

THE SOCIAL ABCs™

सामाजिक संचार विकास के लिए कार्यक्रम

माता-पिता के लिए एक पत्रिका

Social ABCs क्या है?

Social ABCs टोडलर्स (3 वर्ष से कम उम्र के बच्चों) के लिए एक थेरेपी कार्यक्रम है, जिन्हें अपने सामाजिक-संचार विकास में सहायता की आवश्यकता होती है। Social ABCs माता-पिता द्वारा क्रियान्वित की जाती है।

आपको आपके बच्चे के संचार और इंटरैक्शन की सहायता करने के लिए विशेष कोचिंग मिलेगी। आपकी कोचिंग आपके बच्चे के साथ एक ट्रेन्ड थेरेपिस्ट की मदद द्वारा किया जाएगा। आप अपने थेरेपिस्ट के साथ काम करके खास तकनीकें सीखेंगे जो आप खेल-आधारित एक्टिविटीज़ और आपके बच्चे के दैनिक कार्यक्रम में इस्तेमाल कर सकते हैं, जो आपके बच्चे के लिए सबसे पसंदीदा हैं।

Social ABCs के लक्ष्य क्या हैं?

Social ABCs के लक्ष्य है कि आपके बच्चे के विकास को निम्नलिखित क्षेत्रों में बढ़ावा देना:



1. बच्चे के संचार

जानबूझकर और निर्देशित आवाज़ों द्वारा संचार को प्रोत्साहित करना।



2. सकारात्मक भावनाएं साझा करना:

मुस्कुराहट और आँखों का संपर्क साझा करना जब आपका बच्चा खुश महसूस कर रहा हो।

Social ABCs कार्यक्रम का फॉर्मेट

आप 15 सत्रों में भाग लेंगे

- हर मंगलवार को 2:00 से 3:30 बजे तक 6 ऑनलाइन माता-पिता समूह सत्र होंगे, जहाँ आपको अपने बच्चे के साथ इस्तेमाल करने के लिए कार्यक्रम की तकनीकें सिखाई जाएगी। ऑनलाइन सत्रों के तारीख और समय निर्धारित हैं।
- 9 व्यक्तिगत थेरेपी सत्र: इन सत्रों में आप अपने थेरेपिस्ट की गाइडेंस के तहत कार्यक्रम की तकनीकों का अभ्यास करेंगे। आपके थेरेपी सत्रों की तारीख और समय आपके थेरेपिस्ट के शेड्यूल के अनुसार निर्धारित किया जाएगा। कुल मिलाकर, आप 1-3 सप्ताह में प्रति सप्ताह 3 सत्र होंगे और 3-6 सप्ताह में प्रति सप्ताह 2 सत्र होंगे।

Week	Online Parent Group	1:1 Coaching	Total sessions in that week
1	1	2	3
2	1	2	3
3	1	2	3
4	1	1	2
5	1	1	2
6	1	1	2

“Social ABCs कार्यक्रम के दौरान सिखाई गई तकनीकें हमारे रोजमर्रा के कार्यक्रमों में बिल्कुल फिट हो गईं। शुरू में मुझे लग रहा था कि यह बहुत मुश्किल होगा लेकिन यह इतना आसान था। मैं अपने बेटे के साथ हमारी रोजमर्रा के कार्यक्रमों के दौरान अभ्यास कर सकती थी। इस कार्यक्रम ने मेरे बच्चे में बहुत बदलाव लाए जैसे कि वह निर्देशित आवाज़ों द्वारा संचार करने लगा”
- Social ABCs कार्यक्रम में एक माता-पिता

Social ABCs शुरू करने से पहले

- आपको एक प्रारंभिक सत्र मिलेगा। इस सत्र में आपके थेरेपिस्ट
- आपको Social ABCs की विस्तार से जानकारी प्रदान करेंगे।
- आप अपने बच्चे के साथ खेलते हुए एक छोटा वीडियो रिकॉर्ड करें।

Social ABCs खत्म होने के बाद

आपको 2 फॉलो-अप सत्र प्रस्तुत किए जाएंगे ताकि हमें पता चले कि आप और आपका बच्चा कैसे कर रहे हैं, क्या अच्छा हो रहा है और क्या मुश्किल है। पहला फॉलो-अप सत्र कार्यक्रम खत्म होने के 1 महीने बाद होगा और दूसरा फॉलो-अप सत्र कार्यक्रम खत्म होने के 3 महीने बाद होगा। Social ABCs खत्म होने के बाद, अगर आपको आवश्यक हो, आप अपने बच्चे के साथ अन्य थेरेपीज़ में शामिल हो सकते हैं।

Social ABCs कार्यक्रम की कुल लागत (2 फॉलो-अप सत्रों को छोड़कर) ₹11,400 है।

ऑनलाइन और व्यक्तिगत सत्रों में चुनाव

	ऑनलाइन, घर पर	सेतु पर
सीखना	माता-पिता और बच्चे परिचित, प्राकृतिक परिवेश में सीखते हैं	माता-पिता और बच्चे एक नए, अपरिचित पर्यावरण में सीखते हैं
एडजस्टमेंट्स	बच्चों के लिए कम एडजस्टमेंट की आवश्यकता होती है जो तेजी से सीखने को सहायक होती है।	नए स्थान और नए लोगों के साथ एडजस्टमेंट की आवश्यकता होती है, जो समय ले सकता है।
तकनीकी	स्मार्टफोन, स्थायी इंटरनेट और बिना वायर के ईयरफोन्स	कोई नहीं
परिवहन	कोई नहीं	सेतु से आने-जाने के लिए परिवहन
गतिविधियाँ	प्रतिदिन की गतिविधियाँ जैसे भोजन, स्नान, खाना पकाना और भी बहुत कुछ	सेतु में उपलब्ध गतिविधियाँ या घर से लाई गई गतिविधियाँ

अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

क्या मैं दूसरे थेरेपीज़ में भी शामिल हो सकता हूँ जबकि मैं Social ABCs में शामिल हूँ?

हम अधिकतर माता-पिता को ऐसा ना करने की सलाह देते हैं क्योंकि एक ही समय में बहुत सारी नई तकनीकें सीखना भ्रमित करने वाला हो सकता है। हालांकि, यदि आपको वास्तव में ज़रूरत है, तो कृपया हमसे बात करें।

क्या दोनों माता-पिता Social ABCs में शामिल हो सकते हैं?

बिल्कुल! लेकिन थेरेपिस्ट सिर्फ एक ही माता या पिता किसी एक को एक समय में कोच कर सकते हैं। इसलिए हम परिवार से अनुरोध करते हैं कि माता या पिता किसी एक को चुनें जो सभी सत्रों में शामिल होंगे।

मैं ऑनलाइन सत्रों में शामिल होना चाहता हूँ लेकिन मेरा बच्चा वीडियो कॉल्स पर ध्यान नहीं देता

Social ABCs एक कार्यक्रम है जो माता-पिता द्वारा लागू किया जाता है। ऑनलाइन सत्रों के दौरान, माता-पिता और बच्चे साथ में गतिविधियाँ करते हैं, जबकि थेरेपिस्ट वीडियो कॉल के ज़रिए उन्हें देख रहा होता है और माता-पिता को बिना वायर के ईयरफोन्स के ज़रिए बताता है कि उन्हें अपने बच्चे के साथ कौनसी तकनीकें इस्तेमाल करनी चाहिए।

अधिक जानने के लिए

- पैरेंट सपोर्ट ग्रुप में शामिल हो जाएं।
- Social ABCs में पिछले समय में शामिल होने वाले अन्य परिवारों से बात करें।
- Social ABCs के किसी थेरेपिस्ट से बात करें।

Reference

Bryson, S. E., & Brian, J. A. (2020). The Social ABCs: A parent-mediated intervention curriculum for toddlers with autism spectrum disorder. Guilford Press.

Sethu Centre For Child Development and Family Guidance

5/84, Dhonvaddo, Saligao, Goa 403 511

+91-77200 13749

www.sethu.in

Sethu Centre for Child Development & Family Guidance

sethu.goa

Sethu

