



# हितगुण

मतिमंदत्व आणि लैंगिकतेच्या विविध पैलूंचे...

अंक पहिला  
जुलै २०१७



प्रिय पालक-शिक्षक आणि कार्यकर्ते,

आपल्या सर्वांना मनपूर्वक नमस्कार!

पुन्हा एकदा तुम्हा सर्वांशी हितगुण साधण्यासाठी 'हितगुण - मतिमंदत्व आणि लैंगिकतेच्या विविध पैलूंचे' या नावानेच मासिकाने आकार घेतला. अर्थात काही शाळा आणि व्यक्तींसाठी ही पहिलीच भेट असेल! 'हितगुण' चा पहिला अंक आपल्या हाती देताना खूप आनंद वाटत आहे. आपल्यापैकी अनेक जण जाणून आहेत की, तथापि ट्रस्ट ही 'स्त्रिया आणि आरोग्य' या क्षेत्रात मागील १७ वर्षांपासून काम करणारी एक सामाजिक संस्था आहे. तसेच 'शरीर साक्षरता' हा तथापिच्या कामाचा गाभा आहे. सामान्य समजल्या जाणाऱ्या मुला-मुलींबरोबर शरीर साक्षरतेविषयी संवाद करताना जाणवायचं की, अंध, मूक-बधीर, मतिमंद असं कोणतंही अपंगत्व असणाऱ्या मुला-मुलींनाही शरीर साक्षरतेची तितकीच गरज आहे. या पार्श्वभूमीवर मागील ४ वर्षांपासून तथापिनं 'अपंगत्व आणि लैंगिकता' हा उपक्रम हाती घेतला आहे.

'हितगुण'ची निर्मिती हा त्याचाच एक भाग आहे. मतिमंद मुलं-मुली वयात येऊ लागली की पालकांना वेगळीच धास्ती वाटते. काही प्रसंग असे असतात की, कसं आणि कुणाला सांगावं? अशी स्थिती बनलेली असते.. म्हणूनच आपण 'हितगुण'च्या माध्यमातून एकमेकांशी बोलणार आहोत. मतिमंद मुला-मुलींचं वयात येणं, त्यांची लैंगिक गरज, भावना व्यक्त करण्याच्या पद्धती, याबाबतचे पालक-शिक्षकांचे, कार्यकर्त्यांचे अनुभव, लैंगिकता शिक्षणाचे सकारात्मक पर्याय आणि असं बरंच काही आपण 'हितगुण'च्या अंकांतून समजून घेऊया.. मतिमंद मुला-मुलींच्या घडणीमध्ये पालक, शिक्षक आणि काळजी घेणारे कार्यकर्ते या सगळ्यांची भूमिका खूप महत्वाची ठरते. म्हणूनच तुम्हा सर्वांपर्यंत 'मतिमंदत्व आणि लैंगिकता' याविषयीचा शास्त्रीय आणि सकारात्मक दृष्टीकोन पोचावा, असा प्रयत्न या मासिकातून करत आहोत.

आपणही मुला-मुलींचे वयात येतानाचे प्रसंग, त्यांना वाढवताना तुम्हाला भेडसावणारे प्रश्न, तुमचे तुम्हीच शोधून काढलेले उपाय, अंकाविषयी तुमच्या प्रतिक्रिया, पटणारे न पटणारे मुद्दे, लैंगिकता शिक्षणाविषयीच्या तुमच्या कल्पना, असं बरंच काही तुम्ही जरूर लिहा.. आपल्या एका पत्राची.. एका फोनची.. प्रतिसादाची वाट पाहतोय!

सस्नेह,

प्राजक्ता आणि तथापि टीम

नोट - या मासिकाचे किमान १० अंक प्रकाशित करण्याचा मानस आहे. 'हितगुण'च्या अंकांसाठी कोणतंही देणगीमूल्य आकारलेलं नाही. तरी आपणास आवाहन करू इच्छितो की, शाळा-संस्थांनी, पालक-शिक्षकांनी आपापल्या क्षमतेनुसार, इच्छेनुसार आर्थिक सहाय्य केले तर मासिकाच्या छपाईच्या खर्चासाठी मदतीचे ठरेल. अगदी ५०, १०० रु. देणगीदेखील महत्वपूर्ण असेल. तथापिच्या पत्यावर तुम्हाला ही देणगी पाठवता येईल. ज्यांना हा अंक नियमित हवा आहे, कृपया त्यांनी फोनद्वारे कळवल्यास सहकार्य होईल.

## ओळख 'तथापि'ची...

तथापि ट्रस्ट सन २००० सालापासून 'स्त्रिया आणि आरोग्य' या क्षेत्रात काम करणारी एक सामाजिक संस्था आहे. याबरोबरच 'शारीर साक्षरता' हा तथापिच्या कामाचा गाभा आहे. स्त्रिया आणि आरोग्य, शारीर साक्षरता या विषयावर प्रशिक्षण देणं, संस्थाधनं (पुस्तकं, व्हिडिओ क्लिप्स, नाटकं, गाणी, इ.) तयार करणं, त्यांचा प्रसार करणं या पद्धतीने तथापि एक संस्थाधन केंद्र म्हणून काम करत आहे. राज्यातील आणि राज्याबाहेरील ग्रामीण आणि निमशाहरी भागातील लहान संस्था-संघटनांशी, शाळांशी तथापिनं आपलं काम जोडून घेतलं आहे. राज्य आणि देशाव्यापी आरोग्यविषयक दृष्टी-धोरणं आणि योजनांवर प्रभाव टाकण्यासाठी आरोग्य, हिंसा या मुद्दांशी संबंधित जगण्याच्या इतर हक्कांविषयीच्या अभियानांमध्येही तथापिचा सक्रीय सहभाग राहिला आहे.

## अनुक्रमणिका

- |  |    |
|--|----|
| १. मतिमंदत्व आणि लैंगिकता : शरीर साक्षरता ते लैंगिकता शिक्षण - असाही एक प्रवास | ०२ |
| २. मतिमंदत्व : कारणं आणि प्रकार  | ०४ |
| ४. प्रश्न मनातले...  | ०६ |
| ३. आपले अनुभव...   | ०६ |
| ५. माहितीच्या जगात   |    |
| ※ स्वीकार आधार गट  | ०७ |
| ※ अपंगत्व आणि लैंगिकता संसाधनांविषयी...  | ०८ |

## शरीर साक्षरता ते लैंगिकता शिक्षण - असाही एक प्रवास

आपल्यापैकी अनेकांसाठी शरीर साक्षरता हा शब्द, ही संकल्पना नवीन असेल. अनेकदा आपण लिहिता-वाचता येणं म्हणजे साक्षर असणं असं ऐकलं आहे. यानंतर संगणक वापरता येणं म्हणजे संगणक साक्षरता हा शब्ददेखील प्रचलित झाला होता. तसंच आपण आपलं शरीर, मन शास्त्रीय आणि सकारात्मक दृष्टिकोनातून समजून घेऊन त्यांची काळजी घेणं म्हणजेच शरीराबद्दल साक्षर असणं. या विचारांतूनच शरीर साक्षरता संकल्पनेचा उदय झाला. अनेकदा लैंगिकता शिक्षण म्हटलं की नकारात्मक सूर ऐकायला येतो. नकोसा, घाण, मोकळेपणाने बोलण्याची गरजच नसलेला हा विषय शिक्षणाचा विषयच कसा होऊ शकतो? असा प्रश्न अनेकांना पडलेला असतो. अशा वेळी शरीर साक्षरता ही लैंगिकता शिक्षणाच्या पलीकडे नेणारी आणि एक मुलभूत संकल्पना ठरते. शरीर आणि मन यांच्यातील सहसंबंध समजून घेणं, आपल्या भावना ओळखून त्या सकारात्मक पध्दतीने हाताळणं, स्वतःला सुरक्षित, निरोगी आणि आनंदी ठेवायला शिकणं, अशा आणि संबंधित अनेक गोष्टी म्हणजे शरीर साक्षरता शिक्षण! शरीर साक्षरतेकडून लैंगिकता शिक्षणाकडे जाणारा प्रवास सुकर आणि सुखकर होतो. लैंगिकता शिक्षणाविषयीचा नकारात्मक सूर जाऊन हा शिकण्या-शिकवण्याचा विषय कसा हे उमजू लागतं.

सन २०११ मध्ये 'शरीर साक्षरता : मुलांसाठी' हा संच सामान्य मुलांसाठी तथापिने प्रकाशित केला. सामान्य मुला-मुलींसोबत सत्रं घेतली जाऊ लागली. किशोरावस्था हा अनेक शारीरिक, मानसिक बदल घडून येण्याचा, मनात अनेक प्रश्न, नवनव्या भावना निर्माण होण्याचा काळ! हे सारं जसं सामान्य मुलांच्या बाबतीत घडतं, तसं अंध, मतिमंद, मूक-बधिर किंवा कोणत्याही कारणाने अपंग असणाऱ्या मुलां-मुलींच्या बाबतीतही घडत असतं. पण तुलनेने अपंग मुला-मुलींच्या किशोरवयातील बदलांकडे, एकूण लैंगिकतेकडे कुटूंबातून आणि समाजातूनही दुर्लक्ष होताना दिसतं. खरं तर या मुला-मुलींबरोबरही किशोरवयातील शारीरिक, मानसिक बदलांविषयी, लैंगिक भावनांविषयी त्यांना समजेल अशा माध्यमातून सकारात्मक पध्दतीने संवाद साधणं गरजेचं आहे. या विचारांतूनच मागील ४ वर्षांपासून 'अपंगत्व आणि शरीर साक्षरता' हा विषय तथापिने हाती घेतला. सुरुवातीला अंध किशोरवयीन मुला-मुलींसाठी आणि मागील दोन वर्षांपासून मतिमंद मुला-मुलींच्या पालकांसोबत या विषयाला घेऊन काम सुरु आहे.

लहानाचं मोठं होत असताना शरीर विकसित होत असतं, तसं मनसुध्दा विकसित होत असतं. मुला-मुलींना कुणाशी तरी खूप गप्पा माराव्यात असं वाटतं, तर कधी कुणाशीच बोलू नये, अगदी शांत बसावंसं वाटतं. सतत बदलते मूड, कधी राग तर कधी आनंद, कधी कंटाळा तर कधी उत्साह असं चालूच

असतं आणि ते साहजिकही आहे. असं या वयाच्या सगळ्यांच्या आणि मतिमंद मुला-मुलींच्या बाबतीतही होतं. हट्टीपणा करणं, कधी चिडचिड तर कधी मारामारी करणं, हळवेपणा वाढीस लागणं, भावना व्यक्त न करता येणं, अंतर्मुख होणं, अधीरपणा, उतावीळपणा असे भावनांचे आविष्कारही मुलांमध्ये वयात येताना ठळकपणे दिसू लागतात. पालक आणि शिक्षकांनी सांगितलेलं न ऐकणं आणि मित्र मंडळींच्या प्रभावाखाली येणं ही तर या वयाची वैशिष्ट्ये आहेतच. कधी-कधी त्यांच्या लैंगिक भावना आक्रमक वर्तनातून व्यक्त होऊ लागतात. वयात येताना शरीरातील संप्रेरकांचा शरीराप्रमाणे मनावरही परिणाम होत असतो. मतिमंद मुलांनाही या वयात कुणीतरी आवडायला लागतं, ते शरीराच्या माध्यमातून तसं व्यक्त होतात किंवा बोलूनही दाखवतात. उदा. कुणाला कुणाचे डोळे आवडतात, तर कुणाला कुणाचे केस आवडतात. मला तो आवडतो किंवा ती आवडते अशी वाक्यं मतिमंद मुलं-मुली सहजतेने म्हणतात, असं म्हणताना लाजणं ही भावनाही अनेकांच्या चेहऱ्यावर दिसत असते. मुलांना मुलींबद्दल आणि मुलींना मुलांबद्दल असं भिन्नलिंगी आकर्षण वाटू लागतं. शाळेत ते एकमेकांच्या बाकावर जाऊन बसण्याचा, एकमेकांना काही वस्तू देण्याचा प्रयत्न करतात. तसंच मुली आवडत्या सरांना आणि मुलं आवडत्या बाईंना फूल देण्याचा, त्यांच्या जवळ जाऊन बोलण्याचा प्रयत्न करत असतात.

अनेकदा पालकांना वाटतं, की साधा दातांना ब्रश कसा करायचा, हे पण कळत नाही ह्यांना आणि हे बरं कळतं? पण लक्षात घ्यायला हवं, की कुणाबद्दल तरी शारीरिक आकर्षण वाटणं यात बुध्दीच्या समजण्याच्या क्षमतेचा नाही तर शरीरात घडून येणाऱ्या बदलांचा संबंध असतो.

किशोरावस्थेत आल्यावर हे सारे बदल होणं, नैसर्गिक आहे. तसं मतिमंद मुलं-मुलीही या बदलांना प्रतिसाद देणार... भावना व्यक्त करणार... हेदेखील अगदी नैसर्गिक, स्वाभाविक आहे. वयात आलेल्या मतिमंद मुला-मुलींच्या बाबतीत तो तिला किंवा ती त्याला आवडणं म्हणजे त्यांना त्या व्यक्तीबद्दल शारीरिक आकर्षण वाटत

असतं. याबद्दल चेष्टा-कुचेष्टा किंवा चिडवा-चिडवी न करता पालकांनी, शिक्षकांनी हे मोकळेपणाने स्वीकारणं गरजेचं आहे. कारण ते नैसर्गिकच आहे. अनेकदा पालक-शिक्षकांना याविषयी काळजी वाटते. कारण ते एकमेकांना आवडतात, एकमेकांकडे बघतात, यावरून पुढे काही घडले तर? असा अर्थ आपल्या बुद्धीनुसार अनेकदा काढलेला असतो, जो त्यांच्या बुद्धीच्या आसपासही नसतो. मतिमंदांच्या लैंगिक अवयवांची वाढ ही सामान्य मुला-मुलींसारखीच असते, पण त्याबद्दलची समज येत नाही. सामान्य मुलं-मुली पुस्तकं वाचतील, सिनेमे पाहतील, मोठ्या मुला-मुलींशी काहीतरी चर्चा करतील, असे मतिमंद मुलां-मुलींच्या बाबतीत होत नाही. त्यांना त्यांच्या भावना नीट व्यक्त करता येत नाहीत, कृतीतून नीट सांगता येत नाही, त्यामुळे त्यांच्या भावनांचा निचरा होत नाही. यात त्यांची मानसिक घुसमत होते, मनावरचा ताण वाढतो. यातूनच कधी कधी समाजाच्या साचेबद्ध अपेक्षांविरुद्ध, संकेतांविरुद्ध वर्तन घडतं. यात भावनांची दखल घेणं अधिक गरजेचं आहे, हे लक्षात घ्यायला पाहिजे. मुळात आपण स्त्री आहोत किंवा पुरुष आहोत म्हणजे काय, यातून येणारी सामाजिक बंधनं कोणती आहेत, ती कशी पाळायची, समाजात वावरताना काय योग्य, काय अयोग्य हे समजणं आणि समजावणं मतिमंद व्यक्तींच्या बाबतीत सोपं नसतं. मतिमंद मुला-मुलींचं वयात येणं हा पालकांसाठी वेगळा अनुभव असणार आहेच. या जाणिवेतूनच वयात येणं, लैंगिक भावनांची अभिव्यक्ती, हस्तमैथुन आणि विविध सकारात्मक मार्ग, लग्न, लैंगिक शोषण आणि त्यापासून सुरक्षितता अशा पालकांना भेडसावणाऱ्या किंवा काळजी वाटणाऱ्या, काय सांगू आणि कसं सांगू? अशी स्थिती होणाऱ्या विविध विषयांवर संवाद साधण्यासाठीच हे 'हितगुज' साकार होत आहे.

मतिमंद मुलांच्या अनुषंगाने लिहिलेली अनेक पुस्तकं चाळताना लक्षात येतं, की या मुला-मुलींचं वयात येणं, लैंगिक भावना या विषयांचा अंतर्भाव राहून गेलेला असतो किंवा अनेकदा तो मतिमंदांच्या लैंगिक समस्या या नावाने केलेला असतो. खरं तर समस्या ही वर्षानुवर्षे आपण लैंगिकतेबद्दलचा जो नकारात्मक दृष्टीकोन बाळगत आहोत, त्या दृष्टीकोनात आहे. मतिमंद मुला-मुलींचे जे वर्तन 'लैंगिक समस्या' या नावाने अधोरेखित केले जाते, ते खरं तर वयात येताना होणाऱ्या नैसर्गिक बदलांना दिलेला प्रतिसाद असतो. अर्थात तो प्रतिसाद समाजमान्य संकेतांच्या चौकटीत बसणारा असेलच असं नाही, म्हणजेच समस्या इथं जाणवू शकते की मुला-मुलींच्या भावना व्यक्त करण्याच्या पद्धतींना पालकांनी कसा प्रतिसाद द्यायचा आहे. हे सारं आपण या मासिकातून जाणून घेणार आहोत. नॉर्मल मुला-मुलींप्रमाणे या मुला-मुलींच्या लैंगिकतेचा सहज सकारात्मक स्वीकार, शास्त्रीय आणि सकारात्मक संवाद होणं.. घडवून आणणं.. गरजेचं तर आहेच पण शक्यही आहे. अगदी सहज नसलं तरी पायरी-पायरीनं पुढं जाता येईलच की!



**सर्वांसारखे  
आम्हीही वयात येतो,  
मोठे होतो..  
पण हे मान्य करण्यासाठी,  
तुम्हीही मोठे व्हा ना!**

**लैंगिकता व्यक्त करण्याचा अधिकार  
इतरांप्रमाणेच अपंग मुला-मुलींनाही आहे!**

**वयात येताना होणारे बदल तितकेच सहज आणि नैसर्गिक आहेत मतिमंदांसाठीही..  
या बदलांनुरूप त्यांचं वागणं-बोलणं म्हणजे लैंगिक समस्या नक्कीच नाही...**

## मतिमंदत्व : कारण आणि प्रकार

मेंदूतील बिघाडामुळे आलेले बौद्धिक, मानसिक अपंगत्व म्हणजे मतिमंदत्व. मतिमंदत्व हा काही आजार नाही, मेंदूच्या अपंगत्वामुळे आलेली ही एक शारीरिक अवस्था आहे. त्यात बदल होत नाही किंवा आलेले मतिमंदत्व पूर्णपणे बरे होऊ शकत नाही. मात्र बुद्धीची कार्यक्षमता कमी झाली असली, मेंदूला इजा झाली असली तरी पूर्ण मेंदू निकामी नसतो. मेंदूचा काही भाग कार्यक्षम असू शकतो. तसंच प्रशिक्षण, चालना आणि सराव यातून काही भाग अकार्यक्षम भागाच्या कामाची काही प्रमाणात भरपाई करू शकतो. पण मतिमंद व्यक्तींची बौद्धिक क्षमता सर्वसामान्यांपेक्षा बरीच कमी असते. त्यांचा बुद्ध्यांक ७० किंवा त्यापेक्षा कमी असतो आणि सर्वसाधारण माणसाचा बुद्ध्यांक हा १०० असतो असं मानलं जातं. त्यामुळे जीवन जगायला आवश्यक अशा कौशल्यांचा विकासही बराच मागे पडलेला असतो. उदा. वैयक्तिक स्वच्छता, वागण्या-बोलण्याच्या पध्दती. तसंच ऐकू येणं, दिसणं, चव कळणं, स्पर्श होणं, वास समजणं याप्रमाणेच काही गोष्टी समजणं, लक्षात ठेवणं व व्यक्त करणं या क्रियाही महत्वाच्या असतात. मतिमंदत्वामुळे या क्रियांची क्षमता कमी झालेली असते.

**मतिमंदत्वाची कारणं :** मतिमंदत्व ही काही एकाच कारणाने घडलेली आणि एकाच प्रकारे लक्षात येणारी गोष्ट नसते. कधी मतिमंदत्व हे काही अनुवंशिक कारणांनी येतं, तर कधी गर्भावस्थेतच झालेला जंतुसंसर्ग, आईचे गंभीर आजार किंवा उपचारांमध्ये वापरलेल्या औषधांचे दुष्परिणाम यामुळेही मुलाला मतिमंदत्व येऊ शकतं. मूल मतिमंद होण्याची गर्भावस्थेत, जन्मताना आणि जन्मानंतर अशा वेगवेगळ्या टप्प्यांवर वेगवेगळी कारणे असतात, याविषयी थोडक्यात माहिती करून घेऊया.

### १) गर्भावस्थेतील कारणं :

- \* गरोदर स्त्रीचं वय हा एक महत्वाचा घटक आहे. कमी वयातलं तसंच प्रौढपणी प्राप्त होणारं मातृत्व मूल मतिमंद जन्मण्यास कारणीभूत ठरू शकतं. १३-१४ व्या वर्षी शरीराची, गर्भाशयाची वाढही नीट झालेली नसते. ३५ व्या वयानंतर प्रथम गरोदर राहिल्यास मूल मतिमंद जन्माला येण्याची शक्यता अधिक असते.
- \* गरोदर स्त्रीचा आहार पुरेसा नसला, कोणत्याही कारणांनी तिला अति मानसिक दडपण येत असेल किंवा तिला खूप शारीरिक कष्ट करावे लागत असतील तर अशा गोष्टींचाही गर्भावर विपरित परिणाम होऊ शकतो. तपकीर, तंबाखू, सिगारेट यासारखी व्यसनं स्त्रीला असतील तर किंवा अशा प्रकारच्या कारखान्यांमध्ये काम करावं लागत असेल तर गर्भावस्थेत त्यापासून दूर राहणं गरजेचं आहे. नाही तर त्यातील विषारी घटकांचा गर्भावर विपरित परिणाम होऊन अपंगत्व येऊ शकतं.
- \* गरोदरपणात क्ष-किरण तपासणी केली तर या किरणांचाही गर्भाच्या मेंदूवर विपरित परिणाम होऊन जन्माला येणारं मूल मतिमंद होऊ शकतं.
- \* अशास्त्रीय पध्दतीने गर्भपात करण्यासाठी वापरलेली घरगुती औषधे, वैदुकडून घेतलेल्या मुळ्या किंवा इतर औषधे यामुळेही उलट परिणाम होऊन मूल मतिमंद होऊ शकतं.

- \* गरोदरपणात जर्मन गोवरसारखा आजार स्त्रीला झाल्यास किंवा पाय घसरून पडल्याने किंवा अशा प्रकारचा काही अपघात झाल्यानेही गर्भाच्या मेंदूला इजा पोहचण्याची शक्यता असते.

म्हणूनच गरोदरपणात स्त्रीची शारीरिक-मानसिक अवस्था सुदृढ असणं, रक्तदाब समतोल असणं, व्यायाम करणं, समतोल आहार आणि पुरेशी विश्रांती घेणं आवश्यक आहे. तितकंच व्यसनांपासून (अॅक्टिव्ह आणि पॅसिव्ह) दूर राहणं महत्वाचं आहे.

### २) जन्मतानाची कारणं :

गरोदरपणाइतकीच जन्म होत असतानाची परिस्थिती महत्वाची ठरते. काही वेळेला गर्भावस्थेत असताना मूल नॉर्मल असतं, पण प्रत्यक्ष जन्माच्या वेळची परिस्थितीही मूल मतिमंद होण्यास कशी कारणीभूत असते हे समजून घेऊया.

- \* प्रसूती ९ महिने पूर्ण होण्यापूर्वी झाली तर मुलाचे वजन अपुरं असतं. मेंदूची वाढ पूर्ण झालेली नसते. परिणामी गर्भाची वाढ पूर्ण झालेली नसताना सातव्या, आठव्या महिन्यात मूल जन्मले तर ते अशक्त, अपंग, मतिमंद असू शकतं. तसेच दिवस जास्त भरणं म्हणजे ४४ आठवड्यांपेक्षा जास्त कालावधी लागणं, अशा प्रसूतीतही अपंग मूल जन्माला येऊ शकतं.
- \* जन्मल्यानंतर बाळाचं रडणं म्हणजे त्याने किंवा तिने घेतलेला पहिला श्वास असतो. त्यामुळे या रडण्याला फार महत्त्व असतं. श्वास सुरु झाल्यावर मेंदूला प्राणवायू मिळू लागतो. या क्रियेला उशीर झाल्यास प्राणवायू लवकर न





मिळाल्यामुळे मेंदू दुखावला जातो. जन्माच्या वेळेस मूल उशिरा रडणं यासारख्या कुठल्याही कारणाने मुलाला श्वास घ्यायला त्रास झाला तर मेंदूला ऑक्सिजनचा, साखरेचा, क्षारांचा पुरवठा कमी झाला तर मेंदूला किंवा मेंदूच्या काही भागाला दुखापत होऊ शकते. शरीरातील वेगवेगळ्या इंद्रियांमध्ये मेंदू सर्वाधिक संवेदनशील असल्यामुळे थोडा वेळ जरी ऑक्सिजन मिळाला नाही तरी मेंदूची कार्यक्षमता कमी होते आणि त्यामुळे मूल अपंग किंवा मतिमंद होण्याची शक्यता असते.



त्या मुळे मेंदूचा कोणताही भाग दुखावला गेला तरी अंधत्व येणे, मतिमंदत्व येणे असे परिणाम होऊ शकतात.

\* आईच्या पोटातून बाहेर यायला वेळ लागल्यामुळे किंवा गळयाभोवती नाळेचे वेढे पडल्यामुळे मूल गुदमरतं, त्याला प्राणवायू मिळत नाही. त्यामुळे मेंदूतील काही पेशी निर्जीव होऊन बाळाच्या मेंदूला आघात होऊ शकतो. प्रसूतीला वेळ लागल्यावर चिमटे लावण्याची पध्दत (Forceb delivery) पूर्वी रूढ होती. तो चिमटा बाळाच्या मेंदूला इजा करतो आणि त्यामुळे आतील पेशी दुखावतात. तसेच जन्माच्या वेळी जर वेळ लागला, मेंदूतील रक्तवाहिनी तुटली तर मेंदूत आतल्या आत रक्तस्राव होऊन गर्भाच्या मेंदूवर परिणाम होतो. ही कारणेही मतिमंदत्व येण्यास कारणीभूत ठरतात.

\* मूल वेगाने बाहेर आल्याने त्याचे डोके आपटले किंवा शस्त्रक्रिया करताना वापरलेल्या साधनांमुळे त्याला इजा झाली तरी मेंदू दुखावला जाऊ शकतो.

### ३) जन्मानंतरची (प्रसूतीनंतरची) कारणं :

\* मूलाच्या जन्मानंतरचा सव्वा महिना फार महत्वाचा असतो. या काळात बाळाला कोणताही संसर्ग होण्यापासून फार जपावं लागतं. कारण संसर्गापासून ताप येतो आणि ताप मेंदूत जाण्याची शक्यता निर्माण होते. जन्मानंतर कावीळ होण्याचं प्रमाण नवजात गर्भामध्ये अधिक असतं. कावीळ किंवा तीव्र कावीळ झाल्यास याचा विपरित परिणाम होऊन बाळ मतिमंद होऊ शकतं.

\* काही मुलांना जन्मानंतर बाहेरून दिल्या जाणाऱ्या पदार्थांमधून विषबाधा होते. अन्नाचे रक्तात रूपांतर होण्यात अडचणी येतात, त्यामुळे मूल मतिमंद होऊ शकतं.

\* बाळाचा मेंदू नीट तयार नसेल किंवा वाढ-विकसन वयानुसार होत नसेल तसेच जंतुदोष झाला तरीसुद्धा मतिमंदत्व येऊ शकतं.

\* मेंदूच्या कवटीचे आवरण हे प्रामुख्याने मेंदूचं रक्षण करण्यासाठी असतं. यातील हाडे अर्भकावस्थेत अतिशय नाजूक असतात. त्यामुळे मूल उंचावरून पडले, काही अपघात झाला, जड वस्तू डोक्यावर पडली तर या साऱ्यामुळे आतील मेंदूला इजा होण्याची शक्यता असते. संपूर्ण शरीरात मेंदू अतिशय नाजूक व महत्वाचा भाग आहे. तेथील पेशींना इजा पोहचली तर त्या नव्याने बनत नाहीत.

\* बाळाची पचनक्रिया नीट न झाल्यास किंवा शौचाला जास्त प्रमाणात झाल्यास किंवा खूप उलटया झाल्या तर त्याच्या शरीरातील पाण्याचे व क्षारांचे प्रमाण कमी होऊन मेंदूतील पेशी मरतात व अधूपणा येऊ शकतो.

\* कधी मेंदूच्या काही भागांची किंवा काही पेशींची वाढच झालेली नसते. त्यामुळे स्मरणशक्ती, आकलनशक्ती यावर परिणाम होतो.

\* कधी कवटीची वाढ खुंटल्यामुळे मेंदूच्या वाढीला वाव मिळत नाही. (मायक्रोसिफॅली) कधी एपिलेप्सी (अपस्मार) किंवा फिट्समुळे मेंदूत लहान-मोठी विद्युतवादळे होतात त्याचा वर्तनावर परिणाम होतो.

\* कधी मेंदूभोवती पाण्याचा थर वाढतो. डोकं वाजवीपेक्षा मोठं दिसू लागतं. (हायड्रोसिफॅली)

\* तर कधी रंगसूत्रातल्या (DNA) दोषामुळे (डाऊन्स सिंड्रोम) मेंदू विकसित झालेला नसतो.

\* लोह कमी असलेल्या ऑनिमिक मुलांमध्येही मतिमंदत्व येऊ शकतं.

अनेकदा मतिमंद मूल जन्माला आलं की बुवा-बाबाकडे जाणं, अंगारे-धुपारे करणं असे निरर्थक प्रयत्न केले जातात. डॉक्टरांकडून शास्त्रीय कारणं समजून घेणं आवश्यक असतं. आपण पाहिलं, की मतिमंदत्व येण्यामागची अनेक कारणं आहेत, वेगवेगळ्या टप्प्यावर मतिमंदत्व येऊ शकतं. त्यामुळे प्रत्येकाच्या बाबतीतली कारणं, परिस्थिती ही वेगवेगळी असू शकते.

तसंच प्रतिबंधाच्या दिशेने विचार करता, मतिमंदत्वामागील कारणं सर्वांनाच माहिती असतील तर आवश्यक काळजी योग्य वेळीच घेता येते!

**मतिमंद मूल जन्माला आलं, की पालक म्हणून, शिक्षक म्हणून, तर कधी समाजाचा एक घटक म्हणून आपल्याला विविध प्रश्न पडू लागतात. काही गोष्टी मागच्या पिढीकडून पुढच्या पिढीकडे परंपरेनं जात राहतात, तसेच हे प्रश्न काहीसे परंपरेनं पुढे येत राहिलेले... पण काही गोष्टी विज्ञानाच्या आधारावर तपासून पाहणंही गरजेचं असतं. मग आपल्याला आपल्या प्रश्नांची उत्तरं मिळायला लागतात आणि महत्वाचं म्हणजे गैरसमजुतींना, अंधश्रद्धांना निःसंकोचपणे निरोप देता येतो. प्रशिक्षण कार्यक्रमांतून, आधार गटाच्या सत्रांतून शिक्षक-पालक, कार्यकर्त्यांशी संवाद साधताना जाणवलेले, काही मनातले, काही अनेकदा विचारले गेलेले, असे मतिमंदत्वाविषयीचे, लैंगिकतेविषयीचे काही प्रश्न आणि उत्तरं 'प्रश्न मनातले' या खास सदरात आपल्या सर्वांसाठी..!**

**?** मतिमंद मूल जन्माला येणं हे शुभ किंवा अशुभ असतं का ?

उत्तर - वरील दोन्ही प्रश्न अनेकदा पालकांच्या किंवा नातेवाईकांच्या मनात घर करून असतात. याच उत्तर आहे, मतिमंद मूल जन्माला येणं हे शुभ किंवा अशुभ मानणं याला काहीही शास्त्रीय आधार नाही. तसेच पालकांनी कुठल्या तरी जन्मी केलेल्या पापाचं फळ किंवा परतफेड म्हणूनही मतिमंद मूलाकडे पाहिलं जातं. पण हा गैरसमज आहे. मतिमंद मूल जन्माला येण्यामागील शास्त्रीय कारणं समजून घेणं उचित ठरेल. आजच्या अंकात आपण ही कारणं दिलेली आहेत.

**?** मतिमंदत्व बरं होऊ शकतं का ?

उत्तर - मतिमंदत्व हा आजार नाही, मेंदूतील बिघाडामुळे आलेले बौद्धिक अपंगत्व आहे, त्यामुळे ते पूर्णपणे बरं होऊ शकत नाही.

**?** बाकीच्या कितीतरी गोष्टी या मुलांना स्वतंत्रपणे करता येत नाहीत. मग लिंगाला हात लावणं, एकमेकांकडे बघणं हे कसं कळतं ?

उत्तर - मतिमंदत्व हे बुद्धीशी संबंधित अपंगत्व आहे. त्यामुळे सामान्य मुला-मुलींच्या तुलनेत त्यांचा बुद्ध्यांक कमी असतो. त्यामुळे रोजच्या जीवनातील अनेक गोष्टी स्वतंत्रपणे करणं त्यांना अवघड जाते. पण सामान्य समजल्या जाणाऱ्या मुलांप्रमाणेच मतिमंद किंवा इतर अपंगत्व असलेली मुलंदेखील वयात येत असतात. इतर मुला-मुलींप्रमाणेच या मुला-मुलींमध्येही शारीरिक, मानसिक बदल होत असतात. त्यामुळे नैसर्गिकरित्या या मुला-मुलींनाही लैंगिक भावना जाणवतात. मात्र इतरांसमोर लिंगाला हात लावू नये किंवा चार-चौघांसमोर कसे वागावे, याचे सामाजिक नियम किंवा बंधने मतिमंद मुलांना समजत नाहीत कारण त्यांच्या बुद्धीची क्षमता मर्यादित असते.

वरील बाबी लक्षात घेता मुला-मुलीने सर्वासमोर केलेले लैंगिक वर्तन हे स्वतःचा अपमान न समजता मुलांवर हात न उगारता, तो प्रसंग हाताळण्याचा प्रयत्न करावा. तसेच काही मतिमंद मुला-मुलींना काही गोष्टी या ते एकटे असताना किंवा बाथरूममध्ये असताना करायच्या असतात हे वारंवार आणि योग्य पद्धतीने सांगितले असता समजू शकते.



बऱ्याचदा मुलं-मुली एकमेकांच्या जवळ जातात. अंगाला हात लावून आपल्या भावना व्यक्त करतात. उदा.

शिक्षिकांना तुमची व्हाडी छान आहे, तुम्हाला छान दिसतेये, असं म्हणतात. बऱ्याचदा ही मुलं त्यांच्या शिक्षिकेमध्ये आई, बहिण, मैत्रीण, प्रेयसी अशी विविध रूपे क्षीधून बोलतात. जसे की मिलेक्ष (माव बदलले आहे) नेहमी आम्हाला म्हणतो की आपण बागेत जाऊयात, एकाच बाकावर बसून कोल्ड ड्रिंक घेऊयात, गाडीवकून पिकवला जायचे आहे, गप्पा मारायच्या आहेत. या संभाषणानंतर शिक्षिकेने न चिडता त्यांच्याशी एखाद्या मैत्रीणीप्रमाणे गप्पा मारल्या व त्यांच्या मनात चालणाऱ्या मोंधळ कमी केला. यावेळी शिक्षिकेने हा असा गप्पा कसा मारतो ? लाज नाही वाटत ? मी त्याची शिक्षिका आहे, अशा प्रकारचे कुठलेही विचार मनात आणू नयेत. उलट त्यांच्याशी मोकळेपणाने बोलते. मैत्री, प्रेम या नात्यांचा अर्थ निव्वळपणे विविध पद्धतीने समजावून द्यावा कारण टी. व्ही., वर्तमानपत्रे, पुस्तके यांचा पगडा मुलांवर असतो. ही मुले इतरांचे अनुकरण करत असतात.

- कलिका मुजूमदार, माधवी ओमळे व्यावसायिक शाळा, पुणे

# स्वीकार आधार गट

मतिमंद मुला-मुलींच्या पालकांसाठी

पालक बनणं हा अनेकदा अविस्मरणीय आनंदाचा अनुभव असतो. पण त्याबरोबरच नवनवीन जबाबदाऱ्या पेलण्याची कसरतही सुरु होते. त्यातही जेव्हा मुलांच्या काही विशेष गरजा असतात, तेव्हा त्यांना वाढवताना पालकांच्या क्षमता पणाला लागतात. मतिमंद मुलं-मुली वयात येतानाच पालकांना वेगवेगळे प्रश्न भेडसावू लागतात. कसं आणि कुणाला सांगावं? अशी स्थिती बनलेली असते. म्हणूनच 'पालक' म्हणून आपल्याला समजून घेणारी आणि मनाला उभारी देणारी एक जागा हवी असते. 'स्वीकार' आधार गटाच्या माध्यमातून 'पालकांसाठीची स्पेस' तयार करण्याचा प्रयत्न तथापि ट्रस्ट करत आहे. काय आहे हा गट हे थोडक्यात समजून घेऊया..



## 'स्वीकार' गटाची उद्दिष्टे -

- \* किशोरवयातील बदलांविषयी शास्त्रीय माहिती, सकारात्मक दृष्टीकोन पालकांपर्यंत पोचवणं.
- \* मतिमंद मुला-मुलींच्या लैंगिकता शिक्षणाचे विविध पर्याय शोधणं.
- \* या मुला-मुलींना लैंगिक आणि इतर हिंसेपासूनही सुरक्षित राहता यावं, यासाठी पर्याय शोधणं.
- \* याविषयी पालकांची समज आणि क्षमता वृद्धिंगत करणं.

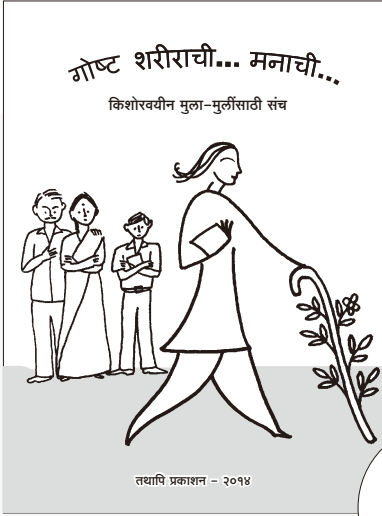
## 'स्वीकार' गटाची वैशिष्ट्ये -

- \* पुणे आणि परिसरातील मतिमंद मुला-मुलींच्या पालकांसाठी (आई-वडील, मतिमंद मुला-मुलींचा सांभाळ करणाऱ्या व्यक्ती) 'स्वीकार' गटाची स्थापना.
- \* तरीही मतिमंद मुलांचे शिक्षक, समुपदेशक, कार्यकर्ते यांनाही या गटाशी जोडले जाण्याची संधी.
- \* तज्ञ व्यक्ती, वेगळे आणि सकारात्मक मार्ग निवडणारे पालक, शिक्षक यांच्याबरोबर संवाद साधण्याची संधी.
- \* 'मतिमंदत्व आणि लैंगिकता' या विषयाबरोबरच मतिमंदत्वाची कारणे, मुला-मुलींचे आर्थिक पुनर्वसन, कायदे व योजना, पालकत्व अशा संबंधित विषयांवरही मार्गदर्शन.
- \* प्रत्येक महिन्यात साधारणपणे दोन तासांच्या सत्राचे आयोजन.
- \* निःशुल्क सदस्यत्व.
- \* कालांतराने पालकांच्या स्वयंप्रेरणेतूनच या गटाचे कार्य पुढे जावे असा मानस.

स्वतःला मदत करतानाच इतरांनाही मदत करण्याची संधी हे गट आपल्याला देतात. 'स्वीकार गट' ही पालकांसाठी अशी 'स्पेस' असेल, जिथं ते आपलं मन मोकळं करू शकतात, इतर पालकांशी, तज्ञांशी संवाद साधू शकतात... मतिमंद मुला-मुलींचं वयात येणं आणि भावनांची अभिव्यक्ती निकोपपणे समजून घेऊ शकतात... आधाराची, मदतीची ही देवाण-घेवाण पालकांच्या सहकार्यातून अविरतपणे चालू राहू शकते. तेव्हा 'स्वीकार' गटासाठीचे आपले सदस्यत्व ९५२७२८५७९६ या क्रमांकावर अवश्य नोंदवा. सप्टेंबर २०१६ पासून स्वीकार गट सुरु झाला असून आत्तापर्यंत विविध विषयांवरील नऊ सत्रं घेण्यात आली आहेत आणि पालकांचा सकारात्मक प्रतिसाद मिळत आहे. असे आधार गट आपणही आपापल्या परिसरात नक्कीच सुरु करू शकता. त्यासाठी काही मार्गदर्शन हवे असल्यास जरूर कळवा.

**आधार देऊया.. आधार घेऊया... 'स्वीकार' गटाशी नातं जोडूया !**

## ‘अपंगत्व आणि शरीर साक्षरता’ संसाधनाविषयी...



सन २०१३ पासून ‘अपंगत्व आणि शरीर साक्षरता’ हा उपक्रम तथापिने हाती घेतला आणि महाराष्ट्रातील काही जिल्ह्यांमध्ये जाऊन गटचर्चांच्या माध्यमातून अंध आणि मतिमंद मुलं-मुली, त्यांचे पालक, शिक्षक, समुपदेशक आणि कार्यकर्ते यांच्याशी संवाद सुरु झाला. या प्रक्रियेतूनच खालील संसाधन प्रकाशित करण्यात आली आहेत. याविषयी थोडक्यात...

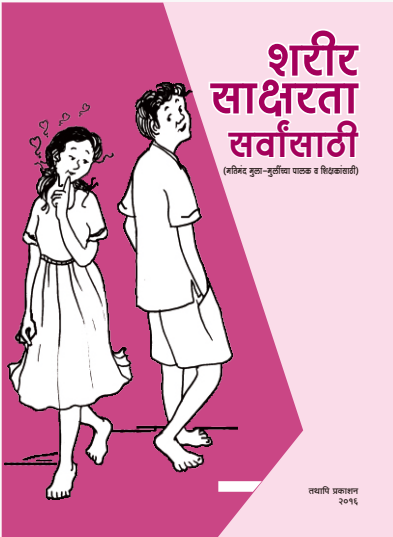
### १) गोष्ट शरीराची... मनाची... - देणगी मूल्य रु. ३००

अंध किशोरवयीन मुला-मुलींसाठी ब्रेल लिपीत पुस्तक व ऑडीओ सीडी, पालक-शिक्षकांसाठी मार्गदर्शिका असा हा संच आहे. शरीर व मनाची ओळख, मुला-मुलींचं वयात येणं, सुरक्षित राहणं, जोडीदाराची निवड, लैंगिक आरोग्य याविषयी शास्त्रीय माहिती व दृष्टीकोन पोचवण्याचा प्रयत्न केला आहे.

### २) शरीर साक्षरता सर्वांसाठी - देणगी मूल्य रु. २००

हे मतिमंद मुला-मुलींच्या पालक व शिक्षकांना उपयुक्त ठरणारे पुस्तक आहे, ज्यामध्ये मतिमंद मुला-मुलींचं वयात येणं, त्यांची लैंगिक गरज, याबाबतचे पालक-शिक्षकांचे अनुभव आणि लैंगिकता शिक्षणाचे काही सकारात्मक पर्याय याविषयी लिहिलं आहे.

याशिवाय ‘अपंगत्व आणि लैंगिकता’ याविषयीचा प्रशिक्षण कार्यक्रम राबवला जात आहे. गोवा, यवतमाळ, औरंगाबाद, सिंधुदुर्ग, सोलापूर येथील काही मतिमंद शाळांच्या सहकार्याने मतिमंदत्व आणि लैंगिकता या विषयावर प्रशिक्षण घेण्यात आली आहेत. अंध मुलं-मुली, त्यांचे पालक-शिक्षक, संस्थामध्ये, शाळांमध्ये काळजी घेणाऱ्या, सांभाळ करणाऱ्या व्यक्ती यांच्यासाठीही प्रशिक्षण घेण्याचा तथापिचा मानस आहे. आपण आपल्या भागात ही प्रशिक्षण आयोजित करू इच्छित असाल तर तथापिशी नक्कीच संपर्क साधू शकता...



PRINTED MATTER

बुक पोस्ट



तथापि ट्रस्ट,

फ्लॅट क्र. १, ७३, संगम सोसायटी, बिबवेवाडी,  
सातारा रोड, पुणे ४११०३७  
फोन : ०२० ६५२२४८४९ / ९५२७२८५७९६  
ईमेल : tathapi@gmail.com  
वेबसाईट : www.tathapi.org  
letstalksexuality.com

अंकातील प्रत्येक मताशी तथापि संस्था सहमत असेलच असे नाही. अंकाचा व संस्थेचा उल्लेख करून कोणालाही या अंकातील माहितीचा वापर करता येईल.

खाजगी वितरणासाठी