बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि आधारभूत निर्देशिका तथा विधिहरू

बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि आधारभूत निर्देशिका तथा विधिहरू

PLAN INTERNATIONAL

कन्सोर्टियम-नेपाल

प्रकाशकः
बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह
(कन्सोर्टियम-नेपाल)
बिजुलीबजार, काठमाडौं, फोनः ४४९०२९७,
इमेलः participation.consortium@gmail.com
वेबसाइटः http://www.consortium.org.np/

बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि आधारभूत निर्देशिका तथा विधिहरू

प्रकाशकः
बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल)
बिजुलीबजार, काठमाडौं, फोनः ४४८०२८७,
इमेलः participation.consortium@gmail.com
वेबसाइटः http://www.consortium.org.np/

लेखनः
प्रारम्भिक बाल्यावस्थाको बालबालिकाको सहभागिता खण्ड
डा.निर्मला उप्रेती
श्री उमा घिमिरे
श्री सुरेन्द्र आचार्य

६ वर्षदेखि १२ वर्षसम्मका बालबालिकाको सहभागिता खण्ड
शिवबहादुर थापा
निना महर्जन

१३ वर्षदेखि १८ वर्षसम्मका बालबालिकाको सहभागिता खण्ड
कुसुम शर्मा
निना महर्जन

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता खण्ड
सूर्यभक्त प्रजापति
नूपुर भट्टाचार्य

पुनर्लेखन तथा सम्पादनः
इन्स्टिच्यूट फर लिगल रिसर्च तथा कन्सल्टेन्सी, लाजिम्पाट, काठमाडौंका तर्फबाट
चन्द्रिका खतिवडा
निना महर्जन

भाषा सम्पादनः
चन्द्रिका खतिवडा
कुमार भट्टराई

सर्वाधिकारः
©कन्सोर्टियम-नेपाल

प्रकाशन वर्षः २०१६
मुद्रण प्रतिः १०००

भूमिका

बालबालिका अप्रत्यक्ष रूपमा गर्भावस्थादेखि र प्रत्यक्ष रूपमा जन्मदेखि स्वतन्त्र, निडर भएर तथा रूपमा रोएर वा अन्य शारीरिक अभिव्यक्तिको माध्यमबाट आफ्नो विचार प्रकट गर्दछन्। यसैगरी बालबालिकाले आफ्नो लागि बाबुआमा, अभिभावक वा वयस्कले गर्ने क्रियाकलापमा प्रत्यक्ष आफ्नो सहभागिता गर्न सकुन्, उनीहरूलाई उमेर र परिपक्वताअनुरूप विभिन्न घरायसी काम, विद्यालयमा हुने शिक्षण-सिकाइ तथा खेलमा सहभागी गराउन उनीहरूलाई उत्प्रेरित गर्न प्रस्तुत सामग्रीले सघाउनेछ। साथै, बालबालिकाको व्यक्त गरेका विचार सुनेर वा उनीहरूले देखाएको व्यवहार अध्ययन गरेर बालबालिकाको उचित तथा समयसापेक्ष आवश्यकता परिपूर्ति गर्नका लागि बाबुआमा, अभिभावक,सहयोगी कार्यकर्ता/सहजकर्ता, शिशु स्याहार केन्द्रका सहजकर्ता, बालबालिका हेरचाह गर्ने व्यक्ति र बालबालिकाको हेरचाहमा प्रत्यक्ष रूपमा संलग्न हुने जो कोहीलाई अग्रसर हुन पनि प्रस्तुत सामग्रीले सघाउ पुर्‍याउँदछ। यसमा दिइएको अध्ययन सामग्री तथा नमूना क्रियाकलापलाई बालबालिकासँग प्रयोग गर्नसक्ने गरी तयार गरिएकोले यो बालबालिकासँग सम्बन्धित सबैका लागि उपयोगी हुनेछ भन्ने अपेक्षा लिइएको छ।

यस निर्देशिकामा बालविकासमा संलग्न सहजकर्ताका अनुभव,स्थानीयस्तरमा बालबालिकाको विकासमा प्रचलित असल अभ्यास तथा बालविकास विज्ञ एवंविद्वानहरूको विचार र अनुसन्धानबाट प्राप्त भएका निचोडलाईसमेट्ने प्रयास गरिएको छ। त्यसै गरी उमेरअनुसार बालबालिकामा हुने शारीरिक, मानसिक, सामाजिक र बौद्धिक विकासको विकासात्मक चरणलाई आधार मानेर त्यसअनुसार सहभागिता गराउन सकिने क्रियाकलापहरू छनौट गरिएको छ र त्यसबाट हुने उपलब्धिका बारेमा चर्चा गरिएको छ। ती क्रियाकलापहरू बालविकास तथा बालअधिकारका क्षेत्रमा संलग्न विद्वान, कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने व्यक्तिहरूसँग विस्तृत एवं व्यापक रूपमा छलफल गरी तयार गरिएको छ।

भिन्नभिन्न उमेर, अवस्था तथा परिस्थितिका बालबालिकाको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न संलग्न जो कोहीले पनि यो सामग्री पढेर दैनिक जीवनमा बालसहभागितालाई व्यावहारिक रूपमा अभ्यासमा ल्याउन तथा उनीहरूलाई बालविकासको अवसर दिन सक्नुहुनेछ। बालबालिकाको विकासात्मक चरणको अवस्थालाई ध्यान दिएर बाबुआमा, अभिभावकले विभिन्न क्रियाकलापमा सहभागी गराई बालबालिकालाई आत्मनिर्भर र स्वावलम्बी बनाउन अवसर प्रदान गर्न सघाउन निर्देशिकामा नमूना क्रियाकलापहरू प्रस्तुत गरिएको छ। साथै, बालबालिकाको उमेर, अवस्था, परिस्थिति एवं सामाजिकीकरणसमेतलाई मध्यनजर गरी अन्य थुप्रै क्रियाकलापहरू पहिल्याउन समेत बाबुआमा, अभिभावक तथा सहजकर्ताहरूलाई उक्साउनेछ भन्ने हाम्रो अपेक्षा रहेको छ।

यो निर्देशिकाको प्रारम्भिक लेखन कार्यमा योगदान दिनुहुने डा.निर्मला उप्रेती, श्री नूपुर भट्टाचार्य, श्री सूर्यभक्त प्रजापति, श्री कुसुम शर्मा, श्री उमा घिमिरे, श्री सुरेन्द्र आचार्य, श्री शिवबहादुर थापा र श्री निना महर्जनलाई धन्यबाद दिन्छु। यस निर्देशिकालाई एकीकृत गर्ने, पुनर्लेखन गर्ने तथा भाषा सम्पादनमा सघाउनु श्री कुमार भट्टराई र श्री निना महर्जनलाई इन्स्टिच्यूट फर लिगल रिसर्च तथा कन्सल्टेन्सी, लाजिम्पाट, काठमाडौंका तर्फबाट म धेरै धन्यबाद दिन्छु। त्यसैगरी, यस निर्देशिकालाई यस स्वरूपमा ल्याउन मार्गनिर्देशन दिई योगदान पुर्‍याउनुहुने कन्सोटियम-नेपालका कार्यसमितिका पदाधिकारी, सचिवालयका कर्मचारी साथीहरू लगायत विज्ञ तथा सहकर्मी मित्रहरूलाई धन्यवाद दिन्छु।

प्रस्तुत निर्देशिकालाई प्रयोगमा ल्याएपछि प्राप्त भएका व्यवहारिक सुझावहरूलाई समावेश गरी समयसापेक्ष सुधार तथा परिमार्जन गर्दै जाने नै छौं भन्ने विश्वास दिन्छु।

चन्द्रिका खतिवडा,
लेखन तथा सम्पादन समूहको तर्फबाट

कन्सोर्टियम- नेपालको तर्फबाट मन्तव्य

बालसहभागीताका बारेमा थुप्रै चर्चापरिचर्चा र बहसहरु चलिरहेका छन् । तर अझ पनि बालसहभागीताका बारेमा जनमानसमा अवधारात्मक स्वष्टता आउन बाँकी नै रहेको छ । बालबालीलाई महत्व दिँदा र सहभागी गराँउदा उनीहरुले टेर्दैनन् भन्ने भ्रम बोकेका मानिसहरु समाजमा प्रसस्त भेटिन्छन् । बालअधिकारका क्षेत्रमा क्रीयाशील कतिपय निकाय तथा सरोकारवालाहरुमा समेत स्पष्टता आइनसकेको अवस्था छ ।

यस परिप्रेक्षमा बालसहभागीताको अवधारणात्मक स्पष्टताका लागी कर्न्सोटियमका तर्फबाट विभिन्न प्रयासहरु गरएिका छन् ॥ यसमध्ये बालसहभागीतासम्बन्धी सामग्री प्रकाशन तथा वितरण समेत रहेको छ ।

त्यसैगरी यस पुस्तिका निर्माण प्रक्रियामा निर्णायक प्राविधिक सहयोग पुऱ्याउनु हुने प्लान ईन्टरनेशनल नेपालका **मधुवन्ति तुलाधर र इन्दिरा थापा** विशेष धन्यवाद ज्ञापनका साथै यस प्रतिवेदन तयारी प्रक्रियामा आर्थिक तथा **प्राविधिक साथ सहयोग उपलब्ध गराउने हाम्रा साझेदार संस्था** प्लान ईन्टरनेशनल नेपाल प्रति हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछु ।

यसक्रममा यस पुस्तिकालाई प्रकाशन गर्न आवश्यक संयोजन गर्नु हुने कर्न्सोटियम सचिवालयका कार्यक्रम निर्देशक **श्री नूर जंग शाह र** कार्यक्रम अधिकृत**श्री वर्षा श्रेष्ठ** लाई पनि धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

निर्देशिका प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

यस सामग्री प्रयोग गरी बालसहभागिता गराउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

- यो पुस्तिका गहन रूपमा अध्ययन गर्ने
- बालबालिकाका रूचिलाई प्राथमिकता दिने
- बालबालिकालाई स्वतन्त्रपूर्वक विचार गर्न प्रकट वा बोल्न अवसर प्रदान गर्ने
- बालबालिकाको विचार सुन्ने र पूरा गर्न सकिने काम पूरा गरिदिने
- कुनै पनि क्रियाकलापप्रति बालबालिकाको ध्यानाकर्षण गर्ने
- अभिभावकले पनि सँगसँगै क्रियाकलाप गर्ने
- बालबालिकालाई स्वतन्त्ररूपले क्रियाकलाप गर्न अवसर दिने
- बालबालिकाले गरेका कामको प्रशंसा गर्ने
- गल्ती गरेको खण्डमा बालबालिकालाई यो गर्नाले यस्तो नराम्रो हुन्छ भनेर सम्झाउने, बुझाउने
- कुनै क्रियाकलापमा सहभागी भएपछि त्यसबाट बालबालिकाले के सिकिरहेका छन्, समय समयमा पूनरावलोकन गर्ने
- बालबालिकालाई समूहमा खेल्न प्रेरित गर्ने
- बालबालिकालाई सामाजिक कार्यहरूमा भाग लिन लगाउने
- कहीँ कतै जाँदा बाटोघाटो छेउ राखिएका सूचना पाटी, होर्डिङ बोर्डमा लेखिएका कुराहरू पढ्न प्रोत्साहित गर्ने
- बजार जानुपूर्व बालबालिकाका आवश्यकताबारे सोध्ने र त्यसको लागि अनुमानित रकम योजना गर्न लगाउने, आदि ।

बालबालिकाले भनेर, सुनेर, गरेर मात्र सहभागिता जनाउँदैनन्, उनीहरूले शरीरको हाउभाउ, मुस्कान, रोदन वा शारीरिक सञ्चालन जस्तै हात हल्लाएर पनि सहभागिता वा असहमति प्रकट गरिरहेका हुन्छन्, त्यसैले उनीहरूको भावना बुझ्न जरूरी हुन्छ । त्यसप्रति हामी बाबुआमा, अभिभावक वा सहजकर्ताले मनग्य ध्यान पुर्‍याउन सक्नुपर्दछ ।

विषय सूची

भूमिका घ
कन्सोर्टियम-नेपालको तर्फबाट मन्तव्य ढ
निर्देशिका प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू छ

परिच्छेद- १: बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिताबारे संक्षिप्त परिचय ७
१.१ परिचय ७
१.२ बालसहभागिता ७
१.३ बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि, १९८९ र बालसहभागिता ८
१.४ बालसहभागिताका पद्धतिहरू ९
१.५ बालसहभागिताका प्रक्रियाहरू १०
१.६ निर्णय प्रक्रियामा बालसहभागिता ११

परिच्छेद- २: बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागितासम्बन्धी निर्देशिकाको औचित्य १४
२.१ निर्देशिका तयारीका आधारहरू १४
२.२ निर्देशिकाको उद्देश्य १५
२.३ बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिताको औचित्य १५
२.४ बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिता १६

खण्ड क : छ वर्ष सम्मका बालबालिका २०
परिच्छेद- ३.१: विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू २१
३.१.१ छ वर्षसम्मका अर्थात प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका बालबालिका २१
३.१.२ विकास तथा विशेषताहरू २१
३.१.३ सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू २८

परिच्छेद- ४.१: सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू २९
४.१.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता ३०
४.१.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता ३०

परिच्छेद- ५.१: सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू ३१
५.१.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता ३१
५.१.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता ३२

खण्ड ख : सातदेखि बाह्रवर्षसम्मका बालबालिका ३३
परिच्छेद- ३.२: विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू ३४
३.२.१ सातदेखि बाह्र वर्षसम्मका अर्थात उत्तर/मध्य बाल्यावस्थाका बालबालिका ३४
३.२.२ विकास तथा विशेषताहरू ३५
३.२.३ बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू ३७

परिच्छेद- ४.२: सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू ३८
४.२.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता ३८
४.२.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता ४२
४.२.३ समुदायतहमा बालसहभागिता ४५
४.२.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता ४९

परिच्छेद- ५.२: सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू ५१
५.२.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता ५१
५.२.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता ५२
५.२.३ समुदायतहमा बालसहभागिता ५३
५.२.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता ५३
५.२.५ गाउँपालिका/नगरपालिका तहका समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा बालसहभागिता ५३
५.२.६ सहभागितामूलक विधि तथा क्रियाकलापहरू ५४

खण्ड ग : १३ देखि १८ वर्ष सम्मका बालबालिका ५६
परिच्छेद- ३.३: विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू ५७

३.३.१ १३ देखि १८ वर्षसम्मका अर्थात किशोरावस्थाका बालबालिका ५७
३.३.२ विकास तथा विशेषताहरू ५८
३.३.३ बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू ६०

परिच्छेद- ४.३ः सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू **६१**
४.३.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता ६१
४.३.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता ६४
४.३.३ समुदायतहमा बालसहभागिता ७१
४.३.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता ७५
४.३.५ गाउँपालिका/नगरपालिका तहका समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा बालसहभागिता ७९
परिच्छेद- ५.३ः सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू **९०**
५.३.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता ९०
५.३.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता ९०
५.३.३ समुदायतहमा बालसहभागिता ९०
५.३.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता ९१
५.३.५ गाउँपालिका/नगरपालिका तहका समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा बालसहभागिता ९१
५.३.६ सहभागितामूलक विधि तथा क्रियाकलापहरू ९१

खण्ड घ : अपाङ्गता भएका बालबालिका **९४**
परिच्छेद- ३.४ः विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू **९५**
३.४.१ अपाङ्गता भएका बालबालिका ९५
३.४.२ विकास तथा विशेषताहरू ९५
३.४.३ बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू ९८

परिच्छेद- ४.४ः सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू **१००**
४.४.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता १०३
४.४.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता १०८
परिच्छेद- ५.४ः सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू **११३**
५.४.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता ११३
५.४.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता ११५

परिच्छेद- ६ः बालबालिकासँग काम गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू **११७**
६.१ बालबालिकासँग काम गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ११७
६.२ परिवार र पारिवारिक सम्बन्ध ११८

सन्दर्भ सामग्री **१२०**
अनुसूची **१२१**
अनुसूची १: बालक/बालिकाको विवरण र सहमति फाराम १२१
अनुसूची २: आमाबुवा वा अभिभावक सहमति १२२
अनुसूची ३: स्कर्ट (Escort) को जानकारी तथा सहमति फारम १२३
अनुसूची ४: बालसंरक्षण नीति १२४
अनुसूची ५: बालबालिकालाई कुनै कार्यक्रममा सहभागी गर्नु अघिका सामान्य नियमहरू १२५
अनुसूची ६ : हेरालु (स्कर्ट) को जिम्मेवारीहरू १२६
अनुसूची ७ : सहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने विधि तथा क्रियाकलापहरू १२७

विधि तथा क्रियाकलापहरू **१२८**
२८. पर्खालमा इँटा (Bricks in the Wall) १६२
२९. छोराछोरी तथा आमाबाबुले एकअर्काबाट राख्ने अपेक्षाहरू १६३
३२. फालिएका सामानहरूको बाकस (Rubbish Box) १६६

परिच्छेद- १: बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिताबारे संक्षिप्त परिचय

१.१ परिचय

'सहभागिता' व्यक्तिको सम्मानको आधार र सशक्तीकरणको एक व्यवहारिक उपाय हो । मानवअधिकारको बृहत् सन्दर्भमा 'सहभागिता' लाई **अधिकारका धारक**ले आफ्ना अधिकार उपयोग गर्ने एक सशक्त माध्यमका रूपमा लिइन्छ । त्यसो त सहभागिता आफैंमा मानवअधिकारको लक्ष्यसमेत हो । एकातिर अर्थपूर्ण सहभागिताका लागि वयस्क तथा बालबालिकाको सशक्तीकरण गरिनु जरूरी छ भने अर्कोतर्फ सहभागिताको अवसरले उनीहरूलाई थप सशक्त बनाउँदछ ।[1]

बालसहभागिता भन्नाले बालबालिकालाई उनीहरूको विचारहरू व्यक्त गर्न वा आफूलाई असर गर्ने विषयबारे बोल्ने, निर्णयप्रक्रियामा संलग्न हुने र आफ्नो उमेर र परिपक्वताअनुरूप दैनिक गतिविधिमा सहभागी हुनुलाई जनाउँदछ । सहभागिताले बालबालिकालाई आफ्ना चासोको विषय वा आफ्नो जीवन अथवा परिवारलाई असर गर्ने गतिविधिहरूमा सक्रिय हुन आव्हान गर्दछ । सहभागिताले बालविकास, बालसंरक्षण र बालबचावटजस्ता अधिकारहरूसमेतको परिपूर्तिमा सकारात्मक प्रभाव पार्न सक्दछ ।

अन्तर्राष्ट्रिय परिवेश र नेपालभित्र पनि बालअधिकार प्रवर्द्धनमा १९९० को दशकदेखि नै विभिन्न अभियान र अभ्यासहरू भइआएका छन् । यसका साथै बालबालिकाको समग्र विकासमा बालसहभागिता एक आयामको रूपमा स्वीकार गरिएको छ । बालबालिकाको सहभागिताको विद्यमान उदाहरणीय अभ्यास र प्रक्रियालाई थप सुदृढ बनाउन र त्यसलाई अर्थपूर्ण र नैतिकतापूर्ण बनाउनका लागि मार्गनिर्देश गर्न अवश्यक देखियो । त्यसरी नै परिवार, विद्यालय, बालक्लब र समुदाय, जिल्ला तथा राष्ट्रियतहको विभिन्न अनौपचारिक तथा औपचारिक संस्था, प्रक्रिया र विधिहरूमा बालबालिकासँग सम्बन्धित विषयहरूमा उनीहरूको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सम्बन्धित सबैलाई मद्दत गर्नु आवश्यक देखियो । त्यसो भएकाले बालबालिकाको सहभागितासम्बन्धी यो निर्देशिका **बालबालिकाको सहभागितामा कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल)** को तर्फबाट तयार गरी अभ्यासमा ल्याइएको हो ।

१.२ बालसहभागिता

'सहभागिता'ले व्यक्तिले प्रत्यक्ष वा प्रतिनिधिमार्फत निर्णय प्रक्रियामा संलग्न हुने सार्वजनिक प्रक्रियालाई बुझाउँदछ (Participation refers to public processes in which people are involved in decision making, either directly or through representatives.)[2]। बालसहभागिताले बालबालिकालाई सिक्न, बुझ्न र आफ्नो विकास गर्न प्रशस्त अवसरहरू उपलब्ध गराउँदछ ।सहभागिताको सन्दर्भमा बालबालिकाको बढ्दो उमेर, विकासको स्तर र परिपक्वतामा ध्यान दिइनु आवश्यक हुन्छ । यस क्रममा बालबालिकाको अधिकार सुनिश्चित गर्न बालसहभागितालाई एक सशक्त माध्यमका रूपमा स्वीकार गरिएको छ ।

देशका विभिन्न स्थानमा गरिएको सहभागितासम्बन्धी अभ्यासका अनुभवहरूबाट बालबालिकाको आवश्यकतालाई नजिकबाट बुझ्न रसम्बोधन गर्नका लागि बालसहभागिता उपयोगी साबित भएको छ । यसले बालबालिकालाई तुलनात्मक रूपमा आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्न र निर्णयप्रक्रियामा क्रियाशील भई संलग्न हुनसक्नेगरी सक्षम बनाएको छ । यसर्थ बालसहभागितालाई केवल एक क्रियाकलाप वा एकपटक गरिने कार्यविशेषभन्दा पनि निरन्तर रूपमा गरिनुपर्ने एक विधि, प्रक्रिया र संस्कारको रूपमा लिनुपर्दछ । सहभागिताले बालबालिकालाई वयस्क व्यक्ति, निकाय तथा संस्थासमेतसँग मिलेर काम गर्ने अवसर सिर्जना गर्दछ रबालबालिकालाई समाजको एक महत्वपूर्ण हिस्सा वा सरोकारवाला समूहको रूपमा मान्यता दिलाउन मद्धत गर्दछ ।

युनिसेफ, सेभ द चिल्ड्रेन र प्लान इन्टरनेशनलले 'बालसहभागिता' लाई निम्नानुसार परिभाषित गरेको पाइन्छः[3] युनिसेफले बालसहभागितालामा वयस्क र बालबालिकाबीचको साझेदारितालाई अर्थ्याउँदै भनेको छ-

''सामान्य अर्थमा भाग लिनु नै सहभागिता हो । सहभागिताका लागि बालबालिकाको अर्थपूर्ण भूमिका हुनुपर्दछ । बालसहभागिताभित्र बालबालिकाको आत्मसम्मान, सुरक्षा, संरक्षण र उनीहरूको विचारको उचित सम्मानको अधिकार

[1]चन्द्रिका खतिवडा र शिव थापा, २०६९, सहभागिताको सन्दर्भ र परिवार, विद्यालय, समुदाय एवं स्थानीयतहमा बालबालिकाको सहभागिता, **सशक्तीकरण**, महिला, बालबालिका तथा समाजकल्याण मन्त्रालय, पृष्ठ १

[2]Inter-Agency Working Group on Children's Participation (IAWGCP), 2007, Children's participation in decision making: Why to do it, When to do it, How to do it, pg. 6

[3]बालसहभागितामा कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) को **बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि आधार-पत्र**, पृ.६-७ बाट उद्दरण गरिएको ।

पर्दछन् । अर्थपूर्ण सहभागिता हुनका लागि वयस्क र बालबालिकाबीच केही हदसम्म शक्तिको बाँडफाड हुनुपर्दछ साथै कतिपय प्रक्रियामा उनीहरूको संलग्नता हुनुपर्दछ । वयस्कहरूले बालबालिकालाई आफू र अरूलाई हानि गर्ने कार्यबाट जोगाउनुपर्दछ ।''

सेभ द चिल्ड्रेनका अनुसार

''हामी बालबालिकाको जीवनमा प्रभाव पार्ने विषयहरूमा उनीहरूलाई सहभागी हुने अवसर र स्थान उपलब्ध गराउँछौं । हाम्रा लागि बालसहभागिता भनेको परियोजनाका उद्देश्यहरू हासिल गर्ने साधन होइन, यो त उनीहरूको अधिकारभित्रको कुरा हो । हामी उनीहरूको विचार सुन्छौं र उनीहरूबाट सिक्छौं पनि । हामी अर्थपूर्ण बालसहभागितालाई मान्यता दिन्छौं ।''

प्लान नेपालका अनुसार

''बालबालिकाले आफ्नो विचार अभिव्यक्त गर्न अवसर पाउनु तथा उनीहरूलाई प्रभावित पार्ने कुनै पनि निर्णय प्रक्रियामा उनीहरू आफै सहभागी हुनु हो । प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूपमा बालबालिकालाई असर पार्ने कुनै पनि सवालको निर्णय प्रक्रियामा सुसूचित भई स्वतन्त्र रूपले सहभागी हुनु हो । विशेषगरी अति विपन्न तथा विभिन्न उमेर समूह एवं क्षमताका बालबालिका समेत सबै कार्यक्रम र तहमा सहभागी हुन पाउनु हो ।'

बालबालिकाको बढ्दो उमेर र परिपक्वताअनुसार उनीहरूको सहभागिताको प्रक्रिया र स्वरूप फरक-फरक हुन सक्दछन् । सहभागिताले बालबालिकालाई बाल्यकालमा आधारभूत सीपहरू सिक्न, आफूमा अन्तर्निहित क्षमताको पहिचान गर्न, जीवन उपयोगी सीप सिक्न, सहभागिताको संस्कृति प्रवर्द्धन गर्न एवं बालबालिकाको आत्मविश्वास बढाउन, प्रजातान्त्रिक पद्धतिमा अभ्यस्त गराउन र अन्तरपुस्ता दुरी (Generation Gap)कम गराउन सहयोग गर्दछ । सबै उमेर समूहका बालबालिकाको हकमा उनीहरूको उच्चतम हितलाई ख्याल गरी 'आफ्नो विचार र भावनाको अभिव्यक्तिको अवसर प्रदान गरिनु र त्यसरी व्यक्त विचारको उचित कदर गरिनु' आवश्यक हुन्छ ।बालविकासको एक प्रक्रियाको रूपमा बालसहभागितालाई लिन सक्दछौं, जसले बालबालिकालाई आफ्नो जीवनमा प्रभाव पार्ने विषयहरूको निर्णयप्रक्रियामा सहभागी हुने र आफ्नो बढ्दो क्षमताअनुसार आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्ने अवसर प्रदान गर्दछ । बालसहभागितासम्बन्धी सामान्यतयाः दुई अवधारणाहरू व्याप्त रहेको पाइन्छ-

- निर्णयप्रक्रिया र क्रियाकलापहरूमा बालबालिकाले भाग लिने वा तिनमा प्रभाव पार्ने ।
- आफ्नो व्यक्तिगत र सामाजिक जीवनसँग सरोकार राख्ने विषयवस्तुमा अन्य वयस्कहरूसँगै बालबालिका पनि संलग्न हुने/गराउने ।

१.३ बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि, १९८९ र बालसहभागिता[4]

संयुक्त राष्ट्रसंघीय **बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि, १९८९** ले बालबालिकासँग सरोकार राख्ने विषयमा उनीहरूको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सैद्धान्तिक आधार दिन्छ । आफूलाई असर गर्ने मुद्दा, विषयवस्तु र प्रक्रियामा बालबालिकाको सहभागिताको अधिकारलाई महासन्धिले सम्बोधन गरेको छ ।

'बालसहभागिता' बारे बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि, १९८९ का देहायका व्यवस्थाहरू महत्वपूर्ण रहेका छन्:

- धारा १२ को प्रावधानले बालबालिका तथा किशोरकिशोरीलाई स्वतन्त्रतापूर्वक आफ्नो विचार अभिव्यक्त गर्ने र त्यसरी व्यक्त गरिएका विचारहरूलाई बालबालिकाको बढ्दो उमेर र परिपक्वताको आधारमा सुनिनुपर्ने र उचित सम्मान गरिनुपर्ने अधिकार सुनिश्चित गरेको छ ।
- धारा १३ को प्रावधानले बालबालिकाले खासगरी आफूलाई आवश्यक सूचना खोज्ने, प्राप्त गर्ने र तिनको प्रवाह गर्ने लगायत उनीहरूको अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतासम्बन्धी अधिकारलाई सुनिश्चित गरेको छ ।
- धारा १५ को प्रावधानले संघ-संस्था वा सङ्गठन खोल्ने र शान्तिपूर्ण भेला हुन पाउने बालबालिकाको अधिकार सुनिश्चित गरेको छ । र,
- धारा १६ को प्रावधानले गोपनियताको अधिकारलाई सुनिश्चित गरेको छ ।

धारा १२ को प्रावधान 'बालबालिकालाई सुनिनुपर्ने अधिकार' लाई बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि, १९८९ का चारवटा सामान्य सिद्धान्तहरूमध्ये एक सिद्धान्तका रूपमा समेत स्वीकार गरिएको छ । यसर्थ, यो प्रावधान महासन्धिमा व्यवस्था गरिएका अन्य बालअधिकारहरूको कार्यान्वयनका सन्दर्भमा पनि यसलाई 'कसी' को रूपमा उपयोग गर्न सकिन्छ । बालबालिकाको सहभागितासँग सम्बन्धित महासन्धिका सिद्धान्तहरू तथा प्रावधानहरूले आफ्ना अधिकारको परिपूर्तिका लागि

[4]सेभ द चिल्ड्रेन फिन्ल्यान्ड, वाटर एड र नेवा, २०११, खानेपानी, सरसफाई र स्वास्थ्य परियोजनामा नैतिकतापूर्ण तथा अर्थपूर्ण बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि मार्गनिर्देशिका, पृ. ४०-४१ का आधारमा तयार गरिएको ।

बालबालिकालाई 'नागरिकका रूपमा' (as Citizens)र 'सक्रिय कर्ता' का रूपमा' (as Active Actors)रूपमा लिएका छन् । अनि सहभागी हुन पाउने बालबालिकाको अधिकारलाई सम्मान गर्दै नैतिकतापूर्ण र अर्थपूर्ण तरिकाले सहभागी हुनका लागि अवसर सिर्जना गर्ने आधारभूत दायित्व वयस्क व्यक्ति तथा संस्थालाई सुम्पेको छ ।

१.४ बालसहभागिताका पद्धतिहरू

'बालसहभागिता भनेको बालसहभागितासम्बन्धी कुनै विशेष खालका कार्यक्रम वा क्रियाकलापहरूमा अन्य बालक वा बालिकाको 'प्रतिनिधित्व' गरी छानिएका केही बालबालिकाले भाग लिनु मात्र होइन ।'[5] बालसहभागिताका लागि सधैँ औपचारिक मञ्च र प्रक्रियाहरू आवश्यक पनि हुँदैनन् । एउटा बालक वा बालिकाले परिवार, समुदाय, विद्यालय, स्थानीयतहका संरचनाहरूलगायत राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय सन्दर्भसमेतमा सहभागी हुन सक्दछन् । यसर्थ, बालसहभागिताका सम्बन्धमा देहायका पद्धतिहरूलाई उचित ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ :

- **'सक्षम बनाउने अधिकार'का रूपमा सहभागिता (बालबालिकाको अन्य अधिकारहरूलाई परिपूर्ति गर्ने उपायका रूपमा) (Participation as 'enabling rights'(instrumental to realize other rights of the child)--**बालबालिकाको विचार अभिव्यक्त गर्ने अधिकार र आफूलाई प्रभाव पार्ने विषयहरूमा उनीहरूको विचारको उचित सुनवाइ हुनुपर्ने अधिकारले सामान्यतया: बालबालिकालाई अधिकारका धारकका रूपमा स्वीकार गर्दछ । यसले उनीहरूलाई आफ्नो अधिकारको मागदाबी गर्ने अख्तियारी पनि दिन्छ, जबकि बालबालिकाको 'निर्णयप्रक्रियामा सहभागी हुन पाउने' अधिकारले बालक वा बालिकालाई व्यक्तिगत रूपमा र सामुहिक रूपमा अधिकार (आफ्नो र आफ्ना दौंतरीहरूसमेतको अधिकारको कार्यान्वयनका लागि 'सक्रिय कर्ता'का रूपमा मान्यता दिन्छ ।

- **सहभागिता एउटा प्रक्रियाका रूपमा(Participation as a Process)**-- बालसहभागिता कुनै एक कार्यक्रम वा क्रियाकलापमुखी मात्र या भनौ एकपटकमा सकिने क्रियाकलापमा आधारित हुँदैन, बरू यसका लागि 'दीर्घकालीन पद्धति र दिगो प्रतिबद्धताको आवश्यकता पर्दछ' । यसर्थ, बालसहभागितालाई बालबालिकाको दैनिक जीवनका वास्तविकतासँग मेल खाने गरी समन्वय गरिनुपर्दछ र परिवार एवं समुदायको अनौपचारिक सन्दर्भमा बालसहभागिताको प्रवर्द्धन गर्न र अभ्यास बढाउन जोड दिइनुपर्दछ । 'यसका लागि बालबालिका र वयस्कहरूबीच आपसी सम्मान र विश्वासमा आधारित भएर सम्बन्ध विस्तार गरी सहकार्य गर्नु आवश्यक हुन्छ । यसले समयक्रममा बालबालिका र वयस्क (व्यक्तिगत तथा संस्थागत दुवै क्षमतामा) ले मिलेर सहकार्य गर्ने नयाँ उपायहरूको विकास हुन्छ ।'[6]

- **सहभागिता एक संस्कृतिका रूपमा(Participation 'as Culture')**--परिवार, समुदाय र स्थानीयतहका संरचनाहरूका सन्दर्भमा वयस्कबाट बालबालिकालाई दिइने सहयोगपूर्ण वातावरणले नै खास रूपमा बालसहभागितालाई निर्क्यौल गर्दछ । के वयस्कहरू– अ) बालबालिकासँग कुराकानी वा सञ्चार-संवाद गर्दछन् ? आ) बालबालिकाले व्यक्त गरेका विचार, अभिव्यक्ति र उनीहरूका सरोकारका विषयहरूलाई उनीहरूले भनेझैं सुन्दछन् र तिनलाई उचित महत्व दिन्छन् ? इ) बालबालिकालाई निर्णयप्रक्रियामा संलग्न गराउँदछन्? ई) बालबालिकाको सशक्तीकरणका लागि उचित अवसरहरू दिन्छन् ? उ) बालबालिकाबाट सिक्न तत्पर रहन्छन् र बालबालिकाको दृष्टिकोणलाई उचित मान्यता दिन्छन् ? र, ऊ) बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्नेगरी क्रियाकलापहरूको तर्जुमा गर्दछन् र प्रक्रियाहरूलाई सहजीकरण गर्दछन् ? बालसहभागिताका सन्दर्भमा सम्बोधन गरिनुपर्ने यी केही आधारभूत सवालहरू हुन् । बालसहभागिताको सन्दर्भमा, वयस्कहरूले के म/हामी–अ) पद्धति तथा प्रक्रियाहरूमा नयाँ एवं रचनात्मक स्वरूप दिनका लागि खुल्ला छु/छौं, आ) बालबालिकासँग अन्तर्क्रिया तथा सञ्चार-संवादमा लोकतान्त्रिक मूल्य/मान्यता एवं प्रक्रियालाई आत्मसात गर्दछु/छौं, र इ) बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने विधिगत प्रक्रियाहरूबारे राम्रो जानकारी राख्दछु/छौं र त्यसमा दक्ष छु/छौं? भनी आफूहरूलाई नै नियाल्नु आवश्यक हुन्छ । यसर्थ पनि कि बालबालिकाप्रति वयस्कहरूका धारणाले धेरै सन्दर्भमा बालसहभागिताका लागि बृहत् रूपमा वातावरण तय गरिरहेको हुन्छ ।

- **बालबालिकाको सशक्तीकरण (Empowering Children)**--बालबालिकाको विकासका लागि उनीहरू स्वयंलाई सशक्तीकरण गर्न बालसहभागिताको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । बालिका वा बालकले सहभागितामार्फत– अ) महत्वपूर्ण जीवनउपयोगी सीप र ज्ञान सिक्न सक्दछन्, र आ) अधिकार हनन हुन नदिन र अधिकार हनन भएको अवस्थामा त्यसलाई सम्बोधन गर्न सक्रियता देखाउन सक्दछन् । विभिन्न उमेर, पृष्ठभूमि र अनुभवहरू भएका बालिका र

[5] सेभ द चिल्ड्रेन स्वीडेन, जोआकिम थेइस, २००४, Promoting Rights-based Approaches(अधिकारमा आधारित पद्धतिहरूको प्रवर्द्धन), पृ. ११३

[6] सेभ द चिल्ड्रेन स्वीडेन, जोआकिम थेइस, २००४, Promoting Rights-based Approaches(अधिकारमा आधारित पद्धतिहरूको प्रवर्द्धन), पृ. ११३

बालकहरूले आफ्ना अधिकारबारे बुझेमा र तिनको 'मागदाबी' गरेमा तथा अधिकार परिपूर्तिका लागि योगदान गर्न सकेमा नै बालसहभागितासम्बन्धी पहलहरू सुदृढ हुन्छन् । यो बढ्दो रूपमा स्वीकारिएको छ कि बालबालिकासँग परामर्श गर्नु भनेको बालबालिकाका सरोकारका विषयमा बनाइने नीति तथा अभ्यासहरूलाई प्रभावकारी हुनेछन् भनी सुनिश्चित गर्ने एक व्यावहारिक उपाय पनि हो ।

१.५ बालसहभागिताका प्रक्रियाहरू

बालक वा बालिका वा बालबालिकालाई सुन्न र उनीहरू सहभागी हुनको लागि देहायका प्रक्रियाहरू हुनुपर्दछः[7]

क) पारदर्शिता र सुसूचित- आफ्नो विचार स्वतन्त्र रूपमा अभिव्यक्त गर्न र आफ्नो विचारलाई महत्व दिइनुपर्ने अधिकारका सम्बन्धमा तथा सहभागिता कहाँ हुन्छ, यसको क्षेत्र वा दायरा के हो, यसको उद्देश्य के हो र यसले सम्भावित के-कस्ता परिणामहरू ल्याउँदछन् भन्नेबारे बालबालिकालाई पहुँचयोग्य रूपमा विविधता-संवेदी र उमेर-उपयुक्त किसिमबाट सूचनाजानकारी दिइनुपर्दछ ।

ख) स्वयंसेवी- बालबालिकालाई उनीहरूको आफ्नो इच्छाविरूद्ध विचार व्यक्त गर्न दबाव दिइनुहुँदैन र आफूहरूले कुनै पनि प्रक्रियाको कुनै चरणमा सहभागी हुनबाट आफूलाई अलग गर्न सक्नेबारे उनीहरू सूचित हुनुपर्दछ ।

ग) सम्मानपूर्णता- बालबालिकाको विचारलाई सम्मानका साथ लिइनुपर्नेछ र उनीहरूलाई आफै आफ्ना विचार व्यक्त गर्न र क्रियाकलापहरू सुरूवात गर्न अवसरहरू दिइनुपर्दछ । बालबालिकासँग काम गर्ने वयस्कहरू बालबालिकाका कुरा बुझ्न सक्ने, उनीहरूलाई सम्मान गर्ने र बालबालिकाको सहभागिताका राम्रो उदाहरणहरू सिर्जना गर्न सक्ने खालका हुनुपर्दछ । उदाहरणका लागि, बालबालिकाले आफ्नो परिवार, विद्यालय, सांस्कृतिक परिवेश तथा काम गर्ने ठाउँमा दिन सक्ने योगदानबारे वयस्कहरू सचेत र सजग हुनुपर्दछ । अझ त्यस्ता वयस्कहरूले बालबालिका रहने सामाजिक-आर्थिक परिवेश, वातावरण र सांस्कृतिक सन्दर्भलाई राम्ररी बुझ्नु आवश्यक हुन्छ । बालबालिकासँग र उनीहरूका लागि काम गर्ने व्यक्तिहरू र संस्थाहरूले सार्वजनिक गतिविधिहरू उनीहरूको सहभागिता गराउने तथा सबै सन्दर्भमा बालबालिकाको विचारलाई सम्मान गरिनुपर्दछ ।

घ) सान्दर्भिकता- बालबालिकाले आफ्ना विचार व्यक्त गर्न पाउने अधिकारसँग सम्बन्धित विषयहरू उनीहरूको जीवनको वास्तविकतासँग सम्बन्धित हुनुपर्दछ । र, उनीहरूको ज्ञान, सीप र क्षमताहरू बढाउन सहयोग पुऱ्याउने किसिमबाट गरिएको हुनुपर्दछ । साथसाथै, यसको लागि बालबालिकालाई आफूले पहिचान गरेका विषयहरू सान्दर्भिक र महत्वूर्ण भएको कुरा जोड दिन सक्ने बनाउन र तिनलाई सम्बोधन गर्न उनीहरूलाई सक्षम बनाउने खालका उपयुक्त स्थान बनाइनु पनि आवश्यक हुन्छ ।

ङ) बालमैत्री- बालबालिकाको क्षमताअनुरूप हुने गरी सहभागिताको वातावरण र कार्यविधिहरूको छनौट तथा पहिचान गरिएको हुनुपर्दछ । बालबालिकालाई सहभागी हुनका लागि पर्याप्त समय र स्रोतहरू उपलब्ध गराइएको हुनुपर्दछ ताकि बालबालिकाले पर्याप्त तयारी गरी आफ्ना विचार अभिव्यक्त गरी योगदान दिने अवसर र आत्मविश्वास जुटाउन सकुन्। बालबालिकालाई विभिन्नतहमा फरक-फरक किसिमको सहयोगको आवश्यकता पर्दछ । तसर्थ उनीहरूले आफ्नो उमेरअनुरूप एवं क्षमताअनुसार हुने गरी संलग्न हुने विभिन्न स्वरूपहरूलाई मान्यता दिएको हुनुपर्दछ ।

च) समावेशी- सहभागिता विद्यमान भेदभावको स्वरूपहरूलाई अस्वीकृत गर्ने तथा सीमान्तकृत बालबालिका, बालिका तथा बालकहरू दुवैको लागि समान अवसरहरू उपलब्ध गराएर उत्साहपूर्वक संलग्नता गराउने खालको समावेशी हुनुपर्दछ । बालबालिका एकै समूहका मात्र होइनन् र उनीहरूलाई कुनै पनि किसिमबाट भेदभाव नगरी सबैलाई समान अवसर दिनेगरी सहभागी गराइनु आवश्यक हुन्छ । अझ, बालसहभागितासम्बन्धी कार्यक्रमहरू समुदायका सबै बालबालिकाका लागि सांस्कृतिक रूपमा संवेदनशील हुने गरी सुनिश्चित गर्न आवश्यक हुन्छन् ।

छ) तालिम दिएर सहयोग गर्ने- बालबालिकाको प्रभावकारी सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सहजीकरणका लागि वयस्कहरूको तयारी चाहिन्छ र यसका लागि सीपविकास गरी सहयोग गर्नुपर्दछ । उदाहरणका लागि, प्रभावकारी सुनाइ सीप,

[7]बालसहभागितामा कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कर्न्सोटियम), २०६९, बालअधिकार समितिको सामान्य टिप्पणी नं. १२ (२००९): बालबालिकाको सुनवाइको अधिकार (अनौपचारिक नेपाली अनुवाद),पृ.४९-५२, अनुच्छेद संख्या १३४

बालबालिकासँग सहकार्य गर्ने र प्रभावकारी रूपमा उनीहरूको उदयोन्मुख क्षमताअनुरूप हुनेगरी संलग्न गराउने जस्ता सीपहरू वयस्कहरूलाई दिइनुपर्दछ । यसरी तालिम दिंदा खासगरी सहभागितालाई कसरी प्रभावकारी रूपमा प्रवर्द्धन गर्ने भन्ने जस्ता विषयमा बालबालिका स्वयं पनि प्रशिक्षक तथा सहजकर्ता भएर काम गर्न सक्दछन् । उनीहरूलाई पनि आफ्ना अधिकारबारे सचेतना जगाउने कार्यमा कसरी सहभागी हुने, बैठक आयोजना गर्नको लागि तालिम, स्रोतकोष बढाउने (फन्ड रेजिङ) तालिम, सञ्चारका माध्यमहरूसँग कसरी सामना गर्ने, सार्वजनिक भाषणकला र पैरवीलगायतका विषयहरूमा आफ्ना सीपहरूलाई निखार्ने क्षमता अभिवृद्धिको अवसर आवश्यक पर्दछ ।

ज) सुरक्षित र जोखिमबारे संवेदनशीलता- कुनै निश्चित अवस्थाहरूमा आफ्नो विचार व्यक्त गर्दा बालबालिकालाई जोखिम हुने सम्भावना रहन्छ । आफूले काम गर्ने बालबालिकाप्रति वयस्कहरूको उत्तरदायित्व रहन्छ । वयस्कहरूले बालबालिकामाथि हुनसक्ने हिंसा, दूर्व्यवहार वा उनीहरूको सहभागिताबाट उत्पन्न हुनसक्ने अरू कुनै पनि खालका नकारात्मक परिणामसम्बन्धी जोखिमलाई न्यूनीकरण गर्न आवश्यक सबै उपायहरू पूर्ववत् नै अपनाउनुपर्दछ । केही बालबालिकाको समूहले सामना गर्नुपर्ने निश्चित खालका जोखिमहरूलाई सम्बोधन गर्ने गरी, उनीहरूले सामना गर्नुपर्ने थप अवरोधहरूमा सहयोग गर्ने गरी र उनीहरूको संरक्षण सुनिश्चित गर्नको लागि स्पष्ट बालसंरक्षण रणनीतिको विकास गर्नुपर्दछ । र, सबै बालबालिकाले जोखिमबाट सुरक्षित हुनुपर्ने आफ्नो अधिकारबारे सचेत हुने र आवश्यक परेमा सहयोगको लागि कहाँ जाने भन्नेबारे जान्नुपर्दछ । परिवार र समुदायसँग काम गर्नु र त्यसको लागि लगानी बढाउनु अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुन्छ । यो बालबालिकाको सहभागिताको तात्पर्य एवं महत्वबारे बुझ्न र बालबालिका आपत्मा पर्न सक्ने जोखिमहरूलाई न्यूनीकरण गर्न महत्वपूर्ण हुन्छ ।

झ) जवाफदेही- सम्पन्न गरिएका कार्यको अनुगमन र मूल्याङ्कन गर्न प्रतिबद्धता आवश्यक हुन्छ । उदाहरणका लागि, कुनै पनि अनुसन्धान वा परामर्शका प्रक्रियामा बालबालिकालाई कसरी उनीहरूका विचारलाई अर्थ्याइएको छ वा व्याख्या गरिएको छ र तिनलाई के-कसरी प्रयोग गरिन्छ तथा आवश्यक भएमा, उनीहरूका विचारले अवसर तथा चुनौती सामना गर्न र उपलब्धिको विश्लेषणलाई प्रभाव पार्न सकिन्छ भन्नेबारेमा जानकारी दिनुपर्दछ । कुनै पनि नतिजाहरूलाई बालबालिकाको सहभागिताले कसरी प्रभाव पारेको छ भन्नेबारेमा स्पष्ट पृष्ठपोषणसहित उनीहरूलाई अधिकारका धारक तथा सरोकारवालाका रूपमा लिइनुपर्दछ । जहाँ उपयुक्त छ, बालबालिकालाई प्रक्रिया वा कुनै पनि क्रियाकलापको अनुगमनमा सहभागी हुने अवसर दिनुपर्दछ । बालबालिकाको सहभागितासम्बन्धी अनुगमन र मूल्याङ्कन सम्भव भएसम्म बालबालिका आफैले गर्नु राम्रो हुन्छ ।

१.६ निर्णय प्रक्रियामा बालसहभागिता

बालसहभागिताको मुख्य ध्येय भनेको सहभागी हुनका लागि बालबालिकाको 'सशक्तीकरण' गर्न आवश्यक प्रक्रिया, विधि र पद्धतिहरूमाथि विशेष जोड दिनु हो । अर्कोतर्फ त्यसका लागि व्यक्तिगत वा संस्थागत हैसियतमा जिम्मेवार वयस्कहरूलाई 'सक्षम बनाउनु' हो । यसका साथै, बालसहभागिताको अधिकारलाई सम्मान गर्न र यसलाई सम्बोधन गर्न बालबालिकाका वरिपरिको वातावरण तथा परिवेशलाई सहयोगी हुने गरी तयार गर्नु पनि त्यत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छ। त्यसकारण, बालसहभागिता आफैमा एक जटिल विषय हो र यसलाई बढावादिन कार्यविधिगत प्रक्रियाहरू (Methodological Processes)आवश्यक पर्दछन् । जसअन्तर्गतः

अ) बालबालिकाप्रति वयस्क (व्यक्तिगत तथा संस्थागत हैसियतमा रहेका) को धारणा परिवर्तन गर्नु,
आ) वयस्क र बालबालिकाबीचको शक्तिसम्बन्धलाई सम्बोधन गर्नु,
इ) परिवार, समुदाय र सोभन्दा बाहिरसमेत आफूसँग सम्बन्धित विषयमा सहभागी हुनका लागि बालबालिकालाई तयार गर्नु, र
ई) बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सहजीकरण गर्न सक्षम हुनेगरी वयस्कको क्षमता तथा दक्षताको विकास गर्नु लगायतका कार्यहरू पर्दछन् ।

सहभागिताको प्रक्रियामा बालबालिकालाई ध्यानपूर्वक सुनिन्छ, उनीहरूका विचार व्यक्त गर्न सहयोग गरिन्छ, विचारहरूलाई मान्यता दिइन्छ र निर्णयप्रक्रियामा सहभागी गरिन्छ ।

सहभागिताले बालबालिकाको अधिकारको सम्मान तथाआफ्ना विचारलाई मान्यता दिइने वातावरण बनाउँछ र सम्भव भएसम्मका स्थानमा उनीहरूको जीवनलाई असर गर्ने निर्णयप्रक्रियामा संलग्न गराउन प्रोत्साहन गर्दछ । निर्णयप्रक्रियामा

बालबालिकालाई सहभागी गराउनका लागि निर्णय लिने क्रममा उनीहरूलाई आवश्यक पर्ने सूचनाजानकारी उनीहरूको क्षमताअनुरूप उनीहरूले बुझ्नेगरी बालमैत्री ढाँचामा उपलब्ध गराइनुपर्दछ। निर्णयसम्बन्धी विभिन्न विकल्पहरू र ती निर्णय गरिनुपर्नाका कारणहरूबारे सुसूचित गरिनुपर्दछ । सहयोगी व्यक्ति तथा संघसंस्थाहरूले बालबालिकालाई निर्णयप्रक्रियामा उचित ढङ्गले आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्न सहयोगी भूमिका निर्वाह गर्नुपर्दछ। बालबालिकाको उमेर र विकासको स्तर वा परिपक्वताअनुरूप उनीहरू बालमैत्री वातावरणमा संलग्न हुन सक्छन् । उदाहरणका लागि अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सन्दर्भमा उनीहरूलाई आफ्नो विचार व्यक्त गर्दा आउनसक्ने सबै अवरोधहरूलाई न्यूनीकरण गरी सहभागी गराइनुपर्दछ।

केही परिस्थितिहरूमा कुनै विषयमाथि लिइने निर्णयप्रक्रियामा बालबालिकालाई प्रत्यक्ष रूपमा सहभागी गराउन उपयुक्त नहुन सक्छ वा सहभागिता कम गर्नुपर्ने हुन्छ। सहभागिता कम गराउनु पर्ने अवस्थाहरू,

- बालबालिकामाथि गम्भीर हानिहुने अवस्थामा वा सम्भाव्यताका कारण तत्काल उद्दार गर्नुपर्ने बालबालिका वा उनीहरूको अभिभावकको चाहना विपरीत कार्य गर्नुपर्ने अवस्थामा ।
- बालबालिका विभिन्न कारणले निर्णयप्रक्रियामा भाग लिन असक्षम हुनसक्छन् जस्तै लागूपदार्थ सेवन वा गम्भीर अपाङ्गता भएको अवस्था ।
- यदि बालबालिकाको उमेर र सक्षमताका कारण कुनै जटिल विषयवस्तुको निर्णयप्रक्रियाबारे बुझ्न र सक्रिय रूपमा योगदान दिन नसक्ने भएमा । जस्तै- विश्वव्यापीकरणको प्रभाव विश्लेषण, मौद्रिक अवस्था र यसको उच्चतम प्रयोग, राष्ट्रिय सुरक्षासम्बन्धी नीति तयारीसम्बन्धी विषयहरू ।

माथि उल्लेखित अवस्थाका बावजुद बालबालिकालाई कसरी सहभागी गराउन सकिन्छ भन्नेबारेमा उचित ध्यान दिइनुपर्दछ। खासगरी उनीहरूको उमेर र परिपक्वता वा मानसिक अवस्थाका कारण उनीहरूलाई सूचनामा पहुँच वा निर्णयप्रक्रियामा भाग लिनबाट बन्देज गर्नुहुँदैन । बरू बालबालिकाको लागि सुहाउँदो वा बालमैत्री सूचनासामग्री र विधि एवं प्रक्रिया तय गर्नु आवश्यक हुन्छ।

बालबालिकालाई निर्णयप्रक्रियामा सहभागी गराउनका लागि वयस्कहरूले उपयुक्त योजना तयार गर्नुपर्ने हुन्छ। निर्णयप्रक्रियामा बालसहभागितासम्बन्धी केही प्रक्रियाहरूलाई निम्नानुसार प्रस्तुत गरिएको छः[8]

- बैठकमा बालबालिकालाई सहभागी गराउनुअगाडि छलफलको सामान्य व्यवस्थापन गर्नु आवश्यक हुन्छ । यसअन्तर्गत छलफल हुने समय र स्थान, छलफलमा भाग लिने व्यक्तिहरू र उक्त छलफलबाट अपेक्षित निर्णयहरू आदि पर्दछन् ।
- छलफलमा भाग लिने कुनै अपाङ्गता भएका व्यक्ति वा बालबालिका भएको अवस्थामा अपाङ्गतामैत्री भौतिक वातावरण तयार गर्नु आवश्यक हुन्छ।
- सुन्न, र हेर्न समस्या भएका अपाङ्गतामा भएका बालबालिका सहभागी भएको अवस्थामा उनीहरूलाई सहयोग गर्ने अनुवादकको व्यवस्था गर्नुपर्दछ । त्यसरी नै अक्षर पढ्न नजान्ने बालबालिका छन् भने उनीहरूलाई छलफलमा भागलिन उपयुक्त हुने खालको विधि तथा प्रक्रियाहरू तय गरिनुपर्दछ।
- छलफलको लागि निर्धारित प्रक्रिया सहभागी बालबालिका अनुकूल भएको सुनिश्चित गरिनुपर्दछ । यसअन्तर्गत सबै सहभागी वयस्क, बालबालिकाले एक-अर्काका कुरा सुन्ने र खासगरी बालबालिकाले आफूलाई महत्व दिएको, आफ्ना कुरा व्यक्त गर्ने अवसर पाएको र व्यक्त विचारको उचित सुनुवाइ भएको महसुस गर्नुपर्ने हुन्छ। यसका लागि वयस्कको प्रतिबद्धता र धैर्यता एवं बालबालिकालाई उपयुक्त ढङ्गले सहजीकरण गरिनु आवश्यक हुन्छ।
- यदि सम्भव छ भने उक्त छलफलका लागि बालबालिकासँग सहजीकरण गर्न अनुभव भएका सहजकर्ताको सहयोग लिन सकिन्छ। त्यस्ता सहजकर्ता बालअधिकार र बालसहभागिताबारे जानकार भएको र बालबालिकासँग छलफल गर्न आवश्यक सीप भएको व्यक्ति हुनुपर्दछ।
- बालमैत्री अवस्थाको निर्माणः विविध खालका विधिहरू तथा तरिकाहरूको साथसाथै पर्याप्त समय र खुल्लापन (Flexibility), धैर्यता आवश्यक हुन्छ। बालबालिका वयस्कहरूसँग छलफल गर्नसक्ने गरी अनौपचारिक वातावरण तयार गरिनु उपयुक्त हुन्छ।

[8] Commissoner for Children, Tasmania, Involving Children in Decision Making

- आ-आफ्ना भूमिका, सीमा र एकअर्काप्रतिको आशाहरू स्पष्ट गर्नेः निर्णयप्रक्रियाहरूमा वयस्कहरूको संलग्नता, उद्देश्य र सीमाहरूका बारेमा स्पष्ट हुनु जरूरी छ । यदि बालबालिकालाई निर्णयप्रक्रियामा सहभागी हुने वा गराउने हो भने वयस्कहरूबाट बालबालिकाले के-कस्ता आशा गरेका छन् भन्ने जान्न जरूरी हुन्छ । अर्कोतर्फ वयस्कहरूले शक्तिको बाँडफाँड(Power sharing)गर्न इमान्दारिता देखाउनुपर्दछ ।
- क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि उपयुक्त कार्ययोजना तयार गरिएको हुनुपर्दछ ।
- उपलब्ध स्रोतहरूको पहिचानः कुनै पनि योजनालाई कार्यरूप दिनका लागि भौतिक, मानवीय, आर्थिकलगायतका स्रोतहरू महत्वपूर्ण हन्छन् । खासगरी बालबालिका तथा वयस्कहरूको क्षमता विकास, धारणा परिवर्तनका लागि छलफल एवं गतिविधिहरू सञ्चालन गर्नका लागि विभिन्न स्रोतहरू आवश्यक पर्दछन् ।
- निर्णय स्वयंमा तथा निर्णयप्रक्रियामा बालबालिकाले पार्नसक्ने प्रभावस्तर वा मात्रा (परिमाण) लाई स्वीकार गरिनु आवश्यक हुन्छ ।
- निर्णय लिइसकेपछि गरिनुपर्ने क्रियाकलापमा बालबालिका र वयस्कबीच जिम्मेवारी बाँडफाँड एवं कार्यसम्पन्न भएपश्चात् समीक्षा तथा मूल्याङ्कनमा बालसहभागिता हुनु आवश्यक हुन्छ । यो चरणलाई महत्वका साथ लिइनुपर्दछ ।

***

परिच्छेद- २: बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागितासम्बन्धी निर्देशिकाको औचित्य

नेपालको कुल जनसङ्ख्याको झण्डै ४४ प्रतिशत अंश१८ वर्षसम्मका बालबालिकाको रहेको छ । देशभर झण्डै १७,८६४ बालक्लब/समूहहरू सञ्चालनमा रहेका छन् जसमा ४ लाख ३ हजार ५ सय ५३ बालबालिका सदस्यका रूपमा संलग्न भएका पाइन्छन् ।[9] बालबालिकाको बालक्लबमा अर्थात् संस्थागत ढाँचामा सहभागिताको चर्चा बढ्दो क्रममा रहेको भए तापनि घरपरिवारलगायत अनौपचारिक संरचना, प्रक्रिया र विधिहरूमा बालबालिकाको सहभागिता बढाउन अझै धेरै गर्नुपर्ने देखिन्छ । यसको लागि मार्गनिर्देशन तथा विधिहरू तयार गरी बढावा दिनुपर्ने देखिएको छ । 'सहभागी हुन पाउने बालबालिकाको अधिकारलाई सम्मान गर्दै नैतिकतापूर्ण र अर्थपूर्ण तरिकाले सहभागी हुनको लागि अवसर सिर्जना गर्ने आधारभूत दायित्व वयस्क व्यक्ति तथा संस्था/निकायको हो ।'[10]

ग्लोवल वर्डेन अफ डिजिजले अनुमान गरे अनुसार विश्वको कुल जनसङ्ख्यामा झण्डै ९ करोड ३० लाख १४ वर्ष मुनिका अपाङ्गता भएका बालबालिका छन् । युनिसेफले सन् २००५ मा एक प्रतिवेदन मार्फत सार्वजनिक गरे अनुसार १८ वर्षभन्दा मुनिका अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सङ्ख्या विश्वमा झण्डै १५ करोडको हाराहारीमा रहेको छ । नेपालमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको वास्तविक सङ्ख्या कति छ भनेर आधिकारिक तथ्याङ्क उपलब्ध छैन । केन्द्रीय तथ्याङ्क विभागले सार्वजनिक गरेको राष्ट्रिय जनगणना, २०११ को प्रतिवेदनमा कुल जनसङ्ख्याको १.९४ प्रतिशत अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू रहेको भनिएतापनि बालबालिकाको सङ्ख्या भने छुट्याइएको पाइँदैन ।

२.१ निर्देशिका तयारीका आधारहरू

बालबालिकासम्बन्धी राष्ट्रिय नीति[11], २०६९को बुँदा ७.३ मा 'आफ्नो धारणा बनाउन सक्षम बालबाालिकालाई निजसँग सम्बद्ध सबै विषयहरूमा आफ्नो विचार अभिव्यक्त गर्न पाउने अवसर दिई बालसहभाागिता अभिवृद्धि गर्ने' उद्देश्य लिइएको छ । बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि आधार-पत्र[12]मा बालसहभागिताको महत्व र आवश्यकतालाई देहायअनुसार प्रस्ट्याइएको छ :

- **बाल्यकालमा आधारभूत सीपहरू सिक्न** : बाल्यावस्था भनेको नै सिक्ने, बुझ्ने र जान्न खोज्ने जिज्ञासु अवस्था हो र आधारभूत सीपहरू सिक्ने समय हो । बालबालिकाको सिकाइ, बुझाइ र विकासलाई सशक्त बनाउन उनीहरूको सहभागिता आवश्यक छ ।
- **आफूमा अन्तर्निहित क्षमताको पहिचान गर्न** : बाल्यजीवनका हरेक क्षण तथा क्षेत्रमा पूर्ण रूपमा सहभागी हुँदै विकास हुन पाएमा बालबालिकाले आफूमा अन्तर्निहित क्षमताको पहिचान गर्न र तिनलाई आफ्नो व्यक्तित्व विकासमा उपयोग गर्न सक्तछन् । सहभागिताबाट बालबालिकाले आफ्नो अधिकार र कर्तव्यबारे जानकारी पाउने हुनाले उनीहरू बाल्यकालदेखि नै जिम्मेवार बन्न थाल्दछन् ।
- **जीवन उपयोगी सीप सिक्न** : सहभागिताले बालबालिकालाई आफ्नो, आफ्नो परिवार तथा समाजका आवश्यकताहरू पहिचान गरी तिनलाई सम्बोधन गर्न योजना बनाउने एवं सोको कार्यान्वयन गर्ने सीप प्रदान गर्दछ ।
- **सहभागिताको संस्कृति प्रवर्द्धन गर्न एवं बालबालिकाको आत्मविश्वास बढाउन** : आफ्नो व्यक्तिगत जीवन तथा सामाजिक क्षेत्रको निर्णय प्रक्रियामा सक्रिय रही खुल्ला तथा वस्तुनिष्ठ छलफल एवं अन्तर्क्रियामा सहभागी भएर नै बालबालिकाको वयस्क व्यक्ति एवं संस्थाहरूसँग सम्बन्ध विस्तार हुन्छ । र, यस प्रक्रियामार्फत उनीहरूमा आत्मविश्वासको भावना विकास हुन्छ ।
- **प्रजातान्त्रिक पद्धतिमा अभ्यस्त गराउन** : लोकतान्त्रिक समाजको अभीष्ट भनेको समाजमा जतिसक्दो धेरै सुसूचित नागरिक हुनु हो । बालबालिकालाई भविष्यमा समाज परिवर्तनका संवाहकका रूपमा बुझ्दा उनीहरूलाई उमेर र क्षमताअनुरूप अहिलेदेखि नै सुसूचित गराउँदै सहभागी हुन दिनुपर्दछ ।
- **अन्तरपुस्ता दूरी** (Generation Gap)**कम गराउन** : समाजमा देखिएको अन्तरपुस्ता दूरी कम गराउन पनि बालसहभागिता ज्यादै उपयुक्त माध्यम हुन सक्तछ । सहभागिताले बालबालिकालाई वयस्कहरूसँग मिलेर काम गर्ने अवसर दिने भएकोले एकअर्काका विचार बुझ्न मद्दत पुग्दछ ।

---

9 केन्द्रीय बालकल्याण समिति, नेपाली बालबालिकाको स्थिति, २०७०, पृष्ठ ८७

10 खानेपानी, सरसफाइ तथा स्वास्थ्य परियोजनामा नैतिकतापूर्ण तथा अर्थपूर्ण बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि मार्गनिर्देशिका, सेभ द चिल्ड्रेन, वाटर एड र नेपाल स्वास्थ्यको लागि पानी (नेवा),२०११, पृ.३६ ।

11 बालबालिकासम्बन्धी राष्ट्रिय नीति मिति २०६९ साल वैशाख ४ गते नेपाल सरकार, मन्त्रिपरिषद्बाट स्वीकृत भई कार्यान्वयनमा आएको हो ।

12 बालसहभागितामा कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) को **बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि आधार-पत्र,** पृ.१०-११ हेर्नुहोस् ।

धेरैजसो अवस्थामा हामी वयस्कको सोचका कारण बालबालिका सहभागी हुन सकेका हुँदैनन् । कतिपय सन्दर्भमा त बालसहभागितालाई आर्थिक भारको रूपमा पनि लिने गरेको पाइन्छ, जुन सबै सन्दर्भमा सत्य होइन । बालसहभागितामा भएका निर्णयहरू कम लागत र दीर्घकालिन रूपमा असर गर्ने खालको हुन्छ । यसले स्थायीत्व प्रदान गर्न समेत मद्दत गर्दछ ।

यो आधारभूत निर्देशिकाले बालसहभागिताको मुद्दालाई सम्बोधन गर्न र बालबालिकाको जीवनलाई असर पार्ने सबै अवस्थामा बालबालिकाको सहभागिता सुनिश्चित गरी बालगतिविधिलाई सहज तुल्याउन सहजीकरण गर्न खोजेको छ । बालबालिकाको जीवनको सबै पक्ष वा क्षेत्रमा बालसहभागिता हुनुपर्ने तथ्यलाई थप वैधता वा पुनर्पुष्टि प्रदान गर्नु आवश्यक छ ताकि बालसहभागिता कुनै क्रियाकलाप नभई एक प्रक्रिया हो भन्ने कुरा सुनिश्चित होस् । बालसहभागितासम्बन्धी यस निर्देशिकामार्फत बालबालिकाको घरपरिवार, समुदाय, स्थानीय तहलगायतमा अर्थपूर्ण सहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने वृहत्तर लक्ष्य राखिएको छ ।

बालसहभागिता आधारभूत निर्देशिका किन ?

- *सहभागिता बालबालिकाको अधिकार हो ।*
- *व्यक्तिगत र समूहगत रूपमा बालबालिकाको अर्थपूर्ण सहभागिता बढाउने क्षमता प्रवर्द्धनका लागि अभ्यासहरूको अभिलेखनमार्फत जानकारी दिन ।*
- *घरपरिवार, समुदाय र स्थानीयतहमा बालबालिकाको अर्थपूर्ण सहभागिता सुनिश्चित गर्नका लागि आधार तय गर्न ।*
- *बालसहभागिताको क्रममा हुने शोषणबाट बालबालिकालाई बचाउन ।*
- *बालसहभागितासम्बन्धी उपयुक्त अभ्यासबारे बहस चलाई स्वीकार्य मापदण्डहरू तय गरी बालसहभागिताको संस्कृति प्रवर्द्धन गर्न ।*
- *सरकारलगायत सरोकारवालाहरूले बालसहभागितालाई समावेश गर्दै नीति तथा संयन्त्रहरू विकासका लागि पैरवी गर्न ।*

बालबालिकाका लागि मध्य-बाल्यावस्था र किशोरावस्था महत्वपूर्ण चरणहरू हुन् । यस चरणमा बालबालिकाको सामाजिक र शारीरिक विकास तीव्र हुने चरण भएकाले विशेष ध्यान पुऱ्याउनु आवश्यक हुन्छ । यसर्थ पनि बालबालिकाको अर्थपूर्ण सहभागिताको लागि बालबालिका र सरोकारवालाहरूलाई बालसहभागितासम्बन्धी निर्देशिका र विधिहरू आवश्यक हुन्छ । यसबाट बालबालिकाको पूर्ण विकासका लागि सहयोगसमेत पुग्दछ ।

२.२ निर्देशिकाको उद्देश्य

सामान्यतयाः यस निर्देशिकाको उद्देश्यहरूमा देहायका पक्षहरूलाई समेटिएको छ :

- बालबालिकाको अनौपचारिक तथा औपचारिक सबै क्षेत्रमा हुने सहभागितासँग सम्बन्धित अभ्यास, प्रक्रिया तथा तिनलाई कार्यान्वयन गर्ने विधिहरूलाई अर्थपूर्ण र नैतिकतापूर्ण बनाउन सहयोग पुऱ्याउने,
- नेपालका राष्ट्रिय नीति, कानुन एवं योजना तथा कार्यक्रम र बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि, १९८९ ले परिलक्षित गरेका बालअधिकार तथा बालसहभागितासम्बन्धी पक्षहरूलाई व्यवस्थित रूपमा अगाडि बढाउने,
- बालबालिकाको सहभागिताको महत्वका बारेमा घरपरिवार, समुदाय, जिल्ला तथा राष्ट्रियस्तरसम्म बुझाउने,
- बालसहभागिताका पक्षमा कार्यरत व्यक्ति तथा संस्थाहरूलाई बालसहभागिता बढाउन, उचित मार्गदर्शन तथा विधिहरू उपलब्ध गराएर सक्षम बनाउने,
- सहभागितालाई बालबालिकाको बढ्दो उमेर र क्षमताअनुरूप सान्दर्भिक हुने गरी प्रवर्द्धन गर्नको लागि आवश्यक आधार निर्माण गर्न सघाउने, आदि ।

२.३ बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिताको औचित्य

बालविकासको एक प्रक्रियाको रूपमा बालसहभागितालाई लिन सक्दछौं । सहभागिताले बालबालिकालाई आफ्नो जीवनमा प्रभाव पार्ने विषयहरूको निर्णय प्रक्रियामा सहभागी हुने र आफ्नो बढ्दो क्षमता अनुसार आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्ने अवसर प्रदान गर्दछ । सहभागिताले बालबालिकालाई निष्क्रिय, शक्तिविहिन, लक्षित समूहको रूपमा नलिई सशक्त एवं परिवर्तनशील अधिकार धारकको रूपमा स्वीकार्दछ । बालबालिकाकाले आफ्नो घर, परिवार, समुदाय र विद्यालयमा योगदान गर्न सक्नेगरी विभिन्न क्रियाकलापहरूमा सहभागिताको अवसर प्रदान गर्दछ । यसर्थ सहभागिता बालबालिकालाई प्रभाव

पार्ने विभिन्न तहको निर्णय प्रक्रियामा विचार अभिव्यक्त गर्ने र सक्रिय संलग्नता हो । एकअर्काप्रति सम्मानका साथ वयस्क र बालबालिकाबीच सूचनाजानकारीको आदानप्रदान र छलफलका लागि शक्ति सम्बन्धको समुचित प्रयोग हुन्छ । महत्वपूर्ण कुरा भनेको बालबालिका र वयस्कको सहभागिताका लागि आवश्यक तयारी, अनुभव र सहभागी हुने वातावरण एवं विधिले सहभागिताको स्तर निर्धारण गर्दछ ।

२.३.१ छ वर्षसम्मका बालबालिका

प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा बालबालिकाका सिकाइका ढोकाहरू अर्थात पाँच इन्द्रियहरू (आँखा, कान, नाक, जिब्रो, र छालाको) माध्यमबाट बालबालिकाको दिमाग सिक्नको लागि सक्रिय हुन्छ । आँखाले हेरेर, कानले सुनेर, जिब्रोले चाखेर, नाकले सुँघेर, छालाले स्पर्श गरेर पाएका अनुभवहरूले नै बौद्धिक क्षमताको विकास हुन्छ । यस अवस्थामा यी माथिका अवसरहरू दिलाउन बालबालिकालाई पाँच ईन्द्रियहरूको प्रयोग गरी सिक्ने अवसरमा सहभागी गराउनुपर्दछ ।

शिशुले जन्मेदेखि सुनेर, हेरेर, चाखेर, छामेर र अनुभव गरेर सिक्दछन् । सिकाइ जन्मनासाथ सुरू भई जीवनको ८० प्रतिशत सिकाइ तीन वर्षभित्र पूरा हुन्छ । यस उमेरमा जस्तो परिवेशमा शिशु हुर्किन्छ, उसको सिकाइ त्यस्तै हुन्छ । उदाहारणको लागि नेपालमा जन्मेको शिशुलाई पहिलो तीन वर्षसम्म युरोपको संस्कृतिमा सहभागी गराइयो भने उनीहरू युरोपियन झैं हुन्छन् । यसैगरी अफ्रिकाको संस्कृतिमा सहभागी गराइयो भने उनीहरू अफ्रिकन झैं हुन्छन् ।यस उमेरमा बालबालिकालाई कुनै पनि बानी बसाल्न सजिलो हुन्छ तर पछि तिनै बालबालिकावयस्क भएपछि भने बानी बसाल्न कठिन पर्दछ । त्यसैले बालबालिकालाई योजनाबद्ध वातावरण दिएमा उनीहरूमा भएको प्रतिभा प्रस्फुटन हुन सहयोग पुग्दछ ।

२.३.२ सातदेखि बाह्र वर्षसम्मका बालबालिका

सातदेखि बाह्र वर्षसम्मका बालबालिका छ वर्षसम्मका बालबालिकाभन्दा बढी परिपक्व भइसकेका हुन्छन् । तसर्थ, उनीहरू आफ्नो सरोकारको विषयहरूमा विचार अभिव्यक्त गर्न सक्षम भइसकेका हुन्छन् । बालबालिकाको विचार र भावनाको कदर गर्दै उनीहरूलाई सहभागी गरिनुपर्दछ ।

२.३.३ तेह्रदेखि अठार वर्षसम्मका बालबालिका

किशोरावस्था जैविक, सामाजिक, संज्ञानात्मक र सामाजिक तथा सांस्कृतिक रूपमा बाल्यकाल र वयस्कबीचको दोबाटोको अवस्था हो । परिवारमा मायाममता, समझदारी र सहयोगी परिवेशको कमी; प्रबल शारीरिक मानसिक, सामाजिक परिवर्तनले ल्याउने द्विविधाजन्य अवस्थामा उचित सहयोग र सरसल्लाहको अभाव; बाबुआमा, अभिभावक र वयस्कहरूको निरन्तर गालीगलौज, दोषारोपण, अपमानजनक व्यवहार, दूर्व्यवहार, शोषण तथा शारीरिक र मानसिक सजाय तथा प्रभावकारी सञ्चारको कमीको कारणले किशोरकिशोरीको स्वभाविक विकासमा बाधा पुऱ्याउन सक्दछ । खासगरी परिवारका बाबुआमा, दौंतरी र शिक्षकहरूका कारण किशोरकिशोरीको भावनामा ठेस पुगेमा उनीहरूले आफूलाई एक्लो महसुस गर्न सक्दछन् । शैक्षिक तथा सामाजिक दबावका कारण उनीहरूले आफ्नो जीवन नै अनावश्यक ठान्न सक्दछन् । आफूले भनेको कुरा पुग्नैपर्ने खालको जिद्दी गर्ने किशोरकिशोरीको स्वभाव र परिवारका सदस्यहरू तथा दौंतरीहरूको नियमित एवं प्रभावकारी सञ्चारसंवादको कमी पनि थप कारणहरू हुन् ।

२.३.४ अपाङ्गता भएका बालबालिका

अपाङ्गता भएका बालबालिका विभिन्न कारणले यो वा त्यो बहानामा जीवनका विभिन्न तहमा अन्य बालबालिकासरह सहभागी हुनपाएका छैनन् । उनीहरूलाई शिक्षा, स्वास्थ्योपचार, सहायक सामग्री र पुनर्स्थापना जस्ता आधारभूत आवश्यकताहरूबाट मात्र वञ्चित गरिएको छैन कि उनीहरूको दैनिक जीवन, पारिवारिक गतिविधि, सामुदायिक तथा सामाजिक क्रियाकलापहरूमा पनि सहभागी हुनबाट रोक लगाइन्छ । उनीहरू आफ्नो लागि आफैं निर्णय गर्न पाउँदैनन र उनीहरूलाई छनौटको अधिकारबाट वञ्चित गरिन्छ । प्रारम्भिक अवस्थामै हस्तक्षेप हुन नसक्दा र पुनर्स्थापना सेवा र सहायक सामग्री उपलब्ध हुन नसकेको कारणले पनि उनीहरू सहभागिताबाट वञ्चित हुनुपरेको अवस्था छ ।

२.४ बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागिता

सहभागितालाई व्यवहारिक कार्यरूप दिन हरेक संघसंस्थाको लक्ष्य र रणनीति बालसहभागिता प्रवर्द्धन एवं दिगोपना सम्बोधन गर्ने खालको हुनुपर्दछ । यसका लागि आवश्यक योजना, कार्यक्रम र बजेट विनियोजन गर्नुपर्दछ । योजना तय गरिएअनुसारको सहभागिता भएनभएको कुनै निश्चित अवधिमा मूल्याङ्कन गरी संस्थाले आफ्ना लक्ष्य र रणनीतिको परिमार्जन गर्न सक्दछ । कुनै निदिष्ट कार्यक्रमको सन्दर्भमा सो कार्यक्रमको अन्त्यमा बालबालिकाले आफ्नो सहभागिता र संरक्षणको अवस्थाबारे

जाँचसूची भर्न वा प्रश्नावली भर्न सक्छन् । बालबालिकाको संलग्नताका सन्दर्भमा उनीहरूको प्रतिक्रिया बुझ्नका लागि सुझाव पेटिका पनि राख्न सकिन्छ । यसै पृष्ठभूमिमा यस खालका कार्यमूलक अवधारणालाई समेटेर 'किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि आधारभूत निर्देशिका तथा विधिहरू' पुस्तक तयार पारिएको हो ।

बालबालिकासँग कार्यरत सबै सरोकारवाला निकाय र संघसंस्थाहरूसँग यस निर्देशिकाबारे पर्याप्त छलफल गर्नुपर्दछ । खासगरी यस निर्देशिकाले सुझाएका प्रक्रिया र विधिबारे उनीहरूको बुझाइमा एकरूपता ल्याउनका लागि यस्ता छलफल केन्द्रित हुनु आवश्यक छ। यस अवसरमा निर्देशिका माथिको स्वच्छ टिप्पणी वा सुझावका आधारमा थप व्याख्या र परिमार्जन गर्न सकिन्छ । बालबालिकाको प्रत्यक्ष सम्पर्कमा रहने निकाय र संघसंस्थामा कार्यरत व्यक्तिहरूको क्षमता प्रवर्द्धनमा अन्तर्राष्ट्रिय विकासका साझेदारहरूले लगानी बढाउनु आवश्यक हुन्छ। यस्तो क्षमता प्रवर्द्धन बालसहभागिता बारेको बुझाइ स्पष्ट पार्न र अर्थपूर्ण बालसहभागिताको लागि लाभदायक हुन सक्दछ। बालबालिकासँग काम गर्ने सबै सरोकारवाला निकाय र संघसंस्थाले आफ्ना आन्तरिक आचारसंहिता, संस्थागत नीति, बालसंरक्षण नीति र यस्तै अन्य मापदण्डहरू तयार गर्ने र सबै कर्मचारीहरूलाई यसबारे सुसूचित गरिनु आवश्यक हुन्छ। नयाँ कर्मचारी भर्ना भएको अवस्थामा प्रक्रियागत रूपमा तय गरी उनीहरूलाई आवश्यक तालिम तथा तथा अभिमुखीकरण सञ्चालन गरिनुपर्दछ ।

सहभागिताका अवरोधहरू

नेपाल एक विविधतायुक्त देश हो। विविध संस्कृतिअनुरूप पारिवारिक बनोट/संरचना विविधतायुक्त रहेका छन्। तथापि, धेरैजसो परिवारमा बालबालिकाको उमेरगत समूहअनुसार भूमिका र आशाहरू निश्चित हुन्छन्। वयस्क र बालबालिका/किशोरकिशोरीबीच सम्बन्ध तहगत रूपमा रहेको हुन्छन् । सामुदायिक चेतना, चालचलन/अभ्यास र परम्पराहरूले परिवारका बालबालिका र अभिभावकबीचको सम्बन्ध निर्धारण गर्न महत्वपूर्ण भूमिका हुने गर्दछ। लैङ्गिक विभेदका स्वरूप दृश्य वा अदृश्य रूपमा प्रायः परिवारमा देखिन्छ ।

सबैजसो समुदायमा वयस्कको विचारहरू बढी महत्व र सम्मानजनक रूपमा लिइएको छ। शक्ति सम्बन्धको तहमा सबैभन्दा तल्लो तहमा बालबालिका रहेका हन्छन्। उनीहरूलाई वयस्कप्रति निर्भर ग्राह्यको रूपमा लिइएको हुन्छ र उनीहरूलाई बाहिर आउने अवसरहरूको अभाव रहेको हुन्छ। बालबालिका आफ्नो घरपरिवारको एक उत्तराधिकारीको रूपमा मानिएका हुन्छन् र जेठा बाठाहरूका निर्देशनहरू मान्नुपर्ने आशा गरिएको हुन्छ । पितृ सत्तात्मक मान्यताले समुदायको सामाजिक संरचना चलेको हुन्छ जहाँ महिला र बालिकाको सहभागिता अझ बढी कठिन हुन्छ ।

परिवारमा सहभागिताको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ, महिलामात्रले नेतृत्व गरेका घरपरिवारमा भन्दा दुवै अभिभावक भएको घरपरिवारमा कम सहभागिता भएको विभिन्न अध्ययनले देखाएको छ । पछिल्लो उमेर समूहमा बालबालिकाको जिम्मेवारी बढ्ने कारणले धेरै सहभागिता भएको पनि देखिन्छ ।

त्यस्तैगरी, विभिन्न अध्ययन र अनुसन्धानबाट आएका तथ्यहहरूका आधारमा विश्लेषण गर्दा अपाङ्गता भएका बालबालिका सहभागिताबाट वञ्चित हुनुपर्ने कारणहरूलाई देहाय बमोजिम उल्लेख गर्न सकिन्छ ।

दृष्टिकोणजन्य कारणहरू र पुरातनवादी सोचहरू

- यो पूर्वजन्मको पाप हो
- उनले केही गर्न सक्दैन
- उनको अब कोही छैन
- उनले पढन लेख्न सक्दैन वा काम गर्न सक्दैन
- उनलाई सँधै अरूले नै सहयोग गर्नुपर्छ
- ऊ परनिर्भर छ
- उनलाई बाहिर लैजाँदा इज्जत जान्छ
- यस्ता बालबालिकाहरूलाई लिएर हिँड्न लाज हुन्छ

भौतिक अवरोधहरू

- घरपरिवा तथा विद्यालयको भौतिक संरचना मैत्रीपूर्ण नहुनु ।
- कक्षाकोठा, शौचालय, पुस्तकालय, प्रयोगशाला, ढोका, बस्ने बेञ्च आदि मैत्रीपूर्ण नहुनु ।

- सडक र यातायात सेवाहरू मैत्रीपूर्ण नहुनु ।
- सार्वजनिक भौतिक सुविधा र स्थलहरू जस्तै खेल्ने पार्क, मनोरञ्जनस्थल मैत्रीपूर्ण नहुनु ।
- सहायक सामग्रीहरू प्राप्त नहुनु ।

संस्थागत अवरोधहरू

- विद्यालयमा अस्वीकार गर्नु ।
- सिकाइ प्रक्रियामा कसरी सहभागी गराउने भन्ने विषयमा जानकारी नहुनु ।
- लेखपढ गर्न नसक्ने र अरूसँग नमिल्दो बालबालिका भन्नु ।
- विशेष आवश्यकताहरूलाई अधिकारको रूपमा राज्यले नलिनु ।
- कानुनी प्रणाली र नीतिहरू व्यक्तिका विशेष आवश्यकताहरूलाई सम्बोधन गर्न सक्ने नहुनु ।
- विभेदपूर्ण, कानुन, नीति र अभ्यास विद्यमान हुनु ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाका विशेष आवश्यकताहरूलाई कसरी सम्बोधन गर्ने भन्नेबारेमा आवश्यक सीप, अनुभव र ज्ञानको कमी हुनु ।

सञ्चारमा अवरोधहरू

- साङ्केतिक भाषाको संस्थागत विकास नहुनु
- साङ्केतिक भाषाको तालिम पर्याप्त नहुनु
- सार्वजनिक सेवासुविधा र अवसरहरू उपयोग गर्न दोहोरो सञ्चारको अभाव ।

२.४.१ छ वर्षसम्मका बालबालिका

बालबालिकाको आफ्नै इच्छा, रूचि, उमेरअनुसार सामग्रीको प्रयोग गरेर वा नगरिकन बालबालिकाले विभिन्न क्रियाकलापहरूमा सहभागी हुन्छन् । प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा विभिन्न क्रियाकलाप जस्तै खेलहरूमा सहभागी गराउँदा, उनीहरूसँगको कुराकानीको आधारमा वा गरेर सिक्ने अवसर दिएको खण्डमा बालबालिकाको सिक्ने प्रक्रियाहरू निरन्तर भइरहन्छन् । यस्तो अवस्थामा अभिभावकहरूले उपयुक्त वातावरण तयार गर्ने तथा सिक्नको लागि हौसला, उत्साहलाई उत्प्रेरित गर्नुपर्दछ । विभिन्न अनुसन्धानहरूले प्रमाणित गरेअनुसार प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा बालबालिकाको दिमागमा अनगिन्ती रेशाहरू बनेका हुन्छन्, यी रेशाहरू सहभागिताबाट प्राप्त उत्प्रेरणाका झट्काहरूको कारणले एकै ठाउँमा जम्मा हुन्छन् । यसरी एकीकृत भएका रेशाहरूले मानव जीवनभर काम गर्दछ भने बाँकी तेह्र वर्षदेखि नष्ट हुँदै जान्छ । प्रारम्भिक उमेरमा वातावरणबाट पाएका उत्प्रेरणा, हौसलाले गर्दा बालबालिकाको बौद्धिक क्षमता अचम्मलाग्दो तरिकाले वृद्धि हुन्छ, त्यसकारण अभिभावक, हेरालु तथा सहजकर्ताले बालबालिकालाई विभिन्न क्रियाकलापमा सहभागी गराउनुपर्दछ ।

बालबालिकाको विकासात्मक चरणअनुरूप हातगोडा फाल्ने, समात्ने, उफ्रने, दौडने जस्ता मांसपेशीहरू सञ्चालन हुने खालका क्रियाकलापहरू आफै गरिरहेका हुन्छन् यस अवस्थामा उनीहरूलाई अझै सञ्चालनको लागी उत्प्रेरित गर्ने तथा स्वतन्त्रतापूर्वक गर्न दिनु नै शारीरिक सहभागिताको अवसर हो ।

बालबालिकाले आफैले खेल सामग्रीहरू सङ्कलन गरी आफ्नो तरिकाबाट एक्लै वा साथीहरूसँग मिलेर विभिन्न खेल खेल्छन्, बालबालिकाले तीन महिनादेखि नै आफूले भ्याउने ठाउँका खेल सामग्रीहरू खोज्न थाल्दछन् । अर्थात यसै उमेरदेखि नै उनीहरूले आफ्नो सहभागिता विभिन्न क्रियाकलापमार्फत देखाउन थाल्छन् ।

२.४.२ ७ देखि १२ वर्षसम्मका बालबालिका

बालबालिका तथा किशोरकिशोरीलाई आफ्ना विचार अभिव्यक्त गर्ने र निर्णयप्रक्रियामा सहभागी बनाउनका लागि सक्षम बनाउनाले उनीहरूलाई मात्र नभएर वयस्क व्यक्ति तथा संस्था वा निकायलाई पनि सघाउँदछ । यसले बालबालिका तथा किशोरकिशोरीका अधिकारको लागि काम गर्ने व्यक्ति, संस्था वा निकायका काम वा उद्देश्य प्राप्तिमा समेत सहभागिताले सहयोग पुऱ्याउँदछ । सहभागिताले समग्र बालविकास प्रवर्द्धन भई भविष्यमा बालबालिका तथा किशोरकिशोरीलाई एक उत्पादनशील र जिम्मेवार वयस्कको रूपमा विकास हुन समेत मद्दत पुऱ्याउँदछ । साथै, सहभागिताले बालबालिका तथा किशोरकिशोरीलाई समुदायमा सामाजिक अभियन्ता बन्न सघाउँदछ । सहभागितालाई बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको समग्र जीवनमा तथा अभ्यासमा उतार्न समुदायका अन्य व्यक्तिहरूका अलावा अभिभावक र परिवारलाई प्रभाव पार्नु समेत महत्वपूर्ण हुन्छ, जुन औपचारिक संस्थाहरूमा प्रवर्द्धन गर्ने सहभागिताभन्दा बढी चुनौतीपूर्ण हुन्छ ।

२.४.३ १३ देखि १८ वर्षसम्मका बालबालिका

मध्यबाल्यावस्था (छदेखि बाह्र वर्ष) मा बालबालिकाको शरीरका अङ्गको स्थायी वृद्धि हुनुका साथै क्षमताहरूको विकासको लागि महत्वपूर्ण आधार खडा हुन्छ। स्थुल (Gross) र सूक्ष्म (Fine) दुवैखाले शारीरिक अङ्गहरूको क्रियात्मक शक्ति एवं सक्षमताको विकास स्पष्ट रूपमा देखिनेगरी भएको हुन्छ। यस अवधिमा बालक वा बालिकाले सबै आधारभूत शारीरिक र मानसिक सीपहरू सिकिसकेका हुन्छन्।

बालबालिका तथा किशोरकिशोरीलाई आफ्नो सबल पक्षहरू केलाउन सघाउने र सकारात्मक सोच बनाउने खालका क्रियाकलापहरूमा सहभागी गराउनुपर्दछ । उनीहरूलाई आत्मविश्वास बढाउन जोड दिनुपर्दछ र उनीहरूका सफलताहरूको प्रशंसा गर्नु आवश्यक हुन्छ। उनीहरूका हरेक अभिव्यक्ति र क्रियाकलापलाई गम्भीरताकासाथ लिनुपर्दछ। सामान्यतया:मध्यबाल्यावस्थाका बालबालिकालाई ज्ञान, सीप तथा व्यवहार सिकाउन जोड दिनुपर्दछ भने किशोरकिशोरीलाई विश्लेषण गर्न सघाउने, समस्याको समाधान खोज्ने र परामर्शमूलक विधिहरू प्रभावकारी हुन सक्दछ। किशोरकिशोरीहरूलाई सल्लाहसुझाव कम दिनुपर्दछ भने उनीहरू स्वयं सहभागी भई जिम्मेवारी लिने खालको वातावरण प्रवर्द्धन गर्न अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ।

२.४.४ अपाङ्गता भएका बालबालिका

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सम्बन्धमा बुझ्नुपर्ने सामान्य सिद्दान्त र मान्यताहरू
हरेक अपाङ्गता भएका बालबालिका सक्षम छन् र उनीहरू "नसक्ने बालबालिका" होइनन्।

क. अपाङ्गता भएका बालबालिका असामान्य (Abnormal) होइनन् उनीहरू पनि अन्य बालबालिका जस्तै सामान्य हुन्।

ख. अरू बालबालिकाहरू जस्तै अपाङ्गता भएका बालबालिकाको पनि आफ्नै नाम, थर, पहिचान र विशेष क्षमता हुने हुनाले उनीहरूको परिचय उनीहरूको शारीरिक अवस्थासँग जोडेर होइन उनीहरूको क्षमतासँग जोडेर दिनुपर्दछ।

ग. अपाङ्गता भएको बालबालिकाले के गर्न सक्दैनन् त्यसलाई हेर्ने होइन कि के गर्न सक्दछन् त्यसलाई हेर्नुपर्दछ।

घ. अन्य बालबालिकाजस्तै अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग पनि सिक्ने विशेष क्षमता र तरिका हुन्छन् र उनीहरूले आफ्नो क्षमताअनुसार नै सिक्दछन्।

***

खण्ड क : छ वर्ष सम्मका बालबालिका

परिच्छेद- ३.१ः विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू

३.१.१ छ वर्षसम्मका अर्थात प्रारम्भिक बाल्यावस्थाका बालबालिका

साधारणतयाः तीनदेखि छ वर्ष उमेरका बालबालिका जिज्ञासु हुन्छन् । यसले गर्दा बढी चकचक गरेजस्तो देखिन्छ । उनीहरू केही वस्तु चलाएर सिक्न खोजिरहेका हुन्छन् । धेरै समयसम्म एउटै काममा ध्यान केन्द्रित गर्न सक्दैनन् । धेरै प्रश्नहरू गर्ने, जिज्ञासा राख्ने, आफ्नो भावना नक्कलद्वारा पोख्न खोज्ने, साथीसँग खेल्न रूचाउने, पालो नपर्खने जस्ता व्यवहार र स्वभाव यस उमेरमा हुन्छ ।

यस उमेरका बालबालिका कुराकानीको आधारमा भाषा सिक्ने, एक अर्कोबाट सिक्न मद्दत गर्ने र पूर्व साक्षरता सीप विकास गर्ने अवसर यस उमेरमा आवश्यक हुन्छ । त्यसैले अभिभावक वा सहयोगी कार्यकर्ताहरूले उनीहरूलाई सहभागिताद्वारा सिक्न सिकाउन सक्नुपर्दछ । यो पूर्व प्राथमिक विद्यालय वा बालविकास केन्द्र जाने उमेर समूह पनि हो । बालबालिका आफ्नो घरपरिवारबाट अलग भएर नयाँ छुट्टै वातावरणमा करिबतीनदेखि चार घण्टाको समय बिताउनुपर्ने हुनाले उनीहरूमा एक किसिमको डर, त्रास उत्पन्न हुनु स्वाभाविक नै हो । यसका लागि अभिभावकले विद्यालयमा हुने राम्रा कार्यहरूको बारेमा बालबालिकालाई बताइदिनुपर्दछ । विद्यालय वा बालविकास केन्द्रमा गएर शिक्षक वा सहयोगी कार्यकर्तालाई आफ्नो बालबालिकाको स्वास्थ्य स्थिति, खानपान, स्वभावको बारेमा बताउनुपर्दछ । यसले गर्दा शिक्षकहरूले बालबालिकाको स्वभावसँग परिचित हुने अवसर पाउँदछन् ।

विद्यालय वा बालविकास केन्द्रमा कार्यरत शिक्षिका, सेविका र सहयोगी कार्यकर्ताले यस्ता बालबालिकालाई पारिवारिक वातावरणको जस्तो माया ममता गर्नु र सिकाइ उद्देश्यअनुरूप बालबालिकालाई सिकाउनुपर्ने हुन्छ । यस कार्यमा बालबालिकामा नयाँ वातावरणमा हुने चिन्ता, डर हटाउन अभिभावक, शिक्षिका, सेविका वा सहयोगी कार्यकर्ताले आपसमा मिलेर काम गर्नुपर्दछ । अभिभावक र शिक्षकहरू मिलेर बालसहभागितात्मक र मनोरञ्जनात्मक सिकाइ क्रियाकलापलाई बढी ध्यान दिनुपर्दछ । यसले गर्दा विद्यालयमा अनियमित हुने, विद्यालय छोड्ने अवस्था पनि आउँदैन । साथै आफ्ना दाजुभाइ विद्यालय गएका छन् भने उनीहरू पनि रमाईरमाई विद्यालय जाने गर्दछन् । दाजुभाइले किताब बोकेको देखेर उनीहरू पनि किताब बोक्न मन पराउँछन् । त्यस्तै, आफूभन्दा ठूलाले पढेको देखेर उनीहरू पनि पढ्न खोज्छन् । यस्ता बालबालिकाका लागि चित्रात्मक पुस्तिका उपयुक्त हुन्छ ।घरमा बालबालिकाले गरेका क्रियाकलापहरू केन्द्र गएर दोहोऱ्याउने र केन्द्रमा गरेका क्रियाकलापहरू घरमा गएर गर्ने गर्दछन् । यसो गर्न अभिभावक र सहयोगी कार्यकर्ताले अभिप्रेरित गर्नुपर्दछ ।

यस उमेरमा बालबालिकाले गरेका क्रियाकलापहरू पछिसम्म सम्झने र यसको असर पनि पछिसम्म पर्दछ । त्यसैले यिनीहरूलाई अभिभावक वा सहयोगी कार्यकर्ताको रेखदेखमा उमेर सुहाउँदो सहभागितामूलक क्रियाकलापहरू गर्न दिनुपर्दछ । बालबालिकालाई सिक्ने सिकाउने र उनीहरूको सहभागिताको लागि पनि ध्यान दिनु आवश्यक छ ।

यो उमेरका बालबालिका साथी बनाएर साथीसँग खेल्न मन पराउँछन् । यस उमेरमा उनीहरू कुन ठीक हो र कुन बेठीक हो, सो बुझ्न सक्दछन् । उनीहरू धेरै प्रश्नहरू गर्दछन् । उनीहरू परिवारका सदस्यहरूको सम्बन्धका बारेमा थाहा पाउन उत्सुक हुन्छन् । साथीहरूसँग मिलेर खेल्छन् । साथै, आफ्ना साथीहरूका बारेमा पनि थाहा पाउन धेरै प्रश्नहरू गर्ने गर्दछन् । यस उमेरमा दूधे दाँतहरू झर्न थाल्छन् र नयाँ दाँतहरू आउन थाल्छन् । तोती बोलीहरू हराएर नयाँ स्वरहरू निस्कन्छन् । आफ्नो दाँत आफै माझ्न सक्दछन् । यस उमेरका बालबालिकाको तौलमा करिब ४ देखि ५ पाउण्ड बढ्छन् र उचाइ करिब २ देखि ३ इन्चसम्म बढ्छन् ।

३.१.२ विकास तथा विशेषताहरू

प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा छ वर्ष उमेर सम्मको बालबालिकालाई गनिएपनि यो उमेर अवधिमा बालबालिकाको विकासको दर एकदमै छिटो छिटो हुने गर्दछ र थुप्रै परिवर्तनहरू आउने गर्दछन् । तसर्थ, यो अवधिमा हुने विकासक्रम तथा विशृषताहरूलाई निम्न भागमा बाँडेर अध्ययन गर्न सकिन्छ-

गर्भावस्था

गर्भावस्था मानव जीवनको अत्यन्त महत्वपूर्ण अवस्था हो । धार्मिक दृष्टिले यो एउटा आत्माले पूर्ण मानवस्वरूप बन्ने अवस्था हो । यसरी पूर्ण मानव तयार गर्न आमा र बाबु दुवै शारीरिक तथा मानसिक रूपमा तयार हुनुपर्दछ । यसबेला बाबुआमालाई चुरोट, रक्सी तथा अन्य लागूपदार्थ खाने बानी छ भने छाड्ने सकारात्मक सोच राख्नुपर्दछ । त्यस्तै, यसबेला आमाको

स्वास्थको ठूलो भूमिका रहेको हुन्छ, किनकि आमाको स्वास्थ्य नै शिशुको स्वास्थ्य हुन्छ भने आमाले खाएको खानाको पोषणबाट शिशुले आफ्नो मानव शरीर निर्माण गर्दछ । आमाको सोच, स्वास्थ आदि सम्पूर्ण अवस्थाको प्रत्यक्ष प्रभाव शिशुमा पर्दछ । मानसिक तथा शारीरिक तयारी भएर जन्मेको शिशुले आफूलाई स्वीकारेको अनुभव गर्दछ। शारीरिकका साथै मानसिक तथा आर्थिक रूपमा पनि गर्भाधारणको लागि तयारी हुनुपर्दछ ।

पुरूषको शुक्रकीट र महिलाको डिम्बबीच सम्पर्क भई सुरू हुने मानव जीवन सुरूमा एउटा कोषमात्र हुन्छ जसलाई शूक्ष्मदर्शक यन्त्रबाट मात्र हेर्न सकिन्छ । बिस्तारै यो कोष तीव्र विभाजन भई तीन महिनामा पूर्ण मानव स्वरूप तयार हुन्छ ।

गर्भावस्थामा शारीरिक विकास

पहिलो हप्ता :	अण्डा
दोस्रो हप्ता :	३।१६ इन्चको हुन्छ, मेरूदण्ड बन्छ
तेस्रो हप्ता :	लम्बाइ ६.५ देखि ७ इन्चको हुन्छ, तौल १०० ग्राम हुन्छ। शरीरको मुख्य अङ्ग बन्न थाल्छ ।
१६ औं हप्ताः	स्वादका थोप्लाहरू बन्न थाल्छ,कान भित्रको भाग विकसित हुन्छ र विस्तारै सुन्न सक्दछ फोक्सो बन्छ, अनुहार बन्छ ।
२० औं हप्ताः	११ देखि १४ इन्च लम्बाइ र तौल २०० देखि ४५० ग्रामको हुन्छ। गुलियो र तीतो थाहा पाउँछ। स्पर्श थाहा पाउँछ। छुँदा चलमलाउँछ । सुन्छ र प्रतिक्रिया देखाउँछ। गिजाभित्र दूधे दाँत र स्थायी दाँत बन्न थाल्छ ।छोरा या छोरी थाहा हुन्छ ।
२४ औं हप्ताः	१४ देखि १६ इन्च लम्बाइ र ५५० देखि ८०० ग्राम तौल हुन्छ। फोक्सो विकसित हुँदै जान्छ, वृद्धि र विकास हुँदै जान्छ ।
२८ औं हप्ताः	फोक्सो पूर्ण रूपमा प्रत्यक्ष श्वास फेर्न तयार हुन्छ। शरीरको तापक्रम नियन्त्रण हुन्छ ।
३२ औं हप्ताः	१६.५ देखि १८ इन्च लम्बाइ हुन्छ र २००० देखि २३०० ग्राम तौल हुन्छ। तौल बढ्दै जान्छ । अघिल्लो महिनाभन्दा मांसपेशी, बोसो बन्दछ ।
जन्म :	२० इन्च लम्बाइ हुन्छ ।३२०० देखि ३४०० ग्राम तौल हुन्छ। सबै अङ्गहरू काम गर्न सक्षम हुन्छ, जन्मन तयार हुन्छ ।

स्रोत :...

बौद्धिक विकास

बौद्धिक विकासको सुरूवात गर्भाधारणको २५ दिनदेखि हुन्छ । सबैभन्दा पहिला शिशुको आन्तरिक स्वचालित अङ्ग सञ्चालन क्षमताको विकास हुन्छ । यसपछि संज्ञानात्मक क्षमता, बास्ना, स्वाद, स्पर्श थाहा पाउँछ । दोस्रो चरणमा शरीर सञ्चालन र समन्वय गर्दछ र तेस्रो चरणमा मस्तिष्कले सोच्ने प्रतिक्रिया दिने, तर्क गर्ने, समस्या समाधान गर्ने गर्दछ । यी सबै क्षमताको आधार गर्भावस्थामा बसिसकेको हुन्छ । गर्भावस्थाको दुई महिनामा स्पर्श थाहा पाउँछ। २० औं हप्तामा स्वादको क्षमता बन्छ गुलियो र तीतो थाहा पाउँछ, बास्नाको क्षमता बन्दछ। २० हप्तापछि छुँदा चलमलाउँछ, सुन्छ र प्रतिक्रिया दिन्छ। २८औं हप्तामा फोक्सो पूर्ण रूपमा प्रत्यक्ष श्वास फेर्न तयार हुन्छ। शरीरको तापक्रम नियन्त्रण हुन्छ ।

सामाजिक विकास

गर्भभित्रै शिशुको सुन्ने र अनुभव गर्ने क्षमता बनिसकेको हुनाले शिशुको सामाजिक विकासको प्रत्यक्ष सम्बन्ध आमाको सामाजिक क्रियाकलापबाट बन्दछ। गर्भवती आमाले जति मानिससँग कुराकानी गर्ने, प्रकृति अवलोकन गर्ने गर्‍यो, उत्ति नै सामाजिक विकासको मात्रा वृद्धि हुन्छ ।

संवेगात्मक विकास

संवेगात्मक विकास पनि सामाजिक विकास जस्तै आमाको क्रियाकलासँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित हुन्छ। आमाको सकारात्मक सोचले सकारात्मक र नकारात्मक सोचले नकारात्मक संवेगको विकासको आधार बन्दछ। आमाले डर र यातना महसुस गरेमा शिशु रोगी र काँतर हुन्छ। आमाको आत्मविश्वास बलियो भएमा शिशु पनि आँटिलो र आत्मविश्वासी हुन्छ।

जन्मदेखि छ महिना

शिशु जन्मनु एक रहरलाग्दो र आश्चर्यजनक प्राकृतिक प्रक्रिया हो। सम्पूर्ण मानवीय गुणयुक्त सानो मान्छे २८० दिनसम्म

आमाको गर्भमा आमाको स्वास, खाना, रक्त सञ्चारसँगै हुर्केको हुन्छ । जन्मपछि शिशु स्वतन्त्रपूर्वक आफै श्वास फेर्ने, खाने, दिसा पिसाव गर्ने, आफ्नै आँखाबाट संसार नियाल्ने अवस्थामा आइपुग्छ । शिशुको जन्म प्राकृतिक र कृत्रिम दुई किसिमबाट जन्मन्छ कृत्रिम भन्नाले शल्यक्रिया वा कृत्रिम प्रसव हुने सुई लगाएर प्राकृतिक जन्मने क्रममा आमालाई आफै प्रसव व्यथा लाग्नथाल्छ । आफै प्रसव व्यथालाग्ने क्रममा तीनवटा चरण पार गरेपछि मात्र शिशुको पूर्ण जन्मछ ।

पहिलो चरणमा आमालाई १२ घण्टा दुखाइ हुन्छ यो चरणमा आमाको गर्भबाट निस्कन पाठेघरको बाटो फराकिलो हुन्छ । दोश्रो चरणमा शिशुको टाउको पाठेघरको मुखबाट बाहिर निस्कन करिब आधा घण्टादेखि दुई घण्टासम्ममा शिशुको जन्म भैसकेको हुन्छ । तेश्रो चरण करिब पाँचदेखि तीस मिनेटको हुन्छ यो अवस्था आमा र शिशुलाई जोडेको साल नालबाट शिशुलाई अलग गर्नु हो । चौथो चरण अदृश्य हुन्छ आमाको शरीर पहिलेकै अवस्थामा आउनु हो ।

शिशु जन्मको समयमा दोस्रो चरणमा नै शिशुले पूर्ण श्वास प्रश्वास गरिसक्नुपर्छ । पहिलोपटक श्वास लिँदा शिशु जति जोडले रोयो उति उसको मस्तिष्कमा अक्सिजन पूर्ण मात्रमा पुग्छ । शिशु जन्मदा छालाभित्र बाक्लो बोसो भरिएको हुन्छ जसले शिशुलाई बाहिरी वातावरणसँग तापक्रम नियन्त्रण गर्न सहयोग पुग्दछ । यस्तै शिशुको शरीरमा छाला बाहिर चिप्लो तरल पदार्थले ढाकिएको हुन्छ यसले जन्मनासाथ देखि केही दिनसम्म बाहिरी वातावरणसँग बचाइ राख्छ । यो शिशुको प्रकृतिक कवच हो । शिशुको शरीरमा मसिनो झुसे रौंहरू हुन्छन् तर बिस्तारै यो झरेर जान्छ । जन्मन सजिलो हुने तरिकाले प्रकृतिक रूपमा शिशुको टाउको लाम्चो हुन्छ तर टाउकोमा खाल्डाखुल्डी हुन्छन्, जुन अठार महिनासम्ममा पुरिन्छ । शिशु जन्मँदा करिब साढे दुई किलोदेखि चार किलोसम्मको तौल हुन्छ भने १६ देखि २० इन्चसम्मको लम्बाइ हुन्छ ।

शारीरिक विकास

जन्मको समयमा शिशु शारीरिक रूपमा पूर्ण मानव बनिसकेको हुन्छ । शिशुको शरीरले मानवले गर्ने सबै क्रियाहरू गर्ने भइसकेको हुन्छ । आँखाले हेर्ने, ओठले चुस्न सक्ने, घाँटीले खाना निल्न सक्ने, कानले सुन्न सक्ने, खुट्टाहरू चलाउन सक्ने, हात मुठी बाँध्न सक्ने, भित्री अङ्गहरू आ-आफ्नो कार्य गर्न सक्षम हुनेगरी विकसित भइसकेको हुन्छ भने शरीरको लम्बाइ करिब १६ देखि २० इन्च र तौल साढे दुईदेखि ४ किलोसम्म हुन्छ । शिशुको गिजाभित्र दाँत बनिसकेको हुन्छ ।

बौद्धिक विकास

शिशु जन्मको समयमा शिशुको बौद्धिक विकास २५ प्रतिशतले हुन्छ । शिशुको संज्ञान (Sensory) परिपक्व भइसकेको हुन्छ । जन्मनासाथ दूध चुस्न खोज्छ । पाँच दिनभित्र स्पर्शको संज्ञान वृद्धि हुन्छ । बास्ना र स्वाद लिने क्षमता संज्ञान गर्भदेखि भएको हुन्छ तर जन्मपछि अझै सक्रिय हुन्छ, शिशुले गर्भभित्र आमाले खाएको खानाहरूबाट प्राप्त गर्ने (Ammiotic Fluid) को बास्ना, जन्मपछि पनि आमाको दूधबाट प्राप्त गर्ने हुनाले उसले बास्ना चिनेर आमाको दूध रोज्छ, खोज्छ । जन्मनासाथ शिशुले गुलियो स्वाद मन पराउँछ ।
शिशुले गर्भभित्रै आवाज सुन्न सक्दछ तर जन्मपछि केही घण्टासम्म सुन्न सक्दैन । जन्मपछि आवाजहरू छुट्याउन सक्दछ । ३-४ दिनमा आवाज आएतिर आँखा घुमाउँछ । शिशुको भाषा रूवाइ हो । आफूलाई अप्ठ्यारो हुनासाथ शिशुले रोएर व्यक्त गर्दछ । शिशुले आँखा खोल्न घुमाउन सक्दछ तर हेराइको दूरी कम हुन्छ, कालो र सेतो मात्र देख्छ अन्य रङ्ग देख्न सक्दैन । एक हप्तापछि वस्तुतिर आँखा घुमाउन सक्दछ ।

संवेगात्मक विकास

जन्मको अवस्थामा शिशु रूने, झस्किने (डर), मात्रा बढी हुन्छ । उपयुक्त र आरामदायी वातावरणमा शिशुले सुरक्षित र आनन्द महसुस गरेर आराम गर्दछ । खुशी व्यक्त गर्न सक्दैन । दुईदेखि तीन हप्तापछि मुखमा हेरेर हाँस्ने र अप्ठ्यारो भए रूने र सजिलो भए आनन्दपूर्वक सुत्ने गर्दछन् ।

सामाजिक विकास

शिशु जन्मदेखि नै समाजको हिस्सा, परिवारको सदस्य हुन्छ । सामाजिक रूपमा स्वीकारेको कुरा शिशुले महसुस गर्दछ । आमा/ठूलाको काखमा बस्दा आनन्द मान्छ । दुई हप्तापछि आमालाई महसुस गर्ने आवाज पछ्याउने, उतै आँखा डुलाउने, काखमा बस्न खोज्ने आदि गर्दछ ।

छ महिनादेखि तीन वर्ष

शारीरिक विकास

जन्मेको तीन महिनासम्म शरीरको दाँजोमा टाउको ठूलो हुन्छ, त्यसैले टाउको उठाउन गाह्रो हुन्छ, माशंपेशीहरूको समन्वय नहुने भएकोले पहिलो महिना चाल सन्तुलन हुँदैन । बिस्तारै समन्वयात्मक चालले खुट्टा र हात चलाउँछन्, आवाज आएतिर टाउको घुमाउँछन्, कुनै वस्तु पाएमा औंलाहरूले च्याप्प समाउँछन् । घोप्टिने, पल्टिने र मौका पाउनासाथ चलमलाउन थाल्छन् । यसबेला शिशुको स्थुल अङ्ग बढी सञ्चालन हुन्छ । निरन्तर रूपमा तौल बढिरहेको हुन्छ तर यसमा अन्य शिशुसँग तुलना गर्नुहुँदैन । पाँच महिना पुगेपछि जन्मेको समयभन्दा दोब्बर हुन्छ । यो अवस्था शिशुको दाँत आउन सुरू हुने अवस्था पनि हो । यसको जानकारी तलको चार्टबाट स्पष्ट हुन्छ ।

शिशुको उमेर	दाँतको अवस्था	पोषण	हेरचाह
गर्भभित्रदेखि ६ महिना	गिजाभित्र दूधे र स्थायी दाँत बन्न थाल्छ ।	आमाले प्रशस्त क्याल्सियम Vitamin C, Dयुक्त खाना ख्वाउने	
५ देखि ७ महिना	माथिको २ वटा दाँत निस्कन्छ ।	आमाको दूधको साथमा ६ महिनापछि गेडागुडी, सागपातको रस प्रशस्त ख्वाउने	शिशुको गिजा चिलाउने हुनाले मुला गाजरलाई राम्ररी पखालेर टोक्न दिने वा रबरको टोक्नकै लागि बनाएको खेलौना सफा गरेर दिने
७ देखि ९ महिना	तलको २ माथिको २ वटा दाँत निस्कन्छ ।	गेडागुडी हरियो तरकारी रस, सर्वोत्तम पीठोको हलुवा आमाको दूध	शिशुको गिजा चिलाउने हुनाले मुला गाजरलाई राम्ररी पखालेर टोक्न दिने वा रबरको टोक्नकै लागि बनाएको खेलौना सफा गरेर दिने
९ देखि १२ महिना	तलको ४ माथिको ४ वटा टोक्ने दाँतहरू निस्कन्छ । चपाँउने बँगारा निस्कन सुरू गर्दछ ।	गेडागुडी हरियो तरकारीको जाउलो रस, सर्वोत्तम पीठोको हलुवा आमाको दूध	शिशुको गिजा चिलाउने हुनाले मुला गाजरलाई राम्ररी पखालेर टोक्न दिने वा रबरको टोक्नकै लागि बनाएको खेलौना सफा गरेर दिने
१६ देखि २० महिना	तलको माथिको टोक्ने ४, कुकुर दाँत २, बँगारा २, गरी जम्मा १६ वटा दाँत हुन्छ ।	गेडागुडी हरियो तरकारीको जाउलो रस, सर्वोत्तम पीठोको हलुवा आमाको दूध	शिशुको गिजा चिलाउने हुनाले मुला गाजरलाई राम्ररी पखालेर टोक्न दिने वा रबरको टोक्नकै लागि बनाएको खेलौना सफा गरेर दिने
२० देखि २८-३० महिना	तलको माथिको टोक्ने ४, कुकुर दाँत २, बंगारा ४, गरी जम्मा २० वटा दाँत हुन्छ ।	गेडागुडी हरियो तरकारीको जाउलो रस, सर्वोत्तम पीठोको हलुवा आमाको दूध	

शिशुको दाँत आउने विषयलाई लिएर आमाहरू वा अभिभावकहरूमा भ्रमहरू सुनिन्छ । दाँत तलबाट आउँदा र माथिबाट आँउदा कुनै फरक पर्दैन । दाँत आँउदा शिशुलाई पखाला लाग्छ, ज्वरो आउँछ, यी सबै गलत धारणाहरू हुन् । यो बेला शिशुको ओठ मुख सक्रिय हुने हुनाले हातमा आएको कुरा वा जे पायो त्यो मुखमा हाल्छन् जसको कारण सङ्क्रमण र दिसापखाला लाग्न सक्दछ । त्यसकारण अभिभावकले शिशुको बस्ने, खेल्ने ठाउँ सफा राख्ने, खेल सामग्रीहरू सफा गर्ने गर्नुपर्दछ ।

संवेगात्मक विकास

शिशुको लागि ठूला वा हेरालुको अनुहार महत्वपूर्ण हुन्छ । अनुहारको हाउभाव शिशुले अवलोकन गर्दछ । अनुहार बिगारेर आवाज परिवर्तन गरेर जिस्काउँदा हाँस्ने र गाली गर्दा बुझ्ने र प्रतिक्रिया जनाउँदछ । यस अवस्थामा शिशुलाई डरको भावना हुँदैन । तर आमा वा हेरालुको काखबाट खस्न लागेको अनुभव भएमा तर्सिन्छ, ठूलाको हाउभाउमा रमाउँछन् । ३६ महिनासम्मका बालबालिका संवेदनशील हुने गर्दछन् र उनीहरूको संवेदना स्थिर हुँदैन, यसैले छिट्टै रिसाउँछन् र छिट्टै खुसी हुने गर्दछन् ।मायाममता, ईर्ष्या, क्रोध (रिस) जस्ता संवेगहरूको विकास राम्ररी भइसकेको हुन्छ । अपरिचित व्यक्ति, आकृति, सामान तथा वातावरणहरूसँग डराउने, झस्किने तथा मन नपराएको व्यवहार प्रदर्शन गर्दछन् । आमा बुबा तथा हेरचाहमा संलग्न व्यक्तिहरूबाट यथेष्ट मात्रामा मायाममता पाएको बालबालिकाको संवेग संयमित र सन्तुलित हुन्छ ।

बौद्धिक विकास

यो अवस्थामा शिशुले पाँचवटा ईन्द्रियहरूको माध्यमबाट छिट्टै सिक्दछन्, स्वाद लिने, सुँघ्ने र स्पर्शप्रति संवेदनशील हुन्छन् । विशेषगरेर शिशुले स्पर्श चाहन्छन् । ठूलाले छोएको, सुमसुम्याएको, काखी च्यापेको मन पराउँछन् र आफूलाई सुरक्षित महसुस गर्दछन् । सुन्नलाई आवाज र हेर्नलाई हेरालुको अनुहार महत्वपूर्ण हुन्छ । तर बिस्तारै हरेक बालबालिका आफ्नै हिसाबले सिक्दै, बढदै जान्छन् । सात महिना पुगिसक्दा बालबालिका धेरै प्रकारले आफ्नो वातावरणसँग परिचित भइसकेका हुन्छन् । यी सबै कुराहरू उनीहरूको बौद्धिक विकास र क्षमताको कारणले भएको हो । यस उमेरमा सामानहरूको सही प्रयोग गर्ने क्षमताको पनि क्रमिक रूपमा विकास हुँदै जान्छ । फोन डायल गर्ने र केही सुनेजस्तो गर्ने, काइँयो तथा दाँत माझ्ने ब्रस भेटेमा प्रयोग गर्न खोज्ने आदिजस्ता क्रियाकलापबाट पनि उनीहरूले आफ्नो क्षमताको प्रर्दशन गर्दछन् ।

सामाजिक विकास

यस अवस्थाको शिशुले आफ्नो परिवार चिनिसकेको हुन्छ, आमासँगको आत्मीयता विशेष हुन्छ, त्यसैले आमाले छाडेर गएमा रून्छ । परिवारको अनुहारदेखि परिचित हुन्छन्, अरूले जिस्क्याएको मन पराँउछन् । परिवारसँग अन्तर्क्रिया गरेको शिशुले समूह मन पराउँछन् र सानो परिवारमा बसेका वा अन्तर्क्रिया कम भएको शिशुले धेरै मानिस वा नयाँ मानिस मन पराउँदैनन् ।

तर १२ महिनापछि बालबालिकाले धेरै सामाजिक कुराहरू पनि सिक्दछन् । परिस्थिति र माया गर्ने व्यक्तिहरूलाई हाँसेर, छातीमा टाँसिएर, म्वाइँ खाएर आफू सामाजिक भएको दर्शाउन सक्दछन् र मन नपरेको व्यक्ति र परिस्थितिलाई कराएर, रोएर, चिच्याएर वा अन्य प्रकारले मन नपरेका कुरा वा भावना व्यक्त गर्न सक्दछन् । यस उमेरका बालबालिकासँग नम्र तथा मैत्रीपूर्ण व्यवहार गर्नुपर्दछ । यस उमेरमा आफ्नो खेलौना दिएर, खानेकुरा दिएर वा अन्य सामानहरू दिएर तथा मन नपर्दा नदिएर, लुकाएर, लुकेर, भागेर आफ्नो भावनाको अभिव्यक्ति व्यक्त गर्दछन्, ठूलाको अनुकरण गर्दछन् ।

भाषा विकास

भाषा विकासको पहिलो चरण सुनाइ हो । गर्भदेखि नै उनीहरू सुन्नसक्ने भएकोले नै छ महिनासम्ममा भाषा बुझाइमा परिणत हुन्छ । यिनीहरूले गरेको आ..आ... बा..बा...पछि शब्दमा परिणत भई विभिन्न प्रकारको आवाजहरू निकालेर बोल्ने प्रयासहरू गर्दछन् । निर्देशन सुन्ने र बुझ्न सक्दछन् । आफ्नो औंलाको सहयोगले वस्तुहरू देखाउने र माग्ने दुई वा तीनवटा शब्दहरू फोनमा जवाफ दिन प्रयास गर्ने, दुईदेखि तीन वर्षसम्ममा अत्यन्त धेरै बोल्ने, नक्कल गर्ने, नयाँ शब्द दोहोऱ्याउने गर्न सक्दछन् ।

<u>चारदेखि छ वर्ष</u>

शारीरिक विकास

यस उमेरका बालबालिका नलड्नेगरी उफ्रन सक्दछन् । उनीहरू अरू कसैको अथवा कुनै सहाराविना करिब आठ फिटसम्म खुट्टाको औंलाका भरमा हिँड्न सक्दछन् । उनीहरू शरीरभन्दा परबाट बल समात्न र बललाई उफारेर समात्न सक्दछन् । यस उमेरका बालबालिका पाखुरा र शरीरको व्यवस्थित चालको तालप्रति प्रतिक्रिया जनाउन सक्दछन् । उनीहरू जुत्ताको फित्ता लगाउँदा प्वालहरूको श्रृङ्खला छुट्याउन सक्दछन् । यस उमेरका बालबालिकाले सीधा वा बाङ्गो परेको रेखाका बीचबाट कैंचीले कागज काट्न सक्दछन् । औंला र सिसाकलमबाट अक्षर र अङ्कहरू माथि कोरेर लेख्न र रेखाहरूको लेखाइको नक्कल गर्न सक्दछन् । वृत्त र आंशिक वृत्तहरू भएका अक्षरहरू लेख्न पनि सक्दछन् ।

यस उमेरका बालबालिकाले विभिन्न चालहरू चल्न तथा शारीरिक क्रियाकलापमा संलग्न रही आवश्यकताअनुरूप नियन्त्रण र सञ्चालनको माध्यमले शरीरलाई तन्दुरूस्त राख्न सक्दछन् । त्यसैगरी उनीहरूले निर्देशानुसार, बस्न, उभिन, झुक्न, हात खुट्टा चलाउन र खुट्टा, दोबार्न सक्दछन् । बालबालिकाले निर्देशानुसार शरीरका दुई भागहरूलाई जोड्न (जस्तैः टाउको र काँध, घुँडा र चिउँडो) र आँखीभौं चलाउन, शरीर तन्काउन पनि सक्दछन् । निश्चित घेराभित्र पुग्नेगरी एक मिटर टाढाबाट बल फ्याँकेर निशाना लगाउन सक्दछन् । दुवै गोडाले उफ्रन एक गोडाले दुई, तीन फड्को मार्न र स-साना एक दुई खुड्किला तलमाथि गर्न पनि सक्दछन् । दुई-तीन मिटरको दूरीसम्म हलुका सामान बोकेर लैजान सक्दछन् । रूखका बलिया हाँगामा झुण्डिने, बलियो डोरीमा झुण्डिन पनि सक्दछन् । सीधा लाइनमा ३ मिटरसम्म सन्तुलित भई हिँड्न, गोडाको औंलाको टुप्पोले उभिन दौड्दै हिँड्दाहिँड्दै झ्वाट्ट उभिई शरीरलाई सन्तुलनमा ल्याउन साँघुरो ठाउँ (जस्तै : एक फिट चौडाको डिल, फल्याक) निश्चित घेरा तथा रेखाहरूमाथि सन्तुलित भई हिँड्न शरीरलाई झुकाएर सानो भई देखाउन र तन्काएर ठूलो भई देखाउन पनि यस उमेरका बालबालिकाले सक्दछन् । यसको साथै हात र अनुहारबाट साधारण सङ्केतहरू गरेर

भाव व्यक्त गर्न, अनुहारका आँखा, नाक, मुखलाई चलाएर अभिव्यक्त गर्न, हातगोडा चलाएर विभिन्न किसिमका साधारण कसरत गर्न पनि सक्दछन् । तर माथि उल्लेख गरेअनुसारका क्रियाकलाप गर्न बालबालिकाले सक्ने भए पनि अभिभावक वा सहजकर्ताको उपस्थितिमा यस्ता क्रियाकलापहरू गर्न लगाउनुपर्दछ । कतिपय क्रियाकलापहरू गरेर देखाउनुपर्दछ भने कतिपय क्रियाकलापहरू बालबालिका सँगसँगै गर्नुपर्दछ ।

बौद्धिक विकास

यस उमेरका बालबालिकाले पृष्ठभूमि हेरेर वस्तु पहिचान गर्न र चित्रमा वस्तुहरूको दूरी पहिचान गर्न सक्दछन् । बालबालिकाले शब्दहरूबीचको स्थान चिन्न र अक्षर र शब्द, शब्द र वाक्यको भिन्नता छुट्याउन पनि सक्दछन् । उनीहरूले ध्वनिहरूको क्रम निर्धारण गर्न, एउटै आवाजबाट सुरू हुने शब्दलाई छुट्याउन, दिइएको शब्दसित लय मिल्ने शब्द खोज्न पनि सक्दछन् । बालबालिकाले बोलेका शब्दको आवाजसित अक्षरलाई मिलाउन र आफ्नै शब्दहरू प्रयोग गरेर पाँच वाक्यका कथालाई क्रम मिलाएर पनि भन्न सक्दछन् । उनीहरू कथा भन्न चित्रलाई समय अनुसार श्रृङ्खलाबद्ध गर्न सक्दछन् । कुनै प्रश्न गर्दा अनिर्देशित प्रश्नहरूप्रति राम्रो प्रतिक्रिया जनाउन सक्दछन् । घटनाहरूको यथार्थ परिणामहरूको अड्कल गर्न सक्दछन् । कथाको मुख्य कुरा सारांश बताउन सक्दछन् । भिन्नता र समताको आधारमा दुई वस्तुहरूको तुलना गर्दछन् । केही र धेरै भन्ने अवधारणा बुझ्न, तथा पूरा र आधा भन्ने अवधारणा बुझ्न पनि सक्दछन् । साथै प्रत्येक सङ्ख्या अघिल्लोभन्दा एक बढी हुन्छ भन्ने थाहा पाउन, प्रत्येक सङ्ख्या पछिल्लाभन्दा एक कम हुन्छ भन्ने थाहा पाउन र दुई सङ्ख्याको बीचमा आउने सङ्ख्यालाई चिन्न पनि सक्दछन् । बालबालिकाले दुईदेखि बीससम्म हरेक नाघेर गन्ती गर्न, खाली रहेको समूहमा कुनै सङ्ख्या हुँदैन भन्ने बुझ्न र शुन्यको अवधारणा बुझ्न अनि ६ देखि ९ सम्मका साधारण हिसाबहरूको मौखिक रूपमा समाधान गर्न सक्दछन् । वस्तुहरूलाई स्पर्श र गुणका आधारमा वर्गीकरण गर्न, आकारको भिन्नताहरूको क्रम मिलाउने र तुलना गर्न, दृष्य हेरेर दूरी पहिचान गर्न, समय अवधि पहिचान गर्न, सम्झनाको भरमा वस्तुहरूको सरल आकृति बनाउन र तीनवटा चित्रहरू भएका वस्तुहरूलाई दुई मिनेटसम्म देखाउनुहोस् उनीहरूले क्रमबद्ध रूपमा ती चित्रहरू बनाउँछन् ।

यस उमेर समूहका बालबालिकाले वरपर देखिने/पाइने वस्तु/चिजबिजको आकृतिको आधारमा समानता पहिल्याउन सक्दछन् । बाह्य र भित्री गुण वा विशेषता, आकारका प्रयोग र बनोटका, रङ्गका आधारमा वस्तुको समानता र भिन्नता पहिल्याउन समेत यसै उमेरमा सक्दछन् । त्यसरी नै,

- वर्गीकरणअन्तर्गत एक समूहमा वस्तुहरू फरक पर्नुको कारण बताउन, धेरै वा थोरैको आधारमा वस्तुहरू मिलाएर व्यवस्थित गर्न आफूले गर्ने दैनिक क्रियाकलापहरूको क्रम मिलाउन,
- देखेका र भोगेका घटना आधारमा क्रम मिलाउन,
- दुई वा तीनवटा वस्तु प्रयोग गरिएको ढाँचा हेरेर सोही ढाँचा र नयाँ ढाँचा बनाउन पनि सक्दछन् । आफ्नै तरिकाले विभिन्न खालका वस्तुहरूको ढाँचा बनाउन,
- धेरै र थोरै वस्तु वा पटकको आधारमा क्रम बताउन, क्रमिकरूपले घटना बताउन, देखेको आधारमा एकपछि अर्काको सम्बन्ध पत्ता लगाउन, उदाहरणहरूको नमुनाको आधारमा धारणाको सामान्यीकरण गर्न सक्दछन् । आफ्नो विवेकले एकपछि अर्को वस्तु वा घटनाको सम्बन्ध पत्ता लगाई सोको जानकारी गराउन,
- आफ्नो विवेकको आधारमा सामान्यीकरण गर्न,
- घटना, अवस्था, चित्र वा विवरणहरूमा एकपछि अर्काको सम्बन्ध खोजी गर्न, विभिन्न अवस्था तथा क्रियाकलापहरूलाई क्रमबद्ध रूपमा राख्ने कार्य पनि गर्न सक्दछन् । कुनै पनि घटनाका सामान्य कारण र असर पत्ता लगाउन,
- हेराइ र सुनाइको आधारमा वस्तुहरूको स्मरण गर्न तथा पहिचान गर्न,
- दृश्य र शब्दको आधारमा क्रमिकरूपले पाँचवटा वस्तु वा चिजसम्मको नाम बताउन सक्दछन् ।
- वस्तुहरूलाई छोएर, हेरेर अनुभव गरी धारणा विकास गर्न र प्राप्त धारणाको आधारमा सामान्यीकरण गरी उस्तै वस्तुहरूको धारणा बनाउन, बनाइएको धारणालाई मूर्त वस्तुसँग सम्बन्ध कायम गर्न र सामान्यीकरण गर्न पनि सक्दछन् ।
- प्रत्यक्ष अनुभव तथा अभ्यासको आधारमा समस्या समाधान गर्न, समाधानका लागि मौखिक उपाय प्रस्तुत गर्न वा वैकल्पिक उपायहरूको खोजी गर्न,
- समाधान गरिएका उपायहरूलाई उस्तै प्रकार तथा परिस्थितिका समस्याहरूमा प्रयोग गर्न, प्रत्यक्ष सरोकार नभएको वातावरणसँग पनि भिज्न समाधानका नतिजाहरूलाई जाँच्ने आधारहरू तयार गर्न, समाधानका लागि प्रयोग भएका चरणहरूको मूल्याङ्कन र पूनरावलोकन गर्न, असत्य र असान्दर्भिक सूचनाहरूप्रति सजग रहन, अनियमित र असान्दर्भिक कुरा र कामहरूको पहिचान गर्न,

- भूल हुनाको कारण पत्ता लगाउन, असहमति र अनभिज्ञताप्रति सजग रहन सक्दछन् । यस उमेरका बालबालिकाहरू छोटो समयका लागि मन परेका कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्न, अपरिचित कुरा र क्षेत्रमा बढी चासो राखी सूचना सङ्कलन गर्न, दायित्व वहन गर्न सक्दछन् ।

संवेगात्मक विकास

यस उमेरका बालबालिका आफ्ना अनुभव शब्दमा व्यक्त गर्दछन् जस्तै तिमी बिरामी भएकोले दुःख लाग्यो । अनि अरूको भावनालाई पनि आफ्नो शब्दमार्फत व्यक्त गर्न सक्दछन् । यथार्थ र रमाइलोपन छुट्याउन सक्दछन् । लैङ्गिक पहिचान गर्न सक्दछन् र आफूजस्तै साथीसँग खेल खेल्छन् अर्थात केटा भए केटासँग नै बलजस्ता केटाले खेल्ने खेल र केटी भए केटीसँग केटीले खेल्ने खेल जस्तै पुतली । टुकटुके अवस्थामा भन्दा यस उमेरमा बालबालिका कम डराउँदछन् । यिनीहरू साथीहरूको आलोचना गर्ने, आफूले गरेको गल्तीमा पनि छक्क पर्छन्, ठीक बेठीक छुट्याउँछन् । यस उमेरका बालबालिका शारीरिक चालबाट रिस र ईर्ष्या व्यक्त गर्दछन् भने ठूलो आवाज, अपरिचित व्यक्ति, जनावर र रातको कारणबाट पनि डराउँदछन् । संवेग भनेको बालबालिकामा पैदा हुने खुशी, दुःख, माया, डर, ईर्ष्या, लोभ, रिस, घृणा, द्वेष आदि हो । यस उमेरका बालबालिकामा अभिभावकले बालकको सुरक्षा र स्वतन्त्रताको अनुभूति दिन, आत्मविश्वास र आफू र आफ्नो भन्ने भावनाको विकास गराउन, आफूप्रतिको सकरात्मक भावना विकास गराउन, उचित स्थानमा उचित संवेग प्रकट गर्न, अरूका कुराहरू सुन्न र सकार्नका लागि सचेत बनाउन, आफ्नो कुरा व्यक्त गर्न, वातावरण प्रदान गराउन, अवस्था र आवश्यकतानुरूप संयमित रहने सीपको विकास गर्न भूमिका खेल्नुपर्दछ । संवेग बालबालिकाको विकासको लागि जरूरी पनि छ र धेरै भयो वा सन्तुलित रूपमा विकास हुन सकेन भने यो घातक पनि हुनसक्दछ ।

सामाजिक विकास

यस उमेरका बालबालिका आफू र आफ्नो परिवारका सदस्यहरूको नाम बताउन सक्दछन् । परिवारमा कामको उत्तरदायित्व, मनोरञ्जनका कुराहरू बाँडचुड गर्नुपर्दछ भन्ने बुझ्न सक्दछन् । घर परिवारका सदस्यहरूले गर्ने काममा मद्दत गर्न, आफ्नो सामानको जतन गर्न, घर तथा विद्यालयमा भएको सामानको जतन गर्न, कक्षा र विद्यालयको नियम पालना गर्न, आफूभन्दा ठूलालाई आदर र सानालाई माया गर्न पनि जान्दछन् । बालबालिकाले परिवारमा सबैले काम गर्दछन् र उनीहरूको छुट्टाछुट्टै काम हुन्छ भनी थाहा पाउँदछन् ।

यस उमेरका बालबालिकाले बालविकास केन्द्र र शिक्षक/शिक्षिकाप्रति विश्वास गर्दछन् । बालविकास केन्द्र जान थालेपछि केन्द्रको दैनिक तथा घरको कार्यतालिकामा आफूलाई समायोजन गर्दछन् । शिक्षक, साथीहरूसँग सहयोगी र मायालु सम्बन्ध राख्दछन् । कुनै पनि कार्य गर्दा आफ्नो पालो पर्खन्छन्, खेलमा सहभागी हुन्छन्, छरछिमेकसँग हेलमेल गर्ने गर्दछन् । त्यसैगरी आफूभन्दा ठूलोलाई नमस्कार गर्न, कक्षामा नयाँ व्यक्तिहरू आएमा नमस्कार गर्न र स्वागत गर्न, भित्र आउँदा वा बाहिर जाँदा ठूलालाई सोध्ने बानी बसाल्दछन् । वरपरका जीवजनावर, बोटबिरूवालाई माया गर्न र सुरक्षा प्रदान गर्ने, नयाँ व्यक्तिहरू तथा साथीहरूसँग परिचय गर्न र परिचय माग्न, ठूलाको निर्देशन र सानाको भनाइको कदर गर्न, खाना खानुअघि सोध्न र खाइसकेपछि उठ्ने बेलामा सँगै बसेका साथीहरूबाट सहमति लिन, स्वागत गर्दा उभिन र बस नभनेसम्म नबस्न, नम्र अभिव्यक्तिहरू प्रयोग गरेर सहयोग लिनेदिने बानी बसाल्न सक्दछन् । बिहान उठेपछि स्वस्थ रहनका लागि गरिने नित्य कर्महरू गर्ने (हात धुने, दाँत माझ्ने, इत्यादि) बानी बसाल्न, एकाग्र भई केही समय प्रार्थना गर्न, आफ्ना सामानहरू ठीक ठाउँमा राख्न, घरबाट बाल विकास केन्द्र आउँदा सबैलाई अभिवादन गर्न र जाँदा दिनभरिको क्रियाकलापको छोटो छलफलसहित धन्यवाद दिन पनि सक्दछन् । सहयोग लिदा वा दिँदा धन्यवाद, कृपया, माफ गर्नोस्, जस्ता नम्र संवादहरू प्रयोग गर्न सक्दछन् । आवश्यकता हेरी सहयोग गर्नका लागि तत्परता देखाउन र साथीहरूसँग मिलेर खेल्न सल्लाहले सहमतिमा पुग्नका लागि कुरा सुन्ने, पालो पर्खेर बोल्ने बानी बसाल्न सक्दछन् । आफ्नो र साथीहरूका सामान जतनका साथ राख्न, लिएकै ठाउँमा सामान राख्ने बानी बसाल्न, अरूको सामान लिँदा सोधेर लिन र काम सकेपछि फर्काउन, सामानहरूलाई सफा, सुरक्षित राख्न र तिनीहरूको सदुपयोग गर्न, धेरै काम भएको बेला अरूलाई सहयोग गर्नका लागि अघि बढ्न, काम लाग्ने महत्वपूर्ण चिजहरू सुरक्षित र व्यवस्थित गर्न पनि सक्दछन् । साथीको राम्रो रीतिरिवाजप्रति सकारात्मक सोच बनाउनका साथै हरेक धर्म, रीतिरिवाज र चाडपर्वका राम्रा कुराहरूबारे जानकारी राख्न र राम्रा कुराहरू आफूले अपनाउन पनि सक्षम हुन्छन् । समूहमा खेल्न, आफ्नो स्तरका बीच नेतृत्व लिने तथा अग्रसर हुने क्षमता वृद्धि गर्न पनि सक्दछन् ।

खेल

बालबालिकाले अत्यधिक मन पराउने भनेको खेल नै हो । उनीहरू विशेष गरेर आफ्नै उमेर समूहका बालबालिकासँग खेल्न मन पराउँछन् । खेलबाट उनीहरूले जीवनोपयोगी सीपहरू सिकिरहेका हुन्छन् । हाम्रो लागि साधारण जस्तो देखिएपनि

उनीहरूले त्यसबाट धेरै नै कुराहरू सिकिरहेका हुन्छन् ।

वातावरणमा घुलमिल

बालबालिकाले घरपरिवारका सदस्यले गरेको क्रियाकलापबाट सिकिरहेका हुन्छन् भने विद्यालय वा बालविकास केन्द्रमा सहयोगी कार्यकर्ताले गरेको व्यवहारबाट सिकिरहेका हुन्छन् । घरको काम, बारीको काम, बजार जाँदा, पाहुनासँग गरेको व्यवहार आदिबाट उनीहरूले सिकिरहेका हुन्छन् । त्यसैले यस्ता कार्यमा बालबालिकालाई पनि संलग्न गराउनुपर्दछ । बालबालिकाले बालविकास केन्द्रमा सिकाएको पाठ वा विषयवस्तुलाई घरमा गरिने क्रियाकलापसँग सामञ्जस्य गर्नाले उनीहरूले सिकेको कुरा दीगो हुन्छ ।

३.१.३ सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू

कुनै पनि बालबालिकालाई आफूलाई मनमा लागेको कुरा व्यक्त गर्ने अवसर दिनुपर्दछ । उनीहरूले भनेका कुराहरू सानाले भनेको हामीलाई काम लाग्दैन भनेर बेवास्ता गर्न हुँदैन । उनीहरूको राम्रा र आवश्यक कुराहरू सुनेर पूरा गर्न सकिने छन् भने पूरा गरिदिनुपर्दछ । नसकिने वा अनावश्यक कुराहरू छन् भने यस कारणले यो कुरा नराम्रो छ गर्न हुँदैन भनेर कारणसहित भन्नाले उनीहरूले कुनै कुराको तर्कपूर्ण रूपमा सहभागिता जनाउन सक्दछन् ।

बालबालिकाले सबैभन्दा बढी कुराकानी गर्दछन् र त्यतिकै जिज्ञासा प्रकट गर्दछन् । कति जिज्ञासाको जवाफ दिन सजिलो हुन्छ, कतिको जवाफ तत्कालै दिन सकिंदैन । त्यसैगरी कति जिज्ञासाको जवाफ यस उमेरका लागि दिन उपयुक्त पनि हुँदैन । अभिभावकले बालबालिकाको जिज्ञासाको तत्कालै जवाफ दिन नसकेमा एकछिन वा भोलि दिन्छ भनेर भन्नुपर्दछ तर जवाफ भने दिनैपर्दछ । त्यस्तै कतिपय जिज्ञासाको जवाफ यस उमेरमा दिन मिल्दैन भने तिमी ठूलो भएपछि थाहा पाउनेछौ भनेर भन्नुपर्दछ । बालबालिकाले धेरै जिज्ञासा वा कुराकानी गरे भनेर उनीहरूलाई निरूत्साहित गर्नुहुँदैन ।

परिच्छेद- ४.१ः सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू

बालबालिकाको सहभागिता भन्नेवित्तिकै बालबालिकाहरूको विचार तथा अभिव्यक्तिको सुनुवाइ तथा कदर भन्ने बुझिन्छ । तथापि, बालबालिकाको सहभागिताको क्षेत्र उनीहरूको विचार र अभिव्यक्तिको सुनुवाइ तथा कदरभन्दा धेरै फराकिलो छ । विशेषतः साना उमेरका अर्थात छ वर्षसम्मका बालबालिका सहभागी हुने क्षेत्रहरू अलिक ठूला उमेरका बालबालिकाभन्दा फरक नै हुने गर्दछ । यस उमेरका बालबालिका सहभागी हुने क्षेत्रहरूलाई निम्नानुसार वर्णन गर्न सकिन्छ :

अभिनय
बालबालिकाले वास्तविक जीवन वा वातावरणमा देखेका र अनुभव गरेका घटनाहरूलाई अभिनयको माध्यमबाट प्रस्तुत गर्दछन् । उनीहरू दुई वर्षको उमेरदेखि अभिनयमा सहभागी हुन सुरू हुन्छ । यस्ता खेलमा सहभागी हुनाले उनीहरूले जीवनका लागि अत्यावश्यक आधारभूत सीपहरू सिक्दछन् ।

निर्माण
विशेषगरी दुईदेखि चार वा पाँच वर्षको उमेरदेखि बालबालिकाले आफूले देखेका वस्तुहरू घर, पुल, भवन, पर्खाल आदि विभिन्न सामानहरू आफैले एकै ठाउँमा थुपारेर निर्माण गर्दछन् । यस्ता क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूमा निर्णय गर्ने तथा काम पूरा गर्ने बानीको विकास हुन्छ ।

सङ्गीत
सङ्गीत बालबालिकालाई गर्भदेखि नै अत्यन्त मनपर्ने विधा हो । दुई वा तीन महिनादेखि नै सङ्गीत सुन्नेबित्तिकै बालबालिकाको ध्यान सङ्गीत आएतिर आकर्षित हुन्छ । यसबेला उनीहरू कुनै पनि वस्तुहरू बजाएर आवाज निकालेर, गाएर वा नाचेर रमाइलो मान्ने, ताल मिलाएर नाँच्ने आदि गर्दछन् । यस्ता क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा बालबालिकाले आवाजहरूलाई सङ्गीतमा समायोजन गर्न साथीहरूसँग समायोजन भएर शरीरको चालसँग बौद्धिक समन्वय गर्न सक्दछन् ।

खोज वा अनुसन्धान
बालबालिकाले वरिपरिको जुनसुकै वातावरण वा वस्तुहरू पहिलो पटक देखेका वा अनुभव गरेका हुन्छन् । त्यसकारण ठूलाका लागि साधारण लागेका वस्तु वा अनुभव उनीहरूको लागि कहिल्यै नदेखेको अचम्मलाग्दो हुन्छ र यसैमा रमाउँदै उनीहरू अनुसन्धान गर्ने गर्दछन् । उनीहरूले वरिपरिका वस्तुहरूलाई खोज तथा अनुसन्धानात्मक तरिकाबाट, जस्तैः उस्तै-उस्तै आवाज आउने वस्तुहरू पत्ता लगाउने, तन्किने-नतन्किने वस्तुहरू छुट्याउने, फुट्ने-नफुट्ने छुट्याउने, उस्तै तौल भएका खोज्ने, डुब्ने र उत्रने वस्तु पत्ता लगाउने काम गर्दछन् । यस्ता खोज गर्ने क्रियाकलापमा सहभागिताको अवसरले बालबालिकालाई आविष्कारक बन्ने आधार तयार गर्दछ । तसर्थ, उनीहरूलाई स्वतन्त्रतापूर्वक गर्न दिनुपर्दछ । उदाहरणका लागि बालुवा खेल्दा उनीहरूका अगाडि साना ठूला (भाँडाहरू पुराना भएका) राखिदिन सकिन्छ, जसमा उनीहरू बालुवा भर्ने र पोख्ने गर्दछन् । यसबाट उनीहरूलाई अनुमान गर्ने, गन्ती गर्ने जस्ता विविध विषयहरू सिक्न मद्दत पुग्दछ ।

सिर्जना
सिर्जनात्मक क्रियाकलापबाट बालबालिकाले पहिले खेलेकै खेल सामग्रीहरूबाट नयाँ किसिमले खेल्ने, रङ्गहरू मिसाएर नयाँ रङ्ग निकाल्ने, ब्लकहरू मिलाएर नयाँ खालको वस्तु बनाउने, शब्दहरू सिर्जना गर्ने जस्ता कुराहरू सिक्दछन् । सिर्जनात्मक क्रियाकलापमा रङ्ग, गम टाँस्ने वस्तुहरू, माटोबाट विभिन्न आकारप्रकार बनाउने जस्ता सिर्जनात्मक काममा सहभागी गराउँदा सर्वाङ्गीण विकासमा सहयोग पुग्दछ । सहभागिताको कारणबाट बालबालिकामा सिर्जनशील हुन मद्दत पुग्दछ ।

घरायसी कामकाज
बालबालिका स्वभावले नै ठूलाको नक्कल गरेर सिक्ने भएकोले आफूभन्दा ठूलाले काम गर्दा उनीहरू पनि सँगै काम गर्न रूचाउँदछन् । यसबेला उनीहरूलाई सहभागी गराउँदा उनीहरूको सामाजिक सीप विकास हुनुका साथै सुरक्षा, सामानको जतन गर्ने तथा सीप विकासमा उत्प्रेरणा प्राप्त हुन्छ ।

सामाजिक कार्य
बालबालिकालाई पास्नी, विवाह व्रतवन्ध, जन्मदिन आदि जस्ता सामाजिक कार्यहरूमा सहभागी गराउनुपर्दछ । यस्ता क्रियाकलापबाट उनीहरूले आफ्नो सांस्कृतिक परम्परा सिक्दछन् । यसबाट ठूलासँगको अन्तर्क्रियाले थप उत्प्रेरणा पाई

सामाजिक सीप अभिवृद्धि हुन्छ ।

सहभागिताबाट बालबालिकामा पर्ने प्रभावहरू
बालबालिकालाई सहभागी गराउँदा निम्न फाइदाहरू हुने गर्दछन् :

- बालबालिकामा नेतृत्व लिने र दिने सीप विकास हुन्छ ।
- बालबालिकाले सही र गलत छुट्टाएर व्यवहारमा उतार्न सिक्दछन्।
- बालबालिकाले नक्कल गरेर सामाजिक गुण, सीप, र नियम सिक्दछन् ।
- बालबालिकाले आफूभन्दा ठूलाहरूबाट परम्परा संस्कृतिका बारेमा जान्दछन् र परम्पराहरू नयाँ पुस्तामा हस्तान्तरण हुँदै जान्छ ।
- बालबालिकालाई आफूभित्र रहेको क्षमता पत्ता लगाई आत्मविश्वास बढाउन मद्दत पुग्दछ ।
- बालबालिकाले सामाजिक सम्बन्ध स्थापना गर्ने सीपको विकास गर्दछन् ।
- बालबालिकाले सामुहिक कार्यलाई प्रोत्साहन गर्ने प्रजातान्त्रिक परिपाटी सिक्दछन् ।
- बालबालिकाले गन्ती गर्न, शब्द उच्चारण गर्न तथाभाषा जस्ता पूर्व लेखाइ तथा पढाइका सीपहरू सिक्दछन् ।
- बालबालिकाले समस्याको पहिचान गरी समाधानको उपाय पत्ता लगाउन सक्दछन् ।
- बालबालिकाले नयाँ वस्तु तयार गर्ने, नयाँ तरिकाबाट समस्या समाधान गर्ने, जस्ता सिर्जनात्मक गुणहरू विकास गर्दछन् ।
- बालबालिकामा खोज अनुसन्धान गर्ने, पत्ता लगाउने र प्रस्तुत गर्ने बानीको विकास हुन्छ ।
- बालबालिकालाई अनौपचारिक संसारबाट औपचारिक संसारमा प्रवेश गराउन मद्दत पुग्दछ ।

४.१.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता
बालबालिकाको पहिलो विद्यालय भनेको घर नै हो उनीहरूले घरपरिवारमा सिकेका कुराहरू प्रारम्भिक सिकाइको आधार हो । अभिभावकले गरेका राम्रा नराम्रा कुराहरू जानी नजानी बालबालिकाले सिकिरहेका हुन्छन् । प्रारम्भिक अवस्थामा पाएको अनुभव वा अवसरहरूको कारणले कुनै तीक्ष्ण बुद्धिका हुन्छन्, भने कुनै साधारण हुन्छन् । त्यसैले यस समयमा बालबालिकालाई विशेष हेरचाह, वातावरण, तथा शिक्षा दिनु अभिभावकको प्रमुख दायित्व हो । यस उमेरमा गरेको लगानीले बालबालिकालाई योग्य दक्ष र स्वाबलम्बी नागरिक बनाउन मद्दत गर्दछ । यति मात्र नभईकन यस्ता नागरिकको प्रयास र मिहेनतले विभिन्न किसिमको देन राष्ट्र, समाज र विश्वले समेत पाउन सक्दछ । त्यसैले बालक जन्मनुपूर्व नै बालविकासको लागि चाहिने ज्ञान र सीपहरूको बारेमा आमाबाबु र घरपरिवारले विशेष रूपमा तयारी गर्नुपर्दछ ।

४.१.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता
छ वर्षसम्मका बालबालिकाहरूको विद्यालयतहमा सहभागिताको सन्दर्भमा कुरा गर्नुपर्दा उनीहरूको प्रारम्भिक बालविकास केन्द्र वा पूर्वप्राथमिक विद्यालयमा सहभागितालाई लिन सकिन्छ । प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालबालिकाको सामाजिकीकरण तथा सिकाइमा जोड दिने खालका विभिन्न क्रियाकलापमा उनीहरूलाई सहभागी गराइने गरिन्छ ।

परिच्छेद- ५.१: सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू

५.१.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता

शिशु गर्भमा आउनुअगाडि नै आमा र बुबाले सात्विक खाना खाने, नकारात्मक सोच नराख्ने र गर्भाधारणको अवस्थामा कोठामा तेलको बत्ती बालेर शिशुको स्वागत गर्ने भन्ने तथ्य गरूड पुराण र श्रीमद् भागवतमा पाइन्छ । त्यस्तैगरी, बाबु र आमाको तयारी विना वा आमाले आँखा चिम्लेका बेला गर्भ रहेको शिशु अन्धा र आमा डरले कामेको बेला गर्भ रहेको शिशु रोगी भएको महाभारतको कथा पनि हाम्रो समाजमा सुन्न पाईन्छ । गर्भ भित्र सुनेको युद्धकला युवावस्थमा लागु गरेको अभिमन्यु र गर्भ भित्रै सिकेको भक्तिले भक्त प्रह्लादको कथा पनि यसैमा सुन्न पाईन्छ ।

हाम्रो समाजमा भएका विद्यमान तथ्य अरू पनि लोप हुँदै गएर हामी विदेशमा पत्ता लगाइएका कुराहरूलाई पछ्याएको आएका छौं । गर्भ रहेको थाहा भएपछि परिवारका सदस्यहरूलाई जानकारी दिने र परिवारका सदस्यले पनि गर्भवती आमालाई स्वास्थकर्मीको सल्लाहको लागि लैजाने पोषणयुक्त खाना खाने व्यवस्था गर्ने कामको बोझ हल्का गर्ने, नातेदार तथा साथीहरूले दहिचिउरा ख्वाउने भेटघाट गर्ने जस्ता चलनले शिशुले आफुलाई स्वागत गरेको महसुस गर्दछ । त्यसैले यस्ता प्रचलनलाई प्रोत्साहन दिने र घरमा खुत्रुके राख्न दैनिक केही रकम खुत्रुकेमा हाल्ने, जन्मको लागि नजिकको भरपर्दो अस्पताल, स्वास्थ्य केन्द्र वा तालिम प्राप्त ब्यक्तिको तयारी गर्ने ।

शिशु जन्मने क्रम सुरू हुनासाथ परिवारका सदस्यहरूले सुरक्षित जन्माउने स्थानमा पुऱ्याइहाल्नुपर्दछ । शिशुलाई आवश्यक पर्ने सामग्रीहरू स-साना लुगा, नरम कपडाहरू, न्यानो सिरकहरूको व्यवस्था गर्नुपर्दछ । शिशु जन्मनासाथ स्वास्थ्यकर्मीहरूले सालनाल छुट्याएपछि परिवारका सदस्यले न्यानो कपडाले बेरेर स्वागत गर्दै काखमा लिनुपर्दछ । आमाको शरीर सफा भएपछि आमाले शिशुलाई स्वागत गर्दै आफ्नो छातीमा टाँसेर राख्नुपर्दछ र पहेलो दूध ख्वाउँदा "आऊ मेरो बाबा... अब बुबु खाने ल !" जस्ता शब्दहरू बोल्दै गर्नुपर्दछ । परिवारका अन्य सदस्यहरूले पनि शिशुलाई स्वागत गर्दै शिशुको प्रशंसा गर्नुपर्दछ । शिशु र आमालाई आराम गराउनुपर्दछ । शिशुको परिवारमा सहभागिता गराउन आ-आफ्नो चलनअनुरूप छैंटी, न्वारान पास्नी वा अन्य कार्यहरू गराउनुपर्दछ । जुन शिशुलाई सांस्कृतिक, धार्मिक रूपमा परिवारको सदस्यको रूपमा स्वीकार गरिएको हो । राम्रो नामाकरण गरी कानुनी रूपमा गाउँपालिका वा नगरपालिकामा जन्मदर्ता गराउनु पनि पर्दछ ।

नवजात शिशु जन्मेको दुई हप्तासम्म वातावरणसँग समायोजन हुन समय दूध ख्वाउँदा, लुगा फेर्दा, तेल लगाउँदा शिशुसँग कुरा गर्दै गर्नुपर्दछ । शिशुले प्रतिक्रिया दिन नसकेतापनि सुन्न र उसको मस्तिष्कमा उत्प्रेरण गरिरहेको हुन्छ ।यो अवस्थामा पनि शिशुलाई सहभागितात्मक तरिकाले दैनिक क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ । जस्तैः खाना ख्वाउँदा, लुगा लगाउँदा, सुताउँदा आदि शिशुले अभिभावकको प्रत्येक क्रियाकलापको अवलोकन गरिहेको हुन्छ र अभिभावकले आफूलाई कत्तिको महत्व दिएको छ अवलोकन गरिरहेको हुन्छ । शिशुलाई अन्तर्क्रिया र सहभागिता गराउँदा शिशुको बौद्धिक क्षमतामा तीव्र वृद्धि हुन्छ ।

यिनीहरू आफ्नो परिवारका सदस्यहरूसँग बढी आत्मीयता देखाउँदछन, बढी झ्याम्मिने गर्दछन् र बढी घुलमिल हुने गर्दछन् । नचिनेका व्यक्तिहरूसँग नजिकिन नचाहने र परिचितहरूसँग हाँसेर वा उनीहरूको काखमा गएर बसी आत्मीयता दर्शाउने, खुसी हुने, हात हल्लाउने, नकारात्मक सन्देशको लागि टाउको दायाँबायाँ हल्लाउने, रूने इत्यादि गर्दछन् ।बालबालिकासँगै बसेर, खेलेर, बोलेर, जिस्क्याएर, हाँसेर वा हँसाएर हामी उनीहरूलाई उत्प्रेरित गर्न सक्दछौं र यसलाई गुणात्मक समय भनिन्छ । बालबालिकालाई यथोचित समय दिनुपर्दछ ।

घरपरिवार तहमा छ वर्ष सम्मका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिने विधि तथा क्रियाकलापहरू :

- आलु तरकारी बनाउने
- बालबालिकालाई घरायसी काममा लगाउने
- बगैंचाको काममा सहभागिता
- खाना खाने
- नङ काट्ने
- बालबालिकालाई नुहाउने
- कपाल कोर्ने
- कपाल काट्ने
- शौचालय तालिम
- कोठाको सरसफाइ
- लुगा धुने
- खेलौना खेल्न दिने
- फोन गर्ने
- बालगीत गाउने
- बालबालिकालाई पूर्व पढाइको सीप
- प्रकृति अवलोकन
- बालविकास केन्द्रमा भएको गतिविधिको बारेमा वर्णन गर्ने

यी विधिहरूबारे विस्तृत रूपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.१.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता

मानिसहरूले १० प्रतिशत पढेको, २० प्रतिशत सुनेको र ३० प्रतिशत देखेको कुराहरू सम्भिmन्छन् । ५० प्रतिशत देखेको र सुनेको तथा ७० प्रतिशत भनेको र लेखेको कुराहरू सम्भिmन्छन् भने ९० प्रतिशत गरेको कुरा सम्भिmन्छन् । त्यसैले मानिसले आफूले गरेको कुराहरू दीगो रूपमा सम्भिmन्छन् । यो गतिलो सिक इ पनि हो । त्यसैले बालबालिकालाई पनि आफै गर्न लगायौं भने त्यो सिकाइ दीगो हुन्छ । उनीहरूलाई कुनै पनि कुराहरूमा विभिन्न तरिकाले सहभागिता गराउन सकिन्छ । कुनै कुरा गर्नुपूर्व उनीहरूको विचार के छ भनेर सोध्ने अर्थात योजना बनाउँदा र काम गर्दा पनि सँगसँगै गराउनुपर्दछ । उनीहरूलाई नजानेको, गर्न नसक्ने जस्ता होच्याउने तरिकाले भन्नुहुँदैन । उनीहरूले गरेको कामहरू परिष्कृत तथा उच्चस्तरका नहुन सक्दछन् तर उनीहरूको काम गर्ने बानी र जाँगर हामी ठूला मान्छेको भन्दा पनि राम्रो हुन सक्दछ । त्यसैले उनीहरूले गरेको कामको प्रशंसा गर्नुपर्दछ र प्रेरणा दिनुपर्दछ । बालबालिकाले निम्नलिखित क्षेत्रमा सहभागिता जनाउन सक्दछन् । अभिभावकले उनीहरूलाई संलग्न गराउन प्रेरित गर्नुपर्दछ ।

विद्यालय वा प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिने विधि तथा क्रियाकलापहरू :

- **बालविकासको केन्द्रमा सहभागी गराउने**
- **बालविकास केन्द्रमा बालबालिकाको सहभागिता**
- **यातायातका साधनहरूको नाम बताउने**
- **पुनरावलोकन तथा आगामी योजना**

यी विधिहरूबारे विस्तृत रूपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

खण्ड ख : सातदेखि बाह्रवर्षसम्मका बालबालिका

परिच्छेद- ३.२: विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू

३.२.१ सातदेखि बाह्र वर्षसम्मका अर्थात उत्तर/मध्य बाल्यावस्थाका बालबालिका[13]

छदेखि बाह्र वर्ष विद्यालय जान थाल्ने र त्यसलाई निरन्तरता दिने उमेर हो। यस उमेरमा शरीरका अङ्गको स्थायी वृद्धि हुनुका साथै क्षमताहरूको विकासको लागि महत्वपूर्ण आधार खडा हुन्छ। स्थुल (Gross)र सूक्ष्म (Fine) दुवैखाले शारीरिक अङ्गहरूको क्रियात्मक शक्ति एवं सक्षमताको विकास स्पष्ट रूपमा देखिनेगरी भएको हुन्छ। यस अवधिमा बालक वा बालिकाले सबै आधारभूत शारीरिक र मानसिक सीपहरू सिकेका हुन्छन्। यस उमेर समूहसम्म बालक र बालिकाको शारीरिक क्षमता लगभग बराबर नै हुन्छ। समान अवसर दिइएमा बालक वा बालिका दुवैले उस्तै किसिमले काम गर्न सक्छन्।

यस उमेरसम्म शारीरिक क्षमताका सन्दर्भमा लैङ्गिक भिन्नताले खासै महत्व राख्दैन। यस अवधिमा बालबालिकाले आफ्नो लिङ्ग (बालक र बालिका) मा भएको फरकबारे स्पष्ट बुझ्दछन्। र, संस्कृति, परम्परा तथा समाजको सन्दर्भअनुसार उनीहरूलाई आफ्नो लैङ्गिक भूमिकाबारे पनि बोध हुन थाल्दछ। मनोसामाजिक रूपमा हेर्दा यो अवधिमा नाता सम्बन्धहरू गाढा भएका हुन्छन् अनि सामाजिकीकरण मजबुत बनेको हुन्छ। बालबालिकाले आवश्यक नियमहरू बनाउन, पालना गर्न तथा अनुशासनमा रहन सिक्छन्। उनीहरू कुशलता देखाउन इच्छुक हुन्छन्, अनुभव बाँड्न चाहन्छन्। तर कुनै-कुनै बालबालिका भने बढी लजालु हुन्छन्। उनीहरूले पाउने नयाँ-नयाँ अनुभव, उत्प्रेरणाहरू, ज्ञान तथा अध्ययन, अन्तर्क्रिया आदिले उनीहरूको मस्तिष्क परिपक्व भइरहेको हुन्छ।

यस उमेरका बालबालिकाले आफ्नो बारेमा धारणा बनाउन सक्दछन्। आफू र आफ्नो पहिचान मजबुत बनाउँछन्। उनीहरू आफूलाई के मनपर्दछ र के मनपर्दैन आफै भन्न सक्छन्। निर्णयहरू लिन सक्छन्, समस्या समाधान गर्ने सीपहरू सिक्छन्। र, जिम्मेवारी लिने तथा पूरा गर्ने काममा उद्धत हुन्छन्। बालबालिकाले बढी तर्क गर्ने, जिद्दी गर्ने, अटेरी हुने तथा आफ्ना असहमतिमा अडिग रहने स्वभाव पनि सिक्दछन्। उनीहरू आक्रामक, आज्ञाकारी, अनुशासनहीन हुनसक्ने सम्भावना पनि त्यत्तिकै रहन्छ। धेरै संज्ञानात्मक परिवर्तनको कारण बालबालिका पूर्व वर्षहरूमा भन्दा फरक रूपमा सोच्न थाल्दछन्। उनीहरू आफ्ना सबल पक्ष र कमजोरीहरूका बारेमा बढी सचेत हुन थाल्दछन्। सान्दर्भिक सूचनाजानकारीमा ध्यान दिने, सिक्नका लागि जिज्ञासु हुने र उनीहरू बारम्बार प्रश्न गर्ने गर्दछन्।

मनोविज्ञ **एरिक्सन**ले मानिसको मनोसामाजिक विकासका आठ चरणहरूमध्ये यस उमेर समूहका बालबालिकाको स्वभाव र गुणहरूलाई लगनशीलताविरूद्ध हीनताबोध (Industry Vs Inferiority)भनी परिभाषित गरी यसरी छलफल गरेका छन्:[14]

लगनशीलताविरूद्ध हीनताबोध (Industry Vs Inferiority)

यस उमेर समूहका बालबालिकाले अरूबाट स्वीकारिन र मान्यता पाउन विभिन्न सीपहरू देखाउँछन्। यस अवस्थाका बालबालिका आफ्नो शारीरिक चाल र दिसापिसाबमा नियन्त्रण राख्ने भइसकेका हुन्छन्। अभिभावक, शिक्षक तथा समुदायसितको अन्तर्क्रियाबाट उनीहरूले समाजमा एउटा फराकिलो स्थान बनाइसकेका हुन्छन्। यस अवस्थामा अभिभावकहरूले उनीहरूलाई उत्प्रेरित गर्ने, शिक्षकले ध्यान पुऱ्याउने र साथीहरूले स्वीकार्नुपर्ने हुन्छ। बालबालिकाले आफू सफल भएको भावना स्कुलमा मात्रै होइन, खेल्ने ठाउँमा, पढाइमा र सामाजिक व्यवहारबाट पनि पाउनुपर्दछ। उनीहरू पटक-पटक खेलका नियमहरू परिवर्तन गर्दछन् तर सात वर्षदेखिका बालबालिका चाहिँ खेलको नियमहरूप्रति अडिग नै हुन्छन् र खेलका नियमहरू तोडिनुहुँदैन भन्ठान्छन्। यदि कसैबाट नियमहरू तोडिएमा उनीहरूलाई त्यो मन पर्दैन। यस उमेरका बालबालिकाले कक्षाकोठामा के-कस्ता नियमहरू छन् भनी ध्यान दिन थाल्छन्, यस्तो नियमलाई उल्लङ्घन गरेमा हुने परिस्थिति र परिणामलाई पनि बुझ्न थाल्छन्। तसर्थ शिक्षकहरूले निष्पक्ष भई सबै बालबालिकालाई समान व्यवहार गर्नु जरूरी हुन्छ।

[13]केन्द्रीय बालकल्याण समिति र इन्स्टिच्युट फर लिगल रिचर्स एण्ड कन्सल्टेन्सी, २०६७ (सन् २०१०) बालसंरक्षण: बालसंरक्षणमा क्रियाशील संघसंस्था तथा कार्यकर्ताहरूको लागि शिक्षण प्रशिक्षण एवं स्व-अध्ययन स्रोत-पुस्तक, पृष्ठ ६-७ का आधारमा तयार पारिएको।

[14]शिक्षा विभाग/सेभ द चिल्ड्रेन एलायन्स, बालमैत्री विद्यालय शिक्षक प्रशिक्षण पुस्तिका २०६२कार्तिक, पृष्ठ १२७।

एकातिर आफू कम मात्रामा मात्र सफल भएको कुरा बालबालिकाले ठानेमा आफूहरू असुरक्षित र असक्षम भएको भावना उनीहरूमा विकास हुन थाल्छ भने अर्कातिर बालबालिकालाई लगनशील हुन दबाव दिइएमा उनीहरू बढी महत्वकांक्षी हुन्छन् । यस्तो दुवै परिस्थितिमा बालबालिकाले आफ्नो स्वाभाविक बाल्यकाल गुमाउन सक्दछन् । हुन त बढी दबावको कारणबाट उनीहरूले विशेष किसिमको सीप प्राप्त गरेका हुन सक्छन् । जस्तैः बालखेलाडी, गायक, कलाकार इत्यादि । तर सामान्यतयाः यस्ता बालबालिकामा जीवनमा चाहिने अरू सबै सीप भने नहुन सक्दछ । उनीहरूमा कुनै प्रशंसनीय क्षमता भएतापनि उनीहरूको जीवन अपूर्ण हुन सक्दछ ।

बालबालिका आफैले केही काम नगर्नु आजभोलि देखिने सामान्य समस्या हो । किनभने उनीहरूमा हीनताबोधको भावना हुन्छ । यदि एकपटक सफल भएनन् भने उनीहरूले कहिल्यै पनि फेरि त्यो काम गर्ने कोसिस नै गर्दैनन् । धेरै बालबालिका गणित विषय मन पराउँदैनन् किनभने उनीहरूले एकैपटकको प्रयासमा गणित राम्ररी हल गर्न सक्दैनन् । तर उनीहरूलाई ध्यानपूर्वक विचार गर्ने तथा धैर्यपूर्वक व्याख्या गरिदिने शिक्षक भएको खण्डमा भने त्यस्तो अवस्था आउँदैन ।

यस उमेर समूहको सबैभन्दा चाखलाग्दो कुरा भनेको लगनशीलता र हीनताबोधबीचको सन्तुलन विकास गर्नु हो । कुनै मानिस सचेत र नम्र हुनका लागि ऊ अलिक बढी लगनशील र उसमा केही हीनताको भावना हुनुपर्दछ । त्यसपछि मात्रै बालबालिकामा "सक्षमताको गुण (competency)" भएको मानिन्छ ।

३.२.२ विकास तथा विशेषताहरू[15]

उत्तर बाल्यावस्था र बालविकास (Late Childhood and Child Development)

उत्तर बाल्यावस्थामा बालबालिकाको शरीरको साथसाथै मानसिक विकास पनि धेरै भइसकेको हुन्छ । त्यसैले उनीहरूका इच्छा र आकांक्षाहरू बढेका हुन्छन्, तर वुद्धि र विवेकको विकास भइनसकेको हुनाले के सही हो र के गलत हो भन्ने विश्लेषण र विवेचना गर्न भने सक्दैनन् । यसै अवस्थाको कारण उनीहरूले आफ्नो इच्छा बमोजिमका आवश्यकता पूरा गराउन अभिभावकसँग हठ गर्ने, त्यतिले पनि माग पूरा नभए झगडा गर्ने, सताउने गर्दछन् । यिनीहरू अब बाबुआमा/अभिभावकलाई छाडेर एक्लै पर-परसम्म जाने तथा आफूसँग मिल्ने साथीहरूको सानो समूह बनाएर आफ्नै किसिमले खेल खेल्ने गर्दछन् । यसरी आफ्नो व्यवहार र हिँडडुलको घेरा फराकिलो बनाउँदै लैजाने गर्छन् ।

समष्टिमा यो अवस्थामा निम्नलिखित विशेषताहरू हुन्छन् :

- यो उमेर औपचारिक शिक्षा र प्रारम्भिक विद्यालयको उमेर हो ।
- यो उमेर जिज्ञासु र रचनात्मक उमेर हो ।
- यो स्वतन्त्र बालसमूहको उमेर हो ।
- यो खेल खेल्ने उमेर हो ।
- यो नाजुक अवस्थाको उमेर हो ।
- यो चकचके र सताउने उमेर हो ।

उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकाको शारीरिक विकास (Physical Development in Late Childhood)

बालबालिकाको उमेर र अवस्थाअनुरूप शारीरिक, मानसिक तथा संवेगात्मक विकास भए र विकासका चरणअनुरूप विकासात्मक कार्यहरू भएमा मात्र बालविकास राम्रो भएको मानिन्छ । शारीरिक विकास अन्तर्गत शरीरको उचाइ, तौल, शरीरको अनुपात, मांशपेशी र बोसोको अनुपात एवं मात्रा, दाँतको निश्चित सङ्ख्या वृद्धि भएको हुन्छ । उत्तर बाल्यावस्थाको सुरूवातमा उचाइमा वृद्धि हुने क्रम केही ढिलो हुन्छ भने पछिल्ला दुई/तीन वर्षमा यो क्रमले अत्यधिक तीव्रता लिन्छ । १० वर्षसम्म केटीको भन्दा केटाको उचाइ बढी हुन्छ । तर ११ देखि १४ वर्षको उमेरमा केटाको भन्दा केटीको यौन परिपक्वतासँगसँगै उचाइ तीव्र गतिमा वृद्धि हुन्छ । उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकामा तौलको वृद्धिदरमा विषमता हुन्छ । यस अवस्थासम्म शरीरको अनुपातमा टाउको केही ठूलो नै हुन्छ । निधार चेप्टो र चौडा, घाँटी लामो, चौडा छाती र पेट केही चेप्टो आकारको हुन्छ ।

[15] अन्यथा उल्लेख गरिएकोमा बाहेक यस खण्डका लागि उपयोग गरिएका सन्दर्भ सामग्रीमा-१) निर्मला उप्रेती, बालविकास तथा पारिवारिक सम्बन्ध २०६०, २) दिनेशराज सत्याल, बालबालिकासँग कसरी व्यवहार गर्ने, २०६५, र ३) हेमराज भुसाल, बालविकास र सामाजिकीकरण, २०६९ पर्दछन् ।

उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकाहरूमा कार्यात्मक विकास

उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकामा जसरी शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक र संवेगात्मक विकास हुन्छ, त्यसैगरी विकासका चरणअनुसार निम्नलिखित कार्यात्मक विकास भएको हुन्छ :

१. हुर्कँदै र बढ्दै गरेको प्राणीको रूपमा आफूप्रति सकारात्मक धारणाको विकास ।
२. दैनिक जीवनसम्बन्धी आवश्यक धारणाको विकास ।
३. साधारण खेलहरूको लागि आवश्यक पर्ने सीपहरूको विकास ।
४. आफ्नो उमेरका साथीहरूसँग घुलमिल हुने सीप र सामाजिक भावनाको विकास ।
५. सामाजिक समूहहरू तथा संघसंस्थाहरूप्रति भावनात्मक धारणाको विकास ।
६. उचित किसिमले यौन सामाजिक भूमिकाहरूको विकासको सुरूवात ।
७. पढाइ, लेखाइ र गणितीय आधारभूत कुराहरूको विकास ।
८. व्यक्तिगत रूपमा आफूलाई आत्मनिर्भर बनाउने सीप र क्षमताको विकास ।
९. आंशिक रूपमा मूल्यमान्यता, नैतिकता र चेतनाको विकास ।

उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकामा सीप तथा वाचन विकास

उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकामा धेरै किसिमका सीप, वाचन र व्यवहारहरूको पनि विकास हुन्छ। प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा यस्ता सीपहरूको सामान्य आधार मात्र बनेको हुन्छ भने उत्तर बाल्यावस्थामा यस्ता सीपहरूमा विशिष्टीकरण हुँदै जान्छ । वाचन विकासका धेरै र आधारभूत कुराहरू प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा सिकिएका हुन्छन् । उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकाको वाचन विकास र शैलीले उनीहरूको बोली तथा भाषाको प्रयोगको स्तर, हैसियत तथा सभ्यताको पहिचान गराउँदछ । त्यसैगरी, वाचन विकासकै सिलसिलामा उच्चारण तथा वाक्यनिर्माणको पनि विकास हुन्छ ।

उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकामा संवेगात्मक विकास

१. पूर्व-बाल्यावस्थाका बालबालिकामा संवेगात्मक विकासको अवस्था निकै कमजोर हुने हुँदा आफूले गरेका कार्यहरूबाट राम्रो वा नराम्रो के असर हुन्छ भन्ने थाहा पाउँदैनन् । तर उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकामा उमेरको वृद्धिसँगसँगै संवेगात्मक विकास पनि भएको हुन्छ । उनीहरूले आफूले व्यक्त गरेको संवेगलाई बुझिसकेका हुन्छन् । त्यसैले यस समूहका बालबालिकाले आफ्नो संवेग प्रस्तुत गर्दा अरूलाई चोट पर्न सक्छ भन्ने कुरा बुझ्न थाल्दछन् ।
२. यसैगरी, उत्तर बाल्यावस्थाको पनि उत्तरार्द्धमा अर्थात् उमेर बढेर नौ वा दश वर्ष पुगिसकेपछि भने बालबालिकामा उच्च संवेगलाई पनि समायोजन गर्ने र संवेगहरूलाई सामाजिक स्वीकृति प्रदान गर्ने क्षमताको विकास भएको हुन्छ ।
३. ६ वर्ष पुगेका बालबालिकाले आफ्नो बाबुप्रति कम स्नेह प्रकट गर्न थाल्छन् किनकि कहिलेकाही काम बिराउँदा बुबाबाट पिटाइ वा हप्काइ खाएका हुन्छन् । बाबुबाहेक परिवारको अन्य सदस्यले पिट्ने या गाली गर्ने गरेका छन् भने बाबुसँग स्नेहभाव हुन्छ । तर पनि आमाको भन्दा कमै भएको पाइन्छ । कोही बाबु भने आमाभन्दा बढी स्नेही भएको पनि पाइन्छ । त्यस्तो स्थितिमा बालबालिकाले आमालाई भन्दा बुबालाई बढी माया गर्ने पनि हुन्छन् । Sympsonले पाँच वर्षदेखि नौ वर्षसम्मका बालकहरूको प्रेम प्रदर्शनको अध्ययन गरेर के निष्कर्षमा पुगे भने बालकले बाबुलाई भन्दा आमालाई बढी मन पराउँछन् ।
४. छदेखि बाह्र वर्षसम्मका बालबालिकामा स्नेह प्रकट गर्ने तरिकामा फरकपन आउँदछ । पहिलेजस्तो म्वाइँ खाने, अँगालो हाल्ने, थपथपाउने व्यवहारलाई उनीहरू केटाकेटीपन ठान्दछन् । त्यसैले यस उमेरका बालबालिका ठूलासँगै बसेर, कुराकानी गरेर, अह्राएको मानेर र काममा सहयोग गरेर आफ्नो स्नेहभाव प्रकट गर्दछन् ।

उत्तर बाल्यावस्थाका बौद्धिक विकाससम्बन्धी विशेषता

१. सोचाइ प्रक्रिया प्रत्यक्ष रूपमा वस्तुहरूसित सम्बन्धित हुन्छ, न कि अमूर्त विचारहरूसित (Thinking is directly related to objects, not to abstract ideas)।
२. सोचाइ प्रक्रिया सरल र चरणबद्ध हुन्छ (Thinking is linear, 'Step by step.') .
३. विचारहरूलाई मस्तिष्कमा राख्न र पुनः फर्केर विचार गर्न सकिने हुन्छ (Able to conserve and begin reverse thinking).
४. "बालबालिकालाई सिकाउन यथार्थ चीजहरूलाई लिन सकिन्छ। ती चीजहरूमा वास्तविक वस्तु, घटना र अवस्थाहरूको छनौट गरिएमा यस चरणका बालबालिकाले त्यस विषयवस्तुलाई राम्ररी बुझ्न सक्दछन् । यदि छनोट गरिएका वस्तुहरू

यथार्थ नभएमा त्यससितको अन्तर्क्रियाबाट उनीहरूले सिकाइको अनुभव गर्दैनन् ।" (रेनर र मारेक, पृष्ठ २१) ।

५. यथार्थ बुझाइ भन्नाले कुनै पनि अवधारणासितको वास्तविक अनुभव हो । यस किसिमको तरिकाबाट मात्रै सही बुझाइको विकास हुन सक्दछ । वास्तविक बुझाइ प्रयोग गर्ने विद्यार्थीहरूले परमाणुको परिभाषा कण्ठ पार्न सक्दछन्, भिन्नहरूलाई भाग लगाउन सक्छन् तर त्यस विषयवस्तुलाई अरू सन्दर्भसित (कक्षाकोठामा या बाहिर) जोड्न सक्दैनन् । आफूले सिकेका तरिकालाई उस्तै गरी दोहोऱ्याउन सक्दैनन् । (रेनर र मारेक, पृष्ठ २२)

साभार : बालमैत्री विद्यालय शिक्षक प्रशिक्षण पुस्तिका २०६२, शिक्षा विभाग/सेभ द चिल्ड्रेन एलायन्स

३.२.३ बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू

उत्तर बाल्यावस्थाका बालबालिकाको विकासमा सहयोग पुऱ्याउन बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका केही भूमिकाहरूलाई देहायअनुसार छलफल गर्न सकिन्छ :

१. हरेक आमाबुबा/अभिभावक, हेरचाहकर्ता, शिक्षक तथा बालबालिकासँग प्रत्यक्ष अन्तर्क्रिया गर्ने व्यक्तिहरूले यस उमेरका विशेषताबारे जानकारी राख्नुपर्दछ । यसो भएमा कुन व्यवहार उमेरजन्य विशेषता हो र कुन व्यवहार समस्या हो भनेर यकीन गर्न सकिन्छ ।

२. बालबालिकाको भावनाको कदर गर्ने र सोही अनुरूपको व्यवहार गर्नुपर्दछ ।

३. बालबालिकालाई अनुशासित राख्न र असल व्यवहार सिकाउन बाबुआमा/अभिभावक, हेरचाहकर्ता वा शिक्षकले आफैलाई र आफ्नो व्यवहारलाई नियाल्नुपर्दछ ।

४. उनीहरूको रूचि र चाहनालाई बुझेर मात्र उनीहरूसँग कार्य वा व्यवहार गर्नुपर्दछ ।

५. यो उमेर अवस्थाका बालबालिकालाई तीखो/धारिलो वस्तु, हातहतियारबाट टाढा राख्नुपर्दछ । साथै उनीहरूलाई आगो, पानी, अग्लो ठाउँजस्ता खतराहरूबाट जोगाउनुपर्दछ ।

६. यस अवस्थाका बालबालिकाको सिकाइ अर्थात व्यवहार परिवर्तनमा आमाबुबाको भन्दा दौंतरी अर्थात खेल समूहका साथीहरूको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । तसर्थ, आमाबाबुले आफ्नो बालबालिकाको साथीहरूको बारेमा समेत जानकारी राख्नुपर्दछ ।

७. यस उमेर समूहका बालबालिकाको वाचन विकास र शैलीले उनीहरूको बोली तथा भाषाको प्रयोगको स्तर हैसियत तथा सभ्यताको पहिचान गराउँदछ । तसर्थ बाबुआमा/अभिभावक, हेरचाहकर्ता तथा शिक्षकहरूले बालबालिकाले सिकेका र प्रयोग गरेका शब्द र उच्चारणमा भएका गल्ती कमजोरीहरूलाई सच्याईदिनुपर्दछ ।

८. घरपरिवारमा एकता र एकरूपता भई बालबालिकाप्रतिको धारणा र व्यववहार समान हुनु अति जरूरी हुन्छ । पारिवारिक एकता भएमा बालबालिकाले कुनै गलत कुरा सिकिरहेका वा औकात बाहिरको कुरा माग गरिरहेको अवस्थामा उनीहरूलाई सम्झाउन र धैर्य राख्न सिकाउन सकिन्छ ।

९. घरपरिवारका सदस्यहरूबाट राम्रो वातावरण पाएको खण्डमा उनीहरूमा नयाँ कुरा सोच्ने, चिन्तन गर्ने, सिर्जना गर्ने, सिकाइप्रति सहजै उत्प्रेरित हुने, नेतृत्व विकास गर्न सक्षम हुने जस्ता भूमिकाहरू सही ढङ्गले निर्वाह गर्न सक्ने हुन्छन् । यसकारण घरपरिवारमा प्रजातान्त्रिक वातावरण सिर्जना गर्नु अभिभावकको भूमिका हुन्छ ।

१०. बालबालिकालाई असल बनाउनको लागि उनीहरूको उत्तर बाल्यावस्थामा अभिभावकहरू उनीहरूप्रति अत्यन्तै संवेदनशील भई उनीहरूको भावना र आवश्यकतालाई राम्ररी विश्लेषण गरी उपयुक्त वातावरणमा समुचित तरिकाले कुरा गरिदिने तथा अनावश्यक र भड्किला कुरालाई सम्झाईबुझाई गरेर मायालु वातावरणबाट नियन्त्रण गर्नुहोस् ।

११. असल अनुशासन कायम गराउनका लागि उनीहरूलाई नैतिक नियम बनाउन सहयोग गर्ने, उपयुक्त पुरस्कार र सजायको व्यवस्था मिलाउने गर्नुहोस् ।

१२. प्रत्येक व्यक्ति अर्को व्यक्तिभन्दा फरक हुन्छ । बालबालिकालाई एकअर्कासँग तुलना गर्दा र होच्याउँदा उनीहरूको आत्मबल घट्दछ । तसर्थ, उनीहरूलाई अर्को व्यक्तिसँग तुलना गर्ने काम नगर्नुहोस् ।

१३. बालबालिकाले गरेका राम्रा कामको तारिफ गर्नुहोस् । उनीहरूले गरेका राम्रा कामहरूको लागि धन्यवाद दिनुहोस् । राम्रो काम गरेबापत हामीले दिएको धन्यवादले बालबालिकालाई असल बन्ने कार्यतर्फ अग्रसर गराउँदछ ।

१४. बालबालिकालाई दूर्व्यवहारका बारेमा उचित जानकारी दिनुहोस् तथा दूर्व्यवहारको प्रतिकार गर्न सिकाउनुहोस् । आफूलाई मन नपरेको कुरामा नाइँ भन्न सिकाउनुहोस् ।

***

परिच्छेद- ४.२ः सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू

निर्देशिकाको यस खण्डमा बालबालिकाको सहभागिता हुने विभिन्न स्थानहरू तथा त्यहाँ के-कस्ता क्रियाकलापहरूमा सहभागिता हुन सक्दछ भन्ने छलफल गरिएको छ । बालबालिकाको सहभागिताका क्षेत्रहरूमा खासगरी--१) घरपरिवार तह, २) समुदाय तह, ३) बालक्लब/सञ्जालको स्तर, ४) विद्यालयको सन्दर्भमा , ५) गाउँपालिका/नगरपालिकाको तह, र ६) जिल्लास्तर पर्न सक्दछन् । यी मध्ये गाउँपालिका/नगरपालिकाको तह तथा जिल्लास्तरको सहभागिता भने ६ देखि १२ वर्ष उमेरका बालबालिकाको सन्दर्भमा त्यत्ति सान्दर्भिक नहुन सक्दछ । यद्यपि बालबालिकाले ती तहमा बालक्लब वा सञ्जालको तर्फबाट अन्तर्क्रिया गर्न भने सक्दछन् ।

४.२.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता

घरपरिवारमा घरायसी कुराहरूको निर्णय गर्ने जिम्मेवारी परिवारका वयस्क सदस्यहरूको हो र त्यहाँ बालबालिकाको सहभागिता कसरी गर्न सकिन्छ र ? भनी ठान्ने पनि गरिन्छ । अनि बालबालिकालाई बाबुआमा/अभिभावक वा परिवारका वयस्क सदस्यले भलो हुने नै कामकुरा त गर्छन् नि, त्यसमा किन बालबालिकालाई सोध्नुपर्‍यो त ? पनि भन्न सकिन्छ । त्यसैले प्रस्तुत खण्डमा घरपरिवार तहमा छदेखि बाह्र वर्ष उमेर समूहका बालबालिकाको सहभागिता के-कस्ता कुराहरूमा र के-कसरी हुन सक्दछ भन्ने बारेमा छलफल गरिएको छ ।

घरपरिवारतहमा छदेखि बाह्र वर्षका बालबालिकालाई खासगरी :

- घरायसी निर्णय प्रक्रियामा,
- घरपरिवारका सदस्यहरूसँगको सम्बन्ध तथा अन्तर्क्रियाको क्रममा,
- स्वःचेतना/स्वःविश्लेषण (जस्तो कि- म के बन्न चाहन्छु, मेरो रूचिका विषयहरू र मेरो भविष्यको लक्ष्य के हो, आदि) मा,
- अध्ययन तथा त्यसबारेको जिम्मेवारी वहनसम्बन्धी विषयमा,
- विदाको उपयोगसम्बन्धी कुराहरूको निर्णय गर्दा सहभागी हुन सक्दछन् ।

घरपरिवारका अन्य सदस्यहरूको जस्तै छदेखि बाह्र वर्ष उमेर समूहका बालबालिकाले पनि आफ्नो बढ्दो उमेर र परिपक्वताअनुरूप हुनेगरी घरभित्रका गतिविधिबारे जानकारी पाउनुपर्दछ र त्यसमा सहभागी हुने अवसर पाउनुपर्दछ । घरायसी गतिविधिहरूमा बालबालिकाको सहभागिता भन्नाले दैनिक रूपमा हुने गतिविधि वा क्रियाकलापहरूबारे सुसूचित हुने/गर्ने, विचार अभिव्यक्त गर्न अवसर दिने, घरायसी निर्णय प्रक्रियामा सामेल हुने/गराउने, र कुनै कार्य सम्पन्न गर्दा उपयुक्त रूपले बालबालिकालाई संलग्न गराउने कार्यलाई बुझिन्छ । घरपरिवारमा हुने दैनिक गतिविधिहरू जस्तै आज के तरकारी पकाउने ? आज बजारबाट के-के सरसामान किनेर ल्याउनुपर्दछ र को-को गएर कहाँ किन्ने ? दिउँसोको खाजामा के खाने ? जस्ता सामान्य कुरादेखि लिएर छोराछोरीलाई नयाँ विद्यालय भर्ना गर्नु छ भने कस्तो विद्यालय छान्ने ? विद्यालय छान्दा के-के कुरालाई प्राथमिकता दिने ? आदि जस्ता विषयहरू पर्दछन् । त्यस्तै कुनै घरघडेरी किन्दा वा बसाइँ सर्दा यसबारे बालबालिकाले बुझिनेगरी जानकारी दिने र उनीहरूको राय लिने कार्य पनि सहभागिताको पाटो नै हुन् ।

असाध्यै व्यवहारिक उदाहरण लिंदा, बालबालिकाका लागि चाहिने लुगा, कपडा वा अन्य सरसामान किन्दा बाबुआमा/अभिभावकले सम्बन्धित बालक वा बालिकालाई साथै लिएर गएर उनीहरूलाई कस्तो रङ्ग, बुट्टा, आकारप्रकार मनपर्दछ भनेर छलफल गरेर किनिदिंदा त्यसको महत्व झनै बढ्दछ । तर धेरैजसो अवस्थामा हामी बाबुआमा/अभिभावकले आफ्नो हिसाबले त्यस्ता कुराहरूमा निर्णय गरिरहेका हुन्छौं । यसरी किनिएको लत्ताकपडा वा अन्य सरसामान बालबालिकालाई मन नपर्न पनि सक्दछ । यसो भएमा परिवारमा खुसी बढ्नुको साटो घट्न सक्दछ ।

छदेखि बाह्रवर्षको उमेर समूहका बालबालिकालाई आफ्ना नजिकका नाता सम्बन्धबारे बताउने, चिनजान वा भेटघाट गराउने यो उपयुक्त उमेर हो । त्यसरी नै नातागोतामा हुने विवाह, व्रतबन्ध, चाडबाड आदिमा यस उमेर समूहका बालबालिकालाई साथै लिएर जाने गर्नाले उनीहरूको अन्तर्क्रियाको दायरा फराकिलो हुन्छ र उनीहरूको सांस्कृतिक ज्ञान पनि बढ्दछ । आफ्नो संस्कृति, रहनसहनबारे जानकारी हुन्छ । अनि परिवारको नजिकका सदस्य बिरामी पर्दा भेट्न जाने जस्ता कार्यहरूमा बालबालिकालाई सँगै लिएर जाने जस्ता अभ्यासले उनीहरूमा पारिवारिक भावनात्मक सम्बन्ध गाढा हुन्छ । बालबालिकालाई सहभागी गराइने यस्ता अभ्यासहरूले भविष्यमा उनीहरूलाई जिम्मेवार व्यक्ति बन्न र आफ्नो कर्तव्यबोध गर्न समेत सघाउँदछ ।

घरपरिवार तहमा बालबालिकासँग चाडबाड, पारिवारिक विशेष अवसरहरू कसरी मनाउने, बिदाको समयको कसरी सदुपयोग गर्ने भन्नेजस्ता छलफल गर्न सकिन्छ । उनीहरूसँग सरसल्लाह गर्न, इच्छा बुझ्न, विचार वा सुझाव लिन र त्यस्ता निर्णय प्रक्रियामा सामेल गराउन सकिन्छ ।

यसैगरी आफू बसेको ठाउँभन्दा अन्यन्त्र जानुपर्ने अवस्था (जस्तैः बसाईंसराई) मा बाबुआमा/अभिभावकले सानोभन्दा सानो उमेरका बालबालिकालाई त्यससम्बन्धी सूचनाजानकारी दिने, नयाँ ठाउँको बारेमा उनीहरूसँग छलफल गर्ने, त्यहाँ जानु पर्नाका कारणबारे बताउने तथा सम्भावित जोखिम तथा अपनाउनुपर्ने सावधानीहरूबारे पर्याप्त जानकारी दिनुपर्दछ । यसले बालबालिकालाई मानसिक रूपमा पूर्वतयारी गर्न र त्यस ठाउँमा घुलमिल हुन के-कस्ता तरिका अपनाउने भन्नेबारे पनि धारणा बनाउन सक्दछन् ।

माथिको छलफलको आधारमा छदेखि बाह्र वर्षसम्मका बालबालिकालाई घरपरिवारमा सहभागी गराउन सकिने क्रियाकलापका केही उदाहरणहरू देहायअनुसार हुन सक्दछन् :

- घरपरिवारमा गरिने घरायसी निर्णयहरू जस्तै के खाना खाने, कस्तो लुगा किनिदिने जस्ता विषयमा बालबालिकाको विचार लिने र सम्भव भएसम्म उनीहरूलाई पनि त्यस्ता क्रियाकलापमा सामेल गराउने ।
- बुबाआमा/अभिभावकले बालबालिका सँगसँगै बसेर घरव्यवहारका कुरा गर्ने, उनीहरूले भनेको कुरा ध्यानपूर्वक सुन्ने । त्यसरी नै बालबालिकालाई केही कुरा चाहिएको छ भने त्यसबारे सोध्ने । यदि उनीहरूको चाहना आवश्यक र पूरा गर्न सकिने खालको हो भने पूरा गरिदिने र होइन भने उनीहरूसँग छलफल गर्ने ।
- बालबालिकालाई क्षमताअनुसार घरभित्रको काममा परिवारका वयस्क सदस्यहरूसँगै सहभागी भएर काम गर्ने अवसर दिने । यसले उनीहरूमा सीप सिक्न र आफूले गर्न सक्ने काम गरी परिवारलाई सघाउने बानीको विकास हुन्छ । साथै, सामाजिक हुन र मूल्यमान्यता सिक्न समेत मद्दत पुग्दछ ।

घरपरिवारतहमा छदेखि बाह्र वर्षसम्मका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिने क्रियाकलापहरू

के के मा सहभागिता ?	सहभागिता कसरी प्रवर्द्धन गर्ने?	सूचक (वा त्यसबाट पर्ने प्रभाव)
● घरायसी निर्णय प्रक्रियामा ● घरायसी गतिविधिबारे सूचना प्रवाह र छलफलमा ● बालबालिकाका आवश्यकताहरूको परिपूर्तिका सम्बन्धमा	● घरायसी निर्णय गर्दा बालबालिकालाई उमेर र परिपक्वताअनुरूप सूचनाजानकारी दिने, ● निर्णय गर्दा बालबालिकालाई छलफलमा सहभागी गराउने र उनीहरूको विचार सुन्ने, ● घरायसी प्रयोजनका लागि सामानहरूको खरिद गर्दा त्यसबारे जानकारी दिने, ● दैनिक खानपिनमा के-के बन्दोवस्त गर्ने भन्ने बारेमा बालबालिकाका विचार बुझ्ने, ● बाबुआमा वा अभिभावकले बालबालिकासँग घरायसी व्यवहारका कुराहरूबारे बताउने र उनीहरूको विचार सुन्ने, ● बालबालिकाको क्षमताअनुसार घरभित्रको काममा जिम्मेवारी दिने,	● घरायसी विषयमा बालबालिकाले जानकारी पाउने, ● बालबालिकालाई चाहिने लुगाफाटो र अन्य सरसामान किन्दा बालबालिकालाई सम्भव भएसम्म साथै लिएर जाने र उनीहरूलाई छनौट गर्ने अवसर दिने, ● क्षमताअनुसार घरायसी काममा जिम्मेवारी दिँदा बालबालिकामा सीप सिक्ने अवसर मिल्दछ र परिवारमा सघाउने बानीको विकास हुने,

● दाजुभाइ, दिदीबहिनी र परिवारका अन्य सदस्यहरूसँगको सम्बन्ध र अन्तर्क्रियामा	● आफ्ना बृहद् परिवार वा नजिकका नातेदारहरूबारे, उनीहरूसँगको सम्बन्धबारे बालबालिकालाई जानकारी दिने र सकेसम्म त्यहाँ जाँदा बालबालिकालाई लिएर जाने, ● विवाह, व्रतबन्ध तथा चाडबाडमा बालबालिकालाई घरपरिवारमा र नजिकका नातेदारहरू कहाँ लैजाने र बालबालिकाले योगदान गर्न सक्ने कार्यमा जिम्मेवारी दिने, ● परिवारमा चाडपर्व के-कसरी मनाउनुपर्दछ भन्ने जानकारी दिँदै उनीहरूको विचार लिने,	● बृहद् परिवार वा नजिकका नातेदारहरूबारे जानकारी पाउँदा र उहाँहरूसँग सम्बन्धित हुँदा बालबालिकाको सामाजिक सञ्जाल बढ्ने, ● बालबालिकाले सामाजिक मूल्य, मान्यता तथा व्यवहारबारे सिक्ने अवसर पाउने,
● स्वःचेतना वा स्वःविश्लेषण कार्यमा ● अध्ययन तथा त्यसको जिम्मेवारी वहनसम्बन्धी विषयमा (विद्यालय भर्ना, विषयको छनौट तथा आफू र आफ्ना भाइबहिनीहरूको पढाइको बारेमा)	● साना उमेरका र विद्यालय जान सुरू गर्न लागेका बालबालिकाको पूर्वतयारी गर्ने, ● विद्यालय गइरहेका बालबालिकालाई कुनै कारणवश विद्यालय फेरबदल गर्नुपरेमा त्यसबारे उनीहरूसँग छलफल गर्ने,	● बालबालिकाले परिवारमा मायाममता, प्रशन्नता तथा समझदारीको वातावरणमा हुर्कने र आफ्नो विकास गर्ने अवसर प्राप्त हुने, ● बालबालिकालाई आफूसँग सम्बन्धित विषयमा आफ्ना कुराहरू राख्ने, यसले उनीहरूलाई म पनि महत्वपूर्ण व्यक्ति हुँ भन्ने अनुभव दिन्छ र उनीहरूलाई नयाँ वातावरणमा घुलमिल हुन सजिलो बनाउँदछ,
● विदाको समय उपयोगसम्बन्धी कुराहरूको निर्णयमा	● बिदाको समयलाई कसरी उपलब्धिमूलक बनाउने भनेर बाबुआमाले बालबालिकासँग छलफल गरी योजना बनाउने, ● कुनै ठाउँमा घुम्न जाने तय भएमा त्यसबारे बालबालिकालाई बताउने, सँगै बसेर कार्ययोजना बनाउने र गर्नुपर्ने कामको जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्ने, ● बिदाको समयमा कुनै ठाउँको भ्रमण गरी फर्किएपछि बालबालिकासँग त्यसबारे छलफल गर्ने र भ्रमणको बारे दैनिकी लेख्न लगाउने वा त्यसको प्रोजेक्ट वर्क गर्न लगाउने, ● बालबालिकालाई बालक्लबमा भाग लिने, खेलकूद, सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा सहभागी हुन प्रोत्साहित गर्ने,	● बाबुआमा वा अभिभावकसँग नयाँ ठाउँ घुम्न पाउँदा बालबालिका रमाउने मात्र नभएर उनीहरूले नयाँ कुरा सिक्न र आफू सम्मानित भएको महशुस गर्ने, ● बालबालिकालाई जीवन उपयोगी सीपहरू सिक्न प्रोत्साहित गर्दछ र आफ्नो, परिवारको र समाजको हितमा उपयोगी काम गर्न प्रोत्साहन मिल्ने,

बाबुआमा, परिवार तथा वयस्कहरूले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

बालबालिकालाई घरपरिवारमा हुने दैनिक क्रियाकलापमा सहभागी गराउन बाबुआमा/अभिभावक र परिवारका वयस्क सदस्यको ठूलो भूमिका हुन्छ। छदेखि बाह्र वर्षसम्मको उमेर समूहका बालबालिकाले विद्यालय समय बाहेक अरू समय घरपरिवारमा नै बिताउँदछन्। घरपरिवारमा बालसहभागिता बढाउनको लागि अनुकूल वातावरण बनाउन बाबुआमा/अभिभावक, परिवारका

सदस्यहरू तथा ६ देखि १२ वर्षसम्मका बालबालिकासँग अन्तर्क्रिया गर्ने व्यक्तिहरूले देहायका कुराहरूको जानकारी राख्नु उपयोगी हुन्छ :

- घरपरिवारमा बालबालिकाको सहभागिता बढाउन सर्वप्रथम बाबुआमा, अभिभावक तथा परिवारका अन्य सदस्यहरूले जिम्मेवारी वहन गर्नुपर्दछ भन्ने कुरा स्वीकार्नुपर्दछ । अर्थात बालबालिकालाई उमेर र परिपक्वताअनुरूप घरपरिवारका गतिविधिहरू तथा निर्णय प्रक्रियामा सहभागी गराउन सकिन्छ भन्ने अभिभावक तथा परिवारका सदस्यहरूले बुझ्न जरूरी हुन्छ ।
- बालबालिकालाई निर्धक्कसँग आफ्ना विचार व्यक्त गर्ने र त्यसलाई परिवारमा छलफलमा ल्याउने वातावरण तयार गर्नुपर्दछ। साथै, बालबालिकालाई छोरा वा छोरी, सक्षमता, उमेर आदिको आधारमा कुनै पनि किसिमबाट भेदभाव नगरी समान अवसर दिने कुरामा सचेत हुनुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई कुनै पनि क्रियाकलापमा सहभागी हुन सहज बनाउने सीप, विधि तथा तरिकाहरूबारे जानकारी राख्नुपर्दछ । साथै, त्यस्ता विधि तथा तरिकाहरूबारे बालबालिकालाई सूचनाजानकारी दिएर सहभागिताका लागि तयार गराउनुपर्दछ ।
- बालबालिका सहभागी हुन खोज्दा वा त्यसको लागि मौका खोज्दा त्यस्तो बानीको प्रशंसा र प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकाको सहभागिता बढाउन बाबुआमा/अभिभावक तथा परिवारका अन्य सदस्यहरूले उनीहरूलाई पर्याप्त समय दिनुपर्दछ । यसो भन्नुको मतलब उनीहरूसँग महत्वपूर्ण वयस्कहरूले गुणस्तरीय समय बिताउनु हो । यो अत्यन्तै महत्वपूर्ण कुरा हो । बालबालिकासँगै बस्ने, छलफल गर्ने, सूचनाजानकारी आदानप्रदान गर्ने, उनीहरूका कुरा सुन्ने, उनीहरूलाई सोध्ने, निर्णयहरू लिंदा सहभागी गराउने जस्ता कार्यहरूले यथार्थमा नै बालसहभागिता बढाइरहेको हुन्छ ।
- घरपरिवारमा सहभागिताको अभ्यास बढाउन बाबुआमा/अभिभावक तथा परिवारका अन्य सदस्यहरूले छदेखि बाहवर्षसम्मका बालबालिकासँग मिलेर काम गर्ने, एकआपसमा सहयोग गर्ने र कुनै कामका सन्दर्भमा स्पष्ट रूपमा जिम्मेवारीको बाँडफाँड गर्ने गर्नुपर्दछ ।
- घरपरिवारको सन्दर्भमा हेर्दा बालबालिकाको सहभागिताका लागि छुट्टै स्रोत साधन चाहिन्छ भन्ने होइन । तर निश्चित उमेरका बालबालिकाको विकासको विशेषता बुझ्न सक्नु, उनीहरूसँग काम गर्ने सीप र तरिकाहरूबारे जानकारी राख्नु, र पर्याप्त समय दिएर फराकिलो सोच, व्यवहार गर्नु भने अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुन्छ। बालसहभागिताका लागि वयस्कहरूमा धैर्यता हुनु र बालबालिकाप्रति संवेदनशील भएर व्यवहार गर्नु नै पर्याप्त हुन्छ । घरव्यवहारका दैनिक कार्यहरू तथा पारिवारिक सरसल्लाह एवं निर्णयहरूमा उनीहरूलाई सहभागी गराउनु नै सहभागिताको महत्वपूर्ण एवं पहिलो प्रयास हो ।
- घरपरिवारमा बालबालिकाको सहभागिताको कुरा गर्दा साना उमेरका बालबालिका, अपाङ्गता भएका बालबालिका तथा बालिकाहरूको सहभागिता सुनिश्चित गर्न विशेष जोड दिनुपर्दछ । यसको लागि उनीहरूलाई अनुकूल हुने वातावरण बनाउनुपर्दछ र आफूलाई पनि सोही परिस्थिति सुहाउँदो बनाउनुपर्दछ ।

छदेखि बाहवर्ष उमेरका बालबालिकालाई घरपरिवारको तहमा सहभागी गराउँदा देहायका कुराहरूमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ :

- यस उमेरका बालबालिकाका निम्ति सहभागिता आवश्यक हुने भएकोले परिवारमा उनीहरूसँग सम्बन्धित विषयमा छलफल गरिँदा उसलाई पनि जानकारी गराउनुहोस् ।
- घरपरिवारमा बालबालिकालाई सहज रूपमा विचार व्यक्त गर्ने अवसर तथा वातावरणको सिर्जना गर्ने र कुनै पनि बालक वा बालिकालाई कुनै पनि किसिमबाट भेदभाव वा पूर्वाग्रह नराखी कुराकानी गर्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।
- साना उमेरका बालबालिका बोलेरै मात्र सँधै सहभागिता नजनाउन पनि सक्दछन् तसर्थ उनीहरूको हाउभाउलाई पनि विशेष ध्यान दिनुहोस् ।
- बालबालिकालाई सूचनाजानकारी दिन कम्प्युटर, पत्रिका, पुस्तक, टि.भी., रेडियो आदिमा पहुँच बढाइदिनुहोस् र उनीहरूलाई त्यसको लागि निरन्तर प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

घरायसी किनमेल गर्न जाँदा बालबालिकासँग गरिने छलफल र सहभागिता

- घरायसी किनमेल तथा बालबालिकाका आवश्यक वस्तुहरू किनमेल गर्न जाँदा बालबालिकासँग पहिल्यै छलफल गर्नुहोस् । बजारमा गएर घरको लागि र अन्य सदस्यहरूलाई के-के आवश्यक छ ? कहाँ र कसरी जाँदैछौं ? भन्ने जस्ता जानकारी बालबालिकालाई दिनुहोस् ।
- छोरा वा छोरीलाई के-कस्ता कुराहरू चाहिएका छन् ? कुन-कुन चिजहरू किन्न आवश्यक छ ? कुन-कुन वस्तुहरू अहिल्यै नकिनेपनि हुन्छ ? उनीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् र समझदारी कायम गर्नुहोस् । साथै बजारमा गइसकेपछि देखेका वा मन परेका अन्य कुनै सामान किन्नको लागि बजार जाने सबैलाई केही पकेट खर्च पनि बाँड्नुहोस् (बालबालिका र वयस्क सबैलाई) । यदि कुनै सामान किन्न सकिंदैन भने किन नसकिने हो भनेर पनि बालबालिकाले बुझ्नेगरी भन्नुहोस् ।
- घरायसी किनमेल गर्न जाँदा र बालबालिकाका लागि आवश्यक वस्तुहरू किन्न जाँदा समय मिलेसम्म उनीहरूलाई सँगै लिएर जानुहोस् । अनि, बालबालिकालाई चाहिएको सामान किन्दा वा भान्साको तरकारी, खानेकुरा किन्दा उनीहरूलाई के मनपर्दछ भनेर सोधेर किन्ने गर्नुहोस् । यसो गर्नाले बालबालिका असाध्यै खुशी हुन्छन् ।

विद्यालय भर्ना/छनौटको विषयमा

- बालबालिकालाई विद्यालय भर्ना गर्दा, विद्यालय फेर्ने जस्ता उनीहरूसँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित विषयहरूमा उनीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।
- साना उमेरका भर्खर विद्यालय जान थालेका बालबालिकालाई विद्यालयमा पठाउन सुरू गर्नुअगाडि उक्त विद्यालय, त्यहाँका शिक्षकहरू, विद्यालय भएको स्थान आदिबारे आफूलाई जानकारी भएसम्मका कुराहरू बताउनुपर्दछ । त्यस्तै, नियमित रूपमा विद्यालय जान थाल्नुभन्दा अगाडि एक/दुईपटक बालबालिकालाई विद्यालयमा लगेर घुमाएर त्यहाँको भौतिक अवस्था र वातावरण देखाउन सकेमा ज्यादै प्रभावकारी हुन्छ ।
- त्यसरी विद्यालय भेटघाटमा लग्दा सम्भव भएसम्म शिक्षकहरूसँग भेटाउनु र कुराकानी गराउनु राम्रो हुन्छ । यसले साना उमेरका बालबालिकालाई विद्यालयमा सुरूका दिनहरूदेखि नै सहज र रमाइलो लाग्न थाल्दछ ।
- विद्यालय गइसकेका बालबालिकाको हकमा यदि कुनै कारणवश विद्यालय फेरबदल गर्नुपरेमा त्यसबारे उनीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् । विद्यालय फेर्नुपर्नाका कारणबारे बताउनुहोस्, नयाँ विद्यालयको बारेमा बताउनुहोस्, विद्यालयमा उनीहरूलाई लिएर जानुहोस् र शिक्षकहरूसँग भेटाउनुहोस् ।

बिदाको समय सदुपयोगका बारेमा

- बिदाको समय कसरी उपयोग गर्ने भन्नेबारेमा घरपरिवारमा बालबालिकासँग छलफल गर्नुहोस् । त्यसरी नै बाहिर कतै घुम्न जाने योजना छ भने त्यसका बारेमा उनीहरूलाई बताउनुहोस् । यस्ता कुराहरू गर्दा सुरूदेखिकै छलफलमा बालबालिकालाई सहभागी गराउनुपर्दछ ।
- कुनै स्थानमा जाने टुङ्गो भएपछि घुम्ने स्थान र तौरतरिकाबारे बालबालिकाको रायसल्लाह लिनुहोस् ।
- कुनै स्थानको भ्रमण गरेर फर्केपछि त्यसबारे सबै सहभागीहरू एकसाथ बसेर आफूलाई राम्रो वा रमाइलो लागेको कुरा तथा नयाँ कुरा वा ठाउँ, टोलीका सदस्यहरूले एकअर्कालाई सहयोग गरेका कुराहरू आदि छलफलको विषय हुन सक्दछ । यसो गर्नु अत्यन्तै उपयोगी हुन्छ ।

४.२.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता

विद्यालय बालबालिकाको जीवनमा आउने पहिलो औपचारिक संस्था हो । विद्यालयले औपचारिक शिक्षा प्रदान गर्नुका साथसाथै बालबालिकाको सामाजिकीकरणमा समेत मद्दत गरिरहेको हुन्छ । विद्यालयहरूले बालबालिकालाई शैक्षिक, सह-शैक्षिक र अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा सहभागी हुने अवसर प्रदान गर्दछ । अर्कोतर्फ, अहिले अभ्यासमा आइरहेको बालमैत्री विद्यालयको अवधारणाले बालबालिकाको सहभागिताका विभिन्न पक्षहरूलाई समेत प्रवर्द्धन गरिरहेका छन् ।[16]

[16]बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि विद्यमान कानूनी एवं नीतिगत व्यवस्था र सरकारका कार्यक्रमहरू “बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागितासम्बन्धी राष्ट्रिय नीतिगत कार्यढाँचा”निर्माणका सन्दर्भमा विभिन्न मन्त्रालयहरू, राष्ट्रिय योजना आयोग, केन्द्रिय बालकल्याण समिति तथा कन्सोर्टियम-नेपालको संयुक्त आयोजनामा गरिएको अध्ययन (डेस्क रिभ्यु १)

विद्यालय तहमा बालसहभागिता

- कक्षाकोठाका शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापहरूबारे
- सह-शैक्षिक क्रियाकलापहरूबारे
- अतिरिक्त वा सहशैक्षिक क्रियाकलापहरूबारे
- विद्यालयमा सांस्कृतिक तथा वार्षिक उत्सवलगायतका गतिविधिहरूबारे
- शैक्षिक भ्रमण लगायतका क्रियाकलापहरू बारे

विद्यालयमा विभिन्न क्रियाकलापहरूमा बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिन्छ । विद्यालयको कक्षाकोठाभित्र हुने शिक्षणसिकाइका क्रियाकलापमा बालबालिकाको सहभागिता त्यत्तिकै जरूरी हुन्छ। सहभागितामूलक विधिहरूको प्रयोग गरिने कक्षाकोठाको सिकाइले बालबालिकाको सिक्ने तथा जान्ने उत्सुकतालाई फराकिलो गराउँदछ। शिक्षकहरूले बालबालिकालाई पढाउने सिकाउने क्रममा एकोहोरो सूचना प्रवाह गर्नेभन्दा उनीहरूसँग छलफल गर्ने, उनीहरूले जाने-बुझेका कुराहरू सोध्ने तथा उनीहरूको सहभागिताको सहज वातावरण तयार गर्ने गर्नुपर्दछ । त्यस्तो वातावरणमा बालबालिकाको आत्मविश्वास बढ्नुका साथै काम गर्ने क्षमता समेत बढ्दछ ।

कक्षा कोठाको शिक्षण सिकाइमा बालबालिकाको सहभागिताका कुरा गर्दा केही कुराहरूमा विशेष जोड दिनुपर्दछ। बालकेन्द्रित सिकाइ तथा बालमैत्री व्यवहार मार्फत कक्षाकोठाको सिकाइलाई अर्थपूर्ण तथा सहभागितामूलक बनाउन सकिन्छ। बालकेन्द्रित सिकाइलाई व्यवहारमा लागु गर्दा बालबालिकाको बढ्दो उमेरसँग मेल खाने सिकाइ, बालबालिकाको सम्बन्धित विषयमा रूचि, उनीहरूको सामाजिक, सांस्कृतिक परिवेशअनुरूप सिकाइको प्रक्रियालाई कत्तिको सिर्जनात्मक बनाउन सकिन्छ भन्ने कुराले ठूलो अर्थ राख्दछ । त्यसैगरी बालकेन्द्रित सिकाइमा प्रयोग गरिने विधिहरू/तरिकाहरू समेत बालबालिकाको उमेर सुहाउँदो, लैङ्गिक संवेदनशील तथा बालबालिकाको सामाजिक, आर्थिक, भाषिक, सांस्कृतिक, शारीरिक तथा मानसिक पृष्ठभूमि मिल्दो हुनु जरूरी छ ।

बालकेन्द्रित सिकाइ

"बालकेन्द्रित सिकाइ[17]मा निम्न विशेषताहरू रहेका हुन्छन् : क) अर्थपूर्ण, ख) पूर्ण धारणासँग सम्बधित, ग) सहभागितामूलक, घ) बाल सक्रियता, ङ) समान अवसर ।

यी विशेषताले युक्त भएको सिकाइ प्रक्रियासँग सम्बन्धित निम्नलिखित अवधारणा रहेका छन्:

क) बालबालिकाले सक्रिय भएर सिक्छन् । निष्क्रिय श्रोता भएर सिक्न सबैले सक्दैनन् ।
ख) बालबालिकालाई आफ्नो क्रियाकलापको परिणाम थाहा पाउने परिस्थितिको निर्माण भएमा सिकाइ प्रभावकारी बन्छ ।
ग) सिकाइ प्रक्रियामा बालबालिकाको औपचारिक र अनौपचाारिक सहभागिता आवश्यक हुन्छ । सहभागिताले अपनत्व (Ownership)बढाउँदछ र सिकेका कुरामा विश्वास बढ्न जान्छ ।
घ) सिकाइ प्रक्रियामा सहभागी भएपछि बालबालिकाले ज्ञान निर्माण गर्छन् ।
ङ) सहभागितामूलक अन्तर्क्रियाबाट सिकेका कुरा बढी प्रभावकारी हुन्छन् ।
च) खेल सक्रिय सिकाइको माध्यम हो ।
छ) सिकाइ चरणबद्ध हुन्छ ।
ज) बालबालिकाको रूचिलाई समेटेको सिकाइ प्रभावकारी हुन्छ ।

यसरी हेर्दा बालकेन्द्रित सिकाइमा बालबालिकाको सक्रिय सहभागिता हुन्छ । बालबालिकाको सहभागितालाई देखिने गरी बढाउनु शिक्षकहरूको दायित्व हो । मैले उनीहरूको हितलाई ध्यानमा राखेर सिकाएको छु । त्यसैले यो बालकेन्द्रित हो भन्ने भनाइको अर्थ त्यसबेला रहन्छ जब बालबालिका स्वभाविक रूपमा सिकाइमा सहभागी हुन्छन् ।"

[17]शिक्षा विभाग/सेभ द चिल्ड्रेन एलायन्स, बालमैत्री विद्यालय शिक्षक प्रशिक्षण पुस्तिका, २०६२ कार्तिक, पृ. ९३

विद्यालयमा बालमैत्री व्यवहारको कुरा गर्दा शिक्षकहरूले बालबालिकासँग-१) सम्मानपूर्वक व्यवहार गरेका छन् कि छैनन्, २) उनीहरूले बुझ्ने भाषाको प्रयोग भएको छ कि छैन, र ३) उनीहरूको सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक पृष्ठभूमिको सम्मान गर्ने लगायतका व्यवहारहरू भएका छन् वा छैनन् भन्ने कुरा हेरिनु पर्दछ । बालमैत्री व्यवहारको अर्को मुख्य पक्ष भनेको बालबालिकालाई भयरहित वातावरण प्रदान गर्नु हो । भयरहित वातावरणमा सिक्न पाउनु बालबालिकाको अधिकार हो भने त्यस्तो वातावरण सिर्जना गर्नु शिक्षकहरू तथा विद्यालयको कर्तव्य हो । भयरहित वातावरणमा बालबालिकाले आफ्ना विचारहरूलाई खुलस्त रूपमा राख्न सक्दछन् अनि आफूलाई लागेका कुराहरू निर्धक्कसाथ भन्न सक्दछन् । साथै, बालबालिकाले अरूका विचारहरू सुन्न र सम्मान गर्न सिक्दछन् । त्यसरी नै बालबालिकाले गर्ने कार्यहरूमा वयस्कहरूको सहभागिता पनि अत्यन्त महत्वपूर्ण रहन्छ । ठूला व्यक्तिहरूको संलग्नता तथा सहकार्यले बालबालिकाको सिकाइमा उत्साह जगाउनुका साथै हौसला प्रदान गर्दछ र आत्मसम्मान बढाउँदछ । यी सबै सन्दर्भमा बालसहभागिताको ठूलो महत्व रहन्छ ।

बालबालिकाको लागि बौद्धिक विकासका साथै सामाजिक विकास पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ । त्यसैले आफूसँग प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा सम्बन्धित विषय तथा क्रियाकलापहरूमा सबै बालबालिकालाई समान अवसर प्रदान गरिनुपर्दछ । छदेखि बाहवर्षसम्मका बालबालिकाले विद्यालयमा अतिरिक्त क्रियाकलापहरू जस्तै अभिभावक दिवस, खेलकुद दिवस, वार्षिक उत्सव, सरस्वती पूजा, गुरू पूजा आदि गतिविधिहरूको आयोजना गर्दा सक्रिय रूपमा सहभागी हुन सक्दछन् । शिक्षकहरू तथा विद्यालय व्यवस्थापन समितिले त्यस्ता कार्यक्रमका बारेमा योजना गर्दादेखि नै बालबालिकासँग छलफल गर्नुपर्दछ । साथै यस्ता कार्यक्रमहरू आयोजना गर्दा शिक्षकहरूले सहजकर्ताको भूमिका खेलेर बालबालिकालाई नै कार्यक्रमको योजना र व्यवस्थापन गर्ने जिम्मेवारी दिन सक्दछन् । यस्तो अभ्यासले बालबालिकामा निर्णय गर्ने क्षमताको विकास हुनुका साथै उनीहरूले समूहमा बसेर काम गर्ने सीप समेत सिक्दछन् । बालबालिकाले आफूले जिम्मेवारी लिएर काम गर्ने वातावरण पाएमा उनीहरू त्यसमा उत्साहित भएर लाग्दछन् ।

विद्यालय तहमा छदेखि बाह**वर्षसम्मका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिने क्रियाकलापहरू**

के-के मा सहभागिता ?	सहभागिता कसरी प्रवर्द्धन गर्ने?	सूचक (वा त्यसबाट पर्ने प्रभाव)
● कक्षाकोठाको शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापहरूमा	● कक्षाकोठाको शिक्षण सिकाइलाई बाल केन्द्रित वा सहभागितामूलक बनाउन शिक्षकले क्रियाकलापमूखी शिक्षण विधि अपनाउने, ● बालकेन्द्रित सिकाइमा उपयोग गरिने विधिहरू बालबालिकाको उमेर सुहाउँदो, लैङ्गिक संवेदी तथा सिकाइ सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक, शारीरिक तथा मानसिक पृष्ठभूमिसँग उपयुक्त हुने खालको बनाउने, ● कक्षाकोठामा भयरहित वातावरण सिर्जना गर्ने, ● विद्यालयका शिक्षक र विद्यार्थीका लागि नीति नियम तथा आचारसंहिता तयार गर्न बालबालिकालाई सहभागी गराउने । साथै, कक्षाकोठामा अनुशासन कायम गर्ने नियमहरू बनाउन विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउने, ● विद्यालयको भौतिक संरचनाहरूको निर्माण गर्दा त्यसबारे बालबालिकासँग परामर्श गरी उनीहरूको विचारको यथोचित सम्मान गर्ने,	● सहभागितामूलक वातावरणमा सिक्न पाउँदा बालबालिकाको आत्मसम्मान बढ्ने र सिकाइ उपलब्धिमा बढोत्तरी हुने, ● बालबालिकाले आफ्नो विचार व्यक्त गर्ने र अरूका विचारको सम्मान गर्न सक्ने, ● सहभागितामूलक शिक्षणसिकाइको वातावरण भएमा बालबालिकाले एकापसमा सिक्न, सिकाउन उत्प्रेरित हुने,

● सहशैक्षिक तथा अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा ● विद्यालयमा सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा वार्षिक उत्सवलगायतका गतिविधिहरूमा ● शैक्षिक भ्रमणलगायतका क्रियाकलापहरूमा	● विद्यालयमा सह शैक्षिक, अतिरिक्त क्रियाकलाप तथा सांस्कृतिक क्रियाकलाप अनि वार्षिकोत्सव जस्ता क्रियाकलापको योजना तर्जुमा गर्दा विद्यार्थीहरूसँग छलफल गरी उनीहरूका विचारहरूलाई उचित रूपमा समेटने, ● विद्यालयमा सह शैक्षिक, अतिरिक्त क्रियाकलाप तथा सांस्कृतिक क्रियाकलाप अनि वार्षिकोत्सव जस्ता क्रियाकलाप आयोजना गर्न बालबालिकालाई अवसर दिने,	● बालबालिकामा कुनै पनि कामको योजना गर्ने, समूहमा मिलेर काम गर्ने तथा निर्णय लिने क्षमताको विकास हुने,
● विद्यालयमा बालक्लब वा समूह वा सदनमा सामेल हुने तथा तिनका क्रियाकलापहरूमा	● विद्यालयमा बालक्लब वा समूह वा सदन स्थापना गर्न र त्यसमा सहभागी हुन विद्यार्थीहरूलाई प्रोत्साहित गर्ने, ● विद्यालयका शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूलाई बालअधिकार तथा बालसहभागितासम्बन्धी स्रोत सामग्री उपलब्ध गर्ने, गराउने,	● विद्यालयको र अध्ययनरत विद्यार्थीहरूको शैक्षिक विकासमा तथा हकअधिकारको परिपूर्तिमा बालबालिकाले आफ्नो तहबाट योगदान दिन सक्ने,

विद्यालय व्यवस्थापन तथा शिक्षकहरूले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

- विद्यालयका शिक्षक, व्यवस्थापन समितिका सदस्यहरूलाई बाल मनोविज्ञान, सहभागितामूलक शिक्षण सिकाइ तथा बालबालिकाका हक अधिकार तथा बालसहभागिताबारे तालिम दिएर क्षमता अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ । किनकि, विद्यालयमा बालसहभागिता बढाउन शिक्षक तथा व्यवस्थापन समितिको भूमिका अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुन्छ ।
- विद्यालयमा बालसहभागिताका नाममा कुनै गैरसरकारी संस्था, राजनैतिक दल, धार्मिक समूह वा अन्य यस्तै संस्थाहरूले आफ्नो संस्थागत वा दलगत स्वार्थको लागि बालबालिकालाई दूरूपयोग हुन नदिन विशेष रूपमा सजग रहनुपर्दछ ।
- विद्यालयमा बालसहभागितासम्बन्धी क्रियाकलापहरू तय गर्दा त्यो उनीहरूको उमेर, परिपक्वता र विकासको स्तरअनुरूप भएको कुरा यकीन गर्नुपर्दछ । साथै, बालसहभागितासम्बन्धी क्रियाकलापहरू तय गर्दा उनीहरूको अरू अधिकारहरूको उपभोगमा बाधा नपुग्नेगरी गरिनुपर्दछ ।
- विद्यालयमा बालबालिकाको संरक्षण सुनिश्चित गर्नको लागि बालसंरक्षण नीति तर्जुमा गरी लागु गर्नुपर्दछ । साथै, विद्यार्थीहरूलाई शिक्षकको वा दौतरीहरूको बोली, व्यवहार र कार्य बालसंरक्षण विपरीत भएमा त्यसका बारेमा उजुरी दिनको लागि उजुरी पेटीकाको व्यवस्था गर्ने र परेका उजुरीबारे नियमित रूपमा सुनुवाइ गर्ने प्रबन्ध गर्नुपर्दछ ।

४.२.३ समुदायतहमा बालसहभागिता

बालबालिकाको सहजै पहुँच हुने ठाउँहरूमध्ये समुदायका प्रक्रिया तथा संस्थाहरू पनि पर्दछन् । समुदायका औपचारिक वा अनौपचारिक संस्था वा संरचनाहरूका काम तथा निर्णय प्रक्रियाहरूमा बालबालिकाले आफ्ना विचारहरू दिएर योगदान दिन सक्दछन् । यसका लागि समुदाय तहमा बालअधिकार र बालसहभागिताबारे चेतना जागरण गर्ने काम हुनुपर्ने देखिन्छ । साथै, धेरै सन्दर्भहरूमा बालबालिकाको उमेर र बढ्दो क्षमता अनुरूप हुनेगरी सहभागिताका लागि प्रक्रिया, क्रियाकलापहरू र व्यवहारहरू परिभाषित गरिनु आवश्यक देखिन्छ ।[18]

समुदाय तहमा अनौपचारिक प्रक्रियामा बालसहभागिता

- समुदायमा बालबालिकासँग सम्बन्धित सूचनाजानकारीको प्रवाह तथा आदानप्रदान सम्बन्धी
- समुदायका सूचनाजानकारी बालबालिका मार्फत प्रवाह गर्ने सम्बन्धी
- सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा भाग लिने सम्बन्धी
- सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा भाग लिने सम्बन्धी

[18]बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि विद्यमान कानूनी एवं नीतिगत व्यवस्था र सरकारका कार्यक्रमहरू बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको सहभागितासम्बन्धी राष्ट्रिय नीतिगत कार्यढाँचा'निर्माणका सन्दर्भमा विभिन्न मन्त्रालयहरू, राष्ट्रिय योजना आयोग, केन्द्रिय बालकल्याण समिति तथा कन्सोर्टियम-नेपालको संयुक्त आयोजनामा गरिएको अध्ययन (डेस्क रिभ्यु १)

बालबालिका समुदायका अभिन्न अङ्ग हुन् । तसर्थ, समुदायमा हुने विभिन्न गतिविधिहरूमा बालसहभागिताले उनीहरूको विचारको सुनुवाइ हुनुका साथै समुदायका विविध क्रियाकलापहरूबारे उनीहरू जानकार हुन्छन् । तर अझ पनि समुदायमा बालसहभागिता के-का लागि साथै समुदायस्तरमा बालबालिकाको सहभागिताले बालबालिका स्वयम् तथा समुदायलाई कस्तो फाइदा पुऱ्याउँदछ भन्ने बारे बृहत् छलफल भएको पाइँदैन । समुदायमा बालसहभागिताको कुराहरूमा विशेषतः समुदायका विभिन्न संरचनाहरू जस्तै विद्यालय, बालक्लब, संघसंस्था तथा तिनका क्रियाकलाप तथा परियोजनाहरूमा बालसहभागिताका अभ्यासहरू सुरू भएका छन् । तर समुदायका गतिविधिहरूमा बालबालिकाको सहभागिताका अभ्यासहरू अझ पनि कमै मात्रामा भएको पाइन्छ । समुदायमा बालबालिकालाई कस्ता-कस्ता गतिविधिहरूमा कसरी सहभागी गराउन सकिन्छ भन्ने कुरा छलफलमा ल्याउन जरूरी देखिन्छ । सैद्धान्तिक रूपमा मात्र नभएर व्यवहारिक रूपमा समेत समुदायतहमा बालबालिकाको सहभागितालाई कसरी सुनिश्चित गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा मसिनो गरी केलाएर हेर्न जरूरी छ । समुदायका विभिन्न अनौपचारिक संरचना तथा गतिविधिहरूमा बालबालिकाको सहभागिता कसरी बढाउन सकिन्छ भनेर छलफल गर्नु समेत जरूरी छ ।

धेरै सन्दर्भहरूमा बालसहभागिता प्रवर्द्धनमा लक्षित कार्यक्रमहरूले आधारभूत जनचेतना बढाउने (ज्ञानको तहमा) क्रियाकलापभन्दा अघि बढ्न कठिनाइ महसुस गरिरहेका पाइन्छन् । यसकारण बालसहभागितासम्बन्धी अवधारणालाई व्यवहारिक सन्दर्भमा टुक्र्याउने र बालसहभागितासँग सम्बन्धित सिद्धान्त तथा प्रावधानहरूलाई समुदायका सन्दर्भमा स्थापित गराउन व्यावहारिक कार्य गर्न सकिने गरी कार्यमूलक बुँदाहरूमा रूपान्तरण गर्नु आवाश्यक हुन्छ । यस सन्दर्भमा हामीले सम्बोधन गर्नुपर्ने सामान्यतः दुई खालका परिदृश्यहरू देखिन्छन् । पहिलो, बालबालिकालाई आफ्नो अधिकारका सन्दर्भमा सक्रिय कर्ताका रूपमा स्वीकार गरी बालअधिकारको अवस्था सुधार्ने लक्ष्य राखिएका विकास परियोजनाहरूमा सार्थक रूपमा उनीहरूलाई संलग्न गराउने । सामान्यतयाः परियोजनामा बालबालिकालाई सहभागी गराइएको हुँदैन । बहुसङ्ख्यक बालबालिकाले समुदायमा बालअधिकारको कार्यान्वयनसम्बन्धी प्रक्रियामा आफ्ना कुरा राख्ने अवसर पाएका हुँदैनन् वा कमै मात्रामा मात्र पाएका हुन्छन् । यसो हुनुको कारण के पनि हो भने बालअधिकारका सिद्धान्त तथा प्रावाधानहरूलाई बालबालिका, परिवार तथा समुदायतहसम्म पनि सजिलैसँग बुझ्न सकिनेगरी विरलै मात्र विस्तृत रूपमा व्याख्या गरिएको हुन्छ । दोस्रो, बालबालिका र उनीहरूका परिवार, तथा समुदायको वास्तविक जीवन तथा परिवेशमा सान्दर्भिक हुनेगरी बालसहभागितासम्बन्धी सिद्धान्त तथा प्रावधानहरूलाई कार्यान्वयन गर्नका लागि पर्याप्त विधि तथा प्रक्रियाहरू तर्जुमा गर्ने र तिनलाई अभ्यासमा ल्याउने ।[19]

परियोजनाका विभिन्न चरण वा तहहरूमा बालसहभागिता

पूर्व मूल्याङ्कन तथा विश्लेषण :

समुदायमा बालबालिकाको अधिकारको अवस्थाको विश्लेषण तथा मूल्याङ्कन कार्य गर्दा बालबालिकालाई कर्ताका रूपमा योगदान दिन आमन्त्रण गर्न सकिन्छ । त्यसरी नै बालबालिकाले आफ्नो समुदायमा बालअधिकार परिपूर्ति हुन नसकिनुका तात्कालिक, आधारभूत र संरचनागत कारणहरूबारे विश्लेषण गर्नु र तिनका बारेमा बुझ्नु तथा बालबालिकाको अवस्थामा सुधार ल्याउने उपायहरूबारे थाहा पाउनु आवश्यक हुन्छ ।

बालबालिकालाई आफ्नो समुदायमा योजना तर्जुमा गरिएका र कार्यान्वयन गरिने खानेपानी, सरसफाइ, स्वास्थ्य र शिक्षा परियोजनाबारे पर्याप्त सूचना दिइनुपर्दछ । यसले परियोजनाबारे थाहा पाउन सहयोग गर्दछ तथा उनीहरूले समुदायमा वयस्कहरू र बालबालिकाबीच सूचना वितरण गर्न सक्छन् ।

योजनाको प्रारूप तयार गर्न तथा त्यसको कार्यान्वयन गर्न पूर्ण जिम्मेवारी दिन सकिन्छ । यसरी बालबालिकालाई जिम्मेवारी दिँदा सहजीकरण गर्ने संस्था एवं व्यक्तिहरूले उनीहरूलाई खासगरी प्राविधिक सहयोग गर्ने र आवश्यक सीपहरू हस्तान्तरण गर्ने जस्ता भूमिकाहरू मात्र निर्वाह गर्नुपर्दछ ।

[19] खानेपानी, सरसफाइ तथा स्वास्थ्य परियोजनामा नैतिकतापूर्ण तथा अर्थपूर्ण बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि मार्गनिर्देशिका, पेज न. ३८

समुदाय, इलाका र जिल्ला तहहरूमा (जस्तै गाउँपालिका, विद्यालयहरू, स्वास्थ्य निकाय, गाउँ बालसंरक्षण समितिहरू, जिल्ला बालकल्याण समिति आदि) आफ्ना अधिकारको मागदाबी गर्न उत्तरदायित्व वहनकर्ताहरूसँग रचनात्मक संवाद गर्नका लागि बालबालिकालाई आवश्यक ज्ञान, सुझबुझ र सीपहरू प्रदान गरेर सशक्तीकरण गरिनुपर्दछ। बालबालिका र उनीहरूले नेतृत्व गरेका संस्थाहरू (बालक्लब तथा बालक्लबका सञ्जाल) लाई नेतृत्व विकास र जन वकालतसम्बन्धी सीपहरू प्रदान गरिनुपर्दछ।

कार्यक्रम कार्यान्वयनः
बालबालिकाले प्रयोग गर्ने खालका भौतिक पूर्वाधारहरू (जस्तै- समुदाय तथा विद्यालयहरूमा धारा, शौचालयहरू, पार्क आदि) सबै उमेरका बालबालिका र अपाङ्गता भएका बालबालिकाको पहुँचमा हुनेगरी निर्माण गरिनुपर्दछ ।

यस्ता निर्माण गर्दा कहाँ गर्ने (स्थान), संरचनाहरू कस्तो बनाउने तथा कस्ता सुविधाहरू आवश्यक पर्दछन् भन्नेबारे निर्णय गर्दा बालबालिकासँग परामर्श गर्नु बुद्धिमानी हुन्छ र यसरी बालबालिकाले अभिव्यक्त गरेका उपयुक्त विचारहरूलाई सम्मान गरिनुपर्दछ। यसरी बालबालिकासँग परामर्श गर्दा आवश्यक परेको खण्डमा बालिकाहरूसँग र अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग छुट्टै छलफल गरिनुपर्दछ।

परियोजनामा सहभागी हुने सबै बालबालिका तथा वयस्कहरूको भूमिका एवं जिम्मेवारीहरूको स्पष्ट खाका तयार गरिनुपर्दछ, त्यसबारे सबैले प्रस्टसँग बुझ्नुपर्दछ र सहमत हुनुपर्दछ।

बालबालिकालाई परियोजनासँग सम्बन्धित केही क्रियाकलापहरू तर्जुमा गर्न र तिनलाई कार्यान्वयन गर्ने जिम्मेवारी दिन सकिन्छ। यसो गर्दा बालबालिकालाई स्वतन्त्रतापूर्वक समस्याको पहिचान गर्न, योजना तर्जुमा वा योजना र योजनाको प्रारूप तयार गर्न तथा त्यसको कार्यान्वयन गर्न पूर्ण जिम्मेवारी दिन सकिन्छ। यसरी बालबालिकालाई जिम्मेवारी दिँदा सहजीकरण गर्ने संस्था एवं व्यक्तिहरूले उनीहरूलाई खासगरी प्राविधिक सहयोग गर्ने र आवश्यक सीपहरू हस्तान्तरण गर्ने जस्ता भूमिकाहरू मात्र निर्वाह गर्नुपर्दछ।

वयस्क सहजकर्ताहरूले (बालबालिकाले सञ्चालन गरेका) प्रक्रिया तथा त्यसबाट भएका प्रगतिलाई नजिकबाट अवलोकन गर्नुपर्दछ र विना कुनै हस्तक्षेप बालबालिकासँग आवश्यक अन्तर्क्रिया गर्नुपर्दछ।

(**साभार : खानेपानी, सरसफाइ तथा स्वास्थ्य परियोजनामा नैतिकतापूर्ण तथा अर्थपूर्ण बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि मार्गनिर्देशिका, पेज न. ५६ देखि ५९**)

समुदाय तहमा छदेखि बाह **वर्षसम्मका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिने क्रियाकलापहरू**

के-के मा सहभागिता ?	**सहभागिता कसरी प्रवर्द्धन गर्ने?**	**सूचक (वा त्यसबाट पर्ने प्रभाव)**
● सामुदायिक बालबालिकासँग सम्बन्धित सूचनाजानकारीको प्रवाहतथाबालबालिका मार्फत सूचना आदानप्रदान गर्ने सम्बन्धमा	● समुदायमा बालबालिकासँग सम्बन्धित सूचनाजानकारी उनीहरूलाई प्रदान गर्न स्रोत केन्द्रहरूको स्थापना र सञ्चालन गर्न सहयोग गर्ने, ● समुदायका अभिभावकहरूसम्म पुर्‍याउनुपर्ने सूचनाजानकारी बालबालिकाको क्लब वा सञ्जालमार्फत पठाउने (खासगरी चेतनामूलक विषयमा समुदायमा जानकारी गराउन बालक्लबका सदस्यहरूको प्रभावकारी भूमिका देखिएको छ),	● समुदायका गतिविधि तथा क्रियाकलापहरूमा बालबालिका जानकार हुने र तिनमा आफ्नो तर्फबाट योगदान दिने,

● सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा भाग लिने सम्बन्धमा ● सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा भाग लिने सम्बन्धमा	● सामुदायिक पर्व, मेला तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा भाग लिन बालबालिकालाई प्रोत्साहित गर्ने र त्यस्ता अवसरहरू सिर्जना गर्न जोड दिने,	● सामुदायिक पर्व, मेला तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा भाग लिन पाउँदा बालबालिकाले तिनको महत्वबारे सिक्दछन्, प्रतिभा देखाउने मौका पाउँदछन् र आफू सम्मानित भएको महसुस गर्दछन्,
● समुदायमा रहेका संघसंस्था तथा संरचनाहरूमा	● बालबालिकासँग सम्बन्धित तथा बालबालिकाको हकअधिकार प्रवर्द्धनमा क्रियाशील संघसंस्था तथा निकायहरूमा बालबालिकाको प्रतिनिधित्व गर्ने, गराउने, ● बालबालिकाले बालक्लबको तर्फबाट माग गरेका कार्यक्रम तथा क्रियाकलापहरूलाई समुदायमा रहेका स्थानीय संघसंस्थाको योजनामा पार्ने, ● समुदायमा रहेका बालबालिकाले नेतृत्व गरेका बालक्लब वा समूहहरूलाई सङ्गठित हुन, सञ्जाल बनाउन तथा क्षमता अभिवृद्धिमा सहयोग पुऱ्याउने,	● समुदायका औपचारिक तथा अनौपचारिक संस्था वा संरचनाहरूमा आफ्ना विचार दिन पाउँदा तथा सहभागी हुन पाउँदा बालबालिकाले आत्मसम्मान बोध गर्ने,
● बालअधिकार प्रवर्द्धनसँग सम्बन्धित सामुदायिक परियोजनाको तहमा बालसहभागिता	● अधिकारका धारकका रूपमा बालअधिकारको स्थिति सुधार गर्ने परियोजनाका क्रियाकलापहरूमा बालबालिकाको सहभागिता बढाउने, ● बालसहभागिता सुनिश्चित गर्नको लागि आवश्यक विधि तथा प्रक्रिया तय गरी तिनलाई कार्यान्वयनमा ल्याउने, ● परियोजनाको तर्जुमा, कार्यान्वयन तथा अनुगमन र मूल्याङ्कनका सबै चरणहरूमा बालबालिकाको सहभागिता गर्न सकिने क्रियाकलापहरू के-के हुन सक्दछन् र तिनमा बालबालिकालाई कसरी सहभागी गराउन सकिन्छ भनेर यकीन गर्ने,	● स्थानीयस्तरमा हुने सम्पूर्ण योजना चक्रमा बालबालिकाको अर्थपूर्ण सहभागिता भएमा उनीहरूले परियोजनाका प्रक्रियाका बारेमा सिक्ने अवसर पाउने,

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

- खासगरी सानो उमेरका बालबालिकाको सहभागिता बढाउन समुदायका वयस्क व्यक्ति, संस्था र संरचनामा रहेका पदाधिकारीहरूले आफ्नो क्षमता बढाउनुपर्दछ । बालसहभागिता एक प्रक्रिया हो र यसको लागि विशेष ज्ञान, सीप बढाउनुपर्दछ ।
- समुदाय तहका संस्था वा संरचनाहरूका निर्णय प्रक्रिया तथा गतिविधिहरूका बालबालिकालाई आमन्त्रित गरेर उनीहरूलाई विचार अभिव्यक्त गर्न दिने र व्यक्त विचारलाई उनीहरूको उमेर तथा परिपक्वताको सापेक्षतामा सम्मान गर्नुपर्दछ । साथै, यस्तो परिपाटीले बालबालिकामा सानै उमेरदेखि समुदायको हितमा मिलेर काम गर्ने बानी बस्दछ र उनीहरूमा प्रजातान्त्रिक संस्कारको विकास हुन्छ ।
- समुदायतहमा बालबालिकालाई बालक्लब वा सञ्जालमा सङ्गठित हुन प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ जसबाट बालबालिकाले आफ्नो समूहको तर्फबाट सहभागी हुने वा प्रतिनिधित्व गर्ने अवसर पाउँदछन् ।
- समुदायमा स्थापना भई क्रियाशील रहेका बालक्लब वा सञ्जालको संस्थागत क्षमता अभिवृद्धि गर्नको लागि समुदायका औपचारिक तथा अनौपचारिक संस्था वा निकायले विशेष पहल गर्नुपर्दछ ।

४.२.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता[20]

बालक्लब बालसहभागिताको एक महत्वपूर्ण स्थान हो । नेपालमा बालक्लबको अभियानको सुरूवातसँगै नै बालसहभागिता बहसमा आएको हो । यसर्थ, बालक्लबको अभियानले बालसहभागिताको क्षेत्रमा एउटा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ । बालक्लबमा आएर बालबालिकाले आफ्नो बालसहभागिताको अधिकार प्रत्याभूत त गर्छन् नै, तर त्यसको बावजुद पनि बालबालिकाले बालक्लबमा पाएको सहभागिता बारेको ज्ञानले आफू वरिपरिको संसारमा पनि आफ्नो सहभागिताको खाँचो महसुस गर्दछन्, साथै यसले आफ्नो सहभागिता विविध क्षेत्रहरूमा दर्शाउनका लागि उचित पहलहरू चाल्न पनि आत्मविश्वास दिलाउने काम गर्दछ । बालक्लबमा बालबालिकाको सहभागिताले उनीहरूलाई बालक्लब बाहिरको परिवेशमा पनि आफ्नो सहभागिताको अधिकार अभ्यास गर्ने मार्ग पहिल्याउन सक्दछन् ।

सामान्यतयाः आठदेखि सोह्र वर्षसम्मका बालबालिका आपसमा सङ्गठित भई आफ्नो र आफ्ना दौंतरीहरूको हकअधिकारको प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यका साथ स्थापना भएका समूहलाई बालक्लब भनेर चिनिन्छ । बालबालिका बालक्लबमा सङ्गठित भएर आफ्नो तथा समाजको विकासको साझा उद्देश्य प्राप्तिका लागि सहभागितामूलक ढङ्गले सङ्गठित भएर सक्रिय रूपमा काम गर्दछन् । बालक्लबलाई बालअधिकार र बालसहभागिताको प्रवर्द्धनको लागि स्थानीयस्तरमा कार्यरत एउटा संस्थाको रूपमा समेत लिइन्छ ।

यसरी निश्चित उद्देश्य लिएर स्थापना भएका यी बालक्लबहरूले सानै उमेरदेखि बालबालिकालाई आफू र आफ्ना दौंतरीहरूको हक अधिकार बुझ्ने र त्यसलाई साकार पार्न कार्य गर्ने वातावरण दिएको छ । बालबालिकाको सामाजिकीकरण र उनीहरूलाई सिर्जनशील बनाउने कुरामा समेत बालक्लबहरू क्रियाशील मञ्च बनेका छन् । बालक्लबहरू विद्यालय तथा समुदाय दुवै तहमा स्थापना भएका छन् ।”

बालक्लब तथा सञ्जालको तहमा बालसहभागिता

- बालक्लब तथा सञ्जालको बैठक, भेलाको आयोजना र सञ्चालन
- बालक्लब तथा सञ्जालको नियमित, मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरू तय गर्ने र तिनको कार्यान्वयन
- बालक्लब तथा सञ्जालको तर्फबाट अन्य संस्था वा निकायहरूसँग सहकार्य गर्ने सम्बन्धमा ।

“बालक्लबमार्फत बालबालिका आफ्नो जीवनमा तत्कालै तथा दीर्घकालमा समेत असर पार्ने नकारात्मक सामाजिक धारणा एवं कुरीतिमा परिवर्तन ल्याउन समाजमा क्रियाशील छन् । यसका लागि उनीहरू समुदायमा व्यक्तिहरूका व्यवहारमा परिवर्तन ल्याउन प्रतिबद्ध भई प्रयासरत छन् । यसरी बालसहभागिताको प्रवर्द्धन र विकासमा काम गर्दै जाँदा यसमा संलग्न बालबालिकाको अधिकारसम्बन्धी चेतना वृद्धि हुनुको साथै स्वयं बालक्लब पनि विकसित हुँदै आएका छन् ।

[20]यो खण्डको लेखनमा बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) का प्रकाशनहरू- १) **बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो** , २०१० डिसेम्बर, र २) बालक्लब सहजकर्ता भूमिका र कार्यहरू, २००३ को सन्दर्भ लिइएको छ ।

बालक्लब/सञ्जालको तहमा छदेखि बाह**वर्षसम्मका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिने क्रियाकलापहरू**

के-के मा सहभागिता ?	सहभागिता कसरी प्रवर्द्धन गर्ने?	सूचक (वा त्यसबाट पर्ने प्रभाव)
● बालक्लब तथा सञ्जालको बैठक, भेलाको आयोजना र सञ्चालन	● समुदायका बालबालिकालाई बालअधिकार प्रवर्द्धन गर्न र समुदायको हितका लागि बालक्लब वा सञ्जाल स्थापना गरी त्यसमार्फत क्रियाशील रहन प्रोत्साहित गर्ने, ● बालक्लब वा सञ्जालमा सदस्यता समाहित वा समावेशी बनाउन र प्राप्त अवसरहरूलाई सबै सदस्यबीच समान रूपमा वितरण गर्नमा जोड दिने, ● बालक्लबका सदस्यहरूलाई जीवन उपयोगी सीपबारे तालिम दिन र त्यसलाई आफ्नो व्यक्तिगत जीवन तथा दौंतरीहरूको जीवनमा उपयोग गर्न प्रोत्साहित गर्ने, ● बालक्लब तथा सञ्जालको बैठक, भेलाको आयोजना र सञ्चालन गर्दा सबै सदस्यहरूले समान रूपमा जिम्मेवारी पाउनेगरी गर्ने र त्यस्ता क्रियाकलापहरूको निर्णय प्रक्रियालाई समावेशी बनाउन सघाउने, ● बालक्लब तथा सञ्जालका सदस्यहरूलाई निश्चित अवधिपछि पद तथा जिम्मेवारी हस्तान्तरण गर्ने परिपाटीको अभ्यास गर्न सघाउने,	● बालक्लब तथा सञ्जालमार्फत बालबालिकाले आफ्नो सहभागिताकाको अधिकारको अभ्यास गर्ने तथा अन्य क्षेत्रमा समेत सहभागी हुन पाउनुपर्ने अधिकारमा सचेत रहने,
● बालक्लब तथा सञ्जालको नियमित, मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरू तय गर्ने र तिनको कार्यान्वयन	● स्थानीयस्तरका संघसंस्था वा निकायहरूबाट बालबालिकाको हकहितसँग सम्बन्धित कार्यक्रमहरू बालक्लब वा सञ्जाललाई जिम्मेवारी दिएर गर्ने अभ्यासलाई बढाउन पैरवी गर्ने, ● बालक्लबका सदस्यहरूलाई मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरू तय गर्न तथा तिनको सञ्चालनको लागि अवश्यक बिधि, तरिका र सीप सिकाएर दक्षता अभिवृद्धि गर्ने, ● खासगरी आफ्नो, आफ्ना दौंतरीहरूको हकअधिकार हनन भएको वा संरक्षणको जोखिमी अवस्थाबारेमा सामुहिक रूपमा आवाज उठाउन सक्नेगरी सदस्यहरूलाई दक्ष बनाउने,	● बालक्लब तथा सञ्जाल मार्फत बालबालिका आफ्ना दौंतरी र समुदायको हितमा क्रियाशील हुन अभिप्रेरित हुने, ● बालक्लब तथा सञ्जालमार्फत बालबालिका समाजमा विद्यमान कुरीति तथा विभेदका विरूद्ध जुट्न प्रेरित हुने,
● बालक्लब तथा सञ्जालको तर्फबाट अन्य संस्था वा निकायहरूसँग सहकार्य गर्ने सम्बन्धमा ।	● बालक्लबहरूलाई स्थानीय संघसंस्था वा निकायको औपचारिक तथा अनौपचारिक प्रक्रियाहरूमा सहभागी हुने तथा तिनीहरूसँग सहकार्य गर्ने वातावरण बनाउन सघाउने, ● स्थानीय संघसंस्था वा निकायको योजना तर्जुमा प्रक्रिया, बैठकहरू बालमैत्री बनाउन सघाउने, ● बालक्लबका सदस्यहरूलाई समन्वय तथा सहकार्यका बारेमा आवश्यक तालिम दिएर क्षमता अभिवृद्धिमा सघाउने,	● समुदाय तहका संघसंस्था वा निकायको औपचारिक तथा अनौपचारिक प्रक्रियाहरूसँग मिलेर काम गर्दा बालबालिकाको क्षमता अभिवृद्धि हुने र समुदायमा आफ्नो तर्फबाट योगदान दिने अवसर पाउने,

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

- बालक्लब तथा सञ्जाललाई सहजीकरण गर्ने संस्था वा निकायले आवश्यक स्टेशनरीहरू, खेलकूदका सामग्रीहरू, सूचनाजानकारी तथा स्रोत सामग्रीहरू उपलब्ध गराएर र सदस्यहरूलाई बालअधिकार, संस्थागत प्रक्रिया आदि विषयमा तालिम दिएर तिनलाई संस्थागत स्वरूप दिन तथा क्षमता अभिवृद्धिमा सहयोग पुऱ्याउनुपर्दछ ।
- बालक्लब तथा सञ्जाललाई सहजीकरण गर्ने संस्था वा निकायका सहजकर्ताहरूले बालसहभागिता तथा बालअधिकारबारे तथा सहजीकरणका सीप र विधिहरूबारे तालिम पाएको हुनुपर्दछ ।

परिच्छेद- ५.२: सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू

५.२.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता

परिवार एउटा सामाजिक संस्था तथा सामाजिकीकरणको प्रारम्भिक एकाइ हो, जहाँ बालबालिकाले सामाजिक व्यवहारहरू सिक्दछन् । यसले बालबालिकालाई समाजमा सामाजिक व्यवहार गर्न सिकाउँदछ । यसर्थ, बालबालिकाको सबैभन्दा पहिलो पाठशाला भनेको नै घरपरिवार हो र बालबालिकाको सिकाइको क्रममा उनीहरूको स्वाभाविक सहभागिताले धेरै ठूलो योगदान पुऱ्याएको हुन्छ । भन्नुको तात्पर्य के हो भने सहभागितामूलक परिवेशमा भएको सिकाइ आफैमा दिगो र प्रभावकारी हुन्छ । अतः घरपरिवारमा बालसहभागिता हुनु अन्त्यन्त नै महत्वपूर्ण हुन्छ ।

परम्परागत रूपमा पनि घरपरिवारका विभिन्न क्रियाकलापमा बालबालिकाको सहभागिता भइ नै रहेको छ, तर ती अनौपचारिक हुने भएकोले त्यहाँ भएको बालसहभागिताको मापन गर्न धेरै गाह्रो हुन्छ । साथै बालसहभागिताका कुनै विशिष्ट अनि व्यवस्थित विधि वा क्रियाकलापको यो तहमा प्रत्यक्ष रूपमा प्रयोग गर्न धेरै गाह्रो हुन्छ । तर पनि बाबुआमा/अभिभावक तथा परिवारका सदस्यहरूले चाहेको खण्डमा प्रभावकारी रूपमा बालबालिकाको सहभागिता प्रत्याभूत गर्न सकिन्छ । निर्देशिकाको यस खण्डमा घरपरिवारमा बालबालिकाको सहभागिता बढाउन उपयोगी हुने केही विधि तथा क्रियाकलापहरू (चलनचल्तीमा आइरहेका तथा प्रयोगमा ल्याउन सकिने) उल्लेख गरिएका छन् ।

परिवारको तहमा उपयोगमा ल्याउन सकिने विधिहरू देहाय अनुसार हुन सक्दछन् :

१. विषयगत चित्र लेखन (Thematic Drawing)
२. शक्तिको खेल (Power Game)
३. छोराछोरी तथा आमाबाबुले एकअर्काबाट राख्ने अपेक्षाहरू (Expectation of Parents and Children from Each others)
४. कथा छलफल विधि (Story Discussion Methods)
५. नजिकका मान्छे वा वस्तुको नाम लेख्ने (Writing names of nearest people and objects)

यी विधिहरूबारे विस्तृत रूपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.२.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता

घरपरिवार पछिको बालबालिकाको अन्तर्क्रिया हुने ठाउँ समुदाय हो । समुदायमा बालबालिकाले सानै उमेरदेखि घरपरिवारमा सिकेका कुराहरू प्रयोगमा ल्याउँछन्, तिनलाई पुर्नपुष्टी गर्दै थप नवीन कुराहरू पनि आफ्नो सिकाइको भण्डारमा थुपार्दछन् । घरपरिवारको तहजस्तै समुदाय स्तरमा पनि परम्परागत रूपमा धेरै अवसरहरूमा बालबालिकाको सहभागिता भइरहेको हुन्छ । अनि यही कारणले बालबालिकाको सहभागितालाई समुदायको अनौपचारिक सन्दर्भमा भने मापन गर्न भने धेरै गाह्रो हुन्छ र कुनै विशिष्ट तथा व्यवस्थित विधिहरू प्रयोग गर्न पनि उत्तिकै गाह्रो हुन्छ । समुदाय तहमा बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सहयोगी विधि तथा क्रियाकलापहरू तल प्रस्तुत गरिएको छ, यी मध्ये केही परम्परागत रूपमा चलि आएका क्रियाकलापहरूको पुनर्अभिलेखीकरण गरिएको छ भने केही नवीन विधि वा क्रियाकलापहरू पनि छन् ।

समुदायका आफ्नै अनौपचारिक गतिविधिहरू जस्तै सामुदायिक बैठक, छलफल, पर्व, मेलाहरू तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा बालबालिकाको सहभागिता गराउन सकिन्छ । जस्तै-

दसैं तिहारमा पिङ खेल्ने हाम्रो सांस्कृतिक परम्परा छ । यो समयमा हरेक समुदायमा सामुहिक रूपमा पिङ हाल्ने गरिन्छ । दसैं तिहारमा पिङ खेल्नु बालबालिकाको लागि पनि त्यत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छ । तसर्थ पिङ हाल्ने क्रममा वयस्कले बालबालिकासँग छलफल गरेर निर्णय गर्दा त्यसले बालबालिकामा अझै उत्साह थप्दछ । पिङ कहाँ हाल्ने, पिङ हाल्दा आवश्यक पर्ने सामग्रीहरू कसरी जम्मा गर्ने, कसले के कुराको जिम्मेवारी लिने र कसको मद्दत लिने भन्ने जस्ता कुराहरूमा बालबालिकासँग छलफल गर्नुपर्दछ ।

समुदायमा हुने विभिन्न गतिविधिहरू जस्तै विद्यालय भर्ना अभियान, खोप कार्यक्रम, जन्मदर्ता अभियान आदिमा बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिन्छ । यसको लागि बालबालिकासँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्ने संरचनाहरू जस्तै विद्यालय, बालक्लब, बालक्लबहरूको सञ्जालजस्ता स्थानहरूमा उक्त विषयहरूमा छलफल चलाएर तथा सूचना प्रवाह गरेर उनीहरूलाई समुदायमा सूचना प्रवाहकका रूपमा सहभागी गराउन सकिन्छ ।

अनौपचारिक सहभागिताका यस्ता अनगिन्ती उदाहरणहरू हाम्रो समाजमा हेर्न अनि सुन्न पाइन्छ। कुनै-कुनै सहभागिताका अवसरहरू खास-खास जाति तथा समुदायमा मात्र पनि भेटिन्छ । त्यस्तो अवसरहरूमा बालबालिकाको सहभागिताको आवश्यकता महसुस गराई उनीहरूको सहभागिताको आङ्कलन गर्न गराउन सकिन्छ र सोहीअनुसार समुदायका कार्यक्रमहरू अघि बढाउँदै लैजान सकिन्छ ।

समुदायको तहमा उपयोगमा ल्याउन सकिने विधिहरू देहाय अनुसार हुन सक्दछन् :

१. जोखिम नक्साङ्कन (Risk Mapping)
२. शक्तिको खेल (Power Game)
३. स्थलगत अवलोकन भ्रमण (Field Observation Visits)
४. देउसी भैलो कार्यक्रम (Story Discussion Methods)
५. टीका खेल
६. समुदाय भ्रमण (Community Visit)
७. पर्खालमा इँटा (Bricks in the Wall)
८. फालिएका सामानहरूको बाकस (Rubbish Box)
९. समुदाय भ्रमण (Community Visit)

यी विधिहरूबारे विस्तृत रूपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.२.३ समुदायतहमा बालसहभागिता

छदेखि माथि उमेरका बालबालिकाले विद्यालयमा पर्याप्त समय बिताउने गर्दछन् । बालबालिकाले विद्यालयमा पाएका थुप्रै शैक्षिक एवं व्यवहारिक ज्ञानहरूले नै उनीहरूको आफ्नो प्रतिविम्बलाई एउटा सुडोल आकारमा रूपान्तरण गर्न सक्दछन् । घरपरिवारको सिकाइको प्रक्रिया विपरीत विद्यालयको सिकाइको प्रक्रिया पूर्णरूपले औपचारिक प्रक्रिया हो । यो सिकाइको प्रक्रियामा पनि बालबालिकाको सहभागिता बिना प्रभावकारिताको मूल्याङ्कन गर्न असम्भव हुन्छ ।

विद्यालयमा सिकाइको प्रक्रियामा बालबालिकाको सहभागिता हुँदै नभएको भने होइन । कक्षाकोठाको सिकाइमा, अतिरिक्त क्रियाकलाप मार्फतको सिकाइ प्रक्रियाका साथै विद्यालयस्तरीय बालक्लब भएको स्थितिमा बालक्लब गरी तीनै क्षेत्रहरूमा बालबालिकाको सहभागिता भएको पाइन्छ । तर, कतिपय अवस्थामा त्यस्तो सहभागिता नैतिकतापूर्ण एवं अर्थपूर्ण नभएको पनि हुन सक्दछ । विशेषगरी, कक्षाकोठाको सिकाइ प्रक्रियामा दोहोरो सञ्चारको कमीको कारण बालबालिकाले खासै सहभागिता जनाउने अवसर पाउँदैनन् । अतिरिक्त क्रियाकलापहरू पनि विद्यालयको आफ्नै योजना अनुसार सम्पन्न गरिन्छन्, जहाँ बालबालिकाको सहभागिता क्रियाकलापस्तरमा मात्रै हुन्छ, ती क्रियाकलापको योजनामा भने खासै बालसहभागिता भएको भने भेटिदैन । विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा बालबालिकालाई सदस्यका रूपमा आमन्त्रित गर्ने आवश्यकता पनि खासै महसुस गरिएको पाइँदैन । यस परिस्थितिमा विद्यालयको हरेक क्षेत्रमा नैतिकतापूर्ण र अर्थपूर्ण बालसहभागिता बढाउन सघाउने केही विशिष्ट विधि तथा क्रियाकलापहरूलाई प्रस्तुत निर्देशिकाको यस खण्डमा वर्णन गरिएको छ ।

विद्यालयको तहमा उपयोगमा ल्याउन सकिने विधिहरू देहाय अनुसार हुन सक्दछन् :
१. दैनिक क्रियाकलाप चार्ट (Daily activities Chart)
२. शक्तिको खेल (Power Game)
३. मस्तिष्क मन्थन (Brain Stromming)
४. शक्तिको खेल (Power Game)
५. टीका खेल
६. एकले अर्कालाई पढाउने/मेन्टर विधि
७. पर्खालमा इँटा (Bricks in the Wall)
८. वादविवाद कार्यक्रम (Debate Programme)
९. फालिएका सामानहरूको बाकस (Rubbish Box)
१०. बज ग्रुप छलफल विधि (Buzz Group discussion)
यी विधिहरूबारे विस्तृत रूपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.२.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता

बालक्लब बालसहभागिताको लागि एक महत्वपूर्ण स्थान हो। नेपालमा बालसहभागितालाई प्रवर्द्धन गर्न बालक्लबले उल्लेखनीय भूमिका खेलेको छ । नेपालमा बालसहभागिताको इतिहासलाई नियाल्दा के कुरा प्रस्ट हुन्छ भने बालक्लब अभियानको सुरूवातसँगै नेपालमा बालसहभागिताको बारेमा व्यापक चर्चापरिचर्चा सुरू भएको हो । बालक्लबमा बालबालिकाको सहभागितासँगै अरू क्षेत्रमा पनि बालसहभागिताको आवश्यकता महसुस गरिएको हो । यस अर्थमा बालक्लब अभियानले बालसहभागिताको क्षेत्रमा एउटा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ ।

बालक्लबमा सामेल भएर बालबालिकाले आफ्नो सहभागिताको अधिकारको अभ्यास त गर्दछन् नै, तर त्यसको बावजुद पनि बालक्लबमा पाएको बालसहभागितासम्बन्धी बुझाइको कारण आफ्नो घरपरिवार तथा समुदायमा पनि आफ्नो सहभागिताको खाँचो महसुस गर्दछन् । साथै, यसले बालबालिकालाई आफ्नो सहभागिता आफूसँग सम्बन्धित अन्य क्षेत्रहरूमा समेत दरिलो बनाउन उचित पहल गर्न आत्मविश्वास दिलाउँदछ। तल उल्लेखित क्रियाकलापहरूले बालक्लबमा बालबालिकाको सहभागिता सुनिश्चित गराउने काम गर्न सहयोग पुऱ्याउँदछन् ।

बालक्लब/सञ्जालको तहमा उपयोगमा ल्याउन सकिने विधिहरू देहाय अनुसार हुन सक्दछन् :
१. स्नो बालिङ्ग (Snow Balling)
२. सामुहिक उद्घाटन प्रक्रिया (Group Inauguration Process)
३. मस्तिष्क मन्थन (Brain Stromming)
४. शक्तिको खेल (Power Game)
५. कार्ड सर्टिङ्ग (Card Sorting)
६. भित्ते चित्रकथा लेखन (Wall Comics)
७. पर्खालमा इँटा (Bricks in the Wall)
८. भित्तेपत्रिका प्रकाशन (Publishing Wall Magazine)
९. वृत्त विश्लेषण (Circle Analysis)
१०. फालिएका सामानहरूको बाकस (Rubbish Box)
११. बेलुन फुटाउने खेल
१२. मसीको धब्बा (Ink Block Sprawl)
यी विधिहरूबारे विस्तृत रूपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.२.५ गाउँपालिका/नगरपालिका तहका समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा बालसहभागिता

गाउँपालिका/नगरपालिकाको स्तरमा स्थापित समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा पनि बालसहभागिता हुनु अपरिहार्य

छ । विशेषतः यदि यी संस्थाहरू बालबालिकासँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्ने या भनूँ बालबालिकाको लागि कार्यरत रहेमा बालबालिकाको प्रत्यक्ष वा परोक्ष रूपमा बालसहभागिता हुनैपर्दछ ।

गाउँपालिका/नगरपालिका तहमा उपयोगमा ल्याउन सकिने विधिहरू देहाय अनुसार हुन सक्दछन् :

१. सामाजिक नक्साङ्कन (Social Mapping)
२. जोखिम नक्सा (Risk Mapping)
३. शक्तिको खेल (Power Game)
४. पर्खालमा इँटा (Bricks in the Wall)
५. वृत्त विश्लेषण (Circle Analysis)
६. बेलुन फुटाउने खेल

यी विधिहरूबारे विस्तृत रूपमा तल उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.२.६ सहभागितामूलक विधि तथा क्रियाकलापहरू

सातदेखि बाह्र वर्ष उमेरसमूहका बालबालिकाको सहभागितालाई प्रवर्द्धन गर्ने विभिन्न विधि तथा क्रियाकलापहरू निम्नानुसार रहेका छन् :

१. स्नो बलिङ्ग (Snow Balling)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं १२४ हेर्नुहोस् ।

२. जोखिम नक्साङ्कन (Risk Mapping)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं. २३ हेर्नुहोस् ।

३. सामाजिक नक्साङ्कन (Social Mapping)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं ३३ हेर्नुहोस् ।

४. स्थलगत अवलोकन भ्रमण(Field Observation Visit)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं ६८ हेर्नुहोस् ।

५. सामुहिक समुद्घाटन प्रक्रिया (Group Inauguration Process)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं ८५ हेर्नुहोस् ।

६. दुई ठीक एक बेठीक (Two True-One False)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं १०१ हेर्नुहोस् ।

७. विषयगत चित्र लेखन (Thematic Drawing)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं १३३ हेर्नुहोस् ।

८. दैनिक क्रियाकलाप चार्ट (Daily Activities Chart)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं ५७ हेर्नुहोस् ।

९. मस्तिष्क मन्थन (Brain Storming)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं २६ हेर्नुहोस् ।

१०. कार्ड छुट्याउने (Card Sorting)

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं ८८ हेर्नुहोस् ।

११. एकले अर्कोलाई पढाउने मेन्टोर विधि

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं १७१ हेर्नुहोस् ।

१२. वृत्त विश्लेषण

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं ७६ हेर्नुहोस् ।

१३. समुदाय भ्रमण

यस विधिको बारेमा विस्तृत जानकारीका लागि बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल) ले सन् २०१० डिसेम्बरमा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो को पेज नं ३० हेर्नुहोस् ।

खण्ड ग : १३ देखि १८ वर्ष सम्मका बालबालिका

परिच्छेद- ३.३: विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू

३.३.१ १३ देखि १८ वर्षसम्मका अर्थात किशोरावस्थाका बालबालिका

सामान्यतया १३ देखि १९ वर्षको उमेर समूहमा रहेका बालबालिकालाई किशोरकिशोरी मानिन्छ र यस उमेर समूहलाई किशोरावस्था भनिन्छ। किशोरावस्थामा किशोरकिशोरीमा अत्यन्तै तीव्र रूपमा आउने परिवर्तनका कारण उनीहरूमा मात्र नभएर परिवारमा समेत तनावको स्थिति आउन सक्दछ। किशोरावस्थाको शुरूवातमा अत्यन्तै द्रुत गतिमा शारीरिक वृद्धि हुने, यौनअङ्गमा परिवर्तन आउने र प्रजनन क्षमताको विकास हुन्छ। उपयुक्त सहयोगी परिवेश र संयन्त्रहरूको अभावमा यस उमेर समूहमा गम्भीर दुर्घटना हुनसक्ने सम्भावना रहने भएकाले किशोरावस्था मानिसको जीवनको बढी चुनौतीपूर्ण र जटिल समय हो। यसलाई सामना गर्न किशोरकिशोरीमा आउने शारीरिक, संज्ञानात्मक र मनोसामाजिक परिवर्तनलाई बुझ्न र कुन व्यवहार स्वाभाविक हो र कुन व्यवहार समस्या हो भनी बुझ्नु आवश्यक छ। प्रस्तुत परिच्छेदमा किशोरावस्थाका विशेषताहरूलाई केलाउने प्रयास गरिएको छ।

किशोरावस्थामा आउने परिवर्तनहरू

खासगरी किशोरावस्थामा आउने शारीरिक एवं यौन अङ्गहरूमा आउने परिवर्तन तथा हार्मोनहरूका कारण आउने मानसिक परिवर्तनले किशोरकिशोरी आफ्नोबारे स्व-बुझाइ तथा स्व-पहिचान बनाउन अलमल परेका हुन्छन्। उनीहरूलाई 'म को हूँ ? मेरो भूमिका के हो ?' भन्ने जस्ता प्रश्नहरूले बारम्बार सताइ रहन्छ। त्यस्तै उनीहरू आफूमा आएको परिवर्तनलाई कसरी व्यवस्थापन गर्ने र वातावरणसँग कसरी सम्बन्धित हुने भन्नेबारे अनिश्चयमा परेका हुन्छन्। यस अवस्थामा उनीहरू वयस्कहरूबाट पनि टाढा भएका हुन्छन् र साना उमेरका बालबालिकासँग पनि त्यत्ति घुलमिल हुन सक्दैनन्। उनीहरूमा आत्मसम्मानको आरोह-अवरोहको गति निरन्तर भइरहेको हुन्छ। त्यसकारण यो मानवजीवनकै बढी चुनौतीपूर्ण समय हो, अन्यौलको अवस्था हो।

किशोरावस्था जैविक, सामाजिक, संज्ञानात्मक र सामाजिक-सांस्कृतिक रूपमा बाल्यकाल र वयस्कबीचको दोबाटो हो। पूर्व-किशोरावस्थामा छिटोछिटो शारीरिक वृद्धि हुन्छ र यौन अङ्गको क्रमिक विकास भएको हुन्छ। यस अवस्थामा आउने जैविक परिवर्तनलाई किशोर वा किशोरीले फरक-फरक तरिकाले सामना गर्दछन् भने उनीहरूमा त्यसबाट पर्ने असर पनि फरक हुन्छ। यस अवस्थामा संज्ञानात्मक विकास बढी विविधतायुक्त हुन्छ। यस अवधिमा उनीहरूले सोच्ने, सिक्ने, सम्झनेजस्ता प्रत्येक आधारभूत सीपहरूमा उल्लेख्य विकास गरेका हुन्छन्। उनीहरू बढीभन्दा बढी वास्तविकताको नजिक रहेर यथार्तताको सिद्धान्तहरूका आधारमा अनुमान लगाउन, परिकल्पना गर्न, खोजबिन गर्न वा पत्ता लगाउन सक्षम भएका हुन्छन्।

धेरै किशोरकिशोरीमा कौतुहलता, चञ्चलपन र भद्रताबीच द्विविधा रहेको हुन्छ भने कोही चाहिँ एकाग्र हुन सक्दछन्। यस उमेरमा किशोरकिशोरी तर्क सङ्गत रूपमा सोच्ने, परिकल्पना गर्ने तथा सैद्धान्तिकरूपले सिकाइलाई व्यवस्थित गर्नसक्ने भएका हुन्छन्। धेरै किशोरकिशोरी भावनात्मक हुने र सिर्जनशील हुने गर्दछन्। घरपरिवार तथा विद्यालयमा निर्णय-प्रक्रियामा भाग लिन उत्सुक हुन्छन्, निर्णय लिने क्षमताको विकास भएको हुन्छ। यो अवधि राम्रो निर्णय लिने र राम्रो न्याय गर्ने जस्ता भावना रहेको हुन्छ। उनीहरू ध्यानपूर्वक छनौट गर्ने सीपमा पनि निपूर्ण हुन थाल्दछन्। दिमागी सीप बढ्दछ। उनीहरूमा पुराना अभ्याससँग नयाँ सोचलाई जोडेर हेर्ने र अवधारणालाई विश्लेषण गर्ने क्षमता विकास भएको हुन्छ। उनीहरू आफ्नो बढ्दो बौद्धिक शक्ति तथा सिर्जनशीलताका साथ तर्क गर्न उत्सुक हुन्छन्। किशोरकिशोरीमा समस्या समाधान गर्ने सीपहरू क्रमिक विकास भएकाले सान्दर्भिक हुन्छन्। यस अवस्थामा मनोसामाजिक परिवर्तन भने ज्यादै फराकिलो र विविधतायुक्त हुन्छ। यस उमेरमा विपरित लिङ्ग प्रति आकर्षण बढ्छ। उनीहरू हरेक गतिविधिहरूमा सहभागी हुन उत्सुक र कुनै अवस्था प्रति छिट्टो भावुक हुन थाल्दछन्। आत्मविश्वासी भएको देखाउन खोज्दछन् तर पहिचानको सङ्कट, भूमिकामा अलमल रहने हुनाले यो उमेर आत्म संयम घट्ने समय हो। त्यसै कारण पनि यस अवस्थालाई मानव विकासको बढी खतरायुक्त समय ठानिएको हो।

मनोविज्ञ **एरिक्सन**ले मानिसको मनोसामाजिक विकासका आठ चरणहरूमध्ये यस उमेरसमूहका बालबालिकाको स्वभाव र गुणहरूलाई स्वःपहिचानविरूद्ध भूमिकामा भ्रम हुनु (Ego Identify Vs. Role Confusion)को चरणमा यसरी छलफल गरेका छन्:[21]

[21]शिक्षा विभाग/सेभ द चिल्ड्रेन एलायन्स, बालमैत्री विद्यालय शिक्षक प्रशिक्षण पुस्तिका २०६२कार्त्तिक, पृष्ठ १२७।

स्वःपहिचानविरूद्ध भूमिकामा भ्रम हुनु (Ego Identify Vs. Role Confusion)
मानिसले समाजसित प्रारम्भिक सम्बन्ध र सीपहरू कायम गरेपछि तथा किशोरावस्थाको प्रारम्भसँगै उसको बाल्यकाल समाप्त हुन्छ । यस अघिको अवस्थामा स्पष्ट भएका कतिपय कुराहरू किशोरावस्थामा आएर पुनः किशोरकिशोरीका सामु प्रश्नका रूपमा खडा हुन्छन् । १२ देखि १८ वर्षसम्मका किशोरकिशोरीका लागि स्व-पहिचान भनेको 'म को हुँ' , 'म कसरी बाहिरी समाजसित गाँसिएको छु' भन्ने नै हो । समाजमा उनीहरूको सामाजिक-सांस्कृतिक कर्म (व्रतबन्ध आदि) गरिदिनाले प्रौढहरू भन्दा हामी कसरी फरक छौं भन्ने कुराको पहिचान बनाउन उनीहरूलाई मद्दत पुग्छ । कमजोर तर उत्तरदायित्वको वहन गर्न नपर्ने (Powerless but irresponsible) बाल्यावस्था र शक्तिशाली तथा उत्तरदायित्व वहन गर्नुपर्ने प्रौढावस्थाबीचको भिन्नताबारे बालबालिकालाई स्पष्ट गरिदिनुपर्दछ ।

३.३.२ विकास तथा विशेषताहरू
किशोरावस्थामा आउने शारीरिक, संज्ञानात्मक तथा मानसिक विकास तथा परिवर्तनहरूलाई निम्नानुसार वर्णन गर्न सकिन्छः

शारीरिक विकास
१३ देखि १९ वर्षमा देखिने शारीरिक परिवर्तनहरूमा उचाइ र तौल द्रुतगतिमा बढ्दछ अनि यौनअङ्गहरूको विकास हुन्छ । उनीहरूको मस्तिष्कको विकास निरन्तर भइरहेको हुन्छ । नवीनतम अध्ययनहरूले उत्तर-किशोरावस्था (Late Adolescence)नपुगिन्जेलसम्म किशोरकिशोरीको मस्तिष्क पूर्ण रूपमा विकसित भइसकेको हुँदैन भन्ने पाइएको छ ।

किशोरकिशोरीको मानसिक र शारीरिक रूपमा द्रुत विकास कारण धेरैजसो लामो समयसम्म सुत्ने गर्दछन् । यसर्थ खासगरी किशोरहरूलाई खाना अन्य समयभन्दा बढि खाने गर्दछन् । पाचन शक्ति राम्रो भएकाले उनीहरूलाई पोषणयुक्त खानाको आवश्यकता हुने गर्दछ । किशोरीहरू आफ्नो शरीरको बढ्दो तौलबाट बढी संवेदनशील हुने गर्दछन् । किशोरकिशोरी आफ्ना दौंतरीहरूमा जस्तो शारीरिक वृद्धि स्वाभाविक गतिमा नभएमा बढी चिन्तित हुन सक्छन् । यी परिवर्तनहरूका कारण किशोरकिशोरी अन्यौलतापूर्ण अवस्थाजस्तो पनि देखिने गर्दछ । किशोरीहरू उमेरको गतिभन्दा चाँडै नै परिपक्व भएमा उदासीनता, चिन्ता र खाना नखाने विकार (Eating Disorder) बाट ग्रस्त हुन सक्दछन् । किशोरहरू आमाप्रति र किशोरीहरू बाबाप्रति केही निश्चित व्यवहार देखाउन अप्ठेरो महसुस गर्दछन्, जस्तै अङ्कमाल गर्नु, म्वाई खानु, आदि । किशोरकिशोरीले यौनबारे प्रत्यक्ष प्रश्नहरू सोध्न सक्दछन् र उनीहरूमा यौन जिज्ञासा अति तीव्र हुन्छ । यो अवस्थामा किशोरकिशोरी आफ्ना यौन मूल्यहरूबारे थाहा पाउने कोसिस गर्दछन् ।

यस्तो परिवर्तनको अवस्थालाई सामना गर्न किशोरकिशोरीलाई सहयोग पुऱ्याउन बाबुआमा/अविभावक र शिक्षकहरूको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । जस्तै :

- किशोरकिशोरीलाई आलोचना गर्न वा अन्य दौतरी वा व्यक्तिसँग दाँज्ने वा अनावश्यक प्रतिस्पर्धा गर्न लगाउने गर्नुहुन्न । यसले उनीहरू बीच अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा बढ्न सक्छ र प्रतिस्पर्धा गर्न नसक्ने किशोरकिशोरीले हीनताबोध गर्दछन् ।
- किशोरावस्थामा किशोरकिशोरीको मानसिक र शारीरिक वृद्धि तिव्र हुने भएकाले उनीहरू बढी समय सुत्छन् । उनीहरूलाई पर्याप्त आराम गर्न दिनुपर्दछ र उपयुक्त वातावरणको सिर्जना गर्न सघाउनुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरीलाई शारीरिक र मानसिक तिव्र बृद्धिका कारण प्रशस्त पोषणयुक्त खाना आवश्यक हुन्छ । अझ यस किशोरावस्थामा उनीहरूको पाचन शक्ति राम्रो हुन्छ । स्वास्थ्यवर्द्धक खाना खान उत्प्रेरित गर्ने र घरमा प्रशस्त मात्रामा पोषणयुक्त (Nutritious)खानेकुराहरू उपलब्ध गराउनु आवश्यक हुन्छ । किशोरकिशोरीलाई नियमित व्यायम वा कसरतको लागि उत्साहित गर्नुपर्दछ । नियमित व्यायम वा कसरतले उनीहरूमा रहेको शक्ति उपभोग गर्न मद्दत पुग्दछ ।
- किशोरकिशोरीका यौनसम्बन्धी जिज्ञासा बारे इमानदारीसाथ सही जवाफ दिनुपर्दछ । यसो गर्न चुनौती महसुस गर्नुहुन्छ भने यौनसम्बन्धी जानकारी दिने पुस्तिका उपलब्ध गराउन सकिन्छ । साथै स्थानीय स्तरमा उपलब्ध शिक्षक वा सामाजिक कार्यकर्ताहरूसँग छलफल गरेर त्यससम्बन्धी सूचनाजानकारी लिने वतावरण मिलाउन सकिन्छ । यदि सम्भव छ भने समुदायका अन्य किशोरहरू र किशोरीहरूलाई अलग अलग रूपमा एक ठाउँमा भेला पारेर छलफल चलाउन पनि सकिन्छ ।

- किशोरकिशोरीले बाबुआमा/अभिभावकलाई पहिलेजस्तो शारीरिक रूपमा छोएर माया, स्नेह नदेखाएमा चित्त दुखाउन हुन्न ।
- किशोरकिशोरीले बढी समय आफ्नैबारेमा सोच्दै र आफूलाई हेर्दैमा बिताउने गर्दछन् । आफ्नो अनुहार र छालाबारे उनीहरू बढी संवेदनशील हुन्छन् । यसर्थ ती कुराहरूलाई स्वभाविक मान्दै उनीहरूलाई सिर्जनशील कार्यमा संलग्न गराउन कोसिस गर्नुपर्दछ ।

संज्ञानात्मक विकास

किशोरावस्थामा किशोरकिशोरीहरू तार्किक बहस गर्ने सीप अग्रगतिमा विकास हुन्छ । उनीहरू बहुविकल्प र सम्भावनाहरूबारे सोच्ने क्षमता राख्दछन् । उनीहरूमा देख्न, छुन, सुन्न नसकिने वस्तुहरू जस्तै आस्था (Faith), भरोसा, विश्वास, आध्यात्मिक विषयमा अमूर्त चिन्तन गर्ने सीप विकास भएको हुन्छ । किशोरकिशोरी आफूले के सोचिरहेको छु र कस्तो अनुभव गरिरहेको छु भन्ने जस्ता कुरामा निश्चिन्त हुन सक्दछन् ।

यी परिवर्तनहरूका कारण किशोरकिशोरीले व्यवहारमा उच्च सचेतनता (Self-consciousness) देखाउने गर्दछन् । उनीहरू आफूले जस्तो भावना र संवेगहरू अन्य कसैले पनि अनुभव गरेका छैनन् भन्ने विश्वास गर्छन् । उनीहरूले ‘तपाई बुझ्न सक्नुहुन्न’ वा ‘मेरो जीवन बरबाद भयो’ जस्ता कुराहरू भन्न पनि सक्दछन् । उनीहरूमा ‘यस्तो मलाई हुनै सक्दैन’ भन्ने जस्ता मिथ्या धारणा पनि हुन सक्दछ । यसैकारण उनीहरू बढी पिउने, चुरोट तान्ने, बेतोडले सवारी साधन चलाउने, असुरक्षित यौनक्रियाकलापमा संलग्न हुन सक्दछन् । उनीहरू बढी कारणमुखी हुने गर्दछन् । उनीहरू न्यायमुखी प्रवृत्तितिर पनि उन्मुख हुन्छन् । वयस्कहरूको बोलाइ र व्यवहारमा देखिने असंगति (Inconsistencies) लाई पनि उनीहरू ठाडै औंल्याइदिन पछि पर्दैनन् ।

यस्तो परिवर्तनको अवस्थालाई सामना गर्न किशोरकिशोरीलाई सहयोग पुऱ्याउन बाबुआमा/अविभावक र शिक्षकहरूको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । जस्तै :

- तपाईंको अनुभवलाई आफ्ना छोराछोरी वा विद्यार्थीले महत्व नदिए पनि त्यसलाई व्यक्तिगत रूपमा नलिनुहोस् । उक्त कुरा किशोरावस्थाको स्वभावजन्य विशेषता हो भनेर चित्त बुझाउँनुहोस् ।
- किशोरकिशोरीको व्यवहारको मापदण्ड वा त्यसबाट सिर्जना हुने परिणामहरू बारे समूहमा छलफल गर्न प्रेरित गर्नुहोस् ।
- स्वभावजन्य विषेशताका कारण उनीहरूसँग साथीको जस्तो व्यवहार गर्ने र उनीहरू माथि विश्वास गर्ने गर्नुहोस् । यो ज्यादै महत्वपूर्ण कुरा हो ।
- किशोरकिशोरीलाई उचित रेखदेखमा खेलकुदमा सहभागी गराउनुहोस् । यस्ता क्रियाकलापमा किशोरकिशोरीले ‘यस्तो मलाई हुनै सक्दैन’ भन्ने धारणा व्यक्त गर्ने र बुझ्ने मौका पाउँदछन् ।
- किशोरकिशोरीलाई सामुदायिक सेवा (Community service)र सहयोगी क्रियाकलापमा सहभागी हुने मौका दिनुहोस् । यस्तो क्रियाकलापले उनीहरू रमाइलो मानी सहभागी हुन्छन् भने अर्कोतिर उनीहरूलाई व्यस्तता बनाई नकारात्मक कुराहरूमा ध्यान जान पाउँदैन ।
- व्यक्तिगत रूपमा वा दौतरी समूहमा आएका समस्या पत्ता लगाउन किशोरकिशोरीलाई सघाउनुहोस् । यस्तो बेला उपयुक्त समय र वातावरणमा छलफल गर्न सक्नुहुनेछ ।
- किशोरकिशोरीमा आउने परिवर्तनको बारेमा सजग हुने र जानकारी राख्नुहोस् । किशोरावस्थाको स्वभावजन्य विशेषताहरूबारे विभिन्न उदाहरणहरू प्रस्तुत गरी सकारात्मक बाटोमा लाग्न उत्प्रेरणा दिनुहोस् ।
- व्यावहारिक र तार्किक एवं विश्लेषणात्मक क्षमता विकास गर्ने खालको शिक्षा दिने तथा सामाजिक मूल्यमान्यता बारे जानकारी दिएर सहयोग गर्नुहोस् ।
- किशोरकिशोरीसँग उनीहरूको विचार र दृष्टिकोण बारे कुरा गर्ने र आफ्नो विचार पनि राखी छलफल गर्ने गर्नुहोस् । उपयुक्त वातावरणमा किशोरकिशोरीलाई उनीहरूका राजनैतिक र आध्यात्मिक(Spiritual)विश्वासहरूबारे सोध्नुहोस् ।
- तपाइँ आफू पनि उनीहरू जस्तै हुनुहुन्थ्यो भन्ने थाहा दिने गर्नुहोस् । आफूले किशोरावस्थामा गरेका गल्तीबारे उनीहरूसँग एकान्तमा वा एक्लै कुराकानी गर्दा बताउनुहोस् ।
- उनीहरूको भावनालाई बुझ्ने र आफ्नो भावना पनि अभिव्यक्त गर्ने अभ्यास गर्नुहोस् । त्यसो भएमा उनीहरूले तपाइँलाई बुझ्ने मौका पाउदछन् ।

मनोसामाजिक विकास (Psycho-social Development)

कुनै पनि व्यक्तिले आफ्नो समाजको बारेमा उसको मन (भावना, सोचाइ, विचार) आफ्नै किसिमको धारणा रहेको हुन्छ । व्यक्तिको मन र समाज बीचको सम्बन्धलाई हामी मनोसामाजिक सम्बन्ध भन्दछौँ । यही मनोसामाजिक सम्बन्धका कारण मानिसले आफू अनुकूल समाजमा अरूका बानी, व्यवहार वा कार्य खोज्नु भनेको उसको मनले समाजसँग अदृश्य रूपमा अन्तरक्रिया गरिरहेको हो भनेर बुझ्न सकिन्छ । यसमा केही नयाँपन वा फरकपन आउँदा व्यक्तिलाई असजिलो महसूस हुन्छ । यो असजिलो महसूस केही समयमा स्वतः सजिलो हुन्छ र त्यसमा मानिस घुलमिल हुनसक्दछन् । कहिलेकाहीँ र कुनै कुनै अवस्थामा यस्तो नभई सो असजिलोपना केही लामो समयसम्म रहिरन्छ र त्यसलाई स्वीकार्ने वा नकार्ने भन्ने द्वन्द्व व्यक्तिमा भइरहन्छ ।

किशोरकिशोरीको सवालमा उनीहरू भित्र पहिचान स्थापित गर्ने तत्वहरू हावी हुने गर्दछ । जस्तैं 'म को हुँ?' प्रश्नको उत्तर पहिचानले दिन्छ । उनीहरूले आफ्नो पहिचान त्यहीं खोज्छन् जहाँ उनीहरू स्थापित हुन सक्छन् । स्वायत्तता (Autonomy)स्थापित गर्दछ : किशोर वा किशोरीलाई समाजमा स्व-पूर्णता (Self-sufficient) हुन स्वायत्तता प्राप्त गर्नु अति आवश्यक हुन्छ । साथीहरूको संगतबाट नै किशोरकिशोरीले सम्बन्धहरू कसरी सुरू गर्ने, सम्बन्धलाई कसरी कायम राख्ने र विच्छेद (Terminate) गर्ने कुरा सिक्नुका साथै, एक अर्कामा घनिष्ट सम्बन्ध बनाउँदछन् । पूर्व किशोरावस्थामा किशोरहरू एउटै लैङ्गिक समूहमा रमे पनि १४ देखि १६ वर्ष पार गरेपछि विपरीत लिङ्गीलाई पनि समूहमा सामेल गराउन थाल्दछन् । हाल उनीहरू केमा बढी राम्रा छन्, र कुन क्षेत्रमा बढी लीन भएमा उपलब्धिपूर्ण हुन्छ भन्ने बारे थाहा पाउन चाहन्छन् ।

यी परिवर्तनहरूको कारण किशोरकिशोरी परिवारभन्दा आफ्ना दौतरीहरूसँग बढी समय बिताउने गर्दछन् । उनीहरू आफ्नो कोठामा चुकुल लगाएर एकान्तमा बस्न रूचाउँदछन् । उनीहरू आफू के र कुन क्षेत्रमा असल हुन सक्छु भनी थाहा पाउन विभिन्न सौख (Hobby) र अभिरूचि (Interest) मा संलग्न हुन्छन् । उनीहरूलाई आफू कोसँग र कसको संगतमा कता गइरहेको छु भनी व्यक्त गर्न गाह्रो हुन्छ । उनीहरू बढी बहस गर्ने पनि हुन्छन् । सामान्यतया उनीहरू बाबुआमा/अभिभावकसँग बाहिर जान मन पराउँदैनन् ।

३.३.३ बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू

किशोरावस्थामा आउने परिवर्तनको अवस्थालाई सामना गर्न किशोरकिशोरीलाई सहयोग पुऱ्याउन साथै उनीहरूको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्नका लागि बाबुआमा/अविभावक र शिक्षकहरूको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । जस्तै-

- किशोरकिशोरीलाई विद्यालयमा वा विद्यालय बाहिर छुट्टाछुट्टै समूहमा वा क्रियाकलापमा संलग्न हुन प्रेरित गर्नुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरीको प्रयास र क्षमतालाई प्रशंसा गर्नुहोस् । यसले गर्दा उनीहरूलाई त्यस्ता क्रियाकलापमा संलग्न हुन सहयोग गर्दछ र सदैव उत्प्रेरित हुने गर्दछन् ।
- किशोरकिशोरीलाई आफ्नो व्यक्तित्व बनाउने र कस्तो पेशाको उद्देश्य लिने भन्ने बारे बुझ्न र अन्वेषण (Explore)गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- किशोरकिशोरीका भविष्यका लक्ष्य (Aim) बारे सोधपुछ गर्ने गर्नुहोस् । आवश्यकतानुसार उनीहरूलाई आफ्नो जीवनको लक्ष्य निर्धारण गर्न सहयोग वा सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- किशोरकिशोरीलाई घरपरिवार वा कक्षाको नियम बारे आफ्ना धारणा वा राय दिन प्रेरित गर्नुहोस् । किशोरकिशोरीसँग यस्तो राय व्यक्तिगत वा सामुहिक रूपमा छलफल गरेर पनि लिन सकिन्छ ।
- उनीहरूका कस्ता साथीहरू छन् र के गर्दछन् भन्ने बारे सजग भइराख्नु आवश्यक हुन्छ । आफ्ना किशोरकिशोरी वा छोराछोरीका साथीका बाबाआमासँग भेटघाट गर्ने र उनीहरूका बानी व्यवहारबारे छलफल गर्नाले धेरै सूचनाजानकारी आदानप्रदान हुने गर्दछ ।

परिच्छेद- ४.३: सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू

४.३.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता

हरेक व्यक्तिको जीवनका सुरूका वर्षहरू घरपरिवारमा नै बित्ने गर्दछ। किशोरकिशोरीलाई घरपरिवारले सामाजिक चालचलन, व्यवहारहरू सिकाउँदछ। साथै, विद्यमान सामाजिक संस्कार एवं मूल्य मान्यताहरू सिकाउँदछ। यसैगरी किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि आवश्यक गुणहरू सिक्ने र त्यससम्बन्धी अभ्यास गर्ने वातावरण घरपरिवारले प्रदान गर्दछ। सानै उमेरदेखि किशोरकिशोरीलाई सहभागिताका लागि तयार गर्ने र त्यससम्बन्धी उचित वातावरण दिने काम घरपरिवारले नै गर्दछ। त्यसैले किशोरकिशोरीहरूको लागि घरपरिवार एक महत्वपूर्ण क्षेत्र हो।

घरपरिवारमा किशोरकिशोरीहरूको सहभागिता बढाउन अभिभावकहरू सचेत र जागरूक हुनु आवश्यक छ। यसको साथै अभिभावकले आफ्ना किशोरकिशोरी उमेरका छोराछोरीलाई पर्याप्त समय दिनु जरूरी हुन्छ। किशोरकिशोरीको आवश्यकता पूरा गर्ने सन्दर्भमा धेरैजसो बाबुआमा वा अभिभावकले आफ्ना उनीहरूका भौतिक आवश्यकताहरूमा बढी ध्यान केन्द्रित गरिरहेका हुन्छन्। तथापि, धेरैजसो अवस्थामा किशोरकिशोरीसँग गुणात्मक समय बिताई उनीहरूका कुरा सुनिदिंदा वा उनीहरूसँग कुराकानी मात्र गरिदिंदा पनि त्यो उनीहरूका लागि भौतिक सामग्रीको परिपूर्ति भन्दा ठूलो महत्वको हुन्छ। अझ बाबुआमा वा अभिभावकले आफ्ना छोराछोरीलाई आफूहरूसँगै घरपरिवारको विभिन्न कार्यमा सहभागी गराउने प्रयास गर्न सक्दछन्। त्यसो गर्नु अत्यन्तै उपयोगी हुन्छ।

घरायसी निर्णय प्रक्रियामा सहभागिता

घरायसी निर्णय प्रक्रियामा किशोरकिशोरीको सहभागिता हुनु जरूरी हुन्छ। घरपरिवारका वयस्क सदस्यहरूले खासगरी १३ देखि १८ वर्ष उमेर समूहका किशोरकिशोरीहरू घरपरिवारको मामिलामा वास्ता गर्दैनन् वा ध्यान दिंदैनन् भन्ने ठान्छन्। परिणामतः उनीहरू घरायसी निर्णय प्रक्रियामा सहभागी हुन पाउँदैनन्। तर तथ्य के हो भने यो उमेर समूहका किशोरकिशोरीहरूलाई यदि घरायसी निर्णय प्रक्रियामा सहभागी गराइएन भने एकातिर उनीहरूले अपनत्व महसुस गर्दैनन् भने अर्कोतिर उनीहरू भड्किने डर पनि हुन्छ।

त्यसैले,

- किशोरकिशोरीहरूलाई घरपरिवारको सबैजसो सम्बन्धित विषयको निर्णय प्रक्रियामा सामेल गर्नुपर्दछ। हुनतः घरपरिवारका प्रायःजसो विषय कुन न कुनै रूपले किशोरकिशोरीसँग सम्बन्धित हुने नै गर्दछन्।
- यदि आवश्यक हुन्छ भने निर्णायक छलफलपूर्व किशोरकिशोरीसँग छलफलका लागि छुट्टै समय निकाल्नुहोस्। यसो गर्दा किशोरकिशोरीसँग कुन बेला समय हुन्छ वा कुन समयमा उनीहरू खाली छन् भन्ने कुरा थाहा पाउनुपर्ने हुन्छ।
- किशोरकिशोरीलाई घरपरिवारको निर्णय किन गर्नुपर्‍यो त्यसबारे विस्तृत सूचनाजानकारी दिनुहोस् र उक्त निर्णय प्रक्रियामा किशोरकिशोरी किन सहभागी हुनुपर्दछ वा उनीहरू किन महत्वपूर्ण हुन्छन् भन्नेबारेमा समेत जानकारी दिनुहोस्।
- निर्णय लिंदा हतार नगर्नुहोस्। घरपरिवारका अन्य सदस्यहरूलाई झैं किशोरकिशोरीलाई पनि यसबारे सोच्ने र आफ्नो विचार राख्ने पर्याप्त समय दिनुहोस्।
- किशोरकिशोरीले कुनै क्रियाकलाप जिम्मा लिन सक्ने खालका छन् र त्यसमा उनीहरूको रूचि पनि छ भने अध्ययनमा बाधा नपुग्नेगरी घरायसी गतिविधिमा संलग्न गराउने गरी निर्णय लिनुहोस्।
- किशोरकिशोरीहरूले खासगरी दौंतरीको प्रभावले आफ्नो धारणा तय गर्ने भएकाले सम्भव भएमा दौंतरी र उनीहरूको घरपरिवारले गर्ने निर्णय प्रक्रियाको अवलोकन गरी जानकारी लिनुहोस्।
- किशोरकिशोरीहरूको जीवनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने खालका घरायसी निर्णय प्रक्रियाहरूमा अनिवार्य रूपमा धेरैभन्दा धेरै छलफल र अन्तर्क्रिया एवं सोसम्बन्धी जानकारी हासिल गर्नुहोस्।
- घरायसी निर्णयहरू किशोरकिशोरीहरूलाई प्रत्यक्ष असर पार्ने खालको भएमा उनीहरूलाई केन्द्र विन्दुमा राखी निर्णय गर्नेतर्फ ध्यान दिनुहोस्।

घरपरिवारका सदस्यहरूसँगको सम्बन्ध तथा अन्तर्क्रिया बारे

किशोरकिशोरीहरूको घरपरिवारका सदस्यहरूसँगको सम्बन्ध वा अन्तर्क्रिया ज्यादै कम हुने गर्दछ। उनीहरू आफ्ना आवश्यकता पूरा गर्नका लागि मात्र अन्तर्क्रिया गर्ने स्वभावका हुन्छन्। त्यसकारणले उनीहरू कि त एक्लै रहन सक्छन् नत्र साथीहरू वा दौंतरीहरूसँग नै आफ्नो प्रायः समय बिताउने गर्दछन्। यसर्थ, घरपरिवारका सदस्यहरूले उनीहरूको

स्वभावजन्य: विशेषतालाई स्वीकार्नु आवश्यक हुन्छ। किशोरकिशोरीहरूको आवश्यकता वा चाहना र उनीहरू कुन दिशातर्फ उन्मुख भइरहेका छन् भन्नेबारे जान्नुपर्दछ। घरपरिवारका सदस्यहरूसँग उनीहरूको सम्बन्ध बढाउन वा कायम राखिराख्न र अन्तर्क्रिया गर्नका लागि निम्न बुँदाहरू उपयोगी हुन सक्छन् :

- किशोरकिशोरीहरूसँग उनीहरूका रूचि वा चाहना भएका क्षेत्रमा घरपरिवारका सदस्यहरू पनि सहभागी भइदिनुहोस्। उदाहरणका लागि उनीहरू फिल्म हेर्न रूचाउँछन् भने सँगै फिल्म हेर्न जानुहोस्।
- किशोरकिशोरीहरूको नकारात्मक गुणहरू केलाउने वा उनीहरूलाई दोष लगाउनेतर्फ धेरै समय खर्च नगर्नुहोस्। यो सम्बन्ध बिगार्न थप कारक हुनसक्छ। बरू, उनीहरूको सकारात्मक कुराहरू खोजी गरी त्यसको पृष्ठपोषण गर्नुहोस्।
- किशोरकिशोरीहरूका दौंतरी वा साथीहरू कस्ता छन् र उनीहरूको बानी व्यवहार के-कस्तो छ भन्ने बारेमा नजिकबाट नियाल्नुहोस् ताकि यसले आफ्ना छोरा छोरी माथि पर्ने उनीहरूका प्रभाव बारे आङ्कलन गर्न सकिनेछ।
- किशोरकिशोरीहरूका कुनै बानीहरू नकारात्मक छन् भने उक्त बानी उनले अपनाउनुका कारणहरू जान्ने प्रयास गर्नुहोस् र यसबारेमा उनीहरूसँग एक्लै छलफल गर्नुहोस्। यसो गर्दा बानी सुधार्नका लागि कुनै निर्देशन नदिनुहोस्। यदि तपाईँसँग छलफल गर्न इच्छुक छैनन् भने उनीहरूले सम्मान गर्ने कुनै अर्को व्यक्तिसँग छलफलका लागि सहयोग माग्नुहोस् वा उक्त बानी किन नराम्रो छ भन्नेबारे पर्याप्त जानकारी भएको कुनै अध्ययन सामग्री समेत दिन सक्नुहुनेछ।
- घरपरिवारका कुनै सदस्यहरूसँग किशोरकिशोरीहरूको सम्बन्ध गाढा बनाउनका लागि घरायसी समारोह वा भोज (फ्यामिली पार्टी वा पिकनिक) को आयोजना गर्नुहोस्।
- तपाईंका आफ्ना कुनै बानी व्यवहारका कारण किशोरकिशोरीहरूलाई हानि वा भावनात्मक ठेस पुगेको छ भने त्यस कार्यका लागि उनीहरूसँग माफी माग्नुहोस्। यसले सम्बन्ध सुधार्न मद्दत गर्दछ। साथसाथै उनीहरूमा पनि माफी माग्ने बानीको विकास गर्न सहयोग पुग्दछ।

स्व:चेतना/स्व:विश्लेषण (जस्तो कि म के बन्न चाहन्छु, मेरो रूचिका विषयहरू र मेरो भविष्यको लक्ष्य के हो, आदि)

किशोरकिशोरीहरूको आफ्नो भविष्य बारेको निर्णय गर्दा उनीहरूको पूर्ण सहभागिता हुनु जरूरी छ। यसका लागि किशोरकिशोरीहरूले बुझ्ने गरी विद्यमान परिस्थितिको पनि आङ्कलन गर्न सहयोग गरिनु आवश्यक हुन्छ। खासगरी किशोरकिशोरीले आफ्नो भविष्यबारे गरेका निर्णयहरू दीर्घकालिन प्रकृतिका हुन्छन्। तर कतिपय अवस्थामा त्यस्ता निर्णय सोचविचार नगरी गरिएका हुन्छ। तथापि उनीहरूमा अहम् भावना र दौंतरीहरूको प्रभाव हुने भएकाले कतिपय सन्दर्भमा आफै निर्णयका लागि अग्रसर हुन सक्छन् र त्यसमा अडिग रहने सम्भावना प्रवल रहन्छ। यसर्थ अभिभावक र घरपरिवारका सदस्यहरूले उनीहरूको रूचि वा चाहनालाई ध्यान दिई त्यसबारे आवश्यक छलफलका लागि पूर्वतयारी वा पर्याप्त जानकारी सङ्कलन गर्नु जरूरी हुन्छ। किशोरकिशोरीहरूको आफ्नो रूचि वा चाहनामा सहभागी गर्ने अभ्यासलाई बढावा दिनका लागि निम्न तरिका अपनाउन सकिन्छ :

- किशोरकिशोरीहरूका दौंतरीहरू के-कस्तो विषयमा बढी ध्यान दिन्छन् र आफ्ना छोराछोरीको कुन क्षेत्रमा बढी रूचि छ भन्ने बारेमा ध्यान दिनुहोस्।
- किशोरकिशोरीहरूले रूचाइएका वा चाहना गरिएको क्षेत्रमा पारिवारिक सक्षमता वा स्रोत लगायतको अवस्था के-कस्तो छ भन्नेबारे पूर्ण जानकार हुनुहोस्।
- किशोरकिशोरीहरूसँग छलफलका लागि पूर्वतयारी पर्याप्त गर्नुहोस् र जुनसुकै सम्भावना वा विकल्पहरूका लागि पनि खुला रहनुहोस्।
- उपयुक्त वातावरण तयार गर्नुहोस् र किशोरकिशोरीहरूसँग प्रत्यक्ष छलफलमा बस्नुहोस्। छलफल पहिला किशोरकिशोरीसँग एक्लाएक्लै गर्न सकिन्छ भने पछि परिवारका अन्य सदस्यहरूसँग सामूहिक छलफल गर्न सक्नुहुन्छ।
- किशोरकिशोरीहरूसँग गरिने छलफलमा आफ्नो निर्णय नलाद्नुहोस्। किशोरकिशोरीको भविष्यको निर्णय गर्ने जिम्मेवारी स्वयं किशोरकिशोरीको नै हुने भएकाले उपयुक्त निर्णय लिनका लागि मात्र सहयोग गर्नुहोस्। यसका लागि पर्याप्त सूचनाजानकारी दिने प्रयत्न गर्नुहोस्।
- निर्णय लिनका लागि हतार नगर्नुहोस् र किशोरकिशोरीहरूको रूचि भएका क्षेत्रमा सम्भव भएसम्म उक्त क्षेत्रकै कुनै जानकार व्यक्ति वा शिक्षकहरूसँग परामर्श वा सरसल्लाह गर्न दिनुहोस्।
- किशोरकिशोरीको लक्ष्य निर्धारणमा व्यक्तिगत तथा वाह्य वातावरणले धेरै प्रभाव पार्ने भएकाले उनको वरिपरिको वातावरण के-कस्तो छ अध्ययन-विश्लेषण गर्नुहोस्।
- किशोरकिशोरीहरूको बानी व्यहोरा र उनीहरूका लक्ष्य वा उद्देश्य कतिपय सन्दर्भमा सानो बेलामा हुर्कने क्रममा पाएको

वातावरणले प्रभाव पार्ने भएकाले पूर्व-बाल्यकालमा पाएको वातावरणलाई आफैं नियाल्ने वा विश्लेषण गर्ने गर्नुहोस् ।

- के कुरा सदैव ध्यान राख्नुहोस् भने तपाइँ उनीहरूको जीवनमा सहयोगी मात्र हुनुहुन्छ, जीवनको लक्ष्य निर्धारण गर्ने जिम्मेवारी उनीहरू स्वयंको नै हो । त्यसमा हरतरहले सहयोग गर्नुहोस् ।

अध्ययन तथा त्यस बारेको जिम्मेवारी वहनसम्बन्धी

यी समूहका किशोरकिशोरी विद्यालय वा कलेजमा अध्ययन गर्ने भएकाले उनीहरूको पहिलो प्राथमिकता अध्ययन नै हुनु जरूरी हुन्छ । किशोरकिशोरीमा हुने दौंतरी प्रभाव र यसभन्दा अघिको बाल्यावस्था वा पूर्व-बाल्यावस्था र मध्य-बाल्यावस्थामा भएको वातावरण नै प्रधान हुन्छ । यसकारण पनि यस समूहका किशोरकिशोरीहरूलाई अध्ययन गर्ने बानी वा त्यससम्बन्धी जिम्मेवार वहन गर्नका लागि धेरै दवाव सिर्जना गर्न सकिन्न । तथापि उनीहरूलाई अध्ययन तर्फ ध्यान केन्द्रित गर्नका लागि सतर्क गराउन सकिन्छ । किशोरकिशोरीहरूको अध्ययन तथा त्यसबारेको जिम्मेवारी वहनको सन्दर्भमा उनीहरूलाई सहभागी गराउन निम्न बुँदाहरू सहयोगी हुन सक्छन् :

- किशोरकिशोरीहरूलाई आफ्नो जीवनको लक्ष्यबारे स्पष्ट हुन सहयोग गर्नुहोस् ताकि यसले उनीहरूलाई लक्ष्य प्राप्तिका लागि सँधै उत्प्रेरित गरिराख्नेछ ।
- किशोरकिशोरीहरूको अध्ययन प्रतिको रूचिबारे जानकार हुनुहोस् र सोही अनुरूपका वातावरण तयार गर्न तत्पर रहनुहोस् ।
- सम्भव भएसम्म दैनिक नत्र साप्ताहिक रूपमा किशोरकिशोरीहरूको अध्ययनबारे उनीहरूसँगै छलफल गर्नुहोस् र के-कस्ता कठिनाइहरू आइपरेका छन् र तिनको कसरी समाधान गर्न सकिन्छ भन्नेबारे पनि छलफल गर्न सकिन्छ ।
- किशोरकिशोरीहरूको अध्ययन बारे व्यक्तिगत रूपमा छलफल गर्नुहोस् र आफ्ना छोराछोरीको शैक्षिक स्थितिबारे शिक्षण संस्थाहरू एवं शिक्षकहरूसँग जानकारी लिनुहोस् ।
- किशोरकिशोरीहरूको रूचि भएका विषयगत क्षेत्रहरू पत्ता लगाउनुहोस् र त्यस क्षेत्रमा थप ज्ञान बढाउन मद्दत गर्ने स्थान जस्तै पुस्तकालय वा अध्ययन सामग्रीहरू बारे सूचना सङ्कलन गरी उनीहरूलाई बताउनुहोस् ।
- यस उमेरका किशोरकिशोरीहरू विद्यालयका पाठ्यपुस्तक भन्दा अलग खालका पुस्तकहरू अध्ययन गर्ने भएकाले उपयुक्त पुस्तक किन्न सहयोग गर्नुहोस् । यसबारे शिक्षकहरूसँग सल्लाह पनि गर्न सक्नुहुन्छ । यदि सम्भव छ भने किशोरकिशोरीहरूका लागि पाठ्यक्रमलाई सहयोग पुग्ने बाह्य पुस्तकहरू खरिद गर्नुहोस् ।
- पठनपाठन गर्ने जिम्मेवारी किशोरकिशोरीहरूको हो । यसर्थ अध्ययनबारे जिम्मेवारी वोध गर्ने खालका सिर्जनात्मक क्रियाकलाप तय गर्नुहोस् । पठनपाठनका लागि कुनै जोरजबर्जस्ती नगर्नुहोस् किनकि अन्तिममा परीक्षा लगायतका मूल्याङ्कनमा उनीहरूले नै सामना गर्नुपर्ने हुन्छ, अभिभावकले होइन ।

बिदाको उपयोगसम्बन्धी कुराहरूको निर्णय

बिदाको उपयोगसम्बन्धमा यस समूहका किशोरकिशोरीहरू अत्यन्तै संवेदनशील हुन्छन् । किशोरकिशोरीको बिदाको उपयोग गर्न सहभागितामूलक ढङ्गले उपयुक्त निर्णय लिन सकिएमा दीर्घकालीन रूपमा सहयोग पुग्दछ । यो उमेर-समूह किशोरकिशोरीहरूको लक्ष्य निर्धारण (Career Planning)को समेत समय हो । विद्यालय तथा उच्च माध्यमिक विद्यालय तहका विद्यार्थीहरूका लागि त आफ्नो अध्ययनलाई अझ निखार्दै लानु आवश्यक हुन्छ । अझ उनीहरूले प्रवेशिका परीक्षा (एस.एल.सी.) दिई केही समय खाली बस्ने भएकाले उक्त समयको पनि उपयोग गर्नुपर्ने गरी योजना वा निर्णय गर्नुपर्ने हुन्छ । बिदाको उपयोगसम्बन्धमा निम्न बुँदाहरू उपयोगी हुनसक्छन् :

- यस उमेर-समूहका किशोरकिशोरीहरूको विद्यालयको शैक्षिक क्यालेन्डर एक प्रति राख्नुहोस् वा विद्यालयका शिक्षकहरूसँग जानकारी लिनुहोस् । यसले कुन-कुन समयमा कति दिनको बिदा हुन्छ भन्नेबारे थाहा हुन्छ । जस्ते हिउँदे बिदा, दसैं-तिहार बिदा आदि ।
- किशोरकिशोरीहरूले दौंतरीहरूसँग बिदाको उपयोगसम्बन्धी योजना बनाउनु पूर्व नै अभिभावकले उनीहरूसँग बिदाको उपयोग योजनाबारे छलफल गर्नुहोस् । छलफल गर्नुपूर्व किशोरकिशोरी स्वयंले बिदाको उपयोगसम्बन्धी कुनै योजना वा सोच बनाएको नबनाएको सोध्नुहोस् ताकि यसबाट छलफललाई मूर्त रूप दिन सकिन्छ ।
- एउटै छलफलमा बिदाको उपयोगसम्बन्धी योजनाको निर्णय गर्न कठिन हुन सक्दछ । यसबारे किशोरकिशोरीहरूलाई आफ्ना मिल्ने दौंतरीहरूसँग छलफल गर्न वा सोच्न समय दिन सक्नुहुनेछ ।
- योजना बनाउँदा उक्त योजना सम्पन्न गर्दाको मौसम, आवश्यक तयारी एवं आर्थिक रूपमा के-कति खर्च लाग्न सक्छ भन्ने कुरामा समेत ध्यान दिनुपर्दछ । अझ परिवारको आर्थिक अवस्था के-कस्तो छ भन्नेबारे समेत उनीहरूलाई

जानकारी दिनु आवश्यक हुन्छ । यसले किशोरकिशोरीलाई सोही अनुरूप योजना छनौट गर्न वा निर्णय गर्न समेत सहयोग पुऱ्याउँदछ ।

- यस उमेर समूहका किशोरकिशोरीहरू आफ्नो बिदाको समयमा आफ्ना दौंतरीहरूसँग घुमफिर गर्न सौखिन हुन्छन् र सोही अनुसारको योजना तयार गरिरहेका हुन्छन् । उक्त योजना सम्पन्न गर्न उनीहरूले अभिभावक वा परिवारका सदस्यहरूबाट आर्थिक तथा अन्य सहयोगको अपेक्षा गर्न सक्दछन्, यसलाई ध्यान दिनुहोस् ।
- यदि किशोरकिशोरीले बिदाको उपयोगसम्बन्धी योजना आफैले तयार गरिरहेका छन् भने त्यो योजना किन वा त्यसले के खालको फाइदा किशोरकिशोरीहरूलाई पुग्छ भन्ने बारेमा छलफल गर्नुहोस् । उक्त योजनामा अभिभावक वा परिवारका सदस्यहरूले के-कसरी सहयोग गर्न सक्दछन् भन्ने बारेमा पनि छलफल गर्नुहोस् ।

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

परिवारमा मुख्यतः बुबाआमाले बालसहभागिताको अभ्यास प्रवर्द्धनका लागि महत्वपूर्ण भूमिका खेल्नुपर्दछ । अभिभावक र घरपरिवारका सदस्यहरूको मुख्यतः दुईवटा भूमिका हुन सक्छन् : क) घरपरिवारभित्र किशोरकिशोरीको सहभागिता सुनिश्चित गर्ने, र ख) समुदायमा बालसहभागिताको वकालत एवं प्रवर्द्धन गर्ने । किशोरकिशोरीको सहभागिता सुनिश्चित गर्नु भनेको दीर्घकालीन रूपमा उनीहरूलाई सशक्त बनाउन मद्दत गर्नु हो । यसर्थ, अभिभावक तथा घरपरिवारका सदस्यहरूले किशोरकिशोरीले पाउनुपर्ने अधिकारहरू पाए नपाएको सुनिश्चितता गर्ने र ती अधिकारहरूबारे निरन्तर बहस र वकालत गर्नु जरूरी हुन्छ । यसले किशोरकिशोरीको सहभागितालाई थप मद्दत गर्दछ ।

अभिभावक तथा घरपरिवारका सदस्यहरूलाई बालसहभागिताको अभ्यास गर्नका लागि क्रियाशील हुनु आवश्यक हुन्छ । यसको साथै किशोरकिशोरीले चाहिएको बेलामा आफ्ना कुराहरू भन्न सक्षम बनाउनु पनि उत्तिकै जरूरी हुन्छ ।

- घरपरिवार किशोरकिशोरीको सबैभन्दा निकटतम स्थान भएकाले त्यहाँ कुन-कुन क्षेत्रमा किशोरकिशोरीको सहभागिता गर्न सकिन्छ भन्नेबारे पर्याप्त विश्लेषण गरिनुपर्दछ । र, यसले पार्ने प्रभावको आङ्कलन हुनु जरूरी हुन्छ । यसले गर्दा किशोरकिशोरी र परिवार बीचको सम्बन्धमा तिक्तता आउनुहुँदैन ।
- किशोरकिशोरी र अभिभावकको कुराहरूलाई तालमेल गर्दै अगाडि बढ्नु जरूरी हुन्छ ।
- किशोरकिशोरीले परिवारमा पाएको वातावरणले नै बृहत्तर समुदायमा बालसहभागिताको अभ्यासलाई निर्धारण गर्दछ । यसर्थ, सकेसम्म घरपरिवारभित्रै बालसहभागितालाई बढाउन सकिएमा यसको सकारात्मक प्रभाव अन्य क्षेत्रमा पनि पर्दछ ।
- किशोरकिशोरी र वयस्कहरू बीच छलफल चलाउनुहोस् र समस्या समाधानका लागि धेरैभन्दा धेरै विकल्पहरू पहिचान गर्नुहोस् ।
- एकखाले समस्याको समाधानका लागि एकैखाले विकल्प सबै परिवारका लागि उपयुक्त हुन सक्दैन । यसर्थ परिवार पिच्छे नै समस्या समाधानका विकल्पहरू घर परिवार भित्रै खोज्ने अभ्यासको विकास गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- घरपरिवार भित्रको गोपनीयता सदैव कायम राख्नुहोस् । यसबाट सहजकर्ता र सम्बन्धित संस्था प्रतिको विश्वास कायम राख्न मद्दत पुग्दछ ।

घरपरिवारतहमा खासगरी :

- घरायसी निर्णय प्रक्रियामा,
- घरपरिवारका सदस्यहरूसँगको सम्बन्ध तथा अन्तर्क्रियाको क्रममा,
- स्वःचेतना/स्वःविश्लेषण (जस्तो कि म के बन्न चाहन्छु, मेरो रूचिका विषयहरू र मेरो भविष्यको लक्ष्य के हो, आदि) मा,
- अध्ययन तथा त्यसबारेको जिम्मेवारी वहनसम्बन्धी विषयमा,
- बिदाको उपयोगसम्बन्धी कुराहरूको निर्णय लगायतमा किशोरकिशोरी सहभागी हुन सक्दछन् ।

४.३.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता

बालबालिकाको जीवनमा आउने पहिलो औपचारिक संस्था विद्यालय हो । विद्यालयले औपचारिक शिक्षा प्रदान गर्ने मात्र होइन, विविध सामाजिक पृष्ठभूमिबाट आएका बालबालिकालाई आपसमा घुलमिल हुने अवसर दिनुका साथै समग्र सामाजिकीकरणमा समेत मद्दत गरिरहेको हुन्छ । विद्यालयले बालबालिकालाई शैक्षिक र अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा सहभागी हुने अवसर प्रदान गर्दछन् । यसको साथसाथै विद्यालयले बालक्लब वा समूह बनाएर तथा विद्यालयको व्यवस्थापन

समितिमा बालप्रतिनिधिहरूलाई समावेश गरेर सहभागिताको लागि अवसर प्रदान गरिरहेका छन् । अर्कोतर्फ, अहिले अभ्यासमा आइरहेको बालमैत्री विद्यालयको अवधारणाले बालबालिकाको सहभागिताका विभिन्न पक्षहरूलाई समेत प्रवर्द्धन गरिरहेका छन् । बालसहभागिता शिक्षा, समुदाय र लोकतन्त्रान्त्रिक अभ्यासबीचको सम्बन्धलाई प्रगाढ बनाउने उद्देश्यका लागि शैक्षिक प्रक्रियाहरूको प्रत्येक पक्षमा उनीहरूलाई नैं संलग्न गर्ने प्रक्रिया हो । कृत्रिम तरिकाले बालबालिकाको आवाजलाई सामूहिक रूपमा सुन्ने परिपाटीको साटो यस उमेरका विद्यार्थीको संलग्नताले प्रत्येक विद्यार्थीको भिन्नाभिन्नै ज्ञान, अनुभव र दृष्टिकोणलाई सम्बोधन गर्दछ ।

संयुक्त राष्ट्रसंघीय बालअधिकार समितिले शिक्षामा बालसहभागिताको सन्दर्भमा भनेको छः "शिक्षा पद्धतिमा बालक वा बालिकाको सुनुवाइको अधिकारलाई सम्मान गर्नु भनेको शिक्षाको अधिकार प्राप्तिको लागि एक आधारभूत पक्ष हो ।... बालबालिकाको शिक्षण तथा सिकाइ उनीहरूको वास्तविक जीवनशैली र सम्भावनाहरूसँग सम्बन्धित हुनुपर्दछ । यसकार णले गर्दा पनि शैक्षिक निकायहरूले पाठ्यक्रमको योजना गर्दा तथा विद्यालयका कार्यक्रमहरू तय गर्दा बालबालिका तथा उनीहरूका अभिभावकको विचारलाई समेट्नुपर्दछ ।"[22] यस्तै अगाडि भनिएको छः "कक्षाकोठामा सामाजिक परिस्थिति सिर्जना गर्नका लागि बालबालिकाको सहभागिता अति आवश्यक छ । यसले बालकेन्द्रित अन्तर्क्रियात्मक सिकाइका लागि समझदारी र आपसी सहयोग बढाउन प्रेरित गर्दछ । भेदभावको अन्त्य, बालबालिकाबीच हुने दादागिरी (बुलिइङ्ग) को रोकथाम र अनुशासनसम्बन्धी मापदण्डमा बालबालिकाको विचारलाई महत्व दिन महत्वपूर्ण हुन्छ । दौंतरी शिक्षा र दौंतरी परामर्शजस्ता कार्यक्रमको विस्तार..."[23] हुनुपर्दछ ।

बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता एक परीक्षणमूलक र बढी केन्द्रित (More focused)प्रक्रिया हुने गर्दछ जसले गर्दा विद्यालय (उच्च माध्यमिक विद्यालयसमेत) र बृहत् समुदायबीच प्रत्यक्ष सम्बन्ध स्थापना गर्नका लागि सहयोग गर्दछ । बालबालिका/किशोरकिशोरीले आफ्ना खोज र अनुसन्धानको पूर्ण उपयोगका लागि निर्देशित भई वयस्कबाट प्राप्त सुझावलाई मध्यनजर गर्दै क्रियाकलापहरूको आफै नेतृत्व लिई सञ्चालन गर्न सक्दछन् । उनीहरूका क्रियाकलापहरू शैक्षिक संरचनामा अरूलाई नेतृत्व दिने, सबै उमेर समूहका विद्यार्थी-साथीहरूलाई सघाउने, बैठकहरू सञ्चालन गर्ने, विद्यार्थी-साथीहरू र वयस्कहरूलाई केही सिकाउने, विद्यालयको स्रोत खोजी गर्ने हुन्छन् । यस अवस्थामा उनीहरूसँग सहभागितात्मक कार्यमूलक अध्ययन अनुसन्धान सञ्चालन गर्ने र उनीहरूका सिकाइका लागि राम्ररी तयार गरिएका अन्य पाठ्यवस्तुको कार्यान्वयन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

यस उमेरका किशोरकिशोरीको सहभागितामा विद्यालयले धेरै क्रियाकलापहरू गर्न सक्दछन् । केही क्रियाकलापहरू तल उल्लेख गरिएका छन् :

- विद्यालय सुधारका क्रियाकलापमा सक्रिय संलग्नता, विद्यालय सुधार क्रियाकलापका योजना तथा निर्णय प्रक्रियामा सहभागिता ।
- विद्यार्थीको अगुवाइमा अभिभावक शिक्षक भेलाहरू र विद्यालय लेखाजोखा कार्यक्रम सञ्चालन ।
- विद्यालयको भौगोलिक अवस्था अवलोकन गर्ने खालका सिकाइयुक्त कार्यहरू ।
- दौंतरीबीचको मध्यस्थकर्ता/मेलमिलाप (मेडियसन) का कार्यहरू ।
- कक्षाकोठा शिक्षण, दौंतरी शिक्षण र कोचिङ्ग तथा साना भाइबहिनीलाई शिक्षण-सिकाइ सहयोग (मेन्टरिङ्ग) ।
- विद्यार्थी आफ्नो बारेमा आफैले गर्ने स्व-मूल्याङ्कन र शिक्षकको मूल्याङ्कन (शिक्षकको पेशागत दक्षताहरूसम्बन्धी समालोचनाहरू समेत) ।
- विद्यार्थी कार्य मञ्चहरू गठन, सञ्चालन र व्यवस्थापन ।
- कक्षाकोठा केन्द्रित नेतृत्वको अवसरहरू र सहभागितामूलक अनुसन्धान ।
- विद्यालयको अतिरिक्त क्रियाकलाप, भेला, बैठक एवं उत्सवहरू सञ्चालन तथा व्यवस्थापनमा सहभागिता ।
- शिक्षक तथा विद्यालय प्रशासकहरूको क्षमता विकास (एप्रिन्टिसशीप्स) का लागि सुझाव सङ्कलन ।
- जिल्ला तहका मञ्च तथा क्रियाकलापहरूमा विद्यार्थीको सहभागिता ।
- विद्यालय पश्चात् सामुदायिक क्रियाकलापमा विद्यार्थीको अगुवाइ आदि ।

[22]बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल), २०६९, बालअधिकार समितिको सामान्य टिप्पणी नं. १२ (२००९): बालबालिकाको सुनुवाइको अधिकार (अनौपचारिक नेपाली अनुवाद),पृ.३९-४०, अनुच्छेद सङ्ख्या १०५ र १०७ ।
[23]उही,पृ.४१, अनुच्छेद सङ्ख्या १०९ ।

शिक्षण-सिकाइका क्रियाकलापहरूमा सहभागिता

विद्यालयको शिक्षण-सिकाइ क्रियाकलापमा किशोरकिशोरीले महत्वपूर्ण रूपमा योगदान दिन सक्दछन् । उदाहरणका लागि किशोरकिशोरीले कक्षाकोठामा हुने शिक्षण-सिकाइ क्रियाकलापको व्यवस्थापन गर्न र त्यसमा आवश्यक सुधार गर्ने योजना बनाउन शिक्षक तथा विद्यालय व्यवस्थापन समितिलाई सहयोग गरिरहेका छन् । त्यसरी नै विद्यार्थीहरूले कार्यतालिका बनाएर कक्षाकोठा व्यवस्थापन गरी आपसमा सिक्ने, सिकाउने कार्यमा सहयोग गरिरहेका छन् । त्यसरी नै भयमुक्त शिक्षण-सिकाइ क्रियाकलापमा र शिक्षण-सिकाइलाई विद्यार्थी केन्द्रित बनाउन किशोरकिशोरीको उल्लेख्य सहभागिता रहेको छ भने विद्यालयमा शिक्षक र विद्यार्थीहरूका लागि आचारसंहिता बनाएर लागु गर्ने काममा समेत बालसहभागिता भएका उदाहरणहरू देखिन्छन् ।

यस्तै विद्यालयमा बालमैत्री वातावरण तयारीको क्रममा भौतिक सुविधाको निर्माणमा राय सुझाव दिने तथा शिक्षण-सिकाइ क्रियाकलापहरू आदिमा सहयोग पुऱ्याउने गरेका छन् । शिक्षण-सिकाइमा सम्मानपूर्ण व्यवहार पाउन र त्यसका लागि वातावरण निर्माण गर्नमा किशोरकिशोरीको सहयोग हुने गरेको छ । शिक्षण-सिकाइका क्रियाकलापहरूमा किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि वयस्क खासगरी शिक्षकहरूले निम्न कुराहरू गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ :

- पाठ्यक्रमले निर्दिष्ट गरेको उद्देश्य हासिल गर्नका लागि क्रियाकलापहरू तय गर्न किशोरकिशोरी सक्षम भएका हुन्छन् । यसर्थ, किशोरकिशोरीसँग मिलेर सह-क्रियाकलाप तय, सञ्चालन तथा व्यवस्थापन गर्नुहोस् ।
- किशोरकिशोरीलाई कुनैकुनै पाठ्यवस्तुको सामूहिक रूपमा योजना र सञ्चालन गर्ने जिम्मा दिनुहोस् । उनीहरूले आफ्ना भिन्न दृष्टिकोणका साथ क्रियाकलापहरू तय गरी अभ्यास गर्दछन् ।
- किशोरकिशोरीलाई दौंतरी-साथीहरूसँग शिक्षण वा छलफलका लागि अभ्यास गर्ने अवसर दिनुहोस् । यसका लागि उनीहरूलाई तयारी आवश्यक हुनसक्छ, पूर्व जानकारी एवं समय दिनुहोस् ।
- विद्यालयमा रहेका किशोरकिशोरीको क्षमता पहिचान गर्नुहोस् र उक्त क्षमतालाई शिक्षण-सिकाइमा प्रयोग गर्ने विकल्पहरू तय गरी बालबालिकालाई क्षमता प्रदर्शन गर्न दिनुहोस् । जस्तै कुनै बालबालिकाले कविता वा गीत रचना गर्न सक्दछन् भने पाठ्यक्रममा समावेश भएको विषयवस्तुलाई गीत वा कवितामा उतार्न र प्रस्तुत गर्ने मौका दिन सकिन्छ ।
- विद्यालय पाठ्यक्रमसँग सम्बन्धित विषयमा अध्ययन अनुसन्धान गर्नका लागि व्यक्तिगत तथा समूह-समूहमा योजना कार्य (Project Work)दिनुहोस् । यसले उनीहरूको सिकाइ क्षमता वृद्धि गर्दछ ।
- किशोरकिशोरीले तय गरेका क्रियाकलापहरूबारे उनीहरूलाई नै मूल्याङ्कन तथा सुझाव दिने अवसर दिनुहोस् ।
- प्रत्येक कक्षाशिक्षण पश्चात् शिक्षण विधि र तरिकाबारे छलफल गर्नुहोस्, सुझाव माग्नुहोस्/लिनुहोस् र आएका सुझाव अनुसार आगामी कक्षा-शिक्षणलाई रूपान्तरण गर्न कोशिस गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक पाठ पश्चात् वा मासिक रूपमा बालबालिकाको सिकाइ परीक्षण गरी आफैलाई मूल्याङ्कन वा जाँच गर्न दिनुहोस् । आवश्यकतानुसार मार्ग निर्देशन दिनुहोस् ।

माध्यमिक/उच्चमाध्यामिक विद्यालयमा सह तथा अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागिता

विद्यालय स्तरमा सञ्चालन हुने अतिरिक्त क्रियाकलापहरूले किशोरकिशोरीलाई मनोरञ्जन दिई सक्रिय सिकाइको वातावरण प्रदान गर्नुका साथै उनीहरूलाई विभिन्न किसिमका सीपहरू अभिवृद्धि गर्न सहयोग पुऱ्याउँदछ । यसले गर्दा खासगरी सामुहिक कार्यसम्बन्धी सीप, नेतृत्व विकास, पैरवी सीप, वयस्क एवं विद्यार्थी बीचको साझेदारिता, सामुदायिक सेवाको भावना, उपयुक्तताअनुसार प्रतिस्पर्धा र सम्बन्ध सीपको सुनिश्चितता जस्ता सीपहरू विकास गर्न महत्वपूर्ण हुन्छ ।

संयुक्त राष्ट्रसंघीय बालअधिकार समितिले खेल, सिर्जनात्मक, खेलकूद र सांस्कृतिक गतिविधिहरूमा बालसहभागितालाई ध्यानमा राख्दै भनेको छः "बालबालिकाको विकास र सामाजिकीकरणका लागि उनीहरूलाई खेल, मनोरञ्जन, शारीरिक तथा सांस्कृतिक क्रियाकलापहरू आवश्यक पर्दछन् । यस्ता क्रियाकलापहरू बालबालिकाको चाहना र क्षमतामा आधारित भएर तयार गरिएको हुनुपर्दछ । खेल तथा मनोरञ्जन सुविधामा पहुँच तथा उपयुक्तताका सम्बन्धमा आफ्ना विचार व्यक्त गर्न सक्षम भएका बालबालिकासँग परामर्श गरिनुपर्दछ । औपचारिक परामर्श प्रक्रियामा भाग लिन सक्षम नभएका ज्यादै सानो उमेरका बालबालिका र अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई उनीहरूलाई सहभागी हुन आफ्नो इच्छा वा अनिच्छा व्यक्त गर्नको लागि निश्चित अवसरहरू दिइनुपर्दछ ।"[24]

[24]बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल), २०६९, बालअधिकार समितिको सामान्य टिप्पणी नं. १२ (२००९): बालबालिकाको सुनुवाइको अधिकार (अनौपचारिक नेपाली अनुवाद),पृ.४२, अनुच्छेद सङ्ख्या ११५ ।

जुनियर रेडक्रस, स्काउट, बालक्लबजस्ता समूहमार्फत सामुदायिक गतिविधि वा क्रियाकलापमा किशोरकिशोरीको संलग्नता र सहभागिता बढेको छ र सामुदायिक गतिविधिहरूमा किशोरकिशोरीलाई संलग्न भएर काम गर्ने अवसर प्रदान गरिएको छ। यसका लागि निम्न बुँदाहरू महत्वपूर्ण हुन सक्दछन् :

- वार्षिक कार्यक्रमहरूको योजना निर्माण गर्दा किशोरकिशोरी विद्यार्थीहरूलाई संलग्न गराई वार्षिक रूपमा विद्यार्थीहरू आफै र अन्य वयस्कहरूसँग गरिने क्रियाकलापहरू तय गर्न दिनुहोस् ।
- वार्षिक कार्यक्रममा समावेश भएका क्रियाकलापहरूबारे सबै किशोरकिशोरी सुसूचित भएको सुनिश्चित गर्नुहोस् । किशोरकिशोरीको उमेर र परिपक्वताअनुरूप क्रियाकलापसम्बन्धी जानकारी दिनुहोस् ।
- विद्यालय तथा उच्च माध्यामिक विद्यालयमा सह तथा अतिरिक्त क्रियाकलापहरूको नेतृत्व गर्ने मौका विद्यार्थीहरूलाई नै दिनुहोस् । यसले उनीहरूलाई नेतृत्व गर्ने क्षमता विकास गर्दछ । तर शिक्षकहरूले उनीहरूलाई आवश्यकतानुसार सहयोग गर्नुपर्ने हुन्छ ।
- मासिक र साप्ताहिक रूपमा गरिने क्रियाकलापहरूको सञ्चालन र व्यवस्थापन गर्न विभिन्न समूह निर्माण गरी जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्नुहोस् ।
- प्रत्येक क्रियाकलाप सञ्चालन पश्चात् यसको सबल पक्ष र सुधार्नुपर्ने पक्षहरूको छलफल एवं मूल्याङ्कनका लागि छलफलको आयोजना गर्नुहोस् । यसले उनीहरूलाई आगामी दिनमा गर्न सकिने खालका क्रियाकलापको गुणस्तरता अभिवृद्धि गर्न सहयोग गर्दछ ।
- क्रियाकलाप सञ्चालन एवं मूल्याङ्कनको क्रममा किशोरकिशोरीबीच अन्तरद्वन्द्व सिर्जना हुने सम्भावना प्रबल हुन्छ। यसर्थ यसको न्यूनीकरण एवं सामान्यीकरणका लागि शिक्षकहरूको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ, सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- हरेक क्रियाकलापपश्चात् सञ्चालन गर्ने र भाग लिने सबै विद्यार्थीलाई धन्यवाद तथा उत्प्रेरणा दिनुहोस् । उनीहरूको सक्रियता र मिहिनेतले गर्दा यो क्रियाकलाप सफलतापूर्वक सम्पन्न भएको हो भनी खुल्ला रूपमा प्रशंसा गर्नुहोस् र उनीहरू सक्षम भएको कुरा व्यक्त गर्नुहोस् ।

माध्यमिक विद्यालयमा सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा वार्षिक उत्सव लगायतका गतिविधिहरूमा सहभागिता

विद्यालयबाट समय-समयमा हुने सांस्कृतिक गतिविधि तथा वार्षिक उत्सव विद्यार्थी, शिक्षकहरूका लागि मात्र नभई समुदायको सहभागिता र चासोको क्षण हुने गर्दछ । अझ किशोरकिशोरीले माध्यमिक/उच्चमाध्यामिक विद्यालय तहमा अध्ययन गर्दा हुने सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा वार्षिक उत्सव लगायतका गतिविधिहरूमा सहभागी हुन र आफूहरू हिस्सेदार बन्न सौखिन हुन्छन् । यी क्रियाकलापहरू उनीहरूलाई मनोरञ्जन दिने माध्यम हुन् । यस्ता महत्वपूर्ण कार्यक्रमहरूमा किशोरकिशोरीको क्षमताको पहिचान गरी जिम्मेवारी दिने र संलग्न हुने अवसर दिनु आवश्यक हुन्छ। यसले किशोरकिशोरीलाई आम समुदायमा आफू र आफ्नो क्षमतालाई चिनाउन सक्छन् र दीर्घकालीन रूपमा उनीहरूको आत्मविश्वास अभिवृद्धि हुन्छ । र, यस्ता क्रियाकलापमा विद्यार्थीलाई सहभागी गराउँदा अस्वभाविक तरिकाले संलग्न गराउनु उपयुक्त हुँदैन । यदि किशोरकिशोरीबाट हुने यस्ता क्रियाकलापमा कुनै कठिनाइ भएमा वा राम्रो प्रस्तुति नभएमा समुदायमा विद्यालय प्रतिको धारणा नकारात्मक बन्न जाने सम्भावना उत्तिकै हुन्छ। यसकारण विद्यालय तहमा हुने यी सांस्कृतिक गतिविधिहरूको सञ्चालन र व्यवस्थापनका लागि होसियारीका साथ निर्णय लिनुपर्दछ ।

धेरैजसो विद्यालयमा हुने औपचारिक वा अनौपचारिक कार्यक्रममा किशोरकिशोरीलाई उद्घोषण/सञ्चालन गर्न दिने गरिएको हुन्छ। किशोरकिशोरीलाई विद्यालय तहमा हुने सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा वार्षिक उत्सव लगायतका गतिविधिहरू सहभागिता गर्न निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनुहोस्:

- विद्यालयमा गरिने सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा वार्षिक उत्सव लगायतमा गरिने गतिविधिहरूको सूची तयार गर्न किशोरकिशोरीसँग छलफल गर्नुहोस् ।
- विद्यालयका शिक्षकहरू, व्यवस्थापन समिति र विद्यार्थीबीच प्रस्तावित कार्यहरूको सूची बारे छलफल गर्नुहोस् । यसमा विद्यार्थीहरू मात्र नभई शिक्षक तथा व्यवस्थापन समितिका सदस्यहरू समेत सहभागी हुने गरी जिम्मेवारी दिन सकिन्छ ।
- विद्यालयमा हुने सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा वार्षिक उत्सव लगायतका गतिविधिहरूको ढाँचा/स्वरूपको निर्धारण किशोरकिशोरीको अगुवाइमा गर्न सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- कार्यक्रममा संलग्न हुने विभिन्न गतिविधि, त्यसका लागि तयारी एवं प्रत्येक क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय समेत तय गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।

- किशोरकिशोरीको क्षमता अनुसारको क्रियाकलापमा सहभागी हुने वा भाग लिने गरी जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्नुहोस् । यस्ता क्रियाकलापमा समूह-समूहमा जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्दा सहयोग एवं परिचालन गर्न सजिलो हुन्छ ।
- कार्यक्रम सञ्चालन तथा व्यवस्थापनमा सबै कशोरकिशोरीलाई कुनै न कुनै भूमिका दिनुहोस् ताकि सबैले समान रूपमा योगदान दिन सकून् ।
- किशोरकिशोरीलाई आवश्यक पर्ने सामग्रीहरूको व्यवस्थापन कार्यमा सहयोग गर्नुहोस् । यस अन्तर्गत आवश्यक स्रोत (आर्थिक तथा भौतिक स्रोतसाधन) को व्यवस्थापनका लागि विद्यालयसँग सम्पर्क, समन्वय गर्नुहोस् ।
- हरेक पटक सांस्कृतिक क्रियाकलाप तथा वार्षिक उत्सव जस्ता गतिविधिहरू सम्पन्न पश्चात् सबै पक्षको सहभागितामा समीक्षा कार्यक्रम राख्नुहोस् । जिम्मेवारीअनुरूप भूमिका निर्वाह गर्ने सबै सहभागीलाई प्रशंसा पत्र प्रदान गर्ने वा सार्वजनिक रूपमा धन्यवाद दिनुहोस् ।

विद्यालय तथा उच्च माध्यामिक विद्यालयको व्यवस्थापनमा किशोरकिशोरीको सहभागिताः

विद्यालयमा स्थापना भएका बालक्लबका प्रतिनिधिहरूलाई विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा आमन्त्रित गर्ने कार्य पनि अभ्यासमा आएका छन् । कतिपय उदाहरणमा किशोरकिशोरीलाई नियमित सदस्यकै रूपमा विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा राखिएको छ भने अन्य उदाहरणमा 'अवलोकनकर्ता सदस्य' का रूपमा सहभागी गराउने गरिएको पाइन्छ । साथै, औपचारिक रूपमा समितिमा नराखेको अवस्थामा पनि किशोरकिशोरीसँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित विषयमा छलफल हुँदा वा निर्णय लिइँदा बालप्रतिनिधिहरूलाई सहभागी गराइएको उदाहरण पनि पाइन्छ । त्यसरी नै अभिभावक-शिक्षक संघमा बालक्लबका तर्फबाट छात्रछात्रा सामेल गराउने गरिएको छ । यस्तो अभ्यासले विद्यालयका शिक्षक, व्यवस्थापन समिति र विद्याथीहरू बीच खुल्ला रूपमा छलफल गर्ने र विद्यालयको व्यवस्थापनको स्तर बढाउन मिलेर काम गर्ने वातावरण बनेको छ ।

धेरैजसो अवस्थामा धेरै जना वयस्क र दुई वा तीनजना किशोरकिशोरी सहभागी हुने भएकाले र ती किशोरकिशोरीलाई आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्न सक्षम नहुन सक्ने भएकाले केवल औपचारिक सहभागिता मात्र हुने सक्ने सम्भावना रहन्छ । यसर्थ, बालबालिकाको प्रतिनिधित्व लोकतान्त्रिक तवरले हुने व्यवस्था गरिनुका साथै ती बालबालिकाको क्षमता विकास वा सशक्तीकरण गर्नु अपरिहार्य हुन्छ । यस्तै विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्यहरू र शिक्षकहरू वयस्क हुने भएकाले उनीहरूले किशोरकिशोरीको विचारलाई सम्मान गर्नुपर्ने जिम्मेवारी वोध गराउनुपर्ने हुन्छ ।

कतिपय विद्यालयमा विद्यालय व्यवस्थापन समितिले विद्यालय सुधार योजनाको तर्जुमा, विद्यार्थीहरूले कार्यतालिका (Job-chart)बनाएर काम बाँडफाँड गरी काम गर्ने, विद्यालयमा आचार संहिता (शिक्षक र विद्यार्थीहरूका लागि) बनाएर लागू गर्ने जस्ता उदाहरणीय काममा किशोरकिशोरीलाई सहभागी गराएका छन् । विद्यालय तथा उच्च माध्यामिक विद्यालयको व्यवस्थापनसम्बन्धमा विद्यार्थीहरूको अर्थपूर्ण सहभागिताका लागि निम्न बुँदाहरू सहयोगी हुनसक्दछन्ः

- विद्यार्थीहरूको तर्फबाट प्रतिनिधिमूलक रूपमा विद्यालयको व्यवस्थापनमा सहभागी गर्न सकिन्छ । यसमा कम्तिमा एक जना बालक र एकजना बालिका रहनेगरी प्रतिनिधित्व गर्न सकिन्छ ।
- विद्यालय व्यवस्थापन कार्यमा किशोरकिशोरी सहभागी गर्नु अगावै उनीहरूको क्षमता विकास गर्न आवश्यक हुन्छ । के-कस्ता कुराहरू कसरी छलफल गर्ने भन्ने विषयमा उनीहरूसँग छुट्टै छलफल गर्न सकिन्छ ।
- शिक्षकहरू तथा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्यहरूलाई विद्यार्थीहरूको सहभागिता हुने र उनीहरूको विचारलाई सम्मान गर्ने विषयमा अभिमुखीकरण गरिनु जरूरी हुन्छ । यस्तो बेला किशोरकिशोरीसँग कार्यरत व्यक्ति तथा संस्थाहरूको सहयोग लिन सकिन्छ ।
- किशोरकिशोरीसँग विद्यालय व्यवस्थापन, शिक्षकहरूको भूमिका र विद्यार्थीहरूको शैक्षिक उपलब्धिबारे बुँदागत रूपमा तयार गर्न सहयोग गर्नुहोस् । विद्यार्थीहरूका समस्या र विचारहरूलाई एकमुष्ट रूपमा प्रतिनिधिहरूले प्रस्तुत गर्न सक्दछन् ।
- विद्यालय व्यवस्थापनसम्बन्धी बैठक वा छलफल भइसकेपछि त्यसबाट भएका निर्णयहरू सबै विद्यार्थीहरू माझ पुगेनपुगेको सुनिश्चित गर्नुहोस् । यसका लागि विद्यार्थीहरूको मञ्च वा यस्तै संयन्त्रको गठन गरी तिनको नियमित बैठक सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।
- लैङ्गिक रूपमा समान सहभागिता र विभिन्न पृष्ठभूमि भएका किशोरकिशोरीको सहभागिता सुनिश्चित गर्नुहोस् । यदि यस्तो सम्भव हुँदैन भने उनीहरूका समस्या एवं भावनालाई प्रतिनिधि विद्यार्थीहरूले समेटेको सुनिश्चित गर्ने उपयुक्त संयन्त्र वा पद्धति निर्माण गर्नुहोस् ।

शैक्षिक भ्रमण लगायतका क्रियाकलापहरूमा सहभागिता

विद्यालयमा विद्यार्थीहरूका लागि शैक्षिक भ्रमणहरू वार्षिक कार्यतालिका अन्तर्गत सञ्चालन हुने गर्दछन् । शैक्षिक उद्देश्य हासिल गर्न टेवा दिनेगरी शैक्षिक भ्रमणहरू आयोजना गरिन्छन् । यस क्रममा सहभागी विद्याथीहरूको छनौट, भ्रमणस्थल निर्धारण, भ्रमणको लागि यातायातको प्रबन्ध लगायत विद्यार्थीहरूको तर्फबाट अभिभावकको आर्थिक योगदान लगायतका विषयवस्तुहरू समेटिन्छन् । भ्रमणले किशोरकिशोरीलाई नयाँ-नयाँ ठाउँको जानकारी दिनुका साथै यसबाट पुस्तकबाट हासिल गरेको ज्ञानभन्दा पनि लामो समयसम्म स्मरणमा रहिरहन्छ । आर्थिक व्यवस्थापनका कारण ठूलाठूला विद्यालयलाई भने सबै विद्यार्थीहरूलाई समेट्न कठिन हुने गर्दछ । यस्तै नयाँ-नयाँ र लामो दूरीका भ्रमण स्थलहरू छनौट गर्दा यसको लागि लाग्ने खर्चहरूको जोहो गर्न पनि शिक्षक तथा व्यवस्थापन समितिहरूलाई हम्मेहम्मे हुने गर्दछ । तथापि विद्यालयको वार्षिक क्यालेन्डरमा पनि शैक्षिक भ्रमणहरूको क्रियाकलाप समेटी यसको चुस्त व्यवस्थापन आजको आवश्यकता हो ।

यदि उपयुक्त ढङ्गले किशोरकिशोरीहरूलाई परिचालन गर्न सकिएमा शैक्षिक भ्रमणको व्यवस्थापन कार्यमा उनीहरूले योगदान दिन सक्दछन् । यसका लागि देहायका कार्यहरू गर्नु उपयुक्त हुन्छ :

- सबै सरोकारवालाको सहभागितामा बन्ने विद्यालयको वार्षिक कार्यतालिका (क्यालेन्डर) मा शैक्षिक भ्रमण गरिने समय पूर्वनिर्धारण गर्नुहोस् । भ्रमणका लागि तोकिएको समय उपयुक्त मौसम र विद्यालयको अध्ययनलाई असर नगर्नेगरी छनौट गर्नुपर्ने हुन्छ ।
- विद्यालयको वार्षिक क्यालेन्डर बनाउँदा भ्रमणस्थल तय गर्न सम्भव नहुने भएकाले शैक्षिक भ्रमण सुरू हुनुभन्दा धेरै समय अगाडि विद्यार्थीहरूको सामुहिक छलफल गरी सम्भावित भ्रमणस्थलहरू, यसको महत्व र त्यसमा लाग्ने खर्चहरूको आँकडा तयार गरी प्रस्तुत गर्नुहोस् । यसबाट विद्यार्थीहरूले उपयुक्त भ्रमण स्थल छनौट गर्न सक्दछन् । यो किन पनि जरूरी छ भने विद्यार्थीहरू र उनीहरूका अभिभावकबीच शैक्षिक भ्रमणमा सहभागिता र आर्थिक व्यवस्थापन गर्न त्यसले सघाउँदछ ।
- विद्यार्थीहरूसँग छुट्टै छलफल पश्चात् शिक्षक तथा विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा यसबारे छलफल गर्नुहोस् र विद्यालयले गर्न सक्ने आर्थिक योगदान एवं अन्य स्रोत व्यवस्थापनबारे निर्णय लिन सहयोग गर्नुहोस् ।
- शैक्षिक भ्रमणको क्रममा विद्यार्थीहरूले गर्नुपर्ने र शिक्षक तथा व्यवस्थापन समितिका सदस्यहरूले गर्नुपर्ने कार्यहरूको छुट्टाछुट्टै सूची तयार गर्नुहोस् । सबै कार्यहरू विद्यार्थीहरूलाई गर्न लगाउँदा उनीहरूको अध्ययनमा बाधा पुग्दछ ।
- एउटै शैक्षिक भ्रमणमा सबै विद्यार्थीहरूलाई समेट्न नसकिने भएकाले भ्रमण समयभन्दा केही अगाडि विद्यार्थीहरूको छनौट गर्नुपर्ने हुन्छ । सबै विद्यार्थीहरूलाई समेट्न नसकिएको खण्डमा सहभागी विद्यार्थी सङ्ख्या निर्धारण र विद्यार्थीहरूको छनौट उनीहरूसँग छलफल गरी तय गर्नुहोस् ।
- शैक्षिक भ्रमणको क्रममा स-साना समूहहरू निर्माण गरी जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्दा विद्यार्थीहरूको व्यवस्थापन एवं परिचालनमा सहयोग पुग्दछ । यसर्थ जिम्मेवारी बाँडफाँडका लागि विद्यार्थीहरूबीच सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- शैक्षिक भ्रमणमा समावेश नभएका विद्यार्थीहरूलाई भ्रमणपश्चात् प्राप्त जानकारी दिनका लागि भ्रमणमा सहभागी विद्यार्थीहरूलाई अनुरोध गर्नुहोस् । छलफलका लागि उपयुक्त वातारण तयार गर्नुहोस् ।
- शैक्षिक भ्रमणको क्रममा साना उमेरका विद्यार्थीहरूलाई लामो दूरीभन्दा नजिकको दूरी उपयुक्त हुने भएकाले सोहीअनुसार व्यवस्थापन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थी भेला/छलफल कार्यक्रममा सहभागिता

शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थी भेला/छलफल कार्यक्रमले विद्यालयमा भएगरेका कामहरूको सामूहिक विश्लेषण हुने हुनाले समग्र विद्यालय व्यवस्थापनमा यसले सहयोग गर्दछ । वार्षिक वा अर्धवार्षिक वा आवधिक रूपमा हुने यस खालका भेला खासगरी विद्यालयको गुणस्तर सुधारको लागि केन्द्रित हुने गर्दछ । यस्ता भेला, बैठक विद्यार्थीहरूका लागि आफ्ना भनाई/विचार अभिव्यक्त गर्ने अवसर पनि हो । भेला, बैठकबाट विद्यालयले सञ्चालन गरिरहेका गतिविधिहरूको सकारात्मक तथा सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरूबारे छलफल भई मूल्याङ्कन गर्न सकिने र आगामी दिनका लागि कार्ययोजना तय गर्न मद्दत पुग्दछ । यसले विद्यालयको समग्र व्यवस्थापनका लागि महत्वपूर्ण तीनवटै पक्षहरू शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थीहरूबीच सामूहिक छलफल भई आ-आफ्ना जिम्मेवारीहरू बाँडफाँड गर्न सकिन्छ ।

शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थी भेला/छलफल कार्यक्रममा किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न निम्न कुराहरू महत्वपूर्ण हुन सक्छन् :

- शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थी भेला/छलफल कार्यक्रममाविद्यार्थीहरूको तर्फबाट प्रस्तुत र छलफल गर्नुपर्ने एजेन्डा वा विषयवस्तुको पहिचान गर्नुहोस् । यसका लागि वयस्कले विद्यार्थीहरूले विद्यालय र शिक्षण-सिकाइ प्रक्रियामा भोगेका समस्याहरूको पहिचान र यसको कारण एवं समाधानका विकल्पहरूबारे विद्यार्थीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् ।
- सबै विद्यार्थीहरूले आ-आफ्ना विचारहरू तय गर्न पूर्व तयारी गर्न नसकिएको खण्डमा वयस्क र विद्यार्थीहरूको छुट्टाछुट्टै छलफल सञ्चालन गर्न सकिनेबारे व्यवस्थापन समितिलाई जानकारी दिनुहोस् ।
- शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थी भेला/छलफल कार्यक्रममाप्रस्तुत गरिने विषयवस्तुबारे सबै विद्यार्थीहरूलाई सुसूचित गर्नुहोस् । यसका लागि विद्यार्थीहरूबीच जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्न सकिन्छ ।
- शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थी भेला/छलफल कार्यक्रममा कुन-कुन विद्यार्थीले के-कस्ता विषयवस्तु कसरी प्रस्तुत गर्ने भन्ने बारेमा जिम्मेवारी बाँडफाँड गरी सम्बन्धित विद्यार्थीलाई तयार गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीले प्रस्तुत गर्ने विषयवस्तु बारे शिक्षकहरू तथा विद्यालय व्यवस्थापन समितिलाई जानकारी दिनुहोस् र एजेन्डा छलफलका लागि उपयुक्त समय छुट्याउन लगाउनुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूले आफ्ना विषयवस्तु प्रस्तुत गर्ने मात्र नभई वयस्कहरूका विचार सुन्नु आवश्यक हुन्छ भन्ने कुरा जानकारी गराई उनीहरूलाई मानसिक रूपमा तयार गर्नुहोस् । साथै, उनीहरूले राखेका विषयवस्तुमाथि छलफल भई अझ उत्तम विकल्प आउन सक्ने भएकाले यसलाई ग्रहण गर्नुपर्ने कुरा समेत विद्यार्थीहरूलाई जानकारी गर्नुहोस् ।
- छलफलको क्रममा वयस्कहरूको भिन्न धारणा आउनसक्ने भएकाले भेला वा छलफल कार्यक्रममा यसको सहजीकरण संयमित ढङ्गले गर्नुपर्ने हुन्छ । यससम्बन्धी उपयुक्त प्रक्रियाको व्यवस्थापन गर्नुहोस् ।

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

विद्यालयमा बालक्लब गठन गरेर खासगरी सह-शैक्षिक तथा अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा किशोरकिशोरीको सहभागिता गराउने कुरा अभ्यासमा आएको भएतापनि यस सम्बन्धमा नीतिगत व्यवस्थाको अभाव रहेको छ । साथै, विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा किशोरकिशोरीका प्रतिनिधिहरूलाई राख्ने अभ्यास बढ्दै गएको भएतापनि यसलाई नीतिगत दस्तावेजहरूले समर्थन गरेको पाइँदैन । विद्यालयमा सञ्चालन हुने अतिरिक्त क्रियाकलापहरूको सञ्चालन र व्यवस्थापनको जिम्मा किशोरकिशोरीलाई दिने प्रचलन बढेको छ, तर त्यस्तो जिम्मेवारी कक्षा कोठामा हुने शिक्षण-सिकाइका सन्दर्भमा भने दिने गरिएको पाइँदैन । यसबाट विद्यालयमा किशोरकिशोरीको सहभागितालाई सीमित गर्ने गरिएको अवस्था विद्यमान छ । यसो हुनुको पछाडिका कारणहरूमा- क) नीतिगत व्यवस्थाको अभाव रहनु, ख) विद्यालय प्रशासन तथा शिक्षक-शिक्षिकाहरूमा विद्यार्थीहरूलाई हेर्ने परम्परागत सोच रहिरहनु, र ग) बालसहभागिता र यससँग सम्बन्धित पक्षहरूलाई किशोरकिशोरीको शिक्षाको अधिकारमा बाधा पुऱ्याउने कारकका रूपमा लिइनु आदि रहेका पाइन्छन् ।

विद्यालयतहमा किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सहजीकरण गर्ने व्यक्ति तथा संस्थाहरूले निम्न कुरा गर्नु आवश्यक हुन्छः

- शिक्षक, विद्यालय प्रशासक/व्यवस्थापक र विद्यालयका अन्य कर्मचारीहरूलाई विद्यार्थी र वयस्क साझेदारितामा गर्नुपर्ने आफ्ना कर्तव्यहरूबारे अभिमुखीकरण र सीपअभिवृद्धि गर्ने खालका तालिमहरू आवश्यकता पर्दछ । यसैले वार्षिक रूपमा गरिने क्रियाकलापहरूमा विद्यार्थीको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने खालका गतिविधिको साथै वयस्कहरूको क्षमता विकास गर्ने खालका क्रियाकलापहरू तय गरिनु आवश्यक हुन्छ ।
- सबै विद्यार्थीहरूको सक्रिय सहभागिता धेरै शिक्षकहरूको लक्ष्य हुन्छ । विद्यालयको सम्पूर्ण सिकाइ प्रक्रियामा विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गर्ने क्षमता भनेको सिकिने सीप हो । यसर्थ, सामान्य शिक्षण पद्धतिभन्दा यसखाले अभ्यासमा धेरै मिहिनेत, धैर्यता र अभ्यासको जरूरत हुने गर्दछ ।
- विद्यार्थीका अर्थपूर्ण सहभागिताले वयस्कलाई विविध शैक्षिक संरचनामा विद्यार्थीको ज्ञान, दृष्टिकोण र अनुभव सिक्न समेत सघाउँदछ । विद्यालय सुधार क्रियाकलापहरूको नेतृत्व र मूल्याङ्कनमा विद्यार्थी वयस्क साझेदारिता र विद्यार्थी र अन्य शैक्षिक क्षेत्रका व्यक्तिहरू माझ अर्थपूर्ण सहभागिताको प्रवर्द्धन गर्ने खालका क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्न सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- अर्थपूर्ण सहभागितामा काम गर्ने व्यक्तिहरू बीचको सञ्जाल निर्माण गर्नुहोस् र विद्यार्थीको सहभागितासम्बन्धी संस्कृतिको सम्मान गर्ने गर्नुहोस् ।
- सिकाइ क्रियाकलापको योजना, कार्यान्वयन र मूल्याङ्कनभित्र विद्यार्थीलाई समेट्नुहोस् । कक्षाकोठाभित्र सामाजिक न्याय र सहभागितात्मक कार्यमूलक अनुसन्धान सञ्चालन गर्नका लागि आवश्यक स्रोतहरूको व्यवस्थापनका लागि समन्वय एवं सहकार्य गर्नुहोस् ।

- विद्यार्थीको अर्थपूर्ण सहभागितासम्बन्धी विद्यार्थी तथा सहकर्मी शिक्षकहरूलाई तालिम दिने व्यवस्थापन गर्नुहोस् । यस अन्तर्गत विद्यार्थीको अर्थपूर्ण सहभागिताका लागि शिक्षण विधिहरू एवं प्रक्रियाहरू तय गर्नुहोस् र यसको व्यवहारिक अभ्यास गर्नुहोस् ।
- शिक्षकहरूका लागि सिकाइ केन्द्रित सीप अन्तर्गत विद्यार्थीहरूलाई ध्यान दिने सीप, विद्यार्थी संलग्न गराउने योजना निर्माण, सिकाउने विद्यार्थीहरूलाई शिक्षण र विद्यार्थी वयस्क साझेदारिता एवं उपयुक्तता अनुसार प्रतिस्पर्धा र सम्बन्ध सीपको सुनिश्चितता लगायतका सीप अभिवृद्धि गर्ने खालका क्षमता अभिवृद्धि कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नुहोस् । सहशिक्षकहरू बीच यसबारेको छलफल आयोजना गर्नुहोस् ।
- विद्यार्थीहरूको सहभागितामा विद्यालयको सुधार एवं व्यवस्थापन योजना तयार गर्नुहोस् । यसअन्तर्गत सञ्चालित क्रियाकलापहरूको जिम्मेवारी बाँडफाँडसमेत गर्नुहोस् र क्रियाकलाप सम्पन्न भएपश्चात् आवधिक रूपमा यसको समीक्षा एवं मूल्याङ्कन कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नुहोस् ।
- अपाङ्गता भएका किशोरकिशोरी र विभिन्न पृष्ठभूमि भएका किशोरकिशोरीको समान सहभागिताका लागि उपयुक्त वातावरण तयार गर्नुहोस् ।

४.३.३ समुदायतहमा बालसहभागिता

किशोरकिशोरीको जीवन पद्धतिमा समुदायको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । समुदायमा रहेका संस्था तथा अनौपचारिक संरचनाहरूमा किशोरकिशोरीको सहजै पहुँच हुन्छ । समुदायका औपचारिक वा अनौपचारिक संस्था वा संरचनाहरूका काम तथा निर्णय प्रक्रियाहरूमा किशोरकिशोरीले आफ्ना विचारहरू दिएर योगदान दिन सक्दछन् । सहर बजारमा सांस्कृतिक एवं मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रमहरूमा बालसहभागिता गराइन्छ । खेलकूद कार्यक्रममा पनि सहभागिता हुन्छ । किशोरकिशोरीलाई खानेपानी, सरसफाइ र स्वास्थ्य चेतना जागरण, विकास निर्माण, वातावरण सुधार गर्ने कार्यमा कम मात्रामा सहभागी गराइन्छ । तर विभिन्न चाड पर्वहरूमा, ट्राफिक सप्ताह मनाउँदा, विभिन्न राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय दिवसमा ऱ्याली गर्दा तथा चेतना बढाउने खालका क्रियाकलापमा स्थानीय समुदायले किशोरकिशोरीलाई सहभागी गराउने गरेको पाइन्छ ।

ग्रामीणस्तरमा पनि विभिन्न चाडपर्व, मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रमहरू, विकास निर्माणका कार्यहरू, सरसफाइ, वातावरण सुधार आदि कार्यमा किशोरकिशोरीलाई सहभागी गराउने प्रचलन छ । त्यस्तै, समय-समयमा हुने विभिन्न सामुहिक क्रियाकलापहरूमा किशोरकिशोरीको विशेष सहभागिता हुने गरेको पाइन्छ । किशोरकिशोरीमा लुकेको बालप्रतिभा प्रस्फुटन गराई बालसहभागिताका लागि अवसर सिर्जना गर्ने काम भने सहरको तुलनामा गाउँमा नै बढी हुन्छ । समुदायमा किशोरकिशोरीको सङ्गठन विकास भएका छन् र तिनमा आबद्ध हुने किशोरकिशोरीको सङ्ख्या दिनानुदिन बढ्दै गएको छ । सामुदायिक विकास कार्यमा बालक्लब/समूहहरूले उत्प्रेरकको भूमिका निर्वाह गर्ने र सामाजिक चेतना अभिवृद्धिमा किशोरकिशोरीको अगुवाइ गरेको पाइन्छ ।

समुदायतहमा बालअधिकार र बालसहभागिताबारे अझै चेतना जागरणको काम हुनुपर्ने देखिन्छ । साथै, धेरै सन्दर्भहरूमा किशोरकिशोरीको उमेर र बढ्दो क्षमता अनुरूप हुनेगरी सहभागिताका लागि प्रक्रिया, क्रियाकलापहरू र व्यवहारहरू परिभाषित गरिनु आवश्यक देखिन्छ । समुदायतहमा बालबालिका/ किशोरकिशोरी निम्न कार्यहरूमा सहभागिता जनाउन सक्दछन् :

- दौंतरी-साथीहरू एवं छरछिमेकसँगको सम्बन्ध निर्माणमा,
- सामुदायिक संस्थाहरूको कार्यसञ्चालनको क्रममा,
- सामुदायिक बैठक तथा भेलाहरूको आयोजना तथा सञ्चालनमा,
- सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा,
- सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा,
- सामुदायिक विकास कार्यहरूमा योगदान दिनमा, आदि ।

दौंतरी-साथीहरू एवं छरछिमेकसँगको सम्बन्ध निर्माणमा सहभागिता

हरेक घरपरिवार एवं अभिभावकले आफ्ना छरछिमेक एक स्थायी सहयोगी भएको हेर्न चाहन्छन् । धेरैजसो अवस्थामा छरछिमेक परिवर्तन गर्ने वा बदल्ने कुरा किशोरकिशोरीको लागि असम्भव नै हुने गर्दछ । अझ बालबालिका/किशोरकिशोरी स्वभावतः दौंतरी-साथीहरूसँग बस्न, अन्तर्क्रिया गर्न र घुमफिर गर्न रूचाउँछन् । उनीहरूका बानी व्यवहारले साथीहरूको साथै उनीहरूका अभिभावक र छरछिमेकहरूसँगको सम्बन्धमा पनि प्रभाव पारिरहेको हुन्छ । यसैगरी छिमेकमा रहेका वयस्क

व्यक्तिको व्यवहारलाई किशोरकिशोरीले नजिकबाट नियालिरहेका पनि हुन्छन् । ती व्यवहारलाई समालोचनात्मक ढङ्गले विश्लेषण गरिरहेका हुन्छन् । त्यसखालका व्यवहार मन नपराइएको खण्डमा तुरून्त प्रतिक्रिया जनाउन किशोरकिशोरीहरू अग्रसर हुने गर्दछन् । परिणामतः अभिभावकहरूमा समेत वैमनस्यता उत्पन्न हुने सम्भावना रहन सक्दछ । यस्तै घटनाहरूको कारणले छरछिमेकसँगको सम्बन्धमा तिक्तता आएको धेरै उदाहरणहरू स्थानीय तहमा पाइन्छन् । यसर्थ, छरछिमेकसँगको सम्बन्धको महत्व र सम्बन्धलाई स्थायित्व कायम राख्न पनि अभिभावकको अहम् भूमिका रहने गर्दछ ।

दौंतरी-साथीहरू एवं छरछिमेकसँगको सम्बन्ध निर्माणमा किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्नका लागि निम्न बुँदाहरू सहयोगी हुनसक्छन् :

- बालबालिका ⁄ किशोरकिशोरीसँग दौंतरी-साथीहरू एवं छरछिमेकसँगको सम्बन्धको महत्वबारे छलफल गर्नुहोस् । छरछिमेकका कुनै कार्य वा व्यवहार बालबालिका ⁄ किशोरकिशोरीले नरूचाएको खण्डमा यसको कारणहरू सोधपुछ गर्नुहोस् । र, आवश्यकतानुसार छरछिमेकसँग पनि छलफल गर्नुहोस् ।
- बालबालिका ⁄ किशोरकिशोरीसँगको छलफलमा छरछिमेक एवं दौतरी साथीहरूको सम्बन्ध कसरी मजबुत बनाउन सकिन्छ भन्ने बारेमा छलफल गर्नुहोस् । उपयुक्त विकल्प छनौट गरी व्यवहारमा रूपान्तरण गर्नका लागि सबैलाई प्रयत्न गर्न आग्रह गर्नुहोस् ।
- कुनै अवसर जस्तै जन्मदिन, कुनै पर्व विशेष आदि पारेर दौंतरी साथीहरू एवं छरछिमेकहरूका लागि पार्टी वा भोजको आयोजना गरी आमन्त्रण गर्नुहोस् ।
- नजिक रहेका छरछिमेकका परिवारसँग मिलेर समय-समयमा भ्रमण वा वनभोज (पिकनिक) आयोजना गर्नुहोस् र बालबालिका ⁄ किशोरकिशोरीलाई सहभागी गराउनुहोस् ।

सामुदायिक संघसंस्थाहरूमा सहभागिता

समुदायतहमा धेरै संघसंस्थाहरू रहेका हुन्छन् । यसमा शिक्षासम्बन्धी गाउँ ⁄ नगर समितिहरू, बालसंरक्षण समिति, सामुदायिक स्वास्थ्य सेवा केन्द्र, वडा समूह, वन उपभोक्ता समूहहरू लगायत पर्दछन् । यी संघसंस्थाहरूमा बालबालिका ⁄ किशोरकिशोरीको सहभागिताले कार्य प्रक्रिया र कार्य पद्धतिलाई किशोरकिशोरीका लागि उपयुक्त बनाउन मद्दत गर्दछ भने ती संस्था तथा समितिहरूले दिने सेवाको गुणस्तरता अभिवृद्धि समेत हुने गर्दछ । सामुदायिक संस्थाहरूले अभिभावकसँग संवाद वा अन्तर्क्रिया कार्यक्रम गरी किशोरकिशोरीलाई संलग्न गर्ने, समुदाय स्तरमा बालविकास केन्द्रको स्थापना क्रममा किशोरकिशोरीले समुदायमा उत्प्रेरकको भूमिका निर्वाह गरिरहेका छन् । र कतिपय ठाउँमा सामुदायिक संघसंस्थाहरूको पहलमा सञ्चालन हुने कार्यक्रमहरू जस्तै सरसफाइ अभियान, साक्षरता कक्षा सञ्चालन आदिमा किशोरकिशोरीसँग बसेर योजना बनाउने गरिएको छ । यस्ता अभ्यासहरूले केही मात्रामा भएपनि सहभागिताको स्वरूप निर्धारण गरेपनि यसलाई संस्कृतिको रूपमा अँगाल्न सकिएको स्थिति भने छैन ।

सामुदायिक संघसंस्थाहरूमा बालबालिका ⁄ किशोरकिशोरीको सहभागिता अभिवृद्धि गर्नका लागि वयस्क सहजकर्ताहरूले निम्न कुरामा ध्यान पुऱ्याउनु जरूरी हुन्छ :

- समुदायमा रहेका संघसंस्थाहरूको प्रक्रिया र पद्धतिहरू बालमैत्री र किशोरकिशोरीको पहुँचमा छन् कि छैनन् भनी लेखाजोखा गर्नुहोस् ।
- संघसंस्थाहरूमा रहेका वयस्क सदस्यहरूको बालसहभागितासम्बन्धी बुझाइ र धारणा के छ भन्ने कुरा बुझ्नु आवश्यक हुन्छ । बालसहभागिताबारेको सकारात्मक बुझाइ प्रवर्द्धन गर्ने खालका क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्नुहोस् ।
- संघसंस्थाहरूका कार्य सञ्चालन प्रक्रियाहरू र कार्यशैली किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि सहज र उपयुक्त छ ⁄ छैन छलफल चलाउनुहोस् । ती प्रक्रियाहरू र कार्यशैलीमा सुधार गर्न वयस्क सदस्यहरूसँग काम गर्नुहोस् ।
- स्थानीय स्रोत साधनको पर्याप्तता र संरचनाहरूको शक्ति सम्बन्धले बालसहभागितालाई प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष रूपमा प्रभाव पार्दछन् । यी कुराहरूको विश्लेषण गर्नुहोस् र सो कार्यमा समेत किशोरकिशोरीलाई संलग्न गराउनुहोस् ।
- बालसहभागिताका कारण कतिपय सन्दर्भमा वयस्कहरूमा आफ्नो शक्ति क्षीण हुनसक्ने त्रास उत्पन्न हुन्छ र बालसहभागितालाई नकारात्मक दृष्टिकोणबाट हेरिरहेका हुन्छन् । यसर्थ, वयस्कहरूको धारणा परिवर्तनका लागि कार्य गर्नुहोस् ।
- किशोरकिशोरी प्रति वयस्कहरूको धारणा र विद्यमान सांस्कृतिक अभ्यासहरूको लेखाजोखा गरी सहभागितालाई सांस्कृतिक संवेदनशील अभ्यासहरूसँग मेल खाने गरी रूपान्तरण गर्नुहोस् ।

सामुदायिक बैठक तथा भेलाहरूमा सहभागिता

बालबालिका/किशोरकिशोरी रहने बस्ने स्थान र उनीहरूको वरिपरिको वातावरण समुदाय नै हुने भएकाले यसका हरेक गतिविधिले उनीहरूलाई प्रत्यक्ष वा परोक्ष प्रभाव पारेको हुन्छ । चाहे विकास निर्माणको कुरा होस् या सामुदायिक नीति तर्जुमा एवं छलफलहरू; यी सबै अभ्यासहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरी एक हिस्सा बन्न पुग्दछन् । के-कस्ता कार्यहरूले किशोरकिशोरी समेतलाई लाभ पुग्दछन् र कुन-कुन कार्यले किशोरकिशोरीलाई हानि पुग्दछन् भन्ने कुरा वयस्कलाई आङ्कलन गर्न गाह्रो हुन्छ । तर सोही कुराको पुष्टी गर्न बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग परामर्श वा छलफल गरिएमा त्यो सहज हुने गर्दछ । यसर्थ, सामुदायिक बैठक तथा भेलाहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता महत्वपूर्ण हुन्छ ।

सामुदायिक बैठक तथा भेलाहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि निम्न कार्यहरूमा ध्यान दिनुहोस् :

- समुदायतहमा आयोजना हुने बैठक र भेलाको उद्देश्य र यसबाट किशोरकिशोरीमा पार्ने प्रभावबारे पूर्वानुमान गर्नुहोस् ।
- समुदायमा रहेका वयस्कहरूको शक्ति सम्बन्धबारे लेखाजोखा गरिनु आवश्यक हुन्छ । कतिपय सन्दर्भमा वयस्कहरूले आफ्ना शक्ति क्षीण हुनसक्ने त्रासको कारणले बालसहभागितालाई नकारात्मक दृष्टिकोणबाट हेरिरहेका हुन्छन् । त्यसलाई बदल्न कोशिस गर्नुहोस् ।
- किशोरकिशोरी प्रति वयस्कहरूको धारणा र विद्यमान सांस्कृतिक अभ्यासहरूको लेखाजोखा गरी बालसहभागितालाई सांस्कृतिक संवेदनशील अभ्यासहरूसँग मेल खानेगरी रूपान्तरण गर्नुहोस् ।
- बैठक, भेला सञ्चालन/व्यवस्थापनमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको तर्फबाट प्रतिनिधिमूलक रूपमा एक/एक वटा विषयमा पालैपालो बोल्ने/छलफल गर्ने, सबैलाई बोल्ने मौका दिने र लिने तथा वयस्कहरूका विचारहरूलाई धैर्यतापूर्वक सुन्नेजस्ता आधारभूत सीपहरूको प्रयोगबारे अभिमुखीकरण गर्नुहोस् ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीले आफ्ना तर्फबाट राख्ने विषयवस्तुलाई वयस्कहरूले गम्भीरतापूर्वक सुन्ने र त्यसको सम्मान गर्न आवश्यक हुन्छ । त्यसमा आवश्यकतानुसार सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीको दक्षता एवं रूचि अनुसार सदस्यहरू माझ कामको बाँडफाँड, कुनै पनि समस्या समाधानका लागि अधिकतम विकल्पहरू खोज्ने र उपयुक्त विकल्पको चयन गर्ने जस्ता कार्यहरू पद्धतिगत रूपमा गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।

सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा सहभागिता

सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता महत्वपूर्ण एवं संवेदनशील हुने गर्दछ । यस खालका क्रियाकलापहरूमा अभिभावकले बढी होसियारी अपनाउनु आवश्यक हुन्छ । सामुदायिक पर्वहरू र मेलाहरूमा सहभागी हुन किशोरकिशोरी इच्छुक भए पनि यसबाट उनीहरूलाई दीर्घकालीन रूपमा फाइदा वा हानि के पुग्दछ भन्ने कुरा पूर्व आङ्कलन गरिनु आवश्यक हुन्छ । बालबालिका/किशोरकिशोरीले आफ्ना प्रतिभाहरू प्रस्तुत गर्ने अवसर त पाउँछन् तर त्यस क्षेत्रमा किशोरकिशोरी दूर्व्यवहारमा पर्ने जोखिम पनि उत्तिकै हुने गर्दछ । यसर्थ पनि उनीहरूको रूचि चाहना भए पनि कुनै-कुनै अवस्थामा किशोरकिशोरीलाई त्यस्ता कार्यक्रममा सहभागी नहुनका लागि तर्कपूर्ण ढङ्गले सम्झाउनु पर्ने हुन्छ, साथै सहभागी भएको खण्डमा के-कस्ता सावधानीहरू अपनाउने भन्ने बारेमा पूर्व कल्पना दिन जरूरी हुन्छ । किशोरकिशोरीको चाहना विपरीत गएमा यसले पार्ने प्रभाव अझ बढी खतरनाक हुने गर्दछ । यसकारणले उनीहरूको सहभागितालाई एक संवेदनशील कार्यको रूपमा मानिएको हो ।

सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि निम्न बुँदाहरू महत्वपूर्ण छन् :

- सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा हुने गतिविधिहरूको सूचीकरण गरी के-कस्ता कार्यहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरी के-कसरी सहभागी हुन सक्छन् भन्नेबारे छलफल वा अन्तर्क्रिया चलाउनुहोस् ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीको प्रतिभा वा दक्षता एवं रूचिलाई सम्बोधन गर्ने खालका क्रियाकलापहरू तय गर्नुहोस् ।
- सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा अपनाउनुपर्ने होसियारीबारे बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग छलफल गर्नुहोस् र उपयुक्त तौरतरिका अन्य किशोरकिशोरीलाई सुसूचित गर्नुहोस् । यस अन्तर्गत ती पर्व र मेलामा एक्लाएक्लै नजाने, समूहमा जाने वा वयस्कहरूको साथमा जानेजस्ता कार्यहरू पर्दछन् ।
- यस्ता सामुदायिक कार्यहरूका लागि समुदायतहमा बालसंरक्षणसम्बन्धी संयन्त्र निर्माण गर्नुहोस् र आवश्यकतानुसार

सहयोगी संयन्त्रहरू परिचालन गर्नुहोस् ।

- सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरी प्रति दूर्व्यवहार हुन नदिनका लागि दौंतरीको सहयोग लिन सकिने अवस्थालाई प्रवर्द्धन गर्नुहोस् ।

सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा सहभागिता

समुदाय तहमा हुने सांस्कृतिक कार्यक्रमहरू किशोरकिशोरी तथा अभिभावकहरूका लागि एक मनोरञ्जनको माध्यम हो । सांस्कृतिक कार्यक्रमहरू किशोरकिशोरीलाई प्रतिभा प्रस्फुटनमा सघाउने साथै उनीहरूका क्षमतालाई अभ्यास गर्ने एक थलो पनि हो । यस्ता कार्यक्रममार्फत बालबालिका/किशोरकिशोरीहरूले समुदायमा आफ्ना प्रतिभा/क्षमतालाई उजागर गर्न सक्छन् र दीर्घकालीन रूपमा उनीहरूको आत्मविश्वास अभिवृद्धि हुन्छ । तर यदि बालबालिका/किशोरकिशोरीबाट हुने यस्ता क्रियाकलाप राम्रो नभएमा उनीहरूको आत्मविश्वासमा धक्का पुग्ने साथै भविष्यमा सहभागी हुन नचाहने जोखिम पनि उत्तिकै रहन्छ । यसकारण समुदाय तहमा हुने यी सांस्कृतिक गतिविधिहरूको सञ्चालन र व्यवस्थापनका लागि होसियारीपूर्वक निर्णय लिनुपर्दछ ।

सांस्कृतिक क्रियाकलापहरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता बढाउन निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनुहोस् :

- समुदायतहमा आयोजना गरिने सांस्कृतिक क्रियाकलापमा गरिने गतिविधिहरूको सूची तयार गर्न बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग छलफल गर्नुहोस् । उनीहरू के-कस्ता क्रियाकलापमा सहभागी हुन चाहन्छन् भन्नेबार ेमा समेत छलफल गर्नुहोस् ।
- समुदायमा हुने सांस्कृतिक क्रियाकलापका गतिविधिहरूको ढाँचा/स्वरूपको निर्धारण बालबालिका/ किशोरकिशोरीको अगुवाइमा गर्न सकिन्छ । कार्यक्रमका विभिन्न गतिविधि, त्यसका लागि तयारी एवं प्रत्येक क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समयसमेत तय गर्न सहयोग गर्नुहोस् । आवश्यकतानुसार उनीहरूलाई सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- समुदायका वयस्कहरू र किशोरकिशोरीबीच प्रस्तावित क्रियाकलापहरूको सूचीबारे छलफल गर्नुहोस् । यसमा बालबालिका/किशोरकिशोरी मात्र नभई समुदायका वयस्कहरू समेत सहभागी हुनेगरी जिम्मेवारी दिन सकिन्छ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीको क्षमताअनुसारको क्रियाकलापमा सहभागी हुने वा भाग लिनेगरी जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्नुहोस् । सबै बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई कुनै न कुनै भूमिका दिनुहोस् ताकि सबैले समान रूपमा योगदान दिन सकून् । यस्ता क्रियाकलापमा समूह-समूहमा जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्दा सहयोग एवं परिचालन गर्न सजिलो हुन्छ ।
- किशोरकिशोरीलाई आवश्यक पर्ने सामग्रीहरूको व्यवस्थापन कार्यमा सहयोग गर्नुहोस् । यसअन्तर्गत आवश्यक स्रोत (आर्थिक तथा भौतिक स्रोतसाधन) को व्यवस्थापनका लागि नजिकको विद्यालयसँग सम्पर्क, समन्वय गर्नुहोस् ।
- हरेकपटक सांस्कृतिक क्रियाकलापहरू सम्पन्न भएपश्चात् सबै पक्षको सहभागितामा समीक्षा कार्यक्रम राख्नुहोस् । जिम्मेवारीअनुरूप भूमिका निर्वाह गर्ने सबै सहभागीलाई प्रशंसापत्र प्रदान गर्ने वा सार्वजनिक रूपमा धन्यवाद दिनुहोस् ।
- सामुदायिक संघसंस्थाको योजना निर्माण, कार्यान्वयन र अनुगमन कार्यमा किशोरकिशोरीलाई सहभागी गराउनका लागि निरन्तर पैरवी गर्नुहोस् ।
- सामुदायिक संघसंस्थाले दिने सेवासुविधाबारे सूचना, जानकारी धेरैभन्दा धेरै किशोरकिशोरी समक्ष पुऱ्याउन मद्दत गर्नुहोस् ।

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

नेपाल लगायतका विकासोन्मुख देशहरूका सन्दर्भमा कुरा गर्नुपर्दा अधिकांश घरपरिवारहरूका वयस्कहरू हातमुख जोर्नका लागि नै व्यस्त रहनुपर्ने स्थिति छ । यसकारण अभिभावकहरू धेरैजसो अवस्थामा किशोरकिशोरीसँग अन्तर्क्रिया गर्न र आफूद्वारा गरिरहेका घरपरिवारका गतिविधिहरूमा किशोरकिशोरीलाई पनि सहभागी गराउन असमर्थ हुन्छन् । साथै, ती कामहरूबारे किशोरकिशोरीलाई ज्ञान, सीप दिन समय पाउँदैनन् । कतिपय सन्दर्भमा घरपरिवार तहमा बालसहभागिता कसरी गर्ने भन्नेबारे व्यवहारिक ज्ञान र सीपको अभाव रहेको देखिन्छ । अझ १३ देखि १८ वर्षसम्मका किशोरकिशोरी घरपरिवारभन्दा पनि साथी वा दौंतरीहरूसँग बढी समय रहनबस्न रूचाउने भएकाले घरपरिवारका सदस्यहरू बढी संवेदनशील हुनु जरूरी हुन्छ । साथै ती किशोरकिशोरी स्वयंलाई कसरी सहभागितातर्फ उन्मुख गर्ने भन्नेबारे पनि उत्तिकै ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ । यसैले बालअधिकार र बालसहभागिताको क्षेत्रमा सहजीकरण गर्ने संघसंस्था तथा व्यक्तिले घरपरिवारका सदस्यहरू र १३-१८ वर्षको उमेर समूहका किशोरकिशोरीलाई उनीहरूको क्षमता प्रवर्द्धन एवं व्यवहारिक सीप सिकाउनु जरूरी हुन्छ ।

- १३ देखि १८ वर्षको उमेर-समूहका किशोरकिशोरीको स्वभावजन्य विशेषताबारे परिवारका सबै सदस्यहरूलाई जानकारी गराउनुहोस् । (घरपरिवारका वयस्क सदस्यहरूलाई आफू त्यो उमेरमा छँदा के-कस्ता गतिविधिहरूमा संलग्न हुने वा के-कस्ता सोच वा परिवर्तनहरू देखा परेका थिए भन्नेबारेमा सोच्न लगाउन पनि सकिन्छ ।)
- यस उमेर समूहका किशोरकिशोरी आफैले सुरूवात गर्ने वा नेतृत्व गर्ने खालका क्रियाकलापमा संलग्न हुन चाहन्छन्, यसैले निश्चित समझदारी तय गरेर वा त्यस खालका क्रियाकलाप सम्पन्न गर्ने तौरतरिका सिकाएर ती किशोरकिशोरीलाई संलग्न हुने अवसर दिनु जरूरी हुन्छ ।
- घरपरिवार तहमा हुने छलफल वा कुराकानी कुनै औपचारिक प्रक्रिया वा विधि, तरिका/ढङ्गमा हुनुपर्दछ वा गरिनुपर्दछ भन्ने होइन । किशोरकिशोरीसँग गरिने छलफल सामान्य रूपमा चल्नुपर्दछ ताकि किशोरकिशोरी तथा अभिभावकले सहज रूपमा ग्रहण गर्न सकून् ।
- समुदायतहमा किशोरकिशोरीसम्बन्धी सेवा प्रदायक निकायहरूको स्थापना गर्न सहयोग गर्न सकिन्छ । यस्ता निकायहरूबाट समुदाय, गाउँपालिका वा जिल्लातहमा किशोरकिशोरी र आमसमुदायलाई उपलब्ध सेवा सुविधाबारे जानकारी दिन सकिन्छ ।
- समुदायमा किशोरकिशोरीको बिदाको उपयोग गर्नेबारे एक छलफल आयोजना गरी सामुहिक योजना तयार गर्न सकिन्छ । यसबाट सबै किशोरकिशोरीलाई उत्तिकै सहभागी गर्ने कार्यलाई प्रोत्साहित गर्न सकिन्छ ।
- समुदाय, गाउँपालिका वा जिल्लातहमा उपलब्ध सेवासुविधाबारे जानकारी दिन सकिन्छ र आवश्यक भएको अवस्थामा सेवा प्रदायक निकायहरूमा सेवा थप गर्नका लागि पैरवी गर्नुपर्दछ ।
- समुदायमा रहेका धार्मिक नेताहरू एवं संस्थाहरूको दृष्टिकोण, धारणा बुझ्नु आवश्यक हुन्छ । उनीहरूले समुदायमा पार्ने प्रभाव अनुमान गर्न नसकिने खालको हुन्छ । यसर्थ यस्ता व्यक्ति तथा संस्थाहरूको पहिचान गरी उनीहरूसँग बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि छलफल चलाउनुहोस् ।

समुदायतहमा :

- साथीहरूसँगको, छरछिमेकसँगको सम्बन्धमा,
- सामुदायिक बैठक तथा भेलाहरूमा,
- सामुदायिक पर्व र मेलाहरूमा, सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा सहभागी हुन सक्छन् ।

४.३.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता

नेपालमा बालबालिका/किशोरकिशोरीले नेतृत्व गरेका संस्थाका रूपमा तथा बालसहभागितालाई प्रवर्द्धन गर्ने एक सशक्त माध्यमका रूपमा बालक्लबहरू अगाडि आएका देखिन्छन् । 'बालक्लब' लाई बालबालिकाले नेतृत्व गरेका समूहको रूपमा लिन सकिन्छ । सामान्यतयाः आठदेखि १६/१८ बर्षसम्मका बालबालिका/ किशोरकिशोरी आपसमा सङ्गठित भई आफ्नो र दौंतरीहरूको हक अधिकारको प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यका साथ स्थापना भएका समूहलाई बालक्लब/समूहको रूपमा चिनिन्छ । बालबालिका/किशोरकिशोरीका बालक्लबमा सङ्गठित भएर आफ्नो तथा समाजको विकासको साझा उद्देश्य प्राप्तिका लागि सहभागितामूलक ढङ्गले सङ्गठित भएर सक्रिय रूपमा काम गर्दछन् । बालक्लबलाई बालअधिकार र बालसहभागिताको प्रवर्द्धनको लागि स्थानीयस्तरमा कार्यरत संस्थाको रूपमा समेत लिइन्छ ।[25]

बालक्लबको विषय सरकारी र बालकेन्द्रित संघसंस्थाहरू (युएन एजेन्सी, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्था तथा तिनका सञ्जालहरू) को सर्वाधिक सरोकारको विषय देखिन आउँछ । समुदायमा रहेका औपचारिक तथा अनौपचारिक संस्थाहरूको काम तथा निर्णय प्रक्रियामा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता आवश्यक छ वा छैन तथा यदि छ भने के-कसरी गर्ने र त्यसका लागि कसले जिम्मेवारी लिने भन्ने सम्बन्धमा अवधारणागत रूपमा स्पष्टता भने छैन । तर समुदायतहमा बालअधिकार प्रवर्द्धन गर्नका लागि चेतना जागरण गर्ने, अनि समुदायमा क्रियाशील संस्थाहरूको कामका सन्दर्भमा बालसहभागिता बढाउने लगायतका कार्यहरू उल्लेख्य भएको पाइन्छ ।

“बालबालिकालाई उनीहरू आफैले नेतृत्व गरेका संस्था-समूहहरू बनाउन र क्रियाकलापहरू सुरू गर्न सहयोग र प्रोत्साहित गरिनुपर्दछ । यसले अर्थपूर्ण सहभागिता र प्रतिनिधित्वका लागि ठाउँ तयार गर्नेछ । यसको साथसाथै, बालबालिकाले उदाहर

[25]बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोटियम-नेपाल), २००४, बालक्लब सहजकर्ता भूमिका र कार्यहरू, पृ. १

णको लागि, विद्यालयको संरचनामा, खेलमैदान, पार्कहरू, प्रतिक्षालय र सांस्कृतिक सुविधाहरू, सार्वजनिक पुस्तकालयहरू, स्वास्थ्य चौकीहरू र स्थानीय यातायात प्रणालीहरूमा अझ उपयुक्त सेवाको सुनिश्चितताका लागि आफ्ना दृष्टिकोणहरू बाँडेर योगदान दिन सक्दछन् ।"[26]

बालबालिका/किशोरकिशोरी बालक्लब/समूहको तहमा निम्न कार्यहरूमा सहभागी हुन सक्छन्:

- बालक्लब/समूहको बैठक, भेलाको आयोजना र सञ्चालनमा,
- बालक्लब/समूहको नियमित, मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरूमा,
- बालक्लब/समूहको संस्थागत विकास सम्बन्धमा,
- बालक्लबको अगुवाइ हुने कार्यक्रमहरूमा, आदि ।

बालक्लब/समूहको बैठक, भेलाको आयोजना र सञ्चालन

बालक्लब/समूहले नियमित रूपमा बैठक, भेला आयोजना तथा सञ्चालन गर्नुपर्ने हुन्छ । यसले बालक्लब/समूहका सदस्यहरू बीच क्रियाशीलता प्रदान गर्दछ । अझ, क्लब/समूहले गरेका कामहरूको मूल्याङ्कन एवं आगामी दिनमा सञ्चालन हुने गतिविधिहरू तय गर्नका लागि मद्दत गर्दछ । यस खालका बैठक र भेला मार्फत बालबालिका/किशोरकिशोरीले बालक्लब/समूहका सदस्यहरूको क्षमता विकास र समुदाय परिवर्तनका लागि गरिने क्रियाकलापमा उनीहरूको आफ्नो भूमिका निर्क्यौल गर्न सक्छन् । यसैगरी बालक्लब/समूहका सदस्यहरू बीच काम तथा जिम्मेवारीको बाँडफाँड गर्नु आवश्यक हुन्छ । यसर्थ समय-समयमा यस खालको बैठक, भेला आयोजना गर्नुपर्दछ ।

बालक्लब/समूहको बैठक, भेलाको आयोजना तथा सञ्चालनको लागि वयस्क तथा सहजकर्ताहरूले निम्न कार्यहरू गर्न सक्दछन्:[27]

क) बालक्लब/समूहको बैठक, भेलाको आयोजना र सञ्चालन गर्नुअघि:

- बैठक, भेलाको क्रममा छलफल गर्नुपर्ने एजेन्डा वा विषयवस्तुको पहिचान गर्नुहोस् । यसका लागि वयस्कले बालबालिका/किशोरकिशोरीका घरपरिवार, समुदाय र विद्यालय तहमा भएका मुद्दाहरूको पहिचान र यसबारे अन्य वयस्कहरू तथा सरोकारवालाहरूसँग छलफल गर्न सक्दछन् ।
- बैठक, भेलाको समय, ठाउँ, मिति निर्क्यौल गर्नुहोस् र उक्त समय तालिका सबै सहभागीका लागि उपयुक्त छ, छैन सुनिश्चित गर्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई बैठक, भेलाको उद्देश्य तथा छलफल गरिने विषयवस्तुसहित पूर्व जानकारी दिनुहोस् ।
- बैठक, भेलामा आर्थिक वा कुनै महत्वपूर्ण विषयमा छलफल गर्नुपर्ने भएमा सम्बन्धित व्यक्ति वा सदस्यहरूलाई त्यसको विवरण तयार पारी बैठक, भेलामा पेश गर्न लगाउनुहोस् ।
- भेलाका सहभागीहरू वा बालक्लबका सदस्यहरूलाई आफूले लिएको जिम्मेवारी पूरा भए नभएको विवरण तयार पार्न लगाउनुहोस् र जिम्मेवारी पूरा नभएको अवस्थामा कारणहरू तयार गर्न भन्नुहोस् ।
- केही कारणले बैठक वा भेला सार्नुपर्ने अवस्था भएमा सो को जानकारी सबैलाई समयमा नै पठाउनुहोस् ।
- बैठक, भेलामा बाहिरी व्यक्ति वा संस्था/निकायका प्रतिनिधिहरू बोलाउनुपर्ने भएमा यथासमयमा नै पत्राचार गर्नुहोस्/सूचना पठाउनुहोस् ।

ख) बालक्लब/समूहको बैठक, भेलाको आयोजना वा सञ्चालनको समयमा

- बैठकको क्रममा पहिलाको निर्णय तथा निर्णय पुस्तिकालाई पुनरावलोकन गर्ने तथा त्यसलाई स्वीकृत गर्नका लागि आग्रह गर्न भन्नुहोस् ।
- बैठकको क्रममा सामान्यतयाः ५१ प्रतिशत सदस्यको उपस्थिति भएको अवस्थालाई गणपूरक सङ्ख्या मानिने प्रावधानको सम्मान गर्न सबै बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई अनुरोध गर्नुहोस् ।

[26]बालसहभागितामा कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम), २०६९, बालअधिकार समितिको सामान्य टिप्पणी नं. १२ (२००९): बालबालिकाको सुनुवाइको अधिकार (अनौपचारिक नेपाली अनुवाद), पृ.४७, अनुच्छेद सङ्ख्या १२८ ।

[27]बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल), २००४, बालक्लब सहजकर्ता भूमिका र कार्यहरू, पृ. १३-१४

- कुनै विषय छलफल गर्नुको उद्देश्य तथा कारणबारे सबै सहभागी/सदस्यहरूलाई भन्न लगाउनुहोस् र यसको स्पष्टता हुने वातावरण बनाउनुहोस् ।
- बैठक, भेला सञ्चालन/व्यवस्थापनमा अध्यक्षको चयन, एक/एक वटा विषयमा पालैपालो बोल्ने/छलफल गर्ने, सबैलाई बोल्ने मौका दिने र लिने, दक्षता एवं रूचिअनुसार सदस्यहरूमाझ कामको बाँडफाँड, कुनै पनि समस्या समाधानका लागि अधिकतम विकल्पहरू खोज्ने र उपयुक्त विकल्पको चयन गर्ने जस्ता कार्यहरू पद्धतिगत रूपमा गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- बैठक, भेलाका निर्णयहरू निर्णय पुस्तिकामा उतार गर्न बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई सहयोग गर्नुहोस् । यससम्बन्धी सीप हस्तान्तरण गर्न सघाउनुहोस् ।
- आगामी बैठक वा भेलाको समय निर्धारण गर्ने आदि कार्यहरू गर्नुहोस् ।

ग) बालक्लब/समूहको बैठक, भेला सकिएपछि :

- सदस्यहरूले लिएको जिम्मेवारी पूरा गर्न उनीहरूलाई सहयोग गर्ने र त्यसो गर्न गाह्रो भए विकल्पहरू खोज्न तथा त्यसबारेमा उनीहरूसँग छलफल गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- कुनै सदस्यहरूलाई आफ्नो जिम्मेवारी पूरा गर्न र आवश्यक परेको खण्डमा छुट्टै समिति वा समूह बनाउन सक्नेबारे भन्नुहोस् ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई आफूले लिएको जिम्मेवारी पूरा गर्न उत्साहित र अभिप्रेरित गर्नुहोस् ।
- कुनै कार्य वा क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि विभिन्न स्रोतहरू (आर्थिक, भौतिक) जुटाउन आवश्यक भएमा त्यसतर्फ ध्यान पुऱ्याउनुहोस् ।

बालक्लब/समूहको नियमित, मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरू

बालक्लब/समूहहरूले नियमित, मासिक तथा वार्षिक क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्दछन् । त्यहाँ नियमित रूपमा अभिभावकहरूसँगको अन्तर्क्रिया, छलफल, मासिक बैठक र क्लबको वार्षिकोत्सव लगायतका कार्यक्रमहरू हुने गर्दछन् । उनीहरूको वार्षिक कार्यक्रमको योजना निर्माण गनुपर्ने आवश्यकता समेत हुने गर्दछ ।

बालक्लब/समूहको नियमित, मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरूका सन्दर्भमा सबै बालबालिका/ किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि वयस्कहरूले उपयुक्त सहजीकरण गर्नु आवश्यक हुन्छ । यसका लागि निम्न कार्यहरूमा ध्यान पुऱ्याउनु जरूरी छ :

- बालक्लबको वार्षिक कार्यक्रमको तर्जुमामा सबै बालक्लब सदस्यहरू र सकेसम्म समुदायका अन्य बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता सुनिश्चित गर्नुहोस् । उक्त कार्ययोजनामा सम्भव भएसम्म वयस्कहरूका धारणालाई समेत समेट्नुहोस् ।
- बालक्लबको मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरूको तर्जुमा गर्न र ती क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि आवश्यक स्रोतसाधनको व्यवस्थापन कार्यमा सहयोग गर्नुहोस् ।
- बालक्लबका सदस्यहरूको क्षमता अभिवृद्धिसम्बन्धी कार्यहरू सञ्चालन गर्नुपर्ने हुन्छ । उनीहरूको अवधारणगत स्पष्टता, वयस्कहरूसँगको सञ्चार सीप लगायत नेतृत्व सीपहरू आवश्यक पर्दछ ।
- बालक्लबका सदस्यहरू र अभिभावकहरू एवं वयस्कहरूसँगको नियमित अन्तर्क्रिया सञ्चालन गर्नुहोस् । यसले बालक्लबका गतिविधिहरूले पार्ने प्रभाव बारे समेत जानकारी प्राप्त हुन्छ ।
- जीवन उपयोगी सीप विकास, नेतृत्व विकास, बालअधिकार, दौंतरी शिक्षा लगायतका कार्यक्रमहरूलाई हरेक वर्ष हुने कार्यक्रममा समेट्नु जरूरी हुन्छ ।

बालक्लब/समूहको संस्थागत विकाससम्बन्धी सहभागिताः

बालबालिका/किशोरकिशोरीका लागि अभ्यास थलोको रूपमा बालक्लबलाई विकास गर्नुपर्दछ । बालक्लब बालबालिका/किशोरकिशोरीको आफ्नो र दौंतरीहरूको अधिकारका लागि निरन्तर पैरवी गर्न र सामाजिक चेतना अभिवृद्धि गर्ने माध्यम बन्न पुग्दछ । यसका लागि बालक्लबको संस्थागत विकास मार्फत स्थायीत्व दिई दिगो सामुदायिक संरचनाको रूपमा विकास गर्नुपर्दछ । साथै, यसका लागि वयस्कहरूको निरन्तर सहयोग एवं सहकार्य हुनु आवश्यक हुन्छ । यो तथ्य हो कि बालक्लब/समूहको संस्थागत विकास कार्यमा स्वयं बालबालिकाको सहभागिता जरूरी हुन्छ । संस्थागत विकास भएमा मात्र बालक्लबले दिगो रूपमा बालबालिकाको लागि अवसरहरू सिर्जना गर्दछ ।

बालक्लब⁄समूहको संस्थागत विकासका लागि सदस्यता शुल्क, मासिक शुल्क लगायत देउसी भैलो कार्यक्रममार्फत कोष अभिवृद्धि गरिरहेका छन् । तथापि, बढ्दो कोषका कारण बालबालिका बचत तथा ऋणमा व्यस्त हुने अवस्था आएको कतिपय उदाहरणहरू पनि छन् । यसर्थ, कोष वृद्धिमात्र बालक्लबको संस्थागत विकासको सूचक हुन सक्दैन । यसका साथै बालक्लबका सदस्यहरूलाई निरन्तर रूपमा कुनै न कुनै कार्यमा संलग्न गराइरहनु आवश्यक हुन्छ । यसर्थ, बालक्लबको संस्थागत विकासका लागि स्वयं बालबालिका⁄किशोरकिशोरी तथा वयस्कहरूले निम्न अवस्थाहरूमा ध्यान पुऱ्याउनु आवश्यक हुन्छ :

- नियमित रूपमा सदस्यता शुल्क, नवीकरण शुल्क लगायतका क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्न दिनुहोस् । तर यस्ता शुल्क सङ्कलन कार्यले बालक्लबको नियमित गतिविधिलाई असर नगर्ने र शुल्कका कारण बालबालिका⁄किशारकिशोरी सहभागी हुन बाधा⁄अवरोध नहुने सुनिश्चित गरिनुपर्दछ ।
- स्थानीयतहमा रहेका विभिन्न निकायहरू गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले सञ्चालन गर्ने किशोरकिशोरीसम्बन्धी कार्यक्रमहरूमा बालक्लब तथा किशोरकिशोरीको पहुँच अभिवृद्धि गर्न अग्रसरता लिनुहोस् ।
- बालक्लब⁄समूहलाई समुदायका विभिन्न संघसंस्था तथा समितिहरूसँग समन्वय र सहकार्य गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।
- बालक्लबमा समुदाय तहका विभिन्न पृष्ठभूमि भएका किशोरकिशोरीलाई संलग्न गराउनु आवश्यक हुन्छ । बालक्लबका सदस्यहरूको उमेरगत परिपक्वताका कारण बाहिरिने भएकाले नयाँ सदस्यता वितरण गर्नुपर्दछ ।
- बालक्लबले नियमित रूपमा बालक्लबका सदस्यहरूलाई संलग्न गराउँदै जाने र बालक्लबका हरेक क्रियाकलापहरू जिम्मेवारी बाँडफाँड गरी सम्पन्न गर्ने एवं समीक्षा गर्ने परिपाटीको विकास गरिनु जरूरी हुन्छ ।
- बालक्लबको सबल पक्ष, सुधार गर्नुपर्ने पक्षबारे बालक्लबका सदस्यहरूबीच र सरोकारवालासँग छुट्टाछुट्टै छलफल गर्नुपर्ने हुन्छ । यसबाट आएको परिणामलाई बालक्लबको आगामी गतिविधिहरूमा आत्मसात गर्नुपर्दछ ।

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

समुदायमा बालबालिका⁄किशोरकिशोरीले नेतृत्व गरेको संस्थाको रूपमा रहेका बालक्लबहरूलाई खासगरी जिल्ला बालकल्याण समितिले सूचीकृत गर्ने गरेका छन् । बालक्लब र सदस्यहरूको क्षमता अभिवृद्धिका लागि विभिन्न सरोकारवाला संस्था वा निकायले मिलेर निरन्तर काम गरिरहेका छन् । साथै, स्थानीय तहका निकायहरूले बालक्लब र तिनीहरूका प्रतिनिधिहरूलाई एक सरोकारवालाको रूपमा स्वीकारेको पाइन्छ । तर, बालसहभागिता भनेको बालक्लब मात्र होइन भन्ने धारणालाई विस्तार गर्नुपर्ने आवश्यकता छ ।

बालक्लबमार्फत बालसहभागितालाई प्रवर्द्धन गर्दा धैरै कुराको हेक्का राख्नुपर्दछ । खासगरी बालबालिका⁄ किशोरकिशोरीले सहभागिताको अभ्यास गर्ने एक थलोको रूपमा बालक्लब भएपनि यसले पार्ने सकारात्मक वा नकारात्मक प्रभावबारे विश्लेषण भएको पाइँदैन । बालक्लबलाई बालसहभागिताको एक अचुक अस्त्रको रूपमा होइन, बालसहभागिताका धेरै विकल्पहरूमध्ये एक हो भन्ने अवधारणाको विकास सबै सरोकारवालामाझ पुग्नु जरूरी हुन्छ । बालक्लबमार्फत बालबालिकाको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने संघसंस्था तथा व्यक्तिहरूले निम्न कुराहरू थाहा पाउन जरूरी हुन्छ :

- बालक्लबलाई विभिन्न संस्था वा निकायहरूसँग समन्वय एवं सहकार्य गर्ने अभ्यासको थालनी गर्नुहोस् । यसका लागि बालबालिका⁄किशोरशिोरीको सशक्तीकरण र वयस्कहरूको धारणा परिवर्तन गरिनु जरूरी हुन्छ ।
- बालक्लबका गतिविधिहरू बालबालिका⁄किशोरकिशोरीको शिक्षा तथा स्वास्थ्यको अधिकारलाई असर नगर्नेगरी सञ्चालन गर्नका लागि उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- वयस्क र वयस्क संस्थाहरूको प्रतिनिधिलाई समेटी बालक्लबको सल्लाहकार समितिको गठन गर्नुहोस् र बालक्लबको सबैजसो क्रियाकलाप सम्पन्न गर्नु अगाडि र पछाडि समितिको बैठक राखी उपयुक्त विकल्पहरू सङ्कलन गर्नुहोस् ।

बालक्लबका सदस्यहरूलाई लक्षित गरी बालअधिकार, जीवन उपयोगी सीप, नेतृत्व विकास, पैरवी सीप, बालबालिका-वयस्क सञ्चार तथा अन्तर्क्रिया सीप विकास लगायतका क्षमता अभिवृद्धिका कार्यक्रमहरू निरन्तर सञ्चालन गर्नुपर्दछ । यसका लागि आवश्यक स्रोतसाधनको आवश्यकता हुन्छ । किशोरकिशोरीसँग मिलेर काम गर्नुहोस् ।

बालक्लबको तहमा मुख्यतयाः

- बालक्लबको बैठक, भेलाको आयोजना र सञ्चालनमा,
- बालक्लबको नियमित, मासिक तथा वार्षिक कार्यक्रमहरूमा,
- बालक्लबको संस्थागत विकाससम्बन्धी क्रियाकलापमा सहभागी हुन सक्छन् ।

४.३.५ गाउँपालिका/नगरपालिका तहका समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा बालसहभागिता

गाउँपालिका तथा नगरपालिका जस्ता स्थानीयतहमा रहेका निकायहरूले बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्नको लागि महत्वपूर्ण रूपमा कार्य गर्न सक्दछन् । गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको तहमा बालअधिकार र बालसहभागिताका लागि काम गर्न थालिएको पनि पाइन्छ । खासगरी गाउँपालिका ⁄ नगरपालिका स्तरीय बालक्लबहरूको सञ्जालको निर्माण गरी किशोरकिशोरीको क्षमता अभिवृद्धिका कार्यहरू पनि भइरहेका छन् । गाउँ परिषदमा किशोरकिशोरी वा बालक्लबका प्रतिनिधिहरूलाई औपचारिक निम्ता दिएर बोलाउने र उनीहरूको प्रतिनिधित्व गराउने अभ्यास क्रमशः बढ्दो छ । यस्तै विद्यालय तथा गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको योजना तर्जुमामा किशोरकिशोरी सहभागी हुने वा गराउने गरिएको छ । परिवार र समुदाय तहमा हुने विभिन्न क्रियाकलाप र व्यवहारले किशोरकिशोरीको जीवनमा सबभन्दा बढी प्रत्यक्ष प्रभाव पार्दछ ।

गाउँपालिका तथा नगरपालिका जस्ता स्थानीय निकायहरू किशोरकिशोरी, उनीहरूका परिवार तथा समुदायको सबभन्दा नजिकमा रहेर कार्य गर्ने सरकारी संयन्त्र पनि हुन् । गाउँपालिका तथा नगरपालिकालगायत स्थानीयस्तरमा कार्यरत संघसंस्थाहरू किशोरकिशोरी, परिवार र समुदायको वास्तविकतासँग परिचित हुन सक्दछन् । यसैगरी गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले राज्यको तर्फबाट तय गरिएका बालबालिकासम्बन्धी लक्ष्य, नीति, कार्ययोजना र कार्यक्रमहरूलाई कार्यान्वयन गर्दछन् । स्थानीय निकायको कामले स्थानीय तहमा बालअधिकारका लागि उत्तरदायित्व वहनकर्ता व्यक्ति, संस्था र निकायहरूलाई उनीहरूका जिम्मेवारी बारे सचेतना बढाउनको लागि आवश्यक ज्ञान, सीप तथा धारणामा परिवर्तन गर्न, किशोरकिशोरीलाई आफ्नो अधिकारको लागि क्रियाशील हुन शिक्षा, सहभागिता लगायतका कुराहरूमा सक्षम बनाउने अधिकारहरूको प्राप्तिले मद्दत गर्दछ । यसरी नै किशोरकिशोरीलाई जोखिमबाट संरक्षण गर्न पनि उनीहरूलाई अधिकार बारे ज्ञान, सीप र दक्षता प्रदान गरी सशक्तीकरण गरिनुपर्दछ । तसर्थ समग्र बालअधिकारको सन्दर्भमा बालसहभागिता अत्यन्तै महत्वपूर्ण सवाल हो । स्थानीय निकाय र तहमा बालसहभागिता सुनिश्चित गर्नाले किशोरकिशोरीका मानवअधिकार प्रत्याभूति गर्न सहयोग पुऱ्याउँदछ । यसले किशोरकिशोरीलाई निम्न बमोजिम सहयोग पुऱ्याउँदछ :

- आफ्ना सोच अनि अवधारणा प्रस्तुत गरेर स्थानीय निकायको तहमा हुने निर्णयहरूमा प्रभाव पार्न,
- आफूहरूलाई स्थानीय निकायले के गरिदिएमा राम्रो हुन्छ भन्ने बारेमा आफ्ना धारणा राख्न,
- पारिवारिक, सामुदायिक र सामाजिक जीवनमा सहभागी हुन,
- शिक्षा, स्वास्थ्य स्याहार र सेवा, पारिवारिक वातावरण, स्वच्छ पानीलगायतका आधारभूत सेवा पाउने अधिकारका लागि आवाज उठाउन,
- शोषण, हिंसा र दूर्व्यवहारबाट संरक्षण पाउने अधिकारको मागदाबी गर्न र त्यसको प्रत्याभूतिको लागि स्थानीयतहमा संयन्त्र बनाउन र त्यसलाई क्रियाशील गर्न,
- सामाजिक एवं सांस्कृतिक क्रियाकलापहरूमा सक्रिय रूपमा सहभागी हुन,
- समाजमा जाति, जनजाति, धर्म र परिवारको आर्थिक हैसियत, लिङ्ग, अपाङ्गतालगायतका अन्य आधारमा हुने भेदभावविरूद्ध जागरूक हुन र त्यस्तो अवस्थामा परिवर्तन गर्नको लागि बाल्यकालदेखि नै क्रियाशील रहन,
- समुदायका अन्य किशोरकिशोरी तथा वयस्कहरूसँग सामूहिक कार्यमा छलफल गर्न, निर्णय लिन, काम गर्न, जिम्मेवारी वहन गर्न (यसले किशोरकिशोरीमा सामूहिक भावनाको विकास गराउँदछ) ।

गाउँपालिका/नगरपालिकातहका औपचारिक संरचना एवं प्रक्रियाहरूमा सहभागिता

गाउँपालिका ⁄ नगरपालिकातहका औपचारिक संरचना एवं प्रक्रियाहरूमा किशोरकिशोरीलाई संलग्न गराउने परिपाटी बढ्दै गएको पाइन्छ । यसले उनीहरूलाई औपचारिक प्रक्रियाहरूमा हुने निर्णय प्रक्रिया र कार्यक्रमहरू बारे जानकार हुने अवसर प्रदान गरेको छ । साथै, उनीहरूले आफ्ना विचार भावनाहरू अभिव्यक्त गर्ने र प्राप्त सूचनाजानकारी अन्य किशोरकिशोरी समक्ष पुऱ्याउनका लागि क्षमता अभिवृद्धि भएको पाइन्छ ।

गाउँपालिका ⁄ नगरपालिकातहका औपचारिक संरचना एवं प्रक्रियाहरूमा किशोरकिशोरीको अर्थपूर्ण सहभागिता गर्नका लागि निम्न कार्यहरू गर्नु जरूरी हुन्छः

- गाउँपालिका ⁄ नगरपालिका भित्रका संरचनाहरूमा बालसहभागिता बढाउन परिवार, समुदाय, तथा संस्थागत तहमा जनचेतना जगाउने र बालसहभागिताका क्षेत्रहरू र विधिहरूको बारेमा प्रचारप्रसार गर्नुहोस् । यसले वयस्कहरूको किशोरकिशोरीप्रतिको धारणा परिवर्तन गर्न र किशोरकिशोरीको अर्थपूर्ण सहभागिताको अभ्यास गर्न मद्दत गर्दछ ।
- समुदायका विद्यालयलगायतका औपचारिक संस्थाहरूको संरचना तथा क्रियाकलापमा बालसहभागिता बढाउन प्रोत्साहन

र सहयोग गर्नुहोस् । यस्तो संरचनामा सकेसम्म विविध सामाजिक पृष्ठभूमि भएका किशोरकिशोरीलाई संलग्न गराउने तर्फ ध्यान दिनुहोस् ।

- गाउँपालिका वा नगरपालिकाको निर्णय प्रक्रिया र योजना प्रक्रियामा बालसहभागिता सुनिश्चित गर्ने कार्यमा सहजीकरण गर्नुहोस् ।
- बालअधिकार र बालसहभागितासम्बन्धी शिक्षा, चेतना बढाउने तथा किशोरकिशोरी र बालसंस्थाहरूको संस्थागत क्षमता बढाउन कार्यका लागि विभिन्न सरोकारवाला निकायहरूसँग समन्वय एवं सहकार्य गर्नुहोस् ।
- गाउँपालिका/नगरपालिका भित्र भएका किशोरकिशोरीले नेतृत्व गरेका संस्थाहरू तथा तिनीहरूको सञ्जाललाई गाउँपालिका वा नगरपालिकामा सूचीकृत गर्ने र अन्य आवश्यक सहयागेको लागि समन्वय गर्ने कार्यमा अग्रसर हुनुहोस् ।

गाउँपालिका/नगरपालिकाको वार्षिक योजना निर्माण[28]

वार्षिक योजना निर्माणको क्रममा योजनाको ध्येय र अन्तिम लक्ष्य निर्धारण गर्ने, परिस्थिति विश्लेषण(Situation Analysis)गर्ने, योजनाको उद्देश्य एवं रणनीतिहरू निर्धारण गर्ने तथा क्रियाकलापहरूको ढाँचा र योजनाको लेखाजोखा गर्ने विधि वा तरिका छनौट गर्ने लगायतका कार्यहरू पर्दछन् ।

गाउँपालिका/नगरपालिकाको योजना निर्माणको क्रममा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि देहायका कामहरू गर्न सकिन्छ :

क) गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको आवधिक योजना तयार गर्दा आवश्यक वस्तुगत विवरण तथा स्रोतनक्सा तयार गर्दा बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले आफ्नो वडाको वस्तुगत विवरण र स्रोत नक्सा तयार गर्न सहभागी हुन सक्दछन् ।

ख) गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले आवधिक योजना तयार गर्ने सन्दर्भमा प्रस्ताव माग गरिंदा बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको तर्फबाट एक्लै वा अन्य संस्थाहरूसँग वा गाउँपालिका तथा नगरपालिकासँग मिलेर संयुक्त रूपमा सान्दर्भिक विषयमा आयोजना प्रस्ताव तयार गरी वडा समितिमार्फत पेस गर्न सक्दछन् ।

ग) गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको योजनाका सन्दर्भमा परिस्थिति विश्लेषण कार्यमा बालबालिका/ किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले आफ्नो विचार तथा अनुभवहरू दिएर योगदान पुऱ्याउन सक्दछन् ।

गाउँपालिका/नगरपालिकाको योजना निर्माणको क्रममा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिताको लागि वयस्कहरूको भूमिका र जिम्मेवारीहरू निम्नानुसार हुन सक्दछन् :

- बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको वस्तुगत विवरण, स्रोत-नक्सा के-कसरी तयार गरिन्छ त्यसबारेमा तालिम दिएर ज्ञान, सीप प्रदान गर्नुहोस् ।
- गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले आफ्नो क्षेत्रको वस्तुगत विवरण र स्रोतनक्सा तयार गर्दा बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई कुनै क्रियाकलापको जिम्मेवारी दिनुहोस् ।
- गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको वस्तुगत विवरण, स्रोत-नक्सा तयार गर्ने काममा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई संलग्न गराउन तथा त्यसमा उनीहरूका अवधारणाहरू समावेश गर्न/गराउन गाउँपालिका वा नगरपालिकासँग समन्वय, सहकार्य र पैरवी गर्नुहोस् ।
- गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले माग गर्ने योजना प्रस्तावमा बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको तर्फबाट सान्दर्भिक विषयमा आयोजना प्रस्ताव तयार गरी पेस गर्न उनीहरूलाई सूचना एवं आवश्यक सहयोग गर्नुहोस् ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई समुदायका अन्य संस्थाहरूसँग वा गाउँपालिका वा नगरपालिकासँग मिलेर आयोजना प्रस्ताव तयार गर्न सिक्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- सहजकर्ता/सहयोगी संस्था वा व्यक्तिले बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई योजना तयार गर्न आवश्यक प्राविधिक र व्यवस्थापकीय सहयोग गर्नुहोस् ।
- अवस्था विश्लेषणको प्रक्रियामा बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई एक प्रमुख सरोकारवालाको रूपमा स्वीकार गर्ने र

[28]केन्द्रीय बालकल्याण समिति र वर्ल्ड भिजन इन्टरनेशनल नेपाल, स्थानीय निकाय एवं समुदायस्तरमा बालसहभागिता प्रवर्द्धन तथा बालसंरक्षणका लागि सहयोगी पुस्तिका, पृ. २९-३० का आधारमा तयार पारिएको हो ।

त्यसका लागि उनीहरूलाई प्रोत्साहित एवं परिचालन गर्नुहोस् ।

- बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई अवस्था विश्लेषणको प्रक्रियासम्बन्धी तालिम सञ्चालन गरेर आवश्यक ज्ञान, सीप प्रदान गर्नुहोस् ।
- अवस्था विश्लेषण प्रक्रियामा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको सहभागी हुन पाउने अधिकार र उनीहरूलाई सहभागी गराउँदा हुने फाइदाका बारेमा सम्बन्धित निकाय र समुदायमा छलफल गरी जनचेतना जगाउनुहोस् ।

गाउँपालिका/नगरपालिकाको योजना कार्यान्वयन, अनुगमन र मूल्याङ्कनमा सहभागिता[29]

गाउँपालिका/नगरपालिकाको योजना कार्यान्वयन अन्तर्गत योजनाको उद्देश्यअनुरूप क्रियाकलापको पहिचान गर्ने र तिनको व्यवस्थापन गर्ने तथा कार्यान्वयनको समय सीमा निर्धारण, आवश्यक बजेट, मानवीय तथा भौतिक स्रोत साधनको पहिचान र व्यवस्थापन गर्ने कार्य पर्दछन् । साथै, यस चरणमा योजना अनुगमन पद्धतिको निर्धारण गर्ने तथा योजनाका लागि थप सूचनाजानकारी सङ्कलन गर्न अवश्यक देखिएमा सो पनि गरिन्छ । अनि योजना गरिएका क्रियाकलापहरूलाई क्रमबद्ध रूपमा तोकिएको समयसीमा र क्रममा लागू गरिन्छ । यस चरणमा बालबालिकाको सहभागिताका लागि देहायका कामहरू गर्न सकिन्छ :

- आयोजनाअनुरूप क्रियाकलापहरूको पहिचान गर्दा बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले उनीहरूका दृष्टिकोण प्रस्तुत गरेर आयोजनाका क्रियाकलापहरूलाई बालबालिका/किशोरकिशोरीका वास्तविक समस्यालाई सम्बोधन गर्ने बनाउन गाउँपालिका तथा नगरपालिकासँग मिलेर काम गर्न सक्दछन् ।
- आयोजनाको कार्यान्वयन गर्दा समुदायका महत्वपूर्ण सरोकारवालाको रूपमा बालबालिका/ किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले आफूसँग सम्बन्धित आयोजनाहरूमा आफ्नो संस्था मार्फत कार्यान्वयन गर्न, गराउन सक्दछन् ।

कुनै पनि आयोजनाको कार्यान्वयनको क्रममा जिम्मेवार निकाय र सरोकारवालाबाट अनुगमन गरिन्छ । त्यसैगरी योजनाको विस्तृत रूपमा लेखाजोखा गरी त्यसलाई परिमार्जन गर्नुपर्ने भए परिमार्जन र योजना अपेक्षित दिशामा अगाडि नबढेमा योजनाबारे निर्णय पनि लिइन्छ । यस चरणमा किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि देहायका कामहरू गर्न सकिन्छ :

- आयोजनाको अनुगमन तथा मूल्याङ्कनका प्रक्रियाहरू किशोरकिशोरीको परिपक्वताअनुरूप विधि तथा प्रक्रिया एवं सूचकहरूको विकास गर्न सकिन्छ ।
- कुनै पनि आयोजनाको कार्यान्वयनका चरणमा किशोरकिशोरीका अभिमत लिनेगरी उपयुक्त संरचना तयार गर्न सकिन्छ । उनीहरूका विचारलाई ग्रहण गर्ने खालको वातावरण तयार गरेमा आयोजनाको दीगोपनामा मद्दत गर्दछ ।
- योजनाको विभिन्न प्रक्रिया खासगरी कार्यान्वयनको सन्दर्भमा किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको अनुभवहरूलाई अभिलेखन गर्न किशोरकिशोरीलाई प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ । यसलाई योजना प्रक्रियामा बालसहभागिता बढाउन तथा समग्र योजनाकै सन्दर्भमा पुनःप्रयोग गर्न सकिन्छ ।

गाउँपालिका/नगरपालिकाको योजना कार्यान्वयन र अनुगमनमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता अभिवृद्धि गर्नका लागि निम्न कार्यहरूमा ध्यान दिनुहोस्:

- गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको योजना तर्जुमा तथा तिनको क्रियाकलाप निर्धारण र कार्यान्वयन प्रक्रियासम्बन्धी निर्णयमा बढ्दो उमेर र परिपक्वताअनुसार बालबालिका/किशोरकिशोरीको विचार अभिव्यक्ति गर्न पाउने अधिकारको सम्मान र उनीहरूका विचारलाई उमेर र परिपक्वताका आधारमा यथोचित ग्रहण गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले पहिचान गरेका सान्दर्भिक क्रियाकलापलाई आयोजनामा समावेश गर्नको लागि गाउँपालिका तथा नगरपालिकासँग उचित समन्वय, सहकार्य र निरन्तर पैरवी गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको सशक्तीकरण र गाउँपालिका तथा नगरपालिका तथा स्थानीयतहका अन्य निकाय र संस्थाहरूको क्षमता बढाउने प्रक्रियामा संलग्न हुनुपर्दछ ।
- योजनाको मूल्याङ्कन तथा अनुगमन प्रक्रियाहरूमा तथा तत्सम्बन्धी निर्णयमा आफ्नो विचार अभिव्यक्ति गर्न पाउने बालबालिका/किशोरकिशोरीको अधिकारलाई तिनको बढ्दो उमेर तथा परिपक्वताको सापेक्षतामा कदर गर्ने, गराउने कार्यमा सरिक हुनुपर्दछ ।

[29]केन्द्रीय बालकल्याण समिति र वर्ल्ड भिजन इन्टरनेशनल नेपाल, स्थानीय निकाय एवं समुदाय स्तरमा बालसहभागिता प्रवर्द्धन तथा बालसंरक्षणका लागि सहयोगी पुस्तिका, पृ. ३१-३२ का आधारमा तयार पारिएको हो ।

- आयोजनाको मूल्याङ्कन तथा अनुगमनका लागि बालमैत्री विधि, प्रक्रिया तथा सूचकहरू विकास गर्ने र तिनको प्रयोग गर्न गाउँपालिका तथा नगरपालिकासँग समन्वय र पैरवी गर्नुपर्दछ ।
- योजनाले बालबालिका/किशोरकिशोरीको जीवनमा तथा बालअधिकारको स्थितिमा ल्याएको परिवर्तनलाई मापन गर्ने बालसुलभ विधि तथा तरिकाबारे बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई प्रशिक्षण दिनुपर्दछ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले मूल्याङ्कन तथा अनुगमन प्रक्रियाहरूमा भिन्न अवधारणा ल्याएर पुऱ्याउन सक्ने योगदानका बारेमा सम्बन्धित सबैमा आवश्यक चेतना अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ ।
- गाउँपालिका तथा नगरपालिका एवं स्थानीयतहका संघसंस्था लगायत सम्बन्धित सबैमा किशोरकिशोरी तथा उनीहरूद्वारा नेतृत्व गरिएका संस्थाले गरेको आयोजनाको प्रक्रिया र उपलब्धिको अभिलेखीकरणको प्रतिवेदन आदानप्रदान र त्यसमा उठाइएका विषयलाई प्राथमिकताका साथ आत्मसात् गर्नुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई योजनाको समग्र प्रक्रिया, उनीहरूको सहभागिता र उपलब्धिको अभिलेखीकरण गर्न बालबालिकालाई ज्ञान, सीप र दक्षता बढाउन तालिम दिनुपर्दछ र प्रतिवेदन तयार गर्न प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरीले कार्यक्रमको अनुगमनसम्बन्धी प्रतिवेदन तयार गरेका छन् भने यसलाई सम्बन्धित संस्थासँग आदानप्रदान गर्ने र प्रतिवेदनमा उठाइएका कुराहरू तथा सिफारिसहरूलाई कार्यान्वयनको लागि आवश्यक समन्वय र पहल गर्नुपर्दछ ।

गाउँपालिका/नगरपालिकाको सार्वजनिक सूचना प्रवाह

गाउँपालिका र नगरपालिकाले सार्वजनिक सरोकारका विषयहरूमा आफ्ना लाभान्वित क्षेत्र समुदायका व्यक्तिहरूलाई सेवा पुऱ्याउँदै आएको छ । धेरैजसो समयमा गाउँपालिका र नगरपालिकाबाट प्रदान गरिने सेवासम्बन्धी सूचना समुदायको सबै क्षेत्र भागमा एकै समयमा र तत्काल पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ । अझ कतिपय सूचना बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग सम्बन्धित हुने गर्दछ । जस्तोः खोप सेवा, स्वास्थ्य शिविर, जिल्ला घुम्ती टोली आदि । यस्ता खालका सूचनाजानकारी प्रवाह गर्ने भरपर्दो माध्यम विद्यालयमा अध्ययनरत किशोरकिशोरी हुने गरेको पाइन्छ । विद्यालयमा बालबालिकाको भर्ना र अध्ययन गर्ने सङ्ख्या वृद्धिका कारणले पनि यस्तो अवसर सिर्जना भएको हो । त्यसो त कतिपय गाउँपालिका, नगरपालिकाहरूले विभिन्न विद्युतिय तथा छापा सञ्चार माध्यमको प्रयोग गर्दै आइरहेका पनि छन् । तर धेरैजसो अवस्थामा किशोरकिशोरीले नै घरका अभिभावकलाई सूचना सम्प्रेषण गरिरहेका हुन्छन् ।

यसर्थ, गाउँपालिका/नगरपालिकाको सूचनाप्रवाहको क्रममा किशोरकिशोरीको अर्थपूर्ण सहभागिताको लागि निम्न कुराहरूमा ध्यान पुऱ्याउनु जरूरी हुन्छः

- गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको सूचनालाई सकेसम्म बालबालिका/किशोरकिशोरीले बुझ्ने भाषा र शैलीमा सरल बनाउनुहोस् । छोटा सूचनालाई मात्र मौखिक रूपमा प्रवाह गर्नुपर्दछ भने लामो सूचनाहरू सकेसम्म लिखित रूपमा तयार पार्नु राम्रो हुन्छ । यदि सम्भव छ भने, यस्तो सूचना वयस्कले तयार पारेपनि केही बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग परीक्षण गर्नुहोस् ।
- कुनै पनि सूचना सम्प्रेषण गर्नुपूर्व सूचनाको महत्वबारे किशोरकिशोरीलाई जानकारी दिनुहोस् । यसले गर्दा उनीहरू थप जिम्मेवारी बोधका साथ सूचना सम्प्रेषण कार्य गर्न सक्दछन् ।
- सूचना प्रवाहको एक माध्यम चेतना जागरणका कार्यक्रममा किशोरकिशोरीलाई वा उनीहरूको क्लबलाई परिचालन गर्न सकिन्छ । यसका लागि सहजीकरण र आवश्यक सहयोग गरी किशोरकिशोरी वा बालक्लबमार्फत सडक नाटक, बाल भित्तेपत्रिका प्रकाशन, गीत तथा नृत्य लगायत सांस्कृतिक कार्यक्रममार्फत उनीहरूले प्रभावकारी ढङ्गले सूचना प्रवाह गर्न सक्छन् ।
- गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले सूचना सम्प्रेषणका लागि सञ्चार माध्यमको प्रयोग गरिएको छ भने यस्ता खालका सूचना सम्प्रेषण गर्दा किशोरकिशोरीको चाहना वा रूचिमा आधारित हुनुपर्दछ । यसखाले सूचनाको तयारी चरणमा नै उनीहरूलाई यस कार्यमा सहभागी बनाउन सकिन्छ ।
- समुदाय तहमा प्रभावकारी सञ्चारसम्बन्धी तालिम तथा सीप अभिवृद्धिसम्बन्धी कार्यक्रमहरू किशोरकिशोरीलाई केन्द्रित गरी सञ्चालन गर्न सकिन्छ । यसले बालबालिकाको सञ्चार सीप लगायत क्षमता अभिवृद्धि भई प्रभावकारी सूचना सम्प्रेषण गर्न सकिन्छ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीको अर्थपूर्ण सहभागिताका लागि बालबालिकासम्बन्धी सूचना केन्द्र बनाउने र यस कार्यमा किशोरकिशोरीलाई संलग्न गराउन सकिन्छ ।

- यदि गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले विद्युतिय वा छापा सञ्चार माध्यम प्रयोग गरेका छन् भने तत्तत् स्थानमा बालबालिकाको सहभागिता प्रभावकारी हुन्छ । सञ्चार माध्यमसम्बन्धी किशोरकिशोरीको क्षमता प्रवर्द्धन गरी सहभागिता गर्न सकिन्छ ।

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

देशभरका धेरै गाउँपालिकाहरू र केही नगरपालिकाहरूले आफ्नो वार्षिक र आवधिक योजना तर्जुमा गर्दा बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग छलफल गर्ने अभ्यास गरिएको पाइन्छ । सरकारको विभिन्न नीति एवं कार्यक्रमहरूले स्थानीय तहका निकायहरूलाई बालबालिका/किशोरकिशोरी लगायत लक्षित समूहको सहभागिता अनिवार्य बनाएको पाइन्छ। यस क्रममा बालक्लबहरू भए प्रतिनिधिको रूपमा बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई आमन्त्रित सदस्यको रूपमा राखी वार्षिक योजना निर्माण गरिएको हुन्छ । त्यसो त कतिपय गाउँपालिका तथा नगरपालिकाहरूले बालक्लबको गठन एवं परिचालनका लागि सहयोग गरेका र बालक्लबले तय गरेका क्रियाकलापहरूका लागि बजेट उपलब्ध गराएको उदाहरण प्रशंसनीय छ ।

गाउँपालिका तथा नगरपालिका तहमा बालबालिकाको सहभागिता अभिवृद्धि गर्नका सहजीकरण गर्ने संस्थाहरूले निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।

- बालसहभागितासम्बन्धी विधि र प्रक्रियाका सम्बन्धमा आवश्यक ज्ञान, सीप र प्रयोगका सम्बन्धमा बालबालिका र वयस्कहरूलाई जानकारी आदानप्रदान गर्नुपर्दछ ।
- बालअधिकारको सुनिश्चितता र बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि गाउँपालिका तथा नगरपालिका लगायतका स्थानीय तहका निकाय र बालबालिका/किशोरकिशोरी वा बालबालिकाद्वारा नेतृत्व गरिएका संस्थामा आवश्यकता अनुसार सहजीकरण गर्नुपर्दछ ।
- बालअधिकार र बालसहभागिताबारे समुदायका वयस्क व्यक्ति तथा निकायहरू माझ जनचेतना अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको सशक्तीकरण र गाउँपालिका तथा नगरपालिका तथा स्थानीयतहका निकाय र संस्थाहरूको क्षमता बढाउने प्रक्रियामा संलग्न गर्नुपर्दछ । यसका लागि बालबालिका/किशोरकिशोरी तथा उनीहरूद्वारा नेतृत्व गरिएका संस्थाहरूलाई सशक्तीकरण गर्ने कार्यक्रमहरू अनि गाउँपालिका तथा नगरपालिका लगायतका स्थानीय तहका निकायहरूलाई बालमैत्री एवं सहयोगी वातावरण तयार पार्ने खालका आवश्यक कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।
- लक्षित कार्यक्रमको सन्दर्भमा स्थानीय तहका निकायहरू तथा समुदायका संस्थाहरूको भूमिका, जिम्मेवारी तथा अपेक्षा बारे छलफल चलाउनुपर्दछ । यसबाट किशोरकिशोरी र वयस्क व्यक्ति एवं निकायहरूले एक अर्काबाट गरिएका अपेक्षा बारे स्पष्ट हुन मद्दत गर्दछ ।
- किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले पहिचान गरेका सान्दर्भिक क्रियाकलापलाई गाउँपालिकाको योजनामा समावेश गर्नको लागि गाउँपालिका तथा नगरपालिकासँग उचित समन्वय, सहकार्य र निरन्तर पैरवी गर्नुपर्दछ ।
- आयोजनाको मूल्याङ्कन तथा अनुगमनका लागि बालसुलभ विधि, प्रक्रिया तथा सूचकहरू विकास गर्ने र तिनको प्रयोग गर्न गाउँपालिका तथा नगरपालिकासँग समन्वय र वकालत गर्नुपर्दछ ।
- योजनाले बालबालिका/किशोरकिशोरीको जीवनमा तथा बालअधिकारको स्थितिमा ल्याएको परिवर्तनलाई मापन गर्ने बालसुलभ विधि तथा तरिकाबारे किशोरकिशोरीलाई प्रशिक्षण दिनुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले मूल्याङ्कन तथा अनुगमन प्रक्रियाहरू भिन्न अवधारणा ल्याएर पुऱ्याउन सक्ने योगदानका बारेमा सम्बन्धित सबैमा आवश्यक चेतना अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई योजनाको समग्र प्रक्रिया, बालसहभागिता र उपलब्धिको अभिलेखीकरण गर्न बालबालिकालाई ज्ञान, सीप र दक्षता बढाउन तालिम दिने, प्रतिवेदन तयार गर्न प्रोत्साहित गर्नुपर्दछ । किशोरकिशोरीले तयार पारेको प्रतिवेदन सम्बन्धित संस्थासँग आदान प्रदान गर्ने र प्रतिवेदनमा उठाइएका कुराहरू तथा सिफारिसहरूलाई कार्यान्वयनको लागि आवश्यक समन्वय र पहल गर्नुपर्दछ ।
- सहयोगी संस्था, त्यसका कर्मचारीहरूले लक्षित कार्यक्रमको कार्यान्वयनको प्रत्येक चरणका अनुभव, सिकाइ, प्राप्त सफलता र चुनौतीहरूलाई व्यवस्थित रूपमा अभिलेखीकरण गर्नुपर्दछ ।

जिल्ला र राष्ट्रियतहमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता

जिल्लातहमा हुने बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग सरोकारित र बालबालिकाको जीवनमा प्रभाव पार्ने र सरोकारित क्षेत्रहरूका निर्णय प्रक्रियामा उनीहरूको सहभागिता जरूरी हुन्छ । खासगरी जिल्लास्तरीय बालमञ्च स्थापना भएका जिल्लाहरूमा

यसमार्फत जिल्लातहका विभिन्न निकाय तथा संघसंस्थाहरूले प्रत्यक्ष सम्बन्ध र सहकार्य गरिरहेको पाइन्छ। जिल्ला बालकल्याण समितिको कामका सन्दर्भमा बालबालिकाको प्रतिनिधित्व रहने गरेको छ । तथापि किशोरकिशोरीको भौतिक उपस्थितिभन्दा पनि गुणात्मक र अर्थपूर्ण सहभागिता प्रवर्द्धन गर्नका लागि सबै पक्षको क्रियाशीलता एवं सचेतता जरूरी हुन्छ। जिल्लातह र राष्ट्रियतहमा रहेका जिम्मेवार निकायहरू नीतिगत पक्षमा केन्द्रित हुने भएकाले तत्तत् क्षेत्रमा किशोरकिशोरीको सङ्ख्यात्मक सहभागिता त्यति सहज हुँदैन । तर पनि नीतिगत व्यवस्थापनका कारण धेरैभन्दा धेरै बालबालिका/ किशोरकिशोरीलाई प्रभाव पार्ने भएकाले पनि उनीहरूको सहभागिता महत्वपूर्ण हुने गर्दछ ।

संयुक्त राष्ट्रसंघीय बालअधिकार समितिले भनेको छः-"बालबालिकाले आफ्ना विचार प्रस्तुत गर्न र सम्बन्धित श्रोताहरूलाई बुझाउन जिल्ला, क्षेत्रीय, संघीय राज्य र राष्ट्रियतहहरूमा बालबालिकाको लागि बाल/युवा संसदहरू, परिषद्हरू र सम्मेलनहरू मञ्चहरू धेरै राष्ट्रहरूमा छन् । प्रतिनिधित्वको पारदर्शिताको सुरक्षा र चलन वा साङ्केतिक वा गणकको रूपमा राखिने जोखिमको विरोध गर्ने गैरसरकारी संस्थाहरू र नागरिक समाजहरूले बालबालिकालाई सघाउने अभ्यासहरू विकास गरेका छन् ।"[30] यसले विभिन्न देशहरूले जिल्ला र राष्ट्रियतहमा बालसहभागितालाई कार्यान्वयन गरेको अवस्थालाई जनाएको छ। साथै यस्ता अभ्यासहरूलाई विभिन्न स्थानहरूमा थप प्रवर्द्धन गर्नका लागि मार्गदर्शन गर्न सहयोग समेत गरेको छ । जिल्लाका संघसंस्था, जिम्मेवार निकायबीच छलफल/अन्तर्क्रियामा बालबालिका/किशोरकिशोरीका प्रतिनिधिहरूलाई पनि बोलाउने गरिएको छ ।

जिल्लाको औपचारिक संरचना तथा प्रक्रियाहरूमा सहभागिता

विभिन्न जिल्लाहरूको जिल्ला बालकल्याण समितिमा कामका सन्दर्भमा बालबालिकाको प्रतिनिधित्व रहने गरेको छ। यसैगरी कुनै जिल्लाको हकमा जिल्ला विकास समिति अन्तर्गत कार्यक्रम तथा क्रियाकलापको योजना तर्जुमा र कार्यक्रम समीक्षाको क्रममा बालबालिका/किशोरकिशोरीको प्रतिनिधिहरूलाई सहभागी गराएको उदाहरणहरू छन् । बालअधिकार हननका घटनाहरूको अनुगमनमा जिल्लास्थित बालमञ्चका सदस्यहरू र स्थानीयतहमा रहेका बालक्लब सदस्य प्रतिनिधिहरूसँग छलफल गर्ने अभ्यास बढ्दो छ ।

जिल्लाको औपचारिक संरचना तथा प्रक्रियामा किशोरकिशोरीको सहभागिताका सम्बन्धमा निम्न कुराहरूमा ध्यान पुऱ्याउन जरूरी हुन्छ :

- बालक्लबहरूको जिल्लास्थित सञ्जाल स्थापना एवं व्यवस्थापन गर्नका लागि सम्बन्धित निकायहरू र संघसंस्थाहरूसँग समन्वय गर्नुपर्दछ। जिल्लाको बालक्लब सञ्जाल तथा स्थानीय तहमा रहेका बालक्लबको कार्ययोजना निर्माणमा सहयोग र समन्वय गर्न सम्बन्धित सरकारी निकाय र गैरसरकारी सघसंस्थाहरूसँग सहकार्य गर्नुपर्दछ ।
- जिल्लास्थित सरकारी निकायका विभिन्न संरचनाहरू एवं संघसंस्थाको समन्वय बैठक लगायतका भेला, बैठकहरूमा बालबालिकाका प्रतिनिधिहरूलाई सहभागी गराउन पहल गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकासम्बन्धी कार्यक्रमहरूको समन्वयात्मक योजना तर्जुमासम्बन्धी कार्यमा बालबालिकाका प्रतिनिधिहरूलाई समेत समावेश गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकाका लागि कार्यरत निकाय, संघसंस्था, वित्तीय वा पेशागत क्षेत्रबाट किशोरकिशोरीको हक अधिकार प्रवर्द्धन गर्न वा बालबालिकाका क्लबलाई बजेट विनियोजन गर्न, गराउन पहल गर्नुपर्दछ ।
- जिल्लाभित्र रहेका सबै बालक्लबलाई जिल्ला बालकल्याण समितिमा सूचीकृत गर्नुपर्दछ। जिल्लामा भएका बालक्लबसम्बन्धी तथ्याङ्क सङ्कलन र अभिलेख राख्ने र तिनका कार्यक्रम, क्रियाकलापहरू तथा हासिल भएका उपलब्धिहरूलाई नियमित रूपमा अनुगमन गर्नुपर्दछ ।
- जिल्ला बालकल्याण समितिको संरचनात्मक तहमा नै बालसहभागिता बढाउन उपयुक्त ढाँचा तयार गर्न पहल गर्नुपर्दछ ।
- जिल्ला तथा राष्ट्रियतहका विभिन्न औपचारिक संरचनामा किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि उपयुक्त संयन्त्र, विधि एवं प्रक्रिया सुनिश्चित गरिनुपर्दछ । बालसंरक्षण नीतिलाई अनिवार्य गरिनुपर्दछ ।
- सहभागितापूर्व किशोरकिशोरीलाई आवश्यक तयारी एवं सशक्तीकरण गरिनुपर्दछ भने वयस्क व्यक्तिहरूलाई किशोरकिशोरीको प्रतिनिधित्व एवं विचारलाई सम्मान गर्ने उपयुक्त वातावरण तयार गर्नुपर्दछ ।

[30] बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोटियम-नेपाल), २०६९, बालअधिकार समितिको सामान्य टिप्पणी नं. १२ (२००९): बालबालिकाको सुनुवाइको अधिकार (अनौपचारिक नेपाली अनुवाद),पृ.४७, अनुच्छेद सङ्ख्या १२९ ।

क्षेत्रीय तथा राष्ट्रिय बालभेला, गोष्ठी, तालिममा सहभागिता

क्षेत्रीय तथा राष्ट्रिय बालभेला, गोष्ठी, तालिममा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता हुने गरेको पाइन्छ । कुनै विषयवस्तुमा आधारित भई बालबालिका/किशोरकिशोरीसँगको परामर्श गर्ने उद्देश्यले यस्ता भेला, गोष्ठी एवं तालिमको आयोजना गर्ने गरिन्छ। उदाहरणको लागि राष्ट्रियस्तरमा बालदिवस मनाउनका लागि योजना तर्जुमा एवं कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने जिम्मा बालबालिकालाई दिइन्छ । राष्ट्रियस्तरको बालभेलाको आयोजना भएर तयारी पारिएको बालघोषणापत्रमा उल्लेखित बुँदाहरू र उठाइएका विषयलाई राष्ट्रिय योजना तर्जुमा गर्दा समावेश गर्ने कार्य भएको पाइन्छ । साथै, बालबालिका/किशोरकिशोरीको क्षेत्रमा काम गर्ने राष्ट्रिय गैर सरकारी संस्थाहरूलाई विषयगत सुझावहरू दिने गरिएको र त्यसको कार्यान्वयनको अनुगमन गर्ने अभ्यासको थालनी भएको छ।

क्षेत्रीय तथा राष्ट्रिय बालभेला, गोष्ठी, तालिममा किशोरकिशोरीको सहभागिताका लागि निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनु जरूरी हुन्छ :

- किशोरकिशोरीको सहभागितामा गरिने कुनै पनि बालभेला, गोष्ठी, तालिम बालबालिकाको हित, आवश्यकता र अनुकुलतामा छ, छैन भनेर यकीन गर्नुपर्दछ । यस्ता कार्यक्रमको मूल उद्देश्य किशोरकिशोरीको क्षमता प्रवर्द्धन र सशक्तीकरण गर्ने उद्देश्यमा आधारित हुनुपर्दछ ।
- कुनै पनि कार्यक्रममा सहभागी हुनुअघि बालबालिकाले त्यस कार्यक्रमबारे पर्याप्त जानकारी पाउनुपर्दछ। यसको साथै सहभागी हुँदाको फाइदा र सम्भाव्य जोखिमहरूबारे पनि छलफल गर्नुपर्दछ। कुनै पनि कार्यक्रममा सहभागी हुने नहुने कुरामा बालबालिकाको सहमति वा निर्णय अन्तिम हुन्छ। बालबालिकाले सहभागी नहुने निर्णय पनि लिन सक्छन्, त्यो उनीहरूको हक हो ।
- बालबालिकाको पढाइमा बाधा नपुऱ्याई वा उनीहरूको समय अनुकूलमा कार्यक्रम वा गतिविधिहरू गरिनुपर्दछ । परीक्षाको समयमा बालबालिबालिका सहभागी हुने कुनै पनि कार्यक्रम गर्नुहुँदैन ।
- विद्यालय समयमा बालबालिकालाई लक्षित कार्यक्रम गर्दा विद्यालयका शिक्षकहरूसँग सल्लाह गरेर कमसेकम मात्र उनीहरूको पढाइमा बाधा पुग्नेगरी कार्यक्रम तय गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई सहभागी गराउँदा कार्यक्रमको सुरूदेखि नै कार्ययोजना बनाएर मात्र गर्नुपर्दछ । त्यसरी कार्ययोजना बनाउँदा वा निर्णय गर्दा बालबालिकाका प्रतिनिधिहरूसँग छलफल गर्नुपर्दछ ।
- बालसहभागिताका लागि बालबालिकासँग काम गर्दा उनीहरूको क्षमता विकासमा सहयोग पुऱ्याउने र उनीहरूको ज्ञान, सीप बढाउन योगदान दिनेगरी गर्नुपर्दछ ।
- बालक्लबसँग सूचना, जानकारी लिँदा वा बालबालिकासँग अन्तर्क्रिया गर्दा उनीहरूलाई जबर्जस्ती बोल्न बाध्य पार्नुहुँदैन ।
- जिल्ला तथा राष्ट्रियतहमा हुने भेला, गोष्ठी, तालिममा किशोरकिशोरीलाई सहभागी गर्दा सो बालक वा बालिका, उनको बाबुआमा वा अभिभावकसँग लिखित अनुमति/सहमति लिनुपर्दछ (सहमतिको ढाँचा अनुसूची १ मा दिइएको छ) । साथै, विद्यालयका शिक्षकलाई पनि त्यसबारेमा जानकारी गराउनुपर्दछ ।
- यात्रा, कार्यक्रमस्थल तथा बासस्थानको क्रममा बालबालिका/किशोरकिशोरी सहभागीको साथमा कार्यक्रममा भाग लिने बालक भए पुरूष वा बालिका भए महिला हेरालु (स्कर्ट) छनौट लगायत व्यवस्थापन अनिवार्य गर्नुपर्दछ ।
- कार्यक्रममा भाग लिने बालक वा बालिकाको हेरालु छनौट गर्दा निश्चित मापदण्डमा आधारित रहेर उनीहरूको आवश्यकता र विचार, भावना बुझ्ने, जिम्मेवार र परिपक्व व्यक्ति छान्नुपर्दछ। यस्तो हेरालु व्यक्ति सम्भव भएमा एकाघर परिवारको सदस्य छान्नु बढी उपयुक्त हुन्छ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीको संरक्षणका लागि उपयुक्त प्रणाली एवं संयन्त्र तयार गर्नुपर्दछ । बालसंरक्षण नीतिलाई बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग सम्पर्कमा आउने सबै वयस्कका लागि अनिवार्य गरिनुपर्दछ ।
- यात्रा अवधि, कार्यक्रमस्थल, बासस्थानमा बालबालिका/किशोरकिशोरीमाथि हुनसक्ने जोखिम, दूर्व्यवहार र यसबाट बच्न सक्ने उपाय एवं आवश्यक उजुरी व्यवस्थाबारे उनीहरूलाई पर्याप्त जानकारी दिइनुपर्दछ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरी रहनेबस्ने कार्यक्रमस्थल र बासस्थल/होटल आदिमा आवश्यक सुरक्षाको प्रबन्ध गर्नुपर्दछ र बालबालिकाले सुरक्षा दिइएको छ भन्ने महसुस गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई कुनैपनि भेला, गोष्ठी वा कार्यक्रममा सहभागी गर्दा उनीहरूलाई वा उनीहरूका बाबुआमा वा अभिभावकलाई कुनै खालको आर्थिक भार नपरोस् भन्ने कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।

बालबालिकासँग सम्बन्धित सूचनाजानकारी संकलनमा सहभागिता

जिल्ला तथा राष्ट्रियस्तरबाट बालअधिकार हननका घटनाहरूको तथ्यपरक सूचनासङ्कलन (Fact Finding)एवं अनुगमन सम्बन्धमा जिल्ला स्थित बालमञ्चका सदस्यहरू र स्थानीय तहमा रहेका बालक्लब सदस्य प्रतिनिधिहरूसँग छलफल गर्ने अभ्यास बढ्दो छ। आफ्ना दौतरीसँग सहज घुलमिल गर्ने स्वभाव भएका कारण पनि किशोरकिशोरीको पर्याप्त क्षमता विकास गरी सूचनाजानकारी सङ्कलनमा प्रत्यक्ष सहभागी हुन सक्दछन् । यसका लागि वयस्कहरूले किशोरकिशोरी मैत्री वातावरण, ढाँचा, विधि एवं प्रक्रिया अवलम्बन गर्नुपर्दछ ।

बालबालिकासँग सम्बन्धित सूचनाजानकारी सङ्कलनमा सहभागी गराउँदा निम्न कुराहरूमा ध्यान दिइनु जरूरी हुन्छ :

- सबै परिस्थितिहरूमा प्रत्येक बालबालिकाका अधिकार र उनीहरूको मान मर्यादालाई उच्च सम्मान गरिनुपर्दछ। यसका लागि सूचना सङ्कलन एवं प्रतिवेदन तयार गर्ने वा सम्प्रेषण गर्ने व्यक्तिलाई आवश्यक अभिमुखीकरण गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकासँग वा उनीहरूबारे सूचनाजानकारी सङ्कलन गर्दा प्रत्येक बालबालिकाका गोपनीयता तथा निजीपनको अधिकार, आफूसँग सम्बन्धित तथा आफूलाई प्रभावित गर्ने निर्णय प्रक्रियामा सहभागी हुन पाउने अधिकार, बालबालिकामाथि हुनसक्ने सबै जोखिमबाट संरक्षण हुन पाउने अधिकारको सम्मान गरिनुपर्दछ । बालबालिका/किशोरकिशोरीको गोपनीयताको हक सम्मान हुने वातावरण तयार गर्नुपर्दछ ।
- सूचना सङ्कलन कार्यले दीर्घकालीन रूपमा बालबालिकाको अधिकारबारे वकालत एवं प्रवर्द्धन गर्ने लगायतका कुनै पनि अवस्था र कार्यहरूमा प्रत्येक बालबालिकाको सर्वात्तम हितको रक्षा गरिनुपर्दछ। यसको लागि सूचना सङ्कलन विधि एवं प्रक्रिया बालमैत्री हुनुपर्दछ ।
- सूचना सङ्कलन कार्यमा बालबालिकाको सर्वात्तम हितको निर्धारण गर्दा बालबालिकाका विचारलाई उचित सम्मान गरिने वा पाउने अधिकारलाई बालबालिकाको उमेर र परिपक्वताको सापेक्षतामा उच्च प्राथमिकता दिनुपर्दछ। यसका साथै उनीहरू हुर्केको वातावरण वा सांस्कृतिक परिवेशलाई उत्तिकै ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ।
- कुनै पनि सूचना सङ्कलनमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको वास्तविक अवस्थाका नजिक तथा यसलाई सही रूपमा पहिचान गर्नसक्ने अवस्थामा रहेकाहरूले त्यसलाई राजनैतिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक पक्षहरूसँग तादम्यता मिलाएर हेरिनुपर्दछ ।
- कुनै खास बालबालिका, उनीहरूको परिवार, दौतरीहरूलाई जोखिममा पार्ने विवरण, तस्वीरहरूलाई पहिचान परिवर्तन गरिएको अवस्थामा समेत प्रकाशित गरिनुहुँदैन । व्यक्तिगत विवरण सार्वजनिक नहुने किसिमले अवस्था र घटनाबारे भने सूचनाजानकारी सङ्कलन एवं प्रकाशन गर्न सकिन्छ।
- सूचनाजानकारी सङ्कलन गर्दा कुनै पनि बालबालिकालाई थप लाञ्छना लगाउने एवं पीडा नहुने सुनिश्चित गर्नुपर्दछ। यसका लागि बालबालिकालाई नकारात्मक रूपमा बदलाको जोखिममा पार्नेगरी वा थप शारीरिक वा मनोवैज्ञानिक जोखिममा पार्ने गरी यो वा त्यो भनेर वर्गीकरण गर्ने अथवा विवरण दिनुहुँदैन ।।
- बालबालिका/किशोरकिशोरीको जीवनभर वा लामो समयसम्म दूर्व्यवहार, भेदभाव र उनीहरूका स्थानीय समुदायमा बहिष्कार हुने खालको अवस्थामा पुऱ्याउने गरी उनीहरूको विवरण दिने वा तथ्यको सार्वजनिक गर्नुहुँदैन। बालबालिकाको कथा वा तस्वीरलाई जहिले पनि वास्तविक वा यथार्थ सन्दर्भमा मात्र प्रयोग गर्नुपर्दछ।

बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग सम्बन्धित नीति एवं योजना निर्माणमा बालसहभागिता

बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग सम्बन्धित नीति एवं योजना निर्माणमा सहभागिता हुनु जरूरी छ । उनीहरूको आफ्ना अभिव्यक्तिको सुनुवाइ एवं उचित स्थान दिइएमा यसबाट नीति एवं योजनाको निर्माण एवं यसको कार्यान्वयन प्रभावकारी वृद्धि हुन्छ । अहिले कुनै कुनै जिल्लाको हकमा जिल्ला विकास समिति अन्तर्गत कार्यक्रम तथा क्रियाकलापको योजना तर्जुमामा बालबालिकालाई सहभागी गराउने र स्रोतको बाँडफाँडमा बालबालिका सहभागी हुने गरेको उदाहरणहरू रहेका छन् । बालबालिकासँग सम्बन्धित योजनाहरूका सन्दर्भमा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले आफ्नो क्षेत्रको यथार्थ जानकारी, समस्या एवं समाधानका उपायहरू बारे आफ्ना धारणा राखी सहभागी हुन सक्दछन् ।

जिल्ला एवं राष्ट्रिय तहको नीति एवं योजना निर्माणको क्रममा बालबालिकाको सहभागिताको लागि वयस्कहरूको भूमिका र जिम्मेवारीहरू निम्नअनुसार हुन सक्दछ :

- जिल्ला एवं राष्ट्रियतहको नीति निर्माण एवं आवधिक योजना तयारीमा बालबालिकाको सहभागिता गर्ने उपयुक्त ढाँचा एवं संयन्त्र निर्माण गर्नुपर्दछ । साथै यसखाले ढाँचा र तौरतरिकाबारे सम्बद्ध निकाय र संघसंस्थाका व्यक्तिहरूलाई

सहजीकरण गरिनुपर्दछ ।

- जिल्ला एवं राष्ट्रिय तहका नीति एवं योजना निर्माणमा किशोरकिशोरीको प्रतिनिधिहरू मात्र सहभागी हुनसक्ने भएकाले उनीहरूको छनौट महत्वपूर्ण हुन्छ । छनौटमा परेका बालबालिकालाई त्यस्ता क्षेत्रमा योगदान दिनसक्ने गरी तयारी गर्नुपर्दछ ।
- जिल्ला एवं राष्ट्रियतहको नीति एवं योजनाको तयारीमा अवस्था विश्लेषण कार्यमा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले आफ्नो विचार तथा अनुभवहरू दिएर योगदान पुऱ्याउन सक्दछन् ।
- जिल्ला एवं राष्ट्रियतहको नीति एवं योजना निर्माण प्रक्रियामा किशोरकिशोरीको सहभागिता बढाउन उनीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गरिनुपर्दछ । साथै, उनीहरूको सहभागिताको ढाँचा एवं तौरतरिकाबारे सरोकारित निकायका जिम्मेवार व्यक्तिहरूलाई प्रशिक्षित गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई जिल्ला एवं राष्ट्रिय तहको नीति निर्माण एवं योजना तर्जुमा गर्दा आवश्यक वस्तुगत विवरण, स्रोत नक्सा के कसरी तयार गरिन्छ त्यसबारेमा तालिम दिएर ज्ञान, सीप प्रदान गर्नुपर्दछ ।
- जिल्ला एवं राष्ट्रियतहको नीति एवं योजना निर्माण प्रक्रियामा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई संलग्न गराउन तथा त्यसमा उनीहरूका अवधारणाहरू समावेश गर्न, गराउन विभिन्न सरकारी निकाय र संघसंस्थाहरूसँग समन्वय, सहकार्य र पैरवी गर्नुपर्दछ ।
- जिल्ला तथा राष्ट्रियतहका विभिन्न निकाय एवं संघसंस्थाले माग गर्ने योजना प्रस्तावमा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको तर्फबाट सान्दर्भिक विषयमा आयोजना प्रस्ताव तयार गरी पेस गर्न उनीहरूलाई सूचना दिने र प्रोत्साहन गर्ने गर्नुपर्दछ ।
- अवस्था विश्लेषणको प्रक्रियामा बालबालिकालाई एक प्रमुख सरोकारवालाको रूपमा स्वीकार गर्ने र त्यसका लागि उनीहरूलाई प्रोत्साहित एवं परिचालन गर्ने वातावरण तयार गर्नुपर्दछ । यसका लागि विभिन्न तहमा पैरवी एवं सञ्चार माध्यमबाट निरन्तर सूचना सम्प्रेषण गर्न सकिन्छ ।
- अवस्था विश्लेषण प्रक्रियामा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको सहभागी हुन पाउने अधिकार र उनीहरूलाई सहभागी गराउँदा हुने फाइदाका बारेमा सम्बन्धित निकाय र मञ्चहरूमा छलफल गरिनुपर्दछ ।

बालबालिकासँग सम्बन्धित कार्यक्रमको अनुगमन तथा मूल्याङ्कनसम्बन्धी कार्यमा सहभागिता

जिल्ला तथा राष्ट्रियस्तरबाट सञ्चालित हुने बालअधिकार चेतना अभिवृद्धि, बालश्रम तथा बालशोषण न्यूनीकरण कार्यक्रम/अभियान, बालबालिकाको उद्धार तथा पुनर्स्थापनाको समग्र अनुगमन, मूल्याङ्कनका कार्यहरूमा किशोरकिशोरीकाको संलग्नता गरिएका प्रशस्त उदाहरणहरू छन् । विभिन्न निकाय तथा संघसंस्थाहरूबाट सञ्चालन हुने यस खालका कार्यक्रमको कार्यान्वयन गर्दा बालबालिका किशोरकिशोरीको सर्वात्तम हित हुनेगरी क्रियाकलापको पहिचान, दक्ष मानवीय तथा भौतिक स्रोत र साधनको व्यवस्थापनमा कार्यक्रमको अनुगमन तथा मूल्याङ्कन महत्वपूर्ण हुन्छ । अनुगमन तथा मूल्याङ्कनमा किशोरकिशोरीको संलग्नताले कार्यक्रम बारे किशोरकिशोरीले थाहा पाउँछन् र स्वामित्व ग्रहण गर्दछन् । यसबाट कार्यक्रमको अनुगमनबारे किशोरकिशोरीको क्षमता अभिवृद्धि हुनुका साथै कार्यक्रमबारे किशोरकिशोरीले औंल्याएका कुरालाई आत्मसात गरी कार्यक्रमको समग्र गुणस्तर सुधार गर्न सकिन्छ ।

यसर्थ, कुनै किशोरकिशोरीलाई प्रत्यक्ष प्रभावित पार्ने वा सरोकारित कार्यक्रमको अनुगमन तथा मूल्याङ्कनसम्बन्धी कार्यमा बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्न देहायका बुँदाहरूमा ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ:

- आयोजनाको अनुगमन तथा मूल्याङ्कनका प्रक्रियाहरू बालबालिका/किशोरकिशोरीमैत्री विधि, प्रक्रिया तथा सूचकहरूको विकास गर्नुपर्दछ । यसखाले विधि, प्रक्रियाबारे सम्बन्धित निकाय एवं व्यक्तिहरूलाई प्रशिक्षित गरिनुपर्दछ ।
- आयोजनाअनुरूप क्रियाकलापहरूको पहिचान गर्दा बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले बालबालिकाका दृष्टिकोण प्रस्तुत गरेर आयोजनाका क्रियाकलापहरूलाई किशोरकिशोरीको वास्तविक समस्यालाई सम्बोधन गर्न मिलेर काम गर्ने वातावरण तयार गर्नुपर्दछ ।
- आयोजनाको कार्यान्वयन गर्दा समुदायका महत्वपूर्ण सरोकारवालाको रूपमा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले बालबालिकासँग सम्बन्धित आयोजनाहरूमा आफ्नो संस्था मार्फत कार्यान्वयन गर्न, गराउन सक्दछन् ।
- योजनाको विभिन्न प्रक्रिया खासगरी कार्यान्वयनको सन्दर्भमा बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको अनुभवहरूलाई अभिलेखन गर्न बालबालिकालाई प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ । यसलाई समग्र कार्यक्रमको कार्यान्वयन प्रक्रियामा सहभागिताको स्तर थाहा पाउन र अर्थपूर्ण सहभागिताका लागि यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

- योजना तर्जुमा तथा तिनको क्रियाकलाप निर्धारण र कार्यान्वयन प्रक्रियासम्बन्धी निर्णयमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको विचार अभिव्यक्ति गर्न पाउने अधिकारको सम्मान गर्नुपर्दछ र उनीहरूको बढ्दो उमेर र परिपक्वता अनुसार किशोरकिशोरीको विचारलाई उचित स्थान दिनुपर्दछ ।
- बालबालिका, बालक्लब तथा तिनका सञ्जाललाई योजनाको समग्र प्रक्रिया, सहभागिता र उपलब्धिको अभिलेखीकरण गर्न किशोरकिशोरीको ज्ञान, सीप र दक्षता बढाउन कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिका/किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालको सशक्तीकरण र जिल्ला एवं स्थानीय तहका निकाय र संघसंस्थाहरूको क्षमता बढाउने क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नुपर्दछ ।
- योजनाको मूल्याङ्कन तथा अनुगमन प्रक्रियाहरूमा तथा तत्सम्बन्धी निर्णयमा आफ्नो विचार अभिव्यक्ति गर्न पाउने बालबालिकाको अधिकारलाई तिनको बढ्दो उमेर तथा परिपक्वताको सापेक्षतामा कदर गर्ने, गराउनुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरी, बालक्लब तथा तिनका सञ्जालले मूल्याङ्कन तथा अनुगमन प्रक्रियाहरू भिन्न अवधारणा ल्याएर पुऱ्याउन सक्ने योगदानका बारे सबैमा आवश्यक चेतना अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ ।

सहजीकरण गर्ने संस्था तथा व्यक्तिले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू

संयुक्त राष्ट्रसंघीय बालअधिकार समितिले बालसहभागिताबारे उल्लेख गरेको छः- "स्थानीय तहहरू, समुदाय र राष्ट्रिय वा अन्तराष्ट्रिय तहहरूमा बालबालिकाको सुनुवाइको अधिकार र उनीहरू रहने क्षेत्रहरूमा आफ्नो सहभागितासम्बन्धी जनचेतना प्रवर्द्धन र आफूलाई असर पार्ने सबै विषयहरू, बालबालिकाको सहभागितालाई अझ प्रवर्द्धन गर्न प्रोत्साहन गर्नुका साथै उत्कृष्ट अभ्यासहरूको आदानप्रदान गर्न, प्राप्त सिकाइहरूको आदानप्रदान र सामूहिक पैरवीको मञ्च बनाउनका लागि अवसरहरू बढाउन बालबालिकाले नेतृत्व गरेका संस्थाहरूबीच सञ्जाल बनाउने कार्यलाई सक्रियतापूर्वक प्रोत्साहन गरिनुपर्दछ ।"[31] यसर्थ, किशोरकिशोरीको सहभागितामा कार्यरत व्यक्ति, संघसंस्थाबीच साझेदारी एवं सहकार्य हुनुपर्दछ ।

जिल्ला र राष्ट्रिय तहमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि वयस्क व्यक्ति तथा संघसंस्थाहरूले निम्न कुरामा ध्यान पुऱ्याउनु जरूरी हुन्छः

- सहभागी हुने किशोरकिशोरीले कुनै प्रकारको भेदभाव विना आफ्ना विचार सुनुवाइ भएको महसुस गर्नुपर्दछ । यसका लागि वयस्क व्यक्ति, निकाय एवं संघसंस्थाले उपयुक्त वातावरण सिर्जना गर्नुपर्दछ ।
- सम्बन्धित किशोरकिशोरीले कार्यक्रमको उद्देश्यसँग सम्बन्धित सूचनाजानकारी पूर्ण रूपमा पाउनुपर्दछ । उनीहरूलाई लिखित, मौखिक वा श्रव्य-दृश्य सामग्रीको माध्यमबाट सूचनाजानकारी दिन सकिन्छ ।
- सहभागी हुने किशोरकिशोरीले आफू सहभागी हुनुको कारण, उनीहरूबाट गरिएको अपेक्षा, कार्यक्रमबाट अपेक्षित परिणाम, उनीहरूले आफ्ना विचार उक्त मञ्चहरू व्यक्त गर्नसक्ने गरी तयारी र ती विचारलाई वयस्कहरूले सुन्ने लगायतका कुरामा लिखित सहमति लिनुपर्दछ ।
- कार्यक्रमको दौरानमा किशोरकिशोरीको गोपनीयताको हकको सम्मान सबै वयस्क र दौतरीबाट सुनिश्चित हुनुपर्दछ । उनीहरूबारेका सूचनाजानकारी बालबालिका वा उनीहरूका परिवारले अनुमति दिएको खण्डमा मात्र सार्वजनिक गर्नुपर्दछ र, कतिपय सूचनाजानकारी भने अनुमति लिएर पनि सार्वजनिक गर्न मिल्दैन ।
- किशोरकिशोरीमाथि हुनसक्ने सबैखाले हानिहरूबाट जोगाउन उपयुक्त बालसंरक्षण नीति, गुनासो सुन्ने र यसको तत्काल कार्यान्वयन गर्ने संयन्त्रको विकास गर्नुपर्दछ । बालसंरक्षणको उजुरी व्यवस्थापन गर्ने संयन्त्रमा किशोरकिशोरीको सहज पहुँच हुनुपर्दछ । यसबारे सहभागी हुनुपूर्व नै जानकारी दिनुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरीले आफूमाथि जात, धर्म, वर्ण, क्षेत्र वा यस्तै अन्य कुनै पनि आधारमा हुने भेदभावविना समान रूपमा सहभागी हुन पाउनुपर्दछ । यस कुराको सुनिश्चितताका लागि उपयुक्त ढाँचा, विधि एवं प्रक्रिया अवलम्बन गरिनुपर्दछ ।
- सहभागी हुने किशोरकिशोरी आर्थिक वा भावनात्मक रूपमा आयोजक संस्थाप्रति निर्भर हुनुहुँदैन । सहभागिताले बालबालिकालाई सशक्त, आफू र आफ्ना दौंतरीको हितका खातिर उभिन सहयोग गर्नुपर्दछ ।
- किशोरकिशोरी सहभागी हुने वातावरण मैत्रीपूर्ण एवं सहयोग हुनुपर्दछ । यस्तो वातावरणले बालबालिकालाई विना डर, सङ्कोच आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्न र अन्य व्यक्तिसँग घुलमिल हुन सहयोग गर्दछ । यसका लागि बालबालिकालाई निरन्तर अभ्यासको अवसर र हौसला दिनु आवश्यक हुन्छ ।

[31]बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल), २०६९, बालअधिकार समितिको सामान्य टिप्पणी नं. १२ (२००९): बालबालिकाको सुनुवाइको अधिकार (अनौपचारिक नेपाली अनुवाद),पृ.४८, अनुच्छेद सङ्ख्या १३० ।

- कार्यक्रममा प्रयोग गरिने क्रियाकलापहरू एवं विधिहरू किशोरकिशोरीको उमेर र क्षमताअनुरूप हुनुपर्दछ । लैङ्गिक एवं सांस्कृतिक संवेदी खालका विधिहरू किशोरकिशोरीलाई सिर्जनशील बनाउने र अवलम्बन गर्ने खालको हुनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।
- लोकतान्त्रिक अभ्यासमा सबै क्षेत्र, लिङ्ग एवं जातजाति समेटिनेगरी किशोरकिशोरीको प्रतिनिधि छान्नुपर्दछ । सम्भव भएसम्म किशोरकिशोरीको समूहलाई नै आफ्ना प्रतिनिधि छान्ने र सहभागिता पश्चात् कार्यक्रमको अनुभव एवं उपलब्धिहरू आदानप्रदान गर्ने जिम्मेवारी दिने कार्य गर्न सक्छन् ।
- कार्यक्रम स्थलमा प्रयोग गरिने भाषा किशोरकिशोरीले बुझ्ने हुनुपर्दछ । यदि भिन्न भाषाको प्रयोग हुने भएमा दोभाषेको व्यवस्था गरिनुपर्दछ ।

गाउँपालिका/नगरपालिकातहमा :

- गाउँपालिका/नगरपालिकातहका औपचारिक संरचना एवं प्रक्रियाहरूमा,
- गाउँपालिका/नगरपालिकाको वार्षिक योजना निर्माण प्रक्रियामा,
- गाउँपालिका/नगरपालिकाको योजना कार्यान्वयन र अनुगमनमा,
- गाउँपालिका/नगरपालिकाको सूचना प्रवाहमा किशोरकिशोरी सहभागी हुन सक्छन् ।

जिल्ला र राष्ट्रियतहमा :

- जिल्लाको औपचारिक संरचना तथा प्रक्रियाहरूमा,
- जिल्लातहमा बालक्लबको बालभेला, क्षेत्रीय तथा राष्ट्रिय बालभेला, गोष्ठी तथा तालिममा,
- बालबालिकासँग सम्बन्धित सूचनाजानकारी सङ्कलनमा,
- बालबालिकासँग सम्बन्धित नीति निर्माणमा,
- बालबालिकासँग सम्बन्धित कार्यक्रम र क्रियाकलापहरूको अनुगमन तथा मूल्याङ्कनसम्बन्धी कार्यमा सहभागिता जनाउन सक्छन् ।

विद्यालय तहमा

- शैक्षिक क्रियाकलापहरूमा,
- विद्यालय तथा उच्च-माध्यामिक विद्यालयको सह-शैक्षिक तथा अतिरिक्त क्रियाकलापहरूमा,
- विद्यालय तथा उच्च माध्यामिक विद्यालयको सांस्कृतिक गतिविधि सञ्चालन तथा वार्षिक उत्सव लगायतका गतिविधिहरूमा,
- विद्यालय तथा उच्च माध्यामिक विद्यालयको व्यवस्थापनसम्बन्धी, शैक्षिक भ्रमण लगायतका क्रियाकलापहरूमा, र
- शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थी भेला/छलफल कार्यक्रममा सहभागिता जनाउन सक्दछन् ।

***

परिच्छेद- ५.३ः सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू

५.३.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता

परिवार एउटा सामाजिक संस्था तथा सामाजिकीकरणको प्रारम्भिक एकाइ हो, जहाँ बालबालिकाले सामाजिक व्यवहारहरू सिक्दछन् । यसले बालबालिकालाई समाजमा सामाजिक व्यवहार गर्न सिकाउँदछ । यसर्थ, बालबालिकाको सबैभन्दा पहिलो पाठशाला भनेको नै घरपरिवार हो र बालबालिकाको सिकाइको क्रममा उनीहरूको स्वाभाविक सहभागिताले धेरै ठूलो योगदान पुऱ्याएको हुन्छ । भन्नुको तात्पर्य के हो भने सहभागितामूलक परिवेशमा भएको सिकाइ आफैमा दिगो र प्रभावकारी हुन्छ । अतः घरपरिवारमा बालसहभागिता हुनु अन्त्यन्त नै महत्वपूर्ण हुन्छ ।

परम्परागत रूपमा पनि घरपरिवारका विभिन्न क्रियाकलापमा बालबालिकाको सहभागिता भइ नै रहेको छ, तर ती अनौपचारिक हुने भएकोले त्यहाँ भएको बालसहभागिताको मापन गर्न धेरै गाह्रो हुन्छ । साथै बालसहभागिताका कुनै विशिष्ट अनि व्यवस्थित विधि वा क्रियाकलापको यो तहमा प्रत्यक्ष रूपमा प्रयोग गर्न धेरै गाह्रो हुन्छ । तर पनि बाबुआमा/अभिभावक तथा परिवारका सदस्यहरूले चाहेको खण्डमा प्रभावकारी रूपमा बालबालिकाको सहभागिता प्रत्याभूत गर्न सकिन्छ । निर्देशिकाको यस खण्डमा घरपरिवारमा बालबालिकाको सहभागिता बढाउन उपयोगी हुने केही विधि तथा क्रियाकलापहरू (चलनचल्तिमा आइरहेका तथा प्रयोगमा ल्याउन सकिने) उल्लेख गरिएका छन् ।

१. बालबालिकाको जिम्मेवारी
२. स्व-विश्लेषण
३. छोराछोरी तथा आमाबाबुले एकअर्काबाट राख्ने अपेक्षाहरु
४. बालबालिका/किशोरकिशोरीको लक्ष्य निर्धारण

यी विधिहरुबारे विस्तृत रुपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.३.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता

छदेखि माथि उमेरका बालबालिकाले विद्यालयमा पर्याप्त समय बिताउने गर्दछन् । बालबालिकाले विद्यालयमा पाएका थुप्रै शैक्षिक एवं व्यवहारिक ज्ञानहरूले नै उनीहरूको आफ्नो प्रतिविम्बलाई एउटा सुडोल आकारमा रूपान्तरण गर्न सक्दछन् । घर परिवारको सिकाइको प्रक्रिया विपरीत विद्यालयको सिकाइको प्रक्रिया पूर्ण रूपले औपचारिक प्रक्रिया हो । यो सिकाइको प्रक्रियामा पनि बालबालिकाको सहभागिता बिना प्रभावकारिताको मूल्याङ्कन गर्न असम्भव हुन्छ ।

विद्यालयमा सिकाइको प्रक्रियामा बालबालिकाको सहभागिता हुँदै नभएको भने होइन । कक्षाकोठाको सिकाइमा, अतिरिक्त क्रियाकलाप मार्फतको सिकाइ प्रक्रियाका साथै विद्यालय स्तरीय बालक्लब भएको स्थितिमा बालक्लब गरी तीनै क्षेत्रहरूमा बालबालिकाको सहभागिता भएको पाइन्छ । तर, कतिपय अवस्थामा त्यस्तो सहभागिता नैतिकतापूर्ण एवं अर्थपूर्ण नभएको पनि हुन सक्दछ । विशेषगरी, कक्षाकोठाको सिकाइ प्रक्रियामा दोहोरो सञ्चारको कमीको कारण बालबालिकाले खासै सहभागिता जनाउने अवसर पाउँदैनन् । अतिरिक्त क्रियाकलापहरू पनि विद्यालयको आफ्नै योजना अनुसार सम्पन्न गरिन्छन्, जहाँ बालबालिकाको सहभागिता क्रियाकलाप स्तरमा मात्रै हुन्छ, ती क्रियाकलापको योजनामा भने खासै बालसहभागिता भएको भने भेटिँदैन । विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा बालबालिकालाई सदस्यका रूपमा आमन्त्रित गर्ने आवश्यकता पनि खासै महसुस गरिएको पाइँदैन । यस परिस्थितिमा विद्यालयको हरेक क्षेत्रमा नैतिकतापूर्ण र अर्थपूर्ण बालसहभागिता बढाउन सघाउने केही विशिष्ट विधि तथा क्रियाकलापहरूलाई प्रस्तुत निर्देशिकाको यस खण्डमा वर्णन गरिएको छ ।

१. गतिशीलता स्तरीकरण खेल
२. गतिशील (स्थानान्तर) नक्साङ्कन
३. चित्र प्रयोग, छलफल र व्याख्यान

यी विधिहरुबारे विस्तृत रुपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस् ।

५.३.३ समुदायतहमा बालसहभागिता

घरपरिवार पछिको बालबालिकाको अन्तर्क्रिया हुने ठाउँ समुदाय हो । समुदायमा बालबालिकाले सानै उमेरदेखि घरपरिवारमा सिकेका कुराहरू प्रयोगमा ल्याउँछन्, तिनलाई पुर्नपुष्टी गर्दै थप नवीन कुराहरू पनि आफ्नो सिकाइको भण्डारमा थुपार्दछन् ।

घरपरिवारको तह जस्तै समुदायस्तरमा पनि परम्परागत रूपमा धेरै अवसरहरूमा बालबालिकाको सहभागिता भइरहेको हुन्छ। अनि यही कारणले बालबालिकाको सहभागितालाई समुदायको अनौपचारिक सन्दर्भमा मापन गर्न भने धेरै गाह्रो हुन्छ र कुनै विशिष्ट तथा व्यवस्थित विधिहरू प्रयोग गर्न पनि उत्तिकै गाह्रो हुन्छ। समुदाय तहमा बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सहयोगी विधि तथा क्रियाकलापहरू तल प्रस्तुत गरिएको छ, यी मध्ये केही परम्परागत रूपमा चलि आएका क्रियाकलापहरूको पुनर्अभिलेखीकरण गरिएको छ भने केही नवीन विधि वा क्रियाकलापहरू पनि छन्।

१. मौन प्राथमिकीकरण
२. पर्खालमा ईंटा
३. शक्तिको खेल

यी विधिहरुबारे विस्तृत रुपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस्।

५.३.४ बालक्लब/सञ्जालको तहमा बालसहभागिता

बालक्लब बालसहभागिताको लागि एक महत्वपूर्ण स्थान हो। नेपालमा बालसहभागितालाई प्रवर्द्धन गर्न बालक्लबले उल्लेखनीय भूमिका खेलेको छ। नेपालमा बालसहभागिताको इतिहासलाई नियाल्दा के कुरा प्रस्ट हुन्छ भने बालक्लब अभियानको सुरूवातसँगै नेपालमा बालसहभागिताको बारेमा व्यापक चर्चा परिचर्चा सुरू भएको हो। बालक्लबमा बालबालिकाको सहभागितासँगै अरू क्षेत्रमा पनि बालसहभागिताको आवश्यकता महसुस गरिएको हो। यस अर्थमा बालक्लब अभियानले बालसहभागिताको क्षेत्रमा एउटा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ।

बालक्लबमा सामेल भएर बालबालिकाले आफ्नो सहभागिताको अधिकारको अभ्यास त गर्दछन् नै, तर त्यसको बावजुद पनि बालक्लबमा पाएको बालसहभागितासम्बन्धी बुझाइको कारण आफ्नो घर परिवार तथा समुदायमा पनि आफ्नो सहभागिताको खाँचो महसुस गर्दछन्। साथै, यसले बालबालिकालाई आफ्नो सहभागिता आफूसँग सम्बन्धित अन्य क्षेत्रहरूमा समेत दरिलो बनाउन उचित पहल गर्न आत्म विश्वास दिलाउँदछ। तल उल्लेखित क्रियाकलापहरूले बालक्लबमा बालबालिकाको सहभागिता सुनिश्चित गराउने काम गर्न सहयोग पुऱ्याउँदछन्।

१. बालक्लबको निर्वाचन
२. संस्थागत स्वरूप तथा नेतृत्वसम्बन्धी छलफल
३. माकुरे जालो विधि

यी विधिहरुबारे विस्तृत रुपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस्।

५.३.५ गाउँपालिका/नगरपालिका तहका समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा बालसहभागिता

गाउँपालिका तथा नगरपालिकाको स्तरमा स्थापित समुदायमा आधारित संस्थाहरूको तहमा पनि बालसहभागिता हुनु अपरिहार्य छ। विशेषतः यदि यी संस्थाहरू बालबालिकासँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्ने या भनू बालबालिकाको लागि कार्यरत रहेमा बालबालिकाको प्रत्यक्ष वा परोक्ष रूपमा बालसहभागिता हुनैपर्दछ।

१. भेन डायग्राम
२. मौसमी पात्रो
३. एच विश्लेषण
४. मय तालिका
५. स्नो बलिङ्ग
६. भित्तेपत्रिका प्रकाशन
७. उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरू

यी विधिहरुबारे विस्तृत रुपमा अनुसूची ७ मा उल्लेख गरिएको छ, हेर्नुहोस्।

५.३.६ सहभागितामूलक विधि तथा क्रियाकलापहरू

१३ देखि १८ वर्षसम्मका बालबालिकाहरूको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने विभिन्न विभिन्न विधि तथा क्रियाकलापहरूको बारेमा तल वर्णन गरिएको छ।

१) मौन प्राथमिकीकरण (Silent Prioritization)

आफ्नो संस्थाले गर्नुपर्ने कार्यसँग सम्बन्धित विभिन्न सवालहरूलाई प्राथमिकीकरण गर्नुपर्ने सबै बालक्लब, समूह तथा संघसंस्थाहरूले यस विधिको प्रयोग गरी आफ्नो कार्यक्रम तय गर्न सक्दछन् । बालबालिकाका सवाललाई प्राथमिकीकरण गरी कार्यान्वयनमा सघाउ पुऱ्याउनु नै यस विधिको मुख्य उद्देश्य हो ।[32]

२) गतिशीलता स्तरीकरण खेल (Ranking Movement Games)

बालक्लवको क्रियाकलाप वा तालिम आदिमा कुन कुन सदस्यहरूले सहभागी हुने अवसर पाएका छन् वा छैनन् भन्ने बुझ्न यो क्रियाकलाप गर्न सकिन्छ ।[33]

३) गतिशील (वा स्थानान्तर) नक्साङ्कन (Mobility Mapping)

आफूले एक दिनभरि गरेका क्रियाकलापहरूको विवरण तयार गरी सूचना सङ्कलन गर्ने विधि नै गतिशील नक्साङ्कन विधि हो । यसमा आफूले गरेका काम बाहेक हिँडेका स्थानहरूको नक्साङ्कन गराएर पनि सूचना सङ्कलन गर्न सकिन्छ ।[34]

४) बालक्लबको निर्वाचन (Election of Children's Club)

यो क्रियाकलाप समुदाय, गाउँपालिका, वडा, विद्यालय जस्ता संघ संस्थासँग छलफल गर्न जाने प्रतिनिधि छनौट वा अन्य कार्यक्रमका लागि प्रतिनिधि छनौटमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । बालबालिकामा लोकतान्त्रिक भावना जागृत गराई नेतृत्व चयन गराउनु नै यस क्रियाकलापको प्रमुख उद्देश्य हो ।[35]

५) संस्थागत स्वरूप तथा नेतृत्व छनौटसम्बन्धी छलफल

संगठन निर्माणमा लागेका जुनसुकै समूहहरूले यस क्रियाकलाप प्रयोग गर्न सक्दछन् । बालक्लबलाई प्रभावकारी बनाउनका लागि कस्तो प्रकारको नेतृत्व र संगठनात्मक ढाँचा सुहाउँदो हुन्छ भनेर निर्णय गर्नका लागि सघाउनु नै यस क्रियाकलापको उद्देश्य हो ।[36]

६) माकुरे जालो विधि (Spider Tool)

यस विधिको मूल उद्देश्य भनेको बालक्लबको वर्तमान अवस्थाका बारेमा स्व-मूल्याङ्कन गर्ने तथा भविष्यमा बालक्लबले के कस्ता क्षेत्रमा सुधार गर्नुपर्ने हो सो क्षेत्रको पहिचान गर्नु हो । साथै, यस विधिबाट सुधार गरिनु पर्ने क्षेत्रको पहिचान भइ सकेपछि त्यसलाई कसरी प्राप्त गर्ने त भनेर योजना तर्जुमा गर्नु अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ ।[37]

७) भेन डायग्राम (Venn-Diagram)

बालसहभागिताको सन्दर्भमा भेन डायग्रामको प्रयोग बालबालिकासँग सम्बन्धित अन्य समूह, सरोकारवाला व्यक्ति तथा संस्थाहरूको सम्बन्ध नक्साङ्कन गर्न प्रयोग गरिन्छ। यसका साथै ती समूह, व्यक्ति तथा संस्थाहरूको बालबालिकाको जीवनमा कत्तिको प्रभाव छ, त्यस बारे पनि छलफल गर्न सकिन्छ । यसले गाउँपालिका/नगरपालिकातहका समुदायमा रहेका संस्था, त्यसका भूमिका र आपसी सम्बन्धका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न सघाउँदछ । साथै, सम्बन्धमा आएका बाधाहरू बारे सहभागी तथा संस्थाका तर्फबाट मूल्याङ्कन गरी सम्बन्धलाई सहज बनाउने आधारहरू तय गर्न सहयोग गर्दछ ।[38]

---

[32]यस क्रियाकलाप प्रयोगबारे विस्तृत बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवद्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. ६४ हेर्नुहोस् ।

[33]यस क्रियाकलाप प्रयोगबारे विस्तृत रूपमा बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवद्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. ७४ हेर्नुहोस् ।

[34]यो विधिबारे विस्तृत बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवद्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. १२९ हेर्नुहोस् ।

[35]यस क्रियाकलाप प्रयोगबारे विस्तृत बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले सन् २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवद्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. १८ हेर्नुहोस् ।

[36]यस क्रियाकलापबारे विस्तृत बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम), २०१०, बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. ६६ हेर्नुहोस् ।

[37]यस विधि प्रयोगबारे विस्तृत बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले सन् २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. १०७ हेर्नुहोस् ।

[38]यो विधि प्रयोगबारे विस्तृत बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवद्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. ४७ हेर्नुहोस् ।

८) मौसमी पात्रो (Seasonal Calender)

यो विधि खासगरी कुनै एक संस्था वा समूहको वार्षिक वा आवधिक योजना निर्माणका लागि स्थानीय समुदायको कार्य व्यस्तता बुझ्न प्रयोग गरिन्छ । हरेक महिना वा मौसम अनुसार ग्रामीण परिवेश फरक-फरक हुने र सोही अनुसार कामको बोझ हुने भएकाले संस्था वा समूहका गतिविधि न्यून गर्नुपर्ने हुन्छ । मौसम अनुसारका गतिविधिहरूलाई छलफलमा ल्याई योजना वा समीक्षा गरिने भएकाले यस विधिलाई मौसमी पात्रो भनिएको हो ।[39]

९) 'एच विश्लेषण' (H Analysis)(बालक्लबको प्रभावकारिता मापनका लागि उपयोगी)

कार्यक्रम तथा संस्थागत विकासमा सवल पक्ष र कमजोर पक्षका साथै सुधार गर्नुपर्ने विषयहरू पत्ता लगाउन आयोजना गरिएका भेला बैठक नै यस विधिका प्रयोग क्षेत्र हुन् । संस्थाको वर्तमान अवस्था र कार्यक्रमको प्रभावकारीता विश्लेषण गर्नु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।[40]

१०) स्नो बलिङ्ग (Snow Balling)

कुनै पनि विषयमा सहभागीहरूको विचार सङ्कलन गर्नुपर्ने अवस्थामा यस विधिको प्रयोग गर्न सकिन्छ । तसर्थ, बालक्लब लगायत जुनसुकै संस्थाको योजना तर्जुमा, श्रोत व्यवस्थापन, परिचालन र मूल्याङ्कन प्रक्रियालगायत तालिमहरूमा पनि यस विधिलाई प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । उदाहरणका लागि बालसहभागिता के हो र के होइन भन्ने बारेमा सहभागीहरू बीच छलफल चलाउने क्रममा यो विधि उपयुक्त हुन सक्दछ ।[41]

११) भित्ते पत्रिका प्रकाशन (Publishing Wall Magazine)

यसमा दैनिक रूपमा अघिल्लो दिनको क्रियाकलापलाई समेटी भित्ते पत्रिका प्रकाशन गर्ने गरिन्छ । यस्तो प्रकाशन मार्फत सहभागीहरूले आफ्नो सिर्जनशीलता प्रदर्शन गर्न सक्दछन् । जस्तै कार्यक्रममा प्रयोग भएका विषय वस्तु, सुधार्नुपर्ने कुराहरू, समाचार, कथा, कविता, चित्र, चुटकिला वा व्यंग्यहरूलाई भित्ते पत्रिकामा स्थान दिन सकिन्छ । तर ती सबैलाई तालिमका विषय वस्तुसँग सम्बन्धित बनाउन सकिएमा उत्तम हुन्छ ।[42]

१२) उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरू (Most significant change)

'उल्लेख्य परिवर्तनका कथाहरू' विधि अन्तर्गत एक निश्चित अवधि भित्र भएका परिवर्तनका कथाहरू सङ्कलन गरी त्यसलाई समूहमा बसेर सहभागितात्मक रूपमा व्याख्या गर्ने वा छलफल गर्ने गरिन्छ । सबैभन्दा उल्लेख्य परिवर्तनका कथा कुन चाहिँ हो त भनेर मूल्याङ्कन गर्ने प्रक्रियामा बालबालिकालाई प्रत्यक्ष रूपमा सहभागी गराउन सकिन्छ । यसलाई आवधिक रूपमा (जस्तै तीन महिनाको अन्तर) कार्यक्रमको उपयुक्त प्रतिफल थाहा पाउन प्रयोग गर्न सकिन्छ ।[43]

***

[39]यो विधि प्रयोगबारे विस्तृत रूपमा बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. ५० मा हेर्नुहोस् ।

[40]यस विधि प्रयोगबारे विस्तृत रूपमा बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले सन् २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. १३९ हेर्नुहोस् ।

[41]यस विधिको प्रयोगबारे विस्तृत रूपमा बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले सन् २०१०मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. १२४ हेर्नुहोस् ।

[42]यस क्रियाकलाप प्रयोगबारे विस्तृत रूपमा बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम) ले सन् २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. ११४ हेर्नुहोस् ।

[43]यस क्रियाकलाप प्रयोगबारे विस्तृत रूपमा बुझ्न बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझासमूह (कन्सोर्टियम) ले २०१० मा प्रकाशित बालसहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सङ्गालो (लेखन तथा सम्पादनः चन्द्रिका खतिवडा, जियमबाबु श्रेष्ठ र कुमार भट्टराई) पृ. १५७ हेर्नुहोस् ।

खण्ड घ : अपाङ्गता भएका बालबालिका

परिच्छेद- ३.४ः विकासको अवस्था र चारित्रिक विशेषताहरू

३.४.१ अपाङ्गता भएका बालबालिका

नेपालमा अपाङ्गता भएका बालबालिका खासगरेर शिक्षा, पोषण, आधारभूत स्वास्थ्य र सहभागिताको अधिकारबाट अन्य बालबालिकाको तुलनामा धेरै मात्रामा वञ्चित रहेका छन् । प्रारम्भिक तहमै हुनुपर्ने हस्तक्षेप र उपलब्ध गराइनुपर्ने पुनर्स्थापना सेवाको अभावमा उनीहरू अझ बढी सहभागिता र अवसरहरूबाट पछाडि परेका छन् । नेपाल बालअधिकारसम्बन्धी महासन्धि, १९८९ र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारसम्बन्धी महासन्धि (सी.आर.पी.डी.), २००६ को पक्ष राष्ट्र हुँदाहुँदै पनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाले यी महासन्धिहरूमा उल्लेखित अधिकारहरू उपयोग गर्न पाएका छैनन् । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई अझै पनि विद्यालयमा भर्ना गर्न अस्वीकार गरिन्छ । भौतिक संरचनाहरूमा हुने अवरोधका कारण उनीहरू विद्यालय जान, सार्वजनिक जीवनमा सहभागी हुन र घरपरिवारमा सहभागी हुन पाइरहेका छैनन् । **शिक्षा विभाग**ले प्रकाशित गरेको पछिल्लो प्रतिवेदन अनुसार देशभरि हाल जम्मा ९७ हजार अपाङ्गता भएका बालबालिका मात्र विद्यालय भित्र रहेका छन् । तर कति अपाङ्गता भएका बालबालिका विद्यालय बाहिर छन् भन्ने तथ्याङ्क शिक्षा विभाग र अन्य कुनै निकायसँग छैन ।

अपाङ्गता भएका बालबालिका दूर्व्यवहार, उपेक्षा, सामाजिक विभेदको सिकार भएका छन् । **ह्युमन राइट्स वाच**ले नेपालमा सन् २०१३ मा गरेको एक अध्ययन अनुसार हरेक १०० जनामा २९ जना अपाङ्गता भएका बालबालिका औपचारिक शिक्षाको लागि विद्यालय जान पाएका छैनन् । उनीहरूलाई विद्यालयमा अस्वीकार गरिन्छ र अर्कोतिर अभिभावकहरूले समेत अपाङ्गता भएका बालबालिकाले अन्य सरह पढ्न सक्छन् र उनीहरूलाई पनि विद्यालय पठाउन सकिन्छ भन्ने कुरा बुझेका छैनन् । नेपाल सरकारले प्राथमिक शिक्षामा सामान्य विद्यालय भर्नादरमा उल्लेख्य सुधार गरेको भएतापनि त्यसले अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई समेट्न सकेको छैन । विद्यालय भर्ना भएका अपाङ्गता भएका बालबालिकाको समेत विभिन्न संरचनागत अवरोध, विभेद र परिवारबाट हुने असहयोगका कारण विद्यालय छोड्ने दर तीव्र रहेको छ ।

यति हुँदाहुँदै पनि हाल अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि विद्यालयमा छात्रवृत्ति, परीक्षामा थप समय पाउने, ब्रेल सामग्री र पुस्तकहरू निःशुल्क प्राप्त गर्ने, निःशुल्क शिक्षा पाउने, दृष्टिविहीन बालबालिकाको लागि लेखक सहयोगी राख्न पाउने, बहिरा र बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि विशेष विद्यालय, अन्य अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि स्रोत कक्षा आदिको व्यवस्था सरकारले गरेको छ ।

बालसहभागिता अन्तर्गत अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागितालाई हेर्ने हो भने कक्षाकोठामा हुने सिकाइसम्बन्धी गतिविधिदेखि लिएर, खेलकुद तथा अतिरिक्त क्रियाकलाप, बालक्लब, घरपरिवारभित्र हुने गतिविधि लगायत सामाजिक गतिविधि सबै क्षेत्रमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता न्यून र नगण्य रहेको छ ।

३.४.२ विकास तथा विशेषताहरू

समयका विभिन्न कालखण्डमा अपाङ्गतालाई कहिले सांस्कृतिक वा धार्मिक दृष्टिले, कहिले उपकारको दृष्टिले र कहिले चिकित्सकीय दृष्टिले व्याख्या गर्ने गरिएको भएतापनि हाल विश्व समुदायले यसको एउटै व्याख्यालाई अङ्गीकार गरेको छ जसलाई अपाङ्गताको सामाजिक व्याख्या (Social Model of Disability)भनिन्छ । अपाङ्गताको सामाजिक व्याख्याअनुसार यो एउटा अवस्था हो जसमा मानिसको शारीरिक अवस्था मात्र जिम्मेवार छैन । मानिसमा उनको शरीरको अङ्गको तहमा कुनै पनि कारणले कुनै समस्या वा विचलन आउनु सामान्य कुरा हो र यति मात्र मानिसमा अपाङ्गता आउने कारण होइन । तर त्यसपछि जब मानिस विभिन्न सामाजिक, भौतिक, दृष्टिकोणजन्य, संस्थागत र सञ्चारसँग सम्बन्धित अवरोधका कारण आफ्ना दैनिक जीवनका विभिन्न तह, समुदाय र समाजमा अन्य सरह सहभागी हुन नपाई विभिन्न अवसर, सेवा सुविधा र अधिकारहरूबाट वञ्चित हुन्छ तब उनमा अपाङ्गता आउँदछ ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारसम्बन्धी महासन्धि, २००६ ले आफ्नो प्रस्तावनामा अपाङ्गतालाई परिभाषित गर्दै, "अपाङ्गता शरीरको अङ्गको तहमा कुनै विचलन वा क्षति पुगेको व्यक्ति (Persons with Impairments)र दृष्टिकोणजन्य एवं वातावरणीय अवरोधबीचको अन्तर्क्रियाको कारण उत्पन्न हुन्छ जसले अन्य व्यक्तिहरूसरह समान आधारमा समाजमा पूर्ण र प्रभावकारी ढङ्गमा सहभागी हुन बाधा पुऱ्याउँछ" भनी व्याख्या गरेको छ ।

यसैगरी सोही महासन्धिको धारा १ मा, 'अपाङ्गता भएका व्यक्ति भन्नाले शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक वा इन्द्रियसम्बन्धी दीर्घकालीन समस्या भएका व्यक्ति र विभिन्न अवरोधहरूबीचको अन्तर्क्रियाको कारणले समाजमा अन्य व्यक्तिहरू सरह समान आधारमा पूर्ण र प्रभावकारी ढङ्गमा सहभागी हुन बाधा भएको व्यक्ति' भनि परिभाषित गरिएको छ ।

अपाङ्गताको यो सामाजिक व्याख्याले व्यक्तिको शारीरिक अङ्गको तहमा भएको क्षति वा समस्याभन्दा पनि बढी वातावरणीय र दृष्टिकोणजन्य अवरोधहरूमा जोड दिएको छ । अर्थात व्यक्तिमा अपाङ्गता आउनमा उनको शारीरिक अवस्था होइन तर सामाजिक दृष्टिकोण, ऊमाथि गरिने विभिन्न प्रकारका विभेद, उपेक्षाहरू, दूर्व्यवहारहरू, भौतिक अवरोधहरू र विभेदपूर्ण नीति, कानुन र अभ्यासहरू बढी जिम्मेवार छन् भन्ने यस परिभाषाको आसय हो । यस परिभाषाले अपाङ्गताको अधिकारमुखी व्याख्यालाई संस्थागत गरेको छ र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका हरेक आवश्यकतालाई अब दया वा उपकारको दृष्टिबाट नभएर अधिकारको रूपमा राज्य र समाजले ग्रहण गर्नुपर्दछ भन्ने मान्यतालाई दरिलो रूपमा स्थापित गरेको छ ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले प्रकाशन गरेको International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) ले मानिसको जीवनमा अपाङ्गताको स्थिति आउने तीन विभिन्न अवस्थाहरू क्रमशः शरीरका आङ्गीक कार्य वा बनावटमा आएको विचलन, क्रियाकलापमा सीमितता र सहभागितामा हुने अवरोधलाई विस्तृत रूपमा विश्लेषण गरी अपाङ्गताको सर्वमान्य व्याख्या र वर्गीकरण गरेको छ । ICFले गरेको क्रियाकलाप र सहभागितासम्बन्धी व्याख्याका आधारमा मानिसले देहाय बमोजिमका नौ वटा विभिन्न क्षेत्रहरूमा आफ्ना क्रियाकलाप र सहभागितालाई सम्पादन गर्छ । ICFले 'क्रियाकलाप' भन्नाले 'कुनै खास वातावरणमा व्यक्तिले सम्पादन गर्ने कामहरू' भनेको छ भने 'सहभागिता' भन्नाले 'जीवनका विभिन्न तह, क्षेत्र वा अवस्थाहरूमा निर्णय, अभिव्यक्ति र छनौट गर्न पाउने अधिकारसहितको संलग्नता' भनेको छ । सामान्यतयाः ICFले मानिसका क्रियाकलाप र सहभागितालाई देहाय बमोजिमका ९ वटा क्षेत्रहरूमा विभाजन गरेर व्याख्या गरेको छ :

१. सिक्ने र सिकेको ज्ञानको प्रयोग गर्ने
२. सामान्य कार्य र मागहरू राख्ने
३. सञ्चार गर्ने
४. हिँडडुल वा गमनशीलता
५. स्वयं हेरचाह
६. सामान्य घरेलु जीवन
७. अन्तर्वैयक्तिक अन्तर्क्रिया र सम्बन्ध
८. मुख्य जीवनका क्षेत्रहरू
९. समुदाय, समाज र नागरिक जीवन

नेपालको अपाङ्ग संरक्षण तथा कल्याण ऐन, २०३९ ले गरेको परिभाषा वैज्ञानिक र समय सापेक्ष नभएको तथा उक्त परिभाषाले अपाङ्गतालाई परिभाषित गर्नुको सट्टा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको भावनामा नै ठेस पुऱ्याउने खालको समेत भएकोले अपाङ्गता अधिकारकर्मी लगायत अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा उनीहरूका संघसंस्थाहरूको व्यापक विरोध पश्चात् वि.सं. २०६३ सालमा नेपाल सरकारले पनि अपाङ्गताको परिभाषालाई नयाँ परिप्रेक्ष्यबाट परिभाषित र वर्गीकरण गऱ्यो । २०६३ सालमा गरेको परिभाषा अनुसार अपाङ्गता भन्नाले "शरीरका अङ्गहरू र शारीरिक प्रणालीमा आएको समस्याका कारण भौतिक सामाजिक सांस्कृतिक वातावरणका साथै सञ्चार समेतबाट सिर्जना भएको अवरोध समेतले दैनिक क्रियाकलाप सामान्य रूपमा सञ्चालन गर्न एवं सामाजिक जीवनमा पूर्ण सहभागी हुन कठिनाइ हुने अवस्थालाई भनिन्छ ।"

नेपाल सरकारले गरेको नयाँ अपाङ्गताको परिभाषामा पनि सामाजिक, सांस्कृतिक, भौतिक र सञ्चारका अवरोधहरूलाई मानिसमा अपाङ्गता आउने कारणको रूपमा स्वीकार गरिएको छ । नेपाल सरकारले अपाङ्गतालाई अपाङ्गताको प्रकृतिको आधारमा सात प्रकारमा र समस्याको गाम्भीर्यताको आधारमा चार प्रकारमा वर्गीकरण समेत गरेको छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई परिचय पत्रको व्यवस्था पनि गाम्भीर्यताको आधारमा चार प्रकारका परिचय पत्रको व्यवस्था गरेको छ ।

समस्याको गम्भीरताको आधारमा वर्गीकरण[44]

पूर्ण अशक्त

दैनिक क्रियाकलाप सम्पादन गर्न निरन्तर अरूको सहयोग लिंदा पनि कठिनाइ हुने अवस्थालाई पूर्ण अशक्त अपाङ्गता मानिन्छ ।

[44]नेपाल राजपत्र, नेपाल सरकारद्वारा प्रकाशित, खण्ड ५६, काठमाडौं, भदौ २ गते २०६३ साल (अतिरिक्ताङ्क ३३ ख +), भाग ३

अति अशक्त
वैयक्तिक क्रियाकलापहरू सम्पादन तथा सामाजिक क्रियाकलापमा संलग्न हुन निरन्तर अरूको सहयोग लिनुपर्ने स्थितिलाई अति अशक्त अपाङ्गता मानिन्छ ।

मध्यम
भौतिक सुविधा, वातावरणीय अवरोधको अन्त्य, शिक्षा र तालिम भएमा अरूको सहयोग लिएर वा नलिइकन निरन्तर दिनचर्या र सामाजिक क्रियाकलापहरूमा सहभागी हुन सक्ने अवस्थालाई मध्यम अपाङ्गता भनिन्छ ।

सामान्य
सामाजिक तथा वातावरणीय अवरोध नभएमा आर्फ नियमित दिनचर्या र सामाजिक क्रियाकलापमा सहभागी हुन सक्ने अवस्थालाई सामान्य अपाङ्गता मानिन्छ ।

प्रकृतिको आधारमा वर्गीकरण[45]

१. शारीरिक अपाङ्गता
स्नायु, मांसपेशी र जोर्नीहरू तथा हड्डीको बनावट एवं सञ्चालन कार्यमा भएको समस्याको कारणबाट व्यक्तिमा शारीरिक अङ्गहरूको सञ्चालन, प्रयोग र हिँड्डुलमा आएको समस्या शारीरिक अपाङ्गता हो । जस्तैः बाल पक्षाघात (पोलियो),मस्तिष्क पक्षाघात (Celebral Palsy), मांसपृशी बिचलन (Muscular Distrophy), जोर्नी र मेरूदण्डसम्बन्धी स्थायी समस्या, क्लबफिट, पैताला फर्केको, रिकेट्स, हड्डीसम्बन्धी समस्याका कारण उत्पन्न अशक्तता इत्यादि शारीरिक अपाङ्गता हो । होचापुड्काहरू (विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको परिभाषाअनुसार) पनि यस वर्गीकरणमा पर्दछन् ।

२ दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता
दृष्टिसम्बन्धी समस्याका कारण व्यक्तिमा कुनै पनि वस्तुको आकृति, आकार, रूप र रङ्गको ज्ञान नहुने स्थिति दृष्टिसम्बन्धी अपाङ्गता हो । यो निम्न दुई प्रकारको हुन्छ-

२.१ दृष्टि विहीनता
कुनै पनि व्यक्ति औषधि, शल्यचिकित्सा तथा चस्मा प्रयोगजस्ता उपचारबाट पनि दुवै आँखाले हातको औंला १० फिटको दुरीबाट छुट्याउन सक्दैन, अर्थात स्नेलेन चार्टको पहिलो लाइनको अक्षर (३/६०) पढ्न सक्दैन भने त्यस्तो व्यक्तिलाई दृष्टिविहीन मानिनेछ ।

२.२ न्यून दृष्टियुक्त
कुनै व्यक्ति औषधि, शल्यचिकित्सा, तथा चस्मा प्रयोगजस्ता उपचारबाट पनि २० फिटको दुरीबाट हातको औंला छुट्याउन सक्दैन अर्थात स्नेलेन चार्टको चौथो लाइनको अक्षर (६/१८) पढ्न सक्दैन भने त्यस्तो व्यक्तिलाई न्यून दृष्टियुक्त मानिनेछ ।

३. सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता
सुनाइका अङ्गहरूको बनावट एवं स्वरको पहिचान, स्थान, उतारचढाव तथा स्वरको मात्रा र गुण छुट्याउने कार्यमा व्यक्तिमा भएको समस्या सुनाइसम्बन्धी अपाङ्गता हो । यो निम्न दुई प्रकारको हुन्छ-

३.१ बहिरा
नसुन्ने, अस्पष्ट बोल्ने वा बोल्न नसक्ने र सञ्चारका लागि साङ्केतिक भाषा प्रयोग गर्नुपर्ने व्यक्ति बशिरा हो । ८० डेसिबल भन्दा माथिको ध्वनि पनि सुन्न नसक्ने व्यक्तिलाई बहिरा मानिनेछ ।

३.२ सुस्त श्रवण
काम कममात्र सुन्ने तर कम सुनेर सफासँग बोल्न सक्ने, सुन्नलाई कानमा श्रवणयन्त्र राख्नुपर्ने व्यक्ति सुस्त श्रवण व्यक्ति हो । ६५ डेसिबलदेखि ८० डेसिबलसम्मको ध्वनि सुन्नसक्ने व्यक्तिलाई सुस्त श्रवण मानिन्छ ।

[44]नेपाल राजपत्र, नेपाल सरकारद्वारा प्रकाशित, खण्ड ५६, काठमाडौं, भदौ २ गते २०६३ साल (अतिरिक्ताङ्क ३३ ख +), भाग ३

४. श्रवण दृष्टिविहीन

श्रवण र दृटिविहीनता दुवै भएको व्यक्तिलाई श्रवणदृष्टिविहीन मानिन्छ ।

५. स्वर तथा बोलाइ

स्वर र बोलाइसम्बन्धी अङ्गहरूमा उत्पन्न अप्ठ्यारोका कारण तथा बोल्दा स्वरको उतारचढावमा कठिनाइ, बोली स्पष्ट नहुनु, बोलदा शब्द वा अक्षर दोहोरिनुलाई स्वर र बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता मानिन्छ ।

६. मानसिक अपाङ्गता

मस्तिष्क र मानसिक अङ्गहरूमा आएको समस्या तथा सचेतन, अभिमुखीकरण, स्फुर्ति, स्मरणशत्ति, भाषा, गणनाजस्ता बौद्धिक कार्य सम्पादनका सन्दर्भमा आउने समस्याका कारण उमेर र परिस्थितिअनुसार व्यवहार गर्न नसक्नु तथा बौद्धिक सिकाइमा ढिला हुनुलाई मानसिक अपाङ्गता मानिन्छ । यो निम्न तीन प्रकारको हुन्छ-

६.१ बौद्धिक अपाङ्गता र सुस्त मनस्थिति

१८ वर्षको उमेर अगावै बौद्धिक विकास नभएको कारणले उमेर वा वातावरणसापेक्ष क्रियाकलापहरू गर्न कठिनाइ हुने व्यक्तिलाई बौद्धिक अपाङ्गता वा सुस्त मनस्थिति मानिन्छ ।

६.२. मानसिक अस्वस्थता

मानसिक अस्वस्थता वा कमीकमजोरी वा विकृतिका कारण दैनिक जीवनयापन गर्न कठिनाइ हुने अशक्ततालाई मानसिक अस्वस्थता मानिन्छ ।

६.३. अटिजम

जन्मजात वा कुनै व्यक्तिको उमेरको विकाससँगै सामान्य व्यवहार नदेखिनु, अस्वाभाविक प्रतिक्रिया देखाउनु, एउटै क्रिया लगातार दोहोऱ्याइरहनु, अरूसँग घुलमिल नहुनु वा तीव्र प्रतिक्रिया गर्नुलाई अटिज्म मानिन्छ ।

७. बहु अपाङ्गता

माथि उल्लेख गरिएकामध्ये एउटै व्यक्तिमा दुई वा दुईभन्दा बढी प्रकारका अपाङ्गताको समस्यालाई बहुअपाङ्गता मानिन्छ ।

३.४.३ बाबुआमा/अभिभावक, शिक्षक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताका भूमिकाहरू

अपाङ्गता भएका बालबालिकाका बाबुआमा/अभिभावक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताहरूले आफ्नो भूमिका निर्वाह गर्नाका लागि अपाङ्गता भएका बालबालिकाका क्षमता तथा विशेषताहरूबारे उनीहरू जानकार हुनुपर्दछ, जस्तै-

- अपाङ्गताको सामान्य अवधारणा र उनीहरूका छोराछोरीमा भएको अपाङ्गताको बारेमा ।
- अपाङ्गताको सामाजिक अवधारणा र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारको बारेमा ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिका वा व्यक्तिका सफलताका तथा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको बारेमा समाजमा हुने भ्रमहरूबाट अभिभावकलाई मुक्त गर्ने कथाहरू ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि बालसहभागिता किन आवश्यक छ र यसबाट बालक वा बालिकाको जीवनमा के परिवर्तन ल्याउन सकिन्छ भन्नेबारेमा । जस्तै, सहभागिताले उनीहरूलाई नयाँ कुरा सिक्न, आत्मविश्वास बढाउन, आफ्नो समुदाय चिन्न, भाषा सिक्न, आत्मनिर्भर हुन सघाउँछ भन्ने जस्ता कुराहरू ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाले समेत खेल्नसक्ने खेलहरूको बारेमा अभिभावकहरूलाई जानकारी र तिनका बालक वा बालिकाले कस्ता कस्ता खेलहरू खेल्न सक्दछन् भन्नेबारेमा ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि राज्यले के-कस्ता अवसरहरू दिएको छ र कुनै विज्ञको सल्लाह लिनुपर्ने भएमा कसरी पहुँच प्राप्त गर्ने भन्नेबारेमा ।
- गाउँमा कुनै सी.बी.आर. कार्यकर्ता वा अपाङ्गताको सवालमा काम गर्ने कुनै सामुदायिक सहजकर्ता तिनीहरूसँग नियमित सम्पर्क ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाका बाबुआमा, अभिभावक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताहरूले उनीहरूको लागि आवश्यक सहायक सामग्री र सहयोगी सुविधाहरूको बारेमा पनि जानकार हुनुपर्दछ । जस्तै-

- हिँडडुलमा सहयोग पुऱ्याउने : जस्तै ह्वीलचेयर, बैशाखी, क्यालीपर, वाकिङ स्टीक, विशेष प्रकारको जुत्ता, विशेष प्रकारको बेल्ट, सेतो छडी, कृत्रिम हात या खुट्टा,
- देख्नमा सहयोग पुऱ्याउने : विशेष प्रकारको चश्मा वा म्याग्निफाइङ्ग ग्लास,
- सञ्चार र लेख्नपढ्नमा सहयोग पुऱ्याउने : साङ्केतिक भाषा, अडियो बुक, स्क्रीन रिडिङ सफ्टवेयर, युनिकोडको प्रयोग, ब्रेल बुक, स्टाइलस र स्लेट, ब्रेल पेपर, ठूलो छापा अक्षर, डेजी प्रणाली, आइ कम्युनिकेटर आदि,
- सहयोगी : अपाङ्गता भएका बालबालिकाको दैनिक जीवनका क्रियाकलाप र उनीहरूको सिकाइ प्रक्रियामा सहभागी हुनको लागि निरन्तर सहयोग गर्ने व्यक्ति ।
- वातावरणीय पक्षहरू : नेपाल सरकारले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको भौतिक वातावरण र सञ्चार सेवामा पहुँचसम्बन्धी निर्देशिका लागु गरिसकेको छ । उक्त निर्देशिकामा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि भौतिक वातावरण मैत्रीपूर्ण बनाउन र सञ्चार सेवामा पहुँच स्थापित गर्न गर्नुपर्ने सबै कामहरूको बारेमा विस्तृत लेखिएको हुनाले सो निर्देशिकाको अध्ययन गर्ने ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग काम गर्दा बाबुआमा, अभिभावक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताहरूले निम्न कुराहरूमा हेक्का पुऱ्याउनु पर्दछ :

क. अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको मनमा ठेस पुग्नेखालका शब्दावलीहरू प्रयोग नगर्ने ।

ख. अपाङ्गता भएका बालबालिकाको अगाडि 'बिचरा' भन्ने शब्दावलीको प्रयोग नगर्ने ।

ग. सहभागिताका लागि पहलहरू गर्नूपूर्व अपाङ्गता भएका बालबालिकाका आवश्यकता पहिचान गर्ने र कस्ता अवरोधको कारणले उनीहरू सहभागी हुन सकिरहेका छैनन् भन्ने कुरा पहिचान गर्ने ।

घ. बालबालिकाकै अगाडि उनीहरूको कमजोरीको कुरा वा शारीरिक अवस्थाको कुरा अरूसँग नगर्ने ।

ङ. अरूसँग बालबालिकाको परिचय गराउँदा सकभर उनीहरूको नामसँगै उनीहरूले खास के गर्न सक्दछन् वा उनीहरूको विशेष क्षमता के छ वा उनीहरूको के कुरामा दखल छ त्यसको बारेमा पनि बताइदिने ।

च. कुनै पनि सहयोगको लागि हात बढाउँदा सकेसम्म बालबालिकाको अनुमति लिएर मात्र बढाउने ताकि उनीहरूको छनौट र निर्णयको सम्मान होस् ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग काम गर्दा बाबुआमा, अभिभावक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताहरूको दिमागमा अपाङ्गता भएका बालक वा बालिकाले केही गर्न सक्दैन भन्ने मानसिकता रह्यो भने त्यसले बालक वा बालिकाका अन्य सबल पक्षहरूलाई सक्रिय हुन दिँदैन । तसर्थ, सहभागिताको लागि सहजीकरण गर्ने सहजकर्ताले अभिभावकहरूलाई बालक वा बालिकाले के गर्न सक्दैन भन्ने कुरामा भन्दा पनि के गर्न सक्दछन् भन्ने कुरामा बढी केन्द्रित गराउनुपर्दछ र ती सबल पक्षहरूको धेरैभन्दा धेरै उपयोग गर्न सिकाउनुपर्दछ ।

उनीहरूले वातावरणीय अवरोधहरू हटाएर ती बालबालिकालाई कसरी आत्मनिर्भर बनाउन सकिन्छ भन्ने कुरामा जोड दिनुपर्दछ । बालक वा बालिकाले खेल्ने, कुद्ने ठाउँहरू, शौचालय, कोठा, भऱ्याङ आदिमा रहेका अवरोधहरू हटाउनाले उनीहरू आफ्नो दैनोदिन कार्य आत्मनिर्भर भई गर्न सक्दछन् । बाबुआमा/ अभिभावक, हेरचाहकर्ता तथा सहजकर्ताहरूलाई समुदायमा वरिपरि उपलब्ध पुनर्स्थापना सेवाको बारेमा जानकारी हुनुपर्दछ र यसले दिने फाइदाको बारेमा समेत उनीहरू जानकार रहनुपर्दछ ।

परिच्छेद- ४.४ः सहभागिता प्रवर्द्धनका क्षेत्र तथा पद्धतिहरू

आफ्नो उमेर, ज्ञान वा सिकाइको स्तरअनुसार हरेक बालबालिका विचार व्यक्त गर्न, निर्णय गर्न, मागहरू राख्न, खुशी वा दःुख व्यक्त गर्न, छनौटहरू गर्न सक्षम हुन्छन् । यस विषयमा वयस्क (जोसँग बालबालिकाको विकास र संरक्षणको दायित्व रहेको हुन्छ) ले केवल हरेक बालबालिकाबाट उनीहरूको उमेरअनुसार के र कति अपेक्षा गर्न सकिन्छ वा गर्ने भन्ने कुरा बुझ्नु जरूरी छ । जस्तै दुई वर्ष उमेरको एउटा बालक/बालिकालाई तपाईंले रातो रङ्गको खेलौना गाडी ल्याएर दिनुभयो तर उनले त्यसलाई स्वीकार गरेन वा अर्को कुनै खेलौना रोज्छ भने त्यो उनले आफ्नो उमेरअनुसार गरेको छनौटको निर्णय हो ।

उमेरअनुसार सहभागिताका क्षेत्रहरू सबै बालबालिकाका लागि एकै हुन । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई मात्र कुनै फरक सहभागिताको जरूरत पर्ने होइन । अन्य बालबालिकाको लागि हामी जुन सहभागिताको कुरा गर्छौं अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि पनि त्यही नै हो । केवल फरक यति मात्र हो कि तुलनात्मक रूपमा उनीहरूलाई अन्य बालबालिका सरह निर्णय प्रक्रिया र जीवनका विभिन्न क्षेत्रमा सहभागिताबाट वञ्चित गरिन्छ वा विभिन्न अवरोधहरूका कारण उनीहरू सहभागी हुन पाउँदैनन् । अपाङ्गता भएकै आधारमा उनीहरूलाई जीवनका विभिन्न तह, क्षेत्र वा अवस्थाहरूमा जानेर वा नजानेर सहभागी गराइँदैन । उनीहरूका केही थप आवश्यकताहरू हुन्छन् जसलाई सम्बोधन गरेपछि मात्र सहभागिताको लागि मार्ग खुल्दै जान्छ । उनीहरूलाई सहभागिताबाट वञ्चित गर्ने केही अवरोधहरू हुन्छन् जसलाई हटाएर मात्र सहभागिताको प्रक्रिया सुरू गर्न सकिन्छ । तसर्थ, चाहे त्यो जुनसुकै उमेर समूहका अपाङ्गता भएका बालबालिका किन नहुन् उनीहरूको सहभागितालाई सहजीकरण गर्न गर्नुपर्ने मुख्यतः निम्न चारवटा कामहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ :

क. अवरोधहरूको पहिचान

अपाङ्गता कुनै व्यक्तिगत समस्या नभएर यो विभिन्न अवरोधहरूको कारणले उत्पन्न हुने अवस्था हो भन्ने बारेमा हामी माथि छलफल गरिसकिएको छ । यस्ता अवरोधहरू खास गरेर भौतिक, दृष्टिकोणजन्य, संस्थागत र सञ्चारमा हुने अवरोध गरी चार प्रकारका हुन सक्दछन् । यदि अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागितामा अवरोध उत्पन्न गर्ने यस्ता वातावरणीय तत्वहरूलाई गहिरिएर पहिचान गर्ने हो भने अपाङ्गताको प्रकृतिअनुसार फरक-फरक हुन्छन् । यस्ता वातावरणीय तत्वहरूले सबै प्रकृतिका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि समान रूपमा अवरोध उत्पन्न पनि गर्दैनन् र समान रूपमा सहयोगी पनि हुँदैनन् । जस्तै हामी बहिरा बालबालिका र दृष्टिविहीन बालबालिकाको लागि हुने एउटा अवरोधको कुरा गरौं । सुनेर र बोलेर मात्र सञ्चार गर्ने पद्धति भयो भने बहिरा बालबालिकाको सहभागितामा अवरोध उत्पन्न गर्छ तर सोही पद्धति दृष्टिविहीन बालबालिकाको लागि अवरोधपूर्ण हुँदैन ।

यसैगरी दृश्य हेरेरै मात्र थाहा पाउने वा अर्थ बुझ्ने प्रक्रिया दृष्टिविहीन बालबालिकाको लागि अवरोधपूर्ण हुन सक्दछ तर बहिरा बालबालिकाको लागि नहुन सक्दछ । सामान्य सिढीं वा भऱ्याङ्ग शारीरिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूमध्ये पनि ह्वीलचियर प्रयोगकर्ता वा बैशाखी प्रयोगकर्ता बालबालिकाको लागि अवरोध हुन सक्दछ तर एक हात मात्र गुमाएको व्यक्तिको लागि अवरोध नहुन पनि सक्दछ । यसबाहेक परिवार वा समुदायमा व्याप्त अपाङ्गताप्रतिको पुरातन सोच, अपाङ्गता भएका बालबालिकाको क्षमताप्रतिको अविश्वास र उनीहरूको सहभागितामा कसरी अभिवृद्धि गर्ने भन्नेबारेमा आवश्यक ज्ञान, सीप र सूचनाको अभावमा पनि अपाङ्गता भएका बालबालिका सहभागिताबाट वञ्चित भएका हुन सक्दछन् । तसर्थ, अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागितालाई सहजीकरण गर्ने हरेक व्यक्तिले जुन उमेर समूहका बालबालिकासँग काम गरेपनि सबैभन्दा पहिले अवरोधहरूको पहिचान गर्नुपर्दछ । विभिन्न स्वरूपका अवरोधहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

१. भौतिक अवरोधहरूः सार्वजनिक वा सबैको लागि भनेर खुल्ला गरिएका भौतिक संरचनाहरू जस्तै भवनहरू, सरकारी कार्यालय, मनोरञ्जन स्थल, किनमेल केन्द्रहरू, सडक, अस्पताल, कार्यस्थलहरू, विद्यालय, कलेज, पुस्तकालय, आवास सुविधा, सार्वजनिक यातायात सेवा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले स्वतन्त्र रूपमा प्रयोग वा उपयोग गर्न सक्नेगरी निर्माण नगरिनु ।

२. दृष्टिकोणजन्य अवरोधहरूः अपाङ्गताको बारेमा गलत र पुरातन सामाजिक सोच, अपाङ्गताको नकारात्मक धार्मिक व्याख्या जस्तै 'पूर्वजन्मको पाप', अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू नसक्ने र बिरामी हुन् भन्ने आम मानसिकता आदि । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू असामान्य (Abnormal)हुन् भन्ने परम्परागत चिकित्सकीय धारणा, उनीहरू आफैले केही गर्न सक्दैनन् र अरूले नै सबैथोक गरिदिनुपर्छ भन्ने मानसिकता आदि । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको यौन क्षमता हुँदैन वा छोराछोरी जन्माउन सक्दैनन् भन्ने जस्ता रूढीवादी सोच ।

३. संस्थागत अवरोधहरू : काम वा रोजगारीमा अस्वीकार गर्नु, विद्यालयमा अस्वीकार गर्नु, कानुन वा नियममा भेदभाव गर्नु, जस्तैः मगज खुस्केको, कुनै संस्थाको सदस्य हुन नपाउने वा बौद्धिक अपाङ्गता भएको व्यक्तिले भोट हाल्न नपाउने वा कुनै अपाङ्गता भएको व्यक्तिले प्रहरी वा सेनाको सङ्गठनमा जागिर खान नपाउने जस्ता नियम, कानुन वा संस्थागत गरिएका अभ्यासहरू । विशेष आवश्यकताहरूलाई सम्बोधन गर्न असमर्थ प्रणाली कानुन र नियमहरू जस्तै कलम समाएर लेख्न बाधा हुने विद्यार्थीलाई सिकाइ प्रक्रियामा कसरी सहभागी गराउने वा परीक्षाको कस्तो प्रणाली अपनाउने भन्नेबारेमा कुनै व्यवस्था नहुनु ।

४. सञ्चारसम्बन्धी अवरोधहरूः बहिरा व्यक्तिहरूको लागि साङ्केतिक भाषाको अभाव, राज्यका सूचना तथा सञ्चार प्रणालीले दृष्टिविहीन र बहिरा व्यक्तिहरूको पहुँच सुनिश्चित गर्न नसक्नु, बौद्धिक अपाङ्गता भएका र अटिजम प्रभावित व्यक्तिहरूको लागि सञ्चार गर्ने सही तरिका र अभ्यासहरूको विकास हुन नसक्नु आदि ।

ख. विद्यमान अवसर र सबल पक्षहरूको पहिचान

समाजमा अपरोध र समस्या मात्र हुँदैनन । यसैगरी अपाङ्गता भएका व्यक्तिमा पनि कार्यबाधा वा सीमितता मात्र पनि हुँदैनन् । समाजभित्रै कैयौँ अवसरहरू हुन्छन् जसलाई हामी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता अभिवृद्धि गर्नको लागि उपयोग गर्न सक्दछौँ । यसैगरी अपाङ्गता भएका बालबालिका स्वयंभित्रै अन्य बालबालिका सरह कैयौँ यस्ता सबल पक्ष र प्रतिभाहरू हुन्छन् जसलाई उपयोग गरेर उनीहरूको सहभागितामा अभिवृद्धि गर्न सकिन्छ । यसैगरी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागितामा अभिवृद्धि गर्न केही थप सहयोगको जरूरी हुन सक्छ वा उनीहरूका केही आवश्यकताहरू हुन सक्छन् जसलाई सम्बोधन गऱ्यौं भने उनीहरूको सहभागितामा अभिवृद्धि गर्न सकिन्छ ।

अवसरहरूः सरकारले उपलब्ध गराएका सेवासुविधाहरू समुदायमा स्थापित अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूद्वारा सञ्चालित संस्था वा समूहहरू, अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि काम गरिरहेका संस्थाहरू अपाङ्गता अधिकारकर्मीहरू, सीबीआर कार्यकर्ताहरू, बालबालिकाको अधिकारको लागि काम गर्ने निकाय, संस्था र समूहहरू आदि ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाभित्रै हुने सबलपक्षका उदाहरणहरूः सबल पक्ष भन्नाले कुनै अपाङ्गता भएको बालबालिकाले "के गर्न सक्दैनन्" भन्ने कुरामा भन्दा पनि उनीहरूले "के गर्न सक्दछन्" भन्ने दृष्टिकोणबाट सोच्ने व्याख्या गर्ने र समाधान खोज्ने अवधारणा हो । जस्तै :

- शारीरिक कार्यबाधाहरू भएतापनि सुन्न र बोल्न वा सञ्चार गर्न, सिक्न, नक्कल गर्न हाँस्न, खेल्न वा मन परेको कुरा छान्न सक्ने ।
- आँखाले देख्न नसक्ने भएतापनि सुन्न, बोल्न, हिँडडुल गर्न, सिक्न, बौद्धिक कार्यहरू गर्न वा नक्कल गर्न हाँस्न, खेल्न वा मनपरेको कुरा छान्न सक्ने ।
- कानले नसुन्ने वा नबोल्ने भएतापनि इसारा गर्न, देख्न, हातखुट्टा चलाउन, हिँडडुल गर्न, बौद्धिक कार्यहरू गर्न, हाँस्न, खेल्न वा मनपरेको कुरा छान्न सक्ने ।
- सिकाइमा कठिनाइ भएपनि बोल्न, हिँडडुल गर्न, सञ्चार गर्न, खेल्न, कुद्न, देख्न सक्ने ।
- सिकाइमा ढिला भएपनि हिँडडुल गर्न, बिस्तारै सिक्न, देख्न, सुन्न सक्ने, बोल्न सक्ने ।
- विशेष आवश्यकता वा थप सहयोग, जस्तैः सहायक सामग्री, व्यक्तिगत सहयोगी, पथ प्रदर्शक, दोभाषे, वाचक, पुनर्स्थापना सेवा, परामर्श, विशेष तालिम, वातावरणमा सुधार, विशेष उपकरणहरू (ब्रेल सामग्री, रेकर्डर, स्क्रीन रिडर, कम्प्युटर), उपयुक्त अनुकूलता (Reasonable Accommodation)आदि ।

ग. सहभागिताका लागि हस्तक्षेपका क्षेत्रहरूको निर्धारण

अवरोध लगायत सबल पक्ष र विशेष आवश्यकताहरूको पहिचान गरिसकेपछि सहभागिताको लागि हस्तक्षेपका क्षेत्रहरूको पहिचान गर्नु आवश्यक हुन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकाको हकमा कुरा गर्दा घर परिवार, समुदाय, विद्यालय, बालक्लब, आदिमा विद्यमान अवस्थाको लेखाजोखा र पहिचान गरिएका अवरोधहरूको आधारमा हस्तक्षेपका क्षेत्रहरू निर्धारण गर्नुपर्ने हुन्छ । हस्तक्षेपका क्षेत्रहरूको निर्धारणका लागि केही उदाहरणहरू यसप्रकार रहेका छन् :

- कुनै विद्यालयमा पढ्दै गरेको एक शारीरिक अपाङ्गता भएको बालबालिकाको सन्दर्भबाट विद्यालयको विद्यमान अवस्थाको

अध्ययन र अवरोधहरूको पहिचान गर्दा कक्षाकोठाको वातावरण तपाईंले सही पाउनुभएपनि उनको लागि शौचालय मैत्रीपूर्ण नपाउन सक्नुहुन्छ। यस अवस्थामा हस्तक्षेपको क्षेत्र शौचालय हुन सक्दछ।

- कुनै बहिरा विद्यार्थी कक्षाकोठामा अन्य बालबालिकासँगै बसेको पाउनुभयो तर सञ्चारको अपर्याप्तताको कारणले ऊ पूर्ण रूपमा सिकाइ प्रक्रियामा सहभागी नभएको पाउनुभयो भने यस्तो अवस्थामा हस्तक्षेपको क्षेत्र सञ्चार हुन सक्दछ।
- कुनै बालक वा बालिका विद्यालय भर्ना पनि भएको छ, उनलाई विद्यालय आउन जान पनि समस्या छैन, भौतिक वातावरण पनि मैत्रीपूर्ण छ तर उनको अपाङ्गतालाई लिएर साथीभाइ र शिक्षकहरूले दैनिक गर्ने दूर्व्यवहारको कारण ऊ कुनै पनि अन्य गतिविधिमा समावेश नभएको पाउनुभयो भने हस्तक्षेपको क्षेत्र शिक्षक र अन्य विद्यार्थीको सोच र व्यवहारमा परिवर्तन हुन सक्दछ।
- कुनै दृष्टिविहीन अपाङ्गता भएको बालबालिकाको घरपरिवारको विद्यमान अवस्था र अवरोधहरूको अध्ययन गर्दा सबै ठीक पाउनुभयो तर उनीहरूलाई सानैदेखि गमनशीलता सीप कसरी सिकाउने र आत्मनिर्भर कसरी बनाउने भन्नेबारेमा बाबुआमाको ध्यान नपुगेको पाउनुभयो भने तपाईंको लागि हस्तक्षेपको क्षेत्र 'उनीहरूलाई सेतो छडी लिएर हिँड्ने सीप दिने' भन्ने हुन सक्दछ।

घ. सहभागिताको लागि योजना

हस्तक्षेपका क्षेत्रहरूको पहिचान गरिसकेपछि पनि सहभागिताका सबै कामहरू एकैपटक फटाफट गर्न वा गराउन सकिँदैन। कतिपय कामहरू यस्ता हुन्छन् जसको लागि लामो समय लाग्न सक्दछ तर कतिपय यस्ता हुन्छन् जो तत्काल गर्न सकिन्छ। तसर्थ, हस्तक्षेपका क्षेत्रहरूको निर्धारण गरिसकेपछि सहभागिताका लागि दीर्घकालीन र अल्पकालीन योजनाहरू तय गर्नुपर्दछ, जसमा विभिन्न प्रकारका क्रियाकलापहरू समावेश हुन्छन्। यतिमात्र होइन अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागितामा वृद्धि गर्न तपाईंको एक्लो प्रयासले मात्र पनि सम्भव नहुन सक्छ। यसमा घरपरिवार, विद्यालयका शिक्षक, विद्यालय व्यवस्थापन समिति, बालक्लब, शिक्षक अभिभावक संघ, स्रोत शिक्षक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति वा बालबालिकाको लागि काम गर्ने संस्था, पुनर्स्थापना कार्यकर्ता, गाउँपालिका, सामुदायिक सहजकर्ता, महिला तथा बालबालिका कार्यालय, जिल्ला बालकल्याण समिति आदिको सहयोग र समन्वय आवश्यक हुन सक्दछ। तसर्थ, योजना निर्माण गर्दा कुन क्रियाकलापको लागि कसको सहयोग जरूरी छ र सो सरोकारवाला स्थानीयस्तरमा उपलब्ध छ कि छैन भनी योजना निर्माणको अवस्थामा नै सुनिश्चित हुनुपर्दछ।

अल्पकालीन कार्य योजनाको नमूना

क्र.सं	पहिचान गरिएका हस्तक्षेपका क्षेत्र	क्रियाकलापहरू	समयावधि	समन्वय गर्नुपर्ने निकाय, व्यक्ति वा समूह
१	वातावरणमा सुधार	विद्यालयको शौचालयमा र्‍याम्प बनाउने।	१० दिन	विद्यालय प्रशासन
२	शिक्षकहरूलाई तालिम	समावेशी खेलहरूको बारेमा शिक्षकहरूलाई तीन दिनको तलिम	७ दिन	विद्यालय प्रशासन, अपाङ्गता भएका बालबालिकाको क्षेत्रमा काम गर्ने संस्था

दीर्घकालीन कार्ययोजनाको नमूना

क्र.सं	पहिचान गरिएको हस्तक्षेपका क्षेत्र	क्रियाकलापहरू	समयावधि (देखि सम्म)	समन्वय गर्नुपर्ने निकाय, व्यक्ति वा समूह

माथि उल्लेखित सबै प्रकारका अवरोधहरूको सम्बोधन गर्ने हो भने अपाङ्गता भएका बालबालिकाले आफ्नै उमेरका अपाङ्गता नभएका बालबालिकाहरूले जसरी घरपरिवार, विद्यालय, समुदाय, बालक्लब/सञ्जाल तथा गाउँपालिका/नगरपालिका तहमा सहभागिता जनाउँदछन्, त्यसरी नै सहभागी हुन सक्दछन्। यसका लागि वयस्कहरूले उनीहरूको सहभागिताको लागि अवसरहरू जुटाउनुपर्दछ। अन्य बालबालिका र अपाङ्गता भएका बालबालिका सहभागी हुने क्षेत्रहरू फरक क्षेत्रहरू होइनन्। तसर्थ, सामान्यतयाः उनीहरूलाई पनि दैनिक घरपरिवार, समुदाय, विद्यालयका समूह आदिमा सहभागी गराउने विधिहरू पनि कुनै फरक र जटिल विधिहरू छैनन्। यसैगरी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिताको लागि भनेर कुनै विश्वव्यापी

रूपमा स्वीकार्य निश्चित रूपमा परिभाषित गरिएका एकै प्रकारका विधि र पद्धतिहरू पनि छैनन् । देश, काल, परिस्थिति, सामाजिक संरचना वा बनौट, भाषा, संस्कृति, दैनिक रूपमा प्राप्त अनुभवहरूका आधारमा विधिहरू फरक-फरक हुन्छन् ।

४.४.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता

घरपरिवार अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको लागि एउटा ठूलो आधार हो । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई हुर्काउनु सजिलो कुरा होइन, यसमा थुप्रै चुनौतीहरू आउन सक्दछन् र तिनको डटेर सामना गर्न सक्नुपर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले हुर्काउने अनुभवका सम्बन्धमा एमिली पर्ल किङ्सले (Emily Pearl Kingsley)ले सन् १९८७ मा लेखेको एक लेख तल प्रस्तुत गरिएको छ :

हल्याण्डमा स्वागत छ

अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई हुर्काउने अनुभव कस्तो हुन्छ भन्ने बारेमा मलाई प्रायशः सोध्ने गरिन्छ - त्यस्तो पृथक अनुभव नसँगालेका व्यक्तिहरूलाई त्यसको अनुभूति गर्न मद्दतको लागि, मेरो अनुभव यस्तो छ...

सन्तान आउने तयारी गर्नु भनेको इटालीमा एउटा रमाइलो छुट्टी मनाउन भ्रमण गर्ने योजना बनाउनु जस्तै हो । तपाईं थुप्रै पर्यटकीय गाईडबुकहरू किन्नुहुन्छ अनि औंधी राम्रा-राम्रा भ्रमण योजनाहरू बनाउनुहुन्छ- संसारकै सबैभन्दा ठूलो रङ्गमञ्च (The Coliseum), संसारकै सबैभन्दा राम्रो मुर्तिकला (Michelangelo David), भेनिसको नहरमा चलाइने लामो डुङ्गाबाट जलविहार (Gondalas in Venice)आदि । अझ तपाईं त सायद केही सजिला अनि उपयोगी इटालियन शब्दहरू पनि सिक्नुहोला । सबै कत्ति रोचक हुँदो हो ।

केही महिनाको उत्सुकतापूर्ण पर्खाइपछि त्यो दिन आखिरमा आई नै पुग्छ । तपाईं आफ्ना सामानहरू प्याकिङ्ग गर्नुहुन्छ अनि निस्कनुहुन्छ यात्रामा । कैयौं घण्टाको उडानपछि तपाईंको विमानले जमिनमा अवतरण गर्दछ । विमान परिचारिका आउँछिन् अनि भन्छिन्, "हल्याण्डमा स्वागत छ तपाईंलाई"

"हल्याण्ड ?!?" तपाईं छक्क पर्दै भन्नुहुन्छ । "के भन्न खोज्नुभएको ?" "मलाई त इटाली जानुपर्ने ! म त अहिले इटालीमा हुनुपर्ने । मेरो पूरै जीवन मैले इटाली जाने सपना देखेको ।"

तर यहाँ त उडानको योजना नै परिवर्तन भइसक्यो । हवाइजहाज हल्याण्डमा अवतरण भइसक्यो, अनि तपाईंले त्यहीँ बस्नुपर्छ ।

सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा के हो भने, उनीहरूले तपाईंलाई कुनै डरलाग्दो, घीनलाग्दो, फोहरी, महामारी फैलिएको, अनिकाल परेको, रोगले ग्रस्त ठाउँमा पुऱ्याएका छैनन् । यो त केवल फरक ठाउँ मात्र न हो ।

त्यसैले तपाईंले बाहिर जानैपर्छ, अनि नयाँ पर्यटकीय गाईडबुकहरू किन्नुपर्छ, तपाईंले अर्को छुट्टै नयाँ भाषा पनि सिक्नैपर्छ । अनि तपाईंले कहिल्यै नदेखेका नभेटेका थुप्रै नयाँ अनुहार भएका व्यक्तिहरूलाई पनि भेट्नुहुन्छ ।

यो त केवल फरक ठाउँ मात्र न हो । यो इटालीभन्दा अलिक सुस्त ठाउँ हुनसक्ला, इटालीभन्दा कम झिलीमिली हुनसक्ला । तर केही समयको बसाइपछि आफ्नो श्वास रोक्दै तपाईं आफ्नो वरिपरि हेर्नुहुन्छ... अनि तपाईंले देख्नुहुन्छ,, हल्याण्डमा बतासे मिलहरू छन्... हल्याण्मा घण्टीफूलहरू छन् । हल्याण्डसँग प्रख्यात साङ्गितिक ब्याण्ड रेमब्राण्डट्स (Rembrandts) पनि छ ।

तर तपाईंले चिनेजानेका सबै इटाली गएर आएका छन्... उनीहरू सबैजनाले त्यहाँ कत्ति रमाइलो समय बितायौं भन्दै फुर्ति लाउँदै गरेको तपाईंको कानमा गुञ्जिरहन्छ । अनि जीवनको उत्तरार्द्धसम्म पनि तपाईंलेयो कुरा सम्झिरहनुहुनेछ, "हो, म त्यहीँ जान चाहन्थे । मैले योजना गरेको त्यही थियो ।" अनि त्यसको पीडा कहिल्यै कहिल्यै कहिल्यै पनि जान सक्दैन... किनभने त्यो सपना गुमाउनु भनेको तपाईंको लागि एकदमै ठूलो नोक्सानी हो ।

तर... यदि तपाईं आफ्नो जीवन इटाली पुग्न नपाएकै कुरामा दुःखी भएर बिताउनहुन्छ भने, तपाईले कहिल्यै पनि आफूले हल्याण्डमा रमाइलो पलहरू बिताउन पाउनुहुन्न, त्यहाँको विशेष आकर्षणहरूमा रम्न सक्नुहुन्न, अनि ती पलहरू सम्झनामा पनि राख्न सक्नुहुन्न ।

http://www.our-kids.org/archives/Holland.html

अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सबैभन्दा पहिले उनीहरूको घरपरिवारले उनीहरूको अवस्थासहित स्वीकार गर्नुपर्दछ,

त्यसपछि मात्र उनीहरूका विकास अनि सहभागतिाका ढोकाहरू खुल्न सम्भव हुन्छ। उनीहरूलाई हुर्काउने क्रममा थुप्रै प्रकारका चुनौतीहरू आउन सक्दछन्, साथै उनीहरूको सहभागिता सुनिश्चित गर्न पनि। तसर्थ घरपरिवारका सदस्यहरूले उनीहरूलाई स्वीकार गरी त्यसैअनुसार उनीहरूलाई अवसर प्रदान गर्नुपर्दछ। यसका साथै घरबाहिर उनीहरूको सहभागिता सुनिश्चित गर्नाको लागि पनि अभिभावकले उनीहरूको लागि सुहाउँदो भौतिक तथा सामाजिक वातावरण तयार गर्नुपर्दछ।

छ वर्ष उमेरसम्मका अपाङ्गता भएको बालबालिकाको सहभागिता

बालबालिकाको यो अवस्था सबैभन्दा संवेदनशील र सुन्दर हुन्छ। यो अवस्थामा हरेक बालबालिकाले आफ्ना दैनिक जीवनमा काम लाग्ने साना साना कुराहरू सिक्ने र नक्कल गर्ने गर्दछन्। जस्तै बोल्ने, हाँस्ने, रूने, हिँड्ने, खेल्ने, कुद्ने उफ्रने, शब्द र वाक्यहरू सिक्ने, आमा, बुबा वा परिवारका अन्य सदस्यहरूसँग भ्याम्मिने, धेरै मायाममता र उत्प्रेरणा चाहने, बाल बिज्याइँ गर्ने, अरूले गरेको काम वा आवाजहरूको नक्कल गर्ने, हरेक कुराहरूमा जिज्ञासु भएर प्रश्नहरू सोध्ने आदि। यस्ता कुराहरू आवश्यक र स्वाभाविक हुन्। हरेक बालबालिकाको शारीरिक तथा बौद्धिक विकासको लागि यी कुराहरू आवश्यक छन्। तसर्थ, यस उमेर समूहका बालबालिकाको सहभागिताको लागि सहजीकरण गर्दा उपरोक्त विषयहरूलाई केन्द्रविन्दुमा राखेर गर्नुपर्ने हुन्छ।६ वर्षसम्मको उमेर भनेको धेरै खेलेर, हेरेर, सुनेर, छामेर, बोलेर, स्पर्श वा सङ्केत गरेर, महसुस गरेर, नक्कल गरेर, नक्कल गरेको चिज प्रयोग गरेर सिक्ने समय हो। तसर्थ, यस उमेरमा धेरैभन्दा धेरै बालबालिकाहरूलाई खेल वा अन्य क्रियाकलापहरूमार्फत यस्ता अवसर प्रदान गर्नुपर्दछ।

अपाङ्गता भएका बालबालिका पनि अन्य बालबालिका सरह नै यस्ता अवसरहरूका समान भागिदार र हकवाला हुन् र उनीहरूलाई यस्ता अवसरहरूमा सहभागी गराउन बाबुआमा वा परिवारका सदस्यहरूको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ। यदि घरमा साङ्ग बालक वा बालिका पनि छन् भने अपाङ्गता भएको बालक वा बालिकालाई पनि उनीहरूसँग खेल्ने वातावरण बनाउने र एक अर्कालाई खेल्नमा सहयोग गर्न सिकाउने काम अभिभावकको हो। यसले दुवैलाई एकअर्काप्रति र एकअर्काको विविधताप्रति सकारात्मक र सम्मानपूर्ण बनाउन सहयोग गर्दछ। खेलहरू खेल्दा दुवै प्रकृतिका बालक वा बालिकाले समान रूपमा खेल्न सक्ने खेलहरू खेलाउने कुरामा निकै सचेत भएर ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ। तसर्थ यस्ता कुराहरू सहजकर्ताले अभिभावक र परिवारका सदस्यहरूलाई सिकाउनुपर्दछ। जस्तैः गीत गाएर खेल्ने खेल, कथाहरू सुनाउने आदि।

पहिलो चरणः सूचना सङ्कलन र अवस्थाको अध्ययन

क) व्यक्तिगत विवरणको सङ्कलन

यस अन्तर्गत अनुसूचीमा राखिएको फारम प्रयोग गरी व्यक्तिगत सूचना सङ्कलन गरिन्छ। यस्ता व्यक्तिगत सूचनाहरू गोप्य राखिन्छ र सार्वजनिक गरिँदैन र सहभागिताको प्रयोजनको लागि मात्र उपयोग गरिन्छ।

ख) अवरोध र विभेदहरूको पहिचान

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको घरपरिवारभित्र विभिन्न प्रकारका अवरोधहरू हुन सक्दछन् जसले उनीहरूको सहभागितालाई अवरूद्ध गरेका हुन सक्दछन्। तसर्थ, कुन-कुन भौतिक तथा दृष्टिजन्य अवरोधहरूले उनीहरूको कस्तो प्रकारको र कुन दैनिक सहभागितामा रोकावट ल्याएको छ भन्ने कुरा पहिचान गर्नुपर्दछ। पहिचान गरिएका सबै अवस्थाहरू सबै बालबालिकाका लागि समान रूपमा प्रयोग नहुन सक्दछन्। त्यसैले जुन अवस्था जुन बालक वा बालिकासँग मिल्छ सोही अनुसार चिनो लगाउने।

अवस्थाहरू	हो	होइन
बिरामी वा नसक्ने भनेर अत्याधिक संरक्षणमा राखिएको छ।		
बाबु आमाले घरबाट बाहिर लैजान असजिलो मान्छन्।		
उनको लागि औषधीउपचारको बारेमा मात्र धेरै चिन्ता गरिन्छ।		
बालक वा बालिकालाई प्रायः एक्लै राखिन्छ।		
लड्छ वा चोट लाग्छ वा हिंडडुल गर्न सक्दैन भनेर खेल्नबाट वञ्चित गरिएको छ।		
बाबुआमा वा परिवारका सदस्यहरू उनीहरूसँग खेल्दैनन्, सञ्चार वा कुराकानी गर्दैनन्।		
घरमा भएका अन्य बालबालिका खेलौनासँग खेल्छन् तर उनी खेल्न पाउँदैनन्।		
बाबुआमा वा परिवारका सदस्यसँग उनी बाहिर घुम्न जान वा बजार जान पाउँदैनन्।		

उनले लाउने लुगाहरू व्यवस्थित र सफा छैनन् ।		
परिवारमा रहेका उनीसरहका अन्य बालबालिकाले उनलाई आफूहरूसँग खेलाउँदैनन् ।		
उनलाई के खाने वा के लाउने मन छ भनेर कसैले सोध्दैन वा कम सोधिन्छ ।		
परिवार वा टोलमा उनी सरहका बालबालिका भएपनि उनी साथीविहीन झैं देखिन्छन् ।		
उनीमाथि झर्को फर्को गरिन्छ वा उनलाई दबावमा राखिन्छ ।		
कामको कारणले बाबु आमाले वा परिवारका सदस्यले उनलाई समय दिन पाउँदैनन् ।		
उनलाई जीवनका विभिन्न क्षेत्रमा कसरी सहभागी गराउने भन्नेबारेमा बाबु आमालाई थाहा छैन		
उनलाई जीवनका विभिन्न क्षेत्रमा सहभागी गराउने भन्ने बारेमा बाबुआमाको खासै चिन्ता देखिँदैन ।		
घरको भौतिक अवस्थाले उनको आवागमनलाई अवरोध गर्छ ।		
उनको बौद्धिक, व्यवहारजन्य वा सिकाइसम्बन्धी कठिनाइको बारेमा अभिभावकलाई केही पनि थाहा छैन ।		
उनलाई हिँडडुलमा स्वनिर्भर बनाउने किसिमका कुनै प्रयासहरू गरिएका छैनन् वा कम मात्रामा गरिएका छन् ।		
उनको समस्या, कठिनाइ वा अवरोधको बारेमा बाबुआमा वा अभिभावकलाई थाहा छैन ।		
समुदायका अन्य मानिसहरूले परिवारमा अपाङ्गता भएको बालक वा बालिका भएको कारणले गर्ने अपमान वा दूर्व्यवहारको कारणले बाबुआमा उक्त बालक वा बालिकाप्रति दुःखी र उदासीन छन् ।		
बाबु आमा वा परिवारका सदस्यहरू अपाङ्गता भएको बालक वा बालिकालाई समय दिनुलाई खासै उपलब्धि ठान्दैनन् ।		

माथिको तालिकामा सहजकर्ताले हरेक परिवारमा गई वा अभिभावकसँग व्यक्तिगत भेटी वा समूहमा बसी उनीहरूसँग अन्तर्क्रिया गरी **हो** वा **होइन** मा √ चिनो लगाउने । यसरी चिनो लागाउँदा "**हो**" तर्फ जति धेरै परिणाम देखा पर्दछ त्यति नै अपाङ्गता भएको बालबालिकाको सहभागिताको अवस्था कमजोर छ भन्ने हुन्छ ।

ग) अवसर र सबल पक्षहरूको अध्ययन

एकदेखि पाँच वर्ष उमेर समूहका अपाङ्गता भएका बालबालिकाका उमेर अनुसारका व्यक्तिगत वा शारीरिक स्तरमा निहीत सबल पक्षहरू हुन्छन् । जस्तै कुनै एउटा अङ्गले काम नगरेपनि अरू अङ्गहरूले काम गर्ने । यसैगरी स्थानीयस्तरमा विभिन्न अवसरहरू उपलब्ध हुन सक्दछन् । जस्तै नजिकमा रहेका सी.बि.आर. कार्यकर्ता वा परामर्शदाताहरू, उपचार केन्द्र वा स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालहरू, पुनर्स्थापना केन्द्रहरू, शिक्षित परिवार वा छरछिमेक, बालबालिकाका क्षेत्रमा काम गर्ने संस्था वा समूह, बालविकास केन्द्रहरू, अपाङ्गता अधिकारकर्मीहरू, अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि भनेर स्थापना गरिएका संस्था वा स्वावलम्बी समूहहरू आदि । यस्ता सबल पक्षहरू पहिचान गरी सूची तयार गर्नुपर्दछ र अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता बढाउन सकेसम्म उपयोग गर्नुपर्दछ ।

दोस्रो चरणः हस्तक्षेपका क्षेत्रहरूको निर्धारण

खासगरी हरेक बालबालिकाका व्यक्तिगत विवरण, अवरोध, अवसर र सबल पक्षहरूको पहिचान गरिसकेपछि सहभागितामा कहाँ समस्या छ भन्ने कुरा प्रष्ट थाहा हुन्छ । समस्या थाहा भइसकेपछि सहभागिताको लागि केमा हस्तक्षेप गर्ने भन्ने तय गर्न सकिन्छ ।

सहयोगका क्षेत्रहरू कसरी तय गर्ने भन्नेबारेमा केही उदाहरणहरू

क्र.सं	पहिचान गरिएका अवरोध र विभेदहरू	सहयोगको क्षेत्र
१	पाँच वर्ष पुगिसकेको एक बालक वा बालिका छन् । उनलाई आँखाले देख्नमा कठिनाइ छ तर उनलाई हालसम्म छामेर वा छडी लिएर हिँडन सिकाइएको छैन । उनी एक ठाउँमा बसिरहन्छन् र एकठाउँबाट अर्को ठाउँमा कसैले बोकेर पुऱ्याउनुपर्दछ ।	१ अभिभावकलाई अभिमुखीकरण २ सेतो छडीको व्यवस्था ३ सेतो छडी लिएर हिँड्न सिकाउने ४ आफ्ना दैनिक काम गर्न सिकाउने ५ घरमा अन्य आफूसरहका बालबालिकासँग खेल्ने वातावरण निर्माण गर्ने । ६ बाबुआमा वा परिवारका सदस्यले बालक वा बालिकालाई समय दिनुपर्ने ।
२	चार वर्षका एक बालक वा बालिका छन् । उनका दुवै खुट्टाले काम गर्दैनन् तर अरू सबै ठीक छ। उनी सँधै एकै ठाउँमा बसिरहन्छन्। एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा जान कसैले बोकेर सहयोग गर्नुपर्छ र त्यसको कारण उनलाई ज्यादै कम समय दिइन्छ । उनलाई खाना उनी बसेकै ठाउँमा लगेर दिइन्छ ।	१ उपयुक्त सहायक सामग्रीको व्यवस्था (ह्वीलचेयर, बैशाखी, क्यालीपर आदि) २ सहायक सामग्री प्रयोग गर्न सिकाउने । ३ सहायक सामग्री प्रयोगको लागि घरको भौतिक वातावरणमा सुधार । ४ अभिभावकलाई चेतना ५ अन्य आफूसरहका बालबालिकासँग खेल्ने वातावरण । ६ बाबुआमा वा परिवारका सदस्यले निज बालक वा बालिकालाई समय दिनुपर्ने ।
३	कुनै एक बालक वा बालिका कान पनि सुन्दैनन् र बोल्दैनन् पनि । उनीसँग घरमा कसैले कुरा गर्दैन वा उनको इसारामा पनि कम ध्यान दिइन्छ । उनी निराश देखिन्छन् र जतिवेला पनि एक्लै देखिन्छन् ।	१ अभिभावकलाई चेतना २ साङ्केतिक भाषाको ज्ञान र तालिम ३ सानो उमेरको बालक वा बालिकालाई सुरूमा साङ्केतिक भाषा कसरी सिकाउने भन्नेबारेमा अभिभावकलाई ज्ञान ।

छ वर्षसम्मका अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिताको लागि सहयोग गर्नुपर्ने क्षेत्रहरू अन्य सम्भावित क्षेत्रहरू निम्न हुन सक्छन् :

- आमाबाबु वा परिवारका सदस्यहरूको सोचमा परिवर्तन ल्याउनुपर्ने
- आमा बुबा वा परिवारका सदस्यहरूलाई बालसहभागिता र बालअधिकारबारे चेतना जगाउनुपर्ने ।
- सहायक सामग्री उपलब्ध गराउनुपर्ने ।
- घरको भौतिक वातावरणमा सुधार ल्याउनुपर्ने ।
- पुनर्स्थापना सेवासँग सम्पर्क गराउनुपर्ने ।
- बालक वा बालिकालाई घरपरिवारभित्र सहभागी कसरी गराउने भन्नेबारेमा अभिभावकलाई छुट्टै तालिम दिनुपर्ने ।

सात वर्षभन्दा ठूला उमेरका अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता

यस उमेर समूहका बालबालिकाले घरपरिवारभित्र धेरै कुराहरू सिक्न र गर्न सक्दछन् । उनीहरूको छनौट र निर्णय गर्ने क्षमतामा पनि निकै विकास भइसकेको हुन्छ । उनीहरू समुदायमा घुलमिल हुने, रेडियो टेलिभिजन हेरेर सिक्ने, अभिभावक र साथीभाइबाट सिक्ने गर्दछन् । खेलहरू खेल्नमा पनि उनीहरू निकै परिपक्व भइसकेका हुन्छन् । घरमा सानातिना काम सघाउने र आफ्ना दैनिक कामहरू जस्तै खाने, पिउने, लुगा लाउने, खोल्ने, शौचालय जाने, हातमुख धुने जस्ता कामहरू आफै गर्ने गर्दछन् । यस्ता दैनिक गर्नुपर्ने काममा उनीहरू आत्मनिर्भर हुन चाहन्छन् । कुरा र कामहरू सिक्ने क्रममा यस उमेरका बालबालिकाले बिज्याइँहरू गर्ने र काम बिगार्ने पनि गर्दछन् तर सिक्ने क्रममा गर्ने भएकाले यी सकारात्मक

कुराहरू हुन् । आफूभन्दा ठूलाहरूले गरेका कामहरू प्रति निकै जिज्ञासु हुन्छन् र धेरै प्रश्नहरू गर्छन् र त्यसको उत्तर खोज्छन् जुन स्वभाविक हो । घरपरिवार भित्र हुने विभिन्न गतिविधिहरूमा बालबालिकाको सहभागितालाई ध्यान दिनुपर्दछ किनभने उनीहरूले भोलिका लागि सिक्ने आधार नै त्यही सहभागिता हो । यदि परिवारमा कुनै बालक वा बालिका अपाङ्गता भएको छ भने यस्ता सहभागिताका सबै अवसरहरू उनले पनि अन्य सरह समान रूपमा उपयोग गर्न पाउनुपर्दछ । तसर्थ, यस उमेरका अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई घरपरिवारभित्र विभिन्न गतिविधिहरूमा सहभागी हुन रोकावट उत्पन्न गर्ने सबै प्रकारका अवरोधहरू हटाउनु जरूरी हुन्छ ।

पहिलो चरण : सूचना सङ्कलन र अवस्थाको अध्ययन

क) व्यक्तिगत विवरण सङ्कलन

अनुसूचीमा राखिएको व्यक्तिगत विवरण सङ्कलनसम्बन्धी फारम प्रयोग गरी विवरण सङ्कलन गर्ने ।

ख) अवरोध र विभेदहरूको पहिचान

यस उमेर समूहका बालबालिकाको विद्यमान अवस्था अध्ययन गर्न एकदेखि पाँच वर्ष उमेर समूहमा बालबालिकाको अध्ययनको लागि प्रयोग गरिएको तालिका प्रायः सबैजसो प्रयोग गर्न सक्दछौं । यसमा केवल थप निम्न कुराहरू गर्नुपर्ने हुन्छ ।

अवस्थाहरू	**हो**	**होइन**
विभिन्न अवरोधहरू हटाउँदा स्वयंले गर्नसक्ने भएतापनि उनले आफ्ना दैनिक क्रियाकलापहरू जस्तै लुगा लाउने, शौचालय जाने, खाने जस्ता कामहरूमा अझै पूरै अरूको भर पर्नुपरेको छ ।		
उनलाई आफ्ना दैनिक कामहरू गर्नको लागि सहयोगीको आवश्यकता पर्दछ तर उनले भनेको वा चाहेको बेलामा सहयोग गर्ने व्यक्ति उनले पाउँदैनन् ।		
उनलाई अझै विद्यालय भर्ना गरिएको छैन ।		
सहायक सामग्रीको प्रयोग गरी उनले धेरै कुरा स्वतन्त्र रूपमा गर्नसक्ने अवस्था भएतापनि उनको लागि सहायक सामग्रीको व्यवस्था गरिएको छैन ।		
उनलाई घरभित्रको वातावरणमा कसरी आत्मनिर्भर गराउने भन्नेबारेमा अभिभावकलाई चासो वा थाहा छैन ।		
घरभित्रका सानातिना कामहरूमा उनलाई नसक्ने भनेर सहभागी गराइँदैन ।		
उनलाई सहायक सामग्रीको प्रयोग गरेर कसरी हिँड्ने वा आत्मनिर्भर हुने भन्नेबारेमा सिकाइएको छैन वा थाहा छैन ।		
परिवारभित्र उनको छनौट र निर्णयको वास्ता गरिँदैन ।		
उनका आवश्यकता र उनका मनका कुराहरूको बारेमा सोधिँदैन ।		
परिवारका उनी सरहका अन्य बालबालिका बाहिर घुमफिर गर्न जान्छन् तर उनी जान पाउँदैनन् वा उनलाई लगिँदैन ।		
परिवारमा उनी सबैसँग बसेर खान पाउँदैनन्, उनको लागि खाने अलग्गै ठाउँको व्यवस्था गरिएको छ ।		
सहायक सामग्री दिएको भएतापनि घर वरिपरिको वातावरण, जस्तै शौचालय आँगन आदि उनको लागि मैत्रीपूर्ण छैन ।		
उनलाई घरमा दिनभरी बाँधेर वा ढोका थुनेर राखिन्छ र बाबुआमा काममा जान्छन् ।		
सहायक सामग्री पाएपनि घरभित्र वा वरिपरिको वातावरण जस्तै शौचालय, घरको भऱ्याङ, वरिपरिको आँगन, भान्सा वा सुत्ने कोठा उनको लागि मैत्रीपूर्ण छैन । ती ठाउँहरूमा जाँदा सँधै उनलाई अरूले बोकेर लैजानुपर्छ ।		

ग) अवसर र सबल पक्षहरूको अध्ययन

शारीरिकतहमा केही कुराहरूमा सीमितता वा कार्यबाधा भएतापनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाका बाँकी शारीरिक पक्षहरूमा अन्य बालबालिका सरह विकास भइरहेका हुन्छन् । यसको अर्थ शारीरिक तहमा देखिने सबल पक्षहरू पनि उमेरअनुसार अझ विकसित र परिस्कृत भइरहेका हुन्छन् । तसर्थ, यस्ता कुराहरूमा विशेष ध्यान दिनु जरूरी छ । जस्तै केही उदाहरणहरू :

- थोरै उत्प्रेरणा र वातावरणमा ल्याएको परिवर्तनले मात्र पनि उनले घर परिवारमा सानतिना कामहरू सहजै गर्न सक्ने हुनसक्दछ । जस्तै लुगा मिलाउने, पट्याउने, तरकारी केलाउने, पुस्तक मिलाउने आदि ।
- कुनै अपाङ्गता भएको बालक वा बालिकाले कुद्ने दौडने गर्न नसक्ला तर मीठो गीत गाउन सक्ला वा टेलिभिजन हेरेर केही नयाँ कुरा सिक्न सक्ला ।
- आफूलाई मन परेको कुरा छान्न वा रोज्न सक्ने हुन सक्दछ वा आफ्ना आवश्यकता र मागहरू राख्न सक्दछ । यस्ता मागहरू इशारा, आवाज, रिस, उदासी, खुशीजस्ता कुराहरूमार्फत प्रकट गर्न सक्दछन्
- शौचालयको बनावटमा सामान्य परिवर्तन गर्दा आफै शौचालय जान सक्दछन् ।
- भऱ्याङमा समात्ने बार हाल्दिएमात्र सँधै उनलाई बोकेर भऱ्याङ तलमाथि गर्नुपर्ने आवश्यकता नपर्न सक्दछ ।
- परिवारका सदस्यहरूले उनीसँग बसेर कुरा गर्दा वा काममा उनलाई समावेश गराउँदा उनका थप प्रतिभाहरू प्रस्फुटन हुन सक्दछन् ।
- के गर्दा उनले आफ्ना दैनिक कामहरू सहज रूपमा गर्न सक्छन् भन्ने कुरा उनैसँग सोध्ने गर्दा पनि धेरै उपायहरू थाहा पाउन सकिन्छ ।
- कसैको उमेरअनुसार सिकाइमा विकास नभएको कारणले सबै कुरा सिक्न कठिनाइ हुन सक्दछ तर दैनिक जीवनका क्रियाकलापहरूमा निरन्तर दोहोऱ्याएर सिकाइरह्यो भने बिस्तारै सिक्न सक्दछन् ।
- कुनै बालक वा बालिकाले सुन्न र बोल्न नसक्ला तर उनलाई साङ्केतिक भाषा सिकाइयो र परिवारका सदस्यहरूले पनि साङ्केतिक भाषा सिके भने उनलाई घर परिवारमा सञ्चारमा कुनै कठिनाइ हुँदैन ।
- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि समुदायमा वरिपरि उपलब्ध विशेष सेवा सुविधा र अवसरहरू ।
- परिवार यदि शिक्षित छ भने त्यो पनि एउटा सबल पक्ष हुन सक्दछ ।

दोस्रो चरण : सहयोगका क्षेत्रहरूको निर्धारण

सहयोगका क्षेत्रहरू निर्धारण गर्न सहयोग पुऱ्याउने केही उदाहरणहरू

क्र.सं	सहभागितामा देखिएको समस्या वा अवरोध	सहभागिताको लागि सहयोगको क्षेत्र
१	१० वर्षको बालक वा बालिका छन्, सुन्न र बोल्न सक्दैनन् तर साङ्केतिक भाषा भने सिकिरहेका छन् । तर घर परिवारमा साङ्केतिक भाषा कसैले नजानेको कारणले उनलाई सहभागी हुन समस्या परिरहेको छ । उनी आफूलाई एक्लो जस्तो महसुस गरिरहेका छन् ।	परिवारका सदस्यहरूमा पनि साङ्केतिक भाषाको तालिम ।
२	दुवै हात नचल्ने एक ११ वर्षे बालक छन् । तर उनका दुवै खुट्टाले राम्रोसँग काम गर्न सक्छन् र शरीरका अरू भाग र अङ्गहरू सबैले काम गर्न सक्छन् । तर उनले लेख्न सक्दैनन् भनेर विद्यालय भर्ना गराइएको छैन ।	विद्यालय भर्ना, परिवारमा सचेतना

४.४.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा सहभागिता

प्रारम्भिक बालविकास केन्द्र बालक वा बालिकाले समूहमा आफूजस्तै बालबालिकासँग बसेर सिक्ने पहिलो खुड्किलो हो । विभिन्न कार्यव्यस्तताको कारणले सामान्यतयाः साँढे दुई वा तीन वर्षको उमेरदेखि नै बाबु आमाहरूले आफ्ना बालबालिकाहरूलाई बाल विकास केन्द्रमा भर्ना गर्ने गर्दछन् । बालविकास केन्द्रमा रहन्जेलसम्म बालबालिकाको सम्पूर्ण हेरचाहको जिम्मा सो केन्द्रको नै हुन्छ । यस केन्द्रमा बालक वा बालिकाले समूहमा रहेर खेल्ने, दैनिक जीवनमा गर्नुपर्ने सामान्य व्यवहार र सीपका कुराहरू, हेरेर सुनेर र नक्कल गरेर सिक्ने, आफ्ना वरिपरिका वस्तुहरू चिन्ने र वातावरणको बारेमा जानकारी लिने र अन्य बौद्धिक विकासका कुराहरू सिक्दछन् । प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालबालिका सार्वजनिक जीवनसँग जोडिने पहिलो

चरण हो । तसर्थ, अन्य बालबालिकासरह अपाङ्गता भएका बालबालिकाको पनि यस्ता बाल विकास केन्द्रमा भर्ना भई सिक्न पाउने र सो केन्द्रमा हुने सबै क्रियाकलापहरूमा समान रूपमा सहभागी हुन पाउने अधिकार हुन्छ ।

पहिलो चरण : सूचना सङ्कलन र अवस्थाको अध्ययन

क) व्यक्तिगत विवरणको सङ्कलन

अनुसूचीमा राखिएको फाराम प्रयोग गरी व्यक्तिगत विवरण सङ्कलन गर्ने ।

ख) अवरोध र विभेदहरूको पहिचान

यसमा खासगरी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि बालविकास केन्द्रको अवस्था कस्तो छ ? के-कस्ता अवरोध र विभेदहरू विद्यमान छन् ? अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सन्दर्भबाट ज्ञान र सीपको अवस्था कस्तो छ ? बालविकास केन्द्रमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरू छन् कि छैनन् ? र, छन् भने उनीहरूको सिकाइ प्रक्रियामा सहभागिता कस्तो छ ? भन्ने प्रश्नहरूको उत्तर खोज्नुपर्दछ । तलको तालिका प्रयोग गरी यस्ता सूचनाहरू सङ्कलन गर्न सकिन्छ । यसमा सबै बालबालिकाका लागि सबै अवस्थाहरू प्रयोग नहुन सक्दछन् त्यसैले जुन अवस्था जुन बालक वा बालिकासँग मिल्छ सोही अनुसार चिनो लगाउने ।

अवस्थाहरू	हो	होइन
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्र घरबाट टाढा छ ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रका शिक्षकहरूले अपाङ्गताको बारेमा बुझेका छैनन् वा कम मात्र बुझेका छन् ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्र राखिएको भवन अपाङ्गतामैत्री छैन अथवा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई हिँडडुल गर्न सहज छैन ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रका शिक्षकहरूलाई अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग काम गर्ने सीपको ज्ञान छैन ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रका शिक्षकहरूलाई शारीरिक अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई अन्य बालबालिकासँग कसरी सहभागी गराउने भन्नेबारेमा जानकारी छैन ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई भर्ना लिन असजिलो मानिन्छ ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई अलग्गै राखेर व्यवहार गरिन्छ ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा रहेका अपाङ्गता भएका बालबालिका अन्य बालबालिकासँग खेल्ने गरेका छैनन् ।		
प्रारम्भिक बाल विकास केन्द्रमा अन्य बालबालिका अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग खेल्दैनन् ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा अन्य बालबालिकाले शारीरिक अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई कुटपिट गर्ने दुःख दिने वा गिज्याउने गर्छन् ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा अपाङ्गता भएका बालबालिका र अन्य बालबालिकालाई एक आपसमा घुलमिल गराउन शिक्षकहरू उदासीन छन् वा झन्झट मान्दछन् ।		
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रका शिक्षकहरू अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई असामान्य बालबालिका ठान्दछन् ।		
प्रारम्भिक बाल विकास केन्द्रका शिक्षकहरू अपाङ्गता भएका बालबालिकाले सिक्न सक्दछन् भन्ने कुरामा त्यति विश्वस्त छैनन् ।		

ग) अवसर र सबल पक्षहरूको अध्ययन ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाका व्यक्तिगतरूपमा, जस्तैः शारीरिक वा मानसिक रूपमा रहेका सबल पक्षहरूको बारेमा

माथि नै चर्चा गरिसकिएको हुनाले र प्रारम्भिक बाल विकास केन्द्रको हकमा पनि तिनै सबल पक्षहरू नै उपयोग हुने भएको हुनाले त्यहाँ यसको बारेमा पुनः चर्चा गरिरहनु आवश्यक छैन । यसैगरी माथिको तालिकामा अध्ययन गरी चिनो लगाउँदै जाँदा “होइन” तर्फ देखिएका परिणामहरू पनि सबल पक्षको रूपमा लिन सकिन्छ । यस बाहेक निम्न कुराहरूलाई सबल पक्षको रूपमा लिन सकिन्छ :

- अभिभावक बालक वा बालिकालाई बालविकास केन्द्रमा पठाउन सकारात्मक छन् ।
- शिक्षकहरू अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई स्वीकार्न तयार छन् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग कसरी काम गर्ने भन्नेबारेमा शिक्षकहरू जानकार छन् ।
- समुदायमा सी.बी.आर. कार्यकर्ताहरू वा अपाङ्गताको सवालमा समुदायस्तरमा काम गर्ने व्यक्तिहरू वा समूहहरू हुन सक्दछन् ।
- सरकारले अपाङ्गता भएका व्यक्ति वा बालबालिकालाई उपलब्ध गराएका सेवा र सुविधाहरू ।

दोस्रो चरण : सहयोगका क्षेत्रहरूको निर्धारण

सूचना सङ्कलन र अवस्थाको अध्ययन गरिसकेपछि थाहा पाइएका अवरोधहरूको आधारमा **सहयोग**का क्षेत्रहरू पहिचान गर्न सकिन्छ । केही **सहयोग**का क्षेत्रहरूका उदाहरण यहाँ पेश गरिएको छ ।

क्र.सं	सहभागितामा देखिएको समस्या वा अवरोध	सहभागिताको लागि सहयोगको क्षेत्र
१	सहभागी गराउनुपर्ने बालक वा बालिका बौद्धिक अपाङ्गता भएको बालक वा बालिका हो । तर बालविकास केन्द्रका शिक्षकलाई ती बालबालिकालाई कसरी सिकाउने भन्नेबारेमा ज्ञान छैन ।	शिक्षकमा सीप र ज्ञानको विकास
२	अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई बालविकास केन्द्रमा भर्ना लिन अस्वीकार गरिन्छ ।	शिक्षक वा व्यवस्थापन समितिको सोच र व्यवहारमा परिवर्तन
३	बालविकास केन्द्रमा दृष्टिविहीन बालिका भर्ना भएकी छिन् तर ती बालिकालाई कसरी सिकाउने भन्नेबार मा शिक्षकलाई जानकारी छैन ।	शिक्षकमा सीप र ज्ञानको विकास
४	बाल विकास केन्द्रमा समूहमा खेलाइने खेलहरूमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाबाबुहरूलाई कसरी समावेश गराउने भन्ने बारेमा शिक्षकहरूलाई थाहा छैन । त्यसैले एक शारीरिक अपाङ्गता भएका बालकले कहिले पनि समूहमा खेल खेल्न पाएका छैनन् ।	बालविकास केन्द्रमा खेलाइने खेलहरूलाई अपाङ्गतामैत्री बनाउने सीप र ज्ञान । विशेष खेलकूदहरूको बारेमा शिक्षकलाई जानकारी । अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूले समेत खेल्नसक्ने खेलहरूको बारेमा जानकारी ।

विद्यालयमा सहभागिता

विद्यालय प्रत्येक बालबालिकाको लागि आफ्नो मानसिक, बौद्धिक तथा शारीरिक विकास गर्ने, नयाँ ज्ञान आर्जन गर्ने, आत्मविश्वासको विकास गर्ने, दैनिक जीवनका सीपहरू सिक्ने, भावनात्मक सम्बन्धहरूको विकास गर्ने, समूहमा घुलमिल हुने र सामाजिक सीप सिक्ने सबैभन्दा महत्वपूर्ण स्थान हो । त्यसैले विद्यालय सबैका लागि हुनु जरूरी छ । अपाङ्गता भएकै आधारमा बालबालिकालाई विद्यालयबाट वञ्चित गर्नु मानवअधिकारको हनन मात्र होइन अमानवीय काम पनि हो । विद्यालयको संरचना, वातावरण र व्यवहार सबै बालबालिकाको लागि समान रूपमा स्वागतपूर्ण, सकारात्मक, मैत्रीपूर्ण र उपयोगी हुनु जरूरी हुन्छ । हरेक बालबालिकाले विद्यालयमा आफ्ना जीवनका सपनाहरू बुन्नसक्ने वातावरण हुनुपर्दछ । हरेक बालबालिकाले आफ्नो विद्यालय र शिक्षकप्रति स्वतःस्फूर्त गर्व र सम्मान महसुस गर्न सक्नुपर्दछ । विद्यालय सबैका लागि भयरहित हुनुपर्दछ । उमेर, सिकाइमा ढिलाइ वा अन्य कुनै अपाङ्गता, जाति, लिङ्ग, आर्थिक अवस्था वा कुनैपनि आधारमा विद्यालयमा बालबालिकाले अधिकारको रूपमा उपयोग गर्न पाउनुपर्ने सेवा सुविधा, अवसर कुनैमा पनि विभेद गरिनु कानुनी र मानवीय दुवै दृष्टिकोणमा अपराध हो । तसर्थ, अन्य बालबालिकासरह अपाङ्गता भएका बालबालिका समान रूपमा विद्यालयमा सहभागी हुन पाउनु उनीहरूको मौलिक हक हो ।

पहिलो चरण : सूचना सङ्कलन र अवस्था अध्ययन

क) व्यक्तिगत विवरण सङ्कलन

अनुसूचीमा राखिएको व्यक्तिगत विवरण फारम प्रयोग गरी व्यक्तिगत विवरण सङ्कलन गर्ने ।

ख) अवरोध र विभेदहरूको पहिचान

विद्यालयमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि के-के अवरोधहरू छन् र विद्यालय अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिताको लागि तयार छ कि छैन भन्ने विषयमा थाहा पाउन देहायबमोजिम विद्यमान अवस्थाको लेखाजोखा गर्नुपर्दछ :

अवस्थाहरू	हो	होइन
विद्यालयको भौतिक संरचना जस्तै कक्षाकोठा, विद्यालयको मूल प्रवेश मार्ग, शौचालय, प्रधानाध्यापकको कोठा, पुस्तकालय, पानीको धारा, प्रयोगशाला, हिँडडुल गर्ने प्यासेज, क्यान्टिन, एसेम्ब्ली हल आदिमा अन्य बालबालिका सरह ह्वीलचेयर प्रयोगकर्ता, दृष्टिविहीन, बैशाखी प्रयोगकर्ता, क्यालीपर लगाएर हिँड्नुपर्ने बालबालिका समेत सहजै जान सक्नेगरी बनाइएको छैन ।		
विद्यालयमा अपाङ्गता भएका बालबालिका अध्ययन गर्छन् तर उनीहरू अन्य बालबालिका सरह खेलकुद, मनोरञ्जन वा अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागी हुन पाउँदैनन् वा सहभागी गरिइदैन ।		
अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई खेलकूद तथा अतिरिक्त क्रियाकलापमा कसरी सहभागी गराउने भन्नेबारेमा विद्यालयमा शिक्षकहरूलाई जानकारी छैन ।		
विद्यालयको भौतिक संरचना कसरी अपाङ्गतामैत्री बनाउने भन्नेबारेमा कुनै जानकारी छैन ।		
विद्यालयमा पढिरहेका अपाङ्गता भएका बालबालिका अन्य बालबालिकासँग घुलमिल गर्न सकिरहेका छैनन् ।		
अन्य बालबालिकाको अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सही व्यवहार गर्दैनन् ।		
विद्यालयमा हुने विभिन्न सामुहिक गतिविधिहरूमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई "नसक्ने" को संज्ञा दिई सहभागी गराइँदैन ।		
कहिलेकाहीँ वा प्रायः अपाङ्गता भएका बालबालिकाले विद्यालयमा शिक्षक वा साथीहरूबाटै दूर्व्यवहारको सामना गर्नुपर्दछ ।		
अपाङ्गता भएका बालबालिकाले शिक्षकले पढाएको बुझ्दैनन् ।		
शिक्षकहरू अपाङ्गता भएका बालबालिकाले कक्षामा बुझे कि बुझेनन् भन्ने कुरामा ध्यान दिँदैनन् ।		
अपाङ्गता भएका बालबालिकाले अन्य बालबालिकासरह सिक्न सक्दछन् भन्ने कुरामा शिक्षकहरू विश्वस्त छैनन् वा उनीहरू पत्याउँदैनन् ।		
कक्षामा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सिकाइ प्रक्रियामा सहभागी गराउन उनीहरूका विशेष आवश्यकताहरू (Reasonable accommodation)लाई सम्बोधन गरिएको छैन ।		
अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सिकाइ आवश्यकता अनुसारका शिक्षण सिकाइ पद्धतिको प्रयोग गरिँदैन ।		
अपाङ्गता भएका बालबालिकाको विशेष सिकाइ आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्ने कुनै पाठ्यक्रम तयार गरी लागु गरिएको छैन ।		
अपाङ्गता भएका बालबालिका विद्यालय जान डराउँछन्, अल्छी मान्छन् वा खुशी मान्दैनन् ।		
अपाङ्गता भएका बालबालिकाको परीक्षा मूल्याङ्कन गर्ने प्रणाली विभेदपूर्ण छ ।		

ग) अवसर र सबल पक्षहरूको अध्ययन

अभिभावकको आफ्नो आपङ्गता भएको बालक वा बालिकालाई विद्यालय पठाउने र उनलाई पढ्नमा सहयोग गर्ने इच्छा

छ भने त्यो एउटा महत्पूर्ण सबल पक्ष हो । यसैगरी अपाङ्गता भएको बालक वा बालिका स्वयंको विद्यालयमा गएर पढ्ने इच्छा अर्को मुख्य सबल पक्ष हो । यसबाहेक माथि व्याख्या गरिएका जस्तै सरोकारवाला संघसंस्थाहरू, राज्यले उपलब्ध गराएका सेवासुविधाहरू, समुदायमा रहेका तालिम, ज्ञान र सीप भएका व्यक्तिहरू पनि अवसर र सबल पक्षहरू हुन् । तसर्थ, यस्ता कुराहरू कति र कुन हदसम्म उपलब्ध छन् भन्ने कुराको पनि लेखाजोखा गर्नुपर्दछ ।

यसैगरी वातावरणीय तहमा पनि धेरै सबल पक्षहरू हामी सुनिश्चित गर्न सक्दछौँ । जस्तैः

क) शिक्षकहरूमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिता कसरी गराउने भन्नेबारेमा ज्ञान नहुन सक्छ तर यस्तो ज्ञान दिनसक्ने कुनै व्यक्ति वा समूह समुदायमै हुन सक्दछ ।

ख) भौतिक वातावरणमा सुधार ल्याउने विषयमा विद्यालयलाई थाहा नहुन सक्दछ तर समुदायमा त्यस्तो संस्था, व्यक्ति वा समूह हुन सक्दछ जसले यस विषयमा विद्यालयलाई सिकाउन सक्दछ ।

ग) विद्यालयका अन्य बालबालिकामा अपाङ्गताको बारेमा जानकारी हासिल गर्ने इच्छा हुन सक्दछ जसलाई हामी उनीहरूलाई अपाङ्गता भएका बालबालिकाको पक्षमा सकारात्मक बनाउनको लागि उपयोग गर्न सक्दछौँ ।

दोस्रो चरण : सहयोगका क्षेत्रहरूको निर्धारण

सहयोगका क्षेत्रहरू विद्यमान अवस्थाको अध्ययनको आधारमा तय गरिन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई विद्यालयमा सहभागी गराउन हस्तक्षेपका क्षेत्रहरू देहाय बमोजिम हुन सक्दछन् ।

क्र.सं	सहभागितामा देखिएको समस्या वा अवरोध	सहभागिताको लागि सहयोगको क्षेत्र
१	विद्यालयको भौतिक वातावरण अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि मैत्रीपूर्ण छैन ।	भौतिक वातावरणमा सुधार ।
२	विद्यालयमा दृष्टिविहीन बालबालिका छन् तर कक्षामा शिक्षकले बोर्डमा बनाएको चित्रको बारेमा बताउनुहुन्न ।	शिक्षकलाई तालिम ।
३	एक दृष्टिविहीन बालिकालाई कापी कलम र छापा पुस्तक मात्र भएको कारणले सिकाइ प्रक्रियामा समावेश हुन सँधै अरूको सहयोग लिनुपर्दछ जसको कारण उनले राम्ररी सिक्न सकेकी छैनन् ।	सहयोगी सामग्री र तालिम ।
४	कक्षामा एक अपाङ्गता भएका बालक छन् जो सुन्न सक्दछन तर सञ्चार गर्न र हातले कलम चलाएर लेख्न सक्दैनन् र उनी कम्प्युटर किबोर्ड बिस्तारै चलाउन सक्दछन् ।	कलम र कपीको वैकल्पिक उपाय ।
५	अपाङ्गता भएका बालबालिका समूहमा घुलमिल हुन पाएका छैनन् ।	शिक्षक र अन्य विद्यार्थीलाई समावेशी गतिविधिहरूका विषयमा तालिम तथा अभिमुखीकरण ।
६	अपाङ्गता भएका बालबालिका खेलकुद र अतिरिक्त क्रियाकलापमा समावेश हुन पाएका छैनन् ।	समावेशी खेलकुदहरूको बारेमा शिक्षकहरूलाई तालिम ।
७	शिक्षकहरूमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको क्षमताप्रति सकारात्मक सोच छैन ।	तालिम, अभिमुखीकरण र एकस्पोजर ।
८	विद्यालयमा एक विद्यार्थी छन् जो हातले लेख्न सक्दैनन् जसको कारण सिकाइ प्रक्रियामा सहभागी हुन सक्दैनन् ।	शिक्षकलाई तालिम ।

परिच्छेद- ५.४: सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न हुने विधि तथा क्रियाकलापहरू

५.४.१ घरपरिवारतहमा बालसहभागिता

अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई घरपरिवारमा कसरी सहभागी गराउने भन्ने कुरामा छलफल गर्नुअघि जुनसुकै प्रकारका अपाङ्गता भएका जुनसुकै उमेरका बालबालिकालाई पनि कुनै न कुनै प्रकारले सहभागी गराउन सकिन्छ भन्ने कुरा घरपरिवारका सदस्यहरूलाई बुझाउन सक्नुपर्दछ । यसका लागि आफ्ना बालबालिकाको समस्या अभिभावकहरूले बुझ्न सक्नुपर्दछ । अभिभावकहरूले आफ्नो बालक वा बालिकालाई के भएको भनेर नै नबुझेका हुन सक्दछन् । तसर्थ, सर्वप्रथम त उनीहरूलाई त्यो कुरा बुझाउनु जरूरी हुन्छ । त्यसपछि उनीहरूमा रहेका आफ्नो अपाङ्गता भएको छोराछोरीप्रतिका भ्रमहरू हटाउने प्रयास गर्नुपर्दछ । जस्तो उनीहरूमा देहायका भ्रमहरू हुन सक्दछन् :

- मेरो छोरा वा छोरी असक्षम हो ।
- मेरो छोरा वा छोरीले केही गर्न सक्दैन ।
- यसले पछि गरिखाँदैन ।
- यसमाथि लगानी गर्नु भनेको नोक्सानी मात्र हो ।
- मेरो छोरा वा छोरी बिरामी हो त्यसैले उनले सँधै अब अरूको सहारामा बाँच्नुपर्छ ।
- यो पूर्वजन्मको पाप हो ।
- मेरो छोरा वा छोरीले अरू जस्तो पढ्नलेख्न र सिक्न सक्दैन ।

यस्ता भ्रमहरू हटाउनको लागि सिक्न, पढ्न र लेख्न सफल भएका अपाङ्गता भएका छोरा वा छोरीका सफलताका कथाहरू अपाङ्गता भएका बालबालिकाका आमाबाबु अनि परिवारका सदस्यहरूलाई सुनाउने गर्नुपर्दछ । आफ्ना बालबालिकामा यस्ता सकारात्मक परिवर्तनहरू ल्याउनका लागि अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको सहभागिता जरूरी छ भन्ने कुरा बुझाउनुपर्दछ । यसरी नै वयस्क अपाङ्गता भएका व्यक्तिले गरेका ठूला ठूला कामहरूको बारेमा सुनाएर उनीहरूले पनि अरूसरह नै गरिखान र समाजमा योगदान गर्न सक्दछन् भन्ने कुरा बुझाउनुपर्दछ । यस्ता कुराहरू बुझाउँदा अपाङ्गता भएका व्यक्तिका अभिभावकसँगै अनि छरछिमेकका मानिसहरूलाई समेत राखेर बुझाइयो भने अपाङ्गता भएका बालबालिकाको सहभागिताको लागि छरछिमेकले गर्ने सहयोगमा समेत वृद्धि हुन सक्दछ ।

यसरी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सहभागी गराउनुपर्दछ भन्ने महसुस गराइसकेपछि उनीहरूलाई कसरी सहभागी गराउन सकिन्छ भन्ने कुरामा छलफल गराउन सकिन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सहभागी गराउने कुरामा के ध्यान दिनु आवश्यक छ भने अपाङ्गता नभएका बालबालिकालाई सहभागी गराउने विभिन्न विधि तथा क्रियाकलापहरूमा उपयुक्त परिमार्जन (Reasonal Accommodation)गरी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई समेत त्यस्ता विधि तथा क्रियाकलापहरूपमा सहभागी गराउन सकिन्छ । यसअनुसार यस निर्देशिकाको अनुसूचीमा उल्लेख गरिएका सबै क्रियाकलाप उमेर समूह अनुसार सबै बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिन्छ । उपयुक्त परिमार्जन (Reasonal Accommodation)गरी अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई समेत सहभागी गराउने केही उदाहरणहरू तल उल्लेख गरिएका छन् :

उदाहरण-१

कृतिकाको पोलियोको कारणले दुई वर्षको उमेरमा दुवै खुट्टा राम्ररी काम गर्न नसक्ने भए । उनलाई एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा जान पनि आमाले वा बुबाले बोकेर लैजानुपर्दथ्यो । उनी खाटमा समातेर अलिअलि हिँड्ने कोसिस गर्न थालिन् । यो देखेर बुबाले उनलाई बैशाखीमा हिँड्न सिकाउनुभयो । नभन्दै चाँडै नै कृतिका बैसाखीको सहयोगमा हिँडन थालिन् । उनी यताउता हिँडन र साथीहरूसँग खेल्न पनि जान थालिन् । तर अझै पनि उनलाई भान्सा कोठामा र सुत्ने कोठामा जान केही खुड्किलाहरू चढ्नुपर्दथ्यो जसको लागि उनलाइ फेरि पनि आमा वा बुबालाई गुहार्नुपर्ने हुन्थ्यो । एक दिन बुबाले यी खुडकिलाहरूको छेउछेउमा बार लगाइदियो भने उनी आफै जानसक्छिन् कि भनेर कृतिकालाई सोध्नुभयो । कृतिकाले सक्छु भनिन् । बाबाले उनको उचाइ समेतलाई ध्यानमा राखेर बार हालिदिनुभयो । त्यसपछि त उनी भान्सा कोठा र सुत्ने कोठामा पनि आफै जानसक्ने भइन् ।

उदाहरण-२

दीपक ४ वर्षका थिए, हरि ६ वर्षका । दीपक दुवै आँखाले देख्न सक्दैनथे । तर उनको सुन्ने र स्मरण गर्ने क्षमता हरिको

भन्दा राम्रो थियो । प्रायः घरमा आमाले दुवैलाई सँगै राखेर बालगीत गाउन सिकाउनुहुन्थ्यो । यस्ता बालगीतहरू चाँडै याद गर्न दीपक निकै खप्पीस थिए । दीपक र हरि प्रायः सँगै बसेर बालगीत गाउँथे । हरि ६ वर्ष पुगेकाले विद्यालय जान थाले । हरिले विद्यालयमा सिकेका बालगीत दीपकलाई ल्याएर सुनाउँथे जसलाई दीपकले चाँडै टिपिहाल्थे । अनि त के थियो र दुवै सँगै बसेर त्यो बालगीत गाएर रमाउँथे ।

उदाहरण-३

१० वर्षका दीपक आँखाले देख्दैनन् तर उनको स्मरण शक्ति असाध्यै राम्रो छ । उनी बेलुका टेलिभिजन हेर्न सँधै बुबा आमा र दिदीसँग बस्दछन् । टि.भि. सिरियलहरू हेर्न उनलाई असाध्यै मनपर्दछ । उनी संवाद असाध्यै ध्यान दिएर सुन्छन् तर दृश्यको बारेमा भने उनलाई दिदीले बताइदिनुहुन्छ । उनले टि.भी. सिरियल हेर्दा बोलेको आवाज सुन्नेवित्तिकै कुन पात्रले बोलेको भन्ने तत्काल थाहा पाउँछन् । बजार जाँदा दीपक प्रायः दिदीसँग जान्छन् । उनी भन्छन्, “दिदीले लुगा किन्दा मलाई विभिन्न पसलमा लगेर छाम्न लगाएर अनि मलाई कुन लुगाले सुहाउँछ वा सुहाउँदैन भन्ने कुरा थाहा पाउन सहयोग गर्नुहुन्छ । म दिदीसँग जाँदा आफै सामान छानेर किन्न पाउँछु ।”

उदाहरण-४

दीपा १३ वर्षकी शारीरिक अपाङ्गता भएकी बालिका हुन् । उनी दुईवटा बैशाखीको सहाराले हिँडडुल गर्छिन् । तर उनलाई लुगा खोल्न र लाउन खाटमा वा कुर्सीमा बस्नुपर्ने हुन्छ । तर लुगा झुण्ड्याउने ह्याङ्गर अग्लो ठाउँमा भएकोले उनलाई जहिले पनि लुगा झिक्न र राख्न आमालाई वा दाजुलाई गुहार्नुपर्ने हुन्थ्यो । आमा र दाजु आफ्नै काममा व्यस्त हुने भएकोले भनेको बेलामा वहाँहरूले सघाउन सक्ने कुरै भएन । यसले उनलाई सारै दिक्क लाग्थ्यो । उनले एक दिन मनमनै सोचिन्, “त्यो ह्याङ्गर यदि मैले कुर्सीमा बसेर भेट्ने भैदिएको भए मैले अरूलाई दुःख दिनुपर्ने नै थिएन ।” उनले एकदिन आफ्नो मनको कुरा दाजुलाई भनिन् । दाजु समझदार थिए, कुरा बुझे र बुबालाई भने । बुबालाई दीपाको कुरा सारै चित्त बुझ्यो र लुगा राख्ने ह्याङ्गर तल सारिदिनुभयो र कोठामा अरू पनि त्यस्ता अप्ठेरो भएको कुराहरू दीपालाई सोधेर सहज हुनेगरी मिलाइदिनुभयो । दीपा आफ्नो कुरा बुझ्ने मैत्रीपूर्ण परिवार पाएर ज्यादै खुशी छिन् ।

उदाहरण-५

१० वर्षकी सरला कान सुन्दिनन् र बोल्दिनन् पनि । उनी साङ्केतिक भाषामा कुरा गर्छिन् र विशेष विद्यालयमा पढ्छिन् । हरेक बिहान उनलाई आमाले तीनवटा काम जिम्मा लगाउनुभएको छ । पहिलो, पसल गएर दुध लिएर आउने, दोस्रो, फिल्टरमा पानी भर्ने र तेस्रो कोठामा छरिएका लुगा र किताबहरू मिलाएर राख्ने । त्यति काम गरेर उनी पढ्न बस्छिन् । यसबाहेक उनी कहिलेकाहीँ आमासँग बारीमा साग टिप्न र बाबासँग खेत घुम्न पनि जान्छिन् ।

उदाहरण-६

विवेक १३ वर्षका बालक हुन् । उनी अन्य बालबालिका भन्दा सिकाइमा ढिला छन् । उनी छिटो-छिटो र एकैपटक धेरै कुरा सिक्न सक्दैनन् । तर उनलाई बाबा, आमाले विस्तारै एउटा-एउटा गरेर दोहोऱ्याई तेहऱ्याई नयाँ कुरा सिकाउनुहुन्छ । उनले अब आफै शौचालय जान सिकेका छन् । उनलाई नमस्ते गर्न पनि आउँछ । अहिले उनी आफ्ना जुत्ता ठीक ठाउँमा मिलाएर राख्न सिक्दैछन् ।

बालबालिकाले उमेरअनुसार सिक्नुपर्ने दैनिक सीपहरू पनि सिक्दै जानुपर्दछ । जस्तै ६ वर्ष उमेर सम्मका बालबालिकाहरूको हकमा भन्नुपर्दा पालो पर्खने, शौचालय जाने, लुगा खोलेर ठीक ठाउँमा राख्ने, नमस्ते गर्ने, बाइ बाइ भन्ने, नजिकका नातेदारहरू चिन्ने आदि । यस्ता कुराहरू सिकाउनमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई विभेद वा कन्जुस्याइँ गर्नुहुँदैन । उनीहरूले सिक्नसक्ने र स्वयंले गर्नसक्ने हदसम्म यस्ता कुराहरू सिकाउनुपर्दछ र अरू उनीहरू जस्तै बालक वा बालिकाबाट सिक्ने अवसर दिनुपर्दछ । तर जहाँनिर सीमितता वा कार्यबाधा आउँछ त्यहाँ सहयोग पनि गर्नुपर्दछ । लामो समयसम्म निरन्तर दोहोऱ्याएर सिकाउने गरियो भने बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले पनि नमस्ते गर्न, शौचालय जान, आफ्ना लुगाहरू ठीक तरिकाले लाउन, खाना सही तरिकाले खान र सामान्य रूपमा हाँस्न वा खेल्न जानेका उदाहरणहरू हामी धेरै पाउँदछौं । केही बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिका त राम्रैसँग दैनिक जीवनका क्रियाकलापहरूमा सहभागी भएका उदाहरणहरू समेत छन् ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाले आफूमाथि भएको अन्याय र विभेद थाहा पाउन सक्दछन् । आफूमाथि समान व्यवहार भएको छ कि छैन वा अन्यभन्दा फरक र चित्त दुख्नेगरी व्यवहार गरिएको छ भन्ने कुरा थाहा पाउँदछन् । उनीहरूले यसलाई विभिन्न

तरिकाले अभिव्यक्त गर्दछन् । यदि परिवारभित्र हुने गतिविधिहरूमा बालबालिकालाई सहभागी गराउनमा उनीहरूमाथि विभेद वा असमान व्यवहार गरियो भने त्यसको असर उनीहरूको मानसिक र शारीरिक अवस्थामा नकारात्मक रूपमा पर्न जान्छ । तसर्थ, बालबालिकालाई अपाङ्गता भएकै आधारमा यस्ता सहभागिताका अधिकारहरूबाट वञ्चित गराउन पाइँदैन । कुराहरू साना-साना हुन्छन् तर ज्यादै महत्व राख्ने हुन्छन् । जस्तै १२ वर्षको शारीरिक अपाङ्गता भएका बालक शौचालय जाँदा शौचालयको ढोकाको चुकुल माथि भएको कारणले चुकुल लाउन नसकेर असाध्यै दुःखी हुने गर्दछन् । हरेक पटक शौचालय जाँदा उनी आफूमा ज्यादै हीनताबोध महसुस गर्छन् । कतिपटक चुकुल नलगाई शौचालय गरिरहँदा अरूले अचानक ढोका खोलिदिएकाले उनलाई ज्यादै सरम लागेका छ । घरमा पाहुनाहरू आएको बेला कतिपटक उनी शौचालय नै नगई बसेको तीतो अनुभव पनि उनीसँग छ । तर यस समस्याको समाधान ज्यादै सजिलो छ । चुकुललाई सबैले भेट्नेगरी ढोकाको बीचमा लगाइदिने ।

त्यस्तैगरी, अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई घरमा हुने पूजाआजा, मनोरञ्जन, सरसल्लाह वा पारिवारिक बैठक, टेलिभिजन हेर्ने समय आदिमा वञ्चित गर्नुहुँदैन । यस्ता क्षण र अवसरहरूमा पूर्ण र प्रभावकारी रूपमा सहभागी हुने, बुझ्ने र सिक्ने अवसर प्रदान गर्नुपर्दछ । यस्ता गतिविधिहरूको बारेमा सिक्न र जान्न उनीहरूलाई परिवारका सदस्यहरूले पर्याप्त मद्दत गर्नुपर्दछ ताकि पछि यसले उनीहरूलाइ आत्मनिर्भर हुन सहयोग पुगोस् । जस्तैः आँखाले टेलिभिजन हरेर दृश्य बुझ्न बाधा हुने बालक वा बालिकालाई आँखाले देख्न सक्नेले दृश्यहरू बुझ्न मद्दत गऱ्यो भने बाँकी कुरा उनले सुनेर सजिलै थाहा पाउन सक्दछन् ।

५.४.२ विद्यालयतहमा बालसहभागिता

विभिन्न प्रकृतिका अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई एकै तरिकाले सिकाउन सकिँदैन । जसरी अपाङ्गता नभएका बालबालिकालाई पनि सिकाउँदा अलगअलग तरिका अपनाइन्छ, त्यसैगरी अपाङ्गता भएका भाइबहिनीहरूलाई पनि अपनाउनुपर्ने हुन्छ । जस्तैः सुनेर, छामेर वा स्पर्श गरेर मात्र सिक्न सक्नेहरूलाई व्याख्या वा वर्णन गरेर र आकारप्रकारहरू स्पर्श गराएर सिकाउने तरिकाहरू अपनाउने सकिन्छ । यसको लागि पर्याप्त खेल्ने सामग्रीहरूको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन सक्दछ । त्यस्तै इसारा वा सङ्केतबाट सञ्चार गरेर सिक्न सक्ने बालबालिकालाई साङ्केतिक भाषाको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । जसको लागि शिक्षकले आधारभूत साङ्केतिक भाषाको ज्ञान र सीप लिनु जरूरी हुन्छ । बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाले अन्य बालबालिका सरह छिटो-छिटो सिक्न नसक्ने हुन सक्दछन् । त्यसको लागि उनीहरूलाई अलग्गै पाठ्यक्रम बनाई सिकाउनुपर्दछ र उनीहरूले जे सिक्न सक्दछन् त्यही कुरा सिकाउनुपर्दछ र धैर्यतापूर्वक सिकाउनुपर्दछ । सायद त्यो हिँड्न, हाँस्न, नमस्ते गर्न वा त्योभन्दा पनि सामान्य केही हुन सक्दछ ।

सबैभन्दा पहिला त प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रका शिक्षकहरूमा अपाङ्गता भएका बालबालिकाले पनि अन्य बालबालिका सरह सिक्न सक्दछन् भन्ने विश्वास र सकारात्मक सोच हुनु जरूरी छ । यदि यस्तो विश्वास वा सोच शिक्षकमा नभएमा सहजकर्ताले सो विकास गर्नको लागि काम सघाउनुपर्ने हुन्छ । यसको लागि सहजकर्ताले विभिन्न अपाङ्गता भएका बालबालिकाले अन्य सरह सिकेका र प्रगति गरेका उदाहरणहरू पेश गर्न सक्नुपर्दछ । यस्ता उदाहरणहरू सफलताका कथा र श्रव्यदृश्य सामग्रीहरूमार्फत पस्कन सकिन्छ । अपाङ्गता बिरामी हुनु वा रोग नभएर यो अवरोधहरूको कारण सिर्जित अवस्था हो भन्ने कुरा शिक्षकहरूलाई बुझाउनुपर्दछ ।

घरपरिवार तहमा जस्तै विद्यालयतहमा पनि अपाङ्गता भएका बालबालिकाको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)गरी उनीहरूलाई विद्यालयका विभिन्न क्रियाकलापहरूमा सहभागी गराउन सकिन्छ । केही उदाहरणहरू तल उल्लेख गरिएका छन्-

उदाहरण-७

राधा दृष्टिविहीन छिन् । उनी दुवै आँखाले पुरै देख्न सक्दिनन् । उनी भर्खर मात्रै नजिकको बालविकास केन्द्रमा भर्ना भएकी हुन् । उनलाई मिसले निकै माया गर्नुहुन्छ र विशेष ध्यान पनि दिनुहुन्छ । वहाँले फलफूलहरूको बारेमा चिनाउँदा अरू साथीहरूलाई चित्र देखाएर चिनाउनु भो । तर राधालाई फलफूल छाम्न दिनुभयो । उनले स्याउ र सुन्तला छामेर चिन्न सिकिन् । सबैलाई गोलो घेरा बनाएर मिसले खेलाउनुभयो । मिसले पहिले राधालाई १ भन्दा के गर्ने, २ भन्दा के गर्ने, ३ भन्दा के गर्ने र ४ भन्दा के गर्ने भनेर सिकाउनु भो । उनलाई मिसले कसरी हात माथि लैजाने, तल झार्ने, खुट्टा फार्ने, खुट्टा जोड्ने, हात फैलाउने, फेरि तल झार्ने भन्ने कुरा हात र खुट्टाहरू समातेर सिकाउनुभयो । त्यसपछि सबैलाई समूहमा खेलाउनुभयो । अरू सबैले मिसले गरेको हेरेर र सुनेर गरे तर राधाले मिसले भनेको सुनेरै मात्र पनि सजिलैसँग गरिदिइन् ।

मिसले अरू साथीहरूलाई पनि सुनेर मात्र गर्न कोसिस गराउनुहोस् । अरू साथीहरूले पनि राधाले जस्तै सुनेर मात्र पनि गर्न सके । यो खेल खेल्दा राधालाई रमाइलो लाग्यो ।

उदाहरण-८

गीता ४ वर्षकी छिन् । उनी दुवै आँखाले देख्न सक्दिनन् । तर उनले बालविकास केन्द्रमा भर्ना भएको तीन दिनमै स्याउ, सुन्तला र काँक्रा कस्तो आकारको हुन्छ थाहा पाइन् । स्कुलमा मिसले सबै साथीहरूलाई पहिला स्याउ, सुन्तला र काँक्राको चित्र सबै साथीहरूलाई देखाउनुभयो । फेरि सबैलाई साँच्चिकैको स्याउ, सुन्तला र काँक्रा पालैपालो छाम्न अनि खेलाउन दिनुभयो । गीताले पनि स्याउ, सुन्तला र काँक्रालाइ पालैपालो छामिन् र खेलाइन् । उनलाई त्यसको आकार अलि अलि थाहा भयो । मिसले अरू साथीहरूलाई भन्दा अलि धेरै समयसम्म गीतालाई ती फलफूलहरू खेलाउन दिनुभयो । गीतालाइ निकै खुशी लाग्यो । उनले घरमा आमालाई आज स्कुलमा स्याउ, सुन्तला र काँक्रा कस्तो हुन्छ भन्ने कुरा छामेर थाहा पाएको कुरा सुनाइन् ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई खेलमा सहभागी गराउँदा उनीहरूलाई विभेद भएको अनुभूति हुनेगरी खेलाउनुहुँदैन । अरू बालबालिकाहरू भन्दा अलग्गै राखेर खेलाइयो भने उनीहरूले नराम्रो मान्न सक्दछन् । फेरि अर्कोतिर उनीहरूको छनौट बिपरित पनि कुनै खेलहरू खेलाउनुहुँदैन । सकेसम्म खेललाई समावेशी बनाउनुपर्दछ र कुनै खेल खेलाउँदा अपाङ्गता भएको बालक वा बालिकालाई समेत समावेश गराउनको लागि के उपाय अपनाउन सकिन्छ भन्नेबारेमा शिक्षक सचेत हुनुपर्दछ । जस्तै गोलो घेरामा बसेर बल एकबाट अर्कोलाई पास गराउने खेल खेलाउनुपर्दा समूहमा यदि कोही बालक वा बालिका उभिन नसक्ने वा असहज हुने छ भने यसको लागि दुईवटा उपाय लगाउन सकिन्छ ।

पहिलो उपाय : सबैजना बालक वा बालिकालाई तल भुइँमै गोलो घेरामा बसाएर खेलाउने
दोस्रो उपाय : उभिन सक्नेलाई उभिन लगाउने र उभिन नसक्नेलाई उभिने बालबालिकाकै उचाइ समान हुनेगरी कुनै कुर्सी वा स्टुलमा बसाउने र गोलो घेरा बनाई खेल खेलाउन सकिन्छ ।

यसैगरी यदि गीत गाउने र नाच्ने कार्यक्रम गरिन्छ भने यस्तोमा अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई उनीहरूको रूचिअनुसार विभिन्न भूमिका दिएर समानरूपले सहभागी गराउन सकिन्छ । नाँच्नलाई खुट्टा नै बजार्नुपर्छ र कम्मर नै मर्काउनुपर्छ भन्ने पनि होइन । नृत्य भनेको कुनै सङ्गीत र लयप्रतिको शारीरिक र भावनात्मक अभिव्यक्ति हो । दृष्टिविहीन, शारीरिक अपाङ्गता, बहिरा, बौद्धिक अपाङ्गता भएका सबैले आफ्नो आफ्नो तरिकाले सङ्गीतको तालमा शारीरिक अभिव्यक्तिहरू दिन सक्छन् जसलाई शिक्षकले उत्प्रेरित गर्नुपर्दछ ।

अपाङ्गता भएका बालबालिकाको विद्यालयमा सहभागिता गराउनका लागि सबैभन्दा पहिलो शर्त भनेको वातावरणमा सुधार हो । वातावरणसँग सानासाना कुराहरू जोडिएका हुन सक्दछन् । जस्तैः विद्यालयमा ह्वीलचेयर प्रयोग गर्ने बालक वा बालिका भर्ना हुन्छन् तर शौचालय जाँदा एउटा सामान्य १ फिटको खुड्किला भएको कारणले वा धारामा ह्वीलचेयर लिएर जान अवरोध भएको कारणले वा ढोका सानो भएको कारणले उनले विद्यालय जान बन्द गर्छ भने त्यो अन्याय हो । त्यसैले विद्यालयको वातावरणमा सुधार ल्याउनु सहभागिताको महत्वपूर्ण शर्त हो । विद्यालयको भौतिक वातावरण हरेक प्रकारका अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको लागि स्वतन्त्र रूपमा आवतजावत गर्न सहज हुनेगरी बनाइनुपर्दछ । यसको लागि हाल नेपाल सरकारले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि भौतिक वातावरण तथा सञ्चार सेवामा पहुँचसम्बन्धी निर्देशिका लागु गरेको छ । यसमा समावेशी भौतिक संरचनाहरू कसरी र कुन मापदण्ड अपनाएर निर्माण गर्ने भन्नेबारेमा विस्तृत रूपमा उल्लेख गरिएको छ । सहजकर्ताले उक्त निर्देशिकाको बारेमा विद्यालय प्रशासनलाई अभिमुखीकरण गराई सहजीकरण गर्नुपर्दछ ।

कक्षाकोठाभित्र सबै बालबालिकाले समान रूपमा सिकाइ प्रक्रियामा सहभागी हुन पाउनुपर्दछ । अपाङ्गता भएकै कारणले कसैलाई सिकाइ प्रक्रियाबाट अलग राख्नु पनि अन्यायपूर्ण हो । विद्यालय प्रवेश एउटा महत्वपूर्ण पाटो भएतापनि सिकाइ प्रक्रियामा समावेश हुनु सबैभन्दा ठूलो कुरा हो । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई सिकाइ प्रक्रियामा सहभागी गराउन केही फरक विधिहरू अपनाउनुपर्ने हुन सक्दछ । जस्तै बौद्धिक अपाङ्गता भएका र अटिज्म प्रभावित बालबालिकालाई चित्र र फ्लासकार्डको प्रयोग बढी उपयोगी हुन्छ भने दृष्टिविहीन बालबालिकालाई कुनै पनि कुराको सही र विस्तृत व्याख्या तथा वस्तुका आकारप्रकारहरू छामेर सिक्न सक्दछन् ।

परिच्छेद- ६: बालबालिकासँग काम गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

६.१ बालबालिकासँग काम गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

६.१.१ बालबालिकासँग काम गर्न राम्रो सम्बन्ध बनाउने

यहाँ सम्बन्ध भन्नाले दोहोरो सम्मान र विश्वास हो, जहाँ बालबालिकालाई पनि साझेदारका रूपमा हेरिन्छ । यसका लागि हामी निम्न कार्यहरू गर्न सक्छौं :

- बालबालिकालाई पनि वयस्कलाई जस्तै सम्मान दिनुहोस् । उनीहरूलाई केही थाहा छैन, केही जान्दैनन् भन्ने व्यवहार नगर्नुहोस् । यसको अर्थ उनीहरूले भनेका सबैमा सहमत हुनैपर्दछ भन्ने हैन । तर पनि हामीले उनीहरूको विचारको अर्थपूर्ण रूपमा सम्मान गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकाले कुनै गलत कुरा भनिहाले पनि त्यसको तुरून्तै प्रतिवाद वा आलोचना नगरी तर्कपूर्ण र चातुर्यसाथ आफ्ना विचार छलफलमा ल्याउनुपर्दछ । हामीले सोचेको के कुरा गलत भयो भनी त्यसको खोजी विश्लेषण गर्नुपर्दछ । आलोचना मात्र गरियो भने बनेको सबै सम्बन्ध बिग्रन सक्छ ।
- सम्झनुपर्ने कुरा के हो भने एकअर्कालाई चिन्न समय र धैर्य चाहिन्छ । हामीले उनीहरूलाई सहभागी हुन प्रोत्साहन गर्न हामी धैर्यवान हुनु जरूरी हुन्छ तर सोही समयमा हामीले धेरै दबाव दिने वा उनीहरूले असहज महसुस गर्ने वातावरण त बनेको छैन भन्ने कुरामा पनि ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई धेरै नियन्त्रणमा राख्नुहुँदैन, यदि उनीहरू केही गर्न चाहन्छन् भने उनीहरूलाई आफ्नै तवरबाट गर्न दिनुपर्दछ । उनीहरूले आवश्यकता महसुस गरेको बेलामा वा उनीहरूले माग गरेको बेलामात्रै सहयोग गर्नुपर्दछ । हामी सबैजना अनुभवबाट मात्र राम्ररी सिक्छौं चाहे ती अनुभव गलत नै किन नहोस् ।
- बालबालिकालाई आचारसंहिता वा नियम बनाउन, त्यसमा सहमति जुटाउन र तिनीहरूको पालना गर्न अभिप्रेरित गर्नुपर्दछ ।
- सहभागी आउँदा अभिवादन गर्ने, उनीहरूको मेहनतमा धन्यवाद दिने र सफलताका निम्ति कामना गर्नुपर्दछ ।
- अचाक्ली नियन्त्रणमा राखेर अनुशासित बनाउँछु भन्नुभन्दा दयालु र नरम बन्दा राम्रो नतिजा आउँछ । अन्यथा बालबालिका (वयस्कले पनि) तालिमबाट फर्कन वा कार्यलाई निरन्तरता दिने कार्यमा आफैले रोक लगाउँछन् । राम्रो बन्नु भनेको उनीहरूको हरेक कुरामा सधैं सही थाप्दै समर्थन गर्नु भनेको पक्कै होइन, यो त हामीले उनीहरूसँग गर्ने अन्तर्क्रियाबाट देखिने हाम्रो सोच हो ।
- ध्यान दिनुहोस् बालबालिकाले पनि वयस्कजस्तै विभिन्न माध्यमबाट (उदाहरणका लागि बोलेर र हाउभाउ जस्तो कि शारीरिक अवस्था र मुखाकृति) आफ्ना विचार प्रस्तुत गर्ने गर्छन् । उनीहरूको संसारलाई हेर्ने दृष्टिकोण र विचारलाई बुझ्न हामीले विभिन्न किसिमका खेलको महत्व बुझ्नु आवश्यक हुन्छ ।
- सबै बालबालिकालाई समान रूपले व्यवहार गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाबारे केही जानकारी भएकै आधारमा मलाई उनीहरूबारे सबै थाहा छ भन्ने भ्रममा बस्नुहुँदैन ।

६.१.२ बालबालिकालाई उनीहरूको प्रभावकारिता र क्षमताबारे सिक्न र त्यसको विकास गर्न मद्दत गर्ने

- बालबालिकाले आफ्नो धेरै समय वयस्क जीवनको तयारी र त्यसबारे सिक्न व्यतीत गर्छन् । खेल र अनुकरणका माध्यमबाट उनीहरूले विश्वलाई चिन्न हर समय धेरैभन्दा धेरै परीक्षण र खोजी गरिरहेका हुन्छन् । हामीले यसका लागि बालबालिकालाई जति सक्दो बढी अभिप्रेरित गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिका स्वभावले नै जिज्ञासु हुन्छन् । त्यसैले उनीहरूको यही कुरालाई प्रोत्साहन गर्न विभिन्न प्रश्न सोध्न, छलफल गर्न र क्रियाकलाप गर्न दिनुपर्दछ, जसले उनीहरूको बौद्धिक विकासमा सघाउ पुऱ्याउँछ । मौका मिलेसम्म बालबालिकालाई आफै खोजी गर्ने, सोच्ने, अवलोकन गर्ने, प्रश्न गर्ने र पत्ता लगाउने कुरामा प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ । बालबालिका सिकाइको प्रक्रियामा सहभागी छन् भन्ने कुराको सुनिश्चित गर्ने महत्वपूर्ण पाटो भनेको उनीहरूलाई पहिल्यैदेखि थाहा भएका कुराको खोजी गर्ने र उनीहरूको अनुभव तथा ज्ञानका आधारमा भविष्यका कार्यनीति तय गर्नुपर्दछ ।

६.१.३ आत्मजागरण र आत्मविश्वासको विकास

- बालबालिकालाई उनीहरूको समुदायमा सक्रिय भूमिका निभाउनु छ भने यसो गर्न सक्षम छन् र उनीहरू पनि समाजका महत्वपूर्ण सदस्य हुन् भन्ने महसुस गराउनु आवश्यक हुन्छ ।

- बालबालिकालाई आफ्ना विचारको विकास र अभिप्रेरित गर्ने तथा त्यसलाई व्यक्त गर्न दिनु भनेको उनीहरूलाइ आफ्नो बुद्धिमद्दत्ताको महत्व बुझ्न मद्दत गर्नु हो । बालबालिकाले दिएका विचार सबैभन्दा राम्रो विचार राम्रो विकल्प नभए पनि त्यसलाई स्वीकार गरेमा उनीहरूले आफूलाई महत्व दिएको ठान्छन् । यसको मतलब उनीको गलत कुरालाई पनि सही भन्नु वा गलतलाई देखाउनै हुन्न भन्नेचाहिँ होइन । तर जब हामी त्यसो गर्छौं हामीले मैत्री र राम्रोसँग भन्नुपर्दछ, जसले उनीहरूको राम्रो कुरालाई नै जोड दिएको जस्तो हुन्छ । व्यक्तिले गरेको राम्रा राम्रा कुरालाई ध्यान दिने र बालबालिकाले गरेका कामको प्रशंसा गर्नु भनेको उनीहरूको आत्म जागरण र आत्मविश्वास बढाउने एउटा महत्वपूर्ण खण्ड हो । त्यसैगरी बालबालिकाको उमेर र स्तरका आधारमा जिम्मेवारी दिनु भनेको उनीहरूमा मूल्य र योग्यताको विकास गराउनु हो ।
- बालबालिकासँग काम गर्न पर्याप्त तयारीको आवश्यकता पर्दछ । यदि बालबालिकाले केही प्रदर्शन र प्रस्तुतीकरण गर्नु छ भने जस्तैः विद्यालय, समुदाय वा रेडियो मा उनीहरूलाई पूर्ण पूर्वतयारी गराउनुपर्दछ । जसले गर्दा उनीहरू सहज र आत्मविश्वासी हुन्छन् । एकचोटि आत्मविश्वास गुम्यो भनेपछि पुनः पाउन गाह्रो हुन्छ ।

६.१.४ समुदाय र अरूप्रति जिम्मेवार धारणाको विकास गर्न बालबालिकालाई अभिप्रेरित गर्ने

लजालु स्वभाव भएका, अरूभन्दा विस्तारै बुझ्ने वा बुझाउनमा केही अप्ठ्यारो हुने बालबालिका छन् भने बालबालिकालाई प्रतिस्पर्धीभन्दा सहयोगी स्वभावको बन्न अभिप्रेरित गर्नुपर्दछ । मौका मिलेसम्म सहभागीले घर, परिवार र समुदायबाट ल्याएका जानकारी उपयोगी छन् भने उक्त सन्दर्भलाई जोडिहाल्नुपर्दछ । यसले बालबालिकालाई यो कत्तिको औचित्यपूर्ण छ भन्ने कुराबारे तत्कालै थाहा पाउन सहयोग गर्छ । यसले बालबालिकालाई समुदायबारे सिकाउन र त्यसको उपयोगिता बताउन सहयोग पुर्‍याउँछ ।

साभारः बाँसका मुनाहरू, प्लान, २०१०

६.२ परिवार र पारिवारिक सम्बन्ध

६.२.१ आमा बाबु तथा सन्तानको सम्बन्धमा प्रभाव पार्ने तत्वहरू :

यदि पारिवारिक सम्बन्ध प्रेम, स्नेह, ममता, वात्सल्य, अनुशासन, सम्मान, त्याग, सहयोग तथा सद्भाव इत्यादि जस्ता उत्कृष्ट मानवीय भावनाहरूमा आधारित छ भने पारिवारिक सम्बन्धलाई उत्तम बनाउँछ । यसले बालकको शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक, चारित्रिक तथा व्यक्तित्व विकास राम्रोसँग हुनमा मद्दत गर्छ । यसको विपरित यदि घरमा कलह, सङ्घर्ष, स्वार्थ, मतभेद र असहयोगको वातावरण हुन्छ भने पारिवारिक सम्बन्ध नमिठो (नराम्रो) र शत्रुतापूर्ण हुन्छ । यस्तो स्थितिमा परिवारमा बालबालिकाको उचित विकास हुन सक्दैन । बाल विकासमा पारिवारिक सम्बन्धको विशेष महत्व हुन्छ ।

E.B Hurlockका अनुसार "The child's attitude and behaviour are markedly influenced by the family into which he is born and in which he grows up."

"बालबालिकाको अभिवृद्धि र व्यवहारमा ऊ जन्मेको हुर्केको परिवारद्धारा उल्लेखनीय रूपमा प्रभावित हुन्छ ।"

पतिपत्नी अर्थात आमाबाबुको पारस्परिक सम्बन्धले आमाबाबु र बालकको सम्बन्धमा निकै महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ । यदि आमाबुवाको पारस्परिक सम्बन्ध प्रेम, स्नेह तथा सामजस्यपूर्ण छ भने सामान्यतयाः बालबालिका तथा परिवारको अन्य सदस्यहरूको व्यवहार पनि राम्रो हुन्छ । तर यदि आमाबाबुको पारस्परिक सम्बन्ध राम्रो छैन, सधै कलह र तनावले भरिएको छ भने परिवार अशान्त र अव्यवस्थित हुन्छ । यस्तो अवस्थामा सन्तानको साथै परिवारको अन्य सदस्यहरूसँग पनि राम्रो सम्बन्ध हुँदैन र यसले बालबालिकाको विकासात्मक प्रक्रियामा अवरोध खडा गर्छ ।

बालबालिकाप्रति आमाबाबुको कस्तो अभिवृत्ति छ त्यसले उनीहरूको आपसी सम्बन्धलाई महत्वपूर्ण प्रभाव पार्दछ । मनोवैज्ञानिक Hurlock का अनुसार "Parental attitudes sufficiently influence child's developmental process".

"अभिभावकहरूको वा आमाबाबुको अभिवृत्तिहरूले बालबालिकाको विकास प्रक्रियालाई पनि धेरै प्रभावित गर्दछ ।"

आमा बाबुको आफ्नो सन्तानप्रति राखिने दृष्टिकोणले पनि उनीहरूबीचको सम्बन्धमा प्रभाव पार्छ । सकारात्मक दृष्टिकोण राख्ने परिवारको आपसी सम्बन्ध राम्रो हुन्छ । परिवारका सदस्यहरू तथा आमाबाबुले बालबालिकासँग कति गुणस्तरीय समय

बिताउछँन् त्यसले पनि बालक र परिवारसँगको सम्बन्धलाई असर गर्दछ ।

तसर्थ, आमाबुवाले छोरा छोरीसँग सकारात्मक र सहयोगी भाव राख्नुपर्दछ र उनीहरूमा आत्मविश्वास तथा अभिभावकप्रति आस्थाको भाव विकास गराउन सक्नुपर्दछ । यदि आमा बाबुको पारस्परिक सम्बन्ध खराब छ र सँधै घर कलह र तनावयुक्त छ भने छोराछोरी र आमाबाबुको सम्बन्धमा पनि समस्याहरू देखापर्दछ । असन्तोष, तनाव, कलह तथा संघर्षपूर्ण पारिवारिक वातावरणमा हुर्केको बालबालिकाको विकास राम्ररी हुन पाउदैन । यसर्थ, परिवारमा प्रेम, स्नेह, सहयोग एवं विकासको वातावरण हुनु जरूरी छ ।

(साभार : उप्रेती निर्मला, बाल विकास तथा पारिवारिक सम्बन्ध, एम. के. पब्लिशर्स एण्ड डिष्ट्रीब्यूटर्स, २०६०)

हामीले काम गर्ने सिलसिलामा विभिन्न पृष्ठभूमिका बालबालिकासँग काम गरिरहेका हुन्छौं । उनीहरूको आमाबाबुसँगको सम्बन्ध, परिवारका अन्य सदस्यहरूसँगको सम्बन्ध तथा पारिवारिक वातावरणले समेत उनीहरूको व्यक्तित्व विकासमा प्रभाव पारिरहेको हुन्छ । तसर्थ, हामीले उनीहरूसँग व्यवहार गर्दा, सहकार्य गर्दा उनीहरूको परिवार ,आमा बाबुसँगको सम्बन्ध, हुर्केको वातावरणका बारेमा जानकार रहनु आवश्यक हुन्छ । हामीसँग भएका जानकारीका आधारमा हामीले सहकार्य गर्ने बालबालिकाले देखाउने व्यवहार, सम्बन्ध, तथा उसको अभिव्यक्तिहरूको विश्लेषण गर्न सक्दछौं र हामीलाई उनीहरूसँग काम गर्न सजिलो हुन्छ ।

***

सन्दर्भ सामग्री

१. प्रारम्भिक सिकाइ तथा विकास मापदण्ड, शिक्षा विभाग, सानोठिमी, भक्तपुर
२. प्रारम्भिक बालविकास पाठ्यक्रम दिग्दर्शन, २०६१, शिक्षा विभाग, सानोठिमी, भक्तपुर
३. बाँसका मुनाहरू, प्लान नेपाल
४. स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, आफू र आफ्ना बालबालिकालाई जङ्कफुडबाट टाढै राखौं, जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय, ललितपुर,
५ं प्रा.डा. रमेशकान्त अधिकारी पोषण र स्वास्थ्य, एडुकेशनल पब्लिसिङ्ग हाउस, काठमाडौं ।
6. Child Participation in Nepal, Mahesh Sharma and Deepak Sharma, Desk working on child participation Nepal, Review-11 Consortium of organiisation, 2009
7. Dr. Rajeev Sharma, Complete Book of Child Care, Lotus Press, New Delhi,
8. Elizabeth B.Hurlock, Child Development, Sixth Edition, Tata McGraw Hill Edition
9. Shyam Sunder Shrimali, Child Development, Pearson Education (Singapore) Pte. Ltd.
10. S. V. Kale, Child Psychology and Child Guidance, Himalaya Publishing House
11. Diane E. Papalia, Sally Wendkos Olds, Ruth Duskin Feldman, Human Development, Tata McGraw Hill Publishing Company Limited
12. Bernard van Leer, Early Childhood Matters, Young Children's Participation, Rhetoric or growing Reality, November 2004
13. Bajracharya, H. R., & Shrestha, K. (1997). Current Understanding of Early Childhood Development and Paractices in Nepal. CERID , 55.
14. Berk, L. E. (2004). Child Development. Delhi: Pearson Education (singapur)Pte.Ltd.Indian branch,482F.I.E.Patparganj,Delhi 110092.
15. CERID, Bajracharya, H., & shrestha, K. (1997). Current understanding of early Childhood Development and practice in Nepal. Cerid.
16. Charlesworth, R. (2004). Understanding Child Development. Delmar Learning .
17. Erikson, M., & Reimer, K. k. (1999). Infant, Toddlers and Families: A Framework for support and Intervention. New York: The Guilford Press.
18. Gordon, A. M., & Browne, K. W. (2004). Beginnings and Beyond:Foundations in Early Chidhood Education. USA: Delmar Learning, a divison of Thomson Learning Inc.
19. Hurlock, E. B. (1978). Child Growth and Development. New Delhi: (Tata mcGraw-Hill publishing Company Limited4/12 asaf Ali road,New Delhi 110002).
20. Hyde, K. A., & Kabiru, M. (2003). Earey Childhood Development as an Important Strategy to Improve Learning Outcomes. paris : ADEA working group on Early Childhood Development.
21. .Young, M. E. (2002). Early Child Development to Human Development. Washington DC, Washinton DC.
22. Daly.M,Byers E.& Taylor W.(2006) ,Understanding Early Years Theory in Practice,Harcourt Educationh Limited,Malaysia
23. Joshi R.K. (1997) Early Childhood Education, Union Press Private Limited,Putalisadak,Kathmandu Nepal
24. A complet book of child care -Dr. Rajeev Sharma, By Lotus Press Divya Gunj Delhi.
25. Child Development –Elizabeth B. Hurlick By TATA McGraw-HILL EDITION New Delhi
26. Human Development -Diane E.Papalia ,Salley Wendkos Olds Ruth Duskin Fuldman TATA McGraw-HILL EDITION New Delhi
27. Child psychology and Child Guidence –S.V.Kale By Himalayan Publication House.28.

अनुसूची १: बालक/बालिकाको विवरण र सहमति फाराम

(कुनै क्रियाकलाप वा कार्यक्रममा बालक/बालिका सहभागी हुने समयमा यो फाराम भर्नुपर्नेछ । यो फाराममा आवश्यक विवरणहरू बालबालिकाले भर्नसक्ने भएपनि बाबुआमा वा अभिभावकको अगाडि भर्नुपर्दछ ।)

१) बालक/बालिकाको पूरा नामः
२) उमेरः ३) लिङ्गः
४) बाबुको नामः
५) आमाको नामः
६) ठेगानाः
७) सम्पर्क फोन नं.:
८) यदि बालबालिकाको संरक्षक भए, संरक्षकको नाम, ठेगाना र सम्पर्क फोन नं.:
९) विद्यालयको नाम, ठेगाना र कक्षाः
१०)विद्यालयको प्रधानाध्यापक वा कक्षा शिक्षकको नाम र सम्पर्क फोन नं.:

११) बालक/बालिकाको स्वास्थ्य विवरणः
११.१) बालक/बालिकामा अपाङ्गता भए/नभएको : ११.२) यदि भए कुन किसिमको अपाङ्गता :
११.३) बालक/बालिकाले कुनै औषधि लिए/नलिएको
११.४) यदि लिएको भए, विवरण (के-कस्तो र कति-कति समयमा):
१२) बालक/बालिकालाई कुनै खास सहयोग चाहिएको भए सो सम्बन्धी विवरणः

बाबु वा आमाको हस्ताक्षर बालक/बालिकाको हस्ताक्षर

विवरण सङ्कलकको नामः
हस्ताक्षरः मितिः

अनुसूची २ः आमाबुवा वा अभिभावक सहमति

(कुनै क्रियाकलाप वा कार्यक्रममा आफ्ना छोरा/छोरी सहभागी हुने समयमा आमाबुवा वा अभिभावकले यो फाराम भर्नुपर्नेछ ।)

म/हामी, (अभिभावकको नाम)..(ठेगाना) .... ले मेरा/हाम्रा छोरा/छोरी...(बालक/बालिकाको नाम) ....वर्ष (उमेर) लाई (संस्थाको नाम)... ले (समय) ...... देखि (समय) ...... मा (स्थान)................... .... मा आयोजना गर्ने (कार्यक्रमको नाम) ....मा (हेरचाह गर्ने व्यक्तिको नाम)............ .... को जिम्मेवारी र संरक्षकत्वमा सहभागी हुन मेरो/सहमति रहेको छ र निम्न कुराबारे जानकार भई सहमति दिएको छु/छौं :

- कार्यक्रम अवधिमा बालक/बालिकाको निम्ति लाग्ने सम्पूर्ण खर्च (यात्रा, खाना तथा आवास) आयोजकले व्यहोर्नेछ ।
- यात्रा र कार्यक्रमको अवधिमा बालक/बालिकालाई कुनै शारीरिक समस्या वा दुर्घटनाका कारण औषधि उपचार गर्नुपर्ने हुनसक्छ । यस अवस्थामा हेरचाह गर्ने व्यक्ति र आयोजकले उपयुक्त चिकित्सकबाट आवश्यक औषधि उपचार व्यवस्था गर्न सक्नेछन् ।
- कार्यक्रमको अवधिमा मेरा/हाम्रा छोरा/छोरीको हेरचाह गर्ने व्यक्ति (स्कर्ट) र आयोजकको आवश्यक सुपरिवेक्षण र छोरा/छोरीको सहमतिमा सञ्चार माध्यमका व्यक्तिहरूले कार्यक्रमसम्बन्धी कुनै फोटो, भिडियो वा आवाज लिन वा रेकर्ड गर्न र प्रकाशन/प्रसारण गर्न सक्नेछन् ।
- यात्राको क्रममा हुनसक्ने आकस्मिक समस्या वा दुर्घटनाको कारण हेरचाह गर्ने व्यक्ति र आयोजकको कुनै हात हुने छैन, उनीहरू जिम्मेवार हुनेछैनन् ।
- कुनै समस्या आएको खण्डमा म/हामीलाई सम्पर्क गर्नका लागि आयोजकलाई सम्पर्क फोन नं. दिएको छु/छौं ।

बाबु/आमा वा संरक्षकको नाम र हस्ताक्षर मितिः

आयोजक संस्था प्रतिनिधिको नाम र हस्ताक्षर मिति :

बालक/बालिका हेरचाह गर्ने व्यक्तिको नाम र हस्ताक्षरः मितिः

अनुसूची ३ः स्कर्ट (Escort) को जानकारी तथा सहमति फारम

(बालक वा बालिका वा बालबालिकाको हेरालु (स्कर्ट Escort) हुने सबै व्यक्तिले यो फारम भर्नुपर्नेछ)

१) नाम : २) लिङ्ग : महिला/पुरूष
३) ठेगानाः
४) सम्पर्क फोन नं.: ५) इमेलः
६) संघसंस्थाको नाम र ठेगानाः
७) सम्पर्क फोन नं.:
८) नजिकको व्यक्तिको सम्पर्क फोन नं.:

म (नाम र ठेगाना)..ले(संस्थाको नाम) ....ल (समय) ...... देखि (समय) .... मा (स्थान) .... मा आयोजना गर्ने (कार्यक्रमको नाम) ....मा (बालक/बालिकाको अभिभावकको नाम र ठेगाना).. ....को छोरा/छोरी (बालक/बालिकाको नाम) ..... वर्ष (उमेर) सहभागी हुने भएकाले उक्त बालक/बालिकाको हेरालु (स्कर्ट) बन्नका लागि इच्छुक रहेकाले निम्न कुरामा प्रतिबद्धता जाहेर गरेको छु :

१) कार्यक्रम आयोजकसँग नियमित सम्पर्क र समन्वयमा बालक/बालिकालाई कुनै कठिनाई नहुने गरी उपयुक्त किसिमले यात्रा तथा आवासको व्यवस्थापन गर्न हरबखत तयार हुनेछु।

२) यात्रा तथा कार्यक्रम अवधिभर बालक/बालिकाको नियमित हेरचाह गर्नेछु र समय-समयमा बालक/बालिकाको अवस्थाबारे उनीहरूको परिवारलाई जानकारी दिनेछु। सम्पर्क कायम गर्नेछु।

३) बालक/बालिकालाई कुनै स्वास्थ्य समस्या हुन सक्ने बारे म पूर्ण सचेत छु र यस अवस्थामा मेरो निगरानीमा बालक/बालिकालाई सकेसम्म छिटो उपचार व्यवस्थाका लागि समन्वय गर्नेछु।

४) संस्थाबाट जारी बालसंरक्षण नीति प्रति प्रतिबद्ध छु र यात्रा तथा कार्यक्रम अवधिभर कोही कसैबाट बालबालिकामाथि हुनसक्ने दूर्व्यवहारबारे सदैव चनाखो हुनेछु। बालक/बालिकाको संरक्षणका लागि सबै उपायहरू अपनाउनेछु।

रोहबर हेरालु (स्कर्टः Escort) को हस्ताक्षर

मिति

अनुसूची ४: बालसंरक्षण नीति

म .... ले मेरो हेरचाहमा रहेको बालक वा बालिका वा अन्य बालबालिकाको सर्वोत्तम हितका निमित्त सँधै तत्पर हुनेगरी कार्यक्रम अवधि र यात्रा अवधिमा यस बालसंरक्षण नीतिमा भएका निम्न कुराहरू अध्ययन गरी, बुझी पालना गर्न प्रतिबद्ध छु:

- बालबालिका वा उसको बुवाआमा वा अभिभावकको जात, संस्कृति, उमेर, लिङ्ग, शारीरिक अवस्था, धर्म, क्षेत्र, यौनिकता वा राजनैतिक आस्थाका आधारमा बालबालिकालाई भेदभाव हुने शब्द प्रयोग वा व्यवहार गर्नेछैन ।
- बालबालिकामाथि अन्य वयस्क वा आफ्नै दौंतरीहरू बाट पनि दूर्व्यवहार हुनसक्ने जोखिमप्रति सदैव सजग रहनेछु ।
- बालबालिकालाई कुटपिट गर्न वा शारीरिक वा मानसिक चोट पुऱ्याउने वा शारीरिक वा यौनसम्बन्ध राख्नेछैन ।
- बालबालिकालाई अस्वाभाविक र अनुपयुक्त मानिने तरिकाले अँगालो मार्ने, म्वाइँ खाने, धाप मार्ने, सुमसुम्याउने वा समाउनेछैन ।
- बालबालिकालाई कुनै काम वा बोलीबाट दूर्व्यवहार गर्न वा दूर्व्यवहारको जोखिममा पार्ने, अभद्र, अनुचित र आक्रमक शब्दको प्रयोग, अभद्र इसारा वा बोली प्रयोग एवं सल्लाह वा सुझाव दिनेछैन ।
- सबै बालबालिकाको गोपनीयताको अधिकारको सम्मान गर्नेछु । खासगरी कर्तव्य पालनका सिलसिलामा जानकारीमा आएको बालबालिका र उनीहरूको परिवारलाई असर पार्ने कुनै पनि तथ्य प्रकाशमा ल्याउनेछैन ।
- कम्प्युटर, ल्यापटप, मोबाइल फोन, भिडियो क्यामेरा वा सामाजिक सञ्जालका माध्यम वा कुनैपनि किसिमबाट हुने बालबालिकामाथि शोषण वा दूर्व्यवहार गर्नेछैन, त्यस्तो हुन दिनेछैन ।
- बालबालिकाको मृत्यु, दुर्घटना, आत्महत्या, पलायन, वा बालबालिका माथि दूर्व्यवहार जस्ता घटना भएको थाहा पाउनेबित्तिकै व्यवस्थापनलाई सूचना दिनेछु ।
- कुनै पनि बालबालिकालाई धम्की दिने, श्रम र यौनशोषण गर्ने, कुटपिट गर्ने शारीरिक वा मौखिक दूर्व्यवहार गर्नेछैन । अरू कसैले त्यस्तो व्यवहार गरेको देखेमा बालबालिकाको तर्फबाट प्रतिवाद गर्नेछु र आवश्यक कारवाहीका लागि सम्बन्धित व्यक्ति तथा निकायमा जानकारी दिनेछु ।
- कोही कसैबाट बालसंरक्षण नीतिको उल्लंघन भएको विश्वास वा हुने शङ्का भएमा तत्काल जानकारी गराउनेछु ।

उल्लेखित प्रतिबद्धता विपरित कुनै पनि कार्य भएको उजुर भई प्रमाणित भएमा सिर्जित दायित्व एवं कानुनबमोजिम हुने कारवाही भोग्न तयार छु ।

साक्षी बस्नेको हस्ताक्षर:	हेरालु (स्कर्ट)को हस्ताक्षर:
नाम:	नाम:
ठेगाना:	ठेगाना :

अनुसूची ५ः बालबालिकालाई कुनै कार्यक्रममा सहभागी गर्नु अघिका सामान्य नियमहरू

बालबालिकालाई संलग्न गर्नुअघि हामीले निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछः

१) आमाबुवा वा अभिभावकको सहमतिः

- आयोजना गर्न लागिएको कार्यक्रमको उद्देश्य र यसमा बालबालिकाले निर्वाह गर्नुपर्ने भूमिकाबारे बताउनुहोस् । यस क्रममा उक्त बालक वा बालिका किन छानियो र बालक/बालिकाको लागि यस कार्यक्रम किन महत्त्वपूर्ण छ भन्नेबारे पनि जानकारी दिन सकिन्छ ।
- यसका लागि बालबालिकासँग सम्बन्धित अन्य व्यक्तिहरू जस्तैः विद्यालय, शिक्षक, नियमित उपचार गरिरहने डाक्टरसँग सहमति लिनुपर्दछ । यो कुरा आमाबुवा वा अभिभावकले थाहा पाउनु जरूरी हुन्छ किनकि विद्यालयका नियमित कक्षाहरू छुट्न सक्दछन् ।
- कुनै-कुनै अवस्थामा बालबालिकाले आफ्नो संलग्नबारे कोही व्यक्तिलाई भन्न चाहँदैनन् । यसबारे बालबालिकासँग पूर्व सल्लाह गरेर सावधानी अपनाउनुपर्दछ ।
- बालबालिकाको सहभागिताले उसको वा उनको जीवनमा र बालबालिकाले प्रतिनिधित्व गर्ने समुदायमा पार्ने सकारात्मक प्रभाव के-के हुनसक्दछन्, जानकारी गर्नुपर्दछ । यसमा बढाइचढाइ गर्नुहुँदैन ।

२) बालबालिकाको सहमति

- बालबालिकालाई संलग्न गर्नुअघि आमाबुवा वा अभिभावकको सहमति आवश्यक भएपनि बालक वा बालिकाको सहमति अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ ।
- बालक वा बालिकाले कुनै कार्यक्रममा भाग लिन वा आफ्ना विचार व्यक्त गर्न अनुच्छुक हुन सक्छन् । यसलाई सम्मान गर्नुपर्दछ । उनीहरूलाई "नाइँ" भन्ने अधिकार छ तर यसअघि उनीहरूलाई कार्यक्रमबारे पूर्ण जानकारी दिनुपर्दछ ।

३) बालबालिकाको हेरालु (स्याप्रोन वा स्कर्ट) को छनौटः

- कार्यक्रममा भाग लिने बालक वा बालिकाको हेरालु छनौट प्रक्रिया महत्वपूर्ण हुन्छ । बालक वा बालिकाको आवश्यकता र विचार, भावना बुझ्ने उपयुक्त व्यक्ति चाहिन्छ । यस्तो हेरालु व्यक्ति परिपक्व र सम्भव भएमा एकाघर परिवारको भएमा बढी उपयुक्त हुन्छ ।
- बालबालिकाको हेरालु व्यक्ति बालबालिकामाथि हुनसक्ने हानिनोक्सानीबारे जानकार हुनुपर्दछ । कार्यक्रममा जानु अघि इच्छुक हेरालुलाई बालबालिकामाथि हुनसक्ने हानि र बालसंरक्षणबारे जानकारी दिनुपर्दछ ।
- बालबालिकासँग प्रभावकारी सञ्चार गर्नसक्ने र कार्यक्रमको अवधिभर बालबालिकाको ख्याल गर्न सक्ने हुनुपर्दछ ।
- कार्यक्रममा भाग लिने बालक वा बालिकाअनुसार लैङ्गिक संवेदी व्यक्ति छनौट गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।
- स्कर्टको छनौटपश्चात् उनीहरूले निर्वाह गर्ने भूमिका र बालसंरक्षण नीतिबारे अभिमुखीकरण गरिनु आवश्यक हुन्छ ।

३) सहभागी बालबालिकालाई अभिमुखीकरणः

- कार्यक्रममा भाग लिने बालक वा बालिकाले कार्यक्रमबारे सूचनाजानकारी पाउनुपर्दछ । कार्यक्रम स्थल, समयावधि र उनीहरूसँग को-को रहन्छन् भन्नेबारे अभिमुखीकरण सञ्चालन गर्नुपर्दछ ।
- यात्रा एवं कार्यक्रम अवधिमा हुनसक्ने कठिनाइ, दूर्व्यवहार र यसबाट बच्ने उपायहरू उनीहरूले थाहा पाउनुपर्दछ ।
- सहभागी बालबालिका वा अन्य दौंतरीमध्ये कोहीलाई कुनै पनि किसिमको दूर्व्यवहार भएको खण्डमा कुन ठाउँ वा व्यक्तिलाई उजुरी दिने भन्नेबारे जानकारी दिनुपर्दछ ।
- बालबालिकाका गोपनीयताको हक लगायत अन्य के-कस्ता अधिकारहरू हुन्छन् भन्नेबारे जान्नुपर्दछ ।

४) सहभागी बालबालिका र हेरालु (स्कर्ट) बीचको सम्बन्ध विकासः

बालबालिकालाई वयस्कसँगको सम्बन्ध विकास र विस्तारका लागि पर्याप्त समय चाहिन्छ । बालबालिकाले धेरैजसो अवस्थामा आफ्नाबारे निर्णय लिन गाह्रो हुनसक्छ । यसर्थ उनीहरूलाई पर्याप्त बालसुलभ तवरले सूचना र जानकारी दिनुपर्दछ । ती सूचनाजानकारी बालबालिकाले बुझ्ने भाषामा हुनु आवश्यक छ । यदि त्यस्तो सम्भव नभएमा बालबालिकालाई सूचना जानकारी बुझाउनका लागि आवश्यक सहजीकरण गरिनुपर्दछ ।

अनुसूची ६ : हेरालु (स्कर्ट) को जिम्मेवारीहरू

बालबालिकाको हेरालुका निम्न जिम्मेवारीहरू हुन सक्दछन्ः

- परिवारबाट टाढा भएपश्चात् बालबालिका र परिवारको सदस्यहरूसँग निरन्तर सम्पर्क-कुराकानी गर्ने/गराउने र बालबालिकाको अवस्थाबारे जानकारी दिने ।
- बालबालिकाको यात्रा अवधिभर खाना एवं बसाइ, उचित सुरक्षा प्रबन्धको उचित व्यवस्थापनका लागि सहजीकर ण गर्ने ।
- बालबालिकासँग हेरालु व्यक्ति भएको र आफ्नो ख्याल गरिरहेको छ भन्ने आभाष बालबालिकालाई हुने गर्नुपर्दछ, बालबालिकाको स्वभाव अनुसारको आवश्यक खाना तथा पानीको व्यवस्था गरिनुपर्दछ ।
- बालबालिकाको स्वास्थ्य उपचार आवश्यक भएको खण्डमा सोही अनुरूपको व्यवस्थापनका लागि सम्बन्धित व्यक्तिसँग सञ्चार सम्पर्क गर्ने/गराउने गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई आवश्यकतानुसार उचित जानकारी गराउने र आवश्यकता हेरी उनीहरूसँग परामर्श र छलफल गर्नुपर्दछ ।
- कार्यक्रमको अवधिभर बालबालिकालाई आफ्ना कुरा राख्न र सक्रिय रूपमा सहभागी हुन प्रोत्साहित गरिरहनुपर्दछ ।

अनुसूची ७ : सहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने विधि तथा क्रियाकलापहरू

यस अनुसूचीमा विभिन्न उमेर समूहमा बालबालिकाहरूको सहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने विधि तथा क्रियाकलापहरूको क्रमबद्ध वर्णन गरिएको छ । यस अनुसूचीमा समेटिएका प्रायःजसो क्रियाकलाप कुनै एक उमेर समूहको लागि मात्र उपयोगी भन्ने नहुन पनि सक्दछ । धेरैजसो परिस्थितिमा तल उल्लेखित कुनै पनि विधि तथा क्रियाकलापमा उमेरसुहाउँदो सानो परिवर्तन गर्नेवित्तिकै त्यो विधि तथा क्रियाकलाप अर्को उमेर समूहको लागि उपयोगी हुन सक्दछ भने कुनै कुनै परिस्थितिमा कुनै एक क्रियाकलाप एउटै मात्र उमेर समूहलाई मात्र निर्दिष्ट गरी बनाइएको पनि हुन सक्दछ ।

यी विधि तथा क्रियाकलापहरूलाई बालबालिकाहरूसँग सञ्चालन गर्नुपूर्व विस्तृत रूपमा तिनको अध्ययन गर्नुहोस् । अध्ययन गर्ने क्रममा सहजीकरण गर्ने व्यक्तिले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूलाई विशेष मनन गर्नुहोस् । यसले विभिन्न उमेर समूह तथा विभिन्न प्रकारका आवश्यकता भएका बालबालिकाहरूसँग यस्ता विधि तथा क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्दा प्रभावकारी ढङ्गबाट तिनको सहजीकरण गर्न सहजकर्तालाई मद्दत पुग्दछ ।

विधि तथा क्रियाकलापहरू

१. आलु तरकारी बनाउने

क्रियाकलापको परिचय

आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले घरायसी कामकाजमा लाग्नुपर्दा साना उमेरका बालबालिकाले आफ्नो काममा विघ्न नपारून् भन्ने उनीहरूको चाहना हुन्छ। त्यसैले आफ्नो काम होऊन्जेल साना बालबालिका सुतिदिऊन् वा कसैले लगेर खेलाइदिऊन् भन्ने आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले अपेक्षा राख्दछन् । हाम्रो समाजमा साना उमेरका बालबालिकाले काम गर्न सक्दैनन् भन्ने मान्यता रहिआएको कारणले उनीहरूलाई आफूले गर्ने काममा पनि लगाउन सकिन्छ भन्ने विचार धेरै आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले राख्दैनन् । तथापि, छ वर्ष मुनिका साना-साना बालबालिकालाई पनि उनीहरूको क्षमताअनुसार सहभागी गराउन सकियो भने आमाबाबु तथा अभिभावकहरूले आफ्नो घरायसी काम सजिलैसँग गर्न सक्दछन्, साथै साना उमेरका बालबालिकाले सहभागी हुने मौका पाउँदछन् ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

भान्सामा आलु तरकारी बनाउने काममा विशेषगरी तीन वर्षभन्दा ठूला बालबालिकाले मद्दत गर्न सक्दछन्। यो क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- बालबालिकाका हातका मांसपेशीहरूको विकास गर्न,
- बालबालिकामा सहयोग गर्ने भावना बढाउन,
- बालबालिकामा काम गर्न सक्दछु भन्ने आत्मबल बढाउन, एवं
- कुराकानीबाट बालबालिकाको शव्द ज्ञान बढाउन ।

आवश्यक सामग्री

उसिनेको आलु २०–३० वटा, छोडाएको आलु राख्ने भाँडा, सजिलोसँग बस्ने चकटी, पिर्का वा मेच टेबुल ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालक/बालिकालाई ''आज मलाई तिमीले तरकारी बनाउन मद्दत गर्ने है त'' भन्नुहोस् । अनि, उसिनेको आलु बालबालिकाको अगाडि राखिदिनुहोस् (धेरै तातो दिनुहुँदैन) ।
- ''ल ज्ञानी भएर यो आलु छोडाइदेऊ है, यसरी छोडाउने'' भनेर बोक्रा छोडाएर देखाउनुहोस्, अनि ''बोक्रा यो भाँडामा राख्ने, छोडाएको आलु यो सफा भाँडोमा राख्ने ।'' भनेर छुट्टाछुट्टै भाँडाहरू राख्नुहोस् ।
- बालबालिकाले जब आलु छोडाउन थाल्दछन्, तब झर्को नमानी उनीहरूले सोधेको हरेक प्रश्नको सही उत्तर दिँदै जाने र आफूले पनि सँगै बसेर आलु छोडाउनुहोस् ।
- बालबालिकाले ध्यानले आलु छोडाउन लागेको बेला भान्छाको अरू काम सक्दै जानुहोस् । बालबालिकाले आलु छोडाउन ढिला गर्ने हुनाले अरू काम सकेर बाँकी आलु छोडाइदिन सहयोग गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाले आलु छोडाइसकेपछि, ''स्याबास ! आज मलाई कति मद्दत गरेको'' भन्नुहोस् । ''अब म यो आलु तारेर मीठो तरकारी बनाउँछु । तिमीले छोडाएको आलु कति मीठो होला'' भनेर भन्नुहोस् । अनि परिवारका अरू सदस्यलाई पनि बालबालिकाले आलु छोडाइदिएको कुरा प्रशंसा गर्दै सुनाइदिनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

३०–४५ मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप गर्दा बालबालिकालाई छोडाउन धेरै तातो आलु दिनुहुँदैन । साथै उनीहरूलाई पकाउने क्रियाकलापमा सहभागी गराउनुहुँदैन, तेल पोखिएर वा आगोले पोल्न सक्दछ । भान्साका अन्य यस्तै कामहरूमा बालबालिकालाई सहभागी गराउँदा निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ-

- बालबालिकाले ''काम गर्छु'' भनेको बेला सुहाउँदो र सक्ने काम आफ्नो रेखदेखमा गर्न दिनपर्दछ र सँगसँगै सकारात्मक कुराकानी गरिरहने गर्नुपर्दछ । उनीहरूको हरेक प्रश्नका उचित उत्तर दिनुपर्दछ ।

- भान्साको काममा सहभागी गराउँदा, चामल केलाउने, तरकारी केलाउने, जस्तै उसिनेको आलु वा मटरकोसा छोडाउन दिँदा बालबलिकाको ध्यान एकत्रित हुने, भाषा विकास हुने तथा गन्ती, योजना/अन्दाज गर्ने, हतियारहरूसँग सावधानी आदि जीवन उपयोगी सीपहरू सिक्दछन् ।
- भान्सामा भएका सुरक्षित सामग्रीहरू खेल्न दिँदा बालक/बालिकाले के सिकिरहेछ अभिभावकले मूल्याङ्कन गर्नुपर्दछ । जस्तै-
    - बालक/बालिकाले डाडु पन्यू बजाइरहेको छ भने उसले सङ्गीतको आधारभूत ज्ञान सिकिरहेको हुन सक्दछ ।
    - आगोबाट खाना पाकेको अवलोकन गर्दा विज्ञान सिकिरहेको हुन्छ ।
    - सिमी वा मटरकोसा छोडाउँदा गन्ती सिकिरहेको हुन सक्दछ ।
- यदि यो क्रियाकलाप अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग गर्दै हुनुहुन्छ भने आमाबाबुले ती बालबालिकाले गर्न सक्ने र उनीहरूलाई जोखिम नहुने काममा मात्र सरीक गराउनुपर्दछ, जसले अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई हीनताबोध हुँदैन र आफूले पनि केही गर्न सकेको महसुस गर्दछन् ।

***

२. बालबालिकालाई घरायसी काममा लगाउने

क्रियाकलापको परिचय

आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले घरायसी कामकाजमा लाग्नुपर्दा साना उमेरका बालबालिकाले आफ्नो काममा विघ्न नपारून् भन्ने उनीहरूको चाहना हुन्छ । त्यसैले आफ्नो काम होऊन्जेल साना बालबालिका सुतिदिऊन् वा कसैले लगेर खेलाइदिऊन् भन्ने आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले अपेक्षा राख्दछन् । हाम्रो समाजमा साना उमेरका बालबालिकाले काम गर्न सक्दैनन् भन्ने मान्यता रहिआएको कारणले उनीहरूलाई आफूले गर्ने काममा पनि लगाउन सकिन्छ भन्ने विचार धेरै आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले राख्दैनन् । तथापि, छ वर्ष मुनिका साना-साना बालबालिकालाई पनि उनीहरूको क्षमताअनुसार सहभागी गराउन सकियो भने आमाबाबु तथा अभिभावकहरूले आफ्नो घरायसी काम सजिलैसँग गर्न सक्दछन्, साथै साना उमेरका बालबालिकाले सहभागी हुने मौका पाउँदछन् ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

घरायसी कामहरूमध्ये भान्साको काम सबैभन्दा महत्वपूर्ण हुन्छ । यो क्रियाकलाप खाना बनाउने क्रियाकलापसँग सम्बन्धित भएकोले भान्साकोठामा बसेर खाना बनाउने समयमा यो क्रियाकलाप गर्न सकिन्छ । यो क्रियाकलापमा तीन वर्ष र सो भन्दा ठूला बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिन्छ । यस क्रियाकलापका मुख्य उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- साना बालबालिकाको सूक्ष्म अङ्गको विकास गर्न,
- बालबालिकाको सिर्जनशील शक्तिको विकास गर्न,
- बालबालिकामा काममा सघाउने बानीको विकास गराउन,
- बालबालिकालाई भाषिक विकास/वर्णन गर्ने तरिका सिकाउन, एवं
- बालबालिकालाई गणितीय ज्ञान (गोलो) र गन्ती गर्न (एक, दुई) सिकाउन ।

आवश्यक सामग्री

पीठो, कप वा कचौरा, पीठो मुछ्ने बाटा, पानी, बेलना, चकला, नाङ्लो, आदि ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- आमाबाबु वा हेरचाहर्ताले साना बालक/बालिकालाई, "आज के खाने ? गोलो-गोलो रोटी हो ?" भनेर सोध्नुहोस् ।
- "ल बाबु, आज गोलो-गोलो रोटी बनाउने है त । खाना बनाउनुअघि त हात पो धुनुपर्छ त । हामी दुवैजना साबुन पानीले हात धोएर हात सफा पार्ने है" भन्दै दुवैजना मिलेर साबुन पानीले मिचीमिची हात धुनुहोस् ।
- (सानो बाटा देखाउँदै) "तिमीचाहिँ सानो चिटिक्क परेको भाँडोमा मुछ्ने, म चाहिँ यसमा (ठूलो भाँडो लिनुहोस्) । हामी सँगसँगै पीठो मुछ्छौं ।" भन्नुहोस् ।
- "यी तिमी भाँडामा पीठो खन्याऊ, ल हामी कति जना ? ल हाल त बाबाको भाग एक कप, आमाको एक कप, दाजुको एक कप, मेरो एक कप, मेरो खेलौनाको एक कप । जम्मा कति कप भयो त ?" सोध्नुहोस् ।
- "ल तिमी बिस्तारै अड्कलेर पानी राख, म मुछ्छु है त । हेर है डल्लो भो, हेर कसरी डल्लो भयो !"

- "बिस्तारै बिस्तारै पीठो मुछ्छौं है, हेर कस्तो डल्लो भयो। रोटी कस्तो आकारको हुन्छ रे ?" "गोलो, हो ठीक !"
- "ल म अब यो बेलेको रोटीलाई तावामा राखेर पकाउँछु। तिमी चाहिँ हेर्दै त्यो पीठोबाट के-के बनाउन सक्दछौ बनाऊ है।" "के बनायौ ?" बालक/बालिकाले "यी मैले बल बनाएँ। मैले सर्प बनाएँ," भन्न सक्नेछन्। तपाईं "ओहो, कति राम्रो, धन्यवाद" भन्नुहोस् र उसलाई माया गर्नुहोस्।
- "ल तिमी डल्लो बनाइदेऊ त, म यो चकलामा गोलो बनाउँछु ल, यी यसरी (हातमा राखेर गोलो बनाउनुहोस्) हेर कसरी डल्लो भयो" भनेर देखाउनुहोस्।
- सो डल्लो बालकको हत्केलाको बीचमा राखेर अर्को हातले थिच्न लगाउनुहोस्। "वाह! थेप्चो भयो, म पनि तिम्रोजस्तै थेप्चो बनाउँछु, सिकाइदेऊ है त।" बालक/बालिकालाई सहयोग गर्न लगाउनुहोस्, आफूले पनि बनाउनुहोस् र खुसी व्यक्त गर्नुहोस्।
- सो थेप्चो गोलोलाई चकलामा राखेर रोटी बनाउनुहोस्, बालक/बालिकाले पनि गर्न खोज्छ, उसलाई पनि गर्न दिनुहोस्।
- आफूले रोटी पकाउनुहोस्, तर बालक/बालिकालाई पकाउने क्रियाकलापमा नलगाउनुहोस्। यसबेला उसलाई मुछेको पीठो खेल्न उत्प्रेरित गर्नुहोस्।
- "रोटी पाक्यो, तिमी एउटा खाने कि दुईवटा अथवा आधा रोटीले पुग्छ ?" भन्दै रोटी प्लेटमा राखेर दिनुहोस्।
- रोटी खानुअघि रमाइलो गर्नाका लागि बालक/बालिकासँग 'अघि अघि रोटी, पछि पछि केटी' खेल पनि खेल्नुहोस्।
- "अब भाँडाहरू सफा गरौं है त। अघि जहाँ छ अहिले पनि त्यही राखौं है, अनि पीठो पोखिएको पनि सफा गरौं है त" भन्दै बालक/बालिकासँग मिलेर सफा गर्नतिर लाग्नुहोस्।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
११० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
यो क्रियाकलाप आफैंमा धेरैवटा क्रियाकलापको सम्मिलन हो। यो क्रियाकलापको क्रममा बालबालिकालाई तावा वा चुल्होनजिक बसाउनुहुँदैन, साथै पकाउने कार्यमा पनि उनीहरूलाई सहभागी गराउनुहुँदैन। बरू पीठो मुछ्ने क्रियाकलापलाई नै अझ निम्नलिखित कुराहरू गरी अझ बढी रोचक बनाउन सकिन्छ :

- बालबालिकाले जुन आकृति बनाएपनि के हो भनेर सोध्नुहोस्। यस्ता आकृतिसँग सम्बन्धित विषयवस्तुको ज्ञान दिनुहोस्।
- बालबालिकालाई सोचेर तथा कारणसहित जवाफ दिन प्रेरित गर्नुहोस्।
- बालबालिकालाई स्वावलम्बी बनाउनका लागि उनीहरूलाई कार्य गर्न प्रेरित गर्नुहोस्।
- उनीहरूको कामको प्रशंसा गर्नुहोस् र नमिलेमा अझ योभन्दा बढी राम्रो बनाऊ है भनेर प्रेरित गर्नुहोस्।
- यदि यो क्रियाकलाप अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग गर्दै हुनुहुन्छ भने आमाबाबुले ती बालबालिकाले गर्न सक्ने र उनीहरूलाई जोखिम नहुने काममा मात्र सरीक गराउनुपर्दछ, जसले अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई हीनताबोध हुँदैन र आफूले पनि केही गर्न सकेको महसुस गर्दछन्।

***

३. बगैंचाको काममा सहभागिता

क्रियाकलापको परिचय
भान्साको काम जस्तै बगैंचाको काममा पनि बालबालिकालाई सजिलै सहभागी गराउन सकिन्छ। यो सहभागिता बालबालिकाबाट मद्दत पाउनका लागि मात्रै उपयुक्त नभई उनीहरूलाई प्रकृतिको बारेमा सिकाउन समेत धेरै उपयोगी हुन्छ। यसका साथै माटोसँगको सम्पर्कले उनीहरूको प्रकृतिसँग अझै बढी नजिकिन समेत पुग्दछन्।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
बगैंचाको काममा बालबालिकालाई सहभागी गराउने यस क्रियाकलापमा तीन वर्षभन्दा माथिका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिन्छ। यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- फूलबारीमा फूल रोप्न सघाउनेछन् ।
- बालबालिकाले गन्ती गर्न सिक्दछन् ।
- बालबालिकाले बिरूवाको विभिन्न भागको नाम भन्न सक्नेछन् ।
- फूलबारीमा फूल रोप्न सक्नेछन् ।

आवश्यक सामग्री
सानो कुटो, बिरूवा, पानी हाल्ने भाँडो ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू
- बालबालिकालाई "ल आज हामी बगैंचामा फूल रोप्न जाने, हुन्छ ? यी तिमी यो फूलको बिरूवा समाऊ है । ल यो डाँठबाट समाऊ है । हेर त यो डाँठ हो ।" भन्दै फूलको बिरूवा हातमा दिनुहोस् ।
- बगैंचामा पुगेपछि बिरूवाको हाँगा देखाउँदै "यसलाई हाँगा भनिन्छ । यसको पात कहाँ छ ल भन त ? कतिवटा पात छ ल भन । पर्ख है, म सँगसँगै गन । १, २, ३, ४, ५ । पाँचवटा पातहरू रहेछन् ।" भन्दै बालबालिकालाई पनि सँगसँगै गन्न लगाउनुहोस् ।
- "यो पातले के गर्छ, तिमीलाई थाहा छ, ल भन त ?" भनेर बालक/बालिकालाई प्रश्न सोध्नुहोस् । अनि उनीहरूबाट थाहा छैन भन्ने उत्तर आएपछि "ल म तिमीलाई थाहा दिन्छु नि है, त्यसोभए" भन्दै पातको खाना बनाउने कामका बारेमा बालबालिकालाई बताउनुहोस् ।
- "बिरूवाले आफ्नो लागि खाना आफै बनाउँदोरहेछ त हगि । हामी मान्छे भने आफ्नो खाना आफै बनाउन सक्दैनौं । हामीले खाना खोजेर ल्याएर खान्छौं ।"
- बिरूवा देखाउँदै "यसको जरा कहाँ छ भन त ? हो, यसलाई माटोभित्र घुसाउनुपर्दछ । यसरी ल हेर, कुटोले माटो खोस्रिनुपर्दछ ।"
- बिरूवालाई हातमा लिंदै "त्यसपछि जरालाई माटोभित्र घुसार्नुपर्दछ । अनि फेरि माटोले जरा नदेखिनेगरी पुर्नुपर्दछ । त्यसपछि यसमा पानी हाल्नुपर्दछ" भन्दै आफ्नो बिरूवा रोप्नुहोस् ।
- अर्को बिरूवा बालक/बालिकाको हातमा दिंदै "यो बिरूवा चाहिँ तिमीले रोप है" भनेर आफ्नो रोहबरमा रोप्न लगाउनुहोस् र पानी पनि उसैलाई हाल्न लगाउनुहोस् ।
- "जराले माटोमा भएको पानी र यसलाई चाहिने कुराहरू सोसेर लिन्छ । बिरूवा रोपेपछि दिनहुँ पानी हाल्नुपर्दछ । अनि पछि राम्रो फूल फुल्छ । तिमीलाई फूल मनपर्छ ?"
- बालक/बालिकाले "फूल मनपर्छ" भनेपछि "त्यसोभए, तिमीले रोपेको बिरूवाको जिम्मा तिमीलाई नै दिन्छु है । यसमा दिनदिनै थोरै थोरै पानी दिइरहने तिम्रो काम है त ।" बालक/बालिका पनि रमाएर "हुन्छ" भन्नेछन् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
१५ देखि २० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले बगैंचा जस्तै करेसाबारीमा तरकारी रोप्ने काममा पनि बालबालिकालाई सहभागी गराउन सक्दछन् । यस्ता क्रियाकलापको क्रममा कुटोको प्रयोग गर्दा दुर्घटना हुन सक्दछ, त्यसैले बालबालिकालाई कुटो चलाउन दिंदा ध्यान दिनुपर्दछ । साथै, निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ :

- करेसाबारीमा चाहिने अन्य आवश्यक औजारहरूको नाम र काम पनि बताउनुहोस् ।
- करेसाबारीमा रोप्न सकिने तरकारीहरूको नाम पनि बताउनुहोस् ।
- हामीले खाने तरकारीहरू कहाँबाट आउँछन् र तिनीहरूलाई पकाउनुभन्दा अगाडि के-के गरिन्छ सो बारेमा जानकारी गराउनुहोस् ।
- कुनै पनि कुराको जानकारी दिनको लागि देखाउनुहोस्, प्रयोग गराउनुहोस् अर्थात अनुभव गराउनुहोस्
- जानकारी दिने क्रममा कारण पनि दिनुहोस् ।
- यदि यो क्रियाकलाप अपाङ्गता भएका बालबालिकासँग गर्दै हुनुहुन्छ भने आमाबाबुले ती बालबालिकाले गर्न सक्ने र उनीहरूलाई जोखिम नहुने काममा मात्र सरीक गराउनुपर्दछ, जसले अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई हीनताबोध हुँदैन र आफूले पनि केही गर्न सकेको महसुस गर्दछन् ।

***

४. खाना खाने

क्रियाकलापको परिचय

खाना खानु दैनिक जीवनको अभिन्न क्रियाकलाप हो । साना उमेरका शिशुहरूले आफै खाना खान सक्दैनन्, त्यसैले ठूलो मान्छेले ख्वाइदिनुपर्ने हुन्छ र यस्तो अवस्थामा बालबालिकालाई खाना खान लोभ्याउँदै खाना ख्वाउने प्रचलन रहेको छ । तथापि, दुई वर्ष उमेर पूरा गरेका बालबालिकाहरूले बिस्तारै आफै खाना खान सिक्दछन् । त्यसकारण यी बालबालिकाहरूलाई ठूला मान्छेको रोहबरमा आफै खाना खान सिकाउनुपर्दछ । यसले ती बालबालिकालाई पनि खाना ख्वाउने तथा खाने क्रियाकलापमा सक्रिय सहभागी गराउन सकिन्छ जसको कारणले बालबालिकाले रूचि मानी खाना खाने गर्दछन् र आमाबा वा हेरचाहकर्तालाई पनि बालबालिकालाई खाना खाने काम चुनौतीपूर्ण हुँदैन ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप बालबालिकालाई सहभागितात्मक तरिकाबाट खाना ख्वाउनका लागि तयार गरिएको हो । विशेषगरी दुई वष र सोभन्दा ठूला उमेरका बालबालिकालाई यो क्रियाकलापमा सहभागी गराउन सकिन्छ । यो क्रियाकलापका उद्देश्यहरू :

- बालबालिकालाई आफै खाना खाने बानीको विकास गराउन,
- बालबालिकालाई आफूले खाएको खानामा रूचि पैदा गराउन, तथा
- बालबालिकालाई आफूले खाएको खानाबारे सिकाउन ।

आवश्यक सामग्री

बालबालिकाको एप्रोन, वा पुरानो गञ्जी वा अन्य लुगाखानाको थाल वा प्लेट, चम्चा, पानीको गिलास आदि ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालबालिकालाई खाना खाने बेलाको सङ्केत दिनुहोस् । जस्तैः "हात धुन जाऊँ जाऊँ, हात धुन जाऊँ जाऊँ, माम खान जाऊँ जाऊँ" भनेर बालक/बालिकालाई लयबद्ध तरिकाले बोलाउनुहोस् ।
- बालक/बालिका आफ्नो खेल वा अन्य क्रियाकलाप छाडेर तपाईंतिर ध्यान आकर्षित गर्दछ र दौडदै खुसी हुँदै तपाईंतिर आउँछ, उसलाई बोक्नुहोस् । गाउँदै जानुहोस् ।
- बालक/बालिका खुसीले उफ्रदै तपाईंको आँखामा हेर्छ, तपाई अझ खुसी प्रकट गर्दै हात धुने ठाउँमा लैजानुहोस् र सोध्नुहोस् "माम खाने हो ? (एउटा प्यारो उपनामले सम्बोधन गर्नुहोस्) सानु...."
- बालक/बालिकाले हो भन्छ, अनि "ल हात धुने हस् ?" भन्नुहोस् ।
- बालक/बालिकाले हस् भनिसकेपछि हात धुन पानी हालिदिनुहोस् वा धारो खोलिदिनुहोस् । "आहा ! कस्तो राम्ररी हात धोएको, ल अब एप्रोन लगाउने है त ।"
- बालक/बालिकाको लागि सानो खण्ड भएको वा अन्य आकर्षक थाल वा प्लेटमा घरमा पाकेका सबै खानाहरू आकर्षक तरिकाले पस्कनुहोस् र उसको अगाडि राखिदिनुहोस्, आफूले पनि यसैगरी पस्केर ल्याउनुहोस् ।
- "हेर त नानी/बाबु कत्ति धेरै थरी खाना रहेछ तिमीलाई । ऊ हेर त दाल, भात, तरकारी, अचार" भन्नुहोस् ।
- बालक/बालिकाले पनि दोहोऱ्याएर नाम भन्छ । "दाल भात तलकाली ..... " "स्याबास"
- बालक/बालिकाले स्पष्ट नभनेतापनि तपाईं स्पष्ट बोल्नुहोस् । आफूले थालको एक छेउमा समात्नुहोस् तर बालक/बालिकाले नदिन सक्दछ, त्यसो भएमा पोख्छ कि याद गर्नुहोस् ।
- "अब खाने हस्", बालक/बालिकाले पनि "हस्" भन्छ वा पहिल्यै खान थाल्छ ।
- "सानुले के खायो ?" सोध्नुहोस्, माम भन्छ वा काउली खाएर माम भन्छ त्यो हो भने सच्याउनुहोस् । "माम होइन काउली खा को हो" भन्दै माम र काउली चिनाउनुहोस् ।
- "काउली कस्तो छ नानी/बाबु ?" उसले "मीठो" छ भन्छ । "अनि माम नि ?" सोध्नुहोस् र के भन्छ कुरा गर्दै खाना खाँदै गर्नुहोस् ।
- आफूले खाइसकेपछि "सानुले सबै खायौ, स्याबास । ल अब म तिमीलाई ख्वाइदिन्छु ल तिमी आँ गर, म मुखमा हालिदिन्छु ।"
- दाल भात तरकारी सबै राम्ररी मिचेर तयार गर्नुहोस्, "को खाई को खाई, नानी/बाबु खाई" भन्दै मुखभित्र हालिदिनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
२० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
बालबालिकालाई खाना ख्वाउने नाममा कहिल्यै पनि तर्साउने, धम्क्याउने, लोभ देखाउने गर्नुहुँदैन । साथै भूतप्रेत, राक्षस, पुलिस, जङ्गली जनावरको डर त्रास पनि उनीहरूको मनमा पार्नुहुँदैन । बालबालिकालाई खाना ख्वाउनु दैनिक कार्य भएतापनि आजकल फुर्सद बढी भएको परिवारको पूर्ण ध्यान बालबालिकामा नै आकर्षित भई उनीहरूको खाने बानी चुनौतीपूर्ण भइसकेको छ । यसका लागि आमाबाबु तथा हेरचाहकर्ताले निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनु आवश्यक देखिन्छ :

- दुई वर्षपछि शिशुको वृद्धि पहिलेभन्दा कम हुने हुनाले खाना पनि कम खाने गर्दछन् र आमा वा ठूला व्यक्तिहरू पहिले धेरै खाने तर झन् ठूलो भएपछि धेरै खानुपर्छ भन्ने बुझेर धेरै ख्वाउन बालक/बालिकालाई फकाउने, गाली गर्ने आफू चिन्तित हुने गर्दछन् ।
- ठूलाले छिटो छिटो ख्वाउने तर बालक/बालिकाले आफ्नो तरिकाले बिस्तारै खाना खान्छन् जसले गर्दा ठूलाले छिटो ख्वाउन कोसिस गर्दा बालक/बालिका खानाप्रति दिक्दार हुन सक्दछ ।
- यो भन्दा अर्को सानो बालक/बालिका छ भने आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले उसलाई बढी माया गरेको भन्ने बुझेर आमाको बढी समय लिन बिस्तारै खाना खान्छन् ।
- शहरी क्षेत्रका बालबालिकाको शारीरिक क्रियाकलाप कम भएर पनि रूचि कम भएको पाइन्छ ।
- नयाँ स्वादको खाना एकैपटक ख्वाउँदा, एउटै स्वादको खाना सँधै ख्वाउँदा र आकर्षक तरिकाले पस्कने र मायालु स्वभावले खाना नख्वाउँदा पनि बालक/बालिकालाई खानामा रूचि हुँदैन ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यो क्रियाकलापमा पनि सहभागी गराउँदा उनीहरूको खाना खाने बानी (Food Habbit) लाई हेक्का राख्नुपर्दछ ।

***

५. नङ काट्ने

क्रियाकलापको परिचय
नङ काट्ने काम सामान्यतयाः बालबालिकालाई गाह्रो लाग्ने काम हो । यसको मुख्य कारण भनेको वयस्कहरू आफै पनि आफ्नो शरीरको कुनै अङ्ग अलग्गिदा दुख्छ भन्ने धारणामा हुर्केको तथा बालबालिका सानो छँदादेखि नै वयस्कहरूले त्यही कुरा उनीहरूको मनमा विकास गरिदिनाले हो । तसर्थ, नङ काट्दा पनि बालबालिकालाई सहभागी गराउँदै गराइयो भने यो क्रियाकलाप पनि अन्य क्रियाकलापसरह बालबालिकालाई रमाइलो हुनेगरी गर्न सकिन्छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
यो क्रियाकलाप उज्यालो आउने सहजरूपले बस्न मिल्ने ठाउँमा बसेर गर्न सकिन्छ । यसको मुख्य उद्देश्य भनेको सहभागितात्मक तरिकाबाट बालबालिकाको नङ काट्ने कार्य हो । नङ काट्ने काममा सबै उमेरका बालबालिका सहभागी हुन सक्दछन्, तथापि ठूला उमेरका बालबालिकाले आफै नङ काट्न जानिसकेका हुने भएकाले ठूलाले नङ काट्न मद्दत गर्नुपर्ने सबैका लागि यो क्रियालाप उपयुक्त हुन्छ । यस क्रियाकलापबाट बालबालिकाले खतरा र सावधानी सिक्नेछन् साथै सरसफाई तथा सुरक्षा सिक्नेछन् ।

आवश्यक सामग्री
नेलकटर, साबुन, पानी, रूमाल

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू
- बालबालिकालाई आज नङ काट्ने है भनेर पूर्व-जानकारी दिनुहोस् ।
- नङ काट्न नमान्ने बालबालिकाको लागि उनीहरूले देख्नेगरी आफ्नो नड काटेर रमाइलो मान्दै उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।
- बालबालिकालाई आफ्नो काखमा बसाउनुहोस् ।
- "अब बाबुको नङ कुटुक्क गर्ने है, खै खै हात देऊ त" भन्दै शिशुको दाहिने हात आफ्नो देब्रे हातले समाउनुहोस् ।
- बालबालिकालाई "बाबाको बुढी औंला देऊ त" भन्दै बुढी औंला समाउनुहोस् । "अब कुटुक्क नङ काट्ने है" भन्दै

हल्कासँग नेलकटरको छेउबाट नङ काट्नुहोस् ।

- एउटा पत्रिका वा कपडा नङका टुक्रा खस्ने ठाउँमा राख्नुहोस् ।
- झरेर टुक्रा भएका नङ बालबालिकालाई देखाउँदै "हेर त कस्तो फोहर बसेको रहेछ" भन्दै देखाउनुहोस् ।
- बिस्तारै सबै औंला र अर्को हातको सबै औंलाको नङ काटेपछि खुट्टाका पनि त्यसैगरी नङ काटिदिनुहोस् ।
- जम्मा भएको नङको टुक्रा बालबालिकालाई देखाएर "यो फोहर हो, यसलाई फोहर फाल्ने ठाउँमा फाल्नुपर्छ" भन्दै बालबालिकाको साथमा लिएर गएर बालबालिकालाई फाल्न सिकाउनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१५ मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप गर्दा नेलकटर बालबालिकाको नङभन्दा धेरै ठूलो हुनुहुँदैन । सकेसम्म बालबालिकाको लागि बनाइएको सानो साइजको नेलकटर प्रयोग गर्दा उपयुक्त हुन्छ । त्यसका साथै, नङ उछिट्टिएर बालबालिकाको आँखा, कानमा पर्न सक्दछ, ध्यान दिनुपर्दछ । तथा, नेलकटरले बालबालिकाको हातको मासु वा छाला काट्न सक्दछ, ध्यान दिनुहोस् ।

***

६. बालबालिकालाई नुहाउने

क्रियाकलापको परिचय

बालबालिकाको सरसफाइको लागि उनीहरूलाई नुहाइदिने काम एकदमै महत्वपूर्ण काम हो । ध्यान दिनुपर्ने कुरा के हो भने, दुई वर्षभन्दा साना उमेरका बालबालिका विशेषतः चिसोले बिरामी पर्ने हुनाले एकदमै चाँडचाँडै नुहाइदिनु हुँदैन । बरू यसको सट्टामा नरम कपडालाई तातो पानीमा भिजाई बालबालिकाको शरीर पुछिदिने गर्न सकिन्छ । विशषगरी भर्खरै जन्मेका बालक/बालिकाहरूलाई दिनहुँ तेल लगाउनुअघि यस्तो गर्नाले बालबालिकाको सरसफाइमा मद्दत पुग्दछ । तथापि, दुई वर्षभन्दा माथिका बालबालिकाको पानीसँगको सम्पर्क बढाउनुपर्दछ र त्यसलाई एक मनोरञ्जन तथा खेलको रूपमा समेत लिन दिनुपर्दछ । अझ उनीहरूलाई प्रत्यक्ष सहभागी गराएर नुहाउने क्रियाकलाप गरिइयो भने उनीहरूलाई पानीसँग घुलमिल गराउन सकिन्छ साथै बालबालिकालै व्यक्तिगत सरसफाइमा पनि ध्यान दिन सक्दछन् । यसै सन्दर्भमा प्रस्तुत क्रियाकलापमा दुई वर्ष र सोभन्दा माथिका उमेरका बालबालिकालाई नुहाउँदा कसरी सहभागी गराउन सकिन्छ भन्ने कुरा चित्रण गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलापमा दुई वर्ष वा सो भन्दा ठूला उमेरका प्रारम्भिक बाल्यकालका बालबालिकाहरूलाई नुहाउने क्रियाकलापमा सहभागी गराउनेबारे उल्लेख गरिएको छ । यो क्रियाकलापका मुख्य उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- नुहाउने क्रियाकलापलाई बालबालिकाद्वारा डर लाग्ने नभई रमाइलो क्रियाकलापको रूपमा लिन, तथा
- बालबालिकाको पानीसँगको मित्रता बढाई व्यक्तिगत सरसफाइप्रति सानैदेखि सचेत गराउन ।

आवश्यक सामग्री

- मनतातो पानी एक बाल्टिन, बेबी स्याम्पु वा साबुन, ठूलो बाटा वा बाथ टब ।
- पुछ्नका लागि र बेर्न रूमाल वा नरम सुतीको कपडा
- आमाको लागि एप्रोन, पानी सोस्ने वा पुरानो रूमाल (बेर्न)
- नुहाइसकेपछि बस्ने डसना, तोरीको तेल वा बेबी तेल, बेबी पाउडर ।
- नुहाइसकेपछि फेराउने सफा कपडा ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालक/बालिकालाई "अब पानी खेल्ने है", भन्दै बाटा वा बाथ टबमा थोरै पानी राखेर त्यसमा केही स्याम्पु वा साबुन हालेर गाज निकाल्नुहोस् । ऊ पनि खुसी हुँदै गाज बनाउन थाल्दछ ।
- यसमा चोट नलाग्ने तर डुब्ने उत्रने स-साना खेलौनाहरू खेल्न दिनुहोस् । अझ उसको आफ्नै सानो कपडा दिएर कपडा

धुन लगाउन पनि सकिन्छ ।

- अब बालक/बालिकालाई आफ्नो तरिकाले लुगामा साबुन लगाउन दिनुहोस् र "अब हामी नुहाउने अनि सफा हुने है" भन्नुहोस् ।
- आफ्नो हातमा अलिअलि पानी लिएर बालक/बालिकालाई "अब हामी पानीमा खेल्ने, सफा सुग्घरी हुने, हस्?" भन्दै कपाल भिजाइदिनुहोस् । तर यसो गर्दा बालक/बालिका आत्तिनेगरी गर्नुहुँदैन ।
- बालक/बालिकाको कपाल भिजाएपछि आफ्नो हातमा बेबी स्याम्पु (साबुन भए आफ्नो हातमा नै दल्नुहोस् बालक/बालिकाको टाउकोमा साबुन नदल्नुहोस्) लिएर शिशुको कपालमा कान पछाडि हल्का मालिस गर्नुहोस् र बिस्तारै पछाडिको भागमा साबुन दलेर हल्कासँग मिच्नुहोस् ।
- बालबालिका आफैलाई पानी हाल्न लगाउनुहोस् । आफै पनि सहयोग गरेर पानी हाल्नुहोस् । पानी हाल्दा पानी हाल्ने भाँडोले वा मगले बालक/बालिकलाई टाउकोमा वा शरीरको अन्य भागमा लाग्ला, सावधानी अपनाउनुहोस् । टाउको बालक/बालिकाको आफ्नै रूमालले पुछिदिनुहोस् ।
- बालक/बालिकासँग अन्तर्क्रिया कुराकानी गरिरहनुहोस् । उनीहरूलाई शारीरिक व्यायाम भइरहेको हुन्छ, कुरा गर्दै रहनुहोस् ।
- आफ्नो हातमा साबुन दलेर बालक/बालिकाको शरीरभरि साबुन पानी दल्दै हल्का मालिस गर्नुहोस् । बालक/बालिकाको छाती, घाँटी, पेट, हात, गोडा, काखीमुनि सबैतिर साबुन पानी दलेर हल्का मालिस गर्दै पानी अलिअलि आवश्यकताअनुसार हाल्दै मिच्नुहोस् ।
- शरीरका सबै अङ्गको नाम लिंदै मिच्दै गर्नुहोस् । सहयोगी भएमा सहयोगीले र सहयोगी नभएमा आफैले पानी हाली हल्कासँग मिच्दै पखालिदिनुहोस् । बालक/बालिकासँग कुरा गरिरहनुहोस्, बालक/बालिकालाई के भइरहेछ वा आफूले के गर्दैछु, बताइरहनुहोस् ।
- "नानी/बाबुको नुहाउने काम सकियो" भन्दै नरम र सफा रूमालले बालक/बालिकालाई बेर्नुहोस् र डसनामा आँखामा घाम नपर्नेगरी टाउको घामपट्टि फर्काएर बसाउनुहोस् ।
- बालक/बालिकालाई आफ्नो भिजेको लुगा फेर्न उत्साहित गर्नुहोस् । सहयोगी नभए बालबालिकासँग म पनि लुगा फेर्छु है भन्दै उसले देख्नेगरी ऊसँग कुरा गर्दै चिसो लुगा वा एप्रोन फेर्नुहोस् । .
- अब नरम कपडाले बालक/बालिकाको कपाल पुछ्नुहोस् । कानपछाडि र कासमा बेबी तेल वा तोरीको तेल हलुकासँग लगाएर सफा गरिदिनुहोस् । तातो दूध ख्वाउनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समयः
२० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
बालबालिकाको सहभागितामा नुहाउने क्रियाकलाप गर्दा निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ :

- बालबालिकालाई नुहाइदिनु अगाडि उनीहरूले लगाएको सबै लुगा खोलेर नाङ्गै पार्न हुँदैन, पहिले भोटो वा गञ्जी नफुकालिकनै टाउको नुहाइदिनुपर्दछ ।
- पानी मनतातो हुनुपर्दछ, साथै बालबालिका निस्सासिनेगरी पानी खन्याउनुहुँदैन ।
- बालबालिकाको नाक, कान, आँखामा साबुन पानी वा पानी दुवै हाल्नु वा पार्नुहुँदैन ।
- साबुन लागेको चिप्लो हात र खुट्टाले बालबालिकालाई हिंड्न दिनुहुँदैन, बालबालिका चिप्लिएर लड्न सक्दछन् ।
- बालक/बालिकालाई नुहाइदिँदा सहयोगी साथीको व्यवस्था गर्नुपर्दछ ।
- आफूलाई चाहिने सामग्री आफ्नो हातले भेटने ठाउँमा नै राख्नुपर्दछ ।
- बालक/बालिकालाई कडासँग समात्नुहुँदैन, उनीहरूलाई दुख्दछ ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई नुहाइदिने क्रममा उनीहरूलाई अप्ठ्यारो नपर्ने कुरामा विशेष ध्यान दिनुहोस् ।

***

७. कपाल कोर्ने

क्रियाकलापको परिचय
कपाल कोर्ने काम बालबालिकालाई मन पर्ने क्रियाकलाप हो । तथापि कपाल लामो तथा जट्टा परेको छ भने दुख्ने डरले बालबालिकाले कपाल कोर्न मन पराउँदैनन् । त्यसैले आमाबाबु तथा हेरचाहकर्ताले बालबालिकाको कपाल जट्टा नपरोस्

भन्न सँधै ध्यान दिनुपर्दछ । साथै कपाल कोर्ने काममा पनि बालबालिकालाई सक्रिय सहभागी गराउन सकिइयो भने यो क्रियाकलाप पनि रोचक बनाउन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्य भनेको बालबालिकालाई सहभागितामूलक ढङ्गले व्यक्तिगत सरसफाइप्रति जागरूक बनाउने हो ।

आवश्यक सामग्री

तोरीको तेल वा बेबी तेल, ऐना, काइँयो

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालक/बालिकालाई "अब कपाल कोर्ने है, मेरो बाबा राम्रो हुने, हस्" भन्दै बालक/बालिकालाई पूर्वजानकारी दिनुहोस् ।
- बालक/बालिकालाई बिस्तारै तोरीको तेल वा बेबी तेल कपालमा लगाउँदै "तेते भिज भिज, मेरो बाबा बढ बढ" भन्नुहोस् ।
- बालक/बालिकालाई अलिकति तेल हातमा दिएर कपालमा लगाउन लगाउनुहोस् ।
- काँइयो लिँदै "कपाल कोर्ने, हस्" भन्दै हल्कासँग कपाल कोरिदिनुहोस् । बालबालिकालाई काइँयो दिएर "कपाल कोरी कोरी गर" भन्नुहोस् र आफैलाई कोर्न पनि सिकाउनुहोस् ।
- ''आहा, मेरो बाबा राम्रो भयो राम्रो'' भन्दै कपाल मिलाइदिनुहोस् र ऐना हेर्न लगाउनुहोस् र बालबालिकालाई "आहा....कस्तो राम्रो ल हेर त" भन्दै माया गनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बालबालिकाको कपाल कोर्ने क्रममा उनीहरूका कपाल जट्टा परेका भेटिन सक्दछन् । त्यस्तो बेलामा उनीहरूलाई नदुख्नेगरी वा कम दुख्नेगरी बिस्तारै कोरिदिनुपर्दछ, किनभने एकपटक दुखेको अनुभव भइसकेपछि त्यो दुखाइको अनुभव उनीहरूको सम्झनाबाट निकाल्न तुलनात्मक रूपमा गाह्रो पर्दछ ।

***

८. कपाल काट्ने

क्रियाकलापको परिचय

नङ काट्ने जस्तै बालबालिकाको कपाल काट्ने काम पनि अलिक चुनौतीपूर्ण काम हो । विशेषतः कपाल काट्ने कैंचीको धारले कपाल मात्र होइन गल्तीले आफ्नो शरीरको कुनै अङ्ग (जस्तैः कान) काटिन सक्दछ भन्ने उनीहरूलाई डर रहने गर्दछ, त्यसैले पनि साना बालबालिकाहरू कपाल काट्न सजिलै तयार हुँदैनन् । यस्तो अवस्थामा यदि कपाल काट्नुका फाइदाहरूका बारेमा बालबालिकालाई थाहा दिइयो र सो क्रियाकलापमा उनीहरूलाई पनि सहभागी गराइयो भने यो क्रियाकलाप कम चुनौतीपूर्ण हुन सक्दछ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

साधारणतयाः जन्मेको दुई वर्षसम्म बालबालिकाको कपाल बढेर त्यति लामो नभइसक्ने हुँदा दुई वर्ष सम्मको बालबालिकाको कपाल काट्नु त्यति आवश्यक पर्दैन । तसर्थ, यो क्रियाकलाप दुई वर्ष उमेर पूरा गरेका बालबालिकाको लागि मात्रै उपयुक्त हुन्छ । यो क्रियाकलाप बालबालिकाको कपाल काट्न अनुभव भएको मान्छेको सहभागितामा गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- बालबालिकालाई खतरामा साथसाथै सुरक्षाको बारेमा सिकाउन,
- बालबालिकाको आकर्षक व्यक्तित्व बनाउन,
- बालबालिकामा निर्णय गर्ने क्षमता तथा धैर्यधारण गर्ने सीपको विकास गराउन ।

आवश्यक सामग्री

कैंची, ऐना, एप्रोन, स्प्रे, पाउडर, ज्याक पिन, बालक/बालिकालाई मनपर्ने खेलौना २ वटा पजल वा अन्य ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालक/बालिकालाई ''कपाल मिलाएपछि कस्तो राम्रो हुन्छ, तिमी पनि मिलाउने हो ?'' भनेर सोध्नुहोस् । बालक/बालिकाले हो वा होइन भनेपछि आफूले ''म पनि मिलाउन जान्छु'' भन्नुहोस् ।
- ''तिमी कस्तो बनाउन ? ल फोटो हेर त'' फोटो हेर्न दिनुहोस् र ''कस्तो बनाउने त ?'' आफूले छान्नुहोस् र बालक/बालिकालाई देखाउनुहोस्, ''हेर नानी/बाबु म त यस्तो खालको काट्छु ।''
- ''ल पहिला म काट्ने की तिमी ?'' सोध्नुहोस् । कपाल काट्ने व्यक्तिलाई चिनाउनुहोस्, ''म कपाल काट्ने मान्छे हो । म तपाईंको र तपाईंको आमाको कपाल राम्ररी मिलाइदिन्छु, हस् ।''
- बालबालिकालाई रोज्न दिनुहोस् । यदि बालक/बालिकाले ''पहिले म'' भन्यो भने उसैलाई मेचमा राख्नुहोस्, '' पहिला तपाईंले'' भनेमा आफू अगाडि जानुहोस् र कपाल मिलाउनुहोस् । बालक/बालिकालाई उसको खेलौना खेल्न दिनुहोस् ।
- आफूले कपाल मिलाइसकेपछि ऐना हेरेर "आहा ! म कत्ति राम्रो, मलाई त कस्तो हलुका भयो, कस्तो सुहायो हगि ..." सोध्नुहोस् ।
- कपाल काट्ने मान्छेले भन्नुहोस्- ''ल आउनुहोस् तपाईंलाई म राम्रो बनाइदिन्छु । बालक/बालिका आउँछ वा प्रश्न सोध्न सक्दछ । यसबेला उसको जिज्ञासाहरूको समाधान गर्नुहोस् ।
- बालबालिकाको कैंचीप्रतिको डर हटाउन ''कैंचीले कपाल मात्र काट्छ हेर त । हात काट्दैन, ल हेर त म कपाल काट्छु ।'' भनेर देखाउनुहोस् ।
- काटेको भुइँको कपाल देखाउनुहोस् र हात पनि काटेजस्तो गर्नुहोस्, ''ल हात काट्यो त ?'' सोध्नुहोस् । बालक/बालिकाले काट्दैन भन्छ ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

४० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

कपाल काट्नु बालबालिकाहरूका लागि अत्यन्त चुनौतीपूर्ण क्रियाकलाप हो । कपाल काट्ने व्यक्तिले बालक/बालिकाको कानमा कैंचीले छुन्छ कि भनेर अति नै सतर्क हुनुपर्छ । बालक/बालिकाहरू अति चल्ने हुनाले छिटो हुने तरिका अपनाउनुपर्दछ । अपाङ्गता तथा विशेषगरी बौद्धिक अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई कपाल काट्ने क्रियाकलापको बारेमा उनीहरूले बुझ्नेगरी भन्न अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ, जसको कारणले यस क्रियाकलापको क्रममा आउन सक्ने कुनै पनि प्रकारको जोखिमबाट उनीहरूलाई बचाउन सकिन्छ ।

***

९. शौचालय तालिम

क्रियाकलापको परिचय

साधारणतयाः बालबालिकाहरू डेढदेखि दुई वर्षको उमेरसम्ममा आफ्नो दिसापिसाबमाथि विस्तारै नियन्त्रण गर्न सक्ने हुन्छन् अर्थात आफूलाई दिसा वा पिसाब लागेको कुरा उनीहरूले गर्नुअगावै थाहा पाउने हुन्छन् र ठूलालाई बताउन सक्ने समेत हुन्छन् । तथापि, बालबालिकालाई शौचालय तालिम भने त्यसभन्दा धेरै अघिदेखि नै गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलापमा बालबालिकालाई शौचालय तालिम दिंदा उनीहरूको सहभागिताको बारेमा चर्चा गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप सात महिना उमेर पूरा गरेका बालबालिकादेखि सुरू गर्न सकिन्छ, तथा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताको इच्छाअनुसार त्यसभन्दा ढिला पनि गराउन सकिन्छ । यो क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- बालबालिकालाई शौचालय प्रयोग गर्न सिकाउने,
- बालबालिकालाई सही र गलत सामाजिक व्यवहार सिकाउने, तथा
- बालबालिकालाई सरसफाइ गर्न र सफासुग्घर रहन सिकाउने ।

आवश्यक सामग्री

बालक/बालिकाको कमोड/पोट्टी, वा नपाइने ठाउँमा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ता आफ्नो दुई खुट्टाको पौजामा राखेर पनि बालक/बालिकाको कमोड जस्तो बनाउन सकिन्छ, पानीको व्यवस्था,साबुन, रूमाल ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालक/बालिकालाई बिहान ठीक समयमा उठाउनुहोस् । उठाउँदा सँधै एउटै तरिका अपनाउनुहोस्, जस्तैः गीत गाउने "उठ बाबा, उठ तिम्रो घाम आइसके, चराले गीत गाइसके"
- बालक/बालिकाले बिस्तारै आँखा खोल्छ, मुस्कुराउँदै बोक्नुहोस् र गीत गाउँदै गर्नुहोस् र अँगालोमा बोकेर झ्यालबाट वा आँगनमा लगेर सूर्य देखाउनुहोस् ।
- "ऊ हेर त, घामले बाबालाई उठाउन आइसके हेर, सबैजना उठिसके, ऊ कुखुरा पनि उठ्यो" बालक/बालिकाले हात दिदै आ..आ..भन्न सक्दछ ।
- "ऊ उता चरा पनि चिरचिर गर्दैछ, तिम्रो कुकुर पनि उठेर हाउ हाउ गर्दैछ हेर त ।" बालक/बालिकाले कुकुरतिर हेरेर हाउहाउ गर्न सक्दछ ।
- "ल अब बाबाको कमोडमा बस्ने ल", उनलाई कमोडमा राख्नुहोस् । ल आची गर्ने ल, बालक/बालिकालाई आची गर्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् । "आऽऽ चीऽऽ आऽऽ चीऽऽ"बालक/बालिकाले पनि यसैगरी "आऽऽ चीऽऽ" भन्छ ।
- करिब १० मिनेटपछि बालक/बालिकालाई "अब हेरौं त, बाबाले के गरेछ" बालक/बालिकाले पनि "ऊ आची" भन्छ वा अन्य तरिकाले आफूले गरेको आची देखाउँछ ।
- बालक/बालिकाले दिसा वा पिसाब जे गरेको भएपनि सफा पानीले पखालिदिनुपर्छ । जाडोमा भए आफ्नो हात डुबाउँदा नपोल्ने पानी, गर्मीमा भए साधारण पानी पहिले नै तयारी गर्नुपर्छ ।
- "ल अब बाबाले आची धुने ल ..ल उठ त" बालक/बालिकाले पनि तपाईंले भनेको कुरा वा शब्द दोहोऱ्याउँदछ । सफा गरेर पुरानो कपडाले पुछिदिनुहोस् र सुरूवाल वा पाईन्ट लगाइदिनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- बालबालिकालाई दिसापिसाब गराउँदा एउटै समयमा गर्ने बानी लगाउनुपर्दछ । बिहान उठ्नेबित्तिकै वा .....अन्य समय कमोडमा व अन्य ठाउँमा दिसा पिसाब गऱ्यो भने अभिभावकले गाली गर्ने नराम्रा शब्दहरू फोहरी बदमासजस्ता शब्द भन्ने गर्नुहुँदैन ।
- बालबालिकाले सबैभन्दा बढी दिसापिसाब गर्न र सफा गर्न सहयोग गर्ने व्यक्तिलाई मन पराउँदछ ।
- दिसापिसाब गरिसकेपछि बिस्तारै आफै धुने र उसको हात पनि राम्ररी साबुनले धुने बानीको विकास समेत बालबालिकामा गराउनुहोस् । दिसापिसाब सही किसिमले गर्ने बालबालिकाको सकारात्मक व्यक्तित्व विकास हुन्छ ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई शौचादय तालिम दिने क्रममा उनीहरूको अपाङ्गताको प्रकार र विशेषतालाई ध्यान लिई उनीहरू मैत्री शौचालयमा शौचालय तालिम दिनु आवश्यक हुन्छ ।

***

१०. कोठाको सरसफाइ

क्रियाकलापको परिचय

बालबालिकालाई सानैदेखि सरसफाइबारे जानकारी दिने तथा सरसफाइका क्रियाकलापमा सहभागी गराउने गर्नुपर्दछ । यसबाट बालबालिकामा सानैदेखि सरसफाइमा ध्यान दिने तथा सरसफाइ गर्ने क्रियाकलापमा समेत सक्रिय हुने बानीको विकास हुन्छ । सुरूवातमा बालबालिकालाई उनीहरूको आफ्नै कोठाको सरसफाइ गर्ने क्रियाकलापमा सरीक गराउन सकिन्छ र पछि बिस्तारै अन्य कोठा तथा आँगनसमेत सफा गर्ने काममा उनीहरूलाई लगाउन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस क्रियाकलापबाट बालबालिकाले सरसफाइको महत्व बुझ्दछन्, साथै त्यस्ता क्रियाकलापमा समेत उनीहरूको सहभागिता बढाउन सकिन्छ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन् ?

- बालबालिकामा अन्तर्क्रिया गर्ने क्षमताको विकास गर्ने,
- बालबालिकालाई सामग्रीहरू जतन गर्न सिकाउने,
- बालबालिकालाई कोठामा रहेका सामग्रीहरूको व्यवस्थापन गर्न सिकाउने, तथा
- बालबालिकामा शारीरिक परिश्रम गर्ने बानीको विकास गराउने ।

आवश्यक सामग्री
कुचो, धूलो उठाउने

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- "ल, नानी उठ्, उठ् उज्यालो भइसक्यो । घाम कोठामा छिरिसक्यो । म त अघि नै उठिसकें । कति काम गरिसकें । साबुन पानीले मुख धोऊ ।"
- "धन्यवाद, ल अब यो कोठा मिलाऊँ है । तिमी के मिलाउँछौ । म सिरक मिलाउँछु, तिमी तन्ना मिलाऊ है ।"
- "अँ साँच्ची ! तन्ना कस्तो आकारको छ, फिजाएर हेर त, यसको चार कुना कता छ ? सिरकको पनि चार कुना छ नि, यी हेर त, दुईतिर लामो छ, दुईतिर छोटो छ नि तन्नाको जस्तै । लामोतिरलाई लम्बाइ भनिन्छ भने छोटोतिरलाई चौडाइ भनिन्छ । तन्नाको पनि लम्बाइ चौडाइ छ नि ल पत्ता लगाऊ ।"
- "तिम्रो किताब कहाँ राख्यौ ? किताबको आकार कस्तो छ दुई किनार लामो दुई किनार छोटो छ नि, तन्नाको जस्तै । यस्तो आकारलाई के भनिन्छ थाहा छ ? चारकुने भनिन्छ । तिम्रो कोठामा यस्ता अरू चिजहरू के-के छन् पत्ता लगाऊ त ।"
- "मैले त मैनको रङ्ग पाएँ । ल पेन्सिल पनि सँगै रहेछ । यो मैन रङ्ग लामो छ कि, पेन्सिल तिमी भन्न सक्दछौ ? यिनीहरूलाई कता राख्छौ । तिम्रो पढ्ने टेबुलमा राख है ।"
- "तिम्रो लगाउने कपडाहरू कहाँ छ ? दराजमा । ल ठीक छ । आज म तिमीलाई रमाइलो ठाउँमा लैजान्छु है । त्यहाँ जाने बेलामा लगाउने लुगामा आइरन लगाएको छ कि छैन, हेर है । त्यस ठाउँमा तिमीजस्तै साना-साना बाबु नानीहरू आएर रमाई-रमाई खेल्छन् । त्यहाँ तिमीलाई माया गर्ने दिदी पनि हुनुहन्छ । तिमीसँग खेल्नु पनि हुन्छ । त्यो ठाउँलाई के भन्छन् थाहा छ ? बालविकास केन्द्र भन्छन् ।"

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
३० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
यो क्रियाकलाप गराउँदा सहयोगी कार्यकर्ताले निम्नलिखित कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ :

- "पहिले सामानहरू कहाँ राख्ने गरेको हो काम सकिएपछि पनि त्यही राख्नुपर्दछ" भनेर सिकाउनुपर्दछ ।
- यो क्रियाकलाप गर्दा बालबालिकाले उचाल्न सक्ने हलुका सामानहरू मात्र दिनुपर्दछ ।
- बालबालिकाको आफ्नै वा आफूले प्रयोग गर्ने सामानमा मात्र व्यवस्थित गर्न लगाउनुपर्दछ ।
- कुनै पनि सामान कहाँ राख्ने भन्ने कुरामा बालबालिकालाई नै निर्णय गर्न लगाउनुपर्दछ ।
- यसबेला उनीहरूले विभिन्न प्रश्नहरू सोध्न सक्दछन्, जसको सही जवाफ दिदै जानुपर्दछ, दोहोऱ्याएर सोधेपनि झर्को नमानी जवाफ दिनुपर्दछ ।
- सामानहरू राख्ने क्रममा त्यस्ता सामानहरूको सबै जानकारीहरू दिएमा बालबालिका त्यससम्बन्धी जानकारी लिन र दिन सक्दछन् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकाले पनि आफ्नो कोठा सफा गर्न केही मद्दत पुऱ्याउन सक्दछन् । त्यसको लागि आमाबाबु वा अभिभावकले उनीहरूले गर्न सक्ने काम अह्राई उनीहरूलाई सहभागी गराउनुपर्दछ ।

***

११. लुगा धुने

क्रियाकलापको परिचय
घरायसी कामहरूमध्ये हातले लुगा धुने काम तुलनात्मक रूपमा बढी समय लाग्ने काम हो । अतः यो कामको क्रममा बालबालिकाहरूलाई आमाबाबु वा हेरचाहर्तासँग लामो समयका लागि छुट्टिनुपर्ने हुन्छ । यसको कारणले बालबालिका

आमाबाबु वा हेरचाहर्तातिर जान अझ बढी कोसिस गर्ने गर्दछन् । तसर्थ, बालबालिकालाई पनि यस क्रियाकलापमा स्वस्थ तरिकाले सहभागी गराउन सकियो भने आमाबाबु वा हेरचाहकर्तालाई आफ्नो काम सम्पन्न गर्न सघाउ पुग्दछ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
यो क्रियाकलापमा तीन वर्ष उमेर पुगिसकेका बालबालिकालाई सहभागी गराउन सकिन्छ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू :

- बालबालिकाको सिकाइमा परिपक्वता ल्याउन,
- सफा र फोहरको बारेमा जान्न र त्यसप्रति आफ्नो धारणा बनाउन,
- बालबालिकासँग विभिन्न नयाँ तथा पुराना कुराकानी गरेर भाषाको विकास गराउन, अनि
- उनीहरूको क्रियात्मक तथा मानसिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउन ।

आवश्यक सामग्री
सानो बाटा, पानी, साबुन, सानो बस्ने पिर्का वा स्टुल

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू
- धुने सबै लुगाहरू ठीक पारिसकेपछि बालक/बालिकालाई "ल आज हामी सँगसँगै लुगा धुने है" भन्नुहोस् । यसमा बालक/बालिकाले पनि खुसी प्रकट गर्दछन् ।
- "म चाहिँ ठूलो-ठूलो लुगा धुन्छु, नानी/बाबु चाहिँ पुतलीको वा आफ्नो नाना (बालक/बालिका स्वयंको सानो जुनसुकै) धुने ल !"
- "यी यो नानी/बाबुको तिमीजस्तै नानी/बाबु बाटा, नानी/बाबु बाल्टिन, नानी/बाबु साबुन, हगि ?" बालबालिकाले खुसी प्रकट गर्दछन् ।
- "अब म पानीमा लुगा भिजाउँछु ल ! तिमी पनि भिजाऊ है !" यस बेला बालक/बालिकाले अन्य सवालहरू गर्न सक्दछन् । यस्तो बेला सरल भाषामा जवाफहरू पनि दिँदै जानुपर्दछ ।
- जवाफ दिँदा झूटो तथा उल्टा जवाफहरू दिनुहुँदैन र थाहा नभएको भएमा सो बताई समय मागेर जवाफ दिनुपर्दछ ।
- लुगाहरू भिजाउँदा त्यसको रङ्गहरू रातो, नीलो, पहेलो पनि भन्दै जानुहोस्, त्यसैगरी कसको कपडा हो त्यो पनि भन्नुहोस् र कुन कपडा जस्तै पाईन्ट, सर्ट, गन्जी, मोजा, भोटो आदि भन्दै चिनाउँदै लानुहोस् ।
- लुगा धुनका साथसाथै बालबालिकालाई पखाल्ने, निचोर्ने तथा सुकाउन पनि सिकाउनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
३०–४५ मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
बालबालिकाले काम गर्न दिँदैनन्, समय नै पुग्दैन भन्नेजस्ता कुराहरू प्रशस्तै मात्रामा सुन्नमा आइरहेको पाइन्छ । यदि तिनै बालबालिकालाई घरको सानातिना कामहरूमा निगरानीका साथ सहभागी गराउन सकिएमा उनीहरूको सहभागिता वृद्धि भई उनीहरू आफूले आफ्नो परिवारमा आफ्नो महत्व महसुस गर्दछन् र जिम्मेवारी महसुस गर्दछन् । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई लुगा धुने काममा सहभागी गराउँदा लुगा धुनको लागि बस्ने ठाउँ र उनीहरूले गर्ने काम उनीहरूको अपाङ्गता सुहाउँदो हुन जरूरी हुन्छ । साथै, यस्ता क्रियाकलापहरूमा उनीहरूलाई सहभागी गराउँदा निम्न कुराहरूमा ध्यान दिन जरूरी हुन्छ-

- रूघाखोकी लागेका तथा अन्य बिरामी बालक/बालिकालाई सहभागी नगराउनुहोस् ।
- सहभागी भएका बालबालिकाले लगाएको कपडा भिजाउन नदिनुहोस् ।

***

१२. खेलौना खेल्न दिने

क्रियाकलापको परिचय
मनोरञ्जन तथा बालबालिकाको मन भुलाउनका लागि खेलौना सबैभन्दा उपयुक्त साधन हो । खेलौना बालबालिकालाई मनपर्ने वस्तुहरूमध्येमा पर्दछ । खेलौना पनि विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । केही खेलौनाहरू तयारी अवस्थामा बजारमा किन्न

पाइन्छ भने केही खेलौनाहरू घरमा नै बनाएर खेलाउन सकिन्छ । यस क्रियाकलापमा विभिन्न वस्तुहरूको माध्यमबाट खेलौना बनाई बालबालिकालाई सहभागी गराई खेलाउने सन्दर्भमा वर्णन गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

खेलौना खेल्ने क्रममा बालबालिकाले प्रायः भूमिका अभिनयको काम गर्ने गर्दछन् । यसले उनीहरूमा विभिन्न सीप र कौशलको विकास गर्ने अवसर प्रदान गर्दछ । यस सन्दर्भमा खेलौना खेल्न दिने यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू यसप्रकार रहेका छन् -

- बालबालिकाको शारीरिक तथा बौद्धिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउन,
- खेलौना खेल्ने क्रममा भएको अन्तर्क्रियाद्वारा बालबालिकालाई घुलमिल हुन र सहभागी हुन सिकाउन, तथा
- बालबालिकामा भाषा तथा सामाजिक विकास गराउन ।

आवश्यक सामग्री

चकटी वा गुन्द्री, रङ्ग नजाने, चोटपटक नलाग्ने र आवाज आउने, खेलौना वा वस्तुहरू (घरमै भएका पुराना तथा स-साना बट्टा भाँडा आदि)

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- खुल्ला ठाउँ (बरण्डा, चौर वा आँगन) मा गुन्द्री वा चकटी बिच्छ्याउनुहोस् ।
- खाली प्लास्टिकका स-साना पाँचवटा बट्टाहरू आफूसँगै लगी त्यसभित्र स-ससाना ढुङ्गा वा खोयाका टुक्राहरू हाल्नुहोस् र त्यसलाई लहरै मिलाएर राख्नुहोस् ।
- आफूले एउटा बट्टा हल्लाउँदै यथास्थानमा लहरै राख्नुहोस् र बालबालिकालाई पनि त्यसो गर्न लगाउनुहोस् ।
- प्रत्येक बट्टा हल्लाउदै एक, दुई, तीन, चार, पाँचसम्म भन्दै गन्दै राख्दै गर्नुहोस् ।
- बालबालिकालाई आफूले गरेजस्तो भन्न र गर्न लगाउनुहोस् र ठीक गरेकोमा स्याबासी दिएर प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।
- बारम्बार बट्टा हल्लाउदै सुनेजस्तो पनि गर्नुपर्दछ र क्रमशः बट्टाभित्रको ढुङ्गाहरू पनि झिकेर गनेर देखाउँदै फेरि बट्टाभित्रै गनेर राख्ने गरेर पनि उनीहरूको सिकाइमा सहयोग गर्न सकिन्छ ।
- यसरी सिकाइको क्रममा बट्टाहरूमा पुनः ढुङ्गाहरू राखेर गुडाउने तथा ढुङ्गाहरू पुनः निकालेर छरेर, गनेर, बटुलेर बट्टाहरूमा राख्ने जस्ता कार्यहरू गरेर सिकाइलाई अझ बढी मनोरञ्जनात्मक बनाउन सकिन्छ ।
- अन्तमा (१०–१५ मिनेटपछि) बालबालिका थाकेर आराम गरिसकेपछि सबै सामानहरू बटुलेर बालबालिकासँगै मिलीजुली मिलाएर राख्नुहोस् ।
- खेलौनालाई आफूले प्रयोग गरेर देखाउने जस्तो बजाएर वा हल्लाएर आवाज सुनाउनुहोस् ।
- क्रियाकलापको प्रतिक्रिया हेर्नुहोस् र प्रयास गरेकोमा ताली बजाएर, स्याबासी दिएर वा अरू प्रकारले पनि प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१० देखि १५ मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलापको क्रममा प्रयोग गरिएका कुनै पनि वस्तुहरूले बालबालिकालाई घाउ चोटपटक लाग्ने हुनुहुँदैन । साथै अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई दिने खेलौना पनि उनीहरूको अपाङ्गता सुहाउँदो हुन जरूरी हुन्छ । तसर्थ, खेलौनाहरूको छनौट गर्ने क्रममा उनीहरूको शारीरिक तथा मानसिक स्थितिलाई हेक्का राख्नु अत्यावश्यक हुन्छ ।

***

१३. फोन गर्ने

क्रियाकलापको परिचय

ठूला मान्छेहरूले गरेका कुराकानीहरू, गरेका व्यवहारहरू तथा कामहरूको नक्कल गर्न बालबालिकालाई औंधी मन पर्ने गर्दछ । ती विभिन्न कामहरूमध्ये फोन गर्ने कार्य पनि एक हो । विशेषगरी अहिलेको मोबाइलको आधुनिक जमानामा जब बालबालिकाले आफ्ना वरिपरिका वयस्कहरू फोन वा मोबाइलमा कुरा गरिरहेका देख्दछन्, तब उनीहरू असाध्यै जिज्ञासु हुने गर्दछन् । उनीहरू पनि ठूला मान्छेको मोबाइल वा फोन आफ्नो हातमा लिएर त्यससँग खेल्ने वा कुरा गर्ने कोसिस गर्दछन् । तसर्थ यस क्रियाकलापमा बालबालिकालाई उचित ढङ्गले सहभागी गराउने कोसिस गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप बोल्न सुरूवात गर्न गरिसकेका बालबालिकाहरूको लागि उपयुक्त हुन्छ। तसर्थ, सात महिनादेखि दुई वर्षसम्म उमेरका बालबालिकालाई अभिभावक तथा आमाबुबाले वास्तविक फोन गरेजस्तै नक्कल गरी (सरल भाषामा) उसलाई पनि कुराकानी गर्न लगाई साधारण बोलीचालीको भाषा बोल्न यस क्रियाकलापबाट सिकाउन सकिन्छ। फोन गरेको अभिनय गरी बालबालिकाको भाषा तथा बोल्ने क्षमताको विकास गर्न सकिन्छ।

आवश्यक सामग्री

बिग्रेको फोन सेट, मोबाइल, खेलौना फोन सेट, सलाईको खाली बट्टा वा अन्य फोनजस्तै देखिने धार तथा चुच्चो नभएका हलुका प्लास्टिकका उपकरणहरू

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालक/बालिकाको नाम किटेर "आऊ नानी/बाबु, अब हामी आमालाई (बाबा/आमा अन्य अभिभावक जो घरमा त्यस अवस्थामा हुनुहुन्न उसलाई)। फोन गरौं है" भनेर संवाद सुरू गर्नुहोस्।
- "हेलो ! हेलो ! (बालबालिकाको ध्यान नलागेसम्म भनिरहनुहोस्) आमा हो ? नानी/बाबु ज्ञानी भएर बसेको छ, छिट्टो घर आउनु है ! भन्नुहोस् र बालक/बालिकालाई पनि आउनुहोस्, कुरा गर्नुहोस् भनी बोल्न दिनुहोस्। "हेलो ! आमा छिटो घर आउनुहोस्" भन्न प्रेरित गर्नुहोस्।
- बालक/बालिकाले भनेको प्रष्ट नभएमा यसो भन भनी भन्दै पनि गर्नुपर्दछ र कतिपयले त आफै पनि अरूले फोन गरेको सुनेर वा देखेर शब्दहरू बनाएर भन्ने प्रयास गर्दछन्।
- फोन गर्न लगाउँदा प्रष्ट, सरल तथा छोटा वाक्यहरूको प्रयोग गर्न सिकाउनुपर्दछ। जस्तो कि, "खाना खानुभयो ? क क गरेको, कहिले आउने, पापा ल्याउनु है, अफिस जानुभयो, नाम तथा उमेर भन्न लगाउने आदि। यसरी नै क्रमशः उनीहरूको उमेर अनुसारको शब्दहरू सिकाउँदै जानुपर्दछ। ११, १२ महिनाका बालबालिकालाई फोनमा कुराहरू सिकाउँदा "हेलो भन, नमस्ते भन, सञ्चो छ ? भन, म ...बोलेको हो भन, हजुरमम्मी (आमा) वा हजुरबाबा हो ? भन" जस्ता एक वा दुई शब्दहरूको मात्र प्रयोग गर्नुपर्दछ।
- बालबालिकाले फोन प्रयोग गर्दा "हो, हवस्, अँ" जस्ता छोटाछोटा शब्दहरू दोहोऱ्याउन सक्दछन्। "पापा ल्याउनु है भन" भनेर सिकाउँदा 'पापा, पापा हस्' भन्न सक्दछन्।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१० देखि १५ मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलापमा खासै ध्यान दिनुपर्ने कुरा त केही पनि रहँदैन, तर पनि क्रियाकलापको क्रममा बालबालिकालाई सिकाइएको कुरा बालबालिकाले सिक्दैछन् भन्ने कुरा ध्यान दिनुपर्दछ। यो क्रियाकलाप स्वर र बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाको लागि भने उपयुक्त नहुन सक्छ।

***

१४. बालगीत गाउने

क्रियाकलापको परिचय

बालबालिकाको सामाजिकीकरणमा गीत गाउने क्रियाकलापले धेरै महत्व राखेको हुन्छ। गीत सुन्दै र गीत गाउँदै बालबालिकाले रमाइलो मान्दछन् र धेरै कुराहरू समेत सिक्दछन्। तसर्थ, बालबालिकालाई यस्तो क्रियाकलापहरूमा नियमित रूपमा सहभागी गरिरहनुपर्दछ। यस क्रियाकलापमा बालबालिकाहरूलाई सहभागी गराउँदै बालगीत गाउने बारेमा वर्णन गरिएको छ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप बोल्न जान्ने भइसकेका बालबालिकालाई सहभागी गराएर गर्न सकिन्छ। यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- बालबालिकालाई बालगीत गाउन सहभागी गराएर सहयोग पुऱ्याउने,
- बालबालिकामा बालगीतहरूको माध्यमबाट शब्द भण्डारको निर्माण गराउने,
- हाउभाउ गर्दै उनीहरूकोसंवेगात्मक विकासमा मद्दत पुऱ्याउने, एवं
- आमा बुबाहरूसँगको सामिप्यतालाई अझै बलियो बनाउन मदत पुऱ्याउने ।

आवश्यक सामग्री
बालगीतको पुस्तक वा सि.डी., क्यासेट

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू
- ''आऊ नानी/बाबु (नामले बोलाएर) ! आऊ तिमीलाई गीत सिकाउँछु । ल, तिमी पनि म सँगसँगै गाऊ है'' भन्नुहोस् र सुरू गर्नुहोस् ।
- "म्याऊँ म्याऊँ बिरालो" हाउभाउ गरेर बिरालो जस्तै कराउनुहोस् । "यतातिर आऊ" इसाराले बिरालोलाई बोलाएजस्तो गर्नुहोस् ।
- बालबालिकालाई दोहोऱ्याउन लगाउनुहोस् । उनीहरूले टुटेफुटेको तोतेबोलीमा भने पनि स्याबास भन्ने । फेरि दोहोऱ्याउने, राम्ररी भनेपछि मात्र नयाँ शब्दहरू सिकाउनुहोस् ।
- "मेरो नाना (लुगा) काटिदिने मुसा मारी खाऊ" लुगा देखाएर (मुसाले जस्तै लुगा टोकेको अभिनय गर्नुहोस् ।) उसलाई पनि भन्न लगाउनुहोस् (फेरि स्याबासी दिने र दोहोऱ्याएर भन्न उत्प्रेरित गर्नुहोस्, ताली बजाइदिनुहोस् तथा खुसी भइदिनुहोस् । क्रमशः प्रगतिको आधारमा अर्को अर्को पंक्तिहरू सिकाउँदै जानुहोस् ।
- "कराहीको बुबु नखाऊ म भोकै हुन्छु" भोकै हुन्छु भन्दा पेट देखाएर भोको भएको अवस्थाको अभिनय गर्नुहोस् । "धुरू धुरू रून्छु" भन्दा रोएको अभिनय गर्नुहोस्, उसले पनि गरेपछि फेरि स्याबासी दिनुहोस् र दोहोऱ्याउन लगाउनुहोस् । बेलाबेलामा ताली बजाइदिदै खुसी भइदिनुहोस् ।
- "माया गर्दिन जा'' भनेर बालकलाई हल्का धकेलेको अभिनय गर्नुहोस् र उनीहरूलाई पनि धकेल्न लगाउनुहोस् । यसरी नै क्रमशः स्याबासी दिँदै गाउन जानेकोमा अँगालो हालेर, हाँसेर अभिप्रेरित गर्दै अगाडि बढनुपर्दछ ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
५ देखि १० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
यो क्रियाकलापको गर्दा बालबालिकालाई काखमा लिएर पनि गर्न सकिन्छ । अभिभावकहरू (हजुरआमा, हजुरबुबा, बुबा, आमा, काकाकाकी आदि) ले पनि कथाहरू सुनाउने, बालबालिकाले नबुझेपनि कथाहरू भन्न नछोड्ने, गीतहरू गुनगुनाउने, ताराबाजी लै लै जस्ता समयानुकूलका गीतहरू गाउन वा भन्न सिकाउने, शरीरका विभिन्न अङ्गहरूलाई जस्तै नाक, कान, आँखा आदि देखाएर प्रष्टसँग भन्न र चिन्न सिकाउने आदि गर्नुपर्दछ ।

भाषा विकासको लागि अन्य धेरै प्रकारका क्रियाकलापहरू गर्न गराउन सकिन्छ । जस्तो छोटोमिठो कुराहरू सुनाउने र सुन्न लगाउने, पुस्तकको चित्रहरू देखाएर कथा भन्न लगाउने, पपेटहरू देखाउँदै त्यसको कथा भन्ने भन्न लगाउने, बालगीतहरू गाउने तथा गाउन लगाउने आदि । यसैगरी परिवारका सदस्यहरूको नाम र जनावरहरूको नामहरू पनि सिकाउँदै जानुपर्दछ । यसका साथसाथै, बालबालिकासँग सकेसम्म बोलिरहने र उनीहरूले सोधेका प्रश्नहरूको सही उत्तर दिने गर्नुपर्दछ । यो क्रियाकलाप स्वर र बोलाइसम्बन्धी अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि उपयुक्त नहुन सक्दछ । तथापि, उनीहरूलाई गीतको हाउभाउ, नृत्य अनि शारीरिक नक्कलमा भने अरू बालबालिकासरह नै सहभागी गराउन सकिन्छ ।

***

१५. बालबालिकालाई पूर्व पढाइको सीप

क्रियाकलापको परिचय
बालबालिकाको लागि घरपरिवार पहिलो पाठशाला हो भन्ने कुरा संसारभरि नै मान्यताप्राप्त अवधारणा हो । बालबालिकाले आफ्नो औपचारिक शिक्षा सुरू गर्नुपूर्व नै घरपरिवारका सदस्यहरूसँग थुप्रै व्यवहारिक तथा भाषागत ज्ञानहरू प्राप्त गरि सकेका हुन्छन् । तथापि, औपचारिक शिक्षामा सिकाइने कुराहरू बालबालिकालाई विद्यालय जान सुरू गर्नुपूर्वदेखि नै घरैदेखि उनीहरूलाई अलि अलि सिक्ने वातावरण समेत तयार गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलापमा बालबालिकालाई सँगै राखेर किताब पढ्ने र कथाहरू सुनाउने बारेमा उल्लेख गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

साधारणतयाः तीन वर्षको उमेर पूरा भएपछि बालबालिकालाई विद्यालयमा पठाउनु उपयुक्त हुन्छ । तसर्थ यो क्रियाकलाप विद्यालय पठाउनु केही महिनापूर्वदेखि गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- बालबालिकामा पूर्व पढाइको सीप (किताब समाउन, पल्टाउन चित्र बयान गर्न, जतन गर्न) आदिको विकास गराउन,
- मनोरञ्जनात्मक तरिकाले क देखि ज्ञ सम्मको अवधारणा प्राप्त गराउन,
- भाषा विकास तथा सुनाइ तथा अन्तर्क्रियाको सीप विकास गराउन, एवं
- योजना बनाउने र यसको कार्यान्वयन गर्ने सीप विकास गराउन ।

आवश्यक सामग्री

'क-ज्ञ को चर्तिकला' चित्र कथाको किताब वा अन्य

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- "बाबा, अब अब क-क गर्ने । अब कथा पढ्ने", गीत गाउनुहोस्,... "कछुवा र खरायो खेल्दै थिए । चौरमा गधा भेटी......." बालबालिकाको मुखमा हेर्दै प्रतिक्रिया बुझ्नुहोस् । (बालबालिकाले पनि कछुवा र खरायो पढ्ने अनि नाटक गर्ने भन्दै तपाईँतिर आउन सक्दछ ।)
- "बाबाको क-ज्ञ को किताब झिक्दै गर, हस् । म पनि तयार भएर आउँछु हस् ?" बालबालिकालाई किताब झिक्न लगाउनुहोस् । "ल म पनि तयार भएर आएँ । अब हामी क-क गर्दै रमाइलो गर्ने । ल किताब पल्टाऊ, ऊ पहिलो पेजमा नै के रहेछ ?"
- बालबालिकाले खरायो र कछुवा खेलेको, खरायो हिँडेको अथवा अन्य उसले देखेका चित्रहरू बयान गर्दछन् र तपाईंले पनि "ए हो त, कस्तो राम्रो अनि कछुवा, के गर्दै रहेछ" सोध्दै जानुहोस् ।
- किताबको तल्लो भागमा भएको अक्षरहरू पनि बालबालिकाको औंलाले देखाउँदै आफ्नो आवाजहरू कहिले ठूलो कहिले सानो गर्दै, रोचक ढङ्गले पढेर सुनाउनुहोस् ।
- बालबालिकाले "अब म आफै पढ्छु" भन्न सक्दछन् । यस्तो बेलामा उसलाई आफै पढ्न दिनुहोस्, गलत पढेमा पनि रमाइलो गर्न दिनुहोस् ।
- आफूले रमाइलो मानेर उनीहरूको अभिव्यक्तिलाई प्रस्तुत गर्न दिनुहोस् ।
- उसले किताब पढिसकेपछि कथामा को-को रहेछ छलफल गर्नुहोस् ।
- "अब हामी पनि यस कथाको जस्तै अभिनय गरेर खेल्ने हस्, ल अब को को के के बन्ने ?" भन्दै छलफल गर्नुहोस् ।
- बालबालिकालाई योजना बनाउन दिनुहोस् र उनीहरूको योजनाअनुसार अभिनय गर्नुहोस् र रमाइलो गर्नुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१५ देखि २० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

अध्ययनशील हुनु मानवीय गुण हो । यसको लागि प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा किताबप्रतिको मोह जगाउन आकर्षक, चित्र कथाहरू उपलब्ध गराउनुपर्दछ। प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा किताब पढ्ने बानी लगाए भविष्यमा बालबालिकालाई अध्ययनशील हुन सजिलो हुन्छ । तसर्थ, यो क्रियाकलाप गर्दा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले निम्न कुराहरूमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ-

- बालबालिकालाई किताब राम्रोसँग पल्टाउन सहयोग गर्नुहोस् ।
- उनीहरूलाई किताबको पाना च्यात्न नदिनुहोस् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

१६. प्रकृति अवलोकन

क्रियाकलापको परिचय

बालबालिकालाई सानैदेखि नै प्रकृतिसँग घुलमिल हुने अवसर प्रदान गर्नुपर्दछ । यसो गर्नाले बालबालिकाले प्रकृतिको बारेमा जान्दछन्, प्रकृतिको महत्व पनि बुझ्न सक्दछन् । तसर्थ यो क्रियाकलापमा बालबालिकालाई कसरी सुहाउँदो किसिमले उनीहरूको सहभागितामा प्रकृतिको अवलोकन गर्न भन्ने कुरा दर्शाइएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप हिंड्न राम्ररी जानिसकेका बालबालिकाको लागि उपयुक्त हुने हुनाले तीन वर्ष वा सो भन्दा माथिका उमेरका बालबालिकाहरूलाई यस क्रियाकलापमा सरीक गराउन सकिन्छ। यस क्रियाकलापका मुख्य उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- बालबालिकालाई प्रकृति अवलोकन गराउने,
- बालबालिकालाई बाटोमा हिँड्दाको तयारी/सावधानी सिकाउने,
- बालबालिकालाई सामाजिक सीप, नमस्कार गर्ने भेटघाट गर्ने सीप, साथै जाँदाआउँदाको तयारी सिकाउने, तथा
- बालबालिकालाई बाटोमा शिँड्दा देखिने अन्य दृष्यहरू जस्तैः पार्क वा बारी बगैंचामा देखाउने

आवश्यक सामग्री

बाटोमा पिउनको लागि बोतलमा पानी, आरामदायी जुत्ता, सकिन्छ भने हाते लेन्स

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालक/बालिकालाई "घुम्न जाने हो ?" भनेर सोध्नुहोस्। उनले जाने.. भन्छन् वा आफैले घुम्न जाने भनेर प्रस्ताव राख्दछ, यसैलाई तपाईंले स्वीकार गर्नुहोस्।
- "ल बाबाले अब राम्रो नाना (सफा लुगा) लाउने हस्", उनले पनि हस्.. भन्छ। "के लुगा लगाउने त ?" बालक/बालिकालाई लुगा छान्न दिनुहोस्। "यो लाउनी" भन्दै बालक/बालिकाले छानेको लुगा लिंदै "अब यो नाना फेर्ने हस्, म सहयोग गर्छु। यता आउ त।"
- लुगा चिनाउँदै नाम र रङ्ग बताउँदै "आहा, कस्तो राम्रो भयो मेरो बाबा, ल ऐना हेर्ने आहा ! कस्तो सुहाएको" बालक/बालिका मुस्कुराउँछ, त्यसतिबेला आफू पनि मुस्कुराउनुहोस्।
- "बाबा त कस्तो राम्रो भयो, म कस्तो छु, नि ?" सोध्नुहोस्, "हजुरको पनि नाना फोहर छ" भनेर बालक/बालिकाले भनेमा आफ्नो लुगा पनि फेर्नुहोस्।
- "ल अब जाने हस्" भन्दै दुवैजना हिँड्नुहोस्। बालक/बालिकालाई खतरा नभएतिर हात समाउनुहोस्, "बाबा यतापट्टिबाट हिँड्ने हस् ?" हिँडाउनुहोस्।
- "ऊ हेर त ...." बाटोमा भएका वस्तुहरू देखाउनुहोस्, "कतिवटा रूख रहेछ ..... ऊ परबाट गाडी आउँदैछ। ल, ल, छेउ लागौं है। ल हेर त कस्तो जोडले हाँकेको ? त्यसैले मैले तिमीलाई सुरक्षित साइडमा समातेको छु।" बालक/बालिकाले सोध्न सक्दछन्, "म उता भए के हुन्छ ?"
- "ऊ ठूलोबुबा, नमस्कार दाइ, ठूलो बाबालाई नमस्कार गर सानु", बालक/बालिकाले पनि नमस्कार गर्दछ र ठूलोबुबासँग केही बेर कुरा गरेर हिँड्नुहोस्।
- "सानुलाई ठुलोबाबा भेट्दा कस्तो लाग्यो त ? रमाइलो लाग्यो ? ऊ अब हामी गाई पालेको ठाउँमा आईपुग्यौं।"
- "ऊ हेर त कत्ति धेरै गाई पालेको। गाईको कतिवटा खुट्टा रहेछन्, अनि के-के रहेछ, हेरौं है त।"
- "हेर, ऊ के खान लागेछ ? अनि यसको बालक/बालिका खोई नि ? अनि यो कहाँ सुत्छ त ? बुबु कसरी दिन्छ ?" यस्ता धेरै प्रश्नहरू बालक/बालिकाले सोध्न सक्दछ तपाईंले सही जवाफ दिंदै जानुपर्दछ।
- "ल अब सानुले धेरै कुरा देख्यौ, अब घर फर्किने ल ?" "नाइँ, म अझै हेर्छु।" यस्तो बेलामा बालक/बालिकालाई घडी देखाई "१० मिनेटमा जाने ल, यो सुई यहाँ पुगेपछि" भनेर अवधि तोक्नुहोस्।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

२० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

- बालक/बालिकालाई सँधै खतराभन्दा बाहिर राखेर हिँडाउनुहोस् ।
- गाडी गुड्ने साइडमा बालक/बालिकाालाई नहिँडाउनुहोस्।
- भीरपाखामा लडिने छेउपट्टि बालक/बालिकालाई नहिँडाउनुहोस्।
- धेरै टाढा नजानुहोस्, करिब १५ मिनेटको बाटो मात्र हिँडेर जानुहोस्।
- उकालो ओरालो वा अप्ठ्यारो बाटो नहिँडाउनुहोस्।
- धेरै चर्को घाम वा चिसोमा नहिँडाउनुहोस्।
- बालक/बालिकालाई पसल गएर चकलेट बिस्कुट किन्ने बानी नलगाउनुहोस्।

- बस चढ्नुपरेमा छोटो समयको बाटो छनौट गर्नुहोस् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

१७. बालविकासको केन्द्रमा सहभागी गराउने

क्रियाकलापको परिचय

बालबालिकालाई विद्यालयमा गई औपचारिक शिक्षा हासिल गर्न सुरू गर्नुपूर्व उनीहरूको पूर्वतयारीको लागि प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा पठाइने गरिन्छ । नेपाल सरकारले शिक्षा विभाग मार्फत देशभरि नै तीस हजारभन्दा बढी यस्ता केन्द्रहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ । हिजोआज शहरबजारमा निजी रूपमा सञ्चालित मन्टेश्वरी स्कुल, प्रि-स्कुल, किन्डरगार्टेन आदिका नामले सञ्चालित सबै प्रकारका केन्द्रहरू प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रहरू हुन् । यहाँ बालबालिकाहरूलाई विभिन्न प्रकारका क्रियाकलापहरूमा संलग्न गराई उनीहरूलाई सिकाइको अवसर प्रदान गर्ने गरिन्छ । अलिक ठूलो भएपछि उनीहरूलाई केही औपचारिक शिक्षा पनि प्रदान गर्ने गरिन्छ । यस क्रियाकलापमा बालबालिकालाई बालविकास केन्द्रमा भर्ना गर्नुपूर्व उनीहरूलाई बालविकास केन्द्रको भ्रमण गराई त्यहाँ भर्ना हुन उनीहरूलाई प्रेरित गर्ने हो, जसको कारणले बालबालिकाले आफै बालविकास केन्द्रमा जाने निर्णय गर्दछन् ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालविकास केन्द्रमा औपचारिक रूपमा तीन वर्षको उमेर पूरा गरेपछि बालबालिकाले जान सुरू गर्ने भएका कारणले बालविकास केन्द्रमा भर्ना गर्नुअघि नै तयारीको लागि उनीहरूको बालविकास केन्द्र भ्रमण तथा अवलोकनको क्रियाकलाप गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्न रहेका छन् -

- बालविकास केन्द्रको बारेमा बालबालिकालाई जानकारी दिने,
- बालविकास केन्द्रका हेरचाहकर्ता, सहजकर्ता तथा अन्य बालबालिकासँग चिनाउने,
- बालविकास केन्द्रमा हुने गतिविधिहरूसँग बालबालिकालाई परिचित गराउने,
- बालबालिकाको बालविकास केन्द्रप्रति ध्यान आकृष्ट गराउने, एवं
- बालबालिका आफैंले आफू पनि बालविकास केन्द्र जान सुरू गर्ने बारेमा निर्ण गर्न सहयोग पुऱ्याउने ।

आवश्यक सामग्री

बालविकास केन्द्रमा हुनुपर्ने विभिन्न सामग्रीहरू

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- घरबाट निस्कन तयारी गर्नुपूर्व नै बालबालिकालाई ‘‘आज हामी तिमीजस्तै धेरै साथीहरू भएको ठाउँमा जाने है रमाइलो गर्न’’ भनेर पूर्वजानकारी दिनुहोस् ।
- बालविकास केन्द्रमा पुगिसकेपछि ‘‘नानी/बाबु, ल आज हामीले जाने भनेको ठाउँ यही नै हो । हेर त तिमीजस्तै साथीहरू रमाई रमाई खेलिरहेका छन् । तिमी पनि खेल्न जान्छौ त्यता?’’ भनेर सोध्नुहोस् ।
- ‘‘ऊ दिदी पनि आउनुभयो । दिदीले तिमीलाई सबै साथीहरूसँग चिनाइदिनुहुन्छ नि है?’’ भनेर बालविकास केन्द्रको सहजकर्तातिर बालक/बालिकाको ध्यान आकृष्ट गर्नुहोस् ।
- ‘‘नमस्कार नानी/बाबु ! तिम्रो नाम के हो ? तिमी पनि खेल्छौ आऊ, नानी/बाबु कति ज्ञानी । ल तिम्रो यो साथीको नाम के हो सोध त ? अब तिमीहरू दुईजना मिलेर खेल्ने हो ? ऊ अर्को साथी पनि तिमीहरूसँग मिलेर खेल्न आयो ? उसको पनि नाम सोध अनि उसलाई पनि खेलाऊ है । तिमीहरू खेल्दै गर, म अब उता गएँ है ।’’ भन्दै बालबालिकालाई स्वतन्त्र छोडिदिनुहोस् ।
- ‘‘ल म फेरि आएँ । तिमीहरूले के-के खेल्यौ भन त ? पहिले कसले भन्ने ? तिमीले ? ल हुन्छ । अँ भन त । अब तिम्रो पालो । अब फेरि उसको पालो । कति राम्रोसँग खेल्यौ है ।’’
- ‘‘अब म पनि तिमीहरू सँगै खेल्छु है, यो के हो थाहा छ । यसलाई पजल भनिन्छ ।’’
- एउटा मिलाएर देखाउँदै “यसलाई यसरी मिलाउनुपर्छ” भनेर सिकाउनुहोस् । ‘‘तिमी पनि सक्छौ, ल तिमी गर त’’ भनेर प्रोत्साहन गर्नुहोस् । अरूको हेरेर सिक्नका लागि र जानेकाले सिकाउनका लागि पनि प्रोत्साहन गर्नुहोस् ।

- खेल खेल्न सकिसकेपछि बालक/बालिकालाई उनीहरूलाई त्यहाँ लिएर आउने आफ्नो आमाबाबु वा हेरचाहकर्ता भएतिर जान सहजकर्ताले प्रेरित गर्नुपर्दछ र आफू पनि बालक/बालिकाकै पछि पछि लाग्नुहोस् ।
- अभिभावक र सहजकर्ता बालक/बालिकासँगै बसेर उनीहरूलाई कस्तो लाग्यो भनेर छलफल गर्नुहोस् । "तिमीलाई यो ठाउँ मनपर्‍यो नि हैन ? त्यसोभए भोलि पनि आउने है यहाँ, अझ धेरै रमाइलो हुन्छ" भनेर बालबालिकाको प्रतिक्रियाको प्रतीक्षा गर्नुहोस् ।
- बालक/बालिकाले आउने स्वीकार गरिसकेपछि "अब त्यसोभए आजलाई हामी घर फर्किने है त ?" भन्दै सहजकर्तालाई 'बाई बाई' गर्न लगाउनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
६० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू
- बालबालिकालाई मायालु वातावरण प्रदान गरेर नयाँ साथीहरूको परिचय र उनीहरूसँग खेल्न लगाउनुपर्दछ ।
- बालविकास केन्द्रमा उपलब्ध भएका सबै खेल तथा सिकाइ सामग्रीहरूको उनीहरूलाई छुन, हेर्न दिएर परिचय गराउनुपर्दछ ।
- सामग्रीहरू दिँदा मिलेर खेल्न हुने वातावरणको सिर्जना गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई सामग्रीहरू दिँदा नरम, नफुट्ने, धार नभएका जस्ता सामग्रीहरू दिनुपर्दछ ।
- एउटै प्रकारको सामग्रीमा बालबालिका धेरै बेर नखेल्ने हुँदा पालैपालो फरक-फरक सामग्रीहरू दिनुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई सामग्रीहरू दिँदा यस्ता सामग्रीहरूको नाम पनि भन्दै दिँदै गर्नाले बालबालिकाले सामग्रीहरूको नाम पनि थाहा पाउँदछन् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

१८. बालविकास केन्द्रमा बालबालिकाको सहभागिता

क्रियाकलापको परिचय
बालविकास केन्द्रहरूमा बालबालिकाको सम्पूर्णात्मक विकासका लागि विभिन्न क्रियाकलाप तथा गतिविधिहरू हुने गर्दछन् । यस्ता केन्द्रहरूमा प्रयोग हुने मुख्य विधिहरूमध्ये खेल पनि एक हो । खेलमार्फत साना उमेरका बालबालिकालाई उमेर सुहाउँदो धेरै कुराहरू यस्ता केन्द्रहरूमा सिकाइन्छ । तसर्थ, प्रस्तुत क्रियाकलापमा प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा गरिने क्रियाकलापहरूमध्ये खेलमार्फत बालबालिकालाई कसरी सहभागी गराउन सकिन्छ भन्ने कुरा प्रस्तुत गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
बालविकास केन्द्रका विभिन्न कार्यक्रमहरूमा सहभागी गराइने क्रियाकलाप भएका कारणले यो क्रियाकलाप बालविकास केन्द्र जाने उमेरका बालबालिकाहरूसँग बालविकास केन्द्रमा गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्-

- साना उमेरका बालबालिकाको सूक्ष्म अङ्गको विकास गर्न,
- उनीहरूमा सिर्जनाशीलताको विकास गर्न,
- बालबालिकालाई आफ्नो नाम बताउन र साथीको नाम सोध्न सक्षम बनाउन,
- बालबालिकालाई भाषिक विकास/वर्णन गर्ने तरिका सिकाउन,
- बालबालिकालाई पालो पर्खन सिकाउन साथै समस्या पत्ता लगाई समाधान गर्न सिकाउन,
- बालबालिकामा सहयोग गर्ने भावना विकास गर्न,
- विभिन्न खेलमार्फत बालबालिकामा आत्मविश्वास बढाउनाका साथै समूहमा मिलेर काम गर्न तथा समस्या समाधान गर्न सिकाउन,
- Attribute blockबाट ज्यामितिय आकारको ज्ञान प्राप्त गर्दछन् ।

आवश्यक सामग्री
बालविकास केन्द्रमा हुनुपर्ने विभिन्न सामग्रीहरू

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- "ल अब हामी सबैजना गोलो घेरामा हात समातेर उभिने अनि गीत गाउने" भन्दै सबै बालबालिकालाई गोलो घेरामा उभ्याउनुहोस् ।
- सबैजना मिलेर बालविकास केन्द्रमा गाइने एउटा गीत गाउनुहोस् ।
- त्यसपछि, "ल अब हामी सानो-सानो समूहमा खेल खेल्ने, हुन्छ ?" भनेर खेल खेल्न सहमत गराउनुहोस् । बालबालिकाले स्वभाविक रूपमा "हुन्छ" भन्नेछन् ।
- "तिमी पनि खेल्छौ ? आऊ, कति ज्ञानी । ल तिम्रो यो साथीको नाम के हो रे रमेश ? अब तिमीहरू दुईजना मिलेर खेल्ने हो ? ऊ अर्को साथी दिनेश पनि तिमीहरूसँग मिलेर खेल्न आयो ? उसलाई पनि खेलाऊ है । तिमीहरू खेल्दै गर, म अब उता अर्को साथीहरू के गरिरहेका छन् हेर्छु, ल गएँ है ।" भन्दै बालबालिकालाई परिचालित गर्नुहोस् ।

- त्यसपछि "तिमीहरूले के-के खेल्यौ भन त ? पहिले कसले भन्ने ? तिमीले ? ल हुन्छ । अँ भन त । अब तिम्रो पालो । अब फेरि उसको पालो । कति राम्रोसँग खेल्यौ हैन ?" भन्दै उनीहरूले खेलेको कुराहरूबारे छलफल गर्नुहोस् ।
- मुख्य खेलतर्फ उनीहरूको ध्यान तान्न "अब म पनि तिमीहरूसँगै खेल्छु है, यो के हो थाहा छ । यसलाई पजल भनिन्छ ।" भन्नुहोस् ।
- एउटा पजल मिलाएर देखाउँदै "यसलाई यसरी मिलाउनुपर्छ" भनेर सिकाउनुहोस् । र "तिमी पनि सक्छौ, ल तिमी गर" भनेर आफै गर्न लगाउनुहोस् । साथीसाथीमा एकले अर्कोबाट सिकाउनका लागि नजिकको साथीलाई देखाएर "उसले कसरी गरिरहेको छ हेरिराख र मिलेन भने ऊसँग सिक" भनेर सम्झाउनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समयः
६० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा माथि उल्लेखित क्रियाकलाप गर्दा साथै अन्य क्रियाकलापको क्रममा समेत सहजकर्ताले निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ :

- बालबालिकालाई मायालु वातावरण प्रदान गरेर नयाँ साथीहरूको परिचय र उनीहरूसँग खेल्न लगाउनुपर्दछ ।
- बालविकास केन्द्रमा उपलब्ध भएका सबै खेल तथा सिकाइ सामग्रीहरूको उनीहरूलाई छुन, हेर्न दिएर परिचय गराउनुपर्दछ ।
- सामग्रीहरू दिँदा मिलेर खेल्न हुने वातावरणको सिर्जना गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई सामग्रीहरू दिँदा नरम, नफुट्ने, धार नभएका जस्ता सामग्रीहरू दिनुपर्दछ ।
- एउटै प्रकारको सामग्रीमा बालबालिका धेरै बेर नखेल्ने हुँदा पालैपालो फरक-फरक सामग्रीहरू दिनुपर्दछ ।
- बालबालिकालाई सामग्रीहरू दिँदा यस्ता सामग्रीहरूको नाम पनि भन्दै दिँदै गर्नाले बालबालिकाले सामग्रीहरूको नाम पनि थाहा पाउँदछन् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

१९. यातायातका साधनहरूको नाम बताउने

क्रियाकलापको परिचय
प्रस्तुत क्रियाकलापमा प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा हुने विभिन्न क्रियाकलापहरूमध्ये बालबालिकालाई नै सहभागी गराएर यातायातका साधनहरूका बारेमा सिकाउने प्रक्रिया वर्णन गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
यो क्रियाकलाप बालविकास केन्द्रमा बसी त्यहाँ आउने बालबालिकाहरूसँग मिलेर गर्न सकिन्छ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्न रहेका छन् -

- बालबालिकालाई यातायातको साधनहरूको नाम बताउन लगाउने,
- बालबालिकालाई गन्ती गर्न सिकाउने,
- बालबालिकाको सुक्ष्म अङ्गको विकास गर्ने,
- बालबालिकामा सिर्जनाशीलताको विकास गराउने,
- बालबालिकालाई भाषिक विकास/वर्णन गर्ने तरिका सिकाउने,
- बालबालिकाले लाइनमा लाग्ने र पालो पर्खन सिकाउने, एवं
- एकअर्कालाई सहयोग गर्न सिकाउने ।

आवश्यक सामग्री
बालविकास केन्द्रमा यातायातका साधनहरूको मोडेल, चित्रहरू

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू
बाह्य खेल १५ मिनेट
बालबालिका बालविकास केन्द्र आउनेबित्तिकै उनीहरू साथीहरूसँग रमाइलो मानेर आफ्नै सुरमा बालविकास केन्द्र वा पूर्व-प्राथमिक विद्यालयको चौरमा खुला रूपमा उनीहरू खेल्दछन् ।

शारीरिक खेल र सामाजिकीकरण १५ मिनेट
"तिमीहरू सबैजना आइपुग्यौ ? ल अब सबैजना गोलो घेरामा बस है, तिमी यसरी बस, अँ यसरी हात समाऊ । म पहिला गीत गाउँछु अनि तिमीहरू सबैजना गाऊ है त ।"

गोलो गोलो घेरा बनाऊ
साथी साथी मिली खेलौं

"अब पालैपालो ऐनामा गएर तिमीहरू सबैले आफूलाई हेर है । कपाल मिलेको छ छैन, अनुहार सफा छ छैन, दाँत माझेको छ छैन, सबैले हे-यौ ? कपाल मिलेको छैन भने कपाल कोर अनि मिलाऊ, अनुहार सफा छैन भने रूमालले सफा गर । दाँत माझेको छैन भने दाँत माझ है । ओहो, तिमीहरू त सबैजना सफा रहेछौ नि है ।"

समूह कार्य ३० मिनेट
- "अब म हामी बसपार्क जाने है । तिमीहरू मैले भने जस्तै गर है । ल म यो झ्याली बजाउँछु । झ्याली बज्न रोकिएपछि तिमीहरू समूह बनाएर बस्नुपर्दछ । जस्तै मैले ५ भन्ने वित्तिकै तिमीहरूले ५ जनाको समूह बनाउनुपर्दछ । ४ भन्दा ४ जनाको समूह बनाउनुपर्छ । ल अब सुरू ।"
- एकजना ड्राइभर दाइले मोटर चलाउनुभयो र भन्नुभयो "अब तिमीहरू पनि मसँग घुम्न बसपार्क जाऊँ, तर मेरो मोटरमा ५ जना मात्र अटाउँछौ ।" ल अब समूह बनाऊ । तिमीहरूले समूह बनायौ । सबैजनाको ५- ५ जनाको समुह बन्यो त ।"
- "फेरि है त ल ड्राइभर दाइले टेम्पो चलाउनुभयो । त्यसमा ४ जना मात्र अटाउँछ तिमीहरू समूह बनाएर चढ है त । तिमीहरू चढ्यौ त कति जना चढ्यौ ४ जना मात्र ।"
- "टेम्पो बसपार्क पुग्यो । बसपार्कमा के के देखिन्छ । तिम्रो अगाडि भएको विभिन्न थरिको बस, टेम्पो, कार, हवाइजहाज, डुङ्गा हेर र खेल है त्यसको बारेमा साथीलाई पनि भन ।"

योजनाबद्ध क्रियाकलाप १५-३० मि.
- "यो बस तिमीहरूले देखेका छौ ? बस चढेका छौ ? बस बाटोमा गुड्छ ।"
- "हवाइजहाज देखेका छौ ? यो कहाँ उड्छ ? आकाशमा उड्छ ।"
- त्यसैगरी "यो के हो ? हो, रिक्सा यसमा पनि मान्छे बसेर जान्छन् ।"

- त्यस्तैगरी "साइकल त तिमीलाई पनि थाहा छ नि, तिमीले चढेका छौ ?"
- "ट्याक्टरले सामान ओसार्न सजिलो हुन्छ है ।"
- "अनि खोला तर्न के गरिन्छ ? हो डुङ्गा । तर धेरै टाढा जानुपऱ्यो, धेरै मान्छे जानुपऱ्यो र समुद्रमा भने पानी जहाजको प्रयोग गरिन्छ ।"
- यस्ता बस, रिक्सा, हवाइजहाज, डुङ्गा आदिलाई यातायातको साधन भनिन्छ । यिनीहरूको प्रयोग गऱ्यो भने छिटो पुगिन्छ ।"

व्यक्तिगत खेल १५ मिनेट

ल अब तिमीहरू आफै यस्ता खेलौनाहरू खेल है ।

सामुहिक योजनाबद्ध खेल/क्रियाकलाप २० मिनेट

- "अब खेल खेलौं है त ? ल तिमीहरू लाइनमा मिलेर बस ।"
- "हो अब रेल जस्तो देखियो नि है । मसँगै भन है, रेल गाडी छुकछुक पच्चीस पैसा भिकभिक । रेल गाडी छुकछुक पच्चीस पैसा भिकभिक ।"
- "तिमीहरूले रेल देखेका छौ ? यो धेरै बस जोडेर लामो बनाइएको जस्तै देखिन्छ । यसमा धेरै मानिस अटाउँछन् । यी हेर त ।"
- "ल अब तिमीहरूको अगाडि रहेको पजल मिलाऊँ है कसले पहिला मिलाउँछ ? अनि के बन्छ उठेर भन है ।"

स्वास्थ्य नैतिक सन्देश/आराम १० मिनेट

"तिमीहरूले खेलेको सामानहरू अघिकै ठाउँमा मिलाएर राख है । अघि रेलगाडी खेल्दा मिलेर लाइनमा लाग्यौ है । हो यसरी नै लाइन लागेर हिँड्नुपर्छ । अब एकछिन आराम गर है ।"

खाजा र शौचालय

"अब हात धोऊ,, यसरी हात धोऊ, खाजा खाऊ, शौचालय जानुपर्छ भने बिस्तारै लाइन लागेर जाऊ है ।"

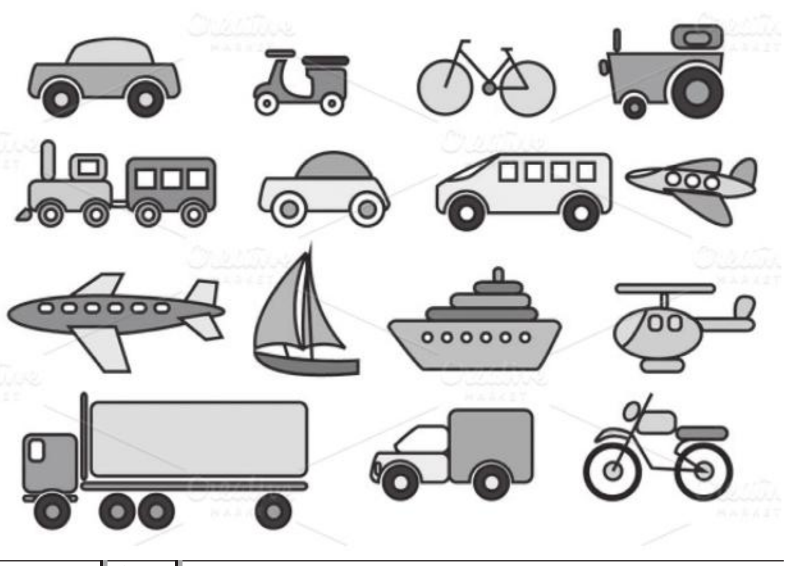
आराम १० मिनेट

"अब तिमीहरू आराम गर्ने है त, ल एकछिन सुत, आँखा चिम्ल, र मैले भ्याली बजाएपछि उठ है ।"

सङ्गीत तथा अभिनय ३० मिनेट

ल अब गीत गाउने है
मोटर गुड्छ बाटोमा
हवाइजहाज आकाशमा
डुङ्गा तैरिन्छ पानीमा
स्कुल जान्छु बसमा

साइकलका पाङ्ग्रा दुईवटा
रिक्साका पाङ्ग्रा तीनवटा
मोटरको पाङ्ग्रा चारवटा
मेरा बुद्धि धेरै वटा ।



योजनाबद्ध क्रियाकलाप १५–३० मिनेट

अब म एउटा कथा भन्छु है ।

"एकजना मिहेनती केटो थियो, त्यसको नाम राम थियो । के नाम रे ? राम । ऊ सानोमा बालविकास केन्द्र आउँदा हिडेर आउँथ्यो । त्यसपछि ऊ स्कूल जान थाल्यो, तर स्कूल

टाढा थियो । त्यसैले ऊ बस चढेर जान थाल्यो । तिमीहरूले बस चढेका छौ ? बाबुले ? ऊ १२ कक्षामा पहिला भयो र विश्वविद्यालय जान थाल्यो । अनि उसको आमाले उसलाई मोटरसाइकल किनिदिनुभयो । त्यहाँ पनि ऊ पहिलो नै भयो ,अनि ऊ धेरै र नयाँ विषय पढन विदेश जाने भयो । अनि ऊ हवाइजहाजमा चढेर विदेश पढ्न गयो । तिमीहरूले हवाइजहाज देखेका छौ ? त्यहाँ पनि उसले मिहेनत गरेर पढ्यो र राम्ररी पास भयो । अहिले ऊ रकेट बनाउने अफिसमा काम गर्छ । उसलाई अहिले सबैले चिन्छन् अनि माया पनि गर्छन् । तिमीहरूलाई थाहा छ रकेट भनेको के हो ? रकेट भनेको चन्द्रमामा जाने यातायातको साधन हो । ल हेर, मिहेनत गऱ्यो भने के-के चढ्न पाइन्छ । अनि सबैले माया गर्दछन् । तिमीहरू पनि यस्तै बन है ।"

व्यक्तिगत स्वतन्त्र क्रियाकलाप २५ मिनेट
"ल अब तिमीहरूले पनि मनपर्ने यातायातको साधनको चित्रमा रङ्ग लगाऊ है"

सामुहिक योजनाबद्ध क्रियाकलाप १० मिनेट
"ल अब यसबाट तिमीहरूले आफूलाई मनपर्ने यातायातको साधन बनाऊ र देखाऊ है ।"

साङ्गीतिक अभिव्यक्ति १० मिनेट
"फेरि पनि गीत गाउने है ।"
(माथिकै गीत)

घर जाने तयारीका लागि कक्षाकोठा व्यवस्थापन १५ मिनेट
"ल अब तिमीहरूले चलाएको सामानहरू पहिलेकै ठाउँमा राख है । अनि सफा गर है । म पनि गर्छु ।"

घर जान व्यक्तिगत तयारी १० मिनेट
"ल अब घर जाने । ल अब फेरि गीत गाउने है"

घर जाने बेला भो
बाबा आउनुभो लिनलाई
भोलि फेरि भेटौला,
अहिलेलाई नमस्कार ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
बालविकास केन्द्रको पूरै दिन

क्रियाकलापको क्रममा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
बालबालिका धेरै समयसम्म एकै प्रकारको क्रियाकलापहरू गर्न सक्दैनन् । उनीहरूले धेरै बेरसम्म एउटै विषयवस्तुमा ध्यान केन्द्रित गर्न सक्दैनन् । त्यसैले सिकाइ क्रियाकलाप फरक-फरक हुनुपर्दछ । साथै सिकाइ विषयवस्तुको छनौट गर्दा समय र मौसमलाई ध्यान दिनुपर्दछ । जस्तै चाडपर्वको बारेमा सिकाउनुपर्दा स्थानीयतहमा जुन चाडबाड मनाइएको छ त्यसैको बारेमा सिकाउनुपर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२०. बालविकास केन्द्रमा भएको गतिविधिको बारेमा वर्णन गर्ने
क्रियाकलापको परिचय
बालविकास केन्द्र जान सुरू गरिसकेपछि बालबालिकाले घरमा आएर पनि बालविकास केन्द्रमा आफूले गरेका क्रियाकलापहरूबारे आमाबाबु वा हेरचाहकर्तालाई बताउने वातावरण तयार गर्नुपर्दछ । बालविकास केन्द्रमा भएका गतिविधिहरूको वर्णन घरमा आई गर्नाले बालबालिकाले आफ्नो विचार अनि अभिव्यक्तिको सम्मान भएको महसुस गर्दछन् र उनीहरूले बालविकास केन्द्रमा भएका क्रियाकलापहरूलाई पनि अझ राम्ररी बुझ्ने मौका पाउँदछन् । प्रस्तुत क्रियाकलापमा बालबालिकाका यिनै विचार र अभिव्यक्तिको सम्मान गर्दै कसरी उनीहरूले प्रभावकारी ढङ्गमा पूनरावलोकन गर्न सक्दछन् भन्ने कुरा वर्णन गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालविकास केन्द्रमा भोगेका अनुभवहरूको घरमा पनि पूनरावलोकन गराउने अभिभावकले वातावरण निर्माण गर्नुपर्दछ । यस क्रियाकलापका उद्देश्यहरू निम्न हुन सक्दछन्-

- बालविकास केन्द्रमा गरिएको क्रियाकलापहरू पूनरावलोकन गरी सिकाइ दीगो बनाउन,
- बालविकास केन्द्र र अभिभावकबीचको सम्बन्ध सुदृढ बनाउन,
- बालबालिका र शिक्षकलाई सजिलैसँग विश्वास गर्न सक्ने बनाउन,
- भाषिक विकास/वर्णन गर्ने तरिका सिकाउन, एवं
- गणितिय ज्ञान (गोलो) र गन्ती गर्न (एक, दुई) सिकाउन ।

आवश्यक सामग्री

घरमा भएका खेलौनाहरू, किताबमा भएका चित्रहरू, घरमा भएका यातायातका साधनहरू

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- "आज म तिमीलाई लिन आएको छु । एकछिन पर्ख है म दिदीसँग कुरा गर्छु । दिदी आज मेरो नानी/बाबुले के सिकिन् ? ए यातायातका साधनहरू ! ल राम्रो भयो ।"
- "नानी/बाबु अब सँगै घर जाऊँ । "आज तिमीले बालविकास केन्द्रमा के के गऱ्यौ ? के के सिक्यौ ?"
- "ल हिँड, ऊ त्यो देख्यौ, के हो ?" "तिमीले ठीक भन्यौ त्यो बस हो । यसका कतिवटा पाङ्ग्रा छन् ?" "चार वटा" "यो पनि ठीक भन्यौ । ऊ त्यो के हो नि ?" "मोटरसाइकल" "तिमीले त धेरै सिकिसक्यौ, कसले सिकायो ? बालविकास केन्द्रको दिदीले ? अनि आकाशमा ऊ त्यो उडेको के हो नि ?" "हवाइजहाज"
- "ए यो पनि ठीक भन्यौ । त्यसोभए यातायातका अरू साधनहरू के-के हुन् ल भन त ?" "मोटर, डुङ्गा, रकेट, गाडा, ट्याक्टर, साइकल"

घर आइपुगेपछि गर्ने क्रियाकलापहरू

- "ल तिमी अब खाजा खाऊ है"
- "एकछिन खेल है । ऊ हेर त मैले तिम्रो लागि भनेर खेलौना ल्याइदिएको छु । यो के हो थाहा छ ?" "यो मोटर हो, हाम्रो बालविकास केन्द्रमा पनि छ ।"
- "तिम्रो लागि यी यो किताब पनि ल्याइदिएको छु । हेर त यसमा के-के चित्रहरू छन् ?"
- (किताब देखाउँदै) "ल भन त । यो गाडी, यो हवाइजहाज, यो डुङ्गा, यो रकेट, यो मोटरसाइकल, यो साइकल मेरो जस्तै रहेछ ।"

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

६० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

- बालविकास केन्द्रमा सिकाइएको विषयवस्तुका बारेमा अभिभावकलाई जानकारी दिएमा उनीहरूले घरमा गएर पनि आफ्ना बालबालिकासँग त्यसैको बारेमा छलफल गर्दछन् । यसले गर्दा घरमा हुने क्रियाकलाप र विद्यालयमा हुने क्रियाकलापमा समन्वय हुन्छ र सिकाइ दीगो हुन्छ ।
- बालविकास केन्द्र गएको दिनमा बालविकास केन्द्रको वर्णन गर्न लगाएझैं बालबालिका अन्य कतै गएको दिन त्यहाँ भएको क्रियाकलापका बारेमा सोध्नुहोस् र भन्न लगाउनुहोस् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२१. पूनरावलोकन तथा आगामी योजना

क्रियाकलापको परिचय

हरेक दिन प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा बालबालिकाले विभिन्न क्रियाकलापहरूमा भाग लिने गर्दछन् । बालविकास केन्द्रमा गरिने हरेक क्रियाकलापहरू बालबालिकाको उमेर सुहाउँदो गरी तयार गरिएको हुन्छ । यसबाट उनीहले रमाइलोको पनि

अनुभूति गर्दछन्, साथै केही सिक्ने अवसर पनि प्राप्त गर्दछन् । तथापि, हरेक क्रियाकलाप गरिसकेपछि वा दिनको अन्त्यमा बालबालिकालाई सहभागी गराएर पूनरावलोकन तथा आगामी योजना समेत बनाउन सकिन्छ, जसको यो क्रियाकलापमा वर्णन गरिएको छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप बालविकास केन्द्रका बालबालिकालाई सहभागी गराएर बालविकास केन्द्रमा नै हरेक क्रियाकलाप वा दिनको अन्त्यमा गर्न सकिन्छ । यसबाट बालबालिकाले सो क्रियाकलाप/हरूप्रति आफ्नो विचार दिन सक्दछन्, सिकेका कुराहरू बताउन सक्दछन्, साथै क्रियाकलाप/हरूको पनि अप्रत्यक्ष ढङ्गमा मूल्याङ्कन गर्न सक्दछन् । क्रियाकलाप/हरूप्रति आफ्ना मतहरू राख्न पाएकोमा बालबालिका आफूलाई महत्वपूर्ण भएको पनि आभाष गर्ने गर्दछन् ।

आवश्यक सामग्री

बल, बाजा

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- बालबालिकालाई गोलो घेरामा उभ्याउनुहोस् ।
- सहजकर्ताले आफ्नो हातमा भएको बल एकजना बालक/बालिकालाई बल पास गर्नुहोस् ।
- हातमा बल पाएको बालक/बालिकालाई क्रियाकलाप/हरूको बारेमा मनमा आएको कुरा भन्न लगाउनुहोस् र भनिसकेपछि अर्को साथीलाई बल पास गर्न लगाउनुहोस् र सबै बालबालिकाको हातमा बल नपुगेसम्म सोही क्रम दोहोऱ्याउनुहोस् ।
- यस क्रममा बालबालिकाले क्रियाकलाप/हरूको वर्णन गर्ने, सिकेका कुराहरू भन्ने साथै मन परेका तथा रमाइलो लागेका अनि नरमाइलो लागेका कुराहरू भन्न सक्नेछन् । विशिष्ट प्रश्न सोधी त्यसको उत्तरको अपेक्षा गर्नुभन्दा कहिलेकाहीँ बालबालिकालाई खुल्ला रूपले आफ्नो विचार व्यक्त गर्न लगाउँदा उनीहरूले अभिव्यक्तिको सीप पनि सिक्दछन् ।
- एउटा क्रम सकिएपछि, भोलि के-के गर्न मन छ भन्नेबारेमा पनि बालबालिकालाई बल पास गर्दै भन्न लगाउनुहोस् ।
- उनीहरूको हौसला बढाउनका लागि अर्को दिनको दिनभरको कार्यक्रममा बालबालिकाहरूले इच्छा गरेकामध्ये एउटा क्रियाकलाप गर्ने समय पनि मिलाउनुहोस् ।
- अन्त्यमा बाजा बजाउँदै सबै बालबालिकालाई गोलो घेरामा घुम्न लगाउनुहोस् र क्रियाकलापको अन्त्य गर्नुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

३० मिनेट

क्रियाकलापको क्रममा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलापको क्रममा बालबालिकालाई सजिलोको लागि उनीहरूको हत्केलामा अटाउने सानो आकारको बल प्रयोग गर्न सकिन्छ। बालबालिकाहरूले आफ्नो विचार व्यक्त गरिरहँदा सहजकर्ताले ध्यानपूर्वक सुन्नुपर्दछ। बालबालिकाले आफूलाई चित्त नबुझेका कुराहरू पनि गर्न सक्दछन्, त्यसलाई सहजकर्ताले नकारात्मक ढङ्गले नलिई आफ्नो सिकाइको लागि लिनुपर्दछ । साथै, बालबालिकाले इच्छा गरेका विभिन्न क्रियाकलापहरूमध्ये अर्को दिनको लागि एउटा क्रियाकलाप छान्ने क्रममा प्रजातान्त्रिक तरिकाले वा गोलाप्रथा गरेर छान्न सकेमा बालबालिकामा नकारात्मक भावना उत्पन्न हुँदैन । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२२. भित्ते-चित्रकथा लेखन(Wall Comics)

विधिको परिचय

प्रायः सबै बालबालिकाले चित्रकथाको बारेमा सुनेका, देखेका वा पढेका हुन्छन् नै । विशेषतः चित्रकथाहरू दैनिक पत्र-पत्रिका

तथा बालबालिकालाई लक्षित गरिएका पत्रिकाहरूमा छापिन्छन् । त्यसका साथै चित्रकथाका अलग्गै किताबहरू पनि बजारमा किन्न पाइन्छ । चित्रकथामा शब्द कम र चित्र बढी हुन्छ र एउटा चित्रले नै हजार शब्दको वर्णन गरिरहेको हुन्छ । यही कारणले बालबालिका माभ्m चित्रकथा एकदमै लोकप्रिय छ । यसका साथसाथै पढ्न नजान्ने व्यक्तिहरूले पनि चित्रकथाको माध्यमबाट बुभ्mन र बुझाउन सक्दछन् । तथापि बालबालिकाले पनि चित्रकथा बनाउने र त्यसको माध्यमबाट बालसहभागिता प्रत्याभूत गर्ने कुरा भने चलनचल्तीमा धेरै आएको छैन । यद्यपि नेपालमा बाल भित्ते-चित्रकथाको प्रयोग सुरू भएको भने एक दशक भइसकेको छ । बाल भित्ते-चित्रकथा बालबालिकाद्वारा कुनै विषयमा जानकारी दिन, समस्या उजागर गर्न तथा मनोरञ्जनको लागि समेत प्रकाशन गर्न सकिन्छ । बालबालिकाका विचार प्रस्तुत गर्ने यो एउटा सिर्जनात्मक माध्यम हुन सक्दछ ।

विधिको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप बालबालिका भेला हुने जुनसुकै ठाउँमा पनि गर्न सकिन्छ । भित्ते-चित्रकथालाई प्रतियोगिताको रूपमा पनि सञ्चालन गर्न सकिन्छ, जसबाट बालिबालिकालाई आफ्नो विचार प्रस्फुटन गर्न र सिर्जनशील हुन अझै हौसला मिल्न सक्दछ । भित्ते-चित्रकथा लेखनको लागि बालबालिकालाई एकाग्र भएर क्रियाकलाप पूरा गर्ने वातावरण भने चाहिन्छ ।

आवश्यक सामग्री

सबै सहभागी बालबालिकालाई प्रति व्यक्ति चार पेजको दरले A-4साइजको प्रिन्टिङ्ग पेपर, सिसाकलम, कालो स्केचपेन, ३० से.मीको स्केल र कालो जेल पेन । त्यसका साथै रफ कार्यको लागि सबै सहभागीहरूलाई पुग्नेगरी केही रूल पेपर ।

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

१. बालबालिकालाई बालभित्ते-चित्रकथा तयार गर्न लगाउनुभन्दा पहिले भित्ते-चित्रकथाको प्राविधिक ज्ञान दिनु अपरिहार्य हुन्छ । यसो भएमा उनीहरूलाई भित्ते-चित्रकथामा आफ्नो सिर्जनशीलता देखाउन सम्भव हुन्छ । यसको लागि भित्ते-चित्रकथाको प्राविधिक ज्ञान भएका कुनै स्रोतव्यक्ति बोलाउन सकिन्छ अथवा सहजकर्ताद्वारा पनि यसको ज्ञान दिन सकिन्छ ।

२. भित्ते-चित्रकथा बनाउनुपूर्व चित्रकथाको लागि कथा तयार गर्नुपर्दछ । कथाको विषय आफ्नो जीवनको कुनै रमाइलो घटना या कुनै विषय, सफलताको कथा अथवा कुनै जानकारी हुन सक्दछ ।

३. चित्रकथामा पात्रको चित्र बनाउने तथा उनीहरूको मुखाकृतिको पनि एकदमै धेरै महत्व हुन्छ, त्यसैले मुखाकृति तथा उनीहरूको हाउभाउ तथा आसनको बारेमा जानकारी दिनुहोस्, जुन अत्यावश्यक हुन्छ ।

४. त्यसपछि बालबालिकालाई कथा अनुसारको चित्रको परिकल्पना गर्न लगाउनुहोस् । यो क्रममा चित्रकथामा शब्दभन्दा बढी चित्रको मान्यता छ, तसर्थ शब्द कमभन्दा कम मात्र राखिनुपर्दछ भनेर बालबालिकालाई सम्झाउनुपर्दछ ।

५. कथाको खाका तयार भइसके पछि प्राविधिक रूपमा भित्ते-चित्रकथा बनाउने तयारी सुरू हुन्छ । हरेक सहभागी बालबालिकालाई चार/चार पेज A-4साइजको प्रिन्टिङ्ग पेपर, सिसाकलम, कालो स्केचपेन, ३० से.मी.को स्केल र कालो जेल पेन वितरण गरेर त्यसको प्राविधिक ज्ञान दिनुहोस् ।

६. प्राविधिक ज्ञान प्राप्त भइसकेपछि बालबालिकालाई आफ्नो भित्ते-चित्रकथा तयार गर्न लगाउनुहोस् ।

७. भित्ते-चित्रकथा तयार भइसकेपछि सहभागी बालबालिकाको मनोबल बढाउनका लागि त्यसलाई सबै बालबालिकामाझ प्रदर्शनीको लागि पनि राख्न सकिन्छ ।

विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब २ घण्टा

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बाल भित्ते-चित्रकथा तयार गर्नु आफैमा एक प्राविधिक सीपयुक्त विधि हो । त्यसकारण बालबालिकाको भित्ते-चित्रकथामा प्राविधिक त्रुटीहरू हुन नदिन सहजकर्ताले विशेष ध्यान दिनुपर्दछ । साथै प्राविधिक कुराहरूमा मात्र बढी ध्यान दिँदा बालबालिकाको सिर्जनशीलतामा रोकावट नआओस् भनेर पनि उत्तिकै ध्यान दिनुपर्दछ । बाल भित्ते-चित्रकथा बनाउन सिकाउँदा र बनाउने क्रममा आएका सुझावहरू, साथै महत्वपूर्ण छलफलहरूको टिपोट गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यस विधिमा निरन्तर परिमार्जन गरी अझै प्रभावकारी बनाउन त्यस्तो टिपोटले मद्दत गर्दछ ।बल भित्ते-चित्रकथा बनाउन सिकाउँदा र बनाउने क्रममा आएका सुझावहरू, साथै महत्वपूर्ण छलफलहरूको टिपोट गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुपर्दछ । यस विधिमा निरन्तर परिमार्जन गरी अझै प्रभावकारी बनाउन त्यस्तो टिपोटले मद्दत गर्दछ ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा

सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ । बाल भित्ते-चित्रकथा लेखनसम्बन्धी प्राविधिक ज्ञान प्राप्त गर्नको लागि सहजकर्ताले त्यसको निर्देशिका पढ्न सक्दछन् । (निर्देशिका निम्न लिंकमा भेट्न सकिन्छ-http://www.worldcomicsindia.com/Manuals/BASIC_MANUAL_Eng.pdf)

***

२३. शक्तिको खेल (Power Game)[46]

विधिको परिचय

समाजमा विद्यमान शक्ति संरचनाहरूले बालबालिकाको सहभागितामा धेरै असर गर्दछ । समाजमा वयस्कहरू तुलनात्मक रूपमा शक्तिशाली मानिने हुनाले अधिकांश समयमा बालबालिकाले सहभागिताको अधिकार उपभोग गर्न पाउँदैनन् । शक्तिको स्रोतहरूमा-उमेर, शारीरिक बल, पढाइ वा शिक्षाको स्तर, धन सम्पत्ति, पद तथा प्रतिष्ठा, खुबी वा सीप, सम्बन्ध, जिम्मेवारी, ज्ञान, प्रतिनिधित्व, जातियता आदि हुन सक्दछन् । यस **शक्तिको खेल**मा तासको माध्यमबाट शक्तिको विश्लेषण गरिन्छ र त्यसलाई विद्यमान समाजसँग तुलना गरिन्छ । यो **शक्तिको खेल**ले देखाउने अवस्था समाजका हरेक तहमा, क्षणमा देख्न पाइन्छ र यसले बालबालिकाको सहभागिता, निर्णय गर्ने अवस्था तथा अन्य विकासमा पनि असर पारेको हुन्छ ।

विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

आफ्नो वरिपरिको समाजमा को-को के-के कुराले शक्तिशाली भएका छन् तथा शक्ति भएकाले कसरी अरूलाई सहभागी हुन वा अगाडि बढ्नबाट रोक्छन् यी विषयहरूबारे विश्लेषण गर्न यो खेल खेलिन्छ । साथै शक्ति पाएकाले खेल्ने सकारात्मक तथा नकारात्मक भूमिका, शक्तिको सदुपयोग तथा दुरूपयोग, शक्ति लिन चाहने र नचाहनेका बारेमा थप छलफलका लागि पनि यो खेल धेरै महत्वपूर्ण छ ।

आवश्यक सामग्री : एक बट्टा तास

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

१. ५२ पत्ति भएको तासको एक बट्टा लिनुहोस् । खेल सुरू हुनुअघि नै सहजकर्ताले चार (इँटा, पान, सुरथ, र चिडी) मध्ये एक प्रकारको मात्र बास्सा र मिस्सी (राजा र रानी) राखेर अरू बाहिर झिक्नुहोस् । त्यस्तैगरी गुलाम र दहल दुई प्रकारको मात्र राखेर अरू बाहिर झिक्नुहोस् । नहल, अट्ठा, सत्ता र छक्का तीन/तीन प्रकारको राख्ने र पन्जादेखि एक्कासम्म चारै प्रकारको तास राख्नुहोस् । यसो गर्दा तासको बट्टामा जम्मा ३८ वटा तास बाँकी रहन्छन् र ३८ जना सहभागी सरीक भएर यो खेल खेल्न सक्दछन् ।
२. यदि सहभागीको सङ्ख्या ३८ भन्दा कम छ भने त्यहीअनुसार एक्का-दुवालाई तासबाट निकाल्न सकिन्छ । अनि यदि सहभागीहरू ३८ भन्दा बढी छन् भने उनीहरूलाई अवलोकनकर्ता, अभिलेखकर्ता आदि जिम्मेवारीहरू दिन सकिन्छ ।
३. सहभागीहरूलाई एउटा ठूलो गोलो घेरामा उभिन लगाउनुहोस् र क्रियाकलापको परिचय र उद्देश्य बताउनुहोस् । छानेर ठिक्क पारेको तासको गड्डीलाई एक/एक गरी भूइँमा घोप्टो पारेर राख्नुहोस् ।
४. अब सबै सहभागीलाई पालैसँग एक/एक वटा तास टिप्न लगाउने तर आफूलाई परेको तासको पत्ती अरूलाई नदेखाउन भन्नुहोस् ।
५. सबैले तास लिएपछि सबभन्दा पहिला एक्का पर्ने जतिलाई अगाडि बोलाउनुहोस् र गोलाकार घेरा बनाउन लगाउनुहोस् । अनि दुवा पर्नेलाई एक्काको भित्र भागमा उभिन लगाउनुहोस् । एवंरीतले तिर्की पर्नेलाई बोलाएर दुवाको भित्र उभिन लगाउनुहोस् । यसरी नम्बरअनुसार भरिदै जाँदा सबभन्दा पहिले बोलाएको एक्काको समूह सबैभन्दा बाहिरी भागमा पर्दछन् । अन्त्यमा राजा र रानीलाई बोलाएर सबैको केन्द्रमा सम्मानसाथ कुर्चीमा राख्नुहोस् ।
६. यसरी सबै बसेपछि तलको प्रश्नहरू एक/एक गरी सोध्ने र उत्तर पर्खनुहोस् । उत्तर जसले पनि दिन सक्दछन् :
   क. राजा र रानी भएर सबैको बीचमा बस्न पाउँदा कस्तो लागेको छ ?
   ख. एक्का, दुवा भएर टाढा बस्नुपर्दा कस्तो लागेको छ ?
   ग. बीचमा पर्नेलाई कस्तो अनुभव भएको छ ?
   घ. राजा तथा रानीको शक्ति कस्तो हुन्छ, के-के गर्न सक्छन्, के-के अधिकार हुन्छ, के-के जिम्मेवारी हुन्छ
७. फेरि तल उल्लेखित प्रश्नहरू एक/एक गरी सोध्ने र उत्तर पर्खिनुहोस्
   क. बीचका कर्मचारीहरूसँग के-के शक्ति हुन्छ ?
   ख. पाँचौं तहदेखि तलका व्यक्तिसँग के-कस्ता शक्ति हुन्छन् र तिनले त्यसको उपयोग के कसरी गरेका हुन्छन् ?

[46]यो विधिको प्रारम्भिक लेखनमा सहयोग पुऱ्याउनुहुने श्री प्रकाश कोइरालालाई धेरै-धेरै धन्यवाद ।

ग. अब, माथिल्लो शक्तिमा भएको कोही तलका कम शक्ति भएकासँग पद साट्न तयार छ ? छ भने को-को छन् ? र, किन छन् ?

घ. तल्लो तहका कर्मचारीहरूमा को-को माथि आउन चाहन्छन् ? यदि आउन चाहने भने किन माथि आउन चाहेको हो ? यदि आउन नचाहने हो भने किन नचाहेको हो ?

८. छलफलको क्रममा शक्ति साट्न चाहने कारण र नचाहने कारणहरूलाई बुँदागत रूपमा टिपोट गर्नुहोस्। नमूनाका लागि केही बुँदा :

शक्ति साट्न चाहने कारण	शक्ति साट्न नचाहने कारण
१.ठूलोबाट सानोसँग साट्न चाहने : क. आफ्नो कर्तव्य पूरा गर्न नसक्ने भएर । ख. धेरै बाहिरी दवावले गर्दा । ग. सीप तथा क्षमताको कमीले गर्दा । **२. सानोबाट ठूलोसँग साट्न चाहने :** क. शक्तिको उपभोग गर्न पाउने भएर ख. सुख सुविधाको प्रयोग, मान प्रतिष्ठा आदि । ग. माथिल्लोतहमा काम गर्ने क्षमता ज्ञान, सीप बढ्दै गएर, आत्मविश्वास बढेर ।	**१. ठूलोबाट सानोसँग साट्न नचाहने :** क. शक्तिको उपभोग गर्न पाउने भएर । ख. सुख सुविधाको प्रयोग, मान प्रतिष्ठा आदि । **२. सानोबाट ठूलोसँग साट्न नचाहने :** क. सीप तथा क्षमताको कमीले गर्दा । ख. जहाँ जे-जस्तो अवस्थामा छ त्यहीं रमाउनाले र धेरै जिम्मेवारीको भार लिन नचाहेर ।

९. यदि खेलमा अवलोकनकर्ताहरू पनि छन् भने उनीहरूलाई अनुभवहरू समूहमा सुनाउन दिएर छलफल अगाडि बढाउन सकिन्छ ।

विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय :
करिब ४५ मिनेट

"भैलीनी आइन् आँगन,
छोरीको शिक्षाको अधिकार माग न,
हे औंसीको दिन
गाईतिहार भैलो ।

छोरीलाई शिक्षा दिन्छ जसले,
लक्ष्मीको साथ पाउँछ त्यसले
हे औंसीको दिन
गाईतिहार भैलो ।

जहाँ हुन्छन् छोरीहरू शिक्षित
त्यो घर हुन्छ झिलमिल
हे औंसीको दिन
गाईतिहार भैलो ।

जुन घरमा छोरीको सम्मान
त्यही घरमा लक्ष्मीको आगमन
हे औंसीको दिन..... ।

आदि ।

विधिको क्रममा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

तासको सङ्ख्या मिलाउनुको तर्क सहजकर्ताले बुझ्नु अत्यावश्यक हुन्छ, जसको कारणले खेलको प्रभावकारिता बढ्छ । राजा-रानी एक/एक जना मात्र हुने भएकोले एउटा/एउटा मात्रै पत्ती राखिएको हो । त्यस्तैगरी, गुलाम र दहल राजारानीको नजिकैका कर्मचारी हुने भएकाले दुई/दुईवटा राख्ने । नहलदेखि छक्कालाई मध्यमवर्गीय कर्मचारी, प्रशासनका मानिस तथा प्रहरीको उपमा मानेर तीन/तीनवटा र पञ्जादेखि एक्कासम्मलाई कामदार, मजदुर, किसानसँग तुलना गरेर उनीहरूको सङ्ख्या धेरै हुने कारणले एउटा पनि पत्ती ननिकालिएको हो ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२४. देउसी भैली कार्यक्रम

क्रियाकलापको परिचय

नेपाली समाजमा परापूर्व कालदेखि तिहारमा देउसी भैली खेल्ने चलन छ। यही हाम्रो सांस्कृतिक परम्परालाई बालबालिकासँगको विधिका रूपमा प्रयोग गरी कुनै विषयमा छलफल गर्न सकिन्छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालक्लब, समुदाय तथा विद्यालय जुनसुकै ठाउँमा पनि यसलाई प्रयोग गर्न सकिन्छ । देउसी भैलीको लयमा बालबालिकासँग सम्बन्धित विषयमा गीत रचना गरेर कुनै खास विषयमा सचेतना अभिवृद्धि गर्न सघाउ पुऱ्याउनु नै यस विधिको उद्देश्य हो ।

आवश्यक सामग्री र तयारी

वाद्यवादनका सामानहरू

क्रियाकलाप सञ्चालनको प्रक्रिया

१. उपस्थित बालबालिकासँग समुदायमा बालबालिकासँग सम्बन्धित सवालहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् । यसमा उनीहरूसँग घरपरिवार, विद्यालय, समुदायमा रहँदा अनुभव गरिएका सकारात्मक तथा नकारात्मक अनुभवहरू के के हुन् भनी छलफल चलाउँदा सजिलो हुन्छ ।
२. छलफलमा उठेका मुख्य मुख्य कुराहरूको बुँदा टिप्ने/टिप्न लगाउनुहोस् ।
३. टिपिएका बुँदाहरूका आधारमा बालबालिकालाई देउसी भैलीको लयमा गीत रचना गर्न सघाउनुहोस् । जस्तै :
४. यस्तै किसिमको लयमा गीत तयार गरेपछि बालबालिकालाई तिहारको अवसरमा देउसी भैली गाए जसरी नै गीत गाउन अभ्यास गराउनुहोस् । र, यसरी बालबालिका वा वयस्कहरूमाझ कुनै पनि सवालहरूमा सचेतना फैलाउन सकिन्छ भनेर बताइदिनुहोस् ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब एक घण्टा

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यस विधिको प्रयोग मुख्यतयाः तिहारको अवसरमा लक्ष्मी पूजा तथा गोरू पूजाको दिन गर्दा बढी सान्दर्भिक रहन्छ । गीत रचना तथा गाउन इच्छुक बालबालिकालाई छनौट गर्नुपर्दछ । गीतका शब्दहरू समुदायका बालबालिकासँग सम्बन्धित सवालहरूमा भए बढी सान्दर्भिक रहन्छ ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२५. टीका खेल[47]

विधिको परिचय

नेपाली समाजमा अझै भेदभाव विद्यमान छ । विभिन्न आधारमा र विभिन्न व्यक्तिबीच भेदभाव हुने गर्दछ ।बालबालिका पनि यस्ता विभिन्न प्रकारका भेदभावबाट पीडित भएका पाइन्छन् । नेपाली समुदायमा बालबालिकाबीच जातीय, लैङ्गिक,

[47]सहभागिता प्रवर्द्धनका लागि सहभागितामूलक विधिहरूको सँगालो , बालसहभागिताका लागि कार्यरत संस्थाहरूको साझा समूह (कन्सोर्टियम-नेपाल), २०१० डिसेम्बर) पेज नं. ५३, 'टीका खेल' को (परिमार्जित रूप)

भौगोलिक तथा अन्य थुप्रै आधारमा भेदभाव हुने गर्दछ । यसको बारेमा बालबालिकाले बुझेर त्यसको विश्लेषण गर्नु अपरिहार्य हुन्छ । यसबाट उनीहरूमा त्यो भेदभावविरूद्ध लड्ने साहस त मिल्छ नै साथै अरू कसैलाई कुनै आधारमा भेदभावपूर्ण व्यवहार गर्न नहुने कुरा पनि सिक्दछन् । यही परिप्रेक्ष्यमा, यस विषयबारे सहभागीहरूलाई बुझाउन टीकाको प्रयोग गरी 'टीका खेल' खेलाउन सकिन्छ ।

विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यस खेललाई बालक्लबमा भएका बालबालिका, विद्यालयमा पढ्न तथा लेख्न नजान्ने बालबालिका, जटिल परिस्थितिमा रहेका बालबालिका, श्रमिक लगायत सबै खालका बालबालिका माझ प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस खेलबाट बालबालिकाले समाजमा जातीय आधारमा, लैङ्गिक आधारमा, सामाजिक स्तर वा हैसियतका आधारमा कस्तो खालको भेदभाव गरिन्छ भन्ने थाहा पाउनेछन् । यस खेलबाट बालबालिकाले भेदभावबारे आत्मानुभूति गरी अरूमाथि भेदभाव गर्न नहुने कुरा बुझ्न सक्नेछन् ।

आवश्यक सामग्री

ठूला आकारका तीन रङ्गका (रातो, हरियो र कालो) टीका

विधि सञ्चालन गर्ने प्रक्रियाहरू

१. सहभागी सबै बालबालिकालाई गोलाकारमा उभिन लगाउनुहोस् र खेलको नियमबारे सहभागीलाई जानकारी दिनुहोस् ।
२. यस खेलका लागि सबैभन्दा पहिले सहभागीले आँखा चिम्लिन लगाउनुहोस् । त्यसपछि सहजकर्ताले सहभागीलाई तीन रङ्गको टीकामध्ये एक/एकवटा टीका लगाइदिनुहोस् । कुनै पनि सहभागीले आफूलाई लगाइदिएको टीकाको रङ्गबारे थाहा पाउनुहुँदैन ।
३. सबैलाई टीका लगाइ सकेपछि आँखा खोल्नका लागि भन्नुहोस् र त्यसपछि सबै सहभागी समूहमा घुलमिल भई देहाय अनुसारका व्यवहार गर्न लगाउनुहोस् । (तर कुनै पनि सहभागीले सहजकर्ताको निर्देशन बिना टीका निकालेर हेर्न मनाही गरिनेछ ।)
   क) रातो रङ्गको टीका लगाएको साथीलाई देख्ने वित्तिकै विनम्र तरिकाले 'नमस्ते गर्ने र मीठो भाषामा हजुर आरामै हुनुहुन्छ' भन्न लगाउनुहोस् ।
   ख) हरियो रङ्गको टीका लगाएको साथीलाई देख्दा सामान्य हिसाबले 'नमस्ते के छ ?' भनेर सोध्न लगाउनुहोस्, र
   ग) कालो रङ्गको टीका लगाएको साथीलाई भेट्दा वास्ता नगर्ने र देख्न नचाहेको जस्तो व्यवहार गर्न लगाउनुहोस् ।
४. यस खेलको नियम पालना गर्न मञ्जुर भए वा नभएको सुनिश्चित गर्न सहजकर्ताले सबैको सहमति लिनुहोस् र सबैले सावधानीपूर्वक नियमको पालना गर्नेबारे सहजकर्तालाई विश्वस्त गराउनुपर्दछ । करिब पाँच मिनेटजति खेल खेलिसकेपछि पुनः सहभागीहरूको टिकाको रङ्ग र भूमिका परिवर्तन गरी फेरि एकपल्ट खेल खेलाउनुहोस् ।
५. अब सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई पुनः एकपटक आँखा बन्द गर्न लगाउनुहोस् । सबै सहभागीले आँखा राम्रोसँग बन्द गरेपछि सहजकर्ताले सबैको निधारमा कोहीलाई रातो, कोहीलाई हरियो, कोहीलाई कालो रङ्गको टीका लगाइदिनुहोस् । यसो गर्दा पहिले परिसकेको टीका पुनः एकैजनालाई नपरोस् त्यस कुरामा सहजकर्ताले विशेष ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।
६. टीका लगाइ सकिएपछि बालबालिकालाई आँखा खोल्न लगाउनुहोस् र खेलको नियम बमोजिमको क्रियाकलाप पुनः एकपटक गर्न लगाउनुहोस् ।
७. केही समय खेल खेलेपछि सबै सहभागीलाई आ-आफ्नो स्थानमा गोलाकार भएर बस्न लगाउनुहोस् र आफ्नो स्थानमा बसेपछि सहभागीलाई आफ्नो निधारको टीका निकालेर कस्तो रङ्गको रहेछ भनी हेर्न लगाउनुहोस् ।
८. तत्पश्चात रातो रङ्गको टीका लगाउने बालबालिकालाई साथीहरूले कस्तो व्यवहार गरे भनेर अनुभवहरू आदानप्रदान गर्न लगाउनुहोस् । (सामान्यतयाः रातो रङ्गको टीका लगाउने सहभागीहरूले सुखद वा राम्रो अनुभव भएको सुनाउँछन् ।)
९. रातो रङ्गको टीका लगाएका सहभागीको अनुभवपछि हरियो रङ्गको टीका लगाउने बालबालिकालाई अनि त्यसैगरी कालो रङ्गको टीका लगाउने बालबालिकाहरूलाई आफ्नो अनुभव सुनाउन लगाउनुहोस् ।
१०. यी सबै अनुभवहरूलाई सहजकर्ताले छुट्टाछुट्टै रूपमा टिप्नुहोस् । अनि टिपिएको बुँदाको आधारमा सहजकर्ताले हाम्रो समाजमा जातीय, लैङ्गिक, भौगोलिक, सामाजिक आधारमा विद्यमान भेदभाव भोग्ने व्यक्ति वा बालबालिकाले कस्तो अनुभव गर्दा रहेछन् भनेर छलफल गर्नहोस् । छलफलमा सहभागीलाई विचार अभिव्यक्त गर्न अवसर दिनुपर्दछ ।

विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

करिब ३० मिनेट

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू :
टीका लगाइदिंदा वास्तविक जीवनमा जातीय वा लैङ्गिक आधारमा पछाडि परेका वा पारिएका बालबालिकालाई कालोभन्दा रातो टीका लगाइ दिनुपर्दछ। अर्थात् यस क्रियाकलापले कसैलाई पनि पीडा नहोस् भन्ने कुरामा विशेष ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ। साथै शारीरिक अपाङ्गता भएका वा हिँड्डुल गर्न गाह्रो हुने बालबालिका भएको अवस्थामा उनीहरूलाई अनुकूल हुने वातावरण सिर्जना गर्न सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ।

***

२६. वादविवाद कार्यक्रम (Debate Programme)

क्रियाकलापको परिचय
सामान्यतयाः सबै विद्यालयहरूमा वादविवाद प्रतियोगिता आयोजना भई नै रहन्छ। वादविवादमा जुन पक्षबाट सबैभन्दा बढी तर्कहरू पेश गरिन्छन्, त्यो पक्ष अनि विचारको जीत हुन्छ। वादविवादलाई यहाँ विधिको रूपमा कुनै निश्चित विषयमा छलफल गर्ने र विचारको मन्थन गर्ने विधिको रूपमा प्रयोग गर्ने गरी प्रस्तुत गरिएको छ।

क्रियाकलाप प्रयोगको क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
बालसहभागिताको आफैमा एउटा सशक्त माध्यम बनेको वादविवादलाई बालबालिकासँग सम्बन्धित मुद्दाहरूलाई उठाएर त्यस विषयमा तर्कहरू प्रस्तुत गरी विषयलाई प्रभावकारी बनाउने गरी प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ। यसबाट न केवल बालबालिकाको बोल्ने वा तर्क गर्ने सीपको विकास हुन्छ, अझ उनीहरूमा विचार मन्थन र प्रस्फुटनको सीपको पनि विकास हुन्छ। मुख्यतयाः यो विधिले बालबालिकालाई आफूसँग सम्बन्धित मुद्दाहरूको पहिचान गर्न तथा त्यसमा पैरवी गर्ने सीपको विकास हुन्छ।

आवश्यक सामग्री र तयारी
समूहमा टिपोटका लागि आवश्यक सामग्री जस्तै- कापी, कलम

क्रियाकलाप सञ्चालन प्रक्रियाहरू
'वादविवाद' यस विधिका प्रक्रियाहरू निम्नानुसार छन् :

१. शिक्षक वा सहजकर्ताले बालसहभागितासँग सम्बन्धित विवाद गर्न लायक तथा पक्ष र विपक्षमा तर्क गर्न मिल्ने विषयको छनौट गर्नुहोस्। (उदाहरणका लागि विषयः बालबालिकासँग सरोकारका विषयमा उनीहरूको सहभागिता हुनुपर्दछ।)
२. त्यसपछि सहभागीहरूलाई दुई समूहमा बाँड्नुहोस्। यसरी सहभागीहरूलाई समूहमा विभाजन गर्दा विषयको पक्ष वा विपक्षमध्ये कुनमा बस्ने भन्ने सहभागीको इच्छा बुझ्न सकिन्छ।
३. यसपछि सहजकर्ताले तोकिएको विषयमा पक्ष र विपक्षमा रहेका सदस्यहरूका तर्कहरू आलोपालो गर्दै राख्नका लागि अवसर दिनुहोस्छन्।
४. कुन समूहले पहिला सुरू गर्ने भन्ने सम्बन्धमा सहमतिमा पुग्ने वा गोलाप्रथा वा सिक्का माथि फालेर पनि गर्नुहोस्।
५. शिक्षक शिक्षिकाले सहभागीहरूलाई तर्क प्रस्तुत गर्दा विषय केन्द्रित भएर सशक्त रूपमा राख्न भन्नुहोस्।
६. सहभागीहरूको विषयमा बढीभन्दा बढी गहन विचार ल्याउनका लागि प्रोत्साहन स्वरूप पुरस्कारको व्यवस्था गर्न पनि सकिन्छ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
करिब एक घण्टा

क्रियाकलापको क्रममा शिक्षक शिक्षिकाले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
वाद-विवादको विषय चयन गर्ने क्रममा छानिएको विषयमा पक्ष र विपक्ष दुवैतिरबाट धेरैभन्दा धेरै तर्क गर्न मिल्छ, त्यो कुरामा शिक्षक वा सहजकर्ता विशेष ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ। यसको साथै वाद-विवादको क्रममा दुवै पक्षबाट कुनै वर्ग, भाषा, धर्म, जाति, समुदाय वा अन्य कसैलाई साथै विपक्षलाई व्यक्तिगत आक्षेप लाग्ने धारणाहरू प्रस्तुत नहोऊन्, त्यसको पनि विशेष ध्यान दिन जरूरी हुन्छ। बालबालिकाले तर्क प्रस्तुत गर्दा सबैले आफ्नो विचार र अभिव्यक्तिको लागि समान अवसर पाउने कुरामा पनि शिक्षक वा सहजकर्ताले ध्यान दिन जरूरी हुन्छ। सहजकर्ता वा सहयोगीले वाद-विवादका क्रममा

अभिव्यक्त भएका महत्वपूर्ण बुँदाहरूलाई टिपोट गर्नुपर्दछ । वाद-विवादमा पक्ष र विपक्षका सबै सहभागीहरूले आफ्नो प्रस्तुति सकिसकेपछि सहजकर्ताले आफ्नो टिपोटमा भएका बुँदाहरू प्रस्तुत गरी विषयमा थप छलफल चलाउनेछन् ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२७. भित्तेपत्रिका प्रकाशन (Publishing Wall Magazine)

विधिको परिचय

भित्ते-पत्रिका बाल पत्रकारिताको साथसाथै बालसहभागितको लागि पनि उपयोगी क्रियाकलाप हुन सक्दछ ।बाल भित्ते-पत्रिकाको माध्यमबाट बालबालिकाले सामाजिक समस्याहरू उजागर गरी समाजमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन सघाउन सक्दछन् । बाल भित्ते-पत्रिकाको प्रकाशन बालप्रतिभा प्रस्फुटन गर्न र सामाजिक विकासका लागि प्रभावकारी र मितव्ययी तरिका हो । तसर्थ, यो अभियानलाई प्रवर्द्धन गर्ने तथा यसको माध्यमबाट बालसहभागिता बढाउन मद्दत गर्ने अभिप्रायले यो क्रियाकलापलाई यस पुस्तकमा सँगालिएको हो ।

विधिको प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिकाको उपस्थिति हुने कुनै पनि ठाउँ वा परिवेशमा बालभित्ते-पत्रिका प्रकाशन गर्न सकिन्छ । त्यस्तो ठाउँहरूमा विद्यालय, विद्यालयस्तरको बालक्लब र समुदाय वा समुदायस्तरको बालक्लब हुन सक्दछ । साथै कुनै तालिम वा बालभेलाको अवसर पारेर पनि बालभित्ते-पत्रिका प्रकाशन गर्न सकिन्छ । बालभित्ते-पत्रिका प्रकाशन गर्नुको मुख्य उद्देश्य भनेको सञ्चारमा बालबालिकाको सहभागिता सुनिश्चित गर्नु हो । साथै यसका अन्य उद्देश्यहरूमा-- १) बालबालिकाको पत्रकारिता प्रति जानकारी र लगाव बढाउने, २) बालबालिकाको सिर्जनात्मक लेखनसम्बन्धी प्रतिभा प्रस्फुटन र प्रस्तुत गर्ने, ३) समाजका समकालीन समस्याहरू उजागर गरी ती समस्याहरूतर्फ सम्बन्धित पक्षको ध्यानाकर्षण गरी निराकरणको लागि कदम चाल्न अभिप्रेरित गर्ने नै हो । माथि भनिए झैं बालभित्ते-पत्रिका प्रकाशन बालसहभागिता प्रवर्द्धन गर्ने क्रियाकलाप पनि हो ।

आवश्यक सामग्री

१) चार्टपेपर, २) ३० से.मी वा त्योभन्दा लामो स्केल, ३) लेख्नका लागि कलम, सिसाकलम तथा रङ्गीन स्केच पेन, ४) आवश्यकताअनुसार चित्रहरू रङ्गाउनका लागि पेन्सिल कलर वा क्रेयोन आदि ।

भित्ते-पत्रिका प्रकाशनका प्रक्रियाहरू

बाल भित्ते-पत्रिका प्रकाशनको प्रक्रियाको सुरूमा सर्वसम्मतिले भित्ते-पत्रिकाको नाम चयन गर्नुपर्दछ । बाल भित्ते-पत्रिका प्रकाशनको क्रियाकलाप समूहका हरेक सदस्यले आ-आफ्नो रूचि र क्षमता अनुसार जिम्मेवारी लिनुपर्दछ । जिम्मेवारी यसप्रकार बाँड्न सकिन्छ-

- समाचार वा प्रकाशन सामग्री सङ्कलक/रिपोर्टर- बालबालिकाका सिर्जनात्मक लेखहरू जस्तै- कथा, कविता, चुटकिला, जानकारी, जीवनी, सामान्य ज्ञान, निबन्ध इत्यादि सङ्कलन गर्नुका साथै समसामयिक खबरहरूको रिपोर्टिंग गर्ने अनि अन्तर्वार्ता लिने ।
- सम्पादक- प्राप्त लेखरचनाहरूको सम्पादन, सिर्जनात्मक लेखहरू लेख्ने र समसामयिक खबरहरूलाई समाचारका रूपमा लेखन गर्ने ।
- प्रतियोगिता संयोजक- भित्तेपत्रिकाको आकर्षण बढाउनका लागि विविध प्रतियोगिताहरू जस्तै कोठेपद, सूडोकु, अङ्कजाल, शब्दजाल, फरक छुट्याऊ इत्यादिको तयारी गर्ने ।
- भित्तेपत्रिका लेखक- भित्ते-पत्रिकाको आलेख तयार गरी तय भएका सामग्रीलाई सुन्दर हस्तलेखनका साथ भित्ते-पत्रिका प्रकाशनका लागि चार्ट पेपरमा लेखन गर्ने ।
- चित्रकार/डिजायनर- आवश्यकता अनुसार लेख रचना वा अन्य सामग्रीहरूको बीचमा उपयुक्त चित्रहरू कोरी भित्ते-पत्रिकाको सजावट गर्ने ।

उपयुक्त किसिमबाट जिम्मेवारीहरू बाँडफाँड गरिसकेपछि भित्ते-पत्रिकाको प्रकाशनको लागि देहायका प्रक्रिया अपनाउन सकिन्छ :

१. बालबालिकाका सिर्जनात्मक लेखरचनाहरूको सङ्कलन गर्ने र समसामयिक खबरहरूको रिपोर्टिङ्ग गर्ने ।
२. प्राप्त लेखरचनाहरू सम्पादन गर्ने, आवश्यकता अनुसार सिर्जनात्मक लेखहरू लेख्ने र समसामयिक खबरहरूको समाचार

बनाई कागतमा उतार्ने ।

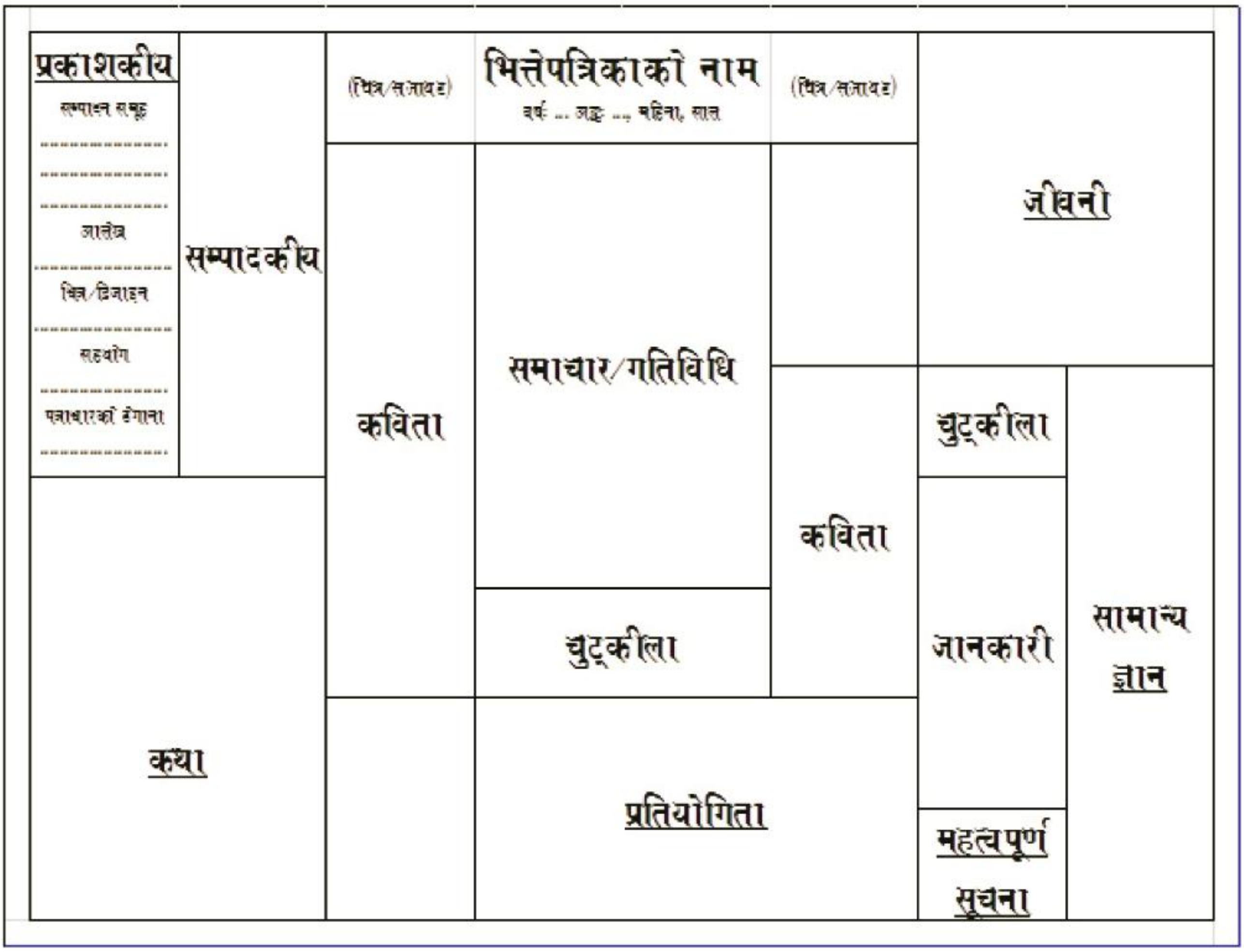
३. भित्ते-पत्रिकामा राख्नको लागि विविध प्रतियोगिताहरू जस्तै कोठेपद, सूडोकु, अङ्कजाल, फरक छुट्याऊ इत्यादि तयार गर्ने ।

४. भित्ते-पत्रिकाको आलेख वा ढाँचा तयार गर्ने र कागतमा लेखिएका सम्पूर्ण लेख रचना वा सामग्रीहरूलाई भित्ते-पत्रिकाको तोकिएको स्थानमा उतार्ने ।

५. आवश्यकताअनुसार लेखरचना वा अन्य सामग्रीहरूको बीचमा उपयुक्त चित्रहरू कोर्ने र भित्ते-पत्रिकाको सजावट गरी भित्ते-पत्रिकाको कार्यलाई पूर्णता दिनुहोस् ।

भित्ते-पत्रिकाको आलेख तयार गर्ने तरिका

भित्ते-पत्रिका प्रकाशन आफैमा एउटा सिर्जनशील प्रक्रिया हो । तसर्थ भित्ते-पत्रिकाको आलेख बालबालिकाले आफ्नै ढङ्गले तय गर्न सकिन्छ, यसै हुनुपर्दछ भन्ने केही छैन । यद्यपि केही सामग्रीहरूले भित्ते-पत्रिकामा उचित स्थान पाउन जरूरी छ । साधारणतयाः भित्ते-पत्रिकाको आलेख वा ढाँचा तयार गर्दा चार्ट पेपरमा चारैतिर कम्तीमा २.५ से.मी. बराबरको बोर्डर बनाउनुपर्दछ। त्यसपछि बचेको भागलाई चौडा पट्टिबाट नापेर बराबर नापको आठवटा लहर (Column) मा बाँड्नु पर्दछ। दुवैतिरबाट दुई-दुई लहर छोडि सकेपछि बीचको चार लहरको माथिल्लो भागमा भित्ते-पत्रिकाको नाम साथै सजावट गर्न ठाउँ छोड्नु पर्दछ। त्यसका साथै प्रकाशकको जानकारी (प्रकाशकीय) र सम्पादकीयलाई उचित स्थान दिनुपर्दछ। त्यसपछि क्रमशः सिर्जनात्मक लेखहरू, समाचार, जानकारी, सूचना, प्रतियोगिता, आदिलाई भित्तेपत्रिकामा उतार्दै जान सकिन्छ। थप जानकारीको लागि एउटा नमुना आलेख/ढाँचा तल प्रस्तुत गरिएको छ ।



विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय

भित्ते-पत्रिका प्रकाशन एउटा निरन्तर प्रक्रिया हो । बालबालिकाले आफूलाई अनुकूल हुने गरी भित्ते-पत्रिका प्रकाशन गर्ने निश्चित समय तोक्न सक्दछन् । साधारणतया मासिक रूपमा भित्ते-पत्रिका प्रकाशन गर्नु समय र उपयुक्तताको हिसाबले

सबैभन्दा प्रभावकारी हुन्छ । यद्यपि एउटा भित्ते-पत्रिका प्रकाशन गर्न बालबालिकाको एउटा समूहलाई दुई घण्टाको समय लाग्न सक्दछ (यसमा लेखरचना तथा सामग्री सङ्कलन गर्दा लाग्ने समयको हिसाब गरिएको छैन) ।

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

भित्ते-पत्रिका प्रकाशन बालसहभागिताको लागि मात्र नभई बालबालिकाको प्रकाशनसम्बन्धी सीप विकास गर्ने एउटा अवसर पनि हो । तसर्थ यस प्रक्रियामा सहजकर्ताको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । बालबालिकालाई पत्रकारिताको सामान्य जानकारी दिने देखि लिएर बालबालिकालाई सिर्जनात्मक लेखरचना लेख्न सिकाउने, प्रोत्साहित गर्ने काम पनि सहजकर्ताको हो । साथै भित्ते-पत्रिकाको प्राविधिक ज्ञान दिने जिम्मेवारी पनि सहजकर्ताकै रहन्छ । सीप सिकाइको जिम्मेवारी त एकचोटी तालिम दिएपछि पूरा हुन सक्दछ, तर हरेक महिनामा भित्ते-पत्रिका प्रकाशन गर्दा भने सहजकर्ताले सहयोगी वा अनुगमनकर्ताको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्दछ । विशेषतः भित्ते-पत्रिकामा लेखिने सामग्रीहरू कसैलाई व्यक्तिगत आक्षेप लाग्ने वा कसैको अधिकार हनन गर्ने खालको हुनुहुँदैन । सहजकर्ताले यसमा विशेष ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ । साथै भित्ते-पत्रिकामा लेखिने सामग्रीहरू सत्य र तथ्यपरक हुन् भन्ने कुरामा पनि विशेष ध्यान दिन जरूरी छ । अनि प्रकाशनको प्रक्रियामा हरेक बालबालिकाले समान अवसर पाएका छन् भन्ने कुराको पनि हेक्का राख्नुपर्दछ ।

भित्ते-पत्रिका प्रकाशनसम्बन्धी तालिम दिंदा र हरेक महिना भित्ते-पत्रिका प्रकाशनको समयमा भएका महत्वपूर्ण छलफल तथा बालबालिकाको सुझावहरूलाई टिपोट गर्नुपर्दछ । यसो गर्नाले भित्ते-पत्रिका प्रकाशनमा सकारात्मक सुधार गर्न र पछि यस्तै प्रक्रियामा बालबालिकालाई सहयोग गर्न मदत पुग्दछ ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२८. पर्खालमा इँटा (Bricks in the Wall)

विधिको परिचय

नेपाली समाजको सस्कृति र संरचनाहरूमा नै हाम्रा थुप्रै समस्याहरू जकडिएर रहेका छन् । यस कारणले अधिकांश समयमा कुनै पनि समस्याको बारेमा स्पष्ट रूपमा बोल्न समेत धेरै गाह्रो हुन्छ । तसर्थ यस 'पर्खालमा इँटा' क्रियाकलापमा सबै बालबालिका एकजुट भएर आफ्नो समाजमा भएका समस्याहरूको बारेमा कुनै सङ्कोच, डर र लाज नमानी खुलस्त रूपमा चर्चा गर्नेछन् र साथसाथै समस्याको निराकरणका उपाय पनि समूहमा छलफल गरेर पत्ता लगाउनेछन् । उनीहरूले आफ्नो समाजमा विद्यमान समस्याहरूको एउटा पर्खाल तयार गर्नेछन् र एक/एक गर्दै हरेक समस्याहरूको विस्तृतमा छलफल गर्दै जानेछन् । समग्रमा यो क्रियाकलाप कुनै पनि विषयमा आफ्ना समस्याहरू प्रस्तुत गर्ने, सामना गर्ने र त्यसलाई न्यूनीकरण गर्न सघाउने प्रक्रिया हो ।

विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

'पर्खालमा इँटा' यो क्रियाकलापको पहिलो चरणमा बालबालिकाद्वारा आफ्नो समाजमा विद्यमान समस्याहरू केलाउँदै हरेक समस्याहरू जोड्दै समस्याहरूको एउटा पर्खाल निर्माण गर्नेछन् र दोस्रो चरणमा हरेक समस्याको निराकरणका उपायहरूमा वृहत् छलफल गरी निर्क्यौलमा पुग्नेछन् र एक/एक समस्या रूपी इँटालाई पर्खालबाट फोड्दै अन्त्यमा समस्याको पर्खाल पूरै नै भत्काउनेछन् । आफ्नो समाजको समस्याको बारेमा छलफल गरी आफ्नो सहभागिता जनाउने यो एउटा अर्थपूर्ण प्रक्रिया समेत हो ।

आवश्यक सामग्री

रङ्गीन मेटाकार्ड, मार्कर र मास्किङ्ग टेप

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

१. सबै सहभागी बालबालिकालाई क्रियाकलापको परिचय दिनुहोस् र छलफलको सहजताका लागि सहभागी बालबालिकालाई उमेर-समूहको आधारमा ४-५ जनाको समूहहरूमा विभाजन गर्नुहोस् र हरेक समूहलाई उपलब्ध मेटाकार्डको रङ्गअनुसार नामाकरण गर्नुहोस् । यसका साथै आफ्ना मनमा लागेका कुराहरू र विचार निडर भई स्पष्टताका साथ प्रस्तुत गर्न पनि प्रेरणा दिनुहोस् ।
२. त्यसपछि सबै सहभागीहरूलाई आ-आफ्नो समूहमा छलफल गर्न लगाउने र विद्यमान समस्याहरूको बारेमा मस्तिष्क मन्थन गर्न लगाउनुहोस् । हरेक समूहले आफूलाई लागेका समस्याहरू आ-आफ्नो रङ्गको मेटाकार्डमा एक/एक गरी लेख्नेछन् ।

३. समूहगत छलफल समाप्त भइसकेपछि सबै समूहहरू एकै ठाउँमा जम्मा भई छलफल सुरू गर्नेछन् । हरेक समूहले एक/एक गर्दै आफूले लेखेका समस्या सुनाउँदै जानेछन् र ती समस्याहरूप्रति आफ्ना विचारहरू पनि प्रस्तुत गर्दै जानेछन् । यसरी छलफलमा आएका हरेक समस्यारूपी मेटाकार्डहरू लेखेर सबैले देख्ने गरी भित्तामा इँटाको गारो लगाए जसरी टाँस्न सुरू गर्नुहोस् । समस्या लेखिएको हरेक मेटाकार्डले पर्खालको एक/एक इँटाको प्रतिरूप लिन्छन् र त्यो इँगित गर्नको लागि मेटाकार्डहरू त्यसरी नै क्रमबद्ध ढङ्गमा टाँसिनु पर्दछ जसरी पर्खालमा इँटाहरू लगाइन्छन् ।
४. समस्याहरूको पर्खाल पूर्ण भइसकेपछि बालबालिकालाई आएका सबै समस्याहरू मध्ये सबैभन्दा जटिल समस्याहरू पनि पहिचान गर्न लगाउनुहोस् ।
५. त्यसपछि क्रियाकलापको दोस्रो चरणमा समस्या रूपी पर्खाल भत्काउने कार्य हुनेछ । त्यसको लागि हरेक समस्यालाई एक/एक गर्दै लिएर तिनीहरूको निराकरणका उपायहरूको बारेमा छलफल हुनेछ । साथै ती समस्याहरूको सामना गर्नको लागि बालबालिका, वयस्क तथा सरोकारवालाहरूको के-के भूमिका तथा जिम्मेवारी हुन सक्दछन्, सो को बारे पनि छलफल गर्ने । यसरी छलफल गर्दै जाँदा जुन चरमसीमामा सबै सहभागी बालबालिका एकअर्कालाई त्यो समस्या निराकरण हुन सक्दछ भन्ने कुरामा विश्वस्त तुल्याउन सक्दछन्, त्यही बेलामा मात्रै त्यो समस्या रूपी 'इँटा'लाई पर्खालबाट निकाल्न सकिन्छ ।
६. जब भित्तामा टाँसिएका सबै समस्या रुपि मेटाकार्डहरू भित्ताबाट उतारिन्छन्, तब सबै बालबालिकाले एक-अर्कालाई यसको लागि बधाइ साथसाथै स्याबासी दिनुहोस् र ताली बजाएर छलफलको अन्त्य गर्न लगाउनुहोस् ।

विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय
३० देखि ४५ मिनेट

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
यो क्रियाकलापको क्रममा बालबालिकालाई निरन्तर रूपमा प्रोत्साहित गरिरहनु अत्यावश्यक हुन्छ, ता कि उनीहरू आफ्ना विचारहरू खुलस्त रूपमा राख्न सकून् । यसको साथसाथै हरेक समस्याहरू अलग-अलग मेटाकार्डमा लेखिएको छ भन्ने कुराको हेक्का पनि सहजकर्ताले राख्नुपर्दछ अनि भित्तामा मेटाकार्डहरू टाँस्दा वास्तविक इँटा जस्तो देखिने गरी आकर्षक रूपमा टाँस्नुपर्दछ, जसको कारणले क्रियाकलापको प्रभावकारिता बढाउन थप योगदान मिल्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

२९. छोराछोरी तथा आमाबाबुले एकअर्काबाट राख्ने अपेक्षाहरू (Expectations of Parents and Children to each Other)[48]

क्रियाकलापको परिचय
बालबालिका/किशोरकिशोरी प्रति वयस्कका दृष्टिकोण र आशाहरूले उनीहरूको जीवनपद्धति र विकासलाई प्रभावित गर्दछ । अभिभावक र छोरीछोरी (बालबालिका/किशोरकिशोरी) बीच घरायसी निर्णय प्रक्रिया लगायत अन्य गतिविधिहरूका सन्दर्भमा धेरैजसो अवस्थामा द्वन्द्व सिर्जना भइरहेको पाइन्छ । यसो हुनुको मुख्य कारण भनेको एक अर्काले राखेका अपेक्षाहरू फरक पर्नु नै हो । यो क्रियाकलापमार्फत सहभागी बालबालिका/किशोरकिशोरीले आफूहरूले बाबुआमा/अभिभावकसँग राखेका अपेक्षाहरू र बाबुआमा/अभिभावकले आफूहरूबाट राख्न सक्ने अपेक्षाहरू पत्ता लगाउन सक्दछन् । यसले गर्दा माथि भनिएको जस्तो आपसी द्वन्द्व कम भई घरपरिवारको वातावरण सौहार्द्धपूर्ण बनाउन मद्दत पुग्दछ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
यो क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्य भनेको आमाबाबु/अभिभावक वा परिवारका सदस्यहरूले आफ्ना छोराछोरीबाट राखेका वा राख्नसक्ने अपेक्षाहरू र छोराछोरीले आमाबाबु/अभिभावकबाट राखेका वा राख्न सक्ने अपेक्षाहरू पत्ता लगाउन सहभागी बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई सघाउनु हो । यसो भएमा यिनीहरूबीचको सम्बन्ध सुधार हुन सक्दछ । परिणाम स्वरूप, घरपरिवार एवं अन्य ठाउँमा बालसहभागितालाई अर्थपूर्ण बनाउन मद्दत पुग्दछ ।

[48]नेपाल स्वास्थ्यको लागि पानी (नेवा), बालबालिका तथा किशोरकिशोरीका लागि लैंगिक तथा सामाजिक समावेशीकरणसम्बन्धी तालिम सहयोगी पुस्तिका, काठमाडौं, पृ १९-२० को आधारमा तयार गरिएको हो ।

आवश्यक सामग्री
न्युजप्रिन्ट पेपर, मार्कर वा कापी र कलम ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

१. बालबालिका⁄किशोरकिशोरीलाई यस क्रियाकलापको उद्देश्यबारे स्पष्ट पार्नुहोस् र उनीहरूलाई न्युजप्रिन्ट पेपर वा सेतो कागज र मार्कर वा कलम दिनुहोस् ।
२. अब, तलका प्रश्नहरूमा मस्तिष्क मन्थन (विचारविमर्श) गरी तिनको उत्तर खोज्न भन्नुहोस् -
   क) घरपरिवारमा छोराछोरीले आमाबाबु⁄अभिभावकबाट के-कस्ता अपेक्षाहरू राखेका हुन्छन् ?
   ख) घरपरिवारमा छोराछोरीबाट आमाबाबु⁄अभिभावकले के-कस्ता अपेक्षाहरू राखेका हुन्छन् ?
३. ठूलो साइजको कागज उपलब्ध भएमा उपयुक्त प्रश्नहरूको उत्तर निम्न ढाँचामा लेख्न लगाउन सकिन्छ :

छोराछोरीले आमाबाबु/अभिभावकबाट राखेका अपेक्षाहरू	छोराछोरीबाट आमाबाबु/अभिभावकले राखेका अपेक्षाहरू
१.	१.
२.	२.
३.	३.
४.	४.
५.	५.

४. यो क्रियाकलाप गरिसकेपछि घर गएर छोराछोरीबाट आमाबाबु⁄अभिभावकले राखेका अपेक्षाहरू आफ्ना आमाबाबु⁄अभिभावकसँग सोधेर समेत तालिकामा थप गर्न पाइने कुरा सहभागीहरूलाई बताइदिनुहोस् । यसले यो क्रियाकलापलाई अझै वास्तविकताको नजिक पुऱ्याउन सहयोग पुग्दछ, र त्यो जीवन्त हुन्छ ।
५. यो कार्य सम्पन्न भएपछि बालबालिका⁄किशोरकिशोरीलाई उक्त अपेक्षाहरू किन भिन्न-भिन्न भए त ? भनेर एकछिन सोच्न भन्नुहोस् र तलको प्रश्नमा छलफल गर्नुहोस् । अनि आएका जवाफहरूलाई बुँदागत रूपमा टिप्नुहोस् ।
   क) आमाबाबु⁄अभिभावकले छोराछोरीबाट राखेका अपेक्षाहरू पूरा गर्नको लागि बालबालिका⁄ किशोरकिशोरीले कसरी सहयोग गर्न सक्छन् ?
६. यस क्रियाकलापको अन्त्यमा बालबालिका⁄किशोरकिशोरीले गर्नसक्ने क्रियाकलापहरूको सूची र कहिलेसम्म गरिसक्ने भनी चार्ट पनि तयार गर्न पनि सकिन्छ ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
१ घण्टा ३० मिनेट

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
यो क्रियाकलाप गर्दा बालबालिका⁄किशोरकिशोरीले सुरूमा रमाइलो मानेपनि पछि अल्छी गर्न सक्दछन् । यसर्थ घरपरिवारका सदस्यहरू खासगरी बाबुआमा⁄अभिभावकको समेत सहयोग भयो भने क्रियाकलाप अझै रमाइलो र उपयोगी हुन्छ । साथै बालबालिका⁄किशोरकिशोरीको अपेक्षा पूरा गर्न आमाबुबा⁄अभिभावकले के-कस्तो सहयोग गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने बारेमा पनि छलफल गर्न सकिएमा त्यो अझै प्रभावकारी हुन्छ । यो क्रियाकलाप गर्दाका हरेक चरणमा सम्बन्धित बालक वा बालिकासँग छलफल गरी उसको मनमा आएका सोच विचारबारे छलफल गरी त्यसलाई टिपोट गर्नु अत्यन्तै उपयोगी हुन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३०. बज समूह छलफल विधि (Buzz Group Method)

विधिको परिचय
बज समूह छलफल विधि मार्फत २-३ जनाको समूहमा बसेर कुनै प्रश्नमा अथवा विषयवस्तुमा छोटो समयमा थुप्रै

विचारहरू निकाल्नका लागि यो विधि उपयुक्त छ । सानो समूहमा बसेर छलफल गर्दा गुनगुन गरेको आवाज आउने हुनाले यसलाई बज समूह छलफल विधि भनिन्छ ।

आवश्यक सामग्रीहरू
कागज, न्यूजप्रिन्ट पेपर, मार्कर, कलम, टेप आदि ।

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

१. कुन विषय अथवा प्रश्नमा छलफल गर्ने हो उक्त विषय अथवा प्रश्न छनौट गर्नुहोस् ।
२. विषयसँग सम्बन्धित सिकाइलाई बुँदागत रूपमा तयार गर्नुहोस् ।
३. छलफलका लागि प्रश्न अथवा विषय सहभागीहरू माझ राख्नुहोस् । प्रश्न वा विषय राख्दा सहभागीहरू सबैले बुझ्नेगरी राख्नुपर्दछ ।
४. प्रत्येक सहभागीलाई आफ्ना विचारहरू कागजमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
५. सहभागीहरूलाई २-३ जनाको समूहमा विभाजन गरी सामूहिक विचार लेख्न लगाउनुहोस् ।
६. १० देखि १५मिनेटको समय समूह छलफलका लागि दिनुपर्दछ ।
७. समूहमा एक अर्काबीच विचारहरूको छलफल गर्नुहोस् र सामूहिक सहमतिमा आउनुहोस् ।
८. सहजकर्ताले प्रत्येक समूहलाई अनुगमन गर्नुहोस् तथा सहभागीहरूलाई आफ्नो व्यक्तिगत विचार राख्न उत्प्रेरीत गर्नुहोस् ।
९. दिइएको समय सकिएपछि छलफललाई टुङ्ग्याउनुहोस् ।
१०. प्रत्येक समूहबाट एक पटकमा एउटा बुँदा भन्न लगाउनुहोस् ।
११. आएका बुँदाहरूलाई न्यूजप्रिन्ट पेपर वा बोर्डमा लेख्नुहोस् ।
१२. बुँदाहरू छलफल गर्नुहोस् र निष्कर्षमा पुग्नुहोस् ।

विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय
४० देखि ६० मिनेट ।

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनु पर्ने कुराहरू
यस विधिमा सहजकर्ताले एउटा मात्र विषय अथवा प्रश्नमा सहभागिहरूलाई छलफल गराउनुपर्दछ । प्रश्न वा विषय सबै सहभागिहरूले बुझ्ने किसिमको हुनुपर्दछ । सहजकर्ताले प्रत्येक सहभागीलाई आफ्ना विचारहरू राख्न सहयोग गर्नुपर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३१. कथा छलफल विधि

विधिको परिचय
कथा विधि छलफल मार्फत सहभागीहरूलाई आपत्कालीन अवस्थामा कसलाई प्राथमिकतामा राख्ने भन्ने छलफलका लागि यो विधि उपयुक्त हुन्छ । यस विधिमार्फत सहभागीहरूले जोखिमपूर्ण अवस्थामा बालबालिका, महिला तथा विशेष आवश्यकता भएका व्यक्तिहरू प्राथमिकतामा पर्दछन् भन्ने जानकारी दिन सहयोग गर्दछ ।

आवश्यक सामग्रीहरू
कागज, कलम, न्यूजप्रिन्ट पेपर ।

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

कथा तयार पार्नुहोस् । जस्तै: एउटा बस्तीमा पहिरो आउने स्रोत देखियो । त्यहाँका मानिसहरूलाई उद्धार गरेर कतै सुरक्षित ठाउँमा लानुपर्‍यो । तर उद्धार गरेर लाने हेलिकप्टरमा ७ जना व्यक्तिहरू मात्र जान मिल्ने अवस्था थियो । अब समूहमा छलफल गर्नुहोस् तपाईहरू कस-कसलाई जानको लागि प्राथमिकतामा राख्नुहुन्छ र किन ?

व्यक्तिहरू :

६	वर्षको बालिका
५०	वर्षको डाक्टर
१८	वर्षको पढाईमा उत्कृष्ट विद्यार्थी
३२	वर्षको शरणार्थी नर्स महिला
२२	वर्षको गर्भवती महिला
१९	वर्षको पढाईमा कमजोर विद्यार्थी
३४	वर्षको बेरोजगार वयस्क जसको वृद बुवाआमा तथा ३ नाबालक छोराछोरी छन्
७	वर्षको अपाङ्गता भएको बालक
४४	वर्षको शिक्षक
३७	वर्षको रोजगार वयस्क जसको श्रीमती गर्भवती छिन्
५१	वर्षको नेता
७०	वर्षको अवकाश प्राप्त वृद्ध

- सहभागीहरूको पाँचदेखि छजनाको समूह बनाउनुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई कथा लेखिएको कागज उपलब्ध गराउनुहोस् । सहजकर्ताले कथा पहिलानै तयार गरी कति वटा समूहलाई चाहिने हो फोटोकपी गरी तयार राख्नुपर्दछ ।
- सहभागीहरूमाझ प्रश्न प्रष्ट पानुहोस्, साथै अपेक्षा गरिएको कुरा समेत प्रष्ट रूपमा बताउनुहोस् ।
- छलफलका लागि ३० देखि ४० मिनेट उपलब्ध गराउनुपर्दछ ।
- दिइएको समय सकिएपछि छलफललाई टुङ्ग्याउनुहोस् ।
- प्रत्येक समूहलाई आफ्ना कुराहरू छोटकरीका भन्न लगाउनुहोस् ।
- आएका बुँदाहरूलाई न्यूजप्रिन्ट वा बोर्डमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- बुँदाहरू छलफल गर्नुहोस् र निष्कर्षमा पुग्नुहोस् ।

विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समय
करीब ६० मिनेट ।

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
सहजकर्ताले सहभागीहरूसँग छलफल गर्नुपूर्व कथा तयार गर्नुपर्दछ । समूहमा सबै सहभागीहरूको विचारहरू ल्याउनकालागि प्रोत्साहन गर्नुपर्दछ । सहभागीहरूलाई आफ्ना विचार दिन प्रोत्साहन गर्दा कुनै पनि विचारहरू गलत हुँदैनन् भन्ने कुरा सहजकर्ताले प्रष्ट्याउनु जरूरी हुन्छ । सहजकर्ताले समय व्यवस्थापनका समेत विशेष ध्यान पुऱ्याउनुपर्दछ ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३२. फालिएका सामानहरूको बाकस (Rubbish Box)[49]

विधिको परिचय
नेपाली समाजमा बालबालिकालाई काँचो माटोको रूपमा लिइन्छ । यसको कारण बालबालिकालाई बाल्यकालमा जे-जस्ता कुराहरू सिकाइयो या भनूँ जस्तो छाप पऱ्यो त्यसले उनीहरूको सामाजिकीकरण तथा व्यक्तित्व विकासमा धेरै योगदान पुऱ्याउँदछ । बालबालिकाहरूको सिर्जनात्मक विकास पनि यही उमेरमा हुने गर्दछ । तसर्थ उनीहरूको सिर्जनात्मक शक्ति

[49]साभार अभ्यास र खेलहरूको सँगालो, सन्तोष शर्मा, डा. नानीराम सुवेदी, केयर नेपाल, जून २००३, पेज नं. ५

विकास गर्ने खालका क्रियाकलापहरूमा उनीहरूलाई सहभागी गराइनुपर्दछ । यो क्रियाकलापमा बालबालिकाको सिर्जनात्मक अभिव्यक्ति बढाउनका लागि फालिएका सामानहरूको प्रयोग गरिन्छ र बालबालिकाले ती फालिएका सामानहरूबाट उनीहरूले नयाँ कुरा बनाउँदछन् ।

विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाक्लाप विद्यालय वा बालक्लब साथै कुनै तालिमको अवसरमा समेत आयोजना गर्न सकिन्छ । यो क्रियाकलापका उद्देश्यहरू यसप्रकार रहेका छन् :

१. क्रियाशील सोचाइको महत्वको व्याख्या गर्न ।
२. फालिएका वस्तुलाई पनि सिक्ने सिकाउने प्रक्रियामा प्रयोग गर्न ।
३. सामुहिक कार्यबाट उपलब्धि हुने कुराको महत्वमाथि छलफल गर्न ।

आवश्यक सामग्री

चारओटा एउटै साइजका बाकसहरू तयार गर्नुहोस् र निम्नानुसार सामग्रीहरू तयार गर्नुहोस् ।

बाकस नं. १

क्र.सं.	सामानको नाम	परिमाण
१.	बीचमा च्यातिएको कागज	१ पाना
२.	भाँच्चिएको सिसाकलम	१ ओटा
३.	पुरानो मार्कर कलम	१ ओटा
४.	साना साना ढुङ्गा	४ ओटा
५.	पुरानो अखबार कागत	१ पाना
६.	एकापट्टि लेखेको कागत	१ पाना
७.	काठका साना टुक्राहरू	४ ओटा
८.	फालिएका डोरीका टुक्राहरू	२ ओटा
९.	सलाईको खाली बट्टा	१ ओटा
१०.	कागज च्याप्ने काँटा	२ ओटा

बाकस नं. २

क्र.सं.	सामानको नाम	परिमाण
१.	बीचमा च्यातिएको एकातिर लेखेको कागत	१ पाना
२.	भाँचिएको सिसाकलम	१ ओटा
३.	पुरानो ब्लेड	१ ओटा
४.	साना साना गोल ढुङ्गा	२ ओटा
५.	आधा सकिएको सेलो टेप	१ ओटा
६.	कपडाका टुक्राहरू	केही
७.	बाँसका साना टुक्राहरू	३ ओटा
८.	रातो मार्कर कलम	१ ओटा
९.	कालो मार्कर कलम	१ ओटा
१०.	मसिनो धागो	१ रोल

बाकस नं. ३

क्र.सं.	सामानको नाम	परिमाण
१.	फालिएको पोलिथिन ब्याग	२ ओटा
२.	साना साना डोरीका टुक्राहरू	५-७ ओटा
३.	पेपरवेट आकारका ढुङ्गा	६ ओटा
४.	काठका डटपेन आकारका टुक्राहरू	२ ओटा
५.	चुरोटका (फालेका) खोल	४/५ ओटा
६.	साना ठूला फलामका काँटीहरू	५/६ ओटा
७.	काम नलाग्ने कागतका पानाहरू	२ पाना
८.	स-साना खाली सिसीहरू	२ ओटा
९.	साबुनका खाली खोल	१ ओटा
१०.	कागज च्याप्ने काँटा	२ ओटा

बाकस नं. ४

क्र.सं.	सामानको नाम	परिमाण
१.	राता, पहेंला, हरिया, रङ्गीबिरङ्गी कपडाका टुक्राहरू	८/१० ओटा
२.	सेतो र कालो धागो	२ रोल
३.	बाँसका २ इन्ची लामा टुक्राहरू	४ ओटा
४.	बाँसका ३ इन्ची लामा टुक्राहरू	४ ओटा
५.	सेतो कागत	२ पाना
६.	कालो मार्कर कलम	१ ओटा
७.	बाक्लो तर फालिएको कागत	केही
८.	च्याप्टा खालका साना ढुङ्गाहरू	३ ओटा
९.	नलेख्ने डटपेन	१ ओटा
१०.	चकलेटका (फालिएका) खोलहरू	केही

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

१. सबै सहभागीहरूलाई ६/६ जनाको समूहमा बाँड्नुहोस् । सबै समूहका लागि १/१ ओटा टेबुल र टेबुलको वरिपरि ६ ओटा कुर्सीमा सहभागीहरूलाई आ-आफ्ना समूहमा बसाउनुहोस् । यसरी बस्दा सबै सहभागीहरू कुर्सीमा बसेको हुनुपर्दछ । (यदि भुइँमा बसेर यो खेल खेल्नुपर्ने छ भने सोही अनुसार ६/६ जनाको समूहलाई गोलाकारमा बस्न लगाई यो खेल खेल्न सकिन्छ ।)

२. सहभागीहरूलाई खेलको नाम तथा उद्देश्यहरू बताउनुहोस् । यसो गर्दा खेलको मुख्य उद्देश्य 'आज हामी यी फोहरहरू प्रयोग गरेर केही अर्थपूर्ण र सुन्दर काम गर्न जाँदैछौं ।'

३. यसका साथसाथै प्रशिक्षकले सबै बाकसहरू देखाउँदै तलका नियमहरू सबै सहभागीहरूलाई प्रस्ट हुनेगरी बताउनुहोस् ।

- यो खेलको समय १५ मिनेटको हुनेछ ।
- खेल अवधिभर बोलेर सञ्चार (Verbal Communication)गर्न पाइनेछैन ।
- त्यही बाकसमा लेख्ने सामान भएमा लेखेर मात्र सञ्चार गर्न सकिन्छ, तर खल्तीबाट कलम झिकेर लेख्न पाइनेछैन ।
- बाकसमा भएका बाहेक अन्य सामग्रीहरू प्रयोग गर्न पाइनेछैन । बाकसलाई पनि सामग्रीको रूपमा प्रयोग गर्न सकिनेछैन ।
- बाकसमा भएका सामानहरूको अत्यधिक प्रयोग गरी कुनै पनि चीज सकेसम्म सुन्दर र अर्थपूर्ण बनाउनुपर्नेछ । धेरै चीज बनाएमा एउटा र अर्काको बीच सम्बन्ध देखिनुपर्दछ ।
- खेलको समय समाप्त भइसकेपछि प्रयोग नभएका सामानहरूबाकसमा राखी बाकसलाई खुल्ला नै राख्नुपर्नेछ ।

४. समय सकिएपछि खेल समाप्त भएको घोषणा गर्नुहोस् । बनाएका चीजहरूलाई नछोइकन राख्नुहोस्, प्रत्येक समूहको १/१ जना प्रस्तुतकर्ताको रूपमा त्यहीँ बस्ने र अरू सबै जना आफ्ना ठाउँमा कुर्सी लगेर बस्नुहुन भन्नुहोस् ।

५. प्रशिक्षक र पर्यवेक्षकहरू प्रत्येक समूहमा जानुहोस् र त्यहाँ बसेको प्रस्तुतकर्तालाई के बनाएको बताउन भन्नुहोस् । अरू सहभागीहरूलाई ध्यान दिएर सुन्न भन्नुहोस् ।

६. सबैजना समूहहरूमा गईसकेपछि सबैलाई आफ्ना ठाउँमा बस्न लगाउनुहोस्, तर बनाएका ती सामानहरूलाई यथावत नै राख्नुहोस् । यसबेला सबैले सबै सामान देख्नसक्ने खालको बसाइ भएमा धेरै राम्रो हुन्छ ।

७. सहजकर्ताले छलफलको क्रममा सबै सहभागीहरूलाई खेलको बारेमा निम्न प्रश्न सोधेर छलफल गर्न सक्दछन् ।

- खेल कस्तो लाग्यो ? खेलमा के के गर्‍यौं ?
- कसको भूमिका कस्तो रह्यो ? के बनाउने भन्ने निर्णय कसरी लिइयो ?
- यो खेलबाट के सिक्यौं ? सबैको भिन्न भिन्न क्षमतालाई कसरी प्रयोग गरियो ?
- यसमा धेरै नेतृत्व कसले लियो ?
- यसमा सिकेका कुरालाई कसरी र कहाँ प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

सहभागीहरूबाट विभिन्न प्रकारका उत्तरहरू आउन सक्दछन् र सहजकर्ताले सबै उत्तरहरूको प्रशंसा गर्नुहोस् । विस्तारै छलफललाई यो खेल खेलाउनुको उद्देश्यतर्फ लैजानुहोस् । सम्बन्धित विषयमा सबैका विचारहरूको कदर गर्दै निष्कर्षमा पुग्नुहोस् ।

८. छलफल समाप्त भइसकेपछि सहभागितामूलक मूल्याङ्कनद्वारा सबैभन्दा राम्रो बनाउने समूहलाई प्रोत्साहन स्वरूप सानो पुरस्कार दिएमा कक्षा अझै रमाइलो बनाउन सकिन्छ ।

विधि सञ्चालनका लागि लाग्ने अनुमानित समय

३० मिनेट

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनुपर्ने कुराहरू

यो खेललाई अनेक विषय वस्तुको छलफल रमाइलो ढङ्गबाट अगाडि बढाउनका लागि जोड्न सकिन्छ । मुख्य गरेर खेल खेलाउनुको उद्देश्यमा भर पर्दछ । यो खेल खेलाइसकेपछि यसलाई कसरी र के-के विषयमा जोड दिनका लागि व्याख्या गर्ने

भन्ने कुरा प्रशिक्षकले अग्रीम रूपमा तयारी गरि राख्नुपर्दछ । सहजकर्ताले मोटामोटी रूपमा निम्न विषयहरूमा ध्यान दिन अनि जोड दिन सक्दछः

- यस खेललाई सामुहिक प्रयास अर्थात Team Buildingसँग जोड्न सकिन्छ । जसरी राम्रो चीज बनाउनका लागि सबै जनाको प्रयास चाहिन्छ, त्यसरी नै समूहमा काम गर्दा सफलताका लागि सबैको प्रयास चाहिन्छ । उपयुक्त ढङ्गको योजना र कार्य विभाजन सफलताका लागि अति आवश्यक हुने कुरा हो ।
- काम गर्ने क्रममा सबै सामग्रीहरू आफूले चाहेका जस्ता हुँदैनन् । तर चाहना गरेको जस्तो अवस्था होस् अनि गरौंला भन्ने हो भने, समयको सीमा त्यहाँ पनि हुन्छ ।
- फालिएका भनिएका सामग्रीहरूबाट पनि धेरै सुन्दर र अर्थपूर्ण सामग्रीहरू बन्दा रहेछन् । सामग्रीभन्दा पनि प्रयोग गर्ने प्रयास र सामग्रीको छनौट महत्वपूर्ण हुन्छ ।
- सिक्न, सिकाउन कुनै पनि चीजको प्रयोग गर्न सकिन्छ । नयाँ र महँगा सामग्री मात्रै राम्रा हुन्छन् भन्ने भावना गलत हो । हामीसँग सीप भएमा हामीले जस्तै चीजलाई पनि उपयुक्त ढङ्गले प्रयोग गरी उद्देश्य परिपूर्ति गर्न सक्दछन् ।
- अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३३. बेलुन फुटाउने खेल

क्रियाकलाप/खेलको परिचय

हाम्रो समाजमा धेरै प्रकारका मानिसहरू बस्दछन् । हरेक मानिसको शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक वा अन्य कुनै आधारमा अलग-अलग क्षमता हुन्छ । क्षमताको अलावा आचरण, व्यवहार र कार्यको हिसाबले मानिसहरू फरक-फरक प्रकृतिका हुन्छन् । कसैको आचरण सकारात्मक हुन्छ त कसैको हुँदैन । समाजमा केही व्यक्तिहरू यस्ता पनि हुन्छन्, जो बालबालिकाको कुनै न कुनै प्रकारले फाइदा उठाउन सक्दछन् भने असल आचरणका मानिसहरू बालबालिकालाई संरक्षण गर्न खोज्दछन् । विशेषगरी, बालबालिकाहरू आफ्नो सुरक्षा आफै गर्न असक्षम हुने हुनाले उनीहरूलाई वयस्कहरूले नै समाजका गलत व्यवहारहरूबाट संरक्षण गर्नुपर्दछ ।

आवश्यक सामग्रीहरू

बेलुन, धागो र पिनहरू ।

क्रियाकलाप/खेलका सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- खुल्ला मैदान वा हलमा सबै सहभागीहरूलाई जम्मा गर्नुहोस् र तीनओटा समूहमा बाँड्नुहोस् ।
- पहिलो समूहका सबै जनालाई सबैजनालाई एक/एक ओटा बेलुन बाँड्नुहोस् । उनीहरूलाई आ-आफ्नो बेलुन फुक्न भन्नुहोस् र बाँध्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि हरेकलाई लामो धागो दिएर बेलुन आ-आफ्नो दायाँ खुट्टामा बाँध्न लगाउनुहोस् ।
- दोस्रो समूहका सबैलाई हातमा एक/एक ओटा पिन दिनुहोस् ।
- तेस्रो समूहलाई निर्देशनको प्रतिक्षा गर्न भन्नुहोस् ।
- अब सबैलाई खेलको नियमबारे बताउनुहोस् ।

यो खेल तीन मिनेटको हुनेछ । तीन मिनेट अवधिभर दोस्रो समूहका सहभागीहरूले आफ्नो हातको पिनको सहायताले पहिलो समूहका सहभागीहरूको खुट्टामा बाँधिएको बेलुन फुटाउने कोसिस गर्नेछन् । त्यसको विपरीत पहिलो समूहका सहभागीले आफ्नो बेलुन जोगाउन कोसिस गर्नेछन् र साथसाथै र तेस्रो समूहका सहभागीले उनीहरूलाई बेलुनलाई बचाउन संरक्षण दिनेछन् ।

- अब सबै सहभागीहरूलाई खेलको समय सुरू भएको घोषणा गर्नुहोस् र दौडन लगाउनुहोस् ।
- खेलको क्रममा सहजकर्ताले बीच-बीचमा गई बेलुन जोगाउनुहोस् भनेर ठूलो स्वरले कराउनुहोस् ।
- खेलको समय समाप्त भएपछि समय समाप्त भएको घोषणा गर्नुहोस् र सबैलाई आ-आफ्नो ठाउँमा बस्न लगाउनुहोस् ।
- समूहमा छलफल सुरू गर्नुहोस् । छलफलको क्रममा निम्न प्रश्नहरू सोध्नुहोस् :

- ○ क्रियाकलाप कस्तो लाग्यो ? कस्तो अनुभव रह्यो ?
- ○ बेलुनहरू फुटाउन कत्तिको सजिलो/गाह्रो भयो ?
- ○ बेलुनहरू बचाउन कत्तिको सजिलो/गाह्रो भयो ?
- ○ बेलुन फुटाउन या बचाउनमध्ये तुलनात्मक रूपमा कुन सजिलो र किन ?
- ○ यस क्रियाकलापबाट के सिक्न सकिन्छ ?

- आएका बुँदाहरूलाई न्यूजप्रिन्ट वा बोर्डमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
- बुँदाहरू छलफल गर्नुहोस् र निष्कर्षमा पुग्नुहोस् ।

क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय
३० मिनेट

क्रियाकलाप/खेलका प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू
यो बेलुन र पिनको खेलमा पिनलाई शक्तिको प्रतीकको रूपमा लिइएको छ भने बेलुनलाई जोखिमको स्थितिमा रहेको वस्तुको रूपमा लिइएको छ । जसरी पिनले बेलुनलाई जोखिम छ, त्यसरी नै बालबालिकालाई पनि वयस्कहरूबाट जोखिम छ ।

हाम्रो समाजमा असल मानिसहरू पनि छन् र खराब पनि । खराब मानिसहरू बालबालिकालाई खराब नजरले हेर्दछन् र उनीहरूको फाइदा उठाउने कोसिस गर्दछन् । ती खराब मानिसहरूबाट बालबालिका आफूलाई बचाउने कोसिस गर्दछन् । त्यसका साथसाथै बालबालिकालाई खराब व्यक्तिहरूबाट संरक्षण गर्नका लागि असल मानिसहरू हुने गर्दछन् । जहिलेपनि कसैलाई जोगाउनुभन्दा उनीहरूलाई नोक्सान गर्नु तुलनात्मक रूपमा धेरै सजिलो हुन्छ । बेलुनलाई जोगाउन भन्दा फुटाउन कोसिस गर्न धेरै सजिलो हुन्छ । त्यसैगरी बालबालिकाको संरक्षण गर्न पनि धेरै गाह्रो हुन्छ । तर पनि बालबालिकाको संरक्षण गर्नको लागि असल मानिसहरू छन् र बालबालिकाले ती असल व्यक्तिहरूलाई चिन्न सक्नुपर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३४. नजिकको मान्छे वा वस्तुको नाम लेख्ने
क्रियाकलापको परिचय
मानिसको स्वभाव पनि अचम्मकै हुन्छ । सायद त्यही स्वभावलाई जानेर होला, नेपाली समाजमा 'नजिकको तीर्थ हेला, टाढाको तीर्थ मेला' भन्ने उखान प्रचलित भएको । हामी कहिले पनि केही कुराको बारेमा सोच्नुपर्दा वा खोज्नुपर्दा नजिकको सबै कुरा हामी बिर्सन्छौ र टाढाको कुरामा हाम्रो पुरै ध्यानाकर्षण हुन्छ । यस्तो हुँदा हामी कहिलेकाही एकदमै सजिलोसँग हुने काम पनि जटिल बनाउन पुग्दछौं । भनेजस्तै आवश्यक पर्दा हामीसँग भएका स्रोत, साधन, सीप र उपायहरूलाई पनि हतारको कारणले हामी सामान्यतयाः बिर्सिने गर्दछौं । तसर्थ, कुनै पनि समस्याको समाधान गर्नुपर्दा वा अन्य नयाँ कुरा गर्नुपर्दा वा झट्ट निर्णय गर्नुपर्दाको अवस्थामा पनि हामी नआत्तिइकन, नहत्तारिकन कार्य गरेमा, यो संयम र धैर्य आफ्नै लागि धेरै सहयोगी हुन्छ । यो क्रियाकलापले पनि यस्तै कुराहरू सोच्न प्रेरीत गर्दछ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू
कुनै पनि काम गर्नका लागि नजिकैको विकल्पलाई हेर्नुपर्ने आवश्यकताको महसुस गराउन यस विधिको प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो क्रियाकलापलाई तालिम,सभा तथा ठूला कार्यक्रमहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय
३० मिनेट

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू
- सबै सहभागीहरूलाई आ-आफ्ना कापी र कलम तयार गर्न भन्नुहोस् र यो अभ्यासका निम्न नियमहरू प्रस्ट पार्नुहोस् ।
- ○ यो कामको लागि निश्चित समय तोक्नुहोस् । (१-३ मिनेट)

- सहभागीहरूलाई कार्यक्रम सुरू भनेपछि लेख्न सुरू गर्न र बन्द भनेपछि रोक्न लगाउनुहोस् ।
- समय सकिएपछि कसले धेरै र कसले थोरै लेख्यो, बताउनुहोस् ।
- नियम प्रस्ट पारिसकेपछि कुनै गोलो वा चेप्टो (रङ्ग, लम्बाई र चौडाई) वस्तुको वा आफ्नो सबैभन्दा नजिक लाग्ने मान्छेहरूका नाम लेख्दै जान लगाउनुहोस् ।
- कसले कतिओटासम्म लेख्यो सोध्नुहोस् र सङ्ख्या बोर्डमा लेख्नुहोस् । यदि नजिकको मान्छे वा साथीको नाम लेख्न भनेको हो भने क-कसले क-कसको नाम लेखे भनी सोध्नुहोस् र सक्रियतापूर्वक काम गरेमा सबैलाई धन्यवाद दिनुहोस् ।

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

कसले कतिसम्म लेख्न सक्यो ? यसबाट के कुरा सिक्न सकिने रहेछ ? तत्काल आफूलाई थाहा भईराखेका नाम सम्झनुपर्दा कस्तो लाग्ने रहेछ ? नजिकको मान्छेको नाम लेख्नुहोस् भन्दा छोराछोरी, कुर्चीमा नजिकै सँगै बसेका साथीहरूका नाम किन लेख्न सकिएनहोला ? आवश्यक पर्दा, हामीसँग भएको सीप, तरिका, स्रोत र साथीभाइहरूलाई प्रयोग गर्न र सम्झन किन गाह्रो पर्ने रहेछ होला ? मान्छेहरूले किन अरूको र टाढाको कुरा बढी सम्झन खोज्नेरहेछन् ? आदि प्रश्नहरू गर्दै समूहमा काम गर्दा तथा समुदायमा काम गर्दा एकैपटक भन्दैमा मान्छेहरूलाई सम्झन गाह्रो पर्दछ । सिक्न र सम्झनलाई समय दिनुपर्दछ, मद्दत गर्नुपर्दछ र आफ्ना आन्तरिक वा स्थानीय स्रोत र साधनलाई बिर्सन हुँदैन भन्दै निष्कर्ष निकाल्नुहोस् । साथसाथै कुनै पनि समस्याको समाधान गर्नुपर्दा वा अन्य नयाँ कुरा गर्नुपर्दा वा झट्ट निर्णय गर्नुपर्दाको अवस्थामा पनि हामी नआत्तिइकन, नहत्तारिकन कार्य गरेमा, यो संयम र धैर्य आफ्नै लागि धेरै सहयोगी हुन्छ, भन्ने निष्कर्ष निकाल्न सकिन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३५. मसीको धब्बा(Ink Block sprawl)

क्रियाकलापको परिचय

विशेष गरेर यो खेललाई एउटा खेलको रूपमा नलिई अभ्यासको रूपमा लिइन्छ । यो खेलमा मानिसको हेराइ कस्तो कस्तो हुन्छ ? भन्ने कुरामा बढी जोड दिइएको छ । त्यसैले यसलाई दृष्टिकोण खेल -Perception Game) पनि भन्ने चलन छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्य भनेको बालबालिकालाई दृष्टिकोण के हो भनेर बुझाउन सहयोगी हुन्छ साथै सिक्ने, सिकाउने प्रक्रियामा दृष्टिकोणको भूमिका/महत्वमाथि छलफल गर्न मद्दत गर्दछ । तालिम, सभा, बालक्लब आदिमा यस विधिको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

१ घण्टा

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो खेललाई विशेष गरेर हरेक मानिसको कुनै पनि वस्तुलाई हेर्ने, अवलोकन गर्ने आ-आफ्नै दृष्टिकोण हुन्छ भन्ने विषयवस्तुको छलफललाई जोड्न सकिन्छ । सबैको आ आफ्नो फरक दृष्टिकोण हुन्छ । तथ्य पहिल्याउनै पनि सबैको एउटै दृष्टिकोण नहुँदा रहेछ भन्ने विषयवस्तुको छलफललाई जोड्न सकिन्छ । तथ्य पहिल्याउनै पनि सबैको एउटै दृष्टिकोण नहुँदो रहेछ भन्ने कुरा यो खेलबाट प्रस्ट हुन्छ ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

दुईवटा A4साइजका सादा कागज र अलिकति (एक थोपा जती) कालो वा नीलो मसी तयार गर्ने । सहभागीहरू सबैलाई आ आफ्नो ठाउँमा बस्न लगाउने । खेलको नाम बताउने । एकजना सहभागीलाई बोलाइ एउटा कागज उठाउन लगाउने र त्यसमा १ थोपा मसी चुहाउन लगाउने । मसी चुहाएको कागजमा अर्को सादा कागजले माथिबाट थिच्न लगाउने । मसी चारैतिर फैलिएपछि त्यो कागजलाई बोर्डमा टाँस्न भन्ने ।

बोर्डमा कागज टाँसेपछि सहभागिलाई आफ्नो ठाउँमा बस्न भन्ने र सबैलाई तपाईं यसमा के देख्नुहुन्छ ? भनेर सोध्ने । सबैले आ आफूले देखेका कुरा भन्छन् । सबैका उत्तरलाई छोटकरीमा बोर्डमा टिप्ने । खेलबाट आएका उत्तरहरूमध्ये आफूलाई आवश्यक पर्ने विषय छानी छलफल अगाडि बढाउन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो खेललाई विषेश गरेर हरेक मानिसको कुनै पनि वस्तुलाई हेर्ने, अवलोकन गर्ने आ आफ्नै दृष्टिकोण हुन्छ भन्ने विषयवस्तुको छलफललाई जोड्न सकिन्छ । सहभागीहरूलाई सबै व्यक्तिको आ आफ्नो दृष्टिकोण हुन्छ र समूहमा काम गर्दा एउटाले, अर्काको दृष्टिकोणलाई आदर र सम्मान गनुपर्दछ भन्ने महसुस गराउनु पर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३६. सामान चिन्ने खेल (Identifying goods)

क्रियाकलापको परिचय

यो क्रियाकलाप अवलोकनसँग सम्बन्धित खेल हो । तसर्थ उक्त विषयवस्तु छलफल गर्ने सन्र्दभमा यस क्रियाकलापको प्रयोग गर्न उपयुक्त हुन्छ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो खेललाई अवलोकनका बारेमा छलफल गर्दा प्रयोग गर्न सकिन्छ । आफूसँग सधैँ साथसाथै रहेको र प्रायः सधैँ हेरिरहने वस्तुको बारेमा पनि हामीलाई पूर्णतया ज्ञान हुँदैन । त्यसकारण हामीले अवलोकन गर्दा स साना कुराहरूलाई पनि संवेदनशील हिसाबले गहिरिएर अध्ययन गर्नुपर्ने रहेछ भन्ने कुरा यो अभ्यासबाट ल्याउन सकिन्छ । यस क्रियाकलापको मुख्य क्षेत्र भनेको तालिम, सभा, गोष्ठीहरूनै हुन् ।

आवश्यक सामग्री

सहभागीका साथमा भएका २/३ वटा नाडीघडी अथवा त्यस्तै खाले कुनै मेसनरी सामान, कलम, कापी, न्युज प्रिन्ट र मार्कर ।

क्रियाकलाप सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सबै सहभागीहरू मध्ये २/३ जनासँग उनीहरूको नाडीको घडी अथवा त्यस्तैखाले कुनै सामान माग्ने ।
- सबैको सामान मागेर आफ्नो हातमा आइ सकेपछि एक एक गरी उनीहरूलाई नै त्यो समान अर्थात् घडी देखाएर यो तपाइँको घडी हो? भनेर सोध्ने ।
- सहभागीले "हो" भनेपछि किनेको अर्थात् लगाएको कति वर्ष भयो ?भनेर सोध्ने । यो घडी तपाईको नै हो भनेर चिन्ने तपाईसँग के के आधारहरू छन् भन्नुस्? भनेर फेरी सोध्ने । यो कुन कम्पनीको हो ? कुन मोडल हो ? के के अक्षर छन् ? धर्का कतिवटा छन् ? अङ्क कतिवटा छन् ? आदि आदि पनि सोध्ने ।
- यसरी प्रश्न गर्दा सबैलाई यस्ता कुराहरू कण्ठ हुँदैनन् र भन्न सक्दैनन् । त्यसो भए तपाइँकै हो भनेर कसरी भन्ने त ? आदि प्रश्न गर्ने । यही प्रकिया सबै सामानहरूका बारेमा दोहोऱ्याउने ।
- प्रश्नहरू गर्ने काम सकिएपछि सामान आफैँसँग राख्ने । सबैजनालाई आ- आफ्ना ठाउँमा बस्न लगाउने र खेल कस्तो लाग्यो ? भन्ने प्रश्नबाट छलफल सुरू गर्ने ।
- सहभागीहरूबाट विविध प्रकारका उत्तरहरू आउन सक्छन् । सबै उत्तरहरूलाई प्रशंसा गर्ने । याद गरिएको थिएन, देखिएको थिएन, आदि उत्तरहरूलाई समाती बिस्तारै छलफललाई यो खेल खेलाउनुको उद्देश्यतर्फ लैजाने । सम्बधिन्त विषयमा सबैका विचारहरूको कदर गर्दै निष्कर्षमा पुग्ने ।

मुख्य प्रश्नहरू

१ तपाइँले खेलमा के गर्नुभयो ?

२ हामीले/तपाइँले खेलबाट के सिक्यौं ?

३ यो खेलबाट सिकेको ज्ञान कसरी, कहाँ र कहिले प्रयोग गर्नसकिन्छ ?

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समय

४५ मिनेट

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो खेललाई अवलोकनका बारेमा छलफल गर्दा प्रयोग गर्नसकिन्छ । आफूसँग सधैँ साथसाथै रहेको र प्रायः सधैँ हेरिरहने वस्तुको बारेमा पनि हामीलाई पूर्णतया ज्ञान हुँदैन । त्यसकारण हामीले अवलोकन गर्दा स-साना कुराहरूलाई पनि संवेदनशील

हिसाबले गहिरिएर अध्ययन गर्नुपर्ने रहेछ भन्ने कुरा सहजकर्ताले सहभागिहरू माझ प्रष्ट पार्नु पर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३७. जीवन बचाउने (Life Saving)[50]

क्रियाकलाप/खेलको परिचय :

यो खेल "इनरजाइजरको" रूपमा साह्रै रमाइलोसँग खेल्न सकिन्छ । खेलपछि विषयवस्तुमा छलफल गरेर खेललाई विषयवस्तुसँग सान्दर्भिक बनाउन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप/खेल प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

जीवन बचाउने रणनीति तयार गर्न । अन्तर सांस्कृतिक सिकाइका अनुभवहरूको वर्णन गर्न । समूहकार्यको महत्वबारे बताउन । तालिम, गोष्ठी तथा बालक्लब आदि यस क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्रहरू हुन् ।

क्रियाकलाप/खेलका लागि लाग्ने अनुमानित समय

३० देखि ४५ मिनेट

आवश्यक सामाग्रीहरू :

मादल वा कुनै सङ्गीत दिनेखालको साधन, आँखा छोप्नका लागि एउटा कपडा वा रूमाल, फराकिलो ठाउँ ।

क्रियाकलाप/खेल सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

- सहभागीहरू सबैलाई हात समाएर गोलो घेरा भई उभिन लगाउने । खेलको नाम बताउने । रमाइलो ढङ्गले खेलको भूमिका प्रस्तुत गर्ने । कुनै एक ठाउँमा जम्मा भएको, रमाइलो भएको, मस्ती भएको, आदि अवस्थामा अचानक दुर्घटनाको आभास भएको विवरण तयार गरी भूमिका बाँध्न सकिन्छ ।

जस्तैः तपाईहरू घना जङ्गलमा घुम्दै हुनुहुन्छ, अचानक बाघ गर्जेको आवाज सुन्नुभयो । आफूलाई बाघबाट बचाउन रूखमा चढ्ने तरखर गर्नुभयो तर एउटा रूखमा ३ जना मात्र अटाउन सकिन्छ । यस्तै गरी प्रशिक्षकले रूखमा अटाउने अङ्क फेर्दै जाने ३, २, ५ आदि ।

- यसको साथसाथै प्रशिक्षकले सबै सहभागिलाई तल लेखिएका खेलका नियमहरू प्रस्ट हुनेगरी पनि बताउने ।
- मादल वा कुनै म्युजिक बजुन्जेल बिस्तारै गोलो घेरामा हिँडिरहने ।
- म्युजिक बन्द हुनसाथ प्रशिक्षकले २ वा ३ वा १ जति भन्नुहुन्छ त्यतिनै जनाले हात समातेर एउटा समूह बनाउने ।
- प्रशिक्षकले भनेकोभन्दा बढी वा कम भएमा त्यो व्यक्ति वा समूह खेलबाट बाहिरिने हुन्छ र अन्तमा बाँकी रहने तीनजना मात्र पहिलो, दोस्रो र तेस्रोको रूपमा विजयी हुन्छन् ।
- सबै सहभागी मध्ये एउटालाई आँखामा रूमाल बाँधिदिएर मादल अथवा कुनै म्युजिक बजाउन लगाउने । अन्य सबै सहभागीहरूलाई गोलो घेरामा बिस्तारै हिँड्न लगाउने । म्युजिक रोकिनासाथ एउटा नम्बर भन्ने र भने अनुसार स साना समूहहरूलाई चेक गर्ने । नमिलेको समूहलाई आउट गर्दै जाने र तीनजना बाँकी भएसम्म खेल खेलाइ राख्ने । पहिलो, दोस्रो, तेस्रो गराउनु छैन भने बीचमै रोकेपनि हुन्छ ।
- अन्तमा खेल समाप्त भएपछि विजयी तीनजनालाई प्रशंसा गर्दै उचित पुरस्कार दिने व्यवस्था भए, अझै रमाइलो थपिन्छ ।

क्रियाकलाप/खेल प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

खेलपछि विषय वस्तुमा छलफल गर्न सहजकर्ताले वातावरण तयार गर्नु पर्दछ । सहजकर्ताले बिस्तारै खेल सकिएपछि सबैजनालाई आ आफ्नो ठाउँमा बस्न भन्ने र खेल कस्तो लाग्यो भन्ने प्रश्नबाट छलफल सुरू गर्ने ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस क्रियाकलापमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

[50]साभार : शर्मा सन्तोष/सुवेदी नानीराम (२००३), अभ्यास र खेलहरूको सँगालो, केएर नेपाल

३८. बालबालिकाको जिम्मेवारी (Responsibility of Children)

क्रियाकलापको परिचय

सहभागिता र जिम्मेवारी भन्ने कुरा सँधै एकअर्कामा परिपूरक हुन्छन् । कुनै पनि व्यक्तिले आफ्नो सहभागिता जनाउँदा उनले कुनै न कुनै जिम्मेवारी अवश्य पूरा गर्नुपर्दछ । या भनौ व्यक्तिले आफ्नो सहभागिताका सन्दर्भमा आउने जिम्मेवारीहरू के-के हुन् भनेर बुझ्न पनि त्यत्तिकै जरूरी हुन्छ । बालबालिका/ किशोरकिशोरीले पनि आफ्नो सहभागिताको अधिकार माग गर्दा उनीहरूले आफ्नो जिम्मेवारी बुझ्न र तिनलाई पूरा गर्नुपर्दछ । यो प्रक्रियाले उनीहरूको सहभागिताको अवसरलाई बढाउँदछ । यसै सन्दर्भमा प्रस्तुत क्रियाकलापले समाजमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको जिम्मेवारीबारे बुझ्न सघाउँदछ ।

क्रियाकलाप प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलापमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको घरपरिवार, समुदाय तथा विद्यालय प्रति रहेको जिम्मेवारी बारे छलफल गरिन्छ । यसले बालबालिका/किशोरकिशोरीको वर्तमान अवस्था/स्थिति पत्ता लगाई विभिन्न तहमा उनीहरूले निर्वाह गर्नुपर्ने जिम्मेवारीहरूबारे बुझ्न सघाउँदछ । यसबाट उनीहरूमा आफ्नो जिम्मेवारी बोध भई तत् तत् क्षेत्रमा सहभागिता प्रवर्द्धन गर्न सहयोग पुग्दछ ।

आवश्यक सामग्री

फोटोकपी पेपर/सेतो कागजको पानाहरू वा कापी, सिसाकलम, कलर पेनहरू

क्रियाकलापका लागि लाग्ने अनुमानित समयः करिब १ घण्टा

छलफल सञ्चालनका प्रक्रियाहरू :

१. बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई एक-एक पाना सेतो कागज, सिसाकलम र कलर पेन दिनुहोस् ।
२. अब उक्त सेतो कागजमाथि बायाँ हत्केला राखी सिसाकलमले हत्केलाको रेखाङ्कन उतार्न लगाउनुहोस् । यसो गर्दा हत्केलाका सबै औंलाहरू फराकिलो गरी स्पष्ट आउनुपर्दछ ।
३. प्रत्येक औंलामा नङ बनाउन लगाउनुहोस् र कलर पेन वा सिसाकलमको प्रयोग गरी आफूलाई मन पर्ने रङ्गले नङ रङ्गाउन लगाउनुहोस् (यसो गर्दा बालबालिकाले रमाइलो मान्छन् र क्रियाकलापमा उनीहरूको सक्रियता पनि बढ्छ ।) ।
४. अब सबै सहभागीलाई हत्केलाको छाप बनाएको कागजमा आफ्नो नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।
५. त्यसै अनुसार क्रमशः बुढीऔंला देखि कान्छीऔंलासम्म प्रत्येक औंला नजिकै क्रमशः 'आफै प्रति', 'घरपरिवार प्रति', 'साथीभाइ प्रति', 'विद्यालय प्रति' र 'समुदाय प्रति' भनेर लेख्न लगाउनुहोस् । यस प्रक्रियाबाट तल देखाएजस्तै चित्र तयार हुनेछ ।

६. अब सबै सहभागीलाई आफ्नो पञ्जाको छाप भएका प्रत्येक औंलाको अघिल्लोतिर जुन स्थानविशेष लेखिएको छ, त्यसप्रति आफूले गर्न सक्ने कम्तिमा तीनवटा मुख्य जिम्मेवारीहरू लेख्न लगाउनुहोस् । (जस्तो कि बुढीऔंलाको अघिल्लोतिर आफैप्रति आफ्ना जिम्मेवारीहरू, चोर औंलामा घरपरिवार प्रति आफ्ना जिम्मेवारीहरू इत्यादि) ।
७. अन्तमा सहभागी सबै बालक वा बालिका तथा किशोर वा किशोरीलाई आफूले गर्नुपर्ने जिम्मेवारीहरू पढ्ने अवसर दिनुहोस् । यसले उनीहरूलाई विषयबारे स्मरण गराउँदछ र थप छलफलको लागि अवसर दिन्छ ।

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुर्‍याउनु पर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप गर्दा बालक वा बालिका तथा किशोर वा किशोरीलाई एउटा पाना कागज अपुग भएमा विभिन्न क्षेत्र प्रति आफ्ना जिम्मेवारीहरू भिन्न-भिन्न पानामा लेख्न पनि सकिन्छ । तर उक्त हत्केलाको रेखाङ्कनमा अटाउनेगरी ३/४ वटा मात्र जिम्मेवारीहरू लेख्न लगाई छलफल अघि बढाउनु राम्रो हुन्छ । आवश्यक परेमा सहजकर्ताले प्रत्येक क्षेत्रमा बालबालिकाको

जिम्मेवारीका केही उदाहरण दिन सक्दछन् ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

३९. स्व-विश्लेषण (Self-analysis)

विधिको परिचय

मानव जाति आफैमा विभिन्न गुणहरूले भरिपूर्ण हुन्छन् । हरेक मानिस अर्को मानिसभन्दा विभिन्न कारणले भिन्न छ । मानिसमा सकारात्मक गुणहरू पनि हुन्छन् र नकारात्मक वा सुधार गर्नुपर्ने गुणहरू पनि हुन्छन् । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा मानिस कुनै क्षेत्रमा पोख्त हुन सक्दछ अनि अरू कुनै क्षेत्रमा भने एकदमै कमजोर पनि हुन सक्दछ । यो विविधता मानिसको अनुवंशिकता, जातियता, सामाजिकीकरण अनि मानिसको आफ्नै क्षमता वा इच्छाशक्तिमा निर्भर हुन्छ । यदि यी क्षमताहरूको समयमै आङ्कलन गर्न सकियो भने त्यसबाट मानिसले आफ्नो समग्र विकासको लागि धेरै फाइदा लिन सक्दछ । यो स्व-विश्लेषणको विधिले सहभागी बालबालिकालाई आफ्ना गुण अनि क्षमताहरूको मूल्याङ्कन गर्न सघाउँदछ ।

विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

बालबालिका/किशोरकिशोरीको राम्रा वा बलिया पक्षहरू (Strengths), कमजोर वा सुधार्नुपर्ने पक्षहरू (Weaknesses that need to be improved) र उपलब्ध हुनसक्ने अवसरहरू (Opportunities) लाई विश्लेषण गर्न यो विधिको प्रयोग गरिन्छ । यो विधिले बालबालिका/किशोरकिशोरीको वर्तमान अवस्था/स्थिति पत्ता लगाई आत्मानुभूति गर्न/गराउन सहयोग गर्दछ । साथै, विधिको प्रयोगबाट व्यक्तिको मूल्याङ्कन गरी आत्मानुभूति हुने भएकाले किशोरकिशोरीका बानी-व्यवहार सुधार्ने कार्यमा यस विधिबाट सहयोग वा सहजीकरण गर्न सकिन्छ ।

आवश्यक सामग्रीः

फोटोकपी पेपर/सेतो कागजका पानाहरू वा कापी र सिसाकलम

विधिको लागि लाग्ने अनुमानित समयः

करिब २ घण्टा

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

१. बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई यस विधिको उद्देश्य प्रस्ट पार्नुहोस् ।

२. फोटोकपी पेपर वा सेतो पाना र सिसाकलम दिई तलको तालिका तयार गर्न लगाउनुहोस् :

<table>
<tr><td>मेरा राम्रा वा बलिया पक्षहरू
१.
२.
३.</td><td rowspan="2">मलाई उपलब्ध हुने अवसरहरू
१.
२.
३.</td></tr>
<tr><td>मेरो नाम

मेरा कमजोर वा सुधार्नुपर्ने पक्षहरू
१.
२.
३.</td></tr>
</table>

३. माथिको नमूनामा दिइएजस्तै बीचमा गोलो घेरा लगाई आफ्नो नाम लेख्न लगाउनुहोस् ।

४. अब प्रत्येक बाकस/क्षेत्रमा आफ्नो बारेमा लेख्न लगाउनुहोस् । कुनै अप्ठ्यारो भएमा बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई उनीहरूका राम्रा/बलिया पक्ष, सुधार्नुपर्ने पक्ष, उपलब्ध हुने अवसरहरूका उदाहरण दिएर सहयोग गर्नुहोस् ।

५. बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई प्रत्येक क्षेत्रमा सकेसम्म धेरै बुँदाहरू तयार गर्न आग्रह गर्नुहोस् । यसको लागि पर्याप्त

समय दिनुका साथै उनीहरूलाई केही सहयोग चाहिएमा मद्दत गर्नुहोस् । बालबालिका/किशोरकिशारीलाई कुनै दवाब नहोओस् भन्ने कुरामा ध्यान पुऱ्याउनुहोस् ।

६. बालबालिका/किशोरकिशोरीका राम्रा/बलिया पक्ष, सुधार्नुपर्ने पक्ष, उपलब्ध हुने अवसरहरूका बुँदाहरू टिपोट भइसके पछि घरपरिवारका अन्य सदस्यहरू सामु प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । यदि बालबालिका अन्तर्मुखी स्वभावका छन् भने अभिभावक र बालबालिकाबीच मात्र पनि छलफल गर्न/गराउन सकिन्छ ।
७. कुनै द्विविधा वा अन्यौल सिर्जना भएमा उक्त विषय वा बुँदामाथि छलफल गर्नुहोस् ।
८. अब यसैका आधारमा बालबालिका/किशोरकिशोरीको सुधार गर्नुपर्ने क्षेत्र बारे छलफल गरी आवश्यक विकल्प एवं रणनीतिहरूको तर्जुमा गर्नुहोस् । ।

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो विधि प्रयोग गर्दा सुरूमा बालबालिका/किशोरकिशोरीका राम्रा वा बलियो पक्षहरू टिपोट गरी त्यसपछि मात्र अन्य क्षेत्रमा छलफल गर्नु राम्रो हुन्छ । बालबालिका/किशोरकिशोरीले सजिलैसँग आफ्नो राम्रा/बलिया पक्ष बताउन सक्दछन् । अनि त्यसपछि मात्र सुधार गर्नुपर्ने क्षेत्र एवं उपलब्ध हुने अवसर छुट्याउन दिएमा सहज हुन्छ । तसर्थ, उनीहरूका तत्तत् क्षेत्रमा आफूले देखेका केही उदाहरण दिएर सहजीकरण गर्नुपर्दछ ।अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

४०. बालबालिका/किशोरकिशोरीको लक्ष्य निर्धारण (Goal Setting)

विधिको परिचय

कुनै पनि बालबालिका/किशोरकिशोरीले तय गरेको लक्ष्य वा उद्देश्यले उनीहरूका दैनिकीलाई निर्देश गरिरहेको हुन्छ, प्रभावित गरिरहेको हुन्छ । सामान्यतयाः एक निश्चित उमेर पुगेका बालबालिका आफ्नो जीवन पद्धति बारे आफै निर्णय गर्न सक्दछन् र उनीहरूले यसरी गरेका निर्णय प्रति जिम्मेवार पनि हुन्छन् । प्रस्तुत क्रियाकलापले सहभागी बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई आफ्नो लक्ष्य निर्धारण गर्न सहभागी गराउन सघाउँदछ ।

विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्य भनेको बालबालिका/किशोरकिशोरीको लक्ष्य निर्धारणका लागि स्वयं बालबालिकालाई सहभागी बनाई लक्ष्य निर्धारण गर्न मद्दत गर्नु हो ।

आवश्यक सामग्रीः

न्युजप्रिन्ट पेपर र मार्कर वा कापी र कलम

विधिका लागि लाग्ने अनुमानित समयः

२ घण्टा

विधि सञ्चालनका प्रक्रियाहरू

बालबालिका/किशोरकिशोरीको लक्ष्य निर्धारण

१. बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई यस क्रियाकलापको उद्देश्य बारे स्पष्ट भन्नुहोस् र उनीहरूलाई न्युजप्रिन्ट पेपर वा सेतो कागज र मार्कर वा कलम दिनुहोस् ।
२. अब बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई निम्न ढाँचामा भऱ्याङको चित्र तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
३. अब बालबालिका/किशोरकिशोरीलाई भऱ्याङको सबभन्दा माथिल्लो भागमा आफ्नो लक्ष्य लेख्न लगाउनुहोस् । यदि कुनै बालक वा बालिकालाई आफ्नो लक्ष्य (वा कुनै सन्दर्भमा उद्देश्य) निर्धारण गर्न कठिनाइ भएमा सहजकर्ताले उनीहरूसँग छलफल गरी लक्ष्य निर्धारणमा सघाउन सक्दछन् ।
४. यसरी सहभागी सबै बालक वा बालिका तथा किशोर वा किशोरीले आफ्नो लक्ष्य निर्धारण गरिसकेपछि त्यस लक्ष्य वा उद्देश्य हासिल गर्नका लागि के-कस्ता काम वा क्रियाकलापहरू गर्नुपर्दछ भनी बढीमा १० वटासम्म कार्य वा क्रियाकलापहरू तय गर्न भन्नुहोस् ।
५. यसरी तय गरिएका क्रियाकलापमा के-कस्ता खालका सहयोग आवश्यक हुन सक्छन् र कुन-कुन व्यक्ति/निकायहरूले सहयोग गर्न सक्दछन् भनी टिपोट गर्न लगाउनुहोस् ।

६. हरेक क्रियाकलापहरू सम्पन्न गर्नका लागि के कस्ता सावधानीहरू अपनाउनुपर्दछ त्यस बारे पनि आफूलाई मनमा लागेका बुँदाहरू तय गर्न लगाउनुहोस् ।
७. यो क्रियाकलाप सम्पन्न भएपछि घरपरिवारका अन्य सदस्यहरूलाई समेत देखाउन र त्यसबारे छलफल गरी आवश्यकता अनुसार बुँदाहरू थपघट गर्न सहभागी सबै बालबालिकालाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

बालबालिका/किशोरकिशोरीसँग यो क्रियाकलाप गर्दा सामान्यतयाः सुरूवातमा उनीहरूलाई लक्ष्य निर्धारण गर्न कठिनाइ हुन सक्दछ । यसर्थ, लक्ष्य (कुनै सन्दर्भमा भने उद्देश्य) निर्धारण गर्न सघाउन छुट्टै प्रक्रिया अपनाउन सकिन्छ र त्यस प्रक्रियामा सहजकर्ताले बालक वा बालिकालाई सघाउन सक्दछन् । जीवनको लक्ष्य निर्धारण गर्दा बालक वा बालिकाको रूचि र चाहना कुन क्षेत्रमा छ त्यस बारे सूचना जानकारी सङ्कलन गर्नुपर्दछ । यो क्रियाकलाप बालबालिकाको मासिक वा वार्षिक उद्देश्य (जस्तो कक्षा ८ मा अघिल्लो वर्षभन्दा ३ प्रतिशत बढी अङ्क ल्याएर उत्तीर्ण हुने लक्ष्य आदि) निर्धारण गर्न वा कुनै बानी व्यहोरा सुधार गर्न पनि उपयोग गर्न सकिन्छ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

४१. चित्र प्रयोग, छलफल, व्याख्यान[51]

(विषयः किशोरावस्था र किशोर किशोरीमा आउने परिवर्तन र सावधानी अपनाउनुपर्ने कुराहरू)

क्रियाकलापको परिचय

सामान्यतयाः १३ वर्षदेखि १८ वर्ष उमेर समूहका किशोर किशोरीमा तीव्र गतिमा शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक परिवर्तन आउँदछ । यी परिवर्तनहरूका कारण किशोर किशोरीको बानी व्यहोरामा पनि थुप्रै परिवर्तन आउँछन् । यो उमेर समूहमा सही मार्गदर्शन दिन सकिएन भने उनीहरू बहकिन सक्दछन् र भविष्य समेतमा ठूलो आघात पर्न सक्दछ । अतः बालक्लबमा यस्ता विषयहरूमा छलफल चलाएर किशोर किशोरीलाई उनीहरूको जीवनमा आउने परिवर्तनका बारेमा जानकारी दिन सकिएमा सही मार्गतिर प्रोत्साहित गर्न सकिन्छ । यो क्रियाकलापको खास उद्देश्य त्यही नै हो ।

क्रियाकलाप प्रयोगको क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

किशोरावस्थामा आउने परिवर्तन तथा यसबाट किशोरकिशोरीमा पर्ने असरहरूको बारेमा जानकारी भई यस बारे उत्पन्न हुनसक्ने नकारात्मक असरबाट कसरी जोगिने आवश्यक जानकारी दिनु यस क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्य हो ।

आवश्यक सामग्रीः

किशोरावस्थासम्बन्धी फ्लिप चार्ट, मेटाकार्ड आदि ।

क्रियाकलापको लागि लाग्ने अनुमानित समयः

४५ मिनेट

क्रियाकलाप सञ्चालनको प्रक्रिया

१. सहभागीहरूलाई किशोरावस्थासम्बन्धी फ्लिप चार्ट (उपलब्ध भएमा) देखाई छलफल गर्ने वा किशोरावस्था के हो ? यस अवस्थामा कस्ता कस्ता परिवर्तन देखा पर्दछन् भनी सहभागीलाई खुला प्रश्न गर्नुहोस् ।
२. प्रश्नको उत्तर सोचेर आ-आफ्ना कापीमा उतार्न सहभागीलाई ५ मिनेट समय दिनुहोस् ।
३. सहभागीलाई किशोरावस्था र यस अवस्थाका परिवर्तनहरू पालैपालो एक/एकवटा भन्न आग्रह गर्नुहोस् ।
४. सहभागीबाट आएका कुरालाई बुँदागत रूपमा न्युजप्रिन्ट पेपरमा टिपोट गर्नुहोस् ।
५. न्युजप्रिन्ट पेपरमा टिपिएका बुँदाहरू बाहेक भिन्न केही बुँदा कुनै सहभागीसँग भए थप गर्न आग्रह गर्नुहोस् । थप भएका बुँदाहरूलाई पनि सोही न्युजप्रिन्ट पेपरमा टिप्नुहोस् ।

[51]नेपाल स्वास्थ्यको लागि पानी (नेवा), बालबालिका तथा किशोर किशोरिका लागि लैङ्गिक तथा सामाजिक समावेशीकरणसम्बन्धी तालिम सहयोगी पुस्तक

६. सहभागीबाट आएका बुँदाहरूलाई समेट्दै पाठ्य सामग्रीको सहयोगबाट किशोरावस्था र यसका स्वभावजन्य विशेषताहरू बारे जानकारी दिनुहोस् ।
७. किशोरावस्थाका स्वभावजन्य विशेषताहरूका कारण किशोर किशोरीमा आउने परिवर्तनका कारण उनीहरू स्वयंलाई र घरपरिवारमा समेत असर गर्न सक्दछ ? भनी सहभागीसँग छलफल गर्नुहोस् ।
८. किशोरावस्थामा आउनसक्ने नकारात्मक असर वा सावधानी बारे किशोरकिशोरी तथा बाबुआमा/अभिभावकको भूमिका बारे छलफल गर्नुहोस् ।

क्रियाकलाप प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप गर्दा सहभागी किशोर किशोरीले बिना कुनै हिचकिचाहट आफ्ना विचारहरू व्यक्त गर्नु अत्यन्त जरूरी हुन्छ । यसको लागि सहजकर्ताले छलफलको उपयुक्त वातावरण सिर्जना गर्न विशेष ध्यान पुऱ्याउनु पर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***

४२. समयतालिका (Time Table)

विधिको परिचय

समय तालिका कुनै पनि विषयमा समयवद्ध ढङ्गमा जानकारी तथा तथ्य प्राप्त गर्ने विधि हो । बालक्लबका बालबालिकाहरू माझ पनि यसलाई प्रभावकारी रूपमा प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ । यस विधिमा बालबालिकाले आफ्नो दैनिक जीवनमा हुने क्रियाकलापहरूको बारेमा छलफल गर्नेछन् साथै हरेक क्रियाकलापमा आफ्नो प्रभावकारी सहभागिता कसरी हुन सक्दछ भनेर मस्तिष्क मन्थन समेत गर्नेछन् । क्रियाकलापको अन्त्यमा बालबालिकाले आफ्नो दैनिक जीवन (परिवार, विद्यालय आदि) मा आफ्नो सक्रिय तथा प्रभावकारी सहभागिता कसरी हुन सक्दछ भनेर जान्नेछन् र आफ्नो सहभागितालाई निरन्तरता दिन प्रतिवद्ध हुन सक्नेछन् ।

विधि प्रयोगका क्षेत्र तथा उद्देश्यहरू

यो क्रियाकलाप समुदाय वा विद्यालय स्तरको कुनै पनि बालक्लबको आफ्नो नियमित बैठकको समयमा नै गर्न सकिन्छ । यो क्रियाकलापको मुख्य उद्देश्य भनेको बालक्लबको अलावा अन्य क्षेत्रमा पनि आफ्नो सहभागिता हुनुपर्दछ भनेर जानकारी गराउनु र त्यस्तो सहभागिताका लागि उपाय पहिल्याउन सघाउनु हो ।

आवश्यक सामग्री र तयारीः

छलफलको क्रममा बालबालिकाबाट आएका मुद्दाहरूलाई टिपोट गर्नका लागि न्युजप्रिन्ट पेपर तथा मार्कर र न्युजप्रिन्ट पेपर टाँस्नका लागि टेप ।

विधिको लागि लाग्ने अनुमानित समयः

करिब १ घण्टा

विधि सञ्चालनको प्रक्रियाहरू

१. उपस्थित सबै बालबालिकालाई क्रियाकलापको औचित्य बताई छलफलको वातावरण सिर्जना गर्नुहोस् ।
२. छलफलको सुरूवातमा एक दिनभरिको आफ्नो र आफ्नो परिवारको क्रियाकलापको बारेमा बालबालिकालाई केहीबेर सोच्न लगाउनुहोस् । त्यत्तिञ्जेल सहजकर्ताले न्युजप्रिन्ट पेपरमा समय, क्रियाकलाप, जिम्मेवार व्यक्ति र बालबालिकाको सहभागिता शीर्षकमा चारवटा खण्ड (Column)तयार गरेर सबैले देख्ने ठाउँमा टाँस्नुहोस् ।
३. त्यसपछि सबैको ध्यान एकीकृत गर्दै छलफल सुरू गर्नहोस् । सुरूवातमा कुनै पनि घरमा नियमित गतिविधि बिहान कतिखेर सुरू हुन्छ भन्ने विषयबाट गर्न सकिन्छ । साथै दिनको अन्त्य पनि यसैगरी तोक्न सकिन्छ । सबैजनाको सहमति अनुसार दिन सुरूवातको समय र अन्त्य हुने समय तोकिसकेपछि त्यसै अनुसार छलफल अघि बढाउन सकिन्छ ।
४. यदि छलफलबाट बिहान ५ बजेदेखि रातको ११ बजेसम्मको समय तोकिएको छ भने त्यसै अनुसार हरेक दुई/दुई घण्टाको फरकमा एक दिनलाई ९ खण्डमा विभाजन गरेर न्युजप्रिन्टको तालिकाको पहिलो खण्ड (Column)मा तलको नमूना अनुसार समय लेख्न सकिन्छ :

समय	क्रियाकलाप	जिम्मेवार व्यक्ति	बालबालिकाको सहभागिता
०५:००-०७:००			
०७:००-०९:००			
०९:००-११:००			
११:००-०१:००			
०१:००-०३:००			
०३:००-०५:००			
०५:००-०७:००			
०७:००-०९:००			
०९:००-११:००			

५. यस क्रियाकलापमा सबै बालबालिकाले हरेक दुई घण्टाको एक खण्डलाई लिएर अलग-अलग छलफल गर्नेछन् । हरेक खण्डमा आफ्नो घर परिवारमा के के क्रियाकलाप भइरहेको हुन्छ, त्यसबाट छलफल सुरू गरी, त्यो क्रियाकलापमा क-कसले के-के जिम्मेवारी लिइरहेका हुन्छन् सो को पनि छलफल गर्ने (बालबालिकाको सहभागिताको खण्ड भने एकैचोटी छलफल गर्ने गरी खाली छोड्न पनि सकिन्छ ।)

६. जब सबै समय खण्डमा घर परिवारमा भइरहने क्रियाकलाप र जिम्मेवार व्यक्तिको बारेमा छलफल पूरा हुन्छ, सबै बालबालिकालाई चार्ट पेपरमा लेखिएका कुराहरू पढ्न लगाउँदै ती क्रियाकलापहरूमा आफ्नो सहभागिता कसरी हुन सक्दछ भनेर पुनः एकपटक मस्तिष्क मन्थन गर्न लगाउनुहोस् ।

७. हरेक क्रियाकलापमा बालबालिकाले आफ्नो सहभागिता कसरी सुनिश्चित गर्न सक्दछन् भनेर छलफल गर्न सकिन्छ र हरेक क्रियाकलापमा बालबालिकाको सहभागिता खण्डमा लेख्दै जान सकिन्छ ।

८. चार्ट पेपरको हरेक खण्डमा लेख्ने काम पुरा भएपछि बालबालिकालाई पुनर्ताजगीको लागि पुनः एकपटक पढ्न दिनुहोस् ।

विधि प्रयोग गर्दा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने कुराहरू

यो क्रियाकलाप घरपरिवारमा बालसहभागिता कसरी हुन सक्दछ भन्ने कुरामा आधारित छ। व्यक्तिगत विचारहरूलाई समूहमा छलफल गर्दा तुलनात्मक रूपमा बढी प्रभावकारी हुने भएकोले यो क्रियाकलापलाई समूहमा गर्नुपर्दछ । छलफलको क्रममा हरेक बालक वा बालिकाले आफ्नो परिवारको क्रियाकलाप बारे वर्णन गर्दा तिनमा एक रूपता नआउन सक्दछ, या हरेक घरमा एउटै क्रियाकलापको समय खण्डहरू फरक-फरक हुने सम्भावना पनि हुन सक्दछ । तसर्थ, सहजकर्ताले धैर्यतापूर्वक सबै बालबालिकाको विचारको सुन्न, छलफल चलाउन र उपयुक्त निर्क्यौल निकाल्न मद्दत गर्नुपर्दछ। बालबालिकाको व्यक्तिगत क्षमता वा विचारमा ठेस नपुगोस् भनेर हरेक विषयलाई संवेदनशीलताका साथ छलफल गरिनुपर्दछ । अपाङ्गता भएका बालबालिकालाई यस विधिमा सहभागी गराउँदा उनीहरूको उपयुक्त समायोजन (Reasonal Accommodation)लाई ध्यान दिनु अपरिहार्य हुन्छ ।

***