

التوحد لدى المراهقين

معلومات للمراهقين وأولياء أمورهم



NVA

Nederlandse
Vereniging voor
Autisme





في الصورة:

تم إنشاء الصور الموجودة في هذه النشرة لمشروع "Give Autism a Face". بونو (١٣ عامًا) يعاني من مرض PDD-NOS، ربما مع مرض McDD في نفس الوقت. إليز عمرها ٢٠ عامًا، ومن خلال مساعدة مدرب على الوظائف ورفيق لها، لديها القدرة على السيطرة على مرض التوحد لديها بشكل جيد. شكرًا جزيلاً لهما للتبرع بوقتكم.

مقال

النص: "بيناديت فاينكر-هولميس -Bernadette Wijnker-"

"Holmes"

الشكل: "فندرمير" للتواصل البصري

التصوير: "مونيك بوست Monique Post"

الجمعية الهولندية للتوحد (NVA)

منذ ١٩٧٨، أبدت الجمعية الهولندية للتوحد (NVA) اهتمامات بالأشخاص المصابين بالتوحد وأفراد عائلاتهم وشركائهم والأشخاص الآخرين المتصلين بهم. والجمعية الهولندية للتوحد (NVA) تضم أكثر من ١٥,٠٠٠ عضو. والكلمات الأساسية في أهداف الجمعية الهولندية للتوحد (NVA) هي: تمثيل المصالح، الدعم، المعلومات، الاتصال بين الزملاء ممن يتعرضون للمعاناة، زيادة الخبرات، الترويج للأبحاث ومراقبة جودة الرعاية. المزيد من المعلومات: www.autisme.nl

© 2011 NVA

نقدم جزيل الشكر إلى التالي أسماؤهم للمساعدة على إتاحة هذا المجلد

St. Fam. Ommering

St. Lakeland Foundation



مرحبًا!

ربما تقوم بقراءة هذا الكتيب لأنك اكتشفت للتو أنك أنت مصاب بأحد أشكال مرض التوحد، أو لأن شخص ما في المدرسة أو أحد والديك يعتقد أنك مريض بأحد أشكال التوحد. ما الذي يمكنك القيام به حيال مثل هذا التشخيص؟ في هذا الكتيب، يمكنك التعرف على ماهية الإصابة بمرض التوحد/متلازمة أسبرجر/PDD-NOS، وكيف يمكن أن تتعامل معه. وبشكل طبيعي، لا يكون هذا الكتاب كافيًا بمفرده. انتقل إلى صفحة ٩ للتعرف على قائمة بالكتب ومواقع الويب الموصى بها بالإضافة إلى المزيد من المعلومات والقصص التي يقدمها لنا المراهقين الآخرين المصابين بالتوحد وكيفية تعاملهم مع هذا المرض. ربما تشعر بالحزن إلى حد ما على حالك. وليس هناك حرج في ذلك، إلى حد ما، إلا أنك يجب ألا تنسى: أنا لديك من المميزات ما هو أكثر من مجرد الإصابة بمرض التوحد. كما أنك لديك نقاط قوة كذلك، وربما تكون تلك المميزات بفضل التوحد كذلك!

عزيزي ولي الأمر*،

يمكن أن تثير الأخبار التي وردتك بإصابة طفلك بأحد أشكال التوحد مشاعر مختلطة داخلك. وربما تشعر بالراحة لأنك في النهاية تمكنت من معرفة السبب وراء كون طفلك أو طفلك صعب (صعبة) المراس بهذه الطريقة، أو يعاني (تعاني) من مشكلات كبيرة فيما يتعلق بالتغييرات. وأن ذلك ليس بسبب طريقة تربيتك له أو لها. إلا أن ذلك يمكن أن يجعلك تشعر كذلك بالحزن أو الغضب أو الإحباط، لأنك لم تكن تتوقع أن يكون طفلك مصابًا بهذا المرض. لأنك تتساءل عن السبب وراء عدم قدرة أي شخص أن يخبرك بالمشكلة التي يعاني منها طفلك من قبل. هذا الكتيب موجه بشكل رئيسي إلى ابنك المراهق أو ابنتك المراهقة. والهدف منه هو توفير المزيد من التبصر حيال ماهية الإصابة بمرض التوحد/متلازمة أسبرجر/PDD-NOS، وكيف يمكن أن تتعامل معه. في الصفحتين ١٠ و ١١، يمكنك العثور على معلومات وقراءات مقترحة لأولياء الأمر، بما في ذلك مواقع ويب للمنظمات التي يمكن أن تساعد المراهق وأسرتك على تحسين الأوضاع. وبالتالي يحصل ابنك المراهق أو ابنتك المراهقة على الفرصة لاستخدام مهاراته، بالإضافة إلى تعلم كيفية التعايش مع القيود التي يفرضها عليه التوحد.

* عندما نتحدث عن أولياء الأمور، فإننا نعني القائمين على التربية أو غيرهم من مقدمي الرعاية

"إن مرضي بالتوحد جزء مني. ولن أتحدث عنه إلا إذا رغبت في ذلك."



ما هو التوحد؟

إذا كنت مصابًا بالتوحد، فإن هذا يعني أن عقلك يعمل بشكل مختلف. وربما تلاحظ ذلك بشكل رئيسي في التواصل مع الآخرين: حيث تعاني من صعوبة في فهم الآخرين، كما أن الآخرين غالبًا ما لا يستطيعون فهم الكيفية التي تفكر بها أو الطريقة التي تتصرف بها. على سبيل المثال، إذا تغيرت الأمور عما كنت تتوقع، فإنك يمكن أن تعاني من المزيد من الصعوبات حيال ذلك عن والدك وزملائك في الفصل. وإذا حدثت مجموعة كبيرة من الأشياء في ذات الوقت، يمكن أن تعاني من الارتباك بسبب عدم فهم كيفية ارتباط كل هذه الأشياء والأحداث معًا بشكل صحيح. ويمكن أن يجعلك ذلك تشعر بالقلق أو الغضب، وهذا هو السبب وراء تصرفك في بعض الأحيان بشكل مختلف عن الآخرين.

كما يمكن أن تشعر كذلك بمحفزات معينة، مثل الضوء أو الصوت أو الألم، بشكل مختلف. فمثلاً، يمكن أن تبدو الأصوات الخفيفة، مثل صوت نقر القلم، لك على أنها مرتفعة للغاية، كما أنها تشتتتك في الفصل الدراسي.

لا يمكنك رؤية التوحد في الشكل الخارجي، إلا أنك يمكنك ملاحظته داخل الشخص.

وربما يمكن أن تلاحظ مجموعة من تلك العلامات المميزة:

- صعوبة في التعامل مع التغييرات،
- صعوبة في التواصل،
- ضعف الشعور بما يتوقعه الآخرون منك في مواقف معينة،
- تفضيل التعامل في موضوع واحد أو هواية واحدة،
- الشعور بالقلق في المواقف أو المجموعات غير المعروفة،
- فهم مشاعر الآخرين بشكل ضعيف،

- ترغب دائماً في القيام بالأشياء بنفس الطريقة (الالتزام بالروتين)،
- عدم التبصر بوسائل التواصل غير اللفظية، مثل الإيماءات.

بغض النظر عن كون التوحد يمثل مشكلة، يمكن أن تكون هناك أشياء يمكن أن تكون مميزاً فيها نتيجة لمعاناتك من التوحد، مثل:

- التركيز على التفاصيل،
- الأمانة،
- امتلاك قدر كبير (للاغاية) من المعرفة حول موضوع معين،
- الالتزام بالقواعد (الواضحة).

أكثر من ١٪ من الهولنديين، حوالي ١٩٠ ألف نسمة، يعانون من أحد أشكال التوحد. ربما تكون أشخاص آخرون يسكنون في المنطقة المجاورة لك ممن يعانون من التوحد كذلك؟

عندما نشير

إلى التوحد، فإننا نعني المجموعة الكاملة من اضطرابات التوحد، والتي يكون تشخيص الإصابة بالتوحد الكلاسيكي ومتلازمة أسبرجر و PDD-NOS أكثر شيوعاً. وغالبًا ما يشار إلى هذه التشخيصات باسم اضطرابات طيف التوحد (والتي يشار إليها اختصارًا باسم اضطرابات ASD).

ولا يمكن إلا لطبيب توفير الرعاية النفسية تحديد ما إذا كنت تعاني من التوحد أم لا، على أساس الاختبارات المكثفة والمناقشات معك ومع أولياء أهلك. ويتم تشخيص إصابتك بالمرض في حالة الوفاء بسمات معينة والتي تأتي ضمن نطاق DSM الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية، وهو دليل يعتمد عليه الأطباء النفسيين في مختلف أرجاء العالم. وتختلف المعايير لكل تشخيص:

التوحد الكلاسيكي أو التوحد الرئيسي

يتم تشخيص إصابة الطفل بهذا النوع إذا كان يعاني من عدد كبير من السمات الخاصة بالتوحد، وكانت السمات واضحة بالفعل قبل أن يصل الطفل إلى عمر ٣ أعوام.

وغالبًا ما يكون التوحد الكلاسيكي مصحوبًا بضعف الذكاء، إلا أن ذلك ليس ضروريًا.

متلازمة أو اضطراب أسبرجر

السمات المميزة للتشخيص بالإصابة بهذا المرض هو أن الطفل يمكنك التحدث والتعلم بشكل جيد، إلا أنه يعاني من صعوبات في فهم ما يفكر فيه الآخرون أو ما يشعرون به. كما يمكن أن يكون هناك كذلك موضوع معين تعرف عنه قدر كبير من المعلومات، أو نشاط تفضل أن تقوم به طوال اليوم.

PDD-NOS

PDD-NOS هو اختصار لـ: اضطراب النمو المتفشي غير المحدد على نحو آخر. In het Nederlands: Pervasieve Ontwikkelingsstoornis niet anders omschreven. يمكن أن يتم تشخيص إصابتك بهذا المرض إذا لم تكن تعاني من كل السمات المميزة للتوحد، إلا أنك تعاني من بعض منها. أو إذا لم تكن هناك أية معلومات متاحة عن أول أعوام من عمرك.

McDD

يمكن أن يتم تحديد إصابتك بمرض McDD (اضطراب التنمية المعقدة المتعددة) إذا كنت تعاني من السمات المميزة للتوحد، بالإضافة إلى التعرض للغضب بشكل سريع للغاية أو الشعور بالقلق بشكل زائد عن الحد.. وينتمي التشخيص الموضح أعلاه إلى اضطراب PDD-NOS.

تشخيصات أخرى

يمكن أن يصاحب التوحد في بعض الأحوال مرض موروث نادر، مثل متلازمة كلاينفيلتر أو التصلب الحديبي. وربما يتم تشخيص إصابتك بمرض اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه (ADHD) أو الصرع أو الإعاقة العقلية، بالإضافة إلى التوحد.

للحصول على المزيد من المعلومات حول التوحد: www.autisme.nl



"الرفيق يكون أكثر من الصديق."

وربما، مثل الكثيرين من المراهقين المصابين بالتوحد، تشعر بالإغراء تجاه البحث عن "القواعد" المتعلقة بكيفية القيام بذلك، على سبيل المثال من خلال متابعة كيف تتم هذه الأشياء من خلال المسلسلات التلفزيونية أو في مواقع الويب، بما في ذلك مواقع الويب الإباحية. إلا أن هذه الأشياء تتم بشكل مختلف تمامًا في الحياة "الواقعية". ويمكن أن يجعلك مرض التوحد الذي تعاني منه يدفعك إلى تطبيق القواعد التي تعلمتها بشكل صارم للغاية، بدون الشعور بما قد يكون مناسباً في موقف محدد. وهذا الأمر لا يكون سهلاً!

إذا كنت تعاني من مشكلات فيما يتعلق بالتعامل مع المشاعر الجنسية وكل تلك التغييرات التي تحدث في جسمك، يمكنك البحث عن المساعدة حيال ذلك الأمر، مع أولياء أمرك. ويمكنك العثور على المزيد من المعلومات في صفحة ١٠، الصفحة الخاصة بأولياء أمرك.

- بطبيعة الحال، يمكنك البحث عن يعانون من نفس المشكلات على شبكة الإنترنت، أو على موقع Hyves أو على موقع Facebook، على سبيل المثال.

التطور الجنسي

وتماً مثل المراهقين الآخرين، سوف تبدأ في الشعور بالمشاعر الجنسية سواء عاجلاً أو آجلاً. وغالباً ما تبدأ هذه التغييرات بتغيرات تتعلق بالنضج البيولوجي للأعضاء الجنسية، مثل دورة الطمث ونمو الثديين في الفتيات، بالإضافة إلى أول مرة يتم فيها خروج الحيوانات المنوية لدى الذكور. وإذا كنت مصاباً بالتوحد، لا تكون مشجعاً كبيراً للتغييرات، وقد يكون من المرعب للغاية بتلك التغييرات المفاجئة التي تطرأ على جسمك.

ويمكن أن تكون أمور مثل الحب وممارسة الجنس معقدة بشكل إضافي لك، لأنك لا تستشعر بشكل جيد للغاية كيفية التعامل معها، وما هي الأشياء الصحيحة التي ترغب في القيام بها في موقف محدد، وما هو الشيء الخاطئ الذي يمكن القيام به.

الصدقات والترفيه

بالنسبة للكثير من المراهقين، من الضروري الانضمام إلى المجموعات، والشعور بأن زملائك يحبونك. وهناك فرصة كبيرة أن يتطلب الأمر المزيد من الجهد منك لكي تشعر بالانتماء إلى الفصل الدراسي أو إلى المجموعة، لأنك تجد أنه من الصعوبة بمكان الإحساس بما يحبه أو لا يحبه الآخرين في المجموعة. أو لأنك تحب أشياء مختلفة تماماً عنهم. ويمكن أن تكون تبذل جهدك لتغيير طريقة تعاملك في تلك المجموعة، إلا أن ذلك يمكن أن يترك انطباعاً غير طبيعي، وفي بعض الأوقات يمكن أن يؤدي إلى التهمز أو الإغاطة.

وقد تبدأ في التفكير بأن الصدقات لا تكون ضرورية بهذه الدرجة، لأنك تفضل أن تكون بمفردك. أو أنك تكون تعتبر الصدقات أمراً هاماً، ولكنك لا تعرف كيف يمكنك تكوين الصدقات. ويمكن أن يتمكن أحد المراهقين بعمل صدقات بشكل أكثر سهولة من الآخر. وقد تكون تفضل عمل صدقات مع الأطفال الأصغر سناً، أو حتى مع الكبار، إذا كانت لديهم نفس الاهتمامات التي تحبها.

إليك مجموعة من الإرشادات التي يمكن أن تساعدك:

- البحث عن الأنشطة الترفيهية التي تركز على "الفعل" أكثر من الحديث، مثل العزف على آلة موسيقية، والرقص، والرسم والطلاء، والهوايات التي تنطوي على الحيوانات وألعاب الكمبيوتر. ويمكن أن تتفوق في الهواية التي تمارسها.
- الآن، وبعد أن أدركت أنك مصاباً بأحد أنواع التوحد، يمكن أن ترغب في الالتقاء بالمراهقين الآخرين المصابين بالتوحد وممارسة الهوايات الممتعة معهم. وهناك نوادٍ ومقاهٍ خاصة في مجموعة من المواقع في هولندا يمكنهم القيام بذلك فيها. للحصول على المزيد من المعلومات حول أنشطة الترفيه للشباب المصابين بالتوحد في المنطقة التي تعيش بها، الرجاء الاتصال بخط المعلومات والإرشادات في NVA (انظر المربع في صفحة ١١) واستشاريو الترفيه في منظمات MEE الإقليمية (www.mee.nl).

التشخيص

أوسع نطاقاً من تحديد المرض!

سواء كنت تعاني من التوحد الرئيسي أو متلازمة أسبرجر أو PDD-NOS: فإن ذلك لا يعبر كثيراً عنك، أو عن نوع الإرشاد الذي تحتاج إليه. يشمل التشخيص الجيد على قيام موفر الرعاية النفسية لك ولأولياء أمرك بتوضيح السمات المميزة لمرض التوحد التي تعاني منها، والأمور التي تعاني من صعوبات منها بشكل رئيسي، وكذلك الأمور التي تتميز فيها. كما أنك تحصل على إرشادات موجهة وخاصة حول كيفية التعامل مع مرض التوحد الذي يعاني منه طفلك: في المنزل وفي المدرسة وأثناء وقت فراغ الطفل.

تشخيص الإصابة بالتوحد أثناء سن البلوغ

أثناء سن البلوغ، يتغير جسمك، وتكون المدرسة تطلب منك المزيد من الطلاب وبشكل متزايد، ويكون زملائك في الفصل منشغلين بأنفسهم ويشعرون بحساسية شديدة تجاه الكيفية التي يفكر بها الآخرون تجاههم. وربما لا تكون تفهم أي شيء حول كل التغييرات التي تواجهها، ولا تعرف كيفية التعامل معها. ولأنك مصاب بالتوحد، فأنت تتطور بشكل مختلف عن الآخرين من نفس عمرك. ولا يمكنك رؤية ذلك في الإطار الخارجي: فجسمك يتغير تماماً مثل أجسام غيرك من المراهقين. ولكن في الآخرين، فإن نمو الجسم غالباً ما يكون مصحوباً بالحاجة إلى التصرف بطريقة تتسم بالبلوغ بشكل أكبر. ولكن في حالتك، فإن هذه الحاجة يمكن أن تأتي إليك في وقت متأخر للغاية. والكثير من المصابين بالتوحد يشعرون أنهم أصغر من الأشخاص الذين في نفس عمرهم، ويفضلون الأنشطة التي يستمتع بها من هم أصغر منهم سناً، على وجه الخصوص. ويمكن أن يؤدي ذلك إلى حدوث مشكلات في الصدقات.

وفي بعض الأحيان، لا تكون تعرف ما الذي تفعله حيال نفسك أو حيال مرضك بالتوحد، وتشعر بالنعاسة أو القلق أو الغضب أو الاكتئاب. لا تحتفظ بالمشاعر السلبية داخلك، بل اطلب من والديك أو من غيرهم مساعدتك.



اقترح DVD:

DVD: حياة تحفز بشكل حسي. الجزء الثاني: المراهقون المصابون بالتوحد. يعرض قرص DVD هذا كيف يتعامل ماريك وداريل مع التوحد وماهية ذلك بالنسبة لأولياء أمرهما والأصدقاء. وهذا الفيلم هو الجزء الثاني من سلسلة "التوحد مرض يدوم طوال العمر"، والمكونة من ستة أجزاء، من أفلام المعلومات التي تعرض تبعا للتوحد في المراحل المختلفة من الحياة. ولقد تم عمل تلك السلسلة من قبل الجمعية الهولندية للتوحد (NVA)، بالتعاون مع Wonderland Films. وقد فاز الفيلم "حياة تحفز بشكل حسي" بجائزة Golden Heron في عام 2008 كأحسن فيلم وثائقي.

ويمكن طلب هذه الأفلام من الموقع
www.autismeboek.nl

www.betergamen.nl

مجموعة أدوات لمساعدتك إذا كنت تمارس الألعاب بشكل كبير للغاية بحيث لا يكون عندك الوقت للقيام بالأشياء الأخرى التي يتوجب عليك القيام بها.

www.brainwiki.nl

من قبل الأشخاص الذين يعانون من مشكلات نفسية ولهم، بما في ذلك التوحد.

هل ترغب في معرفة المزيد حول التوحد؟

مقترحات للقراءة:

- كتب الكثير من المراهقين المصابين بالتوحد خبراتهم حيال الإصابة بالتوحد. كما يمكنك كذلك العثور على قصص للمراهقين المصابين بالتوحد على شبكة الإنترنت. وإليك بعض الكتب ومواقع الويب المقترحة المكتوبة من قبل المراهقين المصابين بالتوحد أولهم:
- Alone in My World (ويسيل برويكويس)
- Jackasses and Asperger's Syndrome.
- A manual for puberty Coping. A Survival Guide for People with Asperger's Syndrome (ليوك جاكسون)
- (مارك سيجار)

خاص للفتيات:

- Aspergirls (رودي سيمون)

الدليل:

- Guide for Teenagers with Autism (كارولين فان دير فيلدي)

الإرشادات عبر الويب:

www.autisme.nl
Dutch Autism Association. قم بزيارة صفحتنا على موقع Facebook أو تابعنا على Twitter (@autismeNVA).

www.autismeplein.nl

نبذة عن التوحد والإعلام الجديد.

www.sociaalopstap.nl

تطبيقات للهاتف الذكي لمساعدتك في المواقف الصعبة في المدرسة وفي أماكن أخرى.

"في السوق التجاري الذي
أعمل به الآن، إنهم مميزين
للعناية فيما يتعلق بأخذي في
الاعتبار."

الاستعداد للمستقبل

آخر بعد ذلك حيث يمكنك استخدام مهاراتك. ولكن حتى بدون نتائج الاختبار الجيدة، تكون هناك خيارات أخرى.

أثناء فترة البلوغ، يتم اتخاذ خيارات هامة للمستقبل: أين ترغب أن تعيش وأن تعمل عندما تصبح بالغاً؟ وربما لا تكون تفكر بعد حول مستقبلك، إلا أنه من الضروري البدء في الحديث مع أولياء أمرك حول هذا الأمر.

على سبيل المثال، من أجل أن تتخذ الخيار الصحيح لك بعد إنهاء الدراسة الثانوية، الخيار الذي يناسبك.

إذا كنت تعاني من التوحد، سوف تحتاج إلى المزيد من الإرشادات بالإضافة إلى إرشادات واضحة في المدرسة لكي تكون قادراً على النجاح في الاختبارات. ويكون ذلك ممكناً في المدارس العادية، إلا أن مدرسة ذوي الاحتياجات الخاصة يمكن أن تكون أكثر مناسبة لك. اطلب من أولياء أمرك ومدرستك العمل معك لضمان أنك تحصل على تعليم مناسب بشكل حقيقي ويكون مناسباً للاختبارات. وهذا الأمر يستحق الصراع من أجله! ولأن النجاح في الاختبارات يكون أمراً ضرورياً ومفيداً، حتى يمكنك العمل في مكان

معلومات للأباء

بصفتك ولي أمر لأحد المراهقين المصابين بالتوحد، سوف تواجه في بعض الأوقات حالة من نقص الإدراك. ويتوقع الناس منك أن تمنح ابنك المراهق أو ابنتك المراهقة المزيد من الحرية، في حين أنه في الواقع يتطلب ابنك أو ابنتك المزيد من الإرشادات والمراقبة. ونتيجة لذلك، يمكن أن يعتقد أولياء الأمر الآخرين، بالإضافة إلى ابنك أو ابنتك، أنك تخاف للغاية على ابنك. إذا كانت لديك معلومات جيدة حول ماهية التوحد، يمكن أن تكون قادرًا على خلق المزيد من التفاهم لدى الأشخاص الموجودين حولك (اطلع كذلك على اقتراحات القراءة في صفحة ٩). ولأسوء الحظ، لا يمكن أن يتم علاج مرض التوحد، إلا أنه من خلال الإرشادات الصحيحة، يمكن أن يذهب المصابون بالتوحد إلى المدرسة أو العمل كما يمكنهم بناء علاقات ذات مغزى مع الأشخاص الآخرين. وإليك مجموعة من الإرشادات والاقتراحات لمساعدة ابنك المراهق أو ابنتك المراهقة المصاب بالتوحد خلال هذه المرحلة الهامة من الحياة:

التعامل مع التوحد في أسرته

مع كل التوتر والتحفيز في المدرسة، غالبًا ما يقوم الأطفال المصابون بالتوحد بالتفريغ في المنزل، ويمكن أن يؤدي ذلك إلى إزعاج الآخرين. ولا يمكنك منع ذلك، لكن تحقق من فصل المنطقة التي يستخدمها الطفل في هذا الشأن. بحيث لا يكون ذلك على حساب باقي أفراد الأسرة. يمكن أن يساعد الدعم من مدرب للأسرة أو مستشار لإرشاد ولي الأمر على تحقيق توازن جيد فيما يتعلق بهذا الأمر. ولكي تتحقق من أنكم جميعكم لديكم القدرة على الاستمرار: تحقق من توفر قدر كبير من الاسترخاء لكل أفراد الأسرة.

الإرشادات فيما يتعلق بتعليم ممارسة الجنس

تم تطوير المنهجيات خصيصًا لهذه المجموعة المستهدفة:

- Asberger's Syndrome and Sexuality in Adolescence and Adulthood (إيزابيل هيناولت)
- seks@autisme.kom. برنامج لمساعدة الشباب والكبار المصابين بالتوحد فيما يتعلق بالتعرف على العلاقات والجنس (هانز هيلمانز وبيتر فيرمولين وآخرون)
- relaties@autisme.kom. الجزء الثاني. (تحرير بيتر فيرمولين وسيلفي كاربنت)

الوسائط والألعاب الجديدة

يبدو المراهقون المصابون بالتوحد في بعض الأحيان أنه لا يوجد لديهم حدود لسلوكيات الألعاب الخاصة بهم واستخدام الإنترنت. يحتوي هذا الكتاب على إرشادات لمساعدتك على الوصول إلى التوازن في ذلك:

- Gaming and autism (هيرم كيسجيس وإيرنو ميجلاند)

الاستعداد معًا للمستقبل

يمكن أن تساعدك مواقع الويب التالية في هذا الأمر:

- المعلومات والإرشادات المتعلقة بإرشاد التلاميذ المصابين بالتوحد في التعليم الثانوي، وعند الانتقال إلى مستويات التعليم التالية: www.landelijknetwerkautisme.nl
- المعلومات والإرشادات المتعلقة بالانتقال إلى الحياة بشكل منفرد (مع الإشراف، حسب الضرورة): www.woonpuntautisme.nl

ماذا إذا كان المراهق المصاب بالتوحد لا يرغب في الحصول على أي مساعدة؟

- في بعض الحالات، يرفض المراهقون المصابون بالتوحد كل أشكال المساعدة. ويمكن أن يصيبك هذا الأمر كوالد بشعور بالعجز. إلا أنه من المفيد إدراك أن حالات الرفض هذه غالبًا ما تكون مؤقتة. ويمكن أن يقبل طفلك الطرق الأخرى، مثل:
- الموارد الرقمية، مثل التدريب الإلكتروني وتطبيقات الهاتف الذكي،
- شخص من نفس العمر ليقوم بدور "الرفيق" للمساعدة العملية وللاستمتاع معه. هناك مشروعات في مناطق متنوعة حيث يتم استخدام متطوعين أو طلاب لهذا الغرض.

مقترحات للقراءة:

- الانسجام بالصعوبة بشكل غير مقصود أثناء فترة البلوغ والمراهقة. الاطلاع على الاضطرابات التنموية وغيرها من الاضطرابات التي تحدث بشكل متكرر. (مونيك بارد، وديزيرييه فان دير إيلست، وميكي فان ليجينهورست)

مواقع ويب للمنظمات التي يمكن أن تساعدك بشكل أكبر:

www.autisme.nl

الجمعية الهولندية للتوحد (NVA) توفر معلومات وإرشادات وإمكانية التواصل بين المشتركين في المعاناة، كما أنها تمثل مصالح الأشخاص المصابين بالتوحد والأشخاص المحيطين بهم.

www.autipas.nl

مورد مفيد لمساعدة الأشخاص الآخرين على فهم التوحد.

www.mee.nl

توفر MEE معلومات ونصائح حول دعم الأشخاص المصابين بالتوحد وأسره في المنطقة التي تقيمها. يمكنك العثور على تفاصيل العنوان لمنظمات MEE الإقليمية من خلال موقع الويب www.mee.nl.

www.cce.nl

مركز الاستشارات والخبرات (CCE) متاح للعملاء وأسره، للتفكير في مواقف توفير الرعاية في حالة الفشل.

www.landelijknetwerkautisme.nl

معلومات وإرشادات حول التوحد فيما يتعلق بالتعليم.

www.onderwijsconsulenten.nl

يمكن توفير استشاري التعليم إذا كان الطفل معرضًا للتخلف بشدة عن المدرسة، أو إذا كان يدرس في المنزل بالفعل.

www.handicap-studie.nl

معلومات حول الدراسة مع وجود قيود أو أثناء وجود إعاقة، بما في ذلك المعلومات المتعلقة بالتوحد.

معلومات و إرشادات من وإلى أولياء الأمور

إذا كانت لديك أية أسئلة حول التعامل مع التوحد لدى الأطفال، يمكنك الاتصال بخط المعلومات (I&A) الخاص بالجمعية الهولندية للتوحد (NVA)، سوف يتم تمريرك إلى متطوع مدرب، يعرف من خلال التجربة مدى الإصابة بالتوحد. وبعض المتطوعين يكون لديهم طفل مصاب بالتوحد، في حين أن بعض المتطوعين الآخرين قد عانوا من التوحد أنفسهم. ويساعدك المتطوعون على العثور على المعلومات، وتوفير الإرشادات، كما يصغون إليك على أساس الخبرات التي اكتسبوها من التجارب التي مروا بها. للتعرف على المزيد من المعلومات:

www.autisme.nl
0900-2884763 / 0900-AUTISME
€ 0.05 لكل دقيقة
i&a@autisme.nl

"اعتقد الجميع أنهم يدركون كيف يجب أن أتعامل مع بونو. عجبًا!"

This is a publication of the Dutch Autism
Association

This booklet is intended for teenagers who have
received a diagnosis of classic autism, Asperger's,
PDD-NOS or McDD, and their parents.

الجمعية الهولندية للتوحد (NVA)

Weltevreden 4c

3731 AL De Bilt

هاتف: ٠٣٠-٢٢٩٩٨٠٠

فاكس: ٠٣٠-٢٦٦٢٣٠٠

البريد الإلكتروني: info@autisme.nl

موقع الويب: www.autisme.nl

ادعم صندوق التوحد من
خلال الإيداع في giro 479



Nederlandse
Vereniging voor
Autisme

