

বাচ্চার ভাষা



আমার কি আমার বাচ্চার ভাষা বিকাশের বিষয়ে চিন্তিত হওয়া উচিত?

সাধারণ শিশুর ভাষার বিকাশ ব্যাপকভাবে আলাদা রকমের হয়। কিছু বাচ্চা হয়তো শব্দ বলতে পারে না, কিন্তু তারা অন্য অনেক উপায়ে যোগাযোগ করে। তারা কাঁদতে পারে, আধো কথা বলতে পারে, অঙ্গভঙ্গি, ইশারা এবং মুখভঙ্গী করতে পারে। বাচ্চারা যা বলতে পারে তার চেয়ে অনেক বেশি বোঝে। বেশিরভাগ শিশু তাদের প্রথম শব্দটি 10 থেকে 14 মাস বয়সের মধ্যে বলে। বেশিরভাগ শিশু 18 মাসের মধ্যে কমপক্ষে 10 টি শব্দ বলবে। একটি শিশুর ভাষার ¾ সাধারণত বোঝা যায় 2 বছরে, 3 বছরে ¾ এবং ¾ বোঝা যায় 4-এ!



আপনি আপনার শিশু বা বাচ্চাকে মৌখিক দক্ষতা বিকাশে সহায়তা করতে পারেন:

- **আপনার সন্তানের সাথে কথা বলুন এবং শুনুন।** আপনি যখন কথা বলবেন, তাদের উত্তর দেওয়ার জন্য সময় দিন। তাদের স্তরে চোখের যোগাযোগ করতে সামনে ঝুঁকুন। এটি, তাদের কী বলার আছে তা শোনার জন্য, আপনার ইচ্ছার কথা জানান দেবে। খোলামেলা প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন: “আজকের বৃষ্টির আবহাওয়া সম্পর্কে কী মনে হয়?” অথবা, “কী মনে হয়, বৃষ্টি কোনদিকে যাবে?”
- **আপনার সন্তানকে অমৌখিক যোগাযোগ সম্পর্কে শেখান।** “লুইস, তুমি কি দেখছ কিভাবে অ্যান্ডি ভুরু কোচকাচ্ছে এবং তার মুখ ঢেকে রাখার জন্য তার হাত ধরে আছে? তুমি এত জোরে বল ঝুঁড়লে ওর ভালো লাগে না। প্লিজ আস্তে হাঁড়ো যাতে সে তোমার সাথে ক্যাচ ক্যাচ খেলা চালিয়ে যেতে চায়।”
- **আপনার শিশুর ‘অনুভূতি’র শব্দভান্ডার বিকাশে সহায়তা করুন।** আপনি যখন সেগুলি দেখেন তখন সেই আবেগের নাম দিন। বলুন, “মা ঘুরতে গেছে বলে তোমার মনখারাপ মনে হচ্ছে।” অথবা, “তোমার টাওয়ার কতটা লম্বা তা নিয়ে তোমায় খুব গর্বিত দেখাচ্ছে! অনুভূতি মানে ভালো বা খারাপ নয়, সেগুলি যেমন, তেমনই। তুমি তোমার কোনো অনুভূতি নিয়ে কথা বলতে ভয় পেও না, সেটা বেড়েই যাবে। অনেক সময়, উল্টোটাও সত্যি হয়। বাচ্চারা যখন দেখে যে তাদের অনুভূতিগুলি অন্যরা বুঝে গেছে, তারা সেটা সহজে পার করে এগিয়ে যেতে পারে। মনে রাখবেন, এটি বাগে আনার জন্য এটির নাম দিন।

- **একসাথে পড়ুন।** শান্ত সময় পেতে বই আঁকড়ে ধরুন। আপনার বাচ্চাকে পৃষ্ঠাগুলি উল্টাতে দিন এবং তারা যা দেখে তা দেখাতে দিন। যদি আপনার সন্তান গল্প শোনার জন্য তৈরি না হয়, তাহলে শুধু ছবিগুলো নিয়ে কথা বললেও চলবে। আপনার সন্তানকে জিজ্ঞাসা করুন চরিত্রগুলোর কেমন লাগতে পারে এবং একসাথে আগ্রহ দেখান এর পরে কী হবে তাই নিয়ে। তারা আপনাকে ছবির উপর ভিত্তি করে গল্পটা বলতে পারে কিনা দেখুন। পড়াটা খুবই ভালো ব্যাপার কারণ এটি তাদের দৈনন্দিন জীবনের বাইরে শব্দভাণ্ডার তৈরি করে। আপনার শিশু তার চারপাশে অনেক জলহস্তী দেখতে পারে না, কিন্তু তারা বই থেকে সে সম্পর্কে শিখতে পারে।
- **আপনার দৈনন্দিন রুটিন ‘ঘোষণা করুন’।** এটি আপনার সন্তানকে জিনিস এবং কাজের সাথে শব্দ সংযোগ করতে সাহায্য করে। “আমি একটা স্পঞ্জ দিয়ে টেবিলটা মুছে দিচ্ছি।” আপনার সন্তানের যত্ন নেওয়ার সময় আপনি কী করছেন সে সম্পর্কে কথা বলুন। “তুমি জামাকাপড় খুলছ। এসো তোমার জামা থেকে তোমার হাত আর প্যান্ট থেকে তোমার পা বের করি।”
- **অভিনয় করার খেলায় উৎসাহিত করুন।** বাচ্চারা অভিনয় করলে তারা নিজেদেরকে আরও স্বাধীনভাবে প্রকাশ করতে পারে। টেডি বিয়ার অঙ্ককারকে কীরকম ভয় পায় সে সম্পর্কে কথা বললে নিরাপদ বোধ হতে পারে। অভিনয় করার খেলা হল বিভিন্ন মানুষ যা বলতে, ভাবতে বা করতে পারে তা অভিনয় করে দেখানোর সুযোগ। এই ধরনের খেলা ভাষার পাশাপাশি সহানুভূতির মতো সামাজিক দক্ষতা বিকাশ করে।
- **আপনার অনুরোধকে পরিষ্কার এবং সহজ করুন।** নিশ্চিত করুন যে আপনার কথাবার্তা আপনার সন্তানের বয়স এবং সক্ষমতার পক্ষে ভাল। একজন 1 বছর বয়সীর জন্য, আপনি এক ধাপ নির্দেশ দিতে পারেন যেমন, “যাও বলটা নিয়ে এসো।” একটি 18 মাস বয়সীর জন্য, আপনি দুটি ধাপ চেষ্টা করতে পারেন। বলুন, “প্লিজ তোমার রুমে যাও এবং তোমার জুতো নিইয়ে এসো।” প্রথমে আপনার সন্তানের নাম ডেকে বা আলতোভাবে তার কাঁধ স্পর্শ করে তার মনোযোগ আকর্ষণ করুন। চোখের যোগাযোগ স্থাপন করুন। আপনি একটি বড় বাচ্চাকে আপনার কথা পুনরাবৃত্তি করতে বলতে পারেন। তাহলে আপনি নিশ্চিত হতে পারেন যে সে আপনার কথা শুনছে এবং বুঝতে পেরেছে।

আপনি যদি আপনার সন্তানের যোগাযোগের ক্ষমতা নিয়ে চিন্তিত হন, তাহলে আপনার HealthySteps বিশেষজ্ঞের সাথে কথা বলুন। খুব শীঘ্রই আপনার উল্টো সমস্যা হবে! আপনার সন্তান হয়ত সব সময় কথা বলবে এবং আপনাকে বহু প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবে।

