

६

प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिका

खण्ड-क अध्ययन सामग्री

परिचय

शिशुको सिकाइ जन्मदेखि नै सुरु हुन्छ। जन्मपछि ऊ सर्वप्रथम बाहिरी वातावरणसँग घुलमिल हुन थाल्दछ। आमा, बुबा वा आफन्तहरूका बोली सुन्ने तथा उनीहरूको स्याहारसुसार र मायाममताको अनुभव पाउन थाल्दछ। उसलाई बाहिरी वातावरणका हरेक कुरा, व्यवहारले लगातार उत्प्रेरणा दिइरहेको हुन्छ। उसले फरक किसिमको वातावरण एवम् परिस्थितिसँग अभ्यस्त भई सिकाइलाई



दह्रो पार्न थाल्दछ। शिशु जन्मेको समयमा नै उसमा रङ छुट्ट्याउने दृष्टिशक्तिको विकास भइसकेको हुन्छ र, सुरुका एक वा दुई महिनाभित्रमै त्यसमा परिपक्वता आउँदछ। यसरी पहिलो वर्ष र त्यसपछिका वर्षहरूमा अत्यन्त द्रुत गतिमा हुने वृद्धि र विकासको क्रम बिस्तारै स्थिर हुन थाल्दछ। जन्मदेखि पाँच वर्षसम्मको अवधि बालबालिकाको शारीरिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, बौद्धिक तथा संवेगात्मक विकासमा अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण समय हो। त्यसैले यस समयमा बुबाको भूमिका पनि निकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

बुबा भन्नाले साधारण बुझाइमा वंश दिने बुबा भन्ने बुझिन्छ। भूमिकाको आधारमा काख लिने बुबा, आमाको अर्को बिहे भएको भए सौतिने बुबा, आमाको बुबातिरका हजुरबुबाहरू, काका, ठुलो बुबा, तथा मामाहरू र यी कोही पनि नभएको अवस्थामा विश्वासिलो पुरुष व्यक्तित्वहरू शिक्षक, छिमेकीले पनि बालबालिकालाई बुबाले जस्तै मार्गनिर्देशन गर्ने, उत्प्रेरणा दिने कार्यमा सहयोग गर्न गराउन सक्दछ।

बालविकासमा बुबाको संलग्नता भन्नाले परिवारमा मातृ तथा नवजात शिशुको हेरचाह, बालबालिकाको स्वास्थ्य, यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यमा दैनिक चासो, सहयोग तथा समझदारीपूर्ण सहभागितालाई जनाउँदछ। महिला र पुरुषबिचको समानतासहित दिगो एवम् सुमधुर सम्बन्धका लागि बुबाले पनि आमा तथा नवजात शिशु र बालबालिकाको स्वास्थ्य, संरक्षण र प्रवर्द्धनमा सक्रिय भूमिका खेल्नुपर्ने हुन्छ। बुबाको वैयक्तिक अनुभव, प्रेरणा र सम्बन्धको संलग्नताले परिवारमा प्रतिनिधिमूलक सहभागिता मात्र नभई जिम्मेवारीपूर्ण, सक्रिय र नियमित तथा निरन्तर सहभागितालाई समेत जोड दिइएको हुन्छ।

विभिन्न अध्ययनले परिवारमा बुबाले विभिन्न कारणले अभिभावकीय भूमिका निभाउन नसकेको तथ्यलाई उजागर गरेको छ। विभिन्न सामाजिक मूल्य मान्यता, आर्थिक अवस्था, परम्परागत सोच तथा संस्कृतिका व्यवहारिक अभ्यासरूमा लैङ्गिक पूर्वाग्रहरू विद्यमान रहेका छन्। यी र यसप्रकारका प्रचलनले बालबालिकाको हेरचाह र सर्वाङ्गीण विकासमा बुबाको अभिभावकीय भूमिकामा प्रभावहीन र न्यून उत्तरदायित्व रहेको देखिएको छ। बालबालिकाको हेरचाह, सिकाइ, खेलकुद, पोषण, र भावनात्मक समर्थनमा बुबाको सक्रिय सहभागिता नदेखिएको र बालबालिका हुर्काउन आमाको मात्र जिम्मेवारी हो भन्ने परम्परागत धारणा र बुझाइ रहेको छ। बुबाद्वारा सर्वाङ्गीण विकासमा नभई परिवारको आर्थिक जिम्मेवारीमा बढी संलग्नता रहेको पाइएको छ।

तथापि विभिन्न अनुसन्धानले बालबालिकाको हुर्काइमा बुबाको प्रत्यक्ष सहकार्यले बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा गुणात्मक अभिवृद्धि हुने दर्शाएको छ, जसको केही बुँदाहरू यस प्रकार छन् :

शारीरिक विकासमा प्रभाव

बालबालिकाको स्वास्थ्य, पोषण, खोप, सुरक्षाका साथै शारीरिक वृद्धि, शारीरिक सन्तुलन, विभिन्न अङ्गहरूबिच समन्वय, सूक्ष्म कार्य गर्ने सिप विकास, मांसपेशी नियन्त्रण र परिचालन आदिको विकासमा जहाँ जति आमाको भूमिका रहेको हुन्छ, बुबाको पनि त्यतिकै भूमिका रहेको हुन्छ।

स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव

गर्भावस्थादेखि नै बालबालिकाको हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी बुबाले निर्वाह गर्दा, आमा र गर्भको शिशुलाई पनि शारीरिक तथा मानसिक सुरक्षा महसुस हुन्छ। जसले गर्दा, जन्मपछि पनि आमाको दूध प्रशस्त बन्ने प्रोल्याक्टोन हर्मोन निष्कासन हुन्छ। शिशुले प्रशस्त स्तनपान गर्न पाउँछ। आमा र शिशु शारीरिक तथा मानसिक रूपमा स्वस्थ हुन्छन्। बालबालिकासँग रमाइला क्रियाकलाप गर्दा, दौडँदा, उफ्रेर खेल्दा, घुमफिर गर्दा, बालबालिका तथा बुबाको पनि मोटोपना कम हुने, तथा शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य राम्रो रहन्छ।

सामाजिक तथा संवेगात्मक उपलब्धि

दैनिक कार्यहरू जस्तै: खुवाउने, सरसफाइ गर्ने, सँगै खेल्ने, नुहाउने, घुम्न जाने आदि कार्यमा बुबाको सहभागिता भएमा बालबालिकाले गौरव गर्ने, संवेगको नियन्त्रण गर्ने, आत्मविश्वास बढ्ने, काम गर्ने जोस, जाँगर र आँट बढ्ने हुन्छ। बुबासँग हुने स्वतन्त्र अन्तरक्रियाले सञ्चार सिपको विकास हुने, भावनालाई सही रूपमा व्यक्त र व्यवस्थापन गर्न सक्ने क्षमताको विकास हुन्छ। यसले गर्दा उनीहरूमा सामाजिकीकरणको प्रवृत्ति र सिप विकास हुन गई भविष्यमा सबैसँग सकारात्मक सम्बन्ध बनाउने सक्षमता हासिल हुन्छ।

सकारात्मक पारिवारिक सम्बन्ध

बालबालिकाले आमाबाबुको व्यवहारबाट र घरको वातावरणबाट धेरै कुरा सिक्छन्। बुबाको सकारात्मक सहभागिताले घरमा भैँभगडा, दुर्व्यवहार नहुनाले बालबालिका पनि अपराध तथा लागुपदार्थ दुर्व्यसनमा फस्दैनन्। साथै उनीहरूले बुबालाई नमुना व्यक्तित्व मानेर आफूले पनि भविष्यमा आफ्नो घरपरिवारमा भैँभगडा नगर्ने, सहयोगी र ममतामयी पारिवारिक सम्बन्ध बनाउन सक्षम हुन्छन्।

बौद्धिक विकासमा उपलब्धि

बालबालिकालाई बुबाले समय दिँदा, मायालु वातावरणमा खेलाउँदा, सिकाइमा उत्प्रेरित गर्दा, विद्यालयको गृहकार्यमा सहयोग गर्दा उनीहरूको बौद्धिक स्तर उच्च हुने र जसले गर्दा सिकाइमा पनि उच्च उपलब्धि हासिल हुन्छ। विद्यालय शिक्षामा निरन्तरता, दिनभरि सक्रिय भएर सिक्ने, कक्षा नदोहर्नु, साथै विद्यालयको शिक्षा पूरा गर्ने गर्दछन्।

स्वतन्त्रपूर्ण व्यवहारमा कमी

बुबाको प्रत्यक्ष सहभागिताले हुर्काएका बालबालिकामा दुर्व्यवहार, दुर्व्यसनी, कुलत तथा कुनै पनि अपराधमा फस्ने सम्भावना न्यून हुन्छ।

लैङ्गिक समानता

बुबाले पनि आमाजस्तै सचेत र जिम्मेवार ढङ्गले बालबालिकाको स्याहार गर्न सक्छन्। गर्भधारण, जन्म र प्रारम्भिक हुर्काइमा महिलाको ऐतिहासिक र महत्त्वपूर्ण योगदान रहेको भए पनि आधुनिक समाजले बुबाको प्रत्यक्ष सहभागितालाई पनि आवश्यक र अर्थपूर्ण रूपमा स्वीकार गर्न थालेको छ।

यस सन्दर्भमा पुरुषको सक्रिय सहभागिताले लैङ्गिक समानता प्रवर्द्धन गर्न, महिलाको अनुभव र भावनाको सम्मान बढाउन, घरायसी हिंसा न्यूनीकरण गर्न तथा महिलाको पेसागत जीवनमा सहयोग पुऱ्याउन मद्दत गर्छ।

यसको अर्का महत्त्वपूर्ण प्रभाव के हो भने बालबालिकाले बुबा र आमाको भूमिकालाई कठोर रूपमा छुट्याएर नहेरी समान जिम्मेवारीका रूपमा बुझ्न थाल्छन् । जसले उनीहरूमा सानैदेखि लैङ्गिक समानताको व्यवहारिक अभ्यास विकास गर्न सहयोग गर्छ ।

लैङ्गिक र लैङ्गिकतासँग सम्बन्धित पूर्वाग्रहहरू कम गर्न भूमिका:

बुबालाई पनि हेरचाह (caregiving) मा संलग्न गराउनु हानिकारक लैङ्गिक रूढीवादी सोच (gender stereotypes)लाई कम गर्न सहयोगी हुन्छ । जब बालबालिकाले बाबु तथा अन्य पुरुष सदस्यहरूलाई शिशुलाई खाना खुवाउने, दिशापिसाब गरेको सफा गर्ने र शान्त पार्ने कार्यमा सहभागी भएको देख्छन्, तब उनीहरूले हेरचाह महिलाको मात्र जिम्मेवारी नभई साभ्मा जिम्मेवारी हो भन्ने सिक्छन् (Schaub, 2021)। लैङ्गिक समानतासम्बन्धी यस्ता प्रारम्भिक सिकाइहरूले बालबालिकामा सामाजिक चेतना विकास गर्न मद्दत गर्छ, जसलाई उनीहरूले किशोरावस्था र वयस्क अवस्थासम्म पनि यस्ता पूर्वाग्रहहरू कम गर्न सहयोग गर्दछ । साथै यसले सकारात्मक पुरुषत्वको प्रवर्द्धन गर्न सहयोग गर्छ । बुबाले राम्रो व्यवहार, जिम्मेवारी र समानताको उदाहरण प्रस्तुत गरेर बालबालिकाको जीवनमा सकारात्मक आदर्श व्यक्तिको भूमिका खेल्छ ।

बालबालिकाको विकासात्मक अवस्थाअनुरूप बुबाको जिम्मेवारी

गर्भावस्थामा

- बालबालिका जन्माउने तयारीदेखि नै बुबाले सकारात्मक सोच बनाउने, स्वास्थ्य परीक्षण गराउने, गर्भधारणको कम्तीमा पनि १ महिनाअगाडि देखि नै मद्यपान, धूम्रपान जस्ता कुलत त्याग्ने, आर्थिक व्यवस्था गर्ने तथा पोषणयुक्त खाना खुवाउने प्रवन्ध गर्नुपर्छ ।
- गर्भ रहेको शङ्का हुनासाथ गर्भ परीक्षण गराई निक्क्यौल गर्ने तथा घर परिवारमा सकारात्मक वातावरण तयार गर्नुपर्छ ।
- गर्भावस्थामा परीक्षण गर्ने, स्वास्थ्य संस्था अस्पताल निक्क्यौल गरी निरन्तर गर्भ परीक्षणमा जाने, स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह सुन्नुअनुरूप वातावरण तयार गर्नुपर्छ ।
- गर्भवती महिलालाई शान्त, सहज र आत्मीय वातावरण दिई तनावमुक्त बनाउन मद्दत गर्नुपर्दछ ।
- घरायसी दैनिक काममा सघाउने, ठुला गहौँ सामानहरू बोक्ने, उचाल्ने वा जोखिमपूर्ण कामहरू लगाउनु हुँदैन ।
- धूम्रपान, मद्यपान गर्नुहुँदैन । यसैगरी खेतबारीमा हाल्ने मल, कीटनाशक औषधीहरू गर्भवतीको वरिपरि राख्नुहुँदैन ।
- गर्भावस्थामा शरीरमा आउने परिवर्तनका बारेमा कुराकानी गर्ने र अन्य देखिन सक्ने समस्या समाधानका लागि मानसिक तयारी गर्नुपर्दछ ।

- गर्भमा रहेको शिशुले पनि आवाजहरू सुन्ने भएकाले आमा र शिशुसँग कुराकानी गर्ने गीत सङ्गीत सुनाउने र स्पर्श गर्ने गर्नुपर्दछ ।
- आआफ्नो संस्कृतिअनुरूप सकारात्मक चालचलनहरू गर्न र गराउन सहयोग गर्नुपर्छ ।

प्रसवको तयारी र हेरचाह

- सुत्केरी गराउने स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालको निक्क्यौल गर्ने, सो केन्द्रसम्म पुग्ने स्थानअनुसारको साधनको व्यवस्था गर्नुपर्छ ।
- आर्थिक व्यवस्थापन, पोषणयुक्त खानाको व्यवस्था, सुत्केरी तथा नवजात शिशुको हेरचाह स्याहार गर्ने सहयोगीको व्यवस्था गर्नुपर्छ ।
- प्रसव व्यथाको समय कष्टपूर्ण हुने भएकाले श्रीमान्ले समानुभूति गरी आवश्यक शारीरिक एवम् भावनात्मक सामिप्य र सहयोग पुऱ्याउनुपर्छ ।
- जन्मपश्चात् शिशुलाई बोलेर स्वागत गर्ने आफ्ना सकारात्मक संवेगहरू व्यक्त गर्ने, आमाको र आफ्नो छातीमा टाँसेर राख्नुपर्छ ।
- आमालाई तातो खानाको व्यवस्था, शिशुलाई लगाउने लुगाको व्यवस्था तथा जन्मेको एक घण्टाभित्र शिशुलाई स्तनपान गर्ने व्यवस्था पनि गर्नुपर्दछ ।

हुर्कने क्रममा बुबाको भूमिका

दैनिक क्रियाकलापमा

- बालबालिका जति साना छन्, मस्तिष्क विकास उति नै तीव्र हुन्छ । बुबाबाट पाएका विभिन्न अवसर तथा उचित स्याहारले बालबालिकाको राम्रो विकास हुन्छ । साथै बुबाको साथ र प्रोत्साहनले बालबालिकाको सिकाइ, निर्णय क्षमता, र भविष्यप्रतिको सकारात्मक सोच विकास हुन्छ । त्यसैले शिशु वा बालबालिकालाई स्नेहपूर्वक प्रतिक्रिया जनाउने, उनीहरू रोए, अवज्ञा गरे, रिसाएमा धैर्य गरी उनीहरूले के खोजिरहेका छन् बुझेर सहयोग गर्नुपर्दछ ।
- बालबालिकाका लागि बुबा यस्तो मनपर्ने व्यक्तित्व हो कि उनीहरू रोएको बेलामा पनि आमाले भन्दा बुबाले बोलाउँदा छिट्टै चुप लाग्ने र प्रतिक्रिया दिने गर्दछन् ।
 - शिशुलाई खुवाउने, खेलाउने, गीत सुनाउने, डुलाउने, नुहाइदिने, लुगा लगाईदिने, सुताउने वा उनीहरूको ससाना समस्याहरू तुरुन्तै समाधान गरिदिने, उनीहरूको काममा सघाउने गर्नुपर्दछ ।
 - बालबालिकालाई सुताउने बेलामा कुरा गर्ने, सुस्सुम्याउने, “हो.. हो.. नानु/बाबु” भन्दै थुमथुम्याउने, निदरी गीत गाउँने, कथा सुनाउने गर्नुपर्दछ ।

- बुबाआमा दुवै घरबाहिर काममा जाने हो भने, घरायसी कामकाजमा दुबैजनाले उत्तिकै समय दिनुपर्छ र बालबालिकाको हेरचाहका लागि भरपर्दो, तालिम प्राप्त, अनुभवी स्याहारकर्ता राख्ने र समय समयमा निगरानी पनि गर्नुपर्दछ ।
- काम गर्ने बुबाले पनि दैनिक बालबालिकासँग कुराकानी, स्नेह र उनीहरूको कुरा सुन्नका लागि समय दिनुपर्छ ।
- आआफ्नो संस्कृतिअनुसार शिशुको स्वागत, न्वारन, पास्नी गर्नुपर्छ ।
- सम्बन्धित कार्यालयमा जन्म दर्तापनि अनिवार्य रूपमा गर्नुपर्दछ ।

बालविकास केन्द्र तथा विद्यालय

- बालविकास केन्द्र तथा विद्यालय जाने बालबालिकालाई लुगा लगाईदिने, पुऱ्याउन जाने, लिन जाने लुगाहरू ठिक ठाउँमा राख्ने, जाँदा र आउँदा खेल्दा सुरक्षित अभ्यासहरू सिकाउने, बालविकास केन्द्रमा सिकेका विषयहरूलाई घरायसी क्रियाकलापमा सिक्न सहयोग गर्ने गर्नुपर्दछ । विशेष गरी बालविकास केन्द्र वा प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा सिकाइको जग भएकाले एकैचोटि कखरा सिकाउने भन्दा पूर्व पढाइ तथा पूर्वगणितीय सिपलगायत सर्वाङ्गीण विकासका अवसरहरू सुनिश्चित गर्नुपर्दछ ।
- विद्यालय जाने बालबालिकालाई विद्यालयमा बालमैत्री वातावरण तथा बालकेन्द्रित शिक्षणसिकाइ भएको सुनिश्चित गर्ने, गृहकार्य गर्न अनुकूल वातावरण तयार गर्ने, गृहकार्य गर्न सहयोग गर्ने, आफूले सिकाउन नसके विद्यालयसँग समन्वय गर्ने गर्नुपर्दछ । उनीहरूलाई पढ्न उत्प्रेरित गर्ने र आफूले सुन्ने कथाका पुस्तकहरू सुत्ने बेलामा सँगै पढ्ने गर्नुपर्दछ ।
- बालविकास केन्द्र तथा विद्यालयका शिक्षकसँग नियमित सम्पर्कमा रहेर बालबालिकाको सिकाइ अवस्थाबारे जानकारी लिनुपर्छ ।

घरबाहिर भएका बुबाहरूले गर्नुपर्ने कार्यहरू

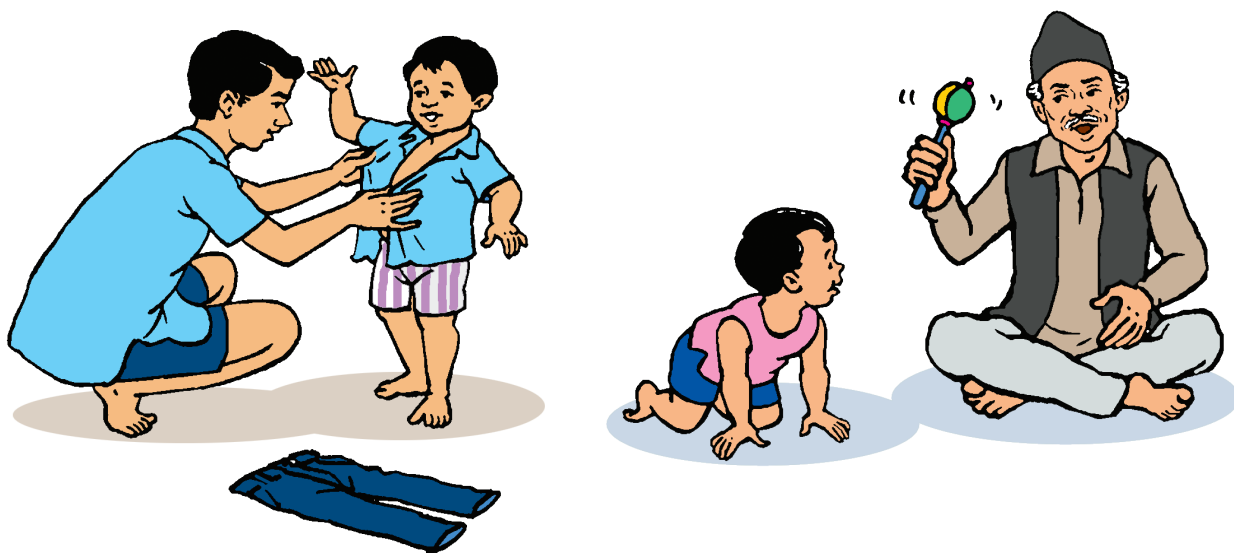
वैदेशिक रोजगारी तथा अन्य कारणले घरबाहिर भएका बुबाहरूले पनि सूचना प्रविधिको प्रयोग गरि निम्न तरिकाले बालबालिकासँग सुमधुर सम्बन्ध राख्न सक्छन् :

- बालबालिकालाई दैनिक निश्चित समय निर्धारण गरी फोन वा भिडियो कल गर्ने गर्नुपर्छ ।
- उनीहरूको उमेरअनुसार बुझ्ने गरी हाउभाउसहित स्वरहरू उतारचढाव गरेर सही थाप्ने “ए... हो ..र, अनि... के भयो नि ?” जस्ता खुल्ला प्रश्नहरू सोधेर उनीहरूलाई धेरै बोल्न उत्प्रेरित गर्ने गर्नुपर्दछ ।

- कुराकानीमा पहिले बालबालिकाको दिनभरिको क्रियाकलापहरू सुन्ने र आफूले पनि आफ्नो दिनभरिका घटनाहरू बताउने गर्नुपर्दछ ।
- अनावश्यक रूपमा आफू आउँछु भनेर वा अन्य भूट्टा बाचाहरू गर्नुहुँदैन ।
- घरका अन्य सदस्यहरूसँग पनि बालबालिकाको बारेमा सोधपुछ गर्ने, खाना कसरी खुवाएको छ ? खेल, कुराकानी गराएको छ, छैन ? विद्यालयमा रमाएको छ, छैन ? सोधिखोजी गर्नुपर्दछ ।

जान्नैपर्ने तथ्यहरू

- बालबालिका हुर्काउनु आमाबुबा दुबैको साझा जिम्मेवारी हो ।
- बालबालिकाको हुर्काइमा बुबाको प्रत्यक्ष सहकार्यले बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा गुणात्मक अभिवृद्धि हुने विभिन्न अनुसन्धानले दर्शाएको छ ।
- गर्भावस्थादेखि नै बालबालिकाको हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी बुबाले निर्वाह गर्दा जन्मपछि पनि आमाको दूध प्रशस्त बन्ने र शिशुले प्रशस्त स्तनपान गर्न पाउँछ ।
- बालबालिकाको दैनिक कार्यमा बुबाको सहभागिता भएमा उनीहरूको भाषा, सिकाइ र सञ्चारमा राम्रो विकास हुन्छ । भविष्यमा साथीहरूसँग सकारात्मक सम्बन्ध हुन्छ । बालबालिका कुलतमा पढ्ने ।
- बुबालाई पनि बालबालिकाको हेरचाहमा संलग्न गराउँदा लैङ्गिक रूढीवादी सोच पनि कम हुन्छ ।
- वैदेशिक रोजगारी तथा अन्य कारणले घरबाहिर भएका बुबाहरूले पनि सूचना प्रविधिको प्रयोग गरी बालबालिकासँग सुमधुर सम्बन्ध राख्न सक्छन् ।



खण्ड-ख सहजीकरण निर्देशिका



उद्देश्य: सहभागीहरूले प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिका बताउन सक्ने छन् ।

सहजकर्ताले अगाडिको पाठमा के सिकेका थियौं र आफू तथा घर परिवारमा के के परिवर्तन गर्नुभयो भनी पुनरावलोकन गर्नुहोस् ।

स स्थानीय ज्ञान तथा सकारात्मक चलन

सहजकर्ताले आजको विषयको छोटो परिचय दिएपछि अभिभावकहरूसँग निम्नानुसार प्रश्न गरी छलफल गर्नुहोस् । अभिभावकका उत्तरहरूलाई सकारात्मक तरिकाले स्वीकार गर्नुहोस् । साथै छलफलमा आफूले जानेका कुराहरू पनि थप्दै जानुहोस् ।



हाम्रो घरपरिवार तथा समुदायमा बालबालिका हुर्काउने क्रममा बुबाको भूमिका कस्तो छ ?

स समस्याको विश्लेषण

क्रियाकलाप



सहभागीहरूलाई करिब १ मिनेट आँखा चिम्लेर आआफ्नो सासमा ध्यानकेन्द्रित गर्न लगाउनुहोस् । आफ्ना बाल्यावस्थामा फर्किन लगाई, बुबाले स्याबासी दिएको बेला आफूलाई कस्तो अनुभव भएको थियो र गाली गर्दा कस्तो अनुभव भएको थियो स्मरण गर्न लगाउनुहोस् । सबैलाई आँखा खोल्न लगाउनुहोस् र आफू सानो हुँदा बुबाको भूमिकाबारे सोध्नुहोस् ।

छलफलपछि निम्न सन्देश दिनुहोस् ।

बालबालिका हुर्काउन बुबाको डर त्रास देखाउनु भन्दा, बुबा पनि बालबालिकाको स्याहारसुसारमा संलग्न हुनुपर्छ । हामीले आफूलाई सानो बेलामा महसुस भएका नराम्रो कुरा छोडी राम्रा कुरालाई जगेर्ना गर्दै समयानुसार बालबालिका हुर्काउने तरिका परिवर्तन गर्दै लैजानुपर्दछ ।

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 बुबा धेरै मनपर्छ ।

बुबासँग खेलेर म स्वस्थ, खुसी र निडर भई सिक्न सक्छु ।

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



छलफल गर्दा छुटेका महत्त्वपूर्ण कुरालाई ख्याल गर्नुहोस् । अध्ययनसामग्रीमा दिइएको

प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिकासम्बन्धी सामग्रीमा आधारित भई प्रस्तुतीकरण गर्नुहोस् । आवश्यक परे स्थानीय भाषामा स्पष्ट गरिदिनुहोस् । प्रस्तुतीकरणका क्रममा अभिभावकका अनुभव र जानकारीलाई व्यक्त गराउन प्रेरित गर्नुहोस् । यो चरणको अन्तमा निम्न मुख्य सन्देश पढेर सुनाउनुहोस् ।

यो चरणको अन्तमा निम्न मुख्य सन्देश पढेर सुनाउनुहोस् :



- बालबालिका हुर्काउनु आमाबुबा दुबैको साझा जिम्मेवारी हो ।
- बालबालिकाको हुर्काइमा बुबाको प्रत्यक्ष सहकार्यले बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा गुणात्मक अभिवृद्धि हुने विभिन्न अनुसन्धानले दर्शाएको छ ।
- गर्भावस्थादेखि नै बालबालिकाको हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी बुबाले निर्वाह गर्दा जन्म पछि पनि आमाको दूध प्रशस्त बन्ने र शिशुले प्रशस्त स्तनपान गर्न पाउँछ ।
- बालबालिकाको दैनिक कार्यमा बुबाको सहभागिता भएमा उनीहरूको भाषा, सिकाइ र सञ्चारमा राम्रो विकास हुन्छ । भविष्यमा साथीहरूसँग सकारात्मक सम्बन्ध हुन्छ । बालबालिका कुलतमा पढेनन् ।
- बुबालाई पनि बालबालिकाको हेरचाहमा संलग्न गराउँदा लैङ्गिक रूढीवादी सोच पनि कम हुन्छ ।
- वैदेशिक रोजगारी तथा अन्य कारणले घरबाहिर भएका बुबाहरूले पनि सूचना प्रविधिको प्रयोग गरी बालबालिकासँग सुमधुर सम्बन्ध राख्न सक्छन् ।

स सङ्कल्प

अभिभावकलाई आज सिकेका कुराहरू कसरी प्रयोगमा ल्याउनुहुन्छ सोध्नुहोस् ।
अभिभावकबाट आएका प्रतिक्रियालाई सम्मान गर्दै निम्न उदाहरणहरू आफूले पढेर सुनाउनुहोस् :

म आजैदेखि बुबालाई बालबालिकाको हुर्काइमा संलग्न गराउँछु ।

म आज सिकेका कुरा छोरालाई पनि सुनाउँछु । (छोरो हुर्किएको र विवाहितसमेत भइसकेको भए)

म आजैदेखि बुबालाई बालबालिकाकासँग दैनिक खेल वा कथा सुनाउने समय छुट्याउँछु ।

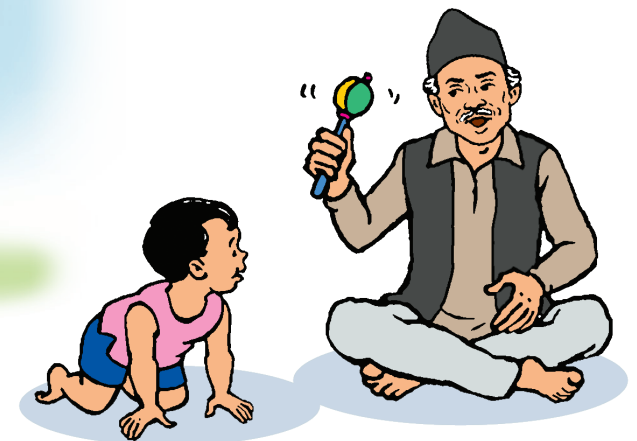
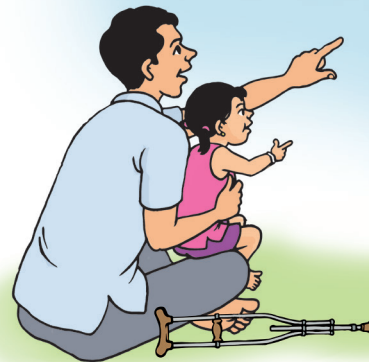
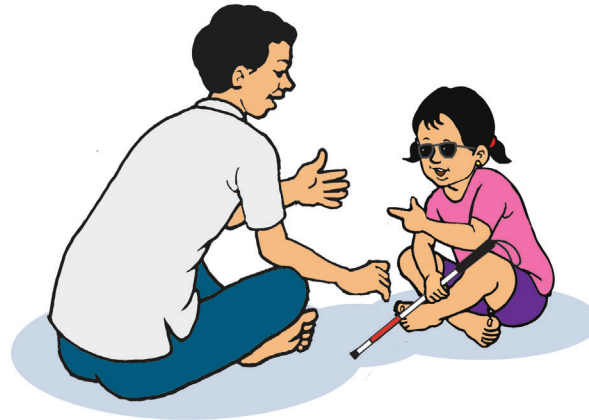
म दैनिक फोनमा कुरा गर्ने समय छुट्याउँछु । (घरबाहिर रहेका बुबा भए)

स समीक्षा

सहभागीहरूमध्ये दुई तीन जनालाई आज सिकेको विषयमा १ मिनेट बोल्न दिनुहोस् ।



मलाई बुबा धेरै मनपर्छ । बुबासँग खेलेर म स्वस्थ, खुसी र निडर भई सिक्न सक्छु ।



(६) प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिका



उद्देश्य: सहभागीहरूले प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिका बताउन सक्ने छन् ।

स स्थानीय ज्ञान तथा सकारात्मक चलन

सहजकर्ताले अभिभावकहरूसँग निम्नानुसार प्रश्न गरी छलफल गर्नुहोस् :



हाम्रो घरपरिवार तथा समुदायमा बालबालिका हुर्काउने क्रममा बुबाको भूमिका कस्तो छ ?

स समस्याको विश्लेषण



क्रियाकलाप

बालबालिकालाई आफ्ना बाल्यावस्थामा फर्किन लगाई बुबाको भूमिका के थियो सोच्न लगाउनुहोस् । छलफलपछि निम्न सन्देश दिनुहोस् ।

बालबालिका हुर्काउन बुबाको डर त्रास देखाउनु भन्दा, बुबा पनि बालबालिकाको स्थावरसुसारमा संलग्न हुनुपर्छ । हामीले हामीलाई सानो बेला लागेको नराम्रो कुरा छोड्दै, राम्रा कुरालाई जगेर्ना गर्दै समयानुसार बालबालिका हुर्काउने तरिका परिवर्तन गर्दै लैजानुपर्दछ ।

स सन्देश

माथिका छलफलमा छुटेका र अध्ययन सामग्रीमा भएको प्रारम्भिक बालविकासमा बुबाको भूमिकाबारे सहभागीहरूलाई थप स्पष्ट गरिदिनुहोस् ।

यसपछि सहभागीहरूलाई चित्र अवलोकन गराउनुहोस् र चित्रमा “के के देख्नुभयो ?” भन्न लगाउनुहोस् ।



निम्न मुख्य सन्देशहरू पढेर सुनाउनुहोस् :

- बालबालिका हुर्काउनु आमाबुबा दुवैको साझा जिम्मेवारी हो ।
- बालबालिकाको हुर्काइमा बुबाको प्रत्यक्ष सहकार्यले बालबालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा गुणात्मक अभिवृद्धि हुने विभिन्न अनुसन्धानले दर्शाएको छ ।
- गर्भावस्थादेखि नै बालबालिकाको हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी बुबाले निर्वाह गर्दा जन्म पछि पनि आमाको दूध प्रशस्त बन्ने र शिशुले प्रशस्त स्तनपान गर्न पाउँछ ।
- बालबालिकाको दैनिक कार्यमा बुबाको सहभागिता भएमा उनीहरूको भाषा, सिकाइ र सञ्चारमा राम्रो विकास हुन्छ । भविष्यमा साथीहरूसँग सकारात्मक सम्बन्ध हुन्छ । बालबालिका कुलतमा पर्दैनन् ।
- बुबालाई पनि बालबालिकाको हेरचाहमा संलग्न गराउँदा लैङ्गिक रूढीवादी सोच पनि कम हुन्छ ।
- वैदेशिक रोजगारी तथा अन्य कारणले घरबाहिर भएका बुबाहरूले पनि सूचना प्रविधिको प्रयोग गरी बालबालिकासँग सुमधुर सम्बन्ध राख्न सक्छन् ।

स सङ्कल्प

अभिभावकलाई आज सिकेका कुराहरू कसरी प्रयोगमा ल्याउनुहुन्छ ? सोध्नुहोस् ।

स समीक्षा

सहभागीहरूमध्ये दुई तीन जनालाई आज सिकेको विषयमा १ मिनेट बोल्न दिनुहोस् ।