

गाते हुए दिन बिताना

जन्म से पहले ही बच्चे आवाज़ें सुनने और प्रतिक्रिया दिखाने लग जाते हैं। सच तो यह है कि ज़िंदगी के शुरू के कुछ दिनों में ही, वह अपनी माँ की आवाज़ पहचानने लग जाते हैं। आखिरकार, वह कई महीनों से अपनी माँ की बातचीत सुन रहे होते हैं।

उनके दिमाग में संबंध बन चुके होते हैं जो कि उनकी समझने और बोलने में मदद करेंगे, परंतु अगले कुछ सालों में, उनको भाषा सुनने और उसके अभ्यास के बहुत सारे मौकों की ज़रूरत होगी। गीत बच्चों को वह मौके इस ढंग से देते हैं जो कि हर किसी को खुशी प्रदान करते हैं।

बेबी टाक (“बच्चों जैसी बातचीत”) (“Baby talk”)

पूरी दुनिया के बच्चों से बात करने का खास ढंग होता है। जब बच्चे छोटे होते हैं, हम अपनी आवाज़ ऊँची कर लेते हैं, आसान शब्द और वाक्यों का प्रयोग करते हैं; बहुत धीरे बोलते हैं; वाक्यों के बीच में रुक कर, उन्हीं शब्द समूहों को बार बार दोहराते हैं; और अक्सर गीत गाने वाले लहज़े में बोलते हैं।

इस तरह की “बेबी टाक” की तरफ बच्चे ध्यान देते हैं क्योंकि छोटे बच्चों में नीचे सुर (पिच) वाली आवाज़ों से ऊँचे सुर वाली आवाज़ें सुनने की क्षमता अधिक होती है। छोटे बच्चे लोगों की बातचीत ज़्यादा आसानी से समझ जाते हैं जब बड़े आसान शब्दों का प्रयोग करते हैं और उनको बार बार दोहराते हैं। बच्चों के बहुत सारे गीतों का वर्णन कुछ इस तरह किया जा सकता है—सादे शब्द, बार बार दोहराना, मस्ती में गाने वाला लहज़ा। यकीनन ही, खेलने के समय से सोने के समय तक बच्चों के साथ बातचीत के लिए गीतों की एक खास जगह होती है और बड़े होने के साथ साथ इन गीतों का महत्व बना रहता है।

क्रियाशील बनें (Get active)

जब बच्चे शब्द कह भी नहीं सकते, वह ऐसे गीतों में शामिल हो जाते हैं जिन में इशारे और हरकत मौजूद होती है। ऐसे गीत ज़्यादातर शरीर के अंगों के बारे में होते हैं। शुरू में, आप अपने बच्चे के हाथों के साथ उसके शरीर के अलग अलग अंगों की तरफ इशारे करते हैं। बाद में, आपका बच्चा आपके हाथों और शरीर की हरकत की नकल करके हिस्सा लेना शुरू कर देता है। फिर धीरे धीरे, वह दूसरे शब्द बोलना शुरू कर देगा और अंत में आप दोनों इकट्ठे गाना शुरू कर देते हैं।

ताल, तुकबंदी और दोहराना (Rhythm, rhyme and repetition)

संगीत और गीतों द्वारा सुनने का कौशल विकसित होता है जो कि संचार का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। गीतों में, ताल और तुकबंदी विशेष शब्दों को और भी महत्वपूर्ण बना देती है और वह सुनने में आसान हो जाते हैं। इस के अलावा, क्योंकि ज़्यादातर गीतों में सहगान होता है जो कि बहुत बार दोहराया जाता है, बच्चों की अभ्यास करने का मौका मिल जाता है और इस कारण उन्हें शब्द और पूरे वाक्य याद हो जाते हैं।

ताल पर ज़ोर दें (Emphasize the rhythm)

ताल सब से पहली चीज़ है जो कि बच्चों को संगीत और गीतों की तरफ आकर्षित करती है। हो सकता है कि यह उनको अपनी माँ के दिल की धड़कन की याद दिलाती हो, जो कि शायद सबसे पहली आवाज़ थी जो कि उन्होंने सुनी थी। आप बच्चे को अपने घुटनों के ऊपर झुला कर, तालियाँ मार कर, और बड़े बच्चों के साथ झूम कर, ताल पर ज़ोर दे सकते हैं। अगर आपका मन हो तो क्यों न आप इकट्ठे नाचें!

गीतों को सीखना आसान बनाएं (Make songs easy to learn)

एक नए गीत को धीरे धीरे गा कर आप बच्चों के लिए इस गीत को सीखना आसान बना सकते हैं। हो सकता है कि यह एक जानदार गीत हो, पर इसकी गति बढ़ाने का तब तक इंतज़ार करें जब तक बच्चे इस को अच्छी तरह समझ न लें। एक बार बच्चे किसी गीत से परिचित हो जाते हैं तो आप थोड़ा अटक सकते हैं और उन को इस बात का मौका दे सकते हैं कि वह अगला शब्द बोलें। उदाहरण के तौर पर, अक्सर तुकबंदी अंतिम शब्दों को याद रखने में उनकी मदद करेगी।

सी डी से गीत सीखें (Learning songs from CDs)

अगर आपको बच्चों वाले गीत नहीं आते और शुरू करने में मदद की ज़रूरत है, तो आप पुस्तकालय (लायब्रेरी) से सी डी ले सकते हैं। पर गीतों को केवल सुनते ही न रहें। समय निकाल कर गीतों को सीखें और बच्चों के साथ गाने की कोशिश करें। बेशक आपकी आवाज़ बढ़िया नहीं है, तब भी कोई भी रिकार्डिंग खास आपके बच्चे की उम्र और हितों के उतनी अनुकूल नहीं हो सकती जितनी कि आपकी अपनी आवाज़।

नए गीत बनाना (Making up new songs)

बच्चों के ध्यान को गीतों की तरफ आकर्षित करने का एक तरीका है कि उनका नाम गीत में लिया जाए। अपने नित्यक्रम और काम काज को गीतों में शामिल करने लिए आप परिचित गीतों के लिए नए बोल बना सकते हैं। उदाहरण के तौर पर, जब किसी मित्र के घर से बाहर निकल रहे हो तो “टाईम टू लीव, से गुड बाय” को अपने बच्चे के मनपसंद गीत की धुन में गाएं। कई बच्चों को एक काम में से निकल कर दूसरे में जाना बहुत तनावपूर्ण लगता है। इस तरह का बनाया हुआ गीत बच्चों के मूड को बदलने में और अगली कारवाई के संकेत देने में मददगार साबित हो सकता है।

हुकम देने के बजाए कभी कभी गीत ज़्यादा कारगर साबित होता है। खाने के समय का ऐलान करने के लिए इस गीत “इफ यू आर हंगरी अँड यू नो इट, कम अँड ईट” को एक परिचित धुन में गाने की कोशिश करें।

हरेक मौके के लिए गीत (Songs for all occasions)

हरेक मौके के लिए गीत है: परिचित कामों का विवरण करने के लिए, नित्यक्रमों के सहजता से चलने के लिए, खराब मूड को बदलने के लिए, और सोने से पहले आराम करने के लिए। संगीत मिलजुल कर बाँटने से बंधन बनते हैं और हर किसी का दिन बढ़िया गुज़रता है।

द्वारा बैटसी मान

Passer la journée en chantant

Les enfants entendent et réagissent aux sons avant même leur naissance. En fait, aux premiers jours de sa vie, un bébé reconnaît la voix de sa mère. Après tout, il l'écoute parler depuis déjà des mois.

Les connexions déjà établies dans le cerveau aideront les enfants à comprendre et à parler. Durant les années qui suivront, ils auront besoin de nombreuses occasions d'entendre le langage et de s'exercer à parler. Avec les chansons, on offre de ces occasions qui sont plaisantes à la fois aux enfants et aux adultes.

Parler « bébé »

Partout au monde, les adultes semblent parler aux bébés d'une manière particulière. Quand ils sont tout petits, nous utilisons un ton aigu, des mots et des phrases simples et nous parlons lentement. Nous faisons des arrêts entre les phrases et nous répétons les mêmes phrases encore et encore, souvent sur un ton chantant.

Cette façon de parler « bébé » attire l'attention des poupons parce qu'elle correspond à leur capacité d'entendre mieux les tons aigus que les tons graves. Les bébés comprennent mieux ce qu'on dit quand on se sert de mots simples et qu'on les répète souvent. Mots simples, répétition, ton chantant... on dirait la description de plusieurs chansons d'enfants. En fait, les chansons ont une place privilégiée dans la communication avec les bébés, que ce soit à l'heure du jeu ou à l'heure du coucher. Elles continuent d'ailleurs à occuper un rôle important auprès des enfants plus grands.

Ajouter des gestes

Les chansons qui comportent des gestes et du mouvement permettent aux enfants de participer, même avant de pouvoir prononcer les paroles. Prenons par exemple la chanson « Tête, épaules, genoux, orteils ». Au début, vous bougez les mains de votre bébé pour pointer les parties de son corps. Plus tard, votre enfant participera en imitant vos gestes. Graduellement, il sera de plus en plus capable d'ajouter des mots et bientôt il chantera toute la chanson avec vous.

Rythme, rime et répétition

La musique et le chant développent l'écoute, composante essentielle de la communication. Les paroles qui sont importantes dans les chansons sont mises en valeur par le rythme et la rime. Plusieurs chansons ont un refrain répété qui aide les enfants à pratiquer et à se souvenir des mots et des phrases entières.

Souligner le rythme

C'est au rythme de la musique que s'intéresse d'abord le jeune enfant. Peut-être qu'il lui rappelle le battement du coeur de sa mère, probablement un des premiers sons qu'il a entendu. Vous pouvez souligner le rythme en faisant sauter un bébé sur vos genoux ou en tapant dans les mains avec un bambin. Si le coeur vous en dit, pourquoi ne pas danser ensemble!

Rendre l'apprentissage facile

Vous rendez l'apprentissage d'une nouvelle chanson plus facile en ralentissant le rythme. Attendez que votre enfant la connaisse mieux avant d'accélérer le rythme. Une fois la chanson bien connue, vous pouvez faire un petit arrêt pour laisser l'enfant chanter le prochain mot. Souvent, la rime aidera l'enfant à se rappeler le dernier mot du vers, par exemple.

Apprendre des chansons

Si vous ne connaissez pas de chansons d'enfant, vous pouvez en apprendre à partir de cassettes empruntées à la bibliothèque. Prenez le temps de les écouter et les chanter avec les enfants. Peut-être que vous ne chanterez pas comme les professionnels, mais vous pouvez adapter les chansons à l'âge et aux intérêts de vos enfants, ce qu'une cassette ne peut jamais faire.

Inventer des chansons

Quand un enfant entend son nom dans une chanson, son attention est attirée. Vous pouvez aussi inventer des paroles sur un air connu pour accompagner vos activités. Par exemple, quand vient l'heure du départ, essayez de chanter « L'heure du départ, au revoir » sur l'air de « Frère Jacques ». Certains enfants sont stressés à l'idée de passer d'une activité à une autre. Une chanson peut aider à maintenir la bonne humeur et à annoncer le changement prochain.

Parfois, une chanson fonctionne mieux qu'un ordre. Faites l'annonce du repas en chantant « Si tu as une très grande faim, viens manger » sur l'air de « Si tu aimes le soleil ».

Des chansons pour toutes les occasions

Il existe des chansons pour toutes les occasions : pour décrire les activités de tous les jours, pour faciliter les routines, pour changer l'humeur et pour se détendre avant la sieste. Le partage de la musique est une façon de nouer des liens solides et d'ajouter de bons moments à la journée de tous, enfants et adultes.

par Betsy Mann