

Semester – III: THEORY

Paper Name

Paper - Therapeutics

Unit 1: Concept and understanding of clinical therapies (नैदानिक उपचारों की अवधारणा और समझ)

Unit :- 1.1. Definition, need and importance of therapies for children with developmental disabilities (विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए उपचार की परिभाषा, आवश्यकता और महत्व)

— विकासात्मक अक्षमताएँ उन स्थितियों के समूह को संदर्भित करती हैं जो बच्चे के शारीरिक, संज्ञानात्मक और भावनात्मक विकास को प्रभावित करती हैं। ये अक्षमताएँ आनुवंशिक या पर्यावरणीय कारणों से उत्पन्न हो सकती हैं और विभिन्न तरीकों से प्रकट हो सकती हैं, जैसे कि बौद्धिक अक्षमता, ऑटिज्म स्पेक्ट्रम विकार, सेरेब्रल पाल्सी और डाउन सिंड्रोम। विकासात्मक विकलांग बच्चों को अक्सर अपनी पूरी क्षमता तक पहुँचने के लिए विशेष देखभाल और सहायता की आवश्यकता होती है, और चिकित्सा इस देखभाल का एक महत्वपूर्ण घटक है।

विकासात्मक अक्षमताओं वाले बच्चों के लिए उपचार बच्चों को अपने कौशल में सुधार करने, चुनौतियों से उबरने और जीवन को पूरा करने में मदद करने के लिए डिज़ाइन किए गए हस्तक्षेपों की एक श्रृंखला को संदर्भित करता है। इन उपचारों को कई श्रेणियों में विभाजित किया जा सकता है, जिनमें शामिल हैं:

व्यवहार चिकित्सा: इन उपचारों का उद्देश्य व्यवहार पैटर्न को संशोधित करना और सकारात्मक सुदृढीकरण, पुनरावृत्ति और संरचित हस्तक्षेपों के माध्यम से नए कौशल सिखाना है। उदाहरणों में एप्लाइड बिहेवियरल एनालिसिस (ABA) और कॉग्निटिव-बिहेवियरल थेरेपी (CBT) शामिल हैं।

भाषण और भाषा चिकित्सा: ये उपचार भाषण, भाषा और सामाजिक संचार सहित संचार कौशल में सुधार पर ध्यान केंद्रित करते हैं। उदाहरणों में स्पीच थेरेपी और ऑगमेंटेड एंड अल्टरनेटिव कम्युनिकेशन (एएसी) शामिल हैं।

व्यावसायिक उपचार: इन उपचारों का उद्देश्य दैनिक जीवन के लिए आवश्यक कौशल विकसित करना और सुधारना है, जैसे ठीक मोटर कौशल, संवेदी प्रसंस्करण और आत्म-नियमन। उदाहरणों में सेंसरी इंटीग्रेशन थेरेपी और हैंडराइटिंग विदाउट टियर्स शामिल हैं।

भौतिक उपचार: ये उपचार सकल मोटर कौशल, जैसे शक्ति, संतुलन और समन्वय में सुधार पर ध्यान केंद्रित करते हैं। उदाहरणों में भौतिक चिकित्सा और हिप्पोथेरेपी शामिल हैं।

विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए उपचार की आवश्यकता महत्वपूर्ण है। विकासात्मक विकलांग बच्चों को अक्सर अनूठी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है जो उनकी सीखने, संवाद करने और दूसरों के साथ बातचीत करने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है। उपचार इन बच्चों को इन चुनौतियों से उबरने में मदद कर सकते हैं, उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार कर सकते हैं और उनकी पूरी क्षमता तक पहुंच सकते हैं। उपचार माता-पिता और देखभाल करने वालों के लिए भी सहायता प्रदान कर सकते हैं, जिससे उन्हें अपने बच्चे की जरूरतों को बेहतर ढंग से समझने में मदद मिलती है और उनका समर्थन कैसे किया जाता है।

- विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए चिकित्सा के महत्व को कम करके नहीं आंका जा सकता है। ये उपचार विकासात्मक विकलांग बच्चों की मदद कर सकते हैं:
- उनके संचार कौशल में सुधार करें, जिससे वे खुद को बेहतर ढंग से अभिव्यक्त कर सकें और दूसरों से जुड़ सकें।
- सामाजिक कौशल विकसित करें, जैसे दोस्त बनाना, साझा करना और मोड़ लेना, उन्हें संबंध बनाने और उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार करने में मदद करना।
- शारीरिक शक्ति और समन्वय का निर्माण करें, जिससे वे उन गतिविधियों में भाग ले सकें जो वे अन्यथा करने में असमर्थ हो सकते हैं।
- पढ़ने, लिखने और गणित जैसे शैक्षणिक कौशल में सुधार करें, जिससे उन्हें स्कूल और उसके बाद भी सफल होने में मदद मिले।
- स्वतंत्रता विकसित करें, उन्हें और अधिक स्वतंत्र रूप से जीने और अपने समुदायों में अधिक पूर्ण रूप से भाग लेने में सक्षम बनाएं।
- चिंता को कम करें और भावनात्मक कल्याण में सुधार करें, उन्हें अपनी भावनाओं को प्रबंधित करने और तनाव से निपटने में मदद करें।

विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए उपचार इन बच्चों को उनकी पूरी क्षमता तक पहुँचने में मदद करने, उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार करने और उनके जीवन के सभी क्षेत्रों में फलने-फूलने के लिए आवश्यक हैं।

Unit :- 1.2 Behavioural therapy & management of problem behaviours, cognitive behavioural therapy, (CBT), Positive behavioural intervention supports (PBIS) (व्यवहार थेरेपी- समस्या व्यवहार का प्रबंधन, संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी, (सीबीटी), सकारात्मक व्यवहार हस्तक्षेप समर्थन (पीबीआईएस) – व्यवहार चिकित्सा एक प्रकार की मनोचिकित्सा है जो सकारात्मक सुदृढीकरण, दंड और विलुप्त होने जैसी तकनीकों के माध्यम से समस्याग्रस्त व्यवहारों को संशोधित करने पर केंद्रित है। व्यवहार थेरेपी का लक्ष्य व्यक्तियों को उन कुत्सित व्यवहारों को पहचानने और बदलने में मदद करना है जो उनके दैनिक जीवन, रिश्तों और समग्र कल्याण में हस्तक्षेप कर रहे हैं।

व्यवहार चिकित्सा के कई प्रमुख सिद्धांत हैं, जिनमें शामिल हैं:

व्यवहार सीखा जाता है और सीखा नहीं जा सकता: व्यवहार अक्सर कंडीशनिंग के माध्यम से सीखा जाता है, और इसलिए इसे विभिन्न प्रकार के कंडीशनिंग के माध्यम से संशोधित किया जा सकता है।

व्यवहार इसके परिणामों से आकार लेता है: जिस व्यवहार को प्रबलित किया जाता है, उसके दोहराए जाने की संभावना अधिक होती है, जबकि जिस व्यवहार को दंडित या अनदेखा किया जाता है, उसके भविष्य में होने की संभावना कम होती है।

व्यवहार परिवर्तन सबसे प्रभावी होता है जब व्यक्ति सक्रिय रूप से शामिल होता है: ग्राहकों को चिकित्सा प्रक्रिया में सक्रिय भूमिका निभाने, लक्ष्य निर्धारित करने और उनके उपचार में सक्रिय रूप से भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

समस्याग्रस्त व्यवहारों को संशोधित करने के लिए व्यवहार चिकित्सा में कई तकनीकों का उपयोग किया जाता है, जिनमें शामिल हैं:

सकारात्मक सुदृढीकरण: इसमें वांछित व्यवहार के लिए पुरस्कार या प्रशंसा प्रदान करना शामिल है, जिससे इस बात की संभावना बढ़ जाती है कि व्यवहार दोहराया जाएगा। उदाहरण के लिए, एक बच्चा जो बिना पूछे अपना होमवर्क पूरा करता है, उसे इनाम के रूप में एक स्टिकर या एक छोटा खिलौना मिल सकता है।

नकारात्मक सुदृढीकरण: इसमें वांछित व्यवहार होने की संभावना को बढ़ाने के लिए एक अप्रिय उत्तेजना को दूर करना शामिल है। उदाहरण के लिए, एक व्यक्ति जो पुराने दर्द को प्रबंधित करने के लिए दवा लेता है, यदि वे अपने दर्द से राहत का अनुभव करते हैं, तो उनकी दवा लगातार लेने की संभावना अधिक हो सकती है।

सजा: इसमें अवांछनीय व्यवहारों के लिए नकारात्मक परिणाम प्रदान करना शामिल है, जिससे व्यवहार के दोहराए जाने की संभावना कम हो जाती है। उदाहरण के लिए, एक बच्चा जो अपने भाई-बहन को मारता है, उसे टाइम-आउट पर भेजा जा सकता है।

विलोपन: इसमें एक व्यवहार के लिए सुदृढीकरण को हटाना शामिल है, जो इस संभावना को कम करता है कि व्यवहार दोहराया जाएगा। उदाहरण के लिए, एक व्यक्ति जो लगातार एक नकारात्मक व्यवहार के लिए ध्यान आकर्षित करता है, वह उस व्यवहार में शामिल होना बंद कर सकता है यदि वे इसके लिए ध्यान नहीं देते हैं।

व्यवहार चिकित्सा का उपयोग चिंता, अवसाद, मादक द्रव्यों के सेवन और खाने के विकारों सहित कई प्रकार की स्थितियों के इलाज के लिए किया जा सकता है। इसका उपयोग विशिष्ट समस्या व्यवहारों, जैसे कि आक्रामकता, टालमटोल, या फोबिया को संबोधित करने के लिए भी किया जा सकता है।

व्यवहार चिकित्सा समस्या व्यवहारों के प्रबंधन के लिए एक संरचित, साक्ष्य-आधारित दृष्टिकोण है जो सक्रिय भागीदारी और सकारात्मक सुदृढीकरण के महत्व पर जोर देती है।

संज्ञानात्मक व्यवहार तकनीक (COGNITIVE BEHAVIOR TECHNIQUES) :-

- कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी (सीबीटी) एक टॉकिंग थेरेपी है जो आपके सोचने और व्यवहार करने के तरीके को बदलकर आपकी समस्याओं का प्रबंधन करने में आपकी मदद कर सकती है।
- थेरेपिस्ट या कंप्यूटर आधारित प्रोग्राम सीबीटी तकनीकों का उपयोग व्यक्तियों को उनके पैटर्न और विश्वासों को चुनौती देने में मदद करने के लिए करते हैं और "अधिक यथार्थवादी और प्रभावी विचारों के साथ" सोच

में त्रुटियों जैसे सामान्यीकरण, नकारात्मक को बढ़ाना, सकारात्मक को कम करना “को प्रतिस्थापित करते हैं, इस प्रकार भावनात्मक संकट और आत्म-पराजय को कम करते हैं।

- कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी (CBT) की उत्पत्ति 20 वीं शताब्दी की शुरुआत में बिहेवियरल थेरेपी और उनके विकास से हुई, और 1960 में कॉग्निटिव थेरेपी के विकास के साथ सहसंबद्ध हुई, और परिणामस्वरूप उनका संलयन हुआ। विभिन्न मानसिक विकारों के उपचार में कई नैदानिक अध्ययनों द्वारा उनकी प्रभावशीलता का प्रदर्शन किया गया है।
- एरोन बेक को कॉग्निटिव थेरेपी का जनक माना जाता है, और उनका ध्यान प्रारंभ में अवसाद के लक्षित उपचार पर था। उन्होंने सोचा कि अवसाद में विचारों का विरूपण होता है जो मुख्य रूप से स्वयं की नकारात्मक धारणा, पर्यावरण की नकारात्मक व्याख्या और भविष्य में नकारात्मक अपेक्षाओं पर केंद्रित होता है।
- संज्ञानात्मक बिहेवियरल थेरेपी की उच्च प्रभावकारिता अवसाद, सामान्यीकृत चिंता विकार, सामाजिक भय, अभिघातजन्य तनाव विकार और बच्चों में अवसादग्रस्तता और चिंता विकारों के उपचार में प्रदर्शित होती है।
- संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी के मूल सिद्धांतों में संज्ञानात्मक पुनर्गठन शामिल है, जिसमें चिकित्सक और रोगी विघटनकारी सोच पैटर्न को बदलने के लिए मिलकर काम करते हैं।
- इसमें व्यावहारिक सक्रियता शामिल है, जिसमें रोगी आनंददायक गतिविधियों में भाग लेने में आने वाली बाधाओं को दूर करना सीखते हैं। इसके अलावा, यह विशिष्ट, वर्तमान समस्याओं पर ध्यान केंद्रित करता है और यह समय-सीमित, आर्थिक और लक्ष्य उन्मुख है।
- व्यक्तिगत या समूह सत्रों में, समस्याओं (व्यवहार, भावनाओं और सोच के संदर्भ में) की पहचान की जाती है। दृष्टिकोण शैक्षिक है।
- चिकित्सक संरचित सीखने के अनुभवों का उपयोग करता है जो रोगियों को उनके नकारात्मक विचारों और मानसिक छवियों की निगरानी करना और लिखना सिखाता है।
- लक्ष्य यह पहचानना है कि ये विचार उनके मूड को कैसे प्रभावित करते हैं।
- व्यवहार और शारीरिक स्थिति। चिकित्सक महत्वपूर्ण मुकाबला कौशल भी सिखाते हैं, जैसे कि समस्या को हल करना और आनंददायक अनुभवों को शेड्यूल करना।
- मरीजों से उनके सीखने में सक्रिय भूमिका निभाने की उम्मीद की जाती है, और यही कारण है कि उन्हें प्रत्येक सत्र में होमवर्क असाइनमेंट दिया जाता है जो संज्ञानात्मक-बिहेवियरल थेरेपी में मुख्य बुनियादी बातों में से एक है।
- यदि आपने सप्ताह में केवल एक घंटे के लिए स्कूल गुणा तालिका में सीखा है, तो आप शायद अभी भी सोच रहे होंगे कि 6•7 कितना है।
- मनोचिकित्सा के साथ भी ऐसा ही है। लक्ष्य प्राप्त करने में बहुत लंबा समय लगेगा यदि व्यक्ति जो कर रहा है वह केवल तकनीकों और विषयों के बारे में सोच रहा है जो सप्ताह में केवल एक घंटा पढ़ाया जाता है।
- इसलिए, संज्ञानात्मक व्यवहार चिकित्सक रोगियों को होमवर्क देते हैं और उन्हें उन तकनीकों का अभ्यास करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं जो उन्हें सिखाई जाती हैं।

सीबीटी में कदम (STEPS IN CBT) :-

चरण 1 : आलोचनात्मक व्यवहारों की पहचान करें

चरण 2 : निर्धारित करें कि महत्वपूर्ण व्यवहार अधिकता है या कमी

चरण 3: आवृत्ति, अवधि, या तीव्रता के लिए महत्वपूर्ण व्यवहारों का मूल्यांकन करें

चरण 4: यदि अधिकता हो, तो व्यवहार की आवृत्ति, अवधि, या तीव्रता को कम करने का प्रयास करें यदि कमी है, तो व्यवहार को बढ़ाने का प्रयास करें।

सीबीटी कैसे काम करता है? (HOW CBT WORKS ?)

- सीबीटी इस अवधारणा पर आधारित है कि आपके विचार, भावनाएँ, शारीरिक संवेदनाएँ और क्रियाएँ आपस में जुड़ी हुई हैं, और यह कि नकारात्मक विचार और भावनाएँ आपको एक दुष्चक्र में फँसा सकती हैं।
- सीबीटी, समस्याओं को पांच मुख्य क्षेत्रों में बांटा गया है: स्थितियाँ, विचार, भावनाएँ, शारीरिक भावनाएँ, क्रियाएँ। (Situations, thoughts, emotions, physical feelings, actions)
- सीबीटी इन पांच क्षेत्रों के आपस में जुड़े होने और एक दूसरे को प्रभावित करने की अवधारणा पर आधारित है। उदाहरण के लिए, एक निश्चित स्थिति के बारे में आपके विचार अक्सर प्रभावित कर सकते हैं कि आप शारीरिक और भावनात्मक दोनों तरह से कैसा महसूस करते हैं, साथ ही साथ आप प्रतिक्रिया में कैसे कार्य करते हैं।

सीबीटी सत्र के दौरान क्या होता है (WHAT HAPPENS DURING CBT SESSIONS) :-

- अगर सीबीटी की सिफारिश की जाती है, तो आमतौर पर सप्ताह में एक बार या हर दो सप्ताह में एक चिकित्सक के साथ आपका सत्र होगा। उपचार का कोर्स आमतौर पर पांच और 20 सत्रों के बीच रहता है, जिसमें प्रत्येक सत्र 30-60 मिनट तक चलता है।
- सत्रों के दौरान, आप अपने चिकित्सक के साथ मिलकर अपनी समस्याओं को उनके अलग-अलग हिस्सों जैसे आपके विचार, शारीरिक भावनाओं और कार्यों में विभाजित करने के लिए काम करेंगे।
- आप और आपका चिकित्सक इन क्षेत्रों का विश्लेषण करेंगे ताकि यह पता लगाया जा सके कि क्या वे अवास्तविक या अनुपयोगी हैं और यह निर्धारित करने के लिए कि वे एक दूसरे पर और आप पर क्या प्रभाव डालते हैं। आपका चिकित्सक तब आपकी मदद करने में सक्षम होगा कि कैसे अनुपयोगी विचारों और व्यवहारों को बदलना है।
- यह पता लगाने के बाद कि आप क्या बदल सकते हैं, आपका चिकित्सक आपको इन परिवर्तनों का अभ्यास करने के लिए कहेगा।
- इससे आपको अपनी समस्याओं का प्रबंधन करने और अपने जीवन पर नकारात्मक प्रभाव डालने से रोकने में मदद मिलेगी।

HOW CBT IS DIFFERENT ? सीबीटी कैसे अलग है?

- **व्यावहारिक** – यह विशिष्ट समस्याओं की पहचान करने में मदद करता है और उन्हें हल करने का प्रयास करता है।
- **अत्यधिक संरचित** – अपने जीवन, आप और आपके चिकित्सक के बारे में खुलकर बात करने के बजाय। विशिष्ट समस्याओं पर चर्चा करें और प्राप्त करने के लिए लक्ष्य निर्धारित करें।

- आप और आपका चिकित्सक इन क्षेत्रों का विश्लेषण करेंगे ताकि यह पता लगाया जा सके कि क्या वे अवास्तविक या अनुपयोगी हैं और यह निर्धारित करने के लिए कि वे एक दूसरे पर और आप पर क्या प्रभाव डालते हैं। आपका चिकित्सक तब आपकी मदद करने में सक्षम होगा कि कैसे अनुपयोगी विचारों और व्यवहारों को बदलना है।
- यह पता लगाने के बाद कि आप क्या बदल सकते हैं, आपका चिकित्सक आपको इन परिवर्तनों का अभ्यास करने के लिए कहेगा।
- **सहयोगी** – आपका चिकित्सक आपको यह नहीं बताएगा कि क्या करना है वे आपकी वर्तमान कठिनाइयों का समाधान खोजने के लिए आपके साथ काम करेंगे

सीबीटी का उपयोग (USES OF CBT) :- सीबीटी को कई अलग-अलग मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों के इलाज का एक प्रभावी तरीका दिखाया गया है। अवसाद या चिंता विकारों के अलावा, सीबीटी निम्नलिखित लोगों की भी मदद कर सकता है:

- जुनूनी बाध्यकारी विकार (ओसीडी)
- घबराहट की समस्या
- अभिघातज के बाद का तनाव विकार (PTSD)
- भय
- खाने के विकार – जैसे एनोरेक्सिया और बुलिमिया
- नींद की समस्या – जैसे शराब के दुरुपयोग से संबंधित अनिद्रा की समस्या

सीबीटी के पक्ष और विपक्ष (PRONS AND CONS OF CBT) :-

- उन मामलों में मददगार हो सकता है जहां अकेले दवा ने काम नहीं किया है।
- यह व्यक्ति की खुद को (उनके विचारों, भावनाओं और व्यवहार) को बदलने की क्षमता पर ध्यान केंद्रित करता है – जो सिस्टम या परिवारों में किसी भी व्यापक समस्या का समाधान नहीं करता है जो अक्सर किसी व्यक्ति के स्वास्थ्य और भलाई पर महत्वपूर्ण प्रभाव डालता है।
- यह आपको उपयोगी और व्यावहारिक रणनीतियाँ सिखाती है जिनका उपयोग दैनिक जीवन में किया जा सकता है – उपचार समाप्त होने के बाद भी

नुकसान (DISADVANTAGES) :-

- इसका अधिकतम लाभ उठाने के लिए आपको खुद को इस प्रक्रिया के लिए प्रतिबद्ध करने की आवश्यकता है।
- नियमित सीबीटी सत्रों में भाग लेने और सत्रों के बीच कोई अतिरिक्त काम करने में आपका बहुत समय लग सकता है।
- यह अधिक जटिल मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं या सीखने की कठिनाइयों वाले लोगों के लिए उपयुक्त नहीं हो सकता है – क्योंकि इसके लिए संरचित सत्रों की आवश्यकता होती है।
- यह व्यक्ति की खुद को (उनके विचारों, भावनाओं और व्यवहार) को बदलने की क्षमता पर ध्यान केंद्रित करता है – जो सिस्टम या परिवारों में किसी भी व्यापक समस्या का समाधान नहीं करता है जो अक्सर किसी व्यक्ति के स्वास्थ्य और भलाई पर महत्वपूर्ण प्रभाव डालता है।

सकारात्मक व्यवहारिक हस्तक्षेप रणनीतियाँ (POSITIVE BEHAVIOURAL INTERVENTION STRATEGIES)

:- सकारात्मक व्यवहार हस्तक्षेप रणनीतियाँ (PBIS) विकलांग छात्रों के लिए व्यवहार और शैक्षणिक परिणामों में सुधार के लिए उपयोग की जाने वाली साक्ष्य-आधारित प्रथाएँ हैं। ये रणनीतियाँ समस्या व्यवहारों की घटना को कम करते हुए वांछित व्यवहारों को प्रोत्साहित करने और बनाए रखने के लिए सकारात्मक सुदृढीकरण के उपयोग के सिद्धांत पर आधारित हैं।

विकलांग बच्चों के लिए यहां कुछ सकारात्मक व्यवहारिक हस्तक्षेप रणनीतियां दी गई हैं:

सकारात्मक सुदृढीकरण का प्रयोग करें सकारात्मक सुदृढीकरण बच्चों में अच्छे व्यवहार को प्रोत्साहित करने के लिए एक शक्तिशाली उपकरण है। इसमें वांछित व्यवहारों के लिए पुरस्कार देना शामिल है, जैसे प्रशंसा, स्टिकर या छोटे व्यवहार। जब सकारात्मक व्यवहार प्रदर्शित करने के लिए किसी बच्चे की प्रशंसा की जाती है, तो भविष्य में उस व्यवहार को दोहराने की संभावना अधिक होती है।

दृश्य संकेतों का उपयोग करें: अक्षमता वाले कई बच्चे चित्र या आरेख जैसे दृश्य संकेतों पर अच्छी प्रतिक्रिया देते हैं। अपेक्षाओं को संप्रेषित करने के लिए दृश्य साधनों का उपयोग करें, और उन्हें उन क्षेत्रों में प्रदर्शित करें जहाँ बच्चा उन्हें आसानी से देख सके। इससे बच्चे को यह समझने में मदद मिलेगी कि उनसे क्या उम्मीद की जाती है और विभिन्न स्थितियों में कौन सा व्यवहार उचित है।

स्पष्ट निर्देश प्रदान करें: विकलांग बच्चों को जटिल निर्देशों को समझने में कठिनाई हो सकती है। स्पष्ट, संक्षिप्त निर्देश प्रदान करें जिनका पालन करना आसान हो। सरल भाषा का प्रयोग करें, और लंबे वाक्यों या जटिल शब्दों के प्रयोग से बचें।

टाइमर का प्रयोग करें: टाइमर बच्चों को काम पर रखने और ध्यान केंद्रित करने में सहायक हो सकता है। बच्चे को किसी कार्य पर काम करने के लिए एक विशिष्ट समय के लिए एक टाइमर सेट करें, और आवंटित समय के भीतर कार्य पूरा करने पर प्रशंसा या पुरस्कार प्रदान करें।

सकारात्मक भाषा का प्रयोग करें: विकलांग बच्चे को फीडबैक देते समय सकारात्मक भाषा का प्रयोग करें। "आपने वह गलत किया" कहने के बजाय, "चलो इसे फिर से प्रयास करें, और इस बार आप इसे और भी बेहतर कर सकते हैं।" इससे बच्चे को समर्थित महसूस करने और प्रयास जारी रखने के लिए प्रेरित होने में मदद मिलेगी।

पीयर मॉडलिंग का प्रयोग करें: पीयर मॉडलिंग सकारात्मक व्यवहार को बढ़ावा देने के लिए एक प्रभावी रणनीति है। विकलांग बच्चे अक्सर अपने साथियों से सबसे अच्छा सीखते हैं। ऐसे साथियों की पहचान करें जो सकारात्मक व्यवहार प्रदर्शित करते हैं, और बच्चे को उनके व्यवहार को देखने और मॉडल करने के लिए प्रोत्साहित करें।

विकल्प प्रदान करें: विकलांग बच्चे निराश महसूस कर सकते हैं जब उन्हें लगता है कि उनका अपने पर्यावरण पर कोई नियंत्रण नहीं है। विकल्प प्रदान करने से उन्हें सशक्त और प्रेरित महसूस करने में मदद मिल सकती है। उदाहरण के लिए, आप दो अलग-अलग गतिविधियों के बीच एक विकल्प या कक्षा में बैठने की जगह का विकल्प पेश कर सकते हैं।

एक इनाम प्रणाली का प्रयोग करें: सकारात्मक व्यवहार को प्रोत्साहित करने के लिए एक इनाम प्रणाली एक प्रभावी तरीका हो सकता है। एक ऐसी प्रणाली स्थापित करें जहां बच्चा अच्छे व्यवहार के लिए अंक या टोकन

अर्जित कर सके और पुरस्कार के लिए उनका आदान-प्रदान कर सके। इससे बच्चे को अपने प्रयासों के लिए प्रेरित और पुरस्कृत महसूस करने में मदद मिलेगी।

ये सकारात्मक व्यवहार हस्तक्षेप रणनीतियाँ विकलांग बच्चों को सकारात्मक व्यवहार विकसित करने और उनके शैक्षणिक और सामाजिक परिणामों में सुधार करने में मदद कर सकती हैं। बच्चे के शिक्षकों और माता-पिता के साथ काम करना महत्वपूर्ण है ताकि यह पता लगाया जा सके कि प्रत्येक बच्चे के लिए कौन सी रणनीतियाँ सबसे अच्छा काम करेंगी, और निरंतर समर्थन और प्रोत्साहन प्रदान करना।

Unit :- 1.3

Occupational therapy (OT) treatment focuses on helping people with a physical , sensory , or cognitive disability be as independent as possible in all areas of their lives व्यावसायिक चिकित्सा – कक्षा में परिभाषा, उद्देश्य, कार्यक्षेत्र और तकनीकें कमरे की सेटिंग।

व्यावसायिक चिकित्सा (ओटी) उपचार शारीरिक, संवेदी, या संज्ञानात्मक अक्षमता वाले लोगों को उनके जीवन के सभी क्षेत्रों में यथासंभव स्वतंत्र होने में मदद करने पर केंद्रित है। ओटी में, व्यवसाय उन दैनिक गतिविधियों को संदर्भित करता है जो लोग व्यक्तियों के रूप में करते हैं, और समुदायों के साथ समय बिताने और जीवन को अर्थ और उद्देश्य लाने के लिए। OT का प्राथमिक लक्ष्य लोगों को रोजमर्रा की जिंदगी की गतिविधियों में भाग लेने में सक्षम बनाना है।

जिन बच्चों को ओ.टी (Children who need OT) – एओटीए के अनुसार, निम्नलिखित चिकित्सा समस्याओं वाले बच्चों को ओटी से लाभ मिलता है:

- जन्म की चोटें या जन्म दोष
- संवेदी प्रसंस्करण विकार
- दर्दनाक चोटें (मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी)।
- सीखने की समस्याएं
- आत्मकेंद्रित / व्यापक विकास संबंधी विकार
- मानसिक स्वास्थ्य या व्यवहार संबंधी समस्याएं
- टूटी हुई हड्डियां या अन्य आर्थोपेडिक चोटें.
- विकास में होने वाली देर
- स्पाइना बिफिडा
- हाथ की गंभीर चोटें
- मल्टीपल स्केलेरोसिस, सेरेब्रल पाल्सी और अन्य पुरानी बीमारियाँ

व्यावसायिक चिकित्सा के उद्देश्य :- ऑक्यूपेशनल थेरेपी (ओटी) का उद्देश्य विकलांग या विकलांग व्यक्तियों को शैक्षिक सेटिंग्स सहित उनकी दैनिक गतिविधियों में उनकी पूरी क्षमता हासिल करने में मदद करना है। विशेष शिक्षा के संदर्भ में, व्यावसायिक चिकित्सा का उद्देश्य विकलांग छात्रों को उनके सीखने के माहौल में पूरी तरह से भाग लेने और उनके शैक्षिक लक्ष्यों तक पहुंचने में सहायता करना है।

विशेष शिक्षा में व्यावसायिक चिकित्सा के कुछ विशिष्ट लक्ष्यों में शामिल हो सकते हैं:

सूक्ष्म और स्थूल गामक कौशल विकसित करना: व्यावसायिक चिकित्सा विशेष आवश्यकता वाले बच्चों को सूक्ष्म मोटर कौशल (जैसे पेंसिल का उपयोग करना, कैंची से काटना) और स्थूल मोटर कौशल (जैसे दौड़ना, कूदना, संतुलन) सहित अपने मोटर कौशल में सुधार करने में मदद कर सकती है। यह बच्चों को कक्षा की गतिविधियों में भाग लेने, साथियों के साथ खेलने और दैनिक जीवन के कार्यों को करने में मदद कर सकता है।

संवेदी प्रसंस्करण में वृद्धि: विशेष आवश्यकता वाले बच्चों को स्पर्श, ध्वनि और गति जैसी संवेदी जानकारी संसाधित करने में कठिनाई हो सकती है। व्यावसायिक चिकित्सा बच्चों को उनकी संवेदी प्रसंस्करण क्षमताओं में सुधार करने में मदद कर सकती है ताकि वे अपने वातावरण में संवेदी जानकारी को बेहतर ढंग से समझ सकें और उसका जवाब दे सकें।

स्व-नियमन में सुधार: विशेष आवश्यकता वाले कुछ बच्चे स्व-नियमन के साथ संघर्ष कर सकते हैं, जिसका अर्थ है कि उन्हें अपनी भावनाओं, ध्यान और व्यवहार को प्रबंधित करने में कठिनाई होती है। व्यावसायिक चिकित्सा बच्चों को उनकी भावनाओं और व्यवहार को विनियमित करने के लिए रणनीति विकसित करने में मदद कर सकती है, जो उन्हें सीखने पर ध्यान केंद्रित करने और दूसरों के साथ अधिक प्रभावी ढंग से बातचीत करने में मदद कर सकती है।

सीखने के माहौल को अपनाना: व्यावसायिक चिकित्सक विकलांग छात्रों की जरूरतों को पूरा करने के लिए सीखने के माहौल को अनुकूलित करने के लिए शिक्षकों और अन्य शैक्षिक पेशेवरों के साथ काम कर सकते हैं। इसमें प्रत्येक छात्र की व्यक्तिगत आवश्यकताओं का समर्थन करने के लिए उपकरण को संशोधित करना, दृश्य समर्थन बनाना या शिक्षण रणनीतियों को समायोजित करना शामिल हो सकता है।

स्वतंत्रता और भागीदारी को बढ़ावा देना: विशेष शिक्षा में व्यावसायिक चिकित्सा का अंतिम लक्ष्य जीवन के सभी पहलुओं में स्वतंत्रता और भागीदारी को बढ़ावा देना है। व्यावसायिक चिकित्सक लक्ष्यों की पहचान करने और उन्हें प्राप्त करने के लिए रणनीति विकसित करने के लिए बच्चों और परिवारों के साथ काम कर सकते हैं, जैसे कि स्वतंत्र रूप से कपड़े पहनना सीखना, अवकाश गतिविधियों में भाग लेना या शैक्षणिक कार्यों को पूरा करना।

विशेष शिक्षा में व्यावसायिक चिकित्सा का उद्देश्य विकलांग छात्रों को उनके शैक्षिक वातावरण में पूरी तरह से भाग लेने और उनके शैक्षणिक और व्यक्तिगत लक्ष्यों को प्राप्त करने में सहायता करना है। प्रत्येक व्यक्ति की अनूठी जरूरतों को संबोधित करके, व्यावसायिक चिकित्सक विशेष जरूरतों वाले बच्चों को उनकी पूरी क्षमता तक पहुंचने और सार्थक, पूर्ण जीवन जीने में मदद कर सकते हैं।

कक्षा सेटिंग में व्यावसायिक चिकित्सा के तौर – तरीके (Modalities of Occupational Therapy in classroom setting) :- व्यावसायिक चिकित्सा ऑक्यूपेशनल थेरेपी (ओटी) एक स्वास्थ्य देखभाल पेशा है जो लोगों को सार्थक गतिविधियों में शामिल होने में मदद करने पर ध्यान केंद्रित करता है, जिसे व्यवसायों के रूप में भी जाना जाता है, जो स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देता है। विकलांग या अन्य विशेष जरूरतों वाले बच्चों के लिए कक्षा की सेटिंग में वृ विशेष रूप से फायदेमंद हो सकता है, क्योंकि यह उन्हें कक्षा की गतिविधियों में भाग लेने और शैक्षणिक सफलता प्राप्त करने के लिए आवश्यक कौशल और क्षमताओं को विकसित करने में मदद कर सकता है। ऑक्यूपेशनल थेरेपी के कई तौर-तरीके हैं जिनका उपयोग कक्षा सेटिंग में किया जा सकता है, जिनमें निम्नलिखित शामिल हैं:

संवेदी एकीकरण चिकित्सा: संवेदी एकीकरण चिकित्सा एक प्रकार का ओटी है जो बच्चों को संवेदी जानकारी को संसाधित करने और विभिन्न संवेदी उत्तेजनाओं के लिए उचित प्रतिक्रिया देने में मदद करने पर केंद्रित है। कक्षा की सेटिंग में, इसमें संवेदी-अनुकूल वातावरण बनाना, सीखने की सुविधा के लिए संवेदी उपकरणों और उपकरणों का उपयोग करना और पाठ्यक्रम में संवेदी-आधारित गतिविधियों को शामिल करना शामिल हो सकता है।

फाइन मोटर स्किल्स ट्रेनिंग: फाइन मोटर स्किल्स हाथों और उंगलियों की छोटी-छोटी हरकतों को संदर्भित करती हैं जो लिखने, ड्राइंग करने और छोटी वस्तुओं में हेरफेर करने जैसे कार्यों के लिए आवश्यक हैं। ऑक्यूपेशनल थेरेपिस्ट कक्षा में

बच्चों के साथ हाथ से लिखने का अभ्यास, काटने और चिपकाने के व्यायाम, और उंगली को मजबूत करने वाले व्यायाम जैसी गतिविधियों के माध्यम से उनके फाइन मोटर कौशल को विकसित करने और सुधारने के लिए काम कर सकते हैं।

ग्रॉस मोटर स्किल्स ट्रेनिंग: ग्रॉस मोटर स्किल्स शरीर के बड़े आंदोलनों को संदर्भित करती हैं जो चलने, दौड़ने, कूदने और चढ़ने जैसे कार्यों के लिए आवश्यक हैं। व्यावसायिक चिकित्सक खेल के मैदान में खेल, योग, नृत्य और अन्य शारीरिक गतिविधियों जैसी गतिविधियों के माध्यम से अपने सकल मोटर कौशल को विकसित करने और सुधारने के लिए कक्षा सेटिंग में बच्चों के साथ काम कर सकते हैं।

सामाजिक कौशल प्रशिक्षण: व्यावसायिक चिकित्सक कक्षा सेटिंग में साथियों और वयस्कों के साथ बातचीत करने की क्षमता में सुधार करने के लिए सामाजिक कौशल की कमी वाले बच्चों की सहायता कर सकते हैं। इसमें बच्चों को यह सिखाना शामिल हो सकता है कि बातचीत कैसे शुरू करें और कैसे बनाए रखें, सामाजिक संकेतों को कैसे पढ़ें और सामाजिक स्थितियों में अपनी भावनाओं को कैसे नियंत्रित करें।

कार्यकारी कामकाज कौशल प्रशिक्षण: कार्यकारी कामकाज कौशल संज्ञानात्मक कौशल का एक समूह है जो नियोजन, आयोजन, समस्या-समाधान और आत्म-नियमन जैसे कार्यों के लिए आवश्यक है। व्यावसायिक चिकित्सक समय प्रबंधन अभ्यास, संगठनात्मक रणनीतियों और लक्ष्य-निर्धारण गतिविधियों जैसी गतिविधियों के माध्यम से अपने कार्यकारी कामकाज कौशल को विकसित करने और सुधारने के लिए कक्षा सेटिंग में बच्चों के साथ काम कर सकते हैं।

कक्षा की सेटिंग में व्यावसायिक चिकित्सा का लक्ष्य विकलांग बच्चों या कक्षा की गतिविधियों में भाग लेने और शैक्षणिक सफलता प्राप्त करने के लिए आवश्यक कौशल और क्षमताओं को विकसित करने के लिए विशेष जरूरतों में मदद करना है। विभिन्न प्रकार के तौर-तरीकों और तकनीकों का उपयोग करके, व्यावसायिक चिकित्सक बच्चों को सीखने की बाधाओं को दूर करने और उनकी पूरी क्षमता तक पहुँचने में मदद कर सकते हैं।

Unit :- 1.4 Physiotherapy – definition , aim , scope and techniques in class room setting

फिजियोथेरेपी-परिभाषा, उद्देश्य, कार्यक्षेत्र और कक्षा कक्ष में तकनीक सेटिंग – फिजियोथेरेपी, जिसे भौतिक चिकित्सा के रूप में भी जाना जाता है, स्वास्थ्य देखभाल की एक शाखा है जो व्यायाम, मैनुअल थेरेपी और अन्य तौर-तरीकों जैसी गैर-इनवेसिव तकनीकों का उपयोग करके शारीरिक दुर्बलताओं, अक्षमताओं और दर्द की रोकथाम, मूल्यांकन और उपचार पर केंद्रित है। फिजियोथेरेपी का लक्ष्य रोगियों को उनके शारीरिक कार्य, गतिशीलता, शक्ति और जीवन की समग्र गुणवत्ता को फिर से हासिल करने और सुधारने में मदद करना है। यह अक्सर चोटों, न्यूरोलॉजिकल विकारों, कार्डियोपल्मोनरी स्थितियों और पुराने दर्द सहित कई प्रकार की स्थितियों के इलाज के लिए उपयोग किया जाता है। फिजियोथेरेपिस्ट व्यक्तिगत उपचार योजनाओं को विकसित करने के लिए रोगियों के साथ मिलकर काम करते हैं जो उनकी विशिष्ट आवश्यकताओं को पूरा करते हैं और उनके पुनर्वास लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद करते हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार, फिजियोथेरेपी को “बीमारी, चोट, या विकृति के उपचार के रूप में परिभाषित किया गया है, जैसे कि मालिश, गर्मी उपचार और व्यायाम के बजाय दवाओं या सर्जरी के द्वारा।”

फिजियोथेरेपी का उद्देश्य इष्टतम शारीरिक कार्य और गतिशीलता को बहाल करना, बनाए रखना और बढ़ावा देना, जीवन की गुणवत्ता में सुधार करना और दर्द, शारीरिक दुर्बलताओं और अक्षमताओं को रोकना या प्रबंधित करना है। फिजियोथेरेपिस्ट मस्कुलोरस्केलेटल, न्यूरोलॉजिकल, श्वसन और हृदय प्रणाली को प्रभावित करने वाली विभिन्न स्वास्थ्य स्थितियों और चोटों को दूर करने के लिए कई तरह की शारीरिक तकनीकों और चिकित्सीय अभ्यासों का उपयोग करते हैं।

फिजियोथेरेपी के उद्देश्य (Objectives of Physiotherapy) :- फिजियोथेरेपी, जिसे भौतिक चिकित्सा के रूप में भी जाना जाता है, एक स्वास्थ्य सेवा पेशा है जिसका उद्देश्य लोगों को उनके शारीरिक कार्य, गतिशीलता और समग्र कल्याण में सुधार करके चोटों, अक्षमताओं या बीमारियों से उबरने में मदद करना है। फिजियोथेरेपिस्ट अपने उद्देश्यों को प्राप्त करने के

लिए व्यायाम, मैनुअल थेरेपी, शिक्षा और अन्य तकनीकों के संयोजन का उपयोग करते हैं। फिजियोथेरेपी के उद्देश्य विविध हैं और इसमें निम्नलिखित शामिल हो सकते हैं:

दर्द से राहत: फिजियोथेरेपी के प्राथमिक उद्देश्यों में से एक रोगियों को दर्द को प्रबंधित करने और राहत देने में मदद करना है। चोटों या पुरानी स्थितियों के कारण होने वाले दर्द को कम करने के लिए फिजियोथेरेपिस्ट विभिन्न तकनीकों का उपयोग करते हैं, जैसे कि मालिश, स्ट्रेचिंग और व्यायाम को मजबूत करना।

गतिशीलता में सुधार: फिजियोथेरेपी उन रोगियों की गतिशीलता में सुधार करने में मदद करती है जिन्हें चोटों, अक्षमताओं या उम्र से संबंधित स्थितियों के कारण चलने में कठिनाई होती है। फिजियोथेरेपिस्ट गति, मांसपेशियों की ताकत और लचीलेपन की संयुक्त सीमा में सुधार के लिए व्यायाम और अन्य तकनीकों का उपयोग करते हैं।

रीस्टोर फंक्शन: फिजियोथेरेपी का उद्देश्य उन रोगियों के कार्य को बहाल करना है, जो चोट या बीमारी के कारण कुछ शारीरिक कार्य खो चुके हैं। उदाहरण के लिए, फिजियोथेरेपिस्ट स्ट्रोक के रोगियों को चलने या अपने हाथों का उपयोग करने की क्षमता हासिल करने में मदद कर सकते हैं।

भविष्य की चोट को रोकें: फिजियोथेरेपी का एक अन्य उद्देश्य रोगियों को भविष्य की चोटों को रोकने में मदद करना है। फिजियोथेरेपिस्ट मरीजों को चोटों से बचने में मदद करने के लिए उचित शरीर यांत्रिकी, आसन और व्यायाम के बारे में शिक्षित करते हैं।

पुनर्वास: फिजियोथेरेपी रोगियों को चोटों या सर्जरी से उबरने में मदद करती है। फिजियोथेरेपिस्ट मरीजों को ताकत, लचीलापन और कार्य करने में मदद करने के लिए व्यक्तिगत पुनर्वास कार्यक्रम बनाते हैं।

समग्र कल्याण को बढ़ावा दें: फिजियोथेरेपी का उद्देश्य शारीरिक कार्य, गतिशीलता में सुधार और दर्द को कम करके समग्र कल्याण को बढ़ावा देना है। फिजियोथेरेपिस्ट व्यायाम, आहार और तनाव प्रबंधन जैसे स्वस्थ जीवन शैली विकल्पों पर भी शिक्षा प्रदान कर सकते हैं।

संतुलन और समन्वय में सुधार: फिजियोथेरेपी संतुलन और समन्वय में सुधार कर सकती है, खासकर उन रोगियों में जिन्हें स्ट्रोक हुआ है या पार्किंसंस रोग जैसी स्थितियों से पीड़ित हैं।

श्वास में सुधार: फिजियोथेरेपी फेफड़ों की बीमारियों जैसे क्रॉनिक ऑब्सट्रक्टिव पल्मोनरी डिजीज (COPD) के रोगियों में श्वास क्रिया को बेहतर बनाने में भी मदद कर सकती है।

फिजियोथेरेपी का उद्देश्य रोगियों को उनकी पूरी शारीरिक क्षमता हासिल करने, उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार लाने और भविष्य में चोटों या अक्षमताओं को रोकने में मदद करना है।

फिजियोथेरेपी स्वास्थ्य देखभाल की एक शाखा है जिसमें व्यायाम, मैनुअल थेरेपी और इलेक्ट्रोथेरेपी जैसी विभिन्न शारीरिक तकनीकों का उपयोग करके शारीरिक अक्षमताओं, चोटों और विकारों का उपचार और प्रबंधन शामिल है। कक्षा की सेटिंग में, विशेष बच्चों को उनके मोटर कौशल विकसित करने, उनकी शारीरिक शक्ति में सुधार करने और बेहतर समग्र स्वास्थ्य प्राप्त करने में सहायता करने के लिए फिजियोथेरेपी का उपयोग किया जा सकता है।

विशेष बच्चों के संबंध में कक्षा की सेटिंग में फिजियोथेरेपी का दायरा बहुत बड़ा है और इसमें विभिन्न तकनीकें शामिल हैं, जैसे:

ऑकलन और मूल्यांकन: फिजियोथेरेपिस्ट बच्चे के मोटर कौशल, संतुलन, समन्वय और समग्र शारीरिक स्वास्थ्य का मूल्यांकन करने के लिए मानकीकृत आकलन का उपयोग करते हैं। मूल्यांकन के आधार पर, एक व्यक्तिगत उपचार योजना बनाई जाती है।

शिक्षा और प्रशिक्षण: फिजियोथेरेपिस्ट शिक्षकों और देखभाल करने वालों के साथ काम करते हैं ताकि उन्हें बच्चे की शारीरिक जरूरतों के बारे में शिक्षित किया जा सके, जिसमें सुरक्षित संचालन और पोजिशनिंग तकनीक, पोस्टुरल मैनेजमेंट और अनुकूलित शारीरिक गतिविधियां शामिल हैं।

व्यायाम और पुनर्वास: फिजियोथेरेपिस्ट व्यायाम का उपयोग बच्चों को उनकी शारीरिक शक्ति, गति की सीमा और समग्र फिटनेस में सुधार करने में मदद करने के लिए करते हैं। विशिष्ट शारीरिक अक्षमताओं वाले बच्चों की सहायता के लिए चाल प्रशिक्षण, संतुलन प्रशिक्षण और संवेदी एकीकरण चिकित्सा जैसी पुनर्वास तकनीकों का भी उपयोग किया जाता है।

सहायक तकनीक: बच्चों को बेहतर गतिशीलता और स्वतंत्रता प्राप्त करने में मदद करने के लिए फिजियोथेरेपिस्ट सहायक तकनीक जैसे ब्रेसिज, व्हीलचेयर या ऑर्थोटिक्स की सिफारिश कर सकते हैं।

दर्द प्रबंधन: फिजियोथेरेपिस्ट शारीरिक अक्षमताओं वाले बच्चों में दर्द और परेशानी का प्रबंधन करने के लिए मालिश, गर्मी चिकित्सा और विद्युत उत्तेजना जैसी विभिन्न तकनीकों का उपयोग कर सकते हैं।

गृह व्यायाम कार्यक्रम: फिजियोथेरेपिस्ट घरेलू व्यायाम कार्यक्रम प्रदान करते हैं जो माता-पिता अपने बच्चों के शारीरिक विकास को बढ़ावा देने और उनके समग्र कल्याण को बढ़ाने के लिए कर सकते हैं।

संक्षेप में, विशेष बच्चों के लिए कक्षा सेटिंग में फिजियोथेरेपी का दायरा व्यापक है, और इसमें मूल्यांकन और मूल्यांकन, शिक्षा और प्रशिक्षण, व्यायाम और पुनर्वास, सहायक तकनीक, दर्द प्रबंधन और घरेलू व्यायाम कार्यक्रम शामिल हैं। इन तकनीकों को कक्षा की सेटिंग में शामिल करके, शारीरिक अक्षमता वाले बच्चे बेहतर स्वास्थ्य परिणाम, बेहतर गतिशीलता और अधिक स्वतंत्रता प्राप्त कर सकते हैं।

Unit :- 1.5 Speech therapy – definition , aim , scope and techniques in class room setting - स्पीच थेरेपी- क्लास रूम में परिभाषा, उद्देश्य, कार्यक्षेत्र और तकनीक स्थापना।

वाक् चिकित्सा की परिभाषा (DEFINITION OF SPEECH THERAPY) – स्पीच थेरेपी, जिसे स्पीच-लैंग्वेज थेरेपी के रूप में भी जाना जाता है, संचार और निगलने संबंधी विकारों के निदान, मूल्यांकन और उपचार पर केंद्रित स्वास्थ्य देखभाल की एक शाखा है। इसमें सभी उम्र के व्यक्तियों के साथ काम करना शामिल है, जो विभिन्न कारणों से भाषण, भाषा, आवाज, प्रवाह, या निगलने में कठिनाइयों का अनुभव करते हैं, जैसे कि विकास संबंधी देरी, तंत्रिका संबंधी विकार या शारीरिक हानि। भाषण चिकित्सा का लक्ष्य संचार और रूढ़ि निगलने की क्षमता में सुधार करना, सामाजिक संपर्क में वृद्धि करना और चिकित्सा प्राप्त करने वाले व्यक्तियों के जीवन की समग्र गुणवत्ता में वृद्धि करना है। भाषण चिकित्सक स्कूलों, अस्पतालों, पुनर्वास केंद्रों, निजी प्रथाओं और सामुदायिक क्लिनिकों सहित विभिन्न प्रकार की सेटिंग्स में काम कर सकते हैं।

अमेरिकन स्पीच-लैंग्वेज-हियरिंग एसोसिएशन (आशा) के अनुसार, स्पीच थेरेपी, जिसे स्पीच-लैंग्वेज थेरेपी या केवल स्पीच थेरेपी के रूप में भी जाना जाता है, संचार विकारों और निगलने संबंधी विकारों का मूल्यांकन और उपचार है। इसमें भाषण, भाषा, आवाज, प्रवाह (हकलाना), और खाने और निगलने में कठिनाई शामिल हो सकती है। भाषण-भाषा रोगविज्ञानी, जो इस क्षेत्र में प्रशिक्षित पेशेवर हैं, सभी उम्र के व्यक्तियों के साथ काम करते हैं ताकि उनके संचार और निगलने की क्षमता में सुधार हो सके।

वाक् चिकित्सा के लक्ष्य और उद्देश्य (GOALS AND OBJECTIVES OF SPEECH THERAPY) :- स्पीच थेरेपी थेरेपी का एक विशेष क्षेत्र है जो किसी व्यक्ति की प्रभावी ढंग से संवाद करने की क्षमता में सुधार करने पर केंद्रित है। इसमें भाषण, भाषा और निगलने संबंधी विकारों सहित संचार विकारों का निदान, मूल्यांकन और उपचार शामिल है। स्पीच थेरेपी के लक्ष्य और उद्देश्य ग्राहक की व्यक्तिगत जरूरतों और निदान के आधार पर अलग-अलग होते हैं। हालाँकि, स्पीच थेरेपी के कुछ सामान्य लक्ष्य और उद्देश्य हैं:

संचार कौशल में सुधार: स्पीच थेरेपी का प्राथमिक लक्ष्य किसी व्यक्ति के संचार कौशल में सुधार करना है। इसमें बेहतर भाषण, भाषा और सामाजिक संचार कौशल विकसित करना शामिल हो सकता है। इसका उद्देश्य व्यक्तियों को विभिन्न सेटिंग्स में अधिक प्रभावी ढंग से और कुशलता से संवाद करने में सहायता करना है।

वाक् और उच्चारण में वृद्धि: भाषण चिकित्सा का उद्देश्य किसी व्यक्ति की अभिव्यक्ति और उच्चारण में सुधार करना है, ताकि वे स्पष्ट रूप से स्वयं को अभिव्यक्त कर सकें। इसमें ध्वनियों के सही निर्माण पर काम करना और वाक् बोधगम्यता में सुधार करना शामिल है।

भाषा कौशल विकसित करें: भाषण चिकित्सा व्यक्तियों को भाषा कौशल विकसित करने में मदद कर सकती है, जिसमें समझ, अभिव्यक्ति और व्यावहारिकता शामिल है। इसमें शब्दावली, व्याकरण, वाक्य संरचना और सामाजिक संचार कौशल पर काम करना शामिल हो सकता है।

निगलने की क्रिया में सुधार: स्पीच थेरेपी व्यक्तियों को निगलने में कठिनाई के साथ सहायता कर सकती है, जैसे कि डिस्पैगिया, उनके निगलने के कार्य को बेहतर बनाने के लिए रणनीति विकसित करने में। यह चोकिंग और आकांक्षा को रोकने में मदद कर सकता है, जिससे बेहतर पोषण और जलयोजन हो सकता है।

प्रवाह बढ़ाएँ: भाषण चिकित्सा उन व्यक्तियों की मदद कर सकती है जो हकलाते हैं या अन्य प्रवाह विकार हैं जो अधिक धाराप्रवाह भाषण पैटर्न विकसित करते हैं। इसमें रुकावटों को कम करने की तकनीकें शामिल हैं, जैसे रुकना, दोहराना या ब्लॉक करना।

संज्ञानात्मक कौशल में वृद्धि: भाषण चिकित्सा ध्यान, स्मृति और समस्या को सुलझाने के कौशल सहित संज्ञानात्मक घाटे वाले व्यक्तियों की सहायता कर सकती है। इसमें विभिन्न सेटिंग्स में इन कौशलों और संचार को बेहतर बनाने के लिए विकासशील रणनीतियों को शामिल किया जा सकता है।

सामाजिक संचार में सुधार: भाषण चिकित्सा आत्मकेंद्रित स्पेक्ट्रम विकार या अन्य सामाजिक संचार विकारों वाले व्यक्तियों को उनके सामाजिक संपर्क कौशल में सुधार करने में मदद कर सकती है। इसमें अशाब्दिक संचार पर काम करना, सामाजिक संकेतों को समझना और उचित सामाजिक व्यवहार विकसित करना शामिल है।

स्पीच थेरेपी का प्राथमिक लक्ष्य व्यक्तियों को प्रभावी संचार कौशल विकसित करने और उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार करने में मदद करना है। स्पीच थेरेपी के उद्देश्य व्यक्ति की जरूरतों और निदान के आधार पर अलग-अलग हो सकते हैं, लेकिन अंतिम उद्देश्य बेहतर संचार और सामाजिक संपर्क को सुविधाजनक बनाना है।

कक्षा की सेटिंग में स्पीच थेरेपी में आमतौर पर छात्रों को अधिक प्रभावी ढंग से संवाद करने के लिए उनके भाषण और भाषा कौशल में सुधार करने में मदद करना शामिल होता है। कक्षा की सेटिंग में स्पीच थेरेपी का दायरा छात्रों की जरूरतों के आधार पर भिन्न हो सकता है, लेकिन इसमें अक्सर निम्नलिखित शामिल होते हैं:

आकलन: एक भाषण-भाषा रोगविज्ञानी (एसएलपी) आम तौर पर छात्र की भाषण और भाषा क्षमताओं को निर्धारित करने के लिए मूल्यांकन करेगा, जिसमें उनकी ताकत और कठिनाई के क्षेत्र शामिल हैं। इसमें कक्षा सेटिंग में मानकीकृत परीक्षण, अनौपचारिक मूल्यांकन और छात्र के अवलोकन शामिल हो सकते हैं।

लक्ष्य-निर्धारण: मूल्यांकन के आधार पर, एसएलपी छात्र, शिक्षक और शैक्षिक टीम के अन्य सदस्यों के साथ छात्र के भाषण और भाषा के विकास के लिए विशिष्ट लक्ष्य निर्धारित करने के लिए काम करेगा। समय के साथ प्रगति को ट्रैक करने के लिए इन लक्ष्यों को व्यक्तिगत और औसत दर्जे का होना चाहिए।

हस्तक्षेप: छात्रों को उनके लक्ष्यों को पूरा करने में मदद करने के लिए SLP हस्तक्षेप रणनीतियों को विकसित और कार्यान्वित करेगा। इसमें कौशल को सुदृढ़ करने के लिए एसएलपी, कक्षा-आधारित हस्तक्षेप और घर-आधारित गतिविधियों के साथ प्रत्यक्ष चिकित्सा सत्र शामिल हो सकते हैं।

सहयोग: एसएलपी यह सुनिश्चित करने के लिए कक्षा शिक्षक और अन्य शैक्षिक पेशेवरों के साथ मिलकर काम करेगा कि पूरे दिन छात्र के भाषण और भाषा की जरूरतों को पूरा किया जा रहा है। इसमें कक्षा की गतिविधियों को संशोधित करना, आवास या सहायक तकनीक प्रदान करना और निर्देशात्मक रणनीतियों पर सहयोग करना शामिल हो सकता है।

कक्षा की सेटिंग में स्पीच थेरेपी में उपयोग की जाने वाली कुछ तकनीकों में शामिल हैं:

मॉडलिंग: SLP छात्र द्वारा नकल करने के लिए सही भाषण और भाषा पैटर्न को मॉडल कर सकता है।

ड्रिल और अभ्यास: सटीकता और गति में सुधार के लिए छात्र बार-बार विशिष्ट भाषण और भाषा कौशल का अभ्यास कर सकते हैं।

दृश्य साधन: चित्र, रेखाचित्र और लिखित संकेत जैसे दृश्य साधन छात्र की भाषा की समझ और उपयोग में सहायता कर सकते हैं।

खेल और गतिविधियाँ: भाषण और भाषा कौशल को शामिल करने वाले खेल और गतिविधियाँ छात्रों के लिए आकर्षक हो सकती हैं और उन्हें मजेदार तरीके से अपने कौशल का अभ्यास करने में मदद कर सकती हैं।

ऑगमेंटेड एंड अल्टरनेटिव कम्युनिकेशन (AAC): उन छात्रों के लिए जिन्हें मौखिक संचार में कठिनाई होती है, AAC डिवाइस या रणनीति जैसे पिक्चर एक्सचेंज कम्युनिकेशन सिस्टम (PECS) का उपयोग उनके संचार का समर्थन करने के लिए किया जा सकता है।

सारांश में, कक्षा सेटिंग में भाषण चिकित्सा में छात्रों को उनके भाषण और भाषा कौशल में सुधार करने में मदद करने के लिए मूल्यांकन, लक्ष्य-निर्धारण, हस्तक्षेप और सहयोग रणनीतियों की एक श्रृंखला शामिल है। उपयोग की जाने वाली तकनीकें छात्र की जरूरतों के आधार पर भिन्न हो सकती हैं और इसमें मॉडलिंग, ड्रिल और अभ्यास, विजुअल एड्स, गेम और गतिविधियाँ और एएसी शामिल हो सकते हैं।

Unit :- 2 Concept and understanding of recreational therapies (मनोरंजक उपचारों की अवधारणा और समझ)

Unit :- 2.1 Need and importance of recreational therapies for children with developmental Disabilities (विकासात्मक बच्चों के लिए मनोरंजक चिकित्सा की आवश्यकता और महत्व विकलांग) – मनोरंजक चिकित्सा, जिसे चिकित्सीय मनोरंजन के रूप में भी जाना जाता है, एक स्वास्थ्य सेवा पेशा है जो मनोरंजक गतिविधियों का उपयोग शारीरिक, संज्ञानात्मक, भावनात्मक या सामाजिक सीमाओं वाले व्यक्तियों को उनके जीवन की गुणवत्ता, कार्यात्मक क्षमताओं और समग्र कल्याण में सुधार करने में मदद करने के लिए करता है। मनोरंजक चिकित्सक ग्राहकों के साथ उनकी जरूरतों और रुचियों का आकलन करने, उपचार योजना विकसित करने और शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को बढ़ावा देने वाली आकर्षक और सार्थक गतिविधियों की सुविधा के लिए काम करते हैं। मनोरंजक चिकित्सा गतिविधियों के उदाहरणों में कला और शिल्प, खेल, संगीत, नृत्य, नाटक, बागवानी और

पशु-सहायता चिकित्सा शामिल हैं। मनोरंजक चिकित्सा का उपयोग अक्सर पुनर्वास सेटिंग्स, मानसिक स्वास्थ्य सुविधाओं और समुदाय-आधारित कार्यक्रमों में किया जाता है ताकि व्यक्तियों को अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने, अपने आत्म-सम्मान को बढ़ाने और सामाजिक संबंधों को विकसित करने में मदद मिल सके।

मनोरंजक उपचार विभिन्न स्थितियों में हो सकता है, जिनमें शामिल हैं:

- अस्पताल
- स्कूल
- इनपेशेंट और आउट पेशेंट मानसिक स्वास्थ्य सुविधाएं और कार्यक्रम कुशल
- नर्सिंग सुविधाएं
- सहायक रहने की सुविधा
- खेल कार्यक्रम
- सुधारक सुविधाएं
- सामुदायिक केंद्र

आपका चिकित्सक आमतौर पर आपकी गतिविधियों को आपकी रुचियों से मिलाने की कोशिश करेगा। मनोरंजक चिकित्सा कार्यक्रम का हिस्सा बनने वाली कुछ गतिविधियों में शामिल हैं:

- कला
- संगीत
- खेल – कूद वाले खेल
- वीडियो गेम
- जानवरों की बातचीत
- नृत्य और आंदोलन
- बागवानी
- कहानी
- खाना पकाने
- समुदाय और सांस्कृतिक सैर

मनोरंजक चिकित्सा के लाभ (Benefits of RECREATIONAL THERAPY) – मनोरंजक चिकित्सा रोगी के उपचार का एक अभिन्न अंग है, साथ ही सामुदायिक सेवाओं के उपभोक्ताओं को लाभ पहुंचाने वाली सेवा भी है। मनोरंजक थेरेपी प्रतिभागियों के परिणामों को बढ़ाती है और स्वास्थ्य देखभाल लागत को कम करती है:

- सक्रिय, परिणाम केंद्रित देखभाल प्रदान करना जो परिणाम प्राप्त करता है।
- उनके घर और सामुदायिक वातावरण में उपचार में विकसित कौशल के सामान्यीकरण को सक्षम करना।
- प्राथमिक और द्वितीयक विकलांगताओं के प्रभावों को कम करना।
- छोटे और बड़े समूह में लागत प्रभावी साधनों के माध्यम से उपचार प्रदान करना।
- भौतिक, सामाजिक, संज्ञानात्मक और भावनात्मक डोमेन के भीतर स्वतंत्र कार्यप्रणाली को बढ़ाने पर ध्यान देने के साथ पूरे व्यक्ति को संबोधित करना।
- विभिन्न प्रकार के हस्तक्षेप प्रदान करना जो लागत प्रभावी हैं, मूल्य जोड़ते हैं और किसी व्यक्ति के जीवनकाल में महत्वपूर्ण स्थायित्व रखते हैं।

Unit :- 2.2 Types of recreational therapies and their importance from the teacher*s perspective

(मनोरंजक चिकित्सा के प्रकार और शिक्षक के दृष्टिकोण से उनका महत्व) – मनोरंजक चिकित्सा, जिसे चिकित्सीय मनोरंजन के रूप में भी जाना जाता है, चिकित्सा का एक रूप है जो विकलांग या बीमारियों वाले व्यक्तियों के शारीरिक, संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक कल्याण को बढ़ाने के लिए मनोरंजक गतिविधियों का उपयोग करता है। विशेष शिक्षा में, मनोरंजक चिकित्सा एक मूल्यवान उपकरण है जो विशेष आवश्यकता वाले छात्रों को उनकी कार्यात्मक क्षमताओं में सुधार करने, सामाजिक कौशल विकसित करने और उनके जीवन की समग्र गुणवत्ता को बढ़ावा देने वाली सार्थक गतिविधियों में संलग्न होने में मदद कर सकता है। इस प्रतिक्रिया में, हम विशेष शिक्षा में शिक्षक के दृष्टिकोण से विभिन्न प्रकार के मनोरंजक उपचारों और उनके महत्व पर चर्चा करेंगे।

कला चिकित्सा: कला चिकित्सा मनोरंजक चिकित्सा का एक रूप है जिसमें विकलांग व्यक्तियों को उनके विचारों और भावनाओं को संप्रेषित करने, चिंता और तनाव को कम करने और उनके आत्मसम्मान में सुधार करने में मदद करने के लिए कलात्मक अभिव्यक्ति का उपयोग शामिल है। कला चिकित्सा गतिविधियों में ड्राइंग, पेंटिंग, स्कल्प्टिंग और कोलाज बनाना शामिल हो सकते हैं। ऑटिज्म, एडीएचडी, और भावनात्मक और व्यवहार संबंधी विकार वाले व्यक्तियों के लिए कला चिकित्सा विशेष रूप से सहायक होती है।

संगीत चिकित्सा: संगीत चिकित्सा मनोरंजक चिकित्सा का एक रूप है जो विकलांग व्यक्तियों को उनके संचार कौशल में सुधार करने, चिंता और तनाव को कम करने और उनके मनोदशा में सुधार करने के लिए संगीत का उपयोग करती है। संगीत चिकित्सा गतिविधियों में गायन, वाद्य यंत्र बजाना और संगीत रचना शामिल हो सकते हैं। ऑटिज्म, डाउन सिंड्रोम और बौद्धिक अक्षमताओं वाले व्यक्तियों के लिए संगीत चिकित्सा विशेष रूप से सहायक है।

एनिमल-असिस्टेड थेरेपी: एनिमल-असिस्टेड थेरेपी मनोरंजक थेरेपी का एक रूप है जिसमें विकलांग व्यक्तियों की चिंता और तनाव को कम करने, उनके सामाजिक कौशल में सुधार करने और उनके शारीरिक और संज्ञानात्मक कार्यों को बढ़ाने में मदद करने के लिए प्रशिक्षित जानवरों का उपयोग शामिल है। पशु-सहायता चिकित्सा गतिविधियों में पेंटिंग, ब्रश करना और कुत्तों, बिल्लियों और घोड़ों जैसे जानवरों के साथ खेलना शामिल हो सकता है। ऑटिज्म, एडीएचडी, और भावनात्मक और व्यवहार संबंधी विकार वाले व्यक्तियों के लिए पशु-सहायता चिकित्सा विशेष रूप से सहायक होती है।

फिजिकल थेरेपी: फिजिकल थेरेपी मनोरंजक थेरेपी का एक रूप है जिसमें विकलांग व्यक्तियों को उनकी शारीरिक कार्यप्रणाली में सुधार करने, दर्द और परेशानी को कम करने और उनकी गतिशीलता और स्वतंत्रता को बढ़ाने में मदद करने के लिए शारीरिक व्यायाम और गतिविधियों का उपयोग शामिल है। भौतिक चिकित्सा गतिविधियों में खिंचाव, मजबूती और संतुलन अभ्यास शामिल हो सकते हैं। फिजिकल थेरेपी विशेष रूप से सेरेब्रल पाल्सी, स्पाइना बिफिडा और मस्क्युलर डिस्ट्रॉफी जैसी शारीरिक अक्षमताओं वाले व्यक्तियों के लिए सहायक है।

आउटडोर थेरेपी: आउटडोर थेरेपी मनोरंजक थेरेपी का एक रूप है जिसमें शारीरिक, भावनात्मक और सामाजिक कल्याण को बढ़ावा देने के लिए लंबी पैदल यात्रा, शिविर और मछली पकड़ने जैसी बाहरी गतिविधियों में विकलांग व्यक्तियों को शामिल करना शामिल है। ऑटिज्म, एडीएचडी, और भावनात्मक और व्यवहार संबंधी विकार वाले व्यक्तियों के लिए आउटडोर थेरेपी विशेष रूप से सहायक होती है।

विशेष शिक्षा में एक शिक्षक के दृष्टिकोण से, विशेष आवश्यकता वाले छात्रों के समग्र कल्याण को बढ़ावा देने के लिए मनोरंजक चिकित्सा एक आवश्यक उपकरण है। मनोरंजक चिकित्सा गतिविधियाँ छात्रों को सार्थक गतिविधियों में संलग्न होने में मदद कर सकती हैं जो उनके सामाजिक, भावनात्मक और संज्ञानात्मक विकास को बढ़ावा देती हैं, जिससे बदले में अकादमिक प्रदर्शन में सुधार और जीवन की बेहतर समग्र गुणवत्ता हो सकती है। अपनी पाठ योजनाओं में मनोरंजक चिकित्सा को शामिल करके, शिक्षक एक मजेदार और आकर्षक सीखने का माहौल बना सकते हैं जो उनके छात्रों के समग्र विकास को बढ़ावा देता है।

Unit :- 2.3 Yoga therapy – aim, scope and role in education of children with developmental Disabilities, therapeutic yoga (योग चिकित्सा – विकासात्मक बच्चों की शिक्षा में लक्ष्य, कार्यक्षेत्र और भूमिका विकलांग, चिकित्सीय योग) – योग चिकित्सा उपचार के लिए एक समग्र दृष्टिकोण है जो पारंपरिक योग प्रथाओं के सिद्धांतों को आधुनिक चिकित्सा विज्ञान के साथ जोड़ती है। यह पूरक और वैकल्पिक चिकित्सा का एक रूप है जिसका उद्देश्य व्यक्ति के शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक पहलुओं को एकीकृत करके स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देना है।

योग चिकित्सा इस समझ पर आधारित है कि शरीर, मन और आत्मा आपस में जुड़े हुए हैं और इनमें से किसी भी क्षेत्र में असंतुलन होने पर स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। योग चिकित्सा के अभ्यास में एक अनुकूलित और व्यक्तिगत दृष्टिकोण शामिल होता है जो व्यक्ति की अनूठी जरूरतों, स्वास्थ्य इतिहास और वर्तमान स्थिति पर विचार करता है।

योग चिकित्सा में शारीरिक आसन (आसन), श्वास तकनीक (प्राणायाम), ध्यान, विश्राम तकनीक, आहार अनुशंसाएं और जीवन शैली में संशोधन शामिल हो सकते हैं। इसमें मालिश, एक्यूपंकचर और हर्बल दवा जैसे अन्य पूरक उपचार भी शामिल हो सकते हैं।

योग चिकित्सा का लक्ष्य व्यक्तियों को उनके लक्षणों का इलाज करने के बजाय उनकी स्वास्थ्य समस्याओं के मूल कारण को संबोधित करके इष्टतम स्वास्थ्य और कल्याण प्राप्त करने में सहायता करना है। यह अक्सर पारंपरिक चिकित्सा उपचार के लिए एक पूरक चिकित्सा के रूप में उपयोग किया जाता है और पुराने दर्द, चिंता, अवसाद और तनाव संबंधी विकारों सहित कई स्थितियों के प्रबंधन में प्रभावी हो सकता है।

योग एक प्राचीन प्रथा है जो भारत में उत्पन्न हुई और हजारों वर्षों से चली आ रही है। परंपरा के आधार पर योग का उद्देश्य और दायरा अलग-अलग हो सकता है, लेकिन आम तौर पर, इसमें शारीरिक आसन, श्वास व्यायाम, ध्यान और नैतिक सिद्धांत शामिल होते हैं जिनका उद्देश्य शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक कल्याण में सुधार करना है।

योग का प्राथमिक उद्देश्य व्यक्तियों को शरीर, मन और आत्मा के बीच सामंजस्य और संतुलन की स्थिति प्राप्त करने में मदद करना है। यह योग मुद्राओं (आसनों) के अभ्यास के माध्यम से प्राप्त किया जाता है, जो शरीर को मजबूत बनाने और फैलाने में मदद करते हैं, लचीलापन और संतुलन बढ़ाते हैं, और समग्र शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार करते हैं।

शारीरिक स्वास्थ्य के अलावा, योग का उद्देश्य मानसिक और भावनात्मक कल्याण में सुधार करना भी है। योग के नियमित अभ्यास से लोगों को तनाव, चिंता और अवसाद का प्रबंधन करने में मदद मिल सकती है और शांति और आंतरिक शांति की भावना को बढ़ावा मिल सकता है। ध्यान, जो योग का एक अभिन्न अंग है, लोगों को ध्यान और ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है, और उनके आध्यात्मिक अभ्यास को गहरा करता है।

योग का दायरा विशाल है और इसमें कई अलग-अलग शैलियों और परंपराओं को शामिल किया गया है। कुछ लोग योग का अभ्यास विशुद्ध रूप से इसके भौतिक लाभों के लिए करते हैं, जबकि अन्य अभ्यास के आध्यात्मिक पहलुओं की ओर आकर्षित होते हैं। योग के कई अलग-अलग प्रकार भी हैं, जैसे हठ, विनयसा, कुंडलिनी और अष्टांग, प्रत्येक का अपना अनूठा ध्यान और लाभ है।

योग का उद्देश्य और दायरा व्यक्तियों को अपने जीवन के सभी पहलुओं में जागरूकता, संतुलन और कल्याण की भावना पैदा करने में मदद करना है।

विकासात्मक बच्चों की शिक्षा में योगा की भूमिका – विकासात्मक विकलांग बच्चों की देखभाल के लिए चिकित्सीय और समग्र दृष्टिकोण प्रदान करके योग उनकी विशेष शिक्षा में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। चिकित्सीय योग शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक कल्याण में सुधार के लिए योग प्रथाओं के उपयोग पर केंद्रित है।

विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए चिकित्सीय योग के कुछ संभावित लाभों में शामिल हैं:

बेहतर शारीरिक स्वास्थ्य: योग मांसपेशियों की ताकत, लचीलापन, संतुलन और समन्वय में सुधार करने में मदद कर सकता है, जो विशेष रूप से सेरेब्रल पाल्सी, डाउन सिंड्रोम या ऑटिज्म जैसी स्थितियों वाले बच्चों के लिए सहायक हो सकता है।

कम तनाव और चिंता: योग बच्चों को गहरी सांस लेने, ध्यान और दृश्य जैसी विश्राम तकनीक सीखने में मदद कर सकता है, जो तनाव और चिंता को कम करने में सहायक हो सकता है।

बेहतर सामाजिक कौशल: योग का अभ्यास समूहों में किया जा सकता है, जो बच्चों को सामाजिक कौशल विकसित करने और दूसरों के साथ बातचीत करने की उनकी क्षमता में सुधार करने में मदद कर सकता है।

आत्म-जागरूकता और आत्म-सम्मान में वृद्धि: योग के माध्यम से, बच्चे अपने शरीर और अपनी भावनाओं के बारे में अधिक जागरूक होना सीख सकते हैं, जिससे आत्म-सम्मान और आत्मविश्वास में वृद्धि हो सकती है।

बेहतर फोकस और ध्यान: योग बच्चों को ध्यान केंद्रित करने और ध्यान केंद्रित करने की उनकी क्षमता में सुधार करने में मदद कर सकता है, जो एडीएचडी या अन्य ध्यान विकारों वाले लोगों के लिए विशेष रूप से सहायक हो सकता है।

बेहतर नींद: योग बच्चों को सोने से पहले आराम करने और आराम करने में मदद कर सकता है, जिससे बेहतर नींद और समग्र स्वास्थ्य में सुधार हो सकता है।

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि चिकित्सीय योग को प्रत्येक बच्चे की व्यक्तिगत जरूरतों और क्षमताओं के अनुकूल बनाया जाना चाहिए, और हमेशा एक योग्य योग प्रशिक्षक या चिकित्सक द्वारा विकास संबंधी विकलांग बच्चों के साथ काम करने का अनुभव होना चाहिए।

Unit :- 2.4 Play therapy – aim, scope and importance for children with developmental Disabilities, special Olympic, international and Indian scenario (प्ले थेरेपी – विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए उद्देश्य, कार्यक्षेत्र और महत्व, विशेष ओलंपिक, अंतरराष्ट्रीय और भारतीय परिदृश्य)

नाटक की परिभाषा (Definition of play) :- विशेष शिक्षा में, विकलांग छात्रों के लिए खेल सीखने और विकास का एक महत्वपूर्ण घटक है। खेल को किसी भी गतिविधि के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जो आनंददायक है और छात्र द्वारा स्वतंत्र रूप से चुनी गई है, जो आकर्षक है और अन्वेषण, प्रयोग और खोज को बढ़ावा देती है।

विशेष शिक्षा के संदर्भ में, खेल का उपयोग सामाजिक कौशल, संचार, संज्ञानात्मक कौशल और मोटर कौशल जैसे विभिन्न प्रकार के कौशल को बढ़ाने के लिए किया जा सकता है। खेल विकलांग छात्रों को सकारात्मक आत्म-सम्मान, आत्मविश्वास और लचीलापन विकसित करने में भी मदद कर सकता है।

विशेष शिक्षा में खेल कई रूप ले सकता है, जिसमें एक शिक्षक या चिकित्सक के नेतृत्व में संरचित खेल गतिविधियाँ, मुफ्त खेल जहाँ छात्र गतिविधि का चयन करता है, और सहकारी खेल जहाँ छात्र एक सामान्य लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए मिलकर काम करते हैं।

विकलांग छात्रों में सीखने और विकास को बढ़ावा देने के लिए विशेष शिक्षा शिक्षकों और चिकित्सक के लिए खेल एक मूल्यवान उपकरण है।

खेल का उद्देश्य और क्षेत्र – विशेष शिक्षा में खेल का उद्देश्य और दायरा प्रत्येक छात्र की व्यक्तिगत जरूरतों और क्षमताओं के आधार पर अलग-अलग हो सकता है। हालाँकि, विशेष शिक्षा में खेल के कुछ सामान्य लक्ष्यों में शामिल हैं:

सामाजिक कौशल विकसित करना: खेल छात्रों को दूसरों के साथ बातचीत करने, बारी-बारी से और साझा करने के तरीके सीखने में मदद कर सकता है। यह सामाजिक संचार कठिनाइयों वाले छात्रों के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण है, जैसे ऑटिज्म स्पेक्ट्रम विकार वाले।

संचार कौशल विकसित करना: खेल का उपयोग छात्रों को भाषा और संचार कौशल का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए किया जा सकता है, जैसे अनुरोध करना, निर्देश देना और वस्तुओं का वर्णन करना।

संज्ञानात्मक कौशल विकसित करना: खेल छात्रों को समस्या समाधान, निर्णय लेने और महत्वपूर्ण सोच जैसे संज्ञानात्मक कौशल विकसित करने में मदद कर सकता है। यह संज्ञानात्मक विकलांग छात्रों के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण है।

मोटर कौशल विकसित करना: खेल का उपयोग छात्रों के सकल और सूक्ष्म मोटर कौशल, जैसे संतुलन, समन्वय और हाथ-आँख समन्वय में सुधार के लिए किया जा सकता है।

संवेदी इनपुट प्रदान करना: संवेदी प्रसंस्करण कठिनाइयों वाले छात्रों को संवेदी इनपुट प्रदान करने के लिए खेल का उपयोग किया जा सकता है। इससे उन्हें अपनी संवेदी प्रणालियों को विनियमित करने और ध्यान केंद्रित करने और सीखने की उनकी क्षमता में सुधार करने में मदद मिल सकती है।

विशेष शिक्षा में खेल के दायरे में विभिन्न प्रकार की गतिविधियाँ शामिल हो सकती हैं, जैसे कि खेल, पहेलियाँ, रोल-प्लेइंग, कला गतिविधियाँ, संवेदी खेल और बाहरी खेल। खेल गतिविधियों को प्रत्येक छात्र की जरूरतों और रुचियों को पूरा करने के लिए व्यक्तिगत किया जा सकता है और विभिन्न क्षमताओं और अक्षमताओं को समायोजित करने के लिए अनुकूलित किया जा सकता है। इसके अतिरिक्त, खेल को शैक्षिक खेल या सिमुलेशन के माध्यम से अकादमिक शिक्षा का समर्थन करने के लिए एक उपकरण के रूप में उपयोग किया जा सकता है।

विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए खेल का महत्व – खेल बच्चे के विकास का एक अनिवार्य पहलू है, भले ही उनमें विकासात्मक अक्षमता हो या न हो। विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए, खेल विशेष रूप से महत्वपूर्ण हो सकता है क्योंकि यह उनके सामाजिक कौशल, संज्ञानात्मक क्षमताओं और भावनात्मक विनियमन को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है। यहां कुछ खास तरीके दिए गए हैं, जिनसे खेल विकास संबंधी विकलांग बच्चों के लिए फायदेमंद हो सकता है:

सामाजिक विकास: खेल बच्चों को दूसरों के साथ बातचीत करने और टर्न-टेकिंग, शेयरिंग, सहयोग और संचार जैसे महत्वपूर्ण सामाजिक कौशल सीखने का अवसर प्रदान करता है। विकासात्मक विकलांग बच्चों को इन कौशलों के साथ संघर्ष करना पड़ सकता है, और खेल उन्हें अभ्यास और सुधार करने में मदद कर सकता है।

संज्ञानात्मक विकास: खेल विकासात्मक अक्षमता वाले बच्चों की समस्या को सुलझाने के कौशल, रचनात्मकता और महत्वपूर्ण सोच क्षमताओं में सुधार करने में मदद कर सकता है। उदाहरण के लिए, पहेलियों, बिल्डिंग ब्लॉक्स या संवेदी खिलौनों के साथ खेलने से बच्चों को अपने संज्ञानात्मक कौशल विकसित करने में मदद मिल सकती है।

भावनात्मक विकास: विकासात्मक अक्षमता वाले बच्चों को खेल उनकी भावनाओं को नियंत्रित करने और उचित तरीके से खुद को अभिव्यक्त करने में मदद कर सकता है। प्ले थेरेपी, विशेष रूप से, बच्चों को मैथुन कौशल सीखने और उनकी भावनाओं को प्रबंधित करने में मदद कर सकती है।

शारीरिक विकास: विकासात्मक अक्षमताओं वाले बच्चों को खेलने से उनके शारीरिक कौशल में सुधार करने में भी मदद मिल सकती है, जैसे संतुलन, समन्वय और मोटर योजना। चढ़ाई, कूदना और पकड़ने जैसी गतिविधियाँ बच्चों को उनके सकल मोटर कौशल में सुधार करने में मदद कर सकती हैं, जबकि बढ़िया मोटर खिलौनों के साथ खेलने से हाथ-आँख के समन्वय में मदद मिल सकती है।

खेल बच्चे के विकास का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, और यह विकास संबंधी विकलांग बच्चों के लिए विशेष रूप से फायदेमंद हो सकता है। खेलने और सीखने के अवसर प्रदान करके, माता-पिता, देखभाल करने वाले और शिक्षक विकासात्मक विकलांग बच्चों को उनकी पूरी क्षमता तक पहुँचाने में मदद कर सकते हैं।

मानसिक मंदता वाले बच्चों के लिए खेल गतिविधियों का आयोजन – मानसिक मंदता वाले बच्चों के लिए खेल गतिविधियों का आयोजन करते समय, उनकी व्यक्तिगत जरूरतों और क्षमताओं को ध्यान में रखना महत्वपूर्ण है। यहाँ कुछ सामान्य सुझाव दिए गए हैं:

ऐसी गतिविधियाँ चुनें जो आयु-उपयुक्त हों: सुनिश्चित करें कि आपके द्वारा चुनी गई गतिविधियाँ बच्चे की आयु और विकासात्मक स्तर के लिए उपयुक्त हैं।

उनकी रुचियों पर ध्यान दें: मानसिक मंदता वाले बच्चों के विशिष्ट हित हो सकते हैं, इसलिए उन गतिविधियों को शामिल करने का प्रयास करें जो उनकी प्राथमिकताओं के अनुरूप हों।

समाजीकरण को प्रोत्साहित करें: मानसिक मंद बच्चों के लिए अन्य बच्चों के साथ बातचीत करना और सामाजिक कौशल विकसित करना महत्वपूर्ण है। उन गतिविधियों पर विचार करें जो टीमवर्क, संचार और सहयोग को प्रोत्साहित करती हैं।

विजुअल्स का उपयोग करें: विजुअल एड्स एक गतिविधि के माध्यम से बच्चों का मार्गदर्शन करने में मददगार हो सकते हैं। उन्हें यह समझने में मदद करने के लिए कि उन्हें क्या करना है, चित्रों, प्रतीकों या लिखित निर्देशों का उपयोग करें।

अनुकूल गतिविधियाँ: मानसिक मंदता वाले कुछ बच्चों की शारीरिक सीमाएँ हो सकती हैं, इसलिए गतिविधियों को उनकी क्षमताओं के अनुकूल बनाना महत्वपूर्ण है। उदाहरण के लिए, यदि किसी बच्चे को ठीक मोटर कौशल में कठिनाई होती है, तो काम करने के लिए बड़े टुकड़े या उपकरण प्रदान करें।

स्पष्ट निर्देश दें: बच्चे को स्पष्ट और संक्षिप्त निर्देश दें और यदि आवश्यक हो तो उन्हें दोहराने के लिए तैयार रहें। सरल भाषा का प्रयोग करें और कार्यों को छोटे-छोटे चरणों में विभाजित करें।

सकारात्मक सुदृढीकरण प्रदान करें: बच्चे को उनके प्रयासों और उपलब्धियों के लिए प्रशंसा करें, और उन्हें गतिविधि में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए सकारात्मक प्रतिक्रिया प्रदान करें।

मानसिक मंदता वाले बच्चों के लिए खेल गतिविधियों के कुछ उदाहरणों में शामिल हैं:

- संवेदी गतिविधियाँ, जैसे विभिन्न बनावट, रंग और गंध के साथ खेलना।
- संगीत और आंदोलन की गतिविधियाँ, जैसे नृत्य करना या वाद्य यंत्र बजाना।
- कला और शिल्प, जैसे पेंटिंग, ड्राइंग या कोलाज बनाना।
- बोर्ड गेम या साधारण कार्ड गेम जो गिनती, मिलान या मेमोरी जैसे बुनियादी कौशल पर ध्यान केंद्रित करते हैं।
- बाहरी गतिविधियाँ, जैसे कैच खेलना, बाइक चलाना या प्रकृति की सैर पर जाना।

याद रखें कि प्रत्येक बच्चा अद्वितीय है, इसलिए लचीला रहें और अपनी व्यक्तिगत आवश्यकताओं और क्षमताओं के अनुरूप गतिविधियों को संशोधित करने के लिए खुले रहें।

विशेष ओलंपिक – विशेष ओलंपिक एक अंतरराष्ट्रीय संगठन है जिसका उद्देश्य खेल, स्वास्थ्य और शिक्षा कार्यक्रमों के माध्यम से बौद्धिक विकलांग लोगों को सशक्त बनाना है। यूनिस् कैनेडी श्राइवर द्वारा 1968 में स्थापित, संगठन 190 से अधिक देशों में संचालित होता है और 5 मिलियन से अधिक बौद्धिक विकलांग एथलीटों को सेवा प्रदान करता है। विशेष

ओलंपिक आंदोलन बौद्धिक विकलांग लोगों के समावेश और सामाजिक स्वीकृति को बढ़ावा देने और उन्हें अपनी क्षमताओं और प्रतिभाओं को प्रदर्शित करने के अवसर प्रदान करने का प्रयास करता है।

विशेष ओलंपिक एक अंतरराष्ट्रीय संगठन है जो बौद्धिक अक्षमताओं वाले बच्चों और वयस्कों के लिए विभिन्न प्रकार के ओलंपिक-प्रकार के खेलों में साल भर खेल प्रशिक्षण और एथलेटिक प्रतियोगिता प्रदान करता है। विशेष ओलंपिक के महत्व पर कई पहलुओं पर चर्चा की जा सकती है, जिनमें शामिल हैं:

शारीरिक स्वास्थ्य और फिटनेस को बढ़ावा देना: विशेष ओलंपिक बौद्धिक विकलांग व्यक्तियों को खेल गतिविधियों और शारीरिक फिटनेस कार्यक्रमों में शामिल होने का अवसर प्रदान करता है जो उनकी शारीरिक भलाई को बढ़ावा देते हैं। कार्यक्रम एथलेटिक्स, जलीय विज्ञान, बास्केटबॉल, गेंदबाजी, और कई अन्य सहित विभिन्न प्रकार के खेल प्रदान करता है, जिससे प्रतिभागियों को उन गतिविधियों को खोजने की अनुमति मिलती है जिनका वे आनंद लेते हैं और जो उनकी अनूठी जरूरतों को पूरा करते हैं।

सामाजिक समावेश को बढ़ावा देना: विशेष ओलंपिक बौद्धिक अक्षमता वाले व्यक्तियों को उनकी रुचियों और क्षमताओं को साझा करने वाले अन्य लोगों के संपर्क में लाकर सामाजिक समावेश को बढ़ावा देता है। यह व्यक्तियों को दोस्ती और सामाजिक कौशल विकसित करने के साथ-साथ सामुदायिक गतिविधियों और कार्यक्रमों में भाग लेने के अवसर प्रदान करता है।

व्यक्तिगत विकास को प्रोत्साहित करना: विशेष ओलंपिक बौद्धिक विकलांग व्यक्तियों को उनके आत्मसम्मान, आत्मविश्वास और स्वतंत्रता को विकसित करने के अवसर प्रदान करता है। कार्यक्रम जीतने या हारने के बजाय व्यक्तिगत उपलब्धियों और व्यक्तिगत विकास पर केंद्रित है।

जन जागरूकता बढ़ाना: विशेष ओलंपिक बौद्धिक विकलांग व्यक्तियों की क्षमताओं के बारे में सार्वजनिक जागरूकता बढ़ाता है और उनके बारे में रूढ़िवादिता और गलत धारणाओं को चुनौती देता है। कार्यक्रम समावेशी शिक्षा के महत्व पर भी प्रकाश डालता है और सामुदायिक जीवन के सभी पहलुओं में बौद्धिक विकलांग व्यक्तियों को शामिल करने को बढ़ावा देता है।

मानव अधिकारों की वकालत: विशेष ओलंपिक बौद्धिक विकलांग व्यक्तियों के मानवाधिकारों की वकालत करता है, जिसमें शिक्षा, स्वास्थ्य देखभाल और अन्य बुनियादी सेवाओं तक पहुँचने का उनका अधिकार शामिल है। कार्यक्रम उन नीतियों और कानूनों को भी बढ़ावा देता है जो बौद्धिक विकलांग व्यक्तियों के अधिकारों की रक्षा करते हैं और समाज में उनका समावेश सुनिश्चित करते हैं।

सारांश में, विशेष ओलंपिक बौद्धिक विकलांग व्यक्तियों को उनके शारीरिक, सामाजिक और व्यक्तिगत कौशल को विकसित करने का एक अनूठा अवसर प्रदान करता है, साथ ही समाज में उनके समावेश को बढ़ावा देने और उनके मानवाधिकारों की वकालत भी करता है। कार्यक्रम का प्रतिभागियों और उनके परिवारों के साथ-साथ व्यापक समुदाय के जीवन पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है।

अंतर्राष्ट्रीय परिदृश्य:

190 से अधिक देशों में संचालन के साथ विशेष ओलंपिक की एक मजबूत वैश्विक उपस्थिति है। संगठन विशेष ओलंपिक विश्व खेलों सहित कई अंतर्राष्ट्रीय कार्यक्रमों की मेजबानी करता है, जो दुनिया भर के विभिन्न स्थानों में हर दो साल में आयोजित किए जाते हैं। विश्व खेल विभिन्न प्रकार के खेलों में प्रतिस्पर्धा करने और विशेष ओलंपिक आंदोलन की उपलब्धियों का जश्न मनाने के लिए दुनिया भर के एथलीटों को एक साथ लाते हैं।

भारतीय परिदृश्य:

भारत में, विशेष ओलंपिक आंदोलन 1988 से सक्रिय है। संगठन को विशेष ओलंपिक भारत (एसओ भारत) के रूप में जाना जाता है और यह 30 राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में संचालित होता है। एसओ भारत पूरे देश में बौद्धिक विकलांग 1.5 लाख से अधिक एथलीटों को साल भर खेल प्रशिक्षण और प्रतियोगिता के अवसर प्रदान करता है।

हाल के वर्षों में, भारत सरकार ने विशेष ओलंपिक आंदोलन के लिए समर्थन बढ़ाया है। 2019 में, युवा मामले और खेल मंत्रालय ने बौद्धिक विकलांग लोगों के लिए खेल कार्यक्रमों के विकास में सहयोग करने के लिए एसओ भारत के साथ एक समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए। सरकार ने संगठन के लिए धन भी उपलब्ध कराया है और अपने खेल विकास कार्यक्रमों में बौद्धिक विकलांग एथलीटों को शामिल किया है।

खेल कार्यक्रमों के अलावा, भारत अपने एथलीटों को स्वास्थ्य और शिक्षा कार्यक्रम भी प्रदान करता है। इन कार्यक्रमों का उद्देश्य बौद्धिक विकलांग लोगों के समग्र स्वास्थ्य और कल्याण में सुधार करना और उन्हें अपने व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में सफल होने के लिए आवश्यक उपकरण और संसाधन प्रदान करना है।

कुल मिलाकर, विशेष ओलंपिक आंदोलन का भारत और दुनिया भर में महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ा है, जो बौद्धिक विकलांग लोगों को शामिल करने और स्वीकार करने में मदद करता है और उन्हें अपनी क्षमताओं और प्रतिभाओं को प्रदर्शित करने के अवसर प्रदान करता है।

Unit :- 2.5 Music and performing arts – aim, scope and importance for children with developmental disabilities (संगीत और प्रदर्शन कला – विकासात्मक बच्चों के लिए उद्देश्य, कार्यक्षेत्र और महत्व विकलांग।) – विकलांग छात्रों में सीखने, जुड़ाव और आत्म-अभिव्यक्ति को बढ़ावा देने में मदद करने के लिए संगीत और प्रदर्शन कला विशेष शिक्षा में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं।

संगीत चिकित्सा, उदाहरण के लिए, हस्तक्षेप का एक सुस्थापित रूप है जो ऑटिज्म, डाउन सिंड्रोम और सेरेब्रल पाल्सी जैसी विभिन्न अक्षमताओं वाले छात्रों की मदद कर सकता है, उनके सामाजिक, भावनात्मक और संज्ञानात्मक कौशल विकसित कर सकता है। संगीत चिकित्सा के माध्यम से, छात्र संवाद करना सीख सकते हैं, खुद को व्यक्त कर सकते हैं, अपने मोटर समन्वय में सुधार कर सकते हैं और अपने व्यवहार और भावनाओं को नियंत्रित कर सकते हैं।

इसी प्रकार, प्रदर्शन कला, जैसे नाटक और नृत्य का भी विशेष शिक्षा में शिक्षण और सीखने के लिए एक उपकरण के रूप में उपयोग किया जा सकता है। ये गतिविधियाँ छात्रों को उनके आत्मविश्वास, रचनात्मकता और संचार कौशल के निर्माण के साथ-साथ उनकी शारीरिक क्षमताओं और सामाजिक संपर्क को विकसित करने में मदद कर सकती हैं।

विकासात्मक विकलांग बच्चों के विकास में संगीत और प्रदर्शन कलाएँ महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती हैं। इन बच्चों को अक्सर अपने जीवन में विभिन्न चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, और संगीत और प्रदर्शन कलाएँ उन्हें आत्म-अभिव्यक्ति, रचनात्मकता और समाजीकरण के लिए एक अनूठा आउटलेट प्रदान कर सकती हैं।

उद्देश्य:

विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए संगीत और प्रदर्शन कला का उद्देश्य उनके समग्र विकास और कल्याण को बढ़ावा देना है। संगीत और प्रदर्शन कलाओं के माध्यम से बच्चे अपने संज्ञानात्मक, सामाजिक, भावनात्मक और शारीरिक कौशल विकसित कर सकते हैं।

क्षेत्र:

संगीत और प्रदर्शन कलाओं में गायन, वाद्य यंत्र बजाना, नृत्य, अभिनय, और बहुत कुछ सहित गतिविधियों की एक विस्तृत श्रृंखला शामिल है। इन गतिविधियों को विकासात्मक विकलांग बच्चों की जरूरतों और क्षमताओं को पूरा करने के

लिए तैयार किया जा सकता है, जिससे उन्हें भाग लेने और सुरक्षित और सहायक वातावरण में संलग्न होने के अवसर मिलते हैं।

महत्त्व:विकासात्मक विकलांग बच्चों के लिए संगीत और प्रदर्शन कलाएँ क्यों महत्वपूर्ण हैं, इसके कुछ प्रमुख कारण यहाँ दिए गए हैं:

बेहतर समाजीकरण: संगीत और प्रदर्शन कलाएँ बच्चों को दूसरों के साथ बातचीत करने और सामूहीकरण करने के अवसर प्रदान करती हैं। इन गतिविधियों के माध्यम से वे संचार, सहयोग और टीमवर्क जैसे सामाजिक कौशल विकसित कर सकते हैं।

आत्मविश्वास में वृद्धि: संगीत और प्रदर्शन कलाएँ विकासात्मक अक्षमता वाले बच्चों को उनके आत्मविश्वास और आत्म-सम्मान का निर्माण करने में मदद कर सकती हैं। दूसरों के सामने प्रदर्शन करके, वे अपनी क्षमताओं में उपलब्धि और गर्व की भावना प्राप्त कर सकते हैं।

रचनात्मकता बढ़ाएँ: संगीत और प्रदर्शन कलाएँ बच्चों को उनकी रचनात्मकता के लिए एक आउटलेट प्रदान करती हैं। इन गतिविधियों के माध्यम से, वे स्वयं को अद्वितीय और सार्थक तरीके से अभिव्यक्त कर सकते हैं, जो उनकी समग्र रचनात्मकता और कल्पनाशीलता को बढ़ाने में मदद कर सकता है।

बेहतर संज्ञानात्मक क्षमताएँ: संगीत और प्रदर्शन कला संज्ञानात्मक क्षमताओं जैसे स्मृति, ध्यान और समस्या को सुलझाने में सुधार करने में मदद कर सकते हैं। विकासात्मक अक्षमताओं वाले बच्चों के लिए, ये गतिविधियाँ उनके समग्र संज्ञानात्मक कार्यों को बेहतर बनाने में विशेष रूप से फायदेमंद हो सकती हैं।

बेहतर शारीरिक समन्वय: कई संगीत और प्रदर्शन कला गतिविधियों में शारीरिक हलचलें शामिल होती हैं, जैसे नृत्य करना या कोई वाद्य यंत्र बजाना। ये गतिविधियाँ बच्चों के शारीरिक समन्वय, संतुलन और मोटर कौशल में सुधार करने में मदद कर सकती हैं।

अंत में, विकास संबंधी विकलांग बच्चों के विकास और कल्याण पर संगीत और प्रदर्शन कलाओं का महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ सकता है। उन्हें खुद को व्यक्त करने, दूसरों के साथ सामूहीकरण करने और उनकी संज्ञानात्मक और शारीरिक क्षमताओं को विकसित करने के अवसर प्रदान करके, संगीत और प्रदर्शन कला इन बच्चों को उनकी पूरी क्षमता तक पहुंचने में मदद कर सकती है।

Unit 3: Therapies for Individuals with Autism Spectrum Disorders (ऑटिज्म स्पेक्ट्रम विकार वाले व्यक्तियों के लिए उपचार)

Unit :- 3.1. Development of Speech, language and communication, Implications for across the spectrum of ASD (भाषण, भाषा और संचार का विकास: दुनिया भर के लिए निहितार्थ एएसडी का स्पेक्ट्रम) – वाणी का विकास क्रमिक प्रक्रिया को संदर्भित करता है जिसके माध्यम से एक बच्चा बोली जाने वाली भाषा का उपयोग करके प्रभावी ढंग से संवाद करना सीखता है। यह एक जटिल और सतत प्रक्रिया है जो आमतौर पर जीवन के पहले कुछ महीनों में शुरू होती है और किशोरावस्था तक जारी रहती है।

वाणी के विकास को कई चरणों में विभाजित किया जा सकता है, प्रत्येक को नए कौशल और क्षमताओं के अधिग्रहण की विशेषता है। पहला चरण प्रीलिंक्विस्टिक चरण है, जिसमें कूड़ंग, बबलिंग और अन्य वोकलिजेशन शामिल हैं जो अभी तक पूरी तरह से गठित शब्द नहीं हैं। अगले चरण में, बच्चे आमतौर पर 12 महीने की उम्र के आसपास अपना पहला शब्द

बोलना शुरू करते हैं। ये शुरुआती शब्द अक्सर सरल, एक-शब्दांश ध्वनियाँ होती हैं जो बच्चे के वातावरण में सामान्य वस्तुओं या लोगों का प्रतिनिधित्व करती हैं।

जैसे-जैसे बच्चे कम उम्र में आगे बढ़ते हैं, वे अधिक जटिल भाषा कौशल हासिल करना शुरू करते हैं, जिसमें दो-शब्द वाक्यांश बनाने की क्षमता और अंततः अधिक जटिल वाक्य शामिल हैं। वे व्याकरण और वाक्य-विन्यास की समझ भी विकसित करते हैं, जो उन्हें अधिक प्रभावी ढंग से संवाद करने की अनुमति देता है।

भाषण के विकास के दौरान, बच्चे संचार से संबंधित महत्वपूर्ण सामाजिक और भावनात्मक कौशल भी सीखते हैं, जैसे बारी-बारी से सुनना, सुनना और सहानुभूति। जीवन भर सफल संचार और संबंधों के लिए ये कौशल महत्वपूर्ण हैं।

इस प्रकार, वाणी का विकास एक जटिल और आकर्षक प्रक्रिया है जो मानव विकास और सामाजिक संपर्क में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

भाषा का विकास उस प्रक्रिया को संदर्भित करता है जिसके द्वारा एक व्यक्ति व्याकरण, शब्दावली, वाक्य-विन्यास और उच्चारण के नियमों को समझने सहित भाषा सीखता और प्राप्त करता है। इसमें ग्रहणशील भाषा (सुनना और समझना) और अभिव्यंजक भाषा (बोलना और लिखना) दोनों का विकास शामिल है।

भाषा का विकास शैशवावस्था में शुरू होता है, जब बच्चा ध्वनि करना शुरू करता है और विभिन्न ध्वनियों और शब्दों के बीच अंतर करना सीखता है। जैसे-जैसे वे बढ़ते हैं और दूसरों के साथ बातचीत करते हैं, वे अपने विचारों, भावनाओं और जरूरतों को संप्रेषित करने के लिए भाषा का उपयोग करना सीखते हैं। समय के साथ, वे अधिक जटिल भाषा कौशल विकसित करते हैं, जैसे वाक्य बनाने की क्षमता और हास्य और व्यंग्य सहित भाषा की बारीकियों को समझने की क्षमता।

भाषा का विकास एक जटिल प्रक्रिया है जो आनुवंशिकी, पर्यावरण और सामाजिक अंतःक्रियाओं सहित कई कारकों से प्रभावित होती है। यह मानव विकास का एक महत्वपूर्ण पहलू है और संचार, सीखने और समाजीकरण के लिए आवश्यक है।

संचार दो या दो से अधिक व्यक्तियों, समूहों, या संगठनों के बीच भाषण, लेखन, दृश्य एड्स और प्रौद्योगिकी जैसे विभिन्न माध्यमों से सूचनाओं, विचारों और विचारों के आदान-प्रदान की प्रक्रिया है। इसमें प्रेषक एक संदेश को एन्कोड करता है, जिसे बाद में एक माध्यम से प्राप्तकर्ता को प्रेषित किया जाता है जो संदेश को डिकोड करता है। संचार मानव संपर्क का एक अनिवार्य हिस्सा है और संबंध बनाने, ज्ञान साझा करने और भावनाओं को व्यक्त करने के लिए महत्वपूर्ण है। प्रभावी संचार के लिए सक्रिय रूप से सुनना, संदेश वितरण में स्पष्टता और प्रतिक्रिया की आवश्यकता होती है ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि इच्छित संदेश प्राप्त हुआ है और सही ढंग से समझा गया है।

ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर (एएसडी) एक न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर है, जो बिगड़ा हुआ सामाजिक संचार और बातचीत के साथ-साथ दोहराव या प्रतिबंधित व्यवहार या रुचियों की विशेषता है। एएसडी वाले व्यक्तियों के लिए भाषण, भाषा और संचार के निहितार्थ उनके लक्षणों की गंभीरता और व्यक्तिगत शक्तियों और चुनौतियों के आधार पर भिन्न हो सकते हैं। यहाँ कुछ संभावित प्रभाव हैं:

विलंबित या असामान्य भाषा विकास: एएसडी वाले कई बच्चों में विलंबित या असामान्य भाषा विकास होता है। उन्हें भाषा सीखने और उपयोग करने में कठिनाई हो सकती है, और भाषा का उपयोग दोहराव या कठोर तरीके से कर सकते हैं। एएसडी वाले कुछ बच्चे बोली जाने वाली भाषा बिल्कुल विकसित नहीं कर सकते हैं और वैकल्पिक संचार विधियों जैसे सांकेतिक भाषा, चित्र, या प्रौद्योगिकी पर भरोसा करते हैं।

सामाजिक संचार चुनौतियाँ: ASD वाले व्यक्तियों को सामाजिक संचार में कठिनाई हो सकती है, जिसमें बातचीत में बदलाव करना, अशाब्दिक संकेतों जैसे चेहरे के भाव और शरीर की भाषा को समझना और व्यंग्य और आलंकारिक भाषा की व्याख्या करना शामिल है। यह संबंध बनाने और दूसरों से जुड़ने की उनकी क्षमता को प्रभावित कर सकता है।

संवेदी मुद्दे: एएसडी वाले कुछ व्यक्तियों में संवेदी मुद्दे हो सकते हैं जो उनके संचार को प्रभावित करते हैं। उदाहरण के लिए, वे कुछ ध्वनियों या बनावट के प्रति संवेदनशील हो सकते हैं, जिससे शोरगुल या व्यस्त वातावरण में संवाद करना मुश्किल हो जाता है।

इकोलिया: इकोलिया शब्दों या वाक्यांशों की पुनरावृत्ति है, या तो तुरंत या देरी के बाद। एएसडी से पीड़ित कई व्यक्ति संवाद करने के तरीके के रूप में इकोलिया का उपयोग करते हैं, लेकिन अपने विचारों और विचारों को व्यक्त करने के लिए भाषा का उपयोग करने में कठिनाई हो सकती है।

असामान्य इंटोनेशन और प्रोसोडी: एएसडी वाले कुछ व्यक्ति असामान्य इंटोनेशन और प्रोसोडी का उपयोग कर सकते हैं, जैसे फ्लैट या मोनोटोन आवाज। यह भावनाओं को व्यक्त करने की उनकी क्षमता को प्रभावित कर सकता है और दूसरों के लिए उनके इच्छित अर्थ को समझना कठिन बना सकता है।

अशाब्दिक संचार में ताकत: जबकि एएसडी वाले व्यक्ति मौखिक संचार के साथ संघर्ष कर सकते हैं, उनके पास हावभाव और चेहरे की अभिव्यक्ति जैसे अशाब्दिक संचार में ताकत हो सकती है। एएसडी वाले कुछ व्यक्ति चेहरे के भाव और शरीर की भाषा पढ़ने में अत्यधिक कुशल हो सकते हैं, लेकिन इन कौशलों को अपने स्वयं के संचार में उपयोग करने के लिए संघर्ष कर सकते हैं।

एएसडी वाले व्यक्तियों के लिए वाणी, भाषा और संचार के निहितार्थ जटिल और विविध हैं। एएसडी वाले व्यक्तियों के लिए यह महत्वपूर्ण है कि वे प्रभावी संचार कौशल विकसित करने और अपनी पूरी क्षमता तक पहुंचने में मदद करने के लिए शुरुआती हस्तक्षेप और निरंतर समर्थन प्राप्त करें।

Unit :- 3.2 Alternative – Augmentative Communication (AAC) systems, communication aids – devices - संचार उपकरण, प्रणालियाँ, रणनीतियाँ और उपकरण जो प्राकृतिक भाषण को प्रतिस्थापित या समर्थन करते हैं, उन्हें संवर्धित और वैकल्पिक संचार (AAC) के रूप में जाना जाता है। ये उपकरण ऐसे व्यक्ति का समर्थन करते हैं जिसे भाषण का उपयोग करके संचार करने में कठिनाई होती है।

एएसडी में पहला “ए” ऑगमेंटेटिव कम्युनिकेशन के लिए है। जब आप कुछ बढ़ाते हैं, तो आप उसमें कुछ जोड़ते हैं या पूरक करते हैं। संवर्धित संचार तब होता है जब आप अपने भाषण में कुछ जोड़ते हैं (उदाहरण के लिए, सांकेतिक भाषा, चित्र, एक पत्र बोर्ड)। यह आपके संदेश को आपके श्रोता के लिए स्पष्ट कर सकता है।

एएसडी में दूसरा “ए” वैकल्पिक संचार के लिए है। यह तब है जब आप बोल नहीं पा रहे हैं। यह तब भी होता है जब आपका भाषण दूसरों द्वारा नहीं समझा जाता है। इस मामले में, आपको संवाद करने के लिए एक अलग तरीके की आवश्यकता है।

मूल रूप से, AAC उपकरण, सिस्टम, उपकरण या रणनीति हो सकती है। ये उपकरण एक व्यक्ति को संवाद करने में मदद करते हैं, जब वे भाषण पर भरोसा नहीं कर सकते। शायद आपके बच्चे ने बोलना शुरू नहीं किया है। शायद आप बोलने की क्षमता खो चुके हैं। शायद आपका भाषण आता है और चला जाता है हो सकता है कि संवाद करने के अन्य तरीकों की तुलना में बोलना कठिन हो। एएसडी मदद कर सकता है।

एएसडी के कुछ उदाहरणों में शामिल हैं:

गैर-सहायता प्राप्त संचार प्रणाली (Unaided communication systems) :- संदेशों को संप्रेषित करने के लिए उपयोगकर्ता के शरीर पर भरोसा करें। उदाहरणों में इशारों, शरीर की भाषा या सांकेतिक भाषा शामिल हैं। गैर-सहायता प्राप्त संचार प्रणालियों का एक लाभ यह है कि इसके लिए व्यक्ति के शरीर से परे किसी तकनीक की आवश्यकता नहीं होती है।

कम तकनीक एएसी (Low – tech AAC) :- किसी भी प्रकार की सहायता जिसके लिए बैटरी या बिजली की आवश्यकता नहीं होती है। इसमें संदेश लिखने के लिए एक साधारण कलम और कागज जैसी चीजें शामिल हैं, साथ ही चित्र बोर्ड भी शामिल हैं, जिन्हें संचार में सहायता के लिए ले जाया जा सकता है। चित्र बोर्डों पर, उपयोगकर्ता अपने संदेश को संप्रेषित करने के लिए छवियों, शब्दों, चित्रों, रेखाचित्रों या अक्षरों को इंगित कर सकते हैं। इशारा उपयोगकर्ता के हाथों, शरीर के अन्य अंगों, आंखों की दृष्टि, या हाथों या मुंह में रखे एक सूचक के साथ किया जा सकता है।

उच्च तकनीक एएसी (High – tech AAC) :- कोई भी सहायता जिसके लिए बिजली या बैटरियों की आवश्यकता होती है। इसमें विशेष उपकरण, सॉफ्टवेयर, स्मार्टफोन एप्लिकेशन, इलेक्ट्रॉनिक संचार बोर्ड और कीबोर्ड शामिल हैं। कई हाई-टेक एएसी डिवाइस स्पीच जनरेशन डिवाइस हैं, जिसका अर्थ है कि वे डिजिटल स्पीच उत्पन्न कर सकते हैं जब उपयोगकर्ता या तो संदेश टाइप करता है या छवियों, शब्दों या अक्षरों पर दबाता है।

इलेक्ट्रॉनिक प्रवाह उपकरण (Electronic Fluency Devices) :- इलेक्ट्रॉनिक फ्लुएन्सी डिवाइस ऐसे उपकरण हैं जिनका उद्देश्य हकलाने वाले लोगों के प्रवाह को बेहतर बनाने में मदद करना है। ऐसा करने के लिए वे उपयोगकर्ता की अपनी आवाज को वापस अपने कान में बजाते हैं, थोड़ा बदल दिया जाता है

इलेक्ट्रॉनिक प्रवाह उपकरणों के दो मुख्य प्रकार हैं:

विलंबित श्रवण प्रतिक्रिया (Delayed Auditory Feedback (DAF) :- विलंबित श्रवण फीडबैक उपकरण सेकंड के एक अंश द्वारा विलंबित उपयोगकर्ता की आवाज वापस बजाते हैं। DAF उपकरण एक माइक्रोफोन के साथ श्रवण यंत्र या हेडफोन के समान हो सकते हैं। ऐसे ऐप्स भी हैं जो फोन कॉल्स पर DAF का उपयोग कर सकते हैं।

फ्रीक्वेंसी परिवर्तित फीडबैक Frequency Altered Feedback (FAF) :- फ्रीक्वेंसी अल्टर्ड फीडबैक डिवाइस डीएएफ के समान हैं, लेकिन उपयोगकर्ता को अपनी आवाज सुनने में देरी करने के बजाय, वे उस पिच को बदलते हैं जिस पर उपयोगकर्ता अपनी आवाज सुनता है।

एएसी के लाभ (Benefits of AAC) :- कई लोग जो भाषण पर भरोसा नहीं कर सकते, एएसी से लाभान्वित हो सकते हैं और जब लोगों के पास एएसी नहीं होता है तो चुनौतियाँ होती हैं।

एएसी का उपयोग करने वाले लोग लाभों का वर्णन करते हैं (People who use AAC describe benefits) :- इसमें शामिल है

- मजबूत दोस्ती और गहरे रिश्ते। अमीर, अधिक लगातार सामाजिक संपर्क गहरी सामाजिक भूमिकाएँ।
- परिवार के सदस्य, दोस्त, पेशेवर, छात्र।
- बढ़ी हुई स्वायत्तता और निर्णय। अपने स्वयं के जीवन पर शक्ति बनाने से स्वतंत्रता में वृद्धि हुई।
- चिकित्सकों के साथ बेहतर जानकारी साझा करना।
- विभिन्न प्रकार की देखभाल सेटिंग्स में बेहतर व्यक्तिगत सुरक्षा, जैसे अस्पताल या दीर्घकालिक सुविधाएँ।
- अधिक रोजगार और स्वयंसेवी अवसरों ने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार किया।

एएसी के बिना लोगों के लिए चुनौतियां (Challenges for people without AAC) :- एएसी के बिना अक्सर मुश्किलें आती हैं, जब कोई भरोसे से बात नहीं कर पाता। AAC का उपयोग करने वाले लोगों का कहना है कि, संचार प्रणाली होने से पहले, उन्होंने अनुभव किया –

- अधिक सामाजिक अलगाव और अकेलापन।
- बढ़ी हुई हताशा और प्रियजनों के साथ व्यवहार करना।
- अपने स्वयं के जीवन पर महत्वपूर्ण फैसलों से खुद को बंद महसूस करना।

Unit :- 3.3 Sensory processing and development of motor skills in ASD (एएसडी में संवेदी प्रसंस्करण और मोटर कौशल का विकास) – ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर (एएसडी) एक न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर है जो संचार, सामाजिक संपर्क और व्यवहार को प्रभावित करता है। एएसडी की सामान्य विशेषताओं में से एक संवेदी प्रसंस्करण और मोटर कौशल के विकास में कठिनाई है।

एएसडी में संवेदी प्रसंस्करण: संवेदी प्रसंस्करण से तात्पर्य है कि मस्तिष्क पर्यावरण से प्राप्त संवेदी सूचनाओं को कैसे संसाधित और व्याख्या करता है। एएसडी वाले लोगों में संवेदी प्रसंस्करण मुद्दे आम हैं, और यह प्रभावित कर सकता है कि वे विभिन्न उत्तेजनाओं का जवाब कैसे देते हैं। **उदाहरण के लिए,** एएसडी वाले कुछ व्यक्ति कुछ ध्वनियों, रोशनी या बनावट के प्रति अतिसंवेदनशील हो सकते हैं, जबकि अन्य अतिसंवेदनशील हो सकते हैं और प्रतिक्रिया दर्ज करने के लिए अधिक तीव्र उत्तेजना की आवश्यकता होती है।

यह असामान्य संवेदी प्रसंस्करण सामाजिक संचार कौशल के विकास में हस्तक्षेप कर सकता है और स्व-नियमन और अनुकूली व्यवहार के साथ कठिनाइयों का कारण बन सकता है। एएसडी वाले व्यक्ति अपने कानों को ढंकने, कुछ बनावट से बचने, या संवेदी अधिभार से निपटने के लिए दोहराए जाने वाले आंदोलनों में शामिल होने जैसे व्यवहार प्रदर्शित कर सकते हैं।

एएसडी में मोटर कौशल का विकास: मोटर कौशल शरीर के आंदोलनों को नियंत्रित करने और समन्वय करने की क्षमता है, जिसमें ठीक मोटर कौशल जैसे कि बर्तन या लेखन का उपयोग करना और सकल मोटर कौशल जैसे दौड़ना या कूदना शामिल है। एएसडी वाले बच्चों में मोटर कौशल विकास में देरी हो सकती है, और उन्हें रेंगने, चलने या बाइक चलाने जैसे कौशल हासिल करने में अधिक समय लग सकता है।

एएसडी में मोटर कौशल की कठिनाइयों कारणों के संयोजन के कारण हो सकती हैं, जिनमें खराब मांसपेशी टोन, खराब समन्वय, संवेदी प्रसंस्करण मुद्दे और मोटर योजना के साथ कठिनाई शामिल हैं। एएसडी वाले बच्चों को नकल करने और अवलोकन के माध्यम से सीखने में भी कठिनाई हो सकती है, जो नए मोटर कौशल सीखने की उनकी क्षमता को प्रभावित कर सकता है।

हस्तक्षेप: एएसडी में संवेदी प्रसंस्करण और मोटर कौशल के हस्तक्षेप में संवेदी एकीकरण चिकित्सा, व्यावसायिक चिकित्सा, भौतिक चिकित्सा और भाषण चिकित्सा शामिल हो सकते हैं। ये उपचार एएसडी वाले व्यक्तियों को उनके संवेदी प्रसंस्करण कौशल और मोटर कौशल विकसित करने में मदद कर सकते हैं, जो दैनिक गतिविधियों में भाग लेने और अपने पर्यावरण के साथ बातचीत करने की उनकी क्षमता में सुधार कर सकते हैं। यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि चिकित्सा हस्तक्षेप व्यक्ति की अनूठी संवेदी प्रोफाइल और मोटर कौशल स्तर के अनुरूप होना चाहिए।

अंत में, एएसडी वाले व्यक्तियों में संवेदी प्रसंस्करण और मोटर कौशल का विकास विकास के दो महत्वपूर्ण क्षेत्र हैं। अनुकूलित हस्तक्षेपों के माध्यम से इन क्षेत्रों को संबोधित करने से व्यक्ति के जीवन की गुणवत्ता और दैनिक गतिविधियों में भाग लेने की क्षमता में महत्वपूर्ण सुधार हो सकता है।

Unit :- 3.4 Developing Interpersonal Skills-Behaviour regulation – role of counselling for persons with ASD (इंटरपर्सनल स्किल्स का विकास करना। व्यक्तियों के लिए व्यवहार विनियमन और परामर्श की भूमिका एएसडी के साथ) – पारस्परिक कौशल उन क्षमताओं को संदर्भित करते हैं जो व्यक्तियों को दूसरों के साथ प्रभावी ढंग से बातचीत करने की अनुमति देती हैं। इन कौशलों में संचार, सामाजिक जागरूकता और सामाजिक स्थितियों में भावनाओं और व्यवहारों को प्रबंधित करने की क्षमता शामिल है। हालांकि, ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर (एएसडी) वाले व्यक्तियों के लिए, इन कौशलों को विकसित करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। अच्छी खबर यह है कि परामर्श एएसडी से पीड़ित व्यक्तियों को उनके व्यवहार को विनियमित करने और उनके पारस्परिक कौशल विकसित करने में मदद करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

व्यवहार विनियमन एएसडी वाले व्यक्तियों के लिए पारस्परिक कौशल विकसित करने का एक महत्वपूर्ण पहलू है। एएसडी एक न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर है जो सामाजिक संचार और व्यवहार को प्रभावित करता है। इसलिए, एएसडी वाले व्यक्तियों को सामाजिक परिस्थितियों में अपने व्यवहार को विनियमित करने में कठिनाई हो सकती है, जिससे संबंध बनाने और बनाए रखने में चुनौतियों का सामना करना पड़ सकता है। हालांकि, परामर्श एएसडी वाले व्यक्तियों को उनके व्यवहार को विनियमित करने और उनके पारस्परिक कौशल में सुधार करने के लिए रणनीति विकसित करने में मदद कर सकता है।

सामाजिक स्थितियों में अपनी भावनाओं और प्रतिक्रियाओं को प्रबंधित करने के लिए एएसडी से निपटने के तंत्र वाले व्यक्तियों को पढ़ाने के द्वारा परामर्श व्यवहार विनियमन में एक भूमिका निभा सकता है। काउंसलर एएसडी वाले लोगों की उन ट्रिगर्स की पहचान करने में मदद कर सकते हैं जो उन्हें परेशान या चिंतित होने का कारण बनते हैं और उन ट्रिगर्स को प्रबंधित करने के लिए रणनीति विकसित करते हैं। **उदाहरण के लिए**, एक परामर्शदाता किसी व्यक्ति को एएसडी श्वास तकनीक के साथ चिंता का प्रबंधन करने या कठिन सामाजिक परिस्थितियों के लिए सामाजिक स्क्रिप्ट विकसित करने में मदद कर सकता है।

इसके अतिरिक्त, परामर्श एएसडी वाले व्यक्तियों को उनके सामाजिक जागरूकता कौशल विकसित करने में मदद कर सकता है। सामाजिक जागरूकता सामाजिक स्थितियों में सामाजिक संकेतों और दूसरों के व्यवहार को समझने की क्षमता को संदर्भित करती है। काउंसलर एएसडी से पीड़ित लोगों को सामाजिक संकेतों जैसे शारीरिक हाव-भाव, आवाज के स्वर और चेहरे के हाव-भाव को पहचानना सिखा सकते हैं। इसके अलावा, परामर्श एएसडी वाले व्यक्तियों को उचित सामाजिक व्यवहार सीखने और सामाजिक कौशल विकसित करने में मदद कर सकता है, जैसे वार्तालाप कौशल, संघर्ष समाधान और सामाजिक पारस्परिकता।

परामर्श एएसडी से पीड़ित व्यक्तियों को उनके व्यवहार को विनियमित करने और उनके पारस्परिक कौशल विकसित करने में मदद करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। सामाजिक जागरूकता सिखाकर, और व्यक्तियों को सामाजिक कौशल सीखने में मदद करके, परामर्श ASD वाले व्यक्तियों को संबंध बनाने और बनाए रखने और उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार करने में सहायता कर सकता है।

Unit :- 3.5 Therapeutic recreation for students with ASD (एएसडी वाले छात्रों के लिए चिकित्सीय मनोरंजन) – मनोरंजक कार्यक्रमों में भाग लेने से ऑटिज्म से पीड़ित बच्चों को व्यापक लाभ हुआ है। यह व्यवहारिक और भावनात्मक विकारों को कम कर सकता है, सामाजिक कौशल विकसित करने और संबंध बनाने में मदद कर सकता है, शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है, और बच्चों को उनकी रुचियों को विकसित करने में मदद कर सकता है। कई अलग-अलग प्रकार की चिकित्सीय मनोरंजक गतिविधियाँ आज भी मौजूद हैं, सभी प्रतिभागियों की अनूठी जरूरतों को पूरा करती हैं। ऑटिज्म वाले व्यक्तियों के अल्पकालिक और दीर्घकालिक कल्याण को प्रोत्साहित करने के लिए इन चिकित्सीय गतिविधियों का लाभ उठाया जाना चाहिए।

संगीतीय उपचार (Music Therapy) :- संगीत चिकित्सा एक अच्छी तरह से स्थापित पेशेवर स्वास्थ्य अनुशासन है जो गैर-संगीत उपचार लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए चिकित्सीय उत्तेजना के रूप में संगीत का उपयोग करता है, अनुसंधान भाषण और गायन, लय और मोटर व्यवहार, गीत के लिए स्मृति और शैक्षणिक सामग्री के लिए स्मृति, और समग्र क्षमता के बीच संबंधों का समर्थन करता है। सीखने और बातचीत करने की छात्र की क्षमता को अनुकूलित करने के लिए मूड, ध्यान और व्यवहार को बढ़ाने के लिए पसंदीदा संगीत का। संगीत चिकित्सा के कुछ लाभों में शामिल हैं –

- बढ़ा हुआ ध्यान
- आत्म-उत्तेजना में कमी
- बेहतर संज्ञानात्मक कामकाज
- समाजीकरण बढ़ाना
- बेहतर व्यवहार
- उन्नत श्रवण प्रसंस्करण
- हलचल कम होना
- बेहतर मौखिक कौशल
- बढ़ी हुई संवेदी – मोटर कौशल
- सफल और सुरक्षित आत्म-अभिव्यक्ति

कला चिकित्सा (Art Therapy) :- कला और शिल्प आत्मकेंद्रित लोगों के लिए एक विशेष रूप से प्रभावी उपचार हो सकते हैं, क्योंकि उन्हें संवेदी इनपुट को संसाधित करने में कठिनाई होती है और वे अक्सर गैर-मौखिक होते हैं, ऑटिस्टिक्स दृश्य, ठोस, व्यावहारिक उपचारों के लिए अच्छी प्रतिक्रिया देते हैं। कला, कला शिक्षा, मनोविज्ञान और अन्य रचनात्मक कला उपचारों के अध्ययन के साथ पूरक होने पर कला बनाना आत्मकेंद्रित के लिए एक प्रभावी, नैदानिक रूप से ध्वनि उपचार विकल्प है। कला चिकित्सा के कुछ लाभों में शामिल हैं –

- आत्म-सम्मान में वृद्धि
- सामाजिक संकेतों और मानदंडों को सीखने में सुधार
- अशाब्दिक और गैर-मौखिक भाषा की पहचान करने की बेहतर क्षमता
- आरामदायक पारस्परिक संबंधों का निर्माण

थेरेपी योग और जिम्नास्टिक (Therapy Yoga – Gymnastics) – उपचारात्मक योग और जिम्नास्टिक एक संवेदी समृद्ध वातावरण में बाल चिकित्सा व्यावसायिक और भौतिक चिकित्सा प्रदान करता है जो विकास, स्वतंत्रता और मन और शरीर के संतुलन को बढ़ावा देता है। चिकित्सा योग और जिम्नास्टिक के कुछ लाभों में सुधार शामिल हैं:

- संवेदी विनियमन
- फोकस और जागरूकता
- भाषण और भाषा कौशल
- सूक्ष्म गामक और स्थूल गामक कौशल का समन्वय
- ऊपरी और निचले शरीर चरम शक्ति
- आत्मविश्वास और स्वतंत्रता

कराटे (Karate) :- कराटे फॉर ऑल एक अनूठा कार्यक्रम है जिसे विशेष रूप से विशेष जरूरतों वाले बच्चों और वयस्कों के लिए विकसित किया गया है जो उन्हें अपने समुदायों में सफल होने के लिए आवश्यक कौशल और क्षमताओं को बढ़ाकर

अपनी पूरी क्षमता और स्वतंत्रता प्राप्त करने की अनुमति देगा। केएफए निम्नलिखित कौशलों को बढ़ाने के लिए एक व्यावसायिक चिकित्सा दृष्टिकोण का उपयोग करता है:

- अटेंशन स्पैन और फोकस स्ट्रेंथ और फ्लेक्सिबिलिटी।
- कार्डियोवैस्कुलर कामकाज और फिटनेस।
- मोटर योजना कौशल
- सकल मोटर कौशल संवेदी प्रसंस्करण कौशल।
- सामाजिक कौशल आत्मसम्मान और आत्मविश्वास
- अपनी रक्षा करने की क्षमता

हॉकी (Hockey) – विकासात्मक विकलांग खिलाड़ियों के लिए 2000 में बनाया गया, अमेरिकन स्पेशल हॉकी एसोसिएशन (आशा) सभी उम्र और क्षमताओं के लोगों को हॉकी खेलकर सीखने और बढ़ने का मौका देता है। आशा के कुछ लक्ष्यों में शामिल हैं:

- भाग लेने वाले एथलीटों की क्षमता के स्तर के अनुकूल वातावरण में आइस हॉकी के खेल में विकासात्मक और शारीरिक विकलांग व्यक्तियों को शिक्षित, प्रेरित और प्रोत्साहित करना।
- टीम निर्माण को बढ़ावा देने के लिए विकलांग लोगों को विकलांग लोगों के साथ एकीकृत करें।
- प्रतिभागियों को विशेषताओं को विकसित करने में सहायता करें जैसे: निर्भरता, आत्मनिर्भरता, आत्मविश्वास, एकाग्रता, साझा करने की इच्छा और व्यक्तिगत उत्तरदायित्व।

डांस/मूवमेंट थेरेपी (Dance / Movement Therapy) – आंदोलन चिकित्सा आंदोलन के व्यवहार पर ध्यान केंद्रित करती है क्योंकि यह चिकित्सीय संबंध में उभरती है। अभिव्यंजक, संप्रेषणीय और अनुकूली व्यवहार सभी को समूह, व्यक्तिगत और पारिवारिक उपचार प्रारूपों में माना जाता है। नृत्यआंदोलन चिकित्सक की अशाब्दिक अभिव्यक्तियों को समझने, प्रतिबिंबित करने और विस्तार करने की अनूठी सुविधा आत्मकेंद्रित लोगों की मदद कर सकती है:

- समाजीकरण और संचार में सुधार
- शरीर जागरूकता बनाएँ।
- सीधे मोटर घाटे को प्रभावित करते हैं

घुड़सवारी (Horseback Riding) :- चिकित्सीय घुड़सवारी प्रत्येक सवार के लिए विकासात्मक, भावनात्मक, सामाजिक और शारीरिक कौशल बनाने के लिए घुड़सवारी और घुड़सवारी के आनंद और कौशल का उपयोग करती है। घुड़सवारी चिकित्सा के लाभों में सुधार शामिल हैं –

- आत्म नियमन
- अनुकूली अभिव्यंजक
- भाषा कौशल।
- मोटर स्किल्स
- वर्बल प्रैक्सिसमोटर प्लानिंग स्किल्स।

आइए कला चिकित्सा, नाटक चिकित्सा जलीय विज्ञान, घोड़े चिकित्सा या संगीत चिकित्सा के रूप में मनोरंजक चिकित्सा के लाभों को देखें। प्रारंभ में, ये सत्र विशिष्ट उद्देश्यों पर केंद्रित होते हैं, साथ ही वे शारीरिक, सामाजिक और भावनात्मक लक्ष्यों की एक विस्तृत श्रृंखला की ओर काम करते हैं, जिससे ये बच्चे अपनी रुचियों में शामिल हो सकें और अपनी ताकत का लाभ उठा सकें।

संचार :- उपचारात्मक मनोरंजन कार्यक्रम खेल, खेल, संगीत आदि के माध्यम से संचार के लिए आवश्यक कौशल में सहायता करते हैं, जहां मजेदार सेटिंग में समान आयु वर्ग के अन्य लोगों के साथ बातचीत होती है।

मोटर कौशल :- विभिन्न मनोरंजक गतिविधियाँ जैसे तैराकी, घुड़सवारी, एक वाद्य यंत्र बजाना मोटर कौशल, समन्वय के साथ-साथ धीरज की सुविधा प्रदान करता है। शारीरिक गतिविधियाँ विशेष रूप से एक स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देती हैं, सीमित मोटर कौशल जैसी कुछ चुनौतियों पर काबू पाती हैं और हमारे शरीर में महत्वपूर्ण विटामिन डी की आपूर्ति प्रदान करती हैं।

कौशल प्राप्त करना :- एक लाभ सामाजिक कौशल जैसे साझा करने के साथ-साथ खेल भावना का अधिग्रहण है इस तरह के अद्भुत और आरामदेह कार्यक्रमों में नियमित रूप से भाग लेने से जीवन की लंबी यात्रा के लिए इस तरह के आवश्यक कौशल के विकास में मदद मिलेगी।

आत्म-सम्मान :- यह देखा गया है कि ऑटिज्म से पीड़ित बच्चे जीवन में अधिक आत्मविश्वासी हो जाते हैं और चिकित्सा के ऐसे रूपों के साथ उपलब्धि की भावना महसूस करते हैं जिसका वे आनंद लेते हैं और लिप्त होते हैं। यह उन्हें खुश व्यक्ति भी बनाता है।

मनोरंजन गतिविधियों और अनुभवों के बारे में है जो आनंद और संतुष्टि की भावना पैदा करते हैं। वे हम सभी को रचनात्मकता व्यक्त करने, नए कौशल हासिल करने और मास्टर करने का अवसर देते हैं।

मनोरंजन ऑटिज्म वाले लोगों के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण हो सकता है, सामाजिक कौशल, शारीरिक योग्यता और प्रेरणा बढ़ाने के अवसरों पर चित्रण कर सकता है। ये गतिविधियाँ आपके बच्चे के आत्मविश्वास को बढ़ाने का आधार प्रदान कर सकती हैं।

Unit :- 4 Therapeutic Intervention for Children with ID (आईडी वाले बच्चों के लिए चिकित्सीय हस्तक्षेप)

Unit :- 4.1 Management of problem behaviours in students with intellectual disabilities (बौद्धिकता विकलांगता वाले छात्रों में समस्या व्यवहार का प्रबंधन) – समस्या व्यवहार बौद्धिक अक्षमता वाले छात्रों में सामान्य हो सकता है, और वे उनके सीखने, समाजीकरण और जीवन की गुणवत्ता में हस्तक्षेप कर सकते हैं। समस्या व्यवहारों का प्रभावी प्रबंधन छात्रों और उनके आसपास के लोगों दोनों के लिए परिणामों में सुधार कर सकता है। यहाँ कुछ रणनीतियाँ हैं जो सहायक हो सकती हैं:

एक कार्यात्मक व्यवहार मूल्यांकन करें: इसमें उन कारकों का विश्लेषण करना शामिल है जो समस्या व्यवहार को ट्रिगर और बनाए रखते हैं। मूल्यांकन व्यवहार के अंतर्निहित कारणों की पहचान करने में मदद कर सकता है, जैसे ध्यान या संवेदी उत्तेजना की आवश्यकता।

एक व्यवहार हस्तक्षेप योजना विकसित करें: कार्यात्मक व्यवहार मूल्यांकन के परिणामों के आधार पर, समस्या व्यवहारों को दूर करने के लिए एक योजना विकसित की जा सकती है। योजना में व्यवहारों को घटित होने से रोकने के लिए विशिष्ट कार्यनीतियों को शामिल किया जाना चाहिए, साथ ही जब वे होते हैं तो प्रतिक्रिया करने के तरीकों को भी शामिल किया जाना चाहिए।

सकारात्मक सुदृढीकरण का प्रयोग करें: वांछित व्यवहार को बढ़ावा देने के लिए सकारात्मक सुदृढीकरण एक शक्तिशाली उपकरण हो सकता है। इसमें सकारात्मक व्यवहार के लिए पुरस्कार या अन्य प्रोत्साहन प्रदान करना शामिल है। उदाहरण के लिए, एक छात्र जो समस्या व्यवहार प्रदर्शित किए बिना कार्य पूरा करता है, अतिरिक्त कंप्यूटर समय अर्जित कर सकता है।

स्पष्ट और सुसंगत अपेक्षाएँ प्रदान करें: बौद्धिक अक्षमता वाले छात्रों को सामाजिक मानदंडों और व्यवहारिक अपेक्षाओं को समझने में कठिनाई हो सकती है। स्पष्ट और सुसंगत अपेक्षाएँ प्रदान करने से उन्हें यह समझने में मदद मिल सकती है कि उनसे क्या अपेक्षा की जाती है और भ्रम या निराशा को कम कर सकते हैं जिससे व्यवहार में समस्या आ सकती है।

विजुअल सपोर्ट का उपयोग करें: विजुअल सपोर्ट, जैसे शेड्यूल या पिक्चर क्यू, समस्या व्यवहार को कम करने में मददगार हो सकते हैं। वे छात्रों को यह समझने में मदद कर सकते हैं कि आगे क्या होने वाला है और भविष्यवाणी और संरचना की भावना प्रदान करते हैं।

मुकाबला करने की रणनीतियाँ सिखाएँ: छात्रों को मुकाबला करने की रणनीतियाँ सिखाना, जैसे कि गहरी साँस लेना या आत्म-शांत करने की तकनीकें, उन्हें अपनी भावनाओं को प्रबंधित करने और समस्या व्यवहार को कम करने में मदद कर सकती हैं।

माता-पिता और देखभाल करने वालों को शामिल करें: माता-पिता और देखभाल करने वालों के साथ सहयोग करना समस्या व्यवहारों के प्रबंधन के लिए प्रभावी रणनीतियों की पहचान करने में सहायक हो सकता है। उनके पास अंतर्दृष्टि हो सकती है कि घर पर या अन्य सेटिंग्स में छात्र के लिए सबसे अच्छा क्या काम करता है।

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि समस्या व्यवहार के प्रभावी प्रबंधन के लिए एक टीम दृष्टिकोण की आवश्यकता होती है, जिसमें शिक्षक, माता-पिता, देखभाल करने वाले और छात्र की देखभाल में शामिल अन्य पेशेवर शामिल होते हैं।

Unit :- 4.2 Relevance , role and techniques of physiotherapy for students with ID (आईडी वाले छात्रों के लिए फिजियोथेरेपी की प्रासंगिकता, भूमिका और तकनीक) – फिजियोथेरेपी बौद्धिक अक्षमताओं (आईडी) वाले व्यक्तियों के उपचार और प्रबंधन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। फिजियोथेरेपिस्ट आईडी वाले छात्रों के साथ उनकी शारीरिक क्षमताओं में सुधार करने, उनके जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाने और उनकी स्वतंत्रता को बढ़ावा देने के लिए काम करते हैं। इस लेख में हम आईडी वाले छात्रों के लिए फिजियोथेरेपी की प्रासंगिकता, भूमिका और तकनीकों पर विस्तार से चर्चा करेंगे।

आईडी वाले छात्रों के लिए फिजियोथेरेपी की प्रासंगिकता – आईडी वाले व्यक्ति अक्सर विभिन्न शारीरिक स्वास्थ्य समस्याओं का अनुभव करते हैं, जैसे खराब मोटर कौशल, कम मांसपेशियों की टोन, बिगड़ा हुआ समन्वय और संतुलन की समस्याएं। ये शारीरिक स्वास्थ्य मुद्दे उनके समग्र स्वास्थ्य और भलाई को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित कर सकते हैं, उनकी गतिशीलता और स्वतंत्रता को सीमित कर सकते हैं। इसलिए, फिजियोथेरेपी इन शारीरिक स्वास्थ्य चिंताओं को दूर करने और आईडी वाले व्यक्तियों के शारीरिक विकास को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक है। इसके अलावा, फिजियोथेरेपी आईडी वाले छात्रों की सामाजिक, भावनात्मक और संज्ञानात्मक क्षमताओं को बढ़ाकर उनके जीवन की गुणवत्ता में सुधार करने में मदद करती है।

आईडी वाले छात्रों के लिए फिजियोथेरेपी की भूमिका – आईडी के प्रबंधन में फिजियोथेरेपी की भूमिका छात्र की व्यक्तिगत जरूरतों और लक्ष्यों पर निर्भर करती है। फिजियोथेरेपी का प्राथमिक लक्ष्य आईडी वाले छात्रों की शारीरिक कार्यप्रणाली में सुधार करना है, जिससे वे अपनी दैनिक गतिविधियों को स्वतंत्र रूप से कर सकें। फिजियोथेरेपिस्ट आईडी वाले छात्रों के साथ उनकी शारीरिक क्षमताओं का आकलन करने, उनकी ताकत और कमजोरियों की पहचान करने और उनकी विशिष्ट जरूरतों को पूरा करने के लिए एक व्यक्तिगत उपचार योजना विकसित करने के लिए काम करते हैं।

आईडी वाले छात्रों के लिए फिजियोथेरेपी में इस्तेमाल की जाने वाली तकनीकें – फिजियोथेरेपिस्ट आईडी वाले छात्रों की शारीरिक क्षमताओं में सुधार के लिए विभिन्न तकनीकों का उपयोग करते हैं। आईडी वाले छात्रों के लिए फिजियोथेरेपी में उपयोग की जाने वाली कुछ तकनीकें यहां दी गई हैं:

व्यायाम चिकित्सा: व्यायाम चिकित्सा में मांसपेशियों की शक्ति, लचीलापन और समन्वय में सुधार के लिए विशिष्ट अभ्यास करना शामिल है। फिजियोथेरेपिस्ट आईडी वाले छात्रों की शारीरिक क्षमताओं में सुधार करने और उनके मोटर कौशल को बढ़ाने के लिए इस तकनीक का उपयोग करते हैं।

संतुलन और समन्वय प्रशिक्षण: आईडी वाले छात्र अक्सर संतुलन और समन्वय के साथ संघर्ष करते हैं, जिससे उनके लिए दैनिक गतिविधियों को स्वतंत्र रूप से करना मुश्किल हो जाता है। फिजियोथेरेपिस्ट आईडी के साथ छात्रों के संतुलन और समन्वय को

बेहतर बनाने के लिए इस तकनीक का उपयोग करते हैं, जिससे उन्हें दैनिक गतिविधियों को आसानी से करने की अनुमति मिलती है।

गैट ट्रेनिंग: गैट ट्रेनिंग में आईडी वाले छात्रों की चलने की क्षमता में सुधार करना शामिल है। फिजियोथेरेपिस्ट आईडी वाले छात्रों की चलने की क्षमता बढ़ाने और उनकी स्वतंत्रता को बढ़ावा देने के लिए इस तकनीक का उपयोग करते हैं।

संवेदी एकीकरण चिकित्सा: संवेदी एकीकरण चिकित्सा में मोटर कौशल, संतुलन और समन्वय में सुधार के लिए इंद्रियों को उत्तेजित करना शामिल है। फिजियोथेरेपिस्ट आईडी वाले छात्रों की शारीरिक क्षमताओं में सुधार के लिए इस तकनीक का उपयोग करते हैं।

निष्कर्ष – आईडी वाले व्यक्तियों के प्रबंधन और उपचार में फिजियोथेरेपी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। फिजियोथेरेपिस्ट आईडी वाले छात्रों के साथ उनकी शारीरिक क्षमताओं में सुधार करने, उनके जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाने और उनकी स्वतंत्रता को बढ़ावा देने के लिए काम करते हैं। व्यायाम चिकित्सा, संतुलन और समन्वय प्रशिक्षण, चाल प्रशिक्षण, और संवेदी एकीकरण चिकित्सा जैसी फिजियोथेरेपी तकनीकें आईडी वाले छात्रों की शारीरिक क्षमताओं को बेहतर बनाने में मदद कर सकती हैं।

Unit :- 4.3 Role and techniques of occupational therapy and sensory integration for students with ID (आईडी वाले छात्रों के लिए व्यावसायिक चिकित्सा और संवेदी एकीकरण की भूमिका और तकनीक) –

व्यावसायिक चिकित्सा और संवेदी एकीकरण बौद्धिक अक्षमता वाले छात्रों (आईडी) के समर्थन के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण के आवश्यक घटक हैं। व्यावसायिक चिकित्सा की भूमिका छात्रों की दैनिक गतिविधियों में कार्यात्मक स्वतंत्रता को बढ़ावा देना है, जैसे कि उनकी अनूठी जरूरतों और चुनौतियों को संबोधित करते हुए स्व-देखभाल, अवकाश और शैक्षणिक गतिविधियों। संवेदी एकीकरण यह समझने के लिए एक दृष्टिकोण है कि कैसे एक छात्र स्पर्श, ध्वनि और आंदोलन जैसी संवेदी जानकारी को संसाधित करता है और उस पर प्रतिक्रिया करता है, और सीखने और व्यवहार को बढ़ावा देने के लिए उस जानकारी का उपयोग करता है।

आईडी वाले छात्रों के लिए व्यावसायिक चिकित्सा और संवेदी एकीकरण में उपयोग की जाने वाली कुछ तकनीकें निम्नलिखित हैं:

अनुकूल उपकरण और सहायक तकनीक: आईडी वाले छात्र विशेष उपकरण और तकनीक से लाभान्वित हो सकते हैं जो उन्हें उन गतिविधियों में भाग लेने में मदद करते हैं जो वे अन्यथा नहीं कर पाएंगे। उदाहरण के लिए, ठीक मोटर कठिनाइयों वाले छात्र को विशेष पेंसिल पकड़ से लाभ हो सकता है, जबकि संचार चुनौतियों वाले छात्र को संचार उपकरण से लाभ हो सकता है।

सूक्ष्म मोटर कौशल विकास: व्यावसायिक चिकित्सक ठीक मोटर कौशल विकसित करने पर काम करते हैं, जो दैनिक कार्यों जैसे कि लिखना, बर्तनों का उपयोग करना और वस्तुओं में हेरफेर करना आवश्यक है। वे विभिन्न तकनीकों का उपयोग करते हैं, जिसमें हाथ मजबूत करने वाले व्यायाम, निपुणता अभ्यास और ठीक मोटर हेरफेर गतिविधियां शामिल हैं।

स्थूल मोटर कौशल विकास: स्थूल मोटर कौशल, जैसे चलना, दौड़ना और कूदना, दैनिक जीवन के लिए भी आवश्यक हैं और अक्सर व्यावसायिक चिकित्सा में लक्षित होते हैं। चिकित्सक इन कौशलों को विकसित करने के लिए संतुलन प्रशिक्षण, बाधा कोर्स और बाहरी खेल जैसी गतिविधियों का उपयोग कर सकते हैं।

संवेदी एकीकरण चिकित्सा: संवेदी एकीकरण चिकित्सा एक दृष्टिकोण है जिसका उद्देश्य छात्रों को अधिक संगठित और प्रभावी तरीके से संवेदी जानकारी को संसाधित करने और प्रतिक्रिया देने में मदद करना है। चिकित्सक विभिन्न संवेदी अनुभवों का उपयोग करते हैं, जैसे झूलना, कताई और स्पर्शनीय खेल, छात्रों को संवेदी जानकारी के प्रति उनकी प्रतिक्रियाओं को विनियमित करने में मदद करने के लिए।

दृश्य अवधारणात्मक कौशल: दृश्य अवधारणात्मक कौशल जो देखा जाता है उसकी व्याख्या करने और समझने की क्षमता है, और पढ़ने, लिखने और कई अन्य अकादमिक कार्यों के लिए महत्वपूर्ण हैं। व्यावसायिक चिकित्सक इन कौशलों को विकसित करने के लिए पहेलियाँ, भूलभुलैया और दृश्य स्कैनिंग अभ्यास जैसी गतिविधियों का उपयोग करते हैं।

स्व-देखभाल कौशल: स्व-देखभाल कौशल, जैसे कि ड्रेसिंग, सवारना और खिलाना, स्वतंत्रता के लिए आवश्यक हैं और अक्सर व्यावसायिक चिकित्सा पर ध्यान केंद्रित करते हैं। छात्रों को इन कौशलों को विकसित करने में मदद करने के लिए चिकित्सक विभिन्न तकनीकों का उपयोग करते हैं, जैसे कि मॉडलिंग, संकेत देना और कार्यों को चरणों में तोड़ना।

अंत में, व्यावसायिक चिकित्सा और संवेदी एकीकरण बौद्धिक विकलांग छात्रों के समर्थन के महत्वपूर्ण घटक हैं। उनकी अनूठी जरूरतों और चुनौतियों को संबोधित करके, व्यावसायिक चिकित्सक छात्रों को उनकी दैनिक गतिविधियों में अधिक स्वतंत्रता और सफलता प्राप्त करने में सहायता कर सकते हैं। संवेदी एकीकरण चिकित्सा भी छात्रों को विनियमित करने में मदद कर सकती है।

Unit :- 4.4 Techniques – strategies for Speech – Language intervention to students with Intellectual disability (बौद्धिक छात्रों के लिए भाषण और भाषा के हस्तक्षेप के लिए तकनीक और रणनीतियाँ विकलांगता) – बौद्धिक विकलांगता के सबसे आम और स्पष्ट प्रभावों में से एक यह है कि व्यक्ति के भाषण और संचार पर, कई बच्चे भाषण और भाषा कौशल के साथ खराब प्रगति कर रहे हैं। एक स्पीच थेरेपिस्ट एक प्रशिक्षित संबद्ध स्वास्थ्य पेशेवर है जो संचार विकारों और कठिनाइयों वाले लोगों के साथ काम करता है। भाषण चिकित्सक व्यक्तियों को उनकी संचार क्षमता प्राप्त करने और समग्र भाषण और भाषा कौशल में सुधार करने में सहायता करते हैं।

बौद्धिक अक्षमता वाले व्यक्तियों में भाषण और ध्वनि भाषा संबंधी विकार हो सकते हैं और दोनों के बीच के अंतर को पहचानना महत्वपूर्ण है। भाषण विकार वह है जहां व्यक्ति को दूसरों के साथ प्रभावी ढंग से संवाद करने के लिए आवश्यक भाषण की ध्वनि उत्पन्न करने में कठिनाई होती है। इसमें अभिव्यक्ति, प्रवाह, आवाज या ध्वन्यात्मक विकारों के साथ कठिनाइयाँ शामिल हो सकती हैं। दूसरी ओर, भाषा विकार वाले लोगों को आमतौर पर भाषण ध्वनि या उच्चारण शब्दों के साथ संघर्ष नहीं होता है, लेकिन भाषा और उसके नियमों और प्रक्रियाओं को समझने में कठिनाई होती है। इसमें अक्सर सही व्याकरण का उपयोग करने और पर्याप्त रूप से निर्मित वाक्यों को विकसित करने में समस्याएं शामिल होती हैं। भाषा विकारों को आमतौर पर अभिव्यंजक (अपनी आवश्यकताओं को समझाने या व्यक्त करने में समस्या) या ग्रहणशील (भाषा और इसके अर्थ को समझने में कठिनाई) भाषा विकार में वर्गीकृत किया जाता है।

स्पीच थेरेपी बौद्धिक अक्षमता वाले व्यक्ति की मदद कैसे कर सकती है? (How can speech therapy help an individual with intellectual disability?)

बौद्धिक अक्षमता वाले लोगों को अक्सर नई जानकारी को संसाधित करने और सीखने, निर्देशों का पालन करने, लिखित और बोली जाने वाली भाषा को समझने और उपयोग करने में कठिनाई होती है (उदाहरण के लिए बातचीत का पालन करने में असमर्थ या मौखिक रूप से अपने विचारों को दूसरों तक पहुँचाने में असमर्थ), विस्तृत जानकारी को समझने और कार्यों को पूरा करने में। एक बौद्धिक अक्षमता और संचार की कमी वाले व्यक्ति को सामाजिक कौशल और गैर-मौखिक संचार को समझने में भी संघर्ष करना पड़ सकता है, जैसे कि चेहरे की अभिव्यक्ति, इशारों या सामाजिक शिष्टाचार को समझना। जो लोग गैर-मौखिक हैं या सीमित मौखिक क्षमता रखते हैं, वे वैकल्पिक संचार विधियों को विकसित करने में मदद कर सकते हैं, जैसे कि सहायक तकनीक का उपयोग करना

स्पीच थेरेपी में आमतौर पर क्या शामिल होता है? (What does speech therapy usually involve ?) – अधिकांश चिकित्सीय हस्तक्षेपों के साथ, पहले चरण में आमतौर पर चिकित्सक को व्यक्ति के सामाजिक, शिक्षा और चिकित्सा इतिहास की पूरी पृष्ठभूमि प्राप्त करने के साथ-साथ भाषण और संचार के संबंध में उनके वर्तमान स्तर के कामकाज को शामिल करना शामिल होता है। एक मानकीकृत मूल्यांकन उपकरण का उपयोग करना अक्सर व्यक्ति की आधारभूत संचार

कार्यप्रणाली और जरूरतों का औपचारिक मूल्यांकन प्राप्त करने के लिए उपयोगी होता है, जिसका उपयोग चिकित्सा लक्ष्यों को तैयार करने के लिए किया जा सकता है। स्पीच थेरेपी भी अक्सर व्यक्ति के माता-पिता या देखभाल करने वालों की भागीदारी के साथ बेहतर काम करती है, इसलिए वे भी सुधार कर सकते हैं कि वे व्यक्ति के साथ कैसे संवाद करते हैं। नीचे इसका विवरण दिया गया है कि कैसे स्पीच थेरेपी विशिष्ट विकारों या कठिनाइयों के संचार कौशल को बढ़ा सकती है।

भाषण चिकित्सा और ग्रहणशील भाषा :- भाषण चिकित्सक आंखों से संपर्क बनाने, न्यूनतम निर्देशों और बुनियादी भाषा का उपयोग करने, व्यक्ति की शब्दावली का विस्तार करने और सीखने के लिए विशिष्ट शब्दों पर ध्यान केंद्रित करने और दृश्य संकेतों को शामिल करने जैसे क्षेत्रों पर काम करके ग्रहणशील भाषा चुनौतियों वाले बच्चों और वयस्कों की मदद कर सकते हैं। जैसे समझ बढ़ाने के लिए चित्र, हाव-भाव या हाव-भाव। ग्रहणशील भाषा के लिए स्पीच थेरेपी में अक्सर बच्चे को जो कहा गया है उसे रिले करने के लिए कहना और गतिविधि प्रदर्शित करके व्यक्ति को निर्देश या अवधारणा को पहचानने में मदद करना शामिल है।

भाषण चिकित्सा और अभिव्यंजक भाषा :- बातचीत में निरंतर जुड़ाव से अभिव्यंजक भाषा की कठिनाइयों में सुधार किया जा सकता है जैसे कि उनसे अपने विचारों या कार्यों का वर्णन करने के लिए कहना, व्यक्ति को भाषण ध्वनियों और शब्दों को उत्पन्न करने के तंत्र को मॉडलिंग करना, कहानियों को बताने के लिए पुस्तकों का उपयोग करना और पत्र लेखन को प्रोत्साहित करना। व्यक्ति की शब्दावली को लगातार विस्तृत करना भी महत्वपूर्ण है, जो अक्सर उन्हें सामाजिक अनुभवों से अवगत कराकर, अन्य मीडिया को पढ़कर या उपभोग करके, या उन अभ्यासों में संलग्न होकर किया जाता है, जहां उन्हें रोजमर्रा की गतिविधियों में वस्तुओं या कार्यों का नाम देना होता है।

भाषण चिकित्सा और सामाजिक भाषा :- सामाजिक संदर्भ में भाषा को ठीक से अपनाने के लिए सामाजिक या व्यावहारिक संचार कौशल की आवश्यकता होती है। ये कौशल अक्सर एक व्यक्ति के लिए अपने समुदाय और अपने साथियों के साथ जुड़ने के लिए सर्वोपरि होते हैं, और इसमें शामिल होता है कि हम विभिन्न तरीकों से भाषा का उपयोग कैसे करते हैं (उदाहरण के लिए अन्य लोगों से अनुरोध करना, सामाजिक अभिवादन करना)। हम सामाजिक स्थिति के लिए भाषा का उपयोग कैसे करते हैं (उदाहरण के लिए हम अक्सर अपने साथियों से अलग तरह से बात करते हैं जैसे हम किसी अजनबी या अपने से बड़े व्यक्ति से करते हैं) और सामाजिक शिष्टाचार और मानकों को उचित रूप से अपनाना (जैसे सामाजिक संकेतों को समझना, मोड़ लेने का महत्व)। भाषण चिकित्सक विशिष्ट सामाजिक संदर्भों (जैसे अभिवादन, शिष्टाचार) में उपयुक्त व्यवहारों को लागू करने और व्यावहारिक भाषा कौशल को बढ़ा नहीं सकते हैं, खेल चिकित्सा और भूमिका निभाने का उपयोग करते हैं और व्यक्ति को चेहरे के भावों को बेहतर ढंग से पढ़ने और समझने के लिए सिखाते हैं। व्यक्ति के लिए रोजमर्रा की जिंदगी में विभिन्न सामाजिक संबंधों में शामिल होना भी महत्वपूर्ण है।

भाषण चिकित्सा और गैर-मौखिक बच्चे: जब एक बच्चा ध्वनि उत्पन्न करने या बोलने में असमर्थ होने के लक्षण दिखा रहा है, तो संचार के वैकल्पिक तरीकों को खोजना आवश्यक हो जाता है। इसमें अक्सर इशारों और शरीर की भाषा, दृश्य सहायता और वस्तुओं (जैसे चित्र बोर्ड या कार्ड), इलेक्ट्रॉनिक कंप्यूटर या गैजेट्स का उपयोग प्रकार के संदेशों को रिले करने के लिए, विशेष आवाज-आउटपुट उपकरणों को अपनाने, या सांकेतिक भाषा सीखना शामिल है। थेरेपी में आमतौर पर व्यावहारिक संदेशों को संप्रेषित करने में सक्षम होने के लिए बच्चे के कौशल को विकसित करने पर प्रारंभिक ध्यान दिया जाता है, जैसे कि कैसे दिखाया जाए कि वे भूखे हैं और भावनाओं का प्रतिनिधित्व करते हैं (जैसे कि वे थके हुए या खुश हैं तो प्रदर्शित करने के लिए चित्र कार्ड का उपयोग करना)। वैकल्पिक संचार दृष्टिकोण के संदर्भ में उपयोग करने के लिए सबसे अधिक आरामदायक क्या है, इसकी पहचान करने में कुछ समय लग सकता है। जैसे-जैसे थेरेपी आगे बढ़ती है और बच्चे के संचार कौशल में वृद्धि होती है, स्पीच थेरेपिस्ट जटिल कार्यों और निर्देशों को प्रबंधित करने की बच्चे की क्षमता को बढ़ाने के लिए काम करेगा जिसमें अधिक क्रियाएं शामिल हैं।

Unit :- 4.5 Recreational Therapy for students with Intellectual Disability: Yoga, Music, Play –

Movement therapy (बौद्धिक अक्षमता वाले छात्रों के लिए मनोरंजक थेरेपी :- योग, संगीत, खेल और गति चिकित्सा)

मनोरंजन चिकित्सा गतिविधि-आधारित हस्तक्षेपों का उपयोग करती है जो कार्यात्मक प्रदर्शन, संचार, व्यवहार, अनुकूलन और भौतिक स्थितियों और संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं में संशोधन में निहित हैं। उपचार की योजनाएँ अत्यधिक – व्यक्तिगत हैं; एक बच्चे पर काम करने वाली तकनीकों आसानी से दूसरे बच्चे पर लागू नहीं हो सकती हैं। मनोरंजन चिकित्सक को व्यवस्थित रूप से किसी भी शारीरिक और भावनात्मक बाधाओं की पहचान करनी चाहिए। वे अनुकूलन का पता लगाते हैं और जब आवश्यक हो, संशोधन करते हैं। अनुकूलन उन संशोधनों से स्पष्ट रूप से भिन्न हैं जिनमें अनुकूलन के लिए ऑर्थोटिक्स, अनुकूली उपकरण या सहायक तकनीकों की सहायता की आवश्यकता हो सकती है, जबकि संशोधन एक बच्चे के लिए एक गतिविधि करने के लिए वैकल्पिक तरीके हैं। वांछित परिणाम एक सीमा को प्रबंधनीय या गैर-मौजूद बना सकता है, इस प्रकार पूर्ण भागीदारी और समावेशन के अवसरों की अनुमति देता है।

मनोरंजक गतिविधियों में कदम रखना बौद्धिक अक्षमता वाले बच्चों के लिए तनावपूर्ण हो सकता है; चिकित्सक द्वारा उपयोग की जाने वाली कई तकनीकों को बच्चों को प्रेरित करने के लिए डिजाइन किया गया है; बच्चे में आत्मविश्वास पैदा करना चिकित्सक का काम है। प्रदर्शन करने या बाधाओं को दूर करने के नए तरीके सीखना बच्चे के लिए निराशाजनक हो सकता है। हालांकि, जब बच्चा स्वीकार किए जाने और अपनी रुचि के क्षेत्रों में शामिल होने के लाभ का अनुभव करता है, तो बच्चे अक्सर जल्दी से स्वीकार करते हैं और सीखते हैं, खासकर अगर सीखने का माहौल सकारात्मक और सहायक हो।

उपयोग किए जाने वाले हस्तक्षेपों में शामिल हैं (Interventions that are used include)

- गतिविधियों में विशिष्ट शारीरिक प्रशिक्षण
- संज्ञानात्मक पुनर्प्रशिक्षण
- कल्याण प्रशिक्षण
- तनाव प्रबंधन रणनीति
- व्यवहार परामर्श
- खेल कौशल
- समाजीकरण और एक-पर-एक वार्तालाप भूमिका निभाते हैं
- सामुदायिक एकीकरण
- निर्देशित इमेजरी और ध्यान
- आराम और बायोफीडबैक

मनोरंजन चिकित्सा के लक्ष्यों में शामिल हैं:

- मनोरंजक प्रदर्शन के लिए बच्चे की क्षमता का निर्धारण।
- किसी बच्चे की अनुकूली रणनीतियों को सिखाकर उसकी अक्षमता को कम करना।
- प्रोत्साहन और समर्थन के साथ बच्चे को गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रेरित करना।
- समावेशन को बढ़ाने के लिए प्रक्रिया और प्रक्रियाओं को संशोधित करना।
- एक बच्चे की आत्म-अवधारणा और आत्म-विश्वास को बढ़ाना।
- एक बच्चे की रुचियों को विकसित करने में मदद करना।

मनोरंजन चिकित्सा के मनोवैज्ञानिक लाभों में शामिल हैं: (Psychological benefits of recreation therapy include)

- विकलांगता की स्वीकृति
- सामाजिक कौशल में वृद्धि
- तनाव और अवसाद को प्रबंधित करने की क्षमता में वृद्धि
- क्रोध और चिंता में कमी
- बेहतर शरीर छवि
- सामाजिक अलगाव कम हुआ
- बेहतर भलाई – किया जा रहा है और विश्राम

मनोरंजन चिकित्सा के संज्ञानात्मक लाभों में शामिल हैं (Cognitive benefits of recreation therapy include)

- बेहतर व्यवहार
- विश्लेषणात्मक और निर्णय लेने के कौशल में वृद्धि।
- बेहतर आत्मविश्वास
- बढ़ी हुई धारणा

विकलांग वयस्कों के लिए शारीरिक गतिविधियाँ (Physical Activities for Adults with Disabilities) – शारीरिक गतिविधियों और व्यायाम से विकलांग वयस्कों को उनकी मानसिक और शारीरिक क्षमता हासिल करने में मदद मिल सकती है। गेंदबाजी, व्यायाम कक्षाएं, बागवानी, टीम खेल, नृत्य, और तैराकी सभी गतिविधियां हैं जिनका उपयोग मस्ती करते हुए अच्छे समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए किया जा सकता है।

तथ्य की बात के रूप में, 2005 के पतन में “चिकित्सीय मनोरंजन जर्नल” में प्रकाशित एक अध्ययन ने पारिवारिक जीवन में सुधार, सामाजिक जीवन में सुधार, जीवन की गुणवत्ता में वृद्धि, और बौद्धिक विकासात्मक विकलांग प्रतिभागियों के लिए बेहतर स्वास्थ्य की सूचना दी, जिन्होंने अनुकूली और संगठित में भाग लिया मनोरंजक गतिविधियाँ, जैसे घुड़सवारी।

2014 के अप्रैल में “फ्रंटियर्स इन पब्लिक हेल्थ” में प्रकाशित दिशानिर्देशों के अनुसार। बौद्धिक और विकासात्मक अक्षमताओं वाले वृद्ध वयस्कों को प्रति सप्ताह कम से कम 150 मिनट की उम्र के उपयुक्त मध्यम से कम तीव्रता वाले व्यायाम में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। यह रिपोर्ट बताती है कि जब समूह गतिविधियों को व्यायाम और सामाजिक मेलजोल के साथ जोड़ा जाता है, तो यह आपके प्रियजन के आनंद और प्रेरणा को बढ़ा सकता है।

विकलांग वयस्कों के लिए कला गतिविधियाँ (Art Activities for Adults with Disabilities) :- कला भावनाओं और भावनाओं को व्यक्त करने का एक व्यवहार्य तरीका है, खासकर जब कोई पारंपरिक माध्यमों से ऐसा करने में सक्षम नहीं होता है। नतीजतन, बौद्धिक और विकासात्मक अक्षमताओं वाले कई लोग कला और शिल्प से जुड़े उपचार के लिए अच्छी प्रतिक्रिया देते हैं।

कला चिकित्सा रचनात्मकता को प्रेरित करती है और इसका उपयोग सभी उम्र के वयस्कों को प्रोत्साहित करने के लिए किया जा सकता है। चाहे वह कैनवास के साथ बनाना हो, शैक्षिक रंग भरने वाली किताबें हों, गहने बनाना हो, स्क्रेपबुकिंग करना हो, या किसी अन्य प्रकार की कला चिकित्सा होय आप और आपका प्रियजन बनाने में घंटों बिताएंगे। विकलांग वयस्कों के लिए कुछ सबसे लोकप्रिय कला गतिविधियों में शामिल हैं:

- मिट्टी से शिल्प बनाना
- कागज की लुगदी बनाना
- पुनः उपयोग और पुनः निर्माण
- रचनात्मक खिलौने
- पेंट से सजाना
- कपड़े से बनाना

विकलांग वयस्कों के लिए संगीत थेरेपी गतिविधियाँ (Music Therapy Activities for Adults with Disabilities) :-

बौद्धिक और विकासात्मक अक्षमताओं वाले वयस्क आमतौर पर संगीत गतिविधियों के लिए अच्छी प्रतिक्रिया देते हैं क्योंकि यह कार्रवाई को प्रेरित करता है, ध्यान आकर्षित करता है, आनंद लाता है और सफलता प्रदान करता है। विशेष रूप से, संगीत सहायक हो सकता है क्योंकि यह मस्तिष्क के दाएं और बाएं दोनों गोलार्द्धों में संसाधित होता है। संगीत एक बहु-संवेदी गतिविधि है जिसमें श्रवण, दृश्य, सामरिक प्रणाली और गतिज प्रणाली शामिल हैं।

साथ ही, संगीत स्वयं को जोड़ने और व्यक्त करने का एक शानदार तरीका है, जो विशेष रूप से उन लोगों के लिए सहायक हो सकता है जो भाषा के साथ संघर्ष करते हैं या अशाब्दिक हैं। चाहे वह साथ में गा रहा हो या डफली जैसा वाद्य यंत्र बजा रहा हो, संगीत गतिविधियां निम्नलिखित लक्ष्यों को पूरा करती हैं:

शिक्षाविद :- याद को बेहतर बनाने के लिए आप वस्तुतः किसी भी चीज का गीत में अनुवाद कर सकते हैं।

संचार और भाषण :- कस्टम गाने बनाने से ध्वनियों को अलग करते हुए एकरसता के बिना दोहराव बढ़ाने में मदद मिल सकती है।

सूक्ष्म और स्थूल गामक कौशल :- अनुकूली और पारंपरिक टक्कर उपकरणों (जैसे हाथ ड्रम) को लागू करने से सकल और ठीक मोटर कौशल को संबोधित करने में मदद मिल सकती है।

व्यवहार - उपयुक्त व्यवहार को सुदृढ़ करने के लिए आप संगीतमय कहानियाँ और गीत बना सकते हैं।

भावनात्मक - सामाजिक - अक्षमताओं वाले वयस्कों को भावनाओं की पहचान करने और जब भी वे अभिभूत महसूस करते हैं तो मुकाबला करने की रणनीतियों का उपयोग करने में मदद करने के लिए गीतों का उपयोग किया जा सकता है

जीवन की गुणवत्ता और आत्मसम्मान - गीत और संगीत के अनुभवों के माध्यम से सफल और सकारात्मक अनुभवों को याद किया जा सकता है।

कम्युनिटी मेनस्ट्रीमिंग से संपर्क करें :- विकासात्मक अक्षमता वाले अपने प्रियजन के साथ आप घर पर जो गतिविधियाँ करते हैं, वे उनके जीवन के हर पहलू में महत्वपूर्ण रूप से मदद कर सकती हैं। विकलांग वयस्कों के लिए अलग-अलग गतिविधियों का चयन करते समय, हम इस बात पर ध्यान केंद्रित करना सबसे प्रभावी पाते हैं कि वे क्या कर सकते हैं- इस पर नहीं कि वे क्या नहीं कर सकते।

योग (Yoga) :- इस क्षेत्र में विशेषज्ञता प्राप्त करने में रुचि रखने वाले योग चिकित्सक के लिए योग की आपकी अपनी परिभाषा और आपके इरादों के बारे में बहुत स्पष्ट होना मददगार हो सकता है - आप क्या सिखा रहे हैं और क्यों? इन सवालों को आपके काम की नींव बनानी चाहिए, और आपको अपने छात्रों के लिए क्या सही है, यह सिखाने के साथ जोड़े रखना चाहिए।

बौद्धिक विकलांगता वाले लोगों के लिए आसानी से सुलभ प्रथाओं को विकसित करने के लिए अपनी कल्पना का उपयोग करने में भी मदद मिलती है:

- अधिकांश आसन मुद्राओं को संशोधित किया जा सकता है या यहां तक कि कुर्सी पर बैठकर भी किया जा सकता है। सरल संयुक्त गतिशीलता, बुनियादी समन्वय और संतुलन कौशल या यहां तक कि हस्त मुद्राएं कई अधिक परिचित पोज को बदल सकती हैं।
- प्राणायाम में सिर्फ नाक से सांस लेने और छोड़ने की क्षमता पर ध्यान केंद्रित करना उपयोगी हो सकता है क्योंकि मुंह से सांस लेना आमतौर पर बौद्धिक अक्षमता वाले लोगों में देखा जाता है। आप 'मगरमच्छ मुद्रा' जैसे प्राकृतिक शरीर की स्थिति पा सकते हैं जो स्वचालित रूप से छाती की श्वास पर डायफ्रामिक श्वास को प्रोत्साहित करती है, और ध्वनि का उपयोग करके बाहर की सांस को लंबा करना मजेदार है और अधिक सामान्य रूप से उपयोग की जाने वाली गिनती विधियों की तुलना में आसान हो सकता है।
- ध्यान केंद्रित करने का कौशल बढ़ाना उन लोगों के लिए उपयोगी हो सकता है जो आसानी से विचलित होते हैं और कुछ बहुत ही सरल विनयसा क्रम उपयुक्त हो सकते हैं।
- जप एक सुखद अभ्यास हो सकता है और शब्दों के क्रम को याद रखने की तुलना में बीज मंत्र जैसी ध्वनियों का उपयोग करना लोगों के लिए आसान हो सकता है।

प्ले PLAY :- जैसा कि शेरिल द्वारा "अनुकूलित शारीरिक शिक्षा और मनोरंजन" में परिभाषित किया गया है, खेल सहज, आनंददायक व्यवहारों को संदर्भित करता है जिसके माध्यम से बच्चे अपने पर्यावरण के साथ बातचीत करते हैं। गैर-विकलांग बच्चों में, खेल जन्मजात और सहज होता है, और वे शैशवावस्था के दौरान पर्यावरण की खोज और हेरफेर करने से लेकर बड़े होने पर प्रतिस्पर्धी खेलों की तरह जटिल नियमों, रणनीतियों और विनियमों को समझने तक आसानी से देखने योग्य चरणों के माध्यम से प्रगति करते हैं।

अधिकांश बच्चे स्कूल के बाहर अपने समय का उपयोग असंगठित या संरचित खेल गतिविधियों में करते हैं। वे खेल को एक रचनात्मक गतिविधि और अतिरिक्त ऊर्जा के लिए एक आउटलेट के रूप में उपयोग करने का प्रयास कर रहे हैं। पहले के सिद्धांतकारों ने नाटक की चार प्रमुख व्याख्याएँ प्रस्तावित कीं। पहला अधिशेष ऊर्जा सिद्धांत था। इसके अनुसार शरीर की मूलभूत आवश्यकताओं जैसे भोजन आदि के बाद जो ऊर्जा का भंडार बच जाता है, वह खेल-कूद में खर्च हो जाता है।

दूसरा नाटक का विश्राम और मनोरंजन सिद्धांत है, जो दार्शनिकों द्वारा प्रस्तावित है। लाजर (1883) और पैट्रिक (1916)। पहले के विपरीत, इस सिद्धांत ने प्रस्तावित किया कि शारीरिक और मानसिक रूप से थका देने वाले काम में संलग्न होने के बाद, शरीर ऊर्जा से बाहर हो जाता है और नींद की जरूरत होती है। हालांकि, पूर्ण बहाली प्राप्त करने के लिए, इसे पहले खेल गतिविधियों में संलग्न होने की आवश्यकता होती है, जो एक को आराम करने और दबाव छोड़ने में मदद करती है।

खेल के माध्यम से सीखने के महत्व में शामिल हैं:

रचनात्मकता :- ओपन-एंडेड प्ले बच्चों को रचनात्मक होने देता है कि वे चीजों के साथ कैसे बातचीत करते हैं

शब्दावली :- बच्चे नई चीजों के साथ बातचीत करते हुए शब्दावली का विस्तार करते हैं। खेलते समय वे अपने साथियों से नए शब्द सीख सकते हैं। शिक्षक बच्चों से इस बारे में बात करके शब्दावली का विस्तार कर सकते हैं कि वे क्या कर रहे हैं और उन्हें विभिन्न चीजों के लिए शब्द प्रदान कर सकते हैं।

समस्या समाधान :- खेल अक्सर ऐसी परिस्थितियाँ प्रस्तुत करता है जिनमें समस्या समाधान कौशल की आवश्यकता होती है। उन्हें यह पता लगाने की आवश्यकता हो सकती है कि कुछ कैसे करना है या साथियों के साथ मिलकर कैसे काम करना है। नाटकीय नाटक के दौरान, उन्हें यह तय करना होता है कि कौन सी भूमिकाएँ लेनी हैं और वे भूमिकाएँ कैसे परस्पर क्रिया करती हैं, उदाहरण के लिए।

शारीरिक विकास :- खेल में गति की आवश्यकता होती है। जब बच्चे इधर-उधर दौड़ते हैं और सक्रिय रूप से खेलते हैं तो छोटे खिलाड़ियों और सकल मोटर कौशल में हेरफेर करने के लिए बच्चे ठीक मोटर कौशल का उपयोग करते हैं। जितना अधिक वे मोटर कौशल के प्रकारों का अभ्यास करते हैं, उतनी ही तेजी से वे उन क्षमताओं को विकसित करते हैं।

एकाग्रता :- जब बच्चों को यह चुनने को मिलता है कि वे क्या करते हैं, तो उनकी रुचि दिखाने और गतिविधि से जुड़े रहने की संभावना अधिक होती है। वे गतिविधि से अधिक प्राप्त करते हैं क्योंकि वे सक्रिय रूप से लगे हुए हैं और केंद्रित हैं।

सामाजिक कौशल :- मुक्त खेलने का प्रारूप बच्चों को एक दूसरे के साथ बातचीत करने के लिए प्रोत्साहित करता है, जो सामाजिक कौशल बनाने में मदद करता है। वे विचारों को संप्रेषित करना और सहयोग करना सीखते हैं। सामाजिक कौशल न केवल कक्षा में बल्कि सामान्य रूप से जीवन में बहुत महत्वपूर्ण हैं।

भावनात्मक विकास :- खेल के अवसर बच्चों को सहानुभूति विकसित करने और भावनाओं का पता लगाने में मदद करते हैं। नाटकीय नाटक विशेष रूप से सहायक होता है। बच्चे अलग-अलग भूमिकाएँ निभाते हैं और यह पता लगाते हैं कि दूसरे कैसा महसूस कर सकते हैं। वे यह भी सीख सकते हैं कि अपने साथियों के साथ बातचीत करते समय अपनी भावनाओं को कैसे नियंत्रित किया जाए।

आत्मविश्वास :- सभी बच्चे अपने पृष्ठभूमि ज्ञान या क्षमता स्तर की परवाह किए बिना खेल सकते हैं। वे खेल-आधारित शिक्षा के साथ कक्षा में सफलता पाते हैं। वह सफलता आत्मविश्वास पैदा करने में मदद कर सकती है जिससे स्कूल कम डराने वाला लग सकता है।

सक्रिय सीखना :- जब बच्चे खेलते हैं, तो वे सक्रिय रूप से व्यस्त रहते हैं। मानसिक रूप से सक्रिय होने से बच्चों को निष्क्रिय रूप से सीखने की तुलना में बेहतर सीखने में मदद मिलती है।

वास्तविक दुनिया के संबंध: खेल बच्चों को विचारों को उनके जीवन से जोड़ने में मदद करता है। जब वे स्टोर-थीम वाले नाटकीय खेल क्षेत्र में खेलते हैं, तो वे इसे अपने माता-पिता के साथ स्टोर की यात्राओं से जोड़ सकते हैं।

Unit :- 5 Therapies for students with Specific Learning Disabilities (विशिष्ट सीखने की अक्षमता वाले छात्रों के लिए उपचार)

Unit :- 5.1 Occupational therapy: Need, assessment, scope, nature of intervention (व्यावसायिक चिकित्सा: आवश्यकता, मूल्यांकन, कार्यक्षेत्र, हस्तक्षेप की प्रकृति) – व्यावसायिक चिकित्सा चिकित्सा की एक शाखा है जो व्यक्तियों को उनके समय पर कब्जा करने वाली सार्थक गतिविधियों में उनके प्रदर्शन को अनुकूलित करने में मदद करती है। बच्चों के लिए, इसमें स्कूल, खेल और दोस्तों के साथ सामाजिक संपर्क शामिल होगा। एलडी वाले बच्चों को इनमें से प्रत्येक क्षेत्र में कठिनाइयाँ होती हैं और एक व्यावसायिक चिकित्सक संवेदी प्रसंस्करण कौशल (संवेदी जानकारी को समझना, दर्ज करना और प्रतिक्रिया देना), सूक्ष्म गामक कौशल (लिखने के लिए आवश्यक), ध्यान (बैठने की सहनशीलता में सुधार करके) और सामाजिक व्यवहार में सुधार करने में मदद करता है। (साथियों के साथ बातचीत)। ऑक्यूपेशनल थेरेपिस्ट ऐसे व्यवहार को बढ़ाने के लिए मस्तिष्क को फिर से तार-तार करने का काम करते हैं। यह सार्थक गतिविधियों के माध्यम से प्राप्त किया जाता है जो बच्चों के लिए प्रेरक और मजेदार हैं, उन्हें एक कौशल का अभ्यास करने और इसे बनाए रखने में मदद करते हैं।

उदाहरण के लिए, एक ओटी सत्र में समय प्रबंधन और दृश्य ध्यान बढ़ाने के लिए झूलों, बंदर सलाखों और बाधा कोर्स, बोर्ड गेम के माध्यम से ठीक मोटर गतिविधियों और आईपैड जैसे अनुकूली सहायकों का उपयोग करके संवेदी आधारित खेल शामिल हो सकते हैं।

जानकारी के कुछ रूपों को संसाधित करने के साथ एक सीखने की कठिनाई को एक न्यूरोलॉजिकल कठिनाई के रूप में वर्णित किया जा सकता है। कुछ सीखने की कठिनाइयों को अलगाव में देखा जाता है और दूसरों को एक दूसरे के साथ देखा जाता है, उदाहरण के लिए डिस्लेक्सिया और डिस्प्रेक्सिया को अक्सर एक साथ देखा जाता है।

सीखने की कठिनाइयाँ एक छत्र शब्द है जिसका उपयोग कुछ सबसे अधिक होने वाली स्थितियों जैसे कि डिस्प्रेक्सिया, डिस्लेक्सिया या अटेंशन डेफिसिट हाइपरएक्टिविटी डिसऑर्डर (एडीएचडी) का वर्णन करने के लिए किया जाता है।

व्यावसायिक चिकित्सा (ओटी) सीखने की अक्षमता वाले बच्चों को स्कूल में अपने प्रदर्शन को बेहतर बनाने और अधिक आसानी से सीखने में मदद कर सकती है। ओटी एक संबद्ध स्वास्थ्य अनुशासन है जो किसी व्यक्ति की स्वतंत्रता में सुधार करने का लक्ष्य रखता है ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि वे अपने चुने हुए “व्यवसाय” या दैनिक कार्यों / गतिविधियों में और अपने समुदाय के साथ, जैसा वे चाहते हैं, संलग्न हो सकते हैं। एक व्यावसायिक चिकित्सक उन बच्चों की मदद कर सकता है जिन्हें ध्यान या एकाग्रता की समस्या है, वर्तनी को याद करने और अक्षरों या संख्याओं को सही ढंग से लिखने में कठिनाई होती है।

एक व्यावसायिक चिकित्सक एक बच्चे, उनके स्कूल और माता-पिता के साथ काम कर सकता है ताकि दैनिक जीवन पर सीखने की कठिनाई के प्रभाव को कम करने के लिए उपचार, सलाह, रणनीति और तकनीक प्रदान की जा सके। यह महत्वपूर्ण है कि जहां संभव हो, उपचार जल्दी शुरू किया जाए ताकि उनके साथियों और कक्षा में आत्मविश्वास और सम्मान पर पड़ने वाले प्रभाव को कम किया जा सके।

नीचे कुछ तरीके दिए गए हैं जिन पर एक व्यावसायिक चिकित्सक ध्यान केंद्रित कर सकता है:

संगठनात्मक कौशल (Organisational skills)

- कार्यों को छोटे और अधिक प्रबंधनीय हिस्सों में तोड़ना
- शारीरिक तैयारी सिखाना
- मानसिक तैयारी और स्मृति एड्स के साथ मदद करना
- टाइमिंग और पेसिंग तकनीकों की पेशकश
- कैलेंडर और समय प्रबंधन पर सलाह देना
- एक बहुत ही सरल रूप में दृश्य संकेत और अनुस्मारक पढ़ाना
- दृश्य संकेतों और अनुस्मारकों को पढ़ाना
- दिनचर्या को व्यवस्थित करना

लिखावट (Handwriting) :-

- एक बच्चे को एक परिपक्व पेंसिल ग्रीप विकसित करने में मदद करना
- एक प्रभावी बैठने की मुद्रा को कैसे ग्रहण करना और बनाए रखना सिखाना
- सही अक्षर निर्माण सिखाना
- पूर्व-लेखन और प्रतिलिपि कौशल के विकास में सहायता

- कंधे की स्थिरता बढ़ाने के लिए गतिविधियों का परिचय देना.
- सूक्ष्म गामक, हाथ की ताकत और निपुणता बनाने में मदद
- पृष्ठ पर काम के संगठन के साथ समर्थन।

एक सीखने की अक्षमता के निदान के साथ एक बच्चा एक ओटी के साथ काम कर सकता है जो कठिनाइयों का कारण बनने वाली आंतरिक समस्याओं की पड़ताल करता है, जैसे कि दृश्य अवधारणात्मक मुद्दे, ध्यान देने की समस्याएं या मोटर कौशल की कमी। ओटी का उद्देश्य घर और स्कूल के वातावरण दोनों में बच्चे की भागीदारी में सुधार करना है। बच्चे के साथ काम करने के लिए ओटी द्वारा उपयोग की जाने वाली कुछ परिचित रणनीतियों में शामिल हैं:

- बच्चे को बेहतर समर्थन देने के लिए शिक्षकों और माता-पिता परिवार के सदस्यों के साथ काम करना। ओटी भौतिक वातावरण (कक्षा या घर में) में उपयुक्त बदलाव करेगा जो बच्चे की भागीदारी को बेहतर ढंग से बढ़ावा दे सकता है। यह न केवल भौतिक वातावरण में संशोधन करके किया जा सकता है (जैसे उपकरण जोड़ना जो बच्चे की मदद कर सकता है), बल्कि यह भी कि बच्चे की दिनचर्या कैसे संरचित होती है, उदा। बच्चा अपनी व्यस्तता में सुधार कर सकता है यदि उसके पास पूरे दिन में छोटे-छोटे, नियमित अंतराल हों।
- ध्यान और सतर्कता के साथ मदद करने के लिए, बच्चे को स्व-नियमन सिखाने के लिए संज्ञानात्मक व्यवहार उपचार।
- लिखावट कौशल में सुधार करने में मदद करने के लिए संवेदी आकलन और उपकरण। ओटी अक्सर बच्चे के विकास के लिए उपयुक्त संसाधनों और सामग्रियों और सीखने के तरीकों की एक श्रृंखला का उपयोग करेगा।
- ओटी अक्सर कार्यों को सुव्यवस्थित करते हैं ताकि बच्चे को मेमोरी संकेतों का प्रबंधन करना।
- आसान हो या दृश्य संकेतों सहित बच्चे को मानसिक रूप से तैयार करने में मदद मिल सके।
- बेहतर समय प्रबंधन रणनीतियों का विकास करें।

Unit :- 5.2 Behaviour therapy: Need, assessment, scope, nature of intervention (व्यवहार चिकित्सा: आवश्यकता, मूल्यांकन, कार्यक्षेत्र, हस्तक्षेप की प्रकृति) — जब शिक्षा की बात आती है, तो व्यवहार प्रबंधन जैसी कुछ चीजें हैं जो पाठ को बनाती या बिगाड़ती हैं। निर्देश केवल उतना ही अच्छा है जितना एक छात्र की इसे प्राप्त करने की क्षमता। यदि व्यवहार नियंत्रण से बाहर हैं, तो निस्संदेह सीखने के माहौल से समझौता किया जाएगा। 30 या अधिक छात्रों की कक्षाओं के साथ, प्रभावी व्यवहार रणनीतियाँ दूर-दूर तक हो सकती हैं — ठीक कक्षा में कई व्यक्तियों की तरह। हालांकि यह अक्सर परीक्षण और त्रुटि के लिए नीचे आ सकता है, कुछ विशिष्ट व्यवहार तकनीकों को सीखने की अक्षमता वाले छात्रों के लिए अधिक प्रभावी माना जाता है।

सीखने की अक्षमता वाले छात्रों के लिए व्यवहार प्रबंधन का एक महत्वपूर्ण पहलू एक कक्षा वातावरण बनाना है जो संरचित है, लेकिन कठोर नहीं है। संरचना छात्रों को अकादमिक और व्यवहारिक दोनों तरह की अलग-अलग उम्मीदें प्रदान करती है। शुरू से ही एक मानक या अपेक्षा निर्धारित करना, अस्वास्थ्यकर व्यवहारों को सामने आने से पहले ही दूर करने का एक सक्रिय तरीका है। हालांकि, जैसा कि हम सभी जानते हैं, व्यवहार आमतौर पर कुछ विशिष्ट भावनाओं का प्रभाव होता है। जब भावनाएं या प्रतिक्रियाएं हावी हो जाती हैं, खासकर सीखने की अक्षमता वाले छात्रों के लिए, यह फायदेमंद होता है कि शिक्षकों के पास कोशिश करने के लिए व्यवहारिक तकनीकों का भंडार होता है।

एडीएचडी वाले छात्रों के लिए (For students with ADHD) :- सजा या पुनर्निर्देशन जारी करने से पहले इस बात पर विचार करें कि बच्चे के नियंत्रण में क्या है और क्या नहीं है। एडीएचडी वाला बच्चा अक्सर आवेगी होता है और अपने खुद के गुस्से या टिप्पणियों से अनजान होता है। एक बच्चे के बीच अंतर होता है जो विघटनकारी होता है और ध्यान देने वाली समस्या वाले बच्चे के बीच अंतर होता है जो जानबूझकर परेशान नहीं करता है। इसलिए व्यवहार एक रुकावट के

लिए तकनीकों को परिस्थितियों के अनुकूल होना चाहिए। एक विघटनकारी छात्र के मामले में, जैसे कि एक विघटनकारी छात्र के मामले में, तुरंत क्रोधित होने के बजाय, उसे कक्षा सेटिंग में उचित व्यवहार की याद दिलाने के लिए छात्र को एक मौन संकेत दें। कई बार, किसी बच्चे के साथ केवल आँख मिलाने से उसे सोचने और बोलने से पहले हाथ उठाने की याद आती है।

ध्यान संबंधी मुद्दों वाले छात्रों के लिए एक अन्य सहायक व्यवहार तकनीक निकटता का उपयोग करना है। निकटता छात्रों को यह याद दिलाने में भी मदद करती है कि वे हर समय शिक्षक की स्पष्ट दृष्टि में हैं। यह तकनीक तब सहायता करती है जब कार्यकारी कामकाज से समझौता किया जाता है और एक छात्र का ध्यान आसानी से भटक जाता है।

यदि एडीएचडी वाला कोई छात्र असामान्य रूप से बेचौन या विचलित लगता है, तो उसे मस्तिष्क ब्रेक लेने दें। यह एक से तीन मिनट का आंदोलन विराम छात्रों को ऊर्जा या चिंता को दूर करने की अनुमति देता है। आंदोलन के छोटे समय के अंतराल से भी छात्रों को ध्यान केंद्रित करने और ध्यान देने में कमी होने पर वापस जांचने में मदद मिलती है।

गैर-मौखिक सीखने की अक्षमता वाले छात्रों के लिए (For students with non – verbal learning disabilities) :- दिन के पाठ के लिए एक सरल, संरचित रूपरेखा बनाएँ। यह उस छात्र की मदद करेगा जो एक कार्य से दूसरे कार्य में संक्रमण के लिए संघर्ष करता है, या यदि वह “पीछे छूट गया” महसूस करता है तो आसानी से निराश हो जाता है। दिन के पाठ को इंगित करने वाली एक रूपरेखा या छोटा चिपचिपा नोट भी एक छात्र को दोहराए जाने वाले या अनावश्यक प्रश्न पूछने से रोकेगा। ये व्यवहार गैर-मौखिक सीखने की विकलांगता वाले छात्र के लिए विशिष्ट हैं – जिसमें चेहरे के भाव पढ़ने या शरीर की भाषा की व्याख्या करने में असमर्थता शामिल है।

एनवीएलडी वाला एक छात्र अनाड़ी, लापरवाह, या असंगठित भी दिखाई दे सकता है। अधिमान्य बैठने, या तो शिक्षक की मेज के करीब, पेंसिल शार्पनर, दरवाजा, आदि, इस प्रकार के शिक्षार्थी को अनावश्यक घूमने से रोकने में मदद करता है। व्यवहार संशोधन के पीछे का उद्देश्य यह समझना नहीं है कि कोई विशेष व्यवहार क्यों या कैसे शुरू हुआ। इसके बजाय, यह केवल व्यवहार को बदलने पर ध्यान केंद्रित करता है, और इसे पूरा करने के लिए कई अलग-अलग तरीकों का इस्तेमाल किया जाता है। यह भी शामिल है :

सकारात्मक सुदृढीकरण (Positive reinforcement) :- एक व्यवहार के लिए एक सकारात्मक प्रोत्साहन जोड़ रहा है। इसका एक अच्छा उदाहरण है जब शिक्षक अपने छात्रों को अच्छे ग्रेड प्राप्त करने के लिए स्टिकर के साथ पुरस्कृत करते हैं। प्रशिक्षण कुतों में सकारात्मक सुदृढीकरण का भी अक्सर उपयोग किया जाता है। एक क्लिक को एक अच्छे व्यवहार के साथ जोड़ना, फिर एक दावत के साथ पुरस्कृत करना, सकारात्मक सुदृढीकरण है।

- नकारात्मक सुदृढीकरण विपरीत है और एक नकारात्मक उत्तेजना को हटाने के लिए एक व्यवहार की जोड़ी है। एक बच्चा जो नखरे करता है क्योंकि वह सब्जियां नहीं खाना चाहता है और उसकी सब्जियां छीन ली जाती हैं, यह एक अच्छा उदाहरण होगा।
- सजा को एक अप्रिय उत्तेजना को एक व्यवहार से जोड़कर व्यवहार को कमजोर करने के लिए डिजाइन किया गया है। बुरे व्यवहार के लिए हिरासत में लेना सजा का एक अच्छा उदाहरण है।
- बाढ़ में लोगों को भयभीत करने वाली वस्तुओं या स्थितियों को तीव्रता से और तेजी से उजागर करना शामिल है। सांपों के डर से किसी को 10 मिनट के लिए पकड़ने के लिए मजबूर करना बाढ़ का एक उदाहरण होगा।
- सिस्टमेटिक डिसेन्सिटाइजेशन का उपयोग फोबिया के इलाज के लिए भी किया जाता है और इसमें ग्राहक को इन आशंकाओं पर ध्यान केंद्रित करते हुए शांत रहना सिखाना शामिल है। उदाहरण के लिए, पुलों के अत्यधिक भय वाला कोई व्यक्ति पुल की तस्वीर देखकर शुरू कर सकता है, फिर पुल पर खड़े होने के बारे में सोच सकता है, और अंततः एक वास्तविक पुल पर चल सकता है।

- अवतरण चिकित्सा उस व्यवहार को खत्म करने के लिए एक अवांछित व्यवहार के लिए एक अप्रिय उत्तेजना की जोड़ी है। कुछ लोग अपनी उंगलियों के नाखून चबाते हैं, और इस व्यवहार को रोकने के लिए, एक स्पष्ट पदार्थ है जिसे आप अपनी उंगलियों के नाखूनों पर पेंट कर सकते हैं जो उन्हें भयानक स्वाद देता है। इससे अपने नाखूनों को पेंट करने से नाखून चबाने की आदत को रोकने में मदद मिलती है।
- विलोपन सभी प्रबलन को हटाना है जो एक व्यवहार से जुड़ा हो सकता है। यह एक शक्तिशाली उपकरण है और विशेष रूप से छोटे बच्चों के साथ अच्छा काम करता है।

Unit :- 5.3 Language therapy: Need, assessment, scope, nature of intervention (भाषा चिकित्सा: आवश्यकता, मूल्यांकन, कार्यक्षेत्र, हस्तक्षेप की प्रकृति) – लैंग्वेज थेरेपी, जिसे स्पीच और लैंग्वेज थेरेपी या स्पीच थेरेपी के रूप में भी जाना जाता है, एक प्रकार की थेरेपी है जो संचार कठिनाइयों वाले व्यक्तियों की मदद करने पर केंद्रित है। इन संचार कठिनाइयों में बोलने, समझने और भाषा का उपयोग करने में समस्याएँ शामिल हो सकती हैं।

आकलन: भाषा चिकित्सा में पहला कदम आम तौर पर व्यक्ति की संचार क्षमताओं का आकलन होता है। यह मूल्यांकन एक भाषण-भाषा रोगविज्ञानी (एसएलपी) द्वारा आयोजित किया जाता है और इसमें संचार कठिनाइयों की विशिष्ट प्रकृति और गंभीरता को निर्धारित करने के लिए विभिन्न प्रकार के परीक्षण और मूल्यांकन शामिल हो सकते हैं।

दायरा: भाषा चिकित्सा का दायरा व्यापक है और इसमें संचार संबंधी कठिनाइयों की एक विस्तृत श्रृंखला शामिल हो सकती है। भाषा चिकित्सा में फोकस के कुछ सामान्य क्षेत्रों में शामिल हैं:

आर्टिक्यूलेशन: इसमें व्यक्तियों को स्पष्ट और सटीक भाषण ध्वनि उत्पन्न करने में मदद करना शामिल है।

भाषा की समझ: इसमें लोगों को बोली जाने वाली और लिखित भाषा को समझने में मदद करना शामिल है।

अभिव्यंजक भाषा: इसमें व्यक्तियों को अपने विचारों और विचारों को व्यक्त करने के लिए भाषा का उपयोग करने में मदद करना शामिल है।

सामाजिक संचार: इसमें व्यक्तियों को सामाजिक स्थितियों में भाषा का उपयोग करने में मदद करना शामिल है, जैसे बातचीत में या समूह गतिविधियों के दौरान।

प्रवाह: इसमें उन व्यक्तियों की मदद करना शामिल है जो अधिक सुचारु रूप से बोलने के लिए हकलाते हैं या अन्य प्रवाह विकार हैं।

हस्तक्षेप की प्रकृति: एक बार मूल्यांकन पूरा हो जाने के बाद, एसएलपी व्यक्ति की विशिष्ट संचार कठिनाइयों के अनुरूप एक उपचार योजना विकसित करेगा। हस्तक्षेप की प्रकृति व्यक्ति की जरूरतों पर निर्भर करेगी और इसमें कई तरह की तकनीकें शामिल हो सकती हैं, जिनमें शामिल हैं:

एक-एक चिकित्सा सत्र: इन सत्रों में आम तौर पर एक संरचित और सहायक वातावरण में अपने संचार कौशल में सुधार करने के लिए व्यक्ति के साथ काम करना शामिल होता है।

समूह चिकित्सा: इसमें व्यक्तियों के साथ उनके सामाजिक संचार कौशल में सुधार करने के लिए समूह सेटिंग में काम करना शामिल है।

माता-पिता और देखभालकर्ता प्रशिक्षण: इसमें घर पर व्यक्ति के संचार विकास का समर्थन करने के लिए माता-पिता और देखभाल करने वालों की रणनीतियों को पढ़ाना शामिल है।

सहायक तकनीक: इसमें व्यक्ति की संचार क्षमताओं का समर्थन करने के लिए भाषण उत्पन्न करने वाले उपकरणों या संचार ऐप जैसी तकनीक का उपयोग करना शामिल हो सकता है।

अन्य पेशेवरों के साथ सहयोग करना: कुछ मामलों में, एसएलपी अन्य पेशेवरों के साथ काम कर सकता है, जैसे कि शिक्षक या व्यावसायिक चिकित्सक, विभिन्न सेटिंग्स में व्यक्ति के संचार विकास का समर्थन करने के लिए।

भाषा चिकित्सा संचार कठिनाइयों को दूर करने के लिए एक व्यापक और व्यक्तिगत दृष्टिकोण है, और अपने संचार लक्ष्यों को प्राप्त करने में व्यक्तियों का समर्थन करने का एक अत्यधिक प्रभावी तरीका हो सकता है।

Unit :- 5.4 Behavioural interventions: Positive behavioural intervention support (व्यवहार संबंधी

हस्तक्षेप: सकारात्मक व्यवहारिक हस्तक्षेप समर्थन) – सकारात्मक व्यवहार संबंधी हस्तक्षेप और समर्थन (PBIS) व्यवहार प्रबंधन के लिए एक सक्रिय और साक्ष्य-आधारित दृष्टिकोण है जो नकारात्मक व्यवहारों को होने से रोकने के लिए सकारात्मक व्यवहारों को सिखाने और मजबूत करने पर केंद्रित है। PBIS का उपयोग स्कूलों में किया जाता है, लेकिन इसे अन्य सेटिंग्स जैसे घरों, सामुदायिक संगठनों और कार्यस्थलों में भी लागू किया जा सकता है।

पीबीआईएस व्यवहारवाद के सिद्धांतों पर आधारित है, जो मानता है कि व्यवहार पर्यावरण द्वारा आकार दिया जाता है और इसे सकारात्मक सुदृढीकरण के माध्यम से संशोधित किया जा सकता है। पीबीआईएस का लक्ष्य सकारात्मक और सहायक वातावरण बनाना है जो सकारात्मक व्यवहार को प्रोत्साहित करता है और नकारात्मक व्यवहार की संभावना को कम करता है।

पीबीआईएस के प्रमुख घटकों में शामिल हैं:

स्पष्ट अपेक्षाओं को परिभाषित करना: पीबीआईएस में विभिन्न सेटिंग्स में व्यवहार के लिए स्पष्ट और सकारात्मक अपेक्षाओं को परिभाषित करना शामिल है। उदाहरण के लिए, कक्षा में, अपेक्षाओं में सम्मानपूर्ण, जिम्मेदार और सुरक्षित होना शामिल हो सकता है।

वांछित व्यवहार सिखाना: एक बार स्पष्ट अपेक्षाएँ स्थापित हो जाने के बाद, पीबीआईएस में व्यक्तियों या समूहों को वांछित व्यवहार सिखाना शामिल है। इसमें मॉडलिंग, रोल-प्लेइंग या प्रत्यक्ष निर्देश शामिल हो सकते हैं।

सकारात्मक व्यवहार को मजबूत करना: पीबीआईएस प्रशंसा, पुरस्कार या सकारात्मक प्रतिक्रिया के अन्य रूपों के साथ सकारात्मक व्यवहार को मजबूत करने के महत्व पर जोर देता है। यह इस संभावना को बढ़ाने में मदद करता है कि ये व्यवहार भविष्य में दोहराए जाएंगे।

नकारात्मक व्यवहार पर प्रतिक्रिया देना: पीबीआईएस में एक सुसंगत और गैर-दंडात्मक तरीके से नकारात्मक व्यवहार का जवाब देने की योजना भी शामिल है। इसमें व्यक्ति को पुनर्निर्देशित करना, अतिरिक्त सहायता या संसाधन प्रदान करना, या विशेषाधिकारों के नुकसान जैसे परिणामों का उपयोग करना शामिल हो सकता है।

डेटा एकत्र करना और उसका उपयोग करना: पीबीआईएस कार्यक्रम की प्रभावशीलता का मूल्यांकन करने और आवश्यकतानुसार परिवर्तन करने के लिए डेटा एकत्र करने और उपयोग करने के महत्व पर जोर देता है।

पीबीआईएस एक ताकत-आधारित दृष्टिकोण है जो सकारात्मक और सहायक वातावरण बनाने की कोशिश करता है जो सकारात्मक व्यवहार को बढ़ावा देता है। शिक्षण और सकारात्मक व्यवहारों को सुदृढ करने पर ध्यान केंद्रित करके,

पीबीआईएस नकारात्मक व्यवहारों को कम करने और अधिक सकारात्मक और उत्पादक वातावरण बनाने में मदद कर सकता है।

Unit :- 5.5 Therapeutic recreation : Need, assessment, scope, nature of intervention (चिकित्सीय

मनोरंजन: आवश्यकता, मूल्यांकन, कार्यक्षेत्र, हस्तक्षेप की प्रकृति) – चिकित्सीय मनोरंजन एक प्रकार की स्वास्थ्य सेवा है जो विकलांग व्यक्तियों, बीमारियों या अन्य स्वास्थ्य स्थितियों के शारीरिक, भावनात्मक, संज्ञानात्मक और सामाजिक कामकाज में सुधार के साधन के रूप में अवकाश और मनोरंजन गतिविधियों के उपयोग पर केंद्रित है। चिकित्सीय मनोरंजन का उद्देश्य व्यक्तियों को उनके लक्ष्यों को प्राप्त करने, उनके जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाने और उनके समग्र कल्याण को बढ़ावा देने में मदद करना है।

उपचारात्मक मनोरंजन में मूल्यांकन: मूल्यांकन चिकित्सीय मनोरंजन अभ्यास का एक अनिवार्य घटक है। इसमें व्यक्ति की ताकत, रुचियों, जरूरतों और सीमाओं के बारे में जानकारी एकत्र करना शामिल है। मूल्यांकन व्यक्ति के लक्ष्यों और उद्देश्यों की पहचान करने में मदद करता है, और ऐसी जानकारी प्रदान करता है जो एक उपयुक्त हस्तक्षेप योजना के विकास का मार्गदर्शन करती है। मूल्यांकन प्रक्रिया में विभिन्न उपकरणों और तकनीकों का उपयोग शामिल है, जैसे साक्षात्कार, अवलोकन, मानकीकृत आकलन और स्व-रिपोर्ट उपाय।

चिकित्सीय मनोरंजन का दायरा: चिकित्सीय मनोरंजन सेवाएं विभिन्न प्रकार की सेटिंग्स में प्रदान की जाती हैं, जिनमें अस्पताल, पुनर्वास केंद्र, दीर्घकालिक देखभाल सुविधाएं, सामुदायिक केंद्र और स्कूल शामिल हैं। चिकित्सीय मनोरंजन के दायरे में कला और शिल्प, संगीत, खेल, खेल, प्रकृति गतिविधियों और सामाजिक घटनाओं जैसी गतिविधियों की एक विस्तृत श्रृंखला शामिल है। गतिविधियों को व्यक्ति के हितों, क्षमताओं और चिकित्सीय लक्ष्यों के आधार पर चुना जाता है।

चिकित्सीय मनोरंजन में हस्तक्षेप की प्रकृति: चिकित्सीय मनोरंजन में हस्तक्षेप की प्रकृति अत्यधिक व्यक्तिगत है और प्रत्येक व्यक्ति की विशिष्ट आवश्यकताओं और लक्ष्यों के अनुरूप है। मूल्यांकन प्रक्रिया के दौरान एकत्र की गई जानकारी के आधार पर हस्तक्षेप योजना विकसित की जाती है। हस्तक्षेप में एक-एक सत्र या समूह गतिविधियां शामिल हो सकती हैं। शारीरिक, संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक विकास को बढ़ावा देने वाले सार्थक और सुखद अनुभव प्रदान करने पर ध्यान केंद्रित किया गया है। हस्तक्षेप में अनुकूली उपकरणों का उपयोग भी शामिल हो सकता है, जैसे कि विशेष खेल उपकरण या संचार उपकरण, ताकि व्यक्ति मनोरंजक गतिविधियों में भाग ले सकें।

उपचारात्मक मनोरंजन पेशेवर हस्तक्षेप के दौरान व्यक्तियों को मार्गदर्शन, निर्देश और सहायता प्रदान करता है। वे प्रगति की निगरानी करते हैं, आवश्यकतानुसार हस्तक्षेप योजना को संशोधित करते हैं और परिणामों का मूल्यांकन करते हैं। हस्तक्षेप का लक्ष्य व्यक्ति के जीवन की गुणवत्ता में सुधार करना, उनके आत्मसम्मान को बढ़ाना और उनके समग्र कल्याण को बढ़ावा देना है। चिकित्सीय मनोरंजन पेशेवर देखभाल के लिए एक समन्वित दृष्टिकोण सुनिश्चित करने के लिए भौतिक चिकित्सक, व्यावसायिक चिकित्सक और भाषण चिकित्सक जैसे अन्य स्वास्थ्य पेशेवरों के साथ मिलकर काम करता है।

संक्षेप में, चिकित्सीय मनोरंजन एक स्वास्थ्य सेवा है जो विकलांग व्यक्तियों, बीमारियों या अन्य स्वास्थ्य स्थितियों के शारीरिक, भावनात्मक, संज्ञानात्मक और सामाजिक कामकाज में सुधार के साधन के रूप में अवकाश और मनोरंजन गतिविधियों का उपयोग करती है। मूल्यांकन चिकित्सीय मनोरंजन का एक अनिवार्य घटक है, और हस्तक्षेप योजना व्यक्ति की जरूरतों और लक्ष्यों के आधार पर अत्यधिक व्यक्तिगत है। हस्तक्षेप की प्रकृति विकास और कल्याण को बढ़ावा देने वाले सार्थक और सुखद अनुभव प्रदान करने पर केंद्रित है।