डी०पी०ओ० एवं सी०डी०पी०ओ० लीडरशिप डेव्लपमेंट कोर्स

ट्रेनिंग ऑफ ट्रैनर

सामाजिक-भावनात्मक विकास संबन्धित गतिविधियाँ

सामाजिक-भावनात्मक विकास हेतु गतिविधियों की परिभाषा एवं महत्व

"ऐसी गतिविधियाँ, जिनके माध्यम से बच्चों में सामाजिक और भावनात्मक कौशल विकसित होते है, जैसे भावनाओं पर नियंत्रण, सहानुभूति-समानुभूति के भाव, साझेदारी का अभ्यास आदि।"

महत्व

बच्चों के मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करते है।

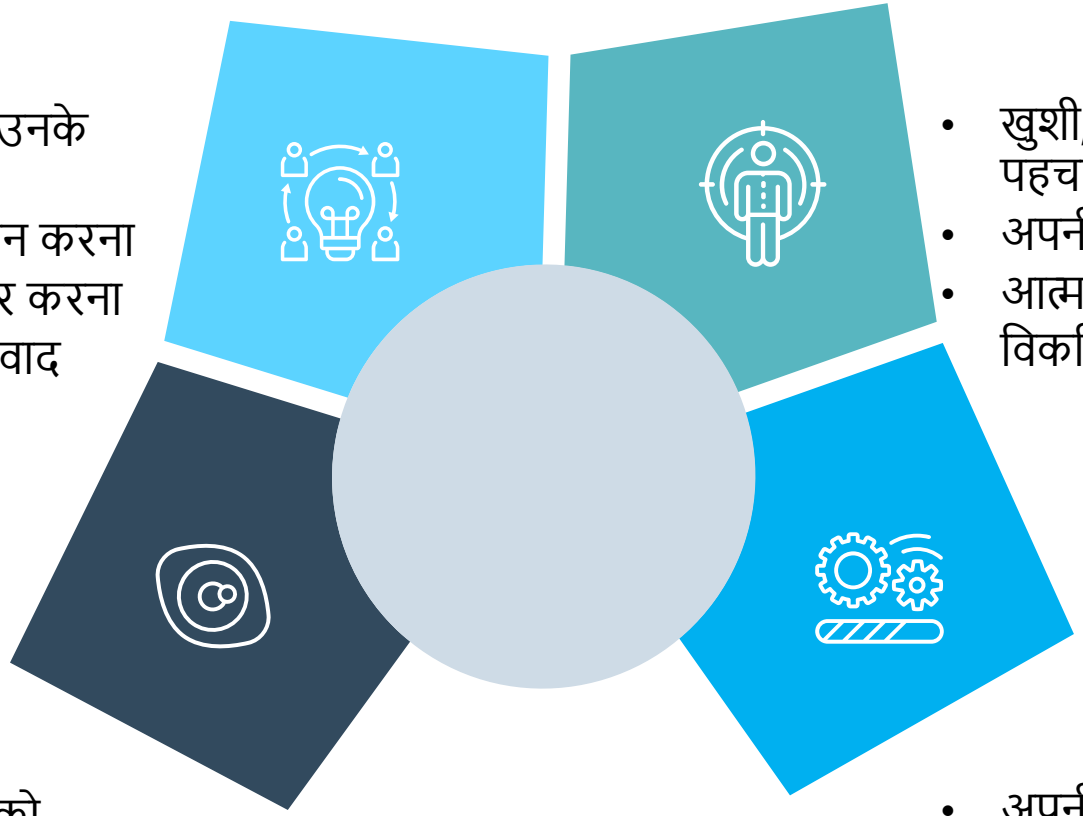
बच्चों में सीखने के प्रति सकारात्मक व्यवहार उत्पन्न होते है और बच्चे अपनी शिक्षा में सफलता प्राप्त करते है।

बच्चों को विद्यालय और वयस्क-अवस्था में कार्य क्षेत्र में सामंजस्य बनाने में मदद करते है।

सामाजिक-भावनात्मक कौशल

सामाजिक जागरूकता

- दूसरों की भावनाओं को पहचानना और उनके प्रति संवेदनशील होना।
- दूसरों के विचारों को समझना और सम्मान करना
- साझा करना और अपनी बारी का इंतज़ार करना
- ध्यानपूर्वक सुनना और प्रभावी रूप से संवाद करना
- दोस्त बनाना



आत्मा-जागरूकता

- खुशी, गुस्सा, उदासी, डर जैसे भावनाओं को पहचानना
- अपनी पसंद और नापसंद को समझना
- आत्मविश्वास और अपने बारे में सकारात्मक भाव विकसित करना

निर्णय लेना

- अपने द्वारा किए गए कार्यों के परिणामों को समझना
- विवादों और समस्याओं को सुलझाना

आत्मा-नियंत्रण

- अपनी भावनाओं को नियंत्रित करना और उचित तरीकों से व्यक्त करना
- धैर्य रखना

आंगनवाड़ी केंद्र पर सामाजिक-भावनात्मक कौशलों का विकास

बच्चे दिनभर की गतिविधियों के दौरान, सामाजिक-भावनात्मक कौशलों को सीखते हैं और उनका प्रयोग करते हैं।

दिनचर्या के कुछ विशिष्ट सत्रो के दौरान, सामाजिक-भावनात्मक कौशलों को सुदृढ़ किया जा सकता है।

कहानी के माध्यम से भावनाओं और विभिन्न सामाजिक परिस्थितियों से परिचित कराना

स्वतंत्र खेल के दौरान सामाजिक व्यवहारों और कौशलों को समझना

सामूहिक गतिविधियों के माध्यम से साझेदारी, सहभागिता और बारी की प्रतीक्षा करने का अभ्यास काराना

आंगनवाड़ी कार्यकत्री की भूमिका

आंगनवाड़ी कार्यकत्री की भूमिका

- बच्चे द्वारा व्यक्त किए जा रहे भावनाओं को उनके नाम से उन्हें परिचित कराना, जैसे –
  - "तुम मुस्कुरा रहे हो, तुम खुश हो।"
  - "तुम रो रहे हो, क्या तुम उदास हो?"
- बच्चों के साथ बात-चीत के दौरान, उदाहरण देते हुये, उन्हें अपनी पसंद-नापसंद का एहसास दिलाना। जैसे –
  - "मुझे मिठाई खाना पसंद है, तुम्हें क्या खाना पसंद है?"
  - "मुझे रंग करने में आनंद आता है। तुम्हें किसमे आनंद आता है?"
- दिनचर्या की कुछ गतिविधियों को बच्चों को संचालित करने देना। जैसे –
  - प्रथम चक्र के 'कैलेंडर की गतिविधि' में उनको दिन, दिनांक, महीना, मौसम के कार्ड बदलने देना।
  - बच्चों को कहानी सुनाने का मौका देना।

आंगनवाड़ी केंद्र पर सामाजिक-भावनात्मक कौशलों का विकास

आत्मा-नियंत्रण

आंगनवाड़ी कार्यकत्री की भूमिका

- यदि बच्चा चिड़चिड़ा व्यवहार करता है, तो उससे उसका कारण पूछना और उसे अपनी भावनाओं को समझने और नियंत्रित करने में मदद करना।
- यदि बच्चा अपनी पसंदीदा खिलौने से ना खेल पाने के कारण चिड़चिड़ा व्यवहार कर रहा है, तो उसे अन्य खिलौनो का विकल्प देकर, उनके साथ खेलने में रुचि पैदा करने का प्रयास करना।
- यदि बच्चा ऐसा व्यवहार करता है, जिससे दूसरे बच्चों को गतिविधि में भाग लेने में बाधा होती, उसे गतिविधि संचालित करने की प्रक्रिया में शामिल करना। जैसे –
  - अन्य बच्चों को पंक्ति में खड़ा करने में मदद करना।
  - कार्यकत्री के निर्देशनुसार गतिविधि से संबन्धित खिलौना या टी०एल०एम० बारी-बारी दूसरे बच्चों को देना।
  - अन्य बच्चों को गतिविधि से संबन्धित सरल निर्देश देने देना।

आंगनवाड़ी केंद्र पर सामाजिक-भावनात्मक कौशलों का विकास

निर्णय लेना

आंगनवाड़ी कार्यकत्री की भूमिका

- कहानी सुनाने के दौरान बच्चों से ऐसी खुले प्रश्न करना, जो उन्हें कार्यों के परिणामों के बारे में सोचने और समझने के लिए प्रोत्साहित करें। जैसे –
  - “अगर मनीषा श्याम को धक्का देगी, तो क्या होगा?”
  - “करण के पास छाता है, पर उसके दोस्त रमेश के पास नहीं है। अब तुम्हें क्या लगता है, करण क्या करेगा?”
- स्वतंत्र खेल के दौरान बच्चों के बीच हो रहे विवाद का स्वयं हल निकालने में उनको मार्गदर्शन देना।

आंगनवाड़ी केंद्र पर सामाजिक-भावनात्मक कौशलों का विकास

आंगनवाड़ी कार्यकत्री की भूमिका

- खेल या गतिविधि के बाद, बच्चों को एक दूसरे से उनकी भावनाओं के बारे में पूछने का अवसर देना। जैसे – बच्चे एक दूसरे से पूछेंगे "तुम्हें खेलने में कैसा लगा?"
- गतिविधि या खेल के दौरान एक दूसरे की मदद करने का भाव, बच्चों में प्रोत्साहित करें। जैसे – यदि किसी बच्चे को सहायता की आवश्यकता है, तो अन्य किसी बच्चे को उसकी मदद करने के लिए कहना।
- रोल-प्ले के माध्यम से बच्चों में दोस्ती, सहानुभूति और समानुभूति जैसे भावों को उत्पन्न करना।
- तीन पैरों वाली दौड़ या रिले जैसे खेलों का आयोजन करना जो बच्चों में टीमवर्क और समन्वय प्रोत्साहित करते हैं।
- ऐसे टीम गतिविधियों का आयोजन करना, जो बच्चों के बीच प्रभावी संवाद को बढ़ावा दें।

क्या करना चाहिए और क्या नहीं करना चाहिए

बच्चों के साथ धैर्य, विनम्रता और समानुभूति के भाव से व्यवहार करें, जिससे उनमें भी दूसरों के प्रति सकारात्मक भाव उत्पन्न हो सकें।	बच्चों पर चिल्लाना, उन्हें मारना या उन्हें सज़ा देना।
समय-समय पर अपने द्वारा महसूस हो रहे भावनाओं और उनके कारण बच्चों को बताए, जिससे वे भी अपनी भावनाओं के बारे में बात करने में सहज महसूस करें।	
बच्चों द्वारा व्यक्त किए जा रहे भावनाओं को पहचाने और उन्हें मान्यता दें।	बच्चों द्वारा व्यक्त किए जा रहें भावनाओं और उनके हाव-भावों को नकारना या नज़र-अंदाज़ करना।
दिनचर्या के दौरान समय-समय पर 'खुशी', 'उदास' और 'गुस्सा' जैसी सामान्य भावनाओं की शब्दावली का प्रयोग करें, जिससे बच्चे उन शब्दों से परिचित हो।	बच्चे द्वारा चिड़-चिडे व्यवहार पर "तुम गंदे बच्चे हो, शैतान हो" जैसी शब्दावली का प्रयोग करना।
बच्चों को स्वयं सामाजिक समस्याएँ हल करने और साझेदारी का अभ्यास करने के अवसर दें।	बच्चों के बीच में विवादों का हल करने के लिए उन्हें खेलने ना देना।

धन्यवाद !!