

# ଆପଣଙ୍କ ବଧୂର ପିଲାକୁ ଘରେ କିପରି ଶିଖାଇବେ



ସାରା ବିଶ୍ୱରେ କରୋନା ଭାଇରସ୍ ହଠାତ ଆସିବା ଯୋଗୁଁ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ସ୍କୁଲ ସବୁ ବନ୍ଦ ହୋଇ ଯାଇଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏକ ଅସୁବିଧା ସମୟ ଏବଂ ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ବଧୂର ପିଲାଟିକୁ ସ୍କୁଲରୁ ଘରକୁ ଆସିବାକୁ ଥାଏ କିମ୍ବା ଘର ପାଖରେ ଥିବା ସ୍କୁଲକୁ ସେ ଯିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ନୁହେଁ, ଆପଣ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ବ୍ୟସ୍ତ ହେଉଥିବେ ଯେ ସେ ହୁଏତ ପାଉଥିବା ଶିକ୍ଷାରୁ କିଛି ଛାଡ଼ିଦେଇ ଯାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଆପଣ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ପରିବାର ଲୋକ ଆପଣଙ୍କ ବଧୂର ପିଲାଟିର ଶିଖିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜାରି ରଖିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାରେ ଏକ ବଡ଼ ଭୂମିକା ନେଇପାରିବେ ।

ଶିଖିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାଟି ସବୁ ସମୟରେ ହୋଇପାରେ, ଯେପରିକି ନିତିଦିନିଆ କାମ କରିବା ଭିତରେ, ଏକାଠି ଖାଇବା ସମୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବାରେ, କୌଣସି ଖେଳ ଖେଳିବା କିମ୍ବା ପରିବାରର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଯୋଗାଯୋଗ ସମୟରେ, ଲୁଗାପଟା ସଫା କରିବା ବେଳେ କିମ୍ବା ରୋଷେଇ କରିବା ବେଳେ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ ।

ସ୍କୁଲର ଶିକ୍ଷା ଏବଂ ଘରେ ଶିଖିବା ଦୁଇଟି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଲଗା ଜିନିଷ, କିନ୍ତୁ ଦୁଇଟି ଯାକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟନ୍ତି । ଘରକୁ ସ୍କୁଲ ଭଳି ବଦଳାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରି ବ୍ୟସ୍ତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ବରଂ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ, ଏକ ଏପରି ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରିବେ ଯେଉଁଠାରେ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭଙ୍ଗାରେ ଶିଖିପାରିବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାକୁ ବହିରୁ କିଛି ଶିଖାଇବା ଯେତିକି ଆବଶ୍ୟକ, ହାତକୁ କିପରି ସଠିକ ଭାବରେ ଧୋଇପାରିବ ତାହା ଦେଖାଇବା ଏବଂ ଏହାର କାରଣକୁ ଭଲ ଭାବରେ ବୁଝାଇବା ମଧ୍ୟ ସେତିକି ଜରୁରୀ । ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟିର ଜୀବନ ଶୈଳୀ ଉନ୍ନତ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଉପଯୋଗୀ ଧାରା ରହିଛି :

ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକୁ ଗଣିବା ଏବଂ ସେହି ସଂଖ୍ୟାଗୁଡ଼ିକୁ ଆପଣଙ୍କ ଆଙ୍ଗୁଠିରେ ଦେଖାଇବା ।

ରୋଷେଇ କଲାବେଳେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ଦ୍ରବ୍ୟ ଏବଂ ରୋଷେଇ ସମୟରେ ସେଗୁଡ଼ିକ କିପରି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଯାନ୍ତି ସେ ବିଷୟରେ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟିକୁ ବୁଝାଇବା ।

ଆପଣଙ୍କ ପିଲାକୁ ତା'ର ନାମର ଅକ୍ଷରଗୁଡ଼ିକ ଚିହ୍ନିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ।

ସମୟ କେତେ ହେଲାଣି କହିବା ପାଇଁ ଶିଖାଇବା ।

ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟିକୁ ଗଛ, ପାହାଡ଼, ନଦୀ, ଫଳ, ପନିପରିବା, ପଶୁ ଓ ପକ୍ଷୀମାନଙ୍କର ନାମକୁ ସଂକେତ ବା ଠାରରେ କୁହନ୍ତୁ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା, ଛୁଆଁଇବା, ଚଖାଇବା କିମ୍ବା ଶୁଂଘାଇବା ଦ୍ୱାରା ସେହି ସବୁର ରଙ୍ଗ, ଆକୃତି ବା ଆକାର, ମସୃଣତା, ସ୍ୱାଦ, ବାସ୍ନା ବିଷୟରେ ଜଣାନ୍ତୁ ।

ଆପଣଙ୍କର ପିଲାଟି ଆପଣଙ୍କ ସହିତ କିମ୍ବା ପରିବାରର ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟ ମାନଙ୍କ ସହିତ ଖେଳିବା କିମ୍ବା ଭାବ ବିନିମୟ କରିବା ସମୟରେ, ଏପରିକି ଆପଣ ଦୈନନ୍ଦିନ କରୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ କାମ ସମୟରେ ପାଖରେ ରହି ମଧ୍ୟ ଅନେକ କଥା ଶିଖିପାରିବ ।

# ଆପଣଙ୍କ ବଧୂର ପିଲାକୁ ଘରେ କିପରି ଶିଖାଇବେ



## ଯୋଗାଯୋଗ

ସୁନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କର ପିଲାଟି ଘରେ ଆପଣଙ୍କ ସହିତ ଥିବା ସମୟରେ ହିଅରିଙ୍ଗ ଏଡ଼(ଶ୍ରବଣ ଯନ୍ତ୍ର) କିମ୍ବା ସେହି ଭଳି ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ରର ଯଥା ସମ୍ଭବ ବ୍ୟବହାର କରୁଛି ।



ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ଦେଖୁଛନ୍ତି ଯେ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟି ଆପଣଙ୍କ କଥା ବୁଝିବା ପାଇଁ ଅସୁବିଧା ଭୋଗୁଛି, ସେତେବେଳେ ଆପଣ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ରଖନ୍ତୁ, ବାକ୍ୟଟିକୁ ବାରମ୍ବାର ନ କହି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉପାୟରେ ପରିପ୍ରକାଶ କରନ୍ତୁ ।



ଆପଣ ପିଲାଟି ସହିତ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ସାଙ୍କେତିକ ଭାଷା ଜାଣିବା ନିହାତି ଜରୁରୀ ନୁହେଁ, ଆପଣ ଜିନିଷଗୁଡ଼ିକୁ ଠାରରେ କିମ୍ବା ଭାବଭଙ୍ଗୀ ଦେଖାଇ ବୁଝାଇ ପାରିବେ କିମ୍ବା ଉଭୟକୁ ଏକ ସାଙ୍ଗରେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ ।

ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ କଥା କୁହନ୍ତୁ (ଅଧିକ ଜୋରରେ କିମ୍ବା ଅତି ଧୀରେ ନୁହେଁ) ଏବଂ ଠାରରେ କିମ୍ବା ଭଙ୍ଗୀ କରି ବୁଝାଇଲା ବେଳେ ପିଲାଟି ଉପରେ ଚିଲ୍ଲାନ୍ତୁ ନାହିଁ ବା ଗାଳି କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ମନେ ରଖନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟି ବଧୂର ହୋଇପାରେ କିନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କର ୭୦ ଓ ମୁଖ ଭଙ୍ଗୀ ଦେଖିବା ଦ୍ୱାରା ସେ ସହଜରେ ବୁଝିପାରେ ।



ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟି କିପରି ବ୍ୟବହାର ଦେଖାଇବ କିମ୍ବା ସେ କିପରି କଥା ଶିଖିବା ପାଇଁ ଆପଣ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତାହା ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଯୋଗାଯୋଗ (କମ୍ୟୁନିକେଟ) କରନ୍ତୁ, କିନ୍ତୁ ଟିକିଏ ନରମା (ଫ୍ଲେକ୍ସିବୁଲ) ହେବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଅନ୍ତୁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିବାର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଜଙ୍ଗରେ ଶିଖାଇବାର ଉପାୟ କରିଥାନ୍ତି- ସେପରି କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଠିକ ବା ଭୁଲ ଉପାୟ ନଥାଏ । କିଛି ସରଳ ନିୟମ ମାନନ୍ତୁ । ଯଦି ତାକୁ କରିବାକୁ ଠିକ୍ ନ ଲାଗେ, ତାହେଲେ ପୁଣି ଥରେ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁହନ୍ତୁ ।



ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟି ଠିକ୍ ଜିନିଷ କରୁଛି, ପ୍ରଶଂସା କରି ତା'ର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ବଢ଼ାନ୍ତୁ କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଭୁଲ କରୁଛି, ଗାଳି କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ବା ଦଣ୍ଡ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ମନେ ରଖନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟି ଯେଉଁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିପାରୁନି, ତାହା ଘଟିଲେ ସେ ବ୍ୟସ୍ତ କିମ୍ବା ବିମୁଖ (ଫ୍ରଷ୍ଟ୍ରେଟେଡ) ହେଇଯାଇପାରେ ।



## ରୁଚିନ

ଯେତେବେଳେ ପଢ଼ିବା ପାଇଁ ନୀତିଦିନିଆ ରୁଚିନ ଥାଏ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ପିଲା ସେତେବେଳେ ଖୁସି ହୁଅନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ସ୍କୁଲ ବନ୍ଦ ଥିଲେ ଏବଂ ତାଙ୍କ ଚାରିପାଖର ଦୁନିଆ ଅଲଗା ଜଣାପଡ଼ୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ସୁରକ୍ଷିତ ମନେ କରନ୍ତି । ଏକାଠି ମିଶି ରୁଚିନ ଚିଆରି କରନ୍ତୁ, କିମ୍ବା ତାକୁ ରୁଚିନ ବୁଝାଇ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଚିପି ରଖନ୍ତୁ ଅଥବା ଛବି କିମ୍ବା ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହାର କରି ଚିତ୍ର ଆଙ୍କି ରଖନ୍ତୁ ।

# ଆପଣଙ୍କ ବଧୂର ପିଲାକୁ ଘରେ କିପରି ଶିଖାଇବେ



## ଶିଖିବା (ଲିଟିଙ୍ଗ)

ପିଲାମାନେ ଅନ୍ୟ ଲୋକମାନଙ୍କ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରି କିମ୍ବା ନିଜର ଧାରଣା ଓ ମନୋଭାବକୁ ଶେୟାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସବୁଠାରୁ ଭଲ ଭାବରେ ଶିଖିପାରନ୍ତି ।

ଆପଣଙ୍କ ବଧୂର ପିଲାଟିକୁ ଘରର ସବୁ ପ୍ରକାର କାମରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ, ଘରର କିଛି ସହଜ ଦାୟିତ୍ୱ ଏବଂ ତା' ସହିତ କିଛି ମଜାଦାର କାମ ଯେମିତିକି ଖେଳ କୁଦ ଇତ୍ୟାଦି ।



ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ କୌଣସି ଗପବହି କିମ୍ବା ଚିତ୍ର ଥାଏ, ତାହା ଆପଣଙ୍କର ବଧୂର ପିଲାଟିକୁ ଦେଖାନ୍ତୁ ଏବଂ ଗପଟି ଦେଖିବା ଭିତରେ ନିଜ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଠାର ଓ ଭାବଭଙ୍ଗୀ ସବୁ ଶିଖନ୍ତୁ ।



ଆପଣଙ୍କ ପିଲାକୁ କହିବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଗପର ପରିକଳ୍ପନା କରନ୍ତୁ କିମ୍ବା ଆପଣଙ୍କ ପରିବାର ବିଷୟରେ ଗପ କୁହନ୍ତୁ । ପିଲାମାନେ ତ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି- ଦେଖନ୍ତୁ ସେ ଘରୁ କିମ୍ବା ବଗିଚାରୁ ସଂଗ୍ରହ କରି କେତେ ପ୍ରକାର ଜିନିଷ ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ଡବା କିମ୍ବା ବ୍ୟାଗରେ ରଖିପାରନ୍ତି । ଆପଣଙ୍କର ପିଲାଟିକୁ ଏଥର କୁହନ୍ତୁ ଯେ ସେ କେଉଁ ଜାଗାରୁ କ'ଣ ପାଇଲା ତାହା ବର୍ଣ୍ଣନା କରୁ ।



## ବ୍ୟବହାର

ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣୁ ଯେ ଗୋଟିଏ ପିଲାର ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଯତ୍ନ ନେବା ଯେତିକି ଜରୁରୀ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଯତ୍ନ ନେବା ମଧ୍ୟ ସେତିକି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଅଧିକାଂଶ ପିଲା ସାଂପ୍ରତିକ ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ ତାଙ୍କର ନୀତିଦିନିଆ ରୁଟିନରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଯୋଗୁଁ ଅଧିକ ହେଲପଡୁଛନ୍ତି । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ତାଙ୍କ ଚାରିପାଖରେ ଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ କାରଣରୁ ଆପଣଙ୍କ ପିଲା ଉପରେ ପଡୁଥିବା ଚାପ (ସ୍ତେସ)କୁ ବୁଝନ୍ତୁ- ଯଦି ଆପଣ ଚାପରେ ରୁହନ୍ତି, ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଟି ସେ ବିଷୟରେ ହୁଏତ ସଚେତନ ହୋଇପାରେ କିନ୍ତୁ କ'ଣ ଘଟୁଛି ତାହା ବୁଝିନପାରେ ।

ତା'ର ବ୍ୟବହାର ହୁଏତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇପାରେ ।

ସେ ହୁଏତ ଅଧିକ କାନ୍ଦିପାରେ ।

ସେ ହୁଏତ ଖାଇବା କିମ୍ବା ଖେଳିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା ନ କରିପାରେ ।

ସେ ହୁଏତ ବହୁତ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଯାଇପାରେ ।



ଆପଣଙ୍କର ବଧୂର ପିଲାଟିକୁ ଶିଖାଇବା ମଜାଦାର କରିହେବ ! ଯୋଗାଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଏକାଠି ମିଶି ସବୁଠାରୁ ଭଲ ଉପାୟ ଗୁଡ଼ିକ ବାହାର କରନ୍ତୁ !