



श्री. शान्तिलालजी मुथ्था  
संस्थापक, BJS

# BJS eबुलेटीन 2020



**Edition 6, 10th April 2020**

## संपादक की कलम से

प्रिय स्नेहीजन,

कहा जाता है कि परिवर्तन के अतिरिक्त इस दुनिया में कुछ भी स्थाई नहीं है. गत कुछ दशकों से चल रही परिवर्तन की तूफानी आंधियों ने पूरे विश्व की सामाजिक संरचना को झकझोर दिया है. सामाजिक मूल्यों का हास चरम सीमा पर है किंतु सर्वाधिक हानि परिवार नामक संस्था की हुई है. परिवार का अर्थ, परिभाषा, आकार और उद्देश्य आदि सब कुछ बदल गया है. व्यक्तिवादी विचारधारा के कारण परिवार का अस्तित्व दाव पर लगा है. टुकड़े टुकड़ों में विभाजित परिवारों में अभिभावकों और उनकी संतानों के मध्य संबंधों में पड़ी तिराड़े चौड़ी हो रही है.

BJS Family Summit Face book live पर 6 अप्रैल,

2020 को श्रीमति अमिता जैन, उज्जैन ने ART OF BETTER PARENTING विषय पर अभिभावकों को 'परवरिश एक कला' है के संबंध में महत्वपूर्ण मंत्र दिए. बदलें हुए माहौल में अभिभावकों और संतानों के परस्पर उत्तरदायित्वों की विवेचना को लिपिबद्ध कर इस अंक में वाचकों हेतु प्रकाशित कर रहे हैं.

आशा है कि लॉक डाउन अवधि का सदुपयोग करने की कला को आप सभी आत्मसात कर होंगे. संभव है लॉक डाउन की यह अवधि आगे बढ़ा दी जाए. गत कुछ वर्षों में हमारे द्वारा जाने अनजाने में परिवारजन, मित्रों और संबंधियों से बढ़ गई हमारी सामाजिक दूरियों की खाई को भरने का यह श्रेष्ठ अवसर है.



निरंजन जुंवा जैन

सदस्य - BJS राष्ट्रीय कार्यकारिणी समिति

## Covid-19

# BJS राहत एवं सहायता अभियान का कर्नाटक तथा तमिलनाडु में हुआ शुभारम्भ

April  
6

**BJS FAMILY SUMMIT** Live Face book Series-**DAY 6**

## Art Of Better Parenting

श्रीमती अमिता जैन, उज्जैन उद्योगपति हैं. उज्जैन स्थित उत्पादन इकाई का **finance Management** देखती हैं. आपने **IBM Hyderabad** से **Entreprenuirship** का कोर्स किया. आप **BJS** से गत **12 वर्षों** से जुड़ी हैं व **SMART GIRL** कार्यक्रम की **Master Trainer** है



जमाना तेजी से बदल रहा है. परिवार की उत्पत्ति के साथ ही बच्चों की परवरिश, माता-पिता का अनुवांशिक उत्तरदायित्व रहा है. किन्तु आधुनिक युग में परवरिश ने उत्तरदायित्व के साथ साथ कला का रूप धारण किया है. पिछली शताब्दी तक बच्चों की परवरिश परिवार में एक सामान्य प्रक्रिया थी. दूसरे शब्दों में पहले बच्चे स्वतः ही बड़े हो जाते थे किन्तु अब बच्चों को बड़ा करना पड़ता है इसका कारण यह है कि वर्तमान पीढ़ी स्मार्ट, कुशाग्र ओर तकनीकी में नैसर्गिक रूप से पारंगत है. उनके लिए जानकारी या ज्ञान हासिल करने का श्रोत माता-पिता के स्थान पर गूगल बाबा है. इन परिस्थितियों में माता-पिता के सामने बच्चों की परवरिश किसी

चुनौती से कम नहीं. परिवार में खुशी का वातावरण बनाये रखते हुए बच्चों की प्रगति, स्वास्थ्य, शिक्षा सुनिश्चित करने के साथ साथ उन्हें सामाजिक तथा भावनात्मक रूप से सक्षम बनाते हुए उनमें पारिवारिक एवं सामाजिक मूल्यों का जतन भी करना होता है. कहते हैं कि बच्चों तथा माता-पिता की उम्र समान होती है. जब वे बच्चों को जन्म देते हैं उसी दिन से वे पति-पत्नि के स्थान पर माता-पिता बनते हैं. वे स्वयं को हमउम्र समझते हुए बच्चों के अच्छे दोस्त बन जाएं, यह आज के समय की मांग है. इस हेतु सामन्जस्य स्थापित करने का उत्तरदायित्व माता-पिता का है.

Contd...



on Facebook LIVE every day

**f LIVE @ 4:00 - 5:00pm**

**1st April to 15th April 2020**

आज दिनांक 10 अप्रैल, 2020 4 से 5 सांय  
डा सोनल मेहता, भोपाल  
विषय : 'Refined-Redefined Frontiers for Fe(males)'  
Fb Link : [bit.ly/BJSPune](http://bit.ly/BJSPune)



Scan to Join

An Art for better parenting के तहत परवरिश A,B & C कुल तीन भागों में वर्गीकृत है।

**A -** का अर्थ acceptance है। प्रत्येक बच्चा स्वयं में unique है और जैसा वह है उसे उसी स्वरूप में accept करना होता है। आम तौर पर माता-पिता उनकी मानसिकता और महत्वकांक्षाओं (aspirations) के कारण बच्चों को ठीक से accept नहीं कर पाते। माता-पिता को यह वास्तविकता सदैव स्मरण में रखना चाहिए कि उनके बच्चों की जिन्दगी उतनी आसान नहीं है जितनी कि उनकी थी। आज बच्चों के समक्ष अनेक विकल्प (choices) हैं, जिसके कारण वे भ्रमित रहते हैं। उन पर दबाव बना रहता है। ऐसे समय में माता-पिता द्वारा बच्चों की मानसिक परिस्थितियों का सही व समय से विश्लेषण नहीं कर पाने के कारण पारिवारिक संतुलन उगमगाता है और बच्चे परिवार से दूर होने लगते हैं। आज आवश्यकता है माता-पिता उनमें आत्मविश्वास पैदा कर उनकी योग्य आवश्यकताओं को समझें व सम्बल प्रदान करे। कुछ महत्वपूर्ण मंत्र निम्न है:

- बच्चों की प्रशंसा का अवसर हाथ से न जाने दें और उनका उत्साह बढ़ाएं
- उन्हें उनकी क्षमताओं के अनुरूप आगे बढ़ने का हौसला दें
- अपने बच्चों की तुलना दूसरे बच्चों से न करें। आलोचना से दूर रहें। उनकी बेहतरी की चर्चा उनसे खुले दिल से करें
- आदेश या आज्ञाओं को न थोपें और संतुलित भाषा में उनसे संवाद करें।
- बच्चे परिवार के नियम तोड़ सकते हैं। नाराज़गी दिखाने के स्थान पर उन्हें पास बिठाएँ और उनमें ownership का भाव जागृत करें। माता-पिता को पारम्परिक तरीका बदलना होगा।
- बच्चे कभी गलत नहीं होते, मात्र उनका तरीका बदलें। उन्हें आदेश से नहीं प्यार से समझाएं।
- बच्चे माता-पिता के favorite होते हैं। प्यार का इज़हार करने में कंजूसी न करें। यह न विचारें कि प्रशंसा या लाड प्यार से वे सिर पर चढ़ जाएंगे।

**B -** का अर्थ है best parents बनें। बच्चों के अनेक मित्र होते हैं, अतः उनके friendly parents बनें। उनकी गतिविधियों में घुल मिल जाएं, उनको जो पसंद हो वो बात करें। Judgemental न बनें। उनके मित्रों को भी accept करें। कहीं कुछ अयोग्य लगे तो बच्चों के ध्यान में सही गलत क्या है, यह लाएं।

**C -** का अर्थ है communication.

- अपनी बात शब्दों या इशारों में समझना या समझाना।
- हम प्रायः इस भ्रम में रहते हैं कि संवाद हो गया किन्तु होता नहीं है क्योंकि आपने तो कहा किन्तु क्या सामने वाले ने उसे सुना या प्राप्त किया?
- Communication तब ही पूर्ण होता है जब वह दोनों तरफ से हो।
- अच्छे श्रोता बनें। बच्चों को पूरा सुनें। बच्चे जब छोटे थे तब हम ध्यान से सुनते थे, अब बच्चें बड़े हो गए तो कान से सुनते हैं। यही कारण है कि दूरियां बढ़ जाती हैं। फिर हम शिकायत करते हैं कि हमारी सुनते नहीं और मित्रों की टालते नहीं।
- बच्चों को ध्यान से सुनें तब ही वे आपसे share करेंगे। उन्हें importance दें, उनकी opinion लें, जिससे उनकी decision क्षमता बढ़ेगी और परिवार से भी जुड़ेंगे।
- बच्चों के साथ quality time शेयर करें। शारीरिक रूप से साथ में बैठना या भोजन करना पर्याप्त नहीं है। चर्चा तथा आत्मीय संवाद आवश्यक है।
- बच्चों की बातों का तत्काल उत्तर देना या react करना आवश्यक नहीं।
- बच्चों के लिए quality time देना investment है।  
आप अपने बच्चों के Role Model बनें। बच्चे आपको दिल से आदर्श माता-पिता माने। आपको follow करें। वे emotionally आपसे जुड़े रहें चाहे वे बाहर शिक्षा प्राप्त कर रहे हों या फिर विवाह कर दूसरे शहर में स्थायी हुए हों।  
बच्चों से भी कहना है कि आपके माता-पिता यदि आपको डाटते हैं या कुछ आदेश देते हैं तो वह आपकी बेहतरी व सुखाकारी के लिए है। आप अपनी बात खुले मन से उनके सामने रखें, चर्चा करें। वे जरूर ही आपको समझेंगे। माता-पिता को खुश रखें, तब ही परिवार सही अर्थों में परिवार बनेगा। Parents की खुशियों का ध्यान रखें। आप दीपक की वह ज्योति हैं जो मशाल बन कर एक दिन दुनियाँ को रोशन करेगी।

### Covid-19

**BJS कर्नाटक तथा तामिलनाडु द्वारा राहत एवं सहायता में आयोजित किये रक्तदान शिविर.  
MOBILE MEDICAL VAN से घर घर जाकर दी जा रही है मेडिकल सहायता**



**Karnataka**



**Karnataka**



**Tamilnadu**



**Tamilnadu**