

Ifafaalaha Xanuunka Asperger waa qayb kamid ah otisamka. Otisamku waa 'Xaalad Koboca Niyuuroonada', taasi oo ka dhigan, waxay saamaysaa qaabka qofka qabaa uu u fikiro ama u arko adduunka ku xeersan.

Ifafaalaha Xanuunka Asperger wuxuu ku yaala dhammaadka xadka waxa loo yaqaan 'shaqaynta sare'. Tani waxay ka dhigan tahay adiga oo u muuqda inaad leedahay heerka garaadka dhexe ama dhexe ka sarreeya, oo ay dhici karto inaanad kala kulmin wax dhib ah barashada xirfado cusub, waxa jira meelaha sida la macaamilka bulshada iyo xidhiidhka oo aad dhib kala kulmi karto.

Ifafaalaha Xanuunka Asperger waxa loogu magacdaray Hans Asperger kaasi oo sharxay xaaladaha 1944. Qeexista casriga ah ee Ifafaalaha Xanuunka Asperger waxa la diyaariyey 1980dii. Aqoonta iyo fahamka dadwaynaha ee AS way soo hagaagaysaa, qayb ahaan, waxa ugu wacan warbaahinta oo aad uga warranta.

Ma jiraan wax astaamo duleed ah inuu qofku qabo otisam markaa waa waxa aynu ugu yeedhno 'naafo qarsoon'. Waxa loo malaynaya in ugu dhawaan 1.1% dad UK ay otisam qabaan. Waa wax noloshu oo dhan ah, waxay ka dhigan tahay waxa uu ka qayb yahay cidda aad tahay mana aha wax lagaa qaadi karo, in kasta oo dad badan ay helaan qaabab ay u maaraynayaan dhibaatooyinka qaar (waxa aynu ugu yeedhnaa kuwan xeeladaha ka qaalib noqoshada).

Waxa aynu ugu yeedhnaa otisam 'xaaladda xadka' sababtoo ah waxa jira sifooyin badan oo kala duwan oo la socda. Qof kastaa lama kulmayo sifooyinkan oo dhan laakiin qof kastaa wuxuu kala kulmayaa sifooyinkan heerar kala duwan. Tani waxay ka dhigan tahay qof kasta oo leh AS gabi ahaan qof ka gaar ah dadka!

Sifooyinka waxa loo kala qaadaa saddex qaybood oo kala duwan: xidhiidhka, la macaamilka bulshada iyo furfurnaanta fikradeed. Heerar sare ee walaac iyo dareen waxay si adag ugu xidhan yihiin baadhista AS.

Sida ay u jiraan woxogaa dhibaatooyin ah, waxa sidoo kale jira sifooyin badan oo togan AS sida daacadnimo, isku hallayn, il fiican oo tafaasiileed, hawl-karnimo iyo hufnaan doon. Waxa jira dad badan, ay kujiraan Otisamka West Midlands, oo u dabbaldegga xaqiiqda in Ifafaalaha Xanuunka Asperger ay siisay adduunka 'kala duwanaasho niyuuroon'!

Xaaladaha bulsho

Dad badan oo qaba AS waxay kala kulmaan xaaladaha bulsho dhibaato. Dadka qaar waxay ayey xiiseeyaan la macaamilka dadka kale waxayna doorbidaan inay gaarkooda wakhtiga u qaataan. Dad kale waxa dhici karta inay rabaan inay bulshada dhexgalaan oo ay xidhiidh la samaystaan laakiin waxa dhici karta inay kala kulmaan 'xeerarka aan qornayn' ee la macaamilka bulsho wareer oo, si aan ku talagal ahayn, u sameeyaan khaladaad. Xeerarka bulsheed aad ayey u kala duwan yihiin iyada oo ku xidhan cidda aad la hadlayso iyo waxa habku yahay. Tani waxay ka dhigan tahay in la hadalka dadka kale uu noqon karo mid aan la saadaalin karin oo kacsanaan keeni kara!

Waa wax u caadi ah dadka qaba AS inay nacaan inay joogaan meelaha lagu buuqsan yahay ama mashquulka ah. Tan marmarka qaar waxa keenaya dhibaatooyinka dareen oo ay ugu wacan tahay buuqa heerkisu sarreeya iwm. Dadka qaba AS waxa dhici karta inay dhibaato kala kulmaan indho eegista tooska ah waxana dhici karta inay raaxo la'aan ka dareemaan u dhawaanshaha dadka kale.

Ku biirista ama bilaabista wada sheekaysi badanka waa ku adag yahay dadka qaba AS, maadaama ogaanshaha tilmaamaha bulsheed sida marka la oggolaanayo qofka kale inuu wixii ku darsado ama marka qofi aanu xiisaynayn ee ay tahay wakhtigii hadalka la joojinayey. Tan inta badan waxa ugu wacan dadka qaba AS waxa ku adag inay akhriyaan oo tarjumaan luuqad jidheeda, weji akhriska iyo lahjadda. Inta badan waxay isku halleeyaan in badan erayada la yidhi. Dadka aan qabin otisam inta badan waxay awoodaan inay uga xidhiidhaan hadal la'aan sida ay dareemayaan.

Dadka qaar qaba AS waxay la kulmaan inay u baahan yihiin 'wakhti habayn' marka wax lagu dhaho kadib. Kani waa wakhtiga la habaynayo waxa la yidhi ee ay ka fikirayaan waxay dhihi lahaayeen kahor jawaabista. Inta badan ma jiro wakhtigani xaaladda fool-ka-foolka ah, ama marka taleefanka, sidaa darteed dad badan oo qaba AS waxay doorbidaan xidhiidhka qoran sida iimayl ama qoraal.

Isticmaalka Iuuqadda

Dadka qaba AS badanka ma leh dib u dhacyo barashada luuqadda. Hase yeeshee, waxa dhici karta inay ku dhib mutaan barashada sida erayada loo isticmaalo xaalado kala duwan. Odhaahyada, maahmaahyada iyo af-lagaado ayaa sidoo kale keeni kara dhibaatooyin, sababtoo ah waxa la dhaho inta badan ma aha waxa loo jeedo tanina waxay noqon kartaa wareer. Tusaale, haddii qofi jiidho dhaabka, qof kale ayey dhici kartaa inuu dhaho 'Si fiican!' laakiin dhabtii kama dhigna inay u hambalyeynayaan qofka kale ee shilka galay.

Dadka qaar qaba AS waxay leeyihiin eray-bixino aad u fiican laakiin waxa dhici karta inayna ka war hayn sida loo isticmaalo xaalado kala duwan. Xidhiidhkoodu waxa dhici karta inuu u muuqdo mid aad u caadi ah wakhtiyada qaar. Fahmida sida dadku u xidhiidhaan xaaladaha kala duwan waxay sidoo kale noqon karaan wax adag oo wareer keenaya. Tusaale ahaan, la samaynta 'hadal yar' qariib jooga jooga meesha basku joogsado oo kusaasban cimiladu waa wax la aqbali karo. Ka hadalka arrimaha qofku maya. Tusaale kale wuxuu noqon marka koox asxaab ah ay dhici karto inay kaqaybqaadanayaan 'kaftan' halkaasi oo ay isla kaftamaan. Tani inta badan wax la aqbali karo ma aha meelaha rasmiga ah, sida shaqada.

Marmarka qaar, dadka qaba AS waxa dhici karta inay bartaan erayo iyo odhaahyo iyaga oo aan inta badan aan faham badan ka haysan waxa ay dhab ahaantii ka dhigan yihiin. Tani waxa ay ka dhigan tahay inay dhici karto inay marmarka qaar ku isticmaalaan meelo aan ku habboonayn. Aad ayey u adkaan kartaa qof qaba AS inuu muujiyo waxa uu ka fikirayo ama uu dareemayo kaasi oo aad u niyadjabin kara!

Furfurnaanta fikradda

La macaamilka dabeecadda adduunka ee ay adag tahay in la saadaaliyo aad ayey ugu adkaan kartaa qof qaba AS. Waxa dhici karta inay ogaadaan inay doorbidayaan yeelashada caadaysi oo ay neceb yihiin soo boodada ama layaabka. Isbeddelada aan la qorshayn wuxuu ku keeni karaa dhibaato maadaama fikrad badan iyo diyaargarow ay dhici karto inuu hore u dhacay xaaladdooda ay filayaan.

Badanka waxa jira ku raaxaysi waxyaalaha ay hore u yaqaaneen. Qofka qaba AS waxa dhici karta inuu ku qaato wakhti badan shiish saarka 'xiisayno gaar ah'. Inta badan kama helaan meelaha la wadaago ama ay la wadaagayaan dadka kale. Dadka qaba AS marmarka qaar waxa dhici karta inay u bogayaan ka hadalka waxa ay gaarka u xiiseeyaan, laakiin waxa dhici karta inayna ka war hayn in qofka ay la hadlayaan uu la wadaago xiisahaoga ama aanu la wadaagin.

Ka fikirka waxyaalaha ka soo jeeda aragtida qof kale si gaar ah ayey ugu adkaan kartaa dadka qaba AS. Waxa dhici karta inay ku adkaado inay xooga saaraan dareenada qof kale (fahamka sida ay dareemayaan in kasta oo ayna ku jirin xaalad tooda oo kale ah).

Go'aaminta cawaaqibka tallaabooyinka iyo waxa dhici kara xaalad waxa sidoo kale suurogal ah inay si gaar ah ugu adkaato. Dad badan oo qaba AS waxay jecel yihiin inay ka raadiyaan dammaanad dadka kale si ay uga bogsadaan wixii walaac kaga yimaada tan. La kulanka dadka cusub ama aadista meelo cusub waxay si gaar ah u noqon karaan walaac kicin. Qaadashada 'wakhti barasho' (fiirinta sawirrada ama hore u sii booqashada meelo cusub) way caawin karaan.

In kasta oo ay dhibaato ku qabaan meelahan, waxa sidoo kale jiri kara toognaano badan. Dadka qaar qaba AS iyo xiisayn gaar ah waxay khabiir ku noqdaan qaybtooda. Dad badan oo qaba AS waxay ogaan inay leeyihiin xasuus heer sare ah tafaasiisha aadka u gaarka ah ama ogaadaan inay shiishka saari karaan wax wakhti dheer.

Walaaca

Dadka qaba AS badanka waxay la kulmaan walaac aad u sarreeya marka loo eego qof bilaa otisam. Waxyaalaha ugu muuqan kara wax aad u sahlan qof aan qabin AS, sida gaadhisa bas ama la kulan qof cusub, ayaa ku sababi kara walaac xad dhaaf ah qof qaba AS. Tani badanka waxay ka dhigan tahay in haddii wax si noqdaan, ama aan la filaynin, ay ku noqon karto wax aad u wayn oo maarayntiisu adag tahay. Marka tani dhacdo, inta badan waxa loo yaqaan 'dabeecad-xumo.

Sida dabeecad-xumo tahay, inta dareenku socdo, waa ku kala duwanaadaan dadka qaba AS. Wakhtigan, waxa dhici karta inay ku adkaato inay u sharraxaan sida ay dareemayaan dadka kale. Badanka, helista meel uu jiro arrin dareen oo yar (meel deggan), ama ku qaadashada wakhti xiisayn gaar ah ama samaynta wax uu yaqaano ayaa caawin karta. Dadka qaar, yeelashada qaab ay u gudbiyaan sida ay dareemayaan iyaga oo aan raadinayn erayada ayaa caawimo leh, tusaale ahaan, isticmaalka qiyaas tiro leh (tus., 1 oo ah deggan 5-na waa dabeecad-xumo).

Dareenka

Waa jira shan dareen; aragga, jabaqda, urta, dhadhanka iyo taabashada. Dadka qaba AS marmarka qaar waxay noqon karaan mid ahaan qaar dareen ahaan 'kacsan' (sarreeya) ama 'hooseeya' (hoose) meelahan kala duwan. Tusaale, waxa dhici karta qof inuu naco laydhka cad iyo qaylada, marmarka qaar illaa heerka ay dul ahaan xanuun badan tahay, laakiin qof kale waxa dhici karta inuu u bogo carinta dareen. Dadka qaba AS badanka waxay kala kulmaan adduunka ku hareeraysan waxa ka duwan waxa dadka aan AS qabin. Tusaale, shanqadh samaynta qaboojiye ama guluubka laydh waxa dhici karta inaanu wax wayn u arag qof aan qabin AS laakiin ay ku noqon karto wax aan loo adkaysan karin qofka qaba AS. Sidoo kale nooca khaldan waxa dareenka abuuraya, dareen abuur aad u badan wuxuu sidoo kale horseedi karaa dabeecad-xumo.

Baahiyaha taageero

Dad badan oo qaba AS, taageero yar iyo faham uga yimaada dadka hareera jooga waxay u samayn kartaa faraq wayn. Dadka qaar waxa dhici karta inay dareemaan inay wax ka bartaan xeeladaha ka qaalib noqoshada iyo qaab loo maareeyo dhibaatooyinka qaar. Adiga ayey kuu taal inta tageero ee aad u malaynayso inaad u baahan karto. Khadka Caawimada Macluumaadka Otisamka West Midlands wuxuu ku siin karaa macluumaad kusaabsan taageerada aad heli karto iyo sida aad galaangal ugu yeelan karto.

Waxa aad ka wici kartaa 030303 00 111 ama iimayl ugu diri kartaa info@autismwestmidlands.org.uk.

Akhris dheeraad ah

"The Complete Guide to Asperger Syndrome" – Tony Attwood

"Pretending to be Normal: Living with Asperger's Syndrome" – Liane Holliday Willey

"Freaks, Geeks and Asperger Syndrome: A User Guide to Adolescence" – Luke Jackson