباً ما
يكون مصدر ثروةٍ كبيرةٍ! ولذا ندعوكم إلى اكتشاف
التنوع العصبي والترحيب به!

صمّمت جمعية التّوحد في جنيف هذا الكتيّب للتوعية.

autisme-ge.ch

ويمكن لأي شخص أو منظمة توزيعه مجاناً بموجب
الترخيص

© ⓘ CC BY-NC-ND 4.0

من أجل دعم جمعية التّوحد في جنيف:

يمكنكم ان تصبحوا عضواً فيها عبر الرابط التالي:
www.autisme-ge.ch/devenir-membre

ويمكنكم التبرع على حسابنا المصرفي التالي:
IBAN CH0900 788 0000 5044 2699

التصميم: الفيرا دافيد كوكس
الرسوم التوضيحية: توم تيرابوسكو
الرسومات: راوول دو بازيقنان

تم إعداد هذا الكتيّب
بفضل دعم

autisme
autisme suisse romande



autisme

GENÈVE

جمعية التوحد في جنيف

Autisme Genève
Rue de Villereuse 7
1207 Genève
CH

autisme-ge.ch