



# ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ အကြောင်း အားလုံး

ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ ဆိုတာ ဘာလဲ။ ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ ဆိုသည်မှာ၊ ဦးနှောက် ဖွံ့ဖြိုးမှု ရှုပ်ထွေးယိုယွင်းသော အုပ်စုများမှ အုပ်စု တစ်ခုအတွက်၊ ယေဘုယျ အသုံးအနှုန်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာသည် လေ့လာသင်ယူခြင်း၊ မသန်မစွမ်းဖြစ်မှုနှင့် ဆက်စပ်နေပြီး၊ ကြွက်သား အဆစ် အရိုးများဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ရွေ့ရန် ပေါင်းစုဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် အာရုံစိုက်ခြင်း၊ အိပ်စက်ခြင်းနှင့် အစာအိမ် ပြဿနာများ ကဲ့သို့သော၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကိစ္စတို့မှာ ခက်ခဲဒုက္ခဖြစ်စေပါသည်။

## ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ၏ ရောဂါလက္ခဏာများက ဘာတွေလဲ။

ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာကို လူမှု-တုံ့ပြန်ဆက်ဆံမှု အခက်အခဲများ၊ ဆက်ဆံရေး စိန်ခေါ်မှုများနှင့် အပြုအမူအား ထပ်ခါထပ်ခါ ပြုလုပ်သော အမူအကျင့်အဖြစ် ဖော်ပြကြပါသည်။ သို့သော်၊ ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် ၎င်းတို့၏ ပြင်းထန်မှုသည် ဤအဓိက နယ်ပယ်များ အသီးသီးမှာပဲ ကျယ်ပြန့်စွာ ခြားနားနေပါသည်။

## သင်အနေနှင့် ပြဿနာများကို မြင်နိုင်သော အသွင်ပုံစံများမှာ:

- မျက်စိဖြင့် ဆက်သွယ်ခြင်း
- မျက်နှာ ဟန်အမူအရာ မပြုခြင်း
- ကိုယ်လက်အမူအရာ မျက်နှာအရိပ်အကဲ (ဥပမာ၊ လက်ညှိုးဖြင့် ညွှန်ပြခြင်း မဟုတ်ပဲ)
- အခြားသူများနှင့် တုံ့ပြန်ဆက်ဆံခြင်း
- စကားပြောဆက်သွယ်ရာတွင် သူ့အလှည့်-ကိုယ့်အလှည့် သတ်မှတ်ခြင်း
- သူတို့ စိတ်ဝင်စားသည့်အရာများဖြင့် ဆက်ဆံဆက်သွယ်ခြင်း

## ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ ရှိသည့် ကလေးများ:

- အလုပ်အကိုင်များမှာ (သို့) ပတ်ဝန်းကျင်များမှာ အောင်မြင်စေဖို့ ထပ်ခါထပ်ခါ လေ့ကျင့်ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ဖျားများနေသော (သို့) မရင်းနှီးသော အလုပ်အကိုင်များမှာ (သို့) ပတ်ဝန်းကျင်များမှာ နောက်ထပ် အားပေးပံ့ပိုးခြင်းများ လိုအပ်ပါသည်။
- အရေးပါသော ဆက်သွယ်မှု အခက်အခဲများ ရှိနေနိုင်ပြီး၊ ၎င်းတို့သည် စိန်ခေါ်အကဲစမ်းနေသော အပြုအမူများ အဖြစ်သို့ ပြောင်းလာနိုင်ပါသည်။
- အထူးသဖြင့် ရင်းနှီးမှုမရှိသော နေရာများ (ဥပမာ၊ အလင်းများ၊ အသံများ) ၌၊ အာရုံခံ စေ့ဆော်သောအရာကို လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်စေရာမှာ အခက်အခဲ ရှိနေနိုင်ပါသည်။

သင် သိခဲ့ပါသလား။

ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာသည် U.S. ၌ 3 သန်းကျော်ကျော်၊ ကမ္ဘာအနှံ့၌ သန်းပေါင်းများစွာ ဖြစ်ပွားနေပါသည်။

ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ အတွက် ဆေးဝါး ရှာဖွေတွေ့ရှိသေးပါ (သို့) ကုသလို မရသေးပါ။

U.S. ရောဂါ ထိန်းချုပ်မှုနှင့် ကာကွယ်တားဆီးခြင်း စင်တာ (CDC) ဖော်ပြရာတွင် အမေရိကန် ကလေး 68 ယောက်ထက် 1 ယောက်သည် ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာကို ခံစားနေရပါသည်။

ယောက်ျားလေးများသည် မိန်းကလေးများထက် ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာကို ငါးဆ ပို၍ ဖြစ်နိုင်ချေရှိနေပါသည်။



# ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ အကြောင်း အားလုံး

ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ၏ ရောဂါလက္ခဏာ တစ်ခု ရှိနေသည် ဆိုသည်မှာ၊ ဘာကို ဆိုလိုသနည်း။ ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ ရှိနေသော လူတစ်ဦးစီတိုင်းသည် တစ်မူထူးခြားမှု ရှိပါသည်။ ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ ရှိနေသူများမှ များစွာတို့သည် အမြင်အာရုံ ပါးနပ်မှု၊ တေးဂီတနှင့် ပညာရေး တတ်သိနားလည်မှုတို့တွင် ထူးခြားသော စွမ်းရည်များ ရှိနေကြပါသည်။ 40% ခန့်ဟာ ပျမ်းမျှ အသိဉာဏ် အရည်အချင်းများထက် ကျော်နေသော ပုံမှန်စံနှုန်းမျိုး ရှိနေကြပါသည်။ ကျန်သည် ရာခိုင်နှုန်းသည် ထူးခြားသော မသန်မစွမ်းဖြစ်မှုတွေ ရှိနေကြပြီး၊ သီးခြားပုဂ္ဂလ နေထိုင်နိုင်စွမ်း မရှိကြပါ။ ASD ရှိသော လူပေါင်း 25% ခန့်သည် နှုတ်ပြောဆိုခြင်း မရှိသော်လည်း၊ အခြားနည်းလမ်းများကို သုံး၍ ဆက်ဆံရေးအတွက် လေ့လာသင်ယူနိုင်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ၊ အချို့အတွက်မူ ဆက်ဆံရေးနှင့် ကိုယ်လက်ကျန်းမာရေးအတွက် ထူးခြားသော စိန်ခေါ်မှုများကို ဖြေရှင်းနိုင်သော၊ ပို၍ ထိရောက်သည့် ကုသမှုများကို ဖွံ့ဖြိုးချဲ့ထွင်ပြီး ပေးနိုင်စွမ်း ရှိပါသည်။ အခြားသူများ အတွက်မူ၊ ၎င်းကို လက်သင့်ခံမှု အလေးဂရုပြုမှု နှင့် အားပေးပံ့ပိုးမှု အဖြစ်၊ သဘောပေါက်ကြပါသည်။

## ကျွန်ုပ် ကလေးနှင့် အကောင်းဆုံး ဆက်ဆံဆက်သွယ်ရေး နည်းလမ်းက ဘာလဲ။

- တိကျသော သရုပ်ဖော်ချက်များကို သုံးပါ။
- သင့် လက်များဖြင့် စကားပြောပါ။
- တစ်ခါတည်းနှင့် စကား အများကြီး မပြောမိအောင် ကြိုးစားပါ။
- လုပ်ငန်းများကို ပုံစံငယ်သော အဆင့်များအဖြစ်သို့ ခွဲထုတ်ပါ။
- သူတို့ကို ရုပ်ပုံများ ပြပြီး ဥပမာများ ပေးပါ။
- သင် ဖော်ပြနေသော အရာကို သရုပ်ဆောင်ဖော်ပြပါ။
- အရာဝတ္ထု တစ်ခုသို့ လက်ညှိုးထိုးပြီး လှုပ်ရှားမှုများဖြင့် သရုပ်ဆောင်ဖော်ပြပါ။

## အသုံးဝင်သော အကြံပြုချက်များ

- ထပ်ခါထပ်ခါ ပြောဆိုပြုမူခြင်းသည် အလွန် အရေးကြီးပါသည်
- ကလေးကို သက်သောင့်သက်သာ ရှိနေအောင်၊ နေသားတကျ ဖြစ်လာအောင် ထပ်ခါထပ်ခါ အခွင့်အလမ်းများ ပေးပါ။
- ပတ်ဝန်းကျင် (သို့) အခြေအနေ အသစ် တစ်ခုခုကို ကြိုတင်၍ သင့်ကလေးကို ဖော်ပြရန်အတွက်၊ ဗီဒီယိုများ၊ ရုပ်ပုံများနှင့် အင်တာနက်တွေကို သုံးပါ
- ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ (ကြိုက်နှစ်သက်သော အရုပ်များ၊ အရာဝတ္ထုများ၊ နားကြပ်များ၊ ကလေး အောင်အောင်မြင်မြင် ကူညီနိုင်မည့် အရာများကို သယ်ဆောင်ပေးပါ)



## နောက်ထပ် ပို၍ သင် လေ့လာရန်



ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ ရှိနေသည့် ကလေးများသည်၊ အစောပိုင်းကာလ၌ ဝင်ရောက်စွတ်ဖက်ခြင်းသည် အဓိကအချက် ဖြစ်ပြီး၊ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာပါမည်။



အွန်လိုင်း (သို့) အခြား အရင်းအမြစ်များမှ တဆင့် အချက်အလက်များကို သတိရှိပါစေ။ သုသေတနာပြုထားသော ရွေးပိုင်ခွင့်များကို သေသေချာချာ ရွေးပါ။



ကလေးဘဝက စဖြစ်လာသော အထီးကျန်စိတ်ဝေဒနာ၏ အထင်ရှားဆုံး အမှတ်အသား လက္ခဏာများနှင့် ရောဂါလက္ခဏာများသည် 2 နှစ်နှင့် 3 နှစ် အရွယ် ကြားမှာ ဖြစ်ပေါ် လေ့ရှိပါသည်။



ဤစာရွက်စာတမ်းသည် အကြောင်းအရာများကို ယူအက်ပညာရေးဌာန (US Department of Education) ၏ ထောက်ပံ့ကြေး #H32516000 ဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော်လည်း၊ ထိုအကြောင်းအရာများသည် ယူအက်ပညာရေးဌာန၏ ခပ် လစ်ကို သေချာပေါက် ကိုယ်စားပြုသောကြောင့် ဖက်ဒရယ်အစိုးရ၏ ထောက်ပံ့ချက်ဟု အမှန်အဖြစ် ယူဆ၍မရပါ။ ပေးချက်အရာရှိ၊ ကားမန်ဆန်ချက်စ် (Carmon Sanchez)

ရည်ညွှန်းချက်များနှင့် အချက်အလက်များကို စီစဉ်ပေးသူမှာ -  
[www.autismspeaks.org/what-autisrn](http://www.autismspeaks.org/what-autisrn)  
နောက်ထပ် အချက်အလက်များအတွက် [parentnetworkwny.org](http://parentnetworkwny.org) ကို ဝင်လည်ပါ