अटिजम्

वेष्ट मिडल्याण्डस्

अटिजम् निर्देशीका

अटिजम् अर्थात मानसिक सुस्तता भनेको के हो ?

अटिजम् व्यक्तिको विकासको क्रममा देखा पर्ने जीवनपर्यन्त समस्या हो:

- संचार
- कुराकानी
- लचकदार व्यबहार
- इन्दि्रयहरुको अनुभव गर्न

अटिजम् अर्थात मानसिक सुस्तता भएका व्यक्तिहरुलाई आफ्ना दैनिक जीवन निर्वाहमा कठिनाइ हुँदछ । यसका रोगीहरु धैरै पटक गहिरो चिन्तामा पर्ने गर्छन्। धैरै जसो रोगीले परिवर्तनलाई मन पराउँदैनन् । वास्तवमा भन्ने हो भने, अटिजम्का बिरामीहरु जीवनलाई पूर्ण र सन्तुष्टीसाथ बिताएको अनुभव गर्दछन् ।

अटिजम्ले व्यक्तिको मस्तिष्कको भागमा असर गर्दछ र यसको असर प्रभावको आधारमा रोगीहरुलाई विभिन्न तहमा बिभाजन गर्न सकिन्छ जस्तै "सिकाइसँग सम्बन्धित अटिजम्", "धैरै सकृयता देखाउने अटिजम्" वा "एकोहोरोपन देखाउने अटिजम्" । अटिजम्लाई, अटिजम्स्पेक्ट्रम कण्डीसन्(ए.एस.सी.), अटिजम्स्पेक्ट्रम डिसअडर (ए.एस.डि.) वा अटिजम्स्पेक्ट्रम पनि भनिन्छ । कुनै व्यक्तिमा राम्रो क्षमता छ भन्दैमा उसको मानसिक अटिजम् अवस्था पनि ठिक छ भनिहाल्न पनि मिल्दैन भन्ने कुरा हामीले बुझ्न पर्ने महत्वपूर्ण् कुरा हो । मानसिकरुपमा सक्षम व्यक्तिमा हुने अटिजम्प्रभाव धैरै नकरात्मक पनि हुनसक्छ ।

अटिजम्समस्या भएका व्यक्तिहरुले निम्न कूराहरुमा गर्नमा समस्या देखाउँछन्:

- संसारको बारेमा सोँच्न ।
- सिक्न
- नयाँ परिस्थीतिमा घुलमेल हुन ।
- भावनाहरु बुझ्न ।
- व्यबहारीक कुराहरु गर्न ।
- विचार गर्ने तथा निर्णयहरु गर्ने क्षमता ।
- स्वास्थ मानसिक अवस्था कायम राख्न तथा स्वस्थ रहन ।

अटिजम्कोरोगीले कुनै काम सजिलै गर्न सक्छ र कुनै काम उसको लागी धैरै गाह्रो हुन्छ । उदाहरणको लागि:

• एस्पजर सेण्ड्रम अर्थात एकोहोरोपन भएको अटिजम्को रोगी कम्प्यूटर सम्बन्धी वैज्ञानीक तथा लेखक हुन सक्छ तर उसलाई सडकमा बाटो काट्न समस्या हुन सक्छ किनभने उसलाई गति र दुरी अड्कल गर्न गाह्रो हुन्छ ।

• सिकाई सम्बन्धी समस्या भएको कतिपय अटिजम्को रोगीहरु आफैले कपडा पहिरीनमा समस्या हुनसक्छ तर पूर्ण चित्रमा समेत नहेरी, एकै छिनमा हजारौँ टुक्रा भएको पजल मिलाउन सक्छन्।

• धैरै सकृयता देखाउने अटिजम्को रोगीले इतिहाँस मन पराउन सक्छ र बेलायतका राजा, रानीहरुका मिती सजिलै कण्ठ गर्न सक्छ तर साथी बनाउन तथा घुलमेल हुन गाह्रो पर्ने भएकाले यसको रोगी विद्यालयको खाने समय तथा ब्रेकको समयमा एक्लै बस्न सक्दछ ।

अटिजम् सम्बन्धी मुख्य तथ्यहरु

- यो जीवनकाल भरी रहन्छ ।
- संसारभरीका जुनसुकै पृष्ठभूमीका मानिसहरु यसबाट पिडित हुन सक्छन्।
- अटिजम्भएका व्यक्तिहरुका मस्तिष्क, अटिजम्नभएका ब्यक्तिहरुको मस्तिष्क भन्दा फरक तरिकाले बिकास हुने र कार्य गर्ने गर्दछ ।
- अटिजम्भएका व्यक्तिहरुले फरक तरिकाले हेर्ने, सुन्ने, स्वाद लिने, छुने र सुँघ्ने गर्दछ । उनीहरु ब्रम्हाण्डको कुन स्थानमा छ र उनीहरुको सन्तुलनका बारेमा उनीहरुको ज्ञान समेत प्रभावित भएको हुन सक्दछ ।
- अटिजम्ले बंसाणुगतरुपमा प्रभाव पार्ने भएकोले, यसले परिवारका एकजना भन्दा बढि सदस्यलाई प्रभाव पार्न सक्दछ ।

के-कस्ता कुराले सहयोग पुग्न सक्छ ?

- व्यक्तिको ध्यान केन्द्रित गर्नको निम्ती नामबाट बोलाउनुहोस्।
- साधारण भाषा प्रयोग गर्नुहोस्र प्रतिकृयाको निम्ती पर्खनुहोस्।
- सामाजिक नियमहरुका बारेमा बताउनुहोस्र बिभिन्न सामाजिक अवस्थाहरुमा कसरी व्यवहार गर्ने त्यसको बारेमा सकेसम्म स्पष्टरुपमा बताउनुहोस् ।
- हुनसक्ने अवस्थाको लागी कुनै वनावट तथा कार्यतालिका दिनुहोस्। यसले अनाश्यकरुमा चिन्तीत हुनबाट बचाउँदछ ।
- कतिपय रोगीहरुले चिन्ह, फोटो आदिजस्ता दृष्यात्मक कुराको सहायताबाट बोलिएको वा लेखिएका कुराको अर्थ हाँसिल गर्न सक्छ ।
- अटिजम्को रोगीलाई उनीहरुका जीवनको परिवर्तनको निम्ती तयारी गर्नको निम्ती 'सामाजीक कथाहरु' सहयोगी हुन सक्छन्।

विशेष रुचीहरु

अटिजम्को अर्थ यो पनि हो की व्यक्तिहरुले विशेष क्षमता र विशेष रुचीमा ध्यान केन्द्रित गर्न सक्छन्। जब व्यक्ति धेरै चिन्तीत हुँदछ, उसको रुची तथा क्षमता नकरात्मक पनि बन्न सक्दछ, तर व्यक्तिलाई राम्रोसँग बुझ्न वा सहयोग गर्न सकेको खण्डमा उनीहरुका रुचीहरु सहि तरिकाले जोडिनगइ, उनीहरुको जीवनमा शान्ती, शुख तथा आर्थिक आत्मनिभरता समेत ल्याउन सक्छ ।

केहि असाधरण व्यक्तिहरु पनि छन्, जसका विशेष रुची असाधरण क्षमतामा परिण्त भयो, उदाहरणको लागी, स्टेफन वीलसर जस्तो कलाकार र टेम्पल ग्रान्डीन जस्तो वैज्ञानिक ।

अटिजम् तथा इन्दि्रयहरु

अटिजम्का धेरैजसो रोगीहरु, दैनिक जीवनमा अनुभव गरिने ध्वनी, दृष्य तथा वासना जस्ता इन्दि्रयगत अनुभवहरुलाई अनभव गर्नमा समस्या हुँदछ । यसले व्यक्तिको जीवनमा धेरै ठुलो प्रभाव पार्न सक्छ । वातावरणमा भएको सानो परिवर्तनले समेत ठुलो प्रभाव पार्न सक्छ ।

यस्ता व्यक्तिहरुलाई सहायता गर्नको निम्ती: बातावरणलाई हेरेर, यसले अटिजम्भएको व्यक्तिलाई कतिको अप्ठ्यारो परेको छ: तपाईंले केहि परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ की ? सँधै तयारी रहने प्रयास गर्नुहोस्: अटिजम्भएको व्यक्तिहरुलाई उनीहरुले फरक वातावरणमा के-कस्ता अनुभव गर्न सक्छन्, त्यसको बारेमा पहिले नै बताउनुहोस् ।

अटिजम् वेस्ट मिडल्याण्डस्को बारेमा

यू.के.मा लगभग पाँच लाख भन्दा बढि मानिसहरु अटिजम्अर्थात अदृष्य, गलत रुपले बुझिएको वा लोन्ली डिसविलिटीको रोगी छन्। जसमध्ये ६०,००० जति पिडितहरु वेष्ट मिडल्याण्डस्मा छन्।

अटिजम् पिडीतहरुका निम्ती हामी वेट ल्याण्डस्को मुख्य सहयोगी संस्था हौं । अटिजम्भएका व्यक्तिहरु तथा उनीहरुलाई पूर्ण तथा सन्तुष्टि जीवनतर्फ डोहोर्याउनको निम्ती उनीहरुलाई प्रेम तथा वास्ता गर्ने व्यक्तिहरुलाई सकृय गर्नको निम्ती हामी समर्पित छौं । अटिजम्भएका व्यक्तिहरुलाई प्रतक्ष सहयोग पुर्याउँदै, हाम्रा विशेषज्ञ कार्यकर्ता तथा स्वयम्सेवकहरु सम्पूर्ण उमेर समूह तथा क्षमता भएका व्यक्तिहरुका बीचमा काम गर्दछन्।

सम्पर्क

अटिजम् वेस्ट ल्याण्डस्
रिजेण्ट
कोटजर्ज
रोडएवस्टनबि
र्मीगमवि.१५
१एन.यू.

Contact us

Autism West Midlands
Regent Court
George Road
Edgbaston
Birmingham
B15 1NU

इमेल:

साधारण प्रश्नहरु: hello@autismwestmidlands.org.uk
सहयोग तथा सुझाव: info@autismwestmidlands.org.uk

टेलिफोन:

मुख्य रिसिप्सन: ०१२१ ४५० ७५८२ -जानकारी सहयोग नम्बर: ०३०३ ०३ ०० १११

वेबसाइट:

www.autismwestmidlands.org.uk

Find us on Facebook:
Search “Autism West Midlands”

Follow us on Twitter:
@autismwestmids

हामो उद्देश्य त्यस्तो संसारको सिर्जना गर्नु हो, जहाँ अटिजम् समस्या भएका सम्पूर्ण मानिसहरुले पूर्ण र सन्तुष्ट जीवन जीउनको निम्ती उनीहरुलाई आवश्यक पर्ने विशेषज्ञीय वास्ता तथा सहयोग प्रदान गरिएको होस्।

Registered Charity Number: 517077
Registered Company Number: 1953344 (England and Wales)