ডিসলেক্সিয়া কী?

রচনায় Understood টিম

শেখার পার্থক্য সম্পর্কে শিক্ষক এবং পরিবারবর্গকে, বিশেষজ্ঞ-পরীক্ষিত, প্রমাণ-ভিত্তিক সংস্থানগুলি প্রদান করতে আমরা Understood.org এর সাথে অংশীদারীত্ব করেছি।

ডিসলেক্সিয়া হলো পাঠের ক্ষেত্রে একটি শেখার অক্ষমতা। ডিসলেক্সিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তিরা ভালো গতিতে এবং ভুল ছাড়া পড়তে সমস্যার সম্মুখীন হন। এছাড়া পাঠ করে বুঝতে পারা, বানান ও লেখার ক্ষেত্রেও তাদের অসুবিধা হতে পারে। কিন্তু এসব চ্যালেঞ্জ বুদ্ধিমত্তার সমস্যা নয়।

স্ন্যাপশট: ডিসলেক্সিয়া কী

ডিসলেক্সিয়া একটি প্রচলিত অসুস্থতা যা ভাষা নিয়ে কাজ করাকে কঠিন করে তোলে। কিছু বিশেষজ্ঞ বিশ্বাস করেন যে 5 থেকে 10 শতাংশ মানুষের এটি রয়েছে। অন্যরা বলেন 17 শতাংশ পর্যন্ত মানুষের মধ্যে পাঠের চ্যালেঞ্জগুলোর লক্ষণ দেখতে পাওয়া যায়।

ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া ব্যক্তিরা এটি থেকে সেরে উঠতে পারেন না। কিন্তু এমন কিছু শিক্ষাদানের প্রচেষ্টা ও কৌশল রয়েছে যা তাদেরকে নিজেদের পাঠের দক্ষতা উন্নত করতে এবং চ্যালেঞ্জগুলো মোকাবেলা করতে সাহায্য করতে পারে। যেকোনো বয়সের ব্যক্তিকে ডিসলেক্সিয়ার জন্য পরীক্ষা করা যায়, তবে প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য পরীক্ষাগুলো শিশুদের চেয়ে ভিন্ন হয়ে থাকে।

ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া ব্যক্তিদের সাধারণত **সাবলীলভাবে পাঠ করার ক্ষেত্রে** সমস্যা হয়। প্রায় ক্ষেত্রেই তারা ধীর গতিতে পড়েন এবং ভুল করেন। এটি তারা যা পাঠ করছেন তা কতটা ভালোভাবে বুঝতে পারছেন সে বিষয়টিকে প্রভাবিত করতে পারে। কিন্তু যখন অন্যরা তাদেরকে পাঠ করে শোনায়, প্রায় ক্ষেত্রেই তাদের সেই পাঠ্য বুঝতে কোনো অসুবিধা হয় না।

ডিসলেক্সিয়া, অন্যান্য দক্ষতার ক্ষেত্রেও সমস্যা তৈরি করতে পারে। এগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- পাঠ করে বুঝতে পারা
- বানান
- লেখা
- গণিত

 © 2023 Understood for All, Inc.

কখনো কখনো লোকজন ডিসলেক্সিয়াকে **দৃষ্টিশক্তির সমস্যা** বলে মনে করে। তারা এটিকে **বর্ণ উল্টো ক্রমে দেখতে পাওয়া বা পশ্চাৎমুখী লেখার সমস্যা** বলে মনে করে। কিন্তু ডিসলেক্সিয়া হলো ভাষা সংক্রান্ত অসুবিধা।

এটি জেনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে ডিসলেক্সিয়া শিক্ষার উপর প্রভাব ফেললেও এটি বুদ্ধিমত্তার কোনো সমস্যা নয়। ডিসলেক্সিয়া রয়েছে এমন ব্যক্তিরা তাদের সমবয়সীদের মতোই বুদ্ধিমান। ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া ব্যক্তিদের সফল হওয়ার অগণিত গল্প রয়েছে, যাদের মধ্যে **অভিনেতা**, **উদ্যোক্তা** এবং **নির্বাচিত কর্মকর্তারা** রয়েছেন।

- **একজন শিশুর চোখে ডিসলেক্সিয়া দেখার জন্য** একটি ভিডিও দেখুন।
- **ডিসলেক্সিয়া সম্পর্কে প্রচলিত ভুল ধারণা** পরিহার করুন।
- **ডিসলেক্সিয়া নিয়ে সফলতার গল্পের** একটি সম্ভার ঘুরে দেখুন।

ডিসলেক্সিয়ার লক্ষণ ও উপসর্গসমূহ

ডিসলেক্সিয়া লোকজনকে বিভিন্নভাবে প্রভাবিত করে। তাই, এক ব্যক্তির সঙ্গে অন্য ব্যক্তির উপসর্গগুলো নাও মিলতে পারে।

ডিসলেক্সিয়ার একটি প্রধান লক্ষণ হলো **শব্দ ডিকোড করতে** সমস্যা হওয়া। এটি হল অক্ষরের সঙ্গে ধ্বনি মেলাতে পারার সক্ষমতা। শিশুরা **ধ্বনিগত সচেতনতা** নামক আরো প্রাথমিক পর্যায়ের একটি দক্ষতা নিয়েও সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে। এটি হচ্ছে শব্দের মধ্যে ধ্বনি চিনতে পারার সক্ষমতা। ধ্বনিগত সচেতনতা নিয়ে সমস্যা প্রি-স্কুলে থাকাকালীন সময়েই দেখা দিতে পারে।

কিছু ব্যক্তির ক্ষেত্রে, ডিসলেক্সিয়া পরবর্তী সময়ে গিয়ে ধরা পড়ে, যখন তাদের অপেক্ষাকৃত জটিল দক্ষতাগুলো অর্জন করতে সমস্যা হয়। ব্যকরণ, পাঠ করে বুঝতে পারা, পাঠের সাবলীলতা, বাক্যের কাঠামো এবং আরো পুঙ্খানুপুঙ্খ ভাবে লেখা ইত্যাদি এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

ডিসলেক্সিয়ার কিছু লক্ষণের সাথে আবেগ ও আচরণের সম্পর্ক রয়েছে। ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া ব্যক্তিরা আওয়াজ করে এবং মনে মনে পড়া উভয়টি এড়িয়ে চলতে পারেন। এমনকি পড়ার সময় তারা বিচলিত বা হতাশ হয়ে পড়তে পারেন। এটি তাদের পাঠের প্রাথমিক দক্ষতা অর্জন করার পরেও ঘটতে পারে।

ডিসলেক্সিয়া শুধু শেখাকেই প্রভাবিত করে না। এটি **প্রাত্যহিক জীবনের দক্ষতা ও ক্রিয়াকলাপকেও** প্রভাবিত করতে পারে। সামাজিক পারস্পরিক কথোপকথন, স্মৃতি এবং মানসিক চাপ সামলানো, ইত্যাদি এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

© 2023 Understood for All, Inc.

- **বিভিন্ন বয়সের শিশুদের মধ্যে ডিসলেক্সিয়ার লক্ষণসমূহ** সম্পর্কে আরো জানুন।
- পরিবারের জন্য: **পাঠের ক্ষেত্রে সমস্যার সম্মুখীন হওয়া শিশুদের জন্য কীভাবে বই নির্বাচন করতে হবে** সে ব্যাপারে একজন বিশেষজ্ঞের ব্যাখ্যা শুনুন।
- শিক্ষকদের জন্য: **সুসংগঠিত সাক্ষরতা (স্ট্রাকচার্ড লিটারেসি)** সম্পর্কে এবং **পাঠ করা শেখানোর কৌশল সম্পর্কে জানুন**।

ডিসলেক্সিয়ার সম্ভাব্য কারণসমূহ

গবেষকরা এখনো ডিসলেক্সিয়ার সঠিক কারণ নির্ণয় করতে পারেননি। কিন্তু তারা এটা জানেন যে জিন ও মস্তিষ্কের পার্থক্য একটি ভূমিকা পালন করে। এখানে ডিসলেক্সিয়ার কিছু সম্ভাব্য কারণ দেওয়া হল:

জিন ও বংশপরম্পরা: ডিসলেক্সিয়া প্রায় ক্ষেত্রেই **পারিবারিকভাবে অব্যাহত থাকে**। ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া ব্যক্তিদের ভাই-বোনের মধ্যে প্রায় 40 শতাংশ পাঠের ক্ষেত্রে সমস্যার সম্মুখীন হয়ে থাকে। ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া শিশুদের বাবা-মায়ের মধ্যে 49 শতাংশের এই সমস্যা রয়েছে। এছাড়াও বিজ্ঞানীরা, পাঠ ও ভাষা প্রক্রিয়া করার সমস্যার সাথে সম্পর্কিত জিন খুঁজে পেয়েছেন।

মস্তিষ্কের গঠন ও কার্যকলাপ: **ব্রেইন ইমেজিং অধ্যয়ন** থেকে যাদের ডিসলেক্সিয়া আছে এবং যাদের নেই এমন ব্যক্তিদের মস্তিষ্কের মধ্যে পার্থক্য দেখা গেছে। মস্তিষ্কের যেসব অংশ গুরুত্বপূর্ণ পাঠের দক্ষতার সাথে সম্পর্কিত সেখানে এসব পার্থক্য দেখা গেছে। এসব দক্ষতা হলো শব্দ কীভাবে ধ্বনির প্রতিনিধিত্ব করে এবং লিখিত শব্দগুলো কেমন দেখায় তা জানা।

কিন্তু মস্তিকের পরিবর্তন ঘটতে পারে। অধ্যয়নে দেখা গেছে যে ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া ব্যক্তিদেরকে যথাযথ নির্দেশনা বা শিক্ষা প্রদান করার পরে তাদের মস্তিষ্কের ক্রিয়াকলাপে পরিবর্তন ঘটে। এবং বিজ্ঞানীরা সব সময় আরো জানার জন্য চেষ্টা করে যাচ্ছেন।

- **ডিসলেক্সিয়া ও মস্তিষ্ক** সম্পর্কে একটি ভিডিও দেখুন।
- **পাঠ কীভাবে মস্তিষ্ককে পরিবর্তন করে** তা দেখুন।
- **ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া কিশোর-কিশোরীর জীবনের একটি দিন** কেমন হয় তা দেখুন।

কীভাবে ডিসলেক্সিয়া নির্ণয় করা হয়

কোনো ব্যক্তির ডিসলেক্সিয়া রয়েছে বলে নিশ্চিত হওয়ার একমাত্র উপায় হল একটি পূর্ণাঙ্গ মূল্যায়ন সম্পন্ন করা, **হয় স্কুলে অথবা ব্যক্তিগতভাবে**।

একটি ডায়াগনোসিস করানোর ফলে (স্কুলগুলো এটিকে *শনাক্তকরণ* বলে থাকে) স্কুলে **সহায়তা ও পরিষেবা** এবং কলেজে ও কর্মস্থলে সুযোগ-সুবিধা পাওয়া যেতে পারে।

 © 2023 Understood for All, Inc.

কয়েক ধরনের পেশাজীবী রয়েছেন যারা লোকজনের ডিসলেক্সিয়া রয়েছে কিনা মূল্যায়ন করতে পারেন। এদের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছেন স্কুল সাইকোলজিস্ট, ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিস্ট এবং **নিউরোসাইকোলজিস্ট**। একজন মূল্যায়নকারী **ডিসলেক্সিয়ার জন্য বেশ কিছু ধারাবাহিক পরীক্ষা করবেন**। ঠিক কোন কোন ক্ষেত্রে দুর্বলতা ও শক্তিশালী দিক রয়েছে তা দেখার জন্য তারা অন্যান্য ক্ষেত্রগুলিও পরীক্ষা করবেন।

স্কুলের মূল্যায়ন বিনামূল্যে সম্পন্ন করা হয়। কিন্তু ব্যক্তিগতভাবে মূল্যায়ন করানো অত্যন্ত ব্যয়বহুল হতে পারে। কিছু ক্ষেত্রে, সেগুলো বিনামূল্যে অথবা কম খরচে পাওয়ার উপায় রয়েছে। স্থানীয় বিশ্ববিদ্যালয়গুলোতে প্রায় ক্ষেত্রেই মনস্তত্ত্ব বিষয়ক কর্মসূচি থাকে যেখানে শিক্ষার্থীদের প্রশিক্ষণ গ্রহণ করার ক্লিনিক থাকে।

টিচিং হাসপাতালগুলোতে গবেষণা প্রকল্প থাকতে পারে যেখানে লোকজন বিনামূল্যে মূল্যায়ন সম্পন্ন করার সুযোগ পেতে পারে। প্রতিটি স্টেটে Learning Disabilities Association of America (লার্নিং ডিজেবিলিটিস অ্যাসোসিয়েশন অফ আমেরিকা, LDA)-এর স্থানীয় শাখা রয়েছে। তারা হয়তো বিনামূল্যের বা কম খরচের বিকল্প খুঁজে নেওয়ার ব্যাপারে সাহায্য করতে পারবে।

- শিক্ষকদের জন্য: ডিসলেক্সিয়ার শিকার হওয়া শিক্ষার্থীদের জন্য **শ্রেণীকক্ষের প্রচলিত সুযোগ-সুবিধা** সম্পর্কে জানুন।
- প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য: **হাই স্কুলের পরে কীভাবে ডিসলেক্সিয়া নির্ণয় করা হয়** সে সম্পর্কে জানুন।
- পরিবারের জন্য: **কীভাবে স্কুলে মূল্যায়নের জন্য** অথবা **ব্যক্তিগতভাবে মূল্যায়নের জন্য** অনুরোধ করতে হয় তা জানুন।

লেখক

Understood টিম উৎসাহী লেখক ও সম্পাদকদের নিয়ে গঠিত। তাদের মধ্যে অনেকের এমন সন্তান রয়েছে যারা ভিন্নভাবে শেখে ও চিন্তা করে।

পর্যালোচক

গুইনিভিয়ার এডেন, PhD, জর্জটাউন বিশ্ববিদ্যালয়ের একজন অধ্যাপক এবং বিশ্ববিদ্যালয়টির সেন্টার ফর দ্য স্টাডি অফ লার্নিং (Center for the Study of Learning)-এর ডিরেক্টর।

 © 2023 Understood for All, Inc.