

वो जादुई साठ सेकेंड

कल्पना पँवार

प्रारम्भिक बाल्यावस्था के साथ जो देखभाल शब्द जुड़ा है उसका काफ़ी विस्तार हैं। इस देखभाल का बच्चों के सीखने से सीधा और मज़बूत सम्बन्ध है। बच्चों के मन को समझना, उन्हें अपनी बात बिना किसी डर या संकोच के कह पाने के अवसर देना ज़रूरी है। ऐसा करते हुए बच्चों के साथ जो आत्मीय रिश्ता बनता है, वह उनके सीखने की तैयारी का ज़रूरी हिस्सा बनता है। यह लेख ऐसे ही अनुभवों और उदाहरणों पर आधारित है।

सुबह कक्षा में मुझे आते देखते ही बच्चों की "गुड मॉर्निंग मैम", "गुड मॉर्निंग मैम" की मीठी आवाज़ सुनने को मिलती है। मैं उत्साहपूर्वक "गुड मॉर्निंग" कहकर बच्चों की मुस्कान और जोश का उत्तर अपनी मुस्कुराहट से देती हूँ। अभिवादन के साथ इन थोड़े-से क्षणों में सुनी गई उनकी सभी बातें न केवल बच्चे की मनोदशा, भावनात्मक और संज्ञानात्मक स्थिति को दर्शाती हैं, अपितु उस बच्चे के दिन की सकारात्मक शुरुआत के साथ उसके समग्र विकास की नींव भी रखती हैं।

अकसर मैं दिन की शुरुआत बच्चों से बातें करने से करती हूँ। बच्चों में अपनी बातें बताने की ललक होती है। वो बताते हैं, "आज मैं बिस्कुट लाया हूँ सबके लिए"; "मेरी मम्मी कल मेरे लिए नया बैग लाई"; "मैम देखो, मैंने क्या बनाया?"; आदि। कुछ बच्चे केवल अपने नाम के साथ गुड मॉर्निंग सुनकर सन्तुष्ट हो जाते हैं; कुछ उनकी चीज़ों की तारीफ़ सुनकर; और कुछ वाह,

अच्छा है, ठीक है, ब्रेक टाइम पर बाँटकर खा लेंगे, सुनकर खुश हो जाते हैं।

कुछ बच्चे इस बातचीत के दौरान चुपचाप दूर खड़े सब कुछ होते हुए देख रहे होते हैं। उनके चेहरे के हाव-भाव देखकर मैं उनके साथ संवाद शुरू करती हूँ। मसलन, "हैलो आरव बेटा! आप थोड़े-से उदास लग रहे हैं? कुछ हुआ है क्या?" "मैम, आज मैंने नाश्ता नहीं किया।" "ओह! पर आज तुमने नाश्ता क्यों नहीं किया?" "मैम, मम्मी को देर हो रही थी तो मम्मी ने सिर्फ़ चाय दी और बोली कि स्कूल में खा लेना।" "ठीक है। बस अभी दूध, अण्डा आने वाला है, मैं आपको जल्दी से दे दूँगी। और आपके मम्मी-पापा से फ़ोन करके पूछ लूँगी कि आज वे नाश्ता क्यों नहीं बना पाए?" इसके बाद शिकायतों की बारी आती है—जहाँ अलीना आकर बताती है कि मनुज ने बॉल से श्याम को मारा। तब मैंने बच्चों से बात करके इस घटना के बारे में संज्ञान



चित्र 1: अपनेपन का एहसास बच्चों के सीखने के उत्साह को बढ़ा देता है

लिया और मनुज से पूछा, "क्या तुमने बॉल से श्याम को मारा?" जवाब मिला, "नहीं मैम, गलती से लग गई थी! मैंने उसे सॉरी बोल दिया।" फिर मैंने श्याम से पूछा, "तुम्हें कोई चोट तो नहीं लगी न! अब ठीक हो?" फिर मैंने दोनों की बात सुनकर उन्हें समझाया कि यह सब मनुज से गलती से हुआ है, और उसने इसके लिए माफ़ी भी माँगी है। यह सुनकर जब दोनों ही सन्तुष्ट हो जाते हैं तब माहौल सहज हो जाता है।

अन्त में बारी उन बच्चों की आती है, जो संकोच, हिचकिचाहट या आत्मविश्वास की कमी के कारण अपनी सीट पर शान्त बैठे रहते हैं। कुछ बस एक बार "गुड मॉर्निंग" कहकर चुप हो जाते हैं, जबकि कुछ बिना कोई शब्द बोले केवल मेरी ओर देखते रहते हैं। ऐसे में किसी भी शिक्षिका के लिए यह बहुत आवश्यक होता है कि वह हर बच्चे के स्वभाव को समझते हुए अलग-अलग तरीके से उनसे जुड़ाव बनाएँ—कभी मुस्कुराकर "गुड मॉर्निंग" कहना, कभी उनके पसन्दीदा खेल या खिलौने के बारे में पूछना, कभी प्यार से उनका निकनेम लेकर पुकारना, या कभी दिन की किसी बात पर चर्चा करना। इन छोटे-छोटे संवादों और भावों के ज़रिए वे अपनेपन और सुरक्षा का अनुभव करते हैं। इस प्रकार लगभग 10-15 मिनट में यह पूरी प्रक्रिया न केवल कक्षा का वातावरण सहज बनाती है, बल्कि दिन की सकारात्मक शुरुआत का आधार भी रखती है। यह संवाद प्रत्येक बच्चे से भले ही मात्र 1 या 2 मिनट का होता है, पर यहाँ उनकी उत्सुकताओं, विचारों और भावनाओं को न केवल सुना जाता है, बल्कि इससे उनके विकास के बहुत-से पहलुओं को सकारात्मक प्रोत्साहन भी मिलता है।

शाला-पूर्व कक्षाओं में शिक्षिका को केवल पढ़ने-लिखने के कौशल सिखाना ही नहीं, बल्कि बच्चे के दृष्टिकोण और अनुभवों को समझकर समय देना भी शामिल है। इसलिए एक शिक्षक की ज़िम्मेदारी बहुत ही अहम हो जाती है, क्योंकि कक्षा में सभी बच्चों की बातों को सुनकर उस समय की स्थिति के अनुसार उन पर प्रतिक्रिया देना शिक्षक के लिए एक कठिन चुनौती होती है। ऐसी स्थिति में शिक्षक को उससे पहले हुई घटना और बच्चे की अवस्था का अनुमान नहीं होता है।

हर सुबह बच्चे अलग-अलग भावनाओं और अनुभवों के साथ विद्यालय आते हैं। कोई बिना नाश्ता किए, कोई घर पर डाँट खाकर, तो कोई किसी पारिवारिक परेशानी या घटना से दुःखी होकर आता है, वहीं कुछ किसी खुशी या उत्सव के माहौल में होते हैं। इसका असर उनके चेहरे, व्यवहार और ऊर्जा में साफ़ दिखता है। यह केवल सुबह के उन क्षणिक पलों में प्रेम और सौहार्द के साथ हर बच्चे की भावनाओं को समझकर सँभालना होता है। यह वे अनमोल क्षण होते हैं, जब बच्चे केवल यह चाहते हैं कि कोई उन्हें ध्यान से सुने, उनकी भावनाओं को समझे। और शिक्षिका किसी उदास बच्चे को मुस्कान दें, किसी चिन्तित बच्चे को भरोसा दिलाएँ, किसी खुश बच्चे की खुशी में शामिल हों, और इस तरह कक्षा में सहज, संवेदनशील, रचनात्मक और सीखने योग्य वातावरण बनाएँ।

बच्चों के साथ इस तरह जुड़ते हुए मुझे शिक्षक संवाद की महत्ता की निम्न बातें समझ में आती हैं—

सुनने की कला

जब सोहन बॉल से किसी को मार देता है, या सुप्रिया अपनी चीज़ नहीं बाँटती, यह उनके भाव प्रकट करने का तरीका होता है। शिक्षिका के लिए ज़रूरी है कि वह हर आवाज़ को ध्यान से सुने और समझे। यदि वे बच्चे का यह भरोसा न जीत पाई तो वह न केवल अपनी भावनाएँ साझा करने से हिचकिचाएँगे, बल्कि अपनी पढ़ाई में होने वाली गलतियाँ, सन्देह या कठिनाइयाँ कभी नहीं बताएँगे। यही सुनना और समझना शिक्षक और बच्चे के बीच भरोसे और सम्बन्ध की पहली सीढ़ी है।

“ शाला-पूर्व कक्षाओं में शिक्षिका को केवल पढ़ने-लिखने के कौशल सिखाना ही नहीं, बल्कि बच्चे के दृष्टिकोण और अनुभवों को समझकर समय देना भी शामिल है। ”

समझने की ज़िम्मेदारी

अकसर घटनाएँ उतनी ही सच नहीं होतीं जितनी पहली नज़र में लगती हैं। जैसा कि हमने मनुज, श्याम और अलीना के संवाद में देखा, खेलते समय चोट अनजाने में लगी थी। एक शिक्षिका के रूप में, यदि मैं बिना पूरी स्थिति समझे यह मान लेती कि यह जान-बूझकर हुआ है तो यह न केवल ग़लत निर्णय होता, बल्कि मनुज के आत्मविश्वास को भी ठेस पहुँचाता। इस अनुभव ने सिखाया कि बच्चों के साथ हर परिस्थिति को धैर्य और संवेदनशीलता से समझना ज़रूरी है। एक शिक्षक के रूप में, हमें घटनाओं को केवल सतही रूप में नहीं देखना है, बल्कि बड़ी तस्वीर को ध्यान में रखते हुए दोनों सिरों के बीच मौजूद सभी पहलुओं पर गौर करने की ज़रूरत है। यह दृष्टिकोण बच्चों के समक्ष कई परतों को खोलता है और वास्तविक तथ्य तक पहुँचने में मदद करता है। इस प्रक्रिया से बच्चे समाज के दृष्टिकोण या सतही धारणाओं को स्वीकार करने के बजाय अपने तर्क और तथ्यपरक सोच के आधार पर किसी स्थिति का विश्लेषण करना सीखते हैं।

पूर्वाग्रह से परे होना

हर बच्चा अपनी अलग प्रकृति लिए होता है—कोई शिकायत करता है, कोई चुपचाप सब सह लेता है, तो कोई ज़िद्दी प्रतीत होता है। अकसर हम जल्द ही यह मान लेते हैं कि 'यह बच्चा तो हमेशा से शरारती है।' लेकिन ऐसा हमेशा नहीं होता। एक बार मनदीप से पानी गिर गया था। कुछ बच्चे तुरन्त कहने लगे, "अब तुमने गलती की, तुम्हें इसकी सज़ा मिलेगी!" उनकी आवाज़ में कठोरता और डर था—कोई यह नहीं सोच रहा था कि इसे सुलझाया जा सकता है, या यह केवल एक ग़लती है।



चित्र 2 : गोल घेरे में बैठकर सभी बच्चों से संवाद करना हर बच्चे से जुड़ाव बनाता है

मैंने तुरन्त उन्हें एक नया विचार दिया, "यह सिर्फ एक गलती है, इसे सुधारने का अवसर भी है। गलती करने का मतलब यह नहीं कि तुम्हें दण्डित किया जाए। आप सभी से भी कभी-कभी कुछ गलतियाँ हो जाती हैं।" मुस्कुराते हुए मनदीप से पूछा, "बोलो, अब क्या कर सकते हैं?" उसने तुरन्त कहा, "मैं पानी पोंछ सकता हूँ।" बाक़ी बच्चों को यह आइडिया अच्छा लगा। मैंने इसमें एक आइडिया और जोड़ा कि क्या पानी पोंछने में हममें से किसी को मनदीप की मदद करनी चाहिए। मेरे मन में यह भाव था कि उसके पानी पोंछने को बच्चे कहीं सज़ा न मान लें। कुछ बच्चों ने कहा, "हाँ, मदद कर सकते हैं।" लेकिन कुछ ने कहा, "जिसकी गलती है उसे ही पोंछना चाहिए।" मैंने कहा, "चलो, मैं मनदीप की मदद करती हूँ।" तभी दो बच्चे और आ गए, फिर कुछ और आ गए। अब उस गिरे हुए पानी को पोंछना एक गतिविधि बन गई जिसमें एक सकारात्मक सीख भी शामिल थी।

रूढ़ियों को तोड़ना

एक दिन हमने कक्षा की सफ़ाई करने का सोचा। और जब मैंने एक बच्चे से कूड़ादान लाने को कहा, उसने तुरन्त "छी-छी" कहकर मना कर दिया। मैं मुस्कुराई, और खुद कूड़ादान उठा

लाई। बच्चों की आवाज़ गूँजी, "छी-छी, गन्दा!" उसी क्षण मुझे एहसास हुआ कि बच्चों के भीतर यह पूर्वाग्रह शायद समाज से ही आया है कि सफ़ाई केवल किसी खास समूह का, या कम महत्त्व का काम है। मैंने समझाया, "सफ़ाई करना किसी काम से कम नहीं है; यह हमारी ज़िम्मेदारी है। जैसे हम अपने घरों की सफ़ाई करते हैं, ठीक उसी तरह अपने विद्यालय, आस-पास की सफ़ाई भी हमारी ही ज़िम्मेदारी है। बच्चों ने बात को सुना, समझा तथा सहमति में सर हिलाते हुए और खुश होकर सफ़ाई करने लगे। इस अनुभव ने दिखाया कि शिक्षिका का संवाद, उदाहरण और मार्गदर्शन, बच्चों में पूर्वाग्रह तथा भेदभाव तोड़ने और नए आयामों को जोड़ने का काम करता है।

शब्दों की ताक़त

शिक्षक की छोटी-छोटी सकारात्मक टिप्पणियाँ, जैसे, "तुमने बहुत सुन्दर चित्र बनाया है"; "तुम यह कर सकते हो"; या "क्या मैं तुम्हारी मदद करूँ?"; उनके आत्मविश्वास को पंख दे सकती हैं। वहीं एक नकारात्मक टिप्पणी, जैसे, "तुम इतना भी नहीं कर पा रहे हो!"; "तुम्हें यह करना नहीं आता"; या "तुमसे नहीं हो पाएगा"; उनके मनोबल को तोड़ सकती है। इसका अनुभव मुझे भारती के बार-बार "आता है मुझे" कहने की घटना से हुआ। एक बार वह अपने जूते के फ़ीते बाँधने की कोशिश कर रही थी। कुछ क्षणों के बाद मैंने पूछा, "भारती, हो गया?" तो उसने बार-बार कहा, "मैं कर रही हूँ।" दो-तीन बार ऐसा होने पर मुझे महसूस हुआ कि कुछ तो बात है। मैं उसके पास गई और ध्यान से देखा। पता चला कि फ़ीते में गाँठ लगी हुई थी। तब मैंने धीरे-से सकारात्मक शब्दों का प्रयोग करते हुए कहा, "भारती, क्या मैं तुम्हारी मदद करूँ?" उसने हामी भरी, "हाँ, मुझे आता है।" मैंने गाँठ खोली और उसे जूते के फ़ीते बाँधने का अवसर दिया। शायद उसे डर था कि कहीं मैं उसे अयोग्य न समझ लूँ। इस अनुभव ने मुझे सिखाया कि बच्चों के सामने हमेशा ऐसे शब्दों का चयन करना बेहतर होता है जो उन्हें प्रोत्साहित करें, और उनके आत्मविश्वास को बढ़ाएँ।



कल्पना पँवार विगत 7 वर्षों से अज़ीम प्रेमजी स्कूल, उत्तरकाशी, उत्तराखण्ड में शिक्षिका के रूप में कार्यरत हैं। वह प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा के क्षेत्र में योगदान दे रही हैं, और स्कूल में आधारभूत स्तर की शैक्षणिक गतिविधियों में नियोजन तथा क्रियान्वयन का समन्वय भी कर रही हैं।

सम्पर्क : kalpana.panwar@azimpremjifoundation.org