२२. वृद्धि और व्यक्तित्व का विकास

बताओ तो !

अपने बचपन के पुराने कपड़े, जूते तथा चप्पलें क्या तुम अब उपयोग में ला सकोगे ?

करके देखो :

तुम्हारी प्रगतिपुस्तिका में लिखी तुमसे संबधित जानकारी पढ़ो और नीचे दी गई सारिणी में लिखो ।

	पहली	दूसरी	तीसरी	चौथी	पाँचवीं
ऊँचाई					
भार					

भोजन द्वारा सभी सजीवों की वृद्धि होती है । इसी तरह जन्म से लेकर वयस्क अवस्था तक हमारी ऊँचाई तथा भार बढ़ता रहता है । यदि तुम्हारे सहपाठी या सहेलियों द्वारा अपने बारे में ऊपरी सारिणी में भरी गई जानकारियों को देखें, तो भी ऐसा ही दिखेगा । कुछ लोगों की इस समय की ऊँचाई (कद) तथा भार तुम्हारी ऊँचाई तथा भार से अधिक है तो कुछ लोगों की कम होगी परंतु उन्हीं की पहली तथा दूसरी कक्षा में जो ऊँचाई तथा भार था; उसकी तुलना में अभी अधिक ही होंगे क्योंकि सभी लड़के-लड़कियों की वृद्धि प्रायः १८ वर्ष की आयु तक होती है ।

बताओ तो !

(१) क्या छोटा बच्चा अपने हाथ से खाना खा सकता है ?

(२) क्या दो वर्ष आयुवाले छोटे बच्चे को कपड़ों की तह करना आता है ?

(३) ऊपर दिए गए दोनों कार्य करना वे कब सीखते हैं ?

(४) आगे दी गई सूची में से कौन-सी क्रियाएँ करना तुमने सीखा है ? अभी कौन-सी सीखनी हैं ?

५. ऐसी कौन-सी क्रियाएँ हैं, जो सूची में नहीं हैं परंतु तुम्हें वे आती हैं ?

रस्सी पर कूदना, निबंध लिखना, बाल सँवारना, चाय बनाना, गीत या कविताएँ याद करना, तैरना, कहानी सुनाना, साइकिल चलाना, भाषण देना, पैसे गिनना, घर की चीजें व्यवस्थित रखना, पत्र लिखना, मैदानी खेल खेलना, पेड़ पर चढ़ना इत्यादि ।

कौशल और कार्य करने की क्षमता

जब बच्चा छोटा होता है तब वह अपना कोई भी काम नहीं कर सकता । उसे कुछ चाहिए तो रोना और हाथ-पैर हिलाना केवल इतना ही आता है परंतु कुछ दिनों के बाद शरीर के विभिन्न अंगों की हलचलों पर उसका थोड़ा नियंत्रण होने लगता है । उदा. बच्चे को जो भी वस्तु चाहिए, वह उसकी दिशा में गरदन घुमाकर उस वस्तु को देखने लगता है । यदि कोई पहचानवाला व्यक्ति हो तो उसकी ओर देखकर हँसता है । हाथ से वस्तु को पकड़ना भी सीखता है । हाथ से पकड़ी हुई वस्तु को मुँह की ओर ले जाना भी सीखता है ।

किसी के न सिखाने पर भी हलचलों पर नियंत्रण और समन्वय बढ़ने पर वह अन्य कुछ कार्य अपने-आप करने लगता है ।

उदा. कोई वस्तु उठाकर देना, हाथ में चम्मच पकड़कर थाली पर पटककर आवाज करना ।

स्वयं की गतिविधियों पर नियंत्रण करके कोई नया काम करना आने लगना, इसे 'कौशल सीखना' कहते हैं ।

बच्चा पहली बार माँ अथवा पिता को देखकर 'माँ' अथवा 'पिता' बोलता है अथवा किसी का सहारा न लेकर जब वह पहला कदम रखता है, तब सब लोगों को क्या लगता है ? तब वे क्या करते हैं ?

विभिन्न कौशल सीखते समय बच्चे को तथा अन्य लोगों को आनंद मिलता है । वे बच्चे को दुलारते हैं । बच्चा वही गतिविधियाँ बार-बार करता है । ऐसा करने पर बच्चे को उस काम का भरपूर अभ्यास होता है तथा उसकी शक्ति भी बढ़ती है । धीरे-धीरे बच्चा नए सीखे गए काम को बिना भूल किए अधिक सहजता से करने लगता है अर्थात बच्चे की कार्यक्षमता में वृद्धि होती है ।

हम दिन-प्रति-दिन सीखते रहते हैं । उनके आधार पर नवीन कौशलों को आत्मसात करना आसान लगने लगता है । उदा. जब बच्चा वस्तु पकड़ना सीख लेता है, तो वह गेंद को फेंकना भी सीख सकता है । चलना आने पर वह दौड़ने, सीढ़ियों पर चढ़ने, फेंकी हुई गेंद को पकड़ने जैसे कठिन काम भी सीखता है । इन कार्यों में उसके दैनिक जीवन से संबंधित आवश्यक काम भी होते हैं । उदा. अपने हाथों से खाना, मुँह धोना, स्नान करना, कपड़े पहनना इत्यादि ।

विकास

जब हमारी वृद्धि होती है तब हमारी ऊँचाई और भार बढ़ता है । आयु के अनुसार हमारी शक्ति में भी वृद्धि होती है । साथ-साथ हम कई प्रकार के कौशल भी सीखते रहते हैं । इस प्रकार प्रत्येक व्यक्ति की प्रगति होती रहती है । इसे ही 'विकास होना' कहते हैं ।

निरीक्षण (प्रेक्षण) करो

कोई गाय अथवा बिल्ली अपने बच्चों के लिए क्या-क्या करती है और गाय के बच्चे (बछड़ा या बछिया) अथवा बिल्ली के बिलौटे जन्म लेते ही अपने-आप क्या क्या सीखते हैं, इसका निरीक्षण करने का प्रयास करो ।

धीरे-धीरे ये बच्चे अपना भोजन प्राप्त करने, गरमी, वर्षा और शत्रुओं से अपना संरक्षण करने का कौशल भी सीखते हैं । इसके बाद वे माँ का साथ छोड़कर अपना स्वतंत्र जीवन जीने लगते हैं ।

प्राणियों के लिए आवश्यक कौशल अत्यंत सीमित होते हैं । उसकी अपेक्षा स्वतंत्र रूप में जीने के लिए मनुष्य को बहुत अधिक सीखना पड़ता है ।

खेलते हुए बच्चे

जानकारी प्राप्त करो

बाघ तथा हाथी के बच्चे (शावक) कितने वर्ष का होने पर स्वतंत्रतापूर्वक जीवन जीने लगते हैं ?

तुलना करो ।

फुटबॉल खेलना, लगोरी खेलना (सितोलिया खेलना) भोजन तैयार करना, इस्तरी करना, किराने का फुटकर सामान लाना, रोगी की सेवा करना, सारांश लेखन करना जैसे विभिन्न कार्य क्या तुम कर सकते हो ?

मतदान करना, वाहन चलाना ऐंसे कार्य हैं जिन्हें कानून के अनुसार एक निश्चित आयु में ही किए जाते हैं । क्या तुम इन्हें कर सकते हो ?

थोड़ा सोचो !

इस प्रकरण में अब तक हमने कई कौशलों का उल्लेख किया है । इनमें से कौन-कौन-से ऐसे कौशल हैं; जो तुम्हें न आएँ तो भी चल सकेगा ? कौन-से कौशल आना आवश्यक है ?

विचार करो

१. तुम्हें कौन-कौन-से काम करना पसंद है ? आगे चलकर कौन-कौन-से काम करना पसंद करोगे ?
२. कौन-सी क्रियाएँ तुम कभी-कभी केवल मनोरंजन के लिए करते हो ?
३. कौन-से कार्य प्रतिदिन तुम्हें दैनिक काम-काज के रूप में करना अच्छा लगेगा ?

चलना, दौड़ना जैसे प्रारंभिक कुछ कौशल बढ़ती आयु के अनुसार हमें अपने-आप आते रहते हैं परंतु उसके बादवाले बहुत-से कौशल हमें किसी-न-किसी से सीखने पड़ते हैं । अपने माता-पिता, शिक्षक तथा अन्य वरिष्ठ व्यक्तियों से हम कई प्रकार के कौशल क्रमशः सीखते रहते हैं ।

हम जितने अधिक कौशल सीखते हैं, उतना ही दूसरों पर हमारा अवलंबन कम होता जाता है । फिर भी अपने सभी काम हम स्वयं करते हैं, ऐसा कभी नहीं होता । उदा. प्रत्येक व्यक्ति स्वयं कपड़े नहीं सीता अथवा स्वयं अकेले खेती नहीं कर सकता । फिर भी अपने काम पूर्ण होने की जिम्मेदारी को स्वयं उठाना सीखना चाहिए ।

थोड़ा सोचो !

सायली छठी कक्षा में है । उसके वर्ग के बच्चे सैर के लिए जाने वाले हैं । माँ सबके लिए लड्डू बनाकर देने वाली हैं परंतु उसे सायली की सहायता चाहिए । उसके लिए सायली अपनी माँ को कौन-कौन-सी सहायता कर सकेगी ?

इतने काम करने के लिए सायली की माँ को कौन-कौन-से कौशल उपयोगी होने वाले हैं ?

आनुवंशिकता

हमारी ऊँचाई कितनी बढ़ती है ?

आयु के १८ वर्ष तक सामान्यतः हमारी ऊँचाई बढ़ती है; यह तुम पढ़ चुके हो। अपनी जान-पहचान के १८ वर्ष या उससे अधिक आयुवाले लोगों को याद करो। देखो कि उनमें से तुम्हारे माता-पिता से खूब ऊँचे अथवा बहुत कम ऊँचाईवाले कितने लोग हैं।

हमारा चेहरा-मोहरा, हमारे अंगों की रचना जैसे, बहुत-से शारीरिक लक्षण सामान्यतः हमारे माता-पिता के समान होते हैं। एक ही परिवार के लोगों में कई बातों में समानता दिखाई देती है। हमारे कुछ लक्षण हमारे दादा-दादी, मामा-मौसी या चाचा-बुआ के लक्षणों जैसे होते हैं। यही कारण है कि उनसे परिचित लोग परंतु जो पहले हमसे कभी-भी मिले नहीं हैं, कई बार हममें इसी साम्य के आधार पर हमें पहचान लेते हैं।

अपने कुटुंबियों जैसे कुछ लक्षण हममें जन्मतः आने की प्रक्रिया को 'आनुवंशिकता' कहते हैं।

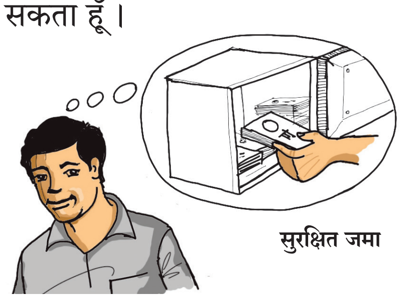
हमारे शरीर के बहुत लक्षण अपने सगे-संबंधियों के लक्षणों जैसे होने पर भी, जन्म से हमारे अंदर कौन-से लक्षण आनुवंशिकता द्वारा आएँगे और कौन-से नहीं आएँगे, इसपर किसी का भी नियंत्रण नहीं होता।

पढ़ो और विचार करो

कारखाने के किसी मालिक ने बहुत परिश्रम द्‌वारा अपना व्यवसाय बढ़ाया था। उसके तीन सहायक थे। वह विचार करने लगा कि जब वह बूढ़ा हो जायेगा तब यह कारखाना सँभालने के लिए किसे दिया जाए। इसे निश्चित करने के लिए उसने एक प्रयोग करने का विचार किया। उसने प्रत्येक को पाँच लाख रुपये दिए और कहा कि उस राशि का वे जैसा चाहें; वैसा उपयोग करें।

एक वर्ष के बाद कारखाने के मालिक ने तीनों को बुलाकर पूछा कि उन लोगों ने उन पैसों का क्या किया।

पहला सहायक : आपके द्‌वारा दिए गए पैसे मैंने बिलकुल सुरक्षित रखे हैं। मेरे अतिरिक्त वे किसी के भी हाथ नहीं लग सकते। आप जब कहें; मैं वे रुपये लाकर आपको दे सकता हूँ।



दूसरा सहायक : हम वर्ष भर में एक बार अपने मजदूरों को बोनस देते हैं। इस बार मैंने सबको दोगुना बोनस दिया और सम्मानित भी किया। हमारे सभी मजदूर अत्यंत प्रसन्न हो गए। इस प्रकार रुपये मैंने ऐसे अच्छे काम में लगा दिए।

तीसरा सहायक : आपके द्‌वारा दिए गए पैसों से मैंने एक और अधिक अच्छी मशीन मँगवाई। उसके द्‌वारा अपने उत्पादन में पाँच गुना वृद्‌धि हो गई। इसके अतिरिक्त उत्पादन की गुणवत्ता में भी

सुधार हुआ । इसलिए उसकी बहुत अधिक माँग भी आ रही है ।

सात-आठ महीनों में ही लगभग २५ लाख रुपये का लाभ हुआ । मजदूरों के लिए उपाहार गृह (कैंटीन) की आवश्यकता थी । इसलिए १० लाख रुपयों में मैंने उपाहारगृह के लिए इमारत बनवा दी ।

५ लाख रुपये मैंने अपने कारखाने के मजदूरों के लिए 'मजदूर कल्याण कोष' में जमा कर दिए । पुरानी मशीनों को शीघ्र ही बदलना पड़ेगा । सोचता हूँ कि बचे हुए १० लाख रुपये उसके उपयोग में लाऊँ ।

तुम अवश्य जान गए होगे कि कारखाने के मालिक ने अपना उत्तराधिकारी किसे बनाया होगा ।

इस कहानी का तात्पर्य क्या है ?

अच्छा विकास होने के लिए

हमें आनुवंशिकता द्‌वारा बहुत-से कौशल सीखने की क्षमता प्राप्त होती है । बढ़ती आयु में अपनी स्वयं की क्षमता पहचानने और विकसित करने का अवसर प्राप्त होता है । कौशलों के आधार पर स्वतंत्रतापूर्वक सक्षम और समृद्‌ध जीवन व्यतीत करने की तैयारी होती है ।

संतुलित आहार

तुम जानते हो कि वृद्‌धि के लिए भोजन की आवश्यकता होती है, परंतु कुछ परिस्थितियों में वृद्‌धि की आयु में कुपोषण के कारण आहार के विभिन्न घटक पर्याप्त मात्रा में नहीं मिलते । अच्छा आहार मिलने पर कद जितना ऊँचा हो सकता था, उसकी अपेक्षा वह कम रह जाता है । वृद्‌धि की आयु बीत जाने पर अच्छे आहार का वृद्‌धि के लिए उपयोगी नहीं होता ।

विकास के अन्य पूरक घटक

उत्तम विकास होने के लिए पौष्टिक भोजन के साथ-साथ अपेक्षित व्यायाम की आवश्यकता होती है । अच्छी पढ़ाई करने के साथ-साथ व्यसनों के कुप्रभावों से दूर रहने की भी सावधानी रखनी चाहिए । अच्छी रुचियों/अच्छे शौक का संवर्धन करना चाहिए । खेल तथा अन्य कौशलों में सहभागी होना चाहिए । ऐसी सावधानी रखने पर प्रत्येक व्यक्ति का अच्छा विकास होता है ।

लड़का हो लड़की, प्रत्येक व्यक्ति को अपना विकास करने और अपना जीवन समृद्‌ध बनाने का समान अवसर का पूर्ण अधिकार है ।

मैं – एक अलग व्यक्तित्व

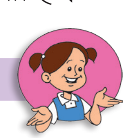
तुम्हारे वर्ग के कुछ लड़के-लड़कियाँ पढ़ाई में आगे होते हैं, तो कुछ खेल में आगे होते हैं । कुछ सुंदर ढंग से गाते हैं, कुछ नाटक में सहजता से काम करते हैं ।

प्रत्येक व्यक्ति अन्य सभी लोगों की अपेक्षा अलग होता है । हमारी शारीरिक तथा मानसिक रचना (गठन) की तुलना अन्य लोगों की रचना से नहीं हो सकती ।

हमें क्या करना अच्छा लगता है तथा हम किस बात का अभ्यास करते हैं, इनके आधार पर हमारा व्यक्तित्व विकसित होता है ।

वृद्‌धि की इस अवस्था में ही हम यह विचार करना सीखते हैं कि अच्छा क्या है और बुरा क्या है । जब हम अच्छे विचारों के अनुसार आचरण करते हैं, हमारा व्यक्तित्व तभी अच्छा कहा जा सकता है ।

इसे सदैव ध्यान में रखो !



अच्छे मूल्य केवल परीक्षा में लिखने के लिए नहीं होते हैं । वे अपने आचरण में उतारने के लिए होते हैं ।

हमने क्या सीखा ?

- जन्म से लेकर वयस्क (प्रौढ़) अवस्था तक हमारा भार और ऊँचाई बढ़ती है ।
- बच्चा जब छोटा होता है तब वह अपना कोई भी काम नहीं कर सकता ।
- अपने माता-पिता, शिक्षक तथा अन्य बड़े लोगों से हम अनेक कौशल सीखते रहते हैं ।
- एक ही परिवार के लोगों में अनेक बातों में साम्य दिखाई देने पर भी प्रत्येक व्यक्ति अन्य सभी लोगों से अलग होता है ।
- हम अधिक-से-अधिक जितने कौशल आत्मसात करते हैं, हमारी दूसरों पर निर्भरता उतनी ही कम हो जाती है ।
- कौशलों के आधार पर स्वतंत्र रूप से उपयोगी और समृद्ध जीवन व्यतीत करने की तैयारी होती है ।

स्वाध्याय

१. अब क्या करना चाहिए ?

कबीर को प्राणिशास्त्र विषय का प्राध्यापक बनना है । उसके लिए उसे अभी से कौन-सी तैयारी करनी चाहिए ?

२. थोड़ा सोचो !

(अ) साइकिल चलाना सीखने से पहले हमारे अंदर अन्य कौन-कौन-से कौशल विकसित हुए होते हैं ?

(आ) सुमन को आगे चलकर स्वयं का होटल आरंभ करना है । उसके भावी जीवन में इस समय सीखे हुए कौन-से कौशल उसे उपयोगी सिद्ध होंगे ?

३. नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर लिखो :

(अ) आनुवंशिकता का क्या अर्थ है ?

(आ) शिशुवर्ग के बच्चों और पाँचवीं कक्षा के विद्यार्थियों में दीखने वाले अंतर को लिखो ।

(इ) जन्म से लेकर वयस्क होने की अवस्था तक हमारे अंदर कौन-कौन-से परिवर्तन होते हैं ?

(ई) ऐसे कोई तीन कौशल लिखो, जो तुमने पूर्णतः आत्मसात कर लिए हैं ।

(उ) शारीरिक वृद्धि किसे कहते हैं ?

४. सही या गलत, लिखो :

(अ) सीखे गए नए कामों को बच्चा धीरे-धीरे अचूकता से करने लगता है ।

(आ) हम जन्म से ही कौशलों को आत्मसात किए होते हैं ।

(इ) अपने सभी काम हम स्वयं नहीं करते ।

(ई) जन्म से लेकर वृद्धावस्था तक हमारी ऊँचाई बढ़ती रहती है ।

उपक्रम :

अपने घर के कुत्ते, बिल्ली अथवा परिसर के पक्षी, कीटक, प्राणियों के छोटे बच्चों का उनके जन्म से लेकर वयस्क अवस्था तक का निरीक्षण करो और लिखो । इस उपक्रम के लिए निम्न बिंदुओं को ध्यान में रखो । वृद्धि, ऊँचाई, विकास, कौशल इत्यादि । अपने लेखन के आधार पर एक मनोरंजक कहानी लिखो ।

* * *

IIDS8J