



अनौपचारिक शिक्षणातून जीवन कौशल्य विकास

विवेक गं. इनामदार

प्रस्तावना :-

मानवी जीवन जगताना प्रत्येकाला जीवन कौशल्याची गरज असते . जीवनातील महत्वपूर्ण घटना ओळखणे इतरांच्या भावना जाणणे, समस्या निर्मुलनासाठी आखणी करणे इ . साठी जीवनकौशल्य आवश्यक असतात . अन्न, वस्त्र, निवारण, या मानवाच्या मूलभूत गरजा आहेत . या शिवाय जीवन जगणे कठीण आहे . परंतु यशस्वी जीवन जगण्यासाठी जीवन कौशल्य आत्मसात करणे आवश्यक आहेत .

1.1 जीवन कौशल्याची संकल्पना :-

ज्ञान, वर्तन, मूल्ये, अभिवृत्तीच्या एकात्मिकरणातून कशाप्रकारे ध्येय प्राप्ती करावी याचे आकलन ज्या शिक्षणातून होते त्याला जीवन कौशल्य म्हणतात .

Everything should have something. या तत्वाचा वापर जीवनकौशल्यचा पुरस्कार करताना होतो .

1.2 जीवनकौशल्याची आवश्यकता :-

1. जगण्याची कला हेतूपूर्वक शिकण्यासाठी .
2. भावी जीवनातील दैनंदिन समस्या सोडविता येण्यासाठी .
3. विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचा विकास साधण्यासाठी .
4. इतरांसोबत यशस्वीपणे आंतरक्रिया करण्यासाठी .
5. ताणतणावांना समर्थपणे तोंड देण्यासाठी .
6. स्वतः च्या गुणदोषांचे मूल्यांकन करता येण्यासाठी .
7. जीवनात समर्थता आणण्यासाठी .
8. विद्यार्थ्यांमधील विविध गुण, क्षमतांचा योग्य विकास साधण्यासाठी .
9. विद्यार्थ्यांत आरोग्यदायी व समाधानकारक जीवन जगण्यास समर्थ करण्यासाठी .
10. विद्यार्थ्यांत इतरांच्या भावनांचा आदर करील स्वतः यशस्वीरित्या जगता येण्यासाठी .

जीवनकौशल्यपैकी जागतिक आरोग्य संघटनेने जी दहा जीवनकौशल्ये स्विकारली आहेत ती खालील प्रमाणे .

Please cite this Article as :विवेक गं. इनामदार ,अनौपचारिक शिक्षणातून जीवन कौशल्य विकास: Indian Streams Research Journal (March ; 2012)



1.3 जीवनकौशल्य :-**1. स्व क्षमता ओळखण्याचे कौशल्य :-**

यालाच आत्मभान किंवा स्वपरिचय असे म्हणतात . हे वैयक्तिक स्वरूपाचे, भावनिक जीवन कौशल्य आहे . स्वतः ला जाणणे म्हणजे स्व ची जाणीव होय . व्यक्तित्ना स्वतः च्या भावना, क्षमता, इच्छा, मर्यादा, आवडी, निवडी, बलस्थाने, कमतरता, मर्यादा, कुवत, आकांक्षा, निर्णयक्षमता व आत्मविश्वास इ . वावीविषयी स्पष्ट जाणीव असली पाहिजे .

स्व परिचय जीवन कौशल्यांचा प्रत्यक्ष संबंध समायोजनक्षमतेशी असतो . जेवढा अधिक स्व-परिचय तेवढी अधिक समायोजनक्षमता . हे कौशल्य वैयक्तिक विकासासाठी अधिक उपयुक्त असते .

कृती कार्यक्रम :-

1. निराशाजनक परिस्थितीचे आशादायी परिस्थितीत रूपांतर करणा-या, या लोकांच्या चरित्राचे वाचन .
2. चांगली पुस्तके वाचणे .
3. प्रेरणादायी ध्वनीफिती ऐकणे .

2. सहवेदन :-

हे इतरांच्या गरजा आणि परिस्थिती ऐकणे आणि जाणून घेऊन त्याबद्दल आपले विचार व्यक्त करण्याचे कौशल्य आहे . यासाठी अहंगंड दूर करणे, इतरांना ताण न देणे, नित्यपरिचयाचा व्यक्ती बनणे, इतरांनी केलेल्या विधायक कार्याबद्दल अभिनंदन करणे, दुःखात इतरांचे सांत्वन करणे या वावीचा समावेश होतो .

कृती कार्यक्रम :-

1. समाजोपयोगी उत्पादक कार्यासंबंधी कार्यक्रम राबविणे .
2. गणेशोत्सवाच्या वेळी जल प्रदुपण रोखण्यासाठी तसेच लोकांमध्ये जाणीव करण्यासाठी प्रकल्प हाती घेणे .

3. निर्णयक्षमता :-

हे निर्णय घेण्याचे कौशल्य आहे . आपल्या निर्णयाचा प्रभाव आपल्या गटावर पडतो . यामध्ये आपल्या निर्णयाचा पुरस्कार करून आपल्या गटातील लोकांना एकत्रित करणे आणि त्यांच्यात प्रेरणा निर्माण करणे अपेक्षित आहे .

कृती कार्यक्रम :-

1. निर्णय घेताना तेजोबलयाचा प्रभाव टाळणे .
2. निर्णय घेण्यापूर्वी इतरांशी सुमंवाद साधणे .
3. घेतलेल्या निर्णयाची अंमलबजावणी वेळीच करणे .

4. परिणामकारक संप्रेषण :-

इतरांचे विचार ऐकण्याची, ग्रहण करण्याची आकलन होण्याची, त्याचे निराकरण करण्याची, त्याला योग्य प्रतिसाद देण्याची व्यक्तीची क्षमता म्हणजे परिणामकारक संप्रेषण कौशल्य होय .

कृती कार्यक्रम :-

1. ग्राहकापर्यंत संदेश पोहोचल्याची खात्री करणे .
2. प्रभावी माध्यमांचा संदेश देण्यासाठी वापर करणे .

3 . प्रत्याभरणाचा वापर करणे .

5 . सर्जनशील विचार :-

व्यक्ती आपल्या बौद्धिक व शारीरिक क्षमतांचा वापर करून इतरांपेक्षा नवीन गोष्टी कल्पनांचा विकास करत असते .

कृती कार्यक्रम :-

- 1 . आत्मविश्वासाने कृती करणे .
- 2 . नव्या कल्पना, विचारांची चर्चा करणे .
- 3 . कार्यात नाविन्यात आणणे .

6 . चिकित्सक विचार :-

हे एखादी समस्या सोडविण्यासाठी प्रथम त्या समस्येची चौकट तयार करणे, त्या समस्येचे पृथक्करण करणे आणि चिकित्सक विचारांच्या आधारे समस्या सोडविण्याचे कौशल्य होय .

कृती कार्यक्रम :-

- 1 . चिकाटीने वागणे .
- 2 . परिस्थितीवर मात करणा-या व्यक्तींची चारित्र्ये वाचणे .

7 . ताणतणावाचे समायोजन :-

ताणतणावाच्या कारणांचा शोध घेणे, तसेच त्या ताणतणावांचा शारीरिक व मानसिक आरोग्यावर होणारा परिणाम लक्षात घेऊन त्यांचे व्यवस्थापन करणे म्हणजे ताणतणावाचे समायोजन कौशल्य होय .

कृती कार्यक्रम :-

- 1 . विद्यार्थ्यांसाठी ओळखा पाहू, समाजमिती तंत्रांचा वापर करावा .
- 2 . विद्यार्थ्यांना बोलते करावे .
- 3 . विद्यार्थ्यांच्या चुकांचे निदान करावे .

8 . भावनांचे समायोजन :-

स्वतः च्या व इतरांच्या भावना जाणून घेणे, त्या भावनांचे परिणाम ओळखून त्यावर नियंत्रण ठेवण्याचे कौशल्य म्हणजे भावनांचे समायोजन होय .

या जीवन कौशल्यामुळे दुस-या विषयी प्रेम, दया, सहानुभूती निर्माण होईल व मुले एकमेकांना मदत करतील . एकत्र काम करायला आवडेल . दुस-यांच्या भावना जपणे, इतरांवर प्रभाव पाडणे इ . गोष्टी मुलांना चांगल्या जमतील त्यासाठी हे जीवन कौशल्य आवश्यक आहे .

कृती कार्यक्रम :-

- 1 . ध्येय निश्चित करणे .
- 2 . आपल्या बलस्थानावर भर देवून यश मिळविणे .
- 3 . आपल्यातील कमकुवतपणा दूर करण्याचा प्रयत्न करणे .

9. व्यक्ति - व्यक्तिमधील सहसंबंध :-

दैनंदिन जीवनात इतरांशी आपला जो सतत संपर्क, संबंध असतो तो निकोप, निरोगी, निर्मळ व स्नेहपूर्वक ठेवण्याचा प्रयत्न करणे म्हणजेच व्यक्ति - व्यक्तिमधील सहसंबंध होय .

कृती कार्यक्रम :-

1. इतरांच्या भावनांचा आदर करणे .
2. इतरांच्या सुख - दुःखात मदत करणे .

10. समस्या निराकरण :-

उपलब्ध पर्यायातून योग्य पर्याय निवडून कार्यवाही किंवा कृती करावयाचे कौशल्य म्हणजे समस्या निराकरण करण्याचे कौशल्य होय .
या कौशल्यामुळे संपूर्ण समस्येकडे सकारात्मक दृष्टीने पाहणे, समस्या सोडविण्यासाठी विचार करणे व यश प्राप्त करण्यास समर्थ बनविणे इ . क्षमतांचा विकास होतो .

कृती कार्यक्रम :-

1. विविध स्पर्धेत सहभाग घेणे .
2. कोडी सोडविणे

वरील सर्व जीवन कौशल्य औपचारिक शिक्षणातून तर विकसित करता येतीलच परंतु अनौपचारिक शिक्षणाच्या माध्यमातून खालील उपक्रमातून विकसित करता येतील .

अनौपचारिक शिक्षणातून जीवन कौशल्य विकास साधण्यासाठी उपक्रम :-

जीवन कौशल्य	अनौपचारिक शिक्षणासाठी उपक्रम
- स्व क्षमता ओळखण्याचे कौशल्य - चिकित्सक विचार	- इंटरनेचा वापर, प्रश्नमंजूषा, स्पर्धेत सहभाग
- सहवेदन	- महिला वचन गट, नाटके, पोवाडे, सोंग, भजन श्रवण यात सहभाग
- निर्णयक्षमता - परिणामकारक संप्रेषण	- सभा, मोर्चे, विविध मंडळांच्या कार्यक्रमांना उपस्थिती
- सर्जनशील विचार	- पक्षी, प्राणी या विषयीची कोडी, धार्मिक, तत्वज्ञानाच्या पुस्तकाचे वाचन, संगीत-श्रवण, चित्रपट इ .
- ताणतणावाचे समायोजन	- आपली बलस्थाने व कमकुवतपणा वावत इतरांशी चर्चा, स्वतः वेळोवेळी स्व निरीक्षण करणे .
- भावनांचे समायोजन	- बागकला, खेळणी तयार करणे, विणकाम कौटुंबिक चर्चा
- व्यक्ति-व्यक्तिमधील सहसंबंध	- प्रश्नमंजूषा, कोडे इ . सोडविणे .
- समस्या निराकरण	- समस्या विमोचन कार्यक्रम

प्रत्येक व्यक्तीमध्ये ही जीवन कौशल्ये कमी अधिक प्रमाणात असतात . ही व्यक्तीच्या विचार, भावना व वर्तनाशी संबंधित असतात . या जीवन कौशल्यामूळे वर्तमानाचे भान ठेवून भावी काळात यशस्वी जीवन जगता येते . या जीवनकौशल्यामूळे काय घ्यावे व काय घेऊ नये हे कळते व वरील उपक्रमाद्वारे व्यक्ती अनौपचारिक शिक्षणातून सज्जान होतो त्यासाठी जीवन कौशल्ये प्रत्येक व्यक्तीसाठी आवश्यक आहेत .

संदर्भ :-

- 1 . शालेय व्यवस्थापन शैक्षणिक संरचना आणि आधुनिक विचार प्रवाह (1997), प्रथम आवृत्ती, विद्या प्रकाशन, नागपूर .
- 2 . भारतीय शिक्षण (मार्च 2010), भारतीय शिक्षण मंडळ प्रकाशन, पुणे .