लड़कियों में माहवारी और उसका सीखने से सम्बन्ध

रुबीना ख़ान

सीखने और न सीख पाने के बीच एक बारीक़-सी रेखा होती है। अकसर समझ नहीं आता कि सारे उपाय करने के बाद भी बच्चे सीख क्यों नहीं पा रहे हैं। लेकिन जब न सीख पाने की परतों को एक-एक कर खोलना शुरू करते हैं तो कई कारण सामने आते हैं। कक्षा में ध्यान नहीं लगा पाने और न सीख पाने का एक बड़ा कारण है बच्चियों की माहवारी। इस लेख में इस सामान्य शारीरिक परिवर्तन और सीखने के सम्बन्ध पर दर्ज कुछ अनुभव प्रस्तुत हैं।

स्कूल की प्रक्रियाओं में माहवारी जैसी सामान्य (इसलिए क्योंकि यह एक सामान्य शारीरिक परिवर्तन है) लेकिन एक विशेष परिस्थिति (क्योंकि इसपर बात करना मुनासिब नहीं समझा जाता) के लिए किस तरह का समावेशन है, यह समझना ज़रूरी है। इसके चलते बच्चियों का नियमित रूप से स्कूल आना, सीखना सब बाधित होता है। जब समझा, महसूस किया तब कुछ राहें तलाशीं कि कैसे इन दिनों का समावेशन हो, और बच्चियों के स्कूल आने के साथ ही उनका सीखना भी सुनिश्चित हो।

इस लेख के माध्यम से, मैं माहवारी और बच्चियों के सीखने से जुड़े अपने व्यक्तिगत अनुभवों को साझा कर रही हूँ। मेरा कार्य भोपाल के बैरसिया ब्लॉक के अन्तर्गत है। मेरे कार्य का मुख्य हिस्सा शासकीय स्कूलों के शिक्षकों के साथ उनकी शिक्षण प्रक्रिया को बेहतर करने में सहयोग देना है। हम अकसर देखते आए हैं कि कक्षा में बच्चों के न सीखने का कारण ऐसी शिक्षण प्रक्रियाएँ हैं जो बाधा के रूप में काम करती हैं, और वे बच्चे की ज़रूरत से परे होती हैं। पर इनके साथ-साथ व्यवहारिक व शारीरिक रूप से जुड़ी कुछ ऐसी मुश्किलें भी हैं जो पढ़ाई के दौरान अड़चन का काम करती हैं, और ये सब वह मुश्किलें हैं जिन्हें सीखने से अलग देखा जाता है।

माहवारी के चलते यूनिफ़ॉर्म बदलने की बात

इस विषय को समझने के उद्देश्य से मेरी कार्ययोजना इसके इर्दगिर्द बनी। इसके लिए मैंने छह माह के दौरान बैरसिया ब्लॉक के 3 कन्या स्कूल व 2 कन्या छात्रावासों में जाना तय किया। यह भी तय किया कि इन स्कूलों में माध्यमिक स्तर की छात्राओं के साथ प्रजनन स्वास्थ्य से जुड़े मसले पर सिलसिलेवार ढंग से बात करनी चाहिए। हमारे पहले सत्र में ही माहवारी पर बात करने के दौरान तमाम क़िस्म के सवाल व मुश्किलें छात्राओं के बीच से आईं। इनमें से ही कुछ समस्याएँ इस तरह की भी रहीं जहाँ माहवारी के दिनों के चलते उनकी शिक्षा प्रभावित होती है। कुछ छात्राओं ने बताया कि वे इन दिनों स्कूल नहीं जातीं क्योंकि

चित्र 1: माहवारी के कारण सीखने में आने वाली मुश्किलों पर चर्चा

उन्हें यूनिफ़ॉर्म में दाग़ लगने की चिन्ता होती है जो सफ़ेद रंग की सलवार, दुपट्टा और हल्के आसमानी रंग का कुर्ता है। वे आगे बताती हैं कि अगर यूनिफ़ॉर्म के बदले दूसरे किन्हीं कपड़ों में हम स्कूल आते हैं तब फ़ाइन भरना पड़ता है। इसलिए न चाहते हुए भी हर माह 3-5 दिन हमारी पढ़ाई छूट जाती है, और होमवर्क बढ़ जाता है। ये सभी मुश्किलें इन छात्राओं के लिए फ़िक्र का विषय थीं।

कक्षा 8वीं की एक छात्रा माहवारी से सम्बन्धित अपना अनुभव बताते हुए भावुक हो गई। उसका अनुभव कुछ इस तरह का था, "मैं एक बार माहवारी के समय घर के कपड़ों में ही कुछ दिन स्कूल आई थी। क्लास का एक लड़का मुझे रोज़ाना इन कपड़ों में देखकर कमेंट करने लगा। वह अपने एक दोस्त से बोला कि तू अलग रंग की पैंट पहनकर आया है। क्या तेरी भी पैंट में दाग़ लग गया? मुझे शर्म आ रही थी जब वह यह सब बोल रहा था।" इस तरह हर माह की मुश्किल से बचने के लिए छात्राओं का कहना था कि हमारे स्कूल की यूनिफ़ॉर्म का रंग गहरा होना चाहिए ताकि दाग़ दिखने जैसी झंझट ही नहीं रहे। हमारे लिए बनी यूनिफ़ॉर्म में हमारी राय, सहूलियत, आदि पर ध्यान नहीं दिया गया। अपनी इस समस्या को कुछ छात्राओं ने शिक्षिका के समक्ष रखा तो उन्हें यह बात गम्भीर लगी।

उन्होंने इस समस्या को वरिष्ठ शिक्षकों के समक्ष रखा, पर वहाँ यह सिर्फ़ बहस का मुद्दा बनकर रह गई। कुछ शिक्षिकाओं का कहना था कि छात्राएँ पैड की जगह कपड़ा इस्तेमाल करती होंगी या फिर समय पर पैड नहीं बदलती होंगी इसलिए यह समस्या आ रही होगी। माहवारी में आधी छुट्टी लेकर घर जाने के सवाल पर शिक्षिकाओं का जवाब था कि ऐसे समय में किसी भी तरह का दर्द होना आम बात है, और हमें तो ऐसा हुआ भी नहीं। आजकल के बच्चे कुछ ज़्यादा ही बढ़ाकर बोलते हैं। इस मुद्दे पर संवेदनशीलता जताने वाली शिक्षिका का अन्त में यही कहना रहा कि उनकी तरफ़ से जो भी सहयोग बन पाएगा वह करेंगी, लेकिन यूनिफ़ॉर्म का रंग बदलना बड़े स्तर की बात है।

मुश्किलें और भी थीं

एक और अनुभव भी इस तरह से रहा, जब मैंने प्राचार्य मैडम से कहा, "मैं पहले उन बच्चियों के साथ माहवारी पर सत्र लेना चाहूँगी जिनकी माहवारी अभी शुरू नहीं हुई है।" इनमें अधिकांश छात्राएँ 5वीं और 6वीं कक्षा की थीं। मैडम ने कहा, "उन्हें अभी से बताकर क्यों भ्रमित करना? हमें भी कब, किसने बताया था, पर हमने भी तो मैनेज कर लिया था।" हालाँकि इस बात के कुछ दिनों बाद ही इत्तेफ़ाक़ से 6वीं कक्षा की एक छात्रा को पहली बार ही माहवारी आने से ख़ासी मशक़्क़त का सामना करना पड़ा। उसे इसके बारे में पहले से जानकारी नहीं थी। कपड़े ख़राब हो जाने से वह घबराकर रोने लगी। जैसे-तैसे शिक्षिका ने उसे उसके घर पहुँचाया। इस मामले के बाद प्राचार्य मैडम ने मुझे इन छात्राओं के साथ सत्र लेने की अनुमति दी। इस तरह की कुछ और दिक़्क़तें भी दूसरे सत्रों के दौरान मेरे सामने आईं, जिनमें मुख्यतः स्कूल में सेनेटरी पैड की व्यवस्था न होना, शौचालय का साफ़ न होना, पानी न होना, डस्टबिन की कमी, स्कूल में रेस्टरूम न होना, आदि शामिल हैं। जैसा कि ऊपर ज़िक्र किया गया है, इस समय व्यवहार में होने वाले बदलाव, माहवारी आने के कारणों, देखभाल, आदि के सन्दर्भ में इन स्कूलों में इस विषय पर किसी तरह का कोई विचार विमर्श व चर्चा नहीं की गई थी। तक़लीफ़देह बात यह है कि इस समस्या को पढ़ाई की दिक़्क़तों से अलग देखा जाता है, जबकि यह कहीं-न-कहीं छात्राओं की पढ़ाई को प्रभावित करती आई है। जिस तरह से ये छात्राएँ स्कूल से जुड़ी हैं और यह परेशानी उनसे, ऐसे में इस समस्या का पढ़ाई पर नकारात्मक असर होना

चित्र 2 : बात करने से रास्ते निकल आते हैं

वाजिब बात है। दर्द होने की स्थिति में कई बार उनका पूरे समय कक्षा में बैठना भी दूभर हो जाता है। इसी प्रकार, व्यवहार में अकेलापन, चिड़चिड़ाहट भी दिखने लगती है जिसपर बात करने और समझने के लिए स्कूल में कभी कभार ही उन्हें कोई शिक्षक मिल पाते हैं।

> **छात्राओं का कहना था, "... पहले हम केवल पढ़ाई के बारे में टीचर से बात करते थे, पर अब माहवारी जैसे विषय पर भी बात हो पाती है।"**

स्कूल के इतर कन्या छात्रावास में भी इन सत्रों के संचालन के लिए मेरा जाना होता रहा है। ये बच्चियाँ घर-परिवार से दूर रहकर यहाँ इन्हीं सब मुश्किलों का सामना कर रही थीं। लम्बे प्रयास के बाद इन छात्राओं और शिक्षिका, जो उनकी वार्डन भी हैं, के साथ इस मुश्किल पर साझा संवाद आयोजित किया गया। छात्राओं के निरन्तर प्रयास से प्रत्येक माह के अन्तिम दिन प्रजनन स्वास्थ्य, माहवारी जैसे विषयों से जुड़ी चर्चाएँ छात्रावास में नियमित शुरू हो पाईं। सेनेटरी पैड की ठीक व्यवस्था भी यहाँ देखने को मिली। छात्राओं का कहना था, "हमें ठीक लग रहा है। पहले हम केवल पढ़ाई पर टीचर से बात करते थे, पर अब इस तरह के विषय पर भी बात हो पाती है।" छात्रावास में इस तरह के विषय को ज़रूरी मानते हुए उसपर हुए एक स्तर के काम से इन छात्राओं में सजगता आने के साथ ही खुलकर समूह में बात करने, और एक दूसरे के सवालों को एक मंच तक लाने के प्रयास नज़र आ रहे हैं। ध्यान देने पर समझ आता है कि एक बच्चे को और उसकी शिक्षा को प्रभावित करने वाले कई कारक ऐसे भी होते हैं, जो ज़ाहिर तो नहीं होते पर जिनपर समावेशी रूप से विचार करने की आवश्यकता होती है।

लम्बे वक़्त से चली आ रही इस मुश्किल पर *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2023* के अन्तर्गत समावेशी शिक्षा प्रणाली के निर्माण को प्राथमिकता दिए जाने की सम्भावना है जो हाशियाकृत समुदायों के विद्यार्थियों सहित दूसरे विद्यार्थियों की तमाम ज़रूरतों को पूरा करने की बात करती है। असल में, देखा जाए तो कक्षा इस तरह की होनी चाहिए जो समावेशी, सक्षम, सीखने का माहौल, और हर बच्चे को स्वतंत्रता, खुलापन, स्वीकृति, सार्थकता व अपनापन प्रदान करे।

रुबीना ख़ान ने मुस्कान संस्था में एक दशक से ज़्यादा समय काम किया है। इस दौरान आप संस्था द्वारा संचालित स्कूल में बतौर शिक्षिका कार्यरत रहीं। इसके अलावा, आप यूनिसेफ़ व मुस्कान के सहयोग से बाल संरक्षण के मुद्दों पर समुदाय और विभाग स्तर पर पैरवी के काम से जुड़ी रहीं। वर्तमान में, अज़ीम प्रेमजी फ़ाउण्डेशन में सन्दर्भ व्यक्ति के रूप में भोपाल के बैरसिया ब्लॉक में कार्यरत हैं।

सम्पर्क : rubina.khan@azimpremjifoundation.org