

બાળકના સર્વાંગી વિકાસને સમર્પિત શૈક્ષણિક સામયિક

ISSN: 2584-1777

# બાળવિશ્વ

વર્ષ-૧૩, અંક-૦૨, ફેબ્રુઆરી - ૨૦૨૫, કિંમત : ₹ ૫૦/-

પૃષ્ઠ ૬૪ + ૪ = ૬૮

## સમાવેશી શિક્ષણ

વિશેષતાથી દિવ્યાંગતાના શિક્ષણ માટે એક કદમ



તંત્રી: ડૉ. નીલેશ પંડ્યા

સંપાદક: ડૉ. કૃષ્ણાલ પંચાલ

## નોખા માણસોની અનોખી વાત

- ભાવનાબેન ઝ. પટેલ  
શિક્ષક, મોટા ચિલોડા, ગાંધીનગર.  
મો. ૯૪૨૬૮૪૫૭૯



લૂઈ બ્રેઈલ

અંધજનો માટે વાંચવા-લખવાની સ્પર્શ-પદ્ધતિની લિપિના ફ્રાન્સના અંધ શોધક. તેઓ તેમના પિતાના જીન બનાવવાના વર્કશોપમાં રમતી વેળાએ મોચીકામનો સોયો આકસ્મિક રીતે પોતાની આંખોમાં પેસી જવાથી 3 વર્ષની નાની વયે જ તદ્દન અંધ બનેલા. તેમના પિતાએ તેમને 10 વર્ષની ઉંમરે પેરિસની નાનાં અંધ બાળકો માટેની રાષ્ટ્રીય સંસ્થામાં દાખલ કરાવ્યા. તેમાંથી તેઓ સ્નાતક થયા અને એ જ સંસ્થામાં પ્રોફેસર નિમાયા (1826).

આ સંસ્થામાં 'કોસ્ટ ટ્રિવગ' પદ્ધતિથી અંધ બાળકોને બારાખડી, શીખવવામાં આવતી હતી. પણ આ પદ્ધતિ વધુ લાભદાયી ન હોવાથી તેમણે અંધજનોના અંધકારમાં પ્રકાશ ફેલાવે તેવી પદ્ધતિ શોધી કાઢવા ઘણા પ્રયોગો કર્યા, છતાં તેમને જોઈએ તેવી સફળતા ન મળી. એક રાત્રે ફ્રેન્ચ લશ્કરના કેપ્ટને તેમને રાત્રિ-લખાણ વિશે વાત કરી. યુદ્ધમાં રાત્રે ભયજનક પ્રકાશ થાય ત્યારે એક મથક પરથી બીજા મથકે જાડા કાગળ પર ટપકાં ઉપસાવીને કરેલાં સંકેતચિહ્નો વડે સંદેશ પહોંચાડવામાં આવતા. બ્રેઈલે આના પર ઊંડો વિચાર કર્યો અને 1829માં સંકેતો ઉપસાવવા માર્ગદર્શક તરીકે વાપરવામાં આવતી 6 ટપકાંવાળી સ્લેટની નવતર લિપિ શોધી કાઢી. તે લિપિ સમગ્ર વિશ્વમાં 'બ્રેઈલ લિપિ' તરીકે આજે પણ જાણીતી છે. તેના વડે અનેક અંધજનો લખતા-વાંચતા થયા છે.



સ્ટીફન હોકિંગ

સ્ટીફન હોકિંગ એક અંગ્રેજી સૈદ્ધાંતિક ભૌતિકશાસ્ત્રી હતા જેનો જન્મ 8 જાન્યુઆરી, 1942ના રોજ ઓક્સફોર્ડ, ઈંગ્લેન્ડમાં થયો હતો અને તેમનું નિધન 14 માર્ચ, 2018ના રોજ કેમ્બ્રિજમાં થયું હતું. 1963માં સ્ટીફન હોકિંગ જ્યારે ફક્ત 21 વર્ષના હતા, ત્યારે તેમને Amyotrophic Lateral Sclerosis (ALS) નામની બીમારી થઈ ગઈ હતી. આ બીમારીના કારણે તેમનાં મોટાભાગનાં અંગોએ ધીમે-ધીમે કામ કરવાનું બંધ કરી દીધું હતું. આ બીમારીથી પીડિત લોકો સામાન્ય રીતે 2થી 5 વર્ષ સુધી જ જીવતા રહી શકે છે. પરંતુ તેઓ દાયકાઓ સુધી જીવ્યા. તેઓ બ્લેક હોલ અને સૈદ્ધાંતિક ભૌતિકશાસ્ત્ર પરના તેમના કામ માટે પ્રખ્યાત છે, ખાસ કરીને તેમની થિયરી કે બ્લેક હોલ સબએટોમિક કણોનું ઉત્સર્જન કરે છે, જ્યાં સુધી તેઓ વિસ્ફોટ ન થાય ત્યાં સુધી. જેને હવે હોકિંગ રેડિયેશન તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, આ સિદ્ધાંત સાપેક્ષતા અને ક્વોન્ટમ મિકેનિક્સના સિદ્ધાંતોને જોડે છે.

હોકિંગ કેમ્બ્રિજ ખાતે ગણિતના લુકેસિયન પ્રોફેસરશિપ સહિત પ્રતિષ્ઠિત હોદ્દા પર હતા, જે એક સમયે આઈઝેક ન્યૂટન દ્વારા રાખવામાં આવેલ હતું. તેમણે રોયલ સોસાયટીના ફેલો તરીકે ચૂંટાયા અને યુએસ પ્રેસિડેન્શિયલ મેડલ ઓફ ફ્રીડમ પ્રાપ્ત કરવા જેવાં અસંખ્ય સન્માનો પ્રાપ્ત કર્યા. તેમણે ઘણા પ્રભાવશાળી પુસ્તકો લખ્યા, જેમાં બેસ્ટ-સેલર અ બ્રીફ હિસ્ટ્રી ઓફ ટાઈમ (1988)નો સમાવેશ થાય છે, જેણે વ્યાપક પ્રેક્ષકો સુધી જટિલ વૈજ્ઞાનિક ખ્યાલો લાવ્યા હતા.

# બાળવિશ્વ

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી

વર્ષ : ૧૩, અંક : ૦૨  
ફેબ્રુઆરી, ૨૦૨૫

તંત્રી

ડૉ. નીલેશ પંડ્યા

નિયામક, સેન્ટર ઓફ ટ્રેનિંગ  
ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી

સંપાદક

ડૉ. કૃષ્ણાલ પંચાલ

એસ્ટાબ્લિશમેન્ટ બ્રાંચ હેડ,  
ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી

સંપાદક મંડળ

ડૉ. નીતિન પેથાણી

ડૉ. મહેન્દ્ર ચોટલિયા

ડૉ. ટી. એસ. જોશી

ડૉ. નીલેશ પંડ્યા

ડિઝાઇન અને ટાઇપ સેટિંગ

દિગ્વિજયસિંહ વાઘેલા

Printed & Published by :

Dr. Nilesh Pandya on behalf of  
Children's Research University,  
Subhashchandra Bose Shikshan Sankul,  
Sector - 20, Gandhinagar

પત્રવ્યવહારનું સરનામું

ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી

સુભાષચંદ્ર બોઝ શિક્ષણ સંકુલ,  
સેક્ટર-૨૦, ગાંધીનગર - ૩૮૨ ૦૨૧  
ફોન: ૦૭૯ - ૨૩૨૪૪૫૭૬, ૨૩૨૪૪૫૬૯  
ઈ-મેલ : balvishva@cugujarat.ac.in  
વેબસાઈટ : www.cugujarat.ac.in



@crugandhinagar

## આ અંકમાં વાંચીશું...



સમાવેશી શિક્ષણ

સંપાદકીય	૦૨	વિશિષ્ટ બાળકોના વિકાસમાં	૩૫
- ડૉ. કૃષ્ણાલ પંચાલ		પરિવારની ભૂમિકા:	- સ્વાતી લાલવાણી
સમાવેશી શાળામાં વિશિષ્ટ અને	૦૩	વિશિષ્ટ બાળક અને તેના માટેના	૩૭
દિવ્યાંગ બાળકોનું શિક્ષણ - ડૉ. મનહર ઠાકર		ખાસ રમકડાં	- દિવ્યા બી. મહેતા
જાતિગત પૂર્વગ્રહો અને સમાવેશી	૦૭	વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી	૪૦
શિક્ષણ - ડૉ. જિજ્ઞાસા ચાવડા		ફિલ્મો	- જિયા પંડ્યા
અપવાદરૂપ બાળકોનો ખ્યાલ અને	૧૦	પરિવાર પ્રેમ : એક ઔષધ	૪૩
જરૂરિયાતો - ડૉ. મગનલાલ એસ. મોલિયા			- સાગર એ. ગાંધી
સમાવેશી શિક્ષણ : બાળકની	૧૪	વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી	૪૪
વિશિષ્ટતાનો વિલપાવર - મિતલ પટેલ		શૈક્ષણિક ટેકનોલોજી	- આરતીબેન ઠાકોર
બધિર બાળકોની સમસ્યા ઉકેલમાં	૧૬	અધ્યયન અક્ષમતાના પ્રકાર :	૪૬
માતાપિતાની ભૂમિકા - ડૉ. ઓધારભાઈ દેસાઈ		જરૂરિયાત અને પડકારો	
સમાવેશી શિક્ષણમાં કળા : વાલી અને	૧૮	- ડૉ. દિલીપ શર્મા, - ડૉ. નયન પરમાર	
શિક્ષકની ભૂમિકા - જયદેવ જી. ધાધિયા		શારીરિક ખોડખાંપણ : જરૂરિયાત	૪૯
વિશિષ્ટ બાળક માટે ઘરમાં ઉપયોગી	૨૦	અને પડકારો - ડૉ. શિલ્પા એમ. વાળા	
સાધનો અને સાહિત્ય - શમીમ મર્યન્ટ		દિવ્યાંગતા અટકાવવામાં	૫૧
પ્રથમ જવાબદાર કોણ?	૨૩	માતા-પિતાની ભૂમિકા - ડૉ. રીનાબા રાઓલ	
- ગિરા પિનાકીન ભટ્ટ		બૌદ્ધિક અક્ષમ બાળકોની જરૂરિયાતો	૫૩
મનોદિવ્યાંગ બાળકો અને	૨૬	અને પડકારો - ડૉ. મનીષા એચ. લાખાણી	
રમત સારવાર - ડૉ. દીપ્તિ એન. ત્રિવેદી		સમાવેશી શિક્ષણમાં એક સફળ	૫૫
પ્રતિભાશાળી અને તેજસ્વી બાળક	૨૯	શિક્ષકની ભૂમિકા - રમણ પટેલિયા	
વિષે માન્યતા અને વાસ્તવિકતા		બાળકની વિશિષ્ટતાનાં વિશેષણોને	૫૯
- ડૉ. રાજેન્દ્રકુમાર બી. પંડ્યા		ઓળખો - સ્નેહલ ડી. કાછડીયા	
- કૃષ્ણાલકુમાર ઠક્કર		વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી	૬૨
આર્ટ થેરાપી : સર્જનાત્મકતા દ્વારા	૩૨	ફિલ્મો - વૈશાલીબેન ટી. પંચાલ	
શૈક્ષણિક વિકાસ - અશોકકુમાર પ્રજાપતિ		'બાળવિશ્વ' વિશે	૬૪



બાળવિશ્વનું વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૫૦૦/-  
ઑનલાઈન ભરવા માટે QR Code સ્કેન કરો.



રાષ્ટ્રીય શિક્ષણનીતિ 2020ના છઠ્ઠા પ્રકરણમાં સમાન અને સર્વ સમાવેશી શિક્ષણને મહત્વ આપવામાં આવ્યું છે, જે અંતર્ગત શિક્ષણમાં કોઈ પણ પ્રકારની અસમાનતા ન રહે તે માટે જોગવાઈ કરવામાં આવી છે. ખાસ કરીને શાળાઓમાં બાળકોની વિશેષ જરૂરિયાતોને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે. દિવ્યાંગ વ્યક્તિઓ સાથેનો અધિકાર અધિનિયમ 2016 એ સમાવિષ્ટ શિક્ષણને એક શિક્ષણ પ્રણાલી તરીકે વ્યાખ્યાયિત કરે છે, ત્યારે આપણી શાળાઓ અને શિક્ષકોને સમાવેશી શિક્ષણ અંગે વધુ માર્ગદર્શન મળે તેવો પ્રયાસ અહીં કરવામાં આવ્યો છે.

સમાવેશી શિક્ષણ એટલે કે કોઈ પણ બાળક, પછી તે કોઈ પણ જાતિ, ધર્મ, વર્ગ અથવા શારીરિક કે માનસિક ક્ષમતા ધરાવતું હોય, તેને શિક્ષણ મેળવવાનો અધિકાર છે. ઘણીવાર આપણે એવું જોઈએ છીએ કે દિવ્યાંગ બાળકો અથવા તો સામાજિક અને આર્થિક રીતે પછાત બાળકોને શિક્ષણ મેળવવામાં ઘણી મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવો પડે છે. સમાવેશી શિક્ષણનો મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય એ છે કે આવાં બાળકોને શિક્ષણની મુખ્ય ધારામાં લાવવાં અને તેમને અન્ય બાળકોની જેમ સમાન તકો આપવી. સમાવેશી શિક્ષણ માત્ર દિવ્યાંગ બાળકો માટે જ નથી, પરંતુ તે દરેક એવા બાળક માટે છે જે કોઈ પણ કારણસર શિક્ષણથી વંચિત રહી જાય છે. સમાવેશી શિક્ષણ એક પડકાર છે, કારણ કે તેના માટે આપણે શિક્ષકોને વિશેષ તાલીમ આપવી પડશે, માતાપિતાએ આ અંગે વિશેષ સમજણ કેળવવી પડશે. શાળાઓમાં જરૂરી સુવિધાઓ ઊભી કરવી પડશે અને સમાજમાં જાગૃતિ લાવવી પડશે. પરંતુ આ પડકારને ઝીલવા માટે આપણે તૈયાર રહેવું પડશે, કારણ કે સમાવેશી શિક્ષણ એ હવે આપણું અભિન્ન અંગ છે. સમાવેશી શિક્ષણ એક તક પણ છે, કારણ કે તે આપણને એક એવા સમાજનું નિર્માણ કરવામાં મદદ કરે છે જે સર્વગ્રાહી હોય અને જેમાં દરેક વ્યક્તિને સમાન તકો મળે. જ્યારે દરેક બાળકને શિક્ષણ મેળવવાની તક મળશે, ત્યારે તેઓ પોતાનાં સપનાં સાર્થક કરી શકશે અને દેશના વિકાસમાં પોતાનું યોગદાન આપી શકશે.

પ્રસ્તુત અંકમાં બાળકની વિશિષ્ટતા, તે માટેનું શિક્ષણ, માતાપિતાની ભૂમિકા, પડકારો, રમતગમત સારવાર, કલા શિક્ષણ, સમાવેશી શિક્ષણ સંદર્ભે ઉપયોગી ફિલ્મો, વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી ટેકનોલોજી વગેરે વિષયોની સુંદર છણાવટ કરવામાં આવી છે. આ વિશેષાંક દ્વારા સમાવેશી શિક્ષણના મહત્ત્વને ઉજાગર કરવાનો અહીં પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છે. અમને આશા છે કે આ વિશેષાંક તમામ વાચકોને સમાવેશી શિક્ષણ વિશે વધુ જાણવામાં અને સમજવામાં મદદ કરશે. આપણે સૌ સાથે મળીને સમાવેશી શિક્ષણના લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરીએ અને એક એવા સમાજનું નિર્માણ કરીએ જેમાં કોઈ પણ બાળક શિક્ષણથી વંચિત ન રહે.

બાલ દેવો ભવ

# સમાવેશી શાળામાં વિશિષ્ટ અને દિવ્યાંગ બાળકોનું શિક્ષણ



- ડૉ. મનહર ઠાકર  
પૂર્વ પ્રિન્સિપાલ, સંઘવી શિક્ષણ  
મહાવિદ્યાલય, ભાવનગર  
મો. ૯૪૨૬૮૫૧૨૯૦

સમાવેશી શાળામાં સામાન્ય વિદ્યાર્થીઓની વચ્ચે રહીને વિશેષતાથી દિવ્યાંગતા સુધીના, અભ્યાસ કરતા વિશિષ્ટ જરૂરિયાતવાળાં બાળકો માટે કોઈ વિશિષ્ટ શિક્ષણની પદ્ધતિની અજમાયશ કરવાની જરૂરિયાત છે. સામાન્ય વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ જ આ વિદ્યાર્થીઓની જરૂરિયાત મુજબની પ્રયુક્તિઓ આપણે શિક્ષણમાં પ્રયોગવાની જરૂરી છે. જરૂરિયાત મુજબના સુધારા કરી સમાવેશી શાળાઓ પોતાનું શિક્ષણનું માળખું યોગ્ય રીતે તૈયાર કરી શકે છે. તે માટેના કેટલાક વિચારો અત્રે પ્રસ્તુત છે.

## બહુવિધ વિકલાંગતા

આ પ્રકારની ખામી ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ માટે વધારાનો સમય, પૂરતી જગ્યાએ યોગ્ય બેઠક વ્યવસ્થા, જરૂરિયાત મુજબનું ફર્નિચર વગેરે જેવી વિવિધ સામગ્રીઓ પૂરી પાડવી જોઈએ. તેવાં બાળકો માટે આરામ કરવાની વ્યવસ્થાની સુવિધા જરૂરિયાત મુજબ કરવી પડે. એમના શિક્ષણની પૂરેપૂરી વ્યવસ્થા કરવી જરૂરી છે.

## હલનચલનની ખામીવાળાં બાળકો

આ પ્રકારની ક્ષતિ ધરાવતાં બાળકો માટેની શિક્ષણ વ્યવસ્થામાં વિદ્યાર્થીઓ સરળતાથી શિક્ષણના સ્થળ સુધી પહોંચે તેની વ્યવસ્થા કરવી જરૂર જણાય છે. તેમને વધારાનો સમય આપી શકાય. આવાં બાળકોનું શિક્ષણ કરતી વખતે તેમની ખામીની બાબતનું વિશેષ ધ્યાન રાખવું. તેમને હલનચલનની ખામીને કારણે કોઈ અન્યાય ન થાય તે પણ જોવાનું છે.

## મગજનો લકવા હોય તેવાં બાળકો

આ પ્રકારના બાળકોને શિક્ષણ આપવા માટે આવાં બાળકોની યોગ્ય બેઠક વ્યવસ્થા ગોઠવવી જરૂરી બને છે. તેમના માટે વધારાનો સમય આપવો. જરૂર જણાય તો

ચિત્ર કે આકારવાળાં સાધનોને સ્થાને વૈકલ્પિક સાધનો શિક્ષણ માટે વાપરવાં જોઈએ. કમ્પ્યુટર અને કોમ્યુનિકેશન બોર્ડ જેવાં સાધનોનો ઉપયોગ કરી શકાય. પેન્સિલ ગ્રીપ કે વેજ ફાયરમાં લાકડાના ટુકડા જેવી સહાયક સામગ્રી પૂરી પાડી શકાય. તેમને જરૂરિયાત મુજબ શિક્ષણની સુવિધા આપવી. લેખન માટે જાડો કાગળ હોય તેથી આવાં બાળકો વડે લખાતા અક્ષર લેખનથી કાગળ ફાટી ન જાય. એટલે એવો જાડો કાગળ આપવો.

## માનસિક ખામી ધરાવતાં બાળકો

આ પ્રકારની ખામીવાળાં બાળકો માટે પણ શિક્ષણની ભાષા સરળતાથી સમજે તેવી રાખવી. વાસ્તવિક ઉંમર નહીં પરંતુ તેમની સમજણ શક્તિ મુજબ તેમની સામે શિક્ષણની કઠિનતા કે સરળતાનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. જરૂરિયાત મુજબ તેમના માટે વધારાનો સમય આપવો કે આરામનો સમય આપી શકાય. શિક્ષણમાં લવચીકતા લાવીને જરૂર પડે શિક્ષણ દરમિયાન પ્રેસકાર્ડ, લેખિત સામગ્રી જેવાં સાધનોનો ઉપયોગ કરી શકાય. આ ઉપરાંત વિદ્યાર્થીઓને લેખન વખતે વિરામચિહ્નો, જોડણી, વ્યાકરણ જેવા મુદ્દાઓ તથા ગણન માટે અંકજ્ઞાનની મણકાઘોડી તથા અક્ષરજ્ઞાન માટે મૂળાક્ષરોનાં સાંકેતિક ચિત્રો વગેરે માટે ચોક્કસ પ્રકારની સમજ આપવા માટેની વ્યવસ્થા ગોઠવવી જોઈએ. આમ ચિત્રાત્મક રજૂઆત વડે પણ વિદ્યાર્થીઓને શિક્ષણ આપી શકાય. વિદ્યાર્થીઓનું મૌખિક પ્રત્યાયન કરવા માટે ચિત્રો, આકૃતિ, આકાર વગેરેનો ઉપયોગ કરી શકાય. વિદ્યાર્થીઓને ટેપરેકોર્ડર પણ સંભળાવી શકાય. જો વિદ્યાર્થીઓ ચોક્કસ જવાબ ન આપી શકે તો એમના જવાબ રેકોર્ડ કરી તેનો સુધારો કરી શકાય. વિદ્યાર્થીઓને કમ્પ્યુટર પર લખવાની છૂટ આપી શકાય.

## બ્રેઇલ લિપિ કે લહિયાનો ઉપયોગ કરતા વિદ્યાર્થીઓ

આવા વિદ્યાર્થીઓ માટે વધારાનો સમય આપવો જોઈએ. બ્રેઇલ લિપિનો ઉપયોગ કરતા વિદ્યાર્થીઓને થાક લાગે તેથી અને વચ્ચે આરામ કરવાનો સમય આપવો જોઈએ. ટેપરેકોર્ડરના ઉપયોગ સાથે શિક્ષણ કાર્ય કરતા વિદ્યાર્થીઓ માટે ઘોંઘાટ સિવાયની અલગ વ્યવસ્થા ગોઠવવી જોઈએ. જરૂર જણાય ત્યારે ચિત્રો કે આકારો સાથે એમનું શિક્ષણ થાય અને એમાં ભૂલો ન પડે તેની કાળજી લેવી. વળી, તેમને ક્યો પ્રતિચાર આપવો તે બોલવાની લંબાઈ વગેરેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. આવાં વિશિષ્ટ બાળકોના શિક્ષણ માટે સમાવેશી શાળાએ જરૂરી તમામ બધાં જ સાધનો અને સામગ્રીનો ઉપયોગ કરવાની શિક્ષકોને પરવાનગી આપવી જોઈએ.

### સાંભળવાની ખામી ધરાવતાં બાળકો

આવાં બાળકો માટે સાદી ભાષામાં સરળ વાતો રજૂ કરવી જોઈએ. કારણ કે તેમને ભાષા સંપ્રાપ્તિની સમસ્યા પણ આ ખામીને લીધે આવે છે. તેમને ભાષાલેખન માટે ભૂલો થાય તો તેને સુધારવાની કાળજી લેવી જોઈએ. જરૂર જણાય તો તેમને વધારાનો સમય આપી શકાય. તેમની મૌખિક રજૂઆત વખતે તેમને સાંભળવાની ધીરજ રાખવી જોઈએ. ત્રિભાષાના સ્થાને વિદ્યાર્થીની સામે સ્થાનિક ભાષા કે સાઈન લેંગ્વેજનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. આ માટેની મૌખિક ચર્ચા બોર્ડ પર લખવી જોઈએ. વિદ્યાર્થીઓને જરૂરિયાત પ્રમાણે તે વધુ સમય આપી શકાય. તેમનો થાક ન લાગે તે ધ્યાનમાં રાખીને વિરામ પણ આપી શકાય. વિદ્યાર્થીઓની વ્યક્તિગત જરૂરિયાતોને ધ્યાનમાં રાખીને શિક્ષણ કાર્ય કરવું જોઈએ.

### દૃષ્ટિની ખામી ધરાવતાં બાળકો

આ પ્રકારની ખામી ધરાવતાં બાળકો માટે સામાન્ય રીતે બ્રેઇલ અથવા મોટા અક્ષરે પ્રિન્ટવાળી પ્રતોનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. અથવા લહિયાની સુવિધા આપી શકાય છે. તેમનું મગજ ક્રિયાશીલ હોય છે. તેનું માત્ર વાતચીત માટે સમર્થન હોવાનું બની શકે છે. તેથી અન્ય

કોઈ સામાન્ય બાળક સાથે વાત કરતા હોઈએ તે જ રીતે આ બાળકો સાથે વાતચીત કરવી જોઈએ. તેમની ઉંમરના સામાન્ય બાળકની જેમ તેમનો સ્વીકારવા કરવાથી તેમની પાસેથી સારો પ્રતિસાદ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. આમ વિશિષ્ટ બાળકો સાથે વાતચીત કરવા માટે પ્રત્યાયનનું કૌશલ્ય આવશ્યક છે. તેને યોગ્ય તાલીમ લઈ આ કૌશલ્ય શીખવી શકાય છે.

### સમાવેશી શાળામાં વિશિષ્ટ જરૂરિયાતવાળાં બાળકોનું શિક્ષણ

સમાવેશી શાળામાં વિશિષ્ટ જરૂરિયાતવાળા બાળકોના શિક્ષણની બાબત મહત્ત્વની છે. જ્યાં વિશેષતાથી દિવ્યાંગતાના શિક્ષણની હિમાયત કરવામાં આવી છે. જેમાં વિશિષ્ટ બાળકો, પ્રતિભાશાળી અને તેજસ્વી બાળકો, શૈક્ષણિક રીતે પછાત બાળકો, શારીરિક ખોડખાંપણવાળાં બાળકો, બૌદ્ધિક અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો, અધ્યયન અક્ષમતાવાળાં બાળકો, ગુનાહિત માનસ ધરાવતાં બાળકો, અપવાદરૂપ વર્તનો-કુટેવોવાળાં બાળકો વગેરે પ્રકારનાં બાળકોના શિક્ષણનો વિચાર કરવાનો થાય છે. આપણા દેશની રાષ્ટ્રીય કક્ષાના કાર્યક્રમ અને શિક્ષણ સંસ્થાઓના માધ્યમથી આ માટે ઘણું જ ચિંતન થયું છે. આજે સમગ્ર વિશ્વ સમાવેશી શિક્ષણ પર ભાર મૂકી રહ્યું છે ત્યારે આપણો દેશ એ બાબતમાં કઈ રીતે પાછળ હોઈ શકે ? સમગ્ર શિક્ષા અભિયાન અંતર્ગત વિશિષ્ટ જરૂરિયાતવાળાં બાળકોના શિક્ષણ માટેની માર્ગદર્શિકા પ્રકાશિત કરવામાં આવી છે. નેશનલ કાઉન્સિલ ઓફ એજ્યુકેશન રિસર્ચ એન્ડ ટ્રેનિંગ (NCERT) દ્વારા આવા બાળકો માટે સતત સર્વગ્રાહી શિક્ષણની ભલામણ કરવામાં આવી છે. સામાન્ય પ્રકારનાં બાળકોની સાથે રહીને અભ્યાસ કરતાં વિશિષ્ટ જરૂરિયાતવાળાં અને ખાસ કરીને દિવ્યાંગ બાળકોની શારીરિક અસમર્થતાને લીધે તેમનું શૈક્ષણિક પરિણામ ક્યાંય નીચું ન આવે એ માટે પ્રવર્તમાન શિક્ષણ પદ્ધતિ સાથે કેટલીક બાબતો ખાસ કરીને ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે. તે માટેની કેટલીક પદ્ધતિ- પ્રયુક્તિઓ અને અભિગમો અત્રે પ્રસ્તુત છે.

## ટેબ્લેટ કે મોબાઇલ અથવા વોઇસ આઉટપુટ

તેમાં વિદ્યાર્થીઓ માટે ટેબ્લેટ કે મોબાઇલની સ્ક્રીન પર તેઓ લખી શકે તેવી વ્યવસ્થા અથવા વોઇસ આઉટપુટ ઉપરનો ઉપયોગ કરી શકાય. આ ઉપકરણો પ્રત્યાયન માટે અસંખ્ય એપ્સ પૂરી પાડે છે. એકબીજાનો સંપર્ક સાધી શકે છે. સંદેશો મોકલાવી શકે છે. કેટલીક એપ્સ દ્વારા બાળકો શબ્દોને ટાઇપ કરીને વાતચીત કરી શકે છે. ચિત્રો ઉપરથી વાક્ય બનાવતાં શીખે છે. જ્યારે કેટલીક એપ્સ બાળકોને સામાજિક વ્યવસ્થામાં જોડતાં શીખવે છે.

## હાવભાવ પ્રયુક્તિ

હાવભાવ વિશિષ્ટ બાળકો સાથે વાતચીત કરવા માટે બિનમૌખિક માર્ગ છે. જે બાળકો શ્રવણની ખામી ધરાવે છે તેમના માટે આ માર્ગ ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. અમુક બાળકો બીજાં બાળકોના કે શિક્ષકના હાવભાવ નોટિસ નથી કરી શકતાં. બાળકો આ અંગે સભાન બને તેવા પ્રયાસો કરવા જોઈએ.

## સાંકેતિક ભાષા

સાંકેતિક ભાષા પણ હાવભાવની જેમ શબ્દોનો ઉપયોગ કર્યા વગર વાતચીત કરવા માટેનો એક માર્ગ છે સાંકેતિક ભાષા માત્ર બહેરા કે શ્રવણની સામાન્ય ખામીવાળાં બાળકો માટે ઉપયોગી છે, એવું નથી પરંતુ અમુક બધિર બાળકો માટે પણ આ ભાષાનો ઉપયોગ થઈ શકે છે. બાળકોમાં શબ્દો વાપરવાની અક્ષમતાને કારણે થતી હતાશા ને લાગણીઓને દૂર કરી અન્ય લોકો સાથે વાતચીત કરવા માટે સાંકેતિક ભાષા ખૂબ ઉપયોગી બને છે. મગજ વિકાસશીલ એવાં કેટલાંક વિશિષ્ટ બાળકો, જેના પ્રત્યાયન માટે વિશિષ્ટ જરૂરિયાતવાળાં બાળકો સાથે સ્પર્શનો ઉપયોગ કરી શકાય છે.

## કલા

કલાએ વિશિષ્ટ બાળકો માટે એક પણ શબ્દનો ઉપયોગ કર્યા વગર પોતાને અભિવ્યક્ત કરવા માટેનો સરળ માર્ગ છે. જે બાળકો બિનમૌખિક અથવા મૌખિક પ્રત્યાયનમાં મર્યાદિત છે. તેમને માટે આ એક સર્જનાત્મક અભિવ્યક્તિ છે. વિશિષ્ટ બાળકો કેટલાંક કાર્યો પૂર્ણ કરવા

માટે અક્ષમતા ધરાવતાં હોવાથી હતાશ બની જાય છે. કલા દ્વારા તેમને ઉત્સાહિત કરી શકાય છે. કલામાં નિષ્ફળ જવાની સંભાવના રહેતી નથી. જે અંદરની લાગણીને બહાર લાવવા માટેની તક પૂરી પાડે છે. વળી, કલા દ્વારા શારીરિક ક્ષમતાઓ વિકસાવી શકાય છે.

## શારીરિક હલનચલન

વિશિષ્ટ બાળકોને શીખવવામાં વધુ સમય લાગે છે. તેથી તેઓ પ્રત્યાયનમાં મુશ્કેલી અનુભવતા હોય છે. શાબ્દિક અભિવ્યક્તિમાં મુશ્કેલી અનુભવતા બાળકો માટે શારીરિક હલનચલન અભિવ્યક્તિનું એક માધ્યમ હોય છે. આવાં બાળકો કલા દ્વારા સંગીત અને શારીરિક હલનચલન વચ્ચે સાયુજ્ય સાધતાં શીખે છે. યોગ્ય સારી હલનચલન દ્વારા બાળકો પ્રત્યાયન કરી શકે છે.

## ટેકનોલોજી

વિશિષ્ટ જરૂરિયાતો ધરાવતાં બાળકોને વાતચીત કરાવવા માટે ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ પણ એક નવું જ માધ્યમ પૂરું પાડે છે. જે બાળકો અમૌખિક છે, બોલી શકતા નથી ; તેઓ ભાવાત્મક ડિરેક્શન અનુભવી શકે, સારી રીતે ગ્રહણ કરતાં થાય અથવા શીખવાની સમજ ધરાવતાં થાય તે માટે ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ કામિયાબ બને છે. બાળકોને વિશેષતાના સંદર્ભમાં જરૂરિયાતો જુદી જુદી હોવાની. ક્યારેક બાળક એક કરતાં વધુ અક્ષમતાઓ ધરાવી શકે છે. ખાસ જરૂરિયાતવાળાં બાળકો માટે શાળામાં વધારાની સહાય પૂરી પાડી શકાય તે માટેના ઉપચાર જરૂરી બને છે. ખાસ કરીને આવાં બાળકો માટે મૌખિક અભિવ્યક્તિ મર્યાદિત હોય છે. એવાં બાળકો સાથે વાતચીત કરવી એ પડકારરૂપ હોય છે.

## સંગીત કૌશલ્ય

સંગીત સમગ્ર વિશ્વમાં તમામ લોકો દ્વારા સમજી શકાય છે. સંગીત સમગ્ર વિશ્વમાં મહત્વનું સ્થાન ધરાવે છે. વિશિષ્ટ શક્તિવાળાં બાળકો તેના દ્વારા સારું પ્રત્યાયન કરી શકે છે. શિક્ષણની ખાસ જરૂરિયાતવાળાં કેટલાંક બાળકો અમૌખિક હોય છે. એટલે તેઓ સાવ સામાન્ય પ્રત્યાયન કરતાં હોય છે, જ્યારે અન્ય કે જે મૌખિક રીતે પ્રત્યાયન

સાધી શકે છે તે લોકો શાબ્દિક અભિવ્યક્તિ સારી રીતે કરી શકે છે. એટલે તેઓમાં સંગીત શિક્ષણ અને તેના વિકાસ માટે આધારતત્ત્વ પૂરું પાડે છે. અમૌખિક બાળકો માટે સંગીત અભિવ્યક્તિનો એક માર્ગ છે. શબ્દોનો ઉપયોગ કર્યા સિવાય અન્ય લોકો સાથે વાતચીત કરવા માટે સંગીત અગત્યનું સાધન છે. સંગીત વિશિષ્ટ બાળકોને ઉત્સાહિત કરવા માટે વાપરી શકાય છે.

### સ્પર્શ કૌશલ

જે બાળકો અંધ અથવા બહેરાં છે તેમની સાથે વાતચીત કરવા માટે સ્પર્શેન્દ્રિય પ્રવૃત્તિઓ ઉપયોગી છે. સ્પર્શ દ્વારા આવાં બાળકોને જે તે વસ્તુનો ખ્યાલ બંધાય છે. કારણ કે તેઓ વસ્તુના સ્પર્શ દ્વારા તેને અનુભવે છે. સ્પર્શ દ્વારા શારીરિક કુશળતા કેળવી શકાય છે. બાળકોમાં ઘણી વખત આ કુશળતાનો અભાવ જોવા મળે છે.

### વાલીઓ અને સમાવેશી શાળાનું સંકલન : એક અભિગમ

વાલીઓ શાળા સાથે ચર્ચા વિચારણા કે વિમર્શ કરવા માટે પ્રેરિત થાય તે માટે તેમનાં વિશેષતાથી દિવ્યાંગતાવાળાં પાલ્યોની સિદ્ધિને રૂબરૂ બિરદાવવી જોઈએ. જેથી કરીને તેમના બાળકમાં રહેલી ક્ષમતાનો ખ્યાલ આવે. શાળાએ પણ આવાં બાળકોના શિક્ષણમાં યોગદાન આપવા તથા વાલીઓની મિટિંગોમાં સમાવેશી શાળાની સિદ્ધિઓ વર્ણવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આ અભિગમ શાળા સાથે સંલગ્ન તમામને પ્રેરક પીઠબળ પૂરું પાડે છે.

### સમાવેશી શાળામાં ભાવાવરણ

સમાવેશી શાળા સમાજ માટે પડકારજનક કાર્ય છે. તેને પહોંચી વળવા માટે સક્રિયતાવાળા નિષ્ણાતો જ સહયોગ આપી શકે. તે માટે સમાજમાં દરેક વ્યક્તિના યોગદાનને બિરદાવી શકાય. સમાવેશી શાળાની સમસ્યાઓને નિવારવા માટેનાં સૂચનો સાંભળી શકાય. ઉત્તમ બાબતોને ધ્યાનમાં લઈ શકાય તે માટે વાલી મિટિંગ યોજાય. શાળાના ઉત્સવો જેવા કાર્યક્રમોનું આયોજન કરી સમાજમાં શાળાનું આદર્શ ભાવાવરણ ઊભું કરાય. જે

સમાવેશી શાળાના શિક્ષકો, વિદ્યાર્થીઓ, બિનશૈક્ષણિક કર્મચારીઓ અને વાલીઓમાં વિશ્વાસનું સર્જન કરે છે. આ ભાવાવરણ વિદ્યાર્થીઓને તથા શિક્ષકોને સલામતીની લાગણી સાથે પડકારોને આવકારવા માટે પ્રેરક બને છે. શાળાનું આદર્શ ભાવાવરણ વિદ્યાર્થીઓ માટે જરૂરી છે.

અસરકારક અને નવીન પ્રયુક્તિઓના વીડિયો આમાં ખૂબ જ મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. કૌશલ્યોના સંદર્ભે પ્રત્યાયનનાં વિશિષ્ટ કૌશલ્યોથી આ પ્રકારના બાળકોને વધુ રસ લેતાં કરી શકાય છે. વિશિષ્ટ બાળકોની જરૂરિયાતો અલગ પ્રકારની હોય છે.

તેઓ સામાન્ય બાળકો કરતાં સ્વાભાવિક રીતે વિશિષ્ટ જરૂરિયાતો ધરાવતાં હોય છે. ઉચ્ચ કક્ષાની પ્રતિભાઓ પણ તે બાળકોમાં હોય છે. સમાવેશી શિક્ષણ આપતી શાળાનું ભાવાવરણ ઊભું કરવા માટે શાળાના આચાર્યશ્રીએ વર્ગખંડની નિયમિત મુલાકાત લઈને વિદ્યાર્થીઓની જરૂરિયાતો અને સમસ્યાઓ જાણી લેવી જોઈએ.

વર્ગખંડની મુલાકાત માત્ર શિસ્ત માટે જ નહીં પરંતુ વિદ્યાર્થીને અપાતાં શિક્ષણની ગુણવત્તા તપાસવા માટે થાય એ મહત્ત્વનું છે.

ઉપરોક્ત બાબતોનું ધ્યાન રાખીશું તો બાળકોને સમાવેશી શાળામાં પરિવાર જેવું વાતાવરણ લાગશે. પ્રત્યેક બાળકને વિકાસની પૂરતી તકો મળવાને પરિણામે ઉત્તમ ભાવાવરણનું સર્જન થશે. સમાવેશી શાળા માટે ઉત્તમ પ્રકારના ભાવોનું સર્જન જરૂરી છે. વિદ્યાર્થીઓના અવાજને દબાવી ને દેવો.

સમાજ વિશે શાળા માટેના સદ્ભાવના નિર્માણ માટે વિદ્યાર્થીઓના અવાજને સ્વીકારવો જોઈએ. તેમને સાંભળવા જોઈએ. તેમને બોલવાની તક આપવી જોઈએ. સમાવેશી શાળામાં ખાસ કરીને વિદ્યાર્થીઓના મૌખિક અવાજના રૂપમાં જ નહીં પણ વિદ્યાર્થીઓ બોડીલેન્ગ્વેજના માધ્યમથી પોતાનો અવાજ વ્યક્ત કરે છે. જોકે બોડી લેન્ગ્વેજના આધારે રજૂ થતો વિદ્યાર્થીનો અવાજ વધુ તાદૃશ્ય અને વિશ્વસનીય કહેવાય છે.

# સમાજમાં છોકરા અને છોકરી વચ્ચેના જાતિગત પૂર્વગ્રહો અને સમાવેશી શિક્ષણ



- ડૉ. જિજ્ઞાસા યાવડા  
શ્રીમતી જે. જે. કુંડલિયા ગ્રેજ્યુએટ  
ટીચર્સ કોલેજ, સંત કબીર રોડ, રાજકોટ.  
મો. ૯૪૨૬૮૫૩૧૧૧

સમાજમાં જાતિગત છોકરા-છોકરીની કિશોર/તરુણાવસ્થાના વિદ્યાર્થીઓનાં શિક્ષણ અને કાર્યસ્થળ વિશે આપણે સમાવેશી શિક્ષણ સંદર્ભે જાણવું ખૂબ જ જરૂરી છે. તેમના માનસિક સ્વાસ્થ્ય, શિક્ષણ અને કાર્યસ્થળની સુખાકારી માટે અભ્યાસક્રમમાં જાતિગત સુરક્ષાને સ્થાન આપવું જરૂરી છે. કારણ કે આ બાબતો પરત્વે સમાજમાં પૂર્વગ્રહો પ્રવર્તે છે.

આ બાબતે સમાવેશી શિક્ષણના અભ્યાસક્રમમાં જાતિગત સુરક્ષાને સ્થાન આપીને તે અંગેના પૂર્વગ્રહો દૂર થાય તેવું શિક્ષણ આપવાનું થાય છે. તે માટે આપણા બંધારણમાં લિંગ સુરક્ષાને સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે. એટલે પ્રસ્તુત લેખ સમાજમાં છોકરા અને છોકરીઓ વચ્ચેના જાતિગત પૂર્વગ્રહો અને સમાવેશી શિક્ષણ સંદર્ભે વિચારો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

## સમાવેશી શિક્ષણના અભ્યાસક્રમમાં લિંગ સુરક્ષાને સ્થાન:

રાષ્ટ્રીય અભ્યાસક્રમ માળખું (National Curriculam Framework) દેશમાં અભ્યાસક્રમ, પાઠ્યપુસ્તકો, શિક્ષણ અને શીખવાની પદ્ધતિઓના માર્ગદર્શનનું કાર્ય કરે છે. ભારત હાલ NCF-2005 ના માળખાને અનુસરી રહ્યું છે, જે NCERT દ્વારા પ્રકાશિત કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં ગુણવત્તાયુક્ત શિક્ષણ માટે જાતીય સંવેદનશીલ અભ્યાસક્રમને મહત્વ આપવામાં આવ્યું છે. NEP-2020 એ સામાજિક અને આર્થિક રીતે વંચિત જૂથો (SEDGS) માટે શિક્ષણ સુનિશ્ચિત કરવા માટે “જેન્ડર ઈન્ફ્લુઅન્સ ફંડ” અને “સ્પેશિયલ એજ્યુકેશન ઝોન્સ” રજૂ કર્યા છે, જેમાં લિંગ, સામાજિક - સાંસ્કૃતિક અને ભૌગોલિક ઓળખ અને વિકલાંગતાનો સમાવેશ થાય છે.

સમાવેશી શાળામાં બાળકોના વિકાસ, સમસ્યાઓનું નિવારણ, રક્ષણ, સંભાળ અને સમર્થન માટેના શિક્ષણની જરૂર છે, જે માટેના અભ્યાસક્રમની રચના વખતે મુખ્ય ત્રણ આધારસ્તંભો સુસંગતતા, સમાનતા અને શ્રેષ્ઠતા ઉપર ભાર આપી શકે.

## સમાવેશી શિક્ષણમાં છોકરીઓનો અભ્યાસક્રમ

સામાન્ય રીતે છોકરીઓને જ્યારે અભ્યાસક્રમ પસંદ કરવાનો આવે ત્યારે તેઓને મોટેભાગે સામાન્ય પ્રવાહ, વાણિજ્ય પ્રવાહ માટે પ્રોત્સાહિત કરાય છે. તેની સાથે સમાવેશી શિક્ષણ દરમિયાન છોકરીઓને હોમસાયન્સ, ઈન્ટરિયર ડેકોરેશન, જવેલરી ડિઝાઇનિંગ, ફેશન ડિઝાઇનિંગ, કમ્પ્યુટર ઓપરેટર વગેરે ક્ષેત્રોમાં અભ્યાસક્રમ પસંદ કરવાનું કહેવામાં આવે, જેથી તે ઘરમાં રહીને કૌટુંબિક જવાબદારીઓ નિભાવતાં આવક પણ પ્રાપ્ત કરી શકે.

વળી, આ પ્રકારના શિક્ષણની સાથે અભિનય, સાહિત્ય, સંગીત, કલા, નૃત્ય, રાજનીતિ આદિ ક્ષેત્રો તેની અભિયોગ્યતાઓ હોય તો પણ અભ્યાસક્રમને પ્રોત્સાહન આપવાનું છે. વિભિન્ન વ્યાવસાયિક ક્ષેત્રે કર્મચારીઓમાં સ્ત્રીઓ અને પુરુષોના કાર્યસ્થળ વિશે કેટલાક પૂર્વગ્રહો રહેવા પામે છે. છોકરાઓ અને છોકરીઓ સાથે કેવી રીતે કામ લે છે, અને પુષ્ક લોકો એકબીજા સાથે કેવી રીતે આંતરક્રિયા કરે છે, તેના દ્વારા જે પૂર્વગ્રહો ઊભા થાય છે, તેને બદલે અભ્યાસક્રમમાં લિંગ સુરક્ષાને પ્રાધાન્ય આપતા મુદ્દાઓ સામેલ કરીને છોકરા-છોકરીઓને સમાવેશી શિક્ષણ આપવાનું મુનાસીબ રાખીને સમાજમાંથી જાતિ વિષયક પૂર્વગ્રહો દૂર કરવાનો વિચાર છે.

સમાવેશી શિક્ષણમાં લિંગભેદ : જાતિ વિષયક પૂર્વગ્રહો અટકાવવાના ઉપાયો

**અભ્યાસક્રમ અને પાઠ્યક્રમ:** સમાવેશી શિક્ષણના અભ્યાસક્રમ અનુસાર પાઠ્યપુસ્તક તૈયાર થાય છે, તે પાઠ્યપુસ્તકના લખાણમાં પણ જાતીય ભેદભાવન આવવો જોઈએ. તેમાં પણ જાતિગત સુરક્ષા જળવાવી જોઈએ. ઘણાં પાઠ્યપુસ્તકોમાં સમાવેલા વિષયવસ્તુમાં જાતિગત અસમાનતા જોવા મળે છે. આવી અસમાનતા ન આવે અને શિક્ષણ દ્વારા મૈત્રીપૂર્ણ વાતાવરણનું સ્થાપન કરવું જોઈએ. જ્ઞાનનું નિર્માણ મહત્વનું છે.

**ભાષાનો ઉપયોગ:** યોગ્ય ભાષાનો ઉપયોગ કોઈપણ પરિસ્થિતિ અને અવસ્થાને બદલી શકે છે. વિવિધ ઉદાહરણો અને દૃશ્ય-શ્રાવ્ય સાધનો વડે જાતીય પૂર્વગ્રહને નાબૂદ કરતી ભાષાનો ઉપયોગ લખાણ તેમજ બોલવામાં શિક્ષકો દ્વારા થવો જોઈએ. તટસ્થ ભાષાનો ઉપયોગ થવો જોઈએ. છોકરા / છોકરી જેવા શબ્દોની જગ્યાએ વ્યક્તિ શબ્દ વાપરવો જોઈએ જે તમામ જાતિને સમાન ગણી શકે.

અમુક શબ્દોને ટાળવા અને અમુક શબ્દો બોલતી કે લખતી વખતે ધ્યાન રાખવું જોઈએ. જેમકે - ચેરમેન, સેક્સમેન, ફાયરમેનની જગ્યાએ ચેરપર્સન, સેક્સપર્સન, ફાયરપર્સન શબ્દો ઉલ્લેખ કરવો. તેવી જ રીતે હાલમાં અંગ્રેજીમાં Mr. Mrs. અને Miss ને બદલે Mr. અને Ms. કર્યું છે, જેથી કરીને જાતિ પરત્વે વિશેષ ધ્યાન કેન્દ્રિત ન થાય, જે આવકારદાયક છે.

### ગણિતનું શિક્ષણ

ગણિત શિક્ષણ પરત્વે પુસ્તકમાં લખાણમાં સ્ત્રીઓને પણ સમાન દરજ્જાથી દર્શાવવી જોઈએ. જેમકે એન.સી.ઈ.આર.ટી.ના ગણિતના પાઠ્યપુસ્તક 'Magic at Primary Level' માં ઘણાં બધાં ઉદાહરણો એવાં આપેલાં છે કે જેમાં સ્ત્રીઓને ઉત્પાદક નિર્ણાયકની ભૂમિકા દર્શાવવામાં આવી છે. જેમકે - ઔદ્યોગિક સાહસી, ખેડૂત, જમીન માલિક વગેરે તેમજ પુરુષોને રસોઈ બનાવવાના વ્યવસાયમાં જોડતા હોય તેવાં ઉદાહરણો જોવા મળે છે. સ્ત્રીઓને પણ પોતાના હક્ક માટે લડત આપતી તથા સત્તા મેળવતા દર્શાવવામાં આવી છે, જે પ્રશંસનીય છે.

**સામાજિક વિજ્ઞાન:** આ વિષયના શિક્ષણમાં રાષ્ટ્રીય ચળવળમાં ભાગ લેનાર મહિલાઓનો સમાવેશ કરવાનો અભિગમ અપનાવવો જોઈએ. ઐતિહાસિક સમયથી આજદિન સુધીના સમયમાં સ્ત્રીઓની આર્થિક પ્રવૃત્તિઓમાં પ્રદાનને સ્થાન આપવું જોઈએ.

**અન્ય સંસાધનો:** પાઠ્યપુસ્તક સિવાયના અન્ય લેખિત સંસાધનો જેવાં વર્તમાનપત્રો, આર્ટિકલ્સ, દૃશ્ય-શ્રાવ્ય સાધનોની મદદથી સ્ત્રીઓના વ્યવહારના પરિપ્રેક્ષ્યને સમજાવવું જોઈએ. તેમાં મોટેભાગે પુરુષોની ભૂમિકાને મહત્વ આપવામાં આવ્યું છે. જ્યારે સ્ત્રીઓની સામાજિક, આર્થિક અને રાજકીય પ્રક્રિયાઓમાં મહિલાઓની ભાગીદારીને બાકાત રાખવામાં આવી છે.

**વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજી:** શિક્ષણમાં પુરુષોને વધુ મહત્તા આપવામાં આવે છે. વિજ્ઞાન એ તાર્કિક વિચારોનું સિંચન કરે છે, જે ધર્મ, જાતિ, વર્ગ આધારિત પૂર્વગ્રહને ઘટાડવામાં મદદ કરે છે. તેના દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને શીખવી શકાય છે કે શ્રેષ્ઠતા અને લઘુતા એ શારીરિક લક્ષણોથી પ્રભાવિત થતી નથી.

શારીરિક દૃષ્ટિએ છોકરા અને છોકરીમાં ભલે અસમાનતા છે પરંતુ કાર્ય અને જરૂરિયાતની દૃષ્ટિએ બંને સમાન છે, તેવું લખાણમાં સમાવિષ્ટ થવું જોઈએ. પ્રત્યેક જેન્ડરની વિભિન્ન ક્ષમતાઓ જાણે તે મુજબ લખાણમાં પ્રતિનિધિત્વ આપવું જોઈએ.

**સામાજિક, પર્યાવરણીય અને આરોગ્ય વિષયક બાબતો:** ગરીબ કુટુંબોમાં આરોગ્યવર્ધક ખોરાકની સુવિધા નથી. અપરિપકવ છોકરીઓને શરૂઆતથી જ બેદરકારીભર્યા વર્તનનો ભોગ બનવું પડે છે. માસિક સ્ત્રાવની શરૂઆત આ તબક્કાથી થાય છે. તેથી તેમના તરફ રાખવામાં આવતું દુર્લક્ષ, અસહિષ્ણુ વ્યવહાર, અન્યાય તેમના આરોગ્યને જોખમમાં મૂકે છે.

આ ઉપરાંત પર્યાવરણ, પ્રદૂષણ, વ્યાવસાયિક સ્થિતિ, કુટુંબનું અર્થતંત્ર, જાહેર આરોગ્ય સંભાળની સ્થિતિનો નબળો અમલ વગેરે જેવાં પરિબલોને લીધે છોકરીઓનું આરોગ્ય નબળું રહેવા પામે છે.

## સમાવેશી શિક્ષણમાં શાળા કક્ષાએ લેવાની કાળજી

જાતિ વિષયક પૂર્વગ્રહો અટકાવવા બાળકો અને તરુણ માટે સમાવેશી શિક્ષણના સમગ્ર અભ્યાસક્રમમાં જે શૈક્ષણિક મુદ્દાઓને સ્થાન આપવું જોઈએ તેમાં જાતિય શિક્ષણ, જાતિય રોગો અને તેનાથી બચવાના ઉપાયો, પૌષ્ટિક અને સંતુલિત આહાર, નશાકારક દ્રવ્યોથી થતા નુકસાન, તરુણાવસ્થાની માનસિક સમસ્યાઓ, સ્વસ્થ રહેવા માટેની પ્રવૃત્તિઓ વગેરે તેમાં ખાસ બાબત છે. સમાવેશી શિક્ષણ વખતની માનસિક સમસ્યાઓ

સમાવેશથી શાળાના છોકરા છોકરીઓ તરુણાવસ્થાએ પહોંચે ત્યારે કેટલીક સમસ્યાઓનો ભોગ બનવાની દહેશત રહે છે. તરુણાવસ્થા એ બાળપણથી પુષ્પાવસ્થા વચ્ચેનો તબક્કો છે.

આ જ ગાળામાં વિદ્યાર્થીઓને પુષ્પતા અનુભવવામાં આવે છે. એમાં ટીનેજર્સ, ખાસ કરીને તરુણ છોકરીઓમાં ઘણા માનસિક અને શારીરિક ફેરફારો આવે છે. કિશોરાવસ્થામાં લાગણી જાહેર નહીં કરી શકાતાં છોકરીઓમાં રિપ્રેશનનું પ્રમાણ વધુ નોંધાયું છે. તરુણાવસ્થામાં પોતાની લાગણીઓને જાહેર કરવાની અક્ષમતાને કારણે સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત આ સમસ્યાને નજરઅંદાજ કરવામાં આવે છે અને તરુણો મનોચિકિત્સકોની મદદ લેવા ઈચ્છતા નથી.

## સમાવેશથી શિક્ષણ વખતે છોકરા છોકરીઓમાં આવતા સંવેદનાત્મક ફેરફારો

અંતઃસ્રાવોથી તરુણ તરુણીઓનાં શરીરની સાથે એમની સંવેદનાને પણ અસર થાય છે. કિશોરાવસ્થાએ તેઓ પોતે તેમની કામગીરીને લઈને ઘણીવાર મૂંઝવણમાં હોય છે.

તથા પુષ્પવયની વ્યક્તિ તરીકે વિકાસ અને બાળક તરીકે એમની ઈચ્છાઓ તેમજ યુવાન તરીકે તેમની જવાબદારીઓ વચ્ચે ગૂંચવણમાં હોય છે. તેઓ વધારે પડતા લાગણીશીલ (આ માટે અંતઃસ્રાવો જવાબદાર હોય છે) બની જાય છે. કંઈ પણ બાબત અને દરેક બાબત તેમને

ખુશ અને રોમાંચિત કરી શકે છે, ઉદાસી લાવી શકે છે કે ગુસ્સો લાવી શકે છે. તેઓ સરળતાથી રડી પડે છે. તેમના મૂડમાં અચાનક ફેરફાર થાય છે.

## વર્તણૂક અને શારીરિક ફેરફારો

મગજમાં વિકાસ સાથે સંબંધિત નોંધપાત્ર ફેરફાર તરુણોને મૂડી બનાવે છે, તેમને થાક લાગે છે.

કેટલીક વાર સાથીદાર તરુણોનું દબાણ અને તેમની સાથે ફિટ રહેવાની જરૂરિયાત તેમને ચોક્કસ પ્રકારનાં વર્તન તરફ દોરી શકે છે અથવા મુશ્કેલીથી દૂર કરી શકાય એવી ચોક્કસ આદતો વિકસી શકે છે.

## જાતિ વિષયક પૂર્વગ્રહો સંદર્ભે શિક્ષણ અને કાર્યસ્થળ બાબતે ચર્ચા

સમાવેશી શાળાઓમાં શિક્ષણ દરમિયાન છોકરા - છોકરીઓ સંદર્ભે પૂર્વગ્રહો બાબતે સામાજિક સંસ્થા તરીકે શાળા, વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો, આચાર્ય, વાલીઓ દરેક વચ્ચેના સંબંધોમાં જાતિ વિષયક પૂર્વગ્રહો ઊભા ન થાય તેની કાળજી રાખવી જોઈએ. જેમકે વિદ્યાર્થી-વિદ્યાર્થી સંબંધ, વિદ્યાર્થીની-વિદ્યાર્થી સંબંધ, વિદ્યાર્થી-શિક્ષક સંબંધ, શિક્ષક-શિક્ષક સંબંધ, શિક્ષક-આચાર્ય સંબંધ, વિદ્યાર્થી-વાલી સંબંધ, શિક્ષક-વાલી સંબંધ, આચાર્ય-વાલી સંબંધ વગેરે સંબંધોમાં જાતિ વિષયક પૂર્વગ્રહો ન રહે અને કાર્યસ્થળે આચાર જાળવી રાખવો જોઈએ.

## લિંગ પૂર્વગ્રહની ગંભીર અસર આરોગ્ય, પોષણ અને શિક્ષણ

બાળપણથી જ ઉછેર વખતે છોકરાઓને વધુ પોષણક્ષમ આહાર આપવામાં આવતો હોય છે. જ્યારે છોકરીઓને આ પ્રકારનો વધુ પોષણક્ષમ આહાર આપવા બાબતે પક્ષપાત હોવાનું જણાય છે.

છોકરાઓને રમતના મેદાનમાં રમવા જવાની અને મોડે સુધી તડકામાં રમતો રમવાની છૂટ આપવામાં આવે છે. જેને પરિણામે વિટામિન ડી, તેમજ શારીરિક શ્રમને કારણે પાચન શક્તિમાં વધારો થાય છે. આવી તક સામાન્ય રીતે છોકરીઓને આપવામાં આવતી નથી.

# અપવાદરૂપ બાળકોનો ખ્યાલ અને જરૂરિયાતો



- ડૉ. મગનલાલ એસ. મોલિયા  
પ્રોફેસર, શિક્ષણ વિભાગ,  
સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ.  
મો. ૯૬૮૭૬૯૩૨૪૧

અપવાદિતા એ કોઈ પણ સ્થિતિ અથવા પરિસ્થિતિ તરીકે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવે છે જે શાળામાં બાળકની શીખવાની ક્ષમતામાં નોંધપાત્ર રીતે દખલ કરી શકે છે. કોઈક સમયે, વ્યાવહારિક રીતે બધા શાળા શિક્ષકોના વર્ગખંડોમાં અપવાદરૂપ બાળકો હશે. કેટલાક ખાસ કરીને તેજસ્વી બાળકો અથવા અસામાન્ય પ્રતિભા ધરાવતા બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે તેનો ઉપયોગ કરે છે, જ્યારે અન્ય કોઈ લાક્ષણિક અથવા વિચલિત બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે તેનો ઉપયોગ કરે છે. આપણે વિવિધતાઓથી ભરેલી દુનિયામાં જીવીએ છીએ. જીવંત અને નિર્જીવ દરેક સ્વરૂપ એકબીજાથી તદ્દન અનોખું અને અલગ છે. પરિણામે, બાળક આ પૃથ્વી પર તેની પોતાની અનન્ય ક્ષમતાઓ અને શરીર અને મનની ક્ષમતાઓ સાથે આવે છે.

બાળકોના જન્મ સમયે જોવા મળતા શિક્ષણ, ગોઠવણ અને વિકાસ સંબંધિત ક્ષમતાઓ અને ક્ષમતાઓ વચ્ચેનો આ તફાવત તેમના પોષણ અને શિક્ષણમાં પર્યાવરણીય તફાવતોની પ્રકૃતિ દ્વારા વધુ વિસ્તૃત થઈ શકે છે. તે તેમને તેમના વ્યક્તિત્વ વિકાસના એક અથવા બીજાં પાસાઓમાં અપવાદરૂપે શ્રેષ્ઠ અથવા હલકી ગુણવત્તાવાળા, સક્ષમ અથવા અસમર્થ તરીકે લેબલ કરવામાં પરિણમે છે. “અપવાદરૂપ બાળક” તરીકે કોને કહી શકાય? આંકડાકીય મોડેલ, તબીબી અથવા જૈવિક મોડેલ અને વર્તણૂકીય અથવા સામાજિક મોડેલ જેવાં મોડેલો અથવા અભિગમોનો ઉપયોગ અપવાદરૂપતાની વિભાવનાને સમજવા માટે થઈ શકે છે. અપવાદરૂપ બાળકો તેમના જૂથનાં ધોરણોથી વિવિધ રીતે વિચલિત થઈ શકે છે - સકારાત્મક, નકારાત્મક અને બહુવિધ. સકારાત્મક વિચલન તેમને તેમના વિચલનના ક્ષેત્રમાં શ્રેષ્ઠ

બનવા અથવા શ્રેષ્ઠ બનવામાં મદદ કરે છે. તેમના એકંદર વિચલનની સકારાત્મકતા અને નકારાત્મકતાના આધારે બહુવિધ વિચલનો મિશ્ર પરિણામો ધરાવે છે. “અપવાદરૂપ બાળકો” શબ્દ એકદમ સામાન્ય શબ્દ છે. અપવાદરૂપ બાળકોમાં બે પ્રકારની જરૂરિયાતો અને સમસ્યાઓ હોય છે. એક સામાન્ય પ્રકૃતિની હોય છે જે અન્ય બિન-અપવાદરૂપ બાળકો દ્વારા અનુભવાય છે, દા.ત. મૂળભૂત શારીરિક અને સામાજિક-માનસિક જરૂરિયાતો. તે સામાન્ય અથવા ચોક્કસ જરૂરિયાતોના સંતોષમાં, તેમની યોગ્ય ગોઠવણ રહેલી છે. આ પેપરમાં આપણે અપવાદરૂપ બાળકોનો ખ્યાલ, વિચલનો અને જરૂરિયાતોની ચર્ચા કરીશું.

## મુખ્ય શબ્દો : અપવાદરૂપ બાળકોની વિભાવના અને જરૂરિયાતો

અપવાદ એ એવી કોઈ પણ સ્થિતિ અથવા પરિસ્થિતિ તરીકે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવે છે જે શાળામાં બાળકની શીખવાની ક્ષમતામાં નોંધપાત્ર રીતે દખલ કરી શકે છે. કોઈક સમયે, વ્યાવહારિક રીતે બધા શાળાના શિક્ષકોના વર્ગખંડમાં અપવાદરૂપ બાળકો હશે. કેટલાક ખાસ કરીને તેજસ્વી બાળકો અથવા અસામાન્ય પ્રતિભા ધરાવતા બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે તેનો ઉપયોગ કરે છે, તો અન્ય કોઈ લાક્ષણિક અથવા વિચલિત બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે તેનો ઉપયોગ કરે છે. આપણે વિવિધતાઓથી ભરેલી દુનિયામાં જીવીએ છીએ. જીવંત અને નિર્જીવ દરેક સ્વરૂપ એકબીજાથી તદ્દન અનન્ય અને અલગ છે.

ક્યારેક ભગવાનની અકલ્પનીય સર્જનાત્મકતાની પ્રશંસા કરવા માટે આપણી પાસે શબ્દોનો અભાવ હોય છે જ્યારે આપણે શોધીએ છીએ કે તેમની કોઈ પણ રચના

બીજાની ચોક્કસ પ્રતિકૃતિ નથી.

હવે પ્રશ્ન એ ઊભો થાય છે કે એક કે બીજા ક્ષેત્રમાં આટલી અપવાદરૂપતા તેમને કેવી રીતે સોંપી શકાય? “અપવાદરૂપ બાળક” કોને કહી શકાય? આપણે આ પેપરમાં અપવાદરૂપ બાળકોનો ખ્યાલ, વિચલનો અને જરૂરિયાતોની ચર્ચા કરીશું.

### અપવાદરૂપતાનો ખ્યાલ

અપવાદરૂપતાને એવી કોઈ પણ સ્થિતિ અથવા પરિસ્થિતિ તરીકે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવે છે જે બાળકની શાળામાં શીખવાની ક્ષમતામાં નોંધપાત્ર રીતે દખલ કરી શકે છે. આ શારીરિક અથવા માનસિક સ્થિતિ અથવા એકલ માતાપિતા જેવી સામાજિક સ્થિતિ હોઈ શકે છે. કોઈક સમયે, વ્યાવહારિક રીતે બધા શાળા શિક્ષકોના વર્ગખંડોમાં અપવાદરૂપ બાળકો હશે. આ બાળકો સમુદાયના યોગદાન આપનારા સભ્યો બની શકે છે. તે લોકશાહી ફિલસૂફી સાથે સુસંગત છે કે દરેક બાળકને શિક્ષણનો અધિકાર છે - તેની ક્ષમતાની મર્યાદા સુધી શીખવામાં મદદ મેળવવાનો અધિકાર, પછી ભલે તે ક્ષમતા નાની હોય કે મોટી.

‘અપવાદરૂપ’ શબ્દનો અર્થ જુદા જુદા લોકો માટે અલગ અલગ હોય છે. કેટલાક ખાસ કરીને તેજસ્વી બાળકો અથવા અસામાન્ય પ્રતિભા ધરાવતા બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે તેનો ઉપયોગ કરે છે, અન્ય લોકો તેનો ઉપયોગ કોઈ પણ લાક્ષણિક અથવા વિચલિત બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે કરે છે.

કિર્ક, ગેલાઘર, એનાસ્તાસિયો અને કોલમેન (2006): અપવાદરૂપ બાળક એ બાળક છે જે (i) માનસિક લાક્ષણિકતાઓ, (ii) સંવેદનાત્મક ક્ષમતાઓ, (iii) વાતચીત ક્ષમતાઓ, (iv) વર્તન અને ભાવનાત્મક વિકાસ, અથવા (v) શારીરિક લાક્ષણિકતાઓમાં સરેરાશ અથવા સામાન્ય બાળકથી અલગ હોય છે. આ તફાવતો એટલી હદે હોવા જોઈએ કે બાળકને તેની અનન્ય ક્ષમતાઓ વિકસાવવા માટે શાળા પ્રથાઓમાં ફેરફાર અથવા વિશેષ શૈક્ષણિક સેવાઓની જરૂર પડે.

જો આ વ્યાખ્યાઓનું યોગ્ય રીતે વિશ્લેષણ કરવામાં આવે તો તે અપવાદરૂપ બાળકોનાં લાક્ષણિક લક્ષણો અથવા લાક્ષણિકતાઓ વિશે નીચેનાંમાંથી કેટલાંક તારણો કાઢવામાં મદદ કરી શકે છે.

અપવાદરૂપ બાળકો તેમની ઉંમર અને ગ્રેડના બાળકોથી તદ્દન વિચલિત, અલગ અને અલગ હોય છે, જેમાં સરેરાશ અથવા સામાન્ય બાળકોનો સમાવેશ થાય છે.

“અપવાદરૂપ બાળકો” શબ્દ આમ એક સામાન્ય શબ્દ છે જેમાં એવા અપવાદરૂપ બાળકોનો સમાવેશ થાય છે જેઓ વ્યક્તિના વિકાસ અને વિકાસનાં લગભગ તમામ પાસાઓ - શારીરિક, માનસિક, સામાજિક, ભાવનાત્મક, નૈતિક અને વર્તણૂકીય, વગેરેમાં શ્રેષ્ઠતા અથવા હીનતા દર્શાવે છે.

“અપવાદરૂપ બાળકો” શબ્દનો સામાન્ય અર્થ એવાં બધાં બાળકો માટે થઈ શકે છે જેઓ તેમના વ્યક્તિત્વના વિકાસ અને વિકાસના એક અથવા બીજાં પાસાઓ પર નકારાત્મક, સકારાત્મક અને બહુવિધ બાજુઓ પર સરેરાશ બાળકોથી ગંભીરતાથી ભટકી જાય છે, જ્યાં સુધી તેમને જીવનમાં યોગ્ય ગોઠવણ, વિકાસ અને પ્રગતિ મેળવવામાં મદદ કરવા માટે તેમના શિક્ષણ અને ગોઠવણની દૃષ્ટિએ ખાસ જોગવાઈની જરૂર ન પડે.

### અપવાદરૂપ બાળકોની જરૂરિયાતો

અપવાદરૂપ બાળકોને વ્યાખ્યા દ્વારા તેમની ઉંમર અથવા ગ્રેડ સાથીદારોથી અલગ ગણવામાં આવે છે. પરંતુ, જો અલગ રીતે જોવામાં આવે તો, તેઓ અન્ય બાળકો જેવા વધુ હોય છે. તે એટલા માટે છે કે અપવાદરૂપ બાળકો પહેલા બાળકો હોય છે કારણ કે તેમને અપવાદરૂપ તરીકે વર્ણવવામાં આવે છે અને લેબલ કરવામાં આવે છે. તેથી, તેમના માટે તેમની ઉંમર અને ગ્રેડના સામાન્ય બાળકો દ્વારા અનુભવાતી મૂળભૂત જરૂરિયાતો અને સમસ્યાઓનો અનુભવ કરવો સ્વાભાવિક છે. આ મૂળભૂત જરૂરિયાતો અને સમસ્યાઓ ઉપરાંત, તેમની પાસે કેટલીક વધારાની જરૂરિયાતો અને સમસ્યાઓ પણ છે, જે ખાસ

તરીકે વર્ણવવામાં આવે છે, જે આવશ્યકપણે સંકળાયેલી છે અને તેમની વસ્તીના અન્ય બાળકોથી ખૂબ અલગ અને અપવાદરૂપ હોવાને કારણે થાય છે. તેમના અસ્તિત્વ, વૃદ્ધિ, વિકાસ અને તેમના સ્વ અને પર્યાવરણ સાથે અનુકૂળન માટે જરૂરી વિવિધ પ્રકારની મૂળભૂત તેમજ વિશેષ જરૂરિયાતોને નીચે મુજબ નામ આપી શકાય છે:

**શારીરિક અને શારીરિક જરૂરિયાતો:** આ જરૂરિયાતોની સંતોષ વ્યક્તિના અસ્તિત્વ, શારીરિક સુખાકારી જાળવવા, પૃથ્વી પર નવી પેઢી લાવવા અને માનવ તરીકે એકંદર અને જૈવિક કાર્યો કરવા માટે જરૂરી છે.

આ ઉપશ્રેણીમાં નીચેના પ્રકારની માનવ જરૂરિયાતોનો સમાવેશ કરી શકાય છે.

ભૂખ અને તરસની તૃષ્ણાઓને સંતોષવા અને અસ્તિત્વ ટકાવી રાખવા માટે ખાવા-પીવાની જરૂરિયાત, પૂરતી ઊંઘની જરૂરિયાત, પૂરતા કામની જરૂરિયાત, બીમારી કે ઈજા થયા પછી રાહત અને સારવાર મેળવવાની જરૂરિયાત, સ્વસ્થ અને બીમારીથી મુક્ત રહેવાની જરૂરિયાત. જાતીય ઈચ્છાને સંતોષવા અને આ પૃથ્વી પર જીવનની સાતત્ય માટે સેક્સની જરૂરિયાત, પૂરતા આરામની જરૂરિયાત. આવશ્યક અસ્તિત્વ ટકાવી રાખવા માટે ઓક્સિજનના સેવનની જરૂરિયાત.

### સામાજિક-માનસિક જરૂરિયાતો

આ જરૂરિયાતો બાળકોના તાત્કાલિક અસ્તિત્વ માટે એટલી મહત્વપૂર્ણ નથી, છતાં તેમના જીવનમાં પર્યાપ્ત ગોઠવણ વિકાસ અને પ્રગતિ માટે ખૂબ જ જરૂરી છે. આ જરૂરિયાતોને નીચે મુજબ પેટા વર્ગીકરણ કરી શકાય છે:

દૃઢતા અને પ્રભુત્વની જરૂરિયાત

પ્રભુત્વ મેળવવાની જરૂરિયાત

સ્વતંત્ર અને સ્વ-નિર્ભર રહેવાની જરૂરિયાત

આત્મનિર્ભરતા અને સામાજિક કંપનીની જરૂરિયાત ઓછામાં ઓછી તેમની ઉંમર સંબંધિત લાક્ષણિકતાઓ અનુસાર તેમની ક્ષમતાઓ વિકસાવવાની જરૂરિયાત. સુરક્ષિત અને સલામત અનુભવવાની

જરૂરિયાત. દરજ્જો અને માન્યતા મેળવવાની જરૂરિયાત. શિક્ષણ અને જીવનના અનુભવો મેળવવાની જરૂરિયાત. સ્વ-સાક્ષાત્કારની જરૂરિયાત. આત્મસન્માન અને પોતાની ઘટનાનો બચાવ કરવાની જરૂરિયાત. સામાજિક મંજૂરીની જરૂરિયાત. પ્રેમ કરવાની અને પ્રેમ પામવાની જરૂરિયાત.

બાળકોના અસ્તિત્વ, ગોઠવણ, સુખાકારી, પર્યાપ્ત વિકાસ અને પ્રગતિ માટે ઉપરોક્ત મૂળભૂત જરૂરિયાતોની સંતોષ ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. જ્યાં સુધી બાળકો આ જરૂરિયાતોની સંતોષના સંદર્ભમાં ઘર જેવું અનુભવે છે, ત્યાં સુધી તેઓ તેમનાં ગોઠવણ અને વિકાસના યોગ્ય માર્ગ પર રહે છે, પરંતુ જો આ જરૂરિયાતોની સંતોષના માર્ગમાં કોઈ અથવા બીજા અવરોધને કારણે આ સંતુલન ખલેલ પહોંચે છે, તો બાળકો ગેરવ્યવસ્થામાં આવી જાય છે અને પરિણામે તેઓ એક અથવા બીજી શારીરિક અને સામાજિક-માનસિક સમસ્યાનો ભોગ બની શકે છે.

**સમાન કાર્યમાં સ્વતંત્ર રહેવાની જરૂરિયાત :** અપવાદરૂપ બાળકો, તેમની અપવાદરૂપતાને કારણે, તેમની એક અથવા બીજી જીવન કાર્ય પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવા માટે સ્વતંત્ર અને સ્વ-સહાયક બનવાની જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરવા માટે કેટલાક ખાસ પગલાંની જરૂર પડે છે. તે ફક્ત એવા અપવાદરૂપ બાળકો માટે જ લાગુ પડતું નથી જેઓ તેમના રોજિંદા જીવનમાં અથવા કાર્યક્ષેત્રમાં જોવા, સાંભળવા, બેસવા, ચાલવા, શીખવા અથવા કાર્ય કરવાની દૃષ્ટિએ એક અથવા બીજી ખામીઓ, ખામીઓ અને અપંગતાઓથી પીડાય છે, પરંતુ સકારાત્મક રીતે અપવાદરૂપ, એટલે કે હોશિયાર અને સર્જનાત્મક માટે પણ લાગુ પડે છે. હોશિયાર અને સર્જનાત્મક લોકોને તેમના રોજિંદા સામાજિક અને ભાવનાત્મક જીવનમાં યોગ્ય રીતે કાર્ય કરવા માટે, તેમજ તેમની આજીવિકા કમાવવા અને તેમના સમુદાય અને દેશના આર્થિક રીતે આત્મનિર્ભર સક્ષમ સભ્યો બનવા માટે જીવન જીવવાની કળા શીખવાની પણ જરૂર છે.

**ખાસ શીખવાની ક્ષમતાઓની સંતોષની જરૂરિયાત:** અપવાદરૂપ બાળકો તેમની ક્ષમતાઓ, પ્રકૃતિ

અને શીખવાની જરૂરિયાતોના સંદર્ભમાં તેમના અપવાદરૂપ સાથીદારોથી ખૂબ જ વિચલિત થાય છે. એક તરફ, આપણી પાસે હોશિયાર અને પ્રતિભાશાળી વિદ્યાર્થીઓ છે જેમને પ્રતિભા સંબંધિત બુદ્ધિ અને ક્ષમતાઓના કાર્યાત્મક ઉપયોગની જરૂર હોય તેવાં ક્ષેત્રોમાં વિશેષ શીખવાની જરૂરિયાતો હોય છે. તેમની પાસે શીખવાની અને કાર્ય કરવાની ઉચ્ચ ગતિ હોઈ શકે છે. તેમની સામે શિક્ષણમાં ખામી ધરાવતા, માનસિક રીતે વિકલાંગ, સંવેદનાત્મક, વાતચીતમાં ખામી ધરાવતા અને ભાવનાત્મક રીતે ખામી ધરાવતા વિકલાંગ બાળકોનો સમૂહ છે જેમને એક યા બીજી રીતે શીખવામાં મુશ્કેલી પડી શકે છે. આ રીતે અપવાદરૂપ બાળકોનાં વિવિધ જૂથોની આવી ચોક્કસ જરૂરિયાતોનું નિવારણ કોઈપણ કાર્યક્રમની તાત્કાલિક જરૂરિયાત બની શકે છે અને તેમના માટે ખાસ પગલાં લેવાની જોગવાઈ કરી શકે છે.

**યોગ્ય માર્ગદર્શન અને પરામર્શની જરૂરિયાત :** અપવાદરૂપ બાળકોને પરિસ્થિતિ અને તેમના અપવાદો દ્વારા ઉદ્ભવતાં પરિણામોનો સામનો કરવા માટે સમયસર અને યોગ્ય માર્ગદર્શન અને પરામર્શનની જરૂર હોય છે. તેઓ જીવનના સામાન્ય માર્ગ અને પેટર્નથી તેમનાં ભારે વિચલનોને કારણે ઘણી સામાજિક, ભાવનાત્મક, શારીરિક માનસિક અને નૈતિક સમસ્યાઓનો ભોગ બની શકે છે. આમ દૃષ્ટિ અથવા શ્રાવ્ય રીતે નબળા લોકોને તેમની બાકી રહેલી દૃષ્ટિ અથવા શ્રવણશક્તિનો ઉપયોગ કરવા માટે સહાયક ઉપકરણોનો ઉપયોગ કરવા માટે માર્ગદર્શન આપી શકાય છે. ભાવનાત્મક રીતે અસ્વસ્થ બાળકને તેની લાગણીઓ પર નિયંત્રણ રાખવા અને તેની ભાવનાત્મક ઊર્જાને અન્ય ઉપયોગી રીતે ઉપયોગમાં લેવાની સલાહ આપી શકાય છે.

**સમાન શૈક્ષણિક તકો મેળવવાની જરૂરિયાત :** અપવાદરૂપ બાળકોને તેમના જીવનમાં પર્યાપ્ત ગોઠવણ અને પ્રગતિ માટે સમાન શૈક્ષણિક તકોની જરૂર હોય છે, તેમની અપવાદો - એક અથવા બીજી ક્ષમતાઓના સંદર્ભમાં ખામીઓ અથવા વિપુલતા ગમે તે હોય. તેમના

જીવનમાં, કારણ કે તેમને અપવાદરૂપ માનવીઓ સાથે રહેવાનું હોય છે, તેથી તેમણે તેમના અપંગ અને અપવાદરૂપ સાથીદારો સાથે સામાન્ય શાળાઓમાં સંકલિત વાતાવરણમાં શિક્ષણ મેળવવું જોઈએ.

આવા કિસ્સાઓમાં અપવાદરૂપ લોકોની ખાસ જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરવા માટે NGO અને અન્ય સમુદાય સ્ત્રોતો તેમજ સરકારી એજન્સીઓ તરફથી મદદની જરૂર પડે છે. વધુમાં, ખાસ શાળાઓ અથવા નિયમિત શાળાઓમાં અપંગ બાળકોના પ્રવેશને ટકાવી રાખવા માટે શિષ્યવૃત્તિ, ફી શિક્ષણ સામગ્રી, મફત વાહનવ્યવહાર, મફત દિવસ ભોજન વગેરે જેવાં યોગ્ય પ્રોત્સાહનો અને નાણાકીય સહાય પૂરી પાડવાની જરૂર છે.

આ રીતે અપવાદરૂપ બાળકોને તેમની ખાધ અને જીવનમાં તેમના પર્યાપ્ત ગોઠવણ, શિક્ષણ અને પ્રગતિ મેળવવા માટે વધારાની ક્ષમતાઓ સાથે લડવાના માર્ગમાં સામાન્ય અને ખાસ બંને પ્રકારની જરૂરિયાતો અને સમસ્યાઓનો અનુભવ થતો જોવા મળે છે. તેથી, આ જરૂરિયાતોને સંતોષવા અને તેમની સમસ્યાઓને દૂર કરવામાં મદદ કરવા માટે એક અથવા બીજા ખાસ પગલાના રૂપમાં કેટલાંક માધ્યમો અને રસ્તાઓ ઘડવા જરૂરી છે.

અપવાદને એવી કોઈ પણ સ્થિતિ અથવા પરિસ્થિતિ તરીકે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવે છે જે બાળકની શાળામાં શીખવાની ક્ષમતામાં નોંધપાત્ર રીતે દખલ કરી શકે છે. કોઈક સમયે, લગભગ બધા જ શાળાના શિક્ષકોના વર્ગખંડમાં અપવાદરૂપ બાળકો હશે. કેટલાક લોકો ખાસ કરીને તેજસ્વી બાળકો અથવા અસામાન્ય પ્રતિભા ધરાવતા બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે તેનો ઉપયોગ કરે છે, તો કેટલાક લોકો કોઈ લાક્ષણિક અથવા વિચલિત બાળકનો ઉલ્લેખ કરતી વખતે તેનો ઉપયોગ કરે છે. આપણે વિવિધતાઓથી ભરેલી દુનિયામાં જીવીએ છીએ. પરિણામે, બાળક આ પૃથ્વી પર પોતાની અનન્ય ક્ષમતાઓ અને શરીર અને મનની ક્ષમતાઓ સાથે આવે છે.

## સમાવેશી શિક્ષણ : બાળકની વિશિષ્ટતાનો વિલપાવર



- મિતલ પટેલ 'પરિભાષા'  
સાંપા પ્રાથમિક શાળા, દહેગામ,  
ગાંધીનગર. મો. ૯૪૨૮૯૦૩૭૪૩

વિશિષ્ટ જરૂરિયાત ધરાવતાં બાળકો માટે સંકલિત શિક્ષણ (cwsn) એટલે કે Children with Special Needs માટે શિક્ષણમાં અસમાનતાને દૂર કરવા અને તેમને સમાન શૈક્ષણિક હક આપવા માટે રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ (NEP) 2020 માં ખાસ ભાર આપવામાં આવ્યો છે. તે માટે ઘણા કાયદાઓ અને યોજનાઓ પણ ઘડવામાં આવી છે. આ રીતના સમાવેશ શિક્ષણનો ઉદ્દેશ નીચે પ્રમાણે છે.

- વિશિષ્ટ બાળકને યોગ્ય અધ્યયન અધ્યાપન સાહિત્ય અને કાઉન્સેલિંગ પૂરું પાડવું .
- સામાન્ય વર્ગખંડમાં (CWSN) બાળકને અભ્યાસ માટે ખાસ સુવિધાઓ પૂરી પાડવી.
- વર્ગમાં તેમની સહભાગિતા કેળવાય તેવા પ્રયત્ન કરવા.
- વિશેષ શિક્ષકો મારફતે CWSN બાળકને વધારાની સહાય અને માર્ગદર્શન મળી રહે તેવી વ્યવસ્થા કરવી.

વિશિષ્ટ બાળક એટલે એવું બાળક કે જે માનસિક, શારીરિક, સામાજિક અને કેટલાંક સંયોજિત લક્ષણોની બાબતમાં તેના વયજૂથનાં બાળકો કરતાં થોડુંક અલગ અને ધ્યાન ખેંચે તેવું વર્તન વ્યવહાર કરતું હોય છે. જેમને વિશિષ્ટ શૈક્ષણિક સેવાઓની જરૂર રહે છે. તે બધાનું ધ્યાન તેના તરફ જાય તેવું વર્તન સતત કરતા રહેતાં હોય છે. વિશિષ્ટ બાળક કે જેનો વિકાસદર સામાન્ય બાળકો કરતાં ચઢિયાતો કે ઊતરતો હોય છે. તે અતિ તેજસ્વી હોય અથવા માનસિક રીતે ક્ષતિયુક્ત હોય છે.

વિશિષ્ટ બાળકોને તેમની વિશિષ્ટતાને ધ્યાનમાં રાખીને નીચેના પ્રકારોમાં વર્ગીકૃત કરવામાં આવે છે.

- (1) પ્રતિભાશાળી બાળકો
- (2) માનસિક પછાત બાળકો

- (3) અપંગ બાળકો
- (4) અંધ બાળકો
- (5) બહેરાં અને નબળી શ્રવણ શક્તિવાળાં બાળકો
- (6) વાંક-ખામી ધરાવતાં બાળકો
- (7) નબળા બાંધાનાં નાજુક બાળકો
- (8) સાંવેગિક રીતે વિક્ષેપ ધરાવતાં બાળકો
- (9) સામાજિક રીતે અનુકૂલન ન ધરાવતાં બાળકો
- (10) સર્જનશીલતા ધરાવતાં બાળકો
- (11) ગુનાખોરી ધરાવતાં બાળકો

ઉપરની દરેક પ્રકારની વિવિધતા ધરાવતાં બાળકોને વર્ગખંડમાં અન્ય વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે ભણાવી, તે જેવાં છે તેવાં, તેની ખામી ખૂબી સાથે સંપૂર્ણ રીતે સ્વીકારવા, તેમજ આવકારવા, ખૂબ જ ધીરજપૂર્વક તેમની કક્ષાએથી આગળ લાવવા સાતત્યપૂર્ણ રીતે પ્રમાણિક પ્રયત્ન કરવા એ દરેક શિક્ષકની નૈતિક ફરજ છે. આ બધા જ પ્રકારનાં બાળકો સાથે શિક્ષકે રોજરોજ વર્ગખંડમાં સંપર્કમાં આવવાનું થાય છે. તેમના વર્તન વ્યવહારથી બાકીના સામાન્ય વિદ્યાર્થીનું ભણતર ન બગડે અને સાથે સાથે તે બાળક પણ રોજ કંઈક નવું શીખે તે માટે પ્રયત્ન કરવા પડતા હોય છે. તે બાળકને સહેજ પણ પોતે બધાથી અલગ છે તેવી અનુભૂતિ ન થાય તેની કાળજી રાખીને તેને વિકસવા દેવો, તેની નાની-નાની નજીવી પણ સફળતાને સહર્ષ વધાવવી, આવકારવી, સતત પ્રોત્સાહન આપવું ખૂબ જ જરૂરી અને અનિવાર્ય હોય છે .

સતત મળતું પ્રોત્સાહન, આત્મીયતા અને પોતાનાપણું જ આવાં બાળકોનો આત્મવિશ્વાસ વધારી, તેને પોતાના જીવનમાં સફળતાપૂર્વક વિકસી શકે તે માટેની કેળવણી માટે તૈયાર કરી શકે છે. ઘણીવાર વર્ગના અન્ય બાળકો આવા બાળક સાથે ભેદભાવ કરતાં હોય છે. તેને

નીચો બતાવવા, પોતાનાથી અલગ રાખવા, દૂર રાખવા પ્રયત્ન કરતાં હોય છે. અમુકવાર મજાક પણ ઉડાવતાં હોય છે. ત્યારે શિક્ષકે આ બાબતમાં સંવેદનશીલતા દાખવી તે સહાધ્યાયી મિત્રોને યોગ્ય સમજ આપી તેની સાથે સહકારથી, મિત્રભાવે રહેવા ચોક્કસથી અવારનવાર સમજાવતાં રહેવું પડે છે. ઘણીવાર અમુક શિક્ષકોનો વ્યવહાર પણ આવાં બાળકો માટે અળખામણો અને થોડોક અકળામણભર્યો હોય છે. પણ સાચા શિક્ષક માટે બાળક એ કોઈ પણ હોય સામાન્ય કે વિશિષ્ટ, તે બાળેશ્વરના ભાવ સાથેના વર્ગમાં ભણાવતો હોવો જોઈએ. બાળ દેવો ભવ: ના સૂત્ર હેઠળ લાગણીસભર વ્યવહારથી કામ કરતો શિક્ષક ક્યારેય બાળક સાથે અલગતાભર્યો વ્યવહાર કરી જ ના શકે.

આવાં બાળકોનું સમાવેશી શિક્ષણ સફળતાપૂર્વક કરવા માટે નીચે મુજબના પ્રયાસો કરી શકાય.

- (1) આવાં બાળકોને આત્મવિશ્વાસ વધારવા વર્ગમાં જૂથમાં કેટલી પ્રવૃત્તિઓ, રમતો, પ્રોજેક્ટ વર્ક કરવા આપી શકાય. જેથી જૂથમાં તેની સ્વીકૃતિનો ભાવ તેની સેલ્ફ એસ્ટીમ વધારવામાં મદદ કરશે.
- (2) તેનાં માતાપિતાને કાઉન્સિલિંગ કરીને , તેની સાથેનો વ્યવહાર ભેદભાવમુક્ત, ખૂબ જ ધીરજથી સમજાવટભર્યો રાખવા માર્ગદર્શન આપી શકાય. પ્રેમભાવ અને ધીરજપૂર્વક આત્મીયતાપૂર્વકનો વ્યવહાર અને તેની ખામી સાથેની સ્વીકૃતિ જ તેના શ્રેષ્ઠ વિકાસ અને પ્રગતિનાં પગથિયાં બની શકશે.
- (3) આ પ્રકારનાં બાળકોને અલગ અલગ પ્રકારની

આર્ટ સાથે જોડી શકાય. ભલે તેની કક્ષા મુજબ જેટલી પણ પકડ તે એમાં મેળવે પણ કળા સાથે થોડુંક પણ જોડાણ તેને ઈમોશનલ રીતે તેને સ્ટ્રોંગ બનાવવા મદદ કરશે .

- (4) આવાં વિશિષ્ટ બાળક બધાં બાળકો સાથે ઈન્વોલ્વ થઈને કરી શકે, તેવાં નાટકો પણ વર્ગમાં કરાવી શકાય. તેમાં તેની ભૂમિકા થોડીક તેની કક્ષા મુજબ પણ હોવી જોઈએ. જેથી તે બાળકો સાથે કનેક્ટ થતાં, સહકારથી જીવન જીવતા, તેમજ કંઈક નવું શીખતા થઈ શકશે.
- (5) તેને જવાબદારીપૂર્વક નાનાં નાનાં કામ સોંપવાં જોઈએ. નાના નાના પડકારોનો પણ ઉકેલ શોધવા આપી શકાય. તેમાં યોગ્ય માર્ગદર્શન અને મદદ આપી શકાય. પણ તેનો ઉકેલ જાતે શોધવા દેવાય. આ પ્રવૃત્તિ તેને ઘડવામાં, વિકસવામાં ખૂબ મદદરૂપ થશે .
- (6) તેને સતત હકારાત્મક સુદૃઢકોની જરૂર રહે છે. શિક્ષક અને અન્ય સહાધ્યાયી મિત્રો તરફથી મળતા હકારાત્મક શબ્દો, પ્રોત્સાહનરૂપી શબ્દો, તેની નોટમાં શિક્ષકે દોરી આપેલ સ્માઈલી, જેવી નાની નાની બાબતો તેના વિકાસમાં ઉદ્દીપકનું કાર્ય કરશે. શાળાનું ભાવાવરણ અને શિક્ષકનો તેના તરફનો દૃષ્ટિકોણ આ પ્રકારનાં વિશિષ્ટ બાળકોની ભણવાની જીવવાની અને આગળ વધવાની ઈચ્છાશક્તિ મજબૂત બનાવે તેવો હોવો જોઈએ.

### શીખવાનો પહેલો પાઠ

જીવનમાં શીખવાનો પહેલો પાઠ આ છે, કોઈને શીખ ન દેવાનો અને કોઈ વ્યક્તિ ઉપર દોષારોપણ ન કરવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરો, ખરા મનુષ્ય બનો, ઊઠો-દોષનો ટોપલો જાતે જ વહન કરો, હંમેશાં એ જ સાચું છે એવો તમને અનુભવ થશે.

- સ્વામી વિવેકાનંદ

# બધિર બાળકોની સમસ્યા ઉકેલમાં માતા-પિતાની ભૂમિકા



- ડૉ. ઓધારભાઈ બી. દેસાઈ  
મદદનીશ શિક્ષક, ઉચ્ચતર માધ્યમિક  
શ્રી બી.ડી. સાર્વજનિક વિદ્યાલય, પાટણ  
મો. ૯૦૯૯૧૯૦૧૫૫

ઈશારાની ભાષાની જરૂરિયાત કેટલી? બધિર જગતમાં બધિરો સાથે સંકળાયેલા જગતમાં સ્થાનિક ઈશારા શાળા અને શિક્ષણમાં પ્રચલિત છે. બધિર જગતની ઈશારાની ભાષા છે 'ઈન્ડિયન સાઈન લેન્ગવેજ' અસ્તિત્વમાં આવી તેના લીધે બધિર બાળકો તેના આસપાસના વાતાવરણ અને તેની સ્પેશ્યલ શાળામાંથી જે ઈશારા મળે અને પોતાના વ્યવહાર સરળ બને તે ઈશારા અપનાવશે અને તે જ તેની ભાષા બનશે.

## બધિર કિશોરોની સમસ્યાઓ

માનવ જીવનની વિવિધ અવસ્થાઓમાં વિકાસના જે જે તબક્કાઓ આવે છે તે બધામાંથી દરેક વિકલાંગ પસાર થાય છે. પ્રત્યેક દિવ્યાંગ એક માણસ છે. જેથી માનવજીવનના દરેક ચઢાવ -ઉતાર -આંનદ - સમસ્યાઓમાંથી દરેક દિવ્યાંગ પસાર થાય છે. તે બાબત સ્વીકારવી જ પડે છે.

વિકાસના વિવિધ તબક્કાઓ દરેક ઉંમરે અલગ અલગ હોય છે સામાન્ય માણસનાં વાણી, વર્તન અને વ્યવહાર ઉપરથી દરેક અવસ્થામાં થતા ફેરફારને સમજી શકાય છે. તેની પાસે બહોળો સમાજ, પરિવાર, સમુદાય હોય છે દરેક અવસ્થામાં ઊભા થતા ગમા-અણગમા, જરૂરિયાત, સમસ્યાઓ વ્યક્ત કરી શકે છે. આજુબાજુની પરિસ્થિતિ સાથે મૂલવી શકે છે. સમજી-સમજાવી શકે છે. મદદ લઈ શકે છે. પોતાની માનસિક, શારીરિક, આર્થિક, સામાજિક જરૂરિયાતોને વ્યક્ત કરી શકે છે. પરંતુ દિવ્યાંગ વ્યક્તિઓ માટે આ લાંબો રસ્તો ખૂબ એકલા જ પસાર કરવાનો હોય છે. તેમાં પણ મૂક બધિરની વેદનાના સંદર્ભે જોવા જઈએ તો પરિસ્થિતિ ખૂબ વિકટ છે ત્યારે તેના વર્તનને મુલવતાં પહેલાં વર્તન પાછળનાં પરિબળો વાતાવરણ, વસ્તુસ્થિતિનો અભ્યાસ જરૂરથી કરવો પડે છે.

ઘર પરિવાર, સમાજ શાળા પરિસર બધિરને સમજવા માટે ઊણા ઊતરે છે. કારણ બધિર પાસે પોતાને વ્યક્ત કરવા ભાષા કે વાણી નથી અને માતાપિતા કે સમાજ પાસે વગર કહ્યે સમજી જાય તેવી સૂઝ સમય કે દાનત નથી. બધિરની ઈશારાની ભાષા અસ્પષ્ટ અને અધૂરી છે. જે છે તે પણ પૂરતી સમજ આપી શકે તેવી નથી. તેથી જ તેનું ભાવાત્મક જગત ખૂબ નાનું હોય છે. કિશોરવસ્થામાં બધિર બાળકને સમજવાની આવશ્યકતાઓ સામાન્ય બાળક જેવી અને જેટલી જ હોય છે કદાચ ઘણી વધારે હોઈ શકે છે. આ અવસ્થામાં બધિર બાળકને તેના માનસને સમજવું વધુ કઠિન બને છે. તેને સમજનાર વર્ગ કરતાં ન સમજનાર વર્ગ મોટો છે આ સંજોગોમાં કિશોરવયના બધિરની કલ્પના શક્તિ, વિચાર શક્તિ, તર્ક શક્તિ, સમૂહ ભાવના વગેરેને સંકોરી લે છે અને એકલતામાં સરી પડે છે કાં તો તે વિદ્રોહી બની પોતાની આવશ્યકતાને સંતોષવાના અવનવા રસ્તા અપનાવે છે. જે સમાજ માન્ય, પરિવાર માન્ય, શાળા માન્ય નથી. અને કિશોરવસ્થાથી જ તેના પર સમસ્યાત્મક બાળકનું લેબલ કારણ જાણ્યા વગર થોપી દેવાય છે.

બે પ્રકારની સમસ્યા સામે આવી (1) મૂકબધિર કિશોરની પોતાની સમસ્યાઓ (2) મૂકબધિર કિશોરો દ્વારા સમસ્યાઓ. બંને અરસપરસ જોડાયેલ છે. કિશોરોને પોતાને સમસ્યાઓ છે માટે તે સમસ્યાત્મક કિશોર બને છે. ઉપદ્રવી બને છે. તેમના થકી ઊભી થતી સમસ્યાઓના મૂળમાં ક્યાંક ને ક્યાંક તેની પોતાની અક્ષમતા છે. આ સમસ્યાઓ ને ચાર ભાગમાં જોડાયેલ છે.

(1) પરિવારિક સમસ્યાઓ : ઘરની આર્થિક પરિસ્થિતિ સમજ્યા વગર દેખાદેખીથી વસ્તુની માંગણી કરે છે. ઘરમાં ભાઈ-બહેન સાથે ઝઘડા અને મારામારી કરે છે. ઘરની વસ્તુની તોડફોડ, ઘરના ભોજનથી

અસંતોષ વ્યક્ત કરે છે. વસ્તુની સાચવણીનો અભાવ જોવા મળે છે. પોતાની વસ્તુ યોગ્ય જગ્યાએ ન ગોઠવવી, બીજાના ઘરની વસ્તુઓ સાથે સરખામણી કરવી, શિષ્ટાચારનો અભાવ હોય છે. ઘરમાં ચોરી કરવાના કિસ્સા જોવા મળે છે. ખોટું બોલવું, સામે અસભ્ય વર્તનથી જવાબ આપવો. ઘરના કામ કરવામાં સહકાર ન આપવો વગેરે સમસ્યા જોવા મળે છે.

(2) બધિર કિશોરોની શાળાકીય તથા મિત્ર ગ્રૂપની સમસ્યાઓ : બધિર બાળકોના શિક્ષણમાં હજુ અખતરાઓ જ થાય છે. તેમનું શિક્ષણ ત્રણ વર્તુળમાં છે. સામાન્ય બાળકોના વર્ગમાં અભ્યાસ કરતા બધિર કિશોરને શિક્ષણ સ્પે. શાળામાં છાત્રાલયમાં રહીને અભ્યાસ કરતા બધિરો અનેક સમસ્યાઓ પણ ઊભી કરે છે.

(3) ઘરે રહીને સ્પેશિયલ શાળામાં અભ્યાસ માટે જતા બધિર કિશોરને પણ શાળામાં અનિયમિતતા જોવા મળે છે. શાળામાં નાની નાની બાબતે આક્રમક બની જાય છે. વર્ગમાં સૂનમૂન બેસી રહે છે. અભ્યાસમાં ધ્યાન ન આપવું. સહ અભ્યાસીક પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લેતા નથી. વર્ગ શિક્ષકનાં સૂચનોને અવગણવાં. સ્કૂલ બેગ અવ્યવસ્થિત રાખવી, કંઈ ને કંઈક ભૂલી જવું, બહાનું કાઢવું. અભ્યાસ દરમિયાન અન્ય પ્રવૃત્તિઓ કરવી. ચાલુ વર્ગમાં સહધ્યાયીને પરેશાન કરવા. તેમનાં પુસ્તક ફાડવાં, પુસ્તક ચોરવાં, નાસ્તો ખાઈ જવો, નાસ્તો કોઈને આપી દેવો, ફેંકી દેવો. વારંવાર ગૃહકાર્ય ન કરવું જેવી સમસ્યાઓ ઊભી થાય છે

(4) જાતીય સમસ્યાઓ : સામાન્ય કિશોરો માટે જે સામાન્ય જાતીય સમસ્યાઓ છે તે માત્ર સમજ, માર્ગદર્શન અને અસ્વીકૃતિના કારણે બધિર કિશોરો માટે વધુ મોટી છે, જેને ગંભીરતાથી લેવી જરૂરી છે. કિશોરવર્ગમાં પોતાની વધતી શરીર

રચનાને સમજવી અઘરી પડે છે. સરખી ઉંમર સાથે શરીરની વૃદ્ધિને તે સરખાવ્યા કરે છે. કિશોરવસ્થામાં હોર્મોન્સના બદલાવના કારણે ચીડિયાપણું આવે છે. ક્યારેક વાતાવરણથી અલિપ્તતા, મૂડ સ્વીંગના કારણે વારંવાર પ્રશ્નો ઊભા કરે છે. જાતીય અવયવના વિકાસ અંગે અણસમજ છે વિજાતીય અંગોનું આકર્ષણ, સમસ્યાત્મક બને છે. ક્લોબજનક વ્યવહાર કરવામાં આવે છે. અસામાજિક તત્વોનો હાથો બની જાય છે. જાતીય ચેષ્ટાની પ્રવૃત્તિઓ કરવી, આવી સમસ્યાઓ ઉદ્ભવે છે.

### બધિર કિશોરના જીવન-વિકાસમાં માતાપિતા પરિવારની ભૂમિકા

બધિર બાળકોના અનુભવના અંતે જેમ તેમની તેઓને પડતી તેઓ દ્વારા પડતી સમસ્યાઓ અનુભવી છે. તેમ તેમનું હકારાત્મક પાસું પણ ખૂબ જરૂરી છે. બધિર કિશોરવસ્થામાં માત્ર સમસ્યાત્મક જ હોય છે તેવું પુસ્તક, લેખ કે કોઈના મંતવ્યથી અભિપ્રાય ન બાંધે તે માટે જ તેઓનું હકારાત્મક પાસું પણ આલેખવું જ રહ્યું છે. બધિર કિશોર, કિશોરીઓ ખૂબ પ્રેમાળ હોય છે જે તેમને સમજી શકીએ તો અનેક સમસ્યા દૂર કરી શકીએ. જેમના પર તેઓને વિશ્વાસ આવી જાય છે, તેમના માટે એક તબક્કે જેમ ઈચ્છે તેમ કરાવી શકીએ છીએ. ઘરમાં પરિવારના સભ્યો માટે ખૂબ લાગણીશીલ હોય છે. જૂઠ્ઠાને તેઓ જલદી પકડી લે છે અને પછી તેમના લાખ પ્રયત્નો છતાં કઠી વિશ્વાસ કરતા નથી. તેમના જેવા જ દોસ્તોની ભૂલ માટે પણ તેઓ એકસંપ થઈ જાય છે. ક્યારેય તેમનામાં ફૂટ પાડી શકતા નથી. પ્રલોભનોને વશ થતા નથી. સાચા શિક્ષકો માટે તેમને માન હોય છે તેઓના સુખદુઃખમાં ભાગ લેવા માગે છે અને અનુભવે છે.

માતાપિતા, પરિવાર અને શિક્ષકની જે એક બધિર બાળકોને માત્ર બાળકો તરીકે સર્વાંગી સ્વીકારે અને નિર્મળ પ્રેમ, તેમને સમજવાની ઉત્કટતા દાખવે છે.

# સમાવેશી શિક્ષણમાં કળા : વાલી અને શિક્ષકની ભૂમિકા



- જયદેવ જી. ઘાંધિયા  
ચિલ્ડ્રન રિસર્ચ યુનિવર્સિટી,  
ગાંધીનગર.  
મો. ૯૯૨૪૭ ૭૬૨૪૫

વર્તમાન સમયમાં માતા-પિતા પોતાનાં સંતાનોના સર્વાંગીણ વિકાસ માટે વધુ જાગૃત અને સજાગ બન્યાં છે, ત્યારે સમાજની અંદર વિવિધ વર્ગના સમુદાયનાં બાળકોમાં વિવિધ પ્રકારની ભિન્નતા જોવા મળે છે. આ ભિન્નતાઓ અલગ-અલગ ક્ષેત્રોમાં હોઈ શકે જેમકે, શારીરિક ભિન્નતા, માનસિક ભિન્નતા, સામાજિક ભિન્નતા, આર્થિક ભિન્નતા ધાર્મિક કે સાંપ્રદાયિક ભિન્નતા કે અસક્ષમતા પણ હોઈ શકે.

## વિશિષ્ટ બાળકના ઉછેરમાં યક્ષ પ્રશ્ન

જ્યારે બાળકના સર્વાંગી વિકાસની વાત કરતાં હોઈએ ત્યારે ખરેખર શું બાળકમાં આવા પ્રકારની ભિન્નતા કે અસક્ષમતાના કારણે તેમના (બાળકના) વિકાસમાં અવરોધ આવી શકે ખરો ?, શું બાળકોનો વિકાસ રૂંધાઈ શકે ખરો ?, બાળકના ઉછેરમાં ઊણપ રહે ખરી ? આ બધા જ પ્રશ્નોના ઉકેલ વર્તમાન શિક્ષણ પ્રણાલી અને શિક્ષણ પદ્ધતિમાં આવવી જોઈએ અને જો અમલમાં છે તો તે સાચા અર્થમાં દૈનિક જીવનમાં વ્યવહારુ રીતે અમલમાં મુકાવી જોઈએ.

## વિશિષ્ટ બાળકનો સ્વીકાર

એક માતા-પિતા તરીકે અને શિક્ષક તરીકે સૌપ્રથમ તો એ સમજવું અને સ્વીકારવું જ રહ્યું કે પોતાનું સંતાન કે વિદ્યાર્થી એ સૌથી અલગ છે, અભિન્ન છે અને અનન્ય છે. આ વાત જો નક્કર રીતે સમજી શકે તો તેનો ઉછેર કરવો વધુ સરળ અને આનંદપ્રદ બની રહે. સામાન્ય રીતે આપણો સમાજ વિશિષ્ટ બાળકોને વિશિષ્ટ શાળા (સ્પેશિયલ સ્કૂલ)માં મોકલવાનો આગ્રહ રાખે છે. ક્યારેક માતા-પિતા પણ પોતાના બાળકમાં રહેલી વિશિષ્ટતાઓને કારણે તેમના ઉછેર અને લાલન-પાલન કરવામાં નીરસ થઈ જતાં હોય છે અને પીછેહઠ કરીને તે બાળકને શારીરિક રીતે

અસક્ષમ બાળકોને શિક્ષણ આપતી શાળામાં તે સમુદાયના બાળકોની વચ્ચે મોકલી દેતાં હોય છે. ક્યારેક શિક્ષકો પણ આવાં વિશિષ્ટ બાળકોની અન્ય બાળકો સાથે સરખામણી કરીને તથા તે અન્ય બાળકો જેવું વર્ગમાં પરિણામ નહીં આપી શકે તેવી માન્યતા અને અજ્ઞાનને કારણે તેઓ વિશિષ્ટ બાળકોને સ્પેશિયલ સ્કૂલમાં પ્રવેશ લેવા માટે આગ્રહ કરે છે.

## વિશિષ્ટ બાળકની શક્તિઓની ઓળખ

ખરેખર તો પ્રત્યેક બાળકને મુખ્ય ધારામાં બધાં જ બાળકોની જેમ બધાંની સાથે શિક્ષણ લેવાનો અધિકાર છે અને તેને જ સાચી રીતે સમાવેશી શિક્ષણ કહી શકાય છે. પ્રત્યેક બાળકની અંદર વિશિષ્ટ શક્તિઓ રહેલી છે તેઓની અંદર રહેલી અપરિમિત શક્તિઓને માતા-પિતા અને શિક્ષકોએ ઓળખવી જોઈએ અને તે બાળકને સક્ષમ બાળકોની સાથે કદમથી કદમ મિલાવીને, તાલથી તાલ મિલાવીને કેવી રીતે કાર્ય કરી શકાય, સહભાગી થઈ શકાય વગેરે બાબતોનું શિક્ષણ અને કેળવણી શીખવવી જોઈશે. માતા-પિતા અને શિક્ષકોએ આ દિશામાં કાર્ય કરવાની ધીરજ પૂર્વકની પ્રક્રિયા શીખવી પડશે અને કરવી પડશે.

## બાળકમાં રહેલ સુષુપ્ત શક્તિઓને સંવર્ધિત કરવાની દિશામાં કાર્ય

બાળકમાં શીખવાની પ્રક્રિયા કુદરતી છે અને તે સતત પોતાના આજુબાજુના વાતાવરણ, પર્યાવરણ અને સમુદાયની વચ્ચે સતત શીખતો રહે છે. ઈશ્વરે પ્રત્યેકની અંદર જન્મથી જ વિવિધ કળાના ગુણોનું સ્થાપન કરેલું જ છે. શિક્ષક અને માતાપિતાએ તેમના બાળકમાં કે વિદ્યાર્થીમાં રહેલી વિવિધ કળાઓ પૈકી કઈ કળામાં વિશેષ રસ અને રુચિ ધરાવે છે, તેને ઓળખીને તેને તે દિશામાં કાર્ય કરવાની પ્રેરણા, આત્મવિશ્વાસ, વાતાવરણ,

સામગ્રી, સમય અને અવકાશ આપવાની તાતી જરૂર છે. એક વખત બાળક તેની રુચિના વિષયમાં ઓતપ્રોત થઈ જશે એટલે એક માતા-પિતા અને શિક્ષક તરીકેની તમારે અડધી જવાબદારી પૂર્ણ થઈ જાય છે. બાળક ચિત્રકળા, સંગીતકળા, નૃત્યકળા, સાહિત્યકળા, નાટ્યકળા કે અન્ય કોઈ કળાની સાથે એકરસ થઈને કશું શીખી રહ્યું હોય છે ત્યારે તેમનામાં તેની કોઈ પણ પ્રકારની અસક્ષમતાને ન જોતાં તેનામાં રહેલી કૌશલ્ય અને કળાદષ્ટિને પ્રાધાન્ય આપવાની જરૂર છે.

### વિશિષ્ટતા ધરાવતાં બાળકો સાથે વિશિષ્ટ પદ્ધતિથી કાર્ય કરવાની કળા

બાળક ભલે માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક કે અન્ય કોઈ રીતે બીજાં બાળકોથી અલગ હોય, પરંતુ કળાનો ઉપયોગ અત્યંત મહત્વપૂર્ણ છે કારણ કે, કળા શીખતી વખતે બાળકોને પોતાની ભાવનાઓને અભિવ્યક્ત કરવાનો વધુ અવસર મળે છે. વર્ગખંડમાં શિક્ષક કોઈ સંકલ્પનાને સમજાવવા કળાની મદદ લે, દાખલા તરીકે ચિત્રકલા, નૃત્યકલા, નાટ્યકલા કે ગાયનકલા દ્વારા તો બાળકની શીખવાની પ્રક્રિયા ઝડપી તો બને જ છે પરંતુ સાથે સાથે તેને લાગણીસભર અભિવ્યક્ત થવાની તક પણ મળે છે. જેના કારણે બાળક ધીરે ધીરે સમયાંતરે પોતાનામાં રહેલી ખામીને ભૂલીને પોતાનામાં રહેલી આવડતને કારણે આત્મવિશ્વાસુ બનશે અને અન્ય પ્રતિભાવંત બાળકોની સાથે રસભર જોડાશે. બીજી તરફ માતા-પિતાએ પણ ઘરમાં બાળકમાં રહેલી ખામીને ન જોતાં તે કયા ક્ષેત્રમાં પ્રતિભાવંત છે તેની ઓળખ કરી તેમને તેની પ્રતિભાના ક્ષેત્રમાં આગળ વધવાની પ્રેરણા અને વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. બાળકને તેના દૈનિક જીવનમાં તેમના દ્વારા થયેલાં સર્જનોની સરાહના કરવી.

### વિશિષ્ટતાના સ્વીકાર સાથે કળાના સહવાસ અને સાધનાથી બાળકમાં આત્મવિશ્વાસનું નિર્માણ

સામાન્ય રીતે કળાના વિવિધ વિષયોને વર્તમાન શિક્ષણ પ્રક્રિયાએ હાંસિયામાં ધકેલી છે, માટે વિવિધ કળામાં રહેલા કૌશલ્યને માત્ર શોખ તરીકે સ્વીકારવું

જોઈએ. નહીં કે, વ્યાવસાયિક કારકિર્દી માટે. એવી ભૂલ ભરેલી માન્યતા પ્રચલિત થઈ છે, પરંતુ NEP-2020 એ કળાના માધ્યમથી શિક્ષણને વધુ રસપ્રદ અને ચિરકાળ સુધી યાદ રહે તેવા પ્રકારની હિમાયત કરી દીધી છે જેથી આવનારા એક દશકામાં કળાક્ષેત્રને વ્યવસાય તરીકે સ્વીકારવાની ઉદાસીનતા ચોક્કસ દૂર થશે જ. શિક્ષિત અને જાગૃત માતા-પિતાએ એ વાત પણ સમજવી જોઈએ કે બાળક કળાના સહવાસથી બીજું ઘણું બધું શીખી શકે છે ચિત્ર કે સંગીતના વિષયની સાથે-સાથે ગણિત, વિજ્ઞાન, પર્યાવરણ, સમાજશાસ્ત્ર, પ્રકૃતિશિક્ષણથી લઈ શિક્ષણના મહત્વના આયામોને પામે છે અને તેના કારણે જ એ ધીરે ધીરે પોતાનામાં આત્મવિશ્વાસનું સ્થાપન કરી શકે છે. સમયાંતરે તેમની એ કળાસાધના પોતાનામાં રહેલી ઊણપ કે ખામીથી ઉપર ઊઠીને પોતાનામાં રહેલા ગુણો આવડતો અને કુશળતાના શિખર પર રહીને સમાજના અન્ય વર્ગ સમુદાય અને સોસાયટીના વિવિધ પ્રસંગોમાં એ સ્વસ્થતાપૂર્વક ભાગ લઈ શકે છે.

ખરેખર કળા એ સમાવેશી શિક્ષણનો એક અભિન્ન ભાગ બની શકે તેમ છે જે દરેક બાળકના વૈશ્વિક અને આંતરિક દૃષ્ટિકોણ માટે સહયોગી અને મનોરંજક છતાં શૈક્ષણિક ગતિશીલતા પૂરી પાડે છે. વાલીઓ અને શિક્ષકોની જવાબદારી છે કે તેઓ બાળકોના સર્વાંગીણ વિકાસ માટે યોગ્ય માર્ગદર્શન, પ્રોત્સાહન અને ગુણવત્તાવાળા શિક્ષણની તક આપે અને તેના માટે તે સતત યત્નશીલ રહે.

## મધુ

હું ક્યારેક

જીવનને આંગણું વાળતાં જોઉં છું,

જેથી રજકણરહિત

ચાલી શકે મૃત્યુનાં ચરણ!

- પબ્લી નાયક

# વિશિષ્ટ બાળકના ઉછેર સંદર્ભે ઘરમાં ઉપયોગી સાધન, પુસ્તકો અને સાહિત્ય



- શમીમ મર્વટ 'શમા'  
મુંબઈ.  
મો. ૮૨૦૮૨૩૮૩૬૬

“દરેક બાળક શીખી શકે છે, ફક્ત એટલું છે, કે તેઓ જુદા જુદા દિવસે અથવા જુદી જુદી રીતે શીખે છે.”  
જ્યોર્જ ઈવાન્સ

સ્પેશિયલ ચાઇલ્ડ કોણ છે? વિશિષ્ટ બાળક તે છે જેને શારીરિક, ભાવનાત્મક, વર્તન અથવા જ્ઞાનાત્મક તફાવતો જેવા અનન્ય પડકારોને કારણે વધુ ધ્યાન અને ટેકાની જરૂર હોય છે. આ બાળકો, યોગ્ય વાતાવરણ અને કાળજી સાથે, નોંધપાત્ર સીમાચિહ્નો હાંસલ કરી શકે છે. સામાન્ય પરિસ્થિતિઓમાં ઓટિઝમ, ડાઉન સિન્ડ્રોમ, શીખવાની અક્ષમતા, એ.ડી.એચ.ડી (ADHD) અને શારીરિક ક્ષતિઓનો સમાવેશ થાય છે.

જ્યાં કોઈ વિશિષ્ટ બાળકનો ઉછેર ભયજનક લાગે છે, ત્યાં તેમની મર્યાદાઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાને બદલે તેમની સંભવિત શક્તિઓને ઓળખવી જરૂરી છે. જેમ જેમ સમાજ વધુ સમાવિષ્ટ વિકસે છે, તેમ આ બાળકો વિશે સમજણ અને જાગૃકતા વધી રહી છે, જે અસંખ્ય પરિવારોમાં આશા બંધાઈ રહી છે.

## ખાસ જરૂરિયાતોના પ્રકાર

1. શારીરિક વિકલાંગતા : ગતિશીલતા પડકારો અથવા મગજનો લકવો જેવી પરિસ્થિતિઓ.
2. સંવેદનાત્મક ક્ષતિઓ : સાંભળવામાં અથવા દૃશ્ય મુશ્કેલીઓ.
3. જ્ઞાનાત્મક વિકલાંગતા : બૌદ્ધિક વિલંબ અથવા શીખવાની અક્ષમતા જેવી સ્થિતિ.
4. ભાવનાત્મક અને વર્તણૂકીય મુદ્દાઓ : ઓટિઝમ, એ.ડી.એચ.ડી (ADHD) અથવા ચિંતા વિકૃતિઓ.

દરેક શ્રેણીમાં બાળકની ચોક્કસ જરૂરિયાતોને અનુરૂપ અનન્ય અભિગમની જરૂર હોય છે.

## બાળક અને માતાપિતા માટે સહાનુભૂતિ

વિશિષ્ટ બાળકને સમજવા અને ટેકો આપવા માટે, સહાનુભૂતિ પાવો બનાવે છે. બાળક અને તેમનાં માતાપિતા, બંનેનાં પગરખાંમાં ચાલવું, તેમના રોજિંદા પડકારો અને વિજયોની કદર કરવી મહત્વપૂર્ણ છે.

“આ બાળકોમાં પ્રગતિ જરૂરી છે, સંપૂર્ણતા નહીં.” - મેલિસા કોટે

જ્યારે માતાપિતા અને સંભાળ રાખનારાઓને સમર્થન અને પ્રોત્સાહન મળે, ત્યારે તેઓ તેમના બાળકના વિકાસ અને સુખને પ્રોત્સાહન આપવા માટે વધુ સારી રીતે સજજ બની શકે છે. આ સહાનુભૂતિ સમુદાયોમાં સમાવેશક અને અવિચારી પર્યાવરણ બનાવવા માટે પણ વિસ્તરે છે.

## જાગૃતિ: સશક્તીકરણનું પ્રથમ પગલું

બાળકની સ્થિતિ વિશે જાગૃતિ જાણકાર નિર્ણયો અને સક્રિય આયોજનને સક્ષમ કરે છે. ભારતીય સમાજમાં, જ્યાં કલંક ઘણીવાર સમજણને ઢાંકી દે છે, પરિવારના સભ્યો અને સમુદાયમાં જાગૃતિ લાવવાથી, મહત્તમ પરિવર્તન આવી શકે છે. અત્યંત આવશ્યક છે કે, વિશેષ બાળકને અન્ય સામાન્ય બાળક જેટલો જ પ્રેમ અને આદર આપવામાં આવે. આ માટે માતાપિતાએ સુનિશ્ચિત કરવું જોઈએ કે તેમના વિસ્તૃત પરિવારો તેમના વિશેષ બાળક સાથે કાળજી અને આદર સાથે વર્તે. પ્રિયા, ઓટિઝમ ધરાવતા બાળકની માતાએ શેર કર્યું, “જ્યારે મારા વિસ્તૃત પરિવારને ઓટીઝમ વિશે જાણ થઈ, ત્યારે તેઓએ કુટુંબના મેળાવડા દરમિયાન મારા પુત્રને નાનાં કાર્યોમાં સામેલ કરવાનું શરૂ કર્યું. તેનાથી મારા દીકરાને સમજવામાં મદદ મળી.” આવી વાર્તાઓ જ્ઞાન અને સ્વીકૃતિની પરિવર્તનશીલ શક્તિને ઉજાગર કરે છે.

ઘરે વિશેષ બાળકોના ઉછેર માટે વ્યવહારુ સાધનો, વસ્તુઓ અને સાહિત્ય :

સંવેદનાત્મક રમકડાં અને સાધનો :

સંવેદનાત્મક જરૂરિયાતો ધરાવતાં બાળકોને ટેક્સર બોલ, ભારિત ધાબળા અને સંવેદનાત્મક સાદડીઓ જેવાં સાધનોથી ફાયદો થાય છે. આ બધી વસ્તુઓ બાળકને શાંત પાડે અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં પણ મદદ કરે છે.

રાનીના પુત્રને ઓટિઝમ હતું, તેને રાત્રે સૂવા માટે સંઘર્ષ કરવો પડતો. રાની કહે છે, ‘અમે તેના માટે જે વજનદાર ધાબળી લાવ્યા, તેણે જાદુઈ કામ કર્યું. તેનાથી રોહન શાંત પડ્યો અને તેને સુરક્ષિત પણ લાગવા લાગ્યું.’

“વિકલાંગતા સમસ્યા નથી; સુલભતા સમસ્યા છે.” - મોહમ્મદ જેમની

**દેશ્ય શેડ્યૂલ્સ અને સંચાર બોર્ડ**

સંદેશાવ્યવહારના પડકારો ધરાવતાં બાળકો વિઝ્યુઅલ એઈડ્સ વડે ખીલે છે. બિન-મૌખિક બાળકો માટે રચાયેલ ચિત્ર સમયપત્રક, સંદેશાવ્યવહાર બોર્ડ અથવા એપ્લિકેશનો વાતચીતને સરળ બનાવે અને હતાશા ઘટાડે છે.

રાજીવ કહે છે, ‘મારી દીકરીએ પાણી માંગવા માટે તેના ચિત્ર બોર્ડ પર ઇશારો કરવાનું શરૂ કર્યું,’ રાજીવે કહ્યું, જેની દીકરી મૌન છે. ‘આ અમે માતાપિતાની માટે એક મહત્વપૂર્ણ પગથિયું હતું.’

આ સાધનો બાળકોને તેમની જરૂરિયાતો અને ઇચ્છાઓ વ્યક્ત કરવામાં સ્વતંત્રતા આપે છે.

**સમાવિષ્ટ શૈક્ષણિક સાધનો**

મોટા અક્ષરવાળાં પુસ્તકો, સ્પર્શેન્દ્રિય ફલેશકાર્ડ્સ અને ઇન્ટરેક્ટિવ શીખવાની એપ્સ જેવી કસ્ટમાઈઝ્ડ શૈક્ષણિક સામગ્રી બાળકોની અનન્ય જરૂરિયાતોને અનુરૂપ છે. ભારતમાં, આવાજ જેવી એપ ખાસ કરીને બોલવામાં તકલીફ ધરાવતાં બાળકો માટે બનાવવામાં આવી છે.

નિશા, એક શિક્ષિકા, યાદ કરે છે, “ઇન્ટરેક્ટિવ એપ્સથી મારા ડાઉન સિન્ડ્રોમ ધરાવતા વિદ્યાર્થીને રંગ અને આંકડા શીખવામાં મદદ મળી. હવે તે ગર્વથી તેની

જાણકારી બતાવે છે!”

“જો કોઈ બાળક આપણા શીખવવાની રીતથી શીખી ન શકે, તો કદાચ આપણે તેમને શીખવાની રીતથી શીખવવું જોઈએ.” - ઇગ્નાસિયો એસ્ટ્રાડા

**ડિસ્લેક્સિયા, શીખવાની અશક્તિઓ અને ધીમું શીખનારાઓ**

ડિસ્લેક્સિયાવાળા બાળકોને વાંચન અને સમજણમાં મુશ્કેલી થઈ શકે છે. શીખવાની અશક્તિઓ વિવિધ જ્ઞાનપ્રક્રિયાઓ પર અસર કરી શકે છે, જેના કારણે સમસ્યાઓ ઉકેલવી, યાદશક્તિ અથવા ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું વધુ પડકારરૂપ બનાવે છે. બીજી બાજુ, ધીમું શીખનારાઓને અભિગમ સમજવામાં અને પ્રવૃત્તિઓ પૂર્ણ કરવામાં વધુ સમય લાગી શકે છે.

દાખલા તરીકે, રોહન, શ્રીમતી મીરાના વર્ગમાં ધીમો શીખનાર, શરૂઆતમાં ગણિતની મૂળભૂત કામગીરીમાં મુશ્કેલી અનુભવતો હતો. વ્યક્તિગત ધ્યાન, વિઝ્યુઅલ એઈડ્સ અને પગલું-દર-પગલાં માર્ગદર્શન સાથે, તેણે ધીમે ધીમે તેની સમજણમાં સુધારો કર્યો. સમય જતાં, રોહન તેની ક્ષમતાઓમાં વધુ આત્મવિશ્વાસ અનુભવવા લાગ્યો, ઘણી વાર તેના શિક્ષકોને તેની દૃઢતાથી આશ્ચર્યચકિત કરતો.

એ જ રીતે, નેહાના પુત્રને, ડિસ્લેક્સિયાનું નિદાન થયું હતું, તેને વાંચન સમજણમાં પડકારનો સામનો કરવો પડતો. ઘરે વિશેષ વાંચન સાધનો અને ફોનિક્સ રમતોના ઉપયોગ દ્વારા, તેની વાંચન કુશળતા મજબૂત થવા લાગી. હવે, તેને ટૂંકી વાર્તાઓ વાંચવાનું પસંદ છે અને વર્ગમાં બધાં સાથે વધુ હળીમળીને રહે છે.

ડિસ્લેક્સિયા, શીખવાની અશક્તિઓ ધરાવતાં અને ધીમી ગતિએ શીખતાં બાળકોને ટેકો આપવા માટે ધીરજ, વ્યક્તિગત સૂચન અને સર્જનાત્મક સાધનોનો ઉપયોગ આવશ્યક છે. આ જરૂરિયાતોને વહેલી તકે ઓળખવા અને બાળકોની શક્તિઓ પર આધારિત હસ્તક્ષેપોને ઘડવામાં શિક્ષકો અને માતાપિતાની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા છે.

## અનુકૂળ આર્ટ અને પ્લે સપ્લાય

કલાકારી અભિવ્યક્તિ માટે એક શક્તિશાળી માધ્યમ છે. સરળતાથી પકડાય તેવા કેયોન, પેઇન્ટબ્રશ અથવા પ્લે ડોહ જેવાં અનુકૂળ સાધનો રચનાત્મકતાને પ્રોત્સાહિત કરે છે અને સાથે સાથે હલનચલન કૌશલ્યોમાં સુધાર પણ લાવે છે. અર્જુનના હાથની હલનચલન મર્યાદિત હતી, તેણે અનુકૂળનશીલ પેઇન્ટબ્રશનો ઉપયોગ કરીને જીવંત સૂર્યમુખી પેઇન્ટ કર્યું. તેના માતાપિતાએ તેની પેઇન્ટિંગ ફેમ કરી અને ગર્વથી તેને ઘરે પ્રદર્શિત કરી.

“શિક્ષણનો આખો હેતુ અરીસાને બારીઓમાં ફેરવવાનો છે.” - સિડની હેરિસ

## વિશિષ્ટ પુસ્તકો અને વાર્તાઓ

સાંસ્કૃતિક રીતે પ્રાસંગિક સાહિત્ય બાળકોને તેમના પરિબળ સાથે જોડાવા મદદ કરે છે અને સમાવેશને પ્રોત્સાહન આપે છે. શબનમ મિનવાલ્લા દ્વારા લખાયેલ એ ફ્રેન્ડ લાઇક અન્યા (A Friend Like Anya) અથવા શીલા ધીર દ્વારા લખાયેલ વ્હાય આર યુ અફ્રેઇડ ટુ હોલ્ડ માય હેન્ડ? (Why Are You Afraid to Hold My Hand?) જેવાં પુસ્તકો વૈવિધ્ય અને સહાનુભૂતિના વિષયોને બાળકો સુધી પહોંચાડે છે.

આઠ વર્ષની કાવ્યા, જે વ્હીલચેરનો ઉપયોગ કરે છે, તેના જેવી નાયકાની વાર્તા નીલ ઓન વ્હીલ્સ (Neel on Wheels) વાંચવામાં અતિ આનંદ અનુભવી. તેની માતાએ કહ્યું, “આમ તેનો આત્મવિશ્વાસ વધ્યો અને તેને ઓછું એકલું લાગવા માંડ્યું.”

## ઘરમાં વિશેષ થેરાપી જગ્યા

ઘરમાં શાંત માહોલ અથવા સેન્સરી રૂમ તૈયાર કરવું અદ્ભુત પરિણામ આપી શકે છે. તેમાં ઓછો પ્રકાશ, બીનબેગ, સેન્સરી રમકડાં, શાંત સંગીતનો સમાવેશ કરો.

રાહુલનાં માતાપિતાએ તેના માટે એક સેન્સરી ખૂણો તૈયાર કર્યો જ્યાં તે સ્કૂલ પછી આરામ કરે છે. “એ તેની નાની દુનિયા છે,” તેના પિતાએ કહ્યું. “આમ તેને

આરામ કરવા અને શાંત રહેવામાં મદદ મળે છે.”

“આપણે આપણા બાળકોને પાંખ ફફડાવવું શીખવી શકીએ છીએ, પરંતુ તેઓને ઊડવા માટે પરિસ્થિતિ યોગ્ય હોવી જરૂરી છે.” - એની કેમ્પબેલ

## માતાપિતા માટે માર્ગદર્શિકા અને આધાર ગ્રૂપ્સ

કેરોલ કાનોવિટ્ઝની ધ આઉટ-ઓફ-સિંક ચાઇલ્ડ (The Out-of-Sync Child) અને બર્નાર્ડ રિમલેન્ડની પેરેન્ટિંગ અ ચાઇલ્ડ વિથ સ્પેશિયલ નીડ્સ (Parenting a Child with Special Needs) જેવાં પુસ્તકો કિંમતી જ્ઞાન પૂરું પાડે છે. સપોર્ટ ગ્રૂપ્સમાં જોડાવાથી માતાપિતાને પોતાના અનુભવ શેર કરવા અને સમાન પરિસ્થિતિમાં રહેલા લોકો પાસેથી સલાહ મેળવવાની તક મળે છે.

“હું મારા પુત્રના ચીડિયાપણાને સંભાળવામાં સંઘર્ષ કરી રહી હતી,” મીનાએ યાદ કર્યું. “એક સપોર્ટ ગ્રૂપે મને માઇન્ડફુલનેસ એક્સરસાઇઝ, ઊંડા શ્વાસની ટેકિક્સ અને સ્પષ્ટ, અનુમાનપાત્ર રૂટિન જેવા મદદરૂપ ટેકિક્સ શિખવાડ્યાં. હવે મને એકલું નથી લાગતું, અને સૌથી મહત્વપૂર્ણ વાત એ છે કે મારો પુત્ર વધુ શાંત અને ખુશ રહે છે.” “બાળક કેટલી ધીમી ગતિએ શીખે છે તે મહત્વનું નથી. મહત્વનું એ છે કે આપણે તેમને પ્રોત્સાહન આપવાનું ક્યારેય બંધ ન કરીએ.”

## ભારતીય સમાજ સાથે અનુકૂળન

ભારતીય પરિવારોમાં, એક સમાવિષ્ટ વાતાવરણ બનાવવા માટે મજબૂત સામાજિક બંધનો અને સાંસ્કૃતિક પરંપરાઓનો લાભ લઈ શકાય છે. દાખલા તરીકે, શારીરિક પડકારો ધરાવતાં બાળકો માટે કેરમ અથવા સાપ/સીડી જેવી પરંપરાગત રમતોને અનુકૂલિત કરવાથી સંબંધો બાંધવામાં પ્રોત્સાહન મળે છે.

ગુજરાતમાં એક પરિવારે તેમના દૃષ્ટિહીન બાળક માટે અંતાક્ષરીને અનુકૂલિત કરી, તેમના વળાંકને ઓળખવા માટે સ્પર્શન્દ્રિય માર્કર્સનો ઉપયોગ કર્યો. આવા નાના અર્થપૂર્ણ પ્રયાસો નોંધપાત્ર ફેરફાર લાવી શકે છે.

## પ્રથમ જવાબદાર કોણ?



- ગિરા પિનાકિન ભટ્ટ  
બાળસાહિત્યકાર, ગાંધીનગર  
મો. ૯૯૦૯૬૪૧૨૬૨

માતાના ઉદરમાં જ્યારથી બાળકનો શારીરિક પિંડ બંધાય છે ત્યારથી જ તેનો માનસિક પિંડ પણ બંધાવાની ક્રમશઃ શરૂઆત થઈ જતી હોય છે. આપણા પુરાણો પણ એના સાક્ષી છે જ, જે આપણે સહુ સારી રીતે જાણીએ છીએ.

બાળકના બૌદ્ધિક વિકાસ માટે માતાનું ઉદર, જન્મ પછી માતા-પિતા, દાદા-દાદી, ઘર-પરિવાર, પાડોશ, વાતાવરણ, શાળા એમ ઘણાં બધાં પરિબળો ભાગ ભજવે છે. એમાં જિનેટિકલ પરિબળ પણ જવાબદાર હોય છે જ, એટલે એને પણ નકારી શકાય કેમ કરીને? પરંતુ બાળકના જન્મ પછી માતા એનું સતત ધ્યાન કેટલું રાખે? બાળક જ્યારે બહાર હરતું-ફરતું ને શાળાએ જતું થઈ જાય પછી એ કેટલીય વ્યક્તિઓના સંપર્કમાં આવતું રહે છે. એટલે દરેક જગ્યાએ માતા કે પિતા પાછળ-પાછળ ફરી શકે નહીં. એ વાત એમના કોઈના હાથમાં નથી. પણ જે વાત આપણા હાથમાં છે એની વાત મારે અહીં કરવી છે.

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન માતા એના આચાર-વિચારે અને વ્યવહારે સ્વસ્થ અને સ્વચ્છ રહે તો એની સારી અસર બાળક ઉપર અવશ્ય પડે છે એ દરેક સ્ત્રીએ ધ્યાનમાં લેવું જોઈએ. કારણ કે, દરેક સ્ત્રી ઈચ્છે છે કે એનું બાળક શ્રેષ્ઠ હોય. દરેક માતાને જશોદા બનવાની ઝંખના હોય છે અને પોતાનું બાળક કૃષ્ણ જેવું હોય તેવી તાલાવેલી... તો ઉત્તમ વસ્તુની પ્રાપ્તિ માટે ઉત્તમ પાત્ર પણ એટલું જ જરૂરી ખરું કે નહીં? અહીં મારે એનાથી વિપરીત વાત સૌ સમક્ષ મૂકવી છે.

સાસુ-વહુના પ્રશ્નો એ આપણા સમાજમાં નહીં, દરેક કાળમાં આદિ-અનાદિ કાળથી ચર્ચાસ્પદ રહેલો મુદ્દો છે. જેને મહાભારતે પણ વર્ણવ્યો છે. આજે હું સાસુ છું પણ ગઈકાલે વહુ હતી... એ વાત યાદ રાખવી રહી.

પરિસ્થિતિ તો બદલાતી રહે છે, સમય પણ બદલાતો રહે છે. પરંતુ કર્કશા વ્યક્તિઓની વૃત્તિને બદલે કોણ? સાસુ સમજે કે વહુ પણ માણસ છે, એનાથી પણ ભૂલ થાય. ને વહુ પણ એમ સમજે કે સાસુ એ કંઈ સ્વર્ગની દેવી નથી. ને જો દેવી હોત તો ઈશ્વરની પડખે બેઠેલી હોત! ને મા પણ સાથે રહેતી હોય તો એની સાથે સંઘર્ષ ન થતો હોત? પણ પરસ્પર જતું કરવાની ભાવના કેળવાય, સહનશક્તિમાં થોડો વધારો થાય તો આ પ્રશ્નો ટળે ને સરવાળે આવનારી પેઢી ઉપર તેની ખરાબ અસર ન પડે. તે જોવાની સમજશક્તિ અને દ્રષ્ટિ આપણે કેળવવી જ રહી. અહીં મારી આંખોએ જોયેલી ને મારા કાને સાંભળેલી વાતોને ઉજાગર કરવી છે. તે હેતુસર ઉપરોક્ત લખાણને મૂકીને વિષયને ન્યાય આપવા પ્રયત્ન કરું છું.

બાળક તો પ્રભુની પ્રસાદી છે ને તે ન્યાયે બાળક ઉપર સહુ કોઈ હાલ વરસાવે. પરંતુ એ બાળક થોડું મોટું થાય પછી ઘરના, બહારના, પાડોશીઓ ને એમ સહુ એના બેહુદા વર્તનથી ત્રાહિ મામ્ પોકારી ઊઠે ત્યારે...? એવા જ એક ચંચળ બાળકની વાત કરીશું, આપણે એને નામ આપીશું તોફાન.

‘તોફાન તેં આ શું કર્યું? બધાં બૂટ-ચંપલ રસોડામાં કેમ નાખ્યાં?’

‘પણ મારે અહીં રમવું છે એટલે...’

‘બેટા, રમકડાથી રમાય, બૂટ-ચંપલથી નહીં...’ દાદીએ હળવી ટકોર કરી.

બાળક છે એને સારા-નરસાનું ભાન ન હોય. એ તો બૂટ-ચંપલ પાસે પહોંચી જ જાય. સાવરણી-સાવરણો, સુપડી, ડસ્ટબિન એ બધાંને એના રમકડાં સમજે, એની સમજ મુજબ.

‘ચાલો આપણે આ રમકડાંથી રમીએ ને બૂટ-ચંપલ

એના ઠેકાણે મૂકી દઈએ.’ પરંતુ બાની આ વાત સાંભળીને એની મમ્મી તરત બોલી ઊઠી, ‘ઘરડા ઘડપણે તમારે રમકડાં રમવાં છે?’ તો વળી સામે રહેતી એની સાહેલીને કહી રહી, ‘આ હવે બુદ્ધિ બગડી ગઈ છે.’ આ સંજોગોમાં પોતે શું કરવું તે બાબતે બાળક નિર્ણય ન કરી શક્યો ને નાસમજથી કે ટકોરથી તોફાન ખિજાયો. રીસ કરીને બાના માથે ચંપલ છુટું ફગાવ્યું... ઠીક છે, એ બીજે નાખવા જતો હોય તે બાને વાગ્યું હોય એમ માની વાત જતી કરી. પરંતુ દિવસે દિવસે તોફાનનાં તોફાન વધતાં જ ગયાં. હું એમ હરગિજ કહેવા નથી માગતી કે બાળક જન્મથી જ પીઠ હોય, સમજદાર હોય. સારા-નરસાના વિવેકભાન સાથે જન્મે. બાળક છે એટલે તોફાન તો કરવાનું જ. અને સાચું કહું તો ‘તોફાન ન કરે તે બાળક નહીં!’ આ તો મારી પોતાની વ્યાખ્યા છે માટે તો હું સદાય કહું છું ને ગાઉં છું કે,

‘હું તોફાની, હું તોફાની, તોફાની નંબર વન,  
તોફાન કરવા થનગનતું રહે મારું ચંચળ મન.’

જો સાઠી વટાવ્યા પછી પણ તોફાન કરવું મને ગમે તો જેનો હક છે એ બાળક તોફાન પ્રિય રહેવો જ જોઈએ. પરંતુ જેમ જેમ એની ઉંમર વધે તેમ તેમ અન્યને એના તોફાનથી નુકસાન થાય છે એ સમજ જો બાળકમાં ન આવે તો તે બતરા રૂપ ગણી બાળકને વાળવું જરૂરી છે.

હવે આ તોફાનભાઈ તો અન્ય બાળકોની જેમ હરે ફરે ને મનથી મોજ માણે પણ અન્યનો વિચાર જરાય ન કરે. ચાર ઘર દૂર રહેતાં પેલાં શાંતાબાની ફરિયાદ આવી કે... ‘આ તમારા તોફાનીને સમજવો જરા. મારી વાડીમાં ઘૂસી ગયો ને વાડીમાં ઊગેલાં બધાં જ ગલકાં તોડી નાખ્યાં. અરે! વેલ ઉપર ઊગેલાં બધાં ફૂલો પણ તોડી નાખ્યાં ને ફૂણાં ફૂણાં ગલકાંને પણ તોડી નાખ્યાં. ‘બાળકમાં જોવાનું, જાણવાનું, કુતૂહલ હોય એ સ્વાભાવિક છે પરંતુ આવા નુકસાન પરત્વે એને ટકોર કરશે કોણ?

બે-એક દિવસ માંડ થયા ત્યાં તોફાનના હાથમાં ક્યાંકથી ચપ્પુ આવી ગયું. ઘરમાં બધાં પોતપોતાના કાર્યમાં વ્યસ્ત હતાં ત્યાં તોફાન ફરી વળ્યો. ચાકુ હાથમાં લઈ બધા જ સાબુ કાપી નાખ્યા. હજુ તો એ વાતને ચાર દિવસ નથી

થયા ને પાડોશીઓએ ફરિયાદ કરી, ‘તમારા તોફાનીને કંઈક કહો, અમારી ગાડીનો કાચ ફોડી નાખ્યો. પાર્કિંગની સામે રમતાં બીજાં બાળકોએ એને સમજાવ્યો હતો છતાં એક આ જ કાચ ફોડવા માટે પથરા મારતો હતો.’ વાત અહીંથી અટકે જ શાને? તે પછી તો એ તોફાન તાર ઉપર લટકતાં કપડાં ફાડી નાખે. કોઈના ઘરની બારી ખુલ્લી હોય તો એમાં કચરો નાખી દે. બારીના કાચ ફોડી નાખે. કોઈ નાનું છોકરું એકલું રમતું હોય તો એને ધક્કો મારી દે. ઘરની વ્યક્તિ સાથે હોવા છતાં પણ તે દિવસે ધક્કો મારી કાચની ચારેક બરણીઓ દુકાનમાં ફોડી નાખી હતી. ખીલી હાથમાં આવી જાય તો ઘરમાં લીટા પાડી દે. ક્યાંકથી કાળો કોલસો મળી ગયો ને પેલા સુમનભાઈના ઘરની આગળની ભીંતે લીટા કરી આવ્યો. અરે! કેટલી સાવચેતી રાખીને ટકોરવા છતાં એ સીધો ન રહે. એની ફોઈના ત્યાં ગયેલો ત્યાં મોંઘાં મોંઘાં લીયોનાં રમકડાં પણ તોડી નાખ્યાં! ન તૂટે તો પથ્થર વડે ટીચી પ્લેનની પાંખો તોડી નાખી. બાબીની આંખો ફોડી નાખી ને વાંદરાની પૂંછડી તોડી. તો વળી કેરમ બોર્ડને હથોડીથી ટીચી નાખ્યું. આમ, ન કરવાનાં તોફાનોમાં એની માસ્ટરી વધતી ચાલી.

આવાં તોફાનો અને એની ફરિયાદોના કારણે તોફાન માર ખાતો. પણ હવે તો એ માર ખાઈખાઈને એમાં પણ રીઢો બનતો ગયો. એ વાંકો વળી પીઠ બતાવીને મમ્મીને કહે, ‘લ્યો, જેટલું મારવું હોય એટલું મારો! બોલો... હવે કરવું શું?’

આવી કંઈક ફરિયાદો ઠેરઠેર ચર્ચાતી હતી. એક દિવસ કંટાળો વ્યક્ત કરતી તેની માતા મારી પાસે આવી. ત્રાહિ મામ્ ત્રાહિ મામ્... કરતી એ રીતસરની રડી પડી. સાંત્વના દેતાં મને પરસેવો વળી ગયો. એણે કહ્યું, મારા દાદીસાસુ પણ કહે છે કે, ‘સાત ગોતરમાં આવો કોઈ તોફાની પાક્યો નહીં હોય. આનો તોફાનો તો બાપ જબરજસ્ત ભારે. કઈ રીતે વાળવો એ જ સમજાતું નથી.’

હા મિત્રો, ત્યારે... મારે વર્ષો પહેલાંનો એનો ભૂતકાળ તાજો કરાવવો પડ્યો. આ તોફાનની મમ્મી પરણીને આવી ત્યારે તેની સાસુ સાથે જબરી સંઘર્ષમાં

ઊતરતી. સાસુ શાંતિથી સમજાવી કંઈક શિખવાડે તો એ તરત બોલી ઊઠે કે, ‘મને તો એ તમારા કરતાંય પહેલેથી જ આવડે છે.’ હશે ત્યારે, કહી વાત સાસુમા સમેટી લેતાં. પણ... જ્યારે વહુ સગર્ભા હતી ત્યારે સમજણના ભંડાર સમાં ને અનુભવી સાસુ મોટેભાગે મૌન રહેતાં. પરંતુ તેમના મૌનથી સમસમી ગયેલી વહુ કહે, ‘સો ચૂહા મારકર....’ ને તે દોડી દોડીને સહુને કહેતી ફરતી કે શાક સમારતી હોઉં ત્યારે... મને એમ થાય છે કે, ‘એમની (સાસુની) લૂલી જ કાપી નાખું.’

હવે તમે જ કહો, ‘તોફાનમાં આ આક્રમકતા આવી ક્યાંથી? આ ક્યા કૂવામાંથી હવાડામાં આવ્યું? અન્યને હેરાન કરીને આનંદ મેળવવાની પિશાચી વૃત્તિ ઉપર આપણી લગામ હોત તો! સરવાળે આવું ને આટલી હદે તોફાની બાળક થાય. ખરું? તો વળી સમયાંતરે એના આવા કારસ્તાન સમયે એને ટપારતાં રહ્યાં હોત તોપણ બાળક આવું વંઠી જાય નહીં. હવે અહીં આપણે સૌએ સમજવાની જરૂર છે, જોવાની જરૂર છે, સ્વીકારવાની જરૂર છે કે બાળક તો નાદાન છે પરંતુ આપણી સમજણમાં ક્યાં ખોટ પડી? આપણે અન્યને આંગળી તો ચીંધી પણ આપણા ભણી પેલી ત્રણ આંગળીઓ છે એ નીરખવાની તસ્દી લીધી ખરી? આવા ગુનાહિત માનસ ધરાવતા બાળકની પાસે બેસીને એની તકલીફોને સમજવાની કોશિશ કરી ખરી? એના માથે હાથ મૂકીને એની વ્યથા, એની પીડાને જાણી ખરી? એના માટે સમય ફાળવ્યો ખરો? અરે! તે ટાણે તો સાસુને, નણંદને, સાસરિયાંને એમ સહુને લપેટમાં લેવાના જ મૂડમાં હોય પછી થાય શું? કાલે જે થવાનું હોય તે થાય પરંતુ આજની કે આવતીકાલની પડી છે જ કોને? જે થશે તે જોયું જશે... જેવા વિચારોને વળગીને લડ કે લડનાર આપ એવી

બાણાસુરવૃત્તિની અસર હેઠળ હોઈએ ત્યાં પરિણામ પણ કેવું આવે? “જેવું વાવીશું તેવું જ લણવાનું ને?” બાવળ વાવીને મીઠા ફળની આશા કેમ રખાય અને આમ કરતાં આપણું ઘર, સમાજ, ગામ, શહેર કે દેશમાં માત્ર ગુનાહિત વૃત્તિને જ વેગ મળવાનો ને? આપણે આમ લાંબુ વિચારવું રહ્યું અને જોવું પણ રહ્યું. ને એ સાવધાનીનાં પગલાં પણ ભરવાં પડશે ને?

બાળક તો બાળક છે. એની ચંચળતા, નિર્દોષતા, નટખટ અદાઓ સહુ કોઈને આકર્ષે. પરંતુ એનાં તોફાન અન્યને નુકસાન કરતાં થઈ જાય તો સાવધાન થઈ જવું રહ્યું. તે માટે બાળકને મારવાની, શિક્ષા કરવાની, બિવડાવવાની, પૂરી દેવાની, સાથે નહીં લઈ જવાની કે કશું નહીં લઈ આપવાની કે ભૂખ્યા રાખવાની શિક્ષા કરવાની જરાય જરૂર નથી. એ ચંચળની સાથે હેતુથી વર્તવું જોઈએ. એને પાસે બેસાડી પીઠ ઉપર હાથ ફેરવતાં મિત્ર ભાવે વાતો કરવી રહી. એના માથે પ્રેમથી હાથ મૂકી અને અન્ય વાતોમાં વાળવું પડે. એની સાથે સમય ગાળવો પડે. રમકડાં રમતાં રમતાં એને સીધી સલાહ ન દેતાં આડકતરી રીતે સમજ મળે તેવા પ્રયત્નો કરવા પડે. એમ કરતાં કરતાં આપણે હારવાનું નથી, થાકવાનું નથી. ‘તું નહીં જ સુધરે.’ સાવ જંગલી પાક્યો છે.’ જેવાં વાક્યોનું પુનરાવર્તન કરવાનું નથી પણ કાગડાની પેઠે ફુલાવીને એને હકારાત્મક અભિગમ ભણી વાળવાનો છે, ઢાળવાનો છે. તે માટે પ્રથમ આપણી જાતને હકારાત્મક અભિગમ ભણી વાળવાની છે. એ પહેલું પગથિયું ચૂક્યા તો ગયા કામથી!

અંતે બાળક ગુનાહિત પ્રવૃત્તિઓ તરફ વળ્યું છે તો તે માટે પ્રથમ જવાબદાર કોણ એ પ્રશ્ન પહેલાં આપણે આપણી જાતને પૂછીશું ખરાં?

## જાણવું એ જ મુક્તિ

જે જીવનને જાણે છે જાણે છે તેના માટે મૃત્યુ એ અસંભવ ઘટના છે. જે નથી ક્યારેય ઘટી, ન ક્યારેય ઘટે છે અને ન ક્યારેય ઘટી શકે છે... મૃત્યુથી ન તો મુક્ત થવાનું છે કે ન તો મૃત્યુને જીતવાનું છે. કેવળ મૃત્યુને જાણવાનું છે. જાણવું એ જ મુક્તિ બની જાય છે. જાણવું એ જ જીત બની જાય છે. મૃત્યુ ભવિષ્યમાં ઘટિત નથી થતું. મૃત્યુ પળે પળે ઘટિત થઈ રહ્યું છે.

- શ્રી નાનાભાઈ ભટ્ટ

# મનોદિવ્યાંગ બાળકો અને રમત સારવાર



- ડૉ. દીપ્તિ એન. બ્રિવેદી  
અધ્યક્ષ અને એસોસિયેટ પ્રોફેસર  
શ્રીમતી બી.સી.જે.કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન  
એમ.એડ., ખંભાત. મો. ૯૮૯૮૪૯૧૩૪૭

રમત-આધારિત શિક્ષણ એ માત્ર બાળકોની રમત નથી - તે એજ્યુકેશન ટૂલકિટમાં એક શક્તિશાળી સાધન છે અને ખાસ કરીને ખાસ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ માટે એ સારવારનું શક્તિશાળી માધ્યમ છે. આ પદ્ધતિ શીખવાના અને વિકાસના દરવાજા ખોલી શકે છે જે પરંપરાગત પદ્ધતિઓ ખોલી શકતી નથી. આ પદ્ધતિ શીખવાની પ્રક્રિયામાં આનંદ દાખલ કરીને રુચિને એવી રીતે પકડે છે જે કરવામાં પાઠ્યપુસ્તકો અને વ્યાખ્યાનો નિષ્ફળ જાય છે.

રમતની શક્તિની વાત કરીએ તો જ્યારે બાળકો રમે છે, ત્યારે તેઓ માત્ર આનંદમાં જ નથી હોતાં - પણ તેઓ સાથે- સાથે મહત્વપૂર્ણ કૌશલ્યો પણ વિકસાવી રહ્યાં હોય છે. રમત-આધારિત શિક્ષણ પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા, ખાસ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓને કુદરતી અને આકર્ષક લાગે તેવી રીતે સામાજિક, જ્ઞાનાત્મક અને ક્રિયાત્મક કુશળતા વિકસાવી શકે છે. આ અભિગમ બાળકોની કુદરતી જિજ્ઞાસા અને સર્જનાત્મકતા સાથે શિક્ષણને જોડે છે, જે વધુ પરંપરાગત વર્ગખંડમાં સંઘર્ષ કરી શકે તેવા વિદ્યાર્થીઓ માટે તેને યોગ્ય બનાવે છે.

## રમત સારવારની સંકલ્પના :

મૂળભૂત રીતે, રમત-આધારિત શિક્ષણનો અર્થ થાય છે ક્રિયા દ્વારા શીખવું. તે એવા વાતાવરણની સ્થાપના કરવા વિશે છે જ્યાં વિદ્યાર્થીઓ સર્જનાત્મક રીતે અન્વેષણ કરી શકે. પ્રયોગ કરી શકે અને સમસ્યાઓ ઉકેલી શકે ભલે તે બિલ્ડિંગ બ્લોક્સ, રોલ પ્લે અથવા ઈન્ટરેક્ટિવ ગેમ્સ દ્વારા હોય. આ પ્રવૃત્તિઓ શીખવાને સક્રિય અને ગતિશીલ પ્રક્રિયા બનાવે છે.

રમત સારવાર માળખાગત અને સિદ્ધાંત આધારિત અભિગમ છે જે બાળકના સામાન્ય પ્રત્યાયન અને

અધ્યયન પ્રક્રિયાની રચના કરે છે. (કારમાઈકલ, 2006) અધ્યયન અને રમત બંને સમાન વાસ્તવિકતાનાં પાસાં લાગે છે. (લોરેન્સ, 2000)

રમત સારવાર એ છે જે ઉપચારલક્ષી પ્રક્રિયાના એક ભાગરૂપે રમતનો ઉપયોગ કરે છે. વ્યૂહરચનાત્મક રીતે એકીકૃત રમત સારવાર બાળકને જ્યારે તેની પાસે વિચારો કે લાગણીઓ વ્યક્ત કરવા શાબ્દિક ભાષા ન હોય ત્યારે તેને શી મુશ્કેલી છે તે રજૂ કરવા મદદ કરે છે. (ગીલ, 1991) રમત દ્વારા ઉપચાર કરનાર બાળકને સાંવેગિક અથવા સામાજિક કૌશલ્યની ઊણપમાં અને પ્રહણશીલ વર્તન શીખવામાં મદદ કરી શકે. (રેડી, 1998) તે મનોભાર અને અણગમાની લાગણીઓમાંથી રાહત આપે છે, લોકો સાથે હકારાત્મક રીતે જોડે છે, સર્જનાત્મક વિચારોને ઉત્તેજે છે, તેમના સંવેગોને નિયંત્રિત કરે છે અને વ્યક્તિત્વને ઊંચે લઈ જાય છે. ઉપરાંત રમત સારવાર બાળકને પછીના જીવન માટે જરૂરી કૌશલ્યો અને ભૂમિકાને શીખવા અને મહાવરો કરવામાં મદદ પણ કરે છે.

રમત સારવાર એક સલામત વાતાવરણ સર્જીને સાધનો, રમકડાં અને પ્રવૃત્તિઓ પૂરી પાડે છે જ્યાં બાળકો પોતે જ કરી શકે, નવી બાબતો શીખી શકે, દુનિયા કેવી રીતે કામ કરે છે તે શીખી શકે, સામાજિક નિયમો અને બંધનો વિશે શીખી શકે અને તેઓની સમસ્યાઓ કહી શકે છે.

## રમત સારવારના ફાયદા :

રમત થેરાપી ત્રણથી બાર વર્ષની ઉંમર ધરાવતાં બાળકો માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. (ચાલમાઈકલ, 2006, ગીલ, 2002) તરુણો અને પુષ્કો પણ રમત પ્રયુક્તિઓ અને મનોરંજક પ્રક્રિયાઓ દ્વારા લાભાન્વિત

થઈ શકે છે. વર્તમાન સમયમાં રમત થેરાપીનો શિશુઓ અને નવું ચાલતાં શીખતાં બાળકોમાં વધુ ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

રમતમાં છુપાયેલી ઉપચારક શક્તિ ઘણી રીતે ઉપયોગમાં લઈ શકાય છે. રમત થેરાપી બાળકને શાબ્દિક ભાષાથી વિચારો કે લાગણીઓ વ્યક્ત ન કરી શકાતી હોય ત્યારે તેમને શી તકલીફ છે તે રજૂ કરવા મદદ કરે છે. (ગીલ, 1991) રમત થેરાપીમાં રમકડાં એ બાળકના શબ્દો અને રમત એ બાળકની ભાષા સમાન છે. (લેન્ડરેથ, 2002) રમત થેરાપી સત્ર દરમિયાન સ્થપાયેલો હકારાત્મક સંબંધ સાજું કરવા માટે જરૂરી સાંવેગિક અનુભવ પૂરો પાડે છે.

સમસ્યાઓનો સામનો કરતું બાળક નૈદાનિક રમત થેરાપીની ગોઠવણીમાં વધુ તંદુરસ્ત ઉકેલો શોધે છે. રમત થેરાપી બાળકને તેના વિચારવાની રીતમાં બદલાવ લાવવા, તે પ્રત્યે અનુભવવા અને તેની ચિંતાઓના ઉકેલ લાવવા મદદ કરે છે. (રૂસ, 2001) સૌથી વધુ મુશ્કેલ સમસ્યાઓનો પણ રમત થેરાપીથી સામનો થઈ શકે છે અને અંતિમ ઉકેલ શોધી શકાય છે અને તેને પુનરાવર્તન કરી જીવનભરની વ્યૂહરચનાઓ અપનાવી શકાય છે. (રૂસ, 2004)

રમત થેરાપીની સારવારનાં આયોજન બહુવિધ માનસિક આરોગ્ય સ્થિતિઓ અને ક્રોધ વ્યવસ્થાપન અને વર્તન ખામીઓનાં બદલવાના હેતુથી પ્રાથમિક ઉપચાર કે આનુષંગિક સારવાર તરીકે યોજી શકાય છે. (લેન્ડરેથ, 2002). રમત સારવાર બાળકના ધ્યાન સંબંધિત ખામી માટે પણ ઉપયોગમાં લઈ શકાય છે. તથા સ્વલીનતા અને વ્યાપક વિકાસ, શૈક્ષણિક, સામાજિક વિકાસ, શારીરિક તથા અધ્યયન ખામી તથા ચારિત્ર્ય ખામી માટે પણ ઉપયોગ થઈ શકે છે. (બ્રેટન અને અન્ય, 2005).

પિયાજે (1962) અનુસાર, રમત મૂર્ત અનુભવો અને અમૂર્ત વિચારોને ભેગા લાવે છે અને તે એક રમતની સાંકેતિક કામગીરી છે. સારવારજન્ય પ્રક્રિયા તરીકે રમત બાદ ડરામણા, મૂંઝવનાર સંજોગોમાં શાબ્દિક

અભિવ્યક્તિનો ઉપયોગ કરી કાર્ય કરે બાળકનું અભિવ્યક્તિનું સાહજિક સાધન રમત છે. આજે રમત થેરાપી અનેક પદ્ધતિઓમાં સાથે સંબંધ ધરાવે છે જે રમતના સારવારજન્ય ફાયદાને સમર્થન આપે છે.

### મનોદિવ્યાંગ બાળકો માટે રમત સારવારનું મહત્વ:

મનોદિવ્યાંગ બાળકો માટે રમત સારવારનું મુખ્ય લક્ષ્ય તેમના ધ્યાનને સંબંધિત વિગત પર કેન્દ્રિત કરી તેમને મદદ કરવાનું, અન્ય બાળકો સાથે વધુ સારું તાદાત્મ્ય સાધવાનું અને શારીરિક, માનસિક અને સાંવેગિક દિવ્યાંગતા હોવા છતાં તેમના સામાન્ય વિકાસને ઉત્તેજન આપવાનું છે. તે સ્વઅભિવ્યક્તિ અને પ્રત્યાયનને પણ પ્રોત્સાહન આપે છે. સંશોધનો દર્શાવે છે કે માનવજાત પાસે રમતગમત માટે ખૂબ સમય આપવાનો સુદીર્ઘ કાળ બાળપણકાળ છે જેમાં રમત દ્વારા બાળકોમાં વ્યવહારદક્ષ કૌશલ્યોનો વિકાસ થઈ શકે છે. રમત-ગમત જિજ્ઞાસાવૃત્તિને વધારે છે એટલા માટે રમતગમતનું નિર્ણાયક પાસું ખાસ ધ્યાન માગી લે છે.

રમત સારવારનું ધ્યેય દિવ્યાંગ બાળકમાં વિવિધ હોઈ શકે પણ સામાન્ય રીતે તે આવા બાળકની કામગીરીને ઊંચે લઈ જવા અને સમાજમાં સ્વીકાર્ય હોય તેવી રીતે વર્તનને નિયંત્રિત કરવાનું શીખવવાનું છે. એ આશા રાખવામાં આવે છે કે બાળક વધુ સારું કરશે અને નવી પરિસ્થિતિ સાથે કામ પાર પાડવા માટે તેની વર્તમાન ક્ષમતાઓને સુધારશે. આ સારવારનું એક ધ્યેય વર્તનમાં પરિવર્તનનું પણ છે.

સામાન્ય બાળકોમાં રમત-ગમત સાહજિક રીતે જ આવે છે જે મોડા વિકાસ પામતાં બાળકોના કિસ્સામાં સાચું નથી. તેઓ તેમની વિકાસાત્મક શક્તિઓ સુધી સરળતાથી પહોંચી શકતાં નથી. ધીમા વિકાસ પામતાં બાળકો માટે તેમની મર્યાદાઓ ધ્યાનમાં રાખી તકો પૂરી પાડવી જોઈએ. દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓ માટે, પરંપરાગત વર્ગખંડ સમસ્યારૂપ હોઈ શકે છે. વિશેષ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ ઘણીવાર અનન્ય પડકારોનો સામનો કરે છે તેથી તેમના

માટે કોઈ એક અભિગમથી કામ કરી શકે નહીં. રમત-આધારિત શિક્ષણ આ વિદ્યાર્થીઓની જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરે છે. તે એક લવચિક માળખું પૂરું પાડે છે જે વિવિધ જરૂરિયાતોને પહોંચી વળવા અનુકૂળ કરી શકાય છે, તે શિક્ષણને બધા માટે સુલભ અને આનંદપ્રદ બનાવે છે.

રીચાર્ડે (1973) નોંધ્યું છે કે અન્ય બાળકોની જેમ જ મંદબુદ્ધિ બાળકો તંદુરસ્ત વૃદ્ધિ, રમતને ઉત્તેજન વગેરેની તકો ઝંખતા હોય છે. બૌદ્ધિક મંદતા ધરાવતાં બાળકો માટે રમત-ગમતનું ખાસ મૂલ્ય નીચેનાં ચાર ક્ષેત્રોમાં આધાર રાખે છે.

1. શારીરિક ક્ષમતા અને વિકાસ
2. સામાજિક પરિપક્વતા અને જૂથ સમાયોજન
3. વ્યાવસાયિક સમાયોજનમાં ફાળો
4. નવરાશના સમયનો રચનાત્મક ઉપયોગ

આ ઉપરાંત તે બાળકની કામગીરીના સ્તરને ઊંચું લાવે છે અને તેમાં તેના વર્તનને એ રીતે નિયંત્રિત કરવા મદદ કરે છે કે તે વધુ જીવવા યોગ્ય હોય. ઘણીવાર એવી દલીલ કરવામાં આવે છે કે દિવ્યાંગતા ધરાવતાં બાળકો “અધ્યયન અસમર્થ” હોય છે. જ્યાં તેઓ આંતરક્રિયાની પહેલ માટે અન્યોની રાહ જુએ છે. બાળકની સફળ રમત-ગમતની પ્રવૃત્તિ શોધવા, દિશાસૂચક વાલીએ બાળકની રમવાની પહેલ કરવાની ક્ષમતા જોઈને બાળક શું કરે છે તે પ્રત્યે દિશાસૂચકથી અનુસરણ કરનાર તરફ પોતાનો રોલ બદલવો જોઈએ અને હકારાત્મક પ્રતિચારો અને રમૂજને ઉત્તેજન આપવું જોઈએ. આમ રમત સ્વ-પસંદગી, સ્વ-દિશાસૂચન અને સ્વતંત્ર ભાવનાને વિસ્તારી શકે છે.

રમતોનું ઉપચારાત્મક મૂલ્ય છે. તે બાળકમાં વધારાની ઊર્જાનો માર્ગ પૂરો પાડે છે અને મનોભાર દૂર કરે છે. તે બાળકને પર્યાવરણ દ્વારા લાદેલા પ્રતિબંધોને લીધે થયેલ હતાશામાંથી બહાર લાવે છે. રમત પ્રવૃત્તિઓ એવાં બાળકો માટે એટલી જ મહત્વની છે જે દિવ્યાંગ હોય વંચિત હોય, હતાશ હોય અને ભાંગેલાં કે વિશુભ્ય કુટુંબોમાં ઉપેક્ષિત હોય.

રમત-આધારિત સારવારનો સૌથી મોટો ફાયદો

એ છે કે તે સામાજિક ક્રિયાપ્રતિક્રિયાને પ્રોત્સાહન આપે છે જે તેમનામાં સામાજિક કુશળતાનું કરે છે. ખાસ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓને સામાજિક પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરવો ઘણીવાર પડકારજનક લાગે છે. માર્ગદર્શિત રમત દ્વારા, વિદ્યાર્થીઓ માળખાગત પરંતુ લવચિક વાતાવરણમાં સામાજિક કૌશલ્યોનો અભ્યાસ કરી શકે છે. આ રમતમાં એક પછી એક દાવ લેવા જેટલું સરળ અથવા જૂથ પ્રવૃત્તિમાં ભૂમિકા નક્કી કરવા જેટલું જટિલ હોઈ શકે છે.

પ્રત્યાયન એ બીજું મહત્વનું ક્ષેત્ર છે જ્યાં રમત-આધારિત પ્રવૃત્તિઓ ધ્યાનાકર્ષક છે. વાણી અથવા ભાષાની અક્ષમતા ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ માટે, ઈન્ટરેક્ટિવ ગેમ્સ નવા શબ્દો અને શબ્દસમૂહોનો અભ્યાસ કરવા માટે વ્યવહારુ સંદર્ભ પૂરો પાડે છે. આ ખાસ કરીને અસરકારક હોઈ શકે છે કારણ કે તે વધુ ઔપચારિક શૈક્ષણિક સેટિંગ્સના દબાણને દૂર કરે છે, વિદ્યાર્થીઓને મુક્તપણે કુદરતી રીતે ભાષા સાથે પ્રયોગ કરવાની મંજૂરી આપે છે.

આ રમત વિદ્યાર્થીઓને નવી રીતે વિચારવાનો પડકાર પણ આપે છે. પછી ભલે તે કોયડાઓનો ઉકેલ હોય અથવા બ્લોકસમાંથી માળખું બનાવવાનું આયોજન હોય, રમત આધારિત પ્રવૃત્તિઓ જ્ઞાનાત્મક વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે. તેઓ વિદ્યાર્થીઓને તર્ક લાગુ કરવા, કારણ અને અસર સમજવા અને તેમની યાદશક્તિને વિકસાવવા પ્રોત્સાહિત કરે છે. વિશેષ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ માટે, આ પ્રકારનો જ્ઞાનાત્મક મહાવરો અમૂલ્ય છે.

કાતર વડે કાગળ કાપવા જેવા નાના ક્રિયાત્મક કૌશલ્યથી માંડીને મોટાં ક્રિયાત્મક કૌશલ્ય જેવાં કે કૂદવાનું કે દોડવું, રમત આધારિત પ્રવૃત્તિઓ વિદ્યાર્થીઓને મહત્વપૂર્ણ શારીરિક ક્ષમતાઓ વિકસાવવામાં મદદ કરે છે. વિશેષ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ માટે, આ પ્રવૃત્તિઓને તેમની ચોક્કસ શારીરિક ક્ષમતાઓને પહોંચી વળવા માટે અનુકૂલિત કરી શકાય છે જેનાથી તેમને આગળ વધવા અને વિકાસ માટે પ્રેરિત કરી શકાય છે.

# “પ્રતિભાશાળી અને તેજસ્વી બાળક વિષે માન્યતાઓ અને વાસ્તવિકતાઓ”

- ડૉ. રાજેન્દ્રકુમાર બી. પંડ્યા

એ. ટીચર, બી.એમ. ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ  
મેન્ટલ હેલ્થ, અમદાવાદ. મો. ૯૪૨૮૯૮૧૮૭૨



- કૃષ્ણલકુમાર ૬૬૬૨

આસિ. પ્રોફેસર, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર  
ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ. મો. ૮૩૪૭૪૭૧૪૮

કેટલાંક બાળકો ગણિત, લેખન અથવા સંગીત જેવાં ક્ષેત્રોમાં અત્યંત પ્રતિભાશાળી હોય છે. ઘણાં બાળકોને એ ડીએચડી, ડિસ્લેક્સિયા અથવા ડિસકેલ્ક્યુલિયા, ઓટીઝમ અથવા સંવેદનાત્મક પ્રક્રિયાની સમસ્યાઓ જેવા શીખવાના પડકારો છે. પરંતુ એવાં બાળકો છે જે બંને કેટેગરીમાં ફિટ છે. તેમને “(બે વખત) દ્વિ અપવાદરૂપ” અથવા કહેવામાં આવે છે, એટલે કે તેમની પાસે અસાધારણ ક્ષમતા અને અપંગતા છે. તેઓ પ્રતિભાશાળી છે પરંતુ તેઓ શિક્ષણ અથવા વિકાસલક્ષી પડકારોનો સામનો પણ કરે છે.

જે બાળકો હોશિયાર અને પડકારરૂપ બંને હોય છે તેઓને સમજવું મુશ્કેલ હોય છે. હોશિયાર બાળકો તેમની મુશ્કેલીઓ છુપાવવા માટે તેમની શક્તિનો ઉપયોગ કરી શકે છે, જેથી શીખવાની સમસ્યાઓ ઓળખવી મુશ્કેલ બને છે. તે બીજી રીતે પણ હોઈ શકે છે, જેમાં પડકારોને કારણે બાળકની પ્રતિભા છુપાઈ જાય છે. કેટલાક કિસ્સાઓમાં, વિકલાંગતા કે પ્રતિભાને ઓળખવામાં આવતી નથી.

એકવાર બાળકની ઓળખ થઈ જાય, તો પણ યોગ્ય મદદ મેળવવી મુશ્કેલ બની શકે છે. જો તેઓ હોશિયાર પ્રોગ્રામમાં હોય, તો તેઓ અપેક્ષાઓ પ્રમાણે જીવી શકતા નથી. જો તેમને કોઈ ખાસ શિક્ષણ કાર્યક્રમમાં મૂકવામાં આવે જે પૂરતું પડકારજનક ન હોય, તો તેઓ હતાશા અને બેચેની અનુભવી શકે છે. કોઈ પણ કિસ્સામાં, ચિંતા, હતાશા, ઓછું આત્મસન્માન અને ભાવનાત્મક અસંતુલન થઈ શકે છે, જે વર્તન સમસ્યાઓ તરફ દોરી જાય છે.

2E બાળકોને ઓળખવા મુશ્કેલ હોઈ શકે છે. “પ્રતિભાશાળી હોવા” માટે કોઈ સાર્વત્રિક ધોરણ નથી.

બાળકો હોશિયાર છે કે નહીં તે નક્કી કરવાનું ઘણીવાર વ્યક્તિગત, શાળાઓ પર હોય છે. જો બાળક એક કે બે વિષયમાં ખૂબ જ સારું છે, પરંતુ અન્યમાં પાછળ છે, તો આ એક સંકેત હોઈ શકે છે કે તે અથવા તેણી 2E હોઈ શકે છે.

બાળક 2e છે કે કેમ તે જાણવા માટેની શ્રેષ્ઠ રીત ન્યુરોસાયકોલોજિકલ એસેસમેન્ટ છે. આ તમને તમારા બાળકની શક્તિઓ અને નબળાઈઓનું ચિત્ર સ્પષ્ટ બનાવવામાં મદદ કરી શકે છે.

## 2E બાળકોને કેવી રીતે ઓળખવા?

પ્રથમ, ડૉ. વેબ ભાર મૂકે છે અને કહે છે કે માતા-પિતા અને શિક્ષકોએ (બે વખત) દ્વિ અપવાદરૂપતાના ખ્યાલથી પરિચિત હોવા જોઈએ. “હોશિયાર બાળકો વિશે એક મોટી માન્યતા એ છે કે તેઓ તમામ ક્ષેત્રોમાં સમાન પ્રતિભાશાળી હશે, અથવા તેની ખૂબ નજીક હશે,”

ડૉ. ફિલિપ્સ કહે છે, ‘ગિફ્ટેડ’ની ખરેખર કોઈ સર્વવ્યાપી સ્વીકૃત વ્યાખ્યા નથી - સામાન્ય બૌદ્ધિક ક્ષમતાના સંબંધમાં પણ, કારણ કે હોશિયારીની સાચી વ્યાખ્યા બૌદ્ધિક ક્ષમતા સુધી મર્યાદિત નથી, નિષ્ણાતો સૂચવે છે કે જ્યારે કોઈ શિક્ષક નોંધે છે કે બાળક અમુક ક્ષેત્રોમાં સારું પ્રદર્શન કરે છે, પરંતુ એક કે બે ક્ષેત્રોમાં ખૂબ સારું પ્રદર્શન કરે છે - અથવા અપવાદરૂપે એક ક્ષેત્ર સિવાય તમામમાં સારું પ્રદર્શન કરે છે જ્યાં તે પાછળ છે - તો આવા બાળકને પરીક્ષણ માટે મોકલવું જોઈએ.

બેવડી અપવાદરૂપતાને ઓળખવાની શ્રેષ્ઠ રીત ન્યુરોસાયકોલોજિકલ એસેસમેન્ટ છે. “ન્યુરોસાયક મૂલ્યાંકન એ વિદ્યાર્થીની જ્ઞાનાત્મક અને શૈક્ષણિક શક્તિઓ અને નબળાઈઓની સંપૂર્ણ પ્રોફાઇલને સમજવા અને આ બાળકોને ખરેખર જરૂર હોય તેવા અભ્યાસક્રમને વ્યક્તિગત કરવા માટે ખરેખર શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે,”

ડો. ફિલિપ્સ સમજાવે છે. “તેઓ ગણિતમાં ત્રણ ગ્રેડ લેવલ આગળ હોઈ શકે છે, પરંતુ તેમને વાંચવામાં વધારાની મદદની જરૂર પડી શકે છે.”

### દ્વિ અપવાદરૂપ બાળકો વિશે સામાન્ય માન્યતાઓ અને વાસ્તવિકતાઓ

આ દંતકથાઓને સંબોધવા માટે 2E વ્યક્તિઓ વિશે શિક્ષણ, જાગૃતિ અને સચોટ માહિતીની જરૂર છે. તેમની દ્વિ અપવાદરૂપતાઓ વિશેની સમજણમાં વધારો અને યોગ્ય સમર્થન અને સવલતો માટેની હિમાયત આ ગેરસમજોને દૂર કરવામાં અને 2e બાળકોની વધુ સચોટ અને સમાવિષ્ટ સમજને પ્રોત્સાહન આપવામાં મદદ કરી શકે છે. તો ચાલો 2e+ બાળકો વિશેની કેટલીક દંતકથાઓ પર જઈએ:

**માન્યતા :** 2E બાળકો ફક્ત “આળસુ” અથવા “અપ્રેરિત” હોય છે.

**વાસ્તવિકતા :** 2E બાળકોમાં અંડરચીવમેન્ટ ઘણીવાર તેમની અસાધારણ ક્ષમતાઓ અને વિકલાંગતા વચ્ચે મેળ ખાતી નથી. તે આળસ અથવા પ્રેરણાના અભાવનું પરિણામ નથી. ઘણા 2e બાળકોને અનન્ય પડકારોનો સામનો કરવો પડે છે જેને શૈક્ષણિક રીતે વિકાસ કરવા માટે યોગ્ય સમર્થન અને સવલતોની જરૂર હોય છે.

**માન્યતા :** 2E બાળકો જ્યારે અમુક કાર્યો અથવા પ્રવૃત્તિઓ સાથે સંઘર્ષ કરે છે ત્યારે તેઓ ફક્ત “મુશ્કેલ” અથવા “ઉદ્ભટ” હોય છે.

**વાસ્તવિકતા :** 2E બાળકો દ્વારા અનુભવાતી પડકારરૂપ વર્તણૂકો અથવા મુશ્કેલીઓ ઘણીવાર તેમની અનન્ય પ્રોફાઇલમાં રહેલ હોય છે, જેમ કે એક્ઝિક્યુટિવ કામગીરી, સંવેદનાત્મક પ્રક્રિયા અથવા અસુમેળ વિકાસમાં મુશ્કેલીઓ. આ પડકારો ઈરાદાપૂર્વકની અવજ્ઞાના સૂચક નથી.

**માન્યતા :** 2E બાળકો બધા અત્યંત વિક્ષેપજનક હોય છે અથવા વર્તણૂક સંબંધિત સમસ્યાઓ હોય છે.

**વાસ્તવિકતા :** જ્યારે કેટલાક 2E બાળકો પડકારરૂપ વર્તણૂકોનું પ્રદર્શન કરી શકે છે, તે સમગ્ર 2E

વસ્તીનું પ્રતિનિધિત્વ કરતું નથી. નિરાશા, મેળ ન ખાતું શૈક્ષણિક વાતાવરણ અથવા સંબોધિત જરૂરિયાતો સહિત વિવિધ પરિબલોમાંથી પડકારરૂપ વર્તણૂકો ઊભી થઈ શકે છે.

**માન્યતા :** 2E બાળકો આખરે તેમના પડકારોને “વધારો” કરશે.

**વાસ્તવિકતા :** વિકલાંગતા અને શીખવાની ભિન્નતા એ સામાન્ય રીતે જીવનભરની પરિસ્થિતિઓ છે. જ્યારે હસ્તક્ષેપ અને સવલતો 2E બાળકોને તેમના પડકારોને અસરકારક રીતે સંચાલિત કરવામાં મદદ કરી શકે છે, તે અસંભવિત છે કે તેઓ તેમને સંપૂર્ણપણે આગળ વધારશે. તેમની લાંબા ગાળાની સફળતા માટે સમર્થન આવશ્યક છે.

**માન્યતા :** ગિફ્ટેડ હોવું એ જીવનમાં સફળતાની ગેરંટી છે.

**વાસ્તવિકતા :** એકલા હોશિયાર હોવું સફળતાની બાંધપરી આપતું નથી. 2E બાળકો એવા પડકારોનો સામનો કરે છે અને તેમની સંપૂર્ણ ક્ષમતા સુધી પહોંચવા માટે લક્ષિત સમર્થનની જરૂર પડી શકે છે. તેમની ચોક્કસ જરૂરિયાતોને ઓળખવી, સંબોધિત કરવી અને વિકાસ માટે યોગ્ય તકો પૂરી પાડવી, તેમની સફળતા માટે નિર્ણાયક છે.

**માન્યતા :** 2E બાળકો તમામ ક્ષેત્રોમાં સમાન રીતે અપવાદરૂપ છે.

**વાસ્તવિકતા :** 2E બાળકો ઘણીવાર અસમાન વિકાસની પેટર્ન પ્રદર્શિત કરે છે, જ્યાં તેમની અસાધારણતા અને પડકારો વિવિધ ક્ષેત્રોમાં બદલાઈ શકે છે. અન્યમાં સંઘર્ષ કરતી વખતે તેઓ ચોક્કસ ડોમેન્સમાં શ્રેષ્ઠ બની શકે છે. તેમના સર્વાંગી વિકાસ માટે આ ભિન્નતાઓને સમજવી અને સમાવવાનું મહત્વનું છે.

**માન્યતા :** 2E બાળકો ફક્ત “સરેરાશ” અથવા “સામાન્ય” હોય છે કારણ કે તેમની શક્તિઓ અને નબળાઈઓ એકબીજાને રદ કરે છે.

**વાસ્તવિકતા :** 2E બાળકોમાં એક સાથે અસાધારણ ક્ષમતાઓ અને વિકલાંગતાઓ અથવા શીખવામાં

તફાવતો હોય છે. આ બેવડા અપવાદો જટિલ અને અનન્ય પ્રોફાઇલ બનાવી શકે છે જેને ચોક્કસ સમજણ અને સમર્થનની જરૂર હોય છે.

**માન્યતા :** 2E બાળકો તેમની અસાધારણતા અને વિકલાંગતાને કારણે સતત ભરાઈ ગયેલાં અથવા તણાવમાં રહે છે.

**વાસ્તવિકતા :** જ્યારે 2E બાળકોને અનન્ય પડકારો અને તણાનો સામનો કરવો પડી શકે છે, ત્યારે એવું માની લેવાનું ટાળવું મહત્વપૂર્ણ છે કે તેઓ સતત ભરાઈ ગયાં છે. સહાયક વાતાવરણ, યોગ્ય રહેઠાણ અને સમજણ તણાવને ઘટાડવામાં અને તેમની સુખાકારીને પ્રોત્સાહન આપવામાં મદદ કરી શકે છે.

**માન્યતા :** 2E બાળકો દુર્લભ કે અસામાન્ય છે.

**વાસ્તવિકતા :** જ્યારે 2E નો ચોક્કસ વ્યાપ નક્કી કરવો પડકારજનક છે, સંશોધન સૂચવે છે કે 2E બાળકોની વસ્તી અગાઉ માનવામાં આવતી હતી તેના કરતાં મોટી છે. જો કે, તેમની અનન્ય જરૂરિયાતો અને પડકારો અજ્ઞાત થઈ શકે છે, જેના કારણે ઓળખ ઓછી થઈ શકે છે અને અપૂરતું સમર્થન મળે છે.

**2E બાળકો માટે થેરપી સંબંધિત માન્યતાઓ**

બે વખત અપવાદરૂપ (2E) બાળકોની વસ્તી માટે ઉપચાર સંબંધિત કેટલીક માન્યતાઓ અને ગેરસમજો છે.

2E બાળકોના યોગ્ય અને અસરકારક નિદાનાત્મક કે ઉપચારાત્મક સહાય મળે તેની ખાતરી કરવા માટે આવી માન્યતાઓને સંબોધિત કરવું મહત્વપૂર્ણ છે. તેમની જટિલતાને ઓળખવી, જાણકાર ચિકિત્સકોની શોધ કરવી અને તેમની બેવડી અસાધારણતાઓને સંબોધિત કરતી ઉપચારની હિમાયત કરી તેમના એકંદર વિકાસ અને સુખાકારીમાં ફાળો આપી શકે છે. ઉપચાર સંબંધિત 2E બાળકો વિશેની માન્યતામાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે:

**માન્યતા :** 2E બાળકો માટે ઉપચાર બિનજરૂરી છે કારણ કે તેમની અસાધારણ ક્ષમતાઓ તેમના પડકારો માટે કુદરતી રીતે વળતર આપશે.

**વાસ્તવિકતા :** જ્યારે અસાધારણ ક્ષમતાઓ એક

શક્તિ બની શકે છે, ત્યારે પડકારોનો સામનો કરવા અને 2E બાળકોની એકંદર સુખાકારીને પ્રોત્સાહન આપવા માટે ઉપચાર નિર્ણાયક બની શકે છે. થેરપી તેમને સામનો કરવાની વ્યૂહરચના વિકસાવવામાં, સામાજિક કૌશલ્યો વધારવા, લાગણીઓનું સંચાલન કરવામાં અને તેમની અનન્ય જરૂરિયાતોને ટેકો આપવામાં મદદ કરી શકે છે.

**માન્યતા :** થેરપી ફક્ત વિકલાંગતા અથવા પડકારો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશે, 2E બાળકોની હોશિયારીને અવગણશે.

**વાસ્તવિકતા :** 2E બાળકો માટે અસરકારક ઉપચાર તેમના પડકારોને સંબોધિત કરતી વખતે તેમની અસાધારણ ક્ષમતાઓને ઓળખી અને ઉજવણી કરવી જોઈએ. 2E વ્યક્તિઓ વિશે જાણકારી ધરાવતા ચિકિત્સકો બંને ક્ષેત્રોને યોગ્ય રીતે સંબોધવા માટે દ્વિ અપવાદો અને હસ્તક્ષેપને ધ્યાનમાં લેશે.

**માન્યતા :** 2E બાળકો માટે થેરપી ફક્ત શૈક્ષણિક અથવા જ્ઞાનાત્મક વિકાસ પર કેન્દ્રિત છે.

**વાસ્તવિકતા :** જ્યારે જ્ઞાનાત્મક અને શૈક્ષણિક વિકાસ 2E બાળકો માટે ઉપચારનો ભાગ હોઈ શકે છે, ત્યારે ઉપચાર વ્યાપક વિસ્તારને સમાવી શકે છે. આમાં સામાજિક કૌશલ્ય વિકાસ, ભાવનાત્મક નિયમન, આત્મ-સન્માન નિર્માણ, કાર્યકારી કામગીરી અને એકંદર માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને સુખાકારી માટે સમર્થન સામેલ હોઈ શકે છે.

**માન્યતા :** થેરાપી એ 2E બાળકો માટે એક જ કદમમાં બંધબેસતો અભિગમ છે.

**વાસ્તવિકતા :** 2E બાળકો માટેની ઉપચાર વ્યક્તિગત અને તેમની અનન્ય શક્તિઓ, પડકારો અને ધ્યેયોને અનુરૂપ હોવી જોઈએ. તેમાં તેમની અસાધારણ ક્ષમતાઓ, વિકલાંગતાઓ અને બંને વચ્ચેની ક્રિયાપ્રતિક્રિયાને ધ્યાનમાં લેવી જોઈએ. ચિકિત્સકોએ દરેક બાળકની ચોક્કસ જરૂરિયાતો પૂરી કરવા માટે તેમના અભિગમો અને દરમિયાનગીરીઓને અનુકૂલિત કરવી જોઈએ.

# દિવ્યાંગ બાળકો માટે આર્ટ થેરાપી (કલાત્મક ઉપચાર) : સર્જનાત્મકતા દ્વારા શૈક્ષણિક વિકાસ



- અશોકકુમાર બી. પ્રજાપતિ  
આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર સૂરજબા કોલેજ  
ઓફ એજ્યુકેશન, સર્વ વિદ્યાલય કેમ્પસ,  
કડી. જિ : મહેસાણા. મો. ૯૦૧૬૮૨૨૨૬૫

શિક્ષણ એક વિશાળ પ્રણાલી છે, જે તમામ પ્રકારના વિદ્યાર્થીઓ માટે સુસંગત હોવું જોઈએ. દિવ્યાંગ બાળકો માટે શૈક્ષણિક વિકાસ એક વિશિષ્ટ પડકાર છે, કેમ કે તેઓ ભૌતિક, માનસિક અથવા બૌદ્ધિક મર્યાદાઓનો સામનો કરે છે. આર્ટ થેરાપી તેમને શૈક્ષણિક અને ભાવનાત્મક સપોર્ટ માટે એક અનોખી તક આપે છે, જ્યાં તેઓ તેમની જાતીય ક્ષમતાઓ ઓળખી શકે છે અને વિકાસ કરી શકે છે. આ લેખમાં આર્ટ થેરાપીના મૂલ્ય અને તેનું શૈક્ષણિક સિદ્ધિઓમાં પ્રદાન કરવાના મહત્વ પર વિશેષ ધ્યાન આપવામાં આવ્યું છે.

## આર્ટ થેરાપી શું છે ?

આર્ટ થેરાપી એ એક ચિકિત્સાત્મક પદ્ધતિ છે, જે ચિત્રકામ, શિલ્પકામ, રંગકામ, અને અન્ય કલાત્મક પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા વ્યક્તિના માનસિક અને ભાવનાત્મક સ્વાસ્થ્યને સુધારવા માટે ઉપયોગમાં લેવાય છે.

આ પદ્ધતિ વ્યક્તિને તેના વિચારો, લાગણીઓ, અને આંતરિક સંઘર્ષો સમજવામાં મદદ કરે છે, ખાસ કરીને તે લોકો માટે જે મૌખિક રીતે અભિવ્યક્ત થવામાં અસમર્થ હોય છે. આર્ટ થેરાપી તણાવ ઘટાડે છે, આત્મવિશ્વાસ વધારે છે, અને શારીરિક તેમજ માનસિક તંદુરસ્તીમાં સુધારો કરે છે. શાળાઓ, મનોવિજ્ઞાન કેન્દ્રો, અને હોસ્પિટલોમાં તેનો ઉપયોગ ડિપ્રેશન, ચિંતાઓ, અને ટ્રોમા જેવા ચિંતાજનક મુદ્દાઓના નિવારણ માટે થાય છે.

## દિવ્યાંગ બાળકો માટે આર્ટ થેરાપીનું મહત્વ :

1. **લાગણીઓની અભિવ્યક્તિમાં સહાય :** દિવ્યાંગ બાળકો ઘણી વાર તેમના વિચારો અને લાગણીઓને વાચાળ રીતે વ્યક્ત કરી શકતા નથી. આર્ટ થેરાપીનું માધ્યમ જેમકે ચિત્રકામ, શિલ્પકામ, અને રંગકામ તેમને બિનમૌખિક રીતે

તેમના મનના અભિપ્રાય માટે સહાય કરે છે.

2. **માનસિક શાંતિ અને તણાવમાં ઘટાડો :** આર્ટ થેરાપી થકી કૃતિમ પ્રવૃત્તિઓમાં ભાગ લેવાથી બાળકોમાં મનની શાંતિ આવે છે. તેઓ તણાવમુક્ત રહે છે, જે તેમના શૈક્ષણિક પ્રદર્શન અને દૈનિક જીવનમાં સુધારો કરે છે.
3. **રચનાત્મકતા વિકસાવવી :** દિવ્યાંગ બાળકોને નવી રીતોથી વિચારવાની અને તેમના શીખવાના અભિગમને ઉત્તેજન આપતી આર્ટ થેરાપી તેમનું સર્જનાત્મક માળખું મજબૂત કરે છે.
4. **સંવેદનાત્મક કૌશલ્યના વિકાસમાં સહાય :** આર્ટ થેરાપી તેમને તેમના મનમાં રહેલ સંવેદનાઓને ઓળખવામાં મદદ કરે છે અને તે સંવેદનાઓને સ્વસ્થ રીતે કેવી રીતે વ્યક્ત કરવી તે શીખવે છે.
5. **મોટર કૌશલ્યનો વિકાસ :** શિલ્પકામ, પેઇન્ટિંગ, અને કટિંગ જેવી પ્રવૃત્તિઓથી દેહના નાની અને મોટી પેશીઓનાં કૌશલ્ય વિકસે છે, જે દિવ્યાંગ બાળકોના રોજિંદા કાર્યો માટે જરૂરી છે.
6. **ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની ક્ષમતા વધારવી :** આર્ટ થેરાપી ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની ક્ષમતા સુધારે છે. ખાસ કરીને ADHD ધરાવતાં બાળકો માટે, આ પ્રવૃત્તિઓ લાંબા સમય સુધી કાર્યમાં મગ્ન રહેવામાં મદદરૂપ બને છે.
7. **સામાજિક કૌશલ્યમાં સુધારો :** આર્ટ થેરાપી જો જૂથ પ્રવૃત્તિ તરીકે કરવામાં આવે, તો તે બાળકોને સહકાર અને સામાજિક સંવાદ શીખવામાં મદદ કરે છે. તેઓ બીજાં બાળકો સાથે પરસ્પર ક્રિયા શીખે છે, જે તેમના માટે જીવનમાં ખૂબ જરૂરી છે.
8. **સકારાત્મક આત્મવિશ્વાસ પેદા કરવો :** આર્ટ

થેરાપી દ્વારા, બાળકો તેમની બનાવેલી કૃતિઓથી ગર્વ અનુભવે છે. તે તેમની અંદર આત્મવિશ્વાસનો વિકાસ કરે છે અને શૈક્ષણિક અને દૈનિક કાર્યોમાં વધુ સાહસ કરે છે.

9. **શૈક્ષણિક વિષયોમાં રસ પેદા કરવો :** આર્ટ થેરાપી બાળકોના શૈક્ષણિક વિષયો પ્રત્યેની રુચિ વધારવામાં મદદરૂપ બને છે. શૈક્ષણિક માળખાને મજેદાર બનાવતી આ પદ્ધતિ શીખવાના તણાવને હળવો કરે છે.
10. **સંવાદક્ષમતા સુધારવી :** બિનમૌખિક માધ્યમ તરીકે આર્ટ થેરાપી, ખાસ કરીને શ્રવણવિહોણા અથવા બોલવા માટે અસક્ષમ બાળકો માટે, લાગણીઓ અને વિચાર જાહેર કરવા માટે એક નવું માધ્યમ પ્રદાન કરે છે.
11. **સિદ્ધિની લાગણીમાં વધારો :** જ્યારે બાળકો કોઈ કૃતિ પૂરી કરે છે, ત્યારે તેઓ સિદ્ધિની ભાવનાનો અનુભવ કરે છે. તે તેઓને તેમના શૈક્ષણિક કાર્યો માટે પણ પ્રોત્સાહિત કરે છે.
12. **સ્વતંત્રતા અને સ્વયંનિર્ભરતા પેદા કરવી :** આર્ટ થેરાપી બાળકોને સ્વતંત્ર રીતે કાર્ય કરવાની પ્રેરણા આપે છે. તે તેમને તેમની ક્ષમતાઓ અને મર્યાદાઓને ઓળખવામાં મદદ કરે છે, જે ભવિષ્યમાં સ્વયંનિર્ભર જીવન માટે મહત્વપૂર્ણ છે. આર્ટ થેરાપી શૈક્ષણિક સિદ્ધિઓ માટે કેવી રીતે મદદરૂપ બને છે?
1. **વિઝ્યુઅલ લર્નિંગનું પ્રોત્સાહન :** ચિત્રો, શિલ્પો, અને અન્ય દૃશ્યાત્મક માધ્યમોના ઉપયોગ દ્વારા વિદ્યાર્થીઓનાં વિષયોની સારી સમજણ વિકસે છે. આર્ટ થેરાપી શીખવાના પરંપરાગત અભિગમોને દૃશ્ય પ્રેરિત પદ્ધતિઓ સાથે સાંકળી દે છે, જે ખાસ કરીને ઓટિઝમ અથવા ADHD ધરાવતાં બાળકો માટે મદદરૂપ બને છે.
2. **લાગણીઓ અને વિચારોની અભિવ્યક્તિ :** દિવ્યાંગ બાળકો ઘણી વાર તેમની લાગણીઓને

શબ્દોમાં વ્યક્ત કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે. આર્ટ થેરાપી તેમને આડા-આડા માર્ગે તેમના વિચાર અને લાગણીઓને શૈક્ષણિક સામગ્રી સાથે જોડવાની તક આપે છે.

3. **પેશીગત કૌશલ્યનો વિકાસ :** આર્ટ થેરાપી દ્વારા બાળકોનાં મોટર (મોટાં અને નાનાં પેશીગત) કૌશલ્ય વિકસે છે. કટિંગ, પેસ્ટિંગ, પેઇન્ટિંગ, અને શિલ્પકામ જેવી પ્રવૃત્તિઓ શૈક્ષણિક કાર્ય માટે જરૂરી સક્રિય ક્ષમતાઓ વિકસાવે છે.
4. **રચનાત્મક વિચારશક્તિનું પ્રોત્સાહન :** આર્ટ થેરાપી બાળકોને ખોલીને વિચારવા અને નવા ઉકેલો શોધવાની પ્રેરણા આપે છે. કૃતિમ પ્રવૃત્તિઓ તેમને રચનાત્મક માર્ગો શોધવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે, જે શિક્ષણની દરેક બાબતમાં ઉપયોગી બને છે.
5. **અભ્યાસમાં રસ પ્રેરિત કરવો :** આર્ટ થેરાપી શાળાની પરંપરાગત અભ્યાસ પદ્ધતિઓને મજેદાર બનાવે છે. જ્યારે બાળકો મનોરંજક પ્રવૃત્તિઓમાં સામેલ થાય છે, ત્યારે તેઓ વધુ ધ્યાન અને ઉત્સાહ સાથે શીખે છે.
6. **સામાજિક કૌશલ્યના વિકાસમાં સહાય :** આર્ટ થેરાપી ઘણીવાર જૂથ પ્રવૃત્તિઓમાં હાથ ધરવામાં આવે છે, જે વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે સંવાદ અને સહયોગના ગુણો વિકસાવે છે. શૈક્ષણિક ચર્ચાઓમાં ભાગ લેવા માટે આ કૌશલ્ય ખૂબ ઉપયોગી છે.
7. **વિષયની સમજણમાં સહાય :** વિશિષ્ટ વિષયોના સંજ્ઞાન માટે આર્ટ થેરાપીનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. ઉદાહરણ તરીકે, પૃથ્વીના આકારની સમજણ માટે માટીનું શિલ્પકામ અથવા ભૂગોળના પાટાગ્રંથો માટે ચિત્રકામનો ઉપયોગ.
8. **આત્મવિશ્વાસ અને આત્મસંતોષમાં વધારો :** જ્યારે બાળકો તેમની કૃતિઓ પૂરી કરે છે અને પરિણામો જુએ છે, ત્યારે તેઓમાં આત્મવિશ્વાસ

અને શૈક્ષણિક કાર્ય માટે ઉત્સાહ વધે છે.

### કેસ સ્ટડી: સફળતાનાં દૃષ્ટાંતો

- પ્રતિભા નામની એક બાળકી, જેને ડાઉન સિન્ડ્રોમ છે, તે ચિત્રકામ દ્વારા પૃથ્વી વિશે શીખી. કલરિંગ અને ચિત્રો દ્વારા તેનું શીખવાની ઉત્સુકતા અને સમજણ વધી. આર્ટ થેરાપી દ્વારા તે અન્ય બાળકો સાથે વધુ સારી રીતે મળીને શીખી શકી.
  - આર્યન પાસે એટેન્શન-ડેફિસિટ હાયપર એક્ટિવિટી ડિસોર્ડર (ADHD) હતો, જેનાથી તે ક્લાસમાં ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતો નહોતો. આર્યન માટે કાગળ પર ચોક સાથે મેન્ડાલા આર્ટ બનાવવાની પ્રવૃત્તિઓ અમલમાં મૂકવામાં આવી. આ પ્રવૃત્તિઓ આર્યન માટે શાંતિદાયક સાબિત થઈ. તે ધીમે ધીમે લાંબા સમય સુધી ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા લાગ્યો.
  - કૃષ્ણા શ્રવણવિહોણો વિદ્યાર્થી હતો જેને શબ્દોની ગહન સમજણ ન હતી અને તેને નાટ્યકળામાં રસ હતો. કૃષ્ણાને વર્કશોપમાં સામેલ કરવામાં આવ્યો, જ્યાં માસ્ક બનાવવું અને રંગોથી નાટ્યરૂપી ચિત્રો તૈયાર કરવાની પ્રવૃત્તિ કરાવવામાં આવી. કૃષ્ણાની કૃતિઓ શિક્ષકોએ સમજેલી, અને આ આર્ટ દ્વારા કૃષ્ણાના સંદેશા સહજતાથી પ્રકાશમાં આવ્યા.
- આર્ટ થેરાપીનો અમલ શાળાનાં કાર્યો અને પદ્ધતિઓમાં:**
- આર્ટ થેરાપી શાળાના શૈક્ષણિક, શારીરિક, માનસિક, અને સામાજિક વિકાસ માટે મહત્વપૂર્ણ છે. તે શાળાની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓમાં સમાવિષ્ટ કરીને વિદ્યાર્થીઓના સર્વાંગી વિકાસમાં સહાયરૂપ છે.
1. **વિષયોને દૃશ્યમાધ્યમથી સરળ બનાવવું:** ગણિત, વિજ્ઞાન, અથવા ઇતિહાસ જેવા વિષયોની જટિલતાઓને સરળ બનાવવા ચિત્રકામ, મોડલ બનાવવા, અથવા સ્કેચિંગનો ઉપયોગ.
  2. **વિદ્યાર્થીઓના મૂલ્યાંકનમાં સમાવેશ :** પ્રોજેક્ટ-

આધારિત મૂલ્યાંકનમાં આર્ટ થેરાપી સામેલ કરીને વિદ્યાર્થીઓના સર્જનાત્મક ઉકેલો અને શીખવાની પ્રગતિને ઓળખવી.

3. **શિક્ષણમાં કલા-આધારિત અભિગમ :** આર્ટ થેરાપીને શાળા વાર્ષિક અભ્યાસક્રમનો ભાગ બનાવીને કૃત્રિમ શિક્ષણ મજબૂત કરવું.
4. **તણાવ અને ભાવનાત્મક સમતુલા :** વિદ્યાર્થીઓમાં ચિંતાના ઘટાડા માટે રંગકામ અથવા પેઈન્ટિંગ જેવી આરામદાયક પદ્ધતિઓ.
5. **કૌશલ્યના વિકાસ માટે પ્રવૃત્તિઓ :** શિલ્પકામ, પોટરી, અથવા કોલાજ બનાવવા જેવી પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા શારીરિક સંયોજનમાં સુધારો.
6. **શારીરિક અભ્યાસમાં કલા સામેલ કરવી :** આરોગ્ય શિક્ષણ સાથે યોગ અથવા શારીરિક તાલીમમાં મંડળા અને રંગકામને જોડવું.
7. **આકર્ષક અને ઉત્સાહપ્રેરક પ્રવૃત્તિઓ :** હળવા શારીરિક કામ સાથે કૃત્રિમ પ્રવૃત્તિઓને જોડીને વિદ્યાર્થીઓમાં ચેતનાની ઊર્જા વધારવી.
8. **વિદ્યાર્થીઓમાં આંતરિક તકોને ઉભી કરવી :** સર્જનાત્મક ચિંતન દ્વારા વિદ્યાર્થીઓની છુપાયેલી ટેલેન્ટને ઓળખવાનું માધ્યમ.
9. **કેમ્પસ કલાપ્રદર્શનો આયોજન :** કેમ્પસ આર્ટ ગેલેરી અથવા દીવાલ ચિત્રો માટે વિદ્યાર્થી કૃતિઓનો સમાવેશ કરવો.
10. **શિક્ષક તાલીમમાં કલા-આધારિત પદ્ધતિઓ :** શિક્ષકોને આર્ટ થેરાપીનો શૈક્ષણિક ઉપયોગ કરવા માટે તાલીમ આપવી.
11. **શાળા મનોવિજ્ઞાન કેન્દ્ર :** આર્ટ થેરાપી મારફતે મનોચિકિત્સા માટે શાળા મનોવિજ્ઞાન કેન્દ્ર સ્થાપિત કરવું.
12. **વિશેષ દિવસ ઉજવણી :** કલા દિવસ, શાંતિ દિવસ, અથવા પર્યાવરણ દિવસ પર આર્ટ થેરાપી-આધારિત કાર્યક્રમો યોજવા.

# વિશિષ્ટ બાળકોના વિકાસમાં પરિવારની ભૂમિકા :



- સ્વાતિ લાલવાણી  
ક્લિનિકલ સાઇકોલોજિસ્ટ,  
વડોદરા.  
મો. ૯૦૯૩૫૩૬૩૯

વિશિષ્ટ બાળકોના વિકાસમાં પરિવારનું યોગદાન મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે, કારણ કે પરિવાર એક એવી જગ્યા છે જ્યાં બાળકને પ્રેમ, સમર્થન અને સલામત વાતાવરણ મળે છે. આવી બાળકોની શારીરિક, માનસિક, સામાજિક અને ભાવનાત્મક જરૂરિયાતો પૂરી કરવા માટે પરિવાર દ્વારા આપવામાં આવતું યોગદાન આ રીતે વર્ણવી શકાય છે.

1. **પ્રેમ અને લાગણીઓનું મહત્વ :** ખાસ બાળકો માટે અનરાધાર પ્રેમ અને લાગણીઓ એ જીવવાનો આધાર છે. પરિવારના સભ્યોના પ્રેમાળ વ્યહારમાંથી તેઓ આત્મવિશ્વાસ અને સુરક્ષાની અનુભૂતિ કરે છે. પ્રેમ તેમના સાંવેગિક વિકાસ માટે ઉત્સાહિત કરે છે.
2. **સહાનુભૂતિ અને સમાનતા :** બાળકો સાથે સમાન વલણ રાખવું અને તેમને અન્ય લોકો જેવા જ અધિકારો પ્રદાન કરવાથી તેઓ આત્મસન્માન અનુભવે છે. પરિવારના સભ્યોનો સહાનુભૂતિભર્યો અભિગમ બાળકોમાં માનસિક શાંતિ અને સમતુલન વિકસાવે છે.
3. **સકારાત્મક વાતાવરણ :** ઘરનું વાતાવરણ હંમેશાં સહાયક, શાંતિપૂર્ણ અને ઉત્સાહનજનક રહેવું જોઈએ. પરિવારમાં કડવાશ, અન્યોની સાથે તુલના અથવા નિંદાને ટાળવી જોઈએ, જેથી બાળકો સકારાત્મક બાબતો શીખી શકે.
4. **સામાજિક તેમજ ભાવનાત્મક વિકાસ :** પરિવાર બાળકોને સામાજિક પ્રવૃત્તિઓમાં જોડે છે અને તેમને બાહ્ય દુનિયામાં સામેલ થવા પ્રોત્સાહિત કરે છે. તેઓમાં ભાવનાત્મક મજબૂતી લાવવા માટે

સકારાત્મક અનુપ્રેરણા આપવામાં આવે છે.

5. **સુસંવાદ અને ધારણાત્મક સહકાર :** પરિવારના સભ્યો દ્વારા બાળક સાથે સમાન સ્તરે વાતચીત કરવી, તેમને સાંભળવી અને સમજવા પ્રયાસ કરવો મહત્વપૂર્ણ છે. બાળકના વિચારોને માન્યતા આપવાથી તેમનો આત્મવિશ્વાસ વધે છે.
6. **માનસિક અને શારીરિક સહયોગ પૂરો પાડવો :** પરિવાર બાળકોના માનસિક તણાવને દૂર કરવા માટે તેમની સાથે રમત-ગમત જેવી પ્રવૃત્તિઓ કરે છે અને તેમની અંદર રહેલા નવા હુન્નરો વિકસાવવા મદદ કરે છે. સ્વસ્થ આહાર અને નિયમિત દિવસચર્ચાથી તેઓના શારીરિક વિકાસને પ્રોત્સાહિત કરે છે.
7. **સંસ્થાઓ સાથે જોડાણ :** જો જરૂરી હોય તો, પરિવાર બાળકો માટે નિષ્ણાતોની મદદ અને જરૂરિયાત મુજબની સંસ્થાઓ સુધી પહોંચાડે છે. વિશિષ્ટ બાળકોના જીવનમાં પરિવાર એક આધારસ્તંભ છે. પરિવાર દ્વારા પ્રદાન કરાયેલ આ પ્રેમ અને માર્ગદર્શન બાળકને ન માત્ર તેમની શક્તિઓ અને ક્ષમતાઓમાં વિકાસ કરવાનું શીખવે છે, સમાજમાં સ્વતંત્ર રીતે જીવવાની પ્રેરણા પણ આપે છે.  
**વિશિષ્ટ બાળકો માટે કેમ ખાસ ધ્યાન, દેખરેખની જરૂર રહેલી છે?:**
  1. **વ્યક્તિગત જરૂરિયાતો પૂરી કરવા :** વિશિષ્ટ બાળકોમાં ભિન્ન પ્રકારની શારીરિક અથવા બૌદ્ધિક મર્યાદાઓ હોઈ શકે છે, જેમ કે ઓટિઝમ, ડાઉન સિન્ડ્રોમ, ADHD, અથવા શીખવાની અક્ષમતા. દરેક બાળકની જરૂરિયાત અલગ હોય છે, અને

તેનો યોગ્ય રીતે ખ્યાલ રાખવા માટે ખાસ પદ્ધતિઓ જરૂરી છે.

2. **શીખવાની પ્રક્રિયામાં મદદ :** ઘણાં વિશિષ્ટ બાળકોને શીખવામાં અથવા બાબતો સમજવામાં સમય અને વૈકલ્પિક પદ્ધતિઓની જરૂર પડે છે. ખાસ શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અથવા વૈકલ્પિક સાધનો જેમ કે બ્રેઈલ લિપિ, સાઉન્ડ રિવાઈસેસ અને વ્યાવસાયિક થેરાપી તેમના માટે મદદરૂપ થાય છે.
3. **માનસિક અને ભાવનાત્મક મજબૂતી માટે :** આવાં બાળકોને ઘણીવાર પોતાની મર્યાદાઓને કારણે આત્મવિશ્વાસમાં ઘટાડો અનુભવાય છે. કુટુંબ અને શિક્ષકોના સાથથી તેઓ આ મનોવિજ્ઞાનિક ચિંતાઓમાંથી બહાર આવી શકે છે.
4. **સામાજિક સુધાર માટે :** વિશિષ્ટ બાળકોને ઘણીવાર સામાજિક માળખામાં સ્વીકૃતિમાં મુશ્કેલી પડે છે. તેમને સામાજિક થવા માટે વિશેષ સહકાર અને પ્રોત્સાહનની જરૂર હોય છે.
5. **આરોગ્ય અને સુરક્ષા (સિક્યોરિટી) માટે :** ઘણા વિશિષ્ટ બાળકોમાં શારીરિક અક્ષમતા હોવાને કારણે રોજિંદાં કાર્યોમાં મદદની જરૂર પડે છે. જો યોગ્ય દેખરેખ ન રાખવામાં આવે તો તેઓને ગંભીર આરોગ્ય અને સલામતીની સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડી શકે છે.
6. **તેમની આગવી ક્ષમતાઓને વિકસાવવા :** કેટલાક વિશિષ્ટ બાળકોમાં સામાન્ય બાળકો કરતા વિશિષ્ટ પ્રતિભા હોય છે. તેમના આ કૌશલ્યમાં વધારે પ્રગતિ થાય તે માટે યોગ્ય માર્ગદર્શન આવશ્યક છે.
7. **પ્રતિકૂળતાઓ સામે સફળતા મેળવવા :** જો જરૂરી સમર્થન અને સાવધાની આપવામાં આવે તો આવાં બાળકો પોતાના જીવનમાં શીખવા અને સફળ થવા માટે વધુ સક્ષમ બની શકે છે.

ઉદાહરણ : એક ઓટિઝમ ધરાવતો બાળક સામાન્ય રીતે સાથીઓ સાથે સંપર્કમાં મુશ્કેલી અનુભવે છે.

તેને સહાનુભૂતિભર્યા વાતાવરણ અને ખાસ તાલીમ મળવાથી તેણે ધીરજથી વાતચીત કરવાની અને વધુ સારું જોડાણ બનાવવા શીખી શકે છે.

### વિશિષ્ટ બાળકોનાં વિકાસમાં પરિવારનું મહત્વ :

વિશિષ્ટ બાળકોના વિકાસમાં પરિવારનું મહત્વ અત્યંત મહત્વપૂર્ણ છે, કારણ કે પરિવાર તે નાટ્યમંચ છે જ્યાં બાળકનો સર્વાંગી વિકાસ થાય છે. વિશિષ્ટ બાળકોના વિકાસ માટે પ્રેમ અને સમર્થન પૂરું પાડવું તેમના સફળ જીવન માટેનો પાયો બને છે.

1. **પ્રથમ શિક્ષણનું કેન્દ્ર :** પરિવાર બાળકનું પ્રથમ શિક્ષણ કેન્દ્ર છે. વિશિષ્ટ બાળકો માટે જરૂરી કૌશલ્ય અને સંસ્કાર શીખવવામાં પરિવાર મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. દૈનિક જીવનકૌશલ્ય શીખવવું. પોતાની જરૂરિયાતો વ્યક્ત કરવાનું શીખવવું.
2. **આધાર અને આત્મવિશ્વાસ :** પરિવારના પ્રેમ અને સ્વીકારથી બાળકોમાં આત્મવિશ્વાસ વધે છે. બાળકોને એવું લાગે છે કે તેઓની સમસ્યાઓમાં પરિવાર હંમેશાં તેમની સાથે છે.
3. **સકારાત્મક વાતાવરણ :** પરિવાર એક સકારાત્મક અને પ્રેરણાદાયક વાતાવરણ ઊભું કરે છે, જેનાથી બાળકો નવી ક્ષમતાઓ વિકસાવી શકે. કોઈ પણ મુશ્કેલીને સહજતાથી સ્વીકારવામાં મદદ મળે છે.
4. **વિશિષ્ટ જરૂરિયાતો પૂરી પાડવી :** વિશિષ્ટ બાળકો માટે ખાસ સાધનો, રિવાજો અથવા વૈકલ્પિક પદ્ધતિઓ જરૂરી હોઈ શકે છે. પરિવાર એ સુનિશ્ચિત કરે છે કે બાળકોને તે જરૂરી સેવા અને સાધનો મળી રહે.
5. **સામાજિક સમાવેશમાં સહકાર :** પરિવાર બાળકોને સમાજમાં ભળવા માટે તાલીમ આપે છે. તેઓને વધુ સામાજિક થવા માટે પ્રોત્સાહન આપીને માનસિક સમતોલન જાળવી રાખવામાં મદદરૂપ થાય છે.

# વિશિષ્ટ બાળક અને તેના માટેનાં ખાસ રમકડાં



- દિવ્યા બી. મહેતા  
આસિ. પ્રોફેસર, સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી,  
વલ્લભ વિદ્યાનગર આણંદ  
મો. ૮૭૫૮૭ ૪૨૧૪૨

બાળક વિનાનું ઘર સૂમસામ અને વેરાન લાગે છે, જ્યારે બાળકનું આગમન ઘરના વાતાવરણને ખુશીના રંગોથી ભરપૂર બનાવે છે. તેની રમતી-હસતી કિકિયારીઓ, મીણ જેવી નરમ ત્વચાનો સ્પર્શ, અને નાનકડા પગની લાત ઘરના સૌ સભ્યોનાં હૃદયમાં આનંદનો અનુભવ કરાવે છે. બાળકનો આવકાર ઘરમંડળને ખુશીઓથી ખીલી ઊઠવા પ્રેરિત કરે છે. દંપતીના જીવનમાં માતૃત્વ અને પિતૃત્વની અનુભૂતિ એ સ્વર્ગીય સુખનો અનુભવ કરાવે છે.

બાળકો પ્રકૃતિનું સૌથી સુંદર અને અમૂલ્ય સૃજન છે. તેમના ઉછેર અને શિક્ષણમાં પ્રેમભર્યું પર્યાવરણ અને યોગ્ય માર્ગદર્શન અત્યંત મહત્ત્વનું છે. દરેક બાળક પોતાની અલગ ક્ષમતા અને ગુણ સાથે આવે છે, અને તેમના શારીરિક, બૌદ્ધિક, સંવેદનાત્મક તથા સામાજિક વિકાસ તેમની ખાસ જરૂરિયાતો અને પરિસ્થિતિઓ પર નિર્ભર હોય છે.

સામાન્ય બાળકો પ્રાકૃતિક ગતિએ શીખીને આગળ વધે છે, પણ કેટલીક વાર કેટલાક બાળકો માટે શીખવાની અને જીવનમાં પ્રગતિ કરવાની પ્રક્રિયા મુશ્કેલ બની શકે છે. આવાં બાળકોને આપણે “વિશિષ્ટ બાળકો” અથવા “દિવ્યાંગ બાળકો” તરીકે ઓળખીએ છીએ.

## બાળ વિકાસમાં રમકડાંનું મહત્ત્વ:

બાળ ઉછેરમાં રમકડાં ખૂબ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. રમકડાં બાળકો માટે માત્ર મનોરંજન પૂરતાં મર્યાદિત નથી, પરંતુ તેઓના શારીરિક અને માનસિક વિકાસમાં પણ યોગદાન આપે છે. પઝલ્સ અને શૈક્ષણિક રમકડાં બાળકોની બૌદ્ધિક ક્ષમતાઓ વિકસાવે છે, જ્યારે બોલ અને બ્લોક્સ જેવી રમતો દ્વારા શારીરિક કુશળતા વધે છે. રમકડાં બાળકોને તેમની લાગણીઓ વ્યક્ત કરવા અને સંવેદનાત્મક રીતે

મજબૂત બનવામાં સહાય કરે છે.

સામૂહિક રમતો બાળકોને સહકાર, વહેંચણી અને રમતમાં વારો લેવાની કળા શીખવે છે. શૈક્ષણિક રમકડાં બાળકોને અક્ષરો, આકારો અને ગણિત જેવી બાબતો શીખવામાં મદદ કરે છે. વિશિષ્ટ જરૂરિયાતો ધરાવતા બાળકો માટે ખાસ ડિઝાઇન કરેલ રમકડાં મનોવૈજ્ઞાનિક અને શારીરિક વિકાસમાં ઉપયોગી થાય છે.

રમકડાં બાળકોની સર્જનાત્મકતા અને કલ્પના-શક્તિને પ્રોત્સાહન આપે છે. નરમ રૂનાં રમકડાં અથવા ટીંગલીઓ સાથે રમતાં બાળકો મમતા અને લાગણીઓ વ્યક્ત કરવાનું શીખે છે. સરવાળે, રમકડાં બાળકોના જીવનમાં શીખવાનો આનંદ અને ઉલ્લાસ લાવે છે.

## વિશિષ્ટ રમકડાંના પ્રકારો:

- 1. સંવેદનાત્મક વિકાસ માટે રમકડાં :** સંવેદનાત્મક વિકાસ માટે એવાં રમકડાં મહત્ત્વપૂર્ણ છે, જે બાળકની લાગણીઓ અને ઈંદ્રિયો સાથે જોડાણ સ્થાપિત કરે. આવાં રમકડાં બાળકોને આનંદ, ઉત્સાહ અને શાંતિનો અનુભવ કરાવે છે. તે મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે બાળકોને મજબૂત બનાવે છે અને તેમની લાગણીઓ વ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા વિકસાવે છે.
- 2. ટેક્સચર બોલ :** ટેક્સચર બોલ વિવિધ સપાટીઓ સાથે આવે છે, જે સ્પર્શ સંવેદનને ઉત્તેજિત કરે છે. નરમ, ખડતલ, લીસી અથવા ખરબચડી સપાટી સ્પર્શ બાળકોની સ્પર્શ પ્રતિભાવ ક્ષમતા વિકાસ કરે છે. તે બાળકોમાં જુસ્સા અને નવા અનુભવ માટે ઉત્સુકતા પેદા કરે છે.
- 3. મ્યુઝિકલ રમકડાં :** આ રમકડાં ધ્વનિ અને લય સાથે બાળકોનું ધ્યાન આકર્ષે છે. શાંત, મધુર ધ્વનિ

અને લય બાળકના મનને શાંત રાખે છે. બાળકો નાના નાના ધ્વનિઓને ઓળખતાં શીખે છે અને સંગીતમાં રસ લેવાનું શરૂ કરે છે.

3. **લાઈટ-અપ રમકડાં :** આ રમકડાં રોશની અને રંગોની મદદથી બાળકનું ધ્યાન ખેંચે છે. તેઓ વિજ્યુઅલ સ્ટિમ્યુલેશન દ્વારા ઉત્સુકતા અને આનંદ ઊભાં કરે છે. આ રમકડાં ખાસ કરીને દષ્ટિ અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની ક્ષમતા માટે છે.

**શારીરિક વિકાસ માટે રમકડાં :** શારીરિક વિકાસ

માટે રમકડાં એ નાનાં બાળકોની મોટર સ્કિલ્સ, શક્તિ, અને સંતુલન સુધારવામાં મદદ કરે છે. આ રમકડાં બાળકોને તંદુરસ્ત રાખે છે અને શારીરિક તાકાત વધારવા માટે પ્રેરિત કરે છે.

1. **બેલેન્સ બોર્ડ અથવા રોલિંગ રમકડાં :** આ રમકડાં સંતુલન અને સંકલન વિકસાવવા માટે ઉપયોગી છે. તેઓ મોટર સ્કિલ્સને મજબૂત બનાવે છે અને બાળકને ગતિશીલ બનાવે છે.
2. **ગ્રિપ સ્ટ્રેન્થ રમકડાં :** ક્લે અથવા અનાજના લોટ જેવી સામગ્રીથી રમતાં બાળકો હાથની પકડ મજબૂત કરે છે. તે તેમને સર્જનાત્મકતામાં પણ મદદ કરે છે, કારણ કે તેઓ ક્લે વડે આકૃતિઓ બનાવે છે.
3. **મોટર સ્કિલ્સ માટે બ્લોક્સ અને પજલ્સ :** આ રમકડાં નાની મોટર સ્કિલ્સ અને આંખ-હાથ સંકલન માટે શ્રેષ્ઠ છે. તે બાળકોના ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની ક્ષમતા વધારવા ઉપરાંત તેમની બૌદ્ધિક ક્ષમતાઓ વિકસાવે છે.

**બૌદ્ધિક વિકાસ માટે રમકડાં :** બાળકના મગજને

તીક્ષ્ણ બનાવવા માટે બૌદ્ધિક રમકડાં મદદરૂપ થાય છે. આ રમકડાં તર્કશક્તિ, ગણતરી, અને સમસ્યા ઉકેલવાની કુશળતા વિકાસ કરે છે.

1. **શેપ સોર્ટર્સ અને નમૂનાના કાર્ડ્સ :** આ રમકડાં વિવિધ આકારો અને નમૂનાઓને ઓળખવામાં મદદ કરે છે. તે માનસિક ચપળતા વધારવામાં અને

લોજિકલ વિચારધારા વિકસાવવામાં ઉપયોગી છે.

2. **આંખ અને હાથનો સમન્વય સાધતાં રમકડાં :** આ રમકડાં વડે બાળકો આંખ અને હાથ વચ્ચેનું સંકલન શીખે છે. તે પદ્ધતિશીલ વિચારશક્તિ અને સચોટતા વિકસાવે છે.

3. **સિંગલ-સ્ટેપ અને મલ્ટિ-સ્ટેપ ગેમ્સ :** આ રમકડાં તર્કશક્તિ અને દિમાગની ગતિશીલતાને મજબૂત બનાવે છે. તે સમસ્યા ઉકેલવાની કુશળતાને પણ પ્રોત્સાહન આપે છે.

**ભાષા અને કન્સેપ્ટ શીખવા માટે રમકડાં :** ભાષા વિકાસ માટે રમકડાં બાળકોના શબ્દભંડોળ અને વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં સહાય કરે છે. આવાં રમકડાં બાળકોને સમજશક્તિ અને સંવાદકક્ષમતામાં સુધારવા માટે મદદ કરે છે.

1. **પિક્ચર બુક્સ અને ફ્લેશ કાર્ડ્સ :** પિક્ચર બુક્સ અને ફ્લેશ કાર્ડ્સવાળા રમકડાંને શૈક્ષણિક રમકડાં કહેવામાં આવે છે, કારણ કે તે રંગ, આકાર, અને નામોની ઓળખમાં મદદ કરે છે. બાળકો પિક્ચર બુક્સ અને ફ્લેશ કાર્ડ્સ દ્વારા વિવિધ આકાર, પશુ, પક્ષી, શાકભાજી, ફાળો, વાહનો વગેરે જોઈને સમજતાં અને ઓળખતાં શીખે છે.

2. **ટોકિંગ રમકડાં :** ટોકિંગ રમકડાં બાળકોને શબ્દો શીખવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે. તે ભાષા અને ધ્વનિની સમજણમાં મદદ કરે છે.

3. **ક્લાસિફિકેશન અને મેચિંગ ગેમ્સ :** આ રમકડાં દ્વારા બાળકો ગ્રૂપિંગ અને વર્ગીકરણ શીખે છે. તે લોજિક અને કન્સેપ્ટ શીખવાની પ્રક્રિયાને મજબૂત બનાવે છે.

વિશિષ્ટ રમકડાં બાળકોના શારીરિક, માનસિક, ભાવનાત્મક અને ભાષાકીય વિકાસમાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. સંવેદનાત્મક રમકડાંથી બાળકોના ભાવોને સમજવાની અને વ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા વિકસે છે. શારીરિક રમકડાં બાળકોની મોટર સ્કિલ્સ, સંતુલન અને શક્તિ વધારવામાં મદદરૂપ થાય છે. બૌદ્ધિક રમકડાં

તર્કશક્તિ અને સમસ્યા ઉકેલવાની કુશળતા વિકસાવે છે, જ્યારે ભાષા અને વિવિધ સંકલ્પનાઓ માટેનાં રમકડાં બાળકોને જ્ઞાન સમૃદ્ધ બનાવવા સાથે સંવાદ કૌશલ્ય મજબૂત કરે છે. આ રીતે, વિવિધ પ્રકારનાં રમકડાંનો ઉપયોગ બાળકોના સર્વાંગી વિકાસ માટે એક સમતોલ અને ઉચ્ચત મંચ પ્રદાન કરે છે.

### વિશિષ્ટ બાળક અને તેના માટેનાં ખાસ રમકડાં :

વિશિષ્ટ બાળકો માટે યોગ્ય અને વિશિષ્ટ રમકડાં તેમના સર્વાંગી વિકાસ માટે અત્યંત મહત્વપૂર્ણ છે. દરેક પ્રકારની દિવ્યાંગતા ધરાવતાં બાળકો માટે એવાં રમકડાં તૈયાર કરવાથી, તે તેમના શારીરિક, માનસિક, સંવેદનાત્મક અને બૌદ્ધિક વિકાસને ઉત્તેજના આપે છે. દષ્ટિ અક્ષમતા, શ્રવણ અક્ષમતા, બૌદ્ધિક અક્ષમતા, શારીરિક અક્ષમતા, સ્વલીનતા અને શીખવાની અક્ષમતા જેવી વિવિધ અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે વિવિધ પ્રકારનાં રમકડાં તેમની જરૂરિયાતોને ધ્યાનમાં રાખીને વિકસાવવામાં આવ્યાં છે. આ રમકડાં તેમનાં મૌલિક કૌશલ્ય અને ક્ષમતા વિકાસ માટે ઉપયોગી સાબિત થાય છે, અને તે તેમને વધુ સ્વતંત્ર અને સક્ષમ બનાવે છે. આ રીતે, વિશિષ્ટ રમકડાં બાળકોના જીવનની ગુણવત્તા વધારવા માટે મહત્વપૂર્ણ સાધન બની જાય છે.

1. **દષ્ટિ અક્ષમતા :** દષ્ટિ અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે સ્પર્શ અને શ્રાવ્ય સ્ત્રોતો પર આધાર રાખતાં રમકડાં મહત્વપૂર્ણ છે. ટેક્સચર્ડ બોલ અને મ્યુઝિકલ ટોય્સ જેવા રમકડાં બાળકને ભાવનાત્મક અને સંવેદનાત્મક પ્રતિક્રિયાઓ શીખવામાં મદદ કરે છે. આ રમકડાં શ્રાવ્ય અને સ્પર્શની ઊંડાઈ દ્વારા શીખવાના અનુભવને સમૃદ્ધ બનાવે છે.
2. **શ્રવણ અક્ષમતા :** શ્રવણ અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે એવાં રમકડાં મહત્વપૂર્ણ છે, જે અવાજ અને ધ્વનિથી પ્રતિક્રિયા આપે છે. મ્યુઝિકલ ટોય્સ અને એવાં રમકડાં, જે દષ્ટિ સાથે સંકળાયેલાં હોય, આ રમકડાં તેમને શ્રાવ્ય સંકેતો અને અવાજોને

સમજવામાં સહાય કરે છે જે બાળકોના બૌદ્ધિક વિકાસમાં મદદ કરે છે.

3. **બૌદ્ધિક અક્ષમતા :** બૌદ્ધિક અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે ખૂલી શકે એવા પઝલ્સ, બ્લોક્સ અને આર્કિટેક્ચરલ રમકડાં ખૂબ ઉપયોગી છે. આ રમકડાં બાળકોને તાલમેલ અને સમસ્યાઓને ઉકેલવામાં મદદ કરે છે. તે તેમને બુદ્ધિ અને મગજની કાર્યક્ષમતા સુધારવામાં સહાય કરે છે.
4. **શારીરિક અક્ષમતા :** શારીરિક અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે બેલેન્સ બોર્ડ, રોલિંગ ટોય્સ અને ટ્રેનો જેવાં રમકડાં, જે તેમને શારીરિક મજબૂતી અને સંકલન કુશળતાઓ વિકસાવવા માટે ઉત્તેજના આપે છે, માટે શારીરિક અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે મહત્વપૂર્ણ છે. આ રમકડાં બાળકો માટે શારીરિક સ્વાવલંબન અને વિશ્વાસ વધારવા પ્રેરિત કરે છે.
5. **સ્વલીનતા :** સ્વલીનતા ધરાવતાં બાળકો માટે પઝલ્સ, સોર્ટેબલ ટોય્સ અને સિમ્પલ મેમોરી ગેમ્સ તેમના મગજનો સક્રિય ઉપયોગ અને સહજ દિમાગી કાર્યક્ષમતા વિકસાવવામાં મદદ કરે છે. આ રમકડાં તેમને એક પરિસ્થિતિમાંથી બીજો ટુકડો કે નમૂના શોધવા માટે મગજની શક્તિના અભ્યાસ માટે પ્રેરણા આપે છે.
6. **શીખવાની અક્ષમતા :** શીખવાની અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે સરળ અને સ્પષ્ટ રીતે સુલભ સેટ્સ અને કાર્ડ્સ, જેમ કે પિકચર બુક્સ અને ફ્લેશ કાર્ડ્સ, મહત્વપૂર્ણ છે.  
વિશિષ્ટ બાળક માટે યોગ્ય અને વિશિષ્ટ રમકડાં તેમના સર્વાંગી વિકાસ માટે મહત્વપૂર્ણ છે. દષ્ટિ, શ્રવણ, બૌદ્ધિક, શારીરિક, સ્વલીનતા અને શીખવાની અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકો માટે રમકડાં તૈયાર કરવાથી તેઓના શારીરિક, માનસિક, સંવેદનાત્મક અને બૌદ્ધિક વિકાસને ઉત્તેજના મળે છે.



વિશિષ્ટ બાળકો એવાં બાળકો છે જે શારીરિક, માનસિક, જ્ઞાનાત્મક અથવા સામાજિક વિકાસના કેટલાક પાસાઓમાં અન્ય બાળકો કરતાં જુદી જરૂરિયાતો ધરાવે છે. તેઓ સામાન્ય શૈક્ષણિક અથવા સામાજિક માળખામાં સંપૂર્ણ રીતે અનુકૂળ ન થઈ શકે. આ બાળકો માટે ખાસ કરીને રૂપરેખાંકિત શૈક્ષણિક પદ્ધતિઓ અને સહાયક સાધનો જરૂરી હોય છે. કેટલાંક બાળકો અનેક મર્યાદાઓ સાથે પેદા થાય છે, જેમકે શારીરિક અને માનસિક બંને અવરોધો સાથે જીવન જીવતા હોય. આ બાળકો માટે માનવતાના મર્મને ઓળખતી અને સહાનુભૂતિભર્યા દૃષ્ટિકોણની જરૂર છે. સમાનતાનું અને સહકારનું વાતાવરણ ઊભું કરવું એ માત્ર સમાજનું જ નહીં પરંતુ દરેક નાગરિકનું મહત્વપૂર્ણ કર્તવ્ય છે. આવાં બાળકો માટે શ્રેષ્ઠ શૈક્ષણિક અને માનસિક માળખું ઊભું કરવું જોઈએ.

## વિશિષ્ટ બાળકોનાં લક્ષણો :

- શીખવાની ગતિ સામાન્ય બાળકો કરતાં ધીમી હોઈ શકે છે.
- જુદી પડતી શૈક્ષણિક અથવા સામાજિક જરૂરિયાતો હોય છે.
- ભાવનાત્મક રીતે સંવેદનશીલ હોઈ શકે છે.
- શારીરિક અવરોધોથી રોજિંદા કાર્યો કરવાનું મુશ્કેલ લાગે છે.
- સમાજ સાથે જોડાવા અને મિશ્ર થવામાં મુશ્કેલી થાય છે.

ચલચિત્રો વિશિષ્ટ બાળકોના જીવનમાં પ્રેરણા અને પરિવર્તન લાવવા માટે ખૂબ અસરકારક સાધન છે. ચિત્રોમાં દર્શાવવામાં આવતી પ્રેરક અને સકારાત્મક વાર્તાઓ બાળકોને જીવનમાં પડકારો સામે લડવાની શીખ આપે છે. ચલચિત્રો શાબ્દિકથી વધુ દૃશ્ય માધ્યમ દ્વારા

સંદેશ પહોંચાડે છે, જે તેમને શીખવાની પ્રગતિમાં મદદરૂપ થાય છે. તે બાળકોના મગજને નવા વિચારોથી અવગત કરે છે અને તેમની ભાવનાઓને સુધારી શકે છે. એજ્યુકેશનલ ફિલ્મો દ્વારા તેઓને નવી બાબતો શીખવવામાં સરળતા થાય છે. અહીં કેટલાંક ચલચિત્રો વિષેની માહિતી તથા સમીક્ષા આપેલ છે.

## બ્લેક ફિલ્મની સમીક્ષા :

### ફિલ્મનો પરિચય :

સંજય લીલા ભણસાલી દ્વારા દિગ્દર્શિત ‘બ્લેક’ એક લાગણીશીલ અને પ્રેરણાત્મક ફિલ્મ છે, જે દૃષ્ટિ અને શ્રવણશક્તિથી વંચિત મિશેલ મેકનાલી (રાની મુખર્જી) અને તેના શિક્ષક દીબ્રાયસાહેબ (અમિતાભ બચ્ચન)ના સંબંધની આસપાસ ફરે છે. આ ફિલ્મ એક વિશિષ્ટ બાળકના શૈક્ષણિક અને સામાજિક વિકાસ માટે શિક્ષકના અગત્યના પ્રભાવને તાગે છે.

### કથાવસ્તુ :

ફિલ્મમાં દર્શાવવામાં આવ્યું છે કે દીબ્રાયસાહેબ મિશેલ માટે કાયદા કરતાં જુદી પદ્ધતિઓ અપનાવે છે. તેઓ મિશેલને સ્પર્શ, શારીરિક હાવભાવ, અને વ્યક્તિગત કુશળતાનો ઉપયોગ કરીને અભ્યાસમાં આગળ ધપાવે છે. શિક્ષણની આ ઢબ ખાસ કરીને ખાસ જરૂરિયાત ધરાવતાં બાળકો માટે ખૂબ ઉપયોગી સાબિત થાય છે. દીબ્રાયસાહેબ મિશેલમાં આત્મવિશ્વાસ જગાવે છે અને તેને સામાજિક વિમુખતાને પડકારવા પ્રેરિત કરે છે. તેમની આ શીખ કોઈ પણ બાળકના વિકાસ માટે મહત્વની છે, ખાસ કરીને જ્યારે સમાજ માંથી તેમના પર મર્યાદાઓ મૂકવામાં આવે છે. મિશેલનાં માતા-પિતાને શરૂઆતમાં લાગતું હતું કે તેની સાથે સામાન્ય રીતે વ્યવહાર કરવો અશક્ય છે. પરંતુ દીબ્રાયસાહેબના પ્રયાસોથી મિશેલ યુનિવર્સિટી સુધી

પહોંચે છે, જે દર્શાવે છે કે યોગ્ય માર્ગદર્શન અને દૃઢતા કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં સફળતાને શક્ય બનાવી શકે છે. ફિલ્મ મિશેલ અને દીબ્રાચસાહેબના મિત્રતાસભર અને સહાનુભૂતિપૂર્ણ સંબંધ પર પ્રકાશ નાખે છે. આ સંબંધ મિશેલના શારીરિક તેમજ માનસિક વિકાસમાં મોટો ફાળો આપે છે. વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક વચ્ચેનો વિશ્વાસપૂર્વકનો સંબંધ વિકાસ માટે મજબૂત આધાર બને છે.

‘બ્લેક’ એક એવી ફિલ્મ છે જે માનવ મર્યાદાઓને પડકારતી હિંમત અને નિષ્ઠાને ઉજાગર કરે છે. દરેક વ્યક્તિ માટે સંભવતાનો દરવાજો ખૂલી શકે છે, જો તેને સમજણ, પ્રેમ અને યોગ્ય માર્ગદર્શન મળે. ‘બ્લેક’ દર્શાવે છે કે શારીરિક મર્યાદાઓ છતાં જીવનમાં પ્રગતિ શક્ય છે, જો મજબૂત દષ્ટિકોણ અને યોગ્ય માર્ગદર્શન મળી રહે. આ ફિલ્મ માત્ર એક કલાત્મક કૃતિ નથી, પરંતુ ખાસ જરૂરિયાત ધરાવતાં બાળકો માટે કાર્યરત શિક્ષકો, માતા-પિતા અને સમાજ માટે પ્રેરણાનો સ્ત્રોત છે. તે આપણને શીખવે છે કે: દરેક બાળકમાં વિશેષ ક્ષમતાઓ હોય છે. તેઓના શૈક્ષણિક અને જીવનના વિકાસ માટે ધીરજ, સહાનુભૂતિ અને સાથી દિશામાં પ્રયાસ કરવો જોઈએ. સમાજે આવા બાળકોને સ્વીકારવાં અને તેમને સમાજના મુખ્ય પ્રવાહમાં લાવવાં જોઈએ. આ ફિલ્મ વિલક્ષણ બાળકના જીવનમાં શિક્ષક અને પરિવારના મહત્ત્વ માટે દીવા સમાન છે.

### ફિલ્મ ‘તારે જમીન પર’ ની સમીક્ષા

#### ફિલ્મનો પરિચય:

આમિર ખાન દ્વારા નિર્મિત અને નિર્દેશિત ફિલ્મ ‘તારે જમીન પર’ એક સાહિત્યિક અને શૈક્ષણિક દષ્ટિકોણથી અદ્વિતીય કૃતિ છે. આ ફિલ્મનો મુખ્ય કેન્દ્રીય વિષય છે વિશિષ્ટ બાળકોની સમસ્યાઓ અને તેમના વિકાસ માટે યોગ્ય શૈક્ષણિક પદ્ધતિઓ. ખાસ કરીને, ફિલ્મ એક ડિસ્લેક્સિક બાળકની પરિસ્થિતિનું આલેખન કરે છે, જે શાળાના પરંપરાગત માળખામાં અથડામણ અનુભવે છે.

#### કથાવસ્તુ:

આ કથાના કેન્દ્રમાં ઈશાન અવસ્થી નામનો એક

આઠ વર્ષનો બાળક છે, જે સામાન્ય બાળકો કરતાં ભિન્ન છે. તે વાંચવા અને લખવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે, જેના કારણે તે સતત પોતાના શિક્ષકો અને માતાપિતાની ટીકાઓનો શિકાર બને છે. પરંતુ, તેની મુશ્કેલી ડિસ્લેક્સિયા નામના ન્યુરોલોજિકલ અવરોધને કારણે છે, જે કોઈએ સમજવાનો પ્રયાસ નથી કર્યો. ફિલ્મમાં ઈશાનના જીવનમાં સકારાત્મક વળાંક ત્યારે આવે છે જ્યારે નંદન યોગેશ્વર (આમિર ખાન) નામના આર્ટ ટીચરનો પ્રવેશ થાય છે. નંદન ઈશાનની સમસ્યાઓને ઓળખે છે અને તેની ખાસ આવશ્યકતાઓ માટે અનુકૂળ પદ્ધતિ અપનાવે છે. આ સાથે, નંદન તેની સર્જનાત્મકતા અને આત્મવિશ્વાસને નવી ઊંચાઈઓ સુધી પહોંચાડે છે.

‘તારે જમીન પર’ માત્ર ફિલ્મ નથી, પરંતુ એક મજબૂત સામાજિક સંદેશ છે. તે આપણને ડિસ્લેક્સિયા ના નિરાકરણ માટે લોકોમાં જાગૃતિ ફેલાવવા માટે પ્રેરણા આપે છે તથા દરેક શિક્ષક અને માતાપિતાને વિચારવા માટે મજબૂર કરે છે. દરેક બાળક ‘તારા’ સમાન છે, જે માટે યોગ્ય માર્ગદર્શન અને મમતા જરૂરી છે. દરેક બાળક અલગ હોય છે અને દરેકને તેમના પોતાની ક્ષમતાઓ અને અવરોધોના આધારે માર્ગદર્શન આપવાની જરૂર છે. દરેક બાળક પોતાની રીતે વિશિષ્ટ છે.

#### ફિલ્મ ‘પા’ ની સમીક્ષા

#### ફિલ્મનો પરિચય:

આ ફિલ્મ ડિરેક્ટર આર. બાલ્કી દ્વારા નિર્દેશિત છે અને અમિતાભ બચ્ચન, અભિષેક બચ્ચન, અને વિદ્યા બાલન મુખ્ય ભૂમિકામાં છે. ફિલ્મ પ્રોજેરિયા નામની દુર્લભ અને ગંભીર બીમારીવાળા બાળકના જીવનની આસપાસ ગોઠવાઈ છે, જેમાં બાળકો શારીરિક રીતે ઝડપી વૃદ્ધ થતાં હોય છે.

#### કથાવસ્તુ:

‘પા’ ફિલ્મની વાર્તા ઓરો (અમિતાભ બચ્ચન) નામના 12 વર્ષના પ્રોજેરિયા પીડિત બાળકની છે. પરંતુ તેમનું મન અને હૃદય ખૂબ નિર્દોષ અને ઉલ્લાસમય છે. ઓરોની માતા વિદ્યા (વિદ્યા બાલન) એક સ્વતંત્ર અને

મજબૂત મહિલા છે, જ્યારે પિતા અમોલ અર્ટિસ્ટ (અભિષેક બચ્ચન) રાજકારણમાં કાર્યરત છે. તેમના જીવનમાં આ બાળક કઈ રીતે એક પુલનું કામ કરે છે અને તેમના ભાવનાત્મક સંબંધોને વધુ મજબૂત બનાવે છે તે આ ફિલ્મનો મુખ્ય આધાર છે. ઓરોનું સ્વપ્ન છે કે તે પોતાના પિતા સાથે સમય વિતાવે. ફિલ્મમાં ઓરો તેના જીવનમાં આવતા સંઘર્ષો અને પોતાની બીમારીની દૃષ્ટિએ તેનો કર્તવ્યભાવ કઈ રીતે સમજે છે, તેની લાગણીઓ અને તેના વાલીઓ સાથેના સંબંધોને હૃદયસ્પર્શી રીતે રજૂ કરે છે.

ફિલ્મનો સંદેશ એ છે કે જીવનમાં કોઈ પણ પ્રકારની વિલક્ષણતા અવરોધ નહીં બને જો પ્રેમ અને સહકાર મળે. આ ફિલ્મ નિર્ભયતા, લાગણીઓ અને જીવનના મર્મને સમજવા માટે પ્રેરક છે. ફિલ્મ શિક્ષણ પ્રત્યેનો જુસ્સો અને જીવનનો સાર્થક દૃષ્ટિકોણ કઈ રીતે મહત્વનો છે તે દર્શાવે છે. માતા પોતાના સંતાનને જીવનની તમામ મુશ્કેલીઓનો સામનો કરાવવામાં મદદ કરે છે. વાલીઓનું સમર્થન અને કેળવણી બાળકોના વિકાસમાં અગત્યનાં છે. વૈવિધ્યતાપૂર્ણ બાળકોને સમાજ દ્વારા અપાયેલી મર્યાદાઓનું પ્રતિબિંબ આપે છે અને તેઓ માટે સ્વીકાર અને સમાનતા જેવાં મૂલ્યોને પ્રમુખ રાખે છે. ઓરોનાં જીવનભરનાં ઉલ્લાસ અને મોજમસ્તી આપણા માટે પ્રેરણાનું કામ કરે છે. ‘પા’ એક પ્રેરણાત્મક અને લાગણીઓથી ભરપૂર ફિલ્મ છે જે ખાસ કરીને એવાં બાળકોના જીવનની ઝાંખી આપે છે, જે કુદરતી રીતે જુદાં છે. આ ફિલ્મ જીવનના પોઝિટિવ અભિગમ અને માનવતાનાં મૂલ્યો પર ભાર મૂકે છે, જે દરેક માટે ઉપયોગી છે.

### ફિલ્મ ‘દોસ્તી’ ની સમીક્ષા

#### ફિલ્મનો પરિચય:

‘દોસ્તી’ ફિલ્મ ભારતીય ફિલ્મ ઉદ્યોગની અમર કૃતિ છે, જે મિત્રતાના શાશ્વત બંધનને ખૂબ સુંદર રીતે પ્રદર્શિત કરે છે. વિજે ભટ્ટ દ્વારા દિગ્દર્શિત આ ફિલ્મ એ એક એવી વાર્તા છે જે સંવેદનશીલ વિષયોને હળવાશથી સ્પર્શે છે અને દર્શકોના દિલમાં ઊંડો પ્રભાવ છોડી જાય છે.

#### કથાવસ્તુ:

‘દોસ્તી’ બે મિત્રોની વાર્તા છે, રમન અને મોહન. મોહન દિવ્યાંગ છે (અંધ છે), જ્યારે રમન એક પગ વગરનું બાળક છે. બંનેને સમાજમાંથી બિનસમાવિષ્ટતા અનુભવવી પડે છે. તેમની મિત્રતા એકબીજાના જીવનમાં સહારાનું કામ કરે છે અને ફિલ્મ તેમના સંઘર્ષો, સપનાઓ અને સફળતાની વાર્તા વિશે છે. વિજે ભટ્ટનું દિગ્દર્શન ફિલ્મના સંવેદનશીલ વિષયને સમર્પિત રીતે ઊંડાણ આપે છે.

દોસ્તી ફિલ્મના કેન્દ્રમાં રમાન અને મોહનની સહકારસભર મિત્રતા છે. તેઓ એકબીજાને ટેકો અને પ્રેરણા પૂરાં પાડે છે. એ ખાસ કરીને દર્શાવે છે કે શારીરિક કે માનસિક તકલીફો છતાં પણ આત્મવિશ્વાસ અને એક મજબૂત આધાર વ્યવસ્થાથી જીવન જીવવું શક્ય છે. મોહનનો સંગીત પ્રત્યેનો ઝુકાવ અને રમનનો શિક્ષણમાં ઊંડો રસ દર્શાવે છે કે કૌશલ્ય અને અભ્યાસ દ્વારા જીવનમાં બદલાવ લાવવો શક્ય છે. વિશિષ્ટ બાળકો માટે શિક્ષણ અને હૂંફ ભરેલી માર્ગદર્શન વ્યવસ્થાનું મહત્વ અહીં ઊંડાણથી સમજાય છે. કલા અને સંગીત જીવન માટે પ્રેરણાનું મહત્વ ધરાવે છે. આ ફિલ્મ એ ખાસ કરીને શિક્ષકો અને માતા-પિતાને સમજાવે છે કે જો ખાસ જરૂરિયાતો ધરાવતાં બાળકોને પ્રેમ, માર્ગદર્શન અને તક આપવામાં આવે તો તે પોતાના જીવનમાં પ્રભાવશાળી સફળતા હાંસલ કરી શકે છે. આ ફિલ્મ શીખવે છે કે હિંમત, મિત્રતા અને કુશળતાથી જીવનની કોઈ પણ મુશ્કેલી પર વિજય મેળવી શકાય છે. આ ફિલ્મ ન માત્ર માનવતાના મૂલ્યોને ઉજાગર કરે છે. જીવનમાં પડકારોનો સામનો કરવાની સકારાત્મક દૃષ્ટિ પણ આપે છે.

વિશિષ્ટ ક્ષમતાઓ ધરાવતાં બાળકો માટે પ્રેમ અને હૂંફ શ્રેષ્ઠ ઉપચાર છે. ચલચિત્રો બાળકની અંદર રહેલી ક્ષમતાને ઓળખવામાં અને તેને પ્રગટ કરવામાં મદદરૂપ થાય છે. આ રીતે ચલચિત્રોની મદદથી વિશિષ્ટ બાળકોમાં સકારાત્મક પરિવર્તન લાવી શકાય છે, જે તેમને સમાજમાં પોતાનું સ્થાન બનાવવા માટે પ્રેરિત કરે છે.

## પરિવાર પ્રેમ : એક ઔષધ



- સાગર એ. ગાંધી  
આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર  
પાંડેસરા બી.એડ્. કોલેજ, સુરત.  
મો. ૯૯૭૪૫૭૯૧૧૧

પરિવાર એ વિશિષ્ટ બાળકના જીવનમાં સૌથી મહત્વપૂર્ણ સંસાધન છે. પરિવાર બાળકને પ્રેમ, સમર્થન અને સુરક્ષા પૂરી પાડે છે. પરિવાર બાળકને તેની વિશેષ જરૂરિયાતોને સમજવામાં અને તેને પૂરી કરવામાં મદદ કરે છે. પરિવાર બાળકને તેની કુશળતા અને પ્રતિભા વિકસાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે. પરિવાર બાળકને સમાજમાં સમાયોજિત થવામાં મદદ કરે છે.

### પરિવારના યોગદાનના વિવિધ પાસાઓ :

**પ્રારંભિક હસ્તક્ષેપ :** વિશિષ્ટ બાળકની ઓળખ થતાં જ પરિવારે તરત જ વિશેષજ્ઞોની સલાહ લેવી જોઈએ અને બાળકને જરૂરી સારવાર અને ઉપચાર શરૂ કરવા જોઈએ.

**પ્રેમ અને સ્નેહ :** વિશિષ્ટ બાળકને અન્ય બાળકોની જેમ જ પ્રેમ અને સ્નેહની જરૂર હોય છે. પરિવારનું સ્નેહપૂર્ણ વાતાવરણ બાળકને માનસિક રીતે મજબૂત બનાવે છે.

**ધીરજ અને સમજ :** વિશિષ્ટ બાળકને સામાન્ય બાળકો કરતાં વધુ સમય અને ધીરજની જરૂર પડે છે. પરિવારના સભ્યોએ બાળકની ગતિને સમજી પ્રોત્સાહન આપીએ.

**શિક્ષણ અને તાલીમ :** પરિવારે બાળકને તેની વિશેષ જરૂરિયાતોને અનુરૂપ શિક્ષણ અને તાલીમ પૂરી પાડવી જોઈએ. આ માટે તેઓ શિક્ષકો, ચિકિત્સકો અને અન્ય વિશેષજ્ઞોની મદદ લઈ શકે છે. પરિવારે વિશિષ્ટ બાળકને જરૂરી શિક્ષણ અને તાલીમ આપવા માટે શિક્ષકો અને અન્ય નિષ્ણાતો સાથે મળીને કામ કરવું જોઈએ.

**સામાજિકીકરણ :** પરિવારે બાળકને અન્ય બાળકો સાથે સંપર્કમાં રાખવું જોઈએ. આ માટે તેઓ વિશિષ્ટ બાળકો માટેના સામાજિકીકરણ કાર્યક્રમોમાં ભાગ લઈ શકે છે.

**સહકાર :** પરિવારે શાળા, ચિકિત્સકો અને અન્ય સંસ્થાઓ સાથે સહકાર કરવો જોઈએ. આ બધાંએ મળીને બાળકના સર્વાંગી વિકાસ માટે કામ કરવું જોઈએ.

**ભાવનાત્મક સમર્થન :** પરિવારે બાળકને ભાવનાત્મક સમર્થન પૂરું પાડવું જોઈએ. બાળકને તેની લાગણીઓ વ્યક્ત કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવું જોઈએ.

**સ્વતંત્રતા :** પરિવારે બાળકને તેની ઉંમર અને ક્ષમતા અનુસાર સ્વતંત્રતા આપવી જોઈએ. આનાથી બાળકનો આત્મવિશ્વાસ વધશે.

**સકારાત્મક વાતાવરણ :** પરિવારનું સકારાત્મક વલણ બાળકના વિકાસમાં ખૂબ મહત્વનું છે. પરિવારે બાળકની ક્ષમતાઓ પર વિશ્વાસ રાખવો જોઈએ અને તેને સતત પ્રોત્સાહિત કરવું જોઈએ. પરિવારે બાળક માટે સકારાત્મક અને પ્રોત્સાહક વાતાવરણ બનાવવું જોઈએ.

**આત્મસન્માન વધારવું :** પરિવારે બાળકના આત્મ-સન્માનને વધારવા માટે પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. બાળકની સફળતાઓની પ્રશંસા કરવી જોઈએ અને તેની ખામીઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત ન કરવું જોઈએ.

### પરિવારને મદદ કરવા માટેનાં સંસાધનો :

**સરકારી સંસ્થાઓ :** સરકાર દ્વારા વિશિષ્ટ બાળકો અને તેમના પરિવારો માટે વિવિધ પ્રકારની સુવિધાઓ અને સેવાઓ ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવે છે.

**ખાનગી સંસ્થાઓ :** ઘણી ખાનગી સંસ્થાઓ પણ વિશિષ્ટ બાળકો અને તેમના પરિવારોને મદદ કરે છે.

**વિશેષજ્ઞો :** શિક્ષકો, ચિકિત્સકો, મનોવૈજ્ઞાનિકો અને અન્ય વિશેષજ્ઞો વિશિષ્ટ બાળકો અને તેમના પરિવારોને માર્ગદર્શન આપી શકે છે.

**સમર્થન જૂથો :** વિશિષ્ટ બાળકોનાં માતા-પિતા માટે સમર્થન જૂથો ઉપલબ્ધ હોય છે જ્યાં તેઓ એકબીજા સાથે અનુભવો અને માહિતીની આપ-લે કરી શકે છે.

# વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી શૈક્ષણિક ટેકનોલોજી



- આરતીબેન જી. ઠાકોર  
સૂરજબા કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન,  
કડી  
મો. ૭૮૬૨૮૧૩૪૬૪

વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી શૈક્ષણિક ટેકનોલોજીનો મુખ્ય ઉદ્દેશ એ છે કે આ બાળકોને તેમના શૈક્ષણિક માર્ગમાં સહારો આપે, તેમનો વિકાસ ઝડપી અને અસરકારક બનાવે. કેટલીક મહત્વપૂર્ણ ટેકનોલોજી, સાધનો જે વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી બની શકે છે.

## 1. વિશિષ્ટ સોફ્ટવેર અને એપ્સ :

ખાસ શૈક્ષણિક એપ્લિકેશન્સ અને સોફ્ટવેર જેમ કે દષ્ટિ ભ્રમણ માટે અવાજ આધારિત કાર્યક્રમો, સ્વયંશિક્ષણ માટેનાં ટ્યુટોરિયલ્સ, અથવા ગણિત અને ભાષાની સમજ માટે ઉદાહરણો પ્રદાન કરતી એપ્લિકેશન્સ.

## 2. અત્યારનાં સાધનો :

જેમકે સ્પીકિંગ ડિવાઈસિસ, સ્ક્રીન રીડર્સ અને સ્માર્ટફોન દ્વારા તાલીમ આપવામાં આવે છે, જે બાળકોને શ્રવણ અને દષ્ટિની સમસ્યાઓ માટે મદદ કરે છે.

## 3. વિજ્યુઅલ અને મલ્ટીમીડિયા ટૂલ્સ :

ઇબીઓ, વીડિયોઝ અને એનિમેશનનો ઉપયોગ કરીને જટિલ પરિપ્રેક્ષ્યોને સરળ બનાવવાં. આ ઉપરાંત, મલ્ટિસેન્સરી અભિગમ, જેમકે ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ શ્રવણ, અને દષ્ટિમાં ઉપયોગી બની શકે છે.

## 4. લેબોરેટરી સાધનો અને ટેબ્લેટ્સ :

ટેબ્લેટ્સનો ઉપયોગ બાળકો માટે ભવિષ્યમાં અસરકારક શિક્ષણ માટે ખૂબ ઉપયોગી છે, કારણ કે તે ખાસ કરીને ટ્રાન્સલેટર, મેમરી, અને કમ્પ્યુટેશનલ મોડલિંગ માટે સહયોગી બની શકે છે.

આ ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ શૈક્ષણિક, ભાવનાત્મક અને સામાજિક વિકાસ માટે કરવામાં આવી રહ્યો છે, જેથી બાળકોને તેમની ક્ષમતાઓ અને માનસિક વિકાસમાં મદદ મળી રહે.

વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી શૈક્ષણિક

ટેકનોલોજી તેમના શૈક્ષણિક અને વિકસતી જરૂરિયાતોને પૂરી પાડવામાં ખૂબ મહત્વપૂર્ણ છે. આ ટેકનોલોજીનો ઉદ્દેશ તેવાં બાળકોને વધુ સક્રિય, જોડાણ, અને સરળ અભ્યાસ પ્રદાન કરવાનો છે. અહીં કેટલાક પ્રકારની ટેકનોલોજી છે જે ખાસ કરીને વિશિષ્ટ બાળકો માટે ફાયદાકારક બની શકે છે:

## 1. સંવેદના સંચાલન ટેકનોલોજી :

આમાં ટેબ્લેટ્સ, મલ્ટિ-સેન્સરી મટીરિયલ્સ, અને સ્પેશિયલ મોડલ્સનો સમાવેશ થાય છે જે બાળકોને વિવિધ સંવેદનાઓ સાથે પરિચિત કરવા માટે મદદરૂપ થાય છે.

## 2. સક્ષમતા અને ભાષા વિકાસ માટે એપ્લિકેશન્સ :

ઘણી એપ્લિકેશન્સ જેવી કે “Proloquo2Go” (એ પ્રતિસાદી ભાષા માટે), “GazeSpeak” (વિજ્યુઅલ સંકેતો), અને “Speech Therapy” (બોલચાલ માટે) વિશિષ્ટ શૈક્ષણિક જરૂરિયાતો ધરાવતાં બાળકો માટે શીખવાનો એક સરળ માર્ગ પ્રદાન કરે છે.

## 3. વર્ચ્યુઅલ રિયાલિટી :

ફર્થ ટેકનોલોજી બાળકોને એક immersive અનુભવ પ્રદાન કરે છે, જેમાં તે વિજ્યુઅલ, સાંગિતિક અને હશિયાત સંકેતોનો ઉપયોગ કરીને વિષયને વધુ સારી રીતે સમજતાં શીખી શકે છે. આથી, તે બાળકોના વિચાર અને અભ્યાસના સ્તરોને વિકસિત કરે છે.

## 4. અધ્યયન આધારિત રમતો :

રમતો જે શૈક્ષણિક હેતુ સાથે રચવામાં આવી છે, તે ખાસ કરીને વિશિષ્ટ બાળકો માટે એક મનોરંજક અને પ્રેરણાદાયક રીત છે. “Kahoot!” અને “Quizlet” જેવી ગેમિંગ પ્લેટફોર્મ્સ એવાં શિક્ષણ સાધનો છે, જે યાદદાસ્ત, સક્ષમતા, અને વ્યાખ્યા વિકાસ માટે મદદરૂપ બની શકે છે.

## 5. વોઈસ-એક્ટિવેટેડ સહાયક :

ગૂગલ હોમ, એલેક્સા અને સિરા જેવી વોઈસ-સહાયક ટેકનોલોજી સાધનો ભાષા વિકાસ, કમ્પ્યુટર નેવિગેશન અને અન્ય ક્રિયાઓ માટે ઉપયોગી છે. આ ટેકનોલોજી તેમને વધુ સ્વતંત્રતા અને આરામ આપે છે.

## 6. વિશિષ્ટ શૈક્ષણિક વોર્ડ અને ટેકનોલોજી પાત્રો:

આ પ્રકારનાં સાધનો બાળકોના શીખવાની પદ્ધતિ અને ગતિ અનુસાર અભ્યાસને અનુકૂળ કરે છે. પ્લેટફોર્મ જેવાં કે “Khan Academy” અને “IXL” બાળકોના પ્રગતિ અનુસાર કસ્ટમાઈઝ થયેલા પાઠો અને કવીઝ પ્રદાન કરે છે.

## 7. કમ્પ્યુનિકેશન સાધનો :

કેટલીક એપ્લિકેશન્સ અને ઉપકરણો જેમકે “Augmentative and Alternative Communication (AAC)” સિસ્ટમ્સ બાળકોને તેમના વિચારો અને જરૂરિયાતો વ્યક્ત કરવા માટે મદદરૂપ થાય છે.

આ રીતે, વિવિધ શૈક્ષણિક ટેકનોલોજી વિકલાંગતા અને વિશિષ્ટ શૈક્ષણિક જરૂરિયાતો ધરાવતાં બાળકો માટે અભ્યાસને વધુ આકર્ષક, સરળ, અને અસરકારક બનાવે છે.

વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી બનતી શૈક્ષણિક ટેકનોલોજીનું મુખ્ય ઉદ્દેશ છે, તે બાળકોને તેમના શૈક્ષણિક પ્રગતિ માટે જરૂરી સહાય પ્રદાન કરવાનો, જેથી તેઓ વધુ સારી રીતે શીખી શકે અને સમાન શિક્ષણ તકોનો લાભ લઈ શકે. આવી ટેકનોલોજી વિવિધ વિકલ્પો અને ખાસિયતો ધરાવે છે:

### મહત્વ :

વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી શૈક્ષણિક ટેકનોલોજીનું મહત્વ અસામાન્ય છે, કારણ કે તે તેમના અભ્યાસ માટે વિવિધ લાભો પ્રદાન કરે છે. અહીં કેટલાંક મહત્વપૂર્ણ બિંદુઓ દર્શાવવામાં આવ્યાં છે:

## 1. વ્યક્તિગત શીખવાનો અનુભવ:

ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ વ્યક્તિગત જરૂરિયાતો મુજબ શિક્ષણને અનુકૂળ બનાવી શકે છે, જે વિશિષ્ટ

બાળકો માટે મહત્વપૂર્ણ છે. તેઓના શીખવાની ગતિ અને પદ્ધતિ અનુસાર સાધનો પ્રદાન કરી શકાય છે.

## 2. વિશિષ્ટ જરૂરિયાતો માટે સક્રિય તાલીમ :

અભ્યાસ માટે વિશિષ્ટ પ્રકારની ટેકનોલોજી, જેમ કે વર્ચ્યુઅલ રિયાલિટી (VR) અથવા ઓડિયો-વિઝ્યુઅલ સાધનો, બાળકોને વધુ સક્રિય રીતે શીખવામાં મદદ કરે છે, જેમ કે ઓટિઝમ અથવા ભયની સ્થિતિમાં સંલગ્ન બાળકો.

## 3. સમજણ અને સાંકેતિક ભાષા :

ખાસ એવાં સાધનો ઉપલબ્ધ છે જે મૌખિક અથવા લેખિત ભાષાના માધ્યમથી શિક્ષણને સરળ બનાવે છે, જેમ કે માઉસ અથવા સ્કેનર દ્વારા કીબોર્ડ સાથે કનેક્ટ કરવાવાળાં સાધનો.

## 4. પ્રેરણા અને ઉત્સાહ :

ટેકનોલોજી દ્વારા રમતો, ગેમ્સ, અને મલ્ટિમીડિયા જે વિકલાંગતા ધરાવતાં બાળકો માટે પ્રેરણાદાયક હોઈ શકે છે, કારણ કે તે મનોરંજન સાથે શીખવાનો આનંદ લાવે છે.

## 5. અભ્યાસનો પીછો કરવા અને મોનિટર કરવો :

શિક્ષકો અને માતાપિતાને બાળકોની પ્રગતિની વિગતવાર માહિતી પ્રાપ્ત કરી શકે છે, જે તેમને અનુરૂપ સુધારણા અને માર્ગદર્શન પ્રદાન કરવા માટે મદદરૂપ છે.

વિશિષ્ટ બાળકો માટે શિક્ષણમાં ટેકનોલોજીનું ઉપયોગ તેમના માટે વધુ સમાન માર્ગ પ્રદાન કરે છે.

વિશિષ્ટ બાળકો માટે શૈક્ષણિક ટેકનોલોજી તેમનો અભ્યાસ સરળ અને અસરકારક બનાવે છે. તે દરેક બાળકની વૈશ્વિક અને વ્યક્તિગત જરૂરિયાતોને પહોંચી વળીને શિક્ષણને વધુ અનુકૂળ બનાવે છે. આ ટેકનોલોજી વિવિધ સાધનો અને મીડિયા મારફતે બાળકોને વધારે સક્રિય અને ઉત્સાહિત શિક્ષણનો અનુભવ આપે છે.

વિશિષ્ટ બાળકો માટે ટેકનોલોજીનો યોગ્ય ઉપયોગ તેમના શીખવાનો દર અને ગુણવત્તા વધારે છે, તેમજ તેમને સફળતા પ્રાપ્ત કરવાની વધુ શક્યતા મળે છે. શિક્ષકો અને માતાપિતા પણ બાળકોની પ્રગતિને વધુ સરળતાથી અનુસરી શકે છે, જે તેમને વધુ ટારગેટેડ અને સાથ-સહયોગી માર્ગદર્શન પ્રદાન કરવામાં મદદરૂપ થાય છે.

## અધ્યયન અક્ષમતાના પ્રકાર : જરૂરિયાત અને પડકારો

- ડૉ. દિલીપ શર્મા

આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, સરદાર પટેલ  
યુનિવર્સિટી, આણંદ. મો. ૯૪૧૩૫૭૦૬૧૫



- ડૉ. નયનકુમાર સી. પરમાર

આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, સરદાર પટેલ  
યુનિવર્સિટી, આણંદ. મો. ૭૬૯૮૯૪૨૦૮૩

“અધ્યયન અક્ષમતા એ વિવિધ પ્રકારની ખામીઓ સાથે સંકળાયેલી બાબત છે જે શાબ્દિક અને અશાબ્દિક માહિતીના ગ્રહણ, ધારણ, અર્થઘટન (સમજ) અને ઉપયોગ પર અસર કરે છે.”

“અધ્યયન અક્ષમતા એ વ્યક્તિની માહિતી મેળવવાની, યાદ રાખવાની, સમજવાની અને અભિવ્યક્ત કરવાની રીત પર અસર કરે છે.”

**અધ્યયન અક્ષમતાનો અર્થ :** ઉપરોક્ત વ્યાખ્યાઓ પરથી પરથી સ્પષ્ટ થાય છે કે અધ્યયનની અક્ષમતા એ બાળકની શીખવાની પ્રક્રિયામાં આવતી મુશ્કેલીઓ સાથે સંકળાયેલી બાબત છે. બાળક જ્યારે વિષયવસ્તુના મુદ્દાઓને વાંચન, લેખન, સ્મરણ, અર્થગ્રહણ અને ગણન, સમસ્યા ઉકેલ વગેરેમાંથી કોઈ એક અથવા વધુ કામમાં મુશ્કેલી અનુભવે ત્યારે તે ‘અધ્યયનની અક્ષમતા’ ધરાવે છે તેમ કહી શકાય.

**અધ્યયન અક્ષમતાની લાક્ષણિકતાઓ :** તેઓ અક્ષરોને સહેલાઈથી ઓળખી શકતાં નથી. અક્ષરોને સરળતાથી ઓળખી ન શકવાને કારણે તેઓ શબ્દો ખોટ વાંચે છે તેમજ ઉચ્ચારણમાં પણ ભૂલો કરે છે. ઢ ને ઠ કે ભ ને બદલે બ વાંચે છે. દા. ત. ઢગલો ને બદલે ઠગલો વાંચે છે. શબ્દના પહેલા અક્ષરને આધારે શબ્દ અંગે ધારણા કરે છે તેથી ખોટા પડે છે. તેમને શબ્દના ક્રમ યાદ રહેતા નથી. તેને લીધે વાક્યમાં શબ્દો આડા-અવળા વાંચે છે. તે કેવો વાંચતાં વાંચતાં કાનોમાત્રા ભૂલી જાય છે. એવું વાંચતી વખતે અક્ષરો વાંચવાનું ચૂકી જાય છે. ધીમે-ધીમે વાંચન કરે છે. ખચકાઈ ખચકાઈને વાંચન કરે છે. વાંચતી વખતે એક શબ્દને બદલે બીજા શબ્દનું વાંચન કરે છે. તેઓ પાટિયા પર લખેલા શબ્દો ખોટી રીતે નોટમાં લખે છે. શબ્દો લખવામાં ખોટા લખવા કે જોડણીમાં ભૂલો કરે છે. પુસ્તકમાંથી લખેલું વાંચવાને બદલે જાતે વાક્યો ઘડી કાઢે છે. કેટલીક વાર

આકાર પરથી શબ્દો ઉપજાવી નાંખે છે.

**અધ્યયન અક્ષમતાનાં મુખ્ય લક્ષણો :** બાળકોની શૈક્ષણિક ઉપલબ્ધિ નિમ્ન સ્તરની હોય છે. ધ્યાન અને એકાગ્રતામાં ખામી જોવા મળે છે. સામાજિક સમાયોજનમાં સમસ્યા જોવા મળે છે. વાણી અને ભાષા વિકાસ ધીમો જોવા મળે છે. આત્મસમ્માનમાં ખામી જોવા મળે છે. સહનશીલતામાં ખામી જોવા મળે છે.

**અધ્યયન અક્ષમતાના પ્રકારો :** શીખવાની ઝડપની દૃષ્ટિએ બાળકોમાં ભિન્નતા જોવા મળે છે. વર્ગમાં બુદ્ધિઆંકની દૃષ્ટિએ બાળકોમાં તફાવત જોવા મળે છે, તેમ શીખવાની ઝડપમાં પણ તફાવત જોવા મળે છે. કેટલાંક બાળકો શીખવામાં ખૂબ ઝડપી હોય છે, કેટલાંક ખૂબ ધીમાં હોય છે, તો કેટલાંક શીખવામાં અક્ષમ હોય છે. શીખવામાં અક્ષમ બાળકો બુદ્ધિમાં સામાન્ય હોય છે. આવાં બાળકોમાં અન્ય પરિબળોને કારણે વિચલિતતા આવે છે.

**1. ભાષાને લગતી અક્ષમતા :** તેઓ અક્ષરોને સહેલાઈથી ઓળખી શકતા નથી. અક્ષરો સરળતાથી ઓળખી ન શકવાને કારણે તેઓ શબ્દો ખોટા વાંચે છે તેમજ ઉચ્ચારણમાં પણ ભૂલો કરે છે. ઢ ને બદલે ઠ એવું વાંચન કરે છે. શબ્દના પહેલા અક્ષર ને આધારે શબ્દ અંગે ધારણા કરે છે તેથી ખોટા પડે છે. તેઓને શબ્દના ક્રમ યાદ રહેતા નથી, તેને લીધે વાક્યોમાં શબ્દો આડા-અવળા વાંચે છે. તેઓ વાંચતા વાંચતા કાનોમાત્ર ભૂલી જાય છે. ધીમે ધીમે વાંચન કરે છે. કેવો વાક્ય અક્ષરો વાંચવાનું ભૂલી જાય છે. અટકાઈ અટકાઈને વાંચન કરે છે. વાંચતી વખતે એક શબ્દને બદલે બીજા શબ્દોનું વાંચન કરે છે. તેઓ પાટિયા પર લખેલા શબ્દો ખોટી રીતે નોટમાં લખે છે. શબ્દો લખવામાં ખોટા લખવા કે જોડણીમાં ભૂલો કરે છે. પુસ્તકમાંથી લખેલું વાંચવાને બદલે જાતે વાક્યો ઘડી કાઢે

છે. કેટલીક વાર આકાર પરથી શબ્દો ઉપજાવી નાંખે છે.

**2. હસ્તાક્ષરને લગતી અક્ષમતા :** લખાણમાં કે લેખિત અભિવ્યક્તિમાં અનુભવાતી મુશ્કેલીને હસ્તાક્ષરને લગતી અક્ષમતાવાળા બાળકો તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આવાં બાળકો લખવામાં ભૂલો કરે છે, તેઓ લખાણમાં નબળાં જોવા મળે છે. તેને લેખન અયોગ્યતા તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. તેમાં બાળક લખતી વખતે સરખી રીતે લખી શકતો નથી, તે અક્ષરોને અજીબોગરીબ રીતે લખે છે.

**સૂક્ષ્મ ગામક નિયંત્રણ :** જ્યારે સૂક્ષ્મ ગામક નિયંત્રણમાં ખામી હોય છે ત્યારે હાથ અને આંખોનું સમન્વયમાં મુશ્કેલી પડે છે, પેન્સિલ પકડવામાં મુશ્કેલી પડે છે, જેનાથી બાળક અક્ષરો, સંખ્યાઓ કે શબ્દોને લખતી વખતે ભૂલો કરે છે.

**દૃષ્ટિ ગામક સમાયોજન વિકૃતિઓ :** આ વિકૃતિને જોઈને લખવામાં કે જોઈને ચિત્ર બનાવવામાં મુશ્કેલી પડે છે.

**ક્રમબદ્ધ લખવામાં અક્ષમતા :** લખતી વખતે શબ્દોને ક્રમબદ્ધ રીતે (સરખી રીતે) લખી શકતા નથી. સામાન્ય રીતે હસ્તાક્ષરને લગતી અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકોમાં નીચેનાં લક્ષણો જોવા મળે છે. તેમના અક્ષરો ગરબડીયા હોય છે. તેઓ લખતી વખતે અક્ષરોને યોગ્ય આકાર આપી શકતા નથી. તેઓ ખૂબ મોટા અક્ષરે લખે છે. કેટલાંક બાળકો ખૂબ નાના-નાના અક્ષરો લખે છે. લખતી વખતે ખૂબ જ ભાર દઈને લખે છે જેથી નીચેના પાના પર તેની છાપ પડે છે. કેટલીક વાર લખતી વખતે ખૂબ ભાર દેતા હોવાથી ક્યારેક કાગળ ફાટી પણ જાય છે. તેઓ વાક્યોને વ્યવસ્થિત રીતે લખી શકતાં નથી. વાક્યો લખવામાં ગરબડ કરે છે. લખતી વખતે જોડણી તેમજ વ્યાકરણમાં અનેક ભૂલો કરે છે. જે પ્રમાણે શબ્દોનો ઉચ્ચાર કરે છે તે પ્રમાણે લખે છે. જોડાક્ષરોની જોડણી લખવામાં ભૂલો કરે છે. રમ્ય ને બદલે રમય લખે છે. તેઓ શબ્દોને ટૂંકાવીને લખે છે. જેમ કે : જવાળામુખીને બદલે જમુખી. તેઓ શબ્દ ખોટી રીતે લખતા હોય છે. હેમામાલિની ને બદલે

હેમાહાલીની. સમાન અર્થ ધરાવનાર શબ્દોમાં એક ને બદલે બીજા શબ્દનો ઉપયોગ કરે છે. જેમકે : આકાશને બદલે નભ. લખતી વખતે તેઓ અક્ષરો ઊંધા લખે છે. ય ને બદલે પ લખે છે. તેઓ લખતી વખતે શબ્દોમાં અક્ષર ઉમેરી દે છે અથવા ઓછા કરી દે છે.

**3. ગણતરીને લગતી અક્ષમતા :** ગણતરી કે ગણિતના વિષયમાં મુશ્કેલી અનુભવતા બાળકોને ગણતરીને લગતાં અક્ષમ બાળકો તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. ગણિતના પ્રશ્નોને હલ કરવામાં સક્ષમ હોતા નથી. સરવાળા, બાદબાકી, ગુણાકાર, ભાગાકારમાં સમસ્યા થાય છે. ઘડિયા યાદ કરવામાં મુશ્કેલી પડે છે. આવાં બાળકોનાં કેટલાંક લક્ષણો પ્રમાણે જોવા મળે છે. તેઓ મોટી ઉંમર સુધી સંખ્યાની ગણતરી માટે આંગળીના વેઢાને કે અન્ય રીતનો ઉપયોગ કરે છે. સાદી ગણતરી પણ સહેલાઈથી થઈ શકે તેમ હોવા છતાં બે લીટી પછી ત્રીજી લીટી કરી તેનો સરવાળો કરે છે. ગણિતની વ્યાખ્યા સમજવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે.

આંકડાઓને યોગ્ય ક્રમમાં નાના-મોટા ક્રમમાં ગોઠવવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે. તે વસ્તુને ગણવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે. તેઓથી આંકડા લખવામાં અમુક આંકડા રહી જાય છે. ગણિતની સંજ્ઞાને લખતી વખતે પણ અમુક સંજ્ઞાઓ રહી જાય છે. તેઓ દશાંશ કે પૂર્ણાંકની ભૂલો કરે છે. તેઓ ગણતરી કરતી વખતે ક્યારેક જમણી બાજુથી ડાબી તરફ કરે છે. તેઓ ઘણીવાર આંકડા ઊંધા વાગે છે જેમ કે 46 ને બદલે 64 વાંચે છે.

તેઓને ગણિતના પ્રશ્નો ઉકેલવામાં મુશ્કેલી પડે છે. ગણિતની જુદી જુદી નિશાનીઓ કે જેમાં સમાનતા થોડી ઘણી હોય તેને ઓળખવામાં ભૂલો કરે છે.

સરવાળા (+) ને બદલે ગુણાકાર (x) તરીકે ઓળખે છે.

**વ્યાપક્તા દર :** શીખવાની અક્ષમતા પર થયેલ વિવિધ અભ્યાસો મુજબ સામાન્ય જનસંખ્યામાં શીખવામાં અક્ષમ બાળકોની ટકાવારી પાંચથી દસ ટકા છે. ડી.એસ.એમ.-4 અનુસાર અમેરિકામાં વાંચન કૌશલ્ય

વિકૃતિનું વર્ગીકરણ 4 ટકા છે. વ્યાપક દર સ્કૂલના બાળકોની જનસંખ્યા પર આધારિત છે. ભાષા વિકૃતિનું વર્ગીકરણ 2 થી 5 ટકા છે. ભારતમાં લગભગ 12.59 લાખ સ્કૂલે જનાર બાળકો આનાથી પીડાય છે. આજે પણ શાળામાં એવા બહુ બધા બાળકો છે જેની અત્યાર સુધી શીખવાની અક્ષમતાની ઓળખ કરી શકાઈ નથી.

અનુમાન એવું પણ છે કે લગભગ 10% બાળકો શીખવાની અક્ષમતાથી પ્રભાવિત છે, જેમાંથી 4.5 ટકા બાળકો તીવ્ર શીખવાની અક્ષમતાથી પીડાય છે.

**અધ્યયન અક્ષમતાની જરૂરિયાતો અને પડકારો :**  
અધ્યયન અક્ષમતાનાં બાળકો માટે કેટલીક ખાસ જરૂરિયાતો અને પડકારો હોય છે, જે તેમના શૈક્ષણિક અને સામાજિક વિકાસ માટે મહત્વના છે. તેઓ માટે શિક્ષણ પ્રણાલીમાં સમાનતાના અધિકાર સાથે કેટલીક વૈવિધ્યસભર વ્યવસ્થાઓની જરૂર પડે છે.

#### જરૂરિયાતો :

1. **વ્યક્તિગત ધ્યાન :** દરેક બાળકની તેમની શીખવાની પદ્ધતિ અલગ હોઈ શકે છે, તેથી તેમને વ્યક્તિગત ધ્યાન આપવા માટે અનુકૂળ શિક્ષણપદ્ધતિ જરૂરી છે.
2. **મલ્ટિ-સેન્સરી અભિગમ :** દૃષ્ટિ, સાંભળવા અને સ્પર્શ જેવી ઇન્દ્રિયો દ્વારા શીખવાની પ્રક્રિયા સરળ બનાવી શકાય છે.
3. **વધુ સમય :** પાઠ્યક્રમ પૂર્ણ કરવા માટે અને પરીક્ષાઓમાં ઉત્તર આપવા માટે વધુ સમય આપવો જરૂરી છે.
4. **ટેકનોલોજી અને સાધનો :** સહાયક સાધનો (જેમ કે સ્ક્રીન રીડર, બ્રેઇલ લેંગ્વેજ, અથવા ટોક બેક ડિવાઇસ) શીખવાની પ્રક્રિયામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે.
5. **માનસિક સપોર્ટ :** પોઝિટિવ માનસિક સપોર્ટ અને પ્રોત્સાહન શૈક્ષણિક અને સામાજિક સ્વીકાર માટે મહત્વપૂર્ણ છે.

#### પડકારો :

1. **શીખવાની ગતિ :** તેઓની શીખવાની ગતિ

સામાન્ય બાળકો કરતાં ધીમી હોઈ શકે છે.

2. **વાતચીત અને શૈક્ષણિક ભાષા :** ભાષા સમજવા અને વ્યક્ત કરવા માટેની મર્યાદાઓ અડચણરૂપ થઈ શકે છે.

3. **પરિબળોની સમજૂતી :** શાળાના માહોલમાં અન્ય વિદ્યાર્થીઓ સાથે સરખાવા અથવા મજાક બનવાના ભયથી આત્મવિશ્વાસ ઓછો થાય છે.

4. **શિક્ષકના કુશળતા :** કેટલાક શિક્ષકો પાસે વિશિષ્ટ જરૂરિયાત ધરાવતા બાળકો સાથે કામ કરવા માટે જરૂરી તાલીમ ન હોઈ શકે.

5. **સંપ્રદાય અને મનોવૃત્તિ :** સમાજમાં અપેક્ષા અને સમજણના અભાવને કારણે આ બાળકોના સંઘર્ષ વધે છે.

શીખવાની અક્ષમતાવાળા બાળકોનું પ્રમાણ ધીમે-ધીમે વધતું જાય છે. શીખવાની અક્ષમતા દૂર કે ઓછી કરવામાં વિવિધ નિષ્ણાતોનો ફાળો મહત્વનો છે, સાથે સાથે તેમને શિખવાડનાર શિક્ષકો માત્ર ટેકનિકલ કુશળતા ધરાવતા કે તાલીમ પામેલા હોય તેટલું પૂરતું નથી પરંતુ તેમનો આવાં બાળકો પ્રત્યે પ્રસન્ન અને પ્રોત્સાહિત અભિગમ ખૂબ જ મહત્વનો છે. તેમના હકારાત્મક વલણોની ખૂબ જ અસરકારક અસર જોવા મળે છે. વિશિષ્ટ શૈક્ષણિક કાર્યક્રમો દ્વારા શિક્ષકો અને બાળકોમાં આત્મવિશ્વાસ, હકારાત્મક સ્વ-ખ્યાલ અને જીવન પ્રત્યેનો હકારાત્મક અભિગમ વિકસાવી શકાય છે. શિક્ષકો દ્વારા માનવીય અને મનોવૈજ્ઞાનિક ટેકો પૂરો પાડવામાં આવે તો આવાં બાળકો વધારે સારી રીતે શીખી શકે છે તેમજ વ્યક્તિગત અને વ્યાવસાયિક ક્ષેત્રે સમાયોજન સાધી શકે છે.

આધુનિક ટેકનોલોજી અને માનવશક્તિનો સમન્વય કરી પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો શીખવાની અક્ષમતાવાળા બાળકો અને પુષ્કોને જીવન જીવવાની નવી દિશા પૂરી પાડી શકાય છે. શૈક્ષણિક અને સમાજની યોગ્ય સહાયથી બાળકોને વધુ સારી રીતે વિકસવા માટે તકો મળી શકે છે. NEP 2020 જેવી નીતિઓ આ દિશામાં મહત્વપૂર્ણ પ્રગતિ લાવે છે.

# બાળકોમાં શારીરિક ખોડખાંપણના પ્રકારો, જરૂરિયાત અને પડકારો



- ડૉ. શિલ્પા એમ. વાલા  
થિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિ. ગાંધીનગર  
મો. ૭૬૯૮૯૬૧૦૯૬

“Fortunately, good posture - like poor posture - is habit forming.” - Denise Austin

શારીરિક અપંગતા એ એક લાંબા ગાળાની ખોટી શારીરિક ક્રિયાઓને કારણે ઉદ્ભવતી ખોટ છે જે વ્યક્તિની ગતિશીલતા, શારીરિક કાર્યક્ષમતા, સહનશક્તિ, ચપળતા, સ્વાસ્થ્ય, તથા સમગ્ર વ્યક્તિત્વને અસર કરે છે. આપણે ઊભા હોઈએ, ચાલતાં હોઈએ, બેઠાં હોઈએ ત્યારે આપણે આપણા શરીરનાં અંગોની સુસ્થિતિ જાળવવી ખૂબ જ જરૂરી છે. “Posture Mens Personality” અંગઢંગ એટલે શારીરિક દેખાવ, શરીરના દેખાવમાં કોઈ પણ પ્રકારની નાની ખોડખાંપણ અથવા શારીરિક ખામી આવે તો શરીરનો વિકાસ અટકી જાય છે. જેમ કે, “સ્વસ્થ શરીરમાં સ્વસ્થ મનનો વાસ હોય છે.”

## અંગઢંગ(Posture) અને ઉત્તમ અંગઢંગ એટલે શું?

“શારીરિક અંગઢંગના અર્થને શરીરની સ્થિતિ સાથે સબંધ છે. જેમાં શરીર એ રીતે સંતુલિત રહે છે કે જેમાં શરીર ઓછામાં ઓછા થાકનો અનુભવ કરે છે.” - એવરી

મનુષ્યના દૈનિક જીવનમાં બધા જ પ્રકારની શારીરિક ક્રિયાઓ સાચી રીતે, કૌશલ્યપૂર્ણ અને તત્પરતાથી થવી જોઈએ. આકર્ષક ઉઠાવ શરીર, સામર્થ્યવાળા સપ્રમાણ સ્નાયુઓ, શરીરના સારી રીતે વિકસાવવા અને જાળવવા માટે સ્નાયુઓની સંગીનતા કેળવવી જરૂરી છે. સ્નાયુઓ જો નબળા હોય તો જે તે અવયવમાં શારીરિક ખોડ ઉત્પન્ન થવાની સંભાવનાઓ રહે છે અને પરિણામે શરીરના ઉઠાવમાં કે ઘાટમાં કઢંગાપણું કે બેડોળપણું આવે છે. માનવીઓમાં સામાન્ય રીતે નીચે પ્રમાણે શારીરિક ખોડખાંપણ જોવા મળે છે.

(1) રાંટા પગ (Knolk Knee) : આ ખામી વ્યક્તિઓમાં બે પ્રકારે જોવા મળે છે.

અ) **Knolk Knee** : આમાં બંને પગના ઢીંચણ અંદરની બાજુએ વળેલા હોય છે.

બ) **Bow Legs** : આમાં બંને પગનાં તળિયાં મૂળ સ્થિતિમાં ન હોવાના કારણે બંને પગનાં તળિયાં જમીનને સપાટ રીતે સ્પર્શે છે. તેને સપાટ પગ કહી શકાય છે.

(2) **સપાટ પગ (Flat Foot)** : બંને પગનાં તળિયાં ઉચિત સ્થિતિમાં ન હોવાના કારણે બંને પગના તળિયાં જમીનને સપાટ રીતે સ્પર્શે છે. તેને સપાટ પગ કહી શકાય છે.

**કારણો** : આ ખામી વિટામીન ડી, કેલ્શિયમ અને પ્રોટીનની ઊણપ તથા કુપોષણના કારણે જોવા મળે છે. વ્યક્તિના મેદસ્થિતા ધરાવતું શરીર, શારીરિક શ્રમ અને કસરતોના કરવાના કારણે પણ આ ખોટ જોવા મળે છે. ઊંચી એડીવાળા બૂટ, ચંપલ કે સેન્ડલનો વધુ પડતો ઉપયોગ જેના કારણે પગનાં તળિયાઓને નુકસાન થાય છે.

**ઉપચાર** : પૂરતા પ્રમાણમાં વિટામિન્સ તથા સમતોલ-પૌષ્ટિક આહાર લેવો. બાળકોને વજનદાર બૂટ, સ્લીપર ન આપવા તથા કસરતો રેગ્યુલર કરાવવી જેમાં દોરડા કુદ, સીધી રેખા દોરવી તમારા ઘરમાં કે સ્કૂલમાં તેમના ઉપર બાળકને ચલાવવા અને જો સપાટ પગ હોય તો તેનો ઉપચાર કરાવવો તથા સારા રાહબરને (ફિઝિયોથેરાપીસ્ટ) ને બતાવવું તેના દ્વારા બતાવેલ કસરતો કરવી અને પગમાં માલિશ કરવી.

(3) ખૂંધ અથવા કરોડના મણકાઓનો બાજુ ઝુકાવ (**Kyphosis**): આ વ્યક્તિને પીઠના ઉપરના ભાગમાં વધુ વળાંકને લીધે ખૂંધ ઉદ્ભવે છે. આ પ્રકારની ખોટના કારણે ત્રણ ખામીઓ શરીરમાં

જોવા મળે છે. (1) ખભા ગોળ બને છે (2) છાતી બેસી જાય છે (3) માથું આગળ ઢળતું જાય છે.

**કારણો :** આ ખામી લાંબા સમય સુધી એક જ સ્થિતિમાં બેસી રહેવાથી, કામ કરવાથી થતી જોવા મળે છે. જેમકે બાળકોમાં વધુ પડતા મોબાઈલના ઉપયોગના કારણે, નાની ઉંમરમાં વધુ પડતું વજન ઉપાડવાથી, પીઠના સ્નાયુઓની નિર્બળતા, ઓફિસમાં કામ કરતું વ્યક્તિઓ સતત એક જ સ્થિતિમાં લેપટોપ અથવા કમ્પ્યુટરના ઉપયોગથી આ ખામી સર્જાય છે. સ્નાયુઓ અને હાડકાઓના યોગ્ય વિકાસના અભાવે પણ આ ખામી જોવા મળે છે.

**ઉપચાર :** સૌ પ્રથમ બાળકોને મોબાઈલનો ઓછો અને યોગ્ય ઉપયોગ કરવા તથા તેમને યોગ્ય સ્થિતિ પ્રત્યે સભાન કરવા, જો સ્નાયુઓની નિર્બળતાને કારણે ખોટ હોય તો તેવા કિસ્સામાં કસરતો દ્વારા હાડકાઓ અને પીઠના સ્નાયુઓને મજબૂત બનાવવા માટેની કસરતો કરવી જેવી કે દીવાલ પાસે પીઠ રાખી ઊભા રહેવું, બંને પગની એડીઓ સહેજ દીવાલથી આગળ રાખી સાવધાનમાં ઊભા રહેવું અને બંને ખભા દીવાલને અડકાવવા. ત્રણ વખત આ કસરત કરવી 10 સેકન્ડ થી શરૂ કરી શકાય. આ ખામીના નિવારણ માટે ભુજંગાસન કે ધનુરાસન પણ કરી શકાય છે.

**અ) કરોડનો અગ્ર વળાંક (Lordosis) :** કરોડનો અગ્ર વળાંક એટલે કમર પાસેના કરોડનો વધુ પડતો વળાંક જેના કારણે કરોડ વળી જાય છે અને પેટું આગળ ઢળી પડે છે.

**કારણો :** આ ખોટ ક્યારેક વારસાગત પણ હોય છે. બાળકને વધુ પડતો થાક, આ પ્રકારની સ્થિતિ સામાન્ય રીતે શરીરની ઉચિત સ્થિતિનું અજ્ઞાન, ચાલવાની ખોટી ટેવો, વધારે પડતું ઝૂકીને ચાલવાની આદત વગેરેને કારણે જોવા મળે છે.

**ઉપચાર :** બાળકોને શરીરની સાચી સ્થિતિનું જ્ઞાન આપવું તથા યોગ્ય સ્થિતિની જાળવણી કેમ કરી શકાય તે વિષે સભાન કરવાં. કમર અને પેટના સ્નાયુઓની કસરતો

કરાવી, હલાસન, યોગમુદ્રા, પશ્ચિમોત્તાનાસન, કમર માંથી વિવિધ પ્રકારનાં ઝુકાવ જેવી કસરતો અને આસનો કરાવી આ સ્થિતિ કેળવી શકાય છે.

**બ) કરોડનો પાર્શ્વ વળાંક (Scoliosis) :** આ વળાંકના કારણે મનુષ્યના ખભા અને થાપાની સ્થિતિ સપ્રમાણ નથી હોતી. આ ખામી વ્યક્તિઓમાં જન્મજાત હોય તો શારીરિક કસરતોથી સુધારી શકાતી નથી. ઘણીવાર વ્યક્તિઓમાં ખોટી ટેવોને લીધે પણ જો થયેલ હોય તો કસરતો અને વ્યાયામથી સુધારી શકાય છે.

**કારણો :** આ ખોટ જન્મજાત હોઈ શકે છે, બાળકોને યોગ્ય સ્થિતિનું જ્ઞાન ન હોવાથી પણ આ સ્થિતિ જોવા મળે છે, અમુક બાળકોના સ્નાયુઓ નબળા હોવાથી, ખોટી ટેવો અને આદતોના કારણે પણ ઉદ્ભવી શકે છે.

**ઉપચાર :** આ સ્થિતિના ઉપચાર માટે કરોડની વિવિધ કસરતો કરવી, હાથ તથા ખભાની હળવી કસરતો કરવી, વકાસન, તાડાસન જેવાં આસનો કરાવવા, સ્વિમિંગ પ્રવૃત્તિ ખૂબ જ અસરકારક છે તેથી બાળકને તે પણ કરાવી શકાય, બાળકને બંને હાથથી લટકી શકે તેવા સાધન સાથે ઝોલા ખવડાવવા.

સૌ પ્રથમ આ સ્થિતિના કારણો અને ઉપચાર વિષે માતા-પિતા, શિક્ષક તથા દરેક વ્યક્તિઓએ બાળકની શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ પર યોગ્ય ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે શારીરિક ખોડખાંપણ કે કોઈ ખામી ન થાય જેનું ધ્યાન રાખવું એક પ્રાથમિક ફરજ છે. આ ખામી જન્મજાત, ટેવજન્ય, બાળકની ખરાબ ટેવોના કારણે તથા પરિસ્થિતિજન્ય પણ હોય શકે છે. આ ખામીઓમાંથી અમુક પ્રકારની ખામીઓ શારીરિક કસરતો દ્વારા દૂર કરી શકાય છે કે જે પરિસ્થિતિજન્ય ખામી છે. બાળકની વર્ષે એકવાર શાળામાં તથા ઘરમાં આરોગ્યની તપાસ કરાવવી જોઈએ. તે દરેક માતા-પિતા તથા શિક્ષકની એક ફરજ છે. માતા-પિતા તથા શિક્ષકે સૌ પ્રથમ દાકતર પાસે ચર્ચા-વિચારણા કરી લેવી જોઈએ અને ત્યારબાદ તે ખામીની સુધારણા માટે પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

## “પ્રારંભિક અવસ્થામાં દિવ્યાંગતા અટકાવવામાં માતા-પિતાની ભૂમિકા”



- ડૉ. રીનાબા રાઓલ  
શિલ્ડ્રન રિસર્ચ યુનિવર્સિટી,  
ગાંધીનગર.  
મો. ૯૭૮૦૦૩૦૬૪૬

સારું ફળ જોઈએ તો બીજની ચિંતા કરવી જોઈએ. જેમ્સ હેકમેન (શિકાગો યુનિવર્સિટી નોબેલ પ્રાઈઝ વિજેતા) ના મતે, “નાનાં બાળકોમાં પૈસાનું રોકાણ કરવામાં આવે તો લાંબા ગાળે તેનો ઘણો ફાયદો થાય છે.” જે બાળકોને ગુણવત્તાલક્ષી ECCD (Early Childhood Care and Development) મળે તે બાળકોનો શારીરિક અને માનસિક વિકાસ યોગ્ય દિશામાં થવાથી અપંગતા આવવાની શક્યતાઓ ઘણી ઓછી થઈ જાય છે. બાળકના સર્વાંગી વિકાસ માટે સગર્ભાવસ્થાથી શરૂ કરી બાળપણના મહત્વનાં શરૂઆતનાં વર્ષો બાળકના વિકાસ માટે ખૂબ જ મહત્વના છે. આ વર્ષો બાળકનાં વિકાસ અને વૃદ્ધિ, કૌશલ્યો, ક્ષમતાઓ અને વર્તણૂક માટે પાયાનાં વર્ષો છે. બાળકના વિકાસનાં છ પાસાં હોય છે.

### પ્રારંભિક બાલ્યવસ્થાની સંભાળ અને વિકાસ :

બાળકના જીવનના પ્રથમ પાંચ વર્ષ એક નિર્ણાયક સમયગાળો છે. પ્રારંભિક બાળપણમાં સારી સંભાળ અને વિકાસની તકો મેળવનારા વિકલાંગ બાળકોને સારું વાતાવરણ પરિવાર અને સમાજ તરફથી આપવામાં આવે તો જેમાં મુખ્યત્વે સંભવિત શિક્ષણ, તબીબી સંભાળ અને અન્ય સામાજિક રીતે સ્વીકૃતિ આપવામાં આવે તો શક્ત સમાજની રચનામાં તેમનું યોગદાન આપવા તે કાર્યદક્ષ બને છે. ઉચ્ચ ગુણવત્તાવાળા પ્રારંભિક બાળપણ વિકાસના કાર્યક્રમ બાળકોના વિકાસ માટેના સકારાત્મક ફાયદાઓ દર્શાવે છે. પ્રારંભિક બાળપણ વિકાસ એ શરૂઆતના સમયનું શિક્ષણ, પોષણ, સ્વચ્છતા તેમજ આરોગ્ય સહિતનાં ક્ષેત્રોની શ્રેણી ને અગ્રિમતા આપવામાં આવે છે. બદલાતું સામાજિક માળખું, હાલની નીતિઓ અને કાર્યક્રમના સંદર્ભમાં પૂર્વ પ્રાથમિક વિકાસ અતિ મહત્વ ધરાવે છે. જેમાં અપંગ બાળકોનાં કલ્યાણ અને વિકાસ માટે

સરકાર અને સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓ તેમજ સમાજસુરક્ષા ખાતું દેવદૂતની જેમ મદદ માટે હંમેશાં તત્પર હોય છે.

### પ્રારંભિક બાલ્યવસ્થાની સંભાળ અને વિકાસ દરમ્યાન અપંગતા અટકાવવા માટે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો :

માતા, બાળકોના સમગ્ર વૃદ્ધિ અને વિકાસનો આધાર છે. જીવન વિકાસની પ્રક્રિયા નિરંતર ચાલે છે. આ વિકાસ જન્મથી પણ પહેલાં ગર્ભધાનની ક્ષણ થીજ શરૂ થઈ જાય છે. બાળક જન્મ પહેલાં અને જન્મ પછી પોતાના વિકાસ માટે કશું કરી શકતું નથી. તે પોતાના વિકાસ માટે માતા - પિતા અને પરિવાર પર જ આધારિત હોય છે. કેટલાંક પરિબળો પર દુર્લક્ષ સેવવામાં આવે તો બાળકને જીવનભર અપંગતાનો સામનો કરવો પડે છે. જેથી કરીને નીચેની બાબતો પર ધ્યાન આપવું અનિવાર્ય થઈ પડે છે.

**સગર્ભા મહિલા :** જ્યારે માતા સગર્ભા બને છે ત્યારથી જ પાયાની બાબતોની પર ધ્યાન આપવામાં આવે તો બાળકમાં અપંગતાનું પ્રમાણ ઘટાડી શકાય છે. સગર્ભાવસ્થા જીવનનો નાજુક અને મહત્વપૂર્ણ તબક્કો છે. જેમકે સગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન નિયમિત આરોગ્ય તપાસ, ધનુર વિરોધી રસી, જેમાં સગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન ગર્ભસ્થ બાળક માતાના ગર્ભાશયમાં ઊંછરે છે. આ દરમ્યાન બાળક પોતાના પોષણ માટે સંપૂર્ણપણે માતા ઉપર નિર્ભર હોય છે. સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન જો માતાને પૂરતો આહાર આપવામાં ન આવે તો ગર્ભસ્થ બાળક પર તેની વિપરિત અસર પડે છે.

આવું બાળક નબળા વજનનું જન્મે છે. જેથી બાળકમાં માંદગીનું પ્રમાણ વધી જતાં અપંગતાનું પ્રમાણ વધી જાય છે. નબળા વજનનું બાળક આગળ જતાં કુપોષણનો ભોગ બને છે. જેને કારણે અનેકવિધ શારીરિક

અને માનસિક વિકલાંગતા આવી જાય છે. જેથી સામાન્ય મહિલાઓની સરખામણીમાં સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન માતાની પોષકતત્વોની જરૂરિયાતમાં વધારો કરવો ખૂબ જ જરૂરી છે.

**સગર્ભાવસ્થા માટે આરોગ્ય સંબંધી સૂચનો :** સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન પહેલાં કરતાં વધુ માત્રામાં તથા વધુ વખત ખોરાક લેવો. ચોથા મહિનેથી દરરોજ આયન ફોલિક એસિડની ગોળી લેવી. સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન આયોડિનવાળું જ નમક વાપરવું. સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન ચોથા અને પાંચમા મહિને ધનુરની રસી મુકાવવી. સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન દિવસના બે કલાક આરામ કરવો, નિયમિત આરોગ્ય તપાસ કરાવવી, પ્રસૂતિ દવાખાને જ કરાવવી. ઉપર્યુક્ત બાબતો પરત્વે કાળજી ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન રાખવાથી બાળકોમાં અપંગતાનું પ્રમાણ ઘટાડી શકાય છે.

**સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન અપંગતા આવવા માટેનાં લક્ષણો :** માતાની ઉંમર 18 વર્ષની નીચે અને 35 વર્ષથી ઉપરની હોય. 145 સેન્ટિમીટર કરતાં ઓછી ઊંચાઈ, 42 કિલોગ્રામ કરતાં ઓછું વજન. જોડિયાં બાળકો હોય. તીવ્ર પાંદુરોગવાળી સ્ત્રી (8 ગ્રામ કરતાં પણ ઓછી હિમોગ્લોબીનની માત્રા) ટૂંકા ગાળામાં બીજી પ્રસૂતિ. જે માતાને મધુપ્રમેહ, હૃદયરોગ અને લોહીના ઊંચા દબાણની તકલીફ હોય.

**ધાત્રીવસ્થા દરમિયાનની સારસંભાળ :**

**પોષણ :** ધાત્રી અવસ્થાના પ્રથમ છ માસ દરમિયાન બાળકની વૃદ્ધિ સંપૂર્ણપણે સ્તનપાનને આધારે થાય છે. શિશુના જન્મ પછી, બને તેટલી વહેલી (એક કલાકમાં) સ્તનપાનની શરૂઆત કરાવવાથી ઉત્તમ પોષક તત્વો મળી રહેવાથી ચેપ સામે રક્ષણ જેમાં ન્યુમોનિયા, ઝાડા અને બીજા સંસર્ગજન્ય રોગો સામે રક્ષણ આપે છે. યુવાનીમાં લોહીનું ઊંચું દબાણ (બી.પી ની બીમારી), ડાયાબિટીસ મેદસ્વિતા અને હૃદયરોગ સામે રક્ષણ આપે છે અને કેટલાક પ્રકારનાં કેન્સર સામે પણ રક્ષણ આપે છે. જે બાળકના વૃદ્ધિ અને વિકાસમાં મગજનો વિકાસ તેમજ આંખોનું તેજ પણ

વધારે છે.

માતાએ તેના રોજિંદા આહારમાં પ્રોટીનસભર આહાર જેવા કે દૂધ, દૂધની બનાવટો, કઠોળનો સમાવેશ કરવો જરૂરી છે. વધતી કેલરીને પહોંચી વળવા માટે રોજના આહારમાં અનાજ, કંદમૂળ, તેલ, ઘી, સૂકામેવા જેવા ખાદ્ય પદાર્થોનો સમાવેશ કરવો જોઈએ. આ ઉપરાંત લીલાં પાંદડાવાળાં શાકભાજી અને ફળફળાદિનો આહારમાં ઉપયોગ કરવો. તેમજ રોજિંદા આહારમાં આયોડિનયુક્ત મીઠાનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. તેમજ ધાત્રી માતાએ પ્રવાહી વધારે લેવું જોઈએ.

**આરોગ્ય માટેનાં સૂચનો :** માતાએ પોતાની તેમજ પોતાના બાળકની 3થી 10 દિવસની અંદર બે વખત આરોગ્ય તપાસ કરાવવી જેથી શરૂઆતના દિવસોમા ચેપ લાગેલ હોય તો સમયસર નિદાન થઈ શકે. માતાએ સ્વચ્છતાની કાળજી રાખવી જેથી ચેપ ન લાગે. બાળકને શરૂઆતના મહિનાઓથી જ રસીની કમિકતા જાળવી. ડોક્ટરની સૂચના મુજબ આયર્ન, ફોલિક એસિડ ગોળી તેમજ કેલ્શિયમની ગોળી લેવી. ઉપરની બાબતો પરત્વે કાળજી લેવામાં આવે તો દિવ્યાંગતાનું પ્રમાણ ઘટાડી શકાય છે.

રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ (1986), રાષ્ટ્રીય પોષણ નીતિ (1993), રાષ્ટ્રીય આરોગ્ય નીતિ (2002), બાળકોનાં કાર્ય માટેનું રાષ્ટ્રીય આયોજન જેવા અનેક દસ્તાવેજો પ્રારંભિક બાલ્યાવસ્થાને આધાર આપે છે. આ બાબતો પરત્વે ધ્યાન દોરતાં ખ્યાલ આવે કે બાળકો એ દેશનું ભાવિ હોવાથી દેશના વિકાસમાં તેમનું યોગદાન સુનિશ્ચિત કરવા માટે સગર્ભા અને ધાત્રી માતાઓને બાળકોની માવજત માટે સજાગતા કેળવવાથી બાળકોમાં શારીરિક અને માનસિક રીતે અસમર્થતા આવવાની શક્યતાઓ નહિવત્ થઈ જાય છે. શિશુઅવસ્થાથી પ્રારંભિક બાલ્યાવસ્થા સુધીમાં બાળકનાં વિકાસલક્ષી કાર્યો, આવડત અને ક્ષમતા, રસ - રુચિ વગેરેમાં બદલાવ આવે છે.

## બૌદ્ધિક અક્ષમ બાળકોની જરૂરિયાતો અને પડકારો



- ડૉ. મનીષા એચ. લાખાણી  
સાયકોલોજિસ્ટ,  
પોરબંદર  
મો. ૯૪૨૬૮૫૧૨૯૦

બૌદ્ધિક રીતે અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકોમાં જીવન જીવવાની પ્રેરણા જગાવાની તેમને સહાનુભૂતિ અને સહાય આપવાની તેમનામાં ક્યારેય પણ તે અન્ય બાળકોથી અલગ છે એવી ભાવના ન જગાડવી એ જરૂરી છે તેમને યોગ્ય શિક્ષણ, જીવનકૌશલ્ય અને યોગ્ય તાલીમ દ્વારા જીવન જીવવાની પ્રેરણા જગાડવી એ ખૂબ જ જરૂરી છે કે આવાં બાળકોને જો માનસિક સહાય ન આપવામાં આવે તો તેમનામાં સામાજિક સ્વીકૃતિનો અભાવ, શૈક્ષણિક સ્વીકૃતિનો અભાવ અને આર્થિક મુશ્કેલી પણ જોવા મળતો હોય છે ‘વિશેષ શિક્ષણ અને તાલીમનો હેતુ એ છે કે દરેક બાળક તેના જીવનમાં શ્રેષ્ઠ રીતે પ્રગતિ કરી શકે અને સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત કરી શકે’ આવાં બાળકોમાં અમુક વિશિષ્ટ પ્રકારની ખામીઓ પણ જોવા મળતી હોય છે કે જે તેમને અન્ય બાળકોથી અલગ પાડે છે ‘ડિસલેક્સિયા’ વાંચવા અને શબ્દો ઓળખવામાં મુશ્કેલી ‘ડિસગ્રાફિયા’ લખાણમાં સ્પષ્ટતા અને ગુણવત્તાની ખામી ‘ડિસકેલ્કુલિયા’ સંખ્યાઓને સમજી ન શકવાની ખામી ‘ઓડિટરી પ્રોસેસિંગ ડિસઓર્ડર’ અવાજ અને ભાષા સમજવાની સમસ્યાઓ ઓળખી ન શકવાની ખામી ‘વિઝ્યુઅલ પ્રોસેસિંગ ડિસઓર્ડર’ દૃશ્ય માહિતી સમજવામાં મુશ્કેલી વગેરે પ્રકારની ખામીઓ હોઈ શકે છે. અધ્યયનની અક્ષમતા ધરાવતાં બાળકોમાં તેમની જરૂરિયાતો અનુસાર શિક્ષણ પદ્ધતિ અપનાવીને જીવન જીવવાની શ્રેષ્ઠ તકોને આપી શકાય છે.

આજના આ સ્પર્ધાત્મક જીવનની સમસ્યા એ છે કે હૃદય રોગ અને કેન્સર કરતાં પણ વધુ ભયંકર કોઈ રોગ હોય તો તે માનસિકતાનો રોગ છે આવા ભયંકર રોગને આપણી અંદર પ્રવેશવા જ ન દેવો એ પણ જરૂરી છે મોટેરા વર્ગે પોતાના બાળકોની ખાસ સંભાળ લેવી એ જરૂરી છે

‘આજના બાળકો છે એ કાલનું ભવિષ્ય છે બાળકનો જેવો ઉછેર થશે બાળકનો એવો જ વિકાસ થશે તેવું જ આજનું ભવિષ્ય આપણી સામે આવશે’ બાળક એ કુમળો છોડ છે તેને જેમ વાળો તેમ વળે માતા-પિતા જાગૃત ન હોવાને કારણે ક્યારેક બાળક ટીવી ઇન્ટરનેટ મોબાઇલ અને વીડિયો ગેમ્સના વ્યસનોને વ્યાપ વધી રહ્યો છે માતા પિતાઓ હવે બાળકોને પ્રેરણા આપતી કવિતાઓ અને વાર્તાઓનો પાઠ ભણાવતાં નથી જેને કારણે બાળપણ ખોવાઈ રહ્યું છે અને બાળકોના તબીબી અહેવાલો બતાવે છે કે ટીવી મોબાઇલમાં વીડિયો ગેમ્સના વ્યસનને લીધે બાળકો હતાશા ચીડિયાપણું અને નબળાઈઓથી પીડાઈ રહ્યા છે માટે તેમને કવિતાઓ વાર્તાઓ અને અખબારો બાળકનાં સામયિકો વગેરે આપવાં જોઈએ. આપણા ધાર્મિક ગ્રંથોથી બાળકોને પરિચિત કરાવવા જોઈએ. શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાની અંદર મનોચિકિત્સા સારવાર શ્રીકૃષ્ણ અને અર્જુન વચ્ચેનો સંવાદ પહેલા અધ્યાયમાં સ્પષ્ટપણે જણાવવામાં આવ્યો છે આવા ધાર્મિક ગ્રંથો જે આપણને તેમજ આપણાં બાળકોને જીવન જીવવાનો સાચો માર્ગ બતાવે છે. એમનાથી આપણાં બાળકોને પરિચિત કરાવવા શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાના અધ્યાય એકના 28મા શ્લોકથી 46મા શ્લોક એમ કુલ 19 શ્લોક તથા અધ્યાય 2 ના શ્લોક નંબર એકથી 38 એમ કુલ 38 શ્લોક, આમ બધા મળીને કુલ 57 શ્લોકનો અભ્યાસ કરતાં જાણવા મળ્યું છે કે જેમાં ચિંતા-વિકૃતિનાં વિવિધ લક્ષણો અને મનોચિકિત્સા માટેની તૈયારીનું સ્પષ્ટીકરણ છે જે અર્જુન દ્વારા બોલાયેલા શબ્દો છે, તેમાં ૩૩ શ્લોકમાં શ્રીકૃષ્ણ દ્વારા કરાયેલા મનોચિકિત્સાની વિવિધ પ્રયુક્તિઓનું વિશ્લેષણ છે. તેમજ ત્રણ શ્લોક સંજય દ્વારા બોલાયેલ છે તે આપણને સ્પષ્ટપણે જણાવે છે કે આપણા ધાર્મિક ગ્રંથો આપણને સારું

માનસિક સ્વાસ્થ્ય આપે છે.

‘ચિંતા વિકૃતિ જેનો અર્થ એ થાય છે કે જેમાં રોગી અવાસ્તવિક ડર અને અવાસ્તવિક ચિંતા સામાન્ય માનવીના પ્રમાણમાં વધારે સેવે છે તેને કારણે તેનું સમાયોજન બગડતું હોય છે અહીં રોગી પોતાની ચિંતાની અભિવ્યક્તિ ખૂબ સહેલાઈથી વ્યક્ત કરે છે ચિંતા વિકૃતિના છ પ્રકાર બતાવવામાં આવ્યા છે વિકૃતભીતિ સામાન્ય ચિંતા, દુઃખ દર્દ ચિંતા વિકૃતિ, અનિવાર્ય ક્રિયા દબાણ, મનોદબાણ વિકૃતિ, પોસ્ટ પ્રામાટીક ચિંતા વિકૃતિ, વિકૃત ચિંતા’ વિકૃત ભીતિ આ વિકૃતિ એ ફોબિયા એ એક સતત ડરની પ્રક્રિયા છે જે ખતરો તરત જ વાસ્તવિકતામાં આવી જનાર પ્રક્રિયા છે આ ડરની પરિસ્થિતિનો સામનો થતાં ચિંતા કે શારીરિક દુખાવો ઉત્પન્ન થાય છે.

વ્યક્તિ કે રોગીનો ભય અવાસ્તવિક હોય છે જેને કારણે માથાનો દુખાવો, પેટમાં દર્દ અને અપચા જેવાં શારીરિક લક્ષણો પણ જોવા મળે છે. સામાન્ય ચિંતા વિકૃતિ આ પ્રકારની ચિંતા એ લાંબાગાળા સુધી સતત અવાસ્તવિક ચિંતા અથવા અતિશય ચિંતાથી પીડિત રહે છે આ બીમારીથી પીડિત વ્યક્તિ આવેગિક રીતે બેચેન રહે છે છતાં તનાવ ગ્રસ્ત રહે છે અને સાથે સાથે હેરાન પરેશાન હોય છે હૃદયનો હુમલો, પોતાની જાતને ઈજા પહોંચાડવી, મન એકાગ્ર કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે.

દુઃખ દર્દ ચિંતા વિકૃતિ : આ વિકૃતિમાં દર્દીને અચાનક વ્યાખ્યાયિત ન થઈ શકે તેવી પીડાનો અનુભવ થાય છે આ વિકૃતિ ધરાવનાર દર્દીમાં હૃદયની ગતિની તીવ્ર વધઘટ જોવા મળે છે પરસેવો થવો શરીરમાં ધ્રુજારી આવવી, છાતીમાં દર્દ, શ્વાસની ગતિ રોકવી કે અંદર થવી, પેટમાં દુખાવો, બેહોશ થવું વાતાવરણમાં અણગમો લાગવો વગેરે પ્રકારનાં લક્ષણો જોવા મળે છે

### “માનસિક અભિગમ વિકસાવવાના માર્ગો”

માનસિક અભિગમ વિકસાવવાના સાત માર્ગો જે તમને શાંતિ અને સુખ મેળવી આપશે ‘અવર લાઈફ ઈઝ વોટ અવર થોટ’ અર્થાત્ આપણું જીવન આપણા વિચારોથી

ઘડાય છે.રોમન ફિલસો માર્ક્સ ઓરલિયાસ

સાચી વાત એ છે કે ‘જો આપણે સુખના વિચારો કરીશું તો જ સુખી થઈશું અને દુઃખના વિચારો કરીશું તો દુખી થઈશું’ નોર્મન વીનસેટ કહ્યું છે કે ‘તમે જે વિચારો છો તેવા તમે નથી પણ તમને જે વિચારો આવે છે તેવા તમે છો’ ક્યારેય તમારા દુશ્મનો ઉપર બદલો લેવાની ભાવના ન રાખતા કારણ કે તેમ કરીશું તો તેમના કરતાં વધુ નુકસાન આપણને થશે આપણે તો ‘જનરલ આઈઝેક હોવરના શબ્દો યાદ રાખવા તમને ન ગમતા માણસો પર વિચાર કરવામાં એક મિનિટ પણ ન બગાડતા, સુખ મેળવવાનો એકમાત્ર રસ્તો આભારની આશા રાખ્યા વગર આપીને આનંદ મેળવવાનો છે.

તમારી પર ઊતરેલા આશીર્વાદોની ગણતરી કરો સમસ્યાઓની નહીં. સ્વને શોધો, સ્વમય બની જાઓ’ આ કેટલા હકારાત્મક સુંદર શબ્દો છે જે માણસના જીવન પરિવર્તન માટે કાફી છે. જ્યારે મેં મારા શિક્ષણ કારકિર્દી દરમિયાન પહેલો બુક રિવ્યુ રજૂ કર્યો હતો એમાંની આ ઉલ્લેખનીય વાતો છે.

ચિંતા છોડો સુખેથી જીવન જીવો વીતેલા સમય પર અને આવનારા સમય પર લોખંડી પડદો પાડી દો. આજના દિવસને જીવો અને માણો.

- જીવનમાં આનંદ આવે તેવી વાતોને જુઓ અને માણો.
  - હંમેશા વ્યસ્ત રહો ચિંતાગ્રસ્ત માણસે પોતાનું મન હંમેશા કામમાં ડુબાડી દેવું જોઈએ.
  - તમારા શ્રેષ્ઠ પ્રયત્નો કરતા રહો.
  - તમારા આશીર્વાદોને ગણતરીમાં લો મુશ્કેલીઓને નહીં.
  - બીજાઓની વાતોમાં રસ લઈ તમારી વાતને ભૂલી જાઓ.
  - દરરોજ એક એવું કામ કરો જેનાથી કોઈ અજાણ્યા ચહેરા ઉપર સ્મિત ચમકતું જોઈ શકો.
- શિક્ષણ એ ‘અંતર મનની પરિપક્વતા’ છે જે માનવીને પોતાની શક્તિઓનો બોધ કરાવે છે.

# સમાવેશી શિક્ષણમાં એક સફળ શિક્ષકની ભૂમિકા



- રમણ પટેલિયા  
મુખ્ય શિક્ષક, મોટીખજૂરી પ્રાથમિક શાળા  
તા. દેવગઢ બારીયા, જિ.દાહોદ  
મો. ૯૯૭૯૩૪૦૧૦૬

રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ : 2020ના પ્રકરણ ૬માં સમાવેશી શિક્ષણનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવેલ છે. સમાવેશી શિક્ષણ એ એક એવી શિક્ષણ પ્રણાલી છે, જે દરેક બાળકને તેની ક્ષમતાઓ અને જરૂરિયાતો ગમે તે હોય, સામાન્ય શાળામાં અન્ય બાળકો સાથે શિક્ષણ મેળવવાની તક આપે છે. શિક્ષક એક માર્ગદર્શક, મિત્ર અને પ્રેરક શક્તિ તરીકે કામ કરે છે. શિક્ષકના પ્રયત્નોથી દરેક વિદ્યાર્થી પોતાની પૂર્ણ ક્ષમતા સુધી પહોંચી શકે છે. સમાવેશી શિક્ષણની સફળતા માટે શિક્ષકની ભૂમિકા ખૂબ જ મહત્વની છે.

## સમાવેશી શિક્ષણમાં દરેક વિદ્યાર્થીને સમજવાનું મહત્વ :

સમાવેશી શિક્ષણમાં શિક્ષકની સૌથી મહત્વની ભૂમિકા એ છે કે દરેક વિદ્યાર્થીને વ્યક્તિગત રીતે સમજવું. દરેક વિદ્યાર્થી એક અલગ વ્યક્તિ છે, જેની પોતાની શક્તિઓ, કૌશલ્યો અને જરૂરિયાતો હોય છે. શિક્ષકે આ પાસાઓને ધ્યાનમાં રાખીને શિક્ષણ આપવું જોઈએ.

## દરેક વિદ્યાર્થીને સમજવા માટે શિક્ષક શું કરી શકે ?

વિદ્યાર્થીઓ સાથે નિયમિત રીતે વાતચીત કરવી અને તેમની લાગણીઓ અને વિચારો જાણવાનો પ્રયાસ કરવો. વર્ગખંડમાં અને વર્ગની બહાર અવલોકન કરવું અને તેમની શક્તિઓ અને ક્ષમતાઓને ઓળખવી. પ્રશ્નો પૂછીને તેમના વિચારો અને સમજણને જાણવાં. તેમની સફળતાઓ માટે પ્રોત્સાહિત કરવા, તેમને નવી વસ્તુઓ શીખવા માટે પ્રેરિત કરવા.

## સમાવેશી શિક્ષણમાં વ્યક્તિગત શિક્ષણ યોજના બનાવવી :

દરેક વિદ્યાર્થીની અલગ-અલગ શીખવાની શૈલી અને જરૂરિયાતો હોય છે. આ જરૂરિયાતોને પૂરી કરવા માટે વ્યક્તિગત શિક્ષણ યોજના (Individual Education

Plan) IEP દ્વારા આ જરૂરિયાતોને સંબોધવામાં આવે છે. શિક્ષક, માતા-પિતા અને અન્ય સંબંધિત વ્યક્તિઓ વચ્ચે સહકાર વધારવામાં મદદ કરે છે. વિદ્યાર્થીની પ્રગતિનું નિયમિત મૂલ્યાંકન કરવામાં મદદ કરે છે. વિદ્યાર્થી માટે સ્પષ્ટ અને પ્રાપ્ય લક્ષ્યો નક્કી કરવામાં મદદ કરે છે.

## IEP બનાવવાની પ્રક્રિયા :

1. વિદ્યાર્થીનું મૂલ્યાંકન કરવું.
2. લક્ષ્યો નક્કી કરવા.
3. વ્યૂહરચનાઓ નક્કી કરવી.
4. સેવાઓ અને સંસાધનો નક્કી કરવા.
5. સમયપત્રક નક્કી કરવું.
6. સંબંધિત વ્યક્તિઓ દ્વારા IEP પર સહી કરવી.

## IEP માં શું સમાવિષ્ટ હોવું જોઈએ ?

- વિદ્યાર્થીની માહિતી : નામ, વય, વર્ગ, વિશેષ જરૂરિયાતો વગેરે.
- મૂલ્યાંકનનાં પરિણામો : શક્તિઓ, નબળાઈઓ અને શીખવાની શૈલી.
- વર્તમાન સ્તર : વિદ્યાર્થી હાલમાં ક્યાં છે તેનું વર્ણન.
- લક્ષ્યો : શૈક્ષણિક, સામાજિક અને વ્યક્તિગત લક્ષ્યો.
- વ્યૂહરચનાઓ : લક્ષ્યોને પ્રાપ્ત કરવા માટેની વ્યૂહરચનાઓ.
- સેવાઓ અને સંસાધનો : વિદ્યાર્થીને કઈ સેવાઓ અને સંસાધનોની જરૂર છે.
- સમયપત્રક : પ્રગતિનું મૂલ્યાંકન કરવા માટે એક સમયપત્રક.
- સહીઓ : શિક્ષક, માતા-પિતા અને અન્ય સંબંધિત વ્યક્તિઓની સહીઓ.

## IEP માં સમાવિષ્ટ થઈ શકે તેવી વ્યૂહરચનાઓ :

વિદ્યાર્થીને તેના વિષયમાં વધુ સમજણ મેળવવા માટે વ્યક્તિગત ટ્યૂશન આપવું. કમ્પ્યુટર, ટેબ્લેટ વગેરે જેવી સહાયક તકનીકો, વિશેષ શિક્ષણ સંસાધનોનો ઉપયોગ કરવો. અન્ય વિદ્યાર્થીઓ સાથે મળીને કામ કરવાની તક અને વ્યાવહારિક શિક્ષણ આપવું. વિદ્યાર્થીની પ્રગતિનું નિયમિત મૂલ્યાંકન કરવું.

## IEPનું સફળ અમલીકરણ :

શિક્ષક, માતા-પિતા અને અન્ય સંબંધિત વ્યક્તિઓ વચ્ચે સહકાર જરૂરી છે. IEPમાં જરૂર મુજબ ફેરફાર કરવાની તૈયારી રાખવી. વિદ્યાર્થીની પ્રગતિનું નિયમિત મૂલ્યાંકન કરવું. વિદ્યાર્થીને પ્રોત્સાહિત કરવા અને તેના પર વિશ્વાસ રાખવો.

## બાલવૃંદની રચના કરવી :

બાલવૃંદ એ શાળામાં વિદ્યાર્થીઓનાં નાનાં જૂથો છે, જેઓ સમાવેશી શિક્ષણ અને વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ માટે એક સાથે કામ કરે છે. આ જૂથો વિદ્યાર્થીઓને એકબીજા સાથે વાતચીત કરવા, સમસ્યાઓ ઉકેલવા અને નવી કુશળતા વિકસાવવા માટેની તક પૂરી પાડે છે.

- વિદ્યાર્થીઓની કુશળતા અને રુચિને ધ્યાનમાં રાખીને જૂથોની રચના કરવી.
  - વિદ્યાર્થીઓને પ્રવૃત્તિઓ દરમિયાન માર્ગદર્શન આપવું.
  - વિદ્યાર્થીઓને વિવિધ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ આપો જેમ કે ચર્ચા, રમતો, પ્રોજેક્ટ વગેરે.
  - વિદ્યાર્થીઓની પ્રગતિનું નિરીક્ષણ કરો અને તેમને પ્રતિક્રિયા આપો.
  - વિદ્યાર્થીઓને હકારાત્મક પ્રતિક્રિયા આપીને પ્રોત્સાહિત કરવા.
  - સમાવેશી શિક્ષણમાં સુલભ વાતાવરણ બનાવવું.
  - સુલભ વાતાવરણ બનાવવા માટેનાં પગલાં
- ## ભૌતિક વાતાવરણ :
- વર્ગખંડમાં પહોંચવા માટે સરળ માર્ગો હોવા જોઈએ.

- બેઠક વ્યવસ્થા એવી હોવય કે દરેક વિદ્યાર્થીને બોર્ડ અને શિક્ષકને વિદ્યાર્થી સ્પષ્ટ દેખાય.

- વિવિધ પ્રકારની સામગ્રીને સુલભ બનાવવી.

- અવાજનું સ્તર ઓછું રાખવું.

## શૈક્ષણિક સામગ્રી :

- વિવિધ પ્રકારની શૈક્ષણિક સામગ્રીનો ઉપયોગ કરવો જેમકે ચિત્રો, ગ્રાફ, ઓડિયો, વીડિયો વગેરે.

- વિદ્યાર્થીઓની વિવિધ શીખવાની શૈલીઓને અનુરૂપ સામગ્રીનો ઉપયોગ કરવો.

## શિક્ષણ પદ્ધતિઓ :

- વિવિધ શિક્ષણ પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરવો જેમકે પ્રવૃત્તિ આધારિત શિક્ષણ, સમૂહમાં કામ કરવું વગેરે.

- વિદ્યાર્થીઓને સક્રિય રહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા.

## સહાયક ઉપકરણો :

- જરૂરિયાત મુજબ વિદ્યાર્થીઓને સહાયક ઉપકરણો જેવાં કે વ્હીલચેર, સાંભળવાનાં ઉપકરણ વગેરે પૂરાં પાડવાં.

- વિવિધ શીખવાની પદ્ધતિઓ અને તેનો ઉપયોગ.

## દૃશ્ય શીખવાની પદ્ધતિઓ :

- ચિત્રો, ગ્રાફ, ચાર્ટ વગેરેનો ઉપયોગ કરીને વિષયને સમજાવવો.

- પાવરપોઇન્ટ પ્રેઝન્ટેશનનો ઉપયોગ કરવો.

- વીડિયોઝ અને ફિલ્મો બતાવવી.

- મોડલ્સ અને ઓબ્જેક્ટ્સનો ઉપયોગ કરવો.

## શ્રાવ્ય શીખવાની પદ્ધતિઓ :

- ઓડિયો રેકોર્ડિંગ્સનો ઉપયોગ કરવો.

- વાતઓ, કવિતાઓ વાંચવી.

- સંગીતનો ઉપયોગ કરવો.

## ક્રિયાપ્રતિક્રિયા આધારિત શીખવાની પદ્ધતિઓ :

- સમૂહમાં કામ કરવાની પ્રવૃત્તિઓ.

- રમતો અને ક્રિવ્ઝ.

- પ્રોજેક્ટ આધારિત શિક્ષણ.
  - ભૂમિકા ભજવવાની પ્રવૃત્તિઓ.
  - ટેકનોલોજી આધારિત શીખવાની પદ્ધતિઓ :
  - કમ્પ્યુટર અને ઇન્ટરનેટનો ઉપયોગ કરવો.
  - ટેબ્લેટ અને સ્માર્ટફોનનો ઉપયોગ કરવો.
  - ઓનલાઇન શિક્ષણ પ્લેટફોર્મનો ઉપયોગ કરવો.
  - વ્યક્તિગત શીખવાની પદ્ધતિઓ :
  - દરેક વિદ્યાર્થીની જરૂરિયાતોને અનુરૂપ શિક્ષણ આપવું.
  - વ્યક્તિગત ટ્યૂશન આપવું.
  - સહાયક ઉપકરણોનો ઉપયોગ કરવો.
  - સહાયક ઉપકરણો અને તેનો ઉપયોગ કરવો.
- સહાયક ઉપકરણો એવાં સાધનો છે જે વિશેષ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓને તેમની શારીરિક, સંવેદનશીલ અથવા શૈક્ષણિક મર્યાદાઓને દૂર કરવામાં મદદ કરે છે. વિદ્યાર્થીઓને શીખવાની, વાંચવા, લખવા, સાંભળવા અને સંચાર કરવામાં મદદ કરી શકે છે.
- સહાયક ઉપકરણોના પ્રકારો :**
- શ્રવણ સંબંધિત ઉપકરણો : હિયરિંગ એઇડ્સ, કોકલીયર ઇમ્પ્લાન્ટ્સ, ફિક્વન્સી મોડ્યુલેશન સિસ્ટિમ્સ વગેરે.
  - દૃષ્ટિ સંબંધિત ઉપકરણો : બ્રેઇલ લિપિ, મેગ્નિફાયર્સ, સ્ક્રીન રીડર્સ, ટેક્સ્ટ-ટુ-સ્પીચ સોફ્ટવેર વગેરે.
  - શારીરિક સંબંધિત ઉપકરણો : વ્હીલચેર, વોકર્સ, સ્પિલન્ટ્સ, અર્ગોનોમિક ડેસ્ક અને ચેર વગેરે.
  - શૈક્ષણિક ઉપકરણો : ગ્રાફિક ઓર્ગેનાઇઝર્સ, ટાઇમર, કેલ્ક્યુલેટર્સ, સ્પીચ-ટુ-ટેક્સ્ટ સોફ્ટવેર વગેરે.
  - સંચાર ઉપકરણો : કમ્યુનિકેશન બોર્ડ્સ, પિક્ચર એક્સચેન્જ સિસ્ટિમ્સ, આઇપેડ્સ અને અન્ય ટેબ્લેટ્સ વગેરે.
- સમાવેશી શિક્ષણમાં સહકાર અને સહનશીલતા શીખવવી :**

બાળકો એકબીજા સાથે સહકાર કરવાનું અને વિવિધતાને સ્વીકારવાનું શીખે છે. જ્યારે બાળકોને સ્વીકારવામાં આવે છે ત્યારે તેમનો આત્મવિશ્વાસ વધે છે. વિવિધ વિચારો અને દૃષ્ટિકોણોને સાંભળવાથી સર્જનાત્મકતા વધે છે. સહકારથી જટિલ સમસ્યાઓનું નિરાકરણ લાવવું સરળ બને છે. સહનશીલતા અને સહકારથી સંતુલિત વ્યક્તિત્વનો વિકાસ થાય છે.

#### **સહકાર અને સહનશીલતા શીખવવાની રીતો :**

- વિદ્યાર્થીઓને જૂથમાં કામ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો. આનાથી તેઓ એકબીજાના વિચારોને સાંભળવા અને સહકાર કરવાનું શીખશે.
  - વિવિધ સંસ્કૃતિઓ, ધર્મો અને પૃષ્ઠભૂમિ વિશે શીખવો. વિવિધતાને ઊજવતી વાર્તાઓ, કવિતાઓ અને ગીતો વાંચો.
  - સહકાર અને સહનશીલતાને પ્રોત્સાહિત કરો. રમતો અને પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરો.
  - વિદ્યાર્થીઓને સમૂહમાં કામ કરીને સમસ્યાઓ ઉકેલવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો.
  - વર્ગખંડમાં સકારાત્મક અને સમાવેશી વાતાવરણ બનાવો. દરેક વિદ્યાર્થીના વિચારોનું સન્માન કરો.
  - શિક્ષક તરીકે સહકાર અને સહનશીલતાનું ઉદાહરણ બનો.
  - માતા-પિતાને પણ બાળકોમાં સહકાર અને સહનશીલતા કેળવવામાં મદદ કરો.
- સમાવેશી શિક્ષણમાં માતા-પિતા સાથે સંપર્કમાં રહેવું :**
- સમાવેશી શિક્ષણમાં માતા-પિતાની ભૂમિકા અત્યંત મહત્વની છે. માતા-પિતા અને શિક્ષકો વચ્ચે સહકારથી બાળકનો સર્વાંગી વિકાસ થાય છે. કોઈ પણ સમસ્યા હોય તો તેને મળીને ઉકેલવામાં આવે છે. બાળકની પ્રગતિ વિશે માતા-પિતાને માહિતી મળે છે. માતા-પિતા શાળા પર વિશ્વાસ કરે છે.
- શાળા અને ઘર વચ્ચે સકારાત્મક વાતાવરણ બને છે.

**માતા-પિતા સાથે સંપર્કમાં રહેવાની રીતો :**

માતા-પિતા સાથે નિયમિત રીતે બેઠકો યોજો. જરૂર પડ્યે માતા-પિતાને ફોન કરો. ઈમેલ દ્વારા માહિતી આપો. શાળાની વેબસાઈટ પર માહિતી અપડેટ રાખો. માતા-પિતાની બેઠકોનું આયોજન, વર્ગખંડમાં આવવા માટે આમંત્રિત કરો અને પત્ર લખો.

**સંપર્ક દરમિયાન શી ચર્ચા કરવી ? :**

બાળક શાળામાં કેવી રીતે અભ્યાસ કરી રહ્યું છે તે વિશે, કોઈ મુશ્કેલી હોય તો તેના વિશે વાત કરો. બાળકની શક્તિઓને પ્રોત્સાહિત કરો. ઘરમાં બાળકને કેવી રીતે શિક્ષણ આપવું તે વિશે સૂચનો આપો. શાળામાં થતી ઘટનાઓ વિશે જણાવો. હંમેશાં સકારાત્મક ભાષાનો ઉપયોગ કરો. માતા-પિતાને સાંભળો અને તેમનાં મંતવ્યોનું સન્માન કરો. પ્રશ્નોના સમયસર જવાબ આપો. વિશ્વાસનું બંધન બનાવો. માતા-પિતા સાથે સહકારનો ભાવ રાખો.

**શા માટે પોતાની જાતને અપડેટ રાખવી જરૂરી છે? :**

સમાવેશી શિક્ષણ એક સતત વિકસતું ક્ષેત્ર છે. એક સફળ સમાવેશી શિક્ષક તરીકે પોતાની જાતને અપડેટ રાખવી એ અનિવાર્ય છે.

- શિક્ષણ ક્ષેત્રમાં નવી પદ્ધતિઓ અને તકનીકો સતત વિકસિત થતી રહે છે. નવી પદ્ધતિઓથી વિદ્યાર્થીઓને વધુ સારી રીતે શીખવવામાં મદદ મળે છે.
- દરેક વિદ્યાર્થીની જરૂરિયાતો અલગ હોય છે. નવી માહિતી અને તાલીમથી વિદ્યાર્થીઓની વિવિધ જરૂરિયાતોને પૂરી કરવામાં મદદ મળે છે.
- સમાવેશી શિક્ષણ એક વિકાસશીલ ક્ષેત્ર છે. નવાં સંશોધન અને અભ્યાસોથી શિક્ષકોને વધુ સારી રીતે સમજવામાં મદદ મળે છે.
- નવી માહિતી અને કૌશલ્યોથી શિક્ષક વિદ્યાર્થીઓને વધુ પ્રેરિત કરી શકે છે.
- જાતને અપડેટ રાખવાથી શિક્ષક પોતાના વ્યાવસાયિક વિકાસમાં મદદ કરે છે.

**પોતાની જાતને કેવી રીતે અપડેટ રાખવી ? :**

- વર્કશોપ અને સેમિનાર : શિક્ષણ સંબંધિત વર્કશોપ અને સેમિનારમાં ભાગ લેવો.
  - કોન્ફરન્સ : રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય શિક્ષણ કોન્ફરન્સમાં ભાગ લેવો.
  - ઓનલાઈન કોર્સ : ઓનલાઈન શિક્ષણ કોર્સ કરવા.
  - પુસ્તકો અને જર્નલ્સ : શિક્ષણ સંબંધિત પુસ્તકો અને જર્નલ્સ વાંચવા.
  - સહકાર : અન્ય શિક્ષકો સાથે વિચારોની આપ-લે કરવી.
  - સંશોધન : સમાવેશી શિક્ષણ વિશે નવાં સંશોધન અને અભ્યાસો વિશે જાણવું.
  - ટેકનોલોજી : નવી શૈક્ષણિક તકનીકો વિશે જાણવું.
- ફાયદા :**

વિદ્યાર્થીઓનો સર્વાંગી વિકાસ થાય છે અને આત્મવિશ્વાસ વધે છે. સમાજમાં સમાવેશીતાનું વાતાવરણ બને છે. વિવિધ વિદ્યાર્થીઓના વિવિધ દૃષ્ટિકોણને સાંભળીને વિદ્યાર્થીઓ વિશ્લેષણાત્મક વિચારસરણી વિકસાવે છે. સહકાર અને સહનશીલતાથી સમાજમાં સુમેળ જળવાય છે. સમૂહમાં કામ કરવાથી નેતૃત્વ કૌશલ્યનો વિકાસ થાય છે. વિવિધ શીખવાની પદ્ધતિઓ દ્વારા દરેક વિદ્યાર્થીને તેમની પોતાની શૈલીમાં શીખવાની તક મળે છે. વિદ્યાર્થીઓને સ્વતંત્ર બનવામાં અને શીખવાની પ્રક્રિયામાં મદદ કરે છે. નવી પદ્ધતિઓ અને તકનીકોથી વિદ્યાર્થીઓને વધુ સારી રીતે શીખવવામાં મદદ મળે.

**નિષ્કર્ષ :**

દરેક વિદ્યાર્થીને સમજવું એ સમાવેશી શિક્ષણનો આધારસ્તંભ છે. સમાવેશી શિક્ષણમાં વ્યક્તિગત શિક્ષણ યોજના દ્વારા દરેક વિદ્યાર્થીને તેની પોતાની ગતિએ શીખવાની તક મળે છે. વિવિધ શીખવાની પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરવો એ એક સફળ સમાવેશી વર્ગખંડ બનાવવા માટેની ચાવી છે.



માર્કવાન ડોરેન નામના એક ફિલોસોફરે કહ્યું છે કે “આપણે બાળકો ઉછેરવાની યોગ્યતા કેળવીએ ત્યાં સુધીમાં તો આપણાં બાળકોના ઘેર પણ બાળકો થઈ ગયાં હશે” આ કથનમાં ઘુપાયેલું સત્ય કડવું છે પણ સાવ નકારી કાઢવા જેવું પણ નથી. બાળક કુમળા છોડ જેવું છે. છોડને જેટલા જતનપૂર્વક ઉછેરવો પડે તેનાથી વિશેષ કાળજીથી બાળકને ઉછેરવું પડે ખરું ને? આ જાણકારીને સમજણપૂર્વક થોડા માર્ગદર્શનના સથવારે અમલમાં મૂકવામાં આવે એથી વિશેષ બીજું જોઈએ પણ શું?

સંયુક્ત કુટુંબમાં ઉછેરેલું બાળક આપોઆપ વ્યાવહારિક બની જાય છે. પોતાના વિચારોનો સંપૂર્ણ અવકાશ મળે છે. ઘરના સભ્યોને મદદ માટે હંમેશાં તૈયાર, ઘરમાં દરેકના માનીતા બનવાની હોડમાં સંઘર્ષને ઘોળી પી જાય છે, ડઝનેક ભાઈબહેન પાસેથી અવનવું શીખવા મળે પછી ભણતર માત્ર નહીં ગણતરમાં પણ પારંગત, ખેતી માટેનાં ઓજારો, વાહનોનું નજર સામે રિપેરિંગ, ઈલેક્ટ્રિશિયન તો માત્ર વડીલોની ગેરહાજરીમાં જ ઘરમાં પગ મૂકતા પછી વ્યાવસાયિક રીતે આગળ વધતા કોણ રોકે ભલા? ખેતરના ક્યારામાં છેલ્લે ખોસેલી લાકડી પડે ને નાકું ફેરવવું આવી આંતરસૂઝ, આવું તો વળી કેટલુંય અત્યારના કોંક્રિટ યુગમાં ગોત્યું પણ જડતું નથી ત્યારે માતા-પિતાને વ્યસ્તતા વચ્ચે પણ સંતાનોનું પાલનપોષણ શ્રેષ્ઠ રીતે કરે તે વાત ખૂબ અગત્યની છે.

## સ્વીકાર :

સૌપ્રથમ તો બાળક જેવું છે તેવો તેનો સ્વીકાર કરો. દુનિયામાં એવા કેટલાય દંપતી છે જેણે બાળકો વગર જીવન વિતાવ્યું છે. જેને ઈશ્વર બાળકરૂપી સુંદર ભેટ આપવાનું જ ભૂલી ગયો છે ત્યારે તમને મળેલી ભેટ અમૂલ્ય અને અકલ્પ્ય છે. ઘણાં વર્ષ પહેલાં રાજકોટમાં “ઉત્તમ

મારુ” કરીને એક બાળક કે જેના જન્મતાંવેત જ ડોક્ટરે પરિવારજનોને બોલાવીને કહ્યું કે બાળકને શાંત કરી દઈએ કારણ બાળકને ન આંખો હતી, ન જડબું, ન નાક, ન કાન કે તાળવું, ટૂંકમાં શરીરનું એક પણ અંગ બરાબર ન હતું પરંતુ ડોક્ટરના શાંત કરી દેવાના સૂચન સામે તેના દાદાએ ડોક્ટરને બાળક પોતાને સોંપી દેવાની વાત કરી. આ બાળકે દસ બાર બોર્ડની પરીક્ષા આપી. કોલેજ બાદ પીએચડી પણ કર્યું. જન્મતાંવેત જે બાળકને શાંત કરી દેવાનું ડોક્ટરે કહ્યું હતું. એ જ બાળક રાજકોટમાં બાલશ્રી એવોર્ડ વિજેતા બન્યો. કારણ તેના પરિવારે એ નક્કી કર્યું હતું કે આ બાળકને ઉત્તમ નહીં પણ સર્વોત્તમ બનાવવું છે. બાળકમાં રહેલી સુષુપ્ત શક્તિને યોગ્ય સમય, પ્રેરણા અને વાતાવરણ આપવાથી તે ખીલે છે. મોટાભાગનાં માતા-પિતા બાળકની ભૌતિક જરૂરિયાતો પૂર્ણ કરી સંતોષ મેળવે છે પરંતુ સાચો સંતોષ તો તમારો બાળક જીવનનાં મૂલ્યોને વ્યાવહારિકતાની એરણ પર બેલેન્સ સાથે મૂકે ને ત્યારે માનવું ઘટે.

## વર્તનમાં સાવચેતી :

જ્યારે એક બાળકનો જન્મ થતો હોય છે ને ત્યારે એક માતાપિતાનો પણ નવો જન્મ થયો હોય છે. માતા પિતાનું કામ કુંભાર જેવું છે જેને એક હાથ અંદર રાખી માટલાને બહારથી બીજા હાથે થપાટ મારવી જ પડે.

કેટલાય સર્વેમાં એવું તારણ નીકળ્યું છે કે બાળક પાંચ વર્ષ સુધીમાં પોતાના વિકાસનો 80% ભાગ પૂર્ણ કરે છે. નાનું બાળક જાણી તેને ખબર ન પડે આવું માનતા માતાપિતા પોતાના વર્તન પર નજર નથી રાખતાં હોતાં પરંતુ આ ઉંમરે બાળકનું મેમરી કાર્ડ સાવ કોરું હોય છે બાળકે જોયેલું સીધું પ્રિન્ટ થાય છે અને સાંભળેલું રેકોર્ડ થાય છે, જે પાંચ પછીનાં વર્ષોમાં સંસ્કાર સ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે

ત્યારે આપણે જ આપણા બાળકને કોસતા હોઈએ છીએ કે જેના માટે જવાબદાર આપણે પોતે હોઈએ છીએ.

### સરખામણી કરવાથી બચો :

બાળકની ક્ષમતાની સરખામણી ન કરો. આ તો પેલા પ્રાણીઓ વાઘ, વાંદરો, હાથી, કાચબો, હરણ, સાપ બધાંને પરીક્ષા જેવું થયું કે સામે દેખાતા વૃક્ષ પર કોણ ઝડપથી ચડી શકે? દરેક બાળકની ક્ષમતા અલગ હોઈ શકે છે.

એક નાનકડું નિર્દોષ બાળક કહે છે તેની આવડતને ઓળખી તેને તે ક્ષેત્રમાં આગળ લાવવા પ્રયત્ન કરો. સારા ગુણ (માર્ક્સ) આવે તે જીવનનો એક ભાગ છે જીવન નથી. તમારા બાળકને તેની પોતાની સાથે સ્પર્ધા કરાવો. તેને શીખવો. કે પોતે પોતાનામાં રહેલ ક્યાશને દૂર કરી આગળ વધે અન્ય બાળકની સફળતાથી માતા-પિતા પોતાના બાળકને કોસે છે, પરંતુ તે બાળકની સફળતા પાછળ તેના માતા-પિતા પાસેથી સફળ માતા-પિતા બનવાનું માર્ગદર્શન નહીં લે. આથી ઊલટું ઘણાં માતાપિતા પોતાના બાળકને જ પોતાનું વિઝિટિંગ કાર્ડ બનાવે છે જ્યાં પણ જશે ત્યાં તેના જ ગુણગાન કરશે. જેનાથી બાળકમાં અહમ જે છુપાઈને બેઠો હતો તે નિર્ભયતાથી બાળક પર હાવી થશે અને પછી બાળક મોટું થતાં, માતા-પિતાના હાથમાં પણ નથી રહેતું એટલે જ કહેવાયું છે કે આજે તમે તમારા બાળકમાં સંસ્કારોનું સિંચન નહીં કરો તો ભવિષ્યમાં તમે સંતતિ અને સંપત્તિ, બંને ગુમાવી બેશો.

### બાળકને સમય, અવકાશ આપો :

આજના વ્યસ્તતાના સમયમાં માતા-પિતા બંને માટે બાળકના ઉછેરની જવાબદારી ફિફ્ટી-ફિફ્ટી કહી શકાય. મારું એવું માનવું છે કે આખો દિવસ બાળક સાથે સમય પસાર કરવો એના કરતાં તમારા આખા દિવસના માત્ર બે કલાક પૂરા દિલથી જો બાળકને આપશો તો કશું ઘટશે નહીં. અત્યારના સમયમાં ટાઈમખાઉ જો કોઈ હોય તેમ તો તે મોબાઈલ છે. કારણ કે મોબાઈલમાં એકવાર ડોકિયું કર્યા પછી સમયનું ભાન રહેતું નથી. એટલે તો આજના યુગમાં દરેક બાળક મોબાઈલ બનવાનું પસંદ કરે

છે. કારણ કે સૌથી વધારે મોબાઈલ તમને તેની સાથે વ્યસ્ત રાખે છે. તમારો સૌથી વધારે સમય તમે મોબાઈલને આપો છો એ સત્ય છે, મારા વાલા. તેને વાપરવામાં પણ સંયમ જોઈએ અને માતાપિતાને સંયમની શિખામણ આપવી શોભે જ નહીં. કારણ કે તેઓ સ્વયં સંયમનો મહાસાગર છે. તમે બાળકને સમય આપી સંસ્કારોનું સિંચન નહીં કરો તો આવતીકાલે તે બાળક તમને સમય ન આપે તો કહેવાય નહીં!

બાળક પોતાનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ ધરાવે છે. બાળકને આજ્ઞાંકિત કરવા કરતાં વિચારશીલ નાગરિક બનાવો. બાળકને તમારો ગુલામ ન બનાવો. તેના પર ફરજિયાતપણું ન લાદો. તેને તેની રીતે વિકાસનો અવકાશ આપો, વિચારશીલ અને સર્જનાત્મક બનાવો.

### આધ્યાત્મિકતા સાથે જોડાયેલું રાખો :

અધ્યાત્મ એવું રક્ષા કવચ છે જે તમારા બાળકમાં ખરાબ ગુણદોષોનું આરોપણ થતું અટકાવશે. ઘરમાં બાળક પાસે નક્કી કરેલા સમયે શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા રામાયણ જેવા ગ્રંથોનું વાંચન, શ્રવણ થાય તેવું વાતાવરણ પરિવારમાં બનાવો. તમારું બાળક કૃષ્ણ મંદિર દોડતું જાશે જો તમે તેની સમક્ષ કૃષ્ણાયનની અનુભૂતિ કરાવેલ હશે. રામાયણમાં રમેલું બાળક જ્યારે શ્રીરામના નારા બોલાવતું તમે જોશો તો ખબર પડશે કે ઈશ્વરીય તત્ત્વ બાળકોના માનસમાં જીવનમૂલ્યોની કેવી અદ્ભુત પ્રિન્ટ કોતરી જાય છે. એક મિનિટ પણ એક સ્થળે ન બેસતું ચંચળ બાળક આધ્યાત્મિકતાના માર્ગ પર જતાં શાંત બની જતું હોય છે.

### બાળકને સંઘર્ષથી વાકેફ કરો :

આ મુદ્દાની શરૂઆત હું “અતિશય લાડકોડ” શબ્દથી કરું તો ખોટું નથી. બાળકને એટલા લાડ ન લડાવો કે તેનું ભવિષ્ય પણ જોખમાય. તમારા અતિ વહાલથી બાળકનું ભવિષ્ય જોખમાય છે. બિલાડી પોતાના બચ્ચાને જન્મ આપે છે ત્યારે તેની આંખ બંધ હોય છે બિલાડી પોતાના બચ્ચાને ગળેથી પકડી અને નવ ઘર બદલ્યા પછી દસમા ઘરે આ બચ્ચાની આંખ ખૂલે છે અને તે પરિપક્વતાને પામે છે.

પેલા કોકોનમાંથી નીકળતા પતંગિયાની વાત તો તમે સાંભળી જ હશે કે એક પતંગિયું કોકોનમાંથી બહાર નીકળવા માટે ખૂબ જ પ્રયત્ન કરતું હતું ત્યારે એક વિદ્યાર્થીને દયા આવી અને તેને કોકોનને હળવે રહી અને ખુલ્લું કરી નાખ્યું જેથી પતંગિયું સહેલાઈથી બહાર આવી શકે. આમ જોઈએ તો આમાંથી બહાર નીકળવા માટે પતંગિયું થોડો સમય, મહેનત, સંઘર્ષ લે છે પરંતુ વિદ્યાર્થીના આવા વર્તનથી પતંગિયું સરળતાથી ક્ષણભરમાં બહાર તો નીકળી ગયું પરંતુ પછી પતંગિયું ઊડી જ ન શક્યું કારણ કોકોનમાંથી બહાર નીકળવા માટે તેમાં રહેલા પ્રવાહીમાં પોતાની પાંખોને મળતું પોષકતત્ત્વ તે મેળવી ન શક્યું. વિદ્યાર્થીને દયા આવતાં તેને ખુલ્લું કરી દીધું. પતંગિયાનો સંઘર્ષ તેને દુનિયાનો સામનો કરવા માટે મજબૂત બનાવે છે.

બાળકને સુખથી મુલાયમ જીવન આપવાની સાથે મુશ્કેલીથી ખરડાયેલી ક્ષણો નિર્ભયતાથી જીવતા પણ શીખવજો. બાળક તો પતંગ જેવું છે તેને ઊંચે આકાશે લહેરાવવા પણ દેવું પડશે અને સાથે સાથે કેટલી ઢીલ છોડવી અને કેટલી કસવી એ જાણવું એક માતાપિતા માટે ખૂબ જ જરૂરી છે.

### યોગ્ય અયોગ્ય વર્તનનો ભેદ શીખવો :

બાળકમાં સદ્ગુણ અને દુર્ગુણનાં બીજ બાળપણથી જ રોપાય છે અન્ય બાળકને ગમતી વસ્તુ લઈ લેતા બાળકને જોઈ અટ્ટહાસ્ય કરતાં માતા-પિતાએ તેને આવું ન કરવા માટે સમજાવવું જોઈએ. અન્યની ટીકા, મજાક, મશ્કરી, નિંદા, તોછડાઈભર્યું વર્તન બાળક સામે તો ન જ કરવાં પરંતુ બાળકને તે કરતાં અટકાવવું એ પણ ઘણી મહેનત માંગી લે છે. બાળમાનસમાં પ્રેમ, કરુણા, દયા, મદદ, શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ જેવા સદ્ગુણના વિકાસ માટે પ્રહલાદ, નચિકેતા, ધ્રુવ, રામકૃષ્ણની બાળવાર્તામાં વણાયેલાં મૂલ્યોની છણાવટ કરવી. જેમકે અન્યને ખબર વગર, અનુમતિ વગર તેની વસ્તુ પોતાના આત્મસંતોષ માટે લેવી તે ચોરી કહેવાય. આ વાત તેને સમજાવવી, સાથે

સાથે તેના નુકસાનથી વાકેફ કરવા, ખોટું બોલતાં રોકવા માટે તેનાં કારણો અને ઉપાયો અજમાવવામાં લાગી જવું. કારણ કે બાળપણમાં ક્રોધ, ઈર્ષ્યા, નફરત, અહંકાર ચોરી, ખોટા વિચાર અને વર્તનનાં બીજ મોટું થઈ વટ વૃક્ષ બની જઈ જીવનને બરબાદ કરી મૂકે છે.

માટે બાળકને સદ્ગુણોના માર્ગે આગળ વધારવા બનતા પ્રયત્નો કરવા. બાળકના જીવનઘડતરનો આધાર સદ્ગુણ અને દુર્ગુણોના વાવેતર સાથે રહેલો છે.

### મિત્રતા કેળવો :

બાળક જ્યારે નાનું હોય ત્યારે તેનો સમાજ મોટેભાગે માતા-પિતા અને ઘર સુધી જ સીમિત હોય છે જેથી તે લગભગ બધી જ વાતો તેના માતાપિતાને કરે છે અથવા તો તેની બધી જ વાતોથી માતા-પિતા પરિચિત હોય છે પરંતુ બાળક જ્યારે મોટું થતું જાય છે ત્યારે ધીમે ધીમે માતા પિતા સાથે તેમનો અંતર વધતું જાય છે. ઘણી વખત તો ડરના કારણે બાળકો પોતાની બધી વાતો માતા પિતા સાથે શેર કરતું નથી. ત્યારે બાળક સાથે મિત્રતા ભર્યો સંબંધ બનાવવો ખૂબ જરૂરી છે જેથી ખુલ્લા મને તે દરેક વાત કરી શકે તે માટે....

- દરેક પરિસ્થિતિમાં બાળકને સાથ નિભાવવાનું વચન આપવું.
- બાળકને ગમે તેવા કાર્ય કે ભૂલમાં તેની ટિકા કરવા કરતાં ભૂલનાં કારણો સુધી ભૂલ દ્વારા થતા નુકસાનને સમજાવી બાળકને વિશ્વાસમાં લેવું.
- તેની સાથે સમય વિતાવવો તે પણ તમારો ક્વોલિટી ટાઈમ તેને આપો.
- ગમે ત્યારે બાળક માટે અવેલેબલ રહેવું. રૂબરૂ નહીં તો ફોન દ્વારા પણ તેની જરૂરિયાતના સમયે હંમેશાં તેના માર્ગદર્શક બની રહો.
- તેનો ઉછેર પ્રેમ, સન્માન અને વ્હાલથી કરવો. તેનો અહેસાસ બાળકને પણ કરાવતાં રહેવું.
- બાળકની મૂંઝવણમાં તેને સ્પર્શ, હૂંફ અને માર્ગદર્શન દ્વારા હળવા ફૂલ બનાવતા રહેવું.

## વિશિષ્ટ બાળકો માટે ઉપયોગી ફિલ્મો



- વૈશાલીબેન ટી. પંચાલ  
મોટીદાઈ પ્રાથમિકશાળા  
તા.જિ. મહેસાણા  
મો. ૯૪૨૯૭૩૨૭૯૫

“મુજે મેરી ક્ષમતા સે જાનો, મેરી અક્ષમતા સે નહીં”

દિવ્યાંગોને સમજવા માટે તથા સમાજમાં તેમના પ્રત્યે આદર ઊભો કરવા ઉપયોગી કેટલીક ફિલ્મો વિશે અહીં માહિતી આપવામાં આવી છે.

**અભિન્ન ફિલ્મ વર્ષ 2017 :** ફિલ્મમાં દિવ્યાંગ બાળકોની વેદનાને ધ્યાનમાં રાખવામાં આવેલ છે. ઓજસ્વિની ફાઉન્ડેશન દ્વારા આ શોર્ટ ફિલ્મ રજૂ થયેલ છે આ ફિલ્મ દર્શાવવા માંગે છે કે દિવ્યાંગ બાળકો પ્રત્યેની જાગૃતિ આપણા સમાજમાં હજુ પણ નથી. હજુ પણ લોકોને તેમના પ્રત્યે ધૃષ્ટા થાય છે આ ફિલ્મના ડાઈરેક્ટર જય પાણેરીએ ફિલ્મમાં દિવ્યાંગ બાળકનો જ અભિનય લીધો છે. ‘સ્પેશિયલ ચાઈલ્ડ’ નો સમાજમાં સપ્રેમ સ્વીકાર થાય તેવી જાગૃતિ- આ ફિલ્મનો સંદેશ છે.

**શ્રીકાંત- ફિલ્મ વર્ષ 2024 :** સાચી ઘટના આધારિત છે. ‘બોલા’ નામનો પ્રથમ અંધ આંતરરાષ્ટ્રીય વિદ્યાર્થી છે. જેણે એમઆઈટીમાં મેનેજમેન્ટ સાયન્સમાં ડિગ્રી મેળવેલ છે તેણે પોતાની કંપની શરૂ કરી, તે પણ તેની જ જેવી વિશિષ્ટ વ્યક્તિઓને સાથે લઈને. ડાઈરેક્ટર તુષાર હીરાનંદાણીએ ફિલ્મ દ્વારા એક અંધ વ્યક્તિની વિશિષ્ટ કૌશલ્યને ખેલવી તેની શક્તિ અને ક્ષમતાઓનો અંદાજ દર્શાવ્યો છે.

**ધુમર ફિલ્મ વર્ષ 2023 :** ડાઈરેક્ટર આર બાલ્કી. સત્ય ઘટના આધારિત જિંદગી લોજિક કા ખેલ નહીં મેજિક કા ખેલ હૈ. આ સાર ધુમર ફિલ્મનો છે અસંભવને સંભવ કરનારી એક પ્રેરણાદાયી વાર્તા છે. મુશ્કેલથી મુશ્કેલ સમયમાં પણ હાર ન માનવાની શિખામણ આ ફિલ્મ આપે છે. એક હાથ ન હોવા છતાં ઓલિમ્પિકમાં ગોલ્ડ મેડલ જીતીને કારનામું કરનારા શૂટર કેરોલી ટક્કસ જીવનની અસલી વાર્તાથી પ્રેરિત છે. અનીના ક્રિકેટ ટીમમાં જોડાઈને

પોતાની મહેનત અને બેટિંગના દમથી નેશનલ ટીમમાં પણ સ્થાન બનાવી લે છે પણ જ્યારે તે પોતાના સપનાથી એક જ ડગલું દૂર હોય છે ત્યાં આકસ્મિક જમણો હાથ ગુમાવી દે છે છતાં તે ક્રિકેટમાં સ્થાન બનાવે છે અને સિદ્ધિ હાંસલ કરે છે.

**બરફી ફિલ્મ વર્ષ 2012 :** આ ફિલ્મ એક મૂંગી બહેરી અને અર્ધ વિકસિત કન્યાની લાગણીઓ રજૂ કરતી ફિલ્મ છે. માનવીય લાગણીઓની અભિવ્યક્તિ રજૂ થઈ છે. વિશિષ્ટ બાળકોમાં પણ આ પ્રમાણે પ્રેમ લાગણી ભાવ રહેલા છે જેને આપણે સમજવા અને અનુભવવા પ્રયાસ કરવાનો છે. તેમને હૂંફ, પ્રેમ અને લાગણીથી જોડાયેલા રાખવા જોઈએ.

**હિચકી, વર્ષ 2018 :** ફિલ્મમાં મુખ્ય પાત્ર નૈના જે શિક્ષક બનવા માંગે છે પરંતુ તેને વારંવાર નકારવામાં આવે છે કારણ કે તે ટોરેન્ટ સિન્ડ્રોમથી પીડાય છે જેના કારણે તેણીને હેડકી સાથે બેકાબૂ અવાજો આવે છે અને તે સમસ્યા સાથે તે પોતાની હોશિયારી અને આવડત દ્વારા સફળતા પ્રાપ્ત કરે છે. આ ફિલ્મ સમાજમાં ટોરેન્ટ સિન્ડ્રોમ જેવી બીમારીઓને લઈ જાગરૂકતા ફેલાવવામાં મદદરૂપ થાય છે. આ ફિલ્મ અમેરિકન મોટિવેશનલ સ્પીકર અને ટીચર બ્રેડ કોહેનથી પ્રેરિત છે. જે અનેક મુશ્કેલીઓનો સામનો કરીને પણ એક સફળ શિક્ષક બને છે.

**ધનક - વર્ષ 2015 :** આ ફિલ્મમાં આઠ વર્ષનો છોટુ જે જોઈ શકતો નથી અને તેની બહેન પરી જે પોતાના ભાઈ છોટુ ને તેની આંખોથી આ સુંદર દુનિયાને જોઈ શકે તે માટેના પ્રયત્નો કરે છે. ક્યારેય આશા ન છોડવાનો સાર્થક મેસેજ આ ફિલ્મમાં આપ્યો છે તે રીતે આપણે પણ તમામ વિશિષ્ટ બાળકો સાથે તેમની સિદ્ધિ હાંસલ કરવા હંમેશાં બધા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

“ખ્વાબ તૂટે હૈ મગર હોસલે જિંદા હૈ,  
હમ વો હૈ જહા, મુશ્કલે શર્મિદા હૈ”

## વિશિષ્ટતા સંદર્ભે વિવિધ દિવસોની ઉજવણી

આમ આપણી સંસ્કૃતિ, રીત-રિવાજ, આપના ઉમંગ, ઉર્જા, જન જાગૃતતા, વિશિષ્ટ કામગીરીની નોંધ, ઋણ અદા કરવા માટે વિવિધ દિવ્યાંગજનોના સન્માન માટે વિવિધ દિવસોની ઉજવણી કરવામાં આવે છે.

**1. વિશ્વ બ્રેઇલ દિવસ (4 જાન્યુઆરી 1809) :** પ્રજ્ઞાયક્ષુઓના વાંચન અને લેખન દ્વારા મુખ્ય પ્રવાહમાં જોડાનાર બ્રેઇલ લિપિના શોધક લૂઈ બ્રેઇલના જન્મદિવસની ઉજવણી વિશ્વ બ્રેઇલ દિવસ તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. આ લિપિની શોધ સૌ પ્રથમ સેનાના જવાનો માટે કરવામાં આવી હતી. આ લિપિમાં પેહલા ૧૨ ડોટ હતા જે યાદ રાખવામાં મુશ્કેલી થતી હોવાથી તેને સંકુચિત કરી ૬ ડોટની બનાવવામાં આવી.

**2. વિશ્વ લેપ્રેસી દિવસ :** વિશ્વમાં 30મી જાન્યુઆરીને “રક્તપિત્ત દિવસ” તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. વિશ્વભરમાં રક્તપિત્ત રોગને લઈને લોકોમાં જાગૃતતા વધે અને તેને રોકવા માટેના સહિયારા પ્રયાસો હાથ ધરી શકાય તે હેતુથી આ ઉજવણી થાય છે. ઘણા સમય સુધી રક્તપિત્તને અસાધ્ય રોગ માનવામાં આવતો હતો પરંતુ હવે તેનું નિદાન અને સારવાર સરળ બની છે.

**3. આંતરરાષ્ટ્રીય એપિલેપ્સી દિવસ (10 ફેબ્રુઆરી) :** વિશ્વ એપિલેપ્સી ડે એપિલેપ્સી વિશે જાગૃતિ લાવવા માટે ઉજવવામાં આવે છે, એક ન્યુરોલોજીકલ ડિસઓર્ડર જે વિશ્વભરમાં લાખો લોકોને અસર કરે છે. આ દિવસ એપિલેપ્સી ધરાવતા લોકો માટે સંભાળ, સંશોધન અને સહાયતાની સુધારેલી પહોંચની પણ હિમાયત કરે છે

**4. વિશ્વ વ્હીલચેર દિન (1 માર્ચ) :** 2008માં સૌપ્રથમ શરૂ કરાયેલ, આંતરરાષ્ટ્રીય વ્હીલચેર દિવસ દર માર્ચ 1 ના રોજ વ્હીલચેર વપરાશકર્તાઓ માટે તેમની વ્હીલચેરની તેમના જીવન પર પડેલી અસરની ઉજવણી કરાય છે.

**5. વિશ્વ હિયરિંગ (3જી માર્ચ) :** સાંભળવાની આ ક્ષમતા જાળવી રાખવા માટે જ દર વર્ષે 3 માર્ચે ‘વર્લ્ડ હીયરિંગ ડે’ ઉજવાય છે.

**6. વૈશ્વિક સુલભતા જાગૃતિ દિવસ (19મી માર્ચ) :** દિવ્યાંગ અથવા ક્ષતિઓ સાથે જીવતા લોકો માટે ડિજિટલ એક્સેસ અને સમાવેશ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા અને સાનુકુળતાથી ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ કરી શકે અને તેના વિશે વધુ જાગૃતતા વધારવાનો એટલે વૈશ્વિક સુલભતા જાગૃતિ દિવસ.

**7. વિશ્વ ડાઉન સિન્ડ્રોમ દિન (21મી માર્ચ) :** વર્લ્ડ ડાઉન સિન્ડ્રોમ ડે દર વર્ષે માર્ચ 21, 2007 ના રોજ શરૂ થાય છે. 21મી રંગસૂત્રની ત્રિગુણ (ટ્રાઇસોમી) ની ખામીના કારણે ડાઉન સિન્ડ્રોમનું કારણ બને છે. સંયુક્ત રાષ્ટ્રની જનરલ એસેમ્બલીએ 2012 થી દર વર્ષે તેનું અવલોકન કરવાનું નક્કી કર્યું છે. ડાઉન સિન્ડ્રોમ વિશે જાગૃતિ લાવવા માટે દર વર્ષે 21 માર્ચે વર્લ્ડ ડાઉન સિન્ડ્રોમ ડે મનાવવામાં આવે છે.

**8. વિશ્વ ઓટીઝમ દિન (2 એપ્રિલ) :** વિશ્વ ઓટીઝમ જાગૃતિ દિવસ એ દર વર્ષે 2 એપ્રિલના રોજ આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે માન્યતા પ્રાપ્ત દિવસ છે. જે સમગ્ર વિશ્વમાં ઓટીસ્ટીક વ્યક્તિઓ વિશે જાગૃતિ લાવવાના પગલાં લેવા માટે સંયુક્ત રાષ્ટ્રના સભ્ય દેશોને પ્રોત્સાહિત કરે છે.

**9. વિશ્વ આરોગ્ય દિન (7મી એપ્રિલ) :** વિશ્વ આરોગ્ય દિવસ એ વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા, તેમજ અન્ય સંબંધિત સંસ્થાઓની સ્પોન્સરશિપ હેઠળ દર વર્ષે 7 એપ્રિલના રોજ ઉજવવામાં આવતો વૈશ્વિક આરોગ્ય જાગૃતિ દિવસ છે. 1948માં, વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંગઠનએ પ્રથમ વિશ્વ આરોગ્ય સભા યોજી હતી આ સભામાં એસેમ્બલીએ 1950 થી દર વર્ષે 7 એપ્રિલને વિશ્વ આરોગ્ય દિવસ તરીકે ઉજવવાનું નક્કી કર્યું.

**10. વિશ્વ હિમોફિલિયા દિવસ (17મી એપ્રિલ) :** વિશ્વ હિમોફિલિયા દિવસ એ આખા વિશ્વભરમાં દર સત્તરમી એપ્રિલના દિવસે આ ફેડરેશનના સ્થાપક ફ્રેંક સ્કેનબલનો જન્મ દિવસ હોવાથી તેને વિશ્વ હિમોફિલિયા દિવસ તરીકે ઉજવવામાં આવે છે.

## ‘બાળવિશ્વ’ વિશે



- ❖ ‘બાળવિશ્વ’નું વાર્ષિક લવાજમ વાર્ષિક રૂા. **500/-** છે, જે બાજુમાં દર્શાવેલા QR કોડ અથવા નેટ બેન્કિંગથી ભરી શકાશે.
- ❖ લવાજમ ભરવા માટે ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટીની વેબસાઈટ **www.cugujarat.ac.in** જુઓ.
- ❖ ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી દ્વારા ખાસ કાળજી રાખીને કુરિયર/પોસ્ટ દ્વારા અંકો મોકલવામાં આવે છે. છતાં અંક ન મળે તો અમારા ઈ-મેલ **balvishva@cugujarat.ac.in** પર જણાવવા વિનંતી.
- ❖ લેખ મોકલવા માટે પત્રવ્યવહાર : તંત્રીશ્રી, બાળવિશ્વ, ચિલ્ડ્રન્સ રિસર્ચ યુનિવર્સિટી, સુભાષચંદ્ર બોઝ શિક્ષણ સંકુલ, સેક્ટર-20, ગાંધીનગર- 382 021.  
ઈ-મેલ : **balvishva@cugujarat.ac.in** વોટ્સએપ નંબર : **9429297737**
- ❖ લેખકોએ પોતાની પ્રત્યેક કૃતિ કે લેખની નીચે પોતાનું નામ, હોદ્દો, પૂરું સરનામું, મોબાઈલ નંબર, ફોટો અને ઈ-મેલ અચૂક લખવાં. જો કૃતિ પૂર્વે પ્રકાશિત થયેલી હોય તો તેનો ઉલ્લેખ કરવો જરૂરી છે. લેખ પ્રકાશન બદલ લેખકપ્રત મોકલવામાં આવે છે.
- ❖ ‘બાળવિશ્વ’ એ થીમ આધારિત સામાયિક હોવાથી થીમને અનુરૂપ જ લેખનસામગ્રીને અંકમાં સ્થાન આપવામાં આવશે.
- ❖ સોફ્ટ કોપીમાં લેખ મોકલનારે ગુજરાતીમાં શ્રુતિ ફોન્ટ 12 ની સાઈઝમાં મોકલવો.
- ❖ ‘બાળવિશ્વ’ માં પ્રગટ થતાં લખાણોના વિચાર, અભિપ્રાયની જવાબદારી જે તે લેખકની રહે છે. સંપાદક કે તંત્રી એની સાથે સંમત છે એવું માનવું નહિ.
- ❖ જે તે લેખકે પોતાના સ્વ-રચિત કે મૌલિક લેખો જ મોકલવા. આ અંગે કોઈની નકલ કે ઉતારો કરેલ હશે તો આ અંગે ઊભા થતા વિવાદ અંગે જે તે લેખક જવાબદાર રહેશે.
- ❖ ‘બાળવિશ્વ’ માટે આવેલા લેખો સંપાદક મંડળ દ્વારા રિવ્યૂ કરવામાં આવશે. રિવ્યૂમાં પસંદ થયેલા લેખો જ છાપવામાં આવશે.

## નોખાં માણસોની અનોખી વાત



અરુણિમા સિંહા

અરુણિમા સિંહાનો જન્મ 20 જુલાઈ 1988. ઉત્તરપ્રદેશના આંબેડકરનગરની રહેવાસી છે અને કેંદ્રીય ઔદ્યોગિક સુરક્ષા બળમાં હેડ કાંસ્ટેબલના પદ પર 2012થી કાર્યરત છે. તે એક રાષ્ટ્રીય સ્તરની વોલીબોલ પ્લેયર રહી છે. તેમને ચાલતી ટ્રેનમાંથી લૂંટારુઓએ બહાર ફેંકી દીધાં હતાં.

અરુણિમા સિંહા 11 એપ્રિલ 2011ને કેંદ્રીય ઔદ્યોગિક સુરક્ષા બળની પરીક્ષા આપવા માટે પન્નાવતી એક્સપ્રેસથી લખનૌથી દિલ્લી જઈ રહી હતી. રાત્રે આશરે 1 વાગ્યે બરેલીની પાસે કેટલાક લૂંટારુઓએ તેમને એકલાં જોઈ તેમનો સામાન અને ગળામાં રહેલી એક સોનાની ચેન ખેંચવાનો પ્રયત્ન કર્યાં હતો. તેમનો સામનો કરતાં લૂંટારુઓએ તેમને ચાલતી ટ્રેનમાંથી બહાર ફેંકી દીધાં હતાં. બાજુના ટ્રેક પર એક ટ્રેન તેની તરફ આવી રહી હતી. તેને દૂર થવાના દરેક શક્ય પ્રયાસ કર્યાં પણ ત્યારે સુધી ટ્રેન તેમના ડાબા પગની ઉપરથી નીકળી. તેઓ પાટા પર પડ્યાં અને સામેથી આવતી ટ્રેનમાં તેમનો પગ આવી જતાં તેમને પગ ગુમાવવાનો વારો આવ્યો હતો. આ ઘટના અંગે તેઓ પોતાની વેબસાઈટ પર લખે છે, ‘એ રાત્રે હું બે પાટા વચ્ચે પડેલી અને મારી બાજુમાંથી લગભગ આઠ ટ્રેન નીકળી.’ ‘હું મારી જગ્યા પરથી ખસી પણ શક્તી નહોતી ત્યારે મને થયું કે જો આ સ્થિતિમાં હું જીવી ગઈ તો મને હવે કંઈ જ નહીં થાય.’ ભારતની એ દિવ્યાંગ યુવતી જેમણે વિશ્વનાં સૌથી ઊંચા સાત શિખરો સર કર્યાં. 33 વર્ષનાં અરુણિમા સિંહા દુનિયાનાં પ્રથમ દિવ્યાંગ મહિલા બન્યાં છે. જેમણે દુનિયાનાં અવરેસ્ટ સહિતનાં આઠ સૌથી ઊંચા શિખરોમાંથી સાત સર કરી લીધાં છે. તેમણે શનિવારે તેમણે એન્ટાર્કટિકાનું સૌથી ઊંચું શિખર માઉન્ટ વિન્સન સર કર્યું હતું.



સુધા ચંદ્રન

સુધા ચંદ્રન (જન્મ 27 સપ્ટેમ્બર 1965) એક ભારતીય અભિનેત્રી અને ભરતનાટ્યમ્ નૃત્યાંગના છે જે હિન્દી, તમિલ અને તેલુગુ ભાષાની ફિલ્મો અને ટેલિવિઝનમાં તેનાં કાર્યો માટે જાણીતી છે. નાચે મયુરી (1985)માં મયુરી તરીકેની તેણીની ભૂમિકાઓ માટે જાણીતી છે, જેના માટે તેણીએ રાષ્ટ્રીય ફિલ્મ પુરસ્કાર-સ્પેશિયલ જયુરી એવોર્ડ જીત્યો હતો.

સુધા ચંદ્રનનો જન્મ 27 સપ્ટેમ્બર 1965ના રોજ મુંબઈમાં થયો હતો. તેમણે નેટ્ટાવુના એક ઈન્ટરવ્યુમાં જણાવ્યું હતું કે તેમનો જન્મ અને ઉછેર મુંબઈમાં થયો હતો, પરંતુ તેમનો પરિવાર મૂળ તમિલનાડુના તિરુચિરાપલ્લીના વાયલુરનો છે. તેમના પિતા કે.ડી. ચંદ્રન, USISમાં કામ કરતા હતા અને ભૂતપૂર્વ અભિનેતા હતા. સુધા ચંદ્રને મુંબઈની મીઠીબાઈ કોલેજમાંથી બી.એ. અને ત્યારબાદ અર્થશાસ્ત્રમાં એમ.એ. કર્યું.

મે 1981 માં, લગભગ 16 વર્ષની ઉંમરે, તમિલનાડુમાં, ચંદ્રનને એક અકસ્માત થયો જેમાં તેના પગમાં ઈજા થઈ. તેણીને સ્થાનિક હોસ્પિટલમાં તેની ઈજાઓની પ્રાથમિક સારવાર મળી અને બાદમાં તેને મદ્રાસની વિજયા હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવામાં આવી. ડોક્ટરોને ખબર પડી કે તેના જમણા પગમાં ગેંગરીન થઈ ગયું છે, તેથી તેને કાપવાની જરૂર પડી. ચંદ્રન કહે છે કે આ સમયગાળો તેના જીવનનો સૌથી મુશ્કેલ સમય હતો. બે વર્ષના અંતરાલ પછી કૃત્રિમ પગની મદદથી ફરી નૃત્ય શરૂ કર્યું અને ભારત, સાઉદી અરેબિયા, યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ, યુકે, કેનેડા, યુએઈ, કતાર, કુવૈત, બહેરીન, યમન અને ઓમાનમાં પ્રદર્શન કર્યું. સુધા ચંદ્રને 1994 માં સહાયક દિગ્દર્શક રવિ ડાંગ સાથે લગ્ન કર્યાં. તેણીને બરેલીની ઈન્વર્ટિસ યુનિવર્સિટી દ્વારા માનદ ડોક્ટરેટની પદવી આપવામાં આવી હતી.

RNI NO. GUJBIL/2012/49710 Govt. of India, New Delhi. Dated-21/5/2013  
SSPOS Gandhinagar No. G-GNR-300. Licence valid upto 31-12-2025.  
Published on 15<sup>th</sup> of every month and Posted on 20<sup>th</sup> of every month at SRO GNR.  
Licence to Post without Prepayment No. PMG/HQ/108/2020-2022 Valid upto 31-12-2025.



मूकं करोति वाचालं पंगुं लंघयते गिरिम् ।  
यत्कृपा तमहं वन्दे, परमानन्द माधवम् ॥



## गिद्धन्स रिसर्च युनिवर्सिटी

सुभाषचंद्र बोस शिक्षण संकुल, राजभवननी नज्क, सेक्टर-२०, गांधीनगर - ३८२०२१

फोन: ०७९ - २३२४४५७६, २३२४४५६९ • ई-मेल: balvishva@cugujarat.ac.in • वेबसाईट: www.cugujarat.ac.in

 @crugandhinagar