

# مركز الأمير ناصر بن عبدالعزيز للتوحد

العلاج الوظيفي والتوحد  
أنشطة عملية للتدريب على مختلف  
المهارات



وليد أبو ارواق  
أخصائي علاج وظيفي

ما هو العلاج الوظيفي !؟؟؟!

▶ **العلاج الوظيفي هو احد المهن الطبية المساندة وهي تعنى بالأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة الذين يعانون من تحديات جسدية وحسية وحركية وعقلية ونفسية واجتماعية . و يعمل على تأهيل وإعادة تأهيل المهارات والقدرات التي تساعد على التكيف الوظيفي والسلوكي للأشخاص وذلك من خلال أنشطة هادفة .**

▶ **إن الهدف الرئيسي للعلاج الوظيفي هو تطوير استقلالية الفرد الشخصية والاجتماعية و المهنية ودمجه في المجتمع وتنمية القدرات التي تساعد على القيام بمهامهم ووظائفهم الاعتيادية .**

# دور العلاج الوظيفي

يعتبر العلاج الوظيفي من البرامج الرئيسية التي تستند عليها برامج التربية الخاصة سواء في مركز التربية الخاصة أو مدارس الدمج في التعليم العام والخاص ويقوم بالإشراف على هذا البرنامج أخصائي العلاج الوظيفي الذي يركز في عمله على تنمية المهارات الحركية اللازمة للتعامل مع عناصر العملية التعليمية ووصول الفرد الى أعلى مستوى من الاستقلالية والإعتماد على الذات.

يعاني ذوو اضطراب طيف التوحد من قصور في كثير من المهارات، الأمر الذي ينعكس على أداء المهارات الحياتية اليومية، مثل مهارات الجانب الاستقلالي (مهارات العناية بالذات، مهارات النظافة الشخصية، مهارات ارتداء وخلع الملابس) ومهارات الجانب الحركي الدقيق (مهارات المسك والإلتقاط، مهارات النقل والحمل، مهارات النقل داخل اليد، مهارات التآزر الحركي البصري، مهارات استخدام كلتا اليدين، مهارات استخدام الأدوات، مهارات ما قبل الكتابة) بالإضافة إلى مهارات التكامل الحسي.

• يتمثل دور المعالج الوظيفي مع الطفل التوحدي في المجالات التالية:

مجال المهارات الحركية الدقيقة وتتضمن:

• مهارات الفك والتركيب

أمثلة:

• فك وتركيب المكعبات

• فك وتركيب البراغي

• فك وتركيب الدبابيس

• فك وتركيب الملاقط ، حيث يمكن استخدامه كنشاط قبلي للتدريب على نشاط الضغط على معجون الأسنان



## • تنمية مهارات النقل في اليد

يتمثل دور العلاج الوظيفي في ذلك من خلال تحسين الدقة اليدوية وتحسين حركة نقل الأشياء من باطن اليد إلى أصابع نفس اليد (In-Hand Manipulation).

مثال: نقل النقود المعدنية من باطن اليد الى لأصابع.



## • أنشطة استخدام اليد السائدة

أثناء التدريب على مهارات العلاج الوظيفي يجب على الطالب أن يستخدم اليد السائدة أثناء أداء مهارات الفك والتركيب والضغط والسحب والدفع والحمل.. ويستخدم اليد الغير سائدة للمشاركة والمساندة والدعم والارتكاز.

استخدام استراتيجية عزل اليد الغير سائدة ( blocking technique ) حيث يقوم المدرب بالامساك بها، ليترك المجال لليد السائدة لتقوم بأداء تمارين مثل فك وتركيب المكعبات، براغي ، دبابيس، لظم خرز ، استخدام المعلقة.



## • أنشطة استخدام كلتا اليدين معا

التدريب على مهارات استخدام المقص ، فك وتركيب الأزرار ،  
السحاب ، الكباسات ، ربط الرباط ، تفريش الأسنان..

التدريب على مهارات استخدام اليد الواحدة (اليد السائدة) ثم  
الانتقال تدريجيا الى مهارات استخدام كلتا اليدين.



# مهارات استخدام الأدوات: أمثلة:



- استخدام أدوات الطعام (ملعقة، سكين ، شوكة)
- استخدام أدوات الكتابة (قلم ، مبراة ، ممحاة، مسطرة...)
- اغلاق وفتح الباب باستخدام مفتاح الباب
- استخدام أدوات الفك والتركيب (مفك ، مطرقة، ..)
- استخدام المقص ( التدريب على خطوط بسيطة وصولا الى اشكال هندسية أكثر تعقيداً)

يجب استخدام استراتيجيات اليد السائدة والغير سائدة أثناء  
التدريب على استخدام الأدوات

استخدام استراتيجية التلقين البصري في التدريب على  
استخدام المقص

# مهارات ما قبل الكتابة أمثلة:

- أن يكون داخل حيز بارز
- أن يكون داخل حيز مرسوم
- أن يوصل بين الخطوط المرسومة بشكل أفقي، عمودي، مائل، منحنى...
- أن يوصل بين النقاط المرسومة بشكل أفقي، عمودي، مائل، منحنى...

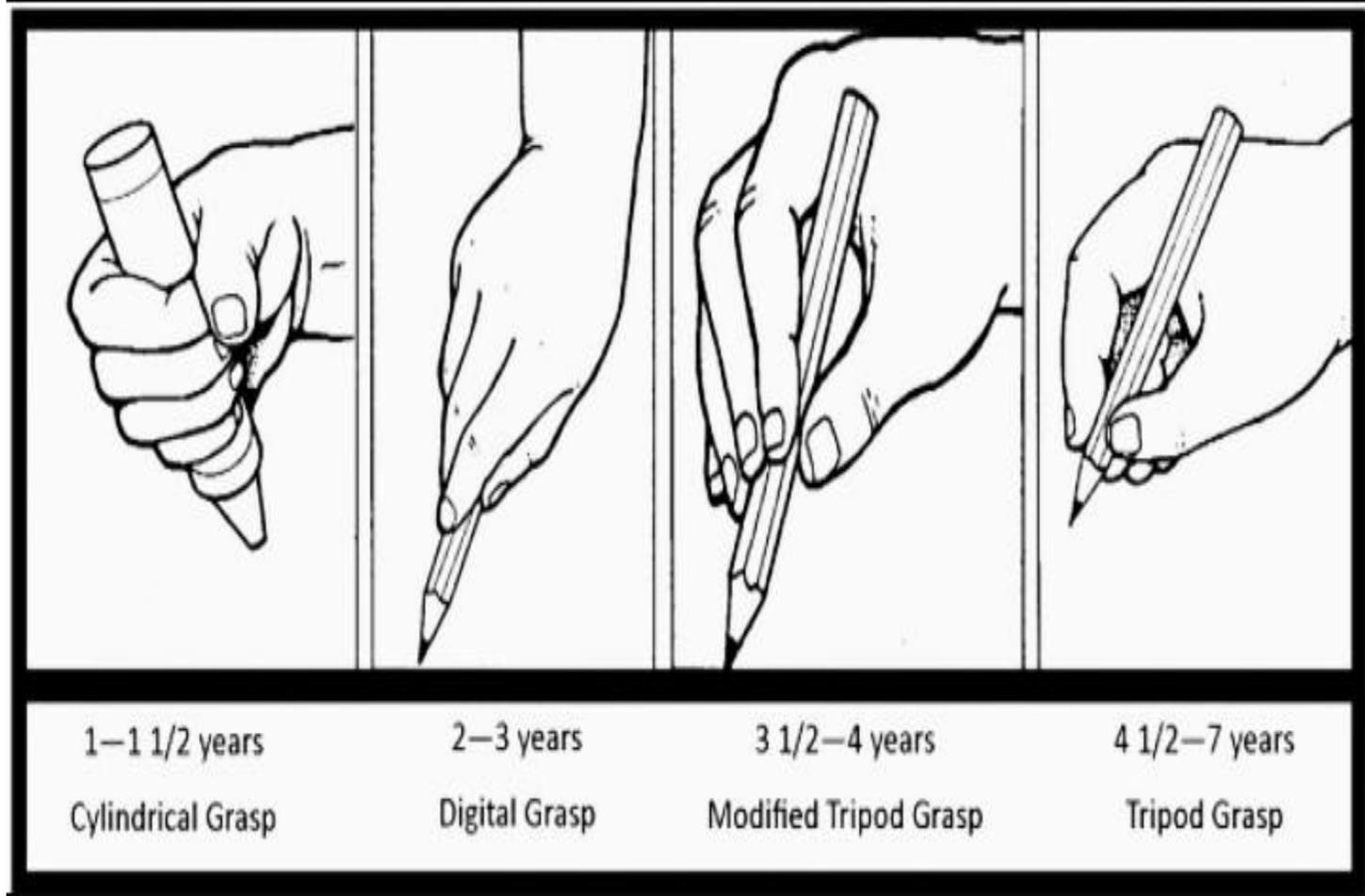


Name: \_\_\_\_\_

**Tracing Practice II**  
Directions: Trace the lines in each row.

Tracing practice sheet with four rows of dashed lines for tracing: vertical lines, circles, diagonal lines, and curved lines. The sheet includes a cartoon girl holding a pencil and a logo for 'The Moffatt Girls' at the bottom right.

# التطور الوظيفي لمسكة القلم:



# استراتيجيات التدريب على مهارات ما قبل الكتابة:

- التدريب على مهارات التلوين والتوصيل باستخدام أقلام التلوين (الفلوماستر) ثم الانتقال تدريجياً لأقلام الرصاص.
- عند التدريب على التوصيل بين النقاط يجب تحديد نقطة البداية ونقطة التوقف.
- التدريب على مسك القلم بالابهام والسبابة مرتكزاً على الوسطى والمنطقة بين الابهام والسبابة (web space)
- يقوم المدرب بتثبيت الورقة أثناء التدريب على مهارات ما قبل الكتابة لكي يبدأ الطفل بالتلوين والتوصيل، ثم يقوم المدرب تدريجياً بتدريب الطفل على مسك القلم باليد السائدة وتثبيت الورقة باليد الغير سائدة وتعديل الورقة بشكل مناسب.

# • أنشطة وتمارين تقوية عضلات اليد



## أمثلة:

- التدريب على فتح قارورة ماء مغلقة بإحكام.
- التدريب على فتح غطاء وعاء كبير.
- التدريب على تركيب أزرار (البطلون) أثناء ارتدائه.
- التدريب على فتح شيس ، بسكويت
- التدريب على استخدام مبراة الأقلام ، الممحاة.
- التدريب على مهارة الضغط باليد أو الأصبع (الضغط على مفتاح تصريف كرسي الحمام، معجون الأسنان ، الشطاف)
- التدريب على مهارات الفك والتركيب (ملاقط ، براغي)
- التدريب على المهارات الحركية الكبرى ( سحب الشريط المطاطي (theraband) ، حمل صناديق والأوزان والكرات الثقيلة ، شبكة التسلق)

▶ • تنمية مهارات الحياة اليومية والتي تشمل مجموعة من المهارات الأساسية مثل:

• مهارات العناية بالذات

▶ مهارة غسل اليدين بالماء والصابون:

• أن يضغط على علبة الصابون

• أن يضع الصابون على اليد الغير سائدة

• أن يفرك يديه

• أن يفتح صنوبر المياه

• أن يغسل يديه

• أن يغلق صنوبر المياه

• أن يجفف يديه



يتم التدريب على الهدف باستخدام استراتيجية العد من ١-١٠



## ▶ مهارة تفريش الأسنان:

- أن يغسل فرشاة الأسنان
- أن يفتح معجون الأسنان
- أن يضع غطاء معجون الأسنان على المغسلة
- أن يضع معجون الأسنان على الفرشاة
- أن يفرش الأسنان الأمامية
- أن يفرش الأسنان الجانبية السفلى من الداخل للجهتين
- أن يفرش الأسنان الجانبية العليا من الداخل للجهتين
- أن يغسل فرشاة الأسنان ويضعها في مكانها
- أن يغلق معجون الأسنان ويضعه في مكانه
- أن يجفف فمه
- أن يجفف يديه

## ► مهارة استخدام الحمام:



- أن يفتح باب الحمام
- أن يغلق باب الحمام
- أن يخلع ملابسه (باستخدام الأسفل قليلاً)
- أن يجلس على كرسي الحمام
- أن يقوم بقضاء حاجته
- أن يمسك الشطاف
- أن يوجه الشطاف على مكان قضاء الحاجة
- أن يضغط على الشطاف (مفتاح تصريف مياه الشطاف) باتجاه مكان قضاء الحاجة
- أن يضع الشطاف في مكانه بعد الانتهاء من التنظيف
- أن يجفف مكان قضاء الحاجة بالمنديل
- أن يرمي المنديل داخل سلة الحمام
- أن يرتدي ملابسه
- أن يضغط على مفتاح تصريف مياه كرسي الحمام

## مهارات ارتداء وخلع الملابس:



jacket



coat



dress



boots



shirt



jeans

- أن يخلع الحذاء
- أن يخلع الجوارب
- أن يخلع البنطلون / السروال
- أن يخلع البلوزة
- أن يخلع الملابس الداخلية
- أن يفك السحاب
- أن يفك الكباسات
- أن يفك الأزرار
- أن يفك رباط الحذاء
- أن يفك الحزام

## مهارات ارتداء وخلع الملابس:



jacket



coat



dress



boots



shirt

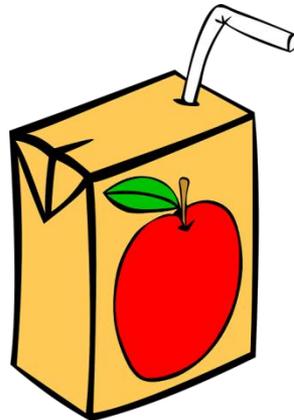


jeans

- أن يرتدي الحذاء
- أن يرتدي الجوارب
- أن يرتدي البنطلون / السروال
- أن يرتدي البلوزة
- أن يرتدي الجاكيت
- أن يرتدي الملابس الداخلية
- أن يركب السحاب
- أن يركب الكباسات
- أن يركب الأزرار
- أن يربط رباط الحذاء
- أن يركب الحزام

## ► مهارات تناول الطعام:

- أن يأكل الطعام (ساندويش ، بسكويت ... ) باستخدام يد واحدة.
- أن يستخدم الملعقة في تناول الطعام ( أرز ، شوربة... )
- أن يستخدم السكين في تقطيع الطعام (خيار ، موز ، برتقال... )
- أن يفتح قارورة الماء
- أن يفتح القشة داخل علبة العصير
- أن يفتح شيبس ، بسكويت ...



# شكراً لحسن استماعكم..

