

Bala Mandir Research Foundation

8, (Old No. 126) G.N. Cherry Road, T.Nagar, Chennai - 600 017. Phone : 044-8214252 Fax : 044-8268441

Dear Thirunag,

A copy of the NIP Report submitted at the state level reviews held with UNICEF & the Govt. Depts. - to give you a clearer picture of our involvement

Regards

HRM - Please start a
Parenting Skills Resource File
(Network for information
on parenting & NIP)

Prayer
Secretary

To 10/10/03

NETWORK FOR INFORMATION ON PARENTING

TRAINING / ORIENTATION PROGRAMMES

ON

PARENT EDUCATION FLIPCHART

FOR THE PERSONNEL OF

GENERAL ICDS & WB3 - ICDS

A REPORT PRESENTED

AT THE TAMILNADU STATE LEVEL REVIEW MEETING
ON 26th NOVEMBER, 2002

Supported by UNICEF

The involvement of DSW at various stages of the
Flip Chart - Parent Education tool

I. THE PROGRAMME ADAPTATION & INDEGENIZATION OF THE TOOL

- The Flip Chart was adapted from the Hincks-Dellcrest Children's Centre, Toronto, Canada - "Learning Through Play" Calendar (Birth to 3 years) an excellent Parent Education resource, culturally sensitive and presenting through pictures and simple, clearly expressed child-rearing messages a range of activities that parents can perform with their children to promote holistic development in the home.
- The Director of Social Welfare - Mr.M.P.Vijayakumar launched the Calendar Project for India in Bala Mandir, in **October '97**
- **A Training programme on the Calendar was extended in May to July '98** by Bala Mandir Research Foundation to various levels of personnel of WBS-ICDS-III. (With support from UNICEF) over 2 phases with a 6 week field test period in between
 - a. District communication Officers.
 - b. Zonal project Nutrition Officers.
 - c. Community Nutrition Instructors.
 - d. Training Instructors.
 - e. Anganwadi workers.

Participated in the training and the Critical feedback available from the above categories of trainees both in Bala Mandir and WBS-ICDS-III focussed on:

1. Suitability of the Calendar being used in its present form in urban slums and rural areas.
2. Evaluation of the training/teaching module relevant to Indian conditions. The decision taken based on this very practical feedback set the stage for the adaptation of this international tool specific to the needs of Tamil Nadu and of use in training large numbers at a time.

II. FORMULATING & TESTING THE TOOL

- **December '98** Directorate of social Welfare was pleased to send their Programme Officers, A.N.Ms, Project Coordinators for a workshop involving reviewing of Calendar Messages in Tamil and gave suggestions for those to be incorporated in the new tool being evolved for Tamil Nadu as well as gave critical and practical suggestions for the pictures to be used.

The feedback was frank and encouraging in terms of the **appropriateness of converting the Calendar into a flipchart tool** in the hands of the Anganwadi Worker.

- UNICEF sponsored a workshop in Mar '99 - a peer group review of the flip chart tool:

Intensive work in January, February '99 by Bala Mandir in consultation with a field communication artist and personnel from ICDS to work on a draft format of a new tool led to the emergence of a draft copy of a Flipchart

The invitee participants of the Workshop were from among NGOs working for ECCD, Government Representatives of **Directorate of Social Welfare, WBS-ICDS-III**, DPEP, Pre primary teachers, Educational and Research Organizations, ECCD Professionals and UNICEF.

- UNICEF Field tested the Flip Chart between - Oct. to Dec.'99: at which time the Anganwadi workers of ICDS Project XII and some of the centres in Thiruvallur were involved in it.
- Further to the field test, **Workshops in May 2000** were taken up where the mobile training team members, a few Project Officers, Anganwadi workers etc. of ICDS worked on refining the pictures and simplifying the instruction material, to suit the needs of both the Anganwadi workers and the community whom they were going to address both in rural and urban Tamil Nadu.
- A 3 day **Final Review Workshop in June 2000** was held for personnel at all levels from both ICDS and WBS-ICDS-III at which time the tool was whetted and the messages while focussing mainly on psycho social interaction between parents and children, included age appropriate messages on health, nutrition and early identification and intervention for disability.

III. TRANSFERRING EXPERTISE AND KNOWLEDGE FROM NIP TO ICDS

UNICEF undertook Printing of the FlipChart in the time frame July '00 - March '01.

- With a view to transfer training expertise on the FlipChart tool to ICDS a five day State level training workshop in May 2001 for selected trainers and personnel of ICDS and WB- ICDS III. The training involved different methodologies, and was conducted in a participatory manner.
- NIP extended Flip Chart orientation and sensitization for State, Zonal and District level functionaries between October 2001 to March 2002.

IV OWNERSHIP OF THE TOOL AND TAKING THE PARENTING PROGRAMME TO THE COMMUNITY.

TRANSFERRING OF PROGRAMME AND EXPERTISE FROM NIP TO ICDS

- State level review of the Parenting Programme to be held Nov.'02 and ICDS to take over ownership of the Tool and Programme and incorporate it into UDISHA
- NIP - to further transfer training expertise to middle level trainers through 4 zonal level workshops through ICCW and Gandhigram in December 2002.
- The reports of the 2001 - 2002 workshops, participant profile, feedbacks and plan of action will form the basis for the further training of sector level trainers in order to facilitate training of AWW workers.
- The training booklet formulated to support the FlipChart tool to be taken up for printing by ICDS.

2003 - ICDS TO TRAIN FIELD LEVEL FUNCTIONARIES AND REACH OUT TO THE COMMUNITY.

THE LEARNING THROUGH PLAY FLIP CHART

TOTAL DEVELOPMENT OF THE CHILD AND JOYFUL PARENTING

WHAT - Parent Education on Parental responses to the Child's needs
(Birth - 3 years)

HOW - Pictorial representation of Parent / Grandparent Child interaction -
specific to rural / urban environment.

WHY - To enhance care and qualitative psycho- social relationship between
parent and Child
-Support traditional, cultural and age appropriate positive child rearing
practices.
- Disseminate scientific knowledge on child development.
-Encourage childcare in a Family environment.

WHERE - IN THE HOME and in Institution Care.

WITH - Everyday materials easily available in the HOME and ENVIRONMENT

LEARNING THROUGH

PLAY Activity and interaction in a happy and joyous setting.

+

POINTS TO ATTEND - Nutrition, Health, Early Intervention for disability

HIGHLIGHTS OF THE TOOL:

The tool was prepared for ICDS to be taken to the community by the - AWW
and it recognizes that:

- The Anganwadi worker is the crucial link between services and the community and an important point of intervention for any new quality based programme - like this one on *Parenting* the child below 3 years.
- In particular since almost 17.5% of India's population is between 0-6 and the ICDS needs to re-focus its strategy to benefit in particular the child below 3 yrs.
- ♦ Brain development is dependent on early experiences of life - nutritional, health psychosocial inputs or stimulation and in case of any form of disability early identification and early intervention are the key to development.

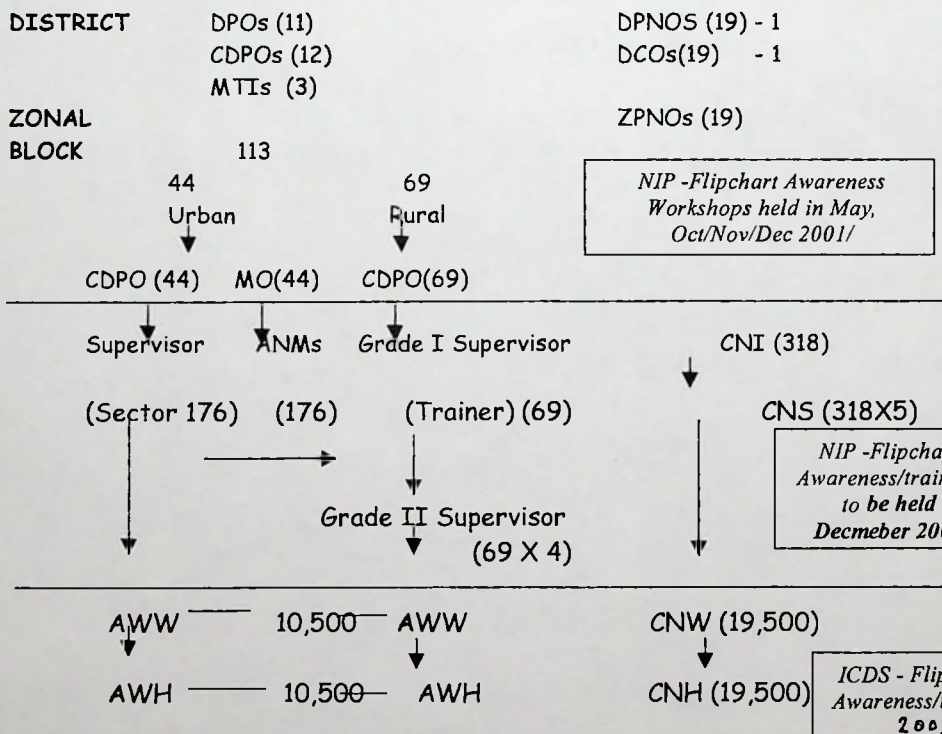
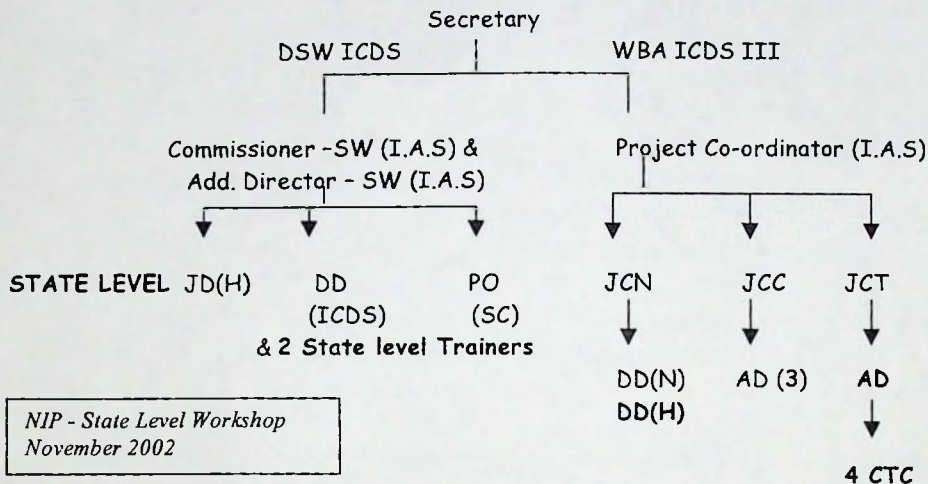
- ♦ *Parenting* involves not only Mothers - but also Fathers and others - and many of them are quite unaware of the age appropriate needs of the child and the necessary positive *Parenting* "care" responses.
- ♦ There is need for a tool that focuses on the needs of the Girl child and special support on this issue from the family in particular and the community at large. It highlights the overwhelming need to break the cycle of gender discrimination in our country and gives the strong message that we in India need to respond to women as **human beings** and stress the role and involvement of the Father in ECC-SGD.
- ♦ Parents need to be responsive and non discriminative in their *Parenting* activities and there are many play activities that parents can do with their children in the home - using everyday household materials.
 - By showing through pictures equal opportunities for both girls and boys to interact with parents.
 - By showing and stressing the "How" of what needs to be done.
 - By creating a caring environment - integrating and intervening at multiple points to ensure quality of interaction through supplementation and stimulation.

PARENT EDUCATION FLIPCHART TOOL AND PROGRAMME

NIP → ICDS → COMMUNITY

SPONSORED BY UNICEF

GOVT OF TAMILNADU



**NETWORK FOR INFORMATION ON PARENTING
STATE LEVEL ORIENTATION/TRAINING PROGRAMMES
ON PARENT EDUCATION FLIPCHART
FOR THE PERSONNEL OF GENERAL ICDS & WB-3 ICDS**

MAY 2001 - MARCH 2002

Programs

Date	Venue	Participants	DISTRICT
21 st - 25 th May 2001	Asha Nivas.	12 (CDPOs, MTIs, STIs - ICDS 11 (ZPNOs, DPNOs, CNIs, - WB 3 ICDS	All Districts
23 rd - 24 th Oct. 2001	CTC, Taramani	11 POs - ICDS 10 DCOs. 11 DPNOs 3 Sr. Inst. 1 A.D. 1 J.C. -WB 3 ICDS	All districts All districts
3 rd Nov 2001	Asha Nivas, Chennai	19 CDPOs 8 MTIs & STIs - ICDS 4 ZPNOs -WB3 ICDS	Chennai, Tiruvellore, Kancheepuram Chennai Coimbatore,Erode,Thanjavur
10 th Nov. 2001	Vijaya Hospital	15 MOs,- Urban Projects 1 PO, 1 CDPO & 1 Grade I Sup - ICDS	Chennai Cuddalore,kancheepuram,Ranipet Vellore, Tiruvellore
11 th Dec 2001	Gandhigram Dindugal	13 MOs - ICDS Rural	Coimbatore,Dindigul,Erode,Madurai, Nagappatinam, Trichy, Theni
12 th Dec 2001	Gandhigram Dindugal	33 CDPOs 10 MTIs & STIs General ICDS 10 ZPNOs - WB3 ICDS	Bagalur, Madurai, Nilakottai, Ramanathapuram, Theni, Vada Madurai
6 th March '02	Avinashaling am University Coimbatore	4 CDPO's 2 MTI's 1 Gr.I Supervisor 2 Gr.II Supervisor- ICDS	Coimbatore, Dharmapuri,Erode,Nilgiris, Namakkal, Nallur, Salem Coimbatore,Salem Coimbatore, Cuddalore, Mangalore, Ooty, Salem, Dharmapuri Dharmapuri, Kolli Hills, Nilgiris, Villipuram

Network for Information on Parenting

Tamilnadu - State Level Awareness Programme on Parent Education Flipchart
(Sponsored by UNICEF)

Date
Time

Venue -
For -

- Registration
- Participant Introduction - As parents and those in a parenting role
- Emergence of the **Parent Education Flipchart**
- Appraisal of existing **programmes** for children below 3 years - (Feedback)
- An Overview to *Parenting* - Critical Minimum Components

TEA BREAK

- **Holistic Child Development** - Birth - 3 years
- Focussing on Health, Nutrition & Disability
- Actualizing **potentials**

LUNCH

- Orientation to **Flipchart**

TEA BREAK

- **Reflections**
- **Implementation**

List of Supportive materials given to participants during the Workshops

A. Parenting & Child Development

1. Brain Development/முளை வளர்ச்சி - + Kolam Concept
2. Child Development/குழந்தை வளர்ச்சி - + Series of stairs.
3. Importance of Play/விளையாட்டின் முக்கியத்துவம் - + Power of Play
4. Parenting programme/பேணுகலுக்கான திட்டம்
5. Guidelines for interacting with parents/பெற்றோர்களுடன் கொள்ளும் பரஸ்பர தொடர்பின் வரையறைகள்

B. Parent Education Flipchart

1. NIP's Parent Education Flipchart Birth - 3 years (Sponsored by UNICEF)
2. Theme songs based on Flipchart (Birth - 3 years)
3. Flipchart - SPRUC points
4. Flipchart - Nutrition Messages - Tamil
5. Flipchart - Maternal and Child Health Care - Tamil
6. Flipchart - Checklist on Disability - Tamil

C. Personality Development

1. My SWOT
2. Self Analysis Checklist
3. Actualizing potential

D. Feedback

1. Participant profile Format
2. Post workshop feedback Format

Feedback from the various training and Orientation Programmes on the Flip Chart has identified the following topics to be included in the supportive material.

- Understanding SPRUC i.e. 5 domains of development.
- Gender Sensitivity.
- Role of the family in child rearing.
- Trauma of Rejection - Based on Gender, Colour, Ordinal position, disability.
- Impact of Psycho social interaction on Holistic Development of the child.
- Milestones Check list as visually interpreted in the Flip Chart.

The task to edit, refine and rewrite the supportive material has been undertaken by personnel of ICDS in July and August 02.

This document will form the training booklet for middle level trainers and will be ready for printing by end November 2002.

SESSIONS BRIEF

The Training on the Flip Chart, the experience of transferring expertise to a Core group of trainees followed by sensitising various levels of Functionaries throughout the State.

The intention of NIP in sensitising various levels of functionaries of ICDS and WB ICDS III was-

- To smoothen the passage of the tool to the AWC.
- To gauge the views of the functionaries and the levels of understanding on this issue
- To elicit from them what they felt were the needs of the community and if this Flipchart would prove to be useful
- To involve them in formulating the plan of action to take this *Parenting* Programme forward into the Community.

The workshops held were combined for both departments.
For ICDS - 2 more workshops to cover the MO's were held.

The methodology used in the workshops included:

1. Identifying issues for the child below 3 yrs. to be addressed in the community.
2. Identifying gaps in the ICDS programme - to help toward a better coordination.
3. Understanding the intention behind the Flip Chart and identifying whether it can cover the gaps.
4. Planning how each group of functionaries will take it forward into their district.
5. Sensitizing the groups to:
 - Significance of Brain development
 - Importance of positive psycho - social interaction between parents and their children to enhance child development
 - Understanding the importance and power of Play to aid holistic child development.

GENERAL CONSENSUS OPINION OF PARTICIPANTS REGARDING

Gaps in the field / Community

REGARDING PARENTING AND CHILD DEVELOPMENT ISSUES

Needs of the child below 3 years

- Early identification of disability
 - Early childhood stimulation for Development
 - Breastfeeding issues and use of natural foods for weaning.
-
- Increased need of parental awareness about age appropriate stimulation activity, interaction
 - Need to review traditional practices of child rearing in the light of scientific knowledge and need to address superstitions around child rearing.
 - Practice of gender discrimination at every level of child development is detrimental to the girl child.
 - Parents knowledge of child care and development to be enhanced.
 - Need to emphasise the role of the Father.
 - Understanding the importance of play and there is a need to pass on skills to parents for positive interaction with the child
 - Parents inability to identify that their behaviour and attitude is one of the major causes of children's problems.

Role of the family

- Understanding the importance of the role of elders
- Motivating elders to participate
- Furthering harmony between generations in the area of child development by bridging the gap between tradition and modernity

Participant Introduction - Every Workshop started with a self-introduction by participants of their *Parenting* Role. At each session this enable them to understand clearly the concept of *Parents* and those in a *Parenting* Role.

Emergence of the Parent Education Flip Chart Tool - The first session started with a brief introduction on the from the Network for Information on Parenting where the following points were highlighted:

- Evolution of this Flipchart tool from the Learning Through Play Calendar, a Parent Education Tool, from Bala Mandir's International partnership with Hincks - Dellcrest Children's Centre, Toronto, Canada.
- Formation of the Network for Information on Parenting.
- Involvement of ICDS personnel from WB-ICDS-III and General ICDS in the refinement of the messages of the Tool.
- Collaboration with UNICEF

Appraisal of Existing programmes

The participants profile included the following:

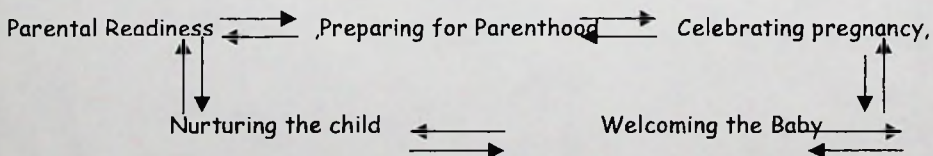
- Filling up personal details
- Identification of issues that need to be addressed by the ICDS programme of Govt. of TamilNadu
- Opinion on effective coverage of these issues by Govt. programmes

An Overview to Parenting - Critical Minimum Components

The participants were given an overview of "*Parenting*" as follows:

- Scriptural references to *Parenting* practices
- Vital needs of children below 3 years and appropriate parental responses.
- Parenting as a Women's Empowerment Programme.
- Parenting a programme Integrated with other child welfare programmes.

The Critical Minimum Components of Parenting were identified as -



While addressing the Medical Officers their significant role as professionals in the child's growth and development was highlighted and stress was laid on the approach to patients and sensitivity in handling mother and child issues.

Holistic Child Development Critical Components - Birth-3 years And Focussing on Health, Nutrition and Disability

The critical components of Child Development were highlighted as follows:

- **SPRUC** -It is very important to attend to the needs of every child in the five domains of development -i.e.

Sense of Self - Learning about ourselves and our feelings helps us become comfortable with who we are.

Physical - Learning to control the way our body moves helps us improve our skills, such as grasping and walking.

Relationship - Learning how to get along with family, friends, and others, helps us feel secure.

Understanding - Learning how things work helps us to develop our intelligence.

Communication - Learning how to listen, understand, and express thoughts and feelings connects us with our world.

There was special focus given on the 3 domains as S - R & C as critical to P and U (cognitive) growth and development, which have to date, been the main focus of the nutrition and health interventions of ICDS.

- **CHILD DEVELOPMENT -**
- **Each child develops in a unique manner but there are common stages all children pass through.**
- Each developmental stage is like a step on a staircase and children must pass through each step to reach the next goal.
- Children develop at their own rate within a normal range and generally continue to refine skills till they are ready to go to the next stage.
- Children need encouragement and support and it is vital to give age appropriate inputs at the critical periods and understand child development.
- Delays will occur when the child is ill or stressed due to psychosocial trauma.
- All areas of development need to be nurtured at the same time since they are interconnected.

The 9 stages of development from Birth-3 years are:

Heads up, Looker, cruiser, crawler, early walker, walker, doer, early tester and tester

Brain Development

- Research has proved that early stimulation of children between Birth - 3 years is critical for children to actualize their full potential in later life.
- By age 3, 85% of the brain structures have been fully organized.
- While genetic make up of the brain has been determined at birth, ongoing experiences enhance brain development.'
- Providing right stimulation and repeated experiences at the right time is the key to networking of brain cells which develops and shapes the way people behave, think and learn for the rest of their lives.
- Relationships with other people early in life through positive, emotional, physical and intellectual experiences and everyday simple loving encounters are the major source of development of the emotional and social parts of the brain. Early stimulation can reduce the behavioural problems children exhibit and enhance the child's learning capacity coping skills and competence.
- Proper Nutrition and care and psycho - social inputs for the child below 3 years have a direct impact on Brain Development.
- This was explained through a visual depicting the traditional form of Kolam, in which the points are joined carefully to get a beautiful Rangoli. Similarly it was explained that the trillions of cells in the brain get networked through age appropriate stimulation activities and if this networking breaks or lapses then delays in child development takes place.

Importance of Play

- Children learn best through play and they need to interact with their environment to develop an understanding necessary to learn.
- For children, play is their work.
- Play stimulates all areas of children's development.
- Children do not need expensive toys to play with they are happy with things in the home.
- Children have the ability to turn anything into a play activity.
- Children like to and need to play with their parents and this helps not only to develop their emerging skills but also brings enjoyment to both.
- Interaction with children helps to build a strong relationship between parent and child and forms the foundation for later relationships.
- While playing parents to remember to be on level with their child, follow the child's lead, encourage the child and choose age appropriate play.

Actualizing potentials

The main objective of this session was:

- To make the participants understand the potentials of each and every individual.
- A clear understanding about themselves and
- Realize the importance of positive parenting practices.

The participatory methodology highlighted the following points:

- Every individual has unique qualities that need to be identified, supported so that the person can reach excellence.
- Everyone has her/his own strengths and weaknesses
- Most of the individual's try to actualize their potential but some are unable to do so and this can be accomplished by giving **Strokes**.

Strokes are a way of appreciating action/performance/quality -

Positive strokes that are given with love and affection are a motivating factor in actualizing an individual's potential. For eg. Wow!, Excellent, Good work etc.

Negative strokes, given with sarcasm and critical comments are stumbling blocks in actualizing an individual's potential.

Scripts - these are certain practices, which get embedded in the individual's mind, sometimes affecting their development. Scripts are of 3 kinds - cultural, Psychological and Family.

Psychological positions - that people tend to take and that affect actualizing their potential are :

I position	I'm OK! - You're OK !! - Healthy If realistic can solve problems constructively
II position	I'm OK! - You're not OK - Projective Position of people who feel victimized and persecuted Therefore victimize and persecute others
III position	I'm not OK - you're OK Common position of people who feel powerless when they Compare themselves to others
IV position	I'm not OK - you're not OK Position of people who are disinterested in life.

Along with this session two checklists were circulated to the participants for understanding of themselves called Understanding Myself and SWOT - (strengths, weaknesses, opportunities & threats).

Orientation to Flipchart

The orientation of the Parent Education tool was done and it was explained that:

- The tool is simple and self-explanatory
- Pictures and messages form the core and detailed messages are at the back
- Guidelines for using the Flipchart and taking it to the parents are given.
- The child's development has been divided into 9 stages from birth - 3 years
- The development of every stage in the child's growth taking place in 5 domains -
SPRUC - Sense of Self, Physical, Relationship, Understanding & Communication are shown in 4 quadrants in the same order with Communication in the Centre.
- Messages on Immunization, Health & Nutrition are given as 'points to note' at the end of each instruction page stage-wise.
- When dealing with the Flip Chart field level workers should be aware that it clearly gives an understanding of ECC - SGD issues
While nutrition and health are clearly survival and growth issues which are explained in the Flip Chart and are an intrinsic part of the ICDS Programme there is increasing need to create a more favourable environment for the child by focusing on psycho social issues that enhance child development.

Consensus Feed-back from participants after scrutinizing the Flip Chart

At every Workshop the tool was distributed and participants were given sometime to go through the Flip Chart both individually and in groups.

Their majority reactions are as follows:

- The concept of true - Learning through Play and leading to proper brain development has been clearly shown in the Flip Chart.
- The child is growing up stage wise in the proper manner as understood in child development and the visuals are extremely attractive.
- The various stages and the milestones have now become easy to understand and the Flip Chart shows the skills of the child developing age appropriately.
- The role of the Father shown in such a focussed manner and the inclusion of the elders in the Family will take the Programme beyond the mother into the family and community.
- Parenting information given are practical, simple and easy to understand and can be implemented in the home.
- Child development has so much to it - but the way it has been clearly organised in the Flip Chart will make it a Parent teachable idea.

- There is an excellent blend between tradition and scientific knowledge expressed in the Pictures. The Flip Chart supports many traditional practices and wherever it shows an idea which seem to go against tradition the explanation is very good and simple.
- Parents in the rural areas and women's groups can understand it easily since the Tamil is so simple and it is also of great use in our own homes.
- All level of functionaries down to the AWW will find it easy to understand.
- The ideas are not new - but now clearly presented.
- Useful to organize and present in a Parents meeting.
- As we continue to look at it regularly we will learn many things from it.
- The very first message " Joy of Parenting" is significant and must be spread widely as also the critical message that "family is the first Learning site"

Some negative views

- 5 pictures might distract the viewers.
- Many others in the family should have been brought in.
- Pictures should have more clarity.
- 5 pictures must be seen as a continuous flow of thought explaining holistic child Development. There may be a tendency to compartmentalise SPRUC which must be seen as growing step by step with the children.

Some gaps identified to be included in the supportive material

- SPRUC messages have come through very clearly in all the pictures but there is need to give more detailed explanation about these 5 domains.
- Social issues like female infanticide, Age at marriage, Trauma of Rejection at birth, Role of the family etc can be well addressed in the Flipchart Programme if necessary inputs are added.
- Stage wise points of developmental milestones should be given as a checklist to facilitate the user (trainer, caregivers, etc) for easy recap
- Also the activities needed for stimulating the child in case of any delay in milestones should also be given in greater detail.
- Specific focus on Gender sensitivity/discrimination is to be added.

Reflections & Implementation

In all Workshops the participants were divided into groups and were asked to discuss on how to effectively take the Parent Education Flipchart Programme forward into the community. Since this Orientation Programme spanned a 6 month period the feed back from the participants came to as in 4 ways.

- I. October- November '01 - From those who had newly been introduced to the Flip Chart.
- II. December '01 - From those who had conducted the 1 day *Parenting* Programme in November 2001.
- III. March -02 - From those who had used the Flip Chart in the field.
- IV. From the Medical Officers of ICDS.

At the end of the day, the participants were given a programme feedback format where they were asked to give their opinion on

- Issues related to children (below 3 years) that needs to be further addressed by the ICDS programme
- The programs/issues that fall under their purview of work and responsibility
- Their programme plan of taking this Parenting programme forward in their sphere of activities
- Suggestions for the Network to take the programme forward

I. OCTOBER-NOVEMBER '01 - FROM THOSE WHO WERE NEWLY INTRODUCED TO THE FLIP CHART

The group identified the following issues as those that could be effectively addressed by using the parent Education Flipchart

- Immunization
- Breast feeding
- Growth Monitoring
- Supplementary feeding
- Health check up & referral and nutrition education
- Joyful learning for AWW's from the 2 - 2 ½ yrs. and 2 ½ - 3 yrs.
- Awareness camps on Parenting for parents and grandparents
- Monitoring the parenting education frequently with interaction on the Flip Chart.

Some Questions:

- WHAT IF ANY will be the connection between the Flip Chart and the Growth Card which was a Simple Monitoring and observation tool, understood by the supervisors and had used a simple methodology to equip field level staff.
- Many people feel that there is too much importance given to child development issues today they feel that today's child should grow up normally and naturally without all this hullabuloo about stimulation etc.

- How will the AWW bring in a correct rapport and the interest of Parent on child development and does this project and those who train in ICDS truly understand the needs of the AWW.
 - Does it too much ability in her to carry the message forward to the community
 - Will it help AWW understand the needs of the community and then factorize into the messages the necessary inputs and focuses to make them relevant.
 - Can it enthuse AWW enough to be able to enthuse the mothers.
 - Can they support AWW to communicate with Father's and other men in the community.
 - What will their actual ability be to go beyond the mere pictures and messages in the Flip Chart.

II. DECEMBER '01 - FROM THOSE WHO HAD CONDUCTED THE 1 DAY PARENTING PROGRAMME IN NOVEMBER 2001.

- most of the ICDS Participants had seen the Flip Chart and had already conducted a 1 day Parenting programme in the community as directed by the Department.
- the WB - ZPNO's were totally in the dark about this programme and hence had to be given a complete orientation.

In their sharing the participants highlighted the following

- The messages were well received. Initially only few **fathers** attended and later with the spread of this programme a fair degree of awareness among the father's had been created and they have started coming to the centre with enthusiasm.
- **Grand parents** who came were very happy to have been included in the Parenting Programme as also to see their parenting role identified in the Flip Chart - they expressed their view that the importance they do not get in the home has been given to them in the Flip Chart.
- From among the audience there was a **grandmother** who sang a wonderful song and showed through actions various child rearing, care practices
- **Public** was involved in the parenting meeting and in particular the involvement of **community leaders** is more in Pudukottai thanks to the right kind of approach by the AWW. They have now pooled in and provided the much needed toilet facility.
- The **Collector** at Thanjavur who was present experienced the excellence of the programme and was greatly appreciative of it.

- This Flip Chart is capable of giving a **new approach and dimension to childcare issues below 3 years.**
- **Milestones** as we understand them are clearly, visually represented in the Flip Chart and this will make communication easy.
- This flipchart tool can be effectively used on **one to one interaction during the home visits by the Anganwadi worker** especially since she and the helper live in the community they are the right agents to take this programme forward. Parents have faith and confidence in her.
- **The various methods used in the 1 day Parenting Programme** included demonstrations, a Procession, human chain, an exhibition of Posters of Flip Chart Pictures and singing of theme songs evolved by the workers.
- **Material in the Flip Chart can be made use of to make Posters, Charts and Placard messages** useful to the rural population. We have evolved many more songs on the theme.
- This programme will be ideal to **help prepare adolescents** in advance regarding **Family Life education**. To understand the responsibility of relationships and can also be merged with the **SHG meeting agenda**.

Suggestions for more effective implementation of the 1 day programme in the field

- Most campaigns and programs are restricted to official timings and the involvement of the community is therefore decreased. **The time chosen** should be such that fathers are not forced to lose their daily wages and should be suitable for the ever busy mother.
- Before implementation **detailed instruction, training or an orientation** from the department would have helped to organize the programme in a more effective manner.
- **More planning and publicity and time** is required for this programme otherwise parents and members of the community cannot come in large numbers and benefit from it.
- There is **need to recognize the critical role of the AWW** and give her full financial and administrative support and encouragement to make communication aids from waste materials to demonstrate and organize the programme and thus facilitate the programme.
- **More direct involvement of the medical officer** is needed in the implementation of this programme and can take sessions on milestone, importance of Parenting and detection of an intervention for disability.
- **More time to implement programmes, interact with the community and evaluate feed back** should be incorporated into the work schedule of the AWW otherwise constant attendance at meetings and trainings is a deterrent to the quality of the ICDS programme.

III. MARCH-02 - FROM THOSE WHO HAD USED THE FLIP CHART IN THE FIELD.

This final workshop was conducted for the Coimbatore Zone of ICDS

- Most of the participants were familiar with the tool
- They were more interested programatically in the Flip Chart and there was need to change the methodology of the orientation.

It was obvious from the feed back given after the group discussions that the Flip Chart had been understood by the participants directly in the field.

They were 3 categories of personnel identifiable

- a. Those who are able to give the messages as expressed in the Flip Chart.
- b. Those who are able to connect the pictures and messages and describe with the help of the pictures many more points on parenting and clearly identify the role of the members of the family in stimulating the child.
- c. Those who are able to go beyond the pictures and messages and use the Flip Chart as an effective tool for communication of child development issues. They were able to visualise day to day happenings in the home and express important parenting messages as well as highlight the psycho - social interaction between elders in the family. Their explanations indicated the innate ability of the Flip Chart to be used as a communication tool.

IV. FROM THE MEDICAL OFFICERS OF ICDS.

2 Orientation programmes were held one on 10th November, 01 at Chennai the other on 11th December, 01 at Gandhigram.

The Critical role of doctors as agents of change in the community were highlighted in the introductory sessions. It was pointed out that

- Doctors do not suffer any gender discrimination - people listen to a doctor whether male or female
- They are the last resort for the community and there is no second opinion beyond them on matters of health.
- They are infinitely capable in making that special difference in the life of the mother and the child - just in the way they talk, touch, see and respond to the patients problem
- They need to move into improved health care and go beyond their role of dealing with only specialized medical problems such as special cases, high risk problems, traumatic situations, critical medical advice and handling emergencies.

Special inputs were given for a better understanding of "Parenting" and identifying the doctors role at various stages.

<u>Role of doctor</u>	<u>Parenting Stage</u>
• advice to the adolescent	→ Preparing for Parenting
• care of the pregnant mother	→ Safe motherhood
• welcoming the baby	→ Safe childbirth
• immunization & growth monitoring	→ healthy 1 st year, prevention of illness
• identification of dev. delay	→ Parents understanding of disability and early intervention
• identifying achievement of milestones	→ assuring the Parents and encouraging +ve parenting practices

The presentations both through slides and the case study approach highlighted the following:

- The need for doctors to look at the child as a whole
- Identify parenting practices that are having a negative effect on the child and bring these increasingly to the notice of the Parents - even while prescribing medicines
- Talk more about the "How and the Why" rather than just deal with the "what" of the disease.
- Increasingly educate the family on "care of the pregnant mother" and "care of the new born".
- Look at their patients as human beings with fears, apprehension, doubts that need equal care as much as their illness or disease.
- Be increasingly cost effective in medications as well as aware of nutrition, hygiene messages.
- Sensitive to the emotions and feelings of their patients

Alert to signs of developmental delays and reduce the extent of disability - through early identification and intervention.

Some difficulties identified in the field:

- There is need for a better co-ordination between the CDPO and MO and involve the medical officers in all programme planning related to child development.
- There is need for MO's to attend mothers meetings and get more directly involved in the problems of the community.
- Constant transfers as well as pre retirement posting of MO's to ICDS reduces the total involvement of MO's in the ICDS programme
- MO's need to increasingly see their role as:

- *Family Planning /Family Life educators - for couples and adolescents.
- *Guardians of better health care for Mother and Child.
- *Advisors to men on alcoholism, drugs, female violence and abuse
- *Propogators of positive child rearing practices.
- *Critical change agents for the psycho-social enhancement of the women's position and stress reduction in the family and child's development.

Unanimously they identified the following as detrimental to child's growth and development:

- Increasing marital conflict and disharmony
- Lack of involvement of elders in child rearing
- Crèche care services of poor quality
- Illiteracy is still the major cause of poor female health, LBW, IMR and MMR. among the rural poor.
- Traditional practices and the burden of expenses around Pregnancy are contributory factors to gender discrimination.

**PARTICIPANTS of Tamilnadu State Level
Parent Education Flipchart Trainers' Training Programme
21 – 25 May 2001 at Chennai**

DSW – ICDS		WBA – ICDS- III	
Zone – I (Coimbatore, Salem, Erode, Nilgiris, Dharmapuri & Namakkal)			
1.	Ms.Jyothi, MTI, Coimbatore	1	
Zone – II (Madurai, Ramnad, Sivagangai, Dindugal, Theni & Virudhunagar)			
2.	Ms. Balasaraswathi, MTI, Madurai	2	Ms.Ebenezer, Reserve CNI, Dindugal.
		3	Ms. Thirumagal, ZPNO, Dindugal.
Zone – III (Trichy, Tanjore, Pudukottai, Perambalur, Karur, Nagapattinam, Thiruvarur & Ariyalur)			
3.	Ms. Pushpakala, STI, Pudukottai	4	Ms. Ramajyothi, DPNO, Trichy
4.	Ms. Indirani, STI, Tanjore	5	Ms. Stella, CNI, Trichy
Zone – IV (Tirunelveli, Kanyakumari, Tuticorin)			
5.	Ms. Fathima, MTI, Tirunelveli	6	Ms. Mary Rosammal, CNI, Tirunelveli
		7	Ms. Kannikaimary, CNI, Kanyakumari
Zone – V (Chennai, Thiruvallore & Kancheepuram)			
6	Ms. Seethalakshmi, HTI, Chennai	8	Ms. Sharadha, Asst Director, Chennai
7	Ms. Meena, Gradel,Thiruvallore	9	Ms. Kamaleswari, Sr. Instr. Chennai
8	Ms.Indra, Grade I, Chennai.		
9	Ms. Ragini Devi, STI, Chennai		
10	Ms. Susan Sundravadhani, STI, Chennai		
11	Ms.Amudha, Grade1, Kunrathur.		
Zone – VI (Cuddalore, Villupuram, Vellore & Thiruvannamalai)			
12	Ms. Renugambal, Pro. Officer, Cuddalore	10	Mr. Anbalagan, DCO, Cuddalore.
		11	Ms. Shanthi Priyadarshini, CNI, Vellore

S.No	Name	Training Organisation
1.	Ms. Usha Raghavan	Principal, MLTC, ICCW -TN, Chennai
2.	Ms. Jeeva	Instructress, MLTC, ICCW-TN, Chennai
3.	Ms. Jagadha Seshadhri	Instructress, MLTC, ICCW-TN
4.	Ms. Kamali Meena	Instructress, Gandhigram, Dindugal
5.	Ms. Shanthini	Instructress, Gandhigram, Dindugal
6.	Ms. Kavitha Maheswari	Instructress, Gandhigram, Dindugal
7.	Ms. Sunitha	Research Assistant, BMRF
8.	Ms. Shanthi	Research Assistant, BMRF
9.	Ms. Chitra	Social Worker, BMRF

**NETWORK FOR INFORMATION ON PARENTING
ZONAL/DISTRICT LEVEL ORIENTATION/TRAINING PROGRAMMES
ON PARENT EDUCATION FLIPCHART
OCTOBER '01 - MARCH '02**

Details of participants - DSW / ICDS

DISTRICTS	POs/D SWOs	CDPOs	MTIs / STIs	Gr. I	Gr. - II	MOs	TOTAL
CHENNAI	4	8	3	1		10	26
COMBATORE	1	4	2	1		3	11
CUDDALORE	1	2	-	2	1	1	7
DINDUGAL	-	-	-	-		1	1
DHARMAPURI	-	2	-	1	1	-	4
ERODE	-	-	-	-		1	1
KANCHEEPURAM	1	2	6	1		1	11
KANYAKUMARI	-	1	-	-		-	1
KRISHNAGIRI	-	-	-	1	1	-	2
MADURAI	1	12	3	-		5	21
NAGAPATTINAM	-	1	-	-		1	2
NALLUR		1					1
NILGIRIS	1	1	-	2	3	-	7
PUDUKOTTAI	1	8	3	-		-	12
SALEM	1	5	2	2	1	-	11
THANJAVUR	1	5	3	-		1	10
THIRUNELVELI	1	7	2	-		-	10
TRICHY	-	-	-	-		1	1
THIRUVELLORE	-	6	-	1		-	7
VELLORE	-	-	-	-		2	2
VILLIPURAM	-	-	-	-	1	1	2
TOTAL	13	65	24	12	8	28	150

NETWORK FOR INFORMATION ON PARENTING
ZONAL/DISTRICT LEVEL ORIENTATION/TRAINING PROGRAMMES
ON PARENT EDUCATION FLIPCHART
OCTOBER '01 - MARCH '02

Details of participants - WB3 /ICDS

Districts	DCO's	DPNO's	ZPNO's	TOTAL
COMBATORE	1	1	1	3
CUDDALORE	1	1	-	2
DINDIGUL	1	-	1	2
DHARMAPURI	1	-	3	4
ERODE	-	-	1	1
KARUR	-	-	1	1
MADURAI	-	1	1	2
NAGAPATTINAM	-	1	1	2
KANYAKUMARI	-	1	-	1
SALEM	1	1	-	2
SIVAGANGA	1	-	-	1
THANJAVUR	1	1	1	3
THENI	-	-	2	2
TIRUNELVELI	1	-	-	1
TIRUVANAMALAI	-	1	-	1
TRICHY	1	1	1	3
TUTICORIN	1	-	1	1
VILLIPURAM	-	1	-	1
VIRUDHANAGAR	-	1	-	1
TOTAL	10	11	14	35

DSW		WB3 ICDS	
Prog Officers	- 13	DCOs	- 10
CDPOs	- 65	DPNOs	- 11
MTIs, STIs	- 24	ZPNOs	- 14
Gr. I Supr.	- 12		
Gr.II Supr.	- 8		
Medical Officers	- 28		
Total	- 150	Total	- 35

Network for Information on Parenting
Tamilnadu - State Level Awareness Programme on Parent Education Flipchart
(Sponsored by UNICEF)

Participant profile

Name

Age

Education

Designation & Job Profile

Years of Experience in ICDS

1. What, in your opinion are the issues related to children (Birth - 3 years) that need to be addressed by the ICDS programme of Government of Tamilnadu?

-
-
-
-
-
-

P.T.O

2. Which of the above issues, according to you, are already effectively (Eff. Cov), Covered (Cov), Not Covered (N.Cov), Not Effectively Covered (N.Eff.Cov) by existing Government programmes?

Issue	Programme	Eff. Cov.	Cov.	N. Cov.	N.Eff. Cov.	Reason

PARTICIPANT PROFILE

1. What, in your opinion are the issues related to children {Birth - 3 years} that need to be addressed by Govt. of Tamilnadu?

This question was given in order to elicit the view of the participants as a general appraisal of existing ICDS programmes - CONSENSUS OPINION

- Separate programme for children below 3 years focusing on holistic child development
- Growth -Monitoring and Weight taking to be universalised and increased awareness to be created in the public
- Supplementary feeding with natural foods to be emphasised.
- Timing of daily food supply to be changed to suit the mother
- Health check up and Immunization programmes for pregnant mothers and infants - once in a month at least
- Identification of high risk children and early interventions
- Nutrition, Health & Sanitation programmes to improve the child's environment
- Support positive Child care practices
- Pre-School Education in a play-way method
- Noon Meal programme - to be covered effectively
- Infrastructure facilities in Anganwadi centres to be improved and to facilitate mothers to feed children
- Counselling parents and other family members on Parenting issues
- Inclusion of children with disability in each centre
- Focus on psycho social development of children and parenting below 3 years
- Create special attention to individual child - developmental milestones
- Importance to be given to - Precious 40 days of the just born baby
- Infant Mortality Rate
- Focus on Gender discrimination
- Care of adolescent girl
- Focus on child rights
- Awareness & educating mothers and the community on maternal health care and hygiene through cultural activities
- Importance of Brain Development and understanding the difference between growth & development
- Networking with other NGOs and referral services to be enhanced

2. Which of the above issues, according to you, are already effectively covered, covered, not covered, and not effectively covered by existing Government programmes?

This question was given in order to elicit the view of the participants on the effectiveness of the existing ICDS programmes - CONSENSUS OPINION.

EFFECTIVELY COVERED <ol style="list-style-type: none"> 1. Health Care 2. Spot Feeding 3. Mother & Child nutrition 4. Breast Feeding 5. Supplementary Nutrition 6. Immunisation 7. Weight Monitoring 8. Environmental Hygiene 9. Neonatal Care 	COVERED <ol style="list-style-type: none"> 1. Anti-natal Care & Post-natal Care 2. Referral Services 3. Low Birth weight 4. Growth Monitoring 5. Safe Delivery 6. Pre-School Education 7. Health & Nutrition 8. Home Visiting / Mother meeting 9. Adolescent Care 10. Formulation of mothers group
NOT COVERED EFFECTIVELY <ol style="list-style-type: none"> 1. Home Feeding 2. Nutrition Deficiencies 3. Parenting / parental education 4. Stimulation Activities 5. Home made weaning foods 6. Community involvement in programme participation 7. Emphasis play-way method 8. Refresher courses for Anganwadi workers. 9. Gender discrimination issues 	NOT COVERED <ol style="list-style-type: none"> 1. Parental skills on care and psycho-social issues 2. Monitoring of milestones 3. Mental and social development of the child 4. Identifying the gifted children 5. Early intervention for disability 6. Fathers involvement 7. Play and story telling 8. Involvement of Self help Groups 9. Training of Anganwadi workers on parenting

Reasons for certain programmes not being covered / effectively covered

1. Inadequate supply of medicines and equipment for health check ups.
2. Lack of quality health care services.
3. Improper supply of pre-school educational materials
4. Excessive workload for Anganwadi workers.
5. Lack of awareness and interest among general public.
6. Illiteracy, Poverty, lack of time among parents.
7. Ineffective supervision, monitoring and motivation of Anganwadi workers
8. Lack of funds and proper infrastructure facilities.
9. Subcentres not being useful and productive for child development
10. Lack of proper co-ordination between health personnel and ICDS.

Network for Information on Parenting
Tamilnadu - State Level Awareness Programme on Parent Education Flipchart
(Sponsored by UNICEF)

Programme Feedback

Name/ பெயர்

Designation/ வேலை

Having interacted with us, we would now like your views on the following

1. What, in your opinion are the issues related to children (Birth - 3 years) that need to be addressed by the ICDS programme of Government of Tamilnadu? தமிழ்நாட்டு அரசியலின் ICDS திட்டங்களின் மூலம் பிறப்பிலிருந்து 3 வயது வரையுள்ள குழந்தைகளின் எந்தெந்த பிரச்சனைகள், தேவைகள் ஆகியவைகளை கையாள வேண்டும்.

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.
- f.

2. Which of the above fall in your purview of work and responsibility
மேற்கூறியவைகளில் எத்தனை உள்ள பொறுப்பின் கீழும், வேலையிலும் உள்ளது.

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.
- f.

3. How would you take this programme forward in your sphere of activities?
இந்த திட்டத்தை எவ்வாறு உங்கள் செயல்பாடுகளில் புகுத்தி எடுத்துச் செல்வீர்கள்

Programme plan திட்டம்	Resources (Manpower/material) மக்கள்/வொருட்கள்	Methodology வழி முறை	Time நேரம்

Any suggestions you would like to give us to take the programme forward.....
இந்த திட்டத்தை முன்னோக்கி எடுத்துச் செல்ல ஏதாவது யோசனைகள்..

PROGRAMME FEEDBACK

Having interacted with us -

1. What in your opinion are the issues related to the children (Birth - 3 years) that need to be addressed by the Govt. of Tamilnadu?

At the end of the workshop, when this question was asked again while many of the health, nutrition and social issues were re-expressed there was a distinct trend in identifying Parenting as an important focus for future of ICDS programmes -
CONSENSUS OPINION

- Focus on psycho Social development of children
- Awareness about child rearing practices for parents
- Address the issue of neglect of children in large families and single parent families
- Specific pre-school curriculum for children 2-3 years
- Educating mothers on health and nutrition issues
- Parenting awareness campaign to Anganwadi Workers
- Training on Parenting issues for Special field workers training (ANM, Supervisor and AWW)
- Need to provide Creche facilities for working parents
- Emphasis on story telling and age appropriate play activities
- Special education to parents of severely mal- nourished children
- Educating parents on the need for love, affection, care of the child
- Orientation and refresher training for adolescent boys and girls on Parenting issues
- Stress and Emphasis on awareness of Parenting role to be given to fathers and other care givers while celebrating the breast feeding week and nutrition week every year
- The government must sanction a financial assistance in getting knowledge of parenting in rural areas every year by conducting cultural programs and IEC activities.
- Any one-day awareness programme is insufficient to cover the issues should become an on-going programme.
- Community involvement to the issues related to children.
- Early childhood nutrition, care and, stimulation has a direct impact on brain development.
- Supply of Calendar to SHG and involve them in the programme.
- Training of AWW for proper use of the calendar.

3. How would you take this programme forward in your sphere of activities?

Programme plan	Resources	Methodology	Time
Home-Visits	AWW	Flip Chart	10 mts.per house
Educating during spot-feeding	AWW	Discussion and lecture method	1 hour
Mothers Meeting	MO 's, AWW, Supervisors, ANM	Flip chart, songs, drama, play materials	2 hours (once a week)
Training Adolescent Girls	MO s, Supervisors, CDPOs,	Play materials, role-play, cultural programmes	1 day
Grand-Parents and parents meeting	AWW, ANMs, CDPOs,	Puppet show, Flip chart, LECTure	2 hours
Training young couples	CDPO, CHN,AWW MO, ANM	Lecture, Chart, Posters, discussion	1 day
Training Pregnant Women	AWW, ANM, MO	Flip Chart	2 hours
Sector-wise training and meeting for AWW/ANM/AWH	CDPO, Supervisor MO	Flip Chart	1 day
Exhibition on Milestones and child Development	AWW and Local community	Posters, Charts, Flyers	2 days
Community participation through Campaigns	MO s, CDPOs, Supervisors, ANMs, AWW	Exhibition, Human Chain Rallies, Street-play	2 days
Workshop for panchayat leaders	MO s, CDPOs, Supervisors, ANMs, AWW	Flash cards, posters, flip chart	2 hours
Training for ICDS field level staff	NIP	Participatory method, lecture, discussion	1 day

NETWORK FOR INFORMATION ON PARENTING

WORKSHOPS

ON

PARENT EDUCATION FLIPCHART
FOR

RESOURCE PERSONS

OF

TAMIL NADU - BORDER DISTRICT STRATEGY
DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH & FAMILY WELFARE

A R E P O R T P R E S E N T E D

AT THE REVIEW MEETING
ON 11TH JANUARY 2003

Supported by UNICEF

771
27/1/03

Border District Strategy - UNICEF sponsored - NIP Parenting Programme

Till December 2001 - Network for information on Parenting (NIP) had some experience of inter-acting on "*Parenting*" with Doctors and Medical professionals through

- 2 Workshops held for Pediatricians and Gynecologists in December 2000.
- 2 Workshops held for MO's of ICDS in Nov./Dec.2001.
- Inputs and interventions and ongoing interactive inputs from members through shared experiences, advice and opinions.

The decision taken in December 2001 at a Joint meeting with UNICEF and Department of Public Health opened the doors further for NIP to work more closely with the *medical world* and thus take "*Parenting*" the child below 3 years agenda with the aid of the Parent Education Flip Chart - further into the Community.

There was an initial apprehension how Doctor's in particular would respond to workshops conducted by lay-persons and therefore a certain mix and match of resource persons was also tried out.

10 Programs for the Border Districts were held, January to May 2002 -

4 for Vellore (Urban / Rural)	- 8/1, 9/1 & 8/2, 22/2
2 for Poonamalle	- 28/2 & 15/4
2 for Thiruvellore	- 16/5 & 17/5
2 for Thirupathur	- 27/5 & 28/5

These one day Workshops involved NIPs interaction on the *Parent Education* "Learning through Play" Flip Chart - with PHC and other medical and Health personnel, as well as resource persons identified from ICDS, VTF and NGOs working in the community on issues of MCH-MMR/IMR.

The experience was greatly enriching from both points of view - on the one hand NIP Resource persons got an opportunity to pass on Parenting messages to Medical and Health professionals and **those who are working directly with the community** and on the other hand the participants were exposed to, (as per their almost unanimous feed back) the HOW & WHY of what they had perhaps all along been mechanically doing for the child below 3 years.

THE LEARNING THROUGH PLAY FLIP CHART

TOTAL DEVELOPMENT OF THE CHILD AND JOYFUL PARENTING

WHAT - Parent Education on Parental responses to the Child's needs
(Birth - 3 years)

HOW - Pictorial representaion of Parent / Grandparent Child interaction -
specific to rural / urban environment.

WHY - To enhance care and qualitative psyco- social relationship between
parent and Child
-Support traditional, cultural and age appropriate positive child rearing
practices.
- Disseminate scientific knowledge on child development.
-Encourage childcare in a Family environment.

WHERE - IN THE HOME and in Institution Care.

WITH - Everyday materials easily available in the HOME and ENVIRONMENT

LEARNING THROUGH

PLAY Activity and interaction in a happy and joyous setting.

+

POINTS TO ATTEND - Nutrition, Health, Early Intervention for disability

HIGHLIGHTS OF THE TOOL:

The tool was prepared by NIP in Partnership with ICDS to be taken to the community initially by the grass - root level worker and it recognizes that:

- The grass - root level worker is the crucial link between services and the community and an important point of intervention for any new quality based programme - like this one on *Parenting* the child below 3 years.
- In particular since almost 17.5% of India's population is between 0-6 departments involved with children need to re-focus their strategy to benefit in particular the child below 3 yrs.
- Brain development is dependent on early experiences of life - nutritional, health psychosocial inputs or stimulation and in case of any form of disability early identification and early intervention are the key to development.

- ♦ *Parenting* involves not only Mothers - but also Fathers and others - and many of them are quite unaware of the age appropriate needs of the child and the necessary positive *Parenting* "care" responses.
- ♦ There is need for a tool that focuses on the needs of the Girl child and special support on this issue from the family in particular and the community at large. It highlights the overwhelming need to break the cycle of gender discrimination in our country and gives the strong message that we in India need to respond to women as **human beings** and stress the role and involvement of the Father in ECC-SGD.
- ♦ Parents need to be responsive and non discriminative in their *Parenting* activities and there are many play activities that parents can do with their children in the home - using everyday household materials.
 - By showing through pictures equal opportunities for both girls and boys to interact with parents.
 - By showing and stressing the "How" of what needs to be done.
 - By creating a caring environment - integrating and intervening at multiple points to ensure quality of interaction through supplementation and stimulation.

STAGES OF THE EVOLUTION OF THE PARENT EDUCATION FLIP CHART TOOL
 The Flip Chart was adapted from the Hincks Dellcrest Children's Centre, Toronto, Canada - 'Learning through Play' Calendar (Birth - 3 years).

- ❖ This adaptation and indegenization of the tool was done in collaboration with WB-ICDS-III and Department of Social Welfare in the time frame May - December '98.
- ❖ A professional Panel review was followed by a Peer group review in March '99 were participant NGO's, Govt.Representatives of DSW and DPEP, Pre-Primary teachers, Educational Research Organisations, ECCD Professionals and UNICEF endorsed the Flip Chart.
- ❖ UNICEF field tested it October-December '99 and after a series of Workshops held in May & June 2000 the tool was whetted and the messages on Health, Nutrition and Early identification and Intervention for Disability were included.
- ❖ Printed and totally supported by UNICEF, it has been circulated to the 30,000 AWC's of ICDS in 2001 and introduced into the BDS Project in Jan.2002.

Network for Information on Parenting
Tamilnadu – Border District Programme – for Resource Persons
Awareness on Parent Education Flipchart
(Sponsored by UNICEF)

Singing in

Session.I - Participant profile

Identifying critical care issues for the child below 3 yrs.

Session.II - Introduction to Parenting and the Program

- * Need for a Parenting and the Program
- * Scriptural Dictums and Teachings and Traditional practices
- * Women's empowerment

Tea Break

Session.III - Understanding holistic Child Development

The Brain
Steps in child development
SPRUC
Importance of Play

Lunch Break

Session.IV - Presentation of the Tool - highlighting special features

Group Discussion by each PHC on a different stages of the tool.

Presentation of the Tool:

Action plan by each PHC

Tea Break

Session.V - Participation feed back

List of Supportive materials given to participants during the Workshops

A. Parenting & Child Development

1. Brain Development/முனை வளர்ச்சி - + Kolam Concept
2. Child Development/குழந்தை வளர்ச்சி - + Series of stairs.
3. Importance of Play/விளையாட்டின் முக்கியத்துவம் - + Power of Play
4. Parenting programme/பேணுதலுக்கான திட்டம்
5. Guidelines for interacting with parents/பெற்றோர்களுடன் கொள்ளும் பரஸ்பர தொடர்பின் வரையறைகள்

B. Parent Education Flipchart

1. NIP's Parent Education Flipchart Birth - 3 years (Sponsored by UNICEF)
2. Theme songs based on Flipchart (Birth - 3 years)
3. Flipchart - SPRUC points
4. Flipchart - Nutrition Messages - Tamil
5. Flipchart - Maternal and Child Health Care - Tamil
6. Flipchart - Checklist on Disability - Tamil

C. Personality Development

1. My SWOT
2. Self Analysis Checklist
3. Actualizing potential

D. Feedback

1. Participant profile Format
2. Post workshop feedback Format

Feedback from the various training and Orientation Programmes on the Flip Chart has identified the following topics to be included in the supportive material.

- Understanding SPRUC i.e. 5 domains of development.
- Gender Sensitivity.
- Role of the family in child rearing.
- Trauma of Rejection - Based on Gender, Colour, Ordinal position, disability.
- Impact of Psycho social interaction on Holistic Development of the child.
- Milestones Check list as visually interpreted in the Flip Chart.

From the Border District - NIP Workshops there is a complete compilation of All the messages on child development and parenting identified in the Pictures by the participants. This will form part of the final supportive material.

Network for Information on parenting
Tamilnadu - Border District programme - for Resource persons
Awareness on Parent Education Flipchart
(Sponsored by UNICEF)

Participant Profile

Name/ பெயர்	Address/முகவரி
Age/ வயது	
Education/ படிப்பு	
Designation/ வேலை	Job Profile
Govt Dept/NGO அரசுத் துறை/ NGO	
Years of Experience எத்தனை வருடங்கள் அனுபவம்	

1. What, in your opinion are the issues related to children (Birth - 3 years) that need to be addressed in the community?

ஊங்கள் கருத்துப்படி பிறப்பிலிருந்து 3 வயது வரையுள்ள குழந்தைகளின் எந்தெந்த பிரச்சனைகள், தேவைகள் ஆகியவைகளை சமூகத்துக்கு எடுத்து சொல்ல வேண்டும்.

-
-
-
-
-

2. Which of the above issues, according to you, are already effectively (Eff. Cov), Covered (Cov), Not Covered (N.Cov), Not Effectively Covered (N.Eff.Cov) by existing Govt/NGO programmes? மேற்கூறியவைகளில் உங்களைப் பொருத்தவரை எந்த தேவைகள் பயனுள்ள முறையில் முழுமையாக செயல்படுகிறது , செயல்படுகிறது , செயல்படவில்லை , பயனுள்ள முறையில் முழுமையாக செயல்படவில்லை .

Issue பிரச்சனைகள்	Programme திட்டம்	Eff. Cov பயனு . செயல் படுகிறது	Cov சேயல் கூடுகிற து	N. Cov செயல் படவில்லை	N.Eff பயனு . செயல் படவில்லை	Reasons காரணங்கள்

SESSIONS BRIEF

THE WORKSHOP started with a brief introduction followed by the filling in of the participant profile.

The participants of the 10 workshops held (details district-wise **Annexure-I**) include.

PHC

Doctors	- 88
SHN	- 79
Health Inspector	- 57
Public Health Nurse	- 12
Community Health Nurse	- 32
Village Health Nurse	- 16
Block Health Supervisor	- 16
Block Extn. Edu.	- 21
Sanitary Inspector	- 8
Maternity Assistant	- 4

ICDS & Others

CDPO	- 9
Comm.Nut.Sup.	- 40
Comm.Nut.Instr.	- 3
Block Co-ord.	- 3
NGO	- 17
Others	- 7

- In all Workshops and particularly in Vellore officials and personnel of DPH involved in administration came out of interest.

Session.I. As the Participants were completing the exercise of filling up the Participant Profile - they were asked to express what they had identified in their profiles as being the most critical care issues in the life of the child below 3 years. (ANNEXURE-II)

Question 2 - By and large the majority responses were

Health - Immunization, Hygiene, Infection, Birth defects disability, Diarrhea management Hygiene, Lower Birth Weight, Mothers Health.

Nutrition - Breast feeding, supplementary feeding, weaning colostrum, growth monitoring.

Only - Next in order of importance was:

Development - milestones, stimulation, early intervention, good habits.

Only a few pointed out the following Psycho-social issues, and often only after some amount of prompting.

- mental health, social behaviour, family, environment, father's role, love and security, psychological development. Gender sensitivity, play, safety, poverty, ordinal position, language dev, values, cotton clothing.

In the Participant Profile Question - 3 - Which of the issues identified are according to you are already covered - effectively covered, not covered - not effectively covered by existing Govt./NGO programmes? (ANNEXURE III).

The responses were interesting.

The large majority identified various Health and Nutrition issues as being covered (Effectively Covered)

As Not Covered (Not effectively Covered) a whole list of - Psyco-social issues such as female infanticide, Parenting, False beliefs, Teenage Pregnancy, Care of disabled, Stimulation, Play, Spacing, Early marriage, Milestone, Consanguineous Marriage, Child abuse, Over population, Emotional and Psychological development, Child rearing practices were identified.

A few Health issues: Communicable disease, institutional, delivery, AN/PN Care Treatment of minor ailments, Infant mortality Add ARI.

A few Nutrition issues: Colostrum feeding Malnutrition, Weaning, Vit.A, Weight Monitoring.

The Reasons for these included :

- a. Socio Economic issues - Illiteracy, Poverty, False beliefs, Corruption at all levels, No father's Role in Parenting, social practices and religious taboos.
- b. Administrative obstacles - Lack of funding, stringent rules, No referral Service, lack of motivation and proper training.
- c. Media and policy - Advertisements, Health Care not comprehensive. No specific child Centred Program.

Session.II.

INTRODUCTION TO PARENTING AND THE PROGRAM - was conducted at different Workshops by Ms. Maya Gaitonde or Ms. Usha Ramakrishnan or Ms. Lakshmi Gopal

II.A. The following points were Highlighted:-

- **WHAT?** - Parenting is a holistic term used for the total care of the child
- **WHO?** - Parents and all those in a Parenting role

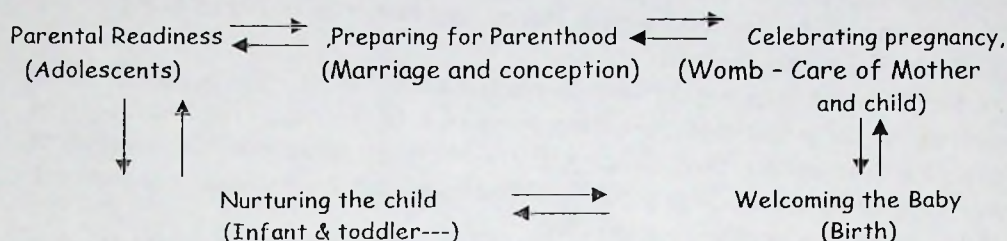
In some of the workshops a quick round of self introduction had helped participants identified that the *Parenting role* is not exclusively that of the Mother and the father but also of Grandparents, uncle or Aunty, teacher, Caregiver and neighbour.

P - (P)appa A - Amma R - Relatives E - Elders N - Neighbours T - Teachers
S - Society

This exercise helped greatly to bring the full participation and involvement of all present because it suddenly made them focus on their personal life- in which they were all involved in some way with the child.

- **WHEN?** - does Parenting begin?

With a little prompting participants were able to identify the following stages before the birth of child as also included in Parenting.



A life cycle approach to Parenting

- **WHY?** is *Parenting* an holistic and inclusive term.

Because it has no

Class	Creed	Gender	Position
Caste	Colour	Age	Profession

While the Flip Chart as a tool deals with child below 3 years and there are many child issues to be addressed after the birth of the child - the care of the child in the womb and its mother is a vital aspect of Parenting.

- **Deprivation** of any kind - nutrition, health, psycho social well being due to poverty or wrong attitudes
- **Rejection** - of any kind - gender, ordinal position, unwanted/unplanned conception, povert

Both affect not only the survival - but growth and development of the child in the womb and after birth.

II.B. Spiritual Dictums and Teachings and traditional practices

- Scriptural dictums surrounding Parenting duties and responsibilities vs. parenting rights have been identified in the Indian scriptures as:

<i>Matru</i>	- Mother, the primary caregiver	- <i>DEVO Bhava</i>
<i>Pitru</i>	- Father, the care Supporter	- <i>DEVO Bhava</i>
<i>Acharya</i>	- The Teacher as enhancer	- <i>DEVO Bhava</i>
<i>Athithi</i>	- The outsider as influencer	- <i>DEVO Bhava</i>

WE, mother/father/teacher/others are all given the status of DEVA - God like and must therefore endeavor to play that exalted 'Parenting' role.

children and for any values that we wish to impart to our children we need to In playing our parenting role we have to be aware that we are the role model for our remember that **VALUES ARE CAUGHT AND NOT TAUGHT.**

To that extent the term DEVO for parents and those in a parenting role means:

D -	Devotion	to a	Dutiful	Parent
E -	Emulation	of a	Ethical	Parent
V -	Veneration	for a	Virtuous	Parent
O -	Obedient	to an	Honorable	Parent

The Vedas divide parenting into 3 stages

Upto 5	Lalwath	- cuddling, bonding, caring, loving
5 - 15	thadwath	- discipline, good habits, regularity
15+	Mitrawath	- friendship, trust, communication understanding

Story in the Upanishad's and the Biblical parable of the seed are excellent examples of the child's potentiality and need to create the appropriate environment.

- The upanishadic statement comes from the explanation given by the Sage Uddalaka to a young disciple, Shvetaketu which states -
Just as every seed has the potential to become a tree. Every child has in it the (seed) potentiality for human excellence.
- Apart from genetic, birth factors - the Parenting environment is most important and is highlighted as follows in the Bible, were in Lord Jesus says, through the parable of corn seeds.
If you were to take a bag of seeds and scatter them thus, which seeds would grow into golden corn?

Jesus asked

We can understand

- | | |
|-------------------------|------------------------------------|
| a. upon hard rocks? | - Harsh, demanding, critical |
| b. among the bushes? | - Over protective, lack of freedom |
| c. upon the open roads? | - Used, put down |
| d. upon moist ground? | - Loving, encouraging, happy |

In this context of parenting the term ECC-SGD means

- S- The seed sown in the womb must survive - just as the child born must survive.
- G- having survived it must grow, for which nutrition and health are vital.
- D- while growing physically it must also develop holistically in other areas too. For which psycho - social inputs are vital.

Traditional practices have been most often child / mother friendly and supportive in creating, the right care / development environment. The following few were discussed.

- **Ceremonies** - *such as the bangle ceremony* - connected to dev. Of hearing & *Coming home to the mother* - creating a happy, restful and supportive atmosphere for the pregnant women.
While every parent would be happy to care for the daughter and grand child the social evil of unnecessary - socializing expenses and excessive burden of institutional delivery make child birth often a stressful event.
- **Food traditionally prescribed** - from the time of adolescents into pregnancy and till early mother hood - when analysed give the right Nutritional contents needed for each stage
- **Culturally appropriate practices** -
 - The First cry, father's singing to the child in the womb, mother and father talking to the child in the womb are *all supported by scientific knowledge and psycho-socially appropriate.*
 - 1 yr. Birthday - Medically and scientifically understood as the completion of an important milestone in life - *the fact of survival.*
 - 40 days - comparable to *42 day post par tem period.*
 - When children have poxes they are kept isolated and not allowed to cross the border of the village - *containment of infection within the home*
 - Child activity completed before dusk - *in the period when there was no electricity.*
 - Not showing the mirror very early in life - Reflection of sunlight can effect eye sight and the 1st time a child seeing its own face - a stranger *can make the child frightened and loose speech.*
 - Using the left hand - banned in Pooja and food serving - *hygiene point.*
- ❖ When thinking of child development and stimulation one must be aware that whatever is now being recommended and discussed - a lot of them have their roots in the simple - child rearing practices already in existence in our culture.

II.C Parenting information is a Women's empowerment programme and involves:

1. Educate her in her role as a mother

- Pre-natal and Post-natal child care
- Importance of stimulation
- Need for her to take care herself and be happy

2. Stressing the Role of the father.

- The husband's role in making her happy and supporting the happy event
- Understands his responsibility as a father
- Be aware of his vital role in the social and emotional development of the child.
- Shared work load

3. Educating the family in its supportive role

- Care of the pregnant mother and her nutrition is vital for her and the well being of the child.
- Support her through her frustration in the loss of freedom and being 24 hours on demand
- Help her to be happy and free of mental stress

4. Educating Employer's in their Parenting Role

- Role in supporting the mother in her endeavors to breast feed and spend time with the child in early infancy
- Encourage child friendly rules at the work place

THESE 4 AREAS OF EDUCATING THE COMMUNITY WILL LEAD TO AWARENESS AND INVOLVEMENT IN WOMEN'S EMPOWERMENT

Session.III.

UNDERSTANDING HOLISTIC CHILD DEVELOPMENT

A. The Miracle of the Brain was highlighted as follows:

- Brain Development starts in the womb itself (*Very few participants seem to be aware of the fact, this idea seemed to be new one or perhaps unfocussed as so far*).
- Therefore nutrition, health and psycho-social well being of the mother – is of vital importance since has a direct impact on the brain development of the infant.
- There are billions of cells in the brain and with each stimulation a neural connection takes place and with every further positive re-enforcement and stimulation further networking takes place leading to development.

- With every negative experience there is spread of cortisol an acid like wash over the brain - retarding and stagnating development.

With the help of the Kolam Chart and pictures the following points were emphasized.

- 25% of Brain Dev. At Birth - 75% by 3 years.
- Pet-scan of a well developed vs not so stimulated brain - indicate different kinds of care environment.
- Each child is individualistic in their dev. And this should be recognized . encouraged and respected.
- **The obstacles to brain development include -**
 - lack of stimulation or negative experiences
 - Gender - usually being born a girl,
 - lack of nutrition due to poverty and other factors like improper food habits.
 - Psycho social rejection due to ordinal position, calamity in the family at birth, disability, colour etc.
- **Factors that aid brain development**
 - Love-Bonding-Caring and Security +
 - Nutrition, Environment, Stimulation
- ❖ Development is greatly **enhanced/retarded** because of the **positive / negative** age-appropriate stimulation and responses that **parents give**.
- Unused connections in the brain will slowly die out and with the brain we must understand - - **use it or loose it**.
- 3 years is the critical foundation period.
- However there is a chance to re-inforce and re-wire the networking in the brain at the stage of adolescents and that is the reason for focusing on this stage.
- We must learn to look at children with behavioural problems as those who require a different kind of intervention and stimulation and **understand only that it will take them a longer period of time and require more effort on the part of the parent and those in a Parenting Role.**

III.B. Child Development

- Child Development takes place at a phenomenal pace from Birth - 3 years.

<i>From mere crying and babbling</i>	to being able to talk and express
<i>From just lying down to being able</i>	to stand up and to walk.
<i>From just moving and kicking legs</i>	to running, jumping and skipping
<i>From waving arms</i>	to grasping, holding and using the fingers with dexterity

- However development is like a series of stairs the child must accomplish one milestone before moving on to accomplish the next.
 - Each child follows its own pace - within stages.
 - Age appropriate stimulation only helps the child develop along the right path-way.

- Steps in development**
 Show in the
 Flip Chart
- Sight** → sound → word → spelling
Grasp → hold → throw → manipulate
Cry → sound → one syllable → words →
 Phrase → sentence → talk
Hold → scribble → form letters → write
Lying down → turn → swim → crawl →
 hold and stand → cruise → walk → Climb-skip-run

While physical development and that of language is easy to build the participants require a little help either from the Resource Person or from one among the Group to build up the series of steps for other domains.

When development is thus shown visually and developed step by step the **visual** when seen vertically clearly explains the concept of holistic development and the need for all domains to develop at the same time.

- Milestones are also easily identified
- Age appropriate achievement and therefore age appropriate stimulation
- Learning readiness gets emphasized

III.C SPRUC

The 5 domains of development have been identified as

Sense of self is measured by an understanding of oneself - confidence levels, self esteem, sense of security etc.

Physical level - height weight and independent actions and abilities are perceivable.

Relationship Otherwise referred also to as social development - is understood as how the child behaves in society - without fear or stronger anxiety.

- with relatives, friends and all others. The seed of this development lies in the relation ship the child has with parents.

Understanding also indicated by Cognitive development shows itself as the child's ability to interact with materials around it, understand what is communicated and the actions it performs as a result.

Communication - is judged not only through expressive language and ability to speak but also by the body language one uses, facial expressions and touch.

- Child absorbs both - positive and negative from parents
- Touch can be loving or harsh } *these are very strong means*
- Language(Words) can be - loving or harsh } *of communication*
- Attitude can be - loving or harsh or indifferent }

While discussing SPRUC many eg. of day to day life that either enhanced or dampened development were given and elicited from the participants.

Trauma of Rejection - is an important area affecting the Sense of Self in child development

a. **THE GIRL CHILD**

- Gender - discrimination in inputs and care to the extent of reducing breast feeding time and quantity of food.
- Girl put to work and household chores early and forced to drop out of School.
- Differences in freedom given, kind of play and role models given to boy and girl from an early age.
- Constant verbal rejection linked later to loss of wealth due to dowry.
- Further rejection of the female child due to:
 - Colour linked to marriage
 - Ordinal position- linked to dowry and traditional beliefs

b. **ANY CHILD** - branding words, linked often to name

- colour, mental abilities, physical appearance, (karappu, kuttai, makku, korangu)
- Disability - linked to being a life long burden.
- negative event in the family at the time of birth - death or material loss.

III.D Importance of play

During the workshops participants were involved in a simple game

- *finding partners*
- *throwing the ball holding hands and*
 - *moving in a circle*

In every case the general reaction was

- we were happy,
- it was full,
- simple but full of enjoyment,
- we would like to play more.

Their feelings were then connected to the feelings children have while at play -

However it was pointed out

- a. Play is child's work
- b. Every activity- which seems naughty (Shettai, kurrumbu,vaal) is indeed a method of learning through play
- c. Play during daily routines and learning helps the child to achieve quicker - that is why we call it play way method.
- d. Children want adults to come down to their level and play - games that they like.
- e. Children love simple- repetitive activities- it creates confidence and reinforces learning.
- f. Every day things around the house converted into toys support easy learning
While children like to play on their own-the parent-can stimulate support and involve in play.
- g. As the child grows-play should develop age appropriately-be child-led
 - It should evolve based on the growing abilities of the child.
 - Children very easily indicate what gives them joy and when they are being over stimulated-parents should be alert to it.

- **Another interesting exercise** the Participants were asked to do
was to describe the perfect Toy for an infant or toddler -

Their answers were universally

*Colourful, Soft to touch, Easy to grasp, Different noise, Easily available
Interactive, responsive, attractive*

With a little bit of prompting they were able to identify this as **"The mother"**

- Every play activity contributes to the stimulation of 5 domains of development. While one domain may seem to be more stimulated by it-actually a holistic development is taking place.

Many examples were given one of them - *throwing and catching a ball*

S- achieving and appreciation the Parent gives

P- stimulation for Motor skills through throwing and catching.

R- the joy of interacting with the parent in this simple game.

U- Stimulation of ability to judge -distance and hand co-ordination to catch and throw the ball

C- Words learnt during the game - *catch, throw, try again*

Session.IV.

PRESENTATION OF THE TOOL AND HIGHLIGHTING SPECIAL FEATURES

The Layout, stages, age-appropriate play activity, stimulation, role of family, Details of supportive material were explained to the participants.

The tool was then distributed and at each workshop *after looking at the tool for a few minutes - literally flipping through*

The following were the spontaneous comments regarding the Flip Chart.

- Shows Parent involvement clearly
- Father's role has been appropriately highlighted
- Brings back to my mind my childhood
- Others like grandparents have been included - this will greatly help build the family life around the child.
- We feel guilty we could not to do some of this with our children - we will definitely do it with grand children - the next generation will benefit.
- Physical and cognitive development is well highlighted
- Nutrition is there through Breast feeding.
- Most of these things we know - it is good to see these in pictures in an organized manner.
- Age appropriate development milestones can be identified.
- Beautiful and informative on an important issue and messages can be easily spread to the community.
- Relationships in the home must be good only then all can interact with the child
- Multi sensory stimulation is seen.
- Language development and communication has been shown in an appropriate manner

- Child is playing at home and in the immediate environment which is natural.
- Importance of music, play and learning is given.
- The tool will be easy to use and the pictures and messages will give us an opportunity to take child development in a simple and easy manner to the community.

B. Doubts raised

- Has disability been expressed ?
- Do we need to teach Parenting skills?
- Can it be taught through the Flip Chart?
- Should development be measured?
- Is this only for normal children ?
- What about nutrition and health issues?
- How about issues of conception and pregnancy and their impact on the development of the child?
- We do not immediately see gender issues or disability?
- Are milestones identified?
- Only positive attitude shown - why not negative areas
- Few toys have been shown - why?

C Negative comments

- Colours in the pictures are too bright
- If you show 5 pictures at a time it will distract the audience during communication

After having introduced the participants to the Flip Chart and elicited their immediate responses. A brief presentation of 3 pictures was made to the participants to explain how to use the Flip Chart as a communication tool and how to go beyond the pictures. The few examples given were from view elicited at earlier workshop of NIP.

1. Head-up - Birth-2 months - Centre Picture.

While the message is to make eye to eye contact and talk to the baby to develop communication

- Role and importance of Fatherhood can be stressed.
- Harmony in the home-vital for child development can be expressed.
- The happiness at the birth of the girl child can be emphasized.

2. Walker Stage - 15-18 months - Pic.2.

While the message is for the toddler who is scrabbling - which will lead to develop of five mother skills

- Father's role in teaching the elder **girl** child.
- Learning to handle sibling by effectively evolving the younger child.
- Focussing on the way the child is holding the pen-the right way.

3. Early Tester - 2-2 $\frac{1}{2}$ yrs. - Pic.3

While the message is to encourage the toddler eat independently

- Family sitting together and eating is the ideal for the child.
- Mother can be pointed out as being pregnant with the second child.
 - Spacing message can be given.
 - Proper Nutrition for the pregnant mother can be identified.

IN ALL WORKSHOPS - *the participants were divided next into their PHC groups and requested to discuss in their groups*

- one stage of the Flip Chart - which was allotted to them at random.
- only to concentrate on the pictures and messages and discuss the child development/Parenting messages that they can identify in them.
- and submit a written presentation which was to be verbally presented by one member of the group to the rest of the participants at the end of the day.
- and identify health and nutrition messages also that were available in the pictures.

*THE GROUP DISCUSSIONS LASTED 45 mn - 1 hr.

*EACH PHC group made its presentation in the order of the stages in the Flip Chart. This served the purpose of a complete training on the Flip Chart.

*MANY participants sang songs they had made up on the spot, shared anecdotes and real life incidents.

*THEY were enthusiastic till the end to listen to each presentation.

THE FEEDBACK OF THE TOOL

The presentations were excellent

- They opened the eyes of NIP to the vibrance of the tool.
- The ability of the tool to address multi-various child-related issues - not specifically addressed in the Flip Chart. eg.
 - Spacing.
 - Gender Sensitivity
 - Harmony between mother-in-law and daughter-in-law.
 - Methods to handle sibling rivalry.
 - Gender Issues - like
 - Fathers involvement in the girl child's, her education, play,
 - Mother's involvement in the Education of the girl child.
 - Male sensitivity to Breast feeding - Pic.1.

- Importance of freedom and independence in child-play.
- Role of grand parents and others in the family includes.
- Tackling some superstitions - such as *showing the child the mirror*.
- Issue of the use of the left hand.
- The right-way for the child to start writing - by scribbling first.
- Need for outdoor play - water play and sand play.
- Use of every day things in the home as toys and no special need to buy on expensive toys.
- Support of Indian traditional - child-rearing practices eg. Bathing method, Thooli, Songs (Tharamaiya), Peekaboo game, 3 wheel walker, Clapping game, Importance of "Uncle" Moon (ambuli mama)
- Nutrition age-appropriate breast feeding → eaning Food → eating with the family + pictures show the child growing age appropriately indicating good nutrition.

A COMPLETE COMPILATION OF ALL THE MESSAGES IDENTIFIED IN THE PICTURES - BY THE PARTICIPANTS IN THE 10 WORKSHOPS IS AVAILABLE IN A DETAILED DOCUMENT.

Session.V FEEDBACK

THE PARTICIPANTS ALL FILLED UP A PROGRAMME FEED BACK IN WHICH THEY ANSWERED 3 Questions. A brief analysis of each is given (Details in ANNEXURE IV, V & VI)

In the feedback session participants have tried but not quite succeeded to spread the weight age over SURVIVAL, GROWTH & DEVELOPMENT issues. It is clear that they as the Health Department see it in a linear or sequential form. The most clear response in the Feedback analysis comes from their identification of two VITAL NEEDS within the Child survival agenda:

I . Proper & FULL IMMUNISATION

II. Complete Breast Feeding

And one in the Growth Agenda . I - Food & Proper Nutrition.

However issues like Parenting, Play way methods, Parenting counseling and behaviour, gender , adolescent awareness, etc are just emerging.

Tamil Nadu however is quite ready now to move into SURVIVAL< GROWTH & DEVELOPMENT issues simultaneously, as a package deal for ALL CHILD WELFARE PROGRAMMES of the Public Health Department. The Flip chart can show the way toward Holistic Programming in Public health.

Session.V – PLAN OF ACTION – ANNEXURE-VII

- At each Workshop the participants had been divided into their PHC group and along with discussing the Flip Chart had been asked to prepare a Plan of Action through which they think this Parent Education Programme can reach the community.
- One representative from each PHC made a presentation at the end of the day and explained the details of what they felt should be the future plan of action.
- The annexures VI clearly indicate that not even one group perceived the Parent Education Flip Chart Programme as a stand alone Programme. From the suggestions given it is obvious that they have seen it as an easy and effective intervention into the already ongoing activities of both the PHC and the BDS.

Network for Information on parenting
Tamilnadu - Border District programme - for Resource persons
Awareness on Parent Education Flipchart
(Sponsored by UNICEF)

Programme Feedback

Name/பெயர்

Designation/வேலை

Having interacted with us, we would now we would like your views on the following

1. Through Government/NGO programmes what problems and needs of children below 3 should be addressed? தமிழ்நாட்டு அரசியலின் திட்டங்களின் மூலம் பிறப்பிலிருந்து 3 வயது வரையுள்ள குழந்தைகளின் எந்தெந்த பிரச்சனைகள், தேவைகள் ஆகியவைகளை கையாள வேண்டும்.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

2. How many of the above problems identified by you are under your perview to solve? மேற்கூறியவைகளில் எத்தனை உள்ள பொறுப்பின் கீழும், வேலையிலும் உள்ளது?

a.

b.

c.

d.

e.

f.

1. How would you take this programme forward in your sphere of activities? இந்த திட்டத்தை எவ்வாறு உங்கள் செயல்பாடுகளில் புகுத்தி எடுத்துச் செல்வீர்கள்.

Programme திட்டம்	Personnel/Materials குழுக்கள்/பொருட்கள்	Methodology வழி முறை	Time நேரம்

Any suggestions you would like to give us to take the programme forward...
இந்த திட்டத்தை முன்னோக்கி எடுத்துச் செல்ல ஏதாவது யோசனைகள்?

Network for Information on Parenting

ANNEXURE.I

[illegible]

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons- Jan.02 - May 02

II. PARTICIPANT PROFILE:

ANNEXURE.IA

[illegible]

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons Border District Programme - Jan.02 - May 02

Participant Profile

ANNEXURE.II

2. Issues related to children (Birth-3yrs.) that need to be addressed in the community:

	District →	Vellore				Poonamallee		Thiruvallur		Thirupathur		Total
No.	Issues	8/1	9/1	8/2	22/2	28/2	15/4	16/5	17/5	27/5	28/5	
	Health											
1.	Immunization	30	21	25	24	24	18	18	28	17	31	236
2.	Hygiene	--	--	10	17	11	13	7	10	11	22	101
3.	PN/AN Care	--	--	14	6	5	2	15	19	11	25	97
4.	Illness	31	20	7	11	--	--	4	6	--	--	79
5.	Health Education	20	12	--	--	9	5	6	8	4	4	68
6.	Institutional Delivery	3	2	3			3					11
7.	Deworming	--	--	--	--	--	1	2	3	--	1	7
	Nutrition											
8.	Breast feeding	31	19	24	27	27	23	25	40	16	29	261
9.	Nutrition	40	25	22	16	20	15	--	--	8	13	159
10.	Growth Monitoring	28	18	4	11	13	6	13	14	6	13	126
11.	Supplementary feeding	--	--	10	9	9	6	11	8	7	12	72
12.	Birth Weight	17	10	9	15	--	--	--	--	--	5	56
13.	Weaning	--	--	2	7	4	3	2	5	--	2	25

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons Border District Programme - Jan.02 - May 02

Participant Profile

ANNEXURE.IIA

2. Issues related to children (Birth-3yrs.) that need to be addressed in the community:

No.	District →	Vellore				Poonamallee		Thiruvallur		Thirupathur		Total
	Issues	8/1	9/1	8/2	22/2	28/2	15/4	16/5	17/5	27/5	28/5	
	others											
14.	Parenting	2	1	18	5	26	8	4	7	2	5	78
15.	Family	--	--	--	8	4	1	6	9	8	19	55
16.	Female Infanticide	13	9	5	1	--	--	3	7	5	7	50
17.	Gender discrimination	--	--	10	13	1	1	5	9	3	6	48
18.	Play activities	--	--	--	8	9	6	6	4	2	5	40
19.	Balwadi	--	--	--	--	7	2	6	11	3	6	35
20.	Spacing/Others	1	2	2	1	10	3	1	--	4	2	26
21.	Socialization Process *	--	--	--	10	11	1	--	--	--	3	25
22.	Role of Fathers							2	5	2	5	14
23.	Disability					1	1	--	--	--	5	7
24.	Milestone Development	--	--	--	--	2	1	--	--	--	2	5

* False belief, Toilet Training have of Nature, healthy surrounding, good habit, School Education.

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

Participant Profile

ANNEXURE.III

Q.3. Which of the above issues according to you are already covered, not covered by NGO/Governments?

VELLORE DISTRICT (8.1.02, 9.1.02, 8.2.02 and 22.2.02)

S.No.	Covered (Effectively)	Not Covered (Not Effective)	Reasons
1.	Immunization	Female Infanticide	Illiteracy
2.	Nutrition	Neo-natal care	Poverty
3.	Breastfeeding	Parenting	False beliefs
4.	Health	Communicable Disease	Lack of funding
5.	Hygiene	Institutional Delivery	Core issues not being addressed
6.	Supplementary feeding	Post-natal Care	Lack of stringent rules
7.	Prevention of Illness	False beliefs	Lack of motivation
8.	Weaning	Birth Spacing	Social issues - religion
9.	Worm Infestation	Teenage Pregnancy	Swindling by politicians
10.	Family Planning	Balikka Samriddi Yogana	Attractive advertisements
11.	IMR	Care for disabled children	Unwilling to learn
12.	ADD, ARI	Stimulation, Play	
13.	Weight Checking		
14.	Gender		

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

Participant Profile

ANNEXURE.IIIA

Q.3. Which of the above issues according to you are already covered, not covered by NGO/Governments?

POONAMALLEE DISTRICT (28.2.02 and 15.4.02)

S.No.	Covered (Effectively)	Not Covered (Not Effective)	Reasons
1.	Immunisation	Female infanticide	Financial allocation - very low
2.	Nutrition	Weight monitoring	Workers demands not met
3.	Breast feeding	Colostrum feeding	Attractive advertisements
4.	Health	Birth spacing	False beliefs
5.	Hygiene	Infant mortality	Illiteracy
6.	Supplementary feeding	Early marriage	Health care not comprehensive
7.	Weight checking	Treating minor ailments at home	
8.	Growth monitoring	Social Behaviour	
9.	Recreation	Disability	
10.	Mother's care	Child Psychology	
11.	Diarrhea management	New born care	
12.	Deficiency disorder		
13.	A.D.D./A.R.I. prevention		
14.	Pre-school education		
15.	Child care		
16.	Rooming-in		
17.	Low birth weight		
18.	Ante-natal care		
19.	Institutional Delivery		
20.	Mental Development		
21.	New born care		

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

Participant Profile

ANNEXURE.IIIB

Q.3. Which of the above issues according to you are already covered, not covered by NGO/Governments?

THIRUVALLUVAR DISTRICT (16.5.02 and 17.5.02)

S.No.	Covered (Effectively)	Not Covered (Not Effective)	Reasons
1.	Immunisation	Female infanticide	No awareness in villages
2.	Nutrition	Milestones development	Importance not known
3.	Breast feeding	Adolescent education	No referral services
4.	Health *	Emotional & psychological development	No proper information
5.	Hygiene	Toilet training	More comprehensive services needed
6.	Supplementary feeding	Weaning	No specific child centred programme.
7.	Diarrhea Management	Parent Counselling	Lack of motivation
8.	Disease prevention	Disability	Lack of proper training
9.	Weight monitoring	Consaigious marriage	Unable to cover illiterate masses.
10.	MCH	Mental health	
11.	Balwadi	Proper parenting	
12.	New born care	Malnutrition	
13.	Deworming	Child Abuse	
14.	Child rearing practices	Over-population	
15.	Maternal Nutrition	High birth order	
16.	Early intervention of common diseases	Early marriage	
17.	Family welfare programmes	Parent-child relationship	
18.	Colostrum feeding		

* Not identified.

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

Participant Profile

ANNEXURE.IIIC

Q.3. Which of the above issues according to you are already covered, not covered by NGO/Governments?

THIRUPATHUR DISTRICT (27.5.02 and 28.5.02)

S.No.	Covered (Effectively)	Not Covered (Not Effective)	Reasons
1.	Immunisation	Female infanticide	Wrong information
2.	Nutrition	Weight monitoring	Facilities not reaching mother and child
3.	Breast feeding	Nutrition	Illiteracy
4.	Health education	Vitamin A	Poverty
5.	Hygiene	Balwadi	Lack of awareness
6.	Supplementary feeding	Add/ARI	No father's role
7.	Diarrhea	Child rearing practices	Awareness among health workers
8.	IFA scheme	Growth & Development	
9.	Family Welfare	Disability	
10.	Balwadi	Play	
11.	Anaemia control programme		
12.	Safe delivery		
13.	MCH activities		
14.	Colostrum feeding		
15.	Pre-school education		
16.	Ante-natal care		
17.	Drinking water		
18.	Mental Health		

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

Programme Feedback:

ANNEXURE.IVA

1. Through Government/NGO Programs what are the problems and needs of children below 3 to be addressed

	District →	Vellore				Poonamallee		Thiruvallur		Thirupathur		Total
	Problems to be Addressed	8/1	9/1	8/2	22/2	28/2	15/4	16/5	17/5	27/5	28/5	
	Nutrition											
18.	Nutrition	40	25	24	26	34	24	12	20	8	13	226
19.	Breastfeeding	23	12	14	13	18	14	20	39	15	19	187
20.	Supplementary Feeding	30	21	18	10	9	5	4	9	9	7	122
21.	Weaning	10	4	6	3	2	--	--	--	--	--	25
22.	Colostrum feeding	--	--	--	--	2	1	2	5	7	5	22
	Others											
23.	Parenting	22	8	15	9	14	10	4	7	5	16	110
24.	Stimulation games, plays	2	4	2	2	11	4	5	12	4	11	57
25.	Gender	10	4	4	10	--	4	3	6	2	6	49
26.	Family	2	3	1	9	2	2	2	6	3	9	34
27.	VTF Scheme							8	19			27
28.	Psychological needs/Confidence				13	6	2					21
29.	Improving ICDS						5	--	--	5	7	17
30.	Infant monitoring					--	3	1	5	--	3	12
31.	Pre School Education					6	1			1	2	10
32.	Adoption					1	1			2	5	9
33.	Home Visits/Counselling							4	5			9
34.	Adolescent Group meeting							3	5			8
35.	Awareness Campaign & Child's Abuse					1				--	2	3
36.	Habit Formation					6	1					4

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

2. How many of the above problems identified by you are under preview to solve:

ANNEXURE.V

District →		Vellore				Poonamallee		Thiruvallur		Thirupathur		Total
No.	Problems that can be solved	8/1	9/1	8/2	22/2	28/2	15/4	16/5	17/5	27/5	28/5	
	Health											
1.	Immunization	13	10	14	3	13	11	14	21	23	33	155
2.	Mother/Child Health	--	--	--	--	4	1	11	19	14	20	69
3.	Hygiene	--	--	4	4	5	2	4	7	14	28	68
4.	Weight Monitoring	6	2	13	4	2	2	--	--	6	11	46
5.	AN/PN Clinic	3	1	4	3	3	5	--	--	5	11	35
6.	VTF Scheme	--	--	--	--	--	--	8	19	--	4	31
7.	Health Education	10	7	3	6			3	1			30
8.	Well baby clinics	--	--	--	--	--	--	5	12	3	9	29
9.	New Born Care	--	--	--	--	3	2	7	15	--	--	27
10.	Spacing	--	--	3	4	--	2	--	--	3	7	19
11.	School-Health Programme	--	--	--	--	--	--	3	2	5	9	19
12.	Growth Monitoring	2	3	3	7	1	1					17
13.	Sanitation	7	5	2	--							14
14.	IEC	--	--	--	--	--	1	3	5	1	3	13
15.	Infant Mortality	--	--	--	--	--	2	2	1	2	6	13
16.	Communicable Disease	3	5	4	--							12
	Nutrition											
17.	Breastfeeding	6	2	5	5	10	7	7	12	18	28	100
18.	Nutrition	--	--	--	9	11	5	7	11	12	21	76
19.	Supplement feeding	12	9	13	3	2	2	9	18	--	--	68
20.	Weaning	1	1	4	2	--	--	2	5	--	--	15
21.	Colostrum feeding	--	--	--	--	1	--	--	--	4	6	11

Network for Information on Parenting
Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons
Border District Programme - Jan.02 - May 02

2. How many of the above problems identified by you are under preview to solve:

ANNEXURE. VA

	District →	Vellore				Poonamallee		Thiruvallur		Thirupathur		Total
	Others	8/1	9/1	8/2	22/2	28/2	15/4	16/5	17/5	27/5	28/5	
22.	Parenting	4	5	9	6	3	4	4	6	2	5	48
23.	Playway methods	--	--	--	--	4	2	7	11	5	14	43
24.	Gender discrimination	4	1	3	6	--	4	4	9	2	4	37
25.	Creche	--	--	--	--	2	--	4	12	2	6	24
26.	Parental Counselling/Behaviour					4	1	2	5			12
27.	Adolescent group meeting	--	--	--	--	--	--	2	5	--	4	11
28.	Home visits	--	--	--	--	--	--	2	4	--	2	8
29.	Awareness Programs									--	5	5
30.	Balwadi					3	--					3

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

Programme Feedback

ANNEXURE.VI

3. How would you take this programme forward in your Sphere of Activities:

VELLORE DISTRICT (8.1.02, 9.1.02, 8.2.02 and 22.2.02)

S.No.	Programme	Personnel	Materials	Methodology	Time
1.	ICDS	SHN, HI, Doctors	Flip Charts	Internal Personal Communication	Field visits
2.	MCH	VHN, CNS	Flip Books	Lectures	During meetings
3.	RCH	Council Members	Flash Cards	Health Education	During Celebrations
4.	Family Welfare	Teachers	Cassettes	Drama	AN/PN Clinic time
5.	Immunization	SHG	Charts	Games	After delivery
6.	Review Meetings	AN Mothers	T.V. Shows	Field Visit approach	Mornings- 8-9.30 am
7.	Mothers Meetings	CWO	Chalk, Board	Group discussions	Evenings 3-5 pm
8.	AN/PN Clinic	BEE	OHP	Role Play	Parents available time
9.	<i>Family Planning Prog. *</i>	CNW		Songs	Maximum 1-1 ½ hours
10.	School Health Programme	VTF, PTF		Group Meetings	
11.	Parenting	Parents		Short films	
12.	Health Camps	WTF Members			
13.	Breastfeeding	Field Staff			
14.	New Born Care				
15.	<i>Hygiene *</i>				
16.	Staff Training Programme				
17.	VTF Meeting				
18.	Weaning/Weight Checks				
19.	Nutrition				
20.	Gender Problem				
21.	Aids Meeting				

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons- Jan.02 - May 02

3. How would you take this programme forward in your Sphere of Activities:

ANNEXURE.VIA

POONAMALLEE DISTRICT (28.2.02 and 15.4.02)

S.No.	Programme	Personnel	Materials	Methodology	Time
1.	ICDS	SHN, HI	Flip Chart	Weekly meeting/discussion	Field visits
2.	MCH	Medical Officers	Flash Card	Lecture	During Celebrations
3.	RCH	Teachers	Cassettes	Street Play	AN/PN Clinic time
4.	Family Welfare	VHN, CNS	Charts	Campaigns	2-4 p.m.
5.	Immunization	Eligible couples	TV Shows	Group Meetings	Parents available time
6.	Review Meetings	SHG	Slogans	Role Play	Home visits
7.	Mothers Meetings	VTF, PTF	Hand-outs	Demonstration	
8.	AN/PN Clinic	Adolescents		Games	
9.	Family Planning Programme	CNW, CWO		Songs	
10.	School Health Programme	BEE			
11.	Parenting	MPHW			
12.	Health Camps	Trainees			
13.	Breastfeeding	Panchayat member			
14.	New Born Care	Mothers/Parents			
15.	Hygiene *				

* Not Identified

Network for Information on Parenting

Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons - Jan.02 - May 02

3. How would you take this programme forward in your Sphere of Activities:

ANNEXURE.VIB

THIRUVALLUVAR DISTRICT (16.5.02 and 17.5.02))

S.No.	Programme	Personnel	Materials	Methodology	Time
1.	ICDS	Teachers	Flip Chart	Role Play	AN/PN Clinic Time
2.	MCH	Anganwadi Workers	Songs	Folk Songs	10-12 noon
3.	RCH *	HI, CHN	Posters	Family Visit	Monday - 2-4 p.m.
4.	Family Welfare *	Mothers	Photographs	Group Meetings	Review Meetings
5.	Immunization	VHN/VTF	Models	Drama	
6.	Review Meetings	HSN	IEC Materials	Street Theatre	
7.	Mothers Meeting	BEE	Mass Media	Puppet Show	
8.	AN/PN Clinic	Medical Officers			
9.	Family Planning *	Tribal Welfare			
10.	School Health Programme *	Volunteers			
11.	Parenting Programme				
12.	Health Camps *				
13.	Breastfeeding				
14.	New Born Care				
15.	Hygiene				
16.	IEC Breastfeeding				
17.	Continuing education				
18.	Child rearing				
19.	Life Education Programme				
20.	Family visits				

* Not Identified.

Network for Information on Parenting
Tamil Nadu - Border District Programme - for Resource persons
Border District Programme - Jan.02 - May 02

3. How would you take this programme forward in your Sphere of Activities:

ANNEXURE.VIC

THIRUPATTUR DISTRICT (27.5.02 and 28.5.02)

S.No.	Programme	Personnel	Materials	Methodology	Time
1.	ICDS	Anganwadi Workers	Flip Charts	Group Meeting	During Celebration 10-12 noon
2.	MCH *	VHN/VTF	T.V.	Home Visit	
3.	RCH *	Teachers	Songs	Puppet Shows	Monday 2-4 p.m. Camps
4.	Family Welfare	Panchayat Members	Posters	Street Theatre	
5.	Immunization	Parents	Mass Media	Campaign	
6.	Review Meetings *	MPHW		Songs	
7.	Mothers Meeting *				
8.	AN/PN Clinic				
9.	Family Planning				
10.	School Health Programme				
11.	Parenting				
12.	Health Camps				
13.	Breast feeding				
14.	New Born Care *				
15.	Hygiene				

* Not identified.

ACTION PLAN

Network for Information on Parenting
Tamil Nadu - Border District Programme - For Resource Persons - January '02-May '02

ANNEXURE.VII

NIP - BDS VELLORE DISTRICT PHC-38+4 ACTIVITY		PHC Review Tuesday	HSC-Health Sub Centre	PN/AN Clinics Monday	Immunization Days-Wed	Adolescent/Youth	ICDS	Border District Review Meet	SHG/VHN/AG/BEE/CN W/HIGI/SHN	Friday Review VTF/PTF	Women Group/SHG	OP/Health Camp	Family /Parents Neighbours/Mothers
Date: 8.1.2002		✓								✓			✓
1. Andiait													✓
2. Katzhampatu		✓		✓		✓	✓		✓		✓	✓	✓
3. Karadikuppam				✓				✓	✓			✓	✓
4. Kamampet		✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓		✓	✓
5. Kodaikal				✓						✓			✓
6. Odigarthur				✓	✓	✓		✓		✓			✓
7. Palikonda				✓	✓			✓		✓			✓
8. Polgai				✓	✓					✓			✓
9. Ponnai				✓	✓					✓			✓
10. Ussoor				✓	✓	✓	✓			✓			✓
11. Vinmampalli		✓		✓	✓	✓				✓	✓		✓
12.						✓							✓
Date: 9.1.2002													
13. Ambur			✓	✓		✓	✓	✓			✓	✓	✓
14. Baravaram		✓		✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓
15. Kavseripakkam				✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓
16. Kuruvampet				✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓
17. Lalpet				✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓

ACTION PLAN

Network for Information on Parenting
Tamil Nadu - Border District Programme - For Resource Persons - January '02-May '02

ANNEXURE V.IIA

NIP-BDS VELLORE DISTRICT ACTIVITY	PHC Review Tuesday	HSC-Health Sub Centre	PN/AN Clinics Monday	Immunization Days-Wed	Adolescent/Youth	ICDS	Border District Review Meet	SHG/VHN/AG/BEE/CN W/HIGI/SHN	Friday Review VTF/PTF	Women Group/SHG	OP/Health Camp	Own Family /Parents Neighbours/Mothers
Date: 9.1.2002					✓			✓		✓		✓
18. Minnel			✓					✓				✓
19. Mudur					✓			✓	✓			✓
20. Musiri	✓		✓			✓		✓			✓	✓
21. Paranjil	✓		✓		✓		✓	✓		✓		✓
22. Pudupattu	✓	✓	✓	✓			✓			✓		✓
23. Thakrulkalam	✓		✓		✓					✓		✓
24.					✓							✓
Date: 8.2.02												
25. Attupakkam	✓	✓	✓	✓				✓	✓		✓	✓
26. Ladoyaram			✓	✓	✓			✓	✓		✓	✓
27. Mambakkam	✓		✓	✓				✓	✓		✓	✓
28. Melkalethur							✓		✓			
29. Melvisharam			✓			✓			✓			
30. Panapakkam	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	
31. Pudupadi			✓			✓		✓	✓			
32. Purnai		✓				✓			✓			✓
33. Timiri	✓		✓			✓						
34.	✓					✓						

ACTION PLAN

Network for Information on Parenting
Tamil Nadu - Border District Programme - For Resource Persons - January '02-May '02

ANNEXURE: VIIB

NIP-BDS VELLORE DISTRICT ACTIVITY	PHC Review Tuesday	HSC-Health Sub Centre	PN/AN Clinics Monday	Immunization Days-Wed	Adolescent Programme	ICDS	Border District Review Meet	SHG/VHN/AG/BEE/CN W/HIGI/SHN	Friday Review VTF/PTF	Women Group/SHG	OP/Health Camp	Own Family & Neighbours
Date: 22.2.2002												
35. Arakomam								✓			✓	✓
36. Arcot			✓	✓	✓			✓			✓	✓
37. Ranipet			✓					✓				✓
38. Vellore								✓				✓
39. DDHS - Vellore							✓	✓				✓
40. ICDS - Ranipet						✓		✓		✓		✓
41. ICDS - Vellore			✓	✓				✓				✓
42. WBA ICDS II - Vellore										✓		✓
Total ..	12	5	24	13	15	9	8	16	16	11	7	20

ACTION PLAN

Network for Information on Parenting
Tamil Nadu - Border District Programme - For Resource Persons - January '02-May '02

ANNEXURE.VIIC

NIP - BDS POONAMALLEE DISTRICT PHC-18 ACTIVITY	AN/PN Clinic (Tues)	Immunization Clinic	ICDS/CNC Centres	Schools /Colleges	Group Parent/Teacher/couple	P.H.C.Staff	Women's Group - SHG	SHG/VHN/AG/BEE/CNW/HI GI/SHN	Play way Method	Well Baby Clinic	MCH Clinic	Panchayat/Family/Father	Health Camps/Family Planning	Parents-Teachers Meet	Married Couple (New)	IPC, Campaign/Fair, Festival, Drama, Puppet	VTF Meeting - BDS
Date: 28.2.2002																	
1. Kundrathur	✓	✓	✓	✓	✓	✓											
2. Mampadu	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓									
3. Thirumazhisai	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			✓							
4. Marali	✓	✓	✓	✓	✓	✓				✓	✓		✓	✓	✓	✓	
5. Narmyankuppam																	
6. Kallimedu D.H.C.			✓		✓	✓	✓										✓
7. Porur	✓			✓	✓	✓		✓		✓							
8. Thiruniravur	✓		✓		✓	✓	✓	✓			✓				✓	✓	
9. Neman	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓							✓	✓	
10. Kadavur			✓		✓		✓	✓									✓
11.									✓								
Date: 15.4.2002																	
12. Thiruvotriyur (Municipality)		✓							✓	✓							
13. Thiruvotriyur (ICDS)	✓		✓				✓						✓				
14. Muthavarun						✓			✓	✓		✓					
15. Avadi-1		✓	✓														✓
16. Kattivakkam	✓	✓	✓			✓		✓			✓	✓					
17. Avadi-2	✓	✓	✓		✓												
18.			✓			5	✓										✓
Total	9	8	13	6	8	5	8	6	5	6	4	3	2	1	3	1	6

ACTION PLAN

Network for Information on Parenting
Tamil Nadu - Border District Programme - For Resource Persons - January '02-May '02

ANNEXURE: VIID

NIP - BDS THERUVALLUR DISTRICT PHC - 15 ACTIVITY	Sub-Centres	AN/PN Clini (Monday)	VTF Members (Review Meeting) + pHc	Self - Help Groups	NGO's/Orphanage/ Creche	Adloescent Groups	Women's Groups	VHN/SHN/CNN/HI/ MO	Anganwadi Workers	Fan Clubs/Panchayath, Tribal Welfare Volunteer	Immunization Clinic	Home Visits	Mother's Groups	Families/Parents/Father s/Married Couple/Teachers	Well Baby Clinic	Play way methods	IEC/Flip Chart/TV
Date: 16.5.2002 1. K.K.Pet	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓										
2. Thiruttanni	✓		✓														
3. Thiruvakongadu		✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓					
4. Thiruvallur			✓					✓	✓		✓	✓	✓				
5. Poondi			✓		✓										✓		
6.								✓	✓							✓	
Date: 17.5.2002																	
7. Elkupuram - 1	✓	✓				✓							✓	✓			
8. Thiruttanni		✓											✓			✓	
9. Thiruvakongadu													✓				✓
10. Gummidipoondi			✓		✓	✓	✓										✓
11. Elkupuram - 2		✓		✓		✓	✓		✓				✓	✓	✓		
12. Sthokvaram																	✓
13. Aulaniyam			✓		✓									✓	✓	✓	✓
14. Minjur				✓	✓		✓	✓				✓				✓	✓
15. Kadamabathur							✓	✓									✓
Total	3	6	7	5	5	7	4	8	8	4	8	4	6	5	2	5	6

ACTION PLAN

ANNEXURE: VIII

NIP THERUPATTUR DISTRICT PHC-17+2 ACTIVITY	AN/PN Clinic (Tues)	VHN/SHN/CNN/MO/HI	Immunization Clinic	Welfare Camps	VTF/PTF Members	Adolescent/Youth/School	Health staff	Nutrition staff	Women's Welfare Group	Anganwadi Group	Parent/Teachers Group	IEC/Mass Media	Panchayat meeting	Mother's meetings	AHC Review	Father/Mother/Couples	Govt. Advocacy	NGOs	Self-Help Group	Playing Method/Child Growth
Date: 27.5.2002																				
1. Pudupattai/ Alangayam/ Kathirampatti	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2. CNS - I	✓						✓	✓	✓	✓	✓	✓								
3. TNSF	✓							✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓				✓	✓
4. Porampet	✓			✓				✓	✓	✓		✓			✓				✓	✓
5. Kunichi	✓			✓					✓	✓		✓			✓					✓
6. Jallapettai	✓								✓	✓										✓
7. Andiyappareyur-II	✓			✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
8. Andiyappareyur - I	✓					✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					
Di:- 28.5.2002																				
9. Kathadi - I			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
10. Kathadi - II							✓				✓								✓	✓
11. Gudiyatham - I																				✓
12. Gudiyatham - II	✓	✓	✓							✓										✓
13. Pernambut - I	✓					✓					✓				✓					✓
14. Pernambut - II	✓	✓		✓		✓		✓	✓						✓				✓	✓
15. K.V.Kuppam Block	✓		✓	✓	✓	✓			✓					✓	✓				✓	✓
16. Madanur	✓			✓	✓				✓					✓	✓					✓
17.																				
Total	12	3	8	6	8	7	3	7	12	4	6	7	4	7	5	4	3	4	3	5

Brain Development - முளை வளர்ச்சி

- பிறப்பில் குழந்தையின் முளையில் நியூரான்சுள் என்னும் 100 மில்லியன் அணுக்கள் உள்ளன.
- முளை வெளி உலகத்தில்தான் முதிர்ச்சியடைகிறது.
- முளையின் இணைப்புகளை வெளி உலகமே அமைக்கிறது.
- புலன்சுளின் மூலம் கிடைக்கும் அனுபவங்களின் மூலம் முளை புது இணைப்புகளைப் பெறவோ அல்லது மாற்றி அமைக்கவோ செய்யும்.
- சிறு பிராயத்தில் பிறருடன் கொள்ளும் உறவுகளே, மனவளர்ச்சிக்கும் சமூக உறவு வளர்ச்சிக்கும் காரணமாக உள்ள முளையின் பாகங்களின் வளர்ச்சிக்கு காரணமாகும்.
- ஒவ்வொரு குழந்தையும் இவ்வுலகத்திற்கு வரும்போது ஏற்கெனவே அமைக்கப்பட்ட ஒழுங்கின் படி கற்பதற்கு தயாராக வருகிறது. ஆனால் அவரவர் இயற்கையான பாரம்பரியத்தின்படி முளையின் வெவ்வேறு பகுதியிலுள்ள இணைப்புகள் வெவ்வேறு சமயம் முதிர்ச்சியடையும். தக்க தருணத்தில், தக்க துணுதல்களை அளிப்பதன் மூலம் இந்த இணைப்புகளை சிறப்பாக இயங்கச் செய்வதுதான் முளை வளர்ச்சிக்கான முதற்கண் நோக்கம்.
- இவ்வித இணைப்புகள் தோற்றுவிக்க துணுதல் அளிப்பது ஓர் வழியாகும்.
- அதாவது சிறுவயதில் உண்டாகும் அனுபவங்களே முளையின் அமைப்பை நிர்ணயிக்கிறது. இதுவே வாழ்நாள் முழுதும் மனிதர்கள் நடந்து கொள்ளும் விதத்தையும், சிந்திப்பதையும், கற்பதையும் உருவாக்குகிறது. மனவளர்ச்சி
- தினசரி வாழ்வில் நேரும் எளிய அன்பான நிகழ்ச்சிகள் முளை வளர்ச்சிக்கு அவசியமான சத்தை அளிக்கிறது. உதா: ரீதியிலான, மனரீதியிலான, அறிவு ரீதியிலான தெளிவான அனுபவங்கள் ஆரோக்கியமான வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது.
- முளை கிரமப்படி, வரிகசையாக தயாரான நிலையில் உள்ளது. செயல்படத் தயாரான நிலையில் இருக்கும் அணுக்களுக்கு துணுதல் அளிக்க வேண்டும்.
- எந்தவிதமான ஒரு மனச்சோர்வும், உணர்ச்சிபூர்வமான இறுக்க நிலையும் ஏற்படும் சமயத்தில் கார்டினால் எனப்படும் அமிலம் முளையில் மேல் பரவும். இதன் கொடிய விளைவாக முளையின் இணைப்புகள் பாதிக்கப் பட்டு அதன் அளவும் குறைந்து விடும். இந்த பாதிக்கக் கூடிய அனுபவங்கள் அதிக காலம் இருந்தால் முளையின் செல்களின் இணைப்புகள் துண்டிக்கப் படும்.
- முளையின் செல்களை, துணுதலினால் இயக்காவிட்டால் அதன் வளர்ச்சி குறைந்து விடும். பல அனுபவங்களினால் தோன்றும் இயக்கங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் முளையின் அமைப்புக்கும், இயக்கத்திற்கும் அடித்தளமாக அமையும்.
- இந்த அணுக்கள் துணுதல் கிடைக்கும் போதெல்லாம் முளையின் ஒரு அமைப்பிலிருந்து மற்ற அமைப்புடன் இணைந்து ஒரு வலைபோல் பின்னி ஒட்டு மொத்தமாக இணையும்.
- இளவயதில் குழந்தைகள் புறக்கணிக்கப் பட்டாலோ, மனதிற்கு தேவையான ஆதரவு கிடைக்கா விட்டாலோ, துணுதலினால் ஏற்படும் அனுபவங்கள் கிட்டாவிட்டாலோ, போஷாக்கும், கவனிப்பும் இல்லாதிருந்தாலோ, பாசப்பிணைப்பில்லாதிருந்தாலோ, வளர்ச்சி குன்றி முளையின் வளர்ச்சி பாதிக்கப் படும்.
- பிறப்பின் பின் தோன்றும் முளை வளர்ச்சியைப் பற்றிய பல ஆராய்ச்சிகள் சமீபத்தில் சேகரிக்கப்பட்டுள்ளது. ஒரு குழந்தை முழுமையாக வளர்ச்சி பெற்று பூரண திறனுடன் வாழ்தில் திகழ குழந்தையின் பிறப்பிலிருந்து 3 வயதுக்குள் கிடைக்கும் நல்ல துணுதல்களே முக்கியமானது என்று இந்த ஆராய்ச்சி ஸ்திரப்படுத்துகிறது.

குழந்தை பிறந்ததிலிருந்து மன வளர்ந்து கொண்டேதான் இருக்கிறது. குழந்தையின் 3 வயதுக்குள் 85 சதவீதம் முளையின் அமைப்பு முழுமை பெற்று விடுகிறது. இந்த வளர்ச்சி 10 வயதில் முற்றுப் பெறுகிறது. பிறப்பில் குழந்தையின் பாரம்பரியத்தினால் ஏற்படும் முளையின் அமைப்பு முதலில் நிர்ணயிக்கப் பட்டாலும் பெரும்பாலான வளர்ச்சி பிறகே உண்டாகிறது. குழந்தைக்கு கிடைக்கும் அனுபவங்களினாலேயே பல புதிய இணைப்புகளும், தொடர்களும் முளையில் அதிகரிக்கும்.

எவ்வளவுக்கெவ்வளவு இந்த இணைப்புகள் ஏற்பட்டிருக்கிறதோ, அத்தனைக்கத்தனை குழந்தையின் முழு திறனும் வெளிவரும். இவ்வித அனுபவம் பெறாத அல்லது துஷ்பிரயோகம் செய்யப்பட்ட

குழந்தையின் முளை போல் முழுவளர்ச்சி பெறாத முளையாக இருக்கும். முதல் 3 வருடத்தில் குழந்தையின் முளை எந்த அளவுக்கும் விருத்தியடைய தயாரான நிலையில் இருக்கும்.

குழந்தைக்கு நல்ல தூண்டுதலுடனும் அனுபவங்களையும் ஆர்வமுடனும் செயல்களையும் அளித்தோமானால் முளையின் இணைப்புகள் அதிகரித்து பிற்சாலத்தில் இது ஓர் நல்ல அஸ்திவாரமாக அமையும். முளை முதிர்ச்சியடைந்து விட்டால் இவ்விதம் மேலும் மேலும் பெருகும் சக்தி குறைந்து விடும்.

உதாரணம் -

1. பிறரால் அதிகம் தொட்டு அணைக்கப் படாத, அதிகம் விகளையாடாத குழந்தைகளின் முளை வளர்ச்சி, அவர்களை ஒத்த வயதடையவர் முளையை விட 20% 30% குறைவாகவே இருக்கும். முழுமையான அனுபவங்கள் கொண்ட குழந்தைகளுக்கு முழு வளர்ச்சியுள்ள முளை உண்டு.
2. அதிகம் பேசும் தாய்மார்களின் 20 மாத குழந்தைகளுக்கு, சூறவாக பேசும் தாய்மார்களின் குழந்தைகளை விட 131 வார்த்தைகள் கூட்ட தெரிந்திருக்கும்.
3. குழந்தையின் முதல் 3 வருடங்கள் அவர்கள் பயத்துடனும், இறுக்கமான சூழலிலும் இருந்தால், அவர்கள் உடலில் சார்டிஸால் என்னும் ஹார்மோன் அதிகமாக சுரக்கும். இவர்களின் உணர்ச்சிகளின் வளர்ச்சிக்கென இருக்கும் முளையின் பாகங்கள், மற்ற சாதாரணமாக இருக்கும் குழந்தைகளின் முளையை விட சிறியதாக இருக்கும். அவர்கள் பெரியவர்களான பின் பல இக்கூட்பான, சிக்கலான சம்பவங்கள் அவர்களை பெரிதும் கவலைக்குள்ளாக்கி, உணர்ச்சி வசப்பட வைக்க சாரணமாக அமையும். இந்த விதமான மாறுபட்ட நடத்தைகளால் இளவயதில் சொடுக்கப்படும் தூண்டுதல்களினால் குறைக்கலாம். இவ்விதம் செய்து அவர்களின் கற்கும் திறமையையும், ஆற்றலையும், எதிர்கொண்டு சமாளிக்கும் திறனையும் அதிகரிக்கலாம்.
4. குறைப்பிரசவமான குழந்தைகளை மென்மையாக தொட்டு, தடவுவதினால் அவர்கள் நன்கு வளரவும், அதிகமாக சார்டிஸால் ஹார்மோன் சுரப்பதை குறைக்கவும் முடியும் என்று ஆராய்ச்சி கூறுகிறது.

Child Development - குழந்தை வளர்ச்சி

ஒவ்வொரு குழந்தையும் தனிப்பட்ட விதத்தில் வளருவார்கள். ஆனால் அவர்கள் எல்லோருமே ஒரே கிரம்பட்டி வளரும் பருவத்தைக் கடப்பார்கள். எல்லா பெற்றோருக்கும் எட்டிடி குழந்தைகள் வளருகிறார்கள் என்பதைப் பற்றி தெரிந்திருக்கும். உதாரணமாக, 12 மாதத்தில் குழந்தை நடக்கும் என்று தெரிந்து கொண்டிருப்பார்களே தவிர திட்டவாடமாக வளர்ச்சியைப் பற்றி தெரிந்திருக்காது. இதற்கு 3 காரணங்கள் உண்டு.

முதலில் அவர்கள் தங்கள் குழந்தைகளால் அவர்களுடைய வயதுக்கு மீறிய செயல்களை செய்ய முடியும் என்று எண்ணுவார்கள். உம் - பெற்றோர்கள் தங்கள் 2 வயது குழந்தையை காலுறையைப், -உ-ஸ்லீயும் கொண்டு சரச் செய்வார்கள். குழந்தைகள் வெறும் ௨-ஸ் மட்டும் கொண்டு வந்தால், குழந்தை தான் கூறியதை சாதில் போட்டுக் கொள்ளாமல் தட்டிதமாக நடந்து கொள்கிறது என்று தானாகவே நினைத்துக் கொண்டு கோபமுறுவார்கள். அவர்கள் தங்கள் 2 வயது குழந்தையிடம் அதிகம் எதிர்பார்க்கிறார்கள். 2 வயது குழந்தையிடம் ஒவ்வொன்றாக செய்ய ஜெவண்டியத்தை கூறினால் குழந்தைக்கு அதன்படி செய்ய முடியும். இங்கு குழந்தையிடம் கேட்ட வேண்டுகோள் 2 வயதுக் குழந்தைக்குப் பதில் 3 வயதுக் குழந்தையிடம் கேட்பது பொருத்தம். குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பகுதிகளைப் பற்றி பெற்றோர் அறிந்திருந்தால், அவர்களைப் பராமரிக்கும் விதமும், அவர்கள் வயதுக்கேற்ற செயல்களை சொடுக்கவும் தெரிந்திருக்கும். குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பற்றிய உண்மைகளை தெரிந்திருக்க வேண்டியதன் இரண்டாவது காரணம் என்னவென்றால், பெற்றோர்களால் தங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பருவத்தின் முழுமையை அடைய அவர்களுக்கு உதவுவது. குழந்தை 7 மாதமளவுடன் அவர்கள் தவறாததற்கு தயாராக இருக்கிறார்கள் என்று நமக்குத் தெரியும். இந்த வளர்ச்சிப்படியின் எல்லையை தொட குழந்தையை அவரல்கள் வயற்றின் மேல் தளையில் விளையாட விடவும். குழந்தைக்கு சற்றே எட்டாத தூரத்தில் ஒரு பொம்மைகளை வைத்தால், அப்பொம்மைபால் குழந்தை ஈர்க்கப்பட்டு குழந்தை தவறு ஆரம்பிக்கும் அல்லது முனையும். குழந்தையின் வயதுக்கேற்ப உய்க்குதல் அளித்து குழந்தையை ஆரோக்கியமாக வளர எளிதான முறையில் பெற்றோர் குழந்தைக்கு உதவலாம்.

கடைசியாக குழந்தைகள் எந்நெந்த பருவத்தில் என்னென்ன திறமை பெற்றிருக்க வேண்டும் என்று பெற்றோர்கள் தெரிந்து வைத்திருந்தால் அவர்களுக்கு தங்கள் குழந்தை சரியான முறையில் வளருகிறதா என்று தெரிய வரும். தொடர்பு கொள்ளுதலைப் பற்றி தெரிந்து வைத்திருக்கும் பெற்றோருக்கு தங்கள் 2 வயது குழந்தைக்கு, அவர்களிடம் கூறும் வார்த்தைகள் புரியாமலும், குழந்தை ஒரு வார்த்தையும் பேசா விட்டால், ஏன் இப்படி குழந்தை பேசாதிருக்கிறார் என்று அக்கறை காட்டுவார்கள். இந்த அறிவு அவர்களை குழந்தைக்கு பேசு வருவதற்கு வேண்டியதை செய்து, ஆதரவளிப்பர். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு சீக்கிரமாக இதை செய்கிறேனோ அவ்வளவுக்கெவ்வளவு குழந்தை இந்த தாமதத்தை சரிவ்-டுவதற்கு தயாராகும். இந்த அட்டவணை ஒரு சராசரி குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பகுதிகளைப் பற்றிடும், அவர்களுக்கு அளிக்கப்பட வேண்டிய தூண்டுதல்களைப் பற்றிடும், இதனால் எட்டிடி அவர்கள் ஆரோக்கியமாக வளர்வார்கள் என்பதைப் பற்றிடும் பெற்றோர்களுக்கு எடுத்துரைக்க உதவும்.

குழந்தை வளர்ப்பு ஒர் நீண்ட படிக்கட்டுப் போன்றதாகும். முதல் படியை தாண்டாமல் நம்மால் அடுத்த படியை அடைய முடியாது. அவ்விதம் செய்தால் நாம் விழுந்து விடுவோம். இப்படியான முறைகள் அஸ்திவாரம் நன்கு அமைக்கப் பட வேண்டும். நேராகவே உய்க்களால் உங்கள் இலக்கான உயிரே இருக்கும் முதல் படிக்கு செல்ல முடியாது. ஒவ்வொரு வளர்ச்சிப் பகுதியும் ஒரு படி போன்றது. தூங்கள் இலக்கை அடைய குழந்தை ஒவ்வொரு படி வழியாகவும் செல்ல வேண்டும். உதாரணமாக ஒரு குழந்தை தவறலது, உட்கார்வது ஆகியவைகளை செய்தால்தான் கடைசியில் நடக்க முடியும். மற்றொரு உதாரணம் எழுதவதைப் பற்றியது. முதலில் குழந்தை கையில் பென்சிலைப் பற்றவும், கிறுக்கவும், இந்த கிறுக்கலை ஒரு படம் வரையும் திறனாக மாறுவதும் பின் அவர்கள் திறன் மெருகே அரக்களால் எழுதக் கூடுகிறது.

எல்லா குழந்தைகளும் இந்த செயல்கள் முழுவதையும் செய்தாலும், ஒவ்வொரு குழந்தையும் தன் வேகத்திற்கு ஏற்ப செய்வர். உதாரணம் - 10-17 மாதத்தில் குழந்தைகள் நடக்க ஆரம்பிப்பர். இதுதான்

நடக்கும் திறன் பெற வேண்டிய சாலசுட்டம் 14 மாதத்தில் தங்கள் குழந்தை இன்னும் நடக்கவில்லை என்று பெற்றோர் கவலைக்குள்ளாகக் கூடாது. இந்த வளர்ச்சி திறன் பெறுவதற்கு சில குழந்தைகள்

சாலதாமதம் எடுத்துக் கொள்வார்கள். ஆனால் அவர்கள் 17 மாதத்தில் இந்த நடக்கும் திறனைப் பெற்று விட்டால் அதுவே இயல்பாகும். இதனால் கவலைப் பட வேண்டாம். குழந்தை தன் திறனில் நல்ல முழுமை பெற அதில் நன்கு தேர்ச்சியடைவார்கள். அதன்பின்புதான் அடுத்த வளர்ச்சி கூட்டத்திற்கு நூழுவார்கள். ஒவ்வொரு குழந்தையும் தங்கள் தனிப்பட்ட வேகத்தில்தான் இதை செய்து முடிப்பார்கள். இதற்கு பெற்றோர்கள்தாம் குழந்தைக்கு உதவ வேண்டும். குழந்தை உடல்நலமின்றியோ, மன இறுக்கத்துடன் இருந்தாலோ வளர்ச்சியில் தாமதம் இருக்கும். இதை பெற்றோர்கள் தெரிந்து கொண்டு இத்தாமதத்தை எதிர்பார்க்க வேண்டியது தேவை. இந்த கருத்தைப் புரிந்து கொண்டு பெற்றோர்கள் இந்த தாமதத்திற்காக திட்டம் போட்டு, அதற்கு ஏற்ற ஆதரவையும், வழியையும் குழந்தைக்கு வகுத்து அவர்கள் இலக்கை அடைய துணை இருக்க வேண்டும். குழந்தைகள் எல்லா வளர்ச்சிப் பகுதிகளின் மூலமும் வளருவார்கள். தன்னைப் பற்றிய உணர்வு உடல் ரீதியான திறன், மற்றவருடன் பதில் செயல் புரியும் திறன், பிறருடன் தொடர்பு கொள்ளும் திறன், அறிவுத்திறன் இவை யாவும் ஒன்றோடொன்று தொடர்பு கொண்டிருப்பதால், ஒன்று மட்டும் தனியாக வளர்ச்சி பெறாது. பெற்றோர் குழந்தைக்கு கிலுகிலுப்பையை ஆட்டிக் கூட்டினால் அவர்கள் குழந்தையின் தன்னைப் பற்றிய உணர்வை வளர்க்க உதவுவர். குழந்தைக்கு தன் தாய் தன்னுடன் விளையாடுவதில் மிக்க மகிழ்ச்சி. குழந்தைகளின் உடல் வளர்ச்சி இதனால் முன்னேற்றமடையும். ஏனெனில் குழந்தை தன் கழுத்தை திருப்பி கூட்டுக்குள் கொண்டு வந்து பின் பொம்மையின் மேல் கண்களைப் பதிக்கிறது. கையை எட்டி பொம்மையைப் பிடிக்கிறது. பெற்றோருடன் அன்பான உறவை வளர்த்துக் கொள்கிறார்கள். குழந்தை சிரிக்கும் பொழுது தாய் விளையாட்டை தொடர்ந்து ஆடிக்கொண்டே குழந்தையைப் பார்த்து சிரிக்கிறார். இந்த பொம்மையிலிருந்து எங்கு, எப்படி ஒலி வருகிறது என்று விபந்து உலகைப் பற்றி அறிவார்கள். இவ்விதம் பெற்றோருடன் பேசாமலே பல விதத்தில் தொடர்பு கொள்ள வழிசெய்யும்.

எல்லா வளர்ச்சிப் பகுதிகளுக்கும் ஊக்கம் தேவை. அப்பொழுதுதான் குழந்தை முழுமையான மனிதராக உருவாகுவார். மேலும் இது அவர்கள் முளை வளர்ச்சிக்குத் தேவையான பல அனுபவங்களைப் பெற்று வாழ்வில் நல்ல வெற்றியை பெற வழி வகுக்கும்.

IMPORTANCE OF PLAY

விளையாட்டின் முக்கியத்துவம்.

விளையாட்டின் மூலமே குழந்தைகள் பலவற்றைக் கற்றுக்கொள்கிறார்கள். கற்பதற்கு தேவையானவற்றை புரிந்துக் கொள்ள குழந்தைகள் நேரடியாக தங்கள் சூழ்நிலையில் செயல்புரிய வேண்டும். பால்வாடிகளில் நாம் குழந்தைகள் விளையாடிக் கொண்டு இருப்பதைப் பார்க்கும் பொழுது "குழந்தைகள் வெறும் விளையாட்டுதான் விளையாடுகிறார்கள்" என்று எண்ணுகிறோம். குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டுதான் வேலை என்பதை நாம் மதிக்க மறந்துவிடுகிறோம். குழந்தைகள் விளையாடும்போது அவர்களின் எல்லா வளர்ச்சிப் பகுதிகளும் தூண்டப்படுகின்றன. ஊதாரணமாக அவர்கள் அச்சத்துண்டுகளுடன் விளையாடும்போது

1. கண்களும், கையும், ஒருங்கிணைவது . இது எழுதுவதற்கு துணைபுரியும்.
2. ஒன்றன்மேல் ஒன்றுவைத்து அவர்கள் அச்சத்துண்டுகள் கட்டும்போது அவைகள் கீழே விழாமல் இருக்கவும் திடமாக எவ்வாறு இருக்க வேண்டும் என்றும் கற்கிறார்கள்.
3. பல வித அளவுகள், வடிவங்கள் ஆகியவைகளைப் பற்றி அறிகிறார்கள்.
4. நிறங்கள் - நிறங்களால் பொருட்களை வெவ்வேறாகப் பார்த்து அறிவது.
5. சமூக உறவு திறன் - மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்தும், விட்டுக்கொடுத்தும் விளையாடும் திறன் பெருதல்.
6. தொடர்பு - நாம் என்ன செய்துக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதை பெற்றோர், நண்பர்கள் ஆகியவர்களுடன் கூறி தொடர்பு கொள்வது. அச்சத் துண்டுகளை வைத்துக் கொண்டு குழந்தைகள் விளையாடும் பொழுது, அவர்கள் மனதில் தோன்றும் மாற்றங்களே மேற்கூறிய சில உதாரணங்கள். நான் முழுவதும் குழந்தைகள் விளையாடும் விளையாட்டுகளை நீங்கள் சிந்தித்துப் பார்க்கவும். இந்த செயல்களின் மூலம் பலவற்றை குழந்தைகள் கற்கிறார்கள்.

விளையாட்டின் மூலம் கற்க குழந்தைக்கு விலையுயர்ந்த பொருட்கள் கொடுக்கத் தேவையில்லை. காலிப்பெட்டி, பாத்திரப்பண்டங்கள், நாற்காலி, தலையணைகள் ஆகியவைகளின் மூலம் பெரிய கோட்டைகள் கட்டுவது போன்ற பாவனை விளையாட்டு குழந்தைகளுக்கு விருப்பம். எந்த செயலையும் விளையாட்டாக மாற்ற குழந்தைகளுக்கு திறமை உண்டு . பெற்றோர்களுடன் விளையாடுவது குழந்தைகளுக்கு தேவை. அது அவர்கள் விருப்பமும் ஆகும். இந்த கருத்தையும் தகவல்களையும் தான் இந்த கையேடு தருகிறது. பெற்றோர்கள் தங்கள் வேலைகளில் மும்முறமாக ஈடுபட்டிருப்பதால் குழந்தைகளுடன் விளையாட அவர்களுக்கு நேரமிருப்பதில்லை. குழந்தைகளுடன் விளையாட நேரம் கிடைப்பது கடினமாக இருந்தாலும் அவர்கள் முயற்சி செய்வது அவசியம். பெற்றோர்கள் குழந்தைகளுடன் விளையாடும்போது, குழந்தைகளின் திறமையை வளர்க்க உதவலாம். பெற்றோர்களின் ஊக்கம் குழந்தையை மேலும் தொடர்ந்து, தான் செய்ய மேற்கொண்டதை முடிக்க உதவும். அப்படி குழந்தை தன் செயலை முடிக்கும் தருவாயில் பெற்றோரிடமிருந்து அவர்களுக்கு கிடைக்கும் புன்னகை , அவர்களை தாங்கள் செய்து முடித்ததைப் பற்றி பெருமைப்பட வைக்கும்.

குழந்தைகளுடன் விளையாடுவதின் முக்கியத்துவம் என்னவென்றால், இவ்விளையாட்டில் பங்குப்பெறும் எல்லோருக்கும் கிடைக்கும் மகிழ்ச்சியே. இவ்விதம் குழந்தையுடன் மகிழ்ச்சியாக இருப்பதினால் பெற்றோருக்கும், குழந்தைக்கும் நல்ல உறவு உருவாக வழிகிடைக்கும். இந்த உறவின் அடிப்படையை வைத்துக் கொண்டே குழந்தை பிற்காலத்தில் பெரியவர்களுடனும், பிற குழந்தைகளுடனும் உறவு கொள்வர். பெற்றோருடன் குழந்தைகள் அதிக நேரம் விளையாட வேண்டும். குழந்தை வளரும்போது மற்ற குழந்தைகளுடன் தானாகவே விளையாட முடியும்

உங்கள் குழந்தைகளுடன் விளையாடும்போது கவனிக்க வேண்டியவை:-

1. குழந்தையின் கண்மட்டத்தில் :- குழந்தையின் கண்மட்டத்தில் குழந்தை முகத்தைக் கவனிக்கத் தக்கதாக அமர வேண்டும் . நாம் அமராவிடில் குழந்தைகாட்டும் பல உணர்ச்சிகளை பெற்றோர் கவனிக்க முடியாது.
2. குழந்தையின் தலைமையில் :- தாங்கள் எவ்வாறு விளையாட விருப்பம் என்று குழந்தைகளுக்குத் தெரியும். இதை நீங்கள் எப்படி விளையாட வேண்டும் என்று சொல்ல முந்திக் கொண்டால் அவர்கள் விளையாடுவதில் காட்டும் ஆர்வம் குறைந்து விடும். ஆனால் குழந்தைப் போக்கில் போய் விளையாடும்போது அதிக நேரம் அவர்கள் விளையாடுவார்கள். உங்களுக்கும் குழந்தையைப் பற்றி அறிய வாய்ப்பு உண்டு. குழந்தையின் விருப்பப்படி விளையாடுவதால் குழந்தைக்குத் தன்னைப் பற்றி நல்ல மதிப்பு தோன்றும்.
3. குழந்தைக்கு உக்கம் தேவை:- குழந்தையுடன் நீங்கள் விளையாடும் பொழுது குழந்தை தொடர்ந்து விளையாட அது உக்கம் தரும். உங்களிருவரிடையே நல்ல உறவை ஏற்படுத்த இந்த சந்தர்ப்பம் உதவுகிறது.
4. குழந்தையின் திறமைக்கு ஏற்ப விளையாட வையுங்கள்:- குழந்தையின் வளர்ச்சிக்குப்பகுதிக்கு ஏற்ப சில சவால்களை வைப்பதன் மூலம் குழந்தை தன் திறனை வளர்க்க முடியும். ஆனால் குழந்தையின் சக்திக்குமேல் இவைகள் இருக்கக்கூடாது. இது குழந்தையை சலிப்படைய செய்து விளையாட்டை நிறுத்தச் செய்யும். குழந்தைக்கு இது ஓர் தாழ்வு மனப்பான்மையை ஏற்படுத்தும்.

உணர்ச்சிகளை புரிந்து கொள்ளும்
வினாயாட்டின் மூலம்

- குழந்தைகள் பெருவதாவது
- தன்னைப் பற்றிய உணர்வுகளை உணர்ந்து கொள்ளுதல்
- ஆராய்ந்து, உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துவர்
- ஏமாற்றங்களுக்கும், தவிப்புக்களுக்கும்
- எதிர் கொள்ள கற்றுக் கொள்வர்

சமூக உறவில் தோர்ச்சி

குழந்தைகள் வினாயாட்டும் பொழுது

- பிறரால் ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடியதாகவும், நடந்து பயனளிக்கக் கூடியதாகவும், நடந்து கொள்ள தெரிந்து கொள்கின்றனர்
- நண்பர்கள் கிடைக்கவும், நம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்ளவும் தெரிந்து கொள்கின்றனர்
- முரண்பாடுகளை தீர்த்துக் கொண்டு போக கற்கின்றனர்
- பிறருடன் சேர்ந்து இருப்பதை விரும்புவர்

வினாயாட்டின் மூலம் கற்றல்

மொழியினால் பெறும் தோர்ச்சி

வினாயாட்டும் குழந்தைகள் கற்பர்

- வார்த்தைகள் எவ்விதம் ஒலிக்கிறது எனக் கேட்டு அறிந்துகொள்கின்றனர்
- வார்த்தைகள் எவ்வாறு வாக்கியங்களாக மாறுகிறது என்பதை தெரிந்து கொள்கின்றனர்
- ஒலிகளையும், வார்த்தைகளையும் உபயோகிப்பது பழக்கி கொள்கின்றனர்
- சைகைகள் மூலமும் முகவாக்கள் முலமாகவும் தொடர்பு கொள்ள கற்கின்றனர்

சிந்திக்கும் திறன் வினாயாட்டும் பொழுது

- ஆராய்ந்து யோசித்து ஒன்றோடொன்று இணைத்துப் பார்த்து தெரிந்து கொள்கின்றனர்
- தகவல்களை புரிந்து கொண்டு ஒழுங்கு படுத்திக் கொள்வது.
- பிரச்சனைகளை தீர்க்கும் திறனை வளர்த்துக் கொள்ளுதல்
- தன் சுற்றுப்புறச் சூழல்களைப் பற்றி நன்கு புரிந்து கொள்வர்

உடல் ரீதியாக பெறும் திறன்கள்

வினாயாட்டின் மூலம் குழந்தைகள்

- சிறுசதை, பெறுசதை, இயக்கங்களில் வளர்ச்சி பெறுவார்கள்.
- தங்கள் உடலால் செய்க்கூடியவகளை தெரிந்து கொள்வார்கள்.
- உடல்வலிமையையும், தடுமாற்றங்களை சமாளிக்கும் திறனும் அதிகரிக்கும்
- உடல் உறுப்புக்களை இருங்கிணைத்து செயல்பட கற்றுக்கொள்வார்கள்

THE FLIPCHART TOOL

இது ஓர் சிறப்பான குழந்தை பராமரிப்பு கல்வியின் சாதனம் ஆகும். குழந்தை முழு வளர்ச்சி பெற பெற்றோர்கள், தங்கள் குழந்தைகளுடன் செய்வதற்கு பல வித செயல் முறைகள் இந்த அட்டவணையில் காணப்படுகின்றன. குழந்தையின் முழுமையான ஆரோக்கியத்திற்கு பெற்றோருக்கும் குழந்தைக்கும் ஓர் உறுதியான உறவின் முக்கியத்தை இது நிலைநாட்டுகிறது.

இதன் கருத்துகள், குறிப்பிட்ட கலாசாரத்திற்கேற்பவும், படங்களுடனும், தெளிவான செய்திகளுடனும், எளிய மொழியில் உள்ளன.

குழந்தையின் வளர்ச்சிக்குத் தேவையான செய்கைகளை படங்களின் மூலம் எடுத்துக் காட்டியிருக்கின்றனர். பல பெற்றோர்கள் தங்கள் அறியாமலேயே இச்செய்கைகளை செய்கின்றனர். உதாரணமாக ஒளிந்து பிடித்து விளையாடுவது ஓர் குழந்தைக்கு தன் உலகத்தைப் பற்றி ஓர் நிலையான உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது. பொருட்கள் தங்கள் கண்களை விட்டு அகன்றாலும், அவை முழுவதும் மறைவதில்லை என்று அவர்கள் கண்டு கொள்வார்கள். இது போலவே படங்கள் பார்ப்பது, பொருட்களின் பெயர்களையும், அதற்கான செய்கைகளையும் கற்பது, ஒளித்து வைத்த பொருட்களைக் கண்டுபிடிப்பது, அச்சத் துண்டுகளைக் கண்டுபிடிப்பது, அச்சத் துண்டுகளை அடுக்குவது பொருட்களின் பெயர்களையும், நிறங்களையும் அடையாளம் கண்டு கொள்வது ஆகியவைகளின் மூலம்

குழந்தைகள் கற்பார்கள். இச்செயல்கள் அனைத்தும் நிறைவேற்ற, தேவையான பொருட்கள் ஒவ்வொரு வீட்டிலும் இருக்கும்.

இந்த செய்கைகளின் முக்கியத்துவத்தை ஒவ்வொரு பெற்றோரும் உணர்வது அவசியம். இவைகளில்லாமல் குழந்தைகளால் முழுமையாக வளர முடியாது. பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளுடன் விளையாடுவதோடு அல்லது எவ்வளவுக்கெவ்வளவு முயற்சியும் தங்கள் குழந்தைகளுடன் கலந்து செயல்படுகிறார்களோ, அந்த அளவிற்கு வேறு எதுவும் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு இத்தனை வேகமாக துணைபுரியாது. இதனுடன் குழந்தை வளர்ப்புக்கான விவரமான ஓர் பயிற்சித் திட்டம் அடங்கியுள்ளது. குழந்தைகளும், சமூகமும் பெரிதும் பயன்படும் வகையில் அழுத்தமான உண்மைகளுடன் அமைக்கப் பட்டுள்ள இத்திட்டம் ஓர் தடுப்பு அணுகுமுறையை கொண்டுள்ளது.

அட்டவணையின் அமைப்பு - FLIPCHART Format

பிறப்பிலிருந்து மூன்று வயது வரை இந்த அட்டவணையில் 9 வளர்நிலைகள் காட்டப்பட்டுள்ளது. அவையாவன -

1. தலை உயர்த்தும் பருவம்	- 0-2 மாதங்கள்
2. பார்க்கும் பருவம்	- 2-5
3. தவறும் பருவம்	- 5-8
4. எழுந்து நிற்கும் பருவம்	- 8-13
5. ஆரம்ப நடபட பருவம்	- 13-15
6. நடக்கும் பருவம்	- 15-18
7. செய்யும் பருவம்	- 18-24
8. ஆரம்ப நடபட பருவம்	- 2-2 1/2
9. பரிசோதிக்கும் பருவம்	- 2 1/2-3

In five areas that need stimulation தூண்டுதல் அளிக்கப்பட வேண்டிய 5 பகுதிகள். தன்னைப் பற்றி உணர்தல் - குழந்தைகள் தங்களைப் பற்றியும், தங்கள் உணர்ச்சிகளைப் பற்றியும், உணர்வதுதான் இப்பகுதியின் முக்கியத்துவம்.

உடல் வளர்ச்சி - குறிப்பிட்ட காலத்தில் குழந்தையால் செய்யக் கூடிய செய்கைகள், உதாரணம் தவழுதல், இழுத்தல், நடத்தல்.

உறவு முறை - சமூக உறவின் வளர்ச்சி - குழந்தைகள் எவ்விதம் மற்றவர்களுடன் சேர்ந்து பழகுகிறார்கள் என்பதைக் குறிக்கும்.

புரிந்து கொள்ளுதல் - முக்கியமான அறிவு வளர்ச்சியின் மூலம் திறமையை அபிவிருத்தி செய்து கொள்ளுதல்.

தொடர்பு கொள்ளுதல் - குழந்தைகள் தங்கள் எண்ணங்களையும், உணர்வுகளையும் எவ்விதம் வெளிப்படுத்துவர் என்பதும், மொழி வளர்ச்சியைப் பற்றியதாகும்.

குழந்தையின் வளர்ச்சிக்குத் தேவைப்படும் பெற்றோர்களின் 5 திறமைகள்.

அன்பு - அன்பு - நிபந்தனையற்ற அன்பும், கவனிப்பும்.

பொறுமை - அளவற்ற பொறுமையின் அவசியம்.

பயிற்சி - திரும்பத் திரும்ப பல செயல்களை மேலும் மேலும் செய்ய குழந்தையை அனுமதித்தல்.

பார்த்து செய்தல் - பெற்றோருக்கும் குழந்தைக்கும் உள்ள பரஸ்பர தொடர்பு - நான் ஒன்று செய்ய நீயும் அதை செய்ய

நல்ல பாதுகாப்பான	} சுற்பதற்கேற்ற பாதுகாப்பான சூழலை அமைத்துக்
ஏற்றதான சூழலை அமைத்தல்	} கொடுத்தல்.

முதல் முன்று வயது குழந்தைகளுக்கு வேண்டிய உணவு வகைகளும் முறைகளும்

பச்சிளங் குழந்தைக்கு (infant) தேவையான ஊட்ட உணவு சுருதித்த (conception) நாளிலிருந்தே துவங்குகிறது.

குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சி முதல் வயதில் இருக்கும் அளவு வாழ்க்கையில் எந்த வயதிலும் நடைபெறுவதில்லை.

அதே போல் மூளை வளர்ச்சியும் சுரு முதல் இரண்டு வயதுக்குள் அதிக அளவில் முடிந்துவிடுகிறது. எனவே குழந்தையின் உடல் மற்றும் மூளை வளர்ச்சிக்கு இன்றியமையாதது தகுந்த நேரத்தில், தரமான போதுமான அளவிலான ஊட்ட உணவு.

இதை இரண்டு வகையாக பிரிக்கலாம்.

1) சுருவில் இருக்கும் போது குழந்தைக்கு ஊட்டம். (Intra Uterine Nutrition)

2) பிறந்த முதல் வருடத்தில் ஊட்டச்சத்து (Extra Uterine Nutrition)

• தாய்ப்பால்.

• இணை உணவு.

1) சுருவில் இருக்கும் குழந்தைக்கு ஊட்டம் :

சுருதித்த நாளிலிருந்து சுருவின் வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றத்திற்கு தேவையானது சுர்ப்பத்தில் இருக்கும் போது முழுமையான மற்றும் போதுமான அளவு உணவு

சுர்ப்ப காலத்தில் ஊட்டச்சத்து நிலையை மேம்படுத்துவதில், எடை அதிகரிப்பது குறித்து பல ஆராய்ச்சிகள் மூலம் நிபுணர்கள் கண்டறிவது என்னவெனில், இளம் பெண்களுக்கு தேவையான போதுமான ஊட்டச்சத்து மிக்க உணவு கொடுப்பதில் கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டும் என்பதே! எனவே பெற்றோர் / பேணுவார் உணவளிக்கும் போது பெண் குழந்தைக்கு அதிகப்படியான கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டும்.

சுரு வளர்ச்சி தாயின் ஊட்டச்சத்து நிலையை பிரதிபலிக்கிறது. எனவே சுரவுற்ற காலத்தில் தாய் போதுமான அளவில் அனைத்து ஊட்டச்சத்துக்கள் அடங்கிய சரிவிகித உணவை தேவைக்கேற்ப உட்கொள்ள வேண்டும்.

பச்சை, மஞ்சள் காய்கறி, கீரைவகைகள், பழவகைகளை அன்றாட உணவில் உட்கொண்டால் தான் தேவையான வைட்டமின் 'ஏ' உயிர்ச்சத்தும், இரும்புச்சத்தும் கிடைக்கும். அயோடின் கலந்த உப்பையே உபயோகித்தல் மிகவும் அவசியம்.

சுர்ப்பிணி பெண் முதல் முன்று மாதத்தில் வாந்தியெடுப்பதால் (Morning Sickness) அனைத்து ஊட்டச்சத்துக்களும் வெளியேறிவிடுகிறது; கடைசி மூன்று மாதத்தில் உணவு உட்கொள்ள முடியாமல் (Heaviness) ஜீரணகோளாறில் கஷ்டப்படும் போது, எளிதில் ஜீரணிக்கக்கூடிய சுஞ்சியின் அடர்த்தி (Density) குறைத்து, அனைத்துச் சத்துக்களும் குடிக்கும் அளவிற்கு ARF என்று சொல்லும் முனைக்டிய தானியத்தில் தயார் செய்த அமைலேஸ் சக்தி மாவு கலந்த சத்துமாவு சுஞ்சி குடிப்பது தாய்க்கும், சேய்க்கும் ஊட்டச்சத்து மற்றும் ஆரோக்கிய நிலையை மேம்படுத்தும்.

குழந்தை உயிர் வாழ்தல், வளர்ச்சி, மற்றும் முன்னேற்றத்திற்கும் (SGD) உணவு உட்கொள்ளும் அளவு, தரம், முறை, மற்றும் தாய்க்கும் சேய்க்கும் இன்றியமையாதது.

2) பிறந்த முதல் வருடத்தில் ஊட்டச் சத்து :

- சீம்பால்-தாய்ப்பால்

தலை உயர்த்தும் பருவம் (பிறப்பு - 2 மாதங்கள்)

உற்று நோக்கும் பருவம் (2 - 5 மாதங்கள்)

குழந்தை பிறந்து ஊட்ட எடுத்ததும், குழந்தையை தாயிடம் கொடுத்து பாலுட்ட வைக்க வேண்டும். சீம்பால், முதல் தடுப்பு மருந்து, அதில் அதிக அளவில் வைட்டமின் 'ஏ' சத்து அடங்கியிருப்பதால் குழந்தையை நோயினின்று பாதுகாக்கிறது. அதில் உள்ள கொழுப்பு அமிலம்; (Fatty acid) முளை வளர்ச்சியை தூண்டி விடுகிறது. குறைந்தது 24 மணி நேரத்திற்குள் 8 முறையாவது தாய்ப்பால் கொடுக்க வேண்டும். கொடுக்கும் போது குழந்தையை பார்த்துக் கொண்டும், தடவிக்கொண்டும், சிரித்தும், மகிழ்ச்சியுடன் கொடுக்க வேண்டும், பாலுட்டும் தாய் நன்கு சாப்பிட்டு, நீராகாரம் அல்லது தண்ணீர் அல்லது பால் குடித்துவிட்டு கொடுப்பதுடன் அமைதியான மன நிலையில் இருக்க குடும்பத்திலுள்ளோர், சுணவன், சுவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

முதல் நான்கு மாதத்திற்கு தாய்ப்பால் மட்டுமே முழுமையான, போதுமான உணவாகும். தாய்ப்பாலுக்கு 10 இணை ஏதும் இல்லை. இன் பால் குழந்தையின் உயிர் கொல்லி. பச்சிளங்குழந்தை வயிற்றுப் போக்கு ஏற்பட்டால் அதனை மீட்பது மிகவும் கடினம். எனவே வரும் முன் காப்போம்' என்பதை கவனத்தில் கொண்டு தண்ணீர், மற்றெந்தவித பானமும் கொடுக்க கூடாது.

தாய்ப்பால் எவ்வளவு காலத்துக்கு இயலுமோ அவ்வளவு காலம் கொடுத்தல் நல்லது. குழந்தையின் முளை வளர்ச்சி முதல் 12 மாதங்களில் அதிகபட்சம் முடிவடைகிறது.

முதல் நான்கு மாதங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி நன்றாக இருக்கும். ஆறு மாதத்திற்கு பிறகு ஊட்ட குறைவு ஏற்படும். சாரணம் தாய்ப்பால் பற்றாத்தும், இணை உணவு, ஏற்ற நேரத்தில் துவங்காததும் தான்.

நான்கு மாதத்திற்கு பிறகு தாய்ப்பால் மட்டும் போதாது, தாய்ப்பாலுடன் இணைஉணவு கொடுக்க ஆரம்பிக்க வேண்டும். இணை உணவு கொடுத்தாலும் தாய்ப்பால் கொடுப்பதை நிறுத்தக்கூடாது.

இணை உணவு கொடுக்க ஆரம்பிக்கும் போது திரவ நிலையில் இருக்க வேண்டும். ஏற்கனவே சொன்ன முளைக்கட்டிய தானியத்தில் (கேழ்வரகு, கோதுமை) தயாரித்த ஏ ஆர்% (ARF) என்று கூறும் அமைலேஸ் சக்தி மாவை (power flour) தயாரித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

4 பங்கு தானியம், 1 பங்கு பருப்பு என்ற அளவில் சத்து மாவை தயார் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

எளிதில் ஜீரணமாகக் கூடிய பாசிப் பருப்பை ஆரம்பத்தில் உபயோகிக்க வேண்டும். அமைலேஸ் சக்தி மாவை 1 மாதத்திற்கு மேல் இருப்பு வைக்கக் கூடாது. 100 கி அளவு மாவில் (2 கை பிடி மாவ, அல்லது 2 பெரிய குழிகரண்டி அளவு மாவ) கஞ்சி தயாரித்த அடுப்பில் இருந்து இறக்கியதும் 10 கி அளவு அல்லது 2 தேக்கரண்டி ARF என்று சொல்லும் முளைக்கட்டிய தானியத்தில் தயாரித்த அமைலேஸ் சக்தி மாவை நன்கு கலக்க வேண்டும். கஞ்சி நன்கு ஆறினவுடன் குழந்தைக்கு குடிக்க கொடுக்க வேண்டும். துவக்கத்தில் 2-3 மேஜை சரண்டி அளவு 4- அல்லது 5 முறை குடிக்க கொடுக்கலாம்.

சாய்கறி காய், பழச்சாறு கொடுக்கலாம்.

குழந்தை வளர்ந்து வரும் மாதங்களில் பல வகையான பருப்பு வகைகளையும், மோத்துக் கொள்ளலாம். இனியூரிரு மல்லம் உபயோகத்தால் நல்லது. மற்றது அயோடின் கலந்த

உப்பை சேர்த்துக் கொடுத்தால் நல்லது. அதிக சக்தி தரும் உணவுப் பொருட்களடங்கிய கொழுப்புச்சத்து எண்ணெய் அல்லது நெய் கலந்து கொடுப்பதும், பசும் பால் சேர்த்துக் கொள்ளுவதும் புரதச்சத்தையும் அதிகரிக்கச் செய்கிறது.

முதல் இரண்டு வயதில் இணை உணவு சாப்பிடும் பருவத்தில் குழந்தைகள் ஊட்டச்சத்து பற்றாக்குறை நோயால் (நோஞ்சான், சவலை, மாலைக்கண் நோய், இரத்த சோகை) தாக்கப்பட அதிக வாய்ப்பு இருப்பதால் இணை உணவினை முறையாக கொடுக்க வேண்டும்.

தவழும் உட்காரும் பருவம் - 5 - 8 மாதங்கள்

இந்த மாதங்களில் துவக்கத்திலேயே குழந்தைக்கு உமிழ்நீர் (Saliva) சுரக்க ஆரம்பித்துவிடும். மாவுசத்து ஜீரணிக்க கூடிய அமைலேஸ் என்சைம் குடலில் சுரக்க ஆரம்பிக்கும், நாக்கில் (Taste Buds) ருசியை பகுத்தறிய துவங்கிவிடும், எனவே இந்த பருவத்தின் துவக்கத்திலேயே தாய்ப்பாலுடன் இணை உணவு கொடுக்க ஆரம்பித்திருக்க வேண்டும். இது மிக முக்கியம். தாய்மார்கள் இதை கடைபிடிக்காததால் குழந்தைகள் பல நோய்வாய்ப்பட்டும் செயல் திறன்களற்றும் காணப்பட்டும், நேஞ்சான் களாக மாறி மரணம் சம்பவிக் நேரிடும்.

குழந்தை இந்த பருவத்தில் வேகமாக வளர்வதாலும், வளர்ச்சிக்கு தேவையான போதுமான அளவு தாய்க்குப் பால் சுரக்காததாலும் திரவ நிலையில் மாவு சத்துக்களில் சுஞ்சி தயாரித்து ஏற்கனவே சொன்னாற்போல் ஏ ஆர் எஃ. (ARF) கலந்து 4-5 முறையாக 4-5 மேஜை சுரண்டி அளவு கொடுக்கவும். சத்துமாவை சிறிது எண்ணெய் அல்லது நெய் விட்டு வறுத்த பின் சுஞ்சி காய்ச்சினாலோ (அல்லது) ஸ்டான்குஞ்சியில் 1-2 தேக்கசுரண்டி எண்ணெய் / நெய் ஊற்றினாலும் நல்லது. காலை சிற்றுண்டியாக இட்லி, பொங்கல், இடியாப்பம், ஆப்பம் போன்ற மிருதுவான உணவில் பால், நெய், சர்க்கரை, கலந்து கொடுக்கலாம்.

வைட்டமின் 'ஏ' இரும்புச்சத்து கலந்த பச்சை காய்கறிகள், கீரைகள், பழவகைகள், முதலியவற்றை சாதத்துடன் நன்கு வேக வைத்து மசித்து எண்ணெய் / நெய் விட்டு சிறிது பருப்பு (2-3 மேஜை சுரண்டி) கலந்து, 1-1/2 கப் (1 கப் = 100 கி) அளவிற்கு சாப்பிட அல்லது 1/2கப் பழச்சாறு குடிக்க வேண்டும். சுயமாய் சாப்பிட, ஆராய்ந்து பார்க்க அனுமதித்தால், வளர வளர தானாகவே சாப்பிட்டு திருப்தி அதை கற்றுக் கொள்ளும். இவ்வாறாக ஒரு நாளைக்கு 4-5 முறை சாப்பிட்டால் தான் குழந்தை வளர்ச்சிக்கு ஒரு நாளைக்கு தேவையான கலோரி மற்றும் புரதச்சத்தை கிடைக்கப் பண்ண முடியும்.

இடையிடையே குழந்தையின் கையில் சுத்தமாகிய காரட், பீட்டூட், பப்பாளி, போன்றவற்றை கொடுத்தால் சுடித்துத் தானாகவே சாப்பிட்டு மகிழும்.

குழந்தைக்கென தயாரித்த உணவுப் பொருட்களை, நீண்ட நேரம் மணிக்கணக்கில் சாப்பிடக் கொடுக்காமல் வைத்திருக்கக் கூடாது. தாமதமாகும் போது, கிருமிகள் புக வாய்ப்பு ஏற்படும். அவை வியாதினை தோற்றுவிக்கும். குழந்தைக்கு உணவு, தயாரிக்கும் நபர், கையாளுபவர், ஊட்டுபவர், இடம், தயாரிக்கும் மற்றும் பரிமாறும் பொருட்களின் சுத்தத்தினை அதிக கவனம் செலுத்தி பராமரிக்க வேண்டும். இல்லாவிடில் குழந்தைக்கு வயிற்றுப் போக்கே விளைவாக இருக்கும். எனவே தன் சுத்தம், உணவு, இடம், சுத்தத்தை கவனத்தில் கொண்டு குழந்தைக்கு உணவூட்ட வேண்டும். மலம் சுழித்த பிறகு சோப்பு போட்டுக் கழுவதல் பழக்கத்தில் இருக்க வேண்டும்.

இந்த மாதங்களில் அதிகமாக கலோரிச் சத்தும், புரதச்சத்தும், வைட்டமின் 'ஏ' சத்தும் தேவைப்படுகிறது. எனவே மேலே கூறியபடி மாவுசத்து குஞ்சியும், மசித்த பருப்பு கீரை சாதமும், பச்சை மஞ்சள் காய்கறி, பழவகைகளும், (உள்நூரில் கிடைக்கும்) சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். பால் முட்டை மஞ்சள் கருவில் அதிகம் வைட்டமின் 'ஏ' உள்ளது.

வைட்டமின் 'ஏ' சத்து குறைவு கண் பார்வையை பாதிக்கும். வயிற்றுப் போக்கு, தட்டம்மை, தீவிர சுவாச மண்டல நோய் - சளி, இருமல், (ARF) போன்ற பிணிகளிலிருந்தும் வைட்டமின் 'ஏ'

பாதுகாக்கிறது. எனவே குழந்தையின் அணுதின உணவில் வைட்டமின் 'ஏ' சத்து இடம் பெற்றதாக வேண்டும்.

இந்த பருவத்தில் குழந்தைக்கு பரிசுக்கிறது உணவு தேவை என்று சொல்ல இயலாது. எனவே பெற்றோர் / பேணுவோர் முந்தைய வேளையில் கொடுத்த உணவையும் நேரத்தையும் சுவனத்தில் கொண்டு உணவூட்ட வேண்டும்.

எழுந்து நிற்கும் பருவம் - 8 - 13 மாதங்கள்

இந்த பருவத்தில் புதிய தன்மைகள் (textures) உள்ள உணவுப் பொருட்களை (உம்) காரட், கோஸ், போன்றவற்றை தொட்டுப் பார்த்து, சாப்பிட கொடுத்து உற்சாக மூட்ட வேண்டும். சுதந்திரமாக தானாகவே சாப்பிட அனுமதிக்க வேண்டும். ஊக்கமளிக்க வேண்டும்.

தாய்ப் பால் தொடர்ந்து கொடுக்க வேண்டும், முந்தைய பருவத்தில் கொடுத்த உணவை சிறிது திட நிலையில் அளவு மற்றும் கொடுக்கும் தவணையோ (Frequency) அதிகரிக்க வேண்டும். அனைத்து பருப்பு, பயறு வகைகளையும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். வேக வைத்த சாதம் - 1-1- 1/2 கப்.

பருப்பு -3-4 மேஜைக் கரண்டி, (அல்லது) பருப்பு போட்டு தயார் செய்த சிற்றுண்டி - இட்லி, பொங்கல் போன்றவை,

காய்சறி சீரைவகை - 4-5 மேஜைக் கரண்டி,

பழங்கள் 4-5 மேஜைக் கரண்டி.

மாயிசம் (mashed) (அல்லது) மீன் முட்டை (அல்லது) பயறு வகை, 2 மேஜைக் கரண்டி.

ஒரு வயது குழந்தைக்கு 5-6 முறையாக தாய்ப்பாலுடன் உணவளிக்க வேண்டும். முதல் வருடத்தில் குழந்தைக்கு பிறப்பு எடை மூன்று மடங்கு அதிகரிப்பதால் குழந்தையின் உடல் மற்றும் மூளை தளர்ச்சி அதி வேகமாக இருக்கிறது. எனவே இந்த முதல் வயதில் அதிசமான சக்தி மற்றும் வளர்ச்சித் தரும் புரத உணவு வகைகளையும், கொழுப்பு / எண்ணெய் சேர்த்து அதிக சுவனம் செலுத்தி கொடுக்க வேண்டும்.

வீட்டில் தயாரிக்கும் உணவை குழந்தையின் தேவைக்கேற்ப மாற்றங்கள் சிறிது செய்து, உணவின் அளவையும், தரத்தையும், மனதில் கொண்டு உணவு கொடுக்க வேண்டும். தாய்ப்பால், பசும்பால் தொடர்ந்து கொடுக்க வேண்டும்.

சுத்தமான குடிநீரை சுத்தமான முறையில் எடுத்து, குடிக்க கொடுக்க வேண்டும். குழந்தையின் கை விரல்கள் எப்பொழுதும் சுத்தமாக இருக்கிறதா என்று சுவனித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

குழந்தைகள் நோய்வாய்ப்படும் போது பலவீனப்படுகின்றனர், ஜீரணம் எளிதில் ஆகாது, எனவே இழந்த சக்தியை எடு செய்ய ஏற்ற மருந்து தாய்ப்பாலும், ஏற்கனவே சென்னை " ஏ " ஆர் எஃ.- (Amylase Rich Food) என்ற முளைக்கட்டிய தானியத்தில் தயாரித்த மாவு கலந்த சத்து மாவு சூடுசினி அடிக்கடி குடிக்க கொடுக்கவும்.

ஒரு நாளைக்கு ஒரு வேளை கூடுதலாக உணவளித்தல் மிகவும் அவசியம். அதிசமான நீராசாரம், இட்லி போன்ற மிருதுவான ஆகாரம் கொடுக்க வேண்டும். அதிக சக்தி தரும் கொழுப்பு நெய் கலந்து கொடுக்கலாம். அயோடின கலந்த உப்பையே உபயோகிக்க வேண்டும்.

நடை பயிலும் பருவம் (13-15 - மாதங்கள்)

- தாய்ப்பாலலை நிறுத்தாமல் தொடர்ந்து கொடுக்கவும்.
- உணவின் அளவை படிப்படியாக அதிகரிக்கவும்.
- 1 - 1 1/2 வயது குழந்தை தகப்பன் சாப்பிடும் உணவின் பாதி அளவு சாப்பிட வேண்டும். தகப்பன் அல்லது ஒரு நபருக்கு ஒரு நாளைக்கு தேவையான கலோரிச்சத்தை விட 1 1/2

மடங்கு அதிகமாக தேவைப்படுகிறது. இரண்டு மடங்கு அதிகமான அளவு புரதச்சத்து தேவைப்படுகிறது.

- குழந்தை நோய்வாய்ப்படும் போது அதிக அளவில் சக்தி தரும் உணவு வகைகளை (மாவுச் சக்கு, ரெய், எண்ணெய்) சேர்த்து கொடுக்க வேண்டும். நூல்காரும் கொடுக்க வேண்டும்.

நோய் வாய்ப்படும் காலத்தில் குழந்தைக்கு சாப்பாடு பிடிக்காது, சாப்பிட ஆம் பண்ணும், விருப்பம் கொள்ளாது. சாப்பிட்டாலும் குறைவாகவே சாப்பிடும். எனவே குழந்தை வளர்ச்சியும் முன்னேற்றமும் தடைப்படாமலிருக்க குழந்தையை சமன்தானப்படுத்தி, உற்சாகப்படுத்தி, எப்படியாவது சாப்பிட வைக்க வேண்டும், குடிக்க வைக்க வேண்டும், குழந்தைக்கு எது பிக்குமோ அதை உணவாகக் கொடுக்கவும்.

நோய் குணமானதும் கூடுதல் உணவு கொடுக்கப்பட வேண்டும். நோயுறுமுன் குழந்தை என்ன எடை இருந்ததோ, அந்த நிலையை அடையும் போது தான் குழந்தை பூரண குணமடைந்துள்ளது என்று பொருள். எனவே குழந்தையின் ஆரோக்கியத்தை மற்றும் முன்னேற்றத்தை கவனத்தில் கொண்டு அதிக சுவைத்துடன் நோயுற்றிருக்கும் போது செயல்பட / பொறுமையுடன் உணவுபூட்ட / ஆதரிக்க வேண்டும்.

நல் நடைப் உணர்வு - (15 - 18 மாதங்கள்)

- தாய்ப்பால் தொடர்ந்து கொடுக்க வேண்டும்.
- இந்த பருவத்தில் முளை வளர்ச்சி (Networking) மிக துரிதமாக ஏற்படுவதால், புரத கலோரிச்சத்து அதிகமாக தேவைப்படுகிறதால் பசும்பால் குடிக்க கொடுக்க வேண்டும்.
- ஓடியாரும் பருவம் ஆரம்பால் அவைத்து சத்துகள் அடங்கிய உணவு, அடிக்கடி ஏற்கனவே சொன்னார்ப்போல் கொடுக்க வேண்டும்.
- தனக்கு என்று ஒரு தட்டு குழந்தைக்கு இருக்க வேண்டும்.
- தானாகவே சாப்பிட்டு திருப்தியடைய அனுமதிக்க வேண்டும்.
- குழந்தை சாப்பிடும் முன் கைகளை நன்றாக சுழலி விட வேண்டும்.

சுயமாக செயல்படும் பருவம் 18-24 மாதங்கள்.

- இயன்றவரை தாய்ப்பால் கொடுக்கலாம். தொடர்ந்து பசும்பால் கொடுப்பது நல்லது.
- வளர்ச்சிக்கேற்ப, எடைக்கேற்ப புரத்தின் அளவினை அதிகரித்து அடிக்கடி பல்வேறு வகையான உணவு பொருட்களை - உம் - கடலை உருண்டை, பயறு (அல்லது சுண்டல் போன்றவற்றை சாப்பிடப் பழக வேண்டும்).
- தெருக்களில் விற்கும் மெய்த்த பண்டங்களை (உம்) பஞ்சு மிட்டாய் போன்றவற்றை கொடுக்கக் கூடாது. அதில் சத்துகள் ஏதும் இல்லை, வீபாதி தான் வரும்.
- ஏற்கெனவே சொன்னார் போல குழந்தையின் உடட்ச்சத்து மூலம் ஆரோக்கிய நிலையை மேம்படுத்துவது என்பது முதல் இரண்டு வயதுக்குள் தான்.
- இன்னும் தாய் சர்ப்பமாக இருக்கும் போதும், இளம் பெண்ணாக இருக்கும் போதே கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

- ♦ இந்த முதல் இரண்டு வயதில் குழந்தையின் ஊட்டச்சத்து நிலையை மேம்படுத்தாவிட்டால் குழந்தை வாழ்நாள் முழுவதும் தயங்கிய நிலையில் இருக்கும். அதன் முழு வளர்ச்சியும், முன்னேற்றமும் அடைய இயலாது. எனவே
- ♦ சரியான நேரத்தில், அந்தந்த பருவத்தில் செய்ய வேண்டியதை செய்ய வேண்டும்.
- ♦ "வருமுன் சாப்பிடோம்" என்ற பொன் மொழியை கவனத்தில் கொண்டு குழந்தை வளர்ச்சி முன்னேற்றத்தில் அதிக கவனத்துடனும் ஈடுபாடுடனும் செயல் பட வேண்டும்.

ஆய்ந்தறியும் பருவம் 2 - 2 1/2 வருடம்

செயலாக்கும் பருவம் 2 1/2 - 3 வருடம்

இந்த பருவத்தில் குழந்தை சுற்றியுள்ள அனைத்து காரியங்களையும் பரிசோதித்து, தெரிந்து கொள்ள ஆர்வமாக இருக்கும். ஆகையால்

- ♦ அதிக வேலை செய்து - (நடந்து, ஏறி, இறங்கி) சக்தி செலவு செய்யும். பசி எடுக்கும். எனையும் அதிகரிக்க வேண்டும்.
- ♦ எனவே அடிக்க உணவுட்ட, உணவு சாப்பிட அனுமதிக்க வேண்டும்.
- ♦ கோழி தீன் தின்னுகிற மாதிரி எப்போதும் ஏதாவது கொறித்துக் கொண்டே இருக்கே என்று திட்ட கூடாது. தடுக்கக்கூடாது.
- ♦ அப்படித்தான் அடிக்கடி சாப்பிட (வோர்கடலை, பொட்டு கடலை, கடலை உருண்டை) கொடுத்து, தானாகவே சாப்பிட்டு திருப்தியடைய ஊக்கம் வேண்டும்.
- ♦ குழந்தையின் கைகள் சுத்தமாக இருக்கிறதா என்று கவனிக்க வேண்டும். சாப்பிடும் முன் நன்கு சோப்பு போட்டு சுழுவ வேண்டும்.

அமைலேஸ் சத்து மாவு தயாரிக்கும் விதம்

PREPATATION OF AMLYASE RICH FOOD

அமைலேஸ் சத்து மாவு தயாரிக்கும் விதம்

ஊறவைத்து முளைக் கட்டுதல் (Steeping and germinating)

1. 1- தேவையான அளவு தண்ணீர் ஊற்றி
(12 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும்
picture

Add sufficient water (3 times the
Volume Of grains) cover and leave
for 6 - 12 hours.

1.2 - மீதி தண்ணீரை வடிகட்டி
விடவும்.
picture

Drain excess water.

1.3 - சுத்தமான ஈரத்துணியில் கட்டி
வைக்கவும்.

Picture

Wrap it in a clean wet cloth.

1.4 - 6-8 மணிக்கு ஒருமுறை
தண்ணீர் தெளித்து
வைக்கவும்.

Picture

Sprinkle water every 6 - 8
Hours to keep the cloth
Moist.

1.5-கோதுமை (48 மணி நேரம்).

Picture

Wheat (48 hours)

2.1 உலற வைத்தல் (Drying)

2.2

Picture

Picture

இரண்டு மணி நேரத்துக்கு காற்றோட்டமான குறைந்த சூட்டில் வாணலியில் போட்டு

இடத்தில் / வெயிலில் அடிக்கடி கிளறி லேசாக வறுக்கவும். (Final drying-
உலற வைக்கவும். (Preliminary drying in sundrying for 6 hours in bright sunshine
Air/sun for 1-2 hours with occasional stirring) or light roasting on low flame thick
bottomed Kadahi)

3. முளை நீக்குதல் (DEVEGERATING) 4. பொடி செய்தல் (MILLING)

Picture

Picture

Manually remove roots and shoots
On a sieve (Devegrating)
ஜல்லடையில் போட்டு முளை நீக்குதல்.

Milling by hand pounding

மெல்லிய மாவாக பொடி செய்தல்
அல்லது திரித்தல்

5. சேமித்து வைத்தல் (STORING)

Picture

Fill I polythene bags. Keep the

Polythene

பாலிதின் பைகளில் இந்த ARF மாவை ரொப்பி
அகல வாய் உள்ள சுண்ணாடி பாட்டிலில்
வைத்து காற்று புகாதவண்ணம் இறுக்கமாக
மூடி வைக்கவும்.

6. கஞ்சி தயாரித்தல்

6.1

6.2

GRUEL PREPATATION:

Picture

Picture

Roast the dry ingredients with oil to Desirable colour and aroma

Take pan off the fire. Add **ARF** to act. Bring the contents to boil On the fire to serve. **ARF** can also Be added as boiled or cooled.

1. தேவையான அளவு எண்ணெய் வாணலியிலிட்டு சுஞ்சி மாவை இலேசாக வறுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.
2. வெல்லத்தை தேவையான அளவு தண்ணீரில் கரைத்து, வறுத்து வைத்த மாவில்கொட்டி கலக்கவும்.
3. இந்த வெதுவெதுப்பான சுஞ்சியில் **ARF** என்று சொல்லும் (10%) அமைலேஸ் சத்து மாவை சேர்த்து 10 நிமிடத்திற்கு கலக்கவும். மறுபடியும் அடுப்பின் மேல் வைத்து நன்கு கலக்கவும்.
4. சுஞ்சி கொதிவந்தவுடன் இறக்கி வைத்து ஆறினவுடன் அமைலேஸ் சத்து மாவை சேர்த்து கலக்கலாம்.

அமைலேஸ் சக்தி மாவு - அதன் அவசியம் - தயாரிக்கும் விதம்.

உலக அளவில் ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டினால் 188 கோடி குழந்தைகள் வயதுக்கேற்ற எடை இல்லாமல் குறைவான எடையில் உள்ளனர்.

கிழக்கு ஆசியாவில் ஐந்து வயதுக்கு கீழ் உள்ள சரி பாதி (1/2) குழந்தைகளும், ஆப்பிரிக்கா தேசத்தில் முன்றில் ஒரு பங்கு (1/3) குழந்தைகளும், ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டு நோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர்.

உலக அளவில் முன்றில் ஒரு பங்கு குழந்தைகள் (1/3) பிறப்பு எடை குறைவுடன் பிறக்கிறார்கள்.

ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டின் விளைவுகள் :

அதிகமான இறப்பு

உலக அளவில் நேர்முகமாகவோ, மறைமுகமாகவோ ஊட்டச்சத்து குறைபாடும் ஒரு காரணமாக ஒரு வருடத்திற்கு 6 கோடி குழந்தைகள் இறக்க நேரிடுகிறது.

இறப்பு விகிதம் அதிகம் - எதனால்?

- ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டுள்ள தாய்க்கு பிறந்த குழந்தை
- குறைந்த பிறப்பு எடை குழந்தை
- புரத கலோரி குறைநோயால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகள்
- நுண் ஊட்டச்சத்து குறைவால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் - முக்கியமாக இரும்புச்சத்து, வைட்டமின் "ஏ" சத்து
- தமிழ்நாட்டில் ஐந்து வயதுக்கு கீழ் ஒரு வருடத்தில் 1 லட்சம் குழந்தைகள் இறக்கின்றன. 1000 உயிருடன் பிறந்த குழந்தைகளில் சிசு மரணவிகிதம் 57 ஆகவும், 5 வயதுக்கு கீழ் குழந்தைகள் மரண விகிதம் 87 ஆகவும் இருக்கிறது.
- ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டு நோயால் குழந்தைகள் அடிக்கடி தட்டம்மை, பேதி போன்ற தொற்று நோய்களுக்கு ஆளாகிறார்கள். மறுபடியும் இது (தொற்று நோய்) நச்சு சமூல் போல் ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டு நோயால் குழந்தைகள் தாக்கப்படுகிறார்கள்.

- கர்ப்பிணி பெண்களுக்கும் இரும்பு சத்து மற்றும் போலிக் அமிலம் குறைபாட்டால் பிறக்கும் குழந்தை அங்கக் குறைவால் பிறக்க நேரிடும்.
- வைட்டமின் "ஏ" சத்து குறைவால் கண்பாதிப்பும், வைட்டமின் "டி" சத்து குறைவால் எலும்பு வளர்ச்சியில் குறைபாடு. இவையனைத்தும் ஊட்டச்சத்து குறைவு ஏற்பட்டால் ஏற்படும் விளைவுகள்.

"ஊட்டச் சத்து - குழந்தையின் அடிப்படை உரிமை"

இந்த உரிமையை குழந்தையும், தாயும் பெற்றுக் கொள்ள நம் மேல் விழுந்த கடமை-யார் மீது?

- குடும்பம்
- சுற்றுப்புறத்தார்
- சமுதாயம்
- சமூகம்
- அரசாங்கம் மற்றும்
- முன்னேற்றத்திற்கான நிறுவனங்கள்
- ஒவ்வொருவரும்
- நாமெல்லாரும் !

குழந்தை உணவில் அமைலேஸ் சக்தி மாவு குறித்த உண்மையை அறிந்து கொண்டு, வீட்டில், சமுதாயத்தில் உள்ள அனைவரும் செயல்பட்டால் ஊட்டச் சத்து பற்றாக்குறை நோயை எளிதில் தடுத்து நிறுத்திவிடலாம் !

"Prevention is better/cheaper than cure".

குழந்தை உணவில் முளைக்கட்டுதல் அவசியம்.

வேகமாக வளரும் (7-24 மாதங்கள்) குழந்தையின் ஊட்டச்சத்து நிலையை மேம்படுத்துவதில் தானியத்தை முளைக்கட்டுவது மிகவும் பயனளிக்கிறதாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் கருதுகிறார்கள்.

தானித்தை முளைக்கட்டுவதால் ஆல்பா அமைலேஸ் (amylase) கட்டுசர்க்கரையை (Polysaccharides) தனிச்சர்க்கரையாக (Simple Sugar) மாற்றுகிறது.

இவ்வாறு முளைக்கட்டி தயார் செய்த சக்தி மாவு 10 கிராம் அளவில், 100 கிராம் சத்து மாவு கஞ்சியில் போட்டு நன்றாக கலந்த பிறகு (இளஞ்சூட்டில்) ஏற்படும் மாற்றங்கள் - பயன்கள் - கீழ்வருமாறு :

- சத்துக்கள் பல மடங்கு (3-4) அதிகரிக்கப்படுகிறது.
- கஞ்சியின் அடர்த்தியை குறைக்கிறது. (இட நிலை இளகிய நிலையாகிறது.)
- குழந்தை எளிதில், இலகுவாக, ஆவலுடன் குடிக்க இயலுகிறது.
- அதன் ருசியும், மணமும், அதிகரிக்கப்படுகிறது.
- அதிகமான அளவும் குடிக்க முடிகிறது.
- எளிதில் ஜீரணிக்கும் தன்மை வாய்ந்தது.

அதிக அளவில் இந்த அமைலேஸ் சக்தி மாவு கலந்த சத்துமாவு கஞ்சியை குழந்தை குடிக்கும் போது, குழந்தைக்கு எடை அதிகரிக்கும், குழந்தைகள் எந்த நோயாலும் பாதிக்கப்பட வாய்ப்பு இல்லை. எதிர்ப்பு சக்தியையும் பெற்றுக் கொள்கிறது. அதன் ஊட்டச்சத்து நிலையும் மேம்படுத்தப்படும்.

இது குழந்தைகளுக்கு மாத்ந்திரம் இல்லை, கர்ப்பிணி பெண்களும் குடிப்பது தன்னுடைய சாப்பாட்டை அப்படியே குறைத்துவிடும் கணக்கில் அந்த தாய்க்கு ஊட்டச்சத்துக்கள் அதிகமாக கிடைக்கப் பெறுகிறது. எளிதில் ஜீரணம் ஆகும் இயல்புடையதால் அதிகம் குடிக்கவும் இயலும். வயிற்றில் வளரும் குழந்தைக்கும், பிறந்த 5 மாதத்திலிருந்து குழந்தைக்கு இணை உணவும், கர்ப்பிணிக்கும், வியாதிகண்ட (தட்டம்மை, பேதி, சுவாசமண்டல நோய்) காலங்களிலும், சிகிச்சை உணவாக குழாய் மூலம் அறுவை சிகிச்சை பெற்றோருக்கும் (Tube Feeding) வயதானோருக்கும் (Geriatric treatment) குடிக்க கொடுக்கலாம் சமுதாயத்தினரின் பங்கு

1. நலனுக்காகவே அவள் சேவை செய்கிறாள் என்பதை அறிந்து கொண்டு செயல்படுதல். அவள் பெயர் பணியாளர் என்பதைவிட சிகிச்சை உணவு வழங்கும் தாய் அல்லது ஊட்டச்சத்து மறுவாழ்வு அளிக்கும் செவிலித்தாய் என்று அணுகினால் நல்லது.
2. சவலை, நோஞ்சான், மாலைகண்ணோய் போன்ற ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டு நோய் தட்டம்மை, பேதி, காய்ச்சல் இருக்கும் குழந்தைகளுக்கு நம்முடைய மையத்திற்கு

மறுவாழ்வு மையம் என்று புரிந்து செயல்படுதல் - குழந்தைகள் மீது தங்கள் பொறுப்புணர்ச்சியை வெளிப்படுத்தலாம்.

3. உள்ளூரில் கிடைக்கும் உணவுப் பொருட்களின் மதிப்பினை புரிந்து கொண்டு அவற்றை வீட்டில் உபயோகப்படுத்தலின் அவசியத்தை அனைவருக்கும் சொல்லுதல்.
4. சமுதாயத்தோட்டம்/வீட்டுத் தோட்டம் அமைத்தலில் பங்கு கொள்வது.
5. அமேலேஸ் சத்து மாவு கலந்த கஞ்சி உட்கொள்ள உற்சாகமளித்தல்.

6. அமேலேஸ் சக்திமாவு செய்ய இயலாத தாய்மார்கள் சமுதாய ஒருங்கிணைப்புடன் அவர்கள் தேவையை புரிந்து கொண்டு

சமுதாயத்தினரே முன் வந்து (4-5 பேர் சேர்ந்து) தயார் செய்த மாலை மிகவும் முடியாமல் (பண வசதி மற்றும் ஆரோக்கியம், நேரம், ஒரு தலை குடும்பம்-போன்ற குடும்பங்கள்) இருப்பவருடன் பகிர்ந்து கொள்ளலாம். ஏனெனில் அதன் அளவு அல்லது தேவையோ மிகவும் குறைவு 10% மட்டும். ஆனால் பலனோ ஏராளம் குழந்தையின் உயிர் உங்கள் கையில் என்ற உணர்வுடன் சமுதாயம் ஈடுபாட்டுடன் முன்வர இயல வேண்டும்.

சர்ப்பகால பராமரிப்பு

- சர்ப்பமான் முதல் மூன்று மாதத்திலேயே சகாதார பணியாளரிடம் பதிவு செய்ய வேண்டும்.
- மாதாமாதம் மருத்துவரிடம் பரிசோதிக்க வேண்டும்
- கிரிஸ்டோஸ் லீ வராமல் தடுக்க இரண்டு தடுப்பூசி ஒருமாத இடைவெளியில் போட வேண்டும்
- இரத்த சோகை வராமல் தடுக்க இரும்பு சத்து மாதத்திரை தினமும் ஒன்று கிராவில் சர்ப்பாட்டிற்கு பிறகு சர்ப்பிட வேண்டும். இவ்வாறு 100 மாதத்திரை சர்ப்பிட வேண்டும்.
- சர்ப்பகால சிக்கல்கள் இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவ பரிந்துரை செய்து பின் கவனிப்பு செய்யலது அளசியம்.
- சர்ப்பகாலத்தில் தாய் 10 சிலோ எடை அதிகரிக்க வேண்டும்
- சர்ப்பகாலத்தில் கிராமத்திலேயே பருவகாலங்களில் கிடைக்கக்கூடிய பச்சை காய்கறி, கீரை, பூங்கனா, தானியம், பருப்புக்கைகள் அதிக அளவில் சர்ப்பிட வேண்டும்.
- சர்ப்பகாலத்தில் தாய் தன் வயிற்றில் வளரும் கருவுக்கும்.
- சர்ப்பகாலத்தில் கடின வேலைகளை (உம் தலையில் எமை தூக்குதல், இரட்டை குடம் வைத்து தண்ணீர் எடுத்தல்) போன்றவைகளை தவிர்த்து, அடிக்கடி ஓய்வு எடுக்க வேண்டும்.
- சர்ப்பினி தாயை குடும்பத்தினர் அன்புமூலம் அதிக அக்கறையுடனும் கவனிக்க வேண்டும்.
- சர்ப்பினி தாய் பிரசவத்திற்கு தேவையான பணம், துணிகள், சேகரித்து வைக்க வேண்டும்
- பிரசவத்தை மருத்தவமனையில்/பயிற்சி பெற்றவர்களிடம் பிரசவம் பார்த்துக் கொள்வது பரதூனம்! அளிக்கும் பிரசவம் பார்ப்பவர்கள் 5 வகையான மத்தத்தை கண்டித்தல் (5 cleans) 1, இடம் சுத்தமாக இருத்தல் 2, பிரசவம் பார்ப்பவரின் கைகள் நகங்கள் வெட்டிப் பின் சுத்தமாக சோப்பினால் கழுவுதல் 3, தொப்புள் கொடி அறுக்கும் பிளேடு புதியது/தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்டு இருத்தல் 4, தொடர் சொடி கடும் நூல் தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்டு இருத்தல் 5, அறுத்த தொப்புள் கொடி மீது எண்ணெய் முகப்படிர் போன்றவை போடாமல் இருத்தல் தாய்க்கும் குழந்தைக்கும் தொற்றுக்கள் ஏற்படாமல் தடுக்கலாம்.

பிறப்பு முதல் இரண்டு மாதங்கள் வரை (0-2 months)

பச்சிளம் குழந்தைகளுக்கு அதிக கவனிப்பு தேவை

குழந்தை பிறந்தபின் அதன் உடம்பில் உள்ள ரரத்தை உலர்ந்த துணியால் ஒத்தி எடுத்து வேறு ஒரு உலர்ந்த துணியால் ஒத்தி எடுத்து எவறு ஒரு

- உலர்ந்த துணியில் நன்றாக சுற்றி தாயின் பக்கத்தில் படுக்க வைத்து வெது வெதுப்பாக வைக்க வேண்டும்.

- பிறந்த குழந்தையை 3 நாள் வரை குளிப்பாட்டக்கூடாது. தினமும் சுத்தமான வெது வெதுப்பான ரரத்துணியால் துடைத்தால் போதும் எண்ணெய் குளியல் கூடவே கூடாது. கூப்ப பிரசவத்தில் பிறந்த குழந்தைக்கு 1/4 மணி நேரத்திலும், அறுவை சிகிச்சை மூலம் பிறந்த குழந்தைக்கு வெவிலியார் அல்லது மற்றவர்கள் உதவிபுடன் 4 மணி நேரத்திற்குள் ஏறம் சீம்பால் எெடுக்க வேண்டும். தொடர்ந்து தாய்ப்பால் குழந்தை பசியுடன் அமும்போதெல்லாம் ஈசாடுக்க வேண்டும். குழந்தை அடிக்கடி தாயின் மாட்டைத்தை சட்டிவதால் பால் சுரக்கும் தன்மை துண்டிப்பும், சீம்பாலில் நேரம் எதிர்ப்பு சக்தியும், வைட்டமின் 'ஏ' யும் அதிகம் நிறைந்துள்ளது.
- குழந்தை பிறந்த 2-1 மணி நேரத்திற்குள் பிறப்பு எடை எடுக்க வேண்டும். பிறப்பு எடை 2.5 கிலோ கீழ் இருந்தால் உடனே குழந்தை நல மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற வேண்டும்.

- குழந்தைக்கு சளி, இருமல் இருந்தால் மூச்சு வேகமாக இழுக்கிறதா அல்லது தூக்கிப் போடுகிறதா என்று அறிந்து உடனே மருத்துவமனைக்கு அழைத்து சென்று சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
- குழந்தை இப்பருவத்தில் குறிப்பிட்ட வளர்ச்சிப் படிகள் (தலைசுமத்தல், குப்புறவிழுதல், சத்தம் கேட்டு திரும்புதல், பார்த்தல்) குழந்தையிடம்
- தாமதமாகவோ அல்லது மாறுதல்களாகவோ இருந்தால் தொடர் ஆலோசனை பெற வேண்டும்.
- மூக்கில் சளி அடைத்து குழந்தை பால் குடிக்க முடியாமல் மூச்சு திணறினால் சுத்தமான வெள்ளை துணியை திரித்து குழந்தையின் மூக்கின் உள்விட்டு சுத்தப்படுத்தினால் குழந்தை பால் நன்றாக சப்பிக் குடிக்கும்.

உட்காரும் தவறும் பருவம் 5-8 மாதங்கள்

- மாதா மாதம் எடை எடுத்துக் கண்காணிக்க வேண்டும். குழந்தையின் பிறப்பு எடையில் இருந்து 2 மடங்கு அதிகரிக்க வேண்டும்.
- இணை உணவுடன் தொடர்ந்து தாய்ப்பால் கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தைகளுக்கு சிறு நோய்கள் ஏற்பட்டால் உடனே மருத்துவரிடம் எடுத்துச் சென்று சிகிச்சை அளிக்கவேண்டும். (கை வைத்தியம் மந்திரித்தல் போன்றவைகளில் காலம் கடத்துக் கூடாது.
- வயிற்றுப் போக்கு ஏற்பட்டால் நீரிழிப்பு நிலை ஏற்படாமல் தடுக்க
 - ஓ.ஆர்.எஸ். டொடர் கலந்து கரைசல் அடிக்கடி கொடுக்க வேண்டும்.
 - வீட்டில் உள்ள திரவ ஆகாரங்களை அரிசிக் கஞ்சி, மோர், எலுமிச்சம்மூச்சாறு, இளநீர் போன்றவைகளை கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு இருமல் சளி இருந்தால் அதிகமாக மூச்சு விடுதல், மூச்சு திணறல், அல்லது தூக்கிப் போடுதல் உள்ளதா என்பதை கவனித்து அப்படி இருந்தால் உடனே குழந்தையை மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் சென்று உடனே சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
- குழந்தை தவறும் பருவத்தில் இருப்பதால் வீட்டை சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும்.
- சளிமையான மற்றும் மூடான பொருட்கள் குழந்தையின் கைக்கு எட்டும் தூரத்தில் வைக்கக் கூடாது.
- குழந்தையின் வளர்ச்சி படிகள் (உட்காருதல், தவறதல்) தாமதமாகவோ அல்லது மாறுதலாகவோ இருந்தால் அவை கவனிக்கப்பட்டு ஆலோசனை பெற வேண்டும்.

எழுந்து நிற்கும் பருவம் 8-13 மாதங்கள்

- மாதா மாதம் எடை எடுத்துக் கண்காணிக்க வேண்டும். 12ம் மாதத்தில் பிறப்பு எடையை விட 3மடங்கு அதிகரிக்க வேண்டும்.
- இணை உணவுடன் தொடர்ந்து தாய்ப்பால் கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு 9ம் முடிந்த பிறகு தட்டம்மை தடுப்பூசி போடவேண்டும். இந்த பருவத்தில் பல முனைக்கும். குழந்தைகள் கையில் கிடைக்கும் பொருட்களை எடுத்து வாயில் வைத்து கடிக்கும் வயிற்றுப் போக்கு ஏற்பட அதிக வாய்ப்புகள் உண்டு. வயிற்றுப் போக்கு ஏற்பட்டால் வீட்டில் உள்ள திரவ ஆகாரமான அரிசிக்கஞ்சி, மோர், சர்பத், இளநீர் போன்றவைகளை அடிக்கடி கொடுக்க வேண்டும். இதனால் நீரிழிப்பு நிலை ஏற்படாமல் தடுக்கும். ஓ.ஆர்.எஸ் கரைசல் கலந்து அடிக்கடி கொடுக்கலாம். அடிக்கடி வாந்தி, பேதி, குழந்தை மயங்கிய நிலையிலும், சிறு நீர் போகவில்லை என்றாலும் உடனே மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் சென்று சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.

- குழந்தைக்கு இருமல் சளி இருந்தால், முச்சு வேகமாக இழுக்கிறதா அல்லது தூக்கிப் போடுகிறதா என்று கவனித்து பார்க்க வேண்டும் அப்படி இருந்தால் குழந்தைக்கு நீயோனியா என்று அறிந்து, உடனே மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் சென்று சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
- குழந்தைகளுக்கு சிறு நோய் ஏற்பட்ட காலத்தில் தாமதப்படுத்தாமல் (கை வைத்தியம், மத்திரித்தல்) உடனே மருத்துவரிடம் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.
- இரத்த மருந்தில் வளர்ச்சியடையவில்லை தாமதமாகவோ/குறைபாடாகவோ இருப்பின் அவை மருந்தை மாற்றி குதக முறையில் ஆலோசனை பெற்று தகுந்தவாறு செயல்படவேண்டும்.

நடை தொடங்கும் பருவம் 13-15 மாதங்கள்

நடக்கும் பருவம் 15-18 மாதங்கள்

சொப்பும் பருவம் 18-24 மாதங்கள்

- குழந்தைக்கு தாய்ப்பால் தொடர்ந்து 2 வயது வரை கொடுக்க வேண்டும்.
- 18ம் மாதத்தில் முத்துப்பூசியும், போலியோ சொட்டு மருந்தும் ஊக்கு விப்பு ஊசியாக போட வேண்டும்.
- 18, 24ம் மாதத்தில் வைட்டமின் 'ஏ' திரவம் (2,00,000 1) கிராம சுகாதார செவிலியரிடம் கேட்டு வாங்கி கொடுக்க வேண்டும்.
- மாதாமாதம் எடை எடுத்து வளர்ச்சியை கண்காணிக்க வேண்டும். குழந்தை 24 மாதத்தில் பிறப்பு எடையை விட 4 மடங்கு அதிகமாக இருக்க வேண்டும்.
- குழந்தை தூரையில், மண்ணில் அல்லது மணலில் விளையாடினால் விளையாடி முடிந்தபின் குழந்தையின் கைகளையும் கால்களையும் சொப்பு போட்டு நன்றாக சுழுவ வேண்டும். சுற்றுப்புறத்தையும் சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும் புண் மற்றும் சொறி சிரங்கு வாயால் பாதிக்கலாம்.
- குழந்தைக்கு இருமல் சளி இருந்தால் நீயோனியாவின் அறிஞரிகள் (வேகமாக முச்சு இழுத்தல் அல்லது தூக்கிப் போடுதல்) இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் சென்று சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
- வயிற்றுப் போக்கு ஏற்பட்டால் உள்ள திரவ ஆகாரங்கள், அரிசி கஞ்சி, மோர், எலும்புச் சும்சாறு, இளநீர், தேநீர் போன்றவைகளையும், இட்லி, இடியாப்பம், தயிர்சாதம் போன்றவைகளையும் கொடுக்கலாம். இதனால் நீரிழிப்பு ஏற்படாமல் தடுக்கலாம்.

ஆரம்ப பரிசோதிக்கும் பருவம் 2 - 2 1/2 வருடங்கள்

பரிசோதிக்கும் பருவம் 2 1/2 - 3 வருடங்கள்

- மாதாமாதம் எடை எடுத்து வளர்ச்சியை கண்காணிக்க வேண்டும். 3 வயதில் பிறப்பு எடையைவிட 4 மடங்கு இருக்க வேண்டும்.
- 30, 36ம் மாதம் வைட்டமின் 'ஏ' திரவம் கிராம சுகாதார செவிலியர் உதவியுடன் கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு பரி இல்லாமலும் போதுமான எடையும் வளர்ச்சியும் இல்லை என்றால் பூச்சி நீக்க மருந்து மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி கொடுக்க வேண்டும்.
- இப்பருவம் பரிசோதிக்கும் பருவமாக இருப்பதால் குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் அதிக கவனியுடன் கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தைகளை சுத்தமாக (உடல், ஆடை) வைத்திருத்தல் அவசியம். தன் சுத்தம் பற்றிய பழக்கங்களை ஏற்படுத்த வேண்டும். உம்-தினமும் 2முறை பல் விளக்குதல், வாரத்திற்கு 1முறை நகம் கொட்டுதல் போன்றவை.

- சுற்றுப்புறத்தையும் சுத்தமாக வைத்திருத்தல் அவசியம்.
- வயிற்றுப் போக்கு ஏற்பட்டால் வீட்டில் உள்ள திரவ ஆகாரங்களையும், இட்லி, இடியாப்பம், தயிர்சாதம் போன்றவைகளையும் கொடுக்கலாம். அதிக வாந்தி பேதி, மயங்கிய நிலை, அதிக தாகம் மற்றும் சிறுநீர் குறைவாக / போகவில்லை என்றால் உடனே மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் சென்று சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
- இருமல் சளி இருந்தால் நியோனியாவின் அறிகுறிகள் முச்சு வேகமாக விடுதல் அல்லது நூக்கிப் போதல் இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் சென்று சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
- வளர்ச்சி படிகளில் தாமதமோ/குறையோ இருந்தால் உடனே தொடர் ஆலோசனை பெற வேண்டும்.

குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் கையாள வேண்டிய அவசியமான பழக்க வழக்கங்கள்

1. கொதித்து ஆறவைத்து வடிக்கடைய நீரை புருகுதல், தன் சுத்தம், மற்றும் சுற்றுப்புற சுத்தத்தை சுடை பிடித்தால் நோய் வராமல் தடுப்பதுடன் குழந்தையின் வளர்ச்சியை மேம்படுத்த உதவும்.
2. பெண் குழந்தையையும் ஆண் குழந்தையையும் சமமாக நடத்துதல்/கல்வி அளித்தல் வேண்டும்.
3. இரும்பு பாத்திரங்களில் சமைப்பது நல்லது.
4. உணவில் அயோடின் கலந்த உப்பை பயன்படுத்த வேண்டும்.
5. சாப்பிடும்உணவை தூசி, அழுக்கு படாத வண்ணம் முடி வைக்கவும்.
6. சமைக்க ஆரம்பிக்கும் முன்னும் குழந்தைக்கு உணவு ஊட்டும் முன்னும் சுத்தமாக சுழுவ வேண்டும். அசுத்தமான கைகளால் உணவுவிடனால் வியாதிக்கிருமிகள் உடலுக்குள் சென்று தொற்று நோய்களை ஏற்படுத்தும்.
7. குடும்ப நல முறைகளை அலுவலரித்து சிறு குடும்பமாக வாழ்தல் குழந்தைகளை நல்ல முறையில் வளர்க்க உதவும்.
8. சுகாதார சுழிப்பிடங்களை குறைந்த செலவில் சுட்டி உபயோகிக்க வேண்டும்.
9. காலணிகளை அணிவது நல்லது.
10. வீட்டில் உபயோகித்த தண்ணீரை வீணாக்காமல் வீட்டுத் தோட்டம் அமைத்து வீட்டின் பொருளாதார நிலையை மேம்படுத்த உதவும்.
11. சூப்பைகளை சூழியில் கொட்டுதல் அல்லது எரித்தல் வேண்டும்.
12. குடிப்பழக்கம், புகைப்பிடிக்கும் பழக்கம் அல்லது வெற்றிலை பாக்குடன் புகையிலை போடும் பழக்கத்தை தவிர்த்தல் நல்லது.
13. சிறுநீர், மலம் சுழித்து சுழுவிய பிறகு சோப்பு உபயோகித்து நன்றாக சுழுவ வேண்டும்.
14. குழந்தைக்கு தேவையானால் பூச்சி நீக்க மருந்து காத்துவர் ஆலோசனையின் பேரில் கொடுக்க வேண்டும்.

DISABILITY CHECKLIST – TAMIL (BIRTH—3YEARS) given By MNC**0-2 மாதங்கள்**

1. உள்வாங்காலை நெருடலால் சுட்டை விரல் வெளிப்பற்றமாகவும் மற்ற விரல்களை உட்புறமாகவும் வளைக்கிறார்.
2. தாயின் மார்பகம் உதட்டில் பட்டால் தலையைத் திருப்பி வாயைத் திறந்து குவிக்கிறார்.
3. ஒலியை அமைதியாக கவனிக்கிறார்.
4. ஒலி வரும் திசை நோக்கி கண், கை, உடலை அணைக்கிறார்.
5. வண்ணப் பொருட்களை பார்வையிலிருந்து நகர்த்தும் பொழுது தொடர்ந்து பார்க்கிறார்.

2-5 மாதங்கள்

6. தானாக குப்புற படுக்கிறார், தலையையும் நிறுத்துகிறார்.
7. முகம் பார்த்து சிரிக்கிறார்.
8. பொருட்களை எட்டி தட்டப் பார்க்கிறார்.
9. பொய்மைகளுடனோ, மற்றவர்களுடனோ தானாக ஒலி எழுப்பி விளையாட முயற்சிக்கிறார்.
10. துணியால் முகத்தை மூடினால் அதை விலக்குகிறார்.

5-8 மாதங்கள்

11. நன்றாக மசித்த உணவை விழுங்குகிறார்.
12. விருப்பமான பொருளை அடைய 2 அடி தூரம் உந்தி செல்கிறார்.
13. பிறர் ஒலிப்பதைக் கேட்டு அதைப் போல் ஒலிக்கிறார்.
14. எளிதான ஜாடைகளை பார்த்து செய்கிறார்.
15. உதவியின்றி உட்கார்கிறார்.

8-13 மாதங்கள்

16. முட்டி போட்டு தவழ்கிறார்.
17. பிடித்துக் கொண்டு தானே நிற்கும் நிலைக்கு வருகிறார்.
18. டம்ளரை இரு கைகளாலும் பிடித்துக் கொண்டு குடிக்கிறார்.
19. தன் தேவைகளை ஜாடைகளாலோ, ஒரு சொல்லாலோ வெளிப்படுத்துகிறார்.
20. ஒரு பொருளை முழுவதுமாக மறைத்தால் கண்டு பிடிக்கிறார்.

13-15 மாதங்கள்

21. தானாக நடக்கிறார்.
22. தெரிந்த 5 பொருட்களின் பெயரைச் சொன்னால் சுட்டிக் காட்டுகிறார்.
23. பொருட்களை ஒன்றின் மேல் ஒன்றாக அடுக்குகிறார்.
24. கண்ணாடியில் தெரியும் உருவத்தை தொடுகிறார்.

15-18 மாதங்கள்

25. குத்துக்கால் நிலையிலிருந்து நிற்கிறார், பின் குத்துக்காலில் உட்காருகிறார்.
26. உதவியுடன் டல் துலக்குகிறார், கை கழவுகிறார், துண்டால் கைகளை துடைக்கிறார்.
27. பிறர் புரிந்து கொள்ளும்படி வார்த்தைகளை உபயோகிக்கிறார்.
28. தன் னையும், தன் உடல் உறுப்புகளையும் சுட்டி காட்டுகிறார்.
29. தெரிந்தவர்களையும் தெரியாதவர்களையும் கண்டு கொள்கிறார்.

18-24 மாதங்கள்

30. பிடித்துக்கொண்டு படுகளில் ஏறி இறங்குகிறார்.
31. புத்தகத்தில் கேட்கும் படத்தை பக்கங்களைத் திருப்பிக் காட்டுகிறார்.
32. பிளாஸ்டிக் பொருத்தப்பட்ட கால் சட்டை, ஜட்டி, சாலுறைகளை சுழற்றுகிறார் உதவியுடன்.
33. உதவியுடன் அதற்கென குறிப்பிட்ட இடத்தில் சிறுநீர், மலம் கழிக்கிறார்.
34. கேட்கும் கேள்விகளுக்கு 'ஆம்' , 'இல்லை' என பதில் அளிக்கிறார்.

2-2 1/2 மாதங்கள்

35. துமுனாமல் பத்தடி ஓடுகிறார் மற்றும் ஜட்டி, கால் உடை அணிவதற்கு அரை நிமிடம் ஒரு காலைத் தூக்குகிறார்.
36. தன் பெயரையும், ஆணா, பெண்ணா என்பதையும் கூறுகிறார்.
37. 20-30 படங்களின் பெயரை சரியாக கூறுகிறார்.
38. முன்னுவித வடிவங்களை வடிவப்படலையில் பொறுத்துகிறார்.
39. எழுத்து போலை முன்று விரல்களால் பிடித்து நேர், நீளக் கோடுகள் வரைகிறார், வட்டமாக கிறுக்குகிறார்.

2 1/2-3 மாதங்கள்

40. உடைகளை உதவியின்றி அணிகிறார்.
41. மலம், சிறுநீர் சூழியத்தில் அட்டாபாடு கொண்டுள்ளார்.
42. முன்னங்கால்களில் நிற்கிறார், இரு கால்களையும் தூக்கி குதிக்கிறார்.
43. எட்டடி, எட்டாழுது என்ற சொற்களை பொருத்தமாக உபயோகிக்கிறார்.
44. அட்டாடை நிறங்களில் குறைந்து இரண்டையாவது கட்டிக் காட்டுகிறார்.

Bala Mandir Research Foundation

Supportive Materials For Parent Education Learning Through Play Calendar - Birth - 3 years

- *Holistic Child Development*
Brain Development
Power of Play
- *The Calendar Tool - 8 Stages*
S o n g
S P R U C
+
Nutrition
Health
Disability Check list
- *Guidelines for Interaction with Parents*

Bala Mandir Research Foundation
126, G.N.Chetty Road, T.Nagar, Chennai.17
Ph - 8214252 Fax - 8268441
E mail - yjbmrfa@eth.net

Materials sponsored
by
CIDA

Need for a Parenting programme - பேணுதலுக்கான ஓர் திட்டம்

தற்கால குழலுக்கு ஏற்ப குழந்தை பராமரிப்பு தேவை.

குழந்தை பராமரிப்புக்கு ஏன் இந்த முக்கியத்துவம்? நாமும் ஒரு காலத்தில் குழந்தையாக தானே இருந்திருக்கிறோம். நம் அனுபவங்களின் மூலம் நாம் எது செய்யக்கூடாது என்று தெரிந்திருக்கிறோம். ஆனாலும் குழந்தை பராமரிப்பு என்பது முன்பை விட இக்காலத்தில் சிக்கலாக உள்ளது.

பெரும்பாலானவர் இப்பொழுது கூட்டுக் குடும்பத்தில் இல்லை. ஆகையால் பெற்றோர், தாத்தா, பாட்டி, மற்றும் சித்தைகள், மாமாக்கள் ஆகிய பெரியவர்களிடமிருந்து அறிவுரைகளும், ஆதரவும் கிடைக்கும் வாய்ப்புகள் மிகக் குறைந்துவிட்டது. சர்வசாதாரணமாக எடுத்துக் கொண்ட நம் பழைய நற்பழக்கவழக்கங்களும் நியதிகளும் இப்பொழுது முற்றிலும் மாறிவிட்டது. இந்த பழைய நியதிகளைப் புரியாததினால் கண்முடித்தனமாக அப்படியே அவைகளை ஏற்றுக்கொள்கிறோம். அல்லது அறவே நிராகரித்துவிடுகிறோம்.

சமூக வழநிலை பொருட்டும், பொருளாதார நெருக்கடியினாலும் தாய்மார்கள் வீட்டிற்கு வெளியே சென்று வேலை ஏற்கும்படியான ஓர் கட்டாயம் தற்போது ஏற்பட்டுள்ளது. இதனால் பொருளாதார காமையால் தாய்க்கும் வாரியும் தாய்மேல் விழ குழந்தையின் முக்கிய பராமரிப்பாளராக இருக்கும் அவரின் பாகத்தின் முக்கியத்துவம் குறைந்து திசைமாறிவிட்டிருக்கிறது.

நகர வாழ்வின் வேகமும், பளுவும் முன்னெவிட கூடுதலாகவும், அழுத்தமாகவும் உள்ளது. முரண்பாடான பல செய்திகள், செய்தித்தாள், பத்திரிகை, தொலைகாட்சி மூலம் கிராமமும் நிலையும் மாறிவருகின்றது. விவசாயத்தை லகவிட்டு, விலகியதாலும், ஏழ்மையாலும், பழைய பண்பாடுகளையும் பழக்க வழக்கங்களையும், மறந்த நிலையில் பழங்கால கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கை புரக்கணிக்கப்பட்டது. இன்று நாம் பெற்றோர் என்னும் ஸ்தானம் மட்டும் ஏற்று பங்கு பெருவதோடல்லாமல் அதன் பொருளை விவரிக்க வேண்டிய நிலைமை ஏற்பட்டிருக்கிறது.

பெற்றோரின் ஸ்தானத்தை அறிய கற்பது:-

இது என்னவென்றால் முன்கூட்டிய குழந்தைகளின் தேவைகளை உணர்த்து நடந்துகொள்வது சமாளிக்க கற்பது:- நேரக்குறைவு, வேலை அழுத்தம், பல பொழுது போக்குகள், கேளிக்கைகள், மண வாழ்வின் உறவு முறை, குழந்தைகளின் பள்ளிப்படிப்பு, நிஜவாழ்விலிருந்து கற்கும் படிப்பினைகள் என பலவற்றை எதிர்நோக்கும் பெற்றோருக்கு, குழந்தையின் தேவைகளை பூர்த்தி செய்ய மிகக் குறைந்த நேரமே கிடைக்கிறது.

குழந்தை பராமரிப்பின் தரம் குறைந்துள்ள வளப்பின் பொறுப்பை பண்டையகாலம் தொட்டு குடும்பத்தினரும், பெற்றோருமே ஏற்று செய்துவந்தனர். இப்பொழுதுள்ள இயந்திர வாழ்க்கையின் முக்கியத்துவத்தினால் இப்பழக்கம் அடிபட்டுப் போய்விட்டது என்று பெரும்பாலானவர் எண்ணுகின்றனர்.

நல்லதொரு குழந்தை பராமரிப்புத் திட்டம் எல்லோருக்கும் தேவை.

உலகெங்கும் தற்போது முறிந்து கொண்டிருக்கும் உறவு முறைகள் முக்கியமாக குடும்பவாழ்க்கை, மனோதத்துவ நிபுணர்களுக்கும் சமூக உறவு நிபுணர்களுக்கும், ஆன்மீகவாதிகளுக்கும் பெருத்த கவலையை கொடுக்கிறது. முனிதர்களிடம் பரஸ்பர உறவின் பிணைப்பு குறைந்தமையால் சமூக ஒருமைப்பாடும் நம்பிக்கையும் பாதிக்கப்பட்டு பரஸ்பர உணர்வுகள் நலிந்திருக்கிறது. குழந்தைக்கு அடிப்படை உரிமை அளித்து உடல் நலம், கல்வி ஆகியவைகள் அளிப்பது அத்தியாவசியமாக இருந்தாலும் நல்ல தரமான குடும்ப வாழ்க்கையைப் பலப்படுத்துவதில் மும்முறமாக ஈடுபடாவிடில் குழந்தை வளர்ச்சியின் முன்னேற்றம் எட்டாத ஓர் கனியாகிவிடும். குடும்ப வாழ்க்கையும் குழந்தை பராமரிப்பு ஆகியவற்றின் பொருட்டு பெற்றோர் முக்கியமாக சாதிக்க வேண்டியது ,

முதற்கண் அவர்கள் தங்கள் குழந்தைகள் மேல் கொள்ளவேண்டிய பொருப்பு கடமைகளும் ஆகும். குழந்தைகளிடத்தில் தாங்கள் செலுத்தும் உணர்ச்சிகள், சமூக உறவின் தொடர்புகள் இவைகளைக் கொண்டு குழந்தைக்கு ஓர் தரமான வாழ்வை அளிப்பதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

பாசப்பிணைப்பை அறிவது முக்கியம். -Bonding Awareness

குழந்தை பிறந்த நாளிலிருந்தே தாய்க்கும் குழந்தைக்கும் ஓர் பாசப்பிணைப்பு உண்டாகிறது. ஒவ்வொரு சபரிசமும் அல்லது தொடர்பும் அவை பெறாமல் இருப்பதிலும் இவ்வுறவில் ஆழமான ஓர் பாதிப்பை குழந்தைக்கு ஏற்படுகிறது.

பெரும்பாலான பெற்றோர்களுக்கு தாங்கள் குழந்தைகளின் வாழ்க்கையில் எவ்வளவு முக்கியமானவர்கள் என்பதை அறிந்து கொண்டோ அல்லது அதையே உயர்வாக மதிக்கவோ தெரிந்து கொள்வதில்லை. அவர்களிடமிருந்து உலகின் செக்வங்கள் கிடைப்பதைவிட, உணர்ச்சி பூர்வமான அண்மையும், அவர்களின் ஆத்மார்த்தமான ஆதரவையும் எவ்வளவுக்கெவ்வளவு குழந்தைகள் எதிர்பார்க்கிறார்கள் என்பதை பெற்றோர்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். ஆனால் இன்றைய பெற்றோர்களோ தாராளமாகக் கிடைக்கும் பொருட்களையெல்லாம் குழந்தைகளுக்கு வாரிவழங்குவதிலேயே தீவிரமாக இருக்கிறார்கள்.

பெற்றோர்கள் தெளிவாக அறியவேண்டியவை.

- அவர்கள்தாம் குழந்தைக்கும் அவர் சுற்றுப்புற சூழலுக்கும் இடையே ஓர் பாலமாக இருக்கிறார்கள்
- பெற்றோர்கள் குழந்தைகளின் கவனத்தைக் கவரக்கூடிய துண்டுதல்களை அளிப்பவராக இருத்தல் அவசியம். குழந்தைகள் தொடர்பு கொள்ள முயலும்போது அதற்கேற்ப பதில் செயல் புரிதல், அவர்கள் உடல்நலத்தைப் பேணுதல், ஆகியவைகளின் மூலம் குழந்தைகளின் ஆற்றல், கவனம் செலுத்துவதிலும் (முனைந்து இருப்பதிலும்) பெருகும்.
- பெற்றோர்கள் தாம் குழந்தைகளின் பாதுகாப்பாளர்கள் அவர்களை ஓர் பாதுகாப்பான எல்லைக்குள் வைத்து குழந்தைகளை தன் நம்பிக்கையுடன் செயல்புரிய வைக்கிறார்கள்.
- குழந்தைகள் ஒன்றை செய்து முடிக்க வேண்டும் என்று முனையும்போது பெற்றோர்கள் அவர்களுக்கு உதவவேண்டும். குழந்தைகளின் முதலாவது முக்கிய நபர்கள் பெற்றோர்களே. இவர்களிடமிருந்து தான் குழந்தைகள் நம்பிக்கை பெறவும் தொடர்பு கொள்ளவும் தன்னைச் சுற்றியுள்ள உலகை கண்டு அதற்கேற்ப செயல்புரியவும் கற்கிறார்கள்.

கீழ்க்கண்ட கொள்கைகளின் அடிப்படையில் குழந்தை பராமரிப்புத் திட்டம்

பொதுவாக கருதப்படுபவைகள்

Any parenting programme must focus on

1. எல்லா பெற்றோர்களும் தங்கள் குழந்தைகளுக்கு மிக்க சிறந்தவற்றையே வேண்டுவர்.
2. தங்கள் குழந்தைகளை மிக நன்றாக கவனிக்கக் கூடிய நிலையில் இருப்பவர் பெற்றோர்களே. ஆகையால் இவர்களாலேயே குழந்தையின் மனநல, உடல்நல சம்பந்தப்பட்ட தேவைகளை பூர்த்தி செய்ய முடியும்.
3. குழந்தைகள் சுற்றுப்புற சூழலின் அனுபவங்களைப் பெற சந்தர்ப்பம் அளிப்பதும் அதனுடன் பதில் செயல் புரிவதும் அவர்களின் முழுமையான வளர்ச்சிக்கு அவசியம்.
4. இந்த அனுபவங்களை எவ்விதம் கொடுப்பது, இதன் முக்கியத்துவம் என்ன என்பதை பெற்றோர்கள் தெரிந்து கொண்டால்தான் அவர்களால் இந்த அனுபவங்களை குழந்தைகளுக்கு அளிக்க முடியும்.
5. குழந்தை வளர்ப்பு முறையின் அடிப்படை கோட்பாடுகளை இவர்கள் நன்கு புரிந்து கொள்வது முக்கியம். இதனால் குழந்தைகள் கற்பதற்கான பல வழிமுறைகளை மேலும் சிறப்பான முறையில் செய்ய பெற்றோர்களால் முடியும்.

குழந்தை வளர்ப்பதில் இதுதான் ஒரே முறை என்று இல்லை. ஒவ்வொரு கலாசாரத்திலும் தெளிவான கருத்துகளையும், வழிமுறைகளையும் ஒருங்கிணைத்து பயன்படுத்துவதன்

பெற்றோருக்கான குழந்தை பராமரிப்பு கல்வி என்பது ஓர் பெண்ணுரிமைத் திட்டம் Parent Education is a Woman's Empowerment programme

பெற்றோர்கள் வகிக்கும் மாற்ற முடிவாத தாய், தந்தை ஸ்தானத்தைப் பற்றி முழுமையாக கற்பிக்க வேண்டியது அவசியம். குடும்பத்திலுள்ள மற்றவர்களுக்கும் இக்கருத்தினைப் புரிய வைத்து அங்கீகரிக்கச் செய்து, ஆதரவை தருவதும் தற்போதைய ஓர் அத்தியாவசியமான தேவையாக இருக்கிறது.

பெண்ணின் நிலையை உயர்த்தும் எல்லா பிரச்சனைகளும், சமூகத்தில் சுதந்திரமும், பொருளாதார வாய்ப்புகளும், அரசியலைப்பற்றி விழிப்புணர்வுடன் இருத்தலும், ஆன்மீக உணர்ச்சிகளுடன் இருப்பதும் தற்போதைய நாகரீகத்தில் ஓர் பெண்ணின் தளர்த்த முடியாத மாற்றியமைக்க முடியாத தாயின் ஸ்தானத்தின் முக்கியத்துவத்தை அழுத்தமாக கூற வேண்டும். இன்றைய சமூகத்தில் ஓர் பெண்ணின் தாழ்ந்த, கொடுமை படுத்தப்பட்ட நிலையை, மையப்படுத்தும் தாய்மையின் முக்கியத்துவத்தையும், அதைச் சார்ந்த போதனைகளையும் உள்ளடங்கியிருக்க வேண்டும். தாயானவள், குடும்ப கௌரவம், கலாசாரம் ஆகியவைகளை ஒரு தலைமுறையிலிருந்து மற்ற தலைமுறைக்கு கொண்டு சென்று இணைத்து கடர்விட்டு திகழ்கிறாள். ஆகையால்தான், ஓர் தாயின் மகத்தான ஸ்தானத்தை நாம் உயர்த்துதல் அவசியம். ஒரு பெண்ணை பலவீனப்படுத்தினாலோ, குறைப்படுத்தினாலோ என்னதான் நடக்கும்?

தாயின் குழந்தையின் ஆரம்ப கட்டத்தின் வளர்ச்சியின் போது குடும்பம் தாய்க்கு கைகொடுத்து ஆதரவாக இருக்க வேண்டும். தன்னிச்சையாக இருக்க முடியாமையினாலும், உடல், மன தளர்ச்சியினாலும் 24 மணிநேரமும் குழந்தை பராமரிப்பில் விழிப்புடன் இருக்கும் தாய்க்கு, உதவ வேண்டியது அவசியம் மற்றும் கடமையும் கூட.

- கர்ப்பமான தாயிடம் குழந்தைப் பிறப்பின் முன்பும், பின்பும், மேலும் குழந்தை வளர்ப்பின் தூண்டுதல்கள் ஆகியவைகளைப் பற்றி எடுத்துக் கூறி கற்பிக்க வேண்டும்.
- தாயானவள் வேலையில் இருந்தாலும், அவள் தன் குழந்தையுடன் முடிந்த அளவு அதிகநேரம் செலவழிக்க அவளுக்கு ஆதரவளித்தல் அவசியம்.
- சம்பாதிப்பது ஒன்றே தன் பொறுப்பு என்றில்லாமல் தந்தையானவர் குழந்தையின் மனவளர்ச்சி, உலகறிவு ஆகியவற்றில் வகிக்கும் பொறுப்பான பாசத்தை அழுத்தமாக கூறுவது முக்கியம்.

குழந்தையின் பிரச்சனைகள் - காரணம் யார்?

Who creates - problems of children?

இவைகளை நாம்தான் உண்டாக்கினோம். பிரச்சனை பெரியவர்கள்தான், குழந்தை அல்ல. குழந்தைகளின் தற்போதைய நிலையை சீர் செய்து அவர்களின் வாழ்க்கை தரத்தை உயர்த்தி, பரிபூரணமான வாழ்க்கையைத் து உறுதுவாக குறுகிய கால திட்டங்கள் பல உருவாகியிருக்கிறது. ஆனால் குழந்தையின் நெருங்கால வாழ்க்கைக்கு உண்மையாக உதவுவது என்னவென்றால்

- வயது வந்தவர்களுக்கு குழந்தையின் தேவைகளைப் பற்றியும், பிரச்சனைகளைப்பற்றியும் சொல்லிக் கொடுப்பது.
- அவர்களுடைய பொறுப்புகளை அவர்களுக்கு உணர்த்துவது.
- குடும்ப வாழ்க்கையை பலப்படுத்துவது.

நாம் அறிய வேண்டியது என்னவென்றால்
குழந்தையின் உடல் நலமின்மைக்குக் காரணங்கள்

- வயது வந்தவர்களான தாய், தந்தை, பராமரிப்பவர், மருத்துவருடைய அறியாமை, அக்கரையின் மை, உணர்ச்சியின் மையே

குழந்தையின் குறைந்த படிப்பிற்கு காரணம்

- குழந்தைத் தொழிலாளி உருவாக காரணமாக இருப்பது. - வயது வந்தவர், ஆசிரியர், கல்வி அதிகாரிகளின் கனிவின்மை.
- குழந்தைகளை தங்கள் சுயநலத்திற்காக பயன்படுத்தும் பெரியவர்கள்.
- மேலும் பெற்றோரின் ஏழ்மை நிலை.
- குழந்தையை தங்கள் சுயநலத்திற்காக பயன்படுத்துவதின் காரணம்.
- பாலியல் கொடுமை, போதைப் பொருட்கள் வயது வந்தவர்கள் இதை குழந்தைக்குப் பரப்புகிறார்கள்.
- கேட்பாரின்றி தனித்துவிடப்பட்ட, புறக்கணிக்கப் பட்ட குழந்தையின் நிலைக்குக் காரணம் பொறுப்பற்ற பெற்றோர்.

குழந்தையின் பிரச்சனையை ஒட்டி எங்கு திரும்பினாலும் அங்கு இருப்பது ஒரு வயது வந்தவர்.

குழந்தை என்னும் சொல் நம் மனதில் நம்பிக்கை, களங்கமற்ற அப்பழுக்கில்லா இளமை.

இந்த இளம் குழந்தைகள், தம்மைச் சுற்றியுள்ள உலகத்தையும், தன்னுடன் வளர்ந்த பண்புகளையும் அப்படியே தண்ணீர் உறிஞ்சி விடும் பஞ்சைப் போல் இழுத்துக் கொண்டு விடுகின்றன. இவர்கள் பெரியவர்களான தும் எவ்விதமான குணங்களை

உள்வாங்கியிருக்கிறார்களோ அதை தங்கள் நடத்தையில் வெளிப்படுத்துவர்.

நம் நாட்டில் குழந்தைகள் ஏராளம். இந்த அதிக ஜனத்தொகை ஒரு பெரிய சமையாக இருக்கின்றது என்கிறார்கள் சிலர். இதுதான் ஓர் உண்மையான நிலை என்று உணர்ந்து, இந்த மாபெறும் ஜனத்தொகையே நம் பலமாக மாற்ற முயற்சிக்க வேண்டும்.

இந்த மாற்றம் இப்பொழுது ஆரம்பிக்காவிடில்

நம்மிடம் ஆத்திரத்துடன், குறிக்கோளின்றி புத்துணர்ச்சியின்றி தங்கள் வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு சுட்டத்திலும் செயல்களிலும், தங்கள் எதிர்ப்பை வெளிக்காட்டும் இளைஞர்களே உருவாகிக் கொண்டிருப்பர். வாழ்வில் சந்தேகங்களுடனும், தயக்கங்களுடனும் அமைதியின்றியும் இருப்பர்.

தனியார் மற்ற சமூக நிறுவனங்களின் திட்டங்கள் முக்கியமாக மேற்கொள்ள வேண்டியது -

- பிரச்சனைகளை கேலெழுந்தவாரியாக கையாளுவதற்கு இடம் கொடுக்காமல் மனத்திடத்துடன் கையாளுதல் வேண்டும்.
- கூட்டமைப்புமள் மூலம் எண்ணங்கள், தகவல்கள், பலங்கள், அமைப்புகள், சாதனங்கள் ஆகியவைகளைப் பகிர்ந்து கொண்டு, பிறர் செய்தவைகளையே திரும்பத் திரும்பச் செய்யும் படியான நிலைபை அகற்ற வேண்டும். பிரச்சனைகளை துணிவுடன் எடுத்துக் கொண்டு தாங்கள் வெளிப்படுத்திய உறுதி மொழிகளை மாற்றாமல் நிறைவேற்ற வேண்டும்.

Scriptural Dictums

குடும்ப வாழ்க்கை, குழந்தையைப் பேணுதல் ஆகியவைகளுக்கான எந்த ஒரு முயற்சியும், பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளிடத்தில் மேற்கொள்ள வேண்டிய கடமைகளையும், பொறுப்புகளையும் மையப்படுத்துவதாக இருக்க வேண்டும். அவர்கள் தங்கள் குழந்தைகளுடன் கொள்ளும் உறவு முறையானது, பெற்றோர்களுடைய மனரீதியிலான, சமூக ரீதியிலான அதுபவங்களைச் சார்ந்து இருக்கும்.

நம் இந்திய ஆன்மீக, மரபின்படி குழந்தையின் மனமுதிர்ச்சி பின் வருமாறு வளர்ந்து பூரணமடைகிறது.

மாத்ரு - முதலில் தாய் ஓர் முக்கிய பராமரிப்பாளர்.

பித்ரு - பின்பு தந்தை குழந்தையை ஆதரிப்பவராகவும்

ஆசார்யா - அதன்பின் ஆசான் அறிவை பெருக்குபவராகவும்

அதிதி - கடைசியில் அன்னியரால் நேரும் பாதிப்புகள்.

ஆசையால் ஒரு மனிதனுக்கும், குழந்தைக்கும் உள்ள உறவு சிறப்பான ஒன்றை வெளிப்படுத்துவதாக இருக்க வேண்டும். தாய், தந்தை, ஆசிரியர், ஏனையர் ஆகிய எல்லோருக்கும் நம் சமுதாயத்தில் தேவர்கள் அதாவது கடவுளின் அந்தஸ்து வழங்கப் பட்டிருக்கிறது. ஆதலால் அவர்கள் தங்கள் பங்கை முழுமையாக செய்யத் தயாராக இருப்பது அவசியம்.

மாதா, பிதா, குரு, தெய்வம் என்பது நம் வழக்கில் இருந்து வந்திருக்கிறது.

- கடமையுள்ள பெற்றோரிடம் ஆழந்த அன்பு கொள்ளுதல்.
- கண்ணியத்துடனிருக்கும் பெற்றோரை பின்பற்றுதல்.
- பண்புடனிருக்கும் பெற்றோரை உயர்வாக மதித்தல்.
- நன்மதிப்பு மிக்க பெற்றோரிடம் கீழ்ப்படிதல்.

குழந்தைகளை பள்ளிக்கு 5 வயதிற்கு முன் அனுப்புவது நம் பண்பாட்டில் பழக்கத்தில் இல்லை. இந்த பழக்கம் சுமார் சில 20 வருடங்களுக்கு முன்பு தோன்றியதாகும். நம் ஆன்மீக நூல்கள் கீழ்வருமாறு மனிதனுக்கும் குழந்தைக்கும் உள்ள உறவு முறைகளை எடுத்துரைக்கிறது.

1. பஞ்சவர்ஷாதி (5 வயது வரை) லாலவத் - அன்புடன் பராமரித்தல்
2. பஞ்ச தஷவர்ஷாதி (15 வயது வரை) தாடவத் - கட்டுப்பாட்டுடன் வளர்த்தல்.
3. பஞ்ச தஷவர்ஷாதி பரியந்தம் (15 வயதுக்கு மேல்) நண்பனாக இருத்தல்.

நம் முன்னோர்கள் அறிவில் மிகவும் முதிர்ந்தவர்களாக இருந்திருக்கிறார்கள். ஆன்மீக நூல்களின் மூலம் அவர்களின் மனவளர்ச்சி, சமூக உறவு வளர்ச்சி ஆகியவைகளை எவ்வளவு தூரம் அவர்கள் புரிந்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதை நாம் அறிகிறோம். இவர்களது இந்த அறிவு தற்காலத்திய விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியையும் மிஞ்சியதாக உள்ளது.

Scriptural Teachings

ஆத்மா என்பது ஆனும் இல்லை, பெண்ணும் இல்லை, அல்லது கிரண்டிற்கும் நடுவிலும் சிண்டயாது. எந்த ஒரு உடலில் ஆத்மா செல்கிறதோ அந்த உடலுக்குள் புகுந்து ஐக்கியமாகி அந்த ரூபத்தைப் பெறுகிறது.

சமய நூல்களின் படிப்பினைகள் -

நம் பண்டைய இந்திய சமயநூலான சாண்டோக்கிய உபநிஷத்தில் ஒரு வாக்கியம் உள்ளது. அதாவது

ஒரு விதை முழுமையான மரமாக வளருவதற்கான சக்தியைப் பெற்றிருக்கிறது. அதே போல மனிதனும் உத்யாவீகத்தின் மை பெறுவதற்கான - உச்ச நிலையை அடையும் ஆற்றலைப் பெற்றிருக்கிறான். ஒவ்வொரு குழந்தையும் தன் திறமையை முழுமையாக அடைய சூழ்நிலை?

அப்படி இல்லையென்றால் ஏன் முடியவில்லை?

இங்குதான் பெற்றோராகவோ, ஆசிரியராகவோ இருக்கும் நம் பங்கு முக்கியமானதாகிறது. ஒரு விதையானது வளர்ந்துபெருகி தன்னுள் மறைந்திருக்கும் முழு சக்தியையும் வெளிக் கொண்டு வருவதற்கு, அவ்விதைக்குத் தேவையான சாதனங்களையும் தகுந்த சுற்றுப்புற சூழலையும் அளிக்க வேண்டும். முக்கியமாக ஒரு குழந்தையின் ஆரம்ப காலத்தில் எப்படி ஒரு சிக் விழையாக இருந்து ஒரு குழந்தையாக மாறுகிறதோ, அது போல ஒரு இளம் செடி நன்கு வளர்ந்து பெரிதாக வளர நல்ல பராமரிப்பும், சுற்றுப்புற வேலியும் அவசியம் தேவை. எப்படி நாம் பெற்றோராகவும், ஆசிரியராகவும் இருந்து முறையான சூழலை குழந்தைகளுக்கு அளிக்க வேண்டும் என்பதை பைபிளில் மிக அழகாக விதையின் கதையில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. யேசு கூறினார் ஒரு பை நிறைய விதைகளை வெவ்வேறு இடங்களில் கீழ்வருமாறு இறைக்க வேண்டும்.

a - கடினமான பாறைகளின் மேல் சிலவற்றை எறியவும்.

b - புதர்களில் சிலவற்றை எறியவும்.

c - சிலவற்றை திறந்தவெளி நடைபாதையில் இறைக்கவும்.

d - சிலவற்றை ஈரமண்ணில் போடவும்.

எந்த விதமான விதைகளிலிருந்து பொன்னான சோளம் கிடைக்கும்?

இதன் விடை பேசுவின் சீடர்களுக்குத் தெரிந்தது போல் கண்ணெதிரே தெள்ளத் தெளிவாக விளங்குகிறது.

a. ஈரமண்ணில் மட்டும்தான் (அன்பான, உற்சாகமூட்டும், மகிழ்ச்சிகரமான சூழலில் வளரும் குழந்தை) இந்த விதைகள் முளைவிடுவதோடு மட்டுமல்லாமல் பொன்னிறமான சோளமாகவும் வெளிவரும்.

b. கடினமான பாறைகளில் (கொடுரமான, அதிகாரமான, குறைகள் கண்டுபிடிக்கும் சூழலில் வளரும் குழந்தை) வளரும் விதைகள் வளர்வதற்கு ஒரு வாய்ப்பும் கிடைக்காது.

c. திறந்த வெளியில் எறிந்த விதைகளை பறவைகள் பறந்து வந்து சாப்பிட்டு விடும்.

(அதிகமாக இக்குழந்தையைப் பயன்படுத்தி, முன்னுக்கு வர விடாமல் தடுக்க வைப்பது) பிறருக்கு உபயோகமாக இருந்தாலும் தங்களுக்கு பயன் கிடைக்காமல் இருக்கும்.

d. புதர்களில் போட்ட விதையானது முளைவிட்டு வளர்ந்தாலும் போதிய இடம் இல்லாததால் மிகவும் நெருங்கலாகத்தான் வளரும். (அதிகமாக பாதுகாப்புடன், சுதந்திரமின்றி வாழும் குழந்தை) இந்த இளம்பிராயத்தில் குழந்தைக்கு அன்பும், கனிவும், தூண்டுதலும் கூடிய சூழலை அமைத்துக் கொடுப்பதே எங்கள் பெரும் முயற்சியாகும்.

நாம் எப்படி குழந்தையுடன் பரஸ்பரம் தொடர் கொள்ளுகிறோம் என்பது குழந்தையின் முனை அமைப்பில் வளரும் இணைப்புகளில் பெருத்த பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது.

முனை வெகுவாக அனைத்து உணர்ச்சிகளையும் உள்வாங்கிக் கொள்கிறது. பல அனுபவங்களும், தூண்டுதல்களும் ஒரு குழந்தைக்கு இல்லாத போது அதன் முனை முழுமையுடன் வளராது.

ஒரு நல்ல பராமரிப்பாளராக நாம் மேற்கொள்ளும் பொறுப்பு என்னவென்றால், குழந்தைகள் பரிசோதனைகள் செய்வதற்கு ஏற்றவாறான சூழலை அமைத்துக் கொடுத்து அக்குழந்தைக்கு கிடைக்கும் வாய்ப்புகளுக்கு தடை இல்லாதவாறான எல்லையை வகுத்துக் கொடுக்க வேண்டியது ஒரு முக்கியமான வேலையாகும். குழந்தைகள் ஆராய்ந்து தம் திறமைகளை வளர்த்துக் கொள்ள வழிகாட்டியாகவும், உறுதியான ஒழுங்கு முறையையும், பாதுகாப்பையும் அளிக்க வேண்டும்.

CHILDREN - குழந்தைகள்

குழந்தைகள் பெற்றோரின் அன்புக்கும், கவனிப்புக்கும் மட்டும் பாத்திரமானவர்கள் அல்ல. அவர்கள் சமூகத்திற்கும், இனப் பெருக்கத்திற்கும் தேவை.

குழந்தைகள் மூலமாக மனிதர்கள் இனப்பெருக்கம் செய்கிறார்கள். நாட்டில் உள்ள கலாசார, சமய குழுக்கள் தங்கள் பண்புகளையும், கலாசாரத்தையும், குழந்தைகள் மூலமாக பரப்புகிறார்கள். குடும்பங்கள் குழந்தைகள் மூலமாக தங்கள் தலைமுறையை நீடிக்க வைக்கிறார்கள். தனி நபர்கள் தங்கள் சமூகத்தின் மூலமாகவும், பாரம்பரியத்தின் மூலமாகவும் மரபுகளை குழந்தைகள் பரப்புகிறார்கள். மக்களின் தொடர்ச்சியே குழந்தைகளினால் உண்டாகும் லாபமும், மதிப்பும்.

ஆரம்பகால குழந்தைப் பருவம்தான் குழந்தைக்கு அஸ்திவாரமாக அமைகிறது. அது அவர்களின் இளமைப் பருவத்திற்கும், வயது வருவதற்கு தயார்ப் படுத்துவதற்கு மட்டும் இல்லை. அது மிக முக்கியமான தூம் கூட.

குழந்தைகள் மன, அறிவு, ஒழுக்கம், சமூக, உடல் ரீதியாகவும், ஆத்ம ரீதியாகவும் வெவ்வேறு வேகத்திலும், வெவ்வேறு விதத்திலும் வளர்ச்சியடைவார்கள். இவைகள் அனைத்தும் முக்கியமான தூ. இவை ஒவ்வொன்றும் ஒன்றோடொன்று பிணைக்கப் பட்டுள்ளது.

எல்லா குழந்தைகளும் திறமை வாய்ந்தவர்கள். இத்திறன்களை அடையாளம் கண்டுபிடித்து வளர்க்க வேண்டும்.

கற்க ஆரம்பிப்பதுதான் அவர்களால் முடியாது. குழந்தைகள் தங்களுக்கு கற்பவைகளை நேர்பவைகளிடமிருந்தும், சுற்றிலும் நடப்பதிலிருந்தும் கற்பார்கள். தாங்கள் கற்பவைகளை

தனித்தனி பாக்களாகவோ, தனித்தனி படிப்பனைகளாகவோ, அவர்கள் பிரிப்பதில்லை.

அவர்கள் அனுபவங்களே அவர்களின் கல்வியாகும். பேச்சு மூலமும், விளையாட்டு மூலமும் குழந்தைகள் தங்களைப் பற்றி முக்கியமாக கற்கிறார்கள்.

தாங்களாகவே சித்தரிப்பதற்கு உக்குவிக்கப் பட்ட குழந்தைகள் மிகவும் சுதந்திரமாக செயல்படுவார்கள். மற்ற குழந்தைகளுடனும், வயது வந்தவர்களுடனும் குழந்தைகள் கொள்ளும் உறவுமுறை அவர்கள் வளர்ச்சிக்கு மிகவும் முக்கியமான தூ.

PARENTS -பெற்றோர்கள்

தற்போதுள்ள நிலையான தொழில்மயமாவது, மக்களின் நீண்ட ஆயுள், ஜனத்தொகை பெருக்கம், மக்கள் வெளிநாடு சென்று குடியேறல் ஆகியவைகளினால் உலகத்தில் குடும்ப அமைப்பானது மாறிக் கொண்டே வருகிறது. பல புதிய வாய்ப்புகள் உண்டாக்கப் பட்டாலும், அவை பல பொறுப்புக்களை எதிர்கொள்ளவும், சமாளிக்கவும் குடும்பம் அமைத்துக் கொண்டிருந்த பல கலாசார பழக்க வழக்கங்கள் தகர்த்தெறியப் பட்டிருக்கின்றது. இப்படிப் போய்க் கொண்டிருக்கும் வாழ்க்கையில் கவலைக்கிடமான அம்சம் என்னவென்றால் மாறி வரும் பல்வேறு அமைப்பு, குடும்பங்கள், சுற்றங்கள் ஆகியவற்றில் உண்டான பாதிப்பினால், குடும்பங்களில் குழந்தைக்கு முழுமையான பேணுதலுக்கு வேண்டிய சூழல் அமைக்க முடியாததுதான்.

தவிர இப்பொழுது குழந்தைகளுடைய சமூக, மன, அறிவு ரீதியில், குடும்பங்களின் பெரும்பாதிப்பு இருப்பதை அடையாளம் கண்டுக் கொண்டது, பெரிதளவில் கவலையைக் கொடுக்கிறது. இப்பொழுது இதனால் ஏற்பட்ட மாற்றங்களினால், குழந்தைகள், மற்றும் குடும்பங்களின் வளர்ச்சியில் ஈடுபாடு கொண்டவர்கள்.

நல்ல தரமான குழந்தைப் பராமரிப்புக்குப் பதிலாக இடம் பெறாமல், அதற்கு இணையாக ஓர் உயர்தரமான, சமூகத்தைச் சார்ந்த குழந்தைப் பராமரிப்பு பணிகள் அவசியம் என

கருதப்படுகிறது. வேககாலமாக குடும்பம் ஓர் குழந்தையின் பராமரிப்பிலும், வளர்ச்சியிலும், அதிக அளவில் குறிப்பிடத்தக்க பாதிப்பை உண்டு செய்கிறது என்பதை கல்வி அதிகாரிகள் கூறியிருக்கின்றனர். மேலும் குடும்பத்தில் உள்ள வித்தியாசங்களும், கலாசார மாற்றங்களும் பெற்றோர் - குழந்தையின் பரஸ்பர தொடர்பை பாதிக்கிறது. ஆனால் இப்போது கல்வியாளர்களின் ஓர் புதிய நோக்கம் என்னவென்றால், அவர்கள் தற்போது இருக்கும், மற்றும் வருங்கால பெற்றோர்களுக்கும் கூட குடும்ப பராமரிப்பு மற்றும் குழந்தை வளர்ச்சிக்கான திறன்களில் பயிற்சி அளிப்பதற்கு தங்களை ஈடுபடுத்திக் கொள்வதுதான். குடும்பம்தான் ஓர் குழந்தையில் சமூக உறவுக்குப் பின்னால் இருக்கும் அமைப்பு. இந்த அமைப்பே பெற்றோர்கள், குழந்தைகளிடத்தில் நடந்து கொள்வதை அவ்வப்போது கண்காணித்து, அப்பெற்றோர்களுக்குப் பேணுதலுக்கான தகவல்களையும், வழிகளையும் எடுத்துக் காட்டி வழி நடத்திச் செல்வது அவசியமாகிறது.

Children have 3 vital needs

குழந்தைகளின் மூன்று அத்தியாவசியமான தேவைகள்

1. அன்பு/கவனிப்பு - அன்பான பராமரிப்புடன் கூடிய உறவு முறையினால் குழந்தையின் அதிகமான மனபுளுவையும் சரி செய்ய முடியும்.
உறவுமுறை - இது சரியாக இல்லாமல் ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சியை, உடல் ரீதியாகவோ, மன ரீதியாகவோ தூண்டுதல் செய்ய முடியாது.
.. நீடித்த, நிலையான உறவு முறை குழந்தைக்கு மனரீதியில் பாதுகாப்புணர்வை அளிக்கிறது.

2. தன் மதிப்பு - குழந்தைகள் தங்களிடம் தன்னம்பிக்கை வைத்துக் கொள்ளக் கற்றுக்கொண்டு, தங்கள் திறமையை வளர்த்துக்கொண்டு ஆர்வத்துடன் முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

அல்லது

தன்னைப்பற்றிய உணர்வு - தங்கள் தோல்விகளையும், குறபாடுகளையும் அறிந்து ஏற்றுக் கொண்டாலும் வெற்றியை எதிர்நோக்க வேண்டும்.

3. தொடர்பு கொள்ளுதல் - குழந்தைகள் பேசுவதற்கு முன்பே தொடர்பு கொள்ள ஆரம்பிப்பர். அவர்கள் வார்த்தைகளையும், தகவல்களையும் கேட்டு, கவனித்து அவைகளின் மேல் ஆர்வத்தை செலுத்த வேண்டும்.
 - அவர்களின் மொழி அறிவையும், உணர்ச்சிகளையும் வெளிப்படுத்த ஁க்குவிக்க வேண்டும்.
 - குழந்தைகளுக்குப் பேச வேண்டும் - ஆகையால் நாம்தான் அவர்களுக்கு வாய்ப்புகள் அளிக்க வேண்டும்.
 - சுற்றிலும் உள்ளவர்களின் பேச்சுக்களைக் கேட்பதினால் குழந்தைகள் பேச கற்கிறார்கள்.

Guidelines for Interaction with parents/ பெற்றோர்களுடன் கொள்ளும் பரஸ்பர தொடர்பின் வரையரைகள்.

எல்லா பயிற்சியாளர்களும் முதலில் தங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளுபவர்களை மதித்தல் அவசியம். தாய், தந்தை, குழந்தை, யாராக இருப்பினும் முதலில் அவர்கள் தனிநபர். ஒவ்வொருவருக்கும் அவரவர் பலங்கள், தேவைகள், ஆசைகள், கருத்துகள், மகிழ்ச்சி, சோகங்கள் உண்டு. சில சமயம் இந்த குணாதிசயங்கள் வெளிப்படும் போது பயிற்சியாளருக்கு வழக்கத்திற்கும் மாறுபட்ட வகையில் இருப்பது போல் தோன்றும். ஆனால் பயிற்சியாளர் அவைகளை அப்படியே ஏற்றுக்கொண்டு, முதலில் அந்த தனிநபரையும், அவர் கலாசாரத்தின் பின்னணியையும் மதித்து, புரிந்துக் கொண்டு செயல்படுதல் அவசியம் இவ்விதமான பரஸ்பர தொடர்பு, பெற்றோர்களுக்கு, தங்கள் குழந்தைகளை எவ்விதம் ஓர் சுயமரியாதையுள்ள தனிநபராக நடத்த இயலும் என்று காட்டுகிறது. இவ்வாறு அமைக்கப்பட்ட வழிமுறைகள் பெற்றோர்களுடன் சேர்ந்து செயல்புரியும் பயிற்சிகளும், அதன் அடிப்படை தத்துவங்களும் முரண்பாடன்றி ஒரே சீராக இருப்பதை வலியுறுத்துகிறது. மேலும் பெற்றோர்களிடையே நம்பிக்கை வளர்ப்பதற்கும், பரஸ்பர தொடர்புகளில் ஆரோக்கியமான உறவு முறையை வகுப்பதற்கும் உதவுகிறது.

1. பெற்றோர்கள் திறமையுடன் (ஆளுமையுடன்) செயல்பட உதவுதல்:-

வீட்டில் நேரும் எந்தவிதமான குறுக்கீடுதலின் போதும் பெற்றோர்கள் அதைக் கட்டுப்படுத்த இயலும் என்று நினைத்தல் அவசியம். இவ்விதம் தன் கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவரும் திறமை இருந்தால் அவர் இந்த திட்டத்தில் முழுமையான ஈடுபாட்டுடன் இருப்பர். ஆகையால் நீங்கள் எல்லாவற்றையும் ஏற்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டும் என்று பெற்றோர்கள் உங்களைச் சார்ந்திருப்பது குறையக்கூடும். நீங்கள் பெற்றோர்களுடன் கலந்துரையாடும்போது அவர்களுக்கு தன்னம்பிக்கையும் ஆளுமை திறனும் தோன்றும் வகையில், சமூக பண்பாடுகளையும், பழக்கவழக்கங்களையும் கடைபிடித்து அணுகவேண்டும்.

2. நிபுணர் - பாமரன் என்னும் இடைவெளியை அகற்றுதல்:-

பெற்றோர் நீங்கள் தாம் குழந்தை பராமரிப்பில் ஒரு நிபுணர் என்று நினைத்தால், தன் உண்மையான உணர்ச்சிகளை வெளிகாட்ட தயங்குவார். தன்னிடம் நம்பிக்கை கொள்ளாமல் எல்லாவற்றிற்கும் உங்களையே சார்ந்திருப்பர். இப்படித் தான் செய்ய வேண்டும், இதுதான் முறை என்றெல்லாம் நிபுணர்போல் நீங்கள் கூறினால், உங்களின் இந்த குறுக்கீடு பெற்றோர்களின் விஷயத்தில் தலையிட்டு, கெடுதல் விளைவிப்பது போல் தோன்றும். ஆனாலும் ஓர் நல்ல வெளிப்படையான பரஸ்பர தொடர்பு ஆரம்பமுதலே அமைந்து விட்டால் உங்களுக்கும் பெற்றோருக்கும் இடையே ஈடுபாட்டுடன் கூடிய ஓர் "யதார்த்தமான உறவு" வளர ஏதுவாகும்.

பெற்றோர் கூறுவதைக் கூர்ந்து கேட்டுக் கொண்டும், அவர்களின் கருத்துக்களையும் பயன்படுத்தினால், தங்களின் பங்கு இத்திட்டத்தில் என்ன என்பதை பெற்றோர்கள் உணர்வார்கள்.

கலப்பான மொழியில் எளிய சொற்களைப் பயன்படுத்தி பேசுவதன் மூலமும், அவர்கள் சொல்வதை கவனமாக கேட்பதன் மூலமாகத்தான் நல்ல தொடர்பு உண்டாவதற்கு வழி பிறக்கும். உங்களுடைய கண்ணோட்டம் முக்கியமானதாகும். பெற்றோர் தாம் அவர்களையும் தங்கள் குழந்தையையும் நன்கு தெரிந்து வைத்திருப்பர் என்பதை நீங்கள் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். அவர்கள் கொடுக்கும் இந்த தகவல்கள்தான் இப்பயிற்சித் திட்டத்தைப் பயனுள்ளதாக ஆக்க தக்க தகவல்களை கொடுக்கவேண்டும்.

3. பெற்றோரின் முக்கியமான தேவைகளும், கவனிக்கப்பட வேண்டியவைகளும்:-

என்னதான் ஓர் தாயின் மனமறிந்து நீங்கள் நடக்க பழகிக்கொண்டாலும் அத்தாயின் ஒவ்வொரு தேவைகளுக்கும், வேண்டுகோளுக்கும் செவிசாய்க்க உங்களால்திறந்த மனப்பான்மையோடு பழகும் போது மற்ற பிரச்சனைகள் வெளிச்சத்திற்கு வரும். பெற்றோர்களின் தேவைக்கேற்ப நடந்து கொள்ளுதல் எவ்வளவு முக்கியமோ, அது போலவே அவர்களுடைய பிரச்சனைக்கு அவர்களாகவே தீர்வுகளைத் தேர்ந்தெடுக்க உதவி செய்தலும் முக்கியம். இதில் கவனம் செலுத்துவது அவசியம். ஆனால் முடிந்தவரையில் ஓர் தாயின் தேவைக்கு இணங்குவதிலும், அவர்களின் பிரச்சனைக்கு ஏற்ற வழிகாட்டுவதிலும் கவனமாக இருத்தல் அவசியம். இந்த பயிற்சியில் உங்கள் பங்கை நன்கு புரிந்து கொண்டு. பெற்றோர்களின் தனிப்பட்ட பிரச்சனைகளை தீர்ப்பதற்கு, வேண்டிய தகவல்களை அளிக்கவும். உதாரணமாக கணவன் மனைவி பிரச்சனையை உங்களிடம் கூறினால் நீங்கள் பொறுமையாக கேளுங்கள். அதில் முழுமையாக ஈடுபடாமலும், யார் ஒருவர் பக்கமும் சாயாமலும் அப்பிரச்சனையை நீங்களாகவே தீர்க்க முயற்சிக்காமலும் நகுநிலைமையை கடைபிடித்து இதற்கென்று செயல்படும் பிரத்யோக மையத்தை தொடர்பு கொள்ள செய்யவும்.

4. பெற்றோர்களின் வலிமையை உறுதி செய்யுங்கள்:-

இது ஓர் அத்தியாவசியமான கொள்கை. அவர்கள் பலத்தை மையமாக வைத்து செயல்படுதல். ஓர் வெளி நபரின் உதவி தனக்கு தேவைப்பட்டிருப்பதால் பெற்றோர்கள் ஏற்கெனவே தங்கள் இயலாமையால், திறமையற்றவராகவும், தகுதியற்றவராகவும் இருப்பது போல் உணர்வார்கள். ஆகையால் அவர்களிடம் உள்ள பலத்தை ஆதரித்து அவர்களுக்கு முதலில் நம்பிக்கை தேவை. அவர்களது திறமைகளை அவர்கள் கண்டு கொள்ளுதல் அவசியம். இது அவர்கள் தங்கள் குழந்தையுடன் நம்பிக்கையுடன் செயல்படவும், பல புதிய வழிகளை கடைபிடிக்கவும், பிறருடன் தொடர்பு கொள்ளவும், சமூகத்தின் பிற அமைப்புகளை முறையே உபயோகிக்கவும் வழி அமைக்கும்.

பெற்றோர்களின் பலத்தை அடித்தளமாகக் கொண்டு பயிற்சி திட்டத்தின் சாரத்தையும் வழிமுறைகளையும் திட்டமிட வேண்டும். பயிற்சியாளர் பெற்றோரின் வீட்டிற்குச் செல்லும்போது நேரும் பல செயல்களின் முன்னேற்றங்களை உணர்ந்து சுட்டிக்காட்டி பெற்றோரை உற்சாகப்படுத்த வேண்டும்.

5. பெற்றோரின் இலக்கை அறிந்து மதித்தல் அவசியம்.

பெற்றோரின் நோக்கம் என்ன என்பதை நீங்கள் தெரிந்து இருப்பது அவசியம். அவர்களின் இலக்கு முற்றிலும் மாறுபட்டதாகவோ அல்லது ஆச்சரியப்படும் வகையில் ஒரே மாதிரியாகவோ இருக்கலாம். இதில் முக்கியமாக சொல்லப்பட வேண்டியது என்னவென்றால் நீங்கள் அவைகளை நன்கு புரிந்து கொள்வதினால் அவர்களுடன் சேர்ந்து செயல்படுவது எளிதாகிறது.

6. பயிற்சியில் பெற்றோருடன் சேர்ந்து திட்டமிடுவது.

பயிற்சிக்கான திட்டங்களில் பெற்றோரையும் பங்கேற்க வைத்தல் அவசியம். அடுத்த சந்திப்பிற்கான செயல்களை தேர்வு செய்தல் அச்செயல்களை பரிசீலனை செய்வது, அல்லது பூங்காவிற்கோ, நூலகங்களுக்கோ செல்ல திட்டமிடுவது ஆகிய பல செயல்களில் பெற்றோரை ஊக்குவிப்பது. அப்படி அவர்கள் பங்குபெறாவிடில் இத்திட்டங்களைப் பற்றிய அவர்களின் எண்ணங்களை வெளிப்படுத்த அழையுங்கள். அவர்கள் எண்ணங்களும், கருத்துக்களும் பயிற்சியாளர் மூலம் ஸ்தாபனத்திற்கு வந்துவிடும். பெற்றோர்களின் குறியீடுகளை திட்டமிட்டு செயலாக்க நீங்கள் பெற்றோரை இத்திட்டத்தின் மூலம் தீவிரமாக பங்குகொள்ள ஊக்குவிக்கவேண்டும்.

7. பெற்றோர் - குழந்தையின் பரஸ்பர தொடர்பு, செய்கைகளின் தனித்துவத்தை மதிப்பது.

ஒவ்வொரு பெற்றோரும் தனக்கே உரித்தான வழியில் தன் குழந்தையுடன் செயல்படுவார்கள். இந்த உறவில் தனித்தன்மையை மதித்து, அதற்கு மரியாதை கொடுத்து செயல்பட வேண்டும். அப்போதுதான், பயிற்சி திட்டம் பயன்பெற அமையும்.

பெற்றோரிடம் உரையாடுவதன் மூலம் அவர்களைக் கூர்ந்து கவனிப்பதினாலும், அவர்கள் தங்கள் குழந்தையுடன் பழகும் தனித்தன்மை பற்றியும் புரிந்து கொண்டு எந்தவிதமான செயல்களில் பெற்றோரும் குழந்தையும் ஈடுபட்டு மகிழ்ச்சி அடைகிறார்கள் என்றும் உணர்ந்து கொள்ளுதல் அவசியம். மகிழ்ச்சியளிக்கக் கூடியது என்று உணர்வது தேவை. உதாரணத்திற்கு ஒரு தாய் கலைகள், கைவேலைகள், தோட்டவேலை, மரவேலை ஆகியவைகள் செய்வதில் ஆர்வமும், மகிழ்ச்சியும் காட்டுவது சமுதாயத்துடன் ஓர் இனிய தொடர்பை கொள்ள வழிவகுக்கலாம்.

நீங்கள் பெற்றோர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளும் போது இன்றைய பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளை வளர்க்கும் விதம் நீங்கள் வளர்ந்த விதத்தைவிட முற்றிலும் மாறுபட்டிருக்கிறது என்று தோன்றும். ஆனாலும் இந்த வேறுபாடுகளைப் பொருட்படுத்தாமல், அவற்றை மதித்து, நடுநிலையை கடைபிடிக்கவேண்டும். பலவித சமூக, பொருளாதார பின்னணியிலிருந்துவரும் குடும்பத்தினரின் உணர்வுகளுக்கு மதிப்பு கொடுக்கவேண்டும்.

8.வெற்று புகழ்ச்சி உதவாது:-

நீ உயர்ந்தவன், நீ மிக நன்றாக செய்கிறாய் என்பது போன்ற வெறும் வெற்று புகழ்ச்சி செல்லாது. அதற்கு வேண்டிய, தேவையான விஷயங்களை கொடுக்காமல் இருந்தால், புகழ்பவரை அவர்கள் மேலும், மேலும் சார்ந்து இருப்பார்கள், அதாவது, எப்படி அந்த தாய் தன் குழந்தை புதியவைகளை கற்க உதவுகிறாள் என்பதைப்பற்றி தனிப்பட்ட முறையில் எடுத்துரைக்க வேண்டும். அதாவது "உங்களுக்கு எப்பொழுது குழந்தை தானாகவே செய்ய விரும்புகிறாள் என்றும், எப்பொழுது குழந்தைக்கு உதவ வேண்டும் என்றும் புரிந்து செய்கிறீர்கள். நீங்கள் குழந்தைக்கு ஒவ்வொரு பொருளுக்கும் பேர் வைத்து சொல்வது மிக நன்றாக இருக்கிறது. இவ்வித பாராட்டு அவர்களை உற்சாகப்படுத்தும்.

9. பெற்றோர்களுக்கு கூறும் யோசனைகள்.

நாம் கூறும் யோசனைகளை ஒருவேளை கடைபிடிக்க முடியாமல் போனால் கூட பெற்றோருக்கு தோல்வி மனப்பான்மை உண்டாகாத வண்ணம் யோசனை கூற வேண்டும். உதாரணமாக ஒரு நோக்கம் நிறைவு பெற பல வழிகள் இருக்கின்றன என்று கூறலாம். ஒவ்வொரு நிலமையும் தனிப்பட்டது. சில சமயம் இது கைகூடலாம் அல்லது நடைபெறாமலேயே இருக்கலாம் என்றும் கூறலாம். செய்து காட்டுவது அல்லது நடந்து காட்டுவது கூட ஒரு வழியாகும். இதைப் பார்த்து தாய் தானும் இதுபோல் செய்யவும் நடந்து கொள்ளவும் முனைவாள். பின்பு இதுவே தன் சூழலுக்கு தகுந்தாக இருந்தால், தானும் இதை விரும்பி படிப்படியாக தானும் அதேபோல் நடந்து கொள்வாள்.

இவ்விதம் செய்துகாட்டும் முறையினால் பெற்றோர்கள் தங்கள் ஒன்றை செய்ய முயற்சி செய்து முடிவில் அதில் பயனடையவில்லையானால் அதனால் மனம் தளராமல், இது இயல்பு என்று நினைக்க இடமளிக்கவும் பெற்றோர்களிடம் பயிற்சியாளருக்கு எதிர்பார்ப்புகள் இருக்காது. பயிற்சியாளருக்கு எதிர்பார்ப்புகள் இருக்காது. பயிற்சியாளர் தாம் செய்து காட்டியதைப் போலவே பெற்றோர்களும் செய்யவேண்டும் என்று நினைப்பதும் செய்யக் கூடாது. இந்த சுதந்திர போக்கு பெற்றோர் அவரவர்களுக்கு ஏற்ற முறையில் தனக்கு வேண்டும், வேண்டாததை செய்ய உதவுகிறது.

10. இயல்பாக்குவது - குழந்தைகள் ஒன்றை செய்து முடிக்க வேண்டும் என்று முனையும்போது பெற்றோர்கள் அவர்களுக்கு உதவவேண்டும். குழந்தைகளின் முதலாவது முக்கிய நபர்கள் பெற்றோர்களே. இவர்களிடமிருந்து தான் குழந்தைகள் நம்பிக்கை பெறவும் தொடர்பு கொள்ளவும் தன்னை சுகுற்றியுள்ள உலகை கண்டு அதற்கேற்ப செயல்படும் கற்கிறார்கள் முடிந்த முட்டும் இயல்பாக்குவதும், சகஜமாக எடுத்துக் கொள்ள வைப்பது முக்கியம். இதை பல விதங்களில் செய்யலாம்

1. சமூகத்திலிருந்து கிடைக்கும் பல சலுகைகளை பெற்றோர்கள் உபயோகப்படுத்த உக்குவிக்க வேண்டும். அதாவது நூலகங்களுக்கும் மற்றும் பல இடங்களுக்கும் செல்வது போல். இதனால் அவர்கள் பிற தாய்மார்களை சந்திக்க முடியும். சமூகதாயத்தில் உள்ள வாய்ப்புகளை பயன்படுத்திக் கொள்ளவும் சமூக வளர்ச்சியில் ஈடுபடுத்திக் கொள்ளவும் ஏதுவாகிறது. தங்களுக்குள் தொடர்புகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ளலாம்.
2. உணர்ச்சிகளை சகஜமாக்குதல். நமக்கு ஆமோதிப்பு கிடைக்காமல் போனால் எப்படி உணர்வோம் என்பதை பிற தாய்மார்களுடன் பேசி பகிர்ந்து தெரிந்து கொள்ளலாம். சிலபோது நீங்கள் உங்கள் பணியின் வளர்ச்சியில் நல்ல முன்னேற்றம் கண்டிருப்பீர்கள். அதேசமயம் ஒரு கட்டத்தில் ஒன்றுமே நடக்காதது போலவும் தோன்றும். இதற்கு பல காரணங்கள் இருக்கும். இவ்வித உணர்வுகளைப் பெற்றோர்களுடன் பகிர்ந்து பேசி அதற்கான காரணங்களை பெற்றோருடன் ஆராய வேண்டும். இது நல்லதொரு விதமான தொடர்பை உண்புபண்ணுவதோடல்லாமல் அவர்கள் உணர்வுகளை சகஜமான, இயல்பான நிலைக்கு கொண்டுவந்து அவர்களைச் சுற்றி நிகழ்பவைகளைப்பற்றி அவர்கள் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்த வைக்கிறது.

3. இதேபோல் நாம் குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பருவத்தையும் கூட இயல்பானதாக மாற்றலாம். உதாரணமாக பல குழந்தைகள் பரிசோதித்துப் பார்க்கவும், விளையாட்டாகவும் இப்பருவத்தில் பொருட்களை உயர் நாயக்காலியிலிருந்து போடுவார்கள். அல்லது இரண்டு வயது குழந்தைகள் குறிப்பிடத்தகுமாறு தன்னிச்சையாக இருக்க, முரண்டு பிடித்து, அடம் பிடிப்பர். குழந்தை வளர்ப்பு முறையைப்பற்றி இப்போது நன்கு தெரிந்து வைத்திருப்பதால் இவ்விதமான நடத்தைகளை மிகவும் இயல்பு என்று கருதி அதற்கு ஏற்றாற் போல் தாய் நடந்துகொள்வார்.

11. நம்பிக்கையைக் காப்பாற்றுவதல்.

வலுமையான உறவிற்கு அடிப்படையாக இருப்பது, பயிற்றுநருக்கும் குடும்பத்தினருக்கும் இடையே உள்ள நம்பிக்கையே. ஆதலால், பயிற்றுநர் தன்னுடைய கணிப்பின் மூலமாகவோ உரையாடலின் மூலமாகவோ அறிந்த செய்திகளை எக்காரணம் கொண்டும் பிறரிடம் விவாதிக்கக் கூடாது. வளர்ச்சியைப் பற்றியும் பிரச்சனைகளைப் பற்றிய விவாதங்களும் இருக்க வேண்டும். ஆனால் இவ்விவாதங்கள் தலையீட்டு திட்டத்தைப் பற்றியதாக மட்டுமே இருக்க வேண்டும். இதனால் தோன்றும் பிரச்சனைக்கு முடிவுகாண மற்றவரிடம் ஆலோசனை கேட்கும்படியான நிர்ப்பந்தம் இருந்தால் பெயர்கள் உயோகிப்பதைத் தவிர்த்து மிக ரகசியமாக கவனத்துடன் செயல்பட வேண்டும். வீணான பேச்சுக்களைத் தவிர்க்கவும், இதேபற்றிப் பிறரிடம் ஆலோசனை கேட்கும் சூழல் ஏற்பட்டால் கூட, பெயர்களை உபயோகப்படுத்துவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION (BMRF) Learning Through Play Calendar from Birth to Three Years Highlight points

நலை உயர்ந்தும் பருவம் -- பிறப்பு-- 2 ---- மாநகர்

தன்னைப் பற்றி உணர்ச்சி

1. குழந்தையை சுட்டிப் பிடித்து அனைத்துத் தொள்வதால் அவர்கர்-தன்னை விரும்பப்பட்டவராகவும் அக்கறையுடன் தன்னை கவனித்திரார்கள் என்றும் தெரிந்து கொள்வார்கள்.
2. தன்னைப் பிடிக்கையையும், பாசப்பினைப்பையும் உணர்கிறார்கள்.
3. தனக்கு பாசாப்பு கிடைப்பதாக உணர்கிறார்கள்.
4. குழந்தையை சுட்டிப் பிடித்து அனைத்துத் தொள்வது நன்மை உண்டாகுமே தவிர செஞ்சல் விளையாட்டில்லை.
2. தாய்மார்கள் வேலையில் ஈடுபட்டிருக்கும் போது குழந்தையை தந்தையோ அல்லது குடும்பத்தினரோ, பாயாமிப்பது ஓர் உன்னத உறவுக்கு வழிகாட்டுவதோடல்லாமல் அந்த தாய்க்கு சிறிது நேரம் ஓய்வு கிடைக்கவும் வழி செய்யும்.
3. லிந்த பருவத்தில் தான் ஒரு தனி மனிதன் என்று அக்குழந்தையால் உணரமுடிவதில்லை அக்குழந்தையை அடிக்கடி சுட்டிப் பிடித்து அனைப்பது மிகவும் அவசியம். இது குழந்தைக்கு பாசாப்பு உணர்வு அளிக்கிறது.
4. அழகையின் காரணங்கள் குழந்தை பசியனாலும், சிறுநீரால் துணி நரமனாலும், அதிக சுபத்தினாலும், புதுமுகங்களைப் பார்த்தும், அதிக வெளிச்சம் பட்டாலும், வலியினாலும், சலிப்பாலும், சோர்வினாலும், துணி போடாதிருந்தாலும், சுட்டியனைக்க வேண்டுமென்றும் அமும்.

அழகையின் காரணங்கள்

- அமும் குழந்தையை அட்டியும், தூக்கி வைத்தும், துணியால் சுற்றியும், மென்மையாக தட்டிச் கொடுத்தும், சுட்டியனைத்தும், பாட்டுப்பாடியும் சமாதானப்படுத்தலாம்.
- சிறு குழந்தையை கவனிக்கும் போது அந்த கவனிப்பில் பெரிய குழந்தையையும் ஈடுபடுத்துவதால், அந்த பெரிய குழந்தைக்கு நெருங்கிப் பழகவும், பொறமை ஏற்பட்டால் இருக்கவும் வழி செய்யும்.
- அந்த பெரிய குழந்தைக்கு பொறமை உணர்ச்சி ஏற்படுவதை தவிர்த்தலாம்.
- அக்குழந்தைகளிடையே உள்ள உறவை பலப்படுத்தலாம்

உடல் வளர்ச்சி

1. குழந்தை 18 -யிலிருந்து 20 மணி நேரம் வரை உறங்குவது இயல்பு.
2. குழந்தையை அழகையை வெப்பியில் பட்டும்பு சிறிது நேரம் வைப்பதன் மூலம் இயற்கையாகவே வைப்பின் - D கிடைக்க வழிவகுக்கும்.
3. பற்றிக் கொள்ளுதல், உறிஞ்சுதல், சிறித்தல், அமுதல் ஆகியவை சில உடனடி செய்கை மற்றும் உள்நுணர்வினால் தோன்றும் செயல்கள். ✓ உறிஞ்சுதலும், பற்றிக்கொள்ளுதலும், தன்னைச் சார்ந்து இருப்பதற்கான செயல்கள் பிற்பாடு இது கயமாக செயல்பட உதவும்.
4. உடனடி செயல்கள் பெரும்பாலும் தங்களை பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கே மெதுவாக தன்னைப் பற்றி கொண்டு வருவது பற்றியிருக்கின்றன.

5. குழந்தைகள் பிறக்கும் போது இயற்கையாகவே பொருட்களை பிடித்துக் கொள்கிறார்கள்.
 - இவ்வாறு பிடித்துக் கொள்வதால் அவர்களுக்கு ஒரு பாதுகாப்பான உணர்வு ஏற்படுகிறது.
 - இந்த பருவத்தில் குழந்தைகள் நல்ல அழுத்தத்துடன் பிடிக்க முடியும். ஆனால் அதை தன் கட்டுக்குள் கொண்டுவர முடியாது.
 - அவர்கள் வளர்கின்ற பருவத்தில் இந்த பிறவி குணத்தை இழந்துவிடுகிறார்கள். பிறகு எப்படி பற்றிக் கொள்ளுதல் என்றும் எட்டி பிடிப்பது என்றும் சுற்றுக் கொள்கிறார்கள்.
 - இந்த திறமையை வளர்ப்பதற்கு தேவையான அனுபவங்களை கொடுக்க வேண்டும்.
6. குழந்தைகளை குப்பற பூக்க வைத்தால் தலையை தூக்க முயற்சிக்கிறார்கள். இது அவர்களில் கழுத்துப் பகுதியில் உள்ள தசைகளை பலப்படுத்த உதவுகிறது. 11-12-3.
7. குளிக்கும் நேரம் மற்றும் துணி மாற்றும் நேரத்தில் குழந்தைகளின் கை, கால்களை அசைத்து உடற்பயிற்சி செய்ய பயன்படுத்தலாம். 10-11.
8. குழந்தைக்கு கட்டும் துணியினால் உண்டாகும் (rash) எரிச்சலை தவிர்க்க குழந்தையையும் துணியை சுத்தமாகவும், ஈரமில்லாமலும் வைக்க வேண்டும்..
9. குழந்தையின் தலையை தாங்கிப் பிடிக்க வேண்டும்.

உறவுமுறை

1. குழந்தைக்கு பால் கொடுக்கும் நேரமே நம்மிடம் அன்பையும், பாசப்பிணைப்பையும், நெருக்கத்தையும் ஏற்படுத்தும் நேரமாகும்.
 - தாய் குழந்தைக்கு பால் கொடுக்கும் போது சத்தான உணவு கிடைப்பதோடல்லாமல் ஜம்புலன்களின் மூலமாக துண்டுதலும் கிடைக்கிறது. குழந்தையின் ஆரம்பகால வாழ்க்கையின் அனுபவங்கள் அதன் முளை வளர்ச்சியடைய பெரிதும் உதவுகிறது.

தாய்பாலின் மூலம் கிடைக்கும் நன்மைகள்

- தாய்பால் கொடுப்பது எளிதாகும்.
- தாயிடம் முதன்முதலாக சுரக்கும் சீம்பாலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியும், உயிர்ச்சத்தங்களும் உள்ளன.
- தாய் பால் முனையின் நுண் வளர்ச்சிக்கு பெரிதும் உதவுகிறது.
- தாய் பால் கொடுக்கும் முறை மற்றும் தன் சுத்தம் பற்றி தாய் நன்கு அறிந்திருத்தல் அவசியம்.
- சுலபமாக ஜீரணமாகும்.
- சுகாதாரமானது
- செலவில்லாதது
- குழந்தைக்கு மன ஆறுதல் அளிக்கிறது.
- கர்ப்பை சுருங்கி பழைய நிலையை அடைவதற்கு உதவுகிறது.

தாய்பால் கொடுக்கும் தாய்மார்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியவைகள்

- தாய்மார்கள் தினமும் குறைந்தது 8 டம்பளர் தண்ணீராவது குடிக்க வேண்டும்.
- பட்டியால் கொடுப்பவர்கள் அந்த பாட்டில் நிப்பில் போன்றவைகள் சுருநீரில் கொதிக்க வைத்து சுத்தம் செய்வது மிகவும் அவசியம்.
- குழந்தை பால் குடித்து முடித்தவுடன் முதுகில் தடவி ஏப்பம் விட வைக்க வேண்டும்.

மென்மையாக குழந்தையைப்பிடித்து நீவி விடுவதாலான பயன்கள்.

- குணமாகுகிறது. 10-12-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36-37-38-39-40-41-42-43-44-45-46-47-48-49-50-51-52-53-54-55-56-57-58-59-60-61-62-63-64-65-66-67-68-69-70-71-72-73-74-75-76-77-78-79-80-81-82-83-84-85-86-87-88-89-90-91-92-93-94-95-96-97-98-99-100-101-102-103-104-105-106-107-108-109-110-111-112-113-114-115-116-117-118-119-120-121-122-123-124-125-126-127-128-129-130-131-132-133-134-135-136-137-138-139-140-141-142-143-144-145-146-147-148-149-150-151-152-153-154-155-156-157-158-159-160-161-162-163-164-165-166-167-168-169-170-171-172-173-174-175-176-177-178-179-180-181-182-183-184-185-186-187-188-189-190-191-192-193-194-195-196-197-198-199-200-201-202-203-204-205-206-207-208-209-210-211-212-213-214-215-216-217-218-219-220-221-222-223-224-225-226-227-228-229-230-231-232-233-234-235-236-237-238-239-240-241-242-243-244-245-246-247-248-249-250-251-252-253-254-255-256-257-258-259-260-261-262-263-264-265-266-267-268-269-270-271-272-273-274-275-276-277-278-279-280-281-282-283-284-285-286-287-288-289-290-291-292-293-294-295-296-297-298-299-300-301-302-303-304-305-306-307-308-309-310-311-312-313-314-315-316-317-318-319-320-321-322-323-324-325-326-327-328-329-330-331-332-333-334-335-336-337-338-339-340-341-342-343-344-345-346-347-348-349-350-351-352-353-354-355-356-357-358-359-360-361-362-363-364-365-366-367-368-369-370-371-372-373-374-375-376-377-378-379-380-381-382-383-384-385-386-387-388-389-390-391-392-393-394-395-396-397-398-399-400-401-402-403-404-405-406-407-408-409-410-411-412-413-414-415-416-417-418-419-420-421-422-423-424-425-426-427-428-429-430-431-432-433-434-435-436-437-438-439-440-441-442-443-444-445-446-447-448-449-450-451-452-453-454-455-456-457-458-459-460-461-462-463-464-465-466-467-468-469-470-471-472-473-474-475-476-477-478-479-480-481-482-483-484-485-486-487-488-489-490-491-492-493-494-495-496-497-498-499-500-501-502-503-504-505-506-507-508-509-510-511-512-513-514-515-516-517-518-519-520-521-522-523-524-525-526-527-528-529-530-531-532-533-534-535-536-537-538-539-540-541-542-543-544-545-546-547-548-549-550-551-552-553-554-555-556-557-558-559-560-561-562-563-564-565-566-567-568-569-570-571-572-573-574-575-576-577-578-579-580-581-582-583-584-585-586-587-588-589-590-591-592-593-594-595-596-597-598-599-600-601-602-603-604-605-606-607-608-609-610-611-612-613-614-615-616-617-618-619-620-621-622-623-624-625-626-627-628-629-630-631-632-633-634-635-636-637-638-639-640-641-642-643-644-645-646-647-648-649-650-651-652-653-654-655-656-657-658-659-660-661-662-663-664-665-666-667-668-669-670-671-672-673-674-675-676-677-678-679-680-681-682-683-684-685-686-687-688-689-690-691-692-693-694-695-696-697-698-699-700-701-702-703-704-705-706-707-708-709-710-711-712-713-714-715-716-717-718-719-720-721-722-723-724-725-726-727-728-729-730-731-732-733-734-735-736-737-738-739-740-741-742-743-744-745-746-747-748-749-750-751-752-753-754-755-756-757-758-759-760-761-762-763-764-765-766-767-768-769-770-771-772-773-774-775-776-777-778-779-780-781-782-783-784-785-786-787-788-789-790-791-792-793-794-795-796-797-798-799-800-801-802-803-804-805-806-807-808-809-810-811-812-813-814-815-816-817-818-819-820-821-822-823-824-825-826-827-828-829-830-831-832-833-834-835-836-837-838-839-840-841-842-843-844-845-846-847-848-849-850-851-852-853-854-855-856-857-858-859-860-861-862-863-864-865-866-867-868-869-870-871-872-873-874-875-876-877-878-879-880-881-882-883-884-885-886-887-888-889-890-891-892-893-894-895-896-897-898-899-900-901-902-903-904-905-906-907-908-909-910-911-912-913-914-915-916-917-918-919-920-921-922-923-924-925-926-927-928-929-930-931-932-933-934-935-936-937-938-939-940-941-942-943-944-945-946-947-948-949-950-951-952-953-954-955-956-957-958-959-960-961-962-963-964-965-966-967-968-969-970-971-972-973-974-975-976-977-978-979-980-981-982-983-984-985-986-987-988-989-990-991-992-993-994-995-996-997-998-999-1000-1001-1002-1003-1004-1005-1006-1007-1008-1009-1010-1011-1012-1013-1014-1015-1016-1017-1018-1019-1020-1021-1022-1023-1024-1025-1026-1027-1028-1029-1030-1031-1032-1033-1034-1035-1036-1037-1038-1039-1040-1041-1042-1043-1044-1045-1046-1047-1048-1049-1050-1051-1052-1053-1054-1055-1056-1057-1058-1059-1060-1061-1062-1063-1064-1065-1066-1067-1068-1069-1070-1071-1072-1073-1074-1075-1076-1077-1078-1079-1080-1081-1082-1083-1084-1085-1086-1087-1088-1089-1090-1091-1092-1093-1094-1095-1096-1097-1098-1099-1100-1101-1102-1103-1104-1105-1106-1107-1108-1109-1110-1111-1112-1113-1114-1115-1116-1117-1118-1119-1120-1121-1122-1123-1124-1125-1126-1127-1128-1129-1130-1131-1132-1133-1134-1135-1136-1137-1138-1139-1140-1141-1142-1143-1144-1145-1146-1147-1148-1149-1150-1151-1152-1153-1154-1155-1156-1157-1158-1159-1160-1161-1162-1163-1164-1165-1166-1167-1168-1169-1170-1171-1172-1173-1174-1175-1176-1177-1178-1179-1180-1181-1182-1183-1184-1185-1186-1187-1188-1189-1190-1191-1192-1193-1194-1195-1196-1197-1198-1199-1200-1201-1202-1203-1204-1205-1206-1207-1208-1209-1210-1211-1212-1213-1214-1215-1216-1217-1218-1219-1220-1221-1222-1223-1224-1225-1226-1227-1228-1229-1230-1231-1232-1233-1234-1235-1236-1237-1238-1239-1240-1241-1242-1243-1244-1245-1246-1247-1248-1249-1250-1251-1252-1253-1254-1255-1256-1257-1258-1259-1260-1261-1262-1263-1264-1265-1266-1267-1268-1269-1270-1271-1272-1273-1274-1275-1276-1277-1278-1279-1280-1281-1282-1283-1284-1285-1286-1287-1288-1289-1290-1291-1292-1293-1294-1295-1296-1297-1298-1299-1300-1301-1302-1303-1304-1305-1306-1307-1308-1309-1310-1311-1312-1313-1314-1315-1316-1317-1318-1319-1320-1321-1322-1323-1324-1325-1326-1327-1328-1329-1330-1331-1332-1333-1334-1335-1336-1337-1338-1339-1340-1341-1342-1343-1344-1345-1346-1347-1348-1349-1350-1351-1352-1353-1354-1355-1356-1357-1358-1359-1360-1361-1362-1363-1364-1365-1366-1367-1368-1369-1370-1371-1372-1373-1374-1375-1376-1377-1378-1379-1380-1381-1382-1383-1384-1385-1386-1387-1388-1389-1390-1391-1392-1393-1394-1395-1396-1397-1398-1399-1400-1401-1402-1403-1404-1405-1406-1407-1408-1409-1410-1411-1412-1413-1414-1415-1416-1417-1418-1419-1420-1421-1422-1423-1424-1425-1426-1427-1428-1429-1430-1431-1432-1433-1434-1435-1436-1437-1438-1439-1440-1441-1442-1443-1444-1445-1446-1447-1448-1449-1450-1451-1452-1453-1454-1455-1456-1457-1458-1459-1460-1461-1462-1463-1464-1465-1466-1467-1468-1469-1470-1471-1472-1473-1474-1475-1476-1477-1478-1479-1480-1481-1482-1483-1484-1485-1486-1487-1488-1489-1490-1491-1492-1493-1494-1495-1496-1497-1498-1499-1500-1501-1502-1503-1504-1505-1506-1507-1508-1509-1510-1511-1512-1513-1514-1515-1516-1517-1518-1519-1520-1521-1522-1523-1524-1525-1526-1527-1528-1529-1530-1531-1532-1533-1534-1535-1536-1537-1538-1539-1540-1541-1542-1543-1544-1545-1546-1547-1548-1549-1550-1551-1552-1553-1554-1555-1556-1557-1558-1559-1560-1561-1562-1563-1564-1565-1566-1567-1568-1569-1570-1571-1572-1573-1574-1575-1576-1577-1578-1579-1580-1581-1582-1583-1584-1585-1586-1587-1588-1589-1590-1591-1592-1593-1594-1595-1596-1597-1598-1599-1600-1601-1602-1603-1604-1605-1606-1607-1608-1609-1610-1611-1612-1613-1614-1615-1616-1617-1618-1619-1620-1621-1622-1623-1624-1625-1626-1627-1628-1629-1630-1631-1632-1633-1634-1635-1636-1637-1638-1639-1640-1641-1642-1643-1644-1645-1646-1647-1648-1649-1650-1651-1652-1653-1654-1655-1656-1657-1658-1659-1660-1661-1662-1663-1664-1665-1666-1667-1668-1669-1670-1671-1672-1673-1674-1675-1676-1677-1678-1679-1680-1681-1682-1683-1684-1685-1686-1687-1688-1689-1690-1691-1692-1693-1694-1695-1696-1697-1698-1699-1700-1701-1702-1703-1704-1705-1706-1707-1708-1709-1710-1711-1712-1713-1714-1715-1716-1717-1718-1719-1720-1721-1722-1723-1724-1725-1726-1727-1728-1729-1730-1731-1732-1733-1734-1735-1736-1737-1738-1739-1740-1741-1742-1743-1744-1745-1746-1747-1748-1749-1750-1751-1752-1753-1754-1755-1756-1757-1758-1759-1760-1761-1762-1763-1764-1765-1766-1767-1768-1769-1770-1771-1772-1773-1774-1775-1776-1777-1778-1779-1780-1781-1782-1783-1784-1785-1786-1787-1788-1789-1790-1791-1792-1793-1794-1795-1796-1797-1798-1799-1800-1801-1802-1803-1804-1805-1806-1807-1808-1809-1810-1811-1812-1813-1814-1815-1816-1817-1818-1819-1820-1821-1822-1823-1824-1825-1826-1827-1828-1829-1830-1831-1832-1833-1834-1835-1836-1837-1838-1839-1840-1841-1842-1843-1844-1845-1846-1847-1848-1849-1850-1851-1852-1853-1854-1855-1856-1857-1858-1859-1860-1861-1862-1863-1864-1865-1866-1867-1868-1869-1870-1871-1872-1873-1874-1875-1876-1877-1878-1879-1880-1881-1882-1883-1884-1885-1886-1887-1888-1889-1890-1891-1892-1893-1894-1895-1896-1897-1898-1899-1900-1901-1902-1903-1904-1905-1906-1907-1908-1909-1910-1911-1912-1913-1914-1915-1916-1917-1918-1919-1920-1921-1922-1923-1924-1925-1926-1927-1928-1929-1930-1931-1932-1933-1934-1935-1936-1937-1938-1939-1940-1941-1942-1943-1944-1945-1946-1947-1948-1949-1950-1951-1952-1953-1954-1955-1956-1957-1958-1959-1960-1961-1962-1963-1964-1965-1966-1967-1968-1969-1970-1971-1972-1973-1974-1975-1976-1977-1978-1979-1980-1981-1982-1983-1984-1985-1986-1987-1988-1989-1990-1991-1992-1993-1994-1995-1996-1997-1998-1999-2000-2001-2002-2003-2004-2005-2006-2007-2008-2009-2010-2011-2012-2013-2014-2015-2016-2017-2018-2019-2020-2021-2022-2023-2024-2025-2026-2027-2028-2029-2030-2031-2032-2033-2034-2035-2036-2037-2038-2039-2040-2041-2042-2043-2044-2045-2046-2047-2048-2049-2050-2051-2052-2053-2054-2055-2056-2057-2058-2059-2060-2061-2062-2063-2064-2065-2066-2067-2068-2069-2070-2071-2072-2073-2074-2075-2076-2077-2078-2079-2080-2081-2082-2083-2084-2085-2086-2087-2088-2089-2090-2091-2092-2093-2094-2095-2096-2097-2098-2099-2100-2101-2102-2103-2104-2105-2106-2107-2108-2109-2110-2111-2112-2113-2114-2115-2116-2117-2118-2119-2120-2121-2122-2123-2124-2125-2126-2127-2128-2129-2130-2131-2132-2133-2134-2135-2136-2137-2138-2139-2140-2141-2142-2143-2144-2145-2146-2147-2148-2149-2150-2151-2152-2153-2154-2155-2156-2157-2158-2159-2160-2161-2162-2163-2164-2165-2166-2167-2168-2169-2170-2171-2172-2173-2174-2175-2176-2177-2178-2179-2180-2181-2182-2183-2184-2185-2186-2187-2188-2189-2190-2191-2192-2193-2194-2195-2196-2197-2198-2199-2200-2201-2202-2203-2204-2205-2206-2207-2208-2209-2210-2211-2212-2213-2214-2215-2216-2217-2218-2219-2220-2221-2222-2223-2224-2225-2226-2227-2228-2229-2230-2231-2232-2233-2234-2235-2236-2237-2238-2239-2240-2241-2242-2243-2244-2245-2246-2247-2248-2249-2250-2251-2252-2253-2254-2255-2256-2257-2258-2259-2260-2261-2262-2263-2264-2265-2266-2267-2268-2269-2270-2271-2272-2273-2274-2275-2276-2277-2278-2279-2280-2281-2282-2283-2284-2285-2286-2287-2288-2289-2290-2291-2292-2293-2294-2295-2296-2297-2298-2299-2300-2301-2302-2303-2304-2305-2306-2307-2308-2309-2310-2311-2312-2313-2314-2315-2316-2317-2318-2319-2320-2321-2322-2323-2324-2325-2326-2327-2328-2329-2330-2331-2332-2333-2334-2335-2336-2337-2338-2339-2340-2341-2342-2343-2344-2345-2346-2347-2348-2349-2350-2351-2352-2353-2354-2355-2356-2357-2358-2359-2360-2361-2362-2363-2364-2365-2366-2367-2368-2369-2370-2371-2372-2373-2374-2375-2376-2377-2378-2379-2380-2381-2382-2383-2384-2385-2386-2387-2388-2389-2390-2391-2392-2393-2394-2395-2396-2397-2398-

- பரிந்து கொள்ளும் தன்மை

6. வினையாட்டுப் பொருட்கள் -
அகையையும் பொய்யைகளும், கருப்பு மற்றும் வெள்ளை நிறப் பொருட்கள், சப்தங்கள் கொண்ட பொருட்கள், மணிகள் மற்றும் நம் விரல்கள்.

தொடர்பு கொள்ளும் முறை

1. மனித குரல்களை கேட்கவும், முகங்களைப் பார்க்கவும் விரும்புவர்.
2. பெற்றோர்கள் டேச்சு, முகபாவம், பாட்டு, தொடுவது, கட்டியணைப்பது, நாக்கின் ஓசை மூலமும், குழந்தையைப் போல் குரல் எழுப்புவதன் மூலமும் மகிழ்ச்சியை தெரிவிப்பதன் மூலமும், மென்மையான குரலினாலும், குழந்தையின் தேவையை உடனடியாக கவனிப்பதன் மூலமும் அவர்களுடன் தொடர்பு கொள்கின்றனர்.
3. நாம் பேசும் பொழுது குழந்தையின் கண்களை பார்த்து பேச வேண்டும்.
4. குழந்தை விழித்திருக்கும் சமயங்களில் அப்படியே விட்டுவிடாமல் பேச்சுக் கொடுப்பது, பாட்டுப்பாடுவது, விளையாட்டு காட்டுவது போன்றவை குழந்தையின் மொழி வளர்ச்சிக்குத் தூண்டுதலாக அமையும்.
5. தூலாட்டு பாடுவது குழந்தையின் உறுக்கத்திற்கு, தூண்டுதலாகவும், சமயங்களில் ஆழ்கைக்கு உருந்தாகவும் அமையும்.
6. குழந்தைகள் குரலை அடையாளம் கண்டு கொள்ளவும், குரல் தொனியின் வித்தியாசங்களை கண்டு கொள்ளவும் ஆரம்பிக்கின்றனர்.
 - 3-4 நாட்களுக்குள் குழந்தைக்கு தன் தாயின் வாசனையின் மூலம் தாயை அடையாளம் கண்டு கொள்ள முடிகிறது.
 - 7 நாட்களுக்குள் தாயின் குரலை அடையாளம் கண்டு கொள்ள முடிகிறது.
 - 10 நாட்களில் தாய் பேசாதிருந்தாலும் குரலை அடையாளம் கண்டு கொள்ள முடிகிறது.
 - 14 நாட்களில் பிறகு தன் தந்தையின் குரல், முகத்தை அடையாளம் கண்டு கொள்ள முடியும்.

கவனித்திற்கு

1. இப்பருவத்தில் தாய்ப்பால் மட்டுமே குழந்தைக்குப் போதுமான உணவாகும்.
2. குழந்தையை உயிர்க்கொல்லி நோய்களிலிருந்து பாதுகாக்க பிறந்த சில தினங்களுக்குள்ளேயே காசநோய் மற்றும் O-போலியோ சொட்டு இருந்தும் அளிக்க வேண்டும். 1 1/2 மாதத்தில் முத்தடுப்பூசி மற்றும் முதல் தவணை போலியோச் சொட்டு இருந்து தவறாது அளிக்க வேண்டும்.
3. குழந்தை பிறந்த உடன் எடை எடுக்க வேண்டும். தொடர்ந்து மாதாமாதம் எடை எடுத்து வளர்ச்சியைக் கண்காணிக்க வேண்டும்.
4. இப்பருவத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள வளர்ச்சிப்படிசுள் குழந்தையிடம் தாமதமாகவோ அல்லது மாறுதலாகவோ இருப்பின் அவை கவனிக்கப்பட்டுத் தொடர் ஆலோசனை கொடுக்க வேண்டும்.

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION BMHD

Learning Through Play Calendar from Birth to Three Years

Highlight points

உற்றுநோக்கும் பருவம்- 2-5 மாதங்கள்

தன்னைப் பற்றி உணர்தல்

- இந்த பருவத்தில் ஆறுசிந்தாமன் உணர்ச்சிகளின் வெளிப்பாடுகள் வளர ஆரம்பிக்கின்றன.
 - சொல்லாட்டின் அளவு < குழந்தைகள் எந்த அளவு சுறுசுறுப்பாக இருக்கிறார்கள்.
 - சூழ்நிலைக்கேற்ப மாற்றிக் கொள்ளுதல் சூழ்நிலைக்கு தகுந்தவாறு தன்னை மாற்றிக் கொள்ளும் திறன்.
 - தவணம் --- விளையாடும் போதும், மற்றவரிடம் போது எவ்வளவு நேரம் கவனம் செலுத்துகிறார்கள் என்பது தெரியவருகிறது.
 - தங்கள் விருப்பு, வெறுப்பை வெளிப்படுத்தும் திறன் --- எங்கீதும், ஒலி, பொம்மைகளுடன் விளையாடுவது போன்றவற்றில் அளக்களின் விருப்பு, வெறுப்பு.
 - பதில் சொல் புரிதல் --- உடல் நிலை சரியில்லாத போதும், சத்தம் கேட்கும் போதும், வெளிச்சம் பார்க்கும் போதும், பற்றவங்களுடன் பழகும் போதும், அளக்கள் வெளிப்படுத்தும் உணர்ச்சிகள்.
 - மனநிலை --- சூழ்நிலையினால் அளக்களுக்கு உண்பாகும் பாதிப்பு.
 - படப் பெயர் சூட்டுவதை தவிர்க்க வேண்டும். --- குழந்தைகளை அழுருஞ்சிக் குழந்தை, சுருட்டிக் குழந்தை என்று பட்டப்பெயர்கள் சூட்ட வேண்டாம்
 - குழந்தைகள் அனைத்துப் பொருட்களையும் வாயில் போட்டுத் தான் அதைப் பற்றி சுற்றுக் கொள்கிறார்கள்.
 - வாயில் போட்டுக் கொள்வது அவர்களுக்கு ஒருவிதமான பாதுகாப்பு உணர்ச்சியை தருகிறது. விரல் சப்புவது குழந்தைக்கு ஒருவிதமான ஆறுதலை அளிக்கிறது.
 - அண்ணத்தல், தாலாட்டுதல், விரல் பிடித்து பேசுதல், பேர் சொல்லி அழைத்தல் முதல் குழந்தை தன்னை உணர்ந்து கொள்ளும். அன்புடையோருது அதன் தேவைகளை அறிந்து அதற்கேற்ப குழந்தையையே தேவைக்கலா பூற்றிச்செய்தல் பெற்றோரின் கடமையாகும்.
 - குழந்தைகள் தாங்கள் செய்யும் செயல்கள், முகபாவங்கள், சத்தங்கள் அனைத்தையும் தங்களைப் போலவே பெற்றோர் செய்வதை விரும்புவார்கள்
 - பிற்காலத்தில் குழந்தைகள் மற்றவருடன் சகஜமாக பழக இது உதவுகிறது.

உடல் வளர்ச்சி

- குழந்தைகள் தங்கள் கைகளால் பொருட்களை பற்றிக் கொள்ளவும் பிடித்துக் கொள்ளவும் சுற்றுக் கொள்கிறார்கள்.
- குழந்தைகள் தங்கள் கைகளால் தங்கள் முன் உள்ள பொருட்களை இட்டழவும், அட்டழமாக, அசைக்க சுற்றுக் கொள்கிறார்கள்.
- குழந்தையின் அருகில் பொருளைக்காணாததால் தன் கையைத் தூக்கி அப்பொருளைப் பிடித்து இழுப்பர்.

4. உடம்பின் மேல்பகுதி வலுவடையும் போது தங்கள் உடலை திருப்பிக் கொள்ள கற்றுக்கொள்கிறார்கள். இதை திரும்பத் திரும்ப செய்வதால் இந்த திறனை கற்றுக்கொள்கிறார்கள்.
5. குழந்தைகள் சத்தத்தையும் அது வரும் இடத்தையும் இணைத்துப் பார்க்கத் தெரிந்து கொள்கிறார்கள்.
6. குழந்தைகளை இப்பருவத்தில் தனியாக விளையாட விடலாம். ஆனால் பக்கத்திலிருந்து பாதுகாப்பளிக்க வேண்டும்.
7. குழந்தை தனது கைகளையும், கால்களையும், மற்றும் பொருட்களையும் பற்றிப் பிடித்து வாயில் வைத்துக் கொள்ளும்.
8. குழந்தையை தரையில் விடுவதால் அதன் உடல் உறுப்புக்களை அசைத்து விளையாடும். இது உடல் வளர்ச்சிக்கு ஏற்றதாகும்.
9. குழந்தை தனது உடம்பின் அனைத்து அங்கங்களையும் ஒருங்கிணைத்து செயல்படும்.
10. தொலை தூரத்தில் உள்ள பொருட்களைப் பார்க்கும் சக்தி அதிகரிக்கும்.
11. குப்புறப் படுக்கும் போது தலையைத் தூக்கி தன்னைச் சுற்றியுள்ள உலகைக் கண்டறியும் கண்ணோட்டத்துடன் பார்க்கும்.
12. குழந்தையிடம் நச்சுத்தன்மை இல்லாத, மென்மையான பாதுகாப்பான விளையாட்டுப் பொருட்களைக் கொடுத்தல் குழந்தைக்கு ஏற்றதாக இருக்கும்.
13. ஐம்புலன்கள் மூலம் தன்னையும் தன் சுற்றுப்புறத்தையும் கண்டறிய ஆரம்பிக்கும்.

உறவுமுறை

1. குழந்தையை கட்டியபணைத்துக் கொண்டு தாலாட்டுவது குழந்தைக்கு மிகவும் நல்லது. இப்படி செய்வதால் குழந்தைக்கு மிகவும் கவனம் இருக்கும்.
2. இப்படி கட்டியபணைப்பது குழந்தைக்கு தானும் தாயும் ஒன்று என்னும் உணர்வு ஏற்படுகிறது. குழந்தைக்கு தான் வேறு, தாய் வேறு என்பது இப்பொழுது புரியாது.
3. பாட்டி மற்றும் வீட்டில் உள்ள உறவினர்கள் குழந்தையை பராமரிப்பதில் உதவலாம்.
4. குழந்தைகள் குடும்பத்திலுள்ள மற்ற உறுப்பினர்களுடன் பாசப் பிணைப்பை ஏற்படுத்தி கொள்ள ஆரம்பிக்கும். இதனால் மனதளவில் பாதுகாப்பு உணர்ச்சி ஏற்படும்.
5. பெற்றோர்கள் இதை புரிந்து கொண்டு குழந்தையின் தேவைக்கேற்ப நடந்து கொள்ள பழக வேண்டும்.
6. குழந்தைகளுடன் மென்மையாக விளையாடுவதன் மூலமும், அவர்களை தூக்கிக் கொண்டு வெளியில் செல்வதன் மூலமும், அவர்களுடன் நேரத்தை செலவழிப்பதன் மூலமும் குழந்தைக்கும், அதன் பாதுகாப்பாளருக்கும் இடையே நல்ல உறவை ஏற்படுத்த மிக சிறந்த வழியாகும்.
7. குழந்தையை நாம் கட்டி அணைக்கும் போதும், மேலும் வெளியில் தூக்கிச் செல்லும் போதும் அவர்கள் பாதுகாப்பாகவும், சுகமாகவும் உணர்கிறார்கள். இதுமேலும் நல்ல உறவை ஏற்படுத்த வழி செய்கிறது.
8. குழந்தைகள் தங்களின் நெருக்கமானவர்களின் பழக்கமான தோற்றத்திற்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கிறார்கள். வாசனை மற்றும் தலைமுடி-இவற்றில் ஏதேனும் மாற்றம் இருந்தால், அது அவர்களை பாதிக்கிறது. Social Smile.

9. பெற்றோர் / பேணுவோர் எப்போதாவது மன அழுத்தத்தினால் குழந்தையை சமாளிக்க முடியாத நேரத்தில் குழந்தையை அடித்தல், உலுக்கி விட்டல், அல்லது குழந்தையை துன்புறுத்தல் போன்ற இச்செய்கைகள் குழந்தையை ஆழமாகவும், கேடாகவும் பாதிக்கும்.

புரிந்து கொள்ளுதல்-

1. குழந்தைகளின் பொம்மைகளை சற்று தள்ளி வைத்து அதைப் பற்றிக் கொள்ள உக்குவிக்க வேண்டும்.
முதலில் அவர்கள் தங்கள் தலையைத் தூக்கிப்பார்த்து பின் அப்பொருள் மீது பார்வையை மையப்படுத்தி பின் தன் உடலை உபயோகப்படுத்தி அப்பொருளைப் பற்ற முயற்சிப்பர்.
2. குழந்தை தன்னைச் சுற்றியுள்ள பொருள்களை உற்று நோக்கி ஆராய்ந்து அறிந்து தன் புலன்களால் ஏற்படும் அனுபவங்கள் மூலம் தன் உலகத்தை அறியும்.
3. குழந்தை தன் எதிரில் இருக்கும் ஒவ்வொரு பொருளையும் அதிக நேரம் உற்றுப் பார்த்துக் கொண்டே இருக்கும்.
4. குழந்தைகள் பொம்மைகளுடன் விளையாடுவதால் அவர்களுக்கு பல சத்தங்களையும், அசைவுகளையும், அறிமுகப்படுத்தலாம். இதில் சிலவற்றை புரிந்து கொள்ளவும் முடிகிறது.
5. குழந்தை கிப் பருவத்தில் பொருட்களின் நிலையான தன்மையை புரிந்து கொள்ளமுடியாது. ஒரு பொருளை காணாவிட்டால் அது அவ்விடத்தில் மட்டுமில்லாமல் குழந்தையின் மனதிலிருந்தும் மறைந்து விடுகிறது.
6. குழந்தைகள் பெற்றோரின் செயல்களை தங்கள் செயல்களுடன் ஒப்பிட்டு, அச்செயல்களைப் பற்றி அறிந்து கொண்டு, அதற்கு ஏற்ப பதில் அளிக்கிறார்கள்.
7. பெற்றோர் / பேணுவோர் குழந்தைக்குத் தூண்டுதல் செயல்கள் மூலம் புதிய அனுபவங்களை அளித்தால் அதன் புரிந்து கொள்ளும் தன்மை வளர உதவும்.

தொடர்பு கொள்ளுதல்

1. குழந்தை பார்க்கும் பொருளை சுட்டிக் காட்டி அதன் பெயர்களை குறிப்பிட்டு கூறுவது பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளுடன் பேச வேண்டும்.
2. குழந்தைகள் நாம் சொல்லும் வார்த்தைகளை கேட்டு பல விதங்களில் குரல் எழுப்புவர், சிரித்து பதில் அளிப்பர். இதுவே பேச்சு வருவதற்கு உதவுகிறது. இது குழந்தைகளுடன் தொடர்புக் கொள்ளும் முறையாகும்.
3. மற்றவர்களை போலவே பல்வேறு சப்தங்களை செய்து பார்க்கும் போது குழந்தைகள் பேச சுற்றுக்கொள்கிறார்கள். குழந்தைகள் குடும்பத்தின் பிற அங்கத்தினர்களிடமும் பாசம் வைக்க ஆரம்பிக்கின்றனர்.
4. பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தையுடன் பேச வேண்டும், பதிலுக்கு குழந்தை குரலெழுப்பும் அக்குரலுக்கு அதே தொனியில் நாம் குரலெழுப்புவது மொழி வளர்ச்சிக்குத் தூண்டுதலாக இருக்கும்.

5. குழந்தையின் தந்தை குழந்தையை வெளியில் தூக்கி செல்வதனால் அவர்கள் பல்வேறு பொருட்களைப் பற்றி அறிந்து கொள்கிறார்கள். ✓ இது தந்தையும், குழந்தையும் ஒருவருக்கொருவர் டேசிக் கொள்ள மிக உன்னதமான நேரமாகும். குழந்தைக்கு புதிய குழந்தையை அளிப்பதன் மூலம் அவர்கள் தங்களுடைய சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலையைப் புரிந்து கொண்டு அதற்கேற்ப நடக்க வாய்ப்பு கிடைக்கிறது.
6. குழந்தைகளை பாதுகாப்பற்ற சுகாதாரமற்ற இடங்களுக்கு அழைத்து செல்வதை தவிர்க்க வேண்டும்.
7. குழந்தைகளுக்கு புதிய குழந்தையையே அளிப்பதன் மூலம் அவர்கள் இவ்வுலகத்தை நன்றாக புரிந்து கொள்கிறார்கள்.

சுவனிக்க வேண்டியவை

- தொடர்ந்து தாய்ப்பால் கொடுக்க வேண்டும்.
- ஐந்தாம் மாதத்தின் இறுதியில் தாய்ப்பால் மட்டுமல்லாமல், மற்ற கூழ் உணவுகளையும் கொடுக்க தொடங்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு காய்ச்சிய நீரையே கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தை வளரும் சுற்றுப்புறம் சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்குத் தடுப்பு ஊசி இரண்டாம் தவணை, மூன்றாம் தவணை முத்தடுப்பு ஊசியும், டோலியோ சொட்டு மருந்தும் கொடுக்க வேண்டும்.
- மாதாமாதம் எடை எடுத்து குழந்தையின் வளர்ச்சியைக் கண்காணிக்க வேண்டும்.
- குழந்தை வளரும் சுற்றுப்புறம் சுத்தமாக வைத்து இருக்க வேண்டும்.
- இப்பருவத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள வளர்ச்சிப்படிசுள் குழந்தையிடம் தாமதமாகவோ அல்லது மாறுதலாகவோ இருப்பின் அவை சுவனிக்கப்பட்டது தொடர் ஆலோசனைப் பெறப்பட வேண்டும்.

தன்னைப் பற்றி உணர்தல்-

1. தான் ஓர் தனிநபர் என்று குழந்தை உணர்கிறது
2. குழந்தையை தூக்கிச் செல்லுதலில் கண்ணாடி அவர்கள் கவனத்தைக் கொண்டும்.
 - கிலருக்கு இதைப்பற்றிய மூட நம்பிக்கை இருந்தாலும், குழந்தைக்கு தன் முகத்துடன் , பழகிய நபரின் முகத்தையும் சேர்த்துக் கண்ணாடியில் பார்க்கும் அனுபவத்தின் மூலம் தன்னைத் தான் கண்டு கொள்ள வாய்ப்பு உண்டாகிறது.
3. குழந்தையின் பெயரைக் கூறி அழைக்கும் போது குழந்தையின் கண்களைப் பார்த்து கூப்பிட வேண்டும்.
 - குழந்தையின் பெயரைச் சொல்லி அழைக்கும் போது "தான் யார்" என்பது அறிய உதவும் மற்றும் தான் ஒரு தனி நபர் என்று தெரிய வரும். குழந்தை பார்க்காமல் இருக்கும் போது கூப்பிட்டால் " தான் " என்றும் கருத்து அவர்களுக்கு புரிந்து மேலும் வலுவடையும்.
4. குழந்தை ஆமோதிப்பு நிராகரிப்பு போன்றவற்றை குரலாலும், செயல்களாலும் வெளிப்படுத்தும்.

உடல் வளர்ச்சி

1. குழந்தைகளிடம் அவர்களுக்கு விருப்பமான பொம்மைகளை விளையாடக் கொடுங்கள்.
 - குழந்தைகள் தங்களுக்கு விருப்பமான விளையாட்டுப் பொருளை அடையாளம் கண்டு கொண்டு அதை எட்டி எடுக்க முயற்சி செய்வர்.
2. தன்னைச் சுற்றி அசைந்து சென்று பொருட்களை எடுப்பதற்கு குழந்தைகள் மேலும் திறன் பெற்றவர்களாக இருப்பார்கள்.
 - தங்கள் உடலில் முழு கவனத்தையும் தங்கள் கால்களில் போட்டுக் கொள்வார்கள்
3. தூரப் பார்வை மேலும் பொருள் அசைந்து செல்லும்போது பார்ப்பதும் மேலும் கூடியிருக்கும்.
4. கைக்கு எட்டாத பொருளை எட்டி எடுப்பது என்று சுற்றுக் கொள்கிறனர். பொருளை பிடித்துக் கொள்ளவும் பின்பு விடுவதற்கும் நம்பிக்கையுடன் செயல்படுவதற்கு கற்கிறார்கள்.
 - பிடித்துக் கொண்டுள்ள பொருளை விடுவது வளர்ச்சிக்கானதொரு செயலாகும்.
 - அதை திரும்பத் திரும்ப செய்வதன் மூலம் அவர்கள் இந்தத் திறனை மிகவும் நம்பிக்கையுடன் சேர்த்து பெறுகிறார்கள்.
5. புலன்களினால் ஏற்படும் அனுபவங்கள் மேலும் கூடியிருக்கும். .
6. தற்செயலாய் ஏற்படும் கண்டுபிடிப்பை அவர்கள் உடனே ஓர் விளையாட்டாக மாற்றி நம்பிக்கையுடன் தன் திறனை மேலும் வளர்த்துக் கொள்கிறார்கள்.
7. குழந்தைகளால் பிடித்துக் கொள்ளவும், ஆட்டவும், பற்றவும், பறித்துக் கொள்ளவும், அடித்து சத்தம் செய்யவும், கீழே போடவும், தனக்கு வேண்டும் போது செய்ய முடியும்.

8. சூழ்ந்தை செயல்படுவதற்கு எற்ற பாதுகாப்பாகவும் சுத்தமாகவும் சுற்றுப்புறத்தை வைப்பது அவசியம்..
9. எல்லா திறன்களும் ஒரு பருவத்தில் தொடங்கி அடுத்த பருவத்தில் வெளிப்படும்.
10. சூழ்ந்தை சுதந்திரமாக (ஊர்ந்து செல்வது, தவழ்ந்து, உட்கார்ந்து, உட்கார்ந்து கொண்டே செல்வது) செயல்படும் போது தடையிடாமல் இருக்க வேண்டும். அதே போல் எந்த முறையில் செல்ல வேண்டும் என்பதையும் அவர்களையே தேர்ந்தெடுக்க விட்டுவிட வேண்டும்.
11. ஒவ்வொரு சூழ்ந்றையின் தயார்நிலை வேறுபட்டிருக்கும். ஒரு சூழ்ந்தை மாதத்திற்கும் , மற்றொரு சூழ்ந்தை 9 மாதத்திற்கும் தவறும். பெற்றோர் ஒப்பிடக்கூடாது. ஆனால் சூழ்ந்தை சிறிதும் தவறு ஆர்வம் காட்டாவிடில் மருத்துவரை அணுகவும்.

உறவுமுறை

1. சூழ்ந்தை தான் பழகாத முகத்தை பார்த்து பயப்படும் அப்பொழுது அவர்களை அறிமுகப்படுத்தி பயத்தை போக்குவதால் பாதுகாப்பு ஏற்படும்.
2. பெற்றோர் / பேணுவோர் , வெளியில் செல்லும் போது சொல்லி விட்டுச் செல்வது சூழ்ந்றையின் பதட்டத்தை குறைக்கவும் நம்பிக்கையை வளர்க்கவும் உதவும்.
3. தெரியாத, பழகாத முகங்களைப் பார்த்தால் அச்சமுண்டாகும். அநுதலுடன் அவர்களை சுட்டிப் பிடிக்க வேண்டும்.
- இதனால் மேலும் நன்றாக சமூகத்தில் பழக உதவும்
- பெற்றோர்கள் பொறுமையுடன் இருப்பது மிகவும் முக்கியம்.
- சூழ்ந்தை இவ்விதம் அந்நியரைப் பார்த்து பயப்படாமல் இருந்தால் அவர்கள் வளர்ச்சியில் சாலதாமதம் இருக்கும் என்று கருதப்படுகிறது.
4. பெற்றோர்கள், பெரியவர்கள் ஆகியோரின் நிலையான சீரான நடத்தையும், திட்டமிட்டு குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு உண்ண, உறங்க, குளிக்க என்று சூழ்ந்றையை பழக்கப் படுத்துவது சூழ்ந்தைக்கு நம்பிக்கையை வளர்க்க உதவுகிறது.
5. சூழ்ந்தைகள் தங்களை சுற்றியிருப்பவர்களை பார்த்து நடந்து கொள்ள பழகுகின்றனர். இவ்வாறு சூழ்ந்தை பார்த்து சுற்றிக் கொள்ளும் முறையை பெற்றோர்கள் உணர்ந்து நடந்து கொள்ள வேண்டும்.
6. பெரியவர்களிடம் நல்ல நம்பிக்கையான உறவுமுறையை வளர்த்துக் கொண்டுள்ள சூழ்ந்தை, அவர்களை தூக்கிக் கொள்வதற்கு அவர்களிடம் தாவுவார்கள்.
- சூழ்ந்தைக்கு ஏற்ற சூழ்நிலையை அமைத்தால், இல்லை, வேண்டாம் என்று சொல்வதை பெற்றோர்கள் குறைக்கலாம்.

புரிந்து கொள்ளுதல்.

1. குழந்தைதான் ஒளித்துப் பிடித்து ஆடுவது ஒரு மகிழ்ச்சிகரமான அனுபவம்.
- சில சமயம் பொருட்களையோ, மனிதனையோ, காணமுடியாவிட்டாலும் நிலைத்திருக்கின்றன என்னும் அடிப்படையில் சூழ்ந்தை குழந்தைகள் இப்பொழுது தெரிந்து வைத்திருப்பதால் அவாள் தன் உணர்வுகளை உயரும்.

- தாத்தா பாட்டியன் இந்த விளையாட்டை விளையாடுவது குழந்தைக்கும், தாத்தா பாட்டிக்கும் மகிழ்ச்சியை அளிக்கும்.

- 2 குழந்தையிடம் சொல்லாமல் பெற்றோர்கள் வெளியே செல்ல நமுவினால் அது குழந்தையைப் பாதித்து அவர்களுக்குப் பயத்தையும் பட்டபனையும் கைவிடப்பட்ட நிலையை உணர்பாக்கும்.இது தன்னைப் பற்றி குறைவாக மதிப்பிடவும் தோன்றும்.

3. குழந்தை இப்பொழுது முடியலையில் பேசுவாள். பெரியவர்களிடம் மகிழ்ச்சியுடன் விளையாடும் போது தாங்கள் முடியலையில் பேசி தொடர்பு கொள்வார்கள்.

- 4 குழந்தைகள் பெரியவர்களிடம் தொடர்பு கொள்ளும் போது அவர்களின் செயல்களையும் வளர்த்துக்கொள்ள ஒலிகளையும் பார்க்கும் மாற்றி மாற்றி தாளும் செய்துப் பார்க்கிறார்கள்.
5. குழந்தைகள் தங்களைச் சுற்றியுள்ள பொருட்களை ஆராய்கிறார்கள்.ஒரு செயலைக் கற்று முடித்தபின் அதைத் செயலையே தளபந்தாகிறார்கள்.
6. தங்கள் செயல்களிலும் விளையாட்டுப் பொருட்களிலும் குழந்தைகள் தனக்கு வேண்டியதை தேர்ந்தெடுக்க தொடங்குவாள்.

7. குழந்தைகள் ஒவ்வொரு திரும்பத் திரும்ப செய்துப் பார்கிறார்கள்.

தொடர்பு கொள்ளுதல்

1. குழந்தைக்கு பல பொருட்களை கூட்டி கூட்டி பெயர் சந்தர்ப்பங்களில் அவையாளம் கண்டு கொண்டு செயல்பட உதவும்.
2. குழந்தை ஆளம் / இல்லை . வேண்டாம் / வேண்டும் என்ற சொற்களின் அர்த்தத்தைப் புரிந்து கொள்ளும். குழந்தைகளிடம் இவ்வாற்றைக்களை உபயோகிக்கும் போது சமசந்தர்பத்திற்கேற்ப உபயோகிப்பது முக்கியம்.
3. பேசும் வார்த்தைகள் குழந்தைக்கு மொழியை தெரிந்து கொள்ள உதவுகிறது

- உம்--- "நான் உணவு தயாரிக்கிறேன்". அவர்கள் செயல்களையும், வார்த்தைகளின் ஒலியையும், பொருட்களுடன் இணைத்துப் பார்த்து அறிவார்கள்.

4. குழந்தையை டூயில் உட்கார வைத்து பேசி பகிர்ந்து கொள்வது குழந்தையின் புலன்களைத் தூண்டுகிறது. இந்த இன்பமான, அனுபவம் பலமான பாசப் பிணைப்பை வளர்க்கிறது. இவர்களுக்கிடையில் நல்ல தொடர்பு உண்டாகிறது.

5. வீட்டைச் சுற்றிலும் உள்ள பொருட்களை ஆராய்ந்துக் கூறுகிறார்கள்

7. குழந்தைகளுக்கு பலவிதமான செயல்கள் தேவைப்படுகிறது ஆனால் பெற்றோர் அளவுக்கு

அதிசமாக குழந்தைகளுக்கான தூண்டக்கூடாது.

8. எதிர்ப்பாராமல் திடீர்மென்று விளையாட்டை நிறுத்துவதினால் குழந்தைக்குத் தன்மதிப்புக் குறைந்து விடும்.

9. குழந்தைகள் சங்கீதம் தாளம் இவைகளை விரும்புவர்.

• குழந்தைகள் விளையாடக்கொண்டிருக்கும் போது பெற்றோர்கள் பாடலாம்.

10. குழந்தைகள் விளையாடும் போது பெற்றோர் அவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளலாம். குழந்தையின் சுதந்திரத்தை மதியுங்கள்.

11. குழந்தையால் இப்பொழுது பேச முடியாவிட்டாலும் குழந்தைடன் தொடர்பு கொள்ளும். இதனால் மொழி வளர்ச்சி பெறும்.

11. குழந்தைக்கு உணவு கொடுக்கும் போது குழந்தையுடன் பேச வேண்டும்.

கவனத்திற்கு

- தாய் பால் கொடுப்பதை தொடரவும்.
- இதனுடன் சேர்த்துக் கொடுக்கும் உணவை அறிமுகப்படுத்துங்கள்.
- புதிய உணவை அறிமுகப்படுத்தும்போது அதனால் ஏதாவது பாதிப்பு உண்டாகிறதா, என்று கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும்.
- 7/8 மாதத்தில் தாய்ப்பாலுடன் இணை உணவாக இட்லி, பருப்பு, வேக வைத்த காய்கறிகள், மசித்த வாழைப்பழம், கஞ்சி, தயிர்சாதம் அவரவர்கள் குடும்பத்தில் பழக்கத்திலுள்ள உணவு வகைகளை சிறிய அளவில் அவ்வப்பொழுது வழங்கலாம். இந்த உணவு ஒரு நாளைக்கு நான்கு முறை கொடுக்கலாம்.
- குழந்தைக்கு உணவு கொடுக்கும் போது உட்கார வைத்தக் கொடுங்கள்.
- குழந்தைக்குப் பல் வலர போவதால் அவர்கள் மெல்லும்படியான உணவைக் கொடுங்கள்.
- குழப்பதற்கு ஒரு கோப்பையை அறிமுகப்படுத்துங்கள். குழந்தை தன் இருகைகளாலும் கோப்பையை பிடித்துக்கொள்ள முடியும்.
- மாதாமாதம் எடை எடுத்து வளர்ச்சியை கண்காணிக்க வேண்டும்.
- இட்டருவத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள வளர்ச்சி படிகள் குழந்தையிடம் தாமதமாகவோ அல்லது மாறுதலாகவோ இருப்பின் அவை கவனிக்கப்பட்டு தொடர் ஆலோசனை பெறப்பட வேண்டும்.

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION (BMHD)
Learning Through Play Calendar from Birth to Three Years
Highlight points

எழுந்து நிற்கும் பருவம் 8-13 மாதங்கள்

தன்னைப் பற்றி உணர்தல்

1. குழந்தை பிறர் செய்யும் செயலைப் பார்த்து தானும் செய்யக் கற்றுக் கொள்ளும்.
2. குழந்தை கோபம், சலிப்பு, மகிழ்ச்சி, விருப்பு, வெறுப்பு போன்ற பல உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தும், பெற்றோர் / பேணுவோர் அவற்றை புரிந்து கொண்டு தேவையானவற்றை ஊக்குவித்து எதிர்மறை உணர்ச்சிகளை திசை திருப்ப வேண்டும்.
3. தான், தன்னுடையது என்ற உணர்வை குழந்தை புரிந்து கொண்டு வெளிப்படுத்தும்.
4. குழந்தையைக் கட்டுப்படுத்த அச்சுறுத்தும் வார்த்தைகள் மற்றும் தடைபடுத்தும் செயல்கள் உபயோகிப்பதால் பாதுகாப்பின் மைய நடைமுறைகள் மூலம் குழந்தை வெளிப்படுத்தும்.
5. பெற்றோர் எவ்வழியோ குழந்தையும் அவ்வழியே.

உடல் வளர்ச்சி

1. பாதுகாப்பான சூழலை அளிப்பதனால் குழந்தை இடைஞ்சலின்றி செல்ல முடியும்.
2. குழந்தை இப்பொழுது பிடித்துக் கொண்டு நிற்க முடியும். இருப்பினும் பின் புறத்தில் ஏற்பட்டிருக்கும் கருதலான பலத்தினால் குழந்தைக்கு இப்பொழுது பித்தாக நிற்கவும் நகரும் திறனும் வந்திருக்கிறது.
3. உற்சாகப்படுத்தினால் நின்றுக் கொண்டே, தன் இரு கையால் எட்டி விளையாட்டுப் பொருட்களை எடுக்க முயற்சிப்பர்.
5. குழந்தை முடிவில் வெற்றி கண்டு பெரும் மகிழ்ச்சி அடைவதற்கு ஆர்வப்படும் அனுபவம் தேவை.
6. பாதுகாப்பான சூழலையும், பாதுகாப்பு எல்லையையும் குழந்தைக்கு அமைத்துக் கொடுத்தால் குழந்தை பாதுகாப்பாகவும், சுதந்திரமாக, ஆராயவும் உணர்கிறார்கள்.
7. குழந்தை ஆராய்ந்துருக் கொண்டிருக்கையில் தேவைப் படும்போதெல்லாம் அவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதற்கு பெற்றோர்கள் குழந்தைக்கருகில் இருக்க வேண்டும்.
8. பொருட்களை தள்ளியும், தூக்கிப் போட்டும் மற்றும் பலவிதமான செயல்கள் செய்வதனால் அதனுடைய விளைவுகளை புரிந்து கொள்கிறார்கள்.

உறவுமுறை

1. குழந்தைகள் ஆராயும் போது பிறருக்கு இடைஞ்சலையும், காயத்தையும் உண்டாக்குவர்ப்படி மென்மையாக தொடுவது என்று செய்துக் காட்டுங்கள்.
2. தன்னைப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பவரை மகிழ்ச்சி பெற வைப்பது குழந்தைக்கு விருப்பம்.
3. தன் தேவைகளை உணர்வுடன் கவனித்து செயல்பட்டால் குழந்தைகள் புத்துணர்வுடன் இருப்பார்கள்.
4. பராமரிப்பவார் தன்னை விட்டுச் செல்வதை இன்னமும் குழந்தைகள் விரும்புவதில்லை. அவர்களுக்குப் பாதுகாப்புணர்வை அளிப்பதற்கு அவர்களை வாரி, கட்டியணைப்பது அவசியம் மற்றும் அவர்களிடமிருந்து விடைபெறும் பொழுது குழந்தைகளிடம் சொல்லி விட்டு செல்ல வேண்டும். அதனால் குழந்தைக்கு நம்பிக்கையும் உண்டாக்கும், பயமும் குறையும்.
5. தினசரி முக்கவழக்க திட்டத்தில் ஏதாவது மாற்றம் இருந்தால், குழந்தையை சமாதானப்படுத்தி, அவர்களுடன் பேசி அவர்களை சாந்தப்படுத்த வேண்டும்.
6. பெற்றோரைத் தவிர பிறருடன் விளையாடுவது குழந்தையின் தேவையாகும்.

- குழந்தையின் தாத்தா இந்த தேவையைப் பூர்த்தி செய்யலாம்.

புரிந்து கொள்ளுதல்

1. குழந்தைகளை எழுதப்பற்றியும் தெரிந்ததெல்லாம் ஆர்வம் காட்டுகிறார்கள்.
2. குழந்தையின் சிந்திக்கும் திறனும், சிக்கலை தீர்க்கும் திறனும் ஆரம்பிக்கும்.
3. பாதி அல்லது முழுவதும் மறையாத பொருட்களைக் கண்டு பிடித்து விளையாட குழந்தைகள் விரும்புவர்.
4. குழந்தைகள் ஆராய்ந்து, கண்டுபிடித்து விளையாடும் போது பெற்றோரும் அவர்களுடன் சேர்ந்து பதில் செயல் புரிந்து தொடர்பு கொள்ள வேண்டும். இதனை ஊக்குவித்து பாதுகாப்பான சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தி குழந்தையை செயல் பட வைத்தால் அதன் தன்மை மிக்கவை வளரும்.
5. நான் இப்படிச் செய்தால் என்ன ஆகும்? என்று குழந்தைகள் வியந்து அதையே செய்துப் பார்ப்பார்கள். அதையே திரும்பத் திரும்ப செய்து அது எப்படி நிகழ்ந்தது என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்வார்கள்.
6. பிறவற்றைப் பார்த்து செய்ய குழந்தைகள் மிகவும் விரும்புவர்.
- கைதட்டுவது இப்பொழுது ஓர் புதுமையான மகிழ்ச்சியான அனுபவம்.

தொடர்பு கொள்ளுதல்

1. குழந்தையால் பொருட்களைச் சுட்டிக் காட்ட முடியும்.
 - பெற்றோர்கள் அதற்குப் பெயரிட்டு அதையே திரும்பத் திரும்பக் கூறி தாளத்துடன் பாடவும்.
2. குழந்தையின் மூலைக்கு பதில் கொடுத்தோமானால் அது அவர்களை ஊக்குவித்து மேலும் பல வார்த்தைகளை கூறும். பிற்பாடு இவர்களுக்குப் பேச்சு வரும்.
3. குழந்தை எளிமையான கேள்விகளையும் உத்தரவுகளையும் புரிந்து கொள்வர்.
4. பங்களுடன் கூடிய புத்தகங்களை பகிர்ந்து கொள்வது மொழியைக் கற்பதற்கு ஏற இன்மையான வழியாகும்.
5. குழந்தை மூலையில் பேசும் போது பெற்றோர் / பேணுவார் மூலையில் பேசாமல், சீரான வார்த்தைகளை உபயோகப்படுத்தி பேச வேண்டும்.
6. தனது உடல் உறுப்புகளை அறிய ஆய்வு காட்டும்.

கவனத்திற்கு

1. குழந்தைக்கு மனதும் முடிந்தவுடன் தட்டம்மை தடுப்பூசி போட வேண்டும்.
2. மனதாமதம் எனக் கருத்து வளர்ச்சி நிலையை கண்காணிக்க வேண்டும்.
3. இப்பருவத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள வளர்ச்சிப்படிக்களில் தாமதமோ / குறைபாடோ இருப்பின் அவை கவனிக்கப்பட்டு தக்க முறையில் ஆலோசனை பெற்று தகுந்தவாறு செயல்பட வேண்டும். பரிந்துரை வேண்டின் அருகில் உள்ள குழந்தைகள் மைய பணியாளரையோ அல்லது சுகாதார பணியாளரையோ அணுகவும்.

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION (BMHD)
Learning Through Play Calendar from Birth to Three Years
Highlight points

நடை பயிலும் பருவம் 13-18 மாதங்கள்

தன்னைப் பற்றி உணர்தல்---

1. அவர்களிடம் தோன்றியிருக்கும் சுதந்திரத்தை பெற்றோர்கள் அலையாமல் கண்டுபிடிக்கக் கூடியவர்களை உற்சாகப்படுத்துவது தேவை.
2. மேலும் எதிர்ப்பு தெரிவிப்பதன் மூலம் தன் சுதந்திரத்தை வெளிப்படுத்துவர். அவர்கள் முறைபிடிக்கும்போது பெற்றோர்கள் பொறுமையுடன், சாத்தமாக இருப்பது அவசியம்.
 - குழந்தைக்கு உடல் மூலம் தண்டனை தருவதையும், சுத்துவதையும், அடிப்பதையும், பயமுறுத்துவதையும், தனியே இருக்க வைப்பதையும் தவிர்க்க வேண்டியது முக்கியம்.
 - குழந்தையின் முறையிடுபாட்டிற்கு என்ன காரணமோ அதை முதலில் அகற்றி, அதற்குப்பதில் வேறு ஒன்றை அறிமுகப்படுத்தி, குழந்தையின் கவனத்தை திசை திருப்பி விட வேண்டும்.
3. தாமதமே முயற்சி செய்து கூடுதல் குழந்தைகளை ஊக்கப்படுத்துங்கள்.
 - தங்களால் முடியாவிட்டால் குழந்தைகள் ஆத்திரமடைவார்கள்.
 - இந்த சமயத்தில் ஆறுதல் மொழி கூறி அவர்களை சமாதானப்படுத்துங்கள்.
4. தினமும் ஏதாவதொரு குறிப்பிட்ட நேரத்திலாவது தந்தை குழந்தையுடன் கலந்து பதில் செயல் புரிந்து விளையாட தந்தைக்கு உற்சாகமளிக்கவும்.
5. குழந்தைகளால் இப்பொழுது பொருட்களைப் பிரித்து போட்டு பார்க்கவும் பின்பு இணைத்து வைக்கவும் முடியும்.

உடல் வளர்ச்சி

1. தாய்க்கு ஒய்வு தேவைப்படுவதினால், குடும்பத்தினர் ஒவ்வொருவரும் முறையே குழந்தையை கவனித்துக் கொண்டு தாய்க்கு ஆதரவாக இருக்க வேண்டும். இதனால் தாய்க்கு குழந்தையுடனும், குடும்பத்தின் பிற அங்கத்தினருடன் செயல்புரிந்து மகிழவும் நேரம் கிடைக்கிறது. குழந்தை விளையாடவும், பலவித செயல்களை தன் உடலால் செய்து பழகவும் பாதுகாப்பான குழலை அமைத்துக் கொடுத்தல் அவசியம். இது அவர்களுக்கு தன்னம்பிக்கையை கொடுக்கும்.
2. இவ்வுலகில் தங்கள் உடல் எவ்வாறு செயல்படுகிறது என்பதை குழந்தைகள் தெரிந்திருப்பது தேவை.
3. அவர்களால் எத்தனை தொலைவு என்டதையும், இடைவெளியையும் புரிந்து கொண்டு தீர்மானிக்க முடியும்.
4. குழந்தைகள் ஆராய்ந்து கொண்டிருக்கும் போது மேஜையின் அடியிலும், கூட்டில் அடியிலும், பின் பெட்டி மேலும் தவழ்ந்து சென்று ஆராய்வார்கள். இந்த செயல்களால் அவர்கள் தங்கள் உடலையும், மனத்தையும் இருங்கே கட்டுப்படுத்த உதவும்.
 - பெற்றோர்கள் மிகப் பொறுமையாக இருக்க வேண்டியது அவசியம்.
5. குழந்தையின் சிறுதசை இயக்கங்களின் திறன் மேலும் கூடுகின்றன.
 - பெரிய சாக்பீஸையும், க்ரையானையும், கையில் பிடித்துக் கொண்டு கிழிக்கவும், வரையவும் முடியும்.
6. பல செயல்கள் செய்ய வாய்ப்பளிப்பதினால் குழந்தைக்கு உருவாக்கும் திறன் உண்டாகிறது.
7. தன் உடன் பிறந்த, பெரிய குழந்தைகளின் செயல்களில் தன்னையும் ஈடுபடுத்திக் கொள்ள ஆர்வம் காட்டுவர்.

- அவர்களைப் போலவே செய்து பார்க்க விரும்புவர்.
- பேரிய குழந்தைகளின் சுதந்திரத்தையும் அவர்கள் ஈடுபாட்டிற்கும் செயல்களின் முக்கியத்துவத்தையும், நினைவில் வைத்துக் கொண்டு, இவர்கள் ஒன்றாக சேர்ந்து இருக்கும் உறவை ஆதரித்து வளர்க்க வேண்டியது தேவை.
- 8. குழந்தை இப்பொழுது பிடித்துக் கொள்ளாமல் நடக்க முடியும்.
- பக்கவாட்டிலும், பின்னாலும் நடக்க முடியும்.
- நடை இப்பொழுது மேலும் கீழாக ஆடாமல் நிலையாக இருக்கும்.

உறவுமுறை

1. பெரியவர்கள் தந்தி நடக்கும் குழந்தைகளுடன் விளையாடும்போது அவர்கள் பல திறன்களைப் பெறுகிறார்கள். இது அவர்களுக்குப் பிற்பாடு உதவும்.. இதனால் குழந்தைகள் பிறுநடன் விளையாடவும்
 - தன் ஒத்த வயதினருடன் பதில் செயல் புரியவும்
 - பகிர்ந்து கொள்ளவும் ,
 - தங்கள் உணர்ச்சிகளைப் வெளிப்படுத்தவும் தெறியும்
 - விளையாட்டில் ஈடுபாட்டுடன் பங்கேற்கவும் சுற்றுகிறார்கள்.
2. விளையாட்டு, மனிதர்கள், விளையாட்டுப் பொருட்கள், இடங்கள், உணவு ஆகியவைகளில் தனக்கு வேண்டியதை தேர்ந்தெடுக்க தொடங்கியுள்ளனர். குழந்தை தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவைகளுக்கு மதிப்புகொடுங்கள்.
3. இப்படி தேர்ந்தெடுக்க அனுமதிப்பதனால் குழந்தைக்கு திட்டமிட்டு சிந்தித்து செயல்படும் தன்னுடைய ஆற்றலில் நம்பிக்கை உண்டாகும். ஆனால் அவைகள் எளிமையானதாக இருக்க வேண்டும். (உம்- பால் அல்லது பழ ரசம், பொம்மை அல்லது பந்து.
4. ஒன்றாக சேர்ந்து செய்யும் செயல்களில் குழந்தைகள் ஆனந்தமடைகிறார்கள்.
 - அவர்கள் தன்னைவிட பெரிய குழந்தைகளுடன் விளையாட விரும்புவர்.
 - குழந்தையின் அண்ணா, அக்கா ஆகியவர்கள் குழந்தையுடன் விளையாட உற்சாகப்படுத்துங்கள்..
5. கலந்து இருவரோடொருவர் என்று விளையாட வழி செய்து உற்சாகப்படுத்துங்கள்.
6. தங்களுக்கு முக்கியத்துவம் வேண்டும் என்று விரும்புவர்.
7. திறந்த வெளியில் குழந்தை நடக்கவும், ஓடவும், ஏறுவதற்கும் பயிற்சி பெற வாய்ப்பளிக்கவும்.
 - குழந்தைகள் விபத்துக்குள்ளாவதால் பாதுகாப்பு தருவது மிக முக்கியம்.

புரிந்து கொள்ளுதல்

1. மரக்கட்டைகளுடனும், அடக்கும் சொப்பனங்களுடனும், கட்டையில் போடும் வளையங்களுடனும் விளையாடுவதில் குழந்தைகள் பலவற்றைக் கற்கிறார்கள். இப்படி விளையாடுவதால் சுற்பனை
 - அளவுகள், வடிவங்கள், நிறங்கள்.
 - நீடித்து திடமாக நிற்பது, நிலையில்லாதது.
 - இந்த நீடித்திருக்கும் தன்மையை அவர்கள் உணர்ந்தால் அதுவே அவர்களுக்கு தன்னம்பிக்கையும், உறவு முறையில் நம்பிக்கையும் ஏற்படுத்த உதவுகிறது.
2. தன்னைச் சுற்றியுள்ள பொருட்களை பல விதத்தில் கையாண்டு அவைகளைப் பற்றி சுற்றி ஆரம்பிக்கின்றனர்
 - அவர்கள் பொருட்களை எளித்தும், இழுத்தும் கொட்டியும், காலி செய்தும், ரொப்பியும் சுற்பர்.

- இவ்வாறான பாவித செய்கைகளால் சூழந்தைகள் உள்ளே, வெளியே, மேலே, கீழே போன்ற வெளிய சுருத்துக்கலா கற்கின்றனர்.
- 3. பொருட்களுக்கு அதனதன் வேலை உள்ளன என்பதையும், பெரியவர்களைப் பார்த்துப் பார்த்து அவர்களைப் போல் செய்யவும் கற்கிறார்கள். (உம்- வினையாட்டு போல்)
- 4. கொட்டுவது இந்த வளர்ச்சி புருவதிறகான ஓர் செயல்.
 - தண்ணீருடன் வினையாடும்போது இந்த திறன் வளர்வது மட்டுமல்லாமல் மகிழ்ச்சி சுரமாகவும் இருக்கிறது.
 - பெற்றோர்கள் சூழந்தைகளை தண்ணீர் தொட்டி, குளியலறை, தண்ணீர் கொட்டியுள்ள வானி ஆகியவைகள் அருகில் செல்ல விடவே கூடாது.
- 5. தத்தி நடக்கும் சூழந்தைகள் எளிதில் ஆபத்தாகுள்ளவாகுகள்.
- 6. சுற்றுப்புறத்திலிருக்கும் பொருட்களை வைத்துக்கொண்டு சூழந்தைகள் மென்மை, கடினம், சூடானது, குளுமையானது, சொர் சொர்ப்பானது என்று வேறுபாடுகளையும் பல அடிப்படை சுருத்துகளையும் கற்கிறார்கள்.
- 7. அளவுகள், வடிவங்கள், அதிகம், குறைவு என்றும் சுருத்துக்களை தங்கள் உள்ளுணர்வினால் அறிந்து கொள்கிறார்கள்.

தொடர்புகொள்வதில்

1. தத்தி நடக்கும் சூழந்தைகளுக்கு இப்பருவத்தில் தொலைவில் உள்ளவை தெரிய ஆரம்பிக்கும். சூழந்தைக்கு உணவு உட்கும்போது தாய் சந்திரனையும், நட்சத்திரங்களையும் காட்டுவது சூழந்தைக்கு ஓர் புதிய அனுபவமாக இருக்கும். சுந்திரனைப் பார்த்தால் பல கதைகளும், பாட்டுகளும் தோன்றும். இவைகளை சூழந்தைக்குக் கூறலாம்கண்களிலிருந்து மறையும் வரை அவர்கள் பார்த்துக்கொண்டிருப்பர்.
2. தாங்கள் பார்த்த, கேட்ட எல்லாவற்றின் பெயரையும் அறிய சூழந்தைகள் ஆவலாக இருக்கிறார்கள்.
3. தாளத்துடன் கூடிய பாட்டையும், டேச்சையும் கேட்கும்போது சூழந்தைகள் பல வார்த்தைகலா புரிந்து கொள்ளும் தயார் நிலையில் இருக்கிறார்கள். பிறருடன் கூட கூட்டுதலையாட விரும்பி தானும் மழலையில் பேசுவர்.
4. புத்தகத்திலிருந்து படங்களை காட்டுவதினாலும், கதைகளைப் படிப்பதினாலும் சூழந்தைகள் தொடர்பு கொள்ளும் திறனை வளர்க்கிறார்கள்.
 - கதைகளை கோர்வையாக சொல்வதின் மூலம் அவர்களுக்கு ஞாபகசக்தி வளருகிறது.
 - பாட்டி சூழந்தைக்கு கதை சொல்வது பழைய வழக்கத்திலிருந்தே இருந்து வருகிறது. இம்மாதிரி பாட்டியும், சூழந்தையும் ஒன்றாக மகிழ்ச்சியாக இருப்பது அவர்களிடையே நல்ல விதமான உறவுமுறை வளர்க்க செய்கிறது.
 - சூழந்தைக்கு புத்தகத்தின் பக்கங்களைப் புரட்டவும், கதையை பெற்றோருடனோ, தாத்தா, பாட்டியுடனோ படிக்க விரும்புவர்.
5. தத்தி நடக்கும் சூழந்தை திரும்பத் திரும்ப பொருட்களின் பெயரைக் கேட்கும் போது, அவைகளை நினைவில் வைத்துக் கொள்ள கற்கிறார்கள். தக்க சந்தர்ப்பத்தில் அவற்றை நினைவுக்கு கொண்டுவர கற்கிறார்கள்.
6. சூழந்தைகளுக்கு ஆர்வமுள்ளவைகளைப் பற்றியும், அவர்களுக்கு பிடித்தமான பொருட்களைப் பற்றியும் பேசுவதினால் அவர்களின் மொழி அறிவு வளரும்.
7. சூழந்தைகள் தங்களால் சொல்லக்கூடிய வார்த்தைகளுக்கும் மேலான வார்த்தைகளைப் புரிந்து கொள்வர்.
8. ஒரு நாளைக்கு அவர்களால் இப்பொழுது 12 வார்த்தைகள் கற்க முடியும்.

9. புத்தகத்திலுள்ள பார்த்த ஒரு படத்தை நேரில் பார்க்கும் பொழுது இரண்டையும் இணைத்து பார்த்து தெரிந்துக் கொள்ளும் திறன் வெளிப்படும்.

கவன திழ்வு

1. நாய்ப்பால் தெளர்த்து கொடுக்க வேண்டும். அந்த அந்தான உணவிலான குழந்தைக்குத் தர வேண்டும்.
 2. குழந்தைக்கு 18 மாதத்தில் உக்குவிப்பு உச்சி முதல் தனணை மற்றும் போலியோ சொட்டு மருந்து அளிக்கப்பட வேண்டும்.
 3. கர்மையான விளையாட்டுப் பொருட்கள் ஆயுதங்கள் ஆகியவற்றை குழந்தைக்கு விளையாட தரக் கூடாது.
 4. மாதா மாதம் எடை எடுத்து வளர்ச்சியை கண்காணிக்க வேண்டும்.
 5. இப்பருவத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள வளர்ச்சிப்படிகளில் தாமதமோ / குறைபாடோ இருப்பின் அவை கவனிக்கப்பட்டு தக்க முறையில் ஆலோசனை பெற்று செயல்பட வேண்டும்.
- வயதுக்கு ஏற்ற பழக்க வழக்கங்களை அறிமுகப்படுத்தவும்.
 - நன்கு வேக வைத்த, கூழ் உணவும், சுகாதாரத்துடன் தயாரித்த உணவையும் கொடுக்கவும்.
 - உணவின் அளவை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அதிகரிக்கலாம். விட்டமின் A இப்பொழுது அவசியம்
6. குழந்தை விழுங்கக் கூடிய பொருட்களை ஜாக்கிரதையாக வைக்கவும். (உம்- காக, கோலி)
- பிளாஸ்டிக் உபகரண குழந்தையின் கைக்கு எட்டாத தூரத்தில் வைக்கவும்.
- மீட்டல் உபயோகிக்கும் அந்தான பொருட்களையும், மருந்துகளையும், குழந்தையின் கைக்கு எட்டாத தூரத்தில் வைக்க வேண்டும்

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION (BMHD)
Learning Through Play Calendar from Birth to Three Years
Highlight points

கயமாக செயல்படும் பருவம் -- 18 -- 24 மாதங்கள்

தண்ணைப் பற்றி உணர்தல்

1. குடும்பத்துடன் உட்கார்ந்து சாப்பிடும் போது குழந்தை தானாகவே சாப்பிடுவது நல்லது.
 - வீட்டிலுள்ள பெரியவர்களைப் பார்த்து, கவனித்து குழந்தையின் நல்ல பழக்கவழக்கங்களையும், பண்புகளையும் சுற்பதற்கு வாய்ப்பு உண்டாகிறது.
 - மற்ற குடும்பத்தினருடன் கட்ட சேர்ந்து உண்ணும் போது தாய்க்கு ஓர் நல்ல மன நிறைவும், தாமும் மற்றவர்களும் சரி சமம் என்னும் உணர்வு உண்டாகிறது.
 - பெரியவர்கள் ஒரே சீராகவும், திட்டமாகவும் நடந்து கொள்வதினால் குழந்தைகளுக்கு நல்ல பண்பும், ஒழுக்கமும் உண்டாகும்.
2. குழந்தை தானாகவே ஒரு செயலைச் செய்யும்போது பொறுமையுடன் இருக்கவேண்டும்.
 - பழக்கத்தில் அவர்கள் தங்கள் செயல்களில் தேர்ச்சி பெறுவார்கள்.
 - இப்படி செய்வது அவர்களின் தன் மதிப்பை உயர்த்தும்.
 - குழந்தை தன்னைப்பற்றி முழுமையாக நல்லவிதத்தில் உணர்வதை வளர்ப்பதற்கு வழி செய்ய வேண்டும்.
3. கவனிப்பிலும், திட்டமிட்டு செய்யும் தினசரி செயல்களிலும் (உண்ண, குளிக்க, உறங்க, படுக்க), ஒழுங்கு முறையிலும் பெரியவர்கள் குழந்தைகளிடத்தில் சீராக ஒரே விதத்தில் நடந்துக் கொண்டால் குழந்தை பாதுகாப்புணர்வையும், தன்னம்பிக்கையும் பெற்று பல புதிய செயல்களை செய்ய முயற்சி செய்வர்.
4. குழந்தைகள் இப்பொழுது தன் விஷயத்தில் உருதியுடன் இருப்பார்கள்.
 - ஆகையால் இது முரண்டு பிடிக்கும் நடத்தையை உருவாக்கும்.
 - இப்படி அவர்கள் முரண்டு பிடித்தாலும் பெற்றோர் அவர்களின் நிபந்தனையற்ற அன்பையும் கவனிப்பையும் காட்ட வேண்டும்.
 - குழந்தையின் விருப்ப, வெருப்புகளை மதித்து அவர்கள் நல் பழக்க வழக்கங்கள் கொள்ள உற்சாகப்படுத்த வேண்டும்.
5. கயமாக தன்னம்பிக்கையுடன் குழந்தைகள் செயல்பட பெற்றோர்கள் வாய்ப்பளிக்க வேண்டும். இப்படி இருந்தால் குழந்தை எதற்கும் கவலைப்படும் தன்மை குறையும்.
6. தானாகவே செய்யக்கூடிய எந்த ஒரு திறனைக் சுற்றாலும் குழந்தைக்கு தன்னம்பிக்கை உண்டாகும்.

உடலில் வளர்ச்சி

1. குழந்தை இப்பொழுது தன் உடலை அமைத்து ஒருங்கிணைத்து கட்டுப்படுத்த பழகிக் கொள்கிறார்கள்.
 - நடப்பது, ஓடுவது, தள்ளுவது, இழுப்பது, குதிப்பது, ஆடுவது
 - இப்பருவத்தில் மிக்க சுறுசுறுப்பாக இருப்பார்கள்
2. அவர்களின் தசைகளில் கட்டுப்பாடு அதிகரித்திருப்பதால் கழிவறைப் பழக்கம் இப்பொழுது அறிமுகப்படுத்துவது கலபம்.
 - இந்தியாவில் பல காலமாக உபயோகித்து வரும் கழிவறைப்பழக்கத்தினால் முன்னதாகவே தசை கட்டுப்பாடு ஏற்படுகிறது.
 - கழிவறைப் பழக்கம் வருவதற்கு பெற்றோர் பொருமையையும் நிதானத்தையும் கடைபிடிக்க வேண்டியது அவசியம்.

- குழந்தைகளுக்கு சுறிவறைப் பழக்கம் வந்து விட்டால் தன்னை கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளவும், சுதந்திரமாக இருக்கவும் தன்னால் முடியும் என்றும் எண்ணமும் உண்டாகும்.
3. நகர்ந்து செல்லும் எந்த ஒரு ஜந்துவையும் குழந்தை சுர்ந்து பார்ப்பார்கள்
 4. குழந்தையால் செய்யக் கூடியவை
 - பந்தை தூக்கி எறிய முடியும்.
 - முன்காலைப் பதித்து ஓட முடியும்.
 - கூட்டிலிலிருந்து வெளியே இறங்க முடியும்.
 - நடனம் ஆடுவதை விரும்புவர்.
 - தள்ளுவண்டியை இழுக்க முடியும்.
 5. இப்பொழுது நல்ல பழக்கங்களை அறிமுகப்படுத்தலாம், ஒழுங்குப்படுத்துவதை ஒரு விளையாட்டாக வைத்து சொல்லிக் கொடுக்கலாம்.

உணவு பற்றிய குறிப்புகள்

- வீட்டு சாப்பாட்டையே குழந்தைக்கு கொடுக்கலாம்
- இந்த பருவத்திற்குள் குழந்தைக்கு தாய்ப்பால் கொடுப்பதை நிறுத்தியிருப்பார்கள்.
- இப்படி தாய்ப்பாலை நிறுத்துவது குழந்தைக்கும், தாய்க்கும் ஓர் உணர்ச்சி அடையக் கூடிய அனுபவம்.

உறவுமுறை

1. குழந்தையின் சுற்பனைத்திறன் வளர்ந்து, பாவனை விளையாட்டை விளையாடுவதில் மகிழ்ச்சியடைகிறார்கள்.
(உம் --- தந்தையை யானையைப்போல் பாவிப்பது.
ஒரு குச்சியை கிரீடமாக உபயோகிப்பது)
 - பெற்றோர்கள் மற்றும் வீட்டிலுள்ள மற்ற குடும்பத்தினருக்கு இப்படி மகிழ்ச்சியை பகிர்ந்துக் கொண்டு ஆனந்தமான உறவுமுறையை வளர்ப்பதற்கு இது ஒரு உன்னதமான வாய்ப்பாகும்.
2. தன்னைத் தவிர குடும்பத்தில் பிறருக்கும் கவனிப்புத் தேவை என்பதை குழந்தைகள் தெரிந்து கொள்ள ஆரம்பிக்கிறார்கள்.
- சொல்லாமலே தானாகவே பிறருடன் பழக முடிகிறது.

புரிந்து கொள்ளுதல்

1. பொருள்களின் தன்மைகளை குழந்தைகள் பல விதங்களில் கண்டுப் பிடிக்கிறார்கள்
 - அவர்கள் பல்வேறு அளவுகள், வடிவங்கள், தன்மைகளை கற்கிறார்கள்.
2. சுற்க வேண்டும் என்றும் ஆர்வம் தீவிரமாக அவர்களை உந்துவதால் குழந்தைகள் தங்களை சுற்றி நிகழும் பல செயல்களை பார்த்து செய்கிறார்கள்.
3. குழந்தைகள் எதையும் எதிர்பார்த்த படியே செய்ய வேண்டும் என்றும் நோக்கத்தோடு செய்வார்கள்.
4. குழந்தைகள் பொருட்களின் இயல்பை பல வழிகளில் கற்கிறார்கள்.
5. குழந்தைகள் பரிசோதனைகள் மூலம் பிரச்சனைகளுக்குத் தீர்வுக் காணும். இதன் மூலம் பல்வேறு சுருந்துக்களைக் கற்றுக் கொள்கிறது.

செய்முறைகள்

- கண்ணாமூச்சி விளையாட்டு
- பொருட்களை பெயரிடும் விளையாட்டு, நினைவில் வைத்து கொள்ளும் விளையாட்டு.
- 3-4 பாகம் கொண்ட புதிர்கள்
- பல அளவுகளும், வடிவங்களும் கொண்ட அடுக்கும் கட்டைகள்.

- பிரித்துப்போட்டும், இணைத்து வைக்கும் விளையாட்டுப் பொருட்கள்.
- கிழிப்பதற்கு தாள்கள்.
- வியந்திர வேலையுடன் கூடிய விளையாட்டுப் பொருட்கள். (உம்) ஷேட்டர்கார்
 - தங்கள் திறன் கூறல் மேலும் பேச்சி வெறுவர்.

தொடர்பு கொள்ளுதல்

1. சங்கீதம்

- இது மகிழ்ச்சியை அளிக்கும்.
 - வார்த்தைகளை உச்சரிக்கவும், அதில் உள்ள நாகியிருக்கும் உணர்ச்சிகள், தாளம், லாயம் ஆகியவைகள் தெரிய உதவும்.
2. குழந்தைக் காணும் பொருட்கள் எல்லாவற்றிற்கும் பெயரிடுங்கள்.
- சங்கீதத்தால் தோன்றும் அலைகள் குழந்தைக்கு தூண்டுதலாக அமையும்.
 - குழந்தைக்கு இப்பொழுது 50வார்த்தைகள் தெரியும்
3. வீட்டில் கிடைக்கும் பொருட்களைக் கொண்டு எளிய இசைக்கருவிகள் செய்து உபயோகிப்பது மகிழ்ச்சியை அளிக்கும்.

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION
(BMHD) Learning Through Play Calendar from Birth to Three Years
Highlight points

ஆய்ந்தறியும் புருவம் (2 to 2 ½ Years)

தன்னைப் பற்றி உணர்தல்

1. எல்லாமே "நான்" "என்னுடையதுதான்" என்று குழந்தைகள் நினைக்கிறார்கள். அவர்களால் எளிதில் பகிர்ந்து கொள்ள முடியாது.
2. குழந்தை சுயமாக எளிய வேலைகளை செய்ய விடுங்கள்.
 - இப்படி செய்வதால் அவர்கள் தன்மைபிக்கை அடைவார்கள்.
 - அவர்களுக்கு உற்சாகம் ஏற்படும்.
 - அவர்கள் செயல்களில் ஈடுபடுவார்கள்.
 - தங்கள் திறன்களில் மேலும் தேர்ச்சி பெறுவர்.
3. குழந்தைகள் தங்களுடைய சுற்றுப்புறத்தில் கட்டுப்பாட்டுடன் செயல்பட்டு திறனுடன் ஒன்றை செய்துபார்க்கும் போது அவர்களின் சுயமதிப்பு கூடுதலாகிறது.
 - குழந்தையின் தன்னுதவி செயல்களை ஆதரிப்புகள்.
4. குழம்பற்றதின் பல செயல்பாடுகளில் அவர்கள் தன்னையும் சேர்த்துக் கொள்ள விரும்புவர்.
 - உதவி செய்வதில் ஆர்வம் அதிகம்.

உடல் வளர்ச்சி

1. தங்கள் கைக்கு எட்டாது வைக்கப்பட்டிருக்கும் பொருட்களை எட்டி எடுப்பதில் குழந்தைகள் நல்ல தேர்ச்சி பெற்றிருப்பர்.
 - தங்கள் உடலை ஒருங்கிணைத்து செயல்பட வைப்பர்.
 - விழாமல் சமாளிக்கும் திறன் அதிகரிக்கிறது. மேலும் தேர்ச்சி பெற குழந்தைகள் முயற்சிப்பர்.
2. குழந்தைகள் விளையாடும்போதும் சோதித்துப்பார்க்கும் போதும் பெற்றோர்கள் கவனமாக இருக்க வேண்டும்.
தங்கள் உடலின் திறனுக்கு அப்பால் துணிந்து செயல்படுவார்கள்.
 - எளிதில் குழந்தை விபத்துக்குள்ளாவர்.
3. எப்பொழுதும் குழந்தையை தடையிட்டுக்கொண்டிருந்தால் குழந்தை எதையும் துணிந்து செய்ய முன் வரமாட்டார்கள்.
4. விளையாட்டில் ஒன்றை தீர்மானிக்கும் முன்பே அந்த சிக்கலை குழந்தை மனதில் தீர்த்துவிடும் திறனை இப்பொழுது பெற்றிருப்பர்.
5. குழந்தைகள் ஆபத்தான பொருட்களை வைத்துக்கொண்டுசோதனை செய்தால் ,தகுந்த விதத்தில் குழந்தையின் மனதை கவனம் திருப்பி குழந்தைக்கு வேறு ஏதாவது காட்ட வேண்டும்.
6. குழந்தைகள் இப்பொழுது ஒருங்கிணைந்து ஒருவதிலும் ,இரண்டு செயல்களையும் ஒரே சமயத்தில் செய்வதிலும் திறன் பெற்றிருப்பர்.

உறவுமுறை

1. குழந்தைகளிடத்திலிருந்து பெற்றோர்கள் அளவுக்கதிகமாக எதிர்ப் பார்க்கக் கூடாது.
 - போதிய திறமையற்று இருக்கும் போது குழந்தைக்கு மனபுற அதிகரிக்கும் .
 - குழந்தையின் தன்னைப் பற்றிய எண்ணம் பாதிக்கப்படும்.
2. குழந்தைகள் கூட்டியணைத்துக் கொண்டும், முத்தம் கொடுத்தும், பாசத்தை பெறவும் கொடுக்கவும் கூற்கிறார்கள்.
 - குழந்தையின் ஓர் குறிப்பிட்ட செய்கை பார்ப்பதற்கு இனிமையாக இருக்கிறதென்று அவர்களின் தப்பிதமான நடத்தைக்கு பெரியவர்கள் பாராட்டி பின்பு பெரியவர்கள் இதே நடத்தையைவேறொரு சமயம், தடுத்தால் ஏற்படும் இந்த முரண்பாட்டினால் குழந்தைகள் குழப்படைவார்கள்.
3. பிறருடன் எப்படி விளையாடுவது என்பதில் குழந்தைக்கு பெரியவர்கள் ஆதரவு தேவை.
 - குடும்பத்திலுள்ள அனைவரும் மாற்றி மாற்றி இவர்களை கவனிக்க வேண்டும்.
 - தாய் திரும்பவும் கர்ப்பமுற்றால் குடும்பத்தின் ஆதரவு தாய்க்கு தேவை.
 - இக்கூட்டான சூழ்நிலையை தவிர்ந்து நல்லவிதமான குழந்தை பராமரிப்பை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

புரிந்து கொள்ளுதல்

1. தினசரி செயல்களின் மூலம் குழந்தைகள் அளவுகளை கற்பர்.
 - கை, கால், விரல்களை எண்ணுவதை கற்பர்.
2. பொருட்களிடையே உள்ள தொடர்பை புரிந்த கொள்கிறார்கள்.
 - மரத்தில் புறவை இருக்கும் என்று தெரிந்திருப்பர்.
3. எந்த ஒரு சாதாரண செயலையும், விளையாட்டாக மாற்ற முடியும்.
4. தினசரி செயல்கள் மூலம் அளவுகளை புரிந்து திறனை வெளிப்படுத்தும்.

செயல்கள்

- உடலைப் பற்றி உணரும் விளையாட்டு தாளத்துடன் கூடிய பாட்டும், செய்கைகளும்.
- தடுப்பு வைத்து ஆடும் விளையாட்டும், மேஜை, நாற்காலியின் அடியில் தவழ்ந்து செல்லுதல்.
- சங்கீதம், தாளத்துடன் உடலை ஆட்டுவது.
- தண்ணீர் விளையாட்டு, தண்ணீரில் பொருட்களை மிதக்க விடுவது.
- கீழே விழாமல் சமாளித்து ஆடும் விளையாட்டு, அகலமான பெரிய கூட்டையின் மேல் நடப்பது.
- நான்கு பகுதியுடன் கூடிய புதிர்.
- படத்துடன் கூடிய புத்தகம்.
- பெரியவர்களுடன் சேர்ந்து ஆடும் பாவனை விளையாட்டு.
- நுகர்ந்து, ருசித்து உணர்ந்து விளையாடும் விளையாட்டு.
- மேலும் கீழும் எறி இறங்குவது.

வினாயாட்டுப்பொம்மைகள்
சமையலறை சாமான்கள்

ஊஞ்சல்

புதிர்க்கள்

புதிர்சுணா தீர்க்கும் வினாயாட்டு

கிணைப்புகள்

குறக்கே இடைஞ்சல் சுணா உருவாக்கி ஆடும் வினாயாட்டு

பிரித்து வைக்கும் வினாயாட்டு

க்ரயான்ஸ், சாக்பீஸ், வரைவதற்கு

சுளிமண் வைத்து உறுவாக்குதல்

பொறுத்தும் பார்த்து வைத்தல்

தொட்டு உணரும் அநுபவத்திற்கான வினாயாட்டு

முறையாக அடுக்குதல்

பல அளவுகளில் பந்துகள்

பல வடிவம் கொண்ட கட்டைகளை அதற்கு எற்றிவிடத்தில் பொருத்துதல்

தொப்பு கொவ்லுதல்

1. இது என்ன என்று புதிரை சுண்டு பிடிக்கும் வினாயாட்டை விரும்புவர்.
- இந்த வினாயாட்டு சுளிப்பை கொடுக்கும்.
- இசைன் மூலம் பல புதிய வார்த்தைகளை அறிமுகப்படுத்தி அவர்களுடன் பதில் செயல்படும்.
2. குழந்தைகள் இப்பொழுது உத்தரவுகளை கேட்டு அதன் படி நடக்க ஆரம்பிக்கின்றனர்.
- பெரியவர்கள் குழந்தைக்கு கதை சொல்லவும் புத்தகங்கள் படித்தும் பாடுகள் பாடவும் செய்தால் குழந்தையின் கேட்கும் திறன் அதிகரிக்கும். கதை சொல்லும் போது நல்ல உணர்ச்சி பாவத்துடனும், தொனி மாற்றங்களுடனும், செய்கைகளுடனும் கூறினால் குழந்தையால் நல்ல ஈடுபாட்டுடன் கதை மும்முரமாக கேட்க முடியும்.
3. குழந்தைகள் பொருட்களுடனும், வினாயாட்டு பொம்மைகளுடனும், தனக்குத் தானேயும் பேசிக் கொண்டு தன்னேரத்தை செலவிடும். இது இயல்பே.
- வினாயாட்டின் போது சிறிது நேரம் தனித்து இருக்க விரும்புவர்.
4. டிவி பார்ப்பதனால் கேட்கும் திறன் குறைகிறது. ஆகையால் டிவி முன் அதிக நேரம் செலவிடும் குழந்தையால் நன்கு பேசி தொடர்பு கொள்ளும் திறன் பெற முடியாது.
5. குழந்தை குடும்பத்தினரை சுட்டிவிடும், மூத்தம் கொடுத்தும் அவரை வெளிப்படுத்தக் கூற்றாக கொள்ளும்.

கவனத்திற்கு

1. குழந்தைக்குச் சத்தான உணவு வழங்கப்பட வேண்டும்.
2. முழு வளர்ச்சிக்குத் தேவையான செயல்கள் பெற்றிட குழந்தையை குழந்தை நல மையத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும்.
3. இவ்வயதில் குழந்தை தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளைப் பார்ப்பதில் தகுந்த கண்காணிப்புத் தேவை.
4. இப்பருவத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள வளர்ச்சிப் படிகளில் தாமதமே / குறைபாடே இருப்பின் அவை கவனிக்கப்பட்டு தக்க நடவடிக்கை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION
(BMHD) Learning Through Play Calendar from Birth to Three Years
Highlight points

மெயலாங்கும் பருவம் - 2 1/2 - 3

தன்னைப் பற்றி உணர்தல்

1. குழந்தைகளின் உணர்ச்சிகள் அப்படியே வெளியில் தெரியும்.
2. அவர்கள் எளிதில் உணர்ச்சிப்படும் / கோபமும் கொள்வார்கள்.
3. தங்கள் உருவத்தை வரைந்து பார்ப்பார்கள்.
4. பல சிறிய விஷயங்களில்
 - பாதுகாப்புணர்வு இல்லாத போது
 - பெற்றோரின் சுவனத்தை கவருவது
 - சிறிய குழந்தை போல் பாவனை செய்வார்கள் (முக்கியமாக வீட்டில் இரு உடன் பிறந்த குழந்தை இருந்தால் இப்படியெல்லாம் இந்த வயதில் செய்வார்கள்.)
5. பெற்றோர்களுக்கு
 - அவர்கள் உணர்ச்சிகளை மதியங்கள்
 - அவர்களா சாந்தப்படுத்த திசை திருப்பங்கள்.
 - பொறுமையுடன் இருங்கள்.

5. குழந்தைகளுக்கு சாந்தமுள்ள, நிலையான ஒரே சீரான அன்பு காட்டும் பெற்றோர்கள் தேவை.

6. குழந்தைகள் தனியாக தூங்க ஆரம்பிக்கிறார்கள்.
 - அதாவது பெற்றோரிடமிருந்து தனித்து.

உடல் வளர்ச்சி

1. தன்னுடையவியில் குழந்தை செய்யும் செயல்களுக்கு சுதந்திரம் அளியுங்கள்.
2. குழந்தைகள் குதித்து விளையாடும் போது அந்த இடத்தை பாதுகாப்பாக வைக்கவும்.
3. சுய உதவி செயல்களை செய்திட உக்கமலிப்பதால் குழந்தையின் தன்னம்பிக்கை வளரும்.
4. பெருந்தசை வளர்ச்சி முதிர்ச்சியடைவதால் குழந்தை சுறுசுறுப்புடன் ஒடி ஆடி விளையாடும்.
5. தன்னுடையவியில் செய்யும் திறன்கள் பெறுவதினால் குழந்தைகளுக்கு தாம் திறமையானவராக தோன்றும்.
6. குழந்தைகள் இந்த பருவத்தில் சுறுசுறுப்பாக இருப்பார்கள்.
7. குழந்தை நேர்கோடாகும் குறுக்கு கோடுகளும் பார்த்து வரைவார்கள்.
8. பெரியவர்கள் போல் இப்பொழுது நடப்பார்கள்.
9. குழந்தை தன்னை சுற்றியுள்ள அனைத்து பொருள்களையும் பரிசோதிக்கும்.

குழந்தையால் முடிந்தது

- எளிய சங்கீத சுருவியை வாசிக்க முடியும்.
- பந்தை காலால் உதைப்பார்.
- சைக்கிள் ஓட்டுவார்

- பந்தையும், மட்டையையும், உபயோகிப்பர்.
- பந்தை தூக்கிப் போடுவர்
- மூன்று சக்கர வண்டியைப் திருப்பி ஓட்டுவர்.

உறவுமுறை

1. ஒரு பொருளை மற்றொரு பொருளாக பாவித்து நடத்த முடியும்.
 - அவர்களுக்கு பங்கேற்று நடப்பதில் விருப்பம் அதிகம்.
 - தங்கள் உறவுமுறைகளை சோதிக்க,பிறர் தங்களுக்குள் கொண்டுள்ள உறவுமுறைகளை தாங்கள் பார்த்தது போல் நடப்பார்கள்.
 - பெரியவர்களைப் போல் பாவித்து அவர்கள் செயல்களை பார்த்துச் செய்வார்கள்.
 - அவர்கள் பங்கேற்று நடக்கும் போது தங்கள் உணர்ச்சிகளையும், உணர்வுகளையும் நடத்துக் காட்டுவார்கள்
2. குழந்தை தானும் குடும்பத்தில் ஓர் அங்கத்தினர் என்று உணர்வர்
 - குடும்பத்திலுள்ள மற்றவரிடம் அக்கரை காட்டுவர்.
3. குழந்தை தங்களுடைய விசித்திரமான விருப்பு, வெறுப்புக்களுக்கு மற்றவர் பணிந்து தமக்கு விட்டுக் கொடுக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பர்.
 - ஒரே சீராக இதைக் கையாளுங்கள்.
 எப்பொழுதெல்லாம் இது குழந்தைக்கு நன்மை உண்டாக்குகிறதோ, அப்பொழுது விட்டுக் கொடுங்கள். மற்ற சமயங்களில் குழந்தையின் கவனத்தை திசை திருப்புங்கள்.
4. பகிர்ந்து கொள்வது இவ் வும் சுலபமாக இல்லாவிடாலும் பெரியவர்கள் இதற்கு ஊக்கம் அளிக்க வேண்டும்.
5. குழந்தைக்கு பட்டம் கட்டுதலை பெரியவர்கள் தவிர்க்க வேண்டும்.
 (உம்) - பிடிவாதக்குழந்தை ,கச்சப்படும் குழந்தை
6. குழந்தைக்கு இப்பொழுது புத்துணர்ச்சியுடனும், சுறுசுறுப்பாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் இருப்பர்.
 - அவர்களுக்கு ஊட்டச் சத்து தேவை.

புரிந்து கொள்ளுதல்.

1. எளிய பொருட்களிலிருந்தே அடிப்படைகளை கற்க குழந்தைகளுக்கு தேவையான குழலை அமைத்துக்கொடுங்கள்.
2. முன்பு பின்பு ஆகிய நேரம் காலம் சம்பந்தமான கருத்துக்கள் புரிய ஆரம்பிக்கின்றன.
3. படங்களிலும், சுற்றத்திலும், உள்ள சிறிய நெறு நாடுகளை குழந்தைளால் இப்பொழுது கண்டுபிடிக்க முடியும்.
4. விளையாட்டுகள் மூலமாகவும்,பாட்டுகள் மூலமாகவும் அவர்கள் இடது, வலது என்னும் கருத்துக்களை கற்பார்கள்.
5. தன் வயதை ஒத்த சிறுவருடன் தன்னை ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பார்கள்.
 - தன்னைவிட வயதில் சற்று பெரிய குழந்தைகளை விரும்பி அவர்களை பின் தொடர்வர்.

தொடர்பு கொள்ளுதல்

1. நாடகம் பங்கேற்று விளையாடுவது ஆகியவை மூலம் தன்னைவெளிப்படுத்துவர். குழந்தைகள் தன் உணர்ச்சிகளை நடப்பின் மூலம் வெளிப்படுத்தும்.
2. குழந்தை கேட்ட கதையையே திரும்ப திரும்ப கேட்க விரும்பும். கூறும்பொழுது முகவாங்களுடன் கூறினால் மிகவும் மகிழ்ச்சி அடையும்.
3. குழந்தைகள் விளையாடும்பொழுது தனக்குதானேயும் பொம்மைகளுடனும் பேசுவது இயல்பு.

4. பெரியவர்களின் பேச்சில் தானும் கலந்து கொள்ள விரும்புவர்.
5. குழந்தைகள் தினமும் புது வார்த்தைகள் கற்பர்
 - தாங்கள் கேட்டதை அப்படியே சொல்வர்.
6. அவர்களின் மொழித் திறன் பல மடங்கு விருத்தியாகியிருக்கும்.
 - அவர்களுக்கு 900 வார்த்தைகள் தெரிந்திருக்கும்.
7. சிக்கலான உத்தரவுகள் கூட அவர்களுக்கு இப்பொழுது புரியும்.
 - குழந்தைகளிடம் முன்பின் முரணாகவும், நேர்மாறாகவும், உள்ள உத்தரவுகள் பிறப்பிப்பதை தவிர்க்கவும்.
8. அந்த நிமிடத்தில் என்ன உணருகிறார்கள், பார்க்கிறார்கள், கேட்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றி தான் அவர்களுடன் பேச வேண்டும்.
 - கிடைக்கும் வாய்ப்புகளை பயன்படுத்தி குழந்தையின் அனுபவத்தைப் பற்றி அவர்களிடம் பேச வேண்டும்.
9. குழந்தைகள் அர்த்தமற்ற தாளத்துடன் கூடிய ஆனந்தமான பாட்டுக்களை விரும்புவர்.
10. குழந்தைகளுக்கு செய்து காட்டுவதில் விருப்பம் அதிகம்.
 - ஆனால் அப்படி செய்ய சுச்சப்படும் குழந்தையை வற்புறுத்தாதீர்கள்.
11. குழந்தைகள் தாங்கள் கேட்ட கதைகளையே திரும்பத்திரும்ப கேட்க விரும்புவார்கள். அவர்களால் ஒரு கதையை செய்கைகளுடனும் உணர்ச்சிகளுடனும் கூறமுடியும்.
12. குழந்தையை பாராட்டுங்கள். அது அவர்களின் தன்னம்பிக்கையை வளர்க்கும்.
13. குழந்தைகள் சதா ஏன் என்று கேட்டுக் கொண்டே இருப்பார்கள்.
14. குழந்தைகள் வினையாடும்போது தனக்கு தானே பேசிக்கொள்வார்கள். இது இயல்பே

குழந்தையின் தேவைகள் பூர்த்தியாகா விட்டால்

- தன்னம்பிக்கை இன்றி தன்னைப் பற்றி குறைவாக எண்ணுவர்.
- ஒட்டாமல் சோர்வுடன் காணப்படுவர்.
- நடத்தையில் பிரச்சனை இருக்கும்.
- புரிந்து கொள்ளும் திறன் இருக்காது.
- படிப்பதற்கு தேவையான அடிப்படைத் திறன் இருக்காது.

JOY OF PARENTING THEME SONG

தலை உயர்த்தும் காலத்திலே நம்
முகத்தை நினைவில் வைத்திருவார்
வண்ண வண்ண வடிவம் காட்டி
கூடி அணைத்துப் பிடித்திருவீர்

முகம் பார்க்கும் பருவத்திலே நம்
முகம் பார்த்துப் பேசிருவார்
கூடி விளையாடி அவர்கள்
உலகறிவைப் பெற்றிருவார்

உளும் தவமும் பொழுதினிலே
கண்கள் பொத்தி ஆடிருவார்
திரும்பத் திரும்ப ஒன்றைசெய்து
ஆராய்ந்து சுற்றிருவார்

எழுந்து நிற்கும் பருவத்திலே
பாதுகாப்பாய் இருந்திருவீர்
கை வீசி விளையாடி பேசி
கதை படித்து சொல்லிடுவீர்

ஆரம்ப நடையின் போது
சுற்றும் அறிய ஆவலுண்டு
கலந்துரையாடி நீங்கள்
புதிய முறையில் செயல்படுவீர்

நடை பயிலும் காலத்திலே
பயிற்சிகள் பல அவசியமே
வடிவம் காட்டி பாட்டுப் பாடி
அன்பை நீங்கள் பொழிந்திருவீர்

செய்கின்ற பருவத்திலே
சுறுசுறுப்பாய் இருந்திருவார்
புதுபுதிதாய் சுற்றறிய
சந்தர்ப்பம் அளித்திருவீர்

பரிசோதிக்கும் பருவத்திலே
பொருட்கள் பல தந்திருவீர் (அதை)
தாமசவே அறிந்துகொள்ளும்
வாய்ப்பினையே புகுத்திருவீர்

செயலாக்கும் பருவத்திலே
கேள்விகள் பல கேட்டிருவார்
சிந்தனைகள் விரிவடைய
பொருமைபுடன் தூண்டிடுவீர்

தாலாட்டு

ஆராரோ பாட்டுப் பாடி
 தாலாட்ட நானிருக்கேன்
 அன்பு காட்டும் அன்னை எனக்கு
 பொழுதெல்லாம் உன்னிடமே
 பாசம் காட்டும் தந்தையும் உன்
 பக்கத்தில் துணையிருக்க
 உள்ளமாற உறவாட
 உன் சுற்றாரும் உடனிருக்க
 ஒன்றே போது மென்று
 முழுமன துடன் ஏற்று உன்னை
 தொட்டு முகம்நீது உணர்வை
 பகிர்ந்திட இடமுண்டு
 இசை கேட்டு மகிழும்போது
 சுவைத்துணவு உண்டிடுவாய்
 நேசமுண்டு பாசமுண்டு
 கதைகள் சொல்ல ஆசையுண்டு
 படிப்பிற்கும் பண்பிற்கும்
 முதலிடம் நான் கொடுத்திருவேன்
 இதை நீ விளையாட்டுடன்
 சுற்று நன்கு வளர்ந்திடுவாய்
 கண்ணே

பிறப்பு- 2 மாதங்கள்

தலை உயர்த்தும் பருவம்

ஆனந்தம் ஆனந்தம் ஆனந்தமே - நம்
செல்வ மகள் பிறந்த நன்னாளே
தொட்டு அணைத்துப் பிடித்திருவேன் - நீ
தாய்ப்பால் உண்டு வளர்ந்திருவாய் -
மணிகள் தொங்கும் கண்ணெதிரே - கிண்
கிணிகள் ஒலிக்கும் உன்னருகே

கண்கொண்டாய் னனைகண்கொண்டாய் (உன்)
கண்ணோடு கண் காண கற்றுக்கொண்டாய்
சூரல் கேட்டால் தலையை திருப்பிடுவாய் (கையில்)
விரலைக் கொடுத்தால் பற்றிடுவாய்
பாசம் பொங்கும் நம்மிடையில்
நேசம் தோன்றும் தானாகவே

2-5 மாதங்கள்

உற்று நோக்கும் பருவம்

ஆடுவோம் சாய்ந்தாடுவோம்
கை காலை வீசி ஆட்டிடுவோம்
காண்போம் காண்போம்
கண்ணுக்கு இனியன காண்போம்
கேட்போம் கேட்போம்
செவிக்கு இனியன கேட்போம்
ஆடுவோம் பாடுவோம்
பொம்மையோடு விளையாடுவோம்
மகிழ்வோம் இணைந்து மகிழ்வோம்
முழலை பேசி நாம் மகிழ்வோம்
செல்வோம் செல்ல ராணி
சேர்ந்து காண்போம் இவ்வுலகை

**5-8 மாதங்கள்
தவமும் உட்காரும்பருவம்**

எட்டி எட்டி நீயே உன்
பட்டுக் கையால் பந்தெடுத்தாய்
கை தட்டித் தட்டி குழந்தாய் நீயும்
மழலை இன்பம் தந்தாயே
ஒளித்துப் பிடித்து ஆடி உன்னை
களிப்பில் நன்கு ஆழ்த்திடுவேன்
நீ தவழ்ந்து செல்லும் இடம் யாவும்
சுத்தமாக வைத்திடுவேன் (படு)
சுத்தமாக வைத்திடுவேன்
உன் விருப்பம் போல பொம்மை தந்து
கதை கூறி சாதம் ஊட்டிடுவேன்
திறும்பத் திறும்ப கூறி ஒன்றை
நினைவில் கொள்ள வைத்திடுவேன்
தனியே நீயும் தவமும் போது
டெயர் கூறி அழைத்திடுவேன்
வேற்று முகம் காணும்போது
அன்பில் உன்னை அழைத்திடுவேன்

**8-13 மாதங்கள்
எழுந்து நிற்கும் பருவம்.**

எழுந்து நின்று நகர்ந்திருவார்
விழுந்து அடிபட்டிருவார்
ஊக்கம் வேண்டும் பாராட்டுடன்
கண் பார்வை வேண்டும் எப்போதும்
ஒளித்து வைத்த பொருட்கள் யாவும்
களிப்பில் கணத்தில் கண்டிருவார்
தான் செய்யும் செயல்கள் யாவும்
பெற்றோரைப்போல இருக்குமே
பார்த்து செய்யும் பயிற்சிகளை
முயற்சி செய்து முடித்திருவார்
ஆய்ந்து கற்க முயலுகையில்
எந்தன் அண்மை அவர்க்கு திண்ணை

13-15 மாதங்கள் நடை பயிலும் பருவம்

நிலவைக் காட்டி பாட்டுப்பாடும் தாயே - உன்
நிழலைத் தேடி ஓடிவரும் சேயே
பந்தைப்போட்டு விளையாடும் தந்தை
எட்டுக் கூட்டி கதை சொல்லும் பாட்டியம்மா
மத்தி தத்தி நடந்துவரும் தங்கப்பாப்பா - உன்னை
பத்திரமாய் காத்திடணும் தங்கப்பாப்பா
தாறுமாறாய் போட்டிருவார்பொம்மையை
வேறுவேறாய் பிரித்துப்போட்டு சுற்று மகிழ்ந்திருவார்
பாப்பா மூக்கு எங்கே என்று கேட்டாலோ
நொடியில் மூக்கைப் பிடித்துக் காட்டி சிரித்துமகிழ்ந்திருவார்

15-18 மாதங்கள் நடக்கும் பருவம்

தோட்டம் நடுவே ஊஞ்சலாம் - நீ
கொட்டம் போட்டு ஆடலாம்
சொண்டாட்டம் தான் தண்ணீராட்டு
கொட்டியளப்பாய் ஆராய
கண்ணில் கண்ட சாகிதத்தில்
கிறுக்கி, கிழித்து, கசக்கிடுவீர்
சுவையான கதை கேட்டால்
சொக்கிடுவாய் நிமிடத்தில்
அச்சத்துண்டை வைத்து அடுக்கி
மச்சு வீட்டை சுட்டிடுவீர்
திரும்பத்திரும்பச்செய்து சுற்க
விரும்பிடுவீர் ஆவலுடன்

നവോത്ഥാനം പുനഃസൃഷ്ടിക്കൽ

ආයුර්ථ ක්‍රියා මාර්ගගතව

အတ္ထုပ္ပတ္တိနှင့် ကဏ္ဍကဏ္ဍကဏ္ဍ

မယ်ဦးစုဖယ်စုဖယ် လှယ်ဣမာဉ် ဖြစ်စေအံ့

மய்யலாபதி(ச) ஸாஸன ருநியு

ပယ်၍ ထွက်ပြေးသွား၍ တစ်ယောက်တည်း

১৯৯৯ খ্রিঃ '১৯৯৯ খ্রিঃ

വിജയ കിരീടം 'കിരീട' 'കിരീടം'

വി. മു. 19 നാളെ 'നാളെ' 'കലാ'

2-3 வகுப்புகள்

අනුග්‍රහයක් ලෙස ආර්ථිකයේ ස්ථාවරත්වය සහතික කළේය.

തൃപ്തനായ പ്രജാപതിയുടെ നിയമസംഗ്രഹം

അന്യർക്കുവേണ്ടി അർപ്പിക്കുന്ന നന്മയെയാണ്

നവം ൧൯൭൭

தாய்மொழி பெயர்ப்பு முறையின்படி

தமிழ் மூலம் மூலம் தந்தியைத் தந்தியா

തദ്ദേശസ്വയംഭരണ വകുപ്പിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ

தனுபாஷ்டபிசுரோ நாமயஸ்ய க்ரிதுபகஷு

പ്രാണപര്യന്ത്രം എഴുതുന്നതായാ

၇။ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ ငါးနှင့် ဆိပ်ကမ်းများ

1999-2000 ൽ കിറുപ്പു കിറുപ്പു കിറുപ്പു കിറുപ്പു കിറുപ്പു

മമ്മൂക്കുമാനാദ്ര നാദികുപ്പുഴ മാനാദ്ര ഡേജ ഡേജ

18-24 மா தங்கு

செயலாக்கும் பருவம் 2-3

உலகின் உறவுகள் பலவாகும்
 இவ்வுறவின் பலமே நலமாகும்
 பாதுகாப்பை விரைந்து அளிக்கும் தாய்
 வேடிக்கை காட்டிடும் தந்தை தான்
 நடிப்பை பார்த்து பூழிக்கும் பெரியோர்
 கைகோத்து விளையாடும் தோழன்மார்
 தானே செய்திடும் பருவம் இது
 பல கற்பனை பெருகிடும் நேரம் இது
 குழந்தை தன்னை உணர்ந்திடும் போது
 அவர் மதிப்பை உயர்த்திடுவீரே
 விளையாட்டே ஏற்ற பணியாகும்
 இப்பணியின் அடிப்படை கற்றலாகும்
 குழந்தைப் பருவம் தற்போது
 அதைப் பேணி வளர்ப்பீர் இப்போது.*

செய்ய வேண்டாம்

குழந்தையை கொஞ்சாமல் இருக்கவேண்டாம்
 சீம் பாலை ஒரு போதும் நீங்கள் ஒதுக்க வேண்டாம்
 கண் காதில் எண்ணை ஊற்றி ஊத வேண்டாம்
 அதி சப்தமுள்ள இடம் கொண்டு செல்ல வேண்டாம்
 குழந்தையின் கன்னத்தை கிள்ள வேண்டாம்
 ஆபத்தான இடங்கள் செல்ல விட வேண்டாம்
 ஆபத்துள்ள பொருட்களையே கொடுக்க வேண்டாம்
 தவழ்ந்து குழந்தை செல்லுகையில் தூக்க வேண்டாம்
 முடியாமல் அழும்போது அடிக்கவேண்டாம்
 தத்தி தத்தி நடக்கும்போது கட்ட வேண்டாம்
 தோழருடன் ஆடும்போது தடுக்க வேண்டாம்
 குழந்தை தானாக உண்ணும்போது ஊட்ட வேண்டாம்
 வீண் ஆசை காட்டி ஏமாற்றி கலக்க வேண்டாம்
 ஒருபோதும் பொய் பேசி மனதை கெடுக்க வேண்டாம்
 வாயில் முத்தம் குழந்தைக்கு கொடுக்கவேண்டாம்
 ஒற்றைக் கையால் குழந்தையை தூக்க வேண்டாம்
 மிகையான சுண்டிப்பு காட்ட வேண்டாம்
 தண்டனை தான் வழியென்று எண்ண வேண்டாம்

PREPARING FOR PARENTHOOD

மணவாழ்வில் நுழையப் போகும் நல்ல பெண்ணே
மணம் கழி வாழ்ந்து நீ சாட்டிடு கண்ணே

ருபெல்லா ஊசி போடு மணத்துக்கு முன்னே
கேட்டு தடுப்பூசி போடு கர்பத்துக்குப் பின்னே

புருஷன் மனைவி ஒரு மனதா இருந்திடவேணும்
விருப்பத்தோட குழந்தை பெற தயாராகணும் நீங்க (2)

தாய்மைக்கு உகந்த வயது இருபத்தி ஒண்ணு (அது)
வாய்ப்பிடும் நேரத்தை எதிர்போக்கணும்

ஊட்டமிகு உணவுண்டு நலனைக் காத்திடுவாய்
வாட்ட மில்லா மனதோடு கர்ப்பம் தரித்திடு

பெண்ணே உன் கணவனின் ஒத்துழைப்பு தேவை
கண்ணே உன் பிரசவத்துக்கு கருத்தாய் சேமிப்பாய்

பெண்ணாயினும், ஆணாயினும் பேதமில்லாத நல்
எண்ணமுடன் ஆவலாய் வரவேற்பாய் குழந்தையை

CELEBRATING PREGNANCY

ஆஹா ஆஹா ஆனந்தம் பெண்
கருவுற்ற சேதி வந்திருக்கு,

பெண்ணைக் அழைத்துக் கொள்ளுவோம்
கொண்டாட்டங்கள் செய்திடுவோம்(2)

வளைசாப்பை நாங்கள், போட்டிடுவோம்
கலகலப்பை அங்கு கூட்டிடுவோம்

பெண்ணின் பணிகளிலே பங்கு ஏற்றிடுவோம்(2)
கண்ணுக்குள் வைத்துக் ஓய்வளிப்போம்

பெண்ணைப் பூப்போல் காத்திடுவோம்
எண்ணம் போல் யாவும் செய்திடுவோம்

பெண்ணின் நலமே கருவின் நலமாம்
மனம் புன்படாமல் காத்திடுவோம்

பாட்டும், தாளும் ஒலித்திடுமே (அதை)
கேட்டே கருவும் பபன் பெருமே

குடும்பத்தில் அனைவரும் ஒரு மனதாய்
குழந்தையின் வரவை எதிர் பார்ப்போம்.

HEALTH CARE DURING PREGNANCY

சுத்தத்தில் சுகத்தை அனுபவிப்பாய்
அசுத்தத்தில் உடலைக் கெடுத்துக் கொள்வாய்

மருத்துவ மனையை முடிவு சொல்வாய்
சூழ்வுற்ற நானை பதிவு செய்வாய்

ரத்த சோதனை செய்திருவாய்
மத்த சோதனைகள் தொடர்ந்து செய்வாய்

நோய் நொடி வராமல் காத்திருவாய்
கண்ட மாதிரையை தவிர்த்திருவாய்

எடையை தவிராது தெருத்திருவாய் (அது)
சூடியிருப்பதை கவனிப்பாய்

புகையையும், போதையையும் விரட்டிடுவாய்
உன் சுத்தத்தை கடைபிடிப்பாய்

NUTRITIONAL NEEDS OF A PREGNANT WOMEN

சுர்பிணிக்கு சத்துணவு கொடுத்திடம்மா
உணவின் அளவை கூட்டிடம்மா

பச்சைக் கறிகாய் அவசியம் கொடம்மா
சுர்பிணிப் பெண்ணுக்கு தினமும் கொடு

கீரையை வேக வைத்துக் கொடம்மா
சோகையை வேகமாய்ப் போத்திவிடு

பருப்பும் வெல்லமும் உணவில் கொடுத்திரு
காப்பியும் டீயும் ஒதுக்கி விடு

இரும்பு கலவையில் சமைத்துக் கொடு
இரும்புச் சத்தைப் பெருக்கி விடு

அயோடைஸ்ட் உப்பை உபயோகித்து
குறையுள்ள குழந்தையை தவிர்த்து விடம்மா

பாலும் பழமும் முடிந்தால் கொடுத்திரு
கருவின் வளர்ச்சியை உயர்த்திடு

WELCOMING THE BABY

வீட்டில் குழந்தை பிறந்தாச்சு
 வீட்டுக்கு வீடு சொல்லியாச்சு
 குழந்தையின் அழகுரல் கேட்டாச்சு
 முதலில் சீம்பால் கொடுத்தாச்சு (H)

எதிர்ப்பு சக்தியை அளித்தாச்சு
 தாய்ப்பால் அறிமுகம் செய்தாச்சு
 மருத்துவ சோதனை முடிந்தாச்சு
 குழந்தையை சுத்தம் செய்தாச்சு (H)

எடையை உடனே எடுத்தாச்சு
 குழந்தையை டிதிவு செய்தாச்சு
 குழந்தையை துனியால் சுத்தியாச்சு
 தாயின் கையில் கொடுத்தாச்சு (H)

மார்போடு செல்வத்தை அனைத்தாச்சு
 பாதுகாப்பு குழந்தைக்கு கிடைத்தாச்சு
 ஆறுதல் கண்மணிக்கு வந்தாச்சு
 பெயரும் குழந்தைக்கு வச்சாச்சு (I)

குழந்தையை தொட்டியில் இட்டாச்சு
 எல்லோரும் குடும்பத்தில் வந்தாச்சு
 பாசப் பிணைப்பும் கிடைத்தாச்சு
 பரவசம் அனைவரும் அடைந்தாச்சு (2) (H)

THE NETWORK FOR INFORMATION ON PARENTING –
IN RETROSPECT



A process documentation of its origin, evolution, activities and views
and perspectives of its members

December 2004
Chennai

Ms.Rama Naryanan – For NIP

Introduction

Networking is increasingly recognized as a means of consolidating the efforts of like minded individuals and organizations towards taking forward the development agenda collectively, through pooling and sharing of resources. However the evolution of a network's activities and the processes of networking are unique to each network. They are dynamic, undergoing changes continuously. The vibrancy of a network is manifest in the energy and mind power of its members and each network will have its own story to tell. It is five years since NIP (Network for Information on Parenting) was launched and it was felt necessary at this juncture to review and reflect on the path traveled and the experiences gained. Extensive documentation of the individual meetings and views and decisions of members, carried out by the convenor's office is already available. A study of the same as well as individual interviews with members on their perceptions and observations helped to sketch and analyse the past and the present and to make some projections of the future of the network.

The Evolution

NIP's origin can be traced to the adaptation and development of a Parent Education Tool (Birth – 3 years), a Flip Chart, by the Bala Mandir Research Foundation (BMRF) with support from the UNICEF. This was a redesigned and indigenous version of the Learning Through Play Calender (LTPC) developed by the Hincks Dellcrest Children's Centre, a Canadian Institution. BMRF had organized a peer review of the Flip Chart on 2nd March 1999. In this meeting, which consisted of participants from NGO's, Educational & Research Institutions and Government Departments as well as child development professionals, the issue of parenting in the current Indian socio-economic scenario was discussed. The need for a network on Parenting emerged. As Dr. Jayam puts it, 'Initially, myself Dr. Anandalakshmy and other professionals, we had come together to critique the tool developed by Balamandir. At that time there was no thought of a network. Then in a subsequent workshop we did a mind mapping exercise and that crystallized our thinking about the network'.

This first group of discussants disagreed with the popular argument that parenting was a natural process for all human beings, especially women and that raising children would not be a problem since everyone has experienced childhood. They felt that the task and skill of parenting today in times of socio-economic and cultural change is different from its past moorings and more complex. Family and community life structures were changing rapidly into new arrangements both in rural and urban areas and the parenting role, being increasingly delegated, needed to be redefined in many cases. If these observations concern parenting, Dr. Laxmi Rahmathulla looks at it from the child's perspective 'With the social changes that are taking place children are receiving a lot of visual and verbal messages which they are unable to place in the context of their household and society in which they live. Parents also find it difficult to cope with the changed behaviour and attitudes in children'.

There was a felt need for a competent body to address aspects of care and development and rights of children below 6 years, with special focus on children below 3 years, particularly because

- There are very few institutions and programmes that focus on children below three years
- The significance of the dimensions of Parenting in ECCD has not had the necessary emphasis and a new initiative to address it in an organized way was needed
- There is a need to converge, consolidate and strengthen existing efforts and expertise in ECCD, to promote the best interests of the child.
- A platform to facilitate exchange of ideas and experiences, discussions and debate on issues regarding child development would be widely welcomed.

Subsequent to this meeting, a draft TOR (terms of reference) was prepared jointly by Hema Srinivas of the Bala Mandir Research Foundation and the Child Development Consultant, Ms. Padma Srinath and circulated to all those who attended the meeting. The draft touched upon the objectives of the network, the approach to be adopted, list of activities and operational framework. Following this, two meetings were convened, one on 11th May 1999 and another on 8th June to fine-tune the terms of reference and launch the network. The suggestions and corrections given by members were adopted and a tentative blueprint for the network emerged, which is given as under:

1. The approach was changed from one of parent education to parent information.
2. The objectives were
 - a) To advocate, as a proactive body, respect and dignity for the rights of children as per the Constitution of India and the UN Convention on the Rights of the Child.
 - b) To propagate culture-specific and holistic child rearing practices that should also include pre-pregnancy, pregnancy and early stimulation phases and disseminate changes in practice emanating from the latest research world wide, in the area of parenting information.

- c) To create awareness on impact of negative parenting practices and inculcate positive attitudinal changes in parenting role; generate messages on effective child rearing practices through all communication channels for different categories of parents and for all those who interact with children below 3 years.
- d) To network and develop multisectoral linkages with Government, NGO sectors and other intersectoral groups (eg. Nutrition network, urban task force etc), to consolidate and strengthen existing efforts and develop common strategies within the broader framework, for improvement of child development practices for children below 3 years.
- e) To advocate and form a common lobby for policy issues on the care and development of children below 3 years and advocate for formulation of policy on ECCD.

To monitor and evaluate the implementation of activities within the network.

3. The tentative set of activities proposed were

- a) To provide expertise and facilitate information exchange in the area of child development, with special reference to children below five years.
- b) To act as a resource group in policy dialogue.
- c) To undertake action research through participatory methods on parenting practices for children below 5 years for planning, designing and developing culturally- appropriate communication strategy.
- d) To identify and utilize appropriate common channels and coordinate activities for information dissemination
- e) To contribute to the definition of norms for standardization of modules/training programmes and create knowledge and skills on holistic development, for children below 3 years.
- f) To make an inventory of available expertise – individual and institutional, within and outside the state for sharing of experiences and consolidating available resources on parenting information.
- g) To bring out newsletter and messages in Tamil on parenting practices .
- h) To update network members on latest research worldwide in the area of early childhood care for survival, growth and development.

4. The operational framework was set out as follows

- a) Finalization and formation of sub- groups with members of each sub-group identified.
- b) Formation of core group (with those who can actively participate) in order to oversee network activities, provide leadership and guidance in planning and implementing activities for achievement of network objectives and co-opt members.
- c) Identification of secretariat – on rotation basis. The first secretariat proposed was Bala Mandir which would be responsible for convening meetings of the network and sub-groups, assigning functions and responsibilities and taking care of logistics.
- d) The Secretariat would function in close coordination with UNICEF, which in principle, had agreed to initially fund the network. The funding would be for specific activities, subject to approval within the UNICEF framework of cooperation in Tamil Nadu.
- e) Other donor organizations would be incorporated as members of network. Membership was open to Government representatives and NGOs, professionals and experts working in the area of early childhood care and development in Tamil Nadu.
- f) Plan of Action and specific tasks up to December 1999 was to be finalized.
- g) At first, advocacy messages were decided to be prepared and potential 'change agents' were identified. These were school PTAs, Paediatricians and Gynaecologists in private practice and their national level associations, maternity and childcare hospitals, counselling centres, outreach through Rotary and Lions club and privately run day care centers. Government programmes such as ICDS including anganwadis and balwadis, health functionaries and primary school teachers were also included in the list.
- h) The development of varied communication modules to reach out to various groups was proposed. These were parent awareness modules, information booklets and media messages.

On 16th July, a third meeting, attended by 46 members was held in which the terms of reference was adopted with respect to objectives, operational framework, secretariat, financial support and membership. The network, titled Parent Information Network (PIN) was formally launched after this meeting.

The Network

All activities that led to the gradual evolution of the network can be described under two headings, namely **work** and **working together**. The former refers to the activities that the members proposed to carry out, in order to fulfil the objectives that they had set forth and the latter to how they did it. The two are closely linked to each other, since one was dependent on the other. The first step was the identification of areas and constitution of sub-groups for carrying out specific functions as per the objectives and terms of reference. It was also proposed that one of the institutional members of the network would act as the nodal agency responsible for the overall management of the network. The sub-groups proposed were communication and networking with Maya Gaitonde of Bala Mandir as the convenor, Early Intervention with Dr. Jayam as convenor, Training with Ms. Jaya Krishnaswamy as convenor and Research with Dr. Yashoda Shanmugasundaram, as convenor. Bala Mandir was chosen as the secretariat, with UNICEF ready to provide financial support initially, to launch the network. The secretariat was to work in close collaboration with the UNICEF.

From sub-group to core group

All the sub-groups met at least twice to finalise their activities. The training group proposed that the first step was to identify areas where training was needed, target groups to whom training needed to be given, analysis of existing modules, their modification, adaptation and enrichment whenever necessary and preparation of new ones whenever needed. The activities were to be carried out in two phases.

The first one was to identify a working group and assign responsibilities to its coordinator and members on the selection of topics, extent and details, keeping in mind the level and need of the target group, monitoring pace and quality of work, budgeting and editing the materials.

The second phase was dissemination of information, getting a feedback from the beneficiaries, evaluation, documentation and future plans for continuous flow of information and networking with the beneficiaries. In a subsequent meeting, the members discussed the research and training activities in their own organizations and the target groups reached. Members pointed out that in all the modules the emphasis was more on nutrition than on psycho-social development. Further with increased awareness on maternal care and preparation for family life for young adolescents, the scope of the modules should be on intervention, from pregnancy

and birth to six years with 0-3 years as the thrust area. There was practically no focus on disability, its early detection and referral. A study group consisting of three members, Ms. Prema Daniel, Ms. Usha Raghavan and Ms. Kanmani was proposed to look into these issues and this group along with whoever was available was to work consecutively for 2-3 days to complete the task.

The early intervention group also touched upon the fact that health and nutrition were the thrust areas with regard to 0-3 and there was no focus on holistic development. Information was disseminated mostly in the urban population and even this was not well covered. Orphanages and institutions for destitutes were not covered. Parenting information should ideally cover all aspects of early intervention and child development. Parents usually do not think of early intervention in normal children and so the focus should be on intervention below three years in normal children also. This group further expanded the scope of parenting. Under health, the focus on healthcare should be also for adolescent girls who are the future mothers, pregnant mothers and both prenatal and postnatal counselling. Under nutrition the focus was on pregnant and lactating mothers, infancy and early childhood (0-6). The emphasis in the developmental domain should be on the sense of self. The group also decided to collect and analyze existing information and the approach adopted was similar - formation of a small working group to evolve a standard programme in infant and early childhood intervention. A workshop on early intervention was planned and members decided to meet with all available material.

The research and training group also stressed on looking at the available documents and existing studies related to this area. A bibliography of research in this area needed to be updated. Experimental and operational research on parenting and ECCD needed to be carried out, evaluation studies needed to be conducted and methods identified for transfer of this knowledge. Since the focus was on parenting, the research should not only focus on parents but also on caregivers. The findings had to be put down as messages. The group also identified some members for collecting materials in respective areas. Ms. Jaya Krishnaswamy was in charge of identifying research work on disabled children, Dr. Jayam on prenatal, perinatal, postnatal and other studies on child health, Ms. Nalini Rao on psycho social studies and Ms. Shamsiath on child rearing and child health. All the documents were proposed to be sent to the secretariat and information to be fed to the secretariat every three months.

The sub-group on Network and Communication identified its objectives as collecting and documenting information on ECCD, classification of such material, to provide information to members of the network and to undertake advocacy. The group felt that a need assessment survey of the community and parents was necessary before launching any work. Change agents with whom parenting and networking linkages could be established had to be identified. Contact with media, workshops, ICDS programme functionaries, events, forums and conferences related to the topic had to be utilized thoroughly. This group took the responsibility of communicating decisions taken by various sub-groups to the larger network members. Members of this group proposed that the name of the network be changed from PIN to NIP (Network for Information on Parenting). They also discussed the feedback from other sub-groups and decided that in the future meetings, other sub-group members would be invited to participate in the process of taking the agenda forward.

It was decided that convenors of each sub-group would give separate project proposals by October 1999 to the Secretariat. While initially the members met as separate sub-groups, the individual groups gradually shrank into one core group of about seven or eight members who met regularly to carry forward the network agenda. According to **Saulina Arnold** 'Sub- groups were made theoretically for a purpose. Later it was felt they were not needed or NIP was not ready for these sub-groups. One core group to guide was enough in the initial stage. May be later it could be revived.'

Dr. Anandalakshmy and Dr. Indu Balagopal point out several reasons. ' While people initially met in smaller groups to discuss specific issues, it gradually became only one or two attending in each group. Further it was like being at a conference. Everybody wanted to be in all the groups and they did not want to miss out. Moreover research cannot be done easily. It is not a simple thing. You need inputs from others. Formally allotting roles also did not work. It all emerged naturally. Peoples' strengths were used by trial and error.

There is yet another perception. **Jaya Krishnaswamy** says 'Nobody had time. The objectives were also not very clear. Who is going to sanction, is there finance ? were some questions raised. It died a natural death. I think it is resurfacing. After a period of working I think the members are able to redefine their roles.'

Rama Narayanan perceives thus. 'All the groups arrived at the same approach to working, namely, collection and analysis of materials. Further those who could give time continued to come and since the size became small it probably became one group doing both jobs of designing the work and executing it. Further in the networking group, unlike other groups, the very nature of the group decreed that decisions about the network be taken. However nothing could be decided since it had to be put to other groups. Again everybody had to come together to finalise. I think it gradually became one'.

In the general network meeting members were invited to join the core group. Anyone willing to spare a day or two in a week and who could do so at a few days' notice was requested to join the core group. Maya Gaitonde says 'Anything discussed in the core group got ratified in the meetings.' While the popular term of core group is still used by members Dr. Anandalakshmy says, 'It is not a core group. It is a working group'.

Membership and role of members

In the initial stages the concept of network, its role and the process of networking were continuously discussed in all the meetings and this also had a bearing on opinions regarding the nature and type of membership. Dr. Abel circulated a concept paper on networking. Membership was open to representatives of Government and non- Government organizations, professionals and experts working in the area of early childhood care and development in Tamil Nadu. From the list of people who were invited to critique the Flip Chart developed by Bala Mandir as the starting point, letters of invitation were sent to more and more individuals and organizations. Members were also given a membership form to outline their profile and to suggest other persons for NIP. There was no rigidity about attendance, though members were requested to keep in touch through letters or e- mail. No membership fee was charged and this continues till today.

While a majority of the members were Chennai-based, there were also about five outstation members. They belonged to Vellore, Kumbakonam, Coimbatore, Madurai and Tiruvannamalai. All the outstation members were unanimous that they would participate as and when they could. Dr. Abel of RUHSA managed to join in several activities. Dr. Abel says 'I was there right from the beginning. Initially NIP bore my fare. Now I am able to meet my own expenses. NIP is Chennai- based. Being in a rural area we do not have much opportunity to attend programmes. Urban programmes are more visible'.

Dr. N. Jaya agrees that while the parent NIP can be in Chennai, there should be partners in the districts 'because this would lead to a widening of the network'.

How did members perceive their roles and what did they perceive as their contribution to further the cause of the network? There is no doubt that the onus of networking fell on the shoulders of the convenor and the secretariat. The convenor offered the institutional support such as venue for the meeting and local hospitality.

Ms. Jaya Krishnaswamy, an active member of the core group, says 'I am not able to spell out. Physically my contribution is zero. Because of my involvement with the project I have been working on a guide book which a lay person can use with regard to parenting of disabled children. I have been expressing whatever I have been feeling and have participated towards fulfilling the role of parenting.

Dr. Anandalakshmy and Dr. Indu Balagopal say 'We were there from the beginning. It was a nice group of people. We all joined and thought we could do something for the children of the country. We all got to know each other and thought it was a good idea.

According to Dr. Jayam 'We gave, we learnt and we gave. We decided on the life cycle approach. Welcoming the baby was my theme and the other issues touched were parenting readiness, safe motherhood and nurturing.'

Vidya Shankar says thus 'I have participated in all the meetings. I have been one of the beneficiaries. I have always been offering support as far as parenting issues on adoption are concerned'.

Saulina Arnold says 'Took the messages of NIP to many NGOs, spent time and took effort to build the network.'

Shoba Menon puts her contribution in the development of materials 'as one of editing, refining and polishing the materials produced by NIP' and her support has been periodic and regular.

Usha Ramakrishnan found her niche at once. 'I said, one thing I can help is with training. The tool had been done. This is about reaching the people. We had funding for various workshops. You are meeting people who are going to make a difference in the lives of children. I am not an activist. I just blended into the network and got involved.

Ms. Saraswathy Narayanaswamy says 'We have given NIP some inputs with regard to the hearing impaired'.

While it was possible for professionals from the areas of health, nutrition and child development to identify their roles in the network, those from other disciplines took some time to carve their niches. Mr. Jeygopal of Poorna Yogam says 'It is three years since I joined NIP. In the first year I did not understand. In the second year I had changed my perspective. It is enough if I create information literature and make it available for NIP; it is not necessary I need to have contact with every organization and do a course with them'. I can put up a poster in all ICDS centers. Let me consolidate and give it to NIP'.

Lakshmi Gopal says 'I am a representative of BMRF. I was involved in developing the Flip Chart from the beginning. Since I had taken up with spreading of parenting messages I focused more on getting information on the subject and ways on reaching the caregivers and field workers. I was not involved with the finance or administrative details of NIP.'

Activities

The activities undertaken by the members could be broadly divided into three categories

- a) Those that took the messages to the people
- b) Those that helped the network to grow or strengthened the network
- c) Those that spread the concept of networking and helped the growth of other networks

Taking messages to people

The primary task of members was to finalize the messages that needed to be disseminated. To achieve this, a common consensus had to be arrived at. While all the members were experts in their chosen fields, differences in perspectives had to be thrashed out openly in network core group meetings. For example, on the issue of breastfeeding while members agreed that breastmilk was the best, it was also important to focus on alternate feeding methods whenever breastfeeding was not possible.

The messages that the members considered to be an integral part of parenting practices could be grouped under seven main headings considered to be **critical minimum components**

- 1) Parental readiness
- 2) Planning for parenthood
- 3) Preparation for safe motherhood
- 4) Welcoming the baby
- 5) Precious first year
- 6) Active Toddler (1-3 years)
- 7) Multi- sectoral convergence of strategies

The above components were developed as a matrix. The first consisted of parental responsibilities, the second rights of the child including legislation and the third CRC.

The need for a comprehensive tool covering all aspects was felt, for taking the messages forward. The original idea of the members was to evaluate the existing materials and see if they could be used. However this idea had to be dropped. As **Jaya Krishnaswamy** puts it 'There was hardly any material available. Some came to us but were not useful. Actually we did not have any library of material available. Very little is available in this area and so this activity got shelved.

Dr. Indu Balagopal is of the opinion 'Materials are there, but there is no focus on the young child and the child under three is largely neglected. There were also a lot of clichés and confusion in the messages'.

The members then had to fall back on the tools developed by Bala Mandir namely, the Learning Through Play Calendar (LTPC) and its modified version, the Flip Chart. Even these were found unsatisfactory with regard to the spirit and content of the messages and further refining was considered necessary. **Maya Gaitonde** asserts that NIP had never accepted LTPC as a tool. When asked why, several perspectives emerged. **Jaya Krishnaswamy**, 'I was not taken by the calendar. Photographs were of upper class families. The location and situation also corresponded to a Westernised family. It seemed irrelevant in the context of our own work. People using the calendar swear by it. I still feel the calendar is for the elite. It is highly individualistic. Perhaps I was biased. I should look at it now.

Lakshmi Gopal brings in a different dimension 'Whenever we took it to the rural areas, we felt it had to be changed. Suddenly there is a kind of gap in the information. From six years to fifteen years, there was no material. Further, in the calendar we do not have anything about pregnancy. You have to start from there'.

Dr. Anandalakshmy says ' The calendar was originally designed in Africa. Then in Canada a lot of experts sat together and modified it. In Canada there were many Sri Lankan refugees and they had a Sri Lankan Tamil version. The calendar was meant for one social worker to deal with a parent; each mother would be given a calendar. First thing we said is that, one- to- one is not possible in this country, with our large numbers. We need to have something for group interaction. We made it a Flip Chart, indigenized the drawings and added a lot of information.'

Says Jaya Krishnaswamy ' They were all talking about normally developed children. I took interest because somewhere we had to introduce the disability component. Maya then gave it to me to find out whether the picture had information on disability. I brought out the messages.'

Dr. Indu Balagopal says' The Flip Chart is complete with information on nutrition, habits, messages and sanitation, hygiene and handling superstition. We put information as a link'.

Jaya Krishnaswamy 'The Flip Chart is for the family. It can be used for psychosocial messages either in the urban or rural situation.

The field-tested and modified Flip Chart then got ratified in the NIP meeting. The next phase consisted of formulation of parenting messages and discussion on methods of dissemination. This resulted in the evolution of several print materials through the effort and involvement of several NIP members, which were subsequently produced by UNICEF. Some of these were

Challenges of parenting

ECC for survival, growth and development

Recognition and fulfilling Rights of the Young Child

Early Childhood Development Framework

UNICEF material on 1-4 years was reviewed, edited and translated into Tamil by NIP

With regard to dissemination of messages, each organization integrated the parenting messages into their own agenda and work. Bala Mandir used the message from the Calendar with success in the Balsevika Training Programme of Indian Council of Child Welfare, Teacher Training Programme in Childrens' Garden School and in the In-service Training Programme of SCS Kothari Academy.

Ms. Saraswathy Narayanaswamy says 'I found the Flip Chart very useful. Whatever is found there is talked about 100% in the parents' meetings. In fact we had a national workshop and I asked the convenor whether we can use the Flip Chart. However it seems we have to ask UNICEF.' Practically all members agreed that they had used the messages in the Flip Chart in their own work. The messages were also taken to other audiences such as ICDS workers, by integrating the parenting component in their ongoing training programmes.

If the years 1999 to 2000 saw the evolution of NIP and the integration of the messages that were developed, into the activities of its own members, another strategy used by members was to evolve project proposals, secure funding and implement the same in various districts (both rural and urban) addressing different target groups. This project, which had a broad theme of 'Nutrition and Parenting' was implemented in 2001- 2002 and supported by UNICEF. The project was not envisaged as research for making recommendations, but evolved in a campaign mode with actual participation of stakeholders. The project was implemented by four members, namely Dr. Jayam through the Sahishnatha Vijaya Institute of Child Health, Ms. Jaya Krishnaswamy of Madhuram Narayanan Centre and Ms. Saulina Arnold of Tamil Nadu Voluntary Health Association (TNVHA) through the network of their NGO's and Dr Abel Rajaratnam through RUIISA..

The Sahishnatha Trust chose Dharmapuri district for intervention because of its socio-economic profile and high infant and female mortality rates. The interventions planned were multifaceted and the basic thrust was in bringing about an attitudinal change among the medical professionals regarding parenting practices. This was done by conducting workshops and training programmes at four levels, namely resource persons, facilitators for preparation of basic materials on parenting aspects. The second level was doctors, the third level included nurses in the Government sector and the fourth, the VHNs and ANMs.

The major finding was that doctors found the psychosocial development in childcare a relatively new concept and understood and appreciated the holistic treatment of a patient. With regard to nurses, though they worked in close proximity with the population their knowledge had not been upgraded, until this specific training. With regard to ANMs and VIIN, they gained new exposure on management of new-born children. At all levels medical professionals were able to relate positively and internalize some of the inputs for practice in their daily routine.

The MNC project was an activity-oriented intervention in both rural and urban areas. The objective was to collect information on current and traditional nutrition and childcare practices, the support systems available and prepare best practices guide for behaviour change in nutrition and childcare. The urban site was in Chennai and the rural area was Thirupullani of Ramnad district. Technical staff such as special educators, therapists, medical professionals and caretakers as well as parents and elders in families were trained. In addition an extended population of children, teachers, Govt officials, religious and community leaders were included, due to the awareness created by the programme and the interest shown by the participants. The findings pointed to the inability of mothers to devote time in food preparation (except for one meal) due to household chores, lack of variety in diet due to poverty, priority to the food preferences of the males, ignorance about nutrition and absence of materials that could provide stimulation to children. The messages disseminated by MNC were on easily prepared nutritious and tasty meals, optimal use of time and material resources, availability of government services, nurturing the psychosocial dimension of parenting and maintaining personal hygiene and environmental cleanliness.

The RUHSA project was implemented in K.V. Kuppam Block of Vellore District. The main objectives were to identify the current nutritional status and practices, design a curriculum to educate mothers, train women self-help group members as educators on parenting in the community, to evaluate changes in nutritional behaviour and to disseminate experiences to a wider audience. The psychosocial aspects such as parent-child interaction were also analysed. The methodology used included lectures, group discussions, role-play, flash cards and demonstrations. Capacity building was done at several levels such as with animators and SHG leaders. The leaders trained the SHG group members with support from RUHSA staff.

Through this project the community had the opportunity for the first time, to share their talents around a theme. The people enjoyed the messages with active participation by men. With regard to the effectiveness of methods used, one-day campaigns, use of flash cards and street theatre proved very effective. There were some notable changes in parenting behaviour such as increased role of husbands, a drop in female infanticide, children not being beaten, purchase of toys for children and better nutritional practices with supplementary feeding on time.

TNVHA project was a campaign to promote awareness and action on nutritional status of rural child, below three years in Tamil Nadu through IEC activities. The specific objectives were capacity building of NGOs and community leaders in parental practices for ECCD, awareness generation for prevention of low birth weight, campaign for change in food habits using locally available ingredients, motivate mothers for using Government services and to document all information for future use. The strategy used was identification, training and capacity building of field NGOs to carry out the campaign and building linkages with self help groups and PHCs.

The intervention raised several doubts and queries by both the field staff and the caregivers with regard to breastfeeding, first feed, weight monitoring, feeding, bathing and normalcy versus disability. The findings revealed the need to improve the IEC materials and improved knowledge among the NGO staff and women leaders. To the question, as to what the experiences of the NIP members had been

Dr. Jayam says 'It was a holistic project. I took it to one district, PHC doctors and NGOs. It helped the personnel to see it from a total perspective.'

Ms. Jaya Krishnaswamy feels 'We zeroed in on messages from the point of view of prevention and early detection. I thought I would take it to the field, but a big transformation came to me when thirty people from Ramnad came here. They were all from underprivileged sections. They immediately identified their needs, they had tremendous will, took advice and organized everything. I began to respect them with awe. They can teach childcare practices to the whole world.'

Dr. Abel recounts 'I personally feel that you should not confront culture and change culture. At community level we clashed with culture. They refused to accept some messages. My staff didn't accept their views'.

Ms. Saulina Arnold shares her experiences thus 'Though NGOs had implemented many projects before they had not actually monitored any of the activities. This time they did so. It was a rare opportunity to learn not only about the parental practices but also the impact of health education in the community. It was a very valuable experience for NGOs. Many NGOs were able to be involved in that.

Strengthening the network

The main task of nurturing the network, holding it together and helping it evolve fell largely on the shoulders of the convenor with support from a few other members. While the members extended technical support, the administrative burden was borne by the convenor. The three things that have played an important role for the network to emerge successful are the manner in which the network functioned, the interpersonal relationship amongst the members and the commitment that they gave. The network functioned loosely without any formal structure. The initial approach of dividing and overseeing work, gave way to one of taking on responsibilities voluntarily and sharing. The idea was not to control but to help the secretariat in all the tasks. There was a lot of flexibility and transparency and membership was open. In every meeting the what, why and how of the network and the direction in which it was heading was discussed, to the extent that it sometimes appeared repetitive. In addition to technical materials produced for dissemination of messages, information about the network itself was developed. These were summarized in four fact sheets. These exercises helped the members to identify priorities, evolve a philosophy for the network as a whole (such as the identification of 'non-negotiables' with regard to messages) and decide on the course of action.

With regard to interpersonal relationship, members spoke warmly of the cordial relationship that they shared with each other and the lack of ego, which characterized and enhanced the bonding. In spite of being experienced professionals they could still learn and pinpoint their own gains and growth. Says Maya Gaitonde 'I have gained tremendous amount of knowledge. I never knew about children below six years. I was able to understand the scientific interpretation to a lot of traditional practices and information. With regard to teamwork it was their individual dynamism.

There is some quality in our comradeship. We have had differences of opinion, yet we have gelled. We just enjoyed being together. None of us meets the other socially. Everyone contributed financially or intellectually. In group meetings everybody used to cook something and bring it'.

Dr. Abel feels that he is the only man in a women's group and that convenor and team have done a tremendous job. The capacity of his own staff had been enhanced due to the projects that they have implemented.

Mr. Jeygopal says 'The inter-relationship is very good. The information and wisdom contained in the produced material is very good. The spirit that people share in the meetings because of the interaction is highly satisfying.'

Dr. Anandalakshmy and Dr. Indu Balagopal put it this way. 'There are no stars in the show. The team work is very good.'

Vidya Shankar says 'The relationship has been very cordial and friendly. Personally it has been a learning experience for me, communicating with so many people.'

Usha Ramakrishnan says 'I am learning a lot. Many of the members are more experienced in many ways. Here it is about a lot of support that you get. You really talk of the strategy and leave the planning to others.'

Dr. Virudhagiri adds 'I am satisfied with my participation and contribution as a community level pediatrician having a concern on social issues. I am able to apply the same in my day to day practice on a one to one basis and it helped me to train the Anganwadi workers locally.'

Dr. P. Chandra points out that simple parenting techniques offer better child rearing. I highlight rural grass root problems, opportunities and drawbacks.

Saulina Arnold stresses on the group's oneness. 'The team feeling is the fundamental uniqueness of NIP. Each member is committed and we have a good relationship with each other. The members have good understanding, open communication to argue as well as agree. There is no ego or politics. So, the relationship is friendly, creative and fruitful.'

Members also warmly acknowledge the role of the convenor in fostering such a healthy relationship. Says Jaya Krishnaswamy 'Relationship is very comfortable. The group is a homogenous group. I learnt quite a bit out of interaction. The convenor epitomizes sincerity and integrity.'

Says Lakshmi Gopal 'Thanks to the convenor, it was she who encouraged me to do a lot of reading of Divyaprabandam and the various stages in the life of the child. Forty to fifty songs were composed. I discovered my own skills. The convenor identifies the right people for the right job. I was also able to develop some activities and games.'

Towards the end of 2003 members also started drawing upon each other in their own work. Says Mr. Jaigopal 'I have had interaction with Dr. Jayam and MNC center. We have been conducting workshops for four categories of people in the critical minimum components. A pregnant woman can do Pranayama and it can improve the lactation process. Reduction of nausea is possible and it will improve the health of the child. However this interaction is of recent origin.' Ms. Saraswathy Narayanaswamy has also invited NIP members for lectures and workshops. However Maya Gaitonde feels that this drawing of expertise has only now started. Efforts have also started in the creation of a website.

Activities that took the concept of networking forward

While NIP began as a TN initiative, the concept gradually spread to other States as well, through several activities. Whenever members were invited to share their experiences with other groups, they did so. One of the very first exercises was that NIP was requested by UNICEF to play a supporting role in the sub-regional seminar on 'Innovation in Early Childhood Care and Development' in late 1999. Members helped with logistics and took part in the exhibition. The convenor presented a paper on TN initiative and concept of parenting. In this seminar a commitment was given by NIP on promoting sub-regional networking in Karnataka, Hyderabad and Kerala. Further the network also functioned in a proactive manner and extended activities beyond Chennai, into five districts of TamilNadu (zonal networking). The idea of conducting workshops in these areas was to generate awareness about NIP, elicit from various participants their views on networking, concept of parenting and open the doors of NIP for further membership. Induction of members was also done through these workshops. In addition, a commitment was also given to UNICEF for Border District Development Programme. NIP agreed to conduct ten parenting programmes for select resource persons chosen from various levels of Panchayat, districts and villages by IEC Task Force. However the support was limited to training only Master Trainers of Government Departments in holistic parenting practices. After that the responsibility lay with the Department of Social Welfare to ensure their training. After the initial training the Government programme would have to own the programme. The role of NIP was to promote a 'systems approach' to childcare services.

NIP-Karnataka

At the launching of the LTPC – Kannada version by BMRF in Bangalore, several NGO's ECCD & Medical Professionals came together. This function was the culmination of a 1 yr. Parenting Project and it was decided by most of those present that Networking on Parenting should commence in Karnataka also and a group was formed in 13th March '03. Initially it was decided that NIPCCD would function as the Secretariat. However after the 2 day interaction on July 8th and 9th

- CLT took over the responsibility of functioning as the Secretariat under the leadership of Bhagya Rangachar.
- Mr. Thiagarajan of Deeds offered the premises of their organization in Coxtown for meetings and
- Ms.Padmini indicated the availability of CRT office near Chalukya Hotel also for the purpose.

A series of meetings, nearly seven, were held almost every month after that. It was a time of getting together as a group of interested individuals trying getting to know each other and identify how, where and what could be done together.

- Some interesting activities were identified, many excellent ideas expressed and
- many members offered their expertise for furthering the Agenda of NIP.

The following were the major decisions taken:-

- Preamble was endorsed.
- Activities undertaken by NIP-TN needed to be shared in detail, and could be replicated whenever decided.
- NIP-TN to share all its materials, Reports, Process Documentation, evaluations and Training Programme with members in Karnataka through the Secretariat.
- NIP-TN to share the whole process of fund management to date.
- NIP-TN to share its Registration forms, Rules, Format for orientation and preamble.
- The objectives identified by NIP-TN to remain and E.V.Shanta agreed to modify the list of objective and priortise them. "Training and Capacity building of members" was to be included into the objectives of NIP.
- All NIP-TN matters to be routed to members through the Secretariat and if members have linked up on Parenting Programmes – they can inform the Secretariat who in turn can share it with all.

- For funding NIP-TN could be contacted with activities and budgets and request
- NIP-KN members to share brief report of activities, innovative methodology and adaptations in programme and tools with Secretariat so it would be shared amongst members of NIP-TN.

To strengthen Networking

- Members needed to know more about each others' expertise and information about each member to reach CLT. There was a need "To Review where we are where we should go. It was also decided to create a group Mail ID nip.kar@yahoogroups.com.
- Members agreed to share and create a resource bank of materials and programmes relating to *Parenting* that they may have done in their organization.
- Develop from amongst the members a training team who can expand the horizons of NIP.
- Take up a Pilot Project with involvement of Members.
- Initially, tools and their user manuals were to be used in Training Programmes along with Training Manual on NIP.
- The Brochure on Joy of Parenting of BMRF could be used to contact schools – Letters to Schools – Copy to be sent to Secretariat for record purposes. 5 day Training Programme (5 mornings) – with display of postures and brochures in the School could be conducted. The programme could be over two weeks – 3 evening + 2 evenings to enable fathers and working women to others.
- Those who have expertise in the various topics can pitch in to the training.
- As a 1st step the core committee should meet and plan, all activities.
- Money raised from this programme could be used to reach out to socio-economic deprived strata of society.

Ideas for NIP-KN Programmes and Activities

- There was an urgent need to focus on *Parenting* (6-18 years in fact), adolescents in particular and therefore there was a need to develop a specific tool.
- More awareness programmes for *Parenting* issues regarding the child below 6 years could be conducted.
- There was need to reach out to ICDS, Department of Health and Education.
- Start a news letter and use Mass Media.
- Create in CLT/Wa EB Site as a knowledge bank on *Parenting* skills and information.

- Include *Parenting* as a Topic for Home Science graduates and in Pre-School Training Curricular.
- Develop more tools and resource materials.
- Translate Flip Chart into Kannada and then field test it. During intervention programme, suggested changes to be informed to NIP-TN.
- Prepare a special brochure for pre school, Hospitals and Nursing homes.

Meetings

- Make meetings more interesting by
 - holding a panel discussion on *Parenting*.
 - Invite a specialist to deliver a lecture on child development and *Parenting*.
 - Sharing among members, their own experiences in Parenting and care giving roles.
 - Share the Parenting they have experienced.

Members' contribution

- Prathibha –to translate resources and materials into Kannada.
- Hema Srinivas to orient New NIP members on the Tools and Parenting skills.
- NIPCID and Sanjeevini Trust to design and develop a methodology for any studies undertaken.
- Parivarthan –to impart training as it has an excellent team of trainers.
- Rohini Anand – felt that her Nursing Home had the ideal set up to use LTTPC for pregnant and New mothers.
- Sangeeta Saksena – To spread LTTPC training to Mother and Child Clinics.
- KNVHA – could spread NIP Agenda to its 260 members.
- Funds available from sale of LTTPC-Kannada and Training Programme of BMRF-KN were available for use by NIP-KN.

Concerns of the Secretariat expressed in July '04

- Funds Vis a Vis Membership Fee and Usage.
- Attendance at Meeting had dropped drastically – perhaps they were held too often.
- There had as yet been no common programme developed.
- The Training Team and Resource Persons group had not yet come together as planned in December '03.
- The ICDS proposal though submitted had not been followed up (Details 2.12.03 meeting). No member had come forward to follow-up.

- No contact had been made with private schools to raise funds for NIP.
- No responses to e-mails sent out – or membership Fee or request to identify resource persons to help NIP Agenda.

At the meeting of NIP members of Karnataka held in Bangalore on 8th July – very few members attended – despite having been contacted personally.

Ms. Bhagya Rangachar was of the opinion that as a Secretariat CLT had perhaps not been pro-active enough – Parenting was a new programme for them and while Ms. Hema Srinivas had helped as a resource person and helped to start the Parenting Programme in Jakkur Village – there was no in-house staff who could devote time to co-ordinate NIP activities. There was need to bring the individual work of various organizations to a common platform, dip into data and expertise of organizations in order to take forward the agenda of NIP. As such CLT had taken up the assignment last year (since no one else had offered) in the hope that other organizations and professionals would lend their expertise and support. The task seem to have gone beyond them.

Lakshmi Krishnamurthy pointed out that the problem in Networking was that there was need for an individual or for an organization to take the lead and there was usually the dichotomy of funding. Members would always be at different levels of involvement and initially there was need to weave them in together and at least for one common project to happen for members to really come together. There was need to identify/person/organization to take the lead.

Ms. Nalini Sridhar of Parivarthan re-iterated her offer of providing Resource Persons for NIP from their organization – but said it would be at Rs.500/- per day plus TA.

It was decided by the members present that Ms. Bhagya in co-ordination with Malini, Lakshmi Krishnamurthy, Padmini and Hema Srinivas would formulate an administration structure for NIP

- Identify a co-ordinator.
- Consult NIP-TN on the matter.
- Prepare a Budget and sent it on to NIP-TN.

Ms. Maya Gaitonde brought up the idea – which seemed to have emerged as a consensus opinion of members in TN – that NIP should be just one body and those who worked in groups around projects or aspects of Parenting – could form into "Chapters of NIP".

She also informed those present that she had done some analysis of the various minutes and found some excellent suggestions, ideas etc. expressed by various members. However it was interesting to note that in the past year many NIP members organizations had taken up *Parenting* Projects – but these activities though being undertaken geographically in Karnataka, had not been considered as part of NIP or become the common knowledge of members.

- a. **CLT** had undertaken a Pilot Project on *Parenting* in Jakkur Village starting Nov.03.
 - 25 women volunteers had been fully trained on LTPC.
 - An in-depth survey regarding children below 6 years in the village had been undertaken.
 - Dissemination of *Parenting* messages in phases had been implemented.
 - The project was to reach its completion Nov.-Dec.04 at which time an evaluation would also be undertaken.
- b. **Deeds** organization had undertaken to train all its field level personnel in Hassan, Ponni and other districts on LTPC.
 - The Parenting Messages had been successfully disseminated to the villages.
 - They were planning to undertake an impact assessment of the project.
- c. **APSA** – had also initiated an initial awareness workshop on Parenting – followed by interaction with parents of disturbed adolescents.
- d. **Holy Cross Comprehensive, Rural Project** – Sister Aquinas had approached BMRF for training Primary School teachers and community health workers of Hannur district on Parenting skills. Already the field level workers, doctors and social workers in her project and in the tribal areas of Hannur had been trained in early 2003 and a review of the impact and knowledge of workers and mothers in the area had been completed in January '04. She had fixed up a Parenting skills – awareness lecture for students of the DIET College in Mysore.
- e. **Samuha** had organized a 3 day Parenting skills training programme based on LTPC for their field level functionaries in Raichur.
- f. Many others like APD, DSS, TRED had gone ahead after the *Parenting* partnership Project of 2002-2003 to further undertake an in-house training programme of their Community health workers etc. and conduct Parenting Programme through their organizations.

The meeting ended on the note that there was need to perhaps re-think the NIP organization framework and linkages for the future.

Role of the donor

In the first two years of the formation of the network, UNICEF came forward to fund the activities of the network. In the preliminary meetings the UNICEF representatives defined their role as one of facilitation and not one of membership. They said that members were those who are actively involved in the work of the network, while that of UNICEF was one of technical and financial support. Members are emphatic in pointing out that the agenda of the network was set only by themselves and not by the donor. However the setting up of such networks was already in the agenda of UNICEF and NIP was the last in the group of networks supported by UNICEF. As part of NIP's commitment to UNICEF funding, involvement in Border District Programme was already identified. It is to the credit of the convenor that these activities were not thrust on the members and their participation was voluntary. These activities also turned out to be advantageous to the network for (eg) the convenor's field trips were an eye opener for potential spread of messages in rural areas. Similarly with regard to the 'joyful learning' project of the Directorate of Social Welfare (DSW) NIP was instrumental in developing a framework of excellence in Anganwadi centers and the resource support of NIP was decided to be utilized.

In all these exercises the convenor clearly put the proposals to the group and the members discussed the pros and cons of every activity and took decisions (for eg) with regard to the DSW proposal members decided that those who were desirous of participating could do so on an individual basis and that a resource fee would be charged. As Dr. Jayam puts it 'The convenor put all the details before the committee. She made it very clear in the beginning that everybody will be called for the meeting. Suggestions were also monitored and we tried to implement whatever we had decided to do together.'

In the Nutrition project funded by UNICEF, the original donors to UNICEF had been an MNC. However the members themselves called the shots and set the objectives and goals of the project. In one of the network meetings the issue of accepting financial support from multinational companies and organizations was discussed and apprehension were expressed about the vested interests of the donors. However it was pointed out that the network can easily reject projects which were dictated by donors and accept those in which the freedom of choice was given. Members felt that it was up to them to put donor money to good use and so long as any project was only donor contributed and not donor driven it could be accepted.

However with regard to expanding activities beyond Tamil Nadu, most members contributed intellectually and the networking activities in Karnataka were largely the responsibility of Ms. Hema Srinivas of Bala Mandir..

Strengths and Weaknesses of the network

Saulina Arnold points out 'the core group is very strong and able to contribute without much expectation. The person initiating the secretariat, Maya Gaitonde, was the correct choice to build up the network. The group consists of people in various professions but having one mind NIP-ECCD'. We were all heads of institutions and therefore did not have to take anybody's permission to attend. We had finished with career building and could devote sometime to the network. This is one of the reasons for the success. However recently we are not able to meet as much as in early days. There are many who are not attending as they have not yet got the time to be fully involved.'

Maya Gaitonde says 'We have national recognition. The Govt. of India writes directly to NIP. Our work has been written about by UNICEF. However we have not made full use of the contributions of members. We have not networked enough amongst ourselves. We have not made any effort to open up and inform more people'. Though we have spread out in TN we have not been able to proceed further.'

Dr. N. Jaya also feels that getting various professionals and multifaceted experts to form a union, is a strength. However more inputs are needed on parenting. It can be expanded. It will help messages to spread quickly.

Mr. Jaigopal feels that the voluntarism shown by members is a great strength. However we need to focus on organizing and reaching out to more people. For parental readiness we need to work with youth.'

Jaya Krishnaswamy feels that it is ideal for parenting. 'Our strength is our collectivity. However there were many people who were coming but they could not define exactly what they could do. Now it is clearer.'

Dr. Indu Balagopal says 'We are all coming from different fields. No one was higher or lower. Integrity is not under question.'

Dr. Jayam opines thus 'the strength is the brain power, the dedication of the team and the group. Further it is not the same kind of people. The personalities of the network members do not interfere with the thinking. However we all should contribute more time. Last year (2003), we did not do much.

Vidya Shankar feels that the strength is that there are academicians along with field workers. However there has to be action in the field. Whoever can, needs to have specific duties or report relevant details undertaken in the field. When we are meeting, so many emotions are surging. It should be turned into practical action'.

Usha Ramakrishnan is appreciative of the lack of ego and mutual regard that members share with each other. 'However we could not go to the field and see how the messages had reached. I would like to see if the messages got across or not in the same manner as we envisaged.' She likens the training programmes to the 'vaccination of the soul'.

Ms. Saraswathy feels that there is good focus on parenting. It is not only for parents but also for teachers.

Dr. Virudhagiri says, 'Peripheral centres' activity is lacking. It should be diversified to district levels and pediatricians should be more involved. Dr. P.Chandra feels that the strength of the network is primarily because of the commitment and experience of persons with different areas of specialization, including home making. It facilitates pooling and sharing of experience and expertise. However evaluation of activities like training and individual research is lacking

Structure and Finance

From the beginning till now, NIP has functioned without any formal structure but as a loose but cohesive network of individuals. Many members are of the opinion that such a structure should continue without any formal registration. Shobha Menon feels that while her learning from the network has been immense, what she cherishes most is the 'easy informal structure that doesn't suffocate but yet allows you to give of your best whenever you can.' Saulina Arnold thinks that for the present this present structure has to continue, since it gives a voluntary contribution that will not be present in a formal structure.

Dr. Jayam says 'It is a loose structure. I like it. Only when funding comes it becomes a problem because we are not registered or have a formal structure. However individuals can also get projects and it can be routed through organizations, which are NIP members. We need not go into a formal structure. We can have a consortium.'

Vidya Shankar is also of the same opinion. According to her, if we try to structure it we would get tied to administration. The function of a network can be good if it is loosely federated. Why register it? If it has organizations working at the grass roots level, even project -based activities can be done.'

While the above members vote for the suitability of a loose structure from the point of view of localized activities and cohesiveness among the group members, there are other opinions which look at it from a larger perspective. Says Dr. Anandalakshmy 'when we are setting up network in other states we have a problem. There are no answers. It is really puzzling. Even in this loosely federated structure does one apply for membership, or is one invited, or become a member by paying? Though we have discussed this we have not really arrived at any conclusion. It is too tricky and has not been sorted out. Now we are able to give time, but supposing we cannot attend, it becomes a problem. Some members are often not acting on their own. They belong somewhere and have to attend on behalf of their own organizations. It will be a little intimidating then.'

Jaya Krishnaswamy is in line with the above observation. 'I am comfortable with the informal structure. We are working with a good amount of responsibility but if we want to expand the activity and spread, then structure will be important. Network has gone to other states. How long will it continue in this form?'

With regard to funding, while money came for specific activities from UNICEF, much of the local hospitality and administrative expenses were borne by Bala Mandir. Maya Gaitonde says 'Bala Mandir is a large institution and could easily bear such expenses.' However with regard to long term sustainability, members have several suggestions such as contribution by each member towards local hospitality, routing financial support to the network through one of its registered members, charging nominally for programmes and activities. Even here there is another perspective with Dr. Abel saying that independence and flexibility can be maintained only if outside funding is avoided.

Future of the network

For the past five years Bala Mandir has been the secretariat of the network. Is there is readiness for a change in the convenorship to ease the burden? Saulina Arnold says 'Change of convenorship involves many steps. Now they are not yet started. Only if these preparations are made, change of convenorship could be made'. Jaya Krishnaswamy feels that it should go on for another two or three years before it can go in for a change. We have loosely federated. Now we have to go from there. For that the present convenor is ideal. I am still not clear as to what is expected from a convenor. However there have to be more younger people participating'. Vidya Shankar also echoes this sentiment.

With regard to size of membership there are differing opinions. Dr. Abel feels that the size has to be small to facilitate better interaction, such that members will not feel left out and would be more closely knit. There should also be greater time for thinking and reflection. It is evident from the above concerns expressed by members that the activities of the network, the forms they would take and the perception by members of the role of the network would largely depend on how it defines itself. Is it to be a local body involved in the spread of messages or a parent body serving as a guiding light to other initiatives? These in turn would determine the future role and structure of the network.

THE EMERGENCE OF A NETWORK ON INFORMATION FOR PARENTING (NIP)

The need for a NETWORK on Parenting emerged at a meeting on 2nd March 1999, during a peer group review of a New Parent Education Tool - (Birth to 3 years) - a FLIPCHART in Tamil, which came out as a result of indigenisation of the Hincks Dellcrest, (Toronto, Canada) "Learning through Play" Calendar. This work undertaken by Bala Mandir Research Foundation had been sponsored by UNICEF and the tool was for dissemination of *Parenting Messages* for larger audiences in TamilNadu. The participants at this meeting (NGOs, ECCD professionals, Education & Research Institutions & Govt. Dept of Social Welfare and Education) and the subsequent ones facilitated by UNICEF discussed at length questions and issues of *Parenting* in the current Indian socio-economic scenario and *these concerns* formed the background and rationale for the need for a network which would focus on ECC - SGD through *Parenting* in Tamil Nadu initially.

BACKGROUND AND RATIONALE FOR NIP

The over-arching question posed was Why focus on Parenting? - which is believed to be a natural process for all human beings, especially for women-folk, and all of us having experienced childhood would have no problem rearing children through another childhood.

This group rejected this argument, and clearly identified that the task and skill of *Parenting* today in times of socio-economic - cultural change is more complex and different from its past moorings and concerns. Old values and traditional practices so straightforward once, have drastically changed, and as a society we either follow them blindly or reject them altogether. Further the deteriorating quality of *Parental Care* has reached such a point that most parents feel that the entire responsibility of child rearing which traditionally belonged to the family and parents, seems to be swept clean underfoot by so called stress of materialism.

Family and community life structures are changing rapidly, into new arrangements, both in the rural and urban areas and the *Parenting* ROLE needs now to be defined and in many cases, with the *parenting* role being delegated, it needs to be clarified.

There was thus a felt need for a competent body to address aspects of care and development and rights of children below 6 years, with special focus on children below 3 yrs.

Particularly because

1. There are very few Institutions and programmes that focus on children below 3 yrs
2. The significance of the dimension of Parenting in ECCD has not had the emphasis it needs and a new initiative to address it in an organised way was needed.
3. A need to converge, consolidate and strengthen existing efforts and expertise in ECCD, to promote the best interests of the child, exists.
4. There was also a need to create a platform to facilitate exchange of ideas and experiences, discussions and debate on issues regarding child development.

lib - parenting skills file
1106
28/12

28/12

THE NETWORK TODAY

The Network is a loosely federated democratic body with a membership which has built itself around the first group of discussants of the March 1999, UNICEF Workshop.

This parent body of networking institutions is co-ordinated by a Secretariat and advised by a Core Group whose activities focus on the various issues and current concerns of Parenting on ECC -SGD.

The spirit of the Network is:

- to enhance work being done by individuals and organisations,
- to provide a platform for sharing information with each other.
- to converge resources and vast experience available to give a thrust to the developmental needs and rights of the young child.

This dynamics of exchange and consolidation includes working actively with and supporting Govt. programmes with quality inputs and expertise on *Parenting* issues in ECCD

The NETWORK today brings together all the participating institutions/members as well as the concerned stakeholders on the issue of Good Parenting Practices and clearly addresses *Parents* and those in a *Parenting Role*.

THE PROCESSES OF THE NETWORK

- ♦ To serve as catalyst to increase awareness, develop material and identify strategies on issues affecting children
- ♦ To build bridges and foster networking, working across sectoral divisions putting people in touch and serving as a Communication point.-
- ♦ To serve as sounding board and dialogue with funders and decision makers for policy formulation programming and implementation.
- ♦ To propagate and support efforts for:
 - strengthening capacities and coping abilities of child rearing by parents and communities,
 - creating a positive nurturing environment for all children and especially from those of deprived and unreached communities.
 - enhancing culture specific, developmentally appropriate child rearing practices.
- ♦ To focus on stages of Parenting
 - Parental Readiness-
 - Planning for Parenthood
 - Celebrating pregnancy
 - Preparing for Safe Motherhood
 - Welcoming the baby
 - Nurturing the infant - toddler - child

NETWORK FOR INFORMATION ON PARENTING - TAMILNADU
ACTIVITY REPORT July '99 - March 2004

A. NETWORKING

- i. Broad-basing NIP's vision and commitment, by sourcing like-minded organizations and individuals - NIP membership has expanded from 30 members to 50 members.
- ii. Networking in TamilNadu in 2002 through 5 Zonal Networking workshops conducted to take forward NIP's Agenda and programme to NGO's, Medical and ECCD professionals, Educational and Research Institutions and concerned individuals in order to give a better district-wise spread and access to NIP programmes and Resources.
- iii. NIP - in Karnataka - initiated in July 2003.

B. PROGRAMME INTERVENTION: (Birth -6 years)

- a. into on-going PTA programmes within the city schools.
- b. into Kindergarten Teacher Training Programmes as integral to teaching fundamentals
- c. Teachers who will join schools catering to different socio-economic groups.
- d. Into first year programme of Madras School of Social Work for the rural fieldwork training.
- e. Pilot Training Project for Kindergarten teachers of Matriculation Schools.

C. TARGET GROUP WORKSHOPS

- i. Orientation of All NIP members, to NIP Mandate, vision and the CRITICAL MINIMUM COMPONENTS of *Parenting* under the 4 Quadrants illustrated in the NIP pamphlet.
 - Parental readiness
 - Planning for Parenthood
 - Welcoming the baby
 - Nurturing the child
- ii. For the following based on CMC and related to their "Parenting roles"
 - College students and Youth.
 - Paediatricians.
 - Obstetricians and Gynecologists
 - Kindergarten teachers and Creche Workers.
 - Parents.
- iii. Media Advocacy and Consultation
 - DDK 5 Podhigai Channel phone-in programme on Child issues.
 - Expressing NIP agenda to a wide section of Print and visual Media - we need to follow up on the initial burst of appreciation and commitment extended to NIP from the Media Agencies.
 - Broadcast on All India Radio on *Parenting*.

D. TOOLS AND OTHER RESOURCE MATERIALS

- Pamphlet explaining mandate, vision, critical minimum components of *Parenting*
- Flipchart - Parent Education - Learning through Play - Birth to 3 years
 - Booklet version in Tamil and English of Flipchart for sharing
 - Supportive materials for orientation and training to Flipchart.
- Flash-cards - Nutrition and Parenting - conception to 3 years *under editing* as flash cards for conception to birth - based on CMC of NIP.
- Booklet - Challenges of Parenting - Parenting messages on CMC - *under editing*.
- 4 Handbooks (material based on Pilot Project one each for Health Professionals, S.H.G.S., NGO's working in the community and those working for "inclusion" - Disability and Early Intervention .

E. PILOT PROJECT ON NUTRITION AND PARENTING 2001 -2002

- 4 NIP members were involved in reaching out to the community through change agents
 - RUHSA - through Self Help groups
 - VICH - through Doctors and Nurses in Dharmapuri Dist.
 - TNVHA - through NGO's working on Mother and Child health in 5 districts
 - MNC - through Institutions, DPEP working in urban slums and rural areas with Exceptional children
- Process documentation summaries and Main Findings available with NIP-BMRF and UNICEF.

F. WORKING WITH THE GOVERNMENT IN THE domain of the PUBLIC SECTOR.

1. with ICDS - the UNICEF sponsored Parent Education Flipchart (Birth-3 years) was finalized after extensive inter-active sessions with ICDS personnel trainers and Anganwadi Workers to make it the wonderfully psycho-social TOOL that it is TODAY. All ICDS Centres in Tamil Nadu have been given a Flip Chart (30,000 Centres) and

- Master trainers training programme held in May 2001
- Orientation and training of zone / district level functionaries on dissemination of *Parenting* messages through 7 workshops held in between October '01 and March '02. .
- State level review of Parenting Programme of ICDS in November '02.

2. Womens Development Corporation Tamilnadu Serializing the Flipchart in the news magazine (circulation 30-40,000) "Mutram"

3. Border District Development Strategy -

- 10 Workshops by NIP on Orientation to the Flipchart and dissemination of the *Parenting* messages into the community for 100 PHC's in Vellore, Thiruvellore, Thirapattthur and Poonamallee Health district.
- 400 + personnel including PHC doctors, VHN's, ANM's and Village Task Force members and Directors and Officers of District Public Health department were trained.
- 11th Jan '03 UNICEF review meeting of NIP intervention in to ongoing BDS programme

4. Policy Level - Intervention

State Plan of Action for children has now included the NIP Parenting Agenda in its 18 Point plan of action for children. NIP co-coordinated this activity by involving in a workshop personnel from ICDS, DSW and other departments of Govt. and officers of the State Planning Commission - Tamilnadu, NGO's and ECCD professionals.

6. ACTIVE PARTICIPATION AND PRESENTATION OF NIP PROGRAMME IN

a. State, National - Workshops and Conferences

- Sub-Regional Consultation on innovative practices - 1999 - UNICEF
- Workshop on Perspective plan for Social Sector - Jan 2000 UNICEF
- 25 years of ICDS and ECCD at New Delhi - Oct. 2000 UNICEF
- NIPCCD - Southern Zone ECCD meet- Bangalore - June 2000
- ICDS Kerala - State ICDS - ECCSGD - Follow-up - May 2000
- Issues and priorities in Nutrition & Health - March 2002
- Technical Consultation - UNICEF Assisted Program of Co-operation 2003 - 2007 - August 2002
- ICDS - State level Workshop on Convergence of Inter Sectoral Services under UDISHA

b. Visits and presentations - National and International

- ICDS team Rajasthan visit to Tamilnadu
- East Africa (Kenya and Uganda) team visit to Tamilnadu.
- Presentation to Myanmar - UNICEF team.
- Presentation to East-Timor - UNICEF team.
- ICDS West Bengal visit - Nov. '02

H.NIP - was documented as a best practice for integrated ECCD recognition

In their letter dated 20th December UNICEF, India have informed us that further to the request from GOI Ministry of WCD, TN parenting Network has been recognized as one of the seven best practices innovative community based models supported by UNICEF.SRN Consultants, Chennai on behalf of Centre for Market Research and Social Development New Delhi have just completed documenting NIP's approach to Integrated ECD and put together a reader friendly document with photographs and visuals.

To facilitate the above NIP members involved themselves in

- 2 review meetings with the consultants
- interviews at individual level
- facilitating an indepth study of the following sites choosen by UNICEF India - RUHSA MNC - Chennai & Ramnad, ICDS - Chennai Project XII and Thiruvellore, TNVHA - Tiruvannamalai.

I. PROCESS DOCUMENTATION

This structured narrative looks into the processes that brought NIP into existence, as a federated body of individuals and experts and institutions, all working and coordinating in a focused manner to promote NIP's agenda and mandate.

A special focus highlighting the crucial importance of Early Intervention and Preventive, quality care for the child population of Birth - three, three - six, in particular which is the most vulnerable segment of child population.

Thus democratizing the concept and values of *Parenting*.

The Process Documentation elaborates on the variety of memberships, and the skills that each member has brought to NIP, whether as subject expert, or Advocacy, documentation of Admin. Skills, Trainers, Creative writers, Translators, Researchers, Programme Promoters etc.

It covers systematically the number and type of activities, workshops and training sessions conducted by NIP or under the aegis of NIP.

Throughout the woven narrative NIP's vision, mandate, its primary function, its basic moorings in authoritative and scientific, worldwide ECC Research and its methodologies is made clear.

J. FUTURE PERSPECTIVES BASED ON ACTIVITIES COMPLETED

A : Empowering members with communication and training skills

- Consolidating Zonal NIP branches in Tamilnadu.
- Expansion of Networking Activities in Karnataka, Andhra and Kerala.

B. Taking NIP Agenda forward to more Educational Training Institutions, Universities, Research faculties.

C. To work more effectively with media for the dissemination of Parenting messages
To expand the Parenting programme for college students / youth, doctors and medical professionals.

D. To bring out Booklets, Posters, Handouts and Information kits on the identified CMC of Parenting messages for various segments.

E. Further training and orientation to ICDS personnel at Block Level and strengthening the concept of ownership of the Parenting programme by ICDS.
Review of BDS intervention by NIP and consolidation of Parenting Programme at Village level.

F. Creating a Web site to facilitate National and International Networking.

BACKGROUND OF THE "LEARNING THROUGH PLAY" CALENDAR - Parenting Programme of Bala Mandir Research Foundation - 1997-2004

The calendar "Learning through Play" from Birth to Three Years was developed for the Parents- Helping- Parents program in the mid-eighties under the direction of Dr. Bea Ashem. This calendar is based on the work undertaken by her with very poor and deprived communities in Nigeria, Africa. Her work confirmed via research documentation, that psycho-social stimulus is as vital an input to help the healthy growth and development of the child, as nutritional inputs. This tool was initially used in a programme, where a home visitor visited parents from different cultural backgrounds, providing information and support about Parenting and Child Development.

They helped parents to learn developmental activities and how these would benefit the children. The parents were shown how to interact actively with the child and to create new or similar activities on their own. This enabled the parents to feel empowered, knowing that they could enhance their child's development.

The calendar was used as a visual reminder of children's developmental stages. The captions under each picture were formulated by a small work group comprising representatives from Toronto Public Health, North York Public Health, Dellcrest Children's Centre and Parents for Better Beginnings. They ensured that the captions clarified the concepts that were illustrated and also explained how each activity would benefit the child's development, using simple language.

Activities shown in the calendar are arranged according to chronological age and under the developmental area that they specifically stimulate. The categories -- Sense of Self, Physical, Relationships, Understanding and Communication -- are based on the book, 'Good Beginnings' by Judith Evans and Ellen Ilfeld. This calendar has been translated into different languages: Spanish, French, Vietnamese, Punjabi, Somali, Tamil, Chinese, Arabic, Farsi, Urdu, and Portuguese.

To meet the needs of parents, the "Learning through Play" Calendar for 3 to 6 years was developed by a small working group from four agencies - Dellcrest Children's Centre, Babies' Best Start, North York Public Health Department, and Toronto Department of Public Health - in consultation with an advisory group consisting of Child Development Organizations, Boards of Education, Children's Mental Health Agencies and several ethno-specific organizations.

Included in the calendar is a careful selection of the developmental milestones. There is a broad-based categorization of developmental stages, providing a wide range for normalcy, which would help to understand and accept individual variations.

Hincks Dellcrest Children's Centre, Toronto, Canada brought the Calendar to India in September 1997 and entered into a partnership with Bala Mandir Research Foundation to use it programmatically in India. Since then the tool has been effectively used for the following:

A. TRAINING:

- **Creche workers.** - based on a training project experience in Bala Mandir Creche - Chennai, and Creche Workers of **ICCW Indian Council for Child Welfare -TN** from Chennai, Vellore, Usilampatti - to reach out to parents in urban, semi- urban and rural centres.
- **Institutional care-givers** - Based on work undertaken in the **Bala Mandir - Foundling Home** since 1998.
- **Parents from urban slums and rural areas** based on a *Home Visitors' Programme* conducted through the Bala Mandir Day Care Centre.
- **Community Health Workers and other field level functionaries** further to a *Parenting Project* undertaken with 12 *NGOs in Bangalor* - working in urban and rural centers in a variety of *Parenting* environments.

B. AS part of the CURRICULUM In KG and crèche teachers' training programmes eg. ICCW Bala Sevika training, SCS Kothari Academy and Children's Garden School.

C. THE "JOY OF PARENTING" PROGRAMME

- **For Parents of children (birth - 6 years)**
 - through PTA programmes in schools eg. Rajaji Vidyashram and Padma Seshadri Bala Bhavan.
 - Directly into programmes run by the Bala Mandir Research Foundation
- **For teachers of Kindergartens** - Rajaji Vidyashram, Padma Seshadri Bala Bhavan, Lady Andal Matriculation School, CLRI School.

D. FOR INTER-STATE LINKAGES - through TRANSLATIONS

- In India, LTPC has been printed in English, Tamil and Kannada.
- Translations in Telugu, Malayalam, Bengali and Hindi are ready for printing further to Orientation Workshops involving ICDS, ECCD and Medical Professionals and NGOs and educational and research institutions.

E. CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS - ADAPTED VERSION OF LTPC BEING FIELD TESTED PRESENTLY.

**EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT AND PARENTING PROJECT
BY BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION - KARNATAKA**

Bala Mandir Research Foundation partnered with Community Health Cell, Bangalore in the project and the initial response to CHC's invitation to join the partnership was from 15 organizations.

1 Stepping Stone	6. DEEDS	11.TREDA
2. APD	7. Reds	12. Preethi Mahilodaya
3. APSA	8. Sanjivini Trust	13. World Vision
4. Deena Seva Sangh	9. MAYA	14. Belaku Trust
5. Navajeevan	10. TRED	15. CHC

B. All 15 organizations sent personnel for the 5 days of training in Apr-May 2002 conducted at Bangalore by Ms. Hema Srinivas & Ms.Lakshmi Gopal after which they took the project into their field of activity.

C. Between end October and early Dec 2002 Ms.Hema Srinivas made a personnel visit to 10 Organization and sent in a Detailed report which clearly indicates the extent or involvement in the project partnership, gaps identified and further support need it.

D. Review meetings were held in July 2002 and January 2003 to make an on-going appraisal of the project and the following was the feedback

- 3 Organisations - World Vision, Bellaku Trust & Preetii Mahlodaya while being very appreciate of the LTPC parenting programme - expressed their inability to participate in the partnership.
- H.O.D. endorsed their willingness and involvement in the partnership and shared the very positive feedback they had received from the field level workers who had been trained on LTPC.
- Trained field level functionaries shared there further experiences in the field and feedback from parents to whom the had given the messages.
- There is need to immediately print LTPC in Kannada
- It is necessary to initiate a process of Networking on Parenting in Order to sustain and spread the messages.
- Partner - Organizational commitment was given to intensify "*Parenting training*" in the community with those workers already trained.
- BMRF gave its commitment as part of the project partnership to empower through training all field - workers in the partner organizations.

E. Between January and June, Ms. Hema Srinivas met each field worker or the co-ordinators who took training in " Joy Of parenting" individually and undertook the final assessment of their understanding of the calendar and its use in their field of work, their experiences in using the calendar to solves parents queries and problems and their individual ability to go beyond the given message and visual to convey parenting values.

F. Most organizations expressed a feeling of empowerment and confidence to take this programme through out their organizations and to all those they served and the project in Karnataka has had a multiplier effect.

G. The field workers and co-ordinators of the community reach out programmes of each NGOS , either as a health worker, or field staff, or preschool teachers, or creche and day care teachers disseminated through workshops or intervening through their own programmes to the following-----

1. Parents of the School Drop outs.
2. Parents of the Rag Pickers
3. Parents of the children who are in the shelter homes for various reasons, through their Rehabilitation Programmes.
4. Parents of the non formal education group of children.
5. To the women and parents in the slums through the health programmes
6. To the parents of the pre school children - Creche and Day Care Centres.
7. Members of the Mahila sanghas in the community.
8. To the adolescent group of children in the shelter homes and voc. Tr. centers.
9. To parents in rural areas and the tribal communities.
10. To the Anganavadi workers and the ANMs
11. To the parents of the physically challenged children.

G. In Bangalore the " Joy Of Parenting " programme, using " Learning Through Play" "calendar is reaching out to the following through these diverse NGOS, as each ones focus being different. It is interesting to note,

- Not one so far is concerned over the cultural differences in the pictures
- that the age is no more a constraint to convey the values of the parenting skills through this programme.
- The idea of the brain development before 3 years and nutrition and Psycho social well being of the mother affecting the brain were new concept learnt.
- Child Development while being a natural process can be enhanced step by step through stimulation and is more like a series of stairs.
- The child absorbs from its psycho social environment - both negative and positive.
- A child playing was considered naughty and there was very little connection made between the concept of learning and play.
- For Play simple every day things are as interesting as toys for a child.
- That language development takes place as early as in the womb was a new concept.
- Equally important to communication was eye to eye contact and listening to the child.
- Touch with both positive and negative is an important indicator of adult child relationship.

BALA MANDIR RESEARCH FOUNDATION

in Partnership with

DEPT. OF WOMEN AND CHILD WELFARE - A.P

ONE-DAY STATE-LEVEL ORIENTATION/AWARENESS WORKSHOP

on

"PARENTING SKILLS"

based on the LTFC (Birth-3 yrs.) (3-6 yrs.)

held on

Friday, 27th JUNE, 2003

SUPPORTIVE MATERIALS

Sponsored by :

CIDA &

THE HINCKS DELLCREST CHILDREN'S CENTRE, CANADA

BACKGROUND OF LEARNING THROUGH PLAY CALENDAR - PROGRAMME

The calendar "Learning through Play" from Birth to Three Years was developed for the Parents Helping Parents program in the mid-eighties under the direction of Dr. Bea Ashem. This calendar is based on the work undertaken by her with very poor and deprived communities in Nigeria, Africa. Her work confirmed via research, documentation that psycho social stimulus is as vital an input to help the healthy growth and development of the child, as nutritional inputs are. This tool was initially used through a programme where a home visitors visited isolated high risk parents of their own cultural background, provided information and support about parenting and child development.

They helped parents to learn how to do the developmental activities, how often to do it and how it would benefit the child and that children required repetition to learn. The parents were encouraged not only to do the activity with the child but also to create new or similar activities on their own. This enabled the parents to feel empowered, knowing that they were able to enhance their child's development.

The calendar was used to visually remind parents of activities they could do with their children. The caption under each picture was formulated by a small work group comprising of representatives from Toronto Public Health, North York Public Health, Dellcrest Children's Centre and Parents for Better Beginnings. They ensured that the captions clarified the concepts that were illustrated and also explained how each activity would benefit the child's development using simple language.

Activities shown in the calendar are arranged according to age groups and under the developmental area that they most specifically stimulate. The age groupings and developmental headings, Sense of Self, Physical, Relationships, Understanding and Communication are based on the book, 'Good Beginnings' by Judith Evans and Ellen Llfeld, used at a similar program in Ypsilanti, Michigan. This calendar has been translated into different languages, Spanish, French Vietnamese, Punjabi, Somali, Tamil, Chinese, Arabic, Farsi, Urdu, and Portuguese.

To meet the growing needs of parents the Learning through Play Calendar from 3 to 6 years was developed by a small working group from four agencies - Dellcrest Children's Centre, Babies Best Start, North York Public Health Department, and Toronto Department of Public Health in consultation with a large Advisory group consisting of different groups such as libraries, Child Development Organizations, Boards of Education, Children's Mental Health Agencies and several ethno-specific organizations.

Careful selection of the developmental milestones that were thought ideal for inclusion in the calendar were chosen. The categorization of developmental milestones was broad based to reduce the natural anxiety of parents who generally have heightened expectations of their child's ability.

Hincks Dellcrest Children's Centre, Toronto, Canada brought the Calendar to India in September 1997 and entered into a partnership with Bala Mandir Research Foundation to field test it in Chennai. Since then the tool has been effectively used

A. to train:

- Creche workers.
- Institutional care givers
- And parents from urban slums and rural areas through a *Home Visitors Programme*.

B. As an intervention into KG and crèche teachers training programmes of ICCW, SCS Kothari Academy and Children's Garden School

* In the Joy of Parenting Programme

- For Parents of children (2-6 years) in Kindergarten through school PTA Programmes.
- For teachers of Kindergarten

C. To develop;

- A training programme
- Two user manuals.

*In India LTPC has been translated into Kannada, Telugu, Malayalam, Bengali and Hindi.

* In partnership with ICDS 1998 - 2000 the LTPC was adapted and indigenised and formulated into a Parent Education Flipchart Tool.

- the 30,000 AWC in Tamil Nadu and 100 Public Health Centres under the Border District Strategy.
- The work around LTPC between 1997 and 1999 led to the formation of the Network for Information on Parenting in Tamil Nadu..

EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT AND PARENTING PROJECT - INDIA

Based on the Hincks Dellcrest, Canada "Learning through Play" Calendar

Undertaken by Bala Mandir Research Foundation, Chennai

In Partnership with NGOs in Tamil Nadu and Karnataka

Project Objectives

Further:

- To assess the efficacy of the LTPC tool in its present form not only as a training tool but also as a tool for the dissemination Parenting messages in the socio - economically deprived strata of society.
- To enhance the capacity of child welfare/service organizations to disseminate key information about healthy development of children to parents, care givers and communities and how play based activities encourage optimum child growth and development.
- To increase the number of parents who will be trained and educated regarding providing age appropriate child stimulation from birth.
- To develop the capacity of partner agencies to not only implement ECD *Parenting* Programs but also make them effective and sustainable.
- To provide guidance for successful replication within the country and in other countries and cultures as well.

Training on LTPC

- a. 5 to 7 days training programme for resource persons of partner agencies.
- b. 3 - 5 day training for child care workers, community health workers, special educators and medical and ECCD Professionals on the "Learning through Play" Calendar.
- c. Each worker will in turn provide training directly to approximately 30 families and or caregivers.

The Training Methodology will involve Role Play and Interactive sessions and games to develop knowledge and communication skills.

Tools

- a. "Learning through Play" Calendar (Birth-3 yrs) (3-6 years)
- b. Supportive material highlighting:
 - *Parenting Values and Parenting skills.*
 - Brain development, Child development, Importance of Play,
 - Age/stage wise understanding of Nutrition, Health and Disability.
 - Guidelines for Interacting with parents and
 - Songs on age / stage appropriate stimulation,

Partnership - Hincks Dellcrest Children's Centre, Canada is partnering with Bala Mandir Research Foundation on this project in India. In furtherance of the project BMRF will establish relationship with appropriate local child care/community based NGO agencies and train agency personnel on the various aspects of the project and its co-ordination.

Partner Agencies

- **Indian Council for Child Welfare -TN**
 - training - 67 Creche Workers from Chennai, Vellore, Usilampatti - to reach out to parents in urban, semi urban and rural Centers.
 - 35 trainees in the ICCW Bala Sevika Training programme
 - **Community Health Cell - Bangalore** 45 community workers from 12 partner agencies of CHC - working in urban and rural Centers.
 - Stepping Stone - Parent Child Centre
 - APD - Association of People with Disability
 - APSA - Association for promoting social Action
 - DSS - Deena Seva Sangha
 - Navajivan - Navajivana Pragarthi Mahila Sangha
 - DEEDS- Development Education Society
 - REDS - Rag Pickers and Educational Scheme
 - SANJIVINI Trust- Women's Health Issues
 - MAYA - Movement for Alternatives and Youth Awareness
 - TRED - Trust for Rural Education and Development
 - TRED A - Treatment Rehabilitation and Education of Drug Abuse
- **Vidya Sagar** (formerly known as The Spastics Society of India, Chennai) *Using the LTP Calendar for Children with High Risk Birth History Training - 10 Special Educators* who will reach out to a total 100 parents and train 150 CBR workers.
- Bala Mandir - evaluation study of 30 of our own Creche workers and Institutional Care givers** who have been involved in the LTPC Project since 1998 and in the Home visiting Programme since 2001.

Impact

- Improvement in the quality of *Parent* and *Parenting* choices that are made for children below 6 years of age.
- Mothers will be more confident about knowledge and skill in caring for young children and as a result their opinions will be increasingly valued.
- Parents who by and large emphasize on children's physical health and well being will increasingly focus and address the social and emotional aspects of child development and interaction with their children.

Timeframe

April 2002 - March 2003.

Supported by Canadian International Development Agency through Hincks Dellcrest Children's Centre, Toronto, Canada.

A PARENTING PROGRAMME

Need for Parenting in the contemporary scenario:

Why focus on Parenting? After all, each one of us was a child once and from our experience must know what we do not want to do.

- However the job of parenting today is more complicated than it was in the past. Most do not live in extended families and so provide very scant opportunity for parents, grand parents, aunts, uncles or older generation to give advice and/or emotional support.
- Old Values & traditional practices - so straightforward once, have drastically changed. We don't understand them and either blindly follow or altogether reject them.
- Eco. & Soc. conditions encourage/force mothers to have jobs outside the home. This greater economic burden being placed on women is deflecting/diluting her role as "mother" and Primary care giver to the child.
- The pace & pressure of life in urban cities is faster & stronger than before.
- Conflicting influences are entering our life - through mass media.
- Rural scenario is changing - poverty and alienation from the land are breaking down, old traditional practices of family life.

Today, not only do you have to play the role of a parent, you have to define it.

Learning to be a parent - means to look ahead and anticipate the baby / toddler/child's needs.

Learning to balance various issues like less time and more work pressure, entertainment & handling adult marital relationships, academic demands from schools versus real life education seem to leave the parent with less time to attend to the child's needs:

The Deteriorating Quality of Parental Care has reached such a point that most parents feel that the entire responsibility of child rearing which traditionally belonged to the Family and parents, seems to be swept clean underfoot by so called stress of materialism.

Breaking down of Human relationships all over the world and in essence family life is causing concern to Sociologists, Psychologists and Spiritualists. Without a sense of bonding, social confidence is deteriorating and mutual sensitivity is absent. While there is overwhelming need to provide basic rights to the child like health and education, without focussing on strengthening the quality of life through "family", child development is a far-fetched goal.

ETERNAL VALUES FOR CHANGING TIMES

Scriptural Dictums:

Initiative on family life and parenting must focus by and large, on duties and responsibility of the parents to the child, they bring into this world, to provide for it a quality of life based on their own emotional and social interaction with the child. In our Indian Spiritual tradition the enrichment process of the mind of the child grows in the following order.

Attitude:

Matru - Mother as Primary care giver - Devo Bhava
Pitru - Father as supporter - Devo Bhava
Acharya - Teacher as enhancer - Devo Bhava
Athithi - Outsider as influencer - Devo Bhava

Therefore, surely it must convey something vital in the adult - child - relationship. The mother/father/Teacher/Others are all given the status of Devah - Gods and must therefore be ready to play that role- which means

D- Devotion to Dutiful Parent.

E- Emulate an Ethical Parent

V- Venerate a virtuous Parent

O- Obedient to an Honorable Parent

Relationship:

Sending children to School before 5 years of age has not been a cultural tradition in our country. This practice has come into existence only in the past few decades. Our Scriptures recommend the following relationship between adult and child.

Pancha Varshadi	(upto 5 years)	Lalawath	(loving care)
Pancha-dashavarshadhi	(upto 15 years)	Thalawath	(discipline)
Pancha-dashavarshadhi	(beyond 15 years)	Mithrawath	(as a friend)
Pariyantham			

Our ancients had a great deal of wisdom and we know from our understanding of the scriptures that their understanding of psycho-social development of the human being was far beyond even the present day scientific research.

The above vedic dictum puts clearly into focus the ideal parenting response to the age appropriate child's needs in their relationship, and that which is most conducive to build up a strong bonding and sustain happiness in family life.

Gender:

Says the Svalasvalara Upanishad - The individual soul is as subtle as a hairpoint divided and sub-divided hundreds of times. Yet the soul is potentially infinite and is to be known.

The soul is not female, not male, not neuter. Whatever body the soul assumes becomes identified with that.

Scriptural Teachings:

In the ancient Indian Scripture the - Chandogya Upanishad there is a statement

Even as a seed has within it the potential to grow into a Tree

So also "Man is potentially Divine" = Excellence.

Does every child reach its potential? If not, Why not?

It is here that one's role as a parent/teacher becomes of vital importance. For a seed to grow and develop and reach its natural potential, the proper inputs and the proper environment must be provided. Especially in the early tender years when the infant as a tiny seed grows into a child - young plant needs caring/fencing, to ensure its growth and development.

Our role as parents/teachers in providing the proper environment is beautifully explained in the Bible through the *parable of the seeds*.

Said Jesus "If you were to take a bag of seeds and scatter the seeds thus

- a. throw some upon hard rock.
- b. throw some among the bushes.
- c. Throw some upon the open roads where the birds fly.
- d. Throw some upon moist ground.

Which seeds would grow into golden corn?"

The answer in front of all of us, as must have been to His disciples is obvious.

It is only in the moist ground (loving/encouraging/happy environment) that the seeds will not only sprout, but grow into golden sheaves of corn.

Upon hard rock (harsh/demanding/critical etc.) the seeds will not get any opportunity to grow.

Upon the open road where the birds fly and swoop down to eat them up (used/put down) they will be of use to others but not to themselves.

Among the bushes, the seeds which sprout will grow only in a stunted manner - the (over protection/lack of freedom) will emasculate them.

Our endeavour in these tender years is only to provide the loving, caring and stimulating atmosphere for the child. As an extension of the home.

Teachers have therefore a similar role to play as parents at this stage in the child's life.

How we interact with children will have an important effect on the connections that develop in the child's brain. The brain is responsive and in the absence of experiences and stimulus does not develop fully. Our task as caregivers is to provide an environment, which allows experimentation and provides limits without choking opportunities,

Guidance discipline and safety for our children to explore and build their competencies.

BONDING AWARENESS

Right from day one, a bond is being formed between parent and child.

Every contact/or loss of contact leaves an unbelievably deep impact on the relationship. Few parents seem to know or appreciate just how important they are in the lives of children. How much more a child wants from them emotionally and spiritually rather than the materialism - which the parents are so busy supplying in increasing abundance.

The parents must realise

- They are the go - between for their baby/toddler/child and his environment.
- They are providers of stimulation to catch his interest;
of responses to his attempts to communicate; and
of physical care, so that his skill of attention and concentration develops.
- They are protectors - who keep him safe and limit his environment so he can feel in control of himself.
- They help him achieve what he sets out to do. In all, they are his, first significant persons. It's from them he learns to trust, to get comfort, to communicate and to respond to the world around him.

Children have 3 vital needs.

- | | |
|---|--|
| 1. Love/Care
(or)
Relationship | - Loving and caring relationships can relieve even the most extreme levels of stress
- without it, the child's growth cannot be stimulated both physically and mentally
- a stable relationship gives emotional security. |
| 2. Self-esteem
(or)
Sense of Self | They must learn to trust themselves and develop a feeling of competence and a desire to try.
- Learn to accept their failures and shortcomings and yet have an expectation of success. |
| 3. Communication | - Children communicate well before they talk.
- We need to listen and watch and demonstrate our interest in their words and messages.
- Encourage language development and expression
- Children need to talk- therefore, we need to give them the opportunities.
- Children learn to speak by listening to people around. |

THE PROBLEMS OF CHILDREN

Are today created by all of us.

THE PROBLEM IS 'AN ADULT' NEVER THE CHILD ITSELF.

In the short term, many schemes of alleviating the condition of children enhancing and enriching the physical quality of their life can be suggested and worked out - BUT in the long run what will truly help the child is only

- ♦ **Educating the adult about the needs and problems of the child.**
- ♦ **Sensitizing them to their responsibility towards children .**
- ♦ **Strengthening the fabric of family life.**

Let us understand that

- ♦ **Behind ill-health of the child** is ignorance, apathy or indifference of the Adult-Mother Father, Care-giver, Doctor.
- ♦ **Behind poor education of the child** is lethargy, Non-commitment of the Adult-teacher, educational Authority.
- ♦ **Behind child labour** - is an insensitive exploitative Adult - and the poverty situation of the parents.
- ♦ **Behind child exploitation** - battering sexual abuse drugs, alcoholism etc. there is an adult perpetuating it on the child.
- ♦ **Behind desertion and deprivation of the child** is an irresponsible parent.

In whichever direction of children's problems one turns - **There is an adult.**
The word "child" itself raises in our mind ideas of freshness, innocence, hope - who like little sponges have the tremendous capacity to absorb the entire gamut of their environment and the values that they grow up with. And as they grow into adults they express what they have sponged in.

Children exist in large numbers in our country.

Some say this over-population is a burden.

We must realise it is a reality and that we will have to **convert this vast human resource into a strength.**

If the process does not start now - we will have on hand, large numbers of children growing up as frustrated youth, lacking vitality and strength of purpose, with untapped potential, expressing aggressiveness in every sphere of their life and action, steeped in uncertainty doubt, hesitation, restlessness.

The role of NGO's and their Community Based Programmes must have:

- The will to deliver and the strength to resist the temptation to tackle the problems at a superficial and cosmetic level.
- Networking and sharing of ideas, resources strengths and infrastructure, to avoid duplication and optimise service.
- The courage to take up issues and sustain their expressed commitments.

BMRF - 'Joy of Parenting Programme

PARENT EDUCATION IS A WOMAN'S EMPOWERMENT PROGRAMME

Mother is the vital baton in passing on the link of family dignity and culture from one generation to the next.

Educating the parents in their irreplaceable role as "mother" and "father" and educating the rest of the family to recognise, appreciate and support them in that role - has become a crying need.

All issues of women's upliftment, be they in the direction of social freedom, economic opportunity, political awareness and/or spiritual awakening, at this point in civilisation, need to stress her non-duplicable, non-transferable role as a Mother.

Women's issues that focus on the inferior/oppressed role in society that the women have today must include motherhood education and counseling initiatives.

Society and family must -

- ♦ **Appreciate** her significant role in the continuance and enhancement of family life and perpetuation of the future generation as also **respect** her individual needs as a Human Being.
- ♦ **Help** her through the frustrations of the loss of her freedom and the physical and mental strain of being "on demand" 24 hours.
- **Educate** her, in pre-natal and post-natal, in child care so that she as the primary care giver can provide the much needed stimulation so vital for the healthy growth and development of the child.
- **Support** her in her endeavors to care for her child and spend as much time with her child if she is employed.
- **Stress the vital role and responsibility of the Father** in the social and emotional development of the child rather than his largely prevalent role as economic caregiver.

TRUE PARENTING = MOTHERING + FATHERING.

"LEARNING THROUGH PLAY" CALENDAR" - TOOL

The Bala Mandir Research Foundation entered into an international partnership in 1997 with Hincks-Dellcrest Children's Centre, Canada based on their "Learning through Play" Calendar, on which the Joy of Parenting Programme is formulated.

This Calendar is an excellent Parent Education resource designed by experts to present in pictures, a range of activities that psychologists and educators feel that parents can do in their homes with children to promote healthy development.

It contains well-researched critical inputs universal in nature in different stages of early childhood development and stresses the importance of positive parent - child relationships to a child's sense of well being

LTPC has proved itself to be culturally sensitive and ethnically appropriate in India and supportive of many traditionally honored child-rearing techniques

It's content mainly pictorial with clear messages and simple language, sends a strong message that children and society as a whole benefit greatly from a preventive approach.

The Calendars	Birth - 3 years - covers 8 developmental stages
	3 - 6 years - covers 6 Developmental stages.

Indicate 5 equally important areas of development that need stimulation - SPRUC -

Sense of Self	about ourselves and our feelings, helping us to become comfortable with who we are
Physical Development	Learning to control the way our body moves and improving our skills
Relationship	Development of social skills - how to get along with family, friends and others and helping us to feel secure.
Understanding	learning how things work around us and developing intelligence.
Communication	Learning how to listen, understand and express thoughts and feelings - thus connecting us with the world

Recommends five parenting skills

Passion	Love, Unconditional love and care
Patience	Endless amount needed
Practice	Allowing your child to repeat activities over and over again
Ping-pong	Parent/Child interaction: 'I do something, you do something'
Setting the stage	Providing a safe, interesting and learning environment.

Included in the calendar is a

- "Letter to parents", to explain the important aspects of the calendar and how to use it.
- A page is devoted to the definitions of the areas of development.
- A range of illustrations depicting various cultural groups so that parents from all backgrounds will feel presented as though the child speaks to the parent.

The training programme that accompanies the calendar lays emphasis on:

- Scientific research around brain development proves that the ways children respond their environment and develop their learning capacities are a consequence of the nurture, nourishment and stimulation received from the foetal state through the early years. A large part of the brain development of the child occurs during the first 3 years. Further research has proved that the impact of the environment on the brain in the very early years of the child's life is dramatic and specific and has decisive and long lasting impact on how people develop to ability to learn and their capacity to regulate emotions.
- The role of parents and family and children's immediate community becomes very critical in the early years of child's development. While child rearing practices have traditionally been embedded in cultural patterns, beliefs, norms and practices, there are basic needs that all children have and a predictable pattern of development during early years are universal. Early stimulation of children between the ages of Birth - 2 years and 3 - 6 years is critical for children to actualize their full potential in life as it can reduce the behavioural problems children exhibit and enhance the child's learning capacity, copying skills and competence.
- All children develop in a very unique manner - but there are common stages that all children pass through in the same order. Each development stage is like the step on the ladder and while each child takes its own time there is a normal range within which this skill will be achieved and children need encouragement, stimulation and support - Age/stage appropriate to enable them reach their full developmental potential.
- Young children learn best through play. They need to interact directly with their environment. Play is their work and all areas of their development can be stimulated when they play. Children do not need expensive toys to play with, to learn. They have the ability to turn almost anything into a play activity and parents when they play with children cannot only help their children to develop emerging skills but also enjoy parenting and lay the foundation for a strong bonding/relationship on which the child can grow as a healthy adult.

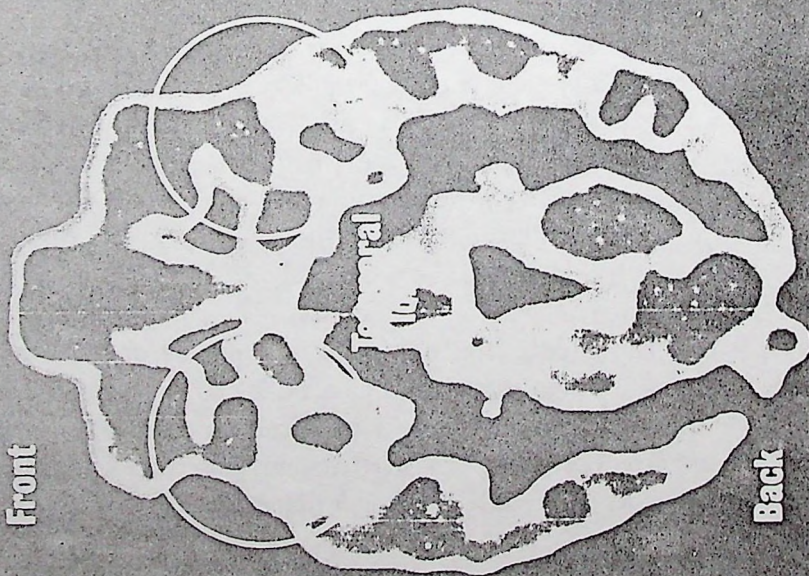
BRAIN DEVELOPMENT

- Recent research regarding the development of the brain after birth, proves that early stimulation of children between the age Birth to 3 years is critical for children to actualized their full potential in later life.
- The brain continues to develop after the birth of the child and by age three 85% of the brain structures have been fully organized. This development spurt ends at age 10.
- Although the genetic makeup of the brain has been determined at birth and the child comes preprogrammed to learn, there is still much development, which needs to take place, and it is only through the ongoing experiences that the infant has, that the brain matures.
- In the world through experiences of the senses new connections or synapses are formed, which in turn create or modify connections/wiring in the brain.
- Providing the right stimulation and repeated experiences at the right time from birth to 3 years not only helps to get the circuits/synapses activated but provides the foundation for the brains organisation and functioning and is the key for networking in the brain which develops and shapes the way people behave think and learn for the rest of their life.
- Relationships with other people early in life are the major source of development of the emotional and social parts of the brain and essential nourishment for healthy development of the brain is provided by positive emotional, physical and intellectual experiences and everyday simple loving encounters and moments.
- Any kind of stress or trauma elevates hormones called cortisol that wash over the brain like acid and in time corrode the wiring of the brain cells and can retard or slow down brain development.
- If a child's first three years of life are filled with a great deal of fear and stress, the area of the brain responsible for emotions will be 20%-30% smaller than in normal children. When the child is older they will react strongly to other stressful situations possibly resulting in high anxiety or impulsive behavioural problems.
- Early stimulation can reduce the behavioural problems children exhibit and enhance the child's learning capacity, coping skills and competence.
- **The absence** of activation and neglect of, deprivation of emotional support and positive experiences, proper nutrition and care and bonding, play and touch and attachment will result in retardation and lack of brain development in children.

Healthy Brain

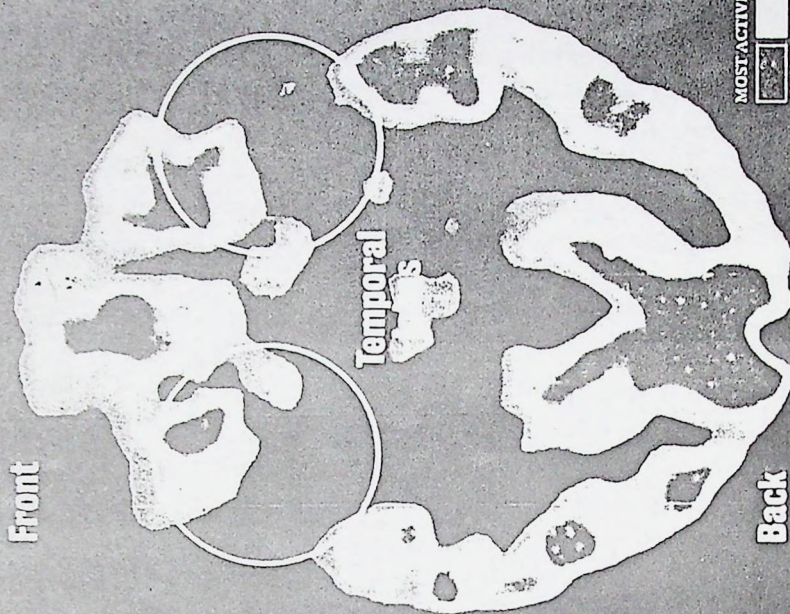
This PET scan of the brain of a normal child shows regions of high (red) and low (blue and black) activity. At birth, only primitive structures such as the brain stem (center) are fully functional; in regions like the temporal lobes (top), early childhood experiences wire the circuits.

Front



Back

Front



Back

An Abused Brain

This PET scan of the brain of a Romanian orphan, who was institutionalized shortly after birth, shows the effect of extreme deprivation in infancy. The temporal lobes (top), which regulate emotions and receive input from the senses, are nearly quiescent. Such children suffer emotional and cognitive problems.

MOST ACTIVE

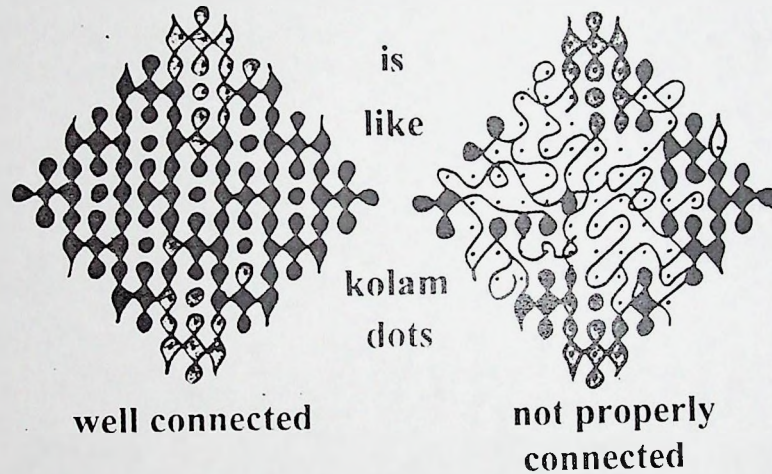


LEAST ACTIVE



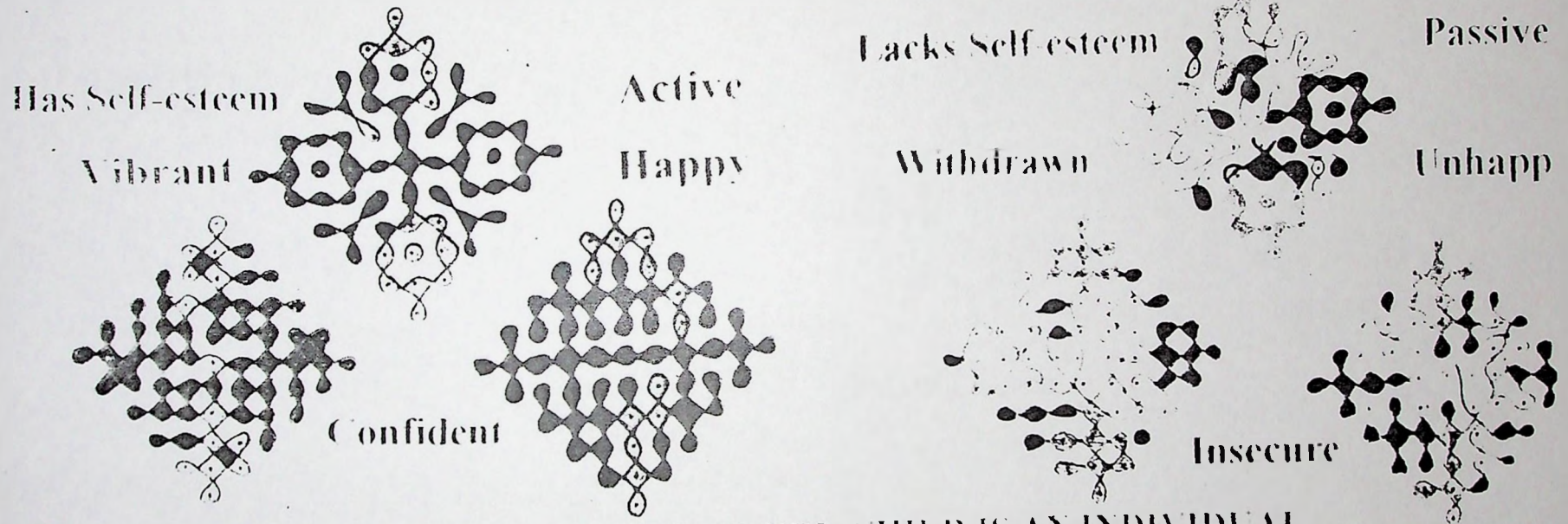
Wiring of neurons in the brain

Stimulation has
a
positive impact



Lack of stimulation
and neglect have a
negative impact

Children in a family



CHILD DEVELOPMENT

All children develop in a very unique manner but there are common stages that all children pass through in the same order. Child development can be described as a long set of stairs. No stair can be missed before going on to the next one or you may fall down. It is important to always have a strong foundation for the stairs or you will never be able to reach the top, which is your goal.

- Each development stage is like a step. Children must pass through each step to reach the next to finally meet their goal. e.g., a child must learn to sit up and crawl to finally be able to walk, before a child learns how to write they must learn how to hold a pencil, produce scribbles, refine their scribbles into a picture and then further refine their abilities, so they can print.
- Although almost all children will learn these individual tasks, they will do so at their own rate and there is normal range at which this skill will be achieved. Some children just take longer to achieve these development tasks and will continue to refine their skills until they are ready to move onto the next stage and each child will follow their own pace for each accomplishment.
- Children will need the encouragement and support to help them to move onto their next step on their developmental path.
- Delays will occur when the child is ill or stressed and these are normal.
- Children develop in many areas. They will develop sense of self, physical abilities, ability to interact with others, communication skills and intelligence. One area of development can not be developed on its own because they are often inter connected.

a. When a parent rattles a toy in front of the child, they are helping their child to develop sense of self because the child feels good that their parent is playing with them.

b. Children are developing their physical abilities because they are developing their neck control to focus on the toy and they may raise their hands to reach for the toy.

c. They are developing a loving relationship with their parent. When the infant smiles the parent continues their play and smiles back.

d. They are learning about their world because they are wondering how that sound is being made and later they will try to find out how it is made.

e. Lastly their non-verbal communication is developing which will lay the foundation for the future conversations they will have with their parents.

All areas of development need to be nurtured so that the child will become a well-rounded individual. This will also provide them with a variety of experiences so important for their brain development and a range of possibilities to succeed in their future.

The Importance of Play

Young children learn best through play. Children need to interact directly within their environment to develop the understanding necessary to learn. Sometimes we may under value the importance of play. When we see children in kindergarten or day care we sometimes say that the children "are just playing". We forget that for children to play is their work.

Children are stimulating all areas of their development when they are playing. For instance, when children are playing with blocks they are learning:

1. Eye-hand coordination which is very important for writing.
2. By building secure structures - they are learning about balance, foundations etc. (Spatial skills).
3. Shapes - they are learning about geometry.
4. Colors - differentiate objects.
5. Social skills - they are learning how to share and take turns.
6. Communication - how to explain to their friends and parent what they are doing.

These are just a few of the things that could be happening in your child's mind as they play with blocks.

Think about the many play activities your child does all day long. They are learning many things from these activities.

Children do not need expensive toys to play with, to learn. Children love to play with empty boxes, pots and pans, building forts with chairs and cushions. Children have the ability to turn almost anything into a play activity.

It is important to remember that children like to and need to play with their parents. This is a message that we are trying to make with the calendar.

Parents - Play - Child Development

- While parents are very busy adults and find it hard to find time to play with their children, it is important to try.
- When parents play with their children they can help not only their child to develop their emerging skills but it also brings enjoyment to both.
- When parents provide children with encouragement their child will continue to try to achieve their task, and the smile from the parent when the child is able to complete the task at hand will help them to feel proud of their accomplishment
- Having good times with the child helps to build a strong relationship with him or her. It is from the foundation of this relationship that the child will go forth and develop other relationships with adults and children.

- Younger children need to play with their parents for a longer period of time. As the child gets older they are more able to play on their own with their friends.
- Many parents have a sense of how children develop but may not be aware of the specifics of development, for 3 reasons. First, often parents think that children should be able to achieve tasks which are actually well beyond their actual age level and they might become quite angry and assume that the child is misbehaving and not listening. Actually, they are expecting too much and when parents are aware of the developmental stages of children they can understand better how to parent.
- Secondly, that child development knowledge is important is that parents can assist their child in simple ways by offering age appropriate encouragement to meet their developmental goals to develop this milestone.
- Lastly, if parents are aware of how and when children develop certain skills they will be able to determine if their child is developing properly and with this knowledge they can provide appropriate supports to help their child.
- Knowing that the earlier the child receives these supports the better the chances are that their child will overcome these delays. parent needs to know this and expect it. With this knowledge the parent can plan for the regression, offering support and guidance to the child so they can again move along their path towards their ultimate goals.

Here are some things parents must remember when playing with their child:

1. Be on your child's level - Both physically and mentally. Eye-to-eye contact and non-verbal communication are of vital importance.
2. Follow your child's lead - Children usually know how they like to play. If you take over, your child may lose interest. If you follow their lead and play the way they like, the play will last longer and they will feel good about it.
3. Children need encouragement - When you play with your child it develop into a positive experience for both of you, helping to develop a positive relationship.
4. Match your child's ability to the play - It is good to offer your child challenges in their play, but it is important not to offer them challenges which are developmentally too advanced. This will frustrate the child and quickly end the play and thereby making your child feel inadequate.

Emotional Skills

Through Play children,

- build a sense of self & self-identity
- explore & work out their feelings
- learn to deal with frustration & anxiety

Language Skills

During play, children learn

- by listening , how words sound
- how words go together as sentences
- by practicing using sounds & words
- by communicating – through sentences & expressions

Social Skills

As children play, they

- figure out acceptable & effective behaviour
- learn to make friends & build trust
- learn to resolve conflict & get along
- appreciate company of others

POWER OF PLAY

Thinking Skills

While at play, children

- learn how to think & make connections
- take in information & organise it
- develop problem solving skills

Physical Skills

In play, children

- develop small & large motor skills
- learn what their body can do
- gain strength & balance
- develop coordination

Some child development points shown in each Stage:

Heads-Up Stage (Birth-2 mths): Emphasizing bonding between parent and child.

Emphasize is on eye to eye contact between mother and child. At this stage the baby memorizes her parents' faces. A very important bond is forming between parent and child. The parent who talks and laughs with her baby, while holding her securely, will increase the depth of this bond.

Looker Stage (2-5 mths): Providing stimulation to all the senses of the child.

The baby uses all of his senses (taste, touch, sight, hearing, smell) to absorb information about his world. The parent who provides activities that stimulate all the different senses will provide her child with an advantage. The mother can either surround the baby with stimulation, e.g. mobiles, pictures, or carry him around and expose him to a variety of situations. When a baby is carried, more of his senses are stimulated, so more learning occurs. He also feels secure because he is close to the parent.

Sitter-Crawler Stage (5-8 mths): Giving opportunities to explore and acquire skills in daily activities.

The baby is beginning to acquire the skills which will help him to master his world. He is learning to let go; he is learning to get something out of reach; he is learning that his mother does not disappear when she is out of sight. If the parent imitates his babbling, he will try to 'talk' more. Opportunities for practice are very important. Because of his newly acquired mobility, safety measures need to be introduced.

Crawler Stage (8-13 mths): Recognizing cause and effect.

This is the 'What happens if ...' stage. To find out, the baby bangs, throws, drops and so forth. She can find a hidden toy but she needs to have a plan to get it. (A plan is the first evidence of reasoning and thinking skills.)

The parent who allows her child to explore, will help her to become a creative problem-solver. Punishment or failure to provide opportunities for exploration may destroy her incentive for learning.

The Walker Stage (13-18 mths): Exploring environment and the parent making it conducive active exploration by the child.

The Walker is the beginner scientist. He loves to imitate what adults do. He watches carefully; he tries it; he practices. All the while, he is learning important concepts: the meanings of 'in' and 'out'; 'up' and 'down'. Or he is beginning to classify: 'my socks'; 'my shoes'. As the child approaches 18 months he can manage to handle smaller objects. He is not, however, very skilled and will be easily frustrated. The parent who comforts him will ease the tension, and give an 'I care' message that will help anger to subside. He becomes very active in his exploration, and parents will need to use their 'patience' skills.

The Doer Stage (18-24 mths): Understanding the world around and learning simple concepts.

The toddler's ability to understand the world is increasing rapidly. The parent can help her to understand concepts such as 'big and little', 'large and small' by playing with her simple games - moving objects etc. and, slowly introducing variety and different colors. The child learns the different properties of materials such as sponges, metals and wood.

The 'Doer' child wants to do things himself - especially dress - but cannot. If he is permitted to do what is easy, such as taking off socks or trousers, he will gain some sense of satisfaction. This is not always easily achieved at this stage.

The Tester Period (2-3 yrs.): Mastering various skills through various structured activities in daily routine.

At this stage the child loves to experiment on his own while keeping an eye on what others are doing (parallel play).

This is a time of great development. He will learn hundreds of words. Some children will be able to count 1-2-3; they will be able to understand sequences: They begin to learn shapes and sizes - all preliminary to learning mathematics. They still love hidden objects and peek-a-boo games. They learn to focus and watch carefully and guess what is there - preliminary to learning to read.

The 'terrible twos' are so classified because the child wants to be independent, but does not have the skills. He can become very frustrated. A gradual building of competence from birth onward may help make this a less frustrating period. However, some children will be more unpredictable and difficult than others. Patience is a necessary parenting virtue. Structured routines, with lots of interesting and varied activities will help the child. Children have a burning desire to learn. We need to provide the opportunities.

LEARNING THROUGH PLAY CALENDAR 3-6 YRS

The Calendar "Learning through Play" provides a variety of play activities for the parent/caregiver to share with child, 3 to 6 years of age.

It is based on the results of research that, "children who experience a variety of stimulating activities have a greater chance for success in school and in life" and that, "play helps child learn new skills, build confidence and develop healthy relationships."

The Calendar:

- is for every day use to find play activities that are fun and which encourage learning.
- describes the play activities for each age level, through six stages, from 3 to 6 years.
- Presents the play activities at every age level, relevant to each of the five developmental areas, namely, sense of self, physical growth (motor activities gross and fine), relationship building, understanding (cognition) and communication (receptive and expressive language).
- gives equal importance to each of the developmental areas.
- is a guide to the parent/caregiver to bring out the full potential of the child through play activities by indicating for each age group, the activities the child performs in the relevant 5 areas of development.:

Sense of Self	Physical	Relationship	understanding
Communication	Each area is as important as the other		

and together they contribute to the holistic development of the child.

- Sense of Self** helping child learn about himself and his feelings so that he becomes comfortable with himself and the parent/caregiver.
- Physical** assisting child in learning to coordinate body movements when performing gross motor activities such as climbing, or fine motor activities such as drawing and Learning to control the way our body moves to help us improve all our Physical skills.
- Relationships** guiding the child to build relationships with family members and others towards developing a sense of security).
- Understanding** stirring the curiosity of the child to discover and learn how things work and thereby helping him expand his knowledge and sharpen his understanding.
- Communication** training the child to listen attentively, understand clearly and express thoughts/ideas/feelings specifically, thereby helping child to connect and communicate easily with the world around.

CHILD DEVELOPMENT FROM THREE TO SIX

All children develop in a very unique manner but there are common stages which all children pass through. Many parents have a sense of how children develop but may not be aware of the specifics of child development. With the help and support of the "Learning through Play" Calendar parents will understand better the specifics of child development.

First, parents often have greater expectations of their children's ability than is actually the case. For instance, a parent may provide their three-year-old child with a 20 piece puzzle and expect her to complete the task. When the child is unable to do so it may cause a great deal of frustration for both the child and parent. In the extreme case this could result in abusive behaviour on the part of the parent. In a less extreme situation this could result in the child feeling inadequate. When parents are aware of the developmental stages of their child they can provide age appropriate activities, which have been shown in the Calendar through the pictures and help the child attain appropriate developmental milestones.

In the calendar you will notice that each age group is divided into "Younger" and "Older" sections. We know that children vary in the rates at which they achieve tasks. This allows the flexibility for us to remain on the same page until the child is developmentally ready to move on, rather than moving to the next page simply due to the child's chronological age.

The second reason that knowledge of child development is important is so parents can assist their child in meeting their developmental goals. For instance, if parents understand that it is important to provide their child with creative activities when they are young, they will be helping them to develop their fine motor skills. We know that this is necessary for the child to later develop writing skills. In simple ways parents can help their child to develop in a healthy manner by offering age appropriate encouragement they require.

Lastly, if parents are aware of how and when children develop certain skills they will be able to determine if their child is developing properly. Parents who have knowledge regarding communication development, for example, will become concerned if their three year old child is not speaking clearly using 3 or 4 word sentences. With this knowledge parents can find the appropriate supports to help them meet their child's needs.

The calendar helps both teachers and parents what 'normal' child development looks like and how they can stimulate the child so they can develop in a healthy-holistic manner.

Delays will occur when the child is ill or stressed and these are normal and the parents need to know and expect it. With this knowledge the parent can plan for the regression, offering support and guidance to the child so they can again move along their path towards their ultimate goals.

Children develop in many areas. The Calendar has been divided into five developmental areas, Sense of Self, Physical, Relationships, Understanding and Communication.

The definitions of each area is outlined on page 2 of the calendar as simply and accurately as possible.

The areas which seem to require the most thought by parents are Sense of self and Relationships, while Physical, Understanding (cognitive) and Communication (language) are given more importance, it is important to understand that each area of development is equally important and all areas need to be stimulated.

Another important aspect of the calendar is that it enables parents to not only become aware of the developmental milestones of their child's development, but also understand HOW they can stimulate the development and WHY it is so important. The WHY of each activity is clearly explained in the words of the child in the Calendar messages. For eg. When parents understand how cutting and pasting will help their child to develop other skills necessary to succeed in school, they will provide those opportunities for their children.

There are some specific developmental stages which occur during 3-6 years which are highlight in the calendar.

1. It is during this period of time when children begin to be exposed to more influences outside the home. They may begin a Tiny Tots program, Nursery School or Kindergarten. It is important that parents help the child to deal with these separations in a growth producing manner. Some children need more support than others in this process.
2. Friends begin to take on more of a role in a child's life. Again children will need their parents help to develop these friendships and the skills necessary to help them to become a good friend, such as, sharing and expressing their feelings in a positive manner. This includes the child's relationship with their brothers and sisters.
3. Children are naturally curious about their body, the body of the opposite sex and about how babies are made. They should be allowed to feel as comfortable about this part of their development as any other and these points of the sexual development of children are brought into the Calendar in the most natural manner.
4. Some common child management issues which occur at this age have been dealt with and parents will need to think more fully regarding dealing with these issues.
5. A variety of outdoor pictures in the calendar have been shown, indicating the connection between going outside and expelling the incredible amount of energy that children of this age seem to possess. This would encourage parents to take their children outdoors as much as possible.