बच्चों के लिए अनुकूल पार्क: भविष्य के लिए आज का निवेश

इस तेज़ी से शहरीकृत होती जा रही दुनिया में, छोटे बच्चों के लिए डिजाइन किये गए पार्कों और सार्वजनिक स्थानों के महत्त्व को कम करके नहीं आँका जा सकता। ये स्थान उस नींव के रूप में काम करते हैं जिस पर हमारा आने वाला भविष्य सीखता है, खेलता है और बढ़ता है। पार्क और सार्वजनिक स्थानों को इस से पहले छोटे बच्चों के अनुकूल बनाने की आवश्यकता महसूस नहीं की गयी, किन्तु विभिन्न अध्ययनों से जब ये स्पष्ट हुआ कि बच्चे के जीवन के शुरूआती कुछ साल उसके आने वाले जीवन को सबसे ज्यादा प्रभावित करते हैं और बच्चा इन्ही शुरूआती सालों में सबसे ज्यादा सीखता- समझता है; तब से घर के बाहर सार्वजनिक स्थानों को छोटे बच्चों के लिए सुन्दर, सुरक्षित, सहज और सुगम बनाने के प्रयास शुरू हुए हैं।

पार्क छोटे बच्चों के लिए मनोरंजन से कहीं अधिक उनके विकास, सीखने और कल्याण के लिए आवश्यक वातावरण के रूप में कार्य करते हैं। ऐसे पार्क डिज़ाइन करना जो न केवल हरे-भरे और सुलभ हों, बल्कि समावेशी, चंचल और आकर्षक भी हों, छोटे बच्चों के शारीरिक, संज्ञानात्मक और भावनात्मक विकास के पोषण के लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं। जैसे-जैसे शहरों का विस्तार हो रहा है और कंक्रीट परिदृश्य हावी हो रहे हैं, ऐसे पार्कों के निर्माण और मौजूदा पार्कों को बच्चों के लिए अनुकूल और समावेशी बनाने को प्राथमिकता देना अनिवार्य हो जाता है जो विशेष रूप से छोटे बच्चों की जरूरतों को पूरा करते हैं।

बचपन और शारीरिक- मानसिक विकास

बच्चों के शुरूआती साल का समय तीव्र वृद्धि और विकास का समय है। बच्चों को जो वातावरण मिलता है, वह उनके संज्ञानात्मक, भावनात्मक और शारीरिक विकास को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। छोटे बच्चों के अनुकूल पार्क असंख्य संवेदी (सेंसरी) अनुभव प्रदान करते हैं जो बच्चों की इंद्रियों को उत्तेजित करते हैं, जिज्ञासा और अन्वेषण के प्रति जागरूकता को बढ़ावा देते हैं। पौधों की बनावट, पत्तों की सरसराहट की आवाज़ और खिलते फूलों के रंग और गंध दुनिया के बारे में उनकी समझ के आधार बन जाते हैं।

बचपन का मोटापा और गतिहीन जीवनशैली आज के समाज में चिंताएं बढ़ा रही हैं। छोटे बच्चों के अनुकूल पार्क बच्चों को दौड़ने और कूदने से लेकर चढ़ने और झूलने तक की शारीरिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए एक सुरक्षित और आकर्षक स्थान प्रदान करते हैं। ये गतिविधियाँ न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देती हैं बल्कि मांसपेशियों के विकास, समन्वय और संतुलन के विकास में भी योगदान देती हैं।

शहरी हलचल के बीच, छोटे बच्चों के अनुकूल पार्क शारीरिक गतिविधि के लिए खुला परिवेश प्रदान करते हैं। खुली जगहों, खेल संरचनाओं और मनोरंजक सुविधाओं की उपलब्धता बच्चों को सक्रिय रहने, गतिहीन जीवन शैली का मुकाबला करने और उनके समग्र स्वास्थ्य में योगदान करने के लिए प्रोत्साहित करती है।

कल्पना और प्रकृति से जुड़ाव

प्राकृतिक परिवेश में असंरचित खेल (बिना डिजाइन किये खेल) बाल मन में कल्पना और रचनात्मकता को जगाता है। मिट्टी-रेत, पानी, पेड़ पौधों की उपस्थिति और कल्पनाशील खेल जैसी विविध गतिविधियों और तत्वों के साथ ये पार्क कैनवास प्रदान करते हैं जिस पर बच्चे अपनी कहानियों को चित्रित करते हैं, रचनात्मक सोच को बढ़ावा देते हैं।

स्क्रीन और प्रौद्योगिकी के प्रभुत्व वाले युग में, बच्चों के लिए प्रकृति से जुड़ने की आवश्यकता पहले से कहीं अधिक महत्वपूर्ण है। पार्क हरे-भरे परिदृश्य के रूप में कार्य कर सकते हैं, जिससे बच्चों को प्राकृतिक दुनिया से जुड़ने का मौका मिलता है। इस तरह के अनुभव पर्यावरण के प्रति जागरूकता, आश्चर्य की भावना और प्रकृति की रक्षा और संरक्षण की इच्छा को बढ़ावा देते हैं।

सामुदायिक जुड़ाव और भावनात्मक विकास

पार्क बच्चों को अपने साथियों के साथ बातचीत करने, साझा करने, सहयोग और संचार जैसे महत्वपूर्ण सामाजिक कौशल विकसित करने के अवसर प्रदान करते हैं। ये बातचीत भावनात्मक विकास के लिए आवश्यक हैं, जिससे बच्चों को उनकी भावनाओं को समझने, सहानुभूति विकसित करने और सार्थक रिश्ते बनाने में मदद मिलती है।

पार्क सामुदायिक मिलन स्थल के रूप में कार्य करते हैं जहां परिवार, देखभाल करने वाले और विविध पृष्ठभूमि के बच्चे एकत्रित होते हैं। ये स्थान समुदाय की भावना को बढ़ावा देते हैं, जिससे व्यक्तियों को जुड़ने, अनुभव साझा करने और रिश्ते बनाने की अनुमति मिलती है; जो पड़ोस के सामाजिक ताने-बाने को मजबूत करते हैं। छोटे बच्चे अपने हमउम्र बच्चों के साथ रहकर समूह खेलों के माध्यम से साझा (शेयर) करने की भावना और समूह में काम करने की भावना विकसित करते हैं, जो आगे चलकर उनके व्यक्तिगत जीवन में एक बड़ा रोल निभा सकती है।

कैसे हो पार्क

मोहल्लों के पार्क और सिटी लेवल पार्कों को छोटे बच्चों के लिए अनुकूल बनाये रखना भी आवश्यक है, ताकि छोटे बच्चे और उनके अभिभावक वहां आकर बेहतर और सुरक्षित महसूस कर सके। इसके लिए ज़रूरी है कि छोटे बच्चों की लम्बाई को ध्यान में रखते हुए सभी तत्व विकसित किये जाए। उदाहरण के तौर पर, यदि छोटा बच्चा बैठना चाहता है तो बेंच की ऊँचाई उसके अनुकूल हो। बच्चा यदि पैदल चलना चाहता है तो पार्क के वाक-वे की ऊँचाई इतनी हो कि वो उस पर आसानी से चढ़ पाए। जो झूले और खेल के संसाधन मौजूद है वो उनके लिए सुरक्षित हैं और उनके उपयोग से बच्चों को चोट न लगे। छोटा बच्चा अगर घुटनों के बल पार्क में घूम रहा है तो वहां कोई कीड़े न हो या ज़मीन असमतल न हो।

पार्क में बड़े बच्चे भी खेलने आते हैं; ऐसे में उनके खेलने से छोटे बच्चों की सुरक्षा में किसी प्रकार की परेशानी ना आये। बच्चों के लिए पीने का पानी और शौचालय भी उनकी ऊँचाई को ध्यान में रखकर डिजाइन किये जाए। अगर माएं बच्चों के साथ आ रही हैं तो स्तनपान कक्ष जैसी सेवाएं भी पार्क में होनी चाहिए।

पार्क तक आने वाले वाले रास्ते छोटे बच्चों के लिए सुगम होना भी ज़रूरी है। बेतरतीब पार्किंग, आवारा पशु-मवेशी, फुटपाथ की कमी, तेज़ ट्राफिक और उनकी कानफोडू आवाजें भी बच्चों को घर से बाहर निकलने से रोकती है। पार्क के बाहर खुली नालियाँ, अन्दर या बाहर गन्दगी आदि होने पर भी बच्चों को प्पर्क तक आने से रोकती है।

बच्चों के अनुकूल पार्कों का एक महत्वपूर्ण पहलू हर प्रकार के बच्चे, जो विभिन्न पृष्ठभूमि से आते हैं या उनकी शारीरिक बनावट अन्य बच्चों से अलग है, के लिए भी समावेशी होना चाहिए। सार्वभौमिक रूप से सुलभ सुविधाओं को शामिल करने वाले पार्क यह सुनिश्चित करते हैं कि विकलांग बच्चे भी आउटडोर खेल का आनंद ले सकें, अपनेपन की भावना को बढ़ावा दें और सामाजिक बाधाओं को कम करें। पार्कों को सबसे आगे समावेशिता के साथ डिज़ाइन किया जा सकता है। सार्वभौमिक रूप से सुलभ सुविधाओं को शामिल करने से यह सुनिश्चित होता है कि सभी क्षमताओं के बच्चे बाहरी गतिविधियों में भाग ले सकते हैं, समानता की भावना को बढ़ावा देते हैं और सामाजिक संपर्क में बाधाओं को कम करते हैं।

छोटे बच्चों के अनुकूल पार्क शहर के भविष्य में एक निवेश का प्रतिनिधित्व करते हैं। ऐसे स्थानों में पाले गए बच्चे अपने परिवेश के प्रति गहरी सराहना, अपने समुदाय के प्रति प्रतिबद्धता और शहर की प्रगति में सकारात्मक योगदान देने की इच्छा के साथ बड़े होते हैं।

चलते चलते...

छोटे बच्चों के अनुकूल पार्कों और सार्वजनिक स्थानों का निर्माण एक समग्र दृष्टिकोण की मांग करता है जो न केवल भौतिक पहलुओं बल्कि बच्चों की भावनात्मक, संज्ञानात्मक और विकासात्मक आवश्यकताओं पर भी विचार करता है। हरियाली, पहुंच, समावेशिता, चंचल विशेषताओं और सामुदायिक जुड़ाव को अपनाकर, हम ऐसी जगहें तैयार कर सकते हैं जहां बच्चे प्रकृति और एक-दूसरे के साथ सीख सकते हैं, अन्वेषण कर सकते हैं और जुड़ सकते हैं।

छोटे बच्चों के अनुकूल पार्कों की आवश्यकता मनोरंजक आकांक्षाओं से कहीं अधिक है। ये पार्क स्वस्थ, जीवंत और टिकाऊ शहरों के निर्माण के लिए अभिन्न अंग हैं। छोटे बच्चों के समग्र विकास को पूरा करने वाले स्थान बनाकर, शहर न केवल अपने सबसे कम उम्र के नागरिकों के लिए एक उज्ज्वल भविष्य सुनिश्चित करते हैं, बल्कि ऐसे वातावरण भी बनाते हैं जो समावेशिता, सामुदायिक बंधन और प्रकृति के साथ मजबूत संबंध को बढ़ावा देते हैं। जैसा कि हम कल के शहरी परिदृश्य की कल्पना करते हैं, शहर-स्तरीय युवा बच्चों के अनुकूल पार्क एक आवश्यक आधारशिला के रूप में खड़े हैं, जो अगली पीढ़ी को जिम्मेदार और दयालु नागरिकों के रूप में आकार देंगे जो अपने शहरों को समृद्धि की ओर ले जाएंगे।

(आलेख: ओम, आरंभिक बाल विकास विशेषज्ञ, अर्बन95 परियोजना, उदयपुर)

फोटो सन्दर्भ: दोनों फोटो, उदयपुर स्थित गुलाब बाग के हाथी वाला पार्क में अर्बन95 टीम सदस्यों द्वारा क्लिक किये गए हैं.