



# ਮਾਪੇ ਵੀ ਗਿਣਦੇ ਹਨ

## ਮਾਨਸਿਕ ਗਣਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਿਆਂ

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗਣਨਾਵਾਂ (ਜੋੜ-ਘਟਾਓ) ਆਪਣੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਕੁੱਝ ਗਣਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕਾਗਜ਼ ਅਤੇ ਪੈਨਸਿਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਕੈਲਕੁਲੇਟਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਤਾਜ਼ ਜਾਂ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਖੇਡ ਖੇਡਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਲੀਗ ਖੇਡ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਗਣਨਾਵਾਂ/ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਕਰਦੇ/ਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਿੱਤਣ ਲਈ ਕਿੰਨੇ ਪੁਆਇੰਟ ਲੋੜੀਂਦੇ ਹਨ, ਕਿੰਨੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਮਗਰੋਂ ਅਸੀਂ ਅੱਗੇ ਚਲੇ ਜਾਵਾਂਗੇ ਅਤੇ ਕੀ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਹੈ?

ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ, ਇੱਕ ਬਿਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦਿਆਂ, ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ ਸਮੇਂ, ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਖੇਡ ਵੇਖਣ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਖਾਣਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵੇਲੇ ਮਾਨਸਿਕ ਗਣਨਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਵੱਖਰੀ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕਾਪੀ ਪੈਨ ਲੈ ਕੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਮਾਨਸਿਕ ਗਣਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਹੁਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਤੇ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਵੀ ਇੱਕ ਭੇਦ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। 998 ਨੂੰ 3 ਨਾਲ ਗੁਣਾ ਕਰਨੀ ਇੱਕ ਔਖਾ ਕੰਮ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਉਦੋਂ ਵੀ ਜਦੋਂ ਪੈਨ ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਾ ਜਵਾਬ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਵੀ 3000 ਵਿਚੋਂ ੬ ਘਟਾ ਕੇ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਬੱਚੇ ਮਾਨਸਿਕ ਗਣਨਾਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ?

ਬੱਚੇ ਜੋ ਕੁੱਝ ਵੀ ਵੇਖਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਗਿਣਤੀ ਗਿਣਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜੋੜ ਤੇ ਘਟਾਉ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜੋੜ ਅਤੇ ਘਟਾਉ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਗੇ। ਮੁਢਲੇ ਢੰਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਉਹ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਨੰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੱਡੀ ਸੰਖਿਆ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿੱਚ ਜੋੜ ਕੇ ਗਿਣਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਛੋਟੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਜੋੜਨਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਵੱਡੀਆਂ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਗਿਣਨ ਨਾਲੋਂ ਹੋਰ ਢੰਗ-ਤਰੀਕੇ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, 25+89 ਦਾ ਜਵਾਬ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਬੱਚੇ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ :

- 89 ਨੂੰ 90 ਜਾਣੇ, ਤਦ ਉਸ ਵਿੱਚ 10 ਜੋੜ ਦਿਉ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 14 ਜੋੜੋ।
- 80 ਅਤੇ 20 ਨੂੰ ਜੋੜ ਕੇ 100 ਬਣਾ ਲਓ, ਤਦ ਉਸ ਵਿੱਚ ੯ ਅਤੇ ੫ ਜੋੜੋ, ਤਦ ਉਸ ਵਿਚ 100 ਅਤੇ 14 ਜੋੜੋ।
- 89 ਵਿੱਚ 10 ਨੂੰ ਦੋ ਵਾਰ ਜੋੜ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਸੁਚ 5 ਹੋਰ ਜੋੜ ਦਿਓ।

ਮਾਨਸਿਕ ਗਣਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦਿਲਚਸਪ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦੇ।

## ਘਰ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਕਿਵੇਂ ਲਭਿਆ। ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਕਿਵੇਂ ਜਵਾਬ ਕਿਵੇਂ ਕਢੋਗੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ/ਬੱਚੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ, ਗਿਣਤੀ ਲਈ ਵਰਤਣ ਵਾਸਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਸਤਾਂ ਦਿਓ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਦੁਕਾਨਾਂ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਲਈ ਪੈਸੇ ਅਦਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਕੋਲ ਕਿੰਨੇ ਪੈਸੇ ਬਚ ਜਾਣਗੇ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੋਈ ਵਸਤੂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਬੱਚਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਸ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਪੈਸੇ ਹੋਰ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਅਨੁਮਾਨ ਲਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦੋ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਕਿੰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਉਹ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਡਾਈਸ ਸੁਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਥਾਂ ਉਹ ਪਾਸਾ ਸੁੱਟਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਲਿਖੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜੇ ਦੋ ਟੀਮਾਂ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਖੇਡ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਕੋਰ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੇ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੁਟੀਆਂ ਮੌਕੇ ਸਫਰ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ ਕੱਢਣ ਲਈ ਆਖੋ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਅਸੀਂ ਪੰਜ ਰਾਤਾਂ ਬਾਹਰ ਠਹਿਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਰਾਤ ਦੀ ਲਾਗਤ 70 ਡਾਲਰ ਹੈ।

