సురక్షిత మరియు ఆరోగ్యకరమైన పాఠశాల వాతావరణం సృష్టించడానికి వ్యక్తిగత సామాజిక లక్షణాలు అభివృద్ధి చేయడం.

కరదీపిక యొక్క లక్ష్యాలు

- వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాలపై ఉపాధ్యాయుల అవగాహన పెంపొందించడం
- స్వీయ వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాల ప్రభావితం కావడం ద్వారా అభ్యాసకులలో వాటిని పెంపొందింపజేయడం.

కరదీపిక యొక్క లక్ష్యాలు

- అందరి శ్రేయస్సుకు కట్టుబడి పాఠశాల/తరగతిలోని ప్రతి ఒక్కరు ఆమోదం, నమ్మకం సంరక్షణ మరియు ఆసక్తి కలిగి ఉండే వాతావరణాన్ని సృష్టించడం.

స్వీకరణ ఉద్పృక్పథాన్ని అవగాహన చేసుకోవడం

మీరు ఏమి గమనించారు?

రాయండి చిత్రంలో కనిపించేదెవరు?- యువతి, గ్రద్ద, వృద్ధురాలు ఈకటోపి ధరించిన పిల్లవాడు, పారేనది, ఒకవైపు నిలబడ్డ పిల్లవాడు (వివరణ)- ఇతరులు వేరే విషయాలను గుర్తిస్తారు.

అడగండి

- భిన్న విషయాలు ఎందుకు చూస్తారు? చిత్రాన్ని చూడడానికి ఏదైన సరైన పద్ధతి ఉన్నదా?
- నీ మాదిరిగా చిత్రాన్ని చూసినవారి పట్ల నీవు ఏమి అనుకుంటున్నావు?
- భిన్నంగా చూసిన వారి గురించి నీవు ఏమనుకుంటున్నావు?

- చిత్రంలో నూతన విషయాలు కనుగొన్నప్పుడు నీవు ఏమనుకుంటున్నావు?
- ఒక విషయాన్ని మీరు ఒక విధంగా చూసి, ఇతరులు భిన్నంగా చూసినపుడు ఆ పరిస్థితిని గుర్తించిఆలోచించండి.
- చిత్రాన్ని భిన్నంగా చూసిన వ్యక్తిని గూర్చి మీరు ఏమనుకుంటున్నారు?

- ఒక చిత్రాన్ని చూసి భిన్న స్పందనలు తెలుపవచ్చు. ఇది తప్పుకాదు. నిజ జీవిత సన్నివేశాలకు వాటిని జోడించినప్పుడు భిన్న అభిప్రాయాలు, నూతన అవగాహనలు లేదా విరుద్ధాలు ఏర్పడుతాయి.

ఇది విద్యార్థులకు ఇలా ఉపయోగపడుతుంది

- ఒకే విషయంపై భిన్న అభిప్రాయాలు ఉంటాయని అవగాహన చేసుకుంటారు.

ఏదైనా చూసినప్పుడు కొందరు ఒప్పు అని ఇంకొందరు తప్పు అనే భావన కాకుండా అందరిని ప్రశంసించాలి.

అవగాహన – ఆట

పదాలను మరియు ఆలోచనలను వ్యక్తులు స్వీకరించి, అనుసరించడంలో భిన్నంగా అవగాహన చేసుకుంటారో ఇది ఉపయోగపడుతుంది.

రాయండి ఉదా: ‘నది’

కళ్ళుమూసుకొని – చూడండి, వినండి, అనుభూతి పొందండ, వాసనచూడండి. వారి ఆలోచనలను పంచుకోమనండి. వారి పదాలను వాక్యాలను పొందండి. పారే నీళ్ళు, నదిలో పడవ, బట్టలు ఉతకడం, ఎండిన నది, పుస్తకాలల్లో నది చిత్రాలు. చిన్న గ్రూపు – కుటుంబం / గెలుపు/ స్నేహితుడు.....

ప్రతి ఒక్కరు / విద్యార్థి రాసి ఇతరులతో పంచుకోవాలి.

వ్యక్తిగత అనుభవాలు మనం చూసిన, విన్నవాటిని ఎలా వర్గీకరిస్తుందో ఉహించండి.

మనం ఏమి/ఎలా చూస్తాం అనేదానిపై మనందరికి స్వల్ప భిన్న అనుభవాలు /ప్రభావాలు ఉంటాయి.

మన అభిప్రాయాలు ఖచ్చితంగా ఇతరుల మాదిరిగానే ఉండవు.

మనం ప్రపంచాన్ని కొంచెం భిన్నంగా చూస్తాం.

మనం ప్రపంచాన్ని కొంచెం భిన్నంగా చూస్తాం.

సరిచూచుటకు–

*గ్రూపులలో చర్చించిన తర్వాత ఈ పదాల యొక్క అర్థం మారడాన్ని విద్యార్థులు/ ఉపాధ్యాయులు అవగాహన చేసుకున్నారా?

మనం ఏమి గ్రహిస్తాం?

ఉపాధ్యాయిని : రోడ్డు దాటే నియమాలను బాతుపిల్లలు నేర్చుకుంటున్నాయి.

మనస్తత్వవేత్త : తల్లి ప్రవర్తనను బాతుపిల్లలు అనుసరిస్తున్నా?

శాస్త్రవేత్త : ఈ వేగంతో ఇంత వెడల్పైన రోడ్డును అవి 15 సెకండ్లలో దాటుతాయి.

స్త్రీ వాది: తండ్రి బాతు కాకుండా, తల్లి బాతే ఎందుకు తన పిల్లలను రోడ్డు దాటిస్తుంది?

పోలిసు అధికారి: అవి ఎందుకు జీబ్రాక్రాసింగ్‌ను ఉపయోగించడంలేదు?

విద్యార్థి : బాతుపిల్లలు రోడ్డు దాటడం నేర్చుకుంటున్నాయి.

*వ్యక్తిగత అనుభవాలు విషయాన్ని విభిన్నంగా చూసేటట్లు చేస్తాయి.

స్వీకరణ దృష్టి యొక్క ఉపయోగం

ఇతరుల దృష్టిలో పరిస్థితిని చూడడం. ప్రత్యామ్నాయ వాస్తవాన్ని గూర్చి ఆలోచింప చేయడం.

కొత్త దృష్టిలో విషయాలను చూడడం.

విమర్శనాత్మక ఆలోచనను పెంపొందించడం.

సహానుభూతిని పెంపొందిస్తుంది.

ఇతరుల భావోద్వేగాలను గుర్తించడం.

పరిష్కారాలను కోరడం.

సమీష్టిగా పనిచేయడం.

ఇతరుల అభిప్రాయాన్ని వినడం.

మానసికస్థితి యొక్క నమ్మకాలు

పై నుండి క్రిందకు చదువండి.

ఎడమ నుండి కుడికి చదువండి

12 13 14

చూడడానికి సిద్ధపడిన వాటిని మనం చూస్తాం.

అధ్యాపకుడిని నమ్మకాలు మరియు మానసిక స్థితి

నూతన అధ్యాపకుడిని గురించి విద్యార్థులు ఒక పేరాను చదువుతారు.

అభ్యాసకుడి అర్హతలతో కూడిన పేరాను సగం నుండి విద్యార్థులకు ఇవ్వనైనది.

ఆ విద్యార్థులు చివరిలో అధ్యాపకుడిని ఒక చురుకైన వ్యక్తిగా గుర్తించారు.

మిగతా సగం విద్యార్థులకు అదే విధమైన పేరాను ఇవ్వడమైనది. కాని చివరలో అధ్యాపకుడిని నిదానమైన వ్యక్తిగా పేర్కొనడమైనది.

అధ్యాపకుడు అదే విషయాన్ని విద్యార్థులకు చెప్పాడు.

మానసిక స్థితి యొక్క ఫలితాలు.

అధ్యాపకుడు చురుకైన వాడని తెలిసిన విద్యార్థులు, అతడికి అనుకూలంగా ఎక్కువ రేటింగ్ ఇచ్చారు.

ఇందుకు భిన్నంగా అధ్యాపకుడిని గురించి నిదానమైన వ్యక్తిగా తెలిసినవారు అతడిని ఒంటరి మరియు స్నేహభావం లేని వాడిగా రేటింగ్ ఇచ్చారు.

మానసిక స్థితి యొక్క ఫలితాలు.

సెకనులో 1/10వ వంతు భాగంలో ఇష్టాలను, అయిష్టాలను పెంపొందించుకుంటారు. ఈ వైరస్ ఒక మాధ్యమంగా తదుపరి అభ్యసనాన్ని లేదా పరస్పర చర్యలను (Interaction) సర్దుబాటు చేస్తుంది.

ఉపాధ్యాయుల నమ్మకాలు మరియు ఆకాంక్షలు

- కొంతమంది విద్యార్థులు IQ పరీక్షలో పాల్గొన్నారు. వారి స్కోర్లను దాచి ఉంచారు.
- తమ తరగతివారికన్న 20% మంది విద్యార్థులు ఆశించిన దాని కన్న ఎక్కువగా ప్రతిభను ప్రదర్శించారని ఉపాధ్యాయులు వెల్లడించారు.
- ఈ స్టేజీ చివరలో అందరు విద్యార్థులు తిరిగి ఐక్యూ పరీక్షలో పాల్గొన్నారు.

ఉపాధ్యాయుల నమ్మకాలు మరియు ఆకాంక్షలు

- మంచి ప్రతిభను చూపిస్తారని ఆశించిన విద్యార్థులు మిగతా వారికన్నా మెరుగైన ప్రతిభను చూపిస్తారు
- ఉపాధ్యాయుని ఆకాంక్షలు విద్యార్థుల ప్రతిభపైన ప్రభావం చూపుతుంది. ఇది స్పష్టం.

ఉదా: ఉపాధ్యాయులు ప్రశ్నించడం.

మెదడు పరిశోధన

భావోద్వేగాలైన ఆందోళన, కోపం మొదలగునవి నాడీ జడత్వం, క్రీయా శీలత జ్ఞాపకశక్తిని నిరోధం చేస్తాయి.

- నిరంతర భావోద్వేగ ఒత్తిడి పిల్లల మేధోపర సామార్థ్యాలను ప్రభావితం చేస్తాయి. వారిలో నేర్చుకునే సామర్థ్యాన్ని కుంటుపరుస్తుంది.
- భావోద్వేగ క్షోభతో 'సక్రమంగా ఆలోచింపలేరు' అని అంటాము.

ఉపాధ్యాయుల ప్రవర్తన మరియు పరిణామాలు

- తరచుగా అవమానాలకు గురయ్యే పిల్లలు ఉపాధ్యాయులతో సత్సంబంధాలు కలిగి ఉండరు. వారిలో ఆందోళన మరియు పరస్పర విరక్తి పెంపొందడం వలన మళ్ళీ మళ్ళీ (Spiral Dislike) ఏర్పడుతుంది.
- ఒక విద్యార్థిని కూడా ఉపాధ్యాయులు తీవ్రంగా మందలించడం/శిక్షించండం ద్వారా ఆ విద్యార్థి కాకుండా తరగతిలోని మిగతా పిల్లలపై మానసికంగా నష్టం చేస్తుంది ఇది అలల ప్రభావం (ripple effect)కు దారితీస్తుంది.

ఉపాధ్యాయుల ప్రవర్తన మరియు పరిణామాలు

- ఇలాంటి పరిస్థితులలో తప్పించుకొవాలనే ప్రవర్తన వేదా సిగ్గు పడడం, అవమానం, భయకంపితులవ్వడం వంటి పరిణామాలు విద్యార్థులు ఎదుర్కొంటారు. దీనివలన వారి అభ్యసనపై ప్రభావం పడుతుంది.
- తిరస్కరణకు గురియైన విద్యారులు మానసికంగా నష్టపోవడం, వీరు సరియైన శ్రద్ధ లేక పోవడం వలన ప్రమాదాలకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది. వీరిలో సామాజిక వ్యతిరేక ప్రవర్తనలు పెంపొందవచ్చు. వారు పాఠశాల మధ్యలో మానివేయవచ్చు.

ఉపాధ్యాయుల ప్రవర్తన మరియు పరిణామాలు

- భౌతిక పరమైన శిక్షలు స్వల్పకాల ఫలితమిచ్చినప్పటికీ, ఇది వేధించడానికి, పాఠశాలలో లేదా క్రీడాస్థలాలలో కొట్లాటలకు ఆస్కారం ఇస్తుంది.
- పిల్లల్లో ఆశించని ప్రవర్తన ఏర్పడడం మానసిక పరమైన దుష్పరిణామం, ఇతరులను గాయపర్చడం ద్వారా నీవు బయటపడవచ్చునే భావనను కలిగిస్తుంది.

వ్యక్తిగత - సామాజిక లక్షణాల అభివృద్ధి

- వైధుద్యమైన నేపధ్యాలు, ప్రత్యేక అనుభవాలు, వ్యక్తిగత లక్షణాలు, ఆసక్లాఉ మరియు సామర్ధ్యాలు - వ్యక్తిగత - సామాజిక లక్షణాలు అభివృద్ధికి దోహదడ్తాయి.
- విద్యార్ధులకు పాఠశాలలో విభిన్న అనుభవాలు (అభ్యసనం, తరగతిగది సన్నివేశాలు, గెలుపు లేదా ఓటమిలు మరియు తోటి విద్యార్ధులు) ఉంటాయి అని వారి జీవితాలను ప్రభావితం చేస్తాయి.

వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాల అభివృద్ధి

- విద్యార్థుల వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాల అభివృద్ధికి పాఠశాల తగిన వాతావరణం కల్పిస్తుంది.
- అనుభూతులు మరియు దేనిని అభ్యసిస్తారో నిర్ధారించడంలో ప్రముఖ పాత్రవహిస్తాయి.
- సానుకుల భావోద్వేగాలు ప్రేరణను పెంపొందించి అభ్యసనాన్ని మరియు ప్రతిభను మెరుగుపరుస్తుంది.
- ప్రతికూల భావోద్వేగాలు ప్రేరణను నిరుత్సాహ పరచి, అభ్యసనాన్ని అడ్డుకుంటాయి.

ఉపాధ్యాయుల పాత్ర

- ప్రతికూల భావోద్వేగాలు ప్రేరణను నిరుత్సాహపరచి, అభ్యసనాన్ని అడ్డుకుంటాయి.
- ఆత్మస్థైర్యం కలిగిన వ్యక్తులుగా తయారవడానికి వ్యక్తిగత మరియు సామాజిక లక్షణాలు ఉపయోగపడతాయి. ఇలాంటివారు జీవితంలోని ప్రతి అంశంలో సరియైన నిర్ణయాలు తీసుకోగలరు.

ఉపాధ్యాయుల పాత్ర

- విద్యార్థుల గూర్చి తెలుసుకోవడం, సహాయపడడం, పట్టించుకోవడం మొదలగు విషయాలలో ఉపాధ్యాయులు ఆసక్తి చూపినప్పుడు.
- విద్యార్తులు భావోద్వేగపరంగా సురక్షితమైన భద్రతను పొందడానికి సహాయపడుతుంది. ఇవేరకమైన లక్షణాలను తమదైనందిన జీవిత చర్యలలో పొందడానికి ప్రోత్సాహం లభిస్తుంది.

ఉపాధ్యాయుల పాత్ర

- ఉపాధ్యాయులు తమ ప్రభావవంతమైన భావ ప్రసరణ నైపుణ్యాల ద్వారా విద్యార్థులు అర్థవంతమైన మరియు ప్రభావవంతమైన బావప్రసరణ చేయడానికి సహాయపడుతుంది.
- వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాల పెంపుదల మరియు ప్రదర్శనల వలన ప్రవర్తనా నియమాలు రుపుదాల్చుతాయి.

పాఠశాలలో వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాలు పెంపొందించడానికి ఉన్న అవకాశాలు

- జ్ఞానాత్మక అభివృద్ధితోపాటు వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాలు పెంపొందడానికి కరికులమ్ అవకాశం కల్పిస్తుంది.
- వివిధ పాఠశాల కృత్యాలు : ఉదయపు అసెంబ్లీ, వార్షికోత్సవం, పండుగల నిర్వహణ, మధ్యాహ్న భోజనం, బడితోట, ఈకో–క్లబ్, యువజన సంఘాలు మొదలగునవి.

పాఠశాలలో వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాలు పెంపొందించడానికి ఉన్న అవకాశాలు

- పూర్వ– వృత్తి విద్య (ప్రాథమికోన్నత స్థాయిలో) కృత్యాల నిర్వహణతో పూర్వ – వృత్తివిద్యతో అనుసంధానించడం వలన విద్యార్థులు తమ వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాల అభివృద్ధికి దోహదపడతాయి.

అభ్యాసకులను అర్థంచేసుకోవడం

పాఠశాల మరియు పాఠశాలలోని వారితో సర్దుబాటుకావడానికి ఉపాధ్యాయులు విద్యాపరమైన మరియు వ్యక్తిగత – సామాజిక లక్షణాలలో సహాయపడగలరు.

- ప్రత్యేకంగా విద్యా విషయాలలో తమ చర్యలకు స్వీయ బాధ్యతను స్వీకరించడం.

అభ్యాసకులను అర్థంచేసుకోవడం

- భౌతిక, భావోద్వేగ, సామాజిక మరియు స్వీయ విషయాలపై అవగాహన కలిగించడం ద్వారా అతడు/ఆమె ప్రత్యేకం అని తెలుసుకోవడం.
- ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు పెంపొందించుకోవడం (స్వీయ ప్రతిబింబం మరియు ఆత్మ గౌరవం పెంపొందించడం)

అభ్యాసకులను అర్థంచేసుకోవడం

- ఆరోగ్యకరమైన సహచరుల సంబంధాలను ఏర్పర్చడం.
- తరగతి గదిలోని భిన్నత్వాన్ని అవగాహన కలిగించడం.
- స్వీకరణ చెందిన మరియు ప్రశంసార్హమైన భావాలను పెంపొందించడం.

ఆరోగ్యకరమైన పాఠశాల/ తరగతి వాతావరణంకై కావలసిన లక్షణాలు మరియు నైపుణ్యాలు

సున్నితత్వం మరియు రక్షణ

- పరస్పర సంబంధాల నిర్వహణకు మెరుగుదలకు కావలసిన లక్షణాలు
- ఉపాధ్యాయుల – విద్యార్థులు, విద్యార్థి – విద్యార్థి, ఉపాధ్యాయులు – ఉపాధ్యాయులు, వీరి మధ్య బందాన్ని నిర్మించడం మరియు మెరుగుపర్చడం.

- ఉపాధ్యాయులు శాబ్దిక మరియు అశాబ్దిక ప్రవర్తనల ద్వారా ఉపాధ్యాయులు సున్నితత్వాన్ని మరియు రక్షణను వ్యక్తపరచడం ద్వారా ఇతరులు మదింపు చేయకముందే పరస్పర బలాలు, బలహీనతలు అవగతమౌతాయి.
- లింగ, సాంస్కృతిక, అంగవైకల్యం, సామాజిక దుష్ఫలితం, మానవ హక్కులు వంటి అంశాలపై ఒక వ్యక్తి యొక్క దృక్పథాలపై అవగాహన కల్పిస్తుంది.

విద్యార్థులలో సున్నితత్వం మరియు రక్షణ పెంపొందించడానికి కృత్యం

మనందరిలో ఉన్న సారుప్యత అంశం ఏమిటి?

తరగతిలో ఉన్న వారిని వృత్తంలో నిలబెట్టి 1 నుండి 5 లెక్కించండి.

- 1 అన్నవారు, 2 అన్నవారు, 3 అన్నవారు, 4 అన్నవారు, 5 అన్నవారిని గ్రూపులుగా విభజించండి.

విద్యార్థులలో సున్నితత్వం మరియు రక్షణ పెంపొందించడానికి కృత్యం

- ప్రతి గ్రూపులోనూ4 నుండి 5 నిమిషాలు చర్చించి, 5 సారుప్యత అంశాలను గుర్తించమనండి. ఇవి వారి పాఠశాల / తరగతికి సంబంధించినవై అయి ఉండరాదు.

విద్యార్థులలో సున్నితత్వం మరియు రక్షణ పెంపొందించడానికి కృత్యం

- పాఠశాల / తరగతికి సంబంధించినవై అయి ఉండరాదు.
- సమయం పూర్తికాగానే, ప్రతీగ్రూపు నుండి 5 సారుప్యత అంశాలను చెప్పమనండి.

విశ్వసనీయత

- తమలోని భావాల్ని మరియు ఆలోచనలతో పాటు ఇతరుల పట్ల కూడ అంటే నిజాయితీగా, విధేయతతో ఉండగలగడం.
- దాపరికం లేకుండా, నిస్పష్టంగా తమ భావాలను మరిము ఆలోఛనలను తెలపడం మరియు ఇతరులకు ఇబ్బంది కలగకుండా అభిప్రాయం తెలపడం వంటి సామర్థ్యం.

విశ్వసనీయత

- తమ విద్యార్థులపై ఉండే స్వీయ ఆలోచనలపై భావాలపై చర్యలపై స్పృహకలిగి వారిని గౌరవిస్తూ వారి ప్రత్యేకతను గురించి వారిని యదార్థంగా అంగీకరించండి.
- మాటలలో, చర్యలలో మరియు భావాలలో నిలకడను ప్రదర్శించడం.

వాస్తవ ఆసక్తుల పట్ల, పరస్పర గౌరవం పట్ల విద్యార్థులలో అవగాహన కలిగించడంపై కృత్యం

- తరగతిని నాలుగు గ్రూపులుగా విభజించండి (లింగ, సామాజిక, సాంస్కృతిక నేపథ్యాలు, సామర్థ్యాలతో నిమిత్తం లేకుండా)
- రెండు గ్రూపులకు (గ్రూపు ఎ మరియు గ్రూపు బి)ఒక కృత్యాన్ని ఇవ్వండి. (ఈ కృత్యం పాఠంలోని గ్రూపుపని కావచ్చు).

వాస్తవ ఆసక్తుల పట్ల, పరస్పర గౌరవం పట్ల విద్యార్థులలో అవగాహన కలిగించడంపై కృత్యం

- మిగిలిన రెండు గ్రూపులలో (గ్రూపు సి మరియు గ్రూపు డి) ఒక గ్రూపును గ్రూపు 'ఎ' కు సహాయం చేయమనండి. దీనివలన వారి కృత్యాన్ని త్వరగా పూర్తి చేయగలరు. మిగిలిన గ్రూపును గ్రూపు బి ఏమి చేస్తుందో పరిశీలించమనండి. వారు కావాలంటే ఫీడ్‌బ్యాక్ ఇవ్వమనండి కాని గ్రూపు పనిలో ఏవిధమైన సహాయం చేయరాదు.

వాస్తవ ఆసక్తుల పట్ల, పరస్పర గౌరవం పట్ల విద్యార్థులలో అవగాహన కలిగించడంపై కృత్యం

- ఇచ్చిన పని కాగానే గ్రూపు ఎ మరియు బి తమ అనుభవాలను చెప్పమనండి .
- ఈ కృత్యంలో ఇతర గ్రూపు యొక్క పాత్ర
- సహాయపడిన లక్షణాలను, సహాయపడని లక్షణాలను పేర్కొనమనండి.

వాస్తవ ఆసక్తుల పట్ల, పరస్పర గౌరవం పట్ల విద్యార్థులలో అవగాహన కలిగించడంపై కృత్యం

- గ్రూపు సి మరియు గ్రూపు డి లు కూడా తమ అనుభవాలను పరిశీలనలను తెలుపమనండి.
- ఒకరిపై ఒకరు ఆధారపడడంపై గ్రూపుచర్చను ప్రోత్సహించండి.

వాస్తవ ఆసక్తుల పట్ల, పరస్పర గౌరవం పట్ల విద్యార్థులలో అవగాహన కలిగించడంపై కృత్యం

- ఇతర సందర్భాలలో ఈ రకమైన లక్షణాలను ప్రదర్శించడానికి కావలసిన వాటిని పేర్కొనమనండి.

తమ పట్ల మరియు ఇతరుల పట్ల ఉండవలసిన సానుకూల దృక్పథం

- తమ విద్యార్థులకు ఆదర్శంగా ఉండడానికి, సానుకూల దృక్పథం ఉపాధ్యాయులకు చాలా అవసరం. విద్యార్థులలో కూడా తమలో మరియు ఇతరులలో మంచిని చూడడం, చొరవచూపడం, నాయకత్వం వహించడం, సహకరించడం, స్ఫూర్తిని ప్రదర్శించడం అవసరం.

తమ పట్ల మరియు ఇతరుల పట్ల ఉండవలసిన సానుకూల దృక్పథం

- విద్యార్థులకే కాకుండా వారి తల్లిదండ్రుల పట్ల, సహచరుల పట్ల మరియు పాఠశాలలో ఉండే ఇతరుల పట్ల తగు ప్రేమ, ఆప్యాయతలు, గౌరవాన్ని ప్రదర్శించాలి.
- ఉపాధ్యాయుల తమ విద్యార్థులకు అభ్యసనంలో మరియు వ్యక్తిగత పరస్పర సంబంధాలలో, వివిధ పరిస్థితులను ఎదుర్కొనడంలో ఆదర్శప్రాయంగా ఉండాలి.

తమలోను, ఇతరులను, మంచిని చూడటానికి ఉపాధ్యాయులకు, విద్యార్థులకు కృత్యం

కింది జాబితాలో మీ /xyz. యొక్క బలాలు మరియు సానుకూల లక్షాణాలను రాయండి.

ఈ రోజు నేను...

ఈ రోజు xyz

ఉదాహరణకు

తమలోను, ఇతరులోను, మంచిని చూడటానికి ఉపాధ్యాయులకు, విద్యార్థులకు కృత్యం

- ఈ రోజు నేను సహాయమందించగలను.
- ఈ రోజు నేను ఓపికతో ఉన్నట్లుగా భావిస్తున్నాను.
- ఈ రోజు xyz విశ్వసనీయతతో ఉన్నట్లుగా భావిస్తున్నాను.
- ఈ రోజు xyz స్నేహపూర్వకంగా ఉన్నట్లు భావిస్తున్నారు.
- ఈ రోజు xyz ఫుట్‌బాల్ ఆడిన తరువాత చాలా ఉత్సాహంగా ఉన్నారు.

ప్రభావంతమైన భావప్రసరణ నైపుణ్యం

- భావప్రసరణ నైపుణ్యాలు (హావభావాలు, ముఖకవళికలు, శారీరక హావభావాలు మొదలగునవి) అర్థవంతంగా, ఆసక్తికరంగా విషయాలను తెలియజేస్తాయి.
- చెప్పిన దానిని అవగాహన చేసుకోవడమే ప్రభావవంతమైన భావప్రసరణ

ప్రభావవంతమైన భావప్రసరణ నైపుణ్యం

- ఉపాధ్యాయులు తాము చెప్పిన విషయాలు, విద్యార్థులందరికీ అర్థమయ్యాయని రూఢీ చేసుకోవాలి (భిన్న నేపథ్యాలు, అవసరాలు ఉన్నప్పటికి)
- అభ్యాసకులు చెప్పిన దానిని ఉపాధ్యాయుల జాగ్రత్తగా వినాలి. ప్రశ్నలు అడగాలి. సహానుభూతిని చూపాలి.
- శ్రవణ, సమాచారంపై స్పందించడానికి అవకాశం కలిగిస్తుంది.

వినడం, ప్రతిస్పందించడంపై కృత్యం

- ఈ రోజు 1 నుండి 200, కొత్త పద్ధతిలో లెక్కిస్తామని గ్రూపు/తరగతికి చెప్పండి

  3 అన్నవారందరు నమస్తే చూపించాలి.

  6 అన్నవారు చేతిని ఊపాలి.

  9 అన్నవారు ఎడమ భూజాన్ని తట్టమనండి

- ఉదాహరణ తెలపండి 36 నంబరువారు నమస్తే మరియు చేయి ఊపాలి.

వినడం, ప్రతిస్పందించడంపై కృత్యం

- అందరు నిల్చోని లెక్కింపు ప్రారంభించాలి. లెక్కింపు వేగంగా జరిగేటట్లు చూడండి.
- తప్పుగా హావభావాన్ని చూపినవారు కూచోవాలి.
- 200ల లెక్కింపు ఐన తరువాత నిలుచున్న వారికి చప్పట్లతో కృత్యాన్ని ముగించాలి. ఇంకా నిలుచున్నవారు వారు తమని తాము మరియు ఇతరులు చెప్పేదాన్ని విని కూడా స్పందించాలి.

SRGతో ఉపాధ్యాయులకు మరియు ప్రాథమికోన్నత పాఠశాల విద్యార్థులకు ప్రతిస్పందన కృత్యం

మీరు తరచుగా ఇతరులు చెప్పిన దానిని అర్థంకాక మరల చెప్పమంటున్నారా?

- ముందుకు వంగడం, కంటి చూపుతో సంబంధం కలిగి ఉండడం వంటి భౌతిక అంశాలతో మీరు అనుసంధానించబడ్డారా?
- మీ శ్రవణ నైపుణ్యంలో ఇంకా మెరుగుదలకు కావలసిన అంశాలను గుర్తించండి.

సహానుభూతి

- ఎదుటి వారి దృష్టిలో వారి యొక్క భావాలను అర్థం చేసుకోగలగడమే సహానుభూతి
- విద్యార్థులలో కోపం, నిస్సహాయత, భేదాభిప్రాయం వంటి భావోద్వేగాలు, మీరు వారిపట్ల సహానుభూతితో ఉంటే తగ్గుతాయి.
- సహానుభూతిలో ఇమిడి ఉండే నైపుణ్యాలు శాబ్దిక మరియు అశాబ్దిక భావప్రసరణల పట్ల జాగురుకత

SRGలు, ఉపాధ్యాయులు, ప్రాథమికోన్నత పాఠశాల విద్యార్థుల కోసం ప్రతిస్పందన కృత్యం :

1. వారు ఏమి చెబుతున్నారు అర్థం చేసుకోవడానికి మీరు వారు చెప్పిన దానిని పునరావృతం చేయమని తరచుగా అడుగుతున్నారా?
2. మీరు వారిపట్ల శ్రద్ధ చూపేటప్పుడు, మీరు శారీరకంగా శ్రద్ధ వహిస్తున్నారో లేదో తనిఖీ చేసుకోండి. ఉదా: ముందుకు వంగడం, కళ్ళలో చూస్తూ మాట్లాడటం మొదలైనవి.
3. మీ శ్రవణంలో మిమ్మల్ని మీరు ఎక్కడ మెరుగుపర్చుకోవాలో గుర్తించండి.

సహానుభూతి (EMPATHY):

- సహానుభూతి (తాదాత్మ్యం) అనేది మరొక వ్యక్తి యొక్క భావాలను వారి యొక్క దృక్పథం నుండి అర్థం చేసుకునే సామర్థ్యం, అనగా మనం పక్క వారి స్థానంలో నుండి ఆలోచించడం.
- విద్యార్థుల చిరాకు, కోపం, నిస్సహాయత, ఉదాసీనత, భయం మరియు ఇతర భావోద్వేగాలు, మీరు వారిపై సానుభూతి కనపర్చినప్పుడు మరింత స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. మీలోని ఈ నైపుణ్యం విద్యార్థులకు వారి సమస్యల పట్ల జాలిపడుతున్నట్లుగా కాక, వారి సమస్యలను గుర్తించగలిగారనే నమ్మకం కలిగేలా చేస్తుంది.

SRG లు ఉపాధ్యాయులు మరియు విద్యార్థుల కోసం సహానుభూతిని అర్థం చేసుకొనుట గురించి (Understanding Empathy) కృత్యం :

- పాల్గొనేవారిని ఒక వృత్తంలో నిలబడనీయండి.
- సభ్యులు అందరూ తాము ధరించిన పాదరక్షలను తొలగించి వారి పక్కన ఉంచమని చెప్పాలి.
- సౌకర్యకర్త చప్పట్లు కొడుతున్నంతసేపు వృత్తంలో తిరగాలని చెప్పాలి.
- చప్పట్లు ఆగగానే వారి ప్రక్కనే ఉన్న పాదరక్షలు ధరించవలెనని చెప్పండి

- ధరించిన ఆ పాదరక్షలతో చప్పట్లు కొనసాగినంతసేపు వారు ఆ వృత్తంలో కదులుతూ ఉండాలి.
- వారు తమ యథాస్థానాలకు వచ్చినప్పుడు, ధరించిన పాదరక్షలను తొలగించకుండా అలానే కూర్చోమని చెప్పాలి.

కృత్యం ముగింపులో పాల్గొనేవారు ఒకరి పాదరక్షలు ఒకరు ధరించి నడవడం గురించి వారి అనుభవాన్ని పంచుకునేందుకు ప్రోత్సహించాలి.

SRG లు, ఉపాధ్యాయులు మరియు విద్యార్థులు ఇతరుల / తమ భావాలను అర్థంచేసుకోవడానికి అవగాహన కలిగించే కృత్యం :

- కొన్ని భావోద్వేగాలను గుర్తించండి. (ఉత్సాహం, ఆందోళన, సంరక్షణ మరియు ప్రేమ, కోపం, ఆనందం మొదలైనవి)
- ఈ భావోద్వేగాలను వారి ముఖకవళికలు మరియు ఇతర అశాబ్దిక సంజ్ఞల ద్వారా వ్యక్తీకరించడానికి జట్టు / తరగతిని అడగండి.

SRG లు, ఉపాధ్యాయులు మరియు విద్యార్థులు ఇతరులు / తమ భావాలను అర్థంచేసుకోవడానికి అవగాహన కలిగించే కృత్యం :

- వారు ఇటీవలి కాలంలో ఈ వ్యకీకరణలు / సంజ్ఞలకు తమలోగాని చాలా దగ్గర సంబంధీకులలోగాని (కుటుంబ / పాఠశాలలో) గుర్తించారేమో తెలుసుకొని వాటిని గురించి ఆలోచించనీయండి.

సహానుభూతి (తాదాత్మ్యం)తో సంబంధం ఉన్న నైపుణ్యాలు

సావధానం యొక్క – శాబ్దిక మరియు అశాబ్ధిక వ్యక్తీకరణ

సహానుభూతి అనేది ఒక వ్యక్తితో పూర్తిగా మమేకమవడం (శారీరక, మానసిక) ద్వారా ప్రారంభమవుతుంది. 'సావధాన' వ్యక్తీకరణ అయిన శాబ్దిక, అశాబ్దికాల ద్వారా మీరు విద్యార్థులతో ఉన్నట్లు,

అనుభూతిని పొందుతారు. వ్యక్తీకరణ చేయడం ద్వారా మీరు ఆమె / అతనితో ఉన్నట్లు అనుభూతిని పొందవచ్చు. తల ఊపడంతోపాటు, బాగుంది కానీ, ఓహో, సరే అనే పదాల వాడకం శాబ్దిక సావధానాన్ని సూచిస్తుంది. శబ్ద ఏకాగ్రత (వెర్బల్ అటెంటివ్‌నెస్) కలిగి ఉండుటవల్ల 'ఉపాధ్యాయులు' జాగ్రత్తగా వినగల స్థితిలో ఉంచి, మంచి సహాయకుడిగా, విద్యార్థులను బాగా అర్థం చేసుకుంటున్నారనే భావనను పెంచుతుంది.

మరోవైపు వ్యక్తీకరణలో అశాబ్దిక (ఆహార్యం ద్వారా) ప్రవర్తన ప్రముఖ పాత్రను కలిగి ఉన్నది. కంఠధ్వనితో పాటు ముఖకవళికలు మరియు చేతి సంజ్ఞలు, ఏదైనా సందేశాన్ని వ్యక్తపరచడానికి ఉపయోగపకరమైన సాధనాలు.

ఉపాధ్యాయులు మరియు విద్యార్థులు అశాబ్దిక సావధానాన్ని ప్రశంసించడానికి ప్రతిబింబించే కృత్యం

- మీరు ఇతరులతో సంభాషించేటప్పుడు ఒక వారంపాటు మీ శరీర భంగిమ, ముఖకవళికలు మరియు ధ్వని వంటి ప్రవర్తనలను గమనించండి.

- మీరు తరచుగా వినియోగించే అశాబ్దిక ప్రవర్తనల జాబితాను తయారుచేయండి.
- మీ అశాబ్దిక ప్రవర్తనల గురించి కుటుంబం, సహచరుల నుండి అభిప్రాయాన్ని సేకరించండి. (మీరు బాగా ఏమి చేస్తారు. మెరుగుదల దేనిలో అవసరం).
- మీ అశాబ్దిక ప్రవర్తనలలో మీరు ఎలా మెరుగుపడతారో రాసుకోండి, తద్వారా అవి ఇతరుల పట్ల మీ తాదాత్మ్యాన్ని ప్రతిబింబిస్తాయి.

విద్యార్థుల అనుభవాలవలె సహానుభూతిని పొందడం :

విద్యార్థి సహానుభూతిలో కలిసిపోవడానికి, సరిపోవడానికి మరొక పద్ధతి ఏమిటంటే విద్యార్థులు తమ అనుభవాలను అనునయించుకోవడంలో లేదా అనుభవ వ్యక్తీకరణను అర్థంచేసుకొనుటకు ఉపాధ్యాయుడు పదాలను, గాత్రస్థాయిని, కంటి కదలికలను పరిశీలిస్తూ అదే విధంగా స్పందించడం ద్వారా విద్యార్థుల సహానుభూతి పొందవచ్చు.

సురక్షిత మరియు ఆరోగ్యకరమైన పాఠశాల వాతావరణలకై విద్యార్థులకు సమాచారం

- చైల్డ్ హెల్ప్‌లైన్ (1098-24x7 పిల్లలకొరకు హెల్ప్‌లైన్) సేవలు.
- POCSO (లైంగిక వేధింపుల నుండి పిల్లలకు రక్షణ).

స్పందిద్దాం

- సురక్షిత పాఠశాల అనగా ఏమిటి?
- అందరికీ భౌతిక, సామాజిక మరియు సురక్షిత భావోద్వేగ పరిస్థితుల కల్పనకు మీ పాఠశాల ఎలాంటి చర్యలు తీసుకున్నది?
- మీ పాత్ర ఏమిటి! (ఉపాధ్యాయుడిగా/ విద్యార్థిగా)

ధన్యవాదాలు