आपकी उलझनें–हमारे प्रयास–21

डॉ. स्वतन्त्र जैन
मनोवैज्ञानिक परामर्शदाता

ऐसा क्या करें कि बच्चे पढ़ने व सीखने के लिए तैयार हो जाएं?

प्रत्येक व्यक्ति को अपने जीवन के विभिन्न पड़ावों में कई तरह की समस्याओं एवं मानसिक परेशानियों का सामना करना पड़ता। है। आर्थिक व स्वास्थ्य से संबंधित समस्याओं के अलावा मनुष्य के जीवन में कुछेक ऐसी समस्याएं भी आती हैं, जिन्हें हम अपने भाई-बहन, माता-पिता अथवा यार दोस्तों से सांझा नहीं करना चाहते या कर नहीं सकते। ऐसे में हमें एक ऐसे राहगीर की तलाश रहती है, जिसके सामने हम अपने मन को खोलकर रख सकें। आपको यह जानकर प्रसन्नता होगी कि अपने प्रिय पाठकों की ऐसी समस्याओं के समाधान हेतु अर्थ प्रकाश में **'आपकी उलझने-हमारे प्रयास'** नाम से एक कालम प्रारंभ किया गया है। इस कॉलम में कुरूक्षेत्र विश्वविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग से **सेवानिवृत्त प्रोफेसर व एक अनुभवी एवं व्यापक दृष्टिकोण वाली मनोवैज्ञानिक परामर्शदाता-डॉ. स्वतंत्र जैन** हर मंगलवार किसी महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक एवं सामयिक विषय पर एक आलेख देंगी तथा इसके साथ-साथ पाठकों के प्रश्नों/समस्याओं का समाधान बताते हुए उत्तर भी देंगी। पाठकों से अनुरोध है कि अपने प्रश्न/समस्याएं अर्थ प्रकाश कार्यालय में भेज दें।

-सम्पादक

आजकल मात-पिता अपने बच्चों की पढ़ाई को लेकर कुछ ज्यादा ही परेशान रहते हैं। अक्सर बच्चों की पढ़ाई संबंधी समस्याओं को लेकर मां-बाप हम कॉन्सलर के पास कुछ कॉमन सी समस्याऐं लेकर आते रहते हैं, जैसे: 'मेरी बेबी पढ़ना नहीं चाहती, हमारा बबलु ड्राइंग ही करता रहता है, जब भी उसे पढ़ने को कहो तो वह दु:खी हो जाता है। मेरा मुन्नु तो सारा दिन कुछ ना कुछ पज़ल हल करने वाले गेम ही खेलता रहता है, उसे खेलने से रोकें तो वह मायूस हो जाता है' आदि।

बच्चे कब सीखते हैं, कैसे सीखते हैं, कब सब से ज्यादा प्रभावशाली ढंग से सीख पाते हैं, कब बिल्कुल नहीं सीख पाते. किस ढंग से पढाएं कि वे ज्यादा से ज्यादा सीखें या ग्रहण कर पाएं और कम से कम भूलें, आदि ढेर सारे प्रश्न बच्चों के माता-पिता व अध्यापकों के जहन में घूमते रहते होंगे। ये सारे के सारे प्रश्न 'सीखने' से संबंधित ही हैं।

अमरीका के एक बहुत प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक एडवर्ड थॉर्नडाइक ने 'सीखने ' से संबंधित इन सभी प्रश्नों का जवाब खोजने के लिये कई प्रयोग करके पूरे विश्व को बताया कि 'किसी भी कार्य को कोई भी व्यक्ति एकदम नहीं सीख पाता। सीखने की प्रक्रिया में बच्चा प्रयत्न करता रहता है। कठिनाइयां आती हैं और वह गलतियां व भूलें भी करता रहता हैं। परन्तु लगातार कोशिश करते रहने से गलतियां' या भूलें कम होती जाती हैं तथा अन्त में वह बिना कोई गलती करे ही सीख जाता है।' अब इस सिद्धांत से हम सहमत हों या न हों, परन्तु थार्नडाइक ने आगे चल कर सीखने के जो तीन प्रसिद्ध नियम' दिये हैं, उनसे कोई भी असहमत नहीं हो सकता। ये नियम हैं:

1. तैयारी या तत्परता का नियम अर्थात जब तक कोई बच्चा सीखने के लिये तत्पर, उत्सुक या तैयार न हो, वह नहीं सीख सकता,
2. अभ्यास का नियम अर्थात जब तक सीखे हुए काम, कौशल या पाठ का अच्छे से अभ्यास नहीं कर लेता, सीखना स्थायी नहीं हो सकता और
3. प्रभाव का नियम अर्थात सीखे हुए काम, कौशल या किसी पाठ से जब तक संतुष्टि नहीं मिलती, वह सीख नहीं पाता या सीख कर भी भूल जाएगा।

चाहे ये तीनों के तीनों नियम ही सीखने के लिये अति आवश्यक हैं परन्तु मैं यहां अपने पाठकों, माता-पिता व अध्यापकों के लिये पहले नियम अर्थात तत्परता/तैयारी के नियम पर ही ज़ोर देना चाहूंगी। क्योंकि इसके बिना हम सीखने या सिखलाने की कल्पना ही नहीं कर सकते। परन्तु बेहद अफ़सोस कि हम माता-पिता एवं अध्यापक इसी नियम की परवाह नहीं करते। आइये, विस्तार से जानने का प्रयास करें कि यह नियम क्या कहता है?

तत्परता या तैयारी के नियम को समझाते हुए थार्नडाइक निम्न तीन बिन्दुओं पर ख़ास जोर देते हुए कहते है कि :

* जब कोई बच्चा कुछ स्किल सीखने या ज्ञान हासिल करने के लिये तैयार हो और उसे वही कुछ करने या सीखने को कहा जाए, तो उसे वह स्किल सीखने या ज्ञान हासिल करने से संतुष्टि मिलती है। अर्थात वह ज्यादा प्रभावशाली ढंग से और ज्यादा खुश होकर सीखता है। यह कंडिशन/स्थिति किसी भी बच्चे या बड़े के कुछ भी अपनी पसंद का सीखने के लिये सबसे उत्तम है।
* जब कोई बच्चा कुछ कार्य, कौशल सीखने या ज्ञान हासिल करने के लिये तैयार/उत्सुक तो हो, परन्तु उसे वह करने ही ना दिया जाए तो उस काम को ना कर सकने या ज्ञान को ना हासिल कर पाने से गुस्सा आता है । अर्थात अपनी पसंद का काम सीखने से रोकने पर बेहद दु:खी हो जाता है
* जब कोई बच्चा कुछ कार्य, कौशल या ज्ञान हासिल करने के लिये बिल्कुल तैयार ना हो, परन्तु उसे वही कुछ सीखने या पढ़ने के लिये मज़बूर किया जाए तो उसे संतुष्टि मिलने के बजाए गुस्सा आता है। अर्थात यह तीसरी स्थिति बच्चे को कुछ पढ़ाने या सिखाने के लिये सबसे बदतर या ख़राब है।

परन्तु असल जीवन में होता क्या है-आप सभी जानते हैं। हम प्रायः ठीक इसके विपरीत करते हैं। बच्चों का जो भी पढ़ने, करने या सीखने का मन हो, हम उसे वो करने नहीं देते और जो उनके सीखने या करने को मन नही होता, उसी के लिये उन्हें विवश करते हैं। अब खुद ही सोचिये कि हम अपने बच्चों या विद्यार्थियों को सबसे बेहतर स्थिति के बजाए सबसे खराब स्थिति से सीखने पर विवश करेंगे तो वे कैसे प्रभावशाली ढंग से पढ़ या सीख पाएंगे? यदि हम इतनी सीधी सी बात समझ जाएं कि जब तक कोई बच्चा सीखने को तैयार नहीं, उसे सीखने या पढ़ने को विवश कतई नहीं कर सकते, ठीक वैसे ही जैसे एक घोड़े को चाबुक मार-मार कर पानी के तालाब तक तो ले जा सकते हैं किन्तु सौ जने मिल कर भी उसे पानी पीने को मज़बूर नहीं कर सकते, तो हम अपने बच्चों और विद्यार्थियों से ऐसी ज्यादती करने से अवश्य परहेज़ करेंगे।

तत्परता या तैयारी का मतलब सीखने की उत्सुकता और एकाग्रता से है। यह तैयारी शारीरिक, मानसिक या भावनात्मक तीनों तरह की हो सकती है। यदि कुछ सीखने या करने के लिये बच्चा शारीरिक रूप से तैयार ना हो, बीमार हो या थका हुआ हो तो वह नहीं सीख पाएगा। यह भी हो सकता है कि कुछ मां-बाप अपने अति-उत्साह के कारण बच्चे को समय से पहले ही कुछ सिखाना चाहें, तो अपनी शारीरिक असमर्थता के कारण वह उस समय उसे ना कर पाएं, बल्कि ज़बरदस्ती करने से या मार-पीट करने से उस कार्य को कभी भी ना करे। एक मां अपनी 6 साल की बच्ची को लेकर मेरे पास आई और कहने लगी, 'मैडम, यह लिखती नहीं, पढ़ लेती है, याद कर लेती है पर लिखना नहीं चाहती। इसका कुछ करें' पूछ-ताछ करने से पता चला कि केवल दो साल की आयु में ही उसके पापा ने उसके ठीक से ना लिखने पर उसके हाथ पर डंडे से मारा था। और बच्ची को तभी से लिखने से इतनी चिढ़ हो गई कि उसने कभी फिर लिखा ही नहीं। अब इतनी भी जल्दबाजी मत करिये कि बच्चा चाहते हुए भी सीख ही ना पाए।

मानसिक तैयारी का अर्थ है बौद्धिक रूप से तैयार होना। हमें यह पता होना चाहिये कि जो हम बच्चे को सिखाना चाहते हैं, उसके लिये वह बौद्धिक रूप से तैयार है या नहीं। अर्थात उसकी बुद्धि उस काम को सीखने के लायक विकसित हुई है या नहीं। दो, तीन या चार साल का बच्चा क्या कुछ सीख सकता है, वही सिखाने का प्रयास करें। अपने उत्साह में बच्चे से ज्यादती मत करें। विवश करेंगे तो परिणाम घातक भी हो सकता है।

भावनात्मक तैयारी का मतलब मन की पसन्द-नापसन्द से है। अगर कोई बच्चा अपने मन से, दिल से कोई कार्य करने या सीखने को तैयार है, उत्सुक है, तो वह जल्दी और ज्यादा प्रभावशाली ढंग से सीख पाएगा। और अगर वह मन से प्रसन्न नहीं है, वह कोई और काम करना चाहता है, तो आपके ज़बरदस्ती करने से भी वह नहीं सीख पाएगा। बल्कि उसे वह काम करने या सीखने में गुस्सा आएगा।

इसी लिये बच्चों व विद्यार्थियों को मन से तैयार करना, उनमें उसके प्रति रूचि पैदा करना, और उनको सतत चुनौतियां प्रदान करना ही मॉ-बाप व अच्छे शिक्षक की ज़िम्मेवारी है। बच्चों के पास एक स्पष्ट उद्देश्य हो, सीखने का कोई निश्चित कारण व प्रेरणा हो, तो वे ना केवल बहुत जल्दी सीख पाएंगे अपितु उसे ज्यादा प्रभावशाली ढंग से सीखेंगे।

इसलिये बच्चो की सीखने व ज्ञान हासिल करने की तत्परता को बढ़ाने के लिये हमें कोई ठोस उपाय करने होंगे। ऐसा क्या करें कि बच्चे भावनात्मक रूप से सीखने के लिये तत्पर हो जाएं? सबसे पहिले तो पहली दो कंडिशन अर्थात बच्चा जो कुछ भी सीखने को उत्सुक व तत्पर हो, उसे वह करने या सीखने से बिल्कुल मत रोकिये। क्योंकि यही उसके लिये सबसे अच्छा अवसर है सीखने का। इसी में इसकी सबसे ज्यादा खुशी है। अब इससे भी एक कदम आगे बढ़ें। आप प्रत्येक ऐसे अवसर की तलाश में रहें जब आपका बच्चा कुछ सीखना चाहता हो। मेहरबानी करके उस अवसर को हाथ से मत जाने दें और उससे वे स्वर्णिम पल मत छीनिये क्योंकि यही वे पल हैं जिसमे वह सबसे ज्यादा उत्साहित है और अपने मन मुताबिक कुछ नया सीखेगा, करेगा और रोमांचित भी होगा। और ऐसे पलों में कुछ सीखा हुआ देर तक कायम भी रहता है।

तीसरी कंडिशन अर्थात उसकी इच्छा के बिना उस पर कुछ भी सीखने के लिये दबाव कभी मत डालिये। आपके दबाव में वह किताब खोलकर तो बैठ जाएगा, परन्तु पढ़ कभी नहीं पाएगा। अब आप कहेंगे कि बच्चे की मरजी तो कभी होती ही नहीं। हॉ, सही है। ईच्छा नहीं है, मरजी नहीं है तो इच्छा पैदा करिये। आप भोजन ऐसे परोस सकते हैं जो भूख ना होते हुए भी बच्चे तो क्या, बड़े भी खाने को तैयार हो जाते हैं। तो फिर जो पढ़ाना चाहते हैं, उसे इतना रोचक बनाएं कि उनमें सीखने की अभिलाषा बढ़ जाए। कुछ मसाला डालें अर्थात ज्यादा से ज्यादा रोचक तरीके से पढ़ाएं।

ध्यान रहे कि बच्चे की तत्परता व उत्सुकता को ध्यान में रखते हुए कुछ पढ़ाओगे तो दूसरा व तीसरा नियम स्वयं ही लागु हो जाएगा क्योंकि मन-पसंद कार्य सीखें भी जल्दी जाएंगे, उनको बार-बार अभ्यास करने का मन भी करेगा और उन कार्यों के करने व सीखने से बेहद खुशी भी मिलेगी।

परन्तु हम लोग क्या करते हैं? हम पहले स्वर्णिम नियम को नज़रान्दाज करके दूसरे नियम अर्थात अभ्यास कराने पर अपना सारा ज़ोर लगा देते हैं अर्थात बच्चों को बेमतलब रटने को विवश करने से कुछ हासिल नहीं हो सकता। उसके मन को तैयार करिये। पिफ़र देखें कि बच्चा कैसे नहीं पढ़ता?