कक्षा प्रबन्धन के लिए तीन रणनीतियाँ

शताब्दी सैकिया

विद्यार्थियों के सीखने के स्तर और पृष्ठभूमियों में विविधता की वजह से अकसर कक्षा प्रबन्धन चुनौतीपूर्ण बन जाता है। एक टीचर एजुकेटर ने अमरीकी शिक्षाविद् ली कैंटर के प्रभावी कक्षा प्रबन्धन सूत्र का अध्ययन किया, और इन्हें अपनी कक्षा में आज़माने के प्रयास किए। इन तरीक़ों से उन्हें अपने तथा विद्यार्थियों के व्यवहार का प्रबन्धन करने और कक्षा में सीखने का सकारात्मक वातावरण बनाए रखने में मदद मिली।

किसी विद्यालय और वहाँ के विद्यार्थियों के साथ इतनी निकटता से काम करने का यह मेरा पहला अनुभव है। ज़्यादातर मैं विद्यार्थियों की ज़रूरतों के अनुसार विभिन्न गतिविधियों में उन्हें शामिल करती हूँ। यहाँ विद्यार्थियों के सीखने का स्तर अलग-अलग है, और वे विभिन्न पृष्ठभूमियों से आते हैं। इसकी वजह से अकसर अव्यवस्था की हालत बन जाती है, क्योंकि सभी विद्यार्थी एक साथ गतिविधियों में भाग नहीं ले पाते हैं। ऐसे चुनौतीपूर्ण हालात में प्रभावी कक्षा प्रबन्धन ही वह मुख्य और बुनियादी आधार बन जाता है जिसके माध्यम से शिक्षण अधिगम प्रक्रिया के अन्य सभी महत्त्वपूर्ण पहलुओं को सुव्यवस्थित और अनुशासित किया जा सकता है।

इन चुनौतियों का समाधान खोजने के दौरान, मैंने कक्षा प्रबन्धन के विश्व प्रसिद्ध विशेषज्ञ ली कैंटर (Lee Canter) का बिहेवियर मैनेजमेंट साइकिल (व्यवहार प्रबन्धन चक्र) पढ़ा। इस चक्र के तीन चरण हैं : स्पष्ट निर्देश देना, विद्यार्थियों को सकारात्मक रूप से सुदृढ़ करने के लिए व्यावहारिक वर्णन का उपयोग करना, और सुधारात्मक क़दम उठाना।

सुझाई गई रणनीतियाँ

इस पूरे चक्र के बारे में एक बात बहुत अच्छी लगी कि यह पूरी प्रक्रिया बहुत व्यवस्थित और व्यावहारिक है। इसमें विद्यार्थियों को दोष नहीं दिया जाता। इसके बजाय, यह शिक्षक को इस बात पर विचार करने के लिए प्रेरित करती है कि निर्देश कैसे दिए जाते हैं, इन निर्देशों के माध्यम से वे अन्य विद्यार्थियों को कैसे प्रोत्साहित कर सकते हैं, और ग़लतियों को बलपूर्वक के बजाय इच्छापूर्वक कैसे सुधारा जा सकता है। यहाँ बताना चाहती हूँ कि

चित्र 1 : निर्देशों का पालन करने के बाद स्टार पाने से ख़ुश विद्यार्थी

मैंने इस चक्र में सुझाई गई रणनीतियों को अपनी कक्षा में कैसे लागू किया, और इससे मुझे तथा मेरे विद्यार्थियों, दोनों को किस तरह से लाभ हुआ।

1. स्पष्ट निर्देश देना

पहले, मैं अकसर विद्यार्थियों से कहती थी—"अपना काम शुरू करो"; "ध्यान दो"; "शान्त रहो", आदि। लेकिन ली कैंटर को पढ़ने के बाद मुझे एहसास हुआ कि ये निर्देश अस्पष्ट थे। इन पर विद्यार्थी आमतौर पर ध्यान नहीं देते थे। इसलिए अपने निर्देश देने के तरीक़े को बदल दिया। "अपना काम शुरू करो" कहने के बजाय कहना शुरू किया, "अपनी नोटबुक निकालो, आज की तारीख़ लिखो। जब तक हम अपना काम समाप्त न कर लें तब तक बात नहीं करेंगे, नहीं तो इसमें ज़रूरत से ज़्यादा समय लग जाएगा।" जब मैंने अपनी कक्षा में स्पष्ट निर्देश देने शुरू किए तो देखा कि इससे अनावश्यक भ्रम और अफ़रा-तफ़री कम हो गई। विद्यार्थी अपने काम में भली-भाँति जुटने लगे, क्योंकि वे समझ गए थे कि उन्हें क्या करना है। यह सोचने के बजाय कि कहाँ से शुरू करें, उन्होंने तुरन्त काम करना शुरू कर दिया। वे समझ गए थे कि कार्य में देरी करने से गतिविधि में अधिक समय लगेगा, इसलिए शान्त रहकर काम करने के लिए प्रोत्साहित हुए।

2. विद्यार्थियों को सकारात्मक रूप से प्रोत्साहित करने के लिए व्यवहार सम्बन्धी वर्णन का उपयोग करना

पहले, पढ़ाते समय, मेरा ध्यान उन विद्यार्थियों पर जाता था जो बातें करते रहते थे, कक्षा की गतिविधियों में भाग नहीं लेते थे, और कभी-कभी दूसरे विद्यार्थियों को भी भाग नहीं लेने देते थे। मेरी सारी ताक़त उन्हें सुधारने में लगी रहती थी। लेकिन धीरे-धीरे ख़ुद को बदलना शुरू किया। मुझे लगा कि उन्हें जितना सुधारने की कोशिश करती थी, वे उतने ही अलग-थलग होते जा रहे थे। इससे एक नकारात्मक वातावरण बन रहा था। यह भी महसूस हुआ कि मेरा लहज़ा मददगार या उत्साहवर्धक होने के बजाय अधिक सुधारात्मक हो जाता था।

> **"पहले मैं अकसर विद्यार्थियों से कहती थी— "अपना काम शुरू करो"; "ध्यान दो"; "शान्त रहो", आदि। लेकिन ली कैंटर को पढ़ने के बाद मुझे एहसास हुआ कि ये निर्देश अस्पष्ट थे। इन पर विद्यार्थी आमतौर पर ध्यान नहीं देते थे।"**

इसलिए मैंने 'व्यवहार सम्बन्धी वर्णन' के बारे में पढ़ा, और विद्यार्थियों से यह पूछने के बजाय, कि आप बातें क्यों कर रहे हैं? या कृपया बात मत कीजिए, मैंने कहना शुरू किया, "मैं देख रही हूँ कि रिया ने पहले ही लिखना शुरू कर दिया है", या "देख रही हूँ कि राहुल शान्ति से बैठकर काम कर रहा है"। समय के साथ, देखा कि जितना अधिक मैंने सकारात्मक व्यवहारों का 'वर्णन' करना शुरू किया, विद्यार्थी भाग लेने के लिए उतने ही ज़्यादा प्रोत्साहित हुए। मुझे लगता है कि ऐसा इसलिए होता है, क्योंकि जब मैं ज़ोर से किसी विद्यार्थी द्वारा किए जा रहे कार्यों का वर्णन करती हूँ तब दूसरों को भी लगता है कि उनके बारे में बताया जाए, और उनकी ओर सबका ध्यान जाए। यह बात उन्हें अपना काम शुरू करने और उसे पूरा करने के लिए प्रेरित करती है। यह तरीक़ा काफ़ी सरल था, और इसे लम्बे समय तक अपनाया जा सकता था। यह तरीक़ा बहुत प्रभावशाली रहा।

चित्र 2 : विद्यार्थियों के सकारात्मक व्यवहार के बारे में बातचीत लाभदायक होती है

मुझे यह भी लगता है कि विद्यार्थी अपना काम न करने के लिए डाँट खाने या सज़ा पाने के इतने आदी हो चुके हैं कि यह बात उन्हें पहले ही हतोत्साहित कर देती है, क्योंकि दूसरी कक्षा के कुछ विद्यार्थी शुरू में मेरे पास आने या पढ़ाई के बारे में मुझसे बात करने में भी बहुत डरते थे। वे बस मुझसे कहते रहते थे कि उनसे पढ़ाई नहीं होती और उन्हें कुछ भी नहीं आता।

जब मैंने स्पष्ट निर्देशों और व्यवहार सम्बन्धी वर्णन का उपयोग करना शुरू किया तो धीरे-धीरे कुछ बदलाव आया। वे क्या नहीं कर रहे हैं, यह बताने के बजाय, उनकी छोटी-छोटी कोशिशों की भी सराहना करने लगी। वर्णनों से सभी को प्रोत्साहित करना शुरू किया। इससे विद्यार्थियों के मन से असफलता या ग़लती करने का डर दूर करने में मदद मिली। जब उन्होंने महसूस किया कि मैं उनके प्रयासों पर ध्यान दे रही हूँ तो वे सुरक्षित महसूस करने लगे।

इससे विद्यार्थियों की इस भावना को बदलने में भी मदद मिली कि "मैं कमज़ोर हूँ"। इनमें से कई विद्यार्थी कक्षा के भीतर सकारात्मक तरीक़े से अपना नाम सुनने के आदी नहीं थे। अकसर उनके नाम तभी पुकारे जाते थे, जब उन्हें सुधारा जा रहा हो, चेतावनी दी जा रही हो, या तुलना की जा रही हो। इसलिए वे स्वाभाविक रूप से अपनी पहचान को असफलता से जोड़ने लगे थे। सकारात्मक सन्दर्भों में अपना नाम सुनने से उन्हें वह पहचान मिली जिसके वे हमेशा से ही हक़दार थे, और इससे उनमें सीखने की इच्छा भी जागी।

3. सुधारात्मक कार्रवाई करना

एक अन्य क्षेत्र जिसमें गहराई से विचार किया कि मैं विद्यार्थियों में सुधार कैसे लाती हूँ। कभी-कभी मैं थकी हुई होती थी, और उनके व्यवहार को समझ नहीं पाती थी। इससे मुझे बड़ी निराशा होती थी, और मैं झुँझलाहट में "अपना काम करो" जैसे निर्देश दे देती थी। लेकिन फिर एहसास हुआ कि जब सुधार या बेहतरी की बात झुँझलाहट और क्रोध के भाव के साथ कही जाती है तब विद्यार्थियों के लिए उस सुझाव को सही ढंग से समझना मुश्किल हो जाता है; ऐसी स्थिति में वे या तो ख़ुद को सही साबित करने के लिए बचाव की मुद्रा में आ जाते हैं, या फिर पूरी तरह से उस विषय की परवाह करना ही छोड़ देते हैं।

ली कैंटर के चक्र की मदद से मैंने विद्यार्थियों को सिखाया कि उन्हें अपने व्यवहार की ज़िम्मेदारी लेनी चाहिए। उनसे कहना शुरू किया, "मैंने कहा था कि आप बोलने से पहले अपना हाथ उठाएँ, लेकिन आप चिल्लाने लगे, इसलिए आपने एक पॉइंट गँवा दिया। अगले सवाल के लिए आप अपना हाथ उठा सकते हैं।"

यह देखकर मुझे लगता है कि इससे विद्यार्थियों को अपना काम ख़ुद चुनने में आसानी होती है। इससे उनका अपना बचाव करने वाला रवैया भी कम होता है। जब विद्यार्थियों को लगता है कि उन्हें दोषी ठहराया जा रहा है तब वे या तो अपना काम करना छोड़ देते हैं या उसे गम्भीरता से नहीं लेते। लेकिन जब वे इसे अपनी पसन्द मानकर करते हैं तब वे अपने कामों को लेकर ज़्यादा जागरूक हो जाते हैं।

इन सबके माध्यम से, मुझे यह भी एहसास हुआ कि कक्षा में अनुशासन का अर्थ विद्यार्थियों को नियंत्रित करना नहीं है। बल्कि इसका मक़सद उन्हें उनके कामों के बारे में सिखाना, और अपने व्यवहार को ख़ुद नियंत्रित करने की ज़िम्मेदारी देना है।

> **जब विद्यार्थियों को लगता है कि उन्हें दोषी ठहराया जा रहा है तब वे या तो अपना काम करना छोड़ देते हैं या उसे गम्भीरता से नहीं लेते। लेकिन जब वे इसे अपनी पसन्द मानकर करते हैं तब वे अपने कामों को लेकर ज़्यादा जागरूक हो जाते हैं।**

मेरे विचार

जब सोचती हूँ तो लगता है कि इन तरीक़ों ने मुझे अपनी कक्षा को बेहतर और शान्त तरीक़े से सँभालने में मदद की है। इससे उलझन कम करने और सकारात्मक माहौल बनाए रखने में भी मदद मिली है। मैंने मुख्य रूप से विद्यार्थियों के साथ व्यवहार का वर्णन करने का तरीक़ा अपनाया है। उनके साथ एक छोटा-सा 'स्टार गेम' भी खेलती हूँ जिसमें विद्यार्थियों के नाम लिखती हूँ, और जब वे किसी निर्देश का पालन करते हैं तब उनके नाम के आगे स्टार का चिह्न बना देती हूँ। इसके नियम सरल हैं : यदि वे स्टार चाहते हैं तो उन्हें निर्देश का पालन करना होगा, नहीं करने पर उन्हें स्टार नहीं मिलेगा।

हालाँकि स्टार देने जैसी रणनीतियाँ कक्षा के प्रबन्धन के लिए अच्छी हो सकती हैं, लेकिन यह भी ज़रूरी है कि विद्यार्थी किसी कार्य को करने के लिए इन रणनीतियों पर निर्भर न हो जाएँ। ऐसा होने पर हो सकता है कि वे, बिना यह समझे कि असल में क्या कर रहे हैं, काम को जल्दी-जल्दी पूरा करने की कोशिश करें। इससे कभी-कभी सहपाठियों के बीच बहस भी हो जाती है, और वे शिकायत करने लगते हैं। स्टार जैसे पुरस्कार देने का तरीक़ा सन्तुलित होना चाहिए। उद्देश्य हो कि विद्यार्थियों के व्यवहार को सही दिशा दी जा सके, और उन्हें प्रभावी ढंग से सँभाला जा सके। यह भी सुनिश्चित करना ज़रूरी है कि वे सीखें कि बिना किसी पुरस्कार के भी अपने व्यवहार पर कैसे नियंत्रण रखा जाए। मेरे हिसाब से, ऐसा सन्तुलन तब बनाया जा सकता है जब कुछ दिनों तक उन्हें स्टार दिए बिना ही उनसे व्यवहार के बारे में बात की जाए।

आख़िर में, इस पूरे दृष्टिकोण से मैंने यह सीखा है कि कक्षा का प्रबन्धन मेरी अपनी तैयारी से शुरू होता है। यह मेरे उद्देश्य की स्पष्टता, मेरे बात करने के तरीक़े, और मेरे आचरण में निरन्तरता से शुरू होता है। ज़्यादातर विद्यार्थी इन कक्षा प्रबन्धन की रणनीतियों से परिचित नहीं होते, क्योंकि वे ऐसे माहौल के आदी होते हैं जहाँ ग़लती करने या शिक्षक के निर्देशों को न मानने पर उन्हें दण्ड मिलता है।

पिंकी मासी से परिचय

जब मैंने पहली और दूसरी कक्षा के लिए कक्षा सम्बन्धी नियम बनाए तो शुरू में लगा कि उन्हें एक बार समझा देना ही काफ़ी होगा। लेकिन किसी ने भी नियमों का पालन नहीं किया। बाद में, मैं उनसे नियमों के विषय के बारे में रोज़ाना चर्चा करने लगी। इससे वे धीरे-धीरे समझने लगे कि ये नियम क्या हैं। लेकिन इसके बावजूद भी वे नियम तोड़ते रहे। मुझे एहसास हुआ कि विद्यार्थियों को यह पता नहीं था कि नियम तोड़ने पर क्या होगा।

तब मैंने ब्लैकबोर्ड पर उन्हें 'पिंकी मासी' से परिचित कराया। यह एक साधारण इमोजी है। जब विद्यार्थी नियमों और निर्देशों का पालन करते हैं तब वह मुस्कुराती है, और जब वे ऐसा नहीं करते तब वह दुःखी हो जाती है। मैं नियमों पर चर्चा करती, और बताती कि यदि वे उनका पालन नहीं करेंगे तब पिंकी मासी को कैसा लगेगा। उन्हें यह भी बताया कि अगर पिंकी मासी दुःखी होती हैं तो मुझे भी दुःख होता है। पिंकी मासी की एक छोटी-सी कहानी भी सुनाई। इससे विद्यार्थियों को धीरे-धीरे उस इमोजी से जुड़ने में मदद मिली, क्योंकि वे उसे या मुझे दुःखी नहीं करना चाहते थे। यह रणनीति पहली कक्षा के विद्यार्थियों के साथ लम्बे समय तक काम आई, जबकि दूसरी कक्षा के साथ वर्णन वाली रणनीति ने बेहतर काम किया।

हमूमन करबो

तीन विद्यार्थियों को कक्षा में अकसर ध्यान केन्द्रित करने में कठिनाई होती थी। वे पाठों और गतिविधियों के दौरान आपस में बातें करने या खेलने में अधिक रुचि रखते थे। जब मैंने व्यवहार वर्णन का उपयोग करना शुरू किया तो धीरे-धीरे उनकी भागीदारी में बदलाव देखा। मैं उनके सहपाठियों से कहती थी, "मैं देख रही हूँ कि खिलेश्वरी ने अपनी कॉपी निकाल ली है, और काम करना शुरू कर दिया है"; "राज बड़े उत्साह से अपना काम पूरा करने में लगा हुआ है"; या "मानवी गतिविधि पर ध्यान दे रही है"।

जब भी मैं ये सब कहती तो अकसर सावन, लुमेश और ईशांत को आपस में फुसफुसाते हुए सुनती थी, "हमूमन करबो" (छत्तीसगढ़ी में इसका अर्थ है, हम भी करेंगे)। इसके बाद वे तुरन्त अपनी कॉपी-किताबें निकाल लेते, या गतिविधि में भाग लेने लगते। यानी एक ऐसी स्थिति बन गई कि उन्हें बिना कुछ कहे, वे ख़ुद अपनी मर्ज़ी से काम करने लगे।

चित्र 3 : निर्देशों के पालन पर सन्तुलित रणनीति के तहत स्टार देना

एक बार व्यवहार वर्णन वाला तरीक़ा काम नहीं कर रहा था, इसलिए मैंने स्टार देने वाले तरीक़े का उपयोग किया। उन्होंने बड़े ध्यान के साथ उस गतिविधि में भाग लिया, और स्टार मिलने पर ख़ुशी-ख़ुशी कहने लगे, "मोला स्टार मिलिस" (मुझे स्टार मिला)। तब मुझे महसूस हुआ कि उन्हें बार-बार निर्देश देने के बजाय, इस तरीक़े ने भागीदारी को अधिक बढ़ावा दिया। उनमें से ज़्यादातर विद्यार्थी इसलिए हिस्सा ले रहे थे, क्योंकि वे चाहते थे कि उनके नाम की सराहना हो, या बोर्ड पर उनके नाम के आगे एक स्टार लगा हो। इस प्रकार, इन रणनीतियों ने न केवल मुझे कक्षा का प्रबन्धन करने में मदद की, बल्कि एक ऐसा माहौल भी तैयार किया जहाँ विद्यार्थी अपने-आप कक्षा की गतिविधियों में भाग लेने और जुड़ने के लिए उत्सुक थे।

कक्षा प्रबन्धन और शिक्षाशास्त्र

इस तरीक़े ने मेरी शिक्षण पद्धतियों में भी मुझे मदद की है। मैं गणित पढ़ाती हूँ। यह विषय मुझे काफ़ी चुनौतीपूर्ण लगता है। इसी कारण, अकसर इस विषय को लेकर आत्मविश्वास की कमी महसूस करती हूँ। शुरुआत में, गतिविधियों के दौरान कक्षा को सँभालने में मुझे कई कठिनाइयों का सामना करना पड़ा। कुछ विद्यार्थी मेरे निर्देशों का पालन करते और कक्षा में भागीदारी करते थे, बाक़ी को पाठ के साथ जुड़े रहना कठिन लगता था। भागीदारी के अलग-अलग स्तरों वाले विद्यार्थियों को सँभालना और गतिविधियाँ करना आसान नहीं था। जब *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2023* पढ़ी तो मुझे समझ आया कि कक्षा प्रबन्धन और सीखने का सकारात्मक वातावरण शिक्षण कार्य से अलग नहीं हैं। ये दोनों ही प्रभावी शिक्षाशास्त्र के महत्त्वपूर्ण उपकरण हैं। इस समझ ने मुझे अपने कक्षा प्रबन्धन के तरीक़े के प्रति अधिक जागरूक होने के लिए प्रोत्साहित किया।

समय के साथ मैंने देखा कि कक्षा प्रबन्धन ने सीखने की प्रक्रिया में विद्यार्थियों की भागीदारी को अधिक समावेशी बनाने में मदद की। इन रणनीतियों का जितना अधिक उपयोग किया, वे मेरे पास आने में उतना ही अधिक स्वतंत्र महसूस करने लगे। इससे उनकी सीखने की क्षमता भी बढ़ी, क्योंकि वे अपनी शंकाओं को दूर करने और अपना काम दिखाने के लिए मेरे पास आने लगे।

मेरा मानना है कि विद्यार्थियों के लिए कक्षा एक सुरक्षित व अपनापन देने वाली जगह होनी चाहिए, और उन्हें भाग लेने, ग़लतियाँ करने, और अपने कार्यों को चुनने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए। भले ही 'चुनने' वाले हिस्से पर अभी काम चल रहा है, लेकिन प्रबन्धन के इन तरीक़ों ने साफ़तौर पर मुझे विद्यार्थियों के लिए ऐसा माहौल बनाने में मदद की है जहाँ वे बिना डरे ग़लतियाँ कर सकें, और उनसे सीख सकें, बजाय इसके कि छोटी-छोटी ग़लतियों के लिए उन्हें सज़ा मिले।

अँग्रेज़ी से नलिनी रावल द्वारा अनुवादित।

शताब्दी सैकिया अज़ीम प्रेमजी फ़ाउण्डेशन, कुरुद ब्लॉक, धमतरी, छत्तीसगढ़ में कार्यरत हैं। यह लेख उनके एक सरकारी विद्यालय में किए गए नियोजित काम के अनुभवों पर आधारित है।

सम्पर्क : shatabdee.saikia@azimpremjifoundation.org