विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगता को समझने के लिए मार्गदर्शिका

डिस्लेक्सिया | डिसकैलकुलिया | डिसग्राफिया |

चेंजइंक फ़ाउंडेशन

विषय सूची

01 परिचय

02 विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगता (एस.एल.डी.) क्या है?

03 महत्वपूर्ण तथ्य

04 एस.एल.डी. से जुड़ी विशेषताएँ

05 एस.एल.डी. से जुड़े संघर्ष

06 एस.एल.डी. की पहचान

07 सुविधाएँ

08 उपचारात्मक पहल

09 प्रौद्योगिकी का उपयोग

10 एस.एल.डी. वाले बच्चे का समर्थन

परिचय

क्या आप ऐसे बच्चों को जानते हैं जो पढ़ाई में बेहतर मुकाम हासिल करने में सक्षम हैं, लेकिन वे लापरवाह, आलसी, भुलक्कड़ होते हैं तथा ध्यान केंद्रित नहीं करते और हमेशा बहाने बनाते हैं। उन्हें देखकर आपने सोचा होगा, "अगर ये बच्चे थोड़ा ध्यान दें और मेहनत करें तो बेहतर प्रदर्शन कर सकते हैं।"

और शायद आप ऐसे बच्चों को भी जानते हों, जो चाहे कितनी भी कोशिश कर लें, उन्हें समझने और सीखने में कठिनाई होती है? वे लापरवाही से वर्तनी में गलतियाँ करते हैं, उनकी लिखावट खराब होती है और वे अक्सर उलटी दिशा में अक्षर और संख्या लिखते हैं। उन्हें देखकर ऐसा लगता है जैसे वे हमेशा खोए रहते हैं और किसी भी काम को करने में बहुत अधिक समय लगाते हैं। लेकिन ये वही बच्चे हैं जो मौखिक उत्तर देने में बहुत अच्छे होते हैं। वे जिज्ञासु होते हैं और सवाल पूछने के लिए उत्सुक रहते हैं। वे न केवल कल्पनाशील और अच्छी तार्किक क्षमता वाले होते हैं, बल्कि सुंदर कलाकृति बनाने, पहेलियों को सुलझाने या ब्लॉक के साथ चीजें बनाने में भी कुशल होते हैं।

ऊपर बताए गए व्यवहार संकेत करते हैं कि इन बच्चों को विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगता हो सकती है, जिसे अंग्रेज़ी में स्पेसिफ़िक लर्निंग डिसबिलिटीज़ (एस.एल.डी.) के नाम से जाना जाता है। इन बच्चों का साथ इतनी आसानी से न छोड़ें - इन्हें आपकी सहानुभूति और समर्थन की विशेष ज़रूरत है। हम उनकी चुनौतियों का अनुमान नहीं लगा सकते हैं।

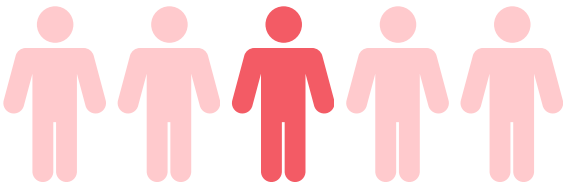
विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगता (एस.एल.डी.) क्या है ?

हमें यह याद रखना चाहिए कि सहायता, उपचारात्मक शिक्षा, उपयुक्त तकनीकी-आधारित उपकरण, भाषा उपयुक्त शिक्षण सामग्री और सुविधा दिए जाने पर एस.एल.डी. वाले व्यक्ति न केवल अपनी चुनौतियों का सामना कर सकते हैं, बल्कि अपने जीवन में सफ़ल हो सकते हैं ।

विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगता (एस.एल.डी.) वाले व्यक्ति की बुद्धिलब्धि या आई.क्यू. सामान्य या सामान्य से अधिक होती है, लेकिन उन्हें मौखिक या लिखित भाषा को समझने के लिए संघर्ष करना पड़ता है। उन्हें भाषा समझने, बोलने, पढ़ने, लिखने, वर्तनी और/ अथवा गणितीय संक्रियाएँ करने में कठिनाई होती है ।

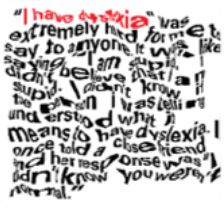
इसका कारण यह है कि विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगता (एस.एल.डी.) वाले व्यक्तियों का दिमाग सूचना को ठीक तरह से ग्रहण कर उसे समझने में अधिक समय लगता है । एस.एल.डी. में डिस्लेक्सिया, डिसकैलकुलिया, डिस्ग्राफिया, डिस्प्रेक्सिया और विकासात्मक वाचाघात शामिल हैं ।

5 में से **1** व्यक्ति को एस.एल.डी. होता है



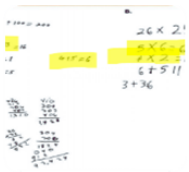
विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगता (एस.एल.डी.) वाले व्यक्ति की बुद्धिलब्धि या आई.क्यू. सामान्य या सामान्य से अधिक होती है ।

भारत में दिव्यांग व्यक्तियों के अधिकार अधिनियम 2016 (संक्षेप में आर.पी.डब्ल्यू.डी. 2016) और राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (संक्षेप में एन.ई.पी. 2020) एस.एल.डी. व्यक्तियों के लिए विद्यालय से लेकर उच्चशिक्षा तक प्राप्त करने हेतु विभिन्न सुविधाओं एवं प्रावधानों की अनुशंसा करता है ।



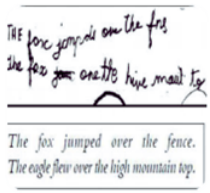
डिस्लेक्सिया ...

से प्रभावित व्यक्ति भाषा के साथ संघर्ष करते हैं ,
लगभग 80 % एस.एल.डी व्यक्ति डिस्लेक्सिक होते हैं



डिसकैलकुलिया..

से प्रभावत व्यक्ति को गणित में कठिनाई होती है
,लगभग 5% आबादी इससे ग्रसित है



डिस्ग्राफिया ...

से प्रभावित व्यक्ति लेखन तथा फाइन मोटर कौशल में संघर्ष करते हैं।

महत्वपूर्ण तथ्य

01

डिस्लेक्सिया बहुत सामान्य है - वैश्विक अनुमानों के अनुसार, यह **20%** आबादी को प्रभावित करता है, परन्तु डिस्लेक्सिया से प्रभावित **20** व्यक्तियों में केवल **1** की पहचान हो पाती है ।

02

एस.एल.डी. वाले व्यक्ति सामान्य या सामान्य से अधिक बुद्धिलब्धि **(**आई.क्यू.**)** वाले होते हैं, लेकिन उन्हें अक्सर गलती से "धीमा सीखने वाला" मान लिया जाता है ।

03

पढ़ाई के साथ-साथ, एस.एल.डी. व्यक्ति के दैनिक कामकाज और भावनात्मक स्थिति को भी प्रभावित करती हैं ।

04

एस.एल.डी. सभी भाषाओं पर प्रभाव डालती हैं, उदाहरण के लिए, यदि आपका अंग्रेजी में परीक्षण करके डिस्लेक्सिया का डायग्नोसिस किया गया है, तो आपको हिंदी और अन्य भाषाओं में भी डिस्लेक्सिया होगा ।

05

एस.एल.डी. से प्रभावित कोई भी दो व्यक्ति एक जैसे नहीं होते ।

06

एस.एल.डी. एक आजीवन स्थिति है जो आमतौर पर एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक जाती है ।

07

प्राथमिक सहयोग, सुविधाएं, और सहायक तकनीकी उपकरणों का प्रावधान एस.एल.डी. वाले व्यक्तियों को अपने जीवन में बड़ी सफलताओं को प्राप्त करने में मदद करता हैं ।

08

एस.एल.डी. एक अदृश्य दिव्यांगता है, अर्थात अन्य दिव्यांग व्यक्तियों की तरह इसे देख कर नहीं पहचाना जा सकता है । इसका डायग्नोसिस केवल साइकोमेट्रिक परीक्षण के माध्यम से किया जा सकता है ।

एस.एल.डी. से जुड़ी विशेषताएँ

आपको यह सुनकर हैरानी हो सकती है कि अनेक चुनौतियों के बावजूद, पूरी दुनिया में एस.एल.डी. वाले व्यक्ति अत्यंत सफ़ल रहे हैं, और उन्होंने समाज को बदलने वाले कई आविष्कार किये हैं !

इंजीनियरिंग, कला और उद्यमिता जैसे क्षेत्रों में डिस्लेक्सिया वाले व्यक्तियों का प्रतिशत सामान्य जनसंख्या में डिस्लेक्सिक व्यक्तियों के प्रतिशत से दोगुना है ।

विश्व-प्रसिद्ध मैसाचुसेट्स इंस्टीट्यूट ऑफ़ टेक्नोलॉजी (एम.आई.टी.) में डिस्लेक्सिया आश्चर्यजनक रूप से इतनी सामान्य है कि इसे बोलचाल में "एम.आई.टी. डिजीज" के नाम से जाना जाता है ।

दुनिया के स्व-निर्मित करोड़पति में से 40% डिस्लेक्सिया वाले व्यक्ति हैं ।

डिस्लेक्सिया वाले व्यक्तियों द्वारा स्थापित की गई शीर्ष दस कंपनियों ने वर्ष 2020 में वैश्विक स्तर पर 1 ट्रिलियन डॉलर का योगदान दिया है ।

एस.एल.डी वाले व्यक्ति इन लक्ष्यों/मील के पत्थरों को प्राप्त कर सकते हैं क्योंकि उनके पास महत्वपूर्ण कौशल हैं- जिन्हें अक्सर "डिस्लेक्सिक थिंकिंग" कहा जाता है ।

एस.एल.डी. से जुड़े संघर्ष

एस.एल.डी. व्यक्ति के जीवन के तीन मुख्य पहलुओं को प्रभावित करता हैं:

01 शैक्षिक प्रदर्शन

छात्र के शैक्षिक प्रदर्शन पर एस.एल.डी.के प्रभाव के कारण अक्सर शिक्षकों और माता-पिता को लगता है कि बच्चा आलसी है और/ या "धीमा सीखने वाला" है, लेकिन यह सच नहीं है। ध्यान रहे - एस.एल.डी. वाले व्यक्तियों का आई.क्यू. औसत या औसत से अधिक होता है। हालाँकि -

- आमतौर पर इनके लिखित और मौखिक प्रदर्शन के बीच अंतर होता है ।
- कठिन प्रयास करने के बावजूद, अच्छे शैक्षिक परिणाम प्राप्त करने में संघर्ष करते हैं।
- इन्हें वर्तनी, लिखने और कार्यों को समय पर पूरा करने में न केवल संघर्ष करना पड़ता हैं बल्कि अधिक समय भी लगता है ।
- वे अवधारणाओं (कॉन्सेप्ट्स) को समझने में सक्षम हैं, लेकिन उन्हें अपनी सोच की प्रक्रिया को प्रदर्शित करना या कठिन गणितीय संक्रियाओं को करना चुनौतीपूर्ण लगता है ।

02 दैनिक संघर्ष

- एस.एल.डी. बुनियादी, दैनिक कार्यों को प्रबंधित करने की क्षमता को प्रभावित करता है ।
- इसमें अन्य बातों के साथ-साथ समय प्रबंधन, योजना बनाने, निर्देशों को समझने और उनका पालन करने और कार्यों को पूरा करने में कठिनाई होती है (विशेष रूप से मल्टी-टास्किंग वाले कार्यों को करने में) ।

03 भावनात्मक स्थिति

- जब इन्हें बिना रुके बहुत सारी जानकारी(पढ़ने/लिखने) याद रखने के लिए मजबूर किया जाता है, तो सिरदर्द, थकावट, तनाव , दर्द (विशेष रूप से हाथ और उंगलियां) और अत्यधिक नींद आने जैसी समस्याएं होती है ।
- यदि इनके ज्ञान और क्षमताओं के लिए लगातार टोका जाए तो इन्हें आत्म-सम्मान की कमी, हताशा तथा अवसाद हो सकता है ।
- सवालों का तुरंत जवाब न दे पाने के कारण इन्हें शिक्षकों और सहपाठियों के द्वारा परेशान किये जाने की अधिक संभावना होती है ।
- अत्यधिक तनाव या घबराहट हो सकती है ।

एस.एल.डी. की पहचान

दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग की अधिसूचना दिनांक 04.01.2018 के अनुसार, एस.एल.डी. वाले व्यक्ति के डायग्नोसिस के लिए प्रक्रिया नीचे दी गई है।

डायग्नोसिस में बाल चिकित्सक और क्लिनिकल अथवा पुनर्वास मनोवैज्ञानिक सहित एक टीम दृष्टिकोण की आवशयकता होगी। एस.एल.डी. का आधिकारिक डायग्नोसिस केवल तीसरी कक्षा या उसके बाद, या 8 वर्ष की आयु में हो सकता है- जो भी पहले हो ।

इसमे तीन चरण शामिल रहेंगे:

- **चरण-1:** बाल चिकित्सक द्वारा जांच: बाल चिकित्सक द्वारा प्रारंभिक जांच की जाएगी । इसमें दृष्टि और श्रवण जांच सहित विस्तृत न्यूरोलोजिकल परीक्षण शामिल होगा । अगले चरण की कार्यवाही करने से पूर्व यह भी सुनिश्चित किया जाना है कि बच्चा सामान्य दृष्टि और श्रवण क्षमता रखता है।

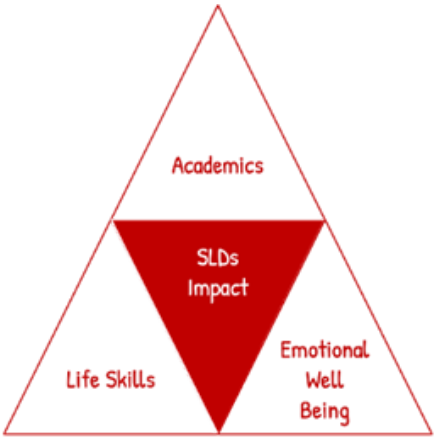
- **चरण-2**: आईक्यू परीक्षण: बाल चिकित्सक /नैदानिक मनोवैज्ञानिक/बाल चिकित्सा न्यूरोलॉजिस्ट/मनोचिकित्सक द्वारा आई.क्यू. परिक्षण किया जाएगा । यदि आई.क्यू. औसत या उससे ऊपर (>85) पाया जाता है, केवल तभी चरण 3 लागू होगा ।

- **चरण-3:** एस.एल.डी जांच: विशिष्ट साइकोमेट्रिक परीक्षणों के प्रयोग से एस.एल.डी का डायग्नोसिस करके दिए गए पैमानों के आधार पर इसकी गंभीरता पता की जाती है ।

संदर्भित (40% या अधिक) दिव्यांगता की पुष्टि हो जाने के बाद, दिव्यांगता प्रमाण-पत्र और यू.डी.आई.डी. कार्ड प्रमाणकर्ता पदाधिकारी द्वारा जारी किया जा सकता है । दिव्यांग व्यक्तियों के लिए सरकारी योजनाओं के अंतर्गत उपलब्ध किसी भी सुविधा, लाभ या रियायतों का उपयोग करने के लिए दिव्यांगता प्रमाण-पत्र या यू.डी.आई.डी. कार्ड की आवश्यकता होती है।

स्क्रीनिंग

एस.एल.डी. से प्रभावित होने वाली 3 श्रेणियाँ



औपचारिक डायग्नोसिस केवल 8 वर्ष की आयु या उसके बाद ही किया जा सकता है परन्तु उन बच्चों के लिए जिन्हें एस.एल.डी. होने की संभावना है, प्रारंभिक पहचान हेतु स्क्रीनिंग प्रक्रिया शुरू की जा सकती है। डायग्नोसिस की प्रक्रिया कुछ वैसी ही है जैसे किसी बच्चे को नियमित रूप से सिरदर्द की शिकायत होने पर कमज़ोर दृष्टि के लिए उसकी आंखों की जांच कराना ।

स्क्रीनिंग प्रक्रिया में न केवल शैक्षिक प्रदर्शन का आंकलन करना चाहिए, बल्कि दैनिक संघर्ष और भावनात्मक स्थिति पर प्रभाव का भी आंकलन होना चाहिए। स्क्रीनिंग प्रक्रिया छात्र की प्राथमिक भाषा में की जानी चाहिए ।

दिव्यांगजन अधिकार अधिनियम 2016 अनिवार्य रूप से कहता है , “समुचित सरकार और स्थानीय प्राधिकारी प्रयास करेंगे कि उनके द्वारा वित्तपोषित एवं मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाएं बालकों में विनिर्दिष्ट विद्या दिव्यांगताओं का शीघ्रतम पता लगाने और उनपर काबू पाने के लिए उपयुक्त शैक्षणिक और अन्य उपाय करेंगे” ।

एस.एल.डी. चेकलिस्ट

यह एक सरल चेकलिस्ट है जिसमें बच्चों में एस.एल.डी. के लक्षणों की सूची है ।

It is important to highlight that most children will fall into either one category at some point. However, only if the child continuously shows **signs in each of the three categories mentioned below** (beyond age-appropriate development goals), then they may be at risk for an SLD. Talk to the teacher, special educator and/or your doctor to understand the condition and initiate a formal diagnosis.

शैक्षिक प्रदर्शन

□ सीखी जा रही सभी भाषाओं में पढ़ना, लिखना और वर्तनी सीखने में कठिनाई ।
□ ध्वनि जागरूकता में कठिनाई ।
□ अक्षरों और अंकों को लगातार और निरंतर उलटा लिखना, जैसे - '15' के लिए '51', 'b' के लिए 'd', मात्रा की गलतियाँ ।
□ गलत तरीके से पढना /धीमी गति से पढना और/या पर्याप्त समझ के बिना पढ़ने की प्रवृत्ति ।
□ बोर्ड या पाठ्यपुस्तक से सही नकल करने में कठिनाई ।
□ लिखित कार्यों की संरचना एवं संगठन में कुशल न होना परन्तु मौखिक रूप से बेहतर व्यक्त करना ।
□ गणितीय संक्रियाओं में कठिनाई ।
□ मौखिक और लिखित प्रदर्शन में अंतर होना ।

दैनिक संघर्ष

□ जानकारी को क्रमवार याद रखने में कठिनाई । जैसे - कहानी का क्रम, समय सारिणी, विज्ञान प्रक्रिया तथा सप्ताह के दिन और वार ।
□ लिखने में कठिनाई या लिखित कार्यों को पूरा करने में औसत से अधिक समय लगना ।
□ दाएं और बाएं बताने में कठिनाई ।
□ फाइन मोटर कौशल में कठिनाई ,जैसे - जूते के फीते बांधने, बेल्ट लगाने या शर्ट के बटन लगाने में कठिनाई ।
□ लम्बे समय तक ध्यान देने में असमर्थ होना , या जल्दी थक जाना ।
□ एकाग्रता बनाए रखने में चुनौती, खासकर अगर उनके आस पास हलचल और शोर हो ।

भावनात्मक स्थिति

□ आत्मसम्मान की भावना में कमी और/या कम आत्मविश्वास ।
□ कड़ी मेहनत करने के बावजूद लगातार असफल होने के कारण हताशा का भाव ।
□ अत्यधिक तनाव की स्थिति ।
□ लोगों द्वारा चिढ़ाया जाना, किसी दोस्त का न होना या सामाजिक रूप से अलग रहना ।
□ अक्सर सिरदर्द की शिकायत करना, निरंतर थका हुआ महसूस करना और/या अत्यधिक नींद आना ।

याद रहे: उपर्युक्त चेकलिस्ट कोई डायग्नोसिस उपकरण नहीं है । यह केवल इस बात की ओर संकेत करता है कि यदि बच्चे को ऐसी शिकायतें है तो उसे एस.एल.डी. हो सकता है, और आवश्यक कदम उठाए जाने चाहिए।

सुविधाएँ

एस.एल.डी. वाले व्यक्ति कठिन परिस्थिति में भी हार नहीं मानते और सही हस्तक्षेप, समर्थन एवं सुविधाएँ मिलने पर न केवल स्थिति का सामना करते हैं बल्कि कामयाब भी होते हैं ।

दिव्यांगजन अधिकार अधिनियम आवश्यक, उचित संशोधन और समायोजन के रूप में उन सुविधाओं को परिभाषित करता है, जिनसे दिव्यांग व्यक्ति समान रूप से अपने अधिकारों को प्राप्त करते हुए उनका उपयोग कर सकते हैं ।

निम्नलिखित सुविधाएं एस.एल.डी. वाले छात्रों को सफ़ल होने के लिए समान अवसर प्रदान करती हैं:

- कक्षा में समान रूप से भाग लेने एवं छात्रों की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए शिक्षण सामग्री (टी.एल.एम.), पाठ्यक्रम, आंकलन और कक्षा के वातावरण को उनके अनुकूल करने की आवश्यकता होती है ।
- यह समझना महत्वपूर्ण है कि छात्रों को उनकी आवश्यकताओं के अनुसार समान अवसर एवं सुविधाएं प्रदान की जानी चाहिए, जिससे उन्हें शैक्षणिक निर्देशों की कठिनता को कम किए बिना अपनी वास्तविक क्षमता का प्रदर्शन करने का मौका मिले ।
- युक्तियुक्त सुविधाओं का उदहारण है - कमज़ोर दृष्टि के छात्रों को चश्मा पहनने की अनुमति देना और व्हीलचेयर के उपयोग के लिए रैंप बनाना ।
- सुविधाओं के अतिरिक्त , सीखने के परिणामों में सुधार के लिए सिखाने की रणनीतियों को उपयोगी होना चाहिए । विद्यार्थियों को वैसे ही पढाया जाना आवश्यक है जिससे वे बेहतर रूप से सीख सकते हैं ।
- केंद्रीय और राज्य स्तर पर अधिकांश शिक्षा बोर्ड ने एस.एल.डी. वाले छात्रों की सहायता के लिए सुविधाएं प्रदान करने के दिशानिर्देश जारी किए हैं।
- यह आवश्यक है कि एस.एल.डी वाले छात्रों को सभी शैक्षणिक कार्यों और मूल्यांकन में ग्रेड 1 से 12 तक सुविधाएं दी जाएं । इसमें होमवर्क, क्लास टेस्ट, प्रोजेक्ट वर्क, यूनिट टेस्ट, परीक्षा आदि शामिल हैं ।

एस.एल.डी. वाले विद्यार्थियों के लिए वैधानिक सुविधाएँ

बुद्धिमान लेकिन सूचना संधारण में समय लगना

- परीक्षा में अतिरिक्त समय
- गृहकार्य के लिए अतिरिक्त समय
- वैकल्पिक परीक्षा

बुद्धिमान लेकिन मल्टी-टास्किंग से जूझना

- स्क्राइब तथा रीडर की सुविधा
- बिन्दुओं में उत्तर देने की अनुमति

सूचना संधारण में कठिनाई

- द्वितीय एवं तृतीय भाषा से छूट
- वैकल्पिक विषय चुनने की स्वतंत्रता
- वर्तनी की गलतियों को नज़रंदाज़ करना
- कैलकुलेटर के उपयोग की अनुमति

अति उत्तेजना

- परीक्षा कक्ष में अधिमान्य बैठने की व्यवस्था
- अलग कक्ष में बैठने की अनुमति

प्रिंट संबंधित कठिनाई

- तकनीक के उपयोग की अनुमति
- बड़े फोंट का प्रयोग
- पंक्तियों के बीच उपयुक्त स्पेस एवं चित्रों के कंट्रास्ट को सुनिश्चित करना

एस.एल.डी. के लिए कौन सी सुविधाएँ उपलब्ध हैं, इसे समझने के लिए कृपया अपने स्कूल के शिक्षक/संस्थान के प्रमुख/ परीक्षा बोर्ड से बात करें। उनसे माँग करने में संकोच न करें- याद रखें कि यह आपका अधिकार है!

उपचारात्मक पहल

भले ही सुविधाएं एस.एल.डी वाले छात्रों के सामने आने वाले कुछ संघर्षों को कम करने में सहायक होते हैं, जिससे उनकी क्षमताओं को विशिष्ट छात्रों के लिए बेंचमार्क किया जा सकता है (जैसे चश्मा कमज़ोर दृष्टि वाले बच्चों को मदद करता है), परन्तु वे पर्याप्त नहीं हैं। एस.एल.डी वाले छात्रों को उचित उपचारात्मक हस्तक्षेप की आवश्यकता होती है जो सीखने के अंतराल को ख़त्म करने और सीखने के परिणामों में सुधार करने में सहायक होगा। इन हस्तक्षेपों में शामिल हैं|

दृश्य माध्यम (देखना)

- सूचना को प्रमुखता से दर्शाने (हाइलाइट) और व्यवस्थित करने के लिए अलग-अलग रंगों का उपयोग।
- सूचनाओं एवं विचारों को व्यवस्थित करने के लिए माइंड-मैपिंग, वर्ड क्लाउड और आउटलाइन पैसेज का प्रयोग करना ।
- प्रयोगों का संचालन करना, 3 डी कला का उपयोग करना, वीडियो देखना।

श्रवण माध्यम (सुनना)

- ऑडियो पुस्तकों, पॉडकास्ट और रिकॉर्ड किए गए व्याख्यान को सुनना, विशेष रूप से कराओके मोड में ।
- BODMAS जैसे स्मृति सहायक (निमोनिक्स) बनाना ।
- सीखने के लिए गानों का उपयोग करना जैसे बाल कविताएं, आवर्त सारणी (जिसे गीत के रूप में याद किया जा सकता है)।
- नाटक में अभिनय करना या उपयुक्त विषय पर चर्चा करना ।
- गिनती या पैटर्न को याद रखने के लिए हाथों से ताली बजाना ।
- पढ़ाई के दौरान संगीत सुनना ।

गतिविधियों द्वारा

- नृत्य, शारीरिक खेल का उपयोग और कदम-ताल करते हुए अवधारणाओं को सिखाना ।
- इमर्सिव लर्निंग के तहत खेल आधारित शिक्षण एवं गतिविधि आधारित शिक्षण तकनीकों का उपयोग करना ।
- रेत में, हवा में या चावल पर लिखना ।
- ध्वनियों को टैप करना या ताली बजाना ।
- ब्लॉक, मोती, लेस से खेलना और अन्य फाइन मोटर गतिविधियों का प्रयोग करना ।

संज्ञानात्मक कौशल और अल्पकालिक स्मृति का समर्थन

याद रखें: सभी कक्षाओं में शिक्षकों को, कक्षा के सभी छात्रों को बहुसंवेदी हस्तक्षेप के द्वारा पढ़ाना चाहिए। इसका उपयोग सामान्य विषय, विज्ञान, गणित, सामाजिक विज्ञान, आदि सभी विषयों में किया जा सकता है। बेहतर परिणामों के लिए घर पर माता-पिता भी इन तरीकों का उपयोग सकते हैं।

लम्बे पाठों के बीच बच्चों को खड़े होने अथवा अपने शरीर को हिलाने की अनुमति देना। यह उन्हें ऊर्जा प्रदान करने में सहायक होता है।

छात्रों को कक्षा के दौरान फिजेट स्पिनर या स्ट्रेस बॉल का उपयोग करने, अपनी कुर्सियों को हिलाने या थेरेपी बॉल पर बैठने की अनुमति देना। यह ध्यान अवधि में सुधार करने में मदद करता है।

परीक्षा, गृहकार्य जमा करने के दिनों और अन्य समय-सीमाबद्ध कार्यों का प्रबंधन करने के लिए रंगीन कोडेड कैलेंडर का उपयोग करना।

किये जाने वाले कार्यो की चेकलिस्ट, चरणबद्ध निर्देश जो लिखित, रिकॉर्ड या दृश्य रूप से प्रदर्शित किये जा सके, का उपयोग करना।

कक्षा में समय सारणी ऐसे स्थान पर प्रदर्शित करना जहाँ बच्चा आसानी से उसे देख सके। ये कलर-कोड, स्टिकर, प्रतीक आदि के साथ-साथ सचित्र भी हो सकते हैं।

विशेष शिक्षक के साथ उपचारात्मक सत्र

विशेष शिक्षक आम तौर पर बच्चों के साथ व्यक्तिगत या छोटे समूह (ग्रुप) में उपचारात्मक गतिविधियाँ करते हैं। इनमे निम्नलिखित गतिविधियाँ शामिल हैं।

01 सीखने के अंतराल को दूर करना

कक्षा निर्देश के अलावा, एस.एल.डी. वाले छात्रों को भाषा में होने वाले संघर्षों का सामना करने के लिए, प्रशिक्षित विशेष शिक्षक से उपचारात्मक निर्देश लेना चाहिए । ध्यान रहे कि यह छात्र की प्राथमिक भाषा में ही हो ।

02 बहुसंवेदी दृष्टिकोण

एक अच्छा उपचारात्मक कार्यक्रम सीखने को सुदृढ़ करने के लिए बहुसंवेदी दृष्टिकोण को अपनाता है। यह ध्वनियों और वर्णमाला सिद्धांत (अक्षरों और ध्वनियों का संबंध) जैसी बुनियादी बातों से आगे बढ़ता है और फिर जटिल शब्द और पाठ संरचनाओं तक पहुँचता है ।

03 अतिरिक्त चिकित्सकीय हस्तक्षेपों की आवश्यकता

भाषा के हस्तक्षेप के अलावा, छात्रों को ऑक्यूपेशनल थेरेपी (ओ.टी.), स्पीच-लैंग्वेज थेरेपी (एस.एल.टी.), फिजियोथेरेपी (पी.टी.) जैसी चिकित्सीय सेवाओं की भी आवश्यकता हो सकती है । ये चिकित्सकीय हस्तक्षेप फाइन मोटर कौशल, समन्वय, बोलने और लिखने की क्षमता में सुधार करने में मदद करते हैं। कुछ मामलों में, चिंता, अवसाद आदि को संबोधित करने के लिए मानसिक स्वास्थ्य परामर्श की भी आवश्यकता हो सकती है ।

तकनीक का उपयोग

एस.एल.डी. बच्चों के लिए सहायक तकनीकी उपकरण सस्ते दर पर (अक्सर बहुत सारे मुफ्त विकल्प) और आसानी से उपलब्ध हैं। एस.एल.डी. वाले किसी भी व्यक्ति के द्वारा उनके प्रदर्शन को बेहतर करने के लिए इनका इस्तेमाल किया जा सकता है। वें यह सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं कि व्यक्ति स्वतंत्र रूप से कार्य कर सके। सामान्य सहायक तकनीकी सुविधाओं में निम्नलिखित शामिल हैं।

अध्ययन

- टेक्स्ट-टू-स्पीच (जिसके द्वारा लिखित शब्दों को ऑडियो में बदला जा सकता है)
- पाठ और चित्रों के लिए ओ.सी.आर. तकनीक का प्रयोग (जो पाठ और चित्रों में निहित शब्दों को पहचानने में मदद करता है)
- पाठ आकार, फ़ॉन्ट, कंट्रास्ट, रंग, ज़ूम समायोजित करने के लिए डिस्प्ले कंट्रोल
- हाइलाइटिंग (लिखित सामग्री को विभिन्न रंगों से चिह्नित करना)

सुनना और देखना

- ऑडियो नियंत्रण प्रणाली (ऑडियो की गति को बढ़ाना या घटना, ऑडियो को शुरू करना व रोकना और आवाज़ का नियंत्रण)
- फोरेग्राउंड ऑडियो
- ई-सामग्री तक पहुचने हेतु हार्ड कॉपी पर क्यूआर कोड
- नियंत्रण के साथ क्लोज्ड कैप्शन
- एनिमेटेड (चलती) सामग्री के लिए नियंत्रण प्रणाली
- ऑडियो के माध्यम से वर्णन
- व्याख्यात्मक वीडियो के साथ पाठ और चित्र

कुछ सरल विकल्प जिनके लिए बहुत अधिक और कठिन तकनीक की आवश्यकता नहीं है

- गतिविधियों को याद दिलाने के लिए अलार्म सेट करें। अलार्म का इस्तेमाल गतिविधियों को समय सीमा में पूरा करने के लिए भी किया जा सकता है।
- निर्देश देने और परिवार/शिक्षकों/दोस्तों के साथ संवाद करने के लिए व्हाट्सएप जैसे ऐप का उपयोग करें।
- गणित के काम और दैनिक नकद लेनदेन में मदद के लिए कैलकुलेटर का उपयोग करें।
- महत्वपूर्ण समय सीमाओं को याद दिलाने के लिए कैलेंडर का उपयोग करें।
- वीडियो और टीवी देखते समय क्लोज्ड कैप्शनिंग का उपयोग करें।
- शब्द पहचान को मज़बूत करने के लिए, कराओके मोड पर गाने सुनें।

फ़ोन, टेबलेट अथवा कंप्यूटर पर अंतर्निर्मित कुछ तकनीकी विशेषताएँ।

गूगल

- गूगल वॉइस टाइपिंग
- एडोब एक्रोबैट OCR एवं पीडीएफ सॉफ्टवेयर एप्लीकेशन
- गूगल लेंस
- गूगल कैलेंडर
- क्रोम सर्च फॉर वॉइस फीचर
- गूगल डॉक्स फीचर्स -स्पीच रिकग्निशन, एडवांस्ड स्पेलिंग चेकिंग ,बिबलियोग्राफी क्रिएशन
- डार्क मॉड

माइक्रोसॉफ्ट

- विंडो स्पीच रिकग्निशन
- विंडो का इनबिल्ट टूल
- डिक्टेट (ऑफिस 365 में)
- माइक्रोसॉफ्ट लर्निंग टूल्स (ऑफिस 365 में)
- एडोब एक्रोबैट OCR एवं पीडीएफ सॉफ्टवेयर एप्लीकेशन
- आउटलुक कैलेंडर
- इमर्सिव रीडर
- सिलेबिफिकेशन
- कंप्रीहेंशन मोड फॉक्स मोड एनहैंस्ड डिटेक्शन
- डार्क मॉड

ऐपल

- मैके डिटेक्शन (iOS का इनबिल्ट टूल)
- स्पीच कंट्रोलर या स्पीक सिलेक्शन
- टाइपिंग फीडबैक
- सफारी रीडर
- स्क्रिबल
- डार्क मॉड
- गाइड एक्सेस
- वॉइस ओवर
- वॉइस कंट्रोल
- लाइव टेक्स्ट OCR

एस.एल.डी. वाले बच्चे का समर्थन

आप किसी बच्चे को सज़ा देकर उसकी अक्षमताएं दूर नहीं कर सकते।

इसे कलंक न समझ

परिस्थिति को छिपाए नहीं और ना ही शर्म करें। खुद पर गर्व करें।

अपने बच्चे पर विश्वास कर

बच्चे के संघर्षों को सुनें और उनपर विश्वास करें। यह न समझें कि वे बहाने बना रहे हैं।

उनकी क्षमताओं और संघर्षों को स्वीकार करें

उनकी क्षमताओं पर ध्यान केंद्रित करें और उनकी सराहना करें। उनकी कमजोरियों के आधार पर उनका मूल्यांकन न करें।

धैर्य रखें

बच्चे सीखने के लिए कड़ी मेहनत करते हैं। एस.एल.डी. वाले छात्र आलसी नहीं होते।

सीखने की जरूरतों में सहयोग

उन्हें उस प्रकार सिखाएं जिस तरह से वे सीख सकते हैं ; आवश्यकतानुसार उपचारात्मक हस्तक्षेप के साथ बहु-संवेदी तरीकों का प्रयोग करें।

सुविधाएँ प्रदान करें

सीखने और आकलन के लिए सहायता के रूप में सुविधाएँ आवश्यक है, ठीक वैसे ही जैसे लोगों को स्पष्ट रूप से देखने के लिए चश्मे की आवश्यकता होती है। सुविधाओं का उपयोग करने पर उन्हें अपमानित न करें। यह धोखा देना या शॉर्टकट लेना नहीं है, बल्कि उनकी आवश्यकता है।

तुलना न करें

भाई-बहनों या दोस्तों के साथ उनकी तुलना न करें। सफलता के आयामों को पुनः परिभाषित करें। कभी भी समझौता न करें।

योजना बनाने में मदद करें

बच्चे के लिए नियमित दिनचर्या बनाएं जो सुसंगत हो। इससे उन्हें बेहतर योजना बनाने में मदद मिलती है। साथ ही वें यह भी जान पाते हैं कि उनसे क्या अपेक्षाएं है।

स्वतंत्रता को प्रोत्साहित करें

समस्या को सुलझाने और निर्णय लेने के कौशल को विकसित करने में बच्चे की मदद करें। दैनिक कार्यों में सहायता के लिए तकनीक का लाभ उठाए।

प्रयासों की सराहना करें

सफलता को मापे बिना, कड़ी मेहनत और अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने के लिए प्रोत्साहित करें। काम के साथ-साथ, मौज-मस्ती के लिए भी समय प्रदान करें। मौज-मस्ती का समय न देकर दंडित न करें।

प्रचारण एवं जागरूकत

समर्थन प्रणाली बनाएँ। दोस्तों, परिवार, भाई-बहनों, माता-पिता, शिक्षकों और आसपास के लोगों के साथ प्रचारण करें और उन्हें जागरुक करें। मदद लेने में संकोच न करें। हमेशा डिस्लेक्सिया के समर्थन में बोलें।

#Speak4Dyslexia

अनुशंषित पाठ्य सामग्री

अतिरिक्त संसाधनों की सूची नीचे दी गई है, जिसे पढ़ने के लिए हम आपको प्रोत्साहित करते हैं, ताकि एस.एल.डी वाले व्यक्तियों को आप बेहतर ढंग से समझ सकें और उनका समर्थन कर सकें ।

एस.एल.डी. की समझ हेतु

- The Complete Learning Disabilities Handbook: Ready-to-Use Strategies and Activities for Teaching Students with Learning Disabilities (Jossey-Bass Teacher), Joan M. Harwell; Rebecca Williams
- The Gift of Dyslexia, Ronald D. Davis, Eldon M. Braun
- The Dyslexic Advantage, Brock L. Eide, Fernette F. Eide
- Overcoming Dyslexia, Sally Shaywitz,
- The Misunderstood Child, Fourth Edition: Understanding and Coping with Your Child's Learning Disabilities, Larry B. Silver
- The Dyslexia Document: A Checklist Reference for Parents and Teachers to Dyslexia of Kids, Jon Phillips, Free Online Version
- Thinking Differently: An Inspiring Guide for Parents of Children with Learning Disabilities, David Flink
- Learning Disabilities: From Identification to Intervention, Jack M. Fletcher, G. Reid Lyon; Lynn S. Fuchs; Marcia A. Barnes
- Essentials of Specific Learning Disability Identification (Essentials of Psychological Assessment), Vincent C. Alfonso; Dawn P. Flanagan, Dyslexia version also available.
- Finding My Superpower: A Book for Dyslexic Thinkers, Sarah Prestidge, Kauri Finlay

डिस्लेक्सिया के साथ जीवन

- Fun Games and Activities for Children with Dyslexia, Alais Winton, Joe Salerno
- More Fun Games and Activities for Children with Dyslexia, Alais Winton, Hannah Millard
- Dyslexia: A Teenager's Guide, Dr. Sylvia Moody
- Dyslexia Tool Kit for tutors and parents - what to do when phonics isn't enough, Vyonna Graham, Dr. Alta E. Graham
- At Home with Dyslexia: A Parent's Guide to Supporting Your Child, Sascha Roos,
- The Dyslexia-Friendly Teacher's Toolkit: Strategies for Teaching Students 3-18, Barbara Pavey, Margaret Meehan; Sarah Davis
- The Dyslexia Empowerment Plan: A Blueprint for Renewing Your Child's Confidence and Love of Learning, Ben Foss,
- Dyslexia Outside-the-Box: Equipping Dyslexic Kids to Not Just Survive but Thrive, Beth Ellen Nash
- Learn to Read for Kids With Dyslexia: 101 Games and Activities to Teach Your Child to Read, Hannah Braun,
- Blast Off to Reading!: 50 Orton-Gillingham Based Lessons for Struggling Readers and Those with Dyslexia, Cheryl Orlassino

चेंजइंक फाउंडेशन को यह दृढ़ विश्वास हैं कि भारत को 10 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था बनने के लिए, एस.एल.डी. वाले व्यक्तियों का योगदान बहुत ज़रूरी है। आखिरकार, दुनिया के 40% स्व-निर्मित करोड़पति डिस्लेक्सिक हैं, और #DyslexicThinking द्वारा ही अधिकांश नवाचार किये गए हैं जिससे हमारी दुनिया बदली है!

इसलिए हम #Speak4Dyslexia मुहीम पर काम कर रहे हैं, और डिस्लेक्सिक बुद्धिमत्ता के संज्ञानात्मक कौशल के बारे में जागरूकता फैलाने की कोशिश कर रहे हैं। परिवर्तनात्मक कार्यक्रम, प्रचारण और क्षमता निर्माण की पहल के माध्यम से, हमारा उद्देश्य पूर्व की अवधारणाओं को बदलना है (#ChangeInkkTheConversation)। हम समावेशी पारिस्थितिकीतंत्र (इकोसिस्टम) का निर्माण करने की उम्मीद करते हैं जो इन व्यक्तियों को "बचपन से लेकर आजीविका पाने तक" समर्थन कर सके।

हम एस.एल.डी. वाले व्यक्तियों, माता-पिता, शिक्षकों, नियोक्ताओं, नीति निर्माताओं और समाज के साथ मिलकर काम करते हैं, ताकि स्कूल, उच्च शिक्षा संस्थानों और कार्यस्थलों में समावेशन को मुख्यधारा में लाया जाए, और वहाँ एस.एल.डी. वाले व्यक्ति अपनी क्षमता का प्रदर्शन करते हुए सफ़ल हों।

changeinkk.org

चेंजइंक फाउंडेशन के बारे में अधिक जानकारी के लिए, संपर्क करें| Changeinkk.org, या हमें ईमेल करें info@changeinkk.org पर।