







انتشارات سازمان بحسبیت

# داستان امید و اتیسم

نویسنده: مہری پورحیدر

ویراستار: عزت اللہ الوندی

تصویرگر: ہاجر مرادی

**سرشناسه:** پورحیدر، مهری، ۱۳۶۰-  
**عنوان و نام پدیدآور:** داستان امید و اتیسم / نویسنده مهری پورحیدر؛ ویراستار عزت الله الوندی؛ تصویرگر هاجر مرادی؛ اجرا اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل.  
**مشخصات نشر:** تهران: سازمان بهزیستی کشور، ۱۳۹۶.  
**مشخصات ظاهری:** ۳۶ ص: مصور (رنگی).  
**شابک:** ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۶۹-۷۳-۴  
**وضعیت فهرست نویسی:** فیپا  
**موضوع:** درخودماندگی کودکان-- به زبان ساده  
**موضوع:** Autism in children -- Popular works  
**شناسه افزوده:** الوندی، عزت الله، ۱۳۵۳-، ویراستار.  
**شناسه افزوده:** مرادی، هاجر، ۱۳۵۸-، تصویرگر.  
**شناسه افزوده:** سازمان بهزیستی کشور.  
**شناسه افزوده:** سازمان بهزیستی کشور، اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل  
**رده بندی کنگره:** ۹۱۳۹۶ پ ۸۶ ک / ۵۰۶ Bz  
**رده بندی دیویی:** ۶۱۸/۹۲۸۵۸۸۲  
**شماره کتابشناسی ملی:** ۴۸۲۱۸۶۱

## تقدیم و تشکر

مدتها در اندیشه نگارش کتابی بودم که بتواند به صورت مفید و کوتاه، اختلال اتیسم، کودکان مبتلا به اتیسم و رفتارهای این کودکان نزد خانواده ها و خردسالان اطرافشان را با زبانی ساده و قابل فهم بیان کند؛ تا شاید سبب گشوده شدن دریچه ای -هرچند کوچک- به دنیای آنان، برای درک و پذیرششان توسط دنیای اطراف شود. این کتاب، حاصل تجربیات (هرچند محدود) من در این زمینه است و امید آن را دارم که مفید واقع شود. اقتضاء ادب و وظیفه ام است که از کمک های صمیمانه جناب آقای دکتر حسین نحوی نژاد، کمال تشکر را به جای آورم. این کتاب را تقدیم میکنم به علیرضا چاقری که اجازه داد با ورود به دنیای او اتیسم را درک کنم.



انتشارات سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

## داستان امید و اتیسم

**ناشر:** سازمان بهزیستی کشور  
**اجرا:** اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل  
**نویسنده:** مهری پورحیدر  
**ویراستار:** عزت الله الوندی  
**تصویرگر:** هاجر مرادی  
**طراحی و صفحه آرایی:** آرزو کریمی (OPUB)  
**چاپ اول:** ۱۳۹۷  
**شمارگان:** ۱۰۰۰ نسخه  
**قیمت:** اهدایی



من نیما هستم و هشت سال دارم ، و برادرم امید که دو سال از من کوچکتر است، هر دوی ما کتاب خواندن را خیلی دوست داریم ، چون پدر و مادرمان همیشه برایمان کتاب خوانده اند ، برادرم بیشتر کتاب های عکس دار را دوست دارد؛ من هم دوست دارم کتاب هایم عکس داشته باشد، اما اگر نداشته باشد، ولی داستانش جذاب باشد، تا آخر می خوانمش؛ من گاهی برای امید کتاب هایی می خوانم که عکس دارد.

امید مبتلا به اختلال اتیسم است؛ سارا درمانگر برادرم، به من گفته که اتیسم، یک اختلال است که همیشه با امید هست. پدر و مادر من وقتی امید هنوز سه سالش تمام نشده بود فهمیدند که او اتیسم دارد. اگر مادر و پدرها زود بفهمند که کودک آن ها مبتلا به اتیسم است و مثل ما به موقع به او آموزش بدهند؛ می توانند به کودک خود خیلی کمک کنند که بهتر شود.

من می خواهم در این کتاب به شما پدر و مادرها و خواهر و برادرهایی که در خانواده یا اطرافتان بچه ای مثل امید دارید، با زبانی ساده بگویم کودکان مبتلا به اتیسم چه ویژگی هایی دارند؛ و اعضای خانواده ی ما چگونه با همکاری هم توانستند به برادرم امید کمک کنند تا یاد بگیرد کارهایش را خودش انجام دهد و روز به روز مستقل تر شود.

امید مثل بچه‌های دیگری  
که من و شما می‌شناسیم، نیست. بقیه با  
او فرق دارند. امید مبتلا به اُتیسم است؛ می‌دانید  
اُتیسم چیست؟ می‌خواهم برایتان توضیح بدهم که  
امید چه‌طور دنیای اطرافش را حس و درک می‌کند.  
امید وقتی با کسی حرف می‌زند، به چشم‌های او نگاه  
نمی‌کند؛ چون او نمی‌تواند هم به چشم او نگاه کند و هم به  
حرف‌هایش گوش کند.  
پدر و مادرم می‌گویند، بچه‌های دیگر با امید فرق  
دارند. آن‌ها تقریباً نزدیک دو سالگی‌اش، فهمیدند،  
او مبتلا به اُتیسم است. امید حالا که شش  
ساله است، خیلی از کارهایش را خودش  
انجام می‌دهد.





انجام دادن خیلی از کارها برای بچه‌هایی که مبتلا به اטיسم هستند، سخت است؛ مثل تنها دست‌شویی رفتن، تنها مسواک زدن، تنها حمام کردن. چون یادگیری آن‌ها با بچه‌های دیگر فرق دارد. من می‌خواهم به شما بگویم که امید چه طور یاد گرفت کارهایی را انجام بدهد که قبلاً بلد نبود آن‌ها را انجام بدهد.







برادر کوچک‌تر من با این‌که شش سال دارد، هنوز خیلی خوب نمی‌تواند حرف بزند، برای همین ممکن است نتواند خوب منظورش را به شما برساند، یا با دیگران ارتباط برقرار کند. او حتی برای خوابیدن و غذا خوردن هم گاهی دچار مشکل می‌شود.

او اصلاً جاهای شلوغ  
را دوست ندارد. سر و صدا اذیتش  
می‌کند. وقتی به جای شلوغی می‌رویم، امید  
از خودش صداهایی عجیب و غریب درمی‌آورد. من  
اول‌ها خجالت می‌کشیدم. اما درمانگر امید برای من  
توضیح داد که امید عمداً این صداها را در نمی‌آورد. او این  
کار را می‌کند تا صداهایی را که آزارش می‌دهند، کم‌تر بشنود و  
تو نباید برای سروصداهای عجیب و غریبش خجالت بکشی  
و ناراحت شوی.





من و خیلی از بچه‌های  
دیگر، از این‌که پدر و مادرمان بغلمان  
کنند، خوش حال می‌شویم. اما امید بغل  
کردن را دوست ندارد. وقتی کسی بغلش می‌کند،  
دردش می‌گیرد. چون بچه‌هایی که مثل امید  
مبتلا به ایتسم هستند، دچار مشکلات  
حسی‌اند.





## امید

روزهای شنبه، دوشنبه و چهارشنبه به کلینیک می‌رود تا مربی‌اش، سارا، به او آموزش بدهد. روزهای یک‌شنبه، سه‌شنبه و پنج‌شنبه هم یک مربی دیگر به خانه‌ی ما می‌آید تا خیلی چیزها را به او یاد بدهد. امید و بچه‌هایی که مبتلا به اتیسم هستند باید ساعت‌های زیادی را در خانه آموزش ببینند.





خیلی طول کشید  
تا امید به کلینیک عادت کند  
و وقتی آن جاست، گریه نکند. چون او  
از جاهایی که برای اولین بار می بیند، می ترسد.  
روسی مامان همیشه با او بود چون بوی مامان را می داد.  
این طوری امید احساس امنیت داشت. ولی توی کلینیک روسری  
را از امید گرفتند و مامان یک کم از عطرش را به گوشه‌ی لباس امید زد  
تا بوی مامان همیشه با او باشد.  
سارا گفت: نباید عطری که مامان به لباس امید می زند، زیاد باشد  
چون بویایی او خیلی قوی ست و بوی زیاد هم اذیتش می کند. حالا  
وقت‌هایی که مامان پیشش نیست، حس می کند که مامان  
کنارش هست، چون بویش را حس می کند.  
مامان می گوید سارا خیلی مهربان است. فکر  
می کنم امید هم او را دوست دارد. چون با  
سارا رابطه‌ی خوبی دارد.







### شیطنت‌های

امید خیلی زیاد است و ممکن است همه چیز را به هم بریزد. اما سارا و ما می‌دانیم که نباید با صدای بلند با او حرف بزنیم و دعوایش کنیم. چون او می‌ترسد و اعتمادش را به ما از دست می‌دهد.

امید تنهایی بازی کردن را بیشتر دوست دارد و گاهی ممکن است ساعت‌ها توی اتاق تنها بازی کند و حوصله‌اش سر نرود. بعضی وقت‌ها چند ساعت با چرخ ماشین اسباب بازی‌اش، بازی می‌کند و خسته نمی‌شود. من ولی با او فرق دارم. از بازی‌های تکراری خوشم نمی‌آید و تنهایی حوصله‌ام سر می‌رود. ولی من گاهی با او هم بازی می‌شوم. اولش ناراحت می‌شود اما من سعی می‌کنم یک جوری راه نزدیک شدن و همبازی شدن با او را پیدا کنم تا اجازه دهد با هم بازی کنیم.





کلاً امید کارهای تکراری زیاد انجام می دهد. مثلاً یک جمله را چند بار تکرار می کند، گاهی هیجان زده می شود و دست هایش را جلوی صورتش تکان تکان می دهد و جیغ می زند، می خندد یا گریه می کند، یا حتی ممکن است به خودش آسیب برساند. اما با کاردرمانی جسمی-حسی، گفتاردرمانی و بازی درمانی و خیلی کارهای دیگر که هر روز انجامشان می دهد، بهتر و بهتر می شود.





## امید

پازل و خانه‌سازی را خیلی دوست دارد و همین‌طور دوست دارد با من و سارا حباب بازی کند و دوست دارد که ماشین‌هایش را توی یک ردیف، پشت سرهم بچیند و اگر کسی جای یکی از آن‌ها را عوض کند، ناراحت می‌شود چون تغییر و جابه‌جایی هر چیزی، اذیتش می‌کند. ولی ما با امید کار می‌کنیم تا کم‌کم تغییر را قبول کند.





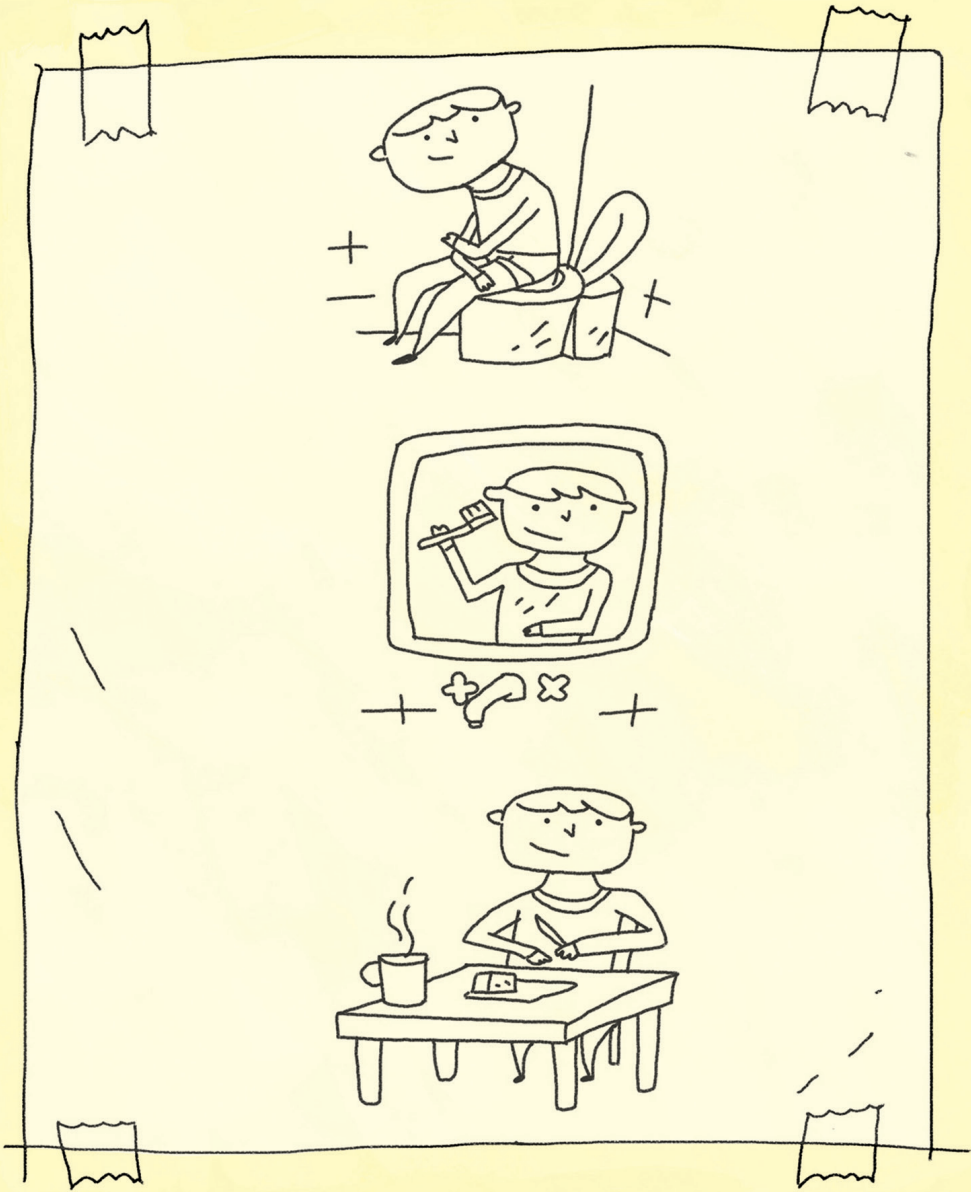
همان طور که گفتم بویایی امید خیلی حساس است. برای همین، امید و بچه‌هایی که مثل او، مبتلا به اسیسم هستند، ممکن است هر غذا، یا هر میوه‌یی را نخورند. ممکن است فقط چند نوع میوه یا غذا را بخورند. ماما من یاد گرفته که چه طوری با امید کار کند تا او بتواند میوه بخورد. این کار خیلی طول کشید.

مامان هر بار مقدار کمی اسانس هر میوه را با پنبه زیر بینی امید می‌زد تا او کم‌کم به بوی میوه‌ها عادت کند و بتواند کم‌کم میوه بخورد.

امید برای خوابیدن هم مشکل دارد. او شب‌ها دیر می‌خوابد و زود بیدار می‌شود و گاهی ممکن است تمام شب را تا صبح بیدار باشد. اما از وقتی کاردرمانی جسمی را شروع کرده، مشکلات خوابش کم‌تر شده و بهتر می‌تواند بخوابد. همه‌ی کارهای روزمره‌ی او باید نظم و ترتیب داشته باشد برای همین ماما برنامه‌ی هر روزش را برایش نوشته و عکس کارهایی را که باید انجام بدهد، روی دیوار اتاقش چسبانده. این طوری امید می‌داند چه کاری را باید انجام بدهد و مضطرب نمی‌شود.







وقتی هم قرار است چیزی در برنامه‌ی امید تغییر کند، مامان از قبل آن را به او می‌گوید تا آماده باشد. اگر قرار باشد جای جدیدی هم برویم، یا آدم جدیدی را ببینیم، برای او از قبل توضیح و عکسش را نشانش می‌دهد. با این کار، برادرم دیگر مضطرب نمی‌شود و راحت‌تر آن کار را انجام می‌دهد. یا به آن جایی که قرار است برویم، می‌رود. با این برنامه امید می‌تواند کارهایش را خودش انجام بدهد.





گفتار درمانگر امید به پدر و مادرم و من یاد داده وقتی با امید حرف می‌زنیم، یا چیزی از او می‌خواهیم، آرام و شمرده حرف بزنیم، از جمله‌های کوتاه استفاده کنیم و کمی هم به او زمان بدهیم تا بفهمد ما چه می‌گوییم و از او چه می‌خواهیم.

وقتی امید کار تازه‌ای یاد می‌گیرد، مامان از او فیلم می‌گیرد. بعد با هم می‌نشینند و فیلم را می‌بینند. مامان در هنگام نگاه کردن به فیلم برای برادرم توضیح می‌دهد که چه کاری انجام داده. بابا می‌گوید این کار خیلی تاثیر خوبی دارد. بعضی وقت‌ها من این کار را انجام می‌دهم و با دقت برای امید توضیح می‌دهم.

برادرم پریدن روی ترامپولین را دوست دارد.  
تاب بازی را هم دوست دارد و زیاد بازی می‌کند  
اما از بعضی چیزها هم می‌ترسد مثل بلندی، اما با  
کاردرمانی جسمی الان ترسش خیلی کم شده.





امید  
کتاب‌هایی را که عکس و  
نقاشی دارند، بیشتر دوست  
دارد، برای این‌که او با تصویر  
خیلی راحت‌تر از گوش کردن یاد  
می‌گیرد. وقتی قرار است کسی چیزی  
را به او یاد بدهد، اگر همراه با حرف زدن،  
تصویر آن را هم نشان بدهد، بهتر یاد  
می‌گیرد.





ما حالا می دانیم و قبول کرده ایم که اتیسم هنوز درمان ندارد و تنها راه کمک به امید و کودکانی که مثل او مبتلا به اتیسم هستند، این است که آن ها را به همین شکلی که هستند، یعنی با ویژگی های اتیسم قبول کنیم و به دنبال آموزش کودک باشیم، نه درمان او؛ برای همین ما به دنبال آموزش دادن به امید هستیم تا او بتواند یاد بگیرد، تا جایی که ممکن است کارهای شخصی خود را بدون کمک کسی انجام بدهد و مستقل باشد؛ اینطوری هم امید و هم ما خوشحال و راضی هستیم .









در مجموعه های بعدی کتاب من به شما خواهیم گفت که ، خانواده ی ما با کمک و راهنمایی های درمانگران امید ، چگونه مهارت های خودیاری (کارهای شخصی) را با استفاده از تصاویر به او آموزش دادیم ، و حالا امید با کمک تصاویر یاد گرفته است خودش به تنهایی؛ غذا بخورد، دست شویی برود، لباس بپوشد، مسواک بزند، حمام کند و...

خوانندگان گرامی، هرگونه پیشنهاد یا انتقاد خود را از راه رایانامه ی [pourheidar.mehri@gmail.com](mailto:pourheidar.mehri@gmail.com) با نویسنده در میان بگذارید





A large white rectangular area with rounded corners, containing horizontal dashed lines for writing, set against a yellow background.

A large white rectangular area with rounded corners, containing 20 horizontal dashed lines for writing.

