

सामाजिक संपर्क के माध्यम से विशेष जरूरतों वाले बच्चों की मदद करना ।



अपने बच्चे के लिए सामाजिक मंडल बनाना

अपने बच्चे के सामाजिक कौशल पर काम करने के लिए कुछ प्रमुख बातें:

- बच्चे के जीवन में मौजूद सारे लोगों की **पहचान करना** ।
- उन लोगों को ५ अलग मंडलों में **विभाजित करना** । (ऐसा करने का तरीका आगे की स्लाइड्स में दिखाया है)
- हर मंडल के भीतर बातचीत को प्रेरित करने के **माध्यमों को** समझना ।

**हर मंडल का आपसी संपर्क
उसके आगे के मंडल को
मजबूती देगा !**

जैसे कि, पहला मंडल दूसरे, तीसरे, चौथे, पांचवें
मंडल को मजबूत बनाएगा ।



बच्चे के सामाजिक मंडल में मौजूद लोग



पांचवा मंडल

आपके परिवार जैसे ही समान
भौगोलिक समुदाय के लोग।
जैसे कि आपके देश के नागरिक

5

1



पहला मंडल

हर रोज बच्चे से बातचीत करने वाले
लोग - माता/पिता, भाई/बहन,
दादा/दादी, नाना/नानी



4

2



चौथा मंडल

समूह के सदस्य और बच्चे की
मातृभाषा बोलने वाले लोग।
जैसे कि आपके परिवार जैसी ही
समान सांस्कृतिक पार्श्वभूमि के लोग



तीसरा मंडल

थेरेपी केंद्र, स्कूल्स, किराने की दुकान, छोटी
दुकानें या ऐसी कोई भी जगह जो बच्चे की
दिनचर्या का हिस्सा हो।

दूसरा मंडल
अक्सर बच्चे से बातचीत करने वाले
लोग- कामवाली बाई, परिवार के अन्य
सदस्य, दोस्त, पड़ोसी





पहले मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें ?

अपना तरीका पहचानें।

आप अपने संपर्क में आने वाले बच्चे या बड़ों के साथ बातचीत करते हुए अलग अलग तरीकों का उपयोग कर सकते हैं।

- i. कभी कभार आप बच्चे की तरह मजेदार, उत्साह से भरपूर, बिंदास रवैया अपना सकते हैं।
- i. अन्य समय आप एक अनुशासित, गंभीर व हिफाजत करने वाले अभिभावक की भूमिका निभा सकते हैं।
- i. इसके अतिरिक्त, आप निष्पक्ष और तर्कसंगत व्यक्ति भी बन सकते हैं।

जिस तरह से आप परिस्थितियों पर प्रतिक्रिया देते हैं, वह आपके बच्चे के सीखने, प्रतिक्रिया देने व दूसरों के साथ संपर्क बनाने को प्रभावित करेगा।





पहले मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें?

आपको क्या प्रेरित करता है यह समझें ।

- i. क्या आप काम पर ज्यादा ध्यान देते हैं?
- ii. क्या आप परिणाम पर ज्यादा ध्यान देते हैं?
- iii. क्या आप इस बात पर ज्यादा ध्यान केंद्रित करते हैं कि आप के काम के प्रति लोगों की क्या प्रतिक्रिया है ?
- iv. क्या आप प्रेरणा उन्मुख हैं ?
- v. क्या आप अपने काम पर इसलिए ज्यादा ध्यान केंद्रित करते हैं क्योंकि इस काम से आप को खुशी मिलती है ?



आपको देख कर, बच्चे सीख सकते हैं कि विभिन्न कार्यों और इंटरैक्शन के लिए प्रेरणा भिन्न हो सकती है ।

अपने माता पिता को देखने से बच्चे परिस्थिति को बेहतर तरीके से समझेंगे ।



पहले मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें?

परिस्थिति में संतुलन बनाए रखें ।

यदि माता पिता हमेशा बच्चों वाला रवैया अपनाएं

हो सकता है कि बच्चा आपको गंभीरता से न ले व आपकी सूचनाओं का पालन न करे।

वह असुरक्षित महसूस कर सकता है व हो सकता है कि किसी भावनिक संकट से गुजरते वक्त वह अपने माता पिता की मदद न ले ।

यदि माता पिता हमेशा 'अभिभावक' वाला रवैया अपनाएं

हो सकता है कि बच्चा विद्रोही, तनावग्रस्त, अमिलनसार बने या अपने तनाव को न संभाल सके ।



सबसे अच्छा तरीका कौन सा है ?

अपनी भूमिका निभाते वक्त **अभिभावक**, बच्चे व वयस्क इन सबका **संमिश्रण** कर बर्ताव करना यह सबसे अच्छा तरीका है जो बच्चे को सुरक्षित महसूस कराने में मददगार साबित होता है और बच्चे को यकीन दिलाता है कि उसके माता पिता उसके जीवन में एक स्थिर और आरामदायक उपस्थिति हैं।





दूसरे मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें?

दूसरे मंडल में पहले मंडल के आपसी संपर्क से सीखी हुई बातों का समावेश होता है।

बच्चे अपने अभिभावकों के सामाजिक संपर्क के आधार पर अपनी प्रतिमा बनाते हैं।

आपके बच्चे के दूसरे मंडल में कौन से लोग हैं इस बात पर उसका दूसरे मंडल में आपसी संपर्क निर्धारित है।



उदाहरण के तौर पर जब बच्चे को घर के कामों में सहायता करने वाले लोगों के साथ बातचीत करनी हो -

- i. यदि सहायता विशेष रूप से सिर्फ बच्चे के लिए ली गयी हो तो माता पिता को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि बच्चा उस व्यक्ति के साथ सहज महसूस करे एवं बच्चे की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए उस पर नजर रखनी चाहिए।
- i. यदि सहायता घर के कामों के लिए ली गयी हो तो उस व्यक्ति के साथ बच्चे की बातचीत कैसी होनी चाहिए इस बात का निर्णय अभिभावकों को लेना चाहिए व उस के अनुसार बच्चे को प्रोत्साहित करना चाहिए।



तीसरे मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें?

बच्चा अपने संपर्क में आने वाले लोगों के साथ खासकर अपने समवयस्कों (दोस्तों) के साथ बातचीत करे इसके लिए यह कुछ सुझाव हैं

- i. बच्चे को **स्वतंत्रता** दें और हमेशा थेरेपी केंद्र या स्कूल में जाकर उनपर नजर न रखें ।
- ii. बच्चे से बात करते वक़्त जरा भी हिचकिचाहट महसूस न करें पर ध्यान रखें कि बात करने का तरीका **संरचित** हो ।
- iii. **बातचीत करते वक़्त** बच्चे पर विश्वास रखें। जब चिकित्सक(थेरेपिस्ट) बच्चे से बात कर रहे हों तो आप तुरंत बीच में न बोलें। बच्चे को **आत्मनिर्भर** बनने दें।
- iv. बच्चे को उसके **दोस्तों के साथ बात** करने दें। उसे परिस्थिति खुद ब खुद संभालने दें।
- v. सार्वजनिक जगहों पर जब लोग घूर रहे हों , तो तुरंत वहाँ से चले न जाएं । अपने बच्चे की स्थिति के बारे में उन्हें समझाने की कोशिश करें व उन्हें **सिखाएं** ।





तीसरे मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें?

बच्चे को अपनी दिनचर्या बनाने दें, उसे दिनचर्या बनाना सिखाएं और वह खुद इसे बनाए इस बात पर जोर दें !

- i. बच्चे को अपनी दिनचर्या खुद बनाने दें। (आप सहायता करें पर ध्यान रखें कि निर्णय लेने की प्रक्रिया में बच्चे का सक्रिय सहभाग हो)।
- ii. बच्चे को अपने थेरेपी सेशन में सीखी बातों का घर पर प्रयोग करने दें।
- iii. वह कहाँ गलती कर रहा है इस बात को समझें। गलती पर उंगली रखने की बजाय उसे अपनी गलतियों से सीखने दें।
- iv. स्कूल या थेरेपी केंद्र में जाते वक़्त उसे अपने आप तैयार होने दें।
- v. जो भी थेरेपी बच्चे पर चल रही है उसे उस थेरेपी का वास्तविक जीवन में महत्व समझाएं।





तीसरे मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें ?

व्यावहारिक कौशलों पर लक्ष केंद्रित करना ।

बच्चे की सीखने की प्रक्रिया में स्कूली शिक्षा पर ज्यादा जोर दिया जाता है जबकि व्यावहारिक शिक्षा को पर्याप्त महत्व नहीं दिया जाता जैसे कि रोजमर्रा के कामकाज और व्यस्तता के लिए आवश्यक कौशल ।

बच्चे को कार्यात्मक कौशल सीखने में संलग्न करने के लिए कुछ सुझाव

- बच्चे को घर में उपलब्ध फल व सब्जियां पहचानना सिखाएं ।
- उसे वर्णमाला के हर अक्षर से घर की किसी चीज का नाम बताने को कहें ।
- बच्चा जो सीख रहा है उस पर आधारित प्रश्न पूछें ताकि वह स्कूली शिक्षा का वास्तविक उपयोग समझे ।

कुछ इस तरह के सवाल पूछें

क्या समय हुआ है ?

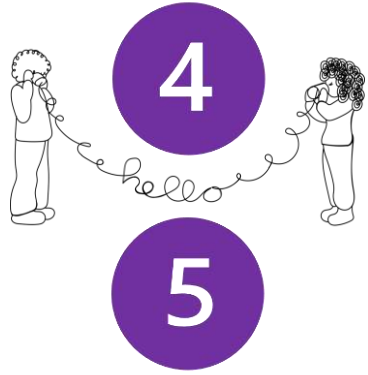
पिताजी कहाँ हैं?

हम कब खाना खाते हैं?

वो कौन है ?

घर की चाबियाँ कहाँ हैं ?





चौथे व पांचवें मंडल में आपसी संपर्क को मजबूत कैसे बनायें?

पहले तीन मंडल में सक्रिय सहभाग एवं संपर्क चौथे व पाँचवें मंडल के लोगों से बातचीत की नींव रखता है।

अपना सामाजिक मार्ग खुद ढूंढने में बच्चे की मदद करने के कुछ आम सुझाव -

- i. अपने बच्चे को बाहर निकलने दें व बाहर की दुनिया खुद अपनी आँखों से देखने दें।
- i. हमारा काम उन्हें अपने अनुभवों और सामाजिक व्यस्तताओं से निपटने के अपने तरीके को खोजने की अनुमति देते हुए उन्हें तैयार करने का है।
- i. चलिए अपने बच्चों को अधिक श्रेय दें ताकि हमारी समझ से भी परे उनमें छुपी आंतरिक क्षमताएं सामने आएँ।



inform • connect • empower



Nayi Disha & parents

Where Hope Meets Courage

are here to help!

Nayi Disha's *parent WhatsApp groups* & **monthly support groups** are here for all your doubts regarding raising a special-needs child.

To join the parent community &/or for more information, write to us:

contactus@nayi-disha.org

