हमारा गार्गी मंच

चौथी इकाई

आजीविका और सुनहरा भविष्य

सत्र : 01
क्या मैं भी फैसले लूँ?

क्या आप जानते हैं ?

- एक व्यक्ति दिन भर में करीब 35,000 निर्णय (फैसले) लेता है. इनमे से 226 तो केवल खाने से सम्बंधित फैसले होते हैं.
- विकल्प अधिक होने से फैसले लेना ज्यादा कठिन हो जाता है, जबकि 2 या 3 से कम विकल्प होने पर फैसले लेना आसान होता है |
- आपने सुना होगा 'दिमाग में चर्बी चढ़ जाना'. हांलाकि विज्ञान के अनुसार हमारे शरीर के सबसे वसा (चर्बी) वाला अंग दिमाग ही होता है. दिमाग का 60% भाग वसा (चर्बी) से बना होता है.

जीवन में हर रोज़, हर पल हम फैसले लेने की प्रक्रिया से गुज़रते हैं. कुछ फैसले लेना हमारे लिए आसान होता है, उनका प्रभाव हमें सीधा और तुरंत ही दिख जाता है; और कोई इतना मुश्किल होता है कि मानो पूरा जीवन ही उस फैसले पर टिका हो! हम सभी को, कल सुबह कितने बजे उठेंगे, जैसे छोटे फैसलों से लेकर भविष्य में आगे क्या करना है, जैसे गंभीर फैसले लेने पड़ते हैं .
जब बात अपने करियर या रोज़गार की हो तो सही फैसले लेना और भी ज़रूरी हो जाता है . क्योंकि इन्हीं फैसलों पर हमारा आने वाला कल बंधा होता है. कई बार फैसले लेते समय हम उलझन में आ जाते है – क्या यह सही है? इससे क्या होगा? कहीं गलत फैसला ले लिया तो? कभी लगता है कि ये पक्ष सही है, तो कभी महसूस होता है कि दूसरा ही बेहतर था . इस उलझन से बचने का एक ही उपाय है -फैसले लेने की कला को समझना और उसका अपने जीवन में अभ्यास करना.

हम फैसले लेने की प्रक्रिया को क्यों समझें ?

- ताकि हम जान सकें कि फैसले लेना क्या होता है.
- करियर सम्बंधित फैसले लेने के महत्त्व को समझ सकें.
- सोच विचार कर सही फैसले लेने की प्रक्रिया को काम में ला सकें.

पहली गतिविधि : मनप्रीत क्या करे !

कितना वक़्त लगेगा ?
लगभग 1 घंटा 30 मिनट

सामग्री चैक कर ली ?
चार्ट पेपर, स्केच पेन, रंग, A4 शीट या प्लेन कागज़, मैरी कॉम केस स्टडी की कापियां आदि

ज़रा गौर करें
मैरी कॉम की कहानी की फोटोप्रतियां संभागियों के अनुपात में पहले करवा लें.

सुगमकर्ता सभी संभागियों को नीचे दी गई स्थिति सुनाएं:
मनप्रीत अपने स्कूल के चैंपियन वॉलीबॉल खिलाड़ी है. उसकी माताजी एक महिला संगठन की लीडर हैं. उनके संगठन का घरेलू अचार और चटनी के व्यापार का काम है. उनके उत्पाद देश के 25 राज्यों तक जाते हैं. बिज़नेस खूब फल-फूल रहा है. माँ कहती है कि 12वीं के बाद मनप्रीत की गणित में मास्टरी उनके बिज़नस को और ऊंचा ले जाएगी.
अब जब उसने 12वीं पास कर ली है, उसके सारे दोस्तों ने कॉलेज में प्रवेश लेना शुरू कर दिया है. अगर मनप्रीत को कॉलेज में दाखिला लेना है तो इसी सप्ताह अपना फॉर्म डालना होगा.
मनप्रीत की इच्छा है कि वह अपनी गणित स्किल से अपनी माँ के संगठन को विदेश तक पहुंचाए. साथ ही, उसे ये भी पता है कि उसके जैसा चैंपियन पूरे जिले में नहीं है. अगर मनप्रीत इस समय वॉलीबॉल पर ध्यान दे तो कुछ ही सालो में वह अंतर्राष्ट्रीय मंच पर खेल सकती है.

मनप्रीत के पास निम्नलिखित रास्ते हैं:
1. कॉलेज में रेगुलर पढ़ाई के लिए दाखिला
2. माँ के बिज़नस को देखना और कॉलेज का फॉर्म न भरना
3. स्पोर्ट्स कॉलेज में भर्ती
4. कॉलेज में प्राइवेट फॉर्म भरकर माँ के बिज़नस में साथ देना
5. (समूह द्वारा सुझाया कोई नया विकल्प)

सुगमकर्ता सभी संभागियों से मनप्रीत के विकल्पों में से कोई एक विकल्प चुनने को कहें. इसी तरह हर एक विकल्प के लिए एक समूह बन जायेगा. अब एक-एक कर के सभी समूहों से पूछें:

1. आपने मनप्रीत के लिए यह विकल्प क्यों चुना?
2. इससे आने वाले दो साल में क्या परिणाम होंगे?
3. इससे आने वाले 10 साल में क्या परिणाम हो सकते हैं?
4. अब बताएं, क्या यह विकल्प मनप्रीत के लिए सबसे सही है, क्यों?

अब सुगमकर्ता सभी को एक बड़े समूह में वापस आ जाने को कहें. सभी विकल्प और उनके भविष्य को देखने के बाद एक समूह के रूप में एक विकल्प चुनने को कहें.

सुगमकर्ता समझाएँ कि इन चर्चाओं के बीच हमने फैसले लेने के तरीके को सीखा. मनप्रीत की स्थिति में उसके सामने कुछ विकल्प थे. उसको फैसला लेने के लिए हर एक विकल्प पर सोचना और उसके संभावित परिणामों के बारे में विचार करना था. इसी तरह हम भी जब कोई फैसला लेने की स्थिति में आएं तो ध्यान रहे कि स्वयं से ये तीन सवाल करना न भूलें:

1. क्या यह विकल्प मेरी समस्या को दूर करेगा?
2. क्या यह विकल्प मेरे हाथ में है?
3. क्या यह विकल्प मेरे बाकी विकल्पों से बेहतर है (आने वाले सालों में इसके संभावित परिणाम क्या होंगे?)

सुगमकर्ता ध्यान दें

आपको ध्यान रखना है कि चर्चाओं में मनप्रीत की समस्या के दो या उससे अधिक विकल्प उठें. आप को सभी समूहों के हर एक विकल्प को तर्कपूर्ण रूप से आकलन करने और अंततः किसी एक विकल्प के चुनाव हेतु प्रेरित करना है.

दूसरी गतिविधि :सफलताओं में छुपा है फैसलों का सार (मैरी कॉम की कहानी)

सुगमकर्ता सभी साथियों को एक केस स्टडी प्रेषित करेंगे. केस स्टडी को पढने और समझने के बाद सुगमकर्ता केस से जुड़े कुछ सवाल पूछेंगे. सभी संभागियों को कहानी की फोटोप्रतियां दे दें. अगर फोटो प्रतियाँ कम हो तो दो या तीन इ समूह में भी इन्हें दिया जा सकता है.

एक साथ कई जिम्मेदारियों को निभाती चैंपियन: मैरी कॉम

मैंगते चंग्नेइजैंग मैरी कॉम (एम.सी. मैरी कॉम) (जन्मः 1 मार्च 1983) जिन्हें मैरी कॉम के नाम से भी जाना जाता है, एक भारतीय महिला मुक्केबाज हैं. इनका जन्म पश्चिमी भारत के मणिपुर के चुराचांदपुर जिले के काङथेइ गांव में हुआ. मेरी के माता-पिता दोनों किसान थे. एक साधारण किसान की बेटी का खेल-कूद में अपना भविष्य बनाना बड़ा चुनौतीपूर्ण सफ़र था. बचपन से ही मैरी कॉम को एथलेटिक्स में दिलचस्पी थी. मैरी कॉम ने जब बॉक्सिंग शुरू की, तो उन्हें अपने घर से कोई समर्थन नहीं मिला. घर वाले उनकी बॉक्सिंग के खिलाफ थे, लेकिन उनकी कड़ी मेहनत और लगन ने उनके घर वालों को झुकने के लिए मजबूर कर दिया.

अपने गांव में बॉक्सिंग प्रैक्टिस करने के स्थान और अन्य सुविधाओं के अभाव से मेरी को कई परेशानियां झेलनी पड़ीं. यहाँ तक कि अभ्यास के लिए शरीर की सही खुराक (डाइट) भी उन्हें मुश्किल से ही मिल पाती थी. मेरी ने वर्ष 2000 में अपना बॉक्सिंग करियर शुरू किया था. तब वे 15 साल की थी. उन्होंने इम्फाल की स्पोर्ट्स अकादमी में दाखिला ले लिया. तमाम उतार-चढ़ाव के बावजूद खुद को न केवल स्थापित किया, बल्कि कई मौकों पर देश को भी गौरवान्वित किया. अगले ही वर्ष 2001 में पहली बार नेशनल वुमन्स बॉक्सिंग चैंपियनशिप जीती. 2003 में ही उन्होंने अर्जुन अवार्ड अपने नाम कर लिया. 2005 में मैरी कॉम ने शादी कर ली और उनके जुड़वाँ बच्चे हुए. शादी और बच्चों के कारण उनको कुछ समय के लिए रिंग से दूर रहना पड़ा. जब उन्होंने दुबारा से रिंग में उतरने की सोची तो उनको समाज से कई तरह के जवाब मिले. परंतु मैरी कॉम ने हार नहीं मानी और दोबारा सब शुरू किया और बहुत सारी उपलब्धियाँ हासिल की. बॉक्सिंग में देश का नाम रोशन करने के लिए भारत सरकार ने वर्ष 2006 में उन्हे पद्मश्री से सम्मानित किया गया. 2008 में इस महिला मुक्केबाज को 'मेग्नीफिशेंट मेरीकोम' की उपाधि दी गई. जुलाई 2009 को वे भारत के सर्वोच्च खेल सम्मान राजीव गाँधी खेल रत्न पुरस्कार के लिए चुनी गई.

वे भारत की पहली बॉक्सिंग खिलाड़ी हैं जिसने 8 विश्व चैंपियनशिप मैडल जीते हैं. 2016 में उन्हें राज्य सभा सदस्य के रूप में राष्ट्रपति द्वारा नामांकित किया गया. 2020 में इन्हें पद्म विभूषण पुरस्कार मिला. मैरी कॉम भारत की सभी लड़कियों और महिलाओं के लिए एक प्रेरणास्रोत हैं. इन पर एक फिल्म भी बनी है, जिसमे प्रियंका चोपड़ा ने मैरी कॉम का किरदार निभाया है.

कहानी सुनाने के बाद इन प्रश्नों पर चर्चा करें -

- क्या मैरी कॉम के लिए शोहरत की बुलंदियों पर पहुंचना आसान था ?
- क्या आप बता सकते हैं कि इस मुकाम पर पहुँचते समय मैरी कॉम के जीवन में किस तरह की चुनौतियां आईं?

(सूची बनाएँ)

- इन चुनौतियों का सामना करने के लिए मैरी कॉम ने अपने जीवन में कब-कब और क्या-क्या महत्वपूर्ण निर्णय लिए ? (इसकी भी सूची तैयार करें)

चुनौतियों में – आर्थिक तंगी, समाज से ताने, स्कूल छोड़ना, शादी, बच्चे जैसे उत्तरों की अपेक्षा कर सकते हैं. महत्वपूर्ण निर्णयों में आर्थिक तंगी, परिवार एवं गाँव से लड़ना, शादी करना, शादी के बाद वापस मुक्केबाजी करना शामिल हो सकता है.

सुगमकर्ता सभी के जवाबों को समेकित करते हुए बताएं कि किसी भी पद/स्थान/उपलब्धि के पीछे कठोर रणनीति होती है. इस रणनीति के सफ़र में हमारे सामने कई बाधाएं भी होती हैं. इस रणनीति पर चलते हुए, लगातार मेहनत और दृढ़ संकल्प से सभी बाधाओं को पार करने से ही जीवन में कुछ हासिल किया जा सकता है.

तीसरी गतिविधि : मेरा मील का पत्थर

सुगमकर्ता सभी को समझाए कि हमारे जीवन के लक्ष्य को पाने के लिए हमें उस लक्ष्य तक की दूरी तय करनी होती है. इस सफ़र को पूरा करने के लिए हमें कई मील के पत्थरों (स्टॉप) से गुज़रना होता है. ये स्टॉप हमारे लक्ष्य के सूचक की तरह काम आते हैं. इस सफ़र में हमे कई रुकावटें भी मिलती है. इन्ही सब से गुज़र कर अंत में हमें अपनी मंजिल यानी अपना लक्ष्य मिलता है.

सुगमकर्ता सभी संभागियों को एक A4 शीट दें और उन्हें उनके जीवन से जुड़े लक्ष्य और मील के पत्थर का चित्र बनाने को कहें. सुगमकर्ता सभी मील के पत्थरों से सम्बंधित रुकावटें भी बनाने को कहें. रुकावटों को उनकी गंभीरता के स्तर पर छोटे/बड़े पत्थर से दर्शाएँ.

समूह में ऐसे कई लोग होंगे जो अपने लक्ष्य को लेकर अभी स्पष्ट नहीं हैं. सुगमकर्ता उनको बताए कि स्पष्ट ना हो पाना गलत नहीं है, गलत तो इस पर विचार न करना है! स्पष्ट न हो पाने की स्थिति में अपनी रूचि के अनुसार एक लक्ष्य सोचें. अब इस लक्ष्य को ध्यान में रखते हुए सभी संभागी अपने-अपने करियर का एक भविष्य पृष्ठ बनाएं और सभी से साझा करें. साझा करते समय सुगमकर्ता सभी संभागियों के विचारों को सराहें और तकनीकी विशुद्धियों को सही करने हेतु और विचार करने को कहें. हो सकता है कि समूह में कुछ छात्र/छात्राएं अपने भविष्य की योजना सभी को बताने में सहज नहीं हों. वे सुगमकर्ता को अपना चित्र दिखाकर उनसे सुझाव ले सकते हैं.

समेकन

फैसले लेना भी एक कला है. एक विद्यार्थी के जीवन के सभी फैसलों में से करियर सम्बन्धी फैसले सबसे महत्त्वपूर्ण होते हैं. इसीलिए हमें अपने करियर से सम्बंधित फैसले लेने के बारे में विस्तार से सोचना चाहिए. हम सभी का लक्ष्य अलग हो सकता है. उसको ध्यान में रखते हुए, हमें छोटे-छोटे लक्ष्य बनाने चाहिए. यह छोटे लक्ष्य हमारे करियर के मील के पत्थर साबित होते हैं. अपने जीवन को बेहतर बनाने के लिए यह रणनीति बेहद आवश्यक होतीं है. कई बार, कई कारणों से हमारे लक्ष्य को पाने के सफ़र में अनेक बाधाएं आती हैं और रणनीति के अनुसार काम नहीं बन पाता. ऐसे में सही विकल्प चुनकर आगे बढ़ने में ही समझदारी है.

हमने सीखा हमने जाना

- फैसले लेना अपने विकल्पों और उनके संभावित परिणामों की गणित है.
- हम सभी के करियर के लक्ष्य अलग हो सकते हैं, उनको पाने का रास्ता अलग हो सकता है. दूसरे के रास्ते या सफलता से खुद को न आंकने में ही समझदारी है.
- अपने करियर के लक्ष्य बना कर उनको छोटे छोटे लक्ष्यों में बाँटना बहुत ज़रूरी होता है. ठोस रणनीति के साथ-साथ उन पर लगातार काम करना और भी ज़रूरी हो जाता है.

कर के देखें

स्कूल में सहपाठियों के साथ

1.गार्गी खजाने से व्यावसायिक रूचि प्रपत्र टूल को अध्यापक से लेकर स्वयं का स्कोर भरें और सभी गार्गी मंच के सदस्यों के साथ यह गतिविधि करें.

2. स्कूल के आस-पास के प्रेरणादायक व्यक्ति को खोजें, उनको स्कूल में आमंत्रित करें और गार्गी मंच सदस्यों के बीच उनके जीवन में लिए गए फैसलों पर सभी से बातचीत करें.

समुदाय में

सभी गार्गी मित्र खुद को दो-दो के समूह में बाँट लें. हर एक जोड़े के दोनों छात्र/छात्राओं को अपने-अपने गाँव या परिवार में से किसी 1 प्रेरणादायक व्यक्ति से आपस में मिलवाना है और उनसे उनकी सफलता के सफ़र के बारे में चर्चा करनी है. इस तरह हर जोड़ा कुल 2 प्रेरणादायक व्यक्तियों से भेंट कर पाएगा. सभी जोड़े अगली बैठक में अपनी-अपनी भेंटों के अनुभव सभी के साथ साझा करेंगे.

आज का सत्र कैसा रहा ?

आज के सत्र में से किसी एक छात्र/छात्रा की अनुमति से उनके करियर के A4 चार्ट को बड़े समूह में दिखाएँ और पूछें कि इस चित्र से आप क्या समझते हैं. प्रत्येक संभागी को बोलने का मौका दें. रुकावटों की संभावित रणनीति पर सब की राय ज़रूर लेवें. यदि लक्ष्य, मील का पत्थर और सभी संभावित रुकावटें चर्चा में आ जाएँ तो मान लें कि यह सत्र प्रभावी था.

गार्गी खज़ाना सन्दर्भ लिंक : (उदाहरण))

आप यहाँ से इस सत्र की सभी आवश्यक सामग्री प्राप्त कर सकते हैं औ उन्हें डाउनलोड भी कर सकते हैं. यह पूरा सत्र ऑडियो के रूप में भी मौजूद है. आप उसे डाउनलोड करके सत्र की तैयारी कर सकते हैं.

सत्र : 02
आपसी सहमति बात से मनवाने का कौशल

क्या आप जानते हैं ?

- हमारे द्वारा लिए गए औसतन सभी फैसले, हमारे आस पास के लोगों की प्रतिक्रिया से प्रेरित होते हैं.
- भारत में अधिकतर वयस्कों ने ये माना है कि किशोरावस्था में उन्होंने कई मुख्य कदम इसलिए नहीं उठाए क्योंकि उन्हें नकारात्मक परिणामों का डर था.
- 'लोग क्या कहेंगे' कोई बीमारी नहीं है, लेकिन फिर भी लोग हमारे हर फैसले को प्रभावित करते हैं.

जीवन में कई बार हमें पता होता है कि हमें क्या चाहिए. कम उम्र और सीमित संसाधन होने के कारण हमें अपने फैसलों को पूरा करने के लिए अन्य लोगों पर निर्भर होना पड़ता है. कई बार ये लोग हमारे पक्ष में होते हैं और हमें आगे बढ़ने में बिन मांगे मदद देते हैं; और, कई बार ये लोग हमारी ही सुरक्षा या "परिवार का साथ" के नाम पर हमारे भविष्य के अवसर कम भी कर सकते हैं. ऐसे में अपनी बात तर्कपूर्ण रूप से उन्हें समझाना और आपसी सहमति से उस विकल्प को मनवाना बहुत ज़रूरी हो जाता है. साथ ही, चर्चा करने से आए विभिन्न विकल्पों से हमें अलग-अलग दृष्टिकोण भी मिलते हैं. यह कला एक जीवन कौशल है – नगोशिएशन! नगोसिएशन बातचीत का वो तरीका है, जिस में हम अपने द्वारा लिए गए निर्णयों में दूसरे लोगों को अपनी बात रखने के लिए शामिल और फिर सहमत करते हैं. कई बार हमें अपनी बात समझाने या सहमति के लिए एकाधिक विकल्पों की भी आवश्यकता होती है.

हम नेगोसिएशन स्किल के बारे में क्यों सीखें?

- ताकि हम जान सकें कि अपनी बात सबकी सहमति से मनवाने का क्या अर्थ है.
- हम समझ पाएंगे कि नगोसिएशन हमारे जीवन को किस प्रकार प्रभावित करता है.
- अभ्यास के साथ नगोसिएशन करने की कला को सीखेंगे.

पहली गतिविधि : किसकी चलेगी?

कितना वक़्त लगेगा ?
लगभग 1 घंटा 30 मिनट

सामग्री चैक कर ली ?
चार्ट पेपर, स्केच पेन, रंग, चित्र कार्ड, कानूनों के पोस्टर आदि

ज़रा गौर करें
विभागों की जानकारी को गार्गी खजाने से डाउनलोड करके उसकी फोटो प्रति निकाल लें.

यह एक वार्म अप गतिविधि है. सुगमकर्ता सभी प्रतिभागियों को एक साथ खड़ा करें. उन्हें कहें, "आपके सामने कुछ कथन अथवा बातें कहीं जाएंगी. यदि आपमें से कोई इस बात से सहमत हों, तो वे साथी सुगमकर्ता के दायें और खड़े हो जाएँ. और जो साथी असहमत हैं, वो सुगमकर्ता के बाएं और खड़े हो जाएँ." अब सुगमकर्ता बड़े समूह के सामने बारी-बारी से दो अथवा तीन कथन कहेंगे.

उनसे पूछें:
पहला कथन: लड़कों को घर का काम नहीं करना चाहिए.
जो इस बात से सहमत हैं वो दायें और खड़े हो जाएँ और जो असहमत हैं वो बाएं और खड़े हो जाएँ. अब दायीं ओर वाले संभागी बताएँ कि लड़कों को घर का काम क्यों नहीं करना चाहिए. दूसरे सभी संभागी सुनें. ठीक इसी तरह अब हम दूसरे समूह से जानेंगे कि वो इस बात से क्यों असहमत हैं. इस चर्चा के मध्य यदि कोई पाला बदलना चाहे तो बदल सकता है, किन्तु कारण अवश्य बताए कि मत क्यों बदला? इसमें बहस भी होगी, जिसे सुगमकर्ता को समय देखते हुए निर्देशित करना होगा.

दूसरा कथन: लड़कियों को मोबाइल नहीं देना चाहिए. इससे वो बिगड़ सकती है.
जो इस बात से सहमत हैं वो दायें और खड़े हो जाएँ और जो असहमत हैं वो बाएं और खड़े हो जाएँ. अब दायीं ओर वाले संभागी बताएँ कि लड़कों को घर का काम क्यों नहीं करना चाहिए. दूसरे सभी संभागी सुनें. ठीक इसी तरह अब हम दूसरे समूह से जानेंगे कि वो इस बात से क्यों असहमत हैं. इस चर्चा के मध्य यदि कोई पाला बदलना चाहे तो बदल सकता है, किन्तु कारण अवश्य बताए कि मत क्यों बदला? इसमें बहस भी होगी, जिसे सुगमकर्ता को समय देखते हुए निर्देशित करना होगा.

अंत में सुगमकर्ता समझाएँ:

किसी एक व्यक्ति की राय या समझ हर जगह हर समय एक जैसी नहीं होती. इसीलिए इस गतिविधि में वास्तविक जीवन की विभिन्न परिस्थितियां दी गई थी. चर्चा करने पर विचारों में परिवर्तन संभव है. ये आप पर निर्भर करता है कि कैसे आप किसी की असहमति को सहमति में अथवा सहमति को असहमति में बदलते हैं.

सुगमकर्ता ध्यान दें

जब सभी अपने अपने समूह में खड़े हों तो वे आपस में चर्चा न करें.
बल्कि दूसरे समूह के साथी क्या मत रख रहे हैं, उसे ध्यान से सुनें.
हो सकता है कि वे दुसरे समूह द्वारा प्रकट किए गए मत से सहमत हो जाएँ
और अपना पाला (समूह) बदल लें. उन्हें समझाएं कि सीखने के लिए,
प्रतिभागियों की पूर्ण भागीदारी आवश्यक है. समय के प्रति
सतर्क रहना भी महत्वपूर्ण है. संभागियों को लगातार सोचने के लिए भी
प्रोत्साहित करें कि उनके जीवन में "नगोशिएशन" किन विभिन्न मतों से आता है.
हालाँकि यहाँ उदाहरण के तौर पर दो ही कथन दिए गए हैं,
न्तु सुगमकर्ता कुछ और कथन भी जोड़ सकते हैं या समूह को
देखते हुए इन्हें बदल भी सकते हैं.

दूसरी गतिविधि : ज़रा विचार करें

सुगमकर्ता सभी संभागियों को पांच समूहों में बाँट लें. सुगमकर्ता प्रत्येक समूह के समक्ष एक-एक स्थिति रखें. दिए गए प्रश्नों पर विस्तार से चर्चा करने को कहें:

गोपाल के घर में शौचालय नहीं है. उसके दादाजी का कहना है कि जिस घर में हम भोजन पकाते हैं, वहां पर शौच कैसे कर सकते हैं. गोपाल को यह सब सही नहीं लगता. साथ ही जैसे-जैसे वह बड़ा हो रहा है, उसे झेंप भी लगती है.

1.गोपाल क्या करे?
2.गोपाल अपने दादाजी को कैसे समझाएगा?
3.क्या इस परिस्थिति में ऐसा कोई व्यक्ति हो सकता है जो गोपाल की मदद कर सके ?

गगन के परिवार में पीढ़ियों से घर के पुरुष सूरत जाकर हलवाई का काम करते हैं. अभी अभी 11 वीं में आये गगन को पढ़ाई में खूब मन लगता है. लेकिन, चूंकि वह 17 साल का हो चूका है, उसके माता-पिता चाहते हैं कि अब वह स्कूल छोड़ दे और आने वाली 1 तारीख को अपने पिता जी के साथ सूरत चला जाए. गगन को अपनी पढ़ाई पूरी तरह से छोड़ना सही नहीं लग रहा.

1.क्या गगन का 11वीं के बाद पढ़ाई छोड़ना सही है?
2.गगन को आगे की पढ़ाई में कौन-कौन मदद कर सकते हैं?
3.आप गगन को क्या सुझाव देंगे?

आज गुड्डी का मूड बड़ा अच्छा है. राज्य स्तर पर उसका विज्ञान का मोडल सेलेक्ट हो गया है. आने वाली 15 तारिख को जयपुर में विज्ञान प्रदर्शनी में उसका मॉडल भी लगेगी. 3 दिन की इस प्रदर्शनी में उसके माता-पिता जाने की अनुमति नहीं दे रहे हैं. बेटी को इतना दूर 3 दिन तक भेजना उनको सुरक्षित नहीं लग रहा.

1.गुड्डी अपने घर वालो को कैसे समझा सकता है?
2. क्या इस परिस्थिति में ऐसा कोई व्यक्ति हो सकता है जो गुड्डी की मदद कर सके ?

कमली 8वीं में पढ़ती है. हाल ही में घरवालों ने बड़ी बहन के साथ-साथ उसकी भी शादी तय कर दी है. कमली बहुत गुस्से में है. उसे इतनी जल्दी शादी नहीं करनी है. उसे डर है कि यदि उसने माता-पिता के सामने कुछ कहा तो वो उसको मारेंगे.

1. कमली क्या करे?
2. कमली की मदद के लिए कौन-कौन आगे आ सकते हैं?

कंचन को गणित और जीव विज्ञान दोनों में ही रूचि है. बड़ी दीदी कहती है कि दोनों विषय एक साथ लेना बहुत कठिन है. नंबर कम आएंगे. कंचन को लगता है कि वो इनमें से किसी भी एक विषय को छोड़ना नहीं चाहती, वह मेहनत करने से घबरा नहीं रही है.

1. क्या कंचन को कोई एक विषय छोड़ देना चाहिए?
2. अगर कंचन दोनों विषय रखती है तो उसको किन-किन साधनों का सहारा लेना पड़ेगा?

अब सभी को एक बड़े समूह में वापस आ जाने को कहें. एक-एक कर के सभी ग्रुप की स्थितियों को बड़े समूह में चर्चा में लाएं. इन सभी कहानियों में हमारे जीवन से जुड़े पहलू भी शामिल है, जब अपने जीवन में इस प्रकार के महत्त्वपूर्ण फैसले लेने की बात आए तो लक्ष्य, विकल्प और नगोशिएट करना न भूलें.

सुगमकर्ता समझाएँ:

हर स्थिति में फैसले लेने के लिए हमारे पास कई विकल्प होते हैं. कुछ विकल्प हमारे हाथ में होते हैं और कुछ विकल्पों को हमें दूसरों की मदद से पाना होता है. इस पूरी प्रक्रिया में हम कई लोगों, परिस्थितियों और फैसलों से मोल भाव करते हैं. इस मोल-भाव, और सहायता से हम अपनी पसंद के विकल्प को चुन पाने में सफल होते हैं. यह हमारे फैसलों को मजबूती और सही आकार देते हैं. इसी प्रक्रिया को ही नगोशिएशन कहते है.

तीसरी गतिविधि : मुझसे सीखो

सुगमकर्ता सभी संभागियों को 5-5 के 5 समूह में बाँट लें.

सभी को बोलें - सभी संभागी अपनी आँखें बंद करें. इस शांत वातावरण में याद करें अपने जीवन के ऐसे फैसलों के बारे में, जब आपने किसी के साथ आपसी सहमति से अपनी बात मनवाई थी. यह कोई भी छोटी या बड़ी घटना हो सकती है. जब आप शांत मन से अपने जीवन में झांकेंगे, तो आपको ऐसी घटना ज़रूर मिलेगी. घटना याद करके धीरे-धीरे अपनी आँखें खोलें. अब अपने समूह में आप अपने बाकी सभी 4 सदस्यों को यह घटना बताएं.

इस तरह पांचों समूहों में कुल 25 घटनाएं हो जाएँगी. अब सुगमकर्ता प्रत्येक समूह में साझा हुई 5 घटनाओं में से एक घटना को चुनने को कहें. अब यह घटना बड़े समूह में सबको सुनाएं और सभी के समक्ष इस पर चर्चा करें.

सुगमकर्ता ध्यान दें

सुगमकर्ता बार बार छात्र-छात्राओं को आश्वस्त करे कि यह समूह एक सेफ स्पेस है.
यहाँ अपनी बात रखने में हिचकिचाए नहीं. और कोई एक दुसरे का मज़ाक न उड़ाए.
जबी कोई एक संभागी बोल रही या रहा हो, तो अन्य उसे ध्यान से सुनें.
हर घटना की तह में जो सीख है, उसे साथ साथ स्पष्ट करते जाएँ.
यह सीख पहले उसी संभागी से पूछें, उसके आब आप पनी तरफ से उसमे जोडें.

समेकन
इस सत्र में हमने सीखा कि नगोशिएशन बातचीत की एक कला है, जिस में हम अपने द्वारा लिए गए निर्णयों में दूसरे लोगों को अपनी बात रखने के लिए शामिल और फिर सहमत करते हैं. साथ ही हमने अलग-अलग केस के माध्यम से नगोशिएशन के तरीकों पर भी विचार किया. अंत में हमने जाना कि हमारे जीवन में हम नगोशिएशन किन-किन रूपों में देख सकते हैं.

हमने सीखा हमने जाना
- मोल-भाव करना एक कला है जिसको कोई भी सीख सकता है
- मोल-भाव से हमारा जीवन जुड़ा है
- अपने जीवन के महत्वपूर्ण फैसले लेते समय लक्ष्य के विकल्प पर नगोशिएट करना समझदारी है.

कर के देखें

स्कूल में सहपाठियों के साथ

प्रधानाचार्य जी को बैठक में बुलाएं और उन से समझें कि अपने व्यक्तिगत जीवन में इस पद तक पहुँचने के लिए उन्हें अपने परिवार में किस-किस प्रकार के नगोशिएशन और व्यक्तिगत समझाईश करनी पड़ी.

समुदाय में

गार्गी मंच अपने स्कूल वातावरण के आस पास कुछ ऐसे मुद्दे चुनें जो किशोर-किशोरियों के जीवन को प्रभावित करते है. सुगमकर्ता की मदद से इन मुद्दों पर एक्शन के रूप में पैरवी करें.

मुद्दे अलग-अलग हो सकते हैं –
जैसे साफ़-सफाई, माहवारी-चुप्पी तोड़ो, एनीमिया, गाँव के असुरक्षित स्थान इत्यादि
एक्शन में रैली, सरपंच से बात, ग्राम सभा में मुद्दा, ज्ञापन आदि हो सकते हैं.

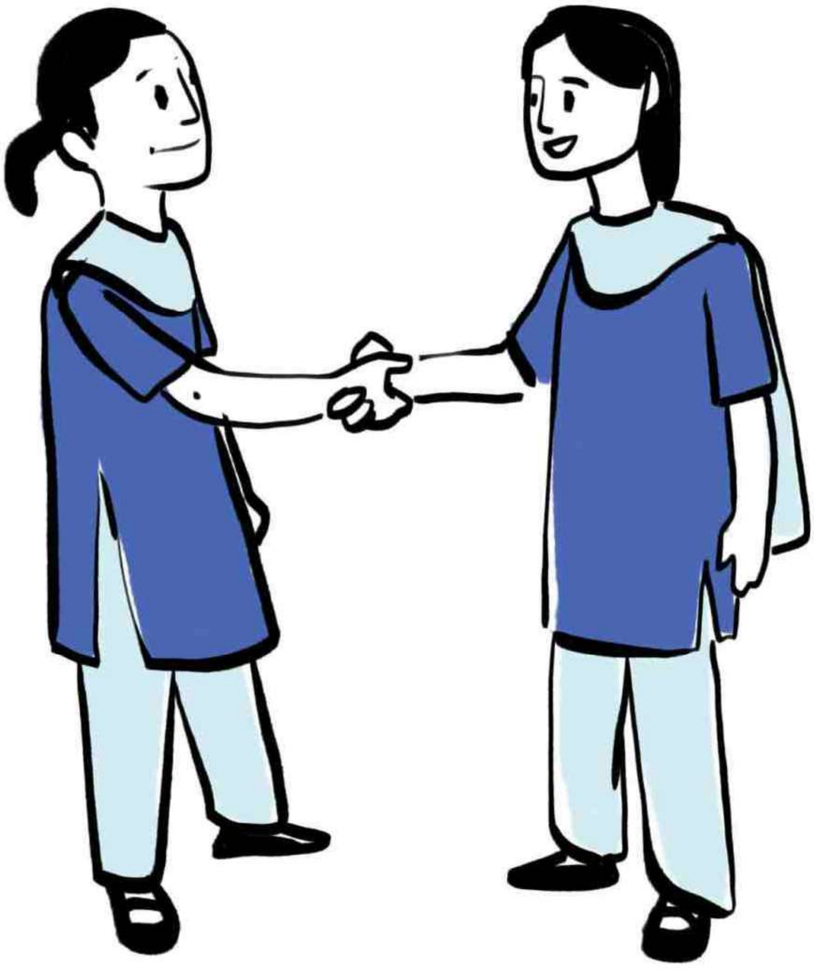
आज का सत्र कैसा रहा ?

सुगमकर्ता सभी संभागियों से पूछें:

- आज के सत्र में सबसे अच्छा क्या लगा? एक से लेकर दस में से आप अपने उत्साह को कितने अंक देंगे, जहाँ एक सबसे कम और दस सबसे अधिक उत्साह को दर्शाएगा?
- अपने जीवन में नगोशिएशन के लिए आप अपने जानकारों में से किसी को चिन्हित कर पा रहे हैं?

गार्गी खज़ाना सन्दर्भ लिंक : (उदाहरण))

आप यहाँ से इस सत्र की सभी आवश्यक सामग्री प्राप्त कर सकते हैं औ उन्हें डाउनलोड भी कर सकते हैं. यह पूरा सत्र ऑडियो के रूप में भी मौजूद है. आप उसे डाउनलोड करके सत्र की तैयारी कर सकते हैं.



सत्र : 03
आओ करें करियर की बातें

क्या आप जानते हैं ?

- भारत में 93% किशोर-किशोरियों को केवल 7 प्रकार के करियर विकल्प ही पता होते हैं जबकि हमारे आस-पास 250 से भी अधिक विकल्प मौजूद हैं.
- भारत में हर वर्ष करीब 1 करोड़ युवा काम करने के योग्य हो जाते है.

हम में से अधिकतर लोगों को अपने जीवन में बचपन का समय सबसे अच्छा लगता है, क्योंकि बचपन में भविष्य की चिंता नहीं होती. लेकिन, यह भी सच है कि हम सबको एक न एक दिन अपने करियर के चुनाव पर विचार करना ही पड़ता है. ये समय हर किसी के लिए असमंजस भरा होता है, क्योंकि इस समय लिया गया एक फैसला हमारा भविष्य बेहतर भी बना सकता है और कमजोर भी |
ज्यादातर लोग स्कूल या कॉलेज खत्म होते ही करियर के बारे में सोचते हैं; और कुछ नौकरी में आने के बाद! करियर का चुनाव किसी भी उम्र में किया जा सकता है, लेकिन इसके लिए पहले अपनी रुचि का पता होना ज़रूरी है | तभी आप अपने करियर के बारे में सही फैसला ले सकते हैं।

यहाँ पर एक और बात का ध्यान रखना ज़रूरी है कि यदि आप 12वीं के बाद करियर के बारे में सोच रहे हैं तो सभी विकल्पों पर खुलकर मंथन करें| जिन करियर्स के बारे में आपको पता भी नहीं है, उन के बारे में भी आप को जानने का मौका मिलेगा | इसके बारे में अनुभवी लोगों से मार्गदर्शन लेते रहें |

हमें करियर के बारे में बात करना क्यों जरुरी है ?

- करियर का सही अर्थ जान पाएंगे
- करियर बनाने के लिए मौजूदा विकल्पों की जानकारी होगी
- अपने लिए सही विकल्प चुनना सीख सकेंगे

पहली गतिविधि : किसकी चलेगी?

कितना वक़्त लगेगा ?
लगभग 1 घंटा 30 मिनट

सामग्री चैक कर ली ?
चार्ट पेपर, स्केच पेन, रंग आदि

ज़रा गौर करें
इस बैठक में नियमित संभागियों के साथ कुछ ऐसे छात्र- छात्रों को भी आमंत्रित करें जों सांस्कृतिक और बड़े आयोजनों में रूचि लेते हैं. ये साथी वो भी हो सकते हैं, जो हमारे स्कूल के सदस्य नहीं हो, किन्तु स्कूल से किस न किसी रूप से जुड़े हुए हो. संस्था प्रधान और अन्य शिक्षक जुड़े तो बहुत बेहतर .

सुगमकर्ता सभी संभागियों को गोल घेरे में बिठाएं. उनसे कहें - आज मैं आप सभी से आपके करियर से सम्बंधित कुछ छोटे-बड़े सवाल पूछूंगी. ये सवाल आपके मन में चल रही हलचल या भावनाओं पर भी हो सकते हैं. अगर आप सभी में से किसी को पूछे गए सवालों का उत्तर आता है तो हाथ खड़ा करें. किसी को उत्तर न पता होने की स्थिति में मैं आपकी सहायता करुँगी.

संभावित प्रश्न निम्न हो सकते है :
- हमारे स्कूल के किसी विद्यार्थी का नाम बताएं, जो अभी किसी बड़े पद पर काम कर रहे हैं.
- हमारे स्कूल के पास कौन-कौन से कॉलेज मौजूद हैं?
- फ़ौज में भर्ती होने के लिए क्या करना होता है?
- बारहवीं कक्षा उत्तीर्ण करने के बाद हम कहाँ-कहाँ प्रवेश हेतु आवेदन कर सकते है ?
- दसवीं के बाद सही विषय का चयन कैसे करें?
- क्या नौकरी ही सब कुछ है या कुछ और काम भी किया जा सकता है ? अगर हाँ, तो क्या-क्या?

सुगमकर्ता ध्यान दें

शुरुआत में छात्र-छात्राएं सवाल करने में हिचकिचा सकते हैं.
आप उन्हें सहज करें और अपेक्षित प्रश्नों में से कुछ प्रश्न खुद पूछकर
उन को प्रोत्साहित करें. इस गतिविधि का मकसद है कि संभागी
अपने करियर और भविष्य को लेकर शुरूआती विचार आरंभ कर दे.
इस समय सुगमकर्ता करियर पर विमर्श करने की महत्ता सभी को बताएं.
सुगमकर्ता सभी को समझाए कि अपने करियर के बारे में बात करना कितना ज़रूरी है.
इन्हीं बातों को आगे बढ़ाते हुए आने वाले समय में हम करियर मेला भी आयोजित करेंगे.

दूसरी गतिविधि : साथ मिलो और खोजो

सभी उपस्थित संभागियों (छात्र छात्राओं) को उपस्थित शिक्षकों के अनुपात में अलग अलग बराबर 05 समूहों में बांटे. हर एक समूह में न्यूनतम एक शिक्षक अवश्य साथ जुड़े. सभी समूहों को चार्ट पेपर और स्केच पेन दें.

सभी समूहों को निम्नलिखित ढांचा देवें. प्रत्येक समूह को अपने आस पास के गाँव/ब्लाक से हर एक खांचे में लिखे करियर के विकल्प के अवसर के उदाहरण लिखने को कहें:

करियर के विकल्प	संभावित उत्तर (सुगमकर्ता इन उत्तरों को समूहों के साथ साझा नहीं करें. यह उनके मार्गदर्शन के लिए हैं.)
हमारे आसपास, उपखंड में या जिले के प्रशिक्षण और शिक्षा केंद्र जहाँ विविध ट्रेड में प्रशिक्षण सिखाया जाता है, उनकी सूची तैयार करें.	उदाहरण के लिए: पोलिटेक्निक कॉलेज, औद्योगिक प्रशिक्षण, रोज़गार प्रशिक्षण, NGO द्वारा संचालित प्रशिक्षण केंद्र, किसी कम्पनी द्वारा चलाया जाने वाला प्रशिक्षण केंद्र, प्रधानमंत्री कौशल विकास केंद्र, कम्प्यूटर प्रशिक्षण केंद्र आदि
हमारे आस-पास ऐसी कौन-कौन सी कम्पनियां या संस्थाएं हैं, जहाँ कुशल कर्मचारियों की आवश्यकता होती है.	ये आस-पास स्थित कम्पनियां,स्वयसेवी संस्थाएं, दफ्तर, फेक्ट्री आदि हो सकते हैं.
हमारे गाँव/क्षेत्र में स्वरोजगार के विकल्प	ये खेती, सिलाई, बकरी पालन, इलेक्ट्रीशियन, कसीदाकारी आदि काम हो सकते हैं
हमारे आस-पास वे कौन-कौन से लोग हैं, जो ट्रेंड से हटकर अच्छा काम कर रहे हैं और सफलता पा रहे हैं.	इनमे कोई सफल किसान, कलाकार, शिल्पकार, निर्माण ठेकेदार, कैमरापर्सन, बढई, मूर्तिकार, सफल बिजनैसपर्सन आदि हो सकते हैं

यह समूह उन महिलाओं की सूची तैयार करेगा, जो समाज में अलग-अलग पद पर अच्छा काम कर रही है.

इनमें स्वरोजगार, वकील, पुलिसकर्मी, किसान, सरपंच, डॉक्टर/चिकित्साकर्मी, सचिव, खिलाडी, संपादक, लेखिका आदि हो सकती है

सभी समूहों को उक्त सूचियाँ बनाने के लिए 20 मिनट का समय दें. इसके पश्चात क्रम से प्रस्तुति के लिए बुलाएं. प्रत्येक समूह की प्रस्तुति के बाद शेष बचे संभागियों से उसमें यदि कुछ शेष रह गया है, तो उसे जोड़ने को कहें. प्रस्तुति के बाद सभी समूहों के लिए जमकर तालियाँ बजवाएं और प्रस्तुत किये गये चार्ट संभाल कर रख लें.

तीसरी गतिविधि :अब आगे क्या ?

सभी संभागियों को गोल घेरे में बिठाएं. उन्हें कहें कि आप एक कहानी सुना रहे हैं . संभागी आँखें बंद करके सुनें और उस दृश्य की कल्पना करें.

एक बड़ा-सा स्कूल है. उसकी बड़ी-बड़ी सी दीवारे हैं. खूब सारे बच्चे वहां पढने आते हैं. उन्ही बच्चों में सुशील, भंवरी और नगमा भी पढ़ते है. तीनों ग्यारहवीं कक्षा में हैं.

नगमा का सपना है कि वह अपनी छोटी बहिन के साथ दुनिया भर की सैर पर जाना चाहती है. इसके लिए उसका किसी बड़ी कम्पनी में नौकरी करने का सपना है. इस सपने को पूरा करने के लिए उसे खूब पढ़ाई करनी है और वह इसके लिए तैयार है.
सुशील की आवाज़ बहुत अच्छी है और वह अच्छी-अच्छी कविताएँ भी लिखता है. उन्हें खुद गाता भी है. पूरा स्कूल उसकी आवाज़ को पसंद करता है. वह एक बार अंतर-विद्यालयी प्रतियोगिता भी जीत चुका है . सुशील इसी को अपना करियर बनाना चाहता है. पर उसे समझ नहीं आ रहा कि आखिर करे तो क्या करे ? अभी न तो वह स्वयं और न ही उसके घर वाले यह समझ पाए हैं कि कविता लिखना और गाना भी एक बेहतर करियर हो सकता है.
भंवरी का सपना है कि वह बारहवीं पास करके जिले में स्थित विज्ञान महाविद्यालय में आगे की पढ़ाई जारी रखे. पर उसके घर वाले उसे पत्राचार से आर्ट्स में पढ़ाई जारी रखने को जोर दे रहे हैं.

अब सभी संभागियों को अपनी अपनी आखें खोलने को कहें. उन्हें पूछें कि क्या स्वयं को उन्होंने इस कहानी में कहीं पाया है ? क्या इस से मिलती जुलती कहानी हम सभी की नहीं है ? क्या संभव है कि हमारी किसी दोस्त की ऐसी ही कहानी हो ?
संभागियों को पूछें कि भंवरी, नगमा और सुशील की मदद कौन कर सकता है ? संभागी जो भी जवाब दें, उन्हें चार्ट पेपर या बोर्ड पर लिखते चले जाएँ. संभावित उत्तर आएँगे -

- भंवरी के घर वालों से बात की जाए
- किसी “गुरु” से सुशील की मुलाकात करवाई जाए.
- नगमा खूब अच्छे से पढ़ाई करे और बेहतर नौकरी खोजे.

ऐसे ही कुछ जवाब सामने आ सकते हैं. उन्हें पूछें कि इन तीनों को क्या ऐसा कोई अवसर मिल सकता है, जहाँ वे अपना सपना पूरा करने के लिए बेहतर करियर का चुनाव कर सके ?
संभागियों को सोचने दें. संभव है कि वे कहें कि उन्हें अच्छी नौकरी के लिए साक्षात्कार की तैयारी करनी है, अच्छी कम्पनी में जाना है या कॉलेज जाना है आदि-आदि. उन्हें पूछें कि क्या संभव है कि ये सभी मौके उन तीनों को एक ही छत के नीचे मिल जाएँ?
उन्हें सोचने का अवसर दें और करियर मेले के बारे में बताएं. क्या है करियर मेला और वहां क्या-क्या होता है, इसके लिए उन्हें बताएं कि इसकी जानकारी के लिए हम अगली बार फिर मिलेंगे.

समेकन

भविष्य की चिंता होना सामान्य है. शुक्र है कि हमारे आस पास ऐसे कई सारे लोग और सेवाएं हैं, जिनसे हम करियर सम्बन्धी विकल्पों को जानकर अपना विकल्प चुन सकते हैं. बस ज़रुरत है तो अपनी रुचियों को समझने की और सही जगह से समय रहते जानकारियाँ इकठ्ठा कर, सही लोगों से नगोशिएट करने की.

हमने सीखा हमने जाना

- करियर का चुनाव करने से पहले ये जानना जरुरी है कि आप की रूचि का काम क्या है |
- करियर के लिए अनुभवी लोगों से सलाह और मार्गदर्शन लेना अच्छा है |
- करियर को बदला भी जा सकता है | इसके लिए आप को अपनी प्राथमिकताओं को समझना होगा

सत्र: 04
करियर पर आगे की बात

किसी भी लक्ष्य को पाने के लिए हमें ठोस आयोजना (प्लानिंग) की ज़रूरत होती है. बिना प्लानिंग के किसी काम को करना हमें हमारे लक्ष्य से दूर भी ले जा सकता है. अक्सर बिना प्लानिंग के काम करने से जहाँ समय और संसाधन ज्यादा खर्च होते हैं, वहीँ अन्य चुनौतियाँ भी सामने आती है.

हमारे करियर चयन के लिए भी ठोस प्लानिंग की ज़रूरत होती है. किस विषय का चयन करना है, किस काम में हमारी रूचि है, कैसे तैयारी करनी है, किसकी मदद लेनी है, कौन हमें मार्गदर्शन दे सकते हैं, कौन से करियर विकल्प उपलब्ध हैं, इस दौरान संभावित बाधाएं क्या हो सकती हैं और हमें कैसे उनका समाधान खोजना है, आदि मुद्दों पर सोचते हुए ही हम अपने बेहतर कल का सपना पूरा कर सकते हैं.
एक बेहतर करियर चयन के लिए हम सब मिलकर एक आयोजन करते हुए सबको इस से जोड़ सकते हैं, एक अच्छा कार्यक्रम आयोजित कर सकते हैं.

यह सत्र एक अच्छा करियर मेला आयोजित करने को लेकर है. अब तक के सत्रों से यह थोड़ा अलग है. यहाँ हम प्लानिंग की ज़रूरत को समझते हुए हमारे स्कूल का "करियर मेला कैसे आयोजित किया जाए" इस पर ठोस तरीके से बातचीत करेंगे.

हम करियर मेला आयोजित करने की प्लानिंग क्यों करें ?

- ताकि हम हमारे आने वाले कल के बारे में सोचना शुरू कर दें
- ताकि हम एक अच्छा आयोजन करें, जिसे देखने हमारे अभिभावक और आस-पास के सभी लोग आएं और वे हमारे सपनों को जानें.

पहली गतिविधि : मेरी पतंग

कितना वक़्त लगेगा ?
लगभग 1 घंटा 30 मिनट

सामग्री चैक कर ली ?
एक रिंग, चोक, कुछ गोल पत्थर, चार्ट पेपर, A4 कागज़, गोंद, स्केच पेन, रंग, प्लानिंग पेपर आदि

ज़रा गौर करें
गार्गी खजाना से आयोजना प्रपत्र को डाउनलोड करके उसकी फोटोप्रतियां निकाल लें.
इस बैठक में भी पूर्व की भांति कुछ ऐसे छात्र- छात्रों को भी आमंत्रित करें जों सांस्कृतिक और बड़े आयोजनों में रूचि लेते हैं.

सभी उपस्थित संभागियों को कहें कि हम भविष्य में जो भी बनना चाहते हैं, उसके लिए हम सभी के कोई न कोई रोल मॉडल होते हैं. हम उसी के जैसा बनना चाहते हैं और सफल होना चाहते हैं. किन्तु असल जीवन में और भी कई मौके और रोल मॉडल हमारे आस-पास है, जिन्होंने कठोर मेहनत और हुनर से खुद को सफल व्यक्ति के रूप में स्थापित किया है.
(सुगमकर्ता उन्हें पिछली बैठक की दूसरी गतिविधि में सफल लोगों और अलग-अलग क्षेत्र में सफल महिलाओं का उदाहरण उन्हें याद दिलाएं)

उन्हें बताएं कि क्या ऐसा कोई मंच या उत्सव हो सकता है, जहाँ एक ही छत के नीचे हम उन सभी संभावनाओं को देखें- समझें, जो हमारे आने वाले कल का एक नया द्वार खोल दे?
क्या इसके लिए हमारे स्कूल में एक मेला आयोजित किया जा सकता है, जहाँ स्कूल के साथी, स्कूल नहीं जाने वाले गाँव/ मोहल्ले के हमउम्र साथी-दोस्त, सभी के परिजन, गाँव के अन्य लोग आ सकें और उन्हें अपने करियर और अच्छे भविष्य के लिए अपनी प्लानिंग करने और लक्ष्य तय करने में मदद मिल सके?

सभी संभागियों को पुनः अपने अपने समूह (कुल चार समूह) में बैठने को कहें. उन्हें बताएं, कि किसी भी कार्यक्रम की प्लानिंग करना एक पतंग को उड़ाने जैसा है. हमें तैयारी करनी होगी और यह सुनिश्चित करना होगा कि पतंग आसमान में ज्यादा से ज्यादा ऊँचाई तक जाए. आइये, हम अपने-अपने समूह में पतंग उड़ाने की ड्राइंग बनाते हुए अपनी योजना बनाएं.

सभी समूहों को 1 चार्ट पेपर (ड्राइंग शीट), एक A4 शीट या रंगीन कागज़, जो पतंग के शेप में कटी हो, कैंची, 3 रंग के स्केच पेन, गोंद की शीशी आदि दे दें.

1. पतंग : हम क्या करना चाहते हैं ? हम वह कहाँ करेंगे ? हम उसे कब करेंगे ?
(एक छोटी शीट को पतंग का आकर देते हुए काटें और उस पर करियर मेले का नाम, उसके आयोजन की संभावित तारीख, समय, स्थान आदि लिख दें)

2. आसमान : पतंग यहाँ तक पहुंचना चाहती है, (यानि यह हमारे मेले का उद्देश्य है और हम चाहते हैं कि अलग-अलग समूहों, उम्र, वर्ग के इतने लोग इसमें शिरकत करें), हम कहाँ जाना चाहते हैं.

3. डोर : पतंग उड़ाने के लिए हमें किस किस चीज़ की ज़रूरत पड़ेगी ? डोर के अगल बगल में मेले के आयोजन की ज़रूरतें लिखें. इनमे ज़रूरी संसाधन, सामग्री, सांस्कृतिक कार्यक्रम, बुलाए जाने वाले हुनरमंद लोग/ सफल लोग, अन्य तैयारियों का उल्लेख आदि हो

4. लोग : पतंग कौन उड़ाएगी/गा / कौन कौन मेले की क्या-क्या जिम्मेदारी देखेगा? लोगों के सामने टीम सदस्यों की भूमिकाओं और जिम्मेदारियों को लिख दें.

5. बारिश : पतंग उड़ाने में क्या-क्या रुकावटें आ सकती हैं? कौनसी मुश्किलें हमारा रास्ता रोक सकती हैं? इसे बारिश बनाते हुए लिखें. इस से निपटने के तरीके भी अलग से चार्ट पेपर के अंत में लिखें.

सुगमकर्ता ध्यान दें

सभी समूहों को प्रत्येक बिंदु (पतंग, डोर, बारिश, लोग आदि) के कुछ उदाहरण पहले ज़रूर बताएं. उदाहरण देते हुए उन्हें कहें कि बिंदु वार चर्चा करें और हर चरण के सभी संभावित तथ्यों पर अच्छे से चर्चा करें. आप संभागियों से प्रस्तुति के दौरान निम्न सवाल भी पूछ सकती हैं:

पतंग : इस मेले से हम क्या हासिल करना चाहते हैं ?

आसमान : इस लक्ष्य को हासिल करने के लिए हम क्या कर सकते हैं? समूह से इस बारे में सुझाव मांगें कि इसके लिए क्या-क्या किया जा सकता है?

डोर : संभागियों से मेले के आयोजन की सारी ज़रूरतों के बारे में सोचने के लिए कहें. (तैयारी और ज़रूरी चीज़ें) इन सभी को लिख लें ताकि अलग अलग लोगों को अलग अलग जिम्मेदारी दी जा सके.

लोग : जो कुछ किया जाना है (डोर), उसे पढ़कर सुनाएं और सभी को कम से कम एक जिम्मेदारी लेने को कहें. संभागियों से आगे आकर अपने-अपने समूह बनाने को कहें. एक खास जिम्मेदारी लेने वाले लोगों को एक समूह में रखा जा सकता है. उन्हें बताएं कि अगली गतिविधि में हम इस पर और प्रयास करेंगे.

बारिश : क्या सब कुछ योजना के अनुसार किया जायेगा या कहीं कुछ गड़बड़ भी हो सकती है? सारे समूहों से पूछें कि तैयारी के दौरान और मेले के आयोजन के दिन क्या-क्या दिक्कत आ सकती है ? उसे दूर करने के लिए हम क्या कर सकते हैं ?

दूसरी गतिविधि : समितियों का गठन और कार्यभार

सुगमकर्ता सभी संभागियों को पुनः चार समूहों में बांटे और उन्हें चार प्रकार के काम और उस से जुड़ी छोटी- मोटी जिम्मेदारियां समझने का समय दें:

1. मेले से पूर्व की तैयारी
2. व्यवस्थागत तैयारी
3. मेले के दौरान लगातार क्रियान्वयन
4. फॉलो अप / मेले के पश्चात के काम

सभी समूहों को 20 मिनट का समय दें और उसके पश्चात प्रत्येक समूह की प्रस्तुति करवाएं.
(यहाँ अपेक्षा करें कि वे प्रस्ताव बनाना, अतिथि सूची, आमंत्रण, फोलो अप, बजटिंग, टेंट-साउंड, साज सज्जा, स्टेज निर्माण, स्टाल निर्माण, पिछली गतिविधि के अनुसार स्टॉलों का विभाजन, नाश्ता- पेयजल, शौचालय, मंच संचालन, मेहमानों से समूह चर्चा, खेल गतिविधि आदि के बारे में प्लानिंग करें और प्रस्तुत करें.)

अब सभी संभागियों को सूचित करें कि आप मेले के लिए कुछ समितियां बनाने जा रहे हैं. ये समितियां अलग-अलग कामों को देखेंगी. सुगमकर्ता सभी संभागियों को समझाएँ कि आज मेले की तैयारी के लिए इन कमेटियों की मदद से ठोस प्लानिंग करेंगे| हम इन कमिटियों के प्रमुख-उपप्रमुख भी तय किये जा सकते हैं. संभागियों से अपेक्षा करें कि वे स्वयं समितियों के नाम बताएं. ये समितियां हो सकती है :

- मंच-साउंड एवं साज सज्जा समिति
- स्टाल वितरण समिति
- अतिथि स्वागत समिति
- पंजीयन समिति
- आयोजन समिति
- पेयजल एवं अल्पाहार समिति
- रिपोर्ट लेखन समिति
- खेल कूद समिति
- मेला नियंत्रण समिति
- प्राथमिक उपचार एवं स्टोर समिति
- बजट समिति

सर्व सहमति से इन समितियों के प्रमुख और उप प्रमुख चुनें तथा बाद में उन्हें अपनी अपनी टीम चुनने का मौका दें.

सुगमकर्ता/सम्बंधित अध्यापक निम्नलिखित फॉर्म में समय-सारिणी के साथ-साथ जिम्मेदारियों और तैयारियों की ठोस प्लानिंग कर लेवें:

कार्य का विवरण	कमेटी	ज़िम्मेदार व्यक्ति	समय सीमा
• प्रस्ताव बनाना • स्वीकृति लेना • अग्रिम के लिए प्रार्थना पत्र देना • कार्यक्रम के उद्देश्य व रूपरेखा बनाना • आमंत्रित संभागियों की सूची तैयार करना • आमंत्रित अथितियों की सूची तैयार करना • निमंत्रण पत्र बनाना • निमंत्रण पत्र बाँटना • मीडिया को निमंत्रण • आयोजन स्थल बुक करना • बैनर/चार्ट/साज सज्जा का सामान बनाना/बनवाना • पंजीकरण प्रपत्र तैयार करना • निमंत्रण का फॉलो अप करना • सम्बंधित अध्यापक की देखरेख में विभिन्न स्रोतों जैसे: अखबार, रोजगार पत्रिकाएं, बी.डी.ओ. आफिस, पंचायत भवन, सरकारी विभाग के सूचना-पट्ट और एनजीओ की जानकारी, ई-मित्र से जानकारी इकठ्ठा करना • आयोजन बैठक बुलाना और ज़िम्मेदारी बाँटना • स्टेशनरी सामग्री तैयार रखना • आयोजन स्थल की साज सज्जा व बैठक व्यवस्था • खेल/गतिविधि की स्टाल की तैयारी करना • लाइट, माइक व टेंट व्यवस्था • पीने के पानी और भोजन की व्यवस्था			

कार्य का विवरण	कमेटी	ज़िम्मेदार व्यक्ति	समय सीमा
• चाय-नाश्ता व्यवस्था • शौचालय, हाथ धोने की व्यवस्था • सन्दर्भ व्यक्ति हेतु आवश्यक सामग्री • प्रत्येक करियर स्टाल पर एक-एक छात्रा/छात्र की ड्यूटी तय करना • प्रोजेक्टर, कंप्यूटर, स्पीकर एवं एक्सटेंशन तार • करियर पोर्टल के अभ्यास के लिए स्टाल • पंजीकरण करना • कार्यक्रम संचालन करना • प्रदर्शनी लगाना • सभी संभागियों की सजग सहभागिता कमेटी • कार्यक्रम रिपोर्ट लिखना • कार्यक्रम की फोटो लेना • कार्यक्रम का हिसाब-किताब जमा करवाना • कार्यक्रम के बाद समीक्षा बैठक आयोजित करना • करियर स्टाल में पंजीकृत छात्र-छात्राओं का फॉलो-अप			

जब इस प्रारूप में प्लानिंग हो जाए, तब सुगमकर्ता प्रत्येक कमेटी को मिले काम की इसी प्रारूप में बारीक प्लानिंग करने को कहें. प्रत्येक कमिटी का एक प्रमुख और एक उप-प्रमुख तय कर लें.

ज़िम्मेदारियों के बंटवारे के बाद सुगमकर्ता सभी को इस पर अमल करने के लिए प्रेरित करें. साथ ही अगली बैठक की तारीख भी तय कर लें, जिसमें अब तक हुए कार्यों की स्थिति को आंकते हुए आगे की रणनीति पर काम किया जा सके.

सुगमकर्ता ध्यान दें

इस प्लानिंग बैठक को और प्रभावी ढंग से आयोजित करने के लिए
गार्गी खजाना से “मेला कैसे आयोजित करें” को देखें. यह आपको बजट प्रबंधन,
सामग्री की व्यवस्था और मेहमानों की सूची से लेकर एक सुव्यवस्थित मेला
आयोजित करने के लिए क्या-क्या किया जा सकता है,
इन सब में आपकी सहायता और मार्गदर्शन करेगा.
याद रखें, ये सभी केवल आपकी सहायता के लिए हैं.
आप इनका उपयोग करके एक बेहतर करियर मेला आयोजित कर सकते हैं,
किन्तु यह आवश्यक नहीं, कि आप इसका अक्षरशः पालन करे.
अगर आपके पास इस से भी अच्छा कोई आइडिया है, तो उसे अपना सकते हैं.

इस प्लानिंग बैठक के बाद आपको सभी समितियों के प्रमुखों के अलावा एक-एक शिक्षक को भी जिम्मेदारी देनी चाहिए .

- प्रत्येक समिति प्रभारी और शिक्षक अपनी-अपनी समितियों के साथ नियमित बैठकें करके सभी की जिम्मेदारी तय करें
- शिक्षक अपनी-अपनी समिति की प्रगति का फोलो अप करते रहें
- शुरुआत में प्रत्येक हफ्ते और बाद में आप मेले से 3 दिन पहले से रोज़ सभी समिति प्रमुखों की फोलो अप बैठक बुलाएं और उनसे प्रगति लेते रहें.
- अगर किसी समिति को कोई कार्य करने में परेशानी हो रही है तो उनका हौंसला बढ़ाएं और मार्गदर्शन करें.

हिप हिप हुर्रे

सभी संभागियों को गोल घेरे में लायें. उन्हें बधाई दें कि आज हम ने एक बड़ा पड़ाव पार कर लिया है. हमने पूरे साल गार्गी मंच की बैठकों में भाग लिया और कई नयी नयी बातें सीखी है.

सुगमकर्ता कुछ संभागियों को आमंत्रित करें कि वे सभी के सामने अपने अनुभव और क्या नया सीखा; को साझा करें. जब संभागी साझा कर चुके हो तो उन्हें कहें कि अब हम सभी एक साथ जोर से "हिप-हिप हुर्रे" चिल्लायेंगे. सुगमकर्ता "हिप-हिप" बोलेंगी और संभागी साथ में "हुर्रे" चिल्लायेंगे.

सभी को धन्यवाद दें और कहें कि आप आगे भी सब से जुड़े रहेंगे. वे अपने जीवन में कभी भी आपकी सहायता चाहे तो नि:संकोच आकर मिल सकते है.

सभी के बीच ज़ोरदार तालियों के साथ सत्र का समापन करें.

मोक सत्रों का आयोजन

हम सभी जानते हैं कि जो सत्र आप गार्गी मंच के साथ आयोजित करेंगे, उन्ही के आधार पर मंच के साथी पुनः अपनी अपनी कक्षाओं के छात्र- छात्राओं के साथ और समुदाय के साथ सत्र से जुडी कुछ गतिविधियाँ आयोजित करेंगे. ये गतिविधियाँ “करके देखें” में स्पष्ट लिखी गयी है. इन्हें आयोजित करने में आपको सभी की सहायता भी करनी है. किन्तु बहुत आवश्यक है कि “करके देखें” गतिविधियों के आयोजन से पहले आप उन्हें एक बार जांच लें. इसके लिए मोक सत्रों का आयोजन एक बेहतर तरीका हो सकता है.

मोक सत्र एक ऐसी प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से सीखे गए प्रशिक्षण कौशलों के व्यवहारिक प्रयोग का अवसर प्राप्त होता है. कक्षा में कराई गयी गतिविधियों की तैयारी करके प्रस्तुति देने से संभागी गतिविधियों का पूर्वाभ्यास हो जाता है. इसके माध्यम से उपलब्ध सामग्री का प्रयोग करने के तरीकों को समझा जा सकता है. विषय वास्तु को प्रभावी तरीके से संप्रेषित करने के अभ्यास की दृष्टि से यह सत्र अत्यंत महत्वपूर्ण है.

उद्देश्य :

- गतिविधियों को आयोजित करने के तरीकों को समझना
- सहजकर्ता के रूप में काम करना

कैसे करें :

- मोक सत्र के बारे में संभागियों को जानकारी दें.
- यह स्थपित करें कि संभागियों को यह कार्य उसी प्रकार करना है जिस प्रकार वे कक्षा में गतिविधियों का आयोजन करेंगे.
- संभागियों को सन्दर्भ सामग्री के प्रयोग के लिए प्रेरित करें.
- संभागियों को कुल 4 समूहों में बाँट दे.
- प्रत्येक सत्र की “करके देखें” भाग को सभी के बीच मोक सत्र के रूप में आयोजित करने के लिए कहें.
- 2 समूह छात्रों के साथ करके देखें और शेष 2 समूह समुदाय के साथ करके देखें का मोक प्रस्तुति देंगे.
- इस दौरान सुगमकर्ता सत्रों का अवलोकन करेंगी और सत्र के प्रस्चत समूहों को बेहतर कार्य के लिए अपने सुझाव देंगी.

- इस दौरान सुगमकर्ता उपस्थित अन्य संभागियों को भी उनकी राय देने को प्रेरित करेंगी. जैसे-
  - आपको यह प्रस्तुति कैसी लगी ?
  - इस प्रस्तुति में कौन सी मजबूतियाँ रही ?
  - इस प्रस्तुति में और क्या क्या किये जाने की आवश्यकता थी ?
- प्रत्येक सत्र की प्रस्तुति के बाद उसकी मजबूतियों को स्थापित करें. समूह की प्रशंसा करते हुए तालियाँ बज्वायें.
- प्रत्येक प्रस्तुति के समय परिशिष्ट में दी गयी अवलोकन सूची की प्रतिलिपि वितरित करें. उन्हें प्रस्तुति की मजबूतियों की ओर ध्यान देने के निर्देश दें.
- प्रत्येक प्रस्तुत के समय वातावरण को सहज और प्रभावी बनाने का पूरा प्रयास करे. ताकि जो समूह प्रस्तुति दे चुके हैं या जिनकी प्रस्तुति शेष ही वे भी हो रही प्रस्तुति से जुड़े रहे.