# बच्चे सीखना खेल के माध्यम से सीखते हैं

दिव्या बी ए

सहाना सोमवार को मेरी कक्षा में आई और अपने दोस्तों को बुलाया। वह अपने सहपाठियों के साथ एक नया खेल खेलना चाहती थी। वह इस बात को लेकर बहुत उत्साहित थी। बीते सप्ताह के अन्त में जब वह अपने पसन्दीदा रेस्टोरेन्ट में गई थी, तब उसे यह विचार आया। सहाना ने अपने साथियों को इस योजना के बारे में बताया। सभी ने उन उपयुक्त वस्तुओं की तलाश शुरू कर दी जो एक रेस्टोरेन्ट स्थापित करने के लिए आवश्यक थीं। लकड़ी के लट्ठे स्टूल बन गए, तख़्तों को मेज़ बना लिया गया, खेलने की रसोई रेस्टोरेन्ट के काम करने की जगह में बदल गई और नन्ही शेफ ने दुपट्टे का उपयोग करके अपनी टोपी बना ली। शेफ ने अपने मेहमानों से पूछा कि वे क्या खाना पसन्द करेंगे। बेबी (यानी गुड़िया) के लिए एक प्लेट *इडली* और *स्पेगेटी* का ऑर्डर दिया गया। नन्ही शेफ मुस्कुराई और पेस्टो स्पेगेटी बनाने के लिए उसने कुछ रंगीन धागों का इस्तेमाल किया और लकड़ी के कोस्टर इडली बन गए। बच्चों को इस खेल में बहुत मज़ा आया; यह उनके लिए सीखने का एक शानदार अनुभव भी था।

**खेलों का महत्त्व**

यदि रचनात्मक, अबाध और कल्पनाशील अर्थ में देखा जाए तो बच्चों के खेल अब गम्भीर रूप से ख़तरे में हैं। क्योंकि आजकल शुरुआत से ही बौद्धिकता या अकादमिक कार्यों पर ज़्यादा ध्यान दिया जाता है। पारम्परिक कक्षाओं में बच्चे अकादमिक कार्यों और रट कर सीखने के बोझ तले दब जाते हैं। वे कक्षा के वातावरण तक सीमित होकर रह जाते हैं, जिसमें उन्हें पढ़ने, लिखने और ऐसी गतिविधियों में संलग्न होने के लिए मजबूर किया जाता है, जिसके लिए वे तैयार नहीं होते और जो उनकी उम्र के लिहाज़ से उपयुक्त भी नहीं होतीं। यह बातें उन्हें निराश, थका हुआ और उदासीन बना देतीं हैं, परिणामस्वरूप, कई बार, उनकी दबी हुई ऊर्जा और भावनाएँ फूटकर बाहर निकलती हैं और कभी-कभी तो उन पर 'अतिसक्रियता' या 'ध्यानाभाव' का ठप्पा लगा दिया जाता है। दूसरी ओर, जो बच्चे खेल के माध्यम से सीखते हैं और असंरचित खेल सामग्री का उपयोग करते हैं, वे बहुत सारे रचनात्मक विचार प्रदर्शित करते हैं। वे एक ही प्रकार की *ओपन-एंडेड* खेल सामग्री के साथ खेलने से ऊबते नहीं हैं और अपनी सरलता और मौलिकता को व्यक्त करने के लिए विभिन्न तरीक़ों से इसका उपयोग कर लेते हैं। वे तब भी सहज होते हैं जब उनका मन खेल में नहीं लगा होता है, वे शान्त रहते हैं और अपने आप में सन्तुष्ट रहते हैं। वे अपने आप में व्यस्त रहने वाले, आत्मप्रेरित, आत्मविश्वासी, रचनात्मक, शान्त, स्पष्ट अभिव्यक्ति करने वाले और बेहतर ध्यान देने वाले होते हैं।

प्राथमिक विद्यालय के बच्चे (6-11 वर्ष) के लिए, कल्पना करना सीखने का उतना ही महत्त्वपूर्ण माध्यम है जितना कि प्री-स्कूल के बच्चे के लिए कोई काल्पनिक खेल। कल्पना और कहानी कहने की कला के माध्यम से किसी भी विषय को पढ़ाया जा सकता है और किंडरगार्टन (2-6 वर्ष) के बच्चों को सीखना मनमोहक लगने लगता है। कल्पना के बिना, सीखना अनुभवात्मक नहीं होता और इसे आत्मसात नहीं किया जा सकता है। यदि किसी बच्चे को पहली कक्षा में प्रवेश दिलाने से पहले, किंडरगार्टन के वर्षों के दौरान, काल्पनिक खेल में शामिल होने दिया जाए और उसकी कल्पना को पोषित किया जाए तो वह सीखने के लिए तैयार होता है। कुछ बच्चों को सीखने में कठिनाइयाँ हो सकती हैं लेकिन उनमें सीखने और कठिनाइयों पर काबू पाने के लिए बहुत उत्साह होता है।

दशकों तक हुए शोध इस बात का समर्थन करते हैं कि बच्चों के स्वस्थ विकास में रचनात्मक खेल का बहुत महत्त्व है। जर्मनी में 1970 के दशक में एक अध्ययन ऐसे समय में किया गया था जब कई किंडरगार्टन स्कूलों का वातावरण खेल-उन्मुख की बजाय अकादमिक किया जा रहा था। अध्ययन में 50 किंडरगार्टन में दो समूहों की तुलना की गई- एक, जिसमें बच्चे अधिक खेल खेलते थे और दूसरा, एक नियंत्रित समूह, जिसमें बच्चों ने शुरुआती अकादमिक कार्यों पर ध्यान केन्द्रित किया।

इन बच्चों का अवलोकन चौथी कक्षा तक किया गया और उस पड़ाव पर, खेल-उन्मुख किंडरगार्टन के बच्चों ने शारीरिक, भावनात्मक, सामाजिक और बौद्धिक विकास के हर क्षेत्र में पारम्परिक स्कूलों के अपने साथियों से बेहतर प्रदर्शन किया। निम्न-आय वाले परिवारों के बच्चों के परिणाम विशेष रूप से आश्चर्यजनक थे, जिन्हें खेल-उन्मुख दृष्टिकोण से स्पष्ट रूप से लाभ हुआ था। कुल मिलाकर ये परिणाम इतने दमदार थे कि जर्मनी ने अपने सभी किंडरगार्टन को वापस खेल-उन्मुख बना दिया।[i] वर्तमान में भी वे इसी तरीक़े का अनुसरण कर रहे हैं, ठीक फ़िनलैंड के स्कूलों की तरह, जो हाल में वैकल्पिक शिक्षा के क्षेत्र में बहुत लोकप्रिय हो गए हैं।

### वाल्डोर्फ़ तकनीक

वाल्डोर्फ़ तकनीक एक ऑस्ट्रियाई दार्शनिक और दूरदर्शी रुडोल्फ स्टेनर द्वारा सौ साल पहले यूरोप में विकसित हुआ एक स्वतंत्र स्कूल आन्दोलन था। सीखने की इस प्रक्रिया में मूलतः तीन आयाम हैं जिसमें चिन्तन, अनुभूति और करना है। प्रत्येक बच्चे के लिए जिस पद्धति का प्रयोग किया जाता है, उसमें अकादमिक कार्य, कला और व्यवहारिक कौशल समाहित होते हैं।[ii] वाल्डोर्फ़ शिक्षाशास्त्र शुरुआती वर्षों में सीखने के लिए खेल पर ध्यान देकर बचपन को सुरक्षित रखने में मदद करता है।

हमने अपने *तुलसी वाल्डोर्फ़ किंडरगार्टन* में घर के वातावरण को ही बनाए रखा है। इसमें ऐसी गतिविधियों को शामिल किया है जिन्हें बच्चा अपने घर में अनुभव करता है। यहाँ बच्चे रोज़मर्रा की वस्तुओं से जुड़ते हैं, जैसे खेल-खेल वाली रसोई, हाथ से बनी गुड़िया, कंकड़, पेड़ों की फलियाँ, दुपट्टे, स्कार्फ़, टोकरियाँ, तम्बू और अन्य *ओपन-एंडेड* खेल सामग्रियाँ। इन खिलौनों के साथ खेलकर बच्चे को कोई विशिष्ट लक्ष्य प्राप्त नहीं करना होता है। औपचारिक शिक्षा पर जोर दिए बिना *खाना-खेलना-सोना-दोहराना* वाले तरीक़े पर ध्यान दिया जाता है। ऐसी तकनीक के माध्यम से सीखने का बहुत विस्तार हो सकता है।

### विभिन्न उम्र के बच्चों में खेल का प्रभाव

इसके सही महत्त्व को स्पष्ट रूप से समझने के लिए, आइए देखें कि 2-6 साल की उम्र में खेल कैसे आगे बढ़ता है। पूरी दुनिया में बच्चों के खेलने का तरीक़ा एक जैसा ही होता है, भले ही उनकी संस्कृति और भाषा कोई भी हो। वे खेल की सामान्य भाषा में ही बोलते हैं।

*दो से तीन साल के बच्चे : समानान्तर खेल और कल्पना*

दो से तीन साल की उम्र में बच्चा बुनियादी क्रियाओं जैसे चढ़ना, कूदना और ऐसी ही अन्य गतिविधियों में रुचि रखता है जो सन्तुलन और स्थानिक अभिविन्यास (जिसे प्रघाण बोध भी कहा जाता है) में मदद करती हैं। ये गतिविधियाँ बच्चों के लिए रोमांचक होती हैं और वे फ़र्नीचर और खिड़कियों जैसी सामान्य चीज़ों पर चढ़ना पसन्द करते हैं, क्योंकि वे जिज्ञासु होते हैं और अपने आसपास की दुनिया का पता लगाना चाहते हैं।

तीन साल के बच्चे आमतौर पर समानान्तर खेल में संलग्न होते हैं, जिसका अर्थ है कि वे अपने आप ही खेलते रहते हैं, लेकिन उन्हीं वस्तुओं के साथ खेलकर नक़ल करना पसन्द करते हैं जिनसे उनके साथी खेलते हैं। वे स्वाभाविक रूप से सामाजिक क्रियाओं में भाग नहीं लेते या एक साथ नहीं खेलते, लेकिन

पेड़ की फलियों से खेलते बच्चे

इस उम्र में वे अन्य बच्चों के साथ बातचीत करना शुरू कर देते हैं। इससे छोटे-छोटे झगड़े हो सकते हैं जिन्हें बड़ों को सुलझाना होता है।

तीन साल का बच्चा जल्द ही काल्पनिक नाटक की दुनिया में प्रविष्ट हो जाता है और आसपास के वातावरण के अवलोकन या सुनी हुई कहानियों के आधार पर वास्तविक जीवन के परिदृश्य बना लेता है। हमने देखा है कि किंडरगार्टन में बच्चे कैसे माँ/ दादी की भूमिका निभाने के लिए एक दुपट्टा लपेट लेते हैं और नक़ली बर्तनों में खाना बनाने लगते हैं। इसी तरह, बच्चों को अपनी सुनी हुई कहानी के पसन्दीदा पात्र की भूमिका निभाना अच्छा लगता है, उदाहरण के लिए, *रेड राइडिंग हुड* की कहानी के समान, एक लबादा पहनकर खाने की टोकरी ले जाना। इस तरह के नाटक से पता चलता है कि वे कहानियों या वास्तविक जीवन की छवियों को आत्मसात कर लेते हैं और नाटक के माध्यम से उसे व्यक्त करते हैं।

*चार साल के बच्चे : स्वांग नाटक और विचारों की अभिव्यक्ति*

चार साल की उम्र में बच्चा अन्य बच्चों को देखने लगता है और उनसे मिलना-जुलना शुरू कर देता है। बच्चे समूहों में साथ मिलकर खेलने का आनन्द लेते हैं, जो उन्हें मिलकर निर्णय लेने या असहमत होने का मौक़ा देता है। इस उम्र में हम *रोल-प्ले* और स्वांग नाटक की शुरुआत देख सकते हैं। बच्चे भी अब अपने विचारों को व्यक्त करने के लिए अपनी भाषा का विकास करना शुरू करते हैं; वे शब्दावली का आदान-प्रदान भी करते हैं और एक जटिल भाषा विकसित कर लेते हैं। स्वांग नाटक बच्चे को कुछ ऐसा प्रकट करने में सक्षम बनाता है जिसे उसने देखा और अनुभव किया है।

अपने किंडरगार्टन में हमने *चलो, स्वांग करें* नामक एक खेल खेला। एक लकड़ी का लट्ठा बच्चों की कल्पना जगाने का साधन बना। उन्होंने लकड़ी के लट्ठों का प्रयोग संगीत के वाद्ययंत्र के रूप में किया, उन्होंने उनमें ड्रम, तबला, यहाँ तक कि एक हारमोनियम की कल्पना भी की। मंच पर एक प्रदर्शन करने की नक़ल करने के लिए एक बच्चे ने माइक के लिए लकड़ी का झुनझुना हाथ में ले लिया। जो कुछ शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता, उसे नाटक के माध्यम से व्यक्त किया जा सकता है।

*पाँच साल के बच्चे : रोल-प्ले और सहमति से निर्णय लेना*

पाँच साल के बच्चे उन खेलों की योजना बनाने के बारे में, जिन्हें वे खेलना चाहते हैं, और किसके साथ खेलना चाहते हैं, इस बारे में भी ज़्यादा दृढ़ होते हैं। वे दोस्त बनाने के इच्छुक होते हैं और पहले से ही मित्रों के किसी समूह का हिस्सा हो सकते हैं। बच्चे समूह के भीतर विभिन्न भूमिकाएँ निभाने लगते हैं : वे अगुआ या अनुगामी हो सकते हैं। कुछ बच्चे आपसी शान्ति स्थापित करने वाले हो सकते हैं, जबकि कुछ के विचार परस्पर विरोधी हो सकते हैं। समूह, कल्पनाशील कथानक विकसित करने और *रोल-प्ले* में भाग लेने के लिए सम्मिलित प्रयास करता है। इसे *ड्रैमैटिक प्ले* या *सोशियो ड्रैमैटिक प्ले* कहा जाता है, जो थोड़ा विकसित क़िस्म का नाटक है और यह बच्चों की रुचियों और विचारों को ध्यान में रखते हुए लगातार अनुकूलन और बदलाव करता है। इससे समूह में शामिल होने, अपनी बातों/ विचारों को साझा करने व बारी-बारी से सामने आने, भूमिका निभाने, विभिन्न रिश्तों (माता-पिता/ बच्चे, भाई/ बहन, डॉक्टर/ रोगी) को समझने और आगे क्या करना है, इस बारे में एक-दूसरे से बातचीत करने जैसे कौशल विकसित होते हैं।

*बदलाव और विकास की दहलीज़ पर छह साल के बच्चे*

छह साल की उम्र में बच्चे प्राथमिक स्कूल की चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार होते हैं। उनके नाटक आमतौर पर अधिक व्यवहारिक और परियोजना-उन्मुख विषय पर होते हैं। छह साल के बच्चों के लिए यह महत्त्वपूर्ण है कि वे किंडरगार्टन के दौरान ही विकास के इस चरण को पूरा करें, भले ही ऐसा लगे कि वे दुनिया का सामना करने के लिए तैयार हैं। इस उम्र में, बच्चे घर पर यह कह सकते हैं कि वे स्कूल में खेल के समय 'ऊब' जाते हैं। अतः कई माता-पिता यह मान लेंगे कि इसका मतलब यह है कि किंडरगार्टन अब बच्चों की ज़रूरतों को पूरा नहीं कर रहा है या फिर यह कि उन्हें अब अपने बच्चों का नामांकन अधिक संरचित पाठ्येतर गतिविधियों में करवाना होगा जो उनके बच्चों को चुनौती दे और प्रोत्साहित करे। लेकिन हो सकता है कि इस प्रकार बच्चे को 'बेहद व्यस्त' करने से इस विकासात्मक चरण को पूरा करने की उसकी क्षमता में बाधा पड़े और अगले चरण के लिए सही मायनों में तैयार होने से पहले ही उसे उसमें धकेल दिया जाए। इस स्तर पर बच्चा ऐसी नई आन्तरिक क्षमताओं का सामना कर रहा होता है जिनके बारे में वह सुनिश्चित नहीं होता है कि उन पर कैसे महारत हासिल की जाए। इस उम्र में बच्चों को अधिक व्यवहारिक कार्य देना भी सहायक होता है, जैसे कि किंडरगार्टन और घर, दोनों स्थानों में झाड़ू लगाना, बाग़वानी करना, साधारण सिलाई करना, कपड़े तह करना, खाना बनाना, बर्तन धोना और झाड़-पोंछ करना। इन सबसे उन्हें अनिश्चितता के इस दौर से गुज़रने और उसके बाद फिर से खेलने तथा एक नई दृष्टि के साथ काम करने का अवसर मिलता है।

**क्या खेल उन बच्चों की मदद कर सकता है जो किसी पारम्परिक स्कूल से आते हैं?**

पाँच साल का आरुष जब हमारे किंडरगार्टन में आया तो वह एक बहुत ही लोकप्रिय प्री-स्कूल में एक साल या उससे

अधिक का समय बिता चुका था। शुरू में तो उसे असंरचित सामग्रियों के साथ खेलना बहुत मुश्किल लगा और वाल्डोर्फ़ दर्शन के साथ तालमेल बिठाने में भी काफ़ी समय लगा। वह खेलने या कोई गतिविधि करने के लिए मार्गदर्शन और निर्देश हेतु लगातार शिक्षक की ओर देखता था और खुद कोई पहल नहीं करता था। आरुष घर लौटता और शिकायत करता कि स्कूल उबाऊ है। जैसा कि पहले बताया गया है, पाँच साल की उम्र में बच्चा आमतौर पर प्रसन्नता और आत्मविश्वास से भर जाता है तथा पूर्व नियोजित विचारों के साथ खेलना शुरू कर सकता है। लेकिन यह बच्चा अभी उस चरण में नहीं था क्योंकि उसका परिवर्तन बहुत धीमा था। कुछ प्रयासों के बाद शैक्षिक वर्ष के अन्त तक हम स्थिति को बदलने में सक्षम हो पाए।

छोटे बच्चे के लिए परिवर्तन विशेष रूप से भिन्न हो सकते हैं क्योंकि पारम्परिक शिक्षा एक कठोर और विकास में बाधक पाठ्यक्रम का अनुसरण करती है, जिसमें खेलने के लिए बहुत कम या बिल्कुल समय नहीं होता। प्रायः खेलने के लिए दिया जाने वाला समय सीमित होता है जिसे शिक्षक द्वारा संरचित और परिभाषित किया जाता है। खेल को बहुधा कार्य का विपरीत माना जाता है, लेकिन सच पूछा जाए तो खेल को ऐसे प्रमुख अवसर के रूप में देखा जा सकता है जिसमें बच्चे असफलता से डरे बिना जोखिम उठा सकते हैं।[iii] यह अवसर मुख्यधारा की कक्षा में नहीं मिल पाता है, जहाँ रचनात्मकता की उड़ानों और की गई ग़लतियों को समझा नहीं जाता, उलटे बच्चे को फटकार लगाई जाती है और दण्डित किया जाता है।

**सारांश**

वाल्डोर्फ़ रूपरेखा का पालन करने वाले विभिन्न संस्थानों में बच्चों, परिवारों और शिक्षकों के साथ काम करने के अपने अनुभव में, मैंने एक ज़बरदस्त समानता देखी है : *स्वस्थ छोटे बच्चों के जीवन में रचनात्मक खेल एक केन्द्रीय गतिविधि है।* यह बच्चों को जीवन के उन सभी तत्वों को एक साथ जोड़ने में मदद करता है जिनका वे अनुभव करते हैं। यह उन्हें जीवन को आत्मसात करने और उसे अपना बनाने का मौक़ा देता है। यह उनकी रचनात्मकता की पूर्णता के लिए एक माध्यम है और उनके बचपन का एक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हिस्सा है। रचनात्मक खेल द्वारा बच्चे खिलते हैं और फलते-फूलते हैं; इसके बिना, वे समग्र रूप से सीखने और विकसित होने के लिए जूझते हैं।

अगर मैं माता-पिता और प्रारम्भिक बाल्यावस्था के शिक्षकों को खेल और शुरुआती अकादमिक कार्यों के बारे में कोई एक सलाह देना चाहूँ तो वह यही होगी कि वे धैर्य रखें और अपने बच्चों के साथ जल्दबाज़ी न करें। बच्चों के पास विकास और सीखने का इतना गहरा भण्डार है कि यदि उन्हें ध्यानपूर्वक पोषण और पूर्ण सहयोग मिले तो अधिकांश बच्चे आश्चर्यजनक रूप से सफल होंगे। यह एक कठिन सन्देश है, विशेष रूप से भारत में, जहाँ माता-पिता अपने बच्चों को पूर्णतः तैयार होने से पहले ही परिणाम प्राप्त करने की ओर धकेल देते हैं और बहुत शुरुआती दौर में ही प्रौद्योगिकी का उपयोग करने की अपेक्षा रखते हैं, जबकि उस समय बच्चे के लिए *अनुभव करना* और *समझना* अधिक महत्त्वपूर्ण होता है न कि चीज़ों को रटने की राह पर धकेला जाना।

मानव होने का एक महत्त्वपूर्ण गुण यह है कि बच्चों को बड़ा होने और उन सभी क्षमताओं को विकसित करने में काफ़ी लम्बा समय लगता है जो मानव स्वभाव का एक हिस्सा हैं। अन्य स्तनधारियों के बच्चों की तुलना में मनुष्य के बच्चे को परिपक्व होने में अधिक समय लगता है। हमारे बच्चे इस बात के अधिकारी हैं कि वे धैर्यपूर्ण और निरन्तर चलने वाले ढंग से विकसित हों और प्रगति करें। यह तभी सम्भव है जब बच्चों को खेलने का और अपनी गति से दुनिया का अनुभव करने का समय दिया जाए।

* बच्चों की पहचान की सुरक्षा के लिए नाम बदल दिए गए हैं।

***Endnotes***

i Crisis in the Kindergarten - Why Children Need to Play in School by Edward Miller and Joan Almon

ii https://www.sunbridge.edu/about/waldorf-education/

iii https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/53567_ch_10.pdf

**दिव्या बी ए** प्रारम्भिक बाल्यावस्था शिक्षा की शिक्षिका हैं। वे शिक्षा की वाल्डोर्फ़ तकनीक में विशेषज्ञता रखती हैं। वे *माई लिटिल बुकशॉप* की संस्थापक हैं, जो ध्यानपूर्वक चुनी गई भारतीय कहानी की पुस्तकों, *ओपन-एंडेड* खिलौनों, बच्चों के लिए पारम्परिक शिल्पों और ऐसी ही बहुत सारी चीज़ों का एक ऑनलाइन स्टोर है। शिक्षक, परामर्शदाता, अभिभावक प्रशिक्षक आदि के रूप में वाल्डोर्फ़ के विभिन्न परिवेशों में काम करने वाली दिव्या ने 2018 में *तुलसी वाल्डोर्फ़ किंडरगार्टन* की स्थापना की, जहाँ वे स्टेनर के सुझाव के अनुसार स्थानीय त्यौहारों, भोजन और भाषा को बच्चों के दिन-प्रतिदिन के अनुभवों में लाने पर ज़ोर देती हैं। वैश्विक महामारी के दौरान उन्होंने माता-पिता के लिए *स्लो डाउन ममा* नामक एक कार्यक्रम भी तैयार किया है, जिसमें वे घर पर वाल्डोर्फ़ सिद्धान्तों का पालन करने में माता-पिता का मार्गदर्शन करती हैं। उनसे divya.ba02@gmail.com पर सम्पर्क किया जा सकता है। **अनुवाद :** नलिनी रावल