

بخش اول

آسیب بینایی

مادران و پدران دارای فرزند با آسیب بینایی به چه شناخت‌هایی نیاز دارند؟

سوم میلادی کودکان با آسیب بینایی، مانند دیگر کودکان باید از جایگاه والایی برخوردار باشند و حق دارند از خدمات آموزشی، اجتماعی، درمانی، بهداشتی، رفاهی و فرهنگی مناسب، بهره‌مند شوند تا به بالاترین میزان رشد همه‌جانبه‌نایل شوند. بی‌شک به منظور تحقق این‌گونه هدف‌ها و رشد همه‌جانبه کودکان با آسیب بینایی، باید از دو نهاد مقدس خانواده و مدرسه آغاز کرد و در جامعه استمرار بخشید.

کودکان با آسیب بینایی، یکی از گروه‌های عمده کودکان استثنایی یا کودکان با نیازهای ویژه محسوب می‌شوند که به آموزش و پرورش ویژه و خدمات ویژه نیاز دارند. کودک نابینا یا کودک با آسیب بینایی، کودکی است مانند همه کودکان؛

◆ چند سوال

- آیا شما با روان‌شناسی کودکان با آسیب بینایی و مسائل و مشکلات آنان آشنایی دارید؟
- آیا شما با ویژگی‌ها، توانمندی‌ها و ظرفیت‌های کودکان با آسیب بینایی و محدودیت‌های آنان آشنایی دارید؟
- آیا کودکان با آسیب بینایی در خانواده و جامعه پذیرفته شده‌اند و نسبت به آنان نگرش مثبت وجود دارد؟

◆ مقدمه

در طول تاریخ، پدیده نابینایی همواره در همه جوامع بشری وجود داشته و از دیدگاه‌ها و نظرهای گوناگون نگر بسته شده است. بدون تردید در هزاره



دکتر احمد به‌پژوه
استاد روان‌شناسی
دانشگاه تهران



بیست و چهارم مهرماه برابر با پانزدهم اکتبر، از سال ۱۹۶۴ در دنیا به عنوان روز جهانی افراد نابینا یا روز عصای سفید نام‌گذاری شده است و این روز، هر سال در ایران جشن گرفته می‌شود. عصای سفید مهم‌ترین وسیله کمکی رفت و آمد افراد نابینا است و استفاده از آن می‌تواند ضامن سلامت آنان باشد. از این رو، این روز را به تمام افراد نابینا و کم‌بینا و خانواده‌های آنان تبریک عرض می‌کنیم و بدین مناسبت بخش اول این مقاله، به والدینی که فرزند با آسیب بینایی دارند، تقدیم می‌شود.



شرایط، این فرصت عالی وجود دارد که به کودک با آسیب بینایی یادآوری شود که او قادر به انجام دادن چه کارهایی است. همان‌طور که پیشتر گفته شد این صحبت‌های مثبت هرچه زودتر آغاز شود و اظهارات مثبتی نظیر آنچه گفته شد که مبتنی بر واقعیت هم باشد، می‌تواند تأثیر مثبتی بر رشد عزت‌نفس کودک داشته باشد.

♦ واکنش‌های گوناگون درباره نابینایی و کودکان با آسیب بینایی

مادران و پدران کودکان با آسیب بینایی به طور مکرر موقعیت‌هایی را گزارش می‌کنند که اعضای خانواده و افراد جامعه درباره فرزند آنها واکنش‌های گوناگونی ابراز می‌کنند. این موارد شامل پرسش‌های فکر نشده و عجیب و غریب نیز می‌شود (مانند، فرزند شما چه مشکلی دارد؟! یا اظهار ترحم که نشان می‌دهد که داشتن این کودک بار مسئولیت سنگینی را به همراه دارد! یا شما به دلیل ارتباط با چنین کودکی مقدس هستید! بعضی از والدین رفتارهای عجیبی را توصیف می‌کنند که دیگران به تصور این که کودک نابینا فقیر است، به او پول می‌دهند! در هر حال، کودکان با آسیب بینایی نیز همانند والدین خود این گونه واکنش‌ها و بازخوردها را متوجه شده و پیام‌های آنها را می‌شنوند و موجب می‌شود که آنها پیام‌هایی از قبیل متفاوت بودن، حقیر بودن و طاقت‌فرسا بودن را دریافت کنند. والدین می‌توانند در این موقعیت‌ها با ابراز واکنش مناسب، به احساس خودارزشمندی کودک کمک کنند، به این ترتیب که، وقتی با چنین موقعیت‌هایی مواجه می‌شوند، به طور مکرر صحبت‌هایی نظیر زیرداشته باشند: او در هر حال یک کودک است، مانند همه کودکان!

او بار و مسئولیت اضافی خاصی ندارد. شما باید ببینید که او چگونه به تنهایی مسواک می‌زند و دست‌های خودش را با حوله به خوبی خشک می‌کند!

پدر و مادر بودن برای همه اولیا، یکی از کارهای چالش‌زا است. من فکر می‌کنم که همه والدین مقدس هستند نه فقط من، شما این‌طور فکر نمی‌کنید؟

کودک می‌تواند تأثیری مثبت بر فرایند رشد او داشته باشد. داشتن انتظارات و واقع‌بینانه از فرزند با آسیب بینایی نیز تأثیری شگفت‌انگیز بر اعتماد به نفس او خواهد داشت. با وجود این، پذیرش کامل توسط خانواده و سازگاری کامل برای کودک با آسیب بینایی بسیار ایده‌آل است و زندگی همواره به این سادگی نیست! افراد و خانواده‌ها متفاوت هستند و آنان احساسات و رویدادهای زندگی خود را به گونه‌ای متفاوت پردازش می‌کنند. احتمال دارد برخی از خانواده‌ها به سختی شرایط کودک خود را بپذیرند و برخی ممکن است به راحتی به منابع یا افرادی که می‌توانند به آنها کمک نمایند، دسترسی پیدا نکنند. به بیان دیگر، باید اذعان کرد که پذیرش کودک با آسیب بینایی موجب می‌شود عزت نفس فرزند ما ارتقا یابد و احساس توانمندی کند.

♦ صحبت کردن درباره آسیب بینایی در خانه و خانواده

میزان آرامش یک خانواده در زمینه صحبت با فرزندشان درباره ناتوانی و محدودیت‌های وی، از ارزش‌های فرهنگی و میزان آمادگی عاطفی والدین، تأثیر می‌پذیرد. بسیار حائز اهمیت است که والدین، درباره شرایط بینایی فرزندشان، اطلاعاتی را در اختیار او قرار دهند و این باید زمانی که کودک در سنین خردسالی قرار دارد، با او در میان گذاشته شود. این اطلاعات بهتر است که مبتنی بر واقعیت باشد و در حین گفتگوهای روزمره با کودک در اختیار وی قرار گیرد، همان‌گونه که والدین درباره موهای طلایی، پاهای کشیده و انگشتان ظریف کودک خود صحبت می‌کنند!

هدف این است که کودک متوجه شود که آسیب بینایی فقط به عنوان یکی از صدها ویژگی او تلقی می‌شود. برای مثال، اگر والدین در یک گفت‌وگوی تلفنی بر این مسأله متمرکز شدند که کودک به دلیل آسیب بینایی، در انجام بعضی از کارها با مشکل مواجه است، باید یادآوری کنند که کارهایی نیز وجود دارد که فرزندشان می‌تواند مانند همه کودکان انجام دهد (همان‌طور که هر شخصی ممکن است بعضی کارها را ساده‌تر یا دشوارتر نسبت به دیگران انجام دهد). افزون بر این، در این

او فقط نمی‌تواند محیط اطراف خود را به خوبی ببیند، اما مغز او به طور طبیعی کار می‌کند و قادر است با حواس دیگر خود (به ویژه شنوایی و لامسه) یاد بگیرد و جهان خارج را درک کند و بشناسد. با وجود این، تولد کودک با آسیب بینایی، تأثیر عمیقی بر مادر و پدر و دیگر اعضای خانواده می‌گذارد و واکنش‌های گوناگونی از قبیل احساس گناه، بهت‌زدگی، غم و اندوه، انکار و ناپاوری و درماندگی را به دنبال دارد (به‌پژوه، ۱۳۹۸).

بدون تردید اساس سلامت جامعه، به سلامت تک‌تک افراد جامعه وابسته است و سلامت روانی و جسمانی افراد جامعه تأمین نمی‌شود مگر آن‌که به نیازهای یکایک آنان در خانه و در خانواده توجه شود تا شهروندانی سالم، بالنده، متعادل، متقی و صالح داشته باشیم. در ارتباط با کودکان هر جامعه‌ای، چه بینا و چه نابینا، لازم است تأکید شود که آنها تمام رفتارها را یاد می‌گیرند، پس باید همه رفتارها را در بستر خانواده، به عنوان مهم‌ترین و نخستین پرورشگاه و آموزشگاه، در تمام مراحل گوناگون زندگی به آنان آموزش داد.

از این رو، در پاسخ به پرسش‌های مطرح‌شده، در این مقاله، رهنمودهایی ارائه می‌شود تا زمینه ارتقای آگاهی والدین دارای فرزند با آسیب بینایی فراهم شود و بتوانند با پذیرش مثبت تفاوت‌ها، در جهت رفع نیازهای فرزند خود بکوشند. هدف دیگر این مقاله ایجاد حساسیت در مادران و پدران نسبت به حقوق و نیازهای کودکان با آسیب بینایی و نیز آشناسازی خانواده‌ها با ظرفیت‌ها، قابلیت‌ها، توانمندی‌ها و محدودیت‌های این کودکان است. بدیهی است برای تحقق این گونه هدف‌ها، همکاری، همفکری و همدلی تمام خانواده‌ها، مدارس و سازمان‌های مربوط الزامی است. امیدوارم از مطالعه این مقاله لذت ببرید و مطالعه آن را به خانواده‌های دارای فرزند با آسیب بینایی و کسانی که خواهان شناخت دنیای نابینایی هستند، توصیه کنید.

♦ پذیرش کودک با آسیب بینایی

نخستین گام شناخت، پذیرش بدون قید و شرط کودک با آسیب بینایی و داشتن انتظارات واقع‌بینانه از او است و هر خانواده، لازم است نابینایی فرزند خود را بفهمد و بپذیرد. پذیرش

کودکانی که این گونه پاسخ‌ها را از والدین خود، در برابر اظهار نظرهای دیگران می‌شنوند (اظهاراتی که منعکس کننده دوست داشتن و پذیرش آنها است)، به احتمال زیاد این نظرات مثبت را در برابر نظرات منفی، درون‌سازی می‌کنند. به علاوه شنیدن این گونه بازخوردها، می‌تواند آنها را توانمند کند که راهبردهایی نظیر آن را در موقعیت‌های مشابه که والدین در کنارشان نیستند، به کار برند.

♦ داشتن بازخوردهای واقع‌بینانه نسبت به کودکان با آسیب بینایی

کودکان با آسیب بینایی، هم‌نیاز به بازخوردهای مثبت و هم‌بازخوردهای واقع‌بینانه از جانب دیگران دارند؛ آنها نیاز دارند که در زمینه استعدادهایی که می‌توانند به خوبی آنها را پرورش دهند، اطلاعات مناسبی (متناسب با سنشان) در مقایسه با دو گروه همسال بینا و همسال نابینا در اختیارشان قرار داده شود. آنها به تعریف و تمجیدهای ناه‌جا و تبریک برای انجام کارهای معمولی که همسالانشان به طور عادی انجام می‌دهند، نه‌نیاز دارند و نه از آن سود می‌برند. متأسفانه، بسیاری از کودکان با آسیب بینایی برای انجام کارهای عادی روزانه، از قبیل مسواک زدن دندان‌ها یا آویزان کردن کت، مورد تشویق واقع می‌شوند (فعالیت‌هایی که همسالان بینای آنها نیز انجام می‌دهند). دلیل این امر این است که بسیاری از بزرگسالان با این کودکان آشنایی ندارند و فکر می‌کنند که فعالیت‌هایی از این قبیل برای کودکان بدون بهره‌گیری از حس بینایی، قابل تقدیر است! در خانه، در مدرسه

و در جامعه، بزرگسالانی که وظیفه مراقبت از کودکان با آسیب بینایی را دارند، باید مراقب باشند که از آنها تعریف و تمجیدهای ناه‌جا به عمل نیآورند و در شناسایی مهارت‌های معمول از غیر معمول به آنها کمک کنند. هر کودکی، فعالیت مشخصی را بهتر از دیگران انجام می‌دهد که این ممکن است نشان‌دهنده وجود استعدادی در او باشد. از این‌رو، باید به کودکان با آسیب بینایی در شناسایی این استعدادها کمک شود و در این

صورت آنها می‌توانند عزت‌نفس مثبتی را در خود رشد دهند.

♦ بازخوردهای قابل دست‌یابی نسبت به کودکان با آسیب بینایی

غروری که یک کودک بینا از مشاهده عینی فعالیت‌هایش به دست می‌آورد (مانند نصب نقاشی کودک بر در یخچال خانه)، ممکن است برای کودک با آسیب بینایی همان معنا را نداشته باشد، مگر این‌که به‌طور شفاف به کودک گفته شود که کار او در معرض دید دوستان و اعضای خانواده قرار گرفته است. در صورت امکان، ارائه شاخص‌های لمسی مبنی بر ابراز رضایت از کارهای انجام شده کودک، بسیار حائز اهمیت است. برای مثال، برچسب‌های برجسته از صورتک‌های خندان و پیام‌هایی با خط بریل از قبیل «وای عالی»، «حرف نداره»، «چقدر خوبه» می‌تواند برای کودک با آسیب بینایی بازخورد مثبتی را به همراه داشته باشد. برچسب‌های موجود در بازار با شکل‌های ساده، از قبیل ستاره و قلب، می‌تواند به شکل برجسته تهیه شود. این کار موجب می‌شود



بازخوردهایی که کودک از طریق این برچسب‌ها دریافت می‌کند، ملموس‌تر و قابل درک باشد. همچنین والدین و معلمان می‌توانند تشویق‌های خود را به‌طور کلامی یا با خط بریل و حروف چایی بزرگ به‌صورت پیام، به کودک بدهند.

در مدرسه، کودکان بازخوردها را به شیوه‌های گوناگون از معلمان دریافت می‌کنند. یکی از راهبردهای معروف این است که اغلب کارهای خوب دانش‌آموزان را به عنوان الگو، روی تابلوی

اعلانات قرار می‌دهند که این گونه اطلاعات، اغلب برای کودکان با آسیب بینایی قابل دست‌یابی نیست. کودکان کم‌بینایی می‌توانند تشویق شوند که با استفاده از وسایلی نظیر ذره‌بین یا وسایل دیگر، کار همسالان خود را روی تابلوی اعلانات ببینند. کودکان نابینا نیز می‌توانند با استفاده از توصیف‌های ارائه شده توسط بزرگسالان درباره کارهای ارزشمند نصب‌شده روی تابلوی اعلانات، اطلاعات لازم را کسب کنند. اگر این اطلاعات به‌صورت متن نوشتاری است، می‌توان آنها را با خط بریل نوشت و روی تابلو نصب کرد (ساکس و وولف، ۲۰۰۶، ترجمه به‌پژوه و مهدوی، در دست انتشار).

♦ مطرح کردن موفقیت‌های کودکان با آسیب بینایی با دیگران

در میان گذاشتن و مطرح کردن موفقیت‌های کودکان با دیگران به‌گونه‌ای غیرمستقیم، تشویق محسوب می‌شود که می‌تواند به کودکان با آسیب بینایی در درک توانایی‌های آنان کمک مؤثری کند. بعد از این‌که کودک توانست یک تکلیف سخت یا چالش‌برانگیز را با موفقیت انجام دهد، والدین لازم است موفقیت کودک را تشویق کنند. توصیه می‌شود والدین موفقیت‌های کودک را به شکل واقع‌بینانه نه اغراق‌آمیز تمجید کنند؛ برای مثال، هنگام صرف شام یا به‌صورت تلفنی با پدر بزرگ یا مادر بزرگ کودک آن موفقیت را بیان کنند. شنیدن این نظرات درباره موفقیت‌های واقعی، می‌تواند به کودک کمک کند که سطح انتظارهای دیگران درباره خود را بفهمد و در نتیجه می‌تواند در تعریفی که کودک از خود ارائه می‌دهد و تجربه غرورآمیز او مؤثر باشد. همه این موارد، مؤلفه‌های مهمی در رشد عزت‌نفس مثبت کودک قلمداد می‌شوند.

♦ فراهم کردن امکانات لازم برای

مستقل‌سازی کودکان با آسیب بینایی

مشارکت مستقیم کودکان با آسیب بینایی در فعالیت‌ها و تجارب گوناگون به رشد قابلیت در مهارت‌های شناختی، اجتماعی و حرکتی

چرخ‌دستی در فروشگاه، انتخاب اقلام مورد نظر از قفسه‌ها، قرار دادن آنها در چرخ‌دستی یا سبد خرید و پرداخت پول اقلام خریداری شده پیش از ترک فروشگاه و آنگاه هنگامی که وارد خانه می‌شوند از نظر قرار دادن اقلام تهیه‌شده در جای مناسب، به والدین خود کمک کنند. گفتنی است که صدها تجربه نظیر این برای کودکان بینا وجود دارد که آنان به راحتی می‌توانند آنها را درک و تقلید کنند، زیرا آنها می‌توانند ببینند، اما برای کودکان با آسیب بینایی و کم‌بینا، این تجارب باید به طور عملی تمرین و به شکل مناسب به آنها آموزش داده شود.

به کودکان نابینایی که نشان داده شده یا تشویق شده‌اند که نان را چگونه تُست (برشته) کنند یا چگونه از یخچال، آب بردارند، احتمالاً این رفتارها را بیشتر تقلید می‌کنند و خلاقیت بیشتری دارند. بدین منوال، به کودکی که آموخته شده به طور مستقل در خانه رفت‌وآمد کند و کودکی که تشک و زیرانداز خود را پیش از خوابیدن برمی‌دارد، احتمالاً برای کشف محیط پیرامون خود بیشتر احساس اعتماد به نفس می‌کند، خطرپذیر است و از اعمال مستقل و خودجوش خود، بیشتر یاد می‌گیرد و لذت می‌برد.

منابع:

به‌پژوه، احمد (۱۳۹۶). اصول برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان (چاپ یازدهم). تهران: نشر دانژه.

به‌پژوه، احمد (۱۳۹۸). خانواده و کودکان با نیازهای ویژه (چاپ پنجم) (فصل یازدهم): خانواده و کودکان با آسیب بینایی). تهران: انتشارات آوای نور.

ساکس، شارون و وولف، کارن (۲۰۰۶). آموزش مهارت‌های اجتماعی به دانش‌آموزان با آسیب بینایی: از نظریه تا عمل. ترجمه احمد به‌پژوه و مجتبی مهدوی (در دست انتشار). تهران: نشر دانژه.

متسون، جانی و اولندیک، توماس (۱۹۸۸). بهبودبخشی مهارت‌های اجتماعی کودکان: ارزیابی و آموزش. ترجمه احمد به‌پژوه (۱۳۸۴). تهران: انتشارات اطلاعات.

روزانه مشاهده و تمایل دارند که همانند آنها عمل کنند و در نتیجه رفتارهای آنها را تقلید می‌نمایند. برای مثال، آنها با چرخ‌دستی در اطراف اتاق نشیمن بازی می‌کنند و با جاروی پلاستیکی فرش را تمیز می‌کنند. هنگامی که این رفتارهای کودک توسط دیگران دیده می‌شود، ادراک کودک از خودش افزایش می‌یابد و این نوع بازی‌ها، با بینایی تقویت می‌شود. به‌طوری که کودکی که هرگز یک چرخ‌دستی را در فروشگاه حرکت نداده است، اما آن را مشاهده کرده، می‌داند که چگونه این کار را انجام دهد.

در مقابل، تجربه یک کودک نابینا با چرخ‌دستی، امکان دارد محدود باشد به سوار شدن در چرخ‌دستی، حرکت دادن و متوقف کردن چرخ‌دستی و گاهی شنیدن صدای قرار گرفتن شیء در چرخ‌دستی، حتی اگر والدین توضیح دهند که آنها دارند چه کار می‌کنند (مانند، من دارم بسته‌کره را داخل چرخ‌دستی قرار می‌دهم). در هر حال این کودکان احتمالاً شناخت و فهم ناقصی از چرخ‌دستی خواهند داشت. واقعیت یادگیری برای کودکان با آسیب بینایی این است که آنها باید خودشان فعالیتی را تجربه کنند تا آن را بشناسند. بدین منوال برای این که کودکان بتوانند نقش‌های بزرگسالان را در زندگی تصور و در بازی وانمودسازی مشارکت کنند، لازم است که فعالیت موردنظر را تجربه کنند تا آن را به قدر کافی بشناسند.

والدین باید برای کودکان با آسیب بینایی، تجربیات متنوعی را فراهم کرده و به آنها کمک کنند تا پیش از آن که خود را در نقش‌های گوناگون تصور نمایند، بتوانند هدف‌های کلی و جزئی این تجربیات را متوجه شوند و درک کنند. برای مثال، کودکان با آسیب بینایی به منظور کسب تجربه در زمینه استفاده از جاروبرقی، نیاز دارند به طور واقعی با جاروبرقی کار کنند، تمیزی و کثیفی فرش را پیش و بعد از حرکت جاروبرقی روی فرش، متوجه شوند و این که چگونه اشغال‌ها به وسیله جاروبرقی به درون آن کشیده می‌شود و در پایان چگونه جاروبرقی را جمع کنند.

به منظور کسب تجربه در زمینه خرید کردن، این کودکان نیاز دارند هنگام حرکت دادن

آنان منجر می‌شود و در نتیجه موفقیت آنها را به دنبال خواهد داشت. کودکانی که به فعالیت‌های گوناگون مشغول می‌شوند، اغلب مطالب زیادی برای صحبت کردن با بزرگسالان و همسالان دارند و به شناخت کافی درباره دنیا دست پیدا می‌کنند که موجب می‌شود آنها داستان‌هایی را که می‌شنوند یا می‌خوانند بهتر بفهمند. رشد قابلیت‌ها در این کودکان بر چگونگی احساس آنها درباره خودشان و این که چگونه دیگران، آنان را درک می‌کنند، تأثیر می‌گذارد.

والدین کودکان با آسیب بینایی در مقایسه با والدین کودکان بینا، زمان طولانی‌تری را صرف مراقبت و محافظت از کودک خود می‌کنند، زیرا کودکان بینا، بیشتر از بینایی خود برای خودمختاری استفاده می‌کنند. مشاهده کودکان بزرگ‌تر و بزرگسالانی که خودشان قاشق را به دست می‌گیرند، اغلب موجب می‌شود که کودک بینا دست والدین را پس بزند و خواستار این شود که خودش غذا را با قاشق در دهانش بگذارد. یا زمانی که کودک بینا در سنین پیش‌دستانی، می‌بیند که والدین در موقعیت‌هایی، از چکش استفاده می‌کنند، او نیز از چکش اسباب‌بازی، برای موقعیت‌های مشابه استفاده می‌کند. گفتنی است که بینایی، تقلید را تسهیل می‌کند و فقدان بینایی، تقلید را با مشکل روبه‌رو می‌سازد.

در مقابل، والدینی که با کودکان با آسیب بینایی کار می‌کنند، با دو چالش مواجه می‌باشند: متقاعد کردن کودکان برای داشتن عملکرد مستقل و آشنا کردن آنها با رفتارهای بزرگسالان. با راهنمایی کلامی و مستمر از طرف والدین، می‌توان به بسیاری از کودکان با آسیب بینایی کارهای مربوط به مستقل شدن را یاد داد، مانند لباس پوشیدن، حمام کردن، غذا خوردن و بهداشت شخصی. والدین می‌توانند از طریق دادن حق انتخاب به کودک، خودمختاری و مستقل شدن را در او ارتقا دهند و تشویق کنند. برای مثال، انتخاب‌هایی نظیر «امروز برای صبحانه پنیر می‌خوری یا مربا؟»، «امروز پیراهن سفید را می‌پوشی یا نارنجی؟» و یا «الان، دوست داری با توپ بازی کنی یا با ماشین؟»

کودکان بینا، فعالیت‌های والدین را در کارهای