

SON
RISE

خلاصه‌ای از روش سانرایز
برای آموزش کودکان مبتلا به اُتیسْم



نشر کتاب مس

www.mesbooks.com

سرشناسه : مروارید، عسل
 عنوان و نام : فرزندم برخیز/ ترجمه و تالیف عسل
 پدیدآور : مروارید، زهرا چيناوی ؛ با مقدمه
 سودابه ارشادی‌منش.
 مشخصات : تهران: کتاب مس، ۱۳۹۵.
 مشخصات : ۶۸ ص.: مصور، جدول. ؛
 شابک : ۱۰۰۰۰۰ ریال ۷۷-۵۷۷-۷۳۸۰-۹۶۴-۹۷۸:
 موضوع : درخودماندگی کودکان -- درمان
 رده بندی : ۶۱۸/۹۲۸۵۸۸۲:
 دیوبی

فرزندم برخیز



نشر کتاب مس
www.mesbooks.com

ترجمه و تالیف : عسل مروارید - زهرا چيناوی

چاپ اول : تابستان ۹۵

تیراژ : ۵۰۰

طراحی جلد : کارگاه مس

صفحه آرا : مختار زندگی

لیتوگرافی و چاپ : نظر

صحافی : کیارش

حق چاپ و نشر محفوظ است

نشر کتاب مس، تلفن: ۴۴۶۵۹۰۳۵-۶

برنامه آموزشی سانرایز از زمانی پایه‌گذاری شد که من، ران کافمن در دوران کودکی اتیسک شناخته شدم. من به هیچ‌وجه صحبت نمی‌کردم، کاملاً لال بودم، هیچ تماس نمی‌داشتیم حتی به مادر و پدرم هم نگاه نمی‌کردم. تمام روز من صرف انجام کار تکراری می‌شد. بشقاب‌ها را می‌چرخاندم، دستانم را جلوی چشمانم تکان می‌دادم و بال می‌زد. از آن روز هوش من شان داد که ضریب هوشی من زیر سی است.

زمانی که وضوح من برای مادر و پدرم توضیح داده شد آنها بشدت شوکه شدند و ضربه روحی شدیدی به آنها وارد شد. بعدها والدین زیادی را دیدم که طریقه مطرح کردن مشکل فرزندشان، آنها را بشدت زمین زد. چرا که متأسفانه اغلب به والدین گفته می‌شود که فرزند شما در آینده به نایب نمی‌رسد، انتظار بهبود نداشته باشید، امیدی به آنها نمی‌شود داشت و ... درست همین حرف به والدین من نیز زدند، به آنها گفتند اتیسم پسر شما خیلی شدید است و این وضعیت تا آخر عمرش تغییر نخواهد کرد. او هرگز نمی‌تواند با مردم ارتباط برقرار کند، صحبت کند، دوست پیدا کند، او نمی‌تواند به مدرسه عادی برود، نمی‌تواند شغل داشته باشد، ازدواج کند. پس بهتر است عمر و سرمایه خود را صرف دو دختر باهوش و سالم‌تان بکنید و ران را فراموش کنید. او را به مراکز نگهداری از ناتوانان ذهنی بسپارید تا شبانه روزی از من حمایت کنند. شاید بتوانند یک چیزهایی هم بهش یاد بدهند. مثلاً شاید یک روز خودش لباس‌هایش را بپوشد. ولی می‌بینید که زندگی من با این پیش‌بینی‌ها تفاوت زیادی دارد.

از شما می‌خواهم به چهره فرزندتان زمانی که مشغول انجام حرکات تکراری است توجه کنید. متوجه می‌شوید که او بشدت از این فعالیت لذت می‌برد و خوشحال است. در واقع تمام کودکان اتیستیک از وضعیتی که دارند راضی هستند و در دنیای خود شاد هستند. آنها دوست ندارند وضع و حالت خود را عوض کنند. آنها هرگز نمی‌آیند به سمت شما تا بگویند:

"مامان جون، بابا جون لطفاً من را از این وضع نجات بدهین، من می‌خواهم جزیی از دنیای شما باشم، لطفاً پوشک رو از من بگیرید چون واقعا ناراحت کننده است. کمکم کنید توالت بروم. خواهش می‌کنم صحبت کردن را به من یاد بدهید، تو رو خدا منو مداوا کنید."

اما این ما هستیم که از وضعیت آنها راضی نیستیم و می‌خواهیم که آنها را بدنیای خود بیاوریم.

پس این وظیفه ما است که به سمت آنها برویم و آنها را با خودمان به دنیای عادی بیاوریم.

خوش خانه والدین من، من را به هیچ موسسه‌ای نسپردند، مرا به خانه آوردند و روشی را به مدت سه سال به من یاد دادند. کودک محور/ خانه محور اجرا کردند که منجر به بهبودی کامل من شد.

من و مادرم زمان زیادی را که حدود سه سال بود در حمام گذراندیم، حمام تنها جایی بود که هیچ صدای محبت عبد عادی نبود. صدای تلفن، تلویزیون، رفت و آمد، جارو و... وجود نداشت و مادرم می‌ترانسه توجه و تمرکز من را بالا ببرد. در آنجا کلمه "نه" بکار نمی‌رفت. چرا که چیز سارگی نبود و مردم مجبور نبود مرتب بگویند "نکن، دست نزن، کثیف شدی، اون رو نشکنی، این رو پاره نکنی و..."

البته روش سانرایز به خانواده‌ها نمی‌گوید که بروند داخل حمام و با فرزندان‌شان کار کنند اکنون اتاق بازی طراحی شده که همان شرایع را دارد.

بعد از سه سال من از اتیسم کاملاً مداوا شدم بدون این که هیچ ردپایی از آن در آینده‌ام دیده شود. عادی شدم، به مدرسه عادی رفتم و دوستان زیادی دارم.

پدرم که نویسنده بود کتابی درباره داستان تشخیص و درمان من نوشت که پرفروش‌ترین کتاب سال شد. سپس شبکه ان‌بی‌سی با او مصاحبه‌ای کرد که بهترین برنامه سال شناخته شد. سپس در سال ۱۹۸۳ در ایالت ماساچوست مرسته خیریه غیرانتفاعی پایه‌گذاری کردیم.

نتیجه از مقدمه:

از متن بالا نتیجه می‌گیریم که برای اجرا روش سانرایز باید یک پیش زمینه‌ای داشته باشیم و مهم‌ترین قسمت ۵ اصل اساسی است که تا آنها را باور نکنیم شروع کار مشکل است.

تمرین

۱. هدف خود را مشخص کنید. تصمیم بگیرید. تغییر ایجاد کنید.
 ۲. متقاعد شوید. کاری که می‌خواهید انجام دهید را باور کنید.
 ۳. برضد عوامل محیطی باشید. بر هدف‌تان باقی بمانید حتی اگر دنیا مخالف شما است.
 ۴. صبور باشید. صبری شما را به سرمقصد می‌رساند.
 ۵. مقاومت کنید. در میدان مبارزه بمانید تا مبارزه تمام شود.
- نتیجه بعدی این است که شما باید فرزند خود را به عنوان یک موجود توانا قبول داشته باشید و محیط منزل را با توجه به شرایط فرزندان برای مدتی تغییر دهید تا بقول ران کالین «جبور نباشید مرتب به او بگویید دست نزن، نکن، برو، همیشه که نمی‌شود در اتاق بازی بود. بنابر این با تهیه قفل برای مکان‌های پر خطر و یا جمع کردن وسایل پر خطر در مکان دراز نمی محیط را محدود کنید. با گذشت زمان و با افزایش درک فرزندان، می‌توانید محدودیت‌ها را کم کنید.

- سعی کنید لیستی از مکان‌های پر خطر منزل تهیه کنید. سپس برای عدم دسترسی فرزندان راه‌های امن محدود کردن بیابید. مثلاً تهیه قفل کوچک برای محل نگهداری مواد شوینده.
- سعی کنید وسایل تزئینی و شکننده اضافی را در منزل مشخص کرده و برای دور از دسترس بودن آنها مکانی بیابید.