

रोजगार कौशल
Employability Skills

सभी ट्रेड्स के लिए
Common for all trades

व्यवहार कौशल
BEHAVIOUR SKILLS



GURUKUL 
Pvt. Industrial Training Institute

Manglam City, Govindpura, Kalwar Road, Jhotwara, JAIPUR

9887442244

www.gurukulitijaipur.in

विषय तालिका



व्यवहार कौशल

कृ.	विषय	पृष्ठ सं.
1	रोजगार कौशल: परिचय व अभ्यास	1
2	ग्रुप में सीखें	4
3	खुद को जानें	6
4	नैतिकता और मूल्य (वैल्यूज)	9
5	सामाजिक शिष्टाचार	14
6	रोल मॉडलिंग	18

1. रोजगार कौशल: परिचय व अभ्यास



इस पाठ के अंत में हम निम्न उद्देश्य पूरे करेंगे।

1. रोजगार कौशल के महत्व को पहचानेंगे
2. अपने रोजगार कौशल के अध्यापक - अपने कौशलाचार्य से मिलेंगे
3. अपने लिए रोजगार कौशल संबंधित 'लर्निंग गोल' (लक्ष्य) तय करेंगे



एम्प्लॉयबिलिटी स्किल्स: रोजगार कौशल: एम्प्लॉयमेंट (रोजगार) एबिलिटी (योग्यता)। रोजगार प्राप्त करने की क्षमता या योग्यता को एम्प्लॉयबिलिटी स्किल या रोजगार कौशल कहते हैं | इस कौशल की मदद से एक छात्र अपने कार्यक्षेत्र में सफलता प्राप्त कर सकता है

व्यवहार कौशल : इस 21वीं सदी में, उन्हीं को सफलता हासिल होती है जिन में आत्मविश्वास है और नई स्किल्स सीखने की कुशलता है! जो ज्ञान और स्किल्स हम आज प्राप्त करेंगे, वह आने वाले कुछ ही वर्षों में पुरानी हो जाएंगी। परन्तु अगर आप, नया कौशल सीखने का कौशल ही सीख जायेंगे, तो आपको इस बात की कभी चिंता करनी नहीं पड़ेगी। इंग्लिश साक्षरता : अगर आप इंग्लिश भाषा पढ़ लिख सकते हैं, आप पूरी दुनिया में कहीं भी नौकरी करने के लिए लिए योग्य हो जाते हैं! और इस योग्यता को आपको प्राप्त करने के लिए आपको, प्रति दिन केवल 1 घंटे के अभ्यास करना है। क्यों हैं न यह मजेदार बात?

कम्यूनिकेशन कौशल: जब आपके इंस्ट्रक्टर आप से प्रश्न पूछते हैं, क्या आप उत्तर देने के लिए बेझिझक हाथ उठाते हैं ? क्या आप किसी अज्ञान व्यक्ति को आसानी से अपना परिचय दे पाते हैं । अगर आप कम्यूनिकेशन का कौशल को सीख लेते हैं, तो आपको फिर कभी झिझक महसूस नहीं होगी | आप अपने विचारों को सरलता से व्यक्त पर पाएंगे !

IT साक्षरता : क्या आपको आने वाले दिनों में अपना रिज्यूमे / सी.वी बनवाने की जरूरत है? क्या आपको नए तकनीकी ज्ञान का 'अन-लिमिटेड एक्सेस' प्राप्त करना है? क्या आपको ऑनलाइन पेमेंट करना सीखना है? IT साक्षरता यह सब और कई ज्यादा सिखाता है। जो ट्रेनी IT साक्षरता के मोडूल में निपुण होते हैं ,वे उचित रिज्यूमे बना सकते हैं और आधुनिक स्किल्स तेजी से सीख सकते हैं ।

1. सहपाठियों के गुट में बैठ जाएं और रमीला के करीयर के बारे में चर्चा करें!

KWL

मैं क्या जानता | जानती हूँ

मैं क्या जानना चाहता / चाहती हूँ

आज मैंने क्या सीखा?



सीखने का
आत्मविश्वास
जगाएं



Behavioural Skills!

English Literacy

दुनिया भर
में बोले जाने
वाली भाषा पर
महारात साहिल
करें

डिजिटल दुनिया
से जुड़ें



**IT
Literacy**

Communication

खुद को प्रभावी
रूप से व्यक्त
करें



रोजगार कौशल का प्रशिक्षण कभी 'खत्म नहीं होता! यह निरंतर अभ्यास के साथ और प्रबल होता है

रमीला को हाल ही में चेन्नई की एक C इनस्टॉल करने वाले कंपनी ने नौकरी पर रखा है। रमीला के सुपरवायसर उसे एयर कंडीशनर इनस्टॉल / रिपेयर करने को कहते हैं। प्रतिदिन, रमीला को एयर कंडीशनर इनस्टॉल / रिपेयर करने ग्राहकों के घर जाना पड़ता है। जब वह ग्राहक के घर पहुँचती है, उनका नम्रता पूर्वक अभिवादन करती है और कार्य के बारे में पूछती है। अपना कार्य पूरा होने के पश्चात, वह अपनी सेवा के बारे में ग्राहक का फीडबैक लेती है और ऑफिस लौट जाती है। हर कार्य को पूर्ण करने के बाद रमीला को रिपेयर्स और इंस्टालेशन की पूर्ण जानकारी एक एक्सेल डेटाबेस में भरना आवश्यक है। इस जानकारी को उसे अपने सुपरवायसर को मेल द्वारा भेजना होता है। अगर रमीला अपना निर्धारित काम अच्छे से करती है तो उसे सुपरवायसर के पद पर नियुक्त किया जा सकता है।

चर्चा करें की रमीला को अपने जॉब में उत्तम काम करने के लिए किन स्किल्स की आवश्यकता है। पहली स्किल नीचे उदाहरण के रूप में दी गई है।

ग्राहक से संवाद करने की कुशलता:

2 एक और बड़ा प्रश्न है। हम यह सारी स्किल्स कैसे सीख पाएंगे? हम आपको एक हिट देते हैं - आप इन्हें केवल अच्छे टिप्स को सुनकर या पढ़कर नहीं सीख पाएंगे। जैसे आप साइकिल सीखते हैं, वैसे ही आपको इन स्किल्स को भी स्वयं अभ्यास कर के ही सीखना होगा। परन्तु, इस अभ्यास का अवसर आपको कहाँ मिलेगा

स्किल्स	सीखने के लिए आप क्या कर सकते हैं?	आपके एम्प्लोयर्स/बिलिटी स्किल्स अध्यापक आपकी कैसे सहायता कर सकते हैं?	आपके मित्र कैसे सहायता कर सकते हैं?
प्रोफेशनल कार्यशैली			
अंग्रेजी बोलना, पढ़ना, लिखना			
प्रभावी कम्युनिकेशन			
IT साक्षरता			



3. अब समय है पत्रकार बनने का। अब हमें अपने एम्प्लोयबिलिटी स्किल्स फैसिलिटेटर को जानना है। अपने इंस्ट्रक्टर से अनुरोध करें के नीचे दिए प्रश्नों का उत्तर दें। आप अपनी ओर से कोई सवाल भी नीचे दी गयी सूची में जोड़ सकते हैं।

क. आपका नाम क्या है?

इ. आपको शिक्षक बनाने में रुचि कैसे हुई?

ब. आपके अनुसार एक आदर्श शिक्षक कैसे होता है?

क. आपकी व्यक्तिगत ताकत क्या है?

म. आप आने वाले एम्प्लोयबिलिटी स्किल्स के 80 घंटों में हम में (आपके ट्रेनीस में) कौन से स्किल्स विकसित होते देखना चाहते हैं और क्यों



KWL चार्ट में दिए गए 'मैंने क्या सीखा' प्रश्न का उत्तर लिखें।



ठवतपदह		
मजेदार		
	बहुत सीखा	कम सीखा

आज का सेशन कैसा था?

एम्प्लोयबिलिटी स्किल्स क्या है ? (हिंट: एम्प्लोय एबिलिटी = एम्प्लोयबिलिटी)

एम्प्लोयबिलिटी स्किल्स महत्वपूर्ण क्यों हैं?

आप स्वयं के एम्प्लोयबिलिटी स्किल्स कैसे सुधार सकते हैं?

आप इस कोर्स के दौरान अपने एम्प्लोयबिलिटी स्किल्स सुधारने के लिए क्या कर सकते हैं?

इस कोर्स के समाप्त होने के पश्चात आप अपने जॉब में निपुणता पाने के लिए क्या कदम उठाएँगे?



एक स्थानीय मोबाइल रिपेयर दुकान पर, जहाँ अनेक ग्राहक आते हो, जाकर उस रिपेयर करने वाले व्यक्ति का इंटरव्यू लें। उस व्यक्ति की दिनचर्या के बारे में पूछें और उनसे कार्य क्षेत्र में सफलता पाने की टिप्स लें।



2. ग्रुप में सीखें



इस पाठ के अंत में हम निम्न उद्देश्य पूरे करेंगे।

- अपने बारे में बात करना और अपने साथियों के बारे में जानना
- टीम में कार्य करना
- नए दोस्त और नेटवर्क बनाना



ग्रुप में सीखें : इस सेशन में हम एक प्रभावशाली तकनीक का अभ्यास करेंगे, जिससे आप किसी भी स्किल में निपुण बन सकते हैं। अगर आप इस स्किल में निपुण बन जाते हैं, तो आप सीखने की प्रेरणा को कभी भी नहीं खोएंगे। आप नए स्किल्स सीखने में आनंद उठाओगे और किसी भी कार्य-स्थल पर सफलता प्राप्त कर सकोगे।



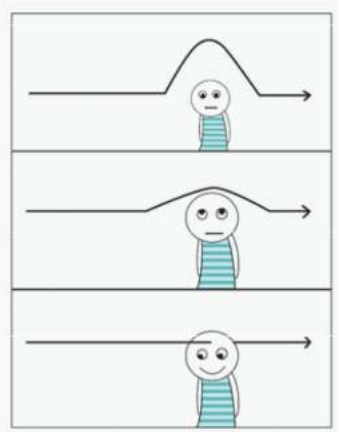
क्या आप इस जादुई तकनीक के बारे में जानना चाहते हैं? तकनीक एकदम आसान है - अपने सहपाठियों के साथ दोस्ती कीजिए! हम सब एक ही नाव में सवार हैं। हम में से हर एक साथी एक नयी स्किल सीखने का प्रयास कर रहा है। हम सब एक साथ उत्साहित भी हैं और डरे हुए भी। हम एक साथ मिलकर एक दुसरे का प्रोत्साहन बनाए रखेंगे और सीखने की प्रक्रिया को मजेदार बनायेंगे।



मैं क्या जानता | जानती हूँ

मैं क्या जानना चाहता / चाहती हूँ

आज मैंने क्या सीखा?



जब हम अकेले सीखते हैं

जब किसी टीचर से सीखते हैं

जब हमारे दोस्त हमें सिखाते हैं



स्टेप 1:

2 मिनट: सिक्का खोज

सभी साथी एक-एक सिक्का हाथ में लेंगे - कोई भी सिक्का चलेगा। जब सिक्का हाथ में आ जाये, तो स्टेप 2 लीजिये. 2.

स्टेप 2:

2 मिनट - टीम खोजें

अगले 2 मिनट में, अपनी क्लास से जिन साथियों के सिक्के आपके सिक्के के वर्ष के हो या उनका मूल्य आपके सिक्के जितना हो, उन्हें लेकर 3 सदस्यों की एक टीम बनाएँ

स्टेप 3:

20 मिनट - टीम बनाएं

आपका घर कहाँ है ? आपके स्कूल के दिनों की सबसे यादगार बातें? आपकी ट्रेड क्या है ? आपने ITI क्यों करना चाहा? आपने इस क्षेत्र में रुचि क्यों ली?

स्टेप 4 :

5 मिनट - अपनी समानताएँ नोट कर

अपने टीम के साथियों के साथ आपकी जो भी समानताएँ हैं उनकी एक सूची बनाए |

स्टेप 5

5 मिनट - जाने क्या है हम में जो 'हट कर हैं'

अपने साथियों के कुछ विशेष / अनोखे गुणों की एक सूची बनाएँ

स्टेप 6 :

20 मिनट - अपनी बात साझा करें

क्लास के साथ बांटे: आपके टीम की समानता क्या है? टीम के साथियों की विशेषताएँ क्या है ?

KWL

KWL चार्ट में दिए गए 'मैंने क्या सीखा' प्रश्न का उत्तर लिखें।



आज हमने क्या सीखा? हम ने एक दूसरे को जानने के लिए किन प्रक्रियाओं का उपयोग किया?

क्या आप आज सीखी हुई आसान तकनीक से नए दोस्त बना पाएंगे?

क्लास-रूम के बाहर, टीम में मिल कर सीखने के क्या-क्या तरीके हो सकते हैं?

क्लास-रूम के बाहर, टीम में मिल कर सीखने के क्या-क्या तरीके हो सकते हैं?



इंटरनेट पर लिंक्ड इन (linked In) को खोजें। व्यावहारिक नेटवर्क के क्या होते हैं और उनके फायदों के बारे में पढ़ें। स्वयं का एक लिंक्डइन अकाउंट बनाएं और अपने क्षेत्र के बड़े अंतर-राष्ट्रीय कंपनियों के पेज को फॉलो करें।



3. खुद को जानें



इस पाठ के अंत में हम निम्न उद्देश्य पूरे करेंगे

- अनुभव से जानेंगे कि हर व्यक्ति की एक निराली योग्यता और प्रतिभा होती है
- खुद की और सहपाठियों की मेधा की पहचान
- लोगों के गुणवत्ता, योग्यता और प्रतिभा का वर्णन करने हेतु अंग्रेजी शब्द सीखेंगे



स्वयं को जाने अगर आप अपने गुणों को पहचान लेते हैं तो आप अपने लिए सही करियर अवसर चुन सकते हैं। जब आप अपने में सुधार कि संभावना को समझेंगे, आप अपने लिए निरंतर विकास का मार्ग तलाश लेंगे। अपने बारे में जानने का मतलब क्या होता है?

योग्यता : जिस कार्य करने में हम निपुण हो / वो जो अन्य लग हमारे गुण के रूप में देखे/जिसे करने में मदद के लिये हमें अक्सर पुकारा जाए।

रुचि: जो आपको करना पसंद हो/ जो काम आपको खुशी दे/वो जो आप अपने खाली समय में करना चाहते हों यदि हम चाहें तो, जीवन भर नई योग्यताएं व रुचियाँ बना कर सकते हैं।



मैं क्या जानता | जानती हूँ

मैं क्या जानना चाहता / चाहती हूँ

आज मैंने क्या सीखा?



इनकी 'मेधा' क्या है ?



चीता तेज़ दौड़ता है



गरुड़ ऊंचाई पर उड़ते हैं



मधुमक्खी षहद बनती है



मछली पानी के नीचे सांस लेती है

कुछ प्रसिद्ध व्यक्ति और उनकी मेधा



मालाला युसुफजई
साहसी, निर्भय और अच्छी वक्ता



ए.आर रेहमान संगीत
उस्ताद, मेहनती और दयालु



ए पी जे अब्दुल कलाम
बुद्धिवान, नम्र, महान वैज्ञानिक



मदर टेरेसा
दयावान, करुणामय, सहायक



एम्. एस. धोनी
कूल (शांत), सहनशील, उम्दा लीडर।



1. अपनी मेधा को पहचान

उन गुण, प्रतिभा और स्किल्स को टिक लगाए / गोल करें जो आप में हैं

गुण	प्रतिभा	मेधा
ईमानदार	एक गायक / गायिका	अच्छा खाना बनाना
मेहनती	एक कवि	खेलनों __ कोई भी खेल)
उत्साह	एक गीतकार मैं _____	कंप्यूटर का उपयोग
मैत्रीपूर्ण	अभिनेता	अभिनेत्री गणित को तुरंत सुलझानाज
मददगार	एक कलाकार /चित्रकार	गाड़ी चलाना (चार, जीप, ट्रैक्टर, ई.)
संवेदनशील	एक नर्तक	Operate _____ मशीन चलान
नियमबद्ध	नकल उतारना	इंग्लिश बोलना



2. अपने सामर्थ्यों को पहचान कर नीचे दिए वाक्यों को पूरा कीजिए

मेरा नाम है _____

अपना पहला नाम और अंतिम नाम लिखें।

मैं _____

(ऊपर दी गयी लिस्ट में से अपने 2 से 3 गुण लिखें)

मैं _____

(ऊपर दी गयी लिस्ट में से अपने 1 से 3 गुण लिखें)

मैं _____

(ऊपर दी गयी लिस्ट में से अपनी 1 से 2 प्रतिभाएँ लिखें)

3. अपने कोई 3 परिवार के सदस्य और 3 मित्र / क्लास के साथियों के नाम लिख कर उनके अपने अपने समय क्या है नीचे दिए जगह में भरें

क्र. नं.	नाम	रिश्ता	मेधा
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			



KWL चार्ट में दिए गए 'मैंने क्या सीखा' प्रश्न का उत्तर लिखें।



मेधा को समझाने के लिए हम सामान्य रूप से किन शब्दों का प्रयोग करते हैं ?

क्या आज आपको कुछ नए मेधाओं के बारे में पता चला ? वे क्या हैं?

किसी व्यक्ति के मेधा को पहचानना महत्वपूर्ण क्यों है ?

अपनी मेधा का ज्ञान होने से आपको सीखने में क्या मदद मिलती है?

अपने मेधाओं का ज्ञान होने से आपके करियर क निर्णयों पर क्या असर लाएगा?



एक ऐसे समय के बारे में सोचे और लिखे जब आपने एक कठिन परिस्थिति को समाधानकारक रूप से हल या था | इस घटना को एक कहानी के रूप में लिखे जिसमें एक शुरुआत, मध्य और एक सकारात्मक अंत हो।

4. नैतिकता और मूल्य (वैल्यूज)



इस पाठ के अंत में हम निम्न उद्देश्य पूरे करेंगे।

- भिन्न संस्कृति, धर्म और जेंडर (gender) की अनोखी विशेषताओं को पहचानेंगे
- संस्कृति की विभिन्नता के महत्व को अनुभव से जानेंगे
- 'स्टीरियोटाइप' (पूर्व-अवधारणा) को तोड़ना सीखेंगे



जीवन में सभी चीजों के प्रति हमारा रवैया और हमारे सभी निर्णय - नीतियों और मूल्यों से प्रभावित होते हैं। मूल्यहीन होना असंभव है -यदि आप मनुष्य हैं, तो आप किसी ने किसी मूल्य का पालन करते हैं, और यह मूल्य आपकी वाणी से नहीं, बल्कि घर, ऑफिस, सड़क, स्कूल में आपके कर्मों से झलकता है। इससे आपका चरित्र परिभाषित होता है। आज जानते हैं की हमारे मूल्य 'सच में क्या है, और कैसे हम चाहें तो इन्हें बदल भी सकते हैं



मैं क्या जानता | जानती हूँ

मैं क्या जानना चाहता / चाहती हूँ

आज मैंने क्या सीखा?



सभी धर्म प्रेम और एकता सिखाते हैं।



सभी व्यवसाय समान आदर के पात्र हैं।

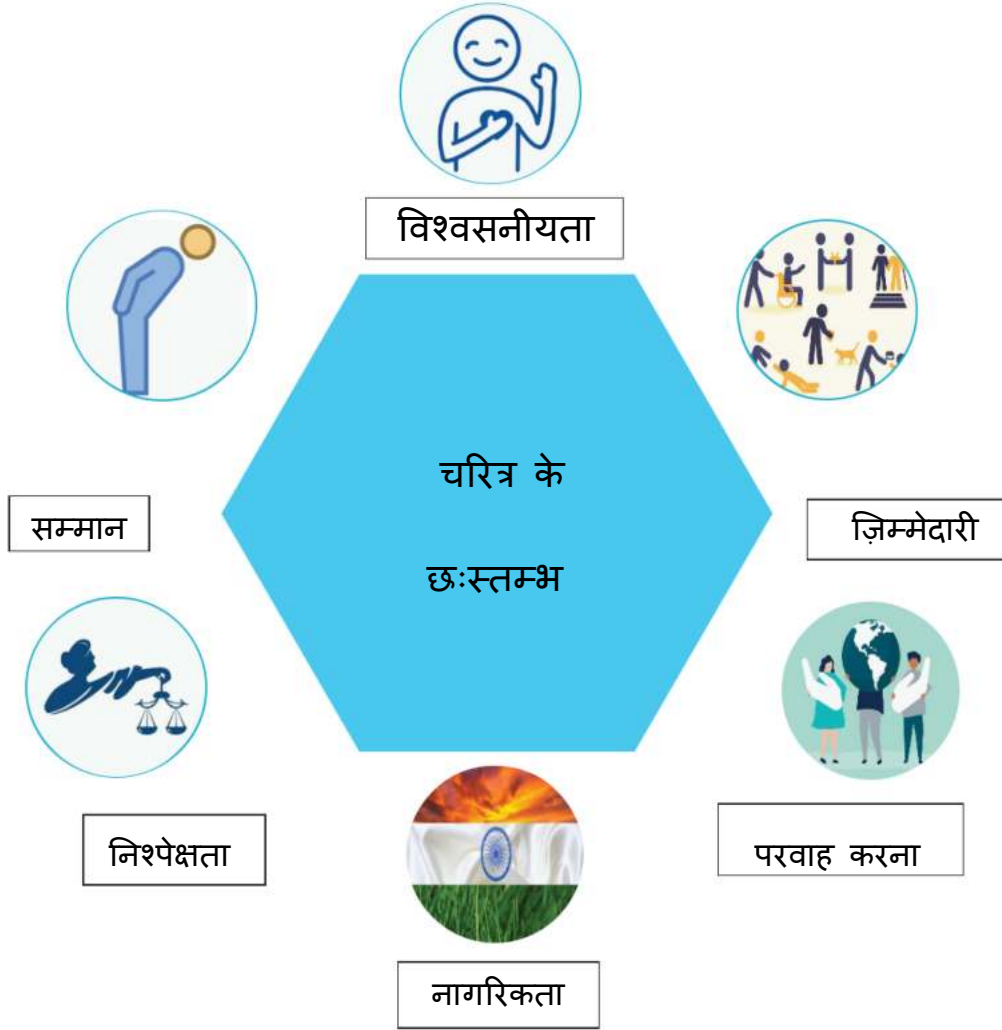


अन्य जेंडर एक समान हैं।



हर व्यक्ति अनोखा है।





चरित्र के छह स्तम्भ, और हर स्तम्भ के अंतर्गत कुछ नीति और मूल्य हैं। यह स्तम्भ हमारे व्यवहार को आकार देते हैं।

क विश्वसनीयता: ईमानदारी, सच्चाई, स्पष्टवादिता, दिए शब्द को पालना, विश्वसनीय और निष्ठा-वान होना ख सम्मान सभी प्रकार के लोगों के प्रति आदर प्रकट करना यह जानना कि सभी योग्य हैं और बिना किसी जेंडर रंग, सामाजिक स्तर, जाती इत्यादि भेद के - उनकी अपनी गरिमा और मूल्य हैं ।

ग जिम्मेदारी: उत्तरदायित्व निभाने वाला, नियंत्रण में रह पाना, लक्ष्य तय करना, आत्मनिर्भर होना, सक्रियता, दृढ़ता, चिंतन ___ करना और प्रगति के लिए निरंतर प्रयास करना

घ. निष्पेक्षता: सभी तथ्यों को जाँचने और सभी पहलुओं को समझने के पश्चात निष्पक्ष रूप से निर्णय लेना, दूसरे के नजरिये से हर मुद्दे देख पाना, तार्किक बनना।

च. नागरिकता: सामाजिक संपत्ति का सम्मानन न्याय का पालनन सार्वजनिक हित को देखनाय पर्यावरण की रक्षाय देश और दुनिया के हित का विचार करना।



1- व्यवहार:

नीचे दिए एकशन या व्यवहार के विकल्प को सही 'चरित्र के छह स्तम्भ' के अंतर्गत लिखें

(नोट: एक विकल्प एक से अधिक 'स्तम्भ के अंतर्गत लिखें जा सकते हैं।)



अपने देश विदेश में क्या हो रहा है उसकी जानकारी रखें	अफवाह न फैलाए औरों की व्यक्तिगत मर्यादा का पालन कर	उनके निजी जीवन में हस्तक्षेप न करें
अनुशासन का पालन करें	विशेष जरूरतों वाले जिनकी, उन व्यक्तियों का समझें	दूसरों की के बारे में कठोर मत ना बनाए
अपने से वयस्कों का ख्याल रखें	अपने क्रोध, और मतभेदों का शांतिपूर्वक निवारण करें	अपने परिवार, मित्रों से और देश के प्रति वफादार रहे
रात को ऊँची आवाज में गाने इत्यादि से शोर न मचाएं	इमानदार बने रहे	किसी को भी धमकाएं, मारे या हानि ना पहुंचाए
अपने पड़ोस को स्वच्छ रखने में शामिल रहें	अपने वोटिंग (मतदान) अधिकार का पालन करें	बस या ट्रेन में यात्रा करते समय ऊँची आवाज में न बात करें, ताकि लोग परेशान न हो
किसी सामाजिक संस्था (एनजीओ) के साथ जुड़े (वोलेंटीयर करें)	खुले विचारों वाले बनें	इन सुनहरे शब्दों का नियमित प्रयोग करें (प्लीज, बैंक यू. सॉरी, एक्स्क्युस मी, आई बेग यूउर पार्डन)
आपके काम से किसी और को कोई हानि न हो इस बात का ध्यान रखें	अपने वादों को पूरा जरूर करें	सभी में अच्छाईयों को खोजे
कोई भी कार्य करने से पहले उसके परिणामों के बारे में सोचें	दूसरों का लिहाज करें	सही काम करने का साहस रखें
अपना वादा निभाएं	पक्षपात न करें	देश के कानून का सम्मान करे
दूसरों के बारे में निंदा न करें	अपने विचार (चॉइस) और कृति के लिए उत्तरदाई बनें	नम्र बनकर रहें
अपने से बड़ों के साथ बहस न करें	अपना कार्य कुशलता और निपुणता से करें	आत्मनियंत्रण का पालन करें करें
सभी को संधि मिले इस बात की पुष्टि करें	उत्पात और छेड़-छाड़ न करे	अपने परिवार, मित्र-परिवार और अपनी निजी जायदाद का खयाल रखे
दूसरों के दृष्टिकोण को समझें	दूसरों के प्रति संवेदनशील बनें	औरों को क्षमा करें
सत्य वचन ही बोलें	दिए काम को निर्धारित समय में पूर्ण निश्चय और बढ़ता से करें	यातायात के नियमों का पालन करें
काम करते समय अपना वक्त बर्बाद न करें	अन्य लोगों की मेहनत और काम को स्वीकार कर उसे सराहे	कूड़ा-कचरा न करें - सार्वजनिक स्थानों को स्वच्छ रखें
वयस्क लोगों की सहायता करें	एक दूसरे के साथ बाँटना ही एक दूसरे का खयाल करना है	अन्य भाषा, संस्कृति और धर्मों के प्रति सहिष्णु बने
दूसरों के नुकस निकालकर उन्हें दोष न दें	जाती, जेंडर और कौशल के आधार पर भेद-भाव न करें	अनादर न करें
पर्यावरण की रक्षा करें	समानता का पालन करें	सामाजिक संपत्ति, हेरिटेज संरचनाओं और राष्ट्रीय स्मारकों का खयाल रखें
दूसरों के प्रति कृपा भाव रखे	खुद की प्रतिष्ठा बनाए	दंगे-फसाद और जातिवाद से दूर रहे
स्वतंत्रता दिवस और गणतंत्र दिवस मनाए	दान पुण्य करें	किससे धोखा या छल ना करें



विश्वसनीयता

सम्मान

जिम्मेदारी

निष्पक्षता

परवाह करना

नागरिकता



2. मूल्य

क. माय वैल्यूज' या 'मेरे मूल्य' कॉलम में कोई भी पांच मूल्य लिखें जो आपके अनुसार सबसे महत्वपूर्ण हैं।

ख. अपने क्लास के पांच साथियों के साथ बैठे और एक समूह बनाएं। अपने-अपने मूल्यों के विषय में चर्चा करें। पांच समान मूल्यों को 'ग्रुप वैल्यूज' के अंतर्गत लिखें

ग. प्रत्येक ग्रुप/समूह आगे आए और बोर्ड पर अपने समूह के पांच 'ग्रुप वैल्यूज' लिखें पूरा क्लास मिलकर इन वैल्यूज पर चर्चा करें और समान वैल्यूज को 'क्लास वैल्यूज' के कॉलम अंतर्गत लिखें

क्र नं	मेरे मूल्य	ग्रुप के मूल्य	क्लास के मूल्य
i.			
ii.			
iii.			
iv.			
v.			



KWL चार्ट में दिए गए 'मैंने क्या सीखा' प्रश्न का उत्तर लिखें।



- सभी मनुष्यों समान अधिकार है
- व्यक्ति का चरित्र उसके एथिक्स (नीति) और मूल्यों से निर्धारित होता है।
- मूल्य आपकी वाणी से नहीं, बल्कि घर, ऑफिस, सड़क, स्कूल में आपके कर्मों से झलकता है।



ऊपर दिए गए कार्यों पर आधारित, 5 ऐसे चीजों का निर्धार करें जिनका आप अभ्यास करेंगे। याद रखें की यह इन वैल्यूज को दर्शाने वाले हो। यह भी याद रखें की चरित्र विकास में यह उपयोगी होगा।



5. सामाजिक शिष्टाचार



इस पाठ के अंत में हम निम्न उद्देश्य पूरे करेंगे!

- सकारात्मक और नकारात्मक सोशल एटीकेट की पहचान
- नकारात्मक सोशल एटीकेट से लोगों पर होने वाले प्रभाव को जाने
- सकारात्मक सोशल एटीकेट का पालन करने के रास्ते खोजें



सामाजिक शिष्टाचार | सोशल एटीकेट सीखें (समाज में विनय-पूर्ण व्यवहार)

क. आप अपने परीक्षा की तैयारी हेतु पूर्ण दिवस अभ्यास कर रहे हो। आखिरकार आप मध्यरात्रि सो जाने का निर्णय लेते हैं। आप बहुत थके हुए हैं। परंतु, अचानक आपको आपकी खिड़की से गाना सुनाई देता है, जो आपके पड़ोसी के घर में बहुत ऊँची आवाज में बज रहा है। आपके पड़ोसी के घर में एक सरप्राइज बर्थडे पार्टी हो रही है! आपको कैसे लगेगा।

ख. आप आपकी दादी को लेकर एक ऑटोरिक्शा में बैठे हैं। ऑटोरिक्शा ट्रैफिक लाइट पर गाड़ियों एक लंबी कतार के पीछे आकर रूकती है। जैसे ही ट्रैफिक लाइट हरी होती है, आपके ऑटो के पीछे खड़ी गाड़ी अपना हार्न बजाने लगती है। वः गाड़ी हार्न पुरे 5 मिनट तक बजाती है। इस वक्त आपको और आपकी दादी को कैसे महसूस होगा?

ग. आप एक महिला हैं। आप मॉल के एक लिफ्ट में जाते हैं और आपके साथ 3 पुरुष चढ़ते हैं। वे एक दूसरे के साथ अश्लील चुटकुले बताने लगते हैं। वे तीसरी मंजिल पर लिफ्ट से बाहर निकल जाते हैं। आप लिफ्ट में ही रहकर अगली मंजिल पर बाहर निकलते। यह सब आपको सुनना पड़ा इस विषय में आपको क्या महसूस हो रहा है? आपको कैसा लगेगा, अपमानित, भयभीत या तटस्थ ?

ऊपर दिए उदाहरणों में किसने भी 'गुनाह नहीं किया लेकिन फिर भी आसपास के सार्वजनिक स्थलों के अन्य लोगों को परेशानी हुई। हम सब इस दुनिया में एक साथ रहते हैं। हम सब कॉलेज, रास्ते, अपने सिनेमाघर और सारी सार्वजनिक सुविधाओं का एक दूसरे के साथ उपयोग करते हैं। हमारे व्यवहार से औरों का जीवन सरल हो सकता है और कठिन भी।

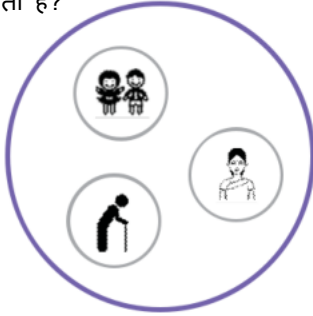


मैं क्या जानता | जानती हूँ ?

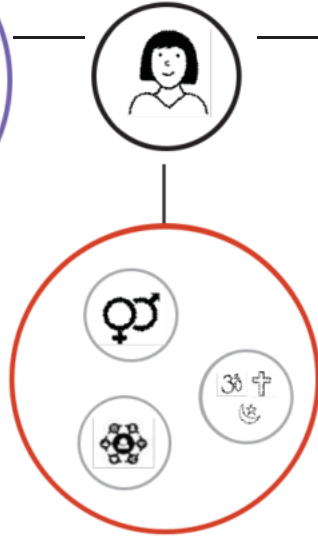
क्या जानना चाहता/ चाहती हूँ ?

आज मैंने क्या सीखा?

क्या आपका व्यवहार इन्हें सुखद और सुरक्षित महसूस कराता है?



क्या आपका व्यवहार इन्हें सभी के उपयोग हेतु साफ और सरल रखता है ?



क्या आपका व्यवहार समाज में शंति और एकता का प्रसार करता है?

चलिए पता करते हैं की हम हमारे रोजाना के व्यवहार से एक खुशहाल और सुरक्षित समाज कैसे बन सकता है। एक सामाजिक शिष्टाचार चैक : जब भी आप पता करना चाहते हो कि आप सामाजिक शिष्टाचार निभा रहे हैं या नहीं, तब अपने आप से ऊपर लिखे ये तीन सरल प्रश्न पूछें।



1. स्वयं को दूसरों की जगह पर रख के देखे.

हमारी पहली गतिविधि में, हम निम्नलिखित व्यक्तियों को इंटरव्यू करेंगे

- एक लड़की या महिला
- एक 60 वर्ष से ऊपर वयस्क
- एक विकलांग व्यक्ति

इंटरव्यू के प्रश्न हैं:

बस / ट्रेन | शेयर्ड ऑटो | मेट्रो में यात्रा करते समय, क्या कभी आपको असुविधा या असुरक्षित महसूस हुआ है ? अगर हाँ, तो कृपया आपका अनुभव लिखें।




क्या आपको अपने पड़ोसी के व्यवहार के कारण कभी असुविधा या असुरक्षित महसूस हुआ है? यदि हाँ तो आपको किस बात की असुविधा हुई है उसे लिखें?

क्या आपको अपने स्कूल / कॉलेज / कार्यालय में कभी असुविधा या असुरक्षित महसूस हुआ है? अगर हाँ तो आपको किस बात की असुविधा हुई है उसे लिखें?

2. अपने पिछले ट्रेन की यात्रा को याद करें, आपने क्या गंध का अनुभव किया, प्लेटफॉर्म पर और ट्रेन के अन्दर क्या देखा और महसूस किया इसे विस्तार से लिखें।





रेलवे प्लेटफॉर्म और ट्रेन उपयोग करने का आपका अनुभव क्या पसंद पसंद आया क्या नापसंद आया	पसंद	नापसंद
		
		
		

3. आपको रेल यात्रा के दौरान जो बातें नापसंद थी, उन सभी चीजों में सुधार करने के लिए आपके अनुसार सभी रेल यात्रियों को किन शिष्टाचार का पालन करना चाहिए उसकी एक सूची बनाएँ

4. नीचे ऐसे कार्यों की सूची दी गयी है, जो लोग हमेशा करते हैं। आपके अनुसार यह किस प्रकार का व्यवहार है, अच्छा / खराब और इतर के साथ कारण भी लिखें।

कभी-कभी लोग	अच्छा	खराब	कारण
रास्ते के कोने में पेशाब करते हैं			
होटल या कॉलेज के गलियारे में ऊँची आवाज में बात करते हैं			
ट्रेन में बिना टिकट के सफर करते हैं			
एक्सीडेंट / दुर्घटना के दिखने पर एम्बुलेंस को फोन लगाते हैं।			
जैसे ही ट्रैफिक लाइट हरा हो जाता है, लोग लंबे समय तक हॉर्न बजाते हैं			
रास्ते में तम्बाकू खाकर थूकते हैं			
आने घरों में देर रात या सुबह, ऊँचे आवाज में गाने चलाते हैं।			
पब्लिक ट्रांसपोर्ट जैसे ट्रेन, मेट्रो, बस आदि पर बुजुर्गों या महिलाओं के लिए अपनी सीट छोड़ दें।			
खाने के रैपर या अन्य कोई कचरा रास्ते के भीतर या नदी तालाब में फेंकते हैं।			



KWL चार्ट में दिए गए 'मैंने क्या सीखा' प्रश्न का उत्तर लिखें।



क्या आप 2-3 ऐसी घटनाएँ याद कर सकते हैं जब आपको आप असुरक्षित महसूस कर रहे थे या असुविधा में थे?

उस व्यक्ति ने क्या किया और उसके व्यवहार से आपको कैसे महसूस हुआ ?

अपने अनुभव के आधार पर, कौन सी बातें सामाजिक शिष्टाचार (सोशल एटिकेट) के विरोध में जाती हैं?

ऐसे कौन से सकारात्मक सामाजिक शिष्टाचार हैं जिनका आप पालन करना चाहते हैं?



रिसर्च कर सामाजिक शिष्टाचार (**social etiquette**) की एक सूची बनाएं, जिनका हम निम्न परिस्थितियों | जगहों में पालन कर सकते हैं

1. सार्वजनिक परिवहन के दौरान
2. सोशल मीडिया के उपयोग के दौरान
3. ऑफिस / कार्यालय में

6. रोल मॉडलिंग



इस पाठ के अंत में हम निम्न उद्देश्य पूरे करेंगे

- रोल मॉडल का अर्थ समझें।
- अपने रोल मॉडल को वर्णन करें
- अपने रोल मॉडल के जिन गुणों को आप आत्मसात करना चाहते हैं उन्हें लिखें।



रोल मॉडलिंग सीखें. जब हम पूछा जाता है कि हमारा रोल मॉडल कौन है, तब अक्सर हम किसी प्रसिद्ध व्यक्ति के नाम लेते हैं। पर क्या आप जानते हैं कि आप अपने जीवन से भी किसी को रोल मॉडल चुन सकते हैं? और क्या आप जानते हैं कि रोल मॉडलिंग, एम्प्लॉयबिलिटी स्किल्स सीखने का सबसे बढ़िया तरीका है! क्या आप अनुमान लगा सकते हैं कैसे?

हम आपको एक हिट देते हैं. जब आपको आत्मविश्वास से और स्पष्ट बात करने के लिए कहा जाए, तब क्या आप आपके जीवन से किसी व्यक्ति का अनुकरण करते हैं, जो आपके अनुसार एक उत्तम वक्ता है ?

अगर हम अपने जीवन में सही रोल मॉडल को चुने, तो हम बहुत कुछ सीख सकते हैं। हम आत्मविश्वास, संवाद, व्यापकता, वसायिकता, इंग्लिश और जो चाहे सीख सकते हैं। जीवन में हमें अन्य लोगों से सीखने के कई अवसर मिलते हैं। हम जितने चाहे उतने रोल मॉडल बना सकते हैं। और हम हर रोल मॉडल से कुछ नया और अलग सीख सकते हैं। इस लेसन में हम ऐसे ही कुछ तरीके जानेंगे जिन से हम नए और उम्दा रोल मॉडल खोज सकें।



मैं क्या जानता / जानती हूँ ?

मैं क्या जानना चाहता / चाहती हूँ?

आज मैंने क्या सीखा ?





स्टेप 1

अपने आप को जानें

अपनी ताकत को जाने।
अपने में सुधार के अवसर जाने।
अपने पर विश्वास।

स्टेप 2

अपना रोल मॉडल चुनें

जिसके पास कुछ विशेषता है,
जिन्हें आप पाना चाहते हो,
जो 'टीम प्लेयर' है,
जो मेहनती है।

स्टेप 3

सीखना पुरुष करें

उनके सफलता और अफसफलता
के बारे में जाने। सीखें, मगर नकल
न करें। फीडबैक जरूर लें।
मेहनती कौन है



1. प्रति समूह 3 से 4 सदस्य बनाकर नीचे दी गयी कहानी पढ़ें।

पांच दोस्तों की कहानी - कुमार, अनवर, रीटा, तीन और जॉन एक दिन पिकनिक मनाने बाहर जाते हैं। वे एक दुसरे के करीबी दोस्त थे और आपस में एक दूसरे के साथ विचार भी करते थे। उन्होंने एक पेड़ के नीचे अपना दोपहर का खाना खाया। वे जल्द ही एक रोचक चर्चा में व्यस्त हो गए। कुमार सबसे पहले था जिसने प्रश्न पूछा। 'आप क्या करोगे अगर आपको भरपूर संपत्ति मिल जाए?' 'कितनी संपत्ति?' रीटा ने पूछा। कुमार ने कहा, "इतना जाने के आपकी सारी जरूरतों के लिए पर्याप्त है। इस प्रश्न के उत्तर में रीटा ने कहा की वह घूमना चाहती है और पूरी दुनिया देखना चाहती है। टीना ने कहा की वह इस राशि को अपनी शिक्षा के लिए उपयोग करेगी, 'मेरा सपना है कि मैं डॉक्टर बनूँ।' अनवर एक खेत खरीदना चाहता है और जॉन पायलट बनाना चाहता है। "तुम क्या करना चाहोगे?", जॉन ने कुमार से पूछा। कुमार जे जवाब दिया, "मेरा खयाल में, मैं एक स्वयं सेवी संस्था पुरुष करना चाहता हूँ।" रीटा ने कहाँ, "मैं और एक सवाल करती हूँ। दुनिया में आप सबसे ज्यादा किसे सराहते हैं?" इस प्रश्न का जवाब कुमार ने दिया, गाँधी, इस में कोई शक नहीं। क्या व्यक्ति थे। उनके बिना हमें आजादी मिलना नामुमकिन था। "टीना ने कहा, "मेरे हिसाब से मीरा बाई। उनकी भगवान के प्रति श्रद्धा अपार थी। तुम क्या कहती हो रीटा?" रीटा ने उत्तर दिया, "मुझे लगता है नील आर्मस्ट्रांग। वे चाँद पर कदम रखने वाले पहले व्यक्ति थे। पहला होना कितना रोमांचक रहा होगा।" अनवर ने कहा की अमिताभ बच्चन उनके हमेशा से फेवरेट रहे हैं। जॉन ने राइट बन्धुओं का नाम लिया जिन्होंने उड़ने को एक सत्य में साकार किया।

2. अपने लिए एक पार्टनर चुने और नीचे दिए प्रश्नों का उत्तर दें।

क. आप किन व्यक्तियों को सबसे ज्यादा सराहते हैं और क्यों ?

ख. आप उनकी किन विशेषताओं को सराहते हैं ?

3. चार लिस्ट बनाए। लिस्ट जितनी बड़ी हो, उतनी बेहतर

लोग जिन्हें आप सराहते हैं (सेलेब्रिटी)	उनके गुण (सेलेब्रिटी)	लोग जिन्हें आप सराहते हैं (अन्य लोग)	उनके गुण (अन्य लोग)



4. अब इस स्पेज में से अपने मनपसंद दो-तीन गुणों को चुनें

उन गुणों को चुनें जो आपके अनुसार सबसे मनपसंद हों।

आपके द्वारा बनायी गयी सूची में से किन्हीं दो व्यक्तियों को चुने। याद रहे कि आप अपने रोल मॉडल को चुन रहे हैं- चयन ध्यान से करें।



KWL चार्ट में दिए गए 'मैंने क्या सीखा' प्रश्न का उत्तर लिखें।



रोल मॉडल कौन है ?

हम किन गुणों के आधार पर रोल मॉडल को चुनते हैं?

क्या महिला और पुरुष दोनों हमारे रोल मॉडल बन सकते हैं ? क्यों?

सोचिए अगर आप किसी के रोल मॉडल हैं। आप में ऐसे क्या गुण हैं कि कोई आपको अपना रोल मॉडल बनाएगा?



एक ऐसा रोल मॉडल चुने जो सेलेब्रिटी नहीं हो और उसको इंटरव्यू करें। उन्हें अपने जीवन की कहानी क्या है पूछें? वे अपने किन उपलब्धियों पर गर्व महसूस करते हैं? उनके प्रति उन्के सबसे बड़ी असफलता क्या रही है ?