

१

अभिभावक शिक्षाको चिनारी र महत्त्व

खण्ड-क अध्ययन सामग्री

१. अभिभावक शिक्षा परिचय

अभिभावक भन्नाले आमाबुबा, हजुरआमा, हजुरबुबा, दाजुदिदी र अन्य स्याहारकर्ता/संरक्षकहरू हुन् । बालबालिकाको पहिलो माया, सहारा, गुरु, संरक्षक, साथी, आमाबुबा वा अभिभावक नै हुन् । अभिभावकविना शिशुको लालनपालन असम्भव हुन्छ ।

प्रारम्भिक बाल्यावस्था (गर्भधारणदेखि आठ वर्षको उमेरसम्म) को स्याहार तथा विकासमा अभिभावकको प्रमुख दायित्व हुन्छ । अभिभावक शिक्षा बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासका लागि अभिभावकले जान्नेपर्ने उपयुक्त ज्ञान र सिप एकीकृत रूपमा प्रदान गर्ने योजनाबद्ध कार्यक्रम हो । “नेपालको संविधान २०७२” मा प्रत्येक बालबालिकालाई परिवार तथा राज्यबाट स्वास्थ्य, पालन पोषण, उचित स्याहार, तथा सर्वाङ्गीण विकासको हक हुने उल्लेख छ ।

सामाजिक संरचना, प्रविधिको प्रयोगले समाजलाई छिट्टै परिवर्तन गरेसँगै अभिभावकको परिभाषा र जिम्मेवारी पनि बृहत् हुँदै गएको छ । बालबालिका हुर्काउने तरिकाहरू, पारिवारिक संरचना टुक्रिँदै जाँदा आउँदो पुस्तामा राम्रोसँग हस्तान्तरण हुन सकेको छैन । आजको वैज्ञानिक युगमा अभिभावकहरूलाई पनि बालबालिका हुर्काउने सिप वैज्ञानिक बनाउँदै जान अत्यावश्यक भएको छ ।



१.१ उचित स्याहारको ढाँचा (Nurturing Care Framework)

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन, युनिसेफ तथा विश्व बैङ्कको संयुक्त पहल तथा विभिन्न अनुसन्धानका आधारमा बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकास हासिल गर्न आवश्यक वैज्ञानिक उचित स्याहारको ढाँचा तयार गरी सदस्य राष्ट्रहरूलाई लागू गर्न आह्वान गरेको छ । यसै ढाँचाभित्र रहेर यस अभिभावक शिक्षाको विकास भएको छ । जुन यसप्रकार छ :

राम्रो स्वास्थ्य



गर्भधारणको तयारीदेखि गर्भावस्था, जन्म, शिशु अवस्था, बाल्यावस्थाका जुनसुकै बेलामा गर्भवती महिला, गर्भमा रहेका शिशु र बालबालिकालाई विभिन्न स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्याहरू हुनसक्छ । अभिभावक शिक्षाले, आमाबुबा वा अभिभावकहरूमा उक्त समस्याहरूको पहिचान गरी समाधान गर्ने सिप सिकाउँछ । यसैगरी सन् रोगहरू लाग्न नदिन र लागेका बालबालिकालाई सावधानी अपनाएर स्वास्थ्य चौकी वा अस्पताल लैजान, नसर्ने रोगहरूको बारेमा जानकारी र बचावट गर्ने सिप अभिभावक शिक्षाले दिन्छ । मानसिक रूपमा स्वस्थ रहन पनि अभिभावक शिक्षाले सिकाउँछ । स्वास्थ्य चौकीबाट उपलब्ध हुने स्वास्थ्य सेवाहरूसँग समन्वय गर्ने, बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासको लागि जन्मान्तरको साधनहरू, बालघातक रोगहरूबाट बचावट गर्न खोप तथा विशेष अवस्थामा सरकारले पुर्‍याउने स्वास्थ्य सेवाको बारेमा सल्लाह सुझाव पनि अभिभावक शिक्षाले दिन्छ ।

पर्याप्त पोषण



हाम्रो शरीरका लागि अत्यावश्यक सम्पूर्ण तत्वहरू खानाबाटै प्राप्त हुन्छ । खानाबाट प्राप्त हुने सार तत्व नै पोषण हो । बालबालिकाको शरीर बन्न पनि पोषण नै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । आमाको गर्भमा आउनु अगाडिदेखि नै बुबा र आमाको शरीरमा आवश्यक पोषक तत्वहरू पूरा हुनुपर्छ । जसले गर्दा बालबालिका र आमा दुवै स्वस्थ हुन्छन् । प्रकृतिमा पाइने विभिन्न खाद्यवस्तुहरूलाई बालबालिकाको उमेरअनुसार योजनाबद्ध तरिकाले मिलाएर खुवाउने, खानाको मात्रा मिलाउने तरिका शरीरमा पोषणको मात्रा पुगे नपुगेको थाहा पाउने सिप अभिभावक शिक्षाले सिकाउँछ । कुपोषणको कारण मानसिक तथा शारीरिक क्षति र यसबाट बचावटको लागि उपचारात्मक विधि पनि यस शिक्षाले सिकाउँछ ।



विशेषतः शिशुले आफ्नो आवश्यकताहरू सुरुमा शारीरिक प्रतिक्रियाबाट व्यक्त गर्छन् । यसमा स्याहारकर्ताको संवेदनशील तथा उत्तरदायीपूर्ण सहयोग नभएपछि उनीहरूको व्यवहारमा समस्या आउन सक्छ । ३ वर्षमुनिका बोलन जान्ने बालबालिका पनि आफ्नो आवश्यकता बताउन सही शब्द छनौट गर्ने सक्दैनन् । अभिभावक तथा स्याहारकर्ताले बालबालिकाको यी आवश्यकताहरू नबुझ्दा उनीहरूले अभिभावकमा विश्वास नगर्न सक्छन् । जसको कारण नकारात्मक संवेगहरू बढ्दै जाने, जस्तै रिसाउने, चिच्याउने, रुने, डराउने जस्ता समस्यामूलक व्यवहार बढ्दै जाने सम्भावना हुन्छ । अभिभावक शिक्षाले बालबालिकाको मनोभावना बुझेर बाल अनुकूल व्यवहार गर्न अभिभावकलाई सक्षम बनाउँछ । यसले मनोसामाजिक समस्या आउन नदिन अभिभावकको भूमिका र यस्ता समस्या आइहालेपनि घरपरिवारमै अभिभावकबाट सम्भव हुने उपचारात्मक विधिहरू पनि सिकाउँछ ।

सुरक्षा र संरक्षण



बालबालिका जहाँ छन्, त्यहीं सुरक्षित र संरक्षित रहनु जन्मसिद्ध अधिकार हो । बालबालिका गर्भमा आएदेखि उमेर वा विकासात्मक चरणानुरूप सुरक्षित वातावरण तयार गर्नुपर्ने हुन्छ । बालदुर्व्यवहार, चोरी, बेचबिखन, बालश्रम, दुर्घटना, आपत्कालीन अवस्था, रोगव्याधि आदिबाट बालबालिकालाई बचाउने तरिका र यस्ता दुर्घटनाहरू भइहालेका अवस्थामा पनि पुनःस्थापना र सरकारी नीतिका आधारमा कानुनी उपचारको बारेमा अभिभावकहरू स्पष्ट भएर समयानुकूल व्यवहार गर्न अभिभावक शिक्षाले सिकाउँछ ।

उत्प्रेरणा र सिकाइ



बालबालिकाको सिकाइ गर्भदेखि नै सुरु हुन्छ । बालबालिकाको सिकाइका ढोकाहरू अर्थात् पाँच इन्द्रियहरू (आँखा, कान, नाक, जिब्रो, र छाला) पाएका अनुभव नै उत्प्रेरणा हुन् । उमेरानुसार र जति यी इन्द्रियहरूले उत्प्रेरणा पाउँछन् त्यति नै सक्रिय हुँदै जान्छन् । आँखाले नयाँ कुरा हेर्न, जिब्रोले नयाँ वस्तु चाख्न, कानले सुन्न र हातले वस्तुहरू चलाउन छुन कहिल्यै थाक्दैनन् । यस्तो क्रियाकलापले उनीहरूको बौद्धिक क्षमता बढाउँछ । प्रत्येक क्रियाकलाप वा उत्प्रेरणाबाट शिशुले नयाँ सिप सिक्किरहेका हुन्छन् । यसमा पनि उनीहरूको भावना बुझेर सो अनुरूप अभिभावकले सहभागी भएर सहयोगीको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ । अभिभावक शिक्षाले यी उत्प्रेरणा र सिकाइमा गर्भदेखि, शिशु, बाल्यावस्था (प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा र आधारभूत कक्षा) आदि उमेरक्रम अनुरूप सिकाइमा अभिभावकले गर्नुपर्ने सहयोगबारे ज्ञान र सिप सिकाउँछ ।

२. अभिभावक शिक्षाको महत्व

अभिभावक शिक्षाले अभिभावकहरूलाई बालबालिका हुर्काउने वैज्ञानिक ज्ञान तथा सिप दिन्छ । बालबालिकाको अन्तरनिहित क्षमता प्रस्फुटन तथा अभिवृद्धि गर्न मद्दत गर्छ । समुदायमा रहेका असल अभ्यासलाई प्रोत्साहन गर्छ । अभिभावक शिक्षा लिएका अभिभावकहरूले बालबालिकालाई सिकाइको अवसर जुटाइदिन्छन् । बालबालिकालाई स्नेहपूर्ण व्यवहार गर्न, कुराकानी गर्न, सरसफाई गर्न, पोसिलो खाना खुवाउन, सकारात्मक अनुशासन तथा प्रारम्भिक सिकाइको उचित वातावरण दिन, बालबालिकाको मनोभावना बुझेर बालअनुकूल व्यवहार गर्न र भेदभाव, सजाय, दुर्व्यवहार नगर्न सक्षम बनाउँछ । यसले विभिन्न पक्षहरूमा पुर्‍याउने लाभलाई देहायअनुसार प्रस्तुत गर्न सकिन्छ :



२.१ बालबालिका

बालबालिकाले अभिभावकबाट मात्र विकासका लागि उपयुक्त वातावरण पाउने हुनाले यसको प्रभाव बालबालिकामा प्रत्यक्ष पर्दछ । अभिभावकले उचित स्याहार गर्नाले बाल मृत्युदर, कुपोषण, दुर्व्यवहार, दुर्घटना, अपाङ्गता, मानसिक समस्या, बालअपराध, लागुपदार्थ दुर्व्यसन, शैक्षिक तथा आर्थिक क्षति, व्यवहारमा आउने समस्या तथा सामाजिक विभेदहरू हटाउँछ । बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकास भई क्षमतावान् व्यक्तित्व तयार हुन्छ ।

२.२ अभिभावक

अभिभावक शिक्षा बालबालिकाका लागि अभिभावकलाई दिइने ज्ञान तथा सिपहरू हो । अभिभावकमा पहिले सकारात्मक परिवर्तन भएपछि मात्र उनीहरूले बालबालिकालाई सेवा प्रदान गर्ने भएकाले अभिभावक शिक्षा अभिभावकमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउने महत्वपूर्ण अवसर हो । अभिभावक शिक्षाले अभिभावकलाई सकारात्मक, शान्तिपूर्ण, मायालु, तथा उत्प्रेरणामूलक वातावरण तयार गर्ने, स्थानीय खानाहरूलाई मिलाएर पोषणयुक्त खाना तयार गर्ने, अन्तरनिहित क्षमता पत्ता लगाउने र त्यस्ता क्षमताहरूको प्रस्फुटनका लागि उत्प्रेरणामूलक वातावरण तयार गर्ने बनाउँछ । अभिभावकहरूले आफूमा आत्मविश्वास, सामाजिक सिपहरूको अवसर, समय, स्रोत व्यवस्थापन, असल बानी व्यवहार, साक्षरतामा सुधार तथा नीति नियम सिक्ने अवसरसमेत पाउँछन् ।

२.३ राष्ट्र

अभिभावक शिक्षा लिएका अभिभावकहरूले देशप्रेमी योग्य क्षमतावान् मानवीय स्रोत तयार गर्छन् । उपयुक्त मानव स्रोतले देशको आर्थिक विकासमा सहयोग पुर्‍याउँछ । सकारात्मक अनुशासनमा हुर्केका मानव स्रोतले समाजमा अपराध घटाउँछ । समृद्ध तथा शान्त राष्ट्र निर्माण हुन्छ ।

३. जगेर्ना गर्नुपर्ने समुदायमा चलिआएका राम्रा चलनहरू

- गर्भवती आमालाई र गर्भको शिशुलाई गरी दुई भाग खाना भाग लगाउने, गर्भावस्थाका शिशु र गर्भवतीलाई हर्ष बधाई दिन गोदभराइ, विभिन्न परिकारसहितको दहीचउरा खुवाउने चलन राम्रो हो, यसलाई निरन्तरता दिनुपर्दछ ।
- सुत्केरी समयमा पतिको अनिवार्य संलग्नता हुनुपर्ने, छैठी, न्वारनमा बुबाको उपस्थिति हुनुपर्ने, घाममा तेल मालिस गर्ने, तोरी भरेको तक्रियाको प्रयोग गर्ने र शिशुको अन्नप्राशन गर्ने आदि राम्रा चलनलाई निरन्तरता दिनुपर्दछ ।
- बाजेबज्यै, आमाबुबाले बालकथा भन्ने चलनले बालबालिकाको सुनाइ तथा बोलाइ सिप विकास गर्नुको साथै भाषा विकासमा सहयोग पुग्दछ । त्यसैले यसलाई पनि निरन्तरता दिनुपर्दछ ।
- बालगीत, निदौरी, चाडपर्वका गीतहरू गाउने प्रचलनलाई निरन्तरता दिनुपर्दछ ।
- स्थानीय खेल खेलौना बनाइदिने राम्रा चलन हुन् । यसलाई पनि निरन्तरता दिनुपर्दछ ।

४. जान्नेपर्ने तथ्यहरू

- बालबालिकालाई जन्म दिने, पालनपोषण गर्ने, हेरविचार गर्ने संरक्षकको अर्थमा अभिभावकलाई बुझिन्छ । यस अर्थमा अभिभावक भन्नाले बालबालिका जन्माउने वा स्याहार गर्ने आमाबुबा, हजुरआमा, हजुरबुबा, हेरचाह गर्ने दाजुदिदी र अन्य स्याहारकर्ता/संरक्षकहरू हुन् ।
- बालअधिकारको धारा १८ को १ ले अभिभावकलाई कानुनी रूपमा हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी बहन गर्ने वयस्क भनी परिभाषित गरेको छ । बालबालिकाको जीवन प्रत्यक्ष रूपमा अभिभावकसँग जोडिएको हुन्छ ।
- अभिभावक शिक्षा बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासका लागि अभिभावकले जान्नेपर्ने उपयुक्त ज्ञान र सिप एकीकृत रूपमा प्रदान गर्ने योजनाबद्ध कार्यक्रम हो । यो अभिभावक शिक्षा उचित स्याहारको ढाँचामा आधारित छ । यसमा बालबालिकालाई राम्रो स्वास्थ्य, पर्याप्त पोषण, संवेदनशील स्याहार, सुरक्षा र संरक्षण तथा उत्प्रेरणा र सिकाइ दिन अभिभावकले खेल्नुपर्ने भूमिका र सिप सिकाइन्छ ।
- अभिभावक शिक्षाले बालबालिका, अभिभावक र राष्ट्रलाई समेत फाइदा पुग्दछ ।

खण्ड-ख सहजीकरण निर्देशिका



उद्देश्य: सहभागीहरूले प्रारम्भिक बालविकासका लागि अभिभावक शिक्षाको महत्व बताउन सक्ने छन् ।

यो सबैभन्दा पहिलो कक्षा भएको हुनाले सहभागीहरूको परिचय गराउनुहोस् । परिचयमा नाम, छोराछोरी कति जना छन्, तिनको उमेर पालैपालो बताउन लगाउनुहोस् । पहिलो बैठकमै छलफल गरी कक्षा सञ्चालनका बेला पालन गरिनुपर्ने नियम तथा आचारसंहिता (जस्तै -ठिलो नआउने, नियमित रूपमा सहभागी हुने, अनुपस्थित हुने स्थितिमा अरूलाई खबर गर्ने र सबैलाई बोल्ने मौका दिने) सहभागितामूलक रूपमा बनाउनुहोस् । यसलाई सरल भाषा तथा आकर्षक रूपमा सजाएर राख्ने वा हरेक सत्रमा टाँस्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस् ।

सहभागीहरूलाई कक्षा सञ्चालनका चरणहरू, **५ ओटा 'स'** को छोटो परिचय दिएर सत्र सुरु गर्नुहोस् ।

स स्थानीय ज्ञान तथा सकारात्मक चलन

सहजकर्ताले अभिभावकहरूसँग निम्न प्रश्नअनुसार छलफल गर्नुहोस् । अभिभावकका उत्तरहरूलाई सकारात्मक तरिकाले स्वीकार गर्नुहोस् । साथै छलफलमा आफूले जानेका कुराहरू पनि थप्दै जानुहोस् ।



हाम्रो समुदायमा साना बालबालिका हुर्काउने के कस्ता राम्रा चलनहरू (अभ्यासहरू) छन् ?

स समस्या विश्लेषण



क्रियाकलाप

सहभागीहरूलाई तलका क्रियाकलापहरू गर्न लगाउनुहोस् ।

१. सबै सहभागीलाई आँखा चिम्लिन लगाउनुहोस् ।
२. उनीहरूलाई आफ्नो बाल्यकाल सम्झन लगाउनुहोस् ।
३. आफ्नो बाल्यकालमा अभिभावकले गरेका एक एक ओटा राम्रा र नराम्रा व्यवहार स्मरण गर्न लगाउनुहोस् ।
४. उनीहरूले स्मरण गरेका र भन्न मिल्ने व्यवहार साझा गर्न लगाउनुहोस् । के त्यस्ता व्यवहार सहभागीले पनि आफ्ना बालबालिकासँग गर्नुहुन्छ ? भनेर सोध्नुहोस् ।

केही सहभागीबाट अनुभव सुनेपछि निम्न सन्देश दिनुहोस् :

हामी जुन समय र समाजमा हुर्केका छौं, हाम्रा बालबालिका पनि त्यसै गरी हुर्काउनु पर्छ भन्ने छैन । हामीलाई सानो बेलामा लागेको नराम्रो कुरा छोड्दै, राम्रा कुरालाई जगेर्ना गर्दै समयानुसार बालबालिका हुर्काउने तरिका परिवर्तन गर्दै जानुपर्दछ ।

स सन्देश

सहजकर्ताले “आज हाम्रो नानी/बाबुले के भनिरहेका छन् ? सुन्नुहोस् त” भनेर सबैलाई शान्त हुन अनुरोध गर्नुहोस् । बालसन्देशलाई सबैले सुन्ने गरी पढ्नुहोस् वा पढ्न सक्ने अभिभावकलाई पढ्न दिनुहोस् ।



बालसन्देश : मलाई लालन पालन गर्ने विषयमा थप ज्ञान र सिप सिक्नु भयो भने, मेरो वृद्धि, विकास र सिकाइमा सहयोग पुग्यो ।

सहभागीहरूलाई भएका कार्डको सङ्ख्या (कम्तीमा ३ समूह) अनुसार समूह विभाजन गरेर चित्र अवलोकन गराउनुहोस् । चित्रमा “के के देख्नुभयो ?” समूहगत रूपमा छलफल गरी भन्न लगाउनुहोस् ।



सहजकर्ताले अध्ययन सामग्रीमा भएको उचित स्याहारको ढाँचा अध्ययन गरेर यसमा उल्लेख गरिएका पाँच पक्षको विषयमा सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउनुहोस् । आवश्यक परे स्थानीय भाषामा समेत बताइदिनुहोस् । यस सम्बन्धमा अभिभावकलाई आफूले जानेका कुरा पनि राख्न अभिप्रेरित गर्नुहोस् । अभिभावक शिक्षाले यसबारे थप ज्ञान र सिप सिकाउने पनि जानकारी दिनुहोस् ।

यो चरणको अन्तमा निम्न मुख्य सन्देश पढेर सुनाउनुहोस् :



- बालबालिकालाई जन्म दिने, पालनपोषण गर्ने, हेरविचार गर्ने संरक्षकको अर्थमा अभिभावकलाई बुझिन्छ । यस अर्थमा अभिभावक भन्नाले बालबालिका जन्माउने वा स्याहार गर्ने आमाबुबा, हजुरआमा, हजुरबुबा, हेरचाह गर्ने दाजुदिदी र अन्य स्याहारकर्ता/संरक्षकहरू हुन् ।
- बालअधिकारको धारा १८ को १ ले अभिभावकलाई कानुनी रूपमा हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी बहन गर्ने वयस्क भनी परिभाषित गरेको छ । बालबालिकाको जीवन प्रत्यक्ष रूपमा अभिभावकसँग जोडिएको हुन्छ ।

- अभिभावक शिक्षा बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासका लागि अभिभावकले जान्नेपर्ने उपयुक्त ज्ञान र सिप एकीकृत रूपमा प्रदान गर्ने योजनाबद्ध कार्यक्रम हो । यो अभिभावक शिक्षा उचित स्याहारको ढाँचामा आधारित छ । यसमा बालबालिकालाई राम्रो स्वास्थ्य, पर्याप्त पोषण, संवेदनशील स्याहार, सुरक्षा र संरक्षण तथा उत्प्रेरणा र सिकाइ दिन अभिभावकले खेल्नुपर्ने भूमिका र सिप सिकाइन्छ ।
- अभिभावक शिक्षाले बालबालिका, अभिभावक र राष्ट्रलाई समेत फाइदा पुग्दछ ।

स सङ्कल्प

अभिभावकलाई आज सिकेका सिपहरू कसरी प्रयोगमा ल्याउनुहुन्छ ? सोध्नुहोस् ।
अभिभावकबाट आएका जवाफलाई सही दिशातर्फ डोर्न्याउँदै निम्न उदाहरणहरू आफूले पढेर अभिभावकलाई सुनाउनुहोस् वा अभिभावकमध्ये पढ्न सक्ने कसैलाई पढ्न लगाउनुहोस् ।

म अभिभावक शिक्षाका विषयमा छलफल हुनै सबै सत्रमा अनिवार्य रूपमा बस्छु र यहाँ सिकेका कुरा व्यवहारमा लागू गर्छु ।

म बालबालिकालाई कुट्ने, गाली गर्ने गर्दिनँ बरु धेरै माया गर्छु ।

म बालबालिकालाई विभिन्न अवसर र अनुभव दिएर सिक्न सहयोग गर्छु ।

स समीक्षा

कुनै समूहमा बल फाल्नुहोस् र जसले बल समाउँछ, सो सहभागीलाई तलको प्रश्न सोध्नुहोस् उहाँले दिएको उत्तरलाई प्रशंसा गर्नुहोस् र अरू कसैलाई केही थप गर्न मन लागेमा भन्न पनि लगाउनुहोस् :

- प्रारम्भिक बालविकासका लागि अभिभावक शिक्षा किन आवश्यक छ ? कुनै एक बुँदा भन्नुहोस् ।
- यो क्रम चार पाँचपटक दोहोर्‍याउनुहोस् ।

विषय प्राथमिकीकरण



यस प्रथम सत्रमा अभिभावक शिक्षामा भएका विषयवस्तुबारे परिचय दिएर यसमा आकर्षित गर्नु आवश्यक हुन्छ । त्यसैले पहिलो सत्रमा सबै विषयवस्तु (यसको फर्मेट अनुसूचीमा छ) लेखेको चार्टपेपर तयार गरेर प्रदर्शन गर्दै, विषयवस्तुबाट सरसर्ती सहभागीहरूलाई पढेर त्यसको बारेमा छोटोमा सुनाउनुपर्छ । अब सबै सहभागीलाई पाँच ओटा ढुङ्गा दिनुहोस् र अनिवार्य विषयबाहेक आफूलाई लिन मन लागेको विषयमा एक एक ओटा ढुङ्गा राख्न दिनुहोस् । सबभन्दा बढी छानिएका १४ ओटा विषय चार्टपेपरमा लेख्नुहोस् । यस्ता विषयलाई अनिवार्य विषय सञ्चालन गरिसके पछि मात्र सञ्चालन गर्नुहोस् ।

यसरी प्राथमिकीकरण गर्दा प्रारम्भिक बाल्यावस्थामा उत्प्रेरणा, समयमै अपाङ्गताको पहिचान, सकारात्मक अनुशासन, मानसिक स्वास्थ्य र बालकेन्द्रित सिकाइ क्रियाकलाप जस्ता सामाजिक रूपमा जागरण ल्याउन आवश्यक विषयवस्तु समावेश गरी सहजीकरण गर्नुहोस् ।



मलाई लालन पालन गर्ने विषयमा थप ज्ञान र सिप सिक्नु भयो भने,
मेरो वृद्धि, विकास र सिकाइमा सहयोग पुग्छ ।



(१) अभिभावक शिक्षाको चिनारी र महत्त्व



उद्देश्य: सहभागीहरूले प्रारम्भिक बालविकासका लागि अभिभावक शिक्षाको महत्त्व बताउन सक्ने छन् ।

स स्थानीय ज्ञान तथा सकारात्मक चलन

सहजकर्ताले अभिभावकहरूसँग निम्न प्रश्नअनुसार छलफल गर्नुहोस् :



हाम्रो समुदायमा साना बालबालिका हुर्काउने के कस्ता राम्रा चलनहरू (अभ्यासहरू) छन् ?

स समस्याको विश्लेषण

क्रियाकलाप

सहभागीलाई बाल्यकाल सम्झन लगाउनुहोस् र आफ्नो अभिभावकले गरेको राम्रो र नराम्रो व्यवहार एक एक ओटा सोचन लगाउनुहोस् । सो व्यवहार सहभागीले आफ्ना बालबालिकालाई पनि गर्नुहुन्छ ? भनेर सोध्नुहोस् । केही सहभागीबाट अनुभव सुनेपछि निम्न सन्देश दिनुहोस् ।

हामी जुन समय र समाजमा हुर्केका छौं, हाम्रा बालबालिका पनि त्यस्तै हुर्काउनुपर्छ भन्ने छैन । हामीले हामीलाई सानो बेला लागेको नराम्रो कुरा छोड्दै, राम्रा कुरालाई जगेता गर्दै समयानुसार बालबालिका हुर्काउने तरिका परिवर्तन गर्दै लैजानुपर्छ ।

स सन्देश

सहजकर्ताले अध्ययन सामग्रीमा भएको उचित स्याहारको ढाँचा अध्ययन गरेर यसका पाँच पक्षकोबारे बुझाइ स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।

यसपछि सहभागीहरूलाई चित्रकार्ड अवलोकन गराउनुहोस् र चित्रमा “के के देख्नुभयो ?” भन्न लगाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् ।



निम्न मुख्य सन्देशहरू पढेर सुनाउनुहोस् :

- बालबालिकालाई जन्म दिने, पालनपोषण गर्ने, हेरविचार गर्ने संरक्षकको अर्थमा अभिभावकलाई बुझिन्छ । यस अर्थमा अभिभावक भन्नाले बालबालिका जन्माउने वा स्याहार गर्ने आमाबुबा, हजुरआमा, हजुरबुबा, हेरचाह गर्ने दाजुदिदी र अन्य स्याहारकर्ता/संरक्षकहरू हुन् ।
- बालअधिकारको धारा १८ को १ ले अभिभावकलाई कानुनी रूपमा हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी बहन गर्ने वयस्क भनी परिभाषित गरेको छ । बालबालिकाको जीवन प्रत्यक्ष रूपमा अभिभावकसँग जोडिएको हुन्छ ।
- अभिभावक शिक्षा बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासका लागि अभिभावकले जान्नेपर्ने उपयुक्त ज्ञान र सिप एकीकृत रूपमा प्रदान गर्ने योजनाबद्ध कार्यक्रम हो । यो अभिभावक शिक्षा उचित स्याहारको ढाँचामा आधारित छ । यसमा बालबालिकालाई राम्रो स्वास्थ्य, पर्याप्त पोषण, संवेदनशील स्याहार, सुरक्षा र संरक्षण तथा उत्प्रेरणा र सिकाइ दिन अभिभावकले खेल्नुपर्ने भूमिका र सिप सिकाइन्छ ।
- अभिभावक शिक्षाले बालबालिका, अभिभावक र राष्ट्रलाई समेत फाइदा पुग्दछ ।

स सङ्कल्प

अभिभावकलाई आज सिकेका सिपहरू कसरी प्रयोगमा ल्याउनुहुन्छ ? सोध्नुहोस् ।

स समीक्षा

समूहमा बल फाल्नुहोस् र जसले बल समाउँछ सो सहभागीलाई तलको प्रश्न सोध्नुहोस् ।

- प्रारम्भिक बालविकासका लागि अभिभावक शिक्षा किन आवश्यक छ ? कुनै एक बुँदा भन्नुहोस् ।