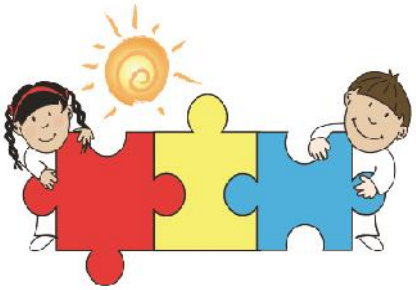


الدعم النفسي والإرشاد الأسري لأسر ذوي اضطراب طيف التوحد

الأخصائية النفسية / مها عبد القادر محمد بن صديق

mbinsiddiq@jacenter.org

مركز جدة للتوحد – المملكة العربية السعودية

مقدمة:

يلعب الاختصاصي النفسي دورًا هامًا في عملية الإرشاد النفسي الأسري لأسرة الطفل من ذوي اضطراب طيف التوحد. ومن منطلق تخصصه يقدم الخدمات الإرشادية التي تساعد الأسرة على تحقيق التكيف النفسي والتوافق الأسري بين متطلباتها وواقع حالة الطفل. وذلك وفق استراتيجيات عمل وبرامج علمية تشترك فيها الأسرة مع المركز. وبإرشاد الاختصاصي النفسي يتم من خلالها تحقيق مجموعة من الأهداف المرحلية التي تسعى لها كل أسرة لديها طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد.

حيث أن دور الاختصاصي النفسي لا يقتصر فقط على التعامل مع حالة الطفل من ذوي التوحد أثناء تواجده في المركز ولكن يشمل كذلك الأسرة ومساعدتها بشكل رئيسي على تقبل حالة الطفل والقدرة على التعامل مع مجالات الشخصية لديه وخاصةً في الجوانب الاجتماعية والتواصلية والسلوكية واللعب.

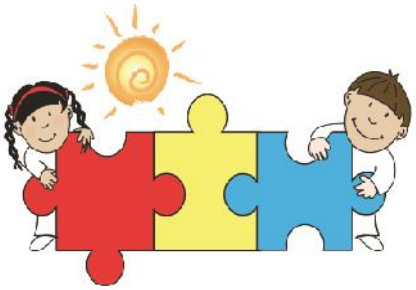
تجربة مركز جدة للتوحد في مجال الدعم النفسي والإرشاد الأسري:

يتم العمل مع أسر الأطفال الملتحقين بالمركز وفق مجموعة من الإجراءات المنظمة كالتالي:

١- إجراء المقابلات الأولية:

يقوم الاختصاصي النفسي في مجال الإرشاد الأسري بإجراء المقابلة الأولية لأسرة الطفل بهدف قياس درجة التكيف النفسي والتوافق الأسري مع حالة طفلهم من ذوي اضطراب طيف التوحد. عن طريق طرح الأسئلة وعرض تاريخ الحالة. الخبرات السابقة. مستوى الأداء الحالي. التطلعات والأهداف الحالية والمستقبلية.

ويتم خلال المقابلة الأولية رصد الاستجابات الشعورية للأسرة تجاه الاضطراب. حالة الطفل. الجو الأسري العاموطبيعة العلاقات الأسرية والأدوار الاجتماعية.



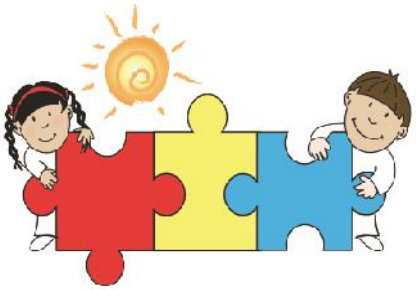
ويستخدم الاختصاصي النفسي خلال المقابلة الأدوات التالية (دراسة الحالة، مقياس التوافق الأسري،الملاحظة المباشرة للحالة النفسية والانفعالية للأسرة) حيث تهدف هذه الأدوات إلى التعرف على كافة الجوانب الأساسية التي تلعب دورًا هامًا في بناء الأسرة وتطور الطفل والقدرة على الوصول إلى درجة من التوافق والتكيف النفسي والاجتماعي للأسرة وللطفل من ذوي اضطراب طيف التوحد،والتعرف على أهم جوانب الاضطراب وتطور ظهورأعراضه.

٢- جلسات الإرشاد الفردي(برنامج مستشاري):
يقوم الاختصاصي النفسي بإجراء جلسات إرشاد فردي وتقديم استشارات متخصصة لأفراد أسرة الطفل من ذوي اضطراب طيف التوحد، بهدف معالجة المشاعر والأفكار اللاعقلانية حول الاضطراب، وما يتعرضون له من ضغوط نفسية ومجتمعية خلال مراحل الحياة ومواقفها نتيجة وجود طفل من ذوي التوحد في الأسرة.

وخلال هذه الجلسات يتعرف الاختصاصي النفسي بشكل أكبر وأعمق على شخصية أفراد الأسرة، ويسعى لمساعدتهم على تفهم المشكلة وبث مشاعر الحزن والإحباط، في جو مهني مفعم بالتقبل والسرية التامة.
وتعد جلسات الإرشاد الفردي والاستشارات الفردية تمهيدًا لجلسات الإرشاد الجماعي، لأن الأسرة غالبًا تراودها أفكار ومشاعر الخجل والعجز فتميل للانطوائية والانسحاب من التحدث عن مشاكلها أمام المجموعات.

ويراعي الاختصاصي النفسي في جلسات الإرشاد الفردي والاستشارات الفردية والفروق الفردية للأسر وطبيعة الحالات وتعقيدها، حيث أن مشكلات أولياء الأمور وإن كانت متشابهة إلا أنهم يختلفون فيما بينهم في مستويات استجابتهم للمواقف من حيث القبول والرفض.
ويستخدم الاختصاصي النفسي خلال جلسات الإرشاد الفردي والاستشارات الفردية فنيات متعددة مثل التنفيس الانفعالي وتقنيات الاسترخاء، ويتمثل الهدف النهائي لجلسات الإرشاد الفردي والاستشارات الفردية، في الوصول بالأسرة لحالة من التوافق النفسي والصحة النفسية عن طريق تكوين مفهوم ايجابي عن اضطراب طيف التوحد من جانب وعن ذات الفرد نفسه من جانب آخر.

٣- جلسات الإرشاد الجماعي:
يقوم الاختصاصي النفسي بإجراء جلسات إرشاد جماعي للأسر الذين يشتركون في مجموعة من السمات والخصائص بهدف عرض ومناقشة التحديات التي يواجهونها باستمرار نتيجة وجود طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد في الأسرة، وإرشادهم للحلول والطرق المناسبة للتكيف والتعايش من خلال عرض الخدمات المقدمة من المؤسسات الحكومية والمجتمع المدني.



وتتمثل هذه التحديات غالبًا في صعوبة الحصول على التشخيص والفترة الزمنية الطويلة للتأكد من وجود اضطراب طيف التوحد، وعدم تقبل سلوك الطفل التوحدي من قبل أفراد المجتمع، وكذلك انخفاض مستوى الدعم النفسي والاجتماعي من المجتمع الصغير المحيط بالأسرة والمجتمع العام، بالإضافة إلى التوتر العالي الناتج عن الضغوط المالية وترتيب الأولويات والمسؤوليات داخل الأسرة، وتنظيم العلاقات بين أفرادها.

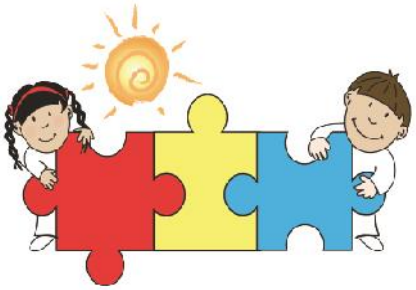
وتعقد جلسات الإرشاد الجماعي من خلال علاقة تعاونية تفاعلية بين مجموعة من الأسر يتشاركون نفس المشاكل ويبثون همومهم ومشاكلهم تجاه مايتعرضون له من مواقف وخبرات وذلك بهدف تعديل أو تغيير اتجاهاتهم وأنماط سلوكهم، حيث أن تأثير الجماعة أقوى وأكثر استدامة، لأن الانسان بطبعه كائن اجتماعي ويميل للتعبير عن نفسه وانفعالاته من خلال الجماعة، وتوفر جلسات الإرشاد الجماعي تغذية راجعة تصحيحية من خلال تبادل الأفكار والآراء عن فعالية الطرق المختلفة لحل المشكلات.

كما توفر الجماعة الإرشادية لأعضائها معلومات ومهارات ودعم انفعالي وفهم للذات واكتساب مهارات جديدة. وتتعلم الأسر من خلال جلسات الإرشاد الجماعي أنهم ليسوا الوحيدين في كفاحهم مع اضطراب طيف التوحد، وفي جو من الحرية والإصغاء يفصحون عن مشاعرهم وانفعالاتهم، ويعتمد الأخصائي النفسي أسلوب المناقشة الجماعية بأخذ طابع الحوار المنظم بهدف فهم مشاعر الأسر وأسباب هذه المشاعر وكيفية مواجهتها. كما يقدم النصح والتوجيه للأسر ويحافظ على تفاعلها وتماسكها وتحقيق أهدافها الإرشادية.

٤- الاجتماعات التدعيمية للأمهات المستجدات:

تواجه الأسر والأمهات المستجدات ضغوطًا نفسية من نوع آخر تتعلق بالقلق والتوتر الناتج عن عدم معرفتها بطبيعة اضطراب طيف التوحد،والأدوار المنوطة بها تجاه طفلها من ذوي اضطراب طيف التوحد، وتداخل المسئوليات والعوامل الاجتماعية والطبية والتعليمية.

لذلك يعقد الاختصاصي النفسي الاجتماعات التدعيمية بحضور الأمهات المستجدات ويستضيف أمهات أطفال خرجين أو أمهات أطفال منتسبين للمركز سابقًا لاستعراض ومناقشة خبراتهن الإيجابية والمراحل التي مروا بها خلال رحلة اكتشاف وتشخيص الاضطراب ثم اللجوء للمراكز والمختصين بحثًا عن أساليب تدخل علاجية وما يصاحب ذلك من مشاعر وأوضاع نفسية تتأرجح بين (الصدمة،الرفض والإنكار، الشعور بالذنب، الإحساس بالمرارة والأسى، الشعور بالخجل، نبذ الطفل بصورة أو بأخرى، والغضب) وصولًا للتكيف النفسي مع اضطراب طيف التوحد.



وخلال الاجتماعات التدعيمية يقدم الاختصاصي النفسي الأمهات السابقات كنموذج إيجابي يدعم الأم المستجدة ويمنحها إحساس القوة والانتماء، وذلك يقود الأم لتخفيف مستوى التوتر لديها ويكسر طوق العزلة الاجتماعية عن طريق تبادل الخبرات وتعلم اكتساب أنماط جديدة من السلوك التكيفي مع الصعوبات التي يواجهونها عوضًا عن لوم الذات.

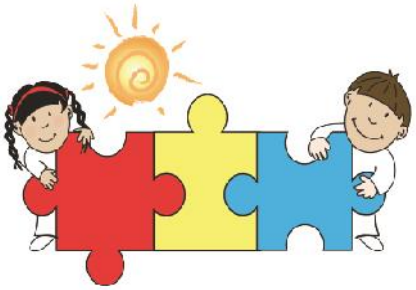
ويحرص الاختصاصي النفسي من خلال الاجتماعات التدعيمية للأمهات المستجدات على توفير المساندة والتأييد والدعم النفسي الانفعالي للأسر المستجدة، للوصول للطمأنينة الناتجة عن الشعور بأنها ليست الأسرة الوحيدة التي تعاني ولديها طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد.

٥- اللقاءات الإرشادية الدورية (محاضرات، ورش عمل، برامج تدريب أسري):
نظرًا للحاجة المستمرة لدى الأسر للإرشاد والتوعية والتوجيه حول البرامج والخدمات المقدمة لأطفالهم من ذوي اضطراب طيف التوحد، وتشجيعهم على أخذ الدور الفعال في حياة أبنائهم وما يتبع ذلك من تطور القدرات لدى الأطفال من ذوي التوحد، فإن الاختصاصي النفسي ينظم بشكل دوري لقاءات ومحاضرات ودورات تدريبية للأسر تتناول المحاور الهامة التي تسهم في إحداث فرق في حالة الطفل من ذوي اضطراب طيف التوحد.

وتتنوع هذه اللقاءات حسب الأهداف على النحو التالي:

أ- البرامج التدريبية في مجالات المهارات (الاستقلالية، التواصلية،اللعب والتفاعل الاجتماعي...الخ).
مثال: التدريب على مهارة استخدام الحمام.
يتم التخطيط للبرنامج التدريبي عن طريق تحديد احتياجات الأسر التدريبية وتحديد الأهداف بطريقة واقعية ثم اختيارها وتصميم الأنشطة والوسائل التعليمية التي سيتم استخدامها أثناء تدريب الطفل.
كما يراعى ضرورة توفير مواد وكتب وأفلام تعليمية تساهم في إيصال المعلومة وتسهل تطبيقها لاحقًا.
وخلال البرنامج التدريبي توضح الإجراءات للأسرة والمهارات المطلوبة، ثم تتاح الفرصة لهم لممارسة التدريب بإشراف الاختصاصي النفسيواختصاصي التربية الخاصة الذي يعزز مشاركة الأسرة ويتقبل مقترحاتها ويحرص على اتباع أيسر الطرق وأسهلها لدى الأسرة في تدريب أطفالهم.

ب- برامج الملاحظة الصفية والمعايشة خلال يوم دراسي كامل.
مثال: زيارة أحد أفراد الأسرة للطفل في مركز الرعاية النهارية ومشاركته أحداث يومه وتسجيل الملاحظات حول البرنامج والبيئة وأساليب التعامل وأنماط الاستجابة.



وتعد المعايشة الوالدية للطفل في بيئة المركز والملاحظة المباشرة أحد أهم الطرق المساهمة في اكتساب خبرات وأفكار جديدة تقلل من آثار الخبرات والتجارب السابقة غير ناجحة، وبالتالي تساهم في تحسين حياة الأسرة.

كما أنها تساعد في تخفيف المشاعر وردود الأفعال السالبة تجاه اضطراب طيف التوحد من خلال التعرف على مصادر الخدمات التي يحتاجها الطفل والقدرات التي يتمتع بها وأساليب التعامل معه بفعالية، مما يكسب الأسرة القوة لتحمل المسئولية والتعايش مع حالة طفلها والتفاعل معه بإيجابية من خلال ما تم ملاحظته ورصده عن سلوك الطفل والفنيات الملائمة لحالته وطرق التعزيز والتواصل.

ت- البرامج المنزلية التي تهدف لتعميم الخبرات الإيجابية المكتسبة.

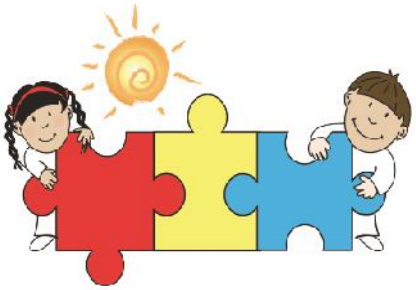
يشجع الاختصاصي النفسي الأسرة للحصول على برنامج منزلي يكون بمثابة زيادة لفرص التعلم والنمو للطفل، ويساهم في نقل أثر التعلم والخبرات الإيجابية لدى الطفل إلى البيئة المنزلية وباقي أفراد الأسرة كالإخوة على سبيل المثال، وتصمم البرامج المنزلية تبعًا للأسرة والطفل والمركز(المرحلة الحالية). كما أن الطفل نفسه يشعر بتغيير وتعديل في أساليب المعاملة الوالدية ويرى والديه في أدوار جديدة مكملة لأدوار المعلمين.

وبذلك تستفيد الأسرة من خبرات الاختصاصيين لتطبيق المهارات المكتسبة في البيئة المنزلية وتساعد المركز في تحقيق أهدافه، وذلك يسهم بتكوين علاقة إيجابية بين المركز والأسرة ويعدل الاتجاهات الوالدية نحو المختصين ويرفع مستوى الثقة بين الطرفين.

ث- الالتقاء بالمختصين للإجابة عن الاستفسارات.

نظرًا لطبيعة اضطراب طيف التوحد من جانب تعدد الأسباب المحتملة للإصابة به، والأعراض الظاهرةوالأمراض المصاحبة له التي تصيب الجهاز الهضمي، العصبي والمناعي، وتأثيرات ذلك كله على صحة الطفل العامة، فإن الاختصاصي النفسي لايكتفي بمشاركة الأسرة في البرامج التربوية السلوكية بل ويشجع عقد لقاءات بالمختصين في الصحة والتعليم والتغذية وكذلك ممثلي الدولة في القطاعات الحكومية في جو من الثقة والألفة والشفافية واحترام النظام القيمي للأسرة، للتواصل والإجابة عن الأسئلة والاستفسارات المتعلقة بصحة وحياة الطفل من ذوي اضطراب طيف التوحد.

ويتم خلال هذه اللقاءات توجيه الأسرة الى الخيارات التربوية والسلوكية والطبية المتوفرة وكيفية الوصول والحصول على المعلومات، والمشاركة الفاعلة في تدعيم صورة إيجابية عن اضطراب طيف التوحد وتوعيتهم بحقوقهم التي تكفل لهم حياة كريمة.



وتجدر الإشارة الى أن مثل هذه اللقاءات تعد بمثابة دعم نفسي للأسر من قبل المهنيين والمختصين بشكل رسمي أو تطوعي، يسهم بخلق بيئة اجتماعية إيجابية داعمة لديها القدرة على استيعاب وتفهم احتياجات أسر الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد.

التوصيات:

- تطوير الخدمات المقدمة من وحدة الدعم والإرشاد الأسري وتدريب الأخصائيين النفسيين في هذا المجال.
- تكوين اتجاهات إيجابية نحو أسر أطفال اضطراب طيف التوحد وتوفير طرق متعددة تضمن مشاركتهم وتنشيط أدوارهم.
- الإيمان بأن أسر أطفال اضطراب طيف التوحد مهما انخفض مستواهم الثقافي تظل لديهم القدرة على المشاركة الايجابية في حياة أطفالهم.
- الالتقاء بأسر الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد وتقدير احتياجاتهم النفسية ودرجة التوافق أو التكيف مع حالة طفلهم.
- تقديم التوصيات والمقترحات المتعلقة باحتياجات أسر الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد النفسية والانفعالية ومساعدتهم على التكيف من خلال برامج الدعم النفسي.
- إعداد وتنفيذ جلسات الإرشاد الفردي والجماعي والاجتماعات التدعيمية لأسر الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد لمساعدة الأسر على تجاوز المشاعر السلبية والضاغطة.
- توعية الأسر صحياً وثقافياً وتعريفهم بالخدمات المتاحة للطفل من ذوي اضطراب طيف التوحد في الدولة وكيفية الاستفادة منها.
- تدريب الأسر على البرامج المنزلية وكيفية تطبيقها وإكسابهم المهارات اللازمة التي تمكنهم من مساعدة طفلهم في إطار البيئة المنزلية والمجتمع بشكل عام.
- تفعيل دور الأسرة في البرامج التربوية والتأهيلية ليكون دورها مكملاً لدور المركز ومتسقاً مع أهدافه.