International Journal of Education, Modern Management, Applied Science & Social Science (IJEMMASSS)
ISSN : 2581-9925, Impact Factor: 6.882, Volume 05, No. 02(III), April - June, 2023, pp. 123-126

सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा

डॉ. राज्यश्री तिवाडी*

सार

वैश्विक प्रतियोगी वातावरण में शिक्षक और सामुदायिक संगठन विद्यार्थियों को सिखाने, रचनात्मक प्रदर्शन करने, और अकादमिक रूप से उत्कृष्ट प्रदर्शन करने में सहायता प्रदान करते हैं। विद्यार्थियों का अधिकतम विकास स्कूल स्तर, महाविद्यालय स्तर, कार्यस्थल स्तर, जीवन स्तर पर आगे बढ़ने में क्षमताओं को बढ़ाना सामाजिक भावनात्मक शिक्षा द्वारा संभव है जो सुरक्षित व खुशहाल शिक्षा के लिए आधार प्रदान करती है। भारत की राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में ''सामाजिक और भावनात्मक अधिगम'' को शिक्षा का एक महत्वपूर्ण पहलू बताया है। सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा संचार और सहानुभूति पर ध्यान केंद्रित करते हुए यह अन्य महत्वपूर्ण अवधारणाओं में सहयोग, कौशल और विकास की मानसिकता को बढ़ाने की ओर निरंतर अग्रसर है। सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा एक अच्छे इंसान के रूप में प्रदर्शन करने, जीवन की सामान्य गुणवत्ता बढ़ाने, भविष्य में कैरियर और कार्यबल में सफलता प्राप्त करने, समस्याओं और संघर्षों को प्रतिबंधित कर भविष्य की समस्याओं और चुनौतियों को दूर करने में सक्षम बनाने हेतु विद्यार्थियों को सिखाने में मदद करने का कार्य करती है।

शब्दकोषः *भावनात्मक शिक्षा, सामुदायिक संगठन, शिक्षक, रचनात्मक प्रदर्शन।*

प्रस्तावना

सामाजिक भावनात्मक शिक्षा एक ऐसी शिक्षण शैली है जो सभी उम्र के छात्राओं को अपनी भावनाओं को बेहतर ढंग से समझाने, उन्हे पूरी तरह से महसूस करने और दूसरों के लिए सहानुभूति दिखाने का तरीका सिखाती है। यह सामाजिक स्थितियों को प्रभावी ढंग से मार्ग निर्देशित करने में सहयोग प्रदान करती है। खुशहाल शिक्षा के लिए यह एक आधार प्रदान करती है जो शिक्षार्थी के संपूर्ण विकास में अहम भूमिका निभाता है। शोध में यह पाया गया है कि अधिक सामाजिक कौशल एक भावनात्मक विनियमन वाले छात्राओं के सफल होने की संभावनाएं अधिक होती है।

सामाजिक भावनात्मक शिक्षा की आवश्यकता व महत्व

- **आत्म जागरूकता**

वर्तमान परिस्थितियों मैं आसपास के वातावरण में प्रदर्शित होती दिन प्रतिदिन की नवीन समस्याओं में यह आवश्यक हो गया है कि हमारी आत्म जागरूक उन समस्याओं के समाधान के लिए नितांत आवश्यक है जो सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा द्वारा संभव है।

* व्याख्याता, एस.एस.जी. पारीक पी.जी. महिला महाविद्यालय, जयपुर, राजस्थान।

- **उत्तम छवि विकसित करना**

विद्यार्थी अलग–अलग वातावरण और परिवेश से शिक्षक के सामने आते हैं ऐसी परिस्थिति में उनके विचार, कार्य, संस्कार उन सबका उन पर अत्यंत प्रभाव रहता है इसलिए उनमें एक उत्तम छवि इस शिक्षा द्वारा उत्पन्न करने का प्रयास किया सकता है जिससे भविष्य में वे दूसरों के लिए आदर्श स्थापित कर सके।

- **समस्या समाधान**

वर्तमान में बढ़ती हुई वैश्विक प्रतियोगिता, महामारी की समस्याएं, और दैनिक जीवन में उत्पन्न समस्याओं ने सभी के लिए एक विकट स्थिति उत्पन्न कर दी, जिससे विद्यार्थी वर्ग भी तनावग्रस्त हो रहा है जिसकी सूचनाएं हमें समाचार पत्रों के माध्यम से भी प्राप्त होती रहती है यह समस्याएं भविष्य में विकराल रूप ना प्राप्त कर ले इसके लिए आवश्यक है कि हमें इस तरह की शिक्षा को बढ़ावा देना होगा जो समस्या के समाधान के लिए उन्हें नए नए विकल्प प्रदान कर उन्हे एक सुरक्षात्मकभाव दे । इसके लिए आवश्यक है कि सौहार्दपूर्ण भावनात्मक संबंध विद्यार्थी और शिक्षक के बीच स्थापित हो जो शिक्षा द्वारा संभव हो सकता है।

- **सहानुभूति हेतु**

वर्तमान प्रतियोगी वातावरण, असंतोष, खुद में विसर्जन, तनाव, रूढ़िवादिता, पूर्वाग्रह, सामरिक और प्रासंगिक अपर्याप्तता जैसी समस्याओं से उत्पन्न परिस्थितियों में व्यक्ति अपने लाभ हेतु स्वयं द्वारा किए गए प्रत्येक कार्य को वैध और दूसरों की वैधता पर विचार नहीं करते। ऐसी परिस्थिति में व्यक्ति दूसरे की संवेदना नहीं समझ पाता। अतः सामाजिक भावनात्मक शिक्षा द्वारा हम दूसरों में संवेदना उत्पन्न करने का प्रयास करते हुए सहायता व सेवा को महत्व देने लगते हैं जिससे व्यक्ति में मानवता का भाव जाग्रत होता है।

- **जवाबदेयता**

शिक्षा द्वारा विद्यार्थी में आत्म जागरूकता उत्पन्न होती है जिससे वे अपने प्रत्येक कार्य का प्रदर्शन उच्च स्तर पर कर पाता है उसके उच्चस्तरीय कार्य का प्रदर्शन उसकी उत्तम छवि को दिखाता है जो भविष्य में उसे पद प्रतिष्ठा के साथ जवाबदेही बनाता है।

- **न्याय प्राप्ति हेतु**

सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा द्वारा आत्म जागरूकता उत्पन्न होती हैं। वह वैध और अवैध तत्वों पर विचार करने लगता है जो कि न्याय प्राप्ति के लिए आवश्यक है।

सामाजिक भावनात्मक शिक्षा के घटक

सामाजिक भावनात्मक शिक्षा को समझने के लिए इसे पांच पहलुओं में विभाजित किया गया हैः

- **आत्म जागरूकता**

आत्म जागरूकता को सामाजिक भावनात्मक शिक्षा में महत्वपूर्ण कौशल माना जाता है। यह स्वयं की भावनाएं ,विचार ,मूल्यों को पहचानने की क्षमता रखना रखता है और वे विभिन्न स्थितियों में व्यवहार को कैसे प्रभावित करते हैं।

- **स्व प्रबंधन**

यह एक धारणा है जो आत्म जागरूकता की गहराई से जुड़ी हुई है। स्वयं प्रबंधन व्यक्तिगत लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए विभिन्न सेटिंग्स में भावनाओं, विचारों और व्यवहारों को सफलतापूर्वक नियंत्रित करने की क्षमता को संदर्भित करता है।

- **सामाजिक जागरूकता**

सामाजिक जागरूकता का संबंध सामाजिक शिक्षा से है आत्म जागरूकता के साथ इसकी तुलना करना इसे अच्छे तरीके से समझने का तरीका है। आत्म जागरूकता में छात्र स्वयं व स्वयं द्वारा की जाने वाली गतिविधियों को समझने से संबंधित है और सामाजिक जागरूकता अन्य व्यक्तियों के प्रति अधिक विचारशील होने और सम्मान रखने से संबंधित है।

- **संबंध कौशल**

यह सामाजिक भावनात्मक शिक्षा का चौथा कौशल क्षेत्र है इसे मोटे तौर पर दूसरों के साथ सार्थक संबंध बनाने और बनाए रखने की क्षमता के साथ–साथ नकारात्मक प्रभावों से बचने के दौरान दूसरों के साथ सफलतापूर्वक बातचीत करने की क्षमता के रूप में वर्णित किया जाता है।

- **जिम्मेदार निर्णय**

उत्तरदायित्व पूर्ण निर्णय लेना इसका अंतिम पहलू है। इस क्षमता को किसी के निहितार्थ हो या विभिन्न विकल्पों में प्रत्याशित परिणामों के प्रति जागरूक रहते हुए नैतिक, सुरक्षित, दयालु और उत्पादक निर्णय लेने की क्षमता के रूप में परिभाषित किया जा सकता है।

सामाजिक भावनात्मक शिक्षा की कमियां

पारंपरिक भारतीय शिक्षण प्रणालियों ने हृदय और मन को विकसित कर अच्छे व्यक्ति निर्माण पर ध्यान केंद्रित किया है जो वर्तमान में देखने को नहीं मिलता। वर्तमान की संघर्षग्रस्त दुनिया में वे अपनी भावनाओं का उचित प्रबंधन कर करुणा और सहानुभूति द्वारा उसका प्रदर्शन कर स्वस्थ संबंध बनाना जिससे वे जीवन की विपरीत परिस्थितियों में राष्ट्र निर्माता बन सके, के प्रति प्रयास पूर्ण नही है अतः सामाजिक भावनात्मक शिक्षा की कई समस्याएं हमें शिक्षक और विद्यार्थी दोनों की तरफ से देखने को मिलती है जो इस प्रकार हैः–

- सामाजिक भावनात्मक मुद्दे विद्यार्थियों को चर्चा करने के लिए असहज महसूस करवाते है।
- संचार का अभाव
- दूसरों के साथ सार्थक संबंध स्थापित करने की समस्या
- मानसिक विकार
- भावना विनियमन
- ऑनलाइन शिक्षा

समाधान

सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके माध्यम से विद्यार्थी आपकी भावनाओं से परिचित होते हुए अपने कार्यों के प्रति कदम आपके द्वारा दिखाई गई दिशाओं में से सर्वश्रेष्ठ दिशा का चयन करते हुए अपने कौशल को प्रभावी ढंग से लागू करने का निरंतर प्रयास करते हुए बढाता है। इसलिये इस शिक्षा प्रणाली की कमियों के प्रति समाधान वर्तमान परिस्थितियों को द्वष्टिगत रखते हुए इस प्रकार हैः–

- शिक्षक और छात्रों के बीच संबंधों का समर्थन करना।
- विद्यार्थी और शिक्षक के बीच सकारात्मक संबंधों को प्रोत्साहित करना जिससे वे समस्याओं का समाधान करने मे सकारात्मक सोच और संचार को बढ़ावा मिले।
- सुरक्षित व उपयोगी भाषा के द्वारा विद्यार्थियों को चर्चा करने के लिए प्रोत्साहित करना।
- आत्मविश्वास को जागृत करना।
- यह कार्यस्थल पर टीम वर्क ,सहयोग ,समय प्रबंधन, संचार जैसे महत्वपूर्ण कौशल को सीखने के लिए प्रेरित करता है ।
- सहानुभूतिपूर्ण प्रशिक्षण ताकि विद्यार्थियों को सुरक्षित माहौल प्रदान किया जा सके।
- नैतिकता के विकास में सहायक सिद्ध होना।
- सकारात्मक सामाजिक व्यवहार करना।
- शैक्षिक उपलब्धियों में वृद्धि।

- एसईएल बच्चों में तनाव और अवसाद को कम करने में सहायक होते हैं क्योंकि यह विशिष्ट संज्ञानात्मक कौशल को प्रभावित कर छात्र – छात्राओं की भावना विनियमन और योजना क्षमता को बढ़ाते हैं।
- स्वास्थ्य में सुधार।
- टीम वर्क।
- अपनत्व की भावना।
- बेहतर अकादमिक प्रर्दशन।

सारांश

सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षण एक रणनीति है जो सभी उम्र के विद्यार्थियों को अपनी भावनाओं को बेहतर समझ कर, महसूस करने और दूसरों के प्रति सहानुभूति प्रदर्शित करना है। विद्यार्थी और शिक्षकों के बीच स्वस्थ संपर्क बनाने वाले शिक्षण से संचार–कौशल, प्रेरणा एवं परीक्षा परिणाम में वृद्धि होती है। एक अच्छी सामाजिक भावना वाली व्यवसायिक क्षमता वाले लोग रोजमर्रा के रिश्ते और अकादमिक कैरियर में सफलता प्राप्त करने के लिए बेहतर तरीके से तैयार होते हैं शिक्षा, व्यवसाय, और जीवन की सफलता के लिए आत्म जागरूकता, स्व–नियंत्रण ,भावनाओं का आवरण प्राप्त करने की प्रक्रिया को सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा के रूप में जाना जाता है। अतः सामाजिक भावनात्मक शिक्षा को दीर्घकालीन सफलता देने के लिए आवश्यक है कि एक भारतीय एस ई एल ढांचा विकसित किया जाए, जो वैज्ञानिक प्रमाणों एवम विद्यार्थियो की सामाजिक आर्थिक पृष्ठभूमि पर आधारित हो। इसके प्रभावी संचालन के लिए नीति निर्माताओं को सुनिश्चित करना होगा कि समावेशी एवं न्याय संगत गुणवत्ता वाली शिक्षा को प्राथमिकता देते हुए सभी के लिए सीखने के अवसरों को बढ़ावा दिया जाए।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. शिक्षा के सामाजिक परिप्रेक्ष्य – पूनम मदान, कमलेश कुमार यादव, ममता मिश्रा
2. शिक्षा के दार्शनिक एवं सामाजिक मूल आधार – डॉ. आर. ए. शर्मा
3. सामाजिक अध्ययन और शिक्षण शास्त्र – उमराव सिंह, संगीता कौशिक
4. मैकॉले, एलफिंस्टन और भारतीय शिक्षा – ह्रदय कांत दीवान, रमा कांत अग्निहोत्री, अरुण चतुर्वेदी, वेददान सुधीर, रजनी द्वेदी
5. शिक्षा, दर्शन और समाज समकालीन विमर्श – दयानिधि मिश्रा

❖◆❖