

## মুখবন্ধ

প্রকাশনাটি হোলোবুল ভ্যান আমস্টারডাম এর ইনস্টিটিউট অকুপেশনাল থেরাপি-তে গবেষণা সমাপ্তকারী একজন ছাত্রীর গবেষণাপত্র।

গবেষণাপত্রটি মূলত অটিস্ম সম্বন্ধে বিশদভাবে জানতে “সিটিং শিশু নিকেতন” (এস এস এন)- এর জন্য তৈরি করা হয়েছে। এটি বাংলাদেশে বুদ্ধি প্রতিবন্ধী বা সেরিব্রাল পল্‌সি শিশুদের অনুদান প্রদানের জন্য একটি ফাউন্ডেশন।

আমি আশা করি অটিস্ম সম্পর্কিত তথ্য প্রদানে বাংলাদেশের স্বাস্থ্যকর্মীদের উক্ত উপকরণ সাহায্য করবে। এবং অটিস্টিক শিশু, তাদের বাবা-মা এবং অন্যান্য ব্যক্তি যারা অটিস্টিক শিশুদের যত্ন নেয় - তাদের পারম্পরিক সম্পর্ক এবং দৈনন্দিন কাজ-কর্ম সমাধা করতেও সাহায্য করবে।



বিভিন্ন ব্যক্তিবর্গের সহযোগিতা নিয়ে এ সহায়িকাটি তৈরি করা হয়েছে। সহায়িকা তৈরীতে সহযোগিতা ও সাহায্য করার জন্য আমি নিম্নোক্ত ব্যক্তিবর্গকে ধন্যবাদ দিতে চাইঃ এস এস এন এর স্বেচ্ছাসেবীগণ, ক্রিস্টাইন হোর্ডিজ্যাক, রেনেটা বোগটার, ইরমা ডি, লেজেন কুলান্ডার এবং এ্যানগনেস স্কাউটেন প্রমুখকে - যারা এ শিক্ষা উপকরণ রচনায় আমাকে তথ্য এবং পরামর্শ দিয়েছেন।

ধন্যবাদ শিক্ষক এবং অকুপেশনাল থেরাপিষ্ট টন স্যাটিককে, যিনি আমার গবেষণার সমাপ্তি তত্ত্বাবধান করেছেন।

এবং আমি ধন্যবাদ দিতে চাই সিটিং শিশু নিকেতন-ফাউন্ডেশনের প্রতিষ্ঠাতা এ্যানটোনেট-ডি রুইজ - টারমোসুইজেনকে, যিনি তথ্য এবং পরামর্শ দিয়ে অটিস্ম সম্বন্ধে এ সহায়িকা তৈরী করতে আমাকে সুযোগ করে দিয়েছেন।

স্যেলমা মুস্তার  
সেপ্টেম্বর ২০০১

সূচিপত্র	
মুখবন্ধ	১
ভূমিকা	৪
সহায়িকা সম্পর্কে সাধারণ তথ্য	৫
ভূমিকা	৫
শিক্ষা গ্রহণের/সহায়িকার উদ্দেশ্য	৫
টাচেস্ট গ্রুপ	৫
অটিস্মের নির্বাচিত বৈশিষ্ট্যসমূহ	৫
বর্ণনা অংশের তথ্যসূত্র ( Literature Reference)	৭
প্রকৃতি গ্রহণ এক নির্দেশনা বাস্তবায়ন	৮
ভূমিকা	৮
নির্দেশনার বিভিন্ন দিক	৯
নির্দেশনার বিভিন্ন উপাদান	৯
প্রোতাবৃন্দের অংশগ্রহণ	১০
শিক্ষা উপকরণ অনুসন্ধানের জন্য পরিকল্পনা	১১
শিক্ষা উপকরণ অনুসন্ধানের বিভিন্ন ধাপ	১১
নির্দেশনা বাস্তবায়নের জন্য পরিকল্পনা	১৩
নির্দেশনা বাস্তবায়নের ধাপসমূহ	১৩
প্রকৃতি	১৩
নির্দেশনাসমূহ	১৩
প্রকৃতি	১৫
ধাপ ১	১৬
ধাপ ২	১৭
মিস্টার গল্পটি	১৮
ধাপ ৩	২০
অটিস্ম সম্পর্কে ব্যাখ্যা	২১
অটিস্মের বৈশিষ্ট্যসমূহের শ্রেণী বিভাগ	২৩৩
অটিস্ম সম্পর্কে সংগৃহীত তথ্য	২৪৪
ধাপ ৪	২৫
ধাপ ৫	২৫
ধাপ ৬	২৫

অটিস্মের বৈশিষ্ট্য	২৬
বৈশিষ্ট্য	২৬
অটিস্মের বৈশিষ্ট্য সমূহের ব্যাখ্যা	৩০
ধাপ ৭	৩১
ধাপ ৮	৩১
ধাপ ৯	৩১
ধাপ ১০	৩২
ধাপ ১১	৩২
অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার ধারণা	৩৩
ধারণা	৩৩
অটিস্মের ধারণাগুলোর ব্যাখ্যা	৩৩
ধাপ ১২	৪২
সারাংশ : অটিস্মের বৈশিষ্ট্য	৪৩
সারাংশ : অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার ধারণা	৪৪
মূল্যায়ন :	৪৫
মূল্যায়ন ফর্ম	৪৬

## ভূমিকা

অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের সম্বন্ধে এ শিক্ষা উপকরণ। অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের যত্ন নেয় এমন ব্যক্তিবর্গকে তথ্য ও নির্দেশনা দিতে বাংলাদেশের স্বাস্থ্যকর্মীদের উদ্দেশ্যে একটি শিক্ষা উপকরণ। বাংলাদেশে অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের বাবা-মা ও অন্যান্য ব্যক্তিবর্গ যারা তাদের দেখাশোনা করে, তাদের জন্য অটিস্টিক শিশুদের বিষয়ে নির্দেশনা প্রদানের মান উন্নয়ন করাই এ উপকরণের লক্ষ্য। সম্পূর্ণ নির্দেশনাটি একটি লিখিত আকারের সহায়িকা এবং সতেরটি সচিত্র ব্যাখ্যার সমন্বয়ে গঠিত।

অধিক গুরুত্বপূর্ণ ভাগগুলো নিম্নরূপঃ

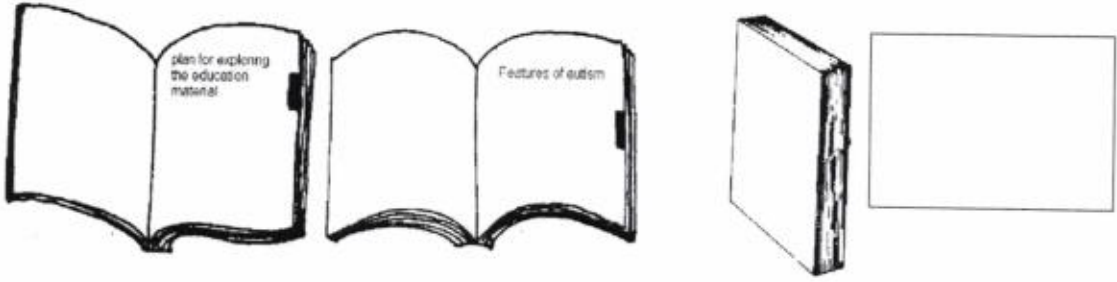
-দু'টি পরিকল্পনা যা যা করতে হবে ধাপে ধাপে আপনাকে সেদিকে এগিয়ে নেবে, যেমন একটি পরিকল্পনা শিক্ষা উপকরণ অনুসন্ধান করতে, অপরটি নির্দেশনা সম্পর্কে।

-অটিস্মের বৈশিষ্ট্য সম্বলিত আটটি সচিত্র ব্যাখ্যা এবং অটিস্মের বৈশিষ্ট্যযুক্ত শিশুদের নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শসহ নয়টি সচিত্র ব্যাখ্যা

-অটিস্মের বৈশিষ্ট্যের সচিত্র ব্যাখ্যা এবং এসব বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার পরামর্শ সম্পর্কিত তথ্য।

আপনি এর সবগুলো ভাগই এ সহায়িকায় খুঁজে পাবেন।

প্রথম থেকে পড়া আরম্ভ করলে আপনি সবগুলো ভাগই দেখতে পাবেন, পড়বেন এবং সঠিকভাবে সেগুলো ব্যবহার করবেন।



সহায়িকার অনেক ধারণা এবং পরামর্শগুলো সম্ভাব্য। ওগুলো সহজভাবে গ্রহণ ও ব্যবহার করবেন না। সবকিছুর বিচার - বিশ্লেষণ করুন এবং এরূপে উপযোগী করুন যা আপনি ব্যবহার করতে পারেন - যেগুলো আপনার এবং ব্যক্তিবর্গের কাছে অর্থবোধক হয়, যারা নির্দেশনাগুলো প্রয়োজনীয় রূপে গণ্য করে শোনে। আপনি সহায়িকা দিয়ে শুরু করার আগে এখানে ব্যবহৃত স্বল্প কিছু ধারণা আমাকে ব্যাখ্যা করে দিন। যখন যৌথভাবে শিশু বোঝাতে সে (ছেলে) বা তার (ছেলে) ব্যবহৃত হয়, তখন অনুরূপভাবে সে (মেয়ে) বা তার (মেয়ে) ব্যবহার করাও সম্ভব। আপনার সম্পর্কে - কথাটি লেখা দ্বারা স্বাস্থ্যকর্মীকে বোঝানো হয়েছে - যিনি করণীয় সম্পর্কে শিক্ষা দেবেন।

এ নির্দেশনায় অনেক মতামত এবং তথ্য বিভিন্ন বই-পত্র এবং অন্যান্য উৎস থেকে সংগৃহীত হয়েছে। ব্যাখ্যামূলক সূত্র (literature reference) মূল পাঠে উল্লেখ করা হয়নি, কারণ এটি পড়ার গভীরে ব্যহত করে। বর্ণনা যা ব্যবহৃত হয়েছে তা 'বর্ণনাসূত্র' অধ্যায়ে বর্ণিত হয়েছে। ৭ নং পাতায় এ অধ্যায়টি আপনি খুঁজে পাবেন।

শিক্ষা উপকরণ তৈরির সময়ে অনেক মতামত ছিল। অন্য একটি পাতায় মতামতগুলো ব্যাখ্যা করা হয়েছে। এ গবেষণা পত্রটি ডাচ ভাষায় রচিত যার নাম "গাইডেল এ্যাবাউট অটিস্ম"। আপনি এটি স্টিচিং শিশু নিকেতনে পেতে পারেন।

## নির্দেশনা সম্পর্কে সাধারণ তথ্য

### ভূমিকা

সহায়িকার এ অংশে আছে নির্দেশনার উদ্দেশ্য, কাদের জন্য এ নির্দেশনা এবং কিছু মতামত সম্বন্ধে - যা শিক্ষা উপকরণ উন্নয়নের সময়ে করা হয়েছে। নির্দেশনা এবং শিক্ষা উপকরণ বৃদ্ধিতে তথ্যগুলো সহায়ক হতে পারে।

### নির্দেশনার উদ্দেশ্য

অটিস্ম সম্বন্ধে তথ্য দেয়াই নির্দেশনাটির উদ্দেশ্য। এ উদ্দেশ্য পৃথক পৃথক উদ্দেশ্যে উপ-বিভক্ত করা যাবে। উদ্দেশ্যগুলো নিম্নরূপ:

- জনগণ যাতে অটিস্ম কি এবং এ বিষয়ে স্বচ্ছ ধারণা পেতে পারে ও অটিস্ম আক্রান্ত শিশুকে শনাক্ত করতে পারে- সে বিষয়ে অবগত করা।
- সব ব্যক্তিবর্গকে অটিস্ম আক্রান্ত শিশুর সাথে কাজ করতে হয় তাদেরকে অটিস্মের বৈশিষ্ট্য এবং অটিস্টিক শিশুর সক্ষমতা সম্পর্কে জানানো। মানুষ অটিস্ম আক্রান্ত শিশুকে ভালভাবে বুঝতে পারবে এবং আরও বুঝতে পারবে অটিস্টিক শিশু কেন এমনভাবে আচরণ করে।
- শিশু ও অন্য ব্যক্তির (উদাহরণস্বরূপ, শিশুর মা বা শিশুর যত্ন প্রদানকারী অন্য কেউ) পরিবারে এবং সমাজে কাজ করা এবং অংশগ্রহণ বাড়ানো (উচ্চাভিলাষ)।
- শিশু এবং শিশুর যত্ন প্রদানকারীর মধ্যে দৈনন্দিন কাজকর্ম যেমন, খাওয়া, জামা-কাপড় পরা এবং কাজ করার সময় পারস্পরিক সম্পর্ক এবং যোগাযোগের উন্নতি করা।

দৈনন্দিন কাজ-কর্ম এবং শিশুর যত্ন প্রদানকারীর মধ্যে পারস্পরিক সম্পর্কের ক্ষেত্রে অন্য রকমের কৌশল ব্যবহার করে অটিস্ম আক্রান্ত শিশুর জীবন অধিকতর উপভোগ্য করা এ নির্দেশনার চূড়ান্ত অভিপ্রায়।

### টার্গেট গ্রুপ

এ সহায়িকা পৃথক দু'টি দলের জনগোষ্ঠীকে দেয়া যেতে পারে। যেমন:



১। শিশুর যত্ন প্রদানকারী। উদাহরণস্বরূপ, মা-বাবা, দাদা-দাদী, বোনো, কাকা-কাকী এবং শিশুর পড়শী। স্বাস্থ্যকর্মীদের জন্যও যারা অটিস্টিক আক্রান্ত শিশুদের নিয়ে কাজ করে।

২। নির্দেশনার তথ্যের জন্য আশ্রয়ী সকল ব্যক্তিবর্গ। এরা হতে পারে অটিস্টিক শিশুর যত্ন প্রদানকারী ব্যক্তি, অনুরূপভাবে হতে পারে এমন ব্যক্তিবর্গ - যাদের অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের জন্য কিছুই করার নেই।



এটি খুঁজে বের করা শুরুত্বপূর্ণ যে, জনগণ কি ধরনের তথ্যের বিষয়ে শুনতে চায়। অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ বিষয়ক সম্বন্ধে শুনতে তারা পছন্দ করে। এক্ষেত্রে আপনি পুরো নির্দেশনাই দিতে পারেন। যদি অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ বিষয়ক ভাগগুলো যদি দলের জন্য যথেষ্ট হয়, তা হলে আপনি কেবলমাত্র অটিস্মের বৈশিষ্ট্যের অংশটুকু দেয়ার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন।

নির্দেশনা শুরু করার আগেই আপনি ব্যক্তিবর্গকে প্রশ্ন করতে পারেন তারা কি চায় এবং নির্দেশনার বিষয়ের সাথে তাদের সম্পর্ক কি। এ প্রশ্ন করার সাথে সাথে টার্গেট গ্রুপ করা তা স্পষ্ট হয়ে যাবে।

### অটিস্মের নির্বাচিত বৈশিষ্ট্যসমূহ:

আলাদা আলাদা বৈশিষ্ট্যের ইঙ্গিত থাকে অটিস্মে (আচরণগত)। ডি এস এম ফোর-এর মতে বৈশিষ্ট্যগুলো তিনটি শ্রেণীতে বিভক্ত করা যেতে পারে। ডিএসএম-এর পুরো নাম দ্যা ডায়গনোস্টিক স্ট্যাটিসটিক্যাল ম্যানুয়েল অব মেন্টাল ডিসঅর্ডারস অব দ্যা ইউএস এ।

বিভিন্ন প্রকারের মানসিক ব্যাধি এবং রোগ নির্ণয়ে ব্যাপকভাবে ব্যবহৃত একটি আন্তর্জাতিক দলিল। (ডিএসএম ফোর এর জন্য দেখুন ' অটিস্মের বৈশিষ্ট্যের শ্রেণী বিভাগ' পাতা ২৩)

ডিএসএম-এর বিভক্ত করা অটিস্মের সাথে সম্পৃক্ত তিনটি পৃথক শ্রেণী, যেমন :

- সামাজিক মেলামেশায় সমস্যা
- যোগাযোগে সমস্যা
- পুনরাবৃত্তি করা ও আচরণ, আত্মহ/গংবাঁধা এবং কর্মকান্ড।

ডিএসএম বারোটি সমস্যার কথা বলে, প্রতিটি শ্রেণীতে চারটি সমস্যার নাম আছে। নির্দেশনায় ব্যাখ্যাসহ ৬ (ছয়) টি সমস্যার সচিত্র ব্যাখ্যা রয়েছে। এতে প্রত্যেক শ্রেণীর ২ টি (দুটি) করে সমস্যা আলোচনা করা হবে। নির্দেশনায় এই সমস্যাগুলোকে বৈশিষ্ট্য বলা হয়েছে। নির্দেশনায় অটিস্মের নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্য আলোচনা করা হবে এবং সচিত্র ব্যাখ্যায় পুনরায় তা প্রদর্শিত হয়েছে :

- বিভিন্ন ভঙ্গিমার অনাকর্ষক আচরণের সমস্যা। যেমন, ভাবলেশহীন দৃষ্টি, মুখাবয়ব এবং দেহের অভিব্যক্তি ও অঙ্গ-ভঙ্গি না থাকা।

- অন্য শিশুদের সাথে মিলেমিশে কাজ-কর্ম করা, তাদের সাথে আনন্দ করা বা আত্মহী হওয়ার কোন চেষ্টা না করা (উদাহরণস্বরূপ দেখানো, আনা বা আত্মহের বস্তুর দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করতে না পারার ঘটতি)।

- গংবাঁধা (ফিরে আসা এবং অপরিবর্তিত) এবং পুনরাবৃত্তিমূলক বা দুর্বোধ্য ভাষা ব্যবহার করা।

যেমন, অন্যের উচ্চারিত শব্দের অর্থ না বুঝে পুনরাবৃত্তি এবং অদ্ভুত শব্দ ব্যবহার করা।



- স্মৃত:স্মৃত ভান করার খেলায় বা সামাজিক অনুকরণমূলক খেলা নানা রকমের সমস্যা অনুকরণ করার খেলা। যাতে তারা ভান করতে বা অলীক কল্পনা নিয়ে খেলতে পারে।

- গংবাঁধাভাবে আচরণ করা বা ছকবাধা বিষয়ের জন্য একটি অস্বাভাবিক আত্মহ। কোন ও অনুভূতির তীব্রতা কোন কিছুর প্রতি বিশেষ আকর্ষনের কারণে এ আত্মহ অস্বাভাবিক।

- দেহের সাহায্যে বাঁধাধরা ও পুনরাবৃত্তিমূলক চলাচল যেমন, মাথা দেয়ালে ঠোকা/দোল খাওয়া করতালি দেয়া, চোখের সামনে হাত ধোরানো বা নাচানো

অধিকন্তু নির্দেশনায় অটিস্মের আরো দু'টি বৈশিষ্ট্য সংযুক্ত করা হয়েছে। সেগুলো হলো : সঙ্গত কারণ ছাড়াই প্রচণ্ড দুঃখ বা ক্রোধ এবং বিপদের ভয় না থাকা।



শুধুমাত্র নামোল্লিখিত বৈশিষ্ট্যগুলো চিহ্নিত করার কারণ হলো এই যে, এক একটি বৈশিষ্ট্য অন্য সব বৈশিষ্ট্যকে আংশিক ভাবে প্রকাশ করে এবং যা হবে আলোচনার বিষয়। নির্দেশনা জুড়ে সবগুলো বৈশিষ্ট্যের নাম উল্লেখ করা হয়েছে। যে গুলো রয়েছে অধিকাংশ সময় সচিত্র ব্যাখ্যা ভাগের সাথে, তবে ওগুলো অন্তর্ভুক্ত হয়েছে গল্পের উদাহরণের জন্য বা বাস্তব জীবনের উদাহরণ রূপে।

নির্দেশনায় বাড়তি দু'টি বৈশিষ্ট্য অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। কারণ, বাংলাদেশে কারো কারো অটিস্মের বৈশিষ্ট্যগুলো এবং এসব বৈশিষ্ট্যগুলোকে ঘিরে যে সমস্যা তা নিয়ে প্রশ্ন রয়েছে।

### বর্ণনা অংশের তথ্যসূত্র

এ অধ্যায়ে অটিস্ম সম্বন্ধে ইংরেজী ভাষায় লিখিত স্বল্প সংখ্যক বই অন্তর্ভুক্ত হয়েছে। অটিস্ম সম্বন্ধে আরো বেশী জানতে চাইলে, এসব বই-পত্র আপনাকে প্রয়োজনীয় তথ্য যোগাবে। লেখকের নামানুসারে বর্ণনাক্রমিকভাবে তালিকাটি সাজানো হয়েছে।

- Aarons, M; The handbook of autism, a guide for parents and professionals; Routledge, London (England) 1999.
- Baron-Cohen, S; Autism, the facts; Oxford University Press, Oxford (England) 1993.
- Catalano, R. A.; When autism strikes; Plenum Press, London (England) 1998.
- Randall, P; Supporting families of children with autism; John Wiley & sons, LTD; Chichester (England) 1999.
- Rooij-Termoshuizen, A; Manual mental disability; Stichting Shishu Niketan, Delft 2000.
- Soeharso, Prof. Dr; Helping children with mental handicap and those with behaviour problems; Community based Rehabilitation development and training Centre, Solo (Indonesia) 1995.
- Wing, J. K; Early childhood autism; clinical, educational and social aspects; Pergamon Press, Oxford (England) 1966.



নির্দেশনায় দরকারী অন্য বিষয়ের ইংরেজীতে লিখিত স্বল্প সংখ্যক বইয়ের তালিকা:

- Werner, D; helping health workers learn; The Hesperian Foundation, Palo Alto (USA) 1982.
- Werner, D; Disabled Village children, a guide for community health workers, rehabilitation workers and families; The Hesperian Foundation, 2de edition, Palo Alto (USA) 1987.

উপরে উল্লেখিত ইংরেজীতে রচিত পুস্তকাদি এবং ডাচ (ওলন্দাজ) ভাষায় লিখিত নিম্নোক্ত বই-পত্র এ নির্দেশনা তৈরীতে ব্যবহৃত হয়েছে।

- Aarons, M; Gittens, T; Autisme-werkboek sociale vaardigheden; Acco, Leuven/ Leusden 1998.
- Peeters, T; Autisme van begrijpen tot begeleiden; Hadewijch, Antwerpen- Baarn 1994.
- Snijders- Oomen, A.W.M; Autisme en aanverwante communicatie stoornissen, behandeling bij jonge kinderen; Dekkers & van de Vegt, Assen 1990.

A few websites about autism and other subjects that are useful:

- [www.autismlinks.org.sg](http://www.autismlinks.org.sg)

The website of 'Autistic association Singapore', a website with information about autism.

- [www.autism-society.org](http://www.autism-society.org)

The website of 'The autism society of America',

- [www.autism.org](http://www.autism.org)

The website of 'The centre for the study of autism', a website with information about autism.

- [www.healthwrights.com](http://www.healthwrights.com)

A website with the books that are written by D., Werner (see above).

এক 'সিটিং শিশু নিকেতন' - ফাউন্ডেশনের ওয়েবসাইট

**প্রকৃতিগ্রহণ এবং নির্দেশনা বাস্তবায়ন :**

স্বমিকা

এই ভাগের লক্ষ্য হলো অটিসূম সযছে নির্দেশনার প্রকৃতি গ্রহণে এবং বাস্তবায়নে আপনাকে সহায়তা করা। নির্দেশনার এই ভাগে আপনি দুটি পরিকল্পনা পাবেন- যা আপনাকে ধাপে ধাপে নির্দেশনার দিকে নিয়ে যাবে :



- শিক্ষা উপকরণ উদ্ঘাটনের ধাপসমূহ
- নির্দেশনা বাস্তবায়নের ধাপসমূহ

এই ভাগে নির্দেশনার উপাদান এবং শ্রোতাবৃন্দের অংশগ্রহণ সম্পর্কে বর্ণনা আছে। পরবর্তী অধ্যায়ে আপনি এ তথ্যগুলো পেয়ে যাবেন।



## নির্দেশনার দিকসমূহ

নির্দেশনা প্রদান শুরু করার আগে নির্দেশনার কতিপয় দিক আছে - যা বিবেচনা করা গুরুত্বপূর্ণ। নির্দেশনা কার্যে পরিণত করার ক্ষেত্রে এবং নির্দেশনা শ্রোতাব্দিকে কিভাবে নাড়া দেবে তার ওপর এ সমস্ত দিকগুলোর প্রভাব আছে।

## নির্দেশনার বিভিন্ন উপাদান

তথ্য দিয়ে ব্যক্তিবর্গকে তাদের নিজেদের অবস্থান উপলব্ধি করতে সাহায্য, নির্দেশনা কার্যে পরিণত বা বাস্তবায়নে পরামর্শ এবং সহায়তা করা - ইত্যাদি বিষয়গুলো নিয়ে নির্দেশিকাটি গঠিত।

সহায়িকা মানুষকে বিকলতা সম্পর্কে তথ্য দিতে পারে, উক্ত নির্দেশিকা অটিস্মের বিকলতা সম্বন্ধে তথ্য দেয়। অটিস্ম আসলে কি তা এ তথ্য স্পষ্ট করে। এ তথ্য আমাদের শিশুকে ভালভাবে বুঝতে এবং অটিস্টিক শিশুকে শনাক্ত করতে সক্ষম করে তোলে। অটিস্মের বৈশিষ্ট্য সম্বন্ধে নির্দেশিকা হয় একটি বড় দলে, নয়ত একটি ছোট দলে দেয়া যেতে পারে।

যে সব ব্যক্তি শিশুর যত্ন নেয়- বা অন্য কোনভাবে তাদের সম্পর্কে আসতে হয় তারা শিশুর সাথে সম্পর্কোন্নয়নে অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শগুলো ব্যবহার করতে পারেন। গুরুত্বপূর্ণ হচ্ছে অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করতে কৌশলগুলো কিভাবে কার্যকর করতে হয়- এ ক্ষেত্রে এসব ব্যক্তিবর্গ এবং শিশুরা ভাল নির্দেশনা পায়।

প্রত্যেক শিশুই পৃথক এবং তাদের নিজস্ব চাহিদা আছে। শিশু এবং অন্য ব্যক্তির সাথে (উদাহরণস্বরূপ, তার মা) একত্রে আচরণের জন্য আপনাকে কৌশল খুঁজতে হবে- যা তাদের নির্দিষ্ট অবস্থার সাথে মানায়।

শিশুর অবস্থানে এবং অন্য ব্যক্তি শিশুর পরিবেশে কেমন করে প্রভাব ফেলে তার ওপর আপনার এবং শিশুর মায়ের উপলব্ধি প্রয়োজন।

এ জন্য আপনাকে মা এবং শিশু দুজনের কথাই শুনতে হবে। আপনাকে তথ্যও সংগ্রহ করতে হবে। আপনি এ তথ্য লিখে রাখতে পারেন।

অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার সঠিক উপায় বাছাই করা এবং ব্যবহার করা কঠিন, শিশুর পারিবারিক অবস্থানে নির্দেশনা বাস্তবায়নে আপনি নির্দেশনা এবং সহায়তা দেন -এ কারণেই এটি এত গুরুত্বপূর্ণ। এইভাবে শিশু এবং মা বা অন্য ব্যক্তি (নতুন) কৌশলের (approach) সফল পায়।

একজন ব্যক্তি বা একটি শিশুকে গৃহ পরিস্থিতি সম্পর্কে যখন আপনি নির্দেশনা এবং প্রশিক্ষণ দেন তখন মৌখিক নির্দেশনার সহায়ক হিসাবে আপনি সচিত্র ব্যাখ্যা ব্যবহার করতে পারেন।

যখন আপনি একজন অটিস্টিক শিশু সম্বন্ধে প্রশিক্ষণ দেন, তখন উত্তম উপায় হলো আলাদা আলাদাভাবে বা ক্ষুদ্র দলকে প্রশিক্ষণ দেয়া।

ব্যক্তিবর্গকে তাদের নিজেদের পরিস্থিতি উপলব্ধি করতে, গৃহ পরিস্থিতিতে শিশু ও মা-র (অন্য ব্যক্তিকে) জন্য নির্দেশনা এবং নির্দেশনা বাস্তবায়ন করতে সহায়তা দিতে - এ সহায়িকা কোনভাবেই এ সব বিষয়ে যায় না। অনুভূতি এবং ব্যবহারিক ক্ষেত্রে পরিবারকে সহায়তা দেয়া এর উদ্দেশ্য। সামগ্রিক অবস্থা সম্পর্কে তাদের অনুভূতি কেমন বা শিশুর সাথে তাদের বিশেষ কোন সমস্যা আছে কিনা - তা বলতে শিশুর পরিবারের সদস্যদের সুযোগ দেয়। অধিকাংশ বাবা-মা-ই তাদের শিশুদের অটিস্মের বিকলতা সম্বন্ধে অধিক কিছু জানে না। তারা সঠিক তথ্য পায় এবং তাদের অনুভূতি প্রকাশের সুযোগ আছে-এটাই গুরুত্বপূর্ণ। তারা বাস্তব সমস্যার জন্য সুপরামর্শও ব্যবহার করতে পারে।

এসব কর্মকাণ্ডের জন্য আপনি বৈশিষ্ট্যসহ সচিত্র ব্যাখ্যা এবং পরামর্শ, সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনের পাতায় প্রদত্ত তথ্য এবং এই সহায়িকার তথ্য ব্যবহার করতে পারেন।



## শ্রোতামন্ডলীর অংশগ্রহণ :

আপনি শ্রোতামন্ডলীর কাছে স্পষ্ট করে তথ্য উপস্থাপন (transfer) করছেন - এটাই গুরুত্বপূর্ণ। তথ্য উপস্থাপনার (transfer) উপকারিতা হলো এই যে, নির্দেশনায় জনগণের সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ করা।



প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করে এবং প্রশ্নের জন্য সুযোগ দেয়া জনগণকে নির্দেশনায় অবদান রাখতে বাধ্য করে। জনগণের জন্য প্রশ্নগুলো নির্দেশনাকে ব্যক্তিগত করে ফেলতে পারে, কারণ তারা তাদের নিজস্ব অভিজ্ঞতা বর্ণনা করে।

শ্রোতামন্ডলীর সক্রিয় অংশগ্রহণকে বৃদ্ধি করতে আপনি নিম্নোক্ত পরামর্শগুলো ব্যবহার করতে পারেন :

- শ্রোতামন্ডলীকে প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করার মধ্য দিয়ে নির্দেশনা শুরু করা। যেমন, আপনি অটিস্ম সম্বন্ধে কি জানেন? অটিস্টিক শিশুর বিষয়ে আপনার অভিজ্ঞতা কতটুকু?



- আপনি যখন অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে বলছেন, তখন শ্রোতামন্ডলীকে প্রশ্ন করবেন আপনি কি বিষয়ে বলছেন তারা তা অনুধাবন করতে পারছে কিনা। অটিস্মের বৈশিষ্ট্য সম্পন্ন শিশুকে নিয়ে তাদের অভিজ্ঞতা বর্ণনা করতে বলুন।

- অটিস্ম শিশু সম্বন্ধে বলতে তাদেরকে অনুরোধ করুন। (প্রতিটি শিশু) প্রতিটি শিশুর বৈশিষ্ট্য আলাদা, বিভিন্ন গল্প শুনে তারা অটিস্ম কি সে সম্পর্কে একটি সম্যক ধারণা লাভ করে।

- এরূপ শিশুদের সাথে কাজ করার উপায়গুলো নিয়ে তাদেরকে ভাবতে বলুন। কিছু কিছু বৈশিষ্ট্যের নমুনা তাদেরকে দেখান এবং কাজ করার উপযোগী উপায় নিয়ে ভাবতে বলুন। দলের সাথে আলোচনায় আপনি জনগণের সুপারিশগুলো তুলে ধরতে পারেন।

- একজন কিভাবে প্রদত্ত পরামর্শগুলো বাস্তবায়ন করতে পারে তার উদাহরণ দিতে বলুন। যেমন, পরামর্শ সি : মৌখিক যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে অঙ্গভঙ্গি, মুখাভিনয় এবং বস্তু ব্যবহার করুন। একটি উদাহরণ হতে পারে নিদ্ৰা যাচ্ছে বোঝাতে অঙ্গভঙ্গি এবং বস্তু দিয়ে ভান করা। উদাহরণস্বরূপ আপনার মাথা কাঁধের দিকে নোয়ান, আপনার ভাঁজ করা হাত এক সাথে এনে মাথার নিচে রাখুন এবং চোখ বুজে থাকুন। কবল হতে পারে বস্তু একটি উদাহরণ।



উল্লেখিত পরামর্শগুলো সম্ভাবনাময়, কিন্তু শ্রোতামন্ডলীর অংশগ্রহণ বৃদ্ধি করতে আপনি অন্য জিনিষও ভাবতে পারেন।

## শিক্ষা উপকরণ অনুসন্ধানের (exploring) জন্য পরিকল্পনা

অটিস্ম সম্পর্কে নির্দেশনা দেয়ার আগে, একজন স্বাস্থ্যকর্মীর শিক্ষা উপকরণের উপর সম্পূর্ণ দখল থাকা গুরুত্বপূর্ণ শিক্ষা উপকরণ ভালভাবে জানা থাকলে আপনি ব্যক্তিবর্গকে কি বলছেন তার সাথে সুপরিচিত থাকবেন এবং অতি সহজে প্রশ্নের উত্তর দিতে পারবেন।

এ পরিকল্পনা নির্দেশনাকে জানতে শিক্ষা গ্রহণ করতে সাহায্য করতে পারে। এটি আপনার নিজস্ব পছন্দ, আপনি উপকরণ অনুসন্ধানে এই পরিকল্পনা ব্যবহার করবেন, নাকি আপনার মতো করে অনুসন্ধান করবেন - সেটি আপনি বেছে নেবেন।

স্বল্পসংখ্যক মানুষ নিয়ে পরিকল্পনার মধ্য দিয়ে কাজ সর্বোত্তম। পরস্পরের কাছ থেকে আপনি শিখতে পারেন। পুরো দলের সাথে, ছোট দলে বা একা একা এটি করছেন - সিদ্ধান্ত নিতে প্রত্যেক পদক্ষেপের প্রতি দৃষ্টি রাখুন। শিক্ষা উপকরণ ভালভাবে জানতে যথেষ্ট সময় নিন। পরিকল্পনার কিছু কিছু পদক্ষেপ আপনি পুনরাবৃত্তি করতে পারেন। উদাহরণস্বরূপ, যেগুলোকে আপনি ব্যাখ্যা করা প্রয়োজনীয় বা কঠিন বলে মনে করেন।



শিক্ষা উপকরণের জন্য দায়িত্বশীল এমন একজনকে বেছে নিন। যার কাজ উপকরণের বিভিন্ন ভাগের সহঅবস্থান এবং ভাল অবস্থায় রাখায় মনোযোগী হওয়া।

## শিক্ষা উপকরণ অনুসন্ধানের ধাপসমূহঃ

ধাপ ১

১ থেকে ৮ পর্যন্ত একের পর এক সংখ্যাসহ সচিত্র ব্যাখ্যার দিকে তাকান। পিছনের পাঠ্যশুটকু অন্যে স্তনেতে পায় সজ্জোরে পড়ুন।

ধাপ ২

অটিস্মের প্রত্যেক বৈশিষ্ট্যের জন্য আপনি নিজে নিজে আপনার নিজস্ব উদাহরণ নিয়ে ভাবুন। উদাহরণগুলো লিখে ফেলুন, পরবর্তীতে নির্দেশনায় আপনি ওগুলোকে ব্যবহার করতে পারবেন, উদাহরণস্বরূপ, প্রশ্নের উত্তর দিতে। অন্য ব্যক্তিবর্গ জানে এমন উদাহরণও আপনি লিখে রাখতে পারেন।



ধাপ ৩

\* বৈশিষ্ট্যগুলোর সচিত্র ব্যাখ্যা প্রত্যেকে যাতে দেখতে পায় এমনভাবে টানান। পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যা একে (এ থেকে এইচ বার্মালা) একে স্পর্শ করে এবং এলো মেলো করে রাখুন। বৈশিষ্ট্যের একটি সচিত্র ব্যাখ্যা নিন এবং বৈশিষ্ট্যের সাথে খাপ খায় এমন পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যার সন্ধান করুন। এটি করার সময় আপনি পেছনের পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যার পাঠ্যশুটকু পড়তে পারেন। যখন আপনি একটি মনোনীত করেন, তারপর বলুন কেন আপনি মনে করেন যে, অটিস্মের বৈশিষ্ট্য সম্পন্নদের নিয়ে কাজ করার জন্য সুনির্দিষ্টভাবে এটিই প্রয়োজনীয়। আপনার বাছাই সম্পর্কে অন্যদের মতামত কি এ নিয়ে দলের সাথে আলোচনা করতে পারেন। আপনার পছন্দ এবং এর স্বপ্নে আপনার নিজস্ব যুক্তি প্রদর্শন করে লিখুন।



\* পরামর্শসহ একটি নতুন সচিত্র ব্যাখ্যা নিন এবং মানানসই পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যার জন্য পুনরায় দেখুন। দলের সাথে আপনার বাছাই সম্পর্কে আলোচনা করুন এবং যা কিছু প্রয়োজনীয় তা লিখে রাখুন। প্রদত্ত পরামর্শের বদলে আপনি আপনার নিজস্ব পরামর্শ দিতে পারেন। পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যা স্তপের পিছনে রাখুন এবং বৈশিষ্ট্যসহ সচিত্র ব্যাখ্যার পাশে স্থাপন করুন। এটি করতে থাকুন ততক্ষণ পর্যন্ত যতক্ষণ কোনো বৈশিষ্ট্যসহ সচিত্র ব্যাখ্যা বাকী না থাকে।

পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যা স্তপের পিছনে অবশ্যই রাখতে হবে, কারণ ওগুলো একাধিক বৈশিষ্ট্যের সাথে মানানসই।

\* 'অটিস্মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ' - অধ্যায় আপনি যাচাই করতে পারেন যদি আপনি পরামর্শের সঠিক বৈশিষ্ট্যগুলো পছন্দ করে থাকেন

প্রদত্ত পরামর্শের হুলে আপনি আপনার নিজস্ব পরামর্শও দিতে পারেন। অন্যেরা আপনার পরামর্শ নিয়ে ভাবতে পারে, এ বিষয়ে প্রশ্নও করতে পারে এবং এ থেকে শিখতেও পারে।

#### ধাপ ৪

\* পুরো সহায়িকাটি পড়ুন, এ জন্য পর্যাপ্ত সময় নিন। যে জিনিবগুলো আপনি বুঝতে পারছেন না এবং আপনার যা যা প্রশ্ন আছে লিখে রাখুন। যখন আপনার গোটা সহায়িকাটি পড়া হয়ে যাবে, যে জিনিবগুলো আপনি বোঝেন না এবং আপনার যে সব প্রশ্ন আছে তা নিয়ে অন্য মানুষের সাথে আলোচনা করুন।



\* ১ থেকে ৮ পর্যন্ত সংখ্যা, এ থেকে এইচ পর্যন্ত- বর্ষ, এবং \* তারকা চিহ্নিত সঙ্কেতসহ সচিত্র ব্যাখ্যার পাঠ্যাংশ বার কয়েক পর্যালোচনা করুন এবং পড়ুন। আপনি সচিত্র ব্যাখ্যাসহ \* তারকা চিহ্নিত সঙ্কেত আগে দেখেন নি, তাই এ সব সচিত্র ব্যাখ্যা এবং এর উল্টোপিঠের পেছনের পাতার পাঠ্যাংশ, অধিকন্তু সহায়িকার পাঠ্যাংশের প্রতি অধিক মনোযোগ দিন। অতপর সাধারণ শর্তগুলো অটিস্মের আরো অধিক বৈশিষ্ট্যের ক্ষেত্রে কেন উপযোগী ব্যাখ্যা করুন।

#### ধাপ ৫

নির্দেশনা দেয়ার সময় আপনি সহায়িকায় শ্রোতৃমন্ডলীদের অংশগ্রহণ সম্পর্কে পড়েছেন। যদিও অধ্যায়ে কিছু কিছু পরামর্শ দেয়া আছে, কিন্তু তা সত্ত্বেও আরো সম্ভবপর উপায় বা প্রশ্ন আছে যা আপনি অংশগ্রহণ বৃদ্ধি করতে ব্যবহার করতে পারেন। আপনি ব্যবহার করতে পারেন এমন প্রশ্ন এবং উপায় নিয়ে ভাবুন। সেগুলো লিখে ফেলুন এবং দলের সাথে সেগুলো নিয়ে আলোচনা করুন। যে জিনিবগুলো অবস্থান আপনি উদ্ভাবন করছেন তা নির্দেশনায় পরবর্তীতে ব্যবহার করা যেতে পারে।

#### ধাপ ৬

নির্দেশনা শুরু করার আগে বা নির্দেশনা প্রদানকালীন সময়ে কি কি করতে হবে তার একটি তালিকা আপনি নিজে বা দলকে নিয়ে তৈরী করুন। সেগুলো সঠিকভাবে লিখেছেন কিনা তা একটি অপরটির সাথে মিলিয়ে দেখুন। নির্দেশনা দেয়ার সময় এ তালিকাটি আপনি ব্যবহার করতে পারেন যা রোধ করে ভুলে যাওয়া এড়ানো।



#### ধাপ ৭

\* একে অপরের সাথে প্রয়োগ করে নির্দেশনা অনুশীলন করুন। অনুশীলনের জন্য প্রস্তুতি গ্রহণে আপনি সময় নিন। যে সব ব্যক্তিবর্গ নির্দেশনা অনুশীলন করছে না তারা ভূমিকা নিতে পারে, উদাহরণ স্বরূপ একজন অভিভাবক যিনি নির্দেশনা শোনার জন্য এসেছেন। তারা প্রশ্নগুলো জড়ো করতে এবং কেমন করে অধিকতর ভাল কিছু করা যায় এমন টিপস দিতে পারেন। অনুশীলনের সময় তিনি কি কি ভালভাবে করেছেন তাও বক্তাকে বলতে পারেন।



\* মোড় ঘুরিয়ে দিন এবং নির্দেশনার ওপর অন্য কাউকে অনুশীলন করতে দিন। যখন

আপনি (এবং অন্যান্যরা) মনে করবেন যে, শিক্ষা উপকরণ বুঝতে পেরেছেন এবং নির্দেশনা দিতে কৃতকার্য হয়েছেন, সেক্ষেত্রে একটি টার্গেট গ্রুপের জন্য আপনি নির্দেশনা দিতে পারেন।