

मानसिक मंदन (मंदबुद्धिता)

ग्रामीण पुनर्वास
कार्यकर्ताओं के लिए
नियम-पुस्तक



राष्ट्रीय मानसिक विकलांग संस्थान

मनोविकास नगर, सिकंदराबाद - 500 009.

☎ : 7751741 - 745

मंदबुद्धिता

ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ताओं के लिए नियम-पुस्तक

(यह नियम-पुस्तक सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेवकों, आँगनवाडी कार्यकर्ताओं, सार्वजनिक स्वास्थ्य कर्मियों तथा स्वास्थ्य-गाइडों द्वारा उपयोग किए जाने के लिए भी है)

यूनिसेफ से वित्तीय सहायता प्राप्त



राष्ट्रीय मानसिक विकलांग संस्थान

मनोविकास नगर, सिकंदराबाद - 500 009.

☎ : 7751741 - 745

मंदबुद्धिता

ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ताओं के लिए नियम-पुस्तक

सहयोगकर्ता :

टी. माधवन

डी.के. मेनन

मंजुला कल्याण

जयंती नारायण

टी.ए. सुब्बा राव

अनुवादक : केन्द्रीय अनुवाद ब्यूरो नई दिल्ली

कापीराइट © 1988.

राष्ट्रीय मानसिक विकलांग संस्थान,

सिकन्दराबाद - 500 011.

सर्वाधिकार सुरक्षित

कलाकार : के नागेश्वर राव

मुद्रक : श्री रमणा प्रॉसेस, सरोजिनी देवी रोड, सिकन्दराबाद - 500 003.

नियम-पुस्तक के विषय में

यह नियम-पुस्तक जिला पुनर्वास केन्द्र योजना के ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ताओं की सहायता के लिए लिखी गई है। अन्य व्यक्तियों जैसे सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेवकों, आँगनवाड़ी कार्यकर्ताओं, माता-पिता, सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं और यहाँ तक कि प्राथमिक विद्यालयों के शिक्षकों के लिए भी यह उपयोगी हो सकती है। यह नियम-पुस्तकों की शृंखला (सीरीज) की पहली पुस्तक है जिसका उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्र के कार्यकर्ताओं को बच्चों में मानसिक विकलांगता की जल्दी पहचान करने तथा उनकी देख-रेख करने में मार्गदर्शन करना है। चूँकि यह नियम-पुस्तक निम्नतम स्तर के कार्यकर्ताओं द्वारा उपयोग किए जाने के लिए है इसलिए मानसिक मंदता वाले व्यक्तियों की पहचान करने में सक्षम होगा तथा उनके इलाज के लिए उन्हें समुचित जगह पर भेज सकेगा। वह माता-पिता को सलाह देने तथा इलाज के लिए भेजने वाली एजेंसी द्वारा दिए गए दिशानिर्देशों के अनुसार मानसिक मंदता वाले बच्चों की देख-रेख करने में उनकी सहायता कर सकेगा।

टी. माधवन

आभार

हम उन व्यक्तियों का हार्दिक धन्यवाद करते हैं जिन्होंने इस नियम-पुस्तक के प्रथम तीन प्रारूपों पर महत्वपूर्ण टिप्पणियाँ दीं। हम परियोजना सलाहकार सीमित के सदस्यों, प्रोफे. एन.के. जांगीरा, श्री पी. जय चन्द्रन तथा डॉ. मोहन आइजक के सतत् मार्गदर्शन के लिए आभारी हैं। हम यूनिसेफ का इस परियोजना को पूरा करने में वित्तीय सहायता देने के लिए भी धन्यवाद करते हैं। हम डी.आर.सी. विजयवाडा के कर्मचारियों द्वारा नियम-पुस्तक के सम्पादन के लिए प्रोफे. बी.वी.एल. नारायण की प्रशंसा करते हैं। श्रीमती विजयलक्ष्मी माइरेडुडी, श्रीमती श्यामला कुमारी तथा श्री के.एस.आर.सी. मूर्ती द्वारा दी गई सहायता के लिए हम उनके बहुत आभारी हैं।

टी.एम.

मानसिक मन्दता क्या है ?

रामू दस वर्ष का है। उसकी आंख के लड़के स्कूल जाते हैं तथा संभवतः चौथी या पाँचवी कक्षा में पढ़ते हैं। किन्तु रामू स्पष्ट रूप से नहीं बोल सकता। उसे अपने कपड़े पहनने भी नहीं आते। वह कपड़ों के बटन बन्द नहीं कर सकता। उसे नहाने में सहायता की जरूरत पड़ती है। वह अपनी आंख के अन्य बच्चों की तरह लिख-पढ़ नहीं सकता। प्रायः वह बैठा रहता है तथा अपने आपसे आगे-पीछे बुलाता रहता है।

रामू की क्या समस्या है ?

विशेषज्ञों ने उसकी जाँच की तथा उसे 'मानसिक मन्दता' में प्रस्तुत पाया। आइए हम 'मानसिक मन्दता' शब्द को समझें। हमारे बीच में जो व्यक्ति रहते हैं, उनमें से कुछ अमीर तो कुछ गरीब, कुछ लम्बे तथा दूसरे नाटे, कुछ चोरे तथा कुछ काले होते हैं। कुछ व्यक्ति बलिष्ठ तथा कुछ कमजोर होते हैं। इसी प्रकार, हमारे बीच औसत, औसत से अधिक तथा औसत से कम-मानसिक क्षमताओं वाले व्यक्ति हैं। औसत से कम मानसिक क्षमताओं वाले व्यक्ति को मानसिक मंद कहा जाता है। ऐसे व्यक्तियों को प्रतिदिन के जीवन में विभिन्न स्थितियों के अनुसार अपने कर्त्तव्य करने के तरीके को बदलने में कठिनाई होती है।



चित्र में दिए गए व्यक्तियों को देखो, क्या आपने ध्यान दिया, 1. मुँह से लार बिरना, 2. बुला हुआ मुँह, छोटे कान, 3. छोटा माथा। मानसिक मन्दता वाले व्यक्तियों को ऐसे नक्शा होते हैं।

मानसिक मन्दता वाले व्यक्तियों में बहुत-सी बातें सामान्य व्यक्तियों की ही तरह होती हैं परन्तु कुछ लक्षण ऐसे भी होते हैं जो सामान्य व्यक्तियों में भिन्न होते हैं।

मानसिक मन्दता वाले व्यक्ति कैसे होते हैं ?

1. धीमी प्रतिक्रिया

वे दूसरों द्वारा कही गई बातों पर तथा अपने चारों तरफ होने वाली घटनाओं पर धीमी प्रतिक्रिया करते हैं। कभी-कभी वे कोई प्रतिक्रिया नहीं करते।

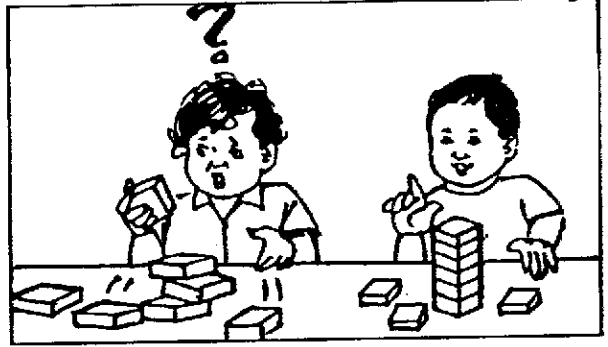


2. स्पष्ट करने की अक्षमता :

वे स्पष्ट रूप में अपने विचारों, जरूरतों तथा भावनाओं को व्यक्त नहीं कर सकते।

3. तेजी से सीखने की अक्षमता

वे किसी नई तथा अलग चीज को सामान्य बच्चों की तरह नहीं सीख सकते। वे सीखने में धीमे होते हैं।



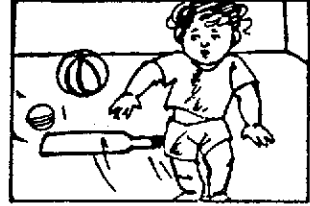
4. तेजी से समझने में अक्षमता

वे अपने देखे, मुने तथा स्पर्श की आसानी से नहीं समझ तथा गंध और स्वाद महसूस नहीं कर सकते।



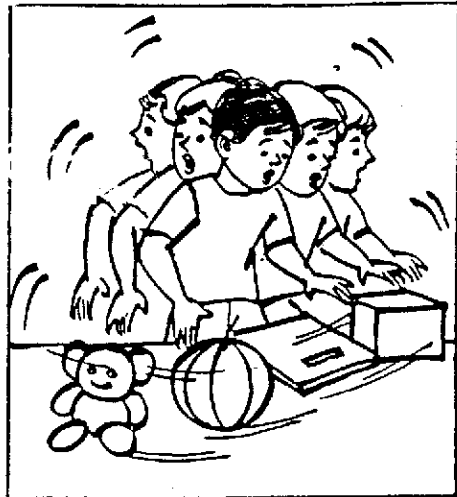
5. निर्णय लेने में अक्षम

वे साधारण निर्णय तक नहीं ले सकते ।
वे नहीं जानते की उन्हें क्या करना, क्या कहना आदी नही जानते हैं।



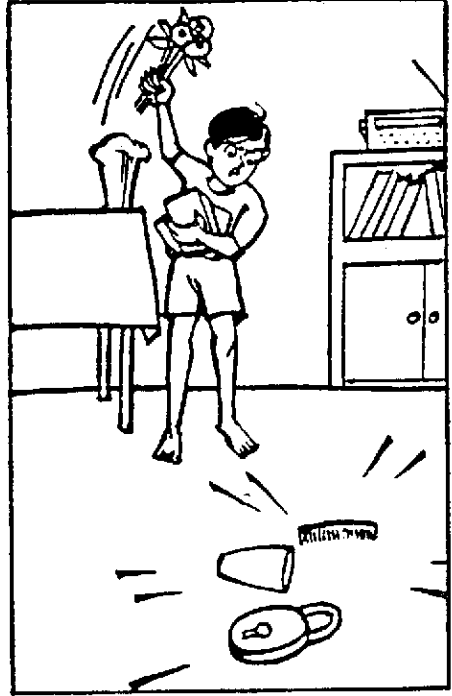
6. एकाग्रता की कमी

उनमें से कुछ किसी एक व्यक्ति या एक वस्तु पर निरन्तर ध्यान नहीं दे सकते । उनमें से कुछ को एक से दूसरा कार्य करने में कठिनाई आती है ।



7. चिडचिडापन

कुछ के लिए अपनी भावनाओं को काबू में रखना मुश्किल होता है। वे चिजों को भी फेंक देते हैं तथा स्वयं को और दूसरों को चोट पहुँचा सकते हैं।



8. याद करने में अक्षमता

उनमें से कुछ कही कई बातों को केवल थोड़े समय के लिए याद रख सकते हैं। कभी-कभी उन्हें कुछ भी याद नहीं रहना।

9. तालमेल का अभाव

उनमें से कुछ को चूसने, चबाने या खाने में तथा हाथों का उपयोग करने और इधर-उधर आने-जाने में कठिनाई होती है।



10. विकास शारीरिक, मानसिक में देरी।

मानसिक मन्दता* के लक्षण

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|
| 1. धीमी प्रतिक्रिया | 6. एकाग्रता की कमी |
| 2. स्पष्ट करने की अक्षमता | 7. चिड़चिड़ापन |
| 3. तेजी से सीखने की अक्षमता | 8. शाद रखने में अक्षम |
| 4. तेजी से समझने की अक्षमता | 9. तालमेल का अभाव |
| 5. निर्णय लेने में अक्षमता | 10. विकास (शारीरिक, मानसिक) में देरी |

* विश्व स्वास्थ्य संगठन समुदाय के अक्षम व्यक्तियों का प्रशिक्षण से लिया गया।

विकासशील देशों के लिए पुनर्वास पर आधारित समुदाय के सम्बन्ध में नियम-पुस्तक विश्व स्वास्थ्य संगठन आर.एच.वी/83.1

मानसिक मन्दता, मानसिक रोग नहीं है।

मानसिक मन्दता, मानसिक रोग नहीं होती। मानसिक मन्दता एक दशा (स्थिती) है। इसका उपचार नहीं किया जा सकता। तथापि, मानसिक मन्दता वाले व्यक्ति की बहुत सी चीजों को सीखने में सहायता की जा सकती है (पृष्ठ 22 देखें) मानसिक मन्दता का सबसे बड़ा लक्षण विकास (शारीरिक/मानसिक) में देरी होना है। कुछ मानसिक मन्दता वाले व्यक्तियों के बाह्य लक्षण होने हैं, जैसे-छोटा सिर, बड़ी या छोटी या तिरछी आँखें, भेगापन, मोटी जीभ, नाग का टपकना, असमान दाँत, छोटे तथा मोटे अंग तथा चपटे पैर।

दूसरी तरफ, मानसिक रोग से पीड़ित व्यक्ति की शारीरिक तथा मानसिक क्षमताओं का सामान्य विकसल होता है। मानसिक रोग के कुछ लक्षण इस प्रकार हैं: अजीब सा व्यवहार करना, चिडचिडा तथा बैर-मिलनभार, आत्मघाती प्रवृत्ति रखना, उन चीजों को देखना तथा ऐसी बातों को सुनना, जिन्हें हमारे व्यक्ति देखते और सुनते नहीं, असामान्य रूप से दूसरों पर सन्देह करना तथा अकारण खुश होना और शोखी बधाटना। मानसिक मन्दता वाले व्यक्ति में ये लक्षण नहीं होते।

याद रखें -

मानसिक रोग का चिकित्सा से उपचार किया जा सकता है।

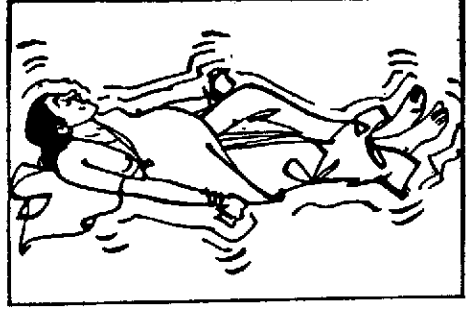
मानसिक मन्दता का उपचार नहीं किया जा सकता क्योंकि यह कोई रोग नहीं है।

मानसिक मंदता का रोकथाम

आइए देखें कि मानसिक मन्दता के क्या कारण हैं तथा उन कारणों की हम कैसे रोकथाम कर सकते हैं। बहुत से ऐसे घटक हैं जो मानसिक मन्दता का कारण होते हैं। इनमें से कुछ ज्ञात होते हैं तथा कुछ नहीं। बच्चे के जन्म से पहले जो स्थितियाँ होती हैं अर्थात् जब बच्चा माँ के गर्भाशय में होता है तो प्रसूति के दौरान तथा बच्चे के जन्म के बाद उन स्थितियों के कारण मानसिक मन्दता हो सकती है।

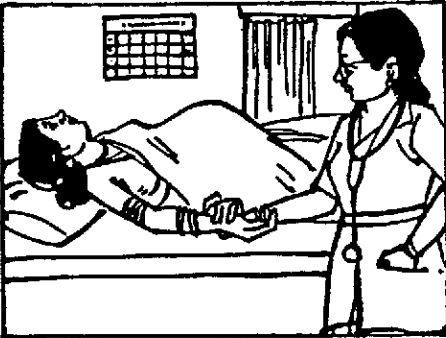
1. गर्भावस्था के दौरान के घटक, जिनके कारण मानसिक मन्दता होती हैं।

गर्भावस्था के दौरान पैदा होने वाले कुछ कारण हैं :
 माँ के शरीर में संक्रमण का होना, मिर्गी की बीमारी होना, दुर्घटना के कारण पेट में चोट लगना, माँ द्वारा शराब का सेवन करना तथा समुचित रूप से सन्तुलित भोजन न करना



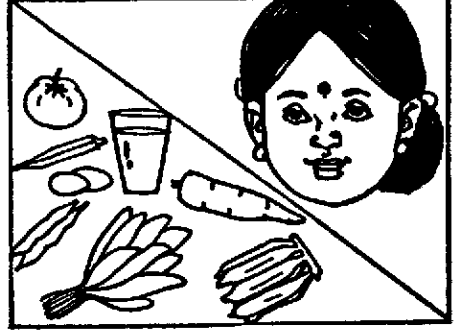
बरती जाने वाली सावधानियाँ

आइए। देखें कि गर्भावस्था के दौरान मानसिक मन्दता की रोकथाम कैसे की जा सकती है।



1. योग्य चिकित्सक द्वारा गर्भवती महिला के स्वास्थ्य की निरन्तर जाँच की जानी चाहिए।

2. गर्भवती महिला को हरी तथा पत्तेदार सब्जियों, चावल तथा गेहूँ, मक्का, रागी या बाजरा, मिश्रित अनाज, सेम, मटर, दूध तथा दूध से बनी चीजों सहित सन्तुलित आहार लेना चाहिए। अंडे, मीट तथा चिकन भी खाया जा सकता है यदि वह पसन्द करती है तथा उन पर खर्च करने में समर्थ है।

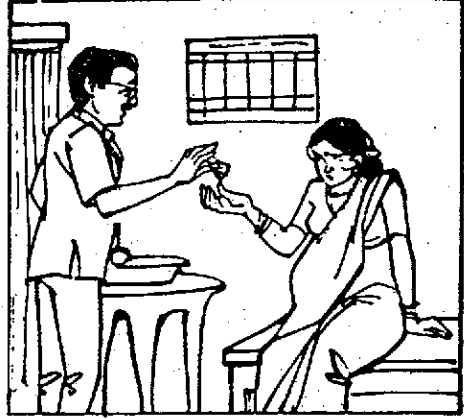


3. यदि बच्चा पैदा करने की इच्छा नहीं है तथा गर्भपात करना है तो गर्भपात केवल अस्पताल में योग्य चिकित्सक से ही करना चाहिए।
4. टेटनस से बचने के लिए गर्भवती महिला को टीका लगवाना चाहिए।



5. गर्भावस्था के दौरान दुर्घटना से बचने के लिए भारी बोझ लेने, फिसलन वाली जगह पर घूमने, पेड़ों या छोटे स्तूलों या सीढियों पर चढ़ने से बचा जाना चाहिए।

6. बर्भवती महिला को केवल योग्य चिकित्सक की मलाह पर ही दवाइयों का सेवन करना चाहिए।



2. प्रसव के दौरान मानसिक मन्दन उत्पन्न करने वाले कारण

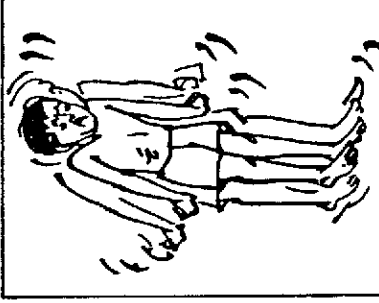
बच्चे को प्रसव के दौरान कोई कठिनाई होने से मस्तिष्क को क्षति पहुँच सकती है जिसके परिणामस्वरूप मानसिक मंदन हो सकता है। उदाहरण के लिए, लम्बी प्रसव पीड़ा होने, बच्चे का सिर जन्म नली में ऊपर की तरफ अधिक समय तक रहने तथा जन्म के तुरन्त बाद श्वसन न होने या नौ महीने की पूर्ण अवधि से पहले बच्चे का जन्म होने से मानसिक मन्दन हो सकता है।

बरती जाने वाली सावधानियाँ

मानसिक मन्दन की रोकथाम के लिए इस अवधि के दौरान निम्नलिखित सावधानियाँ बरती जाएँ।

1. प्रसव, प्रशिक्षित व्यक्ति द्वारा कराया जाए तथा पहला प्रसव, यदि संभव हो, अस्पताल में कराया जाए, जहाँ घर से अधिक सुविधाएँ उपलब्ध होती हैं।
2. जन्म के तुरन्त बाद यदि बच्चा नहीं रोता या उसका रंग नीला पड़ जाता है तो उसको तुरन्त उचित श्वसन तथा ऑक्सीजन दी जाए।
3. यदि बच्चे का सिर बड़ा होने या उसके पीला दिखाई देने जैसी असामान्यताएँ दिखाई देती हैं तो तुरन्त चिकित्सक से परामर्श किया जाए।

3. बच्चे के जन्म के बाद मानसिक मंदन उत्पन्न करने वाले कारण



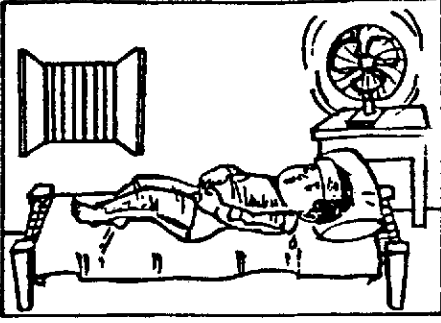
जन्म के बाद, दौरे के साथ लम्बा बुखार आने, बेहोश होने, दुर्घटना के कारण सिर में चोट लगने, तेज दस्त लगने, लम्बे समय तक कम पौष्टिक आहार देने, पीलिया तथा अनियंत्रित मूर्च्छा से बच्चे में मानसिक मन्दन हो सकता है।



बरती जाने वाली सावधानियाँ

इस अवधि के दौरान मानसिक मन्दन की रोकथाम के लिए निम्नलिखित सावधानियाँ बरती जाएँ :-

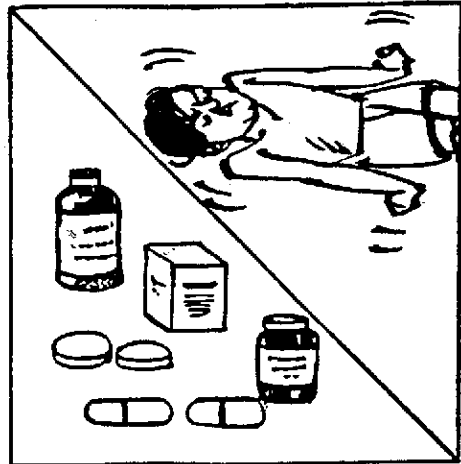
1. पहले वर्ष के दौरान बच्चे की डिप्थीरिया, काली खाँसी, टेटनस, पोलियो, खमरा तथा क्षय रोग से बचाव के टीके लगवाए जाएँ।



दवाइयाँ दें। बच्चे को गर्म कपड़े या कम्बल में न लपेटें।

2. बच्चे को तेज बुखार (40° सी. या 104° एफ तथा उससे ऊपर) होने से मस्तिष्क को क्षति पहुँच सकती है। तेज बुखार को तुरन्त कम किया जाए। बच्चे को पूरी तरह संगा कर दें। कपड़े के कुछ टुकड़े ठण्डे पानी में भिगोएं तथा उन्हें बच्चे के माथे, शरीर, भुजाओं और टांगों पर रख दें। बच्चे को हवा करें तथा गीले कपड़े के टुकड़ों को बदलते रहें। बच्चे को चीनी या गुड के साथ पर्याप्त मात्रा में पानी पीने को दें। बुखार को कम करने के लिए चिकित्सक की सलाह पर

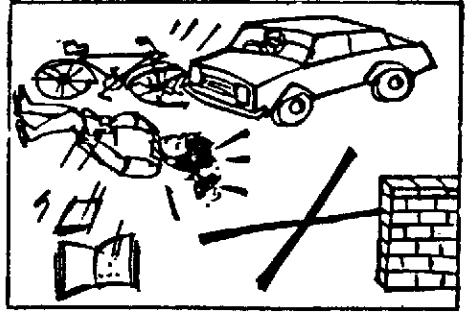
3. यदि बच्चे को मूर्च्छा आने लगे तो चिकित्सक की सलाह ली जाए। अनियंत्रित मूर्च्छा से मानसिक मंदन हो सकता है। दवाइयाँ तब तक दी जाती रहें जब तक मूर्च्छा को नियंत्रण में न कर लिया जाए।





4. महामारी, जैसे मस्तिष्क बुखार तथा हैजे के दौरान बच्चे को दूषित भोजन न दिया जाए। बच्चे को ताजा पका हुआ भोजन तथा उबला हुआ पानी दिया जाए।

5. दुर्घटना के कारण सिर में चोट लगने से मस्तिष्क को क्षति पहुँच सकती है। दुर्घटना से बचा जाए।



4. अन्य कारण :

आनुवंशिक कारण

1. कुछ दोष एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी में पहुँच सकते हैं। ये आनुवंशिक कारण होते हैं। उदाहरण के लिए यदि माता-पिता या पूर्वों में से कोई व्यक्ति मानसिक मन्दन वाला है या रहा हो तो उससे बच्चे में मानसिक मंदन की संभावना रहती है। इसलिए रक्त सम्बन्धियों के बीच विवाह करने से बचा जाए, विशेष रूप से तब, जब परिवार में किसी व्यक्ति को मानसिक मन्दन रहा हो।

2. 18 वर्ष से कम तथा 35 वर्ष से अधिक आयु की महिला को बच्चा पैदा करने से बचना चाहिए।
3. यदि कोई बच्चा आकार में छोटे /बड़े सिर वाला या सेंटे हुए अंगों वाला पैदा होता है तो आगे विकलांगता को रोकने के लिए उसे चिकित्सक के पास ले जाया जाए ।

मानसिक मन्दन वाले बच्चे की पहचान कैसे होगी?

बच्चे की वृद्धि तथा विकास एक विशेष पैटर्न के अनुसार होता है । प्रत्येक बच्चा विकास की निश्चित अवस्थाओं से गुजरता है । क्योंकि विकास की इन अवस्थाओं से उन बच्चों की पहचान करने में सहायता मिलती है इनका विकास देगी से होता है ; इसलिए इन अवस्थाओं को जानना महत्वपूर्ण होता है । विकास की कुछ महत्वपूर्ण अवस्थाएँ, सामान्य आयु वर्ग के साथ-साथ, निचे दी गई हैं :



अवस्था - 1

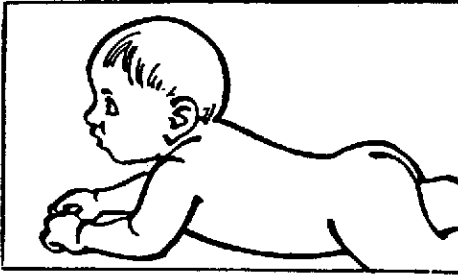
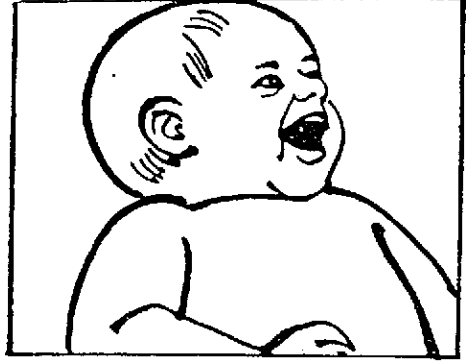
आयु : 1 से 3 मास

विकास : नाम / आवाज देने पर प्रतिक्रिया करना।

अवस्था - 2

आयु : 1 से 4 मास

विकास : दूसरों को देखकर हँसना ।



अवस्था - 3

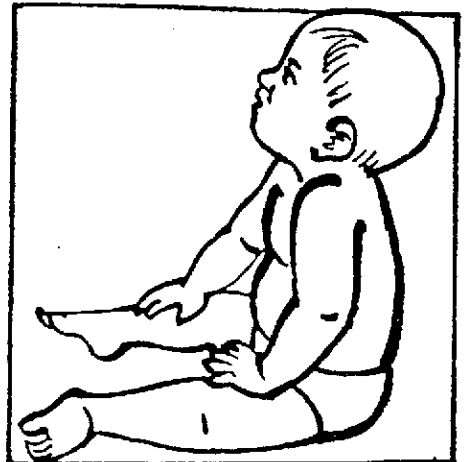
आयु : 2 से 6 मास

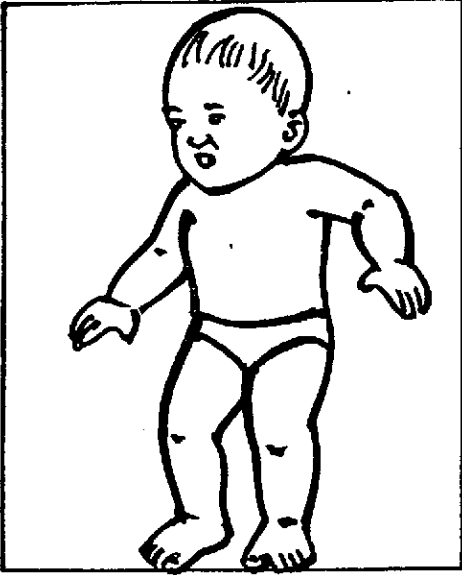
विकास : सिर को सीधा रखना ।

अवस्था - 4

आयु : 5 से 10 मास

विकास : बिना किसी सहारे के बैठना ।





अवस्था - 5

आयु : 9 से 14 मास

विकास : बिना किसी सहारे के खडता।

अवस्था - 6

आयु : 10 से 20 मास

विकास : बिना किसी सहारे के चलना।





अवस्था - 7

आयु : 6 से 30 मास

विकास : 2 या 3 वाक्य बोलना।

अवस्था - 8

आयु : 2 से 3 वर्ष

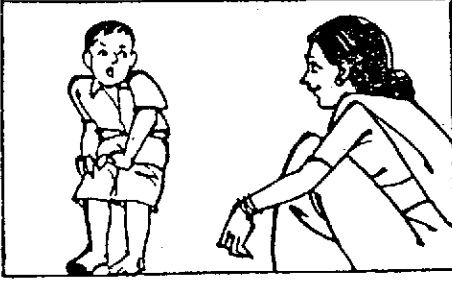
विकास : स्वयं खाना।



अवस्था - 9

आयु : 2 से 3 वर्ष

विकास : नाम बताना।



अवस्था - 10

आयु : 3 से 4 वर्ष

विकास : शौच आदि को नियंत्रण में रखना।

हमने एक सामान्य बच्चे की विकास की प्रमुख अवस्थाओं को जाना। आइए देखें कि हम मानसिक मन्दन वाले बच्चे की पहचान कैसे कर सकते हैं। नीचे दी गई तीन जाँच अनुसूचियों को देखें :

जाँच अनुसूची	आयु वर्ग	पृष्ठ
अनुसूची - I	3 वर्ष से नीचे	19
अनुसूची - II	3 से 6 वर्ष	20
अनुसूची - III	7 वर्ष तथा उससे ऊपर	21

परीक्षण में अने श्रेय प्रदायिका की माता-पिता/अभिभावक/उन व्यक्तियों से एकत्र न करें जो बच्चे को अच्छी लक्षण

जाँच अनुसूची - 1 (3 वर्ष से नीचे के बच्चों के लिए)

अवस्था बच्चे की वृद्धि सं.	सामान्य विकास आयु - वर्ष	देरी में हुआ विकास यदि तक नहीं हुआ है।
1. नाम/आवाज पर प्रतिक्रिया करना	1-3 मास	चौथे मास
2. दूसरों को देखकर हँसना	1-4 मास	छठे मास
3. सिर को सीधा रखना	2-6 मास	छठे मास
4. बिना सहारे के बैठना	5-10 मास	12वें मास
5. बिना सहारे के खड़े होना	9-14 मास	18वें मास
6. अच्छी तरह चलना	10-20 मास	20वें मास
7. 2-3 शब्द के वाक्य बोलना	16-30 मास	तीसरे वर्ष
8. स्वयं खाना/पीना	2-3 वर्ष	चौथे वर्ष
9. अपना नाम बताना	2-3 वर्ष	चौथे वर्ष
10. शौच आदि पर नियंत्रण रखना	3-4 वर्ष	चौथे वर्ष
11. सामान्य खतरों से बचना	3-4 वर्ष	चौथे वर्ष
अन्य कारण :		
12. क्या मूर्च्छा आती है?	हाँ	नहीं
13. क्या शारीरिक अपंगता है?	हाँ	नहीं

यदि 1-11 तक दी गई अवस्थाओं में से बच्चे की किसी अवस्था में वृद्धि में देरी होती है तथा यदि उसे मूर्च्छा आती है या उसको शारीरिक अपंगता है तो उसे मानसिक मन्दन हो सकता है।

जाँच अनुसूचि -II (3 से 6 वर्ष तक के बच्चों के लिए)

निम्नलिखित का अवलोकन करें :-

- | | | | |
|-----|---|-----|------|
| 1. | दूसरे बच्चों के साथ तुलना करें, क्या बच्चे को बैठने, खड़े होने तथा चलने में काफी अधिक देरी हुई है? | हाँ | नहीं |
| 2. | क्या बच्चे को सुनने में कठिनाई होती है? | हाँ | नहीं |
| 3. | क्या बच्चे को देखने में कठिनाई होती है? | हाँ | नहीं |
| 4. | जब आप बच्चे से कुछ करने के लिए कहते हैं तो क्या उसको आपके द्वारा कही गयी बात को समझने में कठिनाई होती है? | हाँ | नहीं |
| 5. | क्या बच्चे को कभी कमजोरी रहती है तथा/या उसके अंग गेंठ जाते हैं तथा/या उसको चलने या अपनी भुजा को हिलने-डुलने में कठिनाई होती है? | हाँ | नहीं |
| 6. | क्या कभी बच्चे को मूर्च्छा आती है, उसके अंग गेंठ जाते हैं या वह बेहोश हो जाता है? | हाँ | नहीं |
| 7. | क्या बच्चे को अपनी आयु के अन्य बच्चों की तरह कार्यकलापों को करने सीखने में कठिनाई होती है? | हाँ | नहीं |
| 8. | क्या बच्चा बोलने में बिल्कुल सक्षम नहीं है? (अपनी बात शब्दों में नहीं समझ सकता/कोई स्पष्ट शब्द नहीं बोल सकता) | हाँ | नहीं |
| 9. | क्या बच्चे की वाणी सामान्य वाणी से किसी प्रकार से अलग है? (जो उसके अपने परिवार के सदस्यों से भिन्न अन्य व्यक्तियों की समझ में नहीं आती) | हाँ | नहीं |
| 10. | उसकी आयु के अन्य बच्चों की तुलना में, क्या बच्चा कुछ पिछड़ा हुआ, मंदबुद्धी या सुस्त है? | हाँ | नहीं |

यदि उपर्युक्त बातों में से किसी का जवाब "हाँ" में है तो बच्चे को मानसिक मन्दन होने का सन्देह रहता है।

जाँच अनुसूचि - III (7 वर्ष तथा उससे अधिक आयु के बच्चों के लिए)

निम्नलिखित का अवलोकन करें :-

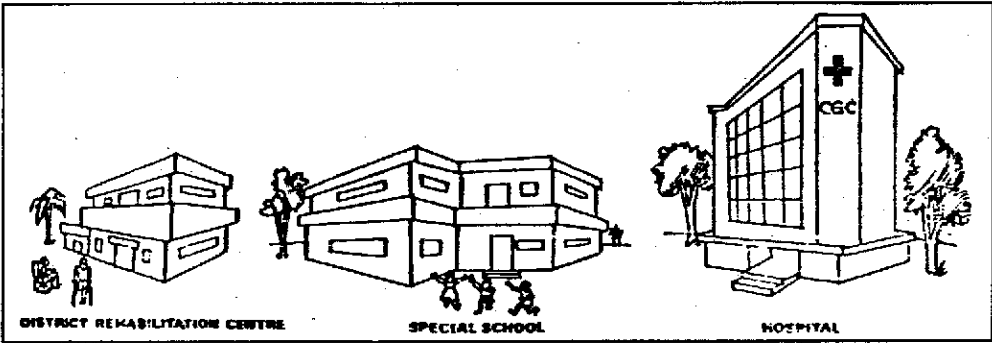
- | | | | |
|----|--|-----|------|
| 1. | दूसरे बच्चों के साथ तुलना करें, क्या बच्चे के बैठने, खड़े होने तथा चलने में काफी अधिक देरी हुई है? | हाँ | नहीं |
| 2. | क्या बच्चा खाता, कपड़े पहनना, नहाना तथा संवरना जैसा कार्य स्वयं नहीं कर सकता? | हाँ | नहीं |
| 3. | क्या बच्चे को समझने में कठिनाई होती है, जब आप उससे कुछ कार्य करने के लिए कहते हैं? | हाँ | नहीं |
| 4. | क्या बच्चे की वाणी (आवाज) अस्पष्ट है? | हाँ | नहीं |
| 5. | क्या बच्चे को यह पूछे बिना कि उसने क्या देखा/सुना उसे किसी बात को अभिव्यक्त करने में कठिनाई होती है? | हाँ | नहीं |
| 6. | क्या बच्चे को कमजोरी रहती है तथा/या उसके अंग ऐंठ जाते हैं था/या उसको चलने अथवा भुजा को हिलाने-डुलाने में कठिनाई होती है? | हाँ | नहीं |
| 7. | क्या बच्चे को कभी मूर्च्छा आती है, उसके अंग ऐंठ जाते हैं या वह बेहोश हो जाता है? | हाँ | नहीं |
| 8. | उसकी आयु के अन्य बच्चों की तुलना में, क्या बच्चा कुछ पिछड़ा हुआ है, मंदबुद्धि या सुस्त हैं? | हाँ | नहीं |

यदि उपर्युक्त बातों में से किसी का जवाब "हाँ" में है तो बच्चे को मानसिक मंदन होने का सन्देह रहता है।

विस्तृत मूल्यांकन के लिए भेजना

यदि किसी बच्चे में मानसिक मंदन होने का संदेह होता है तो उसके विस्तृत मूल्यांकन और निदान के लिए उसे प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र पुनर्वास यूनिट (पी.एच.सी.आर.यू.) के बहु-उद्देशीय पुनर्वास चिकित्सक (एम.आर.टी.) को या जिला पुनर्वास केन्द्र (डी.आर.सी.) के मनोवैज्ञानिक के पास भेजें। ऐसे बच्चे को विशेष स्कूल, यदि उपलब्ध हो, या नजदीक के सामान्य अस्पताल के बाल मार्गदर्शक केन्द्र में भी भेजा जा सकता है।

मानसिक मंदन वाले कुछ व्यक्तियों में अन्य प्रकार की अशक्तता भी हो सकती है, जैसे - दिखाई न देना, बहुरापन, मूर्च्छा आना, मांसपेशियों की कमजोरी, शारीरिक विरूपता तथा व्यवहार से जुड़ी समस्याएं, जैसे - अत्याधिक सक्रियता, तोड़-फोड़ करना या दूसरों/स्वयं को चोट पहुँचाना। ऐसे व्यक्तियों की देखरेख के लिए विशेषज्ञों, जैसे - चिकित्सा विशेषज्ञों, मनोवैज्ञानिकों, वाणी रोग विज्ञानियों तथा विशेष शिक्षाविदों की राय की जरूरत होती है।



देखरेख करना

निदान करने के बाद, विशेषज्ञ उन कौशलों के सम्बन्ध में बच्चे का मूल्यांकन करता है तथा उन कौशलों का निर्धारण करता है, जिनकी मानसिक मंदन वाले व्यक्ति में विकसित करने की जरूरत है। इसके बाद, प्रशिक्षण के लिए एक समय पर एक या दो कौशल (कार्य) लिए जाते हैं, जैसे - खाना, कपड़े पहनना, नहाना, ब्रश करना तथा भाषा-कौशल। प्रशिक्षण की पद्धति को पूर्णतः व्यवस्थित ढंग से तैयार किया और चलाया जाता है। मानसिक मंदन वाले व्यक्ति में प्रगति का पता लगाने का प्रशिक्षण के दौरान उसको हुई कठिनाइयों का पता लगाने तथा प्रशिक्षण के लिए नया कार्यक्रम बनाने के लिए समय-समय पर मूल्यांकन किया जाता है। माता-पिता द्वारा बच्चे को घर पर प्रशिक्षण (सिखाना) देना ही हमेशा बेहतर होता है। बहु-पुनर्वास सहायक/बहु-पुनर्वास चिकित्सक (एच.आर.ए./एम.आर.टी.) माता-पिता को प्रशिक्षण की विधि बताएँ तथा माता-पिता घर पर हो उसके अनुसार बच्चे को प्रशिक्षण देंगे। ग्रामीण पुनर्वास चिकित्सक द्वारा बताए गए प्रशिक्षण को पूरा करने में माता-पिता की सहायता करनी होगी।

सफल कौशल प्रशिक्षण के लिए कुछ बातें निम्नलिखित हैं :-

- प्रत्येक प्रशिक्षण कार्यक्रमों को छोटे चरणों में बाँटा जाए तथा उसे बच्चे को स्वयं करके दिखाया जाए।
- मानसिक मंदन वाले व्यक्ति को प्रत्येक कार्यक्रमों में बार-बार प्रशिक्षण दिया जाए।
- प्रशिक्षण नियमित तथा व्यवस्थित रूप से दिया जाए। माता-पिता को धैर्य नहीं खोना चाहिए।
- प्रशिक्षण ऐसे कार्यक्रमों से आरम्भ किया जाए जिसे बच्चा पहले से जानता हो, उसके बाद उस कौशल को प्रशिक्षण दिया जाए जिसमें बच्चे को प्रशिक्षित करने का जरूरत है। उसके द्वारा बच्चा यह महसूस करेगा कि वह सफल हुआ है और उसने उपलब्धि प्राप्त कर ली है।
- यदि बच्चा सफलता के नजदीक भी पहुँचता है तो उसके प्रयासों की प्रशंसा की जाए या उसे ऐसी कोई चीज दी जाए, जिसे वह पसन्द करता हो।
- जैसे ही बच्चा एक कौशल में निपुणता प्राप्त कर लेता है तो उसको दिए जाने वाले पुरस्कार को कम किया जाए तथा प्रशिक्षण के लिए दूसरे कौशल को लिया जाए।
- प्रयोग की जाने वाली प्रशिक्षण सामग्री उचित, आकर्षक तथा स्थानीय रूप से उपलब्ध होने वाली होनी चाहिए।
- मानसिक मन्दन वाले व्यक्ति के लिए प्रशिक्षण लेने की कोई आयु सीमा नहीं है।
- बच्चा अपनी आयु के बच्चों से बेहतर सीखता है। इसलिए, मानसिक मन्दन वाले बच्चे को प्रशिक्षण देने में उसकी आयु के सामान्य बच्चों को समुचित हिदायतें देकर उसमें शामिल करने का प्रयास करना चाहिए।

मानसिक मन्दन : केस - 1

अंजलि तीन वर्ष की है। छः महीने पहले वह अपने सिर को सीधा रखने में अक्षमता, दूसरों को देखने, नाम लिए जाने पर कोई जवाब न देने तथा करवट बदलने या बैठने में अक्षमता के कारण यहाँ लाई गई थी।

वह गर्भावस्था के पूर्ण अवधि से पहले पैदा हुई थी, पैदा होने के तुरंत बाद वह रोई नहीं थी तथा देखने में उसका रंग नीला था।

विकासात्मक मूल्यांकन से पता चला कि उसमें साधारण मानसिक मन्दन है। चूँकि उसको मानसिक मन्दन केन्द्र पर 2 1/2 वर्ष की कम आयु में लाया गया था; इसलिए उसमें सुधार की बेहतर उम्मीद थी।

प्रारंभिक उत्तेजन अभ्यास नियमित रूप से देने के बाद, वह अपनी गर्दन सीधी रखना तथा करवट लेना सीख गई, अपना नाम लिए जाने पर प्रतिक्रिया दिखाना, व्यक्तियों तथा चलने वाली चीजों को देखना तथा बैठना सीख गई। निखार अभ्यास तथा प्राणिक्रमण से अंजलि में अच्छा सुधार दिखाई दिया।

- बच्चे का समय-समय पर मूलांकन किया जाए।
- मानसिक मन्दन वाले बच्चे बहुत धीमी गति से सीखते हैं। माता-पिता को बताया जाए कि वे बच्चे कि धीमी प्रगति के प्रति न तो उदास हों, और न ही असफलता से विचलित हों।

मानसिक मन्दन के तीन मामलों के उदाहरण पृष्ठ 24, 26 तथा 28 पर दिए गए हैं।

माता-पिता का मार्गदर्शन करना

बच्चे में केवल मानसिक मन्दन की पहचान करना तथा माता-पिता को यह सिखाना कि बच्चे को कैसे प्रशिक्षण दिया जाए, ही पर्याप्त नहीं है। माता-पिता को सलाह दी जाए तथा उनकी भावनाओं को भी समझा जाए। मानसिक मन्दन वाले बच्चे के माता-पिता को उनके बच्चों की ऐसा होना अच्छा नहीं लगता। वे उसे बोझ समझ सकते हैं। माता-पिता को बच्चे की सहायता करने के उनके प्रयासों के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए। उन्हें बच्चे की स्थिति तथा उसे कैसे सिखाया जाए, से परिचित कराया जाए ताकि वे मानसिक मन्दन वाले अपने बच्चे को स्वीकार कर सकें। माता-पिता द्वारा बताई गई समस्याओं को ध्यानपूर्वक सुना जाए। माता-पिता को उस प्रशिक्षण में अपना विश्वास नहीं खोना चाहिए, जो वे मानसिक मन्दन वाले बच्चे को देते हैं। उन्हें आश्वस्त किया जाए कि बच्चा सीखेगा जरूर, लेकिन धीमी गति से, जोकि मन्दन के स्तर पर निर्भर करता है। माता-पिता को बच्चे के सम्बन्ध में न तो उच्च आकांक्ष करनी चाहिए, न ही उन्हें यह महसूस करना चाहिए कि बच्चा बिल्कुल कुछ नहीं कर पाएगा।

बहुत से व्यक्तियों, माता-पिता और आम लोगों, की मानसिक मन्दन के सम्बन्ध में गलत धारणा होती है। पुनर्वास कार्यकर्ता को व्यक्तियों की इस धारणा को बदलने में सहायता करनी चाहिए। ऐसा करके, माता-पिता को अपने मानसिक मन्दन वाले बच्चे के प्रशिक्षण में अधिक सहयोगी बनाया जा सकता है। माता-पिता को पुनर्वास कार्यकर्ता में विश्वास करना चाहिए तथा यह महसूस करना चाहिए कि वह उनकी समस्याओं तथा भावनाओं को समझता है। कार्यकर्ता को माता-पिता द्वारा बताई जाने वाली बातों को सुनने में रुचि दिखानी चाहिए तथा उनका उचित मार्गदर्शन करना चाहिए। अधिकांश व्यक्ति वास्तव में नहीं जानते कि मानसिक मन्दन क्या होता है। ऐसे व्यक्तियों को मानसिक मन्दन को सही तरह से समझाने के लिए निम्नलिखित प्रश्नों तथा उत्तरों का अध्ययन करें।

प्रश्न : 1. क्या मानसिक मन्दन मानसिक रोग ही होता है?

नहीं। मानसिक मन्दन वाले व्यक्ति मानसिक रोग से पीड़ित नहीं होते। मानसिक मन्दन वाले व्यक्तियों की विकास की गति केवल थोड़ी धीमी होती है। इसलिए, वे मन्दबुद्धि होते हैं और उनके समझने की गति धीमी होती है और उनको दैनिक जीवन के लिए जरूरी विभिन्न कौशलों को सीखने में कठिनाई आती है। आमतौर पर उनको बोलने में कठिनाई होती है। उनमें से कुछ को 5वीं कक्षा तक शिक्षित किया जा सकता है जबकि कुछ तो 5वीं कक्षा तक भी नहीं पढ़ पाते।

मानसिक मन्दन : केस - 2

सीता नौ वर्ष की है। वह स्वयं खाने तथा अपनी शौचादि निवृत्ति की आवश्यकताओं को पूरा करने में अक्षम थी। उसके मुँह से लार निकलती रहती थी। वह न तो बोलने में सक्षम थी, न ही दिए गए अनुदेशों को समझ सकती थी। उसको 6 माह की आयु से बार-बार मूर्छा भी आती थी।

उसके मामले से पता चला है कि वह गर्भावस्था का पूरा समय होने के बाद पैदा हुई थी लेकिन माता को प्रसव के दौरान कठिनाई हुई थी। सीता को घुटनों के बल रेंगने, बैठने तथा खड़ा होने में अपने भाई तथा बहनों के मुकाबले में देरी हुई।

सीता का शोशावस्था से ही कई बार साधु-सन्तों के पास उपचार कराया गया लेकिन उसमें कोई सुधार नहीं हुआ। तब उसको चिकित्सक के पास ले जाया गया। चिकित्सक ने उसको आने वाली मूर्छा का उपचार किया तथा आगे मूल्यांकन और देखरेख के लिए उसको आने वाली मूर्छा का उपचार किया तथा आगे मूल्यांकन और देखरेख के लिए उसको मानसिक मन्दन वाले व्यक्तियों के केन्द्र में भेज दिया। वहाँ पर उसकी बौद्धिक क्षमता तथा विभिन्न कौशलों को करने के विधान स्तर के सम्बन्ध में मूल्यांकन किया गया। उसका निदान गम्भीर मानसिक मन्दन वाले बच्चे के रूप में किया गया तथा माता-पिता को उसकी स्थिति के बारे में बताया गया। उसको विभिन्न कौशलों, जैसे, खाना खाने, शौचादि से निवृत्त होने, नहाने तथा बोलने आदि में प्रशिक्षित किया जा रहा है। माता-पिता को चूँकि अब बच्चे की स्थिति की जानकारी है। इसलिए वे उसको प्रशिक्षण दिए जाने में सहयोग करते हैं।

दूसरी तरफ, मानसिक रोग वाले व्यक्ति का सामान्य विकास होता है। मानसिक रोग किसी भी आयु में यहाँ तक कि उच्च शिक्षा प्राप्त व्यक्तियों को भी हो सकता है। मानसिक रोग का उपचार किया जा सकता है।

प्रश्न : 2 क्या मानसिक मंदन का उपचार किया जा सकता है?

नहीं। मानसिक मंदन ऐसी दशा है जिसका उपचार नहीं किया जा सकता लेकिन समय पर तथा समुचित सहायता करने से मानसिक मंदन वाले व्यक्ति को विभिन्न कौशल सीखने में सहायता मिल सकती है।

प्रश्न : 3 क्या विवाह से मानसिक मंदन की समस्या को सुलझाया जा सकता है?

नहीं। बहुत-से व्यक्ति सोचते हैं कि विवाह के बाद, मानसिक मंदन वाला व्यक्ति क्रियाशील तथा जिम्मेवार बन सकेगा या यौन संतुष्टि प्राप्त होने से व्यक्ति ठी हो जाएगा। लेकिन ऐसा नहीं है। विवाह से समस्या अधिक फटिल ही होगी। जब यह ज्ञात हो कि मानसिक मंदन वाला व्यक्ति पूर्ण रूप से स्वावलम्बी नहीं हो सकता तो उसके लिए अपने परिवार की देख भाल करना संभव नहीं होगा।

प्रश्न : 4 क्या बड़े होने के साथ-साथ मानसिक मंदन वाले व्यक्ति सामान्य हो जाते हैं?

नहीं। मानसिक मंदन वाले व्यक्ति का मानसिक विकास सामान्य व्यक्ति की अपेक्षा धीमी गति से होता है। इसलिए, जब समय के साथ उसकी वास्तविक आयु बढ़ती है तो मानसिक विकास वास्तविक आयु बढ़ने की गति के अनुरूप नहीं होता। मानसिक मंदन वाले व्यक्ति बड़े होने पर सामान्य व्यक्ति नहीं बन सकते, परन्तु सधन प्रशिक्षण के द्वारा उनमें कुछ हद तक सुधार किया जा सकता है। आरंभ से ही प्रशिक्षण देना काफी महत्वपूर्ण होता है।

प्रश्न : 5 क्या मानसिक मंदन संक्रामक बीमारी है?

नहीं। बहुत-से व्यक्ति सोचते हैं कि सामान्य बच्चों को मानसिक मंदन वाले बच्चों के साथ रहने, खाने या खेलने देने से उनमें भी मानसिक मंदन हो जाता है। यह धारणा गलत है। दूसरी तरफ, मानसिक मंदन वाले तथा सामान्य बच्चों के बीच परस्पर सम्पर्क बने रहने से मानसिक मंदन वाले बच्चों की समस्याओं को समझेंगे तथा उन्हें स्वीकार कर लेंगे।

प्रश्न : 6 क्या यह सच है कि मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों को कुछ नहीं सिखाया जा सकता?

नहीं। मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों को बहुत-सी चीजें सिखाई जा सकती हैं। वे स्वयं की देखभाल करना सीख सकते हैं, पौधों में पानी देना, बीज बोना, मवेशियों की निगरानी करना, फर्श साफ करना, बर्तन साफ करना तथा भार ढोना सीख सकते हैं। मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों को व्यवस्थित ढंग से प्रशिक्षित करना होता है। पर्यवेक्षण के अधीन वे बहुत-से कार्यों को कर सकते हैं।

मानसिक मन्दन : केस - 3

महेश 15 वर का है। वह स्कूल में पढ़ाए जाने वाले विषयों को समझने, अकेले यात्रा करने की पहचान करने तथा उनको संभालने में अक्षम था, समय नहीं बता सकता था, दूसरों को पीटना था तथा गुस्से में होने पर दूसरों के ऊपर चीजें फेंकता था।

उसके मामले से पता चला कि 10 महीने की आयु में उसे बहुत तेज बुखार आया था जिससे उसकी चेतना जाती रही थी। ठीक होने के बाद, वह अपने सिर को सीधा रखने, करवट लेने या बैठने में अक्षम हो गया। उसके अन्य विकास (खड़ा होना, चलना-फिरना तथा बोलना) भी देरी से हुए। इस लड़के की बौद्धिक क्षमता तथा विभिन्न कौशलों को करने के विद्यमान स्तर का मूल्यांकन किया गया। उसका मध्यम मानसिक मंदन वाले व्यक्ति के रूप में निदान किया गया। उसके माता-पिता को परामर्श दिया गया तथा उसके लिए एक प्रशिक्षण कार्यक्रम तैयार किया गया।

उसके दूसरों को पीटने तथा चीजें फेंकने के व्यवहार को व्यवहार परिवर्तन प्रक्रिया द्वारा ठीक कर दिया गया।

उसको रोजमर्रा के जीवन में काम आने वाली बातों को पढ़ने तथा लिखने में जैसे, साइनबोर्ड तथा निदेश पढ़ने, अपना नाम तथा पता लिखने तथा सामान्य गणित करने, समय बताने तथा पैसों को संभालने आदि में, प्रशिक्षित किया जा रहा है। उसे लकड़ी के कार्य में प्रशिक्षित किया जा रहा है जिसमें रेगमाल का भी प्रयोग होता है। माता-पिता उसकी प्रगति से बहुत खुश हैं।

प्रश्न : 7 क्या यह सच है कि मानसिक मंदन "भाय्य" के कारण होता है और इसलिए इस सम्बन्ध में कुछ नहीं किया जा सकता?

नहीं। माता-पिता का यह मानना कि उनके बच्चों का मानसिक मंदन उनके 'कर्मों' के कारण हुआ है, उन्हें दोषी महसूस करने में मुक्त होने में मदद करता है। परन्तु ऐसा मानकर चलने तथा बच्चे को सिखाने का कोई भी प्रयास न करके उसे भाय्य के भरोसे छोड़ देना उचित नहीं है। माता-पिता को यह बताया जाए कि मानसिक मंदन का कारण चाहे कुछ भी हो, प्रशिक्षण देने से बच्चे में सुधार होगा। जितना जल्दी प्रशिक्षण शुरू किया जाएगा, बच्चे में सुधार के उतने ही बेहतर अवसर होंगे।

सारांश

ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ताओं के लिए तैयार की गई मानसिक मंदन के विषय में इस नियम-पुस्तक में चित्रों सहित मानसिक मंदन के विभिन्न पहलुओं की जानकारी दी गई है।

इस नियम-पुस्तक में बताए गए मानसिक मंदन के विभिन्न पहलुओं में उसकी प्रकृति, लक्षण, मानसिक मंदन के कारण तथा उनका निवारण, मानसिक मंदन तथा मानसिक रोग में अन्तर तथा मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों की पहचान तथा पता लगाना और आवश्यक जाँच सूची/प्रोफार्मा, जिसका उपयोग मानसिक मंदन की पहचान के लिए ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ताओं द्वारा किया जा सकता है, सम्मिलित हैं। इस नियम-पुस्तक में सामान्य विकास की महत्वपूर्ण अवस्थाओं के बारे में भी बताया गया है। सामान्य विास में किसी प्रकार की देरी होना मानसिक मंदन का एक महत्वपूर्ण सूचक है।

चूँकि आम लोगों तथा माता-पिता में मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों के विषय में गलत धारणाएँ तथा विश्वास होता है, इसलिए ऐसी गलत धारणाओं के सम्बन्ध में तथा माता-पिता को सही परामर्श दिए जाने के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई है। मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों की सफल देखभाल के लिए बताई गई बातें इस नियम-पुस्तक की महत्वपूर्ण घटक हैं।

यह नियम-पुस्तक ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ता को मानसिक मंदन समझने, मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों की पहचान करने तथा उनकी आगे देखभाल करने के लिए उनको अस्पताल भेजने में तैयार करती है। यह नियम-पुस्तक ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ता को मानसिक मंदन वाले व्यक्तियों के साथ स्वतंत्र रूप से कार्य करने और उनकी देखभाल करने के लिए तैयार नहीं करती क्योंकि ऐसा मानकर चला जाता है कि ग्रामीण पुनर्वास कार्यकर्ता के लिए अपने स्तर पर ऐसा करना मुश्किल होगा। मानसिक मंदन वाले व्यक्ति की देखभाल के लिए अधिक जानकारी तथा कौशल की जरूरत होती है तथा यह एक लम्बी प्रक्रिया है। बहु-पुनर्वास कार्यकर्ताओं के लिए अलग से एक नियम-पुस्तक तैयार की गई है जिसमें "देखभाल" के पहलू सम्मिलित होंगे।

स्वतः-मूल्यांकन

इस नियम-पुस्तक का अध्ययन करते के बाद, कृपया निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दें। जाँच करें कि आपका उत्तर अन्त में दिए गए उत्तरों के अनुसार सही या गलत है। यदि आप सही प्रकार से उत्तर देने में सक्षम नहीं हो पाते हैं तो नियम-पुस्तक के सुझाए गए पृष्ठों का एक बार पुनः अध्ययन करें।

1. मानसिक मंदन के लक्षणों में निम्नलिखित सभी बातें सम्मिलित होती हैं, सिवाय -
 - क) धीमी प्रतिक्रिया
 - ख) आत्मघाती प्रवृत्तियाँ
 - ग) समझने में कठिनाई
 - घ) अस्पष्ट अभिव्यक्ति

2. दवाइयों से उपचार नहीं हो सकता -
 - क) मानसिक मंदन का
 - ख) मानसिक रोग का
 - ग) अपस्मारी मूर्च्छा का
 - घ) उपर्युक्त सभी का

3. 6 महीने का सामान्य बच्चा सक्षम होगा -
 - क) चलने-फिरने में
 - ख) बैठने में
 - ग) एक या दो शब्द कहने में
 - घ) टॉयलेट सम्बन्धी जरूरतों का संकेत करने में।

4. 3 वर्ष की आयु का बच्चा, जो अपने सिर को सीधा नहीं रख सकता तथा संभवतः अपनी जरूरतों को प्रकट नहीं कर सकता, ऐसा बच्चा -
 - क) सामान्य
 - ख) दृष्टि विकलांग
 - ग) मानसिक मंदन वाला
 - घ) कम सुनने वाला (बाँधर) होता है।

5. मानसिक मंदन आले बच्चे के माता-पिता को परामर्श देने समय निम्नलिखित बातों का ध्यान रखा जाए :
- क) उनकी भावनाओं को समझने में कम समय दिया जाए।
 ख) बच्चे के बारे में उनमें अत्याधिक आशा जागृत की जाए।
 ग) उन्हें ऐसा महसूस कराएं कि कोई उनकी समस्याओं को समझता है।
 घ) उनको निरुत्साहित करें।
6. मानसिक मंदन वाले व्यक्ति का विवाह करने से -
- क) उसका मानसिक मंदन ठीक हो जाएगा।
 ख) उसकी समस्याएं और ज्यादा बढ़ेंगी।
 ग) वह स्वावलम्बी बन जाएगा।
 घ) उपर्युक्त सभी बातें होंगी।
7. मानसिक मंदन वाले व्यक्ति को सिखाते समय निम्न बातों का ध्यान रखा जाए :
- क) उसको आसान चरणों में सिखाया जाए।
 ख) बच्चे को दण्ड दें।
 ग) कार्य को केवल एक बार सिखाएं।
 घ) सबसे कठिन कार्य को सबसे पहले सिखाएं।
8. निम्नलिखित में से सभी बातों के कारण मानसिक मंदन हो सकता है, सिवाए -
- क) बच्चे को मस्तिष्क-ज्वर होने पर।
 ख) प्रसव में कठिनाई होने पर।
 ग) गर्भावस्था के दौरान कम पौष्टिक आहार लेने पर।
 घ) काला जादू तथा/या कर्मों के कारण।
9. निम्नलिखित सभी बातें मानसिक मंदन की रोकथाम में सहायक हो सकती हैं, सिवाए -
- क) माँ द्वारा सन्तुलित आहार लिया जाना।
 ख) गर्भावस्था के दौरान दुर्घटना से बचना।
 ग) बच्चे के प्रसव के दौरान समुचित देखभाल
 घ) मानसिक मंदन वाले बच्चों के साथ सम्पर्क न रखना।

10. जब किसी बच्चे में मानसिक मंदन का सन्देह हो तो उसे निम्नलिखित सभी जगह भेजा जा सकता है, सिवाय-
- क) मनोवैज्ञानिक
 - ख) साधु-सन्तों
 - ग) विशेष स्कूल
 - घ) जिला पुनर्वास केन्द्र

उत्तर कुंजी :

सही उत्तर

1. ख
2. क
3. ख
4. ग
5. ग
6. ख
7. क
8. घ
9. घ
10. ख

सन्दर्भ पृष्ठ

- 1 से 6
- 7
- 14 से 18
- 19 से 21
- 25
- 27
- 23, 25
- 7 से 14, 29
- 7 से 14, 29
- 22, 26