डी०पी०ओ० एवं सी०डी०पी०ओ० लीडरशिप डेव्लपमेंट कोर्स

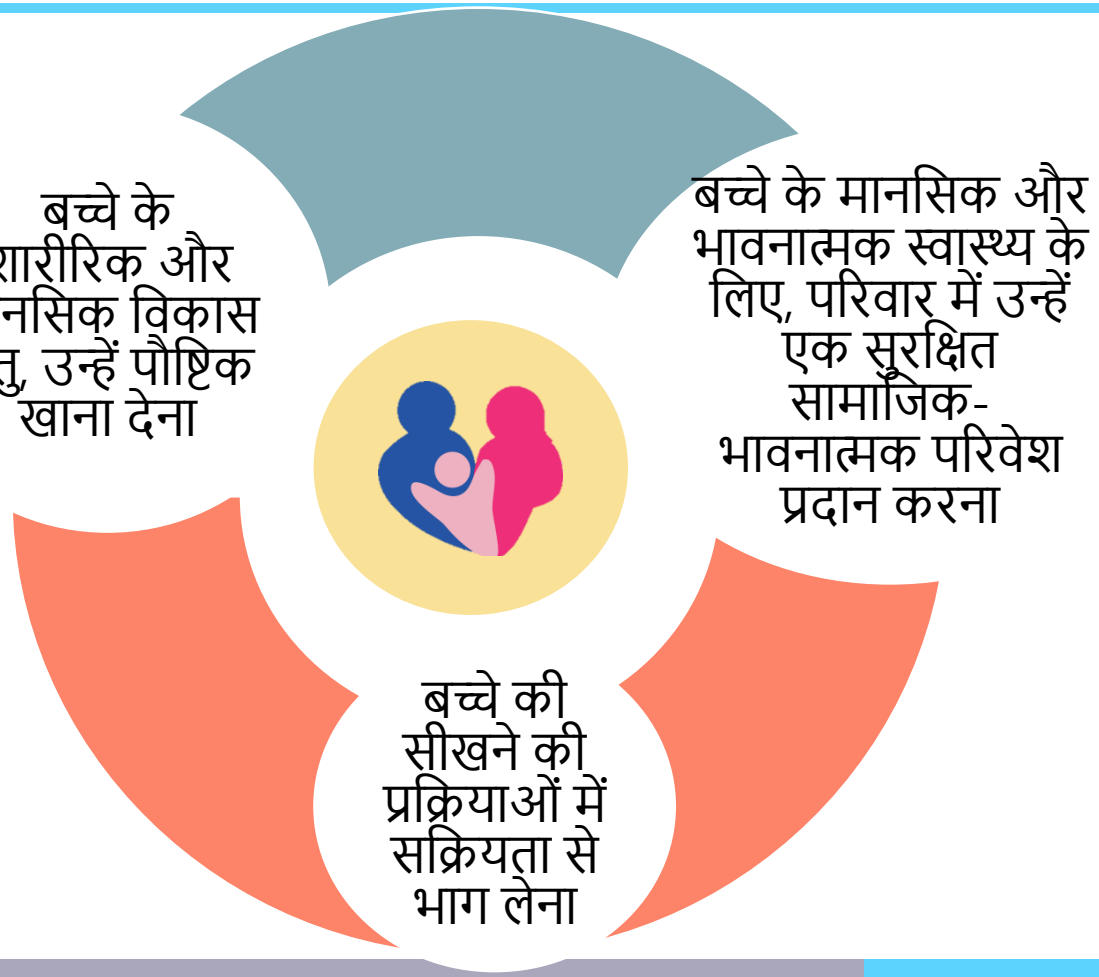
ट्रेनिंग ऑफ ट्रैनर

रेस्पोंसिव पैरेंटिंग

रेस्पोंसिव पैरेंटिंग की परिभाषा

“बच्चों के देखभाल का ऐसा अभ्यास है, जिसमें अभिभावक अपने बच्चों की जरूरतों, भावनाओं, और व्यवहारों के प्रति सजग होकर, उनके शारीरिक, संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक विकास हेतु उन्हें उचित सहयोग प्रदान करते हैं।”

महत्वपूर्ण आयाम



रेस्पोंसिव पैरेंटिंग का अभ्यास एवं महत्व

"रेस्पोंसिव पैरेंटिंग की प्रक्रिया गर्भावस्था से शुरू हो जाती है।"

गर्भावस्था

- माँ के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य और और खान-पान का ध्यान रखना
- बातचीत और मधुर धुनों के माध्यम से गर्भ में बच्चे के साथ भावनात्मक संबंध बनाना

माँ के स्वास्थ्य पर ध्यान न देने से बच्चे दिव्यांगता, कुपोषण या अल्पवजन के साथ पैदा हो सकते है

जन्म से 3 वर्ष

- बच्चे को पोष्टिक खाना देना
- उनके आयु के अनुसार, उनमें अपेक्षित विकास और कौशलों के बारे में जागरूक होना
- उनके द्वारा किए जा रहे क्रियाओं पर विशेष ध्यान देना

यदि बच्चों में विकासात्मक विलंब के लक्षणों पर ध्यान न दिया जाए, तो वे दिव्यांगता में बदल सकते हैं

3 से 6 वर्ष

- बच्चे को पोष्टिक खाना देना
- उनके साथ समय बिताना
- उनके द्वारा केंद्र पर बिताए गए समय के बारे में बात करना
- उन्हें घर के सामान्य कार्यों में शामिल करना

बच्चे की सीखने के प्रक्रिया में, उन्हें सहयोग न देने से, उनकी शैक्षिक उपलब्धियों के प्राप्ति में बाधा हो सकती है

रेस्पोंसिव पैरेंटिंग संबन्धित विशिष्ट गतिविधियों का अभ्यास

सकारात्मक अनुशासन

- घर पर दैनिक दिनचर्या को नियमित करना
- अच्छी आदतों को बढ़ावा देना
- तार्किक परिणामों का उपयोग करना
- बच्चों की बात ध्यान से सुनना और उनके भावनाओं के प्रति सचेत होना
- टीवी या मोबाइल देखने के समय को सीमित करना

खुद की देखभाल करने को प्रोत्साहित करना

- अपनी पसंद के अनुसार खुद कपड़े पहनना
- खुद से भोजन खाना
- अपने खिलौने, कपड़े या अन्य वस्तुओं का खुद से ध्यान रखना

प्री-स्कूल शिक्षा हेतु विशेष गतिविधियों का अभ्यास

- सुलाने से पहले या भोजन खाने के दौरान कहानी सुनाना
- दैनिक गतिविधियों के दौरान बच्चों से बातचीत करना
- दैनिक गतिविधियों में उन्हें शामिल करते हुये सरल जिम्मेदारियाँ और निर्देश दे, जिससे उनमें विभिन्न शारीरिक और संज्ञानात्मक कौशल विकसित हो सकें। जैसे – *‘तीन आलू दो’; ‘डिब्बे का ढक्कन बंद करो’*।

धन्यवाद !!