इग्नू
जन जन का
विश्वविद्यालय

इंदिरा गाँधी
राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय
शिक्षा विद्यापीठ

BES-121

बाल्यावस्था और वृद्धि

खण्ड

3

बाल्यावस्था और किशोरावस्था में क्रांतिक वाद–विवाद

इकाई 8

संचार माध्यमों के साथ विकास 5

इकाई 9

किशोरों को प्रभावित करने वाले समकालीन मुद्दे 24

इकाई 10

किशोरों के लिए जीवन कौशल शिक्षा 43

इकाई 11

बालकों के अधिकार और कानून–व्यवस्था 64

विशेषज्ञ समिति

प्रो. आई. के. बंसल (अध्यक्ष)
पूर्व अध्यक्ष, प्रारंभिक शिक्षा विभाग,
राष्ट्रीय शैक्षणिक अनुसन्धान एवं
प्रशिक्षण परिषद्

प्रो. श्रीधर वसिष्ठ
पूर्व कुलपति
श्री लाल बहादुर शास्त्री राष्ट्रीय संस्कृत
विद्यापीठ
नई दिल्ली

प्रो. परवीन सिंक्लेयर
पूर्व निदेशक, राष्ट्रीय
शैक्षिणक अनुसन्धान एवं प्रशिक्षण
परिषद
विज्ञान विद्यापीठ
इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त
विश्वविद्यालय
नई दिल्ली

प्रो. ऐजाज मसीह
शिक्षा संकाय, जामिया मिलिया
इस्लामिया,
नई दिल्ली

प्रो. प्रत्यूष कुमार मंडल
डी.ई.एस.एस.एच.
राष्ट्रीय अनुसन्धान एवं प्रशिक्षण
परिषद्, नई दिल्ली

प्रो. अंजू सहगल गुप्ता
मानविकी विद्यापीठ
इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त
विश्वविद्यालय,नई दिल्ली

प्रो. एन.के. दाश (निदेशक)
शिक्षा विद्यापीठ
इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त
विश्वविद्यालय, नई दिल्ली

प्रो. एम.सी. शर्मा
(कार्यक्रम समन्वयक बी.एड)
शिक्षा विद्यापीठ
इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त
विश्वविद्यालय,
नई दिल्ली

डॉ. गौरव सिंह
(कार्यक्रम सहसमन्वयक बी.एड)
शिक्षा विद्यापीठ
इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त
विश्वविद्यालय, नई दिल्ली

विशेष आमंत्रित (शिक्षा विद्यापीठ संकाय)

प्रो. वेंकटेश्वरलू
प्रो. अमिताभ मिश्रा
प्रो. पूनम भूषण
प्रो. आयशा कन्नड़ी
डॉ. एम.वी. लक्ष्मी रेड्डी

डॉ. भारती डोगरा
डॉ. वन्दना सिंह
डॉ. एलिजाबेथ कुरूविला
डॉ. निराधार डे
डॉ. अंजुली सुहाने

पाठ्यक्रम समन्वयक : डॉ. एलिजाबेथ कुरूविला,शिक्षा विद्यापीठ,इग्नू

पाठ्यक्रम निर्माण दल

इकाई 8
डॉ. अमिता पुरी
एसोसिएट प्रोफेसर
एमिटी विश्वविद्यालय
हरियाणा

इकाई 9
डॉ. सुतपा बोस
एसोसिएट प्रोफेसर
शिक्षा विद्यापीठ
इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय

इकाई 10
प्रो. के.एस. जोसफ
प्रोफेसर (सेवानिवृत्त)
शिक्षा विभाग
एम.एस. विश्वविद्यालय, बरौदा

इकाई 11
डॉ. पी.डी. सुभाष
असिस्टेन्ट प्रोफेसर
योजना एवं निगरानी विभाग
एनसीईआरटी, नई दिल्ली

विषयवस्तु संपादन
प्रो. जेसी अब्राहम
आई.ए.एस.ई. शिक्षा संकाय
जामिया मिलिया इस्लामिया
नई दिल्ली

पाठ्यक्रम संरचना एवं प्रारूप संपादन
डॉ. एलिजाबेथ कुरूविला
असिस्टेन्ट प्रोफेसर
शिक्षा विद्यापीठ
इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त
विश्वविद्यालय

अनुवादक दल

अनुवादक
डॉ. सरोजिनी डब्ल्यू. आर्या
संयुक्त निदेशक (सेवानिवृत)
केंद्रीय अनुवाद ब्यूरो
नई दिल्ली

हिन्दी पुनरीक्षण
डॉ. अभिषेक तिवारी
असिस्टैंट प्रोफेसर
श्री लाल बहादुर शास्त्री
राष्ट्रीय संस्कृत विद्यापीठ
नई दिल्ली

प्रूफ रीडिंग
डॉ. दयाशंकर मिश्रा
प्रवक्ता
राजकीय वरिष्ठ
माध्यमिक बाल विद्यालय
हौजरानी, नई दिल्ली

सचिवालयीय सहायक
मोहम्मद इमरान राइनी
जे.ए.टी. शिक्षा विद्यापीठ
इग्नू, नई दिल्ली

सामग्री उत्पादन

प्रो. सरोज पाण्डेय
निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ
इग्नू
नई दिल्ली

श्री एस. एस. वेंकटचलम
सहायक सचिव (प्रकाशन)
इग्नू
नई दिल्ली

सितम्बर, 2016 (संशोधित)
© : इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, 2016
ISBN :
सर्वाधिकार सुरक्षित। इस सामग्री के किसी भी अंश को इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय की लिखित अनुमति के बगैर किसी भी रूप में मिमियोग्राफी (चक्र मुद्रण) द्वारा अथवा किसी अन्य साधन से पुनः प्रस्तुत करने की अनुमति नहीं है।
इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय के पाठ्यक्रमों के विषय में अधिक जानकारी विश्वविद्यालय के शिक्षा विद्यापीठ के कार्यालय, मैदान गढ़ी नई दिल्ली–110068 से अथवा इग्नू की आधिकारिक वेबसाइट www.ignou.ac.in से प्राप्त की जा सकती है।
इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ द्वारा मुद्रित और प्रकाशित।
लेजर टाइप सैट– ग्राफिक प्रिंटर्स, 204, पंकज टॉवर, मयूर विहार फेस 1, दिल्ली – 110091
मुद्रण – चन्द्र प्रभु ऑफसेट प्रिंटिंग वर्कस प्राईवेट लिमिटेड, सी–40, सेक्टर–8, नोएडा–201301

BES-121: बाल्यावस्था और वृद्धि

खण्ड 1: बाल्यावस्था और किशोरावस्था को समझना

इकाई 1 बाल्यावस्था और किशोरावस्था की अवधारणा

इकाई 2 सामाजीकरण एवं विविध परिस्थितियों में वृद्धि

इकाई 3 सामाजीकरण के अभिकरण

खण्ड 2: वृद्धि : शैशवावस्था से प्रौढ़ावस्था

इकाई 4 वृद्धि और विकास की समझ

इकाई 5 बाल विकास में विभिन्न परिप्रेक्ष्य

इकाई 6 बाल विकास के आयाम

इकाई 7 बच्चों और किशोरों के अध्ययन की विधियाँ

खण्ड 3: बाल्यावस्था और किशोरावस्था में क्रांतिक वाद–विवाद

इकाई 8 संचार माध्यमों के साथ विकास

इकाई 9 किशोरों को प्रभावित करने वाले समकालीन मुद्दे

इकाई 10 किशोरों के लिए जीवन–कौशल शिक्षा

इकाई 11 बालकों के अधिकार और कानून–व्यवस्था

ignou THE PEOPLE'S UNIVERSITY

खण्ड 3 बाल्यावस्था और किशोरावस्था में क्रांतिक वाद–विवाद

प्रस्तावना

इस खण्ड से बाल्यावस्था और किशोरावस्था के दौरान उठने वाले विभिन्न प्रकार के वाद–विवादों के बारे में जानकारी प्राप्त होती है। बाल्यावस्था और किशोरावस्था की विभिन्न अवस्थाओं में से गुजरते समय आपने कई प्रकार की समस्याओं और मुद्दों का सामना किया होगा। आप जानते हैं कि किशोरावस्था एक क्रांतिक मोड़ होती है जिस समय आपका व्यवहार सबको स्वीकार्य होना चाहिए। विकास की प्रक्रिया के दौरान किशोर अपने स्वयं के अन्दर तथा दूसरों के साथ विभिन्न प्रकार के अन्तर्द्वन्द्व का अनुभव तथा अनेक समस्याओं का सामना भी करते हैं। इस खंड में इन सभी मुद्दों और समस्याओं तथा इन समस्याओं से जूझने के लिए आवश्यक जीवन कौशलों तथा विभिन्न संगठनों की भूमिका और बच्चों के अधिकार की सुरक्षा के लिए व्यवस्था की विस्तृत और व्यापक जानकारी दी जाएगी।

इस खंड में चार इकाइयाँ हैं।

- इकाई 8 जिसका शीर्षक ''संचार माध्यमों के साथ विकास'' है ऐसा मुद्दा है जो अध्यापकों और अभिभावकों की चिंताओं की लम्बी सूची प्रस्तुत करता है। इस इकाई में बच्चों पर संचार माध्यमों के प्रभाव की विस्तृत चर्चा की गई है और कल के भावी नागरिक बच्चों के जीवन में संरचनात्मक तरीके से संचार माध्यमों को सही तरीके से उपयोग करने के तरीके और साधन बताए गए हैं। इस इकाई में संचार माध्यम के दायरे में लिंग रूढ़िवादिता पर भी विचार विमर्श किया गया है।
- इकाई 9 में किशोरों के सामने आने वाली समस्याओं और इन समस्याओं के समाधान में अध्यापक की भूमिका के बारे में ध्यान केन्द्रित किया गया है। इस इकाई में विशेष रूप से किशोर की समस्याओं पर ध्यान दिया गया है जिसमें किशोरों की कुछ मुख्य समस्याएं, जैसे किशोरों के साथ उचित और अनुचित व्यवहार, किशोरी गर्भावस्था, यौन–संचरित रोग, अवसाद, इन्टरनेट उपयोग की बाध्यता शामिल हैं। इस इकाई के अन्त में अध्यापक द्वारा इन समस्याओं को रोकने और मध्यस्थता करने के तरीकों पर विचार–विमर्श किया गया है।
- इकाई 10 जीवन कौशल और जीवन कौशल शिक्षा को समझने में सहायता करेगी। आप जानते ही हैं कि किशोर बड़ी आसानी से जोखिम भरे व्यवहार प्रदर्शित करने के लिए प्रेरित हो जाते हैं। यहीं पर उनके लिए जीवन कौशलों की महत्ता बढ़ जाती है। जीवन कौशल एक प्रकार का सामर्थ्य है जो किशोरों को जीवन में आने वाली समस्याओं का सकारात्मक अभिवृत्ति के साथ सामना करने के लिए सहायता प्रदान कर सकता है तथा इसकी वजह से वे अपने सभी कार्य प्रभावशाली रूप में कर सकते हैं।
- इकाई 11 में हम भारत के सांस्कृतिक संदर्भ में बाल अधिकार विषय पर विवेचन करेंगे। आपको यह जानकारी होगी कि संयुक्त राष्ट्र बाल अधिकार सम्मेलन में बच्चों के विभिन्न अधिकारों की सूची में कौन से अधिकार शामिल किए गए हैं। यह एक अन्तर्राष्ट्रीय संगठन है जो बच्चों के अधिकार स्थापित करने की दिशा में काम कर रहा है। बच्चों के अधिकार की सुरक्षा में प्रमुख संगठनों की भूमिका और महत्त्व पर भी इस इकाई में विस्तार से चर्चा की गई है। अन्त में, बच्चों के अधिकार की सुरक्षा में अध्यापक की भूमिका के बारे में चर्चा की गई है।

इस तरह इस खंड में आपको बाल्यावस्था और किशोरावस्था के वाद–विवादों पर अधिक सोच विचार करने और जानकारी हासिल करने की उत्सुकता होगी, आप बाल अधिकारों की जाँच कर सकेंगें और बच्चों में जीवन कौशलों को विकसित करने की आवश्यकता को समझ सकेंगें।

इकाई 8 संचार माध्यमों के साथ विकास

संरचना

8.1 प्रस्तावना

8.2 उद्देश्य

8.3 बच्चों द्वारा संचार माध्यमों का उपयोग

8.4 जन संचार माध्यमों में लिंग रूढ़िवादिता की रचना

8.4.1 टेलीविजन कार्यक्रमों में लिंग रूढ़िवादिता

8.4.2 विज्ञापन में महिलाओं (लिंग) की भूमिकाएँ

8.4.3 संचार माध्यमों में बच्चों और किशोरों का चित्रण

8.5 बच्चों पर संचार माध्यमों का प्रभाव

8.5.1 संचार माध्यम और सामाजिक संसार के बारे में सीखना

8.5.2 सामाजिक संचार माध्यम और सृजनता

8.5.3 संचार माध्यम और साथी संस्कृति

8.5.4 बच्चों के जीवन में संचार माध्यम हिंसा

8.6 अध्यापकों और अभिभावकों की भूमिका

8.7 सारांश

8.8 इकाई अन्त्य अभ्यास

8.9 आपकी प्रगति जाँच के उत्तर

8.10 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

8.1 प्रस्तावना

बच्चे आजकल अपनी प्रारंभिक आयु से ही बड़ी तीव्रता के साथ ऑनलाइन हो रहे हैं क्योंकि बाजार में टैबलेट और टच स्क्रीन जैसी विभिन्न युक्तियों की तीव्र वृद्धि हो रही है। घर, स्कूल, कैफे अथवा दोस्त के घर पर इस प्रकार के प्रौद्योगिक यंत्र (gadgets) का उपयोग करने वाले बच्चों की संख्या में पिछले वर्षों की में तुलना अधिक बढ़ोत्तरी हो रही है। वास्तव में वर्तमान समय में संचार माध्यम बच्चे के साथी के रूप में काम कर रहा है जो उनके साथ चौबीस घंटे (24x7) उपलब्ध रहता है और उनके मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक स्वास्थ्य (कल्याण) को प्रभावित करता है। इस तरह हम कह सकते हैं कि ऐसे प्रौद्योगिकीय अन्वेषणों जैसे, टेलीविजन, फिल्म, पुस्तकें अथवा कुंजीनुमा संचार माध्यम (डिजिटल मीडिया) का सर्वव्यापी विश्व ही क्यों न हो, ये बच्चों और किशोरों के लिए गतिकीय और विघटनकर्ता तत्वों के रूप में कार्य करते हैं और उनके जीवन में संचार माध्यमों की भूमिका को बदल देते हैं। बच्चे और किशोर अब कुंजीनुमा निवासी बन गए हैं जो अपने शैशवकाल से अपरिवर्तनीय कुँजीनुमा पारिस्थितिकी की ओर ऑन लाइन होने को प्रेरित हो जाते हैं और यह प्रकृति चलनीय संचार माध्यम से और अधिक बढ़ती जा रही है।

बच्चों के जीवन में संचार माध्यमों की भूमिका ने निम्नलिखित प्रश्न खड़े कर दिए हैं :–

- बच्चे विभिन्न प्रकार के संचार माध्यमों के साथ कितने समय तक जुड़े रहते हैं?

- बच्चे संचार माध्यम का किस तरह उपयोग करते हैं?
- संचार माध्यम बच्चों के जीवन को कैसे प्रभावित करते हैं?

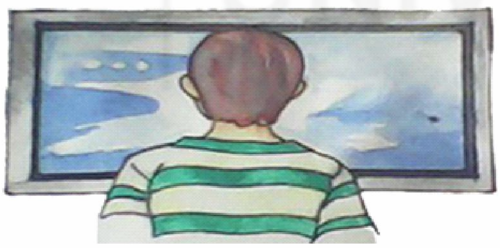
इस इकाई में हम तीसरे प्रश्न पर ही मुख्य रूप से विचार करेंगे, क्योंकि यह एक अत्यधिक महत्त्वपूर्ण मुद्दा है जो बच्चों के विकास से संबंधित है। अध्यापक और भावी अध्यापकों के रूप में हमें बच्चों पर संचार माध्यमों के प्रभावों को समझने की आवश्यकता है और ऐसे तरीके और साधन ढूंढ निकालने हैं, जिससे बच्चों को जो भविष्य के नागरिक हैं, की इस प्रवृत्ति को रचनात्मकता से जोड़ा जा सके।

8.2 उद्देश्य

इस इकाई का अध्ययन करने के बाद आप निम्नलिखित के योग्य बन जाएंगे :–

- संचार माध्यमों में लिंग रूढ़िवादिता के प्रभावों को पहचान लेंगे।
- विज्ञापन में लिंग भूमिका के प्रभाव को विस्तार से जानेंगें।
- सामाजिक संचार माध्यमों और सृजनता के बीच संबंधों पर चर्चा कर सकेंगे।
- इस बात का विवेचन कर सकेंगे कि साथी संस्कृति किस तरह लिंग रूढ़िवादिता को प्रभावित करती है।
- अध्यापक और अभिभावकों के द्वारा बच्चों पर संचार माध्यमों के नकारात्मक प्रभावों को कम करने के लिए अपनाई जाने वाली नीतियों पर विचार विमर्श कर सकेंगे।
- संचार माध्यमों के संदेश और कार्यक्रमों का प्रभावशाली रूप में विश्लेषण कर सकेंगें।
- संचार माध्यमों के प्रभाव को विनियमित करने के लिए अध्यापकों और अभिभावकों की भूमिका के बारे में उनको सुग्राही बना सकेंगे।

8.3 बच्चों द्वारा संचार माध्यमों का उपयोग



चित्र 8.1: बच्चा टेलीविजन देखते हुए

बच्चों का जीवन संचार माध्यमों– जैसे परम्परागत टेलीविजन से लेकर नये संचार माध्यमों जैसे आईपैड, टेबलैट, एप्स वाले मोबाइल और सामाजिक जनसंचार माध्यमों से महत्त्वपूर्ण रूप से प्रभावित हो रहा है। आज के बच्चे अपने मनोरंजन माध्यमों के लिए एक दिन में औसतन 7 घंटे खर्च कर रहे हैं, जिसमें टेलीविजन, कंप्यूटर, सेलफोन और अन्य इलेक्ट्रॉनिक युक्तियाँ शामिल हैं। अध्ययन बताते हैं कि संचार माध्यमों का अधिकता से उपयोग बच्चों में ध्यान न लगने, विद्यालय की कठिनाइयों और नींद तथा खाने के विकार और अधिक मोटापे की समस्याएँ उत्पन्न करता है। इसके अतिरिक्त इन्टरनेट और सेलफोन, अनुचित और जोखिम भरे व्यवहारों के लिए बहुत उपयुक्त मंच उपलब्ध कराते हैं। इसलिए आजकल अध्यापकों और अभिभावकों की भूमिका अत्यधिक महत्त्वपूर्ण हो गई है ताकि हमारे बच्चे ऑन लाइन ऐसी अवांछित गतिविधियां न देख सकें जो उनके मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए बेहतर नहीं हैं।

संचार माध्यम जो परस्पर प्रतिक्रियावादी प्रौद्योगिकी के अन्तर्गत आता है, को सामाजिक परस्पर प्रतिक्रियाओं के बीच मध्यस्थता करने के लिए एक सांस्कृतिक साधन माना जाता है जिससे **व्योगोत्सकी का समाज–संस्कृति सिद्धान्त** समकालीन सम्प्रेषण अनुसंधानकर्त्ताओं के लिए तत्संबंधी बन जाता है। समाज–संस्कृति सिद्धान्त के दो विचार (1) प्रधान गतिविधि और (2) समीपस्थ विकास का क्षेत्र इस कुँजीनुमा काल में बच्चों के जीवन को बड़ी गहराई से प्रतिध्वनित करते हैं। व्योगोत्सकी के अनुसार बच्चों में प्रधान गतिविधियाँ विशेष संस्कृति में ही व्यापक होती हैं। कुँजीनुमा काल में संचार माध्यम और परस्पर प्रतिक्रियावादी प्रौद्योगिकी के साथ व्यस्त रहने की बात को बच्चों के लिए एक प्रधान गतिविधि के रूप में माना जाना चाहिए। इसलिए संचार माध्यम को प्रधान गतिविधि के रूप में समझना चाहिए जो बच्चों तथा उनके व्यापक सांस्कृतिक परिवेश को प्रभावित करता है।

समीपस्थ विकास का क्षेत्र (ZPD) का विचार इस बात की व्याख्या करता है कि एक बच्चा दूसरे बच्चे को देखकर किस तरह सीखता है। जेड.पी.डी. अधिक विशेषज्ञता प्राप्त वयस्कों के मार्गदर्शन में बच्चों के वास्तविक विकास के स्तर और उसके विकास के अन्तर्निहित स्तर के बीच की दूरी है। सामाजिक परस्पर प्रतिक्रिया के रूप में संचार माध्यम का उपयोग करते समय बच्चा, विश्व में होने वाली सामाजिक घटनाओं के द्वारा अपनी समझ को बनाने के द्वारा सीखता है। यह तथ्य आधारभूत ढाँचे के रूप में माना जाता है। उदाहरण के लिए इन्टरनेट की सहायता से बच्चे वयस्कों के लिए निर्दिष्ट साइटों पर चले जाते हैं और इस तरह विभिन्न विषयों के बारे में अपने ज्ञान को बढ़ा लेते हैं।

ignou THE PEOPLE'S UNIVERSITY

8.3.1 बच्चे ऑनलाइन क्या करते हैं?

चित्र 8.2: बच्चे द्वारा आई पैड का उपयोग

इन्टरनेट की वृद्धि और आसानी से उस तक पहुँच ने बच्चों को अल्पायु से ही सामाजिक संचार माध्यमों का उत्कट उपयोगकर्त्ता बना दिया है। वे शीघ्र ही इन्टरनेट पर गेम खेलते हैं, फेसबुक, यू ट्यूब और गूगल का इस्तेमाल करते हैं। उनका बहुत सारा समय संदेश भेजने, सम्मतियाँ देने और अपनी स्वयं की परिस्थिति को अद्यतन करके आगे भेजने में खर्च हो जाता है। दूसरे शब्दों में जैसा वे चाहते हैं वे पसन्द करते हैं, भेजते हैं और दूसरों से अपने विचार बाँटते हैं। वे इसे अत्यधिक मूल्यवान समझते हैं।

- संचार माध्यम बच्चों को किस तरह लाभ पहुँचा सकते हैं?
- ऐसे विभिन्न तरीके हैं जिनके द्वारा संचार माध्यम बच्चों को लाभ पहुँचाते हैं। आइए हम इन तरीकों के बारे में जानकारी हासिल करें जिनके द्वारा छोटे बच्चों को लाभ प्राप्त होता है :–
- ऐसे अनेक कंप्यूटर खेल तथा शैक्षिक एप्स हैं जो बच्चों में पढ़ाई लिखाई के कौशलों को सीखने के लिए रूचिपूर्ण ही नहीं बल्कि मनोरंजक भी बनाते हैं।
- बच्चे विभिन्न प्रकार के आकार और साइजों को घटाने, जोड़ने, हिसाब करने आदि से परिचित तो हो ही जाते हैं साथ ही अपना मनोरंजन भी कर लेते हैं। इस तरह वे संख्याओं का कौशल सीख जाते हैं।

- यह रूचिपूर्ण है कि बच्चों में सहयोग, समन्वय, एक दूसरे के साथ बाँटना, दूसरों को देना और अगुवाई करना जैसे व्यवहारों का भी विकास हो जाता है। जब वे कंप्यूटर गेम खेलते हैं तथा शैक्षिक वीडियो का इस्तेमाल करते हैं तो उनमें सामाजिक कौशलों का अर्जन हो जाता है।

बड़े बच्चे भी विभिन्न तरीकों से लाभान्वित होते हैं :–

- ऐसे बच्चों में अपनी आयु के अनुसार विभिन्न एप्स और गेम के द्वारा समालोचनात्मक सोच विचार करने और समस्या–समाधान करने का कौशल आ जाता है। अध्यापक को स्वयं को इस प्रकार की प्रौद्योगिकी विकास की जानकारी रखने की आवश्यकता होती है।
- वे पारिवारिक मूल्यों से अवगत होते हैं और धीरे–धीरे अन्य लोगों की आवश्यकता और हितों को देखकर अपनी जरूरतों के प्रति स्वयं ही समायोजन और अनुकूलन सीख जाते हैं। यह अनेक प्रकार के गेम, और प्रश्नोत्तरी (क्विज) के द्वारा संभव होता है जो शैक्षिक एप्स के रूप में उपलब्ध होते हैं।
- ऐसे भी एप्स हैं जो सृजनात्मक सोच को विकसित करने वाले पाए गए हैं। यह बच्चों के उर्वरक दिमाग में विभिन्न प्रकार के कल्पनात्मक दृश्यों को विकसित में महत्त्वपूर्ण रूप से प्रेरित करते हैं। अध्यापक को केवल सृजनात्मक कला, मिट्टी प्रतिरूपण (क्ले मॉडलिंग), ग्राफिक्स और डिजाइन बनाने में बस एक चिंगारी जलाने की आवश्यकता होती है।

किशोरों को भी इससे अनेक तरह के लाभ होते हैं :–

- वे सामाजिक कौशलों का विकास करते हैं और ऑनलाइन शिष्टाचार सीखते हैं जो उनको लोगों और संगठनों के साथ व्यवहार करने में सहायता करते हैं।
- इससे उनको अपने भविष्य के व्यवसायों के लिए विभिन्न प्रकार की जानकारी प्राप्त होती है जैसे– एक विद्यार्थी जो विभिन्न प्रकार की प्रतिस्पर्धात्मक परीक्षाओं की तैयारी करना चाहता है, उसे बहुत सी वेबसाइट मिल जाती है जो उसे परीक्षा की तैयारी करने में सहायता पहुँचाती हैं।

चित्र 8.3: इन्टरनेट तक पहुँच

- एक विद्यार्थी जो गिटार बजाना सीखना चाहता है वह गिटार बजाना सीखने के लिए ऑनलाइन विभिन्न शिक्षकीय (ट्यूटोरियल) सामग्री प्राप्त कर सकता है और गिटार कैसे बजाना है सीख सकता है।
- इससे उनके सामान्य ज्ञान में भी वृद्धि और सुधार होता है जिससे वे अपनी राजनीतिक जागरूकता को दुरूस्त कर सकते हैं जो प्रतिस्पर्धात्मक परीक्षाओं में उनकी व्यापक रूप से सहायता करेगी।
- वे सीरियल देखने के द्वारा अपने नैतिक व्यवहार को भी बेहतर बना सकते हैं जो अच्छे मूल्यों को अपने अन्दर निहित करने और उनके महत्त्व को समझने पर ज़ोर देते हैं।

अपनी प्रगति जाँचें – 1

नोट: (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

i) उदाहरण देकर विस्तार से बताएं कि संचार माध्यम छोटे बच्चों को कैसे लाभ पहुँचा सकते हैं?

....

....

....

....

ii) क्या आप सोचते हैं कि संचार माध्यम किशोरों को लाभ पहुँचा सकते हैं? अपने उत्तर के लिए कारण बताएं।

....

....

....

....

8.4 संचार माध्यमों में लिंग रूढ़िवादिता की रचना

संचार माध्यमों में लिंग रूढ़िवादिता के ब्यौरे में जाने से पूर्व, यह उपयोगी है कि संचार माध्यमों मे लिंग प्रर्दशित करने के तरीके का विश्लेषण किया जाए। निम्नलिखित प्रश्नों से हमें विज्ञापनों और टेलीविजन कार्यक्रमों में स्त्री और पुरूष को प्रदर्शित करने में किए जाने वाले (भेदभावों) अन्तरों पर ध्यान केन्द्रित करने में सहायता मिलेगी।

- क्या संचार माध्यमों में महिलाओं और पुरूषों को बराबरी से प्रदर्शित किया जाता है या फिर संतुलन में विषमता होती है?
- क्या महिला रिपोर्टर अपना काम कुछ ही विषयों तक सीमित रखती हैं।
- क्या परम्परागत स्त्री–पुरूष की भूमिकाएं दृढ़ता से स्थापित हो गई हैं जैसे उदाहरण के लिए महिलाओं को घर के अन्दर दिखाया जाता है और पुरूषों को घर के बाहर व्यवसाय करते हुए दिखाया जाता है?
- क्या स्वतंत्र और सक्रिय महिलाओं को महान महिलाओं के रूप में दिखाया जाता है और अन्य महिलाओं को भावनात्मक और आज्ञाकारी महिलाओं के रूप में दिखाया जाता है?
- क्या महिलाओं को प्राथमिक रूप से पुरूष की इच्छा की वस्तु के रूप में प्रदर्शित किया जाता है?
- घरेलू हिंसा से पीड़ित महिलाओं को किस तरह प्रदर्शित किया जाता है?
- क्या महिलाओं का प्रतिदर्शन हमें, उनके हितों, अभिवृत्ति, और व्यक्तित्व आदि के संदर्भ में विभिन्न आयामों को समझने में सहायता करता है?
- क्या संचार माध्यम के कार्यक्रम बहुसांस्कृति विषमता को प्रतिबिम्बित करते हैं?

संचार माध्यम वास्तव में लिंग रूढ़िवादिता के बारे में सोचने के तरीके को निश्चित करने के लिए साधन के रूप में देखे जाते हैं। संचार माध्यम वास्तव में विभिन्न तरीकों से रूढ़िवादिता को बढ़ावा देते हैं। युवा लड़के और लड़कियाँ वही भूमिकाएं सीखते और उनकी नकल करते हैं जो वे टी.वी., पत्रिकाओं और अखबारों में देखते हैं। इसके अतिरिक्त इस धुँधली वास्तविकता में महिलाओं को अत्याधुनिक पतली और आदर्श शारीरिक गठन वाली महिलाओं के रूप में प्रदर्शित किया जाता है जबकि पुरूषों को ऊपर से सुदृढ़ मांसपेशी वाले पुरूष के रूप में दिखाया जाता है। ये रूढ़िवादिताएं बच्चों को गलत संदेश पहुँचा सकती हैं कि बाकी दुनिया कैसे दिखती है।

आइए हम संचार माध्यमों में लिंग रूढ़िवादिता का विस्तार से अध्ययन करें।

8.4.1 टेलीविजन कार्यक्रमों में लिंग रूढ़िवादिता

वर्ष 1990 के दौरान प्रौद्योगिकीय प्रगति ने भारतीय जनसाधारण में भिन्न–भिन्न प्रकार के टी.वी. कार्यक्रमों को शुरू करके संचार माध्यम की उपस्थिति दर्ज कर दी थी जो पहले अनुपलब्ध थे। टी.वी. के दर्शकों को यह आशा थी कि वे इन कार्यक्रमों के द्वारा बहुत सारी जानकारी हासिल करेंगे और साथ ही विश्व के समाचार तथा विश्व में घटने वाली सभी घटनाओं से अवगत हो सकेंगे। लेकिन दुर्भाग्यवश टी.वी. का वजूद जानकारी मनोरंजन तक ही सीमित रह गया और इसने लोगों की आशाओं को पूरा नहीं किया । टी.वी. पर महिला छेड़छाड़ और घरेलू हिंसा के दृश्य बिना किसी नियंत्रण के बार–बार दिखाएं जाते रहे, जिसका युवा वर्ग के दिमाग पर स्थायी प्रभाव पड़ा।

कामकाजी महिला आधुनिक मूल्यों की आदर्श है जबकि घर–गृहस्थी वाली महिला को भारतीय मूल्यों की खान माना जाता है– यहां पर आधुनिकीकरण और पश्चिमीकरण को नैतिक भ्रष्टता के लिए बराबरी से जिम्मेदार माना जाता है। बहुत से सीरियलों में नई नवेली बहू पर घर गृहस्थी की ढेर सारी जिम्मेदारियाँ उड़ेल देना और युवा ननद / देवर / नंदोई द्वारा बहू को सास द्वारा डाँट से उत्पन्न कष्ट पर आनन्द मनाने जैसी घटनाओं को प्रदर्शित करते हुए दिखाया जाता है। यह सभी आँखों से देखे जाने वाले दृश्य आज की पीढ़ी में आत्मसात हो गए हैं। ऐसी स्थिति में एक अध्यापक की भूमिका बहुत महत्त्वपूर्ण हो जाती है और वे चाहे महिला या पुरूष अध्यापक क्यों न हों, भारतीय समाज को ग्रस्त करने वाली सामाजिक बुराइयों के बारे में कक्षा में विचार विमर्श करके सामाजिक परिवर्तन का कारक बन सकते हैं। इस प्रकार के विचार विमर्श के दौरान अध्यापकगण वास्तव में युवा विद्यार्थियों के दिमाग को अनुकूल रूप में ढाल सकते हैं ताकि उनको सही बात की जानकारी हो सके और वे समाज की गलतियों को ठीक करें। यह वह अवस्था होती है जिसमें युवा विद्यार्थियों के दिमाग में सोच के सकारात्मक बीज बोए जा सकते हैं और अध्यापकगण यह संभव करने के लिए सही स्थिति में होते हैं। वास्तव में ऐसे सीरियल बहुत कम होते हैं जो महिलाओं को व्यक्तिगत और व्यावसायिक भूमिकाओं में बहुत अच्छा करने की भूमिका में प्रदर्शित करते हैं। आज की महिला, जैसा कि टी.वी. में दिखाया जाता है, के विपरीत परम्परागत सांस्कृतिक बाधाओं से बाहर निकलने के लिए और इनसे उत्पन्न चुनौतियों का सामना करने के लिए अपने आप को अग्रसर कर रही हैं साथ ही वे अपनी स्वतंत्र पहचान बनाने के लिए बलपूर्वक आगे बढ़ रही हैं।

क्रियाकलाप 1

केस 1 :– आशी 14 साल की एक लड़की है, जो कक्षा 8 में पढ़ती है, ने खेल–खेल में पिता के चिल्लाने पर कोई भी अनुक्रिया नहीं की। चूँकि उसकी माँ की मृत्यु कुछ वर्ष पहले हो चुकी थी इसलिए उसकी दादी को उसकी देखभाल करने के लिए बुलाया गया। उसके पिता को इस बात से बहुत आश्चर्य हुआ क्योंकि आशी अपनी गलती

होने पर भी हमेशा जवाब दिया करती थी। अन्य मौकों पर भी जब पिता द्वारा किसी बात पर डाँटे जाने पर आशी ने इसी प्रकार का व्यवहार दिखाया तो पिता को चिंता होने लगी क्योंकि यह उसके सामान्य व्यवहार के एकदम विपरीत था। वह आशी की कक्षाध्यापक से मिले तथा इस दुविधा के बारे में उसकी अध्यापक से बात की। धीरे–धीरे इस बात के बारे में पता लगाने पर यह मालूम हुआ कि उसकी दादी ने उसे यह बताया था कि सभी पत्नियों को उनके पतियों से हमेशा डाँट मिलती है इसलिए उसे अभी इसी उम्र से जवाब न देने का प्रशिक्षण लेना चाहिए। दादी आशी को ऐसे सीरियल देखने को प्रेरित करती थी जो इस विश्वास को उसके मन में पक्का कर देते थे और बेचारी आशी मानसिक आघात की स्थिति में हो गई।

1) यदि आप आशी के अध्यापक होते तो उसकी सहायता कैसे करते?

....

....

....

....

8.4.2 विज्ञापन में लिंग भूमिका

परम्परागत और पुराने तरीकों में लिंग की असमान भूमिकाओं को लोकप्रिय संचार माध्यमों में लगातार दिखाने की बात लिंग की समान भूमिकाओं से वास्तव में बहुत दूर प्रतीत होती है। इस संबंध में कुछ विशेष पहलुओं को यहाँ बताना जरूरी है जो निम्नलिखित है :–

- महिलाओं को व्यक्तिगत और व्यावसायिक भूमिकाओं के बीच पारस्परिक संबंधों में प्रदर्शित करना। उदाहरण के लिए जब एक महिला को घर के बाहर कामकाजी महिला के रूप मे प्रदर्शित किया जाता है तो व्यक्तिगत संबंधों के मामले में क्या उनको बहुत ही दमदार रूप में प्रदर्शित किया जाता है या फिर उन्हें पुरूषों के सहारे के बिना अस्तव्यस्त रूप में दिखाया जाता है?
- उस समय लिंग वातावरण क्या होता है जब नई भूमिकाओं जैसे पुलिस अधिकारी के रूप में अग्रसर महिलाओं को प्रदर्शित किया जाता है।
- परिवार की संरचना को किस तरह प्रदर्शित किया जाता है? पारिवारिक जीवन और गतिविधियों का केन्द्र कौन होता है?
- संवेगों के रूप में पुरूष और महिलाओं को किस तरह प्रदर्शित किया जाता है?

विज्ञापन में परम्परागत लिंग रूढ़िवादिता

सामान्य तौर पर कहीं पर और कहीं भी विज्ञापनों का पुनरावलोकन करने पर निम्नलिखित तथ्य सामने आते हैं :–

- महिलाओं को या तो आज्ञाकारी या फिर उत्तेजित या फिर विमोहक कपड़े पहने हुए दिखाया जाता है।
- महिलाओं को सामान्यतः उत्पाद के उपयोगकर्त्ता के रूप में दिखाया जाता है न कि सक्षम प्राधिकारी के रूप में।
- महिलाओं को घर के वातावरण में घरेलू काम करते हुए दिखाया जाता है न कि कामकाजी वातावरण में काम करते हुए।

समग्र तौर पर यह स्पष्ट प्रमाण है कि विज्ञापनों में पुरूष महिला की छवि को समानता के रूप में नही दिखाया जाता, परन्तु उनको लिंग रूढ़िवादिता और लिंग के अनुसार उचित भूमिकाओं के बारे में प्रचलित आम विश्वासों के अनुरूप दिखाया जाता है। इस संबंध में निम्नलिखित मामले पर गौर कीजिए :–

केस–2

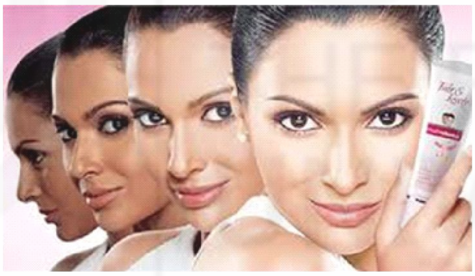
आदित्य एक 14 वर्ष का सुन्दर लड़का है जो कक्षा आठ में पढ़ता है और वह बड़ा होकर एक मॉडल बनना चाहता है। यह अभी तक ठीक था परन्तु अब उसने गंभीरता से पढ़ना–लिखना छोड़ दिया है और कहता है कि ''मॉडल बनने के लिए उसे पढ़ने लिखने में होशियार होने की आवश्यकता नहीं है और मॉडल बने विद्यार्थी, इन पढ़ाकू लड़कों से कहीं अधिक धन अर्जित कर लेते हैं।'' सौभाग्यवश उस लड़के के अभिभावक और कक्षा अध्यापक ने साथ बातचीत करके उचित कारण देते हुए इस समस्या का समाधान निकाल लिया और वे उस लड़के को बड़े धैर्य और समझ के साथ आश्वस्त करने में सफल हो गए कि पढ़ना लिखना अनिवार्य है।

यहां पर एक अध्यापक की भूमिका महत्त्वपूर्ण हो जाती है जब वह कक्षा में इस प्रकार के विद्यार्थियों से रुबरु होते हैं और उनकी समस्याओं, प्रश्नों और दुविधाओं को समझकर सहायता कर सकते हैं। अध्यापक को ये पता होना चाहिए कि किशोरावस्था विरोध की अवस्था होती है। अतः अध्यापक की भूमिका अभिभावक से बेहतर होती है नवयुवकों को सही दिशा देने में।

अपनी प्रगति जाँचें – 2

नोट (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।



चित्र 8.4

चित्र 8.5

दिए गए चित्रों (चित्र 8.4 और 8.5) को देखें और नीचे दिए स्थान में अपना उत्तर लिखें:–

1) इन चित्रों को देखने से क्या मालूम होता है?

....

....

....

....

2) इन चित्रों में लिंग रूढ़िवादिता को किस तरह प्रदर्शित किया गया हैं? कारण सहित उपना उत्तर नीचे लिखें।

....

....

....

....

8.4.3 जन संचार माध्यमों में बच्चों और किशोरों का चित्रण

संचार माध्यमों में किशोरों का प्रदर्शन उचित नहीं है। बहुत से संचार माध्यम किशोरों को अत्यधिक भावुक, अधिक नाटकीय, अपरिपक्व तथा उचित निर्णय न ले पाने में अक्षम दिखाते हैं। इन किशोरों को संचार माध्यमों में पार्टी करते हुए और साहसी यात्रा करते हुए दिखाया जाता है जिसे देखकर किशोर यह महसूस करते हैं कि संचार माध्यम में उनकी छवि कुछ अवास्तविक है – क्योंकि यह वे किशोर हैं जो कम महत्त्वपूर्ण कार्य जैसे समय पर अपना गृहकार्य समाप्त न करने और प्रतिस्पर्धा रूप में पढ़ाई करने, पढ़ाई दोहराने और बहुत कठिन मेहनत करने वालों के रूप में होते हैं। इस प्रकार के प्रदर्शनों से किशोर यह महसूस करते हैं कि वे ऐसे अनुभवों को नहीं अनुभूत कर पा रहे जिनके बारे में संचार माध्यम बढ़–चढ़ कर बातें करते हैं।

बच्चों को अपने अभिभावकों से संचार माध्यम में प्रदर्शन से इस बात में चालाकी करते हुए प्रदर्शित किया जाता है कि वे जो पसन्द करें अभिभावक उनको वह खरीद दें जो वास्तविक जीवन में हमेशा सच नहीं होता। किशोरों को या तो बहुत आज्ञाकारी उचित प्रतिमानों का पालन करते हुए प्रदर्शित किया जाता है और जब वे अभिभावकों के संरक्षी वातावरण से हटकर कुछ अलग करते हैं तो वे समस्याग्रस्त हो जाते हैं। किशोर को वास्तविक जीवन में वह किन मुद्दों से जूझ रहा होता है, उचित रूप में नहीं दिखाया जाता, जिसके कारण वे आज के किशोरों की नज़रों में अवास्तविक कार्य–आदर्श के रूप मे आते हैं।

केस–3

सोनिया एक 15 वर्ष की लड़की है जो कक्षा नौ में पढ़ती है प्रतिदिन टी.वी. पर दिखाए जाने वाले दूरस्थ लड़के से प्रेम करने लगती है। सीरियल में तीन अन्य लड़कियाँ उस लड़के का ध्यान अपनी ओर आकर्षित करने के लिए प्रतिस्पर्धा करती हैं। धीरे–धीरे सोनिया की रूचि पढ़ाई लिखाई में कम होती जाती है और वह अपने रंग, रूप, कपड़े, चेहरे पर अधिक ध्यान देने लगती है। उसने अपनी माँ से जन्मदिन की पार्टी के लिए बहुत मंहगा कपड़ा खरीदवा लिया था क्योंकि टी.वी. के सीरियल में दिखाई जाने वाली तीनों लड़कियों से प्रतिस्पर्धा करना चाहती थी जो हर कीमत पर उस लड़के का ध्यान अपनी ओर आकर्षित करना चाहती थी। उसके माता–पिता को समझ में नहीं आया कि यह क्या हो रहा है और वे सोनिया के व्यवहार में इस प्रकार के गलत बदलाव से परेशान थे।

सौभाग्य से उसकी कक्षा अध्यापक ने भी सोनिया के व्यवहार में इस प्रकार का बदलाव पाया। इस बारे में धीरे–धीरे लगातार पता लगाने से इस बदलाव के बारे में अनेक संकेत और सुराग मिले जो उसके अन्तर्मन में चल रहे थे और अन्त में उस लड़के के पीछे लगने की तीव्र इच्छा से उसे छुटकारा दिलवाया गया जिसे वह प्रतिदिन टी. वी. पर देखती थी।

उपरोक्त मामले में यह स्पष्ट हो जाता है कि अध्यापक की कक्षा में किशोरों के साथ व्यवहार करने में बहुत बड़ी भूमिका होती है। कक्षा में विषय अध्याय को पढ़ाते समय अध्यापकों को कक्षा में अपने विद्यार्थियों के व्यवहार में किसी अवांछनीय घटना (व्यवहार) पर पैनी नज़र रखनी चाहिए। उन्हें अपने विद्यार्थियों को बढ़ते हुए व्यक्ति के रूप में देखना चाहिए जो अपने चारों ओर फैली हुए अजेय बाधाओं के जाल में फँसे होते हैं और

किशोरावस्था की ओर बढ़ते जाते हैं। अध्यापक को किशोरों की इन अजेय बाधाओं के जाल में सेंध लगाकर इसे विघटित करना चाहिए।

8.5 बच्चों पर संचार माध्यमों का प्रभाव

इन परिवर्तनशील संचार माध्यमों और सम्प्रेषण वातावरण के जोखिमों और अवसरों से इस कुंजीनुमा काल में बच्चों के जीवन में अनेक प्रश्न सामने आते हैं। सामाजिक और मनोवैज्ञानिक अध्ययन के द्वारा यह पता लगाया गया है कि इस कुंजीनुमा काल में संचार माध्यमों का बच्चों के व्यवहारों, विश्वासों और अभिवृत्तियों पर क्या प्रभाव पड़ता है। संचार माध्यम बच्चों के जीवन पर विभिन्न तरीकों से प्रभाव डाल रहे हैं। जैसा वे व्यवहार करते हैं, जैसा वे दिखते हैं और जैसा वे दूसरों को दिखाई देते हैं यह सभी प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से संचार माध्यमों द्वारा प्रभावित होता है। संचार माध्यम सपने बेचता है और किशोर बिना उसके परिणामों को समझे ऐसे सपनों में लिप्त हो जाते हैं।

केस–4

रोशन एक डरपोक (संकोची) लड़का है जो 15 वर्ष की उम्र का है और कक्षा नौ में पढ़ता है। वह स्कूल में एक प्रकार के सदमें से पीड़ित था जिसके बारे में उसके साथी और अध्यापकों को कोई जानकारी नहीं थी। उसकी कक्षा का उसकी उम्र से कुछ अधिक बड़ी उम्र का एक लड़का उसे धमकाता और उसके साथ शारीरिक दुर्व्यहार करता था। वह शौचालय में उसके शरीर पर गलत जगह हाथ लगाता था और उसके निजी अंगों के साथ कई तरीकों से खिलवाड़ करता था। इससे रोशन को बहुत गुस्सा आता था और वह कुंठा से ग्रस्त हो जाता था परन्तु उसमें कक्षा अध्यापक या अपने माता–पिता को इसके बारे में बताने की हिम्मत नहीं थी। एक दिन उसके मन में टी. वी. देखने से एक विचार आया और उसने अपने ही कक्षा के परिपक्व दोस्त को भरोसे में लिया और दूसरे दिन शौचालय में उसे बहला कर ले गया और वहां पर उस बड़ी उम्र के लड़के के साथ वही सब करके बदला ले लिया।

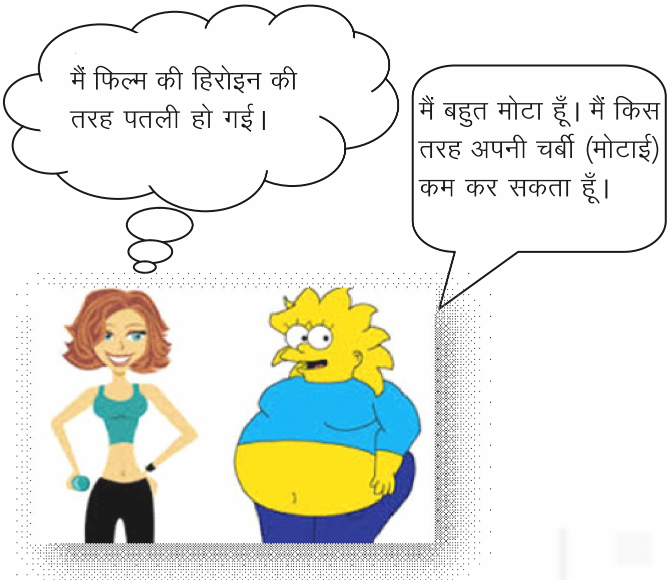
इस मामले में यद्यपि रोशन एक शिकार (पीड़ित) था और उसके अध्यापकों और अभिभावकों को यह पता लगाना था कि उसके व्यवहार में कुछ कमी दिखाई दे रही है क्योंकि यह दुर्व्यवहार कई महीनों से उसके साथ हो रहा था। यह वही कुंठा है जो टी. वी. के कुछ कार्यक्रमों को देखने के कारण किशोरों को हिंसात्मक व्यवहार की ओर बढ़ाती है। अध्यापकों को अपनी 'तीसरी आँख' ऐसी बातों को देखने के लिए विकसित करनी चाहिए क्योंकि कुछ बातों की जानकारी वे नहीं कर पाते और विद्यार्थी के व्यवहार में विभिन्न प्रकार के अन्तर दिखाई देने लगते हैं जैसे पलकों को बार–बार हिलाना, माथे पर शिकन (froun), भौहें चढ़ाना, कक्षा में ध्यान कम लगाना और अनुपस्थित रहना इत्यादि। ये दिखाई देने वाले संकेत बहुत कुछ प्रदर्शित करते हैं कि क्या चल रहा है और अध्यापकों को अपनी कक्षा के किशोर/किशोरियों को समझने की क्षमता को विकसित करना सीखना चाहिए।

निम्नलिखित खंड में हम किशोरों पर संचार माध्यमों के और अधिक प्रभाव के बारे में सीखेंगे।

8.5.1 संचार माध्यम और सामाजिक विश्व के बारे में सीखना

केस–5

स्वाति 14 वर्ष की एक प्यारी–सी लड़की थी जो कक्षा आठ में पढ़ती थी और उसने अपना ध्यान डॉक्टर बनने पर केन्द्रित किया हुआ था। परन्तु धीरे–धीरे उसके व्यवहार में परिवर्तन दिखाई देने लगा। वह धीरे–धीरे कक्षा में सपने देखने लगी, स्कूल से मिलने वाले होमवर्क (गृहकार्य) को भी नियमित रूप से पूरा नहीं करती थी। यदि उसे कक्षा में ध्यान लगाने और अपने में डूबे रहने के लिए मना किया जाता तो वह रोने लगती थी। उसकी विज्ञान अध्यापिका ने जब धीरे–धीरे इस बात का पता लगाया तो मालूम हुआ कि उसके मन में अपने शरीर को लेकर एक खराब छवि विकसित हो रही थी क्योंकि वह सोचती थी कि वह बहुत ही मोटी हो गई है और इस बात के कारण वह अवसाद में जा रही थी।



चित्र 8.6 : अपने शरीर की छवि के प्रति ज्ञान विकसित करना

उसकी अध्यापक की दृढ़ता और उस पर निरन्तर आँख रखने से उसे इस दुविधा से निकलने में सहायता मिली और अब वह फिर से अपनी कक्षा में पढ़ाई पर ध्यान देने लगी। ऐसी बहुत सी चीज़े हैं जो एक व्यक्ति सामाजिक विश्व से सीखता है। आइए ! हम निम्नलिखित तथ्यों का अवलोकन करें :–

- **संचार माध्यमों में काम भावना (लिंग)**

बहुत से तरीकों से संचार माध्यम काम भावना को प्रदर्शित करता है जैसे चित्र, भाषा, गीत, नाटक, उत्तेजित करने वाले कपड़े, विषय आदि। ये सभी दृश्य श्रव्य विषय बच्चे के नाजुक दिमाग पर अपनी छाप छोड़ जाते हैं।

- **संचार माध्यमों में हिंसा**

आजकल बहुत से बाल अपराधियों ने यह स्वीकार किया है कि विशेष प्रकार का अपराध करने के लिए वे टी.वी. देखने अथवा अखबारों में अपराधों के बारे में पढ़ने पर प्रेरित हुए हैं। अधिकांश बाल अपराधी यह सोचते हैं कि हिंसा करने से कुछ नहीं मिलेगा परन्तु संचार माध्यमों में इसके विपरीत बताया जाता है। अध्यापक को बच्चों को बार–बार विभिन्न तरीकों से यह समझाना चाहिए कि संचार माध्यमों में जो हिंसा दिखाई जाती है वह केवल मनोरंजन के लिए होती है और वह वास्तविक नहीं होती तथा उससे समस्याओं का समाधान नहीं हो सकता।

- **मोटापा और संचार माध्यम**

चित्र 8.7 : मोटापा और संचार माध्यम

यहाँ यह एक विषैला चक्र है। पेंसिल की तरह पतले शारीरिक गठन अथवा शून्य साइज कोर शारीरिक गठन को संचार माध्यमों में बढ़ा चढ़ाकर बार–बार विशिष्ट रूप में दिखाया जाता है और बच्चे यह देखकर मोहित हो जाते हैं कि इन हीरोइन/मॉडलों को काम करने के एवज में कितना अच्छा धन प्राप्त होता है। इससे बच्चे यह सोचने लगते हैं कि पैसा, बिना कठिन मेहनत किए आसानी से कमाया जा सकता है जबकि पढ़ाई–लिखाई और परीक्षा में उनको बहुत कठिन मेहनत करनी पड़ती है।

इसके साथ यह भी है कि टी.वी. के सामने घंटों तक बैठने के कारण उनको शारीरिक सुस्ती आ जाती है और जो मोटापे और अन्य सम्बद्ध मुद्दों से संबंधित होती है। अध्यापकों और अभिभावकों को बच्चों को इस विपत्ति से बचाने के लिए बराबर चेतावनी देते रहना चाहिए। ऐसी जानकारी जो बच्चे अपने अभिभावकों से एकत्र नहीं (lump in) कर पाते वह अपने अध्यापकों से ले सकते हैं। अतएव बच्चों के दिमाग को सही रूप देने में अध्यापकों की महत्त्वपूर्ण भूमिका होती है, विशेषकर किशोरों के मामले में जो शारीरिक और मानसिक द्वन्द्व के बीच से गुज़र रहे होते है।

- **विद्यालय कार्य निष्पादन और संचार माध्यम**

संचार माध्यमों में जरूरत से ज्यादा लिप्त रहना बच्चे के खराब शैक्षिक कौशल से जुड़ा होता है। अध्यापकों को यह कौशल विकसित करना चाहिए कि जब उनको यह मालूम हो जाता है कि बच्चे शैक्षिक अध्ययनों में कमज़ोर पड़ रहे हैं वे बच्चों को बताएं कि संचार माध्यमों के क्या–क्या प्रतिकूल प्रभाव उन पर पड़ते हैं।

परन्तु संचार माध्यम हमेशा बच्चे पर नकारात्मक प्रभाव नहीं डालते हैं। ये बच्चों के लिए लाभदायक भी हो सकते हैं। ये स्वतंत्र रूप से सीखने, एक दूसरे से सम्प्रेषण करने, आनन्द करने और आराम करने के साथ विकास करने में सहायता पहुँचाते हैं।

8.5.2 सामाजिक संचार माध्यम और सृजनता

कुछ एक संचार माध्यम ऐसे हैं जो बच्चों और किशोरों को लाभ पहुँचाते हैं। अनुसंधानकर्त्ता यह बताते है कि बच्चे जो वीडियों गेम खेलते हैं उसका उनपर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। जब बच्चे इन वीडियों गेम को उचित मात्रा में खेलते हैं तो यह उनके कौशल, हाथ और आँख की मांसपेशी मे समन्वय, सृजनता और समस्या–समाधान कौशल में सुधार करते हैं। टेलीविजन, फिल्म, कंप्यूटर गेम्स और इन्टरनेट ने भी बच्चों में सकारात्मक प्रभाव दिखाया है, विशेषकर जब अध्यापक और अभिभावक अपने आप को बच्चे के जीवन में शामिल करते हैं और उनके जीवन में अच्छी रूचियाँ विकसित करने में सहायक होते हैं।

केस–6

आस्था एक 16 वर्ष की लड़की है जो दसवीं कक्षा में पढ़ती है, जिसका उद्देश्य आगे जाकर इंजीनियर बनना है। वह यह जानती है कि बाहर के देश में पढ़ाने के लिए उसके पिता के पास निधि (पैसा) नहीं है। परन्तु यह उसका पक्का लक्ष्य है। उसकी

अध्यापक ने उसे बताया कि वह वेबसाइट पर अमेरिका के विश्वविद्यालयों की रूप रेखा के बारे में मालूम करे। उसने ऐसा ही किया और उसने फीस में भुगतान न करने के लिए आवेदन किया और साथ ही दूसरे अन्य मिलने वाले लाभों के बारे में पता लगाया। उसे अपने खाली समय में यह सब करती थी तथा वह पढ़ाई लिखाई में भी बहुत कड़ी मेहनत कर रही थी ताकि उसकी शिक्षा उच्चस्तर की हो सके।

इस मामले में आस्था की अध्यापक ने उसे सही मार्गदर्शन दिया और इस तरह वह अपनी आवश्यकता के अनुसार इन्टरनेट का उपयोग सक्षमता से करने लगी। किशोर भी संचार माध्यम के उपभोक्ता होने के साथ–साथ सृजक भी हो सकते हैं। कुछ किशोर ऐसे शौकीन हो सकते हैं कि वे अपनी कोई फिल्म बना सकते हैं, जिसमें वे फोटो खींच सकते हैं, ऑन लाइन विषय का सृजन कर सकते हैं जो उनमें क्रांतिक रूप से सोच–विचार करने के साथ–साथ उनके सामाजिक, तकनीकी और कलात्मक कौशल का विकास करने में सहायता कर सकता है।

अध्यापक बच्चों को अच्छी गुणवत्ता वाले वेबसाइटों पर जाने के बारे में संचार माध्यमों से प्राप्त होने वाले लाभों के बारे में बता सकते हैं और उन्हें शैक्षिक सॉफ्टवेयर उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं जिससे अतिरिक्त रूप से सीखने के मौके मिल सकते हैं। वे बच्चों को इस बात का भी सुझाव दे सकते हैं कि वे ऐसे टी.वी. कार्यक्रमों और फिल्मों की खोज करें जो बच्चों को विभिन्न स्थानों, लोगों, नये विचारों, मुद्दों तथा संस्कृतियों के बारें में जानकारी उपलब्ध कराएं जिनके बारे में उनको जानकारी नहीं हो पाती और न ही वे उनसे जुड़ सकते हैं। इनसे बच्चों को नई गतिविधियां करने के लिए प्रयास करने में और नये तरीके से नये विचार करने के लिए सोचने के लिए प्रेरित कर सकते हैं। कुछ फिल्में और टी.वी. कार्यक्रम बच्चों का सामना कुछ विषमताओं से कर सकते हैं जैसे विशेषकर मानव जाति की विषमताएं जो उनके लिए एक अच्छी बात साबित होगी। सॉफ्टवेयर, एप्स और वेबसाइट जिसके कारण बच्चे चित्र खींच सकते हैं, कहानियां बना सकते हैं और कविताएं कर सकते हैं उनमें सृजनता को बढावा देते हैं। किशोरों के लिए यह विशेष रूप से अपने विचार और भावनाओं को अभिव्यक्त करने के एक तरीके के रूप में काम कर सकता है। इस तरीके से अध्यापक किशोरों में संचार माध्यम से संबंधित सृजनता और सुग्राहिता विकसित करने के लिए मार्ग प्रशस्त कर सकते हैं।

8.5.3 संचार माध्यम और साथी संस्कृति

बच्चों पर साथी का प्रभाव बहुत ही प्रभावशाली रूप में पड़ता है विशेषकर किशोरावस्था में। किशोरों के विचार, व्यवहार, कार्य, अभिवृत्तियाँ, दृष्टिकोण आदि सब अपने साथियों के अनुरूप होते हैं और अपने समूह में उनकी बराबरी करना पसन्द करते हैं। संचार माध्यमों के विषय के बारे में साथियों के बीच परस्पर क्रिया से समूह के लिए स्वीकार्य विषय के प्रतिमान निश्चित करने हैं और यह निश्चय करते हैं कि उन्हें कौन सा संचार माध्यम उपयोग करना चाहिए। विचारों को बांटने वाले संचार माध्यम जैसे व्हाट्सअप, मोबाइल फोन, लैपटॉप एक दूसरा तरीका हो सकता है जिसके द्वारा संचार माध्यम उनकी साथी संस्कृति में प्रविष्ट हो जाता है।

केस–7

संजीव एक 14 वर्ष का एक लड़का है और यह जानता है कि उसका पिता सफाई कर्मचारी है। उसकी यह आकांक्षा थी कि वह बाहर के देशों में जाकर पढ़ाई करे परन्तु वह यह भी जानता था कि यह उसके पिता के लिए संभव नहीं था। अतएव उसने इसी तरह के विचार रखने वाले अपने साथियों से मित्रता की और कक्षा में अपनी अध्यापक से इसके बारे में मार्गदर्शन प्राप्त किया। उसके अनुसार उन लोगों ने बैंक से संपर्क

किया और शैक्षिक ऋण के लिए आवेदन दे दिया बैंक ने उन्हे कुछ दस्तावेज प्रस्तुत करने को कहा। यह सब कार्य करते हुए कुछ वर्षों का समय बीत गया। परन्तु जब वे 18 वर्ष के हुए तो आज वे चार किशोर डेनमार्क के स्कूल में अपने शैक्षिक सपने को पूरा कर रहे हैं। यहाँ पर अध्यापक की भूमिका महत्त्वपूर्ण है। जिसके पास जब वे बच्चे पहुँचे, तो उसने उन सबको उचित मार्गदर्शन देने के द्वारा उनके सपने के पंखों को उड़ान भरने के लिए प्रेरित किया तथा उन बच्चों की शक्ति को सही दिशा में लगाया।

8.5.4 बच्चों के जीवन में मीडिया–हिंसा

निम्नलिखित केस का अध्ययन कीजिएः

केस–8

यह ब्रिटिश नागरिक 14 वर्ष की हन्ना स्मिथ की सच्ची रिपोर्ट है जो जुलाई 2013 में लोकप्रिय सोशल नेटवर्किंग साइट जिसका नाम Ask.fm था को दूसरों से आश्वासन प्राप्त करने के लिए खोला। उसे परीक्षा के लिए पढ़–पढ़ कर बहुत तनाव हो गया था और वह बहुत परेशान थी, क्योंकि उसे त्वचा रोग हो गया था। जिससे वह बहुत बदसूरत लगती थी। उसने अपनी भावनाओं के लिए वह साइट खोली जो उपयोगकर्त्ताओं को प्रश्न पूछने के लिए अनुमति देती है और दूसरे गुमनाम रूप से उनके प्रश्न का जवाब भी देते हैं। उसके प्रश्नों के उत्तर जल्दी–जल्दी एक के बाद एक आने लगे परन्तु कुछ गुमनाम लोगों ने उसे ऑन लाइन कहा कि अपने आप को खत्म कर दो और उसने तुरन्त अपने आप को खत्म कर दिया। उसके पिता ने साइट पर साइबर धमकियों के विरूद्ध कार्यवाही करने की माँग की।

स्रोत : जॉनसन चन्द्र (मई 28, 2014) ग्रोविंग अप डिजीटल : हाउ द इन्टरनेट अफेक्ट्स टीन आइडेन्टीटी। http://national.deseretnews.com/article/1553/growing-up-digital-how_the_internet_affects_teen_identity.html से लिया गया।

इस मामले में हम देखते है कि किशोरों को क्या वे ठीक कर रहे हैं के बारे में पुष्टि और प्रामाणिकता की बहुत अधिक आवश्यकता होती है और यदि यह उन्हें न मिले तो उनके सामने पहचान संकट का गंभीर संकट खड़ा हो जाता है। फिर वे किन्हीं आसान साइटों पर चले जाते हैं जहां वे अज्ञात व्यक्तियों से कि वे ठीक कर रहे हैं, की प्रामाणिकता प्राप्त करना चाहते हैं क्योंकि यह प्रामाणिकता उन्हें न तो अपने माता–पिता, न अध्यापक और न अन्य महत्त्वपूर्ण लोगों से प्राप्त होती है जो उनकी जिन्दगी में किसी न किसी तरह से शामिल रहते हैं। इस स्थिति में संचार माध्यम एक सकारात्मक भूमिका निभा सकता है परन्तु कभी–कभी इसका नकारात्मक प्रभाव भी हो जाता है जैसा कि इस मामले में हुआ है। अध्यापक को कक्षा में विद्यार्थियों को साइबर से मिलने वाली धमकियों के बारे में जानकारी देने की जरूरत है। इसी समय उन्हें इस प्रकार के मामलों के प्रति संवेदनशील भी होना चाहिए जब वह विद्यालय में ऐसे किशोरों का सामना करते हैं जो आज्ञाकारी व्यवहार नहीं दिखाते हैं।

ऑनलाइन बनाम व्यक्तित्व की वास्तविक पहचान

बहुत सारे किशोर अपने व्यक्तित्व की ऑन लाइन और वास्तविक पहचान को एक समान मानते हैं यह जो कि खतरनाक हो सकता है। उनमें इतना आवेग नियंत्रण नहीं होता कि वे यह समझ लें कि ऑनलाइन वे अपने आप को कितनी क्षति पहुँचा रहे हैं। कुछ बच्चों को कुंजी अपचार (Digiphrenia) हो जाता है। कुंजी अपचार एक प्रकार का अनुभव होता

है जिसमें बच्चा एक ही समय में अपने आप को एक से अधिक रूपों में मौजूद होने का प्रयास करता है। अनेक किशोर आजकल इस अपचार (विकार) से ग्रस्त रहते हैं। यहां पर भी फिर से, अध्यापक की भूमिका महत्त्वपूर्ण होती है।

केस–9

अनीता एक ग्यारह वर्ष की लड़की है जो कक्षा 5 में पढ़ती है। वह धीरे–धीरे कक्षा में गुप–चुप रहने लगी। वह अपने कक्षा के साथियों से बात–चीत नहीं करती, घूमती–मिलती नहीं और खोयी–खोयी रहती थी। उसके अभिभावकों ने भी इस बारे में बताया कि वह चुप सी रहती है और पढ़ाई में उसका मन नहीं लगता है। वह कई बार रोती थी और अपना अधिक समय शीशे में अपने आप को निहारने में व्यतीत करती थी। विद्यालय के परामर्शक ने उसकी कक्षा–अध्यापक से कहा कि वह सावधानी पूर्वक धीरे–धीरे यह पता लगाए कि ऐसा किस कारण से है। कुछ लोगों ने उसकी फोटों में उसकी शक्ल के बारे में मज़ाक उड़ाया था क्योंकि यह फोटो उसने ऑनलाइन की थी। इस मज़ाक से प्राप्त टिप्पणियों का सामना करना उसके लिए कठिन हो गया था।

इस मामले में अध्यापक ने धीरे–धीरे उसे इस दुविधा से निकलने में सहायता की और उसे यह समझा दिया कि वास्तविक दुनिया और ऑनलाइन दुनिया में कितना अन्तर होता है। परिणामस्वरूप अनिता के चेहरे पर फिर मुस्कुराहट खेलने लगी और वह फिर से एक खुशहाल लड़की बन गई।

क्रियाकलाप 2

अपनी कक्षा में यह पता लगाओ कि किशोर कितने प्रकार के संचार माध्यमों का उपयोग करते हैं? इस प्रकार के संचार माध्यमों के उपयोग का उनके जीवन पर क्या नकारात्मक और सकारात्मक प्रभाव पड़ता है?

....

....

....

....

8.6 अध्यापकों और अभिभावकों की भूमिका

यद्यपि हमने संक्षेप में बच्चों और किशोरों पर संचार माध्यम के प्रभाव के नियमित करने के विभिन्न संदर्भों में अध्यापक और अभिभावकों की भूमिका के बारे में अध्ययन किया है, इस खंड में हम इस भूमिका पर विस्तार से चर्चा करेंगे। अध्यापकों और अभिभावकों को घर और कक्षा में युवा वर्ग के दिमाग को सुगठित रूप देने के लिए अधिक सक्रिय भूमिका निभाने की आवश्यकता है। इसके लिए सबसे पहली बात यह है कि उनको इसके लिए प्रशिक्षण दिया जाए कि वे अपनी स्वयं की पूर्वापेक्षाओं और पहले से मन में बसी धारणाओं के प्रति सुग्राहिता को दूर करें। एक बार जब वे इसके प्रति जागरूक हो जाएंगें तो वे इस योग्य हो जाऐंगे कि लिंगभेद से मुक्त सही वातावरण का सृजन करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा सकें। आप अभिभावकों के लिए ऐसी कार्यशालाएं चला सकते हैं जहां पर उनको आज के विद्यार्थी गुप्त रूप से किन संचार माध्यमों का उपयोग करते हैं और इससे निपटने के लिए किन तरीकों का इस्तेमाल किया जाए के प्रति सुग्राही बनाया जा सके। इस प्रकार की कार्यशालाओं से आप स्वयं भी प्रतिदिन के जीवन में इस प्रकार के संवेदी मुद्दों से कैसे निपटा जाए, सीख सकेंगें।

कुछ निम्नलिखित सुझाव हैं जो अभिभावकों को दिए जा सकते हैं :–

- संचार माध्यमों जैसे टी.वी. आदि में हस्तक्षेप डालने की दृष्टि से बच्चों के साथ मिलकर टी.वी. देखें। उदाहरण के लिए जब कोई हिंसात्मक कार्यक्रम देख रहे हों तो अभिभावकों को बच्चों के जीवन मे हिंसा के प्रभाव की व्याख्या करनी चाहिए।
- चूंकि बच्चे ऑनलाइन दुनिया में बहुत सक्रिय हो रहे हैं इसलिए उन्हें साइबर द्वारा धमकियां मिलने के विषय पर अभिभावकों से विचार विमर्श करना चाहिए।
- बच्चों की प्रतिदिन की जाने वाली देखभाल में उनके साथ नियमित रूप से बातचीत करने को अपने पितृत्व का एक अभिन्न भाग बनाएं।
- ऑनलाइन काम करने के लिए घर में यह नियम बना लें कि इस कार्य के लिए उन्हें कितने घंटे दिए जाएंगे।
- आप जिस प्रकार का ऑनलाइन व्यवहार बच्चों में देखना चाहते हैं उसी प्रकार के व्यवहार का आदर्श खुद प्रस्तुत करें।
- बच्चों से ऑनलाइन दिखाए जाने वाले अवांछनीय व्यवहार के बारे में चर्चा करें कि उनमें क्या गलत दिखाया जा रहा है इससे अभिभावक और बच्चे के बीच अच्छे संबंध विकसित होंगे और बच्चों में अभिभावक द्वारा बताए गए मूल्यों के प्रति अधिक सुग्राहिता उत्पन्न होगी।

कक्षा में पढ़ाने वाले अध्यापकों को भी इस प्रकार के संचार माध्यमों के प्रति जब विद्यालय में उनके साथ रहते हैं, उस समय बच्चों को मार्गदर्शन देना चाहिए कि इस प्रकार के माध्यमों का कैसे उपयोग करें। उनके बाल दिमाग इतने ढेर सारे माध्यमों को ऑनलाइन और वास्तविक जीवन में देखकर दुविधा में पड़ जाते हैं।

सेवारत अध्यापक प्रशिक्षण के दौरान आयोजित की जाने वाली कार्यशालाओं में निम्नलिखित प्रकार के मुद्दों पर विचार विमर्श किया जा सकता है :–

- बच्चों के व्यक्तित्व और व्यवहार में अचानक से हुए परिवर्तन जैसे जल्दी–जल्दी चिढ़ जाना, अधिक बार रोने लगना या गुपचुप रहने लगना आदि।
- मित्र समूहों में परिवर्तन, जिसकी आशा नहीं थी।
- समाज से दूरी बना लेना– साथी विद्यार्थियों से कम मिलना और बात न करना।
- ध्यान लगने में कमी आना।
- विद्यालय के कार्य में दिलचस्पी न लेना।
- कक्षा से अधिक बार अनुपस्थित रहना
- शारीरिक रूप से कमज़ोर हो जाना।
- हर बात को नकारात्मक रूप से देखना।

केस–10

शमा एक स्वस्थ, मज़ाकी 19 वर्ष की लड़की है जो मध्यम वर्ग की पृष्ठभूमि से आती है। वह एक सरकारी कर्मचारी की लड़की है जिसका सपना भविष्य में इंजीनियर बनने का है। उसके अध्यापकों ने उसमें किसी भी परिवर्तन को नोट नहीं किया परन्तु एक दिन उसके अभिभावक स्कूल आ गए और उसके बारे में अध्यापक से अनेक शिकायतें की कि वह घर में आक्रामक हो गई है, कहना नहीं मानती है, और खाने के लिए

एकदम मना कर देती है। विद्यालय के परामर्शक ने धीरे–धीरे इस बात का पता लगाया और पाया कि उसके साथियों ने उसके मोटा होने और चेहरे पर मुहाँसे आने के लिए छेड़ा था। पूछने पर उसने परामर्शक को बताया कि ''मैं बहुत मोटी हूँ, मैं अच्छी नहीं दिखती हूँ। मैं जीवन मे क्या करूँगी? कोई भी मेरी ओर कभी भी नहीं देखेगा। जब मैं उन सभी सुन्दर लड़कियों को टी.वी. पर देखती हूँ तो मुझे अपनी माँ पर बहुत गुस्सा आता है कि उसने मुझे सुन्दर क्यों नही बनाया?''

इस मामले मे अध्यापक और अभिभावक को लड़की का अपने शरीर की गलत छवि को देखने के तरीके के बारे में आश्वस्त करना चाहिए ताकि वह इस संकट से उबर सके और अपने वर्तमान पर ध्यान दे। इसलिए अध्यापक और अभिभावकों की बहुत अधिक भूमिका होती है विशेषकर किशोरों के मामले में जब वे आयु की इस अवस्था में सचमुच बहुत अधिक संवेदनशील हो जाते हैं। अभिभावक और अध्यापक के रूप में उनको किशोरों की भावनाओं और विचारों का सम्मान करना चाहिए और यदि ये भावनाएं गलत हैं तो उनमें सुधार लाने में किशोरों की सहायता करनी चाहिए। बच्चों को संचार माध्यमों की शिक्षा देना भी महत्त्वपूर्ण है, ताकि उनको यह मालूम हो सके कि संचार माध्यम किस तरह सूक्ष्म रूप में उनकी सोच को प्रदूषित करते हैं। अध्यापकों को लिंग भेद भूमिकाओं, सशक्तिकरण मुद्दों, और संचार माध्यम के प्रभाव के बारे में जानकारी करानी चाहिए क्योंकि इनकी, बच्चों को बेहतर भविष्य की ओर अग्रसर होने में प्रमुख भूमिका होती है। इस इकाई में हमने कई स्थानों पर बच्चों को बेहतर भविष्य की ओर अग्रसर करने में अध्यापक और अभिभावकों के बीच लगातार सहयोग के महत्त्व पर ज़ोर दिया है। यह अध्यापक और अभिभावक के लिए इस तरह महत्त्वपूर्ण है कि वे बच्चों और किशोरों दोनों को बड़ी संवेदनशीलता, समझ, सहनशक्ति और धैर्य के साथ एक साथ मिलकर इन संकटों से उबार सकें।

8.7 सारांश

संचार माध्यमों मे लोगों के विचार, सोच और मनोवेगों को प्रभावित करने की अपार शक्ति होती है इसलिए यह संचार माध्यमों का उत्तरदायित्व है कि वे विभिन्न दृश्य–श्रव्य संचार माध्यमों में किसी भी तथ्य को किस रूप, दिशा, निर्देशन में प्रस्तुत करते हैं। फिर भी जैसा हमने इस पाठ के विभिन्न बिन्दुओं में देखा है कि समाज में प्रचलित लिंग भेद को समाप्त करने में किस तरह अपनी शक्ति को अनुकूलित करते हैं और बच्चों और किशोरों में सशक्तिकरण के लिए उचित शिक्षा को किस तरह से बढ़ावा दे सकते हैं। आज अधिकांश अखबार, टी.वी. चैनल, इन्टरनेट साइट और जो इनके स्वामी हैं और अधिक उत्तरदायित्वपूर्ण पदों पर काम करते है के लिए यह आवश्यक है कि वे महिला सशक्तिकरण और प्रगति में अपने उत्तरदायित्व और भूमिका को किस तरह अनुकूल बनाकर चलते है। यह तभी संभव होगा जब महिलाओं और लड़कियों के सामने आ रहे विभिन्न प्रकार के शारीरिक व मानसिक दुर्व्यवहार जो लिंग भेद और पूर्वाग्रहों के कारण समाज में व्याप्त हैं, को दूर किया जा सके और समाज के लोगों को इन सब के प्रति संवेदनशील बनाया जा सके और इस प्रकार के सामाजिक रूपान्तरण में अध्यापक के साथ प्रशिक्षु अध्यापकों को भी महत्त्वपूर्ण भूमिका अदा करनी है।

इस इकाई में प्रस्तुत किए गए मामलों के अध्ययन से आप इस योग्य हो गए हैं कि लिंग से संबंधित मुद्दों को समझ सकें और व्याप्त वर्तमान स्थिति में सुधार लाने के लिए जोर देने की आवश्यकता को समझ सकें। आपने लिंग से संबंधित मुद्दों में संचार माध्यमों का उपयोग किस तरह करना है और उनके बारे में वाद–परिवाद करना है ताकि वर्तमान समाज में अध्यापक, अभिभावक और प्रशिक्षु अध्यापकों द्वारा सक्षम, उत्तरदायी और सकारात्मक मध्यस्थता करने के द्वारा सुधार लाया जा सके।

8.8 इकाई अन्त्य अभ्यास

1. बच्चों के विकास में संचार माध्यम किस तरह लाभ पहुँचा सकते हैं की व्याख्या करें।
2. महिलाओं और बच्चों को प्रदर्शित करने में संचार माध्यम की क्या भूमिका होती है?

8.9 आपकी प्रगति–जांच के उत्तर

1. i) संचार माध्यम बच्चों को अनेक प्रकार से लाभ पहुँचाते हैं। इन माध्यमों में ज्ञान को रंगीन चित्रों के द्वारा प्रदर्शित किया जाता है जो सीखने में सहायता करते है और विभिन्न खेल तथा मनोरंजक गतिविधियों द्वारा अध्ययन को सुरूचिपूर्ण बना देते हैं।

   ii) हां सचमुच में संचार माध्यमों से किशोरों को विभिन्न प्रकार से सहायता मिलती है। यह जानकारी और ज्ञान के स्रोत होते हैं, और प्रतिस्पर्धी परीक्षाओं की तैयारी करने और नई चीज़ों को सीखने के बारे में उन्हे बाहरी दुनिया के अनेक पहलुओं से अवगत कराते हैं।

2. i) एक चित्र महिला को प्रसाधन के किसी उत्पाद को इस्तेमाल करते हुए प्रतिदर्शित करता है तो दूसरा उसे जीहजूरियां रूप में सेवा करने की भूमिका में दिखाता है। इस प्रकार के चित्र अप्रत्यक्ष रूप से महिलाओं की भूमिका को बौद्धिक और उच्च परिस्थिति वाली महिलाओं की भूमिका से नहीं जोड़ पाते हैं।

   ii) इन चित्रों मे बहुत ही स्पष्ट तरीके से लिंग–रूढ़िवादिता को बढ़ावा दिया जाता है। महिलाओं को प्रसाधन सामग्री के उपयोगकर्त्ता के रूप में दिखाया जाता है जो पुरूषों को आकर्षित करने के लिए गोरी और सुन्दर दिखती हैं। दूसरी छवि महिलाओं को घर को ठीक–ठाक रखने के लिए घरेलू कार्य करने के श्रमिकों की भूमिका में प्रदर्शित करती है जो ज़ीहजूरियां रूप में नौकर की तरह काम करने की भूमिका में दिखाने को प्रोत्साहित करती हैं।

8.10 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

गालाघेर, मारग्रेट, (2001) जेन्डर सेटिंग : न्यू एजेन्डास फॉर मीडिया मौनीटरिंग ऐंड एडवोकेसी, लंदन : जेडबुक्स

एन.सी.ई.आर.टी. नेशनल करिक्यूलम फ्रेमवर्क (एन.सी.एफ. 2005), न्यू दिल्ली : एन.सी.ई. आर.टी.

रीडॉउट, वी, फोहर, यू.जी. ऐंड रोबर्ट्स, डी.एफ. (2010). जेनरेशन एम[2]: मीडिया इन द लाइव्ज़ ऑफ 8–टू–18 ईयर्स ओल्डस. ए कैसर फेमिली फाउंडेशन स्टडी. http://www.hff.orgdentmedia/upload/8010.pdf से लिया गया।

उन्गार, एच. ऐंड क्राफोर्ड, एम. (1992). वीमेन ऐंड जेंडरः ए फेमिनिस्ट साइकोलॉजी. न्यूयार्कः मैकग्रा–हिल.

उरविट्ज, एल. बी. ऐंड लौरिसेला, ए. आर. (2016) व्हाट काइंड ऑफ एडल्टस विल आवर चिल्ड्रेन बिकम? द इम्पैक्ट ऑफ ग्रोइंग अप इन ए मीडिया सैटुरेटेड वर्ल्ड. जर्नल ऑफ चिल्ड्रेन ऐंड मीडिया, 10(1), पेजेज 13–20.

वान एवरा, जे. (2004). टेलिविज़न ऐंड चाइल्ड डेवेलपमेंट (थर्ड एड.), माहवाह, एन जेः एर्लबौम.

वारशा, आर. (1988). आई नेवर काल्ड इट रेप. न्यूयार्कः हार्पर ऐंड रो पब्लिशर्स.

वुल्फ, एन. (2002). द ब्यूटी मिथ. न्यूयार्क. हार्पर कोलिन्स पब्लिशर्स।

वुड, जे. टी. (1992बी). टेलिंग अवर स्टोरीजः नैरेटिब्स ऐज ए बेसिस फार थियराइजिंग सेक्सुअल हरैसमैंट. जर्नल ऑफ अप्लाइड कम्यूनिकेशन रिसर्च, 4, 849–363.

वुड, जे. टी. (1994). हू केयर्सः वीमेन, क्योर, ऐंड कल्चर. कार्बनडेल साउदर्न इलिनोसिस युनिवर्सिटी प्रेस.

वुड, जे. टी. (2013). जेन्डर्ड लाइव्जः कम्यूनिकेशन, जेंडर ऐन्ड कल्चर (10th ed.) यू एस एः वर्ड्सवर्थ, सेनगाग लर्निंग.

यूसोफ, नोरैनी एमडी., जेलोदर ई.; हमदन शाहीज़ाह इसमाइल. (2014). कान्टीन्यूड विजुअल आब्जेक्टीफिकेशनः द इमेज ऑफ द फेयर सेक्स इन आक्सीडेंटल एडवरटीजमेंट्स. मेडीटरेनियन जर्नल ऑफ सोशल साइसेंस, 5(20), 2886–2895. डी ओ आईः 10. 5901/एमजेएसएस.2014.वी5एन20पी2886.

इकाई 9 किशोरों को प्रभावित करने वाले समकालीन मुद्दे

संरचना

9.1 प्रस्तावना

9.2 उद्देश्य

9.3 किशोरों को प्रभावित करने वाले समकालीन मुद्दे और विद्यालय मध्यस्थता

9.3.1 धमकी देना

9.3.2 हानिकारक पदार्थों का उपयोग और दुर्व्यवहार

9.3.3 किशोर गर्भावस्था

9.3.3.1 यौन संचरित रोग

9.3.4 अवसाद और आत्महत्या

9.3.5 बाल उपचार

9.3.6 प्रेरित इन्टरनेट उपयोग

9.4 समकालीन मुद्दों के समाधान में विद्यालय की भूमिका

9.5 सारांश

9.6 इकाई अन्त्य अभ्यास

9.7 आपकी प्रगति–जाँच के उत्तर

9.8 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

9.1 प्रस्तावना

भारत, किशोरों की अधिक जनसंख्या के कारण जनसांख्यिकी लाभ उठा सकता है और यदि युवावर्ग के अधिकार सुरक्षित हों और उनके स्वास्थ्य व शिक्षा में निवेश किया जाए तो वह समाजार्थिक लाभों को भुना सकता है (इकोनॉमिक टाइम्स नवम्बर 18, 2014)। स्वास्थ्य और शिक्षा में निवेश करना इसलिए भी और अधिक ज़रूरी है क्योंकि किशोरों में अवसाद, आत्महत्या, धमकी देना और अन्य इसी प्रकार की सतर्क करने वाली प्रवृत्तियाँ अक्सर रिपोर्ट की जाती हैं। इन समस्याओं के लिए यह कहावत कि 'उपचार से रोकथाम बेहतर है' प्रासंगिक है क्योंकि विद्यालय बेहतर स्थिति में होते हैं जो इस तरह के बड़े–बड़े समस्यापूर्ण मामलों का उपचार करने की अपेक्षा उनको रोक सकते हैं। अतएव इस इकाई में किशोरों के सामने आने वाली आम समस्याओं के बारे में अलग–अलग समस्या का संक्षिप्त विवरण दिया जाएगा। विवरण के बाद विद्यालय द्वारा अनुपालन किए जाने वाले सुझावों और विशेषकर अध्यापक द्वारा इन समस्याओं को रोकना और समाधान करना बताया गया है। सुझाव यद्यपि साधारण हैं परन्तु आप अपने अनुभव के आधार पर उनको प्रासंगिक और समृद्ध कर सकते हैं।

9.2 उद्देश्य

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप निम्नलिखित कर सकेंगे :–

- किशोरों को प्रभावित करने वाले कुछ समकालीन मुद्दों की सूची बना सकेंगे।

- समस्याओं के कारणों पर चर्चा कर सकेंगे।
- समस्याओं के परिणामों की व्याख्या कर सकेंगे।
- निरोधी उपायों की व्याख्या कर पाएंगे जो इन समस्याओं को कम करने के लिए इस्तेमाल किए जा सकते हैं।

9.3 किशोरों को प्रभावित करने वाले समकालीन मुद्दे और विद्यालय–मध्यस्थता

किशोरावस्था के दौरान तीव्र गति से होने वाली शारीरिक वृद्धि और बौद्धिक परिवर्तनों, सामाजिक संबंधों के संवर्धन और अतिरिक्त उत्तरदायित्व व अधिकार के कारण उनमें स्वायत्तता की तीव्रता से वृद्धि होती है (जिमर–डोमबेक ऐन्ड कालिन्स 2006)। स्वायत्तता को किशोरों के संदर्भ में अनेक तरीकों से परिभाषित किया गया है। एक ऐसी परिभाषा चुनाव करने, अपने लक्ष्यों के लिए कार्य करने और व्यवहार को विनियमित करने की स्वतंत्रता को रेखांकित करती है (कालिन्स, ग्लीसन ऐंड सेस्मा 1997, जैसा जिमर गेमबैक ऐन्ड कॉलिन्स 2006 ने बताया है) और इससे जोखिम लेने और प्रयोग करने की प्रेरणा का विकास हो सकता है जो हमेशा सामाजिक रूप से वाँछनीय परिणाम नहीं भी दे सकती है बल्कि आगे जाकर समस्यापूर्ण व्यवहार की ओर अग्रसर अवश्य कर देती है। स्वयत्तता के अलावा, अन्य कारक बल्कि अनेक ढेर सारे कारक, जिनका पता लगाना मुश्किल है यद्यपि वे एक दूसरे को बल देते हैं और इन समस्याओं का कारण बन जाते हैं। उदाहरण के लिए सामाजिक स्थितियाँ जैसे गरीबी, बरबाद घर, अभिभावकों द्वारा बच्चे का कम पर्यवेक्षण, शैक्षिक तनाव, साथियों का प्रभाव, अभिभावक, समुदाय, पड़ोसी, संचार माध्यम और ऐसे बहुत से कारक इन समस्याओं को शुरू कर देते हैं और लगातार बढ़ाते चलते हैं। ये समस्याएँ अधिकांशतः व्यापक रूप से फैली हुई होती हैं, कुछ पुरानी होती हैं और कुछ वर्तमान समाज–सांस्कृतिक स्थितियों से उत्पन्न होती हैं। फिर भी इन सभी समस्याओं को कई आयामों में देखा जा सकता है और प्रत्येक समस्या से प्रश्न जुड़े होते हैं। उदाहरण के लिए, क्या इन समस्याओं की रोकथाम की जा सकती है? क्या उन पर विजय प्राप्त की जा सकती है? क्या अच्छी सफलता प्राप्त करने वाले और विशेष सुविधा प्राप्त किशोरों को भी ये समस्याएँ घेर लेती हैं? क्या इन समस्याओं के समाप्त करने के लिए कोई निश्चित समाधान उपलब्ध है? जैसे ही आप इस खण्ड के उपखण्डों को पढ़ेंगे और इन विषयों को कार्यक्षेत्र के अनुभवों से जोड़ेंगे और उन पर विचार करेंगे तो शायद आपके सामने भी ऐसे और प्रश्न उठ खड़े होंगे तथा ऐसे उत्तर मिलेंगें जिसके आधार पर इस विषय पर आप क्रांतिक दृष्टिकोण रख पाएंगे (यही विषय इस खंड में शामिल किए गए हैं।)

9.3.1 धमकी देना

निम्नलिखित मामला पढ़ें और उनका उत्तर देने का प्रयास करें।

- एक कोलकाता की युवा लड़की को उससे कुछ बड़ी उम्र के साथियों ने शौचालय में विद्यालय खत्म होने के बाद बन्द कर दिया। उस लड़की को इससे इतना अधिक मानसिक आघात लगा कि उसे अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा और बाद में उसकी मृत्यु हो गई (बी.बी.सी. न्यूज 13 सितम्बर 2013)।
- दिल्ली के एक स्कूल में एक विद्यार्थी के इर्द–गिर्द रहने वाले विद्यार्थी–समूह उस विद्यार्थी की मोबाइल क्लिपिंग को सब जगह व्यापक रूप से परिचालित कर दिये जिसमें उस विद्यार्थी के साथ दुर्व्यवहार किया गया था (द टाइम्स ऑफ इंडिया, मार्च 13, 2014)।

- क्या ये घटनाएँ धमकी देने की क्रिया से संबंधित हैं? धमकी देना क्या है? धमकी देने वाले और जिसे धमकी दी जा रही है, के क्या लक्षण होते हैं? क्या धमकी देने की क्रिया एक बार की ही घटना होती है या बार–बार होती रहती है?

धमकी देना एक आक्रामक व्यवहार होता है जिसमें सामान्यतः एक ताकतन्यात्मक समाज के लोकाचार में शक्ति का असंतुलन होता है और यह बार–बार होता है जिसे लोकतन्त्रीय समाज अस्वीकृत करता है, परन्तु अब यह एक अन्तर्राष्ट्रीय मुद्दे के रूप में सामने आ रहा है (सैम्पसन 2002, स्मिथ ऐंड ब्रेन 2000) क्योंकि यह पीड़ित के सुरक्षा संवेग को प्रताड़ित करता है। धमकी देना एक ही बार की जाने वाली आक्रामक क्रिया नहीं होती परन्तु यह बार–बार होती है और पीड़ित को प्रताड़ित करने के लिए बार–बार की जाती है। सैम्पसन बताते हैं कि स्कूलों में यह व्यापक रूप से फैली हुई और सामान्य रूप से पाई जाने वाली समस्या है और स्कूल में बच्चों की सुरक्षा से संबंधित होने के कारण इस पर सर्वप्रथम ध्यान दिया जाना आवश्यक है। इस तरह की यह आक्रामक गतिविधि मौखिक, दुर्व्यवहार, छेड़छाड़, मज़ाक उड़ाने वाली हो सकती है जो पीड़ित को भावात्मक रूप से प्रताड़ित करती है इसमें कई बार शारीरिक मार–पीट भी शामिल हो सकती है। इसमें अतिसूक्ष्म और गुप्त रूप से किसी भी रूप में धमकी देना भी हो सकता है। उदाहरण के लिए बच्चे को समूह से बाहर निकाल देना और उसे एकदम अलग कर देना और साथ में उस बच्चे की वस्तुओं जैसे पेन, लंचबॉक्स, किताबें, नोटबुक ले लेना और उसके कपड़ों पर स्याही छिड़क देना भी धमकी देने के समान ही होता है। कुछ बच्चे धमकी मिलने के जोखिम से अधिक घिरे रहते हैं। यह इसलिए है कि ऐसे बहुत से कारक हैं जैसे बच्चे का व्यक्तित्व, पारिवारिक पृष्ठभूमि, विकलांगता, साथियों के बीच लोकप्रियता, धर्म, नस्ल, जातीयता आदि जो बच्चे को समूह के अन्य साथियों से एकदम अलग करते हैं और इस तरह धमकी देने के लिए वह चुन लिया जाता है।

धमकी देने में दोनों सिरे पर व्यक्ति शामिल होते हैं, एक तो वह जो धमकी देता है और दूसरा वह जिसे धमकी मिलती है। जिसे धमकी मिलती है वह स्वाभाविक रूप से कमज़ोर होता है और धमकी देने वाला जो उससे अधिक ताकतवर होता है, से अपने आप को बचाने में असहाय होता है। धमकी देने की क्रिया उन व्यक्तियों द्वारा की जाती है जो और जैसा हम इन घटनाओं में देखते हैं– गैंग (विशेष समूह) द्वारा। दूसरे मामले में हम यह पाते हैं कि धमकी देने वाले आवश्यक रूप से पीड़ित से बड़ी उम्र के नहीं होते हैं।

धमकी देने के कारण पीड़ित को शारीरिक और भावनात्मक पीड़ा होती है। फिर भी धमकी देने वाले को भी पीड़ा होती है। अध्ययन बताते हैं कि जिस व्यक्ति को धमकी मिल रही है उसमें निम्न आत्मसम्मान, चिंता, अवसाद, दूसरों पर अविश्वास, आत्महत्या करने की प्रवृति, स्कूल से विमुखता आदि लक्षण विकसित हो जाते हैं और उसे लम्बे समय तक प्रभावित करते रहते हैं। धमकी देने वाला भी वयस्कों की तरह बन सकता है और हिंसा तथा दुर्व्यवहार में लिप्त हो जाता है (स्मिथ एंड रिगबी, 2004)।

साइबर ऑनलाइन धमकियाँ जो ई–मेल और संचार माध्यमों से प्राप्त होती हैं, भी आज एक व्यापक समस्या बन गई है। प्रोद्योगिकी से मौकों का विस्तार होता है जिसके द्वारा धमकी मिलने की क्रियाएं हो सकती हैं और अत्याधुनिक प्रौद्योगिकी तक पहुँच के कारण इन क्रियाओं में वृद्धि हो रही है। साइबर पर धमकी देने की घटनाएं बहुत बढ़ रही हैं। इस प्रकार की धमकी देने की क्रिया में नफरत बढ़ाने वाले मेल प्रेषित करना, व्यक्तिगत सूचनाएं देना–लेना, डराने की क्रिया, घृणास्पद संदेश, सामाजिक नेटवर्किंग सेवाओं में अनावश्यक रूप से आगे बढ़ना, पाठ संदेश, ब्लॉग, घृणास्पद संदेश आदि शामिल हैं।

अध्यापक की भूमिका

उच्च शिक्षा में आजकल विद्यार्थियों को यह आश्वासन देना होता है कि वे रैंगिग नहीं करेंगे जो एक प्रकार से धमकी देने की क्रिया है। इस तरह एक विद्यार्थी अपने आचार के लिए अलग से उत्तरदायी हो जाता है। फिर भी स्कूलों में अध्यापकों और स्कूल प्रशासन की बहुत बड़ी जिम्मेदारी होती है। अध्यापक होने के नाते आप निम्नलिखित बातों पर ध्यान दे सकते हैं :—

- जिस विद्यार्थी को धमकी मिली है उस विद्यार्थी की शिकायत को कभी खत्म नहीं करेंगे, क्योंकि धमकी देने की क्रिया समय के साथ बन्द हो भी सकती है और नहीं भी हो सकती है और यदि बन्द भी हो जाती है वो यह पीड़ित व्यक्ति पर कलंक लगा देती है जिससे उबरना बहुत कठिन हो जाता है।
- बच्चों को कभी भी धमकियाँ देने वाले छात्रों की रिपोर्ट करने के लिए हतोत्साहित न करें क्योंकि कुछ छात्र ऐसी घटनाओं की रिपोर्ट करने में शर्म महसूस करते हैं।
- धमकी देने के संबंध में एक नीति बनाएं और इस नीति के बारे में बच्चों और अभिभावकों को जागरूक करें।
- पीड़ित को सलाह—मार्गदर्शन, उसे सहारा और सुरक्षा देना तथा पीड़ित में आत्मविश्वास जगाने और हिंसा द्वारा बदला न लेने की सलाह देनी चाहिए।
- धमकी देने वालों के साथ सख्ती से निपटना, परन्तु उनको कोई शारीरिक दंड नहीं देना चाहिए।
- मिलकर कार्य करने की प्रवृत्ति को प्रोत्साहित करना और पीड़ित को धमकी न देने वाले बच्चों के साथ रखना।
- धमकी देने वाली गैंग का विघटन करना और उस गैंग के सदस्यों को अन्य समूह मे रखना।
- धमकी देने वाले और पीड़ित के अभिभावकों से विचार—विमर्श करना।

ऐसे अध्यापक के बारे में पता लगाना जो विद्यार्थी को भावनात्मक रूप से पीड़ित करता है, असाधारण काम नहीं है। विद्यार्थी अक्सर अध्यापक की बराबरी करते हैं और जिसे अध्यापक अपने दुर्व्यवहार से पीड़ित करता है, उसके साथी उसके साथ दुर्व्यवहार करते हैं। इसलिए ऐसा वातावरण सृजित करने की आवश्यकता है जिसमें हर बच्चे को सम्मान मिले।

9.3.2 हानिकारक पदार्थों का उपयोग और दुर्व्यवहार

हानिकारक पदार्थों का उपयोग जनस्वास्थ्य की एक विश्वव्यापी समस्या हो गई है जो मजा मिलने के कारण प्रारंभिक युवावस्था में ही शुरू हो जाती है और बाद में व्यक्ति को जीवनपर्यन्त प्रभावित करती रहती है (कादरी एट एल., 2013)। भारत के स्कूलों में इन हानिकारक पदार्थों के उपयोग की बीमारी युवा वर्ग के बच्चों में पाई जाती है जिसके कारण उनके सांस्कृतिक मूल्यों में परिवर्तन, आर्थिक तनाव की वृद्धि की समस्या हो जाती है (रेड्डी एंड विश्वास, 2013)। एल्कोहॉल, तम्बाकू आदि हानिकारक पदार्थों को अपने पास रखना और उनका उपयोग करना गैरकानूनी और दंडनीय अपराध है। यहां तक कि नशीली दवाओं को भी पास में रखना पूर्णरूप से गैर कानूनी है। ये हानिकारक पदार्थ कौन—कौन से हैं? ये पदार्थ तम्बाकू, एल्कोहॉल, कैफीन, मारीजुआना, गोलियाँ जो खाने वाले को डॉक्टर द्वारा प्रस्तावित नहीं की जाती, कोकेन, एम्फीटैमाइन्स, हाष्टिभ्रम कारक

अवसाद–शमक कारक, कश लेने वाले कारक, क्लब ड्रग्स होती हैं (गोल्डस्टीन, 2011, मैथी सन ऐंड मैगाथ, 2015 में उल्लिखित)। सिगरेट पीने की बीमारी भी युवावर्ग में बहुत तेज़ी से बढ़ रही है (विंडज ऐंड विंडल, 2006)। और इसके साथ ही चबाने वाली तम्बाकू का सेवन। इनमें से अधिकांश उत्पाद आसानी से प्राप्त किए जाने वाले नहीं होते हैं, परन्तु कुछ पदार्थ जैसे खाँसी की दवा, जूतों की पॉलिश, गोंद, स्पिरीट, जो स्याही हटाने के काम आती है और यहां तक की तम्बाकू के उत्पाद आसानी से प्राप्त हो जाते हैं।

ये पदार्थ क्यों खतरनाक होते हैं? इन पदार्थों से न केवल बच्चे की सीखने की क्षमता प्रभावित होती है बल्कि उपयोग करने वाले की शारीरिक और मानसिक स्थिति भी प्रभावित होती है। साथ ही उनको इसकी आदत भी पड़ जाती और इसी तरह के लोगों के साथ संबंध स्थापित हो जाते हैं। इसके अतिरिक्त नशीले पदार्थों का सेवन करने के कारण बहुत सी हिंसा, दुर्घटनाएं, चोट, मृत्यु और असुरक्षित लिंग–संबंध और उसके परिणामों का खतरा बढ़ जाता है। सुई की सहायता से ली जाने वाली औषधियों से एच.आई.वी. (HIV) का संक्रमण भी हो सकता है। यदि अनजाने में अथवा दुर्घटनावश नशीली दवा अधिक मात्रा में सेवन कर ली गई हो तो मृत्यु का और गंभीर बीमारी होने का खतरा बना रहता है। इन हानिकारक पदार्थों का खर्च वहन करने के लिए बच्चे चोरी और अपराध करने की शरण ले लेते हैं। यद्यपि कुछ बच्चे समय बीतने के साथ इन पदार्थों का सेवन छोड़ देते हैं या सेवन कुछ कम कर देते हैं परन्तु कुछ बच्चों में इसकी गंभीर लत उत्पन्न हो जाती है और वे इस नशे का अधिक और बार–बार सेवन करने के आदी हो जाते हैं। यह ध्यान देने की बात है। ऐसे बहुत से अध्ययन बताते हैं कि किशोरावस्था के दौरान नशा करने और वयस्कावस्था में नशेड़ी बनने के बीच उच्च सहसंबंध होता है (चक्रवर्ती, शाह और लौटीफयू 2013)। फिर भी, ऐसे किशोर जो इन विषैले पदार्थों का मध्यम रूप से उपयोग करते हैं वे भी हिंसात्मक वारदातों और दुर्घटनाओं में शामिल होते हैं।

किशोर इस प्रकार का व्यवहार क्यों करते हैं? अनुसंधान बताते हैं कि लत डालने वाले पदार्थ जैसे नशीली औषधियां, एल्कोहाल का उपयोग कभी–कभी बहुत अधिक उपयोग अपने साथी समूह की सामाजिक स्वीकृति लेने और बहिष्कृत होने से बचने और नकारात्मक भावनाएं कम करने तथा हल्का महसूस करने के लिए शुरू कर देते हैं (कुनटशे, निवे, जी–मेल ऐंड एजेल, 2005 मैथसन ऐंड मैगार्थ, 2014 में उल्लिखित)। नशीले पदार्थों की आसानी से उपलब्धि इनके लगातार सेवन करने का आम कारण है। इसके साथ ही अन्य कारण तनाव से आराम, साथियों में स्वीकार्यता भी शामिल है (टेसरिंग, पाल ऐंड दास गुप्ता, 2010)। अभिभावक, साथियों, समुदाय सदस्यों, आदर्श मॉडल द्वारा तथा संचार माध्यमों का प्रभाव, अभिभावकों द्वारा मानीटरिंग का स्तर कम होना भी ऐसे जोखिम भरे कारक हैं जिनकी वजह से किशोर नशीले पदार्थों का सेवन करना शुरू कर देते हैं।

सभी कॉलेज विद्यार्थियों का एक तिहाई भाग स्कूल में ही पहली बार शराब का सेवन कर लेता है। शहरी स्कूलों में किशोरों में शराब का सेवन आश्चर्यजनक दर से बढ़ रहा है, 45% के लगभग बारहवीं कक्षा के बच्चे अधिकता से शराब का सेवन करने लगते हैं। इस प्रकार की प्रवृत्ति के अनेक कारण हैं : इसमें उदास होने पर मूड ठीक करना, ऊब होने लगना, हल्का महसूस करने के लिए, साथी समूह में स्वीकृति पाने के लिए, अभिभावकों से अधिक मात्रा में पैसे प्राप्त करना, उनके पर्यवेक्षण में कमी, शराब आसानी से उपलब्ध हो जाने, आदि कारण शामिल हैं।

स्रोत : द टाइम्स ऑफ इंडिया, अक्टूबर 18, 2010.

केस 1

एक बच्चा जिसने 2011 में दसवीं कक्षा उच्च ग्रेड के अंकों से पास किया था वह

विज्ञान वर्ग में प्रवेश नहीं चाहता था। फिर भी अपने माता–पिता की इच्छा का ध्यान रखते हुए उसने कक्षा ग्यारह में विज्ञान वर्ग में प्रवेश ले लिया और उस ट्यूटोरियल में प्रवेश ले लिया जो इंजीनियरी की प्रवेश परीक्षा को पास करने के लिए सहायता करते हैं। एक वर्ष बाद उसने अपने अभिभावक को स्कूल में कम अंक प्राप्त करने के बारे में बताया कि वह अपना समय अच्छे कॉलेज में प्रवेश के लिए इंजीनियरी की ट्यूटोरियल्स में जाने में बिताता था और स्कूल के ग्रेड में प्राप्त हुए कम अंकों से यह कहीं अधिक महत्त्वपूर्ण था। उसने अपने अभिभावकों को बताया कि ट्यूटोरियल अतिरिक्त कक्षाएं चलाती थी और इसलिए वह अक्सर घर पर देर से आता था। कुछ समय बाद उसके अभिभावकों को पता चला कि वह विद्यालय भी नहीं जाता था और ट्यूटोरियल्स भी। माता–पिता ने यह भी मालूम किया कि वह अपने दोस्तों के साथ नियमित रूप से शराब पीता था और कभी–कभी बहुत अधिक शराब पी लेता था। इस बात का पता लगाने में अधिक कठिनाई नहीं हुई क्योंकि वह यह कार्य अपनी पॉकेट मनी (जेब के लिए मिलने वाले खर्च) से करता था। उस विद्यार्थी की व्याख्या यह थी कि उसे विषयों की पढ़ाई बहुत कठिन लगती थी और उसे स्कूल जाने के साथ–साथ ट्यूटोरियल्स में जाना पसन्द नहीं था।

इसलिए एक स्कूल, जो ट्यूटोरियल्स के समान नहीं होता, की कुछ जिम्मेदारियाँ होती हैं।

क्या स्कूल को अभिभावकों के साथ इस विषय पर विचार–विमर्श करना चाहिए –

- बच्चों को न केवल अनुमति देनी चाहिए बल्कि उनको विषय और अपना पेशा चुनने के लिए भी प्रोत्साहित करना चाहिए?
- अनियमित उपस्थिति और निम्न ग्रेड (कक्षा में कम अंक) लाना?

  क्या स्कूल ने बच्चों के साथ विचार–विमर्श किया है?

- अनियमित उपस्थिति और कक्षा में कम अंक (निम्न ग्रेड) लाने के कारणों पर चर्चा?
- शैक्षिक समस्याओं का कारण?

अध्यापक की भूमिका

यह बहुत ही महत्त्वपूर्ण है कि स्कूल ओर समुदाय में हानिकारक पदार्थों के सेवन के लिए नियंत्रण कार्यक्रम और ऐसे व्यापक रोक–थाम किए जाएं, जो किशोरों, उनके अभिभावकों और परिवार के अन्य सदस्यों पर केन्द्रित हों। इसलिए हानिकारक पदार्थों के सेवन के बुरे प्रभाव को बताना ही पर्याप्त नहीं होगा। फिर भी आप, विद्यार्थियों की नियमित अनुपस्थिति, सुस्ती, थकान, लाल–लाल आँखें, अस्त–व्यस्त दिखाई देने, निद्रालु रहने, अवसाद से पीड़ित दिखने, मूड में अचानक परिवर्तन, चिड़चिड़ापन, स्कूल की गतिविधियों में रूचि कम और नये दोस्त बनाने जैसे लक्षणों के प्रति सतर्क रह सकते हैं।

1) आप इन उपायों को भी ध्यान में रख सकते हैं :–

   - विद्यार्थियों को यह बताएं कि शराब का और नशीली दवाओं का सेवन, विदाई पार्टी, नये वर्ष, वेलेन्टाइन दिवस, जन्म दिन, विवाह–समारोहों और अन्य मौकों पर थोड़ी मात्रा में करने पर भी उन पर हानिकारक प्रभाव पड़ता है और इन मौकों पर अधिक आनन्द प्राप्त होता है यदि आप चौकस और सक्रिय रहते हैं।
   - यह भी बताएं कि हानिकारक पदार्थ जैसे नशीली दवाओं और शराब का सेवन खतरनाक व्यवहार की तरफ ले जाता है।

- विद्यार्थियों को यह भी बताएं कि हानिकारक पदार्थों का सेवन मोहक नहीं होता और उसे चित्रों, वीडियो और वास्तविक घटनाओं के विवरण से बताएं कि इसका परिणाम बहुत खराब होता है, मोहक कभी नहीं होता।
- अभिभावकों को यह बताएं कि उनके द्वारा बच्चे का पर्यवेक्षण सख्त और नियमित होना चाहिए, बच्चे अपने जेब खर्च का हिसाब रखें और अभिभावक इन मुद्दों पर अपने बच्चों के साथ मुक्त रूप से चर्चा करें।
- स्कूल परामर्शक की मध्यस्थता करने के लिए सहायता लें और अभिभावकों को कहें कि वे अपने बच्चे के लिए इन हानिकारक पदार्थों के सेवन और अपचार से निपटने के लिए किसी पेशेवर व्यक्ति से सहायता लें।
- अभिभावकों को कहें कि वह खाली शीशी, खाली पाऊच, सिरिंज (सुइयां) रंगरोगन के डिब्बों, सिगरेट के ठूँठ और अन्य इसी प्रकार की वस्तुओं के लिए सतर्क रहें क्योंकि ये वस्तुएँ आम तौर पर घर में इस्तेमाल नहीं होती और पैसों और मूल्यवान वस्तुओं के अव्याख्यायित नुकसान के बारे में जाँच करें।
- समुदाय के साथ सहभागिता करें और समुदाय में पोस्टर प्रदर्शनी और आन्दोलन चलाकर इस समस्या की रोक–थाम करें।
- बच्चों को प्रभावशाली दृश्य कार्यक्रम के वीडियों दिखाएं जिनमे हानिकारक पदार्थों के सेवन और अपचार के परिणाम प्रदर्शित किए गए हैं और प्रासंगिक विचार विमर्श आयोजित करें।

9.3.3 किशोर गर्भावस्था

किशोरावस्था जीवन की वह अवस्था होती है जिसमें शारीरिक वृद्धि और विकास तीव्रता से होते हैं जिसके कारण उनमें यौन परिपक्वता आती है और उनमें अन्तरंग संबंधों की इच्छा जागृत होती है (नस्वा ऐंड मारफतियां, 2010)। इस अवस्था में यौन गतिविधियों में जिसमें संसर्ग भी शामिल होता है, से गर्भ ठहर जाता है (क्रोकेट राफ़ैली ऐंड मोइलानेन 2006) भारत जैसे देश में किशोर गर्भावस्था को समाज में हतोत्साहित किया जाता है जहाँ विवाह की न्यूनतम आयु निर्धारित है। लेकिन फिर भी स्कूल में मिलने वाली सुविधाओं और उच्चतर माध्यमिक स्तर तक मुख्य पाठ्यक्रम में जीव विज्ञान विषय शामिल होने के कारण किशोर गर्भावस्था के मामलों में वृद्धि हो रही है। महानगरों में किशोरों को सभी विकल्पों की जानकारी होती है और उन्हें यह अच्छी तरह पता होता है कि गर्भपात कराने किस समय जाना चाहिए (द टाइम्स ऑफ इंडिया, जुलाई 24, 2013)। यहाँ पर यह प्रश्न सामने आता है कि गर्भ ठहरने के बारे में जानकारी की कमी, यौन शिक्षा की कमी और गरीबी किस तरह से किशोर गर्भावस्थाओं की बढ़ती समस्या के कारण हो सकते हैं? यदि इस तरह शिक्षित और पूर्ण जानकारी रखने वाले 'गर्भावस्था की समस्या' से निपटने के लिए गर्भपात कराने को सरल उपाय (quick fix) के रूप मानते हैं तो इन मुद्दों पर गंभीर रूप से विचार–विमर्श करने की आवश्यकता है।

सूचना और बुद्धिमानी से परहेज करने में सहायता मिलती है परन्तु किशोर नशीले पदार्थों का उपयोग करने से दुर्बल हो जाता है। गर्भपात कराने की गोलियों की सरल उपलब्धि, गर्भपात कराने की सुविधाएं, साथी दबाव और संचार माध्यमों के प्रभाव के कारण सामाजिक सांस्कृतिक लोकाचार में बदलाव आ रहे हैं और उससे पुराने अवरोधों को दूर करने, विवाह पूर्व यौन संबंध और गर्भावस्था से जुड़े हुए कलंकों पर विजय प्राप्त करने में सहायता मिलेगी। क्राकेट, रैफायली और मोइलेनन कहते हैं कि विवाह पूर्व यौन संबंधों के विरूद्ध सांस्कृतिक निबद्धताओं को संचार माध्यमों में प्रतिबिम्बित अनुमेय अभिवृत्तियों के द्वारा संतुलित किया जा सकता है (मिलर, बेले, क्रिस्टनसन, लीविट एंड कोचले, 2006)।

स्कूल जाने वाली लड़कियों के पास यदि कोई साधन है तो वे अपना गर्भपात करा लेती हैं। इसलिए कम वजन के बच्चों का जन्म, जटिल प्रसव और इस तरह के अनेक गंभीर मुद्दे उनके सामने आ सकते हैं। यद्यपि इस बात पर ध्यान दिया जाना है कि इससे उनकी सीखने की क्षमता प्रभावित होती है और असुरक्षित यौन संबंध से यौन संचारित रोगों, एच.आई.वी. संक्रमण, रक्ताल्पता, शारीरिक और मानसिक तनाव हो जाता है। इसके अतिरिक्त नैतिक पक्ष, कि उसने जीवित और अजन्मे भ्रूण को निकालने के लिए बड़ा ही आसान तरीका अपना कर गर्भपात करा लिया है, से भी तनाव ग्रस्त हो जाती हैं। इसलिए विद्यालयों में बच्चों के साथ इस मुद्दे पर चर्चा और विचार विमर्श करने की सख्त आवश्यकता है। विद्यालय को अभिभावकों के साथ भी विचार–विमर्श करके यह बताना चाहिए कि घनिष्ठ अभिभावक–बच्चा बंधन और अभिभावकों द्वारा किशोर यौन संबंधों और असुरक्षित यौनाचार को अनुचित समझना और नियंत्रण किए बिना किशोरों का पर्यवेक्षण जैसे उपाय करने से किशोर गर्भावस्था के जोखिमों के मामले कम देखने को मिलते हैं (मिलर, एट.एल., 2006)।

9.3.3.1 यौन संचारित संक्रमण (Sexually Transmitted Infections (STIs)

असुरक्षित यौन संबंध, अनेक साथियों के साथ यौनाचार से अनेक प्रकार की यौन संचरित बीमारियाँ हो जाती हैं। इनमें हरपीस, मानव पेपीलोमा विषाणु (HPV), क्लेमीडिया, गोनारिया, प्रतिरक्षा न्यून विषाणु (HIV) संक्रमण शामिल हैं जो अर्जित प्रतिरक्षा न्यून लक्षण (AIDS) और हिपेटाइटिस B रोगों के कारण हो जाते हैं। नवासा एंड मारफतिया (2010) यह तथ्य बताते हैं कि स्वयं और परिवार को एच आई वी (HIV) परिस्थिति मालूम होना चुनौती पूर्ण होता है और यह अपराधबोध से भरी एक प्रक्रिया होती है। इसके अतिरिक्त इसका उपचार करना कठिन होता है और सामाजिक कलंक इसके साथ जुड़ा होता है जो व्यक्ति को बहुत अधिक प्रभावित करता है जिससे उस व्यक्ति के लिए सामान्य जीवन जीना चुनौती पूर्ण हो जाता है।

किशोरावस्था के दौरान इस प्रकार से एस.टी.आई. (यौन संचरित संक्रमण) का जोखिम अधिक होता है (डीक्लेमेंट एंड क्रोस्वी, 2006)। भारत का राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन भी बताता है कि मनोवैज्ञानिक रूप से युवा वर्ग एस.टी.आई. के मामले में वयस्कों की अपेक्षा अधिक असुरक्षित होते हैं। वह यह भी उल्लेख करते हैं कि सही जानकारी की कमी, एच. आई.वी. संक्रमण के विभिन्न तरीके और प्रयोग करने की प्रवृत्ति के बारे में फैले हुए भ्रम, संदेह और ऐसा वातावरण जहां यौनाचार के बारे में विचार–विमर्श किया जा सके, जो समाज में वर्जित होता है, के कारण यह असुरक्षा बढ़ जाती है। अनेक साथियों के साथ यौनाचार, असुरक्षित यौन संबंध, हानिकारक पदार्थों का उपयोग और एस.टी.आई. सभी सकारात्मक रूप से परस्पर संबंधित होते हैं (डिक्लेमेन्ट ऐंड क्रोस्वी, 2006)।

भारत भी अन्य देशों जैसे दक्षिण अफ्रीका, नाइजीरिया, तंजानिया की तरह देश है जहाँ 20.1 लाख किशोर एच.आई.वी. से ग्रस्त हैं। एक यूनिसेफ की रिपोर्ट बताती है कि वर्ष 2005 और 2012 के बीच में एड्स से संबंधित किशोरों की मृत्यु जो 10 और 19 वर्ष की आयु के बीच थे 5% इज़ाफा हुआ है और इनमें से बहुत से किशोरों को तो यह मालूम भी नहीं था कि वे इस बीमारी से पीड़ित हैं।

विशेषज्ञों ने अनेक उच्च प्रभाव वाले निरोध जैसे गर्भनिरोध, विषाणु–रोधी उपचार आदि और इसके साथ ही अन्य क्षेत्र में जैसे विशेषकर शिक्षा मे निवेश करने की सलाह दी है।

स्रोत : द टाइम्स ऑफ इंडिया (दिसम्बर 1, 2013)

विद्यालय की भूमिका

इस संबंध में विद्यालय की क्रांतिक भूमिका होती है और ये विद्यालय निम्नलिखित के बारे में चर्चा आयोजित कर सकते हैं:

- असुरक्षित यौन संबंधों से संबंधित खतरे;
- एच.आई.वी. संचरण के तरीके;
- गर्भपात और गर्भनिरोध;
- वयस्कावस्था तक संयम का महत्त्व;
- अनेक साथियों के साथ यौन संबंध से दूर रहना;
- प्रगतिशीलता और आधुनिकता अनैतिक व्यवहार और लापरवाही के समानार्थी नहीं होते।
- किशोरावस्था जीवन की वह अवस्था है जिसे गुणवत्ता पूर्ण जीवन जीने के लिए शिक्षा प्राप्त करने, अच्छी आदतें डालने पर समर्पित करना चाहिए।

अपनी प्रगति जाँचें – 1

नोटः (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

i) धमकी देने की क्रिया बच्चों के आपस में लड़ने की क्रिया से किस तरह भिन्न होती है?

....

....

....

....

ii) क्या तम्बाकू चबाने की क्रिया हानिकारक पदार्थों के उपयोग से आती है? इस संबंध में अध्यापक की क्या भूमिका होती है?

....

....

....

....

iii) क्या आप समझते हैं कि यौन शिक्षा विद्यालय के पाठ्यक्रम का समेकित भाग होना चाहिए? तर्क सहित उत्तर दें।

....

....

....

....

9.3.4 अवसाद और आत्महत्या

जानबूझकर अपने आप को नुकसान पहुँचाना किशोरावस्था में एक आम बात हो गई है। ऐसी बहुत सी रिपोर्ट प्राप्त हुई हैं जो यह बताती हैं कि किशोरों को मारने वाला एक बड़ा

कारण आत्महत्या है और एक किशोर द्वारा आत्महत्या करने से सैकड़ों किशोर आत्महत्या का प्रयास करते हुए दिखाई देते हैं (हाउटन, रोडहम, इवॉन्स, वैदरहाल 2002)।

विश्व में, युवावर्ग की मौतों के तीन महत्त्वपूर्ण कारणों में से आत्महत्या एक है परन्तु यह महत्त्वपूर्ण है कि जनस्वास्थ्य समस्या को व्यापक रूप से रोका जा सकता है (राधाकृष्णन ऐंड एन्ड्रेड, 2012)। बच्चे आत्महत्या क्यों करते हैं? सरकोजिन्सकी, जैक्वेज़ और कोल (2006) के अनुसार आत्महत्या का प्रयास इसलिए किया जाता है कि इसमें तीन जोखिम भरे कारक शामिल रहते हैं : (1) मनोवैज्ञानिक जो अवसाद, हानिकर पदार्थों के उपयोग जैसी मनोविकृतियों के कारण होती है। (2) व्यवहार संबंधी जैसे आत्महत्या का प्रयास करना, जो भविष्य में आत्महत्या करने का एक बहुत बड़ा संकेत होता है। (3) परिवार में जोखिम भरे कारक–परिवार के सदस्य की मृत्यु या परिवार का विघटन, परिवार सदस्यों द्वारा महसूस किया जाने वाला तनाव, लड़ाई–झगड़े के कारण परिवार का अस्थाई वातावरण, एकजुटता का अभाव होता है।

अवसाद और आत्महत्या अक्सर साथ–साथ चलते हैं क्योंकि अवसाद से पीड़ित किशोर ही आत्महत्या का प्रयास करते हैं (सीरोजिन्सकी, जैक्वेज़, और कोल 2006) और किशोरों में अवसाद की स्थिति बहुत प्रचलित होती है और अवसाद से पीड़ित किशोरों में महत्त्वपूर्ण रूप से आत्महत्या करने के विचार बहुत अधिक तीव्र होते हैं (नगेन्द्र, संजय, गाड़ली, कलप्पानावर और विनोद कुमार 2012)। आप यह किस तरह जानेंगें कि अमुक व्यक्ति अवसाद से ग्रस्त है? सीरोजिन्सकी, जैक्वेज़ और कोल के अनुसार अवसाद एक संलक्षण है जिसमें उदासी, चिड़चिड़ापन, भूख न लगना, वज़न घटना, अयोग्य होने की भावना, अपराध बोध, आत्महत्या करने के प्रयास का विचार अथवा व्यवहार और ऐसे बहुत से लक्षण शामिल होते हैं। अध्यापक के रूप में आप इस प्रकार के लक्षणों के बाद सतर्क रह सकते हैं और आप बच्चों में समाज से दूर व अलग रहना, रोना, चिड़चिड़ापन अथवा डर, आत्मविश्वास न होना, अनावश्यक चिंताएं करना, आक्रामक और शैक्षिक समस्याओं जैसे लक्षणों का ध्यान रख सकते हैं।

अवसाद परिवार में उपस्थित कई समस्याओं, अपने शारीरिक गठन की छवि से असंतुष्ट रहना, साइबर धमकी के साथ अन्य धमकियाँ मिलना, हानिकर पदार्थों का उपयोग और अपचार, वित्तीय समस्याएं जैसे अनेक लक्षणों से जुड़ा होता है। इन कारणों के अतिरिक्त इस बात पर गंभीरता से विचार करने की आवश्यकता है, क्योंकि यह एक दुर्बल करने वाली बीमारी है, जो किशोर के शैक्षिक और सामान्य स्वास्थ्य की स्थिति को प्रभावित करती है और अपने आप ठीक नहीं हो सकती तथा इसके कारण व्यक्ति आत्महत्या का प्रयास कर सकता है।

यह अनुमान किया जाता है कि भारत में प्रतिवर्ष 15 से 20 लाख लोग आत्महत्या का प्रयास करते हैं। एक आत्महत्या की वारदात के बाद कम से कम 15 से 20 व्यक्ति आत्महत्या का प्रयास करते हैं। सभी आत्महत्याएं पुलिस को रिपोर्ट नहीं की जातीं क्योंकि इसके कारण उन पर सामाजिक कलंक लग जाता है। निमहान (NIMHAN) के अध्ययन ने यह मालूम किया है कि 11% कॉलेज विद्यार्थियों ने और 7% से 8% विद्यालय के विद्यार्थियों ने आत्महत्या करने का प्रयास किया है। इस सर्वेक्षण में 1500 विद्यालयों और कॉलेजों के विद्यार्थी शामिल किए गए थे और यह मालूम हुआ कि किशोरों को शैक्षिक दबाव, अभिभावकों के साथ संबंधों, साथी समूह और रुमानी संबंधों के कारण तनाव ग्रस्तता थी। किशोरों में साइबर धमकियाँ भी अवसाद का एक महत्त्वपूर्ण कारण है।

स्रोत : द टाइम्स ऑफ इंडिया (सितम्बर 10, 2014)।

> भारत मे आत्महत्या की दरें विश्व में सबसे अधिक हैं और यह 15 वर्ष से 20 वर्ष की आयु के बच्चों में अधिकता से देखी गई है। आत्महत्या करने वाले किशोरों में अधिक संख्या उन किशोरों की होती है जो शिक्षित परिवारों से आते हैं। इसके अनेक कारण हैं, एक तो यह कि आर्थिक प्रगति और खुले बाज़ार के कारण किशोरों में नौकरी की चिंता, उच्च आकांक्षा और सफलता प्राप्त करने के लिए दवाब है।
>
> **स्रोत : एन.डी.टी.वी. (जून 22, 2012)**

ये रिपोर्टें उचित रूप से यह सिद्ध करती हैं कि विद्यालयों को किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखने के लिए पहल करनी चाहिए। इसके लिए प्रारंभिक कार्यों में विद्यालय के विद्यार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं के बारे में शिक्षित करना और उन विद्यार्थियों की जांच करना जो इस जोखिम में फँसे हुए हैं शामिल हैं (हाउटन, रोडहेम, इवान्स वैदरॉल, 2002)। इसलिए ऐसे किशोरों की पहचान करनी चाहिए जो अवसाद से पीड़ित हैं और उन्हें विद्यालय परामर्शक द्वारा सहायता मिलनी चाहिए (बंसल, गोयल, श्रीवास्तव, 2009)।

विद्यालय की भूमिका

आप निम्न उपायों पर भी ध्यान दे सकते हैं : –

- बच्चे का मज़ाक कभी न करें और न ही कभी उसके आत्मसम्मान को ठेस पहुँचाएं।
- अभिभावकों को यह बताएं कि वे बच्चों से अवास्तविक आशाएं न रखें।
- बच्चे की तुलना कभी भी होनहार बच्चे से न करें।
- अवसाद के लक्षणों को गंभीरता से लें।
- बच्चों को हमेशा प्रोत्साहन देने की रीति अपनाएं और विभिन्न कामों में बच्चों को शामिल करना विद्यालय की गतिविधि का एक भाग हो।

9.3.5 बाल–अपचारिता

बाल अपचार के मामले जिनमें घिनौने अपराध शामिल हैं बहुत तेज़ी से बढ़ रहे हैं (द टाइम्स ऑफ इंडिया अगस्त 20, 2015)। बाल अपचारिता से उन अपराधों का संबंध है जो बच्चों द्वारा किए जाते हैं और ऐतिहासिक रूप से बाल अपचार पुनर्वास और उपचार पर केन्द्रित होता है न कि दण्ड पर। (फ्लेनरी, हुसे, बीबेल हाउसन ऐंड केस्ट, 2006)। भारत में एक बच्चा 18 वर्ष की आयु तक नाबालिग कहलाता है, और इस आयु समूह के बच्चों द्वारा किए गए अपराधों को बाल अपचारिता कहा जाता है। इस प्रकार के अपचारों में चोरी, जेब काटना, रेप करना, शारीरिक रूप से पीड़ा पहुँचाना और सम्पत्ति को नुकसान पहुँचाना तथा अन्य तरह के गंभीर अपराध शामिल होते हैं। अनेक अन्तर–संबंधित कारक होते हैं जिनके कारण बाल अपचारिता हो सकती है। यह घर, समुदाय तथा विद्यालय छोड़ देना और आवारगी है जो अपचारिता से संबंधित होती है। बहुत से अध्ययन बताते हैं कि विद्यालय में खराब प्रदर्शन, तथा निष्कासन भी इससे सम्बन्धित है।

छोटे बच्चे जो अपचारी बनने के जोखिम में होते हैं, वे अक्सर कठिन परिस्थितियों में रहते हैं जैसे उनके अभिभावक शराब पीते हैं, परिवार में लड़ाई–झगड़े होते हैं, गरीबी होती है, परिवार टूट जाते हैं, दुर्व्यवहार की स्थितियों होती हैं, बच्चे अनाथ हो जाते हैं, अभिभावको की मृत्यु हो जाती है, जीने के साधनों की कमी होती है, घर और जीवन को चलाने के लिए ज़रूरतें पूरी नहीं होती (विश्व युवा रिपोर्ट, 2003)। बहुत से बच्चे समाज विरोधी गतिविधियों में शामिल हो जाते हैं ताकि उनकी प्रमुख आवश्यकताएं से पूरी हो सकें, और

इन असामाजिक गतिविधियों से जो पैसा अर्जित होता है उसे वे अपने मनोरंजन के लिए खर्च कर सकें (हेवरीपेट, 2013)। फिर भी समुदाय यह सोचता है कि गरीबी से ग्रस्त परिवारों के बच्चे और जिनके अभिभावक कम पढ़े–लिखें होते हैं, के बच्चे धनी और खुशहाल परिवारों के बच्चों की अपेक्षा बाल अपचारी बनने के लिए अधिक प्रणत (Prone) होते हैं। फिर भी ऐसे मामले सामने आते हैं, जो हानिकर पदार्थों के उपयोग और बाल अपचारिता के बीच एक महत्त्वपूर्ण संबंध स्थापित करते हैं और जो बच्चे नशीली दवाओं का सेवन करते हैं उनमें हिंसात्मक कार्य करने की अधिक संभावना होती है (फ्लेनरी, हुसे, बीवलहाउसेन और वेस्ट, 2006)।

विद्यालय की भूमिका

निम्नलिखित को पढ़े :–

संयुक्त राष्ट्र संघ (मूल) ने जो मार्गदर्शी सिद्धान्त बनाएं हैं और जो रियाध मार्गदर्शी सिद्धान्त के नाम से जाना जाता है, तथा जिसको 1990 में महासभा प्रस्ताव द्वारा पारित और ग्रहण किया गया है ने, समाज में अपराध की रोकथाम के लिए बाल–अपचारिता को रोकने की आवश्यकता को एक अनिवार्य उपाय के रूप में अपनाने को कहा है। इस संबंध में ज़ारी किए गए मार्गदर्शी सिद्धान्त के अनुसार समाज के युवा वर्ग को वैध और सामाजिक रूप से उपयोगी गतिविधियों में लगाना चाहिए और समाज और जीवन के प्रति उनमें मानववादी उन्मुखता का विकास करना चाहिए।

इन मार्गदर्शी सिद्धान्तों में शिक्षा को इसे प्राप्त करने के लिए एक साधन के रूप में माना गया है और यह बताया गया है कि सभी युवा वर्ग के लोगों को शैक्षिक और व्यावसायिक शिक्षा के अतिरिक्त जनशिक्षा प्राप्त करनी चाहिए, उनमें अपनी संस्कृति के लिए सम्मान होना चाहिए और अन्य संस्कृतियों के लिए विभिन्न दृष्टिकोणों के साथ देश के सामाजिक मूल्यों , मानव अधिकार और मूलभूत स्वतंत्रता के संबंध में शिक्षा मिलनी चाहिए।

विद्यालय को बच्चों के व्यक्तित्व का भी विकास और पोषण करना चाहिए और उनको सक्रिय रूप से शामिल करके तत्संबंधी गतिविधियों में प्रभावशाली सहभागिता के द्वारा उनकी योग्यताओं का अनुकूलतम रूप में विकास करना चाहिए जिससे उनमें अपने विद्यालय और समुदाय को अपना समझने और अपनी पहचान बनाने की भावना उत्पन्न हो सके।

विद्यालय को व्यावसायिक अवसरों और व्यवसाय विकास के लिए उचित मार्गदर्शन देना चाहिए और विशेषकर गैर लाभार्थी तबकों से आए बच्चों को हानिकर पदार्थों के उपयोग से संबंधित समस्याओं के बारे में और उसे रोकने के लिए परामर्श देना चाहिए। विद्यालय में बेहतर वातावरण उपलब्ध करने के साथ बच्चों की भावनात्मक रूप से सहायता करनी चाहिए और सख्त अनुशासनिक उपाय विशेष कर शारीरिक दंड देने से परहेज़ करना चाहिए। विद्यालयों को युवा वर्ग के मामलों में शामिल अन्य एजेन्सियों, बच्चों के अभिभावकों और समुदाय के संगठनों के साथ मिलकर काम करना चाहिए।

विद्यालय में शिक्षण और पाठ्यक्रम भी उच्च गुणवत्ता का होना चाहिए और पाठ्यक्रम के साथ विद्यालय में ऐसी गतिविधियां आयोजित करनी चाहिए जिसमें युवावर्ग को रूचि हो। विद्यालय को विद्यार्थियों के प्रतिनिधियों के साथ मिलकर नीति और नियम निर्धारित करना चाहिए और उनका अचित रूप से कार्यान्वयन करना चाहिए।

9.3.6 प्रेरित इन्टरनेट उपयोग

किशोर स्मार्ट फोन और इन्टरनेट जैसी प्रोद्योगिकियों पर कितना समय खर्च करते हैं? वे

इन प्रोद्यौगिकियों का उपयोग किस प्रयोजन से करते हैं? क्या इस उपयोग पर वयस्क व्यक्तियों द्वारा पर्यवेक्षण किया जाता है? आपको इस बात की जानकारी होनी चाहिए कि आज बच्चे ज्यादातर समय वीडियो देखने, चैटिंग करने, सामाजिक नेटवर्किंग साइट पर दोस्त बनाने, वेब–साइट देखने पर व्यतीत करते हैं। इस पर वयस्कों द्वारा शायद ही ध्यान दिया जाता है। और इन सब में किशोर अपना बहुत समय खर्च कर देते हैं जबकि यह समय वह शैक्षिक गतिविधियों शारीरिक व्यायाम, और स्वस्थ शौकों को पूरा करने के लिए खर्च कर सकते हैं। हो सकता है वे इन्टरनेट का उपयोग शैक्षिक कार्यों के लिए करते हों परन्त लम्बी अवधि के लिए इनका उपयोग करने से उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है और उनमें मोटापा व अन्य सम्बंधित समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं जैसे आँखों की समस्या आदि। इस प्रोद्यौगिकी को लम्बे समय तक इस्तेमाल करना उस समय बहुत गंभीर हो जाता है जब किशोर इसका इस्तेमाल अनैतिक गतिविधियों और लत वाली आदतों को पालने के लिए करते हैं।

इन्टरनेट की लत क्या है? विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू.एच.ओ.) की रिपोर्ट (डब्ल्यू.एच. ओ. एक्सपर्ट कमेटी– 1964), डेवी ऐंड डेवी (2014), में लत को आराम, हल्का महसूस करने अथवा उत्तेजन के लिए कुछ ऐसी चीज़ों के उपयोग पर निर्भर रहना और उसका लगातार उपयोग करने के रूप में परिभाषित किया है। और इसका उपयोग न करने से ललक उत्पन्न होती है। उन्होंने यह भी बताया है कि हानिकर पदार्थों के उपयोग जैसे नशीली दवाएं और शराब के सेवन की लत की तरह कई तरह की व्यवहार संबंधी लतें जैसे मोबाइल फोन की लत पड़ जाती है। इन लेखकों के मुताबिक स्मार्ट फोन के उपयोग से बच्चे इन्टरनेट तक पहुँच जाते हैं और इनके लम्बे समय तक इस्तेमाल से कई जोखिम उत्पन्न हो जाते हैं जैसे अवसाद, चिंता, अनिद्रा (इनसोमनिया) रोग, आक्रामकता और किशोरों के अन्तर वैयक्तिक कौशल का अतिग्रस्त होना। यह बताया गया है कि इन्टरनेट के अधिक इस्तेमाल से नकारात्मक प्रभाव उत्पन्न होता है जिसके कारण इन्टरनेट लत अथवा रोगात्मक लत पड़ जाती है, जिसमें इन्टरनेट का अनियंत्रणीय और क्षतिपूर्ण उपयोग शामिल होता है जो इस हद तक होता है कि किशोर इन्टरनेट का, विशेष वस्तुओं और गतिविधियों जैसे वयस्क वेबसाइट जिसमें अश्लील गतिविधि शामिल है, का उपयोग करने लगता है। कुछ लोग अपना अधिकतर समय इन्टरनेट पर डेटिंग, चैटिंग, गैम्बलिंग और शॉपिंग पर खर्च करते हैं। हालाँकि शॉपिंग अनैतिक नहीं है फिर भी यह प्रयोजनरहित होती है और स्वास्थ्य को प्रभावित करने के साथ–साथ समय की बरबादी करती है जबकि यह समय किशोर शारीरिक गतिविधि, शौक पूरे करने और वास्तविक विश्व के साथ समाजीकरण करने में व्यतीत कर सकते हैं।

इसके लिए अध्यापक निम्नलिखित कर सकते हैं :–

- हल्का महसूस करने के लिए बच्चों में शौक (रूचि के काम) विकसित करना।
- विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करना कि वे खेल–कूद और अन्य गतिविधियों में भाग लें जिसमें शारीरिक क्रिया शामिल होती है।
- इन्टरनेट के लम्बे समय तक उपयोग करने और हानिकारक साइटों पर न जाने के बारे में विचार–विमर्श करना।

9.4 समकालीन मुद्दों के समाधान में विद्यालय की भूमिका

समस्याएं जिन पर हमने अभी चर्चा की है के कारण बहुत जटिल हैं और एक दूसरे से बहुत निकटता के साथ जुड़े और उलझे हुए हैं जिनको अलग करना उनकी पहचान करना और दूर करना बहुत मुश्किल होता है। इसके अतिरिक्त इनके समाधान के तरीके निश्चित

नहीं है इसलिए उनको प्रस्तावित नहीं किया जा सकता। इसलिए विद्यालय की भूमिका महत्त्वपूर्ण होती है विशेषकर विद्यालय के क्षेत्र के बाहर व्यावसायिक केन्द्रों में सामने आने वाली पूर्णतः विकसित समस्याओं का समाधान करने में। इसलिए विद्यालयों की दो–तरफा भूमिका होती है, एक तो बच्चों में सामाजिक और सकारात्मक वाँछनीय विशेषताएं विकसित करने के लिए कार्यक्रमों को विकसित करना और दूसरी ओर स्वीकृत सामाजिक प्रतिमानों से हुए विचलनों का परामर्शी सेवाओं, अभिभावकों और समुदायों के साथ मिलकर कार्य करने तथा रोकथाम करने के उपायों के बारे में जानकारी देने, पीड़ित को व्यावसायिक सहायता उपलब्ध कराने के द्वारा समाधान करने का है। इसलिए विद्यालय की भूमिका बहुआयामी हो जाती है। परन्तु विद्यालय को इसके रोकथाम करने के कार्य को अधिक मात्रा में करना चाहिए। यह भूमिका प्रकृति में सामान्य है, क्योंकि आत्म सम्मान, आत्मविश्वास का और क्रांतिक रूप से सोच विचार करने के गुणों को तथा अन्य जीवन कौशलों को विकसित करना जो विद्यार्थियों को सही चुनाव करने और इन समस्याओं को रोकने मे सहायता करते हैं।

उच्च श्रेणी के व्यवहारात्मक और भावनात्मक विद्यालय प्रबन्धन से हानिकर पदार्थों के उपयोग और बाल–अपचारिता में संलिप्त होना महत्त्वपूर्ण रूप से कम हो जाता है (ली. एटआल ., 2011)। इसलिए विद्यालय के वातावरण को सहयोगी और आनन्द से पूर्ण बनाने की आवश्यकता है न कि प्रतिस्पर्धी गतिविधियों के वातावरण की। पाठ्यक्रम सह–गतिविधियां जो शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को विकसित करती हैं और तनाव से मुक्त करती हैं, बच्चों के लिए विद्यालय में अनिवार्य रूप से आयोजित की जानी चाहिए। योग, ध्यान, खेल, हस्तकार्य, व्यावसायिक शिक्षा, संगीत, अन्य ललित कलाएं, पढ़ने के सत्र, विचार–विमर्श, उचित फिल्में और वीडियो देखने से संबंधित गतिविधियां आयोजित करना भी अनिवार्य है। आदर्श भूमिकाएं निभाने से आवश्यक अभिवृत्ति के विकास में सहायता मिलती है। इसके अतिरिक्त विद्यालय का वातावरण एक के लिए नहीं बल्कि सब विद्यार्थियों के लिए समृद्ध होना चाहिए। अभिभावकों और समुदाय के साथ सहभागिता, विद्यालय और समुदाय में जागरूकता आन्दोलन चलाने के कार्य भी महत्त्वपूर्ण हैं।

अपनी प्रगति जाँचें – 2

नोटः (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

i) अवसाद के क्या लक्षण होते हैं?

....

....

....

....

ii) आत्महत्या की नाकाम कोशिश भी किस तरह चिंता का विषय हो जाती है?

....

....

....

....

iii) विवरण दें कि अपने विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के निर्माण के लिए आप क्या पहल करेंगें?

....

....

....

....

9.5 सारांश

इस इकाई में हमने कुछ उन मुद्दों पर विचार विमर्श किया है जो किशोरों को प्रभावित करते हैं। एक ऐसा मुद्दा विद्यालय में धमकी देने से संबंधित है। यह एक साधारण बात है और अक्सर ध्यान से छूट जाती है जब तक कि उसके गंभीर, परिणाम सामने नहीं आते। आक्रामक क्रिया की अपेक्षा धमकी देने की वारदात बार–बार होती है जिसमें शक्ति का असंतुलन शामिल होता है। अधिक शक्तिशाली व्यक्ति कम शक्ति वाले व्यक्ति को शारीरिक और मानसिक चोट पहुँचाने का प्रयास करता है। जबकि जिस व्यक्ति को धमकी मिलती है वह बुरी तरह प्रभावित हो जाता है, धमकी देने वाले में भी कई मनोवैज्ञानिक समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं। विद्यालय को इन समस्याओं का समाधान उचित नियम निर्धारित करने के द्वारा और समस्या का संज्ञान लेने और उसका निपटारा करने के द्वारा करना चाहिए।

लत डालने वाले पदार्थों का सेवन भी चिंता का कारण बन जाता है। यहाँ तक कि इन हानिकर पदार्थों का कभी–कभी सेवन भी विद्यार्थी को दुर्घटना, हिंसा और अन्य अवांछनीय घटनाओं की ओर ढकेलता है और इनका नियमित सेवन शारीरिक और मानसिक समस्याएं उत्पन्न कर देता है। इसलिए अध्यापक को हानिकर पदार्थों के उपयोग, विद्यालय से बार–बार अनुपस्थिति जैसे लक्षणों के बारे में सावधान रहना चाहिए और विद्यालय और समुदाय में नियमित रूप से जागरूकता आन्दोलन चलाने चाहिए। किशोर गर्भावस्था भी एक अन्य चिंता का कारण है और असुरक्षित यौन–संबंधों से यौन–संचारित–संक्रमण विशेषकर एच.आई.वी. संक्रमण फैलने के मौके बढ़ा देती है। अवसाद और आत्महत्याएं भी व्यापक समस्याएँ हैं। अध्यापक को विद्यार्थियों में उदासी, चिड़चिड़ापन, वज़न में कमी, थकान और अन्य ऐसे लक्षणों का ध्यान रखना चाहिए और आवश्यक सहायता मुहैया करानी चाहिए। बाल–अपचारिता एक दूसरा मुद्दा है जिस पर ध्यान देने की आवश्यकता है। कक्षा में लोकतांत्रिक वातावरण, गुणवत्तापूर्ण शिक्षण और सीखने की क्रिया, व्यावसायिक शिक्षा, विभिन्न प्रकार के शौक (रूचियाँ) विकसित करना, परामर्शी सेवाएं ऐसे कुछ उपाय हैं जिसे विद्यालय को अनुपालन करना चाहिए। इन समस्याओं के संबंध में अध्यापक की भूमिका महत्वपूर्ण होती है और विद्यार्थियों को जीवन कौशलों की शिक्षा देने के लिए जागरूकता आन्दोलन चलाने, विचार–विमर्श आयोजित करने के द्वारा इन समस्याओं की रोकथाम करने में अधिक सहायता होती है।

9.6 इकाई अन्त्य अभ्यास

1) विद्यालयों में धमकी देने की वारदातों की अखबार में रिपोर्ट की गई खबरों को इकट्ठा करें तथा अपने विद्यालय में इस प्रकार धमकी देने की घटनाओं को रोकने के लिए साथियों के साथ विचार–विमर्श का आयोजन करें।

2) इन्टरनेट से ऐसे वीडियो डाउनलोड करें जिनमें हानिकर पदार्थों का उपयोग प्रदर्शित किया गया हो। एक उचित वीडियो चुनें और उसे विद्यार्थियों को दिखाएं, उसके बाद विद्यार्थियों के साथ उस विषय पर चर्चा आयोजित करें।

3) अपनी कक्षा के विद्यार्थियों को अपने साथियों के साथ हानिकर पदार्थों के उपयोग पर साक्षात्कार कराएं और सेल फोन/अन्य युक्ति पर उसको रिकार्ड करें और उसे वीडियो कार्यक्रम में बदलने के लिए उनकी सहायता करें।

9.7 आपकी प्रगति–जाँच के उत्तर

1. i) आक्रामक क्रिया में लड़ाई के रूप में धमकी देना शक्ति के असंतुलन का संकेत देती है। धमकी देना अधिक शक्तिशाली होता है जबकि धमकी पाने वाला कम।

   ii) हाँ। यह बच्चों में हानिकर पदार्थों के उपयोग के बराबर होता है। अध्यापक को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि विद्यालय के आस–पास दुकानें तम्बाकू के उत्पाद तो नहीं बेचती हैं। वह इस संबंध में विद्यालय परिसर में तम्बाकू बेचने पर प्रतिबंध लगा सकता/सकती है। वह तम्बाकू के उपयोग के प्रति आन्दोलन, बच्चों के साथ चित्र, पोस्टर बनवाकर और नारा (slogan) लगाकर आयोजित कर सकता/सकती है। वह तम्बाकू के उपयोग का विद्यार्थियों पर प्रभाव विषय पर विशेषज्ञ को आमंत्रित करके क्रिया–प्रतिक्रिया आयोजित कर सकता/सकती है।

   iii) अपना उत्तर लिखें।

2. i) उदासी, चिड़चिड़ापन, भूख लगने में कमी, वज़न में कमी, थकान, अयोग्य होने की, अपराध की भावना प्रदर्शित करने जैसे लक्षण।

   ii) किशोरों की मृत्यु का प्रमुख कारण आत्महत्या है और यह आत्महत्या करने वाले के मानसिक स्वास्थ्य का संकेत देता है। इसके अतिरिक्त आत्महत्या के प्रयास में विफल होने की घटना से विद्यार्थी बेहतर नियोजित तरीके से इसका आयोजन करता है जिससे या तो उसकी मृत्यु हो जाती है अथवा गंभीर स्वास्थ्य का मुद्दा बन जाता है।

   iii) अपना उत्तर लिखें।

9.8 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

बंसल, वी., गोयल, एस. और श्रीवास्तव, के. (2009). स्टडी ऑफ प्रीवैलेन्स ऑफ डिप्रेशन इन एडोल्सेंट स्टूडेंट्स ऑफ ए पब्लिक स्कूल। इंडस्ट्रीयल साइकियाट्री जर्नल, 18 (1), 43–46.

बी.बी.सी. न्यूज. (2013, सितम्बर 13) इंडियन मीडिया : एंगर ओवर बुलीइंग इन कलकत्ता स्कूल. http://www.bbc.com/news/world-asia-india-24076021 से 01-02-15 को लिया गया।

कार. ए. (2006) द हैंडबुक ऑफ चाइल्ड ऐंड एडोलिसेंट क्लिनीकल साइकोलॉजी : ए कानटेक्सटयूल अप्रोच., न्यूयार्क : रूटलेज।

चकवर्ती, बी., शाह, एस. और लोटि्फपाउ, एस. (2013). एडोलिसेंट ड्रग अब्यूज़–अवेरनस ऐंड प्रीवेंशन, इंडियन जर्नल ऑफ मेडिकल रिसर्च, 6, 1021–1023.

चेसिन एल., हूसाँग, ए. बरेरा, एम., जूनियर, मोलिना बी.एस.जी., ट्रिम, आर, ऐंड रिटर, जे. (2003)। एडोलिसेंट सब्सटेंस यूज. इन आर.एम. लेरनर ऐंड एल स्टिनबर्ग (Eds.), हैंडबुक ऑफ एडोलिसेंट साइकोलॉजी सेकेंड एडीसन (पीपी. 665–696)। वाइली; केनेडा।

क्रोकैट, एल.जे., राफाइली, एम., ऐंड मोयलेनेन, के. एल. (2006) एडोलिसेंट सैक्शुएलिटी : बिहेवियर ऐंड मीनिंग इन जी.आर.एडम्स ऐन्ड एम.डी.बरजोन्सकी (Eds.) एडोलिसेंट प्रीगनेन्सी ऐंड चाइल्डबियरिंग, ब्लैकवैल हैंडबुक ऑफ एडालिसैंस. (पीपी 371–392). यू. एस.ए.: ब्लैकवेल पब्लिशिंग।

डेवी, एस., ऐंड डेवी, ए. (2014) असेसमेंट ऑफ स्मार्ट फोन एडिकशन इन इंडियन एडोलिसेंट्स : ए. मिक्स्ड मेथड स्टडी बाइ सिस्टैमिटिक–रिव्यू ऐंड मेटा एनालिसिस अप्रोच इन्टरनेशनल जर्नल ऑफ प्रीवेन्टिव मेडीसऩ, 5 (12), 1500–1511.

डेविस आर.ए. कॉगनिटिव बिहेवियरल मॉडल ऑफ पैथोलॉजिकल इन्टरनेट यूज. कम्प्यूटर्स इन ह्यूमन बिहेवियर, 2001 17 (2), 187–195.

डिक्लेमेंट, आर.जे. ऐंड क्रासबी, आर.ए. (2006) सैक्शुअली ट्रांसमीटेड डिजीज एमंग एडोलिसेंट्स : रिस्क फैक्टर्स, एन्टीसिडेंट्स ऐंड प्रिवेंशन स्ट्रैटीज़ीस। इन जी. आर. एडम्स ऐंड एम. बरजोनस्की (Eds.) ब्लैकवेल हैंडबुक ऑन एडोलिशेंस (पीपी. 573–605). माल्डेन, एम.ए. : ब्लैकवेल पब्लिशिंग कम्पनी।

फैरिगंटन, डी.पी. (2003). कन्डकट डिसआर्डर, एग्रेशन ऐंड डेलीनक्वेन्सी. इन.आर. एम. लर्नर ऐंड एल स्टिनबर्ग (Eds.) हैंडबुक ऑफ एडोलिसेंट साइकोलॉजी, (सेकेंड एड.), विलीः कनाडा।

फलैनरी, डी.जे. हुसे, डी.एल., बीबलहाउसेन, एल. ऐंड वेस्ट, के. एल. (2006). क्राइम, डेलीनक्वेंसी, ऐंड यूथ गैग्ंस इन जी. आर. एड्मस ऐंड एम.डी. बरजोन्स्की (Eds.) ब्लैकवेल हैंडबुक ऑफ एडोलिसेंस (पीपी. 502–522) यू.एस.ए.: ब्लैकवेल पब्लिशिंग।

हेवरीपेट, पी (2013), कौजेस ऐंड कन्सक्वेसेज ऑफ जूवीनाइल डेलीनक्वेंसी इन इंडिया. रिसेंट रिसर्च एन साइन्स ऐंड टेक्नौलोजी, 5(3), 29–31.

हाउटन, के., रॉडहम, के., इवान्स, ई, विदरऑल, आर. (2002) डेलीब्रेट सेल्फ हार्म इन एडोलिसेंट्स : सेल्फ रिपोर्ट सर्वे इन स्कूल्स इन इंग्लैंड, ब्रिटिश मैडिकल जर्नल. 325 (7374) 1207–1211.

इंडिया टुडे (2008, अप्रैल 28) टीन सुसाइड्स. http://indiatoday.intoday.in/story/teen+suicides/1/7170.html से 1-9-2015 को लिया गया।

ली, वाई, जैंग. डबल्यू; लीयू. जे. आरबीट, एम. आर. शुवार्ट्ज, एस जे. बाबर्स, ई.पी., लर्नर, आर.एम. (2011)। द रोल ऑफ स्कूल इंगेजमेंट इन प्रीवेटिंग एडोलिसेंट डेलीनक्वेंसी ऐंड सब्सटैंस यूज : ए सरवाइवल एनालिसिस द जर्नल ऑफ एडोलिसेन्स, 34 (6), 1181–92.

मा, एच. के. (2011). इन्टरनेट एडीकशन ऐंड एन्टीसोशल इन्टरनेट बिहेवियर ऑफ एडोलिसेंट्स। द साइंटिफिक वर्ल्ड जर्नल 11, 12187–2196.

मैथसन, जे.एल. ऐंड मैगार्थ (2014) एडोलिसेंट एल्कोहॉल, ऐंड अदर ड्रग एब्यूज. नं 10.216. कालार्डो स्टेट यूनिवर्सिटी. http://www.ext.colostate.edu/pubs/consumer/10216.html#top से 1-2-2015 को लिया गया।

मिलर, बी.सी., बेली, बी.के. क्रिस्टेनसन, एम., लेवीट, एस.सी. ऐन्ड कोयल, डी.डी. (2006). एडोलिसेंट प्रीगनेन्सी ऐंड चाइल्ड बियरिंग. इन जी.आर.एडम्स ऐंड एम. डी. बरजोनस्की (Eds.) ब्लैकवेल हैंडबुक ऑफ एडोलिसेंस. (पीपी. 415–449), यू.एस.ए.: ब्लैकवेल पब्लिशिंग।

नगेन्द्र, के., संजय, डी., गाउली, सी. कालप्पानावर, एन. के. ऐंड विनोद कुमार, सी.एस. (2012). प्रीवैलेन्स ऐंड एसोसिएशन ऑफ डिप्रेशन ऐंड सुसाइडल टेडेंसी अमंग एडोलिसेंट्स स्टूडेंट्स, इन्टरनेशलन जर्नल ऑफ बायोमैडीकल ऐंड एडवान्स रिसर्च 03 (09).

नस्वा, एस., ऐंड मारफ्तिया, वाई. एस. (2010) एडोलिसेंट एच.आई.वी. / एड्स : इसूज ऐंड चैलेन्जेज़, इंडियन जर्नल ऑफ सेक्शुअली ट्रांसमिटेड डिसीज़ेस, 31 (1), 1–10.

एन.डी.टी.वी. (जून 22, 2012) सुसाइड रेट्स इन इंडिया आर हाइएस्ट इन द 15–29 एज ग्रुप : http://www.ndtv.com/india-news/suicide-rates-in india-are-highest-in-the-15-29-age-group-report-489521 से 1-7-2015 को लिया गया।

कादरी, एस. एस., गोयल, आर.के.डी., सिंह जे., अहलूवालिया, एस के., पाठक ऐंड बाशी एच. (2013). प्रीवेलेंस ऐंड पैटर्न ऑफ सब्सटेंश एब्यूज अमंग स्कूल चिल्ड्रेन इन नारदर्न इंडिया. ए रैपिड असेसमेंट स्टडी. इन्टरनेशलन जर्नल ऑफ मैडिकल साइन्स ऐंड पब्लिक हैल्थ 2(2) 273–282.

राधाकृष्णन, आर. ऐंड एन्ड्रेड, सी. (2012) सुसाइड : ऐन इंडियन पर्सपेक्टिव, इंडियन जर्नल ऑफ साइकियाट्री, 54 (4), 304–319.

रेड्डी, के. आर.बी.के. ऐंड अस्थिक विश्वास, ए., (2013) सब्सटेंस अब्यूज़ इन अर्बन स्कूल गोइंग एडोलिसेंट्स इन इंडिया : ए ग्रोइंग चैलेन्ज इंडियन पेडीआट्रिक्स, 50, 799–800.

सैंम्पसन, आर. (2002) बुलीइंग इन स्कूल्स गाइड नं. 12. http://www.popcenter.org/problems/bullying से 01.10.15 को लिया गया।

सेरोक्जिंस्की, ए.डी. जेकैवेज़, एफ. एम. ऐंड कोल, डी.ए. (2006) डिप्रेशन ऐंड सुसाइड ड्यूरिंग एडोलिसेंस. इन जी.आर. एडम्स ऐंड एम. बस्जोनसकी (Eds.) ब्लैकवेल हैंडबुक ऑन एडोलिसेन्स (पीपी. 550–572) यू.एस.ए.; ब्लैकवेल पब्लिशिंग

स्मिथ पी. के. ऐंड ब्रेन, पी. (2000). बुलीइंग इन स्कूल्स : लेसन्स फ्राम टू डीकेड्स ऑफ रिसर्च. अग्रेसिव बिहेवियर. 26, 1–9.

स्मिथ, पी. के. डेबरा, पी. ऐंड रिगबी, के. (2004). वर्किंग टू प्रीवेंट स्कूल बुलीइंग : की इसूज, इन. पी. के स्मिथ, डी. पेपलर, के. रिगवी (Eds.), बुलीइंग इन स्कूल्स : हाउ सक्सेसफुल कैन इन्टरवेंशन्स बी. कैम्ब्रिज : कैम्ब्रिज यूनिवर्सिटी प्रेस .

द इकोनोमिक टाइम्स (2014, नवम्बर 18) इंडिया हैज लार्जेस्ट यूथ पॉपुलेशन : यू.एन. रिपोर्ट. http://articles.economictimes.indiatimes.com/2014-11-18/news/56221890_1_demographic_dividend_youth_population_osotimehin से 01–10–15 को लिया गया।

द टाइम्स ऑफ इंडिया (2010, अक्टूबर 18). ऑन ए हाई:45% टीन्स ड्रींक एक्सेसिवली. http://timesofindia.indiatimes.com/india/onahigh-45-teens-drink-excessively/articleshow/6766142.cms से 01–10–15 को लिया गया।

द टाइम्स ऑफ इंडिया (2013, जुलाई 24). डाक्स वरीड एबाउट राइजिंग टीन प्रिगनेंसी, सेल्फ एबार्सन इन गुड़गाँव. http://timesofindia.indiatimes.com/life-style/people/Docs-worried-about-rising-teen-pregnancy-self-abortion-in-Gurgaon/articleshow/21274442.cms से 01–10–15 को लिया गया।

द टाइम्स ऑफ इंडिया (2013, दिसम्बर 1). इंडिया अमंग 12 नेशन्स विद मोस्ट एचआईवी+एडोल्सैंट्स. http://timesofindia.indiatimes.com/india/india-among-12nations-with-most-HIV-adolescents/articleshow/26665685.cms से 01–10–15 को लिया गया।

द टाइम्स ऑफ इंडिया (2014, मार्च 13). स्कूल बुलीस कॉट ऑन सेल, वीडियो गोज़ वाइरल. http://timesofindia.indiatimes.com/city/delhi/school-bullies-caught-on-cell-video-goes-viral/articleshow/31911041.cms से 01–07–15 को लिया गया।

द टाइम्स ऑफ इंडिया (2014, सेप्टम्बर 10). स्ट्रेस्ड आउट स्टूडेंट्स अटेम्टिंग सुसाइड. http://timesofindiaindiatimes.com/city/bengaluru/stressed-out-students-attemptingsucide/articleshow/42119357.cms से 01–07–15 को लिया गया।

द टाइम्स ऑफ इंडिया (2015, अगस्त 20). 18% राइज इन क्राइम बाई जुवेनाईल। http://epaperbeta.timesofindia.com/Article.aspx/eid=31808&articlexml=18-rise-incrime-by-juveniles-20082015004031 से लिया गया।

टीसरिंग, डी., पाल, आर. ऐंड दासगुप्ता, ए. (2010) सब्सटेंस यूज अमंग एडोलीसेंट्स हाईस्कूल स्टूडेन्ट्स इन इंडिया : ए सर्वे ऑफ नोलेज, एटीटयूड ऐन्ड ओपीनियन. जर्नल ऑफ फारमेसी ऐंड बायोएलाइड साइसेंस, 2 (2) 137–140 से। http://doi.org.10.4103/0975-7406.67005 से लिया गया।

यूनाइटेड नेशन्स (यू.एन.) गाइडलाइन्स फॉर द प्रीवेंशन ऑफ जूवीनाइल डेलीनक्वेंसी (द रियाद गाइडलाइन्स) (1990). http://www.un.org/documents/ga/res/45/a45r112.htm से 4.7.15 को लिया गया।

विंडल, एम. ऐंड विंडल, आर.सी. (2006) ऐल्कोहॉल ऐंड अदर सब्सटेंस यूज़ ऐंड एब्यूज़. इन जी.आर. एडम्स ऐंड एम.डी. बरजोनस्की (Eds.) ब्लैकवेल हैंडबुक ऑफ एडोलिसेंस (पीपी 450–469), यू.एस.ए. : ब्लैकवेल पब्लिशिंग।

वर्ल्ड यूथ रिपोर्ट (2003) जूवीनाइल डेलीनक्वेंसी. http://www.un.org.esa/socdev/unyin/documents/ch07.pdf से 2–9–15 को लिया गया।

जिमरजेम–बेक, एम. जे. ऐंड कालिन्स, डबल्यू.ए. (2006) ऑटोनॉमी डेवलपमेंट ड्यूरिंग एडोलिसेंसः इन जी.आर. एडम्स ऐंड एम.डी. बरजोन्सकी (Eds.) ब्लैकवेल हैंडबुक ऑफ एडोलिसेंस (पीपी 175–204) यू.एस.ए. : ब्लैकवेल पब्लिशिंग।

इकाई 10 किशोरों के लिए जीवन कौशल शिक्षा

संरचना

10.1 प्रस्तावना

10.2 उद्देश्य

10.3 जीवन कौशल और जीवन कौशल शिक्षा को समझना

10.4 किशोरों के लिए जीवन कौशल शिक्षा का महत्त्व

10.5 कोर (महत्त्वपूर्ण) जीवन कौशल

10.5.1 स्वयं–समझ और स्वप्रबन्धन के लिए कौशल

10.5.1.1 आत्म सम्मान

10.5.1.2 स्व–जागरूकता

10.5.1.3 निश्चयात्मकता

10.5.1.4 तनाव का सामना करना

10.5.1.5 भावना के साथ जीना

10.5.2 दूसरों को जानने और उनके साथ जीने का कौशल

10.5.2.1 प्रभावी सम्प्रेषण

10.5.2.2 अंतर्वैयक्तिक संबंध

10.5.2.3 परानुभूति

10.5.2.4 संघर्ष समाधान

10.5.3 समस्याओं और अन्य मुद्दों के निपटान के लिए कौशल

10.5.3.1 समालोचनात्मक सोच

10.5.3.2 सृजनात्मक सोच

10.5.3.3 निर्णय लेने की क्षमता

10.5.3.4 समस्या समाधान

10.6 विद्यालय में जीवन कौशल शिक्षा कार्यक्रम

10.7 सारांश

10.8 इकाई अन्त्य अभ्यास

10.9 आप की प्रगति–जाँच के उत्तर

10.10 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

10.1 प्रस्तावना

इस खंड की इकाई 9 में आपने कुछ उन समकालीन मुद्दों के बारे में अध्ययन किया है जो किशोरों को सामान्यतः प्रभावित करते हैं। किशोरावस्था एक परिवर्तन की अवस्था होती है जिसमें किशोर बाल्यावस्था से किशोरावस्था में प्रवेश करता है। यह उसके वृद्धि और विकास की एक महत्त्वपूर्ण अवस्था होती है। किशोर इस अवस्था में अपनी तीव्र वृद्धि की ओर बढ़ते हैं, उनके शरीर के लैंगिक ग्रंथियों में अचानक से कार्य करने की क्रिया शुरू हो जाती है, उनकी शारीरिक ऊर्जा बढ़ जाती है जो उन्हें अशान्त बना देती है। उनकी भावनाएं एक जैसी नहीं होतीं और बदलती रहती हैं। इसके कारण वे मूडी हो जाते हैं। उदासी और खुशी का व्यवहार बार–बार बदलता रहता है। परिणामस्वरूप उनकी

भावनाओं का संतुलन विक्षोभित हो जाता है तथा वे अधिकांशतः तनावग्रस्त और चिंतित रहने लगते हैं। उन्हें भय, चिंता और अवसाद की भावना सताती रहती है। इसके अतिरिक्त किशोरावस्था वह स्थिति होती है जब किशोर को महत्त्वपूर्ण निर्णय लेने होते हैं। यह जानने का समय होता है कि वे कौन हैं और वे जीवन में क्या चाहते हैं? यह वह अवधि होती है जिसमें उनको यह निर्णय लेना होता है कि वे कौन से विषय और अध्ययन के किस पाठ्यक्रम पर पढ़ाई करेंगे। ये किशोर होते हैं न कि अभिभावक भविष्य से संबंधित उनको निर्णय लेने होते हैं इसलिए इस अवस्था में उनको कई गंभीर मुद्दों और समस्याओं का सामना करना होता है। यदि उनमें कुछ जीवन कौशलों का विकास हो जाएगा तो वे इन्हें न केवल अपने आप को जानने में बल्कि अपने स्वप्रबन्धन में महत्त्वपूर्ण रूप से सहायक पाएगें, तथा यह भी कि सामने आने वाले मुद्दों और समस्याओं का और इसके बाद भविष्य में भी इन समस्याओं से कैसे निपट सकेंगे।

जीवन कौशल, ऐसे कौशल, सामर्थ्य और सक्षमताएं होती हैं जो मनुष्य को प्रतिदिन के जीवन में आने वाली समस्याओं का सक़ारात्मक अभिवृत्ति से सामना करना और इन मुद्दों का प्रभावशाली रूप में हल निकालना सिखलाती हैं। जीवन कौशल आपकी क्षमताओं को मज़बूत बनाते हैं और सरलता से आत्मविश्वास के साथ जीवन की समस्याओं का सामना करने में सहायता करते हैं। इस इकाई में आपको कुछ महत्त्वपूर्ण जीवन कौशलों के बारे में बताया गया है जिसे आप अपनी संपूर्ण वृद्धि और विकास के लिए उपयोग कर सकते हैं।

10.2 उद्देश्य

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप निम्नलिखित कर सकेंगे :

- जीवन कौशल शिक्षा क्या है? इसे परिभाषित कर सकेंगे।
- जीवन कौशल शिक्षा से निकले अगणनीय लाभों की जानकारी कर सकेंगे।
- जीवन कौशलों को विकसित करने के महत्त्व की व्याख्या कर सकेंगे।
- विभिन्न महत्वपूर्ण जीवन कौशलों की सूची बना सकेंगे।
- उन जीवन कौशलों की व्याख्या कर सकेंगे जो आत्म समझदारी और स्वप्रबन्धन की ओर ले जाते हैं।
- स्वजागरूकता और स्वप्रबन्धन के निर्माण के लिए कौशलों को क्रियान्वित (लागू) कर सकेंगे।
- उन जीवन कौशलों की व्याख्या कर सकेंगे जो एक साथ मिलकर रहना सीखने में सहायता पहुँचा सकते हैं।
- दूसरों के साथ मैत्रीपूर्ण ढंग से रहने के लिए योग्यताओं का विकास कर सकेंगे।
- उन जीवन कौशलों की सूची बना सकेंगे जो समस्याओं और मुद्दों का सामना करने के लिए आपकी सहायता कर सकेंगे।
- प्रतिदिन के जीवन में आने वाले मुद्दों और समस्याओं का सामना करने के लिए इन कौशलों का अनुकूलतम उपयोग सीख सकेंगे।
- उन उपायों की व्याख्या कर सकेंगे जो विद्यालय, विद्यार्थियों में जीवन कौशल का शिक्षण देने के लिए अपनाएंगे।

10.3 जीवन कौशल और जीवन कौशल शिक्षा को समझना

जीवन कौशल ऐसी सक्षमताएं हैं जो आपका आत्मविश्वास जगाती है, और आसानी से जीवन की समस्याओं का सामना करने में सहायता पहुँचाती हैं। ये मनोसामाजिक और अन्तरवैयक्तिक स्पर्धाओं की तरफ इंगित करती हैं जिनमें अनेक आदतों का एक समूह शामिल होता है। जीवन कौशल किशोरों को निर्णय लेने, प्रभावशाली रूप में सम्प्रेषण करने, और स्वस्थ और उत्पादनशील जीवन जीने के प्रबन्धन और समस्याओं का सामना करने के लिए विकास करने में सहायता करते हैं। जीवन कौशल जैसे आत्मसम्मान, स्व–जागरूकता, निश्चिंता, तनाव का सामना, भावनाओं को झेलना आदि आपको, आपकी सामर्थ्य और कमजोरियों, आपके चरित्र और व्यक्तित्व को, आपके मूल्यों और सिद्धान्तों के साथ स्वयं को समझने के योग्य बना सकते हैं। अपने सकारात्मक बिन्दुओं के बारे में आपकी स्वयं की जागरूकता अपने अधिकांश सामर्थ्य का उपयोग करने और कमज़ोरियों को दूर करने के योग्य बनाती हैं। परिणामस्वरूप कुछ समय बाद आप बेहतर तरीके से सीख सकेंगें और धीरे–धीरे उत्कृष्टता की ओर बढ़ते चले जाएंगे। इसी तरह जीवन के कौशल जैसे प्रभावी सम्प्रेषण, अंतर्वैयक्तिक संबंध, अनुभूति और संघर्ष समाधान दूसरों को समझने में, और मैत्रीपूर्ण ढंग से उनके साथ रहने में आपकी सहायता करते हैं। कुछ अन्य जीवन कौशल जैसे क्रांतिक सोच, सृजनात्मक सोच, और समस्या का समाधान, आपके जीवन में आने वाली समस्याओं और मुद्दों का समाधान करने के लिए आपकी सहायता करते हैं।

इसलिए जीवन कौशल एक व्यक्ति के जीवन के लिए महत्त्वपूर्ण होते हैं। बजाए इसके कि अब तक विद्यार्थियों को यह कौशल सिखाने के लिए कोई गंभीर प्रयास नहीं किए गए हैं। यद्यपि हम उनको कुछ बोधगम्य कौशल सिखा सकते हैं परन्तु कक्षा शिक्षण में जीवन कौशलों को सिखाना अभी दूर की बात लगती है। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने इसके महत्त्व को पहचान लिया है और विद्यालयों में इन किशोरों को इन कौशलों को सिखाने के लिए पहल शुरू कर दी है। कुछ राज्यों को सहायता मिली है, और कुछ अध्यापकों को प्रशिक्षित किया गया है ताकि वे वर्तमान पाठ्यक्रम में इन कौशलों का समावेश कर सकें। कुछ समय बाद यह आशा की जाती है कि हमारे विद्यार्थियों में इस प्रकार के जीवन कौशल आ जाएंगे। एक बार विद्यार्थी में ये जीवन कौशल विकसित हो जाएंगे तो न केवल वे अपने आप को जानेंगें और अन्य साथियों के साथ मैत्रीपूर्ण ढंग से रह सकेंगें, बल्कि प्रतिदिन के जीवन मे सामने आने वाली समस्याओं को स्वयं ही सुलझा सकेंगे।

10.4 किशोरों के लिए जीवन कौशल शिक्षा का महत्त्व

जैसा हमने अभी देखा है कि जीवन कौशल वे सक्षमताएं हैं जो किशोरों को प्रतिदिन जीवन की चुनौतियों और मांगों का प्रभावशाली ढंग से सामना करने के योग्य बनाती हैं। किशोरावस्था वह स्थिति है जब किशोर में अनेक शारीरिक और भावनात्मक परिवर्तन होते हैं। उनका शरीर साइज़ और आकार में तीव्र गति से बढ़ता है। वे हार्मोन परिवर्तन का और यौन परिपक्वता का अनुभव करते हैं। लड़कियाँ मेनर्क (Menarche) और लड़के स्पर्मर्क (Spermarche) का अनुभव करते हैं। ये सभी परिवर्तन किशोरों को बेचैन कर देते हैं, वे भ्रम और असुरक्षा की भावना से ग्रस्त हो जाते हैं। उनके शरीर में होने वाले यौवनारंभ परिवर्तन उनके आत्म सम्मान को प्रभावित करते हैं और उनके मन में अपने शरीर की खराब छवि बन जाती है। वे इस बात से जयादा चिंतित रहते हैं कि वे कैसे दिखते हैं न कि इस बात से कि वे अपने जीवन में क्या करना चाहते हैं। यदि किशोरों में ये कौशल विकसित हो जाएं, तो वे इस प्रकार की स्थितियों का सामना सफलतापूर्वक कर सकेंगे।

आपने इकाई 9 में अध्ययन किया कि किशोर किस तरह जोखिम भरे व्यवहार के आदी हो जाते हैं। किशोरावस्था उत्तेजना का प्रयोग करने और परिवर्तन की अवधि होती है।

किशोर उत्साही होते हैं और बहुत सी चीज़ों के लिए प्रयोग करना चाहते हैं। उनका ध्यान बड़ी आसानी से धूम्रपान करने, नशीली दवाएं लेने, लड़ाई करने, कानून को अपने हाथ में लेने जैसी गतिविधियों की तरफ मुड़ जाता है। इसके साथ ही वे यौन संबंधों के भी या तो साथी दबाव में अथवा जबरदस्ती आदी हो जाते हैं। बहुत से किशोर इसके परिणामों के बारे में सोचे बिना इस क्रिया में लिप्त हो जाते हैं। ऐसे व्यक्ति को संभवतः यौन संचरित संक्रमण हो जाते हैं। उन्हें इसके लिए 'न' कहने, विशेषकर उस समय, जब साथी का दबाव नकारात्मक होता है, के महत्त्व को सीखना चाहिए। उन्हें अपनी भावनाओं पर नियंत्रण करने की आवश्यकता को सीखना चाहिए और उचित निर्णय लेना चाहिए। इन सभी स्थितियों में जीवन कौशल वास्तव में उनका मार्गदर्शन और उनको उचित विकास के उच्च स्तर तक पहुँचाएगा।

इस तरह, कौशल किशोरों को ऐसी सक्षमता प्रदान करते हैं कि वे प्रतिदिन के जीवन की मांगों और चुनौतियों का प्रभावशाली ढंग से निपटारा कर सकें। जीवन कौशल जैसे क्रांतिक सोच, सृजनात्मक सोच, आदि उच्च किस्म के कौशल हैं। यदि विद्यार्थी इन कौशलों को सीख लेते हैं तो वे अनुमान लगा सकते हैं, परिकल्पना निर्धारित कर सकते हैं, परिणाम निकाल सकते हैं, निर्णय ले सकते हैं, समस्याओं का समाधान कर सकते हैं, अनुमानों को पहचान सकते हैं, और तर्कसंगत विविधताओं को पहचान सकते हैं। उदाहरण के लिए स्वजागरूकता ऐसा जीवन कौशल है जो अमुक व्यक्ति के बारे में काफी कुछ बता सकता है। ये हमारी भावनाओं और व्यवहारों, हमारी सामाजिक सक्षमता, हमारी रूचियों और हमारे उद्देश्यों आदि को प्रदर्शित कर सकते हैं। अंतर्वैयक्तिक संबंध विकसित करना एक अन्य महत्त्वपूर्ण जीवन कौशल है। यह एक सक्षमता है जो हमें दूसरों के साथ प्रभावशाली रूप में संबंध रखने में सहायता करती है। इस तरीके से प्रत्येक जीवन कौशल एक व्यक्ति को प्रभावशाली और निपुण बनने में बहुत सहायता करता है। जीवन कौशल शिक्षा इसलिए वह तत्व है जिससे जहां तक किशोरों का प्रश्न है, परहेज़ नहीं किया जा सकता। यह बिना किसी प्रश्न के वृद्धि और विकास में किशोरों को बहुत आगे पहुँचाएगा।

10.5 कोर जीवन कौशल

'कोर' शब्द का अर्थ कुछ प्रमुख अथवा बहुत महत्त्वपूर्ण के संदर्भ में होता है। जीवन कौशल कई संख्याओं में होते हैं। विद्यार्थियों के लिए आवश्यक नहीं है कि वे इन सभी को सीख लें। फिर भी इनसे मिलने वाले लाभों का अनुमान नहीं लगाया जा सकता और यह बिल्कुल न्यायसंगत न होगा कि इनमें से कम से कम कुछ महत्त्वपूर्ण जीवन कौशलों को विकसित न किया जाए। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डबल्यू.एच.ओ.) ने कुछ आधारभूत जीवन कौशलों की पहचान की है। इनमें आत्मसम्मान, स्वजागरूकता, दृढ़निश्चयी रहना, तनाव और भावनाओं का सामना करना, प्रभावी सम्प्रेषण, अन्तरवैयक्तिक संबंध (साथी संबंधों का प्रबन्धन), अनुभूति, संघर्ष प्रबन्धन, क्रांतिक और सृजनात्मक सोच, निर्णय लेना और समस्या का समाधान करना शामिल हैं। इन कोर जीवन कौशलों को तीन श्रेणियों में विभाजित किया गया है– जैसे (i) स्वयं को समझना और स्वयं का प्रबन्धन करने के लिए जीवन कौशल (ii) जीवन कौशल जो दूसरे के साथ ठीक से रहने में सहायता करता है और (iii) ऐसे जीवन कौशल जो आपको दिन प्रतिदिन जीवन में सामने आने वाली विभिन्न समस्याओं और मुद्दों को सुलझाने में सहायता करते हैं। चूँकि ये जीवन कौशल विद्यार्थियों के लिए बहुत ही महत्त्वपूर्ण हैं इसलिए इनके बारे में संक्षेप में अलग से चर्चा की जाएगी।

10.5.1 स्वयं – समझ और स्वप्रबन्धन के लिए जीवन कौशल

वृद्धि और विकास के लिए स्वयं की जानकारी होना बहुत महत्वपूर्ण है। यदि आप अपने बारे में बहुत कम जानते हैं तो आपके विकास के अवसर बहुत कम हो जाते हैं। यह आपके

सकारात्मक और नकारात्मक पहलुओं के बारे में स्वजागरूकता है जो आपको अपने सकारात्मक गुणों को आगे बढ़ाने और अपनी कमज़ोरियों को दूर करने के लिए प्रेरित करते हैं। यह जागरूकता और तीव्र प्रेरणा है जो आपको अपना पूरा काम करने के लिए समय और ऊर्जा प्रदान करता है। यदि आप आत्म सम्मान और स्वजागरूकता, दृढ़निश्चितता, तनाव, भावनाओं का सही ढंग से सामना करना, जैसे जीवन कौशल अपने में विकसित कर लेंगे तो आपको अपने जीवन के सभी पहलुओं में अपेक्षित दूर–दर्शिता उपलब्ध होगी, जो आपको स्व–प्रबन्धन करने में सहायता देगी। इस कारण जीवन के इन कौशलों के बारे में विस्तार से विचार विमर्श किया जाना चाहिए।

10.5.1.1 आत्म सम्मान

आत्म सम्मान का अर्थ व्यक्ति के दिमाग की उस अवस्था से होता है जब वह अपनी सक्षमताओं, प्रभावों और संबंधों का सही और वस्तुनिष्ठ आंकलन करता/करती है। हम जिस तरह सोचते हैं, महसूस करते हैं और कार्य करते हैं वह सब हमारे आत्म–सम्मान पर निर्भर करता है। यह हमारे दिमाग की ऐसी अवस्था होती है जो हमारे जीवन के किसी भी पक्ष को छुए बिना नहीं रहती। आप चाहे कितने आत्म विश्वासी, दृढ़निश्चियी, जोखिम लेने के इच्छुक, जिम्मेवार, आशावादी, आन्तरिक रूप से प्रेरित और अनुकूल रूप से क्यों न हों, यह अधिकांशतः आपके आत्म सम्मान पर निर्भर करता है। जब आपका आत्मसम्मान नीचे की ओर जाता है तो आप जिम्मेवारियों से दूर भागने की प्रवृत्ति से ग्रसित हो जाते हैं, घातक प्रतिक्रिया करने वाले बन जाते हैं और काम करने के लिए आवश्यक पहल करने के बदले, काम होने तक रूक कर देखते हैं। आप अकेलापन महसूस करते हैं, मूडी हो जाते हैं और आसानी से दुःखी हो जाते हैं, आत्मविश्वास की कमी प्रदर्शित करते हैं और दूसरों के अनुमोदन का इंतज़ार करते हैं क्योंकि आप में दूरदृष्टि की कमी होती है। आप अपने लिए चुनौती भरे मध्यम लक्ष्य निर्धारित करने और उनमें सफलता पाने में विफल हो जाते हैं तब आपको उसकी वजह से प्राप्त होने वाली प्रसन्नता और सफलता का अनुभव मिलने का मौका बहुत मुश्किल से मिलेगा।

अपने आत्म सम्मान को बढ़ाना तब महत्त्वपूर्ण है जब आप सम्पूर्ण व्यक्तित्व को विकसित करने की इच्छा रखते हैं और अपनी सक्षमता को बढ़ाना सीख जाते हैं और अवसाद और अन्य मनोवैज्ञानिक विक्षोभों (बाधाओं) का शिकार नहीं होते। स्पष्ट और अर्थपूर्ण लक्ष्य और उद्देश्य, स्वयंसंलिप्तता, टाल–मटोल करना, स्व अनुशासनहीनता, शर्म, अपराध, पश्चात्ताप, आत्म तरस, अन्यों के साथ अपनी सफलताओं की तुलना करना, काम करने के लिए दूसरों पर निर्भर रहना, प्रत्येक कमज़ोरी या कमियों और गलतियों के लिए अपने आपको जाँचना कुछ ऐसे प्रमुख कारण हैं जो आपको आत्म सम्मान के उच्च्य स्तर तक पहुँचने से रोकते हैं। यदि आप उच्च्य स्तर के आत्मसम्मान को कायम रखना चाहते हैं तो आपको वास्तविक लक्ष्य निर्धारित करने होंगे और दृढ़निश्चितता के कौशल का विकास करना होगा, अपनी वृद्धि और विकास की जिम्मेदारी स्वयं अपने पर लेनी होगी, तथा अपनी भावनाओं के पर्यवेक्षण के साथ मूल्यों और सिद्धान्त से भरा जीवन जीना होगा।

10.5.1.2 स्व–जागरूकता

स्व–जागरूकता आपके बारे में ज्ञान होता है। इसका अर्थ यह है कि आप अपनी आन्तरिक स्थिति जैसे आपका मूड और भावनाएं, आपके मूल्य और विश्वास, आपका व्यवहार और अभिवृत्तियाँ आदि का निरन्तर ध्यान रखें और उनका निष्पक्ष रूप से मूल्यांकन करते रहें। यह एक उदासीन जागरूकता है जो आपको बताती है कि आपको क्या हो रहा है। इस जागरूकता में आपके संवेग, व्यवहार, आपके नियंत्रण की स्थिति क्या है और आपकी कमज़ोरियां और सामर्थ्य आदि शामिल हैं। व्यक्ति जिनमें जागरूकता का मजबूत ज्ञान होता है, जानते हैं कि उनकी सामर्थ्य और कमज़ोरी कहाँ–कहाँ पर हैं।

जैसे ही हम अपनी योग्यताओं के बारे में जागरूक हो जाते हैं हमारा आत्मविश्वास अधिक हो जाता है। परिणामस्वरूप समय बीतने के साथ–साथ अपने अन्दर भावनात्मकता और बोधगम्यता की जानकारी का इस्तेमाल करके हम अच्छे निर्णय लेने में सफल होते हैं और विवेकपूर्ण चुनाव कर सकते हैं।

यदि हममें जागरूकता नहीं है तो अनेक ऐसे तरीके हैं जिनके द्वारा हम जागरूक बन सकते हैं। अन्तर्दर्शन (स्वयं की जाँच करना) और दूसरों से प्राप्त पुनर्निवेशन इनमें दो तरीके हैं। आप अपना अन्तर्दर्शन एक अकेले विचार से शुरू कर सकते हैं जो पिछले समय की किसी अवधि से संबंधित होता है। तब आप धीरे–धीरे अपने दिमाग को पीछे ले जाओगे और पुराने समय में बीती हुई किन्हीं विशिष्ट घटनाओं, लोगों, स्थानों और विशेष अवधि में घटे किन्हीं नतीजों को याद करोगे। इस प्रकार भूतकाल में हुई घटनाओं का प्रतिबिम्बन, विभिन्न अवसरों में आपकी भूमिका से आपको अपने बारे में आवश्यक अन्तर्दृष्टि प्राप्त कराएगा। अन्तर्दर्शन के बावजूद भी आपको, वह सब जानकारी नहीं भी हो सकती है जो आप अपने बारे में जानना चाहते हैं। इस स्थिति में आप अपने किसी घनिष्ठ मित्र अथवा रिश्तेदार से पुनर्निवेश द्वारा अपने बारे में अधिक जानकारी हासिल कर सकते हैं। इससे आपको अपनी सामर्थ्य और कमज़ोरियों के बारे में दूसरों के दृष्टिकोणों का पता लग सकेगा और यह आश्वासन भी मिलेगा कि जो आप कर रहे हैं वह ठीक है या नहीं; और यह भी मालूम हो जाएगा कि क्या आप अपने आप को उसी रूप में देखते हैं जैसे अन्य लोग आपको देखते हैं। पुनर्निवेशन (feedback) चाहे वह सकारात्मक या नकारात्मक क्यों न हो, महत्त्वपूर्ण होता है। यह दूसरे लोगों का दृष्टिकोण बताता है कि आप किस तरह का व्यवहार करते हैं। यह अपने बारे में और आपके व्यवहार का दूसरों पर क्या प्रभाव पड़ा है जानकारी प्राप्त करने का एक तरीका है। जब तक आप पुनर्निवेशन नहीं करेंगे तब तक आप इन पहलुओं के बारे में कभी भी जान नहीं सकेंगे। पुनर्निवेशन की अनुपस्थिति में कोई परिवर्तन संभव नहीं हो सकेगा। ऐसे में आप सीखने और अपना विकास करने के अवसरों को खो देंगे।

10.5.1.3 दृढ़निश्चितता

दृढ़निश्चितता, आक्रामकता नहीं है जैसा बहुत से लोग सोचते हैं। इसका अर्थ है अपने अधिकारों की जानकारी रखना और साथ में दूसरों के अधिकारों के बारे में भी जागरूक रहना। दृढ़निश्चियी लोग न तो आक्रामक होते हैं और न ही दुर्व्यवहारी। वे न तो बातूनी होते हैं और न ही ज़रूरत से अधिक नियंत्रित। वे किसी भी सामाजिक वातावरण में स्पष्ट और असंदिग्ध रूप से सम्प्रेषण करने के योग्य होते हैं और साथ ही दूसरे लोगों के अधिकारों, आवश्यकताओं और इच्छाओं के बारे में भी सतर्क रहते हैं। ऐसे लोगो में उचित तरीके से आवश्यक तीव्रता के साथ अपने अधिकारों को अभिव्यक्त करने की क्षमता होती है। उदाहरण के लिए आपकी कक्षा में कोई आपसे अपना गृहकार्य दिखाने के लिए कहता है ताकि वह उसकी नकल उतार सके परन्तु आप उसकी बात नहीं मानते हैं क्योंकि गृहकार्य बिना कोई सहायता लिए स्वयं करना होता है। जो व्यक्ति दृढ़ निश्चियी होते हैं वे किसी बात पर असहमत होने पर भी कभी ध्वंसनात्मक बातों को नहीं मानते हैं। संक्षेप में दृढ़ निश्चितता किसी से किसी बात के लिए लड़ना नहीं है पर यह विजयी स्थिति जैसा या रचनात्मक समझौते के रूप में होती है।

जैसा कि हमने अभी देखा कि दृढ़निश्चितता में अपने अधिकारों के बारे में जानकारी रखना और उसकी हिमायत करना शामिल है। हमें अपने आप की भावनाओं, विश्वासों, दृष्टिकोणों 'हाँ' या 'नहीं' कहने का, हमारे दिमाग में जो बात है उसे बदलने और अन्यों से उचित निर्णय लेने के लिए निवेदन करने का अधिकार है। केवल अपने अधिकारों का जानना पर्याप्त नहीं है। हमें यह भी पता होना चाहिए कि हम अपनी बात को विनयशील, स्पष्ट

रूप से बता सकते हैं। जब हम अन्य लोगों को अपनी बात अत्यधिक स्पष्ट रूप में बताने की स्थिति में होंगे तब उतने ही संबंधों में सुधार के लिए हमें मौके मिलेंगें। दृढ़निश्चयता की अनुपस्थिति आपकी व्यक्तिगत वृद्धि को सचमुच मे नष्ट कर देती है और अपना जीवन दूसरों की कल्पनाओं और सनक के अनुसार जीने को मजबूर कर देती है। वास्तव में यदि आप दृढ़निश्चयी नही हैं तो लोग आपको पायदान की चढ़ाई की तरह समझ सकते हैं।

दृढ़निश्चयता ऐसी चीज़ है जिसे आप सीख सकते हैं। यह आप में तब निर्मित हो सकती है जब आप के पास पर्याप्त समय और ऊर्जा हो। इसे विकसित करने से कई लाभ प्राप्त होते हैं। यह वह चीज है जिससे आप स्वयं को विमुक्त महसूस करते हैं। यह आपके लिए वृद्धि और विकास की अनेक संभावनाओं को उत्पन्न करती है। यदि आप में दृढ़निश्चयता की कमी है तो आप अपने आस–पास ऐसे मित्रों को ढूढेंगे जो दृढ़निश्चयी होंगे। बड़ी बारीकी से ऐसे लोगों का अवलोकन करें, और बड़ी ही निकटता से उसकी परस्पर प्रतिक्रिया करने के तरीकों का अध्ययन करें। इससे आपको यह पहचान करने का मौका मिलेगा कि आपमें क्या लुप्त है। समय बीतने के साथ, निरन्तर अभ्यास के साथ आप ऐसे दृढ़निश्चयी व्यक्ति बन जाएंगे जैसा कि वह व्यक्ति जिसे आप अपना आदर्श मानते हैं।

10.5.1.4 तनाव का सामना करना

तनाव का सामना करना भी एक अन्य प्रकार का जीवन कौशल है जिसक बारे में आपको जानकारी होनी चाहिए। तनाव को सामान्यतः लोगों की उस प्रतिक्रिया के रूप में देखा जाता है जो वे अत्यधिक दबाव पड़ने पर प्रदर्शित करते हैं। अपनी अभिवृत्ति और सहनशीलता के स्तर पर निर्भर करते हुए जो दबाव हम महसूस करते हैं वह भिन्न–भिन्न हो सकता है। तनाव मनुष्य की सक्षमता से कहीं अधिक की मांग करता है। वह परेशानी जो एक व्यक्ति की सक्षमता से परे हो जाती है उसे तनाव की ओर अग्रसर कर देती है। लोग तनाव तब महसूस करते हैं जब उनपर कोई दबाव अत्यधिक मात्रा में पड़ता है।

तनाव के कारण बहुत होते हैं। प्रतिदिन हमारे जीवन में कई स्थितियां ऐसी आती हैं जो तनाव उत्पन्न कर देती हैं। विद्यार्थी होने के नाते आप तब तनाव से ग्रस्त महसूस करते हैं जब आप अपने सीखने के कार्य को आगे खिसका देते हैं। आज आपको क्या सीखना है वह आप कल सीखने की ओर धकेल देते हैं। काम को इस तरह आगे ढकेलने का काम तब तक चलता रहता है जब तक परीक्षा की तिथि नहीं आ जाती। तब बहुत कम समय में आपको बहुत सारे विषयों का अध्ययन करना पड़ता है। इससे स्वाभाविक है कि आप परेशान हो जाते हैं। इसके अलावा आपके सोचने का तरीका तथा क्रियाकलाप आपके तनाव को बढ़ाता है। ऐसे ही जब आप अपने प्रिय साथियों के साथ लड़ने लगते हैं, शारीरिक बीमारी से ग्रस्त हो जाते हैं, आपकी सुरक्षा को खतरा हो जाता है, मृत्यु होने पर, व्यक्तिगत हानि हो जाने आदि पर आप तनाव से ग्रस्त हो जाते हैं।

यदि तनाव अधिकता में होता है तो यह व्यक्ति के लिए हानिकारक होता है, तथा छोटा सा तनाव आगे बढ़ने में बहुत सहायता करता है। यह प्रेरण को प्रोत्साहित करता है और व्यक्ति में उद्दीपन पैदा कर देता है कि वह चुनौतीपूर्ण काम हाथ में ले सके। अपने जीवन से अधिकतम लाभ लेने के लिए हमें थोड़े बहुत तनाव की ज़रूरत होती है। इससे प्रेरक शक्ति निखरती है जिसके कारण हम महत्त्वपूर्ण कामों को पूरा कर सकते हैं। इस तरह हल्का तनाव सृजनात्मक ऊर्जा का उपयोगी स्रोत है। फिर भी यदि वह गंभीर होता है तो बहुत खतरनाक होता है। इससे न केवल मनुष्य को क्षति पहुँचती है बल्कि यह घातक भी हो सकता है और तनाव अनेक बीमारियों की जड़ होता है। यदि तनाव की स्थिति को समय रहते नियंत्रण में न लिया जाए तो इसके घातक परिणाम हो सकते हैं जैसे हाइपरटेंशन, अल्सर, डायबीटीज़ मांसपेशी डिसट्रोपी आदि। यदि हम तनाव का सामना करना नहीं सीखेंगे, तो हमारा प्रतिरक्षा तंत्र क्षीण हो जाएगा और हाइपरटेंशन, न्यूरोसिस, अपाथी तथा अवसाद आदि के लक्षण जीवन के प्रारंभिक वर्षों में उत्पन्न हो जाएंगे।

तनाव के साथ जूझने के कई तरीके हैं। इनमें से एक तरीका हमारी सोच को चुनौती देना है। हमें दुर्बल करने वाले नकारात्मक विचारों के साथ पक्षपात करने की ज़रूरत नहीं है बल्कि हमें केवल अपनी सामर्थ्य और विजयों पर ही ध्यान केन्द्रित करना है। इसी तरह हमें चिंता करने की आदत और बुरे से बुरा होने की बात को प्रक्षेपित नहीं करना चाहिए। हमें यह भी आकलन करने की आवश्यकता है कि चिंता करना अथवा चिंता नहीं करना क्या उसके लिए चुकाने वाले मूल्य से अधिक है। इस प्रकार अपने आप को संगठित करने से और मजाक के अच्छे संवेदकों को विकसित करने की दृष्टि से विलम्ब (टाल–मटोल) को रोकने से अध्ययन और आराम के बीच आप संतुलन कायम कर सकते हैं और तनाव को काफी मात्रा में दूर रख सकते हैं।

10.5.1.5 संवेगों (भावनाओं) का सामना करना

संवेग शक्तिशाली भावनाएं हैं जो किसी व्यक्ति या किसी चीज़ को निर्देश देती हैं। संवेग और आवेग लोगों को क्रिया करने के लिए आगे ढकेलते हैं। संवेग सकारात्मक अथवा नकारात्मक हो सकते हैं। क्रोध, भय, चिंता, परेशानी आदि नकारात्मक संवेग हैं जबकि आशा, प्रेम, शुभ सोचना सकारात्मक संवेग है। संवेग चाहे नकारात्मक अथवा सकारात्मक हों वे मनुष्य के दिमाग में आते रहते हैं। हम उन्हें रोक नहीं सकते। परन्तु हम उनको पसन्द करते है तो यह हमारी शक्ति (इच्छा) के अधीन होता है। यदि हम संवेगों को पसन्द करते हैं या उनसे दूर नहीं होना चाहते तो वह हम पर हावी हो सकते हैं और हमें मुसीबत में डाल सकते हैं? हमें बीच में ही हस्तक्षेप करना चाहिए और उनके राक्षस बनने से पहले उन्हें रोक देना चाहिए। संवेगों का प्रबन्धन हालाँकि यह नहीं है कि वे संदर्भित हो जाते हैं। वास्तव में संवेग हमारे जीवन के महत्त्वपूर्ण तत्व हैं। इसलिए इस संबंध में आवश्यकता यह है कि हमें भावनात्मक रूप से उन पर प्रतिबन्ध लगाना चाहिए, बुद्धि और हेराफेरी से उनका संतुलन करना चाहिए। संवेगों की एकदम अनुपस्थिति हमारे जीवन को उबाऊ और जीवन की समृद्धि से विमुक्त कर देती है। इसलिए जब संवेग मौन हो जाते हैं तो वे ऊबाई और दूरी का सृजन कर सकते हैं। जब उनकी रोक–थाम नहीं की जाती तो वे रोगजन्य हो जाते हैं और हमें अवसाद, बहुत अधिक चिंता, और क्रोध करने वाला बना देते हैं। जब तक हम संवेगों को रोक कर दबाते रहेंगे तब तक हमारा भावनात्मक कल्याण नहीं होगा।

अतएव, हमें ऐसे तरीके ढूँढने हैं जिनसे हम अपने संवेगों का सामना कर सकें। संवेगों पर नियंत्रण करना उनको खत्म करने की अपेक्षा आसान है। इसका अर्थ यह नहीं है कि हम अपने संवेगों को रोकें नहीं। इसलिए जब हम किसी मजबूत भावना की पकड़ में होते हैं हमें बहुत बारीकी से यह जानने का प्रयास करना चाहिए कि हम कौन सी भावनाओं को प्रदर्शित कर रहे हैं, उन भावनाओं को नाम दें और उस स्रोत का पता लगाएं कि वे भावनाएं कहाँ से उत्पन्न हुई हैं। एक बार जब हम अपनी आन्तरिक भावनाओं और उनके निकलने वाले स्रोत को पहचान लेंगे तो हम उनके बारे में निर्णय लेने और उनका औचित्य निर्धारण करने के लिए बेहतर स्थिति में होंगे। इस प्रक्रिया में हम यदि अपनी भावनाओं को बिना जाँचे रहने देना चाहते हैं तो हम भावनाओं की अच्छाई और बुराई का आकलन कर सकेंगे। यह हमें स्पष्ट विचार देगा कि हम अपनी भावनाओं को अभिव्यक्त करना ज़ारी रखें या न रखें अथवा उन पर कुछ प्रकार का प्रतिबन्ध लगाएं ताकि वे उचित रूप से और प्रभावशाली रूप में अभिव्यक्त हो सकें। संवेगों के प्रबन्धन में कमी के लक्षण, हिंसात्मक घटनाओं, हिंसात्मक अपराधों के लिए नाबालिगों को पकड़ने की दर, युवावर्ग द्वारा आत्महत्या करने की दर और मानसिक रोगों में अभिलक्षित होती है।

जीवन कौशल जैसे आत्मसम्मान, दृढ़निश्चिंतता, तनाव और संवेगों का सामना करने से आप अपने बारे में आवश्यक समझ को प्राप्त कर लेते हैं और अपने आप का प्रबन्धन करना

सीख जाते हैं ताकि बिना किन्हीं प्रकार के विक्षोभों से आपका सुचारू रूप से वृद्धि और विकास स्थायी तौर पर हो सके। इस कारण ये कौशल आपके लिए अनिवार्य हैं। इन कौशलों के द्वारा जो समझ और दूरदर्शिता आप अर्जित करते हैं, उससे आप अपना ध्यान अध्ययन पर केन्द्रित कर सकते हैं और गौरवपूर्ण ढंग से निखर सकते हैं।

अपनी प्रगति जाँचें – 1

नोटः (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) स्वजागरूकता का क्या अर्थ होता है?

....

....

....

....

2) आपकी समझ में तनाव के प्रमुख क्या कारण हैं?

....

....

....

....

3) तनाव का सामना करने के लिए किसी भी एक तरीके की व्याख्या करें।

....

....

....

....

4) दृढ़निश्चयी न होने के क्या परिणाम होते हैं? आपके इस संबंध में क्या विचार हैं?

....

....

....

....

10.5.2 दूसरों को जानने और उनके साथ रहने के लिए जीवन कौशल

समकालीन विश्व जिसमें हम रहते हैं, वह हिंसा की दुनिया है जहां एकता नहीं परन्तु विविधता पर ध्यान केन्द्रित किया जाता है। दुनिया में धर्म, जाति, विचार आदि के नाम पर समाजों में लगातार संघर्ष होते रहते हैं। व्यक्ति और समूह शक्ति, धन और परिस्थिति के लिए एक दूसरे से लगातार लड़ाई करते हुए पाए जाते हैं। सम्प्रेषण और परिवहन के बेहतर साधनों के कारण, लोगों का विश्व में बेहतर साधनों से एक भाग से दूसरे भाग तक

आवागमन हो गया है। जिसके परिणामस्वरूप विश्व अब जातियों, संस्कृतियों, धर्मों और विचारों का एक उबलता हुआ पतीला हो गया है। ऐसा हो सकता है कि एक परिवार जो आपके पड़ोस में रहता है पंजाबी, बंगाली या तमिल हो सकता है। हम अपने स्वयं के और पड़ोस के बीच में दीवार खड़ी नहीं कर सकते और अलग से एक अकेले व्यक्ति के रूप में नहीं रह सकते। यदि हम किसी के बारे में पूर्वाग्रह और पक्षपात करेंगे तो अपनी निजी लड़ाइयां एक दूसरे के साथ शुरू कर लेंगे, और वहां वृद्धि और विकास अधिक मात्रा में नहीं हो सकेगा। भारत जैसा बहुसमाजी देश, जहां सामाजिक, लोकतांत्रिक गणतंत्र है, एक समानतावादी समाज का निर्माण करना चाहता है, जहां शांति और सौहार्दता वास करती है, वहां हमें विभाजन करने वाली प्रवृत्तियों को रोकना होगा और एक साथ रहना सीखना होगा। एक साथ रहने की क्रिया लोकतांत्रिक जीवन का नींव का पत्थर होता है।

कुछ प्रकार के जीवन कौशल जो हमें एक साथ रहना सिखाते हैं उनमें प्रभावी सम्प्रेषण, अन्तर्वैयक्तिक संबंध (साथी–संबंधों का प्रबन्धन), अनुभूति, बात–चीत, और झगडों का निपटान है। इन कौशलों में निपुण होना महत्त्वपूर्ण है क्योंकि यह साथी संबंधों के प्रबन्धन में बहुत अधिक मात्रा में सहायक होते हैं। इन कौशलों में निपुणता प्राप्त करना आपके भावी जीवन के लिए भी बहुत महत्त्वपूर्ण है। ये वयस्क के रूप में आपकी सहायता करेंगे ताकि आप मैत्रीपूर्ण ढंग से अन्य लोगों के साथ रह सकें और सहयोगी व ऊर्जावान जीवन व्यतीत कर सकें।

10.5.2.1 प्रभावी सम्प्रेषण

आपके व्यक्तिगत और विद्यालय के जीवन में किसी का भी इतना अधिक नाटकीय प्रभाव नहीं होता जितना कि अच्छी तरह से बात करने का। आप दूसरों पर जो छवि बनाते हैं वह अधिकांशतः आप के बोलने के तरीके पर निर्भर करता है जैसे अभिव्यक्तिशीलता, आवाज़ की सुर और स्पष्टता, आपकी आवाज की तान, किसी बात को कहने के ढंग से श्रोता आपके व्यक्तित्व और आपकी भावनाओं के बारे में बहुत कुछ परिणाम निकाल लेते हैं। वे आपको यह बता पाएंगे कि आप डरे हुए अथवा आत्म विश्वास से भरे हुए हैं, उत्तेजित या अवसादित हैं, मैत्रीपूर्ण या आक्रामक हैं। आपके स्पष्ट और विश्वास के साथ बोलने, हकलाने और संकोचपूर्ण रूप में कार्य करने से वे आपकी बुद्धि और विशेषज्ञता की मात्रा को बता पाएंगे।

कोई भी संदेश जो आमने–सामने बातचीत करके दिया जाता है, में बहुत से घटक शामिल होते हैं जैसे सुर, शब्द और आंशिक भाषा। जब केवल सारे घटक समेकित हो जाते हैं तब ही प्रभावी सम्प्रेषण संभव होता है। आपकी बात करने की तान और संदेश वर्तमान स्थिति के अनुसार होना चाहिए। उदाहरण के लिए जब आप गुस्सा हो रहे हैं तो आपको अपनी आवाज़ की तान को कठोर, आवाज़ तेज़, आँखों का प्रत्यक्ष सम्पर्क, और आसन दृढ़ रखना चाहिए। इसके विपरीत जब आप अपने मित्रों से बात कर रहे हैं तो आपकी आवाज़ की तान कानों को प्रिय लगने वाली, आवाज़ हल्की और आँख का संपर्क प्रत्यक्ष परन्तु बिना रूकावट के होना और मुस्कानयुक्त चेहरे की अभिव्यक्ति और शिथिल आसन में शरीर होना चाहिए। जब आपके सामने ऐसी स्थिति आती है जैसे उदासी तो आपकी आवाज़ की तान दबी हुई, चेहरे की अभिव्यक्ति आँसुओं से भरी हुई, मुँह के कोने नीचे की ओर किए हुए और शरीर का आसन झुका हुआ होना चाहिए। इस तरह से जब आप सम्प्रेषण के सभी घटकों को समेकित (एक साथ मिलाएंगें) करेंगें, जो वर्तमान मौके के अनुकूल होगा तो आपका सम्प्रेषण प्रभावी हो सकेगा। इसलिए आपको अपनी प्रत्येक स्थिति को समझने और उसके अनुकूल सही तरीका अपनाने की समझ की आवश्यकता है।

इन सब बातों के अलावा, यदि आप कुछ आदतें सीख सकते हैं और उनका अभ्यास कर सकते हैं तो आप अपना सम्प्रेषण बहुत बेहतर कर सकते हैं। यदि आप बोलने से पहले

सोचने की आदत अर्जित कर लें, अपने संदेश पर विश्वास कर लें, अपने संदेश को श्रोता के समझने के स्तर पर रखें, गलत शिष्टाचार और हाव–भाव प्रदर्शित न करें, मुख्य बिन्दुओं को बार–बार दोहराएं, और बीच–बीच में बहुत कम सामान्यीकरण करें और दूसरों को चोट पहुँचाने वाली अभिव्यक्ति न करें तो आपका सम्प्रेषण औसत से कम बुद्धि वाले व्यक्ति से बहुत ही अच्छा होगा। यदि आप अपनी ऊर्जा और समय को नियमित रूप से इसका अभ्यास करने में लगाते हैं तो न केवल आपका आत्मविश्वास बढ़ेगा बल्कि आप की छवि दूसरों पर बड़ी गहराई से छाप छोड़ेगी। तब आप बड़ी आसानी से अपने श्रोताओं को आकर्षित कर लेंगे और आप उनसे अच्छी तरह से सम्प्रेषण (वार्तालाप) कर सकेंगे। आपके बहुत से साथी आपके दोस्त बन जाएंगे और बेहतर ज्ञान और कौशल प्राप्त करने के लिए आपके साथ मिलकर कार्य करेंगें।

10.5.2.2 अंतर्वैयक्तिक संबंध

अंतर्वैयक्तिक संबंध भी एक कौशल है जो आपको अपने साथियों के साथ सौहार्दपूर्ण रखने में सहायता कर सकता है। यह कौशल तकनीक है जो दूसरों के साथ संबंध रखने में सहायता करती है। यह कौशल बताता है कि आपको अपने मित्रों के साथ बातचीत करते समय, क्या करना चाहिए और क्या नहीं करना चाहिए। संक्षेप में ये किसी भी संबंध में आपसी आदान–प्रदान को उजागर करते हैं। आपसी आदान–प्रदान सफल अन्तर्वैयक्तिक परस्पर प्रतिक्रिया की महत्त्वपूर्ण विशेषता है। ये कौशल सीखे जा सकते हैं। इनमें से अधिकांश को तो आप अवलोकन के द्वारा और कुछ को प्राप्त परिणामों के आधार पर हासिल कर लेते हैं। मानव स्वभाव को समझना अच्छे संबंध विकसित करने का पहला उपाय है। इसके लिए आपको दूसरों पर तेज़ नज़र रखनी होगी, उनकी बात को ध्यान से सुनना होगा और उन पर ध्यान भी देना होगा क्योंकि उनकी आंशिक भाषा संकेतों की भाषा होती है। जब हम दूसरों के साथ प्रतिक्रिया करते हैं तो हम अपने को चेहरे की अभिव्यक्तियों, अपनी सद्भावनाओं और शारीरिक आसनों के द्वारा अभिव्यक्त करते हैं। हमारा शरीर, सम्पूर्ण प्रतिक्रिया में अचेतन रूप से कई संकेतों को लगातार संचरित करता रहता है। ये संकेत हमें उनके दिमाग में क्या चल रहा है, के संकेत देते हैं। वे हमें बताते हैं कि हम जो बोल रहे हैं क्या वे उसे सुन रहे हैं और क्या वे हमारी बात में रूचि ले रहे हैं। अधिकांश लोग इस प्रकार के संकेतों पर ध्यान देने में विफल हो जाते हैं। यदि आप सतर्क हैं तो सामाजिक संकेतों को पकड़ना कठिन नहीं है। यदि आप देख रहे हैं कि श्रोता संदेह में है, उसका ध्यान भटक गया है, अपनी घड़ी देख रहा है या दरवाज़े की तरफ देख रहा है, ध्यान केन्द्रित नहीं कर रहा, विकल हो रहा है, ऊपर देख रहा है और क्रोधित लग रहा है तब ये सब वे संकेत हैं जो यह बताते हैं कि श्रोता को उबाई आ रही है। जीवन में आपकी सफलता अपने दोस्तों को समझने की योग्यता और क्रिया करने पर बहुत अधिक मात्रा में निर्भर करती है। आपके साथियों को आपकी प्रशंसा करने, आपके साथ जुड़ने और आपके महत्व के लिए ललक उत्पन्न हो जाएगी यदि आप उनके नाम याद रखेंगे, उनकी प्रशंसा करेंगे, उन्हें प्रोत्साहित करेंगे और रचनात्मक आलोचना भी करेंगे तथा उनकी असहमति को बड़े व्यवहार कौशल से समाप्त करेंगे, उनकी आँगिक भाषा को समझेंगे उनकी आवाज़ के संदेशों का सही अर्थ समझेंगे, प्रशंसनीय रूप में सामंजस्यता और समझ के साथ अपने आप को समृद्ध कर लेंगे। जो लोग इनमें कमजोर हैं, वे दूसरों के साथ अपने सम्बन्धों में समस्याग्रस्त हैं, अपने साथियों में असहज महसूस कर रहे हैं। अतः जीवन मे सफल होने के लिए आप को अन्तर्वैयक्तिक कौशलों को रखना होगा।

10.5.2.3 परानुभूति

परानुभूति एक दूसरा कौशल है, जो दूसरों को ठीक तरह से समझने में सहायता करता है। इसका अर्थ एक व्यक्ति का दूसरे व्यक्ति के साथ भावनात्मक समझ और एकता की

भावना से संबंधित होता है। ऐसा एक संवेग जो एक व्यक्ति द्वारा अनुभव किया जाता है दूसरे व्यक्ति द्वारा भी कुछ उसी तरह अनुभव होता है तो उसे परानुभूति होती है। दूसरे शब्दों में परानुभूति में दूसरे व्यक्ति की भावनाओं को बाह्य रूप से अनुकरण करने की योग्यता शामिल है। परानुभूति का सार दूसरे व्यक्ति के संदर्भ में वास्तविकता को देखना है। जैसे दूसरे व्यक्ति हमसे बात करते हैं वे अपनी भावना को अपनी आवाज़ की तान, चेहरे की अभिव्यक्ति के साथ अथवा शब्द न बोलकर अन्य तरीकों से अभिव्यक्त करते हैं। सफल मानव संबंध में दूसरों की प्रकृति को समझना शामिल होता है। परानुभूति में दूसरों की बात सुनने से हमें यह पता लग जाएगा कि दूसरा व्यक्ति क्या है और यह नहीं कि हम उसके बारे में क्या सोचते हैं। इस समझ के कारण आपको दूसरे व्यक्तियों के मूड, स्वभाव, प्रेरणा और इच्छाओं के प्रति उचित अनुक्रिया करने में सहायता प्राप्त होगी और आप बुद्धिपूर्ण ढंग से परस्पर प्रतिक्रिया और बातचीत कर सकेंगे। जैसे ही आप दूसरे लोगों की भावनाओं को पकड़ेंगे और बुद्धिपूर्ण ढंग से प्रतिक्रिया करेंगे तो वे उसे महत्त्वपूर्ण समझेंगे। वे आपसे प्रभावित हो जाएंगें। दिमाग की इस अवस्था में आप दोनों एक दूसरे के साथ बात करके सुख और चैन का अनुभव करेंगे। दिमाग की इस अवस्था को घनिष्ठ सौहार्द कहा जाता है।

जब आप परानुभूति रूप में सुनने में निपुण हो जाएंगे, तो आपको कई तरीकों से लाभ मिलेगा। इसके द्वारा आप अध्ययन के लिए अच्छे संबंध बना सकते हैं क्योंकि आपके और दूसरे व्यक्तियों के बीच में अच्छी समझदारी है, इसलिए आप अध्ययन के कार्य एक साथ मिलकर या सहयोगी रूप में कर सकते हैं। आप अपने साथियों के साथ विश्वास और घनिष्ठता बना सकते हैं। आप अपनी पढ़ने की आदतों में सुधार लाकर सीखने के कार्य को अधिक बेहतर ढंग से कर सकते हैं और पढ़ाई—लिखाई को आनन्ददायक बना सकते हैं। संक्षेप में परानुभूति के रूप में आपकी योग्यता आपको एक ऐसी अवस्था में पहुँचा देगी जहां सामंजस्यता, सहकारिता, ऊर्जा के साथ काम करना संभव हो सकेगा। जब वे तनाव और परेशानी में होंगे तो आप अपने मित्रों की भी, उनकी सहायता करने के योग्य हो जाएंगे।

10.5.2.4 संघर्ष समाधान

जब एक या अधिक व्यक्ति एक साथ आते हैं एक साथ काम करते, एक साथ रहते हैं, तो उनके बीच में संघर्ष हो जाते हैं। ये संघर्ष अध्यापक और प्रधानाचार्य, विद्यार्थी और अध्यापक, पति और पत्नी, मालिक और उसके अधीन काम करने वाले कर्मचारियों के साथ हो सकते हैं। संघर्ष का अर्थ तीव्र असहमति, रोध—प्रतिरोध, लड़ाई और आन्दोलन हो सकते हैं। संघर्ष कुछ नहीं बल्कि एक ही उद्देश्य के लिए व्यक्तियों और समूहों के बीच खुल्लम—खुल्ला झगड़ा होता है। ये झगडे मूल्यों में अन्तर के कारण, गलतफहमी के कारण, संसाधनों के नियंत्रण से संबंधित मुद्दे, अवसर और पदों के लिए प्रतिस्पर्धा, सोच के तरीको में कमी व अवैज्ञानिकता के कारण होते हैं। इनके चाहे जो भी कारण हों, झगड़ों से बहुत दुःख, तनाव और नाखुशी उत्पन्न होती है। और यदि समय रहते समाधान न किया जाए ,तो इससे उत्पादन की क्षमता घटती है, यहां तक कि अनकहा संकट पैदा हो जाता है। चूँकि मानव संबंधों में झगड़ों से बचा नहीं जा सकता हमें उनको रोकने और उचित प्रबन्धन करने की जरूरत होती है।

संघर्ष का समाधान करने के कई तरीके हैं। इनमें से सहकारी रूप में इनका समाधान करना सबसे उत्तम तरीका है। संघर्ध प्रबन्धन के इस तरीके में अपने—अपने मतभेदों के साथ संघर्ष करने वाले समूहों को टीम के रूप में एक साथ मिलकर काम करना पड़ता है। संघर्ष समाधान का यह सहकारी तरीका एक प्रक्रिया है और इसमें कई अवस्थाएं और सोपान शामिल होते हैं। चूँकि ये सोपान महत्वपूर्ण हैं, अतः उनकी संक्षेप में व्याख्या करना आवश्यक है।

पहला सोपान – इसमें संघर्ष का सामना करना पड़ता है। यह केवल तब ही संभव होगा जब संघर्ष में शामिल दोनों पार्टियाँ समस्या का समाधान करने की इच्छा व्यक्त करेंगी। उन्हें एक जिम्मेदार व्यक्ति को चुनना होगा, जो दोनों पार्टियों को स्वीकृत होगा और तब उसके नेतृत्व में संघर्ष के समाधान के लिए विचार–विमर्श होगा।

दूसरा सोपान – इसमें दोनों पार्टियों को अपनी स्थिति समझनी होगी। इसमें प्रत्येक पार्टी बारी–बारी से संघर्ष में शामिल मुद्दों के बारे में तथ्य प्रस्तुत करेगी और एक दूसरे के दृष्टिकोण को जहां तक संभव हो, सही दिशा में समझेगी।

तीसरा सोपान – इसमें संघर्ष की समस्या की व्याख्या करनी होगी (पार्टियाँ आपसी सहमति से समस्या की व्याख्या को स्वीकार करेंगी)। उनको समस्या के कारणों की पहचान करनी होगी और साधारण पृष्ठभूमि के क्षेत्रों का पता लगाकर समस्या की व्याख्या को परस्पर सहमति से स्वीकार करना होगा।

चौथा सोपान – इसमें समस्या का समाधान करने के लिए प्रयुक्त सभी विकल्पों को ढूँढना होगा और सम्बद्ध दोनों पार्टियों को अति उत्तम विकल्प पर सहमति स्वीकार होगी। अपने विकल्प के समझौते को बताना और स्पष्ट रूप में लिखना होगा जो संदर्भ के लिए रिकार्ड का काम करेगा।

पाँचवा सोपान – इसमें क्रिया संघर्ष के प्रति कार्यवाही करनी पड़ेगी और कार्य करने के तरीके का मूल्यांकन करना होगा। एक बार कार्यवाही शुरू हो गई तो हमें देखना है कि इसके कुछ परिणाम निकलते हैं या नहीं। यदि इसके आशातीत परिणाम नहीं निकलते हैं तो हमें जहां आवश्यक होगा वहाँ समायोजन करना होगा। संघर्ष का प्रभावशाली रूप में समाधान करने के लिए यह महत्त्वपूर्ण है कि मतभेदों को दूर किया जाए और प्रभावी रूप में कार्य होने के लिए सामंजस्यता लाई जाए।

अपनी प्रगति जाँचें – 2

नोटः (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) अपने सम्प्रेषण को प्रभावी बनाने के लिए आप किस प्रकार की आदतों को विकसित करेंगे?

....

....

....

....

2) अंतर्वैयक्तिक संबंधों में परानुभूति की क्या भूमिका होती है?

....

....

....

....

3) ऐसे कारणों को बताएं जिनसे संघर्ष उत्पन्न हो सकता है।

....

....

....

....

4) कुछ ऐसे तरीकों की व्याख्या करें जो अंतर्वैयक्तिक संबंधों को बढ़ाते हैं।

....

....

....

....

5) संघर्ष का समाधान करने के लिए आप किन सोपानों (उपायों) को शामिल करेंगे?

....

....

....

....

10.5.3 समस्याओं और अन्य मुद्दों से निपटने के लिए जीवन कौशल

क्रांतिक सोच, सृजनात्मक सोच, निर्णय लेना और समस्याओं का समाधान करना कुछ ऐसे जीवन कौशल हैं जो हमारे दिन–प्रतिदिन की समस्याओं और मुद्दों का समाधान करने में सहायता करते हैं। आप प्रभावी और सक्षम जीवन, केवल एक दूसरे के साथ रहने में स्वयं को समझने, स्वप्रबन्धन और कौशल से जीवन कौशल में निपुणता प्राप्त करने के द्वारा नहीं जी पाएंगे। ऐसा व्यक्तित्व विकसित करने के लिए जो सुलझा हुआ हो मात्र ये कौशल महत्त्वपूर्ण नही हैं। इसके अतिरिक्त हमें ऐसे कौशलों की आवश्यकता होती है जो विभिन्न मुद्दों और समस्याओं को निपटाने के योग्य बना सकें।

10.5.3.1 समालोचनात्मक सोच

समालोचनात्मक सोच एक कौशल है जो हमें घटनाओं, लोगों, वस्तुओं को क्रियाओं और यहां तक कि साहित्यिक कार्यों में तत्संबंधी सूचना इकट्ठी करने के उद्देश्य से विश्लेषणीय रूप में देखने में सहायता करती है जिसकी सहायता से हम उनका आकलन और मूल्यांकन कर सकें। हमें दिन–प्रतिदिन कुछ भी बात करने से पहले क्रांतिक रूप से सोचना पड़ता है। यदि हम एकदम से कुछ करने लगते हैं या बिना सोचे–समझे कुछ करने लगते हैं तो यह हमें अक्सर मुसीबत में डाल सकता है। यदि आप अपने मित्रों से व्यंग्यात्मक भाषा में बात करेंगे तो आप उनकी भावनाओं को ठेस पहुँचाएंगें और उनकी मित्रता को खो बैठेंगें। यदि आप किसी पाठ्यक्रम में बिना उसकी उपयोगी प्रकृति और विषय क्षेत्र के बारे में सोचे समझे प्रवेश ले लेते हैं तो उस पाठ्यक्रम को आपको कुछ समय बाद छोड़ना होगा। इसके परिणामस्वरूप न केवल आपको रूपयों का नुकसान होगा बल्कि आप बहुमूल्य ऊर्जा और समय भी नष्ट करेंगे। इस कारण क्रांतिक रूप से सोचना महत्त्वपूर्ण है और हमें उसे सीखने की आवश्यकता है। हमें यह जानना चाहिए कि आखिर यह चीज़ क्या है और उसमें निपुण होने के लिए अभ्यास करना चाहिए।

क्रांतिक सोच इतनी अधिक महत्त्वपूर्ण है कि आप को इसे विकसित करने के लिए बहुत कुछ करने की आवश्यकता है। बहुत सारे ऐसे तरीके हैं जिनके आधार पर हम इसका विकास कर सकते हैं। इनमें से एक यह है कि आप अपना ध्यान 'कैसे' और 'क्यों' पर

केन्द्रित करें। इसके अतिरिक्त जब घटना और वारदातों की रिपोर्ट के बारे में आप पढ़ते हैं तो आप पर क्या प्रतिक्रिया होती है। दूसरा तरीका इसे विकसित करने का यह है कि जैसे ही आप दूसरों से कुछ सुनते हैं या कुछ पढ़ते हैं तो उसके प्रमाण के लिए खोज करें फिर उसे स्वीकार करें। एक प्रश्न के विभिन्न उत्तरों की तुलना करना और उनमें से सबसे उत्तम उत्तर छाँटना, क्रांतिक सोच को विकसित करने का एक तरीका है। आप अपने आप से प्रश्न पूछने और नये विचार के सृजन के लिए जो आपको मालूम है उससे भी अधिक चिंतन मनन करने के द्वारा क्रांतिक सोच को विकसित कर सकते हैं। दूसरे क्या कहते हैं उसके बारे में प्रश्न करने और मूल्यांकन करने, न कि तुरन्त सब कुछ सच समझने से भी आप क्रांतिक सोच को विकसित कर सकते हैं।

संक्षेप में क्रांतिक सोच आपको अध्ययन में निर्णय लेने में, समस्याओं का समाधान करने में, न्यायसंगत निर्णय लेने में और अपने संसाधनों का अधिकतम उपयोग करने में सहायता करती है। यह आपको मानवीय, दूरदर्शी और जिज्ञासु बनाने मे भी सहायता करती है।

10.5.3.2 सृजनात्मक सोच

सृजनात्मक सोच का अर्थ है कि कुछ नया उपयोगी और अलग करने की योग्यता व्यक्ति में हो। इसमें किसी वस्तु के बारे में नये और असाधारण तरीके से सोचने की योग्यता के साथ समस्या के अन्य समाधान निकालने चाहिए। अनुकूलनीयता, प्रवाहिता, मूलता और विस्तार करना सृजनात्मक सोच की मुख्य विशेषताएं हैं। प्रवाहिता की विशेषता मे बहुत से विचारों का जन्म शामिल होता है। अनुकूलनीयता में एक दूसरे के संदर्भ में विचार को आसानी से बदलने की योग्यता शामिल होती है। जबकि मूलता की विशेषता कुछ नया ग्रहण करने की स्थिरता होती है और विस्तार करने का अर्थ है कि बहुत से विचारों का जनन करना। सृजनात्मकता का अर्थ विभिन्न पक्षों को ढूँढने के लिए स्वीकृत विचारों और कार्यों को करने के तरीकों के नये समाधान में आने वाली चुनौतियों से है। इसी तरह से किसी दूसरे काम के उपस्कर को मूल रूप में किसी दूसरे काम के लिए उपयोग करना सृजनात्मक होता है। इसी तरह से पिछले असंयोजित विचारों को एक साथ इस तरह रखना कि कुछ एकदम नया उत्पन्न हो जाए वह सृजनात्मक क्रिया होती है।

सृजनात्मकता कुछ ऐसी नहीं है कि उसे बिना इच्छा किए प्राप्त किया जा सकता है। एक अध्यापक और प्रत्याशित अध्यापक के रूप में आप अपने विद्यार्थियों में विशेषज्ञता, सृजनात्मक सोच का कौशल और काम करने के लिए आन्तरिक प्रेरणा का निर्माण करने के लिए सक्रिय भूमिका निभा सकते हैं। विशेषज्ञता का अर्थ अपनी विशेषता के क्षेत्र में बहुत अधिक ज्ञान की ओर संकेत करता है। सृजनात्मक सोच के कौशल का अर्थ दिमाग में उत्तेजनात्मक विचार उत्पन्न करना, सोच–विचार करना, विपरीत दिशाओं में सोचना है। आन्तरिक प्रेरण का अर्थ किसी काम को पूरा करने के लिए तीव्र इच्छा (तड़प) के होने से है। जब तक आप सृजनात्मक सोच के इन घटकों को प्राप्त करने में सफल नहीं हो जाते तब तक आप वास्तव में सृजनात्मक नहीं हो सकते।

ऐसे बहुत से तरीके हैं जिनके द्वारा आप सृजनात्मकता का विकास कर सकते हैं। दिमाग में उत्तेजित करने वाले विचार लाना इनमें से एक तरीका है। यह आप अकेले या समूह के साथ कर सकते हैं। यह ऐसी तकनीक है जिसमें विचारों का मूल्यांकन किए बिना विचारों का जनन किया जाता है। आप सृजनात्मक विचार बना सकते हैं, दूसरे के विचार का आचरण कर सकते हैं, व्यावहारिक आचरण कर सकते हैं, और व्यावहारिक रूप से किसी भी तत्संबंधी मुद्दे पर जो कुछ भी आपके दिमाग में आता है उसे कह सकते हैं। अन्त में जब और कोई विचार आपके दिमाग में नहीं आते तो आप लिखे गए उन विचारों की जाँच कर सकते हैं तथा जो आपको ठीक लगता है उसे चुन सकते हैं और जो ठीक न लगे उसे छोड़ सकते हैं।

विपरीत दिशा में सोचना भी एक तकनीक है जिसका उपयोग नये विचारों के सृजन के लिए किया जा सकता है। अभिसारी (कनवरजेंट) सोच के विपरीत जो सही उत्तर उपलब्ध करता है विपरीत सोच से उसी समान प्रश्न के बहुत से उत्तर प्राप्त हो जाते हैं। अभिसारी (कनवरजेंट) सोच भी एक दूसरी तकनीक है जिससे नये विचारों का जनन होता है। इस तकनीक में समस्या को नये सिरे से देखा जाता है या फिर से निर्धारित किया जाता है। यह पद्धति ऊर्ध्व (vertical) सोच से विपरीत है क्योंकि इसमें चुने हुए दृष्टिकोणों में बाधाओं को हटाने के लिए पद्धतियां शामिल होती हैं। सृजनात्मक सोच वाले लोगों की पहचान करना और उनसे सृजनात्मक बनने, अनुकूलनीयता अर्जित करने, उनके विचार ग्रहण करने और आंतरिक रूप से प्रेरित होने के लिए कैसे सहायता मिली, पूछना भी कुछ अन्य तकनीको में से एक है।

10.5.3.3 निर्णय लेना

निर्णय लेना एक जीवन कौशल है जिसका उपयोग हमें समस्या का समाधान करने और मुद्दों से निपटने के लिए करना होता है। विद्यार्थियों को कई मौकों पर निर्णय लेने पड़ते हैं। एक और कभी अन्य समय पर उन्हें यह निर्णय लेना पड़ता है कि वह किस विद्यालय और संस्थान में अथवा किस पाठ्यक्रम में अपना नाम दर्ज कराएंगे। इसी तरह उन्हें यह भी निर्णय लेना होता है कि अध्ययन के दौरान वे छात्रावास में या घर में रहेंगे। यदि उनके द्वारा सामान्यतः लिए गए निर्णय स्पष्ट लगते हैं तो उनका काम आसान हो जाता है। निर्णय लेने से पहले प्रत्येक स्थिति का सावधानीपूर्वक अध्ययन करना चाहिए। इसलिए यह ठीक रहेगा कि आप जान लें कि निर्णय लेने का क्या अर्थ है और साधारणतः ये कैसे लिए जाते हैं। निर्णय लेने का मॉडल जो सामान्यतः तकनीकी क्षेत्र में उपयोग किया जाता है, चार बिन्दुओं को शामिल करता है :–

1) **समस्या का पता लगाना** – इस उपाय में आप समस्या को ढूँढने और विस्तार से उसका विश्लेषणात्मक अध्ययन कर सकते हैं।

2) **समस्या को लिखना** – इस उपाय में समस्या के सभी आयामों को देखना और उसकी परिभाषा निश्चित करना होता है।

3) **विकल्प ढूँढना** – इस अवस्था में निर्णय लेने वाले को यथासंभव विकल्प खोजने होते हैं जिसके आधार पर ढूँढी गई समस्या का समाधान किया जा सके।

4) **निर्णय लेना** – यह वह अवस्था होती है, जिसमें निर्णय लेने वाला समस्या के हर विकल्प का गंभीर रूप से अध्ययन करता है और सबसे ठीक विकल्प का निर्णय लेता है।

उदाहरण के लिए, अधिकांश किशोरों को माध्यमिक शिक्षा पूरी करने के बाद नये पाठ्यक्रम की धारा में प्रवेश लेने के निर्णय लेने में कठिनाई होती है। इस स्थिति में अध्यापक के रूप में आप विद्यार्थियों को उनकी रूचि के क्षेत्र मालूम करने में और भविष्य में व्यवसाय के लिए विकल्प चुनने में सहायता कर सकते हैं। जैसा कि ऊपर दिए गए उपाय बताते हैं कि निर्णय लेने में उचित विचार–विमर्श के बाद बहुत से सुपरिभाषित विकल्पों मे से कार्य करने का तरीका चुनना शामिल होता है। उचित विकल्प चुनने के बाद आपको प्राप्त विभिन्न परिणामों की लागत और लाभ को आंकना चाहिए।

10.5.3.4 समस्या समाधान

समस्या का समाधान निर्णय लेने की तरह एक जीवन कौशल है और यह उतना ही महत्त्वपूर्ण है और शायद निर्णय लेने से भी अधिक महत्त्वपूर्ण है। समस्याएं कठिन परिस्थितियाँ होती है जिन पर काबू पाना आसान नहीं हैं। चाहे समस्या कितनी भी बड़ी

या छोटी क्यों न हो, उनका सामना करना पड़ता है और उन पर विजयी होना पड़ता है। यदि हम इसमें विफल हो जाते हैं तो हमारा जीवन रूक जाता है। लक्ष्य पूरे नहीं किए जा सकते, और संबंधित व्यक्ति चिंता और परेशानी से ग्रस्त हो जाता है। समस्याएं हमें रोक देती हैं और निस्सहाय बना देती हैं। जब तक हम उनका उचित समय तक समाधान नहीं करते, तब तक के लिए वह हमें अक्षम बना देती हैं। यदि हम किसी समस्या को अपने से बड़ा समझेंगे तो हम अपनी समग्र वृद्धि और विकास को मन्द कर देंगे। हमारी खुशी और समृद्धता में कमी आएगी और हम अपकर्ष प्राप्त कर अधोगति में चले जाएंगे। इसलिए हमारे पास कोई विकल्प नहीं रहता बजाय इसके कि हम समस्याओं को उत्पन्न होते ही समाधान कर लें।

समस्या समाधान एक प्रक्रिया है और इसमें कई सोपान शामिल हैं :–

सोपान 1. समस्या ढूँढें और उसे निश्चित करें :–

इसमें समस्या का पता लगाकर उसे निश्चित करना चाहिए। जो समस्या आप चुनते हैं वह न तो बहुत बड़ी और न ही बहुत छोटी होनी चाहिए। यदि वह बहुत विस्तृत है तो आप उसका निश्चित समय में समाधान नहीं कर पाएंगे और यदि वह बहुत छोटी है तो आप अपने दृष्टिकोण के अनुसार उसके समाधान के लिए पर्याप्त तथ्य नहीं जुटा पाएंगे। एक बार जब आपने विषय पहचान लिया है तो आपको उसे हर पक्ष के संदर्भ मे देखना चाहिए और बड़े ही स्पष्ट शब्दों मे उसकी परिभाषा निश्चित करनी चाहिए।

सोपान 2. समस्या समाधान के लिए एक अच्छी नीति निर्धारित करें :–

एक बार जब आपने समस्या पहचान ली है और उसकी परिभाषा निश्चित कर दी है तो दूसरा काम उसके समाधान के लिए उपयुक्त नीति निर्धारित करनी चाहिए। समस्या के समाधान के लिए प्रयुक्त आम नीतियों में (i) उप लक्ष्य (छोटे लक्ष्य) निर्धारित करना (ii) एल्गोरिथम का उपयोग करना और (iii) स्वतः शोध प्रणाली पर विश्वास करना।

(i) लक्ष्य निर्धारित करने का अर्थ बड़े–बड़े लक्ष्यों को छोटे–छोटे लक्ष्यों में बाँटना जैसे संसाधनों का पता लगाना, सूचना इकट्ठी करना, सूचना संगठित करना, पहला मसौदा तैयार करना, आदि। दूसरे शब्दों में यह समय अनुसूची निर्धारित करने से संबंधित है कि प्रत्येक अवस्था में कितनी अवधि खर्च होगी, के बारे में बताना है।

(ii) एल्गोरिथम का उपयोग करना दूसरी नीति है जो समस्या समाधानों के लिए प्रयुक्त की जा सकती है। इसका उपयोग समाधान की गारंटी देता है। यह विभिन्न रूपों में आती है जैसे सूत्र, अनुदेश और परीक्षण।

(iii) शोध प्रणाली का अर्थ असम और तैयार कार्यविधि है जिससे समस्या का समाधान किया जा सकता है और इसमें एल्गोरिथम लगाने की ज़रूरत नहीं पड़ती। शोध प्रणाली उन संभावनाओं को संकुचित कर देती है जिससे हम काम आने वाली पद्धति को ढूँढ सकते हैं।

अन्वेषक जो समस्या का समाधान ढूँढने का प्रयास कर रहा है, वह समस्या समाधान के लिए इन नीतियों में से सबसे अधिक उचित नीति का चुनाव कर सकता है।

सोपान 3. समाधान का मूल्यांकन करें :–

कार्य करना अपने आप में काफी नहीं है। हमें यह देखना है कि क्या हमारे कार्य के परिणाम आशातीत परिणामों के संबंध में ठीक हैं। हमें मूल्यांकन करना है और यह पता लगाना है कि व्यवहार में कार्य की योजना कितनी मात्रा में ठीक है।

सोपान 4. समय बीतने के साथ समस्याओं और समाधानों को पुनःभाषित करें और उनके बारे में दुबारा सोचें। यदि हमारे कार्य आशातीत परिणाम नहीं निकालते हैं तो हमें प्रक्रिया में आवश्यक परिवर्तन करने होंगे।

उदाहरण के लिए, आप उन बच्चों के सम्पर्क में आए होंगे जो अक्सर तनाव महसूस करते हैं। इस स्थिति में आप तनाव के स्रोत का पता लगाने में उनकी मदद कर सकते हैं कि वह तनाव घर की समस्या है या शैक्षिक कार्य से उत्पन्न हुई है। बच्चों के साथ समय बिताएं, उनकी भावनाओं को शांत करें तथा ऐसी स्थितियों से निपटने के लिए उन्हें विभिन्न नीतियों का सुझाव दें। एक व्यक्ति जो कि समस्या का समाधान ढूँढ रहा है वह अपना/अपनी समस्या के समाधान के लिए अधिक उत्तम नीति का चुनाव कर सकता है।

10.6 विद्यालय में जीवन–कौशल शिक्षा कार्यक्रम

विश्व में जीवन कौशल शिक्षा कार्यक्रम शिक्षा प्रणाली का आज अभिन्न अंग बन गया है। फिर भी भारतीय विद्यालयों में हालाँकि कुछ प्रयास किए गए हैं पर उसे अभी तक उतना महत्त्व नहीं मिला है जितना मिलना चाहिए। अधिकांश विद्यालयों में मूल्य शिक्षा प्रारंभ कर दी गई है, क्योंकि यह राष्ट्रीय पाठ्यचर्या ढाँचा (एन.सी.एफ., 2005) की एक जरूरत थी।

केन्द्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सी.बी.एस.ई.) ने जीवन कौशल कार्यक्रम वर्ष 2003–04 में कक्षा 6 में, वर्ष 2004–05 में कक्षा सात में, और बाद में आठवीं, नवीं और दसवीं कक्षा में शुरू कर दिया है। आठ वर्षों के अनुसंधान के बाद सी.बी.एस.ई. ने वर्ष 2010 में ग्रेडिंग प्रणाली के साथ–साथ कक्षा नौ और दस के लिए लगातार और व्यापक मूल्यांकन शुरू किया था। इसी तरह विद्यालय में लागू सी.सी.ई. जिसमें विद्यार्थी के विकास के सभी पहलू शामिल हैं, में जीवन कौशलों – सोचने के कौशल, सामाजिक कौशल और भावनात्मक कौशल नाम शीर्षक से शामिल किया है।

सी.बी.एस.ई. ने वर्ष 2012 में जीवन कौशल प्रशिक्षण को लगातार और व्यापक मूल्यांकन (सी.सी.ई.) के एक भाग के रूप में 10 से 18 वर्ष के विद्यार्थियों के लिए शुरू किया था। इसी तरह सर्वशिक्षा अभियान (एस.एस.ए.) अपने कार्यक्रम के अन्तर्गत उच्च प्राथमिक लड़कियों की गुणवत्ता वाली प्रारंभिक शिक्षा के लिए जीवन कौशल का प्रशिक्षण देता है।

हमारे विद्यालय सामान्यतः ज्ञान के शिक्षण को महत्त्व देते हैं। कौशल विशेषकर जीवन कौशलों को अभी तक उतना महत्त्व नहीं मिला है जितना मिलना चाहिए था। जैसा हम जानते हैं कि ज्ञान अनुसंधान और खोज के अनुसार बदलता रहता है। इतना ही नहीं ज्ञान का तब तक उतना महत्त्व नहीं होता जब तक उसे व्यवहार में न लाया जाए। आज हमारे बच्चों को जीवन कौशलों की शिक्षा की आवश्यकता है। यूनेस्कों ने यह सिफारिश की है कि हमारे बच्चों के लिए जीवन कौशलों की शिक्षा परम महत्त्वपूर्ण है। ज्ञान के विपरीत जीवन कौशल, अच्छे मित्रों की तरह अपने पूरे जीवन में अपने मित्रों का साथ देते हैं और उनकी सहायता न केवल उनके बारे में जानने बल्कि उनको दिन–प्रतिदिन के जीवन में उनके सामने आने वाले मुद्दों और समस्याओं के समाधान करने और एक दूसरे के साथ रहना सिखाते हैं। विद्यालयों को अब ऐसी एजेन्सियों के रूप में पहचान लिया गया है जो विद्यार्थियों को जीवन कौशलों की शिक्षा दे सकते हैं।

यूनेस्को ने अब अनेक राज्य सरकारों के शिक्षा विभागों के साथ हाथ मिला लिया है और वह किशोरों को जीवन कौशलों से युक्त करना चाहती है। इस कार्य के लिए वह केवल दो नीतियों का उपयोग करती है जैसे (1) निषेचन उपागम (2) प्रत्यक्ष उपागम। जीवन कौशल निषेचन उपागम में स्थापित विषय क्षेत्रों में उपयुक्त स्थितियों को पहचानने का प्रयास किया जाता है और उसे इस तरीके से आगे बढ़ाया जाता है कि विभिन्न जीवन

कौशलों का शिक्षण संभव हो सके। एक सामाजिक विज्ञान का अध्यापक जो उदाहरण स्वरूप उपनिवेशन के विषय को पढ़ाता है, विषय के पहलू का अर्थ पढ़ाने के बाद, वह प्रक्रिया शामिल होती है, वह विषय सामग्री को सम्मिलित मुद्दों के सही और गलत परिणामों को बताने के लिए, विस्तारित करेगा। इस प्रक्रिया में अध्यापक, उपनिवेशन के लाभों और हानियों के बारे में स्वयं बतलाने में सहायता करेगा। तब अध्यापक उपनिवेशन के इन लाभों और हानियों दोनों की तुलना करने को कह सकता/सकती है और बता सकता/सकती है कि उपनिवेशन शाप या वरदान है। इस प्रक्रिया में अध्यापक विद्यार्थियों की क्रांतिक, सृजनात्मक सोच और निर्णय लेने का अभ्यास करने में सहायता कर सकता/सकती है।

निषेचन सोच संबंधी अनुदेश के अलावा जिस पर हम पहले चर्चा कर चुके हैं, दूसरा तरीका भी है जो बच्चों में जीवन कौशलों को उत्पन्न करता है और वह है प्रत्यक्ष उपागम (approach)। इस प्रकार के शिक्षण में जीवन कौशल पाठ्यक्रम का विशेष भाग होता है। दूसरे विषयों की तरह अध्यापक बच्चों को जीवन कौशल विचार–विमर्श, प्रदर्शन और अभ्यास के द्वारा सिखाते हैं। चाहे जो भी तरीका ग्रहण किया जाए, किशोरों के लिए जीवन कौशल सीखना बहुत महत्त्वपूर्ण है।

यद्यपि जीवन कौशलों को सिखाने के लिए यहां पर कुछ छोटे–मोटे प्रयास किए गए हैं फिर भी भारत के प्रमुख भागों में अधिकांश विद्यालयों मे यह पाठ्यक्रम का विशेष भाग है।

10.7 सारांश

जीवन कौशल, ऐसे कौशल, सामर्थ्य और सक्षमताएं हैं जो किशोरों को सकारात्मक अभिवृत्ति से जीवन की समस्याओं का सामना करने में सहायता पहुंचाती हैं ताकि वे प्रभावी और सक्षम रूप में विभिन्न कार्य कर सकें। जीवन कौशल बहुत होते हैं और हम इन सभी को सीख नहीं सकते हैं। हमें इनमें से कुछ ही को सीखने की आवश्यकता होती है जो प्रमुख कौशल होते हैं। इनमें से कुछ कोर–कौशल जैसे आत्म सम्मान, स्वजागरूकता, दृढ़निश्चयता, तनाव और संवेगों का सामना करना हमें समझ प्रदान करते हैं और स्वप्रबन्धन में सहायता करते हैं। इसी प्रकार जीवन कौशल जैसे प्रभावी सम्प्रेषण, अंतर्वैयक्तिक संबंध, परानुभूति और संघर्ष समाधान हमें दूसरों के साथ मैत्रीपूर्ण और शांतिपूर्वक रहने में सहायता करते हैं। जीवन कौशलों का अन्य समूह जैसे क्रांतिक, सृजनात्मक सोच और निर्णय लेना तथा समस्या–समाधान हमें दिन–प्रतिदिन सामने आने वाली समस्याओं और मुद्दों का सामना करने के लिए सहायता प्रदान करते हैं। जीवन कौशल सीखने का महत्त्व आज व्यापक रूप से समझ लिया गया है और आज किशोरों को जीवन कौशल में दक्ष करने के लिए प्रयास ज़ारी है।

10.8 इकाई अन्त्य अभ्यास

1. जीवन कौशलों की शिक्षा का क्या अर्थ है?
2. जीवन कौशल शिक्षा क्यों अनिवार्य है?
3. किन्हीं तीन कोर जीवन कौशलों के उदाहरण दें, जो किशोरों को स्वयं की समझ और स्वप्रबन्धन की ओर ले जाते हैं।
4. ''एक साथ रहना सीखने'' के अर्थ की व्याख्या करें।
5. तीन कोर जीवन कौशलों के नाम बताएं जो समस्याओं और मुद्दों का निपटारा करने में सहायता पहुँचाते हैं।

6. निर्णय लेने की क्रिया (तकनीकी क्षेत्र) में कितने चरण (stage) शामिल है, संक्षेप में उनकी व्याख्या करें।

10.9 आप की प्रगति जाँच के उत्तर

1. i) स्वजागरूकता का अर्थ सामान्यतः हमारे चरित्र, व्यक्तित्व, सामर्थ्य, कमज़ोरी, पसन्द और नापसन्द का ज्ञान होता है।

   ii) तनाव की ओर ढकेलने का मुख्य कारण अपने कार्य करने में टाल–मटोल करना, सोचने, महसूस करने और कार्य करने में सुस्ती दिखाना, शारीरिक कमज़ोरी, सुरक्षा का खतरा, मृत्यु, तलाक और साथियों के साथ झगडों के कारण व्यक्तिगत हानि आदि।

   iii) हमें नकारात्मक भावनाओं पर ध्यान नहीं देना चाहिए। यदि हम ऐसा करेंगे तो वे नियंत्रण से बाहर हो जाएंगी। इसलिए देरी होने से पहले हमें उनके बारे में विश्लेषण करना चाहिए, हमारे दिमाग में चलने वाली भावनाओं की पहचान करना, उन भावनाओं को नाम देना, जहां से वे उत्पन्न हुई हैं, उनके स्रोत को ढूँढ निकालना उनके बारे में निर्णय लेना, और उनकी लाभ–हानि के बारे आकलन करना। यदि हम अपनी भावनाओं को रोकेंगे नही ंतो वे नियंत्रण के बाहर हो जाएंगी। यदि भावनाओं से मिलने वाली हानियाँ लाभ से अधिक होती हैं तो हमें उन भावनाओं पर प्रतिबन्ध लगाना चाहिए।

   iv) दृढ़निश्चयता की अनुपस्थिति वास्तव में हमारी व्यक्तिगत और शैक्षिक जीवन को नष्ट कर देती है। इसकी अनुपस्थिति में हम अपना जीवन, दूसरों की कल्पना और संवेगों के अनुसार गुज़ारने के लिए मजबूर हो जाएंगे। संक्षेप में यदि हम दृढ़निश्चययी नहीं होंगे तो दूसरे हमें पायदान की तरह समझेंगे।

2. i) यदि मैं कुछ आदते सीखती हूँ और उनके अनुसार जीवन व्यतीत करती हूँ तो मेरा सम्प्रेषण प्रभावी हो सकता है। बोलने से पहले सोचना, अपनी वार्ता को श्रोतागण की समझ के स्तर पर रखना, अशिष्टाचार और हाव–भाव से परहेज करना, क्षति पहुँचाने वाली अभिव्यक्तियों को दूर करना, कभी–कभी सामान्यीकरण करना कुछ ऐसी आदते हैं जो हमारे सम्प्रेषण को प्रभावी बना सकती हैं।

   ii) परानुभूति आपको अपने साथियों को समझने में सहायता करती है, उनको प्रेरित करती है, और आप सहकारी रूप में उनके साथ सीखते हैं। इससे आप उनके मूड, स्वभाव, प्रेरणाओं और इच्छाओं के प्रति उचित अनुक्रिया और उनके साथ बुद्धिपूर्ण तरीके से परस्पर प्रतिक्रिया और बातचीत कर सकते हैं। जब आप इस प्रकार से बुद्धिमता से पेश आएंगे तो अन्य व्यक्तियों के साथ भी आरामदायक स्थिति महसूस करेंगे। इस प्रकार के सम्पर्क से आप अध्ययन के कामों के प्रबन्धन के सभी मामलों का हल निकाल लेंगे।

   iii) संघर्ष कई कारणों का परिणाम हो सकता है। यह मूल्यों में अन्तरों, गलतफहमियों, संसाधनों के नियंत्रण से संबंधित प्रश्नों, अवसरों और पदो ंके लिए प्रतिस्पर्धा और सोचने के तरीके में कमी व उनके अवैज्ञानिक होने आदि से उत्पन्न हो सकते हैं।

   iv) नाम याद रखना, उनकी प्रशंसा करना और उन्हें प्रोत्साहन देना, रचनात्मक तर्क देना, कुशलतापूर्वक असहमति को निपटाना, उन्हें महत्त्वपूर्ण समझना, उनकी आंगिक भाषा को पढ़ना, सावधानीपूर्वक उनकी बात की व्याख्या ठीक

से करना कुछ ऐसे तरीके हैं जिनके द्वारा आप अपने अंतर्वैयक्तिक संबंधों को बढ़ा सकते हैं।

v) संघर्ष समाधान में शामिल मुख्य चरण हैं (क) संघर्ष का सामना करना (ख) एक दूसरे की स्थिति को समझना (ग) समस्या को परिभाषित करना (घ) सभी संबद्ध विकल्प ढूँढना (ङ.) उसके लिए कार्यवाही करना (च) कार्य करने का मूल्यांकन करना। यदि इनके आशातीत परिणाम नहीं निकलते तो जैसा जहाँ आवश्यक हो वहां समायोजन करें।

10.10 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

कॉटरेल, एस. (2003). द स्टडी स्किल्स हैंडबुक. न्यूयार्क : पालग्रेव मैक मिलन

डिलोर्स, जे. एट ऑल (1996). लर्निंग : द ट्रेज़र विदिन रिपोर्ट टू यूनेस्को ऑफ द इन्टरनेशनल कमीशन ऑन एजूकेशन फॉर द ट्वन्टी फर्स्ट सेंचुरी. पेरिसः यूनेस्को । http:// www. unesco. org/ education/pdf/ 15_ 62. pdf. से 15.11.2015 को लिया गया।

जोज़फ के.एस. (2008). इक्विप योरसेल्फ विद लाइफ स्किल्स, मुंबई : बेटर योरसेल्फ बुक्स.

जोज़फ के.एस. (2010).एम्पावर योरसेल्फ. मुंबई : बेटर योरसेल्फ बुक्स.

यूनेस्को (यूनाइटेड नेशन्स एजूकेशनल, साइंटिफिक ऐंड कल्चरल आर्गेनाइज़ेशन). (2012). यूथ ऐंड स्किल्स : पुटिंग एजूकेशन टू वर्क एजूकेशन फॉर ऑल ग्लोबल मानीटरिंग रिपोर्ट 2012. पेरिस : यूनेस्को http://www.uis.unesco.org/Education/Documents/gmr-2012-en.pdf से 18.11.2015 को लिया गया।

वर्ल्ड हेल्थ आर्गेनाइजेशन. (1999). प्रोग्राम ऑन मेंटल हेल्थ : लाइफ स्किल्स एजूकेशन इन स्कूल्स. http://www.asksource.info/pdf/31181_lifeskillsed_1994.pdf से 8.10.2015 को लिया गया।

इकाई 11 बालकों के अधिकार और कानून–व्यवस्था

संरचना

11.1 प्रस्तावना

11.2 उद्देश्य

11.3 बच्चा कौन है?

11.4 बाल अधिकार – एक सिंहावलोकन

11.5 मानव अधिकारों के ढाँचे में बाल अधिकार

11.6 भारत के विशेष संदर्भ में सांस्कृतिक सन्दर्भ में ''बाल अधिकार'' परिप्रेक्ष्य की जाँच करना

11.6.1 अभिभावक द्वारा देखभाल का अधिकार

11.6.2 आर्थिक शोषण के विरूद्ध अधिकार

11.6.3 यौन दुर्व्यवहार और शोषण के विरूद्ध सुरक्षा का अधिकार

11.6.4 बच्चों का निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा–अधिकार (RTE) अधिनियम, 2009

11.7 बाल–अधिकारों का संरक्षणः महत्त्वपूर्ण संगठनों की भूमिका और योगदान

11.7.1 बाल अधिकारों पर संयुक्त राष्ट्र समझौता (कन्वेंशन) (UNCRC)

11.7.2 संयुक्त राष्ट्र अन्तर्राष्ट्रीय बाल आपातकालीन निधि (UNICEF)

11.7.3 विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO)

11.7.4 बाल अधिकार संरक्षण के लिए राष्ट्रीय आयोग (NCPCR)

11.7.5 राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग (NHRC)

11.8 बाल अधिकार संरक्षण में अध्यापक की भूमिका

11.9 सारांश

11.10 इकाई अन्त्य अभ्यास

11.11 आपकी प्रगति जाँच के उत्तर

11.12 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

11.1 प्रस्तावना

बाल अधिकार के संरक्षण के मामले में भारत की छवि निराशाजनक है। भारत की एक तिहाई जनसंख्या में 18 वर्ष से कम आयु के बच्चे शामिल हैं। भारत में बाल मृत्यु दर, कुपोषण दर और कम वज़न के बच्चों के जन्म की संख्या बहुत अधिक है। शैक्षिक परिस्थितियों में हम विद्यालय के बाहर और विद्यालय छोड़ने वाले बहुत से बच्चे देखते हैं। लड़कियों की शादी 18 वर्ष की आयु में हो जाती है और उसके बाद वे जल्दी ही माँ बन जाती हैं। भारत में बाल श्रमिकों की संख्या विश्व में सबसे अधिक है। और यहाँ पर यौन दुर्व्यवहार से पीड़ित बच्चे भी अधिकतम संख्या में हैं जितने विश्व में कहीं भी नहीं हैं। मसूदी (2015) ने भारत में बाल श्रमिकों की शोचनीय स्थिति का वर्णन किया है जिसमें उसने भारत में बाल श्रमिकों के मुद्दों पर कुछ आश्चर्यजनक (कठोर) आँकड़े प्रस्तुत किए हैं। उसने बताया कि 11 में से 1 बच्चा काम करता है, और ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले बच्चों में से 80 प्रतिशत बच्चे काम करते हैं, 15 से 17 वर्ष की आयु के बच्चे जोखिम भरे काम करते हैं, यह बाल श्रमिकों की समग्र जनसंख्या का 62.8 प्रतिशत है। और लड़कियों (8. 8 मिलियन) की अपेक्षा लड़के (38.8 मिलियन) अधिक जोखिम भरे काम करते हैं।

बच्चों को इस निराशाजनक स्थिति से बचाने के लिए अध्यापक के रूप में हमें बाल अधिकारों और बच्चों के संरक्षण में हमारे संविधान द्वारा सुनिश्चित अधिकार और सार्वभौमिक बाल अधिकार घोषणा के बारे में जानना चाहिए। इस इकाई में हम इनमें से प्रत्येक के बारे में विस्तार से अध्ययन करेंगे।

11.2 उद्देश्य

इस इकाई का अध्ययन करने के बाद आप निम्नलिखित कर सकेंगे :–

- भारत में बच्चे के पक्ष को पहचानेंगे।
- बच्चे के अधिकार की व्याख्या कर सकेंगे।
- मानव अधिकार के संदर्भ में बाल अधिकारों का वर्णन कर सकेंगे।
- अभिभावक की देखभाल, शिक्षा, यौन दुर्व्यवहार और आर्थिक शोषण के संदर्भ में बाल अधिकार की जाँच कर सकेंगे।
- बच्चों के अधिकार के संरक्षण के लिए राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय संगठनों द्वारा की जाने वाली विभिन्न पहलों की व्याख्या कर सकेंगे।
- बच्चों के अधिकारों पर संयुक्त राष्ट्र कन्वेंशन (यू.एन.सी.आर.सी.), 1959 की विभिन्न धाराओं से परिचित हो सकेंगे।
- बाल अधिकार संरक्षण में यू.एन.सी.आर.सी., यूनीसेफ, डबल्यू.एच.ओ., एन.सी.पी.सी.आर., एन.एच.आर.सी. द्वारा किए गए योगदानों का मूल्यांकन कर सकेंगे।

11.3 बच्चा कौन है?

आपने पाठ्यक्रम बाल्यावस्था और वृद्धि के खंड 1 इकाई 1 में बच्चे की परिभाषा के बारे में अध्ययन किया है। यहाँ हमेशा बच्चा क्या है के बारे विचार–विमर्श होता है। बच्चे की आयु की सीमा क्या होनी चाहिए? भारत की जनगणना के अनुसार बच्चा वह व्यक्ति है जिसकी आयु 14 वर्ष से कम है। यूनिवर्सल डिक्लेरेशन ऑफ चाइल्ड राइट्स बच्चे की परिभाषा ''बच्चा, 18 वर्ष की आयु से कम के मनुष्य की तरह तब तक है जब तक बच्चे पर लागू कानून उसे बड़ा मनुष्य नहीं ठहराता'' के रूप में है। यह डिक्लेरेशन प्रत्येक देश को अपने देश के बच्चे की आयु का निर्धारण उस देश के कानून के अनुसार निर्धारित करने को कहता है। परन्तु हमारे देश में बच्चों की विभिन्न स्तरों पर आयु सीमा विभिन्न प्रकार के कानूनों से निर्धारित होती है। उदाहरण के लिए इंडियन पेनल कोड (आई.पी.सी.) 1860 बच्चे की आयु 7 वर्ष निर्धारित करता है और मानसिक रूप से विक्षिप्त बच्चे की 12 वर्ष (सेक्शन 83 आई.पी.सी.) भारत के संविधान की धारा 21 (क) में बच्चे की आयु 6 से 14 वर्ष के बीच निर्धारित है। बालश्रम (निषेध और विनियमन) अधिनियम 1986 में बच्चे की आयु 14 वर्ष निर्धारित है। जुवीनाइल जस्टिस (बच्चों की देखभाल और संरक्षण) अधिनियम 2000 में बच्चे की उम्र 18 वर्ष तक निर्धारित की गई है, आदि।

क्रियाकलाप 1

राष्ट्रीय संगठनों द्वारा निर्धारित विभिन्न कानूनों का अध्ययन कीजिए और पता लगाइए कि वे बच्चों की विशेष आयु के निर्धारण का सुझाव क्यों देते हैं?

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 1

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) बच्चे की किस आयु सीमा को आप ठीक समझते हैं और क्यों?

....

....

....

....

11.4 बाल अधिकार – एक सिंहावलोकन

निम्नलिखित केस को पढ़ें :

> **केस 1 :** एन.सी.पी.सी.आर. रिपोर्ट (2013) में आगरा में बचाए गए बाल श्रमिकों के बारे में डा. योगेश दुबे और सुन्नी शाइस्ता खान द्वारा तैयार की गई है, में, चूड़ी बनाने के कारखाने में एक बच्चे को 15 घंटे प्रतिदिन काम करने पर केवल 500 रू. माह का पारिश्रमिक मिलता था। मालिक उन पर ज्यादती करता था और वह धीरे–धीरे काम करता था तो उसकी पिटाई करता था। वह उन बच्चों को अपने परिवार के सदस्यों से न तो बात करने और न ही उनसे मिलने की इज़ाजत देता था। बच्चा कुपोषित था। उसके हाथों में धब्बे पड़े हुए थे जो हानिकारक रसायनों के संपर्क में रहने के कारण उत्पन्न हो गए थे। वह अपना दु:ख किसी को भी नहीं बता सकता था और उस लड़के की चिकित्सा में जो रूपया लगता था मालिक वह रूपया उसके वेतन से काट लेता था।
>
> स्रोत : दुबे, योगेश और खान, शाइस्ता (2013) आगरा में बचाए गए बाल श्रमिकों और उनके पुनर्वास और स्वदेश वापसी की रिपोर्ट जो http://ncpcr.gov.in से दिसम्बर 2, 2015 में प्राप्त की गई।

जब हम इस मामले का विश्लेषण अपने संविधान में सुनिश्चित अधिकारों के आधार पर करते हैं, तो यह स्पष्ट हो जाता है कि नियोक्ता ने हमारे संविधान की धारा 39 (एफ) का उल्लंघन किया है। यह धारा बताती है कि ''बच्चों को स्वस्थ तरीके से विकसित होने और सम्मान और स्वतंत्रता से जीने के लिए पर्याप्त अवसर और सुविधाएं मिलनी चाहिए और उनकी बाल्यावस्था और यौवनावस्था में शोषण और नैतिक व भौतिक परित्याग'' नहीं होना चाहिए। हमारा संविधान हमारे बच्चों का कल्याण सुनिश्चित करता है और बच्चों को सम्मान और पहचान के साथ जीने के अधिकार को जाति, नस्ल में भेद किए बिना रेखांकित करता है।

निम्नलिखित अनुसंधान अध्ययन को पढ़ें।

महिला और बाल विकास मंत्रालय भारत सरकार (2007) ने भारत में बाल दुर्व्यवहार पर एक अध्ययन किया था जो यह बताता है कि उत्तर देने वाले 12,447 बच्चों में से 69

प्रतिशत बच्चे एक या एक से अधिक स्थितियों में शारीरिक दुर्व्यवहार के पीड़ित थे। 88.6 प्रतिशत बच्चों को उनके स्वयं के परिवार में अपने अभिभावकों से भी शारीरिक प्रताड़ना मिली थी। 53.22 प्रतिशत बच्चों को यौन प्रताड़ना का सामना करना पड़ा, 21.90 प्रतिशत बच्चों को गंभीर रूप से यौन उत्पीड़न सहना पड़ा, 50.76 प्रतिशत बच्चे अन्य प्रकार के यौन दुर्व्यवहार से पीड़ित थे, और 5.69 प्रतिशत बच्चों ने बताया कि उनका यौन उत्पीड़न हुआ था। सड़क पर काम करने वाले और संस्थाओं की संरक्षण में रहने वाले बच्चे बहुत अधिक असुरक्षित थे और उन पर यौन अपचार की अधिकतम घटनाएं हुई थी।

आइए अब हम बच्चे के मूल अधिकार जानें :–

1) जीने का अधिकार

इसमें बच्चे के भोजन, घर और चिकित्सा के लिए उपचार जैसी मूलभूत आवश्यकताएं शामिल होती हैं।

2) विकास का अधिकार

इसमें बच्चे को अपने आप बढ़ने का अधिकार और अपने कौशलों और सामर्थ्य को विकास के लिए अति उत्तम रूप में उपयोग करने का अधिकार शामिल है। विकास के अधिकार के कारण बच्चों को खेलने, मनोरंजन और आराम करने तथा शिक्षा प्राप्त करने और प्रत्येक सूचना प्राप्त करने की अनुमति होती है।

3) सहभागिता का अधिकार

इस अधिकार में बच्चा अपना विचार अभिव्यक्त कर सकता है, समुदाय में विचार अभिव्यक्त कर सकता है, समुदाय में होने वाली सभी गतिविधियों में समाज के सदस्यों के साथ भाग ले सकता है।

4) संरक्षण का अधिकार

इस अधिकार में बच्चे को असामाजिक गतिविधियाँ जो बच्चों के विरूद्ध होती हैं जैसे बाल दुर्व्यवहार, बाल श्रम, और यौन उत्पीड़न से संरक्षण की गारंटी प्राप्त होती है।

क्रियाकलाप 2

केस 2 : अस्वाथी एक 12 वर्ष की लड़की थी। उसके पिता की मृत्यु के बाद उसकी माता ने उसे और स्वयं को ज़हर देने की कोशिश की थी क्योंकि वह परिवार की देखभाल नहीं कर सकती थी। दुर्भाग्यवश ज़हर से उसकी माँ मर गई और अस्वाथी व उसके भाई–बहन बच गए। विपरीत परिस्थिति के कारण वे अपने अध्ययन को जारी न रख सके और बाल श्रम करने को बाध्य हुए।

अस्वाथी के साथ जो कुछ भी घटित हुआ उसे पढ़ें और सुझाव दें कि कौन से बाल अधिकार उसे प्राप्त नहीं हो सके थे?

....

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 2

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) बच्चे के मूल अधिकार क्या हैं?

....

....

....

....

2) संरक्षण के अधिकार का क्या अर्थ है? हमारे भारतीय समाज में इस अधिकार के क्रियान्वयन का विश्लेषण करें।

....

....

....

....

क्या आप जानते हैं कि हमारे देश में इन अधिकारों के संदर्भ में क्या प्रगति हुई है? हम इसे अपने संविधान से शुरू करेंगे। भारतीय संविधान का III और IV भाग बाल अधिकार और राज्य–नीति के निर्देशात्मक सिद्धान्तों से संबंधित है जिसमें बच्चों के जीवन, विकास और संरक्षण के लिए प्रावधान शामिल हैं। यह या तो समवर्ती सूची या फिर राज्य की सूची में है। परन्तु वास्तव में केन्द्रीय सरकार की विभिन्न बाल–कल्याण योजनाएं राज्य सरकारों द्वारा चलाई जाती हैं। संविधान के 73 वें और 74 वें संशोधनों के बाद पंचायत राज संस्थाओं को प्रशासनिक और वित्तीय शक्तियाँ प्राप्त हुई हैं ताकि वे बच्चों के कल्याण की विभिन्न गतिविधियां अपने हाथ में लेकर चला सकें। हमारी पहली पंचवर्षीय योजना1951 में शुरू हुई थी और उसमें बच्चों के स्वास्थ्य, पोषण और शिक्षा पर विशेष ध्यान केन्द्रित करने के द्वारा बाल कल्याण पर ज़ोर दिया गया था। केन्द्रीय समाज कल्याण बोर्ड (एस. डबल्यू.बी.) की स्थापना बच्चों के लिए विभिन्न कार्यक्रम चलाने वाली ऐच्छिक ऐजेन्सियों की सहायता के लिए की गई थी। सरकार की दूसरी पहल बच्चों के कल्याण के लिए ''बालवाड़ी'' और ''महिला मंडल'' की स्थापना थी। कुछ अधिनियम जैसे महिला और लड़कियों के अनैतिक व्यापार का दमन अधिनियम (एस.आई.आई.ए.), 1956, हिन्दू दत्तकग्रहण (adoption) और अनुरक्षण अधिनियम, महिलाओं और बच्चों की संस्थाए (लाइसेंस देना), अधिनियम, बच्चों का कल्याण अधिनियम 1960 कुछ ऐसे प्रारंभिक प्रयास हैं जो बच्चों की स्थितियाँ में सुधार के लिए सरकार द्वारा किए गए थे।

संयुक्त राष्ट्र द्वारा बच्चों के अधिकार के डिक्लेरेशन के बाद भारत सरकार ने जून 1964 में सामाजिक सुरक्षा विभाग की स्थापना की थी। इसका कार्य बच्चों के विभिन्न मुद्दों की देख–रेख करना था। वर्तमान में यह विभाग सामाजिक न्याय और अधिकारिता कार्यालय के रूप में काम करता है। बाल–विवाह प्रतिबन्ध अधिनियम 1929, 1975 में संशोधित किया गया, बंधक श्रम (तंत्र) उन्मूलन अधिनियम, नाबालिक न्याय अधिनियम 1986, बालश्रम (निषेध और विनियमन) अधिनियम 1986 आदि बच्चों को सामाजिक अन्याय से बचाने के लिए सरकार द्वारा लागू किए गए थे। यू.एन. डिक्लेरेशन के बाद, वर्ष 1979 जो अन्तर्राष्ट्रीय

बाल वर्ष (आई.वाई.सी.) के रूप में मनाया गया था, भारत सरकार ने वंचित (deprived) बच्चों की सहायता के लिए नेशनल पॉलिसी ऑफ ऐक्शन की शुरूआत की।

समेकित बाल विकास योजना (आई.सी.डी.एस.) 1975 की स्थापना भी बच्चों की स्थिति में सुधार लाने के लिए की गई थी। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 1968 और 1986, डी.पी.ई.पी., ऑपरेशन ब्लैक बोर्ड, प्राथमिक शिक्षा का सार्वभौमीकरण, सर्वशिक्षा अभियान, राष्ट्रीय पाठ्यचर्या ढाँचा (एन.सी.एफ.) 2005, बच्चों की निःशुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा अधिनियम 2009 आदि महत्त्वपूर्ण मील के पत्थर हैं जो बच्चों के लिए निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा को सुनिश्चित करते हैं।

क्रियाकलाप 3

बच्चों के अधिकार को सुनिश्चित करने के लिए पारित किए गए विभिन्न कानूनों का चार्ट तैयार करें तथा कौन सी प्रारंभिक परियोजनाएं शुरू की गईं थीं उनका विवरण दें।

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 3

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) बच्चों के अधिकार के संरक्षण के लिए सरकार ने प्रारंभ में जो पहल की थी उसके बारे में टिप्पणी लिखें? संक्षेप मे बताएं कि इनसे इस दिशा में किस तरह सहायता प्राप्त हुई।

....

....

....

....

2) बाल अधिकारों के संरक्षण में भारत द्वारा की गई प्रगति का मूल्यांकन आप कैसे करते हैं?

....

....

....

....

11.5 मानव अधिकारों के ढाँचे में बाल अधिकार

क्या आप जानते हैं कि बच्चों के अधिकार मानव अधिकारों का ही एक भाग हैं। प्रारंभिक काल के दौरान यह स्थिति भिन्न थी। मध्य यूरोप के काल में बच्चों को मनुष्य के रूप में

समझा जाता था। बच्चे पर अधिक ध्यान नहीं दिया जाता था क्योंकि उनको केवल एक वयस्क माना जाता था। उस समय मनुष्यों की केवल एक सामान्य श्रेणी थी और वह ही मानव अधिकारों से संबंधित था।

बाद में इस बात की पहचान की गई कि बच्चों की आवश्यकताएं वयस्कों से भिन्न होती हैं। इस दिशा में अन्य संगठन जैसे रेडक्रास का जिनेवा कन्वेंशन, आई.एल.ओ. कन्वेंशन, अन्तर्राष्ट्रीय मानव अधिकार कन्वेंशन आदि भी कार्य करने लगे। 1924 के जिनेवा कन्वेंशन और संयुक्त राष्ट्र डिक्लेरेशन 1959 ने यह निर्णय लिया कि बच्चों पर सबसे अधिक ध्यान दिया जाना चाहिए। बच्चों के अधिकार के संरक्षण में ये दो डिक्लेरेशन बहुत ही शक्तिशाली (प्रभावी) तंत्र साबित हुए। इन संगठनों द्वारा शुरू किए गए प्रयासों के मूलभूत सिद्धान्तों ने प्रतिमानों की क्रमिक प्रगति के लिए और बाल अधिकार के कार्यों के लिए एक मंच का सृजन कर दिया ।

यूनिसेफ (2014) ने मानव अधिकारों की परिभाषा उन अधिकारों के रूप में की है जो मनुष्य के रूप में जीने के लिए आवश्यक हैं और यह मूलभूत मानक हैं जिनके बिना मनुष्य जीवित नहीं रह सकता और सम्मान के साथ अपना विकास नहीं कर सकता। मानव अधिकार मनुष्य में अन्तर्निहित, अहस्तांरणीय और सार्वभौमिक होते हैं। लगभग सभी देशों ने मानव अधिकारों के यूनिवर्सल डिक्लेरेशन का समर्थन किया है। और मानव अधिकार की 6 कोर नीतियों में बाल अधिकार के कन्वेंशन को शामिल किया हैं। बच्चों के अधिकार (सी.आर. सी.), 1989 में लिखित अधिकार और कर्त्तव्य यूनीसेफ के मानव अधिकार के ढाँचें का एक भाग है। ऐसे अनेक अधिकार हैं जैसे जीवन जीने और विकास का अधिकार, पहचान का अधिकार, दुर्व्यवहार और शोषण से बचने का अधिकार। ये प्रत्येक अधिकार सुनिश्चित किए जाने चाहिए और हम इनके बारे में आगे पढ़ेंगें।

क्रियाकलाप 4

निम्नलिखित समझौतों और डिक्लेरेशन द्वारा जिन अधिकारों का समर्थन किया गया है उनका संक्षेप में सार लिखें, जैसे रेडक्रास जिनेवा कन्वेंशन, आई.एल.ओ. कन्वेंशन, अन्तर्राष्ट्रीय मानव अधिकार कन्वेंशन, 1924 का जिनेवा डिक्लेरेशन और वर्ष 1959 का संयुक्त राष्ट्र डिक्लेरेशन।

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 4

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) क्या आप सोचते हैं कि बच्चे के अधिकार मानव अधिकार का एक भाग हैं? अपना उत्तर कारण सहित दें।

....

....

....

....

11.6 भारत के विशेष संदर्भ में सांस्कृतिक संदर्भ में ''बाल अधिकार'' परिप्रेक्ष्य की जाँच करना

भारत एक विविधता का देश है जहाँ पर हम विभिन्न जाति, भाषा, नस्ल, संस्कृति के बच्चे देखते हैं जो देखभाल की विभिन्न रीतियों से पाले जाते हैं। सुश्री मलाला यूसुफजाई (जो लड़कियों की शिक्षा के लिए उत्तेजित है) और श्री कैलाश सत्यार्थी जिन्होंने बालश्रम के लिए लड़ाई लड़ी थी, दोनों ही वर्ष 2014 के नोबेल पुरस्कार विजेता हैं, ने बच्चों के जीवन में सुधार लाने के लिए प्रयास किए हैं। बच्चे के अधिकार के समझौते (सी.आर.सी) में, बच्चों के अधिकार और उनकी स्वतंत्रता, पारिवारिक वातावरण, आवश्यक स्वास्थ्य देखभाल और कल्याण, शिक्षा, आराम व मनोरंजन और सांस्कृतिक गतिविधियाँ और संरक्षण के विशेष उपाय शामिल किए गए हैं। यद्यपि बच्चों के संरक्षण के लिए कई अधिनियम पारित किए गए हैं, फिर भी उनकी समस्याओं का विशिष्ट रूप से समाधान नहीं हुआ है और वे लगातार समाज के असुरक्षित समूह बने हुए हैं। अधिकारों का निम्नलिखित विवरण हमारे बच्चों के कल्याण के लिए हमारे दायित्वों की गहराई से व्याख्या करता है।

11.6.1 अभिभावक द्वारा देखभाल का अधिकार

जैसा कि हम सब जानते हैं कि परिवार बच्चे की वृद्धि और विकास की पहली भीतरी ऐजेन्सी है। यह बच्चे का मूल अधिकार है उसकी देखभाल उसके माता/पिता द्वारा अच्छी तरह से हो। बच्चे की भावनात्मक, शारीरिक, शैक्षिक और आध्यात्मिक आवश्यकताएं ठीक तरह से पूरी हों। इसके लिए प्रत्येक बच्चे का भरण पोषण उसके स्वयं के परिवार में होना चाहिए। बच्चे के स्वास्थ्यपूर्ण और सर्वांगीण विकास के लिए अभिभाावक का प्रेम और देखभाल बहुत अनिवार्य हैं। जिन बच्चों को अभिभावकों की अच्छी देखभाल नहीं मिलती और जिन पर समाज द्वार ध्यान नहीं दिया जाता वे असुरक्षित होने की भावना से ग्रस्त हो जाते हैं और अपना जीवन चलाने के लिए खतरनाक गतिविधियों में शामिल हो जाते हैं। इसलिए यह प्रत्येक अभिभावक का कर्त्तव्य है कि वह आपस में अपने परिवार के सदस्यों के बीच मज़बूत बन्धन बनाए रखें। इस मामले को पढ़ें :–

क्या आप जानते हैं कि बहुत से ऐसे बच्चे हैं जिनको अभिभावकों की देखभाल नहीं प्राप्त होती है? बच्चे जिनके माता–पिता में से एक की कमी हो जाती है, वे घर में मुखिया की तरह जीवन गुज़ारते हैं, कुछ बच्चे अपने अभिभावकों से प्राकृतिक आपदाओं या युद्ध के कारण अलग हो जाते हैं, बच्चे जो आवासीय संस्थाओं में रहते हैं, वे देखभाल के विकल्प वातावरण में जो प्रशासनिक निर्णय के परिणामस्वरूप तैयार किया गया है, में रहते हैं, प्रवासी बच्चे जो विभिन्न कारणों से देखभाल से वंचित हैं, बच्चे जो अपने परिवारों से कई कारणों से दूर रहते हैं क्योंकि उनके माँ बाप कामगार हैं जैसे सेना में काम करने वाले कर्मचारी जो अपने पारिवारिक घर को छोड़ देते हैं, और सड़क पर रहने वाले बच्चे जो बिना अभिभावक की देखभाल अथवा न्यूनतम अभिभावक देखभाल के बिना रहते हैं।

यूनिसेफ (2014) ने संकेत दिया कि विश्व में लाखों बच्चे एक या दोनों अभिभावकों की अनुपस्थिति में रहते हैं। आश्चर्य में डालने वाला तथ्य यह भी है कि अधिक बच्चे गरीबी, विकलांगता, एच.आई.वी./एड्स, प्राकृतिक आपदाओं और युद्धों के कारण अलग होने के जोखिम में हैं। ऐसे बच्चे जिनको अभिभावकों की देखभाल और सहायता नहीं मिलती, उनको जीवन मे भेदभाव, यौन अपचार, अपशोषण का सामना करना पड़ता है जो उनके भावनात्मक और सामाजिक विकास को नकारात्मक रूप में प्रभावित करता है। प्रारंभिक अवस्था में अभिभावकों से अलग हो जाने से बच्चे का शारीरिक और भावनात्मक विकास विक्षत हो जाता है जिससे अनेक भावनात्मक समस्याएं खड़ी हो जाती हैं और उनकी मृत्यु भी हो जाती है। गरीबी, प्राकृतिक आपदाएं और बीमारियाँ ऐसे कारण हैं जिनकी वजह

से अभिभावकों को अपने बच्चे छोड़ने पड़ते हैं। वे जन संस्थानों में सहायता के लिए निर्भर हो जाते हैं जहाँ उनकी उत्तम तरीके से देखभाल नहीं की जाती, और परिणामस्वरूप बच्चे शिक्षा, भोजन और अन्य आधारभूत सुविधाओं को नहीं प्राप्त कर पाते।

अपनी प्रगति जाँचें – 5

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) अभिभावक की देखभाल में कमी के क्या परिणाम होते हैं? एक अकेले बच्चे के जीवन को यह कैसे प्रभावित करता है?

....

....

....

....

11.6.2 आर्थिक शोषण के विरूद्ध अधिकार

केस 3

पद्मिनी शिवराजा ने मई 2012 में टाइम्स ऑफ इंडिया में स्थानीय व्यापारियों द्वारा उत्तरी राज्यों की फैक्टरी में मदुरै, थेणी और डिंडीगुल से 50,000 से अधिक बच्चों को भेजने की भयानक घटना को रिपोर्ट किया। उसने 14 वर्ष एक लड़के, जो कोटापट्टि थेणी जिले का था, और उसका नाम सी. विसाकन था की कहानी बताई, जिसे उसके पिता ने रू. 1500/– में एक स्थानीय बिचौलिए सोलाइराज को, विद्यालय की छुट्टियों में बेच दिया था। उसे छत्तीसगढ़ में स्थित 'मुरूकु' फैक्टरी में भेज दिया गया था जहां वह हम उम्र बच्चों के साथ 24 घंटे प्रतिदिन काम करता था। उसके बाद उसे घर वापस भेज दिया गया क्योंकि उसके मालिक ने उस पर गर्म तेल उड़ेल दिया था और वह काम के अयोग्य हो गया था।

स्रोत : शिवराज पद्मिनी (2012), 50,000 से अधिक बच्चे दक्षिण तमिलनाडु से बाल श्रम में भेजे गए। http://makir.mak.ac.ug labour.http://timesofindia.indiatimes.com से 15 दिसम्बर, 2015 को लिया गया।

बाल अधिकार समझौते की धारा 32 के अधीन आर्थिक शोषण से बच्चे को संरक्षण देने के अधिकार स्वीकृत हैं जिसमें बच्चे को जोखिम भरे कार्य और ऐसे कार्यों में लगाना जहां उसकी शिक्षा प्रभावित होती है और जो उसके स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हैं और उसके शारीरिक, मानसिक आध्यात्मिक तथा नैतिक और सामाजिक विकास को प्रभावित करते हैं। इस समझौते में राज्य सरकारों से अनुरोध किया गया कि वे नौकरी के लिए न्यूनतम आयु, काम के घंटे निश्चित करें और रोज़गार की स्थितियों में सुधार लाएं और धारा 32 का उचित क्रियान्वयन सुनिश्चित न करने पर दंड दें।

इस तथ्य पर प्रश्न नहीं उठाया जा सकता कि गरीबी और आर्थिक शोषण बच्चे के शोषण की प्राथमिक जड़ है। अनेक कारणों की वजह से बच्चे कुछ प्रकार के काम करने के लिए मजबूर हो जाते हैं। अभिभावक निरक्षरता, अज्ञानता, प्रारंभ से बच्चों को पैतृक पेशा सिखाने के परम्परावादी दृष्टिकोण, अनिवार्य प्राथमिक शिक्षा के लिए नीति–निर्धारण में कम सख्ती, विद्यालयों की अनुपस्थिति, लिंग–भेद आदि शोषण के कुछ महत्त्वपूर्ण कारण हैं।

बच्चे के किसी भी अधिकार (आवश्यकता) का उल्लंघन बच्चे का शोषण माना जाता है। बच्चे की सभी आवश्यकताएं महत्त्वपूर्ण हैं और उनको हर प्रकार के शोषण से बचाने के लिए, जैसे आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक अधिकार के शोषण से संरक्षण मिलना चाहिए। जब हम बच्चों के आर्थिक शोषण की बात करते हैं तो वह बालश्रम की ओर संकेत करता है क्योंकि आर्थिक शोषण बालश्रम से ही उत्पन्न हुआ है। बालश्रम का अर्थ है कि बच्चे के द्वारा किया गया कार्य (जो 14 वर्ष से कम का आयु का है) या कोई भी काम जो बच्चे को जोखिम के स्तर पर रखता है। बालश्रम बच्चे के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक विकास के लिए समान रूप से हानिकारक होता है। बालश्रम के प्रमुख कारण अभिभावकों की निरक्षरता, गरीबी और बच्चों को पारिवारिक कौशल सिखाना आदि हैं। बालश्रम की (1987) की आर्थिक नीति ने बच्चे की स्थिति के सुधार में और भारत में बालश्रम की घटनाओं को कुछ हद तक कम करने में सहायता प्रदान की है।

क्रियाकलाप 5

बालश्रम की नीति का अध्ययन करें तथा उस पर एक छोटी टिप्पणी लिखें और उसकी कक्षा मे प्रस्तुति करें।

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 6

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) आर्थिक शोषण के विरूद्ध अधिकार क्या है? वे मुख्य कारक कौन से हैं जो भारत में बालश्रम को बढ़ावा देते हैं?

....

....

....

....

11.6.3 यौन दुर्व्यवहार और शोषण के विरूद्ध सुरक्षा का अधिकार

सम्पूर्ण विश्व में बच्चे हिंसा, शोषण और यौन उत्पीड़न के विभिन्न कारणों जैसे सड़क पर रहना, विकलांगता, बेरोजगारी, गरीबी, प्राकृतिक आपदाएं, हथियारों से लड़ाई आदि से पीड़ित होते हैं। अधिकांश मामलों में बच्चे परिवार के सदस्यों और निकटतम रिश्तेदारों से यौन उत्पीड़न के शिकार हो जाते हैं।

बच्चों से दुर्व्यवहार हिंसा, अपचार अथवा बच्चे पर विश्वास प्राप्त व्यक्ति द्वारा अथवा उस व्यक्ति द्वारा जो बच्चे की देखभाल और संरक्षण के लिए जिम्मेदार है ध्यान न देना माना जाता है। बच्चों के साथ दुर्व्यवहार विभिन्न प्रकार का होता है जैसे शारीरिक और यौन–अपचार, भावनात्मक अपचार, उस पर ध्यान न देना और घरेलू हिंसा करना होता है।

जब बच्चे को किसी वयस्क व्यक्ति द्वारा यौन अपचार, गतिविधि करने के लिए उकसाया जाता है तो यह यौन–अपचार कहलाता है। कोई भी यौन गतिविधि अथवा व्यवहार जो बच्चे के साथ किया जाता है जैसे रेप, ओरल, यौन संबंध, बच्चे के लैंगिक अंगों को छूना, चूमना, पोर्नोग्राफी के उत्पादन में बच्चे का इस्तेमाल करना जैसे फिल्म या पत्रिका में, सब यौन अपचार में शामिल होते हैं।

बच्चों को यौन उत्पीड़न से बचाने के लिए महिला और बाल विकास विभाग ने यौन अपचार (पी.ओ.सी.एस.ओ.) अधिनियम 2012 में शुरू किया था। इस अधिनियम में बच्चे को 18 वर्ष की आयु से कम आयु का मनुष्य माना जाता है और प्रत्येक अवस्था में उसकी रूचियों और कल्याण को महत्त्व देता है। इस अधिनियम से यह सुनिश्चित होता है कि बच्चे का शारीरिक, बौद्धिक, भावनात्मक और सामाजिक कल्याण सुनिश्चित हो। इस अधिनियम के अन्तर्गत यौन–संबंधी प्रयोजनों के लिए बच्चे का व्यापार करना दंडनीय है। बाल अधिकार संरक्षण राष्ट्रीय आयोग को, यौन अपचार से (पी.ओ.सी.एस.ओ.) अधिनियम और पोकसो नियमों, 2012 से बच्चों को बचाने के कार्य का निरीक्षण कार्य की मॉनीटरिंग करने का कार्य दिया गया है।

अनीश एम. (2009) यूनीसेफ द्वारा प्रायोजित केरल में 'एच.आई.वी. (एड्स) से प्रभावित बच्चों के स्थितिजन्य विश्लेषण नामक अध्ययन के द्वारा एच.आई.वी. के कारण पीड़ित बच्चों के सामने आने वाली समस्याओं को बताता है। वह निम्नलिखित उद्धरण से पीड़ित बच्चों और उनके अभिभावकों की भावनाओं को प्रदर्शित करता है :–

- ''जब मेरे बच्चे को एड्स होने की खबर विद्यालय को मालूम हुई तो विद्यालय प्राधिकारी ने बच्चे को विद्यालय में शिक्षा पाने पर रोक लगा दी। इसमें उसका एक साल बरबाद हो गया। बाद में उच्च प्राधिकारियों से याचना करने की लम्बी प्रक्रिया के बाद उसको फिर से विद्यालय में प्रवेश मिला। अब वह कक्षा 5 में पढ़ रहा है'' कुनूर से एक अभिभावक।
- ''बहुत से विद्यार्थी इन विद्यालयों को छोड़कर दूसरे विद्यालयों में जा रहे हैं क्योंकि यहां पर एच.आई.वी. से संक्रमित बच्चे पढ़ते हैं।'' एक एच.आई.वी. संक्रमित विद्यार्थी कोलम से।
- ''छः वर्ष पहले मेरे बच्चे को विद्यालय में प्रवेश से मना कर दिया था क्योंकि अभिभावकों को एच.आई.वी. का संक्रमण था– परन्तु छोटी बहन जो एच.आई.वी. से पीड़ित थी एक दूसरे विद्यालय में अपनी एच.आई.वी. की बीमारी को छिपा कर पढ़ रही है''। मालापुरम से एच.आई.वी. संक्रमित माँ।

अध्ययन बताते हैं कि बच्चों को शिक्षा देने से इनकार, एच.आई.वी. संक्रमित बच्चों के सामने आने वाली गंभीर समस्या है। बहुत से बच्चे यदि अपने रोग के बारे में बता देते हैं तो उनको शिक्षा के लिए दूसरा विद्यालय ढूँढना पड़ता है। अन्य अभिभावक भी बच्चों को विद्यालय में भेजना बंद कर देते हैं और सावधानी स्वरूप दूसरा विद्यालय ढूँढते हैं। हम यह जाँच करें कि आर.टी.ई. अधिनियम 2009 किस कार्य से संबंधित है।

11.6.4 बच्चों का निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा–अधिकार (R.T.E.), अधिनियम, 2009 (The Right of Children to Free and Compulsory Education (RTE) Act, 2009

निम्नलिखित मामले को पढ़ें :–

केस–4

अशोक नाम का 14 वर्ष का लड़का अधिकांश समय घर परिवार की सुरक्षा के लिए,

बाहर रहता है। उसने 10 वर्ष की आयु में विद्यालय छोड़ दिया था। वह विद्यालय जाना चाहता था और अपने दोस्तों और परिवार के साथ समय बिताना चाहता था। परन्तु उसे परिवार का खर्चा चलाने के लिए घर से बाहर रहना पड़ता था।

उपर्युक्त मामले से यह मालूम होता है कि अशोक को शिक्षा का अधिकार प्राप्त नहीं हुआ। आइए हम इस अधिकार के बारे में विस्तार से जाँच करें।

निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा अधिनियम में बच्चों का अधिकार शिक्षा अधिकार के विधेयक के रूप में भी जाना जाता है और यह 4 अगस्त, 2009 मे भारतीय संसद द्वारा पारित हुआ था। निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा (आर.टी.ई.) अधिनियम 1 अप्रैल 2010 से कार्यान्वित हुआ था। निःशुल्क शिक्षा का अर्थ है कि किसी बच्चे के प्रारंभिक शिक्षा की पढ़ाई करने या उसे पूरी करने के या उसे रोकने के लिए किसी भी प्रकार की फीस, प्रभार या पैसा नहीं देना होगा। इसका अर्थ यह हुआ कि कोई भी प्रत्यक्ष (विद्यालय फीस) अथवा अप्रत्यक्ष लागत जैसे (वर्दी, पाठ्य–पुस्तकें, मध्याह्न भोजन और परिवहन) का खर्च बच्चे अथवा उनके अभिभावकों द्वारा नहीं उठाया जाएगा। अनिवार्य शिक्षा का अर्थ है कि वह सरकार और स्थानीय प्राधिकार के लिए 6 से 14 वर्ष तक के सभी बच्चों को प्रारंभिक शिक्षा में प्रवेश, उपस्थिति और शिक्षा पूरी कराना अनिवार्य है। अब एक कानूनी अनिवार्यता हो गई है कि केन्द्र और राज्य सरकारें आर.टी.ई. अधिनियम के प्रावधानों के अनुसार भारत के संविधान की धारा 21 'क' में उल्लिखित बच्चों के इस मौलिक अधिकार को क्रियान्वित करें।

इस अधिनियम के महत्त्वपूर्ण प्रावधानों में से एक उचित आयु पर प्रवेश है। इसका अर्थ यह हुआ कि बच्चे को उसी कक्षा में उस स्थिति में प्रवेश दिया जाए जिस कक्षा में उसे सामान्यतः होना था, यदि बच्चे ने 6 वर्ष की आयु में कक्षा 1 से प्रवेश लिया है। जब हम इस अधिनियम को पढ़ते हैं तो हमें पता लगता है कि बच्चों की प्राथमिक शिक्षा से संबंधित अनेक मुद्दों के बारे में इस अधिनियम में बताया गया है। हमारे समाज के कमज़ोर तबके और अलाभकारी समूहों के विद्यार्थियों को निजी विद्यालयों में अध्ययन करने के मौके मिलते हैं क्योंकि कक्षा की 25 प्रतिशत संख्या इन्हीं तबकों के बच्चों से पूरी करना ज़रूरी है। यह अधिनियम दान, प्रतिव्यक्ति शुल्क, प्रवेश–परीक्षा अथवा साक्षात्कार जो बच्चों या अभिभावक का कराया जाता है, शारीरिक दंड और मानसिक उत्पीड़न की अनुपस्थिति की गारंटी भी देता है। इस अधिनियम का निरीक्षण करने के उद्देश्य से सरकार ने बाल अधिकार संरक्षण राष्ट्रीय आयोग (NCPCR) को उत्तरदायी ठहराया है।

अधिनियम की मुख्य विशेषताएं

यह 6–14 वर्ष की आयु तक के सभी बच्चों के लिए निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा सुनिश्चित करता है। इसमें कोई रोक, उचित आयु प्रवेश, आयु प्रमाण पत्र उपलब्ध न करने पर भी प्रवेश से इन्कार नहीं किया जा सकता। कक्षा 1 में आर्थिक रूप से अलाभकारी तबकों के बच्चों को 25 प्रतिशत आरक्षण, शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार के लिए अनिवार्य आदेश, राज्य और केन्द्रीय सरकार द्वारा आर्थिक व्यय में हिस्सेदारी आदि सब कुछ सुनिश्चित है।

उपर्युक्त विचार–विमर्श से यह स्पष्ट हो गया है कि केन्द्र सरकार ने ऐसा मज़बूत कदम उठाया है जिससे भारत के बच्चों को न्यूनतम गुणवत्ता की शिक्षा सुनिश्चित हो सके। बच्चों के लिए निर्धारित किए गए प्रावधानों को पूरा करने का उत्तरदायित्व केन्द्र, राज्य सरकारों और स्थानीय स्व–सरकारों पर है।

क्रियाकलाप 6

यौन उत्पीड़न (पी.ओ.सी.एस.ओ.) अधिनियम 2012 से बच्चों के संरक्षण का अध्ययन करें और अधिनियम की प्रासंगिकता पर पैनल चर्चा आयोजित करें।

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 7

नोटः (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) यौन उत्पीड़न के विरूद्ध संरक्षण के अधिकार के अन्तर्गत क्या आता है? वर्तमान भारतीय समाज में इसके महत्त्व का विश्लेषण करें?

....

....

....

....

11.7 बाल अधिकारों का संरक्षण : महत्त्वपूर्ण संगठनों की भूमिका और योगदान

अनेक अन्तर्राष्ट्रीय संगठन जैसे यूनीसेफ, डबल्यू.एच.ओ. और राष्ट्रीय संगठन जैसे एन.सी.पी.सी.आर., एन.एच.आर.सी. आदि बच्चों के अधिकारों का संरक्षण करने के लिए कठिन कार्य कर रहे हैं। आइए हम उनकी भूमिका और योगदान पर चर्चा करें।

11.7.1 बाल अधिकारों पर संयुक्त राष्ट्र समझौता (कन्वेंशन) (United Nations Convention on the Rights of the Child) (UNCRC)

बच्चों के अधिकार के इतिहास में विशेष घटना है बच्चों के अधिकार पर समझौता (सी.आर.सी.) जो वर्ष 1989 में संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा अवग्रहण किया गया था। इस समझौते में यह बताया गया है कि ''बच्चे समाज में एक व्यक्तिगत जीवन जीने के लिए पूर्ण रूप से तैयार होने चाहिए और संयुक्त राष्ट्र चार्टर में घोषित किए गए आदर्शों को ध्यान में रखकर उनका पालन पोषण किया जाना चाहिए।''

वर्ष 1990 मे हस्ताक्षर किए गए समझौते में ऐसे सब बच्चों के लिए जिनको अभिभावकों का संरक्षण नहीं मिला है, के लिए किए जाने वाले कार्यों के लिए मार्गदर्शन दिया गया है। सी.आर.सी. बड़ी सख्ती से यह बताता है कि बच्चों की देखभाल और संरक्षण की जिम्मेदारी परिवार पर होती है और सरकार व अन्य ऐजेन्सियाँ यह सुनिश्चित करेंगी कि बच्चे को स्वस्थ पारिवारिक संबंध प्राप्त हो।

बच्चों के अधिकारों के संरक्षण के लिए समझौते में दी गई कुछ धाराओं से आप को परिचित कराते हैं। धारा1 में बच्चे की परिभाषा दी गई है। समझौते में बच्चे की परिभाषा 18 वर्ष की आयु से कम आयु की दी गई है जब तक अमुक देश के नियम बच्चों की वयस्कावस्था के लिए आयु निर्धारित नहीं करते।

धारा 2 बताती है कि किसी भी बच्चे के साथ, जाति, नस्ल, रंग, लिंग, आर्थिक परिस्थिति, भाषा और संस्कृति के आधार पर अनुचित व्यवहार नहीं किया जाना चाहिए। धारा 3 में

बच्चे का संरक्षण अति उत्तम तरीके से करने के लिए बताया गया है। धारा 4 में सरकार को यह दायित्व दिया गया है कि वह यथासंभव बच्चों के अधिकारों का सम्मान एवं संरक्षण करे। धारा 5 बच्चों के लिए अभिभावकों द्वारा किए जाने वाले कर्त्तव्य एवं जिम्मेवारियों के बारे में बताती है। धारा 6 में बताया गया है कि ''बच्चों को जीने का अधिकार है, सरकार को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि बच्चे अच्छा जीवन जिएं और उनका स्वस्थ तरीके से विकास हो।''

धारा 9 ने रेखांकित किया है कि बच्चे अपनी इच्छा के बिना अभिभावकों से अलग नहीं होने चाहिए। धारा 11 में सरकार को यह दायित्व दिया गया है कि वे बच्चों को गैर कानूनी तरीके से अपने देश के बाहर न ले जाएं। इस धारा में अभिभावकों द्वारा बच्चों के अपहरण और व्यापार (बच्चे बेचना), बाल वेश्यावृत्ति और बाल पोर्नोग्राफी की आलोचना की गई है। धारा 12 में बच्चों के दृष्टिकोण के संबंध में विवरण है और 13 व 14 में बच्चे को अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता प्रदान करने के बारे में बताया गया है। इसमें यह सिफारिश की गई है कि ऐसे निर्णय जिनसे बच्चे प्रभावित होते हैं उनके बारे में निर्णय लेने से पहले उनके मत को अभिव्यक्त करने का अधिकार ध्यान में रखा जाना चाहिए। अपनी रूचि के अनुसार सूचना का आदान–प्रदान करना, बात करना, लिखना, ड्राइंग करना और सोच का अधिकार और यह विश्वास दिलाना कि वे अपनी इच्छानुसार अपने धर्म पालन कर सकते हैं।

धारा 18 बच्चों की सहायता के लिए अभिभावकों की जिम्मेदारी और कर्त्तव्यों से संबंधित है। यह धारा बताती है कि ''दोनों अभिभावक अपने बच्चे का पालन पोषण बराबरी से करेंगे और हमेशा इस बात पर ध्यान देंगे कि बच्चे के लिए अति उत्तम क्या है? सरकारों की भी यह जिम्मेदारी है कि वे अभिभावकों द्वारा उनके बच्चों की देखभाल करने के लिए उचित मार्गदर्शन उपलब्ध कराएं।'' धारा 19 (सभी प्रकार की हिंसाओं के लिए संरक्षण) सबसे अधिक महत्त्वपूर्ण है जो सुझाव देती है कि ''बच्चों को इस बात के संरक्षण का अधिकार है कि उनको कोई चोट न पहुँचाए और शारीरिक व मानसिक रूप से उनके साथ दुर्व्यवहार न किया जाए''। धारा 23 (विकलांग बच्चे) बताती है कि ''बच्चे जो किसी भी तरह की विकलांगता से ग्रसित हैं उनकी विशेष देखभाल की जानी और सहायता की जानी चाहिए तथा समझौते में यह भी अधिकार है कि वे पूर्ण और स्वतंत्र जीवन जी सकेंगे।''

धारा 24 (स्वास्थ्य और स्वास्थ्य सेवाएं) और धारा 25 (देखभाल में उपचार की समीक्षा) सब बच्चे के स्वास्थ्य से संबंधित हैं और धारा 24 में लिखा है कि ''बच्चों को स्वास्थ्य की यथासंभव अति उत्तम देखभाल, सुरक्षित पीने का पानी, पौष्टिक खाद्य पदार्थ, साफ और सुरक्षित वातावरण और जानकारी जो उनको स्वस्थ रहने में सहायता करें, का अधिकार है। धनी देशों को इस मामले में गरीब देशों की सहायता करनी चाहिए।'' धारा 28 और 29 शिक्षा के अधिकार और शिक्षा के उद्देश्यों से सम्बन्धित है। धारा 28 बताती है कि ''सभी बच्चों को प्रारंभिक शिक्षा का अधिकार है जो निःशुल्क हो।'' धारा 29 बताती है कि ''बच्चों की शिक्षा उनके व्यक्तित्व, प्रतिभाओं और योग्यताओं को पूर्ण रूप से विकसित करें।'' धारा 32 (बाल श्रम) बच्चे को हानिप्रद और शोषणीय कार्य करने के लिए संरक्षण देती है यह बताती है कि ''सरकार को बच्चों को ऐसे कार्य करने से बचाना चाहिए जो खतरनाक हैं और जो उनकी शिक्षा और स्वस्थ्य को नुकसान पहुँचाते हैं।'' धारा 33, 34,35 और 36 आज के समाज के लिए बहुत महत्त्वपूर्ण हैं क्योंकि ये धाराएं बच्चों को नशीले पदार्थ के सेवन, यौन उत्पीड़न और अपहरण तथा अन्य प्रकार के शोषणों से संरक्षण प्रदान करती हैं।

धारा 33 बताती है कि ''सरकार को हानिकारक नशीले पदार्थों के सेवन से और नशीले पदार्थों को इधर–उधर ले जाने से बच्चों को यथासंभव बचाना चाहिए।'' धारा 34 बताती है कि ''सरकार को अपने बच्चों को सभी प्रकार के यौन उत्पीड़न, शोषण और दुर्व्यवहार

से बचाना चाहिए।'' धारा 35 बताती है कि ''सरकार को संभव उपाय करने चाहिए ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि बच्चों का अपहरण, व्यापार (बेचना) और उन्हें दूसरे स्थानों पर भेजना संभव न हो सके।'' धारा 37 बताती है ''बच्चों को क्रूर और हानिकारक तरीके से दंड नहीं देना चाहिए। बच्चे जो कानून तोड़ते हैं उनके साथ क्रूर व्यवहार नहीं करना चाहिए।'' धारा 43 से 54 (कार्यान्वयन उपाय) में सुझाव शामिल किए गए हैं कि किस तरह सरकारें और अन्तर्राष्ट्रीय संगठन जैसे यूनीसेफ सुनिश्चित करें कि बच्चों के अधिकारों का संरक्षण मिला हुआ है।

यहां इस बात पर भी ध्यान देने की जरूरत है कि एशिया में इन सभी कारणों की वजह से सबसे अधिक अनाथ बच्चे हैं। इसलिए तत्सम्बन्धी देशों की सरकारों को बच्चों के कल्याण की सेवाओं को मजबूत करने, गरीबी को कम करने, लोक (जन) देखभाल संस्थाओं का विनियमन और मॉनीटरींग और बच्चों के संरक्षण के लिए कानून व्यवस्था लागू करने के कार्यक्रम चलाने चाहिए।

अपनी प्रगति जाँचें – 8

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) सी.आर.सी. की प्रमुख सिफारिशें क्या हैं? हमारे देश के वर्तमान परिदृश्य में इसके प्रभावी कार्यान्वयन की जाँच करें।

....

....

....

....

11.7.2 संयुक्त राष्ट्र अन्तर्राष्ट्रीय बाल आपातकालीन निधि (United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF)

संयुक्त राष्ट्र अन्तर्राष्ट्रीय बाल आपातकालीन निधि (यूनीसेफ) की स्थापना 1946 में संयुक्त राष्ट्र महासभा के द्वारा विश्वयुद्ध II के बाद हुई थी। इसका स्थापना का मुख्य प्रयोजन यूरोप में विश्व युद्ध II के दौरान बच्चों की सहायता के लिए किया गया था। वर्ष 1953 में यह संयुक्त राष्ट्र तंत्र का स्थायी प्रभाग हो गया।

यूनीसेफ के लिए संयुक्त राष्ट्र महासभा ने यह अनिवार्य किया कि बच्चों के अधिकारों का संरक्षण होना चाहिए। यह उन अलाभकारी बच्चों का विशेष संरक्षण करता है जो युद्ध, प्राकृतिक आपदा, गरीबी, और अन्य खतरनाक हिंसा और शोषण के शिकार होते हैं। यह उन बच्चों की आधारभूत ज़रूरतों को भी पूरा करने का आश्वासन देता है और उनके कौशलों के उपयोग के और संरक्षण के लिए अवसरों का विस्तार करता है। यूनीसेफ उन बच्चों के लिए भी जिम्मेदार है जो बिना अभिभावकों के जीवन बिता रहे होते हैं।

बाल संरक्षण कार्यक्रम के लिए यूनीसेफ के उद्देश्य निम्नलिखित हैं :–

- बालश्रम
- बच्चों का व्यापार
- संघर्ष और आपातकाल में बच्चे
- बच्चे और न्याय

- बिना अभिभावक वाले बच्चे
- यौन शोषण
- हिंसा और उन पर ध्यान न देना

यूनीसेफ के हज़ारों कार्यकर्त्ता विश्व के 150 देशों में कार्यरत हैं। यूनीसेफ बच्चों को अच्छा जीवन शुरू करने के लिए सहायता करता है ताकि वे दीर्घायु हों, आपातकाल में सफल हों और विद्यालय जाने वाले बनें। यूनीसेफ वर्ष 2000 में संयुक्त राष्ट्रों द्वारा निर्धारित किए गए मिलेनियम विकास के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए कार्य करता है। इस दिशा में कुछ महत्त्वपूर्ण कार्य हैं :– छोटे बच्चे का जीवित रहना और विकास कार्यक्रम, बच्चों की मृत्युदर को रोकना, राष्ट्रीय समुदाय आधारित शिक्षा में वित्तीय और तकनीकी सहायता प्रदान करना, स्वास्थ्य देखभाल और पोषण में मध्यस्थता कार्यक्रम। इतना ही नहीं विश्व स्वास्थ्य संगठन (डबल्यू.एच.ओ.) की सहायता से यूनीसेफ स्वच्छता और स्वच्छ पानी की आधारभूत ज़रूरतों को पूरी करने और उनमें सुधार किए जाने के स्थानीय कार्यक्रमों में भी सहायता करता है। मिलेनियम विकास लक्ष्य के कार्यक्रमों में सहायता के लिए यूनीसेफ देशों की सहायता से ऐसे अनेक कार्यक्रमों को पूरा करने में सहायता करता है ताकि सार्वभौमिक प्राथमिक शिक्षा और लिंग समानता प्राप्त की जा सके। इसका अन्य महत्त्वपूर्ण योगदान बच्चों को एच.आई.वी. और एड्स से बचाने का है जो वह अपने हाथ में लेता है ताकि माँ से बच्चे में एच.आई.वी./एड्स का संचरण न हो सके और अनाथों को आश्रय भी प्राप्त हो। इस संघ ने हिंसा, शोषण और यौन उत्पीड़न आदि के वातावरण में रहने वाले बच्चों को बचाने के लिए महत्त्वपूर्ण कार्य किया है। इस तरह अनुसंधान, हिमायत और सहभागिता आदि के द्वारा यूनीसेफ बच्चों के जीवन को बचाने में क्रांतिक भूमिका निभा रहा है।

11.7.3 विश्व स्वास्थ्य संगठन (World Health Organisation) (WHO)

पूर्ण स्वस्थता और स्वास्थ्य सेवाएं प्राप्त करना न केवल मनुष्य की आवश्यकता है परन्तु यह उनका मौलिक अधिकार भी है। बाल अधिकार (सी.आर.सी.) पर संयुक्त राष्ट्र समझौता एक आधारभूत इकाई है जो इन अधिकारों का संरक्षण करती है और उनको प्राप्त करती है। यह बच्चों के कल्याणकारी जीवन, सही निर्वाह स्तर, तथा विश्व में 18 वर्ष से कम आयु के बच्चों पर काम करती है।

सी.आर.सी. को विश्व स्वास्थ्य संगठन (डबल्यू.एच.ओ.) ने अन्तर्राष्ट्रीय रूप से बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य और विकास को विनियमित करने के लिए नामांकित किया है। सम्बद्ध देश और डबल्यू.एच.ओ. के सदस्य बच्चों और किशोरों के अधिकार, आवश्यकता और अनिवार्यताओं के बारे में अध्ययन करते हैं। ये इस बात का भी ध्यान रखते हैं कि सी.आर.सी. का इस्तेमाल विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा कैसे नीति निर्धारण, आयोजनों, मॉनीटरींग और उन कार्यक्रमों के प्रबन्धन करने में किया जा सकता है, जो बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य के लिए किए जाते हैं।

डबल्यू.एच.ओ. अनेक देशों की गतिविधियों को मज़बूत करने में सहायता करता है जो उनके देश में बच्चों के अधिकर के लिए कार्य करते हैं। बच्चे और किशोर का स्वास्थ्य (सी.ए.एच.) भी डबल्यू.एच.ओ. के कार्य का एक भाग है।

क्रियाकलाप 7

बच्चों के अधिकारों के संरक्षण में अन्तर्राष्ट्रीय संगठनों की क्या भूमिका है, इसका अध्ययन करें और इस पर एक विचारोत्तेजक सत्र चलाएं और अपनी रिपोर्ट लिखें।

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 9

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) बच्चों के अधिकार के संरक्षण में अन्तर्राष्ट्रीय संगठनों के योगदान क्या हैं? इस दिशा में उनकी सफलता का मूल्यांकन करें।

....

....

....

....

11.7.4 बाल अधिकार संरक्षण के लिए राष्ट्रीय आयोग (National Commission for Protection of Child Rights) (NCPCR)

बाल सुरक्षा राष्ट्रीय आयोग (एन.सी.पी.सी.आर.) की मार्च 2007 में स्थापना हुई थी। यह बाल अधिकार संरक्षण आयोग के अधीन कार्य करता है जो दिसम्बर 2005 मे संसद का अधिनियम बन गया। इस आयोग का मुख्य प्रयोजन यह सुनिश्चित करना है कि भारत के संविधान में उल्लेखित कानून, नीतियाँ, कार्यक्रम और प्रशासनिक नीतियां सब संविधान में वर्णित बाल अधिकार संरक्षण के पूर्णतः अनुरूप हों।

आयोग राज्य, जिला और अन्य निम्न स्तर के निकायों से प्राप्त अनुक्रियाओं को राष्ट्रीय नीतियों और कार्यक्रमों के साथ जोड़ता है। यह आयोग प्रत्येक बच्चे को समुदायों और उनके घरों में गहराई से शामिल करता है और उन सभी प्रकार के अनुभवों को प्राप्त करके उच्च स्तर के प्राधिकारियों के सामने प्रस्तुत करता है।

इस तरह आयोग राज्य, केन्द्र और बच्चों के कल्याण में छोटे स्थानीय निकायों की गतिविधियों को विनियमित करने में प्रशंसनीय भूमिका अदा करता है। आयोग में एक विशेष इकाई है जो विद्यालय के बच्चों की समस्याओं का समाधान करती है। यह इकाई बच्चों के मानसिक, शारीरिक और भावनात्मक उत्पीड़न के विरूद्ध कार्यवाही करती है। किसी भी प्रकार के दुर्व्यवहार के लिए तालुक/जिला कानून सेवा में इस इकाई द्वारा 48 घंटे के भीतर शिकायत दर्ज करनी होती है।

11.7.5 राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग (National Human Rights Commission) (NHRC)

भारत के राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग की स्थापना मानव अधिकार संरक्षण अध्यादेश के अधीन एक स्वायत्त जन निकाय के रूप में मानव अधिकार के संरक्षण और सम्बद्ध कार्यों को बढ़ावा देने के लिए 12 अक्टूबर 1993 को की गई। इसे मानव अधिकार अधिनियम 1993 द्वारा संवैधानिक आधार दिया गया और यह मानव अधिकारों को बढ़ावा और संरक्षण देने के लिए राष्ट्रीय मानव अधिकार संस्था के रूप में उत्तरदायी है। अधिनियम मानवाधिकार को ''किसी भी व्यक्ति के जीवन, स्वतंत्रता, समानता और सम्मान

से संबंधित अधिकार जिसकी गारंटी संविधान से मिलती है और जो अन्तर्राष्ट्रीय सिद्धान्तों में अन्तर्निहित है के रूप में व्यक्त करता है।''

एन.एच.आर.पी. के मुख्य कार्य :–

- मानव अधिकार के उल्लंघन के बारे में प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से पूछताछ करना।
- मानव अधिकार से संबंधित न्यायालय की कार्यवाही में हस्तक्षेप करना।
- जेल में डाले गए और रखे गए लोगों की निर्वाह स्थितियों में अथवा कुछ अन्य संस्थाएं जो इसी प्रकार के संरक्षण या उपचार में लगी हैं सुधार लाना और उसका अध्ययन करना।
- संविधान के अधीन मानव अधिकार के संरक्षण और उसके क्रियान्वयन की समीक्षा और आकलन करना।
- मानव अधिकार के क्षेत्र में अनुसंधान करना।
- मानव अधिकार शिक्षा के बारे में जागरूकता फैलाना और इसके लिए कार्य करना, तथा समाज की अन्य ऐजेन्सियों और अन्य माध्यमों जैसे प्रकाशन, संगोष्ठियों और संचार माध्यमों के साथ सहकारी रूप में कार्य करना।
- मानव अधिकार के लिए कार्य कर रहे गैर सरकारी संगठनों और अन्य संस्थाओं को प्रोत्साहन और सहायता देना।

क्रियाकलाप – 8

विभिन्न अन्तर्राष्ट्रीय संगठनों की बच्चों के अधिकार संरक्षित करने में भूमिका की समीक्षा कीजिए और अपने विद्यालय के बच्चों के लिए इस विषय पर निबंध प्रतियोगिता आयोजित करें।

....

....

....

....

अपनी प्रगति जाँचें – 10

नोट : (क) नीचे दिए गए स्थान में अपने उत्तर लिखें।

(ख) अपने उत्तरों की तुलना इकाई के अन्त में दिए गए उत्तरों से करें।

1) भारत में 'बाल अधिकार के संरक्षण में' (एन.सी.पी.सी.आर.) राष्ट्रीय आयोग द्वारा किए गए योगदान क्या हैं? वर्तमान भारतीय संदर्भ में इसके महत्त्व का विश्लेषण करें।

....

....

....

....

ignou THE PEOPLE'S UNIVERSITY

11.8 बाल अधिकार संरक्षण में अध्यापक की भूमिका

आप इस बात को जानते हैं कि बच्चे नशीले पदार्थों के दुरुपयोग, यौन उत्पीड़न, हिंसा, उपेक्षा और अन्य तरह के शोषण के शिकार होते रहते हैं। यह विद्यालय के अन्दर और विद्यालय के बाहर के वातावरण में हो सकता है। कभी–कभी घरों में भी उनके अधिकारों का संरक्षण नहीं किया जाता। कक्षा में कई बार विशेष आवश्यकता वाले बच्चे भी मौजूद रहते है। क्या आप अन्य बच्चों के साथ इन बच्चों की आवश्यकताओं को पूरा कर सकते है? आपको ऐसे विकलांग बच्चों की पहचान करनी होगी और यह देखना होगा कि उनका किसी भी प्रकार से शोषण न हो और उनके अधिकारों का संरक्षण सुनिश्चित किया जाए। बच्चों के समुदाय और वातावरण के एक भाग के रूप में अध्यापक को बच्चों के अधिकार को बढ़ावा देना और उनका संरक्षण करना है। उसे मानव अधिकार के रूप में ही बच्चों के अधिकार को समझना चाहिए। जहाँ तक बाल अधिकार के संरक्षण में अध्यापक की भूमिका का प्रश्न है आपको निम्न बातों का ध्यान रखना चाहिए :–

- बच्चे के द्वितीय अभिभावक के रूप में कार्य करें।
- उन बच्चों की जो दुर्व्यवहार, उपेक्षित और विकलांग हैं, की पहचान करें।
- बच्चों के साथ अनौपचारिक चर्चा आयोजित करें ताकि वे अपनी भावनाओं को अभिव्यक्त कर सकें।
- अच्छे श्रोता बनें और घर, विद्यालय और समुदाय से संबंधित उनकी समस्याओं पर चर्चा करें।
- अध्यापक–अभिभावक मीटिंग में बाल अधिकार के मुद्दों की चर्चा करें।
- कक्षा में सकारात्मक दृष्टिकोण रखें न कि शारीरिक दंड देने का दृष्टिकोण, ताकि बच्चे के आत्मसम्मान को बढ़ाया जा सके।
- विभिन्न संदर्भों में जैसे हाशिये पर रहने वाले बच्चे, विकलांग बच्चे, विभिन्न जाति नस्ल, वर्ग, धर्म, रंग के बच्चों के जीवन में रूढ़िवादिता को रोके।
- अपनी कक्षा में सीखने का सुरक्षित वातावरण सृजित करें।
- सम्बद्ध प्राधिकारियों को बाल अधिकार उल्लंघनों की सूचना दें।

11.9 सारांश

इस इकाई में आपने बच्चे की परिभाषा का कानूनी और सामाजिक नीतियों के संदर्भ में अध्ययन किया। तब आपने बच्चों के मूल अधिकारों की जानकारी प्राप्त की जिसमें जीने का अधिकार, विकास का अधिकार, सहभागिता और संरक्षण के अधिकार शामिल हैं। आपने यह भी समझा कि बाल अधिकार बच्चों के मानव अधिकार माने जाते हैं और इसमें विशेष रूप से नाबालिगों को दिए जाने वाले संरक्षण और विशेष देखभाल का ध्यान रखना है। इसके बाद आपने भारत के संदर्भ में बाल अधिकार की समीक्षा की। इस इकाई में शामिल बच्चों की निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा (आर.टी.ई.) अधिनियम का विस्तार से अध्ययन किया। आपने इसमें विभिन्न राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय संगठनों के योगदान और भूमिका का विश्लेषण किया जो बाल अधिकार संरक्षण के लिए कार्य करते हैं। अन्त में आपने बाल अधिकार संरक्षण में अध्यापक की भूमिका का भी अध्ययन किया। भारत की एक तिहाई जनसंख्या बच्चों की है, इसलिए हमें बालश्रम, यौन उत्पीड़न, और अन्य प्रकार के शोषणों से बच्चों को संरक्षण प्रदान करके उनके अधिकारों को सुनिश्चित करना चाहिए।

11.10 इकाई अन्त्य अभ्यास

1) राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय संगठनों द्वारा पारित किए गए प्रमुख बाल अधिकार अधिनियमों का विवरण दें। समाज पर इनके प्रभावों पर प्रकाश डालें और उनके अधिकारों के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए सुझाव दें।

2) बाल अधिकार उल्लंघनों के मामलों को इकट्ठा करें और इन अधिकारों के तहत बच्चों को जिस तरह न्याय मिल सकता है पर चर्चा करें।

3) भारत में बाल अधिकार संरक्षण में राष्ट्रीय संगठनों की भूमिका का विश्लेषण करें। अधिकारों के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए किन क्षेत्रों पर अधिक ध्यान देने की आवश्यकता है? चर्चा करें।

11.11 आप की प्रगति जाँच के उत्तर

1) i) मनुष्य को 14 वर्ष की आयु तक बच्चा समझा जाना चाहिए क्योंकि 14 वर्षों के बाद अथवा माध्यमिक शिक्षा के बाद बच्चा अपने जीवन के बारे में सोचने की स्थिति में होता है और अपने जीवन निर्वाह के लिए कार्य करने को परिपक्व हो जाता है।

2) i) 1) उत्तरजीविता का अधिकार

बच्चे की मूलभूत आवश्यकताओं यथा भोजन, आश्रय और चिकित्सा उपचार का अधिकार

2) विकास का अधिकार

3) सहभागिता का अधिकार

4) संरक्षण का अधिकार

ii) संरक्षण के अधिकार से अर्थ है कि बच्चों को सब प्रकार के बाल दुर्व्यवहारों, बालश्रम, मानसिक और यौन उत्पीड़न जैसी सामाजिक कुरीतियों से बचाना। खंड 11.4 देखें।

3) i) बाल अधिकार मानव अधिकार का भाग है। मानव अधिकार मनुष्य में अन्तर्निहित सार्वभौमिक और अलग न किए जाने वाले हैं। बाल अधिकार समझौते पर उल्लिखित अधिकार और कर्त्तव्य यूनीसेफ के मानव अधिकार के ढांचे का एक भाग है।

ii) अपना उत्तर लिखें।

4) i) अपना उत्तर लिखें।

5) i) बच्चों में अभिभावक द्वारा उनके देखभाल में कमी, गरीबी, विकलांगता, एच.आई.वी./एड्स, भेदभाव, यौन उत्पीड़न और शोषण आदि के कारण असुरक्षा की भावना आती है।(देखे 11.6.1)

6) i) बाल अधिकार समझौते की धारा 32 बालकों के आर्थिक शोषण से संरक्षण प्रदान करने को स्वीकारती है ताकि उनको जोखिम भरे कामों को करने से रोका जा सके और उनको शैक्षिक कामों में लगाया जाए क्योंकि ये जोखिम भरे कार्य स्वास्थ्य के लिए हानिकर हैं और प्रतिकूल रूप में उनके शारीरिक, मानसिक

अथवा सामाजिक विकास को बुरी तरह प्रभावित करते हैं। गरीबी, अभिभावक निरक्षरता, जीवन के प्रारंभिक दिनों से ही पुरखों के कार्य को सीखने का परम्परावादी दृष्टिकोण, समकालीन प्राथमिक शिक्षा के लिए नीति–निर्धारण में सख्ती की कमी, विद्यालयों की अनुपस्थिति आदि बाल श्रम के प्रमुख कारण हैं।

7) i) बाल दुर्व्यवहार में हिंसा, अपचार अथवा किसी व्यक्ति द्वारा बच्चे को अलग कर देने की पीड़ा जिस पर बच्चा विश्वास करता हो या जो बच्चे की देखभाल करने के लिए उत्तरदायी हो, को शामिल किया गया है। यह कई प्रकार का हो सकता है, जैसे शारीरिक अपचार, यौन उत्पीड़न, उपेक्षा और घरेलू हिंसा का शिकार होना।

जब बच्चे को एक वयस्क अथवा किशोर द्वारा यौन गतिविधि के लिए उत्तेजित किया जाता है तो यह यौन उत्पीड़न कहलाता है। मैथुन, रेप, मुख सम्बन्धी यौन संबंध, लैंगिक अंगों को छूना या चूमना, पोर्नोग्राफी तैयार करने में बच्चे का इस्तेमाल करना जैसे फिल्म बनाना या फोटो पत्रिका में प्रदर्शित करना सब यौन उत्पीड़न के अन्तर्गत आता है।

8) i) धारा 2, 4, 9, 11, 13, 14, 19, 24, 25, 28, 32 और 34 आदि सी.आर.सी. 1989 की है। अधिक जानकारी के लिए खंड 11.7.1 देखें।

9) i) डबल्यू.एच.ओ. अन्तर्राष्ट्रीय रूप से बच्चों के स्वास्थ्य और विकास को विनियमित करता है। वह इस संबंध में अध्ययन, आलोचना और मॉनीटरिंग के लिए कार्यक्रम आयोजित करता है। देखें 11.7.3.

10) i) एन.सी.पी.सी.आर. यह सुनिश्चित करता है कि कानून, नीतियाँ, कार्यक्रम और प्रशासनिक नीतियाँ भारत के संविधान में उल्लिखित बाल अधिकार से पूर्णतः सहमत हैं। देखें 11.7.4.

11.12 संदर्भ और उपयोगी सामग्री

अनोश, एम. (2009), डिनायल ऑफ एजूकेशन मोस्ट कॉमन प्रॉबल्म फेस्ड बाई एच.आई.वी. अफेक्टेड चिल्ड्रेन, http://infochangeindia.org से 29 जनवरी 2016 को लिया गया।

बाजपेयी , आशा. (2003). चाइल्ड राइट्स इन इंडियाः लॉ, पॉलिसी, ऐन्ड प्रैक्टिस, दिल्ली ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस।

चाइल्डलाइन फाउन्डेशन इंडिया (एन.डी.) केस ऑफ चाइल्ड ट्रैफिकर्स, http://www.childlineindia.org.in/child-traficking से लिया गया।

चोपड़ा, जी. (2015). चाइल्ड राइट्स इन इंडिया : चैलेंजेज ऐंड ऐक्शन, न्यू दिल्ली : स्प्रिंगर।

दुबे, योगेश ऐन्ड खान, शाइस्ता. (2013). रिपोर्ट ऑन चाइल्ड लेबरर्स रेस्क्यूड इन आगरा ऐंड एफर्ट्स मेड फॉर देयर रिपेट्रिएशन ऐंड रिहेबीलिटेशन http://ncpcr.gov.in से दिसम्बर 2, 2015 को लिया गया।

मकारा कबाहिंदा बियट्रीस. (2012). दि इम्पैक्ट ऑफ डोमेस्टिक वायलेंस ऑन चिल्ड्रेंस राइट् टू सरवाइवलः ए केस स्टडी ऑफ कावेम्पे डिविजन, जिला कम्पाला. http://makir.mak.ac.ug से दिसम्बर 2, 2015 को लिया गया।

मसूदी, अश्वाक्, (2015). 10 अलार्मिंग स्टेटिस्टिक्स ऑन चाइल्ड लेबर इन इंडिया http://www.livemint.com/Politics/ZPALzwgvOLhyMfxWsobcHM/10- alarming-statistics-on-child-labour-in-India.html. से 2 मार्च 2016 को लिया गया।

पिल्लै, माइकेल विमल. (2008). चाइल्ड प्रोटेक्शन : चैलेंजेज ऐंड इनीशिएटिव्स हैदराबादः द आई.सी.एफ.ए.आई. यूनिवर्सिटी प्रेस.

शिवराजा, पद्मिनी. (2012). ओवर 50,000 किड्स फ्राम साउथ तमिलनाडु डिप्लॉयेड ऐज. चाइल्ड. http://makir.mak.ac.ug *labour.http://timesofindia.indiatimes.com* से 15 दिसम्बर 2015 को लिया गया।

मिनिस्ट्री ऑफ वीमेन ऐंड चाइल्ड डेवलपमेंट गवर्नमेंट ऑफ इंडिया (2007) स्टडी ऑन चाइल्ड एब्यूस : इंडिया 2007. http://www.childlineindia.org.in/pdf/MWCD-Child-Abuse-Report.pdf से 2 मार्च 2016 को लिया गया।

वाल्डफोजेल, जे. (1988). द फ्यूचर ऑफ चाइल्ड प्रोटेक्शन : हाउ टू ब्रेक द साइकल ऑफ एब्यूस ऐंड नेगलेक्ट. कैम्ब्रिज : हार्वड यूनिवर्सिटी प्रेस.