autism
west midlands

অটিজিমের একটি গাইড

অটিজিম কি ?

অটিজিম হল একটি জীবনব্যাপী উন্নয়নমূলক অক্ষমতা যা ব্যক্তিকে প্রভাবিত করে:

- যোগাযোগ
- মিথস্ক্রিয়া
- সুচারুভাবে চিন্তা ও ব্যবহার করা
- অনুভূতি অভিজ্ঞতা

এর অর্থ হল অটিজিম আছে এমন কিছু ব্যক্তি দৈনন্দিন জীবনে সমস্যায় পড়েন । তারা প্রায়ই অসহিষ্ণু থাকেন । অনেকের পক্ষে পরিবর্তণ বেশ কঠিন মনে হয় । সঠিক চিন্তাভাবনাসহ অটিজিমে আক্রান্ত ব্যক্তি আরও পরিপূর্ণ জীবনযাপন করতে পারেন ।

অটিজিম ব্যক্তির বুদ্ধিমত্তার পরিসর ধরে প্রভাবিত করে এবং রোগনির্ণয়ের সময়ে ব্যক্তিরা বিভিন্ন লেবেল পান যেমন, "শিক্ষণ প্রতিবন্ধকতাযুক্ত অটিজিম" , "উচ্চ কার্যকরী অটিজিম" বা "অ্যাসপারগার সিন্ড্রোম" । অটিজিমে কখনও কখনও অটিজিম স্পেকট্রাম কন্ডিশন (এএসসি), অটিজিম স্পেকট্রাম ডিসঅর্ডার (এএসডি) বা অটিজিম স্পেকট্রাম বলা হয় । এটা বোঝা দরকার যে যদি কেউ কার্যশক্তিসম্পন্ন হন তার অর্থ এই নয় যে তার অটিজিম হল কম । বুদ্ধিমত্তাসহ কোনও ব্যক্তির ওপর অটিজিমের প্রভাব নিষ্ক্রিয়কারী হতে পারে ।

অটিজিম আছে এমন ব্যক্তির কাছে নিম্নলিখিত কার্য কঠিন মনে হতে পারে:

- জাগতিক বিষয় বোঝা
- শেখা
- নতুন পরিস্থিতির মোকাবিলা করা
- আবেগ বোঝা
- ব্যবহারিক কার্য সম্পন্ন করা
- কারণ বোঝা ও সিদ্ধান্ত নেওয়া
- সুস্থ মানসিক স্বাস্থ্য ও স্থিতি বজায় রাখা

অটিজিমসহ কোনও ব্যক্তির কোনও কাজ সহজ বা অন্য কোনও কাজ কঠিন মনে হতে পারে । যেমন:

• অ্যাসপারগার সিন্ড্রোমসহ কোনও ব্যক্তি সফল কম্পিউটার সায়েনটিস্ট এবং লেখক হতে পারেন বা রাস্তা ক্রস করার সময়ে আতঙ্কিত হতে পারেন কারণ তিনি দ্রুতবেগ এবং দূরত্ব বোঝেন না ।

• শিক্ষণসমস্য ও অটিজিম আছে এমন ব্যক্তি একা বস্ত্র পরিধাণ করতে পারেন না কিন্তু হাজার হাজার ধাঁধা দ্রুততার সাথে বক্সের ছবির দিকে না তাকিয়েই ব্যাখা করতে পারেন ।

• হাই–ফাংশনিং অটিজিমসহ কোনও ব্যক্তি ইতিহাস পছন্দ করতে পারেন এবং সহজেই ইংল্যান্ডের রাজা ও রাণির দিনক্ষণ মনে রাখতে পারেন কিন্তু লাঞ্চের সময়ে বিদ্যালয়ে একাই সময় কাটান কারণ তার কাছে বন্ধু তৈরি করা হল সম্পূর্ণ রহস্যময় ।

অটিজিমের বিষয়ে প্রধাণ তথ্য

- এটি হল জীবনব্যাপি
- এটি পৃথিবীর বিভিন্ন জাতির ব্যক্তিকে আক্রান্ত করে
- অটিজিম আছে এমন ব্যক্তির মস্তিষ্ক অটিজিম নেই এমন ব্যক্তির মস্তিষ্ক থেকে সম্পূর্ণ আলাদাভাবে তৈরি হয় ও কাজ করে
- অটিজিম আছে এমন ব্যক্তিরা পৃথিবীকে ভিন্নভাবে দেখেন, শোনেন, স্বাদ, স্পর্শ ও গন্ধ অনুমান করেন । পরিধি ও সামঞ্জস্যের মধ্যে তাদের নিজস্ব অবস্থানের জ্ঞানের ওপরও প্রভাব পড়তে পারে
- অটিজিমের এক জেনেটিক লিঙ্ক আছে; ফলস্বরূপ তা পরিবারের একাধিক ব্যক্তির ওপর প্রভাব ফেলতে পারে ।

কি সাহায্য পাওয়া সম্ভব ?

- ব্যক্তিকে আকর্ষণ করার জন্য তার নাম উচ্চারণ করুন
- ভাষা সহজ রাখুন ও প্রতিক্রিয়ার জন্য সময় দিন
- সামাজিক নিয়ম বোঝান ও বিভিন্ন সামাজিক পরিস্থিতিতে কিভাবে ব্যবহার করতে হবে তা পরিষ্কার করে বোঝান
- ভবিষ্যবাচ্যতার জন্য সংযোজন ও রুটিন বোঝান । এর ফলে অসহিষ্ণুতা কম হবে
- কিছু ব্যক্তি দেখা যায় এমন চিহ্ন, ছবি ও ফোটোগ্রাফ দ্বারা সত্যিই উপকৃত হন যা কথ্য বা লিখিত শব্দ বোঝায়
- সামাজিক গল্প অটিজিমে আক্রান্ত ব্যক্তিকে তার জীবন পরিবর্তিত করতে সাহায্য করে

বিশেষ আগ্রহ

অটিজিমে আক্রান্ত ব্যক্তির বিশেষ শক্তি বা কেন্দ্রীভূত আগ্রহ থাকতে পারে । এটি আশঙ্কা বেশি হলে বদ্ধসংস্কারমূলক ও নেতিবাচক হতে পারে । যদি ব্যক্তিকে সঠিকভাবে বোঝা হয় এবং সঠিক সাহায্যপ্রদান করা হয় তাহলে তাদের বিশেষ আগ্রহকে সঠিকভাবে নিয়ন্ত্রিত করে শান্ত, সুখসম্পন্ন এবং কাজে নিযুক্ত করা যায় যার ফলে তাদের জীবনও উন্নত হয় ।

কিছু ব্যাতিক্রমী ব্যক্তি আছেন যার বিশেষ আগ্রহ দুর্লভ প্রতিভা হয়েছে, যেমন স্টিফেন উইল্টশায়ারের মতো শিল্পী বা টেম্পল গ্রান্ডিনের মতে বিজ্ঞানী ।

অটিজিম ও অনুভূতি

অটিজিম আছে এমন ব্যক্তিদের দৈনন্দিন স্নায়বিক তথ্য যেমন শব্দ, দৃষ্টি এবং গন্ধ বুঝতে সমস্যা হয় । এটি ব্যক্তির জীবনের ওপর বিশাল প্রভাব ফেলতে পারে । পরিবেশে ছোটো পরিবর্তণই বিশাল পার্থক্য তৈরি করতে পারে ।

সাহায্য করার জন্য অটিজিমে আক্রান্ত ব্যক্তির কাছে পরিবেশগত কোনও সমস্য হচ্ছে কিনা সেটা দেখুন: আপনি কি কিছু পরিবর্তিত করতে পারেন? সর্বদা তৈরি থাকতে চেষ্টা করবেন: অটিজিমে আক্রান্ত ব্যক্তিদের বিভিন্ন পরিবেশে সম্ভাব্য স্বায়বিক অনুভুতির অভিজ্ঞতা সম্পর্কে আগে থেকে বলে রাখুন ।

অটিজিম ওয়েন্ট মিডল্যান্ড, সম্পর্কে

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে প্রায় আধ মিলিয়ন ব্যক্তি অটিজিমসহ জীবনযাপন করেন, যা হল এক অদৃশ্য, ভুল বোঝা ও একাতিত্বের অক্ষমতা । ওয়েস্ট মিডল্যান্ডে ৬০,০০০ ব্যক্তি থাকেন ।

আমরা ওয়েস্ট মিডল্যান্ডে অটিজিমে আক্রান্ত ব্যক্তিদের নিয়ে একটি চ্যারিটি চালাচ্ছি । আমরা অটিজিম আছে ও তাদের প্রতি সহানুভূতিশীল এমন ব্যক্তিদের সম্পূর্ণ ও ফলপ্রসূ জীবনযাপনে সাহায্য করি । আমাদের উদ্দীপ্ত, অভিজ্ঞ সহকারী ও একক প্রতিনিধিরা সমস্ত বয়স ও কার্যশক্তিসম্পন্ন ব্যক্তিদের সাছে কাজ করে ওও অটিজিমে আক্রান্ত ব্যক্তিদের সোজাসুজি সাহায্য প্রদান করে ।

আমাদের যোগাযোগ করুন

অটিজিম ওয়েস্ট মিডল্যান্ডস
রিজেন্ট কোর্ট
জর্জ রোড
এডগব্যাস্টন
বার্মিংহাম
বিআই ১ এনইউ

ইমেল:
সাধারণ তথ্য: hello@autismwestmidlands.org.uk
সাহায্য ও পরামর্শ: info@autismwestmidlands.org.uk

টেলিফোন:
প্রধাণ রিসেপশন:০১২১ ৪৫০ ৭৫৮২ • তথ্য হেল্পলাইন: ০৩০৩ ০৩ ০০ ১১১

ওয়েবসাইট: www.autismwestmidlands.org.uk

আমাদেব ফেসবকে দেখন:
“Autism West Midlands” খুঁজুন

ট্যুইটারে আমাদের ফলো করুন:
@autismwestmids

আমাদেব দষ্টিভঙ্গি হল এমন এক এক পথিবী যেখানে অটিজিম স্পেকট্রামে থাকা সমস্ত ব্যক্তি বিশেষ যত্ন পাবেন এবং সম্পূর্ণ ও ফলপ্রসূ জীবনযাপন করতে পারবেন

রেজিস্টার্ড চ্যারিটি নম্বর: ৫১৭০৭৭
রেজিস্টার্ড কোম্পানি নম্বর: ১৯৫৩৩৪৪ (ইংল্যান্ড এবং ওয়েলস)