ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
Using stories to help your toddler learn language

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
(How can I use storybooks with my child?)

ਭਾਸ਼ਾ ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਕਿਤਾਬਾਂ, ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਦੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਨਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਦੇ ਵੀ ਛੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਸੁਣਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਭਰ ਪਿਆਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਹੋਵੇਗੀ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
(How can I use books to help my toddler learn language?)

ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨਾਲ ਮਜ਼ੇ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਹਨ:

- ਸਧਾਰਨ, ਚਮਕਦਾਰ ਰੰਗਦਾਰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਉਹ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਖੇਡ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਉਹਨਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਿਫਟ-ਦ-ਫਲੈਪ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਪੌਪ-ਅੱਪ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਫਿੰਗਰ ਪਲੇ, ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਜੋ ਆਵਾਜ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਚੁਣਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਪੰਨਿਆਂ ਵੱਲ ਮੁੜੋ ਜੋ ਉਹ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚੁਣੇ ਗਏ ਪੰਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।
- ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦਿਓ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਫੜਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਪੰਨੇ ਪਲਟਣ ਦਿਓ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਸਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

- ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਮਝ ਸਕੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਇਹ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਵਾਕਾਂ ਨਾਲ ਹਰੇਕ ਪੰਨੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਇਕੱਠੇ ਕਹਾਣੀ ਦੱਸੋ। ਪੰਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪਲਟਦੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਪੰਨੇ ‘ਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਵਾਰੀ ਲੈ ਕੇ, ਬੱਚੇ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਕੋਈ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹੋ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਸੁਣਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣ ਸਕੇ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਇੱਕ ਵਾਕ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇਣਾ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, “ਇੱਕ ਵਾਰ, ਉੱਥੇ 3 ______ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ।”)

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਕਿੱਥੇ ਲੱਭ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

(Where can I find books for my child?)

ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵਧੀਆ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਥਿਰਫਟ ਦੁਕਾਨਾਂ, ਗੈਰੇਜ ਸੇਲਜ਼, ਅਤੇ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਰੱਦੀ ਵਾਲੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ ‘ਤੇ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ‘ਤੇ ਵਧੀਆ ਸੌਦੇਬਾਜ਼ੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਪਿਰਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਦਦ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਈਏ

(Where to go get help)

ਬੋਲੀ-ਭਾਸ਼ਾ ਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ ਅਤੇ ਆਡੀਓਲੋਜਿਸਟ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਨਰਸ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ

24/7 ਨਰਸ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਆਮ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **Health Link** ਨੂੰ **811** ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਹ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲੋ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ।

ਪਿਛਲੀ ਵਾਰ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: 15 ਫਰਵਰੀ 2023

ਲੇਖਕ: Allied Health, Speech, Language, Hearing and Audiology, Alberta Health Services

ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਕਿਸੇ ਯੋਗ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ “ਜਿਵੇਂ ਹੈ”, “ਜਿੱਥੇ ਹੈ” ਦੇ ਆਧਾਰ ‘ਤੇ ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਟੀਕਤਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਨਾਸਿਬ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ, Alberta Health Services ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਸਟੀਕਤਾ, ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ, ਸੰਪੂਰਨਤਾ, ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਯੋਗਤਾ ਜਾਂ ਦਰੁਸਤੀ ਵਜੋਂ ਸਪਸ਼ਟ, ਅਪਰਤੱਖਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕੋਈ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਜਾਂ ਵਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। Alberta Health Services ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ, ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਦਾਅਵਿਆਂ, ਕਾਰਵਾਈਆਂ, ਮੰਗਾਂ ਜਾਂ ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਲਈ ਸਾਰੀ ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਦੇ ਦਾਅਵੇ ਦਾ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਨਾਲ ਖੰਡਨ ਕਰਦੀ ਹੈਞ।