Nayi Disha
Where Hope Meets Courage

డా.నీనా వైద్య
పిడియాట్రిషన్

ప్రత్యేక అవసరాలు ఉన్న పిల్లల్లో సామాజిక భాగస్వామ్యాన్ని పెంపొందించడం

మీ పిల్లల కోసం సామాజిక వర్గాలను (సోషల్ సర్కిల్స్) రూపొందించడం

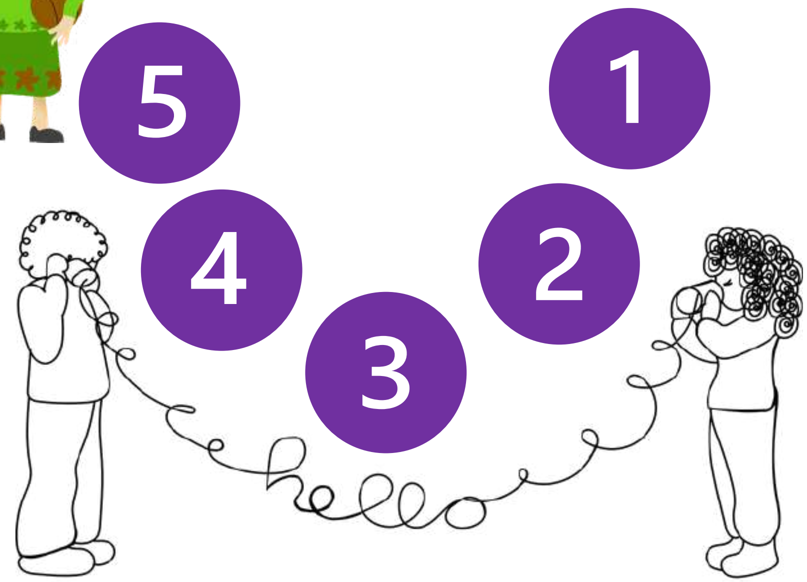
మీ పిల్లల సామాజిక నైపుణ్యాలను అభివృద్ధి చేయడానికి ముఖ్యమైన అంశాలు

- మీ పిల్లల జీవితంలో భాగమైన వ్యక్తులందరినీ గుర్తించండి.
- వారిని ఐదు వేర్వేరు సామాజిక వర్గాలు (సోషల్ సర్కిల్స్) గా విభజించండి.
- ప్రతి సామాజిక వర్గంలోని వ్యక్తులతో మీ పిల్లలు పరస్పర చర్యలను ప్రోత్సహించే మార్గాల గురించి తెలుసుకోండి

ఒక సామాజిక వర్గంలో ఏర్పడిన పరస్పర చర్యలు, తరువాతి సామాజిక వర్గాలను కూడా క్రమంగా బలోపేతం చేస్తాయి.

ఉదా:మొదటి సామాజిక వర్గం బలపడితే, అది 2,3,4 మరియు 5 వ వర్గాలను బలోపేతం చేస్తుంది.

మీ పిల్లల సామాజిక వర్గాల్లో ఉన్న వ్యక్తులు



సామజిక వర్గం 5

మీ కుటుంబం నివసించే భౌగోళిక సమాజానికి చెందిన వ్యక్తులు. ఉదాహరణకు, ఒక దేశానికి చెందిన పౌరులు.

సామజిక వర్గం 4

మీ పిల్లలతో ఒకే భాష మాట్లాడే సమాజ సభ్యులు మరియు వ్యక్తులు.

ఉదాహరణకు, మీ కుటుంబానికి చెందిన సంప్రదాయాలు,ఆచారాల వంటి సాంస్కృతిక నేపథ్యం ఉన్న వ్యక్తులు.

సామజిక వర్గం 3

థెరపీ కేంద్రాలు, పాఠశాల, కిరాణా దుకాణాలు, చిన్న దుకాణాలు, మీ పిల్లల రోజువారీ కార్యక్రమంలో భాగమైన ఇతర ప్రదేశాలు, కలిసే వ్యక్తులు

సామజిక వర్గం 1

ప్రతిరోజూ మీ పిల్లలతో ఎక్కువ సమయం గడిపే వ్యక్తులు.

తల్లిదండ్రులు, తోబుట్టువులు, అమ్మమ్మ / నానమ్మ, తాతయ్య

సామజిక వర్గం 2

మీ పిల్లలతో తరచుగా పరస్పర చర్యలు చేసే వ్యక్తులు.

సంరక్షకులు, ఇంటి పనివారు, బంధువులు, స్నేహితులు, పొరుగువారు

1 మొదటి సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

మీ విధానాన్ని గుర్తించండి

మీ పిల్లలతో లేదా మీ చుట్టూ ఉన్న వారితో మాట్లాడేటప్పుడు, పరిస్థితిని బట్టి మీరు వేర్వేరు విధాలుగా స్పందించవచ్చు.

- కొన్నిసార్లు, సరదాగా, ఉత్సాహంగా, పిల్లలతో కలిసి ఆనందంగా ఆడుకునే వ్యక్తిగా వ్యవహరించవచ్చు.
- మరికొన్ని సందర్భాల్లో, క్రమశిక్షణను నేర్పించే, బాధ్యతాయుతమైన మరియు రక్షణ కల్పించే తల్లిదండ్రులుగా ఉండవచ్చు.
- అలాగే, అవసరమైనప్పుడు ప్రశాంతంగా, పక్షపాతం లేకుండా మరియు పరిస్థితిని అర్థం చేసుకునే పరిణితి చెందిన వారిలా కూడా వ్యవహరించవచ్చు.

మీరు పరిస్థితులకు ఎలా స్పందిస్తారో, మీ పిల్లలు కూడా అదే విధంగా నేర్చుకోవడం, స్పందించడం మరియు ఇతరులతో ఎలా మెలగాలో నేర్చుకోవడంపై ప్రభావం చూపుతుంది.

1 మొదటి సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

మిమ్మల్ని ముందుకు నడిపించేది ఏమిటో తెలుసుకోండి

- పనిని పూర్తి చేయడానికే మీరు ఎక్కువ ప్రాధాన్యం ఇస్తారా?
- ఆ పని వల్ల వచ్చే ఫలితంపైనే మీరు ఎక్కువ దృష్టి పెడతారా?
- మీరు చేసే పనికి ఇతరులు ఎలా స్పందిస్తున్నారనే విషయానికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యం ఇస్తారా?
- మీకు స్ఫూర్తినిచ్చే పనులు చేయడానికే మీరు ఎక్కువ ఆసక్తి చూపుతారా?
- ఆ పని చేయడం మీకు ఆనందాన్ని కలిగిస్తుందనే కారణంతోనే దానిపై ఎక్కువ దృష్టి పెడతారా?

పిల్లలు మిమ్మల్ని గమనించడం ద్వారా ఎంతో నేర్చుకుంటారు. వివిధ పనులు చేయడానికి లేదా ఇతరులతో మెలగడానికి ప్రతి ఒక్కరికీ వివిధ కారణాలు ఉండవచ్చని వారు అర్థం చేసుకుంటారు.

తల్లిదండ్రులను గమనించడం ద్వారా, పిల్లలు పరిస్థితులను మరింత బాగా అర్థం చేసుకోవడం మరియు వాటికి తగిన విధంగా స్పందించడం నేర్చుకుంటారు.

1

మొదటి సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

పరిస్థితిని సమతుల్యంగా నిర్వహించండి

తల్లిదండ్రులు ఎప్పుడూ 'పిల్లల్లాగే' మాత్రమే ప్రవర్తిస్తే...

మీ పిల్లలు మిమ్మల్ని అంతగా సీరియస్‌గా తీసుకోకపోవచ్చు లేదా మీ సూచనలను పాటించకపోవచ్చు. భావోద్వేగపరంగా ఇబ్బంది ఎదురైనప్పుడు, వారు మీ వద్దకు సహాయం కోసం రావడంలో సంకోచించవచ్చు లేదా తగిన భద్రతాభావాన్ని పొందకపోవచ్చు.

తల్లిదండ్రులు ఎప్పుడూ 'తల్లిదండ్రుల పాత్ర' లోనే ఉంటే...

మీ పిల్లలు మీ మాట వినకపోవచ్చు, ఒత్తిడికి గురికావచ్చు, ఒత్తిడిని ఎలా ఎదుర్కోవాలో నేర్చుకోవడంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కోవచ్చు.

అయితే, ఉత్తమ విధానం ఏమిటి?

పరిస్థితిని బట్టి, **తల్లిదండ్రిగా, పిల్లల్లాగా, అలాగే పరిణతి చెందిన పెద్దవారిలా** అవసరానికి అనుగుణంగా స్పందించడం ఉత్తమ విధానం. తల్లిదండ్రులు ఎప్పుడూ తమకు అండగా ఉంటారని, భద్రతను కలిగించే వ్యక్తి అని నమ్మకం పెంచుకుంటారు.

రెండవ సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

రెండవ సామాజిక వర్గంలోని వ్యక్తులతో పిల్లలు ఎలా మెలగాలో, మొదటి సామాజిక వర్గంలో పొందిన అనుభవాల ద్వారా నేర్చుకుంటారు.

పిల్లలు తమ తల్లిదండ్రులు ఇతరులతో ఎలా మాట్లాడతారు, ఎలా ప్రవర్తిస్తారు, ఎలా మెలుగుతారు అనే విషయాలను గమనించి వాటిని అనుసరించడం ప్రారంభిస్తారు.

పిల్లవాడి రెండవ వర్గంలోని పరస్పర చర్యలు, ఆ వర్గంలో ఉన్న వ్యక్తులపై ఆధారపడి ఉంటాయి.

ఉదాహరణకు, ఇంటి పనుల్లో సహాయం చేసే వ్యక్తులతో పరస్పర చర్యలు

- మీ పిల్లల సంరక్షణ కోసం ప్రత్యేకంగా సహాయకులను నియమించినట్లయితే, వారితో మీ పిల్లలు సౌకర్యంగా ఉన్నారో లేదో నిర్ధారించుకోండి. అలాగే, మీ పిల్లల భద్రతపై ఎల్లప్పుడూ శ్రద్ధ వహించండి.

- ఇంటి పనుల్లో మీకు సహాయం చేయడానికి మాత్రమే సహాయకులను నియమించినట్లయితే, వారితో మీ పిల్లలు ఎంతవరకు మెలగాలో తల్లిదండ్రులే నిర్ణయించి, అందుకు అనుగుణంగా పిల్లలకు మార్గనిర్దేశం చేయాలి.

మూడవ సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

మీ పిల్లలు రోజూ కలిసే వ్యక్తులతో, ముఖ్యంగా వారి తోటి పిల్లలతో (స్నేహితులతో), సామాజికంగా మెలగడానికి సహాయపడే కొన్ని సూచనలు

i. థెరపీ కేంద్రాలు లేదా పాఠశాలలో మీ పిల్లలను ఎప్పుడూ గమనిస్తూ ఉండకండి. వారికి స్వతంత్రంగా ఇతరులతో కలిసి మెలిగే అవకాశాన్ని ఇవ్వండి.

ii. మీ పిల్లలతో మాట్లాడటానికి వెనుకాడకండి. అయితే, ఆ సంభాషణలు **స్పష్టంగా, క్రమబద్ధంగా** ఉండేలా చూసుకోండి.

iii. మీ పిల్లలను **వారుగా మాట్లాడే అవకాశాన్ని కల్పించండి**. థెరపిస్ట్ మీ పిల్లలతో మాట్లాడుతున్నప్పుడు వెంటనే మధ్యలో జోక్యం చేసుకోకుండా, వారు స్వయంగా స్పందించేందుకు సమయం ఇవ్వండి. ఇది వారి స్వతంత్రతను పెంపొందించడంలో సహాయపడుతుంది.

iv. మీ పిల్లలను **తోటి పిల్లలతో కలిసే అవకాశాన్ని కలిగించండి**. వారు ఎదుర్కొనే పరిస్థితులను, వారే పరిష్కరించుకునేలా ప్రోత్సహించండి.

v. బహిరంగ ప్రదేశాల్లో ఎవరైనా మీ పిల్లలవైపే చూస్తుంటే, వెంటనే ఆ పరిస్థితి నుండి బయట పడటానికి ప్రయత్నించకండి. పరిస్థితి అనుకూలంగా ఉంటే, మీ పిల్లల నిర్ధారణ గురించి వివరించి, వారికి **అవగాహన కల్పించండి**.

మూడవ సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

మీ పిల్లలు తమ రోజువారీ దినచర్యను స్వయంగా ఏర్పరచుకునేలా ప్రోత్సహించండి

i. మీ సహాయంతో, మీ పిల్లలు తమ రోజువారీ దినచర్యను స్వయంగా రూపొందించుకునేలా అవకాశం ఇవ్వండి. అయితే, ఆ నిర్ణయాలు తీసుకునే ప్రక్రియలో వారు చురుకుగా పాల్గొనేలా ప్రోత్సహించండి.

ii. థెరపీ సెషన్లలో నేర్చుకున్న విషయాలను ఇంట్లో కూడా ఆచరించేందుకు వారికి అవకాశాన్ని కల్పించండి.

iii. వారు ఎక్కడ తప్పు చేస్తున్నారో అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. తప్పులను చూపించి విమర్శించడానికి బదులుగా, వాటి నుంచి నేర్చుకునేలా వారికి సహాయం చేయండి.

iv. పాఠశాల లేదా థెరపీ కేంద్రానికి వెళ్లేటప్పుడు, వీలైనంత వరకు వారు స్వయంగా సిద్ధమై, దుస్తులు ధరించుకునేలా ప్రోత్సహించండి.

v. వారు తీసుకుంటున్న థెరపీలను రోజువారీ జీవితంలో ఎలా ఉపయోగించుకోవచ్చో వారికి అర్థమయ్యేలా వివరించండి.

3

మూడవ సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

కార్యనిర్వహణ నైపుణ్యాలపైన దృష్టి సారించాలి.

సాధారణంగా, నేర్చుకోవడం అంటే చదువుపైనే ఎక్కువ దృష్టి ఉంటుంది. కానీ, రోజువారీ జీవితంలో అవసరమయ్యే కార్యనిర్వహణ నైపుణ్యాలను నేర్పడానికి సమానమైన ప్రాధాన్యం ఇవ్వడం అవసరం.

రోజువారీ జీవితంలో అవసరమైన నైపుణ్యాలను (కార్యనిర్వహణ నైపుణ్యాలు) నేర్పేందుకు కొన్ని సూచనలు

- ఇంట్లో ఉన్న పండ్లు మరియు కూరగాయలను గుర్తించి వాటి పేర్లు చెప్పేలా మీ పిల్లలను ప్రోత్సహించండి.
- అక్షరమాలలోని ప్రతి అక్షరంతో ప్రారంభమయ్యే ఇంట్లోని వస్తువుల పేర్లను చెప్పమని అడగండి.
- పాఠశాలలో వారు నేర్చుకుంటున్న విషయాలను రోజువారీ జీవితంతో అనుసంధానం చేసే ప్రశ్నలు అడగండి. దీనివల్ల వారు నేర్చుకున్న విషయాలను ఎలా ఉపయోగించాలో అర్థం చేసుకుంటారు.

ఉదాహరణకు, ఈ విధమైన ప్రశ్నలు అడగవచ్చు:
ఇప్పుడు సమయం ఎంత అయింది?
నాన్న ఎక్కడ ఉన్నారు?
మనం ఎప్పుడు భోజనం చేస్తాం?
ఆ వ్యక్తి ఎవరు?
ఇంటి తాళాలు ఎక్కడ ఉన్నాయి?

4

5

నాలుగు మరియు ఐదవ సామాజిక వర్గం లో పరస్పర చర్యలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి?

మొదటి మూడు సామాజిక వర్గాల్లో చురుకైన భాగస్వామ్యం, నాలుగు మరియు ఐదవ సామాజిక వర్గాల్లోని వ్యక్తులతో పిల్లలు సానుకూలంగా మెలగడానికి బలమైన పునాది వేస్తుంది.

మీ పిల్లలు తమదైన సామాజిక ప్రయాణాన్ని నిర్మించుకోవడానికి కొన్ని సాధారణ సూచనలు

i. మీ పిల్లలు బయటి ప్రపంచాన్ని తెలుసుకునే అవకాశాన్ని ఇవ్వండి. వారు తమ అనుభవాల ద్వారా నేర్చుకునేలా ప్రోత్సహించండి.

ii. పిల్లలకు పరిస్థితులను ఎలా ఎదుర్కోవాలో మరియు ఇతరులతో ఎలా మెలగాలో తమదైన విధంగా నేర్చుకునే అవకాశాన్ని కల్పించడం తల్లిదండ్రులుగా మన బాధ్యత.

iii. మన పిల్లలపై మరింత నమ్మకం ఉంచుదాం. వారు మనం ఊహించిన దానికంటే ఎక్కువ సామర్థ్యాలను కలిగి ఉంటారు.

డా.నీనా వైద్య
పిడియాట్రిషన్

Nayi Disha & తల్లిదండ్రులు మీకు సహాయం చేయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారు !

ప్రత్యేక అవసరాలు ఉన్న పిల్లలను పెంచే సమయంలో మీకు వచ్చే సందేహాలకు, నయీ దిశా తల్లిదండ్రుల వాట్సాప్ గ్రూపులు మరియు సపోర్ట్ గ్రూపులు మీతోనే ఉన్నాయి.

పేరెంట్స్ కమ్యూనిటీలో చేరడానికి లేదా మరిన్ని వివరాల కోసం,

contactus@nayi-disha.org కు పంపండి & **www.nayi-disha.org** ను సందర్శించండి.
మీ పిల్లల నెలసరి సమయంలో సంరక్షణ మరియు ఆరోగ్యం గురించి మరిన్ని వనరులు పొందండి.