



Ohio Statewide

Family Engagement Center

at The Ohio State University

घरमा सकारात्मक व्यवहारहरूलाई प्रोत्साहित गर्ने

हामीसँग विद्यालयमा बालबालिका र शिक्षकशिक्षिका कसरी मिलेर काम गर्छन् भन्ने कुरालाई मार्गदर्शन गर्ने केही सरल उपायहरू छन् । हामी यिनीहरूलाई हाम्रा अपेक्षा भन्छौं । यी अपेक्षाहरूले हामीलाई हाम्रो स्कूलको हाताभित्र हरेक ठाउँमा तथा स्कूल लागेको दिनमा एकअर्कासँग मिलेर कसरी काम गर्ने र एकअर्कासँग कसरी बोल्ने भन्ने बारेमा मार्गदर्शन गर्छन् । यी र यस्तै अपेक्षाहरू घरमा पनि उत्ति नै उपयोगी हुन सक्छन् । घरमा तपाईंका बच्चाबच्चीको सकारात्मक व्यवहारलाई मार्गदर्शन गर्न यस प्रकारको चार्ट तपाईंलाई उपयोगी लाग्न सक्छ । तलको चार्ट प्रयोग गरेर घरमा तपाईं र तपाईंका बच्चाबच्चीले परिवारले एकअर्काको स्याहार कसरी गर्ने भन्ने कुराका अपेक्षाहरूसहितको आफ्नै, व्यक्तिगत चार्ट बनाउन सक्नुहुन्छ । यो चार्टलाई जुनसुकै उमेरका बच्चाबच्चीका लागि प्रयोग गर्न सकिने भए तापनि उदाहरणको रूपमा दिइएको यो चार्टलाई एलिमेन्टरी तथा मिडल स्कूलका बच्चाबच्चीलाई ध्यानमा राखेर बनाइएको हो ।

निर्देशनहरू: पहिलो महलमा आफ्नो स्कूलमा देखाउनु पर्ने व्यवहारसम्बन्धी अपेक्षाहरू र/वा आफ्नो परिवारका अपेक्षाहरू राख्नुहोस् । तपाईंले कुन कुन ठाउँ वा कुन कुन समयमा बढी केन्द्रित हुन चाहनुहुन्छ ती कुराहरूको निर्धारण गर्नुहोस् । तपाईंका बच्चाबच्चीले राम्रो व्यवहार देखाउने समयबाटै आरम्भ गर्नु अझ राम्रो हुन्छ । उदाहरणका लागि, यदि तपाईंका बच्चाबच्चीले बिहानको समयमा तपाईंका अपेक्षाहरू राम्ररी पूरा गर्छन्/गर्छिन् भने सबैभन्दा पहिला त्यो समयमा केन्द्रित हुनुहोस् । घरमा अपेक्षाहरू पूरा गर्दा कस्तो हुँदो रहेछ भनेर बुझ्न आफ्ना बच्चाबच्चीसँग कुरा गर्नुहोस् । हरेक परिवारका अपेक्षाहरू अरूको भन्दा हल्का फरक हुन सक्छन् र त्यस्तो हुनु सामान्य हो ! सुरु गर्नका लागि आफ्ना बच्चाबच्चीलाई उदाहरणहरू दिनुहोस् र आफै गरेर पनि देखाउनुहोस् । आफूलाई चाहिने समय लिनुहोस् र एक पटकमा एउटा मात्र अपेक्षा पूरा गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि, दिनका अन्य समयमा, उदाहरणका लागि खाना खाने समयमा, तपाईं किराना पसलमा भएको समयमा वा सुत्ने समयमा कुरा गर्नुहोस् । दिनका विभिन्न समयमा कुन-कुन व्यवहारहरू राम्रा छन् भनेर तपाईं तथा तपाईंका बच्चाबच्चीले गरेको निर्णयलाई हरेक बाकसमा लेख्नुहोस् । हरेक बाकसमा 1-3 वटासम्म व्यवहारहरू राख्नु सबैभन्दा राम्रो मानिन्छ । पृष्ठ 3 मा भएको उदाहरणले चार्टलाई कसरी प्रयोग गर्ने भनेर तपाईंलाई केही सुझावहरू दिने छ । पृष्ठ दुईमा तपाईंको परिवारका लागि प्रयोग गर्न सकिने एउटा खाली चार्ट रहेको छ । मिल्छ भने आफ्नो परिवारको चार्ट आफ्नो बच्चाबच्चीका शिक्षकहरूलाई देखाउनुहोस् जसले गर्दा तपाईंले घरमा सकारात्मक व्यवहारहरूलाई कसरी समर्थन गरिरहनुभएको छ भनेर उहाँहरूले थाहा पाउनुहुन्छ ।







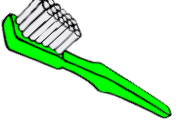





यो कागजातको निर्माण Ohio Statewide Family Engagement Center द्वारा Ohio Family and Community Engagement Network तथा Ohio Department of Education's PBIS Network सँग मिलेर गरिएको थियो । निकट परिवार-स्कूल-समुदाय साझेदारीहरूमा फल विद्यार्थीको सफलता शुभारम्भ गर्न थप टुलहरूका लागि OhioFamiliesEngage.osu.edu मा जानुहोस् !

परिवारको
सकारात्मक व्यवहारहरूको चार्ट

आफना अपेक्षाहरू तल लेख्नुहोस्	समय (तलका समय तथा स्थानहरू प्रयोग गर्नुहोस् वा आफ्नै तरिकामा लेख्नुहोस् !)			
	बिहान	खाना खाने समय	सुत्ने समय	बाहिर समुदायमा हुँदा

उदाहरण परिवारको सकारात्मक व्यवहारको चार्ट

आफ्ना अपेक्षाहरू तल लेख्नुहोस्	समय			
(सुरु गर्नका लागि तपाईं आफ्नो स्कुलका अपेक्षाहरू प्रयोग गर्न सक्नुहुने छ)	बिहान	खाना खाने समय	सुत्ने समय	बाहिर समुदायमा हुँदा
आवर गर्ने	<p>"गुड मर्निङ" भने</p> 	<p>खाना खान टेबलमा बस्ने</p> 	<p>समयमै सुत्ने</p> 	<p>आफ्नो पालो कुर्ने</p> 
जिम्मेवार हुने	<p>खाना खानुअघि हात धुने</p> 	<p>काम सकिएपछि आफ्नो ठाउँ सफा गर्ने</p> 	<p>दाँत माइने</p> 	<p>वयस्क व्यक्तिसँग रहने</p> 
सुरक्षित रहने	<p>स्कुल बससम्म जाँदा फुटपाथमा हिंड्ने</p> 	<p>धारिला भाँडाकुँडाहरू प्रयोग गर्दा सावधान रहने</p> 	<p>भुईँमा खसेका खेलौनाहरू उठाएर राख्ने</p> 	<p>सडक पार गर्नुभन्दा पहिले यताउता हेर्ने</p> 