International Journal of Hindi Research
ISSN: 2455-2232
www.hindijournal.com
Volume 1; Issue 1; January 2016; Page No. 31-33

जीवन कौशल के विकास में शिक्षक एंव शिक्षण संस्थाओं की भूमिका

डॉ. प्रज्ञा अग्रवाल
एसोसिएट प्रोफेसर, हिन्दू कालेज ऑफ एजुकेशन, सोनीपत

शोध–आलेख सार
शिक्षा के द्वारा हमें अपने बेहतर उत्तरदायित्व का बोध होता है जहाँ हम देश की सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक, भौगोलिक, ऐतिहासिक आदि स्थितियों का अध्ययन करते हैं, वहीं पर नित नये–नये वैज्ञानिक आविष्कारों की जानकारी प्रापत होती रहती है। इन आविष्कारों को हम शिक्षा के माध्यम से देश और समाज को अवगत कराते रहते हैं। अतः यह आवश्यक हो जाता है कि हमें अब पाठ्यक्रम में सूचनापरक ज्ञान की अपेक्षा अभिवृत्तियों, मूल्यों, आसीओं, दक्षताओं कौशलों आदि के विकास पर बल देना चाहिए। वर्तमान युग प्रतियोगिता का है इस युग मे प्रत्येक व्यक्ति योग्यता के पैमाने पर एक समान मिलेगा ऐसा संभव नहीं है जिस योग्यता के आधार पर एक व्यक्ति को दूसरे से अलग किया जा सकता है वह है (कौशल) यानि गुणवत्ता, प्रेरणा, उत्साह और नेतृत्व की क्षमता। अध्यापकों में भी उन कौशलों को विकसित करने की आवश्यकता है जिससे विद्यार्थियों में कौशल निर्माण के लक्ष्य को प्राप्त किया जा सके, विद्यालयी शिक्षा शिक्षार्थी के बहुआयामी व्यक्तित्व के विकास में सहायक होती है। वह ज्ञान संकल्पना मूल्य एवं कौशलों पर आधारित होती है जिसके द्वारा न केवल बौद्धिक विकास होता है अपितु शारीरिक, मनोवैज्ञानिक तथा सामाजिक विकाय भी होता है।

मुख्य–शब्दः– शिक्षक एंव शिक्षण, अभिवृत्तियों, आत्मज्ञान, समानुभूति, निर्णय लेने की क्षमता, सृजनात्मक चिन्तन।

प्रस्तावना
मनुष्य को बेहतर जीवन जीने के लिए सबसे उपयोगी माध्यम शिक्षा के बिना जीवन अधूरा एवं उद्देष्यहीन रहता है उसी तथ्यपरक आधार को लेकर जीवन के विभिन्न स्तरों तथा बाल्यावस्था किशोरावस्था एवं युवावस्था हेतु प्राथमिक, माध्यमिक एवं उच्चतर शिक्षा का प्रावधान किया गया है। शिक्षा के द्वारा हमें अपने बेहतर उत्तरदायित्व का बोध होता है जहाँ हम देश की सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक, भौगोलिक, ऐतिहासिक आदि स्थितियों का अध्ययन करते हैं, वहीं पर नित नये–नये वैज्ञानिक आविष्कारों की जानकारी प्रापत होती रहती है। इन आविष्कारों को हम शिक्षा के माध्यम से देश और समाज को अवगत कराते रहते हैं। सही मायने में देखा जाय तो विषयवार शिक्षण प्रक्रिया में आमतौर पर ज्यादा झुकाव विषय विशेष के उद्देश्यों की यांत्रिक पूर्ति तक सीमित रह जाता है। व्यावहारिक रूप में जुड़े कुछ जानकारियों और कुछ कौशलों को अधिक महत्व दिया जाता है पर शिक्षा के मूल उद्देश्यों से जुड़े कुछ नितान्त आवश्यक अवयव छूट जाते हैं। सामाजिक परिवेश भी शिक्षा के मूल उद्देश्यों की प्रातिप्त में अवरोध बनकर अपने तक सीमित करती है। अतः यह आवश्यक हो जाता है कि हमें अब पाठ्यक्रम में सूचनापरक ज्ञान की अपेक्षा अभिवृत्तियों, मूल्यों, आसीओं, दक्षताओं कौशलों आदि के विकास पर बल देना चाहिए। इक्षताओं, कौशलों, मूल्यों आदि का विकास हमारा साध्य होना चाहिए जिसकी प्राप्ति हमें सूचनापरक जानकारी और ज्ञान द्वारा होनी चाहिए जो साधन का कार्य करेगी। इस प्रक्रिया में सभी जीवन कौशलों को प्रत्येक विषय वस्तु के परिप्रेक्ष्य में देखा जा रहा है तथा प्रत्येक विषय से जुड़ी दक्षताओं कौशलों और पाठ्य सामग्री में निहित मूल्यों, आदतों, अभिवृद्धि आदि के विकास का समुचित विकास किया जा रहा है। यह सभी जीवन मनुष्य में अर्न्तनिहित क्षमताओं के क्षरा क्षमता, शुचिता, स्वतन्त्रता एवं लोकतंत्र के जीवन मूल्यों को बल प्रदान करते हैं।

जीवन कौशल का अभिप्राय
वर्तमान युग प्रतियोगिता का है इस युग मे प्रत्येक व्यक्ति योग्यता के पैमाने पर एक समान मिलेगा ऐसा संभव नहीं है जिस योग्यता के आधार पर एक व्यक्ति को दूसरे से अलग किया जा सकता है वह है (कौशल) यानि गुणवत्ता, प्रेरणा, उत्साह और नेतृत्व की क्षमता। दूसरे शब्दों में कहा जा सकता है कि व्यक्तित्व में गुणों का वह समूह होता है जिसमें सामाजिक गारिमा, व्यक्तिगत आदतें मित्रवत व्यवहार और आशावदी दृष्टिकोण शामिल है। अतः कोई व्यक्ति अपनी योग्यता तथा कौशल के बल पर ही दूसरों के साथ लाभकारी सम्बन्ध कायम रखने तथा उसकी सार्थकता को सिद्ध करने में सफल होता है। इसको इस प्रकार भी कह सकते हैं।

Life skills are abilities for adopture and the behavior that enable indiviuals to deal effectively with demands and challenges of everyday life. It is a person's ability to maintain a state of well-being and to denanstrate this while interacting with others.

जीवन कौषल (Life Skills):-
1. आत्मज्ञान (Self Awareness)
2. समानुभूति (Emparthy)
3. प्रभावी सम्प्रेशण (Effective Communication)
4. निर्णय लेने की क्षमता (Decision Making)
5. सामान्य समाधान कौषल (Problem Solving Skills)
6. आपसी मेलजोल (Interpersonal Relation)
7. सृजानत्मक चिन्तन (Creativity Thinking)
8. विष्लेषणात्मक चिन्तन (Cretical Thinking)
9. संवेगो पर समुचित नियन्त्रण (Coping with enotion)
10. तनाव से निटना (Coping with stress)

1. आत्मज्ञान (Self Awareness):– आत्मज्ञान जीवन कौशल का प्रमुख अंग है यदि व्यक्ति अपने अन्दर विद्यमान गुण–दोष सबल एवं निर्बल पक्षों की जानकारी प्राप्त कर ले तथा उन क्षेत्रों को पहचान ले जो उसके जीवन में बाधक है। आत्मज्ञान द्वारा ही इसे दूर किया जा सकता है। आत्मज्ञान द्वारा सकारात्मक सोच विकसित कर नकारात्मक सोच का त्याग किया जाय। आत्मज्ञान के द्वारा अपने अधिकार उत्तरदायित्व और मूल्यों की पहचान होती है।

2. समानुभूति (Emparthy):- समानुभूति का तात्पर्य है ''तुम्हें जो महसूस होता है वह मुझे भी महसूस होता है।'' मानव स्वभाव का एक सकारात्मक पक्ष यह है वह दूसरों के सुख–दुख में भाग लेता है तथा उसके अनुभूति को अपने में समाहित करके सोचता है, भले ही वह अपने परिवार का सदस्य न हो। इससे स्पष्ट है कि इस प्रकार के जीवन कौशल से मानवतावादी दृष्टिकोण अपनाकर हम एक सुयोग्य नागरिक बन सकते है।

3. प्रभावी सम्प्रेषण (Emparthy):- अपने दृष्टिकोण को प्रभावी ढंग से दूसरों तक पहुँचाना जीवन के लिए बहुत उपयोगी एवं अत्यावश्यक कौशल है। संप्रेशण कई कारणों से किया जा सकता है– सूचित करने, शिक्षित करने, समझाने, प्रेषित करने, सहायता करने अथवा पुनर्बलन करने के लिए। यह प्रक्रिया भी है। इन लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए संप्रेशण के कई माध्यम है और हर माध्यम संप्रेशण प्रभावी बनाने के लिए विशिष्ट कौशलों का प्रयोग किया जाता है।

4. निर्णय लेने की क्षमता (Decision Making):- अच्छे चरित्र निर्माण एवं बेहतर भविष्य के लिए व्यक्ति के अन्दर निर्णय लेने की क्षमता का कौशल विकसित होना चाहिए। विद्यार्थियों में अनेकों प्रकार की समस्या आती है जैसे हाई स्कूल उत्तीर्ण होने पर विषय एवं वर्ग चयन करने में तथा विद्यार्थी भविष्य में जो व्यवसाय अपनाना चाहता है उसमें उसे प्रगति तथा विकास की क्या–क्या सम्भावनाएं हो सकती है उसका सम्यक ज्ञान होना चाहिए जिससे वह उचित निर्णय लेने में सक्षम हो सके।

5. समस्या समाधान कौशल (Problem Solving Skills):- जीवन में अनुकूल तथा प्रतिकूल स्थितियां सामने आती है। तरह–तरह की कठिनाइयों का सामना करते हुए मनुष्य को आगे बढ़ने का पथ प्रशस्त करना पड़ता है। जीवन में कभी–कभी विषम परिस्थितियों पर काबू पाने के लिए विभिन्न प्रकार के वैकल्पिक समाधान के अवसर प्राप्त होते है, पर व्यक्ति के अन्दर ऐसा कौशल विकसित होना चाहिए कि जो विकल्प समय एवं परिस्थिति के अनुसार सर्वथा उपयुक्त हो उसे ग्रहण कर लें।

6. आपसी मेलजोल (Interpersonal Relation):- जीवन में सफल होने के लिए मनुष्य को आपसी मेलजोल बनाकर रहना चाहिए। मेलजोल उन्हीं से होता है जो आपकी तरह सकारात्मक विचार रखते है। यदि आप सकारात्मक सोच तथा रचनात्मक दृष्टिकोण रखते है तो उसके फलस्वरूप चिर–परिचित तथा प्रथमबार सम्पर्क में आने वाले उन परिचितों का ऐसा संसार निर्मित होगा जो व्यक्ति को समाज और जनहित के कार्यों में प्रवृत्त करने में सहायक होता है। अतः जब व्यक्ति का स्वभाव व्यक्तिगत पहचान के स्तर से ऊपर उठकर साथी के साथ खुले मन एवं परोपकारी विचारों के साथ सामंजस्य बनाने में सक्षम हो जाता है तभी अवैयक्तिक सम्बन्ध का प्रादुर्भाव होता है और ऐसे व्यक्ति सभी के लिए सम्माननी होते हैं यही सम्बन्ध आगे चलकर दोस्ती का रूप लेता है।

मेरा विश्वास है कि आपसी मेलजोल भरोसे पर आधारित होते हैं अतः इसमें विश्वसनीयता, स्थिरता, सम्मान, निष्पक्षता, खुलापन, समता, निपुणता, ईमानदारी, स्वीकृति तथा चरित्र का समावेश होना चाहिए।

7. विश्लेषणात्मक चिंतन (Critical Thinking):- इस प्रकार के चिन्तन का कौशल हमें किसी स्थिति विशेष से जुड़ी सूचनाओं, तथ्यों, अनुभवों आदि का विश्लेषण करने तथा वस्तुनिष्ट ढंग से विचार कर समायोजित निर्णय लेने में सहायता प्रदान करता है। मानव जीवन में अनेकों घटनाएं घटती है। कभी–कभी विषम सूचनाएं प्राप्त होती हैं। इस स्थिति में सूचना की प्रामाणिकता, विकल्पों को परखना, कारण जानना तथा साक्ष्यों पर अपना दृष्टिकोण निर्मित कर विश्लेषण करना चाहिए।

8. संवेगो पर समुचित नियन्त्रण (Coping with Emotion):- मनुष्य में ऐसे कौशलों का निर्माण होना चाहिए जो अपने संवेगो पर नियंत्रण रखे सके। तीव्र संवेग जैसे क्रोध तथा दुःख मनुष्य के स्वास्थ्य तीव्र सामाजिक परिवर्तनों ने किशोरों के जीवन अपेक्षाओं, मूल्यों तथा दृष्टिकोणों को पूर्वव्त मान्यताओं से अलग कर दिया है। अतः नयी मान्यताओं एवं नये सोच के साथ कौशल विकास पर बल देना आवश्यक हो गया है।

अध्यापकों के लिए कौशल

विद्यार्थियों के अन्दर विद्यमान कौशल को उभारने का कार्य शिक्षक ही करता है अतः अध्यापकों में भी उन कौशलों को विकसित करने की आवश्यकता है जिससे विद्यार्थियों में कौशल निर्माण के लक्ष्य को प्राप्त किया जा सके क्योंकि इसके पाठ्यक्रम के कई प्रंसग सांस्कृतिक पक्ष में संवेदनशील है विद्यार्थियों को जीवन कौशल विकास शिक्षा के व्यावहारिक पक्षों को उद्घाटित करने के लिए अध्यापकों में कम से कम निम्न कौशल विद्यमान होना चाहिए।

1. सम्प्रेशण
2. अपने मूल्य न थोपने का कौशल
3. संवेदन शीलता का कौशल

1. सम्प्रेशण कौशलः– अध्यापकों को संप्रेशण से ओतप्रोत होना चाहिए क्योंकि वह सदैव विद्यार्थियों के सम्पर्क में रहता है वह अपने विद्यार्थी से किसी प्रसंग पर चर्चा कर रहा हो यह आवश्यक है कि वह निम्न कौशलों को अपनाये।

2. घनिष्ठ सम्बन्ध स्थापित करनाः– सम्प्रेशण के दौरान यह आवष्यक है कि अध्यापक विद्यार्थी से परस्पर सम्मान तथा विश्वास पर आधारित स्वाभाविक सम्बन्ध बना सके।

3. सक्रिय श्रवणः– इसके लिए आवश्यक है कि वक्ता क्या कह रहा है और कैसे कह रहा है। जब अध्यापक वक्ता हो तो विद्यार्थियों को ध्यान से सुनना चाहिए और जब विद्यार्थी बोले तो अध्यापक को ध्यान से सुनना चाहिए।

4. ध्यान देना :– जब अध्यापक को शिक्षण करते समय विद्यार्थियों के हाव–भाव और रूचि पर ध्यान देना चाहिए।

5. बोलना :– सम्प्रेशण के समय शिक्षण को उचित स्वर बनाये रखना चाहिए, वार्तालाप में एकाधिकार नहीं होना चाहिए।

6. प्रश्न करना :– सम्प्रेशण के दौरान शिक्षक चाहे तो प्रश्न कर सकते हैं जिससे यह पता लगता है कि विद्यार्थी आपकी बातों के कितनी रूचि ले रहा है।

7. अपने मूल्यों को न थोपने का कौशल :– मूल्यपरक शिक्षण के दौरान शिक्षण का यह दायित्व है कि वह अपने स्वयं के विचार, भावना को विद्यार्थियों के ऊपर जबरदस्ती न डाले यह तभी सम्भव है जब शिक्षक इस बात को मानने के लिए तैयार हो कि विद्यार्थियों में कौशलों की विकास की आवश्यकता है।

1. विद्यार्थियों की पृष्ठभूमि उनके मूल्यों एवं विचारों की विविधताओं को ध्यान में रखना चाहिए।
2. मूल्य प्रसंगों की चर्चा में अपने मूल्यों को दूर रखना चाहिए।
3. उसे विद्यार्थियों को विश्वास दिलाना चाहिए कि कोई भी मत या विचार अविश्वासनीय नहीं है।
4. शिक्षक को उपदेश देने वाला नहीं देना चाहिए क्योंकि उपदेशात्मक विधि का गलत प्रभाव पड़ता है।
5. विद्यार्थियों के विचारों को सुनना चाहिए क्योंकि प्रभावी शिक्षण द्वारा विभिन्न विचारों पर चर्चा होती हैं तथा शिक्षण सफल माना जाता हैं।
6. अध्यापक को छात्र को समस्या के रूप में नहीं देखना चाहिए बल्कि यह समझना चाहिए कि उन्हें सहानुभूति एवं सहायता की आवश्यकता है।

8. संवेदनशील का कौशल :– इस कौशल के द्वारा वह छात्रों की समस्याओं पर सहानुभूतिपूर्वक ध्यान दे सकेगा। अध्यापकों को इस कौशल की आवश्यकता है और इसी से वे छात्रों की दुनिया तथा व्यवहार करने के ढंग को समझ सकेंगे।

विद्यार्थियों में कौशल विकास के तरीके

विद्यालयी शिक्षा शिक्षार्थी के बहुआयामी व्यक्तित्व के विकास में सहायक होती है। वह ज्ञान संकल्पना मूल्य एवं कौशलों पर आधारित होती है जिसके द्वारा न केवल बौद्धिक विकास होता है अपितु शारीरिक, मनोवैज्ञानिक तथा सामाजिक विकाय भी होता है। इन उद्देश्यों की प्राप्ति के लिए यह आवश्यक है कि विद्यालयी पाठ्क्रम की उचित शिक्षण विधि कौन सी है। सामान्यतः शिक्षण विधि के निम्न दो प्रकार होते हैं–

1. पाठ्य–संक्रमीय
2. पाठ्य–सहगामी

पाठ्य संक्रमीय विधि मुख्य रूप से ज्ञान पक्ष पर ज्यादा जोर देती है। जो केवल परीक्षा पास एवं लक्ष्यों को प्रभावित नहीं कर पाती है। इन लक्ष्यों को उसी शिक्षण विधि से प्राप्त किया जा सकता है। जो शिक्षार्थी को मात्र श्रवण से आगे बढ़कर उनको सोचने–समझने महसूस करने और क्रियाशील होने का अवसर दे। पाठ्य सहगामी गतिविधियों में उपरोक्त अवसरों को प्रदान करने की अद्भूत क्षमता है। इनमें विद्यालय द्वारा आयोजित तथा आयोजित तथा निर्देषित वे सभी गतिविधियां शामिल हैं जो नियमित पाठ्यक्रम के द्वारा तथा अन्य तरीके लेकर सम्पादित होती हैं। जिससे जनसंख्या वृद्धि, स्वास्थ्य सम्बन्धी अनेकों प्रकार के नये रोगों का उत्पन्न होना। भ्टए ।प्कैए बढ़ता हुआ आतंकवाद, पर्यावरण प्रदूषण की समस्या आदि विभिन्न क्षेत्र हैं जिनको अगर हम केवल पारम्परिक ढंग से विद्यार्थियों में कौषल में अभिवृद्धि किया जा सकता है।

गतिविधियों के माध्यम से शिक्षण–अधिगम में सक्रिय भागीदारी के अवसर मिलते हैं तथा स्वास्थ दृष्टिकोण और अर्न्तवैयक्तिक कौशलों का विकास होता है। यह अनुभव आधारित अधिगम पर जोर देते हैं तथा विद्यार्थी सक्रिय शिक्षण–अधिगम प्रक्रिया में संलग्न रहते है।

निश्कर्षः– अन्त में इस कह सकते हैं कि ईश्वर की सर्वश्रेष्ठ रचना मानव का निर्माण है। जिनमें सोचने, समझने एवं अच्छा जीवन जीने की कला होती है। अगर हम अपने अन्दर निहित कौशलों का विकास करें तो निश्चित रूप से हम एक सफल इंसान बन सकते हैं यह निश्चित है कि ऐलेक्जेन्डर, अब्राहम लिंकन, न्यूटन, महात्मा गांधी, विवेकान्द, मदर टेरेसा, मैडम क्यूरी आदि विभिन्न क्षेत्रों के सफल व्यक्ति मानव ही थे। परन्तु अपने कौशलों का विकास कर इतिहास के पन्नों में अपनी जगह सुरक्षित कर लिये।

अतः हमारा मत है कि शिक्षकों को अपने विधि में पारम्परिक शिक्षण प्रणाली को परिश्कृत परिमार्जित तथा नवाचार को अंगीकृत विद्यार्थियों में अर्न्तनिहित कौशलों का विकास करें जिससे एक बहुआयामी कौशलों से परिपूर्ण नागरिकों का निर्माण हो सके।

संदर्भ ग्रन्थ

1. किशोरावस्था में कौशल विकास– एन. सी. ई. आर. टी. न्यू दिल्ली।
2. शिक्षक सन्दर्शिका, राज्य शिक्षा संस्थान उ0प्र0 इलाहाबाद।
3. अभिनव पत्रिका, सीमैट (उ0प्र0) इलाहाबाद।
4. शिक्षा मनोविज्ञान एवं मापन– लाल रमन बिहारी एवं जोषी सुरेश चन्द्र, रस्तोगी पब्लिकेशन, मेरठ
5. विशिष्ट शिक्षा, सिंह बी0बी0 एवं ग्वाड़ी एन0 सी0 वैशाली प्रकाशन, गोरखपुर
6. मंदबुद्धि दब्बू और अपराधी बच्चों की सही शिक्षा, तरूण हरिवंश क्वालिटी आफसेट, दिल्ली
7. शिक्षा मनोविज्ञान एक परिचय, पाण्डेय श्रीधर एवं शिक्षा शाम्भवी, भवदीय प्रकासन, अयोध्या, फैजाबाद।