মুখবন্ধ

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

গবেষণাপত্রটি মূলত অটিস্‌ম সম্বন্ধে বিশদভাবে জানতে "স্টিচিং শিশু নিকেতন" (এস এস এন)- এর জন্য তৈরি করা হয়েছে। এ'টি 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 পারস্পরিক সম্পর্ক এবং দৈনন্দিন কাজ-কর্ম সমাধা করতেও সাহায্য করবে।

বিভিন্ন ব্যক্তিবর্গের সহযোগিতা নিয়ে এ সহায়িকাটি তৈরী করা হয়েছে। সহায়িকা তৈরীতে সহযোগিতা ও সাহায্য করার জন্য আমি নিম্নোক্ত ব্যক্তিবর্গকে ধন্যবাদ দিতে চাই ঃ এস এস এন এর স্বেচ্ছাসেবীগণ, ক্রিস্টাইন হোর্ডিজ্যাক, রেনেটা বোওটার, ইরমা ডি, লেজেন কুলান্ডার এবং এ্যাগনেস স্কাউটেন প্রমুখকে - যারা এ শিক্ষা উপকরণ রচনায় আমাকে তথ্য এবং পরামর্শ দিয়েছেন।
ধন্যবাদ শিক্ষক এবং অকুপেশনাল থেরাপিষ্ট টন স্যাটিস্ককে, যিনি আমার গবেষণার সমাপ্তি তত্ত্বাবধান করেছেন।
এবং আমি ধন্যবাদ দিতে চাই স্টিচিং শিশু নিকেতন-ফাউন্ডেশনের প্রতিষ্ঠাতা এ্যানটোনেট-ডি রুইজ - টারমোসুইজেনকে, যিনি তথ্য এবং পরামর্শ দিয়ে অটিস্‌ম সম্বন্ধে এ সহায়িকা তৈরী করতে আমাকে সুযোগ করে দিয়েছেন।

স্যেলমা মুল্ডার
সেপ্টেম্বর ২০০১

সূচিপত্র

মুখবন্ধ ---------- ১

ভূমিকা ---------- ৪

সহায়িকা সম্পর্কে সাধারণ তথ্য ---------- ৫

ভূমিকা ---------- ৫

শিক্ষা গ্রহনের/সহায়িকার উদ্দেশ্য ---------- ৫

টার্গেট গ্রুপ ---------- ৫

অটিস্‌মের নির্বাচিত বৈশিষ্ট্যসমূহ ---------- ৫

বর্ণনা অংশের তথ্যসূত্র (Literature Reference) ---------- ৭

প্রস্তুতি গ্রহণ এবং নির্দেশনা বাস্তবায়ন ---------- ৮

ভূমিকা ---------- ৮

নির্দেশনার বিভিন্ন দিক ---------- ৯

নির্দেশনার বিভিন্ন উপাদান ---------- ৯

শ্রোতাবৃন্দের অংশগ্রহণ ---------- ১০

শিক্ষা উপকরণ অনুসন্ধানের জন্য পরিকল্পনা ---------- ১১

শিক্ষা উপকরণ অনুসন্ধানের বিভিন্ন ধাপ ---------- ১১

নির্দেশনা বাস্তবায়নের জন্য পরিকল্পনা ---------- ১৩

নির্দেশনা বাস্তবায়নের ধাপসমূহ ---------- ১৩

প্রস্তুতি ---------- ১৩

নির্দেশনাসমূহ ---------- ১৩

প্রস্তুতি ---------- ১৫

ধাপ ১ ---------- ১৬

ধাপ ২ ---------- ১৭

মিন্টুর 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

অটিজ্‌মের বৈশিষ্ট্য ---------- ২৬
বৈশিষ্ট্য ---------- ২৬
অটিজ্‌মের বৈশিষ্ট্য সমূহের ব্যাখ্যা ---------- ৩০
ধাপ ৭ ---------- ৩১
ধাপ ৮ ---------- ৩১
ধাপ ৯ ---------- ৩১
ধাপ ১০ ---------- ৩২
ধাপ ১১ ---------- ৩২

অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার ধারনা ---------- ৩৩
ধারনা ---------- ৩৩
অটিজ্‌মের ধারনাগুলোর ব্যাখ্যা ---------- ৩৩

ধাপ ১২ ---------- ৪২
সারাংশ ঃ অটিজ্‌মের বৈশিষ্ট্য ---------- ৪৩

সারাংশ ঃ অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার ধারনা ---------- ৪৪
মূল্যায়ন ঃ ---------- ৪৫
মূল্যায়ন ফর্ম ---------- ৪৬

ভূমিকা

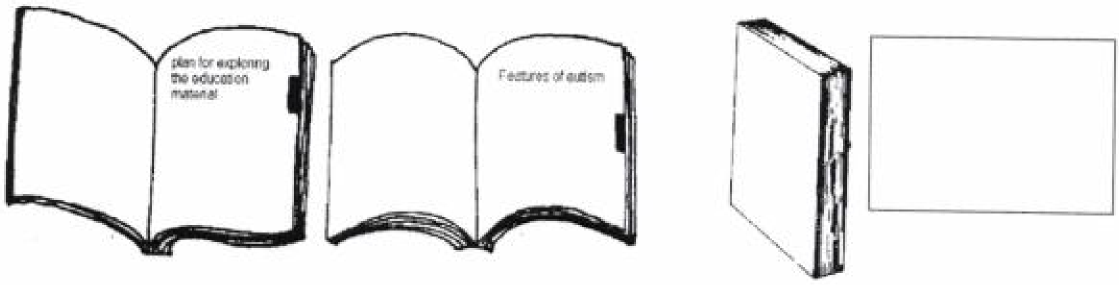
অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের সম্বন্ধে এ শিক্ষা উপকরণ। অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের যত্ন নেয় এমন ব্যক্তিবর্গকে তথ্য ও নির্দেশনা দিতে বাংলাদেশের স্বাস্থ্যকর্মীদের উদ্দেশ্যে একটি শিক্ষা উপকরণ। বাংলাদেশে অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের বাবা-মা ও অন্যান্য ব্যক্তিবর্গ যারা তাদের দেখাশোনা করে, তাদের জন্য অটিস্টিক শিশুদের বিষয়ে নির্দেশনা প্রদানের মান উন্নয়ন করাই এ উপকরণের লক্ষ্য।
সম্পূর্ন 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 করনীয় 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 এ'টি পড়ার গতিকে 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 ডাচ্ ভাষায় রচিত যার নাম "গাইডেন্স এ্যাবাউট অটিস্ম"। আপনি এ'টি 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 বুঝতে 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 , বোনেরা, কাকা-কাকী এবং শিশুর পড়শী । স্বাস্থ্যকর্মীদের জন্যও যারা অটিস্‌টিক আক্রান্ত শিশুদের নিয়ে কাজ করে।

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

এ'টি খুঁজে বের করা গুরুত্বপূর্ণ 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 বৈশিষ্ট্যে 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 কারা তা স্পষ্ট হয়ে যাবে।

অটিস্‌মের নির্বাচিত বৈশিষ্ট্যসমূহ ঃ

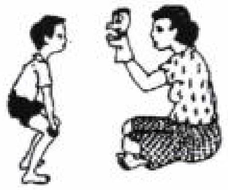
আলাদা আলাদা বৈশিষ্ট্যের ইঙ্গিত থাকে অটিস্‌মে (আচরণগত)। ডি এস এম ফোর-এর মতে বৈশিষ্ট্যগুলো তিনটি শ্রেণীতে বিভক্ত করা যেতে পারে। ডিএসএম-এর পুরো নাম দ্যা ডায়গনোস্টিক ষ্ট্যাটিসটিক্যাল ম্যানুয়েল অব মেন্টাল ডিস্‌অর্ডারস্‌ অব দ্যা ইউএস এ।

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, যেমনঃ

- সামাজিক মেলামেশায় সমস্যা
- যোগাযোগে সমস্যা
- পুনরাবৃত্তি করা ও আচরণ, আগ্রহ/গৎবাঁধা এবং কর্মকান্ড।

ডিএসএম বারোটি সমস্যার কথা বলে, প্রতিটি শ্রেনীতে 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 হয়েছেঃ

- বিভিন্ন ভঙ্গিমার অনাক্ষরিক 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 আগ্রহী হওয়ার কোন চেষ্টা না করা (উদাহরণস্বরূপ দেখানো, আনা বা আগ্রহের বস্তুর দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করতে না পারার ঘাটতি)।
- গৎবাঁধা (ফিরে আসা এবং অপরিবর্তিত) এবং পুনরাবৃত্তিমূলক বা দুর্বোধ্য ভাষা ব্যবহার করা। যেমন, অন্যের উচ্চারিত শব্দের অর্থ না বুঝে পুনরাবৃত্তি এবং অদ্ভুত শব্দ ব্যবহার করা।



- স্বত:স্ফূর্ত ভান করার খেলায় বা সামাজিক অনুকরণমূলক খেলা নানা রকমের সমস্যা অনুকরণ করার খেলা। যাতে তারা ভান করতে বা অলীক কল্পনা নিয়ে খেলতে পারে।
- গৎবাঁধাভাবে আচরণ করা বা ছকবাধা বিষয়ের জন্য একটি অস্বাভাবিক আগ্রহ। কোন ও অনুভূতির তীব্রতা কোন কিছুর প্রতি বিশেষ আকর্ষনের কারণে এ আগ্রহ অস্বাভাবিক।

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

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

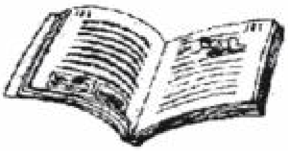
শুধুমাত্র নামোল্লি-খিত বৈশিষ্ট্যগুলো চিহ্নিত করার কারণ হলো এই যে, এক একটি বৈশিষ্ট্য অন্য সব বৈশিষ্ট্যকে আংশিক ভাবে প্রকাশ করে এবং যা হবে আলোচনার বিষয়। নির্দেশনা জুড়ে সবগুলো বৈশিষ্ট্যের নাম উল্লেখ করা হয়েছে। যে গুলো রয়েছে অধিকাংশ সময় সচিত্র ব্যাখ্যা ভাগের সাথে, তবে ওগুলো অন্তর্ভুক্ত হয়েছে গল্পের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

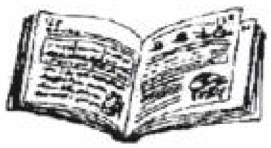
নির্দেশনায় বাড়তি দু'টি বৈশিষ্ট্য অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। কারণ, বাংলাদেশে কারো কারো অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্যগুলো এবং এসব বৈশিষ্ট্যগুলোকে ঘিরে যে সমস্যা তা নিয়ে প্রশ্ন রয়েছে।

বর্ণনা অংশের তথ্যসূত্র

এ অধ্যায়ে অটিস্‌ম সম্বন্ধে ইংরেজী ভাষায় লিখিত স্বল্প সংখ্যক বই অন্তর্ভুক্ত হয়েছে। অটিস্‌ম সমন্ধে 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 তালিকাঃ

- 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 ডাচ্ (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:

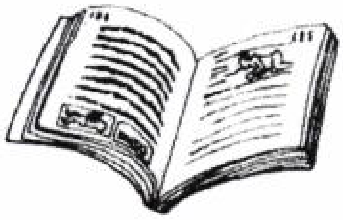
- www.autismlinks.org.sg
The website of 'Autistic association Singapore', a website with information about autism.
- www.autism-society.org
The website of 'The autism society of America' ,
- www.autism.org
The website of 'The centre for the study of autism', a website with information about autism.
- www.healthwrights.com
A website with the books that are written by D., Werner (see above).

এবং 'স্টিচিং শিশু নিকেতন' - ফাউন্ডেশনের ওয়েবসাইট

প্রস্তুতিগ্রহণ এবং নির্দেশনা বাস্তবায়ন ঃ

ভূমিকা

এই ভাগের লক্ষ্য হলো অটিসম সম্বন্ধে নির্দেশনার প্রস্তুতি 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 শ্রোতাবৃন্দকে কিভাবে নাড়া দেবে তার ওপর এ সমস্ত দিকগুলোর প্রভাব আছে।

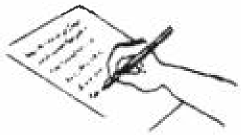
নির্দেশনার বিভিন্ন উপাদান

তথ্য দিয়ে ব্যক্তির্বর্গকে 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 সংস্পর্শে 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 এ'টি এত গুরুত্বপূর্ণ। এইভাবে শিশু এবং মা বা অন্য ব্যক্তি (নতুন) কৌশলের (approach) সুফল 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 কর্মকান্ডের জন্য আপনি বৈশিষ্ঠ্যসহ সচিত্র ব্যাখ্যা এবং পরামর্শ, সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনের পাতায় প্রদত্ত তথ্য এবং এই সহায়িকার তথ্য ব্যবহার করতে পারেন।

শ্রোতাবৃন্দের অংশগ্রহণ ঃ

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

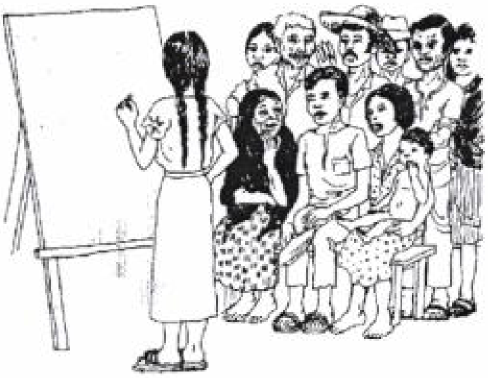
প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করে এবং প্রশ্নের জন্য সুযোগ দেয়া জনগণকে নির্দেশনায় অবদান রাখতে বাধ্য করে। জনগণের জন্য প্রশ্নগুলো নির্দেশনাকে ব্যক্তিগত করে ফেলতে পারে, কারণ তারা তাদের নিজস্ব অভিজ্ঞতা বর্ণনা করে ।

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 নিদ্রা 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। কম্বল হতে পারে বস্তুর 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। এ'টি 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 এ'টি 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 ধাপসমূহ ঃ

ধাপ ১

১ থেকে ৮ পর্যন্ত একের পর এক সংখ্যাসহ সচিত্র ব্যাখ্যার দিকে তাকান । পিছনের পাঠ্যাংশটুকু অন্যে শুনতে পায় সজোরে 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 বর্ণমালা) 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 পাঠ্যাংশটুকু পড়তে পারেন। যখন আপনি একটি মনোনীত করেন, তারপর বলুন কেন আপনি মনে করেন যে, অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য সম্পন্নদের নিয়ে কাজ করার জন্য সুনির্দিষ্টভাবে এ'টিই প্রয়োজনীয়। আপনার বাছাই সম্পর্কে অন্যদের মতামত কি এ নিয়ে দলের সাথে আলোচনা করতে পারেন। আপনার পছন্দ এবং এর স্বপে আপনার নিজস্ব যুক্তি প্রদর্শন করে লিখুন।

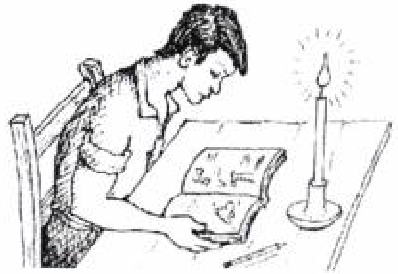
* পরামর্শসহ একটি নতুন সচিত্র ব্যাখ্যা নিন এবং মানানসই পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যার জন্য পুনরায় দেখুন। দলের সাথে আপনার বাছাই সম্পর্কে আলোচনা করুন এবং যা কিছু প্রয়োজনীয় তা লিখে রাখুন। প্রদত্ত পরামর্শের বদলে আপনি আপনার নিজস্ব পরামর্শ দিতে পারেন। পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যা স্তুপের পিছনে রাখুন এবং বৈশিষ্ট্যসহ সচিত্র ব্যাখ্যার পাশে স্থাপন করুন । এ'টি করতে থাকুন ততক্ষণ পর্যন্ত যতক্ষণ কোনো বৈশিষ্ট্যসহ সচিত্র ব্যাখ্যা বাকী না থাকে ।
পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যা স্তুপের পিছনে অবশ্যই রাখতে হবে, কারণ ওগুলো একাধিক বৈশিষ্ট্যের সাথে মানানসই ।

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

প্রদত্ত পরামর্শের স্থলে 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 জিনিষগুলো আপনি বুঝতে পারছেন না এবং আপনার যা যা প্রশ্ন আছে লিখে রাখুন। যখন আপনার গোটা সহায়িকাটি পড়া হয়ে যাবে, যে জিনিষগুলো 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- বর্ণ, এবং * তারকা চিহ্নিত সঙ্কেতসহ সচিত্র ব্যাখ্যার পাঠাংশ 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 সম্ভবপরউপায় 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 জিনিষগুলো অবস্থান আপনি উদ্ভাবন করছেন তা নির্দেশনায় পরবর্তীতে ব্যবহার করা যেতে পারে।

ধাপ ৬

নির্দেশনাশুরু 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 টিপস্‌ 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 গ্র"পের জন্য আপনি নির্দেশনা দিতে পারেন।

নির্দেশনা বাস্তবায়ন করার জন্য পরিকল্পনা ঃ

নির্দেশনা বাস্তবায়ন করার সময় আপনি নিম্নোক্ত ধাপগুলো অনুসরণ করতে পারেন। পথ নির্দেশনা প্রদানের সময় তথ্য প্রদানের জন্য এ'টি একটি পরিকল্পনা। এই অধ্যায়ে ধাপগুলো সংক্ষিপ্ত করে দেয়া হয়েছে।
সহায়িকার পরবর্তী পাতাগুলো পরিকল্পনার ধাপের মত করে সাজানো হয়েছে। আপনি বিভিন্ন ভাগ ভিন্ন ভিন্ন রং দিয়ে শনাক্ত করতে পারেন, পাতার কোণায় ধাপগুলোর নম্বরসহ প্রত্যেক ভাগে একটি করে লেবেল আছে। ধাপগুলো অনুসরণ করে আপনি সঠিকভাবে দিন। প্রত্যেক ধাপের সাথে নির্দেশনার ঐ ভাগে আপনি কি করতে পারেন তা করা আছে। উক্ত ধাপে মূল পাঠ এবং উপকরণ যাই আপনার প্রয়োজন, ধাপগুলোর পরে আপনি তা পেতে পারেন।
যখন আপনি ধাপগুলো পড়ছেন বা কার্যে পরিণত করেছেন, সেক্ষেত্রে রঙ্গীন পাতা উল্টিয়ে আপনি পরবর্তী ধাপগুলো দিয়ে চালিয়ে যেতে পারেন।

নির্দেশনা বাস্তবায়ন করার ধাপসমূহ ঃ

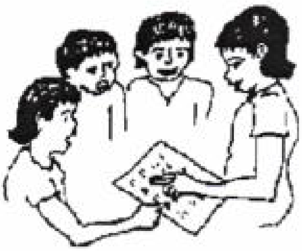
প্রস্তুতি গ্রহণ ঃ

- শিক্ষা উপকরণের সবগুলো ভাগ আছে কিনা মিলিয়ে দেখুন
- ভাল স্থানের খোঁজ করুন
- সভার জন্য উপযুক্ত সময় পছন্দ করুন
- কোন টার্গেট গ্রুপকে আপনি নির্দেশনা (দেখুন ৫ নং পাতা) দিচ্ছেন তা জানুন
- সহায়িকা একাধিকবার শুরু হতে শেষ পর্যন্ত পড়ুন
- নির্দেশনার সাথে ব্যক্তিবর্গকে পরিচিত হতে (এবং নির্দেশনার সময় এবং স্থান) এবং নির্দেশনার সভায় আসতে আমন্ত্রণ করেন।

নির্দেশনা ঃ

ধাপ নং ১

শিক্ষামূলক মিটিং এর উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করুন।



ধাপ নং ২

মিন্টুর গল্পটি বলুন।

ধাপ নং ৩

অটিস্‌ম সম্বন্ধে ব্যাখ্যাসহ নির্দেশনার একটি ভূমিকা দিন।

ধাপ নং ৪

* বৈশিষ্ট্যসহ একটি সচিত্র ব্যাখ্যা তুলে ধরুন এবং পাঠাংশটি ব্যাখ্যা করুন।

* সোহেলের সচিত্র ব্যাখ্যায় ব্যক্তিবর্গ কি দেখতে পাচ্ছে তা ব্যাখ্যা করুন।
* ব্যক্তিবর্গের কাছে অন্য উদাহরণও ব্যাখ্যা করুন।
* বৈশিষ্ট্যের সাথে সম্পৃক্ত অঙ্গভঙ্গিও, দেখান।

ধাপ নং ৫

শ্রোতাবর্গের কাছেঅটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা জানতে চান। আপনি যা যা তথ্য দিয়েছেন সে সম্পর্কে তাদের কোন প্রশ্ন আছে কিনা জিজ্ঞাসা করুন।

ধাপ নং ৬

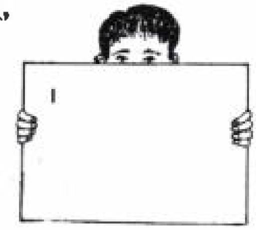
ধাপ নং ৪ পুনরায় করুন ; সচিত্র ব্যাখ্যা দেখান এবং বৈশিষ্ট্যের ব্যাখ্যা দিন। এরপর ধাপ নং ৫ পুনরায় করুন ; প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন। বৈশিষ্ট্য সম্পর্কীত সবগুলো সচিত্র ব্যাখ্যা যে পর্যন্ত দেখান শেষ না হয় ততক্ষণ এরূপ করুন। এ'টি করা হয়ে গেলে, ধাপ ১২ পর্যন্ত চালিয়ে যান। কেবলমাত্র বৈশিষ্ট্যগুলো নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ সম্পর্কে বলতে চাইলে, আপনি ধাপ নং ৭ দিয়ে অগ্রসর হবেন।

ধাপ নং ৭

পথ নির্দেশনার পরামর্শ সম্বন্ধে একটি ভূমিকা দিন।

ধাপ নং ৮

* তারকা চিহ্নিত সচিত্র ব্যাখ্যা ব্যক্তিবর্গকে দেখান। সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনের পাতার পাঠের সাহায্যে সচিত্র ব্যাখ্যায় তারা কি দেখছে,



অধিকন্তু সাধারণ শর্তগুলো অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্যগুলোয় কেন উপযোগী তা ব্যাখ্যা করুন।

ধাপ নং ৯

* একটি বৈশিষ্ট্যের সচিত্র ব্যাখ্যা ওপরে তুলে ধরুন এবং এ'টি কিসের প্রতিনিধিত্ব করছে তা একাধিক বার ব্যাখ্যা করুন। এরপর বৈশিষ্ট্যের সাথে উপযোগী/মানানসই পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যা উপরে তুলে ধরুন।
সচিত্র ব্যাখ্যা পিছনের পাতার বাম কোণায় বর্ণিত সংখ্যা ১ এবং বর্ণ এ দিয়ে শুরু করাই উত্তম।

* সচিত্র ব্যাখ্যায় ব্যক্তিবর্গ কি দেখছে তা ব্যাখ্যা করুন। সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনের পাতার পাঠ্যাংশের সাহায্যে আপনি এ'টি করতে পারেন। একটি বৈশিষ্ট্যের জন্য এ পরামর্শ
কেন মানানসই তা ব্যক্তিবর্গের কাছে ব্যাখ্যা করুন।

ধাপ নং ১০

শ্রোতাবৃন্দকে তাদের অভিজ্ঞতা সম্পর্কে প্রশ্ন করুন এবং তাদের কোন প্রশ্ন আছে কিনা তা জানতে চান।

ধাপ নং ১১

ধাপ নং ৮ এর পুনরাবৃত্তি করুন; সচিত্র ব্যাখ্যা দেখান এবং পরামর্শ সম্পর্কে বলুন। এরপর পরবর্তী ধাপ নং-৯ এর পুনরাবৃত্তি করুন ; প্রশ্ন করুন।
পরামর্শ সম্পর্কীত সবগুলো সচিত্র ব্যাখ্যা যতক্ষণ পর্যন্ত দেখান শেষ না হয় সে পর্যন্ত এ'টি চালিয়ে যান (সচিত্র ব্যাখ্যা এ বর্ণ থেকে এইচ পর্যন্ত)

ধাপ নং ১২

ব্যক্তিবর্গকে বলুন নির্দেশনার এখানেই সমাপ্তি এবং প্রয়োজনে প্রশ্নসহ তারা আপনার (অন্য স্বাস্থ্যকর্মীরা) কাছে আসতে পারে।
আপনি ইচ্ছা করলে ব্যক্তিবর্গের কাছে বৈশিষ্ট্য সমূহের বা বৈশিষ্ট্যগুলো নিয়ে কাজ করার পরামর্শগুলোর সার-সংক্ষেপ প্রদান করতে পারেন।

প্রস্তুতি গ্রহণ :

নির্দেশনা দিয়ে শুরু করার আগে নির্দিষ্ট মাত্রার প্রস্তুতি প্রয়োজন। প্রস্তুতি গ্রহণ করা হলে আপনি ধাপ নং ১ দিয়ে শুরু করতে পারেন।

☐ শিক্ষা উপকরণের সবগুলো ভাগ আপনার কাছে আছে কিনা মিলিয়ে দেখুন। সমগ্র নির্দেশনাটি একটি সহায়িকা, ৮ টি অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্যের সচিত্র ব্যাখ্যা এবং অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ সম্বলিত ৯ টি সচিত্র ব্যাখ্যা নিয়ে গঠিত। সহায়িকার ভাগগুলো মিলিয়ে দেখার জন্য আপনি সূচিপত্র ব্যবহার করতে পারেন।

☐ ভাল স্থান খুঁজুন। নির্দেশনায় অংশগ্রহণকারীদের জন্য স্থানটিতে পর্যাপ্ত জায়গা থাকতে হবে। সকলের স্থান সংকুলান হতে হবে। এমন একটা স্থান খুঁজুন যেখানে আপনি দাঁড়ালে প্রত্যেকে আপনাকে দেখতে পারে।

☐ মিটিং এর জন্য উপযুক্ত সময় পছন্দ করুন। নির্দেশনার জন্য কত সময় লাগবে তা বিবেচনা করা দরকার। সিদ্ধান্ত নিন, আপনি কি বিরতি দেবেন নাকি একটানা চালিয়ে যাবেন। একদিনের অধিক অতিবাহিত করতে হলেএকটি সম্ভাবনাও হলো নির্দেশনা পৃথক পৃথক ভাগে বিভক্ত করা।

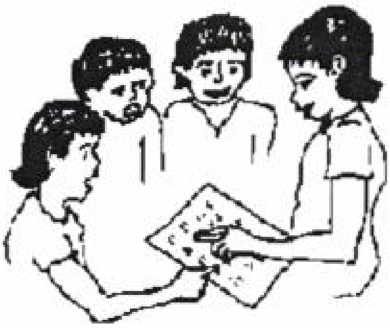
☐কোন টার্গেট গ্রুপকে আপনি নির্দেশনা (৫ নং পাতা দেখুন) দিচ্ছেন তা জানুন। জানার পর নির্দেশনায় আপনি কোন তথ্য তাদেরকে দেবেন তার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন।

☐ সহায়িকাটি একাধিকবার শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত পড়ুন।

☐নির্দেশনা সম্পর্কে ব্যক্তিবর্গকে অবগত করুন (এবং সময় এবং স্থান)। মানুষকে বলে বলে বা পোষ্টারের মাধ্যমে ঘোষণা দিয়ে আপনি এ'টি করতে পারেন

☐ নির্দেশনার মিটিং এ আসার জন্য মানুষকে আমন্ত্রণ করুন।

ধাপ নং- ১



□ নির্দেশনা মিটিং এর উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করুন।

উদ্দেশ্য ঃ অটিস্‌ম সম্বন্ধে তথ্য এবং শিক্ষা প্রদান করা। নির্দেশনা অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য এবং একজন অটিস্‌টিক শিশুর সম্ভাবনা সম্পর্কে মানুষকে অবগত করে ব্যাখ্যা দেয়। প্রত্যাহিক কাজ-কর্ম , যেমন খাওয়া, কাপড় - চোপড় পরা এবং কাজ করা ইত্যাদি সম্পাদনের সময় শিশুর সাথে সুসম্পর্ক এবং পারস্পরিক সমঝোতার জন্য যিনি অটিস্‌টিক শিশুর যত্ন নেয় তারা উক্ত তথ্য এবং নির্দেশনা ব্যবহার করতে পারেন। উক্ত তথ্য দিয়ে (এবং একজন স্বাস্থ্যকর্মীর সাহায্য) শিশু এবং অন্য ব্যক্তি (উদাহরণস্বরূপ তার মা) ইচ্ছা মাফিক আরো কাজ করতে এগুতে পারে।

ধাপ নং ১ শেষ করে ধাপ নং ২ দিয়ে চালিয়ে যেতে পারেন। পরবর্তী রঙ্গিন পাতা উল্টালে আপনি ধাপ নং ২ পেয়ে যাবেন।

ধাপ ২

□ মিন্টুর গল্পটি বলুন।

গল্প শিক্ষাকে জীবনের কাছাকাছি নিয়ে আসতে পারে, বিশেষতঃ ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা থেকে বলা সত্য গল্প । বাস্তব জীবনের উদাহরণ মানুষকে ভিন্নভাবে দেখতে সাহায্য করে। উপরন্তু, বাস্তব জীবনের উদাহরণ অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশু সম্পর্কে আপনি কি বলতে চান তা বোঝা সহজ করে ।

□ গল্প বলার পর শ্রোতাবৃন্দকে জিজ্ঞাস করুন তারা অটিস্টিক শিশুর সাথে নিজেদের অভিজ্ঞতার কোন মিল খুঁজে পায় কিনা।

২ য় ধাপ সমাপ্ত হলে আপনি ৩য় ধাপে যেতে পারেন। পরবর্তী রঙ্গীন পাতা উল্টালে আপনি ৩ য় ধাপ পেয়ে যাবেন।

মিন্টুর গল্প ঃ

মিন্টুর জন্ম হলে তার বাবা-মা ও দাদা-দাদী আনন্দে আত্মহারা ছিল। কারণ সে ছিল পরিবারে প্রথম পুত্র সন্তান! মিন্টুকে কোলে নিতে ভালবাসতেন তার দাদী। হঠাৎ তিনি লক্ষ করলেন যে, মিন্টু তার দিকে তাকিয়ে হাসে না, তার মায়ের শিশুবেলার মত সে জড়িয়ে ধরে শোয় না । কেবলমাত্র শুয়ে থাকে। ঘন্টার পর ঘন্টা শুয়ে থেকে কিছুই দেখত না, কেবলমাত্র আকাশের মেঘ ছাড়া । বন্ধুরা বলত মন্টু কত ভাল ছেলে এবং তার বাবা-মা কত সৌভাগ্যবান।

মিন্টু খেলার সময় শব্দ করতে শুরু করেনি বা তার মা-বাবার মত অবিকল আচরণও করত না। নয় মাস বয়সে সে হাঁটতে পারত, কিন্তু কথা বলত না। দু' বছর বয়স হওয়ার আগে সে কথা বলে নাই, এবং তাও অল্প সাধারণ কয়েকটি শব্দ যা কেবল তার মা-বাবাই বুঝতে পারতো। মিন্টু এখন পর্যন্তও তার মা-বাবার ডাকে সাড়া দিতে পারে না। সে কেবলমাত্র একটি কাঠের ব্ল-ক/ টুকরা নিয়ে খেলত, যেটি দিয়ে সে সব কিছুর উপরে সজোরে আঘাত করত। সে সব যায়গায় এ'টি নিয়ে যেত এবং খুঁজে না পেলে উচ্চস্বরে চিৎকার করে উঠত। পানির বিষয়ে মিন্টু পাগল ছিল। সুযোগ পেলে সে পানির মধ্যে হাঁটত এবং নিজের শরীর ভিজিয়ে ফেলত। ঘন্টার পর ঘন্টা সে এ কাজটি করতে পারত। যখনই বৃষ্টি হতো সে বাইরে যেতে চাইত এবং বৃষ্টিতে নেচে বেড়াতো। কেবলমাত্র এ সময়েই তাকে হাসিখুশি দেখাত।

ইত্যবসরে মিন্টুর বয়স পাঁচ বছর হয়েছে, সে স্বাভাবিক লম্বা এবং সবল, কিন্তু অন্য ছেলে মেয়েদের সাথে সে খেলত না, সে বসবে এবং নিজেকে দোলাবে এবং কানের ভিতরে একটি আঙ্গুল ঢুকিয়ে রাখবে। কিছুক্ষণের মধ্যে মুখের খাবার লালাসহ ওয়াক করে বের দেবে, চিবোবে না, তখনও বোতল থেকে পানি পান করতে চাইতো।

যতবারই তাকে নতুন কোনো যায়গায় নেয়া হয়েছে, সে উচ্চস্বরে চিৎকার করত, তাই তার বাবা - মা তাকে বাড়ীতেই রেখে যাওয়া আরম্ভ করে। তার বাবা তাকে উপো করত, সে খেলতে পারতো না এবং অন্য শিশুরা যা করতে পছন্দ করে মিন্টু তা করতো না। অধিকাংশ শিশুই তাদের বাবা বা মাকে অনুকরণ করতে পছন্দ করে এবং বড়দের মত করে করতে চেষ্টা করে। মিন্টুর বয়স যখন ছয় বছর হয় তখন থেকেই তাকে বাড়ীতে রাখা হচ্ছিল, অধিকাংশ সময়েই সে একা একা বসে থাকত। কথা বলতো না, কেবলমাত্র কিছু চাওয়ার জন্য অদ্ভুত শব্দ করত।

যতবারই তাকে নতুন কোনো যায়গায় নেয়া হয়েছে, সে উচ্চস্বরে চিৎকার করত, তাই তার বাবা - মা তাকে বাড়ীতেই রেখে যাওয়া আরম্ভ করে। তার বাবা তাকে উপো করত, সে খেলতে পারতো না এবং অন্য শিশুরা যা করতে পছন্দ করে মিন্টু তা করতো না। অধিকাংশ শিশুই তাদের বাবা বা মাকে অনুকরণ করতে পছন্দ করে এবং বড়দের মত করে করতে চেষ্টা করে। মিন্টুর বয়স যখন ছয় বছর হয় তখন থেকেই তাকে বাড়ীতে রাখা হচ্ছিল, অধিকাংশ সময়েই সে একা একা বসে থাকত। কথা বলতো না, কেবলমাত্র কিছু চাওয়ার জন্য অদ্ভুত শব্দ করত।

মনে হয় মিন্টু কি চায় এখন তার মা তা বুঝতে পারে । মা মিন্টুর সাথে যোগাযোগে অনেক সময় ব্যয় করেন। তিনি একটি জিনিসের নাম বার বার বলেন, জিনিসের ছবি আঁকেন, আঙ্গলি নির্দেশ করে এবং ইঙ্গিত করেন, অঙ্গভঙ্গি করে বোঝান। মিন্টু এখন স্পষ্টভাবে বুঝতে পারে তার মা তাকে কি বলছে। পুকুরে কাপড় ধুতে যাবার সময় মিন্টু সর্বদা তার সঙ্গী হয়। কাপড়-চোপড় ধোয়ার সময়ে মিন্টু নিজের গায়ে পানি ছিটিয়ে দেয়।

মিন্টুকে সাথে নিয়ে তার মা একবার এক জোড়া হাফ প্যান্ট ধোয়ার চেষ্টা করছিলেন। মা মিন্টুর হাত ধরে এবং দু'জনে মিলে কাপড় কাচে। মন্টু এ'টি পছন্দ করল এবং আরো কাপড় কাচতে চাইল।

সে সময় থেকে কাপড়- চোপড় ধোয়ায় মন্টু মাকে সাহায্য করতে লাগল। এ কাজ সে ভালই করতো। মায়ের সাথে যখন সে ডোবায়/ পুকুরের কাছে যেত সে বুঝত তার কাছ থেকে কি প্রত্যাশা করা হচ্ছে। সে পানির ধারে বসে এবং কাপড় ধোয়। এ কাজ করার সময় সে খুবই শান্ত থাকে, আপনিও দেখতে পারেন সে যে এ কাজটি পছন্দ করে। দিবসের বাকি সময়টুকুও সে অতি শান্ত। এখনও সে এমন একটি ছেলে, যাকে মোকাবিলা করা কঠিন কিন্তু তার মা উত্তরোত্তর তার ছেলেকে ভালভাবে বুঝতে পারেন। মায়ের নতুন কৌশলের কারণে এবং নিত্য দিনের পরিচিত কাপড় ধোয়ার কর্মকান্ডে ফিরতে পারায় মিন্টুও তার চারপাশের পরিমন্ডলের সাথে অধিকতর ভালো ভাবে খাপ খাওয়াতে পারে।

গল্পটি মিন্টুকে নিয়ে, যে একজন অটিস্‌ম আক্রান্ত ছেলে। এ গল্পে অটিসমের বিভিন্ন বৈশিষ্ট্যের নামোল্লেখ করা হয়েছে। উল্লেখিত কিছু বৈশিষ্ট্য নিম্নরূপঃ

- খেলার সময় মিন্টু বাবা-মার মত অবিকল আচরণ করত না।
- অন্য ছেলে- মেয়েদের সাথে খেলত না।
- মিন্টু বসে এবং নিজেকে দোলায়।
- নতুন যায়গায় নিয়ে গেলে উচ্চস্বরে চিৎকার করত।
- তার চারপাশের মানুষদের সাথে মেলামেশায় সমস্যা ছিল।
- সে গতানুগতিকভাবে কাঠের চৌকন টুকরা /ব্লক দিয়ে খেলা করত।

গল্পটি মিন্টুর প্রতিবন্ধিতা, অটিসমের বৈশিষ্ট্য এবং অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশুর সম্ভাবনাময় দিকগুলো সম্পর্কেও বলা হয়েছে। অটিস্‌টিক শিশু সামলানোতে বাবা-মায়ের অসুবিধা/ সমস্যা এবং ভুল বোঝাবুঝির অনুভূতিও এ গল্পে বর্ণিত হয়েছে। অটিস্‌টিক শিশুকে জাগানো বাবা-মার জন্য কঠিন হতে পারে।

অটিস্‌ম শিশুর সক্ষমতাগুলো ব্যবহার করা গেলে পরিবারে শিশুর অংশগ্রহণ থাকতে পারে। মিন্টুর মত, কাপড় ধোয়ায় যে মাকে সাহায্য করে। এ ধরনের কাজে সে খুবই ভাল, যা সে পছন্দ করে।

অটিস্‌ম শিশুদের জন্য অন্য শিশুদের চেয়ে ভিন্ন ধরনের কৌশল অবলম্বন করা দরকার। কিন্তু তার অনেক কিছু করার সামর্থ আছে, বাস্তবিকই সে আরো ভালো করতে পারে।

ধাপ ৩

☐ অটিস্‌ম সম্পর্কে ব্যাখ্যাসহ নির্দেশনার একটি ভূমিকা দিন। আপনি নিম্নোক্ত মূল পাঠ ব্যবহার করতে পারেন, তবে নিজেদের বোধগম্য শব্দে আপনি এ'টি বোঝাতে পারেন।

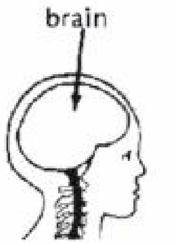
আপনি ডিএসএম- ফোর এর অন্তর্গত অংশও ব্যবহার করতে পারেন। এখানে অটিস্‌মের সমস্যাগুলো সুস্পষ্টভাবে উল্লেখ করা হয়েছে। অটিস্‌মের উপরে অন্য কোন প্রবন্ধ বা মৌলিক রচনা আপনার কাছে থাকলে অটিস্‌মের সংক্ষিপ্ত ব্যাখ্যায় আপনি তা ব্যবহারও করতে পারেন। আপনি কি ব্যবহার করবেন ও কি বলবেন তা শ্রোতাবর্গের ওপর নির্ভর করে ।

"অটিস্‌ম সম্বন্ধে সংগৃহীত তথ্য" শীর্ষক পিছনের পাতায় আপনি প্রবন্ধ বা মৌলিক রচনা সংযোজন করতে পারেন।

৩ য় ধাপ শেষ করার পর ধাপে ধাপে আপনি ৪ , ৫ ও ৬ চালিয়ে যেতে পারেন। পরের রঙ্গীন পাতা উল্টালে আপনি এ ধাপগুলো পেয়ে যাবেন।

অটিস্‌ম সম্পর্কে ব্যাখ্যা

তৃতীয় ধাপে নির্দেশনা (করণীয়) বাস্তবায়ন পর্যায়ে আপনি অটিস্‌ম সম্পর্কে ব্যাখ্যা দিতে পারেন। অটিস্‌মের প্রতিবন্ধিতা নিয়েই একটি অটিস্‌ম শিশুর জন্ম হয়। শিশু অটিস্‌ম আক্রান্ত হলে তা তাৎশিক ধরা পড়ে না। শিশুকে নিয়ে যখন আপনি ব্যস্ত, তার সাথে খেলছেন বা কথা বলছেন, ধীরে ধীরে আপনি বুঝতে পারছেন যে, সমবয়সী শিশুদের চেয়ে আপনার শিশুটি আলাদা। অটিস্‌ম একটি বিকলতা, যা শিশুর বৃদ্ধির/বিকাশের বিভিন্ন দিকের ওপর প্রভাব ফেলে। উদাহরণস্বরূপ, বাক্‌শক্তির বর্ধন বা খেলা। কেবলমাত্র বৃদ্ধির কিছু দিক বাধাগ্রস্ত বা ভিন্ন হয়, কিন্তু এ'টি শিশুর পুরো আচরণের উপর প্রভাব ফেলে। এ'টি একটি স্থায়ী যা নিরাময়যোগ্য নয়। শিশুদের মানোসামাজিক উন্নয়নে বাধাটি স্বয়ং সুস্পষ্ট রূপে প্রকাশ পায়। অটিস্‌মের সম্ভাব্য কারণ হলো, মস্তিষ্কের বিকলতা। অটিস্‌ম শিশুদের দেহের বহি:ভাগ বা অভ্যন্ত থেকে আসা উদ্দীপনার (বা তথ্যের) মস্তিষ্কে প্রক্রিয়াকরণের সাথে সমস্যা আছে। তারা উদ্দীপনা গ্রহণ করে (যেমন শোনার, ঘ্রানের, স্বাদের, কোনো কিছুর অনুভূতি) তাদের ইন্দ্রিয় থেকে (যেমন চোখ, কান, নাক, এবং মুখ) কিন্তু তাদেরকে সঠিক ব্যাখ্যা দেয়া কঠিন। কারণ অটিসটিক শিশুর জন্য এটি আরো কঠিন এ জন্য যে, বিশ্ব বিভ্রান্তিময় কোন সংযোগ বা অর্থ ছাড়াই অনেক ধারণার বিশৃঙ্খলা।



মস্তিষ্কের বিকলতার কারণে , অটিস্টিক আক্রান্ত ব্যক্তিদের স্বাভাবিক মানুষের মত, সামাজিক, বোধশক্তি এবং পেশির সঞ্চালনের উন্নয়নের ত্রেগুলোর বিকাশ হয় না। যার কারণে সর্বোপরি অটিসম আক্রান্ত শিশুদের সামাজিক মেলামেশায়, যোগাযোগে এবং আচরণের ক্ষেত্রে সমস্যা হয়।

অটিস্‌ম শিশুরা নিম্নোক্ত সদৃশ জিনিসগুলো করে ঃ

□ পরিবেশের প্রতি অপ্রত্যাশিত প্রতিক্রিয়া এবং আচরণ। উদাহরণস্বর"প ঃ আলো বা শব্দে বা স্পর্শে মাত্রাতিরিক্ত উত্তেজিত হওয়া। কোন কোন শিশুর বিশেষ বোধশক্তির লন আছে, যেমন ব্যাথা সহ্য করার মাত্রাতিরিক্ত মতা বা নির্দিষ্ট উপকরণের জন্য স্পর্শকাতর যে জিনিষগুলো অন্য শিশুর কাছে স্বস্তি-দায়ক (পরস্পর জড়া জড়ি করে শুয়ে থাকা বা বয়স্ক কেউ থাকা), তাদের কাছে এ বিষয়গুলো ভীতিকর বা বেদনাদায়ক। কতক অটিসম শিশু একেবারেই সাড়া নাও দিতে পারে।

অনেক সময় একজন অটিসটিক শিশুকে বধির বলা হয়ে থাকে, আবার কতক সময় একজন বধির শিশুকে অটিম শিশু বলা হয়ে থাকে। শিশুর কি ধরনের বিকলতা আছে তা স্পষ্ট হওয়া দরকার। বধির এবং অটিস্‌ম শিশুর মধ্যে পার্থক্য হলো এই যে, অধিকাংশ সময় বধির

আবেগ অঙ্গভঙ্গি এবং দেহের ভঙ্গিমা দিয়ে নিজেকে ভালভাবে প্রকাশ করতে পারে কিন্তু অটিস্‌ম শিশুর স্বাভাবিকভাবে নিজেকে প্রকাশ করতে ও অন্য ব্যক্তিবর্গের অভিব্যক্তি বুঝতে সমস্যা হয়।

□ কথা বলার ভাষার সমস্যা আছে (বাক্‌শক্তির)। উদাহরণস্বরুপ ঃ খাদ্যের নাম, পানীয় বা কাপড়-চোপড়ের নাম তারা নাও শিখতে পারে এবং যখন কিছু চায় কেবল কাঁদে। যদি তারা এগুলোর নাম শেখে এবং ব্যবহার করে, কিন্তু দীর্ঘ বাক্য যুক্ত করতে বা অন্যদের সাথে কথোপকথন করতে পারে না।

□ বন্ধুত্ব করতে বা অন্যকে বুঝতে অসুবিধা হয়। সামাজিক দক্ষতাও খুব সীমিত। উদাহরণস্বরূপ ঃ অন্য শিশুদের কাছে ধারে খেলা করতে সম হতে পারে কিন্তু খেলনা দিয়ে মিলেমিশে খেলে না বা খেলার নিয়ম-কানুন মানে না। তাদের খেলার কল্পনাশক্তির অভাব পরিলতি হয়। বড়দের যেভাবে করতে দেখে অবিকল সে রকম করে না এবং সে অভিজ্ঞতা থেকেও শেখে না।

□ তাদের খেলা বিদঘুটে বা বিশৃঙ্খল দেখায়। অপোকৃত বড় শিশুরা কর্মকান্ড শিখতে পুনরাবৃত্তি করে। তারা যা করে তার একটি উদ্দেশ্য আছে বল নাচায়, গাড়ীকে সামনে ধাক্কা দেয়, পাজ্‌ল বুদ্ধি দিয়ে জোড়া লাগানোর খেলা করে, অটিস্‌ম শিশু ভিন্নতর ভাবে পুনরাবৃত্তি ব্যবহার করে এবং একইভাবে সে কাজ থেকে শেখে না। তারা কেবলমাত্র কাছাকাছি বল বহন করতে, গাড়ীর চাকা ঘোরাতে বা পুনঃপুনঃ বল গড়াতে বা ঘোরাতে পারে। যেসব কর্মকান্ড তারা পুনরাবৃত্তি করে তার কোন উদ্দেশ্য নেই।

□ তাদের উন্নয়ন অসম, সচারাচর-অপেক্ষাকৃত বড় শিশুদের শারীরিক , শ্রবন এবং মানসিক দক্ষতার একই সময়ে বৃদ্ধি ঘটে। একবার তৎপর হতে পারলে তারা বড়দের অনুসরন এবং পর্যবেক্ষন করতে পারে এটাই হলো তারা কিভাবে শেখে।

পরবর্তী সময়ে যখন তারা কথা বলতে পারে, শব্দ ব্যবহার করে তারা বিশ্বকে নিয়ন্ত্রণ করা শুরু করে, আমিও যেতে চাই, আমি ক্ষুধার্ত, অনুগ্রহ করে আমি কি পেতে পারি --------------। বিশেষ কোন প্রশিক্ষন ছাড়াই তারা বিষয়গুলো করতে শেখে। তথাপি অটিসম শিশুরা এভাবে শেখে না। উদাহরনস্বরুপ তাদের ভাল শারীরিক দক্ষতা থাকতে পারে, তারা হাঁটে, দৌড়ায়, লাফ-ঝাপ দেয় কিন্তু তারা শব্দ ব্যবহার করতে নাও শিখতে পারে এবং সব সময় তাদের অন্য শিশুদের সাথে মিলেমিশে খেলা করার সমস্যা আছে।

অটিসম শিশুরা তাদের দেখা এবং শোনার বাইরেও অর্থ বোঝার চেষ্টা করে কিন্তু তাদের আচরণ বোঝা কঠিন, এটি অতি অস্বাভাবিক।

যে ভাবে অটিসমের বিকলতা নিজে নিজে প্রকাশিত হয় তা খুবই স্বতন্ত্র কিন্তু বিকলতার কারণ সর্বদাই অভিন্ন। এটি মস্তিষ্কে তথ্য প্রক্রিয়াকরনের একটি বিকলতা। তারা স্নায়ু থেকে উদ্দীপনা গ্রহন করে কিন্তু তাদের মস্তিষ্কে সঠিকভাবে সেগুলো প্রক্রিয়াকরণ করে না।

স্বাভাবিক মেধাসম্পন্ন অটিসম আক্রান্ত শিশু আছে কিন্তু বুদ্ধি প্রতিবন্ধী মানসিক প্রতিবন্ধী শিশুও রয়েছে। কতক অটিসম আক্রান্ত শিশু আবার অস্বাভাবিক উচ্চ মাত্রার মেধাসম্পন্ন সম্পন্ন বা চিত্রকর্মের বিশেষ প্রতিভা রয়েছে। অটিসম নিরাময় যোগ্য নয়। শিশু এবং তার চতুপার্শ্বের ব্যক্তিবর্গের কাজকর্মের কর্মদক্ষতা অতি যত্নের সাথে উন্নত করা সম্ভব। শিশুর এজন্য প্রচুর একক মনোযোগ প্রয়োজন ।
তাদের বেড়ে উঠা এবং পারস্পরিক যোগাযোগ অটিস্‌টিক শিশুর অন্য ধরনের কৌশল দরকার।

এই পন্থা বিশ্বকে শিশুর জন্য বাসযোগ্য করে তুলবে।

অটিস্‌মের লক্ষণগুলোর সচিত্র ব্যাখ্যা এবং বর্ণনা থেকে অটিসম কি তা স্পষ্ট হবে।

অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্যসমূহের শ্রেণীবিভাগ

বিভিন্ন (আচরণগত) বৈশিষ্ট্যে অটিস্‌ম প্রকাশ পায়। ডিএসএম ফোর (DSM IV) এর মতে উক্ত বৈশিষ্ট্যসমূহকে ৩ টি শ্রেণীতে বিভক্ত করা যায়। ডিএসএম এর পুরো নাম হ'চ্ছ ডায়াগনস্টিক ষ্ট্যাটিসটিক্যাল ম্যানুয়েল অব মেন্টাল ডিজঅর্ডার অব দ্যা ইউএসএ/ডিএসএম, ডায়াগনাস্টিক ষ্ট্যাটিসটিক্যাল ম্যানুয়েলা হচ্ছে ইউএসএ-এর মানসিক বিকলতার একটি সহায়িকা। বিভিন্ন প্রকারের বিকলতা এবং ব্যাধি নির্ণয়ের ক্ষেত্রে ব্যাপকভাবে ব্যবহৃত এ'টি একটি আন্তর্জাতিক শাস্ত্র। ডিএসএম এর মধ্যে বিকলতাগুলোর একটি হলো অটিস্‌ম।

বিভিন্ন বৈশিষ্ট্যসহ শ্রেণী ৩টি নিম্নরূপঃ

১. সামাজিক মেলামেশার সমস্যা ঃ

এ) বিভিন্ন রীতিতে অপ্রচলিত আচরণ করার সমস্যা, যেমন ভাবলেশহীন দৃষ্টি, মুখ এবং দেহের অভিব্যক্তি এবং অঙ্গভঙ্গি না থাকা।

বি) সমবয়সী শিশুদের সাথে সম্পর্ক করতে সক্ষম না হওয়া।

সি) অন্য শিশুদের সাথে মজা করা বা মিলেমিশে কাজ করা, আনন্দ করা বা তাদের প্রতি আগ্রহ দেখানোর চেষ্টা না করা (উদাহরণস্বরূপ, দেখানোর, নিয়ে আসার, বা আগ্রহের বস্তুর দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করে দেখাতে না পারা)।

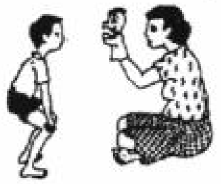
ডি) অন্য ব্যক্তিবর্গের সাথে কোন আবেগজনিত বা সামাজিক অনুভূতি ভাগাভাগি না করা।

২. যোগাযোগে সমস্যা ঃ

এ) বিলম্বিত হওয়া, বা কথা বলার ভাষার কোন অগ্রগতি নেই (এমন কি বিকল্পভাবে যোগাযোগের মাধ্যমেও পূরণ হয় না। যেমন, অঙ্গভঙ্গি বা মুখাভিনয়)

বি) যখন তারা কথা বলতে পারে তখনও তারা যে কারো সাথে কথা বলা শুরু করা এবং কথোপকথন চালিয়ে যেতে সক্ষম হয় না।

সি) গতানুগতিক (ফিরে আসা এবং অপরিবর্তিত) এবং পুনরাবৃত্তিমূলক এবং উৎসুক ভাষার ব্যবহার। অন্য মানুষ যা বলছে তার অর্থ না বুঝে অনুরূপ শব্দের পুনরাবৃত্তি করা এবং অদ্ভুত শব্দ বলা।



ডি) স্বতস্ফূর্ত ভান করার বা সামাজিক অনুকরণমূলক খেলায় বিভিন্ন মাত্রার সমস্যা। অভিনয় সদৃশ খেলা যাতে তাদেরকে ভান বা অলীক কল্পনায় খেলা করতে পারে।

৩। পুনরাবৃত্তিমূলক এবং গৎবাঁধা আচরণ, আগ্রহ এবং কাজ-কর্ম ঃ

এ) গৎবাঁধাভাবে আচরণ করার বা নির্দিষ্ট (typical) বিষয়ের জন্য অস্বাভাবিক আগ্রহ। অনুভূতির বা কোন কিছুর উপর বিশেষ আকর্ষনের (focus) কারণে এ আগ্রহ অস্বাভাবিক।

বি) নির্দিষ্ট এবং অকেজো রুটিন বা (ধর্মীয়) আচারানুষ্ঠান সম্পাদনের প্রয়োজন বোধ করে। একই জিনিষ সব সময় একইভাবে করতে চায়।

সি) দেহের সাহায্যে গৎবাঁধা এবং পুনরাবৃত্তিমূলক চলাচল, যেমন দেয়ালে মাথা ঠোকা, হাত তালি দেয়া, দোল খাওয়া, এবং নিজের চোখের সামনে হাত ঘোরানো বা নাড়ানো ।

ডি) অনবরত বাস্তব অংশগুলো নিয়ে ব্যস্ত এবং মনোযোগী হওয়া।

অটিস্‌ম সম্পর্কে সংগৃহীত তথ্য ঃ

* বৈশিষ্ট্যসহ একটি সচিত্র ব্যাখ্যা তুলে ধরুন এবং ব্যাখ্যা করা পাঠ্যাংশ সম্পর্কে বলুন । উত্তম হলো পিছনের পাতার বাম কোনায় ১ নং সংখ্যার সচিত্র ব্যাখ্যা দিয়ে শুরু করা। মানুষকে উদ্দেশ্য করে পড়তে চেষ্টা না করে আন্তরিকতার সাথে পাঠ্যাংশটুকু বলতে চেষ্টা করুন এবং সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনের অংশটি সহায়ক হিসাবে ব্যবহার করুন। নির্দেশনা দেয়া শুরু করার আগে শিক্ষা উপকরণের ওপর আপনার একটি ভাল দখল থাকা কেন গুরুত্বপূর্ণ এ'টি তার একটি কারণ । আপনি "অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য" শিরোনামের অধ্যায়ের পিছনে সচিত্র ব্যাখ্যা দেখতে পাবেন।

* সোহেলের ওপর সচিত্র ব্যাখ্যায় ব্যক্তিবর্গ কি দেখছে তা ব্যাখ্যা করুন। "অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য" শিরোনামের অধ্যায়ে লিখিত ব্যাখ্যা আপনি ব্যবহার করতে পারেন।

* ব্যক্তিবর্গের কাছে অন্যান্য উদাহরণও ব্যাখ্যা করুন, বৈশিষ্ট্যের বর্ণনা এবং সচিত্র ব্যাখ্যার পর পরই আপনি উদাহরণ পেতে পারেন। আপনি অন্য উদাহরণও ব্যবহার করতে পারেন, যদি আপনার জানা থাকে ।

* বৈশিষ্ট্যের অঙ্গীভূত অঙ্গভঙ্গি দেখান, "অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য" ভাগে বৈশিষ্ট্যের অঙ্গভঙ্গির বর্ণনা পেতে পারেন, যদি তা মানানসই হয়।

ধাপ ৫

* শ্রোতাবৃন্দের কাছে অটিস্‌মের বৈশিষ্ট সম্বন্ধে তাদের অভিজ্ঞতা জানতে চান। আরো জিজ্ঞাসা করুন আপনি যে তথ্য দিয়েছেন সে সম্পর্কে তাদের কোন কিছু জানার বা প্রশ্ন আছে কিনা। এভাবে তাদের সম্পৃক্ততা আরো বাড়াতে পারবেন। সচিত্র ব্যাখ্যা দেখানোর এবং ব্যাখ্যা দেয়ার বা দেখানো এবং ব্যাখ্যা করার সময়েও আপনি এ কাজটি করতে পারেন।

ধাপ ৬

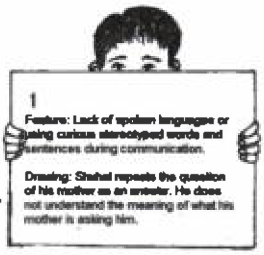
* ধাপ নং ৪ এর পুনরাবৃত্তি করুন; বৈশিষ্ট্য সম্পর্কিত সচিত্র ব্যাখ্যা দেখান এবং ব্যাখ্যা কর"ন। এরপর ধাপ নং ৫ পুনরায় করুন এবং প্রশ্ন করুন ।
বৈশিষ্ট্য সম্বন্ধীয় সবগুলো সচিত্র ব্যাখ্যা দেখান শেষ না হওয়া পর্যন্ত এভাবে চালিয়ে যান। অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ বিষয়ে যখন আপনি বলতে চান, ধাপ নং ৭ দিয়ে অগ্রসর হন। কেবলমাত্র যখন আপনি নির্দেশনা সমাপ্ত করতে চান, পুনরায় ধাপ নং ১২ দিয়ে অগ্রসর হন।

পরবর্তী রঙ্গীন পাতা উল্টালে আপনি ধাপগুলো যথাক্রমে ৭ ,৮ ,৯ ,১০ এবং ১১ এভাবে পাবেন। যদি আপনি অটিস্‌মের বৈশিষ্ট নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ দিয়ে চালিয়ে যেতে চান তা'হলে ধাপ নং ৬ এর পর আপনি উক্ত ধাপগুলো দিয়ে অগ্রসর হতে পারেন। যখন আপনি ধাপ নং ১২ দিয়ে চালিয়ে যেতে চান, তখন আপনাকে পাতা উল্টিয়ে কোনায় 'ধাপ নং ১২' লেখা পাতায় যেতে হবে।

অটিজমের বৈশিষ্ট্যসমূহ ঃ

এ অধ্যায়ে আপনি ক্ষুদ্র ছবিতে অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য সম্বলিত সচিত্র ব্যাখ্যা দেখতে পাবেন। এ অধ্যায়ের লক্ষ্য হলো অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য সম্পর্কে অবহিত করা।
'বৈশিষ্ট্য' এবং 'সচিত্র ব্যাখ্যা' শিরোনামে পাঠাংশগুলো ছবির কাছাকাছি এবং সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনের দিকেও লেখা আছে।
সচিত্র ব্যাখ্যাগুলো অল্প কথায় ব্যাখ্যা করা হয়েছে, নির্দেশনা প্রদানের সময় ব্যাখ্যায় আপনি এ পাঠ্যাংশ ব্যবহার করতে পারেন।
প্রত্যেকটি বৈশিষ্ট্যের সাথে বাস্তব জীবনের উদাহরণ দেয়া আছে।
কতক বৈশিষ্ট্যের বর্ণনা দেয়া আছে যা অঙ্গভঙ্গির সমন্বয়ে গঠিত। সচিত্র ব্যাখ্যা এবং যথাযথ বিশ্লেষণের সহায়ক হিসাবে আপনি এই অঙ্গভঙ্গি প্রদর্শন করতে পারেন।

প্রত্যেকটি বৈশিষ্ট্যের সম্মুখভাগে এবং সচিত্র ব্যাখ্যার পেছনে বাম কোণায় আপনি সংখ্যা দেখতে পাবেন। এখানে অটিস্‌মের আটটি বৈশিষ্ট্য গ্রহণ করা হয়েছে এবং উক্ত নির্দেশনায় তা আলোচিত হবে। কিন্তু আরোও বৈশিষ্ট্য আছে, তবে কেবলমাত্র আটটি বৈশিষ্ট্য নির্বাচন করা হয়েছে।



যেভাবে অটিস্‌মের বিকলতা নিজেই প্রকাশ পায় তা খুবই সুস্পষ্ট, কিন্তু বিকলতার কারণ সর্বদাই এক। এ'টি মস্তিষ্কের তথ্য প্রক্রিয়াকরণের একটি বিকলতা । তাদের ইন্দ্রিয় থেকে তারা উদ্দীপনা গ্রহণ করে, কিন্তু ঐগুলি তাদের মস্তিষ্কে সঠিকভাবে প্রক্রিয়াকরণ করে না।
বর্ণিত বৈশিষ্ট্যগুলো বিভিন্নভাবে প্রকাশ করা যেতে পারে। অটিস্‌ম শিশুর সাথে প্রত্যেক উল্লেখিত বৈশিষ্ট্য সুস্পষ্ট হতে হবে এমন নয়।
সচিত্র ব্যাখ্যায় আপনি সোহেলকে দেখছেন। সোহেল একজন অটিস্টিক ছেলে। সচিত্র ব্যাখ্যায় সোহেলের অটিস্‌মের কোন কোন বৈশিষ্ট্যগুলো আছে তা চিত্রে দেখতে পারেন।

বৈশিষ্ট্যসমূহ ঃ

১. বৈশিষ্ট্যঃ যোগাযোগে কথা বলার ভাষার ঘাটতি বা কৌতূহলী গৎবাঁধা[১] শব্দ বা বাক্য ব্যবহার করা

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ উত্তরের মত সোহেল মায়ের প্রশ্ন পুনরাবৃত্তি করে। তার মা তাকে কি জিজ্ঞেস করছে সে তার অর্থ বোঝে না।

সোহেল কথা কম বলতে পারে। মনে হয় সে খুব ভালো কথা বলতে পারে, কারণ সে পুরো বাক্যগুলো সে বলে। কিন্তু তাকে বলা কথাগুলোই সে কেবলমাত্র পুনরাবৃত্তি করতে পারে। যাচাই করলে দেখবেন, সে যা বলছে তার অর্থ সে বোঝে না।

উদাহরণ ঃ জুয়েল চার বছর বয়সে কথা বলা শুরু করে । এর আগে সে কোন কথাই বলেনি কিন্তু অব্যবহৃত পরে সে কঠিন শব্দ ব্যবহার করেছে।

সে তার নিজস্ব ব্যক্তিগত ভাষা ব্যবহার করে, ভুল ভাবে সে শব্দ ব্যবহার করে, কিন্তু মানানসই ঢঙে। বিছানা বোঝাতে সে বলে 'কম্বল' । দৃষ্টান্তের জন্য সে নিজেকে বলে 'তুমি' । যখন তার মা তাকে জিজ্ঞেস করেন তুমি কি 'খাবার' চাও, জুয়েল উত্তর দেয়, 'তুমি খাবার চাও'।
জুয়েলের সাথে কেউ কথা-বার্তা বলতে পারে না, যদিও সে পাঁচটি শব্দের বাক্য বলে। সে নিজের সাথে কথা বলে। যখন সে এরকম করে, তাকে দিনের বেলা বলা শব্দ বা বাক্য বা বইয়ের পাঠ্যাংশ তখন সে ব্যবহার করে। অন্য মানুষের জন্য এ কথা বোঝা/ উপলব্ধি করা কঠিন।

---

১ বিশ্লেষণ: গৎবাঁধা অর্থ বার বার ফিরে আসা এবং অপরিবর্তিত আচরণ (বা বাক্‌শক্তি)

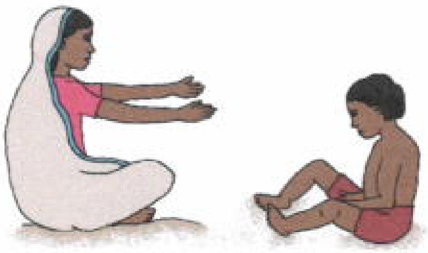
২. **বৈশিষ্ট্য ঃ** গতানুগতিকভাবে একই জিনিষ দিয়ে খেলা করা এবং কোন তারতম্য বা নতুন কোনো খেলনার জন্য চেষ্টা না করা ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল কেবলমাত্র পাত্র দিয়ে খেলা করে। তার খেলার ধরন হলো পাত্রগুলোকে গতানুগতিক পদ্ধতিতে সাজানো। এ পন্থায় পাত্রগুলো সারিবদ্ধ করে রাখা হয় এবং দু'টি পাত্রের মাঝখানে কিছুটা ফাঁকা থাকে - যা সে প্রত্যেক সময়েই করে থাকে।

সোহেল যে ভাবে খেলা করে তা স্বাভাবিক নয়, সে একটি অকার্যকর প্রথারকাছে সে বাঁধা। তার জন্য নিজেকে প্রকাশ করার এ'টি একটি উপায়, কারণ এ প্রক্রিয়াতে সে আবদ্ধ একটি নতুন খেলনা বা খেলার প্রয়োজন তার জন্য কঠিন হয়, এতে মানসিক চাপ থাকে এবং ঐগুলো যা সে এড়িয়ে চলতে চায়। সব সময় একই কাজ করা তাকে নিশ্চয়তা এবং নিরাপত্তার আশ্বাস দেয়।

উদাহরণ ঃ করিমের বয়স ছয় বছর। সে দেখতে সমবয়সী স্বাভাবিক ছেলেদের মত। সারাদিন সে তার প্রিয় বস্তু, বাইরে থেকে টুকরা এবং ভেতর থেকে বোতল ইত্যাদির ওপর নজর রাখে । বোতল বা টিল তার কাছ থেকে নিয়ে নেয়া হলে তার মেজাজ বিগড়ে যায়। কোনো কিছুতেই সাড়া দেয় না। অন্য কোনো খেলনা দিলে ফল হয় না। ওগুলো সে ছুড়ে ফেলে দেয়। সে কেবলমাত্র ইটের টুকরো এবং বোতল দিয়েই খেলতে চায়।

৩. **বৈশিষ্ট্য ঃ** অন্য মানুষের সাথে কথাবার্তায় অঙ্গভঙ্গি এবং ইঙ্গিত ব্যবহার করতে এবং বুঝতে সমস্যা



সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ কাছে আসতে মা বাহু বাড়িয়ে ইঙ্গিত করছে - সোহেল তা বুঝতে পারে না । অঙ্গভঙ্গি বা ইঙ্গিত ব্যবহার করতে এবং বুঝতে সোহেলের সমস্যা হয়। কেউ কেবলমাত্র একটিই অঙ্গভঙ্গি বা ইঙ্গিত করলে সাধারণত সে বুঝতে পারে তার কাছে কিছু প্রত্যাশা করা হয়েছেন । কিন্তু কি ? কে কি চায় অধিকাংশ সময়েই সে তা বোঝে না। সে ইঙ্গিতের সাড়া দেয়, কিন্তু তার কাছে যা জানতে চাওয়া হয়েছে তার চেয়ে অসঙ্গত কিছু করে।ইঙ্গিতের অন্য উদাহরণগুলো সোহেল বুঝতে পারে না। যেমন, হ্যালো বলা এবং হাসা ।

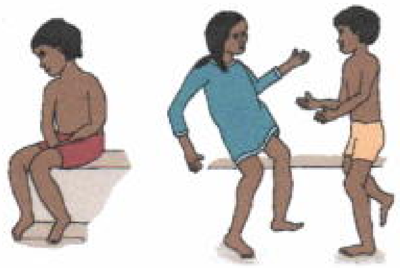
উদাহরণ ঃ ময়নার যোগাযোগে (বাক্‌ ও ভাবাগত) অসুবিধা আছে। কেউ তার দিকে তাকিয়ে হাসলে অন্য শিশুদের মত প্রত্যুত্তরে কখনই সে হাসে না। প্রত্যুত্তরে সে হাসে না কারণ সে হাসির অর্থ কি তা জানে না। ময়না কথা বলে না। এক সময় সে কথা বলত, কিন্তু হঠাৎ করে সে কথা বলা বন্ধ করে দেয়।

অন্য মানুষকে সে সাড়া দেয় না, কখনও মনে হয় সে তার মাকে সাড়া দেয়।

অঙ্গভঙ্গি ঃ যোগাযোগে আমরা ব্যবহার করি এমন অঙ্গভঙ্গি বা ইঙ্গিতের উদাহরণ দিন, যা বুঝতে অটিস্‌ম শিশুর অসুবিধা হয়। আপনি নিম্নোক্ত অঙ্গভঙ্গি করতে পারেন ঃ

- সালাম দেবার জন্য ঃ ডান হাত মাথা পর্যন্ত ঠেকান ।

৪. বৈশিষ্ট্য ঃ অন্য শিশুর সাথে খেলা করতে এবং খেলনা মিলেমিশে ভাগাভাগি করে খেলতে সমস্যা হয়।



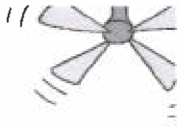
সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ ক্রীড়ারত শিশুদের থেকে সোহেল একাকী রয়েছে, সে একা খেলতে পছন্দ করে।

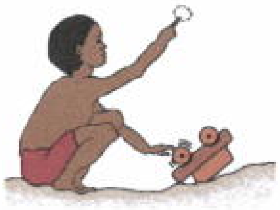
সোহেল কেন অন্য শিশুদের সাথে খেলাধুলা করে না, তার কারণ হলো অন্য শিশুরা কি বলে তা সে বুঝতে পারে না। এবং কেন তারা নির্দিষ্টভাবে খেলাটি করে। এ'টি তার জন্য খুবই অসুবিধা, সুতরাং নিজস্ব খেলা একা একা করা অনেক আনন্দের। নিজস্ব খেলায় সে কি প্রত্যাশা করতে পারে তা সে জানে, তাকে বিভ্রান্ত করতে পারে এমন অপ্রত্যাশিত এত কিছু নেই।

উদাহরণ ঃ অন্য মেয়েদের সাথে নার্গিস যখন খেলা করে, সে সব সময় তাদেরকে আঘাত করে। তার কাছ থেকে খেলনাটি নিয়ে নিলেই নার্গিস আঘাত করা আরম্ভ করে। অন্য মেয়েরা কেবলমাত্র খেলনা দিয়ে একসাথে খেলতে চায়। নার্গিস এ'টি বুঝতে পারে না এবং অশান্ত হয়ে ওঠে।

খেলার সময় যখন মেয়েটি তাকে স্পর্শ করে তখনই সে তাকে আঘাত করে। নার্গিস আঘাত করে, কারণ সে নিজেকে বাঁচাতে চায়। অন্যের স্পর্শকে সে হুমকি বলে মনে করে।

৫. বৈশিষ্ট্য ঃ নির্দিষ্ট গতি, বস্তু এবং রীতির প্রতি অস্বাভাবিক আগ্রহ।





সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ ভেনটিলেটরের গতি এবং খেলনার চাকা সোহেলকে প্রবলভাবে আকর্ষণ করে। ঘোরার গতিটি সে তার দেহের গতিতে অনুকরণ করে। জিনিষ ঘোরানোর বাতিক আছে সোহেলের। ঘোরার গতি আছে এমন বস্তু যখন সে দেখে, সে তার ওপর বিশেষ মনোযোগ দেয়। ঐ বস্'টি দিয়ে আপনি অন্য কিছু করতে পারেন বা সে'টি অন্য কিছুর অর্থ বাঝানের জন্য সোহেলের তা বোধগম্য নয়। এই হলো তার খেলা করার ধরন - যা সে করতে পছন্দ করে।

উদাহরণ ঃ কাজল দু'বছর বয়সের মেয়ে। মাসখানেক হলো সে দরজা একবার বন্ধ করে ও খোলে- এরূপ সে বারবার করে। তার মুখের হাসি দেখে বোঝা যায় সে এ'টি উপভোগ করছে। কাউকে দরজা খুলতে এবং বন্ধ করতে দেখলে সে মুগ্ধ হয়। দরজা খোলা এবং বন্ধ করার গতি তাকে আকৃষ্ট করে। প্রত্যেক সময় সে বলে ঃ খোলা এবং বন্ধ। যখন সে বলে "খোলা" সে তার বাহু প্রসারিত করে এবং যখন বলে "বন্ধ" সে তার বাহু একত্রিত করে এবং হাত দিয়ে তালি দেয়।

৬। বৈশিষ্ট্য ঃ দেহের সাহায্যে গঁৎবাধা এবং পুনরাবৃত্তিমূলক নড়াচড়া ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল তার বাহু এবং হাত দিয়ে পাখির ডানার মত ওড়ার ভঙ্গি করে নাড়ায় এবং হাত দিয়ে অদ্ভুত রকম করে বা সে যেখন উত্তেজিত বা ভীত হয়- নিজেই নিজের মুখমণ্ডলে আঘাত করে।

সোহেল অতি দ্রুত দ্বিধাম্বিত হয়ে পড়ে। তার মনোযোগ ভিন্নমুখী করার প্রচুর জিনিস আছে, যেমন প্রচণ্ড শব্দ, এ সব কিছুই তাকে তার মস্তিষ্কে ধারণ করতে হয়। এটি তার জন্য অসুবিধা, বিশ্ব সোহেলের কাছে বিভ্রান্তিকর মনে হয়, যেখানে কোন যোগসূত্র বা অর্থ ছাড়াই রয়েছে নানান মতামতের বিভ্রান্তি ও বিশৃঙ্খলা।

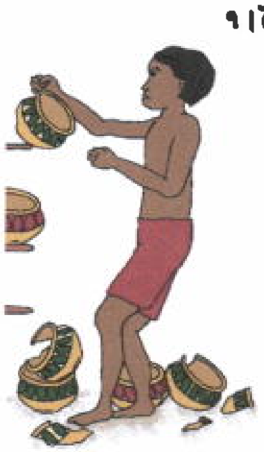
এগুলো সম্পর্কে তার প্রতিক্রিয়া ব্যক্ত করতে হয়, নিজেকে ব্যক্ত করতে তার অসুবিধা হয়। তার নিজেকে ব্যক্ত করার একমাত্র বহিঃপ্রকাশ হলো নিজেকে আঘাত করা, সুন্দর কোন জিনিস দেখে উচ্ছ্বসিত হলে তা প্রকাশের ধরন হলো পাখির মত ওড়ার ভঙ্গিমা করা। প্রচণ্ড দুঃখ বা সুখের মত অন্য অনুভূতিগুলো নিয়ে নিজেকে ব্যক্ত করার অভিব্যক্তি হলো পাখির মত ওড়ার ভঙ্গিমা করা বা নিজেকে আঘাত করা।

উদাহরণ ঃ জরিনার হাতের আঙুলে সবসময় এক গোছা তাসবিহ থাকে। দু আঙুলের মধ্যে সে এটি ধরে রাখে এবং অন্য হাতের আঙুল দিয়ে চালনা করে। ঘোরানের চাঞ্চল্য সে তখনই করে যখন সে রেগে যায়, তার ধারে কাছে অনেক মানুষ থাকলে বা অচেনা পারিপার্শ্বিক পরিবেশ হলে সে উত্তেজিত হয়ে হয়ে পড়ে। জরিনার জন্য আবেগের বহিঃপ্রকাশ করা কঠিন। সে যখন আতঙ্কিত হয় বা অত্যন্ত খুশী থাকে নিজেকে ব্যক্ত করার ধরন হলো গঁৎবাধাভাবে চলাচল করা। জরিনার হাতে যখন তাসবিহ থাকে না,তখনও সে তার আঙুল চালনা করবে। সে তার সবগুলো আঙুল ওপরে এবং নীচে সমানভাবে চালনা করে, যদিও বা তার হাতে তাসবিহ নাও থাকে।

অঙ্গভঙ্গি ইঙ্গিত ঃ অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশুরা তাদের গঁৎবাধা চলাফেরায় ব্যবহার করে এমন অঙ্গভঙ্গি বা চলাচলের উদাহরণ দিন। নিম্নোক্ত অঙ্গভঙ্গি বা চলাচল করে দেখাতে পারেন ঃ

- উপরে এবং নিচের দিকে লাফ দেয়া, চতুর্দিকে পাক খাওয়া, অল্প উপরে এবং নীচে লাফ দিন এবং দেহের ভারসাম্য বজায় রেখে চতুর্দিকে ঘুরুন।
- দেহ বা মাথা দিয়ে দোলানোর ভঙ্গিমা ঃ মাটির ওপর বসে আপনার দেহ এবং মাথা আন্দোলিত করুন প্রথমে বামে এবং পরে ডানে। বার কয়েক এটি করুন।
- ওড়ার মত ভঙ্গি ঃ আপনার বাহুর সাহয্যে পখির ওড়ার মত ভঙ্গিমা কর"ন এবং দু পায়ে সামান্য লাফ দিন।
- বাহু এবং আঙুল ঘোরান ঃ দু'বাহু প্রসারিত করে একই সাথে বাহু হাতদ্বয় এবং আঙুল নাড়ান।

৭। বৈশিষ্ট্য ঃ সঙ্গত কারণ ছাড়াই গভীর দুঃখ বা ক্রোধ।



সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ চতুপার্শ্বের জিনিসপত্র ভাঙাভাঙি করে সোহেল তার ক্রোধের বহিঃপ্রকাশ ঘটায়। মনে হয় সে যে অন্যায় কিছু করছে তা সে দেখে না।

সোহেলের জন্য নিজেকে প্রকাশ করা কঠিন। যখন সে কিছু চায়, কখন এবং কি তার মা তা বুঝতে পারে না, তাই তার পাওয়াও হয় না, সে ক্রোধে ফেটে পড়ে। সে তার ক্রোধ নিয়ন্ত্রণ করতে পারে না এবং চতুপার্শ্বের সব কিছু ভেঙে ফেলে। এভাবে সে তার মতভেদ প্রকাশ করে।

উদাহরণ ঃ নাজমুলের প্রতিদিনই ক্রোধের বহিঃপ্রকাশ ঘটে। নখ দিয়ে তার শরীরে আঁচড় দিয়ে সে ক্রোধের বহিঃপ্রকাশ ঘটাতে সে নখ দিয়ে নিজের শরীরে আঁচড় দেয়। ক্রোধের সময় তার ধারে কোন মানুষ আসলে তাকেও সে আঁচড়ে দেয়। সাধারণত এ অবস্থা দশ মিনিট স্থায়ী হয়। এর পর সে খুবই ক্লান্ত হয়ে ঘুমিয়ে পড়ে।

৮। **বৈশিষ্ট্য ঃ** (অবশ্যম্ভাবী) বিপদের মধ্যে পাওয়া গেলেও বিপদের ভয় না থাকা।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল আগুন নিয়ে খেলছে, অগ্নিশিখার বিপদ সে দেখতে পাচ্ছে না। আগুনের প্রজ্বলিত শিখা সোহেলকে আকৃষ্ট করে। সে স্পর্শ করতে চায়, যার কারণে হাত পুড়ে যায়। তার ব্যথা সহ্য করার মতা আছে, তাই ব্যথা তাকে বিপদ থেকে সতর্ক করতে পারে না। আগুনের বিপদ কি সোহেল তা উপলব্ধি করতে পারে না।

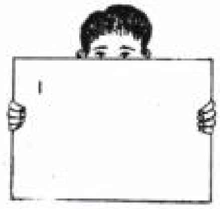
উদাহরণ ঃ জুলহাস একজন দশ বছরের ছেলে। সে আতঙ্কিত হলে বসে পড়ে এবং দীর্ঘ সময় পর্যন্ত- দাঁড়ায় না, উঠে দাঁড়ানো এবং পুনরায় হাঁটার আগে তার মা বাবাকে দ'ুঘন্টা কথা বলতে হয়। সে যখন হাঁটে ট্রাফিক পুলিশকে আমলে আনে না না। গাড়ী তাকে ধাক্কা দেবে তার এমন ভয় নাই। কখনও সে রাস্তার মাঝখানে স্থির দাঁড়িয়ে বা বসে থাকে। গাড়ীর দিকে সতর্ক দৃষ্টি রাখতে হবে আপনি শতবার বললেও কিন্তু সে বিপদ দেখে না এবং পরবর্তী সময়েও সে গভীর মাঝখান দিয়ে হাঁটবে।

ধাপ ৭

□ নির্দেশনায় প্রদত্ত পরামর্শগুলো সম্পর্কে একটি ভূমিকা দিন।

আপনি নিম্নোক্ত ভূমিকা দিতে পারেন ঃ
নির্দেশনার এই ভাগে আমরা পরামর্শ সম্পর্কে বলব যা অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশুর সাথে মেলামেশায় ব্যবহার করা যেতে পারে ।
যুক্তিতর্ক প্রদর্শন অংশের বর্ণনার মত পরামর্শগুলো সব সময় কাজ করে না। প্রতিটি শিশুই আলাদা এবং তার নিজস্ব চাহিদা আছে।
অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশুকে মোকাবিলার জন্য পরামর্শগুলো প্রয়োগে মাঠকর্মী বা স্বাস্থ্যকর্মীর কাছে নির্দেশনা কেন গুরুত্বপূর্ণ-এটিই তার কারণ। বৈশিষ্ট্যকে মোকাবিলার উপায় কখনই তাৎণিক কোনো ফলাফল আনে না।
শিশুর জন্য সময় প্রয়োজন, কখনও একাধিক সপ্তাহ, মাস বা এমনকি বছরও লাগতে পারে। উক্ত সময়ে তার অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার ধরন বারবার অনুশীলন করতে হবে।
অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলায় পরামর্শগুলো একটি বড় উপায়, কিন্তু সব সময় প্রত্যেক শিশুর জন্য এ'টি সঠিক উপায় নয়। অন্য ধরনের পন্থা ব্যবহার করে তাকে জাগাতে এবং তার সাথে পারস্পরিক যোগাযোগে (interaction) পরামর্শ দিয়ে অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশুরা ধারন করে এমন সম্ভাবনার প্রতিচ্ছবি আমরা দিতে চাই। এ'টি শিশুর জন্য বিশ্বকে বাসযোগ্য করে তুলতে সাহায্য করে।
পরামর্শের সচিত্র ব্যাখ্যা এবং বর্ননাসহ নির্দেশনায় সম্ভাবনাগুলো কি তা স্পষ্ট হবে।

ধাপ ৮



□ ব্যক্তিবর্গ তারকা * চিহ্নিত সচিত্র ব্যাখ্যা দেখান। সচিত্র ব্যাখ্যায় তারা কি দেখছে, অধিকন্তু অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্যের সাধারণ শর্তগুলো কি কারণে আরো মানানসই- তা সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনের পাঠ্যাংশে পাঠের সাহায্যে ব্যাখ্যা করুন। এ মর্মে আপনি সহায়িকায় তথ্য খুঁজে পারেন, ব্যাখ্যার শিরোনামটি হলো ঃ যুক্তি প্রদর্শন (দেখুন অধ্যায় ঃ 'অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার জন্য পরামর্শ')।

□অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার জন্য পরামর্শ - অধ্যায়ের পর সচিত্র ব্যাখ্যাসহ অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার পরামর্শ খুঁজে পাবেন।

ধাপ ৯

□ বৈশিষ্ট্যসহ সচিত্র ব্যাখ্যা ওপরে তুলে ধরুন এবং ব্যক্তিবর্গের এর মধ্যে কি দেখা উচিৎ তা বার কয়েক ব্যাখ্যা করুন। এরপর বৈশিষ্ট্যের সাথে মানানসই পরামর্শসহ সচিত্র ব্যাখ্যা তুলে ধরুন।

মনে রাখবেন যে, অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার জন্য কতিপয় পরামর্শ অটিস্‌মের একাধিক বৈশিষ্ট্যের সাথে মানানসই (দেখুন অধ্যায় অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার জন্য পরামর্শ)।"
পিছনের বাম কোণায় স্থিত সংখ্যা ১ এবং বর্ণ এ দিয়ে সচিত্র ব্যাখ্যা শুরু করাই উত্তম।

□ সচিত্র ব্যাখ্যায় শ্রোতাবর্গ কি দেখছে তা ব্যাখ্যা করুন। সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনে বর্ণিত পাঠের সাহায্যে এর ব্যাখ্যা দিন। একটি বৈশিষ্ট্যের জন্য পরামর্শ কেন মানানসই তার ব্যাখ্যা দিন। এজন্য আপনি সহায়িকায় তথ্য খুঁজে পাবেন, ব্যাখ্যাটির শিরোনাম হলো ঃ যুক্তিপ্রদর্শন দেখুন অধ্যায় ঃ "অটিস্‌মের বৈশিষ্ট মোকাবিলার জন্য পরামর্শ)।

ধাপ ১০

 শ্রোতাবর্গের কাছে তাদের অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানতে চান এবং জিজ্ঞেস করুন তাদের কোন প্রশ্ন আছে কিনা।
সচিত্র ব্যাখ্যা দেখানো এবং ব্যাখ্যা করার পর, বা দেখানো এবং ব্যাখ্যা করার সময়ও আপনি এ'টি করতে পারেন।

ধাপ ১১

ধাপ নং ৯; পুনরায় করুন। সচিত্রব্যাখ্যা দেখানো এবং পরামর্শ সম্পর্কে বলুন। তারপর ধাপ নং ১০ পুনরায় কর"ন ঃ প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন।

পরামর্শ সম্বন্ধীয় সবগুলো সচিত্রব্যাখ্যা চিত্র দেখানো শেষ না হওয়া পর্যন্ত আপনি এ'টি করুন। (সচিত্রব্যাখ্যা চিত্র বর্গ এ থেকে এইচ পর্যন্ত)।

ধাপ নং ৭ থেকে ১১ পর্যন্ত করা শেষ হলে ধাপ নং ১২ চালিয়ে যেতে পারেন। পরবর্তী রঙীন পাতা উল্টালে আপনি ধাপ নং ১২ পেয়ে যাবেন।

অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ

এ অধ্যায়ে অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শসমূহ পাওয়া যাবে। অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কিভাবে মোকাবিলা করা যায়- তা ব্যাখ্যা করা এ অধ্যায়ের উদ্দেশ্য। প্রতিটি পরামর্শের সাথে একটি করে রেফারেন্স বা তথ্য নির্দেশনা দেয়া আছে- যে বৈশিষ্টে যে পরামর্শটি প্রযোজ্য বা মানানসই।

তদুপরি, নির্দিষ্ট বৈশিষ্টের জন্য পরামর্শ কেন দরকার হতে পারে তার ব্যাখ্যা দেয়া হয়েছে। "যুক্তি প্রদর্শন" এর অধীনে আপনি এ'টি খুঁজে পাবেন।

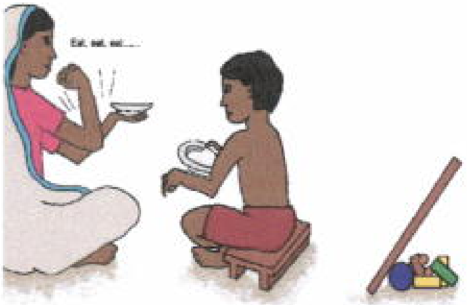
অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য সম্পন্ন শিশুদের সাথে কাজ করার জন্য কেবলমাত্র যে কোনো কাউকে সহায়তা করতে পরামর্শগুলো ভুমিকা রাখে।

প্রত্যেক পরামর্শের আগে এবং সচিত্র ব্যাখ্যার পিছনে ও বাম কোণায় আপনি লিখিত বর্ণ বা অক্ষর দেখতে পাবেন।

যুক্তি প্রদর্শনে যেভাবে বর্ণনা করা হয়েছে সেভাবে পরামর্শগুলো সব সময় কাজ করে না। প্রতিটি শিশুই আলাদা এবং তার নিজস্ব চাহিদা রয়েছে। অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশুকে নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শগুলো প্রয়োগে মাঠকর্মী বা স্বাস্থ্যকর্মীর কাছে নির্দেশনা কেন গুরুত্বপূর্ণ - এটিই তার কারণ। একটি শিশু এবং তার চতুপার্শ্বস্থ মানুষদের জন্য অটিস্‌মের বৈশিষ্ট নিয়ে কাজ করার পদ্ধতি কিভাবে কাজ করছে - একজন স্বাস্থ্যকর্মীকে তা মূল্যায়ন করতে হবে। একটি বৈশিষ্ট নিয়ে কাজ করার ধরনের কখনোই তাৎক্ষণিক ফলাফল হয় না। শিশুর সময় প্রয়োজন, কখনো একাধিক সপ্তাহ, মাস, এমন কি বছরও লাগতে পারে এবং উক্ত সময়ে একটি বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার ধরন অনুশীলন করতে হবে বার বার। বৈশিষ্টগুলো নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ সম্বন্ধে করণীয় এবং সচিত্র ব্যাখ্যা মা-বাবা এবং অন্য ব্যক্তিবর্গ যারা অটিস্‌ম শিশুদের যত্ন নেয় বা দেখাশুনা করে তাদের শিখে সহায়ক হিসাবে ব্যবহার করা যেতে পারে।

পরামর্শসমূহঃ

* অটিস্‌ম নিয়ে কাজ করার সাধারণ শর্তাবলী। অটিস্‌ম নিয়ে কাজ করার কতিপয় পন্থা অটিস্‌মের অনেক বৈশিষ্টের জন্য মানানসই বা উপযোগী। নিম্নোক্ত বিষয়গুলো দরকারীঃ



- অঙ্গভঙ্গি বা বস্তুর সাহায্যে শব্দ, অনুভূতি বা কর্মকান্ড ছবির মত মনে আনা/প্রত্যক্ষ করান।
- কোনো বস্তু, কর্ম বা শব্দ ইত্যাদির পুনরাবৃত্তি করা।
- শিশুর পরিবেশকে শান্তিপূর্ণ করা, অতিরিক্ত শব্দ, অধিক মানুষ এবং শিশুকে একই সময়ে একটি জিনিস দিয়ে মনোযোগী হতে দেয়া।
- শিশুকে তার প্রতিটি কাজের জন্য নির্দিষ্ট স্থান দেয়া।

সচিত্রব্যাখ্যাঃ সোহেলকে খেতে হবে। খাওয়ার জন্য ব্যবহৃত হয় তার মা এমন অঙ্গভঙ্গি করছেন এবং তাকে খেতে হবে এ'টা তাকে বোঝানোর জন্য মা হাতে একটি প্লেট ধরে রেখেছেন। তিনি যে অঙ্গভঙ্গি করছেন এবং শব্দগুলো বলছেন তা পুনরাবৃত্তি করছেন, যা মা কি চায় তা বুঝতে সোহেলকে অনেক সময় যোগায়। একটি বোর্ডের পিছনে তার খেলনাগুলো লুকানো আছে, এগুলো খাবার সময় তাকে অন্যমনস্ক করে না। সোহেল তার পিড়ির ওপর বসে আছে, যাতে সে সব সময়ই রাতে খাওয়ার সময় বসে।
এ সাধারণ শর্তগুলো বহুসংখ্যক অটিসমের বৈশিষ্ট্যে উপযোগী। কারণ অধিকাংশ পরিস্থিতিতেই আপনি সেগুলোকে ব্যবহার করতে পারেন। অটিস্‌ম আক্রান্ত শিশুর সাথে কাজ করতে সব সময় আপনাকে সাধারণ শর্তাবলী মনে রাখতে হবে।

এ সাধারণ শর্তগুলো বহুসংখ্যক অটিস্মের বৈশিষ্ট্যে উপযোগী। কারণ অধিকাংশ পরিস্থিতিতেই আপনি সেগুলোকে ব্যবহার করতে পারেন। অটিস্ম আক্রান্ত শিশুর সাথে কাজ করতে সব সময় আপনাকে সাধারণ শর্তাবলী মনে রাখতে হবে।

সাধারণ শর্তাবলীর জন্য যুক্তিতর্ক প্রদর্শন ঃ
মৌখিক বা আক্ষরিক যোগাযোগ বুঝতে অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের অসুবিধা হয়। অঙ্গভঙ্গি বা বস্তু দিয়ে ছবির মত মনে এনে প্রত্যক্ষ করার মত করে যোগাযোগ করলে শিশুটি তা ভালভাবে বুঝতে পারে। সাদামাটা শব্দ এবং সংক্ষিপ্ত বাক্য শিশুর বোঝার জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ। কোন কিছুর সাথে পরিচিত হতে শিশুর সময় লাগে, এজন্য প্রত্যেকটি জিনিস বার বার করা প্রয়োজন। পুনরাবৃত্তিমূলক কাজটি প্রত্যেক সময়ই করতে হবে, অধিকাংশ সময় শিশুটি মনে করতে পারবে না যে, আপনি এটি পূর্বে কখনও করেছেন বা বলেছেন। এর কারণটি হলো উপলব্ধের মধ্যে সামান্য পার্থক্য। শিশু অতি দ্রুত তার চারপাশের জিনিস দ্বারা অন্যমনস্ক হয়ে পড়ে। উদাহরণস্বরূপ, শিশুর খাবার প্লেটের ধারে কাছে তার খেলনাটি পড়ে থাকলে বা বিকট শব্দ শুনলে খাবার খেতে শিশুর অসুবিধা হয়। খেলনাটি বা শব্দ খাওয়া থেকে মনোযোগ অন্যদিকে সরিয়ে দেয় বা ভিন্নমুখী করে।
একটি কাজ সবসময় একই জায়গায় করা হলে শিশুকে ঐ স্থানে নেয়া হলে শিশুটি বুঝতে পারে তাকে কি করতে হবে বা তার কাছে কি প্রত্যাশা করা হচ্ছে। উদাহরণস্বরূপ, সব সময় বাড়ির পিছনে খেলা করা এবং ঘরের ভেতর এক কোণায় বসে খাবার খাওয়া।

অনুরূপভাবে বস্তু দিয়েও আপনি এ'টি করতে পারেন।
একই জায়গা এবং বস্তুর ব্যবহার যোগাযোগে এবং সোজাসুজিভাবে বুঝতে শিশুকে সাহায্য করে।

এ. আক্ষরিক যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে অঙ্গভঙ্গি, মূকাভিনয় ও বস্তু ব্যবহার করা।
- আপনি যা বলতে চান বা জিজ্ঞাসা করতে চান তার সাথে মিল আছে এমন বস্তু শিশুকে দেখান।
- নির্দিষ্ট কাজ বা পরিস্থিতির জন্য সব সময় একই অঙ্গভঙ্গি বা বস্তু ব্যবহার করুন। উক্ত অঙ্গভঙ্গির সাথে শিশু পরিচিত হয়ে যায় এবং সময় মত অঙ্গভঙ্গির অর্থ ভালভাবে বুঝতে পারে।
- আপনি যখন কথা বলেন বা অঙ্গভঙ্গি করেন তখোন শিশু আপনার দিকে তাকিয়ে আছে কিনা নিশ্চিত হোন।
- আক্ষরিক যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে আপনি ছবিও ব্যবহার করতে পারেন।
- মৌখিক যোগাযোগে সাদামাটা শব্দ এ সংক্ষিপ্ত বাক্য ব্যবহার করুন।

সচিত্রব্যাখ্যাঃ মা সোহেলকে খাবার খেতে ডাকছেন। তিনি এ'টি বলতে পাত্রটি হাতে ধরে আছেন এবং আমরা খারার খেতে যেমন করে মুখের কাছে হাত তুলি তেমনি ভঙ্গি করেন ।

নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যগুলোর জন্য এ পরামর্শ উপযোগী ঃ
বৈশিষ্ট্য নং ৩ ঃ যোগাযোগে কথা বলার ভাষার ঘাটতি বা গৎবাঁধা অদ্ভুত শব্দ এবং বাক্যের ব্যবহার ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল জবাবের মত তার মায়ের প্রশ্ন পুনরাবৃত্তি করে। তার মা তাকে কি বলছে তার অর্থ সে বুঝতে পারে না।
বৈশিষ্ট নং ১ ঃ অন্য মানুষের সাথে পারস্পরিক যোগাযোগে অঙ্গভঙ্গি এবং ইঙ্গিত ব্যবহার করতে এবং বুঝতে সমস্যা হয় ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ দু' বাহু বাড়িয়ে মা ইঙ্গিতে ডাকছে - তাকে যে আসতে হবে সোহেল তা বুঝতে পারে না।

অঙ্গভঙ্গি এবং বস্তু ব্যবহারে যুক্তি প্রদর্শন ঃ

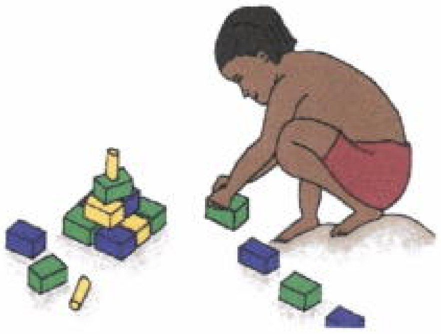
অটিস্ম আক্রান্ত শিশুদের জন্য মৌখিক যোগাযোগ শিখতে অসুবিধা হয়। শিশুর জন্য আপনাকে যোগাযোগ দৃষ্টিগোচর করতে হবে। মৌখিক যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে আপনি বস্তু এবং অঙ্গভঙ্গি ব্যবহার করতে পারেন।

এ বস্তু ব্যবহার করে অঙ্গভঙ্গি করে দেখালে শিশুর জন্য যোগাযোগ বোঝা সহজতর হয়। বস্তুটি হচ্ছে নির্দিষ্ট কিছু যার অবস্থান শিশু সব সময় দেখবে, উদাহরণস্বরূপ একটি পাত্র সে খাওয়ার সময় প্রতিনিয়ত দেখে। পাত্রটি তাকে দেখালে সে ভাববে বা চিন্তা করবে এখন খাওয়ার সময়। আপনি প্রতিটি কাজের জন্য বস্তু এবং অঙ্গভঙ্গি ব্যবহার করতে পারেন। প্রত্যেক সময় একই কাজের জন্য একই বস্‌' এবং একই অঙ্গভঙ্গি ব্যবহার করলে শিশু এর সাথে অধিক পরিচিত এবং সময়মত বস্তু এবং অঙ্গভঙ্গির অর্থ বোঝা শিশুর জন্য সহজতর হবে।

যদিও বা অঙ্গভঙ্গি সুকঠিন হয় - কারণ অঙ্গভঙ্গি এবং অর্থের মধ্যে শিশু কোনো যোগসূত্র দেখে না, এ ক্ষেত্রে আপনি ছবি বা ফটো ব্যবহারের চেষ্টা করতে পারেন (দেখুন পরামর্শ সি)।

কথাবলার অতি সাধারণ মাত্রায় ফিরে যাওয়াই ভাল, যাতে আপনি কেবলমাত্র সংক্ষিপ্ত বাক্য এবং সাদা মাটা শব্দ ব্যবহার করেন। আপনি অনুরূপ বহু শব্দ ব্যবহার করতে পারেন । শিশুর জন্য এভাবে ভাষা কম অসুবিধার বলে মনে হয়।

বি । গৎবাঁধা খেলাধুলার পরিমাণ কমিয়ে দেয়া এবং খেলনা ও বস্তু দিয়ে নানান ধরনের খেলাধুলার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়া।



- যা নিয়ে সে খেলতে চায়- শিশুকে তেমন বস্তুটির মত অন্য বস্তু দিন যা দিয়ে সে একই জিনিস করতে পারে।
- শিশু নতুন খেলনা সম্ভবত চায় না। তাকে সাথে নিয়ে খেললে এবং যথেষ্ট সময় দিলে সে নতুন খেলনা ব্যবহার করবে।
- নতুন খেলনাটি শিশু যখন চিনে ফেলে এবং গ্রহণ করে তখন আপনি সেটি দিয়ে তার সাথে অন্য খেলা খেলতে পারেন। উদাহরণ দিয়ে আপনি শিশুকে খেলনাগুলো ভিন্নভাবে সাজাতে দেখাতে পারেন।
- নতুন খেলনাগুলো বা বস্তু ব্যবহার করতে শিশুকে প্রচুর সময় দিন।
- নতুন খেলনা বা খেলার সাথে পরিচিত করানোর সময় শিশুকে সাথে নিয়ে খেলুন।
- শিশুর জন্য খুব বেশি কঠিন না হয় এমন একটি খেলা বাছাই করুন।
- কাঠামোগত খেলা পছন্দ করুন, যে খেলা পুনরায় নিয়মিত ব্যবধানে বারবার সংঘটিত হওয়ার গতি এবং স্পষ্ট নিয়মাবলী নিয়ে গঠিত।
- শিশুকে উৎসাহিত করুন এবং প্রশংসা করুন।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল ব্লক দিয়ে খেলা করে । প্রথমত সে ব্লকগুলো গৎবাঁধা নকশায় সাজায়, যেমনটি সে পাত্র দিয়ে করে । তার মা অন্য একটি ছেলের সাথে খেলছে তারা একটি বল দিয়ে খেলছে। ব্লক দিয়ে যখন সে খেলতে অভ্যস্ত সে ব্লক দিয়ে টাওয়ারের মত অন্য জিনিসও তৈরী করতে পারে ।

নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যগুলোর জন্য পরামর্শ উপযোগী ঃ

- বৈশিষ্ট্য নং ৪ ঃ গৎবাঁধাভাবে একই বস্তু দিয়ে খেলা করা এবং হেরফের না করা বা অন্য নতুন কোনো খেলনার চেষ্টা না করা ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল কেবলমাত্র পাত্র দিয়ে খেলে। সে ব্লকগুলো গৎবাঁধা নকশায় সাজিয়ে খেলে, এ নকশায় পাত্রগুলো সারিবদ্ধভাবে রাখা হয় এবং দু'টি পাত্রের মধ্যে ফাঁকা থাকে যা প্রত্যেক সময় একই রকম হয়।

- বৈশিষ্ট্য নং ৫ ঃ নির্দিষ্ট গতি, বস্তু বা নকশার প্রতি অস্বাভাবিক আগ্রহ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ ফ্যানের ঘূর্ণন এবং খেলনার চাকার গতি সোহেলকে আকৃষ্ট করে। ঘূর্ণনের গতিকে সে তার দেহের নড়াচড়া বা চলাচলে অনুকরণ করে।

নানাবিধ খেলাধুলার পরিমান বাড়িয়ে দেয়ার পক্ষে যুক্তিপ্রদর্শন ঃ

বস্তু বা আচরণের পরিবর্তন বুঝতে অটিস্টিক শিশুর অসুবিধা হয়। অন্য শিশুরা পরিবর্তনের অর্থ যে সময়ে যেভাবে বোঝে এবং পরিবর্তনের সাথে খাপ খাওয়াতে পারে - তাদের চেয়ে সোহেলের বেশি সময় লাগে। এমন কি সামান্য আসবাবপত্র বা নতুন কাপড়ের সামান্য পরিবর্তন শিশুদের মেজাজ বিগড়ে দিতে পারে। অপ্রত্যাশিত বিষয় যেমন, দেরীতে খাবার দেয়া বা বাসের দেরী করা শিশুকে ব্যতিব্যস্ত করতে পারে। কেন একটি অটিস্টিক শিশু সব সময় একই বস্তু দিয়ে ছকবাঁধা ভাবে খেলা করে - পরিবর্তনকে প্রতিহত করাই এর কারণ (পুনঃ পুনঃ এবং অপরিবর্তিত)। অধিকাংশ সময়ে কেন শিশু নতুন খেলনা গ্রহণ করে না এ'টি তার কারণ।

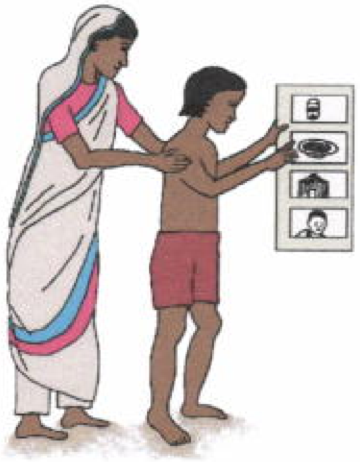
অন্য বস্তু বা খেলনা দিয়ে কম গতানুগতিক খেলাধুলা করতে শিশুর অসুবিধা হয়। সে কারণে এ'টি গুরুত্বপূর্ণ যে, শিশুকে নিয়ে এক সাথে আপনি প্রথমে খেলা করবেন। আপনাকে সব সময় শিশুর আগ্রহের দিকে খেয়াল রাখতে হবে। যদিও এ সব কাজ বিস্ময়কর বা অপ্রাসঙ্গিক মনে হতে পারে।

শিশু সর্ব প্রথম গতানুগতিক খেলাধুলায় আপনার হস্তক্ষেপ পছন্দ করবে না, কিন্তু পরবর্তী সময়ে আপনার উপস্থিতি গ্রহণ করতে শিখবে। পরে অন্যান্য খেলনা বা খেলাধুলা আপনি শিশুকে দেখাতে পারেন। তার খেলনা দিয়ে অন্য পদ্ধতিতে বা অন্য খেলনা দিয়ে ছকবাঁধাভাবে খেলতে পারেন। যে সব কাজ বা কর্মকান্ডের প্রতি শিশুর বিশেষ আগ্রহ আছে- এ'টা যেন সে সব থেকে খুব বেশী ভিন্নতর না হয় তা নিশ্চিত করুন।

প্রথমে শিশুকে খেলা বা খেলনা দেখান, তারপর খেলাটি একসাথে খেলেন বা খেলনা দিয়ে একসাথে খেলা করেন, এরপর শিশুটি খেলাটি খেলতে পারবে এবং একাই খেলাটি খেলতে চাইতে বা খেলনাটি দিয়ে খেলতে চাইতে পারে। আপনাকে একসাথে বহুবার খেলতে এবং খেলাটি আপনাকে বারবার করতে হবে।

নতুন খেলা বা খেলনায় শিশুর ইতিবাচক অভিজ্ঞতা গুরুত্বপূর্ণ । এ কারণে খুব বেশী কঠিন খেলা ব্যবহার না করাই সুবিধাজনক। শিশুকে পুরস্কৃত করুন, উদাহরণস্বরূপ, প্রশংসা কর"ন (অঙ্গভঙ্গি ব্যবহার কর"ন যাতে শিশু বুঝতে পারে) যাতে নতুন খেলায় শিশু উৎসাহিত হয়।
যখন শিশু নতুন খেলা বা খেলনা গ্রহণ করে, তখোন আপনি নতুন ধরনের খেলা বা নতুন খেলনা পরখ করতে পারেন। ইপ্সিত ফলাফল পেতে অনেক সময়ের দরকার। প্রতিদিন খেলার চেষ্টা কর"ন এবং নির্ধারিত সময় পর্যন্ত, এভাবে শিশু জেনে যায় সে কি প্রত্যাশা করতে পারে।

আরো দেখুন পরামর্শসমূহ এবং যুক্তি প্রদর্শন ই এবং এফ বর্গে



সি । যোগাযোগে সহায়ক ছবি ব্যবহার করুন। যেমন, প্লেটের ছবি ব্যবহার করা , খাবার সময় হয়েছে এ'টা স্পষ্ট বোঝাতে।

- যখন আপনি কিছু বলতে চান বা শিশুকে কিছু জিজ্ঞাসা করতে চান, তখন ছবির দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করুন।
- আপনি যখন ছবির দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করেন, আপনি কি বলতে চান বা জিজ্ঞাসা করতে চান তাও বলা হয়ে যায়।
- শিশুও ছবির দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করে সে কি চায় তা স্পষ্ট বোঝাতে ছবি ব্যবহার করতে পারে।
- ছবির দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করে বা শিশুর চোখের সামনে ছবি মেলে ধরে তিনি শিশুর কাছে কি চান তা স্পষ্ট করার জন্য মা ছবি ব্যবহার করতে পারেন।
- দেয়ালে ছবি টাঙিয়ে আপনি এবং শিশু উভয়েই স্পষ্ট যোগাযোগের জন্য ছবি ব্যবহার করতে পারেন।
- প্রত্যেক সময় ছবি ব্যবহার কর"ন।
- যোগাযোগে সাদা মাটা শব্দ এবং সংক্ষিপ্ত বাক্য ব্যবহার করুন।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ তারা কোন জিনিসটি চায় তা পরস্পরের কাছে স্পষ্ট করে বোঝাতে সোহেল এবং তার মা বস্তু, ব্যক্তি বা কর্মের ছবি ব্যবহার করে।

নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যগুলোর জন্য এ পরামর্শ উপযোগী ঃ

বৈশিষ্ট্য নং ১ ঃ অন্যান্য মানুষের সাথে মেলামেশায় অঙ্গভঙ্গি বা ইঙ্গিত ব্যবহার করতে এবং বুঝতে সমস্যা।
সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ দু' বাহু বাড়িয়ে মা ইঙ্গিতে ডাকছে - তাকে যে আসতে হবে সোহেল তা বুঝতে পারে না।
বৈশিষ্ট্য নং ৩ ঃ যোগাযোগের সময় কথা বলার ভাষার ঘাটতি বা কৌতুহলী, গতানুগতিক শব্দ এবং বাক্যের ব্যবহার।
সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল তার মায়ের প্রশ্ন উত্তরের মত বার বার পুনরাবৃত্তি করে। তার মা তাকে কি জিজ্ঞেস করছে তার অর্থ সে বুঝতে পারে না।

ছবি ব্যবহার করার জন্য যুক্তি প্রদর্শন

অটিস্টিক শিশুদের মৌখিক যোগাযোগ শিখতে অসুবিধা হয়। আপনাকে শিশুর জন্য যোগাযোগ ছবির মত চাক্ষুস করতে হবে। আপনি বস্তু দিয়েও এ কাজটি করতে পারেন (দেখুন পরামর্শ এ)।

ছবি বা ফটো উপযোগী হতে পারে । যেমন, দু'টি ছবি দেখানো যাতে শিশু পছন্দ করতে পারে ; 'তুমি ভাত না আলু চাও?' বা শিশুকে খাবারের ছবি দেখানো যাতে শিশু বুঝতে পারে খাওয়ার সময় হয়েছে।

ছবির দিকে অঙ্গুলি নির্দেশ করে শিশুরা নিজেদেরকে ব্যক্ত করতে পারে, যা অন্য ব্যক্তি এবং শিশুর মধ্যে যোগাযোগ অনেক বেশী সহজ করবে।

প্রত্যেক সময় ছবির ব্যবহার ছবির সাথে শিশুকে পরিচিত করে। ছবির ব্যবহার শিশুর কাছে কি চাওয়া হচ্ছে তা বোধগম্য করে।

প্রত্যেক শব্দ, অনুভূতি বা কাজকর্মের জন্য আপনি ছবি তৈরি করতে পারেন। স্বল্প সংখ্যক বারবার ঘটে এমন গুরুত্বপূর্ণ কাজকর্মের বা শব্দের অনুরূপ ছবি তৈরী করা কিন্তু সামান্য কাজ। যেমন খাওয়া-দাওয়া, ঘুমাতে যাওয়া এবং খেলা করা।
যোগাযোগের জন্য সহায়ক হিসাবে বস্তুর চেয়ে ছবির আবেদন বুঝতে অটিস্টিক শিশুদের অধিক অসুবিধা হয়। প্রথমে বস্তুর ব্যবহার পছন্দ করুন (দেখুন পরামর্শ এ), কারণ শিশু এ মাধ্যমই ভালভাবে বুঝতে পারে।
কথা বলার প্রাথমিক পর্যায় থেকে শুরু করাই ভাল-যাতে আপনি কেবলমাত্র সংক্ষিপ্ত বাক্য এবং সহজ শব্দ ব্যবহার করতে পারেন। আপনি অনুরূপ বহু শব্দ ব্যবহার করতে পারেন। এভাবে শিশুর কাছে ভাষা কম অসুবিধার মনে হবে।

ডি । শিশুকে সাথে নিয়ে অন্য শিশুদের সাথে খেলাধুলার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়া এবং এক্ষেত্রে সুনির্দিষ্ট পদ্ধতি অবলম্বন করা।
- যখন শিশুকে অন্য ব্যক্তিবর্গের সাথে খেলাধুলা করতে হয়, সেত্রে তাকে প্রথমে একজনের সাথে খেলতে দিন। ব্যক্তিটি হতে হবে শিশুর কাছে সুপরিচিত এবং বিশ্বস্ত। যেমন, শিশুর মা।
- শিশুটিকে যখন অন্য শিশুর সাথে খেলতে হয়, তখন প্রথমে তার মায়ের সাথে খেলতে দিন এবং পরে শিশুর সাথে।
- খেলায় শিশুকে কি করতে হবে এ মর্মে তাকে সব বুঝিয়ে বলুন।
- এমন একটি খেলা পছন্দ করুন যে খেলাটি শিশু জানে এবং তার জন্য খুব কঠিন নয়।
- নির্দিষ্ট পদ্ধতির খেলা পছন্দ করুন, যে খেলায় রয়েছে পুনঃপুনঃ খেলার ছন্দ এবং স্পষ্ট নিয়ম।
- শিশুকে উৎসাহিত করুন এবং প্রশংসা করুন।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল ও তার মা অন্য একটি ছেলের সাথে খেলছে। তারা বল দিয়ে খেলছে।

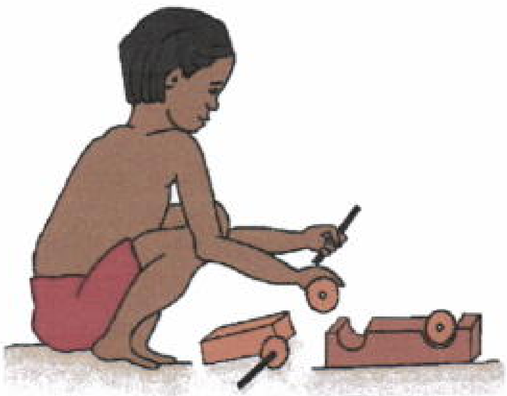
নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যগুলোর জন্য এ পরামর্শ উপযোগী ঃ

- বৈশিষ্ট্য নং ২ ঃ অন্য শিশুদের সাথে খেলা করতে এবং খেলনা নিয়ে মিলেমিশে খেলতে সমস্যা।
সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল ক্রীড়ারত শিশুদের থেকে আলাদা থাকে , একা একা খেলা তার অধিকতর পছন্দ।

অন্যান্য শিশুদের সাথে খেলাধুলার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়ার জন্যে যুক্তিপ্রদর্শন

অন্যান্য শিশুদের নিয়ম-কানুন এবং আচরণ অধিকাংশ সময়েই অটিস্টিক শিশু বুঝতে পারে না। কিভাবে একই সাথে খেলার সময় পরিস্থিতি মোকাবিলা করতে হয়, পরিস্থিতি যেমন, অন্য শিশুর সংস্পর্শে আসা বা একটি খেলনা দিয়ে এক সাথে খেলা করা যায় তা তারা জানে না। পরিস্থিতির সাথে খাপ খাওয়ানো সহজতর করার জন্য খেলাধুলা করার সময় শিশুর কি কি করা উচিৎ তা তাকে সহজ বাক্যে বা অঙ্গভঙ্গি এবং ছবি ব্যবহার করে বোঝানো। বয়স্করা আদেশ দিয়ে খেলাকে সুনির্দিষ্ট নিয়মের মধ্যে নিয়ে আসতে পারে। যেমন, 'জুয়েলের কাছে বলটি ছুঁড়ে দাও', বা 'সোহেল বলটি ধর' এমন আদেশ। শিশু জানে কি হতে যাচ্ছে এ'টা নিশ্চিত করতে আদেশ সাহায্য করে । খেলার সময় অপ্রত্যাশিত বিষয় অটিস্টিক শিশুকে বিভ্রান্ত করতে পারে।

অন্য মানুষদের সাথে সাথে খেলাধুলা করার সময় কেমন আচরণ করতে হয় সেটা যখন সে তা বুঝতে পারে না তখোন অদ্ভুত কিছু করে, যেমন, মারামারি এবং চেচামেচি । অনেক শিশু অন্য শিশুদের থেকে দূরে অবস্থান করে, কারণ তারা বিভ্রান্তিকর পরিস্থিতিতে পড়তে চায় না।



ই. বিভিন্ন রকমের, গতি, বস্তু এবং নকশার ওপর শিশুর আগ্রহ বাড়িয়ে তোলা। ভিন্ন বস্তু এবং খেলার কৌশল দিয়েও এ'টা করা যায়। আপনি যখন এ'টা করেন আপনাকে তার আগ্রহকে প্রারম্ভিক পয়েন্টের মত গন্য করতে হবে।

- যে বস্তু বা খেলনায় তার আগ্রহ আছে তা দিয়ে তাকে অন্য কিছু করতে দিন।
- শিশুকে পরিচিত হতে দিন অন্য বস্তুর সাথে যার চলার গতি আছে - যা শিশুকে আকৃষ্ট করে।
- কোন নতুন খেলনা বা বস্তুর সর্বাত্বক ব্যবহার করতে শিশুকে প্রচুর সময় দিন।
- নতুন খেলনা বা খেলার প্রবর্তন করার সময় শিশুর সাথে খেলুন।
- খুব বেশী অসুবিধা নয় শিশুর জন্য এমন খেলনা পছন্দ করুন।
- শিশুকে উৎসাহিত করুন এবং প্রশংসা করুন।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল চাকা দিয়ে একটা খেলনা তৈরী করছে। খেলনাটি বহু সংখ্যক আলাদা আলাদা অংশ নিয়ে গঠিত। সোহেলের খেলনার চাকা ঘোরাতে পারার আগে, এর গতি সোহেলকে আকৃষ্ট করে, বিভিন্ন অংশের বাইরে তাকে খেলনাটি তৈরী করতে হয় ।

নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যগুলোর জন্য এ পরামর্শ উপযোগী ঃ

- বৈশিষ্ট্য নং ৫ ঃ নির্দিষ্ট গতি , বস্তু বা নকশার ধরনের জন্য অস্বাভাবিক আগ্রহ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ ফ্যানের ঘূর্ণন এবং খেলনার চাকার গতি সোহেলকে আকৃষ্ট করে। ঘূর্ণনের গতিকে সে তার দেহের নড়াচড়া বা চলাচলে অনুকরণ করে।

- বৈশিষ্ট্য নং ৪ ঃ গৎবাঁধাভাবে একই বস্তু দিয়ে খেলা করা এবং অদলবদল না করা বা অন্য নতুন কোনো খেলনার চেষ্টা না করা ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল কেবলমাত্র পাত্র দিয়ে খেলা করে। গতানুগতিকভাবে পাত্রগুলো একই পন্থায় সাজিয়ে খেলা করে। একই পন্থায় পাত্রগুলো লাইন করে সাজানো হয় এবং দু'টি পাত্রের মাঝখানে ফাঁকা কিছু দুরত্ব থাকে প্রত্যেক সময় একই রকম হয়।

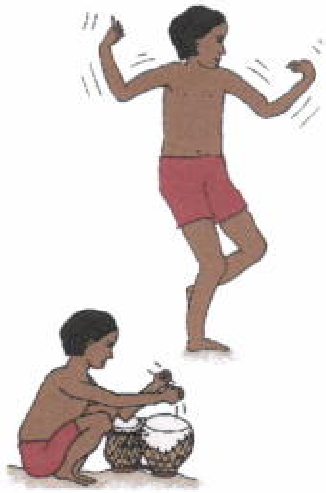
আগ্রহ বৃদ্ধি করার জন্য যুক্তি প্রদর্শন ঃ

অধিক সংখ্যক অটিস্টিক শিশুর নির্দিষ্ট 'অস্বাভাবিক' আগ্রহ থাকে এবং তাদের দেহের সাহায্যে এ সব নড়াচড়া রপ্ত করে। সুপরিচিত নড়াচড়াগুলো হলো ঘোরা এবং তার হাত দিয়ে তালি দেয়া । অনরূপ নড়াচড়া তারা বার বার করে। এ নড়াচড়া অপ্রয়োজনীয় মনে হয়, কিন্তু শিশুর জন্য এ নড়াচড়া তাদের নিজেকে প্রকাশ করার এবং মজা করার একটি উপায়।

অন্য উপায়ে খেলা করতে - তার আগ্রহ আছে এমন গতিসম্পন্ন বস্তু দিয়ে খেলায় বৈচিত্র আনতে আপনি শিশুকে জাগিয়ে তুলতে পারেন। উদাহরণস্বরূপ, সর্বদাই একটি শিশু বারবার দরজা খোলে এবং বন্ধ করে । বারবার খোলা এবং বন্ধ করার নড়াচড়া/গতি তাকে আকৃষ্ট করে। প্রত্যেক সময় সে বলে 'খোলা' এবং 'বন্ধ'; যখন সে বলে ''খোলা'' তখোন সে তার বাহুদ্বয় প্রসারিত করে এবং যখন সে বলে 'বন্ধ' সে তার দু'বাহু একত্রিত করে এবং হাততালি দেয়। খুলতে এবং বন্ধ করতে আপনি অন্য জিনিষও ব্যবহার করতে পারেন। যেমন, পাত্র বা বাক্স। তার দরজা আন্দোলিত করার স্থলে খুলতে এবং বন্ধ করতে পারে এমন ধরনের বক্স বা খেলনা দিয়ে তার আগ্রহ বাড়িয়ে দিতে পারেন।

নির্দিষ্ট একটি খেলায় শিশুর আগ্রহ যখন আপনি বাড়িয়ে তুলতে চান তখোন শিশুকে নিয়ে প্রথমে একসাথে আপনাকে খেলতে হবে। আপনাকে সর্বদাই শিশুর আগ্রহ অনুসরন করা এবং এর জন্য যথেষ্ট সময় দেয়া দরকার।

আরো দেখুন পরামর্শ এবং যুক্তি প্রদর্শন ডি ও এফ বর্গে ।



এক । নিজেকে বা অন্য কাউকে আহত না করে যতক্ষণ সে দেহকে আন্দোলিত করে যেতে পারে- শিশুকে তা চালিয়ে যেতে দিন। কোনো সময় সে নিজেকে বা অন্য কাউকে আহত করে ফেললে, ভিন্ন জায়গা, সময় এবং গতানুগতিক নড়াচড়ার পন্থা খুঁজে বের করুন।

- শিশুকে (নমনীয়) বস্তু দিন- যা দিয়ে তার গতানুগতিক চলাচল অব্যাহত রাখতে ব্যবহার করতে পারে। সে নিজেকে বা কোনভাবে অন্য কাউকে ব'স্টি দিয়ে আহত করতে পারবে না সে বিষয়ে নিশ্চিত হোন।
- নিজেকে বা অন্য কাউকে আহত করা ছাড়া যতণ সে তার গৎবাঁধা শরীরের নড়াচড়া চালিয়ে যেতে পারে, এমন স্থান দেখান বা দিন।
- কেবলমাত্র নির্দিষ্ট সময়টিতেই গৎবাঁধা চলাচল করতে শিশুকে পাঁ দিন। তাকে দিবসের বিভিন্ন সময় বেধে দিন যাতে সে তার এ অভ্যাস অভ্যাহত রাখতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, প্রতিদিন যখন সে খেয়ে নিয়েছে।
- তাকে এবং অন্য কাউকে আহত করে এমন ধরনের এলোমেলো চলাচল তার করা কেন উচিৎ হবে না তা তাকে বুঝিয়ে বলুন।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল যখন উত্তেজিত বা ভীত হয় তখন তার গালে মারার পরিবর্তে টেবিল চাপড়ায়। উত্তেজিত বা ভীত হলে সোহেল বাহু এবং হাত অদ্ভুতভাবে ঝাপটায় বা তার গালে আঘাত করে

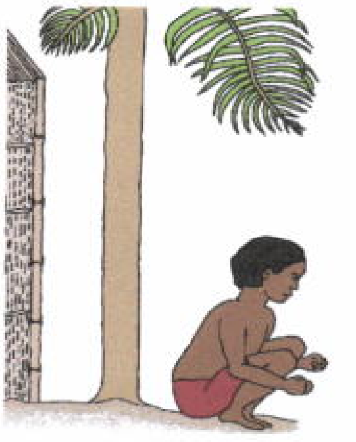
এ পরামর্শগুলো নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যগুলোর জন্য উপযোগী ঃ -

বৈশিষ্ট্য নং ৬ ঃ দেহের সাহায্যে বাঁধাধরা এবং পুনরাবৃত্তিমূলক চলাচল।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সাহেল যখন উত্তেজিত বা ভীত হয় তখন বাহু এবং হাত অদ্ভুত ভাবে "ঝাপটায়" বা তার গালে আঘাত করে।

বাঁধাধরা চলাচল করতে বাধা দেয়ার পক্ষে যুক্তি প্রদর্শন ঃ

শিশুর জন্য গৎবাঁধা চলাফেরা তার চতুর্পার্শ্বস্থ পরিবেশের সাথে খাপ খাওয়ানোর একটি উপায়। বসবাসকারী পরিবেশ সম্পর্কে শিশু যথেষ্ট ধারনা লাভ করে। কারণ অটিস্টিক শিশু এগুলো নিয়ন্ত্রণ করতে পারে না, এর সাথে খাপ খাওয়াতে সে তার নিজস্ব পন্থা ব্যবহার করে।
গৎবাঁধা চলাচল শিশুর চাহিদা, তাই এ'টি নিষেধ না করাটাই গুরুত্বপূর্ণ। তাদের পরিবেশের কোন পরিবর্তন হলে অধিকাংশ অটিস্টিক শিশু গৎবাঁধা অঙ্গভঙ্গি করে থাকে। পরিবর্তনের সাথে শিশুকে খাপ খাওয়াতে হয়। গৎবাঁধা চলন দিয়ে শিশু যখন নিজেকে আহত করে বা জিনিষপত্র ভেঙ্গে ফেলে, তখোন থামতে তাকে বোঝান উচিৎ কারণ সে আহত হতে পারে। চলাচলে বিঘ্ন সৃষ্টি না করে নিরাপদভাবে তারা যাতে চলাচল করে সেভাবে পরিবর্তন করতে চেষ্টা করুন। পরিবেশকে বা স্বয়ং গতিময়তার পরিবর্তন করে আপনি এর পরিবর্তন আনতে পারেন। ডি এবং ই বর্ণে দেখুন পরামর্শ এবং যুক্তি প্রদর্শন ।



জি। শিশুকে গভীর দুঃখ বা ভয় দেয়ার মাধ্যমে এক স্থানে একাকী রাখুন, যা তার জন্য বিশ্রামস্থল হয়। যেখানে সে নিজেকে এবং অন্যকে আঘাত করতে এবং জিনিষপত্র ভেঙ্গে ফেলতে না পারে।
- শিশুকে তার নিজস্ব জায়গা দিন, যেখানে সে অনায়াসে পুনরায় আসতে পারে বা যেখানে তার ক্রোধ বা ভয়ের উপসম হয়।
- কখনও এ'টি শিশুকে কিছু দিতে সাহায্য করে যা সে তার ভীতি বা ক্রোধ কমাতে ব্যবহার করতে পারে। যেমন, নমনীয় বস্তুকে বারবার আঘাত করা।
- দেয়াল বা বেড়াবিহীন কোন যায়গায় শিশুকে ছেড়ে গেলে কোন কোন শিশু পালাতে চেষ্টা করে। শিশুটি যখন প্রচন্ড মনকষ্ট বা মর্ম বেদনায় আক্রান্ত - তখন তাকে একাকী রাখার স্থান হিসাবে যদি পর্যাপ্ত ক বা বাড়ী থাকে তা ব্যবহার করতে পারেন।
- অপ্রয়োজনে কখনও শিশুকে তালাবদ্ধ করে রাখবেন না, প্রথমে বিকল্প পন্থা পছন্দ করুন।
- আক্রমনে বা ক্রোধে ভেঙ্গে ফেলতে পারে এমন বস্তু দূরে সরিয়ে রাখুন।
- শিশু নিজেকে আহত করে ফেলতে পারে এমন অবস্থায় তাকে একাকী রাখবেন না ।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ ক্রোধের বহিঃপ্রকাশে সোহেল বাড়ীর পিছনে বসে আছে। বাড়ির পিছনের জায়গা তার জন্য বিশ্রামস্থল, সে কোন জিনিসের ক্ষতিসাধন করতে পারে না।

এ পরামর্শ নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যের জন্য উপযোগী ঃ

- বৈশিষ্ট্য নং ৭ ঃ সঙ্গত কারণ ছাড়াই প্রচন্ড দুখ বা ক্রোধ।

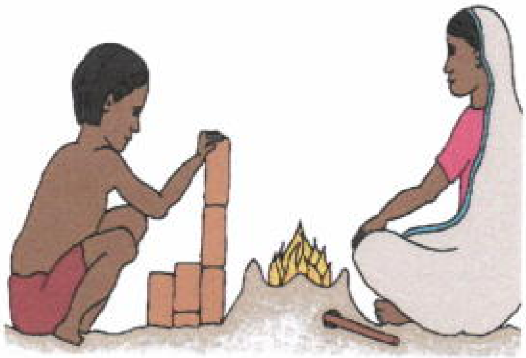
সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ উগ্র আবেগ বা ক্রোধ সোহেলকে আক্রান্ত করে। যাতে সে তার চতুর্পার্শ্বস্থ জিনিসপত্র ভেঙ্গে ফেলে। আপাত দৃষ্টিতে মনে হয় সে যে কোন প্রকারের ভুল করছে তা সে দেখতে পায় না।

প্রায়শ ঘোরাফেরা করতে পারার মত জায়গার জন্য যুক্তি প্রদর্শন ঃ

অটিসৃটিক শিশু প্রায়ই সঙ্গত কারণ ছাড়াই প্রচন্ড দুখ বা ক্রোধের দ্বারা তাড়িত হয় বলে প্রতীয়মান হয়। যাই হোক, বাস্তবিকই সেখানে কোন কারণ নাই সেটি আপনি পর্যবেশ করেছেন এ'টিই গুরুত্বপূর্ণ। কখনও তাদের এই আচরণ পরিবর্তনের বিরুদ্ধে একটি প্রতিরোধ ও নানান ধারণা বা ভীতির প্রতি প্রতিক্রিয়া। যদিও এ একটি অটিসৃটিক শিশু, তথাপিও এ একটি শিশু। প্রত্যেক শিশুই দুখ বা ক্রোধ বিষয়ে জানে। উদাহরণস্বরূপ, তারা কিছু চায় কিন্তু পেতে পারে না।

ক্রোধ বা দুঃখের কারণ কখনও নানান ধারণা লাভের প্রতি প্রতিক্রিয়া, এ'টি শিশুটিকে সাহায্য করে যখন তাকে শান্ত পরিবেশে রাখা যাবে- যা শিশুকে অবসর দেয়। সব সময় একই স্থান হলে স্থানটি শিশুর জন্য একটি নিরাপদ বিশ্রামস্থল হয়ে উঠে।
যখন কোন শিশু নিজেকে বা অন্যকে আহত করে বা জিনিসপত্রের ক্ষতি সাধন করে -তখন কখনও কখনও বা তাকে আহত করতে পারে না বা ভাঙ্গে না এমন কিছুর দিকে তার ক্রোধের মোড় ঘুরিয়ে দিয়ে তাকে সাহায্য করা যায়। অধিকাংশ সময়ে সে নিজেকে বা অন্যকে আহত করতে বা জিনিসপত্র ভাঙতে চায় না, কারণ সে ক্রোধ তাড়িত হয় এবং নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করতে পারে না। অটিসৃটিক শিশু প্রায়শঃই অন্যের ব্যথা পাওয়া বা জিনিসপত্র ভাঙ্গার অর্থ বুঝতে পারে না। আহত বা ভাঙ্গাভাঙ্গি করা কেন উচিৎ নয় - শিশুকে তা শেখাতে তাই অসুবিধা হয়।
পরিবেশ নিরাপদ করলে ক্রোধ বা ভীতিতে শিশু অধিক ক্ষতির কারণ হয় না। নাগালের মধ্যে ভাঙ্গার কিছু না থাকলে, শিশু ভাঙ্গা-ভাঙ্গি করতে পারে না।

নিজেকে আহত করতে পারে এমন পরিস্থিতিতে শিশুকে একাকী ফেলে যাবেন না, অনেক বিপদজনক পরিস্থিতি থেকে আপনিও তাকে রক্ষা করতে পারেন। যদি নির্জন স্থানে শিশু একা থাকে তাহলে সব কিছু ঠিক ঠাক আছে কিনা তা কিছুক্ষণ পর পর খেয়াল করুন।



এইচ । বিপদজনক পরিস্থিতিতে শিশুকে একাকী ফেলে যাবেন না এবং শিশুকে আহত হওয়া থেকে রার জন্য বিপদজনক জায়গাগুলো আবৃত করুন বা বেষ্টনী দিন।
- বিপদজনক পরিস্থিতিতে শিশুর উপস্থিতিতে অবস্থান করুন।
- দেয়াল বা বেষ্টনী দিয়ে বিপদজনক স্থানগুলো আবৃত করুন।
- তার জন্য এ'টি কেন বিপদজনক তা শিশুকে বলুন এবং তাকে সতর্ক করে দিন।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ আগুনের দিকে ইটের ছোট দেয়ালের পিছনে সোহেল বসে আছে। ইট এবং তার মায়ের উপস্থিতি সোহেলকে আগুন নিয়ে খেলা করা থেকে রা করছে, যা বিপদজনক।

এ পরামর্শগুলো নিম্নোক্ত বৈশিষ্ট্যের জন্য উপযোগী ঃ
বৈশিষ্ট্য নং ৮ ঃ বিপদজনক অবস্থার পরিস্থিতিতে পাওয়া গেলেও বিপদের ভয় না জানা।

সচিত্র ব্যাখ্যা ঃ সোহেল আগুন নিয়ে খেলছে, উত্তপ্ত শিখা থেকে সে কোন বিপদ দেখতে পায় না। তার বাহু আগুনের মধ্যে, যার কারণে পুড়ে যাওয়া।

বিপদজনক অবস্থা থেকে শিশুকে নিবৃত্ত করার জন্য যুক্তিপ্রদর্শন ঃ
কিছু সংখ্যক অটিসৃটিক শিশু কোনো কিছুর বিপদ যথাযথভাবে দেখে না, কোনটি বিপদজনক এবং কেন সেটি নিরাপদ নয় এ শিক্ষা দেয়াও কঠিন।

এমন কিছু জিনিস আছে যা বিপদজনক এবং তুমি যা বার বার পুনরাবৃত্তি কর- এগুলো শিশুকে বলা গুরুত্বপূর্ণ কারণ এ বোঝানোও যেমনি গুরুত্বপূর্ণ তেমনি শিশুর চতুর্পার্শ্বস্থ পরিবেশ নিরাপদ রাখাও দরকারী। বিপদজনক অবস্থায় পতিত হওয়া থেকে শিশুকে নিবৃত্ত করুন। বিপদজনক অবস্থায় শিশুকে সঙ্গ দিয়ে এবং জায়গাগুলো বেড়া দিয়ে বা আড়াল করে আপনি এ অবস্থা প্রতিরোধ করতে পারেন।

ধাপ ১২

* **শ্রোতামন্ডলীকে বলুন** মিটিং এখানেই শেষ এবং তাদের কোনো জিজ্ঞাসা থাকলে আপনার বা অন্য স্বাস্থ্যকর্মীর কাছে আসতে আমন্ত্রণ জানান।

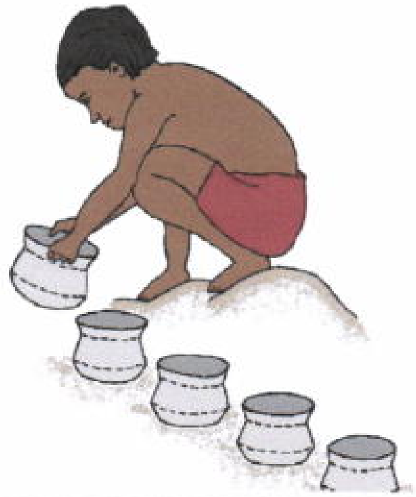
ব্যক্তিবর্গকে বলুন যে, তাদের শিশুদের বেলায় পরামর্শ ব্যবহারের ক্ষেত্রে আপনি এবং অন্য স্বাস্থ্যকর্মী সাহায্য ও পরামর্শ দিতে পারেন।

* **আপনি চাইলে শ্রোতাবর্গের কাছে** অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য বা অটিসমের বৈশিষ্ট্য মোকাবিলার পরামর্শের সার-সংক্ষেপ দিতে পারেন। বাড়ি ফিরে তারা সার-সংক্ষেপসহ তথ্য নিয়ে ভাবতে পারে। এ পাতার পরবর্তী পাতায় (অতিরিক্ত কপিসহ) বিভিন্ন সার-সংক্ষেপ পেতে পারেন। সার-সংক্ষেপে আছে সচিত্র ব্যাখ্যা, যা বোঝার জন্য সহজ। আপনি এ সার-সংক্ষেপের কপি তৈরী করতে পারেন।

সার-সংক্ষেপ ঃ অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য

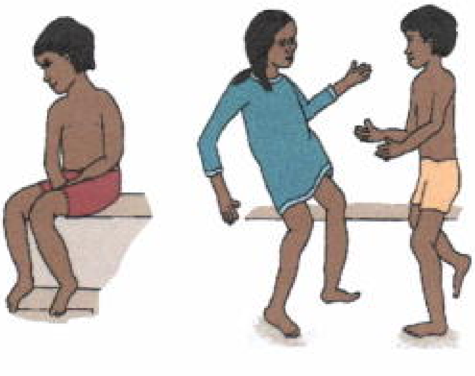
আটিস্‌মের বৈশিষ্ট্যসমূহ

বৈশিষ্ট্য নং ১ ঃ কথা বলার ভাষার ঘাটতি বা যোগাযোগের সময় অদ্ভুত গৎবাঁধা শব্দ এবং বাক্যের ব্যবহার।

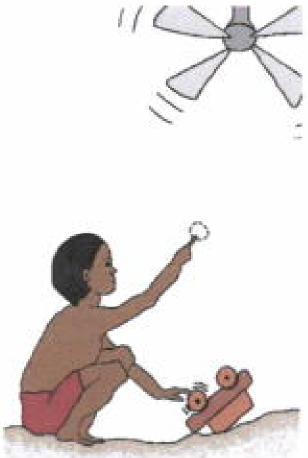


বৈশিষ্ট্য নং ২ ঃ গৎবাঁধাভাবে একই বস্তু দিয়ে খেলা করা এবং পরিবর্তন বা নতুন খেলনা পাওয়ার জন্য চেষ্টা না করা।

বৈশিষ্ট্য নং ৩ ঃ অন্য মানুষদের সাথে মেলামেশায় অঙ্গভঙ্গি এবং ইঙ্গিত ব্যবহার করতে এবং বুঝতে সমস্যা।

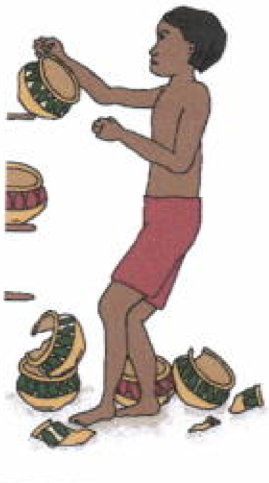


বৈশিষ্ট্য নং ৪ ঃ অন্যান্য শিশুদের সাথে খেলা করতে এবং তাদের সাথে খেলন দিয়ে মিলেমিশে খেলতে সমস্যা।



বৈশিষ্ট্য নং ৫ ঃ নির্দিষ্ট গতি, বস্তু এবং ধরনের জন্য অস্বাভাবিক আগ্রহ।

বৈশিষ্ট্য নং ৬ ঃ দেহের সাহায্যে গৎবাঁধা এবং পুনরাবৃত্তিমূলক চলাচল।



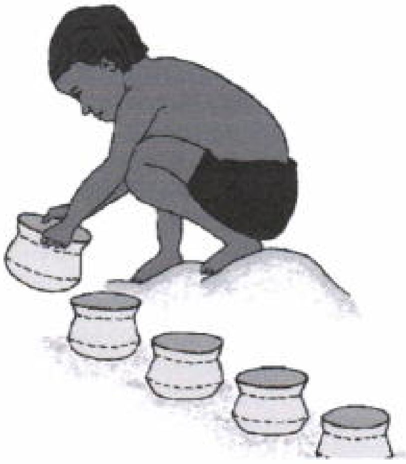
বৈশিষ্ট্য নং ৭ ঃ সতত কোনো কারন ছাড়াই গভীর দুঃখ বা ক্রোধ।

বৈশিষ্ট্য নং ৮ ঃ অবশ্যম্ভাবী বিপদেও ঝুঁকির মধ্যে পাওয়া গেলেও বিপদের ভয় না থাকা।

সার-সংক্ষেপ ঃআটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ।

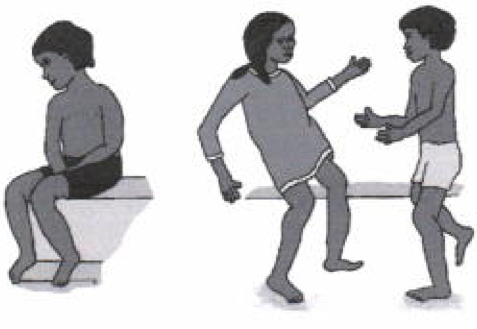
অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্যসমূহ

বৈশিষ্ট্য নং ১ ঃ কথা বলার ভাষার ঘাটতি বা যোগাযোগের সময় অদ্ভুত গৎবাঁধা শব্দ এবং বাক্যের ব্যবহার।



বৈশিষ্ট্য নং ২ ঃ গৎবাঁধাভাবে একই বস্তু দিয়ে খেলা করা এবং পরিবর্তন বা নতুন খেলনা পাওয়ার জন্য চেষ্টা না করা।

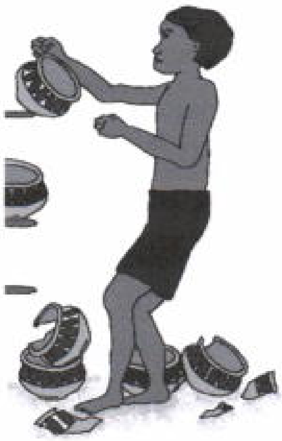
বৈশিষ্ট্য নং ৩ ঃ অন্য মানুষদের সাথে মেলামেশায় অঙ্গভঙ্গি এবং ইঙ্গিত ব্যবহার করতে এবং বুঝতে সমস্যা।



বৈশিষ্ট্য নং ৪ ঃ অন্যান্য শিশুদের সাথে খেলা করতে এবং তাদের সাথে খেলনা দিয়ে মিলেমিশে খেলতে সমস্যা।

বৈশিষ্ট্য নং ৫ ঃ নির্দিষ্ট গতি, বস্তু এবং ধরনের জন্য অস্বাভাবিক আগ্রহ।

বৈশিষ্ট্য নং ৬ ঃ দেহের সাহায্যে গৎবাঁধা এবং পুনরাবৃত্তিমূলক চলাচল।

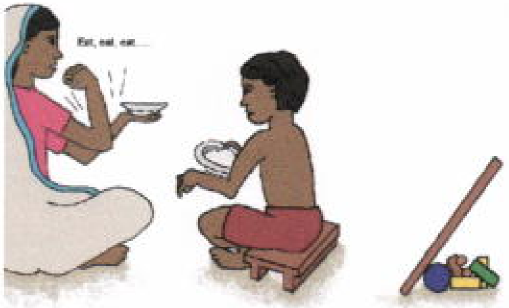


বৈশিষ্ট্য নং ৭ ঃ সঙ্গত কোনো কারণ ছাড়াই গভীর দুঃখ বা ক্রোধ।

বৈশিষ্ট্য নং ৮ ঃ অবশ্যম্ভাবী বিপদেও ঝুঁকির মধ্যে পাওয়া গেলেও বিপদের ভয় না থাকা।

সার-সংক্ষেপ ঃ অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ।

অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ

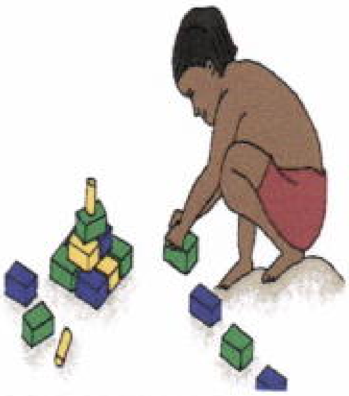


* অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য সাধারণ শর্তাবলীঃ

- অঙ্গভঙ্গি এবং বস্তুর সাহায্যে ছবির মত দৃষ্টির সামনে আনা।
- কোনো জিনিস, কর্ম বা শব্দের পুনরাবৃত্তি করা।
- তার পরিবেশকে শান্তিপূর্ণ করা।
- প্রত্যেক কাজের জন্য জায়গা নির্ধারণ করে দেয়া।

এ. মৌখিক যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে অঙ্গভঙ্গি মূকাভিনয় এবং বস্তু ব্যবহার করা।

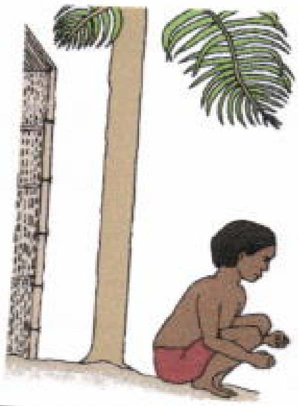
ই. বিভিন্ন রকমের গতি, বস্তু এবং ধরনের উপর আগ্রহ বাড়িয়ে তোলা।



বি. গৎবাঁধা খেলাধুলার পরিমান কমিয়ে দেয়া এবং খেলনা বা বস্তু দিয়ে নানান রকমের খেলাধুলার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়া।

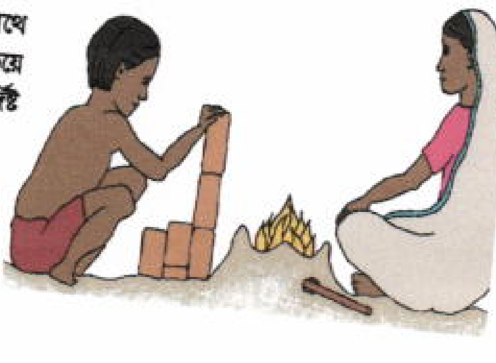
এফ. শিশুটি যতক্ষণ পর্যন্ত নিজেকে বা অন্যকে আহত না করে দেহের সাহায্যে গৎবাঁধা এবং পুনরাবৃত্তিমূলক চলাচল বা নড়াচড়া চালিয়ে যেতে পারে তাকে তা করতে দিন। যদি সে নিজেকে বা অন্য কাউকে আহত করে ফেলে, তবে অন্য স্থান, সময় এবং তার গৎবাঁধা চলাচল বিষয়ে সচেতন হতে হবে।

সি. যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে ছবি ব্যবহার করা।



জি. শিশুকে গভীর দুঃখ বা ভয় দেয়ার মাধ্যমে এক স্থানে একাকী রাখুন, যা তার জন্য বিশ্রামস্থল হয়। যেখানে সে নিজেকে বা অন্যকে আহত করতে এবং জিনিসপত্র ভেঙ্গে ফেলতে না পারে।

ডি. শিশুকে সঙ্গে নিয়ে অন্যান্য শিশুদের সাথে খেলাধুলার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়া এবং এ ক্ষেত্রে সুনির্দিষ্ট পদ্ধতি অনুসরণ করা।



এইচ. বিপদজনক পরিস্থিতিতে শিশুকে একাকী ফেলে যাবেন না এবং আহত হওয়া থেকে রক্ষার জন্য উক্ত জায়গাগুলো আড়াল করে রাখুন।

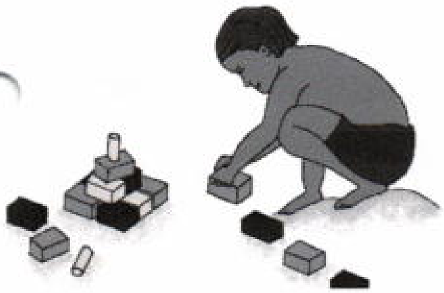
সার-সংক্ষেপ ঃ অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ।

অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য পরামর্শ

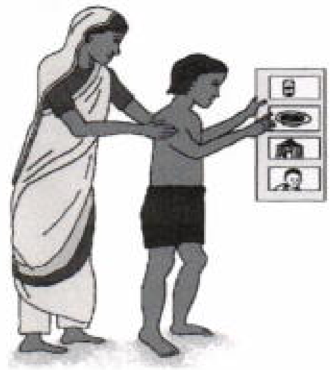
* অটিস্‌মের বৈশিষ্ট্য নিয়ে কাজ করার জন্য সাধারণ শর্তাবলীঃ

- অঙ্গভঙ্গি এবং বস্তুর সাহায্যে ছবির মত দৃষ্টির সামনে আনা।
- কোনো জিনিস, কর্ম বা শব্দের পুনরাবৃত্তি করা।
- তার পরিবেশকে শান্তিপূর্ণ করা।
- প্রত্যেক কাজের জন্য জায়গা নির্ধারণ করে দেয়া।

এ. মৌখিক যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে অঙ্গভঙ্গি মূকাভিনয় এবং বস্তু ব্যবহার করা।



বি. গৎবাঁধা খেলাধুলার পরিমান কমিয়ে দেয়া এবং খেলনা বা বস্তু দিয়ে নানান রকমের খেলাধুলার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়া।

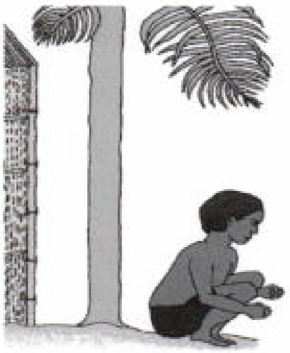


সি. যোগাযোগের সহায়ক হিসাবে ছবি ব্যবহার করা।

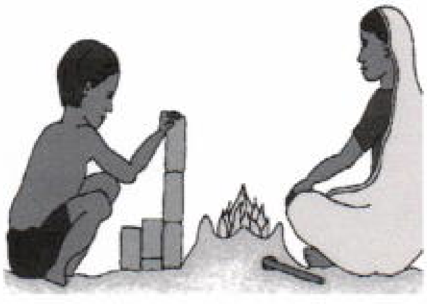
ডি. শিশুকে সঙ্গে নিয়ে অন্যান্য শিশুদের সাথে খেলাধুলার পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়া এবং এ ক্ষেত্রে সুনির্দিষ্ট পদ্ধতি অনুসরণ করা।

ই. বিভিন্ন রকমের গতি, বস্তু এবং ধরনের ওপর আগ্রহ বাড়িয়ে তোলা।

এফ. শিশুটি যতক্ষণ পর্যন্ত নিজেকে বা অন্যকে আহত না করে দেহের সাহায্যে গৎবাঁধা এবং পুনরাবৃত্তিমূলক চলাচল বা নড়াচড়া চালিয়ে যেতে পারে তাকে তা করতে দিন। যদি সে নিজেকে বা অন্য কাউকে আহত করে ফেলে, তবে অন্য স্থান, সময় এবং তার গৎবাঁধা চলাচল বিষয়ে সচেতন হতে হবে।



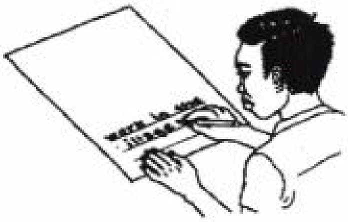
জি. শিশুকে গভীর দুঃখ বা ভয় দেয়ার মাধ্যমে এক স্থানে একাকী রাখুন, যা তার জন্য বিশ্রামস্থল হয়। যেখানে সে নিজেকে বা অন্যকে আহত করতে এবং জিনিসপত্র ভেঙ্গে ফেলতে না পারে।



এইচ. বিপদজনক পরিস্থিতিতে শিশুকে একাকী ফেলে যাবেন না এবং আহত হওয়া থেকে রক্ষার জন্য উক্ত জায়গাগুলো আড়াল করে রাখুন।

মূল্যায়ন

সহায়িকা এবং সচিত্র ব্যাখ্যার সংশোধন করার জন্য যদি আপনার কোনো পরামর্শ বা মতামত থাকে তা লিপিবদ্ধ করে টিচিং শিশু নিকেতন ফাউন্ডেশনের কাছে পাঠাতে পারেন।



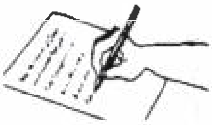
এতে অন্তর্ভুক্ত করার মত কোনো বিষয় জানালে তা মূল্যায়ন করা হবে।

আপনার মন্তব্যের জন্য মূল্যায়নপত্র ব্যবহার করতে পারেন।

মূল্যায়নপত্র

নিম্নোক্ত প্রশ্নগুলোর উত্তর দিন এবং আপনার মন্তব্য অনুগ্রহ করে ষ্টিচিং শিশু নিকেতন ফাউন্ডেশনে পাঠান। উন্নয়নের জন্য আপনার পরামর্শ লিপিবদ্ধ করে পাঠালেও সঠিক মূল্যায়ন করা হবে।

মন্তব্য বা পরামর্শের জন্য অতিরিক্ত জায়গার প্রয়োজনে মূল্যায়ন পত্রের পিছনের দিক ব্যবহার করতে পারেন।



" আপনার পেশা, সামাজিক শিক্ষাগত যোগ্যতার পটভূমি (background) কি? আপনি কত বার শিক্ষা উপকরণ ব্যবহার করেছেন ?

-
-

" শিক্ষা উপকরণের কোন অংশে আপনি ব্যবহার করেন ?

-
-

" সহায়িকা কি সঠিকভাবে বিন্যাস্ত করা হয়েছে ?

-
-

পরামর্শঃ

" সহায়িকার কোন অংশগুলো আপনি তাৎক্ষনিক ব্যবহার করতে পারেন এবং ব্যবহার করা সহজ ? সহায়িকার কোন কোন অংশ ব্যবহার করা কঠিন ?

-
-

" আপনি কি মনে করেন সহায়িকা খুবই দীর্ঘ ? কোন কোন অংশ আপনি বাদ দেবেন বা সংক্ষিপ্ত করবেন ?

-
-

পরামর্শঃ

" শিক্ষা উপকরণে কিসের ঘাটতি আছে ? সহায়িকায় আর কি অর্ন্তভুক্ত করা উচিৎ ?

-
-

" সহায়িকার অংশগুলোর কোথাও ভাষা বুঝতে খুবই অসুবিধা হয় বা ভাষা কোথাও খুবই সাদামাটা ?

-
-

পরামর্শঃ

" কোন কোন আলোচ্য বিষয়ের আরো ব্যাখ্যা বা উদাহরণ দরকার ?

-
-

পরামর্শঃ