

الله الرحمن الرحيم



# ارزیابی و آموزش مهارت‌های اجتماعی در کودکان طیف اوتیسم

مرکز جامع اوتیسم بیمارستان اسدآبادی، دانشگاه علوم  
پزشکی تبریز  
دکتر لیلا مهدیزاده

# مهارت اجتماعی

- ▶ مهارت های اجتماعی مجموعه توانمندی هایی است که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فرد می شود.
- ▶ هر فرد برای زندگی موفق در یک جامعه، علاوه بر مهارت های فردی به مهارت های اجتماعی نیاز دارد.
- ▶ مهارت اجتماعی به مجموعه رفتارهای فراگرفته قابل قبولی گفته می شود که فرد را قادر می سازد تا با دیگران رابطه موثر داشته و از عکس العمل های نامعقول اجتماعی خودداری کند.
- ▶ آموزش مهارت های اجتماعی، روشی برای بهبود مهارت های رفتاری کودکان است.

# در تعریف مهارت اجتماعی، ویژگی های ذیل مورد قبول اکثر محققان است:

(۱) ارتباط فرد با فرد که شامل تبادل و تفسیر پیام هاست.

(۲) به صورت کلامی (سخن، لغات یا جملات) و یا غیر کلامی (استفاده از چشم، تن صدا، بیانات چهره ای و ژست ها) می باشد.

(۳) از فرهنگ و گروه اجتماعی که فرد در آن زندگی می کند، تأثیر می پذیرد.

(۴) از طریق اجتماعی رشد پیدا می کند. این تقویت در صورتی مؤثر است که مورد علاقه فرد بوده و برانگیزاننده باشد.

(۵) طبیعت دو جانبه دارد و رفتارهای دو سویه را می طلبند. از عوامل محیطی، سن، جنس و موقعیت دیگر افراد، تأثیر می پذیرد

# آموزش مهارت های اجتماعی

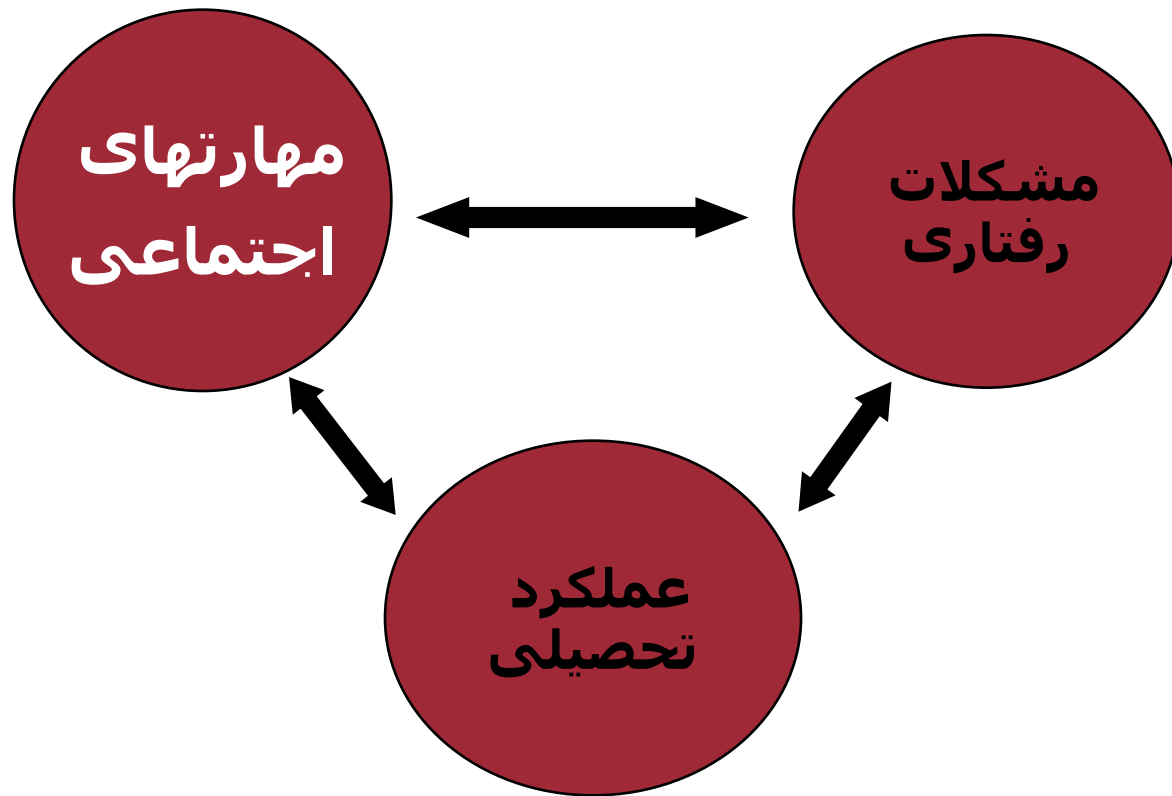
▶ آموزش مهارت های اجتماعی بر پایه این اصل قرار دارد که مشکلات کودکان در این حیطه غالباً به این دلیل است که کودکان نمی دانند در موقعیت های اجتماعی چگونه رفتار کنند و می توان کودکان را برای غلبه به این مشکلات آموزش داد.

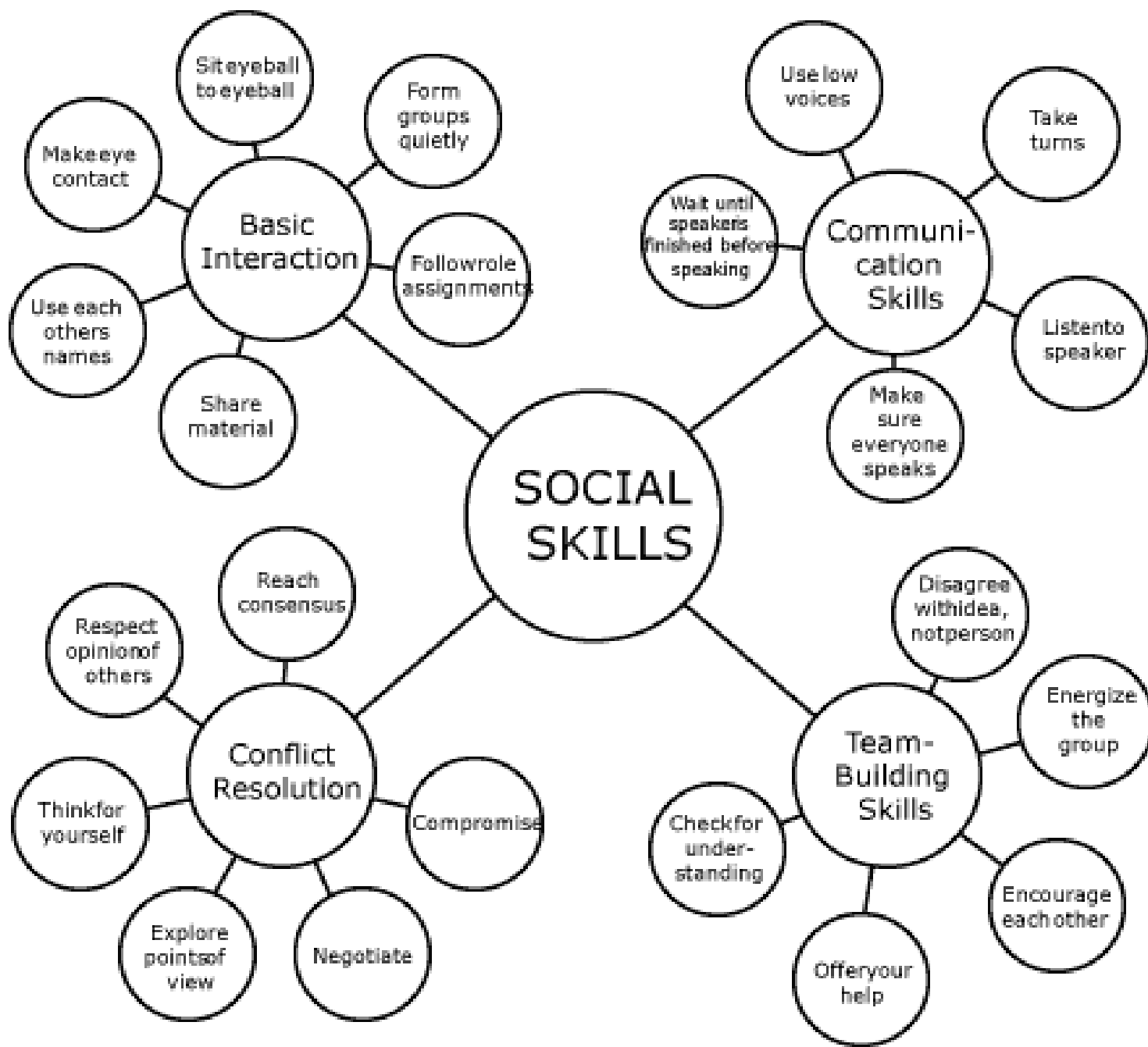
▶ مهارت های اجتماعی، مجموعه رفتارهای اکتسابی است که از طریق مشاهده، مدل سازی، تمرین و بازخورد آموخته می شود و دارای ویژگی هایی است و رفتارهای کلامی و غیر کلامی را در بر می گیرند و پاسخ های مناسب و مؤثر را در بر دارند، بیشتر جنبه تعاملی داشته، تقویت اجتماعی را به حداکثر می رسانند و بر اساس ویژگی ها و محیطی که فرد در آن واقع شده است، توسعه می یابند و از طریق آموزش رشد می کنند.

# آموزش مهارت های اجتماعی

- ▶ به طور خاص در افراد مبتلا به اختلالات طیف اوتیسم، نقص در مهارت های اجتماعی، یک نقص مرکزی به شمار می رود.
- ▶ مطالعات نشان داده اند که اگرچه کودکان عادی این مهارت ها را معمولا خودبخود و در جریان تعاملات معمول، کسب می کنند، در کودکان مبتلا به طیف اوتیسم، یادگیری آنها نیازمند آموزش مستقیم و قدم به قدم است.
- ▶ نقص در مهارت های اجتماعی در اختلالات طیف اوتیسم پیشگویی کننده ای قوی برای مشکلات تحصیلی، طرد از جانب همسالان و احساس ناشادمانی و ضعف اعتماد به نفس، اضطراب، افسردگی، و سایر انواع سایکو پاتولوژی هستند.

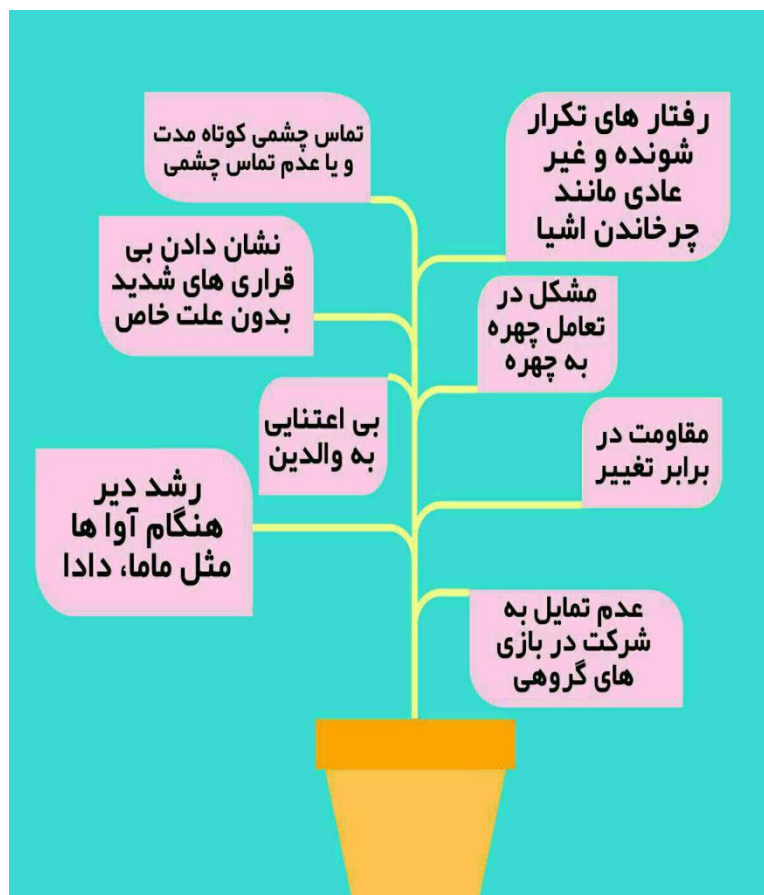
# Social Skills, Problem Behaviors, and Academic Functioning are Interrelated







# درخت اوتیسم علائم و نشانه های اوتیسم



## «مهارت های اجتماعی پایه» چه هستند؟

▶ **ارتباط چشمی:** توانایی ایجاد ارتباط چشمی با دیگران هنگام گوش دادن به سخن آن ها و یا هنگامی که با آن ها حرف می زنید دست کم برای یک دوره ی زمانی کوتاه.

▶ **بیانات چهره ای:** خندیدن، ابراز علاقه.

▶ **فاصله ی اجتماعی:** دانستن اینکه در چه فاصله ای نسبت به فرد مقابل قرار بگیریم و چه موقع برقراری تماس بدنی مناسب است.

▶ **چگونگی صدا:** حجم صدا، زیری و بمی صدا، میزان گفتار، وضوح، محتوی.

## «مهارت های اجتماعی پایه» چه هستند؟

**احوال پرسى با ديگران:** آغاز ارتباط يا پاسخ گويى به احوال پرسى، دعوت کردن یک کودک دیگر برای پیوستن به شما در بعضی فعالیت ها.

**گفت و گو کردن:** مهارت های محاوره ای مناسب سن، بیان احساسات، سوال کردن، گوش کردن، ابراز علاقه، پاسخ دادن به پرسش ديگران.

**بازی و کار کردن با ديگران:** رعایت کردن مقررات، مشارکت، قول دادن، کمک کردن، نوبت گرفتن، تعارف با ديگران، قدردانی، ابراز تأسف.

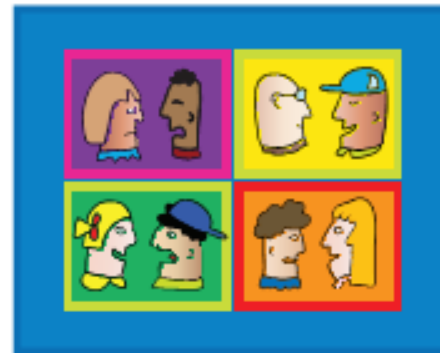
**جلب توجه و يا درخواست کمک:** استفاده از راه های مناسب.

**حل کردن تعارضات درونی:** مهار پرخاشگری، فرو نشانیدن خشم خود و تحمل خشم ديگران، پذيرش انتقاد.

آراستگی و بهداشت

The Vanderbilt Treatment and Research Institute for Autism Spectrum Disorders (TRIAD) is dedicated to improving assessment and treatment services for children with autism spectrum disorders and their families while advancing knowledge and training.

## TRIAD Social Skills Assessment



Assessing Children with  
Autism Spectrum Disorders

## ارزیابی مهارت های اجتماعی در کودکان طیف اوتیسم

- ▶ این ارزیابی برای کودکان سنین ۶-۱۲ سال طراحی شده است که مهارت‌های پایه خواندن در سطح اول دبستان را دارند. این دستورالعمل معیار محور است و دانش و مهارت‌ها را در سه حوزه ارزیابی می‌کند: (a) شناختی، (b) رفتاری و (c) عاطفی.
- ▶ حوزه شناختی به بررسی توانایی کودک در شناخت نقطه نظرات افراد دیگر می‌پردازد.
- ▶ جوانب رفتاری به تعیین توان کودک برای شروع و حفظ تعاملات و پاسخ مناسب به افراد دیگر می‌پردازد.
- ▶ مولفه‌های عاطفی به ارزیابی توانایی‌های کودک برای شناخت عواطف اصلی و پیچیده می‌پردازند.

# ارزیابی مهارت های اجتماعی در کودکان طیف اوتیسم

▶ سه منبع اطلاعات در ارزیابی دخیل هستند: (۱) گزارش والد (۲) گزارش معلم (۳) مشاهده و تعامل مستقیم با کودک.

▶ اطلاعات ارائه شده توسط والد، توصیفی از مهارت‌های اجتماعی کودک در خانه و موقعیت های اجتماعی را ارائه می‌کند. اطلاعات ارائه شده توسط معلم، توصیفی از مهارت‌های اجتماعی در مدرسه را فراهم می‌کند. والدین و معلمان همچنین هر دو، رفتارهای مختل کننده ی کودک را درجه بندی می‌کنند. در نهایت، ارزیابی مستقیم کودک، اطلاعات بیشتری در مورد مهارت‌های کودک آنگونه که در خلال تعامل با یک درمانگر مشاهده می شود، ارائه می‌کند.

▶ اطلاعاتی که از منابع مختلف به دست می آید باید از دیدگاه نکات قوت و ضعف کودک مورد تفسیر قرار گیرد. سپس یک گزارش ساده ارائه می‌شود، این گزارش می‌تواند برای تعیین اهداف آموزشی برای مدرسه، خانه و مراکز بالینی مورد استفاده قرار گیرد.

## ▶ فرم‌های ارزیابی والد

▶ فرم‌های ارزیابی متشکل از سه مولفه هستند: (۱) مقیاس ارزیابی مشکلات رفتاری (۲) سنجش مهارت‌های اجتماعی و (۳) فرم ارزیابی یا رتبه بندی مهارت‌های اجتماعی.

▶ مقیاس ارزیابی مشکلات رفتاری، حاوی معرف‌های رفتاری است که پاسخ‌دهنده بر اساس یک مقیاس چهار درجه‌ای (متغیر از اصلاً مشکل‌ساز نیست تا بسیار مشکل‌ساز) آن را درجه بندی می‌کند. از ارزیاب همچنین خواسته می‌شود تا مشخص کند که کدامیک از این رفتارها در توان کودک برای **دوست‌یابی و حفظ دوستی**، اختلال ایجاد می‌کند.

▶ سنجش مهارت‌های اجتماعی فرصتی برای والدین جهت ارائه یک پروفایل فردی از علایق و امکانات دوست‌یابی کودک فراهم می‌کند. سوالات، تعداد دوستان، تعداد فرصت‌های تعامل با همسالان و اولویت انواع مختلف فعالیت‌های اجتماعی را مورد توجه قرار می‌دهند.

▶ فرم ارزیابی مهارت‌های اجتماعی شامل معرف‌های رفتارهای اجتماعی در حوزه‌هایی است که شامل شناخت عاطفی، درک نقطه نظرات، شروع تعاملات و حفظ تعاملات است. پاسخ‌دهنده، توان کودک برای انجام هر رفتار را در یک مقیاس چهار درجه‌ای رتبه‌بندی می‌کند که از "نه بسیار خوب" تا "بسیار خوب" متغیر است. سوالات پیگیری به والدین فرصت بیان اهداف و دغدغه‌های ویژه خود برای توسعه مهارت‌های اجتماعی کودکشان را می‌دهند.

## فرم های ارزیابی معلم:

▶ فرم های ارزیابی معلم متشکل از سه مولفه است که موازی با فرم های ارزیابی والد می باشد: (۱) مقیاس رده بندی مشکلات رفتاری (۲) سنجش مهارت های اجتماعی و (۳) فرم رتبه بندی یا ارزیابی مهارت های اجتماعی.

▶ **مقیاس رتبه بندی مشکلات رفتاری** شامل معرف های رفتاری است که پاسخ دهنده بر اساس يك مقیاس چهار درجه ای (متغیر از "بدون درد سرساز" تا "خیلی دردسرساز) آن را در مورد کودکش درجه بندی می کند. همچنین از پاسخ دهنده خواسته می شود تا مشخص نماید که کدامیک از این رفتارها در توان کودک برای پیدا کردن دوست و حفظ دوست اختلال ایجاد می کند.



## فرم های ارزیابی معلم:

▶ **سنجش مهارت‌های اجتماعی**، امکانی برای معلمان فراهم می‌کند تا یک نمای فردی از فرصت‌ها و تمایلات کودک برای دوست‌یابی در مدرسه ارائه کنند. سوالات، تعداد دوستان، تعداد فرصت‌های تعامل با همسالان و تمایل به انواع متفاوتی از فعالیت‌های اجتماعی را مورد بررسی قرار می‌دهند.

▶ **فرم رتبه‌بندی مهارت‌های اجتماعی**، شامل معرف‌ها یی از رفتارهای اجتماعی در حوزه‌های شناخت عاطفی، درک نقطه نظرات، شروع تعاملات و حفظ تعاملات می‌باشد. پاسخ‌دهنده، توان کودک به انجام هر رفتار را در يك مقیاس چهار درجه‌ای (از "نه خیلی خوب" تا "خیلی خوب") رتبه‌بندی می‌کند. سوالات بعدی به مربیان، فرصت بیان دغدغه‌های خاص و اهداف خاص برای پیشرفت مهارت‌های اجتماعی کودک را می‌دهند.

## تعامل مستقیم با کودک:

- ▶ مولفه‌ی تعامل مستقیم با کودک در یک محل به صورت یک به یک (رودررو) انجام می‌گیرد.
- ▶ این بخش از ارزیابی، متشکل از چند بخش است: (۱) مکالمه (۲) شناخت اجتماعی (۳) ایفای نقش و (۴) انگیزش اجتماعی.
- ▶ فعالیت‌های این بخش، اطلاعات مفیدی در جهت هدف گذاری برای آموزش مهارت‌های اجتماعی فراهم می‌کنند و همچنین توانایی کودک برای شناخت استراتژی‌های مداخله‌ای مختلف از قبیل نقش بازی کردن و استفاده از یک مقیاس رده‌بندی را ارزیابی می‌کنند.

**۱- مکالمه:** این فعالیت متشکل از چهار سوال باز پاسخ است که در جهت کمک به فرد ارزیاب برای ایجاد ارتباط با کودک و ارزیابی مهارت‌های محاوره‌ای کودک طراحی شده اند، يك چك لیست، رفتارهای کلامی و غیرکلامی را که کودک در طول مکالمه با ارزیاب استفاده می‌کند، توصیف می‌کند.

**۲- درک اجتماعی:** این قسمت از ارزیابی متشکل از چند فعالیت است که درک کودک از مهارت های اجتماعی را در موقعیت های متنوعی مورد ارزیابی قرار می دهد.

**الف) فعالیت توجه مشترک**

**ب) تصاویر احساسات / شرایط**

**ج) فعالیت درک نقطه نظرات**

**۳- نقش بازی کردن:** این فعالیت جهت ارزیابی توان کودک برای شروع و پاسخ مناسب به تعامل و اجرای نقش به کار برده می‌شود.

**۴- فعالیت انگیزش اجتماعی:** این مورد جهت ارزیابی انواع فعالیت‌هایی که کودک از آن‌ها لذت می‌برد و نیز ارزیابی علاقه کودک به تعاملات با کودکان دیگر، طراحی شده است. کودک چك لیستی را تکمیل می‌کند که نشان می‌دهد آیا او شرکت در فعالیت را اصلاً دوست ندارد، کمی دوست دارد یا خیلی دوست دارد. فرد ارزیاب بر اساس چك لیست از کودک همچنین می‌پرسد که آیا کودک ترجیح می‌دهد که فعالیت را به تنهایی، با کودکان دیگر یا با خانواده انجام دهد.

# تفسیر و تهیه گزارش

▶ TSSA، یک ارزیابی تلفیقی است که اطلاعات مفیدی درباره دغدغه‌ها و نکات قوت رفتاری و اجتماعی کودک ارائه می‌کند. اطلاعاتی که از هر بخش از TSSA بدست می‌آید یک راهنمای کیفی و ذهنی درباره عملکرد کودک در مکانهای متعدد از جمله خانه، مدرسه و مرکز ارزیابی مستقیم می‌باشد.

▶ در حال حاضر، هیچ مطالعه‌ی تحقیقاتی وجود ندارد که درباره عملکرد شخصی کودک براساس پرسشنامه‌های والد و مربی یا بر اساس موارد ارزیابی خاص اطلاعات هنجاری یا کمی ارائه کند. با این حال، از هر بخش از این ارزیابی می‌توان اطلاعات بسیار مفید و مهمی را جمع‌آوری کرد که راهنمای توصیه‌های درمانی خواهند بود.

# تفسیر و تهیه گزارش

▶ گزارش ارزیابی باید شامل بخشهای زیر باشد:  
اطلاعات پس‌زمینه ای و ارجاعی، توصیف ابزار ارزیابی،  
مشارکت و تلاش فرد ارزیابی شونده ، سبک تعامل،  
رفتارهای مزاحم در فرایند ارزیابی، خلاصه گزارشات  
مربی و والد، خلاصه تعامل مستقیم کودک و  
توصیه‌هایی برای اهداف و مداخلات.

## خلاصه ارزیابی:

- ▶ ضعف ها و قوت های نسبی کودک را براساس تعامل مستقیم کودک و گزارشات والد و مربی توصیف کنید. از این بخش برای نشان دادن حوزه‌هایی که به مداخله ی مستقیم نیاز دارند، استفاده کنید.
- ▶ پرسشنامه‌های مربی و والد را با نتایج حاصل از مشاهده ی مستقیم کودک تلفیق کنید. تفاوت‌ها و تشابهات بین رفتار گزارش شده و مشاهده شده ی کودک در موقعیت های مختلف را بیان کنید و علت آنها را حدس بزنید. برای مثال، آیا حمایت‌های خاصی در محل وجود دارد که به کودک امکان عملکرد بسیار مناسب در يك مکان نسبت به مکان دیگر را می‌دهد؟ آیا کودک با افراد بزرگتر بهتر از همسالان تعامل دارد؟

## طریقه نوشتن نتایج ارزیابی:

### مشاهده بازی کودک

کنار هر آیتمی که اتفاق افتاده است، علامت بزنید.

### مهارت های ارتباطی

کودک از ژست ها در طی بازی استفاده کرده است؟  
استفاده از لغات داشته است؟  
از والدین تقاضا و یا سؤال داشته است؟

### مهارت های اجتماعی

جستجو برای تماس با والدین داشته است؟ چگونه؟  
نگاه به صورت والدین داشته است؟ به چه میزان و با چه کیفیتی؟  
پاسخ به نام داشته است؟ چگونه و بعد از چند بار مورد خطاب قرار دادن؟

### مهارت های رفتاری و تخیلی

تقلید از رفتار دیگران و بازی خیالی داشته است؟ چگونه؟  
بی قرار و پر جنب و جوش است؟  
به جایی خیره می شود؟  
رفتارهای کلیشه ای دارد؟

# آموزش مهارت های اجتماعی بر اساس اهداف زیر در طرح مداخله رفتاراجتماعی تلفیق شده اند:

▶ هدف ۱: شناخت عاطفی / درک احساس و نقطه نظرهای دیگران

▶ هدف ۲: آغاز تعامل و گفتگو

▶ هدف ۳: پاسخ به آغاز گفتگوها

▶ هدف ۴: حفظ تعاملات و گفتگوها



## هدف #۱: شناخت عاطفی / درک احساس و نقطه نظرات دیگران :

### **اهداف خاص:**

- شناخت مفهوم حالات چهره ی افراد دیگر
- شناخت مفهوم زبان بدن افراد دیگر
- استفاده از حالات متعارف چهره برای بیان احساسات خود (برای مثال: بلند کردن ابروها به هنگام تعجب کردن یا جمع کردن ابروها در زمان خشم) .
- استفاده از اشارات یا زبان بدن برای برقراری ارتباط (برای مثال استفاده از علامت دست برای نشان دادن موقعیت، دست به سینه شدن به هنگام خشم)
- درک احساسات و افکار متفاوت دیگران
- درک نقطه نظرات دیگران (قرار دادن خود به جای دیگری)
- شناخت آنچه موجب می شود افراد دیگر احساسات اصلی از قبیل شادی، ناراحتی یا ترس را داشته باشند.
- شناخت آنچه موجب بروز عواطف پیچیده (از قبیل تعجب، احساس گناه یا خجالت) در افراد دیگر می شود.

## هدف #۲: آغاز تعامل

### **اهداف خاص:**

- شروع احوالپرسی با افراد آشنا به صورت خودبخودی
- دعوت دیگران به بازی
- ملحق شدن به گروه بچه‌هایی که در حال بازی هستند.
- درخواست مستقیم چیزی که می‌خواهد از دیگران .
- کمک خواستن از دیگران در موقعی که نیاز دارد.
- شروع مکالمات با دیگران
- جلب توجه دیگران قبل از صحبت با آنها
- کمک‌رسانی به افرادی که به کمک نیاز دارند.
- تسلی دادن افراد آسیب دیده یا ناراحت.
- عذرخواهی مودبانه به هنگام آسیب رساندن به افراد، بدون اینکه به او یادآوری شود.
- تبریک گفتن به افراد دیگر و تمجید از آن‌ها به خاطر دستاوردها و موفقیت‌هایشان و آرزوی موفقیت کردن برای ایشان.

## هدف #۲: پاسخ به آغاز گفتگوها

### اهداف خاص:

- پاسخ دوستانه در صورت خوشامدگویی از سوی دیگران.  
- پاسخ دوستانه وقتی دیگران او را دعوت به بازی می‌کنند.

- پاسخ دوستانه به سوالات یا درخواست‌های دیگران.  
- پاسخ دوستانه، وقتی دیگران درصدد شروع گفتگو با او هستند.

- پاسخ مثبت به تمجیدها.

## هدف #۲: حفظ تعاملات و گفتگوها

### اهداف خاص:

- بازی توام با تشریک مساعی با دیگران (برای مثال، به اشتراک گذاشتن، حفظ نوبت، رعایت قوانین)
- انجام بحث‌ها و گفتگوها درباره موضوعات مختلف
- صحبت درباره موضوعات مورد توجه فرد دیگر
- حفظ مکالمه با به رد و بدل کردن اطلاعات و پرسیدن سوالات از فرد دیگر
- حفظ موضوع در طول مکالمات
- گوش دادن به صحبت دیگران و استفاده از این اطلاعات در طول مکالمه
- رد و بدل کردن مکالمه با صحبت کردن و گوش دادن به مدت زمان تقریباً یکسان
- حفظ تماس چشمی با دیگران در طول تعاملات و گفتگوها
- صحبت با لحن صدای مناسب در طول مکالمات
- خندیدن دوستانه به دیگران یا نشان دادن اینکه به چیزی علاقه دارد
- احترام به حریم شخصی دیگران در طول مکالمات (یعنی عدم ایستادن خیلی دور یا خیلی نزدیک)
- عدم قطع مکالمه و منتظر اتمام صحبت دیگران شدن قبل از بیان اطلاعات خود

# چهارچوب های مداخله‌ای

چهارچوب های مداخله‌ای که ممکن است در کار با این کودک مفید باشند:

- آموزش شخصی سازی شده و هدفمند مهارت های اجتماعی
- جفت کردن همسالان در کلاس درس
- شرکت در یک گروه کوچک و ساختارمند متشکل از همسالان برای آموزش مهارت های اجتماعی، بطور هفتگی
- فعالیت های توأم با تشریک مساعی با همسالان در کلاس درس که به کودک امکان رد و بدل کردن علاقه را می‌دهد.

# راهبردهای پیشنهادی برای انجام مداخلات

- ایفای نقش
- آموزش سناریوهای اجتماعی
- استفاده از مطالب کتبی که کودک می‌تواند بخواند (برای مثال کتابهایی که موضوعات اجتماعی را نشان می‌دهند، چک لیست‌هایی که به عنوان یادآورهای رفتاری به کار می‌روند).
- استفاده از مطالب و علامت‌های تصویری (برای مثال تصاویر)
- استفاده از یک جدول تصویری برای نشان دادن توالی فعالیت‌ها
- تکرار و تمرین
- شرکت دادن بزرگسالان و همسالان متعدد در محیط اجتماعی کودک در هنگام انجام مداخلات
- استفاده از تمرینات غیرکلامی از قبیل طبقه بندی (برای مثال حالات چهره) و تکمیل مقیاس‌های درجه بندی
- تدارک قوانینی برای موقعیت‌های اجتماعی

**مثالهایی از فعالیت هایی که برای  
آموزش برخی از اهداف خاص هدف  
۱ می توان استفاده کرد**

# هدف ۱: شناخت عاطفی / درک احساس و تحسّم دیگران

▶ اهداف خاص:

▶ - شناخت مفهوم زبان اشاره افراد دیگر:

▶ ایما و اشاره در زبان بدن حرکاتی اند که برای رساندن پیام یا بهبود ارسال پیام مورد استفاده قرار می گیرند. برخلاف دیگر اعضای زبان بدن، برای آن که یک حرکت در طبقه ی ایما و اشاره ها قرار گیرد، باید عمدی و آگاهانه باشد، برای مثال اگر شما بلند می شوید تا در اتاق قدم بزنید این حرکت است، اما ایما و اشاره نیست. ولی اگر به هنگام قدم زدن مثلاً روی انگشتان پاهایتان راه بروید یا جست و خیز کنید و یا قدم های بزرگ بردارید، این گونه اعمال، ایما و اشاره تلقی می شوند.

▶ در زبان بدن، ایما و اشاره ها به طور کلی به دو دسته تقسیم می شوند:

▶ ایما و اشاره های مستقل از کلام

▶ ایما و اشاره های وابسته به کلام



## ایما و اشاره های مستقل از کلام در زبان بدن:

این طبقه از **زبان بدن** شامل حرکاتی عمدی است که با یک واژه یا عبارت کوتاه می توانند تعریف شوند. آنها جایگزین درستی برای کلام اند و مطابق با آن استفاده می شوند.

### مثالها:

- ▶ بالا انداختن شانه ها: «نمی دانم» یا «اهمیت نمی دهم».
- ▶ حلقه کردن انگشتان: چسباندن نوک انگشت شست به انگشت اشاره، طوری که یک حلقه را تشکیل دهد. در آمریکا «خوب» یا «باشه»، در فرانسه «تو هیچی نیستی» یا «تو بی ارزشی»، در ژاپن «پول»، و در ایتالیا و یونان و ترکیه و ایران کلمات زشت به حساب می آید.
- ▶ تکان دادن دست: «سلام»، «خداحافظ»، یا من اینجام.
- ▶ قرار دادن انگشت اشاره به طور عمودی روی لب ها و بینی: «ساکت باشید».
- ▶ وضعیت دست به طور عمودی، صاف و رو به جلو: «ایست» یا برو عقب.
- ▶ انگشت اشاره به سمت بالا: «یک دقیقه صبر کنید» یا «توقف»، اجازه
- ▶ انگشت شست به سمت بالا: «بله»، «احسنت»، «می فهمم»، بزنی بریم.

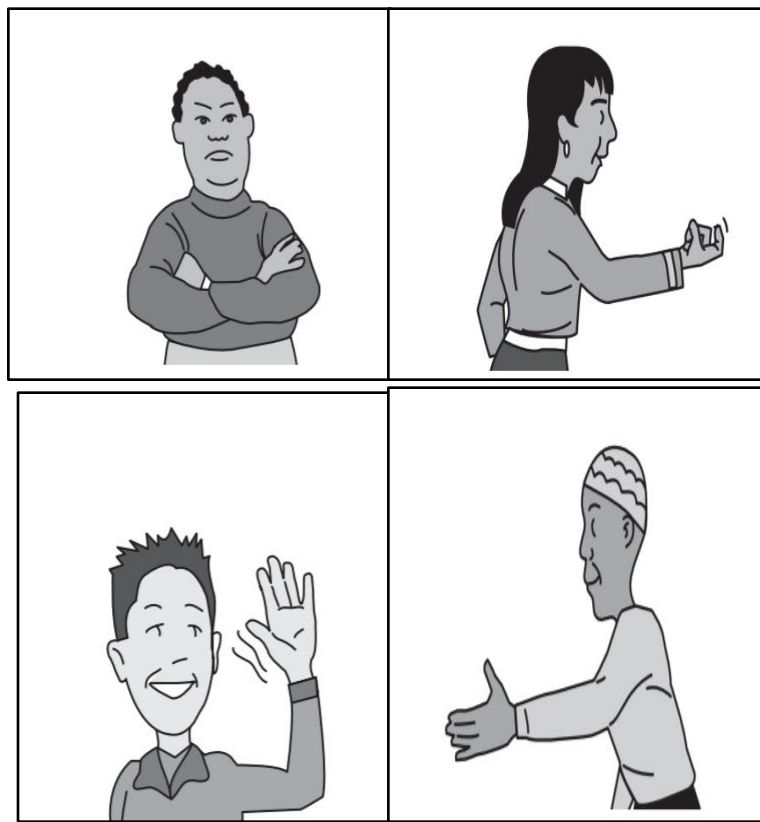
## ایما و اشاره های وابسته به کلام در زبان بدن:

➤ -استفاده از حالات چهره متعارف برای بیان احساسات خود (برای مثال: بلند کردن ابروها به هنگام تعجب کردن یا جمع کردن ابروها در زمان خشم)

➤ ارتباط غیرکلامی یا زبان بدن به مجموعه ای از حرکات بدن و اداها گفته میشود که به منظور تبادل اطلاعات و معناها صورت می پذیرد و از عمده ترین جنبه های آن استفاده از حالات چهره برای بیان عواطف و احساسات می باشد.

➤ -استفاده از اشارات یا زبان اشاره برای مخابره و ارتباط (برای مثال دست به سینه بودن به هنگام خشم، استفاده از علامت دست برای نشان دادن باشه یا OK).

# نمونه هایی از زبان بدن مستقل از کلام:



# آموزش از طریق داستان اجتماعی

▶ مطابق شکل یک مقوا را ببرید و روی آن یک شکل در مورد زبان بدن بچسبانید. یک داستان کوتاه زیر شکل بنویسید و اجازه دهید کودک چند روز کارت را به همراه داشته باشد.



امروز وسط خیابان یک پسر بچه با دوچرخه زمین خورد. آقای صمدی وقتی دید فوری به وسط خیابان رفت و جلوی ماشین ایستاد و دستش را به سمت ماشین دراز کرد. راننده تا آقای صمدی را دید که روبروی او ایستاده و کف دستش را نشان می دهد ، ایستاد. من امروز فهمیدم این حرکت یعنی ایست.

**۲. نقش بازی کردن یا Role playing :** پس از اینکه از طریق کارت کودک را با زبان بدن مربوطه آشنا کردید سعی کنید همان داستان را باهم بازی کنید.

**۳. تمرین جلوی آینه :** حال می توانید برای مهارت بیشتر مواردی را که کودک یادگرفته باهم جلوی آینه تمرین کنید.

**۴. پانتومیم :** یک گروه کوچک از بچه ها تشکیل دهید. برای آنها مثال هایی از زبان بدن را بصورت پانتومیم اجرا کنید و از آنها بخواهید نظرشان را در مورد حرکات شما و اینکه چه منظوری داشتید بیان کنند. و برای آنها توضیح دهید که اینها زبان بدن هستند. در آخر از آنهایی که داوطلب هستند بخواهید مثال های دیگری از زبان بدن را بصورت پانتومیم بازی کنند.

## ۵. نمایش عروسکی :



نمایش عروسکی روش دیگری است که بخاطر جالب بودن آن برای کودک می تواند تاثیر زیادی در یادگیری زبان بدن داشته باشد. عروسک های دستی درست کنید بگونه ای که انگشتانتان بجای دست عروسک باشد. حالا حالاتی مثل ایست ، تسلیم ، دست به سینه شدن و... را می توانید از طریق عروسک به کودک آموزش دهید.

# شناخت حالات چهره ای افراد دیگر

برای آموزش حالات چهره از روش های متعددی می توان استفاده کرد در زیر به چند نمونه با مثال اشاره میکنیم :

## ۱- آموزش حالات چهره در چند مرحله:

فلش کارتهایی بشکل فرم زیر برای انواع حالات چهره تهیه کنید و به ترتیب مراحل زیر عمل کنید.

▶ الف ( ابتدا بصورت دو گزینه ای ( بله ، خیر ) از طریق فلش کارت های احساسات



▶ (مثال) آیا رضا ، علی را دوست دارد؟  
بله. خیر  
جواب : بله



▶ مثال ( آیا رضا عصبانی است؟



بله خیر

▶ مثال ) آیا سارا عصبانی است ؟



بله      خیر

ب) آموزش حالات چهره بصورت چند گزینه ای ( شاد ، ناراحت ،  
عصبانی و...)



مثال ( پسر بچه چه احساسی دارد؟  
شاد      ناراحت      عصبانی



▶ مثال ( پسر بچه چه احساسی دارد؟

متعجب شاد عصبانی

پ ( در مرحله ی سوم مثل مرحله ی بالا عمل میکنم فقط در کنار هر تصویر از زبان کودک جمله می نویسیم.

▶ مثال ( سلام من سجاد هستم. امروز وقتی رفتم اتاقم دیدم همه ی وسایلم بهم ریخته. من خیلی تعجب کردم.



▶ مثال ( سلام من حسین هستم .متوجه درس ریاضی نمی شوم. من کلافه هستم .



## ۲. کارت های داستان اجتماعی ( social story ) (story

▶ یک کارت مقوایی مستطیل شکل بردارید و در سمت راست آن یک داستان کوتاه بنویسید و در سمت چپ آن تصویر مربوطه را بچسبانید.

من امروز از مامان خواستم منو ببره پارک تا تاب بازی کنم.  
وقتی رسیدیم پارک دیدم تاب خرابه و نمی تونم بازی کنم.  
من خیلی ناراحت شدم.



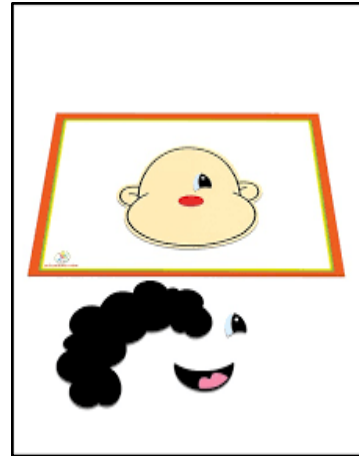
## ۳. ترسیم و جورچین آهنربایی :

▶ یک وایت برد بردارید و روی آن یک صورت گرد بکشید. جای چشم ها ، ابروها و دهان را خالی بگذارید.

▶ حالا یک سناریو برای کودک تعریف کنید و از او بخواهید حالت چهره ی کودک را متناسب با داستان درست کند .مثلا اگر کودک داستان متعجب شده است ، برای صورت دو چشم گرد ، ابروی با فاصله و دهان باز بکشید.

▶ می توانید بجای ترسیم ، ورقه های آهنربایی را به شکل انواع حالات چشم ، دهان و ابرو برش دهید و پس از اتمام داستان از کودک بخواهید ، ورقه های آهنربایی را روی وایت برد بچسباند و حالت چهره ی مربوط به داستان را بسازد.





# ۴. آموزش از طریق کارت های جز به جز eye region & mouth

فلش کارت هایی تهیه کنید که فقط شامل جزئی از صورت باشد مثلا فقط چشم ها و فقط دهان سپس از کودک بخواهید که با توجه به اجزای صورت شناسایی کند فرد مورد نظر چه احساسی دارد؟

این مورد را هم میشود همانند موارد بالا در چند مرحله آموزش داد.



## ۵. تمرین جلوی آینه:

حالا که کودک توانسته از روی تصاویر و داستان ها احساسات را شناسایی کند نوبت آن است که کمی فعال تر شویم. جلوی آینه بروید و با کودک لبخند بزنید. غمگین شوید و اخم کنید و حتی چهره ی عصبانی را تمرین کنید....

## ۶ . بازی های ایفای نقش

▶ قرار نیست سناریوی بزرگ بنویسید. با کودک خاله بازی کنید و وسط بازی احساساتی که مورد نیاز هست را بصورت اغراق آمیز بروز دهید تا کودک یاد بگیرد .

**مثال:** وسط بازی دستتون رو به قوری بزنید و چای رو بریزید بعد با ناراحتی زیاد و اغراق آمیز معذرت بخواهید.

▶ بعدها که تسلط کودک بیشتر شد نیازی به اغراق آمیز نشان دادن احساسات نیست.

▶ موقعیت های اجتماعی را در خانه بازسازی کنید و باهم حالت چهره ی مورد نیاز را تمرین کنید. ( جلوی آینه و یا بدون آینه)

# - درك احساسات و افكار متفاوت ديگران:

▶ احتمالا براي همه ما پيش آمده كه در حال صحبت با فردي بوده ايم و خيلي سريع متوجه شده ايم كه او خسته است. يا وقتي كه فردي از دست ما عصباني است، بدون اينكه حرفي بزند عصبانيتش را تشخيص مي دهيم. يا خيلي وقت ها كه فردي چيزي از ما مي خواهد، بدون اينكه حرفي بزند خواسته اش را مي فهميم. همچنين ما در بسياري از مواقع متوجه مي شويم چه كساني ما را دوست دارند بدون اينكه حرفي در اين مورد زده باشند.

▶ انسان از طريق زبان، صدا، آوا، حالت صورت و زبان بدن احساسات خود را بيان مي كند. براي آموزش درك احساسات و افكار متفاوت ديگران از روش هاي متعددي مي توان استفاده كرد در زير به چند نمونه با مثال اشاره مي كنيم.

# باید به کودک در درک احساسات مثبت و منفی کمک کنید.

► آموزش درک احساسات و افکار دیگران در چند مرحله:  
ابتدا با خود کودک شروع کنید.

**(الف)** با کودک جلوی آینه بنشینید برای کودک بستنی یا هر خوراکی که دوست دارد تهیه کنید. اینک به کودک خوراکی را بدهید. از او بپرسید الان تو خوشحالی یا ناراحت؟ جواب: خوشحال

حالا خودت تو آینه نگاه کن وقتی خوشحال می شی چه شکلی میشی؟

در موقعی که کودک ناراحت بود همین کار را جلوی آینه انجام دهید. الان تو ناراحتی. چرا ناراحتی؟

چه کارها و رفتارهایی باعث میشه تو ناراحت شی؟  
تو ناراحت شدنی چه شکلی میشی؟ خودت تو آینه نگاه کن

## ب) اینک از فلش کارت ها استفاده کنید

- ▶ **مثال ۱:** بچه ها دارن بستنی می خورن الان اونا خوشحالن یا ناراحت؟ جواب: خوشحال
- ▶ چرا اونا خوشحالن؟
- ▶ چون اونا بستنی دوست دارن



- ▶ **مثال ۲:** به نظرت این بچه خوشحاله یا ناراحت؟ ناراحت
- ▶ خوب فکر میکنی چه چیزی باعث شده این بچه ناراحت باشه؟
- ▶ تو ناراحت شدنی چه شکلی می شی؟ بیا تو اینه یه بار دیگه نگاه کنیم





**مثال ۳:** به نظرت این کودک دلش می خواد نقاشی

بکشه؟

جواب: نه

از کجا فهمیدی؟

چون بچه عصبانیه و نقاشی رو خط خطی کرده

تو عصبانی شدنی چه شکلی می شی؟

بیا تو اینه نگاه کنیم



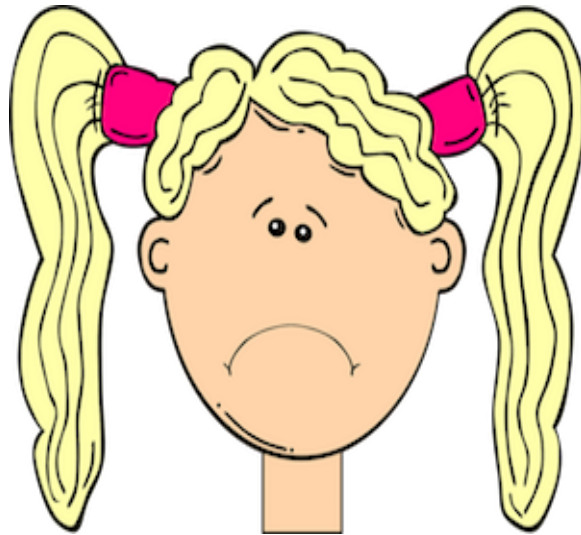
## ج) اینک می توان از پانتومیم استفاده کرد.

- ▶ در گوش هر کودک احساس خاصی را بیان کنیم و به کودک بگوییم اجرا کند و به بقیه کودکان بگوییم خوب حالا به نظرتون داره چیکار می کنه؟
- ▶ اینک از هر کدام از کودکان بپرسیم چه چیزها و کارهایی باعث می شه شما این حس رو داشته باشین.



## د) استفاده از داستان های اجتماعی

▶ حسین با اسباب بازیاش بازی می کنه. مامان حسین بهش گفت وقتی بازی تموم شد اسباب بازیها رو جمع کن ولی حسین این کارو نکرد. مامان حسین الان ناراحته.



# درک چشم اندازه‌ها و جایگاه دیگران (برای مثال قرار دادن خود جای دیگری).

► **الف)** استفاده از داستان‌های اجتماعی

محسن و علی می‌خوان با هم بازی کنند محسن همه‌ی اسباب‌بازیها رو بر می‌داره و به علی از اسباب‌بازی نمی‌ده. علی عصبانی میشه آگه تو جای علی بودی چه کار میکردی؟

ایا به نظرت کار محسن درست بود؟ ایا علی حق داره عصبانی شه؟

الان علی چه کاری باید بکنه؟



- ▶ (ب) مامان ساناز برایش غذا درست کرده ولی ساناز اون غذا رو دوست نداره. میگه: مامان من این غذا رو دوست ندارم نمی خوام بخورم.
- ▶ اگه تو جای ساناز باشی چیکار می کنی؟





این ۲ تا بچه دارن چیکار میکنن؟  
به نظرت چرا دارن دعوا میکنن؟  
اگه تو جای هرکدوم از این ها  
بودی چیکار می کردی؟

# نتیجه گیری

▶ مهارت های اجتماعی از جمله موضوعاتی هستند که در دهه های اخیر از سوی محققان و درمانگران ، توجه زیادی را به خود جلب کرده است.

▶ به لحاظ نظری آموزش مهارت های اجتماعی جزئی اساسی از فرآیند درمان این کودکان محسوب می شود. اما علیرغم این ضرورت، مطالعات مروری نشان داده اند که درعمل این آموزشها به خوبی صورت نمی گیرند. حتی در برنامه های فعال آموزش نیز، در اکثر موارد زمان کافی برای این آموزش ها صرف نمی شود، آموزش ها در موقعیت های طبیعی انجام نمی شوند و برنامه ها بطور موثر و نظام مند اجرا نمی شوند.

# نتیجه گیری

➤ نقص عمده ی دیگر این برنامه ها فقدان یک برنامه ی جامع ارزیابی و به تبع آن فقدان هماهنگی بین نقائص خاص هر کودک با استراتژی های مورد استفاده است. این موضوع بخصوص وقتی اهمیت می یابد که بدانیم هر یک از کودکان مبتلا به طیف اوتیسم دارای نمای نقائص منحصر به فردی هستند که هر یک از آن ها را از سایر کودکان مجزا می کند.

➤ آنچه گفته شد بر ضرورت شکل گیری و اجرای یک برنامه ی جامع برای ارزیابی این مهارت ها تاکید می کند.

➤ امید هست تا با روش های اشاره شده برنامه آموزش مهارتهای اجتماعی در این کودکان شکل گیرد چرا که کودکان برای آنکه بتوانند خودشان را با اجتماعی که در آن زندگی میکنند، سازگارتر کنند، باید مهارتهای اجتماعی گوناگون را بیاموزند.



