eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 03, Issue 04, April 2024

जीवन कौशल शिक्षणः सफल जीवन का एक प्रमुख गुण

असरा बीबी सिद्दीकी[1]
[1]असिस्टेंट प्रोफेसर समाजशास्त्र, करामत हुसैन मुस्लिम गर्ल्स पी0जी0 कालेज लखनऊ

Received: 15 April 2024 Accepted & Reviewed: 25 April 2024, Published : 30 April 2024

Abstract

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है और समाज उससे सामाजिक आदर्शो एवं मानकों के अनुसार आचरण एवं व्यवहार करने की अपेक्षा करता है। समाज का संगठन या निर्माण कई इकाईयों से मिलकर होता है जैसे–व्यक्ति समितियां, समुदाय, संस्थाएं, समूह इत्यादि। जब यह सभी समाज की अपेक्षाओं एवं मूल्यों तथा प्रतिमानों के अनुसार अपनी भूमिकाओं एवं कर्तव्यों का निर्वहन करते हैं तब समाज में सामाजिक एकता एवं संगठन बना रहता है। व्यक्ति समाज की प्राथमिक इकाई है तथा इस रुप में यह समाज का आधार है। अर्थात किसी भी समाज का विकास एवं सफलता उसमें रहने वालें व्यक्तियों के विकास एवं सफलता पर निर्भर करती है। इस रुप में मनुष्यों के व्यक्तित्व का सर्वांगीण एवं बहुमुखी विकास समाज के विकास में एक महत्वपूर्ण स्थान रखता है। कौशल विकास भी व्यक्तित्व के विकास में महत्वपूर्ण स्थान रखता है। समाजीकरण के माध्मय से व्यक्ति में समाज में जीने की क्षमता का विकास होता है।

शब्द संक्षेप– व्यक्ति, समाज, जीवन कौशल शिक्षण, सफल जीवन, एक प्रमुख गुण

Introduction

समाजीकरण की सफलता व्यक्तित्व के निर्माण की अनिवार्य दशा है। समाजीकरण की प्रक्रिया का व्यक्तित्व के निर्माण से इतना घनिष्ठ सम्बंध है कि इसकी अनुपस्थिति में व्यक्ति किसी भी प्रकार एक सामाजिक प्राणी नहीं बन सकता। समातीकरण की प्रक्रिया अनेक समूहों एंव संस्थाओं के द्वारा प्रभावित होती है। यह प्रक्रिया जीवन के आरम्भिक समय से लेकर मृत्यु के समय तक चलती रहती है। आरम्भ को इस प्रक्रिया को प्रभावित करने में परिवार, क्रीड़ा समूह, पड़ोस तथा विद्यालय का महत्व अधिक होता है जबकि बाद में विभिन्न आर्थिक, धार्मिक, सांस्कृतिक संस्थायें इस प्रक्रिया को पूर्ण बनाने में सहयोग देती हैं। यह सभी संस्थायें परिस्थिति को ध्यान में रखते हए प्रशंसा, आरोप, सहयोग, अनुकरण, दण्ड, पुरस्कार अथवा विरोध के द्वारा व्यक्ति में सामाजिक गुण उत्पन्न करती हैं।[1]

जीवन कौशल भी एक महत्वपूर्ण गुण है जो मनुष्य के व्यक्तित्व के विकास में तथा जीवन की सफलता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है जीवन कौशल एक कला है जो मनुष्य को एक सकारात्मक जीवन जीने की प्रेरणा देता है। जिस प्रकार आदर्श एवं मूल्य व्यक्ति में नैतिक गुणों का विकास करते हैं एवं चरित्र का निर्माण करने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं जैसे–सत्य, प्रेम, सहिष्णुता, सहानुभूति, त्याग, अनुशासन, परोपकार, सन्तोष ईमानदारी, बड़ों का सम्मान, जीव जन्तुओं पर दया इत्यादि व्यक्तित्व का निर्माण करते हैं उसी प्रकार जीवन कौशल का गुण जीवन को बेहतर ढंग से जीने की क्षमता को विकसित करता है। जीवन कौशल का अर्थ है कि जीवन को दक्षता के साथ व्यतीत करना। प्रमुख रुप से कौशल कई प्रकार के होते हैं– जैसे चिंतन कौशल, सामाजिक कौशल और संवेगात्मक कौशल। जिस भी व्यक्ति में यह कौशल

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 03, Issue 04, April 2024

पाये जाते हैं वह अपने जीवन को अन्य लोगों की तुलना में अधिक बेहतर, सहज, सफल और जीवन्त बना सकते हैं। जीवन कौशल में समय प्रबंध का विशेष स्थान है। जो व्यक्ति अपने कार्यो को निर्धारित समय पर करते हैं तथा अनुशासित जीवन व्यतीत करते हैं तथा आलस्य के अधीन नहीं रहते हैं वह जीवन कौशल का महत्व समझते हैं। इसके साथ ही साथ प्रतिकूल परिस्थितियों में धैर्य बनाना, परिस्थितियों को अपने अनुकूल बनाने का प्रयास करना भी जीवन कौशल है। जीवन कौशल प्रतिदिन के जीवन में दिनभर के क्रिया कलापों के बीच सामन्जस्य बनाने, अपनी प्रस्थिति के अनुसार आचरण करने, अपने परिवार के प्रति उत्तरदायित्वों का पालन करने, दूसरों के लिए प्रेरणा स्रोत बनने, अपने लक्ष्य की प्राप्ति के लिए निरंतर प्रयास करने, स्वयं के प्रति अपने दायित्वों को पूरा करने, अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूक रहने, तनाव मुक्त जीवन जीने के गुणों को विकसित करता है।

जीवन कौशल के माध्यम से जीवन को अधिक सरल ढंग से व्यतीत करने में सहायता मिलती है क्योंकि जिस व्यक्ति में यह कौशल होता है वह जीवन में आने वाली विपरीत परिस्थितियों या समस्याओं अथवा कठिनाइयों से घबराता नहीं है बल्कि उनका समाधान खोजने तथा परिस्थितियों को अपने अनुकूल बनाने का प्रयास करता है। जीवन कौशल से व्यक्ति में अनुकूलन, सहयोग, सामंजस्य, कुशल नेतृत्व तथा आत्मविश्वास में वृद्धि होती है। शिक्षण अधिगम प्रक्रिया में भी कौशल का विशेष महत्व है। शिक्षा स्थिर न होकर गतिशील प्रक्रिया है। जो बालक को सदैव देश, काल और परिस्थिति के अनुसार प्रगति की ओर अग्रसर करती है। मनुष्य की प्रगति शिक्षा के गतिशील स्वरूप के कारण ही होती है। समाज, जहॉ पर रहकर बालक शिक्षा प्राप्त करता है, वह भी एक गतिशील सम्बोध है। जैसे ही समाज में कोई परिवर्तन होता है शिक्षा के प्रारूप में भी परिवर्तन आता है। इस कारण शिक्षा के उददेश्य, पाठयक्रम एंव शिक्षण विधियों आदि में भी निरन्तर परिवर्तन आता रहता है। विकास की प्रक्रिया ही परिवर्तन पर निर्भर करती है और शिक्षा विकास का आधार है।[2]

कौशल की शिक्षण अधिगम प्रक्रिया में भी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। जैसे सम्प्रेषण कौशल, व्यवसायिक कौशल तथा शिक्षण में तकनीकी एंव नवाचार का उपर्युक्त प्रयोग करना, पाठयक्रम को बोधगम्य बनाना भी एक कौशल है तथा विषय के प्रति छात्रों की रूचि में वृद्धि करना, उनमें सृजनात्मक क्षमता विकसित करना, ज्ञान का व्यवहारिक प्रयोग करने की योग्यता विकसित करना, अधिकारों एंव दायित्वों का ज्ञान प्रदान करना एंव उनमें सामंजस्य बढ़ाना भी कौशल के अन्तर्गत आता है इसके अतिरिक्त आत्ममूल्यांकन करके स्वंय की कमियों को दूर करना तथा सामाजिक दृष्टिकोण विकसित करना एंव एक नागरिक के रूप में अपने कर्तव्यों का निर्वहन करना, पर्यावरण के प्रति अपने उत्तरदायित्वों को निभाने का गुण भी जीवन कौशल को सफल एंव सार्थक बनाता है। विभिन्न प्रकार के जीवन कौशल यदि विद्यार्थियों में शिक्षण अधिगम प्रक्रिया के माध्यम से विकसित किये जायें, तो वे अपने उददेश्यों एंव लक्ष्यों को अधिक बेहतर ढ़ंग से प्राप्त करने के लिये प्रयास कर सकेंगे तथा विभिन्न प्रकार के जीवन कौशल द्वारा उनके व्यक्तित्व का बहुमुखी एंव सर्वांगीण किया जा सकता है।

संदर्भ ग्रंथ–

1–पृष्ठ संख्या–116–117 समाजशास्त्र, प्रोफेसर (डा0) जी0के अग्रवाल
2– पृष्ठ संख्या–5 उदीयमान भारतीय समाज में शिक्षक, डा0 उमा टण्डन, डा0 अरूणा गुप्ता