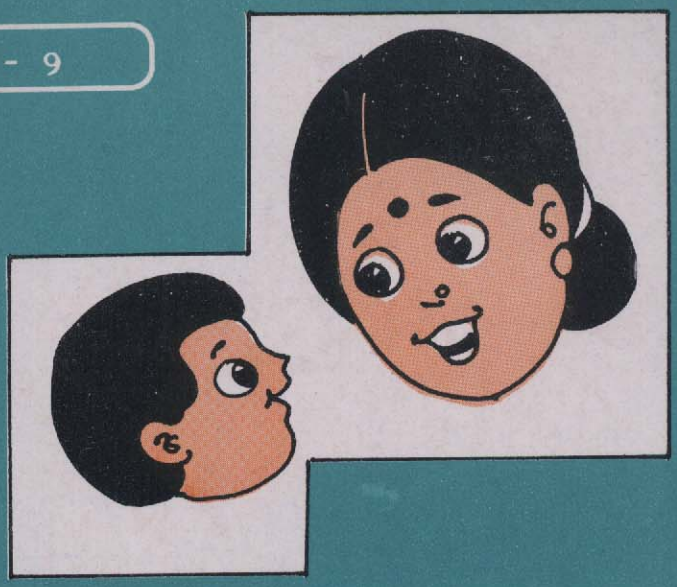
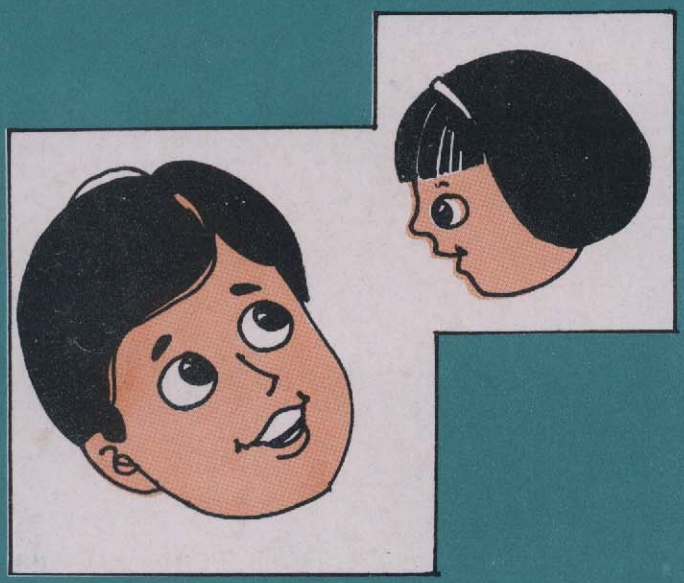
स्वतंत्रता की ओर - सिरीस - 9



बुनियादी सामाजिक कला सिखाना



स्वागत करना, विदा करना

भाषा की शिष्टता का प्रयोग

सामान आपस में बाँटना और बारी लेना

दूसरों की चीजें लेने की अनुमति लेना

"आपकी" नित्यकार्य में मदद

दूसरी प्रतिजाति से साकारात्मक नाता ।

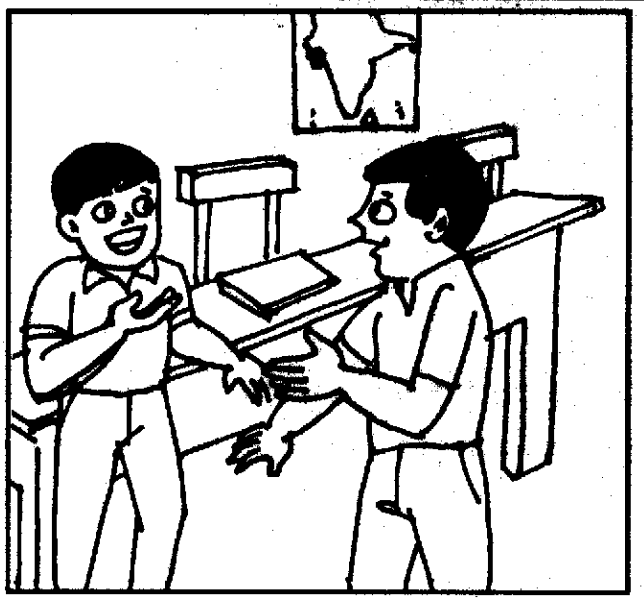
बुनियादी सामाजिक कला सिखाना

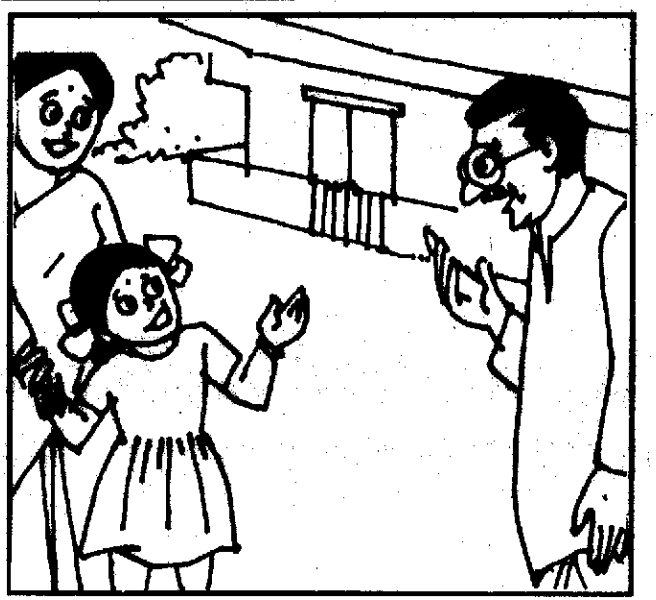
स्वतंत्रता की ओर - सिरीस - 9

(युनिसेफ द्वारा वित्तीय सहायता प्राप्त)

राष्ट्रीय मानसिक विकलांग संस्थान
(भारत सरकार सोसाइटी, कल्याण मंत्रालय)
मनोविकास नगर
सिकन्द्राबाद - 500 009

कोई काम जो दूसरे को प्रभावित करने में एक व्यक्ति योग्य बनता है वह सार्धक होता है । घर के दूसरे सदस्यों के साथ, स्कूल व समाज के साथ, बिना अनुचित ध्यान आकर्षित किये उसे *"सामाजिक उचित"* समझा जाता है ।





हर काम जो हम करते हैं उनमें एक सामाजिक तत्व है ।

एक मानसिक विकलांग बच्चे के संदर्भ में तथ्य हम देखें। उसके कुछ उदाहरण है .....

सामाजिक व्यवहार	क्रिया
लोग जब बात कर रहे है सुन रहे हैं तब देखें	आँखों का सम्पर्क बनाए रखना
अच्छी मुद्रा बनाए	बैठना/खड़े रहना
अच्छा शारीरिक रंग रूप बनाएँ	कपडे पहनना, बनाव - श्रृंगार
भोज में उपस्थित रहना	अपने आप खाना
शरीर साफ रखना	नहाना, मुहँ धोना
खेलना	मोटी व बारीक मोटर कला पूरी करना
दूसरों का स्वागत करना	बात करना/सदभावना प्रदर्शन

इस प्रकार हम देखते हैं कि 'सामाजिक तत्व' की किसी के निजि जीवन में मुख्य भूमिका है । भले ही वो मानसिक विकलांग हो या ना हो ।

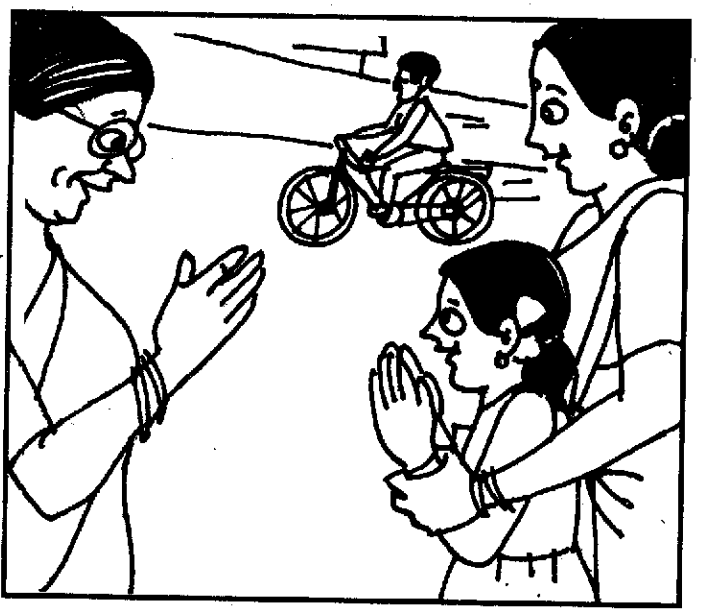
इस किताब में बुनियादी सामाजिक कला के प्रशिक्षण पहलू की विशिष्टता की गई है ।

- बच्चे को सिखाएँ कि जब वह किसी जान-पहचान के व्यक्ति को देखे, तो उस व्यक्ति का स्वागत "नमस्ते/सलाम/हैलो" आदि से करें ।

- उसे ये भी कहें कि जब कोई व्यक्ति जाता है तो उसे 'बॉय-बॉय' कहें ।

- जब आप किसी व्यक्ति का स्वागत करते हैं, तब बच्चे को देखने दें ।

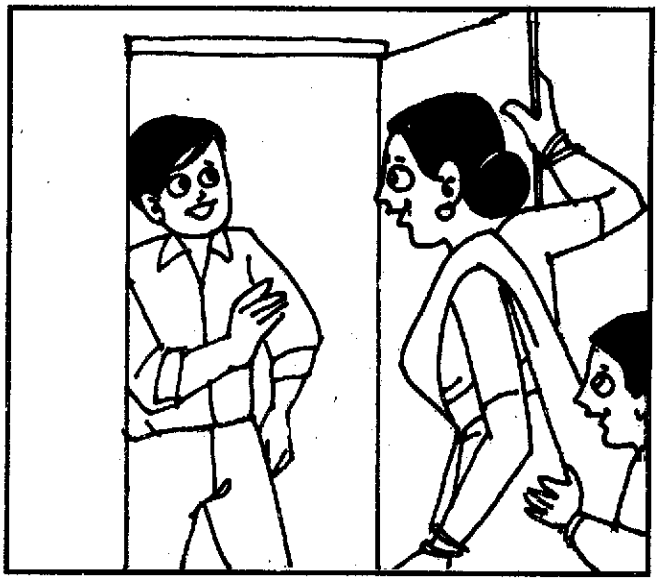
- स्वागत करते समय हाथ पकड़ते हुए बच्चे को प्रोत्साहन दें तथा उचित कार्य के लिये मदद करें।



- जब आपको मालूम हो कि बच्चे का जाना-पहचाना व्यक्ति आने वाला है, उसे याद दिलाएँ कि उस व्यक्ति के आने पर उसे क्या करना चाहिये ।

उसे सकेत से कहें .....

"देखो, अंकल आ गए।"
"अब तुमको क्या कहना चाहिए।"



"देखो, अंकल जा रहे है.।"
"अब तुमको क्या कहना चाहिए।"

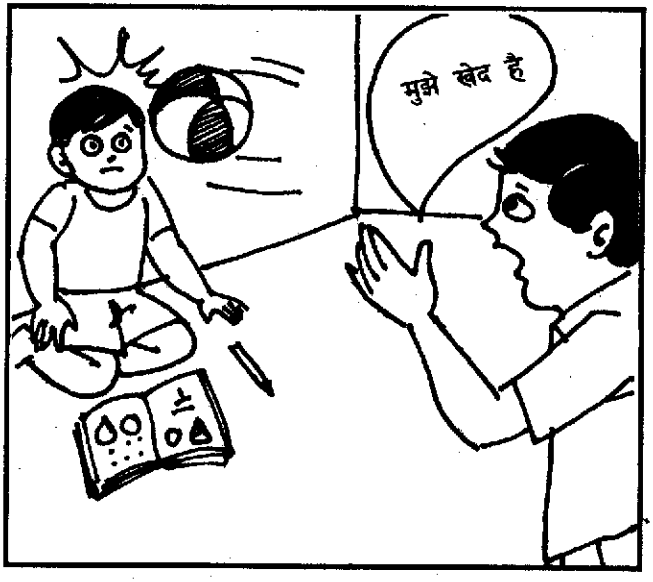
स्वागत करना, विदा करना

- बच्चे से तथा घर के परिवार के दूसरे सदस्यों से रोज-मर्रा की बात-चीत में *"कृपया"*, *"धन्यवाद"*, *"माफ करें"* मुझे खेद है" आदि शब्दों का उपयोग उपयुक्त समय पर करें ।
- जब आप अपने लिये बच्चे से कुछ कराना चाहें, इन शब्दों का उपयोग करें ।

- जब दूसरे यह शब्द उपयोग करते हों तो बच्चे को निर्देश दें, कि वह ध्यान दें ।

- बच्चे को प्रोत्साहन दें कि वह "कृपया" कहे जब वो आपकी मदद चाहती है — उदाहरण के लिये दरवाजा खोलने के लिये और "धन्यवाद" जब आपने उसके लिये दरवाजा खोल दिया । शुरु में आपको पूरे शब्द कहने पड़ेंगे (जैसे कि "धन्यवाद बोलो")। धीरे-धीरे मदद कम कर दें, ये कहकर कि "तुमको क्या करना चाहिये"।

- उसे बताएँ भीड़-भाड़ वाली जगहों में जहाँ लोगों से रास्ता रूका हो वहाँ से "कृपया जाने दे" कह कर निकलना चाहिये।



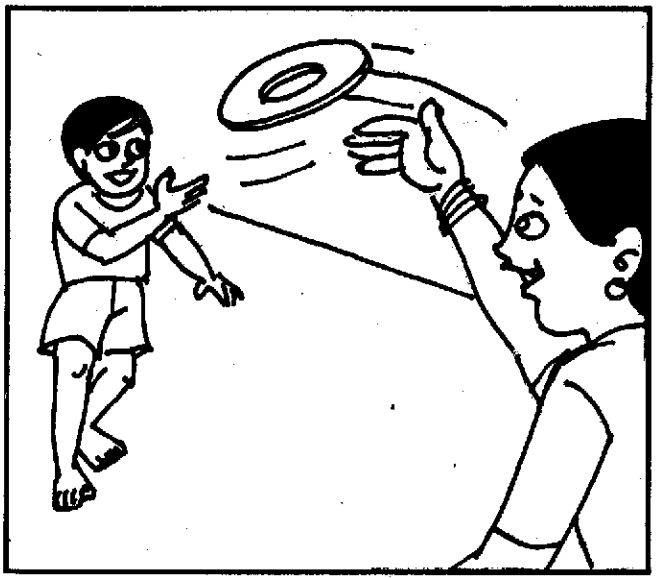
- जब उसने किसी को दु:ख पहुँचाया हो तो उसे "मुझे खेद है" कहने के लिए सकेत दे।

- जब आपने बच्चे को कुछ हानि पहुँचायी हो, या उसे दिया हुआ वादा पूरा न किया हो, तब उसे "मुझे खेद है" कहना न भूलें ।

उन्हें आदेश देने मे दृढ़ रहें।

भाषा की शिष्टता का प्रयोग

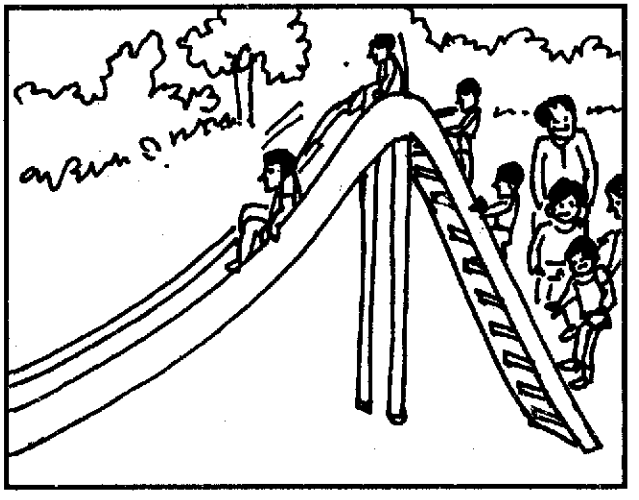
- बच्चे के भाई बहनों के खिलौने आपस में *"बांटना"*



- अपने उम्र वाले बच्चों के साथ उसे खेलने दें। हर बच्चे को पाँच मोती दें । बीच में एक कटोरा रखें । उसे बताएँ कि जब उसका नाम बुलाया जाए तब एक मोती उस कटोरे में डालें ।

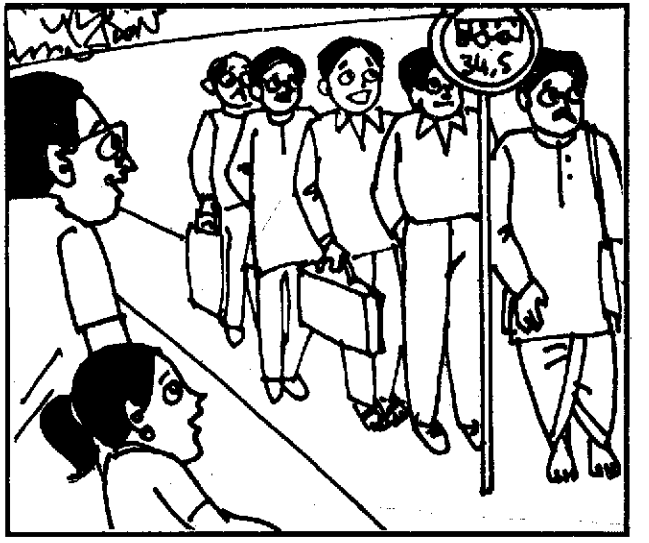
- जब आप बाहर जाएँ तब थोडी टॉफी लाएँ। बच्चे को दें तथा उससे कहें कि परिवार के दूसरे सदस्यों को भी दें ।

- खाने के समय उसे परिवार के दूसरे सदस्यों के साथ बैठने दें और परोसने के लिए उसकी बारी आने तक उसे रूकने को कहें । रूके रहने के लिए उसकी तारीफ करें ।



- बच्चे को बगीचा या लोकजन मैदान ले जाऐं जहाँ वे देख सके कि दूसरे बच्चे किस तरह अपनी बारी आने तक खड़े रहते है ।

जब आप बाहर जाए तो बच्चे को बताएँ कि लोग किस तरह बस - स्टाप, बैंक, पोस्ट-आफिस .... आदि में लाइन बनाकर खड़े रहते हैं ।



अवलोकन से बहुत कुछ सीखा जा सकता है । अतः उन सभी चीजों का अनुरूप करे जो आप अपने बच्चे को सिखाना चाहते है ।

सामान आपस में बाँटना और बारी लेना

- जब बच्चा कोई खिलौने से खेल रहा हो, तो उससे पूछें कि आप भी थोडी देर खेल सकते हैं क्या । फिर उसे वापस करने का वादा दें, थोडी देर खेलकर उसे वापस दे दें । बांटने के लिए उसकी तारीफ करें ।

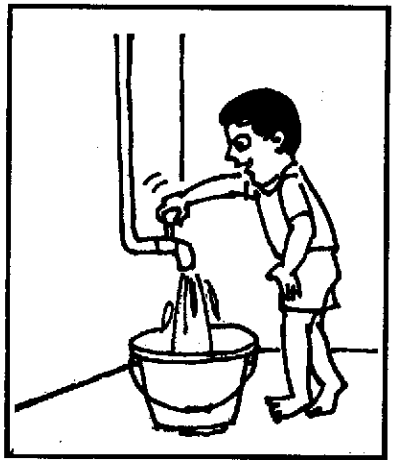
जब उसे दूसरों से कुछ चाहिए तो धीरे-धीरे उसमे
"अनुमति लेने" की आदत डालनी चाहिऐ ।

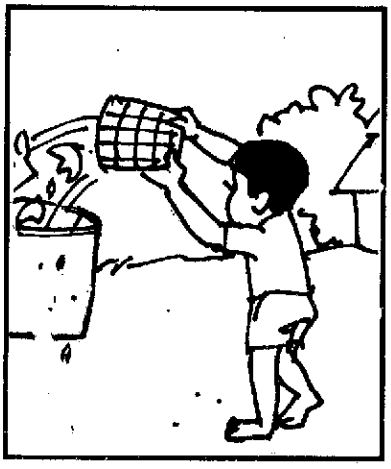
- बच्चे के भाई बहन को बच्चे की पसंद का खिलौना दें । बच्चे से कहें कि अगर वो खेलना चाहता है तो उनसे माँग लें । उसे 'कृपया' व 'धन्यवाद' कहने का प्रोत्साहन दें तथा खिलौने से खेलकर वापस करने को कहें।

- रोज की दिनचर्या में बच्चे को किसी चीज की जरूरत हो (पेनसिल, तसवीर किताब, खाने की कोई चीज आदि) तो परिवार के दूसरे सदस्यों से माँग लेने दें तथा धन्यवाद कहकर वापस कर दें ।

जहाँ तक संभव हो उसे सलाह दें कि वह दूसरों की चीजें न मांगे।

दूसरों की चीजें लेने की अनुमति लेना





बच्चे को घर के काम काज में लगाए ।

वैसे तो आप जल्दी कर लेंगे, पर आपके बच्चें को भी एक मौका दें, क्यों की यह क्रियाएं स्वत: जिवन के लिए बुनियादी सिद्द होंगी ।

लचीला रहें

शुरूआत मे बच्चे से किए गए काम को लेकर हड़बडी न करें ।

बल्की कार्य करने के लिए किए गए प्रयान की सराहना करें। धीरे-धीरे बच्चा वह कार्य अच्छी तरह करना सीख जाएगा।

बच्चा जितना कर पाता है उतना करने दे । जब बच्चा बार-बार उस कार्य को करने मे असफल रहे तब ही उसकी मदद करें ।

कुछ रोज के नित्यक्रम जिस में मानसिक विकलांग बच्चा सहायता कर सकता है .....

टब भरने के लिये नल से पानी लाना,

कचरा फेंकना / सब्जियों के छिलके फेंकना

बुहारना, झाड़ना, झटकना, बरतन धोना

धोना, सुखाना, घड़ी करके कपड़े रखना

टेबल जमाना / खाते समय मदद करना,

बरतन, धोने के लिए रखना

"आपको" नित्यकार्य में मदद

किसी के निर्देशन में मानसिक विकसांग व्यक्ति को एक ही या विपरीत प्रतिजाति के लोगों से पारस्परिक मेल करने दें।

बात करते समय उसे उपयुक्त शारीरिक दूरी रखने का निर्देश दें ।

विभिन्न परिस्थितियों में उसे विपरीत प्रतिजाति से पारस्परिक मेल का मौका दें।

उनसे बच्चे को बात करने दें, उसके घर जाने दें, आदि।

बच्चे को घर के काम काज में लगाए ।

वैसे तो आप जल्दी कर लेंगे, पर आपके बच्चें को भी एक मौका दें, क्यों की यह क्रियाएं स्वत : जिवन के लिए बुनियादी सिद्द होंगी ।

लचीला रहें

शुरूआत मे बच्चे से किए गए काम को लेकर हड़बडी न करें ।

बल्की कार्य करने के लिए किए गए प्रयान की सराहना करें। धीरे-धीरे बच्चा वह कार्य अच्छी तरह करना सीख जाएगा।

बच्चा जितना कर पाता है उतना करने दे । जब बच्चा बार-बार उस कार्य को करने मे असफल रहे तब ही उसकी मदद करें ।

कुछ रोज के नित्यक्रम जिस में मानसिक विकलांग बच्चा सहायता कर सकता है .....

टब भरने के लिये नल से पानी लाना,
कचरा फेंकना / सब्जियों के छिलके फेंकना
बुहारना, झाड़ना, झटकना, बरतन धोना
धोना, सुखाना, घड़ी करके कपड़े रखना
टेबल जमाना / खाते समय मदद करना,
बरतन, धोने के लिए रखना

"आपको" नित्यकार्य में मदद

शादि, पार्टी व आन्य धार्मिक कार्यों पर बच्चे को शामिल करके उसे सामाजिक, शिष्टाचार तथा नीतियाँ व्यावहारिक रुप से सिखाया जा सकता है ।

उसे शामिल करने से पहले, एक दी गई परिस्थिति में उसके द्वारा अपेक्षित व्यवहार पर चर्चा करें ।

बच्चे के लिए एक अच्छा आदर्श रहें ।

'अच्छे व्यवहार' के लिए प्रशंसा करते रहे।

तारीफ करके, गले लगाकर, इसकी प्रशंसा की जा सकती है । उदा: उसकी पसंद के खिलौने से खेलने देना, उसे घुमाने के लिए बाहर ले जाना .....

दूसरी प्रतिजाति से साकारात्मक नाता।

लेखकगण

जयन्ती नारायण
एम. एस. (स्पे. एड्यु) पी. एच. डी. डी. एस. ई. डी.
प्रोजेक्ट समन्वयक

जन्धयाल शोभा
एम. एस्सी (चाईल्ड डेव)
अनुसंधान सहायक

प्रोजेक्ट सलाह समिति

डा. वी. कुमरैया
असोसियेट प्रोफेसर (क्लि. साई)
निमहैन्स, बैगंल्र

डा. देशकीर्ति मेनन
निदेशक, एन.आई.एम.एच

सुश्री वी. विमला
वाईस प्रिन्सीपल
बाल विहार ट्रैनिंग स्कूल, मद्रास

डा. टी. माधवन
एसिस्टेन्ट प्रोफेसर आफ साईकियाट्री
एन.आई.एम.एच

प्रोफेसर के. सी. पण्डा
प्रिन्सीपल
रीजनल कालेज आफ एड्युकेशन
बुवनेश्वर

श्री. टी. ए. सुब्बा राव
लेक्चरर,
स्पीच पैथलजी व आडियालजी

डा. एन. के. जन्गीरा
प्रोफेसर (विशेष शिक्षा)
एन.सी.ई.आर.टी, नई दिल्ली

डा. रीता पेशावरिया
लेक्चरर, क्लिनिक साईकालजी
एन.आई.एम.एच

सुश्री गिरिजा देवी
एसिस्टेन्टे कम्युनिकेशन डेव. अफीसर
युनिसफ, हैद्राबाद