

# العيش والعمل مع الأطفال الذين يعانون من الإعاقة الذهنية



معلومات ونصائح حول كيفية التعامل مع الطفل

النص : Hanna Boglind  
الترجمة: Space 360 AB  
الرسوم : Hugo Karlsson  
تصميم جرافيك: Viera Larsson, Ordbildarna  
للاتصال  
© SKL International  
2015

إعداد وترجمة هذا الكتيب في إطار مشروع الحوكمة في قطاع  
الرعاية الاجتماعية في العراق (Governance in Social Care)  
الممول من قبل الوكالة السويدية للتنمية الدولية (SIDA)

يمنع بيع هذا العمل أو استخدامه لإغراض تجارية

Responsibility for the information in this publication lies  
entirely with the authors  
Reproduction is authorised provided the source is  
acknowledged



؟

## هل من الممكن الشفاء من الإعاقة الذهنية؟

لا، الإعاقة الذهنية ليست مرضاً ولكنها  
إعاقة يحملها المرء مدى الحياة. ولكن  
يمكن للمرء جعل الإعاقة أقل شمولية  
من خلال التدريب وإستخدام وسائل  
المساعدة. يستمر الشخص ذو الإعاقة  
الذهنية بالتطور مدى الحياة تماماً  
كالآخرين.

## ما هي الإعاقة الذهنية؟

الإعاقة الذهنية هي إعاقة تحد من القدرة على التعلم والتفكير المنطقي. يتأخر النمو  
ويتوقف عند مستوى أقل مقارنةً مع أطفال متساوين معهم في العمر، ولكن الإحتياجات  
الأساسية هي نفسها عند جميع البشر.

يولد المرء مع إعاقة ذهنية أو يكتسبها كطفل حديث الولادة. لا يمكن الشفاء من  
الإعاقة الذهنية، ولكن مع دعم جيد يستطيع الشخص أن يتطور كطفل وكبالغ على حد  
سواء.

تظهر الإعاقة الذهنية في جميع الحضارات وكل الطبقات الاجتماعية ولكنها أكثر  
شيوعاً عند الأولاد مما هي عند الفتيات.

## ما الذي يسبب الإعاقة الذهنية؟

تعود الإعاقة الذهنية إلى عدم نمو الدماغ بشكل طبيعي خلال فترة الحمل بالجنين، أو حين  
تعرض الدماغ للضرر عند الولادة أو عندما يكون الطفل حديث الولادة.

- الأسباب الأكثر شيوعاً هي:
- اضطراب الكروموسوم الصبغي، كما في متلازمة داون.
  - أضرار جينية.
  - مرض فيروسي أثناء الحمل.
  - إدمان الكحول، المخدرات والأدوية أثناء الحمل.
  - توقف تزويد الدماغ بالاكسجين، عادةً عند حدوث الولادة.
  - إصابة الطفل خلال السنة الأولى من حياته بالتهاب السحايا أو الدماغ، أو حصول ضرر في دماغه، على سبيل المثال عن طريق تلقيه ضربةً ما أو من جراء سقوطه.

## كيف تلاحظ الإعاقة الذهنية على الطفل؟

يحتاج الطفل ذو الإعاقة الذهنية إلى المزيد من المساعدة ووقت أطول لتعلم الأشياء. فيصعب عليه مثلاً تعلم كيفية استخدام النقود والعثور على الأماكن والحفاظ على المواعيد والاقوات حتى عندما يكون بالغاً.

يتطور الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية كباقي الأطفال الآخرين في العديد من الطرق وغالباً ما يهرون بنفس المراحل، مثل قدرتهم على الجلوس قبل المشي واللغوي قبل النطق واللعب بمفردهم قبل اللعب مع أطفال آخرين ألب. ولكنهم يتطورون بشكل أبطأ ولا يصلون إلى نفس مستوى الأطفال الآخرين. تزيد الاختلافات مقارنةً مع الأولاد الآخرين مع التقدم في العمر ويصل الطفل ذو الإعاقة الذهنية بشكل أبكر إلى أقصى درجة لنموه. يكون النمو غالباً غير متوازن في مختلف المجالات. ربما ينمو بعض الأطفال حراكياً، ويتفاعلون اجتماعياً بشكل أفضل من قدرتهم اللغوية. وربما لدي البعض الآخر لغة أكثر تطوراً، ولكنهم يواجهون صعوبة بالتفاعل اجتماعياً ألب. يختلف حجم الإعاقة كثيراً ويقسم عادة إلى ثلاث درجات: بسيطة ومعتدلة وشديدة.

للا تُكتشف الإعاقة الذهنية البسيطة أحياناً إلا عندما يبدأ الطفل بالذهاب إلى المدرسة حيث توضع شروط على قدرة التعلم. ويتصرف الطفل غالباً كمعظم الأطفال الآخرين، ولكنه بحاجة إلى وقت أطول للتعلم، ويجري سير تفكيره بشكل أبطأ.

في حين تبدو الإعاقة واضحة منذ أعوام الطفل الأولى عند الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية المعتدلة والشديدة.

يتعلم الطفل ذو الإعاقة الذهنية المعتدلة غالباً النطق وفهم الأشياء البسيطة والمتعلقة بالحياة اليومية. أما البالغون هم بحاجة إلى الدعم من الآخرين للتأكد من أن وضعهم على ما يرام أو تقديم المساعدة لهم بالغذاء والملبس والحفاظ على المواعيد والتعامل مع المال.

من المشاكل الواردة هي أن  
لا يقوم الاهل بإجراء فحوصات  
لبصر ولسمع الطفل ويلقى  
باللوم على الإعاقة الذهنية.  
ولكن من الممكن ان يجيد الطفل  
إستخدام النظارات أكثر مما  
يعتقده البعض.

نادراً ما يتعلم الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية الشديدة النطق ولكنهم يظهرون مشاعرهم وإرادتهم عبر حركات الجسم والصوت وتعابير الوجه وهم بحاجة إلى الكثير من المساعدة مدى الحياة من أناس يعرفونهم جيداً من أجل التمكن من فهمهم.

## وجود إعاقات إضافية

غالباً ما يكون لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية إعاقه إضافية مثل ضعف في البصر أو في السمع أوشلل دماغي أوصرع. ومن المهم معرفة ما إذا كان الطفل يواجه هذه الأنواع من الصعوبات وإلا سيكون هناك خطر من الاعتقاد بأن لدى الطفل قدرة فكرية أقل مما هي في الواقع، في حين أن الطفل قد لا يسمع أو يرى بشكل كاف. وقد يكون من الصعب كشف هذه الإعاقات الإضافية خاصة عند الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية الشديدة. فليس من الضروري أن تكون المشاكل مترافقة مع الولادة بل يمكنها أن تظهر في أي وقت في الحياة، لذلك من المهم فحص الأطفال بشكل دقيق ومنتظم. وتتوفر وسائل المساعدة والعلاج في العديد من الحالات والتي قد تساهم في جعل الإعاقات الإضافية أقل صعوبةً بالنسبة للطفل.

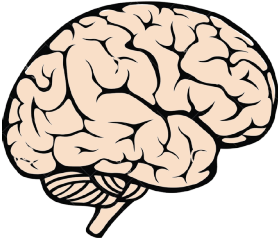
كلما ازدادت معلومات الشخص  
عن المشاكل الواردة المتعلقة  
بالإعاقة الذهنية كلما ازدادت  
إمكانياته لتقديم الدعم اللازم  
للطفل.

## عملية تشخيص الإعاقة الذهنية

إذا أراد المرء أن يعرف إذا كان لدى شخص ما إعاقة ذهنية عليه البحث في أمرين: إذا كان لدى الطفل ضعف في الذكاء وإذا كان لدى الشخص صعوبة في سير الحياة اليومية. تقاس درجة الذكاء من خلال اختبارات IQ فضلا عن فحص مدى الصعوبات التي يواجهها في الحياة اليومية من خلال معرفة كيفية تصرفه في ثلاثة مجالات مختلفة:

- القدرة البصرية، أي قدرات الطفل في القراءة والكتابة والعد وغيرها من الأمور التي يتدرب عليها الطفل في المدرسة.
- القدرة الاجتماعية، مثل كيفية اختلاط المرء بالآخرين.
- القدرة العملية، مدى قدراته في القيام بأنشطة الحياة اليومية مثل تناول الطعام والاستحمام وإرتداء الملابس والتنظيف.

فإن كان الطفل يواجه مشاكل في اثنين من هذه المجالات على الأقل بالإضافة إلى درجة ذكاء ضعيفة فحينها يتم تشخيصه بـ «الإعاقة الذهنية» وينبغي ان تكون تلك المشاكل قد اكتشفت خلال مرحلة الطفولة.



لا تتحدث عن الطفل بأسلوب  
سلبى على مسمع منه لأنه حتى  
لو لم يفهم المعنى الدقيق لما  
يقال فإنه سيفسر نبرة الصوت  
وإحساس الشخص.

## بماذا يشعر الطفل ذو الإعاقة الذهنية؟

يملك الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية نفس كمية مشاعر الأطفال الآخرين ولدى الكثير منهم قدرة اجتماعية متطورة جداً. وحتى مع عدم إدراكهم للمعنى الدقيق لما يقال فإنهم يستطيعون تفسير معنى نبرة الصوت وأجواء المشاعر المحيطة بهم. ولذا يجب ألا يتحدث البالغون عن الطفل بأسلوب سلبى على مسمع منه. كما وينصح باتخاذ قاعدة أساسية وهي أن استيعاب الطفل يكون أكثر بكثير مما نتوقع. من المعتقدات السائدة في الماضي أن الطفل ذي الإعاقة الذهنية لا يملك حياة عاطفية ولكنها فكرة خاطئة تماماً وبدورها أدت إلى معاملة الأطفال بطريقة لم تكن جيدة لتنميتهم ، إذ نعلم اليوم بأن الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية يفرحون ويحزنون كباقي الناس ويشعرون بالغضب والاشتياق ولديهم حب للموسيقى وأطباق مفضلة. ولكن قد يعبر الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية عن مشاعرهم بطريقة مختلفة، إما بطريقة مباشرة أكثر أو بشكل أبطأ من غيرهم.

يجد العديد من الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية صعوبة في إدراك احتياجاتهم الخاصة فغالباً ما يكون من الصعب للطفل فهم عمل جسمه أو على سبيل المثال التعبير عما إذا كان هناك شيء يؤلمه، وقد يكون عنده صعوبة في تفسير حاجة جسمه للرعاية. هذه العوامل تجعل الطفل ذي الإعاقة الذهنية معرضاً للضرر بشكل أكبر من غيره، وعلى البالغين الذين يقومون برعاية الطفل أن يكونوا أكثر يقظة.



## إرشادات عملية لأولياء الأمور وللبالغين الآخرين الذين يلتقون بالطفل ذي الإعاقة الذهنية

### محدودية الذاكرة قصيرة الأمد

يواجه الطفل صعوبة باستيعاب انطباعات متعددة في وقت واحد وصعوبة في الحفاظ على المعلومات التي يتلقاها.

- لا تعطي الكثير من المعلومات! سيتذكر الطفل فقط الشيء الأخير الذي قلته. بدلاً من القول: "أحضر الكوب وضعه على الطاولة وسأصب لك الشاي" قل شيئاً واحداً في كل مرة. "أحضر الكوب". عندما يفعل الطفل ذلك يمكنك القول: "ضع الكوب على الطاولة". ثم يمكنك القول: "الآن سأصب الشاي في الكوب".
- اظهر كيف تقوم بذلك بنفسك ودع الطفل يحاول. الطفل ذي الإعاقة الذهنية يعتمد على الخبرات العملية لكي يتعلم.
- مرّن الطفل على الشيء ثم اعطه وقتاً للاستراحة قبل المحاولة مرة أخرى! اعطي للطفل وقتاً للتعلم ووقتاً للقيام بتجارب جديدة.



### صعوبة في التفكير التجريدي

لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية غالباً قدرة منخفضة على التفكير التجريدي.

- تجنب الحديث أو استخدام الطرق التجريدية وحاول ان تكون عملي وواضح.
- قم بمساعدة الطفل لكي يحصل على صورة عملية عن المفاهيم التالية: ثقيل، خفيف وصغير، كبير وأكثر من أقل من، لأن الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية عادة ما يخلطون بينها. يمكن تدريب الطفل على الإستيعاب من خلال التجربة العملية واللمس العملي.



### صعوبة إستيعاب المكان والزمان

تختلف مدى صعوبة إستيعاب الوقت وتحديد الاماكن كثيراً لدى الأطفال ذوي الاعاقة الذهنية وقد تختلف الصعوبات أيضاً عند الشخص ذاته.

- يتلقى العديد من الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية القليل جداً من التدريب لإيجاد الأماكن في محيطهم، لأنهم في أكثر الأحيان يكونون برفقة بالغ يعرف الطريق. تذكر أنه وحتى معية البالغين يمكن التدرّب على إيجاد الطريق. إمكانية إيجاد الأماكن في المنطقة المحيطة يخلق الشعور بالأمان والإعزاز بالنفس.





## وضع شروط وتوقعات واقعية

نتيجة لإختلاف الاشخاص ذوي الإعاقة الذهنية فضلا عن وجود اختلاف في قدرات الفرد ذاته قد يكون من الصعب معرفة كيفية معاملة الطفل وأي متطلبات يتوجب على المرء وضعها تجاهه. لذا تُشكّل تقبل الطفل كما هو نقطة انطلاق هامة إذ من المهم أن يدربَ الطفل في نفس الوقت قدراته وأن يتعلم المزيد لأنه من الصعب تقييم قدرات الشخص فهناك خطر بكل من الاستخفاف والمبالغة في تقييم مستوى قدرات الأطفال الذين لديهم إعاقة ذهنية.

### من المهم:

- الحرص على اكتساب المزيد من المعرفة حول الإعاقة.
- تحديد ما يمكن للطفل إنجازه وما لا يمكنه إنجازه.
- كن حذراً من اتخاذ تقييم سريع، قد يكون الطفل يمر بمرحلة صعبة حينها أو قد يكون هناك اختلال في توازن قدراته.
- لا تقارن الطفل مع آخرين بنفس السن والذين ينمون بشكل طبيعي.
- قم بزيادة مستوى المتطلبات بخطوات صغيرة بعدما ينجز الطفل مهمة تلو الأخرى.

## دع الطفل يجرب بنفسه

من المهم أن يحصل الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية على إمكانية القيام بالتجارب والتدرب عليها فإن التجربة وال فشل هي أساس لكل تطور. وللأسف، لا يحصل عادة الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية على التشجيع أو على المجال الكافي لمحاولة القيام بعمل الأشياء بأنفسهم. يقوم الموظف أو ولي الأمر أحيانا بمساعدة الطفل أكثر مما يحتاج إليه. لذلك يستحسن في بعض الحالات أن يتوقف الموظف أو ولي الأمر عن فعل ذلك والعمل على إعطاء الطفل الوقت اللازم للمحاولة بنفسه. يمكن أن يتعلق ذلك بالقيام بالطهو وغسل الملابس أو الاتصال بشخص آخر وقد يتعلق الأمر بفعل أشياء بسيطة جداً كإدخال وإخراج الملابس من الغسالة بالنسبة للأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية الشديدة.

عليك أن تكون مسانداً، بدلا  
من فعل الأشياء بدلاً عنهم.  
توقف واطرح السؤال: ماذا  
سنفعل الآن؟ بهذه الطريقة  
يحصل الطفل على فرصة التفكير  
بنفسه و يشعر بأنه ينجح أكثر  
وأكثر.

## وضع خطط للحياة اليومية

يحتاج الطفل ذو الإعاقة الذهنية إلى نظام وترتيب في حياته اليومية حيث يشعر الطفل بإجهاد نفسي أقل مع أنماط متشابهة من يوم إلى آخر ويُمكنه ذلك من أن يصبح أكثر استقلالاً.



- حاول أن تخلق أنماط حياة يومية متشابهة من يوم إلى آخر.
- غالباً ما يساعد وضع جدول واضح لليوم وللأسبوع بحيث تدون الأنشطة والمواعيد خطياً. يمكن كذلك عرض الجدول مع استخدام الصور التوضيحية. وينصح أن يكون الجدول دائماً في متناول الطفل ومن السهل حمله..

## كن مستعداً للتغيرات وللمهام الصعبة

قد تخلق الأوضاع غير المتوقعة وغير المنظمة إرهاقاً وارتباكاً كان من الممكن تفاديه. لذلك من المهم على المرء كبالغ أن يهيئ الطفل للتغيرات. كما يستحسن تقديم دعم إضافي في الحالات التي يعرف المرء بأن الطفل يعتبرها صعبة.

- قد يخلق الانتقال من نشاط إلى آخر بعضاً من القلق لذلك ينصح بإعطاء الطفل إمكانيةً لتهيئة نفسه للشيء التالي، فعلى سبيل المثال إذا أراد المرء الذهاب للتسوق فيمكنه أن يضع مخططاً يظهر ما يتوجب على الطفل فعله عندما يصل إلى المتجر وما هي الخطوة التالية. فكر أيضاً بمدح الطفل عند إنجازه شيئاً ما واتباعه للخطة المتفق عليها مسبقاً. كما يمكن أن يكون من الجيد القول مثلاً: «سيحين الوقت لإيقاف تشغيل التلفاز، والذهاب إلى الفراش بعد خمسة دقائق» أو «عندما يطرق الباب سيأتي طفل الجيران إلى هنا لكي يلعب».
- غالباً ما تجري الأمور بطريقة أسهل إذا قام المرء بفعل شيء يحبه الطفل عند إنجاز ما هو صعب، مثلاً يمكن للمرء قراءة قصة عند ذهاب الطفل إلى الفراش، أو تناول شيء لذيذ بعد غسل الشعر.



## أهمية تذكير الطفل

يواجه العديد من الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية صعوبة في إدراك الوقت وفي التخطيط ، إذ يحتاج الطفل غالباً إلى التذكير لأنه قد يواجه صعوبة بالتذكّر.



- استخدام أوراق للتذكير أو جداول أو إرشادات لتسهيل الفهم أو الإستعانه
- ساعات رنانة للتنبيه والتي قد تساعد الطفل بشكل كبير.
- تصبح عملية التذكر أسهل إذا فهم الطفل لماذا عليه أن يتذكر شيء أو فعل ما، أي حين يرى الطفل إطاراً للقيام بهذا. يمكن للموظف أو ولي الأمر مساعدة الطفل برؤية الخط الأحمر وأن يبين له أن الأشياء تحدث في خطوات متنوعة. يسهل على الطفل أحياناً الفهم والتذكر عندما يرى الحدث على شكل سلسلة من الصور.

## دور البالغين في التواصل

تلعب البيئة دورا كبيرا في كيفية تمكن الطفل ذو الإعاقة الذهنية الشديدة من التواصل الاجتماعي مع محيطه ومن الشائع أن الطفل يتواصل بدرجات مختلفة مع مختلف الأشخاص وفي بيئات متنوعة. ومن المهم أن يفهم المرء كبالغ بأنه يمكنه التأثير على قدرة تواصل الطفل من خلال خلق بيئة جيدة له وعبر المعاملة جيدة. بإستطاعة المرء خلق جو من الأمان عندما ينقل المعلومات بأسلوب يسهل فهمه لأن من المهم استخدام لغة يفهمها الطفل وإختيار الصيغة والطريقة المناسبة للرسالة وفقا لمستوى فهم الطفل وإدراكه.

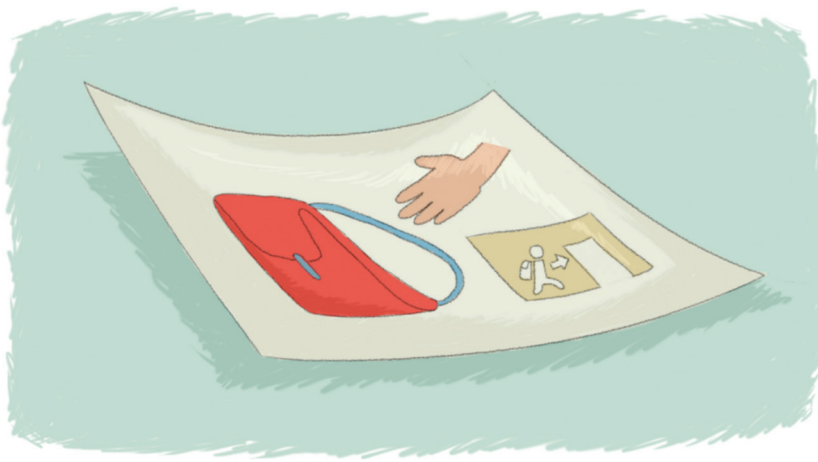
## دعم التواصل بمساعدة الإشارات والأغراض والصور

تشكل إمكانية التواصل شرطا أساسيا لكي يشعر الطفل بالأمان ويتمكن من النمو. لذلك من المهم أن يقوم أولياء الأمور والعاملين في المراكز بمساعدة الطفل على إيجاد طريقة فعالة للتواصل مع عالمه المحيط به. تشير البحوث بأن الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية يكتسبون تطور لغوي أفضل إذا أضاف المرء على اللغة المحكية إشارات وأغراض وصور للتوضيح. ينطوي الأسلوب على أن يتعلم الأشخاص في بيئة الطفل استخدام إشارات مختلفة، ويقوم المرء بفعل ذلك باستخدام اليدين وإظهار الصور والأغراض بنفس الوقت الذي يتحدث به مع الطفل. في البداية تحفز الإشارات والأغراض والصور قدرة الطفل على الفهم



## هل يؤدي استخدام لغة الإشارات إلى عدم تعلم الطفل النطق؟

لا، الإشارات تستخدم كتكملة للنطق. على العكس من ذلك من المعتاد أن تسهل لغة الإشارات عملية تعلم النطق. بالإضافة الى أن الطفل يتمكن بمساعدة الإشارات من إكتشاف السعادة بفهم الآخرين له فهي تحفز لديه استمرارية النطق والتطور اللغوي



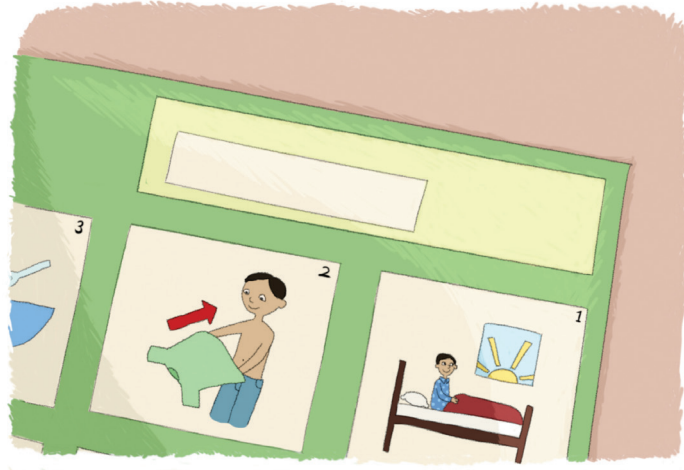
## نصائح

نصائح للعاملين  
مع الأطفال  
ذوي الإعاقة الذهنية

\* من المهم أن يتعاون أولياء الأمور والموظفون المحيطون بالطفل لتوفير نفس الدعم والأنماط في البيت وفي المركز لأن ذلك يساهم بشكل كبيرة في إشعار الطفل بالأمان والاستقرار النفسي وتطويره.

\* كلما زادت معرفتكم بالإعاقة الذهنية كلما تحسن الدعم الذي يمكن أن تقدموه للطفل. انتهبوا الفرصة لتعلم المزيد عندما تحصلون عليها وشاركو زملائكم بما كسبتم من معرفة وخبرة.

\* يتطور الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية طوال الوقت تماماً كما يتطور الأطفال الآخريين خاصة اذا توفرت البيئة والطرق المناسبة. قوموا بإجراء محادثات مستمرة مع زملائكم حول الطرق التي يمكنكم من خلالها تكييف البيئة وتقديم الدعم للطفل بأفضل طريقة.



تبين سلسلة الصور للطفل أن الذهاب إلى المركز يتكون من أحداث عديدة وصغيرة ومتنوعة. يمكن للمرء الإشارة إلى ما هو مهم تذكيره للطفل في سلسلة الصور. على سبيل المثال أخذ حقيبة المدرسة وتفقد حالة الطقس وأخذ مظلة أو قبة.

بأن هناك إمكانية للتواصل وتساعد الطفل في وقت لاحق على التعبير عن رغباته وأفكاره ومشاعره بنفسه، وتعطي الإشارات والأغراض والصور للطفل إمكانية للتعبير عن نفسه قبل أن يبدأ بالنطق أو عند عدم قدرته على إكمال قوله بحيث لا يفهمه الآخرون.

”تشكل إمكانية التواصل شرطاً أساسياً لكي يشعر الطفل بالأمان ويتمكن من النمو، ولذلك من المهم أن يقوم أولياء الأمور والعاملون في المراكز بمساعدة الطفل على إيجاد طريقة فعالة للتواصل مع عالمه المحيط به.

## نصائح

## يحتاج كل الأطفال إلى اللعب

اللعب هو الطريقة الطبيعية لنمو الطفل ذهنياً وعاطفياً وإجتماعياً وحركياً. اللعب هو أيضاً الأسلوب الذي يُمكن الطفل من معالجة انطباعاته والتعامل مع خيبات الأمل. يستطيع الطفل من خلال تجربة سبل مختلفة للعب معرفة نفسه والعالم المحيط به بشكل أفضل.

اللعب ليس أقل أهمية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ويمكن النظر إلى اللعب كأداة مفيدة لإعطاء الطفل تدريباً إضافياً يحتاج إليه الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية. بما أن الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ينمون بشكل أبطء من الأطفال الآخرين فأنهم يواصلون اللعب لفترة أطول من عمرهم بالرغم من تقدمهم بالسن.

- يحتاج العديد من الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية إلى اللعب بشكل كبير حتى في سن المراهقة. تقمص الشخصيات ولعب الأدوار تعتبر من الألعاب المفضلة ولذا ينصح بتوفير ثياب للتنكر يمكن بدورها أن تحفز الخيال والحرص على توفير الألعاب وأدوات اللعب بأحجام مختلفة لتناسب الأطفال الأكبر سناً.
- اللعب يُمكن الطفل من التحرك بشكل طبيعي ولذا يتطلب توفر الكرات وحبل القفز والبالونات ووجود مكان للرقص يُمكنه من الرياضة في الحياة اليومية.
- اللعب بالمياه ممتع لكل الأعمار حيث أن التركيز والرش والتخبط في الماء يدرّب المهارات الحركية الدقيقة ويطور المعرفة الجسدية ويُشعر الطفل بالفرح.

الكرة لعبة بسيطة ولكنها تساعد في تطوير الطفل مثلاً عند رميها أو التقاطها أو تلقفها في الهواء فهي تساهم في تطوير تناسق الجسم

اللعب يجعل الأطفال يشعرون بالأمان ويعطيهم الجرأة على الثقة بأنفسهم وبالآخرين



## كيف يمكن التعامل مع غضب وإحباط الطفل؟ نصائح

بعض النصائح الجيدة التي ينصح بها الخبراء:

- دع الطفل يعبر عن غضبه ولكن حاول بعد ذلك التحدث عن السبب وعن تصرفه بعد هدوءه.
- احتضن الطفل وساعده في شرح السبب.
- إذا حدث تصرف عدواني قوياً جداً فأنصرف عن الطفل. غالباً ما يُوجع فورة الغضب مشاهدة الكثيرين له في محيطه. اعط الطفل ونفسك وقتاً للهدوء كل على حدى ثم أرجع لكي تخلق جواً من الهدوء - الغناء غالباً ما يساعد بتهدئة الطفل.



## نصائح

## تواصل واضح وداعم

من المهم مناقشة الطفل وإعطاؤه إرشادات بطريقة واقعية لأن الطفل ذي الإعاقة الذهنية لديه محدودية في التفكير التجريدي وضعف في الذاكرة القصيرة الأمد.

- ابذل جهداً لكي تكون صريحاً وواضحاً عند الحديث مع الطفل.
- لا تعطي معلومات أكثر من اللازم.
- تأكد من أن الطفل يستمع إليك.
- قم بإعطاء إرشادات مختصرة خطوة بخطوة.

## «العيش والعمل مع الأطفال الذين يعانون من الإعاقة الذهنية»

هو جزء من سلسلة منشورات تحتوي على معلومات ونصائح حول الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. هذه السلسلة موجهة إلى الآباء والأمهات والأشخاص الذين يعملون كمهنيين مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. انطلاقاً من العراق وبمساعدة الخبرة السويدية تم إعداد المحتوى لتسليط الضوء على المسائل والأفكار العادية ولسد حاجة محددة من المعلومات. والهدف من ذلك هو تقديم النصائح والاقتراحات الملموسة حول الطرق التي أثبت أنها تعمل بفعالية في الممارسة العملية في الحياة وفي العمل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. تم إعداد وترجمة هذه الكتيبات في إطار مشروع الحوكمة في قطاع الرعاية الاجتماعية في العراق (Governance in Social Care) الممول من قبل الوكالة السويدية للتنمية الدولية (SIDA) المشروع هو عبارة عن شراكة بين الجمعية السويدية للسلطات المحلية والأقاليم (SKL) ومحافظة دهوك والديوانية ويهدف إلى تعزيز القيادة والإدارة في قطاع الرعاية الاجتماعية.

السلسلة تتكون من المنشورات التالية:

- العيش والعمل مع الأطفال الذين يعانون من الإعاقة الذهنية
- العيش والعمل مع الأطفال الذين يعانون من التوحد
- العيش والعمل مع الأطفال الذين يعانون من إضطراب الكرب ما بعد الصدمة