

15-মাসের ভিজিট

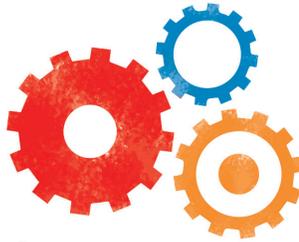
ভাষা

এখন পর্যন্ত আপনার বাচ্চা কোনো গল্পের রূপরেখা অনুসরণ করতে পারে, এবং একই গল্প বারবার শুনতে মজা পায়। পুনরাবৃত্ত বাক্যাংশ আছে এমন ছোট ছোট বই পড়ুন। একই বই বারবার পড়া আপনার কাছে বিরক্তিকর হতে পারে, তবে এটি বাচ্চাদের আনন্দ দেয়। আপনি যখন আপনার সন্তানের পছন্দের কোনো গল্প খুঁজে পান, তখন সেটি মাঝেমাঝেই পড়ুন এবং আনন্দের সাথে পড়ুন। প্রতিটি পৃষ্ঠার শেষে একবার থামুন, এবং তাদেরকে পৃষ্ঠা ওলটাতে দিন।



বিজ্ঞান এবং গণিত

বল বা ব্লক নিয়ে খেলতে একটি খালি ডিমের কার্টন ব্যবহার করুন, যাতে দম বন্ধ হওয়ার ঝুঁকি নেই। কয়েকটি জায়গা পূরণ করুন তারপর জিজ্ঞাসা করুন, “আমি কি আরও একটা রাখব?” আরেকটি আইটেম যোগ করুন এবং পুনরাবৃত্তি করুন, “আরও একটা?” আপনার শিশু আরও আইটেম যোগ করতে বা কিছু সরিয়ে নিতে সাহায্য করতে পারে। তারপর বলুন, “তুমি আরও যোগ করেছো” বা “তুমি একটা সরিয়ে নিয়েছো”, তাদের গণিতের একটা এবং আরও ইত্যাদি ধারণাগুলি বুঝতে সাহায্য করার জন্য।



অনুভূতি নিয়ন্ত্রণ

এই বয়সে প্রায় সব শিশুরই তীব্র আবেগ থাকে এবং তা ক্ষোভের মাধ্যমে ব্যক্ত হয়। কোনো দ্বন্দ্বের সময় আপনার সন্তানের শরীর এবং মন বিপর্যস্ত হয়। তাদের যেটা দরকার তা হল একজন শান্ত প্রাপ্তবয়স্কের কাছ থেকে সমর্থন— সেটাই আপনি। উদাহরণস্বরূপ, যখন পার্ক ছেড়ে যাওয়ার সময় হয়, তখন তারা তাদের পিঠ বাঁকিয়ে চিংকার করতে পারে, “না!” তাদের দুঃখিত এবং রাগান্বিত অনুভূতির একটা নাম আপনি দিতে পারেন এবং তাদের সামলানোর জন্য দুই মিনিট সময় দিতে পারেন। এছাড়াও, একটি সৃজনশীল সমাধান চেষ্টা করুন, যেমন একটি বিদায় গান গাওয়া বা আপনার বাড়িতে হাঁটার সময় পাতায় পা রাখা। এর পরে তাদের আপনার সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে। আপনি যদি শান্ত থাকেন এবং নিরাপদে তা করতে পারেন, তাহলে সেগুলিকে তুলে নিন, গাড়িতে নিয়ে যান বা স্ট্রলারে আটকে দিন এবং চলে যান। তারা এখনই কান্না থামাতে পারবে না, কিন্তু আপনার শান্তভাব সংক্রামক হবে।



সমস্যা-সমাধান

12-15 মাস বয়সের মধ্যে বেশিরভাগ শিশু বুঝতে পারে যে নানা জিনিস দেখতে না পেলেও তা বিদ্যমান। বিশেষজ্ঞরা একে ‘বস্তুর স্থায়িত্ব’ বলে থাকেন। এই নতুন দক্ষতার কারণে, বাচ্চারা সেগুলি খুঁজে পায় কিনা তা দেখার জন্য জিনিসগুলি ‘লুকিয়ে রাখা’টা মজাদার। আপনার শিশুকে একটি উজ্জ্বল বল এবং দুটি উল্টানো কাপ দেখান। যখন তারা দেখছে, তখনই বলটিকে একটি কাপের নীচে লুকান। তারপর বলুন, “বলটা কোথায় গেল?” আপনি যেখানে বল রেখেছেন, আপনার বাচ্চা সেই কাপটি তুলেছে কিনা দেখুন। খেলতে থাকুন, কিন্তু এবার অন্য কাপের নিচে লুকিয়ে রাখুন। তারা প্রথমে প্রথম কাপের নীচে দেখতে পারে। অবশেষে তারা ওটি খুঁজে পাবে, বা আপনি তাদের দেখাতে পারেন, এবং বলতে পারেন, “এখানে আছে!”



শারীরিক দক্ষতা

এই বয়সের বাচ্চারা ধাপ বেয়ে উপর-নীচ করতে পারে, তবে কেবল অবলম্বনের সাহায্যে। তারা প্রতিবার একই পা ব্যবহার করে একবারে একটিই পদক্ষেপ নেবে। একটি পা ব্যবহার করা, এবং তারপরে অন্যটি করাটা হল এমন একটি দক্ষতা যা তারা পরে বিকাশ করবে। সিঁড়ি বেয়ে ওঠার সময় আপনার সন্তানের হাত ধরুন। আপনার সময় নিন, আপনি কখন শীর্ষে উঠবেন, তারপর আবার নিচে যান। এবং যদি আপনার বাড়িতে সিঁড়ি না থাকে তবে আপনার আশেপাশে খুঁজে নিন। এটি গণনা শেখার জন্যও একটা ভালো সময়।



কলা ও সঙ্গীত

এই বয়সে আপনার শিশু ক্রেয়নের টুকরো দিয়ে কিছু করার জন্য প্রস্তুত হতে পারে। হাইচেয়ারে কিছু কাগজ টেপ দিয়ে আটকান এবং আপনার বাচ্চাকে তাদের পুরো হাত দিয়ে আঁকড়ে ধরার জন্য একটি খণ্ড ক্রেয়ন দিন এবং বলুন, “তুমি যে দাগগুলো আঁকছো তা দ্যাখো” বা “এত বেশি লাল!” যদি তারা ক্রেয়ন খাওয়ার চেষ্টা করে, আলতো করে তাদের আবার আঁকার দিকে দেখান এবং বলুন, “ক্রেয়ন কাগজে আঁকার জন্য।”



এই বয়সে পড়ার জন্য ভালো বই:

- ড. সিউস -এর মিঃ ব্রাউন ক্যান মূ! ক্যান ইউ?
- টড পার-র দ্য ফিলিংস বুক
- এরিক হিল-এর হোয়্যার'স স্পট?
- হেলেন অক্সনবারি-র ক্ল্যাপ হ্যান্ডস