

जीवन कौशल्य विकासात शिक्षकाची भूमिका

डॉ. सुभाष कृष्ण वाघमारे

सहयोगी प्राध्यापक,

परीक्षा नियंत्रक,

एस. एन. डी. टी. महिला विद्यापीठ, मुंबई.

मानवाला धकाधकीच्या जीवनात या समाजात वावरताना आणि जीवन जगताना काही कौशल्ये आत्मसात करावे लागतात. सर्वसाधारण जीवन जगताना जास्तीत जास्त कौशल्य आत्मसात केलेली व्यक्ती ही नेहमीच श्रेष्ठ ठरते. त्यामुळेच जीवन कौशल्य आत्मसात करणे ही बाब मानवाच्या विकासासाठी आवश्यक ठरते. कौशल्याने वागल्यास नवनवीन बाबींचे शोध घेणे शक्य होते. त्यामुळेच प्रथम कौशल्य प्राप्त करणे या बाबी मानवी जीवनाच्या पायाभूत बाबी ठरतात. ज्यांच्याकडे कौशल्याची कमी असते, अशा व्यक्ती जीवनात इतरांच्या तुलनेने मागे पडलेल्या दिसतात, तर ज्यांच्याकडे कौशल्य अधिक ती व्यक्ती इतरांपेक्षा श्रेष्ठ ठरते. डब्लू एच ओ ने जीवन जगण्यासाठी किमान दहा जीवन कौशल्ये असावी असे सांगितले आहे.

- १ स्वत्वाची जाणीव
- २ विमर्श चिंतन
- ३ सर्जनशील विचार प्रक्रिया
- ४ निर्णय क्षमता
- ५ समस्या निराकरण
- ६ प्रभावी संप्रेषण
- ७ इतरान विषयी सहानुभूती
- ८ व्यक्तिगत संबंध
- ९ तनावतील वर्तन
- १० भावनापूर्ण वर्तन

हि जीवन कौशल्य मानवानी प्राप्त केली कि समाजात त्याला योग्य जीवन जगण्यास मदत होते. या शिवाय हि बरीच जीवन कौशल्य आपणास सांगता येईल. अमेरिका, युरोपमधील विविध ज्ञानसंपन्न व्यक्तींनी प्रत्येक व्यक्तीकडे किमान कोणती कौशल्ये असावीत, याबाबत आपली मते सांगितली आहेत. त्यापैकी खालील काही कौशल्ये मानवी जीवनाच्या विकासासाठी महत्त्वपूर्ण आहेत. उत्तम आरोग्य, लेखन कौशल्य, संभाषण कौशल्य, नियोजन कौशल्य, समस्या निराकरण कौशल्य

उत्तम आरोग्य :

प्रत्येक व्यक्तीने आरोग्य संपन्न असलेच पाहिजे. दररोज नियमितपणे ठराविक वेळी व्यायाम केला पाहिजे. व्यायामाने शरीर शक्तिवान, बलवान होते हे ध्यानात घेतले पाहिजे. विद्यार्थ्यांचे आरोग्य चांगले असले तर अध्ययनाचे कार्य सुकर होण्यास मदत होते. हीच गोष्ट अध्यापकाच्या बाबतीत वेगळी नाही. शरीर निरोगी राहण्यासाठी व्यायामाची गरज असते. शरीराला व्यायाम नसेल तर शरीर कमकुवत होते. रोगांचा प्रादुर्भाव होतो. मनाची उभारी खचते आणि इतर

कौशल्यांत माणूस कमी पडतो. कौशल्य वाढवण्याची पहिली पायरी व्यायामाची आहे. व्यायाम कौशल्य वाढवून शरीर आणि मन, दोन्ही बलवान करणे शक्य असते. उत्तम आरोग्य आणि प्रकृती उत्साह आणि शक्ती वाढवते. व्यायामाबरोबर मानवी शरीराला योग्य त्या विश्रांतीची नितांत गरज असते. शरीर आणि मन थकलेले असेल, तर मेंदूला विश्रांतीची गरज असते. किमान आठ तास झोपेची गरज ही प्रत्येकाला असते. शांत झोप झाल्यास कौशल्य वाढवणे शक्य होते. शिक्षकांनी अध्यापनाच्या कार्यासोबतच शारीरिक शिक्षणावर लक्ष देणे आवश्यक आहे. त्यासाठी मैदानी खेळावर दुर्लक्ष करून चालणार नाही.

लेखन कौशल्य :

प्रत्येक सुशिक्षित व्यक्तीस लेखन कौशल्याची गरज असते. आपले विचार वाचका पर्यंत पोहचविण्यासाठी लिखाण उत्तम करणे गरजेचे असते. त्यांना आशय लेखन कौशल्य असणे गरजेचे असते. विद्यार्थ्यांचा विचार केलातर स्वतःचे विचार मांडण्या साठी लेखन कौशल्य आत्मसात करणे आवश्यक आहे. विद्यार्थी लेखन कौशल्यात निपुण असल्यास त्यांच्या उणिवा त्यांना ध्यानात घेऊन योग्य ते बदल करणे शक्य होईल. लेखन कौशल्यात विद्यार्थी निपुण नसल्यास त्याला कौशल्य दाखवणे शक्य होत नाही. विद्यार्थ्यांनी आपल्या विविध विषयांचे वाचन करून नोट्स काढणे हेही लेखन कौशल्यच असते. वृत्तपत्र, मासिके अथवा कादंबऱ्या लिहिताना लेखन कौशल्याची नितांत गरज असते. निबंधलेखन कलेचा विकास करण्यावर शिक्षकाने लक्ष देणे आवश्यक आहे वक्यपुर्ति करणे , भाषिक खेळ घेणे, शब्दकोडे तयार करण्यास लावणे इत्यादी अनुभव वर्गामध्ये देणे आवश्यक आहे

संप्रेषण कौशल्य :

काय बोलावे, तसेच काय बोलू नये; कसे बोलावे, तसेच कसे बोलू नये; किती बोलावे या सर्वांचे भान बोलताना राखणे अत्यंत गरजेचे असते. बऱ्याचदा बोलण्यातून गैरसमज वाढतात, तेढ निर्माण होते. हे सर्व संभाषण कौशल्य नसल्यामुळे घडते. भाषण कौशल्य, शब्दांची फेक, वेळ साधणे या सर्व बाबी श्रवण करणाऱ्यावर प्रभाव करतात. प्रभावी संप्रेषण करण्याच्या व्यक्ती आपले म्हणणे इतरांना योग्य प्रकारे संप्रेषित करू शकतात. त्या व्यक्ती आपल्या प्रभावीसंप्रेषणाने श्रोत्यांची मने जिंकतात, त्याचप्रमाणे तोंडी मुलाखतीच्या वेळी उमेदवारांना संप्रेषण कौशल्य असल्याशिवाय प्रभावीपणे मुलाखत देणे शक्य होत नाही. संप्रेषण कौशल्यामध्ये संप्रेषण मुद्दे महत्त्वाचे असतात. मुद्देसूद बोलण्याला फार महत्त्व असते. त्यासाठी बोलण्याचे कौशल्य विकसित करावे लागते. एखाद्या व्याख्याताला त्याच्या अध्यापनाच्या दृष्टीने संप्रेषण कौशल्य विकसित करावे लागते. प्रभावीपणे उत्तम प्रकारे संप्रेषण कौशल्य प्रत्येकालाच साध्य करावे लागते. संप्रेषण कौशल्याला फार महत्त्व असून, बऱ्याचदा त्याकडे दुर्लक्ष केले जाते. संप्रेषणकौशल्यामुळे व्यक्तीमध्ये आणि व्यक्तिमत्त्वामध्ये विकास होतो. विद्यार्थ्यांने वर्गात स्वतःचे विचार मांडावे असे शिक्षकास वाटत असेल तर गटचर्चा वर्गात राबविणे आवश्यक आहे . अभिव्यक्तीची संधी वारंवार देणे आवश्यक आहे

व्यक्तिगत संबंध :

गट कार्य एखादी कार्य करण्यासाठी महत्त्वपूर्ण असते . विद्यार्थ्यांना व शिक्षकांना नेहमीच गटामध्ये कार्य करावे लागते त्यामुळे आंतर संबंध महत्त्वाचे असते . उदाहरण द्यावयाचे झालेचतर शाळेमध्ये प्रदर्शन राबविणे. हे राबविताना

शाळेचे मुख्याध्यापक, शिक्षक, गटातीलसवंगडी महत्वाचे असते. हे करीत असतांना सर्वांमध्ये समन्वय असणे आवश्यक असते व यासाठी व्यक्तीमध्ये आंतर संबंध कौशल्य विकसित होणे आवश्यक आहे. हे कौशल्य विकसित झाल्यास किशोर वयीन मुले इतरांना स्वीकारतील, इतरांशी समाजात योग्य वर्तन करतील, समाजातील नियम, सामाजिक परंपरा, कर्तव्य यांचा स्वीकार करतील. वर्गामध्ये गटचर्चे सोबतच भूमिका पालन प्रतिमांचा वापर करता येणे आवश्यक आहे . या माध्यमाने इतरांना समजून घेणे, इतरांच्या भावनांचा आदर करणे शिकवता येते त्यामुळे भूमिका पालन प्राप्तीचा वापर वर्गात व्हावा

नियोजन कौशल्य :

प्रत्येक गोष्टीचे काटेकोर नियोजन करून योग्य वेळ साधून कामे पार पाडण्याचे कौशल्य असावे लागते. त्यामुळे नियोजन महत्त्वाचे असते. त्यात बदल करावयाचा झाल्यास तुमचे नियोजन कौशल्य महत्त्वाचे असते. विद्यार्थ्यांना अभ्यासाचे, खेळाचे, परीक्षेचे नियोजन, करावे लागते त्यामुळे विद्यार्थ्यांना नियोजन करण्याचे कौशल्य आत्मसात झाले पाहिजे. नियोजन नसेल तर कोणत्याच कार्यामध्ये विद्यार्थ्यांची प्रगती दिसणार नाही

विद्यार्थ्यांचे आरोग्य चांगले असले तर अध्ययनाचे कार्य सुकर होण्यास मदत होते. यामुळे हे कौशल्य विकसित करण्यावर पालकांनी व शिक्षकांनी भर देणे आवश्यक आहे . त्याच प्रमाणे स्वतःचे विचार मांडण्यासाठी लेखन कौशल्य आत्मसात करणे आवश्यक आहे. विद्यार्थी लेखन कौशल्यात निपुण असल्यास त्यांच्या उणिवा त्यांना ध्यानात घेऊन योग्य ते बदल करणे शक्य होईल.

निष्कर्ष

संप्रेषण कौशल्याला फार महत्त्व असून, बऱ्याचदा त्याकडे दुर्लक्ष केले जाते. संप्रेषणकौशल्यामुळे व्यक्तीमध्ये आणि व्यक्तिमत्त्वामध्ये विकास होतो. त्या मूळे संप्रेषण कौशल कसे वाढवता येईल यावर लक्ष देणे आवश्यक आहे त्यामुळे विद्यार्थी केंद्रित अध्यापन पद्धती शिक्षकांनी वापरावयास हवे, गटचर्चेचा उपयोग यासाठी योग्य होऊ शकतो. कोणत्याही कार्यामध्ये नियोजन नसेल तर विद्यार्थ्यांची प्रगती दिसणार नाही त्या मुळे नियोजनाची सवय लावणे आवश्यक आहे . विद्यार्थ्यांना नियोजन करण्याचे कौशल्य आत्मसात झाले पाहिजे. नियोजन नसेल तर कोणत्याच कार्यामध्ये विद्यार्थ्यांची प्रगती दिसणार नाही . विद्यार्थ्यांना व शिक्षकांना नेहमीच गटामध्ये कार्य करावे लागते त्यामुळे आंतर संबंध महत्त्वाचे असते. त्यामुळे आंतर संबंध लक्षात घेऊन त्याच्या वाढीसाठी वर्गामध्ये वातावरण हेतुपूर्वक निर्माण करणे महत्त्वाचे आहे.

संदर्भ

Ahmed, S.K. and Ara, N., 1997. Patterns and trends of Buprenorphine abuse — an ethnographic

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3025161/>

<http://blog.indicorps.org/wp-content/uploads/2009/11/Shreena..pdf>

<http://www.actionresearch.net/living/rawalpdf/Chapter4.pdf>