

# कैसे बनते हैं चिन्तनशील शिक्षक?

पी सतीशकुमार

वे क्या तरीके हैं जो शिक्षक को चिन्तनशील बनने में मदद करें, एक मुश्किल सवाल है। ये तरीके कुछ तयशुदा नुस्खों से तय नहीं हो सकते हैं क्योंकि शिक्षकों के सन्दर्भ और परिस्थितियाँ अलग-अलग होती हैं जिनमें वे काम करते हैं, और निरन्तर बदलाव के लिए प्रयत्नशील रहते हैं। इसलिए ज़रूरी है कि शिक्षकों व शिक्षक-प्रशिक्षकों द्वारा आत्मचिन्तन के लिए आजमाई जा रही व्यावहारिक तरकीबों और उन्हें अमल में लाने के अनुभवों पर विमर्श हो। यह लेख कुछ ऐसे ही ठोस अनुभवों पर आधारित शिक्षणशास्त्र को प्रस्तुत करता है।



चित्र 1: सूरज की रोशनी की गति से बदलती परछाइयों के अवलोकन का टेखांकन करते विद्यार्थी (एआई के सहयोग से बना चित्र)

प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के साथ काम करने के दौरान मैंने देखा है कि वे अपने विद्यार्थियों की कितनी चिन्ता करते हैं, लेकिन उन्हें पाठ योजनाओं, कागज़ी कार्यवाही और बड़ी कक्षाओं के प्रबन्धन के बीच अपनी शिक्षण विधियों पर विचार करने का समय ही नहीं मिलता। यदि शिक्षक कुछ समय के लिए आत्मचिन्तन करें—मसलन, नोटबुक में कुछ पंक्तियाँ लिखना, दोपहर के भोजन के दौरान किसी साथी शिक्षक के साथ बातचीत करना या कक्षा के बाद स्टाफ़ रूम में चुपचाप बैठकर सोचना—तो ये क्षण उनके आत्मविश्वास और कक्षा शिक्षण में वास्तविक बदलाव ला सकते हैं।

कुछ साल पहले, शिक्षकों की एक कार्यशाला में मेरी मुलाकात शिक्षिका रहाना से हुई। वे कक्षा 3 को पढ़ाती थीं, और पीछे बैठकर चुपचाप सुन रही थीं। एक सत्र के दौरान, मैंने शिक्षकों

से कक्षा के किसी ऐसे पल को याद करने के लिए कहा जो उन्हें भली-भाँति याद हो; कुछ ऐसा जो उम्मीद से ज़्यादा अच्छा हुआ हो, या जैसा सोचा था वैसा न हुआ हो। पहले तो शिक्षिका रहाना थोड़ा झिझकीं, फिर उन्होंने विज्ञान की कक्षा में करवाई गई एक गतिविधि के बारे में बताया जिसमें उनके विद्यार्थियों को यह समझने में मुश्किल हो रही थी कि सूरज की रोशनी की गति के साथ परछाई कैसे बदलती है।

उन्होंने कहा, "शुरु में मुझे लगा कि विद्यार्थी ध्यान से नहीं सुन रहे हैं, लेकिन फिर मुझे एहसास हुआ कि मैंने उस गतिविधि को बहुत जल्दी करके दिखा दिया था।" जब उन्होंने इस बारे में और सोचा तो उन्हें समझ में आया कि उन्होंने वह गतिविधि बस एक बार करके दिखाई, और तुरन्त आगे बढ़ गई। विद्यार्थियों को यह देखने का समय ही नहीं मिला कि दिन के अलग-अलग

समय में परछाई कैसे बदलती है। विद्यार्थियों से यह उम्मीद की जा रही थी कि वे उस अवधारणा को तुरन्त समझ जाएँ। लेकिन यह अवधारणा ऐसी थी जिसके लिए उन्हें उस गतिविधि को धीरे-धीरे और बार-बार देखने की ज़रूरत थी। इस एहसास से उन्हें समझ में आया कि समस्या यह नहीं थी कि विद्यार्थी ध्यान नहीं दे रहे थे, बल्कि यह थी कि उस गतिविधि को ठीक से दिखाया नहीं गया था।

जब मैंने उनसे पूछा, "यदि अगली बार वही पाठ दोबारा पढ़ाया जाए तो वे उसमें क्या बदलेंगी?" वे मुस्कराईं और बोलीं, "मैं उन्हें हर घण्टे धूप में अपनी परछाई को देखने और बनाने दूँगी ताकि वे उस अवधारणा को अच्छी तरह से समझ जाएँ।"

मैं उस पल को कभी भूल नहीं पाया क्योंकि यह घटना सिर्फ विज्ञान का पाठ पढ़ाने की कहानी नहीं थी; यह एक ऐसी शिक्षिका के बारे में थी जो बिना किसी पूर्वाग्रह के, सिर्फ अपनी जिज्ञासा के कारण, यह सोच रही थी कि अपनी शिक्षण विधि को कैसे बेहतर बनाया जाए। एक हफ्ते बाद, शिक्षिका रहाना ने मुझे कुछ तस्वीरें भेजीं जिनमें उनके विद्यार्थियों ने ज़मीन पर अपनी परछाई के रेखाचित्र बनाए थे। मुझे इस बात का अन्दाज़ा लगाने में ज़रा भी मुश्किल नहीं हुई कि विद्यार्थियों को ये चित्र बनाते हुए कितना मज़ा आया होगा।

## असल में, चिन्तन का क्या मतलब है ?

मुमकिन है कि 'चिन्तनशील अभ्यास' शब्द सुनने में कठिन और अनावश्यक लगें। असल में, चिन्तन का मतलब है अपने शिक्षण पर ध्यान देना—क्या कारगर रहा, क्या नहीं, और इसका कारण क्या था? इसके लिए शिक्षक खुद से ये कुछ आसान सवाल पूछ सकते हैं :

- आज मैंने अपनी कक्षा में क्या देखा?
- किस बात ने मुझे चकित किया या सोचने पर मजबूर किया?
- अगली बार मैं क्या अलग तरीके से करूँगा या करूँगी?

खुद को इन सवालों के जवाब देने में कम-से-कम पाँच मिनट लगते हैं। जब शिक्षक अपने जवाबों को नियमित रूप से अपनी डायरियों में लिखते हैं तो उन्हें पैटर्न नज़र आने लगते हैं—कौन-सी गतिविधि विद्यार्थियों को व्यस्त रखती है, कब उनका ध्यान भटकता है, और छोटे-मोटे बदलाव कैसे बड़ा फ़र्क ला सकते हैं?

चिन्तन का एक और असरदार तरीका यह है कि शिक्षक अपनी कक्षा के अनुभवों को एक दूसरे के साथ बाँटें। एक क्लस्टर स्तरीय मीटिंग में, मैंने एक बार शिक्षकों से कहा कि वे अपनी कक्षा से जुड़ा कोई छोटा किस्सा या उदाहरण सबके साथ साझा करें। रमेश नाम के एक शिक्षक ने बताया कि उन्होंने वन्यजीवन पर एक पाठ पढ़ाने के बाद कैसे विद्यार्थियों को अपने पसन्दीदा जानवरों को पत्र लिखने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने बताया कि इस विचार से कक्षा में मानो जान आ गई, यहाँ तक कि चुप रहने वाले विद्यार्थी भी इसमें शामिल हुए।

जब रमेश ने यह बात साझा की तो एक अन्य शिक्षिका सुमा ने कहा कि उन्होंने भी अपनी कक्षा में अपने विद्यार्थियों से विद्यालय के मैदान में मौजूद पेड़ों को पत्र लिखने के लिए कहा था। जल्दी ही ये बातचीत विचारों के एक मज़ेदार लेन-देन में बदल गई। कमरे में तो जैसे एक नई ऊर्जा भर गई। शिक्षक अब सिर्फ अपने प्रशिक्षक की बात ही नहीं सुन रहे थे, बल्कि एक दूसरे से सीख भी रहे थे।

उस दिन मुझे महसूस हुआ कि आत्मचिन्तन हमेशा एक अकेली गतिविधि या अभ्यास नहीं होना चाहिए। जब शिक्षक खुले तौर पर अपने अनुभवों—सफलताओं और असफलताओं—दोनों के बारे में बात करते हैं तो वे ज्ञान का एक साझा भण्डार बनाते हैं जिसकी जगह कोई भी पाठ्यपुस्तक या प्रशिक्षण मार्गदर्शिका नहीं ले सकती।

## शिक्षक-प्रशिक्षक कैसे मदद कर सकते हैं ?

चिन्तन करना आसान नहीं है। शिक्षकों को लगता है कि उनके पास समय नहीं है, या विद्यालय खुली चर्चा को प्रोत्साहित नहीं करते हैं। कुछ को लगता है कि अपनी ग़लतियाँ मानने को कहीं उनकी कमज़ोरी न समझ लिया जाए। इसीलिए चिन्तन बहुत मायने रखता है, और इसे समर्थन की आवश्यकता है। चिन्तन शिक्षकों को अपने शिक्षण की ज़िम्मेदारी लेने के लिए मजबूत बनाता है। इससे कक्षा के रोज़मर्रा के कार्य, सीखने के अवसरों में बदल जाते हैं, और साथ ही शिक्षकों को अपना विकास करने में भी मदद मिलती है। जैसे—एक शिक्षक को कोई पाठ पढ़ाने के बाद लग सकता है कि केवल कुछ विद्यार्थियों ने ही जवाब दिए, जबकि बाक़ी चुप रहे। इस बारे में सोचने के बाद वे तय कर सकते हैं कि अगले दिन वे जोड़ियों में बातचीत कराएँगे, या समूह कार्य कराएँगे ताकि ज़्यादा विद्यार्थियों को बोलने का अवसर मिले। सोच-समझकर किए गए ऐसे छोटे बदलाव विद्यार्थियों की भागीदारी और उनकी समझ को बेहतर बनाते हैं।

जब शिक्षक कक्षा में पढ़ाने के बाद पाँच मिनट का समय निकालकर ये सोचते हैं कि आज मेरे विद्यार्थियों ने वास्तव में क्या सीखा, तो इससे सीखने-सिखाने की पूरी प्रक्रिया और भी अच्छी हो जाती है।

शिक्षक-प्रशिक्षक की भूमिका पारम्परिक अर्थ में शिक्षकों को 'प्रशिक्षित' करना नहीं है, बल्कि सही अर्थ में ऐसा माहौल बनाना है जहाँ वे सुरक्षित रूप से अपने शिक्षण के तरीकों के बारे में सोच सकें और बात कर सकें। जब मैं विद्यालयों का दौरा करने जाता हूँ तो सबसे पहले यह पूछता हूँ कि आपकी कक्षा में इस सप्ताह जो कुछ अच्छा हुआ, उसके बारे में मुझे बताइए।

यूँ तो यह सवाल आसान और छोटा-सा है, लेकिन इससे एक सार्थक बातचीत की शुरुआत होती है। शिक्षक अपने 'वाह-वाह' पलों के बारे में बात करते हैं, जैसे कि एक शर्मीला विद्यार्थी आत्मविश्वास से जवाब दे रहा था, एक समूह गतिविधि अच्छी तरह से हुई, या पुराने चार्ट से कोई रचनात्मक चीज़ बनाई गई। इसके बाद हम धीरे-धीरे इस बात पर आते हैं कि क्या ठीक नहीं रहा, और अगली बार उसे बेहतर करने के लिए क्या किया जा

सकता है। मसलन, कोई शिक्षक बता सकता है कि वर्कशीट वाली गतिविधि में विद्यार्थियों को मज़ा नहीं आया जिससे उनका ध्यान भटक गया। चर्चा के माध्यम से, शिक्षक यह निर्णय ले सकते हैं कि अगली बार वे इसकी जगह कोई व्यावहारिक कार्य करवाएँगे, या उस विषय पर चर्चा करेंगे। कोई दूसरा शिक्षक महसूस कर सकता है कि कक्षा को दिए गए उनके निर्देश स्पष्ट नहीं थे, इसलिए वे तय कर सकते हैं कि भविष्य में विद्यार्थियों को जो भी काम दिया जाएगा, उसके बारे में वे स्पष्ट रूप से निर्देश देंगे।

“ जब शिक्षक चिन्तन करते हैं तो वे ज़्यादा जागरूक, ज़्यादा प्रतिक्रिया देने वाले और ज़्यादा आत्मविश्वासी बनते हैं। उनकी कक्षा में कुछ नया जानने की इच्छा का माहौल बन जाता है। चिन्तन-मनन के लिए किसी ख़ास समय या उपकरण की ज़रूरत नहीं होती; इसके लिए बस ध्यान और ईमानदारी चाहिए। ”

आत्मचिन्तन की क्षमता को बढ़ाना ज़रूरी है। हमें शिक्षकों को उनके अपने अनुभव से सीखने में मदद करनी होगी। इसे सिखाया नहीं जा सकता।

## एक आदत के रूप में आत्मचिन्तन

पिछले कुछ सालों में मैंने ऐसे शिक्षकों को देखा है जो पहले चिन्तन करने से कतराते थे, पर अब वे इसे अपनाते लगे हैं। कुछ शिक्षक अपनी डायरी में रोज़ दो या तीन लाइनें लिखते हैं तो कुछ छोटे-छोटे समूह बनाते हैं, और एक समय तय करके अपनी कक्षा के अनुभवों को एक दूसरे को बताते हैं। कुछ शिक्षक अपने विद्यार्थियों से यह पूछकर उन्हें भी सोचने के लिए प्रोत्साहित करते हैं कि आज तुम्हें अपनी पढ़ाई में सबसे अच्छा क्या लगा।

धीरे-धीरे चिन्तन-मनन विद्यालय संस्कृति का हिस्सा बन जाता है, जहाँ शिक्षक अपने अनुभवों को साझा करने के लिए उत्सुक होने लगते हैं। ऐसा तब होता है जब स्टाफ़ मीटिंग, क्लस्टर

मीटिंग या अनौपचारिक बातचीत के दौरान चिन्तन-मनन को महत्व दिया जाता है, और शिक्षक बिना किसी डर के अपनी बात कहने में सुरक्षित महसूस करते हैं। धीरे-धीरे शिक्षकों को लगने लगता है कि चिन्तन-मनन करना कोई अतिरिक्त कार्य नहीं है, बल्कि यह तो उनके काम का एक स्वाभाविक अंग है। इससे कक्षाएँ अधिक प्रयोगात्मक और अधिक जीवन्त हो जाती हैं।

## अन्त में

अपनी पिछली एक कार्यशाला में मैंने कक्षा 4 की शिक्षिका मिस मगथी से पूछा कि उनकी कक्षा कैसी चल रही है? उन्होंने कहा, “मैं अपने पाठ के बारे में लिखती रहती हूँ। जब मैं अपने पुराने नोट पढ़ती हूँ तो मुझे पता चलता है कि मैं कितनी बदल गई हूँ।” उन्होंने बताया कि पहले वे पाठ्यपुस्तकों और शिक्षकों की बातों पर बहुत अधिक निर्भर रहती थीं, लेकिन धीरे-धीरे उन्होंने देखा कि उनके नोट्स में काफ़ी बदलाव आए हैं; अब वे विद्यार्थियों के साथ बातचीत, सामूहिक गतिविधियों और सवाल-जवाब की तरफ़ ज़्यादा ध्यान देती हैं। इससे उन्हें अपने पेशेवर विकास को पहचानने में मदद मिली। उनके शब्दों ने चिन्तन-मनन की भावना को पूरी तरह से व्यक्त किया है—ज़रूरी यह नहीं है कि हम बिल्कुल सही हो गए हैं या नहीं, बल्कि यह है कि हम अपने विकास को लेकर जागरूक हैं या नहीं।

जब शिक्षक चिन्तन करते हैं तो वे ज़्यादा जागरूक, ज़्यादा प्रतिक्रिया देने वाले और ज़्यादा आत्मविश्वासी बनते हैं। उनकी कक्षा में कुछ नया जानने की इच्छा का माहौल बन जाता है। चिन्तन-मनन के लिए किसी ख़ास समय या उपकरण की ज़रूरत नहीं होती; इसके लिए बस ध्यान और ईमानदारी चाहिए।

शिक्षक के पास अनगिनत कहानियाँ होती हैं—कुछ ऐसे पाठ जो बहुत अच्छी तरह से पढ़ाए गए, और कुछ ऐसे भी जो और बेहतर हो सकते थे। इन्हीं कहानियों में उनके काम को और बेहतर बनाने के अवसर छिपे होते हैं। चिन्तन खुद से की जाने वाली एक शान्त बातचीत है; थोड़ा रुकने और सीखने का काम है। मसलन, विद्यालय के बाद एक नोट लिखना, किसी साथी शिक्षक के साथ बातचीत करना, या शान्त मन से अपने-आप से कोई सवाल पूछना; हर चिन्तन शिक्षक को भीतर से मज़बूत बनाता है।

अँग्रेज़ी से नलिनी रावल द्वारा अनुवादित।



**पी सतीशकुमार** तमिलनाडु के इरोड में एक शिक्षक और शिक्षक-प्रशिक्षक के रूप में कार्यरत हैं। वे शिक्षकों के पेशेवर विकास कार्यक्रम में सक्रिय रूप से हिस्सा लेते हैं।

सम्पर्क : [engsathish.kumar@gmail.com](mailto:engsathish.kumar@gmail.com)