# സാമൂഹികശേഷി പരിശീലനം

സമൂഹം ഓരോവ്യക്തിയിൽ നിന്നും ചില പെരുമാറ്റങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. അതനുസ രിച്ചാണ് ഓരോവ്യക്തിയും സമൂഹത്തിൽ സ്വീകരിക്കപ്പെടുന്നത്. ബുദ്ധിപരമായ വെല്ലു വിളി നേരിടുന്നവരിൽ സാമൂഹികശേഷി വികാസമെന്നത് തീവ്രപരിശീലനം ആവശ്യ മായ മേഖലയാണ്. സാമൂഹികശേഷി വികസനപരിശീലനം നൽകുക എന്നത് കുടും ബത്തിന്റേയും അതോടൊപ്പം സമൂഹത്തിന്റെയും കൂട്ടായ ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. കുഞ്ഞു ങ്ങൾ സാധാരണ വളരുന്നതിനോടൊപ്പം തന്നെ സാമൂഹികശേഷികൾ കൈവരിക്കുന്നു. എന്നാൽ ബുദ്ധിപരമായി പിന്നോക്കം നിൽക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് നമ്മൾ പ്രത്യേകമായി തന്നെ പരിശീലനം ആസൂത്രണം ചെയ്യുകയും അവ നടപ്പിലാക്കുകയും വേണം. പരിശീല നത്തിന്റെ അഭാവം അവരെ വീടിന്റെ നാലുചുവരുകൾക്കിടയിൽ ഒതുങ്ങേണ്ട അവസ്ഥയു ണ്ടാക്കും. പരിശീലനത്തിലൂടെ നേടുന്ന സാമൂഹികവിദ്യാഭ്യാസം കുട്ടിക്ക് സമൂഹത്തിൽ മെച്ചപ്പെട്ട അംഗീകാരവും, അഭിമാനബോധവും, സ്വയംപര്യാപ്തതയും, സംതൃപ്തിയും നേ ടിക്കൊടുക്കുന്നു. സാമൂഹികശേഷി പരിശീലനം കഴിയുന്നതും നേരത്തെ ആരംഭിക്കണം.

### എപ്പോൾ ആരംഭിക്കണം

### കഴിവതും നേരത്തെ ആരംഭിക്കാം

- ബുദ്ധിപരമായ പ്രയാസം നേരിടുന്ന നമ്മുടെ കുട്ടികൾക്ക് സാമൂഹിക ശേഷികൾ ആർജിക്കാൻ ആവർത്തിച്ചുള്ള അവസരങ്ങളും മേൽനോട്ടവും അത്യാവശ്യമാണ്.
- കുട്ടിക്കാലത്ത് കുടുംബാംഗങ്ങൾ കഴിയുന്നത്ര രീതിയിൽ കുട്ടികൾക്ക് അവസരങ്ങൾ നൽകുകയും അവരുമായി സംസാരിക്കുകയും ചെയ്യുക. (കുട്ടി സംസാരിച്ചില്ലെങ്കിൽ പോലും)
- കുട്ടിക്കാലത്ത് മറ്റു കുട്ടികളുമായി കളിക്കുവാനുള്ള സാഹചര്യമൊരുക്കുക
- കൗമാരത്തിലും മുതിർന്നവരിലും ഇതിന്റെ തുടർച്ചയായ പരിശീലനം തുടരേണ്ടതാണ്.

### സാമൂഹിക ശേഷി പരിശീലനത്തിനുള്ള പ്രവർത്തനഘട്ടങ്ങൾ:

**ഘട്ടം 1:** പ്രതികരണമായി പുഞ്ചിരിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 2:** പരിചിതമായ വ്യക്തികളിലേക്ക് എത്തിച്ചേരുന്നു/പോകുന്നു
**ഘട്ടം 3:** കൈ വീശി ബൈ പറയുന്നു
**ഘട്ടം 4:** സ്വന്തം പേരിനോട് പ്രതികരിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 5:** ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുംവരെ കാത്തിരിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 6:** വസ്തുക്കൾ പങ്കിട്ടുകൊണ്ട് സമപ്രായക്കാരുമായി കളിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 7:** മറ്റുള്ളവരെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യുന്നു
**ഘട്ടം 8:** നിർദ്ദേശങ്ങൾ അനുസരിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 9:** ദയവായി, നന്ദി, ക്ഷമിക്കണം എന്നീ പദങ്ങൾ ആവശ്യാനുസരണം ഉപയോഗിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 10:** വീട്ടുജോലികളിൽ മാതാപിതാക്കളെ സഹായിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 11:** അനുമതി ചോദിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 12:** അവസരത്തിന് കാത്തിരിക്കുന്നു

**ഘട്ടം 13:** ഭക്ഷണസമയത്ത് ഉചിതമായ പങ്കാളിത്തം നൽകുന്നു
**ഘട്ടം 14:** സാഹചര്യങ്ങൾക്ക് അനുയോജ്യമായ വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുന്നു
**ഘട്ടം 15:** ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും സന്ദർശിക്കുകയും ക്ഷണിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു
**ഘട്ടം 16:** പാർട്ടികളിൽ പങ്കെടുക്കുന്നു
**ഘട്ടം 17:** എതിർലിംഗത്തിൽപ്പെട്ടവരുമായി ഉചിതമായി പെരുമാറുന്നു
**ഘട്ടം 18:** മറ്റുള്ളവരുടെ സ്വകാര്യതയും വസ്തുക്കളെയും മാനിക്കുക/സ്വകാര്യതയെ മാനിക്കുക
**ഘട്ടം 19:** കടം വാങ്ങിയ വസ്തുക്കൾ തിരിച്ചുനൽകുന്നു
**ഘട്ടം 20:** മനുഷ്യനെയും സമൂഹത്തെയും സേവിക്കുന്ന വ്യക്തികളെ തിരിച്ചറിയുന്നു
**ഘട്ടം 21:** ഒഴിവുസമയങ്ങളിൽ ഉപയോഗപ്രദമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു

## ഘട്ടം 1: പ്രതികരണമായി പുഞ്ചിരിക്കുന്നു

### അമ്മയോടോ/ പരിചാരികയോടോ പുഞ്ചിരിക്കുന്നു

- കുട്ടിയെ മുഖത്ത് നോക്കിപ്പിക്കുക, ആവശ്യമെങ്കിൽ കുട്ടിയുടെ തല പിടിച്ച് നിങ്ങളുടെ മുഖത്തേക്ക് അടുപ്പിക്കുക, കുട്ടിയുടെ മുഖത്തു നോക്കി സന്തോഷത്തോടെ സംസാരിക്കുക, പുഞ്ചിരിക്കുക, പ്രതികരണമായി കുട്ടി പുഞ്ചിരിക്കുമ്പോൾ അവനെ അഭിനന്ദിക്കുക/കെട്ടിപ്പിടിക്കുക/ഉമ്മവയ്ക്കുക.

### മറ്റ് കുട്ടികളോടുള്ള പുഞ്ചിരി

- കുട്ടിയുടെ സഹോദരനോടോ സഹോദരിയോടോ കുട്ടിയുടെ അടുത്തേക്ക് പോകാൻ പറയുക, കുട്ടിയുടെ പേര് വിളിക്കുക, മുഖത്ത് നോക്കി പുഞ്ചിരിക്കുക, കുട്ടി പ്രതികരിക്കുമ്പോൾ കുട്ടിയോട് സംസാരിക്കുക, ഇഷ്ടപ്പെട്ട വസ്തു, കളിപ്പാട്ടം നൽകി അഭിനന്ദിക്കാൻ പറയുക, കുട്ടിയെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിൽ കുട്ടിയുടെ സഹോദരങ്ങളെ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് നല്ലതാണ്. ഇതിലൂടെ കുട്ടിയുടെ കാര്യത്തിൽ ഒരു ഉത്തരവാദിത്വം കൂടി അവർക്ക് അനുഭവപ്പെടും.

### പരിചയക്കാരോട് പുഞ്ചിരിക്കുന്നു

- കുടുംബാംഗങ്ങളോട് കുട്ടി പുഞ്ചിരിക്കാൻ പഠിക്കുമ്പോൾ പരിചയക്കാരെ നോക്കി പുഞ്ചിരിക്കാൻ അവനെ ശീലിപ്പിക്കുക. മുകളിൽ പറഞ്ഞപോലെ പതിവ് സന്ദർശകർ കുട്ടിയുടെ പേര് വിളിച്ച് അവനെ നോക്കി പുഞ്ചിരിക്കട്ടെ. അതുവഴി കുട്ടിക്കും പുഞ്ചിരിക്കുവാൻ കഴിയും.

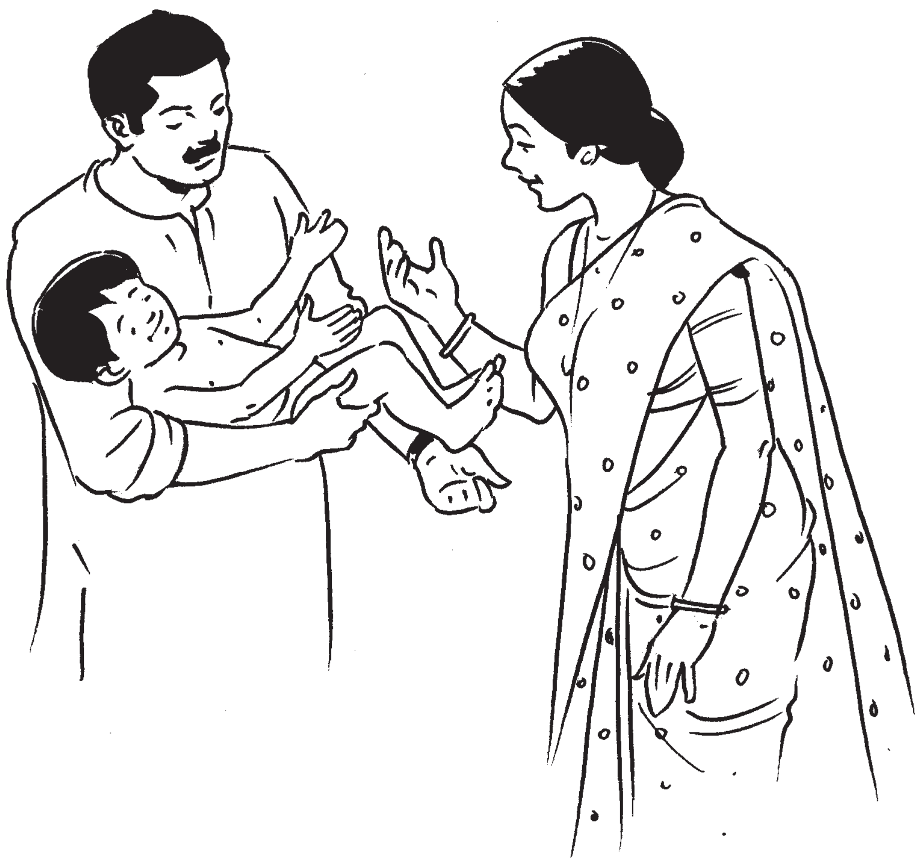
## ഘട്ടം 2: പരിചിതരെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് കൂടെ പോകാൻ കഴിയുന്നു

### അമ്മയുടെ/ പരിചാരകന്റെ അടുത്തേക്ക് പോകുന്നു

കുട്ടിയുടെ തോളിൽ സ്പർശിച്ച് പേര് ഉപയോഗിച്ച് കുട്ടിയെ വിളിക്കുക പുഞ്ചിരിക്കുന്ന മുഖത്തോടെ കുട്ടിയിലേക്ക് കൈകൾ നീട്ടുക. കൈകൾ നീട്ടിക്കൊണ്ട് കുട്ടി പ്രതികരിക്കുകയാണെങ്കിൽ കുട്ടിയെ അഭിനന്ദിക്കുകയും ചേർത്തുപിടിക്കുകയും ചെയ്യുക. കുട്ടിക്ക് താൽപര്യമില്ലെങ്കിൽ നിർബന്ധിക്കരുത്. ആവർത്തിച്ചുള്ള ശ്രമങ്ങളിലൂടെ കുട്ടിയുടെ സഹകരണം നേടിയെടുക്കാം.

### കുടുംബാംഗങ്ങളെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവരിലേക്ക് പോകുന്നു

- കുടുംബാംഗങ്ങൾ വിളിക്കുമ്പോഴും കൈകൾ നീട്ടുമ്പോഴും അവരുടെ സമീപത്തേക്ക് പോകുവാൻ കുട്ടിയെ പരിശീലിപ്പിക്കുക. കുട്ടി പ്രതികരിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ വിഷമിക്കണ്ട. വ്യത്യസ്ത സാഹചര്യങ്ങളിൽ ശ്രമിക്കുക. കുട്ടിയുമായി കുടുംബാംഗങ്ങൾ സൗഹൃദത്തിലായിരിക്കുക.



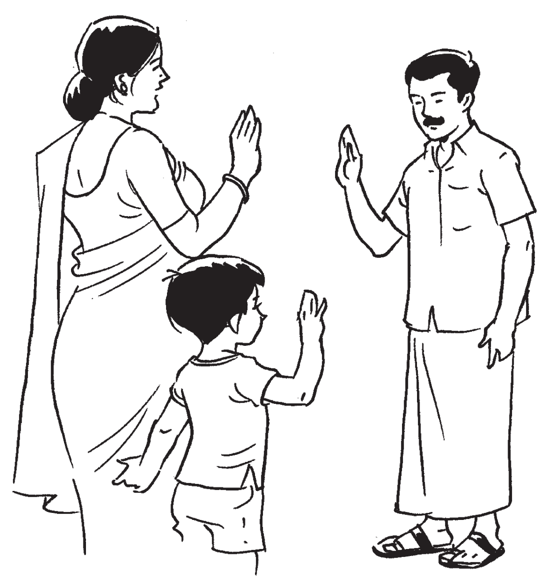
### പരിചിതമായ സുഹൃത്തുകളിലേക്കും ബന്ധുക്കളിലേക്കും പോകുന്നു

ബന്ധുക്കളുടെയും സുഹൃത്തുക്കളുടെയും സന്ദർശനസമയത്ത് കുട്ടിയെ അവരുടെ അടുത്തേക്ക് കൊണ്ടുപോകുക. അവർ കൈനീട്ടുമ്പോൾ അവരുടെ അടുത്തുപോകുവാൻ കുട്ടിയെ പ്രേരിപ്പിക്കുക. കുട്ടിയുടെ പരിമിതി കാരണം അവരിൽനിന്ന് കുട്ടിയെ മറയ്ക്കരുത്. വ്യത്യസ്ത സാഹചര്യങ്ങളിൽ ആവർത്തിച്ച് അവസരങ്ങൾ കൊടുക്കുന്നത് കുട്ടിയിൽ സാമൂഹിക അവബോധം വളർത്തിയെടുക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.

## ഘട്ടം 3: കൈവീശി ബൈ പറയുന്നു

- അച്ഛൻ ജോലിക്ക് പോകുമ്പോൾ കുട്ടിയുടെ അടുത്തേയ്ക്ക് പോയി അവന്റെ കൈ എടുത്ത് ബൈ തരും പോലെ കാണിക്കുക. ക്രമേണ സ്ഥിരമായി ചെയ്യുന്നതിലൂടെ കുട്ടി കൈവീശാനും ബൈ പറയാനും പഠിക്കും.

- കുട്ടിയുടെ സഹോദരങ്ങൾ സ്ക്കൂളിൽ പോകുമ്പോൾ അവരോട് കുട്ടിയോട് ബൈ പറയാൻ പറയുക കുട്ടി അവരോടും ബൈ പറയട്ടെ.



- ബന്ധുക്കളോ സുഹൃത്തുക്കളോ വീട്ടിൽ വന്ന് തിരിച്ചുപോകുമ്പോൾ അവനെ എടുത്തുകൊണ്ട് നമ്മൾ യാത്രയാക്കുന്ന രീതി കാണിച്ചുകൊടുക്കുക. അവനെ കൊണ്ട് ചെയ്യിപ്പിക്കുക. സന്ദർശനത്തിനായി സുഹൃത്തുക്കളുടെയോ/ ബന്ധുക്കളുടെയോ വീടുകളിൽ പോകുമ്പോൾ കുട്ടിയെ കൂടെക്കൊണ്ടു പോകുക. അവിടെ നിന്ന് ഇറങ്ങുമ്പോൾ അവനെക്കൊണ്ട് ബൈ പറയിപ്പിക്കുക. തുടക്കത്തിൽ കുട്ടിയുടെ കൈകൾ പിടിച്ച് സഹായിക്കുക. ക്രമേണ അവൻ സ്വയം വിടപറയട്ടെ അവന്റെ ശ്രമങ്ങൾക്ക് അവനെ അഭിനന്ദിക്കുക.

## ഘട്ടം 4: സ്വന്തം പേരിനോട് പ്രതികരിക്കുന്നു

- കുട്ടിയുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുന്നതിനായി അമ്മ എപ്പോഴും കുട്ടിയുടെ പേര് വിളിക്കുക. ഉദാഹരണത്തിന്, അമൽ ഇത് കഴിക്കൂ, അമൽ അമ്മയെ നോക്കൂ, അമൽ ഞാൻ നിങ്ങളുടെ വസ്ത്രങ്ങൾ മാറ്റട്ടെ, അമൽ ഈ കളിപ്പാട്ടം എടുക്കൂ, തുടങ്ങിയവ.

- കുട്ടി സ്വന്തം പേര് തിരിച്ചറിഞ്ഞ് തുടങ്ങുമ്പോൾ കുട്ടിയുടെ പേരിനോട് പ്രതികരിക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക. ഉദാഹരണത്തിന് അമ്മ ചില പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ തിരക്കിലായിരിക്കുമ്പോൾ കുട്ടിയെ അടുത്തിരുത്തി പേര് വിളിക്കുക, കുട്ടി പ്രതികരിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ കുട്ടിയുടെ പേര് വീണ്ടും വിളിക്കുക. നോക്കുന്ന സമയത്ത് പ്രോത്സാഹനം നൽകുക.
- വിളിക്കുമ്പോൾ മുഖംതിരിക്കാനും നിങ്ങളുടെ മുഖത്ത്നോക്കി പ്രതികരിക്കാനും അവൻ പഠിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ വാക്കുകൾ കൊണ്ട് പ്രതികരിക്കാൻ കുട്ടിയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക.

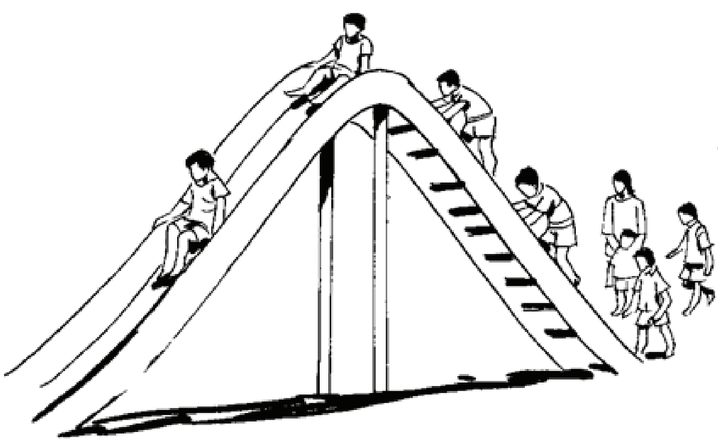
- അടുത്തഘട്ടം മറ്റ് കുടുംബാംഗങ്ങളും ചരിചയമുള്ള വ്യക്തികളും പേര് വിളിക്കുമ്പോൾ പ്രതികരിക്കാൻ അവനെ പഠിപ്പിക്കുക എന്നതാണ്.
- അവസാനമായി ഏത് സാഹചര്യത്തിലും കുട്ടി തന്റെ പേര് തിരിച്ചറിയുകയും അവന്റെ പേരിനോട് ഉചിതമായ രീതിയിൽ പ്രതികരിക്കുകയും ചെയ്യട്ടെ വ്യത്യസ്ത ആവശ്യങ്ങൾക്കായി അറിയുന്നവരും അറിയാത്തവരുമായി ആളുകൾ കുട്ടിയുടെ പേര് വിളിക്കുമ്പോൾ വ്യത്യസ്ത സാഹചര്യങ്ങളിൽ (വീട്ടിൽ, കളിസ്ഥലത്ത്, പുറത്തുപോകുമ്പോൾ, കുട്ടിയുടെ പേരിനോട് പ്രതികരിക്കട്ടെ കഴിയുന്നത്ര അവസരങ്ങൾ നൽകുക).

## ഘട്ടം 5: ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുംവരെ കാത്തിരിക്കുന്നു

### തുടക്കത്തിൽ

ചുരുങ്ങിയ സമയത്തേക്ക് കാത്തിരിക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങളേ സൃഷ്ടിക്കാവൂ. ക്രമേണ സമയം വർദ്ധിപ്പിക്കാം. ഈ സമയം നിങ്ങൾ തിരക്കിലാണെന്നും താമസിയാതെ നിങ്ങൾ കുട്ടിയുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുമെന്നും സൗഹാർദ്ദപരമായി കുട്ടിയോട് പറയുക. നിങ്ങൾ കുട്ടിയെ പങ്കെടുപ്പിക്കാൻ പോകുമ്പോൾ കാത്തിരുന്ന് കുട്ടിയെ അഭിനന്ദിക്കുക ഇത് കുട്ടിയുടെ പെരുമാറ്റത്തെ ശക്തിപ്പെടുത്തും.

- **ഭക്ഷണസമയം:** അമ്മ തിരിക്കിലായിരിക്കുമ്പോൾ ഭക്ഷണം വിളമ്പുന്നതിനായി കാത്തിരിക്കുക.



- **കളിക്കുന്ന സമയം:** മറ്റൊരുകുട്ടി സ്വീംഗ് ചെയ്യുമ്പോൾ സ്വന്തം ഊഴത്തിനായി കാത്തിരിക്കുക.

- **സംഭാഷണം:** ഒരു ഗ്രൂപ്പ് സാഹചര്യത്തിൽ സംസാരിക്കാൻ അവന്റെ സമയത്തി നായി കാത്തിരിക്കുക.
- **ഷോപ്പിംഗ് സാഹചര്യം:** കടക്കാരൻ മുന്നിലുള്ള ഒരു ഉപഭോക്താവുമായി അക്കൗണ്ടുകൾ തീർപ്പാ ക്കുന്നതുവരെ കാത്തിരിക്കുന്നു.

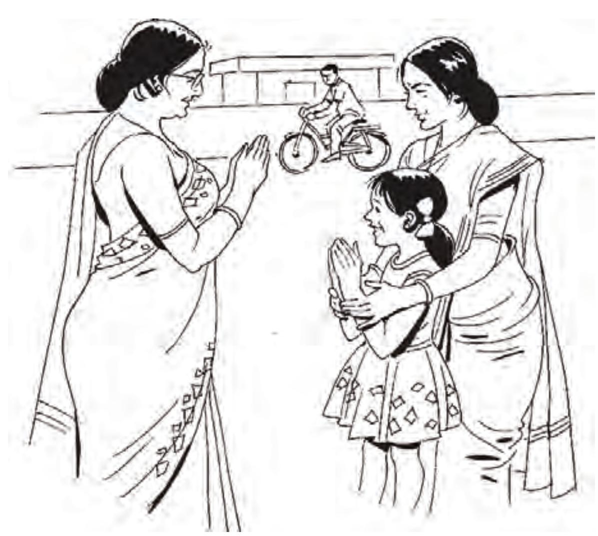
## ഘട്ടം 6: വസ്തുക്കൾ പങ്കിട്ടുകൊണ്ട് സമപ്രായക്കാരുമായി കളിക്കുന്നു

- **കളിക്കുന്ന സമയം:** കുട്ടി ഒരു പന്ത് ഉപയോഗിച്ച് കളിക്കുമ്പോൾ മറ്റൊരു കുട്ടിയോട് കുട്ടിയോടൊപ്പം പന്ത് പങ്കിടാനും കളിക്കാനും അനുവദിക്കുക. വ്യത്യസ്തങ്ങളായ കളിപ്പാട്ടങ്ങളുമായി കുട്ടി കളിക്കുമ്പോൾ കുട്ടിയുടെകൂടെ മറ്റ് കുട്ടികളെയും കളിക്കാൻ അനുവദിക്കുക.

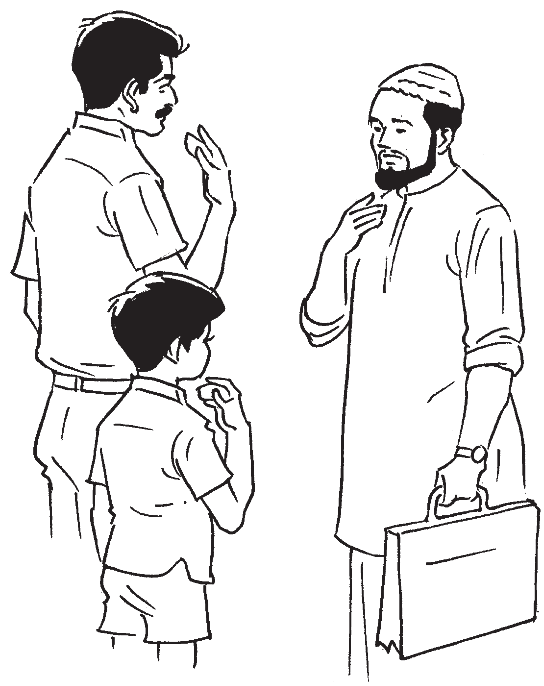
- **ഭക്ഷണ സമയം:** സുഹൃത്തുക്കളും ബന്ധു ക്കളും വീട്ടിൽ വരുമ്പോൾ ആവശ്യമായ ഭക്ഷണം പങ്കിടാനുള്ള അവസരങ്ങൾ നൽകുക.
- **സ്വന്തം വസ്തുക്കൾ**: സഹോദരങ്ങൾക്കും സമപ്രായക്കാർക്കും കുട്ടിയുടെ വസ്തുക്കൾ ആവശ്യമാണെങ്കിൽ (പെൻസിൽ ഇറേസർ) അവ നൽകുന്നതിനും ഉപയോഗത്തിന് ശേഷം തിരികെ വാങ്ങുവാനും കുട്ടിയെ പഠിപ്പിക്കുക. സുഹൃത്തുക്കളും ബന്ധുക്കളും കുട്ടിയുടെ വീട്ടിൽ വരുമ്പോൾ കുട്ടിക്ക് തന്റെ വസ്തുക്കൾ പങ്കിടാൻ സാഹചര്യങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുക.

## ഘട്ടം 7: മറ്റുള്ളവരെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യുന്നു

- **വീട്ടിൽ:** കുടുംബാഗങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ കുട്ടിക്ക് കാണാൻ അവസരങ്ങൾ നൽകുക. കുട്ടിയും അവരോടൊപ്പം ചേരട്ടെ. ആശംസകൾ, നമസ്തേ, സുപ്രഭാതം ഗുഡ് മോണിംഗ്, ഗുഡ് ഈവനിംഗ് എന്നിവയ്ക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്ന പദങ്ങൾ പറഞ്ഞുകൊടുക്കുക. ആംശസിക്കുന്നതിനൊപ്പം ഉചിതമായ ആംഗ്യങ്ങളും അവതരിപ്പിക്കുക.



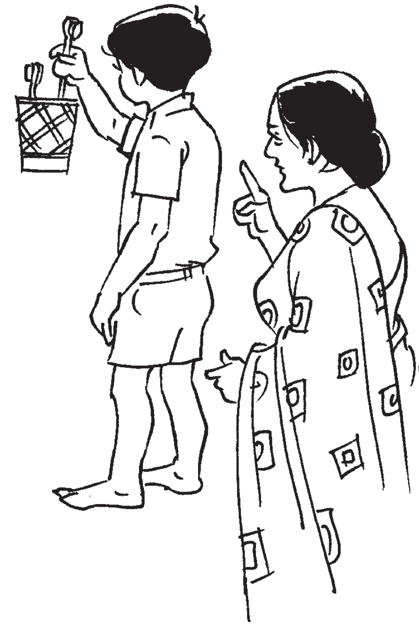
- **സ്ക്കൂളിൽ:** കുട്ടി സ്ക്കൂളിൽ പോയാൽ സുഹൃത്തുക്കളെ കണ്ടുമുട്ടുമ്പോൾ അവരെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യാൻ പരീശീലീപ്പിക്കുക. കുട്ടിയെ അധ്യാപകന്റെ അടുത്തേയ്ക്ക് കൊണ്ടുപോകുക, അവനെ/അവളെ എങ്ങനെയാണ് അഭിവാദ്യം ചെയ്യുക എന്നത് കാണിച്ചുകൊടുക്കുക. സ്ക്കുളിലെ മറ്റ് അദ്ധ്യാപകരെയും മുതിർന്നവരെയും അഭിവാദ്യം ചെയ്യാൻ അവസരമൊരുക്കുക.



- **സമൂഹത്തിൽ:** കുട്ടിയെ പുറത്തേക്ക് കൊണ്ടുപോവുകയും നമ്മൾ മറ്റുള്ളവരെ കാണുമ്പേൾ അഭിവാദ്യം ചെയ്യുന്നത് എങ്ങിനെയെന്ന് കാണിച്ചു കൊടുക്കുകയും ചെയ്യുക. കൂട്ടുകാരുടെ, ബന്ധുക്കളുടെ വീട്ടിൽ പോവുമ്പോൾ എങ്ങനെയാണ് അവരെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യേണ്ടതെന്ന് പരിശീലിപ്പിക്കുക. കുട്ടി മറന്നുപോയാൽ ആദ്യം നമ്മൾ ചെയ്യുക അപ്പോൾ കുട്ടി ആശംസിക്കുവാൻ ഓർക്കും.

## ഘട്ടം 8: നിർദ്ദേശങ്ങൾ അനുസരിക്കുന്നു

- നിർദ്ദേശങ്ങൾ പാലിക്കാൻ കുട്ടി പഠിച്ചു തുടങ്ങുമ്പോൾ കുടുംബാംഗങ്ങളെ അനുസരിക്കാൻ കുട്ടിയെ പരിശീലിപ്പിക്കുക. തുടക്കത്തിൽ കുട്ടി ചെയ്യാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന ലളിതമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുക (ആരെയെങ്കിലും വിളിക്കുക, കളിപ്പാട്ടത്തിനൊപ്പം കളിക്കുക, ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന എന്തെങ്കിലും കൊണ്ടുവരിക) അനുസരിക്കുമ്പോൾ ഉടനടി അവനെ അഭിനന്ദിക്കുക.




- ബ്രഷിംഗ്, ടോയ്ലെറ്റ്, കുളി വസ്ത്രധാരണം, ചമയം പോലുള്ള വ്യക്തിപരമായ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റാൻ പഠിക്കുമ്പോൾ കുട്ടിയുടെ ദിനചര്യയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുക. അതുവഴി കൃത്യസമയത്ത് അത് ചെയ്യുന്ന ശീലം വളർത്തിയെടുക്കും.

- അടുത്ത ഘട്ടമെന്ന നിലയിൽ ഗാർഹിക പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുക. മനസിലാക്കുന്നതിന് ബുദ്ധിമുട്ടായാൽ നമ്മൾ അത് അവന് ചെയ്തു കാണിച്ചു കൊടുക്കുക. പ്രോത്സാഹനം നൽകുക.

- ക്രമേണ സാമൂഹിക പെരുമാറ്റവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുന്നത് ആരംഭിക്കുക. ഉദാഹരണത്തിന് കുട്ടി അനാവശ്യമായി അലറുകയോ ഓടുകയോ ചിരിക്കുയോ ചെയ്താൽ അത് അവസാനിപ്പിക്കാൻ പറയുക.

അനുസരിച്ചില്ലെങ്കിൽ ശ്രദ്ധകൊടുക്കാതിരിക്കുക. പക്ഷേ അവന്റെ ആവശ്യങ്ങൾ നടത്തുകയുമരുത്, സ്ഥിരമായി ഈ രീതി പിന്തുടരുകയാണെങ്കിൽ ഇത് കുട്ടിയുടെ അനുസരണാശീലം വളർത്തിയെടുക്കാൻ സഹായിക്കും.

## ഘട്ടം 9: ദയവായി, നന്ദി, ക്ഷമിക്കണം എന്നീ പദങ്ങൾ ആവശ്യാനുസരണം ഉപയോഗിക്കുന്നു

കുട്ടി നിർദ്ദേശങ്ങൾ പാലിക്കാനും ആവശ്യങ്ങൾ ആശയവിനിമയം നടത്താനും തുടങ്ങുമ്പോൾ ദയവായി നന്ദി ക്ഷമിക്കണം എന്നീ വാക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കാൻ ശീലിപ്പിക്കുക.

- **പ്ലീസ് എന്ന് പറയുന്നു:** നമ്മൾ കുട്ടിയോടോ മറ്റൊരാളോടോ ഒരു സഹായം ചെയ്യാൻ ആവശ്യപ്പെടുമ്പോൾ ദയവയി എന്ന പദം ഉപയോഗിക്കുക (ഉദാഹരണത്തിന് ദയവായി ആ പ്ലേറ്റ് കൊണ്ടുവരിക, ദയവായി പച്ചക്കറികൾ മുറിക്കുക, ദയവായി ഒരുമിനിറ്റ് കാത്തിരിക്കുക തുടങ്ങിയവ)
- പ്ലീസ് എന്ന പദം ഉപയോഗിക്കാൻ കുട്ടിക്ക് അവസരങ്ങൾ നൽകുക കുട്ടി സംസാരിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ആംഗ്യം കാണിക്കട്ടെ. കുട്ടി ഒരു സഹായം ആവശ്യപ്പെടുമ്പോഴെല്ലാം നിങ്ങൾ അതിൽ ദയവായി എന്ന് ചേർക്കാൻ പറയുകയോ അല്ലെങ്കിൽ ആംഗ്യം കാണിക്കുകയോ ചെയ്യുക.

- **നന്ദി പറയുക:** നന്ദി എന്ന വാക്ക് ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ കുട്ടിയെ അത് കാണാനും കേൾക്കാനും അനുവദിക്കുക, കുട്ടിക്ക് ഉപയോഗിക്കാനുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുക.

- **ക്ഷമിക്കണം എന്ന് പറയുക:** എന്തെങ്കിലും തെറ്റ് ചെയ്തുവെന്ന് സ്വയം തന്നെ മനസിലാക്കാൻ കഴിയുമ്പോഴാണ് ക്ഷമിക്കണം. എന്ന ആശയം പഠിപ്പിക്കാൻ കഴിയുക. മോശമായി പെരുമാറുകയോ അല്ലെങ്കിൽ ചെയ്യാൻ ആവശ്യപ്പെട്ട കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ മറക്കുകയോ, അല്ലെങ്കിൽ മറ്റുള്ളവരെ വേദനിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്താൽ ക്ഷമിക്കണം എന്ന പദം ഉപോയഗിക്കാൻ കുട്ടിയെ പരിശീലിപ്പിക്കുക.
- ദയവായി, നന്ദി, ക്ഷമിക്കണം എന്നി വാക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ കുട്ടിയെ അഭിനന്ദിക്കുക.

## ഘട്ടം 10: വീട്ടുജോലികളിൽ മാതാപിതാക്കളെ സഹായിക്കുന്നു

- ആദ്യഘട്ടത്തിൽ കുടുബാംഗങ്ങൾ വ്യത്യസ്ത വീട്ടുജോലികളിൽ ഏർപ്പെടുമ്പോൾ കുട്ടി ശ്രദ്ധിക്കട്ടെ, നിങ്ങളോടൊപ്പം ചേരാൻ അവനെ പ്രേരിപ്പിക്കുക. അവന്റെ താൽപ ര്യത്തെയും ശ്രമങ്ങളെയും അഭിനന്ദിക്കുക.
- കുട്ടികളുടെ പ്രായത്തേയും കഴിവിനേയും ആശ്രയിച്ച് കുടുംബാഗങ്ങളെ സഹാ യിക്കാൻ കഴിയുന്ന ചില വീട്ടുജോലികൾ തെരെഞ്ഞെടുക്കുക. ഉദാഹരണത്തിന് വെള്ളം കൊണ്ടുവരിക, അലക്കാൻ സഹായിക്കുക, പാത്രങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുക, അലമാരയിൽ വസ്ത്രങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കാൻ സഹായിക്കുക, പച്ചക്കറികൾ വൃത്തിയാ ക്കുക ചെടി നനയ്ക്കുക തുടങ്ങിയവ.
- തുടക്കത്തിൽ കുട്ടിയുടെ ഇടപെടൽ വളരെ കുറഞ്ഞതും എളുപ്പമുള്ളതുമായിക്കോട്ടെ. കുട്ടി സഹായിക്കുന്നതിന് കുട്ടിയെ അഭിനന്ദിക്കുക. ജോലിയുടെ ദൈർഘ്യവും പ്രയാസവും ക്രമേണ വർദ്ധിപ്പിക്കുക. കുട്ടി പഠിക്കുമ്പോൾ പതിവായി ചെയ്യാൻ കഴി യുന്ന ചില പ്രവർത്തനങ്ങൾ തെരഞ്ഞെടുക്കുക. കുട്ടിയുടെ കഴിവുകൾക്കപ്പുറമുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ നിങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നില്ലെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക. കുട്ടിയുടെ ശ്രമ ങ്ങളെയും വിജയത്തെയും അഭിനന്ദിക്കുകയും പ്രതിഫലം നൽകുകയും ചെയ്യുക.

## ഘട്ടം 11: അനുമതി ചോദിക്കുന്നു

- **വീട്ടിൽ:** കുട്ടിയുടെ സാധനങ്ങൾ കാണിച്ച് വസ്ത്രങ്ങൾ, പുസ്തകങ്ങൾ, ബാഗ്, ടൂത്ത് ബ്രഷ്, ചെരുപ്പുകൾ, തുടങ്ങിയവ കുട്ടിയുടെ വസ്തുക്കളാണെന്ന് കുട്ടിയോട് പറയുക. അതുപോലെ മറ്റുള്ളവരുടേത് കാണിക്കുകയും അവ മറ്റുള്ളവരുടേത് ആണെന്നും പറയുക. കുട്ടിയുടേതല്ലാത്ത എന്തെങ്കിലും ഉപയോഗിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ ഉടമസ്ഥനോട് അനുവാദം വാങ്ങണമെന്ന് പഠിപ്പിക്കുക.

- **സ്ക്കുളിൽ:** കണുട്ടിക്ക് സ്ക്കൂളിലും അവസരം നൽകുക. ഉദാഹരണത്തിന് കുട്ടി ഒരു കളിപ്പാട്ടം/ പെൻസിൽ/ ഒരു പുസ്തകം കടം വാങ്ങാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ കുട്ടി താഴ്മയോടെ അനുവാദം ചോദിക്കുകയും ദയവായി, നന്ദി എന്നി വാക്കുകൾ ശരിയായി ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യട്ടെ. നമ്മൾ ഒരു വസ്തുവിനായി അനുവാദം ചോദിക്കുകയാണെങ്കിൽ അത് കാണാനുള്ള അവസരം കുട്ടിക്ക് നൽകുക. കുടുംബാഗംങ്ങളും അവസരമൊരുക്കട്ടെ. ക്രമേണ കുട്ടിയത് പഠിക്കും.

**സമൂഹത്തിൽ:** കുട്ടി സുഹൃത്തുക്കളെയും ബന്ധുക്കളെയും സന്ദർശിക്കുമ്പോൾ അനുവാദമില്ലാതെ ഒന്നും എടുക്കുന്നില്ലെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക. ബന്ധുക്കളോടും സുഹൃത്തുക്കളോടും പരിശീനത്തെക്കുറിച്ച് പറഞ്ഞ് മനസിലാക്കി കൊടുത്താൽ അവരെയും ഇതിൽ ഉൾപ്പെടുത്താൻ കഴിയും.

## ഘട്ടം 12: അവസരത്തിന് കാത്തിരിക്കുന്നു

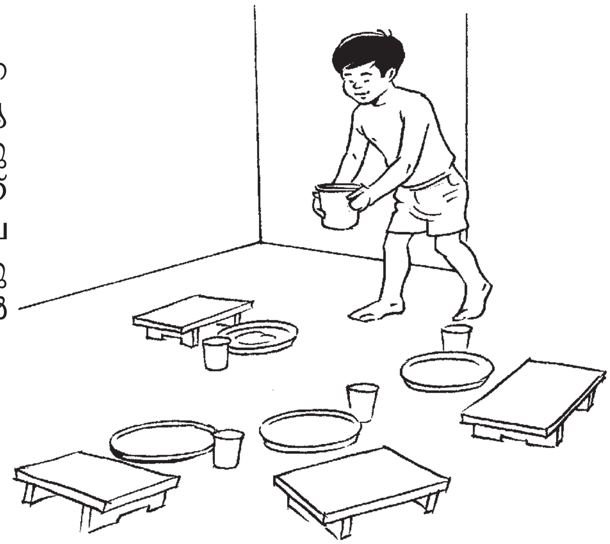
- **വീട്ടിൽ:** കുടുംബാഗങ്ങൾക്ക് ചുമതലകൾ നൽകുക. കുട്ടിയുടെ ഊഴം വരുന്നതു വരെ കാത്തിരിക്കാനായി പറയുക. കുളിമുറി ഒഴിയുന്നതിനും, വാഷ്ബേസിൻ ഒഴിയുന്നതിനുമെല്ലാം ഊഴം വരുംവരെ കാത്തിരിക്കട്ടെ.

- **സ്ക്കൂളിൽ:** സ്ക്കൂളിൽ വാനിൽ കയറുന്നതിന് കുട്ടി ക്യൂ നിന്ന് തന്റെ ഊഴത്തിനായി കാത്തിരിക്കട്ടെ. കുട്ടികൾക്ക് വൃത്തിയാക്കൽ, ക്രമീകരണം, സന്ദേശങ്ങൾ, എടുക്കൽ തുടങ്ങിയ ചുമതലകൾ നൽകുക. തന്റെ ഊഴം എപ്പോൾ വരുമെന്നും എങ്ങനെ തന്റെ കടമ നിർവഹിക്കാമെന്നും വിശദീകരിക്കുക. ഉച്ചഭക്ഷണ സമയത്ത് പാട്ടുപാടുന്നതിലും ഗ്രൂപ്പ് ഗെയിം സാഹചര്യങ്ങളിലും കുട്ടിയുടെ അവസരത്തിനായി കാത്തിരിക്കാനായി പറയുക.

- **സമൂഹത്തിൽ:** ബാങ്കുകൾ, റെയിൽവെ സ്റ്റേഷനുകൾ, സിനിമാ തിയേറ്റർ എന്നിവിടങ്ങളിലേക്ക് കുട്ടിയെ കൊണ്ടുപോയി ടിക്കറ്റ് എടുക്കുന്നതെങ്ങനെയെന്ന് കാണിക്കുകയും കുട്ടിക്ക് അവസരം നൽകുകയും ചെയ്യുക.

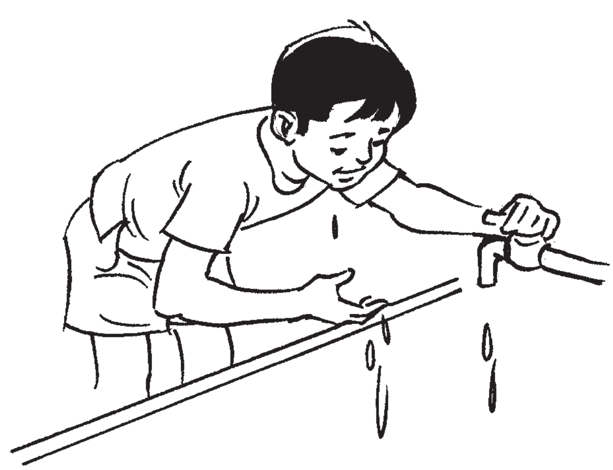
## ഘട്ടം 13: ഭക്ഷണ സമയത്ത് ഉചിതമായ പങ്കാളിത്തം നൽകുന്നു

- **തീൻമേശ ക്രമീകരിക്കൽ:** കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ എണ്ണത്തിനനുസരിച്ച് ആവശ്യത്തിന് പ്ലേറ്റുകളും ഗ്ലാസുകളും എടുക്കുവാനും തുടക്കത്തിൽ അടുക്കളയിൽ നിന്ന് വെള്ളം, തൈര്, അച്ചാറുകൾ എന്നിവ പോലുള്ള ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ കൊണ്ടുവരാനും പറയുക. താഴെ വിഴാതിരിക്കാൻ സഹായം നൽകുക.



- **ഒരു കുടുംബ ക്രമീകരണത്തിൽ ഭക്ഷണം വിളമ്പുക:** കുട്ടിയും മറ്റ് കുടുംബാഗങ്ങളുമായി ശരിയായ സ്ഥലത്ത് ഇരുന്നതിനുശേഷം കുട്ടിക്കും മറ്റുള്ളവർക്കും ഭക്ഷണം പുറത്തുപോവാതെ വിളമ്പാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക. തുടക്കത്തിൽ പപ്പടം പോലുള്ള ഇനങ്ങളിൽ നിന്ന് ആരംഭിക്കുക. ക്രമേണ മറ്റു ഭക്ഷണങ്ങളും പരിശീലിപ്പിക്കുക.

- **വൃത്തിയാക്കുന്നതിലെ പങ്കാളിത്തം:** ഭക്ഷണം കഴിച്ച് എഴുന്നേൽക്കുന്നതിന് എല്ലാവരും കഴിച്ചു കഴിയുന്നത് വരെ കാത്തിരിക്കാൻ കുട്ടിയോട് പറയുക. അവൻ കൈയും വായയും ശരിയായി കഴുകുന്നുവെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക.



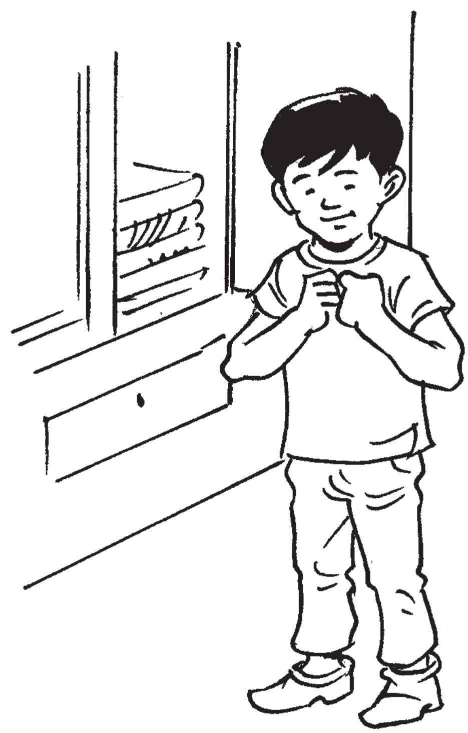
- മേശ/ഡൈനിംഗ് സ്ഥലം വൃത്തിയാക്കാൻ കുട്ടിക്ക് അവസരങ്ങൾ നൽകുക. പാത്രങ്ങൾ വൃത്തിയാക്കുവാനും അവ യഥാസ്ഥലത്ത് വെക്കുകയും ചെയ്യുക.
- കുട്ടിയെ റെസ്റ്റോറന്റുകളിലേക്കും പൊതുസ്ഥലങ്ങളിലേക്കും കൊണ്ടുപോകുമ്പോൾ ഉചിതമായ പെരുമാറ്റം പാലിക്കുന്നുണ്ടോയെന്ന് പരിശോധിക്കുക. അഭിനന്ദിക്കുക. പരിശീലനം കുട്ടിയുടെ കഴിവിനും ശാരീരിക ശേഷിക്കും അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളതായിരിക്കണം. കുട്ടിയുടെ കഴിവിനെ അടിസ്ഥാനമാക്കി കഴിയുന്നത്ര പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കാൻ അവസരങ്ങൾ നൽകുക.

## ഘട്ടം 14: സാഹചര്യങ്ങൾക്ക് അനുയോജ്യമായ വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുന്നു

സമൂഹം അംഗീകരിക്കണമെങ്കിൽ ശരിയായ വസ്ത്രധാരണം ആവശ്യമാണ്. സാഹചര്യത്തിന് അനുയോജ്യമായ വസ്ത്രങ്ങൾ വേർതിരിച്ചറിയാനും ഉപയോഗിക്കാനും കുട്ടി അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

- **വീട്ടിൽ:** വിവിധ വീട്ടുജോലികൾ, കളികൾ എന്നിവയ്ക്ക് വീട്ടിൽ ധരിക്കേണ്ട വസ്ത്രങ്ങൾ പ്രത്യേകം സൂക്ഷിക്കാൻ കുട്ടിക്ക് അലമാരിയിൽ ഒരു സ്ഥലം നൽകുക.

- **സ്കൂളിൽ:** സ്കൂളിൽ പോകുമ്പോൾ യൂണിഫോമിന്റെ ആവശ്യകത കുട്ടിയോട് പറയുകയും അവ സൂക്ഷിക്കാൻ പറയുകയും ചെയ്യുക. വീട്ടിൽ വന്നയുടനെ യൂണിഫോം മാറുവാനും പ്രായത്തെയും കഴിവിനെയും ആശ്രയിച്ച് കുട്ടിയുടെ തുണിത്തരങ്ങൾ പരിപാലിപ്പിക്കാനും പഠിപ്പിക്കുക.



- **വിവിധ ചടങ്ങുകൾ:** ചടങ്ങുകൾക്കായുള്ള വസ്ത്രങ്ങൾ സൂക്ഷിക്കുന്നിടത്ത് കുട്ടിയുടെ വസ്ത്രങ്ങൾ സൂക്ഷിക്കുവാനും ഒരു സ്ഥലം നൽകുക. അവ വിലകൂടി വസ്ത്രങ്ങളാണെന്നും അവ എളുപ്പത്തിൽ കഴുകാനാകില്ലെന്നും അതിനാൽ ധരിക്കുമ്പോൾ സൂക്ഷിക്കണമെന്നും, അവ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനും പരിശീലിപ്പിക്കുക.

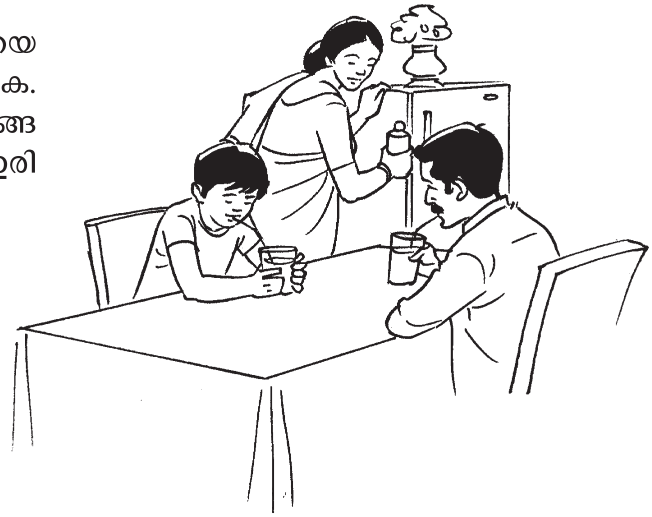
- **വിവിധ കാലാവസ്ഥകളിൽ:** ഒരു വർഷത്തിലെ വ്യത്യസ്ത കാലാവസ്ഥകളെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യുക. ചിത്രങ്ങളും ടിവിയുമൊക്കെ ഉപയോഗിച്ച് ശൈത്യകാലത്ത് കട്ടികൂടിയ വസ്ത്രങ്ങളും വേനൽകാലത്ത് നേർത്ത വസ്ത്രങ്ങളും ധരിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത വിശദീകരിക്കുക.

## ഘട്ടം 15: ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും സന്ദർശിക്കുകയും ക്ഷണിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു

- ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും സന്ദർശിക്കുക. കുടുംബാംഗങ്ങൾ ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും സന്ദർശിക്കുമ്പോൾ കുട്ടിയെ കൂടെകൂട്ടാൻ മടിക്കരുത്. അവർക്ക് ഉചിതമായി ആശംസിക്കാൻ അവസരങ്ങൾ നൽകുക. ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ ദയവായി, നന്ദി തുടങ്ങിയ വാക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കുക, നല്ല പെരുമാറ്റം പ്രകടിപ്പിക്കുക. കുട്ടിയുടെ പ്രവർത്തന നിലയെയും ബന്ധുവിന്റെ വീടിന്റെ ദൂരത്തെയും ആശ്രയിച്ച് കുട്ടിയെ തിരികെ പോകാൻ സ്വയം പരിശീലിപ്പിക്കുക.
- **ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും ക്ഷണിക്കുന്നു:** നിങ്ങൾ ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലേക്ക് ക്ഷണിക്കുന്നത് കുട്ടി കാണട്ടെ. കുട്ടിക്കും അവസരം നൽകുക. വീട്ടിലേക്ക് വരുമ്പോൾ അവരെ എങ്ങനെ സ്വീകരിക്കണമെന്ന് കുട്ടിയെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുക. അവരോടൊപ്പം കളിക്കുക, ഭക്ഷണം കഴിക്കുക. ക്രമേണ നമ്മൾ നൽകുന്ന സഹായം കുറച്ച് കുട്ടിയുടെ സുഹൃത്തക്കളെയും ബന്ധുക്കളെയും ഒറ്റക്കുതന്നെ സ്വീകരിക്കാൻ കുട്ടിയെ പ്രാപ്തനാക്കുക.
- കുട്ടിയെ മറ്റുള്ളവർക്ക് പരിചയപ്പെടുത്തുന്നതിൽ ലജ്ജിക്കരുത്. കുട്ടി നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിലെ ഒരു അംഗമാണ്.

## ഘട്ടം 16: പാർട്ടികളിൽ പങ്കെടുക്കുന്നു

- **വീട്ടിൽ:** വീട്ടിലെ ചടങ്ങുകളിൽ കുട്ടിയെ ഒരു കുടുംബാംഗമായി ഉൾപ്പെടുത്തുക. പൊതുചടങ്ങുകളിൽ കുടുംബാംഗങ്ങളോടും അതിഥികളോടുമൊപ്പം ഇരിക്കാൻ കുട്ടിക്ക് അവസരം നൽകുക.



- **സ്ക്കൂളിൽ:** സാധാരണയായി സ്ക്കൂളിൽ അധ്യാപകർ ചടങ്ങുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുമ്പോൾ മാതാപിതാക്കൾക്ക് അറിയിപ്പ് നൽകി ഓരോ കുട്ടിക്കും പ്രത്യേക ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ നൽകുകയാണ് ചെയ്യുക. ഇതിൽ അധ്യാപകരുമായി സഹകരിക്കുക.

- **സമൂഹത്തിൽ:** വീട്ടിലും സ്ക്കൂളിലും സമൂഹത്തിലും പൊതുചടങ്ങുകളിൽ പങ്കെടുക്കാൻ കുട്ടികൾ ആഗ്രഹിക്കുമ്പോൾ, പോകാൻ അവസരം നൽകുക. കുട്ടിക്ക് ഒറ്റക്കുപോകാനാകുന്നതുവരെ സുഹൃത്തുക്കളോടൊപ്പമോ നിങ്ങളോടൊപ്പമോ കൊണ്ടുപോകുകയും നല്ല പെരു മാറ്റങ്ങൾ പരിശീലിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക. ശരിയായ പെരുമാറ്റത്തെ അഭിനന്ദിക്കുകയും പ്രതിഫലം നൽ കുകയും ചെയ്യുക.

## ഘട്ടം 17: എതിർലിംഗത്തിൽപ്പെട്ടവരുമായി ഉചിതമായി പെരുമാറുന്നു

- **വീട്ടിൽ:** കുട്ടി വളരുന്തോറും എതിർ ലിംഗത്തിലുള്ള വ്യക്തികളോട് ഉചിതമായി പെരുമാറാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക എന്നത് പ്രധാനമാണ്. വീട്ടിൽ സഹോദരി സഹോദരങ്ങളുമായി ചേർന്ന് പരിശീലനം നൽകുക. സുഹൃത്തുക്കൾ, ബന്ധുക്കൾ തുടങ്ങിയവർ നിങ്ങളുടെ വീട് സന്ദർശിക്കുമ്പോൾ കുട്ടി ഒരു ആൺകുട്ടിയാണെങ്കിൽ ഒരു പെൺകുട്ടിയെ സ്വീകരിക്കാൻ അവനെ പരിശീലിപ്പിക്കുക, തിരിച്ചും.

- **സമൂഹത്തിൽ:** കുട്ടിയെ പുറത്ത് കൊണ്ടുപോകുമ്പോഴും വിവിധ ചടങ്ങുകൾക്ക് പോകുമ്പോഴും ആൺകുട്ടികളോടും പെൺകുട്ടികളോടും സംസാരിക്കാൻ കുട്ടിക്ക് അവസരം നൽകുക. ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ മേൽനോട്ടവും സഹായവും നൽകുക. ചെയ്യേണ്ട കാര്യങ്ങളും ചെയ്യരുതാത്ത കാര്യങ്ങളും പറയുക. അവനെ/ അവളെ എതിർലിംഗത്തിലുള്ള വ്യക്തികളിൽ നിന്ന് അകറ്റി നിർത്തുന്നതിന് പകരം അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ കുട്ടിയെ നമ്മുടെ മേൽനോട്ടത്തോടെ സമൂഹത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവരികയും അതിലൂടെ കുട്ടിയിൽ സ്വീകാര്യമായ പെരുമാറ്റം വികസിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഒരാൾ വെറൊരു ലിംഗത്തിൽപ്പെട്ട വ്യക്തികളുമായി ഇടപഴകുമ്പോൾ ശാരീരിക അകലം പാലിക്കുന്നുവെന്ന് കുട്ടിയെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുക.

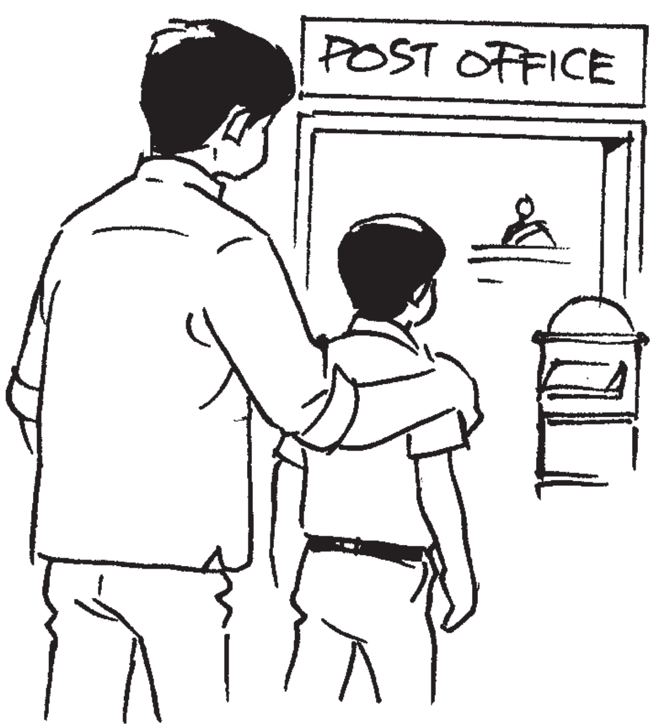
## ഘട്ടം 18: മറ്റുള്ളവരുടെ സ്വകാര്യതയും വസ്തുക്കളെയും മാനിക്കുക/ സ്വകാര്യതയെ മാനിക്കുക

- **സ്വകാര്യതയെ മാനിക്കുക:** വസ്ത്രം ധരിക്കുമ്പോഴും കുളിക്കുമ്പോഴും ടോയ്‌ലെറ്റിംഗ് സമയത്തും സ്വകാര്യത നിലനിർത്തേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യവും, ഈ സമയത്ത് ആളുകൾ വാതിൽ അടയ്ക്കുന്നുവെന്നും കുട്ടിയെ കാണിക്കുക. സ്വകാര്യതയുടെ ആവശ്യകത കുട്ടി മനസിലാക്കുമ്പോൾ മറ്റുള്ളവരുടെ സ്വകാര്യതയെ മാനിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത വിശദീകരിക്കുക. ആരെങ്കിലും വസ്ത്രം ധരിക്കുമ്പോൾ ആ മുറിയിൽ പ്രവേശിക്കരുതെന്നും അടച്ചിട്ടിരിക്കുന്ന ഒരു മുറിയിൽ ആരെയെങ്കിലും കാണേണ്ടതുണ്ടെങ്കിൽ വാതിൽ മുട്ടി മുറിയിൽ കടക്കുന്നതിനായി അനുമതി കാത്തിരിക്കുവാനും ശീലിപ്പിക്കുക.

- **മറ്റുള്ളവരുടെ വസ്തുക്കളെ ബഹുമാനിക്കുന്നു:** കുട്ടിയുടെ വസ്തുക്കളും മറ്റുള്ളവരുടെ വസ്തുക്കളും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം അവനോട് വിശദീകരിക്കുക. ആരെങ്കിലും അനുവാദമില്ലാതെ ഓരാളുടെ സാധനങ്ങൾ എടുത്താൽ അത് ആർക്കും ഇഷ്ടപ്പെടില്ലെന്ന് പറയുക. മറ്റുള്ളവരുടെ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ടതായി വന്നാൽ അനുമതി നേടേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയും ഉപയോഗശേഷം കേടുപാടുകൾ വരുത്താതെ മടക്കി നൽകേണ്ടതുമാണ് എന്ന് ബോധ്യപ്പെടുത്തുകയും, വസ്തു ചോദിക്കുമ്പോൾ ദയവായി എന്ന വാക്കും അത് തിരികെ നൽകുമ്പോൾ നന്ദി എന്നതും പറയാൻ മറക്കരുതെന്നും ശീലിപ്പിക്കുക

## ഘട്ടം 19: കടംവാങ്ങിയ വസ്തുക്കൾ തിരിച്ചു നൽകുന്നു

- ആദ്യഘട്ടത്തിൽ കുട്ടിക്ക് വസ്തുക്കൾ ചോദിക്കാൻ സാഹചര്യങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുക. ഉപയോഗിച്ചതിന് ശേഷം അത് തിരിച്ചു നൽകാൻ കുട്ടിയോട് പറയുക. അതിന് പ്രോത്സാഹനം നൽകുക. തിരിച്ചുകൊടുക്കാൻ മറന്നാൽ കുട്ടിയെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുക.
- കടമെടുത്തവ മടക്കി നൽകുന്നതിനുള്ള കഴിവിന് പഠിക്കാൻ കൂടുതൽ അവസരങ്ങൾ കെടുക്കുക. നിങ്ങൾ കുട്ടിയുടെ സാധനങ്ങൾ കടമെടുക്കുകയും അത് തിരിച്ച് കൊടുക്കുകയും ചെയ്യുക. കടമെടുത്ത വസ്തുക്കൾ കേടാകാതിരിക്കാൻ വളരെ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം ഉപയോഗിക്കണമെന്നും ആവശ്യം നിറവേറ്റിയാലുടൻ അവ തന്നെയാൾക്ക് തിരികെ നൽകണമെന്നും പറയുക. കുട്ടിക്ക് മറ്റൊരു വ്യക്തിയിൽ നിന്ന് ഒരു വസ്തു ആവശ്യമുണ്ടങ്കിൽ അവ ആവശ്യപ്പെടാനായി പറയുക. ഉദാഹരണത്തിന് പെൻസിൽ, കത്രിക, കുട തുടങ്ങിയവ.




- പത്രം, പാൽ, ഗ്യാസ് തുടങ്ങിയവ വിതരണം ചെയ്യുന്ന വ്യക്തികളെ കാണാൻ അനുവദിക്കുക. മറ്റ് കമ്മ്യൂണിറ്റി സഹായികളായ പോലീസ്, പോസ്റ്റ്മാൻ, ഡോക്ടർ, ഇലക്ട്രിസിററി ബോർഡിലെ ആളുകൾ, സ്റ്റേഷൻമാസ്റ്റർ, എന്നിവരെക്കുറിച്ച് അറിയാൻ കുട്ടിക്ക് അവസരം നൽകുക. നമ്മുടെ ജീവിതം സുഗമമാക്കുന്നതിൽ ഈ ആളുകളുടെ പങ്ക് കുട്ടിയോട് വിശദീകരിക്കുക. കഴിയുമെങ്കിൽ അവരുടെ ജോലിയെക്കുറിച്ച് കുട്ടിയോട് അവർ സംസാരിക്കട്ടെ. പത്രത്തിലും ടെലിവിഷനിലും പ്രധാനപ്പെട്ട ആളുകളെയും സംഭവങ്ങളെയുമൊക്കെ കുട്ടിയെ കാണിക്കുക.

## ഘട്ടം 20: മനുഷ്യനെയും സമൂഹത്തെയും സേവിക്കുന്ന വ്യക്തികളെ തിരിച്ചറിയുന്നു

- ഒഴിവു സമയത്ത് പൂന്തോട്ട പരിപാലനം, സംഗീതം കേൾക്കൽ, കളിക്കുക, ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും സന്ദർശിക്കുക, ഡ്രോയിംഗ്, പെയിന്റിംഗ് എന്നിവയിൽ പരിശീലനം നൽകുക തുടങ്ങിയവ ചെയ്യാവുന്നതാണ്. കുട്ടിയുടെ കഴിവിനനുസരിച്ച് മുകളിൽ സൂചിപ്പിച്ച പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പരിശീലനം നൽകുക.

- ഓരോ പ്രവർത്തനങ്ങളും ഒറ്റക്കു ചെയ്യുവാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ, ചെയ്ത പ്രവർത്തനം മറ്റുള്ളവർക്കും മുന്നിൽ പ്രദർശിപ്പിച്ച് കുട്ടിയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക. കുട്ടിക്ക് ഒന്നും ചെയ്യാനില്ലാത്തപ്പോൾ അത് പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങൾ വികസിപ്പിച്ചേക്കാം. ആയതിനാൽ സമയം ഉപയോഗപ്രദമായി ചെലവഴിക്കാൻ കുട്ടിയെ സഹായിക്കുക.
- സാമൂഹിക സാഹചര്യങ്ങളിൽ നമ്മൾ നൽകുന്ന ആവർത്തിച്ചുള്ള അവസരങ്ങൾ ഏതു സാഹചര്യത്തിലും ഉചിതമായി പെരുമാറാൻ ബുദ്ധിപരമായി വെല്ലുവിളികൾ നേരിടുന്ന നമ്മുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നു.

സാമൂഹിക ശേഷി പരിശീലനം നൽകുന്നതിന് മുൻപ് കുട്ടിക്ക് താഴെ പറയുന്ന കഴിവുകൾ ഉണ്ടോ എന്ന് ഒരു ചെക്ക്‌ലിസ്റ്റിന്റെ സഹായത്തോടെ പരിശോധിക്കുക.

## സാമൂഹികശേഷി ചെക്ക്‌ലിസ്റ്റ്

| ക്രമ നമ്പർ | പ്രവർത്തനങ്ങൾ | ഉണ്ട് | ഇല്ല |
|---|---|---|---|
| 1 | പ്രതികരണമായി പുഞ്ചിരിക്കുന്നു | | |
| 2 | പരിചിതമായ വ്യക്തികളിലേക്ക് എത്തിച്ചേരുന്നു/പോകുന്നു | | |
| 3 | കൈ വീശി ബൈ പറയുക | | |
| 4 | സ്വന്തം പേരിനോട് പ്രതികരിക്കുക | | |
| 5 | ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റും വരെ കാത്തിരിക്കുക | | |
| 6 | വസ്തുക്കൾ പങ്കിട്ടുകൊണ്ട് സമപ്രായക്കാരുമായി കളിക്കുന്നു | | |
| 7 | മറ്റുള്ളവരെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യുന്നു. | | |
| 8 | നിർദ്ദേശങ്ങൾ അനുസരിക്കുന്നു | | |
| 9 | ദയവായി, നന്ദി, ക്ഷമിക്കണം എന്നീ പദങ്ങൾ ആവശ്യാനുസരണം ഉപയോഗിക്കുന്നു | | |
| 10 | വീട്ടുജോലികളിൽ മാതാപിതാക്കളെ സഹായിക്കുക | | |
| 11 | അനുമതി ചോദിക്കുന്നു. | | |
| 12 | അവസരത്തിന് കാത്തിരിക്കുക | | |
| 13 | ഭക്ഷണ സമയത്ത് ഉചിതമായ പങ്കാളിത്തം | | |
| 14 | സാഹചര്യങ്ങൾക്ക് അനുയോജ്യമായ വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുക | | |
| 15 | ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും സന്ദർശിക്കുകയും ക്ഷണിക്കുകയും ചെയ്യുക | | |
| 16 | പൊതു ചടങ്ങുകളിൽ പങ്കെടുക്കുക | | |
| 17 | എതിർലിംഗത്തിൽപ്പെട്ടവരുമായി ഉചിതമായി പെരുമാറുന്നു | | |
| 18 | മറ്റുള്ളവരുടെ സ്വകാര്യതയും വസ്തുക്കളെയും മാനിക്കുക | | |
| 19 | കടംവാങ്ങിയ വസ്തുക്കൾ തിരിച്ചു നൽകുന്നു | | |
| 20 | മനുഷ്യനെയും സമൂഹത്തെയും സേവിക്കുന്ന വ്യക്തികളെ തിരിച്ചറിയുന്നു | | |
| 21 | ഒഴിവുസമയങ്ങളിൽ ഉപയോഗപ്രദമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു | | |

ചെക്ക് ലിസ്റ്റിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നിലവിലെ കുട്ടിയുടെ ശേഷി കണ്ടെത്തുകയും ശേഷി ഇല്ലാത്തതിൽ പരിശീലനം തുടങ്ങുകയും ചെയ്യാം.