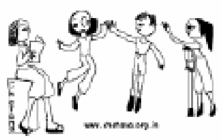
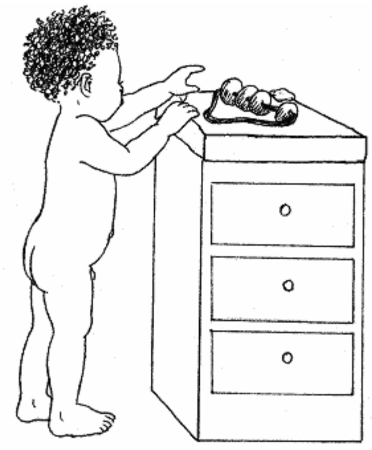
உலகை கண்டறிய உதவுதல்



உலகத்தைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளும் ஆர்வத்தை என்னில் உருவாக்குங்கள். உலகத்தில் மிகபொருட்கள் உள்ளன. பல செயல்களிலும் ஈடுபடலாம். பார்வை இல்லாத/குறையுள்ள நான் அதை எப்படி கண்டரிவேன், எப்படி புரிந்து கொள்வேன் ? நீங்கள் காட்டாவிட்டால் என்னைச் சுற்றி என்ன இருக்கிறது என்பதையே என்னால் அறிய முடியாது. நான் கேட்கின்ற ஒலியைப் பற்றியும், நீங்கள் காண்கின்ற பொருள்களைப் பற்றியும் என்னோடு பேசுங்கள். புதிதான பொருள்களை தொட பயப்படும் பொழுது நீங்கள் என் கையை உங்கள் கையிலெடுத்து மெதுவாக அப்பொருள்களை தொட்டு உணரச் செய்யுங்கள். என் கையை பலமாக இழத்து பொருளை தொட செய்யாதீர். ஏனென்றால் பயத்தினால், என் கையை மறுபடியும் உங்களிடம் ஒப்படைக்க தயங்குவேன்.

பொருள்களை எப்படி கண்டறிவது என்பதை உணர்த்துங்கள்



பொருள்கள் எங்கிருந்து வருகின்றது, நான் எப்படி அதை பாதுகாப்பாக பெறுவது, அவற்றோடு நான் என்ன செய்யலாம் என்பதெல்லாம் பற்றி எனக்கு சுட்டி காட்டுங்கள். ஒரே இடத்தில் என்னுடைய பொருள்களை எப்பொழுதும் வைப்பது அது தேவையான பொழுது அதை நானே எடுத்து கொள்ள உதவும். எனக்கு பார்வை குறையுள்ளதால், பொருள்கள் ஏன், எப்படி செயல்படும் என்பதை முழுமையாக விளக்காவிட்டால் எனக்கு புரியாது. அதனால் விளையாட்டு பொருட்களை என் கையில் தருவதைவிட, அதை எங்கு வைக்கிறீர்கள், அதை நான் எப்படி அடைய வேண்டும், எப்படி உபயோகப்படுத்தலாம் என்பவையெல்லாம் பற்றி விளக்கினால் அதை நானே அடைய கற்றுக் கொள்ள துணைபுரியும்.

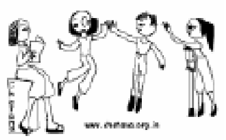
என்னை தனியாக செயல்பட உதவுங்கள்

விதவிதமான செயல்களை, நானே எப்படி செய்வது என்று காட்டுங்கள். நானே அதை செய்ய ஊக்கப் படுத்துங்கள். எப்பொழுதும் செயல்களை ஒரே முறையில் செய்வதும், எளிமையான, தெளிவான வழிமுறைகளை பின்பற்றுவதும், நான் விரைவில் கற்றுக் கொள்ள உதவும் என்பதை மறக்காதீர்கள். உடனுக்குடன் எனக்கு உதவ முந்தாதீர்கள், ஏனென்றால், செயலை துடங்குவதற்கு முன், அதை எப்படி செய்வதென்று யோசித்துக் கொண்டிருக்கலாமல்லவா ? நான் செயலில் முன்னேற்றம் அடைவதைப் பொருத்து, உங்கள் உதவியை, குறையுங்கள். இவ்வாறு போகப்போக, நான் என்னுடைய செயலை தனியாக செய்யும் திறமையை அடைவேன்.

குழந்தைகள் பல வகைகளில் கற்கிறார்கள்
தொகுப்பு ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்
சேத்தனா, சென்னை
www.chetana.org.in

ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்
எடுத்து காட்டு–ஹெஸ்பேரியன் நிறுவனம்
மொழிபெயர்ப்பு– வனஜா–ரமாதேவி
பதிப்பு: 2006

எளிதான முறையில் பார்வை கூடுதல் உபயோகப்படுத்த உதவுதல்



குழந்தை உபயோகிக்கும் பொருட்களிலும், செயல்கள் புரியும் சூழ்நிலையிலும், சிறிய மாற்றங்கள் செய்வது மூலம், குழந்தையின் பார்வையின் உபயோகத்தை சிறப்பாக்கலாம். நாள் முழுவதும் செய்கின்ற எல்லா செயல்பாடுகளிலும் பார்வைத்திறனை உபயோகிக்க ஊக்கப்படுத்துங்கள். "பார்வை பயிற்சி வகுப்புகள்" நடத்துவதைவிட அவர்களது தினசரி வாழ்வில் உள்ள செயல்களில், பார்வையை உபயோகிக்க துணைபுரிவது அவர்களின் பார்க்க கூடிய திறனை அதிகரிக்கச் செய்யும். இப்பொழுது பார்வை குறையுள்ள குழந்தை, முத்து மாலை கோர்பதற்கு எப்படி உதவலாம் என்று பார்க்கலாம்.

பொருள்களை மாற்றி அமைத்தல்

சரியான அளவை தேர்ந்தெடுத்தல்

ஒரு செயலை பார்த்து செய்வதற்கு அக்குழந்தைக்கு முதலில் எதை நன்றாக பார்ப்பது அவசியம் என்பதை தீர்மானிக்கவேண்டும். குழந்தை உபயோகப் படுத்தும் எல்லா பொருள்களின் அளவையும் மாற்ற வேண்டிய அவசியம் இருக்காது. முத்து கோர்க்கும் விளையாட்டில் இக்குழந்தைகளுக்காக முத்தின் அளவையோ அல்லது முத்தின் துளையின் அளவையோ பெரிதாக்கலாம். இல்லையென்றால், கயிற்றை தடியாகவோ அல்லது முனையை மட்டுமே தடியாக இருக்குமாறும் செய்யலாம்.

நாபகத்தில் வையுங்கள். சில குழந்தைகளுக்குச் சிறிய பொருள்களை உபயோகித்தால், அதை பெரிய பொருள்களை விட நன்றாக பார்க்க முடிகிறது. அதனால் உபயோகிக்கும் பொருட்களை பெரிதாக்குதல் எல்லா குழந்தைகளுக்கும் பலன் அளிக்காது.

வித்தியாசமான வகைகளை உபயோகித்தல்

செயலை செய்யும் போது குழந்தைக்கு எது கடினமானதாக உள்ளது என்பதை கூர்ந்து கவனியுங்கள்.

- ❖ முத்தை கண்டறிவதில் ஏதேனும் சிரமம் என்றால், பளபளப்பான நிறமுள்ள முத்தை உபயோகிக்கலாம். அல்லது கண்ணைக் கவரக்கூடிய வித்தியாசமான நிறமுள்ள துணியை தரையில் விரித்து அதன் மேல் முத்தை வைப்பதால், முத்தை அவர்களுக்கு நன்றாக பார்க்க உதவலாம்.
- ❖ துளையை கண்டறிவதில் சிரமம் இருக்கிறதா ? அப்படியென்றால் துளையை வண்ணப்படுத்தியோ அல்லது துளையின் வெளிப்பகுதியை வரைகோடிட்டு அதை முத்திலிருந்து வித்தியாசப் படுத்தி காட்டலாம்.
- ❖ பார்க்கும் வகையில் கயிற்றை வைத்துக் கொள்ள தெரியவில்லையா ? இதற்கு கயிற்றின் ஓரத்தை ஒரு பிரகாசமான வண்ணத்தை பூசி கவனத்தை நன்றாக செலுத்த வழிசெய்யலாம்.

சூழ்நிலையை மாற்றியமைத்தல்

ஒளி அமைப்பு

சிலருக்கு அவர்கள் அறையிலோ அல்லது செயலை செய்யும் இடத்திலுள்ள ஒளி அமைப்புகளை மாற்றியமைத்தாலே நன்றாக பார்க்க முடியும். வெவ்வேறு விதமான ஒளி உபயோகித்து, எது குழந்தை சிறப்பாக பார்க்க உதவுகிறது என்று நிர்ணயுங்கள். பகல் நேர ஒளி, நியோன், மஞ்சள் ஒளி உடைய ஒளி விளக்குகளை இதற்காக பயன்படுத்தலாம்.

அறையை ஒளி படுத்துவதோடு மட்டுமின்றி, செயல் நடக்கின்ற இடத்தில் கூடுதல் ஒளி படுமாறு அமைப்பதோ அல்லது அறையை மொத்தமாக ஒளி மயமாக்குவதோ, எது குழந்தைக்கு கூடுதலாக பார்வையை உபயோகப்படுத்த உதவுகிறது என்று பாருங்கள். குழந்தை ஓரக் கண்ணால் பார்த்தால், ஒளியின் பளிச்சம் கண்களை பாதிப்பதால் இருக்கலாம். ஆகவே கருமையான நிறங்களை தரையின் மீதோ (அ) மேஜை மீதோ பயன்படுத்தி பாருங்கள்.

செயல்படும் போது குழந்தையின் / பொருள்களின் இடம்

செயல்படும்போது, பொருளை சரியாக பார்க்க, குழந்தை தலையை கூடுதலாக திருப்ப வேண்டி வந்தாலோ அல்லது, சமநிலைதவறி விழ வாய்ப்புள்ள விதம் குழந்தை அமர்ந்திருந்தாலோ, அதிக நேரம் கண் பார்வையை நல்லவிதம் பயன்படுத்த குழந்தைக்கு இயலாது. மேஜை அல்லது நார்க்காலியின் உயரத்தையோ அல்லது அதின் இருப்பையோ, சிரிதாக மாற்றினால், குழந்தை சிரமம் இல்லாமல் கண் பார்வையை மெச்சமாக உபயோகப்படுத்த இயலும்.

பொருள்களை குவிக்காதீர்கள்

குழந்தை பயன்படுத்த கூடிய பொருள்களை குவிக்காமல், உபயோகப்படுத்தும் ஒரு சில பொருள்களை மட்டுமே வையுங்கள். இதை தவிர்த்து, தரையில் உள்ள அமைப்புகள் அவர்கள் கவனத்தை சிதைக்காதவாறு, கட்டம் இல்லாத ஒரே நிறமுள்ள விரிப்புகளின்மீது பொருள்களை வைத்தால், குழந்தைக்கு சுலபமாக பொருளை அடைய உதவும்.

செயலை மாற்றி அமைத்தல்

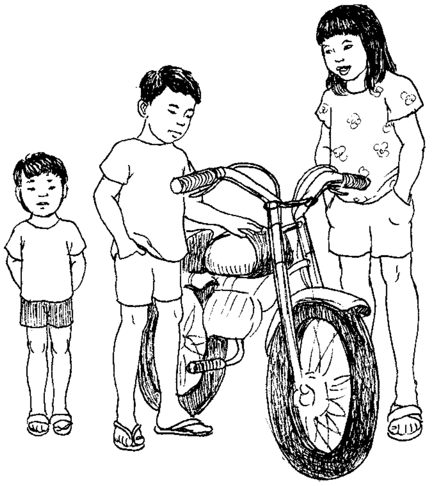
நம்முடைய உதவியே இன்றி அவர்களையே செயல்களில் முழுமையாக ஈடுபடுத்துவது மிகவும் முக்கியம். எந்தப்பருவத்திலும் அவர்களுக்கு செயல்திறன் உண்டு என்பதை நாம் உணர்த்த வேண்டும்.

ஏதோரு செயலும் குழந்தைக்கு கடினமானதாக இருப்பதாக உணர்ந்தால், அதை அவர்களே செய்யும் வகையில் எளிதாக்கி மாற்றி அமைக்கலாம். உதாரணமாக முத்து கோர்ப்பதற்கு கயிற்றுக்கு பதில் மெலீசான கம்பியையோ அல்லது மரக்குச்சியையோ பயன்படுத்தச் செய்வது அவர்களது செயலை சுலபமாக்கும்.

குழந்தைகள் பல வகைகளில் கற்கிறார்கள்
தொகுப்பு ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்
சேத்தனா, சென்னை
www.chetana.org.in

ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்
எடுத்து காட்டு–ஹெஸ்பேரியன் நிறுவனம்
மொழிபெயர்ப்பு– வனஜா–ரமாதேவி
பதிப்பு: 2006

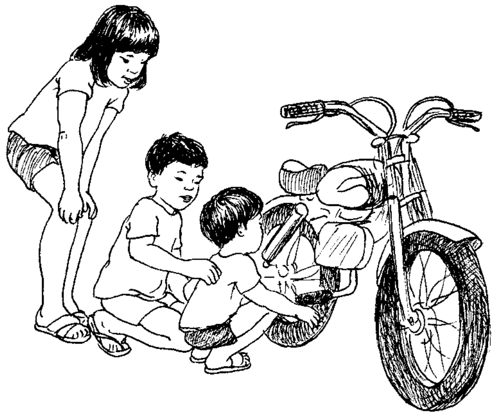
புதிய பொருள்களைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளவும், புதிய அனுபவங்களை பெறவும் உதவுதல

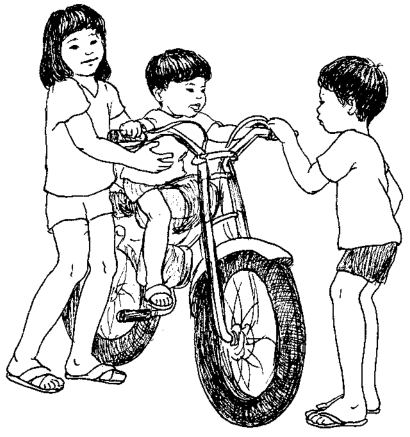


குழந்தையின் கடந்த கால அனுபவங்களை உபயோகித்து, புதிய பொருட்களைப் பற்றியும், அனுபவங்களைப் பற்றியும் புரிந்து கொள்ள, உதவலாம். புதிய பொருட்களும், நிகழ்ச்சிகளும் முதலில் அச்சமூட்டுவதாக இருக்கலாம். குழந்தைக்கு அதை புரிந்து கொள்ள என்ன இடையூராக இருக்கும் என்பதை ஊகித்து அதைப்பற்றி விளக்கி அதை புரிந்து கொள்ள உதவுங்கள். இப்பொழுது ஒரு குடும்பம், கண்பார்வை இல்லாத குழந்தைக்கு ஒரு புதிய காரியத்தை கற்றுக் கொள்ள உதவிய விதத்தை அறியலாம்.

நேற்று என்னுடைய அப்பா வீட்டிற்கு வந்தபோது ஒரு புதிய விபரீதமான சத்தத்தை கேட்டேன். அதை கேட்டு பயந்து நான் தொலைவிலேயே நின்று கொண்டேன். எனது அக்காவும் அண்ணனும் அப்பா புதிய மோட்டார் வண்டி வாங்கியிருப்பதாக மகிழ்ச்சியோடு தெரிவித்தார்கள். எனக்கு அது பயமுருத்துவதாக இருந்ததால் அதன் அருகே செல்லவே விரும்ப இல்லை.

பின்னர் என் அண்ணன் அவ்வண்டியின் மோட்டார் நம் வீட்டில் தண்ணீர், தொட்டிக்கு கொண்டுபோக உபயோகப்படுத்தும் மோட்டார் போன்றது என்று சொன்னான். மேலும், எனக்கு பயமாக இருந்ததால் அவன் என் அருகே அமர்ந்து மோட்டார் வண்டியை தொட்டுபார்க்கச் செய்தான். வண்டியின் சக்கரங்களையும், அதில் கால்களை எங்கு வைக்க வேண்டும் என்பது பற்றியும் விளக்கினான். பிறகு நான் மோட்டார் வண்டி என்பது பெரிய அளவில் உடைய ஒரு மோட்டார் இணைக்கப்பட்ட மிதிவண்டி போன்றது என்பதை உணர்ந்து கொண்டதோடு அதைப்பற்றி பயம் கொள்ளவும் இல்லை.





மேலும் மோட்டார் வண்டியின் மேல் என்னை உட்காரச்செய்து, அப்பா வண்டியை இயக்குனார். வண்டியின் அசைவையும் அப்பொழுது ஏற்படுகின்ற ஒலியையும் கேட்டு உணர்த்தேன். எனக்கு சிறிது பயமாக இருந்தாலும், மிகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் இருந்தது. மாலையில் நாங்கள் மூவரும் உட்கார்ந்து எங்கள் வீட்டின் முன் எவ்வளவு மோட்டார் வண்டிகள் ஒலி எழுப்பி ஓடுகிறது என்பதை கணக்கிட்டு விளையாடினோம். மேலும், அப்பா முதலில் என்னை அதில் அழைத்துச் செல்வதாக உறுதியளித்துள்ளார். என்னை முதலில் மோட்டார் வண்டியில் ஏற்றிச் செல்வார் என்று நான் நோக்கிப் பார்க்கிறேன்.

மறக்காதீர்கள்!

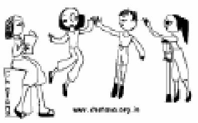
- ❖ ஒலியை கேட்டு அல்லது பொருள்களை தொட்டு உணர உதவுங்கள். அவற்றை குழந்தைக்கு விளக்குங்கள்.
- ❖ புதிய பொருள்களை நான் முன்னரே அறிந்த பொருள்களைப் போல் எவ்வாறு இருக்கிறது அல்லது எவ்விதம் வித்தியாசமாக இருக்கிறது என்று விளக்குங்கள்.
- ❖ குழந்தை புதிய பொருள்களை அல்லது செயல்களை புரிந்து கொள்ள நேரம் எடுத்தாலும், பொறுமையோடு செயல்பட்டு, குழந்தை ஆர்வத்தோடு அதை கற்றுக் கொள்ள துணை புரியுங்கள். குழந்தையை கட்டாயப் படுத்தி உடனடியாக கற்றுக் கொடுக்க முயல்வதைவிட, குழந்தையின் ஆர்வத்தை ஊக்கப்படுத்தி குழந்தை தானே கற்றுக் கொள்ள உதவுவதே மேல்.

குழந்தைகள் பல வகைகளில் கற்கிறார்கள்
தொகுப்பு ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்
சேத்தனா, சென்னை
www.chetana.org.in

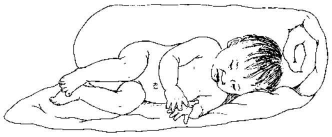
ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்
எடுத்து காட்டு–ஹெஸ்பேரியன் நிறுவனம்
மொழிபெயர்ப்பு– வனஜா–ரமாதேவி
பதிப்பு: 2006

பார்வை இல்லாத அல்லது குறைவுள்ள குழந்தைகளுக்காக

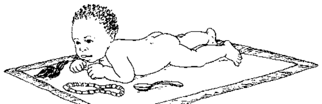
தன்னம்பிக்கையோடு கற்க உதவுதல்



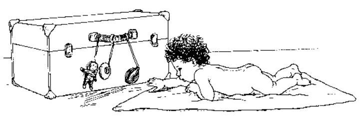
பார்வை ஊனமுள்ள சில குழந்தைகள், அவர்களை வைத்த இடத்தில், செயலற்றவர்களாகவே இருப்பார்கள். சுற்றுப் புறத்தில் உள்ள பொருள்களை ஆராய்வதில் ஆர்வம் காட்டாமலும், அக்கம் பக்கம் செல்வதில் ஊக்கம் இல்லாதவர்களாகவும் இருப்பார்கள். இப்பருவத்தில் குழந்தைகள் கற்பதும், திறமை வெளிப்படுத்துவதும், சுற்றுப்புரத்தை ஆராய்வதாலும், அவர்களுடைய அவையவங்களை உபயோகிப்பதன் மூலமும்தான். குழந்தைகளுக்கு அபாய மில்லாத உணர்வையும், சூழ்நிலையும் உருவாக்கி, அவர்களுக்கு உலகை அறியச் செய்வது, அவர்களின் வேருபட்ட திறமைகளை உணர்த்தவும், அவர்களின் ஆர்வத்தையும், செயல்களையும் ஊக்குவிக்கவும் செய்யும்.



எல்லைகளை வரையறுத்தல்



பார்வை குறையுள்ள குழந்தைகளுக்கு, அவர்கள் எவ்வளவு தூரம் விழாமலும், காயப் படாமலும், அபாயமான பொருள்களை தொடாமலும் செல்ல முடியும் என்று அறிவது மிகவும் கடினம். அவர்கள் பார்க்கும்படி அல்லது தொட்டறியும்படி ஒரு "பாதுகாப்பான எல்லைக் கோட்டை" உருவாக்குவது, அவர்களுக்கு பாதுகாப்பாக செயல்புரிவதற்கு உதவும் முதல்படியாகும். சில குழந்தைகளுக்கு மிகவும் வித்தியாசமான முறையில் விரிப்புகளின் ஓரங்களை அமைத்தால்போதும். வேறு சிலருக்கு தொட்டு உணரக்கூடிய வகையில் எல்லை ஓரங்கள் தேவைப்படும். சில குழந்தைகளுக்கு அவர்களின் உடலின் எதாவது ஒரு பகுதியை சுவர் அல்லது கயிர் போன்ற பொருளை தொடமுடிந்தால் பாதுகாப்பாக முன்னேற முடியும். பயந்த சுபாவம் உடைய ஆர்வமற்ற குழந்தைகளுக்கு பாதுகாப்பான "எல்லை கோட்டை" நிர்ணயித்து எப்பொழுதுமே உபயோகிக்கலாம். அவர்கள் நம் மடியில் அமர்ந்திருந்தால், நம் உடலையே எல்லையாக அமைக்கலாம். இம்முறையை, அவர்களே எல்லையை தவிர்த்து, அதிலிருந்து வெளி வரும் வரை, கையாளலாம்.



உலகை நெருக்க மாக்குங்கள்

சுற்றுப்புறம் உள்ள பொருள்களை தொடும்போதும், தொட்டு ஆராயும் போதும்தான், குழந்தைகள் அவர்களுடைய உடல் கூறுகளுக்கும், உலகிலுள்ள மற்று பொருள்களுக்கும் உள்ள வித்தியாசத்தை அறிகிறார்கள். எப்பொழுதும், குழந்தைக்கு கேட்க, நுகர, உணர அல்லது பார்க்க விருப்பமுள்ள பொருள்களை, குழந்தையின் அருகில் எளிதில் அடையக்கூடிய வகையில் வைப்பது மிகவும் நன்று. அவர்கள் அடைய விரும்பும் பொருள்களை அடிக்கடி மாற்றினாலும் அல்லது அவை குழந்தையை விட்டு உருண்டு அகன்று சென்றாலும் குழந்தைக்கு குழப்பம் உண்டாகும். பொருள்களை அவர்கள் அடையக்கூடிய விதத்தில் கட்டி வைப்பதும், ஒரே இடத்தில் பாதுகாப்பாக ஒட்டி வைப்பதும், குழந்தை அதை கண்டறிய, அடைய உதவும். உங்களுடைய உடை, முகம் மற்றும் கைகள் போன்ற அவையவங்கள் எல்லாம் கூட குழந்தையின் வெளிப்படுத்தும் திறனுக்கான உத்திகள் என்பதை மறவாதீர்கள்.

வெவ்வேறு நிலைகளை ஊக்குவித்தல்

குழந்தையுடன் நாம் வெவ்வேரு நிலை கொண்டு அதாவது உட்கார வைத்து படுக்க வைத்து, தூக்கி அல்லது இழுத்து விளையாடும்பொழுது, தங்கள் உடல் எப்படி வளைந்து கொடுக்கிறது என்பதையும், உடலை சமநிலை படுத்துவதற்க்கும், பொருட்களை அடைவதற்கும் நம் அவயவங்களை மாற்றி பலவிதத்தில் உபயோகிக்கும் பொழுது, நம்முடைய உடலமைப்பை பற்றியும் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது. மிகச்சிறிய குழந்தைகளுக்கு, முதலில் அறிமுகமாவது அவர்களின் உடலேதான். அவர்களின் உடலின் வெவ்வேறு நிலையை அவர்களுக்கு அறிய செய்வதை, நம்மால் திசைரி வாழ்வின் அன்றாட செயல்களின் மூலமாக, எளிதாக செயல் படுத்தலாம்.

குழந்தைகள் பல வகைகளில் கற்கிறார்கள்

தொகுப்பு ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்

சேத்தனா, சென்னை

www.chetana.org.in

ஆசிரியர்–நமீதா ஜேக்கப்

எடுத்து காட்டு–ஹெஸ்பேரியன் நிறுவனம்

மொழிபெயர்ப்பு– வனஜா–ரமாதேவி

பதிப்பு: 2006