ISSN : 2348-0033 (Online) | ISSN : 2249-4944 (Print) IJEAR Vol. 6, Issue 1, Spl-1, Jan-June 2016

# thou dk'ky dk egRo ,o i;koj.k

[1]Mk0 T;kfr flg] [2]Mk0 vk'k flg] [3]Mk0 ljyk Hkkj}kt
[1,3]भूगोल विभाग, जे0वी0 जैन डिग्री कॉलेज, सहारनपुर, उ0प्र0, भारत
[2]राजकीय कन्या इण्टर कॉलेज, सहारनपुर, उ0प्र0, भारत

जीवन कौशल शिक्षा एक ऐसी विद्या है जिसके माध्यम से शिक्षार्थियों के समग्र विकास को महत्व दिया जाता है। यह शिक्षार्थियों के सामाजिक व्यक्तिगत, बौद्धिक, भावनात्मक और शारीरिक विकास में सहायक होता है। इस प्रकार जीवन कौशलता का अर्थ है प्रत्येक व्यक्ति की रोजमर्रा की आवश्यकताओं को पूरा करने, जीवन में आने वाली चुनौतियों का प्रभावी रूप से सामना करने और जिम्मेदारी पूर्ण व्यवहार करने की क्षमता। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ने जीवन कौशल को परिभाषित करते हुए लिखा है कि ''वो कुशलता जो व्यक्ति विशेष के आचरण में सुनिश्चित व अनुकूलनीय प्रभाव डालती है जिससे दैनिक जीवन की चुनौतियों और मांगों का प्रभावी ढंग से सामना किया जा सकता है।

राष्ट्रीय कौशल विकास नीति के अनुसार वर्तमान में एक तिहाई लोग कौशल विकास के लिए प्रयासरत् है। राष्ट्रीय कौशल विकास नीति का मुख्य उद्देश्य इस प्रकार है –

- कौशल निर्माण के सभी तंत्रों को इतना सक्षम बनाया जाये जिससे उनमें लचीलापन आने के साथ–साथ विभिन्न समूहों की आवश्यकता की पूर्ति करते हुए व्यक्ति अपने आपको बेहतर साबित कर सके।
- एक कौशल निपुण नागरिक का निर्माण।
- कौशल विकास के लिए पहल करना एवं इसके प्रति प्रतिबद्धता उत्पन्न करना।
- विशेष वर्ग के व्यक्तियों को जीवन कौशल प्राप्त करने के अवसरों का सृजन करने हेतु प्रेरित करना।

उपरोक्त उद्देश्यों की पूर्ति के लिए आवश्यक है कि किशोरावस्था/युवावस्था में जीवन कौशल का विकास किया जाये।

अतः वर्तमान में यह नितान्त आवश्यक हो जाता है कि भावी शिक्षक केवल पुस्तकीय ज्ञान तक ही सीमित न रहें बल्कि वह शिक्षार्थियों को जीवन कौशल शिक्षा के सभी पहलुओं से भी परिचित करायें। इस प्रकार जीवन कौशल वो मानसिक और सामाजिक दक्षता है जो युवाओं में बेहतर स्वास्थ्य चयन करने, नकारात्मक दबावों का विरोध करने तथा जोखिम पूर्ण व्यवहार से बचने के उत्तरदायित्व की क्षमता का विकास करता है।

यह एक विचारणीय बिन्दु है कि युवाओं के लिए कौन से कौशलों का निर्माण आवश्यक है जिससे सर्वांगीण विकास हो सके और विकास सही दिशा में हो। यह तभी सम्भव है जब शिक्षक भी इसमें अपना पूर्ण योगदान करें।

जीवन कौशलों को हम जीवन को प्रभावित करने वाले पांच प्रबन्ध कौशल से जोड़ सकते हैं –

1- O;fDrxr LokLF; lEcU/kh i`cU/k &

व्यक्तिगत स्वास्थ्य यानि अपने शरीर को निरोगी रखना। यदि शरीर स्वस्थ नहीं है तो कई प्रकार की बीमारियाँ हो सकती हैं। इसलिए स्वस्थ रहने के लिए एक नियमित दिनचर्या का प्रबन्ध करना आवश्यक है।

2- ruko lEcU/kh i`cU/k

तनाव एक ऐसी स्थिति है जिसका हमारे स्वास्थ्य एवं विचारों पर सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार के प्रभाव पड़ सकते हैं। किसी विश्वास योग्य आवर्त के साथ अपनी भावनाओं को साझा करना स्वास्थ्यकारी है और जो चीजें बदली नहीं जा सकती उन्हें स्वीकार करना सीखें।

3- le; i`cU/k

किसी काम को तय समय से सही ढंग से करना ही समय प्रबन्ध है। हम अपने समय का उचित प्रबन्धन करके आसानी से लक्ष्य पा सकते हैं।

4- i;kZoj.k lEcU/kh i`cU/k

मानव व प्रकृति के मधुर सम्बन्धों को पुनः स्थापित करने के लिए तथा पर्यावरण की जीवितता को बनाये रखने के लिए पर्यावरण प्रबन्ध की अवधारणा महत्वपूर्ण है।

5- foRrh; i`cU/k

एक अच्छी जिन्दगी गुजारने के लिए धन की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। लेकिन हम धन का प्रयोग किस तरह से करते हैं कि भविष्य में भी इसका इस्तेमाल करें, ये हम वित्तीय प्रबन्धन से सीखते हैं।

भूगोल विषय के साथ जुड़े होने के कारण हम यहाँ पर पर्यावरण सम्बन्धी प्रबन्ध के बारे में संक्षिप्त जानकारी देंगे तथा साथ ही जीवन कौशल शिक्षा पर्यावरण प्रबन्धन में कितनी सहायक सिद्ध हो सकती है, इस पर अपने विचार रखेंगे।

i;kZoj.k i`cU/k dk vFkZ & पर्यावरण प्रबन्ध का तात्पर्य प्रकृति के विभिन्न घटकों के ऐसे प्रबन्ध से है जिसके द्वारा उनका उपयुक्त प्रयोग करने पर भी उनके स्वरूप में अवांछनीय परिवर्तन न हो।

i;kZoj.k i`cU/k dh f'k{kk dk mn~ns'; &

- युवाओं को पर्यावरण के सभी घटकों की विस्तृत जानकारी देना ताकि वे अपने पर्यावरण से भलीभांति परीचित हो जाये।
- पर्यावरण के प्रतत जागरूक बनाकर उसे पर्यावरण बचाओ कार्यक्रम से जोड़ना।
- पर्यावरण प्रदूषण की जानकारी देना तथा उसके दुष्प्रभावों व परिणामों के बारे में बताना।
- पर्यावरण प्रबन्ध एवं नियोजन की विभिन्न तकनीकों से अवगत कराना। जिससे हम अपने पर्यावरण को स्वस्थ रख सकें।

पर्यावरण के प्रमुख घटकों का प्रबन्ध

1- ou lalk/kuksa dk i`cU/k

वनों का न केवल हमारे जीवन में विशेष महत्व है, अपितु पर्यावरण की दृष्टि से भी इनका महत्वपूर्ण स्थान है। वन हमारे पारिस्थितिकी तंत्र के महत्वपूर्ण अंग हैं, साथ ही अनेक आर्थिक समस्याओं का समाधान भी इन्हीं से होता है। वन जल के बहाव को नियंत्रित करके बाढ़ रोकने, वन्य जीवों तथा पक्षियों का आश्रय स्थल होने के साथ–साथ मिट्टी अपरदन रोकने में सहायक होते हैं। किन्तु औद्योगिकीकरण, नगरीयकरण, कृषि भूमि के प्रसार के लिए तथा बढ़ती हुई मानवीय आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए वनों को अत्यधिक नष्ट किया जा रहा है, जिससे पूरी प्राकृतिक व्यवस्था नष्ट हो रही है। वन संसाधनों के प्रबन्ध में निम्नलिखित रणनीतियाँ सहायक हो सकती हैं –

- iFk o`{kkjksi.k ;kstuk

इससे सड़कों की सुन्दरता बढ़ेगी, राहगीरों को छाया मिलेगी, वाहनों की दुर्घटना पर नियंत्रण होगा तथा वृक्षों की संख्या बढ़ जाने से पर्यावरण में सुधार होगा।

- xzkeh.k {ks=ksa esa bZa/ku iztkfr;ksa dk o`{kkjksi.k

ग्रामीण क्षेत्रों में आज भी परम्परागत तरीकों से खाना बनाया जाता है। जिसके लिए ईंधन की आपूर्ति एक प्रमुख समस्या बन गयी है। अतः ईंधन की कमी को पूरा करने के लिए तथा पशुओं को चारा–पत्ती उपलब्ध कराने के लिए ग्रामीण क्षेत्रों में ईंधन प्रजाति के वृक्ष लगाने जरूरी हैं।

- unh&?kkVh ifj;kstukvksa d s lehiorhZ {ks=ksa esa o`{kkjksi.k

नदियों के फैलाव तथा भूमि कटाव को रोकने के लिए तथा पर्वतीय क्षेत्रों में बाँधों तथा जलाशयो की आयु बढ़ाने के लिए नदियों के जलागम तथा प्रवाह क्षेत्रों में वृक्षारोपण एवं अवरोधक दीवारों का निर्माण किया जा रहा है।

- df"k okfudh

कृषि वानिकी वन फसलों तथा कृषि फसलों का संयोग है। यह एक ऐसी पद्धति है जिससे भोजन, ईंधन, चारा इत्यादि दैनिक आवश्यकताओं की पूर्ति के साथ–साथ वन संरक्षण एवं पर्यावरण सन्तुलन भी कायम रखा जाता है।

2- oU; tho tUrqvksa dk i`cU/k

ऊर्जा प्रवाह और खजिन परिसंचरण में इनकी विशेष भूमिका होती है। वनों के निरन्तर विनाश से इन वन्य जीवों की संख्या में भारी कमी आई है। वन्य जीव जन्तुओं के प्रबन्ध के लिए निम्नलिखित प्रयास किये जा सकते हैं –

- राष्ट्रीय उद्यानों की स्थापना व विकास
- टाइगर प्रोजेक्ट
- वन्य जीवों के आवास का उचित प्रबन्ध
- पशु विहारों की स्थापना व विकास
- वन्य जीवों के संरक्षण की अन्य परियोजनाएं – क्रोकोडाइल, ब्रीडिंग एण्ड मैनेजमेंट प्राजेक्ट, डियर प्लालिंग प्रोजेक्ट, हाथी परियोजना, चिड़ियाघर परियोजना, कस्तूरी मृग विकास आदि।

### 3- ?kkl ds eSnku ,oa pjkxkgksa dk izcU/k

केवल पशुओं को भोजन उपलब्ध कराने के लिए घास के मैदानों का महत्व है अपितु भूमि संरक्षण के लिए भी इनका अत्यधिक महत्व है। घास के मैदानों के उचित प्रबन्ध के लिए यह ज्ञात होना आवश्यक है कि उसका कितना भाग पशुओं के लिए उपयोग में लाया जा सकता है तथा इन चरागाहों का पुनरूत्पादन कैसे किया जा सकता है। चरागाहों का पुनरूत्पादन प्राकृतिक एवं कृत्रिम दोनों ही तरीकों से किया जा सकता है, जिसके अन्तर्गत निम्नलिखित विधियां काम में लायी जा सकती हैं –

- [kjirokj fu;a=.k & अवांछनीय प्रजातियों की घासों, खरपतवारों आदि को हाथ से उखाडकर खरपतवार नियंत्रित रसायनों तथा आग लगाकर नियंत्रित किया जा सकता है।
- fu;af=r vkx & मानसून प्रारम्भ होने से एक हफ्ते पूर्व नियंत्रित आग द्वारा पर्वतीय चरागाहों एवं वनों की सफाई की जा सकती है। किन्तु कहीं यह आग अनियंत्रित न हो जाये, गांव के लोगों का सहयोग लेना आवश्यक है।
- pjkxkgksa dk cUnhdj.k & चरागाहों में बीच–बीच में निश्चित समय के लिए पशुओं के चरान व घास कटाई पर प्रतिबन्ध लगा देना चाहिए ताकि घासों की उचित पैदावार बढ़ जाये।
- cqvkbZ & अत्यधिक क्षतिग्रस्त घास के मैदानों में समय–समय पर घास के बीजों को छिटककर, मिट्टी के साथ मिलकर बिखेर देने चाहिए।
- i'kq pjkus dh 0;oLFkk & चरागाहों में पशु चराने के लिए स्थान बदलते रहना चाहिए जिससे कि बार–बार एक ही क्षेत्र में घास की क्षति न हो।

### 4- d`f"k Hkwfe dk izcU/k

विश्व की आधी से अधिक जनसंख्या कृषि कार्य में संलग्न है तथा कृषि ही इनकी आजीविका का मुख्य साधन है। भूमि के निरन्तर उपयोग होने व गहन खेती से भूमि की उर्वरा शक्ति कम होती जाती है। कृषि करने की गलत विधियों के कारण ही मरूस्थलीय तथा अर्द्धमरूस्थलीय क्षेत्र पैदा हुए। कृषि भूमि की प्रबन्ध पद्धति में निम्नलिखित विधियाँ उपयोग में लायी जा सकती हैं –

- उपजाऊ मिट्टी के कटाव को विभिन्न विधियो द्वारा रोका जाये।
- कीटनाशक व रोगनाशक दवाओं एवं रसायनिक खादों का न्यूनतम उपयोग किया जाये।
- रासायनिक खादों के स्थान पर कार्बनिक खाद, केंचुआ खाद, मनुष्य तथा पशुओं का मल तथा कृषि के अपशिष्ट पदार्थों के उपयोग पर बल दिया जाये।
- एकल प्रजाति की फसलों के स्थान पर मिश्रित कृषि फसलों के उत्पादन पर जोर दिया जाये।
- जैविक कृषि के विकास पर जोर दिया जाये।

### 5- ty lalk/kuksa dk izcU/k

जल प्रकृति की सबसे अमूल्य देन है। इसके बिना जीवन चक्र सम्भव नहीं है। जल में ऑक्सीजन की विलेयता निश्चित मात्रा में होने के कारण यदि जल में रसायनों तथा कार्बनिक पदार्थों की मात्रा अधिक डाली जाये तो जल प्रदूषण की समस्या उत्पन्न हो जाती है। विभिन्न जल स्रोतों जैसे – समुद्र, नदियों, झीलों, तालाबों तथा झरनों के जल का उचित प्रयोग करते हुए इनको स्वच्छ बनाये रखना ही जल संसाधनों का उचित प्रबन्ध है। अतः जल प्रदूषण नियंत्रण व जल की सतत् उपलब्धता के लिए अग्रलिखित प्रयास करने आवश्यक हैं –

- शहरों तथा उद्योगों के अपशिष्टों को जल स्रोतों के समीप न डाला जाये। इनके बहाव को रोकना आवश्यक है। साथ ही गंदे जल को संयत्रों से साफ करके पुनः उपयोग में लाया जाये।
- जल स्रोतों की सफाई, सुरक्षा व जल की गुणवत्ता की नियमित जांच होनी चाहिए।
- मलवे को साफ करके तथा जल को साफ व अलग करके जल को सिंचाई के उपयोग में लाया जाये तथा मल को खाद के रूप में प्रयोग किया जाये।
- वर्षा जल संग्रहण की विभिन्न विधियों का उपयोग करके जल संकट को दूर किया जाये।
- जल प्रदूषण नियंत्रण कानूनों का सख्ती से पालन कराया जाये।

### 6- ÅtkZ ds lk/kuksa dk izcU/k

आधुनिक युग में ऊर्जा प्राप्ति के लिए कोयला, खनिज तेल, जल विद्युत, हवा व पानी से प्राप्त ऊर्जा, जैव ऊर्जा व परमाणु ऊर्जा का उपयोग जिस तेजी से बढ़ता जा रहा है, उसे देखते हुए ऊर्जा के इन परम्परागत स्रोतों का भण्डार कुछ ही वर्षों में समाप्त हो जायेगा और मानव जाति के समक्ष एक जटिल समस्या पैदा हो जायेगी। ऊर्जा के विभिन्न साधनों के प्रबन्ध के लिए निम्नलिखित रणनीतियाँ सहायक हो सकती हैं –

- ऊर्जा के वैकल्पिक स्रोतों का विकास किया जाये।
- हिमालय क्षेत्र में जल विद्युत परियोजनाओं के विकास को प्राथमिकता दी जाये ताकि देश में ऊर्जा संकट का समाधान हो सके।
- विद्युत गृहों की विद्युत उत्पादन क्षमता को बढ़ाया जाये।
- बिजली चोरी को रोका जाये।
- ऊर्जा के नवीनीकरणीय व प्रदूषण रहित स्रोतों के इस्तेमाल में वृद्धि करके।

### 7- [kfut lalk/kuksa dk izcU/k &

प्रकृति ने खनिज पदार्थों को सीमित मात्रा में दिया है, जिसकी वृद्धि भी नहीं की जा सकती है। मनुष्य की अविवेकपूर्ण खनन नीति पर आधारित उद्योगों से मूल खनिज भण्डारों के समाप्त होने का संकट उत्पन्न हो गया है। अतः व्यवहारिक पारिस्थितिकी सिद्धान्तों से प्राकृतिक खनिज भण्डारों को सुरक्षा प्रदान करना आज की प्रमुख आवश्यकता है। खनिज सम्पदा प्रबन्ध के प्रमुख पक्ष निम्नलिखित है –

- नये खनिज क्षेत्रों की खोज के सतत् प्रयास होने चाहिए।
- खनिज भण्डारों से खनिजों का वैज्ञानिक विधियों से दोहन।
- धात्विक खनिजों को पुनः उपयोग में लाना।
- प्रकृति में कम मात्रा में पाये जाने वाले विरल खनिजों के विकल्पों की खोज करना।
- खनिजों के भण्डारों को सुरक्षा व संरक्षण प्रदान करना साथ ही पर्यावरण को भी सुरक्षा प्रदान करना।

### 8- i;kZoj.k izHkko vkadyu

पर्यावरण प्रभाव आंकलन में विभिन्न विकास योजनाओं का पर्यावरण पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों से बचने के लिए पर्यावरणीय प्रभाव आंकलन की प्रक्रिया को अपनाया जाता है जोकि पर्यावरण प्रबन्ध की एक महत्वपूर्ण कड़ी है। पर्यावरण प्रभाव आंकलन की रिपोर्ट किसी भी परियोजना की स्थापना के पूर्व तथा पश्चात तैयार की जाती है, जिसमें पर्यावरण के विभिन्न तत्वों की गुणवत्ता का मूल्यांकन, घातक व विनाशकारी प्रभावों को जन्म देने वाले कारकों की पहचान, उत्पादन तकनीकी, संसाधन वहन क्षमता मूल्यांकन आदि पक्षों का आंकलन किया जाता है। प्रक्रिया के अन्तिम चरण में पर्यावरण पर होने वाले दुष्प्रभावों को रोकने के लिए योजना तैयार की जाता है अथवा विकल्प प्रस्तुत किये जाते हैं। हम और हमारा पर्यावरण प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से एक दूसरे से जुड़े हुए हैं। अतः जरूरी है युवाओं को इसके प्रति जागरूक बनाना। लेकिन यह महत्वपूर्ण कार्य करने की सही दिशा तो एक शिक्षक ही दे सकता है। अतः शिक्षकों को चाहिए कि वे विभिन्न कार्यक्रमों के माध्यम से भावी शिक्षकों का पथ–प्रदर्शन करें। इसके लिए समूह चर्चा सबसे कारगार सिद्ध हो सकती है। जिसमें निम्नलिखित प्रश्नों पर चर्चा की जा सकती है –

- हमें पेड़ क्यों लगाने चाहिए?
- हमें खेत में फसलों का डंठल क्यों नहीं जलाना चाहिए?
- पटाखे पर्यावरण के लिए किस प्रकार घातक है?
- नदी नालों को स्वच्छ कैसे रखा जा सकता है?
- मिट्टी के प्रदूषण को कैसे रोकें?
- डी0जे0 क्यों नहीं बजाना चाहिए?
- प्लास्टिक (पॉलीथीन) प्रदूषण से कैसे बचे?
- क्या कुत्ते, बिल्ली जैसे जन्तु भी पर्यावरण के लिए आवश्यक है?
- गिद्ध का संरक्षण क्यों आवश्यक है?
- किसी कारखाने से गैस रिसाव हो रहा हो तो आप क्या करेंगे?

इस प्रकार उपरोक्त प्रश्नोत्तरी के माध्यम से हम समस्या का समाधान भी कर सकते हैं और ये हमारा शिक्षक समाज ही है जो भावी शिक्षकों को पर्यावरण प्रबन्ध एवं संरक्षण के प्रति जागरूक कर सकता है।

^^i;kZoj.k iznw"k.k gS ,d ykbykt chekjh
ftlds ifr gSa ge lcdh ,d ftEesnkjhA**