



सामाजिक आणि भावनिक
कौशल्यांचा दैनंदिन जीवनावर
प्रभाव पडतो
या कौशल्यांमुळे आपल्याला
वेगवेगळ्या लोकांशी
वेगवेगळ्या ठिकाणी स्वतःला
व्यक्त करता येते.



सामाजिक आणि भावनिक विकास का गरजेचे आहेत?

- संवाद साधण्यासाठी आणि त्यावर योग्य प्रतिसाद देण्यासाठी त्यासंबंधित विचार आणि भावना समजून घेणे गरजेचे असते
- मित्रत्व आणि कौटुंबिक नात्यांसाठी सामाजिक, भावनिक विकास गरजेचा आहे
- एक आनंदी आणि यशस्वी आयुष्यासाठी या विकासाच्या टप्प्यांची महत्वाची भूमिका आहे

या कौशल्यांमुळे लहान मुलांचा आत्मविश्वास वाढून ते शाळा, कामाच्या ठिकाणी जीवनात प्रगती शकतात.

- शालेय जीवनातील प्रगती
- मतभेद नाहीसे करून मित्रत्व जपणे
- ताणतणावाचे नियोजन
- सामाजिकी नितीमुल्ये जपणे
- योग्य निर्णय घेण्याची क्षमता
- समाजातील नकारात्मक वृत्तींशी प्रतिकार करणे
- सामर्थ्य आणि दुर्बलता यांबद्दलची जाणीव होणे
- दुसऱ्यांच्या भावनांचा आदर करणे

सामाजिक आणि भावनिक विकास



वयानुसार सामाजिक आणि भावनिक विकासाचे टप्पे

० ते ३ महिने

घरच्या माणसांकडे बघून हसणे (सोशलस्माईल)
चेहऱ्यावरचे हावभाव आणि हातवारे करून बोलायचे प्रयत्न वाढणे
स्वतःला शांत करायला जमते. जसे, स्वतःच्या हाताचा अंगठा चोखणे
आपण त्यांच्याशी खेळताना हसणे तसेच खेळ थांबवल्यावर वाईट वाटून रडणे, ह्या भवना समजू लागतात लोकांशी बोलताना त्यांच्याकडे बघून संवाद साधते



४ ते ६ महिने

आनंदी वातावरणात राहायला आवडते
काही हातवारे आणि चेहऱ्यावरील हावभावांना प्रतिसाद देतात आणि नक्कल करतात
त्यांच्या सभोवतालची जाणीव वाढते आणि स्वतःला व्यस्त ठेवण्यासाठी खेळणी, वस्तू आपटतो



७ ते ९ महिने

त्यांना अनोळखी लोकांची भीती वाटू शकते
एकत्र येऊन खेळ खेळतात.
उदाहरणार्थ, लपंडाव, पकडापकडी काही शब्दांच्या सततच्या प्रयोगामुळे त्याचा अर्थ समजू लागतात
आरशात स्वतःची प्रतिमा बघायला आवडते
घरच्या व्यक्तींपासून दूर होणे हे त्यांना मानसिक रित्या अस्वस्थ करतात



१० ते १२ महिने

स्वतंत्र व्यक्तिमत्त्व दाखवण्यासाठी स्वतःच्या मनासारखा वागण्याचा प्रयत्न करतात अनोळखी व्यक्ती आणि वस्तूंची भीती वाटू शकते स्वतःकडे लक्ष्य केंद्रित करण्यासाठी तेच तेच आवाज आणि हावभाव दाखवतात
खेळाचाच एक भाग म्हणून दुसऱ्यांच्या नकाला करतात



१ ते २ वर्ष

स्वतंत्र व्यक्तिमत्त्व जपण्यासाठी हट्ट करायला सुरुवात करतात दुसऱ्यांचे विचार आणि मत लक्षात न घेता स्वतःकडे लक्ष्य केंद्रित करून घेण्यासाठी प्रयत्न करतात
समवयस्क मुलांसोबत राहणे आवडू लागते पण त्यांच्यात अजून मिसळत नाहीत
ठरावीकवेळेसाठी स्वतंत्रपणे, एकटे खेळतात



२ ते ३ वर्ष

मोठ्यांच्या अवघड कामांची (स्वच्छता, स्वतःची काळजी घेणे, इतर) नक्कल करू लागतो
मित्रांशी आपुलकीची भावना वाढीस लागते
वेगवेगळ्या भावनांद्वारे स्वतःला व्यक्त करतात
दिनक्रमात बदल झाल्याने अस्वस्थ होतात
स्वतःच्या गरज महत्वाच्या वाटून ते स्वार्थीपणाने वागू शकतात



३ ते ४ वर्ष

दुसऱ्या लहान मुलांसोबत सहकार्याने खेळणे जास्त आवडू लागते.
उदाहरणार्थ, आपली खेळणी दुसऱ्यांना देणे खेळताना होणारी भांडणे हि एकमेकांना खेळण्याची समान संधी देऊन आपापसात मिटवतात
स्वतःला हव्या असणाऱ्या गोष्टी या रडून, ओरडून घेण्याऐवजी व्यवस्थित बोलून मागून घेतात
दिनक्रमातीळ बरीचशी कामे एकटे स्वतंत्रपणे करतात (स्वतःला हवे असलेले कपडे कपाटातून बाहेर काढणे)



४ ते ५ वर्ष

मित्रत्वाची भावना वाढीस लागते नियमांना अनुसरून खेळ खेळतो
दुसऱ्यांच्या भावनांना महत्व द्यायला शिकतो
सामाजिक वागणुकीत बदल घडतो, प्रसंगानुसार प्रतिक्रिया देतो



समाजक आणि भावनिक विकासासाठी टिप्स

- लक्षात ठेवा, मुले तुमच्याकडे बघून शिकत असतात.
- तुमच्या मुलाच्या प्रत्येक भावना आणि वागण्याला नेहमी योग्य तो प्रतिसाद द्या, जेणेकरून त्याचा तुमच्यावर विश्वास बसेल
- तुमच्या मुलांना नकारात्मक भावनांमधून बाहेर यायला मदत करा, त्यांना लहानसहान गोष्टी सोप्या करून समजावून सांगा मुलांच्या भावनिक गरजा ओळखून त्यांना मदत करा
- त्यांना एखादा प्रसंग कथा किंवा गोष्टींच्या साहाय्याने समजावून सांगा
- त्याच्या समस्यांवर तुम्ही मार्ग दाखवायच्या आधी त्यांच्या परीने
- समस्या सोडवायला मदत करा ज्यामुळे त्यांचा समस्यांकडे बघण्याचा दृष्टिकोन बदलेल आणि ते स्वतःहून त्यावर मार्ग शोधून काढतील
- खेळांच्या माध्यमातून मुलांना खेळाच्या काही संकल्पना जसे कि जिंकणे, हारणे, परस्परांच्या बाजू मांडणे
- समजावून सांगा काही डिजिटल माध्यमातून हि त्यांना परस्परसंवादी (इंटरॅक्टिव्ह) संकल्पना समजावून सांगू शकता (१८ महिन्यांखालच्या मुलांना डिजिटल माध्यमे वापरू नयेत)