দূর থেকে শিক্ষায় ভালো আচরণে উদ্বুদ্ধকারী সহায়তা

পরিবার ও তত্ত্বাবধানকারীদের জন্য নির্দেশনা

প্রেক্ষাপট/উদ্দেশ্য

যে সময় COVID-19-এর কারণে শিক্ষার্থীরা দূর থেকে শিক্ষায় নিয়োজিত থাকবে, এই নির্দেশনা নির্দিষ্টভাবে শুধু সেই সময়ের জন্য। দূর থেকে শিক্ষার সময় বাড়িতে সমস্যাবহুল আচরণ নিয়ন্ত্রণের জন্য ভালো আচরণে উদ্বুদ্ধকারী সহায়তা অব্যাহত রাখার ব্যাপারে বহু পিতামাতা সহায়তা কামনা করেছেন। এই ডকুমেন্টে যে নির্দেশনা প্রদান করা হয়েছে, তার লক্ষ্য হলো পিতামাতা ও তত্ত্বাবধানকারীদেরকে একটি ফলপ্রসূ, নিরাপদ, এবং সুস্থ পরিবেশ তৈরিতে সহায়তা করা যা শিক্ষার্থী ও তত্ত্বাবধানকারীর দ্বারা ব্যবস্থাপনা করা সম্ভব।

দূর থেকে শিক্ষার সময় বাড়িতে ভালো আচরণে উদ্বুদ্ধকারী সহায়তাদান

এসব পরিবর্তন কীভাবে COVID-19 সম্পর্কে ভীতি এবং/অথবা দুর্ভাবনা, পরিবারের সদস্যদের স্বাস্থ্য ও সুস্থতা, এবং আমাদের সকল কর্মসূচিতে উল্লেখযোগ্য পরিবর্তনসহ আমাদের শিক্ষার্থীদের শিক্ষার উপর প্রভাব রাখবে, পিতামাতা ও তত্ত্বাবধানকারী হিসেবে আমাদেরকে অবশ্যই সেসব বিবেচনা করতে হবে। আমরা সহজেই আমাদের নিজেদের জীবনে পরিবর্তনসমূহের জন্য আচ্ছন্ন হয়ে যেতে এবং আমাদের ছেলেমেয়েদের শিক্ষা ব্যবস্থাপনা ও সহায়তাদানে উল্লেখযোগ্য সমস্যা মোকাবেলা করতে পারি। আমাদের ছেলেমেয়েদের এবং আপনাদের শিক্ষক, প্যারাপ্রফেশন্যাল, এবং রিলেটেড সার্ভিস প্রদানকারী হিসেবে আমরা যারা মিলিতভাবে আপনাদের ছেলেমেয়েদের শিক্ষায় সহায়তাদানের জন্য কাজ করি, তাদের প্রতি ধৈর্য্যশীল ও সহাসহানুভূতিশীল হবেন।

ছেলেমেয়েরা সশরীরে যখন স্কুলে আসে, তখন সংগৃহীত তথ্যের ভিত্তিতে আপনার সন্তানের কোনো আচরণগত হস্তক্ষেপ পরিকল্পনা (Behavior Intervention Plan, BIP) থাকতে পারে। পরিবারসমূহকে শিক্ষকদের কাছ থেকে তাদের ছেলেমেয়েদের BIP জেনে নেওয়া উচিত, যদি তারা এসব তথ্য ইতোমধ্যে না পেয়ে থাকেন। এটা স্মরণ রাখা গুরত্বপূর্ণ যে, বাড়িতে ছেলেমেয়েরা যে সমস্যাপূর্ণ আচরণ করে, স্কুল থেকে বাড়ির শিক্ষণ পরিবেশের বিশাল পরিবর্তনের কারণে সেটা হয়তো স্কুলের আচরণ থেকে একেবারে ভিন্ন হতে পারে। আপনার সন্তানের লেখাপড়ায় সহায়তা দিতে, IEP-এর লক্ষ্য বাস্তবায়ন জোরদার করতে, এবং সমস্যাপূর্ণ আচরণ মোকাবেলায় সহায়তা দিতে আপনাকে স্কুল টিমের সাথে কাজ করা অব্যাহত রাখতে হবে। এ ডকুমেন্টে যেসব সহায়তার বর্ণনা দেওয়া হয়েছে, সেগুলো থেকে উপকৃত হতে আপনার সন্তানের কোনো BIP থাকতে হবে না।

একটি দলগত প্রক্রিয়া: স্কুল ও পরিবার কীভাবে সংযুক্ত থাকবে

আপনার সন্তানের বর্তমান শিক্ষকমণ্ডলী, প্যারাপ্রফেশন্যাল এবং/অথবা রিলেটেড সার্ভিস প্রদানকারীদের কাছ থেকে যথাযথ সহায়তা নিন। শিক্ষক ও প্যারাপ্রফেশন্যালগণ আপনার ও আপনার সন্তানের সাথে ফোনে এবং/অথবা ভিডিও কনফারেন্সে যোগাযোগ করতে পারেন। বাড়িতে কোনটা ভালো হচ্ছে, এবং কোনটা হতে পারে দূর থেকে শিক্ষার প্রভাব পড়ছে, সেগুলোসহ বাড়ির প্রাত্যহিক কর্মসূচি ও কাঠামো সম্পর্কে স্কুল স্টাফকে অবহিত করুন।. এসব আলাপ-আলোচনায় লেখাপড়ায় আপনার সন্তানের অভ্যাস, অগ্রবিবেচ্য কর্মসূচি, ভালোলাগা না-লাগা, পাশাপাশি কোন্ সহায়তাগুলো স্কুলে ভালো কাজ করেছে, সেসব নিয়ে প্রশ্ন করুন। অনুরূপ সহায়তা ও হস্তক্ষেপ কীভাবে পাড়িতে বাস্তবায়ন করা যায়, আপনার সন্তানের শিক্ষক এবং অথবা প্যারাপ্রফেশন্যালকে তা নিয়ে প্রশ্ন করুন। বাড়িতে সন্তানের অগ্রগতি সম্পর্কে সন্তানের শিক্ষকদের অবহিত করার জন্য যোগাযোগের নিয়মিত সময়সূচি ঠিক করুন।

দূর থেকে শিক্ষার সময় ভালো আচরণে উদ্বুদ্ধকারী সহায়ক উপকরণ ও কৌশল

আপনার সন্তানের শিক্ষক, প্যারাপ্রফেশন্যাল ও অন্যান্য পরিষেবা প্রদানকারীদের সাথে আলোচনাক্রমে বাড়িতে দূর থেকে শিক্ষায় আপনার সন্তানের আচরণগত সহায়তা পরিকল্পনা তৈরি করুন। আচরণ অজানা কোনো চাহিদার বা ক্রিয়ার কথা প্রকাশ করতে পারে, এবং কোনো একটি পরিস্থিতিতে একটি ছেলেমেয়ে কী চায় বা না চায়, আমাদেরকে সেটা জানাতে পারে। পরিস্থিতি পরিবর্তিত হওয়ার সাথে সাথে আচরণও পরিবর্তিত হতে পারে। সুতরাং, স্কুলে যে সহায়তা ও হস্তক্ষেপ ব্যবহার্য ছিলো, বাড়িতে নতুন শিক্ষাগত পরিবেশে সেটাকে খাপ খাওয়াতে বা বদলাতে হতে পারে। গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো, আপনার সন্তান যখন দূর থেকে শিক্ষায় অনুপ্রাণিত হচ্ছে, তখন তারা কীসে হতাশ হচ্ছে বা মনোযোগ হারাচ্ছে, সেটা পর্যবেক্ষণের চেষ্টা করা। বেছে নেওয়া হস্তক্ষেপ যথাযথ কি-না বা প্রয়োজনে সামঞ্জস্যবিধার করতে হবে কি না, সে ব্যাপারে তথ্য সংগ্রহে আপনার সন্তানের শিক্ষক আপনাকে সহায়তা করতে পারেন।

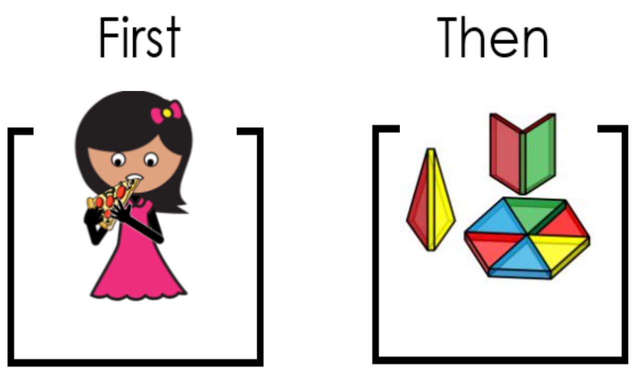
- পুরো দিনের জন্য (দূর থেকে শিক্ষার স্কুলের দিনগুলোতে সামঞ্জস্যপূর্ণভাবে সকালের, পাশাপাশি সন্ধ্যায় ও রাতের কর্মসূচি) প্রাত্যহিক কর্মসূচির একটি সংগঠিত কাঠামোর তৈরি করুন। এসব সময়সূচি তৈরিতে আপনার পুরো পরিবারকে অন্তর্ভুক্ত করবেন এবং তা দেখা যায়, এমন স্থানে (যেমন রেফ্রিজারেটরে বা সাধারণ ব্যবহার্য স্থানে) টাঙানো রাখবেন।

- কিছু শিক্ষার্থীর মনোযোগ ধরে রাখতে ও কাজ সম্পন্ন করতে ঘন ঘন বিরতির প্রয়োজন হতে পারে, তাই তাদের জন্য বিরতির সময়সূচি ঠিক রাখার কথা বিবেচনা করবেন যাতে তারা জানতে পারে যে তারা বিরতি নিতে পারবে, এবং তারা যেন জানে বিরতিকালে করার জন্য গ্রহণযোগ্য কাজ বাছাইয়ের ও হাঁটাচলার সুযোগ রয়েছে।
- আপনার সন্তানের জন্য বাস্তবসম্মত ও বয়সোপযোগী প্রত্যাশা থাকা গুরুত্বপূর্ণ। স্মরণ রাখবেন যে আপনার সন্তান হলো অনন্য এবং তার শেখার নিজস্ব কৌশল ও চাহিদা রয়েছে। আপনার সন্তানের বয়সের কথা স্মরণ রাখবন; বহু ছেলেমেয়ের পড়ালেখা বসানোতেই সমস্যা আছে, বিশেষ করে দূর থেকে শিক্ষাকালে। কম বয়সী ছেলেমেয়েদের একটু হাঁটাচলার বিরতি কিংবা পড়ালেখা এগিয়ে নিয়ে যেতে হাতে-কলমে শিক্ষণের প্রয়োজন হতে পারে, সেক্ষেত্রে একটু বড়দের প্রয়োজন হতে পারে সহপাঠীদের সাথে ভাববিনিময়। মিডল এবং হাই স্কুল শিক্ষার্থীদের জন্য লেখাপড়ার ক্ষেত্রে তাদের সহপাঠী/সামাজিক জগতটা গুরুত্বপূর্ণ; সহপাঠীদের সাথে নিরাপদ, ভার্চুয়াল মেলামেশার সুযোগের কথা বিবেচনা করবেন।
- আপনার সন্তানের বর্তমান শিক্ষকের সাথে চলমান IEP ব্যবস্থাপনার চাহিদা নিয়ে কথা বলুন (যেমন ভার্বাল বা ভিস্যুয়াল, কাউন্টডাউন, টাইমার)।
    - প্রথমে/তারপরে বোর্ডস্ ইত্যাদির নির্দেশনা ও দৃষ্টান্তের জন্য পরিশিষ্ট দেখুন।
    - ভিস্যুয়াল সময়সূচি ও কর্মসূচির নির্দেশনা ও দৃষ্টান্তের জন্য পরিশিষ্ট দেখুন।
- আপনার সন্তানের কোনো অ্যাসাইনমেন্টকে ক্ষুদ্র সহজসাধ্য অংশসমূহে বিভক্ত করে দেওয়ার কৌশল শিক্ষার্থীদের হতাশা কমানর ও সাফল্যের জন্য সহায়তা দিতে শিক্ষকরা ব্যবহার করেন। যদি অ্যাসাইনমেন্টের বহু অংশ থাকে, তাহলে অ্যাসাইনমেন্টের অংশবিশেষ সম্পন্ন করার জন্য সন্তানকে একটি লক্ষ্যমাত্র নির্ধারণ করে দেওয়ার কথা বিবেচনা করবেন, তাদেরকে তথ্য সাজানর এবং একটি জবাব প্রস্তুত করার ও একটি স্পষ্ট ব্যাখ্যা প্রদানের সময় দেবেন। আবারও বলছি, আপনার সন্তানের শিক্ষক, প্যারাপ্রফেশন্যাল এবং সার্ভিস প্রদানকারীদের সাথে কথা বলুন।
- যদি আপনার সন্তান ক্ষিপ্ত আচরণ করে (যেমন ভেঙে পড়ে, চীৎকার দেয়, হতাশা প্রদর্শন করে, স্তব্ধ হয়ে পড়ে/নির্লিপ্ত হয়েপড়ে), তাহলে তাকে আত্মনিয়ন্ত্রণের সময় দিন, শান্ত হ্ওয়ার সুযোগ দিন। যুক্তিতর্ক ছাড়া স্বাভাবিক, শান্ত কণ্ঠে ক্রিয়া-প্রতিক্রিয়ার মাধ্যমে আপনার আচারব্যবহার সম্পর্কে ভাবুন। আপনার সন্তান যখন মনোযোগী হয় ও অংশগ্রহণ করে, তখন সুযোগ পেলে নির্দিষ্টভাবে তার কাজের ও আচরণের জন্য প্রশংসা করার কথা স্মরণ রাখবেন। আপনার সন্তান যখন সঠিক কাজ করে বা "সদাচার প্রদর্শন করে", তখন তার দৃষ্টি আকর্ষণ করুন। সামঞ্জস্যবিধান করা গুরুত্বপূর্ণ।
- যখন বেছে নেয়ার সুযোগ রাখবেন, তখন সীমিতসংখ্য পছন্দের সুযোগ দেবেন যা আপনার কাছেও গ্রহণযোগ্য। এটি নিয়ন্ত্রণের ব্যাপারে ছেলেমেয়েদের একটি ধারণা দেবে যা সক্ষমতা সম্পর্কে সমস্যা হ্রাসে সহায়তা করতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, আপনি যদি চান যে আপনার ছেলেমেয়ে তাদের কক্ষ পরিস্কার করুক, তাহলে প্রথমে সে কোনটি করবে, তাকে তা বেছে নেবার সুযোগ দিন এবং কাজ শেষে কাজটি সম্পন্ন করার পর তাদেরকে প্রশংসা করুন বা পুরস্কার দিন।
- শান্ত থাকুন – আপনার সন্তানের জন্য আত্ন-নিয়ন্ত্রণের নজির প্রদর্শনের ছাড়াও এটা বদ্ধমূল করবে যে আমরা একসাথে মিলে সমস্যা সমাধান করবো। এমন কি সন্তানের আচরণের জন্য তার কর্মফল চাইলেও সেটাকে এমন এক অর্থবহ উপায়ে করতে হবে, যেন সেটা তাকে স্মরণ করিয়ে দেয় যে যথাযথ আচরণ দেখতে পেলে আপনি খুশি হতেন।
- এই সময়টিতে নিজের যত্ন নেওয়ার কথা স্মরণ রাখবেন এবং নিজের প্রতি সদয় থাকবেন। যদি আজ লেখাপড়া ভালো না হয়, আজে যেটা ভালো করেছেন, সেটার প্রতি মনোযোগ নিবদ্ধ করেন। (হ্যাঁ, একটা কিছু নিশ্চয়ই ভালো হয়েছে! এমন কি সেটা মনে না হলেও।) চেষ্টা করার জন্য কিংবা পরিবর্তন সূচিত করার জন্য আগামী কাল আরেকটি দিন। পরামর্শ ও সহায়তার জন্য আপনাকে ও আপনার সন্তানকে সহায়তাদানকারী টিমকে ব্যবহার করুন, সন্তানের শিক্ষক, প্যারাপ্রফেশন্যাল, এবং রিলেটেড সার্ভিস প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন।

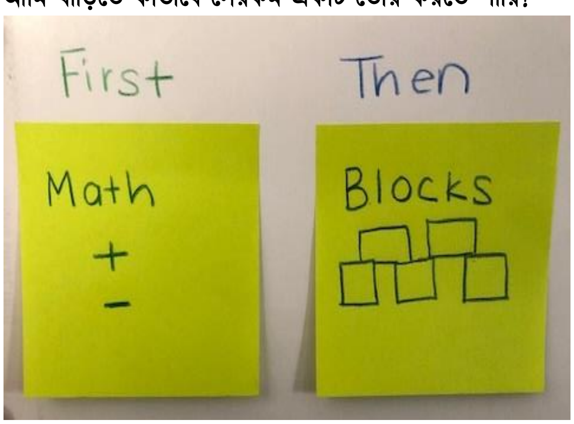
দূর থেকে শিক্ষানির্দেশনায় সহায়তা দিতে পিতামাতাদের জন্য তথ্য-উপকরণ
দূর থেকে শিক্ষানির্দেশনায় বাড়িতে সহায়তাদানের জন্য তথ্য-উপকরণ

প্রথমে/তারপরে বোর্ড
ব্যবহার: একটি প্রথমে/তারপরে বোর্ড হলো ভিস্যুয়াল সাপোর্ট যা দুইটি কাজের পরম্বরা প্রকাশে ব্যবহৃত হয়। প্রথমে/তারপরে বোর্ড একটি কঠিন কাজ সম্পন্ন করায় সহায়ক হতে পারে এবং আপনার সন্তানকে একটি কম আগ্রহব্যঞ্জক কাজ (যেমন লেখাপড়ার কাজ বা ঘরের কাজ) করতে উদ্দীপ্ত করতে পারে এটা জানা থাকায় যে, এর পরে একটি আগ্রহব্যঞ্জক কাজ বা পুরস্কার পাওয়া যাবে।

প্রথমে/তারপরে বোর্ড কী?
একটি প্রথমে/তারপরে বোর্ড হলো সরল ভিস্যুয়াল সামগ্রী যা একটি সময়সূচি প্রকাশে ব্যবহৃত হয়। একটি প্রথমে/তারপরে বোর্ড ছেলেমেয়েদেরএকটি কর্মকাণ্ড সম্পন্ন করায় ব্যবহার করা যেতে পারে। "প্রথমে" হলো একটি কম প্রত্যাশিত কর্মকাণ্ড বা এমন একটি কাজ যা আপনি সন্তানকে করার অনুরোধ করছেন। "তারপরে" হলো একটি আগ্রহব্যঞ্জক কর্মকাণ্ড বা আপনার সন্তানের পছন্দের কাজ বা একটি উপহার। বুদ্ধিটি হলো আপনার সন্তানকে একটি আগ্রহব্যঞ্জক কর্মকাণ্ড বা সামগ্রী দেখানো যা পাওয়া যাবে তারা করতে চাইতোনা, তেমন একটি কাজ/কর্মকাণ্ড সম্পন্ন করার পরে ।



আমি বাড়িতে কীভাবে সেরকম একটি তৈরি করতে পারি?



একটি প্রথমে/তারপরে বোর্ড তৈরি করা যেতে পারে শব্দ ও ছবি দিয়ে, আ-প্যাডে, একটি ড্রাই ইরেজ বোর্ডে, কিংবা কাগজে:

আমি কীভাবে সেটা শেখাবো?

- একটি ছবি আঁকুন এবং/অথবা একটি শব্দ লিখুন যা "প্রথম" এবং "তারপরে" কর্মকাণ্ড বুঝায়। বোর্ডটি আপনার সন্তানের সামনে রাখুন এবং বলূন “প্রথমে ______, তারপরে ________”। আপনি যখন কথা বলবেন, তখন ছবি/শব্দের প্রতি দৃষ্টি আকর্ষণ করাটা সহায়ক হতে পারে।

- যখন “প্রথম” কাজটি সম্পন্ন হবে, তখন বোর্ডের প্রতি আবার দৃষ্টি আকর্ণ করবেন এবং বলবেন, “সব শেষ হলো_____, এখন _____!” আপনি উচ্ছসিত হয়ে এটা বললে হয়তো সহায়ক হবে - আপনার সন্তান এইমাত্র একটি কাজ সম্পন্ন করেছে! আপনি ছবিটিকে উল্টিয়ে একটি টিক চিহ্ন দিয়ে বা কর্মকাণ্ডটি ক্রস দিয়ে কেটে সেটি সম্পন্ন করার বিষয়টি প্রতিক হিসেবে নিতে পারেন।

কিছু সহায়ক পরামর্শ:

- আপনার সন্তান যেসব কাজ পছন্দ করে, সেগুলোর জন্য প্রথমে/তারপরে বোর্ড ব্যবহার করা সহায়ক হবে এবং এতে সে সাফল্যের সাথে প্রথমে নিচের কাজ করতে পারবে: লাঞ্চ করা - তারপরে: ব্লক নিয়ে খেলা করা। এটা আপনার সন্তানকে প্রথমে/তারপরে প্রক্রিয়া ও পর্যায়ক্রমিক কর্মকাণ্ডের ধারণা পেতে সহায়তা করবে।

- প্রথমে/তারপরে বোর্ড ব্যবহার করা হয় ঘটনাসংঘটনপূর্ব ব্যবস্থা হিসেবে, অন্য কথায়, বোর্ড উপস্থাপন করা হয় কম প্রত্যাশিত কাজ বা কর্মকাণ্ড উপস্থাপনের আগে। আপনি ছবিটিকে উল্টিয়ে একটি টিক চিহ্ন দিয়ে বা কর্মকাণ্ডটি ক্রস দিয়ে কেটে সেটি সম্পন্ন করার বিষয়টিকে প্রতীকে পরিণত করুন।

- আপনার সন্তান যদি সময়সূচি অনুসরণ করতে সমস্যাগ্রস্থ হয় বা কর্মকাণ্ড শুরুতে অনিচ্ছুক হয়, তাহলে আবার বোর্ডের প্রতি তার দৃষ্টি আকর্ষণ করুন। বোর্ড দেখিয়ে বলূন “প্রথমে ______, তারপরে ________”। সরল নির্দেশক ব্যবহার করুন এবং আপনার মনোযোগ রাখুন বোর্ডের প্রতি (তার আচরণের স্থলে)।

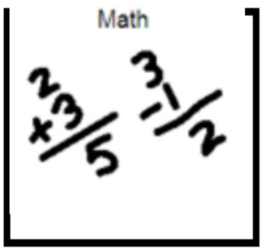
- গভীর শ্বাস নিতে ও নিজের জন্য কিছুটা সময় নিতে ভুল করবেন না। এটি একটি কঠিন সময় এবং আপনার দ্বারা সম্ভাব্য সেরা কাজটিই আপনি করছেন!

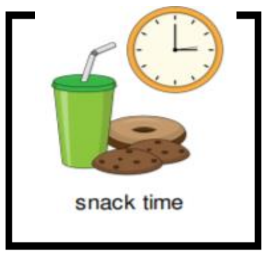
ভিস্যুয়াল কর্মকাণ্ডের সময়সূচি

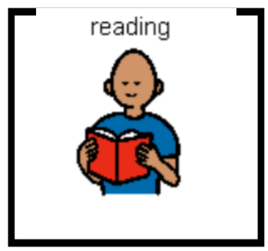
ব্যবহার: ভিস্যুয়াল কর্মকাণ্ডের সময়সূচি হলো একটি ধারাবাহিক কর্মকাণ্ড বা ঘটনার সচিত্র উপস্থাপন। ভিস্যুয়াল কর্মকাণ্ডের সময়সূচি কাঠামো ও কর্মসূচি তৈরি, পরিবর্তনকে অনুমানযোগ্য করা এবং স্বাধীনতার সম্পর্সারণে সহায়তা করতে পারে।

ভিস্যুয়াল সময়সূচি বলতে কী বুঝায়?

একটি ভিস্যুয়াল কর্মকাণ্ডের সময়সূচি হলো একটি ছেলেমেয়ের একদিনের ধারাবাহিক ছবি বা ড্রয়িং, যা কর্মকাণ্ড বা ঘটনার পর্যায়ক্রমিক বিবরণ। কটি ভিস্যুয়াল কর্মকাণ্ডের সময়সূচি কাঠামো তৈরিতে সহায়তা করে, একটি কর্মকাণ্ড থেকে আরেকটিতে উত্তরণক সহজ করে এবং দুর্ভাবনাকে প্রশমিত করে কারণ আপনার সন্তান পরবর্তিতে কী আসবে, সেটা অনুমান করতে পারবে।







আমি বাড়িতে কীভাবে সেরকম একটি তৈরি করতে পারি?

একটি ভিস্যুয়াল কর্মকাণ্ডের সময়সূচি উপস্থাপন করা যেতে পারে একটি আইপ্যাড বা কমপিউটার, ড্রাই ইরেজ বোর্ড বা কাগজ-কলম ব্যবহার করে। উপকরণগুলো সংগ্রহের পর ঠিক করুন কীভাবে কর্মকাণ্ডগুলো বিভাজন করবেন বা প্রতিটি কর্মকাণ্ডকে প্রতীককীকরণ করবেন। যেমন. নবীন শিক্ষার্থীদের জন্য সবচেয়ে ভালো হতে পারে ফটো, আঁকা ছবি বা আসল বস্তু ব্যবহার করা। অন্যদের জন্য, সরল কাঠি দিয়ে তৈরি আকৃতি এবং রেখাচিত্রই যথেষ্ট।

আমি কীভাবে সেটা শেখাবো?

- আপনি যখন শেখাতে বা সময়সূচি পর্যালোচনা করতে চাইবেন, আপনি তখন বলতে পারে, "আসো আমাদের সময়সূচি দেখে নেই। আমাদের প্রথমেই রয়েছে _____, তারপরে _____, তারপরে______ এবং সবশেষে______"। প্রতিটি উপাদানের কথা বলার সাথে সাথে সেগুলো প্রদর্শন করলে তা সহায়ক হবে।
- অনেক ছেলেমেয়ের জন্য সহায়ক হবে যদি সময়সূচি তৈরির সময় সেটা তাদেরকে দেখানো হয়। আপনার সন্তানকে কর্মকাণ্ড বা কর্মকাণ্ডের পরম্পরা বেছে নেওয়ার সুযোগ দিলে সেটা তাদের উচ্ছাস বাড়াতে ও সময়সূচি মেনে চলতে সহায়তা করবে।
- আপনি কীভাবে কর্মকাণ্ডের সমাপ্তি বুঝাবেন, তার কাঠামোর ব্যাপারে আপনার সন্তানকে সঙ্গে নিয়ে সিদ্ধান্ত নিলে তা সহায়ক হতে পারে। এটা সম্পন্ন করা যেতে পারে কর্মকাণ্ডের পাশে একটি টিক চিহ্ন, ক্রস চিহ্ন দিয়ে কেটে, কিংবা ছবিটি উল্টিয়ে দিয়ে। কর্মকাণ্ড সম্পন্ন করার সময় আপনি বলতে পারেন "খুব ভাল কাজ ______! সব শেষ_____, এখন সময় এসেছে ______।"

কিছু সহায়ক পরামর্শ:

- সময়সূচিটি অধিক ভালো হয় আপনার সন্তানের কাছাকাছে একটি চোখে পড়ার মতো স্থানে রাখলে।
- সময়সূচির প্রতি লক্ষ্য রাখায় আপনার সন্তানকে ছবি প্রদর্শন করে বা পরবর্তি কর্মকাণ্ডের প্রতি দৃষ্টি আকর্ষণ করতে দিয়ে জড়িত রাখুন।
- কখনও কখনও অবস্থা বদলে যায়! কর্মকাণ্ড পুনর্বিন্যাস করার সুযোগ দিয়ে আপনার সন্তানকে সময়সূচিতে পরিবর্তনে অন্তর্ভুক্ত করা নিশ্চিত করুন।
- সময়সূচি অনুসরণের জন্য সন্তানের প্রশংসা করুন এবং পুরো সময়সূচি সম্পন্ন করার জন্য একটি উদ্দীপনামূলক সযোগ প্রদান করুন।