बच्चों के मन से मस्तिष्क तक

ज़ीनत

डर का माहौल किसी भी बच्चे या इंसान के सम्पूर्ण व्यक्तित्व पर नकारात्मक असर डालता है। इसके बावजूद, अकसर वयस्क सोचते हैं कि बच्चे के सही विकास के लिए डर का माहौल होना ज़रूरी है। लेख इस बात को ख़ारिज करता है, और कहता है कि कक्षा में परस्पर बराबरी, विश्वास और सम्मान का माहौल होना चाहिए। यह उन व्यवहारों की भी बात करता है जो ज़ाहिर तो नहीं होते, लेकिन डर का माहौल ज़रूर निर्मित करते हैं। -सं.

पृष्ठभूमि

यह संसार विचारों से परिपूर्ण है और रोज़मर्रा की ज़िन्दगी में न जाने कितने ही लोगों के विचार आपस में टकराते रहते हैं। इन विचारों की ख़ास बात यह होती है कि उसे ग्रहण करने वाले इंसान को वही विचार सर्वप्रिय लगते हैं जो शायद दूसरों को न लगते हों। मेरी आगे आने वाली बात से आप इत्तेफ़ाक़ रख भी सकते हैं और नहीं भी। कुछ दिन पहले जेंडर समानता की कार्यशाला में मेरी मुलाक़ात एक स्कूल हेडमास्टर से हुई, और मुझे उनको जानने का अवसर मिला। हमारी बात कक्षा को केन्द्र में रखकर हो रही थी। इस बातचीत में उनका मत आया, "कक्षा में डर का माहौल बनाकर रखना बहुत ज़रूरी है वरना बच्चे पढ़ेंगे कैसे? अब सरकार न जाने क्या-क्या नियम ले आती है। बच्चे को एक थप्पड़ मारो तुरन्त याद हो जाता है।" शायद वह सिर्फ़ वही कह रही थीं जो उन्होंने पिछले 20-25 सालों में जिया है और शायद हमने भी। इसके बाद, उनके परिवार के बारे में बात हुई जिसमें उनके बच्चों के बारे में बात शामिल थी। काफ़ी लम्बी बात के बाद जब यह सवाल आया, "क्या कभी आपके बच्चे को विद्यालय में मार पड़ी है?" इसपर उनका जवाब था, "ऐसे कैसे कोई शिक्षक मार देगा?" इन शिक्षिका का अपने ख़ुद के बच्चे के सम्बन्ध में स्कूल में पिटाई के बारे में दृष्टिकोण अलग था।

कक्षा में शिक्षण करते वक़्त शायद सभी शिक्षकों के सामने एक प्रश्न यह होता है कि कक्षा में अनुशासन कैसे बनाकर रखा जाए। इसका एक सीधा उत्तर यह हो सकता है कि बच्चों को थोड़ा डराकर रखना चाहिए। यदि हम इस बात को पलट दें और सोचें कि बच्चों से भावनात्मक जुड़ाव बना लिया जाए, और बच्चों व शिक्षक के बीच पारस्परिक सम्मान के माहौल में कक्षा का संचालन हो तब क्या कक्षा में व्यवस्थित कार्य नहीं होगा। यह वैसा सुई पटक, हिलना-डुलना रहित अनुशासन तो नहीं होगा, लेकिन ऐसी स्थिति भी ज़रूर बनेगी जिसमें बच्चे स्वतंत्र रूप से पढ़ सकेंगे, और शिक्षक खुले एवं व्यवस्थित रूप से पढ़ा सकेंगे। इस सन्दर्भ में यह सोचना आवश्यक है कि आख़िर यह भावनात्मक जुड़ाव है क्या, और परस्पर सम्मान का यह माहौल बनेगा कैसे? हालाँकि, कुछ लोग यह सवाल भी कर सकते

चित्र : प्रशांत सोनी

हैं कि क्या यह अनुशासन है। लेकिन स्पष्ट है कि *एनसीएफ़ 2023* सहित सभी नीति दस्तावेज़ कक्षा में ऐसे माहौल का निर्माण करने का आग्रह करते आ रहे हैं।

भावनात्मक जुड़ाव को कैसे समझें ?

भावनात्मक जुड़ाव के लिए सहानुभूति और समानुभूति का बोध चाहिए। किसी व्यक्ति के दु:ख को समझ पाना सहानुभूति है, वहीं किसी के दु:ख में ख़ुद को वैसा ही महसूस कर पाना समानुभूति है। ज़्यादातर विद्यालयों और कक्षाओं में इन दोनों का ही अभाव दिखता है। अगर शिक्षक बच्चों की चुनौतियों को उनके स्तर पर आकर समझें, उनके साथ मिलकर निदान ढूँढ़ सकें, और बच्चों को अपनी चुनौतियाँ समझा सकें तो साझा प्रयास से कक्षा बढ़िया चल सकती है।

भावनात्मक जुड़ाव न हो तो शिक्षक और बच्चों के लिए चुनौतियाँ

विद्यालय में जब शिक्षक और बच्चे के बीच भावनात्मक जुड़ाव नहीं होता तब बच्चे के लिए डर का माहौल बन ही जाता है। डर के माहौल से संसाधन और सुविधाएँ नहीं बचा सकतीं। इसे फ़ारूक़ सरवर की कहानी 'भेड़िया' से समझते हैं। इस कहानी में एक शख़्स है जो एक दरख़्त (पेड़) पर है। पेड़ पर उसके पास दुनिया की सारी सुख-सुविधाएँ मौजूद हैं, पर जो उसके पास नहीं है वो है आज़ादी। वो खाने के बारे में सोचता है तो उसके सामने खाना आ जाता है, सोने के बारे में सोचता है तो बिस्तर आ जाता है। लेकिन जब वह दरख़्त से नीचे उतरने के बारे में सोचता है, एक भेड़िया उसे खा जाने के लिए तैयार बैठा है। उस भेड़िए से उस शख़्स को बहुत डर लगता है। डर के कारण वह धीरे-धीरे अपना आत्मविश्वास और ख़ुद पर भरोसा खो बैठता है। इसी तरह, विद्यालय में भी शिक्षक और बच्चों के बीच जब भावनात्मक जुड़ाव नहीं होता तब डर पनपता है। भले ही विद्यालय में सारी सुख-सुविधाएँ मौजूद हों (जैसे– बढ़िया इमारत, बैठने की अच्छी व्यवस्था, लाइब्रेरी, इत्यादि), लेकिन यदि बच्चे अपने शिक्षक से बात करने और सवाल पूछने से घबराते हों तब यह सभी चीज़ें निरर्थक हो जाती हैं।

बच्चों के मन में यह डर कैसे उपजता है? इसपर बात करना ज़रूरी है क्योंकि इस डर के बनने के बहुत से कारण न तो हम जान पाते हैं न ही समझ पाते हैं। बच्चे आख़िर क्यों सवाल करने से डरते हैं? इसे एक उदाहरण से समझते हैं। जब शिक्षक बच्चों को मारते हैं, वह बच्चों के अन्दर डर का भाव पैदा करते हैं। जब मेरे विद्यालय में गणित के शिक्षक दूसरे बच्चों पर छड़ी बरसाते थे, मैं बहुत डर जाती थी और कभी उनके सामने ही नहीं आती थी। इस कारण

में कभी किसी मुद्दे पर अपनी बात उन तक पहुँचा ही नहीं पाई। नतीजतन, विद्यालयी दिनों में न तो मैं कभी गणित विषय को समझ पाई न ही अच्छी वक्ता बन सकी। इससे यह स्पष्ट है कि केवल ख़ुद मार खाने से नहीं बल्कि अपने सहपाठियों को पिटता देखकर भी बच्चों में डर का भाव पैदा हो जाता है। कहानी में भेड़िया उस शख़्स को देखकर बार-बार गुर्राता था तो वह शख़्स और डर जाता था, उसी प्रकार से शिक्षक भी जाने-अनजाने इतनी सारी बातें कर जाते हैं कि उनका कितना और क्या असर बच्चे के मन-मस्तिष्क पर पड़ता है, इसका उन्हें अन्दाज़ा ही नहीं रहता है।

एक विद्यालय में बच्चों के साथ भाषा पर काम करने के दौरान मैंने बच्चों से पूछा कि किस-किस को किताब पढ़ना आता है। कई बच्चों ने हाथ उठाया। उन बच्चों में से दो बच्चे बोल पड़े, “मैडम, इसको किताब पढ़ना न आवे, ये नालायक़ है। मनने आवे, मैं होशियार हूँ।” और शिक्षक से बात करने पर भी यही जवाब मिला कि जितने होशियार बच्चे हैं उनको पढ़ना आता है, और जो नालायक़ है उनको नहीं आता। महत्त्वपूर्ण बात यह है कि यह बात बच्चों को भी मालूम होती है कि कौन बच्चे पढ़ सकते है और कौन नहीं। धीरे-धीरे बच्चे ख़ुद भी यह बात मान लेते हैं कि वह नालायक़ हैं, और शिक्षक के सामने वे कभी भी अपनी बात नहीं रखते क्योंकि उनको उपाधि दे दी गई है कि वह जो बोलेंगे वो ग़लत बोलेंगे।

इस प्रक्रिया से केवल बच्चों का ही नहीं वरन् शिक्षक का भी नुक़सान होता है। यदि बच्चों के लिए सोचें तो वह डरते तो हैं ही, सवाल भी नहीं पूछते, अपनी बात नहीं रखते, चुपचाप रहते हैं, उनके व्यक्तित्व का खिलकर निर्माण नहीं होता, और उनमें आत्मविश्वास की कमी रहती है। वहीं शिक्षक भी बच्चे को जान-समझ नहीं पाता, न ही उसकी समस्याओं का पता लगा पाता है। बच्चे उससे इतना डरते हैं कि वह पढ़ा हुआ हर एक पाठ भूल जाते हैं क्योंकि जो याद रह जाता है वह डर और डाँट होती है। इस प्रकार से, शिक्षकों और सभी वयस्कों को बच्चों के साथ अपनी अन्त:क्रिया की प्रक्रिया पर ग़ौर करने की ज़रूरत है। जिन बच्चों को वह होशियार कहते हैं उनके साथ वह कैसा व्यवहार करते हैं, और जिनको वह नालायक़ कहते हैं उनके साथ कैसा? साथ ही, ऐसी उपाधि देना कितना सही है, और फिर इसका बच्चों पर क्या असर होता है?

भावनात्मक जुड़ाव और फ़ायदे

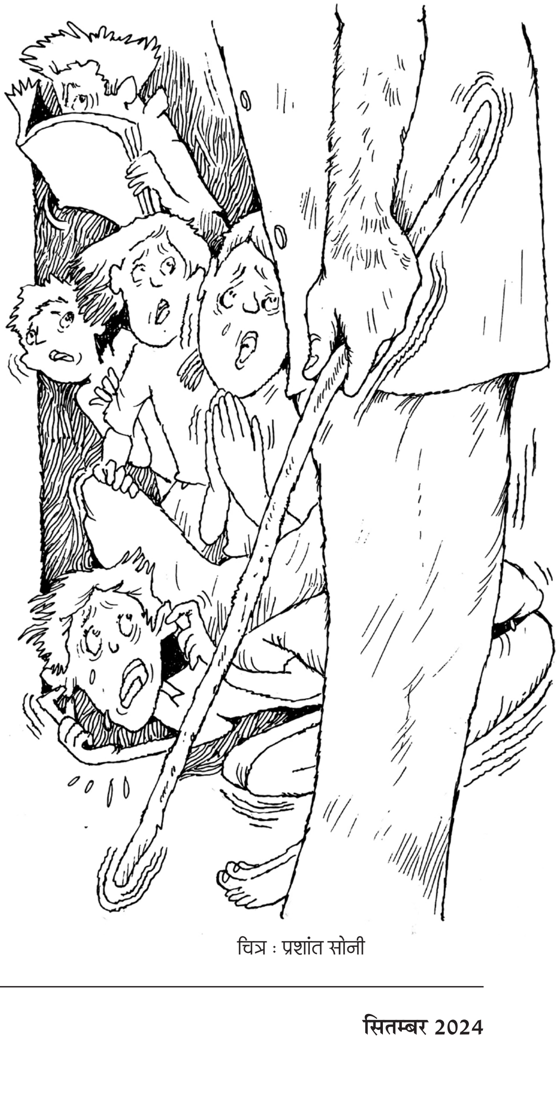
एक विद्यालय में शिक्षिका पढ़ाने के बाद अभ्यास करने के समय हरेक बच्चे को ग़ौर से सुन रही थीं और उनके साथ ज़मीन पर बैठकर काम करवा रही थीं। बच्चे उनके साथ बहुत सहज नज़र आ रहे थे। वे बार-बार पूछ रहे थे, “मैडम, क्या मैंने यह सही किया है?” और

चित्र : प्रशांत सोनी

मैडम उनका जवाब दे रही थीं। लेकिन इस बीच कुछ काम की वजह से उनको थोड़ी देर बाहर जाना पड़ा। इस बीच बच्चे शोर करने लगे। मैडम वापस आईं और थोड़ी तेज़ आवाज़ में बोलीं, "कोई आया है न, थोड़ी देर ध्यान नहीं दे सकते! आप सब समझदार हो न फिर ऐसा क्यों कर रहे हो।" इसके बाद भी बच्चे डरे हुए नहीं नज़र आ रहे थे बल्कि वे मैडम की बात मानते दिखे, और अपना काम करने लगे। इसका कारण शायद समानुभूति था। इस कक्षा में शिक्षक और बच्चे दोनों ही एक दूसरे को समझते हैं। सवाल यह उठता है कि यह समानुभूति कैसे बनी होगी। मुझे लगता है, इसकी शुरुआत वयस्क के व्यवहार से होती है। यदि शिक्षक और दूसरे वयस्क ही सहानुभूति व समानुभूति की सही समझ के उदाहरण व्यवहार में नहीं रखेंगे तो बच्चों में इनका अभाव होना स्वाभाविक है। इसलिए शिक्षक के लिए आवश्यक है कि वह अपनी प्रक्रियाओं को ऐसा बनाए जिनमें समानुभूति नज़र आए। ऐसे में बच्चे आपसे डरेंगे नहीं। वे अपनी बात रखेंगे, आपकी बात समझेंगे, आपके पाठों को अच्छे से याद रखेंगे, आदि।

भावनात्मक जुड़ाव कैसे बनाया जा सकता है?

हमारे सन्दर्भ में शायद सबसे बड़ा सवाल यही है कि आख़िर यह जुड़ाव कैसे बनेगा। इस जुड़ाव को बनाने या बनाए रखने में दो महत्त्वपूर्ण बातें हैं। पहली बात, कक्षा या उसके बाहर सभी एक दूसरे से सुरक्षित महसूस करते हों। यह सवाल उठ सकता है कि विद्यालय में असुरक्षित महसूस करने जैसा क्या है। ऐसी बहुत-सी चीज़ें होती हैं जिनके प्रति हम सजग नहीं होते। जैसे– बच्चों की विभिन्न ज़रूरतों पर ध्यान न देना, उनकी बातों को अनसुना करना, जाने-अनजाने बच्चों की लेबलिंग करना, आदि। फिर यदि बच्चों को दण्ड देकर बातें समझाई जाएँ तो क्या उन्हें माहौल सुरक्षित लगेगा? और माहौल सुरक्षित नहीं होगा तो भावनात्मक जुड़ाव नहीं बन सकेगा। हम सबके लिए यह समझना ज़रूरी है कि यदि भावनात्मक जुड़ाव होगा तो शायद मारने या दण्ड देने के जो मौक़े बनते प्रतीत होते हैं वे नहीं बनेंगे, और सज़ा की आवश्यकता ही नहीं रहेगी। बच्चों की बात को महत्त्व देना बहुत ज़रूरी है। कोई बात शिक्षक के लिए भले ही आवश्यक न हो, हो सकता है कि वह बच्चे के लिए बहुत ज़रूरी हो। जब शिक्षक बच्चों की बात को महत्त्व देते हैं तो बच्चे भी शिक्षक की बात को महत्त्व दे रहे होते हैं। और यही चीज़ उन्हें सुरक्षित महसूस करने की तरफ़ ले जा रही होती है। दूसरी बात, एक दूसरे पर विश्वास करना बेहद ज़रूरी है। यदि शिक्षक और बच्चे एक दूसरे पर विश्वास रखते हैं, वे अवश्य ही एक दूसरे के साथ सुरक्षित महसूस करते हैं। इस तरह, उनके बीच एक



चित्र : प्रशांत सोनी

सकारात्मक भावनात्मक जुड़ाव बनता है। यदि शिक्षक बच्चों की बात पर विश्वास नहीं करते तो अवश्य ही वह बच्चों के साथ शिक्षक होने का भी रिश्ता नहीं रख पाते। और असल में तो शिक्षक और बच्चों के बीच औपचारिक से अधिक भरोसा व रिश्ता होना चाहिए। इसी तरह, कई ऐसी छोटी-छोटी विद्यालय व कक्षागत प्रक्रियाएँ हैं जिनकी पहचान करना आवश्यक है।

भावनात्मक जुड़ाव में सन्तुलन

एक और महत्त्वपूर्ण सवाल यह है कि बच्चों के साथ जुड़ाव किस स्तर का हो। इसमें सन्तुलन बनाना उतना ही आवश्यक है जितना इस जुड़ाव को विकसित करना। यदि शिक्षक भावनात्मक जुड़ाव बनाते हैं, और उसमें स्तर व सन्तुलन नहीं रख पाते हैं तब भी शिक्षक व बच्चों के बीच एक स्वस्थ तालमेल नहीं बैठ पाता है।

बच्चों को समझने और उनसे जुड़ने के लिए बच्चों के साथ बराबरी महसूस करना, और उसे व्यक्त करना बेहद ज़रूरी है। हालाँकि कभी-कभी शिक्षक भी बच्चों के साथ उनके जैसे हो जाते हैं। उन्हें याद रखना चाहिए कि वह एक मार्गदर्शक भी हैं। कई बार देखा गया है कि कुछ शिक्षक बच्चों से इस तरह जुड़ जाते हैं कि वह उनकी किसी बात को ख़ारिज नहीं कर पाते, और कक्षा में सन्तुलन खो बैठते हैं। उदाहरण के लिए, यदि बच्चों का पढ़ने का मन नहीं है और वे रोज़ शिक्षक से ऐसा कह भी देते हैं। यदि शिक्षक रोज़ उनकी इस बात को मान लेते हैं तो यह उचित नहीं है। बच्चे और शिक्षक दोनों के मतों में सन्तुलन होना आवश्यक है। ऐसी स्थितियों में यह फ़ैसला शिक्षक को लेना होगा कि बच्चों के लिए क्या सही है क्या ग़लत, और उनकी कौन-सी बात माननी है कौन-सी नहीं। इस प्रक्रिया में बच्चे और शिक्षक होने में जो एक रेखा है उसे पहचानना बहुत आवश्यक है।

ज़ीनत मूलतः दिल्ली की रहने वाली हैं। इनकी स्कूली शिक्षा सरकारी स्कूल से हुई। इन्होंने अपना बीए (हिन्दी ऑनर्स) और बीएड जामिया मिलिया इस्लामिया विश्वविद्यालय से और एमए (हिन्दी) इग्नू से किया। इन्होंने 4 साल हिन्दी शिक्षक के रूप में कार्य किया है। ज़ीनत 2022 में अज़ीम प्रेमजी फ़ाउण्डेशन से जुड़ीं, और राजस्थान के पाली ज़िले में बतौर रिसोर्स पर्सन कार्य कर रही हैं। इन्हें हिन्दी साहित्य पढ़ना बहुत पसन्द है।

सम्पर्क : zeenat@azimpremjifoundation.org