भूकम्प प्रभावित बाल बालिकाका लागि शिक्षाको व्यवस्था

जयप्रसाद लम्साल
उपनिर्देशक, शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र, सानोठिमी, भक्तपुर

लेखसार

नेपालमा गएको वैशाख १२ र २९ गते गएको भूकम्पले धन जनको ठुलो क्षति गरायो । भूकम्पका कारण धेरै बाल बालिका र विद्यार्थीमा शारीरिक तथा बहु अपाङ्गता भयो । आम बाल बालिका र विद्यार्थी त्रास र मानसिक पीडामा परेका छन् । यस्ता सबै बाल बालिकाको शिक्षाका लागि भूकम्प प्रभावित क्षेत्रका विद्यालय तयार हुन आवश्यक छ । अपाङ्गता भएका विद्यार्थीका लागि आवश्यक हिँडडुलका साधन जुटाइदिनुपर्दछ । विद्यालयको भौतिक संरचना पनि अपाङ्गता अनुकूल बनाउँदै जानुपर्दछ र शिक्षण सिकाइ र विद्यार्थी मूल्याङ्कनका विधि र प्रक्रिया पनि अपाङ्गता अनुकूल गराइनुपर्दछ । त्रास र मानसिक पीडामा परेका विद्यार्थीहरूलाई सुरूमा उनीहरूले रूचाउने रमाइला क्रियाकलाप गराए र त्रास र मानसिक पीडा भुलाउने प्रयास गरिनुपर्दछ । त्रास र मानसिक पीडामा परेका कतिपय विद्यार्थीहरूलाई शिक्षकको प्रयासबाट मात्र सामान्य अवस्थामा ल्याउन नसकिने हुँदा यस्ता विद्यार्थीलाई उपचारका लागि सम्बन्धित विज्ञ कहाँ पठाउनुपर्दछ । त्रास र मानसिक पीडामा परेका विद्यार्थीहरूका लागि बालमैत्री र विद्यार्थी केन्द्रित शिक्षण सिकाइका विधि र प्रक्रिया उपयोग गर्न आवश्यक छ । भूकम्पको महा विपत्तिबाट प्रभावित बाल बालिकाको शिक्षाका लागि शिक्षक वर्गको प्रयास अपरिहार्य छ ।

१ परिचय

भूकम्प, हुरी बतास, बाढी, पहिरो, ज्वालामुखी बिस्फोटन, सुनामी, आदि प्राकृतिक प्रकोप हुन् । यस्ता प्रकोपलाई दैवी विपत्ति पनि भन्ने गरिन्छ । यस्ता विपत्तिमा भूकम्पले धेरै ठुलो भूःक्षेत्र ओगट्तछ र त्यतिनै ठुलो क्षति गराउँदछ । नेपालमा गएको वैशाख १२ र २९ गते दुई ठुला भुकम्प गए । यसबाट मध्य पहाडी जिल्लाका १४ जिल्लामा धन जनको ठुलो क्षति भयो । भूकम्पबाट ८७०२ जनाको ज्यान गयो र २२३०३ नेपाली घाइते भए (Republica. June 25, 2015) । घाइते र अपाङ्गता हुने बाल बालिका र विद्यार्थीको सङ्ख्या ठुलो छ । आम विद्यार्थी त्रास र मानसिक पीडामा परेका छन् । अपाङ्गता भएका बाल बालिका र विद्यार्थीलाई विद्यालय आउन जान कठिनाइ हुनसक्तछ । उनीहरूका लागि लेखाइ, पढाइ र सिकाइको मूल्याङ्कनका प्रक्रिया पनि साङ्ग विद्यार्थीका भन्दा फरक हुन सक्तछन् । त्रास र मानसिक पीडामा परेका बाल बालिका र विद्यार्थीहरू सहजै पढाइ लेखाइका लागि तयार हुँदैनन् । यस्ता कतिपय बाल बालिकाको त्रास र मानसिक पीडाको घाउ स्वतः खाटा बस्छ भन्न पनि सकिँदैन । त्यसैले भूकम्प प्रभावित क्षेत्रका विद्यालयहरू अपाङ्गता भएका र त्रास र मानसिक पीडामा परेका विद्यार्थीलाई कसरी सहज रूपमा शिक्षाको व्यवस्था गर्न सकिन्छ भनेर तयार हुनुपर्ने आवश्यकता छ ।

२. भूकम्प कारण हुने अपाङ्गता

भूकम्पका कारण धेरै व्यक्ति र बाल बालिका घाइते र अपाङ्गता भएका हुन्छन् । भूकम्पबाट घर लड्ने र पहाडमा पैरो जाने भएकाले अकल्पनीय दुर्घटना हुन्छन् । भूकम्पका कारण कतिपय व्यक्ति घर वा जमीनले पुरिन्छन् । यस्तो अवस्थामा परेकाको टाउको र ढाडमा ठुलो चोट लाग्न सक्तछ । हात खुट्टा भाँचिन र छुट्टिन सक्तछन् । यसबाट सम्बन्धित व्यक्ति र बाल बालिका निम्नानुसारका शारीरिक अपाङ्गता र बहु अपाङ्गता हुन सक्तछन् :

- शारीरिक अङ्गको क्षति वा एम्प्युटेसन (Amputetion)
- सुषुम्ना नाडीकाको चोट (Spinal cord injury)
- मस्तिष्कको चोट (Traumatic brain injury, TBI)

२.१. शारीरिक अङ्गको क्षति वा एम्प्युटेसन (Amputetion)

शारीरिक अङ्गको क्षति वा एम्प्युटेसन भनेको अङ्गभङ्ग भएको वा हातखुट्टा गुमेको वा काटिएको अपाङ्गता हो (शै.ज. वि.के. २०७२) । यस्तो अपाङ्गता शारीरिक अपाङ्गताअन्तर्गत पर्दछ । भूकम्पको मारमा परेका कैयन बाल बालिका हात खुट्टा गुमाएर बचेका हुनसक्तछन् । चार हात खुट्टामध्ये एउटा हात वा एउटा खुट्टा गुमेको एम्प्युटेसनमा सम्बन्धित बाल बालिका वा विद्यार्थीको दैनिक जीवन सञ्चालन र पढाइ लेखाइमा त्यति धेरै समस्या हुँदैन । एउटा खुट्टा गुमेको अवस्थामा कृत्रिम गोडा राख्न वा बैसाकी प्रयोग गरेर हिँडन सकिन्छ । एउटा हात गुमेको अवस्थामा बाँकी रहेको हातले काम चलाउन सकिन्छ । दुईओटा हात गुमेको अवस्थामा बढी जटिल हुन्छ । दुवै हात र दुवै खुट्टा गुमेको अवस्था अत्यन्त जटिल हुन्छ (शै.ज. वि.के. २०७२) ।

२.२. सुषुम्ना नाडीकाको चोट (Spinal cord injury):

सुषुम्ना नाडी भनेको ढाड वा मेरुदण्ड भित्र रहेको नसाको समूह हो । यो नसा समूह मस्तिष्कसँग जोडिएको हुन्छ र मस्तिष्क जस्तै सम्बेदनशील हुन्छ । भूकम्पको दुर्घटनाबाट कतिपय व्यक्तिमा सुषुम्ना नाडीमा चोट वा असर पर्नसक्छ । गएको भूकम्पमा करिब ४०० जना व्यक्तिमा सुषुम्ना नाडीमा चोट वा असर परेको अनुमान गरिएको छ (रिपब्लिका दैनिक, मे ११, सन २०१५) यस्तो चोट कतिपय बाल बालिकालाई पनि लागेको हुन सक्तछ । यसबाट शरीरको तल्लो भागमा पक्षघात भएर शारीरिक अपाङ्गता हुन्छ । सुषुम्ना नाडीमा चोट लागेको बाल बालिका हिँडडुल गर्न नसक्ने मात्र होइन दिसा पिसाब नियन्त्रण गर्न पनि नसक्ने हुन्छन् । गर्धनभित्रको सुषुम्ना नाडीमा चोट पर्न गएमा हातसमेत चलाउन समस्या हुन्छ (शै.ज. वि.के. २०७२) ।

२.३. मस्तिष्कको चोट (Traumatic brain injury, TBI):

भूकम्पको दुर्घटनाले टाउकोमा ठुलो चोट परेका बाल बालिकाको मस्तिष्कमा असर पर्नसक्छ । यसबाट शरीरको कुनै भाग वा पुरै भागमा पक्षघात हुनसक्तछ । मस्तिष्क चोट भएको व्यक्ति वा बाल

बालिकाको चाल र हिडडुलमा समस्या हुन्छ । मस्तिष्कको चोटका कारण सम्बन्धित व्यक्ति वा बाल बालिकामा दृष्टि समस्या, सुनाइ समस्या, विस्मृति हुने, बौद्धिक क्षमतामासमेत कम हुने र सिकाइमा कठिनाइ हुने जस्ता बहु अपाङ्गताको अवस्था पनि हुन सक्तछ (शै.ज. वि.के. २०७२) ।

३. भूकम्पका कारण अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरुका लागि शिक्षाको व्यवस्था

भूकम्पबाट धेरै बाल बालिकामा शारीरिक अपाङ्गता हुने सम्भावना हुन्छ । यसले बाल बालिकालाई विद्यालय आउन जान र लेख्नमा बढी समस्या हुनेहुन्छ । एम्प्युटेसनबाट दुबै हात गुमाएका बाल बालिकाको पढाइ लेखाइमा निकै कठिनाइ हुन्छ । मस्तिष्कमा चोट परेका कारण बाल बालिकामा बहु अपाङ्गता पनि हुने सम्भावन रहन्छ । यस्ता बाल बालिकामा सम्वेदनशीलता न्यून हुने, दृष्टि र सुनाइ क्षमतामा कमी हुने, भाषा तथा सञ्चारको समस्या हुने, बौद्धिक तथा सिकाइ क्षमतामा समेत कमी हुने सम्भावना हुन्छ (शै.ज. वि.के. २०७२)। यी कुरालाई दृष्टिगत गर्दा भूकम्पबाट घाइते र अपाङ्गता भएका बाल बालिकाको शिक्षाका लागि निम्नानुसारको सहयोग उपलब्ध गराउनुपर्ने हुन्छ :

- आवश्यक सामग्री र उपकरणको व्यवस्था
- अपाङ्ग मैत्री भौतिक संरचना
- उचित बसाइ व्यवस्था
- साथी सङ्गतीको सहयोग
- औषधी उपयोगको व्यवस्था
- फिजिकल थेरापी
- स्पिच थेरापी
- अनुकूल भाषा सञ्चारको प्रयोग
- वैकल्पिक अङ्ग प्रयोगको अभ्यास
- पाठ खण्डीकरण र सरलीकरण
- शैक्षणिक सामग्रीको अधिक प्रयोग
- शिक्षण सिकाइ र लेखाजोखाको वैकल्पिक क्रियाकलापको प्रयोग
- प्रेरणा र प्रोत्साहन (शै.ज. वि.के. २०७२)

३.१. आवश्यक सामग्री र उपकरणको व्यवस्था

भूकम्पबाट शारीरिक अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरूको शिक्षाका लागि सबैभन्दा पहिले विद्यालय आउन जानका लागि टेक्ने लौरो, छोटो खुट्टाको लम्बाइ बढाउने जुत्ता, वाकर, बैसाकी, एल्बो क्रचेस, कृत्रिम खुट्टा, ह्विल चेयर आदि आवश्यक हुन्छन् । त्यसै गरी कक्षामा बस्नको लागि उनीहरू अनुकूलका मेच र टेबल, लेख्नका लागि औँला अनुकूलका पेन्सिल पनि आवश्यक हुन्छन् । यी कुरा अभिभावकबाट उपलब्ध हुननसके स्थानीय तहमै निर्माण गर्न सकिने सामग्री विद्यालय स्वयम्ले निर्माण गराई दिने र स्थानीय तहमा उपलब्ध हुननसक्ने सामग्रीका लागि विद्यालयले दाता खोजिदिनुपर्ने हुन्छ (शै.ज. वि.के. २०७२) ।

३.२. अपाङ्ग मैत्री भौतिक संरचना

शारीरिक अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरूको शिक्षाका लागि विद्यालयमा र्‍याम्प, अपाङ्गता मैत्री ट्वाइलेट आदि निर्माण गरिदिनुपर्ने हुन्छ । उनीहरूका लागि भेट्ने ठाउँमा पिउने पानी र हिँड्न, डुल्न र खेल्नका लागि उपयुक्त ठाउँको व्यवस्था गरिदिनुपर्दछ । भौतिक संरचना आजको भोलि निर्माण र परिवर्तन गर्न सम्भव हुँदैन । त्यसैले शारीरिक अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरूको कक्षा सिँडी चढ्नुपर्ने माथिल्लो तलाको सट्टा भूइँ तलामा राख्न सकिन्छ । भुइँ तलामा पनि सिँडी हुन सक्छन् । यसको लागि घुमेर आउने जाने गर्न बैकल्पिक बाटो बनाइदिन सकिन्छ । दुई तिन स्टेपका सिँडीमा काठ राखेर सजिलो बनाइ दिन सकिन्छ । डिल खाल्डा छन् भने सम्याइदिन सकिन्छ (शै.ज. वि.के. २०७२) ।

३.३. उचित बसाइ व्यवस्था :

भूकम्प प्रभावित ह्विल चेयर प्रयोग गर्ने बाल बालिकाहरूको लागि कक्षामा सहजै बाहिर भित्र गर्न ढोका छेउमा ह्विल चेयर घुमाउन पुग्ने गरी खाली ठाउँ राखेर कक्षा व्यवस्थापन गरिदिनुपर्ने हुन्छ । ह्विल चेयर प्रयोग नगर्ने शारीरिक अपाङ्गता भएका विद्यार्थीका लागि पनि सामान्य विद्यार्थीका लागि भन्दा बढी ठाउँ आवश्यक हुने भएकाले त्यसै गरी कक्षाको व्यवस्थापन गरिदिनुपर्ने हुन्छ ।

३.४. साथी सङ्गतीको सहयोग

शारीरिक अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरूलाई विद्यालय आउनजान, उनीहरूले गर्न नसक्ने परिआएका काम गरिदिन (जस्तो उनीहरूको झरेको सामान टिपिदिन), सँगै खेल्न, सिकाइका काममा समेत सहयोग गर्न साथी बनाइदिनुपर्दछ । विद्यालयमा यस्ता विद्यार्थीलाई सङ्गी विद्यार्थीबाट हेला हुने र जिस्क्याउने तथा गिज्याउने पूर्ण रूपमा बन्द हुनुपर्दछ र आपसमा सहयोग र सदभावको वातावरण तयार गरिदिनुपर्दछ ।

३.५. औषधी उपयोगको व्यवस्था

भूकम्पबाट घाइते र अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरूले विद्यालय समयमा औषधी सेवन गनुपर्ने पनि हुनसक्दछ । विद्यालयले यस्ता विद्यार्थीका लागि ठिक समयमा ठिक तरिकाले औषधी खुवाइदिनुपर्दछ ।

३.६. फिजिकल थेरापी

शारीरिक अपाङ्गता भएका कोही बाल बालिकाका लागि शरीरका अङ्ग चलाउने अभ्यास भएमा त्यस्तो अभ्यास कसरी गराउने हो सम्बन्धित विज्ञसँग बुझेर वा उसको सल्लाहअनुसार शिक्षकले विद्यालय समयमा त्यस्तो अभ्यास गराउनुपर्दछ ।

३.६. स्पिच थेरापी

मस्तिष्कमा चोट लागेकाका विद्यार्थीमा स्वर बोलाइ सम्बन्धी समस्या भए शिक्षकले त्यस्ता विद्यार्थीको भोकल कर्डका मांसपेशी सबल बनाउन र वर्ण तथा शब्दको सही उच्चारण गरी बोल्न आवश्यक अभ्यास गराउनुपर्दछ । यसका लागि शिक्षकले विज्ञको सल्लाह के छ, बुझ्नुपर्दछ ।

३.७. अनुकूल भाषा सञ्चारको प्रयोग

मस्तिष्कमा चोट लागेकाका विद्यार्थीमा स्वर बोलाइ सम्बन्धी समस्या भए शिक्षक र त्यस्ता विद्यार्थीबिचमा सङ्केत, हाउभाउ, चित्र आदिको माध्यमले सन्चार विकास गर्ने प्रयास हुनुपर्दछ ।

३.८. बैकल्पिक अङ्ग प्रयोगको अभ्यास

हातका औँला नहुने वा हातै नचल्ने शारीरिक अपाङ्गता भएका विद्यार्थीहरूलाई दैनिक जीवनका क्रियाकलाप गर्न र लेख्न हातका बाँकी भाग वा खुट्टाका औँलाको प्रयोगको अभ्यास गर्न प्रोत्सहन गर्नुपर्दछ (शै.ज. वि.के. २०७२)।

३.९. पाठ खण्डीकरण र सरलीकरण

मस्तिष्कमा चोट लागेका विद्यार्थी बौद्धिक रूपमा पनि पछि हुन सक्तछन् । यस्ता विद्यार्थीले अन्य विद्यार्थीको गतिमा सिक्न नसक्ने भएकाले उनीहरूका लागि पाठलाई खण्ड खण्ड गरेर र बढी समय दिएर सिकाउने प्रयास गरिनुपर्दछ । यस्ता विद्यार्थीले अरू विद्यार्थी सरह सिकेनन् भनेर अत्याउनु हुँदैन बरु उनीहरूलाई हौसला र ढाडस दिनुपर्दछ । उनीहरूले नबुझेको विषय वस्तु पटक पटक दोहऱ्याउने गर्नुपर्दछ । अपाङ्गता भएका कोही बाल बालिकामा कुनै विषयगत समस्या भएमा यस्तो विषयका लागि छुट्टै कक्षाको व्यवस्था पनि गर्नुपर्ने हुन्छ ।

३.१०. शैक्षणिक सामग्रीको अधिक प्रयोग :

मस्तिष्कमा चोट लागेर शारीरिक र बौद्धिक रूपमा अपाङ्गता भएका विद्यार्थीहरूका लागि स्थानीय स्तरमा उपलब्ध हुने ठोस वस्तु, चित्र आदि शैक्षणिक सामग्रीको अत्यधिक प्रयोग गरी शिक्षण सिकाइका क्रियाकलाप गराइनु पर्दछ ।

३.११. शिक्षण सिकाइ र सिकाइ मूल्याङ्कनमा वैकल्पिक क्रियाकलापको प्रयोग :

कतिपय शारीरिक अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरू लेख्न सक्तैनन् । मस्तिष्क प्रणालीमा असर भएका कारण अपाङ्गता भएका कोही बाल बालिकाहरू बोल्न नसक्ने हुन्छन् । यस्ता सबैका लागि एउटै शिक्षण सिकाइ र मूल्याङ्कन प्रक्रिया उपयुक्त हुँदैन । त्यसैले भूकम्पबाट अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरू विद्यालय आउन थालेपछि उनीहरूको अवस्था अवलोकन गरेर र उनीहरू स्वयम्लाई वा

उनीहरूका अभिभावकहरूलाई सोधेर उनीहरूमा भएको सबल र कमजोर पक्षको जानकारी लिनुपर्दछ र उनीहरूलाई त्यसै अनुसार शिक्षण सिकाइ गरेर सिकाइको लेखाजोखा गरिनुपर्दछ । बोल्न नसक्नेका लागि सस्वर वाचनको सट्टा लेख्न लगाउने, लेख्न नसक्नेका लागि लेख्ने तथा ड्रइङ गर्ने कामको सट्टामा पढ्न लगाउने तथा सम्बन्धित कुरो वर्णन गर्न लगाउने आदि गर्न सकिन्छ । लेख्न नसक्ने विद्यार्थीका लागि लिखित परीक्षाको सट्टा मौखिक परीक्षा तथा उनीहरूको व्यवहार र प्रयासलाई अवलोकन गरेर कक्षा चढाउन सकिन्छ (शै.ज. वि.के. २०७२) ।

३.१२. प्रेरणा र प्रोत्साहन

अझै पनि जानेर वा अन्जानमा अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरू वा व्यक्तिलाई होच्याउने शब्दले सम्बोधन गर्ने, हेला गर्ने, यिनीहरू कमजोर हुन्छन् भन्ने गरिन्छ । अपाङ्गता भएका बाल बालिका र व्यक्तिलाई यसरी निरुत्साहित गरिनु हुँदैन । उनीहरूलाई पढ्न लेख्न साङ्गको तुलनामा बढी मेहनत गर्नुपर्दछ तर उनीहरू पढ्न लेख्न सक्तैनन् भन्ने होइन । शिक्षकले उनीहरूले गरेको कामको कदर गर्नुपर्दछ । उनीहलाई लेखपढ गर्न सक्छौ भनेर हौसला दिनुपर्दछ । उनीहरूका कमी कमजोरीलाई होइन सबल पक्ष र सफलतालाई औंल्याउनुपर्दछ र दिएका काम सिध्याएपछि स्यावासी दिनुपर्दछ (शै.ज. वि.के. २०७२) । भूकम्पबाट अपाङ्गता भएका बाल बालिकामा हिँडडुल गर्न, पढ्न लेख्न, साथीसँग खेल्न गारो भएको हुन्छ । यसले गर्दा उनीहरूमा अब आफू सबै कुरामा पछि परिने र भविश्य राम्रो बनाउन नसकिने भनेर चिन्ता लिने पनि हुन्छन् । यस्ता बाल बालिकालाई अहिले अनुभव भएको अप्ठारो क्रमशः सजिलो हुँदै जाने र अपाङ्गता भएका व्यक्तिले पनि साङ्गले जस्तै विभिन्न काम गर्नसक्ने र सहजताकासाथ जीवन निर्बाह गर्नसक्ने भनेर अपाङ्गता भएका व्यक्तिले गरेको प्रगतिको उदाहरण दिनुपर्दछ । यसो गरेमा भूकम्पबाट घाइते तथा अपाङ्गता भएका बाल बालिकाहरूलाई अगाडि बढ्न बल पुग्दछ ।

४. भूकम्पबाट मानसिक प्रभाव

साना ठुला सबै मानिसमा भूकम्पको क्षतिअनुसार मानसिक प्रभाव पर्दछ (कन्तिपुर दैनिक, वैशाख २३, २०७२ । भूकम्प प्रभावित बाल बालिकामा निम्न कुराले अत्यधिक त्रास र मानसिक पीडाको अनुभव भएको हुन्छ :

- कम्पनको अनुभव हुनु
- मानिसको कोलाहाल सुन्नु
- घर ढलेको देख्नु
- आफन्त वा अरू मानिस किचिएको वा पुरिएको देख्नु
- आफन्त वा अरू मानिस छटपटाएर मृत्यु भएको देख्नु
- घाइते मानिसको घाउ चोट देख्नु
- घाइते भएर रोए कराएको सुन्नु

- आफैँ घाइते हुनु
- घरको भग्नावशेषभित्र पुरिएर बाँच्नु
- आफ्नो सम्पत्ति तथा चौपायको नास हुनु

४.१. भूकम्पबाट मनोभावनात्मक पीडामा परेका बाल बालिकामा देखिने लक्षण तथा व्यवहार

भूकम्पबाट मनोभावनात्मक पीडामा परेका बाल बालिकाले उमेरअनुसार फरक फरक लक्षण देखाउँछन्। यस्ता बाल बालिकामा सामान्यतः निम्नानुसारका लक्षण देखिन्छन् :

शारीरिक समस्या

- टाउको दुख्ने
- रिगटा लागे जस्तो हुने
- वाकवाक लाग्ने
- खान मन नलाग्ने
- पेट दुख्ने
- निन्द्रा नलाग्ने वा बढी निन्द्रा लाग्ने
- जिउ भारी हुने र थकाइ लाग्ने
- मुटु हल्लिए जस्तो हुने

सोचाइ र व्यबहार

- डर लागिरहने
- भूकम्प र दुर्घटनाको मात्र याद हुने
- फेरि भूकम्प आउछ भन्ने सोचाइ हुने
- मरिन्छ कि भन्ने डर भइरहने
- एक्लै बस्न नसक्ने
- बोल्न मन नलाग्ने
- खेल्न दौडन मन नलाग्ने
- झर्को लाग्ने
- बढी रिस उठ्ने
- डरलाग्दा सपना देख्ने
- सानो आवाजमा पनि तर्सने
- निन्द्रामा झस्कने
- एकाग्रता नहुने वा ध्यान केन्द्रित गर्न नसक्ने
- रुन मन लाग्ने (शै.ज.वि.के. २०७२)

४.२. त्रास र मानसिक पीडामा परेका बाल बालिकाको शिक्षा

भूकम्पबाट त्रास र मानसिक पीडामा परेका बाल बालिकाको अवस्थामा सुधार र उपचारको प्रयास भएन भने उनीहरूको पढाइ लेखाइ र विकासमा अवरोध हुने मात्र होइन उनीहरूमा दीर्घकालीन मानसिक समस्या हुन पनि सक्तछ । त्यसैले यस्ता बाल बालिकालाई शिक्षकले निम्नअनुसार सहयोग र शिक्षण सिकाइका प्रक्रिया अप्नाउन आवश्यक छ :

त्रास र मानसिक पीडामा रहेका बाल बालिकाको पहिचान र आवश्यक सहयोग

शिक्षकले आफ्नो विद्यार्थीले भूकम्प पहिले कस्तो बानी व्यवहार देखाउँथे र भूकम्पपछि उनीहरूको बानी व्यवहारमा कुनै परिवर्तन आएको छ कि ख्याल गर्नुपर्दछ । केही विद्यार्थीको अनुहार अध्यारो छ, साथी समूहमा हेलमेल हुने गरेको छैन, खेल खेल्न पनि मन गर्दैन भने त्यस्ता विद्यार्थी त्रास र मासिक पीडाले ग्रसित छन् कि भनेर सोधखोजको प्रयास गरिनुपर्दछ । शिक्षकले यस्ता विद्यार्थीको नजिक भएर उनीहरूलाई बोल्ने अवसर दिएर विस्तारै उनीहरूको मनका कुरा बुझ्ने प्रयास गर्नुपर्दछ । कोही विद्यार्थीले भूकम्पदेखि डर लाग्दछ, फेरि भूकम्प आउछ कि भनेर सङ्का गर्दछ र यस्तै प्रकारका कुरा गर्दछ भने उसलाई निम्न कुरा सम्झाउनु पर्दछ र त्रास भुलाउने प्रयास गरिनु पर्दछ ।

- भूकम्प जाने नजाने भन्ने बारेमा कसैलाई कुनै जानकारी हुँदैन । नेपालमा एउटा ठुलो भुकम्प गएको धेरै वर्षपछि मात्र दुइ ठुला भूकम्प गएका छन् । अब निरन्तर यस्ता ठुला भूकम्प जान्छन् भन्न सकिँदैन ।
- भूकम्पले कमजोर संरचना भत्कायो, अब मुलुकमा सबै मानिस भूकम्पबाट सचेत भएका छन् । त्यसैले अब कम क्षति हुने संरचना बन्दै जान्छन् । अब हाम्रो मुलुकमा सानातिना भूकम्पबाट खासै असर पर्दैन ।
- भूकम्प देखि डराएर आत्तिने र विचार नगरी भाग दौड गर्नु हुँदैन । सोच बिचार गरेर जोगिने प्रयास भएमा बचिन्छ । यसका लागि सहजै खुला ठाउँमा पुग्न भ्याइन्छ भने त्यहाँ जानुपर्दछ । भ्याइन्न भने दरो खम्बा वा ढोकाको आडमा बस्नुपर्दछ ।
- भूकम्पको असर एक दुई जनामा मात्र परेको छैन, धेरै नेपालीमा परेको छ । असर परेको व्यक्ति एक्लो छैन । एकले अर्कोलाई सहयोग गर्दै यसको असर भुल्दै जानुपर्दछ ।

  विद्यालय खुलेपछि भूकम्प प्रभावित विद्यार्थीलाई सोझै पाठ्य पुस्तकका पाठमा जानुभन्दा उनीहरूको त्रास र मानसिक पीडा भुलाउन र पढाइ लेखाएका लागि तयार गराउन निम्नानुसारका क्रियाकलाप गराउनुपर्दछ ।

- आआफ्नो अनुभव साटासाट गर्ने अबसर दिने ।
- गीत लेख्न र गाउन लगाउने ।
- कथा सुनाउने र कथाका किताब पढ्न दिने ।
- सिर्जनात्मक कलाका क्रियाकलाप : नाच्ने, ड्इङ गर्ने, हस्त कलाका सामग्री बनाउन दिने

- खेल निर्माण गरी खेल्न दिने (शै.ज.वि.के. २०७२) ।

केही दिनसम्म यस्ता क्रियाकलाप गराउँदा पनि कोही विद्यार्थी समूहमा हेलमेल गर्ने, खेल र उल्लेख गरिए जस्ता काममा रुचि देखाउँदैन भने उसमा मानसिक समस्या हुने सम्भावना हुन्छ र यस्ता विद्यार्थीलाई उपचारका लागि मनो चिकित्सक वा मनोविज्ञ कहाँ पठाउँनुपर्दछ ।

भूकम्पपछिका कक्षा र शिक्षण सिकाइमा सुधार

भूकम्पको प्रभावित जिल्लाका तमाम बाल बालिका र विद्यार्थीमा यसको धेर थोर असर परेको छ । भूकम्प पछि सबैजसो विद्यार्थीमा शिक्षकको प्रवचन सुनेर पढाइ लेखाइ गर्ने मनस्थिति नभएकाले सम्भव भएसम्म बाल मैत्री तथा विद्यार्थी केन्द्रित शिक्षण सिकाइ गर्ने वा विद्यार्थीले काम गरेर सिक्ने प्रक्रिया अप्नाउनु पर्दछ । भूकम्पपछिको हालको अवस्थामा शिक्षण सिकाइका लागि तल दिइए जस्ता काम क्रियाकलाप गराउन सान्दर्भिक हुन्छ :

भूकम्प र भूकम्प पछिका विविध पक्षका बारेमा भित्ते पत्रिका तयार गर्न लगाएर नेपाली भाषाको शिक्षण सिकाइ गराउने ।

विद्यालय तथा गाउँका घर निर्माण प्रक्रियामा जग्गाको नाप र क्षेत्रफल निर्धारण, ड्इङ, आवश्यक काठको अनुमान, ले आउट आदिका काममा विद्यर्थीलाई सम्लग्न गराएर गणित शिक्षण गर्ने ।

सामाजिक अध्ययन र स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा वातावरण विषयका लागि निम्नानुसारका क्रियाकलाप गराउन सकिन्छ :

- गाउँ घरमा भूकम्पबाट भएको क्षतिको सामान्य सर्भे गर्ने र प्रतिवेदन तयार गरी प्रस्तुत गराउने ।
- गाउँमा उद्दार र राहातका लागि आएका सँस्थाका बारेमा जानकारी दिने प्रजेक्टवर्क गराउने ।
- गाउँ वा टोलमा गम्भीर घाइते भएका व्यक्ति मध्ये कुनै खास व्यक्तिमा लागेको घाउ चोट, उसको उपचार, उसको हालको आवस्था आदिका बारेमा खोज गर्ने जस्ता प्रोजेक्ट वर्क गराउने ।
- विद्यार्थीलाई धारामा लगेर ठिक तरिकाले हात धुने अभ्यास गराउने र ठूला कक्षाका विद्यार्थीको नेतृत्वमा गाउँ घरमा सरसफाइको अभियान चलाउने । पानी निर्मलीकरणका विधि, प्रक्रिया र पानी कम खर्च गर्ने उपायहरू (शै.ज.वि.के. २०७२) का बारेमा छलफल र अभ्यास गराएर अभिभावक माझमा प्रदर्शन गर्न लगाउने ।

५. निष्कर्ष

नेपालमा गएको वैशाख १२ र २९ गते गएको भूकम्पका अपाङ्गता भएका त्रास र मानसिक पीडामा परेका तमाम बाल बालिका र विद्यार्थीको शिक्षाका लागि भूकम्प प्रभावित क्षेत्रका विद्यालयका शिक्षकको विशेष भूमिका आवश्यक छ । यसका लागि अपाङ्गता भएका विद्यार्थीका लागि आवश्यक हिँडडुलका साधन जटाइ दिने, विद्यालयको भौतिक संरचना पनि अपाङ्गता अनुकूल बनाउँदै जाने र

शिक्षण सिकाइ र विद्यार्थी मूल्याङ्कनका विधि र प्रक्रिया पनि अपाङ्गता अनुकूल गराइनुपर्दछ । त्रास र मानसिक पीडामा परेका विद्यार्थीहरूलाई सुरुमा उनीहरूले रुचाउँने रमाइला क्रियाकलाप गराए र त्रास र मानसिक पीडा भुलाउने प्रयास हुनुपर्दछ । त्रास र मानसिक पीडामा परेका कतिपय विद्यार्थीहरूलाई शिक्षकको प्रयासबाट मात्र सामान्य अवस्थामा ल्याउन नसकिने हुँदा यस्ता विद्यार्थीलाई उपचारका लागि सम्बन्धित विज्ञ कहाँ पठाउनुपर्दछ । अबको शिक्षण सिकाइको प्रक्रिया बाल मैत्री तथा विद्यार्थी केन्द्रित मात्र हुनुपर्दछ ।

सन्दर्भ सामग्री

१. शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र, २०७२, अपाङ्गता र अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि शिक्षा

२. शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र, २०७२, भूकम्प पछिको आपत्कालीन अवस्थामा शिक्षालयहरूको व्यवस्थापन

३. तारा अधिकारी, मनोसामाजिक सहयोगको खाँचो, कन्तिपुर दैनिक, वैशाख २३, २०७२

४. Prashanti Paudel, Earthquake and Its Impact on Children, Republica Daily, May 9, 2015

५. Republica Daily, May 11, 2015

६. Republica Daily, June 25, 2015