

# AUTISM AWARENESS

## What is Autism?

- A Neuro Developmental Disorder that affects a person before age 4 in most cases
- **NOT** a disease and **NOT** a mental illness.
- A condition that makes some people differently wired neurologically than you and I.
- Crosses all racial, ethnic, economic and social boundaries
- Primarily affects ability to communicate and interact with others
- Impacts individuals differently and to varying degrees of severity (mild, moderate, severe)

Scan the QR code below with your mobile camera to see a **small video on "What is Autism"**.



People with autism **may or may not have special skills and talents**. Some individuals with autism may be very good in math or language while others may be very talented in music etc. **Some are extra ordinary beyond average human capabilities in what they do, while others can be extremely disabled by Autism**. Many individuals with autism may be extremely good cognitively but may not be able to speak or behave according to societal norms set by us Neurotypical individuals.

## How prevalent is autism

Autism affects **1 in 68 kids in India**. There are over **18 million people with Autism in India**. The numbers are rising every year.

## What is special about autism?

- NO known cause
- NO medical test to diagnose
- NO known cure

## How can I help?

If there is one need or "cure" for autism, it is **INCLUSION** at all levels. So, **if there is one thing you can do to help people with autism, be INCLUSIVE to them in all walks of life in every part of community**. Spread awareness about autism. Read about Autism. Make sure public spaces are inclusive for autistic individuals.

## Symptoms of Autism (Prevalence of symptoms may vary amongst autistic individuals)

- Not respond to their name (appear deaf)
- Not point at objects or things of interest, or demonstrate interest
- Not play "pretend" games
- Avoid eye contact, want to be alone
- Have difficulty understanding, or showing understanding, of other people's feelings or their own
- Have no speech or delayed speech or any useful speech for communication.
- Repeat words or phrases over and over
- Give unrelated answers to questions
- Get upset by minor changes, exhibit extreme need for predictability and routine
- Have obsessive or unusual interests and behaviours
- Flap their hands, rock their body, spin in circles, make unusual vocal sounds or play with fingers in varied manner
- Have unusual reactions (over or under-sensitivity) to the way things sound, smell, taste, look, or feel
- Have low to no social skills
- Avoid or resist physical contact
- Demonstrate little safety or danger awareness
- Have extreme anxiety and phobias or exhibit a total lack of fear
- Line up toys or other objects
- Play with toys the same way every time
- Extremely likely to focus on parts of objects (e.g., wheels) and not the whole object
- Hyperactive (very active) or Hypoactive (very poor levels of activity)
- Impulsivity (acting without thinking)
- Short attention span
- Aggression, Causing self-injury, Meltdowns
- Unusual eating and sleeping habits
- Unusual mood or emotional reactions

**Virtual Reality Autism** - A 2-minute video (Scan QR code below with mobile camera to play)



# ಸ್ವಲೀನತೆ(ಆಟಿಸಮ್) ಜಾಗೃತಿ

## ಸ್ವಲೀನತೆ (ಆಟಿಸಮ್) ಅಂದರೆ ಏನು?

- ಮದ್ದುಗಳ ನರಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ 4ನೇ ವಯಸ್ಸಿಗಿಂತ ಮುಂಚೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.
- ಇದು ಒಂದು ರೋಗವಲ್ಲ, ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯಲ್ಲ.
- ಕೆಲವು ಜನರಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗಿಂತ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ನರವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ.
- ಎಲ್ಲಾ ಜಾತಿಯ, ಜನಾಂಗೀಯ, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಗಡಿಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ವಿಷಯ
- ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಾದ, ಸಂವಹನ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ
- ವಿಭಿನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ತೀವ್ರತೆಗಳಲ್ಲಿ (ಸೌಮ್ಯ, ಮಧ್ಯಮ, ತೀವ್ರ) ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

"ಸ್ವಲೀನತೆ(ಆಟಿಸಮ್) ಅಂದರೆ ಏನು" ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಣ್ಣ ವೀಡಿಯೋವನ್ನು ನೋಡಲು ನಿಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಕ್ಯಾಮರಾದಿಂದ ಕೆಳಗಿನ QR ಕೋಡ್ ಅನ್ನು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿ.



ಸ್ವಲೀನತೆ(ಆಟಿಸಮ್) ಇರುವ ಜನರು ವಿಶೇಷ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಭೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಹೊಂದಿಲ್ಲದೇ ಇರಬಹುದು. ಸ್ವಲೀನತರ ಗಣಿತದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಪ್ರವೀಣರಾಗಿರಬಹುದು, ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಕಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿಭಾನ್ವಿತರಾಗಿರಬಹುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮೀರಿದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದರೆ, ಇನ್ನಿತರರು ಆಟಿಸಮ್ ನಿಂದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯರೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಸ್ವಲೀನತೆಯುಳ್ಳ ಅನೇಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಬಹಳ ಉನ್ನತ ಅರಿವಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದ್ದರೂ, ಸಾಮಾನ್ಯವ್ಯಕ್ತಿಗಳು (ನ್ಯೂರೋಟಿಪಿಕಲ್ಸ್) ರಚಿಸಿದ ಸಾಮಾಜಿಕ ರೀತಿ, ನೀತಿ, ರೂಢಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಮಾತನಾಡಲು ಅಥವಾ ವರ್ತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

## ಸ್ವಲೀನತೆ (ಆಟಿಸಮ್): ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು (ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸ್ವಲೀನತೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಅದರ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಾಗಿ ಇರಬಹುದು)

- ತಮ್ಮ ಹೆಸರಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದೆ ಇರುವುದು (ಕಿವುಡೆಂಬಂತೆ ಭಾಸಗೊಳ್ಳುವುದು)
- ವಸ್ತುಗಳು ಅಥವಾ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವ ವಿಷಯಗಳ ಕಡೆ ಬೆರಳು ಮಾಡಿ ತೋರಿಸದೇ ಇರುವುದು, ಅಥವಾ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನೇ ಪ್ರದರ್ಶಿಸದೇ ಇರುವುದು
- ನಟಿಸುವ/ಸೋಗುಹಾಕುವ ಯಾವುದೇ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸದೇ ಇರುವುದು
- ನೇರ ದೃಷ್ಟಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿರಲು ಬಯಸುವುದು
- ಇತರರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ತಮ್ಮದೇ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಅರ್ಥವಾಗುವುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಕಷ್ಟ ಪಡುವುದು.
- ಮಾತೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಅಥವಾ ತಡವಾಗಿ ಮಾತನ್ನು ಆಡುವುದು ಅಥವಾ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ ಪದಪ್ರಯೋಗ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಪದಗಳು ಅಥವಾ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿರುವುದು, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧವೆ ಇಲ್ಲದ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು
- ಸಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆ ಆದರೂ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಳ್ಳುವುದು, ವಾಡಿಕೆ/ಪದ್ಧತಿಯಂತೆ ನಿತ್ಯಕಾರ್ಯ ಇರಲು ಇಚ್ಛಿಸುವುದು, ಅದು ತಮ್ಮ ತೀವ್ರವಾದ ಅಗತ್ಯ ಎಂಬಂತೆ ತೋರುವುದು.

- ಗೀಳಿನಂಥ ಅಥವಾ ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಹಾಗೂ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು
- ಅಸಾಮಾನ್ಯ ರೀತಿಯ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಮಲಗುವ ಪದ್ಧತಿ, ಮನಸ್ಸಿತಿ ಅಥವಾ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿರುವುದು
- ಕೈಗಳನ್ನು, ದೇಹವನ್ನು ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಆಡಿಸುತ್ತಿರುವುದು, ವ್ಯತ್ಯಾಕಾರವಾಗಿ ಸುತ್ತುತಲಿ ಇರುವುದು, ವಿಚಿತ್ರವಾದ ಶಬ್ದಗಳು ಮಾಡುವುದು. ಬೆರಳುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡುವುದು.
- ದೈನಂದಿನ ವಿಷಯಗಳಿಂದಾಗುವ ಶಬ್ದ, ವಾಸನೆ, ರುಚಿ, ನೋಟ, ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದು (ಗುರುತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಕಮ್ಮಿ/ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂವೇದನಶೀಲತೆ)
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಕೌಶಲ್ಯಗಳ ಕೊರತೆ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದ ಇರುವುದು
- ನೇರ ಸಂಪರ್ಕ/ಸ್ಪರ್ಶವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ವಿರೋಧಿಸುವುದು
- ಸುರಕ್ಷತೆಯ/ಅಪಾಯದ ಅರಿವಿನ ಕೊರತೆ, ತೀವ್ರವಾದ ಆತಂಕ, ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಭಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ಭಯವೇ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು
- ಆಟಿಕೆಗಳು, ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಇಡುವುದು
- ಗೊಂಬೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ/ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡುವುದು
- ಇಡೀ ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸದೇ ಭಾಗಗಳ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರವಾದ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು (ಉದಾ. ಚಕ್ರಗಳು)
- ಹೈಪೆರಾಕ್ಟಿವ್ (ಅತ್ಯಂತ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕವಾಗಿರುವುದು) ಅಥವಾ ಹೈಪೋಆಕ್ಟಿವ್ (ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಮಟ್ಟಗಳು ಹೊಂದುರುವುದು)
- ಇಂಪಲ್ಸಿವ್ (ತೀವ್ರತೆ) (ಚಿಂತನೆಯೇ ಮಾಡದೆ ನೇರ ಕಾರ್ಯಮುಖರಾಗುವುದು)
- ಯಾವುದೇ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ವಿಷಯದ ಮೇಲಿನ ಗಮನದ ಅವಧಿ ವಿಪರೀತ ಕಡಿಮೆಯಿರುವುದು
- ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಸ್ವಭಾವ, ಸ್ವಯಂ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ/ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕುಸಿದುಬಿಡುವುದು

## ಸ್ವಲೀನತೆ (ಆಟಿಸಮ್) ಎಷ್ಟು ಪ್ರಚಲಿತವಾಗಿದೆ?

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ 68 ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ 1 ಮಗು ಆಟಿಸಮಿನ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಪಡುತ್ತದೆ. ಇಂಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 180 ಲಕ್ಷ ಆಟಿಸಮ್ ಇರುವ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷವೂ ಈ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಇದೆ.

## ಸ್ವಲೀನತೆ (ಆಟಿಸಮ್) ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷತೆ ಏನು?

- ಆಟಿಸಮ್ ಸಂಭವನೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಸ್ಪಷ್ಟ ಕಾರಣ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.
- ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡಲು ಯಾವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರೀಕ್ಷೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.
- ಗುಣ ಪಡಿಸುವಂತಹ ಯಾವುದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

## ನಾನು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು?

ಸ್ವಲೀನತೆಗೆ ಇರುವ ಏಕೈಕ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಅಥವಾ "ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ಅಂದರೆ, ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ವೇಶನ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸ್ವಲೀನತರ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಇರುವ ಏಕೈಕ ವಿಷಯ, ಸಮುದಾಯದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಸೇರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸ್ವಲೀನತೆ ಬಗ್ಗೆ ಓದಿ, ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳು ಸ್ವಲೀನತರಿಗೂ ಸೇರಿವೆ ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

## ವರ್ಚುಅಲ್ ರಿಯಾಲಿಟಿ ಆಟಿಸಂ - ಎ 2-ಮಿನಿಟ್ ವೀಡಿಯೋ:

ಎನ್ನುವ ವೀಡಿಯೋ ನೋಡಲು (ನಿಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಕ್ಯಾಮರಾದಿಂದ ಕೆಳಗಿನ QR ಕೋಡ್ ಅನ್ನು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿ.)

