Nidas

NISH Online Interactive Disability Awareness Seminar- 37

Frequently Asked Questions (FAQ)

പഠന വൈകല്യം തിരിച്ചറിയുന്നതും പരിപാലനവും **16 ഫെബ്രുവരി 2019**

1. **പഠന വെല്ലുവിളി അഥവാ പഠന വൈകല്യം എന്നാൽ എന്താണ്? അതിന്റെ കാരണങ്ങളെ ന്തെല്ലാമാണ്?**

പഠന വെല്ലുവിളി അഥവാ പഠന വൈകല്യം എന്നാൽ പഠനശേഷികളുടെ വികസനത്തിലുണ്ടാകുന്ന ക്രമക്കേടാണ്. പരമ്പരാഗത വിദ്യാഭ്യാസം ലഭിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഇവർ തങ്ങളുടെ ബുദ്ധിസാമർത്ഥ്യത്തിനനുസരിച്ചുള്ള വായന, അക്ഷരങ്ങൾ വേർതിരിച്ചു പറയുക, എഴുതുക തുടങ്ങിയ ശേഷികളിൽ പിറകോട്ടാകുന്നു. പലർക്കും സംഗീതം, ഇലക്ട്രോണിക്സ്, എഞ്ചിനിയറിങ്, മുതലായ വിഷയങ്ങളിൽ പ്രാവീണ്യമുണ്ടാകുമെങ്കിലും പഠനത്തിൽ പിന്നോക്കം നിൽക്കുന്നു.
ജനിതക കാരണങ്ങൾ ഒരു പ്രധാന ഘടകമാണ്. പലർക്കും പാരമ്പര്യമായാണ് ലഭിക്കുന്നത്. ഗർഭധാരണ സമയത്തോ പ്രസവ സമയത്തോ സങ്കീർണ്ണതകൾ ഉള്ളവരിൽ പഠന വെല്ലുവിളി കൂടുതൽ കാണപ്പെടുന്നു. ജനനസമയത്തെ തൂക്കക്കുറവും ഒരു ഘടകമായി പറയപ്പെടുന്നു. ഗർഭകാലത്ത് ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിനെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്ന അവസരങ്ങൾ, ഓക്സിജൻ, പോഷകങ്ങൾ മുതലായവ ലഭിക്കുന്നതിനെ ബാധിക്കുന്ന അവസ്ഥകൾ ഉദാഹരണത്തിന്, ഗർഭിണികളുടെ പുകവലി, ലഹരി മരുന്നുപയോഗം, മദ്യപാനം മുതലായവ പഠന വെല്ലുവിളിയുണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത അധികമാക്കുന്നു.

2. **പഠന വെല്ലുവിളി ഭേദമാക്കാൻ കഴിയുമോ?**

പഠന വെല്ലുവിളി പൂർണ്ണമായും ഭേദമാക്കാൻ കഴിയില്ലെങ്കിലും നേരത്തെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് ആവശ്യമായ ഇടപെടലുകൾ നടത്തിയാൽ പരിപാലിക്കാൻ സാധിക്കും. ഇതൊരു ആജീവനാന്ത വൈകല്യമാണെങ്കിലും അവർ ജീവിതത്തിൽ വിജയിക്കില്ല എന്നർത്ഥമില്ല. നേരത്തെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് പഠനത്തിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങളെ ഇതരമാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ പരിപാലിക്കുന്നത് സഹായകമാണെന്ന് പല പഠനങ്ങളും തെളിയിക്കുന്നു. ഇത്തരം കുഞ്ഞുങ്ങളെ എഴുതാനും വായിക്കാനും കണക്കും പഠിപ്പിക്കുന്നതിന് ചിട്ടയോടെയുള്ള ഇതരമാർഗ്ഗങ്ങളുണ്ട്.

3. **പഠന വെല്ലുവിളിയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ എന്താണ്?**

ശാരീരിക ലക്ഷണങ്ങളൊന്നുമില്ലാത്തതിനാൽ ഇതൊരു ഒളിച്ചിരിക്കുന്ന വൈകല്യമാണ്. കുഞ്ഞ് സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസം തുടങ്ങുമ്പോഴാണ് ഇത് വെളിപ്പെടാൻ സാധ്യത. അക്കങ്ങളും അക്ഷരങ്ങളും ഓർക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്, പേരുകളും അക്ഷരങ്ങളുടെ ശബ്ദങ്ങളും പഠിക്കാനാകാതെ വരിക, അക്കങ്ങളുടെ പേരും മൂല്യവും ഓർക്കാനാകാതെ വരിക, അക്ഷരങ്ങളുടെ ആകൃതിയും അവ എഴുതുന്ന രീതിയും മറന്നു പോകുക, അക്ഷരങ്ങൾ തിരിച്ച് എഴുതുക, അക്ഷരങ്ങളും അവയുടെ ശബ്ദങ്ങളും മനസ്സിലാകാതിരിക്കുക എന്നിവയാണ് പഠനവെല്ലുവിളിയുടെ പ്രാഥമിക ലക്ഷണങ്ങൾ.
പഠന വെല്ലുവിളിയുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾ എഴുതുന്നതും വായിക്കുന്നതും വളരെ പതുക്കെയായിരിക്കും. അവർ പൊതുവെ, എഴുതാനും വായിക്കാനുമുള്ള അവസരങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുന്നു. ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരി

ക്കുന്നതിലും ഒന്നിൽ കൂടുതൽ നിർദ്ദേശങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതിലും ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകുന്ന ഇവരുടെ ശ്രദ്ധ വളരെ വേഗം പതറിപ്പോകുന്നു.

4. **പഠന വെല്ലുവിളി അഥവാ പഠന വൈകല്യം ഒരു മാനസിക രോഗമാണോ?**

ഒരു വ്യക്തിയുടെ പഠനത്തെ ബാധിക്കുന്ന നാഡീസംബന്ധമായ ഒരവസ്ഥയാണ് പഠന വെല്ലുവിളി അഥവാ പഠന വൈകല്യം. ഇത് മസ്തിഷ്കത്തിന്റെ ഘടനയിലും പ്രവർത്തനത്തിലുമുണ്ടാകുന്ന മാറ്റം കാരണമാണുണ്ടാകുന്നത്.ഇത്തരം കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ മസ്തിഷ്കം ബന്ധിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത് വ്യത്യസ്തമായ രീതിയിലായതു കൊണ്ടു തന്നെ അവർക്ക് ഭാഷ മനസ്സിലാക്കുക, വായന, മനസ്സിലാക്കാനുള്ള കഴിവ്, ശ്രദ്ധിക്കുക, എഴുതുക മുതലായ ശേഷികളിൽ ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവപ്പെടുന്നു.

5. **പഠന വെല്ലുവിളി തടയാൻ കഴിയുമോ?**

പഠന വെല്ലുവിളി ജനിതക കാരണങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്നതായതു കൊണ്ടു തന്നെ ഇത് തടയാൻ സാധ്യമല്ല. പലപ്പോഴും കുഞ്ഞ് ജനിക്കുന്നതിനു മുൻപു മസ്തിഷ്കത്തിന്റെ വളർച്ചാഘട്ടത്തിൽ തന്നെ പഠനവൈകല്യം ആരംഭിക്കുന്നു. ഇത്തരം ഘട്ടങ്ങളിൽ, മസ്തിഷ്കത്തിനേൽക്കുന്ന ആഘാതം കുറയ്ക്കുവാൻ കൃത്യമായ പോഷകാഹാരങ്ങൾ കഴിക്കുകയും ന്യൂറോടോക്സിനുകളിൽ നിന്നും ആവശ്യമായ അകലം പാലിക്കുകയും ചെയ്യുക.

6. **നമ്മുടെ കുഞ്ഞിനു പഠന വൈകല്യമുണ്ടോയെന്ന് എങ്ങനെ തിരിച്ചറിയാം?**

ഭാഷാവികസനത്തിലെ കാലതാമസം പഠന വെല്ലുവിളിയുടെ പ്രധാന ലക്ഷണമാണ്. എന്നാൽ ഭാഷാവികസനത്തിലെ കാലതാമസം എപ്പോഴും പഠന വെല്ലുവിളിയിലെത്തുന്നില്ല. വളർച്ചാ നാഴികക്കല്ലുകളെയും ഭാഷാ വികസനത്തിലെ നാഴികക്കല്ലുകളെയും കുറിച്ച് രക്ഷിതാക്കൾക്ക് ധാരണയുണ്ടെങ്കിൽ ഇവയുടെ കാലതാമസം തിരിച്ചറിയാനും ആവശ്യമായ ഇടപെടലുകൾ എത്രയും പെട്ടെന്ന് നടത്താനും സഹായിക്കും. അക്കങ്ങളും അക്ഷരങ്ങളും ഓർത്തെടുക്കാൻ സമയമെടുക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും സ്ഥിരമായി ഒരേ അക്ഷരത്തെറ്റുകൾ ആവർത്തിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഓർത്തെടുക്കുന്നതിൽ കാര്യമായ ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവപ്പെടുന്നതായി കാണുന്നുവെങ്കിലും കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ സൈക്കോ എജ്യുക്കേഷനൽ അസസ്മെന്റ് നടത്തി പഠന വെല്ലുവിളിയുണ്ടോയെന്ന് പരിശോധിക്കേണ്ടതുമാണ്.

7. **പഠന വെല്ലുവിളിയുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ രക്ഷിതാക്കൾ എടുക്കേണ്ട മുൻകരുതലുകൾ എന്തൊക്കെയാണ്?**

വായന, അക്ഷരവിന്യാസം, കണക്ക് മുതലായവയിൽ നിരന്തരമായ പരിശീലനത്തിനു ശേഷവും ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളതായി കാണുന്നുവെങ്കിൽ പെട്ടെന്ന് ഇടപെടുക. സമയമെടുത്തിട്ടാണെങ്കിലും കുഞ്ഞുങ്ങൾ സ്വയം മെച്ചപ്പെടും എന്നു പറഞ്ഞ് രക്ഷിതാക്കൾ ചികിത്സ നീട്ടി വയ്ക്കുന്നതായി കാണാം. രണ്ടിലോ മൂന്നിലോ പഠിക്കുന്ന കുഞ്ഞിനു സ്വയം ഒരു വാക്യം വായിക്കാനോ എഴുതാനോ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ വായനയിലും എഴുത്തിലും അടിസ്ഥാന പരിശീലനം ആവശ്യമാണ്. ഇതിനു ശേഷം മാത്രമേ ശാസ്ത്രാനുബന്ധ വിഷയങ്ങൾ സ്കൂളുകളിൽ പഠിപ്പിക്കൂ.

പഠന വെല്ലുവിളി നേരിടുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കുമ്പോൾ രക്ഷിതാക്കൾ വളരെ ക്ഷമയോടെയിരിക്കണം. പഠനകാര്യങ്ങളിൽ പിന്നോക്കം നിൽക്കുന്നത് കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ പലപ്പോഴും ആത്മവിശ്വാസക്കുറവുണ്ടാക്കുന്നു. അതിനാൽ മറ്റു മേഖലകളിൽ അവർക്ക് കൂടുതൽ അവസരങ്ങൾ നൽകേണ്ടതാണ്.

8. **പഠനവെല്ലുവിളി നേരിടുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കുള്ള ചികിത്സകൾ എന്തെല്ലാമാണ്?**

പഠനവെല്ലുവിളിയുടെ പ്രകൃതവും തീവ്രതയും അനുസരിച്ചാണ് ചികിത്സിക്കുന്നത്. ഇവ മൃദുവായതും തീവ്രമായതുമുണ്ട്. റെമഡിയൽ എജ്യുക്കേഷൻ തെറാപ്പിയിലൂടെ ചില കുഞ്ഞുങ്ങൾ തങ്ങളുടെ പഠനത്തിലെ കുറവുകൾ നികത്തി പഠനത്തെ തൃപ്തികരമായി നേരിടുന്നു. ഇത് ഒരാൾക്ക് മാത്രമായോ അല്ലെങ്കിൽ ചെറിയ ഗ്രൂപ്പുകളിലായോ ആണ് നൽകുന്നത്. മൾട്ടി സെൻസറി മെത്തേഡിലൂടെ വായിക്കാനും അക്ഷരം ചൊല്ലാനും പഠിക്കുവാനുള്ള ഇതരമാർഗ്ഗങ്ങളിലും അവർക്ക് പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഇവർക്ക് അനുബന്ധമായി എ.ഡി.എച്ച്.ഡി, ഉത്കണ്ഠാ രോഗം മുതലായവയുണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യതയും കാണുന്നു. ഇത്തരം അവസരങ്ങളിൽ സൈക്കോതെറാപ്പിയും മരുന്നുകളും ആവശ്യമായി വരുന്നു.

9. **പഠന വെല്ലുവിളിയുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കായി എന്തെങ്കിലും പദ്ധതികളോ പോളിസികളോ ഉണ്ടോ?**

പഠന വെല്ലുവിളിയുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കായി പല സ്കൂളുകളും റെമഡിയൽ പരിശീലനം നൽകുന്നുണ്ട്. പഠന വെല്ലുവിളിയുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ (തിരിച്ചറിയുന്നതും വിദ്യാഭ്യാസ പിന്തുണയും) ബിൽ, 2016 താഴെ പറയുന്ന നിർദ്ദേശങ്ങൾ മുന്നോട്ട് വയ്ക്കുന്നു.

- പരീക്ഷയ്ക്ക് 25% അധിക സമയം
- സ്ക്രൈബിന്റെയോ പകർപ്പെഴുത്തുകാരന്റെയോ സഹായം ആവശ്യമെങ്കിൽ ലഭ്യമാക്കുക
- 9-ാം ക്ലാസു വരെ എഴുത്തു പരീക്ഷയോടൊപ്പം വാചാ പരീക്ഷയും നടത്തി ശരാശരി മാർക്കിനെ ആസ്പദമാക്കി ഉയർന്ന ക്ലാസിലേക്കുള്ള പ്രവേശനം നടപ്പിലാക്കുക
- കുഞ്ഞിന്റെ കഴിവനുസരിച്ച് കണക്കിന്റെ നിലവാരത്തിൽ മാറ്റം വരുത്തുക
- കാൽക്കുലേറ്ററിന്റെ ഉപയോഗം അനുവദിക്കുക
- ചിഹ്നങ്ങളും അക്കങ്ങളും മാറിപ്പോകുന്നത് അവഗണിക്കുക
- 2, 3 ഉപഭാഷകളുടെ പേപ്പറുകളിൽ നിന്നും ഒഴിവാക്കുക
- അക്ഷരത്തെറ്റുകൾ, വ്യാകരണത്തിലെ തെറ്റുകൾ, വാക്യ ഘടനയിലെ തെറ്റുകൾ എന്നിവ അവഗണിക്കുക
- ഭൂമിശാസ്ത്രം പോലുള്ള വിഷയങ്ങളിൽ ദിശകളിലുണ്ടാകുന്ന തെറ്റുകൾ ഗൗനിക്കാതിരിക്കുക
- ഗ്രാഫുകൾ, രേഖാചിത്രങ്ങൾ, പട്ടികകൾ തുടങ്ങിയവയിൽ നിന്നും ഒഴിവാക്കുക

10. **പഠന വൈകല്യമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ചികിത്സക്കായി രക്ഷിതാക്കൾ ആരെയാണ് സമീപിക്കേണ്ടത്?**

- പീഡിയാട്രിക് സൈക്കോളജിസ്റ്റ്
- സ്പെഷ്യൽ എജ്യുക്കേറ്റർ
- സ്പീച്ച് ലാംഗ്വേജ് പതോളജിസ്റ്റ്
- പീഡിയാട്രിക് ന്യൂറോളജിസ്റ്റ്

11. **പഠന വൈകല്യമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ കാണപ്പെടുന്ന മാനസിക സാമൂഹിക പ്രശ്നങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്?**

- ഉത്കണ്ഠ
- വിഷാദരോഗം
- ഭയം
- നിരാശ
- നിസ്സഹായത
- നിയന്ത്രണം നഷ്ടപ്പെടുക
- അസ്വസ്ഥത
- കയ്യേറ്റം ചെയ്യാനുള്ള പ്രവണത
- അനുസരണയില്ലാതിരിക്കുക
- പിൻവലിയുക
- സ്വന്തത്തെ കുറിച്ചുള്ള ധാരണകൾ
  - സ്വയം കുറച്ചു കാണുന്നു
  - ആത്മ വിശ്വാസക്കുറവ്
  - ദുർബലമായ സ്വത്വം
- സാമൂഹിക പ്രശ്നങ്ങൾ
  - സാമൂഹികമായ പിൻവാങ്ങൽ
  - കൂടപ്പിറപ്പുകളുമായുള്ള തർക്കങ്ങൾ
  - ഇരയാക്കപ്പെടൽ
  - കുറഞ്ഞ സാമൂഹിക സംതൃപ്തി

12. പഠനവൈകല്യമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾ നേരിടുന്ന മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ പരിപാലിക്കാൻ എന്തു ചെയ്യാം?

- പഠന വൈകല്യം എന്ന അവസ്ഥയെ കുറിച്ച് രക്ഷിതാക്കളെ ബോധവാന്മാരാക്കുക
- കുഞ്ഞ് പരിശ്രമിക്കാത്തതു കൊണ്ടോ കുഞ്ഞിന്റെ മടി കാരണമോ അല്ല, മറിച്ച് പഠന വൈകല്യം എന്ന അവസ്ഥ കാരണമാണ് എന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ രക്ഷിതാക്കൾ തയ്യാറാകുക
- ആവശ്യമെങ്കിൽ കുഞ്ഞിനും രക്ഷിതാക്കൾക്കും കൗൺസിലിങ് നൽകുക
- കുഞ്ഞിന്റെ കഴിവുകളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും (എക്സ്ട്രാ കരിക്കുലർ) മറ്റു ശേഷികളെ വളർത്തുകയും ചെയ്യുക
- അദ്ധ്യാപകരെ കുഞ്ഞിന്റെ ബുദ്ധിമുട്ടുകളെ കുറിച്ച് അറിയിക്കുകയും അവർക്ക് പരീക്ഷാ സമയത്ത് അനുവദിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള എല്ലാ സേവനങ്ങളും ആനുകൂല്യങ്ങളും ലഭ്യമാക്കുന്നുവെന്നും ഉറപ്പ് വരുത്തുക
- പഠനവൈകല്യമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ പരിശ്രമവും അക്കാദമിക പുരോഗതികളും അംഗീകരിക്കുകയും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക

<u>കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്</u>

ഡോ. ജമീല കെ. വാര്യർ **04713041758**

കൺസൾട്ടന്റ് സൈക്കോളജിസ്റ്റ്

ഹോളിസ്റ്റിക് മെഡിസിൻ

കിംസ് ആശുപത്രി

മിസ്. രജിത എൽ **04713066638**

സോഷ്യൽ വർക്കർ

നിഷ്

നിഡാസ് ടീം **04713066675**

നിഷ്