

مواجهه با احساسات خود در برابر تشخیص اختلال طیف اتیسم کودکان

1. نخستین واکنش به تشخیص اتیسم، شوک است. شما به وسیله برچسبی که بر فرزندتان خورده است، احساس سردرگمی یا بهت میکنید. تشخیص را زیر سوال میبرید. گاهی اوقات بدنبال دکتر دیگری میگردید که به شما خبر کمتر تهدید کننده ای بگوید. این برچسب به طور ناگهانی فرزندتان را برای شما به یک غریبه تبدیل می کند.

2. عدم پاسخگویی مداوم فرزندتان باعث احساس ناکارآمدی در شما می شود. در این زمان این احساسات تبدیل به خشم طاقت فرسا می شود. ممکن است شما به طور مستمر از خود پرسید چرا من؟ شما به والدینی که کودک غیر اتیستیک دارند، ممکن است غبطه بخورید و وقتی به نظر می رسد آنها از شرایط مساعد خود بی اطلاع هستند، خشمگین شوید.

3. این خشم طاقت فرسا نسبت به کودک و سایرین، شما را خسته کرده و سبب فوران ناراحتی و احساس گناه و اضطراب می شود، زیرا شما برای فقدان کودکی که در طول بارداری و پیش از تشخیص میشناختید، سوگواری می کنید. اگر هنوز نپذیرفته اید شما علت اتیسم کودکان نیستید، احساس گناه افزایش می یابد. شما نگران این هستید که چگونه با تربیت یک کودک دارای اتیسم دست و پنجه نرم کنید. به همین دلیل در این دوره ممکن است متخصصان و درمانگران متعددی را ملاقات کنید و حتی گاهی از شاخه به شاخه دیگر بپرید.

4. با گذشتن از مراحل طبیعی سوگ که در بالا توضیح داده شد، در نهایت شما با احساس های متعارض خود کنار می آید. شما ویژگی هایی قبل از تشخیص را به یاد می آورید. شاید تشخیص به شما کمک کند کودکان را بهتر بشناسید. دیگر با هر موفقیت کودکان لذت میبرید.

میتوان گفت تجربه احساساتی مانند ترس، خشم، اضطراب و ناراحتی بدنبال تشخیص فرآیندی طبیعی است، که تنها لازم است فرد از این احساسات آگاهی داشته باشد. آنچه نگران کننده است، ماندن در هر یک از مراحل بالا است که باعث می شود در نهایت فرد به پذیرش نرسد. اگر در هر یک از مراحل فوق احساس کردید نیاز به کمک بیشتری دارید، حتما به روانشناس مراجعه نمایید.

منبع: روش های تربیت کودک اتیسم (راهنمای عملی والدین)/ مارلین تارگ بریل/ ترجمه دکتر دهنوی و علمدارلو