

# द बिल्डिंग ब्लॉक



बच्चों और किशोरों हेतु मानसिक स्वास्थ्य तथा  
मनोसामाजिक देखरेख और सुरक्षा

प्रशिक्षण श्रृंखला २

द्वारा:

सामुदायिक बाल व किशोर मानसिक स्वास्थ्य सेवा परियोजना,  
बाल और किशोर मनोरोग विभाग, निम्हैन्स (NIMHANS) बंगलुरु।

सहयोग:

महिला एवं बाल विकास विभाग, कर्नाटक सरकार।

“बचपन को कारणों के अंधेरे घंटे से पहले ये घ्वनियों और सुगंधों और दर्शनीय स्थलों से मापा जाता है।”

जॉन बेट्जमन

**"Childhood is measured out by sounds and smells and sights, before the dark hour of reason."**

~John Betjeman

विषयवस्तु		
1	परिचय	
1.1	बातचीत की शुरुवात हेतु माहौल बनाना (ब्रेकिंग द आइस)	
1.2	हमारे सीखने के उद्देश्य और विधियाँ	
2	बच्चे और बचपन	
2.1	बचपन के साथ पुनः जुड़ने हेतु आधार बनाना	
2.2	शक्ति और अधिकार	
2.3	बाल विकास दृष्टिकोण को लागू करना	
2.4	संदर्भ और समस्याओं की पहचान: बच्चे की आंतरिक आवाज/अंतर्ध्वनि	
2.5	बचपन के प्रतिनिधित्व	
3	बच्चों के साथ कार्य करने हेतु बुनियादी संचार और परामर्श तकनीकें	
3.1	कौशल 1 – बच्चे को जानना	
3.2	कौशल 2 – सुनना	
3.3	कौशल 3 – भावनाओं को मान्यता और आभार	
3.4	कौशल 4 – स्वीकृति और गैर-निर्णयात्मक मनोभाव	
3.5	कौशल 5 – प्रश्न करना तथा संक्षिप्त व्याख्या करना	
4	सामान्य बाल और किशोर मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं	
4.1	सामान्य बाल और किशोर मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों की पहचान	
4.2	मूल्यांकन और व्यक्तिगत देखरेख योजनाएं	
5	क्षेत्र अभ्यास	
5.1	पर्यवेक्षित क्षेत्र अभ्यास	
5.2	गृहकार्य	
अनुलग्नक 1: देखरेख और संरक्षण वाले बच्चों के लिए मूल्यांकन प्रोफार्मा (उम्र 7 से 17 वर्ष)		
अनुलग्नक 2: सुझायी गयी प्रशिक्षण कार्यशाला सारणी		

# 1. परिचय

## 1.1 बातचीत की शुरुवात हेतु माहौल बनाना, (ब्रेकिंग द आइस)

विधि: संवादात्मक खेल

सामग्री: संगीत (कोई भी जिसे बच्चे पसंद करते हैं या बजाना चाहें) संगीत बजाने हेतु यंत्र

समय: 15 मिनट

प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों से एक बड़ा गोला बनाने के लिये कहें। उन्हें बतायें कि आप संगीत बजायेंगे। जब तक संगीत चलता रहे उन्हें जितने बच्चों से संभव हो उतने बच्चों के साथ हाथ मिलाते हुये आगे बढ़ना है। जब संगीत बंद हो जाये, तो उन्हें जहाँ वे हों, वहीं स्थिर खड़े हो जाना है (शुरू करें)
- अब उनसे पूछें 'आप कौन हैं?' 'उन्हें पास खड़े प्रतिभागी को नाम बताते हुये अपना परिचय देने के लिये कहें।
- संगीत फिर से शुरू करें और प्रतिभागियों को पहले की तरह घूमते और एक दूसरे से हाथ मिलाते रहने के लिये कहें। संगीत बंद करें और एक और सवाल पूछें जैसे कि 'अपने बारे में एक मजेदार बात बतायें'।
- इसी प्रक्रिया को कई बार दोहरायें। 'आप कौन हैं?' से शुरू करते हुये हर बार अलग प्रश्न पूछें जैसे कि:
  - आप किस चीज़ में रुचि रखते हैं?
  - आपकी पसंदीदा फिल्म/आपका पसंदीदा अभिनेता कौन है?
  - आपने बच्चों के साथ काम करना क्यों चुना?
  - वो कौन सी चीज है जिसके बिना आप नहीं रह सकते...?
- प्रतिभागियों को बतायें कि प्रत्येक राउंड में/या जब संगीत बंद हो जाये और सवाल पूछा जाये तो वे किसी अलग व्यक्ति से बात करें।

\*आप प्रतिभागियों को बता सकते हैं कि उक्त गतिविधि का उपयोग वे बच्चों के साथ भी कर सकते हैं खासकर उस समय जब उन्हें बच्चों के एक नये समूह को जानना हो। वे बच्चों को जानने के लिये ऐसे प्रश्न पूछ सकते हैं; 'आपको किस स्थिति में गुस्सा आता है?' 'आप कब खुशी महसूस करते हैं?' एक बात जो आप अपने दोस्तों के बारे में पसंद करते हैं? 'विद्यालय के बारे में एक चीज जो आपको पसंद नहीं है?'... इत्यादि।

## 1.2 हमारे सीखने के उद्देश्य और विधियाँ

विधि: चर्चा

सामग्री: पी0पी0टी0 स्लाइड

समय: 20 मिनट

प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों का स्वागत करें और कार्यशाला के उद्देश्यों को निम्नानुसार पेश करें:
  - बच्चों के मनोसामाजिक और सुरक्षा से जुड़े मुद्दों को समझना।
  - बाल मानसिक स्वास्थ्य और मनोसामाजिक कार्य में बाल विकास अवधारणाओं को व्यावहारिक रूप से लागू करना।
  - निम्न पर ध्यान केंद्रित करते हुये परामर्श और संचार कौशल का निर्माण करना:
    - बच्चों के साथ शुरूआती बातचीत।
    - बाल देखरेख कार्यकर्ता और बच्चे के बीच संबंधों को सुविधाजनक बनाने के लिये बुनियादी संचार कौशल का विकास।
  - आमतौर पर होने वाले बाल और किशोर मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों को समझना; मूल्यांकन को प्रशासित करना और व्यक्तिगत देखरेख योजनाओं को विकसित करना।
- प्रशिक्षण कार्यशाला द्वारा उपयोग किये जाने वाले तरीकों का परिचय दें:
  - स्लाइड/सामग्री
  - करने और सीखने के कौशल से सम्बंधित गतिविधियाँ जैसे रोल प्ले और केस-स्टडी विश्लेषण।
  - भागीदारी युक्त सामूहिक गतिविधियाँ और चर्चा।
  - फिल्म देखना और निजी दृष्टिकोण का विकास करना।
- समझायें कि इस कार्यशाला में लेक्चर जैसे उबाऊ तरीकों का इस्तेमाल नहीं किया जायेगा बल्कि कोशिश यह रहेगी कि प्रतिभागी बाल कार्य के क्षेत्र में अपने अनुभवों को सबके साथ बांटें और उसके बाद फिर सब मिलकर इन अनुभवों पर चर्चा और चिंतन करें और एक दूसरे से सीखें।
- कौशल निर्माण के महत्व पर जोर दें – बतायें कि यह कार्यशाला दूसरी कार्यशालाओं से अलग होगी क्योंकि यह न केवल महत्वपूर्ण मुद्दों और अवधारणाओं

को समझने में मदद करेगी बल्कि उनको व्यावहारिक कौशल में बदलने का अवसर भी देगी। यानी इस कार्यशाला में कौशल सीखने के लिये बहुत अभ्यास शामिल होगा।

- प्रतिभागियों से कहें कि उनके कोई भी विचार गलत नहीं हैं इसलिये वे कार्यशाला में खुलकर हिस्सा लें। उन्हें याद दिलायें कि कार्यशाला का उद्देश्य विचारों को एक दूसरे के साथ बाँटना; उन पर चिंतन और चर्चा करना है। कार्यशाला के माध्यम से नई विचारधारा को उभारने की और साथ ही बाल संरक्षण से जुड़ी समस्याओं को नये नजरिये से देखने की कोशिश की जा रही है।
- प्रतिभागियों को बतायें कि यह प्रारंभिक कार्यशाला उन्हें बच्चों की समस्याओं से निपटने के लिये गहन चिकित्सा विधियों से लैस नहीं करने वाली है। शोषण; मानसिक आघात विधि का उल्लंघन करने वाले बच्चों से संबंधित अधिक जटिल मुद्दों को बाद की कार्यशालाओं में संबोधित किया जायेगा... यह कार्यशाला बच्चों के परामर्श की मूल बातों पर ध्यान देगी क्योंकि प्रतिभागी जब तक इस कौशल को नहीं सीखेंगे वे अधिक जटिल मुद्दों और कौशल तक पहुँच नहीं पायेंगे।
- इसके अतिरिक्त उन सभी अतिरिक्त उम्मीदों को संबोधित करें जो प्रतिभागियों को कार्यशाला से हो सकती हैं।

## 2. बच्चे तथा बचपन



## 2.1 बचपन के साथ पुनः जुड़ने हेतु आधार बनाना

### उद्देश्य

- प्रतिभागियों को बच्चों और बचपन के अनुभवों के प्रति संवेदनशील बनाना।
- उन्हें बच्चों के अनुभवों और भावनाओं के बारे में जागरूक और सतर्क करने में सक्षम बनाना।

### समय:

1 घंटा 15 मिनट (30 प्रतिभागियों के समूह हेतु)

### अवधारणा

आइये हम थोड़ी देर के लिये मनोसामाजिक और मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े मुद्दों और परामर्श को अलग करें; चलिए, सिर्फ बच्चों और बचपन के बारे में सोचें और बात करें... अपने स्वयं के बचपन के साथ फिर से जुड़ें और याद करें कि हमारा जीवन उस समय कैसा था... लोग, जगह, और घटनायें... हमें कैसा लगता था – चीजें जो हमें खुश, उदास, या क्रोधित करती थीं... हम जब बच्चे थे तो कैसे थे? बचपन में हमने दुनिया को कैसा पाया? हमने क्या अनुभव और महसूस किया? हम अपने बचपन में लौटने के लिये एक आसान कल्पना अभ्यास करने जा रहे हैं।

'''

## बचपन के साथ फिर से जुड़ने के लिये गतिविधि

विधि: अपनी यादों को साझा करना

सामग्री: कुछ नहीं

प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों से अनुरोध करें कि वे अपनी नोटबुक/पेन को बगल में रख दें (फिलहाल नोट्स लेने की जरूरत नहीं है)।
- उनसे कहें कि वे अपनी आँखें बंद कर लें और अपने बचपन के दिनों को याद करें। वे लोगों, स्थानों, बचपन की घटनाओं को याद कर सकते हैं।
- जब वे तैयार हों (लगभग एक या दो मिनट के बाद), तो उन्हें अपनी आँखें खोलने के लिये कहें और एक-एक करके उन यादों को साझा करने के लिये कहें जो उनके दिमाग में आई थीं।
- इसी कल्पना करने की प्रक्रिया को दोहरायें: प्रतिभागियों को बचपन की कठिन यादों को या आघातपूर्ण अनुभवों को फिर से याद करने के लिये कहें।

नोट: कुछ प्रतिभागी कठिन और दर्दनाक अनुभवों को साझा करते समय भावुक हो सकते हैं और शायद रोने भी लगे। उनके साहस को सराहें और अपने अनुभव को साझा करने के लिये उनको धन्यवाद दें, कठिन अनुभवों को साझा करने के लिये एक सुरक्षित स्थान बनाने के लिये समूह को श्रेय दें... सत्र में आगे बढ़ने से पहले प्रतिभागियों को (समूह के सामने) सौम्य और आश्वस्त तरीके से सांत्वना दें।

चर्चा:

- पूछें कि यह गतिविधि क्यों की गई थी।
- मुश्किल और आघातपूर्ण अनुभवों की तुलना में खुशनुमा अनुभवों को याद करना आपको कैसा लगा?
- उन अनुभवों के दौरान आपकी किसने मदद की/आपने उन अनुभवों का सामना कैसे किया?
- अपने बचपन से जुड़े रहने के महत्व पर चर्चा करें ताकि आप जान पायें कि बच्चे क्या महसूस करते हैं, वह क्या बातें हैं जो बच्चों को खुश, क्रोधित या दुखी करती हैं...
- बच्चों के साथ प्रभावी ढंग से काम करने के लिये यह संवेदनशीलता कैसे आवश्यक है...
- बचपन की यादों का प्रभाव – बचपन की घटनाएँ और अनुभव वयस्क जीवन में भी हमें कैसे प्रभावित करते हैं और इसलिये बचपन के अनुभव, विशेष रूप से आघात और दुर्व्यवहार के अनुभव की उपेक्षा कभी भी नहीं की जा सकती है।

## 2.2 शक्ति और अधिकार

### उद्देश्य

- प्रतिभागियों को बच्चों से संबंधित शक्ति पदानुक्रम के मुद्दों की पहचान करने और उनके प्रति जागरूक होने में सक्षम बनाना।
- प्रतिभागियों को बाल-अधिकार उन्मुख सोच से परिचित कराना।

### समय:

1 घंटा 15 मिनट

### अवधारणा

कम उम्र और शारीरिक रूप से बड़ों की तुलना में कमजोर होने के कारण बच्चे सामाजिक पदानुक्रम में सबसे नीचे स्तर पर स्थित होते हैं। इसके साथ यदि हम बचपन के साथ सामाजिक-आर्थिक स्थिति, लिंग, अक्षमता और एचआईवी तथा कुछ बच्चे जो अल्पसंख्यक हैं की स्थिति को जोड़ें – इसका मतलब है कि ये उस समूह में आ जाते हैं जो सबसे कमजोर हैं और जिनके साथ अक्सर सबसे अधिक भेदभाव किया जाता है। इन सबकी वजह से बच्चों की अक्सर बुनियादी सेवाओं और अन्य जरूरतों तक पहुँच कम से कम होती है।

हमारी कल्याणकारी प्रणाली में, बच्चों की देखभाल करने वाले सेवाप्रदाताओं की बच्चों के प्रति प्रतिक्रिया अक्सर पैतृक लगती है। उदाहरण के लिये, हम अक्सर बच्चों की देखभाल करने वाले संस्थानों के कर्मचारियों को यह कहते हुये सुनते हैं कि 'हमने आपको सब कुछ दिया है... और आप फिर भी इस तरह का व्यवहार करते हैं?' या, यदि कोई बच्चा शिकायत करता है कि भोजन अच्छा नहीं है, तो, 'आप क्या खाना चाहते हैं? बिरयानी और खीर?' (बच्चों की देखभाल करने वाले कार्मिक अक्सर बच्चों से कैसा व्यवहार करते हैं, इस बारे में प्रतिभागियों से अपने अनुभवों को साझा करने के लिये कहें।)

इन प्रतिक्रियाओं में यह झलकता है कि बच्चे उनको उपलब्ध कराई गई हर चीज लिये हमेशा आभार प्रकट करते रहें। इन प्रतिक्रियाओं के पीछे यह भावना भी छिपी रहती है कि:

- 1) बच्चों को वास्तव में जीवित रहने के लिये जरूरी वस्तुओं को प्राप्त करने का अधिकार नहीं है;
- 2) इन अधिकारों का प्रावधान या इनकी बात करना सशर्त है और उनके 'अच्छे' व्यवहार पर निर्भर करता है।

यह रवैया इस भेदभाव को भी दर्शाता है कि जीवित रहने की जरूरतों के संबंध में, संस्थानों में रहने वाले बच्चे उस हद तक अपने अधिकारों का आनंद नहीं लेते हैं जितना कि अपने परिवार के साथ रहने वाले बच्चे ले पाते हैं – क्योंकि परिवार के साथ रहने वाले बच्चे देखभाल और उत्तरजीविता की जरूरतों को प्राप्त करने के लिये, आभार व्यक्त करने के और अच्छी तरह से व्यवहार करने के लिये बाध्य नहीं होते हैं (कम से कम हमेशा तो नहीं)।

इसके अतिरिक्त, यदि हम वयस्क-बाल संबंधों की जांच करें, तो हम देख पायेंगे कि मूल रूप से इन रिश्तों का आधार तीन चीजों पर निर्भर रहता है: अपेक्षा, निर्देश और आज्ञाकारिता; अर्थात्, वयस्कों के रूप में, हमारे पास अपेक्षाओं की एक सूची होती है जो कि हम चाहते हैं कि बच्चे पूरा करें, निर्देश जिनका वे पालन करे, और हम यह भी चाहते हैं कि बच्चे हर समय बिना शर्त और निर्विवाद रूप से आज्ञाकारी बने रहें! यदि वे ऐसा नहीं करते हैं तो बच्चे को समस्यात्मक चिह्नित किया जाता है। हम कहना चाह रहे हैं, कि वयस्क-बाल संबंधों में बहुत कम संवाद होते हैं तथा बातचीत की कोई संस्कृति नहीं है। ऐसा क्यों है? शक्ति पदानुक्रमों के कारण... यह विश्वास कि वयस्क जो कुछ भी चाहें कर सकते हैं और कह सकते हैं व बच्चे कुछ नहीं... बच्चों को जो कुछ भी मिले उन्हें वह स्वीकारना चाहिये (बुरा भी हो तो उसके लिये आभारी होना चाहिये)। ऐसे बच्चे जो कठिन सामाजिक-आर्थिक और पारिवारिक परिस्थितियों से आते हैं, वे पहले से ही सामाजिक और भावनात्मक रूप से कमजोर होते हैं, परामर्शदाता सहित बाल देखरेख सेवा प्रदाताओं की प्रतिक्रियायें, खासकर जब वे सत्ता, अधिकार, पितृत्व यहाँ तक की पितृसत्ता की स्थितियों से आते हैं, तो कुछ सबसे कमजोर बच्चों को और कमजोर कर देती है।

इसलिये हमें, यानि परामर्शदाता या बाल देखरेख सेवा प्रदाता को अपनी शक्ति का एहसास होना चाहिये और इस बात का भी कि हम उसे बच्चों पर कैसे जताते हैं। आइये हम बच्चों के संबंध में शक्ति और अधिकारों की हमारी समझ की जांच करने के लिये एक अभ्यास करें।

## गतिविधि: शक्ति और अधिकार

विधि: पावर वॉक

सामग्री:

- विभिन्न व्यक्तियों, जिनमें विभिन्न आयु/लिंग/क्षमताओं के बच्चे, देखभाल करने वाले, बाल-देखरेख कार्यकर्ता, अधिकार में/निर्णय लेने वाले लोग शामिल हैं, के लेबल/की पहचान। (नीचे दी गई सूची देखें)।
- अधिकारों से संबंधित कथनों की सूची। (नीचे दी गई सूची देखें)।

प्रक्रिया:

- सभी प्रतिभागियों को लेबल/पहचान (पावर वॉक आइडेंटिटी) दें। उन्हें किसी निश्चित क्रम में देने की जरूरत नहीं है बस सुनिश्चित करें कि प्रत्येक व्यक्ति को केवल एक पहचान ही मिले।
- उन्हें अपनी संबंधित पहचानों (जो उनको दिये लेबल पर लिखी हो) के बारे में सोचने के लिये कहें, यानि उस व्यक्ति के जीवन के बारे में सोचने के लिये कहें जिनकी पहचान उन्होंने ली है। यह व्यक्ति अपना दिन कैसे व्यतीत करता/करती है? किसके साथ? उसे क्या समस्याएँ होंगी और वह इनका किस तरह से सामना करेगा/करेगी?
- प्रतिभागियों को एक पंक्ति में (कमरे के दूसरे छोर पर) खड़ा करें और एक-एक करके कथनों की सूची उन्हें पढ़कर सुनायें – प्रत्येक कथन के लिये उनको आवश्यकतानुसार प्रतिक्रिया देने को कहें।
- प्रतिभागियों को बतायें: “प्रत्येक कथन के लिये, जिससे आप सहमत हैं, यानी जिसके लिये आप ‘हाँ’ कह सकते हैं, एक कदम आगे बढ़ायें। हर उस कथन के लिये जिससे आप असहमत हैं यानी जिसके लिये आप ‘नहीं’ कहेंगे, अपनी जगह पर खड़े रहें।” (प्रतिभागियों को याद दिलायें कि उन्हें गतिविधि के दौरान दी गई पहचान के आधार पर सहमत या असहमत होना है)।
- सभी कथनों को पढ़ने के बाद आप प्रतिभागियों को पूरे कमरे में फैला हुआ पायेंगे – कुछ ने कई सवालों के जवाब ‘हाँ’ में दिये होंगे और वो आगे बढ़ें होंगे, अन्य लोगों ने जवाब में ‘नहीं’ कहा होगा और पीछे ही रुके होंगे।

चर्चा:

- जब कथन पढ़े जा रहे थे तब आपको कैसा लग रहा था? (यानी उस व्यक्ति के रूप में जिसकी पहचान आपने अपनाई हुई थी)
- आगे आये लोगों के साथ हम किन विशेषताओं को जोड़ सकते हैं? (आयु, लिंग, सामाजिक और आर्थिक स्थिति आदि)।

- पीछे खड़े लोगों से जुड़े जोखिम कारक क्या हैं?
- पीछे खड़े लोगों के संबंध में, क्या वह ज्यादातर कथनों के लिये 'हाँ' में जवाब दे सकते थे? क्यों? (अधिकारों के मुद्दों का परिचय दें)
- किस तरह के लोगों के समूह, विशेष कर बच्चे, ऐसे हैं जो अधिकारों से वंचित हैं? (उनकी सूची बनायें)
- क्या ये व्यक्ति/बच्चे (जिनकी पहचान उन्होंने अपनाई है) इन अधिकारों के बारे में जानते हैं या उनका दावा करने में सक्षम हैं?
- तो, शक्ति पदानुक्रम कैसे असर करते हैं, खासकर बच्चों के संबंध में? बाल देखभाल संस्थानों में शक्ति और पदानुक्रम के असर दर्शाने वाले उदाहरण कौन से हैं? (उनकी सूची बनायें)
- चर्चा करें कि कैसे बच्चे, विशेष रूप से कठिन परिस्थितियों में रह रहे बच्चे (जिनमें देखभाल और संरक्षण में रह रहे बच्चे और विधि का उल्लंघन करने वाले बच्चे शामिल हैं) सबसे अधिक असक्षम समूह हैं... समझायें कि, बच्चों के इन समूहों के भीतर भी, अल्पसंख्यकों से भी एक निचला स्तर है जिसमें विकलांग बच्चे, फुटपाथ पर जीवन-यापन करने वाले बच्चे शामिल हैं... और कैसे ये बच्चे बाल देखरेख सेवा प्रदाताओं के शक्ति प्रदर्शन से प्रभावित होते हैं।

पावर वॉक पहचान (अलग – अलग लेबल के रूप में काटें):

लोकल एन0जी0ओ0 फील्ड वर्कर	स्थानीय विधायक/लोकल एम0एल0ए0	जे0जे0बी0 मजिस्ट्रेट
बाल देखरेख संस्था का रसोइया	गृह माता/पिता	संस्था अधीक्षक
प्राथमिक विद्यालय के शिक्षक (पुरुष)	पुलिस अधिकारी (पुरुष)	जिला बाल संरक्षण अधिकारी (DCPO)
4 और 6 वर्ष की उम्र के 2 बच्चों की युवा महिला एकल अभिभावक	माता-पिता से बिछड़े हुये 8 और 12 वर्षीय 2 बच्चों की देखभाल करते अंकल	परिवार को सहारा देने के लिये सेक्स के काम में शामिल 15 वर्षीय बालिका
संचलन को प्रतिबंधित करने वाली शारीरिक विकलांगता से जूझता 14 वर्षीय बच्चा	बौद्धिक अक्षमता वाला 10 वर्षीय बालक जिसको 24 घंटे देखभाल की आवश्यकता होती है	कॉलेज जाने की योजना बनाती स्थानीय बैंक मैनेजर की 16 वर्षीय बेटी
बाल कल्याण समिति (सी0डब्ल्यू0सी0) सदस्य	बाल देखरेख संस्था के सुरक्षा गार्ड	13 वर्षीय बालिका जो 2 छोटे भाई-बहनों के साथ स्वयं संस्था में रहती है
दो अनाथ बच्चों की देखभाल करती दादी	8 वर्षीय अनाथ बालक	सड़क पर काम कर रहा 13 वर्षीय बालक
8 साल की बच्ची जिसका युद्ध में आई चोट की वजह से पैर काट दिया गया हो	17 वर्षीय गर्भवती	12 वर्षीय बालिका, प्राथमिक विद्यालय में क्लास लीडर
सम्प्रेक्षण गृह में रहने वाला 14 वर्षीय बालक	4 वर्षीय बच्ची जिसको बस स्टॉप में छोड़ दिया गया हो	महिला चिकित्सक
दो बच्चों के विकलांग और बेरोजगार पिता	संस्था में रहने वाली 8 वर्षीय अनाथ बालिका	10 वर्षीय अनाथ बालक जो चाची के साथ रह रहा है

### अधिकारों से संबंधित कथन (पढ़ कर सुनायें)

- मौसम ठंडा होने पर मुझे गर्म कपड़े मिल सकते हैं।
- आवश्यकता पड़ने पर मुझे प्राथमिक स्वास्थ्य सेवायें मिल सकती हैं।
- समाचार पत्रों, टेलीविजन और रेडियो के माध्यम से मुझे आसपास की दुनिया के बारे में पता लग सकता है।
- मुझे बाहर जाने और अपने दोस्तों के साथ समय बिताने के जरिये खेलने और आराम का अवसर मिलता है।
- मुझे यौन शोषण या शोषण का कोई खतरा नहीं है।
- मैं अपनी समस्याओं के बारे में अपने माता-पिता (या देखभाल कार्यकर्ता) से मिल और बात कर सकता/सकती हूँ।
- मैं अपने स्वास्थ्य संबंधी उपचार के लिये स्वयं भुगतान कर सकता हूँ।
- मुझे शारीरिक शोषण का कोई खतरा नहीं है।
- मैं उन फैसलों को प्रभावित कर सकता/सकती हूँ जो मुझे पारिवारिक स्तर पर असर करते हैं।
- मैं माध्यमिक विद्यालय गया/गई हूँ या जाने और अपनी शिक्षा पूरी करने की उम्मीद करता/करती हूँ।
- मुझे भावनात्मक शोषण और उपेक्षा का कोई खतरा नहीं है।
- बच्चों या युवाओं के जीवन को प्रभावित करने वाले मुद्दों पर मुझसे परामर्श किया जायेगा।
- मुझसे सम्बंधित स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं की मुझे बहुत जानकारी है।
- मेरे पास रोज खाने के लिये पर्याप्त भोजन है।
- मेरे पास आमतौर पर साफ शौचालय और हर रोज स्नान लेने की सुविधा उपलब्ध है।
- स्वच्छ पेयजल मेरे लिये हमेशा उपलब्ध है।
- मैंने एक अंग खो दिया है और मेरे लिये विकलांगता सेवा उपलब्ध है।



## 2.3 बाल विकास दृष्टिकोण को लागू करना

### उद्देश्य:

- बाल विकास के पाँच प्रमुख ज्ञान-क्षेत्रों (डोमेन) को समझना।
- यह समझना कि बच्चों के विकास से जुड़ी जरूरतों को कैसे पूरा किया जाये।
- यह समझना कि हानि/अभाव से कैसे बाल विकास प्रभावित होता है यानि कठिन परिस्थितियों में रहने वाले बच्चों का।

### अवधारणा:

बाल विकास का मतलब वह क्षमतायें और कौशल हैं जो एक औसत बच्चे में एक विशेष उम्र में होते हैं। मोटे तौर पर, बाल विकास के पाँच ज्ञान-क्षेत्र (डोमेन) हैं: शारीरिक, सामाजिक, भाषण और भाषा, भावनात्मक और संज्ञानात्मक विकास।

बाल विकास के बारे में जानना क्यों जरूरी है?

- किसी भी बच्चे के विकास में अंतराल या कमी की पहचान करने के लिये, और उन व्यवस्थाओं और/या हस्तक्षेप के बारे में निर्णय लेने के लिये जो बच्चे को इष्टतम रूप से विकसित करने में मदद करेंगे।
- यह निर्धारित करने के लिये कि बच्चे के साथ बातचीत कैसे की जाये, और उसे परामर्श देते समय कौन से तरीकों का उपयोग किया जाये... यह समझने के लिये कि कैसे 5 वर्ष की उम्र के बच्चे से बात करना 9 वर्ष या फिर 15 वर्ष की उम्र के बच्चे से बात करने से अलग है।
- उन मुद्दों को बेहतर ढंग से समझने के लिये जो एक विशिष्ट आयु वर्ग के बच्चों में हो सकते हैं – उदाहरण के लिये, प्यार, आकर्षण और लैंगिकता के मुद्दे सामान्य किशोर विकास का हिस्सा हैं लेकिन छोटे बच्चों के लिये प्रासंगिक नहीं हैं, इसी तरह, बहुत छोटे बच्चों के लिये आवश्यक उकसाव तथा तत्परता संबंधी गतिविधियों की किशोरावस्था में कोई प्रासंगिकता नहीं है।

सिर्फ बच्चों की विकासात्मक उपलब्धियों का ज्ञान होना उपयोगी नहीं है— हमें यह भी जानने की जरूरत है कि बाल विकास की अवधारणाओं को बच्चों के साथ किये जाने वाले अपने कार्यों में कैसे लागू किया जाये। इसलिये बाल विकास की अवधारणा को व्यावहारिक तरीके से सीखने के लिये हम अब एक गतिविधि करने जा रहे हैं – यह समझने के लिये कि बच्चों को विभिन्न उम्र में किन क्षमताओं और कौशलों



को हासिल करना चाहिये और यह जानने के लिये कि बाल देखरेख सेवा प्रदाताओं के रूप में इन कौशलों को सीखने में उन्हें सक्षम बनाने के लिये हम किस तरह की गतिविधियों का उपयोग कर सकते हैं।

### गतिविधि: बाल विकास

विधि: ढेर छँटाई

सामग्री: बाल विकास कार्ड (नीचे देखें)

प्रक्रिया:

- कमरे के एक तरफ फर्श पर दोनों प्रकार के बाल विकास कार्ड (नीले और पीले) फैला कर रखें (फैलायें), ताकि वे स्पष्ट रूप से दिखाई दें।
- कमरे में 5 कोनों या खाली स्थान का चयन करें और आगे दिखाये गये तरीके के अनुसार मैट्रिक्स बनाने के लिये पाँचों कोनों में शीर्षक कार्ड यानी ज्ञान क्षेत्र/डोमेन, आयु, 'क्षमता और कौशल' तथा 'आवश्यकताओं और अवसरों' के कार्ड रखें।
- प्रतिभागियों को 5 समूहों में विभाजित करें और प्रत्येक समूह को बाल विकास के पाँच डोमेन में से कोई एक डोमेन सौंपें।
- समझायें कि 2 प्रकार के कार्ड हैं 'क्षमता और कौशल' कार्ड (पीले रंग में) और 'आवश्यकतायें और अवसर' कार्ड (नीले रंग में)।
- अब, उन्हें कार्ड को देखने (पढ़ने) के लिये कहें और बतायें कि उनको कार्ड्स दो राउंड में छँटने और वर्गीकृत करने होंगे:
  - राउंड 1: कार्ड्स को विकास के 5 ज्ञान क्षेत्रों (डोमेन) में छँटें— जिसमें प्रत्येक समूह अपने डोमेन से संबंधित कार्ड (पीले और नीले दोनों) चुनेंगे यानी आप शारीरिक विकास या सामाजिक विकास, जो भी डोमेन आपको सौंपा गया है, उससे संबंधित 'जरूरतों और क्षमताओं के कार्ड' को चुनेंगे, इसी तरह आप शारीरिक विकास या सामाजिक विकास, जो भी डोमेन आपको सौंपा गया है, उससे संबंधित 'आवश्यकतायें और अवसर' कार्ड भी चुनेंगे।
  - राउंड 2: प्रत्येक डोमेन में, प्रत्येक समूह अपने कार्ड को पांच अलग-अलग आयु समूहों में क्रम) रखेगा अर्थात् यह तय करेगा कि कार्ड 0 से 12 महीने, 1 से 3 वर्ष, 3 से 6 वर्ष, 6 से 12 वर्ष, या 13 से 18 वर्ष, के आयु वर्ग में से किस आयु वर्ग के लिये उचित है, और उन्हें उसी अनुसार मैट्रिक्स में रखेगा।

- नीले कार्ड ('आवश्यकतायें और अवसर') को न केवल अपेक्षित आयु वर्ग के भीतर रखा जाना चाहिये, बल्कि इस तरह से भी कि वे पीले कार्ड/क्षमता और कौशल के कार्ड से मेल खायें। (कुछ क्षमताओं/कौशल को विकसित करने के लिये किन अवसरों की आवश्यकता होती है?)

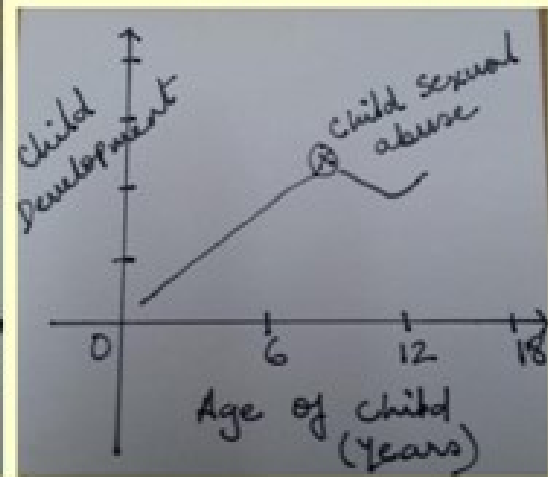
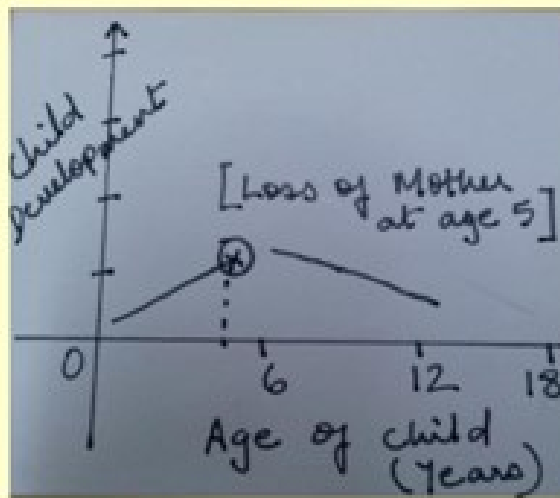
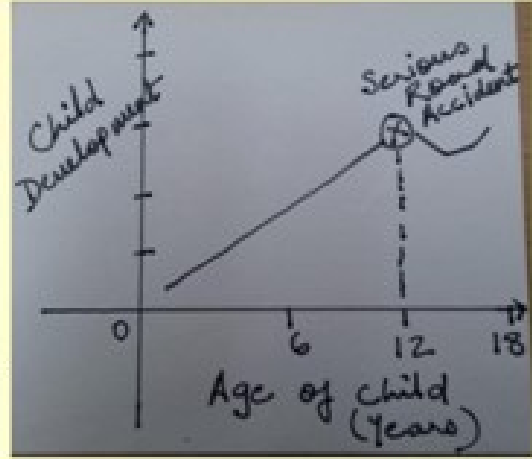
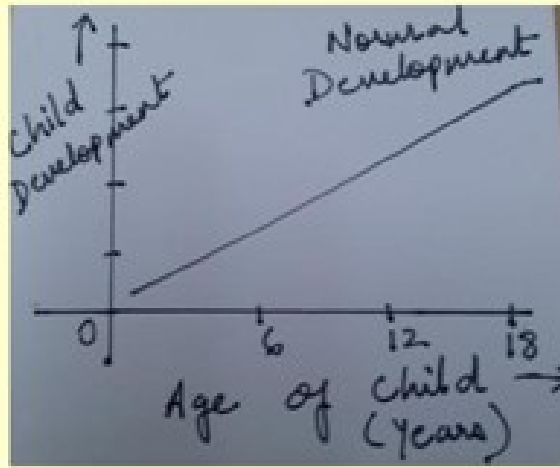
नोट: प्रतिभागियों से कहें कि वे कार्ड को ध्यान से पढ़ें, यह देखने के लिये कि कौशल किस प्राथमिक डोमेन से संबंधित है और फिर उसे उस डोमेन में रखें जिससे वह सीधे संबंधित है (जिस डोमेन में कौशल सिर्फ लागू होता है, यानी संदर्भ, द्वितीयक डोमेन माना जाता है)। उदाहरण के लिये कौशल – 'उच्च स्तरीय सामाजिक लेनदेन के लिये भाषा का जटिल उपयोग' दो संभव डोमेन – 'भाषण और भाषा' या 'सामाजिक विकास' से संबंधित हो सकता है। लेकिन चूंकि कार्ड भाषा कौशल पर केंद्रित है, इसलिये उसका प्राथमिक डोमेन भाषण और भाषा है (और इसीलिये वहाँ रखा जायेगा), जबकि उसका द्वितीयक डोमेन (जहां कौशल लागू होता है) 'सामाजिक विकास' है। इससे पता लगता है, कुछ कौशल, दो डोमेन से लगभग एक समान सम्बंधित हो सकते हैं, इसलिये गतिविधि का महत्व विकास की अवधारणाओं को समझने में निहित है, न कि 'सही उत्तर' पाने की कोशिश में।

- जब प्रत्येक समूह अपना कार्य पूरा कर ले, तो प्रतिभागियों को चारों ओर घूम कर दूसरों के मैट्रिक्स देखने के लिये कहें। ...और किसी भी कार्ड को मांगने की छूट दें जो उन्हें लगता है उनके मैट्रिक्स से संबंधित हैं/उनसे कहें कि यदि किसी और समूह के मैट्रिक्स में रखा कार्ड उनको अपने डोमेन के अनुकूल लगता है तो वे उसे मांग कर ले सकते हैं।

#### चर्चा:

- (पूरे समूह के साथ) एक विकासात्मक डोमेन मैट्रिक्स से दूसरे में जाते हुये पूरे वर्गीकरण को एक के बाद एक देखें।
- विशिष्ट कौशल और क्षमताओं पर रौशनी डालें; कार्डों को वर्गीकृत करने के उनके निर्णयों के बारे में प्रत्येक उप-समूह से प्रश्न पूछें (और प्रतिभागियों को प्रश्न पूछने के लिये प्रोत्साहित करें)।
- जब आप किसी समूह के वर्गीकरण में पाते हैं कि कोई कार्ड वास्तव में किसी दूसरे डोमेन से संबंधित है ना कि उस डोमेन से जिसमें उस समूह ने उसे रखा है, तो चर्चा करें कि क्यों उस कार्ड को अन्य डोमेन में होने की आवश्यकता है यानी कि वह दूसरे डोमेन से संबंधित क्यों है।

- निम्नलिखित मुद्दों पर चर्चा करें:
  - वास्तव में कोई भी कार्ड वास्तव में विकास के एक से अधिक डोमेन से संबंधित हो सकता है – क्योंकि विकासात्मक डोमेन की व्याख्या चंद शब्दों से सीमित नहीं हैं... एक डोमेन दूसरे को प्रभावित करता है। उदाहरण के लिये, जिन बच्चों में संज्ञानात्मक विकास में कमी है, उनमें सामाजिक और भावनात्मक विकास में भी अंतर होने की संभावना है, या जिन बच्चों में शारीरिक और गति संचालन की कमी होती है और फलस्वरूप उनमें गतिशीलता/चलने-फिरने के मुद्दे होते हैं, उनमें सामाजिक रिश्तों के मुद्दे भी हो सकते हैं क्योंकि वे अपने साथियों के साथ खेलने और/या भावनात्मक मुद्दों को संभालने में असमर्थ हो सकते हैं क्योंकि उनमें अक्षमता और अपर्याप्तता की भावनाओं के कारण कम आत्म-सम्मान हो सकता है।
  - इस प्रकार, विकास के एक क्षेत्र में मूल कमी, विकास के अन्य क्षेत्रों में कमी और समस्याओं का कारण बन सकती है। इसलिये यह महत्वपूर्ण है कि यदि कोई देखरेखकर्ता बच्चे के किसी एक डोमेन से जुड़ी समस्या के बारे में शिकायत करता है, तो बच्चे का मूल्यांकन सभी पाँचों डोमेन में करना चाहिये।
  - बच्चों में अधिकांश मनोसामाजिक समस्याओं (इसके बावजूद कि हम उनको समझने के लिये बाल मनोचिकित्सा विकार दृष्टिकोण का उपयोग कर चुके हों) को बाल विकास के नजरिये से देखा जा सकता है। उदाहरण के लिये, जिस बच्चे का यौन शोषण किया गया है, उसमें सामाजिक (उस चिंता के कारण जो शोषण के बाद विकसित हुई) भावनात्मक कौशल (कम आत्मसम्मान के मुद्दों के कारण) और ज्ञानात्मक प्रभाव (चौकस रहने में मुश्किल और सीखने से जुड़ी कठिनाइयाँ, जो, भावनात्मक समस्याओं और चिंता के कारण होती हैं) से जुड़ी समस्याएँ होने की संभावना है।
  - प्रतिभागियों से कहें कि वे अभाव, हानि या जीवन की घटनाओं जैसे कि आघात और शोषण का बाल विकास पर होने वाले प्रभाव पर विचार करें – जैसे कि 4 वर्ष के बच्चे का अपनी मां को खो देना, 6 वर्ष का उपेक्षित बच्चा, वह बच्चा जो बड़े भाई-बहन की देखभाल में छोड़ दिया गया है क्योंकि उसके माता-पिता प्रवासी मजदूर हैं और उन्हें पूरे दिन काम पर रहना पड़ता है, फुटपाथ पर जीवन-यापन करने वाला बच्चा... ये घटनाएँ और अनुभव बाल विकास को कैसे प्रभावित कर सकती हैं? विकास के कौन से विशिष्ट डोमेन प्रभावित होने की सम्भावना है और कैसे? (नीचे दिये गये ग्राफ को देखें) या यदि कोई बच्चा शारीरिक रूप से विकलांग है, तो उसका सामाजिक-भावनात्मक और संज्ञानात्मक विकास कैसे प्रभावित हो सकता है?



चलिये लगाव की बात करते हैं...

- बच्चे और देखभाल करने वाले के बीच लगाव की प्रकृति
- आमतौर पर लगाव अधिक, माँ से ही होता है (पर कभी-कभी अन्य लोगों से भी लगाव हो सकता है)
- मजबूत लगाव सुरक्षा और भलाई से संबंधित है।
- जिससे लगाव हो उसको खोना (मृत्युहानि या अलगाव की वजह से) असुरक्षा की भावना और तीव्र संबंधित चिंता समस्याओं को जन्म दे सकता है। और यही बाद में, (अत्यधिक क्रोध और चिंता) भावनात्मक विनियमन और नियंत्रण समस्याओं के रूप में बढ़ सकता है।
- सन्दर्भ/स्थिति जहाँ बच्चे को असुरक्षित लगाव का खतरा हो:

- पूर्ण परिवारों में बच्चे: माता-पिता के बीच लड़ाई-झगडा संघर्ष/उपेक्षा/बच्चे की जरूरतों के प्रति गैर-प्रतिक्रिया/बच्चों का शारीरिक/यौन शोषण/देखरेखकर्ता से अलगाव के लगातार अनुभव।
- अन्य बच्चे: छोड़े हुये/अनाथ, संघर्ष वाले क्षेत्रों में हानि का अनुभव करने वाले,
- संस्थागत परवरिश,
- देखरेखकर्ताओं का बार-बार बदलना

### बाल विकास ढेर छँटाई गतिविधि के लिये सामग्री

(नीचे दिये कार्ड को बड़ा करके, छापकर, और काटकर कार्ड बनायें।

स्थानीय भाषा में उनका अनुवाद करना भी आवश्यक हो सकता है (जो भाषा प्रतिभागियों द्वारा बोली जाती है, खासकर यदि वे अंग्रेजी नहीं पढ़ते या समझते हैं) – ऐसी स्थिति में, अनुवाद को सरल, बोलचाल और गैर-तकनीकी रखें।

शारीरिक विकास	सामाजिक विकास	भावनात्मक विकास	संज्ञानात्मक विकास	भाषण व भाषा विकास
0 से 12 माह	0 से 12 माह	0 से 12 माह	0 से 12 माह	0 से 12 माह
1 से 3 वर्ष	1 से 3 वर्ष	1 से 3 वर्ष	1 से 3 वर्ष	1 से 3 वर्ष
3 से 6 वर्ष	3 से 6 वर्ष	3 से 6 वर्ष	3 से 6 वर्ष	3 से 6 वर्ष
6 से 12 वर्ष	6 से 12 वर्ष	6 से 12 वर्ष	6 से 12 वर्ष	6 से 12 वर्ष
13 से 18 वर्ष	13 से 18 वर्ष	13 से 18 वर्ष	13 से 18 वर्ष	13 से 18 वर्ष

क्षमता और कौशल	क्षमता और कौशल	क्षमता और कौशल	क्षमता और कौशल	क्षमता और कौशल
आवश्यकतायें तथा अवसर	आवश्यकतायें तथा अवसर	आवश्यकतायें तथा अवसर	आवश्यकतायें तथा अवसर	आवश्यकतायें तथा अवसर
समर्थन के बिना गर्दन को संतुलित कर पाना।	पेट के बल रेंगना।	ध्वनि की दिशा की ओर देखना।	चमकते रंगों और रौशनी की ओर सिर मोड़ना।	लटकी वस्तुओं की ओर हाथ बढ़ाना/पकड़ना।
बिठाने पर बिना सहारे के बैठ पाना।	सहारे के बिना खड़ा होना/चलना शुरू करना।	लटकी हुई वस्तुओं की ओर हाथ बढ़ाना/पकड़ना।	दो उंगलियों (अंगूठा और तर्जनी) का उपयोग करके छोटी वस्तुओं को पकड़ना।	जार, ढक्कन, और बोल्ट को खोलना और बंद करना।
आसानी से भाग	बिना समर्थन के	सहारे के साथ	थोड़े छलकाव	बर्तन से वस्तुओं को

पाना।	फर्नीचर से उतरना/चढ़ना।	सीढ़ियाँ चढ़ना और उतरना।	के साथ खुले कप से पी पाना।	निकालना/डालना।
पुस्तक के पन्ने पलटना।	पेंसिल/क्रेयॉन के साथ लंबे, आड़े, गोलाकार स्ट्रोक बनाना।	थोड़ी मदद के साथ दिन के समय शौचालय जाना।	सूक्ष्म मोटर कौशल: लिखने से पूर्व के कौशल, स्थानांतरण क्रिया, आँखों और हाथों के बीच समन्वय दिखाना।	सकल मोटर कौशल: गतिशीलता, वस्तुओं को संभालने की क्षमता का होना।
स्व-सहायता के लिये आवश्यक शारीरिक कौशल: बटन लगाना, ब्रश करना, खाना आदि।	सूक्ष्म मोटर कार्यों को आसानी से हासिल करना।	आत्म-देखभाल में पूर्ण स्वतंत्रता दिखाना।	माध्यमिक यौन विशेषताओं का विकास होना।	लड़कियों में मासिक धर्म का होना।
छोटी आवाजें निकालना और ध्वनि की प्रतिक्रिया देना।	'दादादा'... 'मम्मामा'... जैसी आवाजें निकालना।	हंसना और चीखना।	सरल मौखिक अनुरोधों का जवाब देना जैसे कि 'मुझे दे दो'	सरल, एक-चरण निर्देश का पालन करना।
वार्तालापों में सुने शब्दों को दोहराना और दो-शब्द के वाक्यों का उपयोग करना।	4-5 सार्थक, एकल शब्द कहना।	सरल वाक्य समझना।	अर्थ के साथ 'नहीं' कहना।	जरूरतों को व्यक्त करना।
शब्दों का कोष बढ़ाना।	आवश्यकताओं को बताने के लिये शब्दों का उपयोग करना।	छोटे वाक्य निर्माण करने की क्षमता दिखाना।	वर्णन करने की क्षमता दिखाना।	उच्च स्तर के संचार, जैसे अनुभव बताने के लिये, भाषा का उपयोग करना।
जटिल सामाजिक लेन देने, यानी जीवन कौशल जैसे कि इनकार करने का कौशल/अधिकार कौशल/मोल-तोल करने के लिये भाषा का उपयोग करना।	जटिल भावनाओं और संबंधों के उतार चढ़ाव को समझना।	राय और पसंद को स्पष्ट करना।	आँख मिलाकर बात करना।	दूसरों की मुस्कुराहट का जवाब मुस्कुरा कर देना।
आँख-मिचौली खेलना।	अजनबियों से शर्म/अजनबियों के बीच घबराहट महसूस करना।	परिचित लोगों और स्थानों को पहचानना।	खेल-खेल में लोगों की नकल करने में मजा लेना।	पुस्तकों में चित्रों को देखने में आनंद आना।
अक्सर 'मेरा' शब्द का उपयोग करना।	अन्य बच्चों के साथ खेलना पसंद	अनुक्रम और दिनचर्या की	जगहों (और वहाँ क्या होता	खेल के नियमों को समझना।

	करना।	समझ होना।	है) की समझ होना।	
लिंग पहचान (जेंडर आइडेंटिटी) का विकास होना।	नाटक/काल्पनिक खेल, सामूहिक खेल में भाग लेना।	समान लिंग/हम उम्र खेल में भाग लेना।	स्वयं की पहचान / व्यक्तित्व का एहसास होना।	भविष्य के स्वरूप पर स्पष्टता होना।
माता-पिता/वयस्क के रौब पर सवाल उठाना।	साथी समूह से बातचीत महत्वपूर्ण है (में फिट होने की जरूरत है)।	बोतल या स्तन की पहचान होना।	क्रियाओं को दोहराना लेकिन क्रिया को शुरू करने की क्षमता से अनजान होना।	संवेदी अनुभवों के माध्यम से सीखना।
चीजों के बीच के अंतर को पहचानना।	कारण और प्रभाव की समझ (झुनझुना उठानाये उसे हिलाना, ध्वनि बनाना) होना।	आंशिक रूप से छुपी वस्तु को ढूँढना/ढूँढ़ पाना।	सामान्य वस्तुओं और चित्रों को पहचानना।	दो से तीन शारीरिक अंगों की पहचान करना।
दूसरों, विशेष रूप से वयस्कों और बड़े बच्चों के व्यवहार की नकल उतारना।	चित्रों वाली लघु कथा पुस्तक सुनना।	चीजों को आकार और रंग के आधार पर अलग कर पाना।	सामान्य वस्तुओं की मदद से जानकारी बढ़ाना।	आकार, माप, दूरी, दिशाओं जैसी अवधारणाओं को समझने की क्षमता हासिल करना।
वस्तुओं के उपयोग का ज्ञान हासिल करना।	अनुक्रमण और आयोजन की क्षमता हासिल करना।	श्रेणियाँ बनाने की क्षमता हासिल करना।	'दो' की अवधारणा को समझना।	कई शारीरिक अंगों को जानना।
3 या 4 हिस्सों वाली पहेलियाँ पूरी कर पाना।	'सही' और 'गलत' के बीच अंतर जानना।	ठोस प्रत्यक्ष घटनाओं के आधार पर सोचने और तर्क करने की क्षमता हासिल करना।	दूसरों द्वारा बताई गई बातों को स्वीकार करने की संभावना कम/उनसे सवाल करने की संभावना ज्यादा व्यक्त करना।	स्व-अंतर्निरीक्षण/ विश्लेषण निर्णय लेने की क्षमता हासिल करना।
रचनात्मक सोच/अमूर्त सोच की क्षमता - विशिष्ट स्थितियों से सामान्य सार निकालने की क्षमता हासिल करना।	लगाव और संबंध महसूस करना।	देखभालकर्ता के जाने पर रोना।	परेशान होने पर ध्यान हटाने/भौतिक सांत्वना देने से शांत होना।	भावनाओं को नियंत्रित करने की क्षमता हासिल करना (मनाने पर मान जाना/लंबे समय तक पीड़ा न बढ़ाना/लगाव की स्थिति से खुद को दूर कर पाना)।
कुछ लोगों और खिलौनों के लिये	उपेक्षा पूर्ण व्यवहार दिखाना।	अन्य लोगों के साथ खेलने में	नियमित कार्यक्रम में बड़े	भावनाओं को दिखाने और पहचानने की



विशिष्ट वरीयता दिखाना।		आनंद लेना और खेल रुकने पर रोना।	बदलाव पर आपत्ति, लेकिन अधिक आजाकारी बनने की शुरुआत होना।	शुरुआत होना।
भावनाओं को पहचानने की क्षमता हासिल करना।	अन्य व्यक्ति की भावनात्मक स्थिति को पहचान पाना और उसकी स्थिति के लिये जिम्मेदार सरल कारणों का वर्णन करना।	सकारात्मक और नकारात्मक भावनाओं के बीच अंतर करना।	माता-पिता से अधिक आसानी से अलग हो पाना।	सकारात्मक भावनात्मक प्रतिक्रिया (जैसे किसी को आराम देना) प्रदान करने की क्षमता हासिल करना।
समानुभूति का विकास।	भावनात्मक विनियमन (मुश्किल भावनाओं का नियंत्रण... क्रोध, चिंता...) की क्षमता हासिल करना।	तनाव से निपटने की क्षमता हासिल करना।	खुश, स्वस्थ, जिम्मेदार यौन व्यवहार दिखाना।	हम उम्र साथियों के दबाव से निपटने की क्षमता हासिल करना।
भूमिकाये कार्य, संबंधपरक और भावनात्मक चुनौतियों को दक्षता से संभाल पाना।	आकर्षण/अंतरंग/यौन संबंधों को विकसित करना और उनके बारे में निर्णय लेना।	भूमिकाये कार्य, संबंधपरक और भावनात्मक चुनौतियों को दक्षता से संभाल पाना।	संबंधों में संतुष्टि पाना।	

बच्चे को विभिन्न आवाजें निकालने वाली और रंगीन वस्तुयें दिखाना (मोबाइल/घंटियाँ/झुन झुने/झंकार)।	बच्चे को छोटी वस्तुयें/विभिन्न बनावट की वस्तुयें छूने या पकड़ने देना।	बच्चे को वस्तुओं को छूने के लिये प्रोत्साहित करने के लिये वस्तुओं को कम दूरी पर रखना।	दैनिक तेल मालिश (स्नान के समय) करना।	व्यायाम और खेल के अवसर (भाग ना/चढ़ना) उपलब्ध कराना।
संवेदी अनुभव (रेत, पानी का खेल, संवेदी उत्तेजना कक्ष...) उपलब्ध कराना।	सामान्य वृद्धि और पोषण	सूक्ष्म मोटर गतिविधियाँ जैसे कि मोती पिरोना, रंग भरना, बटन बंद करना, उंगलियों से चित्रकारी...	मॉडलिंग/गुड़िया खेलने के माध्यम से स्व-देखभाल गतिविधियों का प्रदर्शन	हाथ व्यायाम (मिट्टी खेलना, आटा गूंथना, निचोड़ना बॉल्स, सॉफ्ट साउंड-मेकिंग दबाने के लिए खिलौने...)
शारीरिक गतिविधियाँ / खेल / व्यायाम	शारीरिक परिवर्तन की तैयारी/शिक्षा/जागरूकता	ओरो-मस्कूलर मसाज (गालों/जबड़ों/मुंह के पास के	बच्चे से बात करना और गा कर सुनाना, बच्चे की	बुल बुले उड़ाना/ गुब्बारे फुलाना/सीटी बजाना

		क्षेत्र की मालिश )	आवाज का जवाब देना।	
नाम लेकर बुलाने वाले और इंगित खेल	स्ट्रों का उपयोग करके पीना	टेलीफोन का खेल	वर्णनात्मक खेलों के लिये चित्रों और पलैश कार्ड का उपयोग	कहानी सुनाना
कॉन्सेप्ट बुक/पलैश कार्ड	खेल का वर्णन (चित्रों / टिप्पणियों / वास्तविक जीवन की घटनाओं का उपयोग करके)	आवश्यकताओं को बताने की स्वतंत्रता	कहानी सुनाना और पूरा करना	प्रकटीकरण/अनुभव साझा करने के अवसर
सुनने/अनुभव साझा करने के अवसर	जीवन कौशल प्रशिक्षण – दृढ़ताये बातचीतये संचार	परिवार और दोस्तों से पहचान	परिचित लोगों के नाम बताना और उनकी ओर संकेत करना	परिचित लोगों के नाम बताना, उनकी ओर संकेत करना और उनके उपयोग पर चर्चा करना
अन्य बच्चों के साथ मेलजोल/खेलने की जगहों से पहचान (पार्क/खेल के मैदान का दौरा)	दैनिक दिनचर्या / गतिविधियों को समझाने के लिये चित्रों का उपयोग	आम सामाजिक स्थानों जैसे घर/विद्यालय/पार्क/दुकान से पहचान	सरल नियम आधारित खेल	सहकर्मी समूह खेल के लिये अवसर – नये लोगों से दोस्ती करना
पर्यवेक्षित हमउम्र मेलजोल, समूह और सहकारिता खेल (खेल के मैदान से पहचान...)	आराम/सुरक्षा/हम-उम्र समूह से सम्बंधित होने की भावना/थ्वद्यालय/परिवार और आत्म-पहचान की सकारात्मक भावना	नियम और स्वस्थ सीमायें – स्वतंत्र निर्णय लेने के कौशल का अभ्यास करने के अवसर के साथ	आँख-मिचौली खेलना	रंगीन/ध्वनि बनाने वाली वस्तुओं का उपयोग करके बहु संवेदी उत्तेजना
कॉन्सेप्ट बुक/पलैश कार्ड	खेल का वर्णन (चित्रों / टिप्पणियों / वास्तविक जीवन की घटनाओं का उपयोग करके)	आवश्यकताओं के लिए स्वतंत्रता	कहानी सुनाना और पूरा करना	प्रकटीकरण / शेयर अनुभव होने के अवसर
सुने जाने के अवसर / अनुभव साझा करें	जीवन कौशल प्रशिक्षण– मुखरता, बातचीत, संचार	परिवार और दोस्तों के लिए एक्सपोजर	नामकरण और संकेत परिचित लोग	उनके उपयोग पर परिचित स्थानों / स्थानों और चर्चा का नामकरण और संकेत करना
अन्य बच्चों के साथ रिक्त स्थान / बातचीत खेलने के लिए	चित्रों का उपयोग दैनिक व्याख्या करने के लिए	आम सामाजिक स्थानों जैसे घर / विद्यालय / पार्क	सरल नियम आधारित खेल	सहकर्मी समूह प्ले के लिए अवसर – दोस्ती

एक्सपोजर (पार्क / खेल के मैदानों का दौरा)		/ दुकान के लिए एक्सपोजर		बनाना
पर्यवेक्षित सहकर्मी सहभागिता, समूह और सहकारिता प्ले (खेल के मैदान के लिए एक्सपोजर ...)	नियमित गतिविधियां	स्वतंत्र निर्णय लेने के अवसरों के साथ नियम और स्वस्थ सीमाएँ-कौशल बनाना	पीक-ए बू खेलना	रंगीन / ध्वनि बनाने वाली वस्तुओं का उपयोग करके कई संवेदी उत्तेजना
संकल्पना बुक / पलैश कार्ड	सहकर्मी समूह / विद्यालय / परिवार और आत्म-पहचान की सकारात्मक संवेदना के लिए सहूलियत / सुरक्षा / संवेदना	ध्यान बढ़ाने के कार्य (डॉट्स में शामिल हों, अंतर स्पॉट करें, आंख-हाथ समन्वय गतिविधियां...)	नामकरण और पॉइंटिंग गेम्स (सामान्य वस्तुओं का उपयोग करके)	आकार, आकार, रंग की पहचान
आम वस्तुओं का उपयोग प्रदर्शित करने के लिए				
सरल 4-5 टुकड़ा पहेलियाँ का उपयोग	अनुक्रमण घटनाओं / कहानियों के लिए चित्रों का उपयोग	सॉर्टिंग और श्रेणीकरण के लिए बिल्डिंग ब्लॉक्स और रंगीन आकार का उपयोग	अधिक जटिल, नियम-आधारित खेल खेलें	पहेलियाँ
कहानी सुनाना और पूरा करना	जीवन कौशल प्रशिक्षण-समस्या को सुलझाना, संघर्ष संकल्प, रचनात्मक सोच	गोद में उठाना और थामना / जब बच्चा व्यथित हो तो उसे सीने से लगाना	बच्चे की जरूरतों के लिए समय पर प्रतिक्रिया (खिला, गीले कपड़े बदलना, बहु-संवेदी उत्तेजना...)	प्यार, स्नेह सकारात्मक मौखिक और के लगातार / समय पर प्रतिक्रियाएं प्रदान करना
खुशी, उदासी, क्रोध, उत्तेजना जैसी सामान्य भावनाओं को दर्शाती तस्वीरें और कहानियाँ	कहानी सुनाना	चित्रों के माध्यम से भावनाओं की पहचान करना	दृश्य एनालॉग का उपयोग (भावना स्केल)	गैर-मौखिक प्रतिक्रिया
जिन स्थितियों में भावनाओं को महसूस किया गया है, उन्हें सूचीबद्ध करना (मैं तब खुश हूँ... मैं तब दुखी हूँ...)	तीव्र भावनाओं को स्वीकार करने और संसाधित करने के अवसर (क्रोध / भय)	परिवार, विद्यालय सामाजिक समर्थन	प्रशंसा और प्रोत्साहन	अवसरवादी व्यवहार के अवसर
कहानी, नाटक (किशोरों के लिए जटिल विषयवस्तु लिंग, लैंगिकता, जोखिम व्यवहार, संघर्ष संकल्प...)				

## बाल विकास कार्ड गतिविधि का लेआउट... मैट्रिसेस

समाजिक विकास		शारीरिक विकास	
क्षमता और कौशल	आवश्यकतायें और अवसर	क्षमता और कौशल	आवश्यकतायें और अवसर
0 से 1 वर्ष		0 से 1 वर्ष	
1 से 3 वर्ष		1 से 3 वर्ष	
3 से 5 वर्ष		3 से 5 वर्ष	
6 से 12 वर्ष		6 से 12 वर्ष	
13 से 18 वर्ष		13 से 18 वर्ष	
भावनात्मक विकास		संज्ञानात्मक विकास	
क्षमता और कौशल	आवश्यकतायें और अवसर	क्षमता और कौशल	आवश्यकतायें और अवसर
0 से 1 वर्ष		0 से 1 वर्ष	
1 से 3 वर्ष		1 से 3 वर्ष	
3 से 5 वर्ष		3 से 5 वर्ष	
6 से 12 वर्ष		6 से 12 वर्ष	
13 से 18 वर्ष		13 से 18 वर्ष	
भाषण व भाषा विकास			
क्षमता और कौशल	आवश्यकतायें और अवसर		
0 से 1 वर्ष			
1 से 3 वर्ष			
3 से 5 वर्ष			
6 से 12 वर्ष			
13 से 18 वर्ष			

## शरिरिक विकास

### क्षमता और कौशल

### आवश्यकतायें और अवसर

0 से 1 वर्ष

आवाज: की  
और मुड़ना

चमकते रंगों व  
लाइट की ओर  
मुड़ना

गर्दन को बिना सहारे संभालना

पेट के बल आगे बढ़ना

बिठाने पर सहारे के बिना बैठना

सहारे के बिना खड़े होना / चलना शुरू करना

लटकने वाली वस्तुओं को पकड़ने के की कोशिश

बच्चे को विभिन्न आवाजें निकालने वाली और रंगीन वस्तुयें दिखाना  
(मोबाइल / घंटियाँ / झुनझुने / झंकार)।

बच्चे को छोटी वस्तुयें / विभिन्न बनावट की वस्तुयें छूने या पकड़ने देना।

बच्चे को वस्तुओं को छूने के लिये  
प्रोत्साहित करने के लिये वस्तुओं  
को कम दूरी पर रखना।

दैनिक तेल मालिश  
(स्नान के समय)  
करना।

1 से 3 वर्ष

जार, ढक्कन, और बोल्ट को  
खोलना और बंद करना।

सहारे के साथ सीढ़ियाँ चढ़ना  
और उतरना।

बर्तन से वस्तुओं को  
निकालना / डालना।

दो उंगलियों के सहारे छोटी  
वस्तुओं को पकड़ना

आसानी से भागना

व्यायाम और खेल के अवसर  
(भागना / चढ़ना) उपलब्ध कराना।

बिना समर्थन के फर्नीचर से  
उतरना / चढ़ना।

थोड़े छलकाव के साथ खुले कप  
से पी पाना।

पुस्तक के पन्ने

पेंसिल / क्रेयॉन के साथ लंबे, आड़े, गोलाकार स्ट्रोक बनाना।

संवेदी अनुभव (रेत, पानी का खेल,  
संवेदी उत्तेजना कक्ष...) उपलब्ध  
कराना।

3 से 5 वर्ष

थोड़ी मदद के  
साथ दिन के  
समय शौचालय

स्व-सहायता के लिये आवश्यक  
शारीरिक कौशल: बटन लगाना,  
ब्रश करना, खाना आदि।

सूक्ष्म मोटर कौशल: लिखने से पूर्व के  
कौशल, स्थानांतरण क्रिया, आँखों और हाथों  
के बीच समन्वय दिखाना।

सकल मोटर कौशल: गतिशीलता, वस्तुओं  
को संभालने की क्षमता का होना।

हाथ व्यायाम (मिट्टी खेलना, आटा गूंथना,  
निचोड़ना)

सूक्ष्म मोटर गतिविधियाँ जैसे कि मोती पिरोना,  
रंग भरना, बटन बंद करना, उंगलियों से  
चित्रकारी...

मॉडलिंग / गुड़िया खेलने के माध्यम से  
स्व-देखभाल गतिविधियों का प्रदर्शन

6 से 12 वर्ष

सूक्ष्म मोटर कार्यों को आसानी से हासिल करना।

आत्म-देखभाल में पूर्ण स्वतंत्रता दिखाना।

सामान्य विकास तथा पोषण

शारीरिक गतिविधियाँ / खेल / व्यायाम

13 से 18 वर्ष

माध्यमिक यौन विशेषताओं का विकास होना।

लड़कियों में मासिक धर्म का होना।

शारीरिक परिवर्तन की तैयारी / शिक्षा / जागरूकता

## भाषण व भाषा विकास

### क्षमता और कौशल

#### 0 से 1 वर्ष

छोटी आवाजें निकालना और ध्वनि की प्रतिक्रिया देना।

'दादादा'... 'मम्मामा'... जैसी आवाजें निकालना।

हंसना और चीखना।

#### 1 से 3 वर्ष

सरल मौखिक अनुरोधों का जवाब देना जैसे कि 'मझे दे दो'

सरल, एक-चरण निर्देश का पालन करना।

वार्तालापों में सुने शब्दों को दोहराना और दो-शब्द के वाक्यों का उपयोग करना।

4-5 सार्थक, एकल शब्द कहना।

सरल वाक्य समझना।

अर्थ के साथ 'नहीं' कहना।

जरूरतों को व्यक्त करना।

#### 3 से 5 वर्ष

शब्दों का कोष बढ़ाना।

आवश्यकताओं को बताने के लिये शब्दों का उपयोग करना।

छोटे वाक्य निर्माण करने की क्षमता दिखाना।

### आवश्यकतायें और अवसर

ओरो-मस्कुलर मसाज (गालों/जबड़ों/मुंह के पास के क्षेत्र की मालिश)

बच्चे से बात करना और गाकर सुनाना, बच्चे की आवाज का जवाब देना।

बुल बुले उड़ाना/ गुब्बारे फुलाना/सीटी बजाना

नाम लेकर बुलाने वाले और इंगित खेल

स्ट्रों का उपयोग करके पीना

टेलीफोन का खेल

वर्णनात्मक खेलों के लिये चित्रों

कहानी सुनाना

कॉन्सेप्ट बुक/पलैश कार्ड

#### 6 से 12 वर्ष

वर्णन करने की क्षमता दिखाना।

उच्च स्तर के संचार, जैसे अनुभव बताने के लिये, भाषा का उपयोग करना।

खेल का वर्णन (चित्रों / टिप्पणियों / वास्तविक जीवन की घटनाओं का उपयोग करके)

आवश्यकताओं को बताने की स्वतंत्रता

कहानी सुनाना और पूरा करना

#### 13 से 18 वर्ष

राय और पसंद को स्पष्ट करना।

जटिल सामाजिक लेन देने, यानी जीवन कौशल जैसे कि इनकार करने का कौशल/ अधिकार कौशल/मोल-तोल करने के लिये भाषा का उपयोग करना।

जटिल भावनाओं और संबंधों के उतार चढ़ाव को समझना।

प्रकटीकरण/अनुभव साझा करने के अवसर

सुनने/अनुभव साझा करने के अवसर

जीवन कौशल प्रशिक्षण - दृढ़ताये बातचीत संचार

## सामाजिक विकास

### क्षमता और कौशल

### आवश्यकतायें और अवसर

#### 0 से 1 वर्ष

दूसरों की मुस्कुराहट का जवाब मुस्कुरा कर देना।

आँख मिलाकर बात करना।

आँख-मिचौली खेलना।

अजनबियों से शर्म/अजनबियों के बीच घबराहट महसूस करना।

परिवार और दोस्तों के लिए एक्सपोजर

#### 1 से 3 वर्ष

खेल-खेल में लोगों की नकल करने में मजा लेना।

परिचित लोगों और स्थानों को पहचानना।

पुस्तकों में चित्रों को देखने में आनंद आना।

अक्सर 'मेरा' शब्द का उपयोग

अन्य बच्चों के साथ रिक्त स्थान / बातचीत खेलने के लिए एक्सपोजर (पार्क / खेल के मैदानों का दौरा)

नामकरण और संकेत परिचित लोग

उनके उपयोग पर परिचित स्थानों / स्थानों और चर्चा का नामकरण और संकेत करना

#### 3 से 5 वर्ष

अन्य बच्चों के साथ खेलना पसंद करना।

अनुक्रम और दिनचर्या की समझ होना।

जगहों (और वहाँ क्या होता है) की समझ होना।

खेल के नियमों को समझना।

चित्रों का उपयोग दैनिक व्याख्या करने के लिए

सरल नियम आधारित खेल

आम सामाजिक स्थानों जैसे घर / विद्यालय / पार्क / दुकान के लिए एक्सपोजर

#### 6 से 12 वर्ष

लिंग पहचान (जेंडर आइडेंटिटी) का विकास होना।

नाटक/काल्पनिक खेल, सामूहिक खेल में भाग लेना।

समान लिंग/हम उम्र खेल में भाग लेना।

सहकर्मी समूह प्ले के लिए

पर्यवेक्षित सहकर्मी सहभागिता,

#### 13 से 18 वर्ष

स्वयं की पहचान / व्यक्तित्व का एहसास होना।

भविष्य के स्वरूप पर स्पष्टता होना।

माता-पिता/वयस्क के रौब पर सवाल उठाना।

आराम/सुरक्षा/हम-उम्र समूह से सम्बंधित होने की भावना / विद्यालय / परिवार और आत्म-पहचान की सकारात्मक भावना

नियम और स्वस्थ सीमायें - स्वतंत्र निर्णय लेने के कौशल का अभ्यास करने के अवसर के साथ

साथी समूह से बातचीत महत्वपूर्ण है (में फिट होने की जरूरत है)।

## संज्ञानात्मक विकास

### क्षमता और कौशल

#### 0 से 1 वर्ष

बोतल या स्तन की पहचान

आंशिक रूप से छुपी वस्तु को ढूँढना/ढूँढ़

क्रियाओं को दोहराना लेकिन क्रिया को शुरू करने की क्षमता से अनजान होना।

संवेदी अनुभवों के माध्यम से सीखना।

चीजों के बीच के अंतर को पहचानना।

कारण और प्रभाव की समझ (झुनझुना उठाना उसे हिलाना, ध्वनि बनाना) होना।

#### 1 से 3 वर्ष

सामान्य वस्तुओं और चित्रों को पहचानना।

दूसरों, विशेष रूप से वयस्कों और बड़े बच्चों के व्यवहार की नकल उतारना।

दो से तीन शारीरिक अंगों की पहचान करना।

चित्रों वाली लघु कथा पुस्तक सुनना।

चीजों को आकार और रंग के आधार पर अलग कर पाना।

#### 3 से 5 वर्ष

'दो' की अवधारणा को समझना।

आकार, माप, दूरी, दिशाओं जैसी अवधारणाओं को समझने की क्षमता हासिल करना।

वस्तुओं के उपयोग का ज्ञान हासिल करना।

3 या 4 हिस्सों वाली पहेलियाँ पूरी कर पाना।

सामान्य वस्तुओं की मदद से जानकारी बढ़ाना।

अनुक्रमण और आयोजन की क्षमता हासिल करना।

श्रेणियाँ बनाने की क्षमता हासिल करना।

संघ बनाने की क्षमता

कई शारीरिक अंगों को जानना।

#### 6 से 12 वर्ष

ठोस प्रत्यक्ष घटनाओं के आधार पर सोचने और तर्क करने की क्षमता हासिल करना।

'सही' और 'गलत' के बीच अंतर

### आवश्यकतायें और अवसर

आंख मिचौली खेलना

रंगीन / ध्वनि बनाने वाली वस्तुओं का उपयोग करके कई संवेदी उत्तेजना

संकल्पना बुक / पलैश कार्ड

घटनाओं तथा कहानियों को अनुक्रम में लगाने हेतु चित्रों का प्रयोग

ध्यान बढ़ाने के कार्य (डॉट्स में शामिल हों, अंतर स्पॉट करें, आंख-हाथ समन्वय गतिविधियाँ...)

नामकरण और पॉइंटिंग गेम्स

आकार, रंग की पहचान

आम वस्तुओं का उपयोग प्रदर्शित करने के लिए

सरल 4-5 टुकड़ा पहेलियाँ का उपयोग

फलों तथा सब्जियों को श्रेणीबद्ध करना

सॉर्टिंग और श्रेणीकरण के लिए बिल्डिंग ब्लॉक्स और रंगीन आकार का उपयोग

अधिक जटिल, नियम-आधारित खेल खेलें

कहानी सुनाना और पूरा करना

पहेलियाँ

#### 13 से 18 वर्ष

स्व-अंतर्निरीक्षण / विश्लेषण निर्णय लेने की क्षमता हासिल करना।

दूसरों द्वारा बताई गई बातों को स्वीकार करने की संभावना कम/उनसे सवाल करने की संभावना ज्यादा व्यक्त करना।

रचनात्मक सोच/अमूर्त सोच की क्षमता – विशिष्ट स्थितियों से सामान्य सार निकालने की क्षमता हासिल करना।

जीवन कौशल प्रशिक्षण-समस्या



## भावनात्मक विकास

### क्षमता और कौशल

लगाव और संबंध महसूस करना।

देखभालकर्ता के जाने पर रोना।

0 से 1 वर्ष

परेशान होने पर ध्यान हटाने/भौतिक सांत्वना देने से शांत होना।

### आवश्यकतायें और अवसर

गोद में उठाना और थामना/जब बच्चा व्यथित हो तो उसे सीने से लगाना

बच्चे की जरूरतों के लिए समय पर प्रतिक्रिया (खिला, गीले कपड़े बदलना, बहु-संवेदी उत्तेजना...)

1 से 3 वर्ष

भावनाओं को नियंत्रित करने की क्षमता हासिल करना (मनाने पर मान जाना/लंबे समय तक पीड़ा न बढ़ाना/लगाव की स्थिति से खुद को दूर कर पाना)।

प्यार, स्नेह, सकारात्मक मौखिक और के लगातार / समय पर प्रतिक्रियाएं प्रदान करना

कुछ लोगों और खिलौनों के लिये विशिष्ट वरीयता दिखाना।

अन्य लोगों के साथ खेलने का आनंद लेता है और रोना बंद हो जाता है

उपेक्षा पूर्ण व्यवहार दिखाना।

खुशी, उदासी, क्रोध, उत्तेजना जैसी सामान्य भावनाओं को दर्शाती तस्वीरें और कहानियाँ

रूटीन में प्रमुख परिवर्तन के लिए वस्तुएं, लेकिन अधिक आज्ञाकारी बनना है

भावनाओं को दिखाना और पहचानना शुरू करता है

कहानी सुनाना

3 से 5 वर्ष

भावनाओं को पहचानने की क्षमता हासिल करना।

चित्रों के माध्यम से भावनाओं की पहचान करना

सकारात्मक और नकारात्मक भावनाओं के बीच अंतर करना।

अन्य व्यक्ति की भावनात्मक स्थिति को पहचान पाना और उसकी स्थिति के लिये जिम्मेदार सरल कारणों का वर्णन करना।

दृश्य एनालॉग का उपयोग (भावना स्केल)

जिन स्थितियों में भावनाओं को महसूस किया गया है, उन्हें सूचीबद्ध करना (मैं तब खुश हूँ... मैं तब दुखी हूँ...)

माता-पिता से अधिक आसानी से अलग हो पाना।

6 से 12 वर्ष

सकारात्मक भावनात्मक प्रतिक्रिया (जैसे किसी को आराम देना) प्रदान करने की क्षमता हासिल करना।

तीव्र भावनाओं को स्वीकार करने और संसाधित करने के अवसर (क्रोध / भय)

समानुभूति का विकास।

भावनात्मक विनियमन (मुश्किल भावनाओं का नियंत्रण... क्रोध, चिंता...) की क्षमता हासिल करना।

परिवार, विद्यालय सामाजिक समर्थन

13 से 18 वर्ष

हम उम्र साथियों के दबाव से निपटने की क्षमता हासिल करना।

तनाव से निपटने की क्षमता हासिल करना।

खुश, स्वस्थ, जिम्मेदार यौन व्यवहार

संबंधों में संतुष्टि पाना।

प्रशंसा और प्रोत्साहन

अवसरवादी व्यवहार के अवसर

आकर्षण/अंतरंग / यौन संबंधों को विकसित करना और उनके बारे में निर्णय लेना।

कहानी, नाटक (किशोरों के लिए जटिल विषयवस्तु लिंग, लैंगिकता, जोखिम व्यवहार, संघर्ष संकल्प...)

भूमिकाये कार्य, संबंधपरक और भावनात्मक चुनौतियों को दक्षता से संभाल पाना।

## 2.4 संदर्भ और समस्याओं की पहचान: बच्चे की आंतरिक आवाज/अंतर्ध्वनि

### उद्देश्य:

- बच्चों की समस्याओं के मनोसामाजिक संदर्भों की पहचान करना और संदर्भ के अनुसार समस्याओं को समझना और उनका विश्लेषण करना।
- बच्चों के संदर्भ और अनुभवों का उनकी भावनाओं/व्यवहार के साथ संबंध बनाना।
- यह समझना कि बच्चे अपने अनुभवों को कैसे समझते और आंतरिकरण करते हैं अर्थात् उनकी अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज को समझना, और यह समझ भावनात्मक और व्यवहार संबंधी मुद्दों में कैसे जाहिर होती है।

### समय:

2 घंटा

(**नोट** यह समय इस तथ्य पर आधारित है कि आमतौर पर प्रतिभागीयों को अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज की अवधारणा को समझने में थोड़ी देर लगती है और साथ ही 5 से 6 मामलों पर चर्चा करने और विश्लेषण करने में समय लगता है – यह सिफारिश की जाती है कि इस गतिविधि को करने में पर्याप्त समय बिताया जाये क्योंकि यह गतिविधि परामर्श प्रतिक्रिया की मूल बातें सिखाती है)।

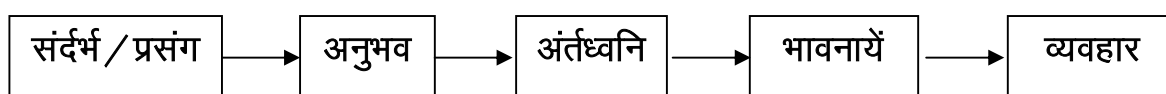
### अवधारणा :

एक बच्चे को व्यवहार सम्बन्धी (या भावनात्मक) समस्या कभी-कभी एकांत में होती है; ऐसा होने का हमेशा एक कारण होता है, एक ऐसी मूल जगह जहाँ से यह विकसित हुई हो। दूसरे शब्दों में, हर बच्चे की समस्या का एक संदर्भ होता है। एक विशिष्ट प्रकार की व्यवहार समस्या कई संभावित संदर्भों से उत्पन्न हो सकती है: उदाहरण के लिये, चार बच्चे हैं, जिनमें से सभी चिंताग्रस्त हैं, लेकिन चिंता का संदर्भ प्रत्येक बच्चे में भिन्न हो सकता है – एक के लिये चिंता का कारण माता-पिता के बीच वैवाहिक संघर्ष हो सकता है, दूसरे के लिये कारण बाल यौन शोषण, तीसरे के लिये कारण विद्यालय में घमकी मिलने का अनुभव और चौथे बच्चे के लिये विद्यालय के शिक्षकों से सीखने में उसकी अक्षमता और उनसे पड़ने वाला दबाव उसकी चिंता का कारण हो सकता है। इसी तरह, एक ही संदर्भ अलग-अलग बच्चों में अलग-अलग व्यवहार संबंधी समस्याएँ ला सकता है: उदाहरण के लिये, 3 बच्चे हैं जिनमें से सभी का यौन शोषण किया गया हो; लेकिन एक ही संदर्भ और अनुभव के बावजूद, उनका व्यवहार एक दूसरे से भिन्न हो सकता है – पहला बच्चा आक्रामक व्यवहार (क्रोध के कारण) दिखा सकता है; दूसरे में आत्म-क्षति/आत्महत्या का व्यवहार (अवसाद के कारण) दिख सकता है; और तीसरे बच्चे को लगातार सिरदर्द और पेट में दर्द (चिंता के कारण) हो सकता है। यहाँ तक की जब व्यवहार समान होते हैं, तो संदर्भ अलग-अलग हो सकते हैं, इसलिये ऐसी स्थिति में अलग-अलग तरह से हस्तक्षेपों

की आवश्यकता होती है। अर्थात् हम, एक बच्चा जो यौन शोषण का पीड़ित है (चिंताग्रस्त है) और दूसरा जिसमें सीखने की अक्षमता (लर्निंग डिसेबिलिटी) है (चिंताग्रस्त है), को अलग-अलग तरह से प्रतिक्रिया देंगे। उसी तरह हम उन बच्चों के लिये समान प्रतिक्रिया नहीं दे सकते हैं जो समान संदर्भों से तो हैं पर उनके व्यवहार पूरी तरह से अलग हैं, यानि आक्रामक व्यवहार (यौन शोषण के कारण) दिखाते बच्चे और आत्म-हानि के मुद्दों से जूझते बच्चे (यौन शोषण के कारण) दोनों के लिये अलग-अलग तरह के हस्तक्षेप की आवश्यकता होगी।

इसलिये, केवल व्यवहार को देखने से हमें कुछ भी नहीं पता चलता जब तक कि हम उस संदर्भ को नहीं जानते जिससे वह व्यवहार विकसित हुआ है। नतीजतन, केवल व्यवहार को संबोधित करने से कोई फायदा नहीं होगा, क्योंकि जब तक हम संदर्भ को नहीं समझते हैं और उन प्रक्रियाओं को संबोधित नहीं करते हैं जिन्होंने उस व्यवहार को जन्म दिया तब तक व्यवहार नहीं बदल सकता है। इसलिये संदर्भों को समझना समस्या की प्रकृति की पहचान करने और प्रतिक्रिया विकसित करने के लिये महत्वपूर्ण है। हस्तक्षेपों को सटीक रूप से विकसित करने के लिये, हमें संदर्भ को समझने की जरूरत है और उन प्रक्रियाओं को भी जो संदर्भ से प्रेरित व्यवहार को जन्म देते हैं। संदर्भ और व्यवहार के बीच क्या प्रक्रियायें या तत्व हैं, जिन्हें हमें बच्चे की समस्या का पूरी तरह से विश्लेषण करने और उचित हस्तक्षेप की योजना बनाने के लिये समझने की आवश्यकता होगी?

बच्चों के व्यवहार संबंधी मुद्दों के विश्लेषण के लिये नीचे एक रूपरेखा दी गई है। इसमें 5 प्रमुख तत्व शामिल हैं। बच्चे के बारे में उपलब्ध अधिकांश जानकारी को, जिसमें बच्चे का पृष्ठभूमि और भावनात्मक और व्यवहार संबंधी मुद्दों सहित वर्तमान स्थिति भी शामिल है, बच्चे के संदर्भ और व्यवहार का विश्लेषण करने के लिये इस ढांचे में फिट किया जा सकता है।



1) **संदर्भ / प्रसंग:** यह बच्चे के रहने के स्थान, वहाँ की व्यवस्था और पारिवारिक स्थिति को संदर्भित करता है, जहाँ से बच्चे को प्राथमिक अनुभव प्राप्त हुये हैं, अर्थात् यह बच्चे की दुनिया को संदर्भित करता है, जो फिर कुछ अनुभवों, भावनाओं और व्यवहारों को जन्म देता है। उदाहरण के लिये, क्या बच्चा घर पर है या किसी संस्था में है? क्या बच्चा अनाथ/छोड़ा हुआ या देखरेखकर्ता के साथ रह रहा है? क्या यह एकल अभिभावक वाला परिवार है या बच्चे की देखभाल करने वाली एक बूढ़ी दादी है? क्या माता-पिता/देखभाल करने वाले एचआईवी और/या अन्य बिमारियों से ग्रस्त हैं? क्या घर पर पारिवारिक और वैवाहिक संघर्ष (या शराब निर्भरता) है? क्या परिवार में कोई मौत हुई है?

**2) अनुभव:** यह रहने की व्यवस्था और परिवार की स्थिति/संस्थागत करने और उसके बाद के बच्चे के अनुभव को संदर्भित करता है। उदाहरण के लिये, क्या अनाथ/छोड़े हुये या एकल माता-पिता या माता-पिता की एचआईवी/बीमारी की स्थिति में बच्चे का अनुभव शारीरिक (मूल जरूरतों को प्राप्त नहीं हा रही हैं), या भावनात्मक उपेक्षा (प्यार, समर्थन, प्रोत्साहन न मिलना) से जुड़ा है? क्या बच्चे का अनुभव संस्थागत होने या परिवार में मृत्यु की स्थिति में बिछड़ने से या हानि से जुड़ा है? क्या यह यौन शोषण का अनुभव है? क्या यह परिवार/विद्यालय के कलंक और भेदभाव की प्रथाओं के कारण भावनात्मक शोषण का अनुभव है? यहाँ संदर्भ और अनुभव के बीच अंतर करना महत्वपूर्ण है – समान संदर्भों में रहने वाले दो बच्चों के अनुभव हमेशा समान नहीं होते हैं। उदाहरण के लिये, माता-पिता की मृत्यु, सतही तौर पर, हमें किसी बच्चे की हानि से जुड़े अनुभव के रूप में दिख सकती है (और वास्तव में ऐसा हो भी सकता है), लेकिन माता-पिता की मृत्यु किसी और बच्चे के लिये शायद उतनी गंभीर हानि का अनुभव न हो क्योंकि वह अपने माता-पिता को नापसंद करता था या उनके साथ उसका संबंध बहुत खराब था। इसलिये, एक दी गई स्थिति में प्रत्येक बच्चे का अनुभव अलग होता है। जहाँ उनके अनुभवों में समानतायें हो सकती हैं, वहीं असमानतायें भी हो सकती हैं, और यही कारण है कि हमें यह नहीं मानना चाहिये कि हर बच्चे का एक निश्चित अनुभव ही होगा या होना चाहिये। तो, हम इस अनुभव को कैसे समझें? यह हमें वैचारिक ढांचे के तीसरे तत्व में लाता है, जो है बच्चे की अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज।

**3) अंतर्ध्वनि:** यह बच्चे के अनुभव के आंतरिककरण (इंटरनलाइजेशन) को संदर्भित करता है, यानी बच्चा किसी भी अनुभव का क्या मतलब निकाल कर उसी को सच मानने लगता है। अघातपूर्ण घटना (अनुभव) और उसके परिणाम (व्यवहार) के बीच जो महत्वपूर्ण है वह यह है कि बच्चा कैसे इसका आंतरिककरण करते हैं। अक्सर हम इस आंतरिकीकरण को समझे बिना समस्या के व्यवहार संबंधी अभिव्यक्तियों का प्रबंधन करने का प्रयास करते हैं।

आंतरिककरण या बच्चे की अंतर्ध्वनि से तात्पर्य है कि बच्चा आघातपूर्ण घटना को कैसे समझता और संसाधित करता है। उदाहरण के लिये एक बच्चे में, जिसने यौन शोषण का अनुभव किया है, एक सामान्य अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज, “मैं क्षतिग्रस्त हूँ” और “मैं शक्तिहीन हूँ” हो सकती है या बच्चे में उस घटना का अंतरिककरण हो सकता है कि ‘जो कुछ हुआ उसके लिये मैं जिम्मेदार हूँ/यह मेरी गलती है’। यह बच्चे के दिमाग में विचार या भावना है जो मौखिक रूप से व्यक्त हो भी सकती है और नहीं भी। जब यह एक विचार के रूप में,, गैर-मौखिक अवस्था में होती है, तब इसे ‘अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज’ कहा जाता है।

यहाँ तक की यदि दो बच्चों के अनुभव समान हैं, यानी दोनों में यौन शोषण के अनुभव हैं तो भी उनकी अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज भिन्न हो सकती है: एक बच्चे की अंतर्ध्वनि ‘मैं

क्षतिग्रस्त और शक्तिहीन हूँ' हो सकती है, वहीं दूसरे बच्चे की प्रतिक्रिया 'यह उचित नहीं है... वह मेरे साथ ऐसा करने की हिम्मत कैसे कर सकता है?', हो सकती है। इस प्रकार, आंतरिककरण की प्रकृति या किसी बच्चे की अंतर्ध्वनि के परिणामस्वरूप यह पता चलता है कि आगे उसमें किस तरह की भावनाओं का विकास होगा, और यही भावनायें आगे जाकर निश्चित व्यवहार को जन्म देती हैं।

**4) भावनायें:** ये एक बच्चे की भावनाओं या मनोवैज्ञानिक अवस्थाओं को संदर्भित करते हैं, जो आमतौर पर कुछ संदर्भों और अनुभवों से प्राप्त होते हैं, जो अंतर्ध्वनि के रूप में ठोस रूप लेते हैं। उदाहरण के लिये, 'मैं क्षतिग्रस्त और शक्तिहीन हूँ' जैसी अंतर्ध्वनि से निराशा और लाचारी की भावनायें पैदा होती हैं, जबकि 'यह उचित नहीं है... वह मेरे साथ ऐसा करने की हिम्मत कैसे कर सकता है?' क्रोध को जन्म देता है। इसलिये, पुनः, केवल संदर्भ और अनुभव ही नहीं हैं जो बच्चों की भावनाओं को निर्धारित करते हैं बल्कि ऐसा अंतर्ध्वनि भी करती है। भावनाओं के उदाहरण हैं प्रेम, घृणा, क्रोध, विश्वास, आनंद, घबराहट, भय, और दुःख।

**5) व्यवहार:** ये भावनाओं की प्रतिक्रिया या संदर्भ, अनुभव, आंतरिककरण और भावनाओं के अंतिम परिणामों को संदर्भित करते हैं। भावनाओं के विपरीत, जो मूल और प्रकृति में आंतरिक हैं और हमेशा दिखाई नहीं देती हैं, व्यवहार उन कार्यों को संदर्भित करता है जो बाहर से देखने योग्य हैं। उदाहरण के लिये, किसी को मारना, चीजों को फेंकना, रोना, चुप रहना, किसी से मेल-जोल न रखना सभी व्यवहार हैं – और उनके पीछे की भावनायें क्रोध, उदासी, चिंता आदि हो सकती हैं।

इस तरह के वैचारिक ढांचे का उपयोग करके बच्चों के जीवन में आघात की घटनाओं को समझना महत्वपूर्ण है क्योंकि:

- हस्तक्षेप, आमतौर पर उनके पीछे की भावनाओं को समझने की कोशिश किये बिना और ये विचार किये बिना की भावनायें कैसे उभरीं, सिर्फ व्यवहार पर ध्यान केंद्रित करते हैं।
- व्यवहार केवल एक संपूर्ण प्रक्रिया का अंतिम परिणाम है जिसमें संदर्भ, अनुभव, आंतरिककरण और भावनायें शामिल हैं। इसलिये यदि हस्तक्षेप (इंटरवेंशन), व्यवहार के परिणाम पर ध्यान केंद्रित करता है (जैसे कि बच्चे को खुद को चोट न पहुंचाने के लिये कहना) तो यह आंतरिककरण ('मैं क्षतिग्रस्त और शक्तिहीन हूँ') पर ध्यान केंद्रित करने में विफल रहता है, जिसने वास्तव में उस व्यवहार को जन्म दिया हो सकता है। लेकिन यदि हस्तक्षेप बच्चे के लिये सशक्तिकरण के अनुभवों को सुदृढ़ करने पर केंद्रित होता है ताकि उसे विश्वास दिलाया जा सके कि वह क्षतिग्रस्त

नहीं है, तो यह उस बच्चे की आंतरिककरण को संबोधित करता है; और तब व्यवहार में भी बदलाव आयेगा।

- बच्चों की व्यक्तिगत धारणाओं और अनुभवों को ध्यान में रखते हुये और सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि वे इनका कैसे आंतरिककरण करते हैं या उनकी आंतरिक आवाजें उनकी जीवन स्थितियों और अनुभवों के संबंध में क्या हैं?, इन बातों को ध्यान में रखते हुये बच्चों की भावनात्मक और व्यवहार संबंधी समस्याओं को एक सुस्पष्ट संदर्भ—विशिष्ट तरीके से समझना आवश्यक है।

प्रतिभागियों को बतायें कि इससे पहले कि हम समस्या विश्लेषण (केस स्टडी के माध्यम से) का अभ्यास करें, हम कुछ प्रारंभिक अभ्यास करेंगे ताकि अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज का अर्थ और भावनाओं और व्यवहार के बीच अंतर स्पष्ट हो सके। (नोट: 'अवधारणा' सब-सेक्शन में दी गई जानकारी को नीचे दी गई गतिविधियों के साथ-साथ समझाया जाना चाहिये। विचार यह है कि, प्रत्येक गतिविधि के बाद अवधारणा की समझ पर फॉलो-अप किया जाये।)

### अंतर्ध्वनि यमझने के लिये गतिविधि

विधि: सिमुलेशन

सामग्री: कुछ नहीं

प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों को निम्नलिखित घटनाक्रम सुनायें: "कुछ वर्ष पहले, बॉम्बे लोकल ट्रेन में, बौद्धिक अक्षमता वाली एक युवा लड़की के साथ एक व्यक्ति ने यौन शोषण किया था। ट्रेन के उसी डिब्बे में 7 अन्य लोग थे, लेकिन उन्होंने कोई प्रतिक्रिया नहीं दी और न ही मदद के लिये कुछ किया"।
- उनसे कल्पना करने के लिये कहें कि वे उस ट्रेन के उन 7 लोगों में से एक हैं है।
- उन्हें यह बताने के लिये कहें कि उस स्थिति में उनकी अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाजें क्या होंगी। (अपनी आँखों के सामने हो रहे यौन शोषण से गुजर रही लड़की की स्थिति के बारे में वे उस समय क्या सोच रहे होंगे?)
- उन्हें एक के बाद एक अपनी अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज साझा (विस्तृत रूप से) करने के लिये कहें।

## चर्चा:

- प्रतिभागियों को याद दिलायें कि:
  - उन्हें खुद को उस व्यक्ति की स्थिति में रखकर बताना होगा (किसी अन्य व्यक्ति के शब्दों में नहीं बल्कि ऐसे जैसे वह खुद बात कर रहे हों)।
  - अंतर्ध्वनि को ऐसे जताया नहीं जाता है – कि 'वे असंवेदनशील थे या वे चिंतित थे' नहीं है... अंतर्ध्वनि 'मैं...' से शुरू होती है या प्रथम पुरुष से संबंधित होती है। तो, उन्हें ऐसे बोलना होगा 'यह मेरी समस्या नहीं है' (असंवेदनशीलता का सूचक) या 'मुझे डर है कि मैंने दखल दिया तो मेरे साथ क्या होगा... मुझे चिंता है कि मुझे हानि पहुँचेगी।

## भावनाओं और व्यवहार के बीच अंतर समझने के लिये गतिविधि

विधि: नाम देने वाला खेल

सामग्री: कुछ नहीं

### प्रक्रिया:

- समझायें कि: भावनाओं और व्यवहार के बीच अंतर करना हमारे लिये महत्वपूर्ण है (दोनों में फर्क करना अक्सर मुश्किल होता है)। भावनायें मतलब हम कैसा महसूस करते हैं... यह आमतौर पर आंतरिक होती हैं और बाहरी दुनिया को दिखाई नहीं देतीं जब तक कि हम उन्हें व्यवहार के माध्यम से नहीं दिखाते। व्यवहार बाहरी होते हैं... यह वह कार्य हैं, जो बाहरी दुनिया को दिखाई देते हैं।
- कमरे में घूमें और प्रत्येक प्रतिभागी से किसी एक भावना का नाम पूछें।
- इसके बाद, कमरे में घूमें और प्रत्येक प्रतिभागी से किसी एक व्यवहार का नाम पूछें।
- सुनिश्चित करें कि प्रतिभागियों को दो शब्दों/अवधारणाओं के बीच का अंतर स्पष्ट हो: उदाहरण के लिये, क्रोध एक भावना है और इसका व्यवहार – गाली देना, चीजों को तोड़ना आदि होगा; प्यार एक भावना है और उससे सम्बंधित व्यवहार हैं गले लगाना/चुंबन; किसी के लिये जूनून एक भावना है और हमेशा उन्हीं के साथ रहने की चाह रहना संबंधित व्यवहार हो सकता है। इस प्रकार, आप प्रतिभागियों से यह पूछ कर कि, उन्होंने जिस भावना का नाम लिया उससे संबंधित व्यवहार क्या हो सकता है या किसी व्यवहार के पीछे कौन सी भावना हो सकती है उनको उन भावनाओं को व्यवहार के साथ जोड़ने में सक्षम कर सकते हैं।

## समस्यायें, संदर्भों, और बच्चे की अंतर्ध्वनि की पहचान हेतु गतिविधि

विधि: केस स्टडी विश्लेषण

सामग्री: फिलप चार्ट शीट और मार्कर, केस स्टडीज (नीचे देखें – या समूह द्वारा लाई गई किसी भी केस स्टडी का उपयोग करें)।

**नोट:** वह समूह जो सभी प्रकार के बच्चों के साथ काम करता है को आप अनुभाग क, ख और ग किसी से भी केस स्टडीज का मिश्रण दे सकते हैं; उस समूह के लिये जिसे विशेष रूप से बाल यौन शोषण या एच0आई0वी0/एड्स और बच्चों के मुद्दों पर प्रशिक्षित किया जा रहा है, उनके लिये आप अधिकांशतः अनुभाग ख और ग में शामिल केस स्टडीज का उपयोग कर सकते हैं (बहुत विशिष्ट क्षेत्र में समस्या विश्लेषण लागू करने में उन्हें सक्षम बनाने के लिये)।

प्रक्रिया:

- समूह को बतायें कि अब जब हमने अंतर्ध्वनि, भावनाओं और व्यवहार पर अभ्यास किया है और हमारे दिमाग में इन अवधारणाओं पर कुछ स्पष्टता है, अब हम केस स्टडी विश्लेषण करने के लिये आगे बढ़ेंगे जिसमें इन अवधारणाओं से जुड़ी केस स्टडीज को लागू करेंगे।
- प्रतिभागियों को 3 से 5 सदस्यों के उप-समूहों में विभाजित करें और प्रत्येक उप-समूह को 1(या 2 केस स्टडी यदि समूह में कम प्रतिभागी हैं) केस स्टडी सौंपें।
- प्रतिभागियों से प्रत्येक केस स्टडी को पढ़ने के लिये कहें और आपने अभी जो समझाया है उन अवधारणाओं के उपयोग से केस स्टडी का विश्लेषण करके नीचे दिये गये मैट्रिक्स को भरने को कहें (जिन अवधारणाओं पर चर्चा की जा चुकी है) अर्थात् प्रत्येक केस स्टडी के लिये बच्चे के संदर्भ, अनुभव, अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज, भावनाओं और व्यवहार को इस मैट्रिक्स में शामिल करें। (वे व्यवहार से शुरू कर संदर्भ तक आ सकते हैं/या संदर्भ से शुरू कर व्यवहार तक जा सकते हैं)।

संदर्भ	अनुभव	अंतर्ध्वनि	भावनायें	व्यवहार



### चर्चा:

- प्रत्येक उप-समूह को अपने विश्लेषण को पूर्ण रूप से साझा करने के लिये कहें, दूसरों को विश्लेषण पर टिप्पणी करने और अतिरिक्त दृष्टिकोण प्रदान करने के लिये आमंत्रित करें।
- इस बात पर जोर दें कि एक संदर्भ कई व्यवहार को जन्म दे सकता है और कई संदर्भ एक जैसे व्यवहार को उभार सकते हैं। तो संदर्भ और व्यवहार को बच्चे की अंतर्ध्वनि पर ध्यान देकर समझा जाना चाहिये अर्थात् बच्चा अपने संदर्भ और अनुभवों का क्या अर्थ निकालता है, इस अर्थ को कैसे भावनाओं में बदलता है और फिर कैसे वह अपनी अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज और भावनाओं को विशिष्ट व्यवहार के माध्यम से व्यक्त करने का विकल्प चुनता है, इन सब बातों पर ध्यान देने को कहें।
- इसलिये हस्तक्षेप ऐसे होने चाहिये जो बच्चे की अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज को बदलने पर ध्यान दें, क्योंकि, सिर्फ इसी से भावनाओं में परिवर्तन होता है और परिणामस्वरूप, व्यवहार में परिवर्तन होता है... इसलिये समस्या विश्लेषण का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा बच्चे की अंतर्ध्वनि/आंतरिक आवाज को पहचानना या सुनना।

### संदर्भ—अंतर्ध्वनि गतिविधि के लिये केस स्टडीज

#### क— विविध

**केस 1:** एक 14 वर्षीय बालिका को चाइल्डलाइन टीम ने बचाया, वह लगभग 2 वर्ष से सड़कों पर रह रही थी। वह 5 वर्ष की थी, जब उसकी माँ की मृत्यु हो गई थी; हालाँकि उस समय उसे घर भेजा गया था, लेकिन उसके पिता ने उसे लेने से मना कर दिया (उन्होंने फिर से शादी कर ली थी)। जब परिवार को ढूँढा गया तो उसका कोई भी रिश्तेदार उसे अपनाना नहीं चाहता था। इसलिये वह फिर से भाग गई। इस बार वह एक वर्ष के लिये एक ट्रांसजेंडर व्यक्ति (जो सेक्स वर्क में था) के साथ रही। यह व्यक्ति बच्ची को सुरक्षित रखना चाहता था और इसलिये वह उसे सी0डब्ल्यू0सी0/संस्था में लाया। बच्ची अब बहुत अधिक क्रोध/आक्रामकता का व्यवहार दिखाती है; वह किसी की बात नहीं मानती है, वह झूठ बोलती और समस्यायें पैदा करती है। कोई भी संस्था उसको संभालने में सक्षम नहीं है और वे उसे नहीं चाहते हैं।

**केस 2:** एक 14 वर्षीय बालिका हमेशा गुस्से में रहती है और आक्रामक है, लेकिन साथ ही वह हद से ज्यादा लगाव की प्रवृत्ति भी रखती है यानी वह नहीं चाहती कि वह व्यक्ति

जिसको वह पसंद करती है अन्य बच्चों/लोगों के साथ दोस्ती करे। जब वह लगभग 10 वर्ष की थी, तब उसकी माँ की मृत्यु हो गई। वह 8 वर्ष की उम्र से सड़कों पर पली थी, भीख माँगती थी, क्योंकि उसके माता-पिता शराब पर निर्भर थे और उसकी देखभाल नहीं करते थे। वह अभी भी अपनी माँ को बहुत याद करती है और कहती है कि यदि उसे अपनी माँ के अस्पताल में भर्ती होने के बारे में पता होता तो वह उसे बचा लेती (मेरी माँ की मृत्यु मेरी गलती की वजह से हुई)।

**केस 3:** एक 14 वर्षीय बालक अक्सर गुस्से में रहता है, अन्य बच्चों के साथ झगड़ा करता है, खिड़कियों के शीशे तोड़ता है और संस्था के नियमों का पालन नहीं करता है। पहले, वह एक गिरोह का हिस्सा था और धूम्रपान करता था। बच्चा अपने पिता को खो चुका था, उसकी माँ ने फिर से शादी की और उसके सौतेले पिता ने उसका शारीरिक शोषण किया, उसका विद्यालय छुड़वा दिया और उसको एक साइकिल की दुकान पर काम करने के लिये मजबूर किया। सौतेला पिता भी किसी गिरोह का हिस्सा है और बच्चे की माँ का शारीरिक शोषण करता है।

**केस 4:** संस्था ने एक 11 वर्षीय बालक की सूचना दी जो गुस्से के मुद्दों – अन्य बच्चों को काटना और मारना और साथ-साथ भाग जाने की प्रवृत्ति से जूझ रहा था। बच्चे को उसकी दादी ने एक बाल देख-रेख संस्था/छात्रावास में भेजा था और वह दो बार वहाँ से भाग चुका था क्योंकि उसे वहाँ पीटा जाता था। परिवार में वैवाहिक कलह है: माँ ने फिर से शादी की है और वह हसन में रहती है, बच्चा अपनी माँ के साथ नहीं रहना चाहता क्योंकि वह कहता है कि उसकी माँ उसे मारती है और उसे घर के बाहर सुलाती है/उसे खाना नहीं देती है। बच्चे का जैविक पिता अपने परिवार के साथ दूसरे शहर में रहता है, बच्चे का अपने पिता के साथ बेहतर संबंध है लेकिन पिता की शराब पर निर्भरता है और वह बच्चे की जिम्मेदारी नहीं लेना चाहता है।

### **ख- बाल यौन शोषण के मामले**

**केस 5:** एक 15 वर्षीय बालिका आत्महत्या के विचार रखती है, खाने से इनकार करती है और शांति से नहीं सोती है, उसे अक्सर रोते हुये देखा जाता है, उसके मन में बार-बार पुरानी डरावनी यादें आती हैं जो उसे अशांत कर देती हैं। उसने एक वर्ष पहले अपनी माँ को खो दिया, जिसके बाद उसके पिता ने फिर से शादी की है। वह उसकी जिम्मेदारी नहीं लेना चाहता था, इसलिये उसने बालिका की शादी एक 30 वर्षीय व्यक्ति से कर दी जिसने कई बार उसका यौन शोषण किया, उसकी सास ने उसको शरीर के विभिन्न हिस्सों पर पीटा/जलाया भी है।

**केस 6:** एक 10 वर्ष की बालिका अपना सारा समय अकेले बिताती है, ठीक से खाना नहीं खाती है और उसे नींद की समस्या है। उसका कोई दोस्त नहीं है और वह अक्सर अपनी ही दुनिया में ('खोई') रहती है। उसे पढ़ाई से जुड़ी शैक्षणिक समस्याएँ भी हैं। उसके पिता और भाई ने उसका यौन शोषण किया है, उसके पिता ने उसकी माँ को मार डाला।

**केस 7:** 14 वर्ष की बालिका ममता के घर पर रहने के लिये उसका 25 वर्षीय चचेरा भाई आया। जब उसका परिवार दूसरे कमरे में था, तो उसने ममता के निजी अंगों को छुआ और उसे बताया कि वह उससे प्यार करता है। कुछ दिनों बाद वह चला गया और ममता के संपर्क में नहीं रहा। ममता अब अपनी कक्षाओं पर ध्यान केंद्रित करने में सक्षम नहीं है, मुश्किल से सोती है और अपने परिवार के साथ बेरुखी से बात करती है।

**केस 8:** सायरा एक 6 वर्ष की बच्ची है जिसका विद्यालय के अटेंडर ने यौन शोषण किया था। वह अब विद्यालय जाने से इनकार करती है और हर समय अपनी माँ से चिपकी रहती है, वह रात में रोती है, वह अपने दोस्तों के साथ खेलने के लिये भी घर से निकलना नहीं चाहती है।

#### ग— एच0आई0वी0 संक्रमित—प्रभावित बच्चों के मामले

**केस 9:** श्रद्धा एक 10 वर्ष की बालिका है जो अनाथ और एच0आई0वी0 संक्रमित (HIV POSITIVE) है। वह पाँचवीं में पढ़ती है और अपने दादा-दादी के साथ रहती रह रही है। उसकी माँ की मृत्यु 4 महीने पहले एड्स के कारण हुई थी। एक महीने पहले, डॉक्टर ने बताया कि उसे भी ए0आर0टी0 शुरू करने की आवश्यकता है। उसने अब अन्य बच्चों के साथ खेलना बंद कर दिया है और विद्यालय जाने से मना कर दिया है, विद्यालय के समय में पेट में दर्द/सिरदर्द की शिकायत करती है; वह ए0आर0टी0 दवाएँ लेने से भी मना करती है।

**केस 10:** वीना 15 वर्ष की अनाथ बच्ची है जो पिछले 8 वर्षों से एक संस्था में रह रही है। पिछले कुछ दिनों से वह मामूली उकसाने पर भी कार्मिकों और दोस्तों पर गुस्सा दिखाने लगी है। जब उसे गुस्सा आता है, तो वह दीवार पर अपना सिर पटकती है और लोगों पर चिल्लाती है/बुरे शब्दों का इस्तेमाल करती है, वह खुद को मारती है, घंटों तक फर्श पर लेटी रहती है, किसी की नहीं सुनती। जब वह छुट्टियों के लिये संस्था से घर जाती है, तो उसकी चाची उसे घर पर कुछ भी छूने की अनुमति नहीं देती है और उसे फर्श पर बैठने के लिये कहा जाता है (और सोफे पर नहीं); उसकी चाची उसके चचेरे भाई-बहन के लिये खिलौने और चीजें खरीदती है लेकिन वीना के लिये ऐसा करने से मना कर देती है।

**केस 11:** ज्योति 7 वर्ष की एचआईवी संक्रमित (HIV POSITIVE) बालिका है। उसके माता-पिता दोनों एचआईवी संक्रमित (HIV POSITIVE) हैं और बिस्तर से उठ नहीं सकते। उसका एक छोटा भाई है जो एचआईवी प्रभावित है। वह अपने माता-पिता की देखभाल करती है और घर का सारा काम करती है। उसे और उसके भाई को मिड-डे मील की खातिर विद्यालय जाने के लिये मजबूर किया जाता है, जो उनके लिये भोजन प्राप्त करने का एकमात्र जरिया है। लेकिन ज्योति को पढाई पर ध्यान केंद्रित करना कठिन लगता है और पढ़ने और लिखने में कठिनाई होती है। उसे आसानी से गुस्सा आता है, दूसरों को गाली देती है और उदास भी दिखाई देती है।

**केस 12:** अनंत 16 वर्ष का बालक है जो बारहवीं कक्षा में पढ़ता है और पिता के साथ रह रहा है जो एक ऑटो ड्राइवर हैं। हाल ही में अनंत को अपनी चाची से पता चला कि वह एचआईवी संक्रमित (HIV POSITIVE) है; चाची ने ही उसे यह भी बताया कि उसकी माँ ने आत्महत्या कर ली क्योंकि उसके पिता उसकी माँ को प्रतिदिन एचआईवी संक्रमित (HIV POSITIVE) होने के लिये दोषी ठहराते थे। अब अनंत ने अपने पिता से बात करना बंद कर दिया है और हर दिन शराब पीना शुरू कर दिया है।

**केस 13:** पल्लवी 5 वर्ष की बालिका है जो अपनी माँ के साथ रहती है। उसकी माँ एचआईवी संक्रमित (HIV POSITIVE) है और वह हर बार एंटीबिओटिक के लिये पल्लवी को अपने साथ अस्पताल ले जाती है। कुछ पड़ोसियों ने पल्लवी को बताया है कि उसकी माँ बीमार है; उन्होंने यह भी कहा है कि अस्पताल जाने वाले लोग वापस नहीं आते हैं। अब, पल्लवी माँ से चिपक कर रहती है और उसके बिना कहीं भी जाने से मना कर देती है।

**घ- बच्चों के विधि के साथ संघर्षरत् रहने के साथ/साथ आचरण के मुद्दों के मामले**

**केस 14:** श्रीनी निम्न सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि का एक 15 वर्षीय बालक है। पिता शराबी है, जिसके कारण घरेलू हिंसा और घर में माता-पिता के बीच वैवाहिक समस्याएँ/कलह, संघर्ष है; बच्चे का उसके पिता ने भी लगातार शारीरिक शोषण किया है। 8वीं कक्षा तक बच्चा विद्यालय में नियमित था। फिर वह पड़ोस/विद्यालय के बालकों के एक समूह के संपर्क में आया, उसने अपने साथियों के साथ घूमने के लिये विद्यालय जाना छोड़ दिया। वे नव नवनिर्मित भवनों से तारों को चुराते थे और भोजन के लिये उस धन का उपयोग करते थे; वे मादक द्रव्यों, मुख्य रूप से बीड़ी-धूम्रपान का सेवन करते थे। आखिरकार, अपने दोस्तों के समूह के साथ एक वाहन चोरी करते पकड़े जाने पर श्रीनी गिरफ्तार कर लिया गया और वह कानून के साथ विवाद में आ गया।

**केस 15:** सोम निम्न सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि, और बहुत ही कठिन वित्तीय परिस्थितियों से जूझता एक 16 वर्षीय बालक है। उसके पिता को दिल की बीमारी है। परिवार का आर्थिक समर्थन करने के लिये बच्चे ने विद्यालय छोड़ दिया और निर्माण में एक दिहाड़ी मजदूर के रूप में काम करने लगा। बच्चे ने अपने एक दोस्त को बताया कि उसके पिता बहुत बीमार हैं और माँ आवश्यक चिकित्सा उपचार की व्यवस्था के संसाधनों को इकट्ठा करने के लिये अत्यधिक चिंतित है। उसके दोस्त ने उसे बाद में मिलने के लिये कहा, और कहा कि वह कुछ पैसे की मदद कर पायेंगे। जब बच्चा मिलने की जगह पर पहुँचा, तो उसे अपने दोस्त की योजना के बारे में पता नहीं था और जब उसका दोस्त उसे एक खाली घर में ले गया और घर को तोड़ कर अंदर पहुँचा तो वह चौंक गया। पर फिर, बच्चे ने अपने दोस्त की उस घर में पैसे और कीमती सामान खोजने में मदद की, जिसको उन दोनों ने आपस में बाँट लिया। बच्चा घर गया और अपनी माँ को अपने पिता के इलाज के लिये पैसे दिये। बाद में, पुलिस भी आई। पुलिस दोस्त को पकड़ चुकी थी। उन्होंने सोम को घर लूटने के इलजाम में गिरफ्तार कर लिया।

**केस 16:** प्रवीण एकल माता-पिता परिवार से एक 14 वर्ष का बच्चा है। वह कभी विद्यालय नहीं गया और एक बाल मजदूर था। आमतौर पर अपने पड़ोस के दोस्तों के साथ समय बिताता था, जो ज्यादातर उससे उम्र में बड़े थे। एक बार उन्होंने उसे एक अश्लील वीडियो दिखाया जिसके बाद बच्चा यौन संबंधों को लेकर उत्सुक हो गया। अगले दिन बच्चा अपने पड़ोस में रहने वाले 8 साल के एक बच्चे को पास की एक खाली इमारत में ले गया और फिर उसने छोटे बच्चे के गुप्तांग को अनुचित तरीके से छुआ। छोटे बच्चे ने उसकी शिकायत अपने माता-पिता से की और तब से प्रवीण कानून के साथ विवाद में है।

## अंतर्ध्वनि विश्लेषण ढाँचे का उपयोग करने के उदाहरण

बच्चे की भावनाओं और व्यवहार को समझने के लिये अंतर्ध्वनि विश्लेषण ढाँचे का उपयोग करने के कुछ उदाहरण नीचे दिये गये हैं।

**केस 3:** एक 14 वर्ष का बालक अक्सर गुस्से में रहता है, अन्य बच्चों के साथ झगड़ा करता है, खिड़की के शीशे तोड़ता है और संस्था के नियमों का पालन नहीं करता है। पहले, वह एक गिरोह का हिस्सा था और धूम्रपान करता था। बच्चा अपने पिता को खो चुका था; उसकी माँ ने फिर से शादी की और उसके सौतेले पिता ने उसका शारीरिक शोषण किया, उसका विद्यालय छोड़वा दिया और उसको एक साइकिल की दुकान पर काम करने के लिये मजबूर किया। सौतेला पिता भी गिरोह का हिस्सा है और बच्चे की माँ का शारीरिक शोषण करता है।

संदर्भ	अनुभव	अंतर्ध्वनि	भावनायें	व्यवहार
पिता की मृत्यु	हानि, दुःख	यदि मेरे पिता की मृत्यु नहीं हुई होती, तो स्थिति अलग होती।	उदासी डिप्रेशन	अन्य बच्चों के साथ झगड़ा करना (संभवतः इसलिये भी क्योंकि वह अपने क्रोध और हताशा को घर पर व्यक्त करने में असमर्थ है – विस्थापन/ डिस्प्लेसमेंट)
माँ का पुनर्विवाह	अस्वीकार होना	मेरी माँ ने इस आदमी (नये पिता) से शादी करने से पहले मुझसे नहीं पूछा... उसने ऐसा क्यों किया? काश, ऐसा नहीं किया होता...		
(नये) पिता की आपराधिक गतिविधि	शारीरिक शोषण	हो सकता है कि वह वास्तव में मुझसे प्यार नहीं करती... हो सकता है कि उसे केवल इस आदमी (नये पिता) की परवाह हो...		खिड़की के शीशे तोड़ना, और संस्थान के नियमों का पालन न करना (क्रोध के कारण और इसलिये भी कि उसने घर/परिस्थितियों से सीखा है कि हिंसा और शोषण प्रतिक्रिया के वैध तरीके हैं)।
	हिंसा/ असामाजिक गतिविधि की वैधता	इस आदमी (नये पिता) की इतनी हिम्मत कि वह मुझे मारे?	क्रोध	
		वह मेरे ('वास्तविक') पिता भी नहीं हैं, तो उनकी हिम्मत कैसे हुई...?	नराज़गी	
		यदि वह मुझे मार सकते हैं, तो मैं दूसरों को क्यों नहीं मार सकता और चोट पहुँचा सकता?	विरोध	

**केस 7:** 14 वर्ष की बालिका ममता के घर पर रहने के लिये उसका 25 वर्षीय चचेरा भाई आया। जब उसका परिवार दूसरे कमरे में था तो उसने ममता के निजी अंगों को छुआ और उसे बताया कि वह उससे प्यार करता है। कुछ दिनों बाद, वह चला गया और ममता के संपर्क में नहीं रहा। ममता अब अपनी कक्षाओं पर ध्यान केंद्रित करने में सक्षम नहीं है, मुश्किल से सोती है और अपने परिवार के साथ बेरुखी से बात करती है।

संदर्भ	अनुभव	अंतर्ध्वनि	भावनायें	व्यवहार
किशोरावस्था	प्यार/आकर्षण	उसने मेरे साथ ऐसा क्यों किया?	कुछ समझ न आना	अपनी कक्षाओं पर
पारिवारिक संदर्भ में यौन शोषण	यौन शोषण	मुझे उसके बारे में कैसा महसूस करना चाहिये? हो सकता है कि मैं उसके प्रति थोड़ा आकर्षित थी... शायद उसने मेरे साथ जो किया वह मुझे पसंद है... लेकिन क्या मुझे यह पसंद होना चाहिये था?	चिंता, उदासी, धोखा	ध्यान केंद्रित न कर पाना,  सोने में मुश्किल
		उसने कहा कि वह मुझसे प्यार करता है... फिर वह मुझसे संपर्क में क्यों नहीं रहा?	अस्वीकार करना (कुछ) गुस्सा	अपने परिवार से बेरुखी से बात करना
		यदि उसको मेरी परवाह नहीं थी, तो उसने मुझे क्यों छुआ?		
		क्या मुझे उसे मुझको छूने देना चाहिये था?		
		यदि मेरे परिवार को पता चल जाये तो क्या होगा? वे क्या सोचेंगे या क्या कहेंगे?		

**केस 13:** पल्लवी 5 साल की बालिका है जो अपनी माँ के साथ रहती है। उसकी माँ एचआईवी संक्रमित (HIV POSITIVE) है और वह हर बार एंटीबिओटिक के लिये पल्लवी को अपने साथ अस्पताल ले जाती है। कुछ पड़ोसियों ने पल्लवी को बताया है कि उसकी माँ बीमार है, उन्होंने यह भी कहा है कि अस्पताल जाने वाले लोग वापस नहीं आते हैं। अब, पल्लवी माँ से चिपक कर रहती है और उसके बिना कहीं भी जाने से मना कर देती है।

संदर्भ	अनुभव	अंतर्ध्वनि	भावनायें	व्यवहार
अभिभावक स्थायी बीमारी से पीड़ित	प्राथमिक देखभाल करने वाले की बीमारी	मम्मी को इतनी बार अस्पताल क्यों जाना पड़ता है?	कुछ समझ न आना चिंता	माँ से बहुत चिपकना और
एच0आई0 वी0 प्रभावित बच्चा		मम्मी को क्या हुआ है?	डर	उसके बिना कहीं भी जाने से मना करना।
		क्या होगा यदि वह वास्तव में बीमार है और ठीक नहीं होंगी?		(जिसे पृथक्करण चिंता भी कहा जाता है)
		पड़ोसियों का कहना है कि अस्पताल जाने वाले लोग वापस नहीं आते —— क्यों नहीं? यदि एक दिन मम्मी वापस नहीं आई तो क्या होगा? मेरा क्या होगा? मेरी देखभाल कौन करेगा? मैं तो अकेली रह जाऊँगी।		
		बेहतर होगा मैं हर समय मम्मी के साथ रहूँ... मैं उनसे दूर नहीं रहना चाहती, यदि उन्हें कुछ हो गया... और मैं अकेली हो जाऊँ।		

**केस 16:** प्रवीण एकल माता-पिता परिवार से एक 14 वर्ष का बच्चा है। वह कभी विद्यालय नहीं गया और एक बाल मजदूर था। वह आमतौर पर अपने पड़ोस के दोस्तों के साथ समय बिताता था, जो ज्यादातर उससे उम्र में बड़े थे। एक बार उन्होंने उसे एक अश्लील वीडियो दिखाया जिसके बाद बच्चा यौन संबंधों को लेकर उत्सुक हो गया। अगले दिन बच्चा अपने पड़ोस में रहने वाले 8 साल के एक बच्चे को पास की एक खाली इमारत में ले गया और फिर उसने छोटे बच्चे के गुप्तांग को अनुचित तरीके से छुआ। छोटे बच्चे ने उसकी शिकायत अपने माता-पिता से की और तब से प्रवीण कानून के साथ विवाद में है।



संदर्भ	अनुभव	अंतर्ध्वनि	भावनायें	व्यवहार
एकल अभिभावक परिवार	घर के बड़ों द्वारा निगरानी में कमी	वह, यह सब जो मेरे दोस्तों ने मुझे वीडियो और मोबाइल फोन पर दिखाया बहुत दिलचस्प लगता है... यह गंदा तो लगता है... लेकिन मैं इसे देखना चाहता था।	व्याकुलता	यौन प्रयोग करना (छोटे बच्चे के साथ)
कभी विद्यालय नहीं गया, बाल श्रमिक	कोई व्यवस्थित, आयु-उपयुक्त दैनिक दिनचर्या/कार्य नहीं	हो सकता है मुझे ये सब नहीं देखना चाहिये था... लेकिन मेरे कार्यस्थल पर सभी लोगों ने देखा है और वे इसे सामान्य मानते हैं।	चिंता (अपने साथियों की बातें समझने की/उनके जैसा करने की)	'दूसरों/कानून द्वारा यौन शोषण के रूप में देखा और समझा जाना
	उम्र में बड़े लोगों के साथ मेल-जोल साथियों की ओर से दबाव और पोर्नोग्राफी जैसा उच्च जोखिम व्यवहार	जैसा कि उन्होंने कहा, मुझे लगता है कि मुझे इन सब के बारे में जानने की जरूरत है...	साथियों के समूह में फिट होने की चाह	
		उनमें से कुछ ने उन चीजों में से कुछ को किया भी है जो वे वीडियो में दिखा रहे थे... और कहा कि उन्हें मुझे भी आजमाना चाहिये।		
		जैसा कि उन्होंने कहा, यदि मैं इन्हें आजमाकर अनुभव नहीं करूँगा, तो मैं कैसे सीखूँगा?		
		मैं लड़कियों की तरह नहीं बनना चाहता... अपने समूह में अन्य लोगों की तरह ही ("कूल") बनना चाहता हूँ... मुझे यह देखने की कोशिश करनी चाहिये कि यह वास्तव में क्या है, इसे करना कैसा महसूस होता है... जिज्ञासा		

## 2.5 बचपन के प्रतिनिधि

### उद्देश्य:

- बचपन की बातों को याद करना।
- कई तरह के बचपन और उनसे उभरते मनोसामाजिक विषयों और वृत्तांतों पर परिपेक्ष्य लेना।

### समय:

2 घंटा (फिल्म की स्क्रीनिंग के लिये 1–5 घंटा और चर्चा के लिये 30 मिनट)

### अवधारणा

बचपन कोई एकल घटना नहीं है। कोई दो बच्चे और कोई दो बचपन एक जैसे नहीं होते। एक ही संदर्भ से जुड़े दो बच्चों के जीवन की कहानियाँ पूरी तरह से अलग हो सकती हैं। पूरी तरह से अलग संदर्भों वाले दो बच्चों में बहुत समान चुनौतियाँ हो सकती हैं। इन्हीं कारकों का जटिल अंतर-खेल, कई तरह के बचपन का गठन करता है। ऐसी ही भिन्नतायें मिलकर बचपन को एक अनूठा अनुभव बनाती हैं।

लोगों को बच्चों से जुड़े मुद्दों और बचपन पर सोचने को प्रोत्साहित करने की एक विधि फिल्में हैं। ऐसी फिल्में जिनमें बच्चों के जीवन, बच्चों के मुद्दों, मनोसामाजिक संदर्भों और विषयों को प्रस्तुत किया जाता है। बच्चों के बारे में (और बच्चों के लिये) फिल्में विभिन्न विषयों जैसे लगाव, दोस्ती और रिश्ते, बच्चों की रुचियों, प्रेरणाओं, सपनों और आकांक्षाओं के बारे में होती हैं। वे हमें, संक्षेप में, बच्चों की आंखों के माध्यम से दुनिया को देखने में सक्षम बनाती हैं, जिससे हमें युवा लोगों से निपटने के लिये एक बाल-केंद्रित दृष्टिकोण अपनाने में मदद मिलती है।

इसी तरह (उपदेश और भाषण देने की बजाय) फिल्मों का उपयोग बच्चों के साथ भी किया जा सकता है – चर्चा शुरू करने के लिये और बच्चों को अपने जीवन से संबंधित विभिन्न विषयों और मुद्दों पर सोचने देने के लिये और इन पर अपना एक निजी परिपेक्ष्य बनाने के लिये। इसलिये इस सत्र में, हम एक रचनात्मक पद्धति भी प्रस्तुत कर रहे हैं, जिसका उपयोग आप बच्चों के साथ कर सकते हैं। अनुभवात्मक कार्यप्रणाली आकर्षक और प्रभावशील दोनों होती है। बच्चों को फिल्में और दृश्य/चलती छवि बहुत पसंद है। यह पद्धति, हालांकि, एक रणनीतिक घटक है। यह पद्धति बच्चों से सीधे मुद्दे को संबोधित करने की बजाय उनके अधिक सक्रिय रूप से संलग्न होने के लिये एक सुरक्षा क्षेत्र और दूरी बनाता है, ताकि वे असुविधाजनक और रक्षात्मक न महसूस करें। इस पद्धति में अनुभव, प्रक्रिया और मेटा-प्रक्रियाओं के महत्वपूर्ण घटक भी शामिल हैं। फिल्म देखना अपने आप में एक प्राथमिक अनुभव है; इसकी सामग्री को ग्रहण करना और उससे संबंध

स्थापित करना प्रक्रिया है। इसके बाद होने वाली चर्चा और बच्चे इसे कैसे अपने जीवन से जोड़ते हैं, मेटा-प्रक्रिया है। इसके माध्यम से, विचार और प्रतिक्रिया के वैकल्पिक तरीके उत्पन्न होते हैं, जो उपचार और परिवर्तन प्रक्रियाओं को जन्म देते हैं।

### बचपन को प्रस्तुत करने के लिये गतिविधि/बचपन के निरूपण के लिये गतिविधि

**विधि:** फिल्म स्क्रीनिंग और परिपेक्ष्य बनाना

**सामग्री:** कोई भी फिल्म जो बच्चों के बारे में हो, जिसमें बच्चों के लिये बनाई गई निम्न फिल्मों भी शामिल हैं। सुझाई गई फिल्में:

‘चिल्ड्रन ऑफ हेवन’ (ईरानी, अंग्रेजी उप-शीर्षक के साथ/माजिद मजीदी द्वारा निर्देशित), ‘कलर ऑफ पैराडाइज’ (ईरानी, अंग्रेजी उप-शीर्षक के साथ/माजिद मजीदी द्वारा निर्देशित), ‘स्टैनली का डब्बा’ (हिंदी/अमोल गुप्ते द्वारा निर्देशित),

‘केसले कमसाल, (कन्नड़/टी, नागभरण द्वारा निर्देशित)

‘श्वास’ (मराठी, अंग्रेजी उप-शीर्षक के साथ)

**प्रक्रिया:**

- फिल्म दिखायें

**चर्चा:**

- चलिये हम निम्न 3 स्तरों के माध्यम से फिल्म पर चिंतन करते हैं और उसे समझते हैं:
  - फिल्म के प्रभावशाली और अविस्मरणीय पात्रों/छवियों/मुद्दों/दृश्यों की एक प्राथमिक भावनापूर्ण और समानुभूतिपूर्ण समझ साझा करें;
  - आपने फिल्म में किन मनोसामाजिक विषयों को पाया?
  - हम इन विषयों की समझ का उपयोग बच्चों के साथ अपने काम में कैसे कर सकते हैं?
- यदि आप बच्चों के समूह के साथ इस फिल्म का उपयोग कर रहे हैं तो आप किस तरह के प्रश्नों और विषयों पर चर्चा करेंगे?

**नोट:** इस गतिविधि के साथ प्रशिक्षण के दिन (विशेष रूप से दिन 1 और 2) को समाप्त करना उचित होगा, यह शाम 5 बजे के बाद भी की जा सकती है क्योंकि यह सुखद है और बच्चों और बचपन के मुद्दों में तल्लीनता जारी रखने के साथ ही प्रतिभागियों को आराम और मनोरंजन भी करवाती है।

### 3. मूलभूत संचार व परामर्श तकनीकें

## 3.1 कौशल 1 – बच्चे को जानना

### उद्देश्य

- जब आप पहली बार बच्चे से मिलें तो क्या कहें और क्या करें।
- बच्चे के साथ घनिष्टता बढ़ाना।
- बच्चे के साथ आगे बातचीत और काम करने के लिये संदर्भ निर्धारित करना।

### समय:

1 घंटा

### अवधारणा

एक 10 वर्ष की बालिका परामर्शदाता (काउन्सलर) के सामने बिना एक शब्द कहे चुपचाप बैठी है। परामर्शदाता उससे सवाल पूछती रहती हैं लेकिन बच्ची चुप रहती है और मानसिक रूप से अपने आप को स्थिति से और दूर ले जाती है। यह एक सामान्य घटना है, विशेष रूप से उन बच्चों के मामले में, जो कठिन परिस्थितियों से गुजर चुके हैं। वे डरे होते हैं, अपनी प्रतिक्रिया को लेकर अनिश्चित भी और इस उलझन में कि किस पर भरोसा करना है किस पर नहीं। वे अपनी भावनाओं को व्यक्त करने या प्रतिक्रिया देने में असमर्थ हो सकते हैं। इसलिये यह महत्वपूर्ण है कि बच्चे से उसकी समस्या के बारे में चर्चा करने से पहले उसे सहज बनाया जाये और उससे अच्छे संबंध स्थापित किये जायें।

**बच्चों के साथ घनिष्टता बढ़ाना/उनसे दोस्ती करना, उनके साथ अच्छे संबंध स्थापित करने की दिशा में पहला कदम है। इसमें 3 मुख्य चरण शामिल हैं: अपना परिचय देना; संदर्भ की प्रारंभिक स्थापना; बच्चे के बारे में जानना। इन्हें बच्चे के साथ पहले या कम से कम पहले दो सत्रों में किया जाना चाहिये – वे बच्चे के साथ पहले या शुरुआती संपर्क से संबंधित हैं।**

**बच्चों से घनिष्टता बढ़ाकर उनको जानना:**

#### 1) अपना परिचय देना

इस बात पर विश्वास करना मुश्किल है, पर कई परामर्शदाता और बाल देखरेखकर्ता या तो अपना परिचय देना भूल जाते हैं या बच्चे के सामने अपना परिचय देना उन्हें आवश्यक नहीं लगता है। सवाल यह है कि जब एक बच्चा यह नहीं जानता कि आप कौन हैं, तो वह आपसे बात क्यों करेगा, वो भी उन कठिन मुद्दों के बारे में जिनसे वह गुजर रहा हो? साथ ही, इस समय तक कई बच्चों को विभिन्न जांच प्रक्रियाओं का हिस्सा बनने के लिये

मजबूर किया जा चुका होता है, जिनमें वह एक ही तरह के सवालों का बार-बार जवाब देते हैं (जैसे कि बाल यौन शोषण के मामले या विधि का उल्लंघन करने वाले बच्चों के मामले)। उन लोगों (जैसे पुलिस, डॉक्टर, अधीक्षक...) से परे, जिनका सामना बच्चे कर रहे हैं, परामर्शदाता (या किसी भी अन्य बाल देखरेख सेवाप्रदाता) के रूप में आप कैसे अपनी पहचान स्थापित कर सकते हैं?

अपना (पहले) परिचय देते हुये सत्र की शुरुआत करना बातचीत के लिये एक अधिक समान मंच बनाने में मदद करता है, बजाये, केवल बच्चों को परिचय और खुद के बारे में बात करने के लिये कहने के।

- **अभिवादन**

- बच्चे का अभिवादन करें।
- यदि उपयुक्त लगे तो बच्चे से हाथ मिलायें (या नहीं)।
- बच्चे को अपना नाम बतायें और समझायें कि आप कौन हैं... फिर उसका नाम पूछें।

- **परामर्श के बारे में गलत धारणाएँ और डर मिटाना**

परामर्शदाता से बात करने में बच्चे डर सकते हैं। समझायें कि आप उनकी मदद करने के लिये आये हैं और आयु-उपयुक्त तरीकों से उनको आश्वस्त करें।

उदाहरण: "मैं यहाँ आपको दवाई या इंजेक्शन देने के लिये नहीं आया/आई हूँ, मैं पुलिस या वकील नहीं हूँ... मैं यहाँ, जब आपका मन करे, केवल आपसे बात करने और आपके साथ खेलने के लिये आया/आई हूँ... उन चीजों के बारे में बात करने के लिये जो आपको मुश्किल लग रही हों या जिनकी

### **अपनी भूमिका के बारे में बताना...**

कई संदर्भों में, परामर्शदाता शब्द नकारात्मक अर्थ में लिया जाने लगा है – इसलिये भी क्योंकि लोग बुरे व्यवहार के लिये बच्चे को परामर्शदाता के पास 'भेजने' की धमकी देते हैं। इसलिये आप 'परामर्शदाता' शब्द का उपयोग शायद ना करना चाहें और न ही संगठन में आपकी स्थिति या पदनाम बताना उपयोगी है – यह बच्चों के लिये अर्थहीन है और केवल बच्चों को डराने वाले शक्ति पदानुक्रम का काम करते हैं। शायद आप ऐसे किसी परिचय का उपयोग करने पर विचार कर सकते हैं जैसे कि आप यह कहकर अपना परिचय दे सकते हैं कि, 'मैं बच्चों के साथ काम करता/करती हूँ... कई बच्चे कुछ ऐसी कठिनाइयों और समस्याओं का सामना करते हैं जिनसे निपटना उन्हें नहीं आता, उनके दिमाग में इन परिस्थितियों से जुड़े प्रश्न और भ्रम हो सकते हैं... मैं इन मुद्दों में से कुछ को हल करने और परिस्थितियों को बच्चों के लिये बेहतर और आसान बनाने में उनकी मदद करने के लिये बच्चों के साथ काम करता/करती हूँ।' मुख्य बात यह है किये आपके परिचय से बच्चों को पता चलना चाहिये कि आप कौन हैं, आपकी भूमिका क्या है, और आप उनकी क्या और कैसे मदद कर सकते हैं।

वजह से आप उलझन में हों... यह सुनिश्चित करने के लिये कि आप कुशल हैं और आराम से हैं... और अपनी किसी भी मुश्किल का सामना करने में सक्षम हैं।’

- **मदद लेने को सामान्य बनाना**

जैसा कि पहले बताया गया है, बच्चे परामर्शदाता की भूमिका को नकारात्मकता से जोड़ सकते हैं क्योंकि उन्हें लगता है कि केवल ‘बुरे बच्चों’ को परामर्शदाता के पास भेजा जाता है या वे परामर्शदाता से बात कर रहे हैं क्योंकि वे अजीब हैं और उन्हें कुछ समस्या है (जो अन्य बच्चों में नहीं है)। इसलिये मदद प्राप्त करने को सामान्य करना और उससे जुड़े कलंक को मिटाना आवश्यक है।

उदाहरण:

- जब आपको बुखार या पेट में दर्द होता है, तो आप एक डॉक्टर के पास जाते हैं। उसी तरह, जब आप किसी वजह से दुखी और परेशान महसूस कर रहे हों, तो मैं आपको बेहतर महसूस करने में और आपकी समस्याओं का हल निकालने के लिये आपकी मदद कर सकता/सकती हूँ। हम उन चीजों के बारे में खेल सकते हैं या उन चीजों के बारे में बात कर सकते हैं जो आपको चिंतित कर रही हैं और हम देख सकते हैं कि उन्हें बेहतर कैसे बनाया जा सकता है।’
- विद्यालय में, आपके पास फुटबॉल या स्पोर्ट्स कोच होता है जो आपको बेहतर खेल खेलने में मदद करता है। मैं भी लगभग वही भूमिका निभाने के लिये हूँ... मैं आपको मजबूत और खुश महसूस करने में मदद करने के लिये यहाँ हूँ... आपकी किसी भी मुसीबत में मदद के लिये... चीजों के बारे में सोचने में आपकी मदद करने के लिये और आपकी परेशानियों को हल करने के लिये।’

## 2) सन्दर्भ की प्रारंभिक स्थापना

- बच्चे के ज्ञान और समझ को स्थापित करना

कई बच्चे परामर्शदाता या बाल देखरेख कार्यकर्ताओं के पास बिना यह जाने आते हैं कि वे परामर्शदाता से आखिर क्यों मिलने जा रहे हैं; देखरेख कार्यकर्ता अक्सर चुप रहते हैं और बच्चे को यह नहीं बताते हैं कि वे किस मुद्दे पर परामर्शदाता से सलाह लेना जा रहे हैं। इसलिये बच्चे के साथ बातचीत और काम के लिये एक संदर्भ स्थापित करना महत्वपूर्ण है यानी यदि बच्चे को पता नहीं है कि किन मुद्दों पर ध्यान देने की जरूरत है या वो यदि इस बात से सहमत नहीं है कि उसे कोई समस्या है, तो, परामर्श के हस्तक्षेप का कोई आधार नहीं है! तो हम समस्या के संदर्भ को कैसे स्थापित कर सकते हैं जिससे की बच्चे के साथ समस्या के बारे में हमारी सहमति हो, ताकि हम इसे संबोधित करने की दिशा में काम कर सकें?

उदाहरण:

- क्या आप जानते हैं कि आप यहाँ मेरे पास क्यों आये हैं? आपको क्या बताया गया था?’
- ‘मुझे थोड़ा बताइये कि आपको यहाँ आने और मुझसे मिलने के लिये क्यों कहा गया है...’
- (यदि बच्चा देखरेखकर्ता/संस्था के कर्मचारियों के मामलों या शिकायतों को बताता है), तो ‘क्या आपको भी लगता है कि यह एक समस्या है जो आपके लिये मुश्किलें पैदा कर रही है? या क्या आपको लगता है कि यह सिर्फ अन्य लोग हैं जो इसे एक समस्या के रूप में देखते हैं... जबकि यह वास्तव में समस्या नहीं है?’
- (यदि बच्चा नहीं जानता है), ‘मुझे थोड़ा सा बताया गया है कि आप यहाँ क्यों हैं... आप मुझे बता सकते हैं कि मुझे जो बताया गया है वह सही है। आपकी माँ को चिंता (शिकायत नहीं) है कि आप इन दिनों परेशान रहते हैं और गुस्से में भी। क्या आप सहमत हैं? और क्या आप मुझे इसके बारे में कुछ और बताना चाहते हैं?’
- (यदि बच्चा चुप है और समस्या को स्वीकार करने से इंकार करता है), ‘हम अभी-अभी तो मिले हैं, इसलिये शायद हमें एक-दूसरे को बेहतर तरीके से जानने के लिये कुछ समय की आवश्यकता है... और जो आपको परेशान कर रहा है। उसके बारे में थोड़े समय बाद बात करना आसान हो सकता है। यह ठीक है... शायद हम आज बात करने के बजाय कुछ खेल, खेल सकते हैं...’
- (शोषण के मामले में और यदि बच्चा चुप है), ‘मुझे पता है कि आपको कुछ कठिन अनुभव हुये हैं... मुझे पता है कि उनके बारे में बात करना मुश्किल है और आप उनके बारे में बात करने के लिये अभी तैयार नहीं हैं... लेकिन कोई जल्दी नहीं है। मैं यहाँ हर दिन आऊँगा/आऊँगी और हम एक साथ खेलेंगे और समय बितायेंगे... जब भी आप तैयार और सहज महसूस करें, आप मुझे बता सकते हैं।’

संदर्भ स्थापित करने का मतलब यह नहीं है कि बच्चे को समस्या के बारे में बात करने के लिये तुरंत मजबूर किया जाये। खासकर यदि वह ऐसा करने के लिये तैयार न हो। लेकिन फिर भी परामर्शदाता को समस्या के बारे में कुछ संकेत जरूर देने चाहिये जितना भी वह समस्या के बारे में जानते हैं – क्योंकि जब परामर्शदाता और बच्चा दोनों समस्या के बारे में चुप होते हैं (कभी-कभी कई सत्रों/दिनों तक) तो बच्चा उलझन में पड़ सकता है, यह सोचकर कि वह परामर्शदाता से मिलने के लिये क्यों आ रहा है और इसका उद्देश्य क्या है! इसलिये, परामर्शदाता सत्र 2 में समस्या का संदर्भ स्थापित कर सकता है (और सत्र 1 में नहीं), पर ध्यान दें कि यह सत्र 4 या 6 तक खींचा नहीं जा सकता है – क्योंकि तब तक बहुत समय बीत चुका होता है और बच्चा सोचने लगता है कि यह सत्र क्या है और गतिविधियाँ किसके लिये हैं!



- **बच्चे के अनुभव को सामान्य सर्वव्यापी बनाना**

सहायता प्राप्त करने की स्थिति को सामान्य करने का यह एक और तरीका है, यह तकनीक बच्चे को कम कलंकित या वर्गीकृत महसूस करने में मदद करती है; यह तकनीक बच्चे को यह बताती है कि उसके साथ जो हुआ या उसकी जो समस्या है, वह दूसरों के साथ भी हुई है या दूसरों द्वारा भी अनुभव की जा चुकी है – ताकि बच्चा समस्या या अनुभव के बारे में बात करने में अधिक सहज महसूस करे। यह बच्चे को यह जानने में मदद करती है कि परामर्शदाता ने 'पहले से इस समस्या के बारे में सुना है और मैं जो कुछ उसे बताने जा रहा/रही हूँ वो अजीब या चौंकाने वाली बात नहीं है।'

उदाहरण:

'आपकी तरह, बहुत सारे बच्चे हैं, जो अब यहाँ (आश्रय में) रहते हैं, अपने घरों को छोड़ चुके हैं और उन्होंने भी कुछ कठिन परिस्थितियों का सामना किया है। बहुत सारे बच्चे दुखी और परेशान हैं और उनकी परेशानियों के लिये और उनके अनुभवों से निपटने के लिये उन्हें मदद की जरूरत है। इन बच्चों में से कोई भी और न ही आप, बुरे हैं या मानसिक रूप से अस्वस्थ या पागल हैं।'

- **बच्चे के अनुभव को व्यक्तिगत बनाना**

बच्चों के अनुभवों को सामान्य सर्वव्यापी बनाने की कोशिश में उन्हें ऐसा नहीं लगना चाहिये कि उनके अनुभवों और समस्याओं को कम या मामूली बात समझा जा रहा है, यानी कि उनके दिमाग में ये बात नहीं आनी चाहिये कि 'यह कई बच्चों के साथ होता है, इसलिये आपके साथ होने में कुछ खास नहीं है'! बच्चे को ऐसा न लगे, यह सुनिश्चित करने के लिये, बच्चे के अनुभवों को व्यक्तिगत रूप देना भी महत्वपूर्ण है – यह आश्वासन देने के लिये कि बच्चे के अनुभव और समस्यायें अद्वितीय हैं और उनपर गंभीरता से विचार करना जरूरी है।

उदाहरण:

'हालांकि कई बच्चे आपके जैसे अनुभवों और परेशानियों से गुजरे होंगे, आपका अनुभव फिर भी अलग और विशेष है और आपकी स्थिति के लिये विशिष्ट है। सभी को अलग-अलग तरीकों से मदद की जरूरत है। मैं यहां आपको समझने और आपके समर्थन के लिये हूँ।'

इस प्रकार, बच्चे के अनुभवों को एक साथ सामान्य और व्यक्तिगत, दोनों किया जाना चाहिये क्योंकि वे संबंधित तकनीकें हैं।

- **गोपनीयता सुनिश्चित करना**

बच्चों को गोपनीयता का अधिकार है। बच्चों के साथ विश्वास का संबंध बनाने के लिये, उन्हें गोपनीयता का आश्वासन देना महत्वपूर्ण है यानी बच्चों को बतायें कि वे परामर्शदाता के साथ जो कुछ भी साझा करते हैं, उसे देखरेख कार्यकर्ता या अन्य को नहीं बताया जायेगा। हालांकि, गोपनीयता पूर्ण नहीं हो सकती है: बच्चे को यह बताना उचित नहीं है कि उसने जो कुछ भी साझा किया हो वो 'मैं कभी नहीं बताऊंगा/बताऊंगी... किसी भी हालत में...' क्योंकि कई बार एक ऐसी स्थिति उत्पन्न हो सकती है, जिसमें बच्चे की सुरक्षा या सर्वोत्तम हित को सुनिश्चित करने के लिये परामर्शदाता को बच्चे के कुछ मुद्दों का खुलासा करने की आवश्यकता पड़ सकती है। ऐसी स्थिति का एक उदाहरण बाल यौन शोषण है – बच्चा यह सोचकर यौन शोषण के बारे में खुलासा कर सकता है कि परामर्शदाता ने उसे गोपनीयता का आश्वासन दिया है, लेकिन परामर्शदाता को बच्चे की रिपोर्ट का खुलासा करना पड़ता है ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि बच्चा शोषण से सुरक्षित और संरक्षित रहे। यदि वह गोपनीयता का पूर्ण आश्वासन देने के बाद खुलासा करता है, तो बच्चे का विश्वास टूट जायेगा और वह फिर से उस परामर्शदाता से मिलना नहीं चाहेगा। तो, बच्चे को गोपनीयता का आश्वासन कैसे दिया जाये जिससे परामर्शदाता बच्चे का विश्वास भी जीत सके, बच्चा उससे खुल कर बात भी करे और जरूरत पड़ने पर परामर्शदाता खुलासा भी कर पाये?

उदाहरण:

'मैं चाहता/चाहती हूँ कि आप यह भी जान लें कि जब हम बात करते हैं या खेलते हैं, तो हम जो भी साझा करते हैं वह सिर्फ हमारे बीच ही रहेगा। मैं किसी को आपकी भावनाओं या परेशानियों के बारे में नहीं बताऊंगा/बताऊंगी। यदि किसी समय या किसी स्थिति में आपकी बातें मुझे अन्य लोगों को बताने की जरूरत पड़गी, तो मैं आपसे पूछने और आपकी अनुमति लेने के बाद ही ऐसा करूंगा/करूंगी – बिना उसके कभी नहीं।'

तो, (उदाहरण के अनुसार) सबसे अहम बात है बच्चे की अनुमति। परामर्शदाता बच्चे को गोपनीयता का आश्वासन देता है और साथ ही बच्चे को यह भी बताता है कि किसी और से वह केवल तभी यह जानकारी साझा करेगा जब ऐसा करना आवश्यक हो – और तब भी, बच्चे की अनुमति के बाद ही। इसका मतलब यह है कि परामर्शदाता पहले बच्चे से चर्चा करेगा कि उसे क्या साझा करना है और क्यों और उसे किस तरह से बताना है। और यदि बच्चा सहमत हो, तो वे एक साथ मिलकर योजना बनायेंगे कि कैसे जानकारी का खुलासा किया जायेगा (किन भागों को बताना है और किसको) – ताकि खुलासे की यह प्रक्रिया बच्चे के लिये आरामदायक हो।

नोट: हम बाल यौन शोषण के संदर्भ में गोपनीयता के मुद्दों और अनिवार्य रिपोर्टिंग के साथ-साथ विधि का उल्लंघन कर रहे कानून के साथ संघर्षरत् बच्चों (खासकर जब बच्चा कुछ मुद्दों का कानूनी रूप से खुलासा नहीं करना चाहेगा), के साथ काम करने पर अधिक विस्तृत चर्चा के लिये लौटेंगे।

### 3) आओ एक दूसरे को जानें...

यह तकनीक बच्चों के साथ खेलने, गतिविधियों में भाग लेने और बातचीत करने के बारे में है जो बच्चे को परामर्शदाता के साथ निश्चित और आरामदायक महसूस करने में सक्षम बनाती है। यह तकनीक एक तरीका है बच्चे की रुचियों और शौक (जैसे कि कला या कहानी सुनाना, नृत्य आदि) जानने का ताकि इन तरीकों को परामर्श की प्रक्रिया में शामिल किया जा सके यानी इनको शामिल करके परामर्श और थेरेपी सेशन में बच्चे के साथ काम किया जा सके।

- बच्चे की पसंद/नापसंद और रुचियों के बारे में जानने के लिये उससे निष्पक्ष, न डराने वाले प्रश्न पूछें:

- आपने आज क्या खाया? आपने आज क्या-क्या किया?
- एक सिक्का हवा में उछालें: परामर्शदाता और बच्चा सिक्के का 'चित' या 'पट' चुनें। जब सिक्का उछालने के बाद पकड़ा जाये, तो चुने हुये विकल्प के आधार पर दोनों को एक व्यक्तिगत विवरण बताना होगा यानी यदि परामर्शदाता ने 'चित' चुना था और चित ही आता है, तो उसे अपने बारे में एक तथ्य बताना होगा; यदि बच्चे ने 'पट' चुना था और पट ही आता है तो तथ्य बताने की बारी बच्चे की होगी। उदाहरण: 'ब्लू मेरा पसंदीदा रंग है', या 'मेरा पसंदीदा भोजन नूडल है'। आप धीरे-धीरे इसे 'चलो अपने बारे में मजेदार तथ्य साझा करते हैं' या 'मेरे बारे में एक बात जो कोई भी नहीं जानता है...' में बदल सकते हैं और अधिक व्यक्तिगत विवरण जैसे कि 'मुझे खुशी मिलती है जब...' या 'मेरा पसंदीदा व्यक्ति है...'; 'मुझे सबसे ज्यादा याद आती है...' जैसे विवरण बुलवा सकते हैं।
- वर्णमाला (एल्फाबेट) पूल: कार्डबोर्ड से वर्णमाला को काटने के बाद, प्रत्येक व्यक्ति एक एल्फबेट चुनता है और एक तथ्य बताता है जो कि निकाले गये अक्षर से शुरू होता है। उदाहरण के लिये: क- 'मुझे बॉल से खेलना पसंद है' या - 'मुझे गाना (सिंगिंग) पसंद है'। सामने आये तथ्यों या व्यक्तिगत विवरणों का उपयोग धीरे-धीरे बच्चे से बात करने और अधिक प्रश्न पूछने के लिये किया जा सकता है।
- पता लगायें कि बच्चे को किस चीज का शौक है और वो क्या-क्या करना पसंद करता है - जैसे कि ड्राइंग, शिल्प या विशेष विषयों के बारे में कहानियाँ पढ़ना।

- सहयोग की भावना स्थापित करें

साथ मिलकर कोई गतिविधि करें... ऐसी कोई भी गतिविधि जो बच्चे को अच्छी लगती है और उसे दिखाती है कि आप एक सहयोगी हैं। आप इनमें से कुछ कर सकते हैं...

- बर्ड गेम खेलें और खेलते हुये बातें करें।
- साथ में कोई कहानी पढ़ें।
- एक पहेली सुलझायें।
- चित्र बनायें और उसमें रंग भरें।

आप जो भी करना चाहें वो कर सकते हैं, बस वो एक संयुक्त गतिविधि होनी चाहिये यानी जिसमें परामर्शदाता और बच्चा दोनों भाग लें। बच्चे को एक तस्वीर बनाने के लिये कहना जबकि परामर्शदाता उसको देखता रहे, यह संयुक्त गतिविधि नहीं है! गतिविधि में भाग न लेना और बच्चे को अकेले गतिविधि करने देना पढ़ाई करवाने के बराबर है और इसमें बच्चे घबराहट महसूस कर सकते हैं या उन्हें ऐसा लग सकता है कि उनकी परीक्षा ली जा रही है, बजाय यह लगने के, कि परामर्शदाता एक दोस्त है एक ऐसा व्यक्ति जो 'उनकी तरफ है'।

## बच्चे को जानने के लिये कौशल-निर्माण गतिविधि

विधि: रोल प्ले

सामग्री: कुछ नहीं

प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों से जोड़ों में आने के लिये कहें। प्रत्येक जोड़ी में, एक को परामर्शदाता की भूमिका और दूसरे को बच्चे की (किसी भी उम्र के) भूमिका निभानी है।
- उन्हें बच्चे के साथ पहले सत्र के खेल का अभिनय करने के लिये कहें... यह कैसे खेला जायेगा?
- उनसे अपने अभिनय/सत्र में, ऊपर बताई गई घनिष्टता निर्माण अवधारणाओं का उपयोग करने को कहें। अभिनय में घनिष्टता निर्माण के विभिन्न चरण, अर्थात् परिचय, संदर्भ स्थापना और एक दूसरे को बेहतर जानना (चर्चा किये गये सभी उप-चरणों सहित) भी नजर आने चाहिये।

चर्चा:

- 2 से 3 जोड़ों को पूरे सत्र का अभिनय करने के लिये आमंत्रित करें। (उन जोड़ों को धन्यवाद दें जिन्होंने आगे आकर शुरुआत करने का साहस किया!)
- समूह के बाकी लोगों से इन नाटकों का अवलोकन करने के लिये कहें और पूछें कि कौन सी अवधारणायें/तकनीकें जिन पर चर्चा की जा चुकी है इन नाटकों में दिखाई दे रही हैं – और वो अवधारणायें/तकनीकें जिन्हें अभिनय में शामिल नहीं किया गया, उन्हें कैसे शामिल किया जा सकता है? यह भी पूछें कि अगर वे ये नाटक करते तो उसमें क्या बदलाव लाते, उसे कैसे करते?
- संदर्भ की स्थापना आदि के साथ आगे बढ़ने से पहले बच्चे को (विशेष रूप से उस बच्चे को जो घुलने-मिलने में समय ले) सहज महसूस कराने के लिये निष्पक्ष प्रश्नों/गेम के साथ बच्चे का साक्षात्कार शुरू करना, गलत नहीं है। पर, परिचय और संदर्भ की स्थापना के बिना निष्पक्ष प्रश्नों और खेल पर बहुत सारा समय गंवाना उचित नहीं है – यह इसलिये क्योंकि बच्चे को आश्चर्य हो सकता है कि वह आपके साथ क्या कर रहा है... और कुछ बच्चों में, जितना अधिक समय व्यतीत हो, उनकी चिंता उतनी ही बढ़ सकती है। इसलिये बिना ज्यादा समय गंवाये प्रत्येक बच्चे के स्वभाव और प्रतिक्रियाओं के अनुसार, परिचय के साथ शुरू करके सीधे दूसरे चरणों में आगे बढ़ना, या बीच-बीच में निष्पक्ष बातचीत और खेल के साथ आगे बढ़ना सबसे अच्छा है।

‘प्रतिभागियों को याद दिलायें कि यह गतिविधियाँ दोष निकालने के लिये नहीं हैं और न ही ये नाटक यह सुझाव दे रहे हैं कि ये परामर्श को आगे बढ़ाने के लिये ‘सही’ या ‘सिर्फ यही’ तरीके हैं; ये भूमिकायें हमें नई तकनीकों को प्रयोग करने और आजमाने और निरूपयोगी तकनीकों को छोड़ देने के लिये एक मंच प्रदान करती हैं... इसलिये इनका उद्देश्य सिर्फ सीखना है।

## 3.2 कौशल 2 – सुनना तथा रुचि

### उद्देश्य

- सुनने की कला के विभिन्न स्तरों की जानकारी होना।
- सुनने के कौशल के महत्व को समझना।

### समय:

1 घंटा

### अवधारणा

बच्चों की दुनिया अक्सर अपनी परेशानियों से निपटने की प्रक्रिया में इतनी व्यस्त और अपने आप में इतनी दुखी होती है कि वह बच्चों के अनुभवों को सुनने के लिये कभी उपस्थित नहीं होते। बच्चों की कहानियों को सुनना और उनको बच्चों के ही दृष्टिकोण से समझना महत्वपूर्ण है। बच्चों की बातों को सुनना उनको अपनी कठिनाइयों को हमारे साथ साझा करने के लिये प्रोत्साहित करता है और हमें भी बेहतर तरीके से उन्हें समझने और उनका हल निकालने में मदद मिलती है।

सुनने की प्रक्रिया में 2 घटक शामिल हैं: 1) श्रवण यानी सुनना (चिंतनशील और चौकस होना चाहिये); 2) उपयुक्त हाव भाव यानी बॉडी लैंग्वेज।

**चिंतनशील श्रवण:** इसका मतलब है इसमें बोलने वाले के मौखिक और गैर-मौखिक संदेशों पर ध्यान देना शामिल है और यह बोलने वाले के प्रति सम्मान, रुचि और सहानुभूति दर्शाता है। सुनने के इस रूप में परामर्शदाता अक्सर मौखिक प्रतिक्रिया दे सकते हैं। उदाहरण के लिये:

- ओके...
- हम्म...
- ठीक है...
- हाँ...

### सुनते समय क्या करें और क्या न करें क्या करें...

- दिलचस्पी दिखायें।
- समानुभूति दिखायें और बात समझने का प्रयास करें।
- अपनी रुचि मौखिक और गैर-मौखिक संकेतों के माध्यम से प्रदर्शित करें।
- बातों के दौरान समस्या के कारण जानने की कोशिश करें।
- सन्दर्भ और स्थिति के अनुसार मौन भी रहें।

### क्या न करें...

- बहस।
- रुकावट डालना।
- ध्यान न देना।
- अन्य काम करना।
- फैसला सुनाना।
- तुरंत सलाह देना।

ये अभिव्यक्तियाँ गैर-निर्णयात्मक और निष्पक्ष अभिव्यक्तियाँ हैं जो चर्चा को प्रोत्साहित और सुविधाजनक बना सकती हैं।

**ध्यान से सुनना:** इसमें क्लाइंट (ग्राहक) के मौखिक और गैर-मौखिक संदेशों पर ध्यान देना शामिल है, सुनने के इस रूप में बोलने वाले के लिये एकल शब्दों और अभिव्यक्तियों के माध्यम से जवाब देना शामिल होता है।

- आँख से संपर्क बनाये रखना
- सिर हिलाना
- बच्चे की ओर झुककर बैठने जैसी शारीरिक मुद्रा।
- सहानुभूतिपूर्ण इशारे जैसे कंधे या हाथ पर प्रोत्साहन भरी थपथपाहट देना।

**उपयुक्त हाव भाव यानी बॉडी लैंग्वेज की भाषा:** चेहरे के हाव भाव और शारीरिक मुद्रायें गैर-मौखिक संचार होते हैं जो बच्चे के प्रति परामर्शदाता के व्यवहार, रुचि/बेपरवाही के बारे में जानकारी दर्शाते/व्यक्त करते हैं। इसलिये, परामर्शदाता को अपने शरीर की मुद्राओं और भाषा के बारे में सचेत रहना चाहिये क्योंकि यह संचार को प्रभावित कर सकता है। बच्चों के साथ बातचीत करते समय उपयुक्त हाव भाव बनाये रखने के लिये निम्नलिखित सुझाव हैं:

- बैठते समय आरामदायक स्थिति में बैठें पर चौकसी बनाये रखें। कुर्सी में झुककर/लटके हुये न बैठें। बात करते समय जम्हाई लेने जैसे व्यवहार बच्चे के अनुभवों और साझा करने की प्रक्रिया के प्रति आपकी बेपरवाही दिखा सकते हैं, जिसके परिणामस्वरूप परामर्श प्रक्रिया पर गलत असर पड़ता है या परामर्श प्रक्रिया बाधित होती है।
- जब बच्चा बात कर रहा हो तो हिलें डुलें नहीं। उदाहरण के लिये: निम्नलिखित सुझाव को, पैरों को हिलाना, कलम, मोबाइल, नाखून और उंगलियों से खेलना आदि जैसे काम नहीं करने चाहिये। यह परामर्श की प्रक्रिया पर गलत असर डालते हैं/को बाधित करते हैं क्योंकि यह चिंता और आत्मविश्वास की कमी का बोध कराते हैं। परिणामस्वरूप, बच्चा परामर्शदाता के साथ अपने अनुभव साझा करने से पीछे हट सकता है।
- नोट लिखना या बनाना और पुराने बचे हुये कार्यों को पूरा करना जैसी हरकतें बेपरवाही का संकेत दे सकते हैं और परामर्श सत्र में भी रुकावट ला सकते हैं।
- जब बच्चा बोल रहा हो तो बच्चे के साथ आँखों का संपर्क बनाये रखें; सहमति प्रकट करें। यह बच्चे के प्रति रुचि और वास्तविक चिंता व्यक्त करता है।

- सत्र के दौरान अपने मोबाइल का उपयोग न करें – यदि कॉल जरूरी है और आपको कॉल लेना ही है तो एक पल के लिये अनुमति माँगें, कमरे के बाहर जायें और कॉल लें।
- याद रखें कि बच्चे को यह महसूस कराना जरूरी है कि आप वास्तव में उसके जीवन में रूचि रखते हैं – अपनी परेशानी किसी को सुनाना और हालात साझा करना अपने आप में शक्तिशाली और स्वास्थ्यप्रद हो सकता है; जब एक बच्चे को सुना जाता है (जो कि ज्यादातर बच्चों के लिये दुर्लभ है), तो उसे लगता है कि उसके अनुभवों का सम्मान किया जा रहा है और उनको स्वीकार किया जा रहा है।



## सुनने की कला के लिये कौशल-निर्माण गतिविधि

विधि: खेल

सामग्री: कुछ नहीं

प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों को जोड़ों में विभाजित करें। प्रत्येक जोड़ी के एक सदस्य को बाहर जाने को कहें और दूसरे को कमरे के अंदर रहने दें।
- राउंड 1: वह समूह जो बाहर है उनसे कहें कि वे अंदर आकर अपने-अपने साथियों के साथ अपने जीवन की किसी महत्वपूर्ण घटना के बारे में एक मिनट तक लगातार बात करें। अंदर वाले समूह को निर्देश दें कि जब उनके सहयोगी उनसे बात कर रहे हों तो वे अपनी उंगलियों से अपने कानों को बंद करके बैठें यानी अपने सहयोगियों की बातें न सुनें।
- राउंड 2: बाहर वाले समूह से कहें कि अपने साथियों से अपने जीवन में घटी किसी खुशहाल घटना के बारे में एक मिनट तक बात करें। अंदर वाले समूह से कहें कि जब उनके साथी घटना सुना रहें हों तो वे उनकी तरफ न देखें, प्रतिक्रिया न दें और ऐसा अभिनय करें जैसे कि वे उनकी बात सुन नहीं रहे हैं।
- राउंड 3: दोनों समूह अपने साथियों से बिना रुके बात करें और दोनों एक दूसरे की न सुनें।
- राउंड 4: बाहर वाले समूह से कहें कि इस बार वे अपने साथियों से अपने जीवन के किसी एक मुश्किल अनुभव को साझा करें। इस बार अंदर वाले समूह को चौकस रहने, आंखों से संपर्क बनाने और भावना व्यक्त करने का निर्देश दें।

चर्चा:

- खेल के प्रत्येक राउंड में बाहर वाले समूह को कैसा लगा?
- सुनने के विभिन्न स्तर, यानि बिलकुल न सुनने से (1) 'बिना समझे' सुनने तक (2) इतना बोलना कि कुछ सुनाई न दे (3) और अंत में सक्रिय सुनना (4)। अच्छा संचार किस राउंड में हो रहा है? क्यों?

### 3.3 कौशल 3 – भावनाओं को पहचानना और स्वीकार करना

#### उद्देश्य

- कैसे भावनाओं को पहचानने और उन्हें स्वीकार करें?
- बच्चों को यह कैसे बतायें कि आप उनकी भावनाओं को समझते और स्वीकारते हैं।

#### समय:

2 घंटा

#### अवधारणा

बच्चों के विभिन्न अनुभव सुनने के दौरान परामर्शदाता अक्सर बच्चों को कहते हैं कि 'मैं समझ सकता/सकती हूँ कि आप कैसा महसूस कर रहे हैं'। पर, केवल बच्चों को यह कहना कि आप उनकी भावनाओं को समझते हैं उनको इस बात का विश्वास नहीं दिलाता है – जब तक कि आप इसे और अधिक विशिष्ट तरीके से बताने में सक्षम न हों। जब एक परामर्शदाता बच्चे की कहानी से उसकी भावनाओं को पढ़ सकता है और बच्चे की इन भावनाओं की समझ को बच्चे के सामने व्यक्त/प्रतिबिंबित करता है, तभी सही मायनों में वह बच्चे की भावनाओं को पहचानने और स्वीकार करने में सक्षम है।

एक अन्य स्तर पर, यह तकनीक, विशेष रूप से इसका स्वीकारने वाला हिस्सा, भावनाओं की स्वीकृति को जताना भी संदर्भित करता है। भावनाओं को स्वीकार करने का अर्थ है कि आप बच्चे की किसी भी भावना की आँकना नहीं कर रहे हैं (आप असहमति नहीं

जताते हैं, न ही उन्हें सही करते हैं)। भावनाएँ न तो अच्छी होती हैं और न ही बुरी... वे बस होती हैं और हम उन्हें महसूस करते हैं, चाहे कुछ भी हो। क्या गुस्सा बुरा है? नहीं, यह खुशी, उत्साह, उत्तेजनसा या उदासी की तरह ही है, यह सिर्फ एक और भावना है... लेकिन मारना को लेकर अस्पष्ट नहीं होना चाहिये यह क्रोध की भावनाओं से उत्पन्न हो सकता है (संदर्भ और व्यवहार पर हमारी चर्चा को याद करें); इसलिये क्रोध वैध है, क्रोध

#### वो तरीके जिनसे हम भावनाओं को पहचानते हैं...

- गैर-मौखिक संकेत: चेहरे के भाव इशारे
- मौखिक अभिव्यक्तियाँ: बात करने का तरीका, बात की मूल सामग्री
- अन्य व्यवहार: बेशक हम सहानुभूति रखते हैं... और हम बच्चे के लिये महसूस करते हैं लेकिन हम इसे कैसे दिखाते हैं?
- गैर-मौखिक संकेत (हाथों को पकड़ना, चेहरे के भाव, गले लगना, बच्चे के आराम पर निर्भर करता है)
- मौखिक अभिव्यक्तियाँ (बात करने का तरीका 'मुझे पता है कि यह कठिन रहा होगा... ऐसा लगता है जैसे आप वास्तव में आहत और क्रोधित हैं...')

द्वारा प्रेरित एक क्रिया, जैसे कि मारना, वैध नहीं हो सकता है क्योंकि यह किसी के लिये हानिकारक है। उदाहरण के लिये एक ऐसी स्थिति लें जिसमें आप एक पुलिसवाले को एक युवा लड़के को मारते हुये या संस्था के कार्मिक को बच्चों का राशन चुराते हुये देखते हैं— क्या आपको गुस्सा नहीं आयेगा? क्योंकि आपको इस बात की सहज समझ है कि क्या न्यायपूर्ण है और क्या अन्यायपूर्ण, जब आप किसी व्यक्ति का शोषण होते हुये देखते हैं तो आप क्रोधित होंगे और आपको गुस्सा महसूस करना भी चाहिये, यदि आप ऐसा नहीं करते हैं, तो यह दर्शाता है कि आप बेपरवाह और निष्ठुर हैं। लेकिन क्या गुस्से की स्थिति में आपको पुलिसकर्मी को मारना चाहिये? यह एक अलग मामला है... चर्चा, अब भावनाओं की वैधता के बारे में नहीं है बल्कि एक कार्रवाई की वैधता के बारे में है। इसलिये जब आप एक बच्चे की भावनाओं को स्वीकार करते हैं, तो आप उसके अनुभवों और उन अनुभवों से उत्पन्न भावनाओं को वैधता देते हैं। याद रखें कि आप उन व्यवहारों को स्वीकार नहीं कर रहे हैं (जो सकारात्मक या हानिकारक हो सकते हैं) जो इन भावनाओं से उपजे हों।

एक और उदाहरण लीजिये – जहाँ एक बच्चे ने अपनी माँ को खो दिया है। यदि बच्चे ने परामर्शदाता को यह बताया कि वह बहुत दुखी है, इस स्थिति में सबसे खराब प्रतिक्रिया जो परामर्शदाता दे सकता है, वह यह होगी कि 'दुखी न हो... आखिरकार, हम आपके लिये यहाँ हैं'। हालांकि इरादा बच्चे को आराम देना और उसका समर्थन करने का हो सकता है, पर इस प्रतिक्रिया के साथ कुछ दिक्कतें हैं:

- एक बच्चा अपनी माँ को खोने के बाद दुखी क्यों नहीं होगा? (आखिर, एक 50 साल का वयस्क भी अपनी 80 साल की माँ को खो देने पर रोता है और इसे वैध माना जाता है!)
- एक बच्चे को भावनाओं को महसूस करने या व्यक्त करने का अधिकार क्यों नहीं होना चाहिये?
- बच्चे को कहना कि वह दुखी न हो उसको बेहतर महसूस करायेगा या उसको और बुरा महसूस होगा – क्योंकि उसको लग सकता है कि उसकी भावनाओं को आँका जा रहा है?
- यदि बच्चा आश्वस्त या आराम महसूस नहीं करता है, तो परामर्श का उद्देश्य खो जाता है और परिणामस्वरूप बच्चे के साथ परामर्शदाता का संबंध भी, क्योंकि बच्चा उसके बाद कभी अपनी भावनाओं को समझने के लिये परामर्शदाता पर भरोसा नहीं करेगा।

भावनाओं को पहचानने और स्वीकार करने के कौशल में दो भाग शामिल होते हैं: पहला उन भावनाओं की पहचान करना, जो बच्चे को महसूस हो सकती हैं; और दूसरा उन भावनाओं को वैध बनाना जिन्हें हमने पहचाना है। जब बच्चे अपने जीवन की घटनाओं का वर्णन करें, तो सबसे पहले वे जो भावनायें महसूस कर रहे हैं उन्हें पहचानें और स्वीकार

करें उदाहरण के लिये: '...जब ऐसा हुआ, तो आप बहुत दुखी और परेशान हुये होंगे... आपको गुस्सा भी आया होगा...' ऐसा कहने पर बच्चों को आश्वासन मिलेगा कि आप न केवल उन्हें समझते हैं, बल्कि उनकी स्थिति के साथ सहानुभूति भी रखते हैं – जो अपने आप में बच्चों को समर्थित और आराम महसूस कराने में मदद करता है (और यह परामर्श का मुख्य उद्देश्य है)। उद्देश्य बच्चे की भावनाओं के साथ एक होने का है। जो खुशी, दुःख, या कोई भी अन्य भावना व्यक्त की जा रही है उसे साझा करें। व्यक्त की गई भावनाओं का आंकलन न करें (भले ही वे देखने में नकारात्मक भावनायें हों)। याद रखें कि भावनायें न तो अच्छी हैं और न ही बुरी। कभी किसी को न बतायें कि उन्हें कैसा महसूस करना चाहिये!

\*प्रतिभागियों द्वारा कौशल निर्माण अभ्यास का प्रयास करने के बाद नीचे दिये गये उदाहरणों का उपयोग अपनी चर्चा के भाग के रूप में करें। ध्यान दें कि प्रतिक्रिया देने के कई तरीके हैं और ये सिर्फ कुछ सुझाव और संभावनायें हैं।

#### उदाहरण 1:

**सायरा, उम्र 6 वर्ष:** "जब तक मैं विद्यालय से वापस आई, मेरे पिता जा चुके थे। वह कहाँ गये किसी को नहीं पता। मेरी माँ ने मुझे 'संस्था में छोड़ दिया...' लेकिन क्या वह मुझे देखने वापस आयेंगी?"

**संभावित प्रतिक्रिया:** "विद्यालय से वापस आना और अचानक अपने पिता को न पाना बहुत डरावना रहा होगा, विशेष रूप से जब कोई नहीं जानता कि वह कहाँ गये। नई जगह पर आना और आपकी माँ का आपके आस-पास न होना भी आपके लिये कठिन और डरावना रहा होगा – मुझे यकीन है कि आप अपनी माँ को याद करती हैं और दुखी महसूस करती होंगी कि आप उनके साथ नहीं हैं। मुझे ठीक से पता नहीं है कि वह आपसे मिलने के लिये वापस आने की योजना बना रही है या नहीं... पर मैं उनसे संपर्क करने की पूरी कोशिश करूँगा/करूँगी और यह भी कोशिश करूँगा/करूँगी कि वह आकर आपसे मिलें। इस बीच, मैं यहाँ आपके साथ बात करने और खेलने के लिये हूँ... उसी तरह जैसे अन्य बच्चे भी हैं।

#### उदाहरण 2:

**पुनीत, उम्र 8 वर्ष:** 'मेरी माँ की एक वर्ष पहले मृत्यु हो गई... फिर मैं अपनी चाची और चाचा के घर गया और कुछ समय के लिये वहाँ रहा। उन्होंने कहा कि मेरे माता-पिता बुरे लोग थे और मैं बेकार हूँ और बस उनके घर में जगह घेर रहा हूँ... वे मुझे नहीं चाहते थे इसलिये उन्होंने मुझे यहाँ संस्था भेजा।'

**संभावित प्रतिक्रिया:** “किसी के भी लिये अपनी माँ को खोना एक बहुत कठिन अनुभव है... आप बहुत दुखी हुये होंगे और उनकी कमी महसूस की होगी। आपके दुःख और हानि के अतिरिक्त, जब आपके चाचा और चाची ने आपके माता-पिता और आपके बारे में बुरी बातें कहीं, तो स्वाभाविक रूप से आपको अपमान और गुस्सा महसूस हुआ होगा। ...अपने परिवार के बारे में अपमानजनक बातें सुनना किसी को भी अच्छा नहीं लगता है। मुझे नहीं पता कि आप इस संस्था में आने के बारे में कैसा महसूस करते हैं, लेकिन यह देखते हुये कि आप अपनी चाची और चाचा के साथ रहकर बहुत खुश नहीं थे, मुझे उम्मीद है कि यह आपके लिये अधिक शांतिपूर्ण व्यवस्था होगी”।

### भावनाओं को पहचानने और स्वीकार करने के लिये कौशल-निर्माण गतिविधि

**विधि:** प्रतिक्रिया के सुझाव देना और उन्हें सूचीबद्ध करना।

**सामग्री:** बच्चों के वृत्तान्त (नीचे देखें)

**प्रक्रिया:**

- प्रतिभागियों को जोड़ों में विभाजित करें और प्रत्येक जोड़ी को किसी भी 1 या 2 मामलों (समय की उपलब्धता के आधार पर) का चयन करने के लिये कहें।
- बच्चों के प्रत्येक वृत्तान्त (नीचे दिये गये हैं) को पढ़ें और निम्नलिखित करें:
  - प्रत्येक वृत्तान्त में व्यक्त की गई भावनाओं को पहचानें और सूचीबद्ध करें।
  - बच्चे के वृत्तान्त के लिये एक मौखिक प्रतिक्रिया तैयार करें जो इंगित करता है कि आप बच्चे द्वारा महसूस की गई भावनाओं को पहचानते हैं और स्वीकार करते हैं। दूसरे शब्दों में, जैसे ही बच्चा अपनी बात खत्म करे तो आप तुरंत क्या कहेंगे? यानि आप क्या प्रतिक्रिया देंगे?

**नोट:** आपकी प्रतिक्रिया कुछ वाक्यों से अधिक नहीं होनी चाहिये; कोई लंबा खींचा हुआ स्पष्टीकरण, कोई सुझाव या सलाह या समाधान का प्रावधान नहीं! यहाँ तक की आशय की भी कोई अभिव्यक्ति नहीं ('शायद मैं कहूँगा...') – यदि बच्चा आपके सामने बैठा है, आप ऐसी स्थिति में क्या कहेंगे, कल्पना कीजिये और बताइये! केवल भावनाओं और अनुभवों को वैध दर्शाने पर ध्यान दें।

(संकेत: प्रतिक्रिया देने के लिये उन भावनाओं का उपयोग करें जिन्हें आपने पहचान लिया है/प्रतिक्रिया के लिये वाक्य बनाने के लिये सूचीबद्ध किया है)

### चर्चा:

- जब प्रतिभागियों ने अपने साथी के साथ चर्चा पूरी कर ली हो, तो उन्हें प्रत्येक वृत्तान्त के लिये, अपनी पूरी प्रतिक्रिया साझा करने के लिये कहें।
- समूह को उभरती हुई प्रतिक्रियाओं की आलोचना करने के लिये, अतिरिक्त प्रतिक्रियाओं के लिये और जवाब के वैकल्पिक तरीके सुझाने के लिये आमंत्रित करें। (उनसे कहें कि वे आलोचना करते समय बतायें कि क्या यह प्रतिक्रिया भावनाओं को मान्य ठहरायेगी देने वाली है या यह मदद और सलाह प्रदान करेगी? क्या बच्चा इस प्रतिक्रिया से यह समझ पायेगा कि उसकी भावनाओं को समझा जा रहा है या क्या इससे उसे आराम मिलेगा)?

### बच्चों के अनुभव Children's Narratives

#### सायरा, उम्र 6 वर्ष

“जब तक मैं स्कूल से वापस आई, मेरे पिता जा चुके थे। वह कहाँ गये किसी को नहीं पता। मेरी माँ ने मुझे संस्था में, छोड़ दिया... लेकिन क्या वह मुझे देखने वापस आयेगी?”

#### पुनीत, उम्र 8 वर्ष

‘मेरी माँ की एक वर्ष पहले मृत्यु हो गई... फिर मैं अपनी चाची और चाचा के घर गया और कुछ समय के लिये वहाँ रहा। उन्होंने कहा कि मेरे माता-पिता बुरे लोग थे और मैं बेकार हूँ और बस उनके घर में जगह घेर रहा हूँ... वे मुझे नहीं चाहते थे इसलिये उन्होंने मुझे यहाँ संस्था भेजा।’

#### शेखर, उम्र 10 वर्ष

“दो साल पहले, मुझे पारिवारिक आय को बढ़ाने के लिये एक दुकान में सहायक के रूप में काम करने के लिये भेजा गया था। दुकान का मालिक अक्सर मुझ पर चिल्लाता था और छोटी-मोटी गलतियों के लिये भी मुझे मारता था। लेकिन मैं कुछ नहीं कर सकता क्योंकि मेरे परिवार को मेरी मेरे द्वारा कमाई जाने वाले थोड़े से पैसों की जरूरत है।”

#### ममता, उम्र 14 वर्ष

‘मुझे हर समय डर लगता है... मैं खाना नहीं खा सकती, मैं सो नहीं सकती... अगर मैं अपनी आँखें बंद करने की कोशिश करती हूँ, तो मुझे उस आदमी की छवियाँ दिखाई देती हैं – वह मेरी तरफ आ रहा है और मुझे पता है कि वह मुझे चोट पहुंचाने वाला है।’

#### सीमा, उम्र 15 वर्ष

“मेरा 25 वर्षीय चचेरा भाई छुट्टी मनाने हमारे घर आया था। जब मेरा परिवार दूसरे कमरे में था, उसने कहा कि वह मुझे प्यार करता है और उसने मुझे चूमा और मेरे ब्लाउज के अंदर हाथ डाल दिया और मेरे स्तनों को छुआ। मुझे यह पसंद नहीं आया; वह वापस चला गया है और मेरे संपर्क में नहीं। मुझे नहीं पता क्या करना है।’

## 3.4 कौशल 4 – स्वीकृति और गैर-निर्णयात्मक दृष्टिकोण

### उद्देश्य

- गैर-निर्णयात्मक रवैये का मतलब समझना।
- बच्चों के साथ संचार में गैर-निर्णयात्मक रवैये को दर्शाना।

### समय:

2 घंटा

### अवधारणा

किसी को स्वीकार करना और उसके प्रति गैर – निर्णयात्मक होना शायद अमल करने के लिये सबसे सबसे कठिन परामर्श कौशल है। निर्णयात्मक होने का क्या मतलब है? इसका मतलब है कि आपके द्वारा सही या गलत की धारणा के आधार पर किसी मुद्दे या क्रिया पर अपना एक दृष्टिकोण बनाना। दूसरे शब्दों में, निर्णयात्मक होने का अर्थ किसी व्यक्ति या किसी चीज पर एक ऐसा दृष्टिकोण बनाना, जो निंदनीय, निराशाजनक या नकारात्मक हो सकता है।

बच्चे अत्यंत संवेदनशील होते हैं और उन्हें आसानी से समझ में आता है कि कब उनका आंकलन किया जा रहा है। यदि कोई परामर्शदाता निर्णयात्मक प्रतीत होता है या अस्वीकृति प्रकट करता है, तो चिकित्सीय गठबंधन (बच्चे और परामर्शदाता के बीच का संबंध) कमजोर हो जाता है या प्रतिकूल रूप से प्रभावित होता है क्योंकि बच्चे को लगता है कि परामर्शदाता 'मेरी तरफ' नहीं है; फलस्वरूप, बच्चा परामर्शदाता के साथ बातचीत या संचार जारी रखने की इच्छा नहीं रखता, यानि वह आगे की बातचीत में शामिल होने से इंकार कर सकता है। आचरण और व्यवहार की समस्याओं वाले बच्चे, जैसे कि विधि के उल्लंघन में शामिल बच्चों के साथ तालमेल और विश्वास स्थापित करना विशेष रूप से कठिन होता है, क्योंकि उन्हें अक्सर घर, विद्यालय और लगभग हर जगह निर्णयात्मक दृष्टि से देखा जाता है। उन्होंने वैसे ही एक 'बुरे व्यक्ति' होने की पहचान विकसित की है। इसलिये, जब परामर्शदाता भी उनके लिये निर्णयात्मक होता है, तो यह उन बातों को पुष्ट करता है जो वे पहले से ही मानते हैं और फिर उनके लिये परामर्शदाता पर भरोसा करना, उसके भरोसे रहना, अपने व्यवहार पर चिंतन करना और व्यवहार परिवर्तन के लिये राजी होना संभव नहीं होता है।

यद्यपि, क्या इसका मतलब यह है कि जब कोई किशोर किसी छोटे बच्चे का यौन शोषण करता है या जब कोई किशोर किसी की हत्या करता है तो हमें कोई निश्चित निर्णय नहीं

लेना चाहिये? बिल्कुल नहीं! गैर-निर्णयात्मक होने का मतलब यह नहीं है कि हम हिंसा या शोषण की निंदा ना करें या करके निष्पक्ष बने रहें। परामर्शदाता के रूप में, हम मानते हैं कि बच्चों और किशोरों को अपने कार्यों के लिये जिम्मेदार ठहराया जाना चाहिये। लेकिन क्या जवाबदेही का मतलब यह है कि उनकी निंदा की जाये, उनको अस्वीकार किया जाये, और उन्हें बड़े बड़े उपदेश दिये जायें? यह परामर्श के दायरे में नहीं है और निश्चित रूप से ऐसे संवाद करने के लिये किसी कौशल की आवश्यकता नहीं होगी (और ज्यादातर वयस्क बच्चों के साथ व्यवहार करने के इस तरीके से परिचित हैं और बच्चों से अक्सर इसी तरह से बात की जाती है!)। निर्णयात्मक बने बिना बच्चे के कृत्यों के लिये, बच्चे को जिम्मेदार ठहराने का मतलब है कि उस स्थिति में बच्चे के व्यवहार को समस्या के रूप में प्रस्तुत करना या उसे दोष देना, न कि समस्या के रूप में बच्चे या व्यक्ति को दोषी ठहराना। यानि व्यक्ति (जो की आंतरिक रूप से अच्छा हो सकता है) और उसके कार्यों/व्यवहार के बीच अंतर करना, जिनके समस्यात्मक परिणाम (और जिन्हें चिंतन और मूल्यांकन की आवश्यकता होती है) हो सकते हैं।

अब, विभिन्न विषयों पर, जिनमें दूसरों का व्यवहार शामिल है, हम सभी अपनी एक विशिष्ट राय, और दृष्टिकोण रखते हैं। व्यक्तिगत राय या दृष्टिकोण होना निश्चित रूप से गलत नहीं है। उनको रखने का हमें हक है। लेकिन हमारी व्यक्तिगत राय दूसरों पर थोपना अच्छी परामर्श तकनीक नहीं है – ऐसा करना निर्देश देने और सलाह देने के समान है, जो परामर्श हरगिज नहीं हैं। गैर-निर्णयात्मक परामर्श में (या सिर्फ परामर्श में भी) निम्नलिखित शामिल हैं:

- भावना को पहचानना और स्वीकार करना – इस बारे में निर्णय किये बिना कि वह भावना 'सही' हैं या 'गलत'।
- अपनी निजी राय को आलोचनात्मक या दोषपूर्ण तरीके से व्यक्त ना करने देना।
- बच्चों को उनकी राय और दृष्टिकोण व्यक्त करने का मौका देना।
- ऐसे मौके प्रदान करना जिसमें बच्चों की राय और व्यवहार की जांच की जा सके ताकि बच्चों को उनके बारे में चिंतन करने का अवसर मिले – जिसके आधार पर वे अपने जीवन और व्यवहार के बारे में निर्णय (अधिक सूचित या विचारशील) ले सकें।
- सुनने की भूमिका में होना – (बिना अपनी राय दिये और बच्चों के द्वारा उसके पालन की अपेक्षा किये बिना)।

इसका मतलब ये नहीं है कि परामर्शदाता अपने विचारों को बिल्कुल भी प्रस्तुत नहीं कर सकते हैं। परामर्शदाता विकल्प प्रस्तुत कर सकते हैं (विशेष रूप से, चूंकि हो सकता है कि बच्चा सभी संभावनाओं से अवगत न हो) लेकिन इन्हें निष्पक्ष तरीके से प्रस्तुत किया जाना चाहिये, और, उन्हें बच्चे के सामने रखा जाना चाहिये ताकि वह उनपर विचार कर सके। अंततः, यह बच्चे का जीवन है और इसलिये बच्चे को किसी भी विकल्प या दृष्टिकोण को



चुनने का अधिकार है – परामर्शदाता का काम केवल प्रक्रिया को सुविधाजनक बनाना है, निर्णय लेना नहीं।

नीचे दिये गये उदाहरण एक रूपरेखा, विंडो दृष्टिकोण (विंडो एप्रोच), पर आधारित हैं जिसका उपयोग हम किशोरों के साथ काम करने के दौरान यौन मुद्दों पर निर्णय लेने के लिये करते हैं। सामुदायिक बाल और किशोर मानसिक स्वास्थ्य सेवा परियोजना द्वारा विकसित 'संबंध और लैंगिकता' नामक जीवन कौशल श्रृंखला 'सेक्स और लैंगिकता' के लिये एक अधिकार-आधारित दृष्टिकोण प्रस्तुत करती है। यह श्रृंखला गतिविधियों को यह मानते हुये लागू करती है कि किशोर एक विकासात्मक स्तर का हिस्सा होते हैं जिसमें उन्हें प्यार-रोमांस-सेक्स की जरूरत होती है और उन्हें इन जरूरतों को पूरा करने का अधिकार है। पर मुद्दा यह है कि वे अपनी रोमांटिक और यौन इच्छाओं को पूरा करने के लिये निर्णय कैसे लेते हैं – और ये निर्णय बेतरतीब ढंग से या बिना सोचे समझे नहीं लिये जा सकते हैं। इस प्रकार इस श्रृंखला ने निर्णय लेने के लिये एक रूपरेखा विकसित की है जिसे 'विंडो दृष्टिकोण' कहा जाता है – विंडो दृष्टिकोण का अर्थ है सीधे तौर पर शोषण की रोकथाम (जो अंतिम उद्देश्य हो सकता है और इसलिये श्रृंखला में चर्चा का अंतिम विषय है) के बारे में बात करने की बजाय व्यक्तिगत सुरक्षा और शोषण की असमान लेकिन संबंधित अवधारणाओं की समझ रूपी खिड़कियों को एक-एक करके खोलना। यह रूपरेखा प्यार/आकर्षण और शारीरिक आनंद से शुरू करते और स्वीकारते हुये, गोपनीयता, सहमति और सीमाओं की अवधारणाओं को परखने और समझने की तरफ आगे बढ़ती है। साथ ही स्वास्थ्य और सुरक्षा, दूसरों की भूमिकाएँ और अपेक्षाएँ, और उनके साथ हमारे संबंधों के आधार पर विभिन्न लोगों के साथ किये जाने वाले बर्ताव पर विचार करना भी इस रूपरेखा में शामिल है। किशोर प्रत्येक खिड़की और अवधारणा का व्यक्तिगत रूप से और फिर सामूहिक रूप से उपयोग करना सीखते हैं और सेक्स और लैंगिकता से जुड़े व्यवहार के बारे में निर्णय लेना सीखते हैं।

अब हम उस दृष्टिकोण का उपयोग करेंगे जो हमने जीवन कौशल श्रृंखला में बच्चे को प्रथम-स्तरीय प्रतिक्रिया प्रदान करने के लिये लिया है – यह गैर-निर्णयात्मक रवैये के अभ्यास का हिस्सा है। एक उदाहरण पर चर्चा करें और फिर गतिविधि करें ताकि प्रतिभागी उदाहरण में चर्चा की गई रूपरेखा का उपयोग करने का प्रयास कर सकें।

**गैर-निर्णयात्मक दृष्टिकोण का अभ्यास... लैंगिकता और शोषण के मुद्दों के साथ काम करने के लिये रूपरेखा**

**उदाहरण 1: एक भागी हुई किशोरी जो गर्भवती हो जाती है**

- किशोरों की, प्यार की चाह (प्राकृतिक)/आकर्षण की भावनाओं को स्वीकार करें।

- उसकी सुरक्षा के लिये आपकी चिंता – उसके इरादे स्पष्ट हो सकते हैं/उसे एक गंभीर संबंध की चाह हो सकती है... लेकिन हम दूसरे व्यक्ति के इरादों के बारे में कैसे जान सकते हैं? उस पर भरोसा करने का सवाल नहीं है, बल्कि सवाल दुनिया में दूसरों पर भरोसा करने का है...
- बात यह नहीं है कि शारीरिक अंतरंगता में संलिप्त होना सही है या गलत... लोगों की इस पर अलग-अलग धारणाएँ हैं – कुछ का मानना है कि यह केवल विवाह के संदर्भ में वैध है, दूसरों का मानना है कि वे शादी से पहले भी ऐसा कर सकते हैं। मुद्दा यह है कि कोई भी व्यक्ति किस तरह की शारीरिक अंतरंगता में संलिप्त होता है... इसका निर्णय लेने से पहले विचार करने के लिये कुछ मानदंड हैं: यह व्यक्ति कौन है और मेरी अपेक्षाएँ उससे किस तरह के संबंध की हैं? (भावनात्मक, दीर्घकालिक, लघु अवधि...?), क्या हम दोनों सहमति दे रहे हैं? क्या मैं बीमारी और गर्भावस्था से सुरक्षित रहूँगी? (एस0टी0आई0/गर्भावस्था जोखिम और कंडोम के उपयोग के बारे में चर्चा करें)।
- अब जब वह किशोरी गर्भवती है... बच्चे के बारे में निर्णय – इसे रखें या गोद लेने के लिये छोड़ दें? किशोरी क्या करना चाहती है? (याद रखें, अपने विचारों को न थोपें – यह उस किशोरी का निर्णय है!)
- बच्चे को रखने और गोद देने के फायदे और नुकसान पर चर्चा करें – किशोरी अपना अंतिम निर्णय इस चर्चा के आधार पर ले सकती है।
- यदि वह बच्चे को रखने का फैसला करती है, तो वह उसके चारों ओर अपने जीवन की योजना कैसे बनायेगी? वह आर्थिक रूप से बच्चे की जरूरतों को कैसे पूरा करेगी? यदि वह कुछ सालों बाद किसी से शादी करने का निर्णय लेती है और वह इस बच्चे को न चाहे तो...? (यह चर्चा किशोरी को मानसिक रूप से तैयार करने के लिये है... भले ही उसके लिये भविष्य में उत्पन्न होने वाले मुद्दों की कल्पना करना मुश्किल हो)।

## उदाहरण 2: एक किशोर जिसने एक छोटे बच्चे का यौन शोषण किया हो

- स्वीकार करें कि यौन जरूरतें और इच्छाएँ सभी की होती हैं... यौन क्रियाएँ आनंददायक हो सकती हैं।
- लेकिन उनके लिये एक संदर्भ है... हम उन्हें कहाँ, कब, कैसे और किसके साथ करते हैं... इन पर हमें अपनी आवश्यकताओं/इच्छाओं को पूरा करने से पहले विचार करना होगा।
- जब आपने ऐसा किया तो दूसरे व्यक्ति को कैसा लगा होगा? क्या वे आहत, क्रोधित, डरे हुये हो सकते थे...? (सहानुभूति बढ़ाना)

- यदि इस मामले में पीड़ित एक बच्चा था – किस उम्र में लोग आमतौर पर यौन संबंध के लिये तैयार होते हैं यानी शारीरिक रूप से और इच्छा/आकर्षण महसूस करने की दृष्टि से? क्या छोटे बच्चों में यौन संबंध बनाने की शारीरिक/मानसिक क्षमता होती है? तो हम क्या कर सकते हैं...?
- क्या आप जानते हैं कि पॉक्सो नाम का एक कानून है? यह कहता है... (कोई धमकी न दें! सिर्फ जानकारी प्रदान करें।)
- निर्भया कांड के बाद नया किशोर न्याय संशोधन/दिसंबर 2015... जघन्य अपराधों के लिये स्थानांतरण प्रणाली। (जानकारी प्रदान करें।)
- भले ही वह व्यक्ति आपकी जितनी ही उम्र का हो, फिर भी क्या आप ऐसा कर सकते हैं और अपनी इच्छाओं को पूरा कर सकते हैं? दूसरे व्यक्ति की अनुमति/सहमति के बारे में क्या? (सीमाओं और सहमति के मुद्दों पर चर्चा करें...)

### स्वीकृति और गैर-निर्णयात्मक दृष्टिकोण के लिये कौशल-निर्माण गतिविधि

#### गतिविधि 1: निर्णयात्मक बनाम गैर-निर्णयात्मक संचार के बीच भेद

**विधि:** अवलोकन और विश्लेषण

**सामग्री:** परामर्शदाता और बच्चे के बीच दो परिदृश्य/वार्तालाप – एक जो निर्णयात्मक है और दूसरा जो गैर-निर्णयात्मक है (नीचे देखें)।

**प्रक्रिया:**

- परामर्शदाता और बच्चे के बीच हुये नीचे दिये गये दो परिदृश्य/वार्तालाप पढ़ें।
- ध्यान दें कि परिदृश्य 1 और 2 में परामर्शदाता की प्रतिक्रिया की शैलियों में क्या अंतर है।
- पहचानें कि किस परिदृश्य में परामर्शदाता निर्णयात्मक है और किसमें परामर्शदाता गैर-निर्णयात्मक अर्थात् परिदृश्य 1 में या 2 में?

**चर्चा:**

- परिदृश्य 2 बनाम परिदृश्य 1 में परामर्शदाता ने क्या अलग तरह से किया?
- आपको क्या लगता है कि बच्चे के साथ संबंध बनाने में अधिक प्रभावी कौन सा तरीका होगा और क्यों?
- आपको क्या लगता है कि बच्चे ने 1) परिदृश्य 1, 2) परिदृश्य 2 में क्या जवाब दिया/कहा होगा?

<b>स्थिति क</b>	
<b>परिदृश्य 1</b>	<b>परिदृश्य 2</b>
<p>बच्चा: मुझे इस आश्रय में रहने से नफरत है! मैं यहाँ नहीं रहना चाहता! मुझे घर जाना है!</p> <p>परामर्शदाता: हाँ, आपको यहाँ रहना मुश्किल लग रहा होगा। लेकिन उन सभी बच्चों के बारे में सोचो जिनके पास आप जैसा भोजन या आश्रय नहीं है।</p> <p>बच्चा: मुझे यहाँ के भोजन से घृणा है... इसका स्वाद भयानक है।</p> <p>परामर्शदाता: मैंने इसको चखा है और यह स्वाद में बहुत अच्छा नहीं है... लेकिन यह बहुत बुरा भी नहीं है...</p>	<p>बच्चा: मुझे इस आश्रय में रहने से नफरत है! मैं यहाँ नहीं रहना चाहता! मुझे घर जाना है!</p> <p>परामर्शदाता: हाँ, यहाँ रहना आपको मुश्किल लग रहा होगा... घर छोड़ने पर आप बहुत दुखी हुये होंगे और ऐसी जगह पर रहने में आपको गुस्सा भी आ रहा होगा जहाँ आपके पास वो सुविधायें नहीं हैं जिनके आप आदी हैं।</p> <p>बच्चा: मुझे यहाँ के भोजन से घृणा है... इसका स्वाद भयानक है।</p> <p>परामर्शदाता: यहाँ रहने में आपको और क्या कठिन लगता है?</p>
<b>स्थिति 2</b>	
<b>परिदृश्य 1</b>	<b>परिदृश्य 2</b>
<p>परामर्शदाता: क्या इसके साथ भाग जाने से पहले आप इस व्यक्ति को जानते थे?</p> <p>किशोरी: हाँ, हम दोस्त थे।</p> <p>परामर्शदाता: लेकिन वह आपसे बहुत बड़ा था...</p> <p>किशोरी: हाँ, लेकिन उसने कहा कि वह मुझे चाहता है और यह भी कि वह मेरी देखभाल करेगा।</p> <p>परामर्शदाता: क्या आपको नहीं पता कि लड़कियों को सावधान होना चाहिये? और किसी पर भी ऐसे विश्वास करने से एक समस्या हो सकती है...</p> <p>किशोरी चुप है।</p> <p>परामर्शदाता: और अब देखिये क्या हो गया है... लड़कियों को रिश्तों के बारे में सावधान रहना चाहिये... और क्या आपको एच0आई0वी0 के खतरों के बारे में पता नहीं है? क्या आपको अपने स्वास्थ्य के बारे में नहीं सोचना चाहिये?</p>	<p>परामर्शदाता: क्या भाग जाने से पहले आप उस व्यक्ति को जानते थे?</p> <p>किशोरी: हाँ, हम दोस्त थे।</p> <p>परामर्शदाता: उनके साथ रहते हुये क्या आपने सहज और आश्वस्त महसूस किया?</p> <p>किशोरी: हाँ, लेकिन उसने कहा कि वह मुझे चाहता है और यह भी कि वह मेरी देखभाल करेगा।</p> <p>परामर्शदाता: हाँ, मुझे लगता है कि आपने उस पर भरोसा किया। कभी-कभी हम सब हेरा-फेरी के शिकार बन सकते हैं।</p> <p>किशोरी चुप है।</p> <p>परामर्शदाता: अब जब एच0आई0वी0 हुआ है, तो जो भी निर्णय आप लेना चाहें उसको अंजाम देने में हम आपकी मदद करना चाहेंगे। मुझे पता है कि आपको यह सब कठिन और डरावना लग रहा होगा लेकिन मैं आपको हमारे समर्थन का आश्वासन देता/देती हूँ।</p>

## गतिविधि 2: गैर-निर्णयात्मक होने का अभ्यास

विधि: अभिनय (रोल प्ले)

सामग्री: कुछ नहीं

प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों को जोड़ों में विभाजित करें, एक प्रतिभागी बच्चे की भूमिका निभायेगा और दूसरा परामर्शदाता की।
- प्रत्येक जोड़ी को एक स्थिति (नीचे दी गई है) चुनने के लिये और निम्न तरीके से बच्चे के साथ बातचीत करने के लिये कहें:
  - राउंड 1: परामर्शदाता क्या कहेगा/यदि परामर्शदाता निर्णयात्मक है तो सत्र किस तरह से आगे बढ़ेगा?
  - राउंड 2: परामर्शदाता क्या कहेगा/यदि परामर्शदाता गैर-निर्णयात्मक है तो सत्र किस तरह से आगे बढ़ेगा?

\*प्रतिभागियों से यह कल्पना करने के लिये कहें कि परामर्श का दूसरा चरण पूरा हो चुका है यानी घनिष्ठता निर्माण, भावनाओं को मान्यता देना और स्वीकार करना आदि। उन्हें अब बच्चे से मौजूदा समस्या के बारे में बात करने की जरूरत है – बिना निर्णयात्मकता दिखाये वे ऐसा कैसे करेंगे?

चर्चा:

- कुछ जोड़ों से अनुरोध करें कि वे आगे बढ़ें और उनके द्वारा चुने हुये परिदृश्य का पूर्ण रूप से अभिनय करके दिखायें।
- चर्चा करें कि उन्होंने निर्णयात्मकता और गैर-निर्णयात्मकता के बीच क्या अंतर महसूस किया।
- परस्पर बातचीत पर प्रतिक्रिया और टिप्पणियों को साझा करने के लिये बाकी समूह को आमंत्रित करें... क्या परामर्शदाता गैर-निर्णयात्मक होने में सक्षम था? यदि हाँ, तो कैसे? यदि नहीं, तो कैसे?

स्थितियाँ:

- एक 16 वर्ष की लड़की एक बड़े आदमी के साथ भाग गई और अभी घर लौटी है, और गर्भवती पाई गई है।
- 15 वर्ष के लड़के ने 8 वर्ष की लड़की का यौन शोषण किया। (आपका मुवक्किल 15 वर्ष का लड़का है)

## 3.5 कौशल 5 – पूछताछ और संक्षिप्त व्याख्या करना

### उद्देश्य

- बच्चों के साथ बात करते समय विस्तृत जवाब वाले और सीमित जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग कैसे करें।
- परामर्श प्रक्रिया में संक्षिप्त व्याख्या का उपयोग कैसे करें।

### समय:

2 घंटा

### अवधारणा

बच्चे का साक्षात्कार लेते समय, प्रश्न पूछना आवश्यक है, चाहे वे घटनाओं से संबंधित प्रश्न हों या बच्चे के विचार और भावनाओं या कृत्यों और निर्णय से सम्बंधित। लेकिन परामर्शदाता बनाम पुलिस द्वारा की जाने वाली पूछताछ के बीच अंतर क्या है? (प्रतिभागियों से पूछें कि वे क्या सोचते हैं) दोनों जांच प्रक्रियायें हैं। लेकिन वे अपने उद्देश्य और पूछताछ की अपनी शैली (और प्रतिक्रिया) में भिन्न होते हैं। ऐसा कैसे? प्रतिभागियों से पूछें कि इस बारे में उनके विचार क्या हैं?

परामर्शदाता की जांच, पुलिस की पूछताछ की तरह न हो, इसके लिये बच्चों से सवाल पूछने के कुछ तरीके हैं। इसके अतिरिक्त परामर्शदाता का इंटरव्यू एक लंबे प्रश्न-उत्तर का सत्र नहीं है, जिसमें परामर्शदाता एक के बाद एक प्रश्न पूछते रहें और और बच्चे प्रत्येक प्रश्न का उत्तर देते रहें। परामर्श प्रक्रिया में ही जांच प्रक्रिया को शामिल करने की आवश्यकता है; दूसरे शब्दों में, परामर्शदाता को बच्चे के साथ बातचीत के दौरान ही प्रतिक्रियायें (उदाहरण के लिये, बच्चे की भावनाओं को पहचानने और स्वीकार करने) देने की भी आवश्यकता होती है।

इस प्रकार, प्रश्न दो प्रकार के होते हैं: विस्तृत जवाब वाले प्रश्न और सीमित जवाब वाले प्रश्न।

### सीमित जवाब वाले प्रश्न: कहाँ, कब, किसे/किसका/किससे?

क्या आपने कभी कोई सर्वे लिया/किया है? सर्वे में किस प्रकार के प्रश्न होते हैं? आमतौर पर वे सीमित जवाब वाले प्रश्न होते हैं – जिसका अर्थ है कि एक प्रश्न में केवल एक ही संभव, विशिष्ट प्रतिक्रिया हो सकती है जैसे 'हाँ' या 'नहीं'; यहाँ तक कि जहाँ उत्तर के लिये कई विकल्प हैं, उत्तर देने वाले को प्रस्तुत विकल्पों में से केवल एक का या एक से अधिक का चयन करना होता है अर्थात् उसके पास विस्तृत जवाब हो तो भी वह विस्तृत

विवरण नहीं दे सकता। उदाहरण के लिये, सर्वेक्षण में एक प्रश्न ऐसा हो सकता है कि, 'क्या आपके बच्चे को खाने के लिये पर्याप्त भोजन मिलता है?' और उसका उत्तर विकल्प 'हाँ' या 'नहीं' हो सकता है; या फिर 'बाल कुपोषण के कारण क्या हैं?' और उत्तर विकल्प 'गंदा पानी', 'खराब स्वच्छता', 'अपर्याप्त मात्रा में भोजन उपलब्ध होना' हो सकते हैं... लेकिन यदि यहाँ उत्तर देने वाले के पास कुपोषण के कारणों पर अन्य विचार हैं, तो उन्हें व्यक्त करने का कोई अवसर नहीं होगा। यहाँ एक उदाहरण दिया गया है कि बाल परामर्श सत्र में सीमित जवाब वाले प्रश्न कैसे हो सकते हैं:

लीला: उसने मेरे साथ बहुत बुरा बर्ताव किया।

परामर्शदाता: क्या उसने आपको छुआ?

लीला: हाँ।

परामर्शदाता: क्या उसने आपको गुप्त अंगों में छुआ था?

लीला: हाँ।

परामर्शदाता: क्या आपने मदद के लिये चीखने की कोशिश की थी?

लीला: हाँ।

परामर्शदाता: और क्या कोई आपकी मदद के लिये आया था?

आपको यह बातचीत, जहाँ केवल सीमित जवाब वाले प्रश्न पूछे गये थे, कैसी लगी? ऐसे प्रश्नों में अक्सर घटना के और बच्चे के अनुभवों के बारे में बहुत सारी जानकारी छूट जाती है... क्योंकि प्रश्न सिर्फ परामर्शदाता के दृष्टिकोण और धारणाओं से प्रेरित होते हैं, वे उसकी सोच पर आधारित होते हैं, लेकिन वास्तव में हो सकता है कि स्थिति उसकी कल्पना से काफी अलग रही हो। उदाहरण के लिये, 'उसने मेरे साथ बहुत बुरा व्यवहार किया' में न सिर्फ यौन स्पर्श बल्कि शारीरिक हिंसा भी शामिल हो सकती है, लेकिन परामर्शदाता का मानना है कि इसका मतलब केवल यौन स्पर्श है; परामर्शदाता का यह पूछना कि 'क्या उसने आपके गुप्त अंगों में छुआ है?' ये इस संभावना को नकार देता है कि उसने उसके दूसरे हिस्सों को भी छुआ होगा या फिर उसने बच्चे के साथ कुछ और भी किया होगा।

सीमित जवाब वाले प्रश्नों की सीमा यह है कि वे विस्तृत जानकारी तरीके से पता लगाने में मदद नहीं करते कि क्या हुआ और साथ ही बच्चे को उसकी स्थिति के सभी पहलुओं और आयामों के बारे में बात करने के लिये प्रोत्साहित नहीं करते। बच्चे आमतौर पर अपने बारे में बताने से झिझकते हैं जब तक कि उनके विचारों को साझा के लिये एक सुरक्षित अवसर उपलब्ध न हो – सीमित जवाब वाले प्रश्न ऐसा अवसर प्रदान नहीं करते और स्वतंत्र रूप से जानकारी साझा करने की अनुमति नहीं देते। इसके अतिरिक्त, बच्चे (जो पहले से ही वयस्क संचार के पदानुक्रमित तरीकों से वाकिफ हैं) पूरी कहानी बताने से डरते हैं/या उन्हें लगता है कि आप जानना नहीं चाहते हैं या कि आप सिर्फ इतना ही जानना चाहते हैं यानी जब तक आप उनसे नहीं पूछेंगे वह नहीं बतायेंगे!

इसका यह मतलब नहीं है कि सीमित जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग कभी नहीं किया जाना चाहिये। वे निश्चित रूप से उपयोगी और आवश्यक हैं – खास तौर पर जब विशिष्ट जानकारी जैसे समय, स्थान और व्यक्ति का नाम जानने की आवश्यकता होती है, क्योंकि इनके लिये केवल एक ही उत्तर हो सकता है – **कब, कहाँ, किससे?** सिर्फ इतना ध्यान रखने की जरूरत है कि सीमित जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग कम और बच्चों के साथ केवल कुछ हद तक किया जाये, और वो भी ऐसे कि बाकी की जानकारी/प्रतिक्रिया को साझा करने में कोई रुकावट न आये।

### विस्तृत जवाब वाले प्रश्न: क्या, कैसे, क्यों?

इस प्रकार के प्रश्न विस्तृत उत्तर देते हैं जो एक शब्द में समाप्त नहीं होते हैं।

वे 'कैसे' और 'क्यों' से जुड़े मुद्दों का पता लगाने में मदद करते हैं, जिससे बच्चे से विस्तृत, वर्णनात्मक जानकारी प्राप्त होती है। उदाहरण के लिये:

लीला: उसने मेरे साथ बहुत बुरा बर्ताव किया।

परामर्शदाता: "क्या हुआ?"

लीला: उसने मुझे छुआ और मुझे यह अच्छा नहीं लगा।

परामर्शदाता: क्या आप मुझे इसके बारे में थोड़ा और बता सकते हैं?

लीला: उसने मेरी स्कर्ट के अंदर हाथ डाला और वहाँ सहलाया।

परामर्शदाता: यह असहज और डरावना लगता है – और आपको चोट भी लगी होगी। फिर आपने क्या किया?

लीला: मैं बहुत डर गई थी... मैंने चीखने की कोशिश की... और फिर मैं वहाँ से भाग गई...

परामर्शदाता: वास्तव में डरावना लगता है। आगे क्या हुआ?

इस बातचीत में, जहाँ विस्तृत जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग किया गया था, आपने क्या पाया?

विस्तृत जवाब वाले प्रश्न बच्चे को उसकी धारणाओं, विचारों और दृष्टिकोणों को साझा करने के लिये प्रोत्साहित करते हैं ताकि परामर्शदाता बच्चे के दृष्टिकोण से घटनाओं और मुद्दों को समझने में सक्षम हो सके। केवल ठोस तथ्यात्मक जानकारी प्राप्त करने के बजाय, परामर्शदाता बच्चे की भावनाओं को महसूस करने में सक्षम बनते हैं। बच्चों के आघात और शोषण से जुड़े अनुभवों को समझने के लिये विस्तृत जवाब वाले प्रश्न पूछना अधिक उपयोगी होता है ताकि बच्चे को कठिन अनुभवों के बारे में बात करने के लिये धीरे से प्रोत्साहित किया जा सके।

जैसा कि पहले बताया जा चुका है, हम यह सुझाव नहीं दे रहे हैं कि सीमित जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग कभी नहीं किया जाना चाहिये या हर समय केवल विस्तृत जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग किया जाना चाहिये। दोनों प्रकार के प्रश्न मान्य हैं और इनका उपयोग



किया जाना चाहिये। सिर्फ यह सुझाया जा रहा है कि प्रश्नों का चयन उनके उद्देश्य के अनुसार किया जाना चाहिये – यदि किसी स्थान/समय/व्यक्ति के बारे में बहुत विशिष्ट जानकारी की आवश्यकता होती है, जहाँ केवल एक उत्तर संभव है तो सीमित जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग किया जाना चाहिये; उसी तरह विस्तृत जवाब वाले प्रश्न उस स्थिति में अधिक उपयोगी होते हैं जहाँ उद्देश्य घटना को समझना है और यह समझना है कि बच्चे ने उस स्थिति में कैसा महसूस किया या क्या प्रतिक्रिया दी। परामर्शदाता का कौशल, बच्चों से बात करते समय, इन दो प्रकार के प्रश्नों को उचित समय पर संयोजन में, उपयोग करने में है। और इसमें भी कि सवालों को जवाबों के साथ कैसे मिलायें ताकि वह एकतरफा बातचीत (जिसमें परामर्शदाता सवाल पूछता है और बच्चे को जवाब देना होता है) के बजाय बच्चे को आश्वस्त करना संभव करें।

### संक्षिप्त में व्याख्या करना:

यह बच्चे द्वारा साझा की गई सामग्री को सारांशित करने का एक कौशल है जो यह सुनिश्चित करता है कि परामर्शदाता ने बच्चे द्वारा प्रदान की गई किसी भी जानकारी को गलत तरीके से नहीं समझा है या उनसे कोई विवरण छूट नहीं गया है। यह परामर्शदाता द्वारा किये जा रहे गलत अनुमानों, निष्कर्षों और निर्णयों से बचने में मदद करता है। बच्चे को भी इससे आश्वासन मिलता है कि उसे समझा गया है। लेकिन इस मामले में व्याख्या का मतलब बच्चे द्वारा कही गई बात को दोहराना बिलकुल नहीं है, इसमें उसके द्वारा बताई गई बात के पुनः रेखांकन के अतिरिक्त निम्न शामिल हैं:

- आश्वासन प्रदान करने के लिये भावनाओं की पहचान और स्वीकृति।
- अनुभव के बारे में बच्चे की भावनाओं को प्रतिबिंबित करना।
- बच्चे को आशा और प्रोत्साहन प्रदान करने के लिये कुछ अतिरिक्त कहना।

उदाहरण के लिये:

“ऐसा लगता है जैसे उसने आपके निजी अंगों को छुआ है और आपको असहज महसूस कराया और डराया। यह एक मुश्किल स्थिति थी... लेकिन आप डर के बावजूद मदद के लिये चीखने और भागने में कामयाब रहे, यह त्वरित सोच और आपकी बुद्धिमत्ता को दर्शाता है। मुझे खुशी है कि आपने मुझे इस घटना के बारे में बताया...”

जैसा कि आप इस उदाहरण से देख सकते हैं, परामर्शदाता सिर्फ बच्चे की कहानी को दोहरा ही नहीं रहे हैं, वह उसकी भावनाओं को स्वीकार भी रहे हैं और उसके कठिन अनुभव को वैध भी ठहरा रहे हैं। इसके अतिरिक्त, बच्चे का आत्मविश्वास बढ़ाने के लिये वह अपनी प्रतिक्रिया को एक स्तर आगे ले जा रहे हैं – उसके कुछ गुणों को सराह के (ऐसा करना त्वरित सोच का उदाहरण है...)। साथ ही ‘मुझे खुशी है कि आपने मुझे बताया..’ यह कह कर, वह बच्चे को खुल कर बात करने के लिये प्रोत्साहित कर रहे हैं।

प्रश्न पूछने और संक्षिप्त व्याख्या देने के लिये कौशल निर्माण गतिविधि

गतिविधि 1: सीमित जवाब वाले और विस्तृत जवाब वाले प्रश्नों के बीच भेद करना

विधि: खेल

सामग्री: सीमित और विस्तृत जवाब वाले प्रश्नों की सूची (नीचे देखें)

प्रक्रिया:

- समूह के सामने प्रत्येक प्रश्न को जोर से पढ़ें और उनसे कहें कि वे:
- यह बतायें कि पढ़ा गया प्रश्न सीमित जवाब वाला है या विस्तृत जवाब वाला है (प्रारंभिक प्रतिक्रियाओं के लिये आप समूह से उनके जवाब का कारण पूछ सकते हैं)।
- विस्तृत जवाब वाले प्रश्न को सीमित जवाब वाले प्रश्न में बदल कर दिखायें और सीमित जवाब वाले प्रश्न को विस्तृत जवाब वाले प्रश्न में बदल कर दिखायें।

‘नोट: कुछ ऐसे प्रश्न हैं जो चालाकी से पूछें गये हैं! उन्हें परिवर्तित नहीं किया जा सकता है, क्योंकि बदले जाने पर वे अपना उद्देश्य पूरा नहीं कर सकते। इसलिये, प्रतिभागियों को याद दिलायें कि प्रश्नों को इस तरह से बदलना है कि मांगी गई जानकारी की प्रकृति में बदलाव न हो। उदाहरण के लिये, ‘ये घटनायें कब हुईं’ को एक विस्तृत जवाब वाले प्रश्न में परिवर्तित नहीं किया जा सकता है – क्योंकि यह प्रश्न बहुत ही विशिष्ट उत्तर अर्थात् समय की मांग कर रहा है। तो इसका उत्तर केवल सुबह/शाम या शाम 6:30 बजे तक ही हो सकता है।

प्रश्नों की सूची

- कल क्या हुआ?
- ओह, तो उसने आपको चोट पहुँचाई, है ना?
- आपके साथ उसने ऐसा कितनी बार किया?
- ये घटनायें कब हुईं?
- वह व्यक्ति कौन था जिसने आपको उसके साथ जाने के लिये कहा था?
- क्या आप उन लोगों की पहचान कर सकती हैं जो आपके साथ रेलवे स्टेशन गये थे?
- मुझे इस बारे में थोड़ी और जानकारी दें कि उसने आपको कैसे चोट पहुँचाई...
- आपकी माँ के साथ आपका रिश्ता कैसा था?
- क्या आपके पिता के साथ आपके अच्छे संबंध हैं?
- वे कौन सी बातें हैं जिनसे आपको गुस्सा आता है?
- अगर कोई आप पर चिल्लाता है, तो क्या आपको गुस्सा आता है?
- आप चिंतित क्यों महसूस करते हैं?

**गतिविधि 2: बाल साक्षात्कार में विस्तृत जवाब वाले और सीमित जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग करना**

**विधि:** अभिनय (रोल प्ले)

**सामग्री:** कुछ नहीं

**प्रक्रिया:**

- प्रतिभागियों को जोड़ों में विभाजित करें; एक प्रतिभागी बच्चे की भूमिका निभायेगा और दूसरा पी0एस0एस0 परामर्शदाता की।
- प्रत्येक जोड़ी को नीचे दिये गये बच्चे के (संक्षिप्त) वृत्तांतों/वाक्यों में से एक का चयन करके, चुने हुये कथन से अपनी जांच की शुरुआत करते हुये बच्चे की समस्याओं और परिस्थितियों से जुड़ी जानकारी पता करने के लिये कहें। उदाहरण के लिये, बच्चे का वृत्तांत है कि 'मेरा कुछ भी खेलने या करने का मन नहीं करता'। ऐसी शुरुआत से परामर्शदाता अपनी जांच आगे कैसे बढ़ायेंगे?
- प्रतिभागियों से निम्नलिखित तरीकों से बच्चे की कहानी जानने के लिये कहें:
  - राउंड 1: केवल सीमित जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग करें।
  - राउंड 2: विस्तृत और सीमित, दोनों तरह के जवाब वाले प्रश्नों का उपयोग करें।

**चर्चा:**

- कुछ जोड़ों से अनुरोध करें कि आगे आयें और सबके सामने अपनी भूमिका का अभिनय करके दिखायें/अदा करें।
- प्रश्नों के उपयोग पर प्रतिक्रिया और टिप्पणियों को साझा करने के लिये बाकी समूह को आमंत्रित करें।
- विस्तृत बनाम सीमित जवाब वाले प्रश्नों के उपयोग के बीच के अंतर पर चर्चा करें।
- क्या संक्षिप्त व्याख्या पर्याप्त रूप से की गई थी? (ऊपर चर्चा किये गये अनुसार?)

**बच्चे के कथन/वाक्य:**

- 'मेरा अब खेलने का या कुछ भी करने का मन नहीं करता'।
- 'उसने जो मेरे साथ क्या किया उससे मुझे नफरत है।'
- 'मेरा मन कर रहा है कि मैं उसे मार डालूं, मुझे इतना गुस्सा आ रहा है...'

## बच्चों के परामर्श पर कुछ अंतिम विचार...

- **ईमानदारी से बात करें, सच बतायें।** कितना भी मुश्किल लगे, और हम जो भी मानते हों, बच्चों में उसे समझने की क्षमता होती है। वे सच्चाई का सामना कर सकते हैं। बच्चों से झूठ न बोलें, मसलन ये न कहें कि मरे हुये लोग वापस आयेगें।
- **झूठे आश्वासन कभी न दें।** भविष्य के लिये आशा की भावना प्रदान करें, पर बच्चों को यह कह कर आश्वस्त न करें कि उनकी स्थिति जादुई रूप से बदल जायेगी और ना ही उन्हें निश्चित रूप से बतायें कि वे लोग जिन्हें वे पीछे छोड़ आयें हैं, वो वापस आयेंगे। झूठे आश्वासन के कारण बच्चे आप पर अपना विश्वास खो सकते हैं।
- **बच्चों के लिये फैसला आप खुद न करें।** बच्चों को जानकारी दें, उनके साथ समस्या और समाधान की चर्चा करें; विकल्पों का आकलन करने और निर्णय लेने में उनकी मदद करें।
- **उनसे नाराज न हों।** उनकी भावनात्मक स्थिति को याद रखें।
- **कभी भी किसी बच्चे को उस बच्चे के रूप में संदर्भित न करें, जिसने अपने माता/पिता को खो दिया है...** क्योंकि तब "जिसने अपने माता/पिता को खो दिया है" उसकी पहचान बन जायेगी बजाय उसकी असली पहचान के, परिणामस्वरूप इससे उसके उबरने में यक्षम होने में अवरोध पैदा होगी।
- **शारीरिक स्पर्श का उपयोग करते समय सावधान रखें।** गले लगाना और दुलार करना बच्चों को सुकून देता है। लेकिन, ध्यान रखें कि आप उनका उपयोग कैसे करते हैं। कुछ बच्चों का यौन शोषण का इतिहास हो सकता है और हो सकता है वे इस स्पर्श को न सराहें – हो सकता है उन्हें खतरा महसूस हो। इसलिये, जब आप बच्चे के साथ घनिष्ठता बढ़ायें, तभी स्पर्श का उपयोग करें।
- **भौतिक पुरस्कार और सुविधायें न दें।** ये आराम प्रदान करने के केवल अल्पकालिक तरीके हैं। समय बिताने और भावनात्मक देखभाल, गर्मजोशी, स्नेह प्रदान करने पर ध्यान दें। बच्चे इसकी अधिक सराहना करते हैं।
- **सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील रहें।** परामर्शदाता के लिये बच्चे विभिन्न सामाजिक-सांस्कृतिक पृष्ठभूमि से हो सकते हैं, इसलिये बच्चों के प्रति गैर-निर्णयात्मक रवैया अपनायें और उन्हें स्वीकार करें।
- **आलोचना न करें।** आलोचना बच्चों को धमकी लगती है, जिसके कारण वे संचार बंद कर सकते हैं। बच्चे अक्सर किसी विशेष स्थिति की अपनी समझ और अनुभवों के आधार पर व्यवहार और प्रतिक्रिया देते हैं। बच्चे के संदर्भ और अनुभवों को समझने पर ध्यान दें।
- **बच्चे को बात करने और जानकारी देने के लिये मजबूर न करें।** विशेष रूप से यौन और शारीरिक शोषण के मामलों में, और अन्य आघातपूर्ण अनुभवों के संबंध में भी, बच्चों को सहज होना चाहिये और अपने आप जानकारी साझा करनी चाहिये।
- **हुकम न चलायें।** बच्चों को बिना मांगे सुझाव न दें कि क्या करना है और कैसे करना है। हल्के सुझाव ठीक हैं लेकिन चर्चा की प्रक्रिया के माध्यम से बच्चों को खुद निर्णय लेने में सक्षम बनायें।
- **अन्य उपलब्ध संसाधनों और सेवाओं के बारे में अच्छी तरह से सूचित रहें।** बच्चों के लिये उपलब्ध अन्य सामुदायिक सेवाओं और संसाधनों की जानकारी रखें और यह जानकारी बच्चों और उनके माता-पिता से साझा करें।

4. सामान्य बाल एवं किशोर  
मानसिक स्वास्थ्य समस्यायें

## 4.1 बच्चों और किशोरों के सामान्य मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों की पहचान करना

### उद्देश्य

- विकासात्मक विकलांगता और सामान्य भावनात्मक और व्यवहार से जुड़ी समस्याओं की पहचान करना करें।
- बच्चे के लिये एक देखरेख योजना विकसित करना।
- आवश्यक दवा और चिकित्सा के लिये विशेष मनोरोग देखभाल सुविधाओं (आवश्यक दवा और चिकित्सा के लिये) को सूचित करने में सक्षम होना।

### समय:

1.5 घंटा

### अवधारणा

जो भी बच्चों के साथ काम करता है उसे बाल मनोसामाजिक देखभाल कार्य के चार स्तंभों: बचपन, बाल विकास, संचार तकनीक और सामान्य बाल मानसिक स्वास्थ्य विकारों के साथ परिचित होना चाहिये। उन बच्चों के लिये जो कानून के साथ संघर्षरत् स्थितियों में हैं और उनके लिये जिनको देखभाल और सुरक्षा की जरूरत है, मानसिक स्वास्थ्य जोखिम/विकार, उनकी समस्याओं/प्रभावों और जरूरतों को जोड़ने हेतु एक महत्वपूर्ण कड़ी है। इसलिये, किसी भी आदेश या निर्णय को लेते समय मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों को ध्यान में रखना चाहिये। यहाँ दो उदाहरण हैं:

1) एक बच्चा जो तस्करी, छेड़छाड़, यौन उत्पीड़न और शोषण का अनुभव कर चुका है, उसके मानसिक स्वास्थ्य पर इन घटनाओं का प्रभाव गंभीर रूप के आघात के रूप में पड़ सकता है। किसी भी तरह का निर्णय लेते

### मनोवैज्ञानिक और मानसिक स्वास्थ्य केंद्रों पर संदर्भन परामर्श के लिये संकेतक

- खुदकुशी और आत्महत्या का जोखिम।
- यौन शोषण/तस्करी जैसे गंभीर आघातपूर्ण संदर्भ (जिसमें बच्चे को यौन शोषण या गंभीर शारीरिक हिंसा का अनुभव हुआ है...)
- पदार्थ का उपयोग (उच्च आवृत्ति/तीव्रता से विशेष रूप से शराब/गांजा का उपयोग...)
- अत्यधिक हिंसा/आक्रामक व्यवहार (संपत्ति का विनाश/शारीरिक या यौन शोषण के माध्यम से अन्य लोगों को गंभीर चोट पहुँचाना)।
- बार-बार भाग जाना।
- 'अजीब व्यवहार' जैसे कि स्वयं से बात करना/समय या स्थान की सुध न होना/निःसंकोच व्यवहार/बहुत शक्की होना/मानसिक अस्वस्थता पागलपन/ऐसी चीजें देखना या सुनना जो वहाँ नहीं हैं/पहले की तुलना में बहुत अलग व्यवहार।

समय इस तरह के प्रभाव के प्रति संवेदनशीलता अत्यंत आवश्यक है क्योंकि जो निर्णय, आगे चलकर बच्चे पर पड़े प्रभाव को नजरअंदाज करते हैं वे उसके आघात को बढ़ाने का काम करते हैं। इस तरह के बच्चों को आघात की वजह से जन्मे मुद्दों को संबोधित करने के लिये गहन मानसिक स्वास्थ्य सहायता की आवश्यकता होगी।

2) वह बच्चा जो एक कमजोर पारिवारिक पृष्ठभूमि से आता है, जिसके परिवार में विकृतियाँ जैसे कि शराब पीना, घरेलू हिंसा, उपेक्षा और पर्यवेक्षण की कमी हो और जिसको ध्यान अभाव सक्रियता विकार (ADHD) है, वह मादक द्रव्यों के सेवन और जोखिम वाले व्यवहारों की ओर झुका प्रतीत होता है। इस तरह के बच्चे के, ADHD न्यूरो-विकासात्मक समस्या और पारिवारिक विकृति के संयोजन को संबोधित करने के लिये मानसिक स्वास्थ्य सहायता की आवश्यकता होगी।

जबकि हल्के से मध्यम प्रकार के मुद्दों को प्राथमिक स्तर की देखभाल करने वालों (जैसे कि संस्था के कार्मिक/परामर्शदाता/शिक्षक...) द्वारा संबोधित किया जा सकता है, मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं की गंभीर अभिव्यक्तियों को विशेष या तृतीयक स्तर के मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के लिये भेजा जाना चाहिये। इसलिये बाल देखरेख पेशेवरों के लिये यह महत्वपूर्ण है कि वे मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के संकेतों और लक्षणों को पहचानें जिनके लिये संदर्भन की आवश्यकता होती है।

**बच्चों और किशोरों के सामान्य मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों की पहचान के लिये गतिविधि**

**गतिविधि 1: संकेतों और लक्षणों का त्वरित अवलोकन**

**विधि:** स्मरणशक्ति का खेल (मेमोरी गेम) और क्विज

**सामग्री:** बच्चों और किशोरों के सामान्य मानसिक स्वास्थ्य विकारों के संकेतों और लक्षणों के साथ कार्ड (कार्ड के लिये नीचे देखें)।

**प्रक्रिया:**

- प्रतिभागियों को 5 समूहों में विभाजित करें (प्रत्येक समूह में 6 सदस्य)।
- प्रत्येक टीम को कार्ड पर लिखी मानसिक स्वास्थ्य समस्या के सभी लक्षणों को देखने और याद करने के लिये 2 मिनट का समय दिया जायेगा।
- उसके बाद, प्रत्येक टीम को उनको दिये कार्ड पर लिखे सभी लक्षणों को याद करके उन्हें दोहराना होगा।
- जो टीम सभी लक्षणों को सही ढंग से याद करके दोहराने में सक्षम होगी, उसे

**गतिविधि 2: अपनी जानकारी को लागू करना...**

**विधि:** खेल

**सामग्री:** एक बड़ी खली जगह: कार्ड जिन पर विकारों के नाम लिखे हये हैं: केस स्टडी

**केस 3:** रवि एक 10 वर्ष का लड़का है जो चौथी बार घर से भागा है और लड़कों की संस्था में आया है। वह कहता है कि उसने एक साल पहले विद्यालय छोड़ दिया था क्योंकि वह उबाऊ था और पीरियड के दौरान निरंतर कक्षा में आने और जाने के लिये वह शिक्षक के साथ मुश्किल में पड़ जाता था। वह यह भी कहता है कि उसके



गतिविधि हेतु सामग्री (सामान्य बाल एवं किशोर स्वास्थ्य मुद्दों को पहचानना)

<b>(1) ध्यान आभाव सक्रियता विकार (ADHD)</b>	अक्सर कार्यों या खेल गतिविधियों पर ध्यान रखने में परेशानी महसूस होती है। (कमजोर एकाग्रता)	अक्सर सीधे बोलने पर न सुनना।
अत्यधिक दौड़ना/चढ़ना (अन्य बच्चों की तुलना में अधिक)।	अक्सर निर्देशों का पालन न करना और विद्यालय का कार्य/गतिविधि को समाप्त करने में विफल रहना; दिये गये काम की बजाय कुछ और करने लगना।	अक्सर कार्यों और गतिविधियों के लिये आवश्यक चीजों को खो देना (जैसे खिलौने, विद्यालय के गृहकार्य, पेंसिल, किताबें, या उपकरण)।
अक्सर नियम-आधारित खेल खेलने या शांत गतिविधियों का आनंद लेने में परेशानी महसूस होती है।	अक्सर आसानी से विचलित होना।	दैनिक गतिविधियों में अक्सर भुलकड़पना दिखाना।
अत्यधिक चंचलता दिखाना अक्सर उतावलापन रहता है जैसे कि किसी मोटर द्वारा संचालित हो।	अक्सर बेचैन रहना/हाथों या पैरों की निरंतर चंचलता दिखाना या सीट पर छटपटाना।	जब सीट पर बैठने की अपेक्षा हो तब अक्सर सीट से उठ जाना।
अक्सर अपनी बारी का इंतजार करने में परेशानी महसूस होती है।	अक्सर दूसरों के काम में बाधा डालना या रुकावट पैदा करना। (धक्का देना/चुभोना/मारना...)	खराब सामाजिक निर्णय/ बिना सोचे जल्दबाजी में लिये गये निर्णय (बड़े बच्चों के सन्दर्भ में बच्चे) लेना।
<b>(2) आचरण विकार</b>	आक्रामक व्यवहार, जैसे जानवरों के प्रति क्रूरता, लड़ाई और धौंस जमाना।	विद्यालय से गैर हाजिर रहना, कामचोरी।
उपेक्षापूर्ण, बात ना सुननू वाला, उत्तेजक व्यवहार दिखाना।	संपत्ति का विनाश/गुंडागर्दी	आग लगाना।
घर से भाग जाना।	चोरी।	बार बार झूठ बोलना।
<b>(3) तनाव</b>	बार-बार उदासी, आंसू, रोना।	बहुत जल्द निराश हो जाना।
खराब एकाग्रता	गतिविधियों में रुचि में कमी, या पहले से पसंदीदा गतिविधियों का आनंद लेने में असमर्थता दिखाना।	सिरदर्द और पेट में दर्द जैसी शारीरिक बीमारियों की लगातार शिकायतें करना।

खाने और/या सोने के पैटर्न में एक बड़ा बदलाव	सामाजिक अलगाव, खराब संचार, खेलने से इंकार करना।	कम आत्मसम्मान और अपराध बोध की भावना दिखाना। अस्वीकृति या विफलता के प्रति अत्यधिक संवेदनशीलता दिखाना।
घर से भाग जाने की बात या प्रयास	चिड़चिड़ापन, क्रोध, या शत्रुता में वृद्धि दिखाना।	पारस्परिक संबंधों में कठिनाई महसूस करना।
आत्महत्या या आत्मविनाशकारी व्यवहार के विचार या भाव		लगातार ऊब, कम ऊर्जा (थकान) महसूस करना।
<b>(4) चिंता</b>	देखभाल करने वालों से चिपटना।	देखभाल करने वाले से दूर रहने में डर महसूस करना।
बिस्तर गीला करना (बड़े बच्चों के सन्दर्भ में)।	विद्यालय जाने से मना करना।	अत्यधिक शर्मीलापन महसूस करना।
	नये/अज्ञात लोगों के साथ बातचीत करने में कठिनाई महसूस करना।	अंगूठा चूसना/नाखून चबाना।
नींद में अनियमितता/बुरे सपने देखना।	कमजोर एकाग्रता प्रदर्शित करना।	सिरदर्द और पेट में दर्द की शिकायतें करना जो चिकित्साशास्त्र के अनुसार समझाई नहीं जा सकती।
स्वयं/दूसरों को नुकसान पहुँचाने का डर महसूस करना।	बार-बार हाथ धोना/सफाई करना।	बार-बार जाँच करना। (लोगों को/दरवाजों पर लगे तालों को...)
<b>(5) आघात पश्चात तनाव विकार (PTSD)</b>	घटना की छवियों को बार-बार महसूस करना और घटना के बुरे सपने देखना।	लगातार भय और चिंता महसूस करना।
किसी भी चीज में रूचि न होना/दैनिक गतिविधियों को करने की कोई प्रेरणा न होना, यहाँ तक कि उनको भी जिन्हें वे पसंद करते हैं, यानि खेल।	घटनाओं के प्रतीक स्थलों/ध्वनियों के संपर्क में आने पर तीव्र शारीरिक और मनोवैज्ञानिक पीड़ा महसूस करना।	उन लोगों, स्थानों, घटनाओं से दूर रहना जो उन्हें आघातपमर्ण घटनाओं की याद दिलाते हैं।
ऊर्जा की कमी, थकान (तनाव का परिणाम) महसूस करना।	उदासी, रोना, माता-पिता से लिपटना।	परिवार और दोस्तों से मानसिक रूप से दूर रहना।
नींद में अनियमितता/बुरे सपने देखना।	चिड़चिड़ा रहना और आसानी से गुस्सा आना।	बिस्तर गीला करना।
शरीर में दर्द – बच्चे विशेष	गतिविधियों पर ध्यान केंद्रित	भोजन से सम्बंधित

रूप से सिरदर्द, सीने में दर्द और कमर/पेट में दर्द की शिकायत करना कर सकते हैं।	करने में कठिनाई महसूस करना।	समस्याएँ/भूख न लगना।
आत्महत्या/आत्मघात का प्रयास करना।	बार-बार बीमार होना और त्वचा और श्वसन संबंधी बिमारियों से ग्रस्त होना।	स्थिति से निपटने के लिये ड्रग्स/शराब का उपयोग करना।
<b>(6) (अ) हल्की बौद्धिक विकलांगता</b>	दैनिक जीवन में व्यावहारिक जीवन कौशल और कार्य सीखने में सक्षम होना।	वर्ग स्तर 3 – 6 तक के पढ़ने और गणित कौशल को प्राप्त करने की क्षमता होना।
50 से 69 का आई0क्यू0 होना।	सामाजिक रूप से मिश्रण करने में सक्षम, लेकिन सामाजिक-भावनात्मक कौशल में कमी का होना, हो सकती है।	सामाजिक-भावनात्मक कौशल, व्यक्तिगत सुरक्षा और व्यावसायिक कौशल में प्रशिक्षित होने की क्षमता होना।
<b>6 (ब) मध्यम बौद्धिक विकलांगता</b>	उल्लेखनीय विकासात्मक देरी विकास (यानी भाषा, भाषाण, मोटर कौशल में) उल्लेखनीय देरी होना।	हानि के संभावित शारीरिक संकेत होना हो सकते हैं (यानी मोटी जीभ)
35 से 49 का आई0क्यू0 होना।	बुनियादी, सरल तरीकों से संवाद करने में सक्षम होना।	बुनियादी स्वास्थ्य और सुरक्षा कौशल सीखने में सक्षम होना।
आत्म-देखभाल गतिविधियों को पूरा कर सकते हैं – पर बहुत प्रशिक्षण की आवश्यकता होती है।	सामाजिक रूप से सम्मिश्रण करने में कठिनाई महसूस करना। (अक्सर बहुत छोटे बच्चों के साथ खेलना/सामाजिक रूप से उनके आयु-समूह के साथ तालमेल नहीं मिल पाना/कर सकते)	
<b>6 (स) गंभीर बौद्धिक विकलांगता</b>	विकास में काफी देरी होना।	संवाद करने की क्षमता का कम होना।
20 से 34 का आई0क्यू0 होना।	सामाजिक स्थितियों में प्रत्यक्ष पर्यवेक्षण की आवश्यकता होना है।	आत्म-देखभाल के लिये काफी पर्यवेक्षण और सहायता की आवश्यकता होना।
<b>6 (द) गहन बौद्धिक विकलांगता</b>	सभी क्षेत्रों में महत्वपूर्ण विकासात्मक विलंब (भौतिक/सामाजिक/भावनात्मक / भाषा/बोली) होना।	स्पष्ट शारीरिक और जन्मजात असामान्यताएँ होना।
आई0क्यू0 20 से कम होना।	करीबी पर्यवेक्षण की आवश्यकता/स्वतंत्र रहने में सक्षम न होना।	स्व-देखभाल गतिविधियों में पूर्ण सहायता की आवश्यकता होना।

## 4.2 मूल्यांकन और व्यक्तिगत देखभाल योजनायें

### उद्देश्य

- बच्चे के संदर्भ को स्पष्ट रूप से समझना।
- उन मनोसामाजिक देखभाल, मानसिक स्वास्थ्य और सुरक्षा मुद्दों की पहचान करना जिनके लिये बच्चे को सहायता की आवश्यकता है।
- व्यक्तिगत देखरेख योजना विकसित करने और आवश्यकता पड़ने पर विशेष केंद्रों से परामर्श करने में सक्षम होना।

### समय:

1 घंटा

### अवधारणा

#### मूल्यांकन'

अब हम बच्चों, बचपन, बाल विकास और संचार कौशल पर प्राप्त समझ और ज्ञान का उपयोग मूल्यांकन करने और व्यक्तिगत देखरेख योजनाओं को विकसित करने के लिये करेंगे। मूल्यांकन प्रारूप केवल सामान्य तथ्यात्मक प्रोफाइल नहीं हैं जो हम बच्चे के साथ फॉर्म भरने वाली गतिविधि के माध्यम से यांत्रिक रूप से प्राप्त करते हैं! अब आप जानते हैं कि एक बच्चे से जानकारी प्राप्त करना यानी जांच करने में कई बाल संचार कौशल (जो अब आप प्रभावी रूप से कर सकते हैं) शामिल हैं।

#### मूल्यांकन के अंतर्गत क्या करना है?

- हस्तक्षेप का विकास...
- पहले स्तर की प्रतिक्रिया देना (भावनाओं का सत्यापन/चिकित्सा सहायता और बुनियादी जरूरतों/विश्राम की तकनीकों पर तत्काल ध्यान देना)...
- उन समस्या क्षेत्रों को सूचीबद्ध करना जिन पर आपको/बच्चे को काम करने की आवश्यकता है, जिसमें आवश्यक मनोवैज्ञानिक और सामाजिक समर्थन/हस्तक्षेप शामिल हों।

भरे हुये मूल्यांकन फॉर्म मात्र आपकी फाइलों या जनसांख्यिकीय डेटा के सांख्यिकीय रिकॉर्ड के लिये नहीं हैं! वे बच्चों के लिये व्यक्तिगत देखरेख योजनायें विकसित करने, पुनर्वास, घरवापसी और सहायता के अन्य रूपों को सक्षम करने के लिये हैं, जो आयु-उपयुक्त, इष्टतम विकास और उपचार और पुनर्प्राप्ति के लिये आवश्यक हैं। व्यक्तिगत देखरेख योजनाओं को विकसित करने और प्लेसमेंट, पुनर्वास, परिवार में बच्चे के पुनर्निवेश

और/या मनोचिकित्सा सुविधाओं के लिये संदर्भन के संबंध में निर्णय लेने से पहले, निम्नलिखित पर विचार करना आवश्यक है:

- बच्चे के मनोसामाजिक संदर्भ और मुद्दे।
- बाल अधिकार (तय करना)।
- बच्चे का सर्वोत्तम हित (सुरक्षा)।
- बच्चे के लिये अन्य प्रणालियों की प्रतिक्रियायें/बच्चा कैसे प्रभावित होता है/आप सिस्टम पर कैसे प्रतिक्रिया देंगे।

सुझाये गये मूल्यांकन प्रारूप के लिये अनुलग्नक 1 और 2 देखें जो सामुदायिक बाल एवं किशोर मानसिक स्वास्थ्य सेवा परियोजना, बाल एवं किशोर मनोचिकित्सा विभाग, NIMHANS, द्वारा विकसित किया गया है। ये पिछले कुछ वर्षों में कठिन परिस्थितियों में रह रहे बच्चों के लिये NIMHANS की विशेष नैदानिक सेवाओं में और साथ ही इसके विद्यालयों और बाल देखभाल संस्थाओं में चल रहे सामुदायिक आउटरीच कार्यक्रमों में उपयोग किये गये हैं। प्रशिक्षुओं के पेशे और काडर के आधार पर उचित फॉर्म पर चर्चा की जा सकती है यानि उन्हें अच्छी तरह से पढ़कर हर बिन्दु पर बारी-बारी से चर्चा की जा सकती है।

नोट: 0 से 6 वर्ष के छोटे बच्चों के लिये मूल्यांकन प्रारूप 'पूर्व विद्यालयी बच्चों के साथ काम करना (वर्किंग विद प्रीस्कूलर्स)' नाम के प्रशिक्षण मैनुअल में उपलब्ध हैं; विधि के साथ विवाद में शामिल बच्चों के लिये मूल्यांकन प्रारूप 'विधि के साथ संघर्षरत् बच्चों के साथ काम करना (वर्किंग विद चिल्ड्रेन इन कॉन्फ्लिक्ट विद द लॉ)' नाम के प्रशिक्षण मैनुअल में उपलब्ध हैं।

**पुनर्वास और मानसिक स्वास्थ्य सहायता के बीच अंतर करना:**

**पुनर्वास** में, शारीरिक और पोषण संबंधी देखभाल, (अनौपचारिक) शिक्षा, व्यावसायिक प्रशिक्षण, व्यक्तिगत और व्यक्तित्व विकास पर बच्चों के लिये सामान्य जीवन कौशल सत्र, रचनात्मक कला और शिल्प गतिविधियाँ, अवकाश और मनोरंजन गतिविधियाँ आराम और विश्राम जैसी गतिविधियाँ, शामिल हैं। संक्षेप में, पुनर्वास बच्चों की विकासात्मक दिशा को बनाये रखने की प्रक्रिया है, जिसमें यह सुनिश्चित किया जाता है कि वे ऐसे आयु-उपयुक्त कार्यों और गतिविधियों में शामिल रहें जो विकास (सामान्य) को बढ़ावा देते हैं।

किशोर न्याय प्रणाली के अंतर्गत आने वाले बच्चों के मामलों में (चाहे वह देखरेख और सुरक्षा गृह में रहते हों या संप्रेक्षण गृह में), पुनर्वास, बच्चों की घरवापसी तथा पुनःसमेकन से संबंधित मुद्दों से भी जुड़े हुये हैं। देखरेख और संरक्षण प्रणालियों से जुड़े बच्चों के मामले में, सामान्य धारणा के विपरीत, घरवापसी, एक बच्चे के परिवार को ढूंढने और बच्चे

को घर या उसके परिवार के पास वापस भेजने की प्रक्रिया मात्र नहीं है। इसके अतिरिक्त, ऐसे बयान कि 'सभी बच्चे संस्थाओं में नहीं होने चाहिये, वे परिवारों के साथ, घर पर होने चाहिये' गलत हैं; पारंपरिक, सामाजिक धारणायें जैसे कि 'बच्चों के लिये घर/माता-पिता का साथ सबसे अच्छी जगह है' हमेशा सही नहीं होते हैं, खासकर मुश्किल परिस्थितियों में रह रहे बच्चों के मामले में। घर और परिवार बच्चों के लिये सबसे अच्छी जगह हैं, यदि वे सुरक्षित और पोषित हों तो। अभाव, उपेक्षा और शोषण की स्थितियों में, बच्चे निश्चित रूप से अच्छी तरह से संचालित बाल देखभाल संस्थाओं में सुरक्षित और बेहतर होते हैं, जो उनको बुनियादी आवश्यकताओं और शिक्षा प्रदान करने में सक्षम होते हैं। इस प्रकार, बच्चों को घर वापस भेजने से पूर्व निम्नलिखित को ध्यान में रखना चाहिये:

- बच्चे को उसके परिवार में वापस भेजने का निर्णय निम्न पर आधारित होना चाहिये:
  - 1) वापसी की प्रक्रिया की शुरुआत के समय बच्चे की इच्छा;
  - 2) बच्चे के लिये सुरक्षा और विकासात्मक अवसरों को सुनिश्चित करने के लिये परिवार की क्षमता (इस उद्देश्य के लिये एक गृह अध्ययन किया जा सकता है)
- इसलिये घरवापसी के मुद्दे पर बच्चे के साथ कुछ चर्चा और तैयारी की आवश्यकता होगी, ताकि वह घर जाने के लिये सहमत हो और आने वाली किसी भी चुनौती का प्रबंधन करने के लिये तैयार हो। (इन मुद्दों पर परामर्शदाता द्वारा बच्चे के साथ चर्चा की आवश्यकता है)। ऐसी स्थितियों में, जिनमें बच्चा, शोषण या परिवार की शिथिलता के कारण, अपने परिवार में वापस जाने की इच्छा न रखता हो, घर लौटने के लिये प्रणालियों/समिति द्वारा जबरदस्ती भेजा नहीं जा सकता है। याद रखें कि यह वह स्थिति है जहाँ बाल अधिकार लागू होते हैं! हमें बच्चे की इच्छा का सम्मान करना होगा और उसके रहने के लिये वैकल्पिक व्यवस्था करनी होगी।
- बच्चे के माता-पिता/परिवार को भी तैयार करने की आवश्यकता हो सकती है – और बच्चे को वापस लेने में सक्षम होने के लिये सहायता की जा सकती है; इसमें बच्चे के लिये घर में और माता-पिता के व्यवहार में कुछ परिवर्तन शामिल हो सकते हैं, ताकि बच्चे के लिये अधिक सहायक वातावरण को सक्षम बनाया जा सके। माता-पिता को, हिंसा, शराब और परिवार में शिथिलता के लिये योगदान देने वाले अन्य कारणों को संबोधित करने के लिये पारिवारिक परामर्श के लिये भी संदर्भित जा सकता है,।

(बाल) मानसिक स्वास्थ्य सहायता में बच्चों के भावनात्मक और व्यवहार संबंधी मुद्दों का नैदानिक आंकलन, मुद्दों के सन्दर्भ और एक विश्लेषण (केस फॉर्मूलेशन) शामिल हैं, जिनके आधार पर मनोचिकित्सा, दवा और अन्य चिकित्सीय तरीकों के माध्यम से अलग-अलग हस्तक्षेपों को तैयार किया जाता है (प्रत्येक व्यक्तिगत बच्चे की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुये)। यह उन मामलों में विशेष रूप से महत्वपूर्ण है जो मनोरोग निदान के मानदंडों को पूरा करते हैं। इस तरह के आंकलन और हस्तक्षेप, योग्य मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों, अर्थात् मनोचिकित्सकों/मनोवैज्ञानिकों/सामाजिक कार्यकर्ताओं द्वारा किये जाते हैं। यह

मानसिक स्वास्थ्य सहायता उन बाल देखरेख कार्मिकों द्वारा नहीं की जानी चाहिये जो मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में योग्य नहीं हैं।

लेकिन, बाल देखरेख संस्थाओं और बाल देखरेख सेवा प्रदाताओं में इन-हाउस परामर्शदाता विशेष कर अग्रिमपंक्ति के कार्यकर्ताओं को कठिन परिस्थितियों में बच्चों को बुनियादी मानसिक स्वास्थ्य सहायता प्रदान करने के लिये प्रशिक्षित किया जा सकता है। वास्तव में, हल्के से मध्यम मुद्दों पर समुदाय-आधारित बाल देखरेख कार्मिकों के विभिन्न संवर्गों द्वारा प्राथमिक स्तर पर प्रतिक्रिया दी जा सकती है; गंभीर समस्याओं के मामलों में, यह सिफारिश की जाती है कि तृतीयक देखभाल प्रणालियों से संदर्भन के माध्यम से सहायता मांगी जाये (पहले चर्चा किये गये संदर्भन मानदंडों के अनुसार)।



## 5. क्षेत्र अभ्यास

5.1 पर्यवेक्षित क्षेत्र अभ्यास

## उद्देश्य

- कार्यशाला में प्राप्त ज्ञान और कौशल को लागू करने के लिये प्रतिभागियों को सक्षम बनाना।
- उन्हें सैद्धांतिक ज्ञान को अभ्यास और क्रिया में अनुवाद करने में सक्षम बनाना।

## समय:

आधा दिन

## अवधारणा

पिछले कुछ दिनों का प्रशिक्षण कक्षा-आधारित रहा है। हालांकि प्रशिक्षण कौशल-आधारित था, पर फिर भी, जो भी सीखा गया वो चर्चा और सिमुलेशन प्रक्रियाओं के माध्यम से सीखा गया था। सैद्धांतिक ज्ञान को अब वास्तव में बच्चों के साथ काम करने और कार्यशाला में सीखे गये सभी वैचारिक ढांचे और कौशल का उपयोग करने की आवश्यकता है। जब वे क्षेत्र में अपने ज्ञान को लागू करने में सक्षम होंगे, तो प्रतिभागियों को भी काफी आत्मविश्वास प्राप्त होगा, और यह भी एहसास होगा कि उनके ज्ञान और कौशल में क्या कमी है, और उसके आधार पर वे स्पष्टीकरण के लिये वापस आ सकते हैं। इस तरह की प्रक्रियाये सीखने को प्रासंगिक और पुनरावृत्ति दोनों बनाती है, जिससे प्रत्येक प्रतिभागी के वास्तविक क्षेत्र अभ्यास को मजबूत किया जा सकता है, और परिणामस्वरूप बच्चों की सेवा सुनिश्चित की जा सकती है। बहुत सारे प्रशिक्षण कार्यशालाओं का आयोजन किया जाता है... उनके उपयोग और प्रभाव के संदर्भ में बहुत कम निगरानी या अनुवर्ती कार्रवाई होती है, जिसके परिणामस्वरूप प्रशिक्षण और क्षमता निर्माण सिर्फ नाम मात्र रह जाते हैं!

जैसा कि सफदर हाश्मी ने कहा, 'आपकी क्षमता की सीमा आपके अनुभव की सीमा है'। अमल करने की अवधारणा अभ्यास से अलग है क्योंकि यह सिद्धांत और व्यवहार के बीच के संबंध की अभिव्यक्ति है। इस प्रकार, इस मैनुअल में समझाई गई सभी अवधारणाओं को प्रभावी परिवर्तन के लिये बार-बार क्षेत्र में लागू करके दोहराने की आवश्यकता है।

### पर्यवेक्षित क्षेत्र अभ्यास के लिये गतिविधि

\*प्रशिक्षण कार्यशाला के अंतिम दिन सभी प्रतिभागियों द्वारा की जायेगी।

सामग्री: (प्रासंगिक) मूल्यांकन प्रारूप



## उद्देश्य

- कार्यशाला में प्राप्त ज्ञान और कौशल को लागू करने के लिये प्रतिभागियों को सक्षम करना।
- उन्हें सैद्धांतिक ज्ञान को निरंतर लागू और अमल करने में सक्षम बनाना।

## अवधारणा

प्रतिभागियों को कार्यशाला में सीखे गये तरीकों को लागू करने और उनके साथ प्रयोग करने की आवश्यकता है, इसके साथ ही आघात का अनुभव करने वाले बच्चों के साथ काम करने और उनकी वास्तविक परिस्थितियों में सहायता करने की भी आवश्यकता है। तो अभ्यास करें और अधिक अभ्यास!

### गृह कार्य के लिये गतिविधि

\*इसे कार्यशाला की समाप्ति के बाद के हफ्तों में प्रशिक्षण कार्यशाला में भाग लेने वाले सभी प्रतिभागियों द्वारा पूरा किया जायेगा।

**सामग्री:** (प्रासंगिक) मूल्यांकन प्रारूप

**विधि:** बाल देखरेख संस्था/विद्यालय में व्यक्तिगत मूल्यांकन का व्यावहारिक कार्यान्वयन।

### प्रक्रिया:

- प्रतिभागियों को निम्नलिखित करने के लिये कहें:
  - अपने संस्था में किसी एक बच्चे का चयन करें।
  - मूल्यांकन प्रारूप का उपयोग करें और समस्या सारांश और देखरेख योजना सहित बच्चे का विस्तृत इतिहास लें।
  - इसके बाद, कार्यशाला में चर्चा की गई मैट्रिक्स (संदर्भ/अनुभव/अंतर्घ्वनि/आंतरिक आवाज/भावना/व्यवहार) का उपयोग बच्चे के मनोसामाजिक मुद्दों का विश्लेषण करने के लिये करें – आपको मूल्यांकन प्रपत्र/साक्षात्कार के माध्यम से एकत्रित जानकारी का उपयोग मैट्रिक्स को भरने में करना होगा।
  - मूल्यांकन प्रपत्र, साथ ही (पूर्ण) समस्या विश्लेषण/मैट्रिक्स, अपने साथ अगली कार्यशाला में लायें।
  - आपको अपना केस कार्यशाला में प्रस्तुत करना होगा।

अगली कार्यशाला में, प्रशिक्षक केस की प्रस्तुतियों के साथ शुरुआत कर सकते हैं – यह पिछली कार्यशाला की समीक्षा करने का एक प्रभावी तरीका है, और निर्णय लिया जा सकता है कि सीखने में कहाँ कमी हैं, और प्रतिभागियों को कहाँ दोहराव या अतिरिक्त सीखने के समर्थन की आवश्यकता है।

## सुरक्षा व देखरेख वाले बच्चों के मूल्यांकन हेतु प्रारूप (उम्र 7 से 17)

सामुदायिक बाल व किशोर मानसिक स्वास्थ्य सेवा परियोजना,  
बाल और किशोर मनोरोग विभाग, निम्हैन्स (NIMHANS) बंगलुरु तथा  
महिला एवं बाल विकास विभाग, कर्नाटक सरकार।  
सुरक्षा व देखरेख प्रणाली के अंतर्गत आने वाले बच्चों का मूल्यांकन  
(संस्थायें/बाल देखरेख समिति)

1. मूल जानकारी			
नाम:		संस्था/समिति का नाम:	
उम्र	लिंग	कक्षा	दिनांक
2. समस्याओं/ शिकायतों की प्रस्तुति			

3. संस्थागत इतिहास (जहां सभी बच्चे काफी समय से/रह रहे हैं, किस अवधि, अनुभव कठिनाइयों और परिस्थितियों में वे यहाँ रहने आये)
4. परिवार के मुद्दों की पहचान (बच्चे के रहने की व्यवस्था/माता-पिता के संबंध/बच्चे के भावनात्मक संबंध और माता-पिता से लगाव/बीमारी/शराब/हिंसा/परिवार के भीतर एकल-माता-पिता के अन्य कठिन मुद्दे)।
5. बच्चे का स्वभाव और व्यक्तित्व (बच्चे के स्वभाव और व्यक्तित्व के बारे में देखरेख करने वाले का वर्णन – आक्रामकता, सामाजिकता, सावधानी, प्रेरणा, भावनात्मकता...)
6. विद्यालय संबंधी इतिहास (विद्यालय में प्रदर्शन/विशिष्ट शिक्षण विकलांगता/विद्यालय में उपस्थिति)
7. कार्य अनुभव  
(बाल श्रम के अनुभव: बच्चे को काम क्यों करना पड़ा/बच्चे को काम करने की जगह कैसे मिली (तस्करी?)/जहाँ बच्चा काम कर रहा था, वहाँ काम के घंटे, पारिश्रमिक की राशि प्राप्त हुई की नहीं/क्या यह नियमित था, काम के स्थान पर क्या किसी भी तरह के शोषण का सामना करना पड़ा/मालिक और अन्य व्यक्तियों ने बच्चे के साथ कैसा व्यवहार किया)।
8. शारीरिक, यौन और भावनात्मक शोषण अनुभव\* (बच्चे से पूछें)

कभी-कभी लोग उन तरीकों से व्यवहार करते हैं जो बच्चों के लिए हानिकारक हैं। मुझे किसी ऐसे व्यक्ति/लोगों के बारे में बताएं, जिन्होंने इस तरह से व्यवहार किया है:

8.1 शारीरिक रूप से आपको चोट लगी है और आपको दुख पहुंचा है?

8.2 आपको चोट/दुख/गुस्सा/अपमानित महसूस करने के लिए बातें कहीं गईं?

8.3 आपको उन तरीकों से स्पर्श किया है जिससे आप असहज महसूस करते हैं? (यौन इतिहास- बच्चे के शोषण और अन्य यौन/संबंधों के इतिहास पर ध्यान दें)

## 9. मादक द्रव्यों का सेवन (बच्चे से पूछें)

9.1 क्या आपने कभी किसी मादक पदार्थ जैसे सिगरेट/बीड़ी/गुटका/हंस (पानपराग)/गांजा/सौल्यूशन/शराब का इस्तेमाल किया है? (कोई अन्य- निर्दिष्ट करें)

9.2 उपरोक्त मादक द्रव्यों में से आपने किसका उपयोग किया था?

9.3 आप कितनी बार द्रव्य का उपयोग कर रहे थे और कब से कर रहे हैं? (समय/दिन/सप्ताह की संख्या)

9.4 मुझे इस बारे में बताएं कि यह नशीली दवाओं का उपयोग कैसे शुरू हुआ... जिसमें, प्रयोग की जाने वाली परिस्थितियां, स्थान आदि शामिल हैं।

9.5 क्या आपने समय के साथ द्रव्य के अधिक से अधिक लेने की आवश्यकता पर ध्यान दिया है (जब आपने शुरुआत की थी तब से तुलना करते हुये?)

9.6 जब भी आपने द्रव्य का उपयोग करना बंद किया है या कम किया है, तो क्या आपका शरीर खराब या असहज महसूस करता है - जैसे कि बीमार/दर्द/हिलना/कमजोर/पसीने से तर...?

9.8 क्या आपने द्रव्य के अपने उपयोग (जैसे स्कूल/दोस्त/अन्य दैनिक गतिविधियों) के कारण अन्य चीजों पर कम समय बिताया?

9.9 क्या द्रव्यों का उपयोग ने कभी आपको किसी कठिन परिस्थिति में डाला जैसे: (स्वास्थ्य समस्या (निर्दिष्ट करें) या आपको जोखिम या खतरनाक काम में डाला (वर्णन करें) या कानूनी समस्याओं में (विवरण प्रदान करें)।

## 10. भाव और भावनायें

### 1. चिंता

1) भावनाओं के थर्मामीटर को देखें और मुझे बताएं, अधिकांश समय आप कितना चिंतित महसूस करते हैं? (इसे चिह्नित करें)।

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2) किस समय आप वास्तव में बहुत चिंतित महसूस करते हैं? कब/किन स्थितियों में, वर्णन करें।

### 2. अवसाद और आत्म-हानि जोखिम

1) भावनाओं के थर्मामीटर को देखें और मुझे बताएं, ज्यादातर समय आपको कितना दुख/बुरा लगता है? (इसे चिह्नित करें)।

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2) किस समय आप वास्तव में बहुत चिंतित महसूस करते हैं? कब/किन स्थितियों में, वर्णन करें।

3) क्या आपने कभी महसूस किया है कि जीवन जीने लायक नहीं है/आप यह जीवन नहीं चाहते...? कब? मुझे बताओ कि तुम ऐसे समय में क्या करते हो।

### 3. क्रोध।

1) 'भावनाओं के थर्मामीटर को देखें और मुझे बताएं, ज्यादातर समय, आप कितना गुस्सा (या चिड़चिड़ा) महसूस करते हैं? (इसे चिह्नित करें)।

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2) किस समय आप वास्तव में बहुत गुस्सा महसूस करते हैं? वर्णन करें कि कब/किन स्थितियों में/लोग आपको गुस्सा दिलाने के लिए क्या करते हैं।

3) जब आपको बहुत गुस्सा आता है तो आप क्या करते हैं?

## 11. बच्चे का कोई अन्य अवलोकन

समय-स्थान अभिविन्यास/संज्ञानात्मक/विचार प्रक्रिया/सहयोग, तालमेल, सामाजिक जवाबदेही/सक्रियता और गतिविधि स्तर/भाषण और भाषा कौशल:

## 12. बाल समस्याओं का सारांश

**क. सारांश** (उपरोक्त मूल्यांकन के आधार पर, सुरक्षा और मनोसामाजिक मुद्दों सहित बच्चे की मुख्य समस्याओं और चिंताओं का संक्षेप में उल्लेख करें। प्रमुख उत्तरजीविता चुनौतियों और मुकाबला करने वाली रणनीतियों का उल्लेख करें)।

विकलांगता (शारीरिक/बौद्धिक):

मनोरोग निदान:

चिकित्सा समस्या:

संदर्भ:

**ख. देखरेख योजना** (बच्चे की सहायता के लिए मूल्यांकन एजेंसी/केस वर्कर द्वारा ली गई या नियोजित की गई कार्रवाहियाँ, जैसे कि आपातकालीन कार्यवाहियाँ/तात्कालिक चिंताओं को दूर करने के उपाय, अन्य एजेंसियों/गहन कार्य के लिए किए गए संदर्भन)।



## अनुलग्नक 2

### संभावित प्रशिक्षण कार्यक्रम

प्रथम दिवस		
सुबह 09:00 – 10:00	बच्चे तथा बचपन	परिचय और आईस ब्रेकर
सुबह 10:00 – 11:30		बच्चों और बचपन के साथ फिर से जुड़ना
सुबह 11:30 – 11:45		चाय ब्रेक
सुबह 11:45 – अपराहन् 01:15		शक्ति और अधिकार
अपराहन् 01:15 – 02:15		दोपहर का भोजन
अपराहन् 02:15 – 04:30		बाल विकास दृष्टिकोण को लागू करना
अपराहन् 04:00 – 04:45		चाय ब्रेक
अपराहन् 04:45 – 06:30		बचपन के प्रतिनिधि
द्वितीय दिवस		
सुबह 09:00 – 11:30	बच्चे तथा बचपन	भावनात्मक और व्यवहार संबंधी समस्याओं और संदर्भों की पहचान करना: बच्चे का अनुभव और आंतरिक आवाज
सुबह 11:30 – 11:45		चाय ब्रेक
सुबह 11:45 – अपराहन् 01:15	बच्चों के साथ की जाने वाली संचार तथा परामर्श तकनीके	कौशल 1: बच्चे को जानना
अपराहन् 01:15 – 02:15		दोपहर का भोजन
अपराहन् 02:15 – 03:00		कौशल 2: सुनना और रुचि
अपराहन् 03:00 – 04:30		कौशल 3: भावनायें पहचानना और उन्हें स्वीकार करना
तृतीय दिवस		
सुबह 09:00 – 11:30	बच्चों के साथ की जाने वाली संचार तथा परामर्श तकनीके	कौशल 4: गैर न्यायिक दृष्टिकोण और स्वीकृति
सुबह 11:30 – 11:45		चाय ब्रेक
सुबह 11:45 – अपराहन् 01:30	सामान्य बाल व किशोर मानसिक स्वास्थ्य समस्यायें	कौशल 5: सवाल करना और विरोधाभास करना
अपराहन् 01:30 – 02:30		दोपहर का भोजन
अपराहन् 02:30 – 04:30		सामान्य बाल और किशोर मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों की पहचान
अपराहन् 04:30 – 04:45		चाय ब्रेक
अपराहन् 04:45 – 05:45		मूल्यांकन तथा व्यक्तिगत देखरेख योजना
चर्चुत दिवस		
क्षेत्र अभ्यास तथा प्रदर्शन		