© 2017 IJSRST | Volume 3 | Issue 7 | Print ISSN: 2395-6011 | Online ISSN: 2395-602X
Themed Section: Science and Technology

जीवनकौशलशिक्षा

यज्ञदत्त शुक्ला
शोधच्छात्रः, शिक्षाशास्त्र विभागः
राष्ट्रीस संस्कृत संस्थान मानित विश्वविद्यालयः
लखनऊ परिसर लखनऊ।

शिक्षा मानवानां सर्वोन्मुखीविकासस्य सर्वोत्तमं साधनं वर्तते। यथा शिक्षया व्यक्तयः स्ववातावरणानुसारं स्वजीवनं परिवर्तयितुं सामाजिकान् दायित्वान् परिपालयतुं स्वस्थजीविकोपार्जनं कर्तुं जीवनानां उत्कृष्टान् मूल्यान् प्रति समुचितं दृष्टिकोणं विकासयितुं समर्थाः सशक्ताः च भवन्ति।

जान् ड्यूवी महोदयैः विषयेऽस्मिन् उक्तम्

शिक्षा व्यक्तेः तासां सर्वासां योग्यातानां विकासः वर्तते यथा सः स्ववातावरणं नियन्त्रयितुं क्षमतां लभते एवं च स्वसम्भावनाः पूरयति।

महात्मा–गान्धिना महोदयेन उक्तम् यत्–

शरीरस्य बुद्धेः व्यवहारस्य च सम्यक् सन्तुलनं कृत्वा सम्यक् विकासं प्रति अग्रसारिणी प्रक्रिया एव शिक्षा वर्तते।

'शिक्षा मानवानां कृते जीविकामात्रं एव न इति कैश्चित् भणितम्।'

शिक्षायाः केन्द्रीय–उद्देश्य मात्रसूचनायाः अवज्ञानं न अपितु विद्यार्थिनां जीवनं जीवयितुं विशिष्टानां योग्यतानां प्रशिक्षणमपि वर्तते। उर्ध्वगामिन्याः संचारक्रान्तेंः अस्मिन् गतिशीलात्मके जीवने प्रायः शिक्षार्णिनः आशानां आश्रयं परित्यज्य नैराश्येण ग्रस्ताः भवन्ति। एतादृशविषमपरिस्थितिषु अपि तेषु उत्साहः, उमंगः– स्फूर्तिः, परिश्रमः– अनुशासनं, स्वाभिमानं, सत्यनिष्ठा– धैर्यः, दायित्वबोधः, सहनशीलता सामाजिकसौहार्द्रतासमर्पणं इत्यादीनां, जीवनकौशलसम्बद्धगुणानां विकासः शिक्षायाः महती आवश्यकता वर्तते।

मनसः शरीरस्य चरित्रस्य च भावानां परिष्कारः भवेत् शिक्षायाः इदमेव प्रयोजनं वर्तते।– **सम्पूर्णानन्दः**

वर्तमान् परिप्रेक्ष्ये समग्र समाजः विद्यार्थिसु तेषां ज्ञानानां सिंचनस्य अपेक्षां करोति येन् तेषां चारित्रिकः विकासः भवत्। शिक्षाजगत एतादृशः सुयोग्यान् कुशलान् विद्यार्थिनः निर्मीयासुः ये राष्ट्रनिर्माणस्य एवञ्च राष्ट्रविकासस्य सुदृढ़ाधाराः भवेयुः। भारतीयानां मनीषिणां अपि इदमेव चिन्तनं वर्तते।

'इदं व्यक्तित्वं यं सुप्रभावेण अभिव्याप्नोति तं क्रियाशीलं करोति।' इति **विवेकानन्दस्य** उक्तिः।

सम्यक् शिक्षा या एव वर्तते यथा विद्यार्थिनः स्वजीवनं अवबुध्येयुः। यदि ते जीवनस्य वास्तविकं ज्ञानं न भविष्यति चेत् तस्यभारेण विचलिताः भविष्यन्ति। जनाः विचाराः जलवायुः भोजनं लोकमतानि एतानि सर्वाणि

भवन्तं तासु दिशासु प्रेरयन्ति यस्यां समाजः भवन्तम् द्रष्टुं इच्छन्ति। भवतः शिक्षा एतादृशी भवेत् यत् सा भवन्तं भारं अवबोधयितुं योग्यं कारयेत् इमं उचितं स्वीकारस्य अपेक्षा भवान् इमं ज्ञायेत् एवञ्च अस्मात् बहिः गच्छेत येन एकः व्यक्तिः सन् भवान् अग्रे गत्वा किंचित् नवीनं कर्तुं समर्थः भवतु। इयं एव वास्तविकी शिक्षा वर्तते।

इदं अत्यंतं महत्वपूर्ण वर्तते यत् भवतः शिक्षा कीदृशी वर्तते या भवान् शिक्षितः भवति। भवान् कीदृशं चिन्तनं मननं च करोति।

जे–कृष्णमूर्ति। प्रभावपूर्णं व्यवहारंकर्तुं, चिन्तनं कर्तुं स्वशक्तिं, अल्पतां एवञ्च उपलब्धावसरं प्रति जागरूकतां एव विद्यार्थिनां कृते अतिआवश्यकं वर्तते। तेभ्यः स्वसमस्याः अभिज्ञानाय, वैकल्पिकं समस्या–समाधानं प्राप्तये उचित निर्णयं कर्तुं कौशलस्य आवश्यकता वरीवर्ति। पूर्वेषु दशकेषु अनुभवाः शिक्षा व्यवस्थायाः कृते एका विशिष्टा चुनौती उपस्थापिता यासु शिक्षायाः स्तरः वर्तते सा शिक्षा जीवनं जीवयितुं कलारूपेण विकसिता न भवति। अद्य व्यक्तित्वस्य विकासाय अलंकरणाय कौशलस्य आवश्यकताः प्रतीतिः जायते। समाजः इदं इच्छति यत् एतादृशी शिक्षा भवते् ययाा–छात्राः आत्मविश्वासिनः उच्च– आकांक्षारस्तस्य सकारात्मकाः आशावादिनः अभिवृत्तेः युक्ताःभवेयुः।

विंशतिशताब्द्याः महतांवैज्ञानिकानाम् आइन्सटीन– महोदयानुसारं–

''विद्यालयस्य कृते सः सर्वाधिकः कष्टप्रदः कालः भवति यदा सः भयत्रास कृत्रिम– प्रभुत्वस्य आश्रयं गृष्णाति। एतादृश व्यवहारेण विद्यार्थिनां निर्मलानि मनांसि अवघातं लभन्ते। तेषां भावनाः आत्मविश्वासश्च नष्टः हृष्टः च भवति। एतादृशपरिवेशेषु छात्राः निर्बलाः भवन्ति एवं च विद्यालये जीवने च कार्यस्य स्वलक्ष्यं वर्तते। कार्येषु आनन्दानुभूतिः समाजं प्रति मूल्यानां ज्ञानं तेषां उपादेयतायाः ज्ञानश्च।''

वर्तमानेषु समयेषु अधिगमः प्रभावी भवेत् तदर्थं अध्ययनेषु अध्यापनकार्येषु द्रुतगत्या परिवर्तनम् आगच्छति। अस्य प्रमुखं कारणं वर्तते छात्र योग्यतायाः **कौशलस्य** च विकासः एव।

1.2 जीवनकौशलम्

कौशलम्–

कौशलः स्वयमेव एका अनेकार्थी संकल्पना अस्ति। यः यान्त्रिकीं दक्षतां तकनीकिं कार्यकुशलता तकनीकज्ञानं प्रति संकेतयति। यः कंचित् कार्यम् कुशलतापूर्वंक सम्पादयितुं साधनविधिभिः सह सम्बन्धितः वर्तते। यथा– कस्यास्चित् द्विचक्रिकायाः निर्माणं दारूणा शय्यादि निर्माणम्।

शिक्षायां अस्य शब्दस्य इतोऽपि व्यापकेषु अर्थेषु प्रयोगः दृश्यते। प्रत्येकानां पाठ्यक्रमानां रूपरेखा कौशलसम्बन्धिभिः उद्देश्यैः सह संज्ञानात्मकं उद्देश्यं एवं च अवबोधनं अभिवृत्तिसम्बन्धि उद्देश्यान् दर्शयति।

जीवनकौशलम् –

जीवनकौशलस्य तात्पर्य वर्तते यः व्यक्तित्वस्य चर्तुमुखी विकासैः सह परिवारस्य, समाजस्य राष्ट्रस्य अन्तर्राष्ट्रीयतायाः अनुकूलत्वस्य स्वस्य च भावं बोधयेत्। अर्जितं ज्ञानं व्यहारिकरूपेण प्रद्यात्। जीवनानां संघर्षान् अवबोधयितुं तैः सह सामंजस्य स्थापयितुं क्षमतां वर्धेत्। जीवनस्य आपत्तिभिः विचलितं भूत्वा निर्बलवत् पलायनस्यापेक्षा विवेकपूर्णं सामना भवेत्।

विश्वस्वास्थ्यसंगठनानुसारं – ''जीवनकौशलं अनुकूलात्मकस्य सकारात्मकस्य व्यहारस्य च तादृशी योग्यता वर्तते या व्यक्तिं दैनिकजीवनस्य आकांक्षाभिः समागतसमस्याभिः प्रभावपूर्णसमायोजनाय योग्यं निर्माति।''

जीवनकौशलं दैनिकजीवनकौशलं एवं च 'सरवाइकल' कौशलम् इत्यादि शब्देन ज्ञायते। तेषु तानि सर्वाणि तथ्यानि सम्मिलितानि सन्ति येषां सः सामान्यरूपेण दिनं प्रतिदिनं जीवने उपयोगं करोति। कौशलं व्यक्तिं गृहस्य समाजस्य कार्याणां सम्यक्रूपेण प्रतिपादयितुं सक्षमं समर्थं च करोति। जीवनकौशलम् मानवजीवनस्य विभिनेषु क्षेत्रेषु यथा– आर्थिकेषु, सामाजिकेषु राजनैतिकेषु आध्यात्मिकेषु इत्यादिषु तस्य सकारात्मकं व्यवहारं निर्धार्य तम् इमं योग्यं निर्माति यत् सः जीवनस्य एषु क्षेत्रेषु आगतानां समस्यानां प्रभावपूणैः सक्षमताभिश्च सुखसमृद्धिं च प्राप्नुयात्।

जीवनकौशलं ज्ञानं अभिवृत्तिं मूल्यं वास्तविकेषु योग्यतासु परिवर्तयति।

Unicef संस्थायाः अनुसारं–जीवनकौशलं योग्यतायाः एकं संघटनं वर्तते। अस्मिन् मूलभूतकौशलं स्वजागरूकता, परानुभूतिः, प्रभावीसम्प्रेषणं अर्न्तवैयक्तिक सम्बन्धः, समागतानां समस्यानां निवारण योग्यता, आलोचनात्मकं चिन्तनं, सर्जनात्मकं चिन्तनं निर्णयक्षमता एवं समस्यासमाधानं च। जीवनकौशलम् दिशानिर्देशकः सफलतम् जीवनस्य घनिष्ठः गूढ़तमः घटकः विद्यते।

जीवनकौशलम् अनुकूलसकारात्मकव्यवहारस्य एतादृशीः क्षमता वर्तते या व्यक्तये दैनिक जीवनस्य आवश्यकतायाः आगतानां समस्यानां प्रभावीरूपेण निवारयितुं सामर्थ्यं प्रददाति। जीवने अंसख्यानि कौशलानि सन्ति येषां प्रकृतिनां परिभाषा वातावरणं संस्कृतिंपरिवेशानुगुणं भिन्नं भिन्नं भवति।

जीवनकौशलम् मुख्यतः त्रिषु घटकेषु आधारितं वर्तते।

1. ज्ञानं सूचना च।
2. आचरणं मूल्यं च।
3. व्यवहारं परिवर्तनम्।

जीवनकौशलं अन्यैः कौशलैः भिन्नं वर्तते। अन्यानि कौशलानि सामान्यजीवनं यापयितुं सहायकानि तु सन्ति परं च एतेषां कौशलानां प्रभावपूर्णं उपयोगं कर्तुं जीवन कौशलस्य आवश्यकता वर्तते। परम्परागत ज्ञानाय कौशलाय दृष्टिकोणस्य व्यावहारिक उपयोगाय येषां वस्तूनां आवश्यकता वर्तते तानि सर्वांणि जीवनकौशले निहितानि सन्ति। एभिः किशोराणां व्यवहारे दायित्वबोधः जागृतः भविष्याति एवं ते मानसिकरूपेण भावनात्मकरूपेण च स्वस्थाः किशोराः भविष्यन्ति। अस्माकम् वातावरणे बहूनि संसाधनानि उपलब्धाः सन्ति। यासां प्रयोगाय कुशलतायाः आवश्यकता वर्तते। एतेषां जीवनकुशलतानां वर्धापने सहायकं कौशलं जीवनकौशलम् इत्युच्यते।

जीवनकौशलाधारितशिक्षा–

अस्माकं वातावरणे बहुविधानि संसाधनानि सुविधाश्च उपलभन्ते। येषां प्रयोगाय जीवनकुशलतायाः आवश्यकता दरीदृश्यते। अतः इदं वक्तु शक्नुमः यत् जीवन कौशल शिक्षा व्यक्तिषु एकां एतादृशीं क्षमतां विकासयति यया सः स्वजीवनस्य आवश्यकतायाः समागतानां परिस्थितीनां प्रभावीरूपेण निवारणं कर्तु समर्थः भवति। जीवनस्य असंख्याकानि कौशलानि सन्ति। येषां प्रकृतिः एवं परिभाषाश्च, वातावरण संस्कृतिपरिवेशानुगुणं भिन्ना भिन्ना भवितुं अर्हति। तदानीमपि जीवनकौशलशिक्षा निम्नलिखितेषु दशाविधकौशलानां एकः समूहः वर्तते।

<u>चिन्तन कौशलम्</u>

1. स्वजागरूकता
2. सामाजिक जागरूकता
3. समस्या–समाधानम्
4. निर्णयक्षता

<u>सामाजिक कौशलम्</u>

1. अन्तवैर्यक्तिक सम्बन्धः
2. प्रभावी– सम्प्रेषणम्
3. सामूहिकी कार्यप्रकल्पना

<u>व्यवहार कौशलम्</u>

1. समवयस्कानां अथ च पारिवारिकीनां स्थितीनां निवारणम्
2. विषयेषु सिद्धान्तेषु च एकमतं दृढताश्च।
3. स्वप्रबन्धनम्

जीवन कौशलम् जीवनस्य यथार्थतायाः अन्वेषण योग्यता वर्तते। एकस्य सामाजिकस्य प्राणीनः व्यक्तेः समग्र विकासाय जीवनकौशलशिक्षा सुविधां प्रददाति।

जीवनकौशलशिक्षा मूलभूताधिगमावश्यकता वर्तते। समागतानां परिस्थितिनां निवारणाय कौशलं यथा नेतृत्वं, उत्तरदायित्वं, संप्रेषणं, बौद्धिकसक्षमता, स्वसम्मानम् पारस्परिकसम्बन्ध इत्यादीनां सम्बन्धिकौशलानां शसक्तनिर्माण जीवन–कौशलशिक्षा सहायिका भवति। जीवन कौशलस्य विकासः किशोराणां ज्ञाने अभिवृत्तिषु स्वस्थव्यवहारे साहाययं करोति।

जीवनकौशल शिक्षायाः प्रभावः

1. हिंसकेषु व्यवहारेषु अल्पता।
2. नकारात्मिकासु अभिवृत्तिषु न्यूनता तथा समाजसम्मात व्यवहारेषु वृद्धिः।
3. स्वध्वंसात्मकव्यवहारेषु अल्पता
4. योजना निर्माणस्य योग्यता तथासमस्यायाः प्रभावी समाधानाम्।
5. स्वप्रतिबिम्बे परिवर्तनम्।
6. सामाजिकं सावेगिकं परिवर्तनम् समायोजनच।
7. ज्ञानवृद्धिः।
8. कक्षाव्यहारेषु उत्कृष्ट परिवर्तनम्
9. स्वनियन्त्रणेषु समाजिकतायां लाभः
10. दुश्चिन्तायाः एवं समस्यायाः समाधानम्
11. समवयस्कैः सह द्वन्द्वाम्किा स्थित्या रचनात्मक–परिवर्तनस्य उपायाः।
12. ख्यातौ वृद्धिः

13. UNESCO, MHRD 2001, Life skill in Non-Formal Education – A Review, New Delhi
14. UNFPA, Office New Delhi 2000 Building Life skill for better health
15. WHO 1993, Life skill education in schools, Geneva.