# डिस्लेक्सिया

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

# डिस्लेक्सिया को समझना

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

*सारा की आयु 8 वर्ष है*

*वह बोलते समय बहुत अच्छे शब्दों का प्रयोग करती है और अपनी बात को अच्छी तरह कहने की क्षमता भी उसके पास है। इसके बावजूद उसके माता-पिता को उसका स्कूल बार-बार बदलवाना पड़ता है। वो थोड़ी अलग सी थी क्योंकि वह बात करते समय आँख नहीं मिलाती थी और अक्सर जवाब देते समय बुदबुदाया करती थी। उसका लिखित कार्य भी उसकी आयु के अनुरूप नहीं था और किताब पढ़ते समय वह एक-एक अक्षर और मात्रा को बोल कर पढ़ती थी। उसे अक्षरों की ध्वनियों को मिलाकर बोलने में कठिनाई होती थी और प्रत्येक अक्षर से निकलने वाली धुन को पहचानने में कठिनाई होती थी।*

*उसके माता-पिता उसके इस व्यवहार से बहुत परेशान थे।*

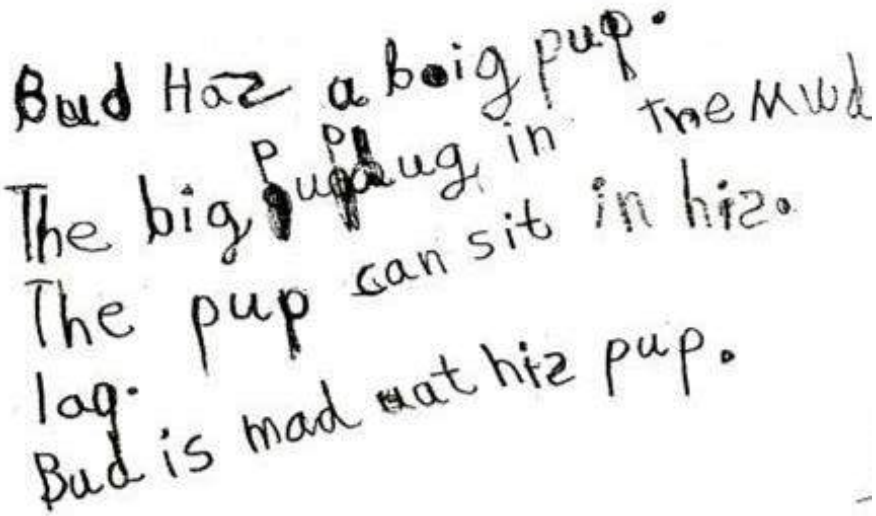
*क्लीनिकल साइकोलोजिस्ट ने इस परेशानी का निदान कर दिया।*
*सूचना: विशेष शिक्षक या डिस्लेक्सिया थेरेपिस्ट भी इस प्रकार के परीक्षण और निदान में मदद कर सकते हैं।*

**सारा, पढ़ते समय होने वाला अवस्था जिसे डिस्लेक्सिया कहा जाता है, से प्रभावित है**

# डिस्लेक्सिया को समझना

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

**यह सारा की लिखाई का नमूना है**



# डिस्लेक्सिया को समझना

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

**किसी भी बच्चे के लिए कुछ भी सीखने के लिए पढ़ने की कला का बहुत महत्व होता है।**

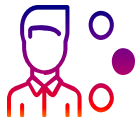
**यह बुनियाद है**

**नए कौशल को सीखने के लिए**

**ज्ञान का विस्तार करने के लिए**

**रचनात्मकता का विकास करने के लिए**

सामान्य रूप से 10 में 1 बच्चे में पढ़ने का कौशल आसानी से नहीं आता है। पहले से तय किए गए निर्देशों और पर्याप्त बुद्धिमत्ता होने के बावजूद पढ़ना और मात्रा ज्ञान को सीखने में कठिनाई होने वाली परेशानी को **डिस्लेक्सिया** कहा जाता है।



# पढ़ने की इच्छा का न होने को डिस्लेक्सिया समझने की गलती नहीं करनी चाहिए

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

## बच्चे में पढ़ने की इच्छा को रोकने  के लिए विभिन्न कारक जिम्मेदार हो सकते हैं

*पढ़ने की कला को विकसित करने के लिए बच्चों में बहुत छोटी उम्र से ही उनमें पढ़ाई की ज़रूरत को महसूस करने की भावना को विकसित करना ज़रूरी होता है.*

*एक बच्चा जब निम्नलिखित कारणों से पढ़ नहीं पाता है तब बाद में जिंदगी में परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है: -*

- *सामाजिक-आर्थिक कारण जिनसे बच्चों को अच्छी पढ़ाई का मौका कम मिल पाता है*
- *भावनात्मक अस्थिरता*
- *शारीरिक परेशानी (दृष्टि संबंधी कठिनाई के कारण न पढ़ पाना*
- *घर या स्कूल में पढ़ने को लेकर दबाव बनना (बच्चों पर उसके आरामदायक वातावरण से बाहर निकलकर पढ़ाई का दबाव बनना)*

# पढ़ाई सीखना थोड़ा मुश्किल काम हो सकता है

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

डिस्लेक्सिया का कोई विशेष कारण नहीं होता है। पढ़ाई करते समय परेशानी होने का कारण शरार क ावाभन्न अंगों में परेशानी हो सकता है।

**पढ़ने के कौशल को विकसित करने के लिए शरीर के विभिन्न अंगों में समन्वय होना बहुत ज़रूरी होता है**

*पढ़ने के लिए शारीरिक क्रियाओं की ज़रूरत होती है*

- *पढ़ने के लिए छपी हुई लाइनों को देखने के लिए आँखों की मांसपेशियों में समन्वय*
- *शब्दों के अर्थ को याद रखने के लिए दृश्य स्मृति*
- *वाक्य संरचना और व्याकरण की अच्छी समझ*
- *वाक्य की श्रेणीयन और बनावट*
- *विशिष्ट ध्वनि और याददाश्त के लिए दृश्य संकेतों का एकीकरण*

*डिस्लेक्सिया के लिए शायद ही कोई एक कारण कभी जिम्मेदार होता है, लेकिन फिर भी एक कारण दूसरे कारण की तुलना में प्रभावी ज़रूर हो सकता है।.*

*सूचना: डिस्लेक्सिया के कारणों को समझने के लिए कोई भी कारण सम्पूर्ण या निर्णायक नहीं हो सकते हैं.*

# डिस्लेक्सिया के लक्षणों को समझने के तरीके

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

## डिस्लेक्सिया को तीन श्रेणियों में बांटा जा सकता है

### 1

### दृश्य डिस्लेक्सिया

***के निम्न लक्षण है-***

- *पूरे शब्दों/शब्दांशों/अक्षरों को उल्टा बोलना, जैसे अँग्रेजी के now/won*
- *शब्दों के बदले में प्रयोग होने वाले शब्द, जैसे: ईस्कूल/स्कूल*
- *अक्षरों/शब्दांशों/शब्द में से कुछ छोड़ देना, जैसे: sed/said*

*यह मुश्किल, बच्चों की याददश्त की उम्र छोटी होने के अलावा देखे हुए दृश्यों को बोलकर बताने में होने वाली परेशानी के कारण होती है*

### 2

### श्रवण संबंधी डिस्लेक्सिया

***इसके लक्षण है–***

- *बच्चे को जो भी कहा जाता है उसके अनुसार काम करने में परेशानी अनुभव होना*
- *कुछ शब्दों की ध्वनियों में अंतर न कर पाना जैसे: bit/bet, pig/peg*
- *बाहरी आवाज़ों को अलग करने में मुश्किल होना*

*श्रवण संबंधी डिस्लेक्सिया से प्रभावित बच्चा शोर वाले कमरे में कभी-कभी तनावपूर्ण या अत्याधिक उत्तेजित हो सकता है*

### 3

### गंभीर डिस्लेक्सिया

***यह दृश्य और श्रव्य डिस्लेक्सिया का मिश्रण होता है***

8448448996 nayi-disha.org contactus@nayi-disha.org

*Farida Raj, Special Educator*

# डिस्लेक्सिया के लक्षणों की पहचान करने के तरीके

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

***डिस्लेक्सिया के सामान्य लक्षण***

- पढे हुए को ठीक से न समझना
- स्पेलिंग में गलतियां
- प्रत्येक अक्षर को पहचानने में कठिनाई
- अपने विचारों को लिखने में कठिनाई महसूस होना
- निर्देशों को मानने में परेशानी महसूस होना
- स्थान और समय संबंधी निर्देशों में भ्रम बना रहना (जैसे दाहिने स्थान से बाई ओर या ऊपर और नीचे की दिशा)
- शब्दों को टूटे-फूटे या धुंधले दिखाई देना
- अक्षरों, शब्दांशों, शब्दों या शब्दों के आखिरी हिस्से को छोड़ देना
- वाक्यों में शब्दों या ध्वनि को अपनी ओर से जोड़ देना (जैसे स्कूल की जगह ईस्कूल)
- वाक्यों में शब्दों या ध्वनियों के प्रतिस्थापन (जैसे home/house ; isecream/icecream)
- शब्दों को गलत तरीके से बोलना (जैसे जू /ज़ू )

*[सूचना: सावधानी-संस्कृतियों में अंतर होने के कारण कुछ शब्दों को प्राकृतिक रूप से ही अलग तरीके से बोला जाता है, जैसे 'स्कूल' के लिए 'ईस्कूल' और 'स' की जगह 'श' बोलना। कभी-कभी अध्यापक भी गलत बोलते हैं जिसे बच्चे वैसा ही सुन कर बोलते हैं। इसलिए सांस्कृतिक भिन्नता के कारण गलत बोले गए शब्दों को डिस्लेक्सिया का लक्षण मानने से पहले थोड़ी सावधानी ज़रूर बरतें।]*

- पूरे शब्द या शब्दांशों को ही उल्टा बोलना (जैसे चक्कू को कच्चू या कैट को टैक)
- वाक्यों में आने वाले शब्दों के क्रम को बदल देना (जैसे मैं चाहता/चाहती हूँ डांस करना)
- विराम चिन्हों का ध्यान न रखना
- लिखाई में परेशानी
- ज़ोर से पढ़ते समय वाक्य भूल जाना

# माता-पिता के लिए सलाह –

## *स्वयं को शिक्षित करें और सुधारात्मक कदम उठाएँ*

Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

*पढ़ने में कठिनाई छोटी से लेकर गंभीर तक हो सकती है। जब पढ़ते समय छोटी-छोटी कठिनाई आती है और उनपर ध्यान नहीं दिया जाता है तब पढ़ने में कठिनाई बढ़ती जाएगी और यह समस्या गंभीर हो सकती है। इसलिए इन कठिनाइयों का शुरू में ही परीक्षण होना ज़रूरी है।.*

*पढ़ने और स्पेलिंग में गलतियाँ ठीक होने की गति का निर्धारण करने के लिए अनौपचारिक उपायों का उपयोग करते हुए मासिक या तीन महीने में एक बार नियमित रूप से जांच ज़रूर होनी चाहिए। यह कार्य, या देखने के लिए कि इस काम में कुछ प्रगति है या फिर अतिरिक्त सहायता की ज़रूरत होगी, बहुत महत्वपूर्ण है।अपने बच्चे की प्रगति का घर पर निर्धारण करने के लिए मदद करने के तरीकों के संबंध में अपने विशेष शिक्षक से पूछें।.*

*बच्चे को अक्षर-ध्वनि संबंध, ध्वनि का सम्मिश्रण और दृश्य अवधारणा में प्रशिक्षण में सुधारात्मक शिक्षण से मदद मिलती है और वो अपने प्रदर्शन में भी सुधार कर सकता है।*

# माता-पिता के लिए सलाह – ध्वनिग्रामिक (फोनेमिक ) जागरूकता का निर्माण करना

*पढ़ाई कौशल के लिए निम्न तीन क्षेत्रों को विकसित किया जाना ज़रूरी होता है:*

1. *ध्वनि विज्ञान (डिकोडिंग)*
2. *समझबूझ*
3. *गति*

*एक वाक्य को उसके विभिन्न अंगों में डिकोड करना या परिभाषित करना एक महत्वपूर्ण कौशल माना जाता है। यदि किसी बच्चे में इस योग्यता का अभाव है तब वह अपनी याददाश्त के आधार पर ही शब्दों को परिभाषित करता है। ध्वनि विज्ञान की सहायता से बच्चा बिना शब्दों को याद करे भी यह काम कर सकता है।*

*फोनिक्स वह विधि है जिसमें अक्षरों या शब्दांशों को उनके उच्चारण से निकलने वाली ध्वनि के आधार पर सीखा जा सकता है। जैसे 'A' as 'apple'; 'P 'जैसा कि' pot 'में ध्वनि आती है।*

*डिस्लेक्सिया से ग्रसित अधिकांश बच्चों में स्वर विज्ञान (वह समझ जो प्रत्येक अक्षर से निकालने वाली ध्वनि को पहचान सकती है) की कमी होती है। ध्वनिकग्रामिक जागरूकता पर काम करने से उच्चारण ध्वनि-चिन्ह सिखाने पर डिस्लेक्सिया से ग्रसित बच्चों में पढ़ने की कला को विकसित करने में मदद मिलती है।*

इस सामग्री का निर्माण रेमेडियल एंड स्पेशल एडुकेटर (Remedial & Special Educator) आद.फरीदा राज के सहयोग के साथ किया गया है। यह अंश उनकी किताब "Breaking Through" से लेकर और उनकी अनुमति से पुनः रूपांतरित किया गया है जो लर्निंग डिसेबिलिटी प्रभावित बच्चों के माता-पिता और अध्यापकों के लिए एक दिशानिर्देशिका के रूप में काम करती है।

Nayi Disha

Where Hope Meets Courage

## नयी दिशा रिसोर्स सेंटर

नई दिशा एक ऑनलाइन इन्फोर्मेशन रिसोर्स प्लेटफॉर्म है जो विशिष्ट सीखने में कठिनाई, बौद्धिक एवं विकासात्मक विकलांगक्ता(स्पेसिफिक लर्निंग डिसेबिलिटी, इंटल्ल्क्चुयल एंड डेवलपमेंटल डिसेबिलिटी)से प्रभावित व्यक्तियों के परिवारों की सहायता करता है।

फेसबुक पर जुड़ें

ट्विटर पर जुड़ें

लिंकडीन पर जुड़े

हमसें मिलें

NAYI-DISHA.ORG