

কী ভাবে আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী সন্তানের সাথে বাড়িতে শিখবেন



বিশ্বব্যাপী করোনাভাইরাস প্রাদুর্ভাবের ফলে বিদ্যালয় গুলো বন্ধ রয়েছে। যদি আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী শিশুটিকে বিদ্যালয় থেকে বাড়িতে চলে আসতে হয় বা বাড়ির নিকটস্থ বিদ্যালয়ে উপস্থিত হতে না পারে তবে এটি একটি কঠিন সময় এবং আপনি উদ্বিগ্ন হতেই পারেন যে তাদের পড়ালেখার ক্ষতি হবে। তবে আপনি এবং পরিবার আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী শিশুকে শিখতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখতে পারেন। শিখন সবসময়ই হতে পারে। প্রতিদিনের কাজকর্মে, একসাথে খাওয়ার সময়, খেলার সময় বা পরিবারের সদস্যদের সাথে যোগাযোগ করার সময়, কাপড় ধোয়া এবং খাবার রান্না করার সময় শেখা যায়। বিদ্যালয়ের শিক্ষা এবং বাড়ির শিক্ষা দুটি ভিন্ন বিষয়, তবে উভয় গুরুত্বপূর্ণ। বাড়িতে পুনরায় বিদ্যালয় তৈরির করার চিন্তা করবেন না। এমন একটি পরিবেশ তৈরির চিন্তা করুন যেখানে আপনার শিশু প্রাকৃতিক উপায়ে শিখতে পারে। আপনার শিশুকে সঠিকভাবে হাত ধোয়া শেখানো এবং কেন এটি করা দরকার তা ব্যাখ্যা করা, এই মুহুর্তে একটি বই থেকে শেখার মতোই গুরুত্বপূর্ণ। আপনার সন্তানের জীবন দক্ষতা বিকাশের অনেকগুলি কার্যকর উপায় রয়েছে :

বস্তু গণনা করা এবং আপনার আঙুলের সাহায্যে সংখ্যা গুলি দেখানো



রান্না করার সময় এর উপাদানগুলো বর্ণনা করা এবং কিভাবে সেগুলি পরিবর্তিত হয় তা আপনার সন্তানের কাছে ব্যাখ্যা করা।



আপনার সন্তানকে তার নামের বর্ণগুলি শিখতে সহায়তা করা।



তাদের সময় বলতে শেখানো



আপনার শিশুকে গাছ, পাহাড়, নদী, ফল, শাকসব্জি, প্রাণী বা পাখির নাম বলা এবং একটি নির্দিষ্ট ইশারায় সম্মত হওয়া। অথবা এদের প্রতিটির বর্ণনা, স্পর্শ, স্বাদ অথবা ঘ্রাণ নেবার মাধ্যমে আপনার শিশুকে রঙ, আকার, আকৃতি, স্বাদ ও গন্ধ সম্পর্কে শেখানো।



আপনার শিশু আপনার এবং পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের সাথে যোগাযোগ করার এবং আপনার ও পরিবারের অন্যদের সাথে খেলার সময়, এমন কি দৈনন্দিন কাজকর্মে আপনার সাথে থাকার সময় শিখতে থাকবে।

কী ভাবে আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী সন্তানের সাথে বাড়িতে শিখবেন



যোগাযোগ

আপনার শিশুর শ্রবণ সহায়ক যন্ত্র বা ব্যক্তিগত প্রযুক্তি থেকে থাকলে নিশ্চিত করুন যে সে ঘরে থাকার দরুন যে সে ঘরে থাকাকালীন অবস্থায়ও এগুলো যতটা সম্ভব ব্যবহার করছে।



ধৈর্য ধরুন যখন বুঝতে পারেন যে আপনার কথা বুঝতে আপনার শিশুর কষ্ট হচ্ছে, বাক্যটি বারবার না বলে অর্থাৎ বোঝানোর জন্য ভিন্ন কোনো উপায় বের করুন।



আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী সন্তানের সাথে যোগাযোগের জন্য আপনাকে ইশারা ভাষা জানতেই হবে এমন নয়, আপনি অঙ্গভঙ্গি ব্যবহার করতে পারেন এবং কোন বস্তু দিকে ইঙ্গিত করে আপনার শিশুর সাথে মিলে ঐ বস্তু গুলোর ইশারা ঠিক করতে পারেন।

একটি সাধারণ গতিতে কথা বলুন (খুব দ্রুত বা খুব আস্তে নয়) এবং আপনার সন্তানের সাথে ইশারা বা অঙ্গভঙ্গি করার সময় চিৎকার করবেন না। মনে রাখবেন, আপনার শিশু শ্রবণ প্রতিবন্ধী হলেও আপনার ঠোঁট ও মুখের ভাব তাদের আপনার কথা বুঝতে সহায়তা করবে।



আপনি শিশুর কাছে কেমন ব্যবহার আশা করছেন এবং সে কতটা শিখুক চান তা তাকে স্পষ্ট ভাবে জানিয়ে দিন, তবে নমনীয় হওয়ার জন্য তৈরী থাকুন। প্রতিটি পরিবার ভিন্ন ভিন্ন উপায়ে শেখানোর চেষ্টা করে - এক্ষেত্রে কোনও সঠিক বা ভুল উপায় নেই। শিশুর সাথে মিলে একটি সাধারণ নিয়ম মানতে একমত হোন তবে সবকিছু ঠিকঠাক না চললে নিয়মগুলো পুনর্বিবেচনা করুন।



আপনার শিশু দুঃস্থমি করলে বা ভুল করলে বকাঝকা বা শাস্তি না দিয়ে সঠিক কাজটি করার পর তার প্রশংসা করে তার মধ্যে আত্ম বিশ্বাস সৃষ্টি করুন। মনে রাখবেন আশেপাশের যে সব পরিবর্তন আপনার শিশু বুঝতে পারে না, সেগুলো তাদের হতাশ এবং উদ্ভিগ্ন করে তোলে।



রুটিন

বেশিরভাগ শিশুই সবথেকে বেশি খুশি হয় যদি তাদের প্রতিদিনের একটি রুটিন থাকে। যখন তাদের চারপাশের সবকিছু অচেনা মনে হয় এবং স্কুল বন্ধ থাকে তখন এটি তাদের কে সুরক্ষিত বোধ করতে সহায়তা করবে। রুটিনটির বিষয়ে একমত হন বা বুঝিয়ে বলুন এবং এটি লিখে রাখুন অথবা শব্দ বা ছবি ব্যবহার করে এটি ঐঁকে ফেলুন।

কী ভাবে আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী সন্তানের সাথে বাড়িতে শিখবেন



শিখন

বেশিরভাগ শিশু তখনই সবচেয়ে ভালো শিখতে পারে যখন তারা তাদের চিন্তাভাবনা এবং ধারণা গুলি অন্যদের সাথে ভাগ করে নিতে এবং মত বিনিময় করতে সামর্থ্য হয়।

আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী শিশুটিকে আপনার সমস্ত পারিবারিক কাজ কর্মে যুক্ত করুন, যেগুলির মধ্যে বাড়ির কিছু ছোটখাটো কাজের দায়িত্ব সহ খেলাধুলা করার মত বিনোদন মূলক কাজও অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।



কোনও বই বা ছবি থাকলে আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী সন্তানকে দেখান এবং গল্পটি পড়তে গিয়ে একে ওপরের কাছ থেকে ইশারা এবং অঙ্গভঙ্গি শিখুন।



আপনার শিশুকে বলার জন্য একটি গল্প তৈরী করুন বা আপনার পারিবারিক কোন ঘটনার গল্প করুন। শিশুরা প্রতিদ্বন্দ্বিতা পছন্দ করে - তাদের একটি ছোট ব্যাগ বা বাক্স দিন এবং দেখুন বাড়ির বা বাগানের চারপাশ থেকে কত গুলি জিনিস সংগ্রহ করে ছোট বাক্স বা ব্যাগে রাখতে হয়। আপনার শিশুকে প্রশ্ন করুন তারা কি কি খুঁজে পেয়েছে এবং সেগুলো কোথায় ছিল তা ব্যাখ্যা করতে বলুন।



আচরন

আমাদের বাচ্চাদের শারীরিক স্বাস্থ্যের যত্ন নেওয়া কতটা গুরুত্বপূর্ণ তা আমরা সকলেই জানি, তাদের মানসিক স্বাস্থ্য ও কিন্তু ততটাই গুরুত্বপূর্ণ। বর্তমানে অনেক শিশুই সমসাময়িক ঘটনা গুলি ও তাদের স্বাভাবিক রুটিনের পরিবর্তন নিয়ে উদ্বিগ্ন।

আপনার শিশুর দৈনন্দিন জীবন পরিবর্তন এবং আশেপাশের মানুষ তার উপর যে মানসিক চাপ তৈরি করেছে সে সম্পর্কে অবহিত হন - আপনি যদি মানসিক চাপে থাকেন, তবে সম্ভবত আপনার শিশুও তা বুঝতে পারবে কিন্তু আদৌ আসলে কি ঘটছে তা সে নাও বুঝতে পারে।

তাদের আচরণ বদলে যেতে পারে

তারা বেশি কান্নাকাটি করতে পারে

তারা খাওয়া বা খেলা বন্ধ করতে পারে

তারা খুবই মনমরা হয়ে যেতে পারে



আপনার শ্রবণ প্রতিবন্ধী সন্তানের সাথে মিলেমিশে শেখা আনন্দময় হতে পারে! যোগাযোগের সবচেয়ে ভালো উপায়গুলি একসাথে কাজ করেই শিখুন।