

الجزء الأول: كيفية إدارة ومنع نوبة الغضب
الجزء الثاني: الانهيارات الحسية: 26 أدوات تكامل الحسية لإدارة الانهيار
الجزء الثالث: كيفية إدارة النوبات والزعر

كيفية إدارة ومنع نوبات الغضب والانهيار الحسي

في الجزء الأول من شرح نوبات الغضب والانهيار الحسي هناك بعض القواعد الأساسية لمساعدة الطفل من خلال الانهيارات:

- إدارة انهيارات الطفل من خلال النمذجة الاحترام والتعاطف والبحث عن سبب الانهيار.
- اختلاف النهج باختلاف نوعه الانهيار
- نوبات الغضب الكلاسيكي
- سوف تناقش الانهيارات الحسية، ولماذا ترتبط بالتوحد بصفة اساسية

الانهيارات الحسية



الانهيار الحسي .

الانهيار الحسي يحدث مع انواع مختلفة من الحساسية فعلى سبيل المثال الحساية للاصوات والاضاءة من اهم الاشياء التي تؤدى الى النهيار الحسى اذا تعرض الطفل او حتى الكبير الى مثير اقوى من قدرة تحمله دخول فرح به مكبرات صوت واضاءات مختلفة من الممكن ان تؤدى الى الانهيار الحسى . كذلك الملاهى والحفلات الصاخبة كارين هنرى تقول ان ام اعانى من حساسية الاصوات والاضاءة وابنى اكثر منى حساسيى فى عام 2004 اكتشفت هذا الامر عندما ذهبت الى حفل عرس وكانت الاضواء ساطعه ومكبرات الصوت اكبر من قدرة تحملى وكنت برفقة زوجى الذى بدا وكأنه لا يشعر باى شئ على العكس كان منسجما جدا ومتفاعلا .

كان علينا أن نغادر فوراً بعد التقاط الصور العائلية في الهواء الطلق. أنا حساسة جداً للصوت والضوء والتدقيق والحركة، ولكن ابني هو أكثر حساسية. فى عرس فى عام 2006 بدأت اشعر بطنين فى الراس وصداع مزمن والم شديد ،

ووجدت ابني يعانى اكثر منى ووجدت ابني يتالم وبدا يتقيا ويترنج ويرتجف وسقط على الارض وبدا يصرخ وهو ممسك اذنيه واغلاق عينيه فقط كل طرق التواصل معه حاولت اتغلب على الامى لمساعدة ابني ولكن دون جدوى استطاع زوجى فى ابعادنا عن الحفل وبعد اكثر من ساعتين بدا الطفل يهدا وان كنت هدات انا قبله ولكن هذا الامر سبب لنا ازعاج كبير جدا

دور التنظيم الذاتى

فى كتابات كارين سميث عن الانهيارات الحسية وكارين سميث هى دكتورة فى علم النفس الاكلينيكي فى كتابها الطفل الحساس

ان صعوبة تنظيم العاطفة والحواس والتهدئة الذاتية تؤدي الى تفاقم اختلال المعلومات في معالجة المعلومات . مما يجعل الطفل اقل احتمالاً للمثيرات الخارجية والقدرة على تصحيح المشكلة بنفسه . ولكنه من المفرح ان عملية التنظيم الذاتي من الممكن ان يتعلمها الطفل ويتغلب على الانهيارات الحسية وتحويلها الى شئ عارض كنوبة صرع بسيطه مع دعم الاخرين له .

يحدث الانهيار الحسي عندما يكون هناك نوع من فرط حساسية في واحد على الأقل من الحواس:

- رائحة، طعم
- البصر (الضوء أو اللون)
- الصوت (إما الكثير من الضوضاء أو نوع مزعجة من الضوضاء)
- لمسة (الملمس أو درجة الحرارة)
- والتوازن أو الوعي المكاني.

تشمل الانهيارات الناجمة عن انخفاض مستويات السكر في الدم في هذه الفئة، لأن انخفاض نسبة السكر في الدم يزيد من جميع الحساسيات.

عندما يبدأ الانهيار، فمن الضروري فصروري ازالة المثيرات الحسية المتشعبة التي لا يستطيع ان يتقبلها الطفل .

والبدء في عملية التهدئة الحسية السريعة

• بعيدا عن المنزل

أقترح حمل مجموعة أدوات حسية محمولة للحالات التي قد تكون مرهقة. اعتمادا على الحساسيات الفريدة للفرد، قد تتضمن بعض العناصر في المجموعة ما يلي:

1. نظارات شمسية
2. قبعة ببسبول أو قبعة واسعة الحواف
3. زجاجة ماء بارد مع غطاء رياضي للمص (أو علب عصير بارد)
4. وجبة خفيفة نصف تسويه ، مثل لحم البقر نصف سوى، الزبيب او الفستق او المكسرات
5. غسول اليد أو مرهم الشفة
6. قطعة من القماش الناعم مثل القطيفة لفرك على اليدين، أو حيوان محشوة اسفنج
7. الكرة المطاطية
8. سماعات عازلة للصوت
9. تغيير الملابس (قميص طويل الأكمام أو البلوز و سويت تيشرت طويلة قد تكون هناك حاجة)
10. عربة للأطفال او الحزام لربط الطفل على جسد الام (مصممة هندسيا لتوزيع وزن الطفل على الجانبين الأم – ويزيد من الاحتضان والضغط على مفاصل وعضلات الطفل)

• في المنزل

عندما يعاني ابني من الانهيار الحسي في المنزل، وعادة يكون هذا في نهاية يوم حافل، او تعرض لمثيرات حسية عنيفة : يجب ان يكون بالمنزل مهدئات تتناسب مع نوع الحساسية وفرطها للحواس

1. الترامبولين
2. جوراب ضيق
3. معجون اسنان او طينة او صلصال

4. بطانية المرجحة أو سترة
5. وسادة التدفئة (تهدئة جدا عند وضعها على الجزء الخلفي من الرقبة)
6. مقعد التدليك
7. تدليك الأذن أو اليد أو القدم
8. كرسي هزاز ، أرجوحة، سلم حائطي للتسلق
9. جرة التدليك
10. حوض تدليك او مدلك خشبي للقدمين (نضعها له تحت طاولة غرفة الطعام لتشجيع الجلوس أثناء العشاء)
11. الكرات الكبيرة العملاقة
12. اغنية او موسيقى مفضلة
13. اللافندر او البابونج للروائح القوية والمريحة
14. شاي البابونج (ووضع قطرة من العسل عليه)
15. تدليك لكل اجزاء الجسم
16. العنق العميقة أو الوضع في الساندوتش او بين مرتبتين والضغط من فوق المرتبة

