ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদের জন্য খেলার পরিবেশ প্রস্তুতকরণ

জয়ন্থি নারায়ণ
মারিয়ান রিগিও

ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদের জন্য খেলার পরিবেশ প্রস্তুতকরণ

জয়শ্রি নারায়ণ
উপ পরিচালক
জাতীয় মানসিক প্রতিবন্ধী ইনস্টিটিউট
ভারত

মারিয়ান রিগিও
আঞ্চলিক কনসালটেন্ট
হিল্টন/ পারকিন্স প্রোগ্রাম
পারকিন্স দৃষ্টি প্রতিবন্ধীদের বিদ্যালয়
যুক্তরাষ্ট্র

প্রকাশক
হিল্টন/ পারকিন্স প্রোগ্রাম
যুক্তরাষ্ট্র

ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদের জন্য খেলার পরিবেশ প্রস্তুতকরণ

লেখকঃ জয়ন্থি নারায়ণ
মারিয়ান রিগিও

কপিরাইট ২০০৫
হিল্টন/ পারকিন্স প্রোগ্রাম পারকিন্স দৃষ্টি প্রতিবন্ধীদের বিদ্যালয়
১৭৫ এন, বিকন স্ট্রিট, ওয়াটারটাউন, এমএ ০২৪৭২ যুক্তরাষ্ট্র

সর্বস্বত্ব সংরক্ষিত

ISBN 0-9743510-9

এই বইটি প্রস্তুত করা সম্ভব হয়েছে কনরাড এন হিলটন ফাউন্ডেশন
রেনো, নেভাডা, যুক্তরাষ্ট্র থেকে প্রাপ্ত অনুদানের মাধ্যমে।

এই বইটি প্রস্তুত করা হয়েছে ড. জয়ন্থি নারায়নের ফুলব্রাইট ফেলোশিপের সময় (২০০৩-২০০৪)
যখন তিনি পারকিন্স দৃষ্টিপ্রতিবন্ধীদের স্কুলে ছিলেন।

ডিজাইন ও লেআউটঃ চ. ভেঙ্কাতারাম, চ. রামেশ এবং বি. মারুথি
মুদ্রণকারীঃ শ্রী রাম প্রসেস প্রাইভেট লি., এ.পি, ভারত। ই-মেইলঃ sreeramanaprocess@yahoo.co.in

সূচীপত্র

মুখবন্ধ
ভূমিকা
কৃতজ্ঞতা

খেলা কাকে বলে?..... ৩

খেলা উন্নয়নের ধাপ সমূহ..... ৪

শারীরিক সংবেদনশীলতা পর্যায়..... ৪

অনুসন্ধানী খেলা..... ৬

নিয়ন্ত্রণের খেলা..... ৭

প্রতীকি খেলা..... ৯

খেলার ধরনসমূহ..... ১২

একাকী / নিঃসঙ্গ খেলা..... ১৩

প্রত্যক্ষদর্শী খেলা..... ১৪

সমান্তরাল খেলা..... ১৫

সামাজিকতামূলক খেলা..... ১৬

সহযোগীতামূলক খেলা..... ১৭

শিশুদের পছন্দসমূহ..... ১৯

বয়স উপযোগী খেলনা..... ১৯

লিঙ্গ উপযুক্ত খেলনা..... ২২

খেলার পরিবেশ..... ২৩

যোগাযোগের বিবেচনাধীন বিষয়সমূহ..... ২৯

ব্যক্তিগত সনাক্তকরন চিহ্ন..... ২৯

কার্যক্রম সম্পর্কে আন্দাজ করা..... ৩১

সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা..... ৩২

হাতের নিচে হাত রাখা..... ৩২

পালাবদল..... ৩৩

গতির মাত্রা..... ৩৩

স্বাধীনভাবে খেলা..... ৩৪

খেলার স্থান বৃদ্ধি করা..... ৩৭

একজন পূর্ণবয়স্ককের সাথে একত্রে খেলা..... ৩৮

অন্যান্য শিশুদের সাথে খেলা শুরু করা..... ৪২

শিশুর প্রতিবন্ধীতা বোঝার জন্য সঙ্গী শিশুদের সাহায্যে করা..... ৪২

সামাজিক পরিবেশ উপলব্ধিকরন..... ৪৪

অন্যান্য শিশুদের কাছাকাছি খেলা করা..... ৪৬

অন্য একটি শিশুর সাথে খেলা করা..... ৪৬

ছোট দলে খেলা..... ৪৭

বোর্ড গেম খেলা..... ৪৮

বাহিরে খেলা..... ৫০

সমাপ্তি..... ৫১

মুখবন্ধ

বিগত দশকে বহু প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন দৃষ্টিপ্রতিবন্ধী শিশুদের শিক্ষা সংশ্লিষ্ট প্রচুর প্রকাশনা রচিত হয়েছে। বিশ্বব্যাপী তথ্য সংগ্রহের মাধ্যমে আমরা জানছি যে, এই শিশুদের সংখ্যা মোট দৃষ্টি প্রতিবন্ধী শিশুদের ৬০% নিয়ে গঠিত। যদিও, শিশুদের খেলা করার বিষয়টি এবং ছোট শিশুদের খেলার মাধ্যমে শিক্ষণ সম্পর্কে খুব কম গবেষণাপত্রেই নির্দিষ্ট করে কিছু বলা হয়েছে। একই-ভাবে, এই ক্ষেত্রে আমাদের খুব কম প্রকাশনা রয়েছে যা দক্ষিণ এশিয়ার সংস্কৃতিকে উল্লেখ করে তৈরি এবং যাতে সাংস্কৃতিক সাদৃশ্যপূর্ণ চিত্র রয়েছে....আমার জানা মতে এই নির্দিষ্ট বিষয়ে এমন কোন প্রকাশনাই নেই।

তাই, যখন লেখক জয়ন্থি নারায়ণ এবং মারিয়ান রিগিও তাদের এই বইটার ধারণা নিয়ে আমার মনোযোগ আকর্ষণ করলেন, সে সময়ে আমার আনন্দিত হওয়ার বিষয়টি পাঠকরা সহজেই অনুধাবন করতে পারবেন। ড. জয়ন্থি নারায়ণ যখন বোস্টন কলেজে অধ্যয়নরত এবং পারকিন্স দৃষ্টিপ্রতিবন্ধীদের স্কুলে ফুলব্রাইট স্কলারশিপে রয়েছেন তখনই তিনি এই বই সম্পর্কে ধারণা গ্রহণ করেন এবং তা উন্নয়ন করেন, অল্পবয়স্ক প্রতিবন্ধী শিশুদের খেলাধূলা কর্মকান্ডের মাধ্যমে শিক্ষা গ্রহণ সম্পর্কে এটি একটি অনবদ্য উপস্থাপনা। এই কর্মকান্ডগুলো সম্পর্কে পাঠকদেরকে নির্দেশনা দেওয়ার জন্য সহজ, বোধগম্য ভাষায় সহায়ক চিত্রসহ ব্যাখ্যা দান এবং আলোচনা করা হয়েছে। শিক্ষক, সেবাকারী এবং অভিভাবকবৃন্দ তাদের নিত্যনৈমেত্তিক পরিবেশের জন্য প্রয়োজনীয় এবং প্রয়োগযোগ্য নির্দিষ্ট বিষয়বস্তু এতে খুঁজে পাবেন। তবে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণভাবে, শিশুরা উপকৃত হবে, তারা খেলতে শিখবে এবং খেলার মধ্য দিয়ে শিখবে।

মাইকেল টি. কলিন্স, পরিচালক
হিল্টন/পারকিন্স প্রোগ্রাম

ভূমিকা

"খেলাই হল শিশুর কাজ" এই অভিব্যাক্তিটি অদ্ভুত মনে হতে পারে কিন্তু খেলার মাধ্যমে শিশুরা সহযোগিতা, যোগাযোগ, শারীরিক নৈপুণ্য, সিদ্ধান্ত গ্রহণ এবং আর অন্যান্য মূল্যবান দক্ষতা এবং ধারণা সম্পর্কে শিখে থাকে যা তাদের সারাজীবন উপকৃত করে। খেলাধুলা এমন কোনও বিষয় নয় যা নিয়ে পরিবারের সদস্যরা খুব বেশি চিন্তা করে কারণ খেলাটা হল এমন কিছু যা প্রাকৃতিক ভাবেই একটি শিশুর জীবনে ঘটে।

নিরাপদ ও আকর্ষণীয় পরিবেশে সহজ প্রবেশাধিকারের মাধ্যমে শিশুরা খেলতে খেলতেই তাদের জীবনের দক্ষতাগুলো ও ভাষাসমূহ শিখে থাকে। কেননা, দেখা এবং শোনার ক্ষমতা কোন শিশুকে পরিবেশ থেকে তথ্য সংগঠিত করতে সাহায্য করে, তাই এটা বিবেচনা করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে, অন্যান্য সাধারণ শিশুদের মত ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা সহ সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুর স্বতঃস্ফূর্ত ভাবে খেলাধুলা করার এবং তা থেকে শিক্ষার কোন সুযোগ থাকে না। মানুষ এবং পরিবেশ এর সাথে যোগাযোগে ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন বাচ্চারা প্রায়ই বিচ্ছিন্ন বা বিকৃত তথ্য পায়।

এই বইটিতে, আমরা প্রথমে সাধারণ ভাবে বেড়ে ওঠা বাচ্চাদের দৃষ্টিকোণ থেকে খেলা পর্যালোচনা করবো। আপনি হয়তো ভাবতে পারেন, ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদের সাথে খেলার বিষয়ে লেখা একটি বই আমরা এভাবে শুরু করবো কেন। এর কারণ হল, যদিও শিশুটির কোন প্রতিবন্ধীতা আছে, তারপর ও এটা মনে রাখা খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে প্রথমে তারা শিশু, যারা শেষ পর্যন্ত অন্যান্য প্রতিবন্ধীতাহীন বাচ্চাদের মতো একই ভাবে গড়ে উঠবে। শিক্ষক এবং শুশ্রুষাকারী হিসেবে এটা আমাদের জন্য চ্যালেঞ্জ যে কিভাবে এই বিভিন্ন ধরণের খেলাকে অভিযোজিত করা যায় তা চিন্তা করা, যাতে এসব প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুরা খেলার মাধ্যমে স্বাভাবিক ভাবে গড়ে ওঠার সুযোগ পায়।

এই বইটা লেখার জন্য আমাদের উদ্দেশ্য হল ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন বাচ্চারা যে সকল চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হয়, তার প্রতি একটি সংবেদনশীলতা প্রস্তাব করা এবং খেলার মাধ্যমে শেখার আদর্শ উপায় সমৃদ্ধ সুযোগ সৃষ্টিতে কিছু নমুনা প্রদান করা।

কৃতজ্ঞতা

আমরা আন্তরিক কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি

জনাব স্টিভেন রথস্টেইন, প্রেসিডেন্ট, পারকিন্স দৃষ্টিপ্রতিবন্ধীদের বিদ্যালয়, এই প্রকাশনা উন্নয়নে তার সহায়তা প্রদানের জন্য।

জনাব মাইকেল কলিন্স, পরিচালক, হিল্টন/ পারকিন্স প্রোগ্রাম, এই বইটিকে বাস্তবে রূপ দানে আমাদেরকে সক্ষম করার জন্য।

কনরাড এন. হিল্টন ফাউন্ডেশন, এই প্রকল্পের জন্য পারকিন্স দৃষ্টিপ্রতিবন্ধীদের স্কুলকে অনুদান প্রদানের মাধ্যমে তাদের উদার আর্থিক সাহায্যের জন্য।

জনাব জান সেমোর-ফোর্ড, রিসার্চ লাইব্রেরিয়ান, হায়েস রিসার্চ লাইব্রেরী, পারকিন্স দৃষ্টিপ্রতিবন্ধীদের স্কুল, রেফারেন্স উপকরণ প্রদান করে সহায়তা করার জন্য।

ভ্যালেরি সেন্সাবাগ, এই প্রকাশনার অতিসতর্ক সম্পাদনার জন্য।

জনাব টম মিলার, এই বইয়ের খসড়ায় তার সমালোচনা প্রদানের জন্য।

জনাব ক্রিস্টি থমশন, এই বইয়ের খসড়ায় মূল্যবান পরামর্শ প্রদানের জন্য।

জনাব ভীম শংকর পাব্বা, এই সুন্দর বইটি ছাপানো এবং আমাদের সম্পাদনার সময় তার চরম ধৈর্য্যের জন্য।

আমাদের আন্তরিক ধন্যবাদ সেই সকল শিশুদের যারা আমাদের কর্মজীবনের সর্বৎকৃষ্ট শিক্ষক। জয়ন্থি নারায়ণকে ফুলব্রাইট ফেলোশিপের মাধ্যমে যে সুযোগ প্রদান করে হয়েছে তা কৃতজ্ঞচিত্তে স্বীকার করা হচ্ছে।

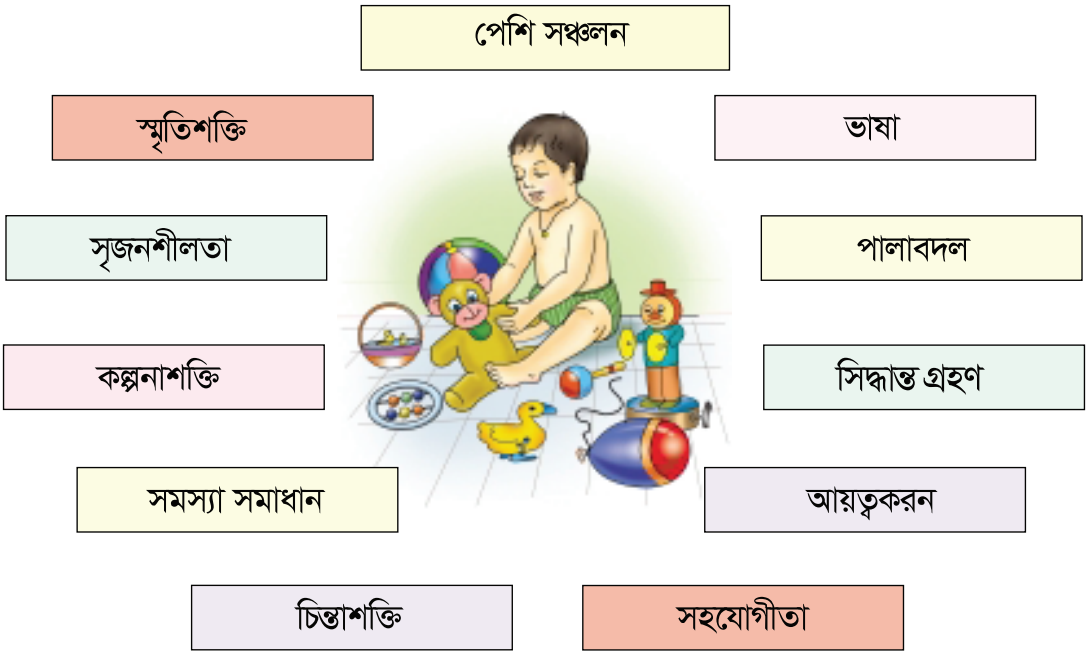
জয়ন্থি নারায়ণ
মারিয়ান রিগিও

ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদের জন্য খেলার পরিবেশ প্রস্তুতকরণ

উমার বয়স ৮ মাস। সে তার শয্যার উপরে ঝোলানো উজ্জ্বল খেলনাটি দেখে এবং সে এটি ছোঁয়। সে এটি দুই হাত দিয়ে ধরে, নাড়াচাড়া করে, তার মুখের মধ্যে পুরে..... সে অনুসন্ধান করে এবং উপভোগ করে.....

রবির বয়সও ৮ মাস। তার শয্যার উপরেও উজ্জ্বল খেলনা ঝোলানো আছে। কিন্তু সে এটা ছোঁয় না। এমনকি তাকে দেখে এ ব্যাপারে সচেতনও মনে হয় না! চলুন আমরা তাকে সাহায্য করার চেষ্টা করি। তার কাছে যাই এবং খেলনাটাতে চাপ দেই। বাহ! এটাতো চিঁ-চিঁ করে শব্দ করে উঠলো! কিন্তু রবি কোনও সাড়া দেয়না। ওহ! সে দেখতেও পায় না শুনতেও পায় না। চলুন খেলনাটি আমরা তার একদম কাছে নিয়ে যাই যাতে তার হাত স্পর্শ করতে পারে। সে সাড়া দিচ্ছে! সেও উমার মতই খেলনাটিকে নিয়ে অনুসন্ধান করছে, তার শুধু একটু সাহায্য চাই। সকল শিশুরই চাহিদা একরকম, কিন্তু কিছু শিশুর তাদের চাহিদা পূরণের জন্য সাহায্য দরকার। প্রতিটি শিশুর প্রাথমিক চাহিদা হচ্ছে খেলা।

একটি বাচ্চার জীবনের অবিচ্ছেদ্য অংশ হল খেলা। খেলার মাধ্যমে একটি শিশু তার পরিবেশ সম্পর্কে জানতে পারে। বস্তু, মানুষ, ঘটনাসমূহ...... শিশুরা খেলার মাধ্যমেই যোগাযোগ করতে শেখে; তারা তাদের হাত, পা এবং পুরো শরীর কার্যকরীভাবে ব্যবহার করতে শেখে। খেলা শিশুদেরকে স্বাধীন জীবন যাপনের জন্য দরকারি সামাজিক দক্ষতাসমূহ যেমন- সহযোগিতা, ভাগাভাগি, পালা অনুসরণ করা ও পছন্দ করার দক্ষতা অর্জনের সক্ষমতাও প্রদান করে। শিশুরা খেলার মাধ্যমে জ্ঞানীয় দক্ষতা ও বুদ্ধির পাশাপাশি চিন্তা, যুক্তি, সমস্যা সমাধান, সৃজনশীলতা, স্মৃতিশক্তি, কল্পনাশক্তির দক্ষতা গঠন করে। খেলা হল একটি উপায় যার মাধ্যমে শিশুরা অনুসন্ধান করা শেখে এবং তাদের নিজস্ব পৃথিবী সম্পর্কে জ্ঞান উন্নয়ন করে।



খেলা কাকে বলে?

প্রাকৃতিক ভাবেই শিশুরা খেলা করে থাকে। এটা হলঃ

- আনন্দদায়ক
- স্বতপ্রবৃত্তঃ অন্তর্নিহিত অনুপ্রেরনামূলক
- নমনীয়
- আক্ষরিক নয়ঃ একটা জিনিসকে অন্য কোনও জিনিসের দ্বারা উপস্থাপন করা যায়
- সক্রিয় সম্পৃক্ততা সমৃদ্ধ

শেষ ফলাফলে নিয়ে যাবার জন্য খেলার কোনও পূর্ব পরিকল্পিত উদ্দেশ্য থাকে না। এটা এক ধরনের কার্যকলাপ যার মধ্যে শিশুরা নিজেদেরকে সক্রিয়ভাবে নিয়োজিত করে কারন এটা মজার এবং তারা এটাতে আনন্দ লাভ করে। সাধারণভাবে বেড়ে উঠা শিশু কিংবা বিলম্বিত বিকাশ সম্পন্ন বা প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশু সবাই খেলা উপভোগ করে।

যখন একটি শিশু তার প্রতিবন্ধীতার জন্য খেলা শুরু করতে পারে না, - সেটা শারীরিক, স্নায়বিক কিংবা জ্ঞানীয়, যাই হোক, আমরা কি করবো?

খেলা উন্নয়নের ধাপসমূহ

সঠিক খেলার পরিবেশ তৈরি করতে হলে আমাদেরকে খেলার ধাপসমূহ এবং ধরনগুলো বুঝতে হবে, যেগুলোর মধ্য দিয়ে একটি সাধারণ শিশুর উন্নয়ন হয়ে থাকে।

শারীরিক সংবেদনশীলতা পর্যায়

ডেভিড এর বয়স ৬ মাস। দেখুন সে তার খেলনাটিকে বারবার টোকা মারছে, শুধুমাত্র যে শব্দ হচ্ছে তা উপভোগ করার জন্য। সে এটার দিকে তাকাচ্ছে, নিপুণভাবে ব্যবহার করছে এবং আবার টোকা মারছে। এই পর্যায়ে শিশুরা শারীরিক সংবেদন ও নড়াচড়ার অভিজ্ঞতা নেয়ার জন্য খেলা করে। যখন তারা তাদের আশেপাশের জগতটাকে বিশ্লেষণ করে, নিরাপদবোধ করার জন্য তাদের স্বস্তি এবং সুরক্ষা অনুভব করা জরুরী।

বহু প্রতিবন্ধীতাসম্পন্ন একটি বাচ্চা ধরুন, শ্রবণ এবং দৃষ্টিশক্তিহীন হয়তো উপলব্ধি করতে পারবেনা তার আশেপাশে যে মানুষজন বা বস্তু আছে সেগুলো দেখতে আকর্ষণীয় লাগছে বা যখন সেগুলোর সাথে মিথস্ক্রিয়া হবে বা ব্যবহৃত হলে তা সুন্দর শব্দ তৈরি করবে। যদি এই পর্যায়ে শিশুটি উপযুক্ত খেলনা এবং/অথবা মিথস্ক্রিয়া দ্বারা উদ্দীপিত না হয়, সে হয়ত এই অতি গুরুত্বপূর্ণ সংবেদনময় অভিজ্ঞতাটা হারাবে। এই পর্যায়টি উচ্চমাত্রায় শিখন ও খেলার মাত্রার জন্য ভিত্তিটা স্থাপন করে।

অ্যানিকে দেখুন! তার চারপাশে আছে সুদৃশ্য, রঙবেরঙের অনেক খেলনা, এতই আকর্ষণীয় যে বড়রাও সেগুলো নিয়ে খেলতে চাইবেঃ একটি চি-চি ডাকা হাঁস, একটি রঙ্গিন মোবাইল যা নাড়ালে অনেক সুন্দর শব্দ তৈরি করে, একটি ছোট গাড়ি যেটা ধাক্কা দিলেই চলতে থাকে, উজ্জ্বল কাগজ যা ভাঙ্গার সময় শব্দ তৈরি করে, এবং টানা খেলনা, পাপেট এবং ড্রামস...

কিন্তু অ্যানি শুধুমাত্র তার আঙ্গুল নিয়ে খেলছে, দুটি হাত একসাথে করে, আঙ্গুলগুলোকে একসাথে বাঁধছে, এবং আলাদা করছে...কেন সে তার আশেপাশে থাকা এতো খেলনা গুলো দিয়ে খেলছে না? সে জানেই না যে এগুলো খেলনা তার চারপাশে এত খেলনা। সে দেখতে ও শুনতে পারে না। শারীরিক সংবেদনশীলতা পর্যায়ে, শিশুরা শারীরিক সংবেদন ও নড়াচড়া উপভোগ করতে পারে, কিন্তু অ্যানি শুধু তার নিজের শরীরের ব্যাপারে সচেতন। তাই সে তার নিজের হাত ও আঙ্গুল নিয়ে খেলা করছে।

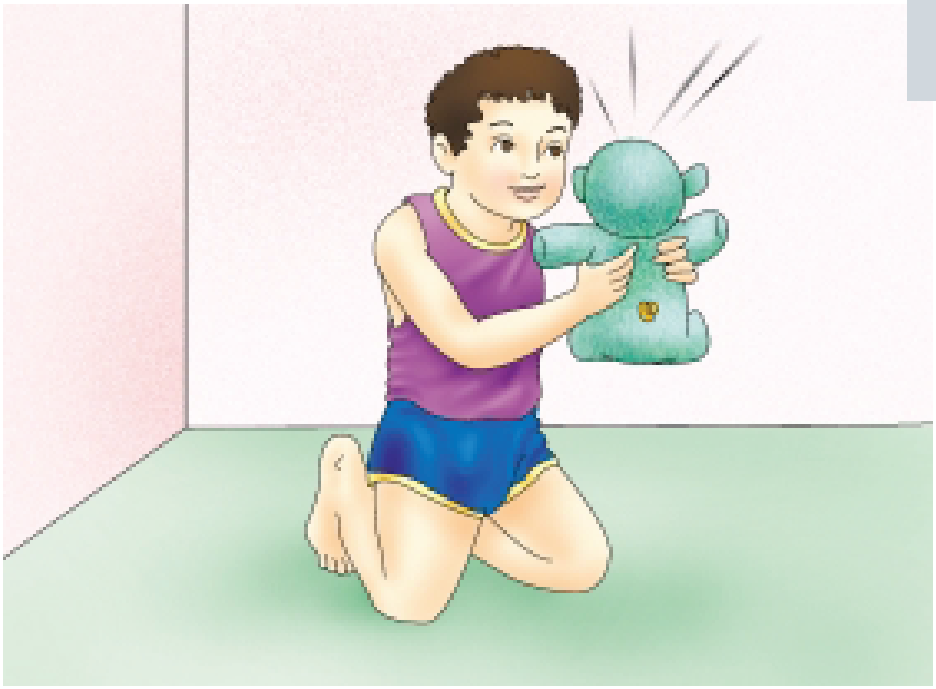
কিভাবে আমরা অ্যানিকে খেলার জন্য তার চারপাশের খেলনাগুলো খুঁজে পেতে সাহায্য করতে পারি?

অনুসন্ধানী খেলা (এক্সপ্লোরোটারি প্লে)

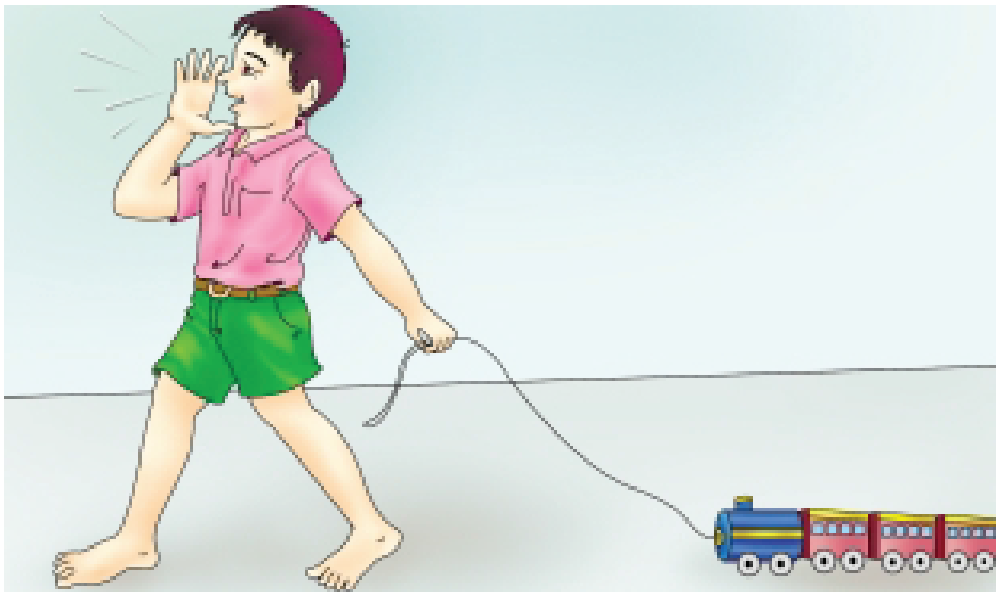
এই পর্যায়ে, শিশুরা আরও বেশি মনযোগী থাকে। যখন সে খেলনাটার উপস্থিতি উপভোগ করে, এটার শব্দ এবং এটার অনুভব থেকে সে আরও বুঝতে পারে যে এটা ব্যবহার করার মাধ্যমে সে এটার পরিবর্তন করতে পারবে। গাড়িটা সামনে এগিয়ে যাচ্ছে কারন সে ধাক্কা মেরেছে, রাবারের খেলনাটা শব্দ করছে কারন সে এটাকে চাপ দিয়েছে,তার হাত দুটি শব্দ তৈরি করছে কারন সে এগুলোকে একসাথে করেছে একটা নির্দিষ্ট গতিতে, ড্রামটা (বা একটি পাত্র) শব্দ তৈরি করেছে কারন সে এটাতে বাড়ি দিয়েছে, এবং আরও অনেক। তার এই উপলব্ধিই তাকে একটি খেলনা বা মানুষের সাথে ঐচ্ছিক ব্যবহারের দিকে নিয়ে যায়।

নিয়ন্ত্রণের খেলা (ম্যানিপুলেটিভ প্লে)

এটা অনুসন্ধানী পর্যায়েরই ধারাবাহিকতা যেখানে শিশু পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণ করতে থাকে, কোন পরিবর্তন সাধনের জন্য ইচ্ছাকৃত নড়াচড়া করতে থাকে। আপনি তাকে দেখতে পাবেন, দোল খেয়ে ফিরে আসা দেখার জন্য ঝুলন্ত খেলনাটিকে ধাক্কা দিতে। সে হয়ত ব্লক দিয়ে একটি মিনার তৈরি করছে দেখার জন্য যে এটি আরও বেশি লম্বা হয়েছে বা একটি খেলনা ছুড়ে ফেলছে মেঝেতে এটার পড়ে যাওয়া দেখতে এবং ভাঙ্গার শব্দ শুনতে। শিশুটি এই সব কাজগুলো ইচ্ছাকৃত ভাবে করে যেন পৃথিবীর উপর সে তার নিয়ন্ত্রণ অনুভব করতে পারে।



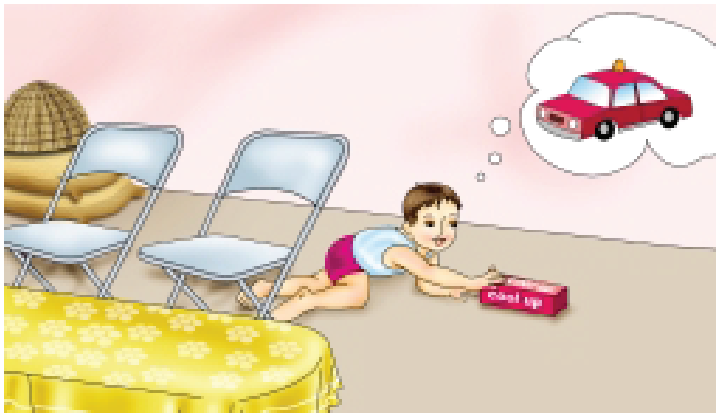
একটি ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুর (চোখে দেখতে ও কানে শুনতে অক্ষম) পরিস্থিতি বুঝতে আর নিয়ন্ত্রণ নিতে অসুবিধা হবে। কারন সে না দেখতে পায় আর না শুনতে, সে জানে না যে সে বাইরের পৃথিবীতে পরিবর্তন আনতে পারবে।

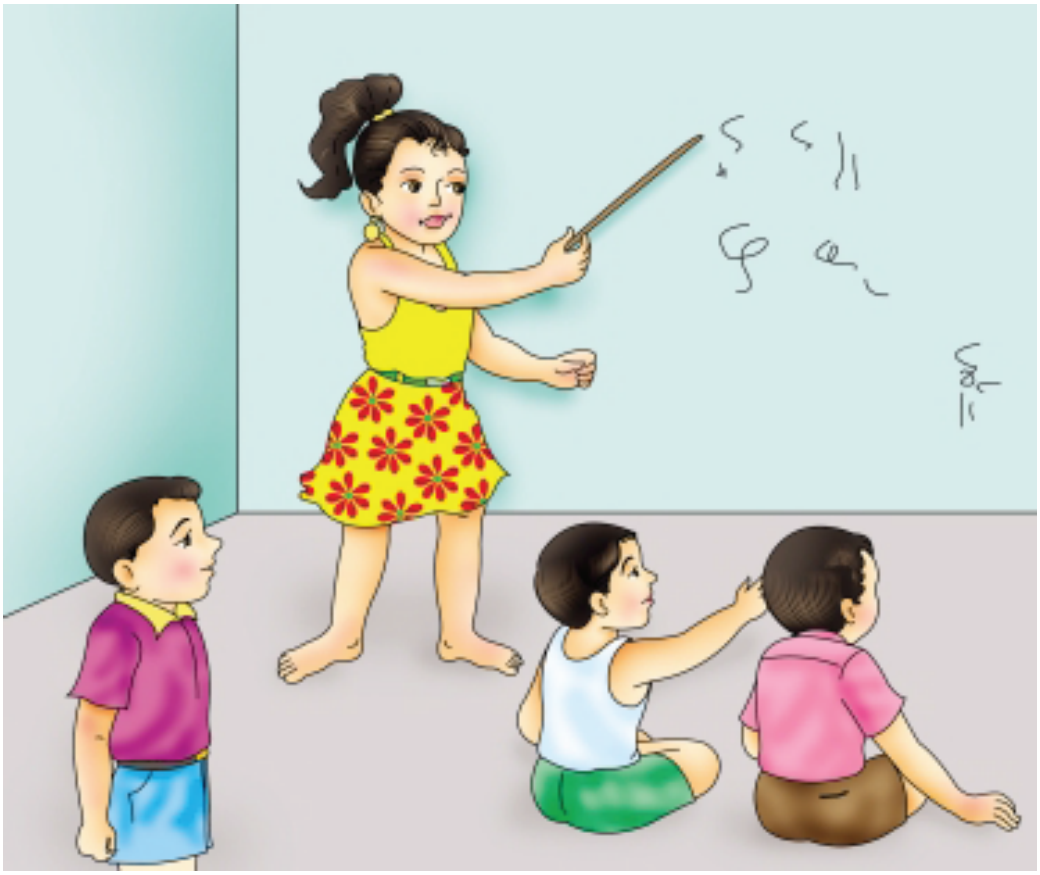


কিভাবে আমরা এই শিশুটিকে পরিবেশ অনুসন্ধানে সাহায্য করবো, তার আশেপাশের বস্তু ব্যবহারে এবং বোঝাতে যে সে কিভাবে পরিবর্তন সাধন করতে পারে?

প্রতীকি খেলা (সিম্বোলিক প্লে)

আয়শাকে দেখুন, প্রায় ৩ বছর বয়স, তার পুতুলকে একটি ছোট বোতলে দুধ খাওয়াচ্ছে...অথবা সে একটি ছোট কাঠের টুকরো বোতলের যায়গায় ব্যবহার করছে? এবং সে একটা ন্যাকড়া দিয়ে পুতুলের মুখ মুছে দিচ্ছে, অথবা এটা কি তার ছোট তোয়ালে? এই যে আহমেদ, একটি ছোট আয়তাকার ব্লক তার শোওয়ার ঘরের মাঝ দিয়ে ঠেলে নিয়ে যাচ্ছে- না সে একটি গাড়ি চালাচ্ছে রাস্তা দিয়ে! এই শিশুরা একটি বস্তুকে আরেকটির বদলে ব্যবহার করছে, যাকে বলে প্রতীকি খেলা। এই পর্যায়ে শিশুরা সাধারনত তাদের নিজেদের মত প্রতীক ব্যবহার করা শুরু করে কোন বস্তুকে উপস্থাপন করার জন্য। তারা চামচ ও লাঠি ব্যবহার করে বন্দুক হিসেবে, কাপ ব্যবহার করে ড্রাম হিসেবে, অথবা মন্ড (প্লাস্টিক বা ময়দার) দিয়ে খেলে পার্টি করার জন্য। আপনি হয়ত আরেকটি শিশুকে পাবেন মই এর মাথায় বা জঙ্গল জিমে বসে আছে এবং তার বিমান চালনা করছে।





যখন তারা আরেকটু বড় হয় এবং প্লে-স্কুল এ যাওয়া শুরু করে, শিশুরা তখন শিক্ষক, অভিভাবক ও ছাত্রছাত্রীর ভূমিকা নিতে পারে। এই ভূমিকায় খেলা করার কারনে এই পর্যায়কে নাটকীয় খেলা বলেও উল্লেখ করা হয়। এই পর্যায়ে শিশুদের তাদের জীবনের এই পর্যন্ত সব অভিজ্ঞতাগুলোতে অভিনয় করার ঝোঁক থাকে। তারা হয়ত তাদের খেলাকে ঘটনা ক্রমের মাধ্যমে বিশদ করতে পারে যা বড়দের কাছে অর্থবোধক ও আনন্দদায়ক হয়। এই পর্যায়টা খুবই গুরুত্বপূর্ণ মূলত উচ্চমাত্রার বিমূর্ত শিখনের জন্য যেহেতু শিশু কোনও জিনিসকে সেটা ছাড়া অন্য কিছু হিসেবে সাজাতে শেখে। সে তার আশেপাশে যা হচ্ছে তা লক্ষ্য করে, আত্মভূত করে এবং সেটা তার খেলায় প্রতিফলিত করে। নাটকীয় খেলা শিশুর তথ্য গ্রহনের ক্ষমতা প্রকাশ করে, তথ্য স্মৃতির মাঝে জমা করে, অন্য একটি পরিস্থিতির সাথে সংযোগ করে এবং তাতে অভিনয় করার মাধ্যমে। এই সকল স্নায়বিক, শারীরিক ও জ্ঞান সংক্রান্ত প্রক্রিয়াগুলো নাটকীয় খেলা চালিয়ে যাবার জন্য প্রয়োজনীয়। এই পর্যায়কে আবার কল্পনা খেলাও (ফ্যান্টাসি প্লে) বলা হয় কেননা এই সময় শিশুদেরকে নানান রকম কল্পনাপ্রবণ কার্যকলাপ করতে দেখা যায়।

একবার শিশুরা বস্তুর ধারনা এবং অনুভূতি তৈরির করা শিখে গেলেই তারা ধীরে ধীরে এসব শব্দে প্রকাশ করা শুরু করে। শিশুরা যা করে তা নিয়েই কথা বলে। তারা যোগাযোগ করতে শেখে, তাদের চাহিদা, অনুভুতি এবং ভাবাবেগ প্রকাশ করার জন্য। এটাই প্রাতিষ্ঠানিক শিক্ষার প্রস্তুতি ইঙ্গিত করে।

কিভাবে আমরা ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুকে এই পর্যায়ের মধ্য দিয়ে যেতে সাহায্য করবো?

সংক্ষেপে, শিশুরা খেলা উন্নয়নের বিভিন্ন পর্যায়ের মধ্য দিয়ে যায়, সবচেয়ে আক্ষরিক আকার থেকে শুরু করে অধিক বিমূর্ত ভাবে, নিয়মের সাথে খেলাতে অগ্রসর হয়। যখন খেলাটা শিশুদের দ্বারা আনন্দের সাথে স্বতপ্রবৃত্ত হয়ে সম্পন্ন করা হয়, তখনই এটা প্রভাব ফেলে।

খেলার ধরনসমূহ

শিশুদের খেলার বিভিন্ন ধরন আছে। অবস্থা, শিশুর পছন্দ এবং শিশুর বেঁড়ে ওঠার পর্যায়ের ওপর ভিত্তি করে তার খেলার ধরন বিভিন্ন রকম হয়। ধরনগুলো একা বা নিঃসঙ্গ খেলা থেকে দলগত বা সহযোগী খেলা হতে পারে। বিভিন্ন ধরনের খেলাগুলো হলঃ

- একাকী/নিঃসঙ্গ খেলা
- প্রত্যক্ষদর্শী সহ খেলা
- সমান্তরাল খেলা
- সামাজিক খেলা
- সহযোগী খেলা

একাকী/নিঃসঙ্গ খেলা

সহযোগীতামূলক খেলা

প্রত্যক্ষদর্শী সহ খেলা

সামাজিকতামূলক খেলা

সমান্তরাল খেলা

একাকী/নিঃসঙ্গ খেলা

একটি অল্প বয়সী শিশু, যার বয়স ২ বছরের কম, প্রায়ই তার আশে পাশের জিনিসপত্র নিয়ে খেলতে, অনুসন্ধান করতে, ব্যবহার করতে, উপভোগ করতে দেখতে পাওয়া যাবে। এই পর্যায়ে, সে ওই বস্তুর সাথেই জড়িয়ে থাকবে, অন্য কারো দিকে হয়ত মনোযোগ দিবে না। সে একা খেলবে- এটাই একাকী বা নিঃসঙ্গ খেলা।

কিভাবে আমরা ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদেরকে এই পর্যায়ের মধ্য দিয়ে অর্থবোধকভাবে যেতে সাহায্য করবো?

একাকী/নিঃসঙ্গ খেলা - একা খেলা করে।

প্রত্যক্ষদর্শী

যখন একটি শিশু বড় হয়, সে ধীরে ধীরে আশেপাশের মানুষজনের বিভিন্ন কাজকর্মের বিষয়ে সচেতন হয়। সে প্রায়ই অন্য শিশুদের খেলা দেখে, তাদের সাথে যোগ না দিয়ে। এটি একটি গুরুত্বপূর্ণ পর্যায় যেখানে একটি শিশু পর্যবেক্ষণশীল হয়। অন্ধত্ব ও অটিজম আক্রান্ত শিশুদের এ ধরনের খেলা সম্পাদন করতে উল্লেখযোগ্য বিলম্ব হয়, যেহেতু তারা অন্যান্য শিশুদের খেলা পর্যবেক্ষণ করতে পারে না বা করে না। প্রত্যক্ষদর্শী-সম্পন্ন পর্যায় হল সামাজিক ও সহযোগিতামূলক ধরনের খেলার ভিত্তি এবং এটি প্রতীকী খেলার উন্নয়নের জন্যও গুরুত্বপূর্ণ। শিশুটির আগ্রহ তার নিজের দিক থেকে অন্য কারো দিকে বদলে যাওয়া, সামাজিক উন্নয়নের একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ পদক্ষেপ।

কিভাবে আমরা ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদেরকে এই পর্যায়ের মধ্য দিয়ে অর্থবোধকভাবে যেতে সাহায্য করবো?

প্রত্যক্ষদর্শী অন্য শিশুদের খেলা করতে দেখে, অংশগ্রহণ না করে।

সমান্তরাল খেলা

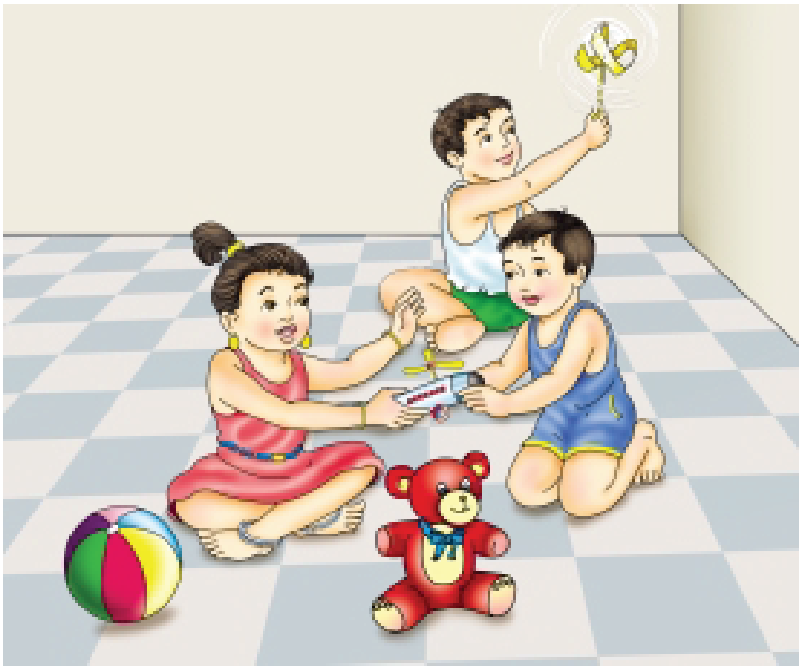
অন্যান্য শিশুদের খেলতে দেখে, শিশুটি ধীরে ধীরে তার পাশে বসে খেলা শুরু করতে থাকে, প্রায়ই অন্য শিশুটির মতো একই রকম কার্যকলাপে সম্পৃক্ত হয়ে। এই পর্যায়ে শিশুরা হয়তো নিজেদের মাঝে যোগাযোগ করে না, যেটা তাদেরকে সামাজিকতামূলক খেলার জন্য তৈরি করে তোলে। এই পর্যায় উন্নয়নের জন্য দৃষ্টি এবং শ্রবণশক্তি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুকে এই পর্যায় পার হতে সাহায্য করাটা একটি চ্যালেঞ্জিং কাজ।

কিভাবে একটি শিশুকে আমরা সমান্তরাল খেলায় অংশগ্রহণ করতে সাহায্য করবো যখন সে দেখতে ও শুনতে পায় না?

সমান্তরাল খেলা- একাকি খেলা করে, যখন অন্যরা তার কাছাকাছি খেলা করতে থাকে।

সামাজিকতা মূলক খেলা

এই পর্যায়ে শিশুরা একে অপরের সাথে যোগাযোগ করে। সাধারণত আমরা তাদেরকে অন্যদের সাথে খেলতে ও তাদের প্রতি সাড়া দিতে দেখি। জিজ্ঞাসা করা হলে তখন হয়তো একটি শিশু বলতে পারে যে সে কি করছে, যদি অনুরোধ করা হয় হয়তো সে একটি খেলনা অন্যকে দিতে পারে বা সে একটি খেলনার জন্য অন্যদের কাছে অনুরোধ করতে পারে। এই মিথস্ক্রিয়া চলতে থাকে, কিন্তু শিশু সেটাই চালিয়ে যেতে চায় যা সে করছিলো: একটি বিমান উড়ানোর ভান করা, হয়তো একটি পুতুলকে জামা পরানো। এই পর্যায়ে শিশুটি তার অন্যান্য খেলনা নিয়ে অন্য কেউ খেলা করলে কিছু মনে করে না। এটা সহযোগিতামূলক খেলা থেকে পৃথক কারণ শিশুটি তার ইচ্ছেমত খেলা করে। সামাজিক পারদর্শিতা উন্নয়নে এটি খুবই গুরুত্বপূর্ণ একটি পর্যায়।



কিভাবে ইন্দ্রিয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন একটি শিশু সামাজিক খেলা সম্পন্ন করবে?

সামাজিকতা মূলক খেলা- খেলা করার সময় অন্যদের সাথে যোগাযোগ করে।

সহযোগিতা/সমবায় মূলক খেলা

সহযোগিতামূলক খেলায়, শিশুরা হয়তো একটি নির্দিষ্ট বিষয় অভিনয় করতে একত্রে কাজ করে থাকে। একটি শিশু হয়তো শিক্ষকের ভূমিকায় অভিনয় করে এবং অন্য শিশুরা শিক্ষার্থীর ভূমিকায়, অথবা একজন হয়তো ডাক্তার হয়, আরেকজন নার্স, এবং আরেকজন হয়তো রোগী। এই চরিত্রগুলো বেশ সমন্বিত হয়, এবং এই খেলা থেকে আমরা শিশুদের পরিবেশ ও অভিজ্ঞতার বোধগম্যতা পর্যবেক্ষণ করতে পারি। এই ধরনের খেলা পরিণত সামাজিক পারদর্শিতার ভিত্তি স্থাপন করে।

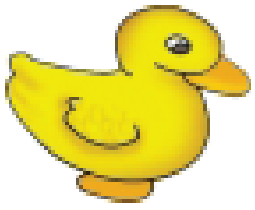
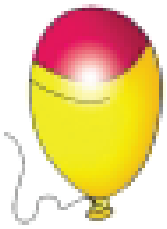
সহযোগিতামূলক খেলা- অন্যদের সাথে একটি সমন্বিত পদ্ধতিতে খেলা করা।

প্রতিবন্ধিতাবিহীন শিশুরা স্বতঃস্ফূর্তভাবে প্রতিবন্ধী শিশুদের গ্রহণ করে নিবে যদি আমরা তাদেরকে সামাজিক ও সহযোগিতামূলক খেলায় অন্তর্ভুক্ত করার চেষ্টা করি। খেলার মাধ্যমে শিশুরা মানুষের মধ্যকার বিভিন্নতার প্রতি গ্রহণযোগ্য, ইতিবাচক মনোভাব গড়ে ওঠে। এ ধরনের বোধগম্যতা গড়ে তোলার জন্য খেলার পরিবেশটি আদর্শ।

কিভাবে আমরা একটি দৃষ্টি প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুর মাঝে সহযোগিতাপূর্ণ খেলার বিকাশ করবো?

খেলা এবং অভিনয়ের মাধ্যমে শিশুরা বোধগম্য ও প্রকাশযোগ্য ভাষার উন্নয়ন করে থাকে, অর্থাৎ, তাদেরকে যা বলা হচ্ছে তা বোঝা এবং শব্দ ব্যবহার করে সাড়া দেওয়ার ক্ষমতা। তারা মানসিক উপস্থাপনার ব্যবহারও শুরু করে, আবেগ প্রকাশের ক্ষমতা, অন্য ব্যক্তির ভূমিকায় অভিনয় করা, এবং কল্পনা থেকে বাস্তবতার পার্থক্য করাও শুরু করে।

প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুরা স্বাভাবিকভাবে খেলার এই সবগুলো পর্যায় এবং ধরনের মধ্যে দিয়ে যায় না। সীমিত স্নায়বিক, পেশিসঞ্চালন এবং/অথবা বুদ্ধিবৃত্তিক ক্ষমতার কারণে কিছু শিশুর খেলা করতে সমস্যা হয়। তাদের খেলার পরিবেশ গঠন করার জন্য প্রাপ্তবয়স্কদের প্রয়োজন হয়। এই কাঠামো তাদেরকে গ্রহণযোগ্য সামাজিক আচরণ প্রদর্শন করার পাশাপাশি বয়স উপযোগী খেলা উপভোগ করতে সাহায্য করে।

শিশুদের পছন্দসমূহ

খেলার বিভিন্ন পর্যায় এবং ধরনের সময়কালে, শিশুদের বিভিন্ন বিষয়ে যেমন: পরিবেশ, খেলনা, মানুষজন, দিনের সময় এবং কার্যকলাপ সংক্রান্ত নিজস্ব পছন্দ থাকে।

বয়স উপযোগী খেলনা

৬ মাস বয়সী ভিনাকে দেখুন যে সে দোলনায় ঝোলানো একটি খেলনার দিকে তাকিয়ে আছে, সেটির কাছে পৌছানোর এবং এটি নিয়ে খেলা করার চেষ্টা করছে। এখন এই খেলনাটি রাজাকে দিন যার বয়স ৪ বছর। এই খেলনাটার প্রতি সে কোনও আগ্রহই দেখাবে না, কিন্তু তার পরিবর্তে একটা গাড়ি জাতীয় খেলনা সে পছন্দ করবে খেলার জন্য। এখন এই খেলনাটি ভিনাকে দেওয়ার চেষ্টা করুন। সে এটা ঠেলে সরিয়ে দিবে এবং তার দোলনার খেলনার কাছে ফিরে যাবে!

শিশুরা তাদের পছন্দ অবশ্যই দেখবে, তা তারা যতই অল্পবয়সী হোক না কেন। নবজাতক শিশুরা উজ্জ্বল এবং রঙ্গিন খেলনা পছন্দ করে যা তারা নিপুণভাবে নাড়াচড়া করতে পারে। প্রাক-বিদ্যালয়গামীদের পছন্দ হল বাস্তবিক খেলনা। তারা রান্নাঘরের সেট, ডাক্তারদের উপকরণ

এবং এরকমের অন্যান্য খেলনা যা ভান করা / অনুকরণ খেলাতে উৎসাহিত করে। তারা একটি খেলনাকে বিভিন্নভাবে ব্যবহার করে, যেভাবে তাদের কল্পনাগুলো গড়ে উঠে। একটি চামচ একজন পুলিশের বাঁশি হতে পারে কিংবা একটি দড়ি হতে পারে সাপ। কাঠের টুকরো বা ব্লক বিভিন্ন উপায়ে ব্যবহৃত হতে পারে। এই খেলনাগুলো পেশিসঞ্চালন সমন্বয় শক্তিশালী করে এবং সমস্যা সমাধানের দক্ষতা, সৃজনশীলতা এবং কল্পনাকে উৎসাহিত করে। রঙ, সংখ্যা, আকারের ধারনাও এসব খেলনার প্রতি প্রাপ্যতার মাধ্যমে উন্নত হয়। কিন্তু মনে রাখুন যে, যে এটি কোন খেলার কার্যক্রম নয়, শিক্ষণের সময় নয়। মনে রাখবেন, খেলা হল সক্রিয় অংশগ্রহনের মাধ্যমে আনন্দ লাভের জন্য। পরিবেশটা এবং উপকরণগুলো সরবরাহ করুন, এবং শিশুদের আনন্দ দেখুন! শিখন স্বাভাবিক প্রক্রিয়াতেই ঘটবে।

লিঙ্গ-উপযুক্ত খেলনা

আপনি একমত হবেন যে পছন্দগুলো লিঙ্গভিত্তিকও হয়। আসুন আমরা জন ও জেনিফারকে দেখি, তারা দুজনেই ৩ থেকে ৪ বছর বয়সী। জনকে প্রায়ই দেখতে পাওয়া যায় খেলনা গাড়ি,ট্রাক এবং ব্লক নিয়ে খেলতে। দেখুন জেনিফার কে, সে তার পুতুলকে জামা পরানো, তার রান্নার সেট দিয়ে একটি খাবার রান্না করা, এবং সাধারনত গৃহস্থালি কার্যক্রম উপভোগ করছে। যদিও পূর্বের গবেষণায় দেখা গিয়েছে, ছেলে এবং মেয়ে উভয়েই পাজল নিয়ে খেলা, চাবি দেওয়া খেলনা এবং রঙিন প্লাস্টিকের বিভিন্ন অংশ জোড়া দেওয়া খেলনা পছন্দ করে। এটি গুরুত্বপূর্ণ যে একটি নির্দিষ্ট পরিসরের খেলনা যেন সহজলভ্য থাকে যাতে আমরা শিশুদের এমন কিছু পছন্দ করতে বাধ্য না করি যা তাদের লিঙ্গ অনুযায়ী অনুপযুক্ত মনে হয়। বরংচ শিশুদেরকে সেটি বাছাই করতে অনুমোদন দেওয়া উচিৎ যার প্রতি তারা আকৃষ্ট হয়।

খেলার পরিবেশ

শিশুদের খেলার আচরণ ব্যাপকভাবে নির্ভরশীল হয়-

- যে পরিবেশে তারা বাস করে,
- যে রুটিনে তারা নিত্যদিনের কাজ করে
- সমবয়সীদের প্রভাব
- পরিবারের আর্থসামাজিক অবস্থা

  যে সকল ব্যক্তিদের সংস্পর্শে তারা আসে তার সংখ্যা, এবং
- তারা যে বিভিন্ন খেলার সামগ্রীর সংস্পর্শে আসে তার ব্যাপ্তি।

শিশুরা সাধারনত তাদের আশেপাশে যেসব বস্তু পায় তা দিয়েই খেলে। একটি ধনী পরিবারের ৫ বছরের শিশু হয়ত খেলছে একটি রিমোট চালিত খেলনা বিমান দিয়ে, যেখানে কম সুবিধাযুক্ত একটি পরিবারে অনুরূপ আরেকটি শিশু হয়ত খেলছে পুরনো প্ল্যাস্টিকের একটি খেলনা বিমান দিয়ে। দু'জনেই যা তাদের প্রাপ্তিসাধ্য সেটি দিয়ে বয়স উপযোগী খেলা খেলছে। শিশুদের আশেপাশে বিদ্যমান খেলার উপাদান ব্যবহার করে তাদের খেলার আচরনে উৎসাহিত করাটা গুরুত্বপূর্ণ। শিশুরা হয়ত রান্নাঘরের পাত্রের খেলনার সেট দিয়ে খেলতে পছন্দ করে যা সাধারনত তাদের মায়েদের দ্বারা ব্যবহৃত হয়। লোমশ স্টাফ করা পশুর খেলনা সব শহুরে শিশুদের পছন্দ, এছাড়াও সব ধরনের যোদ্ধা প্রতিকৃতি এবং পুতুল।

খেলা মূলত প্রভাবিত হয় শিশুর সমবয়সী দলের দ্বারা। শিশুরা প্রায়ই তাদের অভিভাবকেদের কাছে তাদের প্রতিবেশী বাড়ির শিশুদের মত একই খেলনা চায়। প্রত্যক্ষদর্শী ও সামাজিক খেলা শিশুদের মাঝে এই ব্যবহারের ভিত্তি তৈরি করে। অভিভাবকরা হল তাদের সন্তানদের চাওয়া খেলনাগুলোর উপযুক্ততা ও সামর্থ্যের শ্রেষ্ঠ বিচারক।

একটি শিশুর কেমন খেলার মান পাচ্ছে তা খেলার স্থান প্রাপ্যতা এবং অন্য শিশুরা যাদের সাথে খেলবে তার ওপর নির্ভর করে। একটি আদর্শ পরিস্থিতি যা একটি শিশুর বহুমুখী উন্নয়নকে উৎসাহিত করে তার মধ্যে আউটডোর ও ইনডোর দু'টো খেলাই থাকবে, বালু ও পানি দিয়ে খেলার সুবিধা থাকবে, সম বয়সের দলের প্রবেশগম্যতা থাকবে, এবং যত্নসহকারে বাছাই করা খেলনাসমূহ এবং একজন যত্নশীল প্রাপ্তবয়স্ক লোকের তত্ত্বাবধান থাকবে।

খেলার পরিবেশটা যত্নের সাথে সংগঠিত করতে হবে। নিম্নোক্ত বিষয়গুলো বিবেচনায় নিতে হবে

- স্থানের সহজলভ্যতা
- খেলনা সামগ্রীর বিভিন্নতা
- খেলনা সামগ্রীর সংখ্যা
- খেলনা সামগ্রীর নতুনত্ব
- শিশুদের ক্ষেত্রে উপকরনগুলোর উপযুক্ততা
- শিশুর সাথে যে মানুষগুলো খেলা করছে (বয়স্ক ও সমবয়সী দল) তাদের সাথে শিশুর ঘনিষ্ঠতা।
- ব্যবহারে সহজতা এবং
- শিশুদের চিন্তা করার, পছন্দ করার এবং সমস্যা সমাধানের জন্য পরিবেশ প্রদত্ত স্বাধীনতা।

আসুন আমরা কিছু মৌলিক চ্যালেঞ্জের দিকে ফিরে যাই যেগুলো ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন একটি শিশুর খেলার সুযোগের ওপর চাপিয়ে দেয়।

প্রথমে, আমরা অবশ্যই মনে রাখবো যে ইন্দ্রিয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদের তাদের পরিবেশে সহজ প্রবেশগম্যতা নেই।

শিশুদেরকে খেলার স্বাধীনতা প্রদান করুন, অনুসন্ধানে উৎসাহিত করুন এবং তাদের আনন্দ করতে দিন! খেলা করা এবং অনুসন্ধানের সময় অগোছালো হয়ে যাওয়া তাদের জন্য ঠিক আছে, যতক্ষণ পর্যন্ত না তারা নিজেদের বা অন্যদের আঘাত দিচ্ছে বা ক্ষতি করছে। পরিচ্ছন্নতা নিয়ে জোর করবেন না, এবং একটি নির্দিষ্ট ফলাফল আশা করবেন না। স্বাধীনতাই হল মূলকথা, যেখানে নিরাপত্তা একটি সতর্কতামূলক ব্যবস্থা হিসেবে থাকবে।

আমাদের চ্যালেঞ্জ হচ্ছে এমন সেতুবন্ধন তৈরি করা যা শিশুটিকে প্রাপ্তবয়স্ক মানুষজন, তার সমকক্ষদের সাথে এবং তার পরিবেশের সাথে যুক্ত হতে সক্ষম করবে।

একটি ইন্দ্রিয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুকে খেলা করতে উৎসাহিত করার কাজটি কোথা থেকে শুরু করা যায়- এ বিষয়ে আমাদের চিন্তাগুলোকে সংগঠিত করতে, আসুন, প্রথমে আমরা পরীক্ষা করি, কিভাবে দৃষ্টি এবং শ্রবণ স্বাভাবিক আছে এমন শিশুরা তাদের আশেপাশের পৃথিবীর বিষয়ে শিখতে পারে।

সবচেয়ে সহজ পদ্ধতি হচ্ছে শিশুটির পরিবেশ এর পরিপ্রেক্ষিতে তার বিকাশের বিষয়ে চিন্তা করা। শিশুরা পৃথিবী সম্পর্কে জানতে শুরু করে তাদের মা এর কোলের উষ্ণতা থেকে এবং ধীরে ধীরে তাদের শারীরিক এবং সামাজিক পরিবেশের সচেতনতা প্রসারিত হয়। একই ভাবে, বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুর জন্য, যে খেলা করতে শিখছে, আমাদের সংক্ষিপ্ত আকারে শুরু করতে হবে, শিশুটিকে নিরাপদ ও নিশ্চিত বোধ করতে সাহায্য করতে হবে ছোট পরিসরে অল্প কিছু মানুষের সাথে।

একটি শিশু তার মা অথবা তার সেবাকারীর যত্নে যে নিরাপত্তা ও সুরক্ষা অনুভব করে, তা তাকে খেলা ও অনুসন্ধান করার আত্মবিশ্বাস যোগায়। তাই আমরা যখন খেলার বিষয়ে চিন্তা করব, আমাদের প্রথমেই নিশ্চিত হতে হবে যে যার সাথে সে খেলা করবে তার সাথে ব্যক্তিগত সম্পর্ক যেন বজায় থাকে। খেলা শুরু হতে হবে কাছাকাছি, ব্যক্তিগত পরিবেশে। কিভাবে এটি করা হয়? এটা আসলে পুরোপুরি একটি যৌক্তিক প্রক্রিয়া।

যোগাযোগে বিবেচনাধীন বিষয়সমূহ

ব্যক্তিগত সনাক্তকরণ চিহ্ন

যে শিশু সহজেই প্রত্যক্ষ তথ্য প্রক্রিয়াকরণ করতে পারে সে পরিচিত মানুষদের দেখামাত্র চিনতে পারে, তাই আমাদের ক্রমাগত নিজেদেরকে পুনরায় পরিচিত করাতে হয় না। কিন্তু, ইন্দ্রিয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা এবং বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুরা অপর ব্যক্তিদের বিষয়ে সবসময় সচেতন থাকে না। কাজেই যে কোন মিথস্ক্রিয়ার সূচনা করার পূর্বে (তা খেলা জাতীয় হোক বা না হোক) আপনি তাকে নিশ্চিত করবেন যে আপনি কে এবং তা অবশ্যই তার জন্য সবেচেয়ে স্বাভাবিক / বোধগম্য রীতিতে। আপনি একটি ধারাবাহিক / সবসময় একরকম উপায়ে তাকে স্পর্শ করতে পারেন- যেমন, স্বাগতম জানাতে বুকে আলতো চাপ দেওয়া অথবা আপনি একটি স্পর্শযোগ্য ইঙ্গিত ব্যবহার করতে পারেন- এমন কিছু যা আপনি সবসময়ই পরিধান করেন বা কোন স্বতন্ত্র বৈশিষ্ট্যের। উদাহরণস্বরূপ, যদি আপনার চুল অস্বাভাবিকভাবে কোকড়া হয়ে থাকে, আপনি হাতের-নিচে-হাত রেখে শিশুটিকে আপনার চুল স্পর্শ করতে দিতে পারেন; এটি তাকে জানতে সাহায্য করবে যে আপনি কে।

যেহেতু অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন ও প্রতিবন্ধীতাহীন দুই ধরনেরই শিশুরাই এই শিশুটির সাথে পরিচিত হবে, তাদের জন্য একটি স্পর্শযোগ্য নাম নিয়ে তৈরি থাকুন। এমনকি একটি শিশুর যদি অন্যদের দেখার জন্য যথেষ্ট দৃষ্টিশক্তি থাকেও, তারপরেও অন্য মানুষদের চেনা তার জন্য কঠিন হতে পারে

যদি সে দৃষ্টিলব্ধ তথ্য ভালভাবে প্রক্রিয়াকরণ করতে না পারে। দৈনিক ভিত্তিতে শিশুটির সাথে যাদের যোগাযোগ হয় তাদের প্রত্যেকের জন্য এটি আনুষ্ঠানিক চিহ্নিত নাম বা স্পর্শযোগ্য ইঙ্গিত তৈরি করুন এবং এটি নিশ্চিত করুন যে যারা শিশুটির সাথে নিয়মিত যোগাযোগ করবে তারা প্রত্যেকেই জানবে এই ইঙ্গিতগুলো কি। শ্রবণ-দৃষ্টি প্রতিবন্ধী শিশুটির সাথে যোগাযোগ করবে এমন মানুষের সংখ্যা সীমিত করে দিন, যাতে শিশুটি বিভ্রান্ত না হয়।

একটি ব্যক্তিগত সনাক্তকরণ চিহ্ন (যেমন- ব্রেসলেট বা কঙ্কণ অথবা চশমা) ব্যবহার করার পাশাপাশি, আরও একটি আনুষ্ঠানিক চিহ্নিত নাম ব্যবহার করা জরুরি। উদাহরণস্বরূপ, একটি শিশু হয়ত তাকে চেনার জন্য কারো চশমা স্পর্শ করে, এবং তখন তাকে বলা হয় এটা "ঊষা"। ঊষার নাম বলার সময় তার কপালের পাশে স্পর্শ করে "ট"/ "ঊ" ইশারা ভাষা চিহ্নিত করে এটা করা যেতে পারে।

চশমা পরিহিত মহিলার ছবি যিনি তার হাতের নিচে একটি শিশুর হাত রেখে "ট"/ "ঊ" চিহ্ন তৈরি করছেন।

একটি শিশুর জন্য স্পর্শযোগ্য সনাক্তকরণ আদৌ প্রয়োজন আছে কিনা এই বিষয়ে আপনার বিচারবুদ্ধি ব্যবহার করে নিশ্চিত হোন। নতুবা একটি সুসংগত পদ্ধতিতে শিশুদের অভিবাদন জানানোটা সবসময় তাকে চিনতে শিখতে সাহায্য করবে।

কার্যক্রম সম্পর্কে আন্দাজ করা

প্রথাগত ভাষায় কম বোধগম্যতা সম্পন্ন একটি শিশুর জন্য দিনব্যাপি সংঘটিত কার্যক্রমসমূহ আন্দাজ করতে সবসময় আমাদের সাহায্য করা প্রয়োজন। আমরা সাধারণত শিশুদের ছকে বাধা কাজগুলো মনে করিয়ে দিতে সাহায্য করি। উদাহরনস্বরূপ, আমরা একটি গোসল করার তোয়ালে নিয়ে শিশুর সামনে উপস্থিত হই এবং তাকে বলি বা ইশারা করি যে এখন গোসল করার সময়। যখন খেলার সময় হয়, আমরা প্রায়ই এই ইঙ্গিতগুলোকে এতটা প্রয়োজনীয় মনে করি না যে সে, একাকি বা অন্য কারো সাথে খেলবে। যখন একটি শিশু যে কোনও কারনেই হোক কথা বুঝতে পারে না, আমাদেরকে অবশ্যই যা ঘটতে যাচ্ছে সে বিষয়ে ইঙ্গিত প্রদান করতে হবে। এ বিষয়টি খুবই সহজ হতে পারে যেমন- তার হাতের উপর আপনার হাত রেখে একটি হাতের খেলার কথা ইঙ্গিত করা, অথবা এক টুকরো দড়ি তার সামনে উপস্থাপন করা যেটা দোল খেলনা ঝোলানোর জন্য ব্যবহৃত হয় এটা ইঙ্গিত দেয়ার জন্য যে আপনি এই খেলাটা খেলবেন। কোনও বস্তুর চিহ্ন ব্যবহার করা হলে, শিশু যেন কার্যকলাপ ও বস্তুটির মাঝে সংযোগ করতে পারে এটি লক্ষ্য রাখবেন। কাজেই, সবসময় ধারাবাহিক হওয়ার জন্য এটি গুরুত্বপূর্ণ।

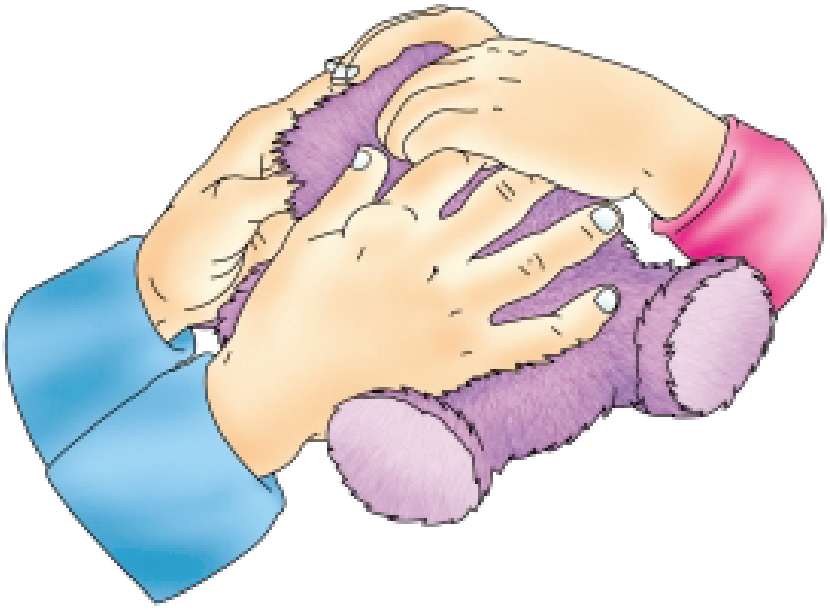
সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা / পছন্দ করা

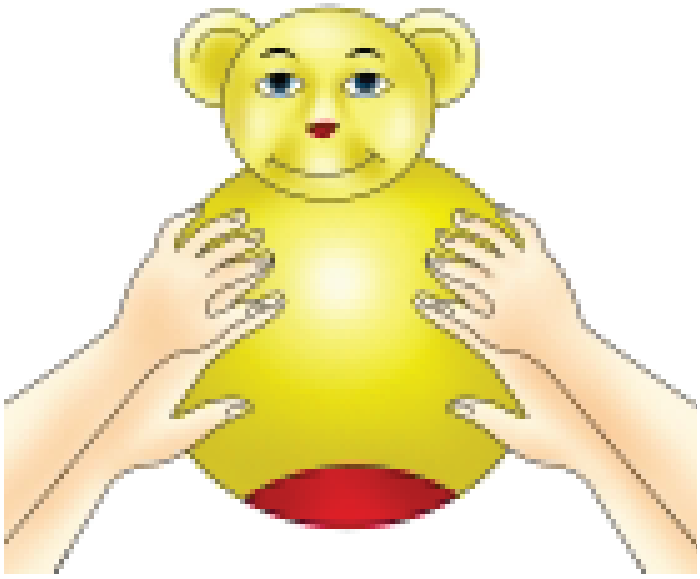
প্রাপ্য বিকল্পগুলোর একটি দ্রুত ও প্রত্যক্ষ জরিপের পর শ্রবণক্ষম ও দৃষ্টিসম্পন্ন শিশু একটি খেলা পছন্দ করে। প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুরা প্রায়শই এই সিদ্ধান্ত গ্রহণের সুযোগটি পায় না। যেসকল শিশুরা দেখতে পায় না, শুনতে পায় না, বা তথ্য প্রক্রিয়াকরণ করতে পারে না আমরা অবশ্যই তাদের জন্য সহজলভ্য পছন্দগুলোর প্রবেশগম্যতা নিশ্চিত করবো। এটা স্পর্শের মাধ্যমে করা যেতে পারে।

হাতের নিচে হাত রাখা

আমাদের লক্ষ্য হল সব শিশুরা আরো বেশি করে সামাজিক ধরনের খেলায় অংশগ্রহণ করতে পারবে। যখন আমরা শিশুদের সাথে একটি কার্যক্রমে অংশগ্রহণ করি, ... আরো বেশি আগ্রহী হবে আমাদের সাথে খেলার সাথি হিসেবে সংযুক্ত হতে; .... আমরা আমাদেরকে তাদের মতো হতে দেখব।

যখন একটি শিশুর দৃষ্টির ব্যবহার সীমিত থাকে, তখন তার জন্য এটি জানা জরুরী যে আপনি কোন না কোন ভাবে তার খেলায় অংশগ্রহণ করছেন। যখন শিশুটি একটি খেলনা দিয়ে খেলে, আপনি আলতো ভাবে আপনার হাত তার হাতের নিচে রাখতে পারেন এবং সে জানতে পারবে যে আপনিও তার সাথে খেলনাটার অভিজ্ঞতা নিচ্ছেন।





পালাবদল

যেহেতু আমরা শিশুদের সামাজিক খেলা শুরু করার জন্য যথেষ্ট পরিমাণ আত্মবিশ্বাসী হতে সাহায্য করি, শিশুদের সাথে পালাক্রমে বদলানোটা মনে রাখা জরুরী। শিশুদের সাথে আলাপচারিতা করার সময়, আমাদের প্রবণতা থাকে যে যারা বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন, তাদেরকে যোগাযোগের যে ধরনই উপযুক্ত নির্ধারিত হয়েছে তা ব্যবহার করে বলা যে পরবর্তীতে তারা কি করবে। কিন্তু যখন, আমরা একটা কার্যক্রমের মাঝে পালাক্রমে বদলি হই, আমরা শিশুটির সাথে একটা সমান অংশীদারিত্বের চাইতেও আর বেশি কিছু স্থাপন করি। শিশুটি কি চায় তা সে আমাদের বলতে উৎসাহী হয়। আমরা তার ইঙ্গিতগুলোকে সম্মান করি, এবং এটা তার কর্তৃত্ববোধকে বৃদ্ধি করে। অন্যদের সাথে পারস্পরিক মিথক্রিয়ার সূচনা এবং তা বজায় রাখার ক্ষমতা তৈরির ক্ষেত্রে এটা গুরুত্বপূর্ণ উপাদান।

গতির মাত্রা

বহুবিধ প্রতিবন্ধী শিশুদের সাথে আমাদের পারস্পরিক যোগাযোগের ক্ষেত্রে গতির মাত্রার বিষয়টি প্রায়ই উপেক্ষিত হয়। তথ্য প্রক্রিয়াকরণ ও একটি প্রতিক্রিয়া প্রণয়নে একটি বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুর অতিরিক্ত সময় লাগতে পারে। পালাবদলের খেলা খেলার সময়, শিশুটিকে তার পালা নেওয়ার সময়, তার প্রতিক্রিয়া সংগঠিত করতে দেওয়ার জন্য একটু বেশি সময় অপেক্ষা করতে ভুলবেন না। আমরা যদি আমাদের যোগাযোগে তাড়াহুড়ো করি, তাহলে আমরা শিশুটির প্রতিক্রিয়া জানানোর চেষ্টাকে নিরুৎসাহিত করবো। এর ফলে প্রায়শই একটি পরিস্থিতি তৈরি হয় যাকে পারিভাষিক ভাবে "অর্জিত অসহায়ত্ব" বলা হয়।

এই মৌলিক নির্দেশিকাসমূহ দ্বারা এখন আমরা বিভিন্ন রকমের খেলার প্রতি দৃষ্টিপাত করতে পারব এবং একটি শিশুকে স্বাধীন ও আন্তঃসক্রিয় খেলার অভিজ্ঞতা অর্জনে প্রবেশগম্যতা নিশ্চিত করতে সাহায্য করতে পারব।

স্বাধীনভাবে খেলা

মা-এর কোলে একটি নবজাত শিশুর কথা চিন্তা করুন এবং কল্পনা করুন কিভাবে মায়েরা ও শিশুরা একজন আরেকজনের সাথে স্বাভাবিকভাবে খেলা করে। একটি শ্রবণ-দৃষ্টি প্রতিবন্ধী শিশুর সাথে কিভাবে খেলা শুরু করতে হবে সে ব্যাপারে অনেক রকমের ধারণার ইঙ্গিত দিতে পারে। খেলার দক্ষতা শুরু হয় শিশুর নিজের শরীর দিয়ে, ধীরে ধীরে তা বাইরের দিকে অগ্রসর হয়ে থাকে।

প্রাথমিক পর্যায়ে খেলার ধরনগুলোতে শিশুদেরকে প্রায়ই দেখা যায় তাদের নিজেদের হাত ও পা নিয়ে খেলতে। এটা হল তাদের অঙ্গপ্রত্যঙ্গের প্রত্যক্ষ আকর্ষণ যা এই ধরনের খেলাকে উৎসাহিত করে। যখন একটি শিশু দৃষ্টি প্রতিবন্ধী হয়, তখন এই খেলা এত বেশি উদ্দীপক নাও হতে পারে, কারণ সে হয়তো তার হাত পরিষ্কারভাবে দেখতে পারে না বা তার হাততালির আওয়াজ শুনতে পারে না।

কিছু সহজ সমন্বয় শিশুদেরকে এই ধরনের প্রাথমিক খেলায় উৎসাহিত করতে পারে। তবে সবসময় এটা মনে রাখা উচিত যে আমাদেরকে শিশুদের আত্মমর্যাদার সম্মান করতে হবে। মনে রাখতে হবে কোনটা বয়স উপযুক্ত এবং শিশুর কাছে আকর্ষণীয়।

একটি অল্পবয়স্ক শিশুর জন্য আপনি করতে যা পারেন

- একটি ছোট মেয়ে শিশুর আঙ্গুলের নখ উজ্জ্বল রঙের নেইলপলিশ দিয়ে রঙ করে দিন (যদি সে তার মুখে হাত দিতে পছন্দ করে তাহলে সাবধানতা অবলম্বন করুন)।

- ঘণ্টা বা নরম গঠনের কিছু দিয়ে ব্রেসলেট তৈরি করে দিন। (ঘণ্টাগুলো যেন চিবুতে বা গিলতে না পারে এ বিষয়টা নিশ্চিত করুন)

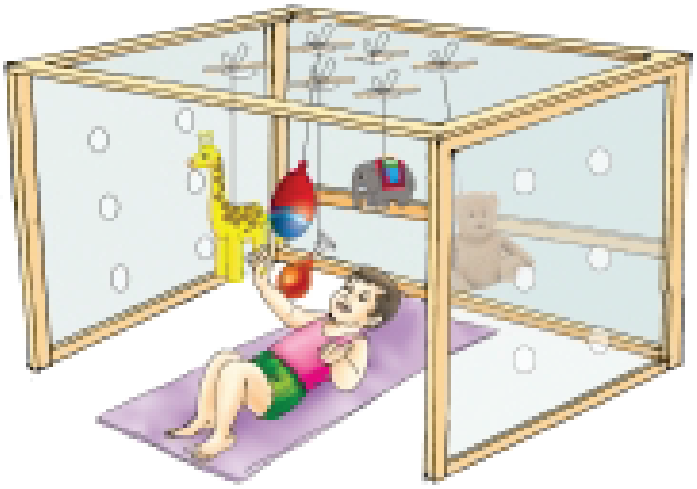
- উজ্জ্বল নকশা বা ফিতেসহ চপ্পল কিনে দিন বা তৈরি করে দিন।

স্বাধীন খেলার বিষয়ে চিন্তা করার সময়, সবসময় শরীরের কাছ থেকে দূরের পরিবেশে অগ্রসর হতে হবে। বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন অনেক শিশুরই নিজ পরিবেশে চলাফেরা করতে অসুবিধা হয়, এছাড়াও একটু দূরের কিছু দেখতে এবং দেখে বুঝতেও চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হয়। তাই আমাদের উচিত পারিপার্শ্বিক অবস্থাটা শিশুর আরও কাছে নিয়ে আসা। যে কোনও খেলার স্থানে জিনিসপত্র নির্বাচনের সময় অবশ্যই প্রথমে নিরাপত্তার কথা চিন্তা করা উচিত। এমন কিছু নির্বাচন করা যাবে না যা শিশু গিলে ফেলতে পারে বা যেটাতে সে জড়িয়ে যেতে পারে। যদিও, অনেক সহজলভ্য উপকরণ খুব উদ্দীপক হতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, একসাথে দুটো ঝুলন্ত চামচ খুব সুন্দর শব্দ তৈরি করবে যখন শিশুটি এগুলোকে বাড়ি দেবে এবং সেগুলো দেখতেও চকচকে ও আকর্ষণীয়।

শিশুদের কৌতুহল উদ্দীপ্ত করার এবং তাদেরকে নিজ পরিবেশ অন্বেষণে অনুপ্রাণিত করার অনেক উপায় রয়েছে।

ডঃ লিলি নেইলসন, একজন ড্যানিশ সাইকোলজিস্ট, একটি ছোট পরিবেশ উদ্ভাবন করেছেন যেটাকে তিনি বলেছেন একটি "ছোট ঘর"। তিনি ছোট ছোট ঘর তৈরি করলেন যখন তিনি পর্যবেক্ষণ করলেন যে শিশুদের দেখে মনে হয় তারা ছোট জায়গার মাঝে থাকতে, বিছানার নিচে বা কুঠরির ভিতর বসে খেলতে পছন্দ করে। তবে, প্রায়শই বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন ও দৃষ্টি প্রতিবন্ধী সকল শিশুরা এই একই অভিজ্ঞতার মধ্য দিয়ে যেতে পারে না।

একটি ছোট ঘরে আমরা একটি নির্দিষ্ট শিশুর কাছে বিশেষভাবে আকর্ষণীয় উপকরণগুলো সরবরাহ করতে পারি।



চলাফেরার ক্ষেত্রে বিকাশগত বা শারীরিক সমস্যাযুক্ত একটি শিশুর জন্য যখন পরিবেশের নকশা নির্ণয়ের কাজ করা হয়, বসানো বা স্থাপন করার বিষয়ে চিন্তা করাটা সবসময় গুরুত্বপূর্ণ। উদাহরনস্বরূপ, যখন একটি শিশুর সেরিব্রাল পালসি থাকে, তখন তার হাতের সর্বাধিক ব্যবহারের জন্য কাঁধ সামান্য স্থিরস্থায়ী রাখাটা জরুরি। তাকে তার পীঠের ওপর শুইয়ে রেখে উপর থেকে খেলনা ঝুলিয়ে রাখাটা শুধু নৈরাশ্যই সৃষ্টি করবে। স্থান নির্ণয়ের বিষয়টি বিবেচনায় রেখে, শিশুর দৃষ্টি সংক্রান্ত, স্পর্শ সংক্রান্ত ও শ্রবন সংক্রান্ত উদ্দীপনার চাহিদাগুলো পূরণ করতে পারে এমন একটি পরিবেশ সরবরাহ করার জন্য কিছু বিষয় রয়েছে যা আমরা করতে পারি।

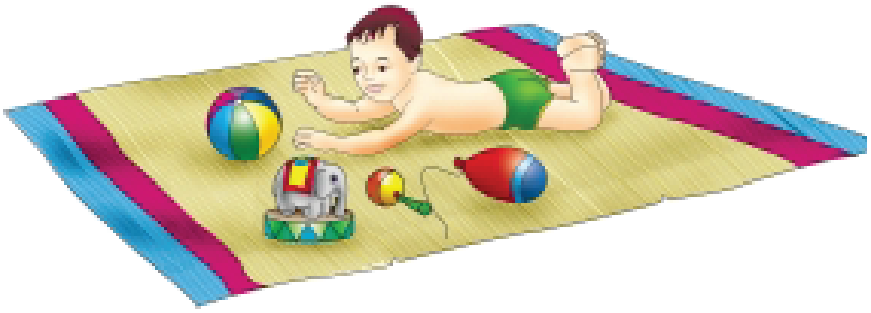
চকচকে ফয়েল পেপার এবং উজ্জ্বল রঙের ধাতব বড়োদিনের সাজসজ্জার ঝুলন্ত টুকরোগুলো দৃশ্যত আকর্ষণীয় এবং সামান্য শারীরিক প্রচেষ্টায় কুঞ্চিত হতে পারে। অন্যান্য ধারনাগুলো হলঃ

- উজ্জ্বল রঙের সুতার তৈরি পম-পম (দড়ি লাগানো লোমশ বল)
- উজ্জ্বল রঙের পুতি ভর্তি একটি প্ল্যাস্টিকের বন্ধ বোতল
- একটি ছোট বন্ধ ঝুড়ি যার ভিতরে ধাতব জিঙ্গেল বেল অথবা বোতলের ছিপি সাবধানতার সাথে রাখা।

উপকরণগুলো এমন ভাবে রাখতে হবে যেন হাতের যেকোনো নড়াচড়ায় তা প্রতিক্রিয়াশীল হয়, উদ্দেশ্যহীন বা উদ্দেশ্যমূলক, যেকোন ভাবেই হোক না কেন।

খেলার স্থান বৃদ্ধি করা

যেভাবে একটি শিশু গড়ে ওঠে এবং বিকশিত হয়, সেভাবে তার সম্ভাব্য খেলার ক্ষেত্রের আকারও বাড়তে থাকে। একটি উজ্জ্বল খেলনার প্রত্যক্ষ আকর্ষণ বা একটি খেলনা বাদ্যযন্ত্রের মনে রাখা শব্দ, চলাফেরা এবং খেলাধুলার জন্য উদ্দীপনা সরবরাহ করতে পারে। একটি শিশু তার নাগালের মধ্যে উপস্থাপিত খেলনা দ্বারা অনুপ্রাণিত হওয়ার সাথেসাথে, সে খেলার জন্য আরও খেলনা খুঁজে পেতে ধীরে ধীরে অন্বেষণ করা শুরু করবে।



শিশুদেরকে নতুন খেলনা খোঁজার অন্বেষণে সাহায্য করার একটি অনন্য কৌশল হল, দড়ি দিয়ে একটি পোশাক বা খেলার বোর্ডের সাথে সেগুলোকে সংযুক্ত করে দেওয়া। যখন শিশুটি দড়ির সাথে সংযুক্ত একটি খেলনা ফেলে দেয়, তখন তার হাত দিয়ে দড়ি ধরে অতিক্রম করে খেলনাটা খুঁজে পেতে তাকে আমরা ধীরে ধীরে সাহায্য করতে পারি। এই ধরনের কার্যাবলী, বস্তুর স্থায়িত্বের একটা ধারণা বিকাশে শিশুটিকে সাহায্যও করবে যে ওই বস্তুগুলো এখনো বিদ্যমান আছে যদিও সেগুলো দৃষ্টিসীমার নাগালের মধ্যে নেই।

পরবর্তী পদক্ষেপ হচ্ছে খেলনাগুলো শিশুর নাগালের বাইরে রেখে তাকে বলা যে ওগুলো কোথায় রাখা আছে। প্রথমে কিছু খেলনা নির্বাচন করতে হবে যেগুলো এমন যাতে সে আকর্ষণ খুঁজে পাবে। উপকরণগুলো একটি নির্দিষ্ট তাক বা ঝুড়িতে রাখুন যা সবসময় ওই একই যায়গায় রাখা হবে, যাতে শিশুটির জানা থাকবে যে কোথায় সে ওগুলো পাবে।

শিশুটি আরও বেশি সচল হওয়ার পর উপকরণগুলো এমন একটি খেলনার তাকে রাখুন যা তার জন্য প্রবেশযোগ্য। শিশুটি দৃষ্টি প্রতিবন্ধী হলে এটি খুবই জরুরি যে খেলনাগুলো একই জায়গায় রাখা, সুতরাং সে সবসময় জানতে পারবে যে কোথায় সেগুলো পাওয়া যাবে। যদি আপনার কাছে যথেষ্ট পরিমান খেলনা থাকে তাহলে ইন্দ্রীয় অনুসারে খেলনাগুলোর যে আবেদন আছে, সে অনুযায়ী আপনি তাদেরকে শ্রেণীভুক্ত করতে পারেন। অর্থাৎ, আপনার একটি তাকে রাখবেন খেলনা বাদ্যযন্ত্র, একটি তাকে শারীরিকভাবে ব্যবহৃত খেলনা এবং আরেকটিতে রাখবেন চালানো যায় এরূপ খেলনা।

একজন পূর্ণবয়স্কের সাথে একত্রে খেলা।

পিতা-মাতা বা সেবা প্রদানকারীর সাথে ঘনিষ্ঠ শারীরিক পালা বদল খেলার মাধ্যমে শিশু শিখবে যে, অন্যান্য ব্যক্তিদের সাথে তার অনেকরকম মিল রয়েছে। এ বিষয়টি উপলব্ধি করা অন্ধ বা দৃষ্টি প্রতিবন্ধী শিশুদের জন্য খুব গুরুত্বপূর্ণ কারণ তারা নিজস্বভাবে তাদের শারীরিক সচেতনতা এবং ব্যক্তি পরিচিতির বিকাশ করে থাকে।
-সামাজিক/ খেলার দক্ষতাসমূহ উন্নয়নে একটি খুব গুরুত্বপূর্ণ ধাপ।

শিশুকে আপনার চুলে হাত দিতে এবং চুল নিয়ে খেলতে দিন এটা খুব সাধারণ ও আনন্দদায়ক কার্যক্রম। সাবধান থাকবেন যদি শিশুটি চুলে টান দিতে পছন্দ করে।

টুকী খেলা (দুই হাত দিয়ে নিজের মুখ ঢেকে হঠাৎ হাত সড়িয়ে চমকে দেওয়া) খেলাটি সকল শিশুরাই পছন্দ করে, শিশু প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন থাকুক বা না থাকুক। পালাবদল করে অপর ব্যক্তির মুখমন্ডলে কাপড় বাঁধার মাধ্যমে এ খেলা পরিবর্তন করা যেতে পারে।

খেলার সময় নিরাপদ অনুভব করানোর জন্য তাকে কোলে নিন। আপনি ছন্দের তালে দুলতে থাকুন, থেমে যান, অপেক্ষা করুন এবং শিশুকে তার পুরো শরীর দিয়ে বোঝাতে দিন যে সে আরো চাচ্ছে (সাধারণত দুলতে থাকা অব্যাহত রাখার মাধ্যমে অথবা পরবর্তীতে অন্য কোন প্রতীকী নির্দেশক ব্যবহার করে)। এই প্রক্রিয়া শিশুকে খেলায় কার্যকর অংশগ্রহণকারী হতে সাহায্য করে।

যখন একটি শিশু এই ছন্দময় খেলাগুলো খেলে, সে সম্ভাব্য পেশি সঞ্চালন প্রক্রিয়ায় তার দূরদর্শিতার দক্ষতায় নিরাপদ এবং সুরক্ষিত অনুভব করে।

"রো রো রো ইউর বোট" আরেকটি খেলা যেখানে শিশু নিবিড় শারীরিক যোগাযোগে থাকে। খেলায় ঠেলাঠেলি এবং টানাটানি সব শিশুদের জন্য খুব উপভোগ্য। এছাড়াও এটি কল্পনাপ্রবণ খেলা উৎসাহিত করারও একটি উপায় হিসেবে কাজ করে।

আঙ্গুল দিয়ে খেলাগুলোও শিশুদের জন্য অনেক মজার। উদাহরণস্বরূপ "বিড়াল ছানা বিড়াল ছানা" এই খেলায় শিশুটি কাতুকুতু অনুভব করার প্রতীক্ষা করতে পারবে। এটি কিছুটা শ্রবণ ক্ষমতা রয়েছে এমন শিশুদের জন্য বেশি উপভোগ্য। কাতুকুতু প্রদান খেলার সময় অবশ্যই সাবধান থাকতে হবে যে কোন শিশুর স্পাসটিসিটি বা অস্বাভাবিক ধরণের রিফ্লেক্স আছে কিনা।

যে শিশুরা পরিবেশিত সঙ্গীত শুনতে পারে না তাদের জন্য হাত তালি দেওয়া খেলাগুলো মাঝে মাঝে খুব ভাল বিকল্প। হাত তালি দেওয়া খেলার সময়, অল্পবয়স্ক শিশুটিকে কোলে রাখা ভাল (যদি বয়স যথার্থ হয়)। অপেক্ষাকৃত বড় শিশুদের জন্য, একে অন্যের বিপরীতে বসে হাত তালি দেওয়া খেলা যথার্থ।

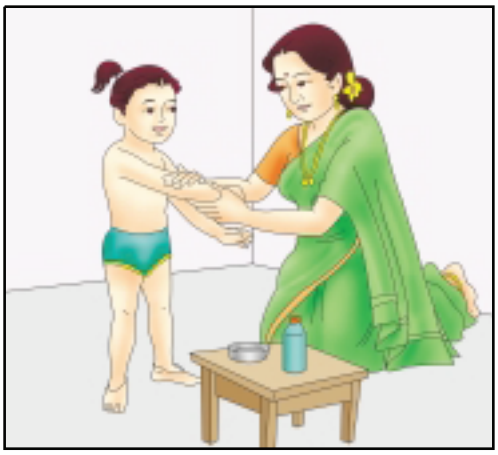
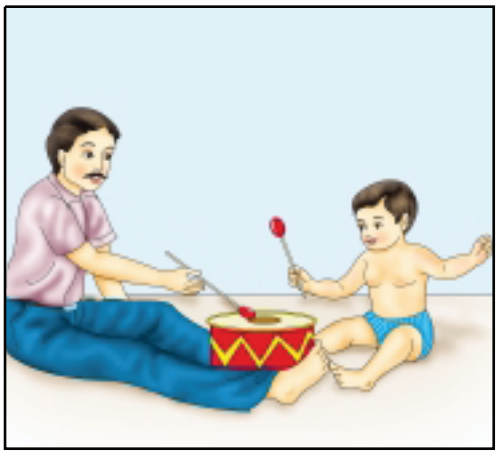
শিশুকে কোলে নিয়ে খেলাটি শুরু করার সময় স্মরণ রাখবেন যেন শিশুটির হাত আপনার হাতের উপর থাকে। এক্ষেত্রে শিশুটিকে সিদ্ধান্ত নেওয়ার সুযোগ দেওয়া হবে যে সে খেলা অব্যাহত রাখবে কিনা।

যেকোন ক্রিয়ামূলক কার্যক্রমে শিশুদেরকে সব সময় অংশগ্রহণ করার, বা না করার সিদ্ধান্ত নির্বাচন করার সুযোগ দিতে হবে।

বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুরাও অন্যান্য শিশুদের মত সাধারণ গৃহস্থালির জিনিস দিয়ে খেলতে ভালবাসে। গৃহস্থালি জিনিস দিয়ে খেলার কিছু ধারণা হল

- পালাক্রমে একে অপরের হাতে লোশন মাখানো।
- পাত্র বা হাড়ি উল্টো করে বারংবার বাড়ি দেওয়া খেলা।
- মন্ড (আটা/কাদামাটি) নিয়ে খেলা- রোল করা এবং সমান করা। রুটির মত বানানো।
- টুপি নিয়ে খেলা, একে অন্যকে পরানো এবং খোলা।

মূলত মনে রাখতে হবে যে, আমরা চাই শিশু বলপ্রয়োগ ছাড়াই অবাধে যোগাযোগ করুক।

অন্যান্য শিশুদের সাথে খেলা শুরু করা।

যখন আমরা পারস্পরিক খেলার কথা চিন্তা করবো, আমাদের সাধারণভাবে বিকাশমান শিশুদের মধ্যে খেলার মৌলিক উন্নয়নের উপর প্রতিফলন করা উচিত। অন্যান্য শিশুরা কি করছে সে বিষয়ে ছোট শিশুরা আসলেই আগ্রহী থাকে না। পরবর্তীতে অন্যান্যরা কি করছে সে বিষয়ে সে ধীরে ধীরে আগ্রহী হয়, অনুকরণ করে এবং আরোও পরে তাদের সাথে খেলাধুলায় যুক্ত হয়।

কিন্তু যে শিশু অন্যদের দেখতে পারেনা তার বিষয়ে কি হবে? অন্যরা কি বলছে তা সে শুনতে বা বুঝতে পারেনা? যে শারীরিকভাবে যোগাযোগ করতে পারেনা? এই শিশু কিভাবে প্রত্যক্ষদর্শী হতে পারে? এই শিশুটি কিভাবে সহযোগিতামূলক খেলা শুরু করতে পারবে?

আমরা যেহেতু জানি, দৃষ্টি এবং শ্রবণ এমন ইন্দ্রীয় যা আমাদের ব্যক্তিগত শারীরিক সীমার বাইরে বড় বিশ্বের সাথে যুক্ত করে, আমরা বুঝতে পারি যে ইন্দ্রিয় প্রতিবন্ধীতা ও সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশু এবং শ্রবণক্ষম ও দৃষ্টিমান শিশুদের সংযোগ ঘটানোর জন্য অবশ্যই আমাদের প্রচেষ্টার প্রয়োজন রয়েছে। বহুবিধ প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুরা সহজে অন্য শিশুদের সাথে মিশতে পারেনা, তাই আমাদের অবশ্যই তাদের মধ্যকার সেতুবন্ধন হিসেবে কাজ করতে হবে।

যেকোন পরিবেশে, আমাদেরকে শ্রবণ-দৃষ্টি প্রতিবন্ধী বা বহুবিধ প্রতিবন্ধী শিশুদের এই বিষয়টি জানতে সাহায্য করতে হবে যে তাদের খেলার সাথী কারা এবং তারা কি করছে। যদি সম্ভব হয়, শ্রবণক্ষম-দৃষ্টিমান শিশুদের একটি বৃহত দল করা হতে এড়িয়ে চলুন, কারণ এই ধরণের একটি দল প্রায়ই অনিরাপদ এবং দৃষ্টিশক্তিহীন একটি শিশুর জন্য ভীতিকর।

শিশুর প্রতিবন্ধীতা বোঝার জন্য সমকক্ষ সঙ্গী শিশুদের সাহায্য করা

শিশুদের অন্যান্য অনেক বিস্ময়কর জিনিসগুলোর অন্যতম হল তাদের উন্মুক্ত দৃষ্টিভঙ্গী। তাদের মাঝে এখনও প্রাপ্তবয়স্কদের মত সকল বাধা-নিষেধ এবং অস্বস্তিবোধ বিকাশ হয়নি। শিশুরা স্বভাবতই নতুন নতুন পন্থায় যোগাযোগ শিখতে কৌতূহলী এবং সাধারণত বেশ নিয়মিতভাবে বিভিন্ন প্রকার মানুষ সাথে যোগাযোগ সাধনের যথাযথ পন্থাসমূহ শিখে নিতে সক্ষম।

এবারে দৃষ্টিশক্তিহীন এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন কোন শিশুর উদাহরণে ফিরে যাই, যার জন্য একটি নাম প্রতীক বা ইঙ্গিত দ্বারা অভিবাদন করা প্রয়োজন। যখন আমরা অন্যান্য শিশুদের সাথে নাম প্রতীক বা ইঙ্গিতের ধারণাটি নিয়ে কথা বলব, তারা খুব দ্রুত এটি ব্যবহার করার জন্য মনে রাখবে। প্রথমত তারা এটি ব্যবহার করবে কারণ বিষয়টি নতুন, কিন্তু পরবর্তিতে এটি খুব স্বাভাবিক হয়ে যাবে।

যদি প্রতিবন্ধীতাহীন শিশুদেরকে তাদের সঙ্গীদের প্রতিবন্ধীতা নিয়ে তথ্য প্রদান করা হয়, তারা স্বাভাবিকভাবে নিজেরাই প্রতিবন্ধী শিশুদের সম্পৃক্ত করার উপায় বের করবে।

শিশুদের কোন প্রতিবন্ধীতা বুঝাতে সাহায্য করার জন্য অনুকরণমূলক কার্যক্রম একটি চমৎকার উপায়। এধরণের কার্যক্রমগুলো শিশুদের নিজেদের মাঝে সমস্যা সমাধান করার জন্য কার্যকর এবং প্রতিবন্ধী শিশুদের যুক্ত করার জন্য উত্তম উপায়।

শিশুদের চোখ বেঁধে রুটিনমত কাজগুলো করা, এবং তাদের অনুভূতির মতামত নেওয়ার মত সিমুলেশন একটি চমৎকার শিখন অভিজ্ঞতা।

সামাজিক পরিবেশ উপলব্ধিকরণ

ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদেরকে সাহায্য করার জন্য প্রথমে অন্যান্য শিশুদের সাথে সামাজিক যোগাযোগ স্থাপন করতে হবে, আমাদেরকে প্রথমেই তাকে জানাতে হবে যে অন্যান্য ব্যক্তিরাও তার পরিবেশে রয়েছে- তারা কে এবং তারা কি করছে। মূলত শিশুটিকে একটি প্রত্যক্ষদর্শী হতে সাহায্য করা!

শিশুদের সাহায্য করার সময় আমরা অবশ্যই যুক্তিসঙ্গত সিদ্ধান্ত ব্যবহার করব। আমরা প্রত্যেক শিশুর প্রত্যেকটি পদক্ষেপেই ব্যাখ্যা/বর্ণনার সৃষ্টি করব না। এটা বাস্তবসম্মত নয়, কারণ তখন শিশুটি খেলা করার কোন সুযোগ পাবে না।

ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুর অন্য শিশুদের সাথে যোগাযোগের আকাঙ্ক্ষা জাগ্রত হওয়ার পূর্বে, তাকে অবশ্যই অন্যান্যদের সাথে বিশ্বস্ততার সম্পর্ক স্থাপন করতে হবে। যখন আমরা অন্য শিশুদের একটি শিশুর প্রতিবন্ধীতা সম্পর্কে সচেতন করি, এর মাধ্যমে আমরা খেলার খুব গুরুত্বপূর্ণ প্রথম ধাপটি নিয়ে ফেলেছি। নিম্নোক্ত অনুচ্ছেদগুলোতে শিশুদেরকে একসাথে স্বাভাবিকভাবে খেলতে আগ্রহী করে তোলে এমন কিছু কার্যক্রমের উদাহরণ রয়েছে। মনে রাখবেন এগুলো আপনাকে আপনার নির্দিষ্ট শিশু এবং পরিবেশ নিয়ে চিন্তা করতে সাহায্য করবে।

শিশুদের এমন একটি কাজ পছন্দ করতে সাহায্য করতে হবে যা সকলে উপভোগ করতে পারে। এটি বিশেষ করে সে পরিস্থিতিতে প্রযোজ্য যেখানে প্রতিবন্ধী এবং প্রতিবন্ধীতাহীন শিশু উভয়ই রয়েছে। আমরা কখনই চাইনা যে একজন শিশু একজন প্রতিবন্ধী শিশুকে বোঝা হিসেবে মনে করুক।

অন্যান্য শিশুদের কাছাকাছি খেলা করা

সব শিশুই প্রথমে অন্য শিশুদের কাছাকাছি একা একা খেলে, এবং শ্রবণ-দৃষ্টি প্রতিবন্ধী শিশুরাও এর ব্যতিক্রম নয়। শিশুটিকে একই পানির বেসিনে খেলারত অন্যান্য শিশুদের সম্পর্কে সচেতন করতে হবে, এবং তারপর প্রত্যেক শিশু তার নিজের মত করে অনুসন্ধান করবে। বালুর বাক্স বা পানির টেবিলের মত কার্যক্রমও স্বাভাবিকভাবেই শিশুদেরকে শারীরিকভাবে পরস্পরের নিকটে নিয়ে আসে। পানিতে খেলার সময় রঙ এবং তাপমাত্রা পরিবর্তন করে, এবং পানি ও বালি দিয়ে পূর্ণ ও খালি করার জন্য বিভিন্ন ধরণের বা আকৃতির কৌটা দিয়ে শিশুদের আগ্রহ ধরে রাখা যায়। পানিতে খেলার সময় সর্বদা সাবধান থাকতে হবে, বিশেষ করে তাদের জন্য যাদের মৃগী রোগ রয়েছে।

অন্য একটি শিশুর সাথে খেলা করা

শিশু এবং পূর্ণবয়স্ক ব্যক্তির একসাথে খেলার উদাহরণের মত, শিশুরাও একইভাবে পালাক্রমে একত্রে খেলতে পারে। এক্ষেত্রে শিশুরা একই মাদুরে বসে বল বা খেলনা সামনে পেছনে গড়িয়ে দিতে বেশ সুরক্ষিত অনুভব করে।

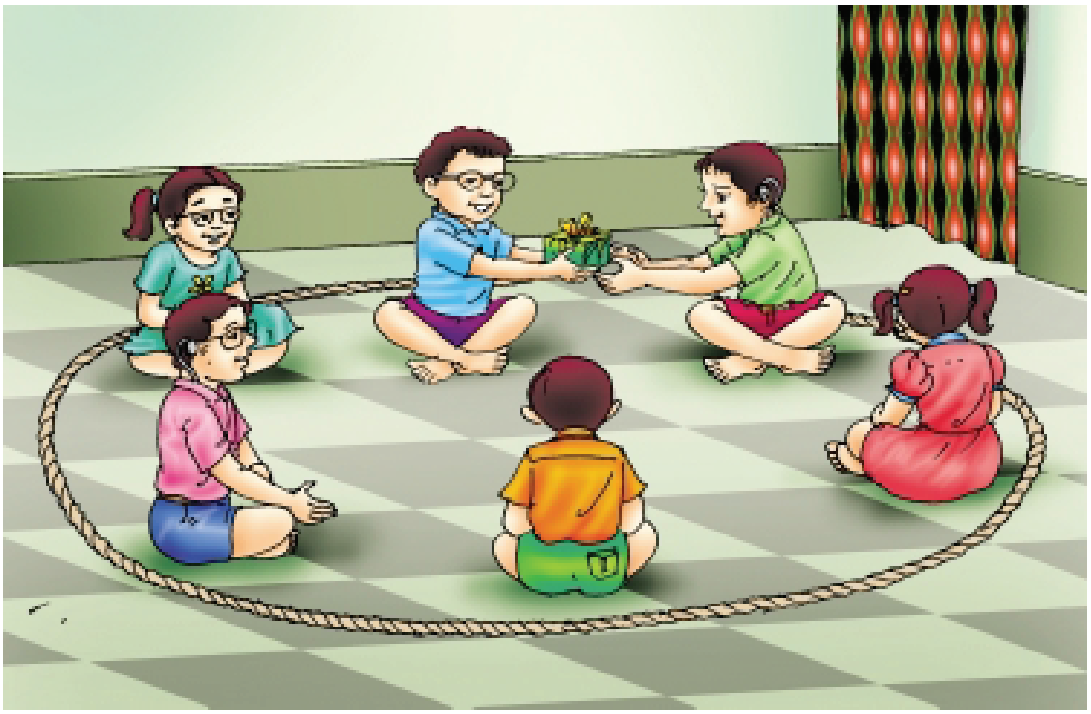
যখন আমরা শ্রবণক্ষম-দৃষ্টিমান শিশুকে একটি প্রতিবন্ধী শিশুর চাহিদা সম্পর্কে অবহিত করি, তারা সহজেই তাদের মত করে হাততালি বা অন্য কোন সাধারন শিশুতোষ খেলা তাদের উপযোগী করে মানিয়ে নেয়।

সি-স্য বা ঢেঁকিকল, এমন জনপ্রিয় এমন একটি উপকরণ যা অনেক খেলার মাঠেই পাওয়া যায়। যে শিশুটি ভালভাবে দেখতে পায় না বা শুনতে পায় না তাকে জানতে হবে যে অন্য প্রান্তে কেউ রয়েছে। অন্য শিশুটিকে আগে বসতে দিন, শ্রবণ-দৃষ্টি প্রতিবন্ধী শিশুটি তাকে স্পর্শ করবে এবং ঢেঁকিকলের পাশ দিয়ে যেয়ে অন্য প্রান্তে বসবে।

স্ট্যাকিং খেলনা পালাবদল করে খেলার মাধ্যমে খুব সহজেই সাজানো যায়।

ছোট দলে খেলা

খেলা মাত্রই তা স্বতঃস্ফূর্ত, কিন্তু তারপরও মাঝে মাঝে এই প্রক্রিয়ায় শিশুদের সাহায্যের প্রয়োজন হয়। নিরাপত্তা এবং সুরক্ষার কথা মাথায় রেখে আমরা কিভাবে ছোট ছোট দলে শিশুদের একত্রে খেলার ব্যবস্থা সংগঠিত করতে পারি তা চিন্তা করতে যায়। একটি দলে প্রতিবন্ধী এবং প্রতিবন্ধীতাহীন শিশুর যেকোন আকৃতি অন্তর্ভুক্ত হতে পারে।



শিশুদের পরস্পরের সাথে পরিচিত হওয়ার একটি সাধারণ উপায় হল সকলে বৃত্তাকার হয়ে বসে গান গাওয়া অথবা এমন একটি খেলা করা যা উপস্থিত প্রত্যেককে পরিচিত করাবে।

যেকোন সহজ শিশুতোষ গান প্রত্যেক শিশুর নাম নিয়ে বারবার গাওয়া এবং শুভ সকাল বলে হাত মেলানো উপস্থিত সকলকে পরিচিত করানোর একটি ভাল পন্থা।

সহজে একটি পরিবর্তন, যেমন বলের ভেতরে একটি ঘন্টা দিয়ে, আমরা শিশুদের সেই বল গড়ানো খেলায় সম্পৃক্ত করতে পারি। তারপর প্রত্যেককে পায়ের বৃদ্ধাঙ্গুলের সাথে বৃদ্ধাঙ্গুল লাগিয়ে বসিয়ে দিলে, শিশু তার সমকক্ষ সঙ্গীর সাথে শারীরিকভাবে যুক্ত হতে পারে।

সহায়তাকারী হিসেবে একজন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তি বা অন্য শিশুর সাহায্যে, সে বলটি অন্য শিশুর দিকে গড়িয়ে দিতে পারে তারপর অপেক্ষা করবে যে কেউ তার দিকে বলটা পাস করবে। বর্ণনাকারী শিশুটিকে বলবে প্রদত্ত সময়ে কার কাছে বলটি রয়েছে।

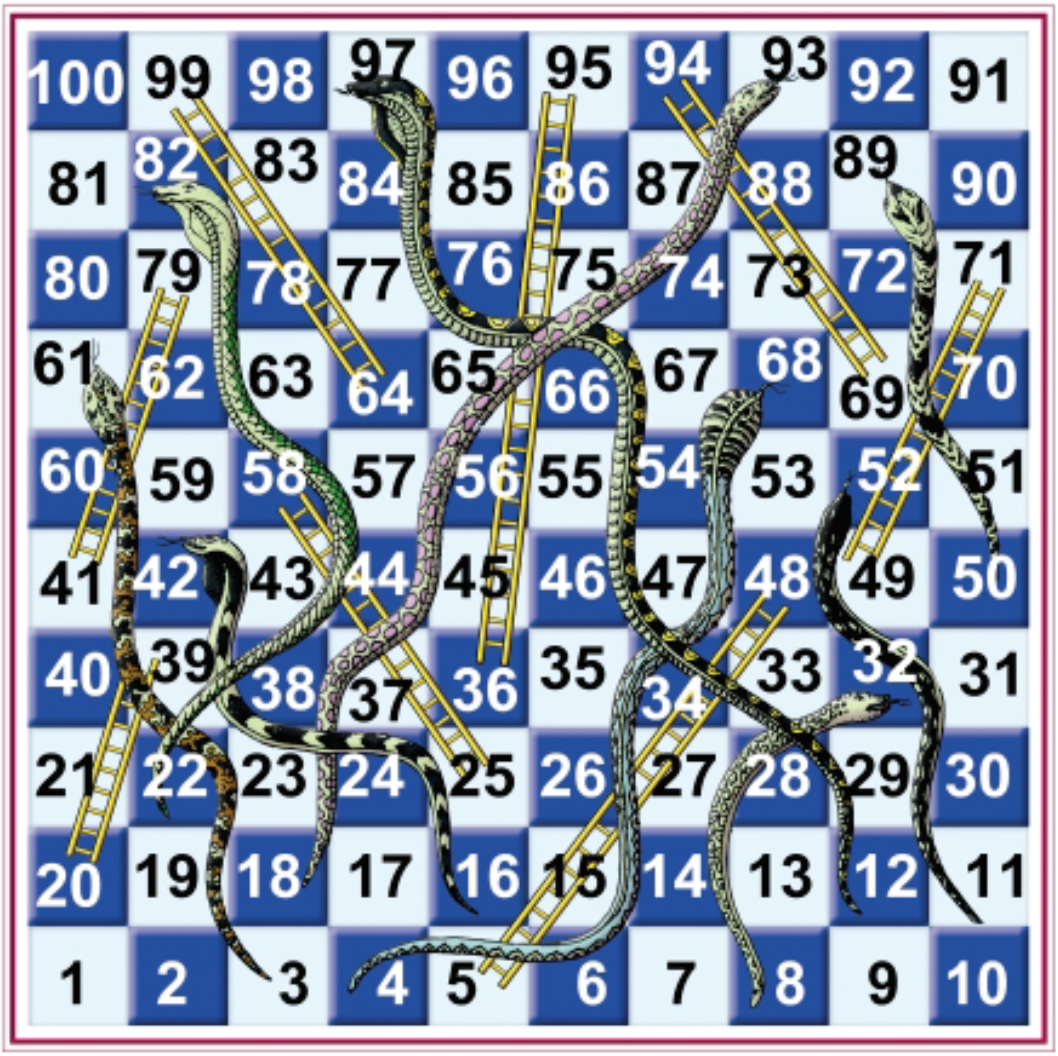
একটি চাদর বা উজ্জ্বল রঙের একটি নাইলনের কাপড় কেটে বড় একটি বৃত্ত বানানো যায় যা অনেক খেলার জন্য একটি চমৎকার সামগ্রী হতে পারে। সকল শিশুকে কাপড়টির প্রান্ত ধরতে দিন। তারা গানের তালে তালে একত্রে ঘুরবে এবং থামবে; তারা সেটির উপরে একটি বলকে লাফাতে পারে; তারা পালাবদল করে সেটার নিচ দিয়ে যেতে পারে- এক্ষেত্রে খেলার অনেক ধরণের বিকল্প রয়েছে।

বোর্ড গেম খেলা

যেসকল শিশু দৃষ্টিশক্তিহীন বা যাদের সূক্ষ্ম পেশিসঞ্চালনে সমস্যা রয়েছে তাদের জন্য বোর্ড গেম (সাপ ও মই, চকলেট রাজ্য, এবং অন্যান্য) সহজে উপযোগী করে নেওয়া যেতে পারে। চেকার্স এর মত খেলাগুলোতে যেকোন প্রকারের গ্রিড (চতুর্ভূজের জাল) বিশিষ্ট বোর্ড ব্যবহৃত হয়, কিন্তু লাইনগুলো আঠা দিয়ে উঁচু করা অথবা পাকানো সুতো বোর্ডে আঠা দিয়ে লাগানোর মাধ্যমে দৃষ্টিশক্তিহীন একটি শিশুর নিকট খেলাটিকে নিমিষেই প্রবেশগম্য করে ফেলা সম্ভব। উত্তোলিত লাইনগুলো খেলার নির্দেশকগুলোকেও নড়াচড়া থেকে থামাবে।

দৃষ্টিশক্তিহীন বা স্বল্প দৃষ্টিশক্তি সম্পন্ন শিশুদের সাহায্য করতে খেলার কার্ডগুলো ব্রেইল দ্বারা খোদিত হতে পারে অথবা সংখ্যাগুলো বড় করে লেখা যেতে পারে।

আপনার প্রথম ধাপটি হবে একটু সময় নিয়ে চিন্তা করা যে কোন খেলা বা কার্যক্রম আপনি একটি শিশু বা একদল শিশুর জন্য উপযোগী করে নিতে পারেন। আপনি যখন ভালভাবে শুনতে বা দেখতে পায় না এমন একজন শিশুর অবস্থান থেকে ভাবতে শুরু করবেন বাকি বিষয়গুলো সহজেই সাজানো হয়ে যাবে।



বাহিরে খেলা

সহজ কিছু বিষয় পরিবর্তন করে বা মানিয়ে নিয়ে ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুর নিকট বাহিরের খেলার পরিবেশ প্রবেশগম্য করা যেতে পারে। একজন অরিয়েন্টেশন ও মবিলিটি ইন্সট্রাক্টর একটি নির্দিষ্ট শিশুর সাথে খেলার মাঠ এবং খেলা সামগ্রীর সাথে পরিচয় করিয়ে দিতে সাহায্য করতে পারেন। একজন অরিয়েন্টেশন ও মবিলিটি ইন্সট্রাক্টর যদি পাওয়া না যায়, তবে শিশুর পরিবেশকে আরো প্রবেশযোগ্য করার বিভিন্ন পন্থা বের করার জন্য আপনার সাধারণ জ্ঞান ব্যবহার করুন।

দড়ি ব্যবহার করে শিশুকে খেলা সীমানার সাথে রড করে সম্ভবত বাহিরের খেলার পরিবেশে মানিয়ে নেওয়ার সহজতম উপায়।

সমাপ্তি

যেহেতু আপনি এই প্রকাশনাটি পড়েছেন, আমরা আশা করি আপনি সকল শিশুর জীবনে খেলার ভূমিকা উপলব্ধি করতে পেরেছেন। এটা প্রায়ই বলা হয়ে থাকে যে "খেলা করাই শিশুর কাজ"। প্রকৃতপক্ষেই, খেলা করার মাধ্যমেই শিশুরা মূল্যবান সামাজিক এবং বুদ্ধিভিত্তিক দক্ষতাসমূহ শিখে থাকে যা পরবর্তীতে জীবনে সফলতার ভিত্তি প্রদান করে।

আমাদের সমাজে, খুব দ্রুততার সাথে আমরা দৈনন্দিন জীবনে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের অধিকারের বিষয়টি স্বীকার করছি। খেলা করা এমন একটি গুরুত্বপূর্ণ দিক যা উপেক্ষা করা যাবে না।

আমরা আশা রাখি যে এই প্রকাশনা আপনাকে সে সকল প্রয়োজনীয় ধারণা দিতে পেরেছে যা এই চিন্তার দৃষ্টান্ত হিসেবে কাজ করে যে আমাদেরকে অবশ্যই ইন্দ্রীয় প্রতিবন্ধীতা এবং সংশ্লিষ্ট অন্যান্য প্রতিবন্ধীতা সম্পন্ন শিশুদের জন্য খেলার সুযোগ সৃষ্টি করার চেষ্টা করতে হবে। এটি একটি স্প্রিংবোর্ড হিসেবে কাজ করবে যা থেকে আপনার শিশুদের জন্য অনেক আনন্দদায়ক এবং মনোমুগ্ধকর সুযোগ তৈরি করা যাবে।