सन्दर्भः राष्ट्रिय बालदिवस २०७१

"बालबालिकाका कुरा सुनौः बालदूर्व्यवहार अन्त्य गरौं"

बालबालिकालाई दिइने
सजाय र केही विकल्पहरु

सचेतना पुस्तिका

नेपाल सरकार

महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालय

केन्द्रीय बालकल्याण समिति

हरिहरभवन, ललितपुर

बालबालिकालाई दिइने
सजाय र केही विकल्पहरू

लेखन/संयोजन : तारक धिताल

कभर/सेटिङ : भूषण कपाली

प्रकाशन : ५००० प्रति, भदौ, २०७१

प्रकाशक : केन्द्रीय बालकल्याण समिति
हरिहरभवन, ललितपुर

टेलिफोन नं : ५०१००४५/४६, फ्याक्स नं.: ९७७-१-५५२७५९१

मुद्रक : देवी प्रिण्टिङ्ग प्रेस

शुभकामना

राष्ट्रिय बालदिवस, २०७१ को शुभअवसरमा सबै बालबालिकाको उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछु । बालबालिकाको प्रगतिका निम्ति वयस्कहरूको भूमिका अति महत्वपूर्ण हुन्छ । बाल्यकालमा हामीले कस्तो वातावरण दियौं र व्यवहार कस्तो गऱ्यौं भन्ने कुरामा बालबालिकाको चौतर्फी विकासमा आधारित रहेको हुन्छ । बालबालिका प्रति सबैले असल व्यवहार गर्न सकेमा मात्र उनीहरूले पनि असल कुरा सिक्न सक्दछन् ।

यस वर्षको बालदिवस "बालबालिकाका कुरा सुनौंः बालदुर्व्यवहार अन्त्य गरौं" भन्ने मूल नारा अन्तर्गत खास गरी अनुशासनमा राख्ने नाममा बालबालिकालाई दिइने गरेको शारीरिक मानसिक सजाय, अमर्यादित व्यवहारका विरूद्धमा राष्ट्रिय अभियान सञ्चालन गर्ने उद्घोषका साथ मनाइदैंछ । बालबालिका प्रति दुर्व्यवहार गर्नु बालअधिकारको उल्लंघन हो, कानून विपरीतको कार्य हो ।

बालबालिकासँग कसरी राम्रो व्यवहार गर्ने भन्ने बारेमा अभिभावक शिक्षक लगायत सबै सचेत हुन अति आवश्यक छ । यसै आवश्यकतालाई महसुस गरी बालअधिकारको क्षेत्रमा अढाई दशक लामो अनुभवव संगाल्नु भएका हाल केन्द्रीय बालकल्याण समितिका कार्यकारी निर्देशक श्री तारक धितालले आफ्नो पूर्व प्रकाशनबाट सम्पादित र परिमार्जित केही अंशहरूलाई समेटेर यो "बालबालिकालाई दिइने सजाय र केही विकल्पहरू" सचेतना पुस्तिका तयार गर्नु भई बालबालिकालाई दिइने शारीरिक मानसिक सजाय विरूद्धको राष्ट्रिय अभियानको एक सन्दर्भ सामग्रीका रूपमा प्रकाशित गर्न पाएकोमा खुशी लागेको छ । यसमा समेटिएका व्यवहारिक पक्षहरूले बालबालिका प्रति हामीले गर्दै आएका धेरै क्रियाकलापहरूको भ्रम हटाउन र व्यवहार परिवर्तन गर्न सघाउ पुग्ने छ भन्ने कुरामा म विश्वस्त छु । यो सचेतना पुस्तिका सबैका लागि सहयोगी बन्नेछ । यसले औंल्याएका कुराहरूको व्यवहारीक कार्यान्वयनमा जोड दिन म सबैलाई आग्रह गर्दछु । अन्तमा, बालबालिकाको उच्चतम हितका लागि हामी सबैले हाम्रा व्यवहारहरूलाई सकारात्मक बनाउँदै लैजान सकौं भन्ने कामना गर्दछु ।

डिल्लीराम गिरी

अध्यक्ष

केन्द्रीय बालकल्याण समितिका

पुस्तिका बारे

राष्ट्रिय बालदिवस २०७१ लाई “**बालबालिकाका कुरा सुनौः बालदूर्व्यवहार अन्त्य गरौं**” भन्ने मूल नारा अन्तर्गत **बालबालिका माथि हुने शारीरिक र मानसिक दूर्व्यवहारको अन्त्य**का लागि केन्द्रीत भएर मनाउने निर्णय भए अनुरुप सो सम्बन्धी एक सन्दर्भ सामग्रीका रुपमा यो पुस्तिका प्रकाशित गरिएको हो । बालबालिकाका लागि अनुशासन, सजाय र विकल्पहरुका बारेमा केही व्यवहारीक पक्षहरुमा स्पष्टता ल्याउन सकिएमा राम्रै सोचेर गरिएको भनिने बालबालिका माथि हुने शारीरिक र मानसिक दूर्व्यवहारको अन्त्य गर्न सकिन्छ । बालबालिकाकै हितका निम्ति भनेर राम्रो मनसायले गरिएका कतिपय **वयस्कको दृष्टिकोणबाट सही ठानीएका कार्यहरु बालबालिकाका लागि भने असहज र नकारात्मक प्रभाव पार्ने हुन सक्दछन्** । तसर्थ बालबालिकाका निम्ति, बालबालिकासँगै गरिने कार्यहरु प्रति विशेष ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।

बालबालिकाको विकासमा विद्यालयको अत्यन्त महत्वपूर्ण र प्रभावकारी भूमिका रहेको कुरामा द्विविधा छैन । विद्यालय बालबालिकाको निम्ति भनेर खोलिएको हुन्छ र त्यहाँका सबै गतिविधि बालबालिकालाई नै राम्रो होस् भन्नका निम्ति गरिने गरिएको भनिन्छ । तर जानेर नजानेर विद्यालय भित्र भएका थुपै कृयाकलापहरु बालबालिकाको निम्ति मित्रवत् वा सुरक्षित नहुन सक्दछन् । विभिन्न कारणले सिक्ने र सिकाउने प्रक्रियामा बाधा आइरहेको हुन सक्दछ । अनुशासन पालना गर्ने गराउने प्रसङ्गमा बालबालिकालाई नकारात्मक प्रभाव पार्ने वा सुधार गर्ने नाममा झन् बिगार पुऱ्याइरहेको पनि हुन सक्दछ । अझ कठिन परिस्थितिमा रहेका वा समस्याग्रस्त बालबालिकाका विशेष आवश्यकताहरु वा उनीहरूको संवेदनाहरूको वेवास्ताले पीडित बालबालिका झन् पीडित भैरहेका पनि हुन सक्दछन् । कतिपय अवस्थामा न्युनतम भौतिक सामग्रीको अभावमा पनि बालबालिकाले कष्ट व्यहोर्न परिरहेको हुनसक्छ । तर भौतिक सम्पन्नता मात्रै पनि सबै कुरा भने हुन सक्दैन, उनीहरु प्रति गरिने व्यवहार अधिक महत्वपूर्ण हुन्छ ।

बालबालिकालाई शारीरिक मानसिक सजाय नदिई कसरी उनीहरुको अनपेक्षित वा गलत व्यवहारमा, क्रियाकलापमा सुधार ल्याउन सकिन्छ भन्नेबारेमा यस पुस्तिकामा केही चर्चा गर्ने प्रयत्न गरिएको छ । सुधारका निम्ति बालबालिकालाई दिइने सजाय भन्दा अन्य के विकल्पहरु हुनसक्छन् भन्नेबारेमा केही ध्यान दिनु पर्ने पक्षहरुलाई यहाँ समेटिएको छ । **थाहा पाउनु मात्रै**

ठूलो कुरा होइन, त्यो थाहा पाएको ज्ञानलाई व्यवहारमा परिणत गरिए पछि वा काममा लगाइए पछि मात्रै परिवर्तन हुन्छ । त्यसैले सानै कुरा किन नहोस्, त्यसलाई व्यवहारमा लागू गरिएमा मात्रै परिवर्तनको अनुभव हुनसक्छ । तसर्थ यसको **शुरुवात आजै देखि आफैबाट गर्न आवश्यक छ। सही काम गर्न गलत समय कहिल्यै हुँदैन ।**

यो पुस्तिका यसै पंक्तिकारद्वारा लेखन तथा संयोजन गरिएको सिविन नेपालबाट चौथो संस्करणका रुपमा २०६९मा प्रकाशित "बालसुलभ विद्यालय" पुस्तकका केही अंशहरुलाई सामान्य परिमार्जन, सम्पादन गरी तयार गरिएको हो । राम्रा र उपयोगी देखिएका कुराहरुलाई जति ब्यापक बनाउन सकिन्छ, उति नै चाँडो सकारात्मक परिवर्तनको अनुभव गर्न सकिन्छ भन्ने मान्यतानुरुप बालबालिकालाई दिइने शारीरिक मानसिक सजाय विरुद्धको अभियानमा एक सरल सन्दर्भ सामग्रीको आवस्यकतालाई महसुस गरी यो प्रकाशन गरिएको हो । छोटो छरितो होस् भनि अनुशासन, सजाय र विकल्पहरु संग सम्बन्धित केही विषयलाई मात्रै यहाँ संग्रह गरिएकोछ । बालबालिकाको क्षेत्रमा काम गरेको लामो अनुभव र शिक्षक विद्यार्थीहरुसँगको विभिन्न अन्तरकृयाहरु, तालिम कार्यशालाका प्रस्तुति समेतका मुलभूत कुराहरुलाई यसमा समेटिएको छ । यहाँ समावेश कतिपय कुराहरु विभिन्न सन्दर्भ सामग्रीबाट आवश्यक काँट छाँट र हाम्रो परिवेशमा सुहाउने गरी सान्दर्भिकीकरण सहित भावानुवाद गरिएका पनि छन् भने कतिपय कुराहरु अनुभव र सिकाइका आधारमा उल्लेख गरिएका छन् । यो नै सम्पूर्ण होइन, तर प्रारम्भ अवस्य हो भन्ने विश्वास गरिएको छ । सबैका ज्ञान र अनुभवबाट यस्ता कुराहरुमा परिमार्जन गर्दै जानु पर्छ । यो एउटा छलफल र प्रयोगको जमर्को हो, जसले विद्यालयलाई बालबालिका सुहाउँदो बनाउन सहयोग पुऱ्याउने छ र आत्म सम्मानका साथ सहज ढङ्गले बालबालिकाले सिक्ने, जान्ने अवसर पाउने छन् भन्ने आशा गरिएको छ । बालबालिकालाई दिइने सजाय भन्ने बित्तिकै विद्यालयलाई नै बढी आरोप लगाउने गरिएको पनि पाइन्छ, तर यो घर परिवार लगायत बालबालिका र वयस्कको उपस्थिति भएका सबै क्षेत्रसंग सम्बन्धित विषय हो । अतः यहाँ समेटीएका कुराहरुमा ध्यान दिनु अभिभावक लगायत सबै वयस्कहरुका लागि उपयोगी हुने विश्वास गरिएको छ । यस पुस्तिकाको तयारी तथा प्रकाशनका लागि सघाउनु हुने सबै मित्रहरुलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्दै यसलाई अझ बढी व्यवहारीक बनाउन सम्पूर्ण पाठक बृन्दको सुझाव र सिर्जनात्मक आलोचनाको सदैव स्वागत गर्दछु ।

तारक धिताल
कार्यकारी निर्देशक
केन्द्रीय बालकल्याण समिति

विषय सूची

विषय प्रवेश १

१. अनुशासन र सजाय ३

२. अनुशासन कायम र आत्मविश्वास ४

३. बालबालिकासँगको सञ्चार सम्बन्ध ८

३.१. सञ्चार के हो ? ८

३.२. बालबालिकासँगको सञ्चारमा बाधा पु¥याउने वयस्कहरुका केही व्यवहारहरु १०

३.३. बालबालिकाले किन कुरा गर्न सक्दैनन् ? १०

३.४. बालबालिकाले किन झूठो बोल्छन् ? ११

३.५. नबोल्ने बालबालिकासँग के गर्ने ? १२

४. बालबालिकालाई दिइने सजायबारे केही भ्रम र वास्तविकताहरु १३

५. बालबालिकाका अनपेक्षित स्वभाव परिवर्तनका लागि केही बैकल्पिक उपायहरु १९

५.१. अनपेक्षित स्वभाव देखिनु पछाडीका समस्याहरु १९

५.२. अनपेक्षित व्यवहारहरुमा परिवर्तन ल्याउन ध्यान दिनु पर्ने केही कुराहरु २०

५.३. आजैदेखि सुरु गर्न सकिने केही सामान्य कुराहरु २२

५.४. केही व्यवहारीक समस्या र विकल्प २७

६. राम्रो शिक्षकमा हुने केही गुणहरु २९

बालबालिका के चाहन्छन्

छलफल गर्न,
आफ्नो विचार प्रकट
गर्न चाहन्छन् ।

जिज्ञासु हुन्छन्, त्यसैले
अनुभव लिन अग्रसर
हुन चाहन्छन्

सहभागी हुन
चाहन्छन् ।

परिक्षण र
अनुसन्धान गर्न
चाहन्छन्

आफैले
प्रयोग गरेर सिक्न
चाहन्छन्

प्रशंसा र
प्रोत्साहन पाउन
चाहन्छन्

निर्णय लिने
प्रक्रियामा समावेश
हुन चाहन्छन् ।

जिम्मेवारी लिन
र बहन गर्न
चाहन्छन् ।

विषय प्रवेश

बालबालिका असल र अनुशासित होउन् भन्ने चाहना सबैको हुन्छ । अभिभावक हुन् या शिक्षक सबैले बालबालिकालाई उचित शिक्षा दीक्षाका साथ राम्रो वातावरणमा हुर्काउने चाहना हुन्छ । अभिभावकहरु आफ्ना बालबालिका शिक्षित होउन्, सुसंस्कृत होउन्, उनीहरुको चौतर्फी विकास होस् भन्ने नै चाहन्छन् र यसको एक प्रमुख माध्यमका रुपमा रहेको विद्यालय माथि भर गरिएको हुन्छ । विद्यालयसँग सम्बन्धित व्यक्तिहरु पनि त्यसैका लागि सघाउ पुऱ्याईरहेको बताउँछन् । तर कतिपय भनाई र गराईमा भने धेरै फरक रहन गएको पनि देखिन्छ । जानेर, नजानेर हो वा हेल्चेक्र्याँई वा दायित्वबोधको अभावले हो, बालबालिकाप्रति अभिभावकले गर्ने विभिन्न व्यवहार र विद्यालयको व्यवहार एवम् वातावरण बालबालिकालागि सजिलो, सुहाउँदो र उपयोगी नभई रहेको प्रशस्त देख्न, सुन्न पाईन्छ । बालबालिका स्वभावैले चन्चल हुन्छन्, नयाँ कुरा सिक्न बुझ्न चाहान्छन्, प्रयोग गर्न चाहन्छन्, उत्सुक हुन्छन्, सिको गर्न खोज्छन् र यीनै कारण उनीहरुबाट भएका **कतिपय क्रियाकलापहरु वयस्कका आँखाबाट सही नलाग्न सक्छन्, अनि उनीहरुलाई सही बाटोमा ल्याउने भनेर शारीरिक मानसिक सजाय दिने जस्ता गलत प्रक्रिया अपनाइ रहेको हुन सक्दछ ।**

बालबालिकाले जीवनको महत्वपूर्ण समय विद्यालयमा खर्चिन्छन् । विद्यालय जान नपाउने तथा नचाहने बालबालिकाको सन्दर्भ भने बेग्लै छ । विद्यालयबाट बालबालिकाले शिक्षामात्र नभई जीवनसम्बन्धी अन्य विविध ज्ञान सीप समेत प्राप्त गर्ने गर्दछन् । यदी विद्यालय बालमैत्री वा बालबालिकाको लागि सुहाउँदो भएन भने बालबालिकाको सिकाई कम हुने मात्रै नभई उनीहरुलाई विभिन्न नकारात्मक प्रभाव समेत पर्न जान्छ ।

बाल्यकाललाई मानव जीवनको सबैभन्दा महत्वपूर्ण, सम्वेदनशील र नाजुक अवस्थाको अवधिको रुपमा लिइन्छ । **बाल्यकालमा भोगेका, देखेका कुराहरुले मानिसको सम्पूर्ण जीवनलाई प्रभावित पारिरहेको हुन्छ ।** त्यसैले विद्यालयभित्र होस् वा घरपरिवार, समुदायमा बालबालिकाको निम्ति र बालबालिकाका साथमा गरिने सबै गतिविधिहरु उमेर, क्षमता र अवस्था अनुरुप बालबालिकाकालागि सुहाउँदो र सरल हुनु पर्दछ । तर कतिपय अवस्थामा हामीले जे भोगेका थियौं, त्यही दोहोऱ्याई रहेका पनि हुन सक्छौं । जसमा सुधारको खाँचो महसुस नभईरहेको पनि हुन सक्दछ । वयस्कहरुको दृष्टिमा सामान्य र मामुली

लाग्ने कुराहरु पनि बालबालिकाकालगि अत्यन्त महत्वपूर्ण र गम्भीर हुन सक्दछन् । **बालबालिका प्रति गरिने व्यवहार र हरेक गतिविधिहरुलाई बयस्कको पक्षबाट मात्रै नभई बालबालिकाका पक्षबाट पनि हेर्नु र महसुस गर्नु आवश्यक हुन्छ ।** बालबालिकाको उमेर, क्षमता, वर्तमान अवस्था र कतिपय सन्दर्भमा तिनीहरूको पृष्ठभूमी समेतका आधारमा प्रत्येक बालबालिकाको विशिष्ट आवश्यकतालाई ध्यान दिएर व्यवहार गर्न सकिएमा नै त्यो वढी प्रभावकारी हुन सक्दछ । सामान्यतयाः हामीले गरिआएका व्यवहारहरु हेर्ने हो भने कतिपय “वास्तविक सीमितता” र कतिपय “सिर्जित सीमितता” का आडमा बालबालिकाको प्राथमिकता तथा आवश्यकताहरुलाई यथोचित ध्यान नपुऱ्याईरहेका हुन सक्दछौं । अनुशासन कायम गर्ने बहनामा बालबालिकालाई सजाय दिने कुरालाई प्रायः विद्यालय सँग मात्रै जोडेर हेर्ने गरिन्छ । तर यो विद्यालय भित्रमात्रै सिमित नभई घरपरिवार, समुदाय, बालगृह लगायत सबैतिर जहाँ बालबालिका छन्, त्यहाँ हुने गरेको पाइन्छ । यस पुस्तिकामा बालबालिकाका अनपेक्षित व्यवहारहरुलाई कसरी शारीरिक मानसिक सजाय नदिई सुधार गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा तथा त्यस्तो अवस्था नै आइनपरोस् भन्नका लागि केही व्यवहारीक उपाय सहित विशेषतः विद्यालयसँग सम्बन्धित रहेर सामान्य चर्चा गरिएको छ ।

१. अनुशासन र सजाय

विद्यालय बालबालिकाको लागि धेरै कुराहरु सिक्ने ठाउँ हो । जहाँ बालबालिकाले जीवनको एक महत्वपूर्ण पक्ष "अनुशासन"को बारेमा पनि सिक्नुपर्दछ । तर "**अनुशासन" सजायको डरले नभई यो जीवनको एक अभिन्न अङ्ग हो भन्ने रुपमा स्वभाविक ढङ्गले लिन, बुझ्न सक्ने वातावरण श्रृजना गरिनु पर्दछ** । के-केलाई अनुशासन भित्र राख्ने नराख्ने भन्ने कुरा बालबालिकाको आधारभूत अधिकार, वयस्कहरुको दायित्व लगायतका विषयका आधारमा तय गरिनु पर्दछ । यस सन्दर्भमा बालअधिकारका आधारभूत सिद्धान्तहरुः बालबालिकाको सर्वोत्तम हितलाई ध्यान दिइनु, बालबालिकालाई कुनै पनि आधारमा भेदभाव नगरिनु, बालबालिकाको दीर्घ जीवन र विकासलाई ध्यान दिइनु, बालबालिकाको विचार र भावनालाई उचित मान्यता दिइनु पर्ने कुरालाई बिर्सन हुदैन । यसै गरी हाम्रा हरेक कार्यले बालबालिकाको बाँच्न पाउने, संरक्षण पाउने, विकास गर्न पाउने र सहभागी हुन पाउने बालअधिकारका चार पक्षहरुमा आघात पुऱ्याउन हुदैन । **कोही पनि बालबालिका अनुशासन विहीन हुन हुँदैन र अत्यन्त कडा, कठोर अनुशासनले पनि बालबालिकाको स्वभाविक विकासमा वाधा नै पुऱ्याउँछ** भन्ने कुरामा पनि सबैको ध्यान जान आवस्यक छ ।

अनुशासन कायम गर्ने नाममा बालबालिकालाई धेरै र कतिपय अमानवीय सजायहरु पनि दिईएको पाईन्छ । सजायले तत्काल एक छिनलाई समस्या समाधान भएको जस्तो देखिएता पनि यसको दीर्घकालीन परिणाम भने राम्रो हुँदैन । तसर्थ अनुशासन कायम गराउन डर र दवाव होईन समझदारी र सहभागितालाई प्राथमिकता दिनुपर्दछ । **सही अनुशासनले बालबालिकालाई "सिकाउँछ" तर सजायले बालबालिकालाई "पीडा" दिन्छ** । तसर्थ सिकाउने नाममा बालबालिकालाई दिइएको पीडाले सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन अझ कठीन बनाउन सक्छ । अनुशासन किन चाहिन्छ भन्ने बारेमा बालबालिकालाई स्पष्ट गरिनु पर्दछ । बालबालिकालाई डर, बल, करले होइन रहरले अनुशासित बन्ने वातावरण सिर्जना गरिनु पर्छ र त्यसको पूर्ण जिम्मेवारी वयस्कहरुमा रहेको हुन्छ । **अरु अनुशासनमा बसेको देख्न चाहनेले आफु पनि अनुशासनमा रहनु अत्यावश्यक हुन्छ** भन्ने कुरालाई बिर्सन हुदैंन ।

२. अनुशासन कायम र आत्मविश्वास

विद्यालयमा अनुशासन कायम गराउनु महत्वपूर्ण हुन्छ । अनुशासनलाई सही ढङ्गले परिभाषित तथा कार्यान्वयन गर्न गराउन नसकेमा त्यो "कुशासन" हुन पुग्छ र "विद्रोह" जन्मन्छ । कतिपय अवस्थामा विद्रोह आवश्यक र सकारात्मक पनि हुन सक्छ भने यसलाई सही ढङ्गले समायोजन गर्न नसकिएमा परिणाम नकारात्मक हुन पुक्दछ । विभिन्न अनपेक्षित व्यवहार, क्रियाकलापबाट बालबालिकाले आफ्नो विद्रोह जनाईरहेका हुन सक्छन् र त्यसलाई नियन्त्रण गर्न हामीले पुनः परम्परागत शैलिमा "कडा अनुशासन पालनाका लागि सजाय" को आड लिइरहेका हुन सक्छौं । यस घनचक्करबाट बालबालिकामा अझ बढी नकारात्मक प्रभाव परिरहेका पनि हुनसक्छ । विद्यालयमा अनुशासन कायम गर्ने नाममा धेरै अप्रीय घटनाहरु भएका छन् । तसर्थ अनुशासन, सजाय र आत्मविश्वास बीच उचित समन्वय हुनु पर्दछ ।

बालबालिकालाई स्वनियन्त्रित बनाउन तथा उनीहरुको आत्मविश्वास बढाउन सकारात्मक ढङ्गमा सिकाईने कुरा नै अनुशासन हो । सकारात्मक अनुशासनको मूल कुरा भनेको प्रोत्साहित गर्नु हो, कुन व्यवहार किन राम्रो हो वा नराम्रो हो भन्ने बारेमा स्पष्ट पार्नु हो । अनुशासन र आत्मविश्वास वा आत्मसम्मानको एकआपसमा अत्यन्त महत्वपूर्ण सम्बन्ध रहेको हुन्छ । **अनुशासनविहीन बालबालिकाहरु, आत्मसम्मान वा आत्मविश्वासका साथ हुर्कन सक्दैनन् । त्यसैगरी आत्मसम्मान विनाको अनुशासन कोरा बन्धन हुन पुग्दछ र यसले पनि बालबालिकाको स्वभाविक विकासलाई बाधा पुऱ्याउँछ ।** हामी बालबालिकाको कतिपय स्वभावमा परिवर्तन चाहन्छौं र त्यसैले उनीहरुका लागि "कडा अनुशासन" बनाउने पनि गर्दछौं । तर हरेक कुरामा यसो गर्नु हुँदैन उसो गर्नु हुँदैंन भनेर "हुँदैन, हुँदैन" मात्रै भन्यौं भने बालबालिकाको आत्मविश्वास कमजोर हुँदैं जान्छ । कतिपय अवस्थामा त्यो **"हुँदैन, हुँदैन" को विकल्प के हो बालबालिकाले बुझ्ने गरी देखाईदिनु पनि पर्दछ ।**

हामीले उनीहरुको व्यवहारमा, स्वभावमा परिवर्तन ल्याउनु छ भने पनि सबैमा एकै चोटी परिवर्तन ल्याउँछु भनेर हरेक कुरामा बन्देज गर्नुहुँदैंन । जुन स्वभाव परिवर्तन गर्न अति आवश्यक छ, (त्यस्तो व्यवहार जसले उसलाई एक्ल्याउँछ वा उसैलाई हानि पुऱ्याउँछ, वा समूहलाई नै हानि पुऱ्याउँछ) त्यस्ता कुराहरुमा मात्रै पहिला केन्द्रित हुनुपर्दछ । आफ्नो

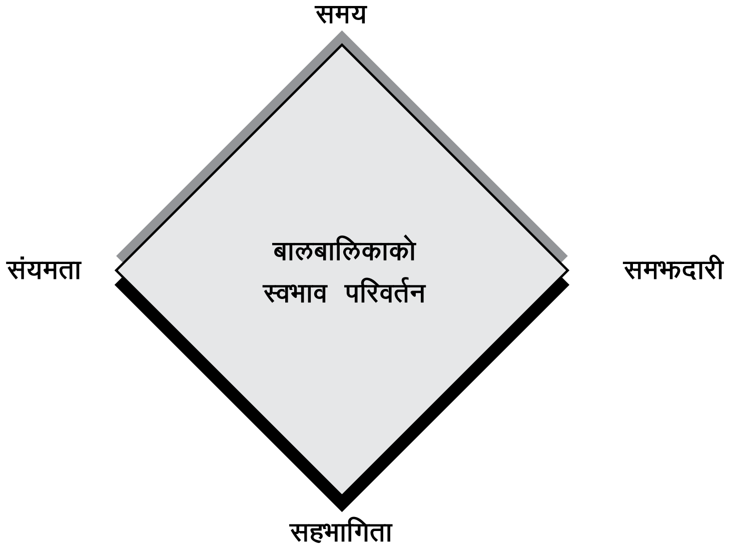
दृष्टिकोण अनुसार नै पूर्णतः हामीले भने अनुसार कै अर्थात् साँचोमा हालेर बनाएको ईंटा जस्तो चारकुने ठ्याक्कै मिलेको हुनुपर्छ भनेर बालबालिकाको हरेक कुरामा परिवर्तन खोजिनु हुँदैन । बालबालिका आफैंमा महत्वपूर्ण छन्, उनीहरु भित्रै क्षमता छ र उनीहरुले गर्न सक्छन् भन्ने सोचका साथ सकारात्मक ढङ्गमा आत्मविश्वास बढाउनुपर्छ । बालविकासका क्रममा उनीहरुमा आउने स्वभाविक परिवर्तन र विषेश आवश्यकताहरुलाई महसुस गर्दै सोही अनुसारको व्यवहार गरिनु पर्छ । तर **सबै बालबालिकाको बुझ्ने, ग्रहण गर्ने, बिचार गर्ने क्षमताको विकास समान स्तरमा भएको हुँदैन** भन्ने कुरामा पनि ध्यान दिनु पर्छ ।

बालबालिकाको आत्मविश्वास बढाउन मूलतः निम्न कुराहरु गर्नका लागि आफुलाई तयार गर्नुपर्दछ र सोका लागि केही मिहेनत गर्न पनि आवश्यक हुन्छ ।

- बालबालिकाको विशेष क्षमता, योग्यतालाई पत्ता लगाउने ।
- उक्त क्षमता, योग्यता, सीपलाई बालबालिका आफैंले देख्न सक्ने बनाउन सहयोग गर्ने र त्यसको विकासका निम्ति, निरन्तरताका निम्ति उचित वातावरण बनाईदिने ।
- बालबालिका जुन अवस्थामा छन्, त्यसै सन्दर्भमा उनीहरुका नकारात्मक वा अनपेक्षीत स्वभावहरुलाई हेर्ने । बालबालिकालाई होच्याउनु वा उनीहरुको अस्तित्वलाई न्यूनीकरण गर्न पनि हुँदैन भने अवस्थानुसार उनीहरु सँग अत्याधिक अपेक्षा पनि राख्नु हुँदैन ।

बालबालिकाको क्षेत्रमा काम गरेको लामो अनुभवबाट बालबालिकामा परिवर्तन ल्याउन चार स अर्थात् **समय, संयमता, समझदारी** र **सहभागिता**को अधिक आवश्यकता पर्छ भन्ने ठम्याई रहेकोछ । बालबालिकाको स्वभावमा, व्यवहारमा उचित ढङ्गले परिवर्तन ल्याउन आफुले पनि गुणस्तरीय समय दिन आवश्यक हुन्छ । बालबालिकाको स्वभाव छुमन्तर गरेर परिवर्तन हुँदैन र यो प्रक्रिया पूरा हुन समय लाग्छ भन्ने कुरामा स्पष्ट हुनु पर्दछ । हतारमा न त हामीले बालबालिकाका गुण कुरा बुझ्न सक्छौं, न त बालबालिकाले नै हामीले छाँटेको व्याख्यान बुझेर अनुभूत गर्न सक्छन् । यसैगरी आफ्नो संयमतालाई गुमाउनु नै हुँदैन । कतिपय अवस्थामा बालबालिकाले रीस उठ्ने वा होच्याउने, दोष दिने ढङ्गले कुरा गर्न पनि सक्दछन्, आवेगमा आउने, उत्तेजित हुने पनि हुन सक्दछन्, त्यस बेला आफू संयमित हुनै पर्छ र उसका कुरा सुन्नु पर्छ । हामीले नै संयमता गुमायौं भने समाधान तर्फ उन्मुख हुन नै सक्दैनौं । समस्या प्रति र सुधारका प्रक्रिया प्रति बालबालिका, परिवार र आफु तथा आफ्ना सहकर्मीहरु बीच समझदारी कायम गरिनु पर्दछ । कुनै पनि अनपेक्षित व्यवहारहरुलाई सबै सहकर्मीले समान रुपमा हेर्ने समझदारी हुन आवस्यक छ, अन्यथा कसैले त्यही घटनालाई

सामान्य रुपमा लिने वा वास्ता नगर्ने र कसैले गम्भीर रुपमा लिने अवस्था आयो भने बालबालिका अलमलमा पर्नुका साथै सुधारका प्रयत्नहरु प्रभावकारी नहुन सक्छन् । सबै सुधारका कार्यमा बालबालिका स्वयम्का साथै अन्य सरोकारवालाहरुको सहभागितालाई महत्व दिईनु पर्दछ ।



वास्तविक प्रशंसाबाट बालबालिकाको आत्मविश्वास बढ्छ । तर त्यो प्रशंसा वास्तविक हो कि होईन भन्ने कुरा बालबालिकाले पनि महसुस गर्छन्, थाहा पाउँछन् भन्ने कुरालाई सधैं सम्झनु पर्दछ । अत्याधिक प्रशंसा गरिएमा पनि सो प्रति बालबालिकाले विश्वास गर्न सक्दैनन् । प्रशंसा नै नगर्नु पनि हुँदैन । त्यसैले तल लेखिएका केही कुरालाई ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छः

- बालबालिकालाई "यो राम्रो गर्‍यौ" र अब अर्को पटक यो भन्दा अझ राम्रो गर्न सक्छौ भन्ने बारेमा स्पष्ट पार्नु पर्दछ । गर्दै नगरेको कामलाई एकदम राम्रो ठीक गर्‍यौ पनि भन्नु हुँदैन ।

- प्रशंसा सँगसँगै असन्तुष्टि मिसिएको कुरा गर्नुहुँदैन । बालबालिकाको व्यक्त भावनालाई सम्मान गर्दै अर्को पटक अझ राम्रो कसरी गर्ने भन्ने योजना बनाउन सहयोग गर्नुपर्दछ ।

बालबालिकालाई अनुशासित बनाउन तथा विद्यालयलाई नै व्यवस्थित पार्न विभिन्न नियमहरु बनाईएका हुन्छन् । तर यी नियम बालबालिकाले मात्रै पूरा गर्नुपर्छ भन्ने होईन, शिक्षक, कर्मचारीले पनि पालना गर्नुपर्दछ । विद्यालय सिंगैका लागि तथा कक्षा विशेषका सन्दर्भमा नियमहरु बनाउँदा बालबालिकालाई पनि सहभागी बनाउनु पर्दछ । यस्ता कुराहरु उनीहरुको छलफलबाट नै बनाउनु बढी प्रभावकारी हुन्छ । यस्ता नियमहरुलाई निरन्तरता दिईएन वा शिक्षकले चाहेको बेलामा नियमको कुरा गर्ने र मन नलाग्दा नियमको वास्ता नगर्ने गरिएमा बालबालिकाले पनि सोही कुरा सिक्दछन् । तसर्थ धेरै नियमबनाउनु भन्दा थोरै नियमहरु बनाउनु र त्यसलाई सधैं र सबैले पालना गर्नु गराउनु प्रभावकारी हुन्छ ।

अनुशासन कायम गर्ने भन्ने कुरा विद्यार्थी तथा शिक्षक बीचको राम्रो सम्बन्धमा पनि भर पर्दछ । शिक्षकको व्यवहार राम्रो भयो भने र गल्ती तथा कमजोरीका कारण विद्यार्थीलाई हेला वा वेवास्ता गरिएन बरु मद्दत गरियो भने विद्यार्थी अझ बढि प्रभावित हुन्छन्, जसबाट उनीहरुलाई अनुशासित हुन मद्दत पुग्दछ । यदि अनुशासन कायम गराउने तरीकालाई सही ढङ्गले अगाडी बढाईएन भने यसले बालबालिकालाई नकारात्मक असर पार्न सक्दछ । जसका केही उदाहरणहरु निम्न लिखित हुन सक्छन्ः

- बालबालिकाले आफुलाई काम नलाग्ने महसुस गर्नु
- पढ्ने, सिक्ने ईच्छा हराउनु
- शिक्षकप्रतिको विश्वास गुमाउनु
- विद्यालयसँग डराउनु
- उत्तेजित, आक्रमक हुनु
- विद्यालय जान छोड्नु

बालबालिकाहरुलाई पिटेर अनुशासन सिकाउन सकिदैंन । यदि हामीले पिटेरै सुधार्ने प्रयत्न गऱ्यौं भने यसबाट हामीले उनीहरुलाई कसरी राम्रो व्यवहार गर्ने भन्ने सिकाउनुको सट्टा कसरी “पक्राउ नपरुँ, नसमातिऊँ” भन्ने कुरा सिकाई रहेका हुन सक्छौं । जसबाट बालबालिकाले राम्रो अनुशासित काम गर्ने भन्दा पनि नराम्रो काम गरेपछि कसरी फुत्किन वा नसमातिन सकिन्छ भन्ने तर्फ बढी ध्यान दिन सक्छन् । **हाम्रो चाहना, उद्देश्य राम्रो भएपनि हामीले अपनाएको प्रक्रियाले बालबालिकामा नकारात्मक छाप पर्ने वा गलत सिकाई हुन पनि सक्छ** भन्ने बिषयमा हाम्रो ध्यान जानु जरुरी हुन्छ ।

३. बालबालिकासँगको सञ्चार सम्बन्ध

कुनै पनि व्यक्तिसँगको सम्बन्ध राम्रो राख्नको लागि उचित ढङ्गले सञ्चार हुनु आवश्यक छ। वयस्कहरुले गर्ने व्यवहार, अपनाइएका तौर तरिका र सञ्चार प्रक्रियाले बालबालिकालाई प्रभाव पार्छ र त्यसबाट नै उनीहरुले धेरै कुरा सिक्ने तथा आफ्नो धारणा विकास गर्ने गर्दछन् । बालबालिकासँग गरिने सञ्चारसँग अनुशासन र सजाय पनि सम्बन्धित रहेको पाइन्छ । अतः बालबालिकासँग गरिने सञ्चारमा विशेष ध्यान दिइनु पर्ने केही आधारभूत पक्षहरुका बारेमा केही चर्चा गर्नु सान्दर्भिक देखिन्छ ।

३.१. सञ्चार के हो ?

सञ्चार दोहोरो प्रक्रिया हो, जसभित्र अर्को पक्ष/व्यक्तिले अभिव्यक्त गरिरहेको विचार वा भावनाहरुलाई बुझ्ने र सोको प्रतिउत्तर दिने वा सो सम्बन्धी आफ्नो धारणा व्यक्त गर्ने कुराहरु पर्दछन् । त्यसैले राम्रोसँग सञ्चार गर्नको लागि अरुका कुरा वा संदेश सुन्ने, अवलोकन गर्ने र बुझ्ने क्षमताका साथै तत्सम्बन्धमा आफ्ना विचार, अवधारणा, भावना, अनुभवलाई व्यक्त गर्दै भनिएको कुरा वा संदेशलाई स्पष्टसँग बुझ्न सहयोग पुर्‍याउनु पर्दछ। सञ्चार मौखिक (खभचदबा) र हाउभाउद्वारा (लयल(खभचदबा) दुबै हुन सक्दछ। भन्ने गरिन्छ सामान्यतयाः कुरा बुझ्नमा मौखिक सञ्चारबाट ३० प्रतिशत र हाउभाउ वा अमौखिक सञ्चारबाट ७० प्रतिशत प्रभाव परीरहेको हुन्छ। तसर्थ, अझ बालबालिकासँगको सन्दर्भमा हेर्ने हो भने हाउभाउ वा अमौखिक सञ्चार प्रक्रिया बढी नै प्रभावकारी हुन्छ । बालबालिकासँगको सञ्चारमा निम्न कुराहरुलाई ध्यान दिनु जरुरी हुन्छ ।

क) आवाजको तालः

बालबालिकासँग कुराकानी गर्दा चर्को, कडा आवाज गर्नु हुँदैन । नरम बोली र कम गतिमा कुराकानी गर्नुपर्दछ। प्रसङ्ग अनुसार आवाजको तालमा फेरबदल हुदा कुराकानी प्रभावकारी हुन सक्दछ ।

ख) अनुहारका आकृति/हाउभाउः

आफैले दिक्क भएको वा अल्छी वा हताश भएको अनुहार लगाउन हुदैन र उनीहरुसँग कुराकानी गर्न ईच्छुक भएको हँसिलो हुनुपर्दछ । त्यसैगरी उनीहरुले भनेको कुरा र प्रसङ्ग अनुसार हँसिलो तथा दुःखका कुरामा गम्भीर पनि हुनुपर्दछ ।

ग) हाँसो ठट्टाः

बालबालिकासँग कुराकानी गर्दा सुहाउँदो हाँसो, ठट्टा गर्नाले उनीहरुलाई तनाव मुक्त बनाउन र कुराकानी गर्ने व्यक्तिसँग सम्बन्ध र विश्वास बढाउन मद्दत गर्दछ । तर कहिलेकाहीं हाँसो ठट्टामा गरिने

केही विषय या प्रसङ्गहरुले बालबालिकालाई असजिलो पनि बनाउन सक्ने वा खिल्ली उडाए जस्ता हुन सक्ने हुँदा त्यस तर्फ पनि ध्यान दिनु पर्दछ ।

घ) आँखाको हेराइः

कुराकानीको क्रममा बालबालिकाको अनुहारमा हेर्नुपर्दछ, जसबाट उनीहरुका अनुभूति केलाउन सकिन्छ, उनीहरुलाई सजिलो भईरहेको छ, छैन बुझ्न सकिन्छ । यसो गर्नाले उनीहरुलाई आफुप्रति ध्यान दिईरहेको छ भन्ने अनुभव पनि हुन्छ । तर एकोहोरो र कुनै अङ्ग विशेष प्रतिको हेराईले कहिलेकाहीं बालबालिकालाई र अझ किशोरावस्थामा पुगेका

बालिकाहरुलाई असजिलामा पार्न पनि सक्छ भन्ने तर्फ पनि विशेष ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।

ङ) बसाइः

सामान्यतयाः कुनै व्यक्तिसँग विशेष कुराकानी गर्दा एउटै सतहमा र केही छड्के परेर बस्नुपर्दछ । ताकि दुबैले दुबैलाई सजिलैसँग पुरै देखुन् र आवश्यक पर्दा आफ्नो दृष्टि अन्यत्रै लान पनि सकुन् । त्यस्तै समुहमा कुराकानी गर्दा सबैले आफुलाई देख्न सक्ने र आफुले पनि सबैलाई देख्न सक्ने हुनु पर्छ ।

३.२. बालबालिकासँगको सञ्चारमा बाधा पुऱ्याउने वयस्कहरुका केही व्यवहारहरु:

बालबालिकासँगको कुराकानीमा वयस्कहरुबाट जानेर नजानेर गरिने निम्न लिखित व्यवहार वा कुराहरुले वाधा सिर्जना गरिरहेको हुन्छ । तसर्थ यस्ता कुराहरु प्रति सचेत रहनु पर्छ र आफ्नो व्यवहारमा सुधार ल्याउनु पर्छ ।

- आफु मात्र धेरै बोल्नु
- निर्णायक र आलोचनात्मक हुनु
- बालबालिकालाई गिज्याउने पाराले हाँस्नु वा उसलाई निन्दा गर्नु
- आक्रोशित हुनु वा जिस्क्याउनु, उडाउनु
- धेरै भावुक हुनु वा आफै दिक्क हुनु
- विरोधाभाषपूर्ण तर्क वितर्क गरिरहनु
- बालबालिकालाई असजिलो हुने कुराकानी, हाउभाउ गर्नु
- बालबालिकाको आस्था, विश्वास वा जीवनशैलीलाई सम्मान नगर्नु
- विश्वासको वातावरण सृजना नगर्नु

३.३. बालबालिकाले किन कुरा गर्न सक्दैनन् ?

कतिपय अवस्थामा बालबालिकाले वयस्कसँग खुलेर कुराकानी गर्न सक्दैनन् । तसर्थ त्यस तर्फ ध्यान दिएर उसलाई खुल्न सक्ने वातावरण सृजना गरिदिनु पर्दछ। खासगरी समस्यामा परेका बालबालिकाले कुराकानी गर्न नसक्ने कारणहरुबारे जानकारी राख्नु जरुरी हुन्छ । तसर्थ विद्यालयमा कुराकानी नगर्ने बालबालिकाले किन कुराकानी गरेनन् भन्ने बारेमा ध्यान दिएर उनीहरुलाई कुरा गर्न सक्ने वातावरण सिर्जना गर्नु आवश्यक हुन्छ । सामान्यतया बालबालिकाले कुराकानी गर्न नसक्नुको पछाडी केही आधारभूत कारणहरु निम्न लिखित हुन सक्दछन् ।

- वयस्क वा "ठूला" मान्छेसँग कुरा गर्न अफ्ठेरो मान्नु
- आफ्ना अनुभुति, पीडा वा भावनाहरुलाई शब्दमा उतार्न नसक्नु

- विश्वासको वातावरण नहुनु र आफ्नो समस्या भन्यो भने झन् नराम्रो हुन्छ कि भनी शंका गर्नु
- वयस्कदेखि रिस उठ्नु
- आफुलाई स्वयम् दोष दिनु

३.४. बालबालिकाले किन झूठो बोल्छन् ?

कतिपय अवस्थामा बालबालिकाले झूठो बोल्ने गर्दछन् । तर त्यसको पछाडि उसको आफ्नै व्याख्या र अवस्था हुन्छ । तसर्थ यस अवस्थामा सहीढङ्गले सञ्चारलाई व्यवस्थित गर्न नसकिएमा परिणाम नकारात्मक हुन सक्छ । बालबालिकालाई "यो त सधैं झूठो बोल्छ" भनेर दोष मात्रै दिनु उचित हुँदैन । समस्यामा परेका बालबालिकाले झूठो बोल्नुका पछाडी तल लेखिए अनुसारका केही मनोसामाजिक कारणहरु हुन सक्दछन् ।

- आफुले चाहकोजस्तै स्थिति होस् भन्ने चाहना राख्नु ।

खासगरी साना बालबालिकाले यथार्थ के हो र आफ्नो कल्पना वा चाहना के हो भन्नेबारे कहिलेकाहीं छुट्याउन सक्दैनन् । तसर्थ उनीहरु यथार्थ जे भए पनि आफुले चाहे जस्तै होस् भनेर यथार्थतालाई नकार्न चाहन्छन्, र आफैंले चाहेको कुरामात्र भन्दछन् जुन भुठो हुन सक्दछ ।

- पीडादायक कुरालाई पन्छाउन खोज्नु
- पुनः नराम्रो हुन्छ भन्ने डर हुनु
- भेटेको वा सोधेको मान्छेलाई "राम्रो" भनिदिनुपर्छ भन्ने लाग्नु
- जानेर नै झूठ बोल्नुः

खासगरी बालबालिकाले चलिरहेको वार्तालाप वा प्रसंगबाट चाँडै छुटकारा पाउन झूठ बोल्ने र नयाँ कथा बनाउने पनि गर्न सक्दछन् । त्यस्तै कतिपय अवस्थामा आफुप्रति आकर्षित गर्न नभएका वा नगरेका कुरालाई बढाईचढाई प्रस्तुत गर्ने पनि हुन सक्दछ ।

उपरोक्त अवस्थाहरुमा मूलतः बालबालिकासँग विश्वासको वातावरण सृजना गर्नु आवश्यक छ र साँचो कुराकानीले उसलाई कुनै नोक्सान हुँदैंन भन्ने विश्वास सिर्जना गर्नु पर्छ । साथै

कतिपय संवेदनशील कुराहरु गोप्य नै रहन्छन् तथा रेकर्ड गरिदैन भन्ने कुरामा विश्वस्त पार्नुपर्दछ र सोको पालना पनि गरिनु पर्छ ।

३.५. नबोल्ने बालबालिकासँग के गर्ने ?

केही बालबालिका सजिलै नबोल्ने हुन्छन् । यस अवस्थामा सर्वप्रथम उनीहरुसँग एकआपसमा चिनजान र विश्वासको वातावरण सिर्जना गर्नुपर्दछ । कतिपय अवस्थामा बालबालिकाले नबोले पनि उनीहरुको अनुभूति, विचारलाई उनीहरुको व्यवहार, खेल, अन्य साथीहरुसँगको सम्बन्ध आदिबाट दर्शाईरहेका हुन्छन् । उनीहरुको यस्तो स्वभावलाई स्वीकार गर्नुपर्दछ र सधैं आलोचना मात्रै गर्नुहुँदैन । यस्ता बालबालिकासँग व्यवहार गर्दा निम्न लिखित कुराहरुमा ध्यान पुऱ्याउनु उपयोगी हुन्छः

- उनीहरुलाई आफूले ध्यान दिईरहेको छ भन्ने देखाउनुपर्छ र कतिपय अवस्थामा उचित तरिकाले धाप मार्ने, हात समाएर हिंड्ने जस्ता शारीरिक रुपमा छोएर उनीहरुप्रतिको सरोकारलाई दर्शाउनुपर्दछ । तर केही ठूला बालिकाहरुसंग पुरुष बयस्कले गर्ने व्यवहारमा भने नकारात्मक असर नहोस् भनी सतर्क हुन आवश्यक छ ।
- खेल, विभिन्न क्रियाकलापहरुमा संलग्न गराउँदा तथा नियमित स्थानबाट कतै बाहिर लैजाँदा उनीहरुलाई आनन्द तथा सुरक्षित महसुस पनि हुन सक्दछ र क्रमशः बोल्न थाल्दछन् ।
- उनीहरुका अनुभूतिहरु व्यक्त गर्न, चित्र, कथा, कठपुतली, मुकुण्डोहरु आदिको उपयोग गर्न पनि सकिन्छ ।
- विद्यालयका गतिविधि वा खेलहरुमा उनीहरुलाई सानो सानो समुहमा बाँडेर राख्न सकिन्छ, ताकि उनीहरुले अरुसँग बढि नजिक हुने मौका पाउन् । तर उनीहरुलाई त्याहाँ नै पनि बेवास्ता गरिएको छ कि भन्ने तर्फ पनि ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।
- उनीहरुलाई बोल्नको लागि दवाव दिनु हुँदैन । बरु उनीहरुले व्यक्त गर्न कोशिश गरेकोमा हौसला दिनुपर्दछ । उनीहरुले कुनै जवाफ नदिए पनि उनीहरुसँग सकेसम्म धेरै कुराकानी गरिरहनु पर्दछ ।
- सजिलो प्रश्नबाट कुराकानीको शुरुवात गर्नु पर्छ । अवश्था हेरी केही सामान्य नेतृत्वका जिम्मेवारीहरु पनि दिन सकिन्छ ।

४. बालबालिकालाई दिइने सजायबारे केही भ्रम र वास्तविकताहरू:

विद्यालय कतिको बालमैत्री छ भन्ने कुराको एक सूचकका रुपमा त्यहाँ विद्यार्थीलाई दिइने सजायप्रति शिक्षकहरुको धारणा के कस्तो छ र व्यवहारमा के भईरहेको छ भन्ने पनि पर्दछ । बोलीचालीमा वा लिखतहरुमा जतिसुकै राम्रा कुराहरु लेखिएका भए पनि निकै ठूला, महँगा र राम्रा भनिएका देखि सामान्य विद्यालयहरुमा पनि बालबालिकालाई अमानवीय ढङ्गले कुटपीट गरिएका, यातना दिइएका प्रसस्त घटनाहरु प्रकाशमा आउने गर्दछन् । **कडा सजायले तत्काल क्षणिक रुपमा सुधार आएको देखिएता पनि त्यसले पार्ने गहिरो असरले बालबालिकाको विकासको कुनै न कुनै पक्षमा आघात पुऱ्याइरहेको हुन्छ।** अतः यस्ता घटनाहरुको न्यूनिकरणका लागि अनुशासन कायम गराउने नाममा बालबालिकालाई दिइने सजाय सम्बन्धमा रहेको भ्रम र वास्तविकतामा स्पष्ट हुन आवस्यक छ ।

“हामी पनि पिटाई खाएर नै हुर्केका हौं, बालबालिकालाई त नपिटीकन ठीक पार्न सकिदैन नि” भन्ने धारणा सजिलै व्यक्त गरिन्छ । पिटेर नै तह लाग्छ, पिटेर नै सिकाउन सकिन्छ भन्ने धारणाले कतिपय शिक्षकमा जरो गाडेको पनि पाइन्छ । तसर्थ यस्तो पिट्ने सजायका सम्बन्धमा धारणागत स्पष्टता हुनु आवश्यक छ र यस्तो भ्रमबाट मुक्त भई वैकल्पिक र सिर्जनात्मक उपायहरु निकाल्नु पर्दछ । यसका लागि शिक्षकहरुलाई पनि पर्याप्त तालिम, अवसरहरु प्रदान गरिनु पर्छ भने शिक्षकहरुले पनि केही मिहेनत गर्नु र जानेका थाहाभएका कुराहरु रचनात्मक ढङ्गले व्यवहारमा प्रयोग गर्नु पर्दछ। बालबालिकालाई नपिटी हुँदैन भन्ने सम्बन्धमा रहेका कतिपय भ्रम र वास्तविकतालाई यहाँ केही चर्चा गरिएको छ।

१) **भ्रमः** सुधारका लागि पिटाई आवश्यक छ ।

बालबालिकालाई सही ढङ्गले हुर्काउन, बढाउनका निम्ति पिट्नु पर्ने आवश्यकता हुन्छ । ध्यान नदिने कुराहरुमा ध्यान बढाउन, सिक्न, ठूलालाई आदर गर्न, ठीक गलत के हो भन्ने छुट्याउन, नियमहरुको पालना गर्न, कडा परिश्रम आदि गर्न लगाउनका निम्ति पिट्नु पर्ने आवश्यकता हुन्छ । हैन भने त अटेर भएर बिग्री हाल्छन् नी !

वास्तविकताः

बालबालिकालाई अनुशासन आवश्यक हुन्छ । बालबालिका स्वयम् अनुशासित हुनु पर्छ । कसैको डरले नियम पालना गर्ने नभई आफ्नै भावनाले नै गर्नु पर्छ भन्ने स्थिति सिर्जना हुनु पर्दछ । अनुशासन कायम राख्ने सबै भन्दा अप्रभावकारी तरिकामा पिटाई वा शारीरिक दण्डलाई लिइन्छ । यदी हामीले बालबालिकालाई किन पिटाइ खायौ भनेर सोध्यौं भने अधिकांशकले कुनै काम वा कुरा गल्ती गरेका कारणले भन्ने गर्दछन् । प्रायः कसैले पनि त्यो आफ्नो निश्चित गलत बानीब्यहोरा (जसलाई हामी सुधार्न चाहान्छौं) को कारणले भएको भनेर सम्भँदैनन् । किन त्यस्तो भएको थियो भन्ने कुरा सम्भनामा आउँदैन खाली परिणामलाई मात्रै सम्भिएको हुन्छ । पिट्ने सजायले भई सकेको वा बितेको कुरालाई मात्रै समेटेको हुन्छ र अब के हुनु पर्छ भन्ने कुरा तर्फ ध्यान जान नै सक्दैन । प्रायः हामी बालबालिकालाई केही कुरा भन्दै वा सम्भाउदैं वा केही व्याख्या गर्दै पिट्ने गर्दछौं । तर त्यस बेला उसले त्यो कुरा सुनिरहेकै हुँदैन । उ रोई रहेको बेलामा सुनोस् पनि कसरी ? आफूलाई पीडा भै रहेको बेलामा, आफ्नो अपमान भई रहेको बेलामा कसरी सुन्ने ? त्यसबेला त उसलाई गल्ती महसस भन्दा पनि पिटाइको रिस उठिरहेको हुनसक्छ । पीडामात्रै महसुस गरिरहेको हुनसक्छ । कक्षामा वा घरमै कुनै एउटा बालबालिकाले प्रायः त्यही गलत कामका कारण सधैं जसो कुटाई खाइ रहेको छ भने, त्यसबाट स्पष्ट हुन्छ कि पीटाईले उसलाई सुधार गरेको छैन । नराम्रो व्यवहार वा आचरण राख्ने वा गलत काम गरी रहनेहरुले प्रायशः कक्षाका साथीहरुबाट उ “दृढ” वा “ढीट” भएको वा “निडर” भएको भनि विशेष चासो वा सम्मान पनि पाइरहेका हुन सक्छ । जसबाट उसलाई नकारात्मक उत्साह वा बल मिलिरहेको हुन्छ । कतिपय अवस्थामा शिक्षकलाई उत्तेजित पार्न, रिस उठाउन बालबालिका उक्सीरहेका हुन्छन् र त्यो दृश्य चुप लागेर हेर्नेहरुले निकै रमाइलो मानिरहेका हुन्छन् । तर अर्को तर्फ जो प्रायः असल व्यवहार गर्ने गर्छन् वा बोलिचालीको भाषामा “भलादमी” वा असल छन् उनीहरुले आफूले पिटाइ नखाए पनि साथीले खाएको पिटाइ, उ प्रतिको दुर्व्यवहार, अपमान देखेर संवेगात्मक रुपमा पीडित हुन पुग्दछन् । तसर्थ पिटाइले पिटिने व्यक्ति मात्रै नभै देख्ने समेतलाई असर पुऱ्याउँछ । पिटाइले बालबालिकामा सकारात्मक भन्दा नकारात्मक प्रभाव नै बढी पार्दछ ।

२) **भ्रम**ः म पनि पिटाइ खाएर नै हुर्केको हुँ ।

मैले पनि बच्चामा धेरै पिटाइ खाएको हुँ । त्यसले मलाई केही खास असर गरेन । मेरा अभिभावकले, शिक्षकले मलाई त्यतिखेर पिटेर नपढाएका भए म अहिले यो स्थितिमा आइपुग्ने थिइन । त्यसैले राम्रोसँग पढाउनलाई पिट्नु नराम्रो होइन ।

वास्तविकताः

के त्यो कुटेकै कारणले तपाई यो स्थितिमा आइपुग्नु भएको हो त ? यदि नकुटेको भए पनि यो स्थितिमा अथवा अझ राम्रो स्थितिमा आइपुग्नु हुन्थ्यो कि ? तपाइले कहिल्यै पिटाइकै कारण तपाईका समकक्षी बरालिएका, पछाडि परेका, पढ्नै छोडेका लगायतका अरुहरुको स्थिति के छ भन्नेबारे सोच्नु भएको छ ? हरेक घटनाले सबै व्यक्तिलाई एकै खालको असर गर्दैन । व्यक्ति, परिवेश, सहयोगीहरु, अवसर आदिले कुनै घटना विशेषले व्यक्तिमा पार्ने असर फरक फरक हुन सक्दछ । तर आम रुपमा के प्रभाव पार्छ भन्ने कुरामा विचार पुऱ्याउनु आवश्यक हुन्छ । कतिपय अवस्थामा हामी आफूले गरेको कामलाई सही साबित गर्न विभिन्न स्पष्टीकरणहरु दिने गर्दछौं । सामान्यतया हामी आफ्ना अभिभावक र शिक्षकलाई पनि माया गर्छौ, आदर गर्छौ । उनीहरुको व्यवहारबाट हामीलाई कष्ट भए पनि हामी व्यक्त गर्दैनौं, उनीहरुको विरोध गर्न धैरै कारणले सक्दैनौं । किनकि उनीहरु आदरणीय हुन्छन्, प्रिय हुन्छन् । त्यसैले उनीहरुको क्रियाकलापलाई सही साबित गर्न विभिन्न बहानाहरु खोज्छौं र त्यसले हाम्रै भलाई गऱ्यो भन्ने तर्क दिन्छौं । कतै यसै आधारमा त हामीले वाल्यकालमा भोगेको यातना, पीडा, पिटाईलाई न्यायसङ्गत बनाउन खोजी रहेका छैनौ ? कतै यही कारण त हामी यस विषयमा खुला भएर र आत्मअनुभूति गरेर छलफल गर्न हिचकिचाइ रहेका त छैनौं ? कतिपय अवस्थामा हामीले राम्रो नै सोचेर आवेगपूर्ण व्यवहारहरु गरिरहेका हुन्छौं । हामीले जे सिकेका थियौं त्यही दोहऱ्याएर बालबालिकालाई पिटिरहेका हुनसक्छौं । त्यसमा हामीलाई अहिले पछुताउ वा आत्मग्लानी पनि हुनसक्दछ । तर हामीले हाम्रा विगतका कमजोरीलाई मात्रै दोष दिइरहनु आवश्यक छैन । हामीले जे सिकेका थियौं, जे भोगेका थियौं, अहिलेसम्म हामीले त्यही गरीरहेको हुनसक्छ । तर अब आइन्दा यी सबै कुरा थाहा पाएर पनि हामी बालबालिकालाई पिट्ने, पीडा दिने कामलाई निरन्तरता दिइनै रहन्छौं, त्यसमा सुधार ल्याउदैनौं भने चाहिं हामी पक्कै पनि दोषी सावित हुन्छौं । त्यसैले

ढीलो भएको छैन । आजै देखि हामी हाम्रो व्यवहारमा परिवर्तन गर्न सक्छौं । असल काम गर्न कुनै पनि समय गलत हुँदैन, जुनसुकै बेलादेखि असल कामको थालनी गर्न सकिन्छ । सजिलो नियन्त्रणका लागि पिट्नु अन्तिम र एउटै बिकल्पका रुपमा लिईरहेका हुन सक्छौं तर पिट्नुभन्दा अघि अन्य थुप्रै बिकल्पहरु हुन्छन् र तिनको खोजी गरिनुपर्छ ।

३) **भ्रमः** हितका निम्ति सजाय दिनु अपराध होइन ।

बालबालिका बावुआमाका अधीनमा हुन्छन् । विद्यालयमा शिक्षकको नियन्त्रणमा हुन्छन् । त्यसैले उनीहरुका हितका निम्ति बुज्रुक तथा अनुभवी बावुआमाले वा शिक्षकले सजाय दिनु कुन ठूलो अपराध हो र ?

वास्तविकताः

प्रत्येक बालबालिकालाई यो संसारमा ल्याउने श्रेय बाबुआमा कै हो । तर यसको अर्थ बालबालिका भनेका, मनलागे अनुसार गर्ने बाबुआमाका कुनै "सामान" वा "वस्तु" होइनन् । बालबालिका पनि मानिस हुन् र उनीहरुको हेला, दुर्व्यवहार, यातना, कुटपीट आदीबाट संरक्षण पाउने अधिकार छ र संरक्षण प्रदान गर्नु परिवारको, शिक्षकको, समाजको, राज्यको दायित्व नै हो । जसरी हामी वयस्कहरु आफ्नो अस्थित्व खोज्छौं, मानवअधिकारका कुरा गर्छौं, स्वाभिमानमा बस्न चाहान्छौं, त्यस्तै भावना बालबालिकामा पनि हुन्छ । अभिभावक वा शिक्षकले बालबालिकालाई सिकाउनु, पढाउनु उनीहरुको दायित्व नै हो । तर यो डर धम्की त्रास, कुटपीट गरेर होइन मन जितेर सम्झाएर र कुरा बुझाएर गर्नु पर्दछ । बालबालिकालाई सम्झाउन, बुझाउन गाह्रो हुन्छ र तर्साउन सजिलो हुन्छ । त्यसैले कतै हामीले सजिलो उपाय पो अपनाइ रहेका छौं कि ? बालबालिकालाई असल बनाउन शिक्षकको ठूलो भूमिका हुन्छ । तर शिक्षकले सिकर्मीको भूमिका (जस्ले काठबाट एउटा निश्चित आकृति बनाउँछ) भन्दा पनि एउटा बगैंचाको मालीको भूमिका (जस्ले मलजल दिन्छ, संरक्षण गर्छ, बीउ भीत्र रहेको शक्तीलाई प्रस्फुटित हुने अवसर दिन्छ) निर्वाह गर्नुपर्दछ ।

४) **भ्रमः** जोखिमबाट जोगाउन सजाय दिएको हो ।

बाबुआमाले, शिक्षकले बालबालिकालाई हेरविचार गर्न, सुधार गर्न, संरक्षण गर्न, जोखिम तथा खतराबाट जोगाउन पो पिट्ने गर्छन् ।

वास्तविकताः

के हामीले साच्चैं पिटेर बालबालिकालाई राम्रोसँग हुर्काइ रहेका छौं त ? राम्रोसँग सिकाइ रहेका छौं ? वा खतरा, जोखिमबाट जोगाई रहेका छौं ? कि उल्टै जोखिममा पारी रहेका छौं ? यस तर्फ पनि गम्भीरतापूर्वक सोच्नु आवश्यक छ । हामीलाई दिक्क लागिरहेको बेलामा वा रीस उठिरहेको बेलामा बालबालिकाले सामान्य कुरा गर्दा पनि (जस्तै केही ठूलो स्वरले बोल्दा वा हामीले बोलाउदा उनीहरुले नसुन्दा) हामी बालबालिकामाथि जाई लाग्न पुग्छौं । बालबालिकालाई दुई चार थप्पड हान्ने पनि गर्छौं । एकछिन त यसले रिस थामिएला तर के त्यो हाम्रो प्रतिक्रिया बालबालिकाको निम्ति न्यायोचित हुन्छ त ? त्यसैगरी हामी बालबालिकालाई सुधार गर्न भनेर पिटिरहेका हुन्छौं । यदि कुनै बालबालिका बदमास छ र विद्यालयमा उसले अरु साथीहरुलाई पिट्ने गर्दछ भने अब के अनुशासन कायम गर्न शिक्षकले त्यो बालबालिकालाई अरुलाई किन पिटीस् भनेर अफिसमा बोलाएर वा साथीहरुकै माझ पिट्ने त ? एकै छिन विचार गरौ, त्यो बालबालिकाले किन अरुलाई पिट्ने गर्छ, घरमा पो उसले पिटाई खाएको थियो कि ? त्यही रिस पोख्न पो गरेको हो कि ? वा अन्य केही हुनसक्छ । विद्यालयमा उस्ले गल्ती नै गरेको भए पनि उसलाई सुधार गर्ने नाममा हामीले आफूलाई कसरी प्रस्तुत गरिरहेका हुन्छौं भन्ने कुरा सोचनीय हुन्छ । कसैले गल्ती काम जस्तै अरुलाई पिट्ने काम गर्‍यो भने त्यसलाई सुधार्न हामीले पनि पिट्ने हो भने बालबालिकाले गरेको गल्तीलाई अर्थात् अरु कसैले गल्ती गर्‍यो भने त्यसको समाधान पिट्नु नै हो भन्ने कुरालाई स्थापित गराइरहेका हुन्छौं । यसरी के साच्चैं त्यो बालबालिकालाई अरुलाई पिट् नबाट रोक्न सक्छौं त ? शक्तिको प्रयोगले एक छिन अस्थायी रुपमा त्यो साम्य हुन सक्छ, तर पछि फेरी चाँडै बल्झी हाल्छ । कतिपय अवस्थामा बालबालिकालाई सुधार्ने भन्ने नाममा हामीले बालबालिकाका कुनै करतुतका कारण हामीलाई उठेको रिस शान्त पार्न बदलाको भावनाले पनि कुट्ने, सजाय दिने गरिरहेका हुन सक्छौं । त्यस्तै कतिपय अवस्थामा हामीले जोखिमबाट बचाउन सजाय दिएको भन्ने गर्दछौं । उदाहरणका लागि कुनै बालबालिका व्यस्त सडकमा दौड्न गए भने हामीले उसलाई रोक्नु पर्छ । तर उसलाई रोक्नका लागि नै हाम्रो हात उठी हाल्छ र एक चड्कन गइ हाल्न सक्छ । यसो भएमा हामीले उसलाई सबै भन्दा पहिला पीडा पुर्‍याईरहेका हुन्छौं र साथै खतराबाट बच्ने कुरा सिक्ने अवसरबाट पनि बञ्चित गरीरहेका हुन्छौं । पीडाको अवस्थामा उस्ले हामीले भनेको कुरा पनि कसरी सुन्न सक्ला र सुरक्षित हुनु पर्छ भन्ने कसरी सिक्ला ?

५. बालबालिकाका अनपेक्षित स्वभाव परिवर्तनका लागि केही बैकल्पिक उपायहरू:

बालबालिकालाई कडा सजाय नदिइकनै अर्थात् उनीहरुलाई शारीरिक तथा मानसिक पीडा नदिइकन अनुशासित बनाउँदै सिक्ने सिकाउने प्रक्रियालाई बालमैत्री बनाउनका लागि केही उपायहरु निम्नानुसार हुन सक्दछन् । तर यी सबै कुराहरुबाट हिसाबको "फर्मुला" जस्तो ट्वाक्कै उत्तर आउने भने हुन सक्दैन । **निरन्तर हाम्रा स्वभाव र व्यवहारमा ल्याइएको परिवर्तनबाट नै बालबालिकाको व्यवहारमा पनि परिवर्तन ल्याउन सकिन्छ ।**

५.१. अनपेक्षित स्वभाव देखिनु पछाडीका समस्याहरू

बालबालिकालाई अनुशासित राख्न तथा यातना नदिइकन अनपेक्षित स्वभावमा परिर्वतन ल्याउने भन्ने कुरा पूर्णतः शिक्षकहरुसँग मात्रै निर्भर हुँदैन । अभिभावक, शिक्षक, बालबालिका तथा स्वयम् उनीहरुका साथीसङ्गी सबैको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । बालबालिकामा देखिएका यस्ता अनपेक्षित व्यवहार वा स्वभावहरुको सुधारका लागि विद्यालयमा सजाय दिएर मात्र हुँदैन । उनीहरुले विद्यालय अघिपछिको समयमा के कस्ता समस्या भोगेका छन् वा के कस्ता वातवरणमा बस्दछन् भन्ने कुराहरु पनि महत्वपूर्ण हुन्छ । प्रायशः घरमा भएका विविध समस्याले बालबालिकामा अधिक तनाव हुनुका साथै विभिन्न मनोसमाजिक समस्याहरुबाट ग्रसित हुन सक्दछन् । जसको केही पारिणाम मात्र विद्यालयमा देखिन्छ । प्रायशः त्यो **देखिएको "परिणाम" लाईमात्रै न्यूनीकरण गर्न सजाय दिने गर्ने गरिन्छ, तर "कारण"मा नपुगी परिणाम मात्रै रोक्न खोज्नु पर्याप्त हुँदैन** । तसर्थ बालबालिकाले देखाएको त्यो निश्चित गतिविधिका पछाडी के कारण छ भन्ने कुरा पत्ता लगाउनु अति आवश्यक हुन्छ । उदाहरणका लागि यस्ता केही कारणहरु निम्न स्वरुपका हुन सक्दछन्:

१. घर–परिवार भित्र हुने केही समस्याहरु

- गरिबी
- ठुलो परिवार तथा न्यून सुविधा
- घरमा उचित हेरविचार, मार्गदर्शनको अभाव

- असन्तुष्ट अभिभावकहरु/सौतनी आमा-बुवा
- जाँडरक्सी तथा लागू पदार्थका दूर्व्यसनी अभिभावकहरु
- घरमा बालबालिकालाई अधिक कार्य बोझ
- घरेलु हिंसा र झगडा । आदी ।

घरपरिवारमा हुने यस्ता समस्याहरुबाट बालबालिका डराउने, सधै अलमल पर्ने, एक्लिने, आफुलाई दोषी मान्ने, रिसाउने आदी हुनसक्दछन् ।

२. **विद्यालय भन्दा बाहिर सिर्जित केही समस्याहरु**

- समाजमा व्याप्त हिंसा, युद्ध, सशस्त्र सघर्ष
- डर र भविष्यप्रतिको अनिश्चितता
- आफ्नो प्रिय व्यक्ति, अभिभावकहरु युद्ध, हिंसा वा अपराधिक गतिविधिमा संलग्न हुनु र उनीहरु फर्कने अनिश्चितता हुनु
- हिंसात्मक मनोभावनाको वृद्धि हुनु वा कुनै घटना विशेषहरुबाट प्रभावित भई लहै लहैमा लाग्नु
- समाजमा अधिक मात्रामा नशालु तथा लागू पदार्थको दुरुपयोग हुनु । आदी ।

यस्ता कतिपय कारणहरु जो विद्यालय बाहिर उत्पति भएका हुन्छन् र विद्यालय बाहिर नै ती कामहरु हुने गरे पनि त्यसको असरभने बालबालिकामा विद्यालय भित्र देखिन सक्दछ ।

३. **कक्षाकोठा भित्रै तथा पसिसरमा हुने समस्याहरु**

- कक्षामा विद्यार्थी सङ्ख्या धेरै हुनु
- कक्षा अँध्यारो हुनु, गर्मीमा हावा आउने ठाउँ नहुनु
- बाहिरी हल्ला खल्ला धेरै हुनु
- बेन्च डेक्स पर्याप्त नहुनु वा सजिलोसँग बस्न नपाउनु
- पर्याप्त पुस्तक तथा शैक्षिक सामग्री नहुनु
- कालोपाटीमा राम्रोसँग नलेखिनु, टाढाबाट नदेखिनु
- कसैले जिस्काइरहनु, हेपाह प्रवृत्ति देखाउनु, हेला गर्नु । आदी ।

यस्ता कुराहरुले बालबालिकाको ध्यान पढाइ भन्दा अन्यन्त्र जान्छ र हामी बालबालिकाले ध्यान दिएन भनेर उनीहरुलाई दोष दिन पछि पर्दैनौं ।

४. शिक्षकहरुको कारणबाट सिर्जना हुने समस्याहरु

- पढाउने कुरा तथा पाठ योजनाको तयारी नहुनु
- पढाउने तरिका उपयुक्त नहुनु, प्रष्ट बोली नहुनु
- बालबालिकाप्रति तथा पाठप्रति चासो नदिनु
- विद्यार्थीहरुप्रतिको नकारात्मक दृष्टिकोण हुनु
- समयलाई महत्व नदिनु
- कक्षा व्यवस्थापन क्षमतामा कमी हुनु
- विद्यालयभित्र र बाहिर गर्ने आचरण उचित नहुनु
- शिक्षकबाट सजाय त्रास भइरहनु । आदी

शिक्षकहरुको कारण बालबालिकामा विभिन्न समस्याहरु सिर्जना भई रहेको हुन सक्दछ । तसर्थ विद्यार्थीहरुलाई मात्रै दोष नदिई शिक्षकहरुको बीचको कमजोरीहरुलाई पनि कसरी सुधार गर्न सकिन्छ भन्ने तर्फ ध्यान दिनु आवश्यक छ ।

५.२. अनपेक्षित व्यवहारहरुमा परिवर्तन ल्याउन ध्यान दिनु पर्ने केही कुराहरु

बालबालिकामा देखिएका अनपेक्षित व्यवहारहरु जसका कारण हामी सुधार्न भनि उनीहरुलाई विद्यालयमा सजाय दिन्छौ, त्यसलाई परिवर्तन गर्नका लागि निम्न लिखित कुराहरुलाई ध्यान दिनु उपयोगी हुन सक्छः

१. मूल कारण वा समस्या के हो पत्ता लगाउने

हामीले “परिणाम” लाई मात्रै नहेरी त्यस्को मूल कारण वा समस्या के हो पत्ता लगाउनु पर्छ । अलि कति गहिराईमा गएर हेरियो भने बालबालिकाको अनपेक्षित व्यवहारका सम्बन्धमा शुरुमा हामीले बनाएको धारणा नै पुर्णत गलत साबित हुन पनि सक्दछ । जस्तै कुनै बालबालिका पढाइरहेको बेला निदायो भने ऊ किन निदायो ? यसबारे तत्काल धेरै

धारणा हामी बनाउन सक्छौं । तर गहिरेर बिचार गऱ्यौं भने आज उस्ले खाना नै खाएको छैन कि ? राती भाई बहिनीलाई हेर्दा हेर्दै सुत्नै पाएको छैन कि ? बावुआमाको झगडाले सुत्न नपाएको हो कि ? विहान भरी धेरै काम गरेर थाकेको पो हो कि ? आदी थुप्रै कारणहरु हुन सक्दछन् । यस अवस्थामा के अब उसलाई किन निदाइस् भनेर आधा घण्टा कुखुरा बनाउन वा दुई चार लठ्ठी हानि हाल्न ठीक हुन्छ होला त ? त्यसैले प्रत्येक बालबालिकाको बेग्ला बेग्लै समस्या हुन्छन् र सोही अनुसारको व्यवहार गरिनु पर्दछ ।

बालबालिकाले अनेपक्षित व्यवहारहरु गर्नुको पछाडी कुनै न कुनै उसको आफ्नो अनुभवजन्य कारणहरु हुन्छन् । जस्तै आँफूप्रति ध्यान आकृष्ट गर्न त्यस्तो कार्य गरेको हो कि ? शक्ति देखाउन हो कि ? बदला लिन हो की ? असफल भएकोले पो हो कि ? आदि जस्ता कारण पत्ता लगाएर सोही अनुसारले सम्बोधन गर्न सकेमा मात्रै प्रभावकारी हुन्छ । उदाहरणका लागि असफल भएर दिग्दारी प्रदर्शन गरेको हो भने उसलाई कसरी सफल हुन सकिन्छ भन्ने कुरामा जोड दिनु उपयुक्त हुन्छ । यदि आँफूप्रति ध्यानाकर्षण गर्न चाहेको हो भने उसले गरेको राम्रो काम (सानै किन नहोस्) लाई सम्मान गरिदिनु, ध्यान दिएको देखाइदिनु प्रभावकारी हुन सक्दछ ।

२. **बालबालिकासँग छलफल गर्ने**

समस्याको बारेमा सम्बन्धित बालबालिकासँगै नै सल्लाह गर्ने गरिएमा विद्यार्थीले भोगेको समस्या वा मूल कारणका बारेमा जानकारी हुनाका साथै समाधानका उपायहरु पनि संयुक्त रुपमा निकाल्न सकिन्छ । यस्ता छलफलले बालबालिका स्वयम्लाई पनि आफ्नो महत्ववोध हुन्छ, जसले उनीहरुको आत्मस्वाभिमानलाई उच्च राख्न, आत्म विश्वास बढाउन र विषयलाई आत्मसाथ गर्न सघाउ पुऱ्याउनु पर्छ ।

३. **अभिभावकसँग छलफल गनें**

समस्याग्रस्त बालबालिकाको बारेमा अभिभावकहरुसँगको छलफलले धेरै कुरामा सहयोग पुग्दछ । तर यसो गर्दा बालबालिकासँग सम्बन्धित सबै समस्याहरुको बारेमा एकै चोटी कुरा गर्नु भन्दा पनि मुख्य तत्काल सुधार गर्नु पर्ने के हो र त्यसका लागि संयुक्त रुपमा के गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा केन्द्रित हुनुपर्दछ ।

५.३. आजैदेखि सुरु गर्न सकिने केही सामान्य कुराहरु

हामीले बालबालिकासँग गर्ने साना तिना कुराहरुले पनि परिवर्तन ल्याउन ठुलो सघाउ पुऱ्याउँछ । तसर्थ यहाँ बालबालिकासँग गरिने व्यवहारमा आजै देखि थालनी गर्न सकिने कतिपय सामान्य व्यवहारीक उदाहरणहरुको संक्षिप्त चर्चा गरिएको छ ।

१. सीमा निर्धारण गर्ने

हरेक कुराको उपयुक्त सीमा निर्धारण गर्नुपर्दछ । यस्ता सीमाहरु धेरै फराकिलो पनि बनाउनु हुँदैन । जसबाट जे गर्दा पनि सिमा पार नै नहुने स्थिति नआवस् । यसै गरी धेरै साँघुरो सीमा पनि बनाउनु हुँदैन जसबाट समान्य केही गर्दा पनि सीमा उलङ्घन हुने स्थिति आइपरोस् ।

उदाहरणका लागिः

मैले पढाइरहेको बेलामा यो कक्षामा कतैबाट पनि सानो आवाज निस्क्यो भने पनि त्यस्को दोषी तिमीहरु सबै हुने छौं । भन्नु भन्दा "म आशा गर्छु, पढाउँदा सबै शान्त हुने छौ । यदि कसैले केही भन्न चाहान्छ भने हात उठाउनु र आफु सँगै बसेको साथीसँग कसैले पनि कुरा नगर्नु ।" भन्नु उपयुक्त हुनसक्छ ।

२. स्पष्ट पार्ने

बालबालिकालाई वस्तुस्थितिको बारेमा वा जे भन्न वा गर्न लागिएको हो, त्यसको बारेमा स्पष्ट पार्नु पर्छ । बालबालिकाकाले बुझ्ने भाषामा स्पष्ट गरिनु पर्दछ । उदाहरणका लागिः

"म तिमीहरुको लागि नयाँ शिक्षक हुँ । म सँग जिस्किने, अटेर गर्ने होइन ।" भन्नु भन्दा "म तिमीहरुको लागि नयाँ शिक्षक हुँ । म कक्षामा हुँदा के के हुनु पर्दछ भन्नेबारे सबै कुरा स्पष्ट सँग कालोपाटीमा लेखिदिन्छु । त्यसमा नबुझेको कुरा केही भए सोध्नु । कक्षालाई रमाइलो अनुशासित र सबैका लागि सजिलो बनाउन सबैले ध्यान दिनु पर्छ है ।" भन्नु उपयुक्त हुनेछ ।

३. सकारात्मक भाषा प्रयोग गर्ने

हामीले नकारात्मक कुराहरुबाट बोलीचालीको सुरुवात गर्नु वा निर्देशन दिनु भन्दा सकारात्मक कुराको निर्देशन दिनु बढी प्रभावकारी हुन्छ। गलत भएकोमा त्यसो नगर भन्नुको साटो सही कुरा के हो वा गर्नु पर्ने के हो त्यो कुरालाई बढी जोड दिनु पर्दछ। उदाहरणका लागिः

"भित्तामा केही लेख्नु हुँदैन।" भन्नु भन्दा "भित्ता सफा राख्नु पर्छ।" भन्नु, "हल्ला नगर।" भन्नु भन्दा "शान्त होऊ।" भन्नु उपयुक्त हुनसक्छ।

४. नियमितता र एकरुपता

विद्यालयमा देखिएका बालबालिकाका व्यवहारगत समस्याहरुको बारेमा शिक्षकहरुको बैठकमा र अभिभावकसँगको भेटघाटमा चर्चा गर्नुपर्दछ। अनपेक्षित व्यवहार सुधार गर्न अपनाउने तौर तरिकाको बारेमा सहमतिमा आउनुपर्दछ। विद्यालयमा सबै शिक्षकले सबै बालबालिकालाई विना भेदभाव वा कसैलाई काखा कसैलाई पाखा नगरी अनपेक्षित व्यवहारका निम्ति समान प्रक्रिया अपनाउनुपर्दछ। यसमा एकरुपता, नियमिता नभएमा शिक्षक तथा बालबालिका दुबैमा के हुन्छ, के हुँदैन, के गर्ने, के नगर्ने भन्ने जस्तो अलमल वढ्दै जान्छ।

५. बालबालिकालाई उनीहरुको अनपेक्षित व्यवहारको परिणामबारे जानकारी दिने

बालबालिकालाई अकस्मात् अथवा एकै चोटी सजाय गर्ने नभई उनीहरुबाट गलत काम हुन रोक्ने तर्फ ध्यान दिनु मुल कुरा हो। तसर्थ यसो गरेमा यसको परिणाम यो हुन्छ भनेर स्पष्ट गरिदिनु पर्छ। जसले गर्दा कुनै कार्य गर्दा वा नगर्दा के हुन्छ भनी बालबालिकाले सोच्ने अवसर पाउँछन् र उनीहरुको व्यवहारका निम्ति उनीहरु आफै जिम्मेवार छन् भन्ने महसुस गर्दै जिम्मेवार हुने पनि गर्दछन्। उदाहरणका लागिः

"म चाहन्छु- मैले दिएको गृहकार्य सबैले पूरा गरेको हुनु पर्छ। यदी कुनै विशेष कारण बाहेक कसैले पूरा गरेन भने भोली अरु थप गृहकार्य गर्नु पर्ने हुन्छ। अझ त्यसमा किन गृहकार्य नगरेको भनेर एउटा निबन्ध पनि लेख्नु पर्ने हुन्छ।" भन्नु उपयुक्त हुनसक्छ।

६. व्यवहारीक बन्ने

अनुशासन कायम गर्ने सन्दर्भमा व्यवहारीक र कार्यान्वयन हुन सक्ने कुराका बारेमा विचार पुऱ्याउनुपर्छ । यसमा तपाई गम्भीर हुनु हुन्छ भन्ने कुरा बालबालिकाले महसुस गर्न सकुन् । यो कुरा व्यवहारमा पनि देखिनु पर्दछ ।

७. भनेको काम गर्ने

बालबालिकाको अगाडी जे भनिन्छ, त्यो गर्नु पर्दछ । झुठो आश्वसन दिनुहुँदैन । प्रतिवद्धता दर्शाएपछि त्यो पूरा गर्नुपर्दछ । अन्यथा बालबालिकामा पनि कुरै त हो नी काम गर्ने होइन क्यारे भन्ने भावना र अटेरीपन बढ्दै जान्छ ।

८. प्रायः असम्भव जस्तै हुने कुराको अपेक्षा नराख्ने

समझदारीपूर्वक काम गर्नुपर्छ । शिक्षक नभएको कक्षामा सबै विद्यार्थीहरु चुप लागेर बसिरहेको हुनपर्छ भन्ने जस्तो प्रायः असम्भव हुने कुराको अपेक्षा गर्नु हुँदैन । यस्तो अवस्थामा चुपलागेर नै बस्नुपर्छ भन्ने कडा निर्देशन दिने भन्दा हल्ला नमच्चाईकन विस्तारी कसरी कुराकानी गर्ने भन्ने सिकाउनु पर्दछ । खाली समयलाई कसरी उपलब्धिमूलक बनाउने भन्नेबारेमा स्पष्ट गरिनुपर्छ । साथै शान्त वातावरणमा पढ्न पाउने अरु बालबालिकाको अधिकारलाई सम्मान गर्नु पर्छ भन्ने सिकाउने, बुझाउने गर्नुपर्छ । अरुलाई असर नपर्ने गरी कसरी रमाइलो गर्न सकिन्छ भन्ने तरिका, सीप सिकाउनपर्छ ।

९. दुर्घटनावस भएका कुरामा सजाय नदिने

कुनै पनि दुर्घटनावस भएको कामका सम्बन्धमा पनि बालबालिकालाई सजाय गर्न थालियो भने अगामी दिनहरुमा त्यस्तै दुर्घटना हुँदा वा जीवन नै जोखिममा पर्न सक्ने दुर्घटनाहरु हुँदा पनि खबर गर्न, सूचना दिन बालबालिका हिच्किचाउन सक्दछन् । नजानेर गल्ती तथा दुर्घटना हुन सक्दछ र कसरी भविष्यमा सोबाट बच्ने, सर्तकता अपनाउने भन्ने बारेमा बालबालिकालाई बुझाउनु पर्छ ।

१०. सुधारगर्ने अवसर दिने

बालबालिकाले आफुलाई ठीक लागेको भनेर राम्रै मनसायले गरेको कुनै काम नियम विपरित भयो भने उनीहरुलाई एकै चोटी सजाय गर्नु भन्दा यो गलत भयो भनी सम्झाई दोस्रो पटक आफ्नो व्यवहार सुधार्ने मौका दिनुपर्दछ ।

११. बालबालिकालाई खराब भनी चित्रण नगर्ने

कुनै पनि अनपेक्षित व्यवहार गर्ने बालबालिकालाई यो त खराब, बदमास भनेर चित्रित गर्नुहुँदैन । तर उसले के गल्ती गरेको हो त्यो भने भन्नु पर्ने हुनसक्छ । मान्छे त खराब हैन, काम गलत भयो भन्ने कुरामा जोड दिनुपर्छ । त्यो गलतबाट सिक्ने अवसर दिएर सिक्ने कुरामा सहयोग पुऱ्याउनु पर्छ ।

१२. बालबालिकाको सकारात्मक कुरालाई अगाडी ल्याउने

"बदमास" भनिएको बालबालिकाको कुनै सामान्य राम्रो काम छ भने त्यसलाई महत्वका साथ अगाडी ल्याइदिनु राम्रो हुन्छ । सधै नराम्रो मात्रै भनेर चित्रण गर्ने गरिएका बालबालिका छन् भने कसरी उनीहरुलाई राम्रो भनेर चित्रण गर्न सकिन्छ, प्रयत्न गर्नु पर्छ । उसका सकारात्मक कुराहरु पहिल्याउनु र प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ ।

१३. संयम हुने

बालबालिकाले अति नै रीस उठ्ने काम गरेको भए पनि आफ्नो संयम गुमाउनु हुँदैन । बालबालिकालाई सुधार गर्ने क्रममा आफुलाई शान्त र खुला राख्नु पर्छ । बालबालिकाप्रति दर्शाउने न्यानोपन, मित्रवत् व्यवहार र आत्मविश्वासले बालबालिकालाई खुल्न र विश्वास गर्न मद्धत पुग्दछ ।

१४. सामान्यतयाः विद्यार्थीले अपेक्षा गर्ने भन्दा बेग्लै ढङ्गले व्यवहार गर्ने

विद्यार्थीले कुनै पनि गलत कार्य गरेको वा नियम उल्लङ्घन भएको अवस्थामा उनीहरुले शिक्षकबाट गाली खाने अपेक्षा गरेका हुन्छन् । जस्तै खेल्न नहुने भनेका ठाउँमा खेले वा जान नहुने भनिएका ठाउँ (जस्तै विद्यालयको माथिल्लो छाना आदी)मा गए वा गर्न नहुने भनिएका कुनै कार्य गरेको शिक्षकले देखेमा उनीहरुले प्रायः अपेक्षा गरे जस्तै

ठूलो स्वरमा “बदमासहरु, भित्र जाऊ, तल ओर्ल”, “तँलाई पख्लास् अब” भन्ने जस्ता कुरा नभनेर “ओहो! तिमीहरु त बढो चलाख रहेछौं, यहाँ आएर पो खेल्ने” भन्ने जस्तो कुरा गरेर उनीहरुलाई अच्चमित बनाउन सकिन्छ । पहिले सकारात्मक कुराबाटै सुरु गरेर उनीहरुलाई गलत कार्यकाबारेमा अनुभूत गराउने यस्ता सजिला र साना चलाखीपूर्ण तरिकाले बालबालिकाको व्यवहार सुधार्न मद्दत पुऱ्याउन सक्छ ।

१५. माथि उठाउने, तल झार्ने, फेरी माथि उठाउने

बालबालिकाले गरेका गलत कार्यहरुका निम्ति उनीहरु प्रति सुधारोन्मुख व्यवहार गर्नुपर्छ । तर यस क्रममा तुरुन्तै उनीहरुलाई हप्काउनु, सजाय गर्नु भन्दा, हाम्रो बोली चालिको ठाडो भाषामा पहिला उचाल्ने, पछार्ने र फेरी उचाल्ने किसिमले कुरा गर्नु प्रभावकारी हुनसक्छ । उदाहरणका लागि “तिमीले त पहिले धेरै राम्रो गरेका थियौं, मलाई धेरै खुसी लागेको थियो”, “आज भने किन तिमीले यस्तो ......(सम्बन्धित विषय उल्लेख गर्ने) गऱ्यौं ?” भन्दै अन्त्यमा “मलाई विश्वास छ, अब यस्तो काम दोहरिने छैन, तिमी त राम्रो गर्ने विद्यार्थी हौं ।” भन्ने जस्ता कुराहरु गर्नु प्रभावकारी हुनसक्छ । आफ्नै अन्य शैली तौर तरिकाले यस्तै व्यवहार गर्न सकिन्छ तर यसको मूल सूत्र “उठाउने-झार्ने-उठाउने” लाई भने ध्यान दिइनुपर्छ । अर्थात् सुरुमा सकारात्मक कुरा गर्ने, गल्ती भएको बताउने र पुनः सकारात्मक कुराको अपेक्षा गर्दै सकारात्मक पक्षलाई नै जोड दिन सके प्रभावकारी हुनसक्छ ।

५.४. केही व्यवहारीक समस्या र विकल्प

बालबालिकालाई अनुशासित बनाउने बहानामा दिइने सजायले बालबालिकामा पर्ने असरका बारेमा सम्वेदनशिल हुँदै यसको विकल्पमा गर्न सकिने केही उपायका बारेमा सबै सचेत हुन सके बालबालिकाले भयमुक्त वातावरणमा सिक्ने, हुर्कने अवसर पाउने छन् । विद्यालयमा आईपर्ने विद्यार्थीसँगका केही व्यवहारीक समस्या र विकल्पका बारेमा यहाँ सामान्य चर्चा गरिएको छ ।

- गृहकार्य नगर्ने

सामान्यतया धेरै बालबालिकालाई गृहकार्य नगरेकोमा सजाय गर्ने गरेको पाइन्छ । यस अवस्थामा के कारण विद्यार्थीले गृहकार्य नगरेको हो र त्यो कसरी समाधान गर्ने भन्नेबारेमा भने ध्यान नदिइ रहेको, समय नदिइ रहेको, हुनसक्छ । यस सम्बन्धमा अभिभावकसंग कुरा

गर्ने, उसले पुरा नगरेको गृहकार्यलाई कक्षाकार्यको समयमा, खेल्ने समयमा कक्षाकोठामै गर्न लगाउने, जान्ने विद्यार्थीलाई सिकाउन लगाउने जस्ता उपायहरु अपनाउन सकिन्छ। पिट्नुबाट नै समस्या समाधान हुन सक्दैन। पढाएको नबुझेर नै गर्न नसकेको होकी, घरको कामले पो गर्न नसकेको होकी आदी के कारण हो बुझेर अभिभावक संग पनि कुराकानी गर्नु पर्छ।

- कक्षामा ध्यान नदिने

अनुशासनमा बसेनन् भनेर विद्यार्थीलाई पिट्दा वा नराम्रो गाली गर्दा उनीहरुलाई विद्यालय आउन मन नलाग्ने, पढाईप्रति नै घृणा उत्पन्न हुने, उनीहरुमा रीस र बदलाको भावना आउने र झन् विद्यालयबाट भाग्न मन लाग्ने जस्ता नकारात्मक प्रभाव पर्न जान्छ। सबै शिक्षकसँग एउटै खालको क्षमता नभए जस्तै सबै विद्यार्थीले एकै तरिकाबाट सिक्न सक्दैनन्। सिक्नमा उत्सुक नहुने विद्यार्थीले नै कक्षामा धेरै हल्ला गर्दछन् । त्यस्ता ध्यान नदिनेलाई पिट्न परिहाल्यो नी भन्ने जस्तो सोचमा परिवर्तन ल्याउनु पर्छ। पिटेर देखावटी रुपमा ध्यान फर्कीए जस्तो हुन्छ, तर पिटाई खाएपछि उस्को ध्यान पढाइ तिर भन्दा पिटाईको पीडा तिर र त्यो घटनासम्बद्ध कुराहरुमा नै ध्यान गईरहने धेरै संभावना रहन्छ । ध्यान नदिने विद्यार्थीलाई उनीहरुको रुचीको बारेमा सोधेर सो अनुसार सिकाउन सकिन्छ । पहिला उसलाई सिक्न उत्सुक बनाउनु पर्छ। घोकाउनु भन्दा पाठले के भन्न खोजेको भनेर सबै विद्यार्थीलाई आ–आफ्नो धारणा राख्न दिए विद्यार्थीलाई उत्सुक बनाउन सकिन्छ। विद्यार्थीलाई सानो सानो समुहका विभाजन गरेर समूह कार्य दिने, एउटा साथीले अर्को साथीलाई मद्दत गर्न लाउने जस्ता कार्य गर्न सकिन्छ।

- झै झगडा गर्ने

झै झगडा गर्ने विद्यार्थीहरुलाई त्यही स्थानमा तत्कालै सजाय दिनु भन्दा छुट्टै राखेर सम्झाउने जस्ता उपाय अपनाउन सकिन्छ । झगडा गर्नेहरुलाई उनीहरुले गरेको झगडाले अरु साथीहरुलाई पारेको प्रभावबारे बताउने, एक अर्कासँग माफ माग्न लगाउने, मेलमिलाप गराउने, एक अर्काका गुणहरु पहिल्याउन लगाउने, आफूसँगै राखेर कक्षा कार्य दिने जस्ता काम गर्न सकिन्छ।

- कक्षामा अनियमित हुने

पढ्नै मन नगर्ने, कक्षामा पनि नियमित नआउने विद्यार्थीलाई सजाय दिंदा सोको डरले झन् उसको मन बरालिन पुग्छ । त्यस्ता विद्यार्थीलाई शुरुमा विद्यालयमा उसले राम्रो गर्न सक्ने

अन्य केही जिम्मेवारी दिएर, राम्रो गरेकोमा प्रशंसा गर्ने र संगै शिक्षाको महत्वको बारेमा परामर्श गर्ने गर्न सकिन्छ । समस्याको कारण र समाधानको बारेमा स्वयम् विद्यार्थीसंगै बसेर छलफल गर्नु उपयोगी हुन्छ ।

- सामान तोडफोड गर्ने

सामान तोडफोड गर्ने जस्तो समस्या भएका बालबालिका बीच त्यो सामानबाट के के गर्न सकिन्थ्यो र नहुँदा कसलाई के घाटा हुन्छ भन्नेबारेमा छलफल गर्ने, क्षति कति मूल्यको भएछ भन्ने कुरा त्यसो गर्ने विद्यार्थी स्वयम्लाई पत्ता लगाउन लगाउने, क्षति भएको सामान बनाउन लगाउने, बनाउन नसक्ने रहेछ भने त्यस्ता सामानको खर्च विद्यार्थीले के कसरी तिर्न सक्दछ उसलाई सोध्ने, उसको पाकेट खर्चबाट कटौती गरेर तिर्न सक्दछ भने तिर्न पनि लगाउने र सो सम्भव नभए उसले कुनै विषयलाई राम्ररी जाने वा सिकेमा, अन्य केही असल कार्य (जसले नकारात्मक बानीमा सुधार ल्याउन सघाउ पुऱ्याउँछ) गरेमा विद्यालयले त्यस सामानको पैसा मिनाह गरिदिन्छ भनी सहमति गर्ने जस्ता सकारात्मक उपाय प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

- अर्काको सामान चोर्ने

कुनै कुनै विद्यार्थीको अर्काको सामान चोर्ने बानी हुन्छ । त्यस्तालाई पहिला त उ सँग बसेर उसले किन त्यस्तो गरिरहेको छ पत्ता लगाउनु आवस्यक हुन्छ । उसको सामान अरुले चोऱ्यो भने उसलाई कस्तो लाग्दछ भनेर अनुभूत गर्न लगाउने तथा उसले गरेको काम गलत हो भनी महसुस गराउनु पर्दछ । विद्यार्थीले गल्ती नदोहोऱ्यावस् भनेर अभिभावक, शिक्षक र बालबालिका सँगै बसी छलफल गर्नु राम्रो हो, तर अभिभावकलाई यसरी छलफलमा सम्लग्न गराँउदा उनीहरुले पछि घरमा गएर बालबालिकालाई कुटपिट गर्दैनन् र यस्ता घटनाका बारेमा गोप्यता कायम गर्दछन् भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्नुपर्दछ । त्यस्तो बालबालिकालाई शिक्षकको सामु सम्बन्धित अर्को विद्यार्थीसँग माफी माग्न र चोरेको सामान फिर्ता गर्न लगाउन सकिन्छ । यसरी माफ माग्ने विद्यार्थीलाई माफी दिने विद्यार्थी वा शिक्षकले फेरी जिस्काई रहनु भने हुदैन । कतिपय विद्यार्थीले अरुको जस्तै राम्रा सामान आफूसँग पनि होस् भनेर चोर्ने गरेको पनि पाइन्छ । त्यस्ता विद्यार्थीको आधारभूत सामान छैनन् भने विद्यालय र अभिभावकले त्यस्तो आधारभूत सामानको व्यवस्था गर्ने तर्फ पनि ध्यान दिनुपर्छ ।

६. राम्रो शिक्षकमा हुने केही गुणहरु

कस्तो शिक्षकलाई राम्रो भन्ने र कस्तोलाई नराम्रो भन्ने समेतका विषयमा विद्यार्थी, शिक्षकहरु माझ नै पाकिस्तानमा गरिएको एक अध्ययनबाट राम्रो शिक्षकमा हुने गुणहरु निम्नानुसार रहेको पाइएको छ । जुन हाम्रो सन्दर्भमा पनि उपयोगी हुने देखिएकाले यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ ।

१) राम्रा शिक्षकहरु भनेको बिशेषतः एक राम्रा व्यक्ति हुन् । उनीहरुको व्यक्तित्व अरुलाई माया गर्ने खालको, दयालु र धैर्यवान हुन्छ । उनीहरु घमण्ड नदेखाइकन नेतृत्व लिन सक्ने, मिहिनेती, कर्तव्यवान् हुनुको साथसाथै समय अनुसार आफ्नो बिचारमा लचिलो पनि हुन्छन् । भलादमी पाराले आफ्नो कुरालाई दह्रोसँग राख्न सक्ने र कामप्रति प्रतिवद्ध हुन्छन् ।

२) राम्रा शिक्षकहरु आफ्नो पेशालाई र बालबालिकालाई भित्रैदेखि माया गर्छन् । उनीहरुको यो माया विभिन्न तरीकाहरुबाट प्रकट हुन्छन्, जस्तैः बालबालिकासँग बढीभन्दा बढी समय बिताउने, उनीहरुसँग मीठो बोली बोल्ने, बालबालिकालाई उनीहरुको नाम लिएर बोलाएर मित्रवत् व्यवहार गर्ने, उनीहरुको परिवार र स्वास्थ्यको बारेमा सोधपुछ गर्ने इत्यादि । राम्रा शिक्षकहरुले बालबालिकालाई एउटा बस्तुजस्तो व्यवहार नगरी इज्जतसाथ एउटा सम्मानित व्यक्ति मानी व्यवहार गर्छन् ।

३) राम्रा शिक्षकहरुको ध्यान पाठ्यपुस्तक तथा पाठ्यक्रममा भन्दा बालबालिकामा केन्द्रित हुन्छ । उनीहरु बालबालिकाको फरक फरक प्रकृतिसँग परिचित हुन्छन् र सबै बालबालिकालाई एउटै किसिमले नभई आवश्यकता अनुसार फरक फरक किसिमले सिकाई उनीहरुलाई सिक्न मद्धत गर्छन् । जस्तै कसैलाई पटक पटक सम्झाएर, विभिन्न उदाहरण दिएर, समुहमा काम लगाएर, एक्लै समय दिएर आदि ।

४) राम्रा शिक्षकहरु एउटै कुरामा अडिग नभई लचिला हुन्छन् र सम्भव भएसम्म बालबालिकाले गरका अनुरोधहरुलाई मान्छन् । राम्रा शिक्षकहरुले यसलाई कमजोरीका

रुपमा नहेरीकन बालबालिकालाई आत्मविश्वासी र सक्षम बन्न मद्धत गर्छन् । शिक्षक नै सबै कुरा जान्ने मानिस हो भन्ने धारणा हटाएर बालबालिकालाई आफ्ना विचारको पनि कदर हुन्छ भन्ने कुरा बुझ्न मद्दत गर्दछन् ।

५) राम्रा शिक्षकहरु राम्रा अभिभावकहरु झै कडा पनि हुन्छन् र नरम पनि । उनीहरुको आफ्नो आवश्यकता र पेशाको जिम्मेवारी (जस्तै बालबालिकालाई सम्पूर्ण पाठ्यक्रम पूरा गरी सिकाउनु) र बालबालिकाको माग (पढाइको साथै खेल तथा अन्य क्रियाकलापहरु) का सन्दर्भमा सबैलाई राम्रो सन्तुलनमा राख्न कोसिस गर्छन् । साथै यिनीहरु बालबालिकालाई राम्रोसँग सिकाउनलाई केही गर्न पनि पछि पर्दैनन् । दोहऱ्याई, तेहऱ्याई सिकाउने, अभिभावकसँग भेट्ने, गृहकार्य राम्रोसँग जाँच गर्ने जस्ता प्रक्रियाबाट यिनीहरु बालबालिकालाई राम्रोसँग सिक्न मद्धत गर्छन् ।

६) राम्रो शिक्षकहरुमा सरल तथा मिलनसार नेतृत्वकला हुन्छ । उनीहरुलाई अहम् वा घमण्डको समस्या हुँदैन । उनीहरु अरुको अपेक्षा वा लहलहै अनुसार काम गर्दैनन् । जस्तैः साथीभाईहरुले उनीहरुलाई बालबालिकासँग वढी समय बिताएकोमा आलोचना गर्ने, जिस्काउने जस्ता कामहरु गरे पनि त्यस्ता कुराको वास्ता गर्दैनन् । उनीहरु नरम, मिजासिला हुन्छन् र उनीहरुलाई घमण्डी भएर आफुलाई राम्रो भन्दै हिंड्ने जरुरत हुँदैन । उनीहरु साच्चै कै असल हुन्छन् ।

७) राम्रा शिक्षकहरु धेर सिकायत पनि नगर्ने खालका हुन्छन् । जसलाई आफ्नो पेशा तथा बालबालिकासँग बढी लगाव हुन्छ, उनीहरु अरु कुरा जस्तै तलब तथा अन्य सुविधाको बारेमा त्यति ध्यान दिदैनन् । यसले गर्दा प्रायः जसो अनौठो अवस्थाको सिर्जना हुन्छ, जहाँ जो वढी काम गर्छ उ कम कचकच वा दुखेसो गर्छ र जो कम काम गर्छ उसको कचकच वा दुखेसो वा उजुरी बढी हुन्छ । यसरी थुप्रै किसिमले एउटा राम्रो शिक्षकले बालबालिकाको जिन्दगीको धेरै पक्षहरुलाई समेटेर सहयोग गरेका हुन्छन् । पारिवारिक स्थिति त्यति राम्रो नभएको बालबालिकालाई माया स्नेह, स्वयम् को महत्व र सही निर्देशन जस्ता आवश्यकताहरुलाई एउटा राम्रो शिक्षकको व्यवहारले

पूरा गरिदिएको हुन्छ । यसबाट ती बालबालिकालाई आत्मनिर्भर र आत्मविश्वासी बन्न सहयोग पुग्दछ । यस्तै यस्तै राम्रा शिक्षकहरुको बाहुल्यले विद्यालयलाई बालमैत्री बनाउंछ । सारांश भन्ने हो भने विद्यार्थीहरुले शिक्षकबाट निम्न कुराहरु चाहने हुँदा सोही अनुरुपका व्यवहार गर्न सकिएमा सबैको लागि उपयोगी हुनेछ :

- विद्यार्थीको उपस्थितिलाई आदर गरिएको
- उचित हेर विचार पुऱ्याइएको
- विद्यार्थीका कुरा सुनिएको
- हकारपकार, गाली गलौज वा ठूलो स्वर नगरिएको
- रमाइलो, हाँसो ठट्टा गर्ने गरिएको
- दिक्क नमानेको, हँसिलो, फूर्तिलो, खुसी अर्थात् राम्रो मुडमा भएको
- विद्यार्थीलाई अफ्ना फरक विचार राख्न दिने र अवस्थानुसार समर्थन गर्ने गरेको ।

तारक धितालद्वारा लेखन तथा संयोजन गरी सिविन नेपालबाट चौथो संस्करण, २०६९ मा प्रकाशित "बालसुलभ विद्यालय" पुस्तकका केही सम्पादित, परिमार्जित अंशहरु । उक्त मूल पुस्तकका सन्दर्भ सामग्रीहरुः

१. बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धि-१९८९

२. शिक्षा ऐन तथा नियमावली

३. Helping Children in Difficult Cicumtances, Save the Children

४. Communicatin with Children, Save the Children

५. A Chance in Life, Save the Children

६. What Makes a Good Teacher, Save the Children

७. Corporal Punishment of Children, Is It Really Necessary

८. बालमित्रवत् शिक्षण, कार्यशाला प्रतिवेदन, पिसविन

९. विभिन्न वेभसाईटहरु

१०. विद्यालय क्षेत्र सुधार योजना २०६३-२०७२, शिक्षा मन्त्रालय

११. गुणस्तरीय शिक्षका लागि बालमैत्री विद्यालय राष्ट्रिय प्रारुप २०६७, शिक्षा विभाग