शुरुआती वर्षों में माता-पिता की भूमिका

अमृता मुरली

आँगनवाड़ी शिक्षक अकसर परिवारों के सम्पर्क में होते हैं, इसलिए वह माता-पिता की समझ और शुरुआती वर्षों में बच्चों की विकासात्मक आवश्यकताओं के बीच की खाई को पाटने में एक विशिष्ट स्थान रखते हैं। इस लेख में, लेखिका ने कुछ आसान-से, अनुसरण करने योग्य, सफल प्रयासों को साझा किया है जो माता-पिता को अपने बच्चों के लिए बेतहर वातावरण प्रदान करने में सहायता देते हैं।

चित्र 1: आँगनवाड़ी शिक्षकों को माता-पिता के साथ प्रभावशाली सत्रों का आयोजन करने सम्बन्धी सहायता दी जा रही है

माता-पिता बच्चे के जीवन के हर चरण में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं, शुरुआती वर्षों के दौरान उनका प्रभाव सबसे गहरा होता है। जन्म से छह साल तक के इन शुरुआती वर्षों में बच्चे के संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक विकास की नींव रखी जाती है। बीस साल पहले तक बच्चे संयुक्त परिवारों में बड़े होते थे जहाँ उन्हें परिवार के कई सदस्यों की देखभाल और समृद्ध अन्तःक्रियाओं का फ़ायदा मिलता था। लेकिन अब तकनीक के आगमन और एकल परिवारों की अधिकता के चलते मानवीय सम्बन्धों में एक अन्तर पैदा हो गया है। इसका असर बच्चों के सीखने-समझने पर भी पड़ रहा है जिससे बच्चे कुछ कमज़ोर-सी स्थिति में आ गए हैं।

उदाहरण के लिए, आजकल के एक आम दृश्य को ही लीजिए– एक बच्चा रिमोट हाथ में लिए स्क्रीन पर ध्यान लगाए हुए है, जबकि उसकी देखभाल करने वाला व्यक्ति उसे यंत्रवत् खाना खिला रहा है। यह दृश्य हमें बताता है कि माता-पिता और बच्चे के बीच जो ख़ूबसूरत-सा अपनेपन का भाव था उसमें कुछ कमी-सी आने लगी है। ऐसा वंचित समुदायों में भी हो रहा है और समृद्ध परिवारों में भी।

मक्कळा जागृति[1] में, हम आँगनवाड़ियों द्वारा प्रदान की जाने वाली प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा और देखभाल की गुणवत्ता को बढ़ाने के लिए काम करते हैं। इसके लिए हम एकीकृत बाल विकास सेवा (आईसीडीएस) के कार्यकर्ताओं, शिक्षकों, सहायकों और सबसे महत्त्वपूर्ण रूप से माता-पिता के साथ मिलकर बच्चों को समग्र रूप से सहायता देने का कार्य करते हैं। इसका एक उद्देश्य बच्चों और अभिभावकों के बीच के सम्बन्धों की कम होती गरमाहट को सहेजना भी है।

आँगनवाड़ी का सन्दर्भ

आँगनवाड़ी में आने वाले बच्चे अकसर उस सामाजिक और आर्थिक रूप से वंचित पृष्ठभूमि से आते हैं जहाँ माता-पिता आमतौर पर बहुत कम शिक्षित होते हैं, या फिर उन्हें कोई औपचारिक शिक्षा नहीं मिली होती है। उनका पूरा ध्यान अपने

परिवार के पालन-पोषण के लिए धन कमाना होता है, इसलिए बच्चों की देखभाल और विकास सम्बन्धी ज़रूरतें अकसर पीछे रह जाती हैं। कई माता-पिता इस बात से अनजान हैं कि बच्चे की सीखने की यात्रा को मज़बूत करने में शुरुआती वर्षों का कितना अधिक महत्त्व है। उन्हें अकसर यह ग़लतफ़हमी होती है कि सीखना तभी शुरू होता है जब बच्चा स्कूल जाने लगता है। इसके चलते वह शुरुआती अनुभवों की बुनियादी भूमिका को नज़रन्दाज़ कर देते हैं। इसलिए माता-पिता को यह एहसास कराना ज़रूरी है कि एक सुरक्षित, पोषक और संवेदनशील वातावरण प्रदान करने में उनकी भूमिका बहुत महत्त्वपूर्ण है, क्योंकि ऐसा वातावरण बच्चे के सम्पूर्ण विकास को काफ़ी ज़्यादा प्रभावित कर सकता है।

कुछ रणनीतियाँ

माता–पिता को शामिल करना

माता-पिता के साथ बैठकें आयोजित करने हेतु अपने ज्ञान, क्षमताओं और आत्मविश्वास को बेहतर बनाने के लिए आँगनवाड़ी शिक्षकों को मार्गदर्शन दिया जाता है, और प्रशिक्षण सत्र आयोजित किए जाते हैं।

हम उन्हें मस्तिष्क के विकास, खेल के महत्त्व और प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा के क्षेत्रों जैसे विषयों पर चर्चा करने के लिए तैयार करते हैं। इन सत्रों को वास्तविक जीवन के उदाहरणों और व्यावहारिक रणनीतियों पर आधारित करके, शिक्षक अमूर्त अवधारणाओं को माता-पिता के लिए प्रासंगिक और कार्यान्वयन योग्य विचारों का रूप देते हैं।

खेल का महत्त्व : एक गतिविधि

माता-पिता की बैठकों के दौरान शुरुआती मस्तिष्क विकास में खेल और सकारात्मक अनुभवों के महत्त्व को दर्शाने के लिए एक सरल और संवादात्मक गतिविधि आयोजित की जाती है। माता-पिता को दो समूहों में विभाजित किया जाता है। इनमें से प्रत्येक को मस्तिष्क का एक रेखाचित्र दिया जाता है जिसमें इधर-उधर बिखरे हुए बिन्दु होते हैं। आँगनवाड़ी शिक्षक / समन्वयक दो विरोधी या विपरीत कहानियाँ सुनाते हैं और कुछ महत्त्वपूर्ण स्थानों पर रुकते हैं ताकि माता-पिता गतिविधि कर सकें।

समूह 1 : पोषक वातावरण

इसमें बच्चा इन बातों का अनुभव करता है :

- **उत्तरदायी देखभाल :** माता-पिता बच्चे के रोने पर उसे चुप कराते हैं। बच्चे की ज़रूरतों के अनुसार उसकी पर्याप्त देखभाल की जाती है।
- **खेलने के लिए गुणवत्तापूर्ण समय :** माता-पिता लुका-छिपी का खेल खेलते हैं, और कविता गायन करते हैं। बच्चे को खिलौनों व खेल सामग्री के साथ जुड़ने की आज़ादी होती है।
- **भाषा समृद्ध बातचीत** : माता-पिता और बच्चों की देखभाल करने वाले लोग, चाहे वह आँगनवाड़ी के साथी हों या परिवार के अन्य सदस्य, बच्चे से बात करते हैं, दैनिक गतिविधियों के बारे में बात करते हैं या सरल कहानियाँ पढ़कर सुनाते हैं।
- **सुरक्षित वातावरण :** बच्चे के पास स्वतंत्र रूप से खोजबीन करने के लिए एक स्वच्छ और सुरक्षित स्थान है।

हर बार जब किसी सकारात्मक अनुभव का वर्णन किया जाता है तो समूह दिए गए मस्तिष्क के रेखाचित्र के भीतर दो बिन्दुओं को जोड़ता है। कहानी के अन्त तक, उनके मस्तिष्क के रेखाचित्र में एक दूसरे से जुड़े हुए कई मार्ग होते हैं जो एक मज़बूत तंत्रिका नेटवर्क का निरूपण करते हैं।

समूह 2 : उपेक्षापूर्ण वातावरण

इसमें बच्चा इन बातों का सामना करता है :

- **आपसी बातचीत का अभाव :** माता-पिता बहुत व्यस्त होते हैं या उपस्थित नहीं होते हैं जिससे काफ़ी कम जुड़ाव होता है।
- **असंगत प्रतिक्रियाएँ :** माता-पिता अपने नियमों और अपेक्षाओं के अनुरूप आचरण नहीं करते हैं– कभी किसी बात पर सहमत होते हैं और कभी उसी को मना कर देते हैं।
- **खेल का अभाव :** बच्चे को प्रोत्साहित करने के लिए खिलौने या अन्तःक्रियात्मक गतिविधियाँ नहीं होती हैं।
- **तनावपूर्ण वातावरण :** घर में अव्यवस्था होती है, और बच्चे को डाँट-फटकार या उपेक्षा का अनुभव होता है। कई बार तो बच्चे को अपने छोटे भाई-बहनों की देखभाल भी करनी पड़ती है।
- **सीमित भाषाई सम्पर्क :** संवाद बेहद कम होता है जो अकसर निर्देशों या डाँट-फटकार तक सीमित होता है।

कई बार माता-पिता छोटे-छोटे निर्देश तो देते हैं, जैसे, 'पानी पी लो', 'खाना खा लो', 'काम क्यों नहीं किया', 'शैतानी क्यों की', आदि। लेकिन यह छोटे-छोटे निर्देश मिलकर कोई अर्थ नहीं बनाते। इसलिए बच्चे के हिस्से में ऐसे टूटे-फूटे संवाद ज़्यादा कुछ जोड़ नहीं पाते।

कहानियों के बाद सन्दर्भदाता दोनों मस्तिष्कों की तुलना करते हैं, और इस बात पर ज़ोर देते हैं कि सकारात्मक अनुभव एक मज़बूत और स्वस्थ मस्तिष्क के विकास में किस प्रकार से योगदान देते हैं।

गतिविधि के अन्त में, एक अच्छे पोषक वातावरण में बच्चे का निरूपण करने वाला मस्तिष्क दूसरे की तुलना में स्पष्ट रूप से अधिक जुड़ा हुआ दिखाई देता है, और जब मस्तिष्क के दोनों

चित्र 2 : मस्तिष्क रेखाचित्र वाली गतिविधि कराते माता-पिता

चित्र 3 : गतिविधि के साथ जुड़े हुए माता-पिता

चित्रों को एक साथ रखा जाता है तो विषमता दिखाई देती है। इसे देखकर अकसर माता-पिता यह सोचकर आश्चर्यचकित हो जाते हैं कि असन्तुलित वातावरण का बच्चे पर कितना बुरा प्रभाव पड़ सकता है। यह गतिविधि बहुत प्रभावशाली साबित हुई है। इस दौरान कई माता-पिता भावुक हो जाते हैं और खुलकर अपने व्यवहार को बदलने का संकल्प लेते हैं। इसके साथ ही, वह अपने बच्चे की विकास यात्रा के प्रति अधिक ध्यान देने और उनके प्रति सम्मानजनक होने का वादा करते हैं। इस प्रकार के शक्तिशाली निरूपण को देखने से माता-पिता को यह समझने में मदद मिलती है कि बच्चे के मस्तिष्क के विकास पर ज़िम्मेदार तरीक़े से की गई देखभाल और सकारात्मक अन्तःक्रिया का कितना गहरा प्रभाव पड़ता है। वे यह भी समझ पाते हैं कि एक सुरक्षित, समृद्ध और प्रेमपूर्ण वातावरण को बढ़ावा देकर अपने बच्चे के भविष्य को आकार देने में उनकी भूमिका अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है।

सीखने से सम्बन्धित धारणाओं में बदलाव लाना

'सीखना स्कूल से शुरू होता है', यह विचार आँगनवाड़ी शिक्षकों के सामने आने वाली मुख्य चुनौतियों में से एक है। इसके लिए उन्हें माता-पिता की सीखने से सम्बन्धित धारणा को बदलना होता है। इस ग़लत धारणा से निपटने के लिए हम शिक्षकों को प्रशिक्षित करते हैं जिसमें हम जन्म से छह साल की विकासात्मक अवधि के महत्त्व पर ज़ोर देते हैं। शिक्षकों को ऐसे साधन और सरल संसाधन प्रदान किए जाते हैं जिनसे वह यह प्रदर्शित कर सकें कि कैसे दैनिक अन्तःक्रियाएँ, ज़िम्मेदार देखभाल और खेल, बच्चे के सीखने और विकास की वृद्धि में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

माता-पिता के मन में अपने बच्चों की मदद करने की क्षमता के बारे में जो सन्देह होते हैं उन्हें दूर करने में शिक्षक उनकी मदद करते हैं। वह उन्हें आश्वस्त करते हैं कि सार्थक जुड़ाव के लिए अकादमिक ज्ञान की ज़रूरत नहीं है, बल्कि खेल और बातचीत के माध्यम से जुड़ने की इच्छा की आवश्यकता है। माता-पिता को सरल, रोज़मर्रा की ऐसी गतिविधियों के साथ जुड़ने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है जो उनके बच्चे के विकास को बढ़ावा देती हैं। उदाहरण के लिए, वह कविताओं का गायन कर सकते हैं, खाना बनाते या सफ़ाई करते समय दैनिक गतिविधियों के बारे में बता सकते हैं, या टहलते समय रंगों, आकृतियों और वस्तुओं की ओर इशारा कर सकते हैं। लुका-छिपी या आई स्पाई जैसे सरल खेल खेलने से अन्तःक्रिया को बढ़ावा मिलता है, और भाषा व सामाजिक कौशल का निर्माण होता है। कहानी सुनाना या साथ में चित्र पुस्तकें देखना कल्पना और शब्दावली को बढ़ाता है।

माता-पिता के साथ बातचीत के माध्यम से, शिक्षक कुछ ऐसे सरल, व्यावहारिक विचारों को साझा कर सकते हैं जो उनके बोझ को कम करते हैं, बच्चे के विकास को बढ़ावा देते हैं और माता-पिता व बच्चे के आपसी सम्बन्धों को मज़बूत करते हैं। उदाहरण के लिए, माता-पिता की बैठकों या घर के दौरे के दौरान, आँगनवाड़ी शिक्षक यह बता सकते हैं कि कैसे नियमित घरेलू गतिविधियाँ बच्चों को रचनात्मक रूप से व्यस्त रख सकती हैं। उदाहरण के लिए, जब वह बाज़ार से सब्ज़ियाँ लाते हैं तो वह बच्चों को सब्ज़ियों को अलग-अलग ढेर में रखने के लिए कह सकते हैं। यह गतिविधि सरल है, बच्चे को व्यस्त रखती है, और उनमें छाँटने एवं वर्गीकरण करने जैसे महत्त्वपूर्ण संज्ञानात्मक कौशल विकसित करने में मदद करती है।

बच्चों को खाने के लिए प्लेट निकालने या कपड़े तह करने जैसे छोटे-छोटे कामों में मदद करने के लिए प्रोत्साहित करने से उनका आत्मविश्वास बढ़ता है और उनमें सूक्ष्म मोटर कौशलों का निर्माण होता है। इन गतिविधियों को दैनिक दिनचर्या में शामिल करना आसान है, और इनसे माता-पिता को एक पोषक व प्रोत्साहक वातावरण बनाने में मदद मिलती है जो उनके बच्चे के विकास में सहायक है। यह गतिविधियाँ बच्चों को रचनात्मक रूप से व्यस्त रखती हैं, और इनमें माता-पिता को अलग से समय देने की ज़रूरत भी नहीं पड़ती। यही नहीं, इनसे माता-पिता और बच्चे के सम्बन्ध भी मज़बूत होते हैं।

सत्र के दौरान शिक्षक, माता-पिता को इसी तरह की गतिविधियाँ करने के लिए आमंत्रित कर सकते हैं, या अपने स्वयं के रचनात्मक विचार साझा कर सकते हैं। इससे आत्मविश्वास बढ़ता है, और माता-पिता को अपने बच्चे की शिक्षा में सक्रिय भागीदार के रूप में देखने की प्रेरणा मिलती है।

एक बच्चे (रोहन) की माँ राचम्मा ने बताया कि मासिक बैठकों में भाग लेने के बाद से वह घर पर अपने बेटे रोहन के साथ बेहतर रूप से जुड़ पा रही हैं। आँगनवाड़ी में खेल-आधारित गतिविधियों से प्रेरित होकर, रोहन अकसर अपनी जानकारी को घर ले आता है, विकासात्मक क्षेत्रों पर केन्द्रित खेल और गतिविधियाँ दिखाता है, और उन्हें भी इसमें शामिल होने के लिए आमंत्रित करता है। इन साझे क्षणों से न केवल उनके बन्धन मज़बूत हुए हैं, बल्कि रोहन के विकास में सहायता करने के लिए राचम्मा का आत्मविश्वास भी बढ़ा है।

माता-पिता की बैठकों से राचम्मा को कई जानकारियाँ प्राप्त हुईं। उन्हें कई ऐसे व्यावहारिक विचार मिले जिनका इस्तेमाल करके वह रोहन के साथ सरल, आनन्ददायक गतिविधियाँ कर सकती हैं। जैसे– कहानी सुनाना, गाने गाना या ऐसे खेल खेलना जो उसके मोटर कौशल और संज्ञानात्मक विकास को बढ़ावा देते हैं। इन गतिविधियों में वह ख़ुद भी सक्रिय रूप से शामिल होती हैं। इस वजह से उन्हें लगता है कि वह रोहन की सीखने की यात्रा में उसके साथ जुड़ पा रही हैं, और जब वह रोहन की प्रगति देखती हैं तो उन्हें बड़ा गर्व होता है। अब उन्हें इस बात की बेहतर समझ है कि इस व्यावहारिक भागीदारी के परिणामस्वरूप रोहन के विकास को निर्धारित करने में रोल प्ले और अन्तःक्रियाएँ कितनी महत्त्वपूर्ण हैं।

खिलौना संग्रहालय स्थापित करना

घर के दौरे के दौरान, अकसर यह देखा जाता है कि आँगनवाड़ी से लौटने के बाद, बच्चे स्क्रीन (टीवी या मोबाइल) पर काफ़ी ज़्यादा समय बिताते हैं। इस समस्या के समाधान के लिए खिलौना संग्रहालय शुरू किया जा सकता है, और आँगनवाड़ी शिक्षकों को इन संग्रहालयों को प्रभावी ढंग से स्थापित करने तथा प्रबन्धित करने के तरीक़ों व जानकारी से लैस किया जा सकता है। शिक्षक, स्थानीय समुदाय से मदद लेते हैं, दान किए गए खिलौने और संसाधन इकट्ठा करते हैं, और एक ऐसी प्रणाली बनाते हैं जिससे माता-पिता अपने बच्चों के घरेलू इस्तेमाल के लिए विकासात्मक रूप से उपयुक्त खेल सामग्री ले सकें।

माता-पिता खिलौना संग्रहालय में जाकर अपने बच्चों के लिए खिलौने ले सकते हैं। इन खिलौनों को वह एक सप्ताह के लिए घर पर इस्तेमाल कर सकते हैं। इस पहल से न केवल बच्चों को अलग-अलग तरह के खिलौने उपलब्ध होते हैं, बल्कि आँगनवाड़ी केन्द्रों में वह जो कुछ सीखते हैं उन बातों को भी मज़बूती मिलेगी और उनका विस्तार होगा। इससे घर पर भी उनका विकास जारी रहेगा। आँगनवाड़ी शिक्षक घर के लिए दिए गए खिलौनों का विस्तृत रिकॉर्ड रखते हैं, और यह सुनिश्चित करते हैं कि उनका अच्छी तरह से रखरखाव किया जाए व उन्हें समय पर लौटा दिया जाए। यह प्रणाली बच्चों में ज़िम्मेदारी की भावना पैदा करती है, और उन्हें साझा संसाधनों की देखभाल करने का महत्त्व सिखाती है।

माता-पिता की बैठकों के दौरान, आँगनवाड़ी शिक्षक उन्हें समझा सकते हैं कि खेल के माध्यम से बच्चे समस्या-समाधान करना सीखते हैं, रचनात्मकता विकसित करते हैं, और अपनी देखभाल करने वाले लोगों के साथ उनके सम्बन्ध मज़बूत होते हैं। उदाहरण के लिए, खिलौना संग्रहालय में पज़ल, ब्लॉक, पेग बोर्ड, मोती, स्टैकिंग कप, आदि रखे होते हैं। शिक्षक माता-पिता को बताते हैं कि ब्लॉक या पज़ल जैसे खिलौनों के साथ खेलने से बच्चों को समस्या-समाधान करने और स्वतंत्रता के कौशल हासिल करने में किस तरह से मदद मिलती है; और कैसे रंगों की छँटाई व गिनती जैसी गतिविधियों के लिए मोतियों का इस्तेमाल करने से सूक्ष्म मोटर कौशल और शुरुआती अंकगणितीय अवधारणाओं को विकसित करने में मदद मिलती है।

आँगनवाड़ी हब्बा (त्योहार)

आँगनवाड़ियों की भूमिका को फिर से परिभाषित करने के लिए हम निरन्तर प्रयासरत रहते हैं। हम यह मानते हैं कि शिक्षक आँगनवाड़ियों के बारे में माता-पिता की धारणा को विकसित करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। हमने जो प्रमुख पहलें शुरू की हैं, उनमें से एक है आँगनवाड़ी हब्बा (त्योहार)। यह आँगनवाड़ियों को मात्र देखभाल वाले स्थान से सक्रिय शिक्षण के केन्द्र में बदलने के लिए आयोजित किया गया उत्सव है। यह कार्यक्रम इन केन्द्रों में सीखने और विकास की सम्भावनाओं को प्रदर्शित करता है, और प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा के महत्त्व पर बल देता है।

माता-पिता अपने बच्चे के विकास का समर्थन करने के लिए खेल-आधारित सीखने, सकारात्मक अनुशासन और कहानी सुनाने जैसी सरल दैनिक गतिविधियों के महत्त्व को समझते हैं। यह कार्यक्रम माता-पिता, शिक्षकों और समुदाय के बीच सहयोग को बढ़ावा देता है तथा परिवारों को अपने बच्चे की शिक्षा में सक्रिय रूप से योगदान करने और एक मज़बूत सहायता नेटवर्क बनाने के लिए सशक्त बनाता है।

शिक्षक विभिन्न विकासात्मक गतिविधियों, जैसे भाषा विकास अभ्यास, रचनात्मक कला, शारीरिक खेल और संज्ञानात्मक खेलों को प्रदर्शित करने के लिए स्थान मुहैया कराते हैं। माता-पिता इन गतिविधियों का प्रत्यक्ष अनुभव करते हैं, और आँगनवाड़ी परिवेश में सीखने की क्षमता के बारे में जागरूक होते हैं।

आगे का रास्ता

शुरुआती वर्षों में माता-पिता की भूमिका को कम करके नहीं आँका जा सकता। जागरूकता बढ़ाकर और व्यावहारिक जुड़ाव के विचार प्रदान करके, हम माता-पिता को अपने बच्चे के विकास में सक्रिय भागीदार बनने के लिए सशक्त बना सकते हैं। साथ मिलकर, हम ऐसे वातावरण का निर्माण कर सकते हैं जो बच्चों को उनकी पूरी क्षमता तक पहुँचने में सक्षम बनाता है।

[1]मक्कळा जागृति बेंगलूरु में स्थित एक ग़ैर-सरकारी संगठन है जो एक स्थाई और समतामूलक समाज के निर्माण के लिए बच्चों और विविध समूहों के समग्र विकास की दिशा में काम कर रहा है।

अमृता मुरली *मक्कळा जागृति* में प्रारम्भिक शिक्षा प्रयासों का नेतृत्व करती हैं। यहाँ वह आँगनवाड़ियों में बच्चों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के लिए समर्पित हैं। वह टीच फ़ॉर इंडिया में फ़ेलो रही हैं, और उन्हें सरकारी स्कूलों में बच्चों और शिक्षकों के साथ काम करने का 10 साल से ज़्यादा का अनुभव है।

सम्पर्क : amrutha@makkalajagriti.org