

Horudhaca Daaweynta Caafimaadka Dabeecadda La Xiriira



*Hagaha
Waalidka*

 **AUTISM SPEAKS®**

ATN 

Autism Treatment Network

AIRP
Autism Intervention Research
Network on Physical Health

Walxahan waa wax ka dhashay waxqabadyada Shabakada Daaweynta Xanuunka Dhimanaanshaha ee Autisma Speaks, oo ah barnaamij la maalgelisay oo ay iska leedahay Autism Speaks. Waxaana taageera heshiiska wada shaqayn ee UA3 MC 11054 ayadoo loo marayo Waaxada Adeegyada Dadka iyo Caafimaadka ee Mareykanka, Khayraadka Caafimaadka iyo Maamulka Adeegyada, Barnaamijka Cilmi-baarista Caafimaadka Cunuga iyo Dhanka Hooyo ee Isbitaalka Guud ee Massachusetts (Massachusetts General Hospital).

Caqabadaha Dabeecada la xiriira waa dhibaato guud ee ay qabaan carruurta leh kulmiyaha cilladaha dhimanaanshaha (autism spectrum disorder (ASD)). Carruur badan oo qaba ASD waxay muujiyaan wax badan oo ah dabeecado gaar ah sida dagaal gardaro ah bilaabid ama raacid la'aanta tilmaamo iyo wax aad u yar oo ah dabeecadaha kale sida wada hadalka ama xirfadaha bulshada.



Xirmadan qalabka ah waxaa loo qaabeeyay in ay siiso waalidiinta haysta carruurta qabta ASD oo la socda **arragtida guud ee xeeladaha guriga-gudihiisa ah** sidoo kale naseexooyin lagu barayo laguna kordhinayo dabeecadaha la rabo laguna yareynayo dhibaatooyinka dabeecadda. Xirmadan qalabka ah sidoo kale waxay siinaysaa waalidka **arragtida guud ee daaweynta dabeecadda la xiriirta ee xirfadeysan** ee ay qoysaska ka raadsan karaan xirfadleyaasha u qalma. Si aad u heshid xog ku saabsan daaweynta guriga-ku-salaysan ee khaaska ah fadlan eeg xirmada qalabka ABA ee lagu soo daabacey bogga internetka ee Autism Speaks.

NASEEXOYIN LOOGU TALAGALAY KU KORDHINTA DABEECADAHA HABBOON GURIGA

Xoojinta dabeecadda habboon aad ayay muhiim u tahay. Xoojiyaha waa walax cunugaaga uu jecel yahay.

Tixgeli waxyaaban soo socda marka aad siinaysid xoojin cunugaaga:

- ✓ Xoojiyeyaasha waa in la doortaa ayagoo lagu salaynaya waxyaabaha cunugaaga uu jecel yahay; cunugaaga waxaa laga yaabaa in uusan jeclayn waxyaabo la mid ah waxa ay carruurta kale ay jecel yihiin.
- ✓ Helitaanka xoojiyeyaasha waa in ay xaddidnaadaan. Shayga wuxuu luminayaa qiimihisa sidii xoojiye ahaan haddii cunugaaga uu heli karo waqti kasta.
- ✓ Sii xoojinta isla markiiba marka oo raaco dabeecadaha aad jeclaan lahayd in aad kordhisid.
- ✓ Ammaanta hadalka waxay noqon kartaa xoojiye awood badan, sii ammaan hadal oo gaar ah ee loogu talagalay dabeecadda wanaagsan (tusaale, Waa shaqo fiican sida fiican ee aad ugu fadhisd kursigaaga!).

Marka cunug aad siisid xoojiye isla markiiba kadib dabeecad, waxay kordhinaysaa suuragalnimada ah in dabeecadda ay mar kale dhacdo.

Raadi fursado aad wax ku bartid kuna ammaantid cunugaaga. Waxaad bartaa aadna ammaanta wada-hadalka habboon, wadaagidda, sugitaanka, iwm. Haddii dabeecadda dhibaata ah ay dhacdo marka cunugaaga uu doonayo in uu ka baxo waxqabad gaar ah, waxaad bari kartaa cunugaaga in uu codsado nasasho.

Samee codsiyada cunugaaga ee aad aamin santahay in cunugaaga uu gaari karo (Cunugaaga u diyaari guul!). Wayddii cunugaaga in uu sameeyo waxyaabaha aad ogtahay in asaga/ayada ay u sameen karaan si madaxbannaan ama ayagoo la siinayo caawimaad yar. Waxaa intaasi sii dheer, in aad u kala qaybisid hawlaha iyo shaqooyinka qaybo iyo tallaabooyin yaryar, ama kaliya wayddii cunugaaga in uu sameeyo qayb ka mid ah hawsha (tusaale, wayddii asaga/ayada in ay soo qaadaan hal cad ee ah cadadka balbalaaran ee ay ilmaha ku ciyaaran, intii uu soo qaadi lahaa dhammaan cadadka).

Si waadax ah ugula hadal codsiyadaada, hab cunugaaga uu fahmayo. Sidoo kale, cunugaaga ha oggaado waxa asaga/ayada ay helayaan marka ay sameeyaan waxa aad wayddiisatey. U kordhi codsiyada si tartiib ah inta cunugaaga uu guuleysanayo. Hubso kaliya in aad codsi sameysid marka la awoodo in la raaco (tusaale, in aad haysatid waqti aad sugtid cunugaaga in uu sameeyo waxa aad wayddiisatey) waxaadna ku abaal-marisaa ama aad ku ammaanta cunugaaga sameynta uu sameeyay waxa aad wayddiisatey.

Hore u qorshee si aad ugu diyaarisid cunugaaga dabeecad wanaagsan. Raadi habab aad ku baddelaysid jawiga dabeecadda dhibaata ah ay sida caadiga ah ugu dhaceysa si loo horumariyo dabeecadda cunugaaga (tusaale, waa in aad haysatid cunto fudud haddii cunugaaga uu noqonayo mid aad u dagaalamaya marka uu gaajoodo).

XOOGA SAARIDDA DABEECADAHA DHIBAATADA AH

Nasashada waa xeelad wanaagsan ee loo isticmaalayo dabeecadaha dhibaatada ah qaarkood, balse ma aha in loo isticmaalo dhammaan.

Haddii cunuga uu dhexgalo dabeecadda dhibaatada ah si uu isaga ilaaliyo hawl (tusaale, shaqo guri), nasashada waxay si kama ah u xuujinaysaa dabeecadda dhibaatada ah. Xaaladani, hawsha cunuga uu isku dayayo in uu iska ilaaliyo waa in la geeyo waqtiga nasashada waana in lagu dhammeystiraa meeshaasi ama cunuga waa in uu dhammeeyaa hawsha isla markiiba kadib nasashada.

Dhanka kale, haddii cunuga uu dhexgalo dabeecadda dhibaatada ah si uu u helo feejignaan ama wax uu jecel yahay, nasashada waxay yarayn kartaa dabeecadda dhibaatada ah. Marka cunug uu galo nasasho asaga/ayada waa in aysan helin feejignaan ama walxaha uu jecel yahay.

Naseexooyinka nasashada:

- Si nasashada ay waxtar u yeelato, “waqtiga hawsha” waa in uu dheerigeliyaa dabeecadda habboon. Marka lagu guda jiro waqtiga-hawsha, cunuga waa in uu helaa feejignaan soo noqnoqotada oo loogu talagalay dabeecadda habboon waana in uu helaa walxaha uu jecel yahay (tusaale, waxyaabaha carruurta ay ku ciyaaraan).
- Marka nasashada lagu jiro, cunuga waa in aan lala hadlin ama aan loo oggolaan in uu helo walxaha uu jecel yahay.

Naseexooyinka loogu talagalay si aad ugu yareysid dabeecadda dhibaatada ah gurigaaga

Marka hore shaqee si aad u kordhisid dabeecadda habboon. Tani sida badan waxay sidoo kale yareynaysaa dabeecadda dhibaatada ah.

Iska ilaali in aad siisid feejignaan inta lagu guda jiro ama kadib dabeecadda dhibaatada ah (tusaale, wada-hadal, digniin, helidda walxada la doorbido, ama ka baxsashada hawlo).

Inta lagu guda jiro dabeecadda dhibaatada ah, ku sii jir deganaan kadibna xusuusi cunugaaga waxa asaga/ayada ay sameyn karaan, intii aad xusuusin lahayd waxa asaga/ayada laga rabo in aysan sameynin (Tusaale ahaan, “Waxaad isticmaali kartaa ereyo lagu wayddiisanayo nasasho.”)

Kadib marka dabeecadda dhibaatada ah ay joogsato, sii ammaan degdeg ah ee loogu talagalay dabeecad kastoo habboon ee cunugaaga uu muujiyo.

Fulinta Nasasho

Ugu sheeg cunugaaga sababta asaga/ayada ay u aadayaan nasasho cod xoogan haddana dabac-san waxaadna asaga/ayada u kaxeysaa nasasho.

Haddii cunuga uu ka tago goobta nasashada, si adag balse dabac-san ugu hag in cunuga uu ku noqdo nasashada.

Marka nasashada ay dhammaato, xusuusi cunuga sababta asaga/ayada ay u aadeen nasashada waxaadna u sheegtaa asaga ama ayada sida loola dhaqmo xaaladda ayadoo leh dabeecad habboon mustaqbalka. Ku celceli habka cusub ee habboon ee loola dhaqmayo xaaladda.

Kadib nasashada, waa in si degdeg ah u bilaawdaa waqtiga hawsha.

Sii xoojin degdeg ah marka cunuga uu muujiyo dabeecad habboon kadib nasashada.

Muhiimadda Wada-hadalka uu leeyahay

Awoodid la'aanta in ay si ku habboon u codsadaan walxaha la doonayo iyo/ama baahiyada waa mid ka mid ah sababaha caadiga ah ee dadka qaba ASD ay ugu lug lahaadaan dabeecadda dhibaata ah. La shaqay bixiyaha daryeelka caafimaad ee dabeecadda la xiriira si aad u habsatid in cunugaaga uu u hadli karo habab ay dadka kale fahmi karaan. Tani waxay noqon kartaa hadal ahaan, isticmaalidda luuqad calaamadeed ama ayadoo loo marayo isticmaalidda qalab wada-hadalka caawiya.

SIDA AY XIRFADLAYAASHA ULA DHAQMAAN CAQABADAHA DABEECADDA LA XIRIIRA

Takhasusleyaasha waxay ku bilaabaya qiiimeynta iyo cabbiridda xirfadaha cunugaaga (dabeecadaha habboon) iyo dabeecadaha dhibaata ah. Takhasusleyaashan waxay aruurinayaan xogta si ay u go'aamiyaan sida cunugaaga uu ugu faa'iidayo dabeecadeeda/dabeecadiisa dhibaata ah. Asagoo go'aaminaya ujeeddada iyo shaqada dabeecadda cunugaaga, takhasusle wuxuu sameyn karaa qorshe lagula dhaqmayo dabeecadda dhibaata ah.

Shaqada dabeecadda cunuga way kala duwan yihiin balse sida badan waxay hoos imaadaan mid ka mid ah qaybahaan:

Ka baxsashada ama iska ilaalinta hawlo ama dalabyo	Ka helidda feejignaan dadka kale
Raadinta in uu helo walaxa ama waxqabadn uu jecel yahay	Sameynta dabeecadda dhibaata ah waxay ka dhigaysaa cunuga in uu wanaag dareemo

Takhasusleyaasha waxay aruurinayaan xogta ku saabsan A,B iyo C ee dabeecadda cunugaaga

A waa **hordhaca** ama waxa dhaca kahor ama la socda dabeecadda dhibaata ah

B waa **dabeecadda** dhibaata ah ee aad jeceshahay in aad baddeshid

C waa **natijada** ama waxa dhacaya kadib dabeecadda

Tusaalaha ABC-da dabeecadda:

Wiil qaba ASD ayuu wuxuu kula socdaa carruur la joogtadiisa beerta jardiinka markaas oo uu ey bilaabey in uu si dhawaaq-dheer leh u qayliyo. Wiilka wuxuu bilaabayaa in uu qayliyo. Carruur la joogtada waxay xusuusatey in wiilka uu jecel yahay xanjo waxayna siisay xanjo. Wuu is-dejiyay.

Tusaalahan, **dabeecadda** waa wiilka oo qaylinaya. Eyga wuxuu bilaabey in uu qayliyo kahor inta cunuga uusan bilaabin qaylada, tani waa **hordhaca**. Carruur la joogtada waxay siisay cunuga xanjo kadib marka uu bilaabey in uu qayliyo, tani waa **natijada**.

Waqtiga xiga cunuga wuxuu la joogaa beerta darjiinka carruur la joogtada, wuu qayliyay ilaa laga siiyo jab xanjo ah. Xanjada waa xoojiye ama wax cunuga yar uu jecel yahay ee kordhiya soo noqnoqoshada dabeecadda qaylada. Haddii carruur la joogtada ay doonayso in ay joojiso ama damiso dabeecadda qaylada waa in ay joojisaa siinta xoojiyaha xanjada ah ee raacda dabeecadda qaylada.

Naseexooyin lagu Horumarinayo Waxtarka Daaweynta Caafimaadka Dabeecadaha La Xiriira

Daaweynta iyo aqoonsadka wakhtiga hore ah waa hawl u baahan wax ka qabad si looga helo dheefta ugu badan adeegyada caafimaadka dabeecadda la xiriira. Haddii adiga, takhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah ama bixiyeyaasha kale ay qabaan khuseymo khuseeya daahitaanka hadalka, la'aanta ama dhimanaanta isdhexgalka bulshada, dabeecado soo noqnoqda, khuseymo dabeecadda la xiriira ama khuseynta guud ee daahidda garashada/koritaanka, waxaa laga yaabaa in aad doonaysid tixgelinta in aad daaweyn raadisid.

Waxaad siisaa xog faahfaahsan bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka. Waa in aad si qeexan u sheegtaa dabeecadaha caqabadda leh ee cunugaaga iyo goorta ay dhacaan. Sharaxaad ka bixi qofka agjooga, (tusaale, marka uu wax la wadaagayo faciisa), goobta ay ka dhacdo (tusaale, dukaanka cuntada), iyo goorta ay dhacayso (tusaale, waqtiga qubeyska). Wada-shaqaynta aad la yeelanaysid kooxda daaweynta waxay muhiim u tahay abuuridda habka daaweynta ee ugu fiican.

Waxaad bartaa kuwa kale in ay fuliyaan qorshaha. Kala hadal bixiyahaaga daryeelka caafimaadka dabeecadda la xiriira sida loo barayo dadka ku lugta leh noolasha cunugaaga wixii ku saabsan qorshaha dabeecadda waxaadna ku caawisaa in ay dareemaan kalsooni badan oo ku lug leh fulinta qorshaha si loo kordhiyo saamaynta qorshaha.

Ka dhig khadadka wada-hadalka kuwo furan. Waxaa lagugu dhiirigelinayaa in aad siisid bixiyeyaasha (tusaale, takhaatiirta carruurta, takhasusleyaasha dabeecadda, macalimiinta, takhtarka cudurada luuqadda hadalka, iwm) fasax ay isku la hadlayaan si ay isugu xiraan daryeelka loogu talagalay cunugaaga.

Wali waqti dambe ma aha si loo bilaabo iyo si loo helo dheefaha adeegyada.

Wax aan caadi ahayn uma aha cunug in uu yeesho dhibaatooyin badan inta lagu guda jiro marxaladaha noolasha ee waaweyn Sida bilaabidda dugsi hoose, noqoshada koray ama xataa galidda qaangaarnimo.

SU'AALAHA SIDA JOOGTADA AH LA ISKU WAYDIIYO EE LAGA HELO QOYSASKA KUNA SAABSAN DAAWEYNTA CAAFIMAADKA DABEECADDA LA XIRIIRA

S: Sideen u bixinayaa lacagta daaweynta caafimaadka dabeecadda la xiriira?

Ikhtiyaaraadka maalgelinta ee loogu talagalay adeegyada waxaa ka mid noqon kara caymis khaas ah, Gargaarka caafimaad (Medicaid), Ka tanaasulidda Xanuunka Dhimanaanshaha (Autism Waiver), ilaha adeegyada koritaanka ee gobolka ama degmada, Waaxda Caafimaadka Dhimirka, dugsigu, deeqaha-waxbarasho, iyo bixin-shakhsi ahaaneed. Ilaha dheeraadka ah sida adeegyada nasiinada waxaa la heli karaa ayadoo loo marayo wakaaladaha maalgelinta.

S: Muddo intee le'eg ayay daaweynta qaadanaysaa?

Dhererka daaweynta waxay ku kala duwan yihiin cunugba cunuga kale, carruuraha qaar waxay ugu jawaab-celinayaan si aad dhakhso u ah marka loo eego kuwa kale. Ma aha wax aan caadi ahayn heerka adeegga/taageerada qaar ee loo baahanayo bilow ilaa dhammaad gebi-ahaan noolasha cunuga.

S: Waxaan aadnay takhasusle waxaana helnay qorshe daaweyn oo loogu talagalay dabeecadda dhibaata ah ee wiil-keena toddobaad kahor, balse wuxuu hadda leeyahay dabeecad baddan. Maxaan sameeynaa?

Dabeecadaha waxaa laga yaabaa in ay ka sii daraan kahor inta aysan wanaagsanaanin. Muddo labo-toddobaad ah ayaa lagugula talinayaa adiga iyo cunugaaga si aad ula qabsatiin nidaamka cusub.

Dib-u hubin ku samee qorshaha dabeecadda. Maka mid tahay xeeladaha lagu yareynayo dabeecadda dhibaata ah ee cunugaaga laguna kordhiyo dabeecadda habboon ee cunugaaga, sidoo kale nidaamka lagu horumarinayo hadalkiisa? Kala hadal bixiyahaaga.

Hubso in aad sameynaysid tallooyinka ku jira qorshaha cunugaaga sida saxda ah ee lagugu siiyay. Isbaddelada lagu sameeyo qorshaha dabeecadda waxaa laga yaabaa in ay ka dhigaan mid aan saameyn badan lahayn.

S: Qoyskeena wuxuu isku dayay in uu fuliyo qorshaha dabeecadda ee loo qoray gabadheena, balse kama shaqaynayo gurigeena. Maxaan sameeynaa?

La xiriir bixiyahaaga daryeelka caafimaad ee dabeecadda la xiriira waxaadna kala hadashaa khuseymahaaga. Bixiyahaaga waxaa laga yaabaa in uu awoodo in uu ku sameeyo isbaddelo yar qorshaha daaweynta gabadhiina si uu u kulmiyo baahiyada qoyskaaga.

ILAHA

Waaxda Adeegyada Qoyska ee Autism Speaks waxay bixisaa ilo, xirmooyin qalab, iyo taageero si ay caawimaad ugu geysato maareynta caqabadaha maalin kasta ah ee la noolashada xanuunka dhimanaanshaha www.autismspeaks.org/family-services. Haddii aad daneynaysid in aad la hadashid xubin ka mid ah Kooxda Adeegyada Qoyska ee Autism Speaks kala xiriir Kooxda Ka Jawaabidda Xanuunka Dhimanaanshaha (ART) 888-AUTISM2 (288-4762), ama emayl ahaan familyservices@autismspeaks.org. ART En Español al 888-772-9050

Xogta Waxbarashada la xiriirta, Xuquuqaha, & Siyaasada:

- <http://idea.ed.gov>
- www.ed.gov/nclb/landing.jhtml
- www.specialeducationrights.com
- www.wrightslaw.com
- www.wrightslaw.com/info/autism.index.htm

Ilaha Qaranka:

- www.autismspeaks.org
- www.autism-society.org
- www.cdc.gov/ncbddd/autism/facts.html
- www.ed.gov/about/offices/list/osers/index.html
- www.nationalautismcenter.org

MAHADNAQ

Daabacaaddan waxaa sameeyay xubnaha Shabakada Daaweynta Xanuunka Dhimanaanshaha ee Autism Speaks / Shabakada Cilmi-baarista Faragelinta Xanuunka Dhimanaanshaha ee ku saabsan Caafimaadka Jir-ahaaneed-Guddiga Cilmiyada Caafimaadka Dabeecadda la xiriira. Waxaan si gaar ah ugu mahadnaqaynaa Nicole Bing, Psy.D. (Isbitaalka Carruurta ee Cincinnati/Cincinnati Children's Hospital), Brian Freedman, Ph.D. (Jaamacadda Delaware/University of Delaw), Stephen Kanne, Ph.D. (Xarunta Caafimaadka Jaamacadda Baylor/Baylor University Medical Center), Rebecca Landa, Ph.D. (Machadka Kennedy Krieger/Kennedy Krieger Institute), Johanna Lantz, Ph.D. (Jaamacadda Columbia/Columbia University), Donna Murray, Ph.D. (Xarunta Caafimaadka Isbitaalka Carruurta ee Cincinnati/Cincinnati Children's Hospital Medical Center), Laura Srivorakiat, M.A. (Isbitaalka Carruurta ee Cincinnati/Cincinnati Children's Hospital) shaqada ay ka geysteen daabacaaddan.

Waxaa tafaitiray, qaabeeyay, soona saarey Shabakada Daaweynta Xanuunka Dhimanaanshaha ee Speaks Autism / Shabakada Cilmi-baarista Faragelinta Xanuunka Dhimanaanshaha ee ku saabsan Caafimaadka Jir-ahaaneed waxaa hadalka. Waxaan ugu mahadnaqaynaa dib-u hubinta iyo soo jeedinta kuwo badan, oo ay ku jitaan qoysaska la xiriira Shabakada Daaweynta Xanuunka Dhimanaanshaha ee Autism Speaks. Daabacaddan waxaa loo qaybin karaa sida ay tahay, si lacag la'aan, waxaa laga yaabaa in si gaar ah loogu dhigto sidii fayl elektaroonig ah si aad u soo-saartid ama aad u faafisid, sidaas awgeed waxay ka mid noqon kartaa ururkaaga iyo udirisyadeeda soonoqnoqoshada badan leh. Si aad u heshid xogta muraajaceynta, fadlan la xiriir atn@autismspeaks.org.

Walxahan waa wax ka dhashay waxqabadyada Shabakada Daaweynta Xanuunka Dhimanaanshaha ee Autisma Speaks, oo ah barnaamij la maalgelisay oo ay iska leedahay Autism Speaks. Waxaana taageera heshiiska wada shaqayn ee UA3 MC 11054 ayadoo loo marayo Waaxada Adeegyada Dadka iyo Caafimaadka ee Mareykanka, Khayraadka Caafimaadka iyo Maamulka Adeegyada, Barnaamijka Cilmi-baarista Caafimaadka Cunuga iyo Dhanka Hooyo ee Isbitaalka Guud ee Massachusetts (Massachusetts General Hospital). Waxyaabaha ku qoran waxaa mas'uuliyadooda leh kaliya qorayaasha khasabna ma aha in ay matalaan arragtiyada rasmiga ah ee MCHB,HRSA, HHS. Muuqaalada xirmadan qalabka waxaa laga soo iibsadey istockphoto®. La qoray Maarso 2012.



Translation of these materials supported by grant funds through the U.S. Department of Health and Human Services, Health Resources and Services Administration (HRSA, CFDA 99.110).

