

# एक शैक्षिक माहौल में बचपन के आघात और उपचार

शिवानी तनेजा और सविता सोहित

**औ**पचारिक शिक्षा की गुणवत्ता के बारे में आलोचनात्मक चर्चा शिक्षा पद्धति, सामग्री, भाषा और शैक्षणिक विषयों पर रही है। लेकिन जैसे-जैसे हमारे स्कूलों में अलग-अलग पृष्ठभूमियों के बच्चों की संख्या बढ़ रही है, इन पहलुओं के अलावा बच्चों के जीवन की थोड़ी और जाँच करने और उनके हित व कल्याण के पहलुओं को समझने का प्रयास करने से मदद मिलेगी।

यहाँ, हम हमारी संस्था मुस्कान<sup>1</sup> द्वारा कमजोर पृष्ठभूमि के बच्चों के लिए चलाए जा रहे स्कूल के अनुभवों को साझा कर रहे हैं। हमारे सभी बच्चे शहरी गरीब की श्रेणी में आते हैं और बचपन से कमाने के लिए काम कर रहे हैं। इनमें भोपाल शहर और उसके आस-पास रहने वाले विमुक्त आदिवासी समुदायों (DNT)<sup>ii</sup> के भी कई बच्चे हैं।

## बचपन की वास्तविकताएँ

सोहिनी करीब 11 साल की थी जब वह हमारे पास आई थी। माँ के परिवार छोड़कर चले जाने से वह बहुत गुस्सा थी और क्रसम खाई थी कि वह उससे कभी बात नहीं करेगी। वह अपने घर की मरम्मत न करने और हर दिन शराब पीने के लिए अपने पिता से भी नाराज़ थी। जब उसकी बड़ी बहन की कम उम्र में शादी हुई तो वह और भी निराश हो गई। वह बहुत ही होनहार बच्ची थी। उसका अकादमिक प्रदर्शन अच्छा था लेकिन सामाजिक सम्बन्धों के मामले में वह कमजोर थी। अगर वह किसी चीज़ से परेशान होती तो उसे खुश करना असम्भव था।

अमर एक साल से एक हॉस्टल में था जहाँ वार्डन लड़कों का अश्लील वीडियो बनाता था। आखिरकार जब अमर हॉस्टल से भाग गया तब दिहाड़ी पर काम करने वाले उसके माता-पिता ने उसे हॉस्टल से निकाला और हमारे स्कूल में दाखिल कर दिया। यहाँ वह अक्सर दूसरे बच्चों के साथ झगड़े और मारपीट करता था और अगर शिक्षक बीच-बचाव करने की कोशिश करते तो वह शिक्षक को भी मारने लगता।

रोहित के पिता घर में बच्चों की देखभाल करते थे जबकि माँ कबाड़ बीनने जाती थी। शराब की लत की वजह से पिता की मृत्यु हो गई। उस समय रोहित और उसके तीन भाई-बहन 1 से 10 वर्ष के बीच के थे। उसकी दो बहनों ने आत्महत्या कर ली थी। रोहित की लगभग 25 साल की युवा माँ को उसके

ससुराल वाले लगातार ताने मारते थे। रोहित अक्सर घर पर नहीं सोता था और उसके चाचा इस बात पर उसकी पिटाई करते थे। स्कूल में वह अक्सर अपने छोटे भाइयों के साथ मारपीट करता था।

## सामाजिक रूप से कमजोर समूहों में आघात (Trauma)

इन बच्चों के जीवन की कहानियाँ पढ़ते हुए आपको महसूस हो सकता है कि दूसरों की तुलना में ये बच्चे अधिक कठिन परिस्थितियों से आते हैं। लेकिन सच्चाई यह है कि शहरी गरीब, विमुक्त आदिवासी समुदायों, दलित और आदिवासी समुदाय का एक बड़ा हिस्सा पीढ़ी-दर-पीढ़ी दमन और भेदभाव का सामना करता आ रहा है, जिसकी गहरी छाप उनके मानस और कार्यक्षमता पर पड़ी है। उपभोक्तावाद, अभाव, भूमि विस्थापन, ज़बरन बेदखली, शहरी गन्दगी, बेरोज़गारी, हिंसा और मादक द्रव्यों का इन वंचित वर्गों पर जितना प्रभाव पड़ रहा है वैसा पहले कभी नहीं था। यह और भी सच हो सकता कि आहत जीवन जी रहे बच्चों की संख्या हमारी कल्पना से कहीं अधिक हो।

लिंगेसी (Methot, 2019)<sup>iii</sup> पुस्तक में उपनिवेशीकरण के कारण अमरीका के मूल निवासियों पर पड़े दीर्घकालिक प्रभाव की चर्चा की गई है। मेथट पीढ़ी-दर-पीढ़ी चले आ रहे आघात की बात करती हैं। वे विस्तार से बताती हैं कि कैसे उपनिवेशवाद और आवासीय विद्यालयों ने लोगों पर अपनी छाप छोड़ी है और यहाँ तक कि जिन लोगों ने इस आघात को खुद नहीं झेला है, वे भी इसके प्रभाव को सहन करते हैं। डॉ. कोल्क<sup>iv</sup> बचपन के प्रतिकूल अनुभवों और वयस्क जीवन पर उनके लम्बे समय तक प्रभाव के बारे में भी लिखते हैं। 'जीवन के पहले दशक में हुए दर्दनाक अनुभवों का अधिक व्यापक प्रभाव पड़ता है' (किसी एक दर्दनाक घटना की तुलना में, जैसे मृत्यु या हिंसा या जीवन को खतरे में डालने वाली कोई स्थिति) क्योंकि यह बच्चे के दुनिया को देखने-समझने के ढाँचे को पूरी तरह से प्रभावित करता है।

मूल निवासी समुदायों और काले समूहों पर खासतौर से अन्दरूनी परिप्रेक्ष्य से किए गए अनुसन्धान और लेखन हमें उन बच्चों की मानसिक बनावट के बारे में अन्तर्दृष्टि प्रदान

करते हैं, जिनको विशेषाधिकार प्राप्त दुनिया में अब तक केवल 'ज़िद्दी' कहा जाता रहा है और जिनके माता-पिता की 'ग़रीबी, निरक्षरता, अज्ञानता और चिन्ता की कमी' के आधार पर उनकी नकारात्मक छवि बनाई जाती है। छत्तीसगढ़ के 200 स्कूलों में 2013 के एक अध्ययन में सामने आया कि लगभग 40 प्रतिशत शिक्षकों का बच्चों को शिक्षित कर पाने के बारे में नकारात्मक विचार था, जबकि केवल लगभग 13 प्रतिशत का ही विचार इस मामले में सकारात्मक था।<sup>17</sup>

जब ये बच्चे हमारे स्कूलों में प्रवेश करते हैं, तो उनको दोषी ठहराने या उन जैसों को 'सभ्य' बनाने की मानसिकता की बजाय हमें 'आघात के नज़रिए' या 'ट्रॉमा लेंस' की आवश्यकता होती है। जब हम उनके बचपन पर नज़र डालते हैं तो यह देखने के लिए मजबूर हो जाते हैं कि ये बच्चे जन्म से (या यहाँ तक कि जन्म से पहले भी) किस तरह की स्थितियों से गुज़र रहे हैं।

मूलभूत आवश्यकताओं को केवल भोजन और आश्रय तक ही सीमित नहीं किया जा सकता। इसमें स्नेह और सम्मान भी शामिल होना चाहिए। इनकी अनुपस्थिति में मादक द्रव्यों का सेवन, लापरवाही और आत्महत्या के प्रयास परिस्थितियों का सामना करने के उनके तरीकों का हिस्सा बन जाते हैं। जैसे-जैसे बच्चे बड़े होते हैं, दुनिया का सामना करने के उनके माता-पिता के तरीकों से वे कभी-कभी इन वास्तविकताओं को प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से अनुभव करते हैं। भेदभाव, दुर्व्यवहार और दुनिया से अलगाव हमारे देश में दलित, विमुक्त आदिवासी समुदायों या आदिवासी बच्चों के लिए सामान्य परिपाटी है।

### पीढ़ी-दर-पीढ़ी चलने वाला आघात

विमुक्त जनजातियों के लिए यह बदनामी उनके 'ठग' होने की औपनिवेशिक अवधारणा से शुरू हुई लेकिन दलित समुदायों के लिए तो यह हिन्दू वर्ण व्यवस्था का अभिशाप है। जितना अधिक इन समुदायों ने समाज और राज्य के विशेषाधिकार प्राप्त वर्गों के साथ अन्तःक्रिया की है, उतना ही अधिक उन्हें अपमान और अलगाव सहन करने के लिए मजबूर किया गया है। आपराधिक जनजाति अधिनियम 1871 ने राज्य को 'आपराधिक जनजातियों' के बच्चों के सुधार के लिए उन्हें (परिवार से) अलग करने की अनुमति दी। हमारे देश में बाल संरक्षण तंत्र का हिस्सा बनने वाले अधिकाधिक बच्चे ऐसे कमज़ोर परिवारों से ही आते हैं। इन सामाजिक समूहों के अलगाव और पहलकदमी (एजेंसी) से वंचित करने की अनादि काल से चली आ रही परिपाटी को स्वतंत्रता के बाद के भारत में भी ठीक नहीं किया गया है। चाहे दुकान हो, स्कूल हो, पुलिस थाना हो, अस्पताल हो या कोई सरकारी दफ़्तर, उन्हें इस तरह दुत्कारा जाता है जैसे वे इन्सान ही न हों।

हमारे लिए यह समझना कठिन नहीं होगा कि किसी व्यक्ति की मानसिक स्थिति पर इसका क्या प्रभाव पड़ेगा जब उसे नियमित रूप से अपमानित किया जा रहा हो। आपका जीवन पर नियंत्रण नहीं है क्योंकि कोई भी आपको परेशान कर सकता है, आपको हिरासत में ले सकता है या आपको आपके घर से निकाल सकता है। बाहरी स्रोत से होने वाले इस तरह के दमन का मुक़ाबला करने का कोई तरीका नहीं है क्योंकि यह कहीं अधिक शक्तिशाली है। इस तरह यह दमन बढ़ता ही जाता है और उन लोगों को शिकार बनाता है जिन्हें आप वास्तव में प्यार करते हैं, क्योंकि वे ही आपसे कमज़ोर व असुरक्षित हैं।

दृढ़ता या टिके रहने की ताक़त हीलिंग या उपचार से अलग है। समुदायों में टिके रहने की ताक़त होती है। बच्चों की मदद और सुरक्षा के लिए व्यापक प्रयास किए जाते हैं। माता-पिता की ग़ैर-हाज़िरी में दूसरे लोग बच्चे को खाना खिलाएँगे; अगर बारिश में किसी का घर टपक रहा है तो वह पड़ोसी के घर में सोएँगे। लेकिन लोगों के घाव भर नहीं पाए हैं। वे अपने घाव साथ लिए चलते हैं और ये पीढ़ी-दर-पीढ़ी आगे बढ़ते रहते हैं। यह तब तक चलता रहेगा जब तक कि इस पीढ़ी-दर-पीढ़ी चलने वाले सदमे को रोकने के लिए सचेत हस्तक्षेप न किया जाए।

### उपचार (Healing) पर विचार

उपचार (यह चिकित्सकीय उपचार से अलग है। हीलिंग एक दीर्घकालिक मनोवैज्ञानिक प्रक्रिया के ज़्यादा करीब है) शुरू करने के लिए, हमें पहले खुद को प्रशिक्षित करने की ज़रूरत है ताकि हम प्रत्येक बच्चे को उसकी विशिष्टता में देख सकें, न कि उन श्रेणियों में जिसमें समाज ने उसे वर्गीकृत किया है। चीज़ों को समझने के लिए हमें पूरी परिस्थिति को जानने की आवश्यकता होती है, लेकिन हमारी कक्षाओं में उपचार तो हर एक बच्चे के स्तर पर होना होगा। उपचार के कुछ उपायों को, जिनसे हमें लगा हमारे बच्चों को मदद मिली है, हमने यहाँ समेकित किया है, हालाँकि यह हमेशा पर्याप्त नहीं होता है।

#### बच्चों को प्यार महसूस करने की ज़रूरत है

बच्चों को यह जानने की ज़रूरत है कि वे वांछित और महत्वपूर्ण हैं। जब लोग उनसे बात करते हैं और उन्हें सुनते हैं, तो वे स्वीकृत और आश्वस्त महसूस करते हैं। कोई उनकी परवाह करता है इस एहसास से वे सुरक्षित महसूस करते हैं। इसके लिए बच्चे से कक्षा, गलियारे या किसी अन्य स्थान पर मिलने के मौक़े निकाले जा सकते हैं। महज़ यह पूछ लेना कि उसने भोजन किया या नहीं या फिर उसे ठण्ड तो नहीं लग रही, उस बच्चे के लिए बहुत मायने रखता है जिसे यह ध्यान उसके परिवार के सदस्यों से नहीं मिलता, जो अपनी बुनियादी ज़रूरतों को पूरा करने की कोशिश के बोझ से बेहद दबे हुए होते हैं।

## दर्द महसूस करना ठीक है

एक ही समय बहुत सारी चीजों को सम्भालने की जद्दोजहद में कभी-कभी हम अपनी भावनाओं को बन्द कर देते हैं। इसका मतलब यह नहीं है कि हम महसूस करना बन्द कर देते हैं, बल्कि भावनाओं को नज़रअन्दाज़ करके और दबाकर हम उन पर प्रतिक्रिया देना बन्द कर देते हैं। इसलिए जब कोई नकारात्मक भावना बाहर आती है, वह आवश्यकता से अधिक तीव्र हो सकती है। यह भी सम्भव है कि वह किसी अन्य घटना की प्रतिक्रिया हो। उदाहरण के लिए, स्कूल में कोहनी टकराने जैसी मामूली-सी बात पर हाथापाई हो सकती है। एक सुरक्षित और भरोसेमन्द वातावरण में कुछ बच्चे इस तरह अपनी रक्षा करने की प्रवृत्ति से बाहर निकल पाते हैं, लेकिन कुछ बच्चों के लिए खुद को बचाने के लिए दूसरे पर हावी होने का तरीका ज़रूरी होता है। उम्र बढ़ने के साथ या किसी घटना के लम्बे समय बाद बच्चे यह पहचानने में सक्षम हो पाते हैं कि वे उत्तेजित हो जाते हैं। जब एक सुरक्षित माहौल बनाया जाता है तो अधिकांश बच्चे अपनी भावनाओं के बारे में बात कर पाते हैं। कुछ बच्चों के लिए सुरक्षित माहौल एक सामूहिक सत्र हो सकता है और दूसरों के लिए यह किसी से अकेले में बातचीत करना हो सकता है।

लेखन, कला और शारीरिक गतिविधियों से अभिव्यक्ति से इस तरह का उपचार सम्भव है। जब बच्चे दर्द से जूझने में सक्षम हो जाते हैं तो वे अपनी कई भावनाओं या अनुभवों को छोड़ना सीखते हैं। जीवन में भविष्य के विकल्प तब एक नई जगह पर बनाए जाते हैं न कि दबी हुई भावनाओं के आधार पर।

### मैं प्रभावित और नियंत्रित कर सकती/सकता हूँ

स्कूल में हम सोच-समझकर बच्चों की एजेंसी (पहलकदमी व स्वायत्तता) को बनाने और मज़बूत करने की कोशिश करते हैं। हम यह सुनिश्चित करना पसन्द करते हैं कि कई मामलों में बच्चों को अपनी बात कहने का अधिकार रहे; उन्हें यह चुनने की पूरी आज़ादी है कि वे क्या खाते हैं, कैसे कपड़े पहनते हैं, वे कौन-सी भाषाएँ बोलते हैं, क्या लिखते हैं या चित्र बनाते हैं और हमारे बारे में क्या प्रतिक्रिया देते हैं।

यह भागीदारी बच्चों को नियंत्रण और आत्मविश्वास की भावना देती है। वे समझते हैं कि बिना किसी भय के जीना क्या है और यह जीवन का 'सामान्य' तरीका होना चाहिए। चाहे घर हो या बाहर आमतौर पर अस्थिर माहौल में रहने वाले बच्चों को केवल उनकी जाति के आधार पर निशाना बनाया जाता है। इसलिए उनका शरीर और दिमाग अक्सर 'भागने' या 'लड़ने' की अवस्था में होता है। लेकिन वे जो महसूस कर रहे हैं उसे स्वीकार करते हुए जैसे-जैसे हम उनकी एजेंसी पर काम करते हैं, वे अपनी जगह पर अपना इख्तियार जताना सीखते

हैं। उदाहरण के लिए, जब एक किशोर ने 'कंजर' समुदाय के बच्चों के एक समूह को उनके समुदाय के नाम से गाली दी तो इन बच्चों को खतरा महसूस हुआ और वे स्कूल छोड़ने की सोचने लगे। फिर एक चर्चा हुई जिसमें विद्यार्थियों ने एक-दूसरे से आमने-सामने बात की, यह देखते हुए कि एक व्यक्ति की टिप्पणियों का दूसरों पर क्या प्रभाव पड़ा। उन्होंने यह स्वीकारा कि दुनिया ने हम सभी को एक-दूसरे के प्रति थोड़ा अधिक क्रूर बना दिया है और यह देखने की ज़रूरत है कि एक-दूसरे को क्षमा करने की कोई गुंजाइश है या नहीं।

### मैं दूसरों के साथ कैसा व्यवहार कर रहा हूँ?

कभी-कभी लोग यह देखने में असमर्थ होते हैं कि उनका व्यवहार किसी दूसरे को ख़ास तरीके से कार्य करने के लिए प्रभावित कर रहा है। जब मैं अपने सहपाठी को अपमानजनक या आपत्तिजनक नाम से बुलाता हूँ, तो उसे कैसा लगता है? जब कोई आपसे अपनी कहानी साझा करने के लिए कहता है तो आपको कैसा महसूस होता है? मैं कैसे दिखा सकता हूँ कि मुझे उसकी परवाह है? मेरा स्वर कैसा है, क्या यह सम्मानजनक है? इस तरह की बातचीत और चिन्तन के माध्यम से किशोरों और बच्चों को उनके व्यवहार के प्रभाव को समझने में मदद करने की आवश्यकता है। सुनने, समझने, व्यक्त करने, क्षमा माँगने और रिश्तों में आगे बढ़ने के लिए हमारे संघर्षों को सुलझाने और भावनाओं के जाल को सम्भालने के आवश्यक कौशल विकसित करने की ज़रूरत है। हमारे व्यवहार से हुए नुकसान को नज़रअन्दाज़ करना हमारा स्वभाव नहीं बनना चाहिए।

बाहर से आने वाली नकारात्मकता से जूझने के लिए प्रत्येक व्यक्ति के अन्दर एक स्तर की प्रतिरोधक क्षमता या एक तरह की कठोरता निर्मित होती है, लेकिन यह केवल खुद को बचाने का तरीका है। क्रोध की अभिव्यक्ति और क्रोध या आक्रोश को सम्भालना, इन भावनाओं के पीछे के कारणों को समझना, दूसरे को और खुद को अभिव्यक्त करने का मौका देना। यह आवश्यक है कि ये सब हमारे सचेत संवादों और हमारी जगहों पर किए जाने वाले कार्यों का हिस्सा बनें।

### एक-दूसरे से संवाद करना

हम बच्चों को खुद को अभिव्यक्त करने के लिए बहुत सारे अवसर बनाते हैं। बहुत कम ही ऐसा होता है कि कोई बच्चा खुलकर न बोल पाता हो। अपने विचार साझा करते हुए बच्चे धीरे-धीरे दुनिया पर भरोसा करना सीखते हैं। भूख के अनुभवों को सुनकर पूरी कक्षा ठहर-सी जाती है और समूह के बच्चे एक-दूसरे से जुड़ाव महसूस कर पाते हैं। मृत्यु पर बातचीत बच्चों को अपनी अनसुलझी भावनाओं को साझा करने में सक्षम बनाती है। बच्चे अक्सर इन चीजों के बारे में बात करना चाहते हैं, लेकिन उन्हें कोई वयस्क नहीं मिल पाता है जिससे

वे बात कर सकें। इसलिए, हम अपनी कई पाठ योजनाओं में बातचीत को शामिल करते हैं।

### आप अपनी गलती से ज्यादा महत्वपूर्ण हैं

बच्चों को अक्सर उन कार्यों के लिए दोषी ठहराया जाता है जो उनके नियंत्रण में नहीं होते हैं या वे नहीं जानते कि उस कार्य को कैसे ठीक किया जाए। बार-बार इसका अनुभव करने के बाद बच्चे उन स्थितियों से बचने लगते हैं जहाँ उन्हें लगता है कि वे किसी भी तरह के सन्देह के दायरे में आ सकते हैं।

हम अपने कार्यों की जिम्मेदारी लेना तब शुरू करते हैं जब हम जानते हैं कि हमें दण्डित नहीं किया जाएगा कि हम 'बुरे' नहीं हैं; कि लड़खड़ाना, झिझकना, नहीं जानना ठीक है। यह एक अलग तरह की मदद है जिसकी बच्चों को आवश्यकता होती है। किसी समस्या को साझा करना और मदद माँगना जीवन का एक ज़रूरी कौशल है। जैसे-जैसे हम जीवन का सामना करने के रचनात्मक तरीके सीखते हैं, वैसे-वैसे सम्भव है कि खराब अंकों या किसी अज्ञात के डर से बच्चों या युवाओं के घबराने की कहानियाँ भी कम होने लगे।

### दोस्त और समूह कार्य

कड़्यों के लिए स्कूल ऐसे स्थान होते हैं जहाँ बच्चे अपने परिवार के बाहर के लोगों के साथ अन्तःक्रिया करते हैं। लेकिन वास्तव में सामाजिक पदानुक्रम यहाँ भी काम करते हैं। इन हाशियाकृत समूहों से आने वाले बच्चों में अन्य बच्चों के साथ घुलने-मिलने में बहुत झिझक होती है। साथ ही किसी के क्रोध से बचने के लिए स्वयं को अदृश्य बनाना एक सीखा हुआ व्यवहार भी होता है।

वयस्कों के रूप में, हमें सचेत रूप से मित्रता और मिल-जुलकर किए जाने वाले कार्य को प्रोत्साहित करने की आवश्यकता हो सकती है, जिससे उन्हें यह समझने में मदद मिले कि शक्ति संरचनाओं के परे जाकर दूसरों के साथ कैसे कार्य किया जा सकता है। मिल-जुलकर एक बड़ा जिगसाँ पजल बनाना, खेतीबाड़ी करना और साधारण-सा चार्ट तैयार करना ऐसी ही कुछ गतिविधियाँ हैं।

जब घर में चीज़ें ठीक नहीं चल रही होती हैं तब दोस्ती एक सम्बल देती है। जैसे-जैसे बच्चे अपने स्कूल में सहज महसूस करने लगते हैं, वे अक्सर अनजाने में ही अपने फ़ैसलों में मदद और एकजुटता के लिए अपने साथियों की तरफ़ देखते हैं। उदाहरण के लिए, प्रतिदिन विद्यालय आऊँ या नहीं जैसा निर्णय भी साथियों की राय से प्रभावित होता है। ऐसा कम ही होता है कि बच्चों के अपने सीमित दायरे में ऐसे रोल मॉडल या ऐसे लोग मिलें जो उन्हें अपने सपनों और आकांक्षाओं पर विश्वास करने के लिए प्रोत्साहित करें।

### शारीरिक स्पर्श महत्वपूर्ण है

गले लगाना या चलते समय हाथ पकड़ना हमारे स्कूलों में एक सहज व्यवहार की तरह होना चाहिए। बेशक वयस्कों को पता होना चाहिए कि बच्चे को स्पर्श करना स्नेह दर्शाने का तरीका है (उसी तरह जैसे परिवार का कोई सदस्य ऐसा करता है) और वे कोई अनुचित व्यवहार नहीं कर रहे हैं और बच्चे को मना करने की छूट है। बच्चों की निजता और सुरक्षा सम्बन्धी चिन्ताओं के प्रति सचेत रहते हुए यह समझना ज़रूरी है कि मानवीय स्पर्श कई तरह से सुकून देता है। खासकर ऐसी स्थिति में जब किशोर/ बच्चे को परिवार में उपेक्षित किया जाता है। लेखक को अपनी बेटी की इस टिप्पणी से बड़ा आश्चर्य हुआ जब एक दिन स्कूल से घर आकर उसने खुशी-खुशी बताया कि उसकी शिक्षिका ने 'मुझसे बात करते हुए मेरा सिर थपथपाया'।

स्पर्श की सहजता आसानी से पूरी कक्षा तक विस्तृत की जा सकती है। चर्चा और साझा करने के दौरान या सर्कल टाइम के दौरान, बच्चों को एक-दूसरे का हाथ पकड़ने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है जो उन्हें एक-दूसरे के साथ संगति का एहसास देता है। वे दूसरों के साथ समानुभूति रखना, सहायता करना और दूसरे के कठिन क्षणों पर नहीं हँसना सीखते हैं।

### स्वयं से जुड़ना

बच्चों को ध्यान के अभ्यास करवाए जा सकते हैं जिसमें वे अपनी आँखें बन्द करके अपने शरीर के विभिन्न अंगों को महसूस करते हैं। वे दिल पर हाथ रखकर अपने दिल की धड़कन को महसूस करते हैं। इससे उन्हें अपने आप से जुड़ने में मदद मिलती है। कुछ बच्चों को अपनी आँखें बन्द करने या अपने साथ रहने में कठिनाई होती है। एक बच्ची ने बताया कि कबाड़ बीनने के दौरान उसने अपना हाथ एक पाइप में डाल दिया जिसमें एक सड़ा हुआ जानवर था। उसकी बदबू उसके हाथों से अब तक नहीं गई है। यह बताते हुए उसने अपना हाथ दूर करते हुए अपनी नाक सिकोड़ ली। यह सम्भावना कम ही है कि उसने इस अनुभव को पहले किसी के साथ साझा किया हो।

### सारांश

एक शिक्षक को इस बात का एहसास होना चाहिए कि बच्चों के हित और भलाई किस चीज़ से प्रभावित हो रही है; बच्ची की रोजमर्रा की जिन्दगी कैसी है : क्या हिंसा होती है, भूख लगने पर बच्ची क्या करती है, बच्ची क्या देख और सुन रही है? उपचार तत्काल नहीं होता है क्योंकि क्षति कई स्तरों पर हुई है और हमें बच्चे के साथ रहने की आवश्यकता है जब तक वह अपने आन्तरिक स्व को नहीं जान पाता/ पाती। 'अकेले काम करना' टीम वर्क जितना ही महत्वपूर्ण है। जो कौशल हमें

उपलब्ध हैं उनके आधार पर, हमें बच्चे को कला, शारीरिक गति, नृत्य, संगीत और खेल से जुड़ी कई गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करने की ज़रूरत है। जीवन जितना अधिक भरा-पूरा जिया जाता है, उतनी ही अधिक सम्भावना होती है कि वह आन्तरिक सन्तुलन पा सके।

एक देश के रूप में, हमने अपने सबसे हाशिए पर रहने वाले समुदायों के बच्चों को निराश किया है। जबकि हमें अपनी

कक्षाओं में इस क्षति को भरने की आवश्यकता है, वहीं राज्य को भी यह पहचानने की ज़रूरत है कि भेदभाव और नियोजित हमले लोगों को अलग-थलग करते हैं। राज्य की यह भी जिम्मेदारी है कि वह असमान नागरिकता को खत्म करके क्षतिपूर्ति और न्याय की ओर बढ़े।

\*बच्चों की पहचान सुरक्षित रखने के लिए नाम बदल दिए गए हैं।

#### Endnotes

- i Muskaan is a non-profit, non-governmental organisation working with marginalised communities living in the bastis in Bhopal, Madhya Pradesh.
- ii The British Government had listed over 150 communities under the Criminal Tribes Act which allowed the administration to forcefully 'settle' members of these communities into camps from where they could be called upon as bonded labour, and to separate children from their parents. It was considered that everyone born in the community would be deemed criminal and could be treated with suspicion. After the repeal of this Act in 1952, the communities henceforth have been referred to as 'denotified'.
- iii Methot, Suzanne (2019) Legacy: Trauma, Story and Indigenous Healing. ECW Press, Canada.
- iv Bessel van der Kolk (2014) The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. Viking.
- v Padma M. Sarangapani and Archana Mehendale (2013) Multi-grade Multi-level (MGML) Programme in Chhattisgarh: An Evaluation. Tata Institute of Social Sciences.



शिवानी तनेजा पिछले 25 वर्षों से भोपाल और उसके आस-पास विमुक्त आदिवासी पृष्ठभूमि और गरीब समुदायों के लोगों के बीच काम कर रही हैं। उनका मानना है कि शिक्षा को एक अलग-थलग शैक्षणिक घटना की तरह नहीं देखा जा सकता और बतौर शिक्षाविद, हमें बच्चे के हित व कल्याण और सशक्तिकरण को उनकी शैक्षिक यात्रा के कोर के रूप में देखने की आवश्यकता है। यह उनकी चिन्ताओं और कार्य प्राथमिकताओं में परिलक्षित होता है, जैसे कठिन परिस्थितियों में गुजरने वाले बचपन के बीच बच्चों की सामूहिक एजेंसी, मानसिक स्वास्थ्य और सामाजिक न्याय के लिए पहल करना। खुद को दिल से एक शिक्षिका मानने वाली शिवानी मुस्कान में हर दिन एक कक्षा का हिस्सा बनकर उसका आनन्द लेती हैं और शैक्षणिक हस्तक्षेपों के प्रति विद्यार्थियों की प्रतिक्रियाओं का अवलोकन करते हुए उनसे सीखती हैं। उनसे [shivani@muskaan.org](mailto:shivani@muskaan.org) पर सम्पर्क किया जा सकता है।



सविता सोहित पिछले 15 सालों से मुस्कान में काम कर रही हैं। उन्हें प्राथमिक कक्षाओं में बच्चों के साथ काम करने और सीखने में आनन्द आता है। उन्होंने अपनी शिक्षण विधियों में बहु-भाषी शिक्षा पद्धति को अपनाया है। वह समुदायों में युवाओं और वयस्कों के साथ भी काम करती हैं और सम्मान और सामाजिक न्याय के लिए उनके संघर्ष में उनका समर्थन करती हैं। उनसे [savita.sohit@rediffmail.com](mailto:savita.sohit@rediffmail.com) पर सम्पर्क किया जा सकता है।

अनुवाद : अनु गुप्ता पुनरीक्षण : लोकेश मालती प्रकाश कॉपी एडिटर : अनुज उपाध्याय