ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅੰਦਰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਿਰਜਣ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਮਾਜਿਕ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ

ਅੰਦਰ ਛੋਟੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ -
ਪ੍ਰਸਤਾਵਨਾ:- ਅਧਿਆਪਕ ਨਾ ਸਿਰਫ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣ ,ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁਨਰ, ਵਰਗੇ ਢੰਗਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਸਕਣ। ਭਾਵੇਂ ਜਮਾਤ ਹੋਵੇ ,ਭਾਵੇਂ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਹੋਵੇ ,ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ,ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਰ ਹਸਤੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਦੇਖਭਾਲ, ਚਿੰਤਾ, ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ, ਹਮਦਰਦੀ, ਸਹਿਯੋਗ ਆਦਿ ਵਰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਤਰੱਕੀ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਇੱਕੀਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਭਾਵੇਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ ਪ੍ਰੰਤੂ ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਾਰਥਿਕ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬੜੀ ਘੱਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਤਾਂ ਬਣਾ ਹੀ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸਗੋਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਮਿੱਤਰਾਂ-ਦੋਸਤਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਵੀ ਚੰਗੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕਿ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਰਥਿਕ ਯਤਨ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਮਾਡਿਊਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ -ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਤਾਂ ਕਰੇਗਾ ਹੀ ਬਲਕਿ ਰਾਜ ਦੀਆਂ ਸਮੂਹ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਸੀ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਲਈ ਵੀ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ।

ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼

ਇਹ ਮਾਡਿਊਲ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ :-

1. ਵਿਅਕਤੀਗਤ- ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੇਗਾ।
2. ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰੇਗਾ।
3. ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ , ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਹੁਨਰਾ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।
4. ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਮਾਤਾਂ ਅੰਦਰ ਅਜਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ, ਜਿੱਥੇ ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇਗਾ ਕੀ ਉਸ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਅੰਦਰ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਇਕ- ਦੂਜੇ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਨਗੇ।

ਮਾਡਿਊਲ
2

ਸਮਝ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ :-

ਇਸ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਸਬੰਧੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਸਮਝ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ।ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਉਸ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਸਮਝ ਵੀ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਵਿਅਕਤੀਗਤ - ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣ :-

ਜੇਕਰ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਅੰਦਰ ਬਿਤਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਤੇ ਝਾਤ ਪਾਈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮ ਸਥਾਨ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਅੰਦਰ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਜਮਾਤ - ਅਧਿਆਪਨ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ,ਸਫ਼ਲਤਾਵਾਂ, ਅਸਫ਼ਲਤਾਵਾਂ ,ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾ ਮੁਖੀ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਰਾਬਤਾ ਕਾਇਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਉੱਤੇ ਗਹਿਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ।ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਜਿੱਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉੱਥੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਬਾਕੀ ਪਹਿਲੂਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਿੱਖਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖ਼ੁਸ਼ੀ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਆਦਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਰਲ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕ੍ਰੋਧ, ਉਦਾਸੀ, ਰੋਸ, ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਬੰਧਿਤ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਜ਼ਾ ਦਾ ਡਰ, ਅਪਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਡਰ ਅਤੇ ਉਜ ਲੱਗਣ ਦਾ ਡਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੋ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਖ਼ਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਮਾਤ ਅੰਦਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਨਾਲ ਕੁਝ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਿਰਜੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਮਝੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਬਣਾ ਕੇ ਮੁੜ ਉਸੇ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇ।

ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਨਰਾ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝੇ ।

ਸੰਸਥਾ ਅੰਦਰ ਜਦੋਂ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੂਹ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਵੱਖਰੀਆਂ- ਵੱਖਰੀਆਂ ਪਿੱਠ ਭੂਮੀਆਂ,ਵੱਖਰੇ- ਵੱਖਰੇ ਅਨੁਭਵ, ਵੱਖਰੀਆਂ-ਵੱਖਰੀਆਂ

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਵੱਖਰੇ-ਵੱਖਰੇ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਗੁਣ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਮਝ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਆਪ ਲੈ ਸਕਣ।

ਅਧਿਆਪਕ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਹਾਇਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ,ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਚਾਰ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਿੱਖਿਆ ਕਾਰਜਾਂ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰ ਸਕਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੇ ਸਮਾਜ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਣ।

ਉਹ ਅਧਿਆਪਕ ਇਹ ਸੰਚਾਰ ਜਮਾਤ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਖ਼ੂਬੀ ਵਾਕਫ਼ ਹਨ ਉਹ ਸਕਰਾਤਮਕ ਸਿੱਖਣ ਮਾਹੌਲ ਸਿਰਜ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਬੀਨ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੱਕ ਚੰਗੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪ ਵਿਚਾਰ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੀ ਚੰਗੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਬਲਕਿ ਬਾਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਉਤਸ਼ਾਹਪੂਰਵਕ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਖ਼ੁਦ ਦੇ ਲਈ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ :-

1. ਅਧਿਆਪਕ ਸਦਾ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣ ।
2. ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਹ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਆਂਢ ਗੁਆਂਢ ਦੇ ਲੋਕ, ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਜਮਾਤ ਆਦਿ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
3. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
4. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਲਈ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।
5. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਕਿ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾ ਕਰਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਨਜ਼ਰ ਆਏ।

ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਹ ਮੌਕੇ ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ- ਸਮਾਜਿਕ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਵਧਣ ਫੁੱਲਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:-

1.**<u>ਪਾਠਕ੍ਰਮ</u>** - ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀਗਤ-ਸਮਾਜਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਧਿਆਪਕ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦਾ ਅਧਿਅਨ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੇ ਕਿ ਉਹ ਅਧਿਐਨ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇ ਜੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਗਰੁੱਪ ਬਣਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰ ਸਕਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦਾ ਗੁਣ ਆ ਸਕੇ। ਖੇਡਾਂ ,ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ, ਕਲਾ ਖੇਤਰ ਦਾ ਕਲਾ ਹੋਰ ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਪਰੋਕਤ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ।

2. ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਸਵੇਰ ਦੀ ਸਭਾ, ਸਲਾਨਾ ਸਮਾਗਮ, ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਉਣਾ, ਈਕੋ ਕਲੱਬ, ਯੂਥ ਕਲੱਬ ਆਦਿ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਥਾਨ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

3. **ਪੂਰਵ ਵਿਵਸਾਇਕ ਸਿੱਖਿਆ (ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਉੱਪਰ):-** ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਛੇਵੀਂ ਜਮਾਤ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਿੱਤਾ ਮੁੱਖੀ ਸਿੱਖਿਆ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਗਣਿਤ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਵਰਗੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਕੁਝ ਉਤਪਾਦਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜਦੋਂ ਸੀ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਇਤਿਹਾਸਕ ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਯਾਤਰਾ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਟੂਰਿਜ਼ਮ ਨੂੰ ਕਿੱਤੇ ਵਜੋਂ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਨੌਵੀਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਕਿੱਤਾ ਮੁੱਖੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਚੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।ਪੂਰਵ ਵਿਵਸਾਇਕ ਸਿੱਖਿਆ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ -ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਰਣਾ ਲੈਣਾ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣਾ ਸੰਚਾਰ ਆਦਿ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ

<u>ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ :-</u> ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਮੁੱਢਲੇ ਚਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨ ਸਿੱਖਿਅਕ, ਵਿਅਕਤੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਤੋਂ ਵਾਕਿਫ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਕਰ ਸਕਣ । ਇਹ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ:-

1. ਘਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪਲੇ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਰਸਮੀ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਤੱਕ ਦੇ ਬਦਲਾਓ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਕਰਨਾ।

2. ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨਾ।

3. ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣਾ ਖ਼ਾਸ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜੋ ਸਿੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਹਨ।

4. ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਰੀਰਕ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

5. ਤੰਦਰੁਸਤ ਆਦਤਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ਜਿਵੇਂ ਸ਼ੁੱਧ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਸਾਫ ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰਕੇ ਰੱਖਣੀ ।

6. ਆਤਮ -ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਆਤਮ -ਸਨਮਾਨ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ।

7. ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਸੁਖਾਵੇਂ ਸਬੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ ।

8. ਚੰਗੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੇ ਲਈ ਸਮਾਜਿਕ ਹੁਨਰਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ।

9. ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੀ ਸਮਝ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ।

10. ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਲਈ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜਾਤ ਧਰਮ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ।

11. ਸਮੂਹ ਮੈਂਬਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਮੂਹ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦਾ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ।

12. ਸੰਘਰਸ਼ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ ।

13. ਸੁਤੰਤਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ

14. ਸਮੇਂ ਦਾ ਸਹੀ ਉਪਯੋਗ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ ।

15. ਆਪਣਾਪਣ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਅਤੇ ਸਵੀਕਾਰਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ।

16. ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀਆਂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨਾ ।

> ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਇੱਕ ਭਰਪੂਰ ਸਰੋਤ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਕਹਾਣੀਆਂ / ਪੁਸਤਕਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਸਮੂਹ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ । ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਹਾਣੀ ਜਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਵੀ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਚੰਗਾ ਸਾਹਿਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਉਪਰੋਕਤ ਹੁਨਰਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰ ਸਕੇ ।

ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹਨ :-

1. ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਲਤਾ ਲਈ ,ਅਧਿਐਨ ਦੀ ਰੁਚੀ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ।

2. ਸਿੱਖਣ ਸਹਾਇਕ, ਉਪਕਰਨਾਂ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦਾ ਉਚਿਤ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ ।

3. ਕਾਲਪਨਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਬਣਾਉਣੇ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉੱਤਰ ਦੇਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ।

4. ਸਪੱਸ਼ਟਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਸੋਚਣਾ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੰਖੇਪ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ ।

5. ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਰਹੀ ਸਰੀਰਕ ਪਰਿਵਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਸਧਾਰਨ ਮੰਨਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ।

6. ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਹੇ ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਦਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਮੰਨਣਾ ।

7. ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿੱਤਰਤਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ।

8. ਵੱਖਰੇ -ਵੱਖਰੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਥਾਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਘਰ ਟਿਊਸ਼ਨ ਕਲਾਸ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਮਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣੇ ।

9. ਆਪਣੇਪਣ, ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਅਤੇ ਸਵੀਕਾਰਤਾ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਖਾਸਕਰ ਮਿੱਤਰਾਂ ਅਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ।

10. ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ- ਨਾਲ ਦੂਜੀਆਂ ਅਧੀਨ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣਾ ।

ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ / ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਾਤਾਵਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੁਣ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ :-

ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਅਤੇ ਜਮਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਾਤਾਵਰਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੁਣ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਹਨ :-

ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ :- ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਬੰਧ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ, ਉਸ ਦੇ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਗੁਣ ਹੋਣਾ ਇਹ ਮੁੱਢਲੇ ਗੁਣ ਹਨ। ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ-ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ-ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਅਧਿਆਪਕ-ਅਧਿਆਪਕ ਆਦਿ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸੰਬੰਧ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਕੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ ।

ਜਦੋਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਦੁਆਰਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿਅਕਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਿਆਂ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਅਤੇ ਔਗੁਣਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦਾ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਕੇ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ,ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਰੂਪ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਵਾਤਾਵਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ ।

ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗ ,ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਅਪੰਗਤਾ,ਸਮਾਜਿਕ ਨੁਕਸਾਨ, ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਆਦਿ ਵਰਗੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੇ ਵੀ ਕੰਮਾਂ (ਵਿਚਾਰ, ਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰ) ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਨਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਪੱਖ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਗੁਣਾ ,ਔਗੁਣਾਂ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਬਣਨ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਚੰਗਾ ਗਿਆਨ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ । ਇਸ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਮੌਖਿਕ ਅਤੇ ਗੈਰ ਮੌਖਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਪਛਤਾਵੇ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਨਮਾਨ ਦਿਖਾਉਣਾ

ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਲਈ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਸਬਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੂਹ ਗਤੀਵਿਧੀ:-

ਤੁਹਾਡੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ 4-5 ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਮਿਲਿਆ ਕੰਮ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਕੀ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਮਾਤ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਉਹ ਚੁੱਪ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਦੋ-ਤਿੰਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਜਿਹੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੋ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਸਕੂਲ ਛੱਡਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੁੜ ਦਾਖਲਾ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਈ ਵਾਰ ਉਹ ਅਣਗੌਲੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਹੂਲਤ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰੋਗੇ :-

1. ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਨ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ।
2. ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਕੇ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

1. ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਜਮਾਤ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦਾਇਰੇ ਅੰਦਰ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰੋ ਅਤੇ 1-5 ਤੱਕ ਗਿਣਤੀ ਕਰੋ।
2. ਸਾਰੇ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ।
3. ਹਰੇਕ ਗਰੁੱਪ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 4-5 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨ ਹਨ। ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਮਾਤ / ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਜਾਂ ਐਸੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਜੋ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੋਵੇ।
4. ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸਮਾਂ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੇ ਹਰੇਕ ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੰਜ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਮਾਨ ਹਨ।
5. ਤੁਸੀਂ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਵੇਂ ਬਣੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਬਿਠਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਸ ਦਿਨ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਮਾਨਦਾਰੀ :- ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਸਬੰਧ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਬਲਕਿ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ। ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਚਿੰਤਿਤ ਹਨ, ਨਾ ਸਿਰਫ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਲਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਦੇ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ।ਜੇਕਰ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੇ ਗੁਣ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਬੰਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਣਾ ਉੁਹਦੇ ਸੱਚੇ ਹੋਣ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਇਮਾਨਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ,ਕਿਸੇ ਦਾ ਅਨਾਦਰ ਨਾ ਕਰਕੇ ਸਹੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਜਦੋਂ ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਦੂਜਿਆਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ ਅਤੇ ਵਾਸਤਵਿਕਤਾ ਬਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਨਮਾਨ, ਵਾਸਤਵਿਕ ਪਸੰਦ ਤਾਂ ਬਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹੀ ਹਨ ਬਲਕਿ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ।

ਇਹ ਜਿੱਥੇ ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਥੇ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਫਲਸਰੂਪ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹੋਰ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ , ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕਾਰਜ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ।

ਜਦੋਂ ਸ਼ਬਦਾਂ, ਕੰਮਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਥਿਰਤਾ ਹੋਵੇ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਲੈਣਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਗੱਲ ਆਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੁਆਰਾ ਕਹੀ ਗੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਮੁਦਰਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਝੁਕਣਾ, ਸਿਰ ਹਿਲਾਉਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਆਦਿ ਵੀ ਵਰਤਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਇਹ ਲੱਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਸੁਣ ਰਹੇ ਹੋ । ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਲੋੜ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਉਣ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਪੂਰਨ ਰੁਚੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਰੁਚੀ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ :-

1. ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ / ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਲਿਆ ਕੇ ਮਿਲਣਾ ।

2. ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਣਾ ।

3. ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਅੱਜ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ? ਜਾਂ ਦਿਨ ਕਿਵੇਂ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਆਦਿ ,ਫੇਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਇਹ ਗੱਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸ਼ਰਮੀਲੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ।

4. ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਨਾ ।

5. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਣਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਣਾ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਾਸਤਵਿਕ ਰੁਚੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹੋਣ ਜਿਵੇਂ :-

- ਵਿਹਲਾ ਸਮਾਂ ਹੋਣ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ ?
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਦੱਸਣਾ ਪਵੇ ਤਾਂ ਕਿ ਦੱਸੋਗੇ ?
- ਕੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ?
- ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ?
- ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ?
- ਤੁਸੀਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ' ਸ਼ੋਅ ਆਫ ' ਬੋਰਡ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਤੇ ਹਰ ਹਫਤੇ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮੰਨ ਲਓ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕਵਿਤਾ ਲਿਖਣੀ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਹੁਣੇ-ਹੁਣੇ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਲਿਖੀ ਕਵਿਤਾ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਹੁਣੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਚੰਗੀ ਘਟਨਾ ਵਾਪਰੀ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਲਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ 'ਸ਼ੋਅ ਆਫ ' ਬੋਰਡ ਲਗਾ ਕੇ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ।
- ਸਾਥੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ।
- ਅਧਿਆਪਕ ਮਾਪੇ ਮਿਲਣੀ ਦੌਰਾਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਉਣ ਲਈ, ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਬਾਕੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇਣੀ ।

ਚਰਚਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ :- ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਦੇਵੋ ਜੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀ,ਮਾਪੇ,ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੋਣ। ਅਧਿਆਪਕ-ਮਾਪੇ

ਮਿਲਣੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ 5 ਮਿੰਟ ਦੇਵੋ।

ਹੁਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਦੋ ਮਿੰਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦੇਵੋ।

ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਵਾਸਤਵਿਕ ਰੁਚੀ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ:-

1. ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾਂ ਲਿੰਗ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪਿੱਠ ਭੂਮੀ ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਚਾਰ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਦਿਓ।
2. ਦੋ ਸਮੂਹ ੳ ਅਤੇ ਅ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਦਿਓ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਕੰਮ ਅਜਿਹਾ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।
3. ਬਾਕੀ ਬਚੇ ਦੋ ਸਮੂਹਾਂ ਯਾਨੀ ਕਿ ੲ ਅਤੇ ਸ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਸਮੂਹ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਸੌਂਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਕੰਮ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਣ। ਦੂਜੇ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਸੌਂਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵੇਖੇ ਕਿ ਸਮੂਹ ਅ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਦੱਸੇ ਪਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾ ਦੇਵੇ।
4. ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਕਾਰਜ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੇ ਸਮੂਹ ੳ ਅਤੇ ਅ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ।
5. ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਸਮੂਹ ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਰਹੀ।
6. ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ।
7. ਸਮੂਹ ੲ ਅਤੇ ਸ ਵੀ ਉਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਪਣੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ।
8. ਇਕ ਦੂਜੇ ਲਈ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਹੋਣ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਤੇ ਸਮੂਹ ਦੀ ਚਰਚਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ।
9. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਘਰ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵਈਆ :- ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸਰੋਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਰਾਹੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਿਰਫ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ,ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਾਤਾਵਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਦੇਖਭਾਲ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ

ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਹੈ ।ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਗੁਣ ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਲੱਭਣਾ, ਪਹਿਲ ਕਰਨਾ , ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਸਹਿਯੋਗੀ ਬਣਨਾ ਆਦਿ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਅੰਦਰ ਚੰਗਿਆਈ ਦੇਖਣ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਲਿਖਣਾ :-

ਅੱਜ ਮੈਂ ....

ਅੱਜ ਉਹ / ਉਹਨਾਂ ....

ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ :-

1. ਅੱਜ ਮੈਂ ਮਦਦਗਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ।
2. ਅੱਜ ਮੈਂ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ ।
3. ਅੱਜ ਮੈਂ ਜਗਿਆਸੂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ।
4. ਅੱਜ ਉਹ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ।
5. ਅੱਜ ਉਹ ਅਨੁਕੂਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ।
6. ਅੱਜ ਉਹ ਫੁੱਟਬਾਲ ਖੇਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ।

ਧਿਆਨ ਦਿਓ -

1. ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਪਣੀ 'ਮੈਂ' ਸੂਚੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਨਵੀਂ ਗੁਣਵੱਤਾ ਖੋਜ ਕੇ ਜੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ।
2. ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸੂਚੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੁੜਦੀਆਂ ਰਹਿਣ । ਜਦੋਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਭਾਵਨਾ ਜਿਵੇਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ / ਦੁੱਖ/ ਚਿੰਤਾ ਆਦਿ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਭਾਵਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਤਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਸੂਚੀ ਦੇਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ।

ਮਾਡਿਊਲ 2

ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਨਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

ਗਰੁੱਪ ਚਰਚਾ ਕਰੋ -

1. ਤੁਹਾਡੇ ਗਰੁੱਪ ਜਾਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕੌਣ ਨੇਤਾ ਹੈ ?
2. ਉਹਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਉਂ ਇੱਕ ਨੇਤਾ ਹੈ ?

3. ਹੁਣ ਤਿੰਨ ਹੋਰ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਜਾਂ ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਨੇਤਾ ਮੰਨਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਵਾਕ ਲਿਖੋ ।

4. ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮੂਹ ਨੇਤਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ।

5. ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਜਾਂ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ।

ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

1. ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਜਾਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚੋਂ Randomly (ਲਗਾਤਾਰਤਾ) ਵਿੱਚ 10 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ ।

2. ਸਮੂਹ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਇੱਕ ਪੋਸਟਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ।

3. ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ 'ਪਾਣੀ ਸੰਭਾਲ' ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਤੋਂ ਸਰਕਾਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ।

4. ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿਓ ।

5. ਜਦੋਂ ਉਹ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਬਾਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

6. ਗਤੀਵਿਧੀ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮੂਹ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਉਹ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ ਲਾਭ ਵੀ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ।

ਮਾਡਿਊਲ 2

ਧਿਆਨ ਦਿਓ -

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਲਈ - ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿਸ਼ਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਪਾਠ- ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਚੁਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵੱਖ- ਵੱਖ ਆਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਸਮੇਂ ਅਧਿਆਪਕ 4-5 ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਜਮਾਤ ਦੇ ਅੰਦਰ / ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਅਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਪਹਿਚਾਨਣ ਦਾ ਕੰਮ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

ਸਮੂਹ ਦੀ ਭਾਵਨਾ / ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

1. ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਗਜ ਵੰਡੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਬਣਾਉਣ ।

2. ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹੀ ਕਾਗ਼ਜ਼ ਅਗਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਣ ਜੋ ਉਸ ਤੇ ਕੁਝ ਬਣਾ ਕੇ ਫਿਰ ਅਗਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਵੇ ।

3. ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀ ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਬਣਾ ਕੇ 5-7 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਉਸ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਦੇਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ

4. ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਆਖੋ ਕਿ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਰੇ ਕਾਗਜ਼ ਰੱਖ ਦੇਣ।

5. ਸਾਰੇ ਕਾਗਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਦੇਵੋ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖ ਦਿਓ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਆਖੋ ਕਿ ਉਹ ਕਾਗਜ਼ ਪਹਿਚਾਣੋ ਜਿਸ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕੁਝ ਬਣਾਇਆ ਸੀ।

6. ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕਾਗ਼ਜ਼ ਪਹਿਚਾਣੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਈ ਆਯੋਜਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ -

1. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ?

2. ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ ?

3. ਤੁਹਾਡੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਸੀ ?

ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰਤਿਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮੂਹ ਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀ ਨੇ ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤਾ।ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਬਣਾਇਆ ਚਿੱਤਰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਨਹੀਂ ਬਣਾਇਆ ਬਲਕਿ ਸਮੂਹ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਨਾਲ ਬਣਿਆ।

ਧਿਆਨ ਦਿਓ :-

ਗਤੀਵਿਧੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਮਗਰੋਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ -

1. ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ?

2. ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਿੱਖਣ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ ?

ਮਾਡਿਊਲ 2

ਗਤੀਵਿਧੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਮਗਰੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੋਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ -

1. ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ?

2. ਘਰ ਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਿਆਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅਪਰ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਪੱਧਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਖੇਡ ਭਾਵਨਾ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਦੇ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

ਆਪਣੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਐਸੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ ਜੋ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਖਿਡਾਰੀ ਵਾਂਗ ਹਾਰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸਗੋਂ ਹੁਣ ਗੁੱਸੇ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਾਰ ਦਾ ਦੋਸ਼ੀ ਮੰਨਦਾ ਹੈ।

1. ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਨਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਅਜਿਹਾ ਵਿਵਹਾਰ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ।

2. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ,ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਾਥੀ ਦਾ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਵਿਵਹਾਰ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ?

3. ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੇਖ /ਰੇਖਾ ਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਭੂਮਿਕਾ ਆਦਿ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਗੱਲਬਾਤੀ ਹੁਨਰ :- ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਗੱਲਬਾਤੀ ਹੁਨਰ (ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ,ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੋਲਣਾ ,ਲਿਖਣਾ, ਕਲਪਨਾ ਕਰਨਾ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਗਠਨ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਾਵ -ਭਾਵ, ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਭਾਵ, ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ) ਚੰਗਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅਰਥ-ਪੂਰਨ ਅਤੇ ਰੁਚੀ ਪੂਰਵਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਚੰਗੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਸਿਰਫ ਇਹ ਜਾਨਣ ਬਾਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਬੋਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਉਹੀ ਸਮਝਿਆ ਗਿਆ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਦੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਲ ਨਹੀਂ ਹੋਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਉਹ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝ ਰਹੇ ਹਨ। ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੌਂਪਿਆ ਗਿਆ ਕੰਮ ਕੀ ਹੈ ? ਅਤੇ ਸੌਂਪੇ ਗਏ ਕੰਮ ਤੋਂ ਕੀ ਆਸ ਹੈ ? ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਗੱਲਬਾਤ ਹੁਨਰ ਵਿੱਚ (ਭਾਵੇਂ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਹੋਵੇ ਭਾਵੇਂ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ) ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇਣ ਦਾ ਹੁਨਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਧਿਆਪਕ ਬਣਨ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਸਰੋਤਾਂ ਹੋਣਾ ਬੜਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਾਉਣ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲਾ ਕੀ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ ? ਜਾਨਣ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਾਵਧਾਨੀ ਪੂਰਵਕ ਮੌਕੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜਵਾਬ ਦੇਣ।

ਸੁਣਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇਣਾ :- ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਭ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪਹਿਲੂ ਹੈ ਸੁਣਨਾ ਜੋ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਸੁਣਨ ਨਾਲ; ਅਧਿਆਪਕ; ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਅਤੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਕੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਅੱਖਰਾਂ EISPU ਦੁਆਰਾ ਪਛਾਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ - ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ,ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨਾ, ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ, ਗਹਿਰਾਈ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਮਝ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਆਦਿ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਉਸ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਵਾਬ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦੇਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇਪਣ ਨੂੰ ਵਧਾਏ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿੱਚ ਵਸਤੂ ਨਿਸ਼ਠ ਨਿਰਣੇ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਵਿਵਹਾਰ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ।

ਐੱਸ .ਆਰ. ਜੀ. ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਚਿੰਤਨਸ਼ੀਲ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

ਮਾਡਿਊਲ 2

1. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਕਸਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਕਹਿਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹੋਣ।

2. ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਸ਼ਬਦਾਂ ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੱਗੇ ਵੱਲ ਝੁਕਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਣਾ ਆਦਿ।

3. ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਹਮਦਰਦੀ :- ਹਮਦਰਦੀ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਸਮਝਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਵੇਖੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਹਮਦਰਦੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ, ਗੁੱਸਾ, ਬੇਵਸੀ, ਉਦਾਸੀਨਤਾ, ਡਰ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵੱਧ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਹੁਨਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਦੁੱਖ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਵਾਕਿਫ ਹੋ।

ਐੱਸ .ਆਰ. ਜੀ. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਸਮਝਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

1. ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰੋ।
2. ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਉਤਾਰ ਕੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣ।
3. ਕਿਰਿਆ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁਣ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿੱਚ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਚੱਲਣ ਲਈ ਕਹੇਗਾ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਤਾੜੀ ਵਜਾਉਂਦਾ ਰਹੇਗਾ।
4. ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤਾੜੀ ਵੱਜਣੀ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ- ਆਪਣੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਪਹਿਨ ਲੈਣ।
5. ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਤਾੜੀਆਂ ਵੱਜਦੀਆਂ ਰਹਿਣ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚਿਰ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਚੱਲਦੇ ਰਹਿਣ।
6. ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀ ਜੁੱਤੀਆਂ ਪਹਿਨ ਕੇ ਮੂਲ ਸਥਾਨ ਤੇ ਆ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਰਸੀਆਂ ਤੇ ਬੈਠਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ।

ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਪਹਿਣ ਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਦਿਓ -

ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਹਮਦਰਦੀ ਦੇ ਸਹੀ ਅਰਥ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਐੱਸ .ਆਰ. ਜੀ. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ / ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

1. ਕੁਝ ਭਾਵਨਾਵਾਂ(ਉਤੇਜਨਾ, ਚਿੰਤਾ, ਦੇਖ ਭਾਲ, ਪਿਆਰ,ਕਰੋਧ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ) ਆਦਿ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣੋ।

2. ਸਮੂਹ ਅਤੇ ਜਮਾਤ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਇਹਨੂੰ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ- ਭਾਵ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਭਾਵ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੋ।

3. ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਦੋਂ ਅਜਿਹੇ ਹਾਵ- ਭਾਵ ਖ਼ੁਦ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਬਹੁਤ ਕਰੀਬੀ ਪਰਿਵਾਰ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿੱਚ ਵੇਖੇ ਹੋਣ ।

ਹਮਦਰਦੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁਨਰ :-

ਹਮਦਰਦੀ ਦੇ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਅਤੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਸੰਚਾਰ :- ਸੰਚਾਰ ਹਮਦਰਦੀ ਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ,ਮਤਲਬ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਦੋਵਾਂ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਜੁੜਦੇ ਹਾਂ । ਸੁਚੇਤਤਾ ਨੂੰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਅਤੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਦੋਵਾਂ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਖੇਪ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋ ।

ਮਾਡਿਊਲ 2

ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਸੁਚੇਤਤਾ ਨੂੰ ਹੁੰਗਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਜਿਵੇਂ 'ਹਾਂ','ਅੱਗੇ ਬੋਲੋ' ਅਤੇ ਸਿਰ ਹਿਲਾਉਣ ਨਾਲ ਪਰਗਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਸੰਚਾਰ ਬੇਕਾਰ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਵੀ ਕੋਈ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹੈ । ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ- ਨਾਲ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ -ਭਾਵ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਸੁਚੇਤਤਾ ਵਾਲੇ ਹਾਵ ਭਾਵ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਨ ਲਈ ਚਿੰਤਨਸ਼ੀਲ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

1. ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਵਿਵਹਾਰ ਜਿਵੇਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਆਸਣ, ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਭਾਵ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹਫਤੇ ਲਈ ਨੋਟ ਕਰੋ ।

2. ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸਮੇਂ ਅਕਸਰ ਵਰਤਦੇ ਹੋ ।

3. ਆਪਣੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹਾਸਿਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸੁਧਾਰ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ।

4. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗੈਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਸੁਧਾਰ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਦੂਜੇ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੀ ਹਮਦਰਦੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕਣ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਨਾ :- ਹਮਦਰਦੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦਾ ਦੂਜਾ ਤਰੀਕਾ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰੋ । ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ,ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ,ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਸੁਰ, ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਹਰਕਤ ਆਦਿ ਦੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅਕਸਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਾਵਾਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ, ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ; ਇਹ ਦਿਖਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ

ਮਾਡਿਊਲ 2

ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਦਤ ਅਨੁਸਾਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਦਰਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਲਈ ਹਮਦਰਦੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਚਿੰਤਨਸ਼ੀਲ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

ਇੱਕ ਟੀ.ਵੀ. ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਸੰਦੀ ਦਾ ਚਰਿੱਤਰ ਨੇ ਹੁਣੇ ਹੀ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਜਾਂ ਦਰਦਨਾਕ ਜੀਵਨ ਘਟਨਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਪਿਆਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮੌਤ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ) ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਵੇਖੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ , ਉਹ ਕੀ ਸੋਚ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਜਾਨਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣ ਸਕੋਗੇ ਕਿ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਦਿਓ -

ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਤੁਸੀਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਕਟ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਚਿੰਤਨਸ਼ੀਲ ਗਤੀਵਿਧੀ :- ਕੇ. ਆਰ. ਪੀ. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ

ਅਜਿਹੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਨੂੰ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਹੁਨਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਆਧਾਰ ਤੇ ਹੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਿਓ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਨਾ ਕਿ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ :-

ਹੁਨਰ	ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹੈ	ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
1. ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ		
2. ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ		
3. ਅਨੁਕੂਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲਚਕੀਲਾਪਨ		
4. ਮੌਲਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਲੈਣਾ		
5. ਹਮਦਰਦੀ		
6. ਸੁਤੰਤਰ ਸੋਚ		
7. ਪਹਿਲ ਕਰਨਾ		
8. ਬਹੁਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ		

9. ਨਿਰਣਾਇਕ ਹੋਣਾ		
10. ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ		
11. ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਬੰਧਨਾ ਤੇ ਅਸਫਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ		
12. ਅੱਗੇ ਵਧਣਾ		

ਉਪਰੋਕਤ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੁਹਾਡੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੁਨਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਅੰਤਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮਾਡਿਊਲ
2

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣੀ :-

ਆਓ ਅਸੀਂ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਾਂ :-

1. ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਕੂਲ ਕੀ ਹੈ ?
2. ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦਮ ਉਠਾਏ।
3. ਤੁਹਾਡੀ ਭੂਮਿਕਾ (ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ) ਕੀ ਹੈ ?

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ (1098-24*7 ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ) ਸੇਵਾ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ 1098 ਸੰਕਟ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ 24 ਘੰਟੇ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫੋਨ ਸੇਵਾ ਹੈ।ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 412 ਸਥਾਨਾਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਸੇਵਾ ਚਾਲੂ ਹੈ।ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਅਪਰੈਲ 2016- ਮਾਰਚ 2017 ਦੇ ਦੌਰਾਨ 1.45 ਕਰੋੜ ਕਾਲਾ ਅਤੇ ਅਪ੍ਰੈਲ - ਨਵੰਬਰ 2017 ਦੇ ਦੌਰਾਨ 78 ਲੱਖ ਕਾਲਾਂ ਦਰਜ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਸੰਕਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਟੈਲੀ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਬਚਾਓ ਦੇ ਰੂਪ ਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਪੋਕਸੋ (ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬਚਾਓ):-

ਪੋਕਸੋ ਈ ਬਾਕਸ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਜਿਨਸੀ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀ ਆਸਾਨ ਤੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਪੋਕਸੋ 2012 ਦੇ ਤਹਿਤ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਆਨਲਾਈਨ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਪ੍ਰਬੰਧ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ । ਪੋਕਸੋ ਈ ਬਾਕਸ ਦਾ ਲਿੰਕ - http:\\ www.ncpcr.gov.in/ user- complaints.php ਹੈ।

ਮਾਡਿਊਲ 2

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਆਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣਾ ਲਿੰਕ - http://www.ncpcr.gov.in/showfile.php?lang=1&level=1&&sublinked=1660&lid=1661 ਹੈ। **ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪੋਕਸੋ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਲਿੰਕ** - http://www.ncpcr.gov.in/showfile.php?lang-1&level=1&sublinked=1289&lid=1514 ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ :- ਅਪ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ :-

ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਅਣ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਥਿਤੀ /ਅਸਹਿਜ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ ਤੋੜਨ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਸਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਦੋ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਨਹੀਂ ਕਹੋ (ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪਰਸਥਿਤੀਆਂ ਸਿਰਜ ਸਕਦਾ ਹੈ) ਜਿੱਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :-

1. **ਪਹਿਲੀ ਸਥਿਤੀ** :- ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ/ ਭਰਾ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੇਰੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦੇਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਸ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਉਹ ਕਾਫੀ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ surprise ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਗੱਲ ਮੈਂ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਤੱਕ ਹੀ ਰਖਾਂ।

2. **ਦੂਸਰੀ ਸਥਿਤੀ** :- ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਸਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮੈਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਆਪਣੇ ਖਾਣੇ ਦਾ ਡੱਬਾ ਦੇਣ ਲਈ ਆਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

3. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਪਰੋਕਤ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਦੋ ਦੇਖੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਉਹ ਕਿਹੜੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਉੱਚੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਹਿਲੀ ਜਾਂ ਦੂਜੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਕਿਉਂ ਚੁਣਿਆ।

4. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਚੁੱਪ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ।

5. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਜਾਂ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਸਹਿਜ/ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਦਾ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਹੈ ਪ੍ਰੰਤੂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

6. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਜੋ ਕੰਮ ਜਾਂ ਵਿਵਹਾਰ ਨਾਲ ਉਹ ਅਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖਿਲਾਫ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਉਣ ਦੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ,ਦੋਸਤਾਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮਾਡਿਊਲ 2

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ -ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾ ਚੈਨਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਉਣਾ :-

1. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੋਂ ਉਹ ਤਰੀਕੇ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

2. ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਦੋ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡੋ -ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ।

3. ਅਸੀਂ ਕੰਮ ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ :- ਮਾਰਨਾ, ਧੱਕਾ ਦੇਣਾ, ਚੂੰਡੀ ਵੱਢਣ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ।

4. ਐਸੇ ਕੰਮ ਜੋ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ ਨੀਵਾਂ ਦਿਖਾਉਣਾ, ਚੀਕਣਾ, ਅਪਮਾਨਿਤ ਕਰਨ, ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋਣਾ, ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣਾ, ਦੋਸਤਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੋਲਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਅਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਗੱਲ ਦਸਣੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ । ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਦੁਖੀ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਕ੍ਰੋਧਿਤ ਅਤੇ ਅਪਮਾਨਿਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

<u>ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ :-</u>

1. ਕੀ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਈ ਹੈ।

2. ਕੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ? ਕਿਵੇਂ ?

3. ਕੀ ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਦੋਸਤ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਜਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਾਂਗੇ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਖੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਖੋਲ੍ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਰੂਪ ਰੇਖਾ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਹੁਣ ਇਸੇ ਪੰਜ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਲਈ ਕਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। (ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੰਜ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਚਾਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ) ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਉਂਗਲੀ ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਪੰਜ ਜ਼ਿਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ।

1. ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਪਸੰਦ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਜਾਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਆਖੋ।

2. ਉਹ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਬਾਕੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਹੈ।

3. ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਜਿਸ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਨਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ , ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੱਟ ,ਸੁਵਿਧਾ ਆਦਿ ਵਰਗੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੱਸਣ ਜਾਂ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ । ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਤੇ ਉਦੋਂ ਹੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਜਿਹੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ (ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਦੋਵਾਂ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ)

।ਅਧਿਆਪਕ ਸਭ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਮਾਹੌਲ ਸਿਰਜਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਮਿਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਦੋਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਭਾਗ ਲੈਣ, ਛਾਣਬੀਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ,ਜੋ ਲੈਣ- ਦੇਣ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਸ ਪਾਸ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ।ਇਸ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਦਮ ਉਠਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ -

1. ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਪੀ ਟੀ ਐੱਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਆਤਮ ਸਨਮਾਨ ਅਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਵਾਧਾ ਮਿਲੇ।
2. ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕੀ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਾ ਡਰਨ।
3. ਤੰਦਰੁਸਤ ਜਮਾਤੀ ਮਾਪਦੰਡ ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਮਾਤੀ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ।
4. ਜੋ ਕੋਈ ਅਸਹਿਜ ਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਤਣਾਅ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੁਚੇਤ ਹੋ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ।
5. ਵਿਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ/ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਲੈਸ ਹੋਵੇ। ਚਾਈਲਡ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਅਤੇ ਪੋਕਸੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਹਨ।

ਸਾਰਾਂਸ਼ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮੰਨਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰੇਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਹਨ ।ਇਸ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਿੱਖਿਅਕ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਿੱਖਿਅਕ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉੱਤਮ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਣ ਲਈ ਵੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ ਜਮਾਤਾਂ ,ਲਾਇਬਰੇਰੀ, ਖੇਡ ਦੇ ਖੇਤਰ ਅਤੇ ਜਮਾਤਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੱਖ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਇੱਕ ਅਨੋਖੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲਬਾਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਠਿਨਾਈਆਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਮੌਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅਧਿਆਪਕ ਹੀ ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਹਾਇਕ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀ :-

1. ਜਮਾਤ ਨੂੰ 4-5 ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੋਰਡ ਦੇ ਲਿਖੇ ਅਲੱਗ- ਅਲੱਗ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਆਖੋ ਜਿਵੇਂ- ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ,ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਸਨਮਾਨ ,ਸਹਿਯੋਗ ,ਟੀਮ ਵਰਕ, ਹੌਸਲਾ, ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸੰਚਾਰ ਆਦਿ। ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਗੁਣ ਸਮੂਹ ਦਾ ਨਾਮ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

2. ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ/ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਿਸ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪੱਖਾਂ ਤੇ ਝਾਤ ਪਾਈ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਹੈ ;ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ -

- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚੁਣੇ ਗਏ ਗੁਣ ਬਾਰੇ ਉਹ ਕੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ?
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ(ਅਧਿਆਪਕ /ਵਿਦਿਆਰਥੀ)ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਗਤਾ ਕੀ ਹੈ ?
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ (ਅਧਿਆਪਕ /ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ)ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਗੁਣ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?
- ਇਸ ਗੁਣ ਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ (ਸਕੂਲ /ਘਰ) ਜਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਵੇਗਾ ?

ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨਾਲ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ -

1. ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ।
2. ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਦੇ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।