স্কুল কমিউনিটি টুলকিট

স্কুল সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিদের জন্য অটিজম বিষয়ক সহায়িকা

(অটিজম আছে এমন শিক্ষার্থীদের সহায়তার জন্য প্রস্তুত)

সহায়িকা বিষয়ক তথ্যঃ

দিন দিন অটিজম নির্ণয় এর হার বেড়ে যাওয়ায় বর্তমান সময়ে মূলধারার সরকারী ও বেসরকারী স্কুলে অটিজম আছে এমন শিশুদেরকে ভর্তি করা হচ্ছে। অটিজম আছে এমন শিক্ষার্থীদের কাছে স্কুলের পরিবেশ অনেকসময় প্রতিকুল হয়ে উঠে এবং তাদের অন্যদের চেয়ে বাড়তিকিছু সমস্যা মোকাবিলা করতে হয়। কিন্তু স্কুলের শিক্ষক, কর্মকর্তা, কর্মচারী, সহায্যকারী, স্কুল বাসের ড্রাইভার,বন্ধু এবং অভিভাবকদের উপযুক্ত সহায়তা পেলে তারাও উল্লেখযোগ্য অবদান রাখতে পারে এবং ছাত্রসমাজের একজন গুরুত্বপূর্ণ সদস্য হতে পারে। স্কুল সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গ, স্কুলের কর্মী এবং বন্ধুরা জানতে পারবে অটিজম আছে এমন শিশুরাও সমাজে অবদান রাখতে পারে। এই সহায়িকার উদ্দেশ্য হচ্ছে অটিজম বিষয়ে তথ্য সরবরাহ করা, তাদের বৈশিষ্টসমূহ বোঝা, তাদের প্রতিকুলতা এবং ক্ষমতা বিষয়ে প্রকৃত তথ্যটি জানানো। পাশাপাশি এই সহায়িকার নির্দেশনা অনুযায়ী অটিজম আছে এমন শিশুদের সাথে কিভাবে ভাবের আদান প্রদান করতে হবে তাও বোঝা যায়।

এই সহায়িকা কিন্তু অটিজম আছে এমন শিশুদের বিশেষ শিক্ষাদানের কোনো পাঠক্রম নয়; তবে সাধারণ শিক্ষার সহায়ক এবং স্কুল সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গের জন্য একধরনের সাহায্য যার মাধ্যমে তারা নানাভাবে অটিজম আছে এমন শিশুদের সাথে বিভিন্ন কর্মকান্ডে ইতিবাচক ভূমিকা রাখতে পারে। যাহোক, এটা আশা করা যায়যে বিশেষ স্কুলের কর্মীগণ এই সহায়িকার মাধ্যমে গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাদি জানতে পারবেন এবং সাধারণ স্কুলের কর্মীগণ সার্বিকভাবে অটিজম বিষয়টির সাথে সমাপৃক্ত হতে পারবেন।

এই তথ্যাবলী স্কুলের কর্মীগণের প্রশিক্ষনে কাজে লাগবে এবং অটিজম বিষয়ক নানা নীতিগ্রহণে তারা সক্ষম হবেন। অটিজম আছে এমন শিশুদের সাহায্যের জন্য একটি সম্মিলিত উদ্যোগ প্রয়োজন, তবে এধরনের প্রত্যেক শিশুকে স্বতন্ত্রভাবে বিবেচনা করতে হবে। স্কুলের কর্মীদের মধ্যে যারা ছাত্র ছাত্রীদের সম্পর্কে ভালোভাবে জানেন, যারা অভিজ্ঞ শিক্ষক, থেরাপিস্ট এবং পরিবারের সদস্য তাদেরকে এই সহায়িকার আলোকে প্রশিক্ষণ করা হবে এবং তারা প্রথমে বিষয়টি বোঝার চেষ্টা করবেন। পরবর্তীতে

আরো প্রশিক্ষন তাদের দেয়া হবে যাতে তারা বিষয়টিতে আরো দক্ষ হয়ে উঠেন এবং সংশ্লিষ্ট শিশুদের সাথে ভালোভাবে যোগাযোগ করতে পারেন। পাশাপাশি সাংগঠনিকভাবে তারা কুশলী হয়ে উঠতে পারবেন, অন্যদের উদ্বুদ্ধ করতে পারবেন এবং অটিজম আক্রান্ত শিশুদের সাথে যোগাযোগে যথার্থ ভূমিকা রাখবেন।

এই সহায়িকা কীভাবে ব্যবহার করতে হবে :

স্কুল এর প্রবেশ করার পর থেকে স্নাতক ডিগ্রি অর্জন পর্যন্ত অটিজম আছে এমন একজনকে সাহায্য করার জন্য তার শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান এর কর্মীরা এই সহায়িকাটি ব্যবহার করবেন। এখানে কিছু কিছু তথ্য আছে যা কারো কারো জন্য বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ এবং প্রয়োজনীয়। স্কুলে কর্মরত বিভিন্ন ধরণের কর্মী (যেমন প্রশাসক, সাইকোলজিস্ট) এই সহায়িকায় প্রদত্ত তথ্যাদি জেনে অটিজম এর সাথে পরিচিত হবেন। পাশাপাশি বিশেষ স্কুলের শিক্ষক, কাউন্সিলর, সাইকোথেরাপিস্ট তাদের বিভিন্ন পদক্ষেপ গ্রহণে এই সহায়িকায় প্রদত্ত তথ্যাবলী ব্যবহার করতে পারবেন। সহায়িকার শেষে প্রদত্ত ওয়েবসাইট ঠিকানা এবং প্রয়োজনীয় গ্রন্থের তালিকা থেকে তারা আরো সমৃদ্ধ জ্ঞান লাভ করতে পারেন। এছাড়া ইন্টারনেট থেকে ডাউনলোড করা যায় এমন তথ্যাদি, হ্যান্ডনোট ফর্ম ইত্যাদিও শেষাংশে সন্নিবিশিত আছে।

অটিজম বিষয়ক সাধারণ তথ্য এবং অ্যাসপারজার্স বিষয়ক সাধারণ তথ্য অংশে এই দু'টি বিষয় নিয়ে সাধারণ তথ্য দেয়া আছে যেখান থেকে বাস ড্রাইভার, ক্যান্টিনের খাবার পরিবেশনকারী তারা তাদের জন্য প্রয়োজনীয় বিষয়াদী সংক্ষেপে পাবেন।

সুনির্দিষ্ট সদস্যদের জন্য তথ্যাদি অংশে স্কুলের সাহায্যকারী নানা স্তরের কর্মী এবং সহপাঠীদের জন্য প্রয়োজনীয় বিষয়াবলী আলোচনা করা হয়েছে। যদি পরবর্তীতে আরো বিস্তৃত প্রশিক্ষণের সুযোগ না হয় তবে অভিভাবক, বিশেষ স্কুলের শিক্ষক এবং সাইকোথেরাপিস্টদের জন্য অটিজম এবং অ্যাসপারজার্স বিষয়ক সাধারণ তথ্য অংশে যথেষ্ট বিস্তারিত করে দেয়া আছে। সুনির্দিষ্ট সদস্যদের জন্য তথ্যাদি এবং আমার সম্পর্কে তথ্য ছক পূরণের মাধ্যমে বোঝা যাবে অটিজম আছে এমন শিশুর বাবা মায়েরা এবং তারা নিজেরাও অটিজম সম্পর্কে কী ধারণা পোষন করেন। চলতে থাকা প্রশিক্ষণ, সমস্যা সমাধানের উপায় এবং আকাঙ্ক্ষার ব্যপ্তি বৃদ্ধির সাথে সকলের সম্পৃক্ততার মাধ্যমে দক্ষতা, যোগ্যতা তার সফলতাও বাড়তে থাকবে। এই সহায়িকায় প্রতিটি অধ্যায়কে কয়েকটি মডিউলে ভাগ করা হয়েছে, যাতে ছোট ছোট অংশে এটি বুঝতে আরো সহজ হয় এবং ছোট পরিসরেও এটি আলোচনা করা যায়। যেমন স্কুলের

সাপ্তাহিক স্টাফ মিটিং এর সময় । উদাহারণ আর ছবির মাধ্যমে সবরকমভাবে াবষয়টি বোঝানোর চেষ্টা করা হয়েছে । প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষনের বিবরণ, ওয়েবসাইট ঠিকানা, এবং উদাহারণ এখানে সংযুক্ত করা হয়েছে । আর আশা করা যায় সময়ের প্রয়োজনে এই সহায়িকাটি আরো সমৃদ্ধ ও সময়োপযোগী করা হবে । নির্ঘন্ট অংশে নানা ছক আর কিছু নিবন্ধ দেয়া আছে যা প্রশিক্ষন সময়ে বা হ্যান্ডআউট হিসেবে বা অটিজম বষয়ে নীতিমালা তৈরিতে সাহায্য করবে । অটজম আছে এমন শিক্ষার্থীর উপকার হতে পারে এমন বিষয়াদী রোল প্লে, উদাহারণ এর মাধ্যমে একজন শিক্ষার্থীর প্রয়োজনকে তুলে ধরা হয়েছে । এছাড়া নির্ঘন্ট অংশে কিছু সংক্ষিপ্ত মূল্যায়ন করার সুযোগ সংযুক্ত আছে আর আছে কিছু কেস স্টাডি । প্রয়োজনীয় ওয়েবসাইট ও গ্রন্থতালিকায় অনলাইন প্রশিক্ষন এর সুযোগ আছে যার মাধ্যমে একজন প্রশিক্ষনগ্রহণকারী উপকৃত হতে পারেন ।

সূচি

অটিজম কী

অটিজমের মূল বৈশিষ্ট

অটিজমের সাধারণ হার কত?

অটিজম এর কারণ কী?

অটিজম এর সাথে কী ধরণের অনুপম ক্ষমতা থাকতে পারে?

অ্যাসপারজার্স সিনড্রোমের সুনির্দিষ্ট বৈশিষ্ট কী ?

অটিজম এর সাথে আর কী কী সমস্যা /প্রতিকুলতা থাকতে পারে?

অটিজম এর সাথে সম্পর্কযুক্ত সম্ভাব্য শারীরিক বিষয়াবলী কী?

বিশেষ সাহায্য প্রয়োজন হতে পারে এমন শিশু কী করে আমাদের এই স্কুলের অংশ হতে পারে ?

শিশুর শিক্ষা পাবার সাধারণ অধিকার সমূহ কী?

বিনামূল্যে যথার্থ সাধারণ শিক্ষা কী?

ন্যূনতম সীমাবদ্ধ পরিবেশ কী?

বিশেষ শিক্ষা পরিসেবা কী ?

অটিজম আছে এমন শিশুদের পাঠদানের জন্য জন্য কী কী ধরণের নির্দেশনামূলক পদ্ধতি ব্যবহৃত হয় ?

সাধারন কৌশল

সম্মিলিত ভাবে কাজ করার পদ্ধতি কেন?

যোগাযোগ এর পদ্ধতিতে কিভাবে সহায়তা দেয়া যেতে পারে?

সামাজিক মিথস্ক্রিয়া আর উন্নতিতে কী কী সাহায্য করতে পারে?

কী কৌশল ব্যবহার করলে সামাজিকভাবে যথার্থ এমন আচরণ করা সম্ভব ?

স্কুলের সাথে সম্পৃক্ত সুনির্দিষ্ট সদস্যদের জন্য

স্কুলবাস চালক ও পরিবহন কর্মী

শিশুকে দেখে শুনে রাখেন এমন কর্মী (আয়া)

সাধারণ শিক্ষা ও বিশেষ শিক্ষার শিক্ষক

খাদ্য পরিবেশনকারী এবং অবসরসময়ে সাথে থাকেন এমন কর্মী

অফিসের কর্মকর্তা/কর্মচারী

আধা পেশাদার কর্মী

বন্ধু/সহপাঠী

স্কুলের প্রশাসন, অধ্যক্ষ, আন্তঃবিভাগ দলের সদস্য

স্কুলে কর্মরত নার্স

স্কুলের নিরাপত্তাকর্মী

প্রয়োজনীয় গ্রন্থ/ওয়েবসাইট/অন্যান্য

বই

ওয়েবসাইট

ভিডিও/অন্যান্য

নির্ঘন্ট

অটিজম এর মূলকথা

অ্যাসপার্জার্স সিনড্রোমের মূলকথা

আমার সম্পর্কে তথ্য

উপলব্ধি এবং কর্মকৌশল- নিবন্ধ এবং নির্দেশিকা

- অটিজম আছে এমন প্রতিটি শিশুদের বিষয়ে দশটি বিষয় যা আপনাদের জানা উচিৎ- *এলেন নটবম*
- অটিজম আছে এমন শিক্ষার্থীর বিষয়ে দশটি বিষয় যা আপনাদের জানা উচিৎ- *এলেন নটবম*
- দুঃসাহসী বুদ্ধিমত্তা-*উইলিয়াম স্টিলম্যান*

- অটিজম আছে এমন শিক্ষার্থীদের জন্য সহায়তা ঃ শ্রেনীকক্ষকে অন্তর্ভূক্ত করে দশটি ধারণা- *পলা ক্লাথ*
- ৬ ধাপে অটিজমকে জয় করুন - *অর্গানাইজেশন ফর অটিজম রিসার্চ*
- ৬ ধাপে অ্যাসপার্জার্স সিনড্রোমকে জয় করুন - *অর্গানাইজেশন ফর অটিজম রিসার্চ*

সহপাঠি ও বন্ধুদের মাধ্যমে সহায়তা

- অটিজম আছে এমন শিশুর বন্ধু কীভাবে হবে
- FRIEND কর্মসূচির মাধ্যমে অটিজম আছে এমন শিশুর বন্ধু হন
- উত্যক্ত ও বিদ্রুপ বিষয়ক কর্মকৌশল
- বিভিন্ন ধরনের সম্পর্কের চক্র

সংগঠিত করা, সংবেদী ও আচরণ বিষয়ক কর্মকৌশল ও উদাহারণ

- শ্রেণীকক্ষ বিষয়ক চেকলিস্ট
- ইতিবাচক আচরণ বিষয়ক সহায়তা
- অধিকতর শক্তি সঞ্চয় বিষয়ক কর্মকৌশল
- স্কুল সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গের কাছ থেকে তথ্য-উপাত্ত সংগ্রহ ও তা ব্যবহারের সাধারণ কৌশল
- সংবেদী/আবেগের দৃশ্যমান সহায়তার উদাহারণ
- যা বেদনাদায়ক হতে পারে
- অদৃশ্য সাহায্যকারী- একটি খেলা

মূল্যায়ন

- অটিজম বিষয়ক সাধারণ কুইজ
- সংবেদী প্রক্রিয়া সংক্রান্ত কুইজ
- দলবদ্ধ কেস স্টাডি
- অটিজম/অ্যাসপার্জার্স কে উদ্দীপ্ত করার কর্মসূচি

এই স্কুল কমিউনিটি টুলকিট পাওয়া যাবে নিচের ওয়েবসাইটটিতে :

www.autismspeaks.org/school

এই সহায়িকায় অটিজম বলতে বোঝানো হচ্ছে ব্যাপক বিকাশজনিত সমস্যা (পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিসঅর্ডার) যা অটিজম স্পেকট্রাম ডিসঅর্ডার হিসেবে পরিচিত। এর মধ্যে অন্তর্ভূক্ত হচ্ছে অটিজম, পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিসঅর্ডার, পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিসঅর্ডার-নট আদারওয়াইস স্টেশিফায়েড এবং অ্যাসপার্জার্স সিন্ড্রোমকে।

অটিজম কী

পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিসঅর্ডার (ব্যাপক বিকাশজনিত সমস্যা) নামে স্নায়ুবিকাশজনিত সমস্যাকে বর্ণনা করার জন্য অটিজম শব্দটি ব্যবহৃত হয়ে থাকে। কোনো কোনো পেশাদার সংস্থা এবং অভিভাবকেরা একে অটিজম স্পেকট্রাম ডিসঅর্ডারও বলে থাকেন। এখানে 'স্নায়ু' শব্দটি ব্যবহার করার মাধ্যমে বোঝানো হয়েছে এ স্নায়ুতন্ত্র বা মস্তিষ্ককের সাথে সম্পর্কীয়। আর 'বিকাশজনিত' শব্দটির মাধ্যমে বোঝানো হয়েছে যে এই সমস্যাটির শুরু শিশু অবস্থায় হয় এবং একথাও সত্যি যে এই সমস্যা শিশুর স্বাভাবিক বিকাশপ্রক্রিয়াকে প্রভাবিত করে। আবার পারভাসিভ (ব্যাপক) বলতে বোঝানো হচ্ছে এটি শিশুর বিভিন্ন ধরণের কার্যকলাপের উপর প্রভাব ফেলে- যেমন ভাষার ব্যবহার, সামাজিকতা ও সম্পর্ক তৈরি, যা বর্তমান সময়ে অটিজম নির্ণয়ের অন্যতম মাপকাঠি হিসেবে ব্যবহৃত হচ্ছে। তদুপরি, অটিজম রয়েছে এমন শিশুর সংবেদী প্রক্রিয়া, অন্যান্য শিক্ষন প্রক্রিয়া, শারীরিক ও মানসিক ইত্যাদি ক্ষেত্রেও সমস্যা তৈরি হতে পারে। অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে লক্ষণ, তাদের সবলতা ও প্রতিকুলতা বিষয়ে নানা ধরণের প্রকরণ দেখা যায়। এটা মনে রাখা জরুরী যে অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে একদিকে যেমন সাধারণ কিছু লক্ষণ সবার থাকতে পারে তেমনি এমন কিছু লক্ষণ থাকতে পারে যা সেই শিশুটির জন্য স্বতন্ত্র।

অটিজম একটি জৈবিক সমস্যা হলেও এই মুহূর্তে এমন কোনো মেডিকেল পরীক্ষা আবিস্কৃত হয়নি যার উপর ভিত্তি করে অটিজম নির্ণয় করা যায়। দৃশ্যমান আচরণ, শিক্ষণ প্রক্রিয়া সংক্রান্ত পরীক্ষা ও সাইকোলজিকাল (মনোবিশ্লেষণমূলক) পরীক্ষার মাধ্যমে অটিজম নির্ণয় করা হয়। আমেরিকান সাইকয়াট্রিক এসোসিয়েশন কর্তৃক প্রণীত ডায়াগনস্টিক এন্ড স্ট্যাটিস্টিক্যাল ম্যানুয়াল অব মেন্টাল

ডিজার্ডার হচ্ছে অটজম নির্ণয়ের মূল প্রামাণ্য দলিল যা মানসিক স্বাস্থ্যে কর্মরত পেশাদারেরা ব্যবহার করে থাকেন। এছাড়া মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে অটিজম সংকান্ত বীমা দাবির ক্ষেত্রেও এই ম্যানুয়ালটি ব্যাবহৃত হয়। এই ম্যানুয়ালটির সর্বশেষ চতুর্থ সংস্করণ ১৯৯৪ সালে প্রকাশিত হয় এবং ২০০০ সালে সংশোধিত পুনঃমুদ্রণ করা হয়। সংক্ষেপে এই ম্যানুয়ালটিকে 'ডিএসএম-ফোর' বলা হয়। সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোল ওয়েবসাইটে এই ম্যানুয়ালটি পাওয়া যাবে।

ডিএসএম-ফোর এ বর্ণিত পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিজঅর্ডার এর বৈশিষ্টসমূহ নিচে সংক্ষেপে দেয়া হলো

পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিজঅর্ডার (ব্যাপক বিকাশজনিত সমস্যা)

অটিস্টিক ডিজঅর্ডার: অটিজম বলতে বেশিরভাগ মানুষ এই সমস্যাটিকেই বুঝে থাকে। হৈ সমস্যাটির ক্ষেত্রে ৩ বছর বয়স হবার ঠিক আগমুহূর্তে শিশুর সামাজিক মিথস্ক্রিয়া, অন্যের সাথে যোগাযোগ, এবং কল্পনাপ্রবণ খেলা শেখার ক্ষমতা শিখতে দেরী হয় বা সঠিক সময়ে শুরু হলেও প্রক্রিয়াগুলোর স্বাভাবিক গতি ব্যহত হয়।

অ্যাসপার্জার্স সমস্যা/ অ্যাসপার্জার্স সিন্ড্রোম : যেসমস্ত শিশুদের ভাষার ব্যবহার শিখতে দেরী হয়না এবং তারা বুদ্ধিমত্তার পরীক্ষায় গড়পরতা বা গড়পরতা মানের চেয়ে বেশি স্কোর করে থাকে কিন্তু সামাজিক যোগাযোগ তৈরিতে তারা যথাযথভাবে পারঙ্গম হয় না এবং একই বিষয়ের প্রতি তাদের সীমিত বা ক্রমাগত উৎসাহ দেখা যায় তারা এ পর্যায়ে পড়ে।

পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিজঅর্ডার- নট আদারওয়াইজ স্পেশিফায়েড (ব্যাপক বিকাশজনিত সমস্যা-যা অন্য কোথাও নির্দিষ্টকরে বর্ণিত হয়নি) একে এটিপিক্যাল অটিজমও বলা হয় ঃ একটি আলাদাধরণের সমস্যা যেখানে শিশু অটিজমের বেশ কিছু লক্ষণ প্রদর্শণ করে অথচ পুরোপুরি সকল বৈশিষ্ট তাদের মধ্যে থাকেনা।

রেট'স ডিজঅর্ডার/রেট'স সিন্ড্রোমঃ কেবর মাত্র মেয়ে শিশুরা এ সমস্যায় আক্রান্ত হয় । তাদের বিকাশ স্বাভাবিকভাবে শুরু হয় কিন্তু এক থেকে চার বছর বয়সের মধ্যে তাদের অপরের সাথে যোগাযোগের প্রক্রিয়া ব্যাহত হয় এবং সঠিকভাবে সামাজিক দক্ষতা অর্জন করতে পারেনা। তাদের শারীরিক নাড়াচাড়ার ক্ষমতার মধ্যে অস্বাভাবিকতা তৈরি হয় এবং কোনো কাজের উদ্দেশ্যে হাতের স্বাভাবিক নড়াচড়ার বদলে ক্রমাগত উদ্দেশ্যবিহীন হাতের নড়াচড়া শুরু হয় ।

চাইল্ডহুড ডিসইনট্রেগরেটিভ ডিসঅর্ডারঃ কমপক্ষে দুই বছর বয়স পর্যন্ত এই শিশুদের বিকাশ স্বাভাবিক থাকে কিন্তু দশ বছর হবার পূর্বেই তাদের সামাজিক দক্ষতা ও অপরের সাথে যোগাযোগ করার ক্ষমতা ব্যহত হয় ।

এছাড়া সাধারণভাবে অটিজমের চিরায়ত বৈশিষ্ট থাকলে তাকে ক্ল্যাসিক অটিজম বা ক্যান্নার অটিজম (যে মনোরোগ বিশেষজ্ঞ সর্বপ্রথম অটিজম বর্ণনা করেন) বলা হয় । এর বাইরেও 'হাই ফাংশনিক অটিজম' বলতে বোঝানো হয় সেই সমস্ত শিশুদের যারা ভাষার ব্যবহার ও স্কুলের পড়ালেখায় অনেক বেশি সাবলীল ও সক্ষম । হাই ফাংশনিক অটিজম অ্যাসপার্জার্স সিন্ড্রোম বা পারভাসিভ ডেভেলপমেন্টাল ডিজঅর্ডার -এনওএস এর সাথে সম্পর্কীয় ।

অটিজমের মূল বৈশিষ্টসমূহঃ

অটিজমের লক্ষণ এবং তার তীব্রতা প্রতিটি শিশুর ক্ষেত্রে আলাদা আলাদা রকমের। যে প্রধান বিষয়গুলোর উপর ভিত্তি করে অটিজম সনাক্ত করা হয় সেগুলো হচ্ছে- যোগাযোগের কার্যকরী প্রক্রিয়া, সামাজিক মিথষ্ক্রিয়তা, এবং পৌনপুনিক একই ধরণের আচরণ। এই ক্ষেত্র তিনটিকে অটিজম এর 'মূল' লক্ষণ হিসেবে দেখা হয়। অটিজমের কারনে একজন শিশুর চারপাশকে অনুভব করার ক্ষমতা, , অপরের সাথে যোগাযোগ করার কৌশল এবং সামাজিক মিথষ্ক্রিয়া প্রক্রিয়াগুলো ব্যাহত হয়। এর ফলে পৌনপুনিক একই ধরণের আচরণ অথবা কোনো অদ্ভুত বিষয়ের উপর তীব্র উৎসাহ দেখা যেতে পারে। এটা মনে রাখা কষ্টকর যে অটিজমের লক্ষনগুলো সব স্নায়বিক কারণে সৃষ্ট এবং তা শিশুর ঐচ্ছিক আচরণের প্রতিনিধিত্ব করে না। অটিজমের লক্ষনসমূহ প্রতিটি শিশুর জন্য আলাদা ধরণের। একজনের সাথে আরেকজনের লক্ষণের তারতম্য দেখা যেতে পারে। এই লক্ষনগুলোর প্রকরণ এত বেশি যে বলা হয় : আপনি যদি অটিজম আছে এমন একজন ব্যক্তিকে দেখে থাকেন তবে বলা যায় যে আপনি অটিজম আছে এমন একজনকেই আপনি দেখেছেন।

সাধারণত অটিজমের লক্ষণগুলো সারা জীবন ধরে একজনের মধ্যে পরিলক্ষিত হয়, তবে কার্যকরী সহায়তা ও সাহায্য পেলে সময়ের সাতে সাথে কিছুকিছু লক্ষণের উন্নতি হতে দেখা যায়। যাদের মধ্যে প্রাথমিক অবস্থায় লক্ষন সমূহ কিছুটা মৃদু থাকে তাদের উল্লেখযোগ্য পরিমানে উন্নতিহয় এবং তারা মোটামুটি স্বাভাবিক জীবন যাপন করতে পারে। আবার গুরুতর ও তীব্র লক্ষনযুক্ত ব্যক্তির ক্ষেত্রে দেখা যায় যে ঠিকমত কথা বলতে পারেনা, এবং নিজের যত্নও নিতে পারেনা। তবে দ্রুত সনাক্ত করা গেলে এবং নিবিড় ভাবে পরিচর্যা ও প্রশিক্ষন পেলে অটিজম আছে এমন শিশুদের বিকাশ এবং পরবর্তী পরিণতি অনেকাংশেই ইতিবাচক হয়ে উঠে।

অটিজম আছে এমন শিশুদের সামাজিক লক্ষণসমূহ, যোগাযোগের সমস্যা এবং পৌণপুণিক আচরণের বর্ণনা 'ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব মেন্টাল হেলথ ওয়েবসাইট: ইউএসএ' থেকে গ্রহণ করা হয়েছে।

সামাজিক লক্ষণসমূহ:

শুরু থেকেই, স্বাভাবিকভাবে বেড়ে ওঠা একটি শিশু সমাজেরই অংশ। জীবনের শুরুতে সে অপরের দিকে তাকায়, শব্দ শুনতে পেলে সেদিকে ঘাড় ঘোরায়, আঙুল আঁকড়ে ধরে, এমনকি সে হাসে। এর বিপরীতে দেখা যায় অটিজম আছে এমন শিশুরা অপরের সাথে সামাজিক সম্পর্কের যে লেনদেন আছে তা অনুসরণ করতে ব্যর্থ হয়। এমন কি জীবনের প্রথম কয়েক মাসে তারা অন্যের চোকে চোখ রেখে তাকায় না। সে অন্যের প্রতি নিরাসক্ত থাকে এবং একা থাকতে পছন্দ করে। তারা অন্যের মনোযোগ পেতে চায় না এবং জড়িয়ে ধরে আদর বা চুমু গ্রহনেও অনিহা দেখায়। পরবর্তীতে তারা বাবা-মার রাগ বা আদরের উপযুক্ত ও স্বাভাবিক প্রত্যুত্তর দেয়না । গবেষকরা বলেন যে অটিজম আছে এমন শিশুদের সাথে তাদের বাবা-মায়েদের সম্পর্ক তৈরি হয় ঠিকই কিন্তু এই সম্পর্কের বহি:প্রকাশ শিশুটির ক্ষেত্রে আলাদা ধরণের হয় এবং তা অন্যের পক্ষে বুঝে ওঠা কষ্টকর হয়ে উঠে। বাবা-মায়েরা মনে করেন তাদের সাথে তাদের সন্তানের কোনো সম্পর্ক তৈরি হয়নি। শিশুকে জড়িয়ে ধরে আদর করার সময়, তাকে শেখানোর সময় বা তার সাথে খেলা করার সময় কাংক্ষিত প্রত্যুত্তর না পেয়ে বাবা-মায়েরা ভেঙে পড়েন। তারা ভাবেন শিশুটির সাথে তাদের দূরত্ব তৈরি হয়েছে।

অটিজম আছে এমন শিশুদের কোনো কিছু শিখতে অনেক দেরী হয় এবং তারা অন্যের চিন্তা ও অনুভূতি বুঝতে সক্ষম হয়না। নিগূঢ় সামাজিক ইংগিত যেমন -মুচকি হাসি, চোখ পিট পিট করা বা মুখভংগির পরিবর্তন তাদের কাছে তেমন কোনো অর্থ বহন করে না।এই সব শিশুরা যারা এই ইংগিত বুঝতে পারেনা তাদের কাছে 'এদিকে এস' বাক্যটি সবসময় একই অর্থ বহন করে। অথচ এই বাক্যটি বলার সময় বক্তার দেহভংগি ও অন্যান্য আচরণ যেমন মুচকি হাসা, কপাল কুচকানো, পিঠ চাপড়ানোক্কই বাক্যের ভিন্ন ভিন্ন অর্থ বহন করতে পারে। এই ধরণের ইংগিত ও দেহভংগি না বোঝার কারণে অটিজম আছে এমন শিশুর কাছে তার সামাজিক জগৎ বোধহীন হয়ে উঠে। এর সাথে এরা জটিলতা হয় যখন অটিজম আছে এমন শিশুরা কোনো বিষয়কে অন্যের দৃষ্টিভংগি দিয়ে ব্যাখা করতে পারেনা। সাধারণত ৫ বছর বয়সের শিশুরা অন্যের অনুভূতি , উদ্দেশ্য বুঝতে পারে কিন্তু যেসব শিশুদের অটিজম আছে তারা

এটা বুঝতে পারেনা বলে অন্যের উদ্দেশ্য তারা আন্দাজ করতে পারেনা এবং তাদের কার্যাবলীও বুঝতে পারেনা। অটিজম আছে এমন শিশুরা তাদের আবেগকেও নিয়ন্ত্রণ করতে পারেনা। যেমন তাদের এই অপরিণত আচরণ হতে পারে শ্রেণী কক্ষে উচ্চস্বরে চেচিয়ে উঠা বা অনেকেরে মাঝে হঠাৎ করে এমন সব কথা বলা যা সকলের সামনে বলার যোগ্য নয় বা অপ্রাসঙ্গিক ।

অটিজম আছে এমন শিশুদের বিশৃংখল আচরণ এবং শারীরিকভাবে সহিংস হয়ে উঠার প্রবণতা তাদের সামাজিক সম্পর্ক তৈরিতে বাধা হয়ে দাঁড়ায়। যখন তারা অপরিচিত ও বাইরের পরিবেশে যায় অথবা রেগে যায় বা হতাশ হয় তখন নিজের উপর নিয়ন্ত্রণ হারানোর প্রবণতা তাদের থাকতে পারে । এসময় তারা জিনিসপত্র ভাংচুর করতে পারে, অন্যকে আঘাত করতে পারে অথবা নিজের শরীরেও আঘাত করতে পারে। হতাশ হয়ে তাদের কেউ কেউ দেয়ালে নিজের মাঠা ঠুকে, চুল ছিড়ে বা নিজের হাত নিজে কামড়ায়।

যোগাযোগের সমস্যাঃ

তিন বছর বয়সের মধ্যে বেশিরভাগ শিশু তাদের বেড়ে উঠর ধাপগুলো অতিক্রম করে ভাষা শিক্ষা রপ্ত করে, সবার আগে তারা আধো আধো বোল শেখে এবং প্রথম জন্মদিনের আগেই একজন স্বাভাবিক শিশু শব্দ বলতে শিখে যায়। নিজের নাম বললে ঘার ঘোরায়, যে খেলনাটি সে চায় তার দিকে আঙুল তুলে দেখায় এবং যখন কোনো অপছন্দের কিছু তাকে দিতে চাওয়া হয় তখন সে সরাসরি বলে দেয় 'না'। অটিজম আছে এমন কিছু শিশু তাদের সারা জীবনে কোনো কথাই শেখে না, নিঃশ্চুপ থেকে যায়। কিছু কিছু শিশু যারা জন্মের কয়েকমাস পরে আধো বোল শিখে ঠিকই কিন্তু কিছুদিন পর সেটা বন্ধ হয়ে যায়। আবার কারো ক্ষেত্রে ভাষা শিখতে দেরী হয়ে যায়, ৫ থেকে ৯ বছর পর্যন্ত লাগতে পারে। অটিজম আছে এমন কোনো কোনো শিশু ছবি বা চিহ্নের সাহায্যে অন্যের সাথে যোগাযোগ স্থাপন করা শিখতে পারে। অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে কেউ কেউ অস্বাভাবিকভাবে ভাষার ব্যবহার করে। তারা সঠিক শব্দ বিন্যাস করে বাক্য গঠন করতে পারেনা, কেউ কেউ একটি শব্দ দিয়ে মনের ভাব প্রকাশ করে, কেউ কেউ তোতাপাখির মত যে শব্দটি শোনে সেটিই বারবার বলতে থকে। এক বলে ইকোলালিয়া। তবে স্বাভাবিকভাবে বেড়ে উঠা শিশুদের মধ্যেও এইরকম একটি শব্দ শুনে তার পুণরাবৃত্তি করার প্রবণতা থাকতে পারে তবে তা তিন বছর বয়স হবার আগেই ঠিক হয়ে যায়।

অনেক শিশুর ক্ষেত্রে ভাষা শিক্ষায় সামান্য দেরী হয় অথবা বড়দের মত শব্দচয়নও করতে পারে এমনকি তাদের শব্দভান্ডারও হয় অনেক বড় কিন্তু তারা অন্যের সাথে আলাপচারিতা চালিয়ে যেতে পারে না। তাদের জন্য সাধারণ আলাপচারিতা অনেক কঠিন হয়ে দাঁড়ায়। যদিও তাদের মধ্যে কেউ কেউ তাদের পছন্দের বিষয় নিয়ে একঘেয়ে কিছু আলাপচারিতা চালাতে পারে। অবশ্য তারা দেহভংগি বা স্বরের উঠানামার সাথে উচ্চারিত বাক্যের অর্থের তারতম্য বুঝতে পারেনা। যেমন ব্যাঙ্গাত্মক ভংগিতে ও উচ্চারণে বলা 'ওহ, দারুন' বাক্যটিকে তারা সবসময় প্রশংসাসূচক বলেই মনে করে।

অটিজম আছে এমন শিশুরা কী বলতে চায় সেটা বোঝাও অন্যদের জন্য কঠিন হয়ে উঠে। তাদের দেহভংগি, মুখভংগির পরিবর্তন, নড়াচড়া, কণ্ঠস্বরের ওঠানামা তাদের মনের প্রকৃত ভাব প্রকাশ করতে ব্যর্থ হয়। তারা সাধারণত উচ্চস্বরে, সুরেলা কণ্ঠে বা রোবটের মত যান্ত্রিকভংগিতে কথা বলে।

অটিজম আছে এমন কোনো কোনো শিশু অনেকটা বড়দের মত ভাষা দক্ষতা অর্জন করে এবং তাদের বন্ধুদের শিশুসুলভ কথা তারা বুঝতে পারেনা। তারা তাদের নিজেদের চাহিদা অন্যদের বোঝাতে ব্যর্থ হয় ফলে তারা যা চায় সেটি পাবার জন্য চিৎকার করে বা জোর করে দখল করে নিতে চায়। অটিজম আছে এমন শিশুরা যখন বড় হতে থাকে তখন তারা বোঝে যে তারা ঠিকভাবে অন্যদের সাথে যোগাযোগ করতে পারছে না এবং অণ্যরাও তাকে বুঝতে ব্যর্থ হচ্ছে। এবিষয়টি নিয়ে তারা উদ্বিগ্ন ও বিষন্ন হয়ে পড়ে।

পুনরাবৃত্তিমূলক আচরণঃ

অটিজম আছে এমন শিশুরা শারীরিকভাবে স্বাভাবিক এবং প্রায় সবারই পেশী নিয়ন্ত্রণ করার ক্ষমতা ভালো কিন্তুঅস্বাভাবিক পুনরাবৃত্তিমূলক আচরণ তাদেরকে অন্য শিশুদের থেকে আলাদা করে রাখে। তাদের এই অস্বাভাবিক পুনরাবৃত্তিমূলক আচরণ তীব্রতর থেকে মৃদু ও নিগুঢ় হতে পারে। তাদের মধ্যে অনেকেই বারবার তাদের হাত নাড়ায়, পায়ের সামনের অংশের উপরভর দিয়ে হাটে, অথবা কখনো বিশেষ ভংগিতে দীর্ঘসময় স্থির হয়ে থাকে। তারা অনেক সময় ধরে তাদের খেলনা গাড়ী বা ট্রেন কে এক লাইনে সাজায়। যদি অসাবধানতা বসত কেউ তাদের এই সাজানো গাড়ী বা ট্রেন নাড়িয়ে ফেলে তবে তারা খুব মন খারাপ করে। অটিজম আছে এমন অনেক শিশু তাদের চায় যে তাদের চারপাশের সবকিছু যেমন আছে তেমনই থাকুক, তারা কোনো পরিবর্তন পছন্দ করে না। তাদের দৈনন্দিন রুটিনের নির্দিষ্ট সময়ে খাওয়া, গোসল করা, একই রাস্তায় নির্দিষ্ট সময়ে স্কুলে যাওয়া) সামান্যতম হেরফের হলে তারা চরম বিরক্ত হয়। ধারণা করা হয় অনুভূত বিহ্বল জগতের মধ্যে এই সাজানো গোছানো রুটিন মেনে চলার বিষয়টি তাদের কিছুটা স্বস্তি দেয়। পুনরাবৃত্তিমূলক আচরণ তাদেরকে ক্রমাগত ও তীব্র পূর্বনির্ধারিত করে রাখে। অনেক সময় তারা আবিষ্ট থাকে অদ্ভুত সব বিষয় জানার জন্য- যেমন ভ্যাকুয়াম ক্লিনার এর খুটিনাটি, ট্রেন চলাচলের সময়তালিকা, বা সমুদ্রের লাইটহাউস এর কার্যকারিতা। প্রায়ই তাদের কারো কারো মধ্যে দারুন আগ্রহ দেখা যায় সংখ্যা, চিহ্ন বা বিজ্ঞান বিষয়ে।

অটিজম আছে এমন শিশুরা যতক্ষন না তাদের চাহিদা প্রকাশের পদ্ধতি শিখছে ততক্ষন তারা অন্যের মাধ্যমে যেকোনো উপায়ে তাদের চাহিদা পূরণের চেষ্টা করে।

অটিজমের সাধারণ হার কত?

বর্তমানে সারা বিশ্বে প্রতি ১৫০ জন শিশুর মধ্যে একজন অটিজমে আক্রান্ত। সম্মিলিতভাবে শিশুদের ক্যান্সার, শিশুদের ডায়াবেটিস, এবং শিশু-কিশোরের এইডস রোগের চাইতে অটিজমের হার বেশি। মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে ১.৫ মিলিয়ন শিশুর মধ্যে অটিজম রয়েছে। আরেক হিসেবে দেখা যায় সারা বিশ্বে ১০ মিলিয়নের মত শিশু অটির অটিজম রয়েছে। ***{বাংলাদেশে প্রতি হাজারে ৮ জন শিশুর মধ্যে অটিজম আছে}*** প্রতিবছর অটিজম এর হার বৃদ্ধি পাচ্ছে আগের চেয়ে ১০-১৭ শতাংশ। অটিজম সনাক্তকরণ পদ্ধতি ও প্রক্রিয়ার উন্নতি এবং পরিবেশের পরিবর্তনই এই অটিজমের হার বৃদ্ধির কারন। মেয়েদের তুলনায় ছেলে শিশুদের মধ্যে অটিজম হবার সম্ভাবনা ৩-৪গুণ বেশি। আর অ্যাসপার্জার্স সিনড্রোমের ক্ষেত্রে ছেলে আর মেয়ে শিশুর আক্রান্তের অনুপাত হচ্ছে ১০:১ । মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে বর্তমানে প্রতি ৯৪ জন ছেলে শিশুর মধ্যে ১জন অটিজম স্পেকট্রাম সমস্যায় আক্রান্ত।মেয়েশিশুদের অটিজমের লক্ষণগুলো একটু আলাদা ধরনের এবং আচরণের সমস্যা একটু বেশি থাকে,এ জন্য তাদের লক্ষনগুলো অনেকসময় উপেক্ষিত থাকে বা ভুলভাবে সনাক্ত হয়, বিষয়টি সনাক্তকরণ ও পরিচর্যাপ্রদানের ক্ষেত্রে মনে রাখা দরকার। যে কোনো শ্রেণী, গোত্র বা সামাজিক অবস্থানের শিশুদের অটিজম হতে পারে।

সারা বিশ্বে প্রতি ১৫০ জন শিশুর মধ্যে একজন অটিজমে আক্রান্ত

অটিজম এর কারণ কী?

এককথায় বলতে গেলে অটিজম কেন হয় তার কোনো সুনির্দিষ্ট কারণ খুঁজে পাওয়া যায়নি। 'অজানা ' কারণে অটিজম হয়ে থাকে। তবে বিভিন্ন পর্যায়ে অটিজমের যে জটিল লক্ষন ও তীব্রতার প্রকরণ দেখা যায় তা থেকে বলা যায় একাধিক কারনে অটিজম হতে পারে। অর্থাৎ একাধিক কারণ সম্মিলিতভাবে অটিম এর লক্ষন প্রকাশ করে থাকে- বিশেষ করে যখন জেনেটিক (বংশগতি) কোনো কারন সম্পৃক্ত থাকে এবং ঝুঁকিপূর্ণ পরিবেশে শিশু বেড়ে উঠে তকণ অটিজম হবার সম্ভাবনা বেড়ে যায়। আর বংশগতির সম্পর্কের সাথে তার বেড়ে উঠার সময় (গর্ভকালীন, জন্মের সময়, জন্মের পর) পরিবেশের প্রখভাব পরবর্তীতে তর অটিজমের চূড়ান্ত লক্ষন প্রকাশ পেতে ভুমিকা রাখে। কিছু সংখ্যকজেনেটিক রোগের সাথে অটিজমের সম্পর্ক খুঁজে পাওয়া গেছে , যেমন ফ্র্যাজাইল এক্স সিনড্রোম , টিউবেরাস স্ক্লেরোসিস, অ্যাঞ্জেলম্যান সিনড্রোম । এছাড়া গর্ভবতী মায়ের রুবেলা, সাইটোমেগালোভাইরাস, ইত্যাদি সংক্রমন ঘটলে এবং থালিডোমাইড বা ভালপোরেট জাতীয় রাসায়নিক বস্তুর সাথে গর্ভবতী মায়ের সংস্পর্শ হলে পরবর্তীতে গর্ভের সন্তানের অটিজম হতে পারে। এ বিষয়টির উপর বিস্তৃত গবেষনা অটিজম প্রতিরোধে বিশেষ ভূমিকা রাখতে পারে। অটিজম এর নিশ্চিত কারণ খুঁজে পাওয়া না গেলেও এটি নিশ্চিত যে সন্তান লালন পালনের কোনো ঘাটতির কারনে অটিজম হয় না, অর্থাৎ অটিজম হবার জন্য বাবা মাকে কোনোভাবেই দায়ী করা যাবে না। মনোরোগবিশেষজ্ঞ ডা: লিও কান্নের ১৯৪৩ সালে যখন সর্বপ্রথম অটিজম বিষয়ক সর্বপ্রথম বর্ণনা প্রদান করেন তখন তিনি তার বিশ্বাস থেকে ধারণা দিয়েছিলেন যে সন্তানের সাথে কম সম্পৃক্ত, শীতল মায়ের সন্তানদের অটিজম হতে পারে। কিন্তু পরে দেখা যায় এধরণের মায়েদের রয়েছে স্বাভাবিক স্বাস্থ্যবান শিশু। পরবর্তীতে ডা: ব্রুনো বেটেলহেম, শিশু বিকাশের অধ্যাপক এই ধারণাকে আরো উৎসাহিত করেন ফলে দেখা যায় যে অটিজম আছে এমন শিশুদের বাবা-মায়েরা নিজেদের অপরাধী ভাবতে শুরু করে এবং এভাবে নিজের উপর অপরাধের বোঝা চাপিয়ে দেয়। '৬০-'৭০ এর দশকে ডা: বার্নার্ড রিমল্যান্ড, যিনি নিজেও একজন অটিজম আছে এমন ছেলের বাবা ছিলেন তিনি মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে অটিজম সোসাইটি অব আমেরিকা ও অটিজম রিসার্চ ইনস্টিটিউট গঠন করেন যা চিকিৎসক সমাজের জন্য বিশেষ সহায়ক হয় এবং এরপর থেকে অটিজম যে একটি জৈবিক সমস্যা সেটি প্রতিষ্ঠিত হতে থাকে।

বর্তমানে যে বিষয়টি বিজ্ঞানসম্মতভাবে প্রতিষ্ঠিত সেটি হচ্ছে একাধিক কারন সম্মিলিতভাবে অটিজম এর লক্ষগুলো তৈরি করে।

অটিজম এর সাথে কী ধরণের অনুপম ক্ষমতা থাকতে পারে?

অটিজম আছে এমন কিছু শিশুর মধ্যে কোনো বিষয়ে অসাধারণ দক্ষতা বা ক্ষমতা দেখতে পাওয়া যায়। সম্ভবত মস্তিষ্কের স্নায়ু সংযোগের বিশেষ বৈশিষ্টের কারনে এমনটা হয়ে থাকে। যদিও প্রকৃত 'সাভান্ট'স সিড্রোম' (মানসিক সমস্যা থাকা সত্ত্বেও অসাধারণ প্রতিভার অধিকারী) এর সংখ্যা অতি নগন্য তবুও অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে এ ধরণের বিশেষ দক্ষতা তাদের জন্য বিশেষ গুরুত্ব বহন করে এবং তা তাদের করে তুলতে পারে অনন্য অসাধারণ। তবে এটা মনে কারর কোনো কারণ নেই যে অটিজম আছে এমন প্রতিটি শিশুর মধ্যে এ ধরণের বিশেষ ক্ষমতা বা প্রতিভা থাকবে। তবে এ বিষয়ে সতেচন থাকলে অটিজম আছে এমন শিশুর মধ্যেকার প্রতিভা খুঁজে বের করা সহজ হবে, বিষয়টি শিশুর জন্য বিশেষ তাৎপর্য বহন করবে এবং তার অন্যান্য দিকের ঘাটতি কিছুটা হলেও পূরণ করে দেবে।

অসেক সময় অটিজম আছে এমন শিশুরা যে বিষয়টির উপর বেশি মনোযোগ দেয় সে দিকেই তাদের প্রতিভা বিকশিত হতে পারে। দেখা যায় ক্যালেন্ডারের দিকে মনোযোগ আছে এমন শিশু অনেক বিখ্যাত ব্যক্তির জন্মতারিখ বা বার সঠিকভাবে মনে রাখতে সক্ষম, এভাবে সে একসাথে অনেক তথ্য মনে রাখতে পারে। আবার একটি কঠিন ও কৌশলী কাজকে ছোট ছোট সহজভাগে ভাগ করে এবং সেটার দিকে মনোযোগ দিয়ে তারা সেই কঠিন ও কৌশলী কাজটি সমাধা করতে পারে।

কিছু ক্ষমতা যা অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে দেখতে পাওয়া যায়

- **সুনিপুণভাবে দেখার ক্ষমতা**
- **মূর্ত ধারণা, বিধি, ক্রমশ ঘটে যাওয়া ঘটনা এবং নিদর্শন সে বুঝতে পারে ও মনে রাখতে পারে**
- **বিস্তারিত ও মুখস্ত করার মত বিষয় (গণিত, ট্রেনের সময়সূচি, খেলার স্কোর) মনে রাখতে পারে**
- **দীর্ঘমেয়াদী স্মৃতি**
- **কম্পিউটার ও প্রযুক্তিগত দক্ষতা**
- **সংগীত ও বাদ্যযন্ত্রের প্রতি আগ্রহ**
- **বিশেষ পছন্দনীয় বিষয়ের প্রতি মনোযোগ**
- **শৈল্পিক দক্ষতা**
- **অল্প বয়সে লিখিত ভাষা পড়তে পারা (বুঝতে পারুক বা না পারুক)**
- **বানান মনে রাখা**
- **সততা**
- **সমস্যা সমাধানের দক্ষতা**

স্যালি ওজোনোফ, জেরাল্ডিন ডওসন এবং জেমস ম্যাকপার্টল্যান্ড প্রণীত, এ পেরেন্টস গাইড টু অ্যাসপার্জার্স সিন্ড্রোম এন্ড হাই ফাংশনিং অটিজম থেকে গৃহিত ।

অ্যাসপার্জার্স সিনড্রোমের সুনির্দিষ্ট বৈশিষ্ট কী ?

অস্ট্রিয়ান শিশুরোগবিশেষজ্ঞ হানস অ্যাসপার্জাস সর্বপ্রথম এই স্নায়বিক সমস্যাটি বর্ণনা করেন। এটি একটি অটিজম স্পেকট্রাম ডিসঅর্ডার। এ সমস্যায় আক্রান্ত শিশুদের আচরণের সমস্যা থাকে। এক্ষেত্রে ভাষার বিকাশ এবং বহির্জগৎ সম্পর্কে ধারণা তৈরি হতে দেরী হয় না কিন্তু সামাজিক মিথস্ক্রিয়ায় ব্যাঘাত ঘটে ও একই ধরণের আচরণের পুনরাবৃত্তি হতে থাকে। এসমস্যা আছে এমন শিশুদের বিকাশ বিলম্বিত হয়না, শিক্ষাক্ষেত্রেও তার অগ্রযাত্রা ঠিক থাকে এমনকি বুদ্ধিমত্তাও থাকে সাধারণের চাইতে বেশি। সেকারণে অটিজমের চাইতে অনেক দেরীতে- এমন কি বয়:সন্ধিকালে বা পূর্ণবয়স্ক সময়ে তাদের সমস্যাটি সনাক্ত হয় । মেয়েদের তুলনায় ছেলেদের মধ্যে অ্যাসপর্জার্সের হার দশগুন বেশি। ভাষার বিকাশ স্বাভাবিক এবং শব্দভান্ডার পর্যাপ্ত হওয়া সত্ত্বেও অপরের সাথে যোগাযোগ করতে তাদের সমস্যা হয় । চোখে চোখ রেখে তাকানো, অন্যের মুখভংগির ব্যাখা বোঝা, এবং অপরের শারীরিক ইশারা ইংগিত বোঝার ক্ষেত্রে তাদের অসুবিধা হয়। বিশেষত সরাসরি না বলা ইংগিতপূর্ণ কথা, ইশারা, প্রবাদের অর্ন্তনিহিত অর্থ এবং আবেগের বহিঃপ্রকাশ তারা বুঝতে পারে না। এরা ভাষার আক্ষরিকভাবে ভাষার ব্যাখা করে, ফলে বাগধারা, প্রবাদ বা ব্যঙ্গ বুঝতে পারেনা। এরা কোনো কিছু সঠিক ও সাবলীলভাবে পড়তে কিন্তু বিষয়টির প্রাসঙ্গিকতা বুঝতে পারেনা। অ্যাসপার্জার্স আছে এমন ছাত্র ছাত্রীরা মৌখিক শিক্ষা ক্ষেত্রে খুবই সফল। তারা মেখা জিনিস খুব সুন্দর ভঅবে গুছিয়ে বলতে পারে। অনেক সময় এমন কোনো বিষয়ের উপর দীর্ঘ আলোচনা করে (যেমন ট্রেনের সময়সূচি) এবং তারা খেয়ালই করে না যে আশেপাশের কারো বিষয়টির প্রতি কোনো আগ্রহ নেই।

সংবেদী প্রক্রিয়ার সমস্যা এবং শারীরিক নড়া চড়ার ক্ষেত্রে অসুবিধা হবার পাশাপাশি তাদের কোনো বিষয়ের প্রতি মনোযোগ কম থাকে, সময়জ্ঞান কমে যায় এবং মাংসপেশীও শিথিল থাকে, ফলে খেলাধুলার মাধ্যমেও সামাজিক যোগাযোগ রক ্সা করা তাদের জন্য কঠিন হয়ে পড়ে।

কোনো কিছু গুছিয়ে রাখার ক্ষমতা এবং মনোযোগের ব্যাঘাত ঘটতে পারে, এবং অ্যাসপার্জার্স আছে এমন শিক্ষার্থীদের মধ্যে অতি উদ্বিগ্নতা (এংজাইটি) দেখা যেতে পারে। নিয়ম নীতি, বিধি, রুটিন ইত্যাদি মেনে চলতে তারা পছন্দ করে, নিয়মের ব্যত্যয় ঘটলে তারা মানসিক টানাপোড়েনে পড়ে যায়। যেহেতু এদের সমস্যাগুলো সনাতন অটিজম এর থেকে আলাদা তাই প্রায়ই লক্ষনগুলো নজর এড়িয়ে

যায়,, তাদের অমনোযোগিতা আর এংজাইটির কারনে অভিভাবকেরা মনে করেন তাদের মধ্যে কোনো কিছু করার উদ্যোগের অভাব আছে, সেকারনে সূক্ষ্ম কাজ না শিখিয়ে তাদের শাস্তি দেয়া হয় । যেহেতু তাদের শিক্ষাজীবনে কেনো সমস্যা সাধারণত হয়না তাই জুতার ফিতা বাধার মত কাজ করতে না পারার কারনে তাদেরকে অকুপেশনাল থেরাপি দেয়ার বিষয়ে নজর দেয়া হয়না বা আলাপচারিতা চালিয়ে যেতে না পারার কারনে তাদেরকে স্পিচ থেরাপিও দেয়া হয়না । বাস্তবে, সাধারণ বিচারে অ্যাসপার্জার্স আছে এমন শিশুদের অনেক কিছুতে সার্বিক সফলতা (তথ্য জানা, স্কুলের পড়া তৈরি) থাকে বলে অ্যাসপার্জার্স সিন্ড্রোমের লক্ষণগুলো সহজে চোখে পড়ে না, ফলে তারা অপরের কাছ থেকে প্রয়োজনীয় সহায়তা পেতে ব্যর্থ হয় । শিক্ষার্থীদের বয়স বাড়ার সাথে সাথে তারা যখন নিজেদের সমস্যাটি বুঝতে শেখে তখন তাদের মধ্যে এংজাইটি ও বিষন্নতা সৃষ্টি হয় । তাদেরকে বন্ধু সহপাঠিরা উত্যক্ত করে, ব্যঙ্গ করে । অ্যাসপার্জার্স আছে এমন শিশুদের নিজেদের সচেতনতা বৃদ্ধি, সহপাঠিদের অ্যাসপার্জার্স বিষয়ে সচেতন করে তোলা, আবেগকে বুঝতে শেখা এবং বন্ধুত্ব তৈরিতে দক্ষ করে তোলার মাধ্যমে একজন তাদেরকে সাহায্য করা যায়, তাদের শিক্ষাজীবন সাবলিল হতে পারে ।

আরো বিস্তারিত তথ্যের জন্য অর্গানাইজেশন ফর অটিজম রিসার্চ স্টেপস টু সাকসেস এর ওয়েবসাইট দেখুন ।

অটিজম এর সাথে আর কী কী সমস্যা /প্রতিকূলতা থাকতে পারে?

সংবেদী প্রক্রিয়া-

অটিজম আছে এন অনেক ব্যক্তি বা শিশু উদ্দীপনায় ভুলভাবে/অস্বাভাবিকভাবে সাড়া দেয়। এটার কারণ হচ্ছে তাদের সংবেদন প্রক্রিয়ার সমণ্বয়হীনতা। দেখা, শোনা, স্পর্শ অনুভব করা, স্বাদ, নড়াচড়ার সংবেদন, এবং অবস্থানের সংবেদন সব প্রক্রিয়া আক্রান্ত হতে পারে। এর অর্থ হচ্ছে তারা সঠিকভাবে উদ্দীপনা গ্রহণ করতে পারে ঠিকই কিন্তু অনুভব করে ভিন্নভাবে। উদ্দীপনায় সাড়া দেয়ার ক্ষেত্রে সমণ্বয়হীনতার এই সমস্যাকে সেন্সরি ইনটেগ্রেশন ডিসফাংশন, সেন্সরি প্রসেসিং ডিজঅর্ডার, বা সেন্সরি ইন্টেগ্রেশন ডিজঅর্ডার বলা হয়। সংবেদন প্রক্রিয়ার এই সমস্যা আলাদা ভাবে কোনো শিশুর মধ্যে থাকতে পারে আবার অটিজমের সাথেও ডিসলেক্সিয়া, ডিসপ্রাক্সিয়া, মাল্টিল স্ক্লেরোসিস ও কথা বলার সমস্যা থাকতে পারে। অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে কোনো উদ্দীপনায় অস্বাভাবিক বেশি মাত্রায় সাড়া প্রদান বা একবারেই কম মাত্রায় সাড়া প্রদানের ঘটনা থাকতে পারে। কিছু শব্দ, নকশা, স্বাদ বা গন্ধ তাদের কাছে অসহনীয় হতে পারে আবার এগুলো বিষয়ে তাদের অনুভূতি ভোতা হয়ে যেতে পারে। ত্বকে কাপড়ের স্পর্শ, এরোপ্লেনের শব্দ, ভ্রমরের গুনগুন তাদের কাছে অসহ্য লাগতে পারে। কোনো ক্ষেত্রে তারা অতিমাত্রায় তাপ , অতি শীতলতা , ব্যথা সহ্য করতে পারে, - যেমন পড়ে গিয়ে হাত ভেঙে গেলেও তারা ব্যথায় কাঁদেনা। উদ্দীপনার প্রতি সাড়া দেবার এই সম্যার কারণে পারিপার্শ্বিকের সাথে তাদের একটা দূরত্ব তৈরি হয়, এবং তারা নেতিবাচক আচরণ করে। তবে সময়ের সাথে সাথে এই সমস্যা অনেকটা কমে আসে। অনেকসময় দেখা যায় অটিজম আছে এমন শিশুরা জড়িয়ে ধরে আদর পছন্দ করলেও সামান্য আলতো চুমু, শার্টের ট্যাগ সহ্য করতে পারেনা, ভ্যাকুয়াম ক্লিনারের সামন্য শব্দ তাদেরকে আতংকিত করে, হঠাৎ করে জ্বলে উঠা সাধারণ আলো তাদেরকে চমকে দেয়। জন্মদিনের মৃদু গান বা হাততালি তারা পছন্দ করেনা। দুপরে একত্রে খাবার সময়, ব্যায়ামের ক্লাসে ভীড়ের মধ্যে অতিরিক্ত শব্দ তাদের কাছে অসহনীয় হতে পারে।

সংবেদনশীলতার সমস্যার কিছু উদাহারণ

স্পর্শ, নড়াচড়া, দেখা, বা শোনার ক্ষেত্রে অতিরিক্ত সংবেদনশীলতা অনুভূতি বেড়ে যাওয়া

স্পর্শ, নড়াচড়া, দেখা, বা শোনার ক্ষেত্রে সংবেদনশীলতা বা অনুভূতি কমে যাওয়া

সহজেই মন বিক্ষিপ্ত হয়ে যাওয়া

সামাজিক এবং/অথবা আবেগের সমস্যা হওয়া

কার্যক্রম এর স্তর অস্বাভাবিকভাবে বেড়ে যাওয়া বা কমে যাওয়া

শারীরিকভাবে প্রস্তুত না থাকা বা নিজের প্রতি উদাসীন থাকা

নিজের উপর নিয়ন্ত্রণ না থাকা, হঠাৎ করে রেগে যাওয়া

এক পরিস্থিতি থেকে আরেক পরিস্থিতিতে মানিয়ে নিতে সমস্যা

নিজেকে গুটিয়ে রাখার প্রবণতা থেকে বের হতে সমস্যা

নিজের সম্পর্কে নেতিবাচক ধারণা পোষন

কথা বলা , ভাষা শিক্ষা ও নড়াচড়ায় দক্ষতা অর্জনে সমস্যা

শিক্ষাজীবনের অজৃনসমূহ বিলম্বিত হওয়া

সংগঠিত থাকা ও মনোযোগ-

অটিজম আছে এমন শিশুরা সুসংগঠিত হতে নিজের বিষয়ে এবং আশেপাশের পরিবেশের সাথে মিথস্ক্রিয়ায় সুসংগঠিত হতে পারেনা । যদিও অনেকসময় শিক্ষার্থরা নিজের মত করে কিছু কিছু বিষয় সাজিয়ে নিতে পারে (যেমন ক= লাল, খ= হলুদ, গ=কালো) কিন্তু এই ধরনের প্রক্রিয়া সবসময় কার্যকরী হয়না । তদুপরি, কোনো বিষয়ের প্রতি মনোযোগ ধরে রাখার ক্ষেত্রেও সমস্যা হয় । এডিএইচডি, আলঝেইমার্স বা ফ্রন্টাল লোব সিন্ড্রোমের মত লক্ষন যেমন কোনো বিষয়ে মনঃসংযোগ করতে না পারা, সামাজিক দক্ষতা শিখতে না পারা, অটিজম আছে এমন শিশুদের থাকতে পারে । পরিকল্পনা করা এবং সে অনুযায়ী সংগঠিত হওয়া, বিমূর্ত চিন্তা করা এবং স্বল্পমেয়াদী স্মরনশক্তির সমস্যার সাথে সাথে উপযুক্ত কাজ শুরু করতে না পারা বা অনুপযুক্ত কাজ বা ইচ্ছাকে দমন করতে না পারার সমস্যা দেখা দেয় ।

শ্রেণি কক্ষে শিক্ষকের প্রশ্নের জবাব দিতে না পারা এবং সুগঠিতভাবে কোনো বাক্য বলতে না পারা বা বোধগম্য ক্রমানুসারে নিজের চিন্তাগুলোকে তারা সাজাতে পারেনা ।

'থিউরি অব মাইন্ড' অনুযায়ী তাদের বিশ্বাস, উদ্দেশ্য, জ্ঞান ইত্যাদি পরিচালিত হয় বলে ধারণা করা হয় । অটিজম আজে এমন শিশুরা সামাজিকভাবে, আবেগের দিক থেকে এবং ভাষার ব্যবহারের দিক থেকে সমস্যার মুখোমুখি হয় ।

বোধশক্তির সমস্যা-

অ্যাসপার্জার্স সিনড্রোম বা হাই ফাংশনিং অটিজমের ক্ষেত্রে বুদ্ধিমত্তা গড়পরতা বা গড়পরতা মানের চেয়ে বেশি হতে পারে। কিন্তু বোধশক্তির ক্ষেত্রে নানান সমস্যা দেখা যায়। কোনো ক্ষেত্রে তা স্বাভাবিক হলেও কোনো কোনো ক্ষেত্রে সমস্যা হয়। যেমন আই কিউ টেস্টের বেলায় দেখা যায় দেখা এবং সমস্যা সমাধানের অংশটিতে সে ভালো স্কোর পেলেও ভাষার ব্যবহারের ক্ষেত্রে আশাপ্রদ স্কোর করে না। অবাচনিক পরীক্ষায় তারা ভালো স্কোর করলেও বাচনিক বা মৌখিক পরীক্ষায় তাদের স্কোর কমহয়। অটিজম আছে এমন শিশুরা তাদের সাধারণ সহপাঠিদের তুলনায় যে কোনো কিছু ধীরে শিখে, অবশ্য তাদের কত শতাংশের মধ্যে মানসিক প্রতিবন্ধীতা আছে তা সঠিকভাবে বোঝা দুঃস্কর। যোগাযোগের সমস্যা এবং মনোযোগের ঘাটতির কারণে এদের বুদ্ধিমত্তার পরিমাপ করা কষ্টকর।

নড়াচড়ার সমস্যা-

সূক্ষ এবং সাধারণ শারীরিক নড়াচড়া এবং এদরে সমণ্বয়ের সমস্যা দেখা যায় অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে। সংবেদী ও মোটর স্নায়ুর সমণ্বয়ের মাধ্যমে যখন কোনো কিছু সঠিকভাবে করতে ব্যর্থ হয় তখন তাকে বলা হয় ডিসপ্রাক্সিয়া আবার যখন একবারেই করতে না পারে তখন তাকে বলা হয় এপ্রাক্সিয়া। যদি কোনো শিশুর মধ্যে কথা বলার ডিসপ্রাক্সিয়া বা এপ্রাক্সিয়া থাকে তখন তার ঠোঁটের নড়া চড়া, চোয়াল ও জিহ্বার নড়াচড়ায় সমস্যা দেখা দেয়। এমনকি যদি তার ভাষার ব্যবহার ঠিক থাকে এবঙ সে বুঝতে পারে যে সে কী বলতে চায় তবুও সে অনেকসময় সঠিকভাবে কথা বলে নিজের মনের ভাব প্রকাশ করতে পারেনা। মাংসপেশীর ক্শতা ঠিক থাকা সত্ত্বেও কেবলমাত্র সময়ানুযায়ী সমণ্বয় করতে না পারার কারণে খেরাধুলা, বোতাম লাগানো, লিখা, যন্ত্রপাতির ব্যবহারে সমস্যা দেখা দেয়। এছাড়া শারীরিক অবস্থানের বোধ ঠিক না থাকার কারণে তারা নিজেদের দেহের ভারসাম্য রাখতে পারেনা। এসব সমস্যার সমাধানের জন্য অকুপেশনাল থেরাপি, স্পিচ থেরাপি ইত্যাদির সাহায্য নেয়ার প্রয়োজন হতে পারে।

উদ্বিগ্নতা, মানসিক চাপ সহ আবেগের বিষয় সমূহ-

এমন কোনো দেশের কথা কল্পনা করা যাক যেখানকার ভাষা সংস্কৃতি সব আলাদা, অপরিচিত। যদি আশে পাশের ভাষা, ইশারা, কোনো অর্থ বহন না করে তবে শিশুর মনে উদ্বিগ্নতার জন্ম হয়। করো সাথে যোগাযোগ করা যায়না, সাহায্য চাওয়া যায়না তখন উদ্বিগ্নতা বাড়তে থাকে। উদ্বিগন্তা আর মানসিকচাপ হচ্ছে অটিজমের দুটি অতিরিক্ত লক্ষণ। শিশুদের এই ধরণের অবস্থা বুঝে তাদের সাহায্য করতে হবে। মনে রাখতে হবে যে অটিজমের কিছু অস্বাভাবিক আচরণ এই উদ্বিগ্নতা আর মানসিক চাপ থেকে সৃষ্ট। প্রয়োজনে তাদের বিশেষ সহায়তার মাধ্যমে এই সব অনাকাংক্ষিত আচরণ থেকে দূরে রাখা যায়। এছাড়া যেসমস্ত সাধারণ কারণে অন্যান্য মানুষের মধ্যে উদ্বিগ্নতা দেখা দিতে পারে অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যেও আলাদাভাবে উদ্বিগ্নতা থাকার সম্ভাবনা আছে।আলাদাভাবে অটিজম স্পেকট্রাম ডিজঅর্ডার এর সাথে আচরণের সমস্যা, আবেগ আর উদ্বিগ্নতার সমস্যা থাকতে পারে। এই সমস্ত সমস্যার সহ অবস্থানের বিষয়টি আরাদাভাবে নজর দিতে হবে এবং সকলকে এবিষয়ে সতেচন থাকতে হবে।

অটিজম এর সাথে সম্পর্কযুক্ত সম্ভাব্য শারীরিক বিষয়াবলী কী?

খিঁচুনির সমস্যা-

অটিজম আছে এমন শিশুদের এক তৃতীয়াংশের মধ্যে খিঁচুনি থাকতে পারে। এই খিঁচুনি শিশুবেলায় বা বয়ঃসন্ধিকারে শুরু হতে পারে। মস্তিষ্কের অভ্যন্তরের তড়িৎপ্রবাহের তারতম্যের কারণে সাময়িকভাবে চেতনা লোপ পাওয়া, মাংসপেশির খিঁচুনি, াস্বাভাবিক নড়াচড়া বা একদৃষ্টে তাকিয়ে থাকার মত লক্ষন নিয়ে খিঁচুনি থাকতে পারে। অনেক সময় ঘুম কম হওয়া বা জ্বরের কারণেও খিঁচুনি হতে পারে, ইইজি পরীক্ষার মাধ্যমে খিঁচুনি সনাক্তকরণ এ বিশেষ সাহায্য পাওয়া যায়। অটিজম আছে এমন শিমুদের মধ্যে একাধিক ধরণের খি৭চুনির সমস্যা থাকতে পারে। গ্র্যান্ড মাল বা টোনিক ক্লোনিক সিজার সহরজই সনাক্ত করা যায় কিন্তু পেটিট মাল বা এবসেন্ট সিজার সনাক্তকরণ একটু কঠিন, এজন্য ইইজি'র সাহায্য প্রয়োজন হতে পারে। এবসেন্ট সিজার সনাক্ত করার ক্ষেত্রে স্কুলের কর্মরা বিশেষ ভূমিকা রাখতে পারে এবং তারা পরিবারকে যথাসময়ে সতর্ক করে তুলতে পারে। বার বার খিঁচুনি হলে তাকে মৃগী (এপিলেপসি) বলা হয়। খিঁচুনি প্রতিরোধক ওষুধ দিলে এই খিঁচুনিহ্বার প্রবণতা কমে যায়। স্কুলের কর্মীদের খিঁচুনির লক্ষণ গুলো সম্পর্কে সচেতন থাকতে হবে এবং শিক্ষার্থীর নিরাপত্তা বিষয়ে লক্ষ্য রাখতে হবে। খিঁচুনি বিরোধী অনেক ওষুধের কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে, এ বিষযেও সতর্ক থাকা দরকার।

জেনেটিক সমস্যা-

অটিজম আছে এমন অল্পকিছু সংখ্যক শিশুর মধ্যে কয়েক ধরণের জেনেটিক সমস্যা দেখা দিতে পারে। এর মধ্যে রয়েছে- ফ্র্যাজাইল এক্স সিন্ড্রোম, এন্‌জেলম্যান সিন্ড্রোম, টিউবেরাস স্ক্লেরোসিস, ক্রোমোজোম ১৫ ডুপ্লিকেশন সিন্ড্রোম ইত্যাদি। এই বিষয়টির দিকে নজর দেয়া জরুরি কারণ এর সাথে অন্যান্য চিকিৎসার ব্যাপারটিও জড়িত আছে।

এলার্জি, পেটের সমস্যা এবং ব্যথা-

ঠিকমত ভাষার ব্যবহার করতে না পারার কারণে একটি শিশু তার ব্যথার অনুভূতি (দাত ব্যথা, পেট ব্যথা) কেবলমাত্র আচরণের মাধ্যমে প্রকাশ করে থাকে। যেমন নিজে নিজে দোল খাওয়া, নিজের হাত নিজে কামড়ানো ইত্যাদি। অটিজম আছে এমন অধিকাংশ শিশুর কোষ্ঠকাঠিন্য, বা ডায়রিয়া থাকতে পারে; এছাড়া গ্যাস্ট্রাইটিস, কোলাইটস, সিলিয়াক ডিজিস বা ইসোফেজাইটস-ও হতে পারে। আর এই সমসস্ত সমস্যার সাথে যোগাযোগের সমস্যার জন্য তাদের বাথরুমে যাবার বিষয়টিও আরেক সমস্যা হিসেবে তৈরি হয়।

অটিজম আছে এমন শিশুদের ক্ষেত্রে কোনো খাবার বা পরিবেশের কোনো বস্তুর প্রতি বিশেষ এলার্জি থাকতে থাকার সম্ভাবনা রয়েছে। পেটের সমস্যার কারনে বিশেষ বিশেষ খাদ্যের প্রতি তাদের বিমুখতা দেখা দেয় এবং সীমিত প্রকারের খাদ্য তারা গ্রহণ করে। ফলে পুষ্টিহীনতা দেখা দিতে পারে। এ বিষয়টির দিকে স্কুল কর্মীদের নজর দেয়ার পাশাপাশি পেটের রোগ বিশেষজ্ঞ বা পুষ্টিবিদের পরামর্শ নেয়া লাগতে পারে।

ঘুমের সমস্যা-

অটিজম আছে এমন শিশুদের মধ্যে সাধারণত ঘুমের সমস্যা থাকে। তাদের ঘুমাতে দেরী হয়, বা রাতে ঘুম থেকে জেগে উঠে। ঘুমের সমস্যার কারণে তাদের মনোযোগ কমে যায এবং বিশেষ শিক্ষা ও পরিচর্যা বাধাগ্রস্থ হয়। অনেক সময় ঘুমের বিষয়টি, বিশেষ মেডিকেল সমস্যা (যেমন স্লিপ এপনিয়া, গ্যাস্ট্রোইসোফেজিয়াল রিফ্লাক্স) হয়ে উঠে। এই সব মেডিকেল বিষয় ছাড়া অন্যান্য ক্ষেত্রে আচরণ পরিবর্তনের শিক্ষা বা স্লিপ হাইজন শিক্ষা বিশেষ কার্যকরী। স্কুল এর আচরণ বিষয়ক বিশেষজ্ঞগণ এ বিষয়ে শিশুকে সাহায্য করার পাশাপাশি অভিভাবকদের সুপরামর্শ দেবেন যাতে করে শিশু তার শিক্ষাজীবন চালিয়ে যেতে সক্ষম হয়।

বিশেষ সাহায্য প্রয়োজন হতে পারে এমন শিশু কী করে আমাদের এই স্কুলের অংশ হতে পারে ?

কোনো কিছুকে নিজের করে ভাববার বিষয়টি সকলের কাছে গুরুত্বপূর্ণ বিশেষ করে যারা বলতে পারেনা তাদের বিষয়টি কেমন লাগছে। বিশেষ করে যাদের বিশেষ দক্ষতা, বৈশিষ্ট বা বিশেষ চাহিদা আছে তাদেরকে বিশেস শিক্ষা আর পরিচর্যার মাধ্যমে জীবনের এই দিকটি সম্পর্কে ধারণা দেয়া প্রয়োজন, যাতে তরা একজন মানবীয় গুণাবলী সম্পন্ন মানুষ হিসেবে গড়ে উঠতে পারে। মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের কংগ্রেস

এর আইন হচ্ছে প্রতিটি মানুষ যে সমাজে বাস করে তার সক্রিয় সদস্য হিসেবে সামাজিক সকল কাজে অংশ নিতে পারে। তথ্য আমাদের বুঝতে সাহায্য করে কীভাবে ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা বা আকাঙ্ক্ষার দৃষ্টিকোন থেকে জীবনকে দেখা যায়। তথ্যের আদান প্রদান, দলবদ্ধভাবে কাজ করা এবং মুক্ত আলাপচারিতার মাধ্যমে সাধারণ শিক্ষার বাইরেও মানুষকে শিক্ষিত করে তোলা যায়। সাধারণ শিক্ষক, স্কুলের কর্মী এবং সাধারণ অভিভাবকেরা অভিজ্ঞ বিশেষায়িত শিক্ষক আর অভিজ্ঞ অভিভাবকদের কাছ থেকে তাদের অভিজ্ঞতা আর জ্ঞান সংগ্রহ করে উপকৃত হতে পারেন।

শিশুর শিক্ষা পাবার সাধারণ অধিকার সমূহ কী?

বর্তমানে মাধ্যমিক স্তর পর্যন্ত শিক্ষা অবৈতনিক এবং প্রাথমিক স্তর পর্যন্ত বাধ্যতামূলক শিক্ষা প্রবর্তিত আছে। মেয়ে শিশুদের জন্য অধিক প্রণোদনা এবং স্নাতক পর্যায় পর্যন্ত অবৈতনিক শিক্ষা চালু আছে। গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশের সংবিধান এর ১৭ অনুচ্ছেদ অনুযায়ী সবার জন্য গণমুখী ও সর্বজনীন শিক্ষা ব্যবস্থা প্রাপ্তির অধিকার বর্ণিত আছে।

ফলে অটিজম আছে কেবল এই কারণে কোনো শিশুকে তার প্রাপ্ত অধিকার- অর্থাৎ শিক্ষার অধিকার থেকে কোনোভাবেই বঞ্চিত করা যাবে না ।

যুক্তরাষ্ট্রের আইন অনুযায়ী সকল শিশুকে তার প্রাপ্ত শিক্ষা সুবিধা প্রদান করতে হবে এবং শিশুর প্রয়োজনীয় সহায়তা যদি লাগে তবে তা স্কুর কর্তৃপক্ষ ব্যবস্থা করবেন । মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের এ সংক্রান্ত আইন -ইন্ডিভিজুয়ালস উইথ ডিসএবিলিটিস এডুকেশন এ্যাক্ট ২০০৪ সালে সংশোধিত হয় এবং সেখানে পরিষ্কারভাবে অটিজম আছে এমন শিশুদের জন্য বিশেষায়িত শিক্ষা ও পরিচর্যার উল্লেখ করা হয় । এছাড়া আমেরিকানস উইথ ডিসএবিলিটি এ্যাক্ট ১৯৯০ এ অক্ষমতা আছে এমন শিশুদের জন্য শিক্ষাক্ষেত্রে সম অধিআর ও সুরক্ষার বিধান রাখা হয়েছে । আমেরিকার পুণর্বাসন আইন ১৯৭৩ এর ৫০৪ ধারা অনুযায়ী অক্ষমতার কারণে কেউ যাতে বঞ্চিত না হতে পারে সে বিষয়টি উল্লেখ করা আছে ।

বিনামূল্যে যথার্থ সাধারণ শিক্ষা কী?

বাংলাদেশের প্রতিবন্ধী শিশুদের জন্য বিশেষ শিক্ষা-অধিকার আইন ।

প্রতিবন্ধী শিশুদের অন্যান্য সাধারণ শিশুর মতই শিক্ষা গ্রহণের অধিকার রয়েছে। প্রতিবন্ধীত্ব নিরূপণের মাধ্যমে প্রত্যেকেরউপযুক্ত শিক্ষা প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ করা হবে। প্রতিবন্ধীর শ্রেণী, প্রতিবন্ধীত্বের কারণ, ধরণ, প্রভাব, সক্ষমতা ও পারিবারিক পরিবেশ অনুযায়ী প্রশিক্ষণ ব্যবস্থা প্রদান করা হবে। এ জন্য-

(ক) প্রতিবন্ধী শিশুদের ধরণ, প্রভাব্ মূল শিক্ষাক্রমের সঙ্গে সমন্বিতকরণ, নিয়মিত শ্রেণীকক্ষে তাদের পূর্ণ সমন্বিতকরণ, অথবা নিয়মিত শ্রেণীর সংযুক্তিতে তাদের সমন্বিতকরণই এই শিক্ষার উদ্দেশ্য। প্রতিবন্ধী শিশুদের নিয়মিত শ্রেণীকক্ষে সমন্বিত করা (উদাহারণ স্বরূপঃ এমন বিষয়ে যেখানে তারা নিয়মিত শিক্ষাদানের মাধ্যমে উপকৃত হবে)। প্রশিক্ষণ ইউনিট রিসোর্স শিক্ষকমন্ডলী দ্বারা পরিচালিত হবে।

(খ) রিসোর্স কেন্দ্র পরিচালিত শিক্ষক-প্রশিক্ষণ পদ্ধতি, বিশেষ শিক্ষা উপকরণাদি ও শিক্ষণ সরাঞ্জামাদি মূল শিক্ষা কর্মসূচীর সমন্বিতকরণে সহায়ক হবে।

(গ) বিশেষ বিদ্যালয়গুলি বিশেষ শিক্ষা কার্যক্রম পরিচালনা করবে, (যখন সমন্বয়করণ যুক্তিসংগত বা সম্ভব নয়), এতিম, গৃহহীন এবং একাধিক এবং/অথবা চরম প্রতিবন্ধী শিশুরা অগ্রাধিকার পাবে।

(ঘ) বিশেষ বিদ্যালয় এবং প্রাথমিক বিদ্যালয়ের অংশে বিশেষ বিশেষ শিক্ষার ৭ বছর মেয়াদী প্রাক-বিদ্যালয় ও প্রাক-বৃত্তিমূলক প্রশিক্ষণসহ পাঠ্যসূচী অনুসরণ করবে।

(ঙ) বিশেষ শিক্ষা বিদ্যালয় এবং কেন্দ্রে প্রশিক্ষণকালে নিরুপণ পদ্ধতির মাধ্যমে সম্ভাব্য ক্ষেত্রে সাধারণ শিক্ষার কার্যক্রমে বদলী করা হবে।

(চ) বিশেষ শিক্ষা কেন্দ্রে প্রশিক্ষণ ও আবাসিক ব্যবস্থা বিনামূল্যে প্রদান করা হবে।

(ছ) প্রতিবন্ধীত্বের কারণে যদি কোন ছাত্র এক বা একাধিক বিষয়ে অধ্যায়নে অসমর্থ হয় তবে সে ক্ষেত্রে বিকল্প বিষয় বা বিষয়সমূহের ব্যবস্থা অনুমোদন করা হবে।

(জ) প্রতিবন্ধী ছাত্ররা যেখানে ভর্তি হবে, সেখানে পরীক্ষায় অংশগ্রহণের অধিকার/সুযোগ থাকবে। দৃষ্টি প্রতিবন্ধী ছাত্র-ছাত্রীদের ব্রেইল পদ্ধতির প্রশ্নপত্র সরবরাহ করা হবে এবং তাদের উত্তরপত্র ব্রেইল পদ্ধতিতে প্রদানের ব্যবস্থা থাকবে। যদি ব্রেইল পদ্ধতিতে পরীক্ষা অংশগ্রহণে অসমর্থ হয় তবে সহায়ক ব্যক্তির সাহায্যে পরীক্ষা দেওয়ার ব্যবস্থা থাকবে। শারীরিক প্রতিবন্ধী ছাত্রের যদি লিখতে অসুবিধা থাকে তবে সহযোগীর ব্যবস্থা করা হবে।

ইন্ডিভিজুয়ালস উইথ ডিসএবিলিটিস এডুকেশন এ্যাক্ট, সেদেশের অক্ষমতা আছে (যেমন অটিজম) এমন শিশুদের জন্য বিনামূল্যে শিক্ষা প্রদানের জন্য আইন প্রণয়ন করেছেন ।

ন্যূনতম সীমাবদ্ধ পরিবেশ কী?

ইন্ডিভিজুয়ালস উইথ ডিসএবিলিটিস এডুকেশন এ্যাক্টে বলা আছে কোনো শিশুর যে কোনো ধরণের অক্ষমতা থাকুক না কেন সে যদি স্কুলে উপস্থিত হতে সমর্থ হয় তবে যতদূর সম্ভব সাধারণ স্বাভাবিক শিশুদের সাথে পাঠদান করতে হবে । এ বিষয়টিকে আইডিইএ বলেছে 'ন্যূনতম সীমাবদ্ধ পরিবেশ' । তবে তার মানে এই নয়যে সবাইকে সাধারণ পাঠকক্ষে পাঠদান করতে হবে তবে যতদূর সম্ভব স্বাভাবিক শিক্ষার পরিবেশ বজায় রেখে পরিচিত পরিবেশে তাদের রাখতে হবে। এই সিদ্ধান্তটি ইন্ডিভিজুয়াল এডুকেশন কর্মসূচির সদস্যদলের মাধ্যমে গ্রহণ করতে হবে যাতে শিক্ষার্থী সর্বোচ্চ সহায়তা আয় আর সুষ্ঠু শিক্ষার পরিবেশ পায় । আর কোন শিক্ষার্থী কতাদন বা কতক্ষন 'ন্যূনতম সীমাবদ্ধ পরিবেশ'-এ থাকবে সেটাও প্রয়োজনবোধে পরিবর্তন করা যাবে। সাধারণ শিক্ষার পরিবেশে থাকা অটিজম আছে এমন শিশুকে প্রয়োজনবোধে মূলধারার স্কুলে অন্তর্ভূক্ত করা যেতে পারে। তবে তার মানে এই না যে তার বিশেষ সহায়তাগুলো সাধারণ শিক্ষা দিয়ে প্রতিস্থাপিত হবে। বরং মূলধারার পরিবেশে বিভিন্ন ধরণের বিশেষ শিক্ষা সহায়তা একটি সফল পরিবেশ তৈরিতে সহয়তা করবে। সতর্ক পরিকল্পনা জরুরি, এবং প্রয়োজনবোধে তা যেন পরিবর্তন করা যায় সেদিকেও লক্ষ্য রাখতে হবে। সেই সাথে সংশ্লিষ্টদের প্রয়োজন প্রশিক্ষণ, যাতে একটি শিশুকে 'ন্যূনতম সীমাবদ্ধ পরিবেশ'-এ পাঠদান করানো যায়। এই সহায়তার অন্তর্ভূক্ত হচ্ছে বিশেষভাবে বিন্যস্ত শ্রেণীকক্ষ এবং প্রতি একজন শিশুর জন্য একজন করে আধা পেশাদার কর্মী, কারিকুলাম এর পুনর্বিন্যস্তকরণ, দেখার মাধ্যমে শেখানো, অভিযোজনক্ষম শিক্ষা সরঞ্জাম ইত্যাদি। বিশেষ শিক্ষা বিভাগের দায়িত্ব হচ্ছে এতদ্বসংক্রান্ত প্রশিক্ষণ এর ব্যবস্থা করা, নীতিমালা ও বিধি প্রণয়ন এবং সাধারণ কর্মী ও অন্যদের জন্য সহায়তা প্রদান। এটি উল্লেখ করা জরুরি স্কুল, শিক্ষক, স্কুল কর্মী, পিতা মাতা এবং শিক্ষার্থী (যাদের বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন আছে বা নেই) ভেদে মূলধারার স্কুলে অন্তর্ভূক্তির বিষয়টির তারতম্য হতে পারে। মূল ধারার স্কুলে অন্তর্ভূক্তির বিষয়টি আই ডি ই এ দলগতভাবে পরিকল্পনামাফিক সিদ্ধান্ত নেয়ার সুপারিশ করেছে। অনেক বাবা মা মনে করতে পারেন যে মূল ধারায় অন্তর্ভূক্তির চাইতে তার সন্তান যদি বিশেষায়িত স্কুলে থাকে তবে সটোই ভালো, আবার অনেক সময় শিক্ষার্থী নিজেও মূলধারায় অন্তর্ভূক্তির জন্য প্রস্তুত থাকেনা। বিশেষত তাদের উদ্বিগ্নতা আর

সংবেদী প্রক্রিয়ার সমস্যা কারণে খুব ধীরে ধীরে তাদের মূলধারায় সম্পৃক্ত করার প্রয়োজন হতে পারে আর এজন্য স্থানীয় ছাত্র পরিষদ আর স্থানীয় নাগরিকদেরও বিসয়টির সাথে একাত্ম হবা প্রয়োজন হতে পারে। অটিজম আছে এমন যে শিশুটি ন্যূনতম সীমাবদ্ধ পরিবেশে থাকলে তারজন্য বিশেষায়িত শিক্ষার বাইরে সাধারণ শিক্ষার্থীদের বিশেষ যোগাযোগ এ সুযোগ তৈরি হয়। অর্থাৎ সহায়তাকারী কর্মী, সহপাঠি, বিশেষায়িত শিক্ষক, অফিসের কর্মী, যাদের অটিজম সম্পর্কে তেমন কোনো জ্ঞান নেই তাদের সাথে অটিজম আছে এমন শিশুটির যোগযোগ এর সুযোগ হয়। এই সহায়িকার উদ্দেশ্য হচ্ছে স্কুলের সব স্তরের কর্মীরা যাতে অটিজম ও তার পরিচর্যা বিষয়ক একটি সমন্বিত জ্ঞান লাভ করে এবং এর মাধ্যমে তারা নিজেরা এবং অটিজম আছে এমন শিশুরা উপকৃত হয়।

বিশেষ শিক্ষা পরিসেবা কী ?

অটিজম আছে এমন শিশুদের জন্য তিন বছর বয়স থেকে বিশেষ শিক্ষা আর প্রশিক্ষণ দেয়া হয়, আর যাদের পক্ষে আরো শিক্ষা নেয়া সম্ভব তাদের জন্য একুশ বছর বয়স পর্যন্ত এই প্রশিক্ষণ চালানো হয় । বিশেষায়িত শিক্ষা বিভাগ কর্তৃক এই শিআ প্রদান করা হয়, তার আগে দলবদ্ধভাবে এবং শিশুর বাবা-মায়ের সাথে আলোচনা করে , প্রাক মূল্যায়নের পর শিশুর জন্য এই বিশেষায়িত শিক্ষার ব্যবস্থা করা হয় । ইন্ডিভিজুয়াল এডুকেশন কর্মসূচির নথি অনুযায়ী শিক্ষার্থীর প্রয়োজন আর লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য নির্নয় করা হবে তার সবলতা আর দুর্বলতার উপর ভিত্তি করে । পাশাপাশি দেখতে হবে প্রশিক্ষিত কর্মী এবং ইতিবাচক আচরণের কোনো সুযোগ সেখানে আছে কিনা, যদি থাকে তবে তা বিশদভাবে ব্যাখা করতে হবে । আর যে সমস্ত শিক্ষার্থী যারা বিশেষায়িত শিক্ষার জন্য যোগ্য বলে বিবেচিত হবেনা কিন্তু তাদের অক্ষমতার জন্য বিশেষ সাহয্যের প্রয়োজন তাদেরকে পুনর্বাসনের আওতায় এনে পরিচর্যার সুযোগ করে দিতে হবে যা পুনর্বাসন আইন (আমেরিকা) ৫০৪ ধারায় লিপিবদ্ধ আছে ।

অটিজম আছে এমন শিশুদের পাঠদানের জন্য জন্য কী কী ধরণের নির্দেশনামূলক পদ্ধতি ব্যবহৃত হয় ?

অটিজম আছে এমন শিশুদের জন্য শিক্ষাদান কার্যক্রম খুবই নিবিড় ওবিশদভাবে হওয়া প্রয়োজন। সেক্ষেত্রে পেশাদার দলের প্রয়োজন আছে এবং শিক্ষার্থীর আচরণ, বিকাশ, সামাজিক ও একাডেমিক প্রয়োজনের উপর ভিত্তি করে সপ্তাহে প্রয়োজনীয় কর্মঘন্টা ব্যয় করতে হয়। কিছু পদ্ধতি আছে যা কেবলমাত্র অটিজমের জন্য তৈরি করা হয়েছে এবং বাসায় সেটার প্রয়োগ করা সম্ভব। আর নিচে বিবৃত পদ্ধতিগুলোর বেশিরভাগই স্কুলের শ্রেণীকক্ষে প্রয়োগ করা যাবে। এটামনে রাখা জরুরি যে কেবলমাত্র একটি পদ্ধতিতে অটিজম আছে এমন শিশুর শিক্ষাদান সম্ভব নয়, একসাথে বা ক্রমাণ্বয়ে একাধিক পদ্ধতির প্রয়োগ করতে হয়। প্রায়োগিক আচরণ বিশ্লেষণ (এপ্লাইড বিহেভিয়ার এনালাইসিস) নীতিমালার উপর ভিত্তি করে অনেকগুলো শিক্ষাদান পদ্ধতি প্রয়োগ করা হয়ে থাকে । এছাড়াও ইতবাচক ও অভিযোজিত আচরণের কৌশলও প্রয়োগ করা হয়।

এপ্লাইড বিহেভিয়ার এনালাইসিস (প্রায়োগিক আচরণ বিশ্লেষণ)কি ?

আচরণ বিশ্লেষণ হচ্ছে আচরণ এর বিজ্ঞান সম্মত ব্যাখা বা জ্ঞ্যান যে কোনো ব্যক্তি কেন এবং কিভঅবে একটি আচরণ করে থাকে ? সামাজিকভাবে তাৎপর্যপূর্ণ আচরণের উপর ভিত্তি করে দেখা হয় যে আচরণটির প্রায়োগিক গুরুত্ব আছে কিনা । আচরণের শৃঙ্খলাবদ্ধ মূল্যায়ন করে দেখা হয় যে শিশুর কোন আচরণটি বদলাতে হবে আর কোনটিকে উৎসাহিত করতে হবে । অটিজম আছে এমন শিশুর আচরণ পরিমার্জনের জন্য এই এ বি এ পদ্ধতিতে যে বিষয়গুলো বিশ্লেষণ করা হয় সেগুলো হচ্ছে- আচরণের কার্যকারিতা, পরিবেশের উপর নিয়ন্ত্রণ, আচরণটি করার আগের অবস্থা, আচরণের ফলাফল এবং আচরণের কারনে পুরস্কৃত হওয়া । কিছূ শিশুর জন্য এবিএ পদ্ধতি প্রয়োগ করে তার আচরণ পরিমার্জন করা সম্ভব আবার কোনো ক্ষেত্রে ইতিবাচক আচরণকে উৎসাহিত করতে মূলনীতি হিসেবে এ বি এ পদ্ধতি ব্যবহার করা হয় ।

অটিজম আছে এমন শিশুদের বিশেষায়িত শিক্ষার জন্য প্রায়শই ব্যবহৃত হয় এমন প্রয়োগযোগ্য কিছু পদ্ধতি :

এই সমস্ত পদ্ধতিগুলো বাসায় বা স্কুলে প্রথম দিককার শিক্ষা পদ্ধতি হিসেবে ব্যবহৃত হয়ে থাকে । স্কুলের জন্য এটা গুরুত্বপূর্ণ যে পদ্ধতি আর শিক্ষার্থীর মূল্যায়ন করে কার জন্য কোনটা যথার্থ হবে তা নির্ণয় করা আর পাশাপাশি এ বিষয়ে নীতিমালা ও প্রমাণ সাপেক্ষ পদ্ধতির উপর নির্ভর করা ।

ডিসক্রিট ট্রায়াল সেটিং বা লোভাস মডেল :

দক্ষতা আর প্রতিষ্ঠিত পাঠক্রমের উপর ভিত্তি করে শিক্ষক পরিচালিত ডিসক্রিট ট্রায়াল সেটিং পদ্ধতি প্রয়োগ করা হয় যার মূল নীতিমালা হচ্ছে এ বি এ নির্ভর । প্রতিটি জটিল কাজকে ছোট ছোট ভাগে ভাগ করে তাৎক্ষণিকভাবে প্রয়োগ করতে শেখানো হয় এবং বিষয়টির উপর দক্ষতা আসার আগ পর্যন্ত এভাবেই পদ্ধতিটি প্রয়োগ করা হয় । শিশুকে অনুশীলনের মাধ্যমে আচরণটি/কাজটি শেখানোর জন্য বারবার সুযোগ দেয়া হয় ও সে কাঙ্ক্ষিত আচরণ করতে পারলে তাকে নানাভাবে পুরস্কৃত করা হয়- যেমন মৌখিকভাবে প্রশংসা করা, বা এমন কিছু দেয়া যাতে সে আনো উৎসাহিত হয় ।

ফ্লোর টাইম বা ডিফারেন্স রিলেশনশিপ মডেল (ডি আই আর):

এই পদ্ধতিতে একজন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তি অটিজম আছে এমন একজন শিশুকে তার যোগযোগের ক্ষেত্রটিকে বাড়াতে সাহায্য করেন এবং শিশুটির ক্ষমতা বাড়াতে সাহায্য করেন । খেলাধুলার মাধ্যমে এই পদ্ধতিটি প্রয়োগ করা হয় যাকে বলা হয় 'ফ্লোর'- আর ্ভাবেই চারিদিকের পৃথিবী, যোগাযোগ আর আবেগজনিত চিন্তা বিষয়ে শিশুকে আরো অগ্রবর্তী করে তোলে ।

পিকচার এক্সচেঞ্জ কমিউনিকেশন সিস্টেম (পিইসিএস) :

এমন একটি শিক্ষণ পদ্ধতি যেখানে যেসব শিশুর কোনো কথা বলার ক্ষমতা নেই বা থাকলেও খুবই সামান্য তাদের সাথে যোগাযোগের জন্য ছবি ব্যবহার করা হয় । একজন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তি কোনো বস্তু বা প্রাণীর ছবির প্রতি শিশুর প্রতিক্রিয়া দেখে শিশুটির শব্দভান্ডার বৃদ্ধি করতে সাহায্য করেন এবং তার শব্দ ও বাক্য তৈরির আগ্রহ জাগিয়ে তোলেন । একই সাথে শিশুটি দুটি ছবি বা চিহ্নের মধ্যে পার্থক্য বের করে কিভাবে সফল বাক্য তৈরি করতে পারে সেটাও মূল্যায়ন করা হয় । যদিও পিইসিএস একটি দৃশ্যমান পদ্ধতি তবুও এর মূল লক্ষ্য হচ্ছে শিশুটির ভাষার বিকাশের মাধ্যমে তার যোগাযোগ প্রক্রিয়াকে উৎসাহিত করা ।

পিভোটাল রেসপন্স ট্রিটমেন্ট (পিআরটি):

এটি একটি শিশু পরিচালিত পদ্ধতি, যেখানে কেন্দ্রীয় আচরণের (পিভোটাল) পরমার্জন করা হয় । এটি এ বি এ পদ ।দতির উপর ভিত্তি করে প্রতিষ্ঠিত । এখানে মনোযোগ দেয়া হয় শিশুর জটিল ও কেন্দ্রীয় আচরণের দিকে । এই প্রাথমিক কেন্দ্রীয় আচরণের ফলশ্রুতিতেই শিশুর পরবর্তী আচরণগুলো ঘটতে থাকে । তাই, কেন্দ্রীয় আচরণের পরিমাবর্জনের মাধ্যমে তার অপরাপর আচরণগুলোও পরিবর্তন করা সম্ভব । এভাবে কেন্দ্রীয় আচরণের পরিমার্জনের মাধ্যমে ইতিবাচক আচরণ আর যোগাযোগ প্রক্রিয়াকে উৎসাহিত করা হয় পাশাপাশি শিশু তার নিজের আচরণ, খেলা আর যোগাযোগকেও বিকশিত করতে পারে ।

রিলেশনশিপ ডেভেলপমেন্ট ইন্টারভিউ (আরডিআই):

আর ডিআই এর মাধ্যমে শিশুর দীর্ঘমেয়াদী জীবনের মান উন্নয়নের চেষ্টা করা হয় । এই পদ্ধতির সাহায্যে তার সামাজিক দক্ষতা, অভিযোজন করার ক্ষমতা এবং আত্ম সচেতনতা বাড়ানো হয় । শৃঙ্খলাবদ্ধ প্রক্রিয়ায় তার আবেগের নিয়ন্ত্রণ এবং সামাজিক ও পারস্পরিক সম্পর্কের বিকাশ ঘটানো হয় ।

সোশ্যাল কমিউনিকেশন/ইমোশনাল রেগুলেশন/ট্রান্সসেকশনাল সাপোর্ট (এসসিইআরটিএস):

এসসিইআরটিএস পদ্ধতি অন্যান্য পদ্ধতিগুলো থেকে একটু আলাদা । এ পদ্ধতিতে শিশুকে তার দৈনন্দিন কাজের মাধ্যমে নিজে থেকে যোগাযোগ তৈরির কৌশল শেখানো হয় । এভাবে সে নতুন কিছু শেখার ক্ষমতা প্রাপ্ত হয় এবং তাৎক্ষনিকভাবে বিভিন্ন সহপাঠিদের সামনে উপযুক্ত ও কার্যকরী দক্ষতা দেখাতে পারে । যেসব শিশুর সামাজিক ও ভাষার দক্ষতা আছে তারা এই পদ্ধতিতে দ্রুত মূলধারার স্কুলে অন্তর্ভূক্ত হতে পারে ।

ট্রেনিং এন্ড এডুকেশন অফ অটিস্টিক এন্ড রিলেটেড কমিউনিকেশন হ্যান্ডিক্যাপড চিলড্রেন (টিইএসিসিএইচ):

টিইএসিসিএইচ হচ্ছে এমন একটি পদ্ধতি যেখানে সুসংগঠিত শিক্ষন পদ্ধতি প্রয়োগ করা হয় । অটিজম আছে এমন শিশুর ভেতরের ক্ষমতা বা সবলতাকে পুঁজি করে এবং তার সমস্যাকে বিবেচনায় এনে দেখা যায় এমন কিছুর মাধ্যমে তাকে তথ্য প্রদান করা হয় ও যোগাযোগের ক্ষেত্র প্রস্তুত করা হয় । সুসংগঠিত পরিবেশ তৈরি করে (দৃশ্যমান বস্তুর সাহায্য নিয়ে) শিশুকে মূল্যায়ন করে তবে তার জন্য পদ্ধতির পরিকল্পনা করা হয় ।

ভার্বাল বিহেভিয়ার (ভিবি):

এটি এবিএ নির্ভর পদ্ধতি। এখানে বিশেষ আচরণের উপর গবেষণা করে ভাষার বিকাশ ঘটানোর ব্যবস্থা করা হয় এবং এটি বিন্যস্ত করা হয় শিশুর ভাষা শিক্ষার আগ্রহ জাগানোর জন্য। পাশাপাশি শব্দ ও তার অন্তর্নিহিত তাৎপর্যের মধ্যে সম্পর্ক যাতে শিশু তৈরি করতে পারে সেটি শিখানোরও চেষ্টা করা হয়।

অটিজম আছে এমন শিশুদের জন্য আরো কিছু পরিচর্যা বা থেরাপি

অটিজম আছে এমন অনেক শিক্ষার্থীদের নিচের কিছু পরিসেবা প্রয়োজন হতে পারে। এগুলো তাদেরকে জীবনযাত্রার উপযোগী প্রয়োজনীয় কাজের জন্য দক্ষ করে গড়ে তুলবে। সাধারণ ঘরোয়া পরিবেশে যেমন- খাবার টেবিলে বা সাধারণ আলাপ চারিতার সময়ও তাদের এসব সেবা দেয়া যেতে পারে। অটিজম আছে এমন শিক্ষার্থীদের বাসায় এবং সমাজে সবখানে সহায্যের প্রয়োজন হতে পারে, এজন্য এ দু'জায়গার সেবার মধ্যে এবং বাসার সদস্য আর সমাজের/স্কুলের কর্মীদের মধ্যে পরিকল্পনা আর কাজের সমণ্বয় থাকা জরুরি।

অকুপেশনাল থেরাপি (ওটি):

একজন দক্ষ প্রশিক্ষিত অকুপেশনাল থেরাপিস্ট এর সাহায্যে এই সেবা দেয়া প্রয়োজন। এই থেরাপি অটিজম আছে এমন শিশুর বহির্জগৎ সম্পর্কে ধারণা, শারীরিক আর নড়াচড়ার ক্ষমতাকে বাড়িয়ে তোলার মাধ্যমে স্বাধীনভাবে সমাজে বেঁচে থাকতে সাহায্য করে। অটিজম আছে এমন একজন শিক্ষার্থীর জন্য এই থেরাপির মূল লক্ষ্য হচ্ছে তার খেলা, সূক্ষ্ম কাজ, সামাজিক দক্ষতা, হাতের লেখা পরিস্কার করা, নিজের কাপড় নিজে পরতে শেখা, খাওয়া নিজের প্রসাধন করতে পারা ইত্যাদি। বিভিন্ন স্থানে ও পদ্ধতিতে এই অকুপেশনাল থেরাপি দেয়া যেতে পারে।

ফিজিক্যাল থেরাপি (পিটি):

একজন দক্ষ প্রশিক্ষিত ফিজিক্যাল থেরাপিস্ট এর সাহায্যে এই সেবা দেয়া হয়। এটিতে মূলত তার শারীরিক অক্ষমতাকে যতদূর সম্ভব দূর করার চেষ্টা করা হয়। অটিজম আছে এম শিক্ষার্থীরা সাধারণত শারীরিকভাবে পুরোমাত্রায় সক্রিয় থাকেনা- তাদের হাঁটা, বসা, দৌড় ও লাফাতে সমস্যা থাকতে পারে।

ফিজিক্যাল থেরাপিস্ট এই সমস্ত শিশুদের দুর্বল মাংসপেশী, ভারসাম্যের সমস্যা আর দেহের সমন্বয়হীনতাকে ব্যায়াম ও অন্যান্য পদ্ধতিতে কার্যকরী করার চেষ্টা করেন।

সেনসরি ইন্টেগেশন থেরাপি (এস আই):

এই পদ্ধতিতে অটিজম আছে এমন একজন শিশুর উদ্দীপনা গ্রহণ ও মস্তিষ্কে সেই উদ্দীপনায় সাড়া দেবার প্রক্রিয়াকে কার্যকরী করা হয়। শিশুর উদ্দীপনা প্রক্রিয়া ও সমন্বয় এর মূল্যায়ন করার পর তার জন্য অকুপেশনাল থেরাপি বা ফিজিক্যাল থেরাপি পরিকল্পনা করা হয়।

স্পীচ-ল্যাঙ্গুয়েজ থেরাপি (এসএলটি):

দক্ষ ও প্রশিক্ষিত স্পীচ-ল্যাঙ্গুয়েজ প্যাথলজিস্ট (এসএলপি) মাধ্যমে এই সেবা দেয়া হয়। তিনি নানা ধরণের পদ্ধতিতে অটিজম আছে এমন শিশুর সমস্যাকে লক্ষ্য করে তার সেবা প্রদান করেন। বিশেষত শিশুর ভাষার ব্যবহার, কথা বলতে পারার শারীরিক প্রক্রিয়া ইত্যাদির দিকে নজর দেয়া হয়। যারা কথা বলতে পারেনা তাদেরকে নানারকম প্রশিক্ষনের মাধ্যমে যোগাযোগের অন্যান্য পদ্ধতি রপ্ত করতে শেখানো হয় বা মুখের ব্যায়ামসহ অন্যান্য প্রক্রিয়ায় তাদের কথা বলার ক্ষমতা বাড়াতে সাহায্য করা হয়। যারা কথোপকথন চালাতে পারেনা তাদেরকে কথোপকথন শেখানোর পদ্ধতি শেখানো হয়। এই সেবা একজন শিমুকে আলাদা ভাবেও শেখানো যেতে পারে বা ক্লাসে বা দলবদ্ধভাবে শেখানো যেতে পারে।

সাধারণ কৌশল

দলগত কৌশল কেন দরকার?

অটিস্টিক শিশুকে সহায়তার জন্য দলগত কৌশলের প্রয়োজন। দলের প্রতিটি সদস্যের দক্ষতা ও পর্যবেক্ষণ এক্ষেত্রে অনন্য। পরিবারের জ্ঞান ও ধারণাও গুরুত্বপূর্ণ। অটিস্টিক শিশুর উপসর্গে যেমন ভিন্নতা রয়েছে, তেমনি তাদের লালন-পালনে অভিভাবকদের কৌশলেও ভিন্নতা আছে। সেগুলো জানা জরুরী। তেমনি, কোন একটি নির্দিষ্ট শ্রেণীকক্ষে অটিস্টিক শিশুর সহায়তাকার্যে সাফল্য অন্য শিক্ষক বা সহায়তাকর্মীদের জন্য অনুসরণীয় হতে পারে। অন্যান্য ব্যক্তি, যেমন, ব্যক্তিগত পর্যায়ে সেবাদানকারী সাইকোলজিস্ট, পুনর্বাসন কাউন্সেলর, সেবা সমন্বয়কারীরাও গুরুত্বপূর্ণ তথ্য ও কৌশল প্রদান করতে পারেন। দলের প্রত্যেক সদস্যের মধ্যে যোগাযোগ গুরুত্বপূর্ণ। যে কৌশল কার্যকরী তা সকলকে জানাতে হবে, অকার্যকরী কৌশলের ক্ষেত্রে সমাধানের উপায় খুঁজতে হবে।

প্রতিটি শিক্ষার্থীকে একক সত্তা হিসেবে গণ্য করতে হবে। অটিজমের সাধারণ বৈশিষ্ট্য এবং কার্যকরী কৌশল যেমন জানতে হবে, তেমনি প্রতিটি ছাত্রের জন্য আলাদা আলাদা কৌশল প্রয়োগেরও প্রয়োজন হতে পারে। কারণ, সকল অটিস্টিক শিশুর একই ধরণের উপসর্গ থাকে না। আবার, কম বয়সী শিশুদের যেমন যে কৌশল কার্যকরী, বেশী বয়সীদের ক্ষেত্রে একই কৌশলে কাজ না-ও হতে পারে। সুতরাং, বয়সের সাথে সংগতিপূর্ণ কৌশল উদ্ভাবন করতে হবে।

বৃদ্ধি ও দক্ষতা অনুযায়ী প্রত্যাশা নির্ধারণ করতে হবে। শিক্ষার্থীর দক্ষতা বৃদ্ধি ও নিজে নিজে কাজ করায় সহায়তা করতে হবে। অনেক সময় দেখা যায়, অটিস্টিক শিশুর সহায়তাকারীরা তার প্রতিটি কাজ করে দিচ্ছে। যেমন, তার হয়ে কথা বলা, জুতার ফিতে লাগানো, ধরে ধরে ক্লাসরুমে নিয়ে যাওয়া ইত্যাদি। যদিও প্রাথমিকভাবে শিক্ষার্থীর জন্য এটি সহায়ক বলে মনে হয়, আদতে পরবর্তীতে এটি শিক্ষার্থীর জন্য কার্যকরী নয়। কারণ, এতে করে শিক্ষার্থী দৈনন্দিন কাজ নিজে নিজে করতে শেখে না। এজন্য ধৈর্য ধরে

এগুতে হবে। ছোট ছোট লক্ষ্য নির্ধারণ করে তা পূরণে শিক্ষার্থীকে সহায়তা করতে হবে। পাশাপাশি শিক্ষার্থী যেটুকু পারে, তাতে তাকে অভিনন্দিত ও পুরস্কৃত করতে হবে।

শিক্ষার্থী দক্ষতার যে পর্যায়ে আছে সেভাবেই তাকে গ্রহণ করতে হবে। তার দক্ষতার বর্তমান পর্যায় বুঝতে হবে এবং সেখান থেকে তাকে গড়ে তুলতে হবে। দক্ষতার বর্তমান পর্যায় থেকে অগ্রগতিতে বাধাসমূহ নির্ণয় করে তার সমাধান করতে হবে। সামাজিকতা, যোগাযোগ এবং শিক্ষা- সব ক্ষেত্রেই এ কৌশল অবলম্বন করতে হবে।

মনোযোগ এবং শিক্ষায় উদ্দেশ্য বা প্রেরণা একটি জরুরী বিষয়। একজন অটিস্টিক শিশুর প্রেরণা কি তা বুঝতে হবে। সাধারণ শিশুদের থেকে তা ভিন্ন হতে পারে। তার আগ্রহের বিষয়গুলো ব্যবহার করে অপছন্দনীয় তা তুলনামূলক কম আগ্রহের বিষয়ে তাকে মনোযোগী করতে হবে। মনে রাখতে হবে, দক্ষতার বৃদ্ধির সাথে সাথে আত্মবিশ্বাস ও আগ্রহ বৃদ্ধি পায়। সুতরাং, নতুন কিছু শেখায় সফলতা শিশুর জন্য প্রেরণাদায়ী।

যেহেতু অটিস্টিক শিশু ব্যবহার পরিবর্তনে বা কঠিন কিছু শিক্ষায় রত হয়, তার সফলতার পুরস্কারটিও সেরকম উল্লেখ্য কিছু হওয়া উচিত। শিশুর কাছ থেকে প্রত্যাশিত আচরণ পেতে ছোট ছোট লক্ষ্য ধরে যেমন এগোতে হবে, তেমনি প্রতিটি সফলতায় তাকে পুরস্কৃত করতে হবে। পুরস্কার হতে পারে সামাজিক, যেমন - প্রশংসা করা, পিঠ চাপড়ে দেয়া, হাত মেলানো ইত্যাদি। আবার, শিশুর পছন্দনীয় কোন কাজ, খেলনা বা খাবার দেয়াও হতে পারে। প্রাথমিকভাবে এই 'টোকেন ইকোনমি' পদ্ধতি অধিক কার্যকরী হতে পারে। পরবর্তীতে ধীরে ধীরে এরকম পুরস্কারের পরিবর্তে স্বাভাবিক সামাজিক পুরস্কারের পরিমাণ বাড়াতে হবে।

শিক্ষার্থীকে শ্রদ্ধার চোখে দেখতে হবে। তার উপস্থিতিতে তার সম্পর্কে অন্য কারো কাছে তার দুর্বলতার বিষয়ে কথা না বলাই ভাল। অনেক সময়, যারা কথা বুঝতে পারে না বলে মনে হয় - তারাও প্রকৃতপক্ষে প্রতিটি শব্দ বুঝতে পারে। মনে রাখতে হবে, প্রতিটি শিক্ষার্থীর ব্যক্তিগত পছন্দ-অপছন্দ রয়েছে। সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।

যোগাযোগে সহায়তা যেভাবে করা যায়ঃ

অন্যের সাথে যোগাযোগের ক্ষেত্রে অটিস্টিক শিশুদের দক্ষতার কমতি দেখা যায়। তথ্য গ্রহণ ও বোঝা, ভাষা অথবা অভিব্যক্তির মাধ্যমে প্রকাশ, পড়া বা লেখা, অন্যের ইশারা বা অভিব্যক্তি বোঝা অটিস্টিক শিশুর জন্য দুরুহ। অটিস্টিক শিশু ও তার চাহিদা, মতামত, জ্ঞান ও আবেগ বোঝার জন্য তার যোগাযোগের অদক্ষতা কাটিয়ে উঠতে সহায়তা করতে হবে। এক্ষেত্রে একজন দক্ষ স্পীচ প্যাথোলজিস্ট-এর ভূমিকা অপরিসীম। যারা কথা বলতে পারে না, তাদের জন্য যোগাযোগের বিকল্প পদ্ধতি যেমন, ইশারা ভাষা, প্রযুক্তি প্রভৃতি ব্যবহারের জন্য স্পিচ প্যাথোলজিস্ট কৌশল প্রণয়ন ও সহায়তা করতে পারেন। যারা কথা বলতে পারে, তাদের প্রকাশের ক্ষমতার উপর ভিত্তি করে ভিন্ন ভিন্ন কৌশল প্রণয়ন করতে হবে। তবে, যোগাযোগের দক্ষতা গড়ে তোলার দায়িত্ব স্পীচ প্যাথোলজিস্টের একার নয়। সারা দিনে বিভিন্ন পরিবেশে চাহিদা ও সামাজিক মিথস্ক্রিয়ায় যোগাযোগের সুযোগ ঘটে। সে কারণে, অটিস্টিক শিশুর যোগাযোগ-দক্ষতা গড়ে তুলতে সহায়তাকারীদের দলগত সমন্বয়ের প্রয়োজন রয়েছে। কেউ কেউ শুনে শেখে, কেউ শেখে দেখে। যার যেভাবে সুবিধা, তাকে সেভাবেই যোগাযোগে দক্ষ করে তুলতে হবে।

বলা কথা বা লেখা বোঝার ক্ষমতাঃ

- কোন নির্দেশ দেয়ার বা প্রশ্ন করার আগে প্রথমে শিক্ষার্থীর মনোযোগ আকর্ষণ করতে হবে।
- মৌখিক নির্দেশ, তথ্য প্রদান বা আলোচনায় জটিলতা পরিহার করতে হবে। ছোট ছোট নির্দেশ বা তথ্য দিতে হবে।
- ইতিবাচক নির্দেশনা দিতে হবে। 'করো না' বা 'থাম' এ জাতীয় শব্দ বা বাক্যের ব্যবহার কমাতে হবে। 'দাঁড়িয়ে থেকো না' বলার চেয়ে 'দয়া করে তোমার আসনে বসো' - এভাবে বলাটা অধিক কার্যকর। এতে করে ঠিক কোন ব্যবহারটি প্রত্যাশিত তা শিশু বুঝতে পারে।
- শিক্ষার্থীর প্রতিক্রিয়ার জন্য অপেক্ষা করতে হবে। কোন নির্দেশনা বা প্রশ্ন খুব দ্রুত পুনরাবৃত্তি করা উচিত নয়।

- প্রত্যাশিত ব্যবহার বা নির্দেশনা বোঝানোর জন্য করে দেখাতে হবে। যেমন, 'থাম'- এই কথাটির অর্থ বোঝানোর জন্য শিশুর হাত ধরে মাঠ দিয়ে হেঁটে বা দৌড়ে যেতে হবে, তারপর 'থাম' বলে নিজে থামতে হবে এবং শিশুটিকেও থামাতে হবে। এভাবে বার বার করতে হবে যতক্ষণ না শিশুকে নিজে নিজে এই নির্দেশে যথাযথ সাড়া দিতে পারে।
- মৌখিক নির্দেশ বা তথ্য বুঝতে না পারলে ছবি, শারীরিক অভিব্যক্তি, লিখিত নির্দেশ প্রভৃতির সহায়তা নেয়া যেতে পারে।
- শিক্ষার্থী পরিষ্কার ভাবে বুঝতে পারে, এরকম স্বরে নির্দেশ বা তথ্য দিতে হবে।
- অমনোযোগিতা বা প্রতিক্রিয়া না দেখানোর জন্য শিক্ষার্থীকে তিরস্কার বা ভর্ৎসনা করা যাবে না।
-

প্রকাশ ভঙ্গি: কথা বলা বা ছবি বিনিময় বা লেখা

শিশুর যোগাযোগে অদক্ষতার নির্দিষ্ট ক্ষেত্রটি খুঁজে বের করতে হবে। অনেক শিশু উত্তর জানলেও নির্দিষ্ট শব্দটি বলতে পারে না। সেক্ষেত্রে ছবি, সম্ভাব্য বহু-উত্তর প্রভৃতি দিয়ে শিশুকে সহায়তা করতে হবে।

আমার সাহায্য প্রয়োজন / সাহায্য কর

শিক্ষার্থীকে যোগাযোগ করতে বা 'আমি জানি না' বলতে শেখাতে হবে। এতে প্রশ্নের উত্তর দিতে না পারার উদ্বেগ কমবে। পরবর্তীতে অতিরিক্ত তথ্য জানতে চাওয়া শেখাতে হবে। যেমন, কে? কি? কোথায়?, কখন? ইত্যাদি। যাদের কথা বলার দক্ষতা কম, তাদের ক্ষেত্রে যোগাযোগর জন্য বোর্ড, ছবি, ইশারা-ভাষা প্রভৃতি ব্যবহার করা যায়।

যদি শিক্ষার্থীকে যোগাযোগে সহায়তার জন্য বিকল্প কোন ব্যবস্থা বা যন্ত্র দেয়া হয়, তবে তা ব্যবহারের পদ্ধতি সহায়তাকারীরও শিখে নিতে হবে। এটি চালনা বা প্রয়োগের কৌশল বিভিন্ন হতে পারে। শিশুর

বিশেষ শিক্ষা সহায়তাকারী বা প্রযুক্তি সহায়তাদাতার কাছ থেকে এগুলো ভালভাবে জেনে নিতে হবে। এবং প্রয়োজন অনুযায়ী তা বদলে নিতে হবে।

দক্ষতা বৃদ্ধিতে সংগীতের ভূমিকা গুরুত্বপূর্ণ। মস্তিষ্কের ভাষা শিক্ষা আর সংগীত শিক্ষার পদ্ধতি ভিন্ন। গ্রহণ করা ও প্রকাশ করা - উভয় ধরণের দক্ষতা বৃদ্ধিতেই সংগীত উপকারী।

- অনেক অটিস্টিক শিশুর সর্বনাম ব্যবহারে ও বুঝতে অসামঞ্জস্যতা দেখা যায়। 'আমি'-এর জায়গায় 'তুমি' বলে বা বোঝে। অনেক সময় শিশু আগে শোনা শব্দ বা বাক্যাংশ হুবহু পুনরাবৃত্তি করে। মৌখিক নির্দেশ প্রদান বা শিশুর কথা বোঝার ক্ষেত্রে এ ব্যাপারগুলো খেয়াল রাখতে হবে।

শিশুর আবেগ বোঝার চেষ্টা করতে হবে। শিশু ভেদে চিন্তা, অনুভূতি ও আবেগের প্রকাশ ভিন্ন হতে পারে। যেহেতু শিশুর সমস্যা তার উদ্বেগ ও চাপ বাড়ায়, তার আবেগের প্রকাশের সুযোগ সৃষ্টি করতে হবে। যারা মৌখিকভাবে আবেগ প্রকাশ করতে পারে না, তাদের ক্ষেত্রে বিকল্প পদ্ধতি ব্যবহার করা যেতে পারে। যেমন, শিশুর চেহারা দেখে যদি মনে হয় সে রেগে আছে, কিন্তু মুখে বলতে পারছে না, সেক্ষেত্রে সহায়তাকারী যদি বলেন, আমি দেখতে পাচ্ছি তুমি রেগে আছ - তা শিশুকে শান্ত হতে সাহায্য করে। কারণ, এতে সে বোঝে যে সে যে আবেগ প্রকাশ করতে চাচ্ছে কিন্তু পারছে না, তা অন্যরা বুঝতে পারছে। আবেগ প্রকাশে সাবলীলতা আনার জন্য কার্টুন এবং ছবি ব্যবহার করা যায়।

- অনেক সময় দেখা যায়, শিশুর কোন নির্দিষ্ট প্রিয় বিষয় বা আগ্রহের জায়গা রয়েছে। শিশু সেটা নিয়েই বেশী আলোচনায় আগ্রহী। ফলে তার শিক্ষা বা সামাজিক যোগাযোগ ব্যাহত হয়। শিশুর এ ধরণের ব্যবহার প্রত্যাশিত মাত্রায় নিয়ে আসার কৌশল অবলম্বন করতে হবে। যেমন, ঐ নির্দিষ্ট বিষয় আলোচনার জন্য সময় নির্দিষ্ট করে দিতে হবে, অন্য বিষয় আলোচনায় উদ্বুদ্ধ করতে হবে, নির্দিষ্ট ঐ বিষয় আলোচনা না করলে বা অন্য বিষয়ে আলোচনা করলে পুরস্কৃত করতে হবে ইত্যাদি।

সামাজিক মিথস্ক্রিয়তা বাড়াতে সহায়তা

সামাজিক মিথস্ক্রিয়তায় সহায়তা শিশুর শিক্ষা পরিকল্পনায় অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। অনেক শিশুর সামাজিক যোগাযোগের আগ্রহ থাকে, কিন্তু কিভাবে শুরু করতে হবে তা তারা জানে না। সামাজিক মিথস্ক্রিয়ায় অদক্ষতা মানেই ইচ্ছার অভাব বা সামাজিকতা এড়িয়ে চলা নয়।

সামাজিক দক্ষতা বাড়াতে সময়জ্ঞান, মনোযোগ, সংবেদনের সমন্বয়, যোগাযোগ- সব কিছুর প্রতিই নজর দিতে হবে। কখনো কখনো সংবেদনের সমস্যা মোকাবেলাই প্রথম কাজ হয়ে দাঁড়ায়। অনুকরণ এবং পারস্পরিক বিনিময় সামাজিক দক্ষতা শিক্ষার জন্য জরুরী। অনেক সময় শিশু শিক্ষকের নির্দেশ বুঝতে না পারলেও অন্যের দেখাদেখি কাজ করতে শেখে। যেমন, ক্লাসের সকলে যখন পতাকার প্রতি সম্মান দেখিয়ে দাঁড়ায়, তখন সে-ও দাঁড়ায়।

অটিস্টিক শিশুর সামাজিক মিথষ্ক্রিয়ায় সমস্যা শিশুভেদে পরস্পর বিপরীতধর্মী হতে পারে। যেমন, কারো কথা বলা শুরু করতেই সমস্যা হতে পারে, আবার কেউ অন্যের কথার দিকে লক্ষ্য না করে একাই অনর্গল কথা বলে যায়। দুই ধরণের সমস্যা কাটিয়ে উঠতেই শিশুর সহায়তা প্রয়োজন।

সামাজিক দক্ষতার সমস্যা কাটিয়ে উঠতে যেসব বিষয় লক্ষ্য রাখতে হবেঃ

- এমন পরিবেশ সৃষ্টি করতে হবে যাতে অন্য শিক্ষার্থীরা বুঝতে পারে, অটিস্টিক শিশুরাও দলের গুরুত্বপূর্ণ সদস্য।

শিক্ষার্থীকে জানতে চেষ্টা করতে হবে। তার বর্তমান দক্ষতা ও আগ্রহের বিষয় জেনে সেভাবে কৌশল প্রয়োগ করতে হবে। সম্পর্ক গড়ার জন্য পারস্পরিক বিনিময় একটি গুরুত্বপূর্ণ সামাজিক দক্ষতা। সাধারণভাবে, কোন ব্যক্তি পারস্পরিক বিনিময়ের মাধ্যমেই দৃঢ় সম্পর্ক গড়ে তোলেন। সম্পর্ক কখনো একপাক্ষিক হয় না।

- প্রত্যাশিত সামাজিক ব্যবহার নির্ভর করে সামাজিকতা বোঝার উপর। শিশুর বয়স ও বৃদ্ধি অনুযায়ী সামাজিকতার ভিত্তি শিক্ষা দিতে হবে। সহায়তা, অনুশীলন ও সরাসরি শিক্ষাদানের মাধ্যমে শিশুকে উপযোগী করে গড়ে তুলতে হবে।

ইচ্ছামতো খেলা, অবসর সময়, নিয়ম অনুসরণ করার দরকার হয় না এমন সময়গুলোই অটিস্টিক শিশুর জন্য কঠিন সময়। শিশুর সকল কার্যাবলী শৃংখলাপূর্ণ করতে হবে।

- শিক্ষার্থীর আগ্রহ ও দক্ষতা আছে এমন বিষয়ের সামাজিক দক্ষতা উন্নয়নে বেশী মনোযোগ দিতে হবে।
- সামাজিক কোন পরিবেশের সময় এবং এর আগে-পরে অটিস্টিক শিশুর মাঝে উদ্বেগ দেখা দিতে পারে, ফলশ্রুতিতে সে অসংলগ্ন আচরণ করতে পারে। এ উদ্বেগ কমাতে দক্ষতা বৃদ্ধি জরুরী।

- অটিস্টিক শিশু অনেক সময় চোখে চোখে তাকাতে পারে না এবং এ ব্যাপারে চাপ দিলে অস্বস্তি বোধ করে। এক্ষেত্রে প্রথমে তাকে আলাপকারীর মুখোমুখি শরীর ঘুরিয়ে বসা অনুশীলন করাতে হবে। পরে ধীরে ধীরে এবং পর্যাপ্ত সহায়তার সাথে চোখে চোখে তাকানো শেখাতে হবে।
- অটিস্টিক শিশুর সামাজিক মিথস্ক্রিয়া ও যোগাযোগে সমস্যার ক্ষেত্রগুলো ভিন্ন ভিন্ন হতে পারে। কোন কোন শিশু ভাষাগত অদক্ষতা ও শব্দ খুঁজে পাওয়ায় সমস্যার কারণে আলাপ শুরু করতে ও চালিয়ে যেতে সমস্যা হয়, আবার সমৃদ্ধ শব্দভাণ্ডারের অনেক শিশু অন্যকে বলার সুযোগ না দিয়ে একাই কথা বলতে থাকে। শিশুর সমস্যার ভিন্নতা অনুধাবন করে ভিন্ন ভিন্ন কৌশল অবলম্বন করতে হবে।

- অনেক অটিস্টিক শিশু, বিশেষত যাদের ভাষাগত দক্ষতা তুলনামূলক ভালো, এবং যাদের সবসময় বড়দের সহায়তার প্রয়োজন হয় না, তারা উত্যক্তকরণের বা কটু কথার শিকার হতে পারে। সামাজিক দক্ষতার অভাবে অনেক সময় এরা অন্যের কণ্ঠস্বরের পরিবর্তনের অর্থ বা কোন কথার অন্তর্নিহিত অপ্রকাশ্য বক্তব্য বুঝতে পারে না। অনেকে কটু কথা বা উত্যক্তকরণের শিকার হলেও এর নেতিবাচক উদ্দেশ্য বুঝতে পারে না বলে তেমন কোন সমস্যা বোধ করে না। কোন অটিস্টিক শিশু উত্যক্তকরণের শিকার হলে সে ব্যাপারে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হবে।

অনেক অটিস্টিক শিশু কঠিন যুক্তিবাদী এবং খেলায় সব সময়ই নিয়ম মেনে চলে। যেমন, যদি নিয়মটি হয়, টিফিনের সময়ে মাঠে ফুটবল খেলা যাবে না, সে সবসময়ই তা মেনে চলবে। কোন বিশেষ উপলক্ষ্যে স্কুল কর্তৃপক্ষ যদি টিফিনের সময়ে মাঠে ফুটবল খেলার আয়োজন করে, তাহলে শিশু উত্তেজিত ও অস্থির হয়ে যেতে পারে। অনেক সময় শিশু খেলার ভেতর বিশেষ অবস্থা অনুযায়ী নেয়া সিদ্ধান্ত বুঝতে ও মানতে পারে না, সে যে নিয়ম শিখে এসেছে তা-ই অনুসরণ করতে জেদ ধরে, অনেক সময় যা সমস্যা হয়ে দাঁড়ায়।

সামাজিক দক্ষতা বৃদ্ধিতে নির্দিষ্ট কৌশলঃ

- শিক্ষার্থী সামাজিকভাবে প্রত্যাশিত আচরণ করলে তাকে পুরস্কৃত করতেহবে।
- সামাজিক মিথস্ক্রিয়া, অপেক্ষা করা, বিনিময় ইত্যাদি আচরণ করে দেখিয়ে শেখাতে হবে।
- কথা বলা বা শারীরিক অভিব্যক্তি অনুকরণ করা শেখাতে হবে।

- পারিপার্শ্বিক অবস্থা ও পরিবেশ অনুযায়ী প্রতিক্রিয়া দেখানো শেখাতে হবে। যেমন- সবাই যখন দাঁড়িয়ে আছে, তোমাকেও দাঁড়াতে হবে।
- সামাজিক দক্ষতার বিষয়াবলী ছোট ছোট অংশে ভাগ করে সেগুলো শিখতে সহায়তা দিতে হবে। প্রয়োজনে ছবি ব্যবহার করতে হবে।
- শিশুর শক্তি বা গুণাবলীর বিষয় সনাক্ত করে তা ব্যবহার করতে হবে। অনেক অটিস্টিক শিশুর রসবোধ প্রবল,কারো সংগীতে আগ্রহ, কারো নির্দিষ্ট বিষয়ে স্মৃতিশক্তি অসাধারণ - এই বিষয়গুলো সামাজিক মিথস্ক্রিয়ায় শিশুকে উদ্বুদ্ধ করতে করতে এবং শিশুকে দক্ষতা প্রদর্শনের সুযোগ দিতে ব্যবহার করতে হবে।

- সামাজিকতায় দক্ষ এমন সহপাঠীর সাথে অটিস্টিক শিশুর জোড় বেধে দিতে হবে যাতে সে সহপাঠীর কাছ থেকে দেখে শিখতে পারে এবং উপকৃত হয়। তবে খেয়াল রাখতে হবে যে, সহপাঠী যেন শিক্ষকের ভূমিকায় অবতীর্ণ না হয়। সহপাঠীর সাথে স্বাভাবিক মেলামেশা উৎসাহিত করতে হবে।

- শিক্ষার্থীদের ছোট ছোট দলে ভাগ করে নির্দিষ্ট কাজ দিতে হবে , যা তারা অবসর সময়ে করবে। যেমন, অবসর সময়ে একত্রে বসে কোন বিষয় নির্দিষ্ট করে তা নিয়ে আলোচনা।

কোন প্রত্যাশিত ব্যবহার আগে শিশুকে একাকী শেখাতে হবে। পরে সামাজিক পরিবেশে তা অনুশীলনের ব্যবস্থা করতে হবে।

- অবসর সময়েও কাজের ক্ষেত্রে সহায়তা ও শৃংখলাপূর্ণ পরিবেশ নিশ্চিত করতে হবে।

দলবদ্ধ কাজের ক্ষেত্রে, শিশুর জন্য দায়িত্ব নির্দিষ্ট করে তা পালনে তাকে সহায়তা করতে হবে। দক্ষতা বৃদ্ধি ও নমনীয়তা শিক্ষার জন্য একেক দিন একেক ধরণের দায়িত্ব দিতে হবে।

- মনে রাখতে হবে, দল বা সঙ্গী নির্বাচনের দায়িত্ব শ্রেণীর সাধারণ শিক্ষার্থীদের উপর ছেড়ে দিলে প্রায় সময়ই বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিক্ষার্থীদের নির্বাচন করা হয় সবার পরে, যা শিক্ষার্থীর জন্য পীড়াদায়ক।

- সহায়ক পরিবেশ সৃষ্টির জন্য সহপাঠীদের মধ্যে সচেতনতা ও শিক্ষা বৃদ্ধি করতে হবে।

- প্রয়োজনে ভিডিওর মাধ্যমে শিক্ষা দিতে হবে।

- সহমর্মিতা ও পারস্পরিক বিনিময় শিক্ষা দিতে হবে। অনেক অটিস্টিক শিশুর প্রকাশে অক্ষমতা থাকলেও সহমর্মিতা অনুধাবণে সক্ষমতা রয়েছে। অন্যদের শারীরিক অভিব্যক্তি ও আচরণে তাদের অনুভূতি, আবেগ বুঝতে পারার শিক্ষা দেয়ার পাশাপাশি শিশুর প্রকাশের জন্য শব্দভান্ডার বৃদ্ধি করতে হবে।

- সামাজিক রীতি ও প্রত্যাশিত আচরণ শেখাতে সামাজিক আখ্যান ও কার্টুন ব্যবহার করা যেতে পারে।

- শ্রবণের ও মনোযোগের দক্ষতা বৃদ্ধি করতে হবে। এবং অন্যদের সেটা বোঝানোর উপায় শিক্ষা দিতে হবে।

- কথা বলায় পারঙ্গম ও শব্দভান্ডারে ঋদ্ধ শিক্ষার্থীকে শেখাকে হবে কখন , কোথায় , কিভাবে নিজের বা নিজের আগ্রহ সম্পর্কে কতটুকু বলতে হবে। যার সাথে কথা বলা হচ্ছে সে কতটুকু আগ্রহের সাথে শুনছে অথবা বিরক্ত হচ্ছে তা তার শারীরিক অভিব্যক্তি থেকে বুঝে নেয়া শেখাতে হবে।

- সামাজিক বিধিনিষেধ শেখাতে হবে। কোন কথা বলা যাবে না অথবা কতটুকু দূরত্ব রেখে আরেকজনের পাশে দাঁড়াতে বা বসতে হকে তা শেখাতে হবে।

- সামাজিক সম্পর্ক ও তার আওতা এবং সে অনুযায়ী ব্যবহার শেখাতে হবে।

- কিছুটা বয়সীদের শারীরিক পরিবর্তন সম্পর্কে সচেতন করতে হবে এবং ব্যক্তিগত পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা শেখাতে হবে। প্রয়োজনে ছবি ব্যবহার করতে হবে।

অটিস্টিক শিশুদের সাধারণ কিছু আচরণ ঃ

- চোখে চোখ না রাখা বা কম রাখা

- বধিরের মতো আচরণ

- দক্ষতার অসামঞ্জস্যতা

- প্রাত্যহিক রুটিন পরিবর্তনে বাধা দান

- অতিরিক্ত চঞ্চলতা বা উত্তেজনা

- আবেগ প্রকাশে সমস্যা

- অস্বাভাবিক শারীরিক অঙ্গভঙ্গি

- সত্যিকার বিপদে ভয় না পাওয়া, উল্টোদিকে তেমন বিপদজনক নয় এমন অবস্থা বা পরিবেশে অস্বাভাবিক ভয় পাওয়া

- অসংগতিপূর্ণ হাসি-কান্না

- কোন কিছুর প্রতি অস্বাভাবিক আকর্ষণ

- খাওয়া, ঘুম, মল-মূত্র ত্যাগে অস্বাভাবিকতা

- নিজের বা অপরের জন্য বিপদজনক বা ক্ষতিকর ব্যবহার

- অখাদ্য খাওয়া

সামাজিকভাবে সংগতিপূর্ণ আচরণ শিক্ষার কৌশলঃ

অটিস্টিক ব্যক্তিদের আচরণে অস্বাভাবিকতা থাকে । এ অস্বাভাবিকতা শারীরিক অঙ্গভঙ্গির পুনরাবৃত্তি থেকে শুরু করে উত্তেজিত ও ধ্বংসাত্মক আচরণ পর্যন্ত হতে পারে। ব্যথা বা হতাশা থেকে এ ধরণের আচরণের উদ্ভব ঘটতে পারে। পুনরাবৃত্তি, নমনীয়তার অভাব, অকার্যকর রুটিন মেনে চলা, চিন্তার অসামঞ্জস্য এবং পরিবর্তন-বিমুখতা - এসবই অটিস্টিক শিশুর অস্বাভাবিক আচরণের উদাহরণ। এ ধরণের আচরণ শিশুর শিক্ষা ও সামাজিক যোগাযোগের পথে বাধা। প্রতিটি আচরণের কারণ খুঁজতে হবে। শিক্ষার্থীকে এ ধরণের আচরণ পরিবর্তন বা এর সাথে মানিয়ে নেয়া শিক্ষা দেয়া অনেক সময় কার্যকরী। মনে রাখতে হবে, অটিস্টিক শিশুদের কিছু 'আচরণ' অন্য শিক্ষার্থীদের প্রভাবিত করতে পারে । যেমন, কারো কারো কঠোর নিয়মানুবর্তিতা বা যন্ত্রের মতো স্মরণশক্তি। অটিস্টিক শিশুর আচরণ বিশ্লেষণ করার ক্ষেত্রে খেয়াল রাখতে হবে, এ আচরণ রোগের উপসর্গ না কি যোগাযোগে অক্ষমতা বা হতাশার বহিঃপ্রকাশ। সমস্যাপূর্ণ আচরণের ক্ষেত্রে অনেক সময় দেখা যায়, এর পেছনে রয়েছে উদ্বেগ, দ্বিধা, হতাশা বা আঘাত, যা শিশুর ভাষায় প্রকাশ করতে অদক্ষতার কারণে অসংগত ব্যবহারের মাধ্যমে প্রকাশ পায়। মনোযোগ আকৃষ্টকারী ব্যবহারেরও সামাজিক অর্থ থাকতে পারে। 'এসো, আমার সাথে খেলো'- ভাষায় এ কথা প্রকাশে অক্ষম শিশু তার খেলনাগুলো ছুঁড়ে ফেলতে পারে, যার প্রতিক্রিয়ায় তার যত্নকারী কাছে আসে।

অটিস্টিক শিশুদের নিয়ে কাজ করা ব্যক্তিদের কাছে শিশুর আচরণ বুঝতে পারাটা অন্যতম বড় সমস্যা। শিশুর অসংগত আচরণ স্বেচ্ছাকৃত এবং অবাধ্যতার নমুনা হতে পারে, তবে অটিস্টিক শিশুদের অধিকাংশ ক্ষেত্রেই এ ধারণা ঠিক নয়। আচরণের অন্তর্নিহিত কারণ ও উদ্দেশ্য বোঝা সব সময় সম্ভব না-ও হতে পারে। তবে, সব সময়ই আচরণের পেছনের মূল কারণটি খোঁজার চেষ্টা করতে হবে। এ অসংলগ্ন আচরণ অটিজমের সাথে সম্পর্কিত দক্ষতাজনিত সমস্যা থেকে উদ্ভূত উদ্বেগ, চাপ, হতাশা, রাগ-এর কারণে হচ্ছে- এটা ধরে নিয়ে সেই মতো শিশুকে সহায়তা করা কার্যকরী।

পরিকল্পনা অনুযায়ী সকল ক্ষেত্রেই শিক্ষার্থীর ব্যবহারে ইতিবাচক পরিবর্তন আনয়নে সহায়তা করতে হবে। ধৈর্য, শান্ত ও ইতিবাচক থাকা, শিশুকে আশ্বস্ত করা জরুরী। নিরাপদ ও সহায়ক পরিবেশ সৃষ্টির মাধ্যমেই অটিস্টিক শিশুর শিক্ষায় সফলতা লাভ এবং তার অনন্য বৈশিষ্ট্য ও ব্যক্তিত্বের পরিস্ফূটন সম্ভব।

শিশুকে সহায়তা এবং অপ্রত্যাশিত আচরণ প্রতিরোধে জন্য কৌশলঃ

শিশুর আচরণকে যোগাযোগের মাধ্যম বলে মনে করতে হবে। সবসময় তার আচরণের পেছনে প্রকৃত কারণ ও উদ্দেশ্য খুঁজতে হবে এবং শিক্ষার্থীর জন্য যোগাযোগের বিকল্প পন্থা প্রতিষ্ঠা করতে হবে।

প্রত্যাশিত আচরণ উৎসাহিত করার লক্ষ্যে শ্রেণীকক্ষের জন্য নির্দিষ্ট পরিকল্পনা করতে হবে।

প্রতিটি শিক্ষার্থীর জন্য আলাদা আলাদা ইতিবাচক আচরণ সহায়তা পরিকল্পনা করতে হবে।

প্রত্যাশিত আচরণের জন্য নির্দিষ্টভাবে প্রশংসা করতে ও পুরস্কার দিতে হবে।

প্রতিদিনের কাজের জন্য স্বল্পমেয়াদী তালিকা করতে হবে। রুটিন বা সহায়তাকারী ব্যক্তি পরিবর্তনের ক্ষেত্রে বা হঠাৎ সিদ্ধান্তে কোন কার্যক্রম শুরুর আগে শিক্ষার্থীকে জানিয়ে প্রস্তুত করতে হবে।

শিক্ষার্থীদের একাধিক বিকল্প থেকে বেছে নেয়ার সুযোগ দিন। যেমন - 'কোনটা আগে পড়বে? বাংলা না বিজ্ঞান?' ইত্যাদি। যদি সত্যিকার অর্থে শিক্ষার্থীর কোন পছন্দ না-ও থাকে, তবুও এটা তাকে বোঝাতে হবে যে, সকল কাজই তাকে কেবলমাত্র নির্দেশের মাধ্যমে করানো হচ্ছে না।

- শিক্ষার্থীর ব্যক্তিসত্ত্বাকে মূল্যায়ন করতে হবে এবং অন্যের ব্যক্তি-স্বাধীনতার প্রতি শ্রদ্ধাশীল হওয়ার জন্যও তাকে শিক্ষা দিতে হবে।
- এমন একটি স্থান নির্বাচন করতে হবে যেখানে শিক্ষার্থী নিজেকে সবচেয়ে নিরাপদ ভাবতে পারে, নিজের উদ্বেগ কমাতে পারে। এটি হতে পারে পৃথক একটি কক্ষ, অথবা ক্লাসের এক কোণা বা কোন শিক্ষক বা কর্মকর্তার অফিস কক্ষ।
- নমনীয়তা ও আত্মমূল্যায়ন শেখাতে হবে।
- ভাল কাজের পুরস্কার হিসেবে অথবা শান্ত হওয়ার সুযোগ দিতে বিরতি দেয়া যেতে পারে। তবে, বিরতি কখন দেয়া হচ্ছে সে ব্যাপারে সতর্ক থাকতে হবে। অপছন্দনীয় কোন কাজের মাঝে শিশুর উত্তেজিত ব্যবহারে বিরতি দিলে শিশু নেতিবাচক ব্যবহারে উৎসাহিত হবে। পরবর্তীতে যে কোন

অপছন্দনীয় কাজ দিলে সে উত্তেজিত ব্যবহার করবে যাতে সে সেটা এড়াতে পারে। উত্তেজিত আচরণ করার আগে বিরতি নেয়ার অনুরোধ করতে শেখাতে হবে।

শিক্ষার্থীর আবেগ, দ্বিধা প্রভৃতি প্রকাশের সুযোগ দিতে হবে।

- অপেক্ষার সময় কাটানোর কৌশল শেখাতে হবে।

- উদ্বেগ, রাগ, ক্রোধ হলে বা চাপ অনুভব করলে কিভাবে শান্ত হতে হয় তার কৌশল শেখাতে হবে। কৌশলগুলোর মধ্যে হচ্ছে - ধীর গভীর শ্বাস নেয়া, দশ পর্যন্ত গোণা, ইতিবাচক কোন তথ্য পুনরাবৃত্তি করা, সহায়তা কামনা করা, বিশ্রাম নেয়া ইত্যাদি।

প্রত্যাশিত আচরণের জন্য শিক্ষার্থীকে পুরস্কৃত করতে হবে।

- যেসব বিষয় শিক্ষার্থীর মধ্যে উদ্বেগ, হতাশা বা অপ্রত্যাশিত আচরণ সৃষ্টি করে সেগুলো চিহ্নিত করতে এবং এড়িয়ে চলতে হবে। এগুলোর একটি তালিকা তৈরী করে সংশ্লিষ্ট সকলকে দিতে হবে।

- দৃষ্টি আকর্ষণের জন্য অসংগত ব্যবহার করলে তা উপেক্ষা করতে হবে। অসংগত ব্যবহারের উপর কোন মন্তব্য করলে বা তা করতে নিষেধ করলে তাতেও এক ধরণের মনোযোগই দেয়া হয়, যেটা ছিল ঐ অসংগত আচরণের উদ্দেশ্য। শিশুকে অন্য সময়ে দৃষ্টি আকর্ষণের বিকল্প ব্যবহার, যেমন- কাঁধে মৃদু টোকা দেয়া ইত্যাদি শেখাতে হবে।

- শিশুর শিক্ষার পদ্ধতি জানতে হবে এবং দক্ষতা ও প্রেরণা বৃদ্ধিতে ঐ পদ্ধতিতে যথাযথ পরিবর্তন আনতে হবে।

- প্রত্যাশিত ব্যবহার শেখানোর জন্য ভিডিওর সহায়তা নেয়া যেতে পারে।

- যে ব্যবহার পরিবর্তন করতে হবে, তা আগে মূল্যায়ন করতে হবে। ঐ আচরণের পূর্বে কি ঘটেছিল, আচরণের পূর্ণ বিবরণ, এর পর কি ঘটেছিল - সেসব জানতে হবে, যাতে আচরণ পরিবর্তনের জন্য উপযুক্ত কৌশল নির্ধারণ করা যায়।

-ব্যবহার পরিবর্তনে অনেক সময় ইতিবাচক ব্যবহার সহায়তা পরিকল্পনাই সবচেয়ে উপযুক্ত কৌশল। শিক্ষার্থীর ব্যবহার মূল্যায়ন ও সহায়তা কৌশল নির্ধারণে একজন দক্ষ আচরণ বিশ্লেষণকারীর অংশগ্রহণ থাকা উচিত। পরিকল্পনার সফলতার জন্য এর প্রয়োগ ও মূল্যায়নকারীদের প্রশিক্ষণেরও প্রয়োজনীয়তা রয়েছে। চাহিদা ও পরিবেশের পরিবর্তনের আলোকে পরিকল্পনা পুনর্মূল্যায়ন করে প্রয়োজন অনুসারে পরিবর্তন করা যেতে পারে।

ইতিবাচক ব্যবহার সহায়তা কি?

ইতিবাচক ব্যবহার সহায়তা সংগঠনের মতে, ইতিবাচক ব্যবহার সহায়তা হচ্ছে গবেষণালব্ধ কৌশল যা ব্যক্তির পরিবেশে পরিবর্তন এনে এবং নতুন দক্ষতা শিক্ষার মাধ্যমে সমস্যাপূর্ণ আচরণ কমায় এবং জীবনমান বৃদ্ধি করে।

নর্দার্ণ এরিজোনা বিশ্ববিদ্যালয়ের ইনস্টিটিউট ফর হিউম্যান ডেভেলপমেন্ট-এর মতে, ইতিবাচক আচরণ সহায়তা এক ধরণের কৌশল যার মাধ্যমে অসংলগ্ন বা অপ্রত্যাশিত আচরণের পরিবর্তনে ব্যক্তিতে সহায়তা করা হয়। এই কৌশলের মূল বিষয়গুলো হলো ঃ

- এটা বোঝা যে, মানুষ এমনকি যত্নকারীরা অন্যকে নিয়ন্ত্রণ করে না, কিন্তু তাদের স্বীয় আচরণ পরিবর্তনে সহায়তা করে।
- এই বিশ্বাস যে, সবচেয়ে সমস্যাপূর্ণ আচরণের পেছনে কারণ থাকে এবং সমস্যাপূর্ণ আচরণের ব্যক্তিদের শ্রদ্ধার ও সহমর্মিতার সাথে দেখতে হবে, তাদেরও মানসম্পন্ন জীবনযাপন ও সেবা পাওয়ার অধিকার রয়েছে।
- মানুষের সমস্যাপূর্ণ আচরণ বোঝা ও তার মানবিক পরিবর্তনের জন্য বিস্তৃত জ্ঞানের প্রয়োগ।
- আচরণ পরিবর্তনের জন্য কঠোর শাসন পদ্ধতি প্রয়োগ না করা।

কাজ সংগঠনে সহায়তার কৌশলঃ

চারপাশের পরিবেশের গতির সাথে তাল মিলিয়ে চলা অটিস্টিক শিশুদের জন্য কঠিন। অধিকাংশ অটিস্টিক শিশু সবসময় উদ্বেগ ও চাপ অনুভব করে। কঠোরভাবে রুটিন অনুসরণ করে কাজের বিশৃংখলা কমানো যায়। রুটিনের অপ্রত্যাশিত পরিবর্তন শিশুর উদ্বেগ বাড়ায় এবং ফলশ্রুতিতে অপ্রত্যাশিত আচরণ দেখা দেয়। কোন ধরণের পরিবর্তন সম্পর্কে শিশুকে আগে থেকে জানিয়ে রাখলে তার উদ্বেগ কমাতে তা সহায়তা করে। তালিকা অনুযায়ী কাজ করা উদ্বেগ কমাতে এবং নির্দিষ্ট কাজের উপর মনোযোগ ধরে রাখতে সহায়তা করে।

রুটিন বুঝতে ও মেনে চলতে এবং আচরণ নিয়ন্ত্রণ করতে ছবি বা প্রত্যক্ষন পদ্ধতি ব্যবহার করতে হবে। দৈনন্দিন কাজের তালিকা করে দিতে হবে। শিক্ষার্থীর চাহিদার ভিত্তিতে তা লিখিত আকারে বা ছবি বা প্রতীকের সাহায্যে হতে পারে। দৈনন্দিন রুটিনে কোন পরিবর্তন যেমন, শিক্ষক বা সহায়তাকারীর পরিবর্তন, সমাবেশের স্থান, শিক্ষা ভ্রমণ ইত্যাদির উল্লেখ তালিকায় থাকতে হবে। অটিস্টিক ব্যক্তিদের স্কুল, কলেজ বা চাকুরীর ক্ষেত্রে কাজ সংগঠনের সুবিধার জন্য ব্যক্তিগত দৈনন্দিন তালিকা থাকা প্রয়োজন।

- কিছু শিক্ষার্থীর কাজের বিস্তারিত বর্ণনা সমৃদ্ধ তালিকা প্রয়োজন হয়।

- যা করতে হবে তার একটি তালিকা তৈরী করতে হবে।

- শিক্ষার্থীকে তার কাজের তালিকা অনুযায়ী চলতে শেখাতে হবে। কাজ নিজে নিজে করতে উৎসাহিত করতে হবে।

- জিনিসপত্র, সময় এবং কাজ সুশৃংখলভাবে সংগঠন করতে হবে। বিষয় অনুসারে বা শিক্ষক অনুসারে পাঠ্যক্রম বা লেকচার নোট সাজাতে ভিন্ন ভিন্ন রংয়ের ফোল্ডার ব্যবহার করা যেতে পারে। শিক্ষার্থীর টেবিল কয়েকটি অঞ্চলে ভাগ করে প্রয়োজনীয় জিনিসপত্র সাজিয়ে রাখতে হবে। যেমন - বইগুলো এক জায়গা, কলম-পেন্সিল এক জায়গায় এবং যেসব কাজ করতে হবে তার খাতাপত্র আরেক জায়গায় - এভাবে শৃংখলার সাথে এগুলো সাজাতে হবে। নির্দেশ লিখিতভাবে এবং ধাপে ধাপে দিতে হবে। প্রয়োজনে ছবি ও প্রতীক ব্যবহার করতে হবে।

সময়মতো কাজ সম্পন্ন করার জন্য ক্যালেন্ডার, টাইমার, কম্পিউটার, অ্যালার্মসহ ঘড়ি প্রভৃতি ব্যবহার করা যেতে পারে। বড় কাজকে ছোট ছোট ভাগে ভাগ করে প্রতিটির জন্য সময় নির্দিষ্ট করে দিতে হবে।

- দলগত কাজের জন্য সংগঠন তৈরী করে তাতে শিক্ষার্থীর দায়িত্ব নির্দিষ্ট করে দিতে হবে এবং তা পালনে সহায়তা করতে হবে।

- নির্দিষ্ট কাজ ও রুটিনের জন্য তালিকা লিখিত আকারে তৈরী করতে হবে।

- নমনীয়তা এবং সমস্যার সমাধান শেখাতে হবে।

- রুটিনে পরিবর্তন আনা হলে তা শিক্ষার্থীকে আগে জানাতে হবে।

- শিক্ষাভ্রমণ, অগ্নিকান্ডের মহড়া, সমাবেশ প্রভৃতির প্রস্তুতিতে সামাজিক আখ্যান ব্যবহার করা যায়।

- সমস্যার সমাধানের জন্য কৌশলগুলো ধাপে ধাপে সংগঠিত করতে হবে।

- নমনীয়তা ও পরিবর্তনে খাপ খাওয়ানোর কৌশল ছবি ও পুরস্কার প্রদান পদ্ধতির মাধ্যমে ছোট ছোট ভাগে শিখতে হবে। এতে শিক্ষার্থীদের উদ্বেগ কমবে।

শিক্ষার্থীর সংবেদনের সমস্যায় সহায়তার কৌশলঃ

অপেক্ষাকৃত জটিলতর শিক্ষা ও ব্যবহারের জন্য সংবেদনের সমন্বয় জরুরী। অধিকাংশের ক্ষেত্রে কার্যকর সংবেদন সমন্বয় আপনাআপনি, বিনা প্রচেষ্টায় ঘটে। কিন্তু অনেক অটিস্টিক শিশুর এই প্রক্রিয়াটি অকার্যকর থাকে। শিশুর সংবেদনের এই সমস্যাটি আমলে নিয়ে পরিবেশে প্রয়োজনীয় পরিবর্তন করা হলে (যেমন, কোলাহল কমানো) তা শিশুর শিক্ষার ক্ষেত্রে কার্যকর ভূমিকা রাখে।

- সংবেদনের সমস্যার বিষয়ে প্রশিক্ষিত ও দক্ষ ব্যক্তি যেমন অকুপেশনাল বা ফিজিক্যাল থেরাপিস্ট কার্যকর ভূমিকা রাখতে পারেন। কোন অটিস্টিক শিশুর সংবেদনে সমস্যা আছে বোঝা গেলে তাকে খেলাধূলা ও আনন্দদায়ক কৌশলের মাধ্যমে এ সমস্যা কাটিয়ে উঠতে সাহায্য করতে হবে।

- শিশুর সংবেদনে সমস্যা শিশুর শিক্ষা, তথ্য গ্রহণ, শ্রবণ, প্রতিক্রিয়া, সামাজিক পরিবেশে অংশগ্রহণ, লেখা, খেলায় অংশগ্রহণ এবং শান্ত থাকার দক্ষতায় প্রভাব ফেলতে পারে।

- সংবেদন এবং আবেগগত সমস্যার কারণে শিশুর উদ্বেগ বাড়তে পারে।

- শব্দের প্রতি সংবেদনশীল শিক্ষার্থী ক্রীড়াশিক্ষকের বাঁশির আওয়াজে সমস্যা বোধ করতে পারে। তার জন্য বাঁশির ব্যবহার করেন না এমন শিক্ষক নিয়োজিত করতে হবে। এতে ক্রীড়া শিক্ষার ক্লাসে শিক্ষার্থী মনোযোগী হবে।

- কিছু শিক্ষার্থী অন্যের কাছাকাছি দাঁড়িয়ে বা বসে থাকতে সমস্যা বোধ করে। দলবেধে ঘোরা, ক্যাফেটেরিয়ায় বা শ্রেণীকক্ষে বসার সময় এসব শিশুর স্থান নির্দিষ্ট করে দিতে এ ব্যাপারটি লক্ষ্য রাখতে হবে।

- অনেক অটিস্টিক শিশুর পক্ষে দুই ভিন্ন ধরণের সংবেদন (যেমন, শ্রবণ এবং প্রত্যক্ষণ) একসাথে গ্রহণ করা খুব কঠিন। এসব শিশু একই সাথে কারো দিকে তাকাতে এবং তার কথা শুনতে সমস্যা বোধ করে।

- অতি-সজ্জিত শ্রেণীকক্ষ কারো কারো জন্য সমস্যা ও অমনোযোগিতার কারণ হয়ে দাঁড়ায়।

- সংবেদনের সমস্যাযুক্ত শিশু শ্রেণীকক্ষে কোন বিশেষ আচার যেমন, জন্মদিনের গান কোরাসে গাওয়া অথবা দুপুরের খাবার, সমাবেশ বা ক্রীড়াশিক্ষা ক্লাসে উদ্বেগ বোধ করে। এসব ক্ষেত্রে শিশুকে কেন্দ্রে না রেখে হট্টগোল বা উচ্চ আওয়াজের বাইরের কোন কাজে ব্যপ্ত রাখতে হবে। যেমন- সবাই যখন কোরাসে গান গাইবে, সে সময় শিশুকে নির্দিষ্ট কোন কাজ দিয়ে এই পরিবেশের বাইরে পাঠাতে হবে।

- শিক্ষার্থীর অকুপেশনাল বা ফিজিক্যাল থেরাপিস্টের মতামত অনুযায়ী সংবেদন সমন্বয়ের কৌশল প্রয়োগ করতে হবে। কোন সময় কোন কৌশল প্রয়োগ করতে হবে তা নিশ্চিত হতে হবে।

- শিশু কিভাবে আবেগ বা অনুভূতি বুঝবে,তা শেখানোর জন্য ছবি বা প্রত্যক্ষ সহায়তা ব্যবহার করা যেতে পারে।

সবশেষে বলা যায়, অটিস্টিক শিশুর শিক্ষা ও বেড়ে ওঠার জন্য উপযোগী পরিবেশ গড়ে তুলতে নানা ভাবে সহায়তা করা যায়। এজন্য প্রথমে শিশুটিকে, তার একক ও অনন্য বৈশিষ্ট্যকে বুঝতে হবে এবং সে অনুযায়ী উদার ও ইতিবাচক মানসিকতা নিয়ে তার সহায়তার পরিকল্পনা করতে হবে।

স্কুলের সাথে সম্পৃক্ত সুনির্দিষ্ট সদস্যদের জন্য

স্কুলের সাথে সম্পৃক্ত প্রতিটি সদস্যের স্কুলের প্রতিটি শিক্ষার্থী সম্পর্কে ধারণা থাকা প্রয়োজন। এ জন্য সম্পৃক্ত সদস্যদের মধ্যে পারস্পরিক যোগাযোগ থাকা বাঞ্ছনীয়। বাস চালক আইইপি সভায় অংশ নেন না, কিন্তু অটিস্টিক শিশুদের জন্য গৃহীত পরিকল্পনায় বাসে থাকাকলীন শিশুর চাহিদা এবং বাসচালকের কৌশল প্রভৃতিও গুরুত্বপূর্ণ। সফলতার জন্য সকলের অংশগ্রহণ প্রয়োজন- শিক্ষক, আধাদক্ষ কর্মী বা অভিভাবক সকলের সহায়তার প্রয়োজন। প্রতিটি সদস্য প্রতিটি শিক্ষার্থী সম্পর্কে যত ভাল জানবেন, অটিস্টিক শিক্ষার্থীরা তত কার্যকর সহায়তা পাবে।

স্কুলবাস চালক ও পরিবহন কর্মী

অটিজম-আক্রান্ত অনেক শিক্ষার্থীর দিনের শুরু আর শেষটা হয় বাসে। শিক্ষার্থীর অনুভূতি, ব্যবহার, স্বাস্থ্যগত বা সংগঠনগত প্রয়োজনের ভিত্তিতে বাসের রুট ও অন্যান্য বিষয়ের পরিকল্পনা করা হয়। শিক্ষার্থীকে ছোট বাসে সহায়তাকারীসহ রাখা যেতে পারে, আবার ভরা বাসের ভেতর বা ব্যস্ত পরিবেশে

কিরকম সহযোগিতা প্রয়োজন তা-ও মাথায় রাখতে হবে। পরিবহনের সাথে জড়িত ব্যক্তিদের অটিজম সম্পর্কে জ্ঞানের পাশাপাশি প্রতিটি শিশুর আলাদা চারিত্রিক বৈশিষ্ট্য সম্পর্কে জানা থাকাও প্রয়োজন।

যেসব বিষয় খেয়াল রাখতে হবেঃ

- বিব্রতকর পরিস্থিতি এড়াতে বা মোকাবেলা করতে অটিজম সম্পর্কে সচেতনতার পাশাপাশি নির্দিষ্ট একজন শিক্ষার্থী সম্পর্কে জ্ঞান থাকাও প্রয়োজন।

- অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থী অপ্রত্যাশিত ব্যবহার করতে পারে এমন পরিস্থিতি সম্পর্কে সচেতন থাকতে হবে। যেমন - পথচলতি মানুষ বা যানবাহন সম্পর্কে বিচারবোধের অভাবে সে রাস্তায় ময়লা ছুঁড়তে পারে অথবা পথের পাশে কুকুর দেখে বাস থেকে নামতে রাজী না হতে পারে। নির্দিষ্ট পরিস্থিতি কিভাবে এড়াতে হবে বা মোকাবেলা করতে হবে পরিবহনকর্মীদের তা জানতে হবে।

- শিক্ষার্থীর সাথে কথা বলার ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে। এ ব্যাপারে পরিবার বা বিশেষ শিক্ষাদানকারীর কাছ থেকে প্রয়োজনীয় সহায়তা নিতে হবে। অটিস্টিক শিশু কোন প্রশ্নের উত্তর দিতে দেরী করতে পারে। অথবা কথার পরিবর্তে ছবি বা অন্য কোন উপায়ে তার সাথে যোগাাযোগ করতে হতে পারে।

- বাস চলাচলের রুট, চালক বা সীট পরিবর্তন প্রভৃতি শিক্ষার্থীর মধ্যে উদ্বেগ সৃস্টি করতে পারে। উদ্বেগ কমাতে শিক্ষার্থীকে আগেই এসব ব্যাপারে জানিয়ে রাখতে হবে।

- মৃগীরোগ বা অন্য শারীরিক রোগে আক্রান্ত শিক্ষার্থীদের নিরাপত্তা ও চিকিৎসার বিষয়ে পরিবার ও স্কুল নার্সের সহায়তায় প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হবে।

- অটিস্টিক শিক্ষার্থীরা সামাজিক বৈষম্যে ও উত্তক্তকরণের শিকার হয় বেশী। এ বিষয়টি লক্ষ্য রাখতে হবে।

- অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীরা সামাজিকতায় দক্ষ নয়। নীরব উত্যক্তকরণ বা নির্যাতনের শিকার হলেও এরা ক্ষুব্ধ প্রতিক্রিয়া ব্যক্ত করে। দৃশ্যমান প্রতিক্রিয়া সম্পর্কে সচেতন হতে হবে। কোন সিদ্ধান্তে উপনীত হওয়ার আগে পরিস্থিতি পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে বিশ্লেষণ করতে হবে।

- বাসে উঠতে বা নামতে অনেকের সমস্যা হতে পারে।

- রুট সমন্বয় করতে হবে। শিক্ষার্থীর বাসে ওঠা-নামার স্থানটি উপযোগী হতে হবে। যেমন, তা স্কুলের কোলাহলমুক্ত স্থান, ভীড়ের আগে বা পরে হলে ভাল হয়।

- সহায়তাকারীর প্রয়োজন হলে সে ব্যবস্থা করতে হহবে।

- শান্ত, ইতিবাচক এবং যথাযথ ব্যবহার করতে হবে।

- প্রত্যাশিত ব্যবহার উদ্বুদ্ধ করতে হবে এবং সেই রূপ ব্যবহারে শিক্ষার্থীর প্রশংসা করতে হবে।

- প্রতিটি শিক্ষার্থীর ব্যক্তিগত পছন্দ, ভয়, প্রয়োজন সম্পর্কে ওয়াকিবহাল থাকতে হবে। নিরাপত্তা সম্পর্কে নির্দিষ্ট প্রশ্ন করে জেনে নিতে হবে।

- পরিবহনে প্রত্যাশিত ব্যবহার (যেমন- বাসের জন্য অপেক্ষা করা, বাসে ওঠা, বসা, সীটবেল্ট বাধা, শান্ত ভাবে থাকা, বাস থেকে নামা প্রভৃতি) অভিনয় করে বা ছবির সাহায্যে দেখিয়ে দিতে হবে।

- বাসের ভেতর প্রত্যাশিত আচরণ সম্পর্কে লিখিত নির্দেশাবলী থাকতে হবে। শিশু, স্কুলকর্মী, অভিভাবক সবার জন্যই তা প্রযোজ্য। যেমন, বাসে খাবার খাওয়া নিষিদ্ধ হলে তা শিশুর মা-কেও জানাতে হবে, তাতে তিনি শিশুর সাথে খাবারের বক্স দেবেন না। শিশুর বোঝার সুবিধার্থে নির্দেশাবলী লিখিত আকারে না হয়ে ছবির মাধ্যমেও প্রকাশ করা যেতে পারে

- সামাজিকতা, ঘটনার কার্যকারণ, অনুশাসন বা রীতি শিক্ষার্থীকে বোঝার উপযোগী করে জানাতে হবে। সহযাত্রীর খুব কাছ ঘেঁষে বসা যে তার বিরক্তি উৎপাদন করে, বাস কেন দেরী করতে পারে, ট্রাফিক কি, বয়সীরা পেছন দিকে সীটে বসবে ইত্যাদি তথ্য বা অলিখিত রীতিগুলো শিশুকে বোঝাতে হবে - সেটা লিখিত ভাবেই হোক অথবা ছবির মাধ্যমে।

- ইতিবাচক নির্দেশনা দিতে হবে। 'করো না' বা 'থাম' এ জাতীয় শব্দ বা বাক্যের ব্যবহার কমাতে হবে। 'দাঁড়িয়ে থেক না' বলার চেয়ে 'দয়া করে তোমার আসনে বসো' - এভাবে বলাটা অধিক কার্যকর। এতে করে ঠিক কোন ব্যবহারটি প্রত্যাশিত তা শিশু বুঝতে পারে।

- গান শোনা, হেডফোন বা ইয়ার-প্লাগ ব্যবহারের অনুমতি দেয়া যাবে।

- সহপাঠী সঙ্গীদের সহায়তা উৎসাহিত করতে হবে।

- বাসের ভেতর প্রত্যাশিত ইতিবাচক আচরণ উৎসাহিত করার জন্য নির্দিষ্ট কৌশল প্রণয়নে স্কুল টীমকে সহায়তা করতে হবে ।

শিশুকে দেখে শুনে রাখেন এমন কর্মী (আয়া)

- বিব্রতকর পরিস্থিতি এড়াতে বা মোকাবেলা করতে অটিজম সম্পর্কে সার্বিক সচেতনতার পাশাপাশি নির্দিষ্ট একজন শিক্ষার্থী সম্পর্কে জ্ঞান থাকাও প্রয়োজন । জানতে হবে, কোন কোন শিক্ষার্থীর বিশেষ সহায়তা প্রয়োজন ।

- এসব শিক্ষার্থীর যোগাযোগে জটিলতা, সামাজিক ও ব্যবহারিক প্রয়োজন সম্পর্কে জ্ঞান থাকতে হবে । কোন কোন শিক্ষার্থীর পালিয়ে যাওয়ার প্রবণতা থাকতে পারে । কোন বিষয় উল্লেখ্য মনে হলে স্কুলের সংশ্লিষ্ট অন্যান্য কর্মীদের জানাতে হবে ।

- এ ধরণের শিক্ষার্থীরা সামাজিক বৈষম্যে ও উত্যক্তকরণের শিকার হয় বেশী । এ বিষয়টি লক্ষ্য রাখতে হবে । কোন সমস্যা দেখতে পেলে স্কুলের সংশ্লিষ্ট অন্যান্য কর্মীদের জানাতে হবে ।

- ভ্যাকুয়াম ক্লিনারের শব্দ বা ময়লার দুর্গন্ধ শিশুর সমস্যা সৃষ্টি করতে পারে- এসব বিষয় এড়ানো বা মোকাবেলার জ্ঞান থাকতে হবে ।

কৌশলঃ

- শান্ত ও ইতিবাচক হতে হবে । সঠিক ব্যবহার বিধি অনুসরণ করতে হবে ।

- যেসব পরিস্থিতিতে শিশুর সাথে কথা বলা কঠিন , সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে । শিশুর প্রতিক্রিয়া, তা মৌখিক বা শারীরিক অভিব্যক্তি যেটাই হোক না কেন - তার জন্য অপেক্ষা করতে হতে পারে ।

- ইতিবাচক নির্দেশনা দিতে হবে। ‘এটা করো না’ বা ‘থাম’ - এ জাতীয় শব্দ বা বাক্যের ব্যবহার কমাতে হবে। ‘ঘাসের উপর দিয়ে হেঁটো না’- এর চেয়ে ‘মাঠের পাশে দাঁড়িয়ে থাক’ জাতীয় বাক্য অনেকের ক্ষেত্রে বেশী উপযোগী।

- প্রতিটি শিক্ষার্থীর ব্যক্তিগত পছন্দ, ভয়, প্রয়োজন সম্পর্কে ওয়াকিবহাল থাকতে হবে।

সাধারণ শিক্ষা ও বিশেষ শিক্ষার শিক্ষক

অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীদের সহায়তা ও প্রয়োজনীয় ব্যবস্থাদি গ্রহণের জন্য তাদের সাধারণ শিক্ষার শিক্ষকদের প্রয়োজনীয় সহায়তা দিতে হবে। শক্তি ও চাহিদার ক্ষেত্র এবং শিক্ষার্থীকে সহায়তার জন্য প্রস্তুতির জন্য অভিভাবকসহ সংশ্লিষ্ট আইইপি সদস্যদের মধ্যে কার্যকর যোগাযোগ থাকা জরুরী। ইতিবাচক অভিজ্ঞতার জন্য কার্যকর কৌশল নির্ধারণ, সমন্বয়, সহযোগিতার প্রয়োজন। শিক্ষার্থীদের শুধু শ্রেণীকক্ষে বসিয়ে দেয়াই নয়, তাদের মূলধারার কার্যক্রমে অন্তর্ভুক্ত করা জরুরী। স্বল্প সময়ের জন্য হলেও কার্যকর অন্তর্ভুক্তি শিক্ষার্থীর আত্মবিশ্বাস ও দক্ষতা বৃদ্ধি করে। সফলতার জন্য ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি প্রয়োজন। ছোট ছোট সাফল্যও উদযাপন করতে হবে। অটিজমের বৈশিষ্ট্যের পাশাপাশি একটি নির্দিষ্ট শিক্ষার্থীর গুণাবলী জানা থাকলে উপযুক্ত পরিকল্পনা করতে সুবিধা হয়। অটিজম-আক্রান্ত শিশুদের জন্য কঠিন বিষয়াবলীর মধ্যে রয়েছে-

- কয়েক ধাপ সম্বলিত নির্দেশাবলী ও কাজ
- মৌখিক নির্দেশ অনুসরণ
- সংগঠন ও কার্যতালিকা অনুসরণ করা
- স্বাধীন খেলা, কারণ এতে সামাজিক দক্ষতা, পারস্পরিক সহযোগিতা এবং ভাষাগত দক্ষতার প্রয়োজন হয়।
- দলবদ্ধ কাজ

কৌশলঃ

- শান্ত ও ইতিবাচক থাকতে হবে। সঠিক ব্যবহার করতে হবে।
- অটিজমের বৈশিষ্ট্য ও সাধারণ কৌশল সম্পর্কে সচেতন থাকতে হবে।
- প্রতিটি শিক্ষার্থীর ভয়, পছন্দ চাহিদা সম্পর্কে জানা থাকতে হবে।
- ইতিবাচক পরিবেশ তৈরী করতে হবে যাতে শিক্ষার্থী সামাজিক দক্ষতা বৃদ্ধি ও শিক্ষার সুযোগ পায়।

- বোধগম্যতা ও গ্রহণ করার মানসিকতা গড়ে তুলতে হবে ।

- যৌথভাবে বা দলবদ্ধভাবে কাজ করার জন্য সময় দিতে হবে ।

- শ্রেণীকক্ষে সবার মাঝেও অটিস্টিক শিক্ষার্থী একাকী বোধ করতে পারে, শুধু সাহায্যকারীর সাথেই তার মিথষ্ক্রিয়া হতে পারে । এ ব্যাপারে সচেতন হতে হবে এবং তা প্রতিরোধে শিক্ষার্থী ও আধাদক্ষ ব্যক্তিদের সহায়তায় বন্ধু বা সহপাঠীদের মাঝে সামাজিক বিনিময়ের সুযোগ সৃষ্টি করতে হবে ।

- দৈনন্দিন রুটিন পরিস্কারভাবে ব্যাখ্যা করতে হবে । রুটিন বা সংশ্লিষ্ট কর্মী পরিবর্তনের ক্ষেত্রে শিশুকে আগে থেকেই অবহিত করতে হবে ।

- যোগাযোগ ও সংগঠনে সহায়তার জন্য সাধারণ কৌশলগুলোর প্রতি বিশেষ দৃষ্টি দিতে হবে ।

- শিশুর অনুভূতিকে উত্তেজিত করতে পারে এমন বিষয়াবলীর (যেমন- গোলমাল, উচ্চ শব্দ ইত্যাদি) প্রতি লক্ষ্য রাখতে হবে ।

- শ্রেণীকক্ষে পালনীয় নিয়মাবলী লিখিত আকারে থাকতে হবে । নিয়ম বা প্রত্যাশিত ব্যবহার বোঝার সুবিধার্থে সামাজিক আখ্যান ব্যবহার করা যেতে পারে । নিয়ম কেন পালন করতে হয় তা জানা থাকলে অটিস্টিক শিশুর সে নিয়ম মানার প্রবণতা বাড়ে । যেমন, শিক্ষক যখন কথা বলেন, তখন শান্ত থাকতে হয়, কোন গোলমাল করা বা কথা বলা উচিত নয় - এই নিয়মটি পালন করতে হয় , কারণ গোলমালের কারণে শিক্ষার্থীরা শিক্ষকের কথা শুনতে পায় না । এ ব্যাপারটি শিক্ষার্থীকে বোঝাতে হবে ।

- প্রত্যাশিত ব্যবহার গঠন করতে বর্ণনামূলক প্রশংসা হতে হবে । যেমন, শুধু ‘ভাল’ বলার পরিবর্তে ‘তুমি যেভাবে ময়লা রাখার ঝুড়িতে ময়লা ফেলেছ, তা আমার পছন্দ হয়েছে’- এভাবে বলাটা কার্যকরী ।

- শ্রেণীকক্ষে বা শিক্ষাভ্রমণে শিশুর চাহিদা অনুযায়ী তাকে সাহায্য করতে হবে । যেমন - বক্তৃতা বুঝতে সমস্যা হলে পাওয়ার-পয়েন্ট উপস্থাপনার ব্যাবস্থা করতে হবে ।

- শিক্ষার জন্য যে কোন ধরণের উপকরণের সাহায্য নিতে হতে পারে । শুধু শুনেই শিশু শিখবে, এটা আশা না করে ছবি, ম্যাপ, লেখচিত্র ইত্যাদি দেখে, নিজে করে, পুনরাবৃত্তি এমনকি সংগীতের মাধ্যমে শিশুকে শিখতে সহায়তা করতে হবে ।

- শিক্ষার্থীর বিশেষ শিক্ষার শিক্ষকের সাথে সাধারণ শিক্ষার শিক্ষকের সমন্বয়ের মাধ্যমে তার জন্য পাঠক্রম ও শিক্ষাদান পদ্ধতি তৈরী করতে হবে ।

- শিক্ষাভ্রমণ, শ্রেণীকক্ষে উপস্থাপনা, সমাবেশ বা খেলা - সব বিষয়েই শিক্ষার্থীকে আগে থেকে অবহিত করতে হবে ।

- নিজেদের জন্য প্রয়োজনীয় কৌশল নির্ধারণে সহায়তাকারী টিমের সাথে শিক্ষার্থীরাও যেন আলোচনায় অংশ নিতে পারে, সে ব্যবস্থা করতে হবে।

শিক্ষাভ্রমণঃ শিক্ষাভ্রমণ কোথায় হবে, সেখানে তার সাথে কে থাকবে, সেখানে কি ঘটবে, দিনের কার্যাবলী ইত্যাদি সামাজিক আখ্যানের মাধ্যমে শিশুকে বোঝাতে হবে। প্রয়োজনে বিভিন্ন ওয়েবসাইট ও গুগল ইমেজ থেকে ছবি ব্যবহার করা যায়।

- পাঠক্রম নির্ধারণ ও শিক্ষাসংশ্লিষ্ট পরিবর্তন বা অন্য কোন সিদ্ধান্ত শিশুর সাধারণ শিক্ষার শিক্ষক, বিশেষ শিক্ষার শিক্ষক, আধাদক্ষ পেশাজীবীদের মতামতের ভিত্তিতে হতে হবে।

- মূল পাঠক্রমের উদ্দেশ্য সংজ্ঞায়িত করতে এবং তাতে মনোযোগ দিতে হবে।

- অধিক বিষয় না পড়িয়ে দক্ষতা অর্জন এবং সাবলীলতা শিক্ষা দেয়া জরুরী।

- শ্রেণীকক্ষে প্রয়োজনীয় জিনিসপত্র শিক্ষার্থী বা সংশ্লিষ্ট সহায়তাকারীর কাছে যেন আগেই সরবরাহ করা হয় তা নিশ্চিত করতে হবে।

-মূল পাঠক্রমে প্রবেশের আগে প্রয়োজনীয় নতুন শব্দ এবং ধারণা সম্পর্কে আগেই শিক্ষা দিতে হবে।

- শিক্ষক যে তথ্য দিচ্ছেন, শিক্ষার্থীর জন্য তা উপযোগী করে উপস্থাপন করতে হবে। জানতে হবে, শিক্ষার্থী কতটুকু তথ্য একবারে ধারণ করতে বা বুঝতে সক্ষম, সে অনুযায়ী সম্পূর্ণ বিষয়টিকে সহজবোধ্য অংশে বিভক্ত করে, মূল বিষয়গুলোতে অধিক গুরুত্ব দিয়ে শিক্ষার্থীর কাছে উপস্থাপন করতে হবে।

প্রয়োজনে ছবির ব্যবহার করতে হবে।

- পাঠক্রমের মূল বিষয়ের পাশাপাশি নোট নেয়া, পরীক্ষা দেয়া, সত্য/মিথ্যা, তথ্য সংগঠন প্রভৃতিও শিশুকে আলাদাভাবে এবং সরাসরি শেখাতে হবে।

- বাড়ির জন্য পড়া দিতে হবে।

- দীর্ঘমেয়াদী প্রকল্পের জন্যও শিশুকে প্রস্তুত করতে হবে। নির্দিষ্ট সময়ের ভেতর কাজ শেষ করার ব্যাপারে শিশুকে সাহায্য করতে হবে। ছক-কাটা তালিকা ও চেক-লিস্ট ব্যবহারের মাধ্যমে পুরো কাজটি ছোট ছোট ভাগে বিভক্ত করতে হবে।

- শিক্ষার্থীর প্রতি প্রত্যাশা কমাতে হবে। ধারণাগত জ্ঞানের পরীক্ষার ক্ষেত্রে, বর্ণনামূলক উত্তরের স্থানে বহু-সম্ভাব্য উত্তর বিশিষ্ট নৈর্ব্যক্তিক পদ্ধতি ব্যবহার করতে হতে পারে। শুন্যস্থান পূরণ করার বদলে কয়েকটি শব্দ থেকে সঠিক শব্দ বেছে নেয়ার পদ্ধতি অবলম্বন করা যেতে পারে।

- নিয়মিত ছোট আকারে শিক্ষা ও পরীক্ষা নেয়ার ব্যবস্থা থাকতে হবে।

- শিক্ষার্থীকে প্রয়োজনীয় সময় দিতে হবে অথবা পরীক্ষার জন্য বিকল্প পদ্ধতি ব্যবহার করতে হবে ।

- প্রয়োজনে পুর্ননিরীক্ষণ করতে হবে । শিক্ষার্থী দক্ষতা প্রদর্শন করলে পরবর্তী বিষয় শিক্ষায় যেতে হবে ।

- কোন ধারণা বা দক্ষতা অর্জনে শিক্ষার্থীর সমস্যা হলে শিক্ষাপদ্ধতি পুনর্বিবেচনা করতে হবে ।

- পরীক্ষা নেয়ার পূর্বে শিক্ষা সহায়ক গাইড সরবরাহ করতে হবে ।

পড়াঃ

-শিক্ষার্থীদের পড়ার ক্ষেত্রে বিষয়াবলী বুঝতে, ধারণা করতে এবং লাইন ধরে পড়তে অসুবিধা হতে পারে ।

-অনেক শিক্ষার্থী শুনে শব্দ বা বাক্য মনে রাখতে পারে এবং হুবহু বলতে পারে, কিন্তু তা বুঝতে পারে না । অনেকের হাইপারলেক্সিয়া রোগ থাকে ।

-নতুন কোন বই পড়ানো শুরু করার আগে এর সারমর্ম, বিষয়বস্তু, প্রধান চরিত্র প্রভৃতি সম্পর্কে শিক্ষার্থীকে অবগত করতে হবে । প্রয়োজনে ছবি ব্যবহার করতে হবে ।

- শিক্ষার্থী কতটুকু বুঝেছে তা জানতে প্রশ্নাবলীর নির্দিষ্ট কাঠমো থাকতে হবে । বহু সম্ভাব্য উত্তর বিশিষ্ট নৈর্ব্যক্তিক প্রশ্ন, শব্দমালা থেকে বেছে শূন্যস্থান পূরণ- এ জাতীয় ধারার প্রশ্ন করতে হবে ।

- সম্ভাব্য উত্তর থেকে নির্দিষ্ট উত্তর বেছে নেয়া জাতীয় প্রশ্নের ক্ষেত্রে কতটি সম্ভাব্য উত্তর দেয়া ঠিক হবে, তা জানতে হবে । অনেকে চারটি উত্তর থেকে সঠিক উত্তর বেছে নিতে পারে । অনেকে কেবল দুটি থেকে বাছতে পারে । সম্ভাব্য উত্তর সংখ্যা কমানোর মাধ্যমে শিক্ষার্থীর কাজ সহজ করা যায় ।

লেখাঃ

- ভাষাজ্ঞানের প্রকাশ, সঠিক শব্দ নির্বাচন, চিন্তার সংগঠন এবং মাংসপেশীর সূক্ষ্ম কাজের সমন্বয়েই সম্পাদিত হয় লেখার কাজটি । এর প্রতিটি অংশই একটি অটিস্টিক শিশুর জন্য কঠিন । প্রতিটি অংশের সহযোগিতার জন্যই আলাদা আলাদা কৌশল নিতে হতে পারে ।

- দ্রুত ভাষা শিক্ষার জন্য ছবি, শব্দমালা প্রভৃতি ব্যবহার করতে হবে ।

- বদ্ধ বাক্য বা প্রারম্ভিক বাক্যাংশ দিয়ে শুরু করতে হবে ।

- বর্ণনামূলক শব্দাবলী শেখাতে হবে ।

- লেখার জন্য একই ধরণের পদ্ধতি নিয়মিত অনুসরণ করা শিশুর শিক্ষার জন্য বেশী উপযোগী ।

- কি-বোর্ড, কম্পিউটার গ্রাফিক সংগঠন প্রোগ্রাম প্রভৃতি ব্যবহার করা যেতে পারে ।

- লেখার দৈর্ঘ্যের চেয়ে এর বিষয়বস্তুর প্রতি লক্ষ্য করতে হবে। শিক্ষার্থী কতটুকু শিখেছে তা পরীক্ষার জন্য লেখার পাশাপাশি বিকল্প পদ্ধতি (যেমন - মৌখিক উত্তর দান) ব্যবহার করতে হবে।

সামাজিক শিক্ষাঃ

যদি কোন অটিস্টিক শিক্ষার্থীর সামাজিক শিক্ষায় আগ্রহ থাকে তবে সে নির্দিষ্ট কোন বিষয়ে দক্ষ হয়ে উঠতে পারে। সেক্ষেত্রে সেই নির্দিষ্ট বিষয়ে উন্নতি করার জন্য শিক্ষার্থীকে সার্বিক সহায়তা দিতে হবে। বিষয় বুঝতে যাদের অতিরিক্ত সহায়তার প্রয়োজন তাদের জন্য সময়-নির্ধারণ, ম্যাপ, ছবি , ভিডিও, নাটক প্রভৃতির ব্যবস্থা করতে হবে।

বিজ্ঞানঃ

যদি অটিস্টিক শিক্ষার্থীর নির্দিষ্টভাবে আগ্রহ থাকে, তাহলে বিজ্ঞান বিষয়েও দক্ষতা অর্জন করতে পারে। শিক্ষার্থীর শক্তিকে অনুধাবন করে পড়ায় তার আগ্রহ ও আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলতে সহায়তা করতে হবে।

কৌশল-

- শিশুর নিরাপত্তার বিষয়টি খেয়াল রাখতে হবে
- ল্যাবরেটরীর কাজের জন্য নিয়ম বেঁধে দিতে হবে।
- প্রযোজ্য ক্ষেত্রে বিজ্ঞানভিত্তিক ধারণার সাথে বাস্তবের সংযোগ দেখিয়ে দিতে হবে।
- কাজের জন্য নির্দিষ্ট সহায়তাকারী থাকতে হবে।

গণিতঃ

- অটিস্টিক কোন কোন শিশুর গণিতে অসাধারণ দক্ষতা থাকে, তবে বেশীরভাগ অটিস্টিক শিশুরই গণিত বুঝতে সমস্যা হয়। শিশুর সমস্যার ধরণের ভিন্নতার কারণে প্রত্যেক শিশুর জন্য আলাদা পরিকল্পনা করতে হয়। অনেকের গণিতের শব্দ বুঝতেও সমস্যা হয়। শিশুর আত্মবিশ্বাস বৃদ্ধি ও কঠিন সমস্যা নিয়ে কাজ করার আগ্রহ বাড়াতে শিক্ষার্থীর কোন বিষয়ে দক্ষতা আছে তা ধরে এগোতে হবে।

- বড় অংক ভেঙে ছোট ছোট অংশে ভাগ করতে হবে। প্রয়োজনে ছবি ব্যবহার করা যায়।

- গণনা শিক্ষার জন্য টাচম্যাথ জাতীয় কৌশল অবলম্বন করা যায়।

- শুরু থেকেই শিক্ষার্থীকে সঠিক জ্ঞান দিতে হবে। কারণ, একবার কিছু শিখে ফেললে, তা এমনকি ভুল হলেও, সেটা পুনরায় ঠিক করে শেখা বা ভুল শিক্ষাটা ভুলে যাওয়া অটিস্টিক শিশুদেও জন্য কঠিন।

শারীরিক শিক্ষাঃ

শিক্ষার্থীর মাংসপেশীর কার্যকারিতি, সময়জ্ঞান, ভাষাজ্ঞান, মনোযোগ প্রভৃতির ব্যাপারে খেয়াল রাখতে হবে। এসব বিষয় শিশুর দক্ষতা ও আগ্রহে প্রভাব ফেলতে পারে।

- বাঁশির আওয়াজ, শিক্ষার্থীদের দৌড়ঝাঁপ এবং চিৎকারের শব্দ কিভাবে অটিস্টিক শিশুর উপর প্রভাব ফেলে তা লক্ষ্য রাখতে হবে।

- শ্রেণীকক্ষে পড়াশোনায় ভাল না হলেও কোন কোন অটিস্টিক শিশু ক্রীড়া-সংশ্লিষ্ট কার্যাবলী ভাল শিখতে পারে। সেক্ষেত্রে সেদিকে মনোযোগ দিতে হবে।

- বড় কাজকে ছোট ছোট অংশে ভাগ করতে হবে এবং টুকরো কাজের সাফল্যে শিশুকে অনিন্দন জানাতে হবে।

- প্রয়োজনে বিশেষ শিক্ষার সাথে সংশ্লিষ্ট সদস্যের সহায়তা নিতে হবে।

সংগীতঃ

অনেক অটিস্টিক শিশুর সংগীতে দক্ষতা থাকে। এই দক্ষতা শিশুকে উদ্বুদ্ধ করতে ও অন্যান্য শিক্ষায় ব্যবহার করা যেতে পারে। ছন্দ ও সংগীতে আগ্রহ কাজে লাগিয়ে শিশুকে কোন কাজে অংশ নিতে উদ্বুদ্ধ করা যায়। যেহেতু ভাষা ও সংগীত শিক্ষা মস্তিষ্কের ভিন্ন ভিন্ন অংশ দ্বরা নিয়ন্ত্রিত হয়, ভাষাগত দিকে অদক্ষ অনেক শিশু সংগীতে দক্ষ হতে পারে। সেক্ষেত্রে শিক্ষা অথবা স্মৃতিশক্তি বৃদ্ধিতে সংগীতকে ব্যবহার করা যায়। তবে, অনেক ক্ষেত্রেই দেখা যায়, সময়জ্ঞান, বিশেষ প্রক্রিয়ার প্রয়োগ, মাংসপেশীর ব্যবহার প্রভৃতির কারণে গান গাওয়া বা আবৃত্তি করা অস্টিটিক অনেক শিশুর জন্য কঠিন। দেখা গেছে, যদি অটিস্টিক শিশু দলবদ্ধ সংগীত বা আবৃত্তি শুরু করে, তাহলে তাতে সে সফলতা পায়, কিন্তু যদি অন্য কেউ শুরু করে এবং তাকে যোগ দিতে হয়, সেক্ষেত্রে তার সমমস্যা হয়।

চিত্রকলা

দৃষ্টিশক্তির তীক্ষ্মতা বা একক বৈশিষ্ট্যের কারণে কিছু অটিস্টিক শিশুর চিত্রকলা সম্পর্কিত দক্ষতা থাকে অসাধারণ। কারো কারো আবার রংয়ের প্রতি বিশেষ আগ্রহ থাকে এবং রং নির্বাচন ও ব্যবহারে সুদক্ষ হয়। আবার কিছু শিক্ষার্থীর জন্য নানা কারণে চিত্রকলার ক্লাস অত্যন্ত কঠিন মনে হতে পারে।

কম্পিউটার ও প্রযুক্তি

অটিজম-আক্রান্ত খুব ছোট শিশুও অনেক সময় প্রযুক্তি বিষয়ে দক্ষতা প্রদর্শন করে। যেমন, টিভির 'অন' বোতামটি বা ভিসিআর-এর 'রিওয়াইন্ড' বোতামটি অনেকে বেশ দ্রুতই খুঁজে পায়। দৃষ্টির তীক্ষ্ণতা, তথ্য স্মরণ রাখার নানা উপায় এবং চিন্তাশক্তির সমন্বয়ে কেউ কেউ কম্পিউটার ব্যবহারে দক্ষ হয়। প্রযুক্তির উৎকর্ষ সাধনে কোন অটিস্টিক শিক্ষার্থী বড় সম্পদ হতে পারে, কিন্তু তার ভাষাগত অদক্ষতার কারণে কোন কিছু কিভাবে কাজ করে তা সে ব্যাখ্যা করতে পারে না।

খাদ্য পরিবেশনকারী এবং অবসর সময়ে সাথে থাকেন এমন কর্মী

অনেক স্কুলে শিক্ষার্থীদের জন্য অবসর সময়ে বা ভোজনের সময় সহায়তাকারী হিসেবে একজন কর্মী বা শিক্ষক থাকেন। অবসর সময়টা অনেক সময় শিশুর জন্য সবচেয়ে জটিল সময়, কারণ এ সময়টাই স্কুলে শৃংখলার দিক থেকে সবচেয়ে কম গুরুত্ব পায়। ফলে, অটিস্টিক শিশু এ সময়ে সামাজিক সংগঠন, যোগাযোগ প্রভৃতি বিষয়ে সমস্যা বোধ করে। এ সময়ই একজন প্রশিক্ষিত কর্মীর প্রয়োজন হয় সবচেয়ে বেশী। ক্যাফেটারিয়ায় টেবিলে বসা থেকে শুরু করে, দুপুরের ভোজনের জন্য লাইন ধরে দাঁড়ানো, অবসর সময়ে খেলার মাঠ, যেখানে ধরাবাধা কোন নিয়ম অনুসরণ করা হয়না, সেখান থেকে আনন্দ খুঁজে নেয়া- সব ক্ষেত্রেই শিশুর সহায়তার প্রয়োজন হয়। যদি, দুপুরের খাবার বা অবসরের সময়ের দায়িত্ব পড়ে অপরিচিত কর্মীর উপর , সেক্ষেত্রে অটিজম সমপর্কে ধারণা থাকা এবং কিছু প্রাথমিক কৌশল অবলম্বন করা ভালো।

- বিব্রতকর পরিস্থিতি এড়াতে বা মোকাবেলা করতে অটিজম সম্পর্কে সার্বিক সচেতনতার পাশাপাশি নির্দিষ্ট শিক্ষার্থী সম্পর্কে জ্ঞান থাকাও প্রয়োজন। কিছু শিক্ষার্থীর পলায়নপর-প্রবৃত্তি থাকে। দরজার বেল, স্কুলের ঘন্টি বা অগ্নি-সতর্কতা ঘন্টি শিক্ষার্থকে বিচলিত করতে পারে। নির্দিষ্ট পরিস্থিতি মোকাবেলার বা এড়ানোর প্রয়োজনীয় জ্ঞান থাকতে হবে।

- শিক্ষার্থীর আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগে অদক্ষতার ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে। এ ব্যাপারে পরিবার বা বিশেষ শিক্ষাদানকারীর কাছ থেকে প্রয়োজনীয় নির্দেশনা ও সহায়তা নিতে হবে। মনে রাখতে হবে, অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থী কোনো প্রশ্নের উত্তর দিতে দেরী করতে পারে। অথবা শিক্ষার্থীর সাথে যোগাযোগের মাধ্যম হিসেবে ভাষার পরিবর্তে ছবি বা অন্য কোন উপায় ব্যবহার করতে হতে পারে।

- শিক্ষার্থীর দৈনন্দিন সাধারণ কাজকর্মে যেন স্বাধীনভাবে নিজেই করতে পারে সে দক্ষতা গড়ে তুলতে হবে। যেমন, খাবার টেবিলে নিজের রুমাল টেনে নেয়া, ক্যাফেটারিয়ার কম্পিউটারে নিজের খাবারের কোড নম্বর বসানো এসব নিজেকেই করার ব্যাপারে উৎসাহী করে তুলতে হবে।

- প্রশিক্ষিত কর্মীদের ঠিক করে দেয়া কৌশল অনুসরণ করতে এবং প্রয়োজনে তাদের সহযোগিতা নিতে হবে।

  - বন্ধুসুলভ অভ্যর্থনা, ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি ও ধৈর্য অটিস্টিক শিশুকে স্বস্তি দেবে। ছোট ছোট দায়িত্বভার দিলে সে নিজেকে সমাজের গুরুত্বপূর্ণ সদস্য হিসেবে ভাবতে শিখবে।

কৌশলঃ

- শান্ত ও ইতিবাচক থাকতে হবে। সঠিক ব্যবহার করতে হবে।

- প্রতিটি শিক্ষার্থীর ভয়, পছন্দ চাহিদা সম্পর্কে জানা থাকতে হবে।

- শান্ত, কোলাহলমুক্ত পরিবেশ তৈরী করতে হবে।

- শিশুর সহায়তার জন্য পরিচিত সদস্যকে নিয়োজিত করতে হবে। স্বাধীনভাবে কাজ করার দক্ষতা অর্জনে সহায়তা করতে হবে।

- খাবার নির্বাচনে ছবির ব্যবহার করা যেতে পারে।

- খাবার নির্বাচনের জন্য তালিকা যেন খুব বেশী বড় না হয়।

- খাবার পর থালা বা বাটি নির্দিষ্ট স্থানে রাখা প্রভৃতি কাজ করে দেখিয়ে দিলে শিশুর তা অনুসরণ করতে সুবিধা হয়।

- মাঠে খেলার নির্দিষ্ট নিয়ম করে তা শিশুর কাছে ব্যাখ্যা করতে হবে। যদি মাঠ বেশ বড় হয়, সেক্ষেত্রে অটিস্টিক শিশুকে তুলনামূলক কোলাহলবিহীন স্থানে সহপাঠীর সাথে খেলার ব্যবস্থা করতে হবে।

- প্রশংসার জন্য বর্ণনামূলক বাক্য ব্যবহার করতে হবে।

- ইতিবাচক নির্দেশনা দিতে হবে। 'করো না' বা 'থাম' এ জাতীয় শব্দ বা বাক্যের ব্যবহার কমাতে হবে। 'বারান্দায় দাঁড়িয়ে থেক না' বলার চেয়ে 'দয়া করে তোমার খাবার আসনে বসো' - এভাবে বলাটা অধিক কার্যকর। এতে করে ঠিক কোন ব্যবহারটি প্রত্যাশিত তা শিশু বুঝতে পারে।

- ভোজনের সময় সহপাঠীদের কাছে থাকার ব্যাপারে উদ্বুদ্ধ করতে হবে।

- অটিস্টিক শিক্ষার্থীরা সামাজিক বৈষম্যে ও উত্তক্তকরণের শিকার হয় বেশী । এ বিষয়টি লক্ষ্য রাখতে হবে ।

- অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীরা সামাজিকতায় দক্ষ নয় । নীরব উত্যক্তকরণ বা নির্যাতনের শিকার হলেও এরা ক্ষুব্ধ প্রতিক্রিয়া ব্যক্ত করে । দৃশ্যমান প্রতিক্রিয়া সম্পর্কে সচেতন হতে হবে । কোন সিদ্ধান্তে উপনীত হওয়ার আগে পরিস্থিতি পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে বিশ্লেষণ করতে হবে ।

- সামাজিক অনুশাসন, রীতি বা প্রত্যাশিত আচরণ শিক্ষার্থীকে বোঝার উপযোগী করে জানাতে স্কুল টীমের সাথে একত্রে পরিকল্পনা করতে হবে । কারো খুব কাছ ঘেঁষে বসা কেন তার বিরক্তি উৎপাদন করে, টয়লেট-সংক্রান্ত রীতি, হাতধোয়া - ইত্যাদি তথ্য বা অলিখিত রীতিগুলো শিশুকে বোঝাতে হবে - সেটা সামাজিক আখ্যানের মাধ্যমেই হোক অথবা ছবির মাধ্যমে ।

- ক্যাফেটেরিয়া বা অবসর সময়ের অলিখিত নিয়ম বা সামাজিক রীতি লিখিত বা ছবি আকারে সরবরাহ করার জন্য স্কুল টীমের সাথে একত্রে কাজ করতে হবে ।

- অটিস্টিক শিশুদের সহায়তার জন্য তার সহপাঠীদের নিয়োজিত করা ভাল ।

- অবসর বা ভোজনের সময়ে নির্দিষ্ট ইতিবাচক আচরণ উদ্বুদ্ধকরণ কৌশল প্রণয়নে স্কুল টীমের সাথে একত্রে পরিকল্পনা করতে হবে ।

অফিসের কর্মকর্তা/কর্মচারী

- অফিসের প্রশাসনিক কর্মকর্তা-কর্মচারীরা অটিস্টিক শিশুদের সামাজিক মিথস্ক্রিয়া ও ছোট ছোট কাজের সুযোগ করে দিতে পারেন ।

- বিব্রতকর পরিস্থিতি এড়াতে বা মোকাবেলা করতে অটিজম সম্পর্কে সচেতনতার পাশাপাশি নির্দিষ্ট একজন শিক্ষার্থী সম্পর্কে জ্ঞান থাকাও প্রয়োজন । প্রতিটি শিক্ষার্থীর সামাজিক,যোগাযোগ ও আচরণগত চাহিদা সম্পর্কে সম্যক জ্ঞান থাকতে হবে ।

- শিক্ষার্থীর আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগে অদক্ষতার ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে । এ ব্যাপারে বিশেষ শিক্ষাদানকারীর কাছ থেকে প্রয়োজনীয় নির্দেশনা ও সহায়তা নিতে হবে । মনে রাখতে হবে, অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থী কোনো প্রশ্নের উত্তর দিতে দেরী করতে পারে । অথবা শিক্ষার্থীর সাথে যোগাযোগের মাধ্যম হিসেবে ভাষার পরিবর্তে ছবি বা অন্য কোন উপায় ব্যবহার করতে হতে পারে ।

- শিক্ষার্থীর জন্য প্রশিক্ষিত সহায়তাকর্মীর উদ্ভাবিত কৌশলের সাথে একাত্ম হতে হবে ।

- বন্ধুসুলভ অভ্যর্থনা, ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি এবং ধৈর্য শিক্ষার্থীকে স্বস্তি দেবে।

- রুটিনকে কয়েকটি ধাপে ভাগ করে শেখালে শিক্ষার্থী সফলভাবে তা মেনে চলতে পারবে।

কৌশল

- শান্ত ও ইতিবাচক থাকতে হবে। সঠিক ব্যবহার করতে হবে।

- প্রতিটি শিক্ষার্থীর ভয়, পছন্দ চাহিদা সম্পর্কে জানা থাকতে হবে।

- সামাজিক অনুশাসন, রীতি বা প্রত্যাশিত আচরণ শিক্ষার্থীকে বোঝার উপযোগী করে জানাতে হবে সামাজিক আখ্যানের মাধ্যমে। যেমন, কাউকে 'শুভ সকাল' বা 'হ্যালো' বলার মাধ্যমে বন্ধুত্বপূর্ণ মনোভাবের প্রকাশ ঘটে। এতে অন্যরা খুশী হয়।

- প্রশংসার জন্য বর্ণনামূলক বাক্য ব্যবহার করতে হবে। স্কুলের সকল কার্যক্রমে সকল শিশুকে সম্পৃক্ত করার কৌশল উদ্ভাবন করতে হবে।
- স্কুলে বিশেষ কোন ঘোষণা দেয়া হলে সাথে লিখিতভাবে সেই ঘোষণা শিক্ষার্থীর বাসায় প্রেরণ করতে হবে, কারণ অটিস্টিক অনেক শিশুই সেই ঘোষণা পরবর্তীতে মনে করতে পারবে না।

আধা পেশাদার কর্মী

বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের স্কুল কার্যক্রমে সহায়তার এবং জীবন ও কর্মে ইতিবাচক প্রভাব রাখার উদ্দেশ্যে আধা পেশাদার কর্মী নিয়োগ করা হয়। তাকে অটিজম রোগ সম্পর্কে কিছু প্রশিক্ষণ দেয়া হয়। অটিজম সম্পর্কে সচেতনতার পাশাপাশি নির্দিষ্ট একজন শিক্ষার্থী সম্পর্কে জ্ঞান থাকাও প্রয়োজন। ঐ শিক্ষার্থীর শিক্ষণ-পদ্ধতি, পছন্দ, চাহিদা, শক্তির দিকগুলো সম্পর্কে জানতে হবে। এছাড়াও স্কুলের অন্যান্য পরিবেশ সম্পর্কেও পূর্ণ ধারণা থাকতে হবে। আচরণ সহায়তা কৌশলের বাস্তবায়নের প্রাথমিক দায়িত্ব আধা পেশাদার কর্মীর। তাদের উপরই শিক্ষার্থী বেশী নির্ভর করে। এজন্য চাকরীর বাইরেও এসব শিশুর জন্য কাজ করার মানসিকতা থাকতে হবে।

- শান্ত ও ইতিবাচক থাকতে হবে। সঠিক ব্যবহার করতে হবে।

- প্রতিটি শিক্ষার্থীর ভয়, পছন্দ চাহিদা সম্পর্কে জানা থাকতে হবে।

-প্রতিটি শিক্ষার্থীকে জানতে-বুঝতে তাদেও প্রশ্ন করতে হবে, সভা এবং প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণের অনুরোধ করতে হবে, নির্ধারিত কৌশল জানতে হবে।

- শিক্ষার্থীর আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগে অদক্ষতার ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে। এ ব্যাপারে পরিবার বা বিশেষ শিক্ষাদানকারীর কাছ থেকে প্রয়োজনীয় নির্দেশনা ও সহায়তা নিতে হবে। মনে রাখতে হবে, অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থী কোনো প্রশ্নের উত্তর দিতে দেরী করতে পারে। অথবা শিক্ষার্থীর সাথে যোগাযোগের মাধ্যম হিসেবে ভাষার পরিবর্তে ছবি বা অন্য কোন উপায় ব্যবহার করতে হতে পারে।

শিক্ষার্থীর ভেতর স্বাধীনভাবে কাজ করার দক্ষতা গড়ে তুলতে হবে।

মনে রাখতে হবে, আধা পেশাদার কর্মীর কাজ, দৃষ্টিভঙ্গি ও প্রতিক্রিয়া শিক্ষার্থীর বৃদ্ধি ও আচরণে ইতি বা নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে।

শিশুর স্ব-নির্ভরশীলতা বৃদ্ধির সাথে সাথে তার সহায়তাকারীর কাজের ধরণে পরিবর্তন আনতে হবে।

বন্ধু/সহপাঠী

অটিস্টিক শিশুদের ব্যবহার সংক্রান্ত কিছু গবেষণায় সহপাঠীদের 'সহযোগী মিত্র' হিসেবে উল্লেখ করা হয়েছে। সহপাঠীদের মধ্যে মৈত্রীবদ্ধতার ধারণা এবং লক্ষ্য অর্জনে একতাবদ্ধতার পরিবেশ গড়ে তোলা প্রয়োজন, যাতে অটিস্টিক শিশুরা যথাযথ সহায়তা, সম্মান নিয়ে বেড়ে উঠতে পারে। বেড়ে ওঠা শিশুদের মেজাজ ও আগ্রহে ভিন্নতা থাকতে পরে, তবে সার্বিকভাবে মিথস্ক্রিয়ায় অদক্ষ শিশুর সাথে স্বাভাবিক শিশুরা মিশতে খুব আগ্রহী হয় না। তা সত্ত্বেও শিশুরা অনেক সময় প্রাকৃতিকভাবেই শিক্ষক এবং বড়দের মতো 'পারব না' জাতীয় মানসিকতা লালন করে না। যদিও সকল শিশুই বিশেষ বৈশিষ্ট্যের শিশুর সাথে মিশতে বা তাকে সাহায্য করতে আগ্রহী হবে না, তবে এদের প্রতি সংবেদনশীলতা ও ইতিবাচক মানসিকতায় প্রায় সবাই-ই উপকৃত হবে।

অটিজম-সংক্রান্ত শিক্ষা বা সংবেদনশীলতার প্রশিক্ষণ কোন নির্দিষ্ট শিক্ষার্থীর উপর ভিত্তি করে হবে না, তা সার্বিক ভাবে হতে হবে। এসব ক্লাসে শুধু অটিজমকে উদ্দেশ্য করা হবে না, বরং সার্বিকভাবে যে কোন সমস্যায় আক্রান্তের প্রতি সহায়তাপ্রবণ ও উদার মানসিকতা গড়ে তোলার ব্যাপারে গুরুত্ব দিতে হবে। অটিজম সচেতনতা মাস (এপ্রিল) কে উপলক্ষ্য করেও নানা কর্মসূচী হাতে নেয়া যায়। এ ধরণের শিক্ষার প্রকৃতি বয়সভেদে ভিন্ন হবে। কম বয়সীদের ক্ষেত্রে অটিজম শব্দটির সাথে পরিচিতি ঘটানো এবং স্বাভাবিকতার ব্যতিক্রম বৈশিষ্ট্যসম্পন্ন মানুষের প্রতি সহনশীলতা শিক্ষাই প্রধান লক্ষ্য। আরেকটু বয়সীরা অটিজম-আক্রান্তের বৈশিষ্ট্য এবং তাকে সহায়তা করার কৌশল সম্পর্কে জানবে। অটিস্টিক শিশুদের

বাবা-মা, ভাইবোন, স্কুল মনোবিদ, কাউন্সেলর এবং শিক্ষকদের সমন্বয়ে গঠিত দল এই শিক্ষাদানের ভার নিতে পারেন।

অটিজম সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টির লক্ষ্যে একটি স্কুলে নিম্নলিখিত পদ্ধতি ব্যবহার করা হয়েছিল।

সূচনাঃ

আমরা কারা? এবং আমরা এটা কেন করছি? - এক মিনিট।

অটিজম কি?:

- সংজ্ঞা, উদাহরণ, পরিসংখ্যান, লিঙ্গভেদ, ক্রমবর্ধমান হার, অন্যান্য রোগ।

- অটিজম আক্রান্ত কয়েক ব্যক্তির ভিডিও প্রদর্শন

আড়াই মিনিট

অটিজম-আক্রান্ত শিশুর বাবা-মাঃ চ্যালেঞ্জ, পারিবারিক জীবন ইত্যাদি

আড়াই মিনিট

অটিজমের চিকিৎসাঃ দুই মিনিট

অটিজমের সামাজিক দিকঃ সামাজিক স্থিতিশীলতার প্রভাব, অন্যররা কিভাবে সহায়তা করতে পারেন

- দুই মিনিট

স্কুল সামাজিক সহায়তা ক্লাব সদস্যঃ ব্যক্তিগত যোগাযোগ, ক্লাবের কার্যাবলী

- চার মিনিট

সমাপনী

- ধন্যবাদ জ্ঞাপন এবং শ্রেণীকক্ষে কি করা উচিত

এক মিনিট

এই সমাবেশের পরবর্তীতে সরাসরি আলোচনা ও শিক্ষার ব্যবস্থা ছিল।

স্কুল কমিউনিটির সকল সদস্যেরই অটিস্টিক শিশুদের ব্যাপারে জ্ঞান থাকা প্রয়োজন। সমাবেশের মাধ্যমে অথবা শ্রেণীকক্ষে এ ধরণের কর্মসূচি নেয়া যেতে পারে। কোন কোন পরিবার গোপনীয়তা বজায় রাখতে চায়, আবার অনেকে তাদের সন্তানের সমস্যা সংক্রান্ত তথ্য বিনিময়ে আগ্রহী হয়। সন্তানের সহপাঠী ও তাদেও বাবা-মা অটিজম সম্পর্কে সচেতন হলে শিক্ষার্থীর জন্য স্কুলের পরিবেশ সহজতর হয়।

স্কুল বৎসরের শুরুতে শিক্ষার্থীর সম্পর্কে ভাল জানেন এমন কোন সদস্য বা বাবা-মা সঙ্গে থাকলে তা শিক্ষার্থীর জন্য সহায়ক হয়। তিনি শুরুতে শিক্ষার্থীকে সকলের সাথে পরিচয় করিয়ে দেবেন। অন্য

শিক্ষার্থীর মতোই তার নাম-পরিচয়, পরিবার, ভাইবোন, শখ, গুনাবলী, প্রিয় খাবার, প্রিয় গান বা সিনেমা প্রভৃতি তথ্য জানাতে হবে। এর পাশাপাশি তার সমস্যার বিষয়গুলোও তুলে ধরতে হবে। তবে, শিক্ষার্থীর প্রতি শ্রদ্ধা রেখে সুনির্দিষ্ট ভাবে কিছু তথ্য তার অনুপস্থিতিতে জানানোই ভাল। সহপাঠীদের তার সম্পর্কে ধারণা দিতে এবং তার সাথে ইতিবাচক ব্যবহার করতে উদ্বুদ্ধ করতে হবে।

সহপাঠী বা বন্ধুদের অটিজম সম্পর্কে প্রশিক্ষণ দিতে হবে যাতে তারা নির্দিষ্ট কোন অটিস্টিক শিক্ষার্থীকে সহায়তা করতে পারে। সহপাঠীদের এমন একটি প্রশিক্ষিত দলও গড়ে দেয়া যেতে পারে, যাতে তারা নিয়মিত অটিস্টিক শিশুর সাথে মিথস্ক্রিয়া পরিচালনার মাধ্যমে তাকে সহায়তা করতে পারে। পড়ালেখা, পাঠক্রম-বহির্ভূত কাজ, সহযোগিতাপূর্ণ খেলা প্রভৃতিতে এই প্রশিক্ষিত সহপাঠীরা অটিস্টিক শিশুকে সহায়তা করতে পারে।

স্কুলের প্রশাসন, অধ্যক্ষ, আন্তঃবিভাগ দলের সদস্য

বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন শিক্ষার্থীদের প্রতি স্কুল প্রশাসন ও অধ্যক্ষের ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি জরুরী। কারণ, তাদের দৃষ্টিভঙ্গিই শিক্ষার্থী ও কর্মচারীদের মধ্যে প্রতিফলিত হয়। মূলধারার কার্যক্রমে অটিস্টিক শিশুদের অন্তর্ভুক্ত করতে হবে।

অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীদের জন্য বিশেষ ব্যবস্থা, শ্রেণীকক্ষ, সংশ্লিষ্ট কর্মচারী ও ব্যক্তিদের নিয়োজিত করা ও প্রশিক্ষণ দানের জন্য স্কুল কর্তৃপক্ষ এবং প্রশাসনিক কর্তাব্যক্তিদের অটিজমের সাধারণ বৈশিষ্ট্য এবং প্রতিটি শিক্ষার্থীকে আলাদাভাবে জানা প্রয়োজন। সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি নির্বাচন গুরুত্বপূর্ণ, কারণ অদক্ষ এবং প্রশিক্ষণহীন ব্যক্তি পরিস্থিতি সঠিকভাবে মাকাবেলা করতে পারেন না এবং এতে শিক্ষার্থীর উদ্বেগ ও সমস্যা বেড়ে যেতে পারে। শিক্ষার্থীর চাহিদা পূরণ হচ্ছে কি না তা জানতে হবে, পরিবার ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্যদের উদ্বেগের কথা শুনতে হবে। একজন সাধারণ ছাত্রের জন্য যা 'সুশিক্ষা', বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীদের জন্য তা ভুল পদ্ধতি হতে পারে।

অনেক স্কুলে স্কুল মনোবিদ অথবা ম্যানেজার থাকেন, যিনি বিশেষ শিক্ষা ও অন্যান্য বিষয়ের সমন্বয় করে থাকেন। অটিজমের বৈশিষ্ট্য এবং এর সাথে অন্যান্য আবেগীয় ও আচরণগত রোগের ঝুঁকি সম্পর্কে সমন্বয়কারীর জ্ঞান থাকা ভাল। অটিজম আক্রান্তের বিষণ্নতা, উদ্বেগ, অ্যাটেনশন-ডেফিসিট হাইপারঅ্যাক্টিভিটি ডিসঅর্ডার, নিজের ক্ষতি করার প্রবণতা, ক্রোধ , টিক প্রভৃতি সমস্যা থাকতে পারে। কিন্তু পরিবার ও সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিদের অজ্ঞতার কারণে এসব রোগের উপযুক্ত চিকিৎসা অনেক সময় এরা

পায় না। আবার, অন্যান্য শিক্ষার ক্ষেত্রে বাধা যেমন, ডিসলেক্সিয়া, দৃষ্টির সমস্যা , শোনার সমস্যা প্রভৃতি হতে পারে। রোগী এ সম্পর্কে কিছু তথ্য না-ও দিতে পারে। যেমন, অটিজম-আক্রান্ত শিশু যার ভাষাগত অভিব্যক্তির সমস্যা রয়েছে, সে চোখে দেখতে না পেলেও হয়তো প্রকাশ করতে পারবে না।

শিশুর ইতিবাচক ব্যবহার উদ্বুদ্ধকরণ পরিকল্পনা সম্পর্কে প্রশাসনিক ব্যক্তির জ্ঞান থাকা দরকার, কারণ প্রায় সময়ই কঠিন পরিস্থিতি মোকাবেলায় তাদের শরণাপন্ন হতে হয়।

- নমনীয় ও উদার মনোভাবসম্পন্ন হতে হবে।
- প্রারম্ভিক ও নিয়মিত প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করতে হবে। বিশেষ শিক্ষাদানকারী ব্যক্তিদের দক্ষতার উৎকর্ষতার যেমন প্রয়োজন, তেমনি সাধারণ শিক্ষক, বাসচালক, আয়া - এদেরও অটিজম সম্পর্কে সাধারণ শিক্ষা ও প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করতে হবে।

- বিভিন্ন বিভাগ ও কর্মচারীদের মধ্যে সমন্বয় ও তথ্য বিনিময়ের সু-ব্যবস্থা করতে হবে।

- নিয়মিত সভা এবং খোলামেলা আলোচনার সুযোগ সৃষ্টি করতে হবে।

- ইতিবাচক ব্যবহার উদ্বুদ্ধকরণ কৌশল প্রণয়নে আইইপি টীমকে সহায়তা দিতে হবে।

- সদস্যদের সৃজনশীল চিন্তা উরুদ্ধ করতে হবে। স্পিচ প্যাথোলজিস্ট বা অকুপেশনাল থেরাপিস্ট সপ্তাহে অন্তত একদিন কৌশল নির্ধারণ এবং নতুন খেলা তৈরী করতে পারেন যা সপ্তাহের বাকী দিনগুলোতে নিয়মিত কর্মী ও বন্ধুরা চর্চা করাতে পারেন।

- পরিবর্তনের সাথে খাপ খাওয়ানোর ব্যবস্থা করতে হবে। নতুন শ্রেণীকক্ষ বা স্কুল শুরুর দিনের আগে এর সাথে শিক্ষার্থীকে পরিচয় করিয়ে দিতে হবে যাতে অনুভূতিকে আঘাত বা উত্তেজিত না করে নতুন পরিবেশের সাথে খাপ খাওয়ানোর সময় সে পায়।
- বন্ধুসুলভ মনোভাব দেখাতে হবে। এতে শিক্ষার্থী স্বস্তি অনুভব করবে। প্রতিটি শিক্ষার্থীর পছন্দ, ভয়, চাহিদার বিষয়ে জানতে হবে।
- ব্যক্তিগত যোগযোগের জন্য প্রতিটি শিক্ষার্থীর বিষয়ে কিছু না কিছু জানতে হবে এবং নির্দিষ্ট কাম্য ব্যবহারের সফলতার জন্য তার প্রশংসা করতে হবে।

- শিক্ষার্থীর আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগে অদক্ষতার ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে। এ ব্যাপারে পরিবার বা বিশেষ শিক্ষাদানকারীর কাছ থেকে প্রয়োজনীয় নির্দেশনা ও সহায়তা নিতে হবে। মনে রাখতে হবে, অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থী কোনো প্রশ্নের উত্তর দিতে দেরী করতে পারে। অথবা শিক্ষার্থীর সাথে যোগাযোগের মাধ্যম হিসেবে ভাষার পরিবর্তে ছবি বা অন্য কোন উপায় ব্যবহার করতে হতে পারে।

- অগ্নিকান্ডের মহড়া বা এ ধরণের পরিস্থিতি অটিজম-আক্রান্তের উদ্বেগ বাড়িয়ে দিতে পারে। সুতরাং, আগে থেকেই শিক্ষার্থী ও কর্মীদের এ ব্যাপাওে সতর্ক করে দিতে হবে।

- এ ধরণের শিক্ষার্থীরা সামাজিক বৈষম্য ও উত্যক্তকরণের শিকার হয় বেশী। এ বিষয়টি লক্ষ্য রাখতে হবে। স্কুলে উত্যক্তকরণ বিরোধী সংস্কৃতি ও ব্যবস্থা গড়ে তুলতে হবে।

- অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীরা সামাজিকতায় দক্ষ নয়। নীরব উত্যক্তকরণ বা নির্যাতনের শিকার হলে এরা প্রতিক্রিয়া দেখায়। দৃশ্যমান প্রতিক্রিয়া সম্পর্কে সচেতন হতে হবে। কোন সিদ্ধান্তে উপনীত হওয়ার আগে পরিস্থিতি পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে বিশ্লেষণ করতে হবে।

কর্মী ও বন্ধুদের প্রশিক্ষণ ও দলীয় সমন্বয়ের ব্যবস্থা করতে হবে।

- অটিজম-আক্রান্তদের স্কুল কমিউনিটির অংশ হিসেবে বিবেচনা করতে হবে এবং স্কুলের বিশেষ অনুষ্ঠান বা সুযোগ-সুবিধা গুলো সম্পর্কে বিশেষ কোন ঘোষণা জানাতে হবে। অনেক সময় এসব শিক্ষার্থী স্কুলে শোনা ঘোষণা বাসায় গিয়ে অভিভাবককে জানাতে পারে না। সেক্ষেত্রে শিক্ষার্থীর অভিভাবকের কাছে চিঠি বা ইমেইল-বার্তার মাধ্যমে তা জানিয়ে দেয়া যেতে পারে।
- এসব শিক্ষার্থীর সামাজিক মিথস্ক্রিয়া এবং মানসিক বৃদ্ধির সুযোগ সৃষ্টি করতে হবে। স্কুলের উৎপাদনশীল, পাঠ্যবহির্ভূত ও ক্লাব কার্যক্রমে তাদের অংশগ্রহণের ব্যবস্থা করতে হবে।

- সামাজিক দক্ষতার প্রশিক্ষণ ও সহায়তার জন্য বন্ধু বা সহপাঠীদের সহায়তা নেয়া যেতে পারে।

- আইইপি টীমের সাথে নিয়মিত সভা করতে হবে।

- পরিবারের প্রত্যাশা ও চাহিদার প্রতি সহানুভূতিশীল হতে হবে। শিক্ষার্থী-সংশিষ্ট সকল সভা ও আলোচনায় তাদের অংশগ্রহণের সুযোগ থাকতে হবে।

- একত্রিত সভার সময় অভিভাবকের প্রতি শ্রদ্ধাশীল মনোভাব পোষণ করতে হবে। 'অমুকের বাবা বা মা' এভাবে সম্বোধন না করে 'জনাব অমুক' এভাবে সম্বোধন করাটাই শ্রেয়।

অনেক স্কুলেই শিক্ষার্থী যখন অপ্রত্যাশিত আচরণ করে তখন তাদেরকে বিপদজনক হিসেবে চিহ্নিত করা হয় এবং অধ্যক্ষ,ম্যানেজার বা অন্য কোন কর্তাস্থানীয় ব্যক্তিকে ডাকা হয়। মনে রাখতে হবে, আচরণ যোগাযোগের একটি মাধ্যম। অস্বাভাবিক আচরণ মানেই তা অন্যের ক্ষতির উদ্দেশ্যে - এমনটি মনে করা ঠিক নয়। প্রয়োজনীয় সহযোগিতার অভাবে শিশুর মনে হতাশা তৈরী হতে পাওে এবং সে কারণে একাধিকবার সে অস্বাভাবিক আচরণ করতে পারে। এ রকম ক্ষেত্রে-

- শান্ত থাকতে হবে

- শিশুকে তখন কেউ যেন বিরক্ত না করেসেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।
- শিশুর ইতিবাচক ব্যবহার উদ্বুদ্ধকরণ কৌশল সম্পর্কে জেনে নিতে হবে।
- ঐ সময়ে শিশুকে মৌখিক নির্দেশনা যথাসম্ভব কম দিতে হবে। বেশী কথা বললে পরিস্থিতি আরও খারাপ হতে পারে। কিছুক্ষণ শান্ত থাকা সবার জন্যই উপকারী হতে পারে। তারপর সহজবোধ্য ছোট বাক্যে কথা বলা যেতে পারে।
- শিশুর সাথে যোগাযোগের কার্যকর পদ্ধতি অবলম্বন করতে হবে এবং শিশুর প্রতিক্রিয়ার জন্য অপেক্ষা করতে হবে।
- শিশুর মনের উদ্বেগ ও কোনঠাসা অবস্থা কাটিয়ে তাকে স্বস্তিদায়ক পরিবেশ দিতে হবে।
- শিশুর অনুভূতি ও আবেগ বুঝতে হবে এবং তার আচরণ কেন গ্রহণযোগ্য নয় তা ছবি, কার্টুন , লেখা বা সামাজিক আখ্যানের মাধ্যমে ব্যাখ্যা কওে বোঝাতে হবে।
- শিশু মনে এ বার্তা পাঠাতে হবে যে, স্কুল টীম তার সমস্যাটা অনুধাবন করার চেষ্টা করছে এবং সে অনুযায়ী তাকে সাহায্য করার চেষ্টা করছে। এটা বোঝাতে সক্ষম হলে শিশুর ব্যবহাওে ইতিবাচক পরিবর্তন আনা সহজ হয়।
- যেসব ঘটনা বা পরিস্থিতি এই অস্বাভাবিক ব্যবহার সৃষ্টি করেছে , তা বুঝতে চেষ্টা করতে হবে।
- শিক্ষার্থীর পিতা-মাতার সাথে এ সংক্রান্ত আলোচনার সংবেদনশীল হতে হবে। শিক্ষার্থীর আচরণের ইতিবাচক পরিবর্তনে একত্রে কাজ করতে হবে।

স্কুলে কর্মরত নার্স

অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীর অন্যান্য শারীরিক বা মানসিক স্বাস্থ্যগত সমস্যা এবং ওষুধের ব্যাপারে সচেতন হতে হবে। খেয়াল রাখতে হবে, কিছু পরিবার বিকল্প চিকিৎসা যেমন ডায়েটারী সাপ্লিমেন্ট, আকুপাংচার প্রভৃতি প্রয়োগ করে থাকেন। নার্সের দপ্তর বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিক্ষার্থীদের নিরাপদ ও সহায়ক একটি স্থান। কার্যকরী মিথষ্ক্রিয়ার জন্য যেসব বিষয়ে লক্ষ্য রাখতে হবেঃ

- বিব্রতকর পরিস্থিতি এড়াতে বা মোকাবেলা করতে অটিজম সম্পর্কে সার্বিক সচেতনতার পাশাপাশি নির্দিষ্ট শিক্ষার্থী সম্পর্কে জ্ঞান থাকাও প্রয়োজন। কিছু শিক্ষার্থীর পলায়নপর-প্রবৃত্তি থাকে। দরজার বেল, স্কুলের ঘন্টি বা অগ্নি-সতর্কতা ঘন্টি শিক্ষার্থীকে বিচলিত করতে পারে। নির্দিষ্ট পরিস্থিতি মোকাবেলার বা এড়ানোর প্রয়োজনীয় জ্ঞান থাকতে হবে।

- শিক্ষার্থীর আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগে অদক্ষতার ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে। এ ব্যাপারে পরিবার বা বিশেষ শিক্ষাদানকারীর কাছ থেকে প্রয়োজনীয় নির্দেশনা ও সহায়তা নিতে হবে। মনে রাখতে হবে, অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থী কোনো প্রশ্নের উত্তর দিতে দেরী করতে পারে। অথবা শিক্ষার্থীর সাথে যোগাযোগের মাধ্যম হিসেবে ভাষার পরিবর্তে ছবি বা অন্য কোন উপায় ব্যবহার করতে হতে পারে।

- নার্সের দপ্তরে শিক্ষার্থীর নিয়মিত যাওয়ার প্রয়োজন পড়ে না। তাই, জরুরী অবস্থার উদ্ভব হওয়ার আগে শিক্ষার্থী সম্পর্কে নার্সের জেনে রাখা ভাল। এছাড়া, শিক্ষার্থী স্বাভাবিক সময়ে মাঝেমধ্যে নার্সের দপ্তরে নিয়ে যাওয়া হলে পরবর্তীতে শারীরিক বা অন্য মানসিক অসুস্থতা বা আঘাতের সময়ে নার্সের দপ্তরে যেতে হলে রোগীর অপরিচিত স্থান সংক্রান্ত ভয়টা থাকে না।

- শিক্ষার্থীর স্বাস্থ্যগত সমস্যা অনুধাবন করতে হবে। বিশেষ চিকিৎসা ও ওষুধ সংক্রান্ত ব্যাপারে পরিবার এবং চিকিৎসকের সাথে আলোচনা করতে হবে।

- অনেক অটিস্টিক শিশু ওষুধ বা বিশেষ পথ্য সেবন করে। স্কুলের সময়কালে সেবন করতে না হলেও সেসব ওষুধ-পথ্য এবং এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে জানা থাকতে হবে।

- মনে রাখতে হবে, প্রকাশ্য আচরণ যোগাযোগের মাধ্যম। শিশুর আচরণে উল্লেখযোগ্য পরিবর্তন দেখা গেলে এর পেছনে আঘাত, ব্যথা প্রভৃতি কারণ রয়েছে কি না তা দেখতে হবে।

কৌশলঃ

- শান্ত, ইতিবাচক থাকতে হবে।

- প্রতিটি শিক্ষার্থীর পছন্দ, ভয়, চাহিদা জানতে হবে।

- নার্সের তত্ত্বাবধানে থাকার সময় শিশুর সাথে পরিচিত সাহায্যকারী বা যত্নকারী থাকা ভাল। কারণ, তাতে শিশুর উদ্বেগ কমে, নার্সের সাথে যোগাযোগেও সুবিধা হয়। যেমন, পরিচিত সাহায্যকারী শিশুকে মুখ খুলতে বলল এবং নার্স এর পর মুখের ভেতরটা পরীক্ষা করলো।

- শিশুকে ওষুধ খাওয়ানো কঠিন হতে পারে। বাড়িতে কোন পদ্ধতিতে সফলভাবে ওষুধ খাওয়ানো হয় তা জানতে হবে। অন্যান্য কৌশলের মধ্যে ছবি, গল্প শোনানো অথবা পুরস্কার পদ্ধতি ব্যবহার করা যেতে পারে।

- ব্যথার তীব্রতা যাতে শিশু বোঝাতে পারে সেজন্য ছবি নির্ভর পরিমাপ ব্যবহার করতে হবে। ছবির মাধ্যমে শিশু কোথায় ব্যথা হচ্ছে তা নির্দিষ্ট করতে পারে।

- মৌখিক নির্দেশের পরিবর্তে উদাহরণসহ বুঝিয়ে নির্দেশ দেয়া উপকারী। যেমন, 'মুখ খোলো'- এভাবে নির্দেশ না দিয়ে 'এভাবে করো' বলে নিজে মুখ হা করে দেখিয়ে দিলে শিশুর পক্ষে নির্দেশ অনুসরণ করতে সুবিধা হয়।

স্কুলের নিরাপত্তাকর্মী

অনেক সময় অটিজম-আক্রান্তের ব্যবহারকে ভুল বোঝা হয় এবং সেই ব্যবহার নিয়ন্ত্রণে অতিরিক্ত শক্তি প্রয়োগের ফলে আক্রান্তের ক্ষতি হতে পারে। নিরাপত্তাকর্মীদের রোগটি সম্পর্কে সম্যক জ্ঞান থাকতে হবে। অটিজম-আক্রান্ত শিক্ষার্থীকে অনেক সময় নাম ধরে ডাকা হলে, বা কোন নির্দিষ্ট আদেশ দেয়া হলে বা কোন কিছু করতে বারণ করা হলে সে তা বুঝতে পারে না। রোগীর আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগে অদক্ষতা, উদ্বেগ, অহেতুক ভীতি এবং প্রকৃত ভীতির পার্থক্য নিরূপণ না করতে পারা, অনুভূতির যথার্থতা বোঝার অক্ষমতা, কিছু রোগীর পলায়ন-প্রবণতা প্রভৃতি সম্পর্কে সম্যক জ্ঞান নিরাপত্তা সহায়তার সফলতার জন্য আবশ্যক।