लेख

1

# मुँह पर अँगुली

अक्षय कुमार दीक्षित*

*कई शिक्षक साथियों का यह अनुभव है कि कक्षा में गतिविधियों के दौरान लड़के बढ़-चढ़कर भाग लेते हैं, वहीं लड़कियाँ चुप्पी सी साधे रहती हैं। इसका एक प्रमुख कारण घर-परिवार में भी उन्हें खुलकर बोलने, हँसने, खेलने की आज़ादी न मिलना है। लड़कियों को किसी भी कार्य को करने, गतिविधि में भाग लेने के समान अवसर दिए जाएँ, तो वे भी सक्रिय होकर कक्षा की हर गतिविधि में उत्साह से भाग लेंगी। कुछ ऐसे ही बच्चों को उजागर कर रहा है यह लेख।*

दृश्य 1: गाँव के मास्टर जी एक पेड़ के नीचे कुर्सी पर विराजमान हैं। सारे बच्चे अनुशासित रूप से कतारों में बैठे हैं। उनके कान मास्टर जी की बातों की ओर लगे हैं। एक अँगुली उनके मुँह पर लगी है। उन्हें किसी ने कहा नहीं है, लेकिन उनका अनुभव उन्हें सिखा चुका है कि "अच्छे बच्चे कैसे? ऐसे!!"

दृश्य 2: शहर का एक चमकदार स्कूल। मैडम कॉपी जाँच रही हैं। बच्चों की फुसफुसाहट जैसे ही उनके कानों पर पहुँची, उन्होंने ज़रा ऊँची आवाज़ में कहा, "चिल्ड्रन, फिंगर ओन योर लिप्स"।

इतना सुनते ही सभी बच्चों के हाथ अपने आप उठे और उनकी अँगुलियों ने उनके होठों पर एक ताला-सा लगा दिया।

इन दोनों स्थितियों में आपको समानता नज़र आ गयी होगी। परंपरागत रूप से हमारे देश में चुप्पी को अनुशासन और अच्छे संस्कारों का प्रतीक मान लिया गया है। लेकिन इस छद्म अनुशासन का स्कूल में जाने वाली जमात पर कितना गंभीर असर होता है, इस बात पर गौर करने की फुर्सत शायद किसी को नहीं है। आइए, आज थोड़ा समय निकालकर इस चुप्पी के पीछे छिपी सच्चाई से रू-ब-रू होने की कोशिश करते हैं। साथ ही यह भी समझने की कोशिश करते हैं कि कक्षा में कुछ बच्चे, खासतौर से बालिकाएँ, क्यों अपनी जुबां पर ताला लगा लेती हैं। इन कारणों की पहचान करने के बाद ही तो हम इनको दूर करने के प्रयास कर सकेंगे।

* *शिक्षक*, नगर निगम प्राथमिक विद्यालय, राजपुर, नयी दिल्ली

## कक्षा में चुप रहने के कारण–

> *एक बार मैं एक कन्या विद्यालय में गया। चालीस से पचास छात्राओं की कक्षा में उनके अध्यापक से मैंने पूछा, "इतनी सारी छात्रों को कैसे सँभाल लेते हैं आप?"*
>
> *वे बोले, "इसमें क्या है? एक तो ये लड़कियाँ हैं, ज़रा-सी आँखें दिखाई या एकाध को हाथ जमाया कि बस, चुप। फिर क्या मजाल की पूरी कक्षा में कोई गड़बड़ या चूँ-चाँ करें।"*
>
> *"लेकिन यह तो भय वाली व्यवस्था हुई" मैंने कहा।*
>
> *"पर यूँ डर ना दिखाएँ तो काम कैसे चले" अध्यापक जी बोले।*
>
> *गिजुभाई, प्रसिद्ध शिक्षक,*
> *पुस्तक "शिक्षक हों तो" से*

## सामाजिक प्रशिक्षण, परंपराएँ, घर का माहौल

ज़्यादातर बच्चे जन्म के तुरंत बाद आवाज़ों से अपनी उपस्थिति दर्ज करवाना शुरू कर देते हैं और जैसे-जैसे बड़े होते जाते हैं, उनकी मुखरता बढ़ती जाती है... आप में से ज़्यादातर पाठक इस कथन से शत-प्रतिशत सहमत होंगे। है न? लेकिन यह कथन तसवीर का केवल एक पहलू है।

समाज के कई वर्गों को जन्म से ही चुप रहने का प्रशिक्षण देना प्रारंभ कर दिया जाता है। चाहे वह निर्धन वर्ग हो, सामाजिक रूप से वंचित वर्ग हो या हमारी आधी आबादी, यानी महिलाएँ जन्म से ही इन वर्गों को यह सिखाया जाने लगता है कि ऊँची आवाज़ में बात करना अच्छी बात नहीं है। धीरे-धीरे इस नियम का दायरा इतना अधिक विस्तृत हो जाता है कि यह वर्ग अपने अधिकारों के बारे में आवाज़ उठाना भी भूल-सा जाता है। इस काम में घर का माहौल भी साथ देता है। कई घरों में लड़कियों को इतने अधिक कठोर नियंत्रण में रखा जाता है कि वे खुद को हमेशा के लिए एक अदृश्य पिंजरे में बंद कर लेती हैं और उनकी आवाज़ भी हमेशा के लिए उस पिंजरे में कैद होकर रह जाती है। जब इस वर्ग के बच्चे स्कूल पहुँचते हैं, तब तक उनकी बोलने और खुद को अभिव्यक्त करने की इच्छा खो चुकी होती है। हाल ही के एक अध्ययन से पता चला है कि लड़के कक्षा में लड़कियों के मुकाबले नौ गुना ज़्यादा बोलते हैं। केवल भारत में ही नहीं लेकिन कमोवेश हर देश में लड़कियों की यही स्थिति है। इसलिए यहाँ भी हम मुख्य रूप से मौन लड़कियों को ही संबोधित करेंगे।

## सार्वजनिक रूप से बोलने में झिझक

कई दफा बच्चे कक्षा में इसलिए भी नहीं बोल पाते क्योंकि उनमें सबके सामने बोलने में हिचकिचाहट होती है। यह हिचकिचाहट भी लड़कियों में ज़्यादा होती है। इसका कारण भी सामाजिक व्यवहार की जड़ों में ही कहीं छिपा है। जब उन्हें ज़रा-सा बोलने पर झिड़क दिया जाता हो, उनकी हर बात को गलत ठहरा दिया जाता हो, उनकी बातों को सदा ही अनसुना कर दिया जाता हो, तो मन में यह धारणा बनने

लगती है कि "मैं तो हमेशा गलत ही बोलती हूँ... मेरी बात महत्वहीन है..." इस भ्रांति के कारण बच्चे के मन में किसी के सामने बोलने का साहस ही समाप्त हो जाता है।

## कक्षा का वातावरण

कक्षा का वातावरण भी बच्चों को बोलने या चुप रहने के लिए "मजबूर" कर देता है। जिस कक्षा में बच्चों को बोलने के अनेक अवसर दिए जाते हैं, उनकी बातों को सुना जाता है, उनकी बातों का सम्मान किया जाता है, उस कक्षा में बच्चे धीरे-धीरे बिना किसी डर के अपनी बातों को, अपने राज़ों को, अपनी कल्पनाओं को और अपने अनुभवों को बताना शुरू कर देते हैं। यदि कक्षा में बच्चों को बोलने के अवसर ही कठिनाई से मिल पाते हैं, तो उनसे कुछ सुन पाने की आशा करना ही व्यर्थ है।

## माँ भी तो करती

एक बार मेरी कक्षा में एक छोटी-सी बच्ची ने उल्टी कर दी। मैं एक बच्चे को कुछ समझा रहा था। मैंने एक दूसरे बच्चे से कह दिया, "बेटा, ज़रा अलमारी में से कपड़ा लेकर साफ कर दे।" मेरी कक्षा में कोई काम छोटा-बड़ा या मेरा-तेरा तो होता नहीं था। सारे काम मैं और बच्चे मिलजुल कर किया करते थे। पर पहली बार मैंने महसूस किया कि जिसे मैंने कहा था, उसे उल्टी साफ करने में झिझक हो रही है। मैंने एक सेकंड भी नहीं लगाया, उठा, कपड़ा लिया और ज़मीन पर पड़ी उल्टी को साफ कर दिया। जब मैं यह कर रहा था, मेरे कानों में दो बच्चों की आवाज़ सुनाई दी। "अरे, सर जी साफ कर रहे हैं।" एक बच्चे ने फुसफुसाकर दूसरे से कहा। दूसरे ने जवाब दिया, "तो क्या हुआ? मम्मी होती तो क्या वो नहीं करती?"

*संस्मरण*

## शिक्षक का व्यवहार

कक्षा में शिक्षक का व्यवहार ही कक्षा के शैक्षिक, सामाजिक और भावात्मक वातावरण का रूप निर्धारित करता है। यदि शिक्षक बच्चों के साथ प्रेमपूर्वक व्यवहार करता है, उनकी बातों को धैर्य से सुनता है, उनके गलत उत्तरों पर भी उनका अपमान नहीं करता, तो बच्चों और शिक्षक के बीच विश्वास का बंधन मजबूत होने लगता है। ऐसी कक्षाओं में बच्चे खुलकर स्वयं को अभिव्यक्त कर पाते हैं। कई बार शिक्षक को पता ही नहीं होता कि वह लड़कियों के साथ भेदभाव कर रहे हैं। उदाहरण के लिए, एक कक्षा में पाया गया कि शिक्षिका जी लड़कों को तो नाम से बुलाती थीं लेकिन लड़कियों को नहीं। उदाहरण के लिए, वे कहतीं, "पंकज, चुप हो जाओ" और "लड़कियों, चुप हो जाओ!" वे लड़कों की बात को समर्थन देने के लिए उसे दोहरातीं, लेकिन लड़कियों की बात सही होने पर भी उसे नहीं दोहराती। लड़कों के उत्तरों को वे विस्तार दे देती हैं जो कि इस बात का संकेत है कि उन्हें उत्तर पसंद आया लेकिन लड़कियों के उत्तरों को वे सिर्फ "ठीक है" कह देती हैं। वे अनजाने में लड़कों

को उत्तर देने के लिए अधिक समय देती हैं, वे तुरंत बोल पड़ते हैं तो उन्हें आपत्ति नहीं होती लेकिन लड़कियों को कहती हैं "अपनी बारी पर बोलो" या "पहले हाथ खड़े करो"।

कभी-कभी टीचर केवल उन लड़कों से प्रश्न पूछती है जो उनके उत्तर जल्दी से दे सकते हों, ताकि पाठ के प्रवाह में रुकावट ना आए। उन्हें लगता है कि अगर वह उन लड़कियों (या लड़कों) से पूछेगी जो बहुत सोचेंगे या जल्दी से उत्तर नहीं देते तो नाहक ही समय खराब होगा। कभी-कभी वे अत्यधिक शरारती, सक्रिय या काम ना करने वाले बच्चे को किसी लड़की के साथ बिठा देती हैं। उन्हें लगता है कि यह कक्षा प्रबंध का एक सुंदर नमूना है। वे इसमें छिपे लैंगिक भेदभाव को नहीं देख पातीं। सच्चाई यह है कि वे इस कार्य द्वारा लड़कियों से जो सामाजिक अपेक्षाएँ रखी जाती हैं, उन पर अपनी मोहर लगा रही होती हैं।

## अति उत्साही बच्चों का प्रभुत्व

हर कक्षा में कुछ अति-मुखर बच्चे होते हैं। ज़्यादातर लड़के टीचर का ध्यान जल्दी आकर्षित कर लेते हैं। वे अपनी सीटों से उछल पड़ते हैं, तुरंत हाथ खड़े कर देते हैं, शोर मचाते हैं और टीचर से पहले मौका देने के लिए निवेदन करते हैं। अध्यापक के हर प्रश्न का उत्तर सबसे पहले वही देना चाहते हैं, भले ही उन्हें पता हो या ना हो। अध्यापिका की हर बात का जवाब उन्हें ही देना होता है। वे अपनी बात पूरे उत्साह और आत्मविश्वास से कहते हैं। धीरे-धीरे टीचर भी उन्हीं बच्चों से प्रतिक्रिया की अपेक्षा करने लगते हैं और उन्हें ही संबोधित करते हुए सवाल करने लगते हैं। वे इस ओर ध्यान नहीं दे पाते कि ऐसे बच्चे उन बच्चों के अवसर और समय को एक तरह से हज़म कर दे रहे हैं जो अपनी बात कहना तो चाहते हैं लेकिन तब ही कह सकेंगे जब तसल्ली से उनसे पूछा जाएगा।

दूसरी ओर लड़कियाँ ज़्यादातर शांति से हाथ खड़े किए रहती हैं और जब उन पर ध्यान नहीं दिया जाता तो जल्दी ही हाथ नीचे भी कर लेती हैं। अगर कभी टीचर उनसे कुछ पूछ भी लेती हैं तो वे सकुचाते हुए, सहमते हुए धीमे से कुछ कह भर देती हैं। अति-उत्साही लड़के ऐसी लड़कियों के लिए तो वरदान होते हैं जो अध्यापक के कुछ पूछते ही अपने से आगे वाले बच्चों के सिरों के पीछे छिप जाती हैं ताकि उन्हें कुछ बोलना न पड़े।

## ऊब

बच्चे उस विषय पर बोलना पसंद करते हैं जो विषय उनकी ज़िंदगी और पसंद से जुड़ा हो। यदि कक्षा में बच्चों को ऊब हो रही हो या नीरस तरीकों से पढ़ाई हो रही हो तो उनमें उदासीनता-सी आ जाती है।

> मेरी शाला में बच्चे मेरे गले में ना झूलते हों या मेरे दोस्त बनकर मेरे आगे-पीछे ना चलते हों तो यह चलेगा, पर अगर वे मुझसे दूर-दूर भागते हों और मुझे देखकर डरते हों तो यह नहीं चलेगा।
>
> गिजुभाई, प्रसिद्ध अध्यापक

## डर

डर कई तरह के हो सकते हैं। जब बच्चों को पूछे गए सवाल का उत्तर नहीं पता होता है, तो वह डाँट या अपमान के डर से चुप रहना पसंद करता है। कई बार बच्चे केवल इसलिए चुप रहते हैं कि सबके सामने उनकी बेइज़्ज़ती न हो जाए। डर की यह भावना लड़कियों में अधिक होती है। इसका कारण भी वही है जिसका ज़िक्र पहले किया जा चुका है, यानी कि लड़कों को प्राथमिकता दिया जाना और लड़कियों की उपेक्षा किया जाना।

## शर्मीलापन

कई बच्चे, विशेषकर लड़कियाँ, स्वभाव से ही अंतर्मुखी होती हैं। वे अपने स्वभाव के कारण ही चुप रहती हैं जब तक कि कोई बहुत बड़ी मजबूरी ना हो। वे केवल शिक्षक की उपस्थिति में ही नहीं बल्कि घर या अपनी सहेलियों के बीच भी कम बोलती हैं। लड़कियाँ अपनी क्षमताओं को कम करके आँकती हैं। वे जोखिम उठाने से भी झिझकती हैं। नतीजा यह होता है कि जहाँ लड़के अनुमान लगाकर पहल कर लेते हैं वही लड़कियाँ अपनी सीटों पर चुपचाप बैठी रहती हैं।

## चकमा देने का तरीका

कुछ बच्चे बहुत चतुर होते हैं। वे चुप्पी को एक औज़ार की तरह प्रयोग में लाते हैं। उन्हें पता होता है कि शिक्षक उनसे एक बार पूछेगा, दो बार पूछेगा, फिर थक-हारकर अपने आप सही उत्तर बता देगा। इसलिए वे कुछ पूछे जाने पर बस टुकुर-टुकुर टीचर की ओर ताकते रहते हैं। उनकी चुप्पी उन्हें सोचने तक से बचा लेती है।

## बचाव का तरीका

सरिता ने किसी बात पर नाराज़ होकर अपने साथ बैठी लड़की की कॉपी उठाकर फाड़ दी। लड़की ने सविता की शिकायत मैडम से की। मैडम ने सरिता को बुलाकर पूछा। सविता चुप खड़ी रही। मैडम ने कई बार उसे अपना पक्ष रखने का मौका दिया। सरिता ने एक शब्द नहीं कहा। हारकर मैडम ने कहा, “कल अपनी मम्मी को बुलाकर लाना।

चुप्पी बच्चों के बचाव का भी तरीका होती है। बच्चे अपनी गलती और कमी स्वीकार करने से बचने के लिए चुप्पी को हथियार बना लेते हैं। उन्हें पता होता है कि वे कुछ कहें या न कहें, उनकी गलती छुपने वाली नहीं है। बल्कि वे तो ये भी समझ जाते हैं कि यदि उन्होंने कुछ बोला तो मामला और बिगड़ सकता है। इसलिए वे चुप ही रहते हैं।

हम गणित के सवाल कर रहे थे। मैं खुद को दाद दे रहा था कि मैं रूथ को सीधे-सीधे उत्तर बताने के बजाय सवाल-दर-सवाल पूछकर उसे सोचने पर मजबूर कर रहा हूँ। इसमें काफी समय लग रहा था। मेरे हर सवाल के जवाब में वह चुप्पी साधे रही, न कुछ बोली, न कुछ किया। मुझे घूरती रही। मैं हर बार अपने सवालों को आसान करता चल रहा था। वह तब तक चुप्पी साधे बैठी

रहती जब तक मैं एक आसान सवाल तक न पहुँच जाता। ऐसा मैं इसलिए कर रहा था ताकि वह बेझिझक उत्तर दे सके। अचानक मैंने गौर किया कि वह तनिक भी सोच नहीं रही थी। वह मेरी सहनशक्ति जाँच रही थी और उस प्रश्न का इंतजार कर रही थी जिसका उत्तर देना आसान हो। मैं चौंका! सोचा, लो, इसने तो मुझे ही फँसा दिया।

*जॉन होल्ट, पुस्तक "बच्चे असफल कैसे होते हैं" से*

## झूठ बोलने से परहेज़

सारे बच्चे ब्लैकबोर्ड से काम उतार रहे हैं, लेकिन मीरा बस कॉपी खोले बैठी है। मैडम ने इस बात को देख लिया। मीरा को बुलाया और लगभग डाँटते हुए पूछा, "काम क्यों नहीं कर रही थी?" मीरा ने मौन धारण कर लिया। उसे समझ में नहीं आ रहा था वह क्या बोले। वह सोच रही थी, "अगर मैंने बता दिया कि मैं पेंसिल नहीं लायी हूँ तो मैडम और ज़्यादा नाराज़ होंगी। मैडम इतनी अच्छी हैं... उनसे झूठमूठ कोई बात कैसे बोलूँ।"

मीरा की तरह कई बार बच्चे इसलिए भी चुप रहते हैं क्योंकि वे अपने टीचर से झूठ नहीं बोलना चाहते। कई बार उनके पास कोई जवाब होता ही नहीं। यदि बच्चे से कोई भूल हो जाती है तो उसे उस भूल का अच्छी तरह अहसास होता है। जब उसका टीचर उससे गलती स्वीकार करने की उम्मीद करता है तो एक ओर तो बच्चे का मन गलती स्वीकार करने से रोकने की पूरी कोशिश करता है, दूसरी ओर झूठ बोलने की गलती करने की अनुमति भी नहीं देता। नतीजा ये होता है कि वह चुप्पी को ओढ़ लेता है।

## भाषा

कई बच्चों के घर की भाषा उनके स्कूल की भाषा से काफी अलग होती है। ऐसी स्थिति में बच्चे कक्षा में बोलने में झिझक महसूस करते हैं। उन्हें लगता है कि वे कुछ कहेंगे तो उसे समझा नहीं जाएगा या उसका मज़ाक उड़ाया जाएगा।

## डिस्लेक्सिया या अन्य कारण

कुछ बच्चों को बोलने में कोई शारीरिक दिक्कत होती है। हकलाहट या कोई अन्य परेशानी के कारण वे स्पष्ट या तुरंत प्रतिक्रियाएँ नहीं दे पाते। डिस्लेक्सिया भी एक ऐसी समस्या है जिसके कारण बच्चों को बोलकर खुद को अभिव्यक्त करने में परेशानी होती है।

## बोलने की ज़रूरत

आपने अब तक उन कारणों की पहचान कर ली है जिनके कारण बच्चे कक्षा में मौन धारण कर लेते हैं। लेकिन हो सकता है कि आपके मन में यह सवाल उठ रहा हो कि अगर कुछ बच्चे मौन रहते भी हैं तो आखिर फ़र्क क्या पड़ता है।

बहुत फ़र्क पड़ता है। कक्षा में बोलने या न बोलने से बच्चे की उस बुनियाद पर फ़र्क पड़ता है जिस बुनियाद पर उसके जीवन भर की इमारत खड़ी होगी।

बोलने से बच्चों की मौखिक अभिव्यक्ति का विकास होता है। वे अपने विचारों को सुगठित रूप से व्यक्त करना सीखते हैं। उनका शब्द–भंडार बढ़ता है। चूँकि लिखित अभिव्यक्ति भी मौखिक अभिव्यक्ति पर निर्भर करती है, इसलिए खुलकर बोलने से बच्चों की लिखित अभिव्यक्ति भी मज़बूत होती है।

जो बच्चे कक्षा में खुलकर बोलते हैं, उनकी भाषा का विकास बेहतर तो होता ही है, उनमें आत्मविश्वास का भी विकास होता है। यह आत्मविश्वास जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में बच्चे के काम आता है।

आत्मविश्वासपूर्वक बोलने से बच्चों में सामाजिक कुशलताओं का भी विकास होता है। वे समूह में अपनी बात को ठोस तर्कों और उदाहरणों द्वारा सिद्ध करना प्रारंभ कर देते हैं। साथ ही साथ दूसरों के विचारों और तर्कों का सम्मान करने का भी प्रशिक्षण इसी स्तर से आरंभ हो जाता है।

लड़कियों के लिए तो कक्षा में बोलना सबसे ज़्यादा ज़रूरी है। अपमानजनक स्थितियों या खतरनाक हालातों का विरोध करने के लिए उनमें खुलकर बोलने की क्षमता अवश्य होनी चाहिए। वे ही लड़कियाँ अन्याय के खिलाफ आवाज़ उठा सकेंगी, जिन्हें आवाज़ उठानी आती होगी। ऐसे समाज में जिसमें कन्याओं की चुप्पी को उनका आभूषण माना जाता है, आवाज़ उठाने का साहस देने का कार्य विद्यालय ही कर सकते हैं। जो बच्ची कक्षा में खड़े होकर यह नहीं बता सकती कि “मुझे समझ में नहीं आ रहा कि संज्ञा और सर्वनाम में क्या अंतर है” वह कभी यह भी नहीं बता सकेगी कि जीवन के किसी क्षेत्र में उसका शोषण किया जा रहा है।

कई बार ऐसी स्थिति भी होती है कि लड़कियाँ कोई मुसीबत होने या अन्याय की आशंका होने के बावजूद सहायता के लिए किसी को आवाज़ तक नहीं लगा पातीं। जो कन्याएँ खुलकर स्वयं को अभिव्यक्त करना प्रारंभ कर चुकी होंगी, वे ज़रूरत पड़ने पर मदद के लिए पुकार भी सकेंगी। इसलिए कक्षा में यदि किसी कन्या ने स्वयं को मौन के पिंजरे में कैद किया हुआ है तो उस पिंजरे को तोड़ना बहुत ज़रूरी है।

शुरुआत से ही कक्षा में लड़कों को अधिक अवसर दिए जाने से लड़कियों के मन में अपने अधिकारों को चुपचाप समर्पित करने की प्रवृति जन्म लेने लगती है। यही प्रवृति बड़े होने के बाद घर या कार्यालयों में भी उनके व्यवहार को दबा–दबा सा रखती है।

एक शिक्षक के रूप में हमारा कर्त्तव्य है कि हम अपने सभी विद्यार्थियों में कौशलों के विकास में सहायता प्रदान करें। इस दुनिया में सफलता पाने के लिए खुद को मौलिक और उत्साह से अभिव्यक्त करना बहुत ज़रूरी है। इसकी शुरुआत पहली कक्षा से ही हो जाती है।

लड़कियों के जीवन में कई अवसर ऐसे आते हैं जब उन्हें साफ–साफ “नहीं” कहने की ज़रूरत पड़ती है। यदि कोई लड़की ऐसे मौके पर “नहीं” कहने में हिचकिचा जाती है तो उसका गंभीर परिणाम भी हो सकता है।

"नहीं" कहने की हिम्मत और आत्मविश्वास उसी लड़की में आ सकता है जिसे शुरू से आवाज़ बुलंद करने के लिए प्रेरित किया गया हो।

## बोलने के लिए प्रेरित करने के तरीके–

आइए, अब उन तरीकों को मिलकर खोजने का प्रयास करें जिनके ज़रिये हम कक्षा के मौन और जेंडर के आधार पर होने वाले अदृश्य भेदभाव को समाप्त कर सकते हैं।

सीखने-सिखाने की प्रक्रिया में क्रियाकलापों का विशेष महत्त्व रहता है। क्रियाकलापों के आयोजन में भी विशेष सावधानी रखने की ज़रूरत होती है।

क्रियाकलापों में लड़कियों और लड़कों को समान रूप से अवसर मिलने चाहिए। कई बार अनजाने में हम कार्यों का जेंडर के आधार पर विभाजन कर देते हैं। जिन कामों में शारीरिक बल की ज़रूरत हो, वे लड़कों को दे दिए जाते हैं। जिन कामों में सुंदरता और कमनीयता की ज़रूरत हो, वे लड़कियों के माने जाते है। खेलों या प्रतियोगिताओं की टोलियाँ बनाते समय ध्यान रखना चाहिए कि जेंडर के आधार पर टोलियाँ न बनाएँ क्योंकि ऐसा करने पर हार-जीत पर जेंडर का असर ज़रूर पड़ेगा।

कक्षा में लड़कियों और लड़कों के बैठने के तरीकों में भेदभाव नहीं होना चाहिए। आमतौर पर आगे की सीटों पर और बीच की लाइनों पर टीचर का ध्यान रहता है। अगर लड़कियाँ पीछे और किनारों पर बैठती हैं तो उन पर स्वाभाविक रूप से कम ध्यान जाएगा। इसलिए कक्षा में कोई ऐसी व्यवस्था बनानी चाहिए कि हर बच्चे की सीट बदलती रहे। साथ ही, यदि शिक्षक भी कक्षा में गतिशील रहे तो वह पीछे या कोने में बैठे बच्चे तक पहुँच सकता है।

टोली शिक्षण में या पीअर ग्रुप लर्निंग में बच्चों को अपनी टोली बनाने की छूट नहीं देनी चाहिए क्योंकि यदि ऐसा करेंगे तो ज़्यादातर लड़के लड़कों की ही सहायता करेंगे और लड़कियाँ भी लड़कियों की ही सहायता करेंगी। शिक्षक को प्रत्येक बच्चे से आँख मिलाकर बात करनी चाहिए। इससे उन्हें यह अनुभव हो सकेगा कि शिक्षक को उसकी बात में रुचि है।

यदि कोई लड़की बहुत चुप रहती है तो शिक्षक को उसके माता-पिता से ज़रूर बात करनी चाहिए। कई माता-पिता को यह एहसास तक नहीं होता कि उनका व्यवहार लड़कियों के जीवन के लिए कितना घातक हो सकता है। इससे शिक्षक को मौन के कारणों की पहचान करने में सहायता मिलेगी और वह अभिभावकों के साथ मिलकर इस चुप्पी को तोड़ने के लिए काम कर सकता है।

कक्षा व्यवस्था और प्रबंध की छोटी-छोटी बातों का ख्याल रखकर लड़कियों और लड़कों को समान रूप से बोलने के अवसर दिए जा सकते हैं। उदाहरण के लिए कई बार शिक्षक कहते हैं, "मैं एक प्रश्न पूछूँगा, जिसे उत्तर पता हो वे हाथ खड़े करें।" इस तरीके में आमतौर पर अति-उत्साही लड़कों की ही बारी आती है। इसलिए हाथ खड़े करवाने की ये परंपरा बंद कर दें। इसके बदले बच्चों के नामों की पर्चियाँ बना सकते हैं। कोई भी पर्ची उठाकर

उस बच्चे से सवाल करें। इससे सभी को बराबर मौके मिल सकेंगे।

## खुशी कैसे चिल्लाई

आज एक छोटी सी लड़की खुशी को मैंने क्लास में चिल्लाने के लिए कहा, क्योंकि उसके गले से आवाज़ ही नहीं निकलती। वह नहीं चिल्ला सकी वह उतनी ही आवाज़ में चिल्लाने की एक्टिंग कर रही थी जितनी आवाज़ में वह अपनी सहेली के कान में कुछ कहती होगी। यह हालत केवल उस लड़की की नहीं है। हमारे समाज में शुरू से कुछ लोगों को, जिनमें ज़्यादातर लड़कियाँ होती हैं, चुप रहना और आवाज़ नीची करके बोलने की शिक्षा दी जाती है। शीघ्र ही यह आवाज़ दबाने और जुल्मों को भी चुपचाप सहते जाने का ज़रिया बन जाती हैं। मैंने उस लड़की को बाहर भेज दिया। कहा, "अब चिल्ला के मुझे बुलाओ। मुझ तक आवाज़ आनी चाहिए।"

उसने धीमी–सी कोशिश की। अब मैंने फिर कहा, "अब सब से पीछे वाली लड़की से कुछ कहो। उस तक तुम्हारी आवाज़ पहुचँनी चाहिए। उसने फिर फुसफुसाती–सी कोशिश की। अबकी बार मैंने उसका पैर ज़ोर से पकड़ लिया और कहा, "अगर तुम्हारा पैर कहीं फँस गया या किसी कुत्ते ने पकड़ लिया तो क्या करोगी?"

उसने धीरे से कहा, "मम्मी को बुलाऊँगी।"

मैंने कहा, "तो अब अपनी मम्मी को मदद के लिए बुलाओ, चिल्लाकर।"

विश्वास कीजिए, वह अब भी उतनी ही धीमी आवाज़ में चिल्ला रही थी। जो कुत्ते से बचने के लिए नहीं चिल्ला सकती, वह कुत्ते से बदत्तर जानवर से बचने के लिए क्या कर सकेगी।

माहौल को हल्का करने और उसे विश्वास में लेने के लिए मैंने हँसते हुए कहा, "इस आवाज़ में तो मम्मी टीवी देखती रहेंगी, बचाने नहीं आएगी।"

सब हँस पड़े।

फिर मैंने बच्चों से पूछा, "कौन लड़की सबसे तेज़ चिल्ला सकती है?"

एक लड़की रूबी ने सबसे पहले हाथ खड़ा किया और सचमुच काफी तेज़ चिल्लाई मैंने खुशी से कहा, "अब तुम्हें इनसे तेज़ चिल्लाना है।"

थोड़ा असर हुआ। उसके गले से आवाज़ निकली। बेचारे लड़के चिल्लाने का मौका पाने के लिए अपनी सीट पर मचल रहे थे। पर अबकी बार भी मैंने क्लास की सारी लड़कियों को चिल्लाने को कहा। सचमुच सबके चेहरे खिल गए और क्लास लड़कियों की आवाज़ से हिल गयी। उनमें खुशी की आवाज़ भी शमिल थी। अब मैंने खुशी को अकेले चिल्लाने को कहा, अब तक वह समझ गयी थी कि चिल्लाना कोई बुरी बात नहीं है, बल्कि मज़ेदार है। आखिरकार वह इतनी ऊँची आवाज़ में चिल्लाई कि मज़ा आ गया। आप सोच रहे होंगे कि बेचारे लड़कों को मौका मिला या नहीं। मिला, उनको भी मौका मिला और वे भी खूब चिल्लाए।

***संस्मरण***

प्रश्न पूछने और उत्तर पाने के बाद कुछ सेकंड इंतजार करें। इससे आपको उचित प्रतिक्रिया देने का समय मिलेगा और आप पूर्वाग्रहों में हटकर सभी बच्चों को समान भाव से प्रतिक्रिया दे सकेंगे। जो लड़कियाँ इतना ख्याल रखने के बाद भी बिल्कुल खामोश रहती हैं, उनकी चुप्पी तोड़ने के लिए उन पर विशेष ध्यान देना होगा।

इस लेख में जब आप मौन कारणों को पढ़ रहे थे, उसी समय आपके मन में उन उपायों की सूची भी बन रही होगी जिनके द्वारा उन कारणों को समाप्त किया जा सकता है। सही कहा न हमने? आप उन उपायों की सूची हमें एक पत्र में लिख भेजिए। हम आपके नाम के साथ उसे अवश्य प्रकाशित करेंगे।