LET'S READ

कहीं भी, कभी भी

छोटे बच्चों के साथ पढ़ना

मुझे अपने छोटे बच्चे के साथ क्यों पढ़ना चाहिए?

- पढ़ना आपके बच्चे के विकास के लिए महत्वपूर्ण होता है।
- अपने छोटे बच्चे के साथ पुस्तकें बाँटने से उन्हें ऐसे कौशल विकसित करने की शुरुआत में मदद मिलती है जिनकी उन्हें स्कूल शुरू करते समय आवश्यकता होगी।
- एक साथ पढ़ना इस बात की कोशिश नहीं है कि आप अपने छोटे बच्चे को पढ़ाई के लिए तैयार होने से पहले ही पढ़ाना चाहते/चाहती हैं, यह आपके बच्चे को पुस्तकों के लिए प्रेम विकसित करने में सहायता करता है।
- कम उम्र से ही एक साथ पढ़ने से आपके बच्चे को यह समझने में मदद मिलती है कि एक किताब कैसे काम करती है और वे कितनी मजेदार हो सकती हैं।
- पुस्तकें एक साथ बाँटना एक विशेष समय होता है। पुस्तक में दिए गए चित्र और शब्द आपको बहुत सी बातों का साथ-साथ मज़ा लेने का, बात करने का और हँसने का मौका देते हैं – ये सब तब जबकि आप अपने बच्चे के साथ लगाव बना रहे होते/रही होती हैं।

मुझे अपने छोटे बच्चे के साथ पढ़ना कब शुरू करना चाहिए?

- एक साथ पढ़ना ऐसा मौका होता है जब आप अपने बच्चे को अपनी बाहों में पकड़ सकते/सकती हैं, आपका बच्चा आपकी आवाज सुन सकता है, और आप किताब में चित्रों को साझा कर सकते/सकती हैं। शिशुओं को ये सब बातें बहुत अच्छी लगती हैं, इसलिए जितनी जल्दी हो सके उतनी जल्दी शुरू क्यों न करें।
- पुस्तकें एक-साथ साझा करना शुरू करने के लिए कोई विशिष्ट उम्र नहीं होती है। कुछ लोगों का कहना है कि छोटे बच्चों के साथ पढ़ना जन्म के बाद जल्द ही शुरू किया जा सकता है। अन्य माता-पिता 4 से 6 महीने के आस-पास शुरू करना पसंद करते हैं, क्योंकि आपके बच्चे को कुछ सिर-नियंत्रण करना और आपकी गोद में सीधा बैठना आ सकता है। जब भी आप तैयार हों, आपको शुरू कर देना चाहिए।

मुझे अपने छोटे बच्चों के साथ कितनी बार पढ़ना चाहिए?

- ऐसी कोई निर्धारित सँख्या नहीं है कि आपको कितनी बार या कितनी देर तक अपने बच्चे के साथ पढ़ना चाहिए। छोटे बच्चे आम-तौर पर एक निश्चित चर्या पसंद करते हैं, इसलिए आप पढ़ने को अपनी रोजमर्रा की दिनचर्या का एक हिस्सा बनाने की कोशिश कर सकते/सकती हैं। सोने का समय एक ऐसा समय होता है जबकि परिवार बहुत सारी कहानियों को साझा करना पसंद करते हैं। कहीं भी, कभी भी साथ पढ़ना बहुत अच्छा होता है। आपका बच्चा आप के लिए दिन के किसी भी समय पुस्तकों का चयन कर सकता है, सिर्फ इसलिए कि वह उसे पसंद हैं!

मुझे अपने छोटे बच्चे को कैसे शामिल करना चाहिए?

- किताबें बाँटने के लिए एक शाँत जगह खोजने की कोशिश करें (टीवी और रेडियो को बंद कर दें) जिससे कि आपका बच्चा आपकी आवाज़ सुन सके। एक शांत जगह से आप दोनों इस अनुभव का आनंद उठा पाएंगे।
- एक-दूसरे के साथ आरामदेह बनें, और बैठकर ऐसा करें जिससे कि आप दोनों किताब को देख और छू सकें। अपने बच्चे को किताब में चीजों को संकेतित करने और पन्ने बदलने के लिए प्रोत्साहित करें।
- अपने बच्चे को पुस्तकों का चयन करने दें।
- आपका बच्चा एक ही किताब को बार-बार पढ़वाना पसंद कर सकता है। कल्पना कीजिए कि जब आपका बच्चा वाक्य को खत्म करने वाला शब्द बताएगा या आगे क्या होने वाला है इसके बारे में बताएगा, तो उसे अपने खुद के बारे में कितना अच्छा महसूस होगा।
- उम्र बढ़ने के साथ-साथ आपके बच्चे की अभिरुचियाँ बदलती जाएंगी। जब वे किताब चुनते हैं, तो आप अपने बच्चे को अपनी अभिरुचियों को आपके साथ बाँटने के लिए समर्थन देते/देती हैं।
- खेल खेलें और मजा उठाएं। किताबें आपको बहुत सी विभिन्न गतिविधियों को शुरू करने में मदद दे सकती हैं। आपके शिशु को किताब की लय और पुस्तक में दर्शाए गए कार्यों के साथ हिलना-डुलना पसंद आएगा। ऐसी कई कहानियाँ होती हैं जोकि वास्तव में गाने होते हैं। आप उन्हें एक-साथ गा सकते/सकती हैं!
- प्रश्न पूछें और पुस्तक में परिचित बातों की तरफ संकेत करें। जो चीजें आपका बच्चा किताब में देखता है, उन चीजों के बारे में उसे पता लगाने में मदद करें और उसे उनकी वास्तविक दुनिया से संबंधित करने में सहायता दें। उन्हें क्या चीजें पसंद है, उन्होंने क्या पहले देखा है, वे क्या रंग देखते हैं, इस सब के बारे में पूछें और पृष्ठ पर चीजों को गिनने के लिए कहें।
- पुस्तकालय का/की सदस्य बनें, यह नि:शुल्क है। आपके बच्चे को पुस्तकों का चयन करने में मजा आएगा और चुनने के लिए बहुत सी पुस्तकें मिलेंगी। आप पुस्तकालय में "जोर से पढ़ने" के सत्र में जाने के लिए भी सक्षम हो सकते/सकती हैं। आप और आपका बच्चा ऐसे कई लोगों को देखेंगे जो पढ़ने से प्यार करते हैं और आप दोनों को बहुत मज़ा आएगा।

ऑस्ट्रेलियाई सरकार Murdoch Childrens Research Institute और The Smith Family के साथ चलो पढ़ें उपलब्ध कराने के लिए साझेदारी में काम कर रही है।

परियोजना के भागीदार:

Murdoch Childrens Research Institute — Healthier Kids. Healthier Future.

The Smith Family — everyone's family

साथ में संबद्ध:

The Royal Children's Hospital Melbourne

raisingchildren.net.au — the australian parenting website

© कॉपीराइट 2013 Wendy Paterson, Honey Ant Readers द्वारा चित्र

ERC 121475