

عِنْدَمَا يُشَخَّصُ طِفْلُكَ بِالتَّوَحُّدِ.. مَا الَّذِي يَحْدُثُ لَكَ أَنْتَ ؟



**Quand ton enfant reçoit un diagnostic d'autisme...
que se passe-t-il en toi ?**

تصف أعداد كبيرة من الآباء والأمهات اللحظة التي يسمعون فيها تشخيص طفلهم بالتوحد أو اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه بأنها من أصعب لحظات حياتهم. يشعر بعضهم وكأن الأرض انسحبت من تحت أقدامهم، وآخرون يغادرون عيادة الطبيب مقتنعين بأن هناك خطأ ما في التقييم، أو يعودون إلى منازلهم ويتصرفون كأن شيئاً لم يحدث.

ورغم اختلاف ردود الأفعال، يشير متخصصون في الصحة النفسية إلى أن هذه الاستجابات طبيعية ومفهومة، بل موثقة في الأدبيات العلمية كجزء من عملية التكيف مع الخبر الصعب وليست دليلاً على ضعف أو تقصير من الأسرة. وجود هذه السلوكيات لا يعني أن الأسرة ضد مصلحة الطفل، بل يعكس محاولة نفسية لا شعورية لكسب وقت إضافي قبل مواجهة الواقع الجديد بشكل كامل.

تَصِفُ أَعْدَادٌ كَبِيرَةٌ مِنَ الْآبَاءِ وَالْأُمَّهَاتِ اللَّحْظَةَ الَّتِي يَسْمَعُونَ فِيهَا تَشْخِصَ طِفْلِهِمْ بِالتَّوَحُّدِ أَوْ اضْطِرَابِ فَرْطِ الْحَرَكَةِ وَتَشْتَتِ الْإِنْتِبَاهَ بِأَنَّهَا مِنْ أَصْعَبِ لَحَظَاتِ حَيَاتِهِمْ. يَشْعُرُ بَعْضُهُمْ وَكَأَنَّ الْأَرْضَ انْسَحَبَتْ مِنْ تَحْتِ أَقْدَامِهِمْ، وَآخَرُونَ يُغَادِرُونَ عِيَادَةَ الطَّبِيبِ مُقْتَنِعِينَ بِأَنَّ هُنَاكَ خَطَأً مَا فِي التَّقْيِيمِ، أَوْ يَعُودُونَ إِلَى مَنَازِلِهِمْ وَيَتَصَرَّفُونَ كَأَنَّ شَيْئًا لَمْ يَحْدُثْ.

وَرَغْمَ اخْتِلَافِ رُدُودِ الْأَفْعَالِ، يُشِيرُ مُتَخَصِّصُونَ فِي الصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ إِلَى أَنَّ هَذِهِ الْإِسْتِجَابَاتِ طَبِيعِيَّةٌ وَمَفْهُومَةٌ، بَلْ مُوثَّقَةٌ فِي الْأَدَبِيَّاتِ الْعِلْمِيَّةِ كَجُزٍّ مِنْ عَمَلِيَّةِ التَّكْيِيفِ مَعَ الْخَبَرِ الصَّغْبِ وَلَيْسَتْ دَلِيلًا عَلَى ضَعْفٍ أَوْ تَقْصِيرٍ مِنَ الْأُسْرَةِ. وَجُودُ هَذِهِ السُّلُوكِيَّاتِ لَا يَعْنِي أَنَّ الْأُسْرَةَ ضِدَّ مَصْلَحَةِ الطِّفْلِ، بَلْ يَعْكِسُ مُحَاوَلَةَ نَفْسِيَّةً لَا شُعُورِيَّةً لِكَسْبِ وَقْتٍ إِضَافِيٍّ قَبْلَ مُوَاجَهَةِ الْوَاقِعِ الْجَدِيدِ بِشَكْلِ كَامِلٍ.

Un grand nombre de pères et de mères décrivent le moment où ils apprennent le diagnostic de leur enfant, autisme ou trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité, comme l'un des plus difficiles de leur vie. Certains ont l'impression que le sol se dérobe sous leurs pieds, d'autres quittent le cabinet du médecin convaincus qu'il y a une erreur dans l'évaluation, ou rentrent chez eux en se comportant comme si rien ne s'était passé.

Et pourtant, malgré la diversité de ces réactions, des spécialistes en santé mentale soulignent qu'elles sont naturelles et compréhensibles, voire documentées dans la littérature scientifique comme faisant partie du processus d'adaptation à une nouvelle difficile, et qu'elles ne constituent pas un signe de faiblesse ou de manquement de la part de la famille. La présence de ces comportements ne signifie pas que la famille agit contre l'intérêt de l'enfant ; elle reflète plutôt une tentative psychologique inconsciente de gagner du temps avant d'affronter pleinement la nouvelle réalité.

Mot	Traduction
عِنْدَمَا	lorsque, quand
شَخَّصَ	diagnostiquer
طِفْلٌ	un enfant
التَّوَحُّدُ	l'autisme
مَا	ce que / quel
الَّذِي	celui que/qui
حَدَثَ	se produire
لَكَ	à toi, pour toi
أَنْتَ	toi

Mot	Traduction
وَصَفَ	décrire
أَعْدَادٌ	des nombres
كَبِيرٌ	grand
مِنْ	de, parmi
أَبٌ	un père
أُمٌّ	une mère
لَحْظَةً	un moment
الَّتِي	celle qui/que
سَمِعَ	écouter, entendre

Mot	Traduction
فِي	dans
تَشْخِصٌ	un diagnostic
أَوْ	ou bien
إِضْطِرَابٌ	un trouble
فَرَطٌ	un excès, un surplus
حَرَكَةٌ	un mouvement
تَشْتَتٍ	une dispersion, un éparpillement
إِنْتِبَاهٌ	une attention
أَصْعَبُ	le + difficile

Vocabulaire (2/4)

Mot	Traduction
حَيَاةٌ	une vie
شَعَرَ	ressentir
بَعْضُ	une partie de, certains
كَأَنَّ	comme si
أَرْضٌ	une terre
انْسَحَبَ	se retirer, se dérober
تَحْتَ	sous
قَدَمٌ	un pied
آخَرُ	un autre

Mot	Traduction
غَادَرَ	quitter, partir
عِيَادَةٌ	un cabinet, une clinique
طَبِيبٌ	un médecin
مُقْتَنِعٌ	convaincu
هُنَاكَ	il y a
خَطَأٌ	une faute, erreur
مَا + nom	un nom quelconque
تَقْيِيمٌ	une évaluation
عَادَ	revenir, retourner

Mot	Traduction
إِلَى	à, vers
مَنْزِلٌ	une maison
تَصَرَّفَ	se comporter, agir
شَيْءٌ	une chose
cond. + لَمْ	<i>passé négatif</i>
رَغْمَ	malgré
إِخْتِلَافٌ	une différence, une divergence
رُدُودٌ	des réponses, des réactions
فِعْلٌ	un acte, une action

Mot	Traduction
أَشَارَ إِلَى	indiquer, souligner
مُتَخَصِّصُونَ	des spécialistes
صِحَّةٌ	une santé
نَفْسِيٌّ	mental, psychologique
أَنَّ	que
هَذِهِ	cette
الِاسْتِجَابَاتِ	les réponses, les réactions
طَبِيعِيَّةٌ	naturelle
مَفْهُومَةٌ	comprise

Mot	Traduction
بَلْ	mais (plutôt)
مُوثَقٌ	documenté, attesté
الْأَدَبِيَّاتُ	la littérature
عِلْمِيٌّ	scientifique
جُزْءٌ	une partie
عَمَلِيَّةٌ	un processus
تَكْيِيفٌ	une adaptation
مَعَ	avec
خَبَرٌ	une nouvelle, une information

Mot	Traduction
صَعْبٌ	difficile
لَيْسَ	<i>n'est pas</i>
دَلِيلٌ	un signe, une preuve
عَلَى	sur
ضَعْفٌ	une faiblesse
تَقْصِيرٌ	un manquement
أُسْرَةٌ	une famille
وُجُودٌ	une présence
السُّلُوكِيَّاتُ	les comportements

Mot	Traduction
لَا	non, <i>négation</i>
عَنِ	signifier, vouloir dire
ضِدَّ	contre
مَصْلَحَةٌ	un intérêt
عَكْسَ	refléter
مُحَاوَلَةٌ	une tentative
شُعُورِيّ	conscient
لَا شُعُورِيّ	inconscient
كَسْبٌ	un gain

Mot	Traduction
وَقْتُ	un temps
إِضَافِيّ	supplémentaire, additionnel
قَبْلَ	avant
مُؤَاجَهَةٌ	fait de faire face
وَاقِعٌ	une réalité
جَدِيدٌ	nouveau
شَكْلٌ	une forme, manière
كَامِلٌ	complet, entier

تصف أعداد كبيرة من الآباء والأمهات اللحظة

Un grand nombre de pères et de mères décrivent le moment

التي يسمعون فيها تشخيص طفلهم بالتوحد

où ils apprennent le diagnostic de leur enfant, autisme

أو اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه

ou trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité,

بأنها من أصعب لحظات حياتهم.

comme l'un des plus difficiles de leur vie.

يشعر بعضهم وكأن الأرض انسحبت من تحت أقدامهم،

Certains ont l'impression que le sol se dérobe sous leurs pieds,

وآخرون يغادرون عيادة الطبيب

d'autres quittent le cabinet du médecin

مقتنعين بأن هناك خطأ ما في التقييم،

convaincus qu'il y a une erreur dans l'évaluation,

أو يعودون إلى منازلهم ويتصرفون كأن شيئاً لم يحدث.

ou rentrent chez eux en se comportant comme si rien ne s'était passé.

ورغم اختلاف ردود الأفعال،

Et pourtant, malgré la diversité de ces réactions,

يشير متخصصون في الصحة النفسية إلى

des spécialistes en santé mentale soulignent

أن هذه الاستجابات طبيعية ومفهومة،

qu'elles sont naturelles et compréhensibles,

بل موثقة في الأدبيات العلمية

voire documentées dans la littérature scientifique

كجزء من عملية التكيف مع الخبر الصعب

comme faisant partie du processus d'adaptation à une nouvelle difficile,

وليس دليلًا على ضعف أو تقصير من الأسرة.

et qu'elles ne constituent pas un signe de faiblesse ou de manquement de la part de la famille.

وجود هذه السلوكيات لا يعني

La présence de ces comportements ne signifie pas

أن الأسرة ضد مصلحة الطفل ،

que la famille agit contre l'intérêt de l'enfant ;

بل يعكس محاولة نفسية لا شعورية

elle reflète plutôt une tentative psychologique inconsciente

لكسب وقت إضافي

de gagner du temps

قبل مواجهة الواقع الجديد بشكل كامل.

avant d'affronter pleinement la nouvelle réalité.

عِنْدَمَا يُشَخَّصُ طِفْلُكَ بِالتَّوَحُّدِ
مَا الَّذِي يَحْدُثُ لَكَ أَنْتَ ؟

**Quand ton enfant reçoit un diagnostic d'autisme...
que se passe-t-il en toi ?**

تَصِفُ أَعْدَادٌ كَبِيرَةٌ مِنَ الْآبَاءِ وَالْأُمَّهَاتِ اللَّحْظَةَ الَّتِي يَسْمَعُونَ فِيهَا تَشْخِصَ طِفْلِهِمْ بِالتَّوَحُّدِ أَوْ اضْطِرَابِ فَرْطِ الْحَرَكَةِ وَتَشْتَتِ الْإِنْتِبَاهَ بِأَنَّهَا مِنْ أَصْعَبِ لَحَظَاتِ حَيَاتِهِمْ. يَشْعُرُ بَعْضُهُمْ وَكَأَنَّ الْأَرْضَ انْسَحَبَتْ مِنْ تَحْتِ أَقْدَامِهِمْ، وَآخَرُونَ يُغَادِرُونَ عِيَادَةَ الطَّبِيبِ مُقْتَنِعِينَ بِأَنَّ هُنَاكَ خَطَأً مَا فِي التَّقْيِيمِ، أَوْ يَعُودُونَ إِلَى مَنَازِلِهِمْ وَيَتَصَرَّفُونَ كَأَنَّ شَيْئًا لَمْ يَحْدُثْ.

Un grand nombre de pères et de mères décrivent le moment où ils apprennent le diagnostic de leur enfant, autisme ou trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité, comme l'un des plus difficiles de leur vie. Certains ont l'impression que le sol se dérobe sous leurs pieds, d'autres quittent le cabinet du médecin convaincus qu'il y a une erreur dans l'évaluation, ou rentrent chez eux en se comportant comme si rien ne s'était passé.

وَرَعْمَ اخْتِلَافِ رُدُودِ الْأَفْعَالِ ، يُشِيرُ مُتَخَصِّصُونَ فِي الصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ إِلَى أَنَّ هَذِهِ الْإِسْتِجَابَاتِ طَبِيعِيَّةٌ وَمَفْهُومَةٌ ، بَلْ مُوثَّقَةٌ فِي الْأَدَبِيَّاتِ الْعِلْمِيَّةِ كَجُزٍّ مِنْ عَمَلِيَّةِ التَّكْيُفِ مَعَ الْخَبَرِ الصَّغْبِ وَلَيْسَتْ دَلِيلًا عَلَى ضَعْفٍ أَوْ تَقْصِيرٍ مِنَ الْأُسْرَةِ . وَجُودُ هَذِهِ السُّلُوكِيَّاتِ لَا يَعْنِي أَنَّ الْأُسْرَةَ ضِدَّ مَصْلَحَةِ الطِّفْلِ ، بَلْ يَعْكِسُ مُحَاوَلَةً نَفْسِيَّةً لَا شُعُورِيَّةً لِكَسْبِ وَقْتٍ إِضَافِيٍّ قَبْلَ مُوَاجَهَةِ الْوَاقِعِ الْجَدِيدِ بِشَكْلِ كَامِلٍ .

Et pourtant, malgré la diversité de ces réactions, des spécialistes en santé mentale soulignent qu'elles sont naturelles et compréhensibles, voire documentées dans la littérature scientifique comme faisant partie du processus d'adaptation à une nouvelle difficile, et qu'elles ne constituent pas un signe de faiblesse ou de manquement de la part de la famille. La présence de ces comportements ne signifie pas que la famille agit contre l'intérêt de l'enfant ; elle reflète plutôt une tentative psychologique inconsciente de gagner du temps avant d'affronter pleinement la nouvelle réalité.