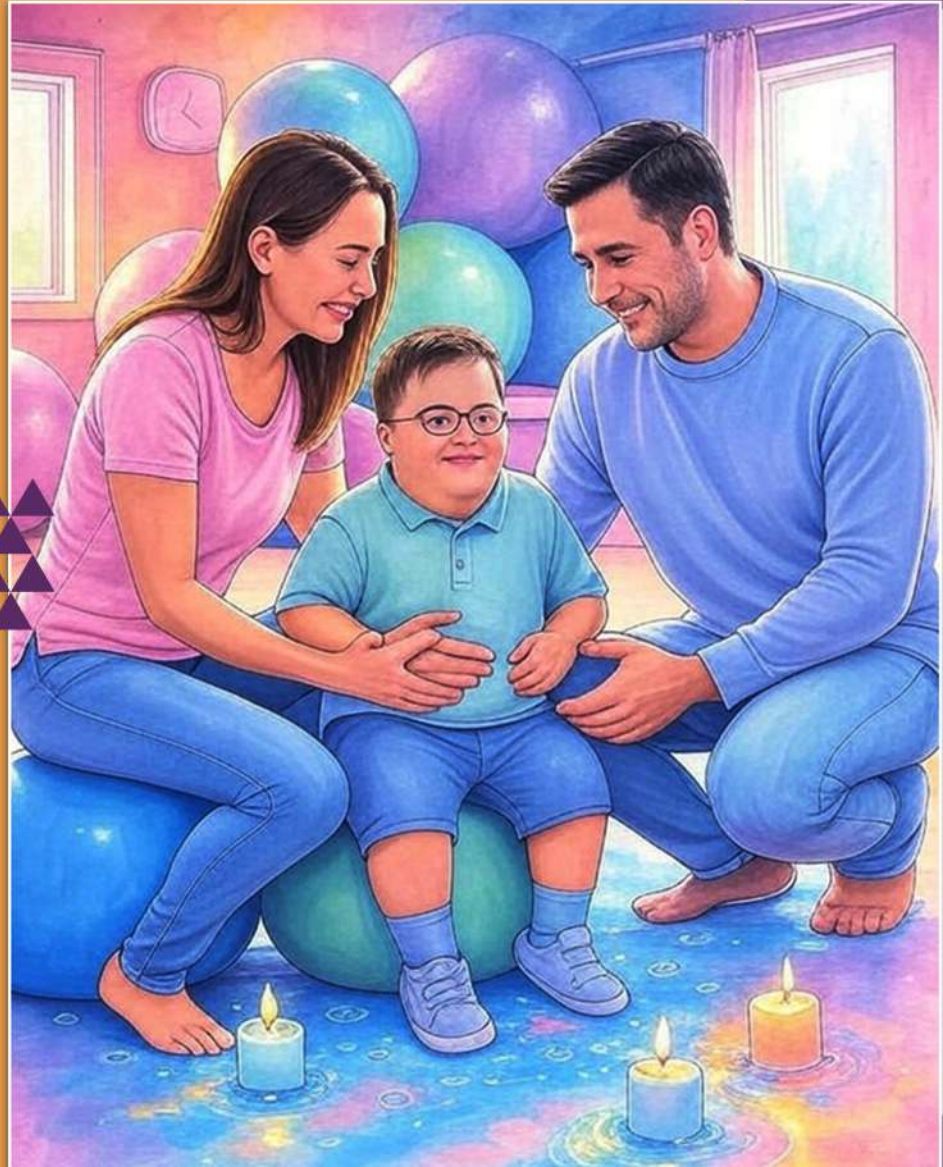


Volume I, Issue III
5th June, 2025

न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स

न्यूरोडायवर्जेंस पर मासिक पत्रिका

होलिंग होप सेंटर फॉर स्पीच एंड हियरिंग द्वारा प्रकाशन



HOLDING HOPE

CENTRE FOR SPEECH & HEARING

Nurturing Hope Empowering Voices
(Adult & Paediatrics)



SERVICES:

- Occupational Therapy
- Speech & Language Therapy
- Special Education
- Behaviour Modification
- Paediatrics Physiotherapy
- Oral Placement Therapy (OPT)
- Sensory Intgration (SI)
- Swallowing & Feeding Therapy
- Group Therapy
- Remedial Education
- New Born Hearing Screening



Address 1 :

C-210, Omicron-1, Mathurapur,
Greater Noida

Address 2 :

H.No. 34, Pocket-C, Near
Stellar MI, Sakipur, Zeta-1
Greater Noida, G.B. Nagar

 **+91 9085424535**

लेखों के लिए आह्वान

न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स

पत्रिका!

हम न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स की घोषणा करते हुए उत्साहित हैं - एक ऐसी पत्रिका जो न्यूरोडायवर्जेंट समुदाय के सामने आने वाली चुनौतियों, आवाजों को बढ़ावा देने और अनुभवों को साझा करने के लिए समर्पित है।

हम आमंत्रित करते हैं

स्कूलों को, स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों को ,
माता-पिता को, वकीलों को,
न्यूरोडायवर्जेंट व्यक्तियों को

न्यूरोडायवर्सिटी से संबंधित किसी भी मुद्दे, दृष्टिकोण या समाधान पर लेख देने के लिए।
आपके विचार शिक्षित कर सकते हैं, प्रेरित कर सकते हैं और सार्थक बदलाव ला सकते हैं!

✉ अपनी प्रस्तुतियाँ भेजें: goswamineha9348@gmail.com

आइए मिलकर न्यूरोडायवर्जेंट समुदाय के लिए जागरूकता, स्वीकृति और समर्थन बनाएं।
आपके शब्द एक बदलाव ला सकते हैं!

न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स

Volume I, Issue III

5th June, 2025

नेतृत्व टीम

संपादक-इन-चीफ
श्री गुणजीत कुमार देव गोस्वामी

डिजाइन और पहुंच प्रमुख
राहुल चौधरी

प्रबंध निदेशक
डॉ. सुदेशना गोस्वामी

सामुदायिक जुड़ाव निदेशक
देवाशीष बोरपुजारी

उत्पादन

प्रिंट/डिजिटल प्रमुख
देवाशीष बोरपुजारी

संपर्क और वितरण

प्रस्तुतियाँ: goswamineha9348@gmail.com

मीडिया/प्रेस पूछताछ: theholdinghopespeechtherapy@gmail.com

वेबसाइट: www.theholdinghope.com

न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स

अस्वीकर

न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स न्यूरोडायवर्सिटी के बारे में जागरूकता, शोध और चर्चा को बढ़ावा देने के लिए समर्पित एक प्रकाशन है।

उद्देश्य और सामग्री की प्रकृति

1. यह पत्रिका न्यूरोडायवर्जेंट समुदाय के भीतर जागरूकता निर्माण और सामुदायिक जुड़ाव के लिए एक मंच के रूप में कार्य करती है। यह औपचारिक शैक्षणिक या नैदानिक उपयोग के लिए अभिप्रेत नहीं है।
2. हम मौजूदा ज्ञान, व्यक्तिगत अनुभवों और सामुदायिक दृष्टिकोणों के संकलनकर्ता और संपादक के रूप में कार्य करते हैं - मूल शोधकर्ताओं या चिकित्सा पेशेवरों के रूप में नहीं।

सामग्री की सटीकता और सीमाएँ

3. जबकि हम सटीकता के लिए प्रयास करते हैं:

○ सभी सामग्री (सारांश, लेख और एआई-सहायता प्राप्त शोध सहित) "जैसा है" के आधार पर प्रदान की जाती है, पूर्णता या समयबद्धता की कोई गारंटी नहीं।

○ योगदानकर्ताओं द्वारा व्यक्त किए गए विचार आवश्यक रूप से संपादकीय टीम के विचारों को नहीं दर्शाते।

○ पाठकों को तथ्यों, विशेष रूप से चिकित्सा/चिकित्सीय सलाह के लिए स्वतंत्र रूप से सत्यापन करना चाहिए।

चिकित्सा/चिकित्सीय सामग्री

4. स्वास्थ्य, मनोविज्ञान या चिकित्सा से संबंधित लेख केवल सूचनात्मक उद्देश्यों के लिए हैं और कभी भी पेशेवर निदान या उपचार का विकल्प नहीं हैं। हमेशा एक योग्य स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से परामर्श लें।

कॉपीराइट और श्रेय

5. तृतीय-पक्ष सामग्री को जहां लागू हो वहां श्रेय दिया जाता है और गैर-वाणिज्यिक उद्देश्यों के लिए सद्भावना में उपयोग किया जाता है। मूल लेखक कॉपीराइट बनाए रखते हैं।

6. इस पत्रिका के किसी भी हिस्से का पुनरुत्पादन/वितरण "फेयर यूज" (कॉपीराइट एक्ट) के अलावा पूर्व लिखित अनुमति के बिना निषिद्ध है।

तृतीय-पक्ष लिंक और दायित्व

7. यहां जुड़े बाहरी वेबसाइट/संसाधन हमारे नियंत्रण से परे हैं। हम उनकी सामग्री या प्रथाओं का समर्थन नहीं करते।

8. न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स, इसकी टीम और योगदानकर्ता किसी भी तरह से जिम्मेदार नहीं होंगे:

○ प्रकाशित सामग्री के आधार पर की गई कार्रवाई के लिए।

○ कार्यान्वयन की त्रुटियों, चूक या परिणामों के लिए।

○ सामग्री पर निर्भरता से उत्पन्न होने वाले प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष नुकसान के लिए।

समावेशिता और सुधार

9. हम विविध आवाजों का प्रतिनिधित्व करने का प्रयास करते हैं लेकिन अनजाने में हुई चूक को स्वीकार करते हैं। रचनात्मक प्रतिक्रिया का स्वागत है।

10. सुधार/स्पष्टीकरण के लिए संपर्क करें: goswamineha9348@gmail.com।

© न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स, 2025। सर्वाधिकार सुरक्षित।



न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स

विषयसूची

06

संपादकीय :

द न्यूरोडायवर्जेंट टाइम्स – प्रथम अंक

07

न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों के जीवन में माता-पिता की शक्तिशाली भूमिका :

डॉ. साध्या सहि, पीडियाट्रिक रैहबिलिटेशन थेरेपिस्ट

10

सेसरी इंटिग्रेशन थेरेपी में जमि बॉल की भूमिका: तकनीकें और लाभ :

डॉ. अनीता गणेश कोन्नार, पीडियाट्रिक रैहबिलिटेशन थेरेपिस्ट

12

लक्विडि मोशन बबलर्स: ऑटजिम् से गूरस्त बच्चों को शांत करने का एक सरल साधन

डॉ. सुदेशना गोस्वामी, स्पीच लैंग्वेज पैथोलॉजिस्ट एवं ऑडियोलॉजिस्ट

13

न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों में मौखिक स्वच्छता :

डॉ. उदेश्मान गोस्वामी, बीडीएस, एमएससी डेंटल पब्लिक हेल्थ (यूके)

14

वाइली जॉनसन:

रंगो, दृढ़ता और कलात्मक अभिव्यक्ति की एक यात्रा देवाशीष बोरपुजारी



संपादकीय

द न्यूरोडाइवर्जेंट टाइम्स — प्रथम अंक

न्यूरोडायवर्सिटी को अपनाना: आवाज़ें, साधन और समर्थन की शक्ति जैसे

ही हम द न्यूरोडाइवर्जेंट टाइम्स का तीसरा अंक प्रकाशित कर रहे हैं, हम एक बार फिर यह याद दिलाना चाहते हैं कि न्यूरोडाइवर्जेंस कोई कमी नहीं है — यह अस्तित्व का एक अलग, विशिष्ट तरीका है। यह पत्रिका एक ऐसा मंच है जहाँ हम इस भिन्नता का सम्मान करते हैं, उन आवाज़ों को बुलंद करते हैं, और उन माता-पिता, शिक्षकों, चिकित्सकों व साथियों को संसाधन और समर्थन प्रदान करते हैं जो इस यात्रा में सहभागी हैं।

न्यूरोडाइवर्जेंट अधिकारों की मूल भावना में माता-पिता की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। केवल देखभाल करने वाले ही नहीं, वे बिना शर्त समर्थन देने वाले, साहसी पैरोकार और रोज़मर्रा के चिकित्सक भी होते हैं। इस अंक में हम यह दर्शाते हैं कि कैसे एक सहानुभूतिपूर्ण माता-पिता अपने बच्चे के भावनात्मक, मानसिक और विकासत्मक जीवन पर गहरा प्रभाव डाल सकते हैं। न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चे की परवरिश में परिपूर्णता नहीं, बल्कि उपस्थिति, समझ और बच्चे की क्षमता में अटूट विश्वास ज़रूरी है।

हम उन संवेदी उपकरणों और दिनचर्या की दुनिया में भी झाँकते हैं, जिन्हें अक्सर नज़रअंदाज़ किया जाता है। एक साधारण जिम बॉल से लेकर शांत करने वाले लिट्टिड मोशन बबलर तक, ये उपकरण केवल सहायक वस्तुएं नहीं हैं — ये ध्यान, सहभागिता और शांति की ओर पुल हैं। इसी तरह, मौखिक स्वच्छता — जो कई बार एक संवेदी संघर्ष का क्षेत्र बन जाती है — सही दिनचर्या, उपकरण और सहानुभूति के साथ एक सफलता की कहानी में बदली जा सकती है।

और फिर हैं वे कहानियाँ जो प्रेरणा और उम्मीद से भर देती हैं। वायली जॉनसन की यात्रा — जो ऑटिज़्म स्पेक्ट्रम पर एक स्व-सिखाए गए अमूर्त कलाकार हैं — यह दर्शाती है कि न्यूरोडाइवर्जेंट जीवन में केवल चुनौतियाँ ही नहीं, बल्कि अपार रचनात्मकता, दृढ़ता और गहराई भी होती है। वायली की कला केवल उनकी व्यक्तिगत अभिव्यक्ति नहीं है — यह इस बात का प्रमाण है कि समर्थन और विश्वास से प्रतिभा किस तरह खिलती है।

इस पत्रिका में आपको शोध-आधारित रणनीतियाँ, मानवीय कहानियाँ और थेरेपी से जुड़ी अंतर्दृष्टियाँ मिलेंगी — लेकिन सबसे बढ़कर, आपको उम्मीद मिलेगी। हमारा उद्देश्य हर उस कदम का जश्न मनाना है जो आगे बढ़ता है — चाहे वह पहला बोला गया शब्द हो, एक टला हुआ मेल्टडाउन, या एक पूरी हुई पेंटिंग। क्योंकि न्यूरोडाइवर्जेंट दुनिया में हर उपलब्धि एक पर्वत को पार करने जैसा है।

हर उस माता-पिता को जो थक चुके हैं पर अब भी डटे हैं। हर उस बच्चे को जो बार-बार गलत समझे गए हैं लेकिन फिर भी प्रयास कर रहे हैं। हर उस पेशेवर चिकित्सक, शिक्षक और पैरोकार को जो लगातार सीख रहे हैं — यह पत्रिका आप सभी के लिए है।

आइए हम आगे बढ़ें, “सुधारने” की भावना से नहीं, बल्कि अपनाने और सम्मान देने की भावना से — एक ऐसी दुनिया की ओर जहाँ हर दिमाग की अपनी आवाज़ हो और हर आवाज़ को सुना जाए।

— संपादकीय टीम
द न्यूरोडाइवर्जेंट टाइम्स

न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चों के जीवन में माता-पिता की शक्तिशाली भूमिका

डॉ. साध्या सिंह, पीडियाट्रिक रिहैबिलिटेशन थेरेपिस्ट



न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चों के माता-पिता की भूमिका पारंपरिक पालन-पोषण की अपेक्षाओं से कहीं अधिक विस्तृत होती है। उन्हें अपने बच्चे की विशिष्ट आवश्यकताओं के लिए शिक्षा और स्वास्थ्य देखभाल व्यवस्था में निरंतर पैरवी करनी होती है, ताकि उन्हें IEPs (इंडिविजुअलाइज्ड एजुकेशन प्लान) या 504 योजनाओं जैसे उचित समर्थन मिल सकें।

हर बच्चा अद्वितीय होता है, और न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चों के लिए — माता-पिता का समर्थन एक विशेष और अत्यंत शक्तिशाली भूमिका निभाता है।

माता-पिता केवल देखभाल करने वाले नहीं होते; वे मार्गदर्शक, संरक्षक और सुरक्षित स्थान होते हैं। यहां बताया गया है कि कैसे माता-पिता अपने न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चे के जीवन में बदलाव लाने वाले होते हैं:

माता-पिता की सकारात्मक भूमिका

1. बिना शर्त प्रेम और स्वीकृति

सबसे मूल में होता है प्रेम। न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चे अक्सर महसूस करते हैं कि दुनिया उन्हें समझ नहीं रही है। ऐसे में माता-पिता उन्हें वह अपनापन और स्वीकृति देते हैं जिसकी उन्हें सबसे ज़्यादा ज़रूरत होती है — जैसे वे हैं, वैसे ही स्वीकार करना।

2. एक सुरक्षित और सहायक वातावरण बनाना

न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चे शांत, स्थिर और समझदारी भरे माहौल में बेहतर फलते-फूलते हैं। माता-पिता दिनचर्या बना सकते हैं, तनाव को कम कर सकते हैं और ऐसा वातावरण तैयार कर सकते हैं जहाँ बच्चा सुरक्षित और समर्थित महसूस करे।

यह सुरक्षा कवच बच्चे को अपनी गति से दुनिया को जानने और समझने की स्वतंत्रता देता है।

3. कौशल और आत्मविश्वास का विकास

धैर्य और प्रोत्साहन के साथ, माता-पिता अपने बच्चे को जीवन कौशल सीखने, चुनौतियों से निपटने और अपनी ताकतों को पहचानने में मदद करते हैं। छोटी-छोटी सफलताओं का उत्सव मनाना आत्मविश्वास और आत्मसम्मान को बढ़ाता है।

चाहे वह खुद से कपड़े पहनना हो, भावनाओं को संभालना हो या अपनी ज़रूरतें व्यक्त करना—हर उपलब्धि सराहना की हकदार होती है।

4. साथ मिलकर सीखना और बढ़ना

न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चे की परवरिश करना एक सतत सीखने की प्रक्रिया है — न्यूरोडायवर्सिटी, संप्रेषण शैली और सोच के अनोखे तरीकों को समझना।

जैसे-जैसे माता-पिता की समझ बढ़ती है, वे अपने बच्चे के और बेहतर सहयोगी बनते हैं।

सीखने के लिए खुले रहने से “बच्चे को ठीक करने” के बजाय उसे समझने और सशक्त बनाने की दिशा में दृष्टिकोण बदलता है।

5. आत्म-जागरूकता और समझ विकसित करना

माता-पिता अपने बच्चे को यह समझने में मदद करते हैं कि उनकी न्यूरोडाइवर्जेंस क्या है, इसकी ताकतें और चुनौतियाँ क्या हैं, और वे अपनी ज़रूरतों को कैसे प्रबंधित कर सकते हैं।

इससे बचपन से ही आत्म-पहचान और आत्म-अधिकार की भावना विकसित होती है।

6. एकांत में समय बिताना (वन-ऑन-वन टाइम)

बिना किसी बाधा के बच्चे के साथ गुणवत्तापूर्ण समय बिताना माता-पिता और बच्चे के संबंध को गहरा बनाता है।

यह भावनात्मक जुड़ाव के लिए एक सुरक्षित स्थान प्रदान करता है।

यह निरंतर उपस्थिति बच्चे को यह आश्वासन देती है कि वह बिना शर्त प्रेम और सम्मान के योग्य है।



माता-पिता को किन बातों से बचना चाहिए (डोंट्स)

1. तुलना या लेबलिंग से बचें

“देखो वो बच्चा कितना अच्छा व्यवहार करता है” जैसी बातें बच्चे का आत्मविश्वास तोड़ सकती हैं।

2. डाँटना या शर्मिंदा करना नहीं

शर्म आधारित भाषा या कठोर आलोचना बच्चे को लंबे समय तक मानसिक रूप से प्रभावित कर सकती है।

3. बिना समझे दंड न दें

व्यवहार अक्सर संप्रेषण का एक तरीका होता है। सज़ा देने से पहले उसके पीछे के कारण को समझना ज़रूरी है।

4. संकेतों को नज़रअंदाज़ न करें

"वक्त के साथ सब ठीक हो जाएगा" कहने से ज़रूरी सहायता मिलने में देरी हो सकती है।

5. पैरवी करना न छोड़ें

बच्चे की आवाज़ और समर्थन प्रणाली बनें — खासकर स्कूल और सामाजिक माहौल में।

शिक्षकों, चिकित्सकों और स्वास्थ्य विशेषज्ञों से नियमित संवाद बेहद ज़रूरी है।

6. खुद को दोष न दें

न्यूरोडाइवर्जेंस किसी की गलती नहीं होती। माता-पिता को भी करुणा और समझ की ज़रूरत होती है क्योंकि वे इस यात्रा से गुजरते हैं।

कठोर प्रतिक्रिया के भावनात्मक

दुष्परिणाम

कई बार माता-पिता गुस्से में धैर्य खो बैठते हैं और बच्चे पर चिल्ला देते हैं या मार देते हैं।

इसके दुष्परिणाम इस प्रकार हो सकते हैं:

- बच्चा भावनात्मक रूप से अंदर ही अंदर सिमट जाता है
- चिंता, अवसाद या भरोसे की कमी जैसे मानसिक मुद्दे उभर सकते हैं

मृदु पालन शैली (जेंटल पैरेंटिंग), आत्म-नियंत्रण और माता-पिता की स्वयं की देखभाल ऐसे परिणामों को रोकने की कुंजी है।

इनकार और सामाजिक तुलना का जाल

कुछ माता-पिता यह मान तो लेते हैं कि उनके बच्चे को कुछ चुनौतियाँ हैं, लेकिन वे यह भी सोचते हैं कि उनका बच्चा "दूसरे बच्चों से ज़्यादा सक्षम" है।

इस सोच के चलते वे समूह सत्रों या थेरेपी सेंटिंग्स से परहेज़ कर सकते हैं जहाँ उनके बच्चे को अन्य न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चों के साथ रहना पड़े।

उन्हें लगता है कि बच्चा "अजीब व्यवहार" दूसरों से सीख सकता है — यह एक आम लेकिन ग़लत धारणा है।

इस सोच का परिणाम यह हो सकता है कि बच्चा अलग-थलग महसूस करने लगे, समय पर सहायता न मिल पाए और वह भावनात्मक रूप से भ्रमित हो जाए।

स्वीकृति आसान नहीं होती — इसमें समय लगता है — लेकिन यह यात्रा का एक बेहद महत्वपूर्ण हिस्सा है।

न्यूरोडाइवर्जेंट बच्चे की परवरिश करुणा, सहनशीलता और निरंतर विकास की यात्रा है।

माता-पिता से परिपूर्णता की अपेक्षा नहीं की जाती — लेकिन उनका प्रेम, धैर्य और प्रतिबद्धता ऐसा भविष्य गढ़ सकते हैं जहाँ बच्चा केवल जीवन न जीए, बल्कि आगे बढ़े और निखरे।

अपने बच्चे की अनोखी बनावट को अपनाकर और उसके सबसे बड़े पैरोकार बनकर, माता-पिता स्वीकृति, सुरक्षा और शक्ति की नींव रखते हैं।



सेंसरी इंटीग्रेशन थेरेपी में जिम बॉल की भूमिका: तकनीकें और लाभ

डॉ. अनीता गणेश कोन्नार, पीडियाट्रिक रिहैबिलिटेशन थेरेपिस्ट

जिम बॉल सेंसरी इंटीग्रेशन थेरेपी में एक महत्वपूर्ण उपकरण है, जो विभिन्न सेंसरी अनुभव प्रदान कर nervous system को regulate करने और मोटर स्किल्स को सुधारने में सहायता करता है। ये बॉल वेस्टीब्युलर इनपुट (संतुलन से संबंधित) बाउंसिंग और रोलिंग के माध्यम से और प्रोप्रीयोसेप्टिव इनपुट (शरीर की स्थिति की समझ) बैठने या पकड़ने से उत्पन्न दबाव के माध्यम से प्रदान करते हैं।



सेंसरी इंटीग्रेशन में जिम बॉल का उपयोग कैसे किया जाता है:

1. वेस्टीब्युलर इनपुट (संतुलन और गति से संबंधित उत्तेजना):

- जिम बॉल पर उछाल (बाउंसिंग) रैखिक (linear) गति प्रदान करता है, जो कुछ लोगों के लिए शांतिदायक और कुछ के लिए उत्तेजक होता है।
- धीमी और लयबद्ध बाउंसिंग उत्तेजना के स्तर को नियंत्रित करने और शरीर की समझ को बेहतर करने में मदद करती है।
- बॉल को आगे-पीछे झुलाने (रॉकिंग) से संतुलन और मुद्रा नियंत्रण में सुधार होता है, साथ ही वेस्टीब्युलर सिस्टम उत्तेजित होता है।

2. प्रोप्रीयोसेप्टिव इनपुट (गहराई से आने वाली संवेदना):

- जिम बॉल पर बैठना मुख्य मांसपेशियों को सक्रिय करता है और गहरे दबाव का अनुभव कराता है, जो शांतिदायक और व्यवस्थित करने वाला होता है।
- बॉल पर रोलिंग या बाउंसिंग करने से भी प्रोप्रीयोसेप्टिव फीडबैक मिलता है, जिससे व्यक्ति को अपने शरीर की स्थिति के बारे में बेहतर समझ बनती है।

3. अन्य सेंसरी इनपुट:

- स्पर्श (Tactile): बॉल की सतह की बनावट से स्पर्श संवेदना मिलती है।
- श्रवण (Auditory): बॉल के उछलने की आवाजें भी सेंसरी अनुभव को समृद्ध करती हैं।
- दृश्य (Visual): बॉल की गति और रंग उत्तेजना प्रदान करते हैं।

जिम बॉल के उपयोग के लाभ:

- सेंसरी रेगुलेशन में सुधार:

जिम बॉल का उपयोग उन बच्चों की मदद करता है जो सेंसरी इनपुट के प्रति अत्यधिक संवेदनशील या कम संवेदनशील होते हैं।

- मोटर स्किल्स में वृद्धि:

बॉल की गतिविधियों में गति और संतुलन आवश्यक होता है, जो समन्वय और मोटर योजना को बेहतर बनाता है।

- बॉडी अवेयरनेस में सुधार:

प्रोप्रीयोसेप्टिव और वेस्टीब्युलर इनपुट शरीर की स्थिति को समझने में मदद करते हैं।

- भावनात्मक कल्याण को बढ़ावा:

शारीरिक गतिविधि और सेंसरी इनपुट nervous system को शांत करने और उत्तेजित करने का कार्य कर सकते हैं।

- फोकस और ध्यान में सुधार:

जिम बॉल पर बैठने की सूक्ष्म गति अतिरिक्त ऊर्जा को नियंत्रित तरीके से बाहर निकालने में मदद करती है, जिससे ध्यान केंद्रित करने में मदद मिलती है।

सेंसरी इंटीग्रेशन में जिम बॉल का उपयोग कैसे करें:

- बाउंसिंग (उछालना):

बच्चे को धीरे-धीरे बॉल पर उछालें ताकि वेस्टीब्युलर इनपुट और उत्तेजना प्राप्त हो।

- रोलिंग:

बॉल को बच्चे की पीठ पर रोल करें — यह एक शांतिदायक मालिश और टैक्टाइल इनपुट देता है।

- रॉकिंग (झुलाना):

बॉल को आगे-पीछे झुलाने से संतुलन और वेस्टीब्युलर इनपुट में सुधार होता है।

- हाथों से चलना (Walking on hands with ball):

बच्चे को बॉल के साथ हाथों से चलने के लिए प्रोत्साहित करें — यह वेस्टीब्युलर और प्रोप्रीयोसेप्टिव इनपुट दोनों देता है।

- बाईलैटरल सीक्वेंसिंग (Bilateral Sequencing):

शरीर के दोनों हिस्सों को एकसाथ उपयोग करने वाली गतिविधियाँ जैसे बैलेंसिंग, समन्वय और मोटर स्किल्स को बेहतर बनाती हैं।

Sucker Pull

1. Child lies on peanut ball in a prone position.
2. Lie forwards into the ball, and encourage the child to walk out using their hands, pull a sucker off the ground and place it into a target box.

- Benefits:
- Vestibular input
 - Core strength
 - Balance
 - Motor coordination
 - Body strength



Steamroller

1. Encourage the child to lie on their stomach.
2. Roll the peanut ball from their ankles to their shoulders with pressure.

- Benefits:
- Proprioceptive input
 - Deep pressure
 - Regulation
 - Calms the nervous system



Bounce

1. Child sits on peanut ball while maintaining balance.
2. Encourage the child to bounce up and down.

- Benefits:
- Vestibular input
 - Core strength
 - Balance
 - Motor coordination
 - Body strength



Prone Rock

1. Encourage the child to lie on their stomach on the peanut ball.
2. Lie forwards into the ball, and rock gently forwards and backwards.

- Benefits:
- Vestibular input
 - Core strength
 - Balance
 - Motor coordination
 - Body strength



Supine Roll

1. Encourage the child to lie on their back across the peanut ball.
2. Rolling backwards, walk legs slowly forward while reaching hands backwards.

- Benefits:
- Vestibular input
 - Core strength
 - Balance
 - Motor coordination
 - Body strength



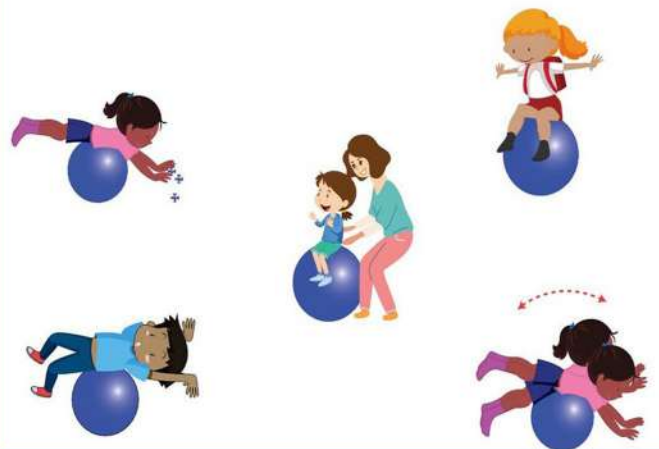
Balance & Sit

1. Child sits on peanut ball, if they cannot maintain balance independently, then support them at the hips.
2. Encourage the child to maintain balance in an upright position.

- Benefits:
- Vestibular input
 - Core strength
 - Balance
 - Motor coordination
 - Body strength



Therapy ball activities



लिक्विड मोशन बबलर्स:

ऑटिज़्म से ग्रस्त बच्चों को शांत करने का एक सरल साधन

डॉ. सुदेशना गोस्वामी, स्पीच लैंग्वेज पैथोलॉजिस्ट एवं ऑडियोलॉजिस्ट



तरल गति बबलर्स (Liquid Motion Bubbblers) दृश्य रूप से आकर्षक संवेदी उपकरण हैं, जो रंगीन तरल को चैंबरों के माध्यम से धीरे-धीरे टपकाते हैं और एक शांत, लयबद्ध गति बनाते हैं। ये देखने में खिलौनों जैसे लग सकते हैं, लेकिन इन उपकरणों ने ऑटिज़्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर (ASD) वाले बच्चों के लिए चिकित्सकीय और शैक्षणिक परिवेश में अपने शांत प्रभावों के कारण मान्यता प्राप्त की है।

ASD से ग्रस्त बच्चों को अक्सर संवेदी प्रसंस्करण (sensory processing) में कठिनाइयाँ होती हैं। वे कुछ उत्तेजनाओं के प्रति अत्यधिक संवेदनशील हो सकते हैं या स्वयं को नियंत्रित महसूस करने के लिए संवेदी इनपुट की खोज कर सकते हैं। DSM-5 के अनुसार, संवेदी इनपुट के प्रति असामान्य प्रतिक्रियाएँ ऑटिज़्म की एक मुख्य विशेषता हैं, जो उपयुक्त संवेदी समर्थन उपकरणों की आवश्यकता को दर्शाती हैं।

तरल गति बबलर्स एक ऐसा दृश्य इनपुट प्रदान करते हैं जो पूर्वानुमान योग्य, धीमी गति से चलने वाला और गैर-धमकीपूर्ण होता है। बूंदों की गति को देखना एक

बच्चे का ध्यान आकर्षित करता है और यह एक शांत, ध्यानपूर्ण अनुभव प्रदान करता है। इससे चिंता कम हो सकती है, भावनात्मक नियंत्रण में मदद मिल सकती है और विशेष रूप से बदलावों या अत्यधिक उत्तेजक परिस्थितियों के दौरान एकाग्रता में सुधार हो सकता है।

अनुसंधान भी ऐसे संवेदी उपकरणों के उपयोग का समर्थन करता है। Schaaf et al. (2014) द्वारा अमेरिकन जर्नल ऑफ ऑक्युपेशनल थेरेपी में प्रकाशित एक अध्ययन में पाया गया कि संवेदी आधारित हस्तक्षेपों ने ऑटिज़्म से पीड़ित बच्चों में आत्म-नियमन (self-regulation) में महत्वपूर्ण सुधार किया। विशेष रूप से दृश्य संवेदी इनपुट को शांत प्रभाव के लिए जाना गया। इसी तरह, Tomchek और Dunn (2007) ने यह बताया कि संवेदी पैटर्न बच्चों की दैनिक गतिविधियों में भागीदारी को प्रभावित करते हैं, जिससे यह संकेत मिलता है कि दृश्य उपकरण व्यस्तता और व्यवहार में सुधार ला सकते हैं।

पोर्टेबल, शांत और उपयोग में आसान होने के कारण तरल गति बबलर्स कक्षाओं, थेरेपी सत्रों और घरों के लिए उपयुक्त हैं। ये एक स्क्रीन-फ्री, कम लागत वाला समाधान प्रदान करते हैं जो स्पेक्ट्रम पर मौजूद बच्चों को तनाव प्रबंधन और व्यस्त रहने में मदद करता है। यद्यपि ये थेरेपी का स्थान नहीं ले सकते, लेकिन ये किसी भी संवेदी टूलकिट में एक मूल्यवान पूरक हो सकते हैं।

संदर्भ:

- Schaaf, R. C. et al. (2014). *American Journal of Occupational Therapy*, 68(5), 564–573.
- Tomchek, S. D., & Dunn, W. (2007). *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 37(5), 865–

न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों में मौखिक स्वच्छता

डॉ. उदेशमान गोस्वामी, बीडीएस, एमएससी डेंटल पब्लिक हेल्थ (यूके)

Oral Hygiene in Neurodivergent Children

Sensory Sensitivities
Heightened sensitivity to taste, texture, smell, or sound



Fine Motor Difficulties
Trouble with manual dexterity and grip



Comprehension and Communication Issues
Difficulty understanding instructions or expressing discomfort



Routine Adherence and Focus Problems
Challenges with maintaining consistent brushing habits



न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों को ब्रशिंग करते समय स्वाद, बनावट, गंध या ध्वनि के प्रति अत्यधिक संवेदनशीलता के कारण असुविधा महसूस हो सकती है। टूथब्रश के ब्रिसल्स की बनावट — चाहे वे नरम हों या कड़े — भी असहजता या नापसंदगी पैदा कर सकते हैं, जिससे उन्हें नियमित ब्रशिंग की आदत विकसित करने में कठिनाई होती है।

कुछ बच्चों को फाइन मोटर स्किल्स (सूक्ष्म गतियों) में कठिनाई होती है, जो प्रभावी ब्रशिंग और फ्लॉसिंग के लिए आवश्यक होती हैं। इससे टूथब्रश को सही ढंग से पकड़ने या उसका प्रभावी उपयोग करने में परेशानी हो सकती है। ऐसे मामलों में, विशेष रूप से डिज़ाइन किए गए उपकरणों जैसे बड़े हैंडल या एर्गोनॉमिक ग्रिप वाले ब्रश का उपयोग मददगार हो सकता है।

कई न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों को मौखिक निर्देशों को समझने या असुविधा और दर्द को व्यक्त करने में कठिनाई होती है, जिससे देखभालकर्ताओं के लिए मौखिक स्वच्छता के दृष्टिकोण को समायोजित करना कठिन हो जाता है। ऐसी स्थिति में चित्रों वाली समय-सारणी (visual schedule) या "सोशल स्टोरीज़" जैसे दृश्य साधनों का उपयोग, जो ब्रशिंग की हर प्रक्रिया को स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं, बच्चों की समझ और भागीदारी को काफी बेहतर बना सकता है।

न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों को अपने दैनिक रूटीन में बदलाव से बहुत अधिक चिंता हो सकती है। नए मौखिक स्वच्छता अभ्यासों को अपनाना उनके लिए एक बड़ी बाधा की तरह लग सकता है। इसलिए, एक स्पष्ट और नियमित रूटीन बनाना, जिसमें रंग-बिरंगे चित्रों या चार्ट्स जैसे दृश्य संकेतों का उपयोग हो, उन्हें अधिक सुरक्षित और सहज अनुभव देता है। इससे वे इन जरूरी आदतों को कम प्रतिरोध और अधिक आत्मविश्वास के साथ अपना सकते हैं।

ADHD और इसी तरह की स्थितियों वाले बच्चों को मौखिक देखभाल के दौरान ध्यान केंद्रित रखने और नियमितता बनाए रखने में कठिनाई हो सकती है। इसका परिणाम यह हो सकता है कि ब्रशिंग जल्दबाज़ी में हो या फ्लॉसिंग जैसे जरूरी चरण छूट जाएं। ऐसी स्थितियों में सहभागिता बढ़ाने और सीमित समय में पूरा ध्यान देने के लिए संरचित रणनीतियाँ (जैसे टाइमर का उपयोग या गाइडेड रूटीन) काफी प्रभावशाली हो सकती हैं। इससे बच्चे पूरे मौखिक स्वच्छता क्रम को ध्यानपूर्वक और पूर्ण रूप से कर पाते हैं।

न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों द्वारा सामना की जाने वाली इन विशेष चुनौतियों को स्वीकार कर और प्रभावी रूप से संबोधित कर, देखभालकर्ता उनके स्वस्थ आदतों के विकास में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। ये आदतें न केवल उनके दांतों की सेहत को बेहतर बनाती हैं, बल्कि उनकी भावनात्मक भलाई को भी बढ़ावा देती हैं — जिससे उनके समग्र विकास और सुखद जीवन की दिशा में एक समग्र दृष्टिकोण बनता है।



न्यूरोडायवर्जेंट बच्चों में मौखिक स्वच्छता मौखिक स्वच्छता (oral hygiene) सम्पूर्ण स्वास्थ्य में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यह न केवल शारीरिक सेहत को प्रभावित करती है, बल्कि सामाजिक और भावनात्मक विकास पर भी असर डालती है। न्यूरोडायवर्स बच्चों — जैसे कि ऑटिज़्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर (ASD), अटेंशन-डेफिसिट/हाइपरएक्टिविटी डिसऑर्डर (ADHD), सेंसरी प्रोसेसिंग डिसऑर्डर, डाउन सिंड्रोम, और अन्य तंत्रिका संबंधी अंतर — के लिए मौखिक स्वच्छता बनाए रखना एक विशेष चुनौती हो सकता है। इन विशिष्ट आवश्यकताओं को समझना, ऐसे मौखिक देखभाल रूटीन विकसित करने के लिए अत्यंत आवश्यक है जो उनके दंत स्वास्थ्य और भावनात्मक भलाई दोनों का समर्थन करें।



वाइली जॉनसन:

रंगों, दृढ़ता और कलात्मक अभिव्यक्ति की एक यात्रा

देवाशीष बोरपुजारी

वाइली जॉनसन, जो उत्तरी कैरोलिना के रैले में रहने वाले एक स्व-शिक्षित अमूर्त कलाकार हैं, यह एक प्रभावशाली उदाहरण है कि रचनात्मकता ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर (एएसडी) से ग्रस्त व्यक्तियों के लिए एक जीवन रेखा और पेशेवर मार्ग कैसे बन सकती है। 1984 में जन्मे वाइली 2025 तक 41 वर्ष के हैं। कम उम्र में ही उन्हें एएसडी का निदान हुआ था, और उन्होंने स्वतंत्र जीवन, सामाजिक मेलजोल और पारंपरिक रोजगार के क्षेत्र में जीवन भर की चुनौतियों का सामना किया है। फिर भी, अपनी जीवंत ऐक्रेलिक पेंटिंग्स के माध्यम से, वाइली ने एक शक्तिशाली आवाज बनाई है—जो भावनाओं, लचीलापन और न्यूरोडायवर्सिटी की सुंदरता से गूंजती है।

वाइली का कला की ओर रुख 2009 में शुरू हुआ, जब वह 25 वर्ष के थे। शुरू में उन्हें अवसाद और कई बार अस्पताल में भर्ती होने की कठिन अवधि के दौरान चिकित्सा के रूप में पेंटिंग से परिचित कराया गया था, लेकिन यह जल्द ही उनकी शरणस्थली बन गया। उन्होंने न केवल एक शौक खोजा, बल्कि स्वयं को व्यक्त करने और ऑटिज्म की जटिलताओं से निपटने का एक गहरा तरीका भी पाया। जैसा कि वाइली ने कहा है, पेंटिंग “मुझे खुश करती है और मुझे अकेले समय में कुछ करने को देती है।” जो शुरू में एक चिकित्सीय माध्यम था, वह जल्द ही एक पेशेवर प्रयास में बदल गया, और इस तरह एक परिवर्तनकारी कलात्मक करियर की शुरुआत हुई।

बिना किसी औपचारिक प्रशिक्षण के, वाइली ने एक विशिष्ट अमूर्त शैली विकसित की, जो अंतर्जनन और भावनाओं से निर्देशित थी। उनकी कला—जो अपनी जीवंत रंग योजना और ऊर्जावान ब्रशस्ट्रोक के लिए प्रसिद्ध है—रंग सिद्धांत और लय की गहरी, सहज समझ को दर्शाती है। जैज़ संगीत से बहुत अधिक प्रभावित, उनकी पेंटिंग्स अक्सर जैज़ की स्वतःस्फूर्त और प्रवाहमयी प्रकृति को प्रतिबिंबित करती हैं, जो सहजता और भावनात्मक गति को साकार करती हैं। वाइली शायद ही कभी अपनी कला की पहले से योजना बनाते हैं, बल्कि अपनी मनोदशा और संवेदी अनुभवों को प्रत्येक स्ट्रोक का मार्गदर्शन करने देते हैं, जिससे ऐसी रचनाएँ बनती हैं जो एक साथ अराजक और सामंजस्यपूर्ण लगती हैं।



वाइली की

कलात्मक यात्रा को काफी हद तक उनकी माँ, डॉ. जॉय जॉनसन, जो एक पूर्व चिकित्सक थीं और वाइली की प्रमुख समर्थक बनीं, ने समर्थन दिया। उन्होंने न केवल भावनात्मक प्रोत्साहन दिया, बल्कि व्यावहारिक सहायता भी प्रदान की—उन्होंने वाइली के लिए अपने घर के पास एक टाउनहाउस खरीदा, ताकि उन्हें स्वतंत्रता के साथ-साथ एक सुरक्षा जाल भी मिल सके। उनकी अटूट विश्वास ने वाइली की अपनी कला पर ध्यान केंद्रित करने की क्षमता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।



वाइली का जीवन 2011 में उनके छोटे भाई जैक की एक मोटरसाइकिल दुर्घटना में दुखद मृत्यु से गहराई से प्रभावित हुआ। यह हानि विनाशकारी थी, लेकिन पेंटिंग एक बार फिर उनकी भावनात्मक सहारा बन गई। डॉ. जॉनसन अक्सर कहती हैं कि कला ने न केवल उनके बेटे को इससे उबरने में मदद की—बल्कि इसने कई बार उनकी जान बचाई, उन्हें उद्देश्य और दुख, खुशी, और बीच की हर भावना को व्यक्त करने का एक साधन दिया।

वाइली के काम को स्थानीय प्रदर्शनियों के माध्यम से व्यापक पहचान मिली, जिसमें रैले में आर्ट स्पेस और “केलिडोस्कोप: ऑटिस्टिक कलाकारों के बहुआयामी दृष्टिकोण” प्रदर्शनी शामिल हैं। एक बड़ा ब्रेकथ्रू तब आया जब वाइली उत्तरी कैरोलिना के पहले कलाकार बने जिन्हें आर्ट लिफ्टिंग में स्वीकार किया गया, यह एक राष्ट्रीय मंच है जो विकलांगता या आवास असुरक्षा का सामना कर रहे कलाकारों का प्रतिनिधित्व करता है। आर्ट लिफ्टिंग के माध्यम से, वाइली की पेंटिंग्स देश भर के अस्पतालों, सार्वजनिक भवनों और कॉर्पोरेट स्थानों में प्रदर्शित की गई हैं। उन्हें 2023 के यूथ आर्ट कॉन्टेस्ट में उनकी कला की जीवंतता और मौलिकता के लिए भी सम्मानित किया गया।

कैनवास के अलावा, वाइली लकड़ी के शिल्प और पुनर्चक्रित सामग्रियों पर भी पेंटिंग करते हैं, जिससे उनकी प्रयोगशीलता और टिकाऊ रचनात्मकता के प्रति खुलेपन का प्रदर्शन होता है। उनकी प्रक्रिया तरल, स्वतःस्फूर्त और भावनात्मक रूप से समृद्ध है—प्रत्येक रचना उनके आंतरिक संसार की एक झलक की तरह है। इस अनूठी शैली ने उन्हें आलोचनात्मक प्रशंसा और बढ़ते हुए संग्रहकर्ताओं और प्रशंसकों का आधार दिलाया है।

वाइली की डिजिटल उपस्थिति, विशेष रूप से इंस्टाग्राम (@wileysabstractart) पर, उनके जीवन और रचनात्मक यात्रा की एक पट्टी के पीछे की झलक प्रदान करती है। “2009 से रंगों को जीवंत बनाते हुए!” के टैगलाइन के साथ, उनका पेज नई रचनाओं, आगामी प्रदर्शनियों और उनकी प्रक्रिया की झलकियाँ दिखाता है। उनका व्यवसाय, वाइलीज आर्ट, एलएलसी, और आर्ट लिफ्टिंग जैसे मंचों ने उनकी रुचि को एक टिकाऊ करियर में बदलने में मदद की है।

वाइली की कहानी को आर्टसी शार्क और अम्ब्रेला लोकल हीरोज द्वारा प्रदर्शित किया गया है, न केवल उनकी प्रतिभा के लिए बल्कि ऑटिज्म के बारे में रुढ़ियों को चुनौती देने की उनकी क्षमता के लिए भी। उनका जीवन पारंपरिक अपेक्षाओं को तोड़ता है कि एएसडी वाले व्यक्ति क्या हासिल कर सकते हैं, यह साबित करते हुए कि सही समर्थन और अभिव्यक्ति के लिए जगह के साथ, न्यूरोडायवर्जेंट व्यक्ति रचनात्मक और पेशेवर रूप से फल-फूल सकते हैं।

41 वर्ष की आयु में, वाइली रोजाना पेंटिंग करते हैं, एक जुनून से प्रेरित जो उन्हें जीवन के उतार-चढ़ाव के माध्यम से ले गया है। हो सकता है कि वह पूरी तरह से स्वतंत्र रूप से न रहते हों या पारंपरिक नौकरी न करते हों, लेकिन उनकी कलात्मक स्वतंत्रता बहुत कुछ कहती है। उनकी यात्रा कला की परिवर्तनकारी शक्ति और समर्थन, समावेश, और किसी की क्षमता में विश्वास करने के महत्व का प्रमाण है—चाहे कितनी भी बाधाएँ क्यों न हों।



www.theholdinghope.com

OAE

Newborn Hearing Screening



+91 9085424535

We understand the emotional journey of new parents and are here to support you every step of the way.