



Saurashtra University

Re – Accredited Grade 'B' by NAAC
(CGPA 2.93)

Chetariya, Malde R., 2008, “સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની અસરકારકતાનો અભ્યાસ”, thesis PhD, Saurashtra University

<http://etheses.saurashtrauniversity.edu/id/eprint/662>

Copyright and moral rights for this thesis are retained by the author

A copy can be downloaded for personal non-commercial research or study, without prior permission or charge.

This thesis cannot be reproduced or quoted extensively from without first obtaining permission in writing from the Author.

The content must not be changed in any way or sold commercially in any format or medium without the formal permission of the Author

When referring to this work, full bibliographic details including the author, title, awarding institution and date of the thesis must be given.

Saurashtra University Theses Service
<http://etheses.saurashtrauniversity.edu>
repository@sauuni.ernet.in

સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં
સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની
અસરકારકતાનો અભ્યાસ

A Study of the Effectiveness of
Emotional Intelligence Development Model
with reference to Emotional Intelligence and Academic Achievement

પ્રયોજક
માલદે આર. ચેતરિયા
એમ.કોમ., સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, ૨૦૦૧
બી. એડ્., સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, ૨૦૦૩
એમ.એડ્., સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, ૨૦૦૪

ડૉક્ટર ઓફ ફિલોસોફી (શિક્ષણ)ની
ઉપાધિ માટેના નિયમો અન્વયે
સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટીમાં રજૂ થયેલ

મહાશોધ નિબંધ

શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન
સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી
રાજકોટ
૨૦૦૮

*STATEMENT UNDER UNIVERSITY Ph.D. RULES
ORDI. Ph.7*

I hereby declare that :

(1) the research work embodied in this thesis on "A Study of the Effectiveness of Emotional Intelligence development Model with reference to Emotional Intelligence and Academic Achievement" submitted for Ph.D. degree has not been submitted for my other degree of this or any other university on any previous occasion,

(2) to the best of my knowledge no work of this type has been reported on the above subject. Since I have discovered new relations of facts, this work can be considered to be contributory to the advancement of knowledge on psychology and education; and

(3) all the work presented in the thesis is original and wherever references have been made to the work of others; it has been clearly indicated as such and the sources of information are included in the bibliography.

*(Dr. N.S. Donga)
Countersigned by the
Guiding teacher*

*(Chetariya Malde R.)
signature of the research
student*

Date:

CERTIFICATE OF APPROVAL

This thesis directed and supervised by the candidate's guide has been accepted by the Department of Education, Saurashtra University, Rajkot in fulfilment of the requirement for the degree of

DOCTOR OF PHILOSOPHY (EDUCATION)

Title : સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં
સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની
અસરકારકતાનો અભ્યાસ

**A Study of the Effectiveness of
Emotional Intelligence Development Model
with reference to Emotional Intelligence and Academic Achievement**

Candidate : Chetariya Malde R.

(Dr. N. S. Donga)
Guide
Retired Professor
Department of Education,
Saurashtra University,
Rajkot.

(Dr. H. O. Joshi)
Professor and Head,
Department of Education,
Saurashtra University,
Rajkot.

Date :

Date :

ઋણ સ્વીકાર

પ્રસ્તુત મહાશોધ નિબંધ રજૂ કરતાં પ્રયોજક ખૂબ જ આનંદ અનુભવે છે. કોઈ પણ સંશોધનમાં શ્રમ, સમય અને સહકાર જરૂરી છે. એ રીતે સંશોધન એ સહિયારું કાર્ય છે. તેમાં એકથી વધુ વ્યક્તિઓનો સાથ અને સહકાર અનિવાર્ય થઈ પડે છે. મારા આ સંશોધનકાર્યમાં પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ રીતે સહકાર આપનાર તમામનો આ તકે હું આભાર માનું છું.

આ મહાશોધ નિબંધ તૈયાર કરવામાં મારા માર્ગદર્શક શ્રી ડૉ. એન. એસ. દોંગા સાહેબનો ફાળો અમૂલ્ય છે. તેઓએ આ મહાશોધ નિબંધ તૈયાર કરવા માટે જરૂરી તમામ પ્રકારનું માર્ગદર્શન ખૂબ જ સહાનુભૂતિપૂર્વક આપ્યું છે. તેમનો હું ઋણી છું.

આ મહાશોધ નિબંધ તૈયાર કરતી વખતે જ્યારે પણ મૂંઝવણ અનુભવી છે ત્યારે શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટના અધ્યક્ષશ્રી ડૉ. એચ. ઓ. જોષી સાહેબ તથા શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવનના અધ્યાપક ડૉ. એ. ડી. અંબાસણા સાહેબનું જરૂરી માર્ગદર્શન મળેલ છે. એમનો હું આભાર માનું છું.

સંશોધકે સંશોધનકાર્યમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની રચના કરી હતી. આ કાર્યક્રમોને આખરી સ્વરૂપ આપવામાં જે નિષ્ણાતોએ કિમતી મદદ કરી છે તેવા શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, ભાવનગર યુનિવર્સિટીના નિવૃત્ત પ્રાધ્યાપક અને અધ્યક્ષ શ્રી ડૉ. સી. કે. ભોગાયતા સાહેબ, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી, વલ્લભવિદ્યાનગરના ડૉ. પલ્લવીબેન પટેલ, મૈત્રી વિદ્યાપીઠ સંચાલિત મહિલા બી.એડ્. કૉલેજ, સુરેન્દ્રનગરના ડૉ. હંસાબેન શાહ, એમ.એમ.શાહ બી.એડ્. કૉલેજ, વઢવાણના ડૉ. મનસુખભાઈ નંદાણી, દરબાર ગોપાલદાસ શિક્ષણ મહાવિદ્યાલય, અલિયાબાડાના ડૉ. મધુભાઈ હીરપરા અને ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી(શિક્ષણ વિભાગ), અમદાવાદના ડૉ. પારૂલબેન દવેનો પણ હું આભાર વ્યક્ત કરું છું.

આ સંશોધનકાર્ય માટે કાર્યક્રમોની પ્રાથમિક અજમાયશ માટે સુવિધા આપનાર શ્રી ડી.સી.સી. હાઈસ્કૂલ અને શ્રી સરદાર પટેલ હાઈસ્કૂલના આચાર્યશ્રી અને શિક્ષકોનો પણ આ તકે આભાર માનું છું. કાર્યક્રમના આખરી અમલીકરણ માટે સતત વીસ દિવસ સુધી સુવિધા કરી આપનાર શ્રી ડી.એસ.જી. હાઈસ્કૂલના આચાર્ય તથા સર્વ સ્ટાફનો હું ખરા હૃદયથી આભાર માનું છું.

સમગ્ર સંશોધનકાર્ય દરમિયાન સતત ચર્ચા વિચારણા દ્વારા મદદરૂપ થયા છે તેવા તાલુકા શાળા, જામવણથલીના આચાર્યશ્રી અશોકભાઈ મહેતાનો આભાર વ્યક્ત કરવાનું હું કેમ ચુકી શકું? તેમનો હું ખરા હૃદયથી આભાર માનું છું. સુંદર પ્રૂફ રિડીંગ કરી આપનાર દલાલ કોલેજ ઓફ ટીચર એજ્યુકેશન, અમદાવાદના પ્રાધ્યાપક મિત્ર સંદિપ બોરીયાનો પણ હું આભાર માનું છું.

જામનગર

માલદે આર. ચેતરિયા

અનુક્રમણિકા

પ્રકરણ	વિગત	પૃષ્ઠ ક્રમાંક
○	નામાભિધાન પૃષ્ઠ	I
○	એકરારનામું	II
○	સ્વીકૃતિ પ્રમાણપત્ર	III
○	ઋણ સ્વીકાર	IV
○	સારણી સૂચિ	VIII
○	આકૃતિ સૂચિ	IX
૧.	સંશોધન સમસ્યાનો પરિચય	૧ થી ૯
	૧.૧ પ્રાસ્તાવિક	૧
	૧.૨ સમસ્યા કથન	૨
	૧.૩ અભ્યાસના હેતુઓ	૨
	૧.૪ ઉત્કલ્પનાઓ	૩
	૧.૫ અભ્યાસના ચલો	૪
	૧.૬ ચલો વચ્ચેનો આંતરસંબંધ	૫
	૧.૭ પદોનું વ્યાવહારિક વ્યાખ્યાયીકરણ	૬
	૧.૮ સંશોધનનો પ્રકાર	૬
	૧.૯ સંશોધનનું ક્ષેત્ર	૬
	૧.૧૦ અભ્યાસનું મહત્વ	૭
	૧.૧૧ અભ્યાસની મર્યાદા	૮
	૧.૧૨ હવે પછીના પ્રકરણોનું આયોજન	૮
૨.	સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા	૧૦ થી ૪૩
	૨.૧ પ્રાસ્તાવિક	૧૦
	૨.૨ સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા	૧૦
૩.	સંબંધિત સાહિત્યની વ્યવહારુ સમીક્ષા	૪૪ થી ૬૧
	૩.૧ પ્રાસ્તાવિક	૪૪
	૩.૨ સંશોધનોની વ્યાવહારિક સમીક્ષા માટેના પ્રશ્નો	૪૪
	૩.૩ પૂર્વે થયેલાં સંબંધિત સંશોધનોના સારાંશ	૪૫
	૩.૪ પૂર્વે થયેલાં સંશોધનોની સંયોજનાત્મક સમીક્ષા	૫૭
	૩.૫ પ્રસ્તુત સંશોધનની વિશેષતા	૬૦

પ્રકરણ	વિગત	પૃષ્ઠ ક્રમાંક
૪.	સંશોધન યોજના અને તેના આધારો	૬૨ થી ૭૪
	૪.૧ વિષયનો ઉદ્દગમ	૬૨
	૪.૨ વ્યાપવિશ્વ	૬૨
	૪.૩ નમૂના પસંદગી	૬૩
	૪.૪ સંશોધન પદ્ધતિ	૬૪
	૪.૫ પ્રયોગ યોજના	૬૪
	૪.૬ પ્રયોગ યોજનાની પ્રમાણભૂતતા	૬૫
	૪.૭ કાર્યક્રમોની રચના	૬૮
	૪.૮ ઉપકરણની પસંદગી	૬૮
	૪.૯ પ્રયોગનું અમલીકરણ	૬૯
	૪.૧૦ માહિતીનું એકત્રીકરણ	૭૨
	૪.૧૧ પ્રાપ્ત માહિતી	૭૩
	૪.૧૨ માહિતી પૃથક્કરણની પ્રવિધિ	૭૪
૫.	સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ	૭૫ થી ૯૪
	૫.૧ પ્રાસ્તાવિક	૭૫
	૫.૨ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ	૭૫
	૫.૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચનાનાં સોપાનો	૭૬
	૫.૪ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ(અધ્યાપન યોજના)નું અમલીકરણ	૯૪
૬.	સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય	૯૫ થી ૧૦૮
	૬.૧ પ્રાસ્તાવિક	૯૫
	૬.૨ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય રચનાનાં સોપાનો	૯૫
	૬.૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનું અમલીકરણ	૧૦૮
૭.	માહિતીની રજૂઆત, પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન	૧૦૯ થી ૧૨૯
	૭.૧ પ્રાસ્તાવિક	૧૦૯
	૭.૨ માહિતીની રજૂઆત	૧૦૯
	૭.૩ બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોને આધારે જૂથોની સમકક્ષતા	૧૧૪
	૭.૪ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન	૧૧૬

પ્રકરણ	વિગત	પૃષ્ઠ ક્રમાંક
૮.	સારાંશ, તારણો, ફલિતાર્થો અને ભલામણો	૧૩૦ થી ૧૩૮
	૮.૧ પ્રાસ્તાવિક	૧૩૦
	૮.૨ સંશોધનનો સારાંશ	૧૩૦
	૮.૩ ઉત્કલ્પનાઓના સંદર્ભમાં અર્થઘટનો	૧૩૧
	૮.૪ સંશોધનનાં તારણો	૧૩૪
	૮.૫ સંશોધનનાં પ્રાપ્ત પરિણામો પર સમીક્ષા	૧૩૫
	૮.૬ સંશોધનની અન્ય નીપજ	૧૩૬
	૮.૭ શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો	૧૩૬
	૮.૮ ભાવી સંશોધનોની ભલામણ	૧૩૮
○	સંદર્ભસૂચિ	૧૩૯ થી ૧૪૫
○	અનુપૂર્તિઓ	૧૪૬ થી ૩૬૭
	૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ	૧૪૭
	૨. દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી	૧૫૧
	૩. દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટીનું ઉત્તરપત્ર	૧૬૬
	૪. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોના પ્રાથમિક સ્વરૂપની તજજ્ઞીય સમીક્ષા માટે પસંદ કરેલ તજજ્ઞોની માહિતી	૧૬૭
	૫. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની તજજ્ઞીય સમીક્ષા માટે તજજ્ઞોને આપેલ પત્ર	૧૬૮
	૬. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ માટેની અધ્યાપન યોજના	૧૬૯
	૭. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રક	૨૦૯
	૮. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની તજજ્ઞીય સમીક્ષા માટે તજજ્ઞોને આપેલ પત્ર	૨૨૯
	૯. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય	૨૩૦

સારણી સૂચિ

ક્રમ	સારણી	પૃષ્ઠ ક્રમાંક
૪.૧	શૈક્ષણિક પ્રવાહ અને જૂથ અનુસાર પસંદ કરવામાં આવેલ પાત્રોની વિગત	૬૪
૪.૨	સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ માટે તાસ આયોજન	૭૧
૪.૩	સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે તાસ આયોજન	૭૨
૫.૧	ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ	૭૬
૫.૨	પ્રાથમિક સ્વરૂપની અજમાયશ માટે પસંદ કરેલ પાત્રોની વિગત	૯૩
૬.૧	ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ	૯૬
૭.૧	પ્રાયોગિક તેમજ નિયંત્રિત જૂથના વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના SSCના કુલ ગુણ અને બુદ્ધિઆંક	૧૧૦
૭.૨	પ્રાયોગિક-નિયંત્રિત જૂથના વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંક	૧૧૧
૭.૩	પ્રાયોગિક-નિયંત્રિત જૂથના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના SSCના કુલ ગુણ અને બુદ્ધિઆંક	૧૧૨
૭.૪	પ્રાયોગિક-નિયંત્રિત જૂથના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંક	૧૧૩
૭.૫	વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	૧૧૪
૭.૬	વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું વિચરણ પૃથક્કરણ	૧૧૪
૭.૭	વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	૧૧૫
૭.૮	વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું વિચરણ પૃથક્કરણ	૧૧૫
૭.૯	વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ	૧૧૭
૭.૧૦	વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ	૧૧૯
૭.૧૧	સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ	૧૨૧

ક્રમ	સારણી	પૃષ્ઠ ક્રમાંક
૭.૧૨	વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ	૧૨૩
૭.૧૩	વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ	૧૨૪
૭.૧૪	સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ	૧૨૫
૭.૧૫	સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની સાંવેગિક બુદ્ધિ પરની અસરના સંદર્ભમાં વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના પરિણામો	૧૨૬
૭.૧૬	સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પરની અસરના સંદર્ભમાં વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના પરિણામો	૧૨૮

આકૃતિ ચૂચિ

ક્રમ	આકૃતિ	પૃષ્ઠ ક્રમાંક
૧.૧	ચલો વચ્ચેનો આંતરસંબંધ	૫
૨.૧	બારઓનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ અનુસાર સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો અને પેટાઘટકો	૨૦
૨.૨	ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ અનુસાર સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક અને સાંવેગિક ક્ષમતાઓ	૨૧
૨.૩	સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓનું વર્ગીકરણ	૨૯
૪.૧	ત્રણ સમકક્ષ જૂથ માત્ર ઉત્તર કસોટી યોજના	૬૫
૪.૨	પ્રયોગ યોજનાની ચિત્રાત્મક રજૂઆત	૬૫

પ્રકરણ - ૧

સંશોધન સમસ્યાનો પરિચય

૧.૧ પ્રાસ્તાવિક

૧૯૦૫માં ફ્રાંસના આલ્ફ્રેડ બિનેએ સૌપ્રથમ બુદ્ધિ કસોટીની રચના કરી ત્યારથી મનોવૈજ્ઞાનિકો દ્વારા બુદ્ધિ અંગેના વૈજ્ઞાનિક સંશોધનોમાં ખૂબ જ વધારો થયો. બુદ્ધિ અંગેના અનેક સિદ્ધાંતો અસ્તિત્વમાં આવ્યા. બુદ્ધિનાં જુદાં જુદાં ઘટકોને લગતા અભ્યાસો થયા. ઉપરાંત વ્યક્તિના વિકાસમાં બુદ્ધિ કઈ રીતે અસર કરે છે તેના ઉપર પણ પુષ્કળ અભ્યાસો થયા. આ દરેક અભ્યાસમાં બુદ્ધિતત્ત્વ વ્યક્તિની સફળતા નક્કી કરતા અગત્યના પરિબળ તરીકે સાબિત થયું. આથી જ શાળા-મહાશાળાઓમાં બાળકના બૌદ્ધિક વિકાસ માટેના કાર્યક્રમો ઘડવામાં આવ્યા અને તેનો અમલ કરવામાં આવ્યો. અભ્યાસક્રમ અને પાઠ્યક્રમનું ઘડતર પણ બુદ્ધિને કેન્દ્રમાં રાખીને જ કરવામાં આવ્યું. શાળામાં બાળકને બુદ્ધિશાળી બાળક બનાવવાના પ્રયત્નો શરૂ થયા. મોટા ઉદ્યોગો અને કંપનીઓમાં બુદ્ધિશાળી ગણાતા કર્મચારીઓની ભરતી થવા લાગી.

પરંતુ છેલ્લા બે દાયકામાં માણસોના વ્યવહારોના અભ્યાસ કરતા મનોવૈજ્ઞાનિકોનાં સંશોધનો પરથી જાણવા મળ્યું કે બુદ્ધિશાળી ગણાતા લોકો ઘણા અતાર્કિક વર્તનો કરે છે. ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક ધરાવતા લોકો જીવનમાં સફળ જ થાય એવું હંમેશા બનતું નથી. ઘણાં સંશોધનોમાં જોવા મળ્યું કે ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક ધરાવતા લોકો તેના સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં નિષ્ફળ રહ્યા હતા. અમેરિકન મનોવૈજ્ઞાનિક ગોલમેન(૧૯૯૫)^૧ જણાવે છે કે સફળતા નક્કી કરતાં પરિબળોમાં બુદ્ધિઆંકનો હિસ્સો માત્ર ૨૦ % છે જ્યારે ૮૦ % હિસ્સો અન્ય પરિબળોનો છે. આ અન્ય પરિબળોમાં વ્યક્તિની લાગણીઓ અને સાંવેગિક બાબતો મુખ્ય છે.

માનવી દિવસ દરમિયાન સતત કોઈ ને કોઈ પ્રકારની લાગણી કે સંવેગો અનુભવતો હોય છે. ચિંતા, ભય, આનંદ, ઉત્સાહ, નિરાશા વગેરે જેવા અનેક સંવેગો વ્યક્તિ અનુભવતી હોય છે. આ સંવેગો વ્યક્તિના કાર્ય કે તેના અન્ય સાથેના સંબંધ પર અસર કરતા હોય છે. આમ, વ્યક્તિના કોઈ કાર્ય કે અન્ય સાથેના સંબંધમાં સફળતા કે નિષ્ફળતાનો આધાર વ્યક્તિ ક્યા પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે તેના પર રહેલો છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાના સંવેગો ઓળખી આ સંવેગો પોતાની કાર્યક્ષમતા પર કઈ રીતે અસર કરે છે તે તથા નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી હકારાત્મક સંવેગોને યોગ્ય રીતે પ્રદર્શિત કરવાની આવડત કે ક્ષમતા કેળવવી જોઈએ. વ્યક્તિની આ પ્રકારની આવડત કે ક્ષમતાને પ્રવર્તમાન મનોવૈજ્ઞાનિકો સાંવેગિક બુદ્ધિ નામ આપે છે. પ્રવર્તમાન સમયમાં સાંવેગિક બુદ્ધિને વ્યક્તિની સફળતા માટે ખૂબ જ મહત્ત્વની ક્ષમતા ગણવામાં આવે છે.

૧.૨ સમસ્યા કથન

"સાંવેગિક બુદ્ધિ" આપણા પોતાના અને બીજાના સંવેગોને ઓળખવાની, આપણામાં અને આપણા સંબંધોમાં સંવેગોને યોગ્ય રીતે નિયંત્રિત કરવાની શક્તિ છે. માનવી લાગણીઓનું હરતું ફરતું સંગ્રહસ્થાન તથા સંબંધોથી ઘેરાયેલું સામાજિક પ્રાણી હોઈ પોતાના અને બીજાના સંવેગોને ઓળખવાની અને પોતાના સંબંધોમાં સંવેગોને યોગ્ય રીતે નિયંત્રિત કરવાની શક્તિ તેને માટે ખૂબ જરૂરી છે. શિક્ષણના સન્દર્ભમાં વિચારીએ તો શિક્ષક ઘરેથી શાળાએ જાય ત્યારે તે ઘર-કુટુંબ સાથે સંકળાયેલી લાગણીઓ લઈને જ શાળાએ જાય છે. આ લાગણીઓ તેના શિક્ષણકાર્ય પર ઓછા-વત્તા પ્રમાણમાં અસર કરે છે. એ જ રીતે શાળાકીય પરિસ્થિતિ સાથે

^૧Daniel Goleman, *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books, 1995, p.34

સંકળાયેલ લાગણી કૌટુંબિક બાબતો પર ઓછા-વત્તા પ્રમાણમાં અસર કરે છે. આ જ બાબત વિદ્યાર્થીના સન્દર્ભમાં કે અન્ય વ્યવસાયીઓના સન્દર્ભમાં પણ એટલી જ સાચી છે. શિક્ષક, વિદ્યાર્થી કે અન્ય વ્યક્તિઓની આ લાગણી અને સંવેગો તેના શૈક્ષણિક, વ્યાવસાયિક, કૌટુંબિક તથા સામાજિક જીવનની સફળતા કે નિષ્ફળતા માટે જવાબદાર બને છે. આથી જ મનોવૈજ્ઞાનિકોનું ધ્યાન આ સંવેગો અને લાગણીઓ વ્યક્તિની સફળતા માટે કઈ રીતે અસર કરે છે તે તરફનાં સંશોધનો પર કેન્દ્રિત થયું છે અને આ સન્દર્ભમાં યોગ્ય સિદ્ધાંતો વિકસાવવાના પ્રયાસો શરૂ થયા છે. શાળા કક્ષાએ વિદ્યાર્થીઓમાં આ પ્રકારની શક્તિઓ વિકસાવવા માટેના યોગ્ય પ્રયાસો કરવામાં આવે તો તેના સારાં પરિણામો વિદ્યાર્થી જીવન ઉપરાંત વ્યાવસાયિક જીવન કે સામાજિક જીવનમાં સફળતારૂપે મળી શકે તેમ છે. આથી આવી શક્તિઓ વિકસાવવા માટેના કાર્યક્રમો તેમજ મોડલ તૈયાર કરવામાં આવે અને તેનો અમલ શાળામાં થાય તે ખૂબ જરૂરી છે. આ જરૂરિયાતને લક્ષમાં રાખીને જ પ્રસ્તુત સંશોધનના સંશોધકે આ ક્ષેત્રમાં અભ્યાસ કરવાનું નક્કી કર્યું અને પ્રસ્તુત સંશોધનનું શીર્ષક આ મુજબ શબ્દબદ્ધ કરવાનું નક્કી કર્યું.

સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની અસરકારકતાનો અભ્યાસ

૧.૩ અભ્યાસના હેતુઓ

પ્રસ્તુત અભ્યાસના હેતુઓ આ મુજબ હતા.

૧. ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચના કરવી.
૨. ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવી.
૩. બુદ્ધિને સહયલ તરીકે સ્વીકારીને વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતાનો અભ્યાસ કરવો.
૪. બુદ્ધિને સહયલ તરીકે સ્વીકારીને વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતાનો અભ્યાસ કરવો.
૫. બુદ્ધિને સહયલ તરીકે સ્વીકારીને સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતાનો અભ્યાસ કરવો.
૬. બુદ્ધિને સહયલ તરીકે સ્વીકારીને વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતાનો અભ્યાસ કરવો.
૭. બુદ્ધિને સહયલ તરીકે સ્વીકારીને વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતાનો અભ્યાસ કરવો.

૮. બુદ્ધિને સહયલ તરીકે સ્વીકારીને સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતાનો અભ્યાસ કરવો.
૯. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસરનો અભ્યાસ કરવો.
૧૦. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસરનો અભ્યાસ કરવો.

૧.૪ ઉત્કલ્પનાઓ

સંશોધક પોતાના સંશોધનની સમસ્યાને ધ્યાનમાં લઈને તેના જવાબરૂપે કેટલાક કામચલાઉ ઉકેલો રચે છે. સંશોધક દ્વારા શક્ય ઉકેલ અંગે વિચારણા કરીને જે અનુમાનિત વિધાનો રચવામાં આવે છે તેને ઉત્કલ્પના કહેવામાં આવે છે. ટૂંકમાં, સંશોધનનાં અંતે કેવાં પરિણામો પ્રાપ્ત થશે તે અંગેના તાર્કિક વિચારોની અગાઉથી કરેલી રજૂઆતને ઉત્કલ્પના કહે છે.

ઉત્કલ્પનાનું વર્ગીકરણ ત્રણ રીતે કરવામાં આવે છે : પ્રથમ રીત મુજબ દિશાસૂચક, બિનદિશાસૂચક અને પ્રશ્ન સ્વરૂપ એમ ત્રણ પ્રકાર પડે છે. બીજી રીત મુજબ સંશોધન ઉત્કલ્પના અને શૂન્ય ઉત્કલ્પના એમ બે પ્રકાર પડે છે. જ્યારે ત્રીજી રીત મુજબ શાસ્ત્રીય ઉત્કલ્પના અને વ્યાવહારિક ઉત્કલ્પના એમ બે પ્રકાર પડે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનની વ્યાવહારિક અને શૂન્ય ઉત્કલ્પનાઓ આ પ્રમાણે રચવામાં આવી હતી.

૧. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય.
૨. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય.
૩. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય.
૪. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય.
૫. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય.
૬. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય.

૭. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર નહીં હોય
૮. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર નહીં હોય

૧.૫ અભ્યાસના ચલ

વ્યક્તિ, જૂથ કે પર્યાવરણના કોઈ પણ પરિવર્તનશીલ લક્ષણને ચલ કહેવાય છે. જે ચલી શકે છે, જેને વિવિધ મૂલ્યો હોય છે તથા જે સ્વયં ગુણધર્મ છે તે ચલ છે. પ્રાયોગિક સંશોધનમાં ચલની ઓળખ અને તેના પરસ્પર આંતરસંબંધનું વર્ણન અતિ આવશ્યક બાબત છે. ચલના પાંચ પ્રકાર તથા પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સમાવિષ્ટ આ દરેક ચલની માહિતી અત્રે રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧.૫.૧ સ્વતંત્ર ચલ. કોઈ અન્ય ચલમાં ફેરફાર લાવવા માટે લાગુ પાડવામાં આવતા ચલને સ્વતંત્ર ચલ કહે છે. અવલોકન હેઠળની ઘટના સાથેનો તેનો સંબંધ ચકાસવામાં આવે છે તથા અન્ય ચલ પરની તેની અસર તપાસાય છે. તેની ચલિતતાઓને તેની કક્ષાઓ કહેવામાં આવે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમનો સ્વતંત્ર ચલ તરીકે સ્વીકાર કરવામાં આવ્યો હતો. જેની ત્રણ કક્ષાઓ હતી : સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય અને સારવારનો અભાવ.

૧.૫.૨ પરતંત્ર ચલ. સ્વતંત્ર ચલની અસર તપાસવાના સંદર્ભમાં અવલોકન પામતો કે માપવામાં આવતો ચલ તે પરતંત્ર ચલ. સ્વતંત્ર ચલના અમલ કે ફેરફારને લીધે ઉદ્ભવતા, દૂર થતા કે ફેરફાર પામતા ચલને પરતંત્ર ચલ કહે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ એમ બે પરતંત્ર ચલનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો.

૧.૫.૩ પરિવર્તક ચલ. તેને ગૌણ સ્વતંત્ર ચલ પણ કહે છે. સ્વતંત્ર ચલ અને પરતંત્ર ચલ વચ્ચેના સંબંધને અસર કરતા કે સ્વતંત્ર ચલ અને પરતંત્ર ચલ વચ્ચેના સંબંધમાં ફેરફાર કરતા ચલને પરિવર્તક ચલ કહે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહનો પરિવર્તક ચલ તરીકે અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. જેની બે કક્ષાઓ હતી : વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહ.

૧.૫.૪ અંકુશિત ચલ. પરતંત્ર ચલ પર સ્વતંત્ર ચલ સિવાયના અન્ય કોઈ ચલની અસર ન થાય તે માટે નિયંત્રિત કરવામાં આવતા ચલને અંકુશિત ચલ કહે છે. સ્વતંત્ર ચલ સિવાયના જે ચલને અસરહીન કરવામાં આવે તેને અંકુશિત ચલ કહેવાય છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓનું ધોરણ અને વિદ્યાર્થીઓની જાતીયતાને અંકુશિત કરવામાં આવેલ.

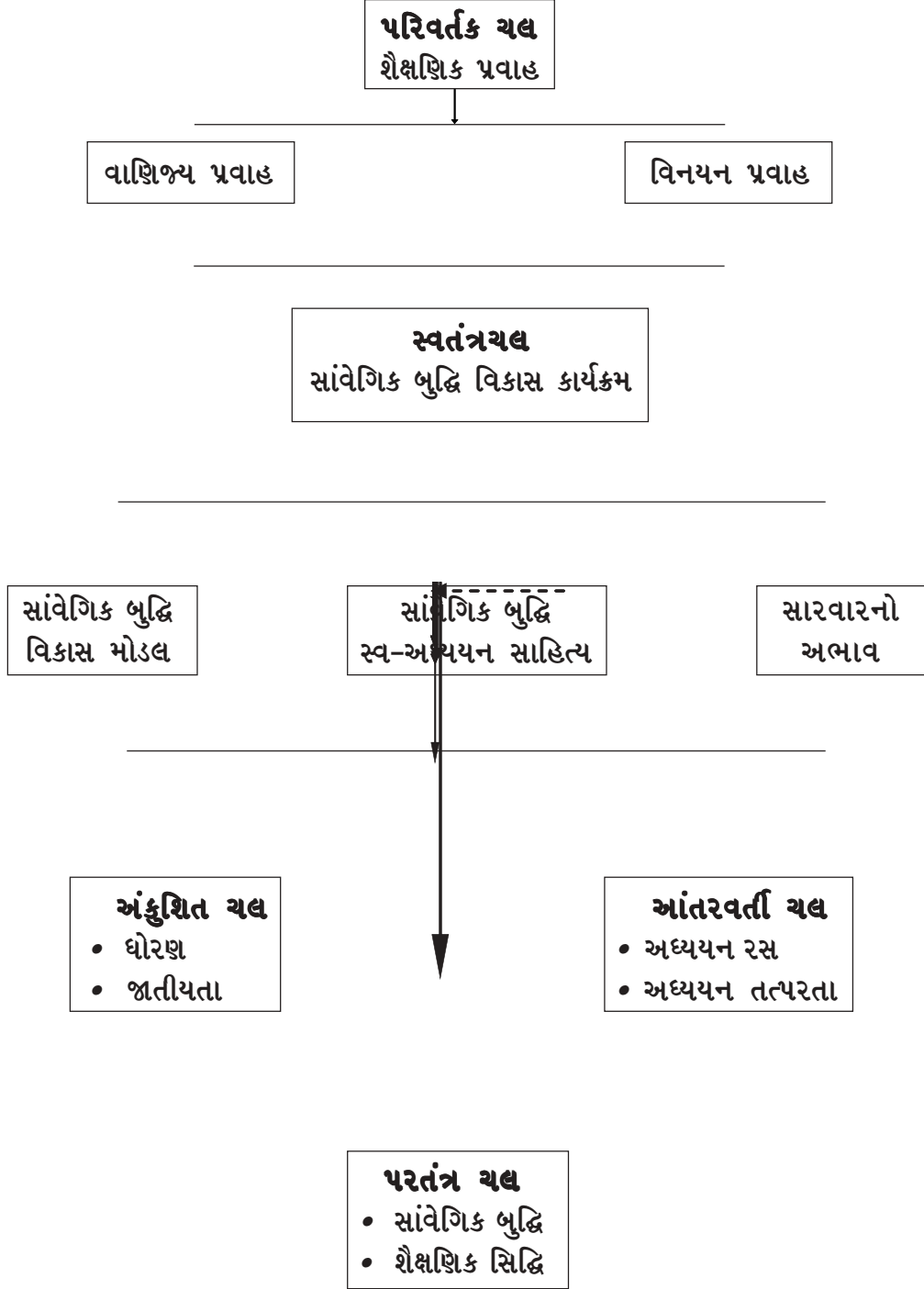
અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા બુદ્ધિને આધારે જૂથોને સમાન બનાવી બુદ્ધિની અસરને અંકુશિત કરવામાં આવી હતી. આમ, બુદ્ધિનો પણ અંકુશિત ચલમાં સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો.

૧.૫.૫ આંતરવર્તી ચલ. પરતંત્ર ચલ પર અસર કરતા જે ચલની અસરને પ્રત્યક્ષ રીતે જોઈ ન શકાય તેને આંતરવર્તી ચલ કહે છે. આવા ચલની અસર કલ્પિત હોય છે તથા તેની અસરને માપી શકાતી નથી.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓનો અધ્યયન રસ અને અધ્યયન તત્પરતા આંતરવર્તી યલ તરીકે હતાં.

૧.૬ યલો વચ્ચેનો આંતરસંબંધ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં આવરાયેલ જુદાં જુદાં યલો વચ્ચેનો આંતરસંબંધ આકૃતિ ૧.૧માં રજૂ કરવામાં આવ્યો છે.



આકૃતિ ૧.૧
યલો વચ્ચેનો આંતરસંબંધ

૧.૭ પદોનું વ્યાવહારિક વ્યાખ્યાયીકરણ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સમાવિષ્ટ કેટલાંક વિશિષ્ટ પદોનું વ્યાવહારિક વ્યાખ્યાયીકરણ નીચે મુજબ કરવામાં આવ્યું હતું.

૧. **સાંવેગિક બુદ્ધિ** : પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં ઉપયોગ કરવામાં આવેલ પટેલ અને પટેલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી પર વિદ્યાર્થીઓએ મેળવેલ પ્રાપ્તાંક એ વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ તરીકે ગણવામાં આવેલ.
૨. **શૈક્ષણિક સિદ્ધિ** : પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં વિદ્યાર્થીઓએ શાળાની સત્રાંત કસોટીમાં મેળવેલ કુલ પ્રાપ્તાંકોને વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ ગણવામાં આવેલ.
૩. **બુદ્ધિ** : પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં ઉપયોગ કરવામાં આવેલ દેસાઈ શાબ્દિક - અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પર વિદ્યાર્થીઓએ મેળવેલ પ્રાપ્તાંક એ વિદ્યાર્થીઓની બુદ્ધિ તરીકે ગણવામાં આવેલ.
૪. **સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ** : સંશોધક દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે તૈયાર કરવામાં આવેલ અધ્યાપન યોજનાને સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ તરીકે ગણવામાં આવેલ.
૫. **સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય** : સંશોધક દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેની સૈદ્ધાંતિક બાબતો અંગે તૈયાર કરવામાં આવેલ સાહિત્ય કે જેનું અધ્યયન વિદ્યાર્થીઓ જાતે કરી શકે, તેને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય ગણવામાં આવેલ.

૧.૮ સંશોધનનો પ્રકાર

સંશોધનના મુખ્ય ત્રણ પ્રકાર છે : મૂલગત સંશોધન, વ્યાવહારિક સંશોધન અને ક્રિયાત્મક સંશોધન. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેના સિદ્ધાંતોનો ઉપયોગ કરી "સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ" અને "સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય"ની રચના કરવામાં આવેલ હતી. આમ, પ્રસ્તુત સંશોધન એ વ્યાવહારિક સંશોધન હતું.

"સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ" અને "સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય"ના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ કસોટી અને સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી પરના પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ યોગ્ય અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિનો ઉપયોગ કરી કરવામાં આવેલ હતું. આ રીતે પ્રસ્તુત સંશોધન સંખ્યાત્મક સંશોધન હતું.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય તૈયાર કરી તેની અસરકારકતા ચકાસવા માટે શાળામાં પ્રાયોગિક પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી તેનો અમલ કરવામાં આવેલ હતો. આ દષ્ટિએ પ્રસ્તુત સંશોધન પ્રાયોગિક સંશોધન હતું.

૧.૯ સંશોધનનું ક્ષેત્ર

સંશોધનનાં અનેક ક્ષેત્રો છે. Fifth survey of Educational Research (2000)^૨ મુજબ સંશોધનનાં ક્ષેત્રો આ પ્રમાણે છે : (૧) શિક્ષણનું તત્ત્વજ્ઞાન, (૨) શિક્ષણનો ઇતિહાસ, (૩) શિક્ષણનું મનોવિજ્ઞાન, (૪) બોધાત્મક પ્રક્રિયાઓ, (૫) પ્રેરણા, (૬) માર્ગદર્શન અને સલાહ (૭) પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણ, (૮) માધ્યમિક શિક્ષણ, (૯) સમાજવિજ્ઞાન શિક્ષણ, (૧૦)

^૨ M. B. Buch, Fifth Survey of Educational Research. New Delhi : NCERT, 2000.

ગણિત શિક્ષણ, (૧૧) નૈતિક કલા, સાહિત્યશિક્ષણ, (૧૨) પ્રત્યાયન પદ્ધતિઓ, (૧૩) વોકેશનલ અને તકનીકી શિક્ષણ, (૧૪) મુક્ત અને દૂરવર્તી શિક્ષણ, (૧૫) અનુસૂચિત જાતિ, અનુસૂચિત જનજાતિ, લઘુમતિનું શિક્ષણ, (૧૬) શિક્ષણમાં ભૌગોલિક અભ્યાસ અને વાતાવરણ, (૧૭) તુલનાત્મક શિક્ષણ, (૧૮) શૈક્ષણિક આયોજન અને નીતિ સંશોધન, (૧૯) શિક્ષણનું સમાજશાસ્ત્ર, (૨૦) શિક્ષણનું અર્થશાસ્ત્ર, (૨૧) માનસિક સ્વાસ્થ્ય, (૨૨) સામાજિક પ્રક્રિયાઓ, (૨૩) સર્જનાત્મક અને નવિન ઉપકરણો, (૨૪) શૈક્ષણિક માર્ગદર્શન, (૨૫) અભ્યાસક્રમ વિકાસ, (૨૬) પ્રાથમિક શિક્ષણ, (૨૭) ઉચ્ચ શિક્ષણ, (૨૮) વિજ્ઞાન શિક્ષણ, (૨૯) શારીરિક અને સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ, (૩૦) શૈક્ષણિક ટેકનોલોજિ, (૩૧) શિક્ષણ-પ્રશિક્ષણ, (૩૨) ખાસ શિક્ષણ, (૩૩) પ્રૌઢ, નિરંતર, અનૌપચારિક શિક્ષણ, (૩૪) કન્યા અને સ્ત્રી શિક્ષણ, (૩૫) શિક્ષણમાં પર્યાવરણનો અભ્યાસ, (૩૬) શૈક્ષણિક માપન અને મૂલ્યાંકન, (૩૭) શિક્ષણનું સંગઠન, સંચાલન, વહીવટ અને (૩૮) સિદ્ધિના સહસંબંધ.

કોઈપણ સંશોધન ઉપરોક્ત ક્ષેત્રોમાંથી કોઈપણ એક અથવા એકથી વધુ ક્ષેત્ર સાથે સંબંધિત હોઈ શકે.

પ્રસ્તુત સંશોધન દ્વારા વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોટેના કાર્યક્રમની રચના કરવામા આવી હતી. સંવેગો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ મનોવિજ્ઞાનની સંકલ્પના હોઈ પ્રસ્તુત સંશોધનનું ક્ષેત્ર શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન કહી શકાય.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ અંતર્ગત પ્રસ્તુત સંશોધનમાં બે પ્રકારના કાર્યક્રમની રચના કરવામાં આવેલી હતી : સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય. અધ્યાપન મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બન્ને અધ્યાપન ટેકનોલોજિના સ્વરૂપ હોય પ્રસ્તુત સંશોધનનું ક્ષેત્ર અધ્યાપન ટેકનોલોજિ ગણી શકાય.

૧.૧૦ અભ્યાસનું મહત્વ

પ્રસ્તુત સંશોધન વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો, શિક્ષણ સંસ્થાઓ તથા ભાવિ સંશોધકોને નીચે જણાવેલી બાબતોમાં ઉપયોગી થશે.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા પ્રવર્તમાન શિક્ષણ અને સંચાલન ક્ષેત્રે અગત્યના પરિબળ તરીકે સાબિત થઈ છે. આ ક્ષમતાનો વિકાસ વિદ્યાર્થીઓમાં થાય એ માટેનું સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેનું મોડલ શિક્ષણ ક્ષેત્રે પ્રાપ્ય બનશે.
૨. વિદ્યાર્થીઓ પોતાની રીતે અભ્યાસ કરી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો વિકાસ કરી શકે એ માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય ઉપલબ્ધ બનશે.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલ દ્વારા વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરી શકાય છે કે કેમ તે અંગે માહિતી પ્રાપ્ત થશે. અસરકારક પૂરવાર થયેલ કાર્યક્રમ અન્ય શિક્ષક દ્વારા ઉપયોગમાં લેવા માટે પ્રાપ્ય બનશે.
૪. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના વિકાસ દ્વારા વિદ્યાર્થી શૈક્ષણિક, વ્યાવસાયિક અને સામાજિક જીવનમાં કુશળતા પ્રાપ્ત કરી શકશે.
૫. વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય પૂરક કે ગૌણ સામગ્રી તરીકે ઉપયોગ કરી શકાશે.

૬. અધ્યાપન મનોવિજ્ઞાન કે શૈક્ષણિક ટેકનોલોજી સંબંધિત સંશોધનોના સંશોધકોને પોતાના સંશોધન માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય ઉપલબ્ધ બનશે.
૭. આ ક્ષેત્રમાં સંશોધન કરવા માંગતા ભાવિ સંશોધકને સાંવેગિક બુદ્ધિ, શૈક્ષણિક સિદ્ધિ, અધ્યાપન મોડલ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય તથા હેતુ સંરચના, ચલ, સંશોધન યોજના, અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ વગેરે માટે સંદર્ભ પ્રાપ્ત થશે.

૧.૧૧ અભ્યાસની મર્યાદા

પ્રસ્તુત સંશોધનની કેટલીક મર્યાદાઓ સ્વીકારી હતી. જે આ મુજબ હતી.

૧. પ્રસ્તુત સંશોધન જામનગર શહેરની ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના ૨૦૦૭-૦૮ના શૈક્ષણિક વર્ષમાં અભ્યાસ કરતા ગુજરાતી માધ્યમના વિદ્યાર્થીઓ પૂરતું મર્યાદિત હતું.
૨. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતા માત્ર જામનગર શહેરની ગુજરાતી માધ્યમની ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના માત્ર બે વર્ગ પર ચકાસવામાં આવી હતી. આમ, આ અભ્યાસ મર્યાદિત નમૂના પર હાથ ધરાયો હોય તેની વ્યાપકતા મર્યાદિત હોવાની શક્યતા નકારી શકાય નહીં.
૩. પ્રસ્તુત સંશોધન માત્ર કુમારો પૂરતું સીમિત હતું. કન્યાઓ પર આ અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો નથી.
૪. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં ગોલમેનનાં સાંવેગિક બુદ્ધિના સિદ્ધાંત આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટેનું સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય રચવામાં આવેલ હતું. સાંવેગિક બુદ્ધિના અન્ય સિદ્ધાંત આધારિત ક્ષમતાઓના વિકાસનો સમાવેશ અહીં કરવામાં આવેલ નથી.
૫. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ રજૂ કરવામાં આવેલ ચોક્કસ પરિસ્થિતિ આધારિત હતું તથા એક ક્ષમતાના વિકાસ માટે માત્ર એક જ પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી હતી.

૧.૧૨ હવે પછીના પ્રકરણોનું આયોજન

પ્રસ્તુત મહાનિબંધમાં હવે પછીના પ્રકરણોનું આયોજન આ પ્રમાણે કરવામાં આવ્યું છે.

પ્રકરણ બીજામાં સંવેગો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા કરવામાં આવી છે.

પ્રકરણ ત્રીજામાં સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનોની વ્યવહારુ સમીક્ષા કરવામાં આવી છે. જેમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત ભૂતકાળમાં થયેલ સંશોધનોનો સારાંશ અને ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનોની સમીક્ષા કરવામાં આવી છે. પ્રકરણને અંતે પ્રસ્તુત સંશોધન ભૂતકાળનાં આ પ્રકારનાં સંશોધનોથી કઈ રીતે જુદું પડે છે તે દર્શાવવામાં આવ્યું છે.

પ્રકરણ ચોથામાં સંશોધન યોજનાની આધારશીલાઓમાં વ્યાપવિશ્વ, નમૂના પસંદગી, સંશોધન પદ્ધતિ, સંશોધન યોજના, ઉપકરણની પસંદગી, માહિતી એકત્રીકરણ અને પ્રાપ્ત માહિતી અંગેની ચર્ચા કરી છે. અંતમાં પ્રાપ્ત થયેલ માહિતીનું પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન કઈ રીતે કરેલ છે તેનું વર્ણન છે.

પ્રકરણ પાંચમાં અને પ્રકરણ છમાં અનુક્રમે રચવામાં આવેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની માહિતી રજૂ કરવામાં આવી છે.

પ્રકરણ સાતમાં અભ્યાસની એકત્રિત માહિતીનું પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન આપવામાં આવ્યું છે. જ્યારે પ્રકરણ આઠમાં અભ્યાસનો સારાંશ, તારણો અને શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે અને અંતે ભાવિ સંશોધન અંગેની ભલામણો રજૂ કરવામાં આવી છે.

પ્રકરણ - ૨

સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા

૨.૧ પ્રાસ્તાવિક

કોઈપણ સંશોધન હાથ ધરતા પહેલા તે સંશોધનની સમસ્યા સાથે સંબંધિત સાહિત્યનો તલસ્પર્શી અભ્યાસ સંશોધકે કરવો જોઈએ. સંશોધન સાહિત્યની સમીક્ષાના મહત્ત્વને સ્પષ્ટ કરતા દેસાઈ અને દેસાઈ (૧૯૮૯)^૧ આ પ્રમાણે જણાવે છે. "કોઈપણ શૈક્ષણિક સંશોધન શૂન્યાવકાશમાં થતું નથી. બીજાની સંકલ્પનાઓ, વિચારણાઓ અને સિદ્ધાંતો આપણા પથદર્શક બને છે." આ પરથી સ્પષ્ટ થાય છે કે અન્યના સાહિત્ય અને સંશોધનોનો અભ્યાસ સંશોધકના સંશોધન ક્ષેત્રને સ્પષ્ટ કરે છે.

સંશોધન સાહિત્યની સમીક્ષા બે રીતે કરવામાં આવે છે : (૧) સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા અને (૨) વ્યવહારુ સમીક્ષા. સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષામાં પ્રસ્તુત સંશોધન સાથે સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક બાબતોની સમીક્ષા કરવામાં આવે છે. જ્યારે વ્યવહારુ સમીક્ષામાં પ્રસ્તુત સંશોધન સાથે સંબંધિત ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનોનાં પાસાંઓની સમીક્ષા કરવામાં આવે છે.

ઉપર્યુક્ત બાબતોને લક્ષમાં લઈ સંશોધકે પ્રસ્તુત સંશોધન સાથે સંબંધિત સાહિત્યનો અભ્યાસ કરી તેની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા આ પ્રકરણમાં રજૂ કરી છે.

૨.૨ સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા

સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષામાં સંશોધન સાથે સંબંધિત તમામ પ્રકારની સૈદ્ધાંતિક બાબતોની સમીક્ષા કરવામાં આવે છે. પ્રસ્તુત સંશોધન સંવેગો, સાંવેગિક બુદ્ધિ અને તેના વિકાસ સાથે સંબંધિત છે. પ્રસ્તુત બાબતો સાથે સંબંધિત સાહિત્યની સૈદ્ધાંતિક સમીક્ષા આ મુજબના પ્રશ્નોને ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવી છે.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ સંકલ્પના વિકાસની ઐતિહાસિક ભૂમિકા શી છે ?
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિનો ઇતિહાસ શું છે ?
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ એટલે શું ?
૪. સાંવેગિક બુદ્ધિની લાક્ષણિકતા કઈ કઈ છે ?
૫. ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને નિમ્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા કઈ કઈ છે ?
૬. સાંવેગિક બુદ્ધિનાં મોડલ ક્યાં ક્યાં છે ?
૭. સાંવેગિક બુદ્ધિનાં માપન ઉપકરણો ક્યાં ક્યાં છે ?
૮. સાંવેગિક બુદ્ધિનાં ઘટકો ક્યા ક્યા છે ?
૯. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા એટલે શું ?
૧૦. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ કઈ કઈ છે ?
૧૧. ભિન્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા કઈ કઈ છે ?
૧૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ/સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની અગત્ય શી છે ?
૧૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ/સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો વિકાસ કઈ રીતે શક્ય છે ?

ઉપરોક્ત પ્રશ્નોના ઉત્તરો મેળવવા માટે સંશોધકે પ્રસ્તુત અભ્યાસ સાથે સંબંધિત સાહિત્યની સમીક્ષા કરેલી. જેના સારાંશ અહીં રજૂ કરેલ છે.

^૧ એચ. જી. દેસાઈ અને દેસાઈ કે. જી., સંશોધન પદ્ધતિઓ અને પ્રવિધિઓ. અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ - ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૮૯, પૃ. ૩૨૯.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ સંકલ્પના વિકાસની ઐતિહાસિક ભૂમિકા. પ્રવર્તમાન સમયમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ સંકલ્પના મનોવૈજ્ઞાનિકો, શિક્ષણશાસ્ત્રીઓ અને સામાન્ય લોકો માટે રસનો મુખ્ય વિષય અમેરિકન મનોવૈજ્ઞાનિક ડેનિયલ ગોલમેનના પુસ્તક EMOTIONAL INTELLIGENCE (૧૯૯૫)^૩ના પ્રકાશન પછી બન્યો. પરંતુ આ સંકલ્પના ઘડતરના મૂળ ઓગણીસમી અને વીસમી સદીના સંશોધકોનાં સંશોધનોનાં પરિણામોમાં રહેલાં છે.

આલ્ફ્રેડ બિને (૧૯૦૫)^૩ એ સૌપ્રથમ બુદ્ધિ કસોટીની રચના કરી તેમાં બુદ્ધિના ઘટક તરીકે સ્મૃતિ, તર્ક, અમૂર્ત ચિંતન, અંક શક્તિ વગેરે જેવી માનસિક કે બોધાત્મક શક્તિઓ જ સમાવવામાં આવી હતી. શરૂઆતમાં ડેવિડ વેક્સલરે પણ પોતાની બુદ્ધિ કસોટીઓમાં બુદ્ધિના ઘટક તરીકે માનસિક શક્તિઓનો જ સમાવેશ કરેલ હતો.

પરંતુ ત્યારબાદના કેટલાક સંશોધકોએ બુદ્ધિના ઘટક તરીકે માનસિક કે બોધાત્મક શક્તિઓ ઉપરાંત બિનબોધાત્મક ઘટકોનો પણ સમાવેશ કરેલ. સૌપ્રથમ કોલંબિયા યુનિવર્સિટીના ઈ. એલ. થોર્નડાઈકે (૧૯૨૦)^૪ સામાજિક બુદ્ધિ અંગેનું કાર્ય પ્રકાશિત કર્યું. જેમાં તેણે સામાજિક બુદ્ધિને અન્યને સમજવાની તથા નિયંત્રિત કરવાની ક્ષમતા તરીકે વર્ણવી છે. ત્યારથી બુદ્ધિના ઘટક તરીકે માનસિક શક્તિઓ ઉપરાંત સામાજિક ક્ષમતાઓનો પણ સમાવેશ થવા લાગ્યો.

એડગર ડોલે(૧૯૩૫)^૫ સૌપ્રથમ બાળકોના સામાજિક બુદ્ધિ પૂર્વકના વર્તન(socialy intelligent behaviour)ના માપન માટે ઉપકરણ તૈયાર કરી પ્રકાશિત કર્યું.

ડેવિડ વેક્સલરે(૧૯૩૯)^૬ પોતાની બુદ્ધિ કસોટીઓમાં comprehension અને picture arrangementની નવી બે પેટાકસોટીઓ ઉમેરી. આ પેટાકસોટીઓ સામાજિક બુદ્ધિ સાથે સંલગ્ન બાબતોના માપન પર રચાયેલી હતી. વેક્સલરે(૧૯૪૦)^૭ વ્યક્તિના બુદ્ધિપૂર્વકના વર્તન પર બિનબોધાત્મક ઘટકોની અસર અંગેનું કાર્ય પ્રકાશિત કર્યું અને જણાવ્યું કે બિનબોધાત્મક ક્ષમતાઓ જેવી કે સામાજિક ક્ષમતા પણ વ્યક્તિના જીવનમાં સફળતા માટે ખૂબ જ જરૂરી છે.

હોવાર્ડ ગાર્ડનરે(૧૯૮૩)^૮ બહુવિધ બુદ્ધિ (multiple intelligence)નો ખ્યાલ રજૂ કર્યો. જેમાં તેણે વૈયક્તિક(intrapersonal) અને સામાજિક(interpersonal) બુદ્ધિનો સ્વીકાર કર્યો છે.

સામાજિક બુદ્ધિનાં ઉપરોક્ત સંશોધનોની સમાંતર alexithymia કે જે વ્યક્તિની સંવેગોને ઓળખવાની, સમજવાની અને વ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા કે અક્ષમતા પર કેન્દ્રિત છે, તેને કેન્દ્રમાં રાખી કેટલાક સંશોધકોએ સંશોધનો કર્યાં.

^૩Daniel Goleman, **Emotional intelligence**. New York: Bantam Books, 1995.

^૩Alfred Binet, **Alfred Binet**. Download from : http://en.wikipedia.org/wiki/Alfred_Binet, January 2008

^૪E. L. Thorndike, Intelligence and its uses. **Harper's Magazine**, 140, 1920, pp. 227-235.

^૫E. A. Doll, A generic scale of social maturity. **American Journal of Orthopsychiatry**, 5, 1935, pp.180-188.

^૬David. Wechsler, **The measurement of adult intelligence**. Baltimore : Williams & Wilkins, 1939, p.229.

^૭David. Wechsler, Non-intellective factors in general intelligence. **Psychological Bulletin**, 37, 1940, pp.444-445

^૮Howard Gardner, **Frames of mind**. New York: Basic Books, 1983.

સામાજિક બુદ્ધિ અને સાંવેગિક ક્ષમતા અંગેનાં ઉપરોક્ત સંશોધનોએ પાછળથી સાંવેગિક બુદ્ધિ સંકલ્પના ઘડતરમાં પાયારૂપ ભાગ ભજવ્યો. જેમ કે સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પના આપનાર સાલોવી અને મેયર (૧૯૯૦)^૯ સાંવેગિક બુદ્ધિને આ રીતે શબ્દબદ્ધ કરે છે :

Emotional Intelligence is a form of social intelligence that involves the ability to monitor ones own and others feelings and emotions, to discriminate among them, and to use this information to guide ones thinking and action.

૨. સાંવેગિક બુદ્ધિનો ઇતિહાસ. અમેરિકાની એક કોલેજના વિદ્યાર્થી Wayne Leon Payne (૧૯૮૫)^{૧૦} એ પોતાના doctoral dissertationના શીર્ષકમાં Emotional Intelligence(સાંવેગિક બુદ્ધિ) શબ્દનો સૌપ્રથમ ઉપયોગ કરેલો. પરંતુ તેણે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું પોતાનું કાર્ય પ્રકાશિત કર્યું નહીં. પછીના પાંચ વર્ષ સુધી સાંવેગિક બુદ્ધિ શબ્દનો ઉપયોગ કોઈ પણ સંશોધન કે સાહિત્યમાં થયો ન હતો. પાંચ વર્ષ બાદ બે પ્રાધ્યાપકો પીટર સાલોવી અને જહોન મેયરે(૧૯૯૦)^{૧૧} સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું સંશોધનપત્ર પ્રકાશિત કર્યું. જેમાં તેમણે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેની સંકલ્પના રજૂ કરી. એ સમયે મેયર અને સાલોવી સંવેગોના ક્ષેત્રમાં લોકોની ક્ષમતાના માપન માટેના ઉપકરણની રચનાના કાર્યમાં રોકાયેલા હતા. તેઓને જાણવા મળ્યું કે કેટલાક લોકો પોતાના અને અન્યોના સંવેગોને ઓળખવાની અને સંવેગો સાથે સંબંધિત સમસ્યા ઉકેલવાની બાબતમાં અન્ય કરતા ચઢીયાતા હતા. મેયર અને સાલોવીએ ત્યારબાદ સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે કસોટી પણ રચી હતી. પરંતુ આ બન્ને સંશોધકોનું મોટાભાગનું કાર્ય શૈક્ષણિક સમાજમાં જ થયેલું હોય તેઓનાં સંશોધનોનાં પરિણામો બહુ પ્રસિદ્ધિ પામ્યાં નહીં.

તેને બદલે સાંવેગિક બુદ્ધિને લીધે જેનું નામ સૌથી વધુ પ્રસિદ્ધિ પામ્યું કે જેને લીધે સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પનાને ખૂબ જ પ્રસિદ્ધિ મળી તે અમેરિકન મનોવૈજ્ઞાનિક ડેનિયલ ગોલમેન છે. ડેનિયલ ગોલમેન શરૂઆતમાં પોપ્યુલર સાયકોલોજિ અને ન્યુયોર્ક ટાઈમ્સના લેખક હતા. ૧૯૮૫ની શરૂઆતમાં તેમનું આયોજન Emotional literacy વિષે પુસ્તક લખવાનું હતું. આ માટે તેણે Emotional literacyના વિકાસ માટે શાળામાં ચાલતા કાર્યક્રમોનો અભ્યાસ કરવા ઘણી શાળાઓની મુલાકાત પણ લીધી. તેણે સંવેગો વિષેના ઘણા સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યો. આ દરમિયાન તેણે મેયર અને સાલોવીના સાંવેગિક બુદ્ધિના લેખોનો પણ અભ્યાસ કર્યો. આ લેખોના પ્રભાવથી ગોલમેન અને તેના પ્રકાશકે તેના પુસ્તકનું નામ Emotional literacyને બદલે Emotional Intelligence રાખવાનું નક્કી કર્યું. આમ, ગોલમેનનું સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું પુસ્તક Emotional Intelligence (૧૯૯૫)^{૧૨} પ્રકાશિત થયું. પુસ્તકના ફેલાવા માટે ગોલમેન અમેરિકાના જાણીતા ટીવી શોમાં દેખાયા. પુસ્તકની પ્રસિદ્ધિ માટે પુસ્તક ચર્ચા અને

^૯Peter Salovey & Mayer, J.D., Emotional intelligence. **Imagination, Cognition, and Personality**, 9, 1990, p.189.

^{૧૦}Wayne Leon Payne, A study of emotion: developing emotional intelligence; self integration; relating to fear, pain and desire. **Dissertation Abstracts International**, 47,1985, p. 203.

^{૧૧}Peter Salovey & Mayer, J.D., **loc. cit.**

^{૧૨}Daniel Goleman, **loc. cit.**

ટુરનું પણ આયોજન કર્યું. આ પુસ્તક ટાઈમ મેગેઝિન(૧૯૯૫)^{૧૩}ના કવર પર દેખાયું. આમ, ગોલમેનના પોતાના અને તેના પ્રકાશકના પ્રયત્નોથી આ પુસ્તક International Best Seller બન્યું. આ પુસ્તકમાં ગોલમેને મગજ, સંવેગો અને વ્યક્તિના વર્તન વિષે પુષ્કળ રસપ્રદ માહિતી એકઠી કરી છે.

મેયર અને સાલોવીએ સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પના રજૂ કરી, જ્યારે ગોલમેને આ સંકલ્પનાને મનોવૈજ્ઞાનિકો, શિક્ષણશાસ્ત્રીઓ અને સામાન્ય લોકો સમક્ષ પહોંચાડી છે. ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેના પુસ્તકને મળેલી અભૂતપૂર્વ લોકપ્રિયતાને કારણે તેણે થોડા જ સમય બાદ સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગે અન્ય એક પુસ્તક Working with Emotional Intelligence(૧૯૯૮)^{૧૪} પ્રકાશિત કર્યું. આ પુસ્તકમાં તેણે સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યાને વધુ વિસ્તૃત સ્વરૂપે રજૂ કરી છે. જેમાં તેણે સાંવેગિક બુદ્ધિને પચીસ જુદી જુદી શક્તિ, કૌશલ્યો અને ક્ષમતાઓના સમૂહ તરીકે વર્ણવી છે.

મેયર, સાલોવી અને ગોલમેન ઉપરાંત અન્ય સંશોધકોએ પણ સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા આપવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. પરંતુ તેઓની વ્યાખ્યામાં આ બંનેની વ્યાખ્યાઓની સ્પષ્ટ અસર જણાય આવે છે.

૩. સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પના. સંવેગો એ આપણા તંદુરસ્ત જીવન માટે અનિવાર્ય છે. કોઈપણ ઉદ્દીપન ઘટના, પરિસ્થિતિ કે અન્ય વ્યક્તિની વર્તણૂંક પ્રત્યે વ્યક્તિ ચોક્કસ રીતે વિચારે છે. તે જે રીતે વિચારે તે પ્રકારે તે ચોક્કસ પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે. આ સંવેગો મુજબ તેમાં કેટલાક શારીરિક તેમજ માનસિક અથવા આંતરિક કે બાહ્ય ફેરફાર થાય છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ એ આ સંવેગોની ઓળખ, નિયંત્રણ અને સંવેગોનો સંબંધોના વિકાસ માટે ઉપયોગ કરવા બાબતની ક્ષમતા છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પના સમજવા માટે જુદા જુદા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ સાંવેગિક બુદ્ધિની આપેલી વ્યાખ્યાઓની અહીં સમીક્ષા કરવામાં આવેલ છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગે સૌ પ્રથમ સંશોધનપત્ર રજૂ કરનાર **જહોન મેયર અને પીટર સાલોવી (૧૯૯૭)**^{૧૫} સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા આ રીતે આપે છે : "*Emotional Intelligence is a set of skills hypothesized to contribute to the accurate appraisal and expression of emotion in oneself and in others, the effective regulation of emotion in self and others, and the use of this feeling to motivate, plan and achieve in one's life.*"

સાંવેગિક બુદ્ધિની આ વ્યાખ્યામાં સાંવેગિક બુદ્ધિને કૌશલ્યોના સમૂહ તરીકે વર્ણવવામાં આવી છે. આ કૌશલ્યોમાં પોતાના અને અન્યના સંવેગોને ઓળખવાની અને અભિવ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા, પોતાનામાં અને અન્યોમાં સંવેગોને અસરકારક રીતે નિયંત્રિત કરવાની ક્ષમતા અને પોતાના જીવનમાં પ્રેરણા, આયોજન અને સફળતા માટે આ સંવેગોનો ઉપયોગ કરવાની ક્ષમતાનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે.

^{૧૩} TIME [cover]. New York : Time warnes,1995, October 2.

^{૧૪}Danial Goleman, **Working with emotional intelligence**. New York: Bantam Books, 1998. pp.32-34.

^{૧૫} J.D.Mayer & Salovey, P. What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (eds.): **Emotional development and emotional intelligence: educational applications** (pp. 3-31). New York: Basic Books.1997.

રોબર્ટ કુપર અને સવાફ(૧૯૯૭)^{૧૬} સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા આપતા જણાવે છે કે *"Emotional Intelligence is the ability to sense, understand and effectively apply the power and acumen of emotions as a source of human energy, information, connection and influence."*

સાંવેગિક બુદ્ધિની આ વ્યાખ્યામાં સાંવેગિક બુદ્ધિને સંવેગોને સમજવાની અને સંવેગોની શક્તિનો અસરકારક ઉપયોગ કરવાની ક્ષમતા તરીકે ઓળખાવવામાં આવી છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ દ્વારા વ્યક્તિ ઉર્જા પ્રાપ્ત કરી શકે છે, અન્ય વિશેની માહિતી મેળવી શકે છે, અન્ય સાથેના સંબંધો વિકસાવી શકે છે તથા અન્ય પર પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરી શકે છે.

રેવેન બારઓન(૨૦૦૫)^{૧૭} સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા આપતા જણાવે છે કે *"Emotional Intelligence is an array of non cognitive capabilities, competences and skills that influence one's ability to succeed in coping with environmental demands and pressures."*

બારઓનની ઉપરોક્ત વ્યાખ્યામાં સાંવેગિક બુદ્ધિને વ્યક્તિની બિન બોધાત્મક ક્ષમતા, આવડત કે કૌશલ્યોની શ્રેણી તરીકે વર્ણવવામાં આવી છે. આ કૌશલ્યો વ્યક્તિની પર્યાવરણની માંગ અને દબાણને પહોંચી વળવાની ક્ષમતા પર હકારાત્મક અસર કરી તેમાં સફળતા અપાવે છે.

ફ્રીડમેન(૧૯૯૮)^{૧૮} સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા આ પ્રમાણે આપે છે. *"Emotional Intelligence is a way of recognizing, understanding and choosing how we think, feel and act. It shapes our interactions with others and our understanding of ourselves."*

સાંવેગિક બુદ્ધિની આ વ્યાખ્યા મુજબ સાંવેગિક બુદ્ધિ એ આપણે કઈ રીતે વિચારીએ, અનુભવીએ કે વર્તન કરીએ તેને ઓળખવાનો, સમજવાનો અને પસંદગી કરવાનો માર્ગ છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ અન્ય સાથેની આપણી આંતરક્રિયા અને આપણા વિશેની આપણી સમજને આકાર આપે છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિને સૌ પ્રથમ સંકલ્પના તરીકે રજૂ કરનાર અને સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગે સૌ પ્રથમ સંશોધન આધારિત "Emotional Intelligence" પુસ્તક આપનાર **ડેનિયલ ગોલમેન(૧૯૯૮)^{૧૯}** સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા આ રીતે આપે છે :

"Emotional Intelligence is the capacity for recognizing our own feeling and those of others, for motivating ourselves and for managing emotions well in ourselves and in relationship."

ગોલમેન આ વ્યાખ્યામાં સાંવેગિક બુદ્ધિને આપણા પોતાના અને અન્યોના સંવેગોને ઓળખવા માટેની, આપણને પ્રેરિત કરવા માટેની અને આપણામાં તથા આપણા સંબંધોમાં સંવેગોને યોગ્ય રીતે નિયંત્રિત કરવા માટેની ક્ષમતા તરીકે વર્ણવે છે.

^{૧૬}Robert Cooper & Sawaf, A., **Executive EQ**. Orian Business Books, 1997.

^{૧૭}Reuven Baron, The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). In P. Fernandez-Berrocá and N. Extremera (Ed.) **Psicothema**, 18, 2005, p.13.

^{૧૮}Joshua Freedman, download from: <http://www.jmfreedman.com/writing.html>, 1998.

^{૧૯}Daniel Goleman, **op. cit.**, p.375.

હેઈન (૨૦૦૫)^{૨૦} સાંવેગિક બુદ્ધિને વ્યાખ્યાયિત કરતા જણાવે છે કે *"Emotional intelligence is the innate potential to feel, use, communicate, recognize, remember, learn from, manage, understand and explain emotions."*

ઉપરોક્ત વ્યાખ્યામાં સાંવેગિક બુદ્ધિને સંવેગોને અનુભવવાની, ઉપયોગ કરવાની પ્રદર્શિત કરવાની, ઓળખવાની, યાદ કરવાની, તેમાંથી શીખવાની, નિયંત્રિત કરવાની, સમજવાની અને વર્ણવવાની મૂળભૂત ક્ષમતા તરીકે ગણવામાં આવી છે.

મેથ્યુ અને અન્ય (૨૦૦૨)^{૨૧}ના મતે સાંવેગિક બુદ્ધિ એ સંવેગોને ઓળખવા માટેની, સંવેગોને વ્યક્ત કરવા માટેની, સંવેગોને સમજવા માટેની તથા પોતાનામાં અને અન્યમાં હકારાત્મક અને નકારાત્મક બંને પ્રકારના સંવેગોનું નિયંત્રણ કરવાની શક્તિ છે.

આ વ્યાખ્યા પણ સંવેગોની ઓળખ, અભિવ્યક્તિ, સમજ અને નિયંત્રણ કરવાની વ્યક્તિની ક્ષમતા તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિને વર્ણવે છે.

સુસાન ડન(૨૦૦૩)^{૨૨} સાંવેગિક બુદ્ધિને આ રીતે વ્યાખ્યાયિત કરે છે. *"Emotional Intelligence is about your ability to understand and manage your own feelings and those of others, and to use this information to guide you to relate better, plan more flexibly, make better decision, think more creatiely, priortize, motivate yourself and other, and enjoy better health."*

સાંવેગિક બુદ્ધિની આ વ્યાખ્યામાં સાંવેગિક બુદ્ધિને પોતાના અને અન્યના સંવેગોને સમજવાની અને નિયંત્રિત કરવાની ક્ષમતા ગણવામાં આવી છે. જેના દ્વારા પોતે સારા સંબંધો જાળવી શકે છે, પરિવર્તનશીલ આયોજન કરી શકે છે, સારા નિર્ણયો લઈ શકે છે, વધુ સર્જનાત્મક વિચારી શકે છે, પોતે પ્રેરણા મેળવી શકે છે તથા અન્યને પ્રેરિત કરી શકે છે અને સારું આરોગ્ય ભોગવી શકે છે.

દલીપ સિંઘ(૨૦૦૩)^{૨૩} સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા આ રીતે આપે છે : *"Emotional intelligence is the ability of an individual to appropriately and successfully respond to a vast variety of emotional stimuli being elicited from the inner self and immediate environment."*

સાંવેગિક બુદ્ધિની આ વ્યાખ્યામાં સાંવેગિક બુદ્ધિને આંતરિક અને બાહ્ય પર્યાવરણના વૈવિધ્યપૂર્ણ સાંવેગિક ઉદ્દીપકો પ્રત્યે યોગ્ય અને સફળતાપૂર્વક પ્રતિચાર આપવાની ક્ષમતા ગણવામાં આવી છે.

^{૨૦}S. Hein, **Defination of emotional intelligence**. download from: <http://www.eqi.org/eidefs.htm>, 2005.

^{૨૧}G. Matthews, Zeidner, M., & Roberts, R. D. **Emotional intelligence: Science and myth**. London : The MIT Press, 2002.

^{૨૨}Susan Dunn, **EQ V. IQ**, Download from : http://www.susandunn.cc/emotional-intelligence-V_cognitive-intelligence.htm.2003.

^{૨૩}Dalip Singh, **Defining emotional intelligence**. Download from : [http://www.eqindia.com/emotional-intelligence-by-Dr-Dalip-Singh\(IAS\)-\(Defining-emotional-intelligence\)welcome-to-eqindia.htm](http://www.eqindia.com/emotional-intelligence-by-Dr-Dalip-Singh(IAS)-(Defining-emotional-intelligence)welcome-to-eqindia.htm).2003.

સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદા જુદા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ આપેલી ઉપરોક્ત વ્યાખ્યાઓ પરથી સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિને આ રીતે સંકલ્પનાબદ્ધ કરેલ :

સાંવેગિક બુદ્ધિ એ વ્યક્તિની પોતાના સંવેગોને ઓળખવાની, અન્યના સંવેગોને ઓળખવાની, પોતાના અને અન્યના સંવેગોને સમજવાની, પોતાના અને અન્યના સંવેગોને અનુભવવાની, પોતાના સંવેગોને અભિવ્યક્તિ કરવાની, પોતાના અને અન્યના સંવેગોને નિયંત્રિત કરવાની તથા પોતાના સંબંધમાં સંવેગોનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવાની ક્ષમતા છે. જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્ય સાથેના સંબંધો સુધારી શકે છે, પ્રેરણા મેળવી શકે છે, પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરી શકે છે, પોતાની આસપાસના પર્યાવરણની માંગ અને દબાણને પહોંચી વળે છે. પોતે કઈ રીતે વિચારે છે, અનુભવે છે કે વર્તન કરે છે એને ઓળખી, સમજી અને પસંદગી કરી શકે છે તથા આ દરેક પ્રકારના સાંવેગિક જ્ઞાનનો અસરકારક ઉપયોગ કરી જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

૪. સાંવેગિક બુદ્ધિની લાક્ષણિકતા. સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદા જુદા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ આપેલી વ્યાખ્યા પરથી સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિની લાક્ષણિકતાઓ નક્કી કરી હતી. સંશોધકે નક્કી કરેલી સાંવેગિક બુદ્ધિની લાક્ષણિકતાઓની યાદી આ મુજબ છે.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ એ ક્ષમતાઓનો સમૂહ છે.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ પોતાના અને અન્યના સંવેગોને ઓળખવાની ક્ષમતા છે.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ પોતાના અને અન્યના સંવેગોને સમજવાની ક્ષમતા છે.
૪. સાંવેગિક બુદ્ધિ પોતાના અને અન્યના સંવેગોને નિયંત્રિત કરવાની ક્ષમતા છે.
૫. સાંવેગિક બુદ્ધિ પોતાના સંવેગોને અભિવ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા છે.
૬. સાંવેગિક બુદ્ધિ અન્યની સાંવેગિક અભિવ્યક્તિ સમજવાની ક્ષમતા છે.
૭. સાંવેગિક બુદ્ધિ સાંવેગિક જ્ઞાનના ઉપયોગ દ્વારા અન્ય સાથેના સંબંધોમાં સુધારો કરવાની ક્ષમતા છે.
૮. સાંવેગિક બુદ્ધિની ક્ષમતા દ્વારા વ્યક્તિ આંતરિક પ્રેરણા મેળવી શકે છે.
૯. સાંવેગિક બુદ્ધિ અન્ય પર પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા છે.
૧૦. સાંવેગિક બુદ્ધિ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની આસપાસના પર્યાવરણની માંગ અને દબાણને પહોંચી વળે છે.
૧૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ દ્વારા વ્યક્તિ પોતે કઈ રીતે વિચારે છે કે વર્તન કરે છે તે સમજી શકે છે અને વિચાર અને વર્તનની પસંદગી કરી શકે છે.
૧૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ દ્વારા વ્યક્તિ સારું આરોગ્ય ભોગવી શકે છે.
૧૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના જીવન, કાર્યો, વ્યવસાય અને સંબંધોમાં અસરકારક આયોજન કરી શકે છે.
૧૪. સાંવેગિક બુદ્ધિની ક્ષમતા અને સાંવેગિક જ્ઞાનના ઉપયોગ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના જીવન, શિક્ષણ, વ્યવસાય, સંબંધ જેવા દરેક ક્ષેત્રમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

૫. ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને નિમ્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા. હેઈન(૧૯૯૬)^{૨૪} ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને નિમ્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવે છે.

ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :

૧. પોતાની લાગણીઓને 'હું અનુભવું છું કે ... ' વાક્ય સાથે સ્પષ્ટ અને પ્રત્યક્ષ રીતે અભિવ્યક્ત કરે છે.
૨. પોતાના સંવેગોને અભિવ્યક્ત કરવામાં ડરતી નથી.
૩. ભય, ચિંતા, શરમ, નિરાશા જેવા નકારાત્મક સંવેગોથી દોરાતી નથી.
૪. અશાબ્દિક પ્રત્યાયનને સમજવા સક્ષમ હોય છે.
૫. તે આંતરિક પ્રેરણાસ્રોત ધરાવે છે. સત્તા, સંપત્તિ, સ્વીકૃતિ, મોભો વગેરે જેવા પરિબળોથી પ્રેરાતી નથી.
૬. તે આશાવાદી હોય છે છતાં પણ વાસ્તવિકતાને સ્વીકારે છે.
૭. તે અન્ય વ્યક્તિની લાગણીઓમાં રસ ધરાવે છે.
૮. તે અનેકવિધ લાગણીઓને ઓળખવા સક્ષમ હોય છે.
૯. તે કારણ, તર્ક અને વાસ્તવિકતા સાથે લાગણીઓનું સંતુલન જાળવે છે.
૧૦. તે સ્વતંત્ર, આત્મવિશ્વાસુ અને નૈતિક હોય છે.

નિમ્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :

૧. પોતાની લાગણીઓ માટે જવાબદારી સ્વીકારતી નથી પણ તેને માટે અન્ય પર આરોપ મૂકે છે.
૨. 'હું અનુભવું છું કે ' આવી વાક્ય રચના બોલી શકતી નથી. પણ 'હું વિચારું છું કે...' તેનાથી વાક્યની શરૂઆત કરે છે.
૩. પોતે કયા પ્રકારની લાગણી અનુભવે છે તે જણાવી શકતી નથી.
૪. અન્યની લાગણી પ્રત્યે સંવેદનશીલ હોતી નથી.
૫. તે અન્ય પ્રત્યે સમાનુભૂતિ ધરાવતી નથી.
૬. તે પોતાના વર્તન પહેલાં અન્યની લાગણીઓને ધ્યાનમાં લેતી નથી.
૭. જવાબદારી સ્વીકારવામાંથી બચે છે. તે એમ જણાવે છે કે 'હું શું કરી શકતો હતો.' 'મારી પાસે કોઈ વિકલ્પ ન હતો.'
૮. તે વધુ પડતો નિરાશાવાદી હોય છે કે વધુ પડતો આશાવાદી હોય છે. વધુ પડતા આશાવાદથી અવાસ્તવિક કાર્યો- વર્તન કરે છે.
૯. અન્ય સાથે સંબંધ બાંધવાનું ટાળે છે.
૧૦. તે અન્યને સાંભળવામાં નબળી હોય છે. પ્રત્યાયન દરમિયાન સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપી શકતી નથી. લાગણી કરતા હકીકતો પ્રત્યે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે.

^{૨૪}S. Hein, Signs of high and low EQ., EQ for Everybody.download from : http://eqi.org/eqe96_11.htm,1996.

૬. સાંવેગિક બુદ્ધિના સૈદ્ધાંતિક મોડલ. વર્તમાન સમયમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ મનોવૈજ્ઞાનિકો, શિક્ષણશાસ્ત્રીઓ અને સંશોધકો માટે રસનો વિષય બન્યો છે. ઘણા સંશોધકોએ સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સંશોધનો કરી સાંવેગિક બુદ્ધિને વ્યાખ્યાયિત કરવાનો તથા જુદા જુદા સિદ્ધાંતો આપવાનો પ્રયત્ન કરેલો છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં અનેક મોડલ રજૂ થયાં છે. આ દરેક મોડલમાં કેટલીક બાબતોમાં સમાનતા તો કેટલીક બાબતોમાં તદ્દન વિરોધાભાસ જોવા મળે છે. આ મોડલમાંથી કયું મોડલ સૌથી શ્રેષ્ઠ તે અંગે પણ સંશોધકોમાં ઘણી મૂંઝવણ કે મતમતાંતર જોવા મળે છે.

સ્પીલબર્ગ (૨૦૦૪)^{૨૫} અનુસાર હાલમાં સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય ત્રણ સૈદ્ધાંતિક મોડલ છે : (૧) મેયર અને સાલોવીનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું મોડલ, (૨) રેવેન બારઓનનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું મોડલ અને (૩) ગોલમેનનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું મોડલ. આ ત્રણેય મોડલની સમીક્ષા અત્રે રજૂ કરવામાં આવી છે.

મેયર અને સાલોવીનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું મોડલ (Four Branch Model) : સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષેત્રમાં પાયારૂપ સંશોધન કરનાર જહોન મેયર અને પીટર સાલોવી (૨૦૦૦)^{૨૬}એ સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું ચાર શાખા મોડલ (Four Branch Model) રજૂ કર્યું છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું તેઓનું આ મોડલ સંવેગો અને બુદ્ધિ બંનેના ચાવીરૂપ ખ્યાલોને સંકલીત કરે છે. તેઓના મતે સાંવેગિક બુદ્ધિ તેની મેળે વ્યક્તિના ચોક્કસ અનુકૂલનાત્મક વર્તનો (Adaptive Behaviour)માં સ્પષ્ટ રીતે દેખાઈ આવે છે.

સાલોવી અને મેયર સાંવેગિક બુદ્ધિના પોતાના મોડલમાં સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય બે ક્ષેત્રો જણાવે છે.

(૧) અનુભવાત્મક (EXPERIENTIAL) : ABILITY TO PERCEIVE, RESPOND AND MANIPULATE EMOTIONAL INFORMATION WITHOUT NECESSARILY UNDERSTANDING IT

(૨) વ્યૂહાત્મક (STRATEGIC) : ABILITY TO UNDERSTAND AND MANAGE EMOTION WITHOUT NECESSARILY PERCEIVING FEELING OR FULLY EXPERIENCING THEM.

ઉપરોક્ત બંને ક્ષેત્રો પાયાની મનોવૈજ્ઞાનિક પ્રક્રિયાથી લઈ સંવેગો અને બોધાત્મક બાબતોને સંકલીત કરતી જટિલ પ્રક્રિયાને સમાવતી વધુ બે શાખાઓમાં વિભાજિત થાય છે.

સાલોવી અને મેયરના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલની ચાર શાખાઓ આ મુજબ છે.

(૧) સાંવેગિક પ્રત્યક્ષીકરણ (Emotional Perception) : પોતાના સંવેગો વિષે જાગૃત થવાની તથા સ્પષ્ટ રીતે અન્ય સમક્ષ પોતાના સંવેગો અને સાંવેગિક જરૂરિયાતોને અભિવ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા છે. સાંવેગિક પ્રત્યક્ષીકરણમાં સંવેગોની પ્રામાણિક અને અપ્રામાણિક અભિવ્યક્તિ વચ્ચેનો ભેદ પારખવાની ક્ષમતાનો પણ સમાવેશ થાય છે.

^{૨૫}C. Spielberge, (Ed.) **Encyclopedia of Applied Psychology**. Academic Press, 2004.

^{૨૬}J. D. Mayer, Salovey, P., & Caruso, D. R., Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.). **Handbook of Intelligence** Cambridge, England: Cambridge University Press, 2000. pp. 396-420.

(૨) સાંવેગિક ભેદ પરખ શક્તિ (Emotional Assimilation) : વ્યક્તિ જે જુદા જુદા સંવેગો અનુભવે છે તેના વચ્ચેનો ભેદ પારખવાની ક્ષમતા તથા તેમાંથી પોતાની વિચાર પ્રક્રિયા પર અસર કરતા સંવેગોને ઓળખવાની ક્ષમતા છે.

(૩) સાંવેગિક સમજ (Emotional Understanding) : જટિલ સંવેગો જેમ કે એક સાથે બે સંવેગો અનુભવીએ, તેને સમજવાની ક્ષમતા તથા એક સંવેગમાંથી બીજા સંવેગમાં રૂપાંતર થવાની પ્રક્રિયા સમજવાની ક્ષમતા છે.

(૪) સાંવેગિક વ્યવસ્થાપન (Emotional Management) : આપેલ પરિસ્થિતિમાં સંવેગોની ઉપયોગિતા કે અગત્યના આધારે પોતાને જે તે સંવેગો સાથે જોડવાની કે અલગ કરવાની ક્ષમતા છે.

આમ, સાલોવી અને મેયરના મોડલમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ચાર શાખાઓમાં વિભાજીત થતી હોવાથી આ મોડલને Four Branch Model તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

રેવેન બારઓનનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું મોડલ (Reuven BarOn Model) : Emotional Quotientનો ખ્યાલ આપનાર રેવેન બારઓને(૨૦૦૫)^{૨૦} પોતાનું સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું મોડલ રજૂ કરેલ છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું રેવેન બારઓન મોડલ સિદ્ધિ(performance) અને સફળતા કરતા સિદ્ધિ અને સફળતા માટેની ક્ષમતા આધારિત છે. આ મોડલ નિપજ અભિમુખ કરતા પ્રક્રિયા અભિમુખ વધુ છે. બારઓન મોડલ પોતાને ઓળખવા, સમજવા અને અભિવ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા, અન્યોને ઓળખવા, સમજવા અને તેની સાથે સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા, તીવ્ર સંવેગોને પહોંચી વળવાની ક્ષમતા, પરિવર્તનોને અનુકૂળ થવાની ક્ષમતા તથા વ્યક્તિગત અને સામાજિક સ્વરૂપની સમસ્યા ઉકેલવાની ક્ષમતા સહિતની સાંવેગિક અને સામાજિક ક્ષમતાઓની વિશાળ શ્રેણી રજૂ કરે છે.

બારઓનના મતે સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ લાંબાગાળે થાય છે તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ તાલીમ, કાર્યક્રમો તથા થેરાપી દ્વારા વિકસાવી શકાય છે. બારઓન જણાવે છે કે સામાન્ય કરતા ઉચ્ચ EQ ધરાવતા લોકો પોતાની આસપાસના પર્યાવરણની માંગને પહોંચી વળવામાં અને દબાણમાં વધુ સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જ્યારે સાંવેગિક બુદ્ધિની ઉણપ નિષ્ફળતા અને સાંવેગિક સમસ્યાઓ ઊભી કરી શકે છે. બારઓનના મતે વ્યક્તિની સામાન્ય બુદ્ધિ(GI)માં સાંવેગિક બુદ્ધિ અને માનસિક બુદ્ધિ સમાન અગત્ય ધરાવે છે.

બારઓન સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેના પોતાના મોડલમાં સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય પાંચ ઘટકો દર્શાવે છે : (૧) આંતરિક-Intrapersonal, (૨) આંતરવૈયક્તિક-Interpersonal, (૩) અનુકૂળનક્ષમતા-Adaptability, (૪) તણાવ વ્યવસ્થાપન-Stress Management અને (૫) સામાન્ય મનોદશા-General Mood.

બારઓન મોડલ અનુસાર સાંવેગિક બુદ્ધિનાં આ દરેક ઘટકોનાં પેટાઘટકો પણ આપવામાં આવેલ છે. જે આકૃતિ-૨.૧માં રજૂ કરેલ છે.

^{૨૦}R. Bar-On, The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). In P. Fernandez-Berrocal and N. Extremera (Ed.) *Psicothema*, 18, 2005, pp.13-25.

ઘટકો	પેટા-ઘટકો
આંતરિક (Intrapersonal)	આત્મ-સમ્માન (Self Regard) સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ (Emo.Self-Awareness) સ્પષ્ટ વક્તાપણું (Assertiveness) સ્વતંત્રતા (Independence) સ્વ-વાસ્તવિકીકરણ (Self-Actualization)
આંતરવૈયક્તિક (Interpersonal)	સમાનુભૂતી (Empathy) સામાજિક જવાબદારી (Social Responsibility) આંતરવૈયક્તિક સંબંધ (Interpersonal Relationship)
અનુકૂલનક્ષમતા (Adaptability)	વાસ્તવિકતા ચકાસણી (Reality Testing) લવચીકતા (Flexibility) સમસ્યા ઉકેલ (Problem Solving)
તણાવ વ્યવસ્થાપન(Stress Manag)	તણાવ સહિષ્ણુતા (Stress Tolerance) આવેગોનું નિયંત્રણ (Impulse Control)
સામાન્ય મનોદશા (General Mood)	આશાવાદ (Optimism) ખુશી (Happiness)

આકૃતિ ૨.૧

બારઓન મોડલ અનુસાર સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો અને પેટાઘટકો

ગોલમેનનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું મોડલ(GOLEMAN MODEL). અમેરિકન મનોવૈજ્ઞાનિકો ગોલમેન, બોયટ્ઝિસ અને રી (૨૦૦૦)^{૨૮}એ સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું મોડલ રજૂ કરેલ છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિનું આ મોડલ સાંવેગિક બુદ્ધિને મુખ્ય ચાર ઘટકોમાં વિભાજિત કરે છે. આ ચાર ઘટકો આ મુજબ છે :

(૧) સ્વ-જાગૃતિ (SELF AWARENESS) : સ્વ-જાગૃતિ એ પોતાના સંવેગોને ઓળખવાની અને આ સંવેગોની પોતાના પર થતી અસરો સમજવાની ક્ષમતા છે.

(૨) સ્વ-વ્યવસ્થાપન (SELF MANAGEMENT) : સ્વ-વ્યવસ્થાપનમાં પોતાના સંવેગો અને સંવેગાત્મક લાગણીઓનું વ્યવસ્થાપન કરવાની ક્ષમતા અને બદલાતી પરિસ્થિતિ પ્રત્યે અનુકૂળ થવાની ક્ષમતાનો સમાવેશ થાય છે.

(૩) સામાજિક જાગૃતિ (SOCIAL AWARENESS) : સામાજિક જાગૃતિમાં સામાજિક જોડાણો વખતે બીજાના સંવેગોને અનુભવવા, સમજવા અને બીજાના સંવેગો પ્રત્યે યોગ્ય પ્રતિચાર આપવાની ક્ષમતાનો સમાવેશ થાય છે.

^{૨૮}Daniel Goleman, Boyatzis, R. E., & Rhee, K. S. Clustering competence in emotional intelligence: In R. Bar-On and J.D.A. Parker (Eds.), **Handbook of emotional intelligence** (pp. 343-362). San Francisco: Jossey-Bass, 2000.

સમીક્ષા માટેના નમૂનામાં સમાવિષ્ટ ત્રણ મોડલ પૈકી એક મોડલ ખૂબ જ પ્રાથમિક કક્ષાનું છે, જે સાંવેગિક બુદ્ધિની ચાર શાખાઓ રજૂ કરે છે. બીજું મોડલ સાંવેગિક બુદ્ધિનું સ્વરૂપ થોડી વધુ સ્પષ્ટતા સાથે પાંચ ઘટકો અને તેના કુલ ૧૫ પેટા ઘટકોની મદદથી રજૂ કરે છે. જ્યારે ત્રીજું મોડલ સાંવેગિક બુદ્ધિને તેના ચાર ઘટકો અને કુલ ૨૦ ક્ષમતાઓ વડે ખૂબ સારી રીતે સ્પષ્ટ કરતું જણાય છે.

સમીક્ષા માટેના નમૂનામાં સમાવિષ્ટ ત્રણ મોડલ પૈકી ગોલમેનનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું મોડલ વધુ સ્પષ્ટ જણાયું હતું. તેમાં સમાવિષ્ટ ક્ષમતાઓ વધુ અવલોકનક્ષમ અને વ્યવહારુ હતી. આથી પ્રયોજકે તે મોડલને કેન્દ્રમાં રાખી સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની રચના કરી હતી તેમજ તેને અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ માપન ઉપકરણની પસંદગી કરી હતી.

૭. સાંવેગિક બુદ્ધિ માપન ઉપકરણો-કસોટી. સાંવેગિક બુદ્ધિના ક્ષેત્રમાં જુદા જુદા સિદ્ધાંતો અને મોડલ અસ્તિત્વમાં આવ્યાં તેવી જ રીતે સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટેનાં ઉપકરણો કે કસોટીઓની રચના સંશોધકો અને મનોવૈજ્ઞાનિકો દ્વારા કરવામાં આવી. સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટેનાં ઉપકરણો કે કસોટીઓ જે તે સંશોધકોએ રજૂ કરેલ સિદ્ધાંતો અને મોડલ અનુરૂપ છે. વર્તમાન સમયમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ માપન માટેનાં મુખ્ય ઉપકરણો કે કસોટીઓ પ્રાપ્ય છે તેની સમીક્ષા અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

મેયર-સાલોવી-કેરુસો સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી (MSCEIT). મેયર અને સાલોવીના ચાર શાખા મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે હાલમાં મેયર-સાલોવી-કેરુસો સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી (MSCEIT- ૨૦૦૨)^{૨૯}નો ઉપયોગ થાય છે. આ ઉપકરણ ૧૭ વર્ષ કે તેથી વધુ ઉંમરની વ્યક્તિ માટે તથા મેયર અને સાલોવીના ચાર શાખા મોડલ આધારિત ચાર ક્ષમતાઓના માપન માટે રચવામાં આવેલ છે.

આ કસોટીમાં દરેક ક્ષમતાના માપન માટે ચોક્કસ કાર્ય આપવામાં આવેલ છે. જેમ કે "સંવેગોનું પ્રત્યક્ષીકરણ" (Perception of Emotion)નું માપન જુદા જુદા ચિત્રો પર વ્યક્ત થતા સંવેગોની તીવ્રતા અને પ્રકારના ક્રમાંકન વડે કરવામાં આવે છે. "વિચારણાની સુવિધા"(Facilitation of thought)નું માપન કરવા માટે સંવેગોને અનુરૂપ શારીરિક ફેરફારો તથા સંવેગો અને વિચારો વચ્ચેનો સંબંધ નક્કી કરવાનું જણાવવામાં આવે છે. "સંવેગોની સમજ"(Understanding of Emotion)નું માપન એક સંવેગમાંથી બીજા સંવેગમાં કઈ રીતે રૂપાંતર થાય છે તેને સમજાવવાનું જણાવી કરવામાં આવે છે. "સંવેગોનું વ્યવસ્થાપન"(Management of Emotion)નું માપન કરવા માટે પાત્રને પોતાના અને અન્યના વ્યવસ્થાપનની અસરકારક પ્રયુક્તિની પસંદગી આપવામાં આવે છે.

આ કસોટીમાં કુલ ૧૪૧ કલમો છે. આ કસોટીના ગુણાંકનમાં કુલ છ પ્રકારના પ્રાપ્તાંકો મળે છે. કુલ સાંવેગિક બુદ્ધિ આંક (EIQ), મેયર અને સાલોવીના ચાર શાખા મોડલ આધારિત બે મુખ્ય ક્ષેત્રો અનુભવાત્મક ક્ષેત્ર અને વ્યૂહાત્મક ક્ષેત્ર માટે અનુક્રમે EEIQ અને SEIQ. આ બંને ક્ષેત્રોની કુલ ચાર શાખાઓ સંવેગોનું પ્રત્યક્ષીકરણ, વિચારણાની સુવિધા, સંવેગોની સમજ, અને સંવેગોના વ્યવસ્થાપન માટે અનુક્રમે PEIQ, FEIQ, UEIQ અને MEIQ પ્રાપ્તાંકો મળે છે.

^{૨૯}J.D. Mayer, Salovey, P., & Caruso, D. R. Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 2002.

સરાસરી ૧૦૦ અને પ્રમાણવિચલન ૧૫ લઈ દરેક પ્રાપ્તાંક પ્રમાણભૂત પ્રાપ્તાંકમાં રૂપાંતરિત થાય છે. આ કસોટીમાં દરેક સંખ્યાત્મક પ્રાપ્તાંકનું ગુણાત્મક ક્રમાંકન પણ કરી શકાય છે. જેમ કે, પાત્રનો કુલ EIQ પ્રાપ્તાંક ૬૯ કે તેથી ઓછો હોય તો તે 'Considerable Development' ગણવામાં આવે છે. જ્યારે પાત્રના પ્રાપ્તાંક ૧૩૦ કે તેથી વધુ હોય તો 'Significant Strength' ગણવામાં આવે છે.

વિશ્વસનીયતા : MSCEITનું પ્રમાણીકરણ ૫૦૦૦ સ્ત્રી-પુરુષના નમૂના પર કરવામાં આવ્યું છે. એક વખત કસોટી આપી ત્રણ અઠવાડિયા બાદ ફરી કસોટી આપી કસોટી-પુનઃકસોટી વિશ્વસનીયતા આંક $r = .86$ મળેલ. અર્ધવિચ્છેદન વિશ્વસનીયતા ચાર શાખાઓ માટે $r = .80$ થી $.90$ મળેલ, જ્યારે સમગ્ર કસોટી માટે $r = .91$ મળેલ.

EMOTIONAL QUOTIENT INVENTORY (રેવેન બારઓન).

Emotional Quatientનો ખ્યાલ આપનાર રેવેન બારઓન(૧૯૯૭)^{૩૦}ની સાંવેગિક બુદ્ધિ માપન કસોટી Emotional Quatient Inventory (EQ-I) તરીકે ઓળખાય છે. સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે સૌ પ્રથમ આ કસોટી પ્રકાશિત થઈ હતી. ૧૬ વર્ષ કે તેથી વધુ ઉંમરની વ્યક્તિ માટે આ કસોટીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. સાંવેગિક અને સામાજિક સક્ષમ વર્તનો કે જે વ્યક્તિની સાંવેગિક અને સામાજિક બુદ્ધિનું અનુમાન કે અંદાજ પૂરો પાડે છે, તેના માપન માટે આ કસોટીની રચના કરવામાં આવેલ. EQ-I વ્યક્તિત્વ લક્ષણો કે બોધાત્મક શક્તિઓનું માપન નહીં પરંતુ વ્યક્તિની આસપાસના પર્યાવરણની માંગને અને દબાણને સફળતાપૂર્વક પહોંચી વળવાની ક્ષમતાઓનું માપન કરે છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેના રેવેન બારઓન મોડલ આધારિત પાંચ ઘટકોને અનુરૂપ આ કસોટીમાં પાંચ પેટા કસોટી છે : (૧) આંતરિક-Intrapersonal EQ, (૨) આંતરવૈયક્તિક-Interpersonal EQ, (૩) અનુકૂલનક્ષમતા-Adaptability EQ, (૪) તણાવ વ્યવસ્થાપન-Stress Management EQ અને (૫) સામાન્ય મનોદશા-General Mood EQ.

સંપૂર્ણ EQ-I કસોટીમાં ૧૩૩ કલમો છે. આ કસોટીમાં દરેક કલમ સામે ૧ થી ૫ અંકનો માપદંડ આપવામાં આવેલ છે. જેમાં ૧ = Very Seldom/Not true for me અને ૫ = Very Often/Often true for me.

બારઓને જુદા જુદા નમૂના અને જુદી જુદી પરિસ્થિતિ માટે EQ-Iની જુદી જુદી આવૃત્તિઓ પણ રજૂ કરી છે. જેમ કે EQ-I Interview, EQ-I Short version, EQ-I 125, EQ-I Youth version અને EQ-I 360 Assessment. ઉપરાંત મૂળ EQ-Iને જુદી જુદી ભાષાઓ જેમ કે સ્પેનીશ, સ્વીડીશ, નોર્વેજિયન, ફીનીશ અને હિબ્રુમાં પ્રકાશિત કરવામાં આવી છે.

વિશ્વસનીયતા : EQ-Iનું પ્રમાણીકરણ અમેરિકા અને કેનેડાના આશરે ૪૦૦૦ સ્ત્રી-પુરુષના નમૂના પર કરવામાં આવ્યું છે. કાયા પ્રાપ્તાંકને સરાસરી ૧૦૦ અને પ્રમાણવિચલન ૧૫ લઈ પ્રમાણભૂત પ્રાપ્તાંકમાં રૂપાંતરિત કરવામાં આવેલ. એક વખત કસોટી આપી એક માસ અને ચાર માસ બાદ ફરી કસોટી આપી કસોટી-પુનઃકસોટી વિશ્વસનીયતા આંક અનુક્રમે $r = .85$ અને $r = .75$ મળેલ. સાત જુદા જુદા નમૂનાને કસોટી આપી ૧૫ પેટા કસોટી માટે આંતરિક સાતત્ય આંક $.69$ થી $.86$ મળેલ. જ્યારે સમગ્ર કસોટી માટે આંતરિક સાતત્ય આંક $.76$ મળેલ.

^{૩૦}R. BarOn, The BarOn Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A Test of Emotional Intelligence. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.1997.

Emotional Competency Inventory. ગોલમેને આપેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે ગોલમેન, બોયત્ઝીસ અને હે ગુપે(૨૦૦૧)^{૩૧} સાંવેગિક ક્ષમતા સંશોધનિકા (Emotional Competency Inventory)ની રચના કરી છે. સાંવેગિક ક્ષમતા સંશોધનિકા (ECI) બહુ-ક્રમાંકનકર્તા ઉપકરણ છે. તે સાંવેગિક બુદ્ધિના વર્તન સૂચકોની શ્રેણી પર સ્વ, મેનેજર, પ્રત્યક્ષ અહેવાલ અને સહકાર્યકરોનું ક્રમાંકન પૂરું પાડે છે.

આ કસોટી ગોલમનના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિનાં મુખ્ય ચાર ઘટકો : સ્વ-જાગૃતિ, સ્વ-નિયંત્રણ, સામાજિક જાગૃતિ અને સંબંધોનું વ્યવસ્થાપન અનુરૂપ ૨૦ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનું માપન કરે છે. કસોટીમાં આ ક્ષમતાઓને અનુરૂપ કલમો આપવામાં આવી છે. દરેક કલમ સામે ૧ થી ૭ અંકનો માપદંડ આપવામાં આવેલ છે. દરેક પાત્રને આ સાતઅંકી માપદંડ પર પોતાને અથવા અન્યને વર્ણવવાનું કહેવામાં આવે છે. જેમાં ૧ વર્તન વ્યક્તિનું અંશતઃ વર્તન છે. ૭ વર્તન વ્યક્તિનું સંપૂર્ણ વર્તન છે. પાત્રએ બે પ્રકારનું ક્રમાંકન કરવાનું છે : (૧) સ્વ-ક્રમાંકન અને (૨) કુલ અન્ય ક્રમાંકન.

વિશ્વસનીયતા : સાંવેગિક ક્ષમતા સંશોધનિકા(ECI)નું પ્રમાણીકરણ ઉત્તર અમેરિકા અને યુ.કે.ના આશરે ૬૦૦૦ સ્ત્રી-પુરુષના નમૂના પર કરવામાં આવ્યું છે. સાંવેગિક ક્ષમતા સંશોધનિકા(ECI) માટે સ્થાયિત્વનું માપન કરવામાં આવેલ નથી. ક્રોનબેક આલ્ફા સ્વરૂપે કુલ અન્ય ક્રમાંકન માટે આંતરિક સાતત્ય આંક .73 થી .92 અને સ્વ-ક્રમાંકન માટે આંતરિક સાતત્ય આંક .60 થી .85 મળેલ.

Emotional Intelligence Appraisal (EIA). જુદી જુદી પરિસ્થિતિમાં સાંવેગિક બુદ્ધિના ઝડપથી અને અસરકારક માપન માટે બ્રોડબેરી અને ગ્રીવ્સે(૨૦૦૫)^{૩૨} Emotional Intelligence Appraisal ઉપકરણની રચના કરી છે. ગોલમેનના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય ચાર ઘટકો : સ્વ-જાગૃતિ, સ્વ-નિયંત્રણ, સામાજિક જાગૃતિ અને સંબંધોના વ્યવસ્થાપનના માપન માટે આ કસોટીમાં કુલ ૨૮ કલમો આપવામાં આવી છે. કલમ ઉપરોક્ત ઘટકોને વ્યક્ત કરતા કૌશલ્યોનું માપન કરે છે. છ બિંદુ માપદંડ પર પાત્રોના પ્રતિચાર મેળવવામાં આવે છે. '૧' પરનો પ્રતિચાર તે વર્તન 'કદાપિ નથી' અને '૬' પરનો પ્રતિચાર તે વર્તન 'હંમેશા છે' તેવું વ્યક્ત કરે છે. આ કસોટી પૂર્ણ કરવા સરેરાશ ૭ મિનિટ જેટલો સમય લાગે છે.

આ કસોટીના અમલીકરણ અને ગુણાંકનને અંતે કુલ પાંચ પ્રકારના પ્રાપ્તાંકો મળે છે. કુલ સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય ચાર ઘટકો : સ્વ-જાગૃતિ, સ્વ-નિયંત્રણ, સામાજિક જાગૃતિ અને સંબંધોનું વ્યવસ્થાપન અનુરૂપ પ્રાપ્તાંક.

આ કસોટીની ત્રણ જુદા જુદા સ્વરૂપની આવૃત્તિઓ પ્રાપ્ય છે : (૧) Me Edition(self report), (૨) MR Edition(in 360 degree format) અને (૩) Team Edition.

Emotional Intelligence Appraisalની જુદા જુદા સ્વરૂપની આવૃત્તિઓનું પ્રમાણીકરણ જુદા જુદા કદના નમૂના પર કરવામાં આવ્યું છે. Me Editionનું પ્રમાણીકરણ ૧૩૦૦૦ના નમૂના પર, MR Editionનું પ્રમાણીકરણ ૧૩૦૦ના નમૂના પર અને Team

^{૩૧}Daniel Goleman, Boyatzis, & HayGroup. **The Emotional Competence Inventory (ECI)**. Boston : HayGroup.2001.

^{૩૨}Travis Brodberry & Greaves, J. **The Emotional Intelligence Quick Book**, New York: Simon and Schuster. 2005.

Editionનું પ્રમાણીકરણ ૩૫૦ના નમૂના પર કરવામાં આવ્યું છે. નમૂનાના મોટા ભાગનાં પાત્રો ઉત્તર અમેરિકાના ૩૦ થી ૪૯ વર્ષની વય જૂથના સ્ત્રી-પુરુષ હતા.

વિશ્વસનીયતા : Emotional Intelligence Appraisal માટે સ્થાયિત્વનું માપન કરવામાં આવેલ નથી. ક્રોનબેક આલ્ફા સ્વરૂપે Me Edition માટે આંતરિક સાતત્ય આંક 0.86 થી 0.99, MR Edition માટે આંતરિક સાતત્ય આંક 0.73 થી 0.94 અને Team Edition માટે આંતરિક સાતત્ય આંક 0.77 થી 0.99 મળેલ.

Work Profile Questionnaire (WPQei). સાંવેગિક બુદ્ધિના ગોલમેનના મોડલ આધારિત સાત સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના માપન માટે કેમરોન (૧૯૯૯)^{૩૩} દ્વારા Work Profile Questionnaire-Emotional Intelligence Versionની રચના કરવામાં આવી છે. અસરકારક કાર્યકુશળતા માટે જરૂરી ક્ષમતાઓ નવવિચાર, સ્વ-જાગૃતિ, અંતર્જ્ઞાન (intuition), સંવેગો, પ્રેરણા, સમાનુભૂતિ અને સામાજિક કૌશલ્યોના માપન માટે રચાયેલ આ કસોટીમાં ૮૪ કલમો છે. આ કસોટીમાં દરેક પાત્રને કુલ સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક(૧૦ માંથી) અને સાત ક્ષમતા માટે પ્રાપ્તાંક(૧૦ માંથી) મળે છે.

The Levels of Emotional Awareness Scale(LEAS). LEASની રચના લેન અને અન્યો(૧૯૯૦)^{૩૪}એ કરી છે. LEAS સાંવેગિક બુદ્ધિનું self-report પ્રકારનું ઉપકરણ છે. આ ઉપકરણની રચના વ્યક્તિના પોતાના અને અન્યોના સંવેગો ઓળખવાની વ્યક્તિની ક્ષમતાનું માપન કરવા માટે કરવામાં આવી છે. આ ઉપકરણ સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક સાંવેગિક જાગૃતિનાં પાંચ પેટા સ્તરો શારીરિક સંવેદનાઓ, વર્તનતરેહ, સંકેતરૂપ સંવેગો, સંવેગોમાં ફેરફાર અને સાંવેગિક અનુભવના આ ફેરફારની અસરના માપન આધારિત છે. LEASમાં ૨૦ પરિસ્થિતિઓ છે. દરેક પરિસ્થિતિમાં બે વ્યક્તિઓ અને એક સંવેગ પ્રેરક પ્રસંગનો સમાવેશ થાય છે. પાત્રએ જણાવવાનું છે કે, આ પરિસ્થિતિમાં તે શું અનુભવશે અને અન્ય વ્યક્તિ શું અનુભવશે. દરેક પરિસ્થિતિ માટે ૦-૫ ગુણ શક્ય છે. પાત્ર સ્વ(પોતાના સંવેગ અંગેની જાગૃતિ), અન્ય(અન્યના સંવેગ અંગેની જાગૃતિ) અને કુલ સાંવેગિક જાગૃતિ માટે એમ કુલ ૩ પ્રકારના પ્રાપ્તાંક મેળવે છે.

વિશ્વસનીયતા : LEAS માટેના માનાંકો એરિઝોના અને મિનેસોટા રાજ્યનાં ૩૮૫ પાત્રો પર તૈયાર કરવામાં આવ્યા હતા. LEASની આંતરગુણાંકનકર્તા વિશ્વસનીયતા અને આંતરિક સાતત્યઆંક ઊંચા જોવા મળ્યા હતા; જો કે આ કસોટીનો સ્થિરતાઆંક શોધવામાં આવ્યો ન હતો.

સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ. ગુજરાતીમાં પ્રાપ્ય સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડની રચના સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટીના પલ્લવીબેન પટેલ અને હિતેષ પટેલ(૨૦૦૫)^{૩૫} દ્વારા કરવામાં આવી છે.

^{૩૩}Allan Cameron, **Work Profile Questionnaire-Emotional Intelligence Version.** Download from : www.cimtp/wpqei%20/user%20guide%202004%20Revision.pdf 1999.

^{૩૪}R. D. Lane, Quinlan, D. M., Schwartz, D. E. & Walker, P. A. The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion. **Journal of Personality Assessment**, 55(2), 1990, pp. 124-134.,

^{૩૫}P. Patel & Patel H., **A Study of Emotional Intelligene of Higher Secondary School Students of Gujarat State in Relation to Certain Variables.** Major Research Project, New Delhi : UGC, 2005.

આ માપદંડ ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના સિદ્ધાંત આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય ચાર ઘટકોના માપન માટે રચાયેલ છે. આ માપદંડમાં ગોલમેનના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય ચાર ઘટકો : સ્વ-જાગૃતિ, સ્વ-સંચાલન, સામાજિક સભાનતા અને સામાજિક કૌશલના માપન માટે કુલ ૭૭ કલમો આપવામાં આવી છે. આ કસોટી પૂર્ણ કરવા સરેરાશ ૪૫ મિનિટ જેટલો સમય લાગે છે. આ કસોટીના અમલીકરણ અને ગુણાંકનને અંતે કુલ પાંચ પ્રકારના પ્રાપ્તાંકો મળે છે. કુલ સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય ચાર ઘટકો : સ્વ-જાગૃતિ, સ્વ-સંચાલન, સામાજિક સભાનતા અને સામાજિક કૌશલ અનુરૂપ પ્રાપ્તાંક.

આ કસોટીમા દરેક કલમ સામે પાત્રએ પ્રતિચાર માટે હંમેશા સાચું, ઘણીવાર સાચું, ભાગ્યે જ સાચું અને કદાપિ સાચુ નહીં, આ મુજબનો ચાર અંકી માપદંડ આપવામાં આવેલ છે. પાત્રએ ચારમાંથી એકની પસંદગી માપદંડ પર નિશાની કરી કરવાની હોય છે. કુલ પ્રાપ્તાંકના આધારે પાત્રની સાંવેગિક બુદ્ધિનું વર્ગીકરણ પાંચ વિભાગમાં કરવામાં આવે છે : નિમ્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ, સામાન્યથી ઓછી સાંવેગિક બુદ્ધિ, સામાન્ય સાંવેગિક બુદ્ધિ, સામાન્યથી વધુ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ.

આ કસોટી ગુજરાત રાજ્યના શહેરી અને ગ્રામીણ વિસ્તારની ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ માટે પ્રમાણિત કરવામાં આવી છે. કસોટી-પુનઃકસોટી દ્વારા વિશ્વસનીયતા આંક .૮૯ મળેલ. જ્યારે અર્ધવિચ્છેદન પદ્ધતિએ વિશ્વસનીયતા આંક .૮૫ મળેલ. ITEM INDEXની રીતે આ માપદંડની યથાર્થતા ગણવામાં આવેલ છે.

સમીક્ષા માટેના નમૂનામાં સમાવિષ્ટ સાત ઉપકરણો પૈકી ચાર ઉપકરણો ગોલમેને આપેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ મોડલ પર આધારિત હતાં. આ ચાર પૈકી એક ઉપકરણ ગોલમેન અને તેના સાથીદારો દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિના ચાર ઘટકો અને ૨૦ ક્ષમતાઓના માપન માટે પ્રમાણિત કરવામાં આવેલ છે. એક ઉપકરણ ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેના સંપૂર્ણ મોડલ પર આધારિત ગુજરાતી ભાષામાં ગુજરાતના પાત્રો પર પ્રમાણિત કરેલ છે. જ્યારે અન્ય પાંચ ઉપકરણો ગોલમેનના મોડલ અનુસાર અંશતઃ ક્ષમતાઓના માપન માટે અથવા અન્ય મોડલ અનુસાર રચવામાં આવેલ હતા. આથી પ્રયોજકને ગોલમેનના સંપૂર્ણ મોડલ આધારિત ગુજરાતી ભાષામાં પ્રમાણિત ઉપકરણ પોતાના અભ્યાસમાં ઉપયોગમાં લેવું વધુ યોગ્ય જણાયું હતું.

૮. સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો. જુદા જુદા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ આપેલી સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યા અને મોડલના અભ્યાસ પરથી ખ્યાલ આવે છે કે દરેક વ્યાખ્યા અને મોડલમાં સાંવેગિક બુદ્ધિના કેટલાંક ઘટકો સમાન છે તો કેટલાંક ઘટકો અન્યએ આપેલ ઘટકો કરતાં ભિલકુલ ભિન્ન છે. મોટાભાગના મનોવૈજ્ઞાનિકોએ આપેલ સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યામાં ગોલમેને આપેલ સાંવેગિક બુદ્ધિની વ્યાખ્યાની અસર જણાય આવે છે. આથી ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિ ઘટકો વધુ સ્વીકૃત જણાયાં છે.

આ ઘટકો આ મુજબ છે : (૧) સ્વ-જાગૃતિ (Self-awareness), (૨) મનોદશાનું વ્યવસ્થાપન (Mood Management), (૩) સ્વ-પ્રેરણ (Self-motivation), (૪) આવેશ નિયંત્રણ (Impulse control) અને (૫) લોક કૌશલ્ય (People Skills).

ઉપરોક્ત પાંચ ઘટકોને દોંગા (૨૦૦૪)^{૩૬}આ મુજબ વર્ણવે છે.

^{૩૬}એન. એસ. દોંગા, અધ્યયન, અધ્યાપન અને વિકાસનું મનોવિજ્ઞાન. અમદાવાદ : નિરવ પ્રકાશન. ૨૦૦૪.

સ્વ-જાગૃતિ : સ્વ-જાગૃતિ એ સાંવેગિક બુદ્ધિનો પાયાનો પથ્થર છે. સ્વ-જાગૃતિ એટલે પોતાની લાગણીઓને ઓળખવાની શક્તિ. જે વ્યક્તિ પોતાના સંવેગ વિષે વધુ ચોક્કસ છે તેઓ પોતાના જીવનનું સારું સંચાલન કરી શકે છે. સ્વ-જાગૃતિના વિકાસ માટે અજાગૃત લાગણીઓ સાથે સુમેળ રાખવો જરૂરી છે. ઉદાહરણ તરીકે, સર્પથી ડરતી વ્યક્તિને સર્પનું ચિત્ર બતાવવામાં આવે તો, ચિંતાતુરતાની નિશાનીરૂપે ચામડી પર પરસેવાના બિંદુ ઉપસી આવે છે, પછી ભલે વ્યક્તિ કહે કે તેને ભયનો અનુભવ થતો નથી. વ્યક્તિ તે ચિત્ર જુએ છે તે અંગે સંપૂર્ણ જાગૃત ન હોય તો પણ પરસેવો વળે છે.

આવા સંવેગો પ્રત્યે વ્યક્તિ ઈરાદાપૂર્વક પ્રયત્નથી વધુ જાગૃત બની શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે, કોઈ વ્યક્તિ તેના પ્રત્યે આકસ્મિક રીતે થયેલ ખરાબ વર્તનથી લાંબો સમય સુધી ગુસ્સે રહે છે. તે વ્યક્તિ ઘણીવાર આ ગુસ્સાની ઉત્તેજના ભૂલી ગઈ હોય છે. છતાં તેનામાં ગુસ્સાનો સંવેગ પડેલો તો હોય જ છે. જો વ્યક્તિ પોતાના સંવેગોનું મૂલ્યાંકન કરે તો તેને બદલી શકે છે.

મનોદશા વ્યવસ્થાપન : ખરાબ કે સારી મનોદશા જીવનને લહેજતદાર બનાવે છે અને ચારિત્ર્યનું ઘડતર કરે છે. તેની સમતુલા એ મનોદશા વ્યવસ્થાપનની ચાવી છે. આપણે જ્યારે સંવેગ વડે ઘસડાઈએ છીએ ત્યારે આપણા ઉપર આપણો નહીંવત્ કાબૂ હોય છે. બધી મનોદશા પૈકી ક્રોધાવેશનું વ્યવસ્થાપન સૌથી અઘરું છે. ઉદાહરણ તરીકે રસ્તામાં વાહન ચલાવતી વખતે કોઈ અન્ય વાહનચાલક સહેજ પણ અવિવેકી રીતે વાહન ચલાવે ત્યારે ગુસ્સો ઉત્પન્ન થાય છે. તેનું નિયંત્રણ કરવું મુશ્કેલ હોય છે.

ક્રોધાવેશના વ્યવસ્થાપન માટે વધુ અસરકારક પ્રયુક્તિ પરિસ્થિતિનું જાગૃતપણે વધુ ધનાત્મક રીતે પુનઃઅર્થઘટન કરવું તે છે. એવું વિચારે કે "કદાચ તેને કંઈ તાત્કાલિક કામ હશે" અન્ય ઉપાયો તરીકે કસરત, એકલા ચાલવા નિકળી જવું, ઊંડા શ્વાસ લેવા, ધ્યાન, પ્રાર્થના વગેરે મદદરૂપ બને છે.

સ્વ-પ્રેરણ : હકારાત્મક પ્રેરણ-ઉત્સાહ, ઉમંગ અને આત્મવિશ્વાસની લાગણીઓને સંગઠિત કરવી એ સાંવેગિક બુદ્ધિ માટે સર્વશ્રેષ્ઠ છે. વિશ્વકક્ષાના સંગીતકારો, ઓલમ્પિકના રમતવીરો વગેરેના અભ્યાસોએ દર્શાવ્યું છે કે તેઓમાં એક સામાન્ય લક્ષણ છે અને તે કઠોર તાલીમના નિત્યક્રમને આગળ ધપાવવાની પ્રેરણાશક્તિ છે.

કંઈ પણ પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારી જાતને પ્રેરિત કરવા માટે ત્રણ વસ્તુ જરૂરી છે : (૧) સ્પષ્ટ ધ્યેય, (૨) આશાવાદ અને (૩) કરી શકવાનું વલણ.

ઘણીવાર આશાવાદી કે નિરાશાવાદી અભિગમો જન્મજાત હોય છે, પરંતુ પ્રયત્ન અને મહાવરાથી નિરાશાવાદી વધુ આશાજનક વિચારો કરવાનું શીખી શકે છે. મનોવૈજ્ઞાનિકો કહે છે કે જો તમે, નકારાત્મક અને પરાજિત કરનાર વિચારો જેવા આવે કે તરત જ તેને પકડી શકો તો તમે મહાઉત્પાત કરનાર પરિસ્થિતિને ઓછી વિપત્તિકારક સ્વરૂપમાં ફેરવી શકો.

આવેશ નિયંત્રણ : ધ્યેયની પ્રાપ્તિ માટે આવેશને વિલંબિત કરવાની શક્તિ એ સાંવેગિક સ્વ-નિયંત્રણનો અર્ક છે. પ્રયોગોએ સાબિત કર્યું છે કે બાલ્યાવસ્થામાં કોઈ લાભ માટેની રાહ જોવાની શક્તિવાળાં બાળકો તરૂણાવસ્થામાં વધુ ક્ષમતાવાળા અને જીવનના વૈફલ્યોની સાથે સારી રીતે અનુકૂલિત થતાં જોવાં મળ્યાં છે. જ્યારે જેઓમાં આવી ધીરજ ન હતી તેઓ તરૂણાવસ્થામાં ઉગ્ર, હઠીલા, દુરાગ્રાહી, અનિર્ણાયક અને તણાવયુક્ત હતાં. આવેશ નિયંત્રણ માટે મહાવરાની જરૂર છે. જ્યારે તમે તાત્કાલિક લાલચનો સામનો કરી રહ્યા હો, ત્યારે તમે તમારા લાંબાગાળાના ધ્યેય પર તમારા મનને કેન્દ્રિત કરો.

લોક કૌશલ્ય : વ્યવસાયમાં, મિત્રતામાં અને કુટુંબમાં અન્ય લોકો શું અનુભવે છે તે જાણવાની શક્તિ એ એક મહત્ત્વની શક્તિ છે. આપણે પરસ્પર એકબીજાની મનોદશા ગ્રહણ કરીએ છીએ અને એકબીજામાં સૂક્ષ્મ અને ગૂઢ રીતે વહન કરીએ છીએ. ઉદાહરણ તરીકે કોઈ આપણને 'આપનો આત્માર' એમ કહે ત્યારે આપણે મનમાંથી કાઢી નાખ્યાની, સમર્થન આપ્યાની કે સાચી રીતે કદર કર્યાની લાગણી અનુભવીએ છીએ.

રોબર્ટ કેલી અને જેનેટ કપ્લાનના અભ્યાસમાં જોવા મળ્યું કે અમેરિકાની બેલ પ્રયોગશાળાના ઈજનેરો-વૈજ્ઞાનિકો બુદ્ધિઆંકમાં ટોચ પર હતા તેમાંથી કેટલાક સારી પ્રગતિ કરી શક્યા, જ્યારે બાકીના નિરાશ કે વ્યથિત હતા. સારી સિદ્ધિ ધરાવનાર પાત્રો અનેક લોકો સાથે પરસ્પર આંતરવૈયક્તિક સંબંધો ધરાવતા હતા.

૯. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ. ગોલમેને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિનો સિદ્ધાંત આપેલ છે. જેમાં તેણે સાંવેગિક બુદ્ધિને જુદી જુદી ક્ષમતાઓના સમૂહ તરીકે વર્ણવી છે. ગોલમેન(૧૯૯૮)^{૩૦}ના મતે આ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ વ્યક્તિ માટે જીવનમાં, સંબંધમાં કે વ્યવસાયમાં સફળતા કે નિષ્ફળતા નક્કી કરતી અગત્યની ક્ષમતાઓ છે. ગોલમેન સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની વ્યાખ્યા આપતા જણાવે છે કે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા એ વ્યક્તિને શીખવી શકાય તેવી સાંવેગિક બુદ્ધિ આધારિત ક્ષમતા કે આવડત છે, જેના પરિણામે વ્યક્તિ પોતાના કાર્યમાં અસામાન્ય કુશળતા દર્શાવી શકે છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ એ તેના પાંચ ક્ષેત્રો સ્વ-જાગૃતિ, સ્વ-પ્રેરણ, સ્વ-નિયંત્રણ, સમાનુભૂતિ અને સંબંધોમાં અનુકૂલન પર આધારિત વ્યવસહારુ કૌશલ્યો શીખવાની વ્યક્તિની સમર્થતા દર્શાવે છે. જ્યારે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા આ સમર્થતાને કાર્યકુશળતામાં રૂપાંતર કરવાની વ્યક્તિની આવડત છે. જુદી જુદી સાંવેગિક ક્ષમતાઓ જૂથમાં વહેંચાયેલી છે. દરેક ક્ષમતા કોઈ ને કોઈ સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક સાથે સંકળાયેલ છે. જો વ્યક્તિ ઊંચી સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી હશે તો તે આ ક્ષમતાઓ શ્રેષ્ઠ રીતે શીખી શકે છે અને પોતાના કાર્યમાં કે સંબંધોમાં આ કુશળતા દર્શાવી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

૧૦. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓનું વર્ગીકરણ. ગોલમેને તેના પુસ્તક Working With Emotional Intelligence(૧૯૯૮)^{૩૧}માં સાંવેગિક બુદ્ધિને ૨૫ જુદી જુદી ક્ષમતાઓના સમૂહ તરીકે વર્ણવી છે. તેણે આ ક્ષમતાઓને મુખ્ય બે ભાગમાં વિભાજિત કરી છે : (૧) વ્યક્તિગત ક્ષમતાઓ અને (૨) સામાજિક ક્ષમતાઓ. વ્યક્તિગત ક્ષમતાઓ વ્યક્તિની આંતરિક બાબતો સાથે સંકળાયેલ છે. જેમ કે જુદા જુદા સમયે વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગો અનુભવે છે તેની ઓળખ, પોતાના સંવેગોનું નિયંત્રણ, પોતાનું મૂલ્યાંકન વગેરે. જ્યારે સામાજિક ક્ષમતાઓ એ વ્યક્તિ સમાજના અન્ય લોકો જે સંવેગો અનુભવે છે, તેને ઓળખવાની તથા સમાજના અન્ય લોકો સાથે શ્રેષ્ઠ રીતે અનુકૂલન સાધવાની ક્ષમતા છે. સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકોને અનુરૂપ મુખ્ય બે ભાગમાં સમાવિષ્ટ ક્ષમતાઓ આકૃતિ-૨.૩માં દર્શાવેલ છે.

^{૩૦}Danial Goleman, *op. cit.*, p.28.

^{૩૧}Danial Goleman, *op. cit.*, pp.32-34..

વ્યક્તિગત ક્ષમતા	સામાજિક ક્ષમતા
સ્વ-જાગૃતિ	સમાનુભૂતિ
૧ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ	૧૩ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા
૨ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન	૧૪ અન્યનો વિકાસ કરવો
૩ આત્મ-વિશ્વાસ	૧૫ સેવા અભિમુખતા
સ્વ-વ્યવસ્થાપન	૧૬ તફાવતોને પહોંચી વળવું
૪ સાંવેગિક નિયંત્રણ	૧૭ રાજકીય જાગૃતિ
૫ વિશ્વાસપાત્રતા	લોક કૌશલ્યો
૬ ઈમાનદારી	૧૮ પ્રત્યાયન
૭ અનુકૂલનક્ષમતા	૧૯ પ્રભાવ
૮ નવવિચાર	૨૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન
સ્વ-પ્રેરણ	૨૧ નેતૃત્વ ક્ષમતા
૯ સિદ્ધિ પ્રેરણ	૨૨ પરિવર્તક ક્ષમતા
૧૦ પ્રતિબદ્ધતા	૨૩ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા
૧૧ પહેલ કરવાની ક્ષમતા	૨૪ સહકાર
૧૨ આશાવાદ	૨૫ જૂથ ક્ષમતા

આકૃતિ ૨.૩

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓનું વર્ગીકરણ

સાંવેગિક બુદ્ધિના આ પ્રત્યેક ઘટકો અને તેને અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓની વિસ્તૃત ચર્ચા અત્રે રજૂ કરવામાં આવી છે.

ઘટક-૧ સ્વ-જાગૃતિ. સ્વ-જાગૃતિ સાંવેગિક બુદ્ધિનું મુખ્ય ઘટક છે. સ્વ-જાગૃતિ એટલે વ્યક્તિની પોતાની સાથે સંબંધિત દરેક બાબતો, પ્રક્રિયાઓ, ક્ષમતાઓ કે મર્યાદાઓને ઓળખવી. વ્યક્તિ પોતે શુ છે, પોતે ચોક્કસ પરિસ્થિતિમાં કયા પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે કે કેવા પ્રકારનાં વર્તનો કરે છે, પોતાની શારીરિક કે માનસિક ક્ષમતાઓ કઈ કઈ છે, પોતાની મર્યાદાઓ શુ છે વગેરે જેવી પોતાની સાથે સંબંધિત અનેક બાબતો ઓળખવાની તથા તે અંગેની જાગૃતિ એટલે સ્વ-જાગૃતિ. સ્વ-જાગૃતિની મુખ્ય ત્રણ ક્ષમતાઓ છે : (૧) સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ, (૨) ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અને (૩) આત્મ-વિશ્વાસ

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ એ સ્વ-જાગૃતિની પાયાની ક્ષમતા છે. દિવસ દરમિયાન અનેક પરિસ્થિતિ, ઘટના કે અન્ય લોકો સાથે વ્યક્તિનો વ્યવહાર તેનામાં કોઈ ને કોઈ સંવેગના ઉદ્દીપક તરીકે કાર્ય કરે છે. આથી વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અનેક સામાન્યથી જટિલ પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે. આમાંથી કેટલાક સંવેગો હકારાત્મક(લાભકારક) તો કેટલાક સંવેગો નકારાત્મક(નુકશાનકારક) હોય છે. પરંતુ વ્યક્તિ ભાગ્યે જ પોતે અનુભવેલ સંવેગને ઓળખી શકે છે કે તેના અંગે જાગૃત હોય છે. એમાં પણ જટિલ સંવેગોને ઓળખવાનું ખૂબ જ મુશ્કેલ છે. વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગ અનુભવે છે તેને ઓળખવાની ક્ષમતા એટલે સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે, કારણ કે વ્યક્તિ જો પોતાના સંવેગોને ઓળખી શકશે નહીં તો તે પોતાના માટે નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકશે નહીં કે હકારાત્મક સંવેગોનો પોતાની કાર્યક્ષમતા અને સંબંધો સુધારવા માટે યોગ્ય ઉપયોગ કરી શકશે નહીં; જે વ્યક્તિ માટે શારીરિક, માનસિક કે લાંબા ગાળે સામાજિક રીતે નુકશાન પહોંચાડી શકે છે.

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન : સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક તરીકે સ્વ-જાગૃતિની બીજી અગત્યની ક્ષમતા પોતાની જાતનું ચોક્કસાઈપૂર્વક મૂલ્યાંકન કરાવની છે. આ ક્ષમતા દ્વારા વ્યક્તિ પોતાનું સમગ્રપણે પૃથક્કરણ કરી પોતાની ક્ષમતાઓ અને મર્યાદાઓ ઓળખી શકે છે. વ્યક્તિએ પોતાની કાર્યક્ષમતા વધારવા માટે સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવું જરૂરી છે. સ્વ-મૂલ્યાંકન દ્વારા પોતાની ખામી કે નબળાઈઓ ઓળખી તેને દૂર કરવામાં આવે તથા પોતાની ક્ષમતા અને વિશિષ્ટ શક્તિઓનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કરવામાં આવે ત્યારે જ વ્યક્તિ પોતાની કાર્યક્ષમતા વિકસાવી શકે છે અને પોતાના કાર્યમાં અસામાન્ય કુશળતા દાખવી શકે છે.

આત્મ-વિશ્વાસ : સ્વ-જાગૃતિની ત્રીજી અને અંતિમ ક્ષમતા આત્મવિશ્વાસ છે. આત્મવિશ્વાસ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના હકારાત્મક સંવેગો, પોતાની ક્ષમતાઓ કે વિશિષ્ટ શક્તિઓ પ્રત્યેની ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવે છે. વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતાઓનો ઉપયોગ કરી કોઈપણ કાર્ય શ્રેષ્ઠ રીતે ત્યારે જ કરી શકે જ્યારે વ્યક્તિને એ કાર્ય પોતે કરી શકશે એવી શ્રદ્ધા હોય-એવો વિશ્વાસ હોય. આમ, આત્મવિશ્વાસ એ શ્રેષ્ઠ કાર્યક્ષમતાની પૂર્વશરત છે. આત્મવિશ્વાસ ધરાવનાર વ્યક્તિ પોતાને પરિવર્તનશીલ, આગળ વધનાર માને છે. આવી વ્યક્તિ અન્યની તુલનામાં પોતાની ક્ષમતાનો વિકાસ થઈ રહ્યો છે એમ અનુભવે છે. આત્મવિશ્વાસની આવી આંતરિક શક્તિ દ્વારા તે પોતાના નિર્ણયો અને કાર્યોને વધુ ન્યાય આપી શકે છે, પોતાના વિરોધીઓ સામે નિડરતાથી ઊભી રહી શકે છે અને સરળતાથી અન્યોનું દબાણ અનુભવતી નથી.

ઘટક-૨ સ્વ-વ્યવસ્થાપન. સ્વ-જાગૃતિ પછીનું સાંવેગિક બુદ્ધિનું બીજું અગત્યનું ઘટક સ્વ-વ્યવસ્થાપન છે. સ્વ-વ્યવસ્થાપન એ વ્યક્તિની આંતરિક મનોદશા, આવેગો અને તે આધારિત વર્તનો અને કાર્યોનું વ્યવસ્થાપન કરવા સાથે સંબંધ ધરાવે છે. સ્વ-વ્યવસ્થાપનમાં આ મુજબની પાંચ સાંવેગિક ક્ષમતાઓનો સમાવેશ થાય છે : (૧) સ્વ-નિયંત્રણ, (૨) વિશ્વાસપાત્રતા, (૩) આંતર્વિવેકશીલતા-ઈમાનદારી, (૪) નવવિચાર અને (૫) અનુકૂલનક્ષમતા.

સ્વ-નિયંત્રણ : સ્વ-નિયંત્રણ એ સાંવેગિક બુદ્ધિની અગત્યની ક્ષમતા છે. સાંવેગિક જાગૃતિ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના સંવેગોને ઓળખે છે. જ્યારે સ્વ-નિયંત્રણની ક્ષમતા દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના નકારાત્મક અને પીડાદાયક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકે છે. ઉપરાંત સંવેગોને બદલી પણ શકે છે. સ્વ-નિયંત્રણ દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના વિચારો પર પણ નિયંત્રણ રાખી શકે છે. સ્વ-નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના સંવેગોની તીવ્રતા હેઠળ આવી કોઈ નુકશાનકારક પગલું ભરતી નથી. નકારાત્મક સંવેગો વ્યક્તિને શારીરિક, માનસિક કે સામાજિક રીતે નુકશાન પહોચાડે છે. આથી સ્વ-નિયંત્રણ દ્વારા નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ ખૂબ જ જરૂરી છે.

વિશ્વાસપાત્રતા (trustworthiness) : ઘણી વખત લોકો અમુક વ્યક્તિનો વિશ્વાસ કરતા હોતા નથી. કારણ કે તે જેવું કહે છે તેવું તેનું વર્તન હોતું નથી. નૈતિક દૃષ્ટિએ કે વ્યવહારુ દૃષ્ટિએ અયોગ્ય હોય તેવું કાર્ય કરે છે. જેથી લોકો તેનો વિશ્વાસ કરતા નથી. પરંતુ સ્વ-નિયંત્રણ દ્વારા વ્યક્તિ અનૈતિક, અયોગ્ય અને અપ્રમાણિક વર્તનો ઉપર નિયંત્રણ રાખી શકે છે અને એવું જ કાર્ય કરે છે જે નૈતિક દૃષ્ટિએ યોગ્ય અને પ્રામાણિક હોય, તે જેવું કહે છે તેવું જ વર્તન કરે છે. વ્યક્તિ પોતાના આ પ્રકારના વર્તનમાં સાતત્ય લાવી અન્ય વ્યક્તિઓનો વિશ્વાસ મેળવી શકે છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની વિશ્વાસ કેળવવાની ક્ષમતાને વિશ્વાસપાત્રતા કહેવામાં આવે છે.

આંતર્વિવેકશીલતા - ઇમાનદારી : આંતર્વિવેકશીલતા એટલે પ્રામાણિકતાથી શુદ્ધ દાનતથી, પૂરી તાકાતથી પોતાની ફરજો બજાવી અને એજ રીતે પોતાની જાતનું વ્યવસ્થાપન કરવું. આ ક્ષમતા વ્યક્તિની વચન અને શરતોના પાલન કરવા માટેની તથા વ્યક્તિની આધારભૂતતા અને જવાબદારી સ્વીકારવા માટેની ક્ષમતા છે.

નવવિચાર (innovation) : નવવિચાર એ વ્યક્તિની ઉમદા વિચાર કે ખ્યાલો શોધવાની, નવા અભિગમો કે નવી માહિતી ઉત્પન્ન કરવાની ક્ષમતા છે. આ ક્ષમતા સર્જનાત્મક વિચાર સાથે સંબંધિત છે. નવવિચારનું કાર્ય બોધાત્મક અને સાંવેગિક બંને પ્રકારનું છે. સર્જનાત્મક વિચારોનું સર્જન બોધાત્મક કાર્ય છે, જ્યારે તેનું મૂલ્ય જાણવું તેનો વિકાસ કરવો અને તેને અનુસરવા માટેની ક્ષમતાઓ સાંવેગિક છે. નવવિચાર માટે આત્મવિશ્વાસ, શરૂઆત કરવાની ક્ષમતા અને પ્રોત્સાહન મેળવવાની ક્ષમતા જરૂરી છે. કોઈપણ નવી વસ્તુ કે અભિગમોનું માત્ર સ્વપ્ન દેખનાર અને એ નવા વિચાર કે અભિગમને અનુસરી તેને વાસ્તવિક બનાવનાર બંનેમાં ઘણો તફાવત છે. સામાન્ય રીતે નવા વિચારોને વાસ્તવિક બનાવનારની સાંવેગિક બુદ્ધિ કક્ષા ઘણી ઊંચી હોય છે.

અનુકૂલનક્ષમતા (adaptability) : પ્રવર્તમાન સમય પરિવર્તનોનો સમય છે. આજે દરેક ક્ષેત્રમાં ઝડપી પરિવર્તનો આવી રહ્યા છે. ગઈકાલની પરિસ્થિતિ કરતા આજની પરિસ્થિતિ ભિન્ન છે, અને આજની પરિસ્થિતિ કરતા આવતીકાલની પરિસ્થિતિ બિલકુલ ભિન્ન હશે. આ પરિવર્તનોની સાથે સાથે વ્યક્તિએ પણ પોતાની માન્યતાઓ, વિચારસરણી, રહેણીકરણી, દષ્ટિકોણ વગેરેમાં પણ પરિવર્તન કરવું જરૂરી છે. ઉપરાંત આજે વ્યક્તિની સામાજિક ગતિશીલતા તથા ભૌગોલિક ગતિશીલતામાં પણ વધારો થયો છે. વ્યક્તિ જે નવા સામાજિક કે ભૌગોલિક વાતાવરણમાં જાય તે મુજબ પણ વ્યક્તિએ પોતાનામાં ફેરફાર કરવો જરૂરી બને છે. નવી પરિસ્થિતિને અનુકૂળ થઈને રહેવું પડે છે કે તે મુજબ પોતાની વિચારસરણી કે કાર્યપદ્ધતિમાં પણ ફેરફાર કરવો પડે છે; જેથી એ નવી પરિસ્થિતિમાં યોગ્ય રીતે રહી શકે છે, ટકી શકે છે કે પોતાનો વિકાસ કરી શકે છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને અનુકૂલનક્ષમતા કહે છે.

ઘટક ૩ સ્વ-પ્રેરણ. સ્વ-પ્રેરણ એ સાંવેગિક બુદ્ધિનું અગત્યનું ઘટક છે. વ્યક્તિ જે પણ કાર્ય કરે છે તેને માટે ચોક્કસ પ્રેરણ જવાબદાર હોય છે. માસ્લો વ્યક્તિના કોઈપણ કાર્ય પાછળના જવાબદાર પરિબળ તરીકે પ્રેરણ ગણે છે. તે પ્રેરણ તરીકે પ્રાથમિક જરૂરિયાત, સલામતીની જરૂરિયાત, સામાજિક જરૂરિયાત, પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાત, આત્મ-સાર્થકતાની જરૂરિયાત વગેરેને ગણે છે. વ્યક્તિની જે તે કાર્યમાં સફળતા માટે પ્રેરણ ખૂબ જ અગત્યની બાબત છે. હકારાત્મક પ્રેરણ જેમ કે ઉત્સાહ, ઉમંગ, આત્મ-વિશ્વાસની લાગણી વગેરેને સંગઠીત કરવા એ સાંવેગિક બુદ્ધિની નિશાની છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિમાં આ પ્રકારનું સ્વ-પ્રેરણ ખૂબ જ ઉચ્ચ પ્રમાણમાં હોય છે. જે વ્યક્તિ સ્વ-પ્રેરિત હોય તેની મુખ્ય ક્ષમતાઓ આ મુજબ હોય છે : (૧) સિદ્ધિ પ્રેરણ, (૨) પ્રતિબદ્ધતા, (૩) પહેલ કરવાની ક્ષમતા અને (૪) આશાવાદ.

સિદ્ધિ-પ્રેરણ (achievement drive) : પ્રેરણાનું સૌથી અગત્યનું પાસું એ સિદ્ધિ છે. વ્યક્તિ કોઈ પણ કાર્ય સિદ્ધિની અપેક્ષાએ જ કરે છે. તે જે કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરે છે તેમાં તે સિદ્ધિની અપેક્ષા રાખે છે અને સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય તે માટેના પ્રયત્નો કરે છે કે અમુક પ્રવૃત્તિઓ કરે છે. આ કાર્યમાં સિદ્ધિ મળતાં તે પ્રેરિત બને છે અને અગાઉ કરતા વધુ પડકારરૂપ કાર્ય કે ઊંચું ધ્યેય નક્કી કરે છે અને ધીરે ધીરે તે સિદ્ધિની ઉચ્ચ કક્ષાએ પહોંચે છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની પ્રેરણાશક્તિને સિદ્ધિ પ્રેરણ કહે છે તથા આવી વ્યક્તિને સિદ્ધિ પ્રેરિત વ્યક્તિ કહે છે.

પ્રતિબદ્ધતા (commitment) : પ્રતિબદ્ધતા એટલે નક્કી કરેલ કોઈ પણ કાર્ય કે કર્તવ્ય નું કોઈ પણ ભોગે પાલન કરવાની ભાવના અને એ માટેની તૈયારી તથા પ્રયત્નો. વ્યક્તિ પોતે જે સંસ્થા કે સમૂહ સાથે જોડાયેલ હોય તેના ઉચ્ચ પ્રકારના ધ્યેયોની પ્રાપ્તિ માટે સક્રિય રહેવાની વ્યક્તિની ક્ષમતા એ પ્રતિબદ્ધતા છે.

પહેલ કરવાની ક્ષમતા (initiative) : સ્વ-પ્રેરણની આ ક્ષમતા એ વ્યક્તિની નવા કાર્યની શરૂઆત કરવાની ક્ષમતા છે. આ ક્ષમતા દ્વારા વ્યક્તિ કોઈપણ પ્રકારના નવા કાર્યની તકને ઝડપી લે છે. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પ્રથમ કાર્ય કે પ્રવૃત્તિની શરૂઆત કરી ત્યાર બાદ તે પૂર્ણ કરવા માટેના પ્રયત્નો કરે છે.

આશાવાદ (optimism) : આશાવાદની ક્ષમતા ધરાવનાર વ્યક્તિ પોતે નક્કી કરેલ કાર્ય કે ધ્યેયમાં અનેક અડચણો કે અવરોધ હોવા છતાં તે કાર્ય પૂરું કરવાની કે ધ્યેય સિદ્ધિની આશા છોડતી નથી. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ નિષ્ફળતાના ભયને લીધે કોઈ પણ કાર્ય પડતું મૂકવાનું વિચારતી નથી.

ઘટક ૪ સમાનુભૂતિ. માનવી સામાજિક પ્રાણી છે. આથી વ્યક્તિએ કેટલીક સામાજિક ક્ષમતાઓ પણ કેળવવી પડે છે. સમાનુભૂતિ સામાજિક ક્ષમતા છે. સમાનુભૂતિ એટલે સરખી અનુભૂતિ. વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિઓને જે અનુભૂતિ થાય છે એ અનુભૂતિ અનુભવવાની ક્ષમતા કેળવવી પડે છે. વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિ કયા પ્રકારની લાગણી ધરાવે છે, કયા પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે, અન્ય વ્યક્તિ પોતાની કઈ આગવી લાક્ષણિકતા ધરાવે છે, અન્યની વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો શું છે તથા અન્યના વિકાસ માટે પોતે કઈ રીતે ઉપયોગી થઈ શકે તે બાબત જાણવી ખૂબ જ જરૂરી છે. વ્યક્તિની આ બાબતની ક્ષમતાઓ સમાનુભૂતિ સાથે સંબંધિત છે.

સમાનુભૂતિની પાંચ ક્ષમતાઓ છે : (૧) અન્ય વ્યક્તિઓને સમજવી, (૨) અન્ય વ્યક્તિઓનો વિકાસ કરવો, (૩) સેવા અભિમુખતા, (૪) તફાવતોને પહોંચી વળવાની ક્ષમતા અને (૫) રાજકીય જાગૃતિ.

અન્ય વ્યક્તિઓને સમજવી : આ ક્ષમતા સમાનુભૂતિ ધરાવનાર વ્યક્તિની પાયાની ક્ષમતા છે. માનવી સમાજના અન્ય માનવીઓ સાથે રહે છે. જેમ વ્યક્તિની પોતાની લાગણીઓ, સંવેગો, ક્ષમતા, મર્યાદાઓ કે જુદા જુદા દષ્ટિકોણો હોય છે એ જ રીતે અન્ય વ્યક્તિઓના સંવેગો, લાગણીઓ, ક્ષમતાઓ, મર્યાદાઓ કે જુદા જુદા દષ્ટિકોણો હોય છે. ઉપરાંત દરેક વ્યક્તિમાં આ સંવેગો, લાગણીઓ કે ક્ષમતાઓ જુદી જુદી હોય છે. દરેક વ્યક્તિના દષ્ટિકોણો પણ જુદા જુદા હોય છે. આથી અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધ કેળવવા માટે અન્ય વ્યક્તિઓ કયા પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે, તેમની ક્ષમતાઓ કે મર્યાદાઓ શું છે તથા તેઓનો દષ્ટિકોણ શું છે તે જાણવું ખૂબ જ જરૂરી છે. વ્યક્તિ પોતે જેટલી ચોક્કસતાથી પોતાના સંવેગો, લાગણીઓ, ક્ષમતાઓ અને મર્યાદાઓ સમજી શકે છે તેટલી જ ચોક્કસતાથી અન્યને પણ સમજી શકે છે.

અન્ય વ્યક્તિઓનો વિકાસ કરવો : સમાનુભૂતિ ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યને સમજ્યા બાદ અન્યનો વિકાસ કરી શકવાની ક્ષમતા પણ ધરાવે છે. અન્યની વિકાસાત્મક જરૂરિયાત સમજી તેને અનુરૂપ માર્ગદર્શન આપી, તેની જરૂરિયાતો સંતોષી તેની ક્ષમતાઓનો વિકાસ કરી શકાય. તે અન્યની ક્ષમતાઓને ઓળખી આ ક્ષમતાઓના યોગ્ય ઉપયોગ માટે માર્ગદર્શન આપી શકે છે, અન્ય વ્યક્તિઓની સિદ્ધિઓનો સ્વીકાર કરી તેને પ્રતિપોષણ આપી શકે છે અને અન્ય વ્યક્તિઓ માટે એવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે કે જેમાં તે પોતાની શક્તિઓ અને કૌશલ્યોનો મહત્તમ ઉપયોગ કરી શકે. તે અન્ય માટે પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે.

સેવા અભિમુખતા : સમાનુભૂતિ ધરાવનાર વ્યક્તિ પોતાની સાથે સંકળાયેલ અન્ય વ્યક્તિઓ પોતાની પાસેથી જે અપેક્ષાઓ રાખે છે તેને ઓળખવાની, સમજવાની અને એ અપેક્ષાઓ પૂર્ણ કરવાની ક્ષમતા ધરાવે છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતા એટલે સેવા અભિમુખતા. આવી વ્યક્તિ અન્યને પોતાની પાસેથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે તથા અન્યને પોતાનાથી શક્ય મદદ માટેની તૈયારી દર્શાવે છે.

તફાવતોને પહોંચી વળવાની ક્ષમતા : સમાજમાં જુદી જુદી ભાષા, ધર્મ, પ્રદેશના લોકો રહે છે. આ દરેક બાબત અનુસાર સમાજમાં લોકોનાં જુદાં જુદાં જૂથો બને છે. સમાજમાં એવી માન્યતા પ્રવર્તતી હોય છે કે અમૂક કાર્ય અમૂક જૂથના લોકો જ કરી શકે અને અમૂક જૂથના લોકો ન કરી શકે. દા.ત. સ્ત્રી-પુરુષનાં જૂથોમાં એવી માન્યતા પ્રવર્તતી હોય છે કે સ્ત્રીઓ ઉચ્ચ હોદ્દાઓ પર રહી નિર્ણયાત્મક કાર્યો ન કરી શકે. જ્યારે સ્ત્રીઓ આવા ઉચ્ચ હોદ્દાઓ પર જાય ત્યારે આવી માન્યતાઓનો સતત ભય તેમને રહે છે. તેને લીધે તે કાર્યક્ષમતા હોવા છતાં યોગ્ય રીતે કાર્ય કરી શકતી નથી. આવા ભયને Stereotype Threat તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આવો ભય કે ધારણા વ્યક્તિની ચિંતાતુરતાની કક્ષામાં વધારો કરે છે. સમાનુભૂતિ ધરાવનાર વ્યક્તિ અન્ય જૂથની વ્યક્તિમાં આ પ્રકારનો ભય ઓછો થાય તે માટેના પ્રયત્નો કરી શકે છે. તે જુદા જુદા લોકો સાથે સમતુલાથી કાર્ય કરવાની ક્ષમતા ધરાવે છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતા એટલે તફાવતોને પહોંચી વળવાની ક્ષમતા. અહીં વ્યક્તિ કોઈ એક વ્યક્તિ પ્રત્યે નહીં પણ સમગ્ર જૂથ પ્રત્યે સમાનુભૂતિ દર્શાવે છે.

રાજકીય જાગૃતિ : સમાજની દરેક વ્યક્તિ કોઈ ને કોઈ વ્યક્તિ, સમૂહ કે વ્યવસ્થાતંત્ર સાથે સંબંધ ધરાવે છે. જુદા જુદા સમૂહ કે વ્યવસ્થા પણ જુદા જુદા પ્રકારનાં જોડાણો કે સંબંધો ધરાવે છે. સમાજમાં કેટલીક વ્યક્તિ, સમૂહ કે વ્યવસ્થાતંત્ર એવાં પણ હોય છે જેના દષ્ટિકોણ કે સ્થાપિત હિત એકબીજાથી તદ્દન અલગ હોય છે. ત્યારે વ્યક્તિ આવા વ્યક્તિ, સમૂહ કે વ્યવસ્થાતંત્રનો વિરોધ પણ કરે છે. કઈ વ્યક્તિ સાથે સંબંધ રાખવા કે ન રાખવા ફાયદાકારક છે તથા અન્ય વ્યક્તિ, સમૂહ કે વ્યવસ્થાતંત્ર જે જોડાણો-સંબંધો ધરાવે છે તેની વાસ્તવિકતા શું છે તેને ઓળખવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની રાજકીય જાગૃતિ છે. રાજકીય જાગૃતિ દ્વારા વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિ કે સમૂહ પર પ્રભાવ ઊભો કરી શકે છે.

ઘટક ૫ લોક કૌશલ્યો. લોક કૌશલ્યોએ સમાજના અન્ય લોકો સાથેના વ્યવહારમાં અસરકારક રીતે વર્તન કરી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકવાની જુદી જુદી સામાજિક ક્ષમતાઓની શ્રેણી છે. વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિ સાથેના વ્યવહારમાં અન્ય સાથે અસરકારક રીતે વાતચીત કરવાની, અન્ય પર પ્રભાવ ઊભો કરવાની, અન્ય સાથેના સંઘર્ષ વખતે તેનું નિવારણ કરવાની, પોતાના સમૂહમાં નેતૃત્વ સ્વીકારવાની ક્ષમતા કેળવવી પડે છે. આ ક્ષમતાઓ લોક કૌશલ્યો સાથે સંબંધિત ક્ષમતાઓ છે.

લોક કૌશલ્યોની આઠ ક્ષમતાઓ છે : (૧) પ્રભાવ, (૨) પ્રત્યાયન, (૩) સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન, (૪) નેતૃત્વ શક્તિ, (૫) પરિવર્તક ક્ષમતા, (૬) સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા (સંયોજન ક્ષમતા), (૭) સહકાર અને (૮) જૂથ ક્ષમતા.

પ્રભાવ (Influence) : હાલના સમાજમાં વ્યક્તિએ અનેક લોકો, સંસ્થા કે સમૂહ સાથે કાર્ય કરવાનું હોય છે. પોતાના વિકાસ, હેતુઓની સિદ્ધિ વગેરે માટે બીજા અનેક લોકોનો સહયોગ લેવો પડે છે. બીજા લોકો પાસેથી જ્યારે કામ લેવાનું હોય ત્યારે એ તમામ લોકોને સાથે રાખવા જરૂરી છે. આથી વ્યક્તિએ આ તમામ લોકો પર વિચાર, વાણી અને વર્તનથી પ્રભાવ

પાડવાની આવડત કેળવવી જરૂરી છે. આ ક્ષમતા સામાજિક કૌશલ્યની પાયાની ક્ષમતા છે. અન્ય ઉપર પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે સમાનુભૂતિની ક્ષમતાનો વિકાસ પ્રથમ જરૂરી છે. અન્યના વિચાર, દષ્ટિબિંદુ, અન્યની લાગણીઓ કે અન્યની સ્થિતિ સમજ્યા વગર અસરકારક પ્રભાવ ઊભો કરી શકાતો નથી. અન્યની સ્થિતિ સમજી એ મૂજબ પોતાના વિચાર, વાણી, વર્તન અને બાહ્ય દેખાવ દ્વારા અસરકારક પ્રભાવ ઊભો કરી શકાય છે.

પ્રત્યાયન (communication) : પ્રત્યાયન એટલે એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ સંદેશાઓ, માહિતી કે સંકેતોની આપ-લે. પ્રત્યાયનમાં અન્યને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવા અને પોતાની વાત અન્યને સમજાય એ રીતે કરવાનો સમાવેશ થાય છે. પ્રત્યાયન માટે વ્યક્તિ શાબ્દિક કે અશાબ્દિક માધ્યમોનો ઉપયોગ કરે છે. વ્યક્તિ જે કહેવા માગે છે સાંભળનાર તે જ સમજે ત્યારે અસરકારક પ્રત્યાયન થયું ગણાય.

પ્રત્યાયન ઉપર ઘણી બાબતો અસર કરે છે. જેમ કે માહિતી મોકલનાર - બોલનારના સંવેગો કે લાગણીઓ, સાંભળનારની લાગણી, આસપાસનું પર્યાવરણ, અમુક માન્યતાઓ, ભાષામાં તફાવત વગેરે. જેને લીધે બોલનાર જે કહેવા માગે છે અને સાંભળનાર જે સમજે છે તેની વચ્ચે ગાળો રહી જાય છે. આમ ન બને તે માટે વ્યક્તિમાં અસરકારક પ્રત્યાયનક્ષમતા હોવી જરૂરી છે.

સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન (conflict management) : વ્યક્તિને તેના જીવનમાં અનેક વખત અન્ય વ્યક્તિ, જૂથ, કંપની, સમાજ કે કોઈ પરિસ્થિતિ સામે સંઘર્ષમાં ઊતરવું પડે છે. વ્યક્તિને તેની ભીતરમાં આંતરિક રીતે પણ સંઘર્ષ થતો હોય છે. દસ્તુર (૨૦૦૪) ચાર પ્રકારના સંઘર્ષો જણાવે છે : (૧) આંતરવૈયક્તિક, (૨) વ્યક્તિની અંદર, (૩) આંતર જૂથ અને (૪) જૂથની અંદર.

આજના સમાજમાં જેને કોઈને કોઈ પ્રકારનો સંઘર્ષ ન થયો હોય તેવો મનુષ્ય શોધવો અશક્ય છે. વ્યક્તિના જીવનમાં સંઘર્ષનાં અનેક કારણો છે, જેમ કે અન્યનો આધાર લેવો પડે, આપખુદ વર્તન, ધ્યેયોમાં તફાવત, કાર્યનો બદલો ન મળે, મોભામાં અસંગતતા, પ્રત્યાયનમાં અસ્પષ્ટતા, અયોગ્ય નિયમો-રીત-રિવાજો, ગેરસમજ વગેરે. આ બધાં કારણોને લીધે વ્યક્તિ-વ્યક્તિ કે વ્યક્તિનો અન્ય જૂથ કે સમાજ સાથે સંઘર્ષ થતો રહે છે. આ સંઘર્ષોનું નિવારણ થાય એ માટે સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા વ્યક્તિએ કેળવવી જરૂરી છે.

નેતૃત્વશક્તિ (Leadership) : નેતૃત્વશક્તિ એ અન્ય વ્યક્તિ કે જૂથને પ્રેરણા આપવાની તથા માર્ગદર્શન કે દિશા સૂચન કરવાની વ્યક્તિની ક્ષમતા છે. નેતાએ માર્ગદર્શન ઉપરાંત એ મુજબ પોતાનું વર્તન પણ કરવાનું છે. પોતાના વર્તન, વાણી અને રીતભાત દ્વારા અન્ય માટે મોડલ રૂપ બનવાનું છે. અસરકારક નેતા પોતાના વર્તનના પ્રતિવર્તનો પોતાના જૂથના સભ્યો પર જોઈ શકે છે. આમ, નેતા અરીસા સમાન હોવો જોઈએ. નેતાએ જૂથના સભ્યોમાં વિશ્વાસ ઊભો કરવો જરૂરી બાબત છે.

પરિવર્તક ક્ષમતા (change catalyst) : સમાજમાં અનેક પરિવર્તનો આવતા રહે છે. આ પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં ફેરફાર કરવો ખૂબ જ જરૂરી છે. પરંતુ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિની તેનાથી પણ ઉચ્ચ પ્રકારની ક્ષમતા પરિવર્તક ક્ષમતા છે. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ ખુદ પરિવર્તનના ઉદ્દીપક તરીકે એટલે કે પરિવર્તન લાવનાર બને છે. તે સમાજને પરિવર્તનની રાહ ચીંધનાર બને છે. પરિવર્તનના માહોલમાં લોકોને સાથે રાખી આગળ વધવાની આવડત ધરાવે છે. આ માટે સમાજ કે સમૂહનું માળખું બદલવું, તકનીકી

બદલવી, ભૌતિક કે શારીરિક ફેરફાર કરવા, લોકોના વલણમાં ફેરફાર જેવાં પરિવર્તનો વિશે વિચારવું પડે છે.

સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા (સંયોજન ક્ષમતા) (Building Bonds) : આજે કોઈ પણ વ્યક્તિ સંપૂર્ણ નથી. તેને અન્યની મદદ કે સહકારની જરૂર રહેવાની છે. પોતાના હેતુઓની સિદ્ધિ માટે વ્યક્તિએ પોતાની આસપાસના લોકો સાથે સંબંધો બાંધવાની આવડત કેળવવી પડે છે. પોતાની આસપાસના લોકોના યોગ્ય નેટવર્ક (જોડાણો) ઊભા કરવા જરૂરી છે. દસ્તુર(૨૦૦૪) ત્રણ પ્રકારના જોડાણ ઊભા કરવા જણાવે છે : (૧) પ્રત્યાયન જોડાણ, જે માહિતીના સ્રોત માટે ઊભું કરવામાં આવે છે, (૨) નિષ્ણાતોનું જોડાણ, જેના દ્વારા જરૂર પડયે માર્ગદર્શન અને સલાહ લઈ શકાય છે અને (૩) વિશ્વાસ જોડાણ(trust network), જેના પર તમે સંપૂર્ણ ભરોસો મૂકી શકો. મિત્રો કે સ્નેહીજનોનો આ જોડાણમાં સમાવેશ કરી શકાય. આ પ્રકારના સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે.

સહકાર (collaboration) : સહકારની ક્ષમતા એ સામૂહિક કે ભાગીદારીપૂર્ણ ધ્યેયો પાર પાડવા માટે અન્યને સાથે રાખીને કાર્ય કરવાની ક્ષમતા છે. ઘણા કાર્યો એવાં હોય છે કે જેના લાભ વ્યક્તિગત ન મળતા અન્ય વ્યક્તિઓને પણ મળે છે. આ કાર્ય વ્યક્તિગત ન કરતા અન્ય સાથે મળી સામૂહિક રીતે પાર પાડવા જોઈએ. જેથી એક બીજાની આવડતનો લાભ મળી શકે તથા સમય અને શ્રમનો બચાવ થાય. આ રીતે કાર્ય કરતી વખતે અન્ય વ્યક્તિઓની લાગણી, સંવેગો, આવડત, રુચિ વગેરેને ધ્યાનમાં રાખવી ખૂબ જ જરૂરી છે. આ ક્ષમતા એ વ્યક્તિની સહકારની ક્ષમતા છે.

જૂથ ક્ષમતા (team capabilities) : જૂથ ક્ષમતા એ લોક કૌશલ્યની અગત્યની ક્ષમતા છે. જૂથ ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવા પ્રકારની ક્ષમતા છે, જેના દ્વારા વ્યક્તિ જૂથ દ્વારા નક્કી કરવામાં આવતા ધ્યેયને સિદ્ધ કરવા માટે જૂથના અન્ય સભ્યો સાથે મળી અસરકારક રીતે કાર્ય કરી શકે છે, અન્ય વ્યક્તિ માટે મોડેલરૂપ અને મદદરૂપ બને છે તથા સહકારથી કાર્ય કરે છે. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ જૂથના ધ્યેયોની સિદ્ધિ માટે જૂથના દરેક સભ્યોને સક્રિય અને પૂરી તાકાતથી પ્રયત્નો કરવા માટે સમજાવે છે. જૂથની ઓળખ અને શાખ બચાવવા સતત પ્રયત્નશીલ રહે છે.

૧૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા. ગોલમેને (૧૯૯૮)^{૩૯} પોતાના સાંવેગિક બુદ્ધિ મોડલમાં આપેલી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ આ મુજબ વર્ણવી છે :

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે પોતાના સંવેગો તથા આ સંવેગોનાં કારણો જાણે છે.
૨. તે પોતાના સંવેગ અને પોતાના વિચાર વચ્ચેના સંબંધથી માહિતગાર હોય છે.
૩. તે પોતાના સંવેગો પોતાની કાર્યક્ષમતા પર શી રીતે અસર કરે છે તે જાણે છે.

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે પોતાની ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓથી માહિતગાર હોય છે.
૨. તે ચિન્તનાત્મક અને અનુભવોમાંથી શીખનાર હોય છે.
૩. તે પ્રતિપોષણ, નવા દષ્ટિકોણ, સતત શીખવા અને સ્વ-વિકાસ માટે હંમેશા તૈયાર હોય છે.

^{૩૯}Danial Goleman, op. cit., pp. 63-257.

આત્મ-વિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે પોતાની જાતને ખૂબ જ દઢતાથી રજૂ કરી પોતાની હાજરીની અસર પહોંચાડે છે.
૨. તે પોતાના દષ્ટિકોણ રજૂ કરી શકે છે અને સત્ય માટે વિરોધ પણ દર્શાવે છે.
૩. નિર્ણયાત્મક હોય છે. અચોક્કસતા કે દબાણ હોવા છતાં સંગીન નિર્ણયો લેવા સક્ષમ હોય છે.

સ્વ-નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. આવેગાત્મક લાગણીઓ અને પીડાદાયક સંવેગોનું યોગ્ય નિયંત્રણ કરી શકે છે.
૨. પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં પણ હકારાત્મક અને સ્વસ્થ રહી શકે છે.
૩. દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ વિચારી શકે છે પોતાની જાતને કેન્દ્રિત રાખી શકે છે.

વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. નૈતિક અને વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરે છે.
૨. વિશ્વસનીયતા અને પ્રામાણિકતા દ્વારા અન્યોમાં વિશ્વાસ ઊભો કરી શકે છે.
૩. પોતાની ભૂલોનો સ્વીકાર કરી શકે છે.
૪. બિન લોકપ્રિય હોવા છતાં મુશ્કેલ અને સિદ્ધાંતલક્ષી બાબતોનો પક્ષ લે છે.

ઈમાનદારી/આંતરવિવેકશીલતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. પ્રતિબદ્ધ હોય છે અને કોઈપણ ભોગે વચનનું પાલન કરે છે.
૨. ધ્યેયપ્રાપ્તિ માટે પોતાને જવાબદાર માને છે.
૩. પોતાના કાર્યમાં વ્યવસ્થિત અને કાળજી લેનાર હોય છે.

અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. અગ્રતાક્રમ સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે તથા ઝડપી પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે.
૨. બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાની વ્યૂહરચનાઓમાં ફેરફાર કરે છે.
૩. કોઈપણ ઘટનાને જોવાના સન્દર્ભમાં લવચીક હોય છે.

નવ વિચારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. જુદા જુદા સ્ત્રોતોમાંથી નવા ખ્યાલોને શોધે છે.
૨. સમસ્યાના વાસ્તવિક ઉકેલથી પ્રેરણા મેળવે છે.
૩. પોતાના વિચારમાં નૂતન દષ્ટિકોણ અને અને જોખમનો સ્વીકાર કરે છે.

સિદ્ધિ-પ્રેરિત વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખ હોય છે. પોતાના ધ્યેયો અને ધોરણોની પ્રાપ્તિ માટે ઉચ્ચ કક્ષાએ પ્રેરિત હોય છે.
૨. પડકારરૂપ ધ્યેયો નક્કી કરે છે અને તેમાં ગણતરીપૂર્વકનું જોખમ સ્વીકારે છે
૩. અચોક્કસતા ઘટાડવા અને વધુ સારી રીતે કાર્ય કરવાના રસ્તા શોધવા માહિતીનો યોગ્ય ઉપયોગ કરે છે.

પ્રતિબદ્ધતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. સંસ્થાના ધ્યેયોની સિદ્ધિ માટે પોતાની જાતને સમર્પિત કરે છે.
૨. નિર્ણયીકરણ અને પસંદગી વખતે સંસ્થાના પાયારૂપ મૂલ્યોનો ઉપયોગ કરે છે.
૩. જૂથના ઉદ્દેશોની પ્રાપ્તિ માટે કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે.

પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે.
૨. જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે.
૩. કાર્ય પૂરું કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે.
૪. અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરે છે.

આશાવાદ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. અડચણો-વિઘ્નો હોવા છતાં ધ્યેયોની પ્રાપ્તિ માટે દઢતાપૂર્વક પ્રયત્નો કરે છે.
૨. નિષ્ફળતાના ભય કરતા સફળતાની આશાને લીધે કાર્ય કરે છે.
૩. વિઘ્નોને વ્યક્તિગત મર્યાદા કરતા નિયંત્રિત પરિસ્થિતિનું પરિણામ ગણે છે.

અન્ય વ્યક્તિઓને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપે છે તથા સારી રીતે સાંભળી શકે છે.
૨. તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે તથા અન્યના દષ્ટિકોણો સમજી શકે છે.
૩. અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે.

અન્ય વ્યક્તિઓનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે.
૨. તે અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે.
૩. અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે.

સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે.
૨. તે અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે.
૩. અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે.

તફાવતોને પહોંચી વળવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે જુદાં જુદાં જૂથોના લોકો પ્રત્યે આદરભાવ અને સારા સંબંધ ધરાવે છે.
૨. તે વિવિધ જૂથોના દષ્ટિકોણ સમજી શકે છે. તફાવત પ્રત્યે સંવેદનશીલ હોય છે.
૩. તે વિવિધતાને એક તક તરીકે જૂએ છે.
૪. તે પૂર્વગ્રહોને પડકારે છે.

રાજકીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે .
૨. તે અગત્યનાં સામાજિક જોડાણો શોધી શકે છે.
૩. તે પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિના દષ્ટિકોણ અને કાર્યોને આકાર આપતાં બળોને ઓળખી શકે છે .

પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. લોકોનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે.
૨. સાંભળનાર સમક્ષ અરજ-અપીલની રજૂઆત અસરકારક રીતે કરે છે.
૩. પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવિત વ્યક્તિનો સહારો પણ લે છે.

પ્રત્યાયન ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. સંદેશાની આપ-લેમાં સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે તથા ઓળખે છે.
૨. સારી રીતે સાંભળે છે, સમજ દર્શાવે છે અને માહિતીનો પૂર્ણ ઉપયોગ કરે છે.
૩. સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ હોય છે.

સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે.
૨. જૂથ ચર્ચા અને ખુલ્લી ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે.
૩. મુશ્કેલ પરિસ્થિતિ કે લોકો સાથે win win solution પદ્ધતિપૂર્વક કાર્ય કરે છે.

અસરકારક નેતૃત્વક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે.
૨. જરૂર પડ્યે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે.
૩. અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે.
૪. ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે.

પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે.
૨. પરિવર્તનને સ્વીકારવા 'સ્ટેટસ ક્વો'ને પડકારે છે.
૩. અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે.
૪. અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે.

સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. વિશાળ અનોપચારિક જોડાણો સ્થાપી શકે છે અને તેને જાળવી શકે છે.
૨. પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે.
૩. કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધ-મિત્રતા બાંધે છે અને જાળવે છે.

સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. કાર્ય-હેતુ સિદ્ધિ તથા સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા રાખે છે.
૨. આયોજન, માહિતી અને સંશોધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકે છે.
૩. મિત્રતાભર્યું, સહકારયુક્ત વાતાવરણ જન્માવે છે.
૪. સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક તત્કાલ ઝડપી લે છે.

જૂથ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. જૂથના અન્ય સભ્યો માટે મોડલરૂપ અને મદદરૂપ બને છે.
૨. જૂથના ધ્યેયોની સિદ્ધિ માટે સભ્યોને સક્રિય અને પૂરી તાકાતથી પ્રયત્ન કરવા સમજાવે છે.
૩. જૂથની ઓળખ અને તેની શાખ બચાવવા સતત પ્રયત્નશીલ રહે છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના વર્ગીકરણ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓની ચર્ચા દ્વારા એ સ્પષ્ટ થયું છે કે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનું જે સાહિત્ય પ્રાપ્ય છે તેના વડે સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો, ઘટકોમાં સમાવિષ્ટ ક્ષમતાઓની સંકલ્પના અને તે ક્ષમતાઓ ધરાવતી વ્યક્તિઓની લાક્ષણિકતાઓ બરાબર સ્પષ્ટ થયેલી છે. આથી આ ક્ષમતાઓના સંકલ્પના સ્પષ્ટીકરણ અને આ ક્ષમતાઓ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓના આધારે પ્રયોજકને સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની રચના કરવામાં ઘણી મદદ મળી શકી હતી.

૧૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ/સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની અગત્ય. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને તેની ક્ષમતાને પ્રવર્તમાન સમયમાં ખૂબ અગત્યની ગણવામાં આવે છે. સમાજ, વ્યવસાય, શિક્ષણ વગેરે દરેક ક્ષેત્રમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ સફળતા માટે અસરકારક સાબિત થયેલ છે. સિંઘ (૨૦૦૪)^{૪૦} સમાજ અને શિક્ષણના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ અને તેની ક્ષમતાનું મહત્વ દર્શાવતા આ મુજબનાં તારણો રજૂ કરે છે.

^{૪૦}Dalip Singh, **Benifits of EQ**. Download from : [http://www.eqindia.com/emotional_intelligence_by_Dr_Dalip_Singh\(IAS\)_Benifits_of_EQ_welcome_to_eqindia.htm](http://www.eqindia.com/emotional_intelligence_by_Dr_Dalip_Singh(IAS)_Benifits_of_EQ_welcome_to_eqindia.htm).2004.

સામાજિક અને વ્યાવસાયિક સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનું મહત્ત્વ

૧. સામાન્ય રીતે ૮૦% માણસ EQ ને લીધે સફળ થાય છે. (ગોલમેન-૧૯૯૫).
૨. ૭૫% જેટલા વ્યવસાય અને કારકિર્દી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા પર આધારિત છે.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિની ક્ષમતા આશાવાદ અગત્યનું કૌશલ્ય છે. આશાવાદી વ્યક્તિ વધુ પ્રેરણા મેળવનાર, વધુ સફળ અને ઉચ્ચ કક્ષાની સિદ્ધિ મેળવનાર ઉપરાંત શારીરિક અને માનસિક રીતે અન્ય કરતા વધુ સ્વસ્થ હોય છે.
૪. જે લોકો અન્યના સંવેગો સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે તેઓ પરિવર્તનોને સરળતાથી પહોંચી વળે છે અને મજબૂત સામાજિક જોડાણો સ્થાપી શકે છે.
૫. સંવેગોને નિયંત્રિત કરવાની અને અન્યને સમજવાની વ્યક્તિની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની સફળતા માટે બુદ્ધિ કરતા વધુ મદદરૂપ બને છે.
૬. સામાજિક અને સાંવેગિક ક્ષમતાઓ વ્યક્તિની સફળતા અને મોભા માટે બુદ્ધિ કરતા ચાર ગણી વધુ અગત્યની અને અસરકારક છે.

શૈક્ષણિક સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનું મહત્ત્વ

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિની તાલીમ બાદ શિસ્ત અંગેની સમસ્યા ૮૫% જેટલી ઘટી હતી.
૨. સામાજિક અને સાંવેગિક કૌશલ્યો ઉચ્ચ શૈક્ષણિક સિદ્ધિનું સર્જન કરે છે.
૩. સંવેગોને લીધે મગજમાં રાસાયણિક પ્રક્રિયા વધુ થતાં મગજ વધુ કાર્યશીલ બને છે, જે માહિતી કે વિષયવસ્તુને પુનઃયાદ કરવામાં મદદરૂપ બને છે.
૪. સાંવેગિક બુદ્ધિની તાલીમ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં, અધ્યાપનમાં, સહકારમાં અને વર્ગખંડ સંબંધ સુધારવામાં ખૂબ જ મદદરૂપ થાય છે.
૫. ઉચ્ચકક્ષાની સ્મૃતિ શક્તિ કરતા સંવેગો મગજ માટે વધુ અગત્યના છે.
૬. જે લોકો બોડી લેગવેજ સમજવામાં નબળા હતા તેઓ ઓછા શૈક્ષણિક સફળ હતા.
૭. જે બાળકો સામાજિક કૌશલ્ય ધરાવતા હતા તેઓ પોતાના સહાધ્યાયી કે જેઓ સામાજિક કૌશલ્યમા નબળા હતા, તેઓ કરતા શૈક્ષણિક રીતે આગળ પડતા હતા.
૮. ચિંતાતુર કે હતાશ બાળકો અન્ય બાળકોની તુલનામાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિમાં નબળા હતા.
૯. સંવેગો સાંવેદનિક વિકાસ માટે મહત્ત્વના છે, કારણ કે તે મગજમાં માહિતીના સંગ્રહ અને પુનઃપ્રાપ્તિમાં મદદરૂપ બને છે.
૧૦. વ્યક્તિમાં સમાનુભૂતિની નિમ્ન કક્ષા નબળી શાળાકીય સિદ્ધિમાં પરિણમે છે.
૧૧. પોતાના શિક્ષકો તેની મદદ કરે છે અને કાળજી રાખે છે એમ માનતા વિદ્યાર્થીઓ પોતાના શૈક્ષણિક કાર્યમાં વધુ કાર્યરત હતા. તેઓ પોતાના કાર્યનું મૂલ્ય સમજતા હતા અને ઉચ્ચ શૈક્ષણિક ધ્યેય ધરાવતા હતા.
૧૨. Hope અને Optimism ની ટેસ્ટ પરના પ્રાપ્તાંકો SAT પરના પ્રાપ્તાંકો કરતા કોલેજની સિદ્ધિનું અનુમાન કરવામાં વધુ ચોક્કસ હતા.

૧૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ / સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો વિકાસ. પ્રવર્તમાન સમયમાં વ્યાવસાયિક, શૈક્ષણિક અને સામાજિક ક્ષેત્રે સાંવેગિક બુદ્ધિને મહત્વના પરિબળ તરીકે સ્વીકારવામાં આવ્યું છે. આથી શૈક્ષણિક અને વ્યાવસાયિકક્ષેત્ર વ્યક્તિમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનો કે તેની ક્ષમતાઓનો વિકાસ થાય તે માટેના તાલીમી કાર્યક્રમોની રચના અને તેના અમલીકરણ માટેના પ્રયાસો થઈ રહ્યા છે. જુદા જુદા મનોવૈજ્ઞાનિકો અને શિક્ષણશાસ્ત્રીઓએ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેના કાર્યક્રમોની રચના માટેના માર્ગદર્શક સૂચનો કે સિદ્ધાંતો પણ રજૂ કરેલા છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેના કેટલાક કાર્યક્રમો, સિદ્ધાંતો કે માર્ગદર્શક સૂચનોની સમીક્ષા અત્રે રજૂ કરવામાં આવી છે.

એડલ લીન(૨૦૦૨)^{૪૧}સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે તેના પ્રશિક્ષક કે તાલીમ આપનાર માટે માર્ગદર્શક સૂચનો રજૂ કરે છે. તેમના મતે વ્યક્તિની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસમાં તાલીમ આપનારનો ફાળો મહત્વનો છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ કે તેની ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે તાલીમ આપનારને છ માસથી એક વર્ષ જેટલો સમય જરૂરી છે.

લીન તાલીમ આપનાર માટે આ મુજબના દસ માર્ગદર્શક સૂચનો રજૂ કરે છે.

૧. તાલીમ આપનાર તજજ્ઞએ તાલીમાર્થીઓ માટે મોડલ રૂપ બનવું જોઈએ. તાલીમાર્થી સાથેની દરેક આંતરક્રિયા દરમિયાન સાંવેગિક બુદ્ધિ મુજબ મોડલરૂપ વ્યવહાર કરવો.
૨. તાલીમાર્થીઓ પોતાનું પ્રામાણિક મૂલ્યાંકન કરે તે માટે મદદ કરવી જોઈએ. તાલીમાર્થી મૂલ્યાંકનના સ્ત્રોતો અને પદ્ધતિ યોગ્ય રીતે પસંદ કરે તે જોવું જોઈએ. તાલીમ આપનાર દરેક તાલીમાર્થીની પરિસ્થિતિથી વાકેફ હાવો જોઈએ.
૩. તાલીમ આપનારે તાલીમાર્થીઓને તેમની વર્તમાનની માન્યતાઓ અને વર્તનોને ઓળખવામાં મદદ કરવી જોઈએ. તેમને કયા પ્રકારની માન્યતા કે વર્તનો મદદરૂપ બનશે, કઈ માન્યતા અને વર્તનો તેમની અસરકારકતામાં બાધારૂપ બનશે તેને ઓળખવા માટે મદદરૂપ બનવું જોઈએ.
૪. તાલીમાર્થી વાસ્તવિક ધ્યેયો નક્કી કરે તે માટે મદદ કરવી જોઈએ. ઉપરાંત પરિવર્તનો કઈ રીતે કરવા તે દર્શાવવું જોઈએ.
૫. વિચાર પ્રક્રિયાના અન્ય માર્ગો સૂચવવા જોઈએ. આ સમવયસ્ક જૂથ, પુસ્તકોના વાંચન કે અન્ય રીતો દ્વારા થઈ શકે.
૬. નવી માન્યતાઓ અને વર્તણૂકો માટે તાલીમાર્થી સમક્ષ પડકાર રજૂ કરવો જોઈએ.
૭. તાલીમાર્થીઓ પોતાની હાલની માન્યતાઓ અને વર્તણૂકમાંથી રચનાત્મક વર્તનો કે કાર્યો કરે એ માટે મદદ કરવી જોઈએ. આ નવાં વર્તનો પોતાના કાર્યમાં વારંવાર કરે તે માટે પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ.
૮. પોતાનામાં સુધારાના પ્રયત્નો કરી રહ્યા છે તેવા માટે હકારાત્મક પ્રતિપોષણ આપવા જોઈએ તથા અન્યો પણ તેમને હકારાત્મક પ્રતિપોષણ આપે એ માટેના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

^{૪૧}Adele B.Lynn, **The Emotional Intelligence Activity Book : 50 Activities for Promoting EQ at Work.** New York: HRD Press, 2004. p.5.

૯. તાલીમી કાર્યક્રમ કે પોતાના પ્રયત્નોનું શું પરિણામ આવ્યું તેનું પણ માપન કરવું જોઈએ. પરિણામોની જાણ તાલીમાર્થીઓને કરવી જોઈએ.
૧૦. પરિવર્તિત માન્યતાઓ અને વર્તનોના પરિણામરૂપ વર્તનોની જાણ કરવી જોઈએ કે જે તાલીમાર્થીઓના પ્રતિયારો સુધારે છે. તાલીમાર્થીઓના પ્રયત્નોની ઉજવણી કરવી જોઈએ અને તેની પ્રસંશા કરવી જોઈએ.

ગોલમેન(૧૯૯૮)^{૪૨}સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની તાલીમ માટેના આ મુજબના માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો રજૂ કરે છે.

૧. કાર્યનું મૂલ્યાંકન. તાલીમ વ્યક્તિને સોંપવામાં આવેલ કાર્યમાં અસરકારક કાર્યકુશળતા માટે જરૂરી સાંવેગિક ક્ષમતા પર કેન્દ્રિત હોવી જોઈએ.
૨. વ્યક્તિનું મૂલ્યાંકન. વ્યક્તિની ક્ષમતા અને મર્યાદાનું મૂલ્યાંકન કરી તેને કયા પ્રકારની ક્ષમતા વિકાસની જરૂરિયાત છે તેને આધારિત તાલીમનું માળખું નક્કી કરવું જોઈએ.
૩. વ્યક્તિના મૂલ્યાંકનની કાળજીપૂર્વક જાણ કરવી. વ્યક્તિની ક્ષમતા અને મર્યાદાના કરેલ મૂલ્યાંકનની જાણ વ્યક્તિને યોગ્ય રીતે સાંવેગિક બુદ્ધિપૂર્વક કરવી જોઈએ.
૪. તાલીમ માટેની વ્યક્તિની તૈયારી. લોકો જુદી જુદી કક્ષાએ તાલીમ માટે તૈયાર હોય છે. આથી વ્યક્તિની તાલીમ માટેની તૈયારી કેવી છે તે જાણવું જોઈએ. જો કોઈ તાલીમ માટે તૈયાર ન હોય તો તાલીમ પ્રથમ તૈયારીને કેન્દ્રિત હોવી જોઈએ.
૫. પ્રેરણા. વ્યક્તિ જે કક્ષાએ પ્રેરિત હશે તેટલી કક્ષાએ તે તાલીમમાં સામેલ થઈ શીખશે. આથી વ્યક્તિને તાલીમનો શો ફાયદો થશે અથવા બદલો મળશે તે બાબત સ્પષ્ટ કરવી જોઈએ.
૬. જ્યારે વ્યક્તિ પ્રત્યક્ષ રીતે અધ્યયન કાર્યક્રમ, પોતાની જરૂરિયાત, પ્રેરણા વગેરે નક્કી કરે છે ત્યારે તાલીમ અસરકારક બને છે. આથી વ્યક્તિ પોતાની મેળે પોતાના ધ્યેયો નક્કી કરે અને તે માટે પોતે જ આયોજન કરે તે માટે તેને પ્રોત્સાહિત કરવી જોઈએ.
૭. સ્પષ્ટ અને વ્યવસ્થિત ધ્યેયો પ્રત્યે કેન્દ્રિત. વ્યક્તિ પોતે જે ક્ષમતાનો વિકાસ કરવા માગે છે તે માટે અને તેના વિકાસ માટે કયા પગલા ભરવા તે માટે સ્પષ્ટ હોવી જોઈએ.
૮. ટેવોમાં ધીમું પરિવર્તન આવે છે. વ્યક્તિને પુનઃપ્રયત્ન માટે મદદ કરવી જોઈએ. ભૂલો દ્વારા પછીના સમયમાં પોતે વધુ સારી રીતે કાર્ય કરવા માટે તૈયાર થઈ શકે છે તે સમજાવવું જોઈએ.
૯. પ્રતિયાર આપવો. કાર્ય દરમિયાન વ્યક્તિમાં થતા સુધારા પ્રત્યેનો પ્રતિયાર વ્યક્તિને પ્રત્યક્ષ રીતે પરિવર્તન કરવા માટે પ્રોત્સાહિત અને મદદ કરે છે. આથી નિરીક્ષકો, મિત્રો, સમવયસ્ક જૂથો કે કોઈપણ સંબંધિત વ્યક્તિએ તેનામાં થયેલ ફેરફારની યોગ્ય રીતે જાણ કરવી જોઈએ.

^{૪૨}Danial Goleman, *op. cit.*, pp. 298-330.

૧૦. મહાવરા માટે પ્રોત્સાહન. કાયમી પરિવર્તનો લાંબા ગાળાનો તથા કાયમી મહાવરો માંગી લે છે. આથી કાર્ય દરમિયાન કે કાર્ય બાદ સતત મહાવરા માટે પ્રોત્સાહન પૂરું પાડવું જોઈએ. મહાવરા માટેની તકો ઊભી કરવી જોઈએ.
૧૧. સહકારની વ્યવસ્થા. સહકાર અને પ્રોત્સાહન માટે જોડાણો સ્થાપવા જોઈએ. પોતાનાં જેવાં જ પરિવર્તનો આણવા માંગતી વ્યક્તિઓ સહકાર અને પ્રોત્સાહન પૂરા પાડી શકે છે.
૧૨. મોડલની રજૂઆત. ઉચ્ચ મોભાદાર અને અસરકારક વ્યક્તિ કે જે ચોક્કસ ક્ષમતા દર્શાવી શકે છે, તે મોડલ તરીકે વર્તી શકે છે અને વ્યક્તિને પરિવર્તન માટે પ્રેરિત કરી શકે છે.
૧૩. પ્રોત્સાહન. પોતાના વ્યવસ્થાતંત્ર સાથે બંધબેસતા પરિવર્તનોને પ્રોત્સાહિત કરવા જોઈએ. કાર્યમાં, બઢતીમાં કે કાર્યકુશળતામાં પરિવર્તન જરૂરી છે એ દર્શાવવું જોઈએ.
૧૪. થયેલ પરિવર્તનને પ્રતિપોષણ. વ્યક્તિમાં થયેલ ફેરફારો માટે વ્યવસ્થાતંત્ર કે સંબંધિત વ્યક્તિએ યોગ્ય પ્રકારે પ્રતિપોષણ આપવું જોઈએ. જેમ કે વખાણ કરવા, આગળ પડતું સ્થાન આપવું કે તેની જવાબદારીનો વિસ્તાર કરવો.
૧૫. મૂલ્યાંકન. તાલીમ પહેલાના અને તાલીમ બાદના વ્યક્તિના પ્રયત્નો, ક્ષમતા કે કુશળતામાં ફેરફારનું મૂલ્યાંકન યોગ્ય પ્રયુક્તિ દ્વારા કરવું જોઈએ.

સિગલ(૨૦૦૦)^{૪૩} સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે દસ સોપાનીય અભ્યાસક્રમ રજૂ કરે છે. આ દસ સોપાનો આ મુજબ છે.

૧. શરીરની કાળજીને અગ્રતાક્રમ, જેમાં પૂરતો આરામ, કસરત તથા પોતાના ખોરાકની પોતાના પર સાંવેગિક, માનસિક કે શારીરિક રીતે શું અસર થાય છે તે જાણવું જોઈએ. યોગ્ય અને પ્રમાણસર ખોરાકનો મહાવરો આપવો.
૨. લાગણીઓ માટેની શોધ શરીરમાં કરવી, નહીં કે મસ્તિષ્કમાં.
૩. સાંવેગિક અનુભવ પર કેન્દ્રિત રહેવા માટે પૂરતો સમય લઈ આયોજન કરવું.
૪. આપણે જે કંઈપણ અનુભવીએ છીએ તેની સ્વીકૃતિ.
૫. આપણું હૃદય અન્ય સમક્ષ ખુલ્લું કરવું.
૬. એવાં કાર્યો કરવાં કે જે ઉપયોગી હોય અને સંબંધિત અનુભવ અપાવે.
૭. સમાનુભૂતિપૂર્વક સાંભળવું.
૮. તમે કઈ રીતે અનુભવો છો તે જણાવવું.
૯. પરિવર્તનોનો વિકાસ માટેની તકો તરીકે ઉપયોગ કરવો.
૧૦. તમે જ્યાં જાઓ ત્યાં તમારી સાથે કાર્યની ભાવના રાખવી.

^{૪૩}Jeanne Segal, **Raising Your Emotional Intelligence**. Mumbai : Magna Books, 2000. pp.235-236.

દસ્તુર (૨૦૦૨)^{૪૪} સાંવેગિક બુદ્ધિની તાલીમ માટેના સૂચનો આ મુજબ જણાવે છે.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિની તાલીમ નક્કી કરતી વખતે દરેક વ્યક્તિગત તાલીમાર્થીની જરૂરિયાતોનો અભ્યાસ કરવો પડે છે. આ જરૂરિયાતો નક્કી કરવા માટે તાલીમ આપનારમાં પણ સાંવેગિક બુદ્ધિક્ષમતા જોઈશે.
૨. જેને તાલીમની જરૂરિયાતનો અહેસાસ નથી તેને સાંવેગિક બુદ્ધિની તાલીમ આપવાનો અર્થ નથી.
૩. તાલીમથી થનારા ફાયદાની ચર્ચા પણ તાલીમની શરૂઆતમાં જ કરવી.
૪. તાલીમ લેતા દરેક તાલીમાર્થીની અંગત જરૂરિયાતો ઉપર ધ્યાન આપવાનું ફરજિયાત છે.
૫. જે ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાનો છે એ ક્ષમતાઓ ઉપર ધ્યાન આપતા રહેવું જરૂરી છે. એ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે જરૂરી મહાવરા માટે સમય પણ ફાળવવો જોઈએ.
૬. જે ક્ષમતાઓનો વિકાસ કરવાનો છે એને વર્તનમાં ફેરવવાનો પ્રયાસ તાલીમાર્થી વર્ગમાં, ઘરમાં કે ઓફિસમાં કેટલો કરે છે એનો ફીડબેક લેવાય એ જરૂરી છે.
૭. સંસ્થાની જરૂરિયાતોનો પણ ખ્યાલ રાખવો જોઈએ.
૮. તાલીમ પહેલાનું અને તાલીમ બાદનું તાલીમાર્થીઓનું વર્તન કેવું છે એનો ફીડબેક તાલીમ આપનારને મળતો રહે એ જરૂરી છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટેના ચાર સંશોધકો અને મનોવૈજ્ઞાનિકોના માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો અને સૂચનોની સમીક્ષા કરતા જણાય છે કે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસની તાલીમનું આયોજન કરવા માટે તાલીમ આપનારમાં સૌપ્રથમ ચોક્કસ પ્રકારની આવડત કે કુશળતા જરૂરી છે. સાંવેગિક બુદ્ધિના લીન, ગોલમેન અને દસ્તુર લગભગ સમાન પ્રકારના માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો અને સૂચનો રજૂ કરે છે. આ ત્રણેયના માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો અને સૂચનો તાલીમ આપનાર માટે જરૂરી ક્ષમતા રજૂ કરે છે. આ ક્ષમતા તાલીમાર્થીઓની જરૂરિયાત કે ક્ષમતાને ઓળખવાની, તેના માટે મોડલ કે મહાવરો પૂરો પાડવાની, તેનામાં પરિવર્તનો માટે પ્રોત્સાહિત કરવાની તથા તેનામાં આવેલ પરિવર્તનોને ઓળખી તેની જાણ કરી પ્રતિપોષણ આપવાની બાબતનો સમાવેશ થાય છે. સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સિગલે આપેલ માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો અને સૂચનો સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટેના વ્યવહારુ સોપાનોની શ્રેણી રજૂ કરે છે. આ સોપાનોના મહાવરા દ્વારા વ્યક્તિ પોતાનામાં સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરી શકે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસની તાલીમ માટેના માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો અને સૂચનોનો ઉપયોગ કરી સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસના વ્યવહારુ કાર્યક્રમો તૈયાર કરવા માટેનો પ્રયત્ન કરેલ હતો.

^{૪૪} બી. એન. દસ્તુર, ઇમોશનલિ ઇન્ટેલિજન્ટ લીડર/મેનેજર. મુંબઈ : નવભારત સાહિત્ય મંદિર, ૨૦૦૨. પૃ. ૧૨૮-૧૩૨.

પ્રકરણ - ૩

સંબંધિત સાહિત્યની વ્યવહારુ સમીક્ષા

૩.૧ પ્રાસ્તાવિક

પૂર્વે થયેલ સંશોધન કાર્ય પોતાના સંશોધન માટે પ્રયોજકને રસ્તો બતાવે છે. તેની દ્રષ્ટિ વિશાળ બનાવે છે. સંશોધન કાર્યની ઈમારતનો પાયો ગણીએ તો સંબંધિત પૂર્વે થયેલાં સંશોધનો છે. દેસાઈ(૧૯૭૦)^૧ પૂર્વે થયેલાં સંશોધન સાહિત્યની સમીક્ષાની અગત્ય આ પ્રમાણે દર્શાવે છે.

"સમસ્યાના વિકાસ માટે અને સંશોધન યોજનાની સૂઝ માટે સાહિત્યની સમીક્ષા અત્યંત જરૂરી બને છે. સાહિત્યની સમીક્ષા ખૂબ જ વિશદ્ હોવી જોઈએ અને તેમાં સમસ્યાનાં બધાં પાસાં સમાઈ જવા જોઈએ. અહીં માત્ર થઈ ગયેલા અભ્યાસોની નોંધ લેવાની નથી પરંતુ અભ્યાસોનું મૂલ્યાંકન પણ રજૂ થવું જોઈએ. સાહિત્યનાં સંપૂર્ણ નિષ્કર્ષ દ્વારા સમસ્યાની પૂર્વભૂમિકા સ્પષ્ટ થવી જોઈએ અને પ્રસ્તુત અભ્યાસની અગત્ય સ્પષ્ટ થવી જોઈએ."

ઉપર્યુક્ત બાબત લક્ષમાં લઈ સંશોધકે પ્રસ્તુત સંશોધન સાથે સંબંધિત ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનોનો અભ્યાસ કરી તેની વ્યવહારુ સમીક્ષા આ પ્રકરણમાં રજૂ કરી છે.

૩.૨ પૂર્વે થયેલાં સંબંધિત સંશોધનોની વ્યાવહારિક સમીક્ષા માટેના પ્રશ્નો

વ્યાવહારિક સમીક્ષા માટે પ્રસ્તુત સંશોધન સમસ્યાને સંબંધિત પૂર્વે થયેલાં સંશોધનોની માહિતી મેળવવા Fifth survey of Educational Research, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટીના શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવનમાં અને અન્ય યુનિવર્સિટીમાં ભૂતકાળમાં થયેલ પીએચ.ડી. કક્ષાનાં સંશોધનો ઉપરાંત જુદાં જુદાં શૈક્ષણિક સંશોધનનાં સામયિકોનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. અભ્યાસ પરથી જણાયું હતું કે સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત સંશોધનો ખૂબ ઓછા પ્રમાણમાં થયાં છે. છતાં પણ જે કેટલાંક સંશોધનો હાથ ધરાયાં છે તે આ ક્ષેત્રના મહત્ત્વ અંગે સંશોધકોની જાગૃતતા સૂચવે છે. આ ક્ષેત્રે જે કેટલાક સંશોધનો હાથ ધરાયાં હતાં તેની પ્રયોજકે પોતાના સંશોધનમાં આ મુજબના પ્રશ્નોને કેન્દ્રમાં રાખી સમીક્ષા કરી હતી.

૧. સમીક્ષામાં પસંદિત સંશોધનોની તરેહ શી છે ?
૨. સમીક્ષામાં પસંદિત સંશોધનો કઈ અભ્યાસકક્ષાએ હાથ ધરવામાં આવ્યાં છે ?
૩. સમીક્ષામાં પસંદિત સંશોધનોનાં હેતુઓ શા છે ?
૪. સમીક્ષામાં પસંદિત સંશોધનોમાં નમૂનાનાં પાત્રોની કક્ષા શી છે ?
૫. સમીક્ષા માટે પસંદિત સંશોધનોમાં નમૂનો કેટલો લેવામાં આવ્યો છે ?
૬. સમીક્ષા માટે પસંદિત સંશોધનોની પદ્ધતિ કઈ છે ?
૭. સમીક્ષા માટે પસંદિત સંશોધનોમાં કયા પરતંત્ર ચલનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે ?
૮. સમીક્ષા માટે પસંદિત સંશોધનોમાં માહિતી એકત્રીકરણ માટે કયા ઉપકરણોનો ઉપયોગ કરેલ છે ?
૯. સમીક્ષા માટે પસંદિત સંશોધનોમાં માહિતી પૃથક્કરણ માટે કઈ અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે ?

^૧ હરિભાઈ જી. દેસાઈ, સંશોધન અહેવાલ. રાજકોટ : સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, ૧૯૭૦, પૃ. ૧૩.

૧૦. સમીક્ષા માટે પસંદિત સંશોધનોનાં તારણો શા છે ?

ઉપરોક્ત પ્રશ્નોના ઉત્તરો મેળવવા માટે સંશોધકે પ્રસ્તુત અભ્યાસ સાથે સંબંધિત જે સંશોધનોની સમીક્ષા કરેલી તેના સારાંશ અહીં રજૂ કરેલ છે.

૩.૩ પૂર્વ થયેલાં સંબંધિત સંશોધનોના સારાંશ

ઘણાં વર્ષથી બુદ્ધિતત્ત્વ વ્યક્તિની સફળતા પર અસર કરનાર મહત્ત્વનું પરિબળ ગણવામાં આવ્યું; પરંતુ છેલ્લા દાયકાનાં સંશોધનોનાં પરિણામો પરથી જાણવા મળ્યું કે બુદ્ધિતત્ત્વ દરેક ક્ષેત્રમાં વ્યક્તિની સફળતા માટે અસરકારક નથી. અહીં કેટલાંક સંશોધનોની આ સન્દર્ભમાં સમીક્ષા કરવામાં આવી છે.

જ્યોર્જ વેલન્ટે(૧૯૭૭)^૨ ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક અને નિમ્નબુદ્ધિ આંક ધરાવતા ૮૫ વ્યક્તિઓનો જુદી જુદી બાબતોના સન્દર્ભમાં અભ્યાસ કર્યો હતો. આ અભ્યાસનાં તારણો મુજબ ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક ધરાવતી વ્યક્તિ નિમ્ન બુદ્ધિઆંક ધરાવતી વ્યક્તિઓની તુલનામાં પગારધોરણ, ઉત્પાદકતા, મોભો, કાર્ય-સંતોષ જેવી બાબતમાં નબળી જણાઈ હતી. મિત્રતા, કુટુંબ કે પ્રેમની બાબતમાં પણ ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક ધરાવતી વ્યક્તિઓ નિમ્ન બુદ્ધિઆંક ધરાવતી વ્યક્તિઓ કરતા ઓછી સુખી હતી. આ સંશોધનનાં પરિણામો બુદ્ધિઆંકની મર્યાદા દર્શાવે છે.

ફેલ્સમેન અને વેલન્ટ (૧૯૮૭)^૩એ પણ વ્યક્તિના બુદ્ધિઆંક અને તેઓ પોતાના કાર્ય કે જીવનમાં કેટલી સારી રીતે કાર્ય કરે છે તેના સંબંધનો અભ્યાસ કર્યો હતો. ૪૫૦ પાત્રો નમૂના તરીકે પસંદ કર્યા હતાં. આ સંશોધનમાં પણ બુદ્ધિઆંક અને તે કેટલી સારી રીતે કાર્ય કરે છે તે બાબત વચ્ચે સંબંધ જણાયો ન હતો. જે બુદ્ધિઆંકની મર્યાદા દર્શાવે છે.

કેરેન આર્નોલ્ડ અને ટેરી ડેની(૧૯૯૨)^૪એ હાઈસ્કૂલમાં ઉચ્ચગ્રેડ કે પોઈન્ટ મેળવનાર ૮૧ વિદ્યાર્થીઓનો તેઓને ભવિષ્યમાં પ્રાપ્ત થતી સફળતાના સન્દર્ભમાં અભ્યાસ કર્યો હતો. આ અભ્યાસનાં તારણો મુજબ આ પાત્રો તેઓના કોલેજના અભ્યાસમાં માત્ર સરેરાશ-સામાન્ય સફળતા પ્રાપ્ત કરી શક્યા હતા. જ્યારે ચારમાંથી માત્ર એક પાત્ર તેઓની વચકક્ષા ધરાવતા અન્ય વ્યક્તિની તુલનામાં સફળ રહ્યા હતા.

ઉપરોક્ત સંશોધનોનાં પરિણામો અમુક ક્ષેત્રમાં બુદ્ધિઆંકની મર્યાદા દર્શાવે છે. તેની સામે છેલ્લા દાયકામાં થયેલાં ઘણાં સંશોધનોનાં પરિણામો સાંવેગિક બાબતો સાથે સંબંધિત સાંવેગિક બુદ્ધિનું મહત્ત્વ સ્પષ્ટ કરે છે. અહીં કેટલાંક સંશોધનોની આ સન્દર્ભમાં સમીક્ષા કરવામાં આવી છે.

બેરેટ, લેન અને ગેરી (૨૦૦૦)^૫એ સાંવેગિક જાગૃતિનો અભ્યાસ જાતીયતાના સંદર્ભમાં કરેલો.

અભ્યાસનો મુખ્ય હેતુ સંકુલ સાંવેગિક જ્ઞાનને પ્રદર્શિત કરવાની ક્ષમતા પર જાતીયતાની અસર જાણવાનો હતો.

^૨George Vaillant, **Adaptation to Life**. Boston : Little, Brown, 1977.

^૩J.K. Felsman and Vaillant G.E., Resilient Children as Adults: A 40-Year Study. In EJ Anderson & BJ Cohler (Eds), **The Invulnerable Child**, NY : Guilford Press, 1987.

^૪ Karen Arnold and Terry Denny, A Study of Valedictorians. **The Chicago Tribune**, May 29, 1992.

^૫ Lisa Feldman Barrett, Lane, R. & E Gary. Sex Differences in Emotional Awareness. **Personality and Social Psychology**. 30, 2000, pp. 1027-1035.

અભ્યાસ માટે સાત જુદા જુદા નમૂના પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા. નમૂના-૧માં પ્રથમ અને દ્વિતીય વર્ષમાં અભ્યાસ કરતા ૯૪ વિદ્યાર્થીઓ, નમૂના-૨માં પુખ્ત વયની ૩૭૭ વ્યક્તિઓ જેમાં ૧૮૩ પુરુષો અને ૧૯૪ સ્ત્રીઓ, નમૂના-૩માં ૨૧૧ પૂર્વ સ્નાતક વિદ્યાર્થીઓ જેમાં ૯૬ પુરુષો, નમૂના-૪માં તબીબી વિદ્યાશાખાના પ્રથમ અને દ્વિતીય વર્ષમાં અભ્યાસ કરતા ૫૧ વિદ્યાર્થીઓ, નમૂના-૫માં ૬૧ પૂર્વ સ્નાતક વિદ્યાર્થીઓ જેમાં ૧૪ પુરુષો, નમૂના-૬માં ૯૨ પૂર્વ સ્નાતક વિદ્યાર્થીઓ જેમાં ૩૮ પુરુષો, નમૂના-૭માં ૩૩૧ તબીબી વિદ્યાશાખાના વિદ્યાર્થીઓ જેમાં ૩૮ પુરુષોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો.

ઉપકરણ તરીકે સાંવેગિક જાગૃતિના માપન માટે લેન(૧૯૯૦) રચિત લેવલ ઓફ ઈમોશનલ અવેરનેશ સ્કેલ(LEAS)નો ઉપયોગ કરેલ હતો. આ માપદંડમાં સંવેગ આધારિત ૨૦ પ્રસંગવર્ણન આપવામાં આવેલ. જેના સંદર્ભમાં પાત્ર અને પાત્રના મિત્ર શું અનુભવે છે તેનું વર્ણન કરવાનું હતું. આ કસોટીની વિશ્વસનીયતા $r = 0. ૮૪$ અને આલ્ફા આંક ૦.૮૧ હતો. બુદ્ધિના માપન માટે વેક્સલર એડલ્ટ ઈન્ટેલિજન્સ સ્કેલનો ઉપયોગ કરેલ હતો. અન્ય ઉપકરણ તરીકે શીપલે ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ લીવીંગ સ્કેલ (શીપલે ૧૯૯૦)નો ઉપયોગ કરવામાં આવેલ હતો.

સંશોધનનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. સ્ત્રીઓના LEAS પરના પ્રાપ્તાંકો પુરુષોના LEAS પરના પ્રાપ્તાંકો કરતાં સાતત્યપૂર્ણ વધુ જણાયા હતા.
૨. નમૂના-૧માં શાબ્દિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં કુમારો અને કન્યાઓના પ્રાપ્તાંકોમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળ્યો ન હતો.
૩. નમૂના-૪ અને ૬ માં કુમારો અને કન્યાઓના શાબ્દિક બુદ્ધિના પ્રાપ્તાંકોમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળ્યો હતો. નમૂના-૪માં કન્યાઓના શાબ્દિક બુદ્ધિના પ્રાપ્તાંકોમાં સાર્થક રીતે વધુ હતા. નમૂના-૬માં કુમારોના શાબ્દિક બુદ્ધિના પ્રાપ્તાંકો સાર્થક રીતે વધુ જણાયા હતા.
૪. ઉચ્ચ શાબ્દિક બુદ્ધિ ધરાવનાર પાત્રોના LEAS પરના પ્રાપ્તાંકો નિમ્ન શાબ્દિક બુદ્ધિ ધરાવનાર પાત્રોના LEAS પરના પ્રાપ્તાંકો કરતાં સાર્થક રીતે વધુ જણાયા હતા. આમ, LEAS પરના પ્રાપ્તાંકો અને શાબ્દિક બુદ્ધિના પ્રાપ્તાંકો વચ્ચે સાર્થક ધન સંબંધ જોવા મળ્યો હતો.

પાર્કર અને અન્યો(૨૦૦૧)^૬એ વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિમાં હાઈસ્કૂલથી યુનિવર્સિટી કક્ષા સુધીના અભ્યાસકાળ દરમિયાન થયેલ પરિવર્તનનો અભ્યાસ કર્યો હતો. આ માટે કોલેજના પ્રથમ વર્ષમાં અભ્યાસ કરતા ૩૭૨ વિદ્યાર્થીઓને નમૂના તરીકે પસંદ કરી કોલેજકાળના પહેલા માસમાં પાત્રોના સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી પરના પ્રાપ્તાંકો મેળવવામાં આવ્યા હતા. વર્ષના અંતે વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી પરના આ પ્રાપ્તાંકો વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. જે પાત્રો સાંવેગિક બુદ્ધિમાં ઊંચા પ્રાપ્તાંકો મેળવતા હતા તેની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ નીચી સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતાં પાત્રોની તુલનામાં ખૂબ જ ઊંચી હતી.

^૬J.D.A.Parker & Other, Emotional Intelligence and academic success : Examining the transition from high school to university. **Personality and Individual Differences**, 30, 2001, pp. 98 - 107.

પાર્કર અને અન્ય (૨૦૦૧)^૭ના અન્ય એક સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ અને એલેક્સથીમીયા(સંવેગોને યોગ્ય રીતે વ્યક્ત કરી શકવાની શક્તિ)વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. ૩૨.૫૩ ની સરેરાશ વયકક્ષા ધરાવતા ૭૩૪ પાત્રો નમૂના તરીકે પસંદ કરવામાં આવ્યાં હતાં. ઉપકરણ તરીકે એલેક્સથીમીયાના માપન માટે Twenty Item Toronto Alexithemia Scale અને સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે Baron Emotional Quatient Inventoryનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. અભ્યાસને અંતે સાંવેગિક બુદ્ધિ અને એલેક્સથીમીયા વચ્ચે સાર્થક સંબંધ જણાયો હતો. એટલે કે જે પાત્રો સાંવેગિક બુદ્ધિની બાબતમાં નબળા હતા તેઓ પોતાની લાગણી કે સંવેગોને યોગ્ય રીતે વ્યક્ત કરી શકતા ન હતા.

માથુર, દુબે અને મલ્હોત્રા (૨૦૦૩)^૮એ સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક તરીકે આરોપણગુણ, જવાબદારીની ભાવના અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના આંતરસંબંધોનો અભ્યાસ કર્યો હતો.

સહેતુક નમૂના પદ્ધતિ દ્વારા ૧૩ થી ૧૫ વર્ષની વયજૂથના ૮૩ પાત્રો પસંદ કરવામાં આવ્યાં હતાં. જેમાં ૪૭ કુમારો અને ૩૬ કન્યાઓનો સમાવેશ થયેલ હતો.

ઉપકરણ તરીકે વિદ્યાર્થીઓની એટ્રીબ્યુશન કક્ષા જાણવા માટે ઉદય પરીખની Asufa Inventory, જવાબદારીની ભાવનાના માપન માટે સ્વરચિત પ્રશ્નાવલિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ જાણવા માટે વિદ્યાર્થીઓનો જે તે શાળામાંથી પ્રાપ્ત શૈક્ષણિક રેકોર્ડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. પ્રાપ્ત માહિતીના પૃથક્કરણ માટે આવૃત્તિ વિતરણ અને ટકાવારીની ગણતરી કરવામાં આવી હતી. એટ્રીબ્યુશનના ઘટક તરીકે નિરાશાવાદ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચે કોઈપણ પ્રકારનો સંબંધ જણાયો ન હતો. જ્યારે નિસહાયતા અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ તથા આશાવાદ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચે સાર્થક સંબંધ જણાયો હતો. જવાબદારીની ભાવનાના સન્દર્ભમાં મોટાભાગનાં (૬૬.૨%) પાત્રો ઉચ્ચ પ્રાપ્તાંકો મેળવતાં હતાં. મોટાભાગનાં પાત્રો પોતાના કાર્યમાં જવાબદારીપૂર્વક અને ગંભીરતાથી કાર્ય કરતાં હતાં. શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સન્દર્ભમાં ૬૦% થી વધુ પાત્રો સામાન્ય કે સામાન્યથી ઊંચી શૈક્ષણિક સિદ્ધિ ધરાવતાં હતાં.

ક્રીસ પેરી (૨૦૦૪)^૯એ શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટેનું ઉપકરણ તૈયાર કરી શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ કર્યો હતો. હેતુને અનુરૂપ અભ્યાસ માટે ૩૫૭ તાલીમી શિક્ષકોની પસંદગી કરવામાં આવી હતી કે જેઓ ઓછામાં ઓછા ૨૦ દિવસનો શિક્ષક તરીકેનો અનુભવ ધરાવતા હતા.

પ્રસ્તુત અભ્યાસના પરિણામ મુજબ શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર શિક્ષકની જાતીયતાની સાર્થક અસર જણાઈ હતી. પુરુષ શિક્ષકો કરતા સ્ત્રી શિક્ષકો સામાજિક ક્ષમતાની બાબતમાં ચઢીયાતા જણાયા હતા. સમગ્ર નમૂનાના સાંવેગિક ઓળખ, સાંવેગિક સમજ અને સાંવેગિક વ્યવસ્થાપન ઘટકો પર ઊંચા પ્રાપ્તાંકો જોવા મળેલ હતા.

^૭J.D.A.Parker & Other, The relationship between emotional intelligence and alexithymia. **Personality and Individual Difference**, 30, 2001, pp. 107 - 115

^૮M. Mathur, Dube, S., & Malhotra, B., Emotional Intelligence : Interrelationship of Attribution, Taking Responsibility and Scholastic Performance in Adolescents. **Indian Psychological Review.**, 60(4), 2003, pp. 175-180.

^૯Chris Perry, **Emotional Intelligence and Teaching Situations : Development of a new measure.** : Deakin University, 2004.

પંડિત અને પઠાણ (૨૦૦૪)^{૧૦}એ માધ્યમિક શાળાના શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિનો શિક્ષકોની જાતીયતા અને ઉંમરના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કર્યો હતો.

અભ્યાસના હેતુઓ આ પ્રમાણે હતા.

૧. માધ્યમિક શાળાના શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિની કક્ષા જાણવી
૨. માધ્યમિક શાળાના સ્ત્રી શિક્ષકો અને પુરુષ શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિની તુલના કરવી.
૩. ભિન્ન વયજૂથ ધરાવતા શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિ કક્ષાની તુલના કરવી.

પ્રસ્તુત અભ્યાસ માટે મહારાષ્ટ્રના ધુલે જિલ્લાના ૩૫૦ પુરુષ શિક્ષકો અને ૧૫૦ સ્ત્રી શિક્ષકો સહિત કુલ ૫૦૦ શિક્ષકો પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા. આ શિક્ષકોને ૩૦ વર્ષથી નીચેના, ૩૧ થી ૪૫ વર્ષના અને ૪૬ થી ૫૦ વર્ષના ત્રણ જૂથમાં વહેંચવામાં આવ્યા હતા.

શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે ચંદા અને સિંગ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટીનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો, જે પાત્રની સાંવેગિક બુદ્ધિ કક્ષાને ઊંચી, સામાન્ય, નીચી અને ખૂબ જ નીચી એમ ચાર વિભાગમાં વહેંચે છે.

સંશોધનનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. સમગ્ર નમૂનાના શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિ કક્ષા ખૂબ જ નીચી જણાઈ હતી.
૨. ૬૪ % શિક્ષકો નીચી સાંવેગિક બુદ્ધિ અને ૩૪.૪% શિક્ષકો ખૂબ જ નીચી સાંવેગિક બુદ્ધિ કક્ષા ધરાવતા હતા.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સ્ત્રી શિક્ષકો અને પુરુષ શિક્ષકોમાં કોઈપણ પ્રકારનો તફાવત જણાયો ન હતો.
૪. ભિન્ન વયજૂથ ધરાવતા શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિમાં પણ સાર્થક તફાવત જણાયો ન હતો. આમ, શિક્ષકોની સાંવેગિક બુદ્ધિ તેની જાતીયતા અને ઉંમરથી સ્વતંત્ર જણાઈ હતી.

પટેલ અને પટેલ (૨૦૦૫)^{૧૧}એ યુજીસીના મેજર રીસર્ચ પ્રોજેક્ટ અન્વયે ગુજરાતના ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ કેટલાક ચલોના સંદર્ભમાં કર્યો હતો.

અભ્યાસના હેતુઓ આ પ્રમાણે હતા.

૧. ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડની રચના કરવી.
૨. જાતીયતા, વિસ્તાર, સામાજિક-આર્થિક સ્થિતિ, ચિંતાતુરતા, બુદ્ધિ અને સર્જનાત્મકતાના સંદર્ભમાં ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ કરવો.

^{૧૦}Bansibihari Pandit & Pathan, Y.G., Emotional Intelligence of Secondary Teachers. *Edutracks*, 4(4), 2004, pp.23-25.

^{૧૧}P. Patel & Patel H., A Study of Emotional Intelligene of Higher Secondary School Students of Gujarat State in Relation to Certain Variables. Major Research Project., New Delhi : UGC, 2005.

યાદચ્છિક નમૂના પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરી ૯૮૫૭ ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ નમૂના તરીકે પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા. અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ તરીકે સરાસરી, મધ્યસ્થ, પ્રમાણવિચલન, કાર્ણવર્ગ કસોટી અને t-કસોટીનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

ઉપકરણ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડની રચના કરવામાં આવી હતી. જેનો કસોટી - પુનઃકસોટી વિશ્વસનીયતા આંક ૦.૮૫ હતો. પટેલ અને પટેલ રચિત Socio-economic status scaleનો ઉપયોગ સામાજિક આર્થિક સ્થિતિ જાણવા માટે કરવામાં આવ્યો હતો.

અભ્યાસનાં મુખ્ય તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. શહેરી વિસ્તારના વિદ્યાર્થીઓ ગ્રામ્ય વિસ્તારના વિદ્યાર્થીઓ કરતા ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતા હતા.
૨. શહેરી વિસ્તારના કુમારો અને કન્યાઓ ગ્રામ્ય વિસ્તારના કુમારો અને કન્યાઓ કરતા ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતા હતા.
૩. નિમ્ન બુદ્ધિ ધરાવતા કુમારો ઉચ્ચ બુદ્ધિ ધરાવતા કુમારો કરતા વધુ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતા હતા.
૪. ઓછી ચિંતાતુરતા ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ વધુ ચિંતાતુરતા ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ કરતા ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતા હતા.

બિંદુ અને થોમસે(૨૦૦૬)^{૧૨} સાંવેગિક બુદ્ધિનો જાતીયતાના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કરેલ.

અભ્યાસનો મુખ્ય હેતુ બુદ્ધિ, સર્જનાત્મકતા, સાંવેગિક બુદ્ધિ અને અપાનુકૂલન વચ્ચેનો સંબંધ જાતીયતાના સંદર્ભમાં તપાસવાનો હતો.

સંશોધન માટે નમૂના તરીકે કેરલા યુનિવર્સિટીના જુદી જુદી વિદ્યાશાખાના ૨૭ પુરુષો અને ૬૩ સ્ત્રીઓ સહિત ૯૦ પાત્રોનો સમાવેશ કરેલ હતો.

અભ્યાસના હેતુને અનુરૂપ બુદ્ધિના માપન માટે મેથ્યુ (૧૯૭૩) રચિત મેથ્યુ ટેસ્ટ ઓફ મેન્ટલ અબિલીટી (અશાબ્દિક)નો ઉપયોગ કરેલ, જે બુદ્ધિના મુખ્ય ત્રણ ઘટક ગાણિતિક, અવકાશીય અને નિરીક્ષણ બુદ્ધિઆંકનું માપન કરતી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે થોમસ અને સુશમા (૨૦૦૩) રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ સંશોધનિકાનો ઉપયોગ કરેલ. ૫૦ કલમો ધરાવતી આ સંશોધનિકા સાંવેગિક બુદ્ધિનાં ત્રણ પેટા ઘટકો વૈયક્તિક કાર્યસાધકતા (personal efficacy), આંતરવૈયક્તિક કાર્યસાધકતા (interpersonal efficacy) અને વ્યક્તિની આંતરિક કાર્યસાધકતા (Intrapersonal efficacy)નું માપન કરતી હતી. કસોટીનો આંતરિક સાતત્ય આંક ૦.૮૮ હતો.

અપાનુકૂલનના માપન માટે મેથ્યુ માલએડજસ્ટમેન્ટ ઈન્વેન્ટરી(મેથ્યુ, ૧૯૭૫)નો ઉપયોગ કરેલ. અર્ધવિચ્છેદન પદ્ધતિએ આ કસોટીનો વિશ્વસનીયતા આંક કુમારો માટે ૦.૮૮ અને કન્યાઓ માટે ૦.૯૩ હતો.

^{૧૨}P. Bindu & Thomas I. Gender Differences in Emotional Intelligenc. *Psychological Studies*, 51, 2006, pp. 261-268.

સર્જનાત્મકતાના માપન માટે પાલ(૧૯૮૬) રચિત 'A New Test of Creativity'નો ઉપયોગ કરવામાં આવેલ. આ કસોટી સર્જનાત્મકતાના ત્રણ પાસાંઓ પ્રવાહિતા (fluency), લવચીકતા (flexibility) અને મૌલિકતા (originality)નાં માપન પર આધારિત હતી. આ કસોટીનો કસોટી-પુનઃકસોટી વિશ્વસનીયતા આંક ૦.૯૪ અને અર્ધવિચ્છેદન પદ્ધતિએ વિશ્વસનીયતા આંક ૦.૯૫ હતો.

સંશોધનનાં પરિણામો આ મુજબ હતાં.

૧. ચારેય કસોટીના જુદા જુદા પેટા ઘટકોના પ્રાપ્તાંકો અને કુલ પ્રાપ્તાંકો સહિત કુલ ૧૩ પ્રાપ્તાંકોમાંથી ૯ પ્રાપ્તાંકોમાં જાતીયતાની અસર જોવા મળી હતી. ગાણિતિક બુદ્ધિઆંક, અવકાશીય બુદ્ધિઆંક, કુલ બુદ્ધિઆંક, આંતરવૈયક્તિક કાર્યસાધકતા, આંતરિક કાર્યસાધકતા અને કુલ સાંવેગિક બુદ્ધિના કુમારોના સરાસરી પ્રાપ્તાંક કન્યાઓના સરાસરી પ્રાપ્તાંક કરતા કરતા સાર્થક રીતે વધુ હતા. જ્યારે અપાનુકૂલન, પ્રવાહિતા અને કુલ સર્જનાત્મકતાના કન્યાઓના સરેરાશ પ્રાપ્તાંક કુમારોના સરેરાશ પ્રાપ્તાંક કરતા સાર્થક રીતે વધુ હતા.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક તરીકે વૈયક્તિક કાર્યસાધકતાનો કુમારોના જૂથમાં પ્રવાહિતા સાથે સાર્થક ધન સંબંધ અને અપાનુકૂલન સાથે સાર્થક ઋણ સંબંધ જણાયો હતો, જ્યારે કન્યાઓના જૂથમાં માત્ર અપાનુકૂલન સાથે જ સાર્થક ઋણ સંબંધ જણાયો હતો.
૩. આંતરવૈયક્તિક કાર્યસાધકતાનો કુમારોના જૂથમાં અપાનુકૂલન સાથે કોઈ સંબંધ જણાયો ન હતો, જ્યારે કન્યાઓના જૂથમાં સાર્થક ઋણ સંબંધ જણાયો હતો.
૪. આંતરિક કાર્યસાધકતાનો કુમારોના જૂથમાં પ્રવાહિતા, કુલ સર્જનાત્મકતા અને અપાનુકૂલન સાથે સાર્થક ધન સંબંધ જણાયો હતો. જ્યારે કન્યાઓના જૂથમાં નિરીક્ષણ બુદ્ધિઆંક અને અપાનુકૂલન સાથે સાર્થક ધન સંબંધ જણાયો હતો.
૫. કુલ સાંવેગિક બુદ્ધિનો કુમારોના જૂથમાં અપાનુકૂલન સાથે સાર્થક ઋણ સંબંધ જણાયો હતો, જ્યારે પ્રવાહિતા અને કુલ સર્જનાત્મકતા સાથે ધન સંબંધ જણાયો હતો. કુલ સાંવેગિક બુદ્ધિનો કન્યાઓના જૂથમાં પણ અપાનુકૂલન સાથે ઋણ સંબંધ જણાયો હતો. પરંતુ અન્ય કોઈ ઘટક સાથે સાર્થક સંબંધ જણાયો ન હતો.

ગુપ્તા અને મહાજન (૨૦૦૬)^{૧૩}એ સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં કુમાર અને કન્યાઓનો તુલનાત્મક અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસના હેતુઓ આ પ્રમાણે હતા.

૧. કુમાર અને કન્યાઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનું માપન કરવું અને સાંવેગિક બુદ્ધિના ચાર ક્ષેત્રના સંદર્ભમાં તેની તુલના કરવી.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિના ચાર ક્ષેત્રના સંદર્ભમાં કુમાર અને કન્યાના સાંવેગિક બુદ્ધિના સરાસરી પ્રાપ્તાંકોની તુલના કરવી.

^{૧૩}Deepika Gupta & Mahajan Neeta, Emotional Intelligenc: A Holistic Approach to Life Success-A Comparative Study of EI in Adolescent Girls and Boys. **Gujarat Journal Of Psychology**, 20, 2006, pp. 49-53.

નમૂના તરીકે આગાની ઈન્ટરમીડીએટ કોલેજના ધોરણ-૧૧ના ૧૫ થી ૧૭ વર્ષની વયનાં ૫૦ પાત્રો પસંદ કરવામાં આવ્યાં હતાં.

હેતુને અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે મંગલ અને મંગલ(૨૦૦૪) રચિત પ્રમાણિત સાંવેગિક બુદ્ધિ સંશોધનિકાનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. આ સંશોધનિકા સાંવેગિક બુદ્ધિના ચાર મુખ્ય ક્ષેત્ર આંતરિક જાગૃતતા (Intrapersonal Awareness), આંતરવૈયક્તિક જાગૃતતા (Interpersonal Awareness), આંતરિક વ્યવસ્થાપન (Intrapersonal Management) અને આંતરવૈયક્તિક વ્યવસ્થાપન (Interpersonal Management)નું માપન કરતી હતી. પાત્રોની સામાન્ય માહિતી માટે સંશોધક દ્વારા રચિત પ્રશ્નાવલિનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ તરીકે આવૃત્તિ વિતરણ અને t-ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરવામાં આવેલ.

સંશોધનનાં પરિણામો આ મુજબ હતાં.

૧. કુમારોની તુલનામાં કન્યાઓ સાંવેગિક બુદ્ધિના ચારેય ક્ષેત્રોમાં ઉચ્ચગ્રેડ ધરાવતી હતી.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિના ચારેય ક્ષેત્રોના કુમારોના સરેરાશ પ્રાપ્તાંક કરતા કન્યાઓના સરેરાશ પ્રાપ્તાંક સાર્થક રીતે ઊંચા જણાયા હતા.

બંસલ(૨૦૦૭)^{૧૪}એ માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની વિજ્ઞાનની સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ અને આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ (SQ)ની અસર અંગે અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસના હેતુઓ આ મુજબ હતા.

૧. વિજ્ઞાનની ભિન્ન સિદ્ધિ ધરાવનાર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ કરવો.
૨. વિજ્ઞાનની ભિન્ન સિદ્ધિ ધરાવનાર વિદ્યાર્થીઓની અધ્યાત્મિક બુદ્ધિ(SQ)નો અભ્યાસ કરવો.
૩. વિદ્યાર્થીઓની વિજ્ઞાનની સિદ્ધિ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૪. વિદ્યાર્થીઓની વિજ્ઞાનની સિદ્ધિ અને આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ(SQ) વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.

નમૂના તરીકે મથુરા શહેરમાં ઈન્ટરમીડીએટ કૉલેજ(ધો.૧૧)માં અભ્યાસ કરતા ૧૫ થી ૧૮ વર્ષની વયના ૨૦૦ કુમાર યાદચ્છિક રીતે પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા.

ઉપકરણ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે અનુકુલ હેદે અને અન્યો રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ(EIS)નો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. જ્યારે વિજ્ઞાનની સિદ્ધિ જાણવા માટે પાત્રએ હાઈસ્કૂલમાં બોર્ડની પરીક્ષામાં મેળવેલ વિજ્ઞાન વિષયના પ્રાપ્તાંકનો ઉપયોગ કરેલ. આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ(SQ)ના માપન માટે ઝોહર અને માર્શલની પ્રશ્નાવલિના હિન્દી રૂપાંતરણનો ઉપયોગ કરવામાં આવેલ હતો.

^{૧૪}Ajaykumar Bansal, How EQ and SQ affects the science achievement of the secondary level students. **Indian journal of psychometry and education**, 38(1), 2007, pp.92-93.

સંશોધનનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. વિજ્ઞાન વિષયક સિદ્ધિ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચે ઉચ્ચ સાર્થક ધન સહસંબંધ ($r = 0.65$) જોવા મળ્યો હતો. અર્થાત્ વિજ્ઞાનની ઉચ્ચ સિદ્ધિ ધરાવનાર પાત્રો ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતા હતા. વિજ્ઞાનની સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ અસરકારક પરિભળ સાબિત થયું હતું.
૨. વિજ્ઞાન વિષયક સિદ્ધિ અને આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ (SQ) વચ્ચે ખૂબ જ ઉચ્ચ સાર્થક ધન સહસંબંધ ($r = 0.73$) જોવા મળ્યો હતો. અર્થાત્ વિજ્ઞાનની ઉચ્ચ સિદ્ધિ ધરાવનાર પાત્રો ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ ધરાવતા હતા. વિજ્ઞાનની સિદ્ધિ પર આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ (SQ) અસરકારક પરિભળ સાબિત થયું હતું.

થંગાપાંડીયન અને પૃથ્વીકાશીની (૨૦૦૭)^{૧૫}એ આઈ.ટી.વ્યાવસાયિકોની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંબંધમાં વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂકનો અભ્યાસ કરેલ હતો.

અભ્યાસનો મુખ્ય હેતુ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂકનાં જુદાં જુદાં પાસાંઓ વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવાનો હતો.

નમૂના તરીકે કોઈમ્બતુર શહેરમાં સોફ્ટવેર કંપનીમાં કામ કરતા ૭૦ સ્ત્રી-પુરુષોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો.

ઉપકરણ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે શટલ અને અન્ય(૧૯૯૮) રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો, જેમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનું માપન કરતી ૩૩ કલમો આપવામાં આવેલ હતી.

વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂકના માપન માટે ચૈતન્ય અને ત્રિપાઠી(૨૦૦૧) રચિત વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂક માપદંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. જે વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂકનાં પાંચ પાસાંઓ altruism, civic sense, સૌજન્ય (courtesy), ઉચ્ચઆદર્શ (conscientiousness) અને ખેલદીલીની ભાવના (sportsmanship)નું માપન કરે છે. જે સાત અંકી ક્રમમાપદંડ સ્વરૂપમાં છે.

અભ્યાસનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂક અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેનો સહસંબંધાક ૦.૬૭ મળેલ. જે સાર્થક જણાયો હતો. આમ, વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂક અને સાંવેગિક બુદ્ધિ બંને પરસ્પર સંબંધિત જણાયા હતા.
૨. વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂકનાં જુદાં જુદાં પાસાંઓ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચે પણ સાર્થક સંબંધ જણાય હતો. આમ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂકનાં પાસાંઓ altruism, civic sense, સૌજન્ય (courtesy), ઉચ્ચઆદર્શ (conscientiousness) અને ખેલદીલીની ભાવના (sportsmanship) વચ્ચેનાં સહસંબંધાકો અનુક્રમે, ૦.૬૧, ૦.૫૨, ૦.૬૩, ૦.૩૮ અને ૦.૫૧ જણાયા હતા, જે તમામ સાર્થક જણાયા હતા.

^{૧૫}R. Thangapandian & Prithivikashini P., Emotional Intelligence as related to organizational citizenship behaviour among IT professionals. **Indian journal of psychometry and education**, 38(1), 2007, pp.56-58.

એલ. ઉમાદેવી (૨૦૦૫)^{૧૬}એ સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો અને કેટલાક વ્યક્તિગત અને સામાજિક ચલો વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસનો મુખ્ય હેતુ તરુણોની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક તથા વ્યક્તિગત ચલો વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવાનો હતો.

અભ્યાસ માટે સ્વરચિત અને પ્રમાણિત સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટીનો ઉપયોગ કરેલ હતો, જે સાંવેગિક બુદ્ધિનાં પાંચ ઘટકો (૧) આંતરિક-Intrapersonal EQ, (૨) આંતરવૈયક્તિક -Interpersonal EQ, (૩) અનુકૂલનક્ષમતા-Adaptability EQ, (૪) તણાવ વ્યવસ્થાપન -Stress Management EQ અને (૫) સામાન્ય મનોદશા-General Mood EQ)નું માપન કરતી હતી.

સંશોધનનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. જેના માતા-પિતા ઉચ્ચ શિક્ષિત, સારો વ્યવસાય અને વધુ આવક ધરાવતા હતા તેવા તરુણો વધુ સામાજિક માન ધરાવતા હતા, તેઓ સામાજિક જવાબદારી સ્વીકારનાર, આશાવાદ ધરાવનાર અને વધુ ખુશ હતા. આમ, માતા, પિતાનું શિક્ષણ, વ્યવસાય અને આવક વ્યક્તિની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસમાં મહત્વનો ફાળો આપે છે.

મિશ્રા (૨૦૦૭)^{૧૭}એ સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં બી.એડ્. કોલેજના તાલીમાર્થી શિક્ષકોના તણાવનો અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસના મુખ્ય હેતુઓ આ મુજબ હતા.

૧. ઉચ્ચ અને નિમ્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવનાર બી.એડ્. તાલીમાર્થીઓનો તણાવ ઉત્પન્ન કરતા પરિબળોના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કરવો.
૨. બી.એડ્. તાલીમાર્થીઓના તણાવનો જાતીયતાના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કરવો.
૩. બી.એડ્. તાલીમાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો જાતીયતાના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કરવો.
૪. તણાવ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.

અભ્યાસના હેતુને અનુરૂપ માહિતી મેળવવા માટે નમૂના તરીકે અલાહાબાદ શહેરની બી.એડ્. કોલેજના ૭૫ તાલીમાર્થીઓનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો, જેમાં ૧૮ કુમાર અને ૫૭ કન્યા હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે મિશ્રા રચિત ટેસ્ટ ઓફ ઈમોશનલ ઈન્ટેલિજન્સ (TEI)નો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. તણાવના માપન માટે મિશ્રા રચિત સ્ટ્રેસ સ્કેલ ફોર સ્ટુડન્ટ ટીચરનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

^{૧૬} L.Umadevi, Relationship between the dimension of emotional intelligence of adolescents and selected personal and social variables, **Indian Psychological Review**, 64(1), 2005, pp.11-20.

^{૧૭} K. S. Mishra, Stres among emotionally intelligent student teachers. **Emotional Intelligence : Concept, Measurement and Research**, (pp. 101-110). Association for Educational Studies : Allahabad. 2007.

સંશોધનનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. બી.એડ. તાલીમાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને તણાવ પર જાતીયતાની અસર જોવા મળી ન હતી.
૨. બી.એડ. તાલીમાર્થીઓના તણાવ પર સાંવેગિક બુદ્ધિની અસર જોવા મળી ન હતી. એટલે કે ઉચ્ચ અને નિમ્ન સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવનાર બી.એડ. તાલીમાર્થીઓ સમાન તણાવ ધરાવતા હતા.

મિશ્રા (૨૦૦૭)^{૧૮}એ વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો વર્ગખંડ પર્યાવરણના સંદર્ભમાં અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસના મુખ્ય હેતુઓ આ મુજબ હતા.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં જુદાં જુદાં પાસાંઓ વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૨. ઉચ્ચ, મધ્યમ અને નિમ્ન પ્રકારના વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાત્રોની સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ કરવો.

સહેતુક નમૂના પદ્ધતિ દ્વારા અલાહાબાદ શહેરની શાળાના ધોરણ-૮માં અભ્યાસ કરતા ૫૧ વિદ્યાર્થીઓનો નમૂના તરીકે સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો.

સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે મિશ્રા રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રશ્નાવલિનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. વર્ગખંડ પર્યાવરણના માપન માટે મિશ્રા રચિત વર્ગખંડ પર્યાવરણ સંશોધનિકાનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો, જે વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં ચૌદ પાસાંઓ આધારિત હતી.

અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ તરીકે સહસંબંધાંક અને ANOVAનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

સંશોધનનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં ચૌદ પાસાંઓમાંથી દસ પાસાંઓ બદલો, સુવિધા, સામેલગીરી, પ્રોત્સાહન, લોકશાહી, સંતોષ, સ્વતંત્રતા, મનોરંજન, પક્ષપાતવૃત્તિ, શિષ્ટાચારનો સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સાર્થક ધન સહસંબંધ જોવા મળ્યો હતો. જ્યારે બે પાસાંઓ મતભેદ અને અસ્વીકારનો સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સાર્થક ઋણ સહસંબંધ જણાયો હતો. વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં બે પાસાંઓ સ્પર્ધા અને જ્ઞાનાત્મક ઘક્કો-cognitive thrustનો સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સાર્થક સંબંધ જણાયો ન હતો.
૨. બદલો, મતભેદ, પ્રોત્સાહન, સંતોષ, સ્પર્ધા, પક્ષપાતવૃત્તિ, શિષ્ટાચાર, જ્ઞાનાત્મક ઘક્કા જેવા વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાસાંઓના સંદર્ભમાં ઉચ્ચ, મધ્યમ અને નિમ્ન પ્રકારનાં પાત્રોની સાંવેગિક બુદ્ધિમાં તફાવત જણાયો ન હતો.

^{૧૮}K. S. Mishra, A Study of emotional intelligence amongs students in relation to classroom environment. **Emotional Intelligence : Concept, Measurement and Research**, (pp. 111-127). Association for Educational Studies : Allahabad. 2007.

૩. વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાસાંઓ સુવિધા, સામેલગીરી, લોકશાહી અને સ્વતંત્રતાના સંદર્ભમાં ઉચ્ચ વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાત્રોની સાંવેગિક બુદ્ધિ મધ્યમ વર્ગખંડ પર્યાવરણ અને નિમ્ન વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાત્રો કરતા વધુ હતી. અસ્વીકારના સંદર્ભમાં મધ્યમ વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાત્રોની સાંવેગિક બુદ્ધિ, ઉચ્ચ અને નિમ્ન વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાત્રો કરતા વધુ હતી.

મિશ્રા (૨૦૦૭)^{૧૯}એ વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સર્જનાત્મકતા વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસના મુખ્ય હેતુ આ મુજબ હતા.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શાબ્દિક પ્રવાહિતા (verbal fluency) વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શાબ્દિક લવચીકતા (verbal flexibility) વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શાબ્દિક મૌલિકતા (verbal originality) વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૪. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને આકૃતિ લવચીકતા (figural flexibility) વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૫. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને આકૃતિ વિસ્તૃતીકરણ (figural elaboration) વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૬. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને આકૃતિ મૌલિકતા (figural originality) વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.

અભ્યાસના હેતુ અનુરૂપ માહિતી મેળવવા માટે નમૂના તરીકે અલાહાબાદ શહેરની માધ્યમિક શાળાની પર કન્યાઓની પસંદગી કરવામાં આવી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે મિશ્રા રચિત ટેસ્ટ ઓફ ઈમોશનલ ઈન્ટેલિજન્સ (TEI)નો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. શાબ્દિક અને આકૃતિ(સાંકેતિક) સર્જનાત્મકતાના માપન માટે the verbal test of general creativity અને figural test of creativityનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ તરીકે સહસંબંધાંકની ગણતરી કરવામાં આવી હતી.

અભ્યાસનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શાબ્દિક પ્રવાહિતા, શાબ્દિક લવચીકતા, શાબ્દિક મૌલિકતા, આકૃતિ લવચીકતા અને આકૃતિ મૌલિકતા વચ્ચે સાર્થક સહસંબંધ જણાયો ન હતો.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને આકૃતિ વિસ્તૃતીકરણ વચ્ચે સાર્થક ઋણ સહસંબંધ જણાયો હતો.

^{૧૯}K. S. Mishra, Relationship between emotional intelligence and creativity amongs students. **Emotional Intelligence : Concept, Measurement and Research**, (pp. 128-131). Association for Educational Studies : Allahabad. 2007.

શાહ અને નુતનકુમાર(૨૦૦૮)^{૨૦} વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિની સમજ અને copingના માર્ગોનો અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસના હેતુઓ આ પ્રમાણે હતા.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિના જુદા જુદા ઘટકો(પોતાનામાં સંવેગોનું મૂલ્યાંકન, અન્યોમાં સંવેગોનું મૂલ્યાંકન, પોતાનામાં સંવેગોનું નિયંત્રણ અને સમસ્યા ઉકેલમાં સંવેગોનો ઉપયોગ) પર જાતીયતાની અસરનો અભ્યાસ કરવો.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિના જુદાં જુદાં ઘટકો અને copingના જુદા જુદા માર્ગો (સંઘર્ષાત્મક કોર્પીંગ, સ્વ-નિયંત્રણ, આયોજનબદ્ધ સમસ્યા ઉકેલ, હકારાત્મક સમસ્યા ઉકેલ, હકારાત્મક પુન:મૂલ્યાંકન અને જવાબદારીની સ્વીકૃતી) વચ્ચેનો સંબંધ તપાસવો.

નમૂના તરીકે પુના શહેરની કોલેજ અને યુનિવર્સિટીમાં અભ્યાસ કરતા ૧૮ થી ૨૫ વર્ષના ૧૯૭ પાત્રો પસંદ કરવામાં આવ્યાં હતાં, જેમાં ૮૦ પુરુષો અને ૧૧૭ સ્ત્રીઓનો સમાવેશ થયેલ હતો.

સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે શટલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો, જેમાં ૩૩ કલમો આપવામાં આવેલ છે. પાત્રોએ પાંચઅંકી માપદંડ પર કલમોના પ્રતિચાર આપવાના છે. copingના માર્ગોના માપન માટે લેઝારુસ અને ફોકમેન(૧૯૮૪) રચિત ways of coping questionnaireનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો, જેમાં ૮ પેટા માપદંડો સમાવિષ્ટ હતા : (૧) સંઘર્ષાત્મક કોર્પીંગ, (૨) સ્વ-નિયંત્રણ, (૩) આયોજનબદ્ધ સમસ્યા ઉકેલ, (૪) હકારાત્મક સમસ્યા ઉકેલ, (૫) હકારાત્મક પુન:મૂલ્યાંકન, (૬) જવાબદારીની સ્વીકૃતી, (૭) પલાયનાત્મક ત્યાગ અને (૮) distancing.

ANOVA અને સહસંબંધાંકની ગણતરી કરી માહિતીનું પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું.

અભ્યાસનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો પોતાનામાં સંવેગોનું મૂલ્યાંકન, અન્યોમાં સંવેગોનું મૂલ્યાંકન, પોતાનામાં સંવેગોનું નિયંત્રણ અને સમસ્યા ઉકેલમાં સંવેગોનો ઉપયોગ પર જાતીયતાની અસર જોવા મળી ન હતી.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો પોતાનામાં સંવેગોનું મૂલ્યાંકન અને અન્યોમાં સંવેગોનું મૂલ્યાંકનનો copingના માર્ગો આયોજનબદ્ધ સમસ્યા ઉકેલ અને હકારાત્મક પુન:મૂલ્યાંકન સાથે સાર્થક ધન સંબંધ જણાયો હતો.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક પોતાનામાં સંવેગોના નિયંત્રણનો copingના માર્ગો સંઘર્ષાત્મક કોર્પીંગ, સ્વ-નિયંત્રણ, આયોજનબદ્ધ સમસ્યા ઉકેલ, હકારાત્મક સમસ્યા ઉકેલ અને distancing સાથે સાર્થક ધન સંબંધ જણાયો હતો, જ્યારે પલાયનાત્મક ત્યાગ સાથે સાર્થક ઋણ સંબંધ જણાયો હતો.

^{૨૦}Mukti Shah & Nutankumar S. Thingujam, Perceived Emotional Intelligence and Ways of coping among students, *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(1), 2008, pp.83-91.

વિજયલક્ષ્મી અને અન્યએ(૨૦૦૮)^{૨૧}અનુસ્નાતક વિદ્યાર્થિનીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક અતડાપણાનો અભ્યાસ હાથ ધરેલ હતો.

અભ્યાસના મુખ્ય હેતુ આ મુજબ હતા.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક અતડાપણા વચ્ચેના સંબંધનો અભ્યાસ કરવો.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક અતડાપણાનો પાત્રોના રહેઠાણના પ્રકારના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કરવો.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક અતડાપણાનો પાત્રના જન્મક્રમના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કરવો.

નમૂના તરીકે દક્ષિણ ભારતમાં રહેતી ૪૭ અનુસ્નાતક વિદ્યાર્થિનીઓનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો, જેમાં ૨૬ ઘરે રહીને અને ૨૧ હોસ્ટેલમાં રહીને અભ્યાસ કરતી વિદ્યાર્થિનીઓ હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે શટલ(૧૯૯૮) રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો, જેમાં ૩૩ કલમો આપવામાં આવેલ છે. પાત્રએ કલમોના પ્રતિચાર પાંચઅંકી માપદંડ પર આપવાનો છે. કોનબેક આલ્ફા સ્વરૂપે વિશ્વસનીયતાઆંક ૦.૮૭ અને કસોટી-પુનઃકસોટી વિશ્વસનીયતાઆંક ૦.૭૮ છે. સામાજિક અતડાપણાના માપન માટે જોન્સ અને બ્રીગ્સ (૧૯૮૬) રચિત માપદંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. આ માપદંડમાં ૨૦ કલમો આપવામાં આવી છે. પાંચઅંકી માપદંડ પર પાત્રએ કલમોના પ્રતિચાર આપવાના હતા. કસોટી-પુનઃકસોટી વિશ્વસનીયતાઆંક પુરુષો માટે ૦.૮૧ અને સ્ત્રીઓ માટે ૦.૮૯ છે.

માહિતીના પૃથક્કરણ માટે અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ તરીકે સહસંબંધાકની ગણતરી કરવામાં આવી હતી.

અભ્યાસનાં તારણો આ મુજબ હતાં.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક અતડાપણા વચ્ચે ઋણ સાર્થક સહસંબંધ જોવા મળ્યો હતો.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક અતડાપણા પર પાત્રોના રહેઠાણના પ્રકારની કોઈ અસર જણાય ન હતી.
૩. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સામાજિક અતડાપણા પર પાત્રના જન્મક્રમની સાર્થક અસર જણાય ન હતી.

૩.૪ પૂર્વ થયેલાં સંશોધનોની સંયોજનાત્મક સમીક્ષા

પૂર્વ થયેલા સંશોધનોના સારાંશ બાદ વ્યાવહારિક સમીક્ષા માટેના દરેક પ્રશ્નનું નિરાકરણ કરવા માટે પૂર્વ થયેલાં સંબંધિત સંશોધનોની સંયોજનાત્મક સમીક્ષા કરવામાં આવી હતી. સંયોજનાત્મક સમીક્ષામાં દરેક પ્રશ્નનું નિરાકરણ કરવામાં આવ્યું હતું. અત્રે દરેક પ્રશ્નના સંદર્ભમાં તેની ચર્ચા રજૂ કરવામાં આવી છે.

^{૨૧}V. Vijaylaxmi & Others, Emotional Intelligence and Social Reticence of post graduate female students, *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(1), 2008, pp.93-100.

સમીક્ષામાં પસંદ કરેલ વીસ સંશોધનોમાંથી ત્રણ સંશોધનો જુદાં જુદાં ચલોના સંદર્ભમાં બુદ્ધિના અભ્યાસ અંગેનાં છે. આ સંશોધનો વર્ષ ૧૯૭૭, ૧૯૮૭ અને ૧૯૯૨નાં છે. આ સંશોધનોનાં તારણો અનુસાર બુદ્ધિતત્વ વ્યક્તિના પગાર, ઉત્પાદકતા, મોભો, કાર્ય-સંતોષ, કાર્ય કરવાની રીત, ભવિષ્યની સફળતા વગેરે પર અસર કરતું નથી. આ સંશોધનો બુદ્ધિની મર્યાદા સૂચવે છે.

બુદ્ધિની મર્યાદા સૂચવતાં આ સંશોધનો બાદના સમયગાળા દરમિયાન ૧૯૯૫માં સાંવેગિક બુદ્ધિ જેવી નૂતન સંકલ્પનાનો વિકાસ થયો. ત્યારબાદ આ અંગેના અભ્યાસો થયા. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સમીક્ષામાં પસંદ થયેલ એકવીસ સંશોધનોમાંથી સતર સંશોધનો સાંવેગિક બુદ્ધિના અભ્યાસ અંગેનાં છે. સમીક્ષામાં પસંદિત સાંવેગિક બુદ્ધિના આ સતર સંશોધનો વર્ષ ૨૦૦૦ થી ૨૦૦૮ સુધીના સમયગાળા દરમિયાન થયેલાં છે, જેમાં વર્ષ ૨૦૦૦ થી ૨૦૦૩ સુધીમાં ચાર સંશોધનો થયેલ છે. ૨૦૦૪ના વર્ષમાં બે સંશોધનો તથા ૨૦૦૫ના વર્ષમાં પણ બે સંશોધનો થયેલ છે. ૨૦૦૬ના વર્ષમાં બે સંશોધનો થયાં છે. સૌથી વધુ પાંચ સંશોધનો વર્ષ ૨૦૦૭માં થયાં છે. જ્યારે બે સંશોધનો વર્ષ ૨૦૦૮માં થયેલ છે. આમ, સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પનાના વિકાસ બાદ દર વર્ષે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સંશોધનોમાં ઉત્તરોત્તર વધારો થતો જોવા મળે છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં જે સતર સંશોધનો થયાં છે તેમાંથી સોળ સંશોધનો જુદાં જુદાં સંશોધન સામયિકો અને જર્નલમાં પ્રકાશિત થયેલાં સંશોધનો છે, જ્યારે એક સંશોધન યુ.જી.સી. મેજર રીસર્ચ પ્રોજેક્ટ કક્ષાએ હાથ ધરવામાં આવેલ છે.

પુરોગામી સંશોધનોની સમીક્ષા કરતા જણાયું કે આ સંશોધનોમાં મુખ્ય હેતુ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિનો જુદાં જુદાં ચલો જેવાં કે ચિંતાતુરતા, બુદ્ધિ, જાતીયતા, શૈક્ષણિક સિદ્ધિ, જવાબદારીની ભાવના, ઉંમર, સામાજિક-આર્થિક સ્તર, અપાનુકૂલન, સર્જનાત્મકતા, આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ, વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂક, તણાવ, coping અને વર્ગખંડ પર્યાવરણના સંદર્ભમાં સંબંધ તપાસવાનો છે.

સમીક્ષામાં પસંદિત સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સતર સંશોધનો જેના પર કરવામાં આવ્યાં છે તે નમૂનાનાં પાત્રોની કક્ષાની દૃષ્ટિએ કોલેજના વિદ્યાર્થીઓ પર ચાર સંશોધનો, ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ પર ચાર સંશોધનો, માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ પર પાંચ સંશોધનો અને બી.એડ્. કોલેજના તાલીમાર્થીઓ પર એક સંશોધન હાથ ધરવામાં આવ્યું છે. બે સંશોધનો શિક્ષકો પર અને એક સંશોધન સોફ્ટવેર કંપનીના કર્મચારીઓ પર હાથ ધરવામાં આવેલ છે. આમ, પુરોગામી સંશોધનોમાં પાત્રો માધ્યમિક શાળાથી બી.એડ્. કોલેજના તાલીમાર્થી સુધીની અભ્યાસકક્ષાનાં હતાં. ઉપરાંત શિક્ષકો અને કંપનીના કર્મચારીઓ પર પણ સંશોધન હાથ ધરવામાં આવેલ છે.

પુરોગામી સંશોધનોની સમીક્ષા કરતા જણાયું કે સાંવેગિક બુદ્ધિનાં સતર સંશોધનો જેના પર કરવામાં આવ્યાં છે તે નમૂનાનાં પાત્રોની સંખ્યા યુ.જી.સી. મેજર રીસર્ચ પ્રોજેક્ટ કક્ષાએ હાથ ધરવામાં આવેલ સંશોધનમાં ૯૮૫૭ છે. અન્ય સોળ સંશોધનમાં નમૂનાના પાત્રોની સંખ્યા ૪૭ થી ૭૩૪ સુધી છે. આ સોળ સંશોધનોમાંથી નવ સંશોધનોમાં નમૂનાનાં પાત્રોની સંખ્યા ૪૭ થી ૧૦૦ સુધીની છે. બે સંશોધનમાં પાત્રોની સંખ્યા ૧૦૦ થી ૨૦૦ સુધીની અને ત્રણ સંશોધનમાં નમૂનાનાં પાત્રોની સંખ્યા ૩૦૦ થી ૪૦૦ છે. જ્યારે એક સંશોધનમાં નમૂનાના પાત્રોની સંખ્યા ૫૦૦ હતી અને એક સંશોધનમાં નમૂનાના પાત્રોની સંખ્યા ૭૩૪ હતી. આમ,

સમીક્ષામાં પસંદિત સંશોધનોમાં નમૂનાનાં પાત્રોની સંખ્યા ૪૭ થી ૭૩૪ સુધીની છે. પરંતુ સૌથી વધુ સંશોધનો ૪૭ થી ૧૦૦ સુધીના નમૂનાનાં પાત્રો પસંદ કરી હાથ ધરવામાં આવ્યાં છે.

સમીક્ષામાં પસંદિત સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં તમામ સતર સંશોધનોમાં સંશોધનની પદ્ધતિ સર્વેક્ષણ પ્રકારની છે.

પુરોગામી સંશોધનોની સમીક્ષા કરતા જણાયું છે કે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સતર સંશોધનોમાંથી તેર સંશોધનોમાં પરતંત્ર ચલ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે. એક સંશોધનમાં સાંવેગિક જાગૃતિનો પરતંત્ર ચલ તરીકે અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે. એક સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિની સાથે સાથે પરતંત્ર ચલ તરીકે તણાવનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે. પરતંત્ર ચલ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો ન હોય તેવાં ત્રણ સંશોધનો છે. જેમાં પરતંત્ર ચલ તરીકે શૈક્ષણિક સિદ્ધિનો અને સ્વતંત્ર ચલ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિનો અભ્યાસ હાથ ધરવામાં આવ્યો છે.

પુરોગામી સંશોધનોની સમીક્ષા કરતા જણાય છે કે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સંશોધનોમાં સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે ક્રિસ પેરી રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી, ચંદા અને સિંગ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી, થોમસ અને સુખ્યા રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ સંશોધનિકા, મંગલ અને મંગલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ સંશોધનિકા, હેદે અને અન્ય રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ, ઉમાદેવી રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટી અને પટેલ અને પટેલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડનો એક-એક સંશોધનમાં ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. શટલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડનો ઉપયોગ ત્રણ સંશોધનોમાં અને મિશ્રા રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટીનો ઉપયોગ ત્રણ સંશોધનોમાં કરવામાં આવ્યો છે. સાંવેગિક જાગૃતિના માપન માટે લેન રચિત લેવલ ઓફ ઈમોશનલ અવેરનેસ સ્કેલનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સિવાયના અન્ય ચલોના માપનમાં બુદ્ધિના માપન માટે વેક્સલર એડલ્ટ ઈન્ટેલિજન્સ સ્કેલ અને દેશાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટીનો એક એક સંશોધનમાં ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. એક સંશોધનોમાં ચિંતાતુરતાના માપન માટે પટેલ અને પટેલ રચિત ચિંતાતુરતા માપદંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. સામાજિક આર્થિક સ્તરના માપન માટે પટેલ અને પટેલ રચિત સામાજિક આર્થિક સ્તર માપદંડ, અપાનુકૂલનના માપન માટે મેથ્યુ માલએડજસ્ટમેન્ટ ઈન્વેન્ટરી, આધ્યાત્મિક બુદ્ધિના માપન માટે ઝોહર અને માર્શલની પ્રશ્નાવલીના હિન્દી રૂપાંતર, વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂકના માપન માટે ચૈતન્ય અને ત્રિપાઠી રચિત વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂક માપદંડ, તણાવના માપન માટે મિશ્રા રચિત સ્ટ્રેસ સ્કેલ ફોર સ્ટુડન્ટ-ટીચર, વર્ગખંડ પર્યાવરણના માપન માટે મિશ્રા રચિત વર્ગખંડ પર્યાવરણ પ્રશ્નાવલી, copingના માર્ગોના માપન માટે લેઝારુસ અને ફોકમેન રચિત ways of coping questionnaire, સામાજિક અતડાપણાના માપન માટે જોન્સ અને બ્રીગઝ રચિત સામાજિક અતડાપણા માપદંડ, જીવનઘોરણના માપન માટે શીપલે ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ લીવીંગ સ્કેલ, જવાબદારીની ભાવનાના માપન માટે માથુર અને અન્ય રચિત પ્રશ્નાવલી તથા એટ્રીબ્યુશનના માપન માટે ઉદય પરીખની Asufa Inventoryનો એક એક સંશોધનમાં ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. સર્જનાત્મકતાના માપન માટે એક સંશોધનમાં પાલ રચિત ન્યુ ટેસ્ટ ઓફ ક્રિએટીવીટી તથા એક સંશોધનમાં વર્બલ ટેસ્ટ ઓફ જનરલ ક્રિએટીવીટી અને ફીગરલ ટેસ્ટ ઓફ ક્રિએટીવીટીનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે.

આમ, પુરોગામી સંશોધનોમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ તથા અન્ય ચલોના માપન માટે જુદાં જુદાં ઉપકરણોનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે.

સમીક્ષામાં પસંદિત સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સતર સંશોધનોમાંથી સાત સંશોધનોમાં માહિતીના પૃથક્કરણ માટે અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ તરીકે સહસંબંધાંક, ચાર સંશોધનોમાં t-ગુણોતર અને બે સંશોધનમાં F-ગુણોતરનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. બે સંશોધનમાં આવૃત્તિ વિતરણ તથા એક સંશોધનમાં કાર્ણવર્ગ કસોટીનો ઉપયોગ કરી માહિતી પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું છે.

પુરોગામી સંશોધનોનાં જે તારણો મળ્યાં તેમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ અંગેનાં ત્રણ સંશોધનોમાંથી બે સંશોધનોમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચે ધન સંબંધ જણાયો છે, જ્યારે એક સંશોધનમાં આ બે ચલો વચ્ચે કોઈ સંબંધ જણાયો નથી. સાંવેગિક બુદ્ધિનો સર્જનાત્મકતા, શિક્ષકોની ઉંમર, તણાવ, પાત્રોના રહેઠાણ તથા પાત્રોના જન્મક્રમ વચ્ચે પણ કોઈ સંબંધ જણાયો નથી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ અને ચિંતાતુરતા અંગેના સંશોધનમાં નિમ્ન ચિંતાતુરતા ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ વધુ જણાય છે. આજ રીતે સાંવેગિક બુદ્ધિ અને બુદ્ધિ અંગેના સંશોધનમાં નિમ્ન બુદ્ધિ આંક ધરાવતા કુમારો વધુ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવે છે. સાંવેગિક જાગૃતિ અને બુદ્ધિ વચ્ચે ધન સંબંધ જણાયો છે.

ગ્રામ્ય વિસ્તારના વિદ્યાર્થીઓ શહેરી વિસ્તારના વિદ્યાર્થીઓ કરતા ઉચ્ચ સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવે છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ પર જાતીયતાની અસર અંગેનાં છ સંશોધનોમાંથી બે સંશોધનોમાં કુમારો(પુરુષો) કરતા કન્યાઓ(સ્ત્રીઓ) સાંવેગિક બુદ્ધિની બાબતમાં ચઢીયાતી જણાય, જ્યારે એક સંશોધનમાં કન્યાઓ(સ્ત્રીઓ) કરતાં કુમારો(પુરુષો) સાંવેગિક બુદ્ધિની બાબતમાં આગળ પડતા જણાયા. ત્રણ સંશોધનોમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પર જાતીયતાની અસર જણાય નથી.

સાંવેગિક બુદ્ધિનો સામાજિક અતડાપણા અને અપાનુકૂલન સાથે ઋણ સંબંધ જણાયો છે, જ્યારે વ્યવસ્થાતંત્રીય નાગરિકત્વ વર્તણૂક, વર્ગખંડ પર્યાવરણનાં પાસાંઓ અને copingના માર્ગો વચ્ચે ધન સંબંધ જણાયો છે.

૩.૫ પ્રસ્તુત સંશોધનની વિશેષતા

ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનોની સમીક્ષા કર્યા પછી પ્રસ્તુત સંશોધન ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનો કરતાં અનેક રીતે વિશેષતા ધરાવે છે. પ્રસ્તુત સંશોધનની વિશેષતા આ મુજબ કહી શકાય.

૧. ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનો સાંવેગિક બુદ્ધિનો જુદાં જુદાં ચલો સાથેનો સંબંધ દર્શાવતાં હતાં. કોઈપણ સંશોધન સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ સંબંધિત ન હતું. પ્રસ્તુત સંશોધન સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટેના કાર્યક્રમોની રચના અને તેની અસરકારકતા ચકાસવા સંબંધિત છે.
૨. ભૂતકાળના તમામ સંશોધનોની પદ્ધતિ સર્વેક્ષણ પ્રકારની હતી. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં પ્રાયોગિક સંશોધન પદ્ધતિ અપનાવવામાં આવી હતી.
૩. ભૂતકાળના કોઈપણ સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર ચકાસવામાં આવી ન હતી. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનો શૈક્ષણિક પ્રવાહના સંદર્ભમાં અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે.

૪. પ્રસ્તુત સંશોધન વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના સંબંધિત છે.
 ૫. સમીક્ષામાં પસંદિત સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સંશોધનોમાંથી મોટાભાગના સંશોધનો શૈક્ષણિક સામયિકોમાં પ્રકાશિત સંશોધનો છે. કોઈપણ સંશોધન પીએચ.ડી. કક્ષાએ હાથ ધરવામાં આવેલ નથી. પ્રસ્તુત સંશોધન પીએચ.ડી. કક્ષાએ હાથ ધરવામાં આવેલ છે.
 ૬. પ્રસ્તુત સંશોધન સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધનું જ નહીં પરંતુ સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ દ્વારા શૈક્ષણિક સિદ્ધિનો વિકાસ શક્ય બને કે કેમ તે અંગેનું છે.
 ૭. પ્રસ્તુત સંશોધન માત્ર સૈદ્ધાંતિક જ નહીં પરંતુ વ્યવહારુ સ્વરૂપનું છે.
- આમ, ઉપરોક્ત બાબતોમાં પ્રસ્તુત સંશોધન ભૂતકાળનાં સંશોધનો કરતાં વિશેષતા ધરાવે છે.

પ્રકરણ - ૪

સંશોધન યોજના અને તેના આધારો

૪.૧ વિષયનો ઉદ્ગમ

સંવેગ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત સાહિત્યના અભ્યાસ પરથી પ્રસ્તુત સંશોધન સમસ્યા સ્પષ્ટ કરી શકાઈ હતી. આ ક્ષેત્રમાં ભૂતકાળમાં થયેલાં સંશોધનોનાં અભ્યાસ પરથી જણાયું હતું કે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગે જેટલાં સંશોધનો થયાં છે તેમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ અને જુદાં જુદાં ચલો વચ્ચેના સંબંધો નક્કી કરતા અભ્યાસો વધુ થયા છે. આ અભ્યાસોમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ મહત્વના પરિબળ તરીકે સાબિત થયું છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેનાં સૈદ્ધાંતિક સાહિત્યના અભ્યાસ પરથી જણાયું કે સાંવેગિક બુદ્ધિના ચોક્કસ ઘટકો છે. આ દરેક ઘટકોને અનુરૂપ ચોક્કસ ક્ષમતાઓ છે. તાલીમ અને મહાવરા દ્વારા આ ક્ષમતાઓ વ્યક્તિમાં વિકસાવી શકાય છે અને સમગ્રપણે વ્યક્તિમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરી શકાય છે. વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિની ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે કોઈ અધ્યાપન યોજના ઘડી તેનો વાસ્તવિક અમલ શક્ય બને કે કેમ ? તેના દ્વારા વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરી શકાય કે કેમ ? સાંવેગિક બુદ્ધિ વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર અસર કરે છે કે કેમ ? આ પ્રશ્નોના ઉત્તર મેળવવાના આશયથી જ આ વિષયનો ઉદ્ગમ થયો અને ચોક્કસ પ્રકારની સંશોધન યોજના નક્કી કરવામાં આવી.

સંશોધન યોજનામાં વ્યાપવિશ્વ નક્કી કરી તેમાંથી તેના પ્રતિનિધિત્વરૂપ નમૂનો પસંદ કરવામાં આવે છે. નમૂનાનાં પાત્રો પર માવજતનો અમલ કરવામાં આવે છે. હેતુને અનુરૂપ માહિતી મેળવવા માટે યોગ્ય ઉપકરણની પસંદગી કે રચના કરવામાં આવે છે. ઉપકરણ દ્વારા નમૂનાનાં પાત્રો પાસેથી હેતુને અનુરૂપ માહિતી મેળવવામાં આવે છે. પ્રાપ્ત માહિતીનું યોગ્ય અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ વડે પૃથક્કરણ કરી તેનું અર્થઘટન કરવામાં આવે છે અને તેનાં પરિણામો સમગ્ર વ્યાપવિશ્વને લાગુ પાડવામાં આવે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનનું વ્યાપવિશ્વ, નમૂના પસંદગી, સંશોધન પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક યોજના અને તેની લાક્ષણિકતા, ઉપકરણની પસંદગી, પ્રયોગ માટેના કાર્યક્રમની સંરચના, માહિતી એકત્રીકરણની પદ્ધતિ અને માહિતી પૃથક્કરણની પ્રયુક્તિની ચર્ચા અત્રે કરવામાં આવેલ છે.

૪.૨ વ્યાપવિશ્વ

વ્યાપવિશ્વ એટલે સંશોધક સંશોધન માટેનો નમૂનો જે સમૂહમાંથી પસંદ કરે છે તે પાત્રોનો મૂળભૂત સમૂહ. જે એકમ પર સંશોધન હાથ ધરાયું હોય તે એકમોની કુલ સંખ્યા એટલે વ્યાપવિશ્વ. પટેલ (૧૯૮૨)^૧ના મતે "સમગ્ર વ્યાપવિશ્વમાંથી પ્રતિનિધિત્વ ધરાવતાં પાત્રોનો નમૂનો લઈ તેના પર સંશોધનની પ્રક્રિયા થાય છે અને તેનાં પરિણામો વ્યાપવિશ્વને લાગુ પડાય છે." તેથી સંશોધકે સંશોધનકાર્યની શરૂઆતમાં ઉચિત વ્યાપવિશ્વ નક્કી કરવું જોઈએ. જેથી તેમાંથી યોગ્ય નમૂનો પસંદ કરી શકાય. વ્યાપવિશ્વમાં ક્યાં ક્યાં પાત્રોનો સમાવેશ થશે તે સ્પષ્ટ રીતે નક્કી કરવું જોઈએ.

પ્રસ્તુત સંશોધનના વ્યાપવિશ્વ તરીકે જામનગર શહેરની ગુજરાતી માધ્યમની ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાઓમાં ૨૦૦૭-૦૮ના શૈક્ષણિક વર્ષમાં અભ્યાસ કરતા કુમારોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો.

^૧ વિનોદભાઈ પટેલ, સંશોધનમાં નિદર્શ પસંદગી. જીવનશિક્ષણ. સંશોધન વિશેષાંક : ૧૩૩, ૨:ડિસેમ્બર. ૧૯૮૨. પૃ.૭.

૪.૩ નમૂના પસંદગી

સંશોધક જે સંશોધન કાર્ય હાથ ધરે તે વ્યાપવિશ્વના દરેક પાત્રને એકમ તરીકે લઈને ન થઈ શકે. એ ઘણું જ મુશ્કેલ બને. સમય, શક્તિ અને નાણાનો પણ વ્યય થાય. આ બાબતની નોંધ લેતાં સંશોધન માટે નમૂના પસંદગી આવશ્યક બની રહે છે. જેથી ચોક્કસાઈપૂર્વક માહિતી મળે.

વ્યાપવિશ્વનાં બધાં લક્ષણોનું પ્રતિનિધિત્વ કરતું હોય તેવું વ્યાપવિશ્વમાંથી પસંદ કરાતું જૂથ તે નમૂનો. જેની પાસેથી માહિતી મેળવાય છે તેમાં વ્યાપવિશ્વનાં બધાં જરૂરી લક્ષણોનો સમાવેશ થતો હોવો જોઈએ. નમૂનો એટલે વ્યાપવિશ્વનો પ્રતિનિધિરૂપ ભાગ. વ્યાપવિશ્વમાંથી નમૂનો પસંદ કરવામાં સંશોધકે ખૂબ જ કાળજી રાખવી જોઈએ. ઉચાટ (૨૦૦૪)^૨ નમૂના પસંદગીનો અર્થ આપતાં જણાવે છે કે અભ્યાસના હેતુઓને અનુરૂપ સમગ્ર વિષે અનુમાન કરવા માટે તેના પ્રતિનિધિરૂપ નાના ભાગને પસંદ કરવાની પ્રક્રિયાને નમૂના પસંદગી કહેવાય છે. આથી, નમૂનો વ્યાપવિશ્વનાં તમામ લક્ષણો સાથે સુસંગત હોવો જોઈએ. નમૂના પસંદગીની અનેક પદ્ધતિ છે. જેમ કે : (૧) સંભાવ્ય નમૂના પસંદગી જેમાં આકસ્મિક નમૂના પસંદગી, સ્તરીકૃત આકસ્મિક નમૂના પસંદગી અને ઝૂમખાં નમૂના પસંદગીનો સમાવેશ થાય છે. (૨) સંશોધક પસંદિત નમૂના પસંદગી જેમાં અનુકૂળ નમૂના પસંદગી, સહેતુક નમૂના પસંદગી અને નિયત હિસ્સામાં નમૂના પસંદગીની રીતનો સમાવેશ થાય છે. નમૂના પસંદગીની આ પદ્ધતિઓ પૈકી સંશોધકે ઉચિત નમૂના પસંદગીની પદ્ધતિ દ્વારા નમૂનાની પસંદગી કરવી જોઈએ.

પ્રસ્તુત સંશોધન પ્રાયોગિક સંશોધન હોઈ નમૂના પસંદગી ખાસ અગત્યની હતી. વ્યાપવિશ્વની શાળાઓમાંથી ટ્રસ્ટ સંચાલિત ગ્રાન્ટેડ ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાઓ પૈકી સહેતુક નમૂના પસંદગી દ્વારા જામનગરની શ્રી ડી. એસ. જી. હાઈસ્કૂલ પસંદ કરવામાં આવી હતી.

આ હાઈસ્કૂલના ૨૦૦૭-૦૮ના શૈક્ષણિક વર્ષમાં અભ્યાસ કરતા ધોરણ-૧૧ના સામાન્ય પ્રવાહના ૯૦ વિદ્યાર્થીઓનો નમૂનાનાં પાત્રો તરીકે સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો. નમૂનાનાં પાત્રોમાં વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહ બન્નેનાં પાત્રો સરખી સંખ્યામાં પસંદ કરવામાં આવ્યાં હતાં.

સમગ્ર સંશોધન પ્રાયોગિક સંશોધન હોઈ કુલ ત્રણ જૂથની રચના કરવામાં આવી હતી. ધોરણ-૧૦માં મેળવેલ ગુણને આધારે વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના દરેક પાત્રને ઉતરતા ક્રમમાં ગોઠવી એક વિદ્યાર્થી પ્રથમ જૂથમાં, એક વિદ્યાર્થી બીજા જૂથમાં અને એક વિદ્યાર્થી ત્રીજા જૂથમાં સમાવવામાં આવેલ હતા. આ પ્રમાણે ત્રણેય જૂથમાં ૩૦-૩૦ પાત્રોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો. ત્યારબાદ ચિટ્ટી દ્વારા આકસ્મિક રીતે એક જૂથને સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ માટે, બીજા જૂથને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે અને ત્રીજા જૂથને નિયંત્રિત જૂથ માટે પસંદ કરવામાં આવેલ.

શૈક્ષણિક પ્રવાહ અને ત્રણેય જૂથ અનુસાર જે પાત્રો પસંદ કરવામાં આવેલ હતાં તેની વિગત સારણી-૪.૧માં રજૂ કરવામાં આવેલ છે.

^૨ ડી. એ. ઉચાટ, નમૂના પસંદગી. રાજકોટ : સ્વ. ડૉ. હરિભાઈ જી. દેસાઈ મેમોરીયલ બુક બેન્ક, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, ૨૦૦૪, પૃ.૨.

સારણી ૪.૧

શૈક્ષણિક પ્રવાહ અને જૂથ અનુસાર પસંદ કરવામાં આવેલ પાત્રોની વિગત

જૂથ	વાણિજ્ય	વિનયન	કુલ
સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ	૧૫	૧૫	૩૦
સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય	૧૫	૧૫	૩૦
નિયંત્રિત જૂથ	૧૫	૧૫	૩૦
કુલ	૪૫	૪૫	૯૦

સારણી-૪.૧નું અવલોકન કરતાં જણાય છે કે, પ્રયોગ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ માટે ૩૦, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે ૩૦ અને નિયંત્રિત જૂથ માટે ૩૦ પાત્રો પસંદ કરવામાં આવેલ હતાં. ત્રણેય જૂથમાં સમાન સંખ્યામાં ૧૫-૧૫ પાત્રો વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહનાં હતાં. આમ, વાણિજ્ય પ્રવાહનાં કુલ ૪૫ પાત્રો અને વિનયન પ્રવાહનાં કુલ ૪૫ પાત્રો હતાં.

૪.૪ સંશોધન પદ્ધતિ

મોલિયા (૨૦૦૩)^૩ જણાવે છે કે "સંશોધન સમસ્યાનું ચોક્કસાઈપૂર્વક સ્પષ્ટીકરણ થઈ ગયા બાદ સંશોધક અભ્યાસના હેતુઓને અનુરૂપ માહિતી મેળવવાના સંદર્ભમાં વિશિષ્ટ કાર્યો કરે છે જેને સંશોધન પદ્ધતિ કહી શકાય." સંશોધન પદ્ધતિના મુખ્ય ત્રણ પ્રકાર છે : ઐતિહાસિક સંશોધન પદ્ધતિ, વર્ષનાત્મક સંશોધન પદ્ધતિ અને પ્રાયોગિક સંશોધન પદ્ધતિ.

ભૂતકાળમાં બની ગયેલા બનાવોની ઓળખ, વર્ણન અને અર્થઘટન કરવા માટેની ઐતિહાસિક સંશોધન પદ્ધતિ છે. વર્તમાન સમયમાં અસ્તિત્વમાં હોય તેવા બનાવો માટે વર્ણન અને અર્થઘટન કરવા માટેની વર્ષનાત્મક સંશોધન પદ્ધતિ છે. નિયંત્રિત પરિસ્થિતિ હેઠળ ચોક્કસાઈપૂર્વક તૈયાર કરાયેલી માવજત લગાડવાથી તેની શી અસર થાય છે તે તપાસવા માટેની પ્રાયોગિક સંશોધન પદ્ધતિ છે.

સંશોધન દરમિયાન એવી ખાસ પરિસ્થિતિ રચાય કે જે હેઠળ અન્ય ચલ પર અંકુશ અને સ્વતંત્ર ચલનો અમલ થઈ શકે, તેને પ્રાયોગિક સંશોધન પદ્ધતિ કહેવાય છે. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં પરતંત્ર ચલો વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમનો અમલ બે પદ્ધતિએ કરવાનો હતો. આ માટે સંશોધકે પ્રાયોગિક સંશોધન પદ્ધતિનો સ્વીકાર કર્યો હતો.

૪.૫ પ્રયોગ યોજના

પ્રાયોગિક સંશોધન માટે પ્રયોગ યોજના કે સંશોધન યોજના ખૂબ જ મહત્વની છે. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં ત્રણ સમકક્ષ જૂથ માત્ર ઉત્તર કસોટી યોજનાનો સ્વીકાર કરેલ હતો. આ પ્રયોગ યોજનાની રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

^૩ એમ. એસ. મોલિયા, વર્ષનાત્મક સંશોધન પદ્ધતિ. રાજકોટ : અર્થ ગ્રાફિક્સ, ૨૦૦૩, પૃ.૧.

જૂથ	પૂર્વ કસોટી	સ્વતંત્ર ચલ	ઉત્તર કસોટી	તફાવત
E_1	-	X_1	T_2E_1	$T_2E_1 - T_2C$
E_2	-	X_2	T_2E_2	$T_2E_2 - T_2C$
C	-		T_2C	$T_2E_1 - T_2E_2$

જ્યાં,
 $E_1 =$ પ્રયોગ જૂથ-૧ $X_1 =$ સ્વતંત્ર ચલની પ્રથમ કક્ષાની માવજત
 $E_2 =$ પ્રયોગ જૂથ-૨ $X_2 =$ સ્વતંત્ર ચલની દ્વિતીય કક્ષાની માવજત
 $C =$ નિયંત્રિત જૂથ $T_2 =$ ઉત્તર કસોટી

આકૃતિ ૪.૧

ત્રણ સમકક્ષ જૂથ માત્ર ઉત્તર કસોટી યોજના

ત્રણ સમકક્ષ જૂથ માત્ર ઉત્તર કસોટી યોજનામાં ધોરણ-૧૦ના ગુણને આધારે ત્રણ સમકક્ષ જૂથો રચવામાં આવ્યાં હતાં. જેમાંનાં એક જૂથ E_1 ને સ્વતંત્ર ચલની માવજત X_1 લગાડાઈ હતી. બીજા જૂથ E_2 ને સ્વતંત્ર ચલની માવજત X_2 લગાડાઈ હતી. નિયંત્રિત જૂથને કોઈ માવજત લગાડાઈ ન હતી. માવજતના અમલ બાદ ત્રણેય જૂથને સમાન ઉત્તર કસોટી T_2 આપવામાં આવી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સંશોધકે માવજત તરીકે બે કાર્યક્રમો તૈયાર કર્યા હતા : સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય. આ બન્ને કાર્યક્રમોમાંથી કયો કાર્યક્રમ અસરકારક છે ? બન્ને કાર્યક્રમ અસરકારક છે ? બન્નેમાંથી કયો કાર્યક્રમ વધુ અસરકારક છે ? આ પ્રશ્નોના ઉત્તરો મેળવવા માટે સંશોધકે પ્રસ્તુત સંશોધન માટે ઉપરોક્ત પ્રયોગ યોજનાનો સ્વીકાર કર્યો હતો.

ઉપરોક્ત પ્રયોગ યોજનાની ચિત્રાત્મક રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

પ્રયોગ જૂથ-૧	પ્રયોગ જૂથ-૨	નિયંત્રિત જૂથ
-	-	-
માવજત-૧	માવજત-૨	-
ઉત્તર કસોટી	ઉત્તર કસોટી	ઉત્તર કસોટી

આકૃતિ ૪.૨

પ્રયોગ યોજનાની ચિત્રાત્મક રજૂઆત

૪.૬ પ્રયોગ યોજનાની પ્રમાણભૂતતા

પ્રયોગ યોજના કે સંશોધન યોજનાની પસંદગી કરતી વખતે તેની પ્રમાણભૂતતા ચકાસવી ખૂબ જ જરૂરી છે. કેમ્પબેલ અને સ્ટેનલી પ્રાયોગિક યોજનાની બે પ્રકારની પ્રમાણભૂતતા સૂચવે છે : (૧) આંતરિક પ્રમાણભૂતતા અને (૨) બાહ્ય પ્રમાણભૂતતા.

૪.૬.૧ પ્રયોગની આંતરિક પ્રમાણભૂતતા. કોઈપણ પ્રયોગમાં સ્વતંત્ર ચલે ખરેખર પરતંત્ર ચલ પર અસર કરી છે કે કેમ ? તે જાણવાનો સંશોધકનો મુખ્ય હેતુ હોય છે. મળેલાં પરિણામો બહારનાં કોઈ ચલોની અસરને કારણે ઉદ્ભવેલ નથી ને ? તેની ચકાસણી કરવી

એટલે પ્રયોગની આંતરિક પ્રમાણભૂતતાની ચકાસણી કરવી. એવા સાત પરિબળો કે જેના દ્વારા પ્રયોગની આંતરિક પ્રમાણભૂતતા જોખમાઈ શકે છે, તેની ચર્ચા અહીં કરવામાં આવી છે. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં તેની જાળવણી શી રીતે કરવામાં આવી તે પણ અહીં જણાવવામાં આવ્યું છે.

સમકાલીન ઘટનાઓ. પ્રાયોગિક અભ્યાસમાં પૂર્વકસોટી અને ઉત્તર કસોટી વચ્ચેના સમયગાળામાં એટલે કે કાર્યક્રમ આપવામાં આવતો હોય ત્યારે કોઈ સમાંતર ઘટના બને તો તે પ્રયોગને અસર કરી શકે છે. જેમ કે ચાલુ કાર્યક્રમ દરમિયાન યુદ્ધ જેવી ઘટના કે અફવા, વર્ગચર્ચા દરમિયાન વિદ્યાર્થીઓમાં બાહ્ય વાતાવરણથી આવેલ ફેરફાર વગેરે આ પ્રકારની ઘટના હોઈ શકે. આવા અવરોધ આંતરિક પ્રમાણભૂતતાને અસર કરે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં બે પ્રાયોગિક જૂથ સાથે એક અંકુશિત જૂથનો પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો હતો, જેથી સમકાલીન ઘટનાઓની અસર દરેક જૂથ પર સરખી રીતે થઈ સમતુલીત થઈ જાય. પ્રત્યેક જૂથને સમાન પરિસ્થિતિ આપવામાં આવી હતી.

પરિપક્વન. પ્રયોગ ચાલતો હોય તે સમયના લાંબાગાળા દરમિયાન પાત્રો શારીરિક કે માનસિક રીતે પીઠ બને છે. તેઓ મોટા, મજબૂત, જ્ઞાનની દૃષ્ટિએ વધુ જટિલ, વધુ આત્મવિશ્વાસુ, વધુ સામાજિક બનતા હોય છે. સ્વતંત્ર ચલની સાથે સાથે આ બાબતોની અસર પણ પરતંત્ર ચલ પર થતી હોય છે. જેથી આંતરિક પ્રમાણભૂતતા જોખમાઈ શકે છે. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રયોગનો સમયગાળો લાંબો ન રાખતા માત્ર પચીસ દિવસ રાખવામાં આવ્યો હતો. ઉપરાંત નિયંત્રિત જૂથનાં ઉપયોગ વડે આ અસરને તટસ્થ કરવામાં આવી હતી.

પૂર્વકસોટી. ઘણીવાર પ્રાયોગિક યોજનામાં પૂર્વકસોટી આપવાની હોય છે. પૂર્વકસોટી અને સ્વતંત્રચલનો અમલ કર્યા બાદ પાત્રને ઉત્તર કસોટી આપવાની હોય છે. પૂર્વકસોટી અને ઉત્તર કસોટી સમાંતર હોય ત્યારે પૂર્વકસોટીના અનુભવની અસર ઉત્તર કસોટીના પરિણામ પર પડે છે. આથી ઉત્તર કસોટીના પ્રાપ્તાંકો ઊંચા આવે છે, જે આંતરિક પ્રમાણભૂતતાને જોખમાવે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પૂર્વકસોટી વગરની પ્રાયોગિક યોજના સ્વીકારવામાં આવી હતી. જેથી આ અસર થવાની સંભાવના ન હતી.

માપન સાધનમાં મંદતા. પ્રયોગ દરમિયાન માપન સાધનો કે અવલોકન પદ્ધતિમાં ઉદ્ભવતા ફેરફારોની અસર પણ પરિણામ પર થતી હોય છે. મનોવૈજ્ઞાનિક અવલોકનોમાં અવલોકનકારનો અનુભવ જેમ જેમ વધે તેમ તેનું કામ સુધરે છે. પરંતુ સાથે સાથે તેને કંટાળો આવે તેમ તેનું કામ ઉતરતી કક્ષાનું થાય છે, જે પ્રયોગની આંતરિક પ્રમાણભૂતતા પર અસર કરે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રયોગપાત્રને સમગ્ર કાર્યક્રમને અંતે એક જ કસોટી સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ આપી સાંવેગિક બુદ્ધિનું માપન કરવામાં આવ્યું હતું. જ્યારે શૈક્ષણિક સિદ્ધિના માપન માટે શાળાની સત્રાંત કસોટીના પ્રાપ્તાંકોનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. જેથી આ પરિબળ પર નિયંત્રણ લાવી શકાયું હતું.

અંકશાસ્ત્રીય પરાગતિ. અભ્યાસ માટેના જૂથોને કોઈ ચલના સંદર્ભમાં છેડા પરના પ્રાપ્તાંકોને આધારે પસંદ કરવામાં આવે ત્યારે પ્રથમ વખતના છેડા પરના પ્રાપ્તાંકોની બીજી વખતના માપન સમયે સામાન્ય સરાસરી તરફ ઢળવાની વૃત્તિને અંકશાસ્ત્રીય પરાગતિ કહે છે. જે પરિણામને દૂષિત કરી આંતરિક પ્રમાણભૂતતા જોખમાવે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં જૂથોને છેડા પરના પ્રાપ્તાંકોને આધારે પસંદ ન કરતા જૂથોને જેમના તેમ પસંદ કરેલ હતા. તેથી અંકશાસ્ત્રીય પરાગતિ થવાનો સંભવ ન હતો.

પાત્ર પસંદગીમાં ભેદ. પ્રાયોગિક જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ જો શરૂઆતથી જ પરતંત્ર ચલ કે પરતંત્ર ચલ સાથે સંબંધિત અગત્યનાં ચલોનાં સંદર્ભમાં સાર્થક રીતે જુદાં પડતાં હોય તો તેની અસર પરતંત્ર ચલ પર થાય છે. જેથી અંતિમ કસોટીમાં ભેદ આવે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રયોગ પૂર્વે જૂથોની રચના વિદ્યાર્થીઓની ધોરણ-૧૦ની શૈક્ષણિક સિદ્ધિને આધારે કરવામાં આવી હતી. આમ, શૈક્ષણિક સિદ્ધિને આધારે જૂથોને સમાન બનાવવામાં આવ્યાં હતાં. તદુપરાંત અંકશાસ્ત્રીય પૃથક્કરણમાં બુદ્ધિને સહચલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણનો ઉપયોગ કરીને પણ આ અસર દૂર કરવામાં આવી હતી.

પ્રયોગપાત્રમાં ઘટાડો. પ્રયોગ દરમિયાન પ્રાયોગિક જૂથ કે નિયંત્રિત જૂથમાંથી પાત્રોમાં ઘટાડો થાય ત્યારે તે પરિણામો પર અસર કરે છે. પ્રાયોગિક જૂથમાંથી સૌથી ઓછા ગુણ લાવનાર પાત્રો વચ્ચેથી દૂર થાય તો પરિણામ આપમેળે સુધરે છે. વિશિષ્ટ પ્રકારના પાત્રો ઘટે તો સ્વતંત્ર ચલને બદલે આ ઘટનાને કારણે પરિણામ પર અસર ઉદ્ભવે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રયોગ દરમિયાન દરેક જૂથોમાં પાત્રોની સંખ્યા સમગ્ર પ્રયોગ અને ઉત્તર કસોટી સમયે અચળ જળવાય રહે તે માટેના પ્રયત્નો કરવામાં આવ્યા હતા. આ સંખ્યા અચળ જળવાય રહી હતી.

૪.૬.૨ પ્રયોગની બાહ્ય પ્રમાણભૂતતા : પ્રયોગની બાહ્ય પ્રમાણભૂતતા તપાસવી એટલે પ્રયોગના પરિણામોનું પ્રતિનિધિત્વપણું ચકાસવું. પ્રયોગમાં સ્વતંત્ર ચલે બતાવેલી અસર નમૂના ઉપરાંત બીજી કોને લાગુ પડી શકે, કયા વ્યાપવિશ્વને લાગુ પડી શકે, કયા સંજોગોમાં લાગુ પડી શકે વગેરે બાબતની તપાસ કરવી. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રયોગની બાહ્ય પ્રમાણભૂતતાને અસર કરતા આ મુજબના પરિબળોની ચકાસણી કરી હતી.

પૂર્વકસોટી અને સ્વતંત્ર ચલ વચ્ચેની આંતરક્રિયા. પૂર્વકસોટી આપવાનો અનુભવ ઘણીવાર પ્રયોગપાત્રોને લગાડવામાં આવતી માવજત પ્રત્યે સજાગ બનાવે છે. આથી આ પ્રકારના પ્રયોગને અંતે પ્રાપ્ત થતાં પરિણામો પૂર્વકસોટી લીધી ન હોય તેવાં પાત્રોને લાગુ પાડી ન શકાય.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પૂર્વકસોટી હોય તેવી યોજના સ્વીકારી ન હતી. ઉપરાંત પ્રયોગના જૂથોને સમાન બનાવવા ધોરણ-૧૦ના ગુણને આધાર તરીકે લીધા હતા. આથી પૂર્વકસોટી અને ચલ વચ્ચેની આંતરક્રિયાનો પ્રશ્ન ઉદ્ભવેલ ન હતો.

પાત્રપસંદગી અને ચલ વચ્ચેની આંતરક્રિયા. અભ્યાસ માટે પસંદ થયેલાં પાત્રો જો વ્યાપવિશ્વનું પ્રતિનિધિત્વ ધરાવતાં ન હોય તો પ્રયોગને અંતે મળતાં પરિણામો સમગ્ર વ્યાપવિશ્વને લાગુ ન પાડી શકાય.

પ્રસ્તુ અભ્યાસમાં સંશોધકે જૂથો યાદચ્છિક રીતે પસંદ કરી આ અસર નાબુદ કરી હતી.

પ્રયોગવિધિમાં થતી પારસ્પરિક પ્રતિક્રિયાઓ. કેટલીક પ્રયોગ યોજનાઓ સામાન્ય કરતા જુદી હોય છે. તેના જુદાપણાને કારણે પાત્રો તેના તરફ સવિશેષ ધ્યાન આપે છે. આથી પરિણામની વ્યાપકતા મર્યાદિત બને છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની સાથે સાથે બીજા જૂથને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય દ્વારા અધ્યાપન કાર્ય કરાવેલ હોવાથી બન્ને જૂથો પર આ અસર સંતુલીત કરી શકાય હતી.

પ્રયોગવિધિઓનો અવરોધ. જ્યારે એકના એક પાત્રો પર વારાફરતી માવજતો (x_1, x_2, x_3) લગાડવામાં આવે ત્યારે પ્રથમ માવજત (x_1)ની અસર બીજી માવજત (x_2) પર થતી હોય છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં બે ભિન્ન કાર્યક્રમો સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે બે ભિન્ન જૂથોની રચના કરેલ હતી. જ્યારે ત્રીજું નિયંત્રિત જૂથ રચેલું હતું, જેના પર કોઈપણ પ્રકારની માવજતનો અમલ કરવામાં આવ્યો ન હતો. આથી પ્રયોગવિધિઓના અવરોધની અસર નિવારી શકાય હતી.

૪.૭ કાર્યક્રમોની રચના

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ આધારિત વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓનો વિકાસ વિદ્યાર્થીઓમાં થાય એ માટે બે કાર્યક્રમો સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવામાં આવી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચનાની વિગત પ્રકરણ પાંચમાં રજૂ કરવામાં આવી છે, જ્યારે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચનાની વિગત પ્રકરણ છમાં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૪.૮ ઉપકરણની પસંદગી

ઉચાટ (૨૦૦૩)^૪ અનુસાર 'સંશોધન પ્રક્રિયામાં અભ્યાસના હેતુઓ અનુસાર આવશ્યક માહિતી મેળવવા માટેના સાધનને સંશોધનનું ઉપકરણ કહેવામાં આવે છે.' પ્રશ્નાવલિ, મુલાકાત, અવલોકન, મનોવૈજ્ઞાનિક કસોટી, કમમાપદંડ, ઓળખયાદી, મૂલ્યાંકન-પત્ર વગેરે જાણીતાં ઉપકરણો છે. ઉપકરણ હેતુ અનુસાર માહિતી મેળવી શકાય તેવું, પ્રમાણિત રીતે રચાયેલું અને વ્યવહારુ હોવું જોઈએ.

૪.૮.૧ સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટેનું ઉપકરણ. પ્રસ્તુત સંશોધનનો મુખ્ય હેતુ વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતા ચકાસવાનો હતો. આથી, સંશોધક સામે સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટેના ઉપકરણની પસંદગી કરવાનો પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થયો હતો. સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે હાલ અનેક ઉપકરણ પ્રાપ્ય છે. જેમાં મેયર, સાલોવી અને કેરુસો રચિત MSCEIT, બારઓન રચિત EQi, ગોલમેન રચિત ECI મુખ્ય છે. આ દરેક કસોટી અંગ્રેજીમાં પ્રાપ્ય છે. ઉપરાંત પટેલ અને પટેલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ ગુજરાતીમાં પ્રાપ્ય છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની રચના કરવા માટે ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલનો આધાર લેવામાં આવ્યો હતો. આથી ઉપકરણ પણ ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ અનુસારની ક્ષમતાનું માપન કરતું હોય એ આવશ્યક હતું. આ પ્રકારનાં બે ઉપકરણ પ્રાપ્ય હતાં : (૧) ગોલમેન રચિત ECI અને (૨) પટેલ અને પટેલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ. પટેલ અને પટેલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડની રચના પણ ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલને આધારે જ કરવામાં આવી હતી. ઉપરાંત આ કસોટીનું પ્રમાણીકરણ ગુજરાત રાજ્યનાં ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાનાં પાત્રો પર કરવામાં આવ્યું હતું. જે પ્રસ્તુત સંશોધન માટે વધુ અનુકૂળ જણાયું હતું.

^૪ ડી. એ. ઉચાટ, સંશોધનનાં ઉપકરણો. રાજકોટ : સ્વ. ડો. હરિભાઈ જી. દેસાઈ મેમોરીયલ બુક બેંક, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, ૨૦૦૩, પૃ.૧.

આથી, પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધક દ્વારા વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે પટેલ અને પટેલ રચિત અને ગુજરાતીમાં પ્રમાણિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

આ માપદંડમાં ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિના મુખ્ય ચાર ઘટકો : સ્વ-જાગૃતિ, સ્વ-સંચાલન, સામાજિક સભાનતા, અને સામાજિક કૌશલના માપન માટે કુલ ૭૭ કલમો આપવામાં આવી છે. દરેક કલમ સામે પાત્રએ પ્રતિચાર આપવા માટે હંમેશા સાચું, ઘણીવાર સાચું, ભાગ્યે જ સાચું અને કદાપી સાચુ નહીં આ મુજબનો ચાર બિંદુ માપદંડ આપવામાં આવેલ છે. આ કસોટી પૂર્ણ કરવા ૪૫ મિનિટ જેટલો સમય લાગે છે.

આ કસોટી ગુજરાત રાજ્યના શહેરી અને ગ્રામીણ વિસ્તારની ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ માટે પ્રમાણિત કરવામાં આવી છે. કસોટી-પુનઃકસોટી વિશ્વસનીયતા આંક ૦.૮૮ મળેલ. જ્યારે અર્ધવિચ્છેદન પદ્ધતિએ વિશ્વસનીયતા આંક ૦.૮૫ મળેલ. item indexની રીતે આ માપદંડની યથાર્થતા ગણવામાં આવેલ છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડની નમૂનાની નકલ અનુપૂર્તિ-૧માં આપેલ છે.

૪.૮.૨ બુદ્ધિના માપન માટેનું ઉપકરણ. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓની બુદ્ધિનો સહયલ તરીકે સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો. વિદ્યાર્થીઓની બુદ્ધિના માપન માટે દેસાઈ રચિત દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટીનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

આ કસોટીમાં ૮ કલમો ઉદાહરણ માટે અને ત્યારબાદ ૮૦ કલમો વિદ્યાર્થીઓના મૂલ્યાંકન માટે આપવામાં આવી છે. દરેક કલમ સામે વિદ્યાર્થીને સાચા ઉત્તર માટે પાંચ વિકલ્પો આપવામાં આવ્યા છે. આ કસોટીમાં સાચા ઉત્તરની નોંધ માટે અલગ ઉત્તરપત્ર આપવામાં આવે છે. કસોટીની વિશ્વસનીયતા કસોટી-પુનઃકસોટી રીતે ૦.૭૫ અને અર્ધવિચ્છેદનની રીતે ૦.૮૮ જોવા મળી છે. શાબ્દિક અને અશાબ્દિક પ્રાપ્તાંકો વચ્ચે સહસંબંધ શોધી આ કસોટીની યથાર્થતા શોધવામાં આવી હતી, જે ૦.૭૮ હતી. દેસાઈ-ભટ્ટ સમૂહ બુદ્ધિકસોટી પરના પ્રાપ્તાંકો સાથે આ કસોટી પરનાં પ્રાપ્તાંકોનો સહસંબંધ ૦.૭૮ જોવા મળ્યો હતો, જે પણ આ કસોટીની યથાર્થતા સૂચવે છે.

દેસાઈ શાબ્દિક - અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટીની નમૂનાની નકલ અનુપૂર્તિ-૨માં અને દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટીના ઉત્તરપત્રની નકલ અનુપૂર્તિ-૩માં સામેલ છે.

૪.૯ પ્રયોગનું અમલીકરણ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં પ્રયોગનો અમલ ૨૦૦૭-૦૮ના શૈક્ષણિક વર્ષમાં અભ્યાસ કરતા ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થીઓ પર કરવામાં આવ્યો હતો. નમૂના તરીકે પસંદ કરેલ શાળામાંથી પસંદ કરવામાં આવેલ પાત્રો પર પ્રયોગનો અમલ કરવામાં આવ્યો હતો. સમગ્ર પ્રયોગનું અમલીકરણ આ પ્રમાણે કરવામાં આવ્યું હતું.

શાળાની મુલાકાત અને વિદ્યાર્થીઓની પ્રાથમિક માહિતી. પ્રયોગના અમલ માટે નમૂના તરીકે પસંદ થયેલ શાળા શ્રી ડી.એસ.જી. હાઈસ્કૂલની મુલાકાત લઈ પ્રયોગ માટે અનુમતિ મેળવેલ હતી. શાળાની અનુકૂળતા, સમયગાળો, શિક્ષક અને વિદ્યાર્થીની અનુકૂળતા વગેરેને ધ્યાનમાં લઈને પ્રયોગનો સમયગાળો નક્કી કરવામાં આવ્યો હતો.

આ શાળામાં ધોરણ-૧૧ના વાણિજ્ય પ્રવાહનો એક વર્ગ અને વિનયન પ્રવાહનો એક

વર્ગ હતો. આ વર્ગના વિદ્યાર્થીઓ નમૂના તરીકે પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા. આ વર્ગના વિદ્યાર્થીઓ પાસેથી ધોરણ-૧૦ની વાર્ષિક પરીક્ષામાં તેઓએ મેળવેલ ગુણની માહિતી પ્રાપ્ત કરવામાં આવી હતી.

જૂથ રચના. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે બે પ્રકારના કાર્યક્રમોની રચના કરવામાં આવી હતી : (૧) સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને (૨) સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય. આ બન્ને કાર્યક્રમોની અસરકારકતા ચકાસવા માટે નક્કી કરવામાં આવેલ પ્રયોગ યોજના મુજબ વિદ્યાર્થીઓનાં કુલ ત્રણ જૂથો જરૂરી હતાં. આથી સંશોધક દ્વારા વિદ્યાર્થીઓના ધોરણ-૧૦માં મેળવેલ ગુણને આધારે ત્રણ જૂથોની રચના કરવામાં આવી હતી. જૂથરચના માટે વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના દરેક પાત્રને ધોરણ-૧૦ના ગુણને આધારે ઉતરતા ક્રમમાં ગોઠવી, એક વિદ્યાર્થી પ્રથમ જૂથમાં, એક વિદ્યાર્થી બીજા જૂથમાં અને એક વિદ્યાર્થી ત્રીજા જૂથમાં વિભાજીત કરવામાં આવ્યો હતો. આ પ્રમાણે વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના બધા જ વિદ્યાર્થીઓને ત્રણ જૂથમાં વિભાજીત કરવામાં આવ્યા હતા. આમ, વાણિજ્ય પ્રવાહના ત્રણ જૂથ અને વિનયન પ્રવાહના ત્રણ જૂથની રચના કરવામાં આવી હતી.

ત્યારબાદ ચિટ્ટી દ્વારા વાણિજ્ય પ્રવાહનું એક જૂથ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ માટે, એક જૂથ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે અને એક જૂથ નિયંત્રિત જૂથ તરીકે પસંદ કરવામાં આવેલ. એ જ રીતે, વિનયન પ્રવાહનું એક જૂથ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ માટે, એક જૂથ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે અને એક જૂથ નિયંત્રિત જૂથ તરીકે પસંદ કરવામાં આવ્યું હતું.

બેઠક વ્યવસ્થા - વર્ગ વ્યવસ્થા. પ્રયોગના અમલ માટે શાળાના એક વર્ગખંડમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથનાં પાત્રો અને વિનયન પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથનાં પાત્રોને એક સાથે બેસાડવામાં આવ્યાં હતાં. સંશોધક દ્વારા બન્ને શૈક્ષણિક પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથનાં પાત્રો પર એક સાથે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલનો અમલ કરવામાં આવ્યો હતો.

એ જ રીતે, બીજા વર્ગખંડમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથનાં પાત્રો અને વિનયન પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથનાં પાત્રોને એક સાથે બેસાડવામાં આવ્યાં હતાં. બન્ને શૈક્ષણિક પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથનાં પાત્રો પર એક સાથે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનો અમલ કરવામાં આવ્યો હતો. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના કાર્યક્રમમાં વિદ્યાર્થીઓએ જાતે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનો અભ્યાસ કરવાનો હતો. આ સમયે વર્ગ-વ્યવસ્થાપક તરીકે શાળાના વર્ગશિક્ષક વર્ગમાં હાજર રહેલ હતા.

વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના નિયંત્રિત જૂથનાં પાત્રોને કોઈપણ પ્રકારનો કાર્યક્રમ આપવાનો ન હોવાથી આ જૂથનાં પાત્રોને શાળાના શિક્ષક દ્વારા ઈતર પ્રવૃત્તિમાં રોકવામાં આવ્યા હતા. આ વિદ્યાર્થીઓ પ્રયોગ દરમિયાન બન્ને પ્રયોગ જૂથમાંથી કોઈપણ પ્રયોગ જૂથના વર્ગખંડમાં ન બેસે એ માટેની કાળજી રાખવામાં આવી હતી. પ્રયોગના સંપૂર્ણ સમયગાળા દરમિયાન નિયંત્રિત જૂથનાં પાત્રોને કોઈપણ પ્રકારનું શૈક્ષણિક કાર્ય પણ કરાવવામાં આવ્યું ન હતું.

અધ્યાપન કાર્ય-માવજતનો અમલ. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે બે કાર્યક્રમો તૈયાર કર્યા હતા : સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય. આ બન્ને કાર્યક્રમો ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલની વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના વિકાસ આધારિત હતા. બન્ને કાર્યક્રમોના અમલ માટે ૨૦ તાસ જરૂરી હતા. અહીં સારણી-૪.૨માં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ માટે ૨૦ તાસનું આયોજન આપવામાં આવ્યું છે. ત્યારબાદ સારણી-૪.૩માં સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે ૨૦ તાસનું આયોજન આપવામાં આવ્યું છે.

સારણી - ૪.૨
સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ માટે તાસ આયોજન

ક્રમ	ક્ષમતા	તાસ	સમય
૧	સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૨	ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૩	આત્મવિશ્વાસ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૪	સાંવેગિક નિયંત્રણ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૫	વિશ્વાસપાત્રતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૬	ઈમાનદારી	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૭	અનુકૂલનક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૮	સિદ્ધિ પ્રેરણ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૯	પહેલ કરવાની ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૦	અન્યને સમજવાની ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૧	સેવા અભિમુખતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૨	વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૩	અન્યનો વિકાસ કરવો	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૪	સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૫	પ્રત્યાયન	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૬	પ્રભાવ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૭	નેતૃત્વ ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૮	પરિવર્તક ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૯	સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૨૦	સહકાર	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ

ઉપરોક્ત સારણી પરથી જણાય છે કે પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના અમલ દરમિયાન સાંવેગિક બુદ્ધિની વીસ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. પ્રત્યેક ક્ષમતાના વિકાસ માટે એક તાસ ફાળવવામાં આવ્યો હતો, જેનો સમય ૬૦ મિનિટ હતો. આ પ્રયોગ વીસ તાસમાં પૂર્ણ થયો હતો.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટેનું તાસ આયોજન સારણી-૪.૩માં રજૂ કરવામાં આવ્યું છે.

સારણી - ૪.૩
સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે તાસ આયોજન

ક્રમ	ક્ષમતા	તાસ	સમય
૧	સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૨	ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૩	આત્મવિશ્વાસ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૪	સાંવેગિક નિયંત્રણ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૫	વિશ્વાસપાત્રતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૬	ઈમાનદારી	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૭	અનુકૂલનક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૮	સિદ્ધિ પ્રેરણ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૯	પહેલ કરવાની ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૦	અન્યને સમજવાની ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૧	સેવા અભિમુખતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૨	વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૩	અન્યનો વિકાસ કરવો	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૪	સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૫	પ્રત્યાયન	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૬	પ્રભાવ	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૭	નેતૃત્વ ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૮	પરિવર્તક ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૧૯	સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ
૨૦	સહકાર	૧ તાસ	૬૦ મિનિટ

ઉપરાક્ત સારણી પરથી જણાય છે કે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલ દરમિયાન સાંવેગિક બુદ્ધિની વીસ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. પ્રત્યેક ક્ષમતાના સાહિત્યના અભ્યાસ માટે એક તાસ ફાળવવામાં આવ્યો હતો, જેનો સમય ૬૦ મિનિટ હતો. તાસ બાદ પણ પાત્ર તેનો અભ્યાસ કરી શકતો હતો. દરેક નવી ક્ષમતાના અભ્યાસ પૂર્વે ૧૦ મિનિટ ચર્ચા કરવામાં આવી હતી. આમ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનો પ્રયોગ વીસ તાસમાં પૂર્ણ થયો હતો.

૪.૧૦ માહિતીનું એકત્રીકરણ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં બન્ને કાર્યક્રમો સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલ બાદ સંશોધનના હેતુઓને અનુરૂપ આ કાર્યક્રમો અસરકારક સાબિત થયા કે કેમ ? તે ચકાસવા માટે મુખ્ય ચાર પ્રકારની માહિતી એકત્ર કરવામાં આવી હતી : (૧) ધોરણ-૧૦ના કુલ ગુણ, (૨) દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિઆંક (૩) સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ પરના પ્રાપ્તાંક અને (૪) શૈક્ષણિક સિદ્ધિના પ્રાપ્તાંક.

ધોરણ-૧૦ના કુલ ગુણ. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં પ્રયોગના અમલ પહેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય અને નિયંત્રિત જૂથની રચના કરવા

માટે નમૂનાનાં પાત્રોએ ધોરણ-૧૦ની વાર્ષિક પરીક્ષામાં મેળવેલ કુલગુણની માહિતી મેળવવામાં આવી હતી. વિદ્યાર્થીઓએ ધોરણ-૧૦ની વાર્ષિક પરીક્ષામાં મેળવેલ કુલગુણને આધારે ત્રણ સમકક્ષ જૂથ રચવામાં આવ્યાં હતાં.

દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના બુદ્ધિઆંક. રચવામાં આવેલ ત્રણ જૂથો બુદ્ધિઆંકને આધારે તફાવત ધરાવતાં હોય તો બુદ્ધિઆંકની અસર ત્રણેય જૂથમાંથી નાબૂદ કરવા સહયલ તરીકે બુદ્ધિઆંક લઈ અંકશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિ તરીકે સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. આ માટે વિદ્યાર્થીઓના દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના બુદ્ધિઆંકની માહિતી મેળવવામાં આવી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ પરના પ્રાપ્તાંક. વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના માપન માટે પ્રયોગના અમલ બાદ વિદ્યાર્થીઓને પટેલ અને પટેલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ આપવામાં આવ્યો હતો અને વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ પરના પ્રાપ્તાંકો મેળવવામાં આવ્યા હતા. સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ પરના આ પ્રાપ્તાંકોને વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ તરીકે સ્વીકારવામાં આવ્યા હતા.

શૈક્ષણિક સિદ્ધિના પ્રાપ્તાંક. અભ્યાસનો અન્ય એક હેતુ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમની અસરકારકતા શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં ચકાસવાનો હતો. નમૂનાના પાત્રોએ ધોરણ-૧૧ની સત્રાંત કસોટીમાં મેળવેલ કુલ ગુણને વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ તરીકે સ્વીકારવામાં આવેલ હોવાથી વિદ્યાર્થીઓના ધોરણ-૧૧ના સત્રાંત કસોટીના કુલ ગુણની માહિતી શાળાકીય પત્રકોમાંથી મેળવવામાં આવી હતી. આ સત્રાંત કસોટી શાળામાં પ્રયોગના અમલ બાદ લેવામાં આવી હતી.

૪.૧૧ પ્રાપ્ત માહિતી

પ્રયોગના અમલ પહેલા ત્રણ સમકક્ષ જૂથની રચના કરવા માટે નમૂનાનાં પાત્રોએ ધોરણ ૧૦ની વાર્ષિક પરીક્ષામાં મેળવેલ કુલગુણની માહિતી મેળવવામાં આવી હતી. વિદ્યાર્થીઓ પાસેથી પ્રાપ્ત આ માહિતીની માપનકક્ષા અંતરએક પ્રકારની હતી.

માહિતી એકત્રીકરણ દ્વારા જે માહિતી એકત્ર કરવામાં આવી હતી તેમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના ૪૫ વિદ્યાર્થીઓના અને વિનયન પ્રવાહના ૪૫ વિદ્યાર્થીઓના દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના બુદ્ધિઆંક મેળવવામાં આવ્યા હતા. વિદ્યાર્થીઓ આ માપદંડ પર ઓછામાં ઓછા ૦ અને વધુમાં વધુ ૧૫૫ પ્રાપ્તાંક મેળવી શકે તેમ હતા. વિદ્યાર્થીઓના દેસાઈ શાબ્દિક - અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના પ્રાપ્તાંકોની મળેલી આ માહિતીની માપનકક્ષા અંતરએક પ્રકારની હતી.

માહિતી એકત્રીકરણ દ્વારા જે માહિતી એકત્ર કરવામાં આવી હતી તેમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના ૪૫ વિદ્યાર્થીઓના અને વિનયન પ્રવાહના ૪૫ વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ પરના પ્રાપ્તાંકો મેળવવામાં આવ્યા હતા. વિદ્યાર્થીઓ આ માપદંડ પર ઓછામાં ઓછા ૭૭ અને વધુમાં વધુ ૩૦૮ પ્રાપ્તાંક મેળવી શકે તેમ હતા. વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ પરના પ્રાપ્તાંકોની મળેલી આ માહિતીની માપનકક્ષા અંતરએક પ્રકારની હતી.

પાત્રોની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના પ્રાપ્તાંક તરીકે પાત્રોએ ધોરણ-૧૧ની સત્રાંત કસોટીમાં મેળવેલ કુલ ગુણને સ્વીકારી ધોરણ-૧૧ની સત્રાંત કસોટીમાં મેળવેલ કુલ ગુણની માહિતી વિદ્યાર્થીઓ પાસેથી મેળવી હતી. વિદ્યાર્થીઓ શૈક્ષણિક સિદ્ધિમાં ઓછામાં ઓછા ૦ પ્રાપ્તાંક

અને વધુમાં વધુ ૩૫૦ પ્રાપ્તાંક મેળવી શકે તેમ હતા. વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના પ્રાપ્તાંકોની મળેલી આ માહિતીની માપનકક્ષા અંતરએક પ્રકારની હતી.

વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ પાસેથી પ્રાપ્ત જુદા જુદા પ્રાપ્તાંકોની માહિતીની રજૂઆત પ્રકરણ-૭ની સારણી-૭.૧ થી સારણી-૭.૪માં કરવામાં આવી છે.

૪.૧૨ માહિતી પૃથક્કરણની પ્રવિધિ

ઉચાટ (૨૦૦૪)^૫ અનુસાર પ્રાપ્ત માહિતી આપમેળે સંશોધન પ્રશ્નોના ઉત્તરો આપી શકે નહીં. આથી મેળવેલી માહિતીનું વર્ગીકરણ કરી તેમજ સારણીમાં રજૂ કરીને તેનું પૃથક્કરણ કરવામાં આવે છે. માહિતીનું પૃથક્કરણ કરવાથી મેળવાયેલી માહિતીનું સંક્ષિપ્તીકરણ થાય છે, જેને પરિણામે સંશોધન સમસ્યામાં આવરાયેલા સંબંધો સમજી શકાય છે. માહિતીનું પૃથક્કરણ કરવા માટે આંકડાશાસ્ત્રનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. આ માટે વર્ણનાત્મક આંકડાશાસ્ત્ર અને અર્થઘટનાત્મક આંકડાશાસ્ત્રનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રયોગને અંતે પ્રાપ્ત માહિતીનું પૃથક્કરણ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

સહવિચરણ પૃથક્કરણ પદ્ધતિ એક એવી પૃથક્કરણ પદ્ધતિ છે જેના દ્વારા અભ્યાસમાં સમાવિષ્ટ એક કરતા વધારે જૂથોના પરતંત્ર ચલના કે તેની સાથે સંબંધિત અન્ય ચલના પૂર્વમાપન પ્રાપ્તાંકોના તફાવતોને ધ્યાનમાં લઈને જૂથોના અંતિમ માપન પ્રાપ્તાંકોના તફાવતોની સાર્થકતાનું પરીક્ષણ કરી શકાય. અર્થાત, જો જૂથો પરતંત્ર ચલ કે તેની સાથે સંબંધિત અન્ય ચલની દ્રષ્ટિએ સમાન ન હોય તો જૂથોના આ પ્રાથમિક તફાવતોને દૂર કરી શકાય અને ત્યાર પછી સ્વતંત્ર ચલની અસર માપી શકાય.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં બન્ને પ્રાયોગિક જૂથો તથા નિયંત્રિત જૂથને ધોરણ-૧૦ની શૈક્ષણિક સિદ્ધિને આધારે પહેલેથી જ સમાન બનાવવામાં આવ્યા હતા. આમ છતાં જૂથો વચ્ચે વિદ્યાર્થીઓની બુદ્ધિઆંકના સંદર્ભમાં જો વિચરણ હોય તો તે દૂર કરી શકાય અને તેમને બુદ્ધિને આધારે અંકશાસ્ત્રીય રીતે સમાન બનાવવા માટે સહવિચરણ પૃથક્કરણ પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરી માહિતીનું પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું.

સહવિચરણ પૃથક્કરણ બાદ જૂથોની સરાસરીઓના તફાવતોની સાર્થકતાનું પરીક્ષણ કરવા માટે LSD કસોટીનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથની સરાસરીઓના વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતાનું પરીક્ષણ કરવામાં કરવામાં આવ્યું હતું.

આ પૃથક્કરણ દ્વારા પરિણામ મેળવવા માટે સંશોધક દ્વારા કમ્પ્યુટરના આંકડાશાસ્ત્રના SPSS પ્રોગ્રામનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

પ્રકરણ-૭માં માહિતીના પૃથક્કરણ દ્વારા તૈયાર કરેલ સારણી-૭.૫ થી સારણી-૭.૧૬ અને તેના અર્થઘટનો આપવામાં આવેલ છે.

^૫ડી. એ. ઉચાટ. સંશોધનમાં માહિતી વ્યવહારો. રાજકોટ : પારસ પ્રકાશન. ૨૦૦૪.

પ્રકરણ - ૫

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ

૫.૧ પ્રાસ્તવિક

પ્રસ્તુત સંશોધનનો મુખ્ય હેતુ વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે કાર્યક્રમની રચના કરી તેની અસરકારકતા ચકાસવાનો હતો. સાંવેગિક બુદ્ધિ એ વ્યક્તિની સાંવેગિક અને સામાજિક લક્ષણો કે ક્ષમતાઓની શ્રેણી છે. અધ્યાપન મનોવિજ્ઞાન ક્ષેત્રે પ્રવર્તમાન સમયમાં વિદ્યાર્થીઓની બોધાત્મક કે સામાજિક ક્ષમતાના વિકાસ માટે અધ્યાપન મોડલ(મોડલ્સ ઓફ ટીચિંગ)નો નવો પ્રવાહ શરૂ થયો છે.

અધ્યાપન મોડલ એ વિદ્યાર્થીઓમાં નિશ્ચિત પરિવર્તન લાવવા માટે આપવામાં આવતા ચોક્કસ પર્યાવરણને નિશ્ચિત કરવાની અને નિપજાવવાની પ્રક્રિયાનું વર્ણન કરતી અધ્યાપન યોજના છે. અધ્યાપન મોડલના મહત્ત્વને સ્પષ્ટ કરતા દોંગા(૧૯૯૫)^૧જણાવે છે કે "અધ્યાપન મોડલ દ્વારા અધ્યાપન કરાવવાથી વિદ્યાર્થી પર તેની લાંબાગાળાની અસર જોવા મળે છે. તેનાથી અધ્યેતામાં ભવિષ્યમાં અન્ય બાબતો સરળતાથી અને અસરકારક રીતે શીખવાની શક્તિનો વિકાસ થાય છે. તેના ઉપયોગથી વિદ્યાર્થીઓ મનો-સ્નાયવિક ક્ષેત્રમાં, એથલેટિક્સ, પરફોર્મિંગ આર્ટ્સ, ગાણિતિક અને સામાજિક કૌશલ્યોની તાલીમમાંથી કેવી રીતે ફાયદો મેળવવો અને પોતાની જાતને કેવી રીતે કેળવવી તે શીખે છે."

અધ્યાપન મોડલના ઉપરોક્ત મહત્ત્વને ધ્યાનમાં લઈને પ્રસ્તુત સંશોધનના સંશોધકે વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટેના કાર્યક્રમ તરીકે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચના કરેલ હતી. આ પ્રકરણમાં અધ્યાપન મોડલનાં જુદાં જુદાં પાસાંઓનાં સંદર્ભમાં રચવામાં આવેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

૫.૨ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ

પ્રસ્તુત સંશોધનના હેતુ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે ગોલમેને દર્શાવેલ સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકોને અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓનો વિદ્યાર્થીઓમાં વિકાસ કરવાનું નક્કી કરેલ. ગોલમેને(૨૦૦૦)^૨ પોતાના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલમાં આપેલી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓની યાદી સારણી-૫.૧માં આપવામાં આવેલી છે.

^૧એન. એસ. દોંગા. અધ્યાપન મનોવિજ્ઞાન. રાજકોટ : નિજિજન સાયકો સેન્ટર. ૧૯૯૫.પૃ. ૨૮૫.

^૨Daniel Goleman, Boyatzis, R. E., & Rhee, K. S. Clustering competence in emotional intelligence: In R. Bar-On and J.D.A. Parker (Eds.), **Handbook of emotional intelligence** (pp. 343-362). San Francisco: Jossey-Bass, 2000.

સારણી ૫.૧
ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ

	વ્યક્તિગત ક્ષમતા		સામાજિક ક્ષમતા
૧	સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ	૧૦	અન્યને સમજવાની ક્ષમતા
૨	ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન	૧૧	સેવા અભિમુખતા
૩	આત્મવિશ્વાસ	૧૨	વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ
૪	સાંવેગિક નિયંત્રણ	૧૩	અન્યનો વિકાસ કરવો
૫	વિશ્વાસપાત્રતા	૧૪	સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન
૬	ઈમાનદારી	૧૫	પ્રત્યાયન
૭	અનુકૂલનક્ષમતા	૧૬	પ્રભાવ
૮	સિદ્ધિ-પ્રેરણ	૧૭	નેતૃત્વ ક્ષમતા
૯	પહેલ કરવાની ક્ષમતા	૧૮	પરિવર્તક ક્ષમતા
		૧૯	સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા
		૨૦	સહકાર

સંશોધકે ઉપરોક્ત દરેક સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના વિકાસ માટે અધ્યાપન મોડલ તૈયાર કર્યું હતું. કોઈપણ અધ્યાપન મોડલ તૈયાર કરવા માટે શાસ્ત્રીય પદ્ધતિ હોય છે. સંશોધકે રચેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચનાનાં સોપાનોનું વર્ણન અહીં રજૂ કરવામાં આવેલ છે.

૫.૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચનાનાં સોપાનો

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચના કરવા માટે સંશોધક દ્વારા આ મુજબનાં સોપાનોને અનુસરવામાં આવ્યાં હતાં.

- સોપાન-૧ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચના માટેના હેતુઓ નક્કી કરવા.
- સોપાન-૨ હેતુઓને અનુરૂપ અપેક્ષિત વર્તન પરિવર્તનના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા નક્કી કરવી.
- સોપાન-૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાના વિકાસ માટે અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓ નક્કી કરવી.
- સોપાન-૪ અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓની વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ રજૂઆત કરવા તથા અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓને અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિચારોની નોંધ માટે સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રક તૈયાર કરવું.
- સોપાન-૫ અધ્યાપન પ્રવૃત્તિના ઉપયોગ દ્વારા અધ્યાપન યોજનાના પ્રાથમિક સ્વરૂપની રચના કરવી.
- સોપાન-૬ અધ્યાપન યોજનાની પ્રાથમિક અજમાયશ કરવી.
- સોપાન-૭ અધ્યાપન યોજના અંગે તજજ્ઞીય અભિપ્રાય મેળવવા.
- સોપાન-૮ અજમાયશ અને તજજ્ઞીય અભિપ્રાયને અંતે અધ્યાપન યોજનાને આખરી સ્વરૂપ આપવું.

આ દરેક સોપાનનું વિસ્તૃત વર્ણન અહીં રજૂ કરવામાં આવેલ છે.

સોપાન-૧ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચના માટેના હેતુઓ નક્કી કરવા.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચનાનો મુખ્ય હેતુ વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરવાનો હતો. સાંવેગિક બુદ્ધિના ગોલમેનના સિદ્ધાંત અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચનાનાં હેતુઓ આ મુજબ હતા.

૧. સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાઓ : સાંવેગિક જાગૃતિ, ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અને આત્મવિશ્વાસનો વિદ્યાર્થીઓમાં વિકાસ કરવો.
૨. સ્વ-વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાઓ : સાંવેગિક નિયંત્રણ, વિશ્વાસપાત્રતા, ઈમાનદારી, અનુકૂલનક્ષમતા, સિદ્ધિ-પ્રેરણ અને પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો વિદ્યાર્થીઓમાં વિકાસ કરવો.
૩. સામાજિક જાગૃતિની ક્ષમતાઓ : સમાનુભૂતિ, સેવા અભિમુખતા અને વ્યવસ્થાતંત્રીય/રાજકીય જાગૃતિનો વિદ્યાર્થીઓમાં વિકાસ કરવો.
૪. લોકકૌશલ્યોની ક્ષમતાઓ : પ્રભાવ, પ્રત્યાયન, સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન, નેતૃત્વશક્તિ, પરિવર્તક ક્ષમતા, સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા(સંયોજન ક્ષમતા) અને સહકારની ક્ષમતાનો વિદ્યાર્થીઓમાં વિકાસ કરવો.

સોપાન-૨ હેતુઓને અનુરૂપ અપેક્ષિત વર્તન પરિવર્તનના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ નક્કી કરવી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષેત્ર સાથે સંબંધિત સાહિત્યના અભ્યાસને અંતે સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ અને એ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ નક્કી કરી હતી. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકોને અનુરૂપ સાંવેગિક ક્ષમતાઓનો વિદ્યાર્થીઓમાં વિકાસ કરવાનું નક્કી કરેલ હોવાથી ગોલમેને પોતાના સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના વર્ગીકરણમાં વર્ણવેલી લાક્ષણિકતાઓને જ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ તરીકે સ્વીકારેલ હતી. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાને આધારે જ તેનો વ્યાવહારિક અર્થ આપવામાં આવ્યો હતો. વિદ્યાર્થીઓમાં અપેક્ષિત વર્તન પરિવર્તન તરીકે આ લાક્ષણિકતાનો વિકાસ કરવાનું સ્વીકારવામાં આવેલ.

ગોલમેન(૧૯૯૮)^૩ના સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકોને અનુરૂપ સાંવેગિક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ આ મુજબ છે.

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે પોતાના સંવેગો તથા આ સંવેગોનાં કારણો જાણે છે.
૨. તે પોતાના સંવેગ અને પોતાના વિચાર વચ્ચેના સંબંધથી માહિતગાર હોય છે.
૩. તે પોતાના સંવેગો પોતાની કાર્યક્ષમતા પર શી રીતે અસર કરે છે તે જાણે છે.

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે પોતાની ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓથી માહિતગાર હોય છે.
૨. તે ચિન્તનાત્મક અને અનુભવોમાંથી શીખનાર હોય છે.
૩. તે પ્રતિપોષણ, નવા દષ્ટિકોણ, સતત શીખવા અને સ્વ-વિકાસ માટે તૈયાર હોય છે.

આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે પોતાની જાતને ખૂબ જ દઢતાથી રજૂ કરી પોતાની હાજરીની અસર પહોંચાડે છે.
૨. બિન લોકપ્રિય હોય તેવા દષ્ટિકોણ રજૂ કરી શકે છે અને સત્ય માટે વિરોધ દર્શાવે છે.
૩. અચોક્કસતા કે દબાણ હોવા છતાં સંગીન નિર્ણયો લેવા સક્ષમ હોય છે.

^૩Daniel Goleman, Working with emotional intelligence. New York: Bantam Books, 1998. pp.63-257.

સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. આવેગાત્મક લાગણીઓ અને પીડાદાયક સંવેગોનું યોગ્ય નિયંત્રણ કરી શકે છે.
૨. પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં પણ હકારાત્મક અને સ્વસ્થ રહી શકે છે.
૩. દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ વિચારી શકે છે. પોતાની જાતને કેન્દ્રિત રાખી શકે છે.

વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. નૈતિક અને વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરે છે.
૨. વિશ્વસનીયતા અને પ્રામાણિકતા દ્વારા અન્યોમાં વિશ્વાસ ઊભો કરી શકે છે.
૩. પોતાની ભૂલોનો સ્વીકાર કરી શકે છે.
૪. બિન લોકપ્રિય હોવા છતાં મુશ્કેલ અને સિદ્ધાંતલક્ષી બાબતોનો પક્ષ લે છે.

ઈમાનદારી/આંતરવિવેકશીલતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. પ્રતિબદ્ધ હોય છે અને કોઈપણ ભોગે વચનનું પાલન કરે છે.
૨. ધ્યેયપ્રાપ્તિ માટે પોતાને જવાબદાર માને છે.
૩. પોતાના કાર્યમાં વ્યવસ્થિત અને કાળજી લેનાર હોય છે.

અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. અગ્રતાક્રમમાં સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે. ઝડપી પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે.
૨. બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાના પ્રતિચારો અને વ્યૂહરચનાઓમાં ફેરફાર કરે છે.
૩. કોઈપણ ઘટનાને જોવાના સન્દર્ભમાં લવચીક હોય છે.

સિદ્ધિ પ્રેરિત વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખ હોય છે. પોતાના ધ્યેયો અને ધોરણોની પ્રાપ્તિ માટે ઉચ્ચ કક્ષાએ પ્રેરિત હોય છે.
૨. પડકારરૂપ ધ્યેયો નક્કી કરે છે અને તેમાં ગણતરીપૂર્વકનું જોખમ સ્વીકારે છે
૩. અચોક્કસતા ઘટાડવા અને વધુ સારી રીતે કાર્ય કરવાના રસ્તા શોધવા માહિતીનો યોગ્ય ઉપયોગ કરે છે.

પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે.
૨. જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે.
૩. કાર્ય પૂરું કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે.
૪. અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરે છે.

અન્ય વ્યક્તિઓને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપે છે તથા સારી રીતે સાંભળી શકે છે.
૨. તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે તથા અન્યના દષ્ટિકોણો સમજી શકે છે.
૩. અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે.

સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે.
૨. તે અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે.
૩. અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે.

વ્યવસ્થાતંત્રીય/રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે.
૨. મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાઈ શકે છે.
૩. અન્યના દષ્ટિકોણો અને વર્તનો પર અસર કરતા બળોને સમજે છે
૪. વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓને જાણે છે.

અન્ય વ્યક્તિઓનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. તે અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે.
૨. તે અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે.
૩. અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે

સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે.
૨. જૂથ ચર્ચા અને ખુલ્લી ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે.
૩. મુશ્કેલ પરિસ્થિતિ કે લોકો સાથે win win solution પદ્ધતિપૂર્વક કાર્ય કરે છે.

પ્રત્યાયન ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. સંદેશાની આપ-લેમાં સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે તથા ઓળખે છે.
૨. સારી રીતે સાંભળે છે, સમજ દર્શાવે છે અને માહિતીનો પૂર્ણ ઉપયોગ કરે છે.
૩. સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ હોય છે.

પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. લોકોનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે.
૨. સાંભળનાર સમક્ષ અરજ-અપીલની રજૂઆત અસરકારક રીતે કરે છે.
૩. પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવિત વ્યક્તિનો સહારો પણ લે છે.

અસરકારક નેતૃત્વક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે.
૨. જરૂર પડ્યે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે.
૩. અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે.
૪. ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે.

પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે.
૨. પરિવર્તનને સ્વીકારવા 'સ્ટેટસ ક્વો'ને પડકારે છે.
૩. અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે.
૪. અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે.

સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. વિશાળ અનૌપચારિક જોડાણો સ્થાપી શકે છે અને તેને જાળવી શકે છે.
૨. પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે.
૩. કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધ-મિત્રતા બાંધે છે અને જાળવે છે.

સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ :

૧. કાર્ય-હેતુ સિદ્ધિ તથા સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા રાખે છે.
૨. આયોજન, માહિતી અને સંશોધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકે છે.
૩. મિત્રતાભર્યુ, સહકારયુક્ત વાતાવરણ જન્માવે છે.
૪. સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક તત્કાલ ઝડપી લે છે.

સોપાન-૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાના વિકાસ માટે અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓ નક્કી કરવી.

પ્રસ્તુત અધ્યાપન મોડલમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ વિદ્યાર્થીઓમાં થાય એ માટે આ મુજબની પ્રવૃત્તિઓ નક્કી કરવામાં આવી હતી.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ અને આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જણાવવી તથા આ ક્ષમતા વિકાસનો હેતુ સમજાવવો.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત કરવી.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો.
૪. સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટનને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો.
૫. પરિસ્થિતિનાં જુદા જુદા વિદ્યાર્થીઓનાં અર્થઘટનો અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના કરવી તથા પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા કરવી.
૬. સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી તેને અનુરૂપ વ્યક્તિના સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા સંબંધિત વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો.
૭. રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ પોતે અથવા અન્યએ અનુભવેલ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી અને તેમાં પોતાના વર્તનો ક્યાં હતાં તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિના વર્તનો ક્યાં હોઈ શકે તેની તુલના કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો.

ઉપરોક્ત દરેક પ્રવૃત્તિની વિગતે ચર્ચા અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ અને આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જણાવવી તથા આ ક્ષમતા વિકાસનો હેતુ સમજાવવો.

વ્યક્તિ પોતાનામાં કોઈ પણ લાક્ષણિકતાનો વિકાસ ત્યારે જ કરે જ્યારે તે તેનું મહત્ત્વ સમજે. જો વ્યક્તિ જે તે લાક્ષણિકતાઓનું મહત્ત્વ સમજે તો જ તે જુદા જુદા પ્રકારના પ્રયત્નો દ્વારા તેનો વિકાસ કરવાનો પ્રયત્ન કરશે. અહીં સૌ પ્રથમ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ અને સોપાન-૨માં નક્કી કરેલી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની લાક્ષણિકતા તરીકે સ્વીકારી રજૂ કરવી. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના વિકાસના હેતુ અને મહત્ત્વ તરીકે વિદ્યાર્થીઓમાં આ લાક્ષણિકતાનો વિકાસ થશે તેમ સમજાવવું.

દરેક સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અને તેને અનુરૂપ લાક્ષણિકતા અગાઉના સોપાન-૨માં આપેલ છે.

૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત કરવી.

પ્રસ્તુત સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેનું અધ્યાપન મોડલ ચોક્કસ પરિસ્થિતિ આધારિત હતું. વિદ્યાર્થીઓ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર સાંવેગિક પરિસ્થિતિનો પરિચય મેળવે તે માટે દરેક સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર ચોક્કસ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ નક્કી કરવામાં આવી હતી. આ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ મહાવરા માટે રજૂ કરવી. આ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ નક્કી કરવા માટે સંશોધકે આ મુજબની પ્રવિધિ અજમાવી હતી :

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત સાહિત્ય/સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટીઓનો અભ્યાસ. સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત ચોક્કસ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરવા માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે સંબંધિત સાહિત્ય તથા જુદી જુદી સાંવેગિક બુદ્ધિ કસોટીઓનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. તેમાં રજૂ કરવામાં આવેલ પરિસ્થિતિઓના આધારે સંશોધક દ્વારા પોતાના મોડલ માટે સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું પ્રાથમિક સ્વરૂપ નક્કી કરવામાં આવ્યું હતું.

૨. તજજ્ઞીય અભિપ્રાય. સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું પ્રાથમિક સ્વરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની લાક્ષણિકતા અનુરૂપ તથા વિદ્યાર્થીઓની વયકક્ષા મુજબ યોગ્ય છે કે કેમ? તે નક્કી કરવા માટે સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પ્રાથમિક સ્વરૂપને તજજ્ઞીય અભિપ્રાય માટે આપવામાં આવેલ. તજજ્ઞીય અભિપ્રાય માટે નક્કી કરવામાં આવેલ તજજ્ઞોની યાદી અનુસૂચિ-૪માં સામેલ છે.

૩. ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ પર પ્રારંભિક અજમાયશ. સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું પ્રાથમિક સ્વરૂપ વિદ્યાર્થીઓ સમજી શકે છે કે કેમ તથા તેના અર્થઘટન દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો મળી શકે છે કે કેમ ? તે નક્કી કરવા માટે સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પ્રાથમિક સ્વરૂપની પ્રારંભિક અજમાયશ કરવામાં આવેલ. જામનગરની શ્રી ડીસીસી હાઈસ્કૂલના વાણિજ્ય પ્રવાહના ધોરણ-૧૧ના ૨૨ વિદ્યાર્થીઓ પર અજમાયશ કરવામાં આવી હતી.

૪. સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અંતિમ સ્વરૂપની રચના. તજજ્ઞીય અભિપ્રાય અને પ્રારંભિક અજમાયશને અંતે જરૂરી ફેરફાર કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું અંતિમ સ્વરૂપ નક્કી કરવામાં આવ્યું હતું. દરેક સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ નક્કી કરવામાં આવેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ

૧. તમે ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થી છો. વર્ગશિક્ષણ દરમિયાન તમે તમારા મિત્ર સાથે વાતો કરી રહ્યા છો. તમારા શિક્ષક તમને રિસેપ્શન સમયમાં ઓફિસમાં બોલાવે છે.
૨. તમે ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળામાં અભ્યાસ કરો છો. તમે આપેલી એક કસોટીમાં ગાણિતિક વિષયમાં ૫૦ ટકા ગુણ મેળવ્યા છે. જ્યારે કલાના વિષયમાં ૮૦ ટકા ગુણ મેળવ્યા છે. તમારી સમક્ષ ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે ગાણિતિક કે કલાના ક્ષેત્રમાંથી પસંદગી કરવાની છે.
૩. તમે એક કંપનીમાં કર્મચારી છો. તમારી કંપનીમાં તમે એક નવું કાર્ય કરવા માગો છો જે તમારી દૃષ્ટિએ કંપની માટે ફાયદાકારક છે. પરંતુ તમારા સહકર્મચારી તમારા આ કાર્ય સાથે સહમત નથી. તેને સ્થાને તે પોતાનું કાર્ય રજૂ કરે છે. તમે તમારા ઉપરી અધિકારી પાસે આ કાર્ય મંજૂર કરાવવા માગો છો.
૪. તમે હાલ એક કામ કરી રહ્યા છો. તમે ઘણાં પ્રયત્નો કર્યા પણ તમને તે કાર્યમાં સફળતા મળતી નથી. તમારા સાહેબ તમને કાર્ય તરત જ પૂર્ણ કરવા જણાવે છે.
૫. તમે ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થી છો. તમે અને તમારા મિત્ર સાથે કામ કરતા શાળાની કોઈ વસ્તુને તમારાથી નુકશાન થયું છે. શાળાના શિક્ષક તમને બંનેને સજા માટે બોલાવે છે.
૬. તમને એક કામ સોંપવામાં આવે છે. તમને એ કામ પૂર્ણ કરવા એક માસનો સમય આપવામાં આવે છે. પંદર દિવસ પછી તમારા સહકર્મચારીની ભૂલને લીધે અત્યાર સુધી થયેલું બધું કાર્ય ફરીથી કરવું પડે તેમ છે. તમે તમારા ઉપરી અધિકારીને આ વાત કઈ રીતે કરશો ?

૭. તમે ધોરણ-૧૦ સુધી ઘરે રહીને અભ્યાસ કર્યો છે. તમને તમારા માતા પિતા તરફથી જોઈએ તે વસ્તુ અપાવી દેવામાં આવી છે. ધોરણ-૧૧માં તમને તમારા ગામથી વધુ સારું શિક્ષણ મળે તે માટે અન્ય શહેરની છાત્રાલયમાં રહી અભ્યાસ કરવા જવાનું થાય છે. જ્યાં ખાસ સુવિધા નથી.
૮. તમે એક કાર્ય કરેલ જેમાં તમને સફળતા મળેલ. હવે તમારી સમક્ષ બે કાર્યની ઓફર મળે છે. એક જે કાર્ય કરી સફળતા મળી એ જ પ્રકારનું કાર્ય અને બીજું એનાથી મુશ્કેલ કાર્ય જે તમે ભૂતકાળમાં ક્યારેય કરેલ નથી. બીજા કાર્યમાં નિષ્ફળતાનું જોખમ પણ છે.
૯. તમે એક કંપનીમાં માર્કેટીંગ મેનેજર છો. તમે તમારા ઉત્પાદનનું જરૂરી હોય તેટલું વેચાણ ધરાવો છો. તમને એક કંપનીનો મોટો ઓર્ડર મળે છે. કંપનીના નિયમ મુજબ તમારું ઉત્પાદન અન્ય કંપનીને વેચી શકતા નથી.
૧૦. તમારી સાથે અભ્યાસ કરતા મિત્રના પિતાજી બીમાર છે. તમારો મિત્ર તમારી સમક્ષ એના પિતાજી બીમાર છે તેની અને બીમારી માટેની દવા માટેના ખર્ચની તથા તેના કુટુંબને પડેલી મુશ્કેલી વિશે વાત કરી રહ્યો છે.
૧૧. તમે એક શોર્પીંગ મોલમાં સેલ્સમેન છો. તમારા ગ્રાહક ઘણાં સમયથી કોઈ વસ્તુની પસંદગી કરે છે પણ પસંદગી કરી શકતા નથી. ગ્રાહક તમને ક્યા પ્રકારની વસ્તુ જોઈએ છે તે કહે છે.
૧૨. તમારી શાળામાં વિદ્યાર્થી યુટીલી યોજવામાં આવી રહી છે. આ યુટીલીમાં જુદા જુદા ત્રણ પક્ષકારો યુટીલી લડી રહ્યા છે. તમે કોઈ પણ એક પક્ષમાં જોડાવા ઈચ્છો છો.
૧૩. તમે સંગીતનો શોખ ધરાવો છો અને સંગીતના સારા જાણકાર છો. તમારી સાથે અભ્યાસ કરતો મિત્રપણ સંગીતનો શોખ ધરાવે છે અને માત્ર શોખથી સારું ગાય તેમજ વગાડી શકે છે.
૧૪. તમે એક ખાનગી બેંકમાં નોકરી માટે અરજી કરો છો. બેંકના મેનેજર તમારા મિત્રના પિતા છે. તેઓ નિયમિતતા અને સમયપાલનના આગ્રહી છે. તમને એ નોકરીના સંદર્ભમાં મળવા બોલાવે છે.
૧૫. તમારો મિત્ર તમને તેની કૌટુંબિક પરિસ્થિતિ અને નબળી આર્થિક સ્થિતિ વિશે વાત કરે છે. વાતચિત દરમિયાન તેની આંખમાં આંસુ આવી જાય છે.
૧૬. તમે ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થી છો. તમારા વર્ગના અન્ય એક વિદ્યાર્થી કે જે અભ્યાસમાં ખૂબ તેજસ્વી છે, તેની સાથે તમને વારંવાર સંઘર્ષમાં ઉતરવું પડે છે.
૧૭. તમારી શાળાના સંચાલકોએ વિદ્યાર્થીઓની ફીમાં વધારો કર્યો છે, જે વિદ્યાર્થીઓને અનુકૂળ નથી. શાળાનો દરેક વિદ્યાર્થી આ ફી વધારાથી નારાજ છે.
૧૮. હાલમાં કમ્પ્યુટરનું મહત્ત્વ તમે સમજો છો. તમારી શાળામાં કમ્પ્યુટરની સુવિધા ન હોવાથી તેના વિકલ્પ તરીકે અન્ય વિષય રાખવો પડે છે. તમે કમ્પ્યુટર વિષય રાખવા માગો છો.
૧૯. તમે અભ્યાસની સાથે પાર્ટટાઈમ વીમાકંપનીના એજન્ટ છો. તમને દિવસમાં અનેક લોકોને મળવાનું થાય છે જેનાથી તમે પૂરા પરિચિત પણ હોતા નથી.
૨૦. શિક્ષક તમારા વર્ગમાંથી વિદ્યાર્થીઓના એક જૂથને બેંકમાંથી થોડી માહિતી લાવવાનું અને તેની નોંધ કરવાનું કહે છે. દરેક વિદ્યાર્થીને થોડી-થોડી માહિતી લાવવાનું સોંપવામાં આવે છે. તમારા જૂથનો એક વિદ્યાર્થી એવો છે જે કોઈ પણ માહિતી લાવી શકે તેમ નથી.

૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો.

આ પ્રવૃત્તિમાં વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી હોય તે પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવવું. એટલે કે વિદ્યાર્થી તે પરિસ્થિતિ વિશે શું વિચારે છે તે જણાવવાનું કહેવું .

સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટનના મહાવરા માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરવો. "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે તમે શું વિચારો છો" અથવા "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે વિચારી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરો"

આ પ્રવૃત્તિ પાછળ એ ધારણા રાખવામાં આવી હતી કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે.

૪. સાંવેગિક પરિસ્થિતિનાં અર્થઘટનને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો.

આ પ્રવૃત્તિમાં વિદ્યાર્થીઓએ પોતાની સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવેલી પરિસ્થિતિનું જે અર્થઘટન કરેલ હોય તેને અનુરૂપ પોતે અથવા પરિસ્થિતિના મુખ્ય પાત્ર કયા પ્રકારના વર્તનો કરે તે નક્કી કરી-ઓળખવાનો મહાવરો આપવો. દા.ત. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનો મહાવરો મેળવે એ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરવો.

"આ પરિસ્થિતિમાં તમે કયા સંવેગો અનુભવો ?"

"તમે આ સંવેગો અનુભવો તેનાં કારણો ક્યાં હોઈ શકે ?"

"તમારા સંવેગોને લીધે તમારા વર્તનમાં શો ફરક આવ્યો ?"

આ પ્રવૃત્તિ પાછળ એ ધારણા રાખવામાં આવી હતી કે વ્યક્તિ જે પ્રમાણે પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરે છે તે મુજબ તે વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે છે.

૫. પરિસ્થિતિના જુદા જુદા વિદ્યાર્થીઓના અર્થઘટનો અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના કરવી -પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા કરવી

આ પ્રવૃત્તિમાં જુદા જુદા વિદ્યાર્થીઓએ પરિસ્થિતિના કરેલા અર્થઘટનોની તુલના કરવાનું જણાવવું તથા જુદા જુદા વિદ્યાર્થીઓએ જે વર્તનો-લક્ષણો જણાવ્યાં તેની તુલના કરવાનું જણાવવું. દરેક વિદ્યાર્થીનું અર્થઘટન અને તેના વર્તનો અલગ અલગ હોઈ શકે તેની ચર્ચા-પ્રશ્નોત્તરી કરવી. આ માટે શિક્ષકે વર્ગમાંથી ત્રણ કે ચાર વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના કરેલાં અર્થઘટન પૂછવાં.

શિક્ષકે વર્ગમાંથી વિદ્યાર્થી "અ"ને પૂછવું- "રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું ?"

શિક્ષકે વિદ્યાર્થી "બ"ને પૂછવું- "રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ?"

શિક્ષકે વિદ્યાર્થી "ક"ને પૂછવું- "રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો ?"

આ અર્થઘટનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવવું. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અન્ય કરતાં કઈ રીતે જુદું પડે છે તે જણાવવા કહેવું. જેમ કે -

વિદ્યાર્થી "ડ"ને પૂછવું- "તમે કરેલ અર્થઘટન "અ" કરતાં કઈ રીતે જુદું પડે છે ?"

વિદ્યાર્થી "ઈ"ને પૂછવું- "તમે કરેલ અર્થઘટન "બ" કરતાં કઈ રીતે જુદું પડે છે ?"

વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનોની તુલના દ્વારા સમજાવવું કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે.

વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનોની તુલના બાદ તેને અનુરૂપ પોતે અથવા પરિસ્થિતિના મુખ્ય પાત્ર ક્યાં પ્રકારનાં વર્તનો કરે તે નક્કી કરેલ હોય-ઓળખ કરી હોય તે વર્ગમાંથી ત્રણ કે ચાર વિદ્યાર્થીઓને પૂછવાં. જેમ કે -

શિક્ષકે વિદ્યાર્થી "અ"ને પૂછવું- "રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કેવાં વર્તન કરો?"

શિક્ષકે વિદ્યાર્થી "બ"ને પૂછવું- "રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનાં સંદર્ભમાં તમારાં વર્તન જણાવો.

વિદ્યાર્થીઓના વર્તનો અંગે પૂછી આ વર્તનોની બીજા વિદ્યાર્થીઓના વર્તનો સાથે તુલના કરવા જણાવવું. જેમ કે -

વિદ્યાર્થી "૩"ને પૂછવું - "તમારાં વર્તનો "અ"ના વર્તનોથી કઈ રીતે જુદાં પડે છે?"

વિદ્યાર્થી "૪"ને પૂછવું - "તમારાં વર્તનો અને "બ"ના વર્તનોમાં શો તફાવત છે?"

વિદ્યાર્થીએ કરેલ વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવવું કે એક જ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી રીતે અર્થઘટન કરી ભિન્ન વર્તનો કરે છે. વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિનું અલગ રીતે અર્થઘટન કરી તેને અનુરૂપ વર્તનો પણ બદલાવી શકે છે.

આ પ્રવૃત્તિ પાછળ એ ધારણા રાખવામાં આવી હતી કે જો વિદ્યાર્થીને ખ્યાલ આવે કે રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિના પોતે કરેલા અર્થઘટન કરતાં અન્યએ કરેલું અર્થઘટન જુદું હોઈ શકે અને તેથી વર્તનો-લક્ષણો પણ જુદા હોઈ શકે છે. આથી તે પરિસ્થિતિના અર્થઘટનના જુદા જુદા માર્ગો વિચારી શકે છે.

૬. રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી તેને અનુરૂપ વ્યક્તિના સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા સંબંધિત વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો

આ પ્રવૃત્તિમાં વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી હોય તે પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવવું. આ પુનઃઅર્થઘટન અગાઉ કરેલા અર્થઘટન કરતાં જુદું હોઈ શકે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનના મહાવરા માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરવો.

"તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે તમે ફરી વિચારો" અથવા "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરો"

આ પ્રવૃત્તિ પાછળ એ ધારણા રાખવામાં આવી હતી કે જો વિદ્યાર્થીને ખ્યાલ આવે કે એક જ પરિસ્થિતિનું અલગ રીતે અર્થઘટન થઈ શકે છે ત્યારે તે ભૂતકાળમાં અનુભવેલ પરિસ્થિતિનું જે અર્થઘટન કરેલું એ જ પરિસ્થિતિ બીજી વખત ઊભી થાય તો અલગ રીતે અર્થઘટન કરે છે.

ઉપરાંત પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ ક્યા પ્રકારના વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થી ક્યાં વર્તન કરે તે નક્કી કરવા જણાવવું. જેમ કે સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટે -

“આ પરિસ્થિતિમાં તમે ક્યા સંવેગો અનુભવો ?”

“તમે આ સંવેગો અનુભવો તેનાં કારણો ક્યાં હોઈ શકે ?”

“તમારા સંવેગોને લીધે તમારા વર્તનમાં શો ફરક આવ્યો ?”

આ પ્રવૃત્તિ પાછળ એ ધારણા રાખવામાં આવી હતી કે જો વિદ્યાર્થીને ખ્યાલ આવે કે પરિસ્થિતિનું જુદી રીતે અર્થઘટન કરી વર્તનો બદલી શકે છે ત્યારે તે ભૂતકાળમાં અનુભવેલ પરિસ્થિતિનું જે અર્થઘટન કરેલું એ જ પરિસ્થિતિ બીજી વખત ઉભી થાય તો અલગ રીતે અર્થઘટન કરી એને અનુરૂપ યોગ્ય વર્તનો કરે છે.

૭. રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ પોતે અથવા અન્યએ અનુભવેલ પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી અને તેમાં પોતાનાં વર્તનો ક્યાં હતાં તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો ક્યાં હોઈ શકે તેની તુલના કરવાનો મહાવરો પૂરો પાડવો

આ પ્રવૃત્તિમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ રજૂ કરવામાં આવેલ પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા જણાવવું. આ પરિસ્થિતિ વિદ્યાર્થીએ પોતે અનુભવેલ હોય કે અન્યએ અનુભવેલ હોય. આ પરિસ્થિતિમાં પોતે અથવા પરિસ્થિતિમાંની વ્યક્તિએ ક્યાં વર્તનો કર્યાં અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો ક્યાં હોઈ શકે તે નક્કી કરી તુલના કરવા જણાવવું.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરી પરિસ્થિતિની વ્યક્તિના વર્તનો અને સાંવેગિક બુદ્ધિક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના કરવાનું જણાવવા માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરવો.

“તમારી સમક્ષ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો. ઉપરાંત આ પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ ક્યાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો ક્યાં હોઈ શકે તે જણાવી તેની તુલના કરો.”

આ પ્રવૃત્તિ પાછળ એ ધારણા રાખવામાં આવી હતી કે વિદ્યાર્થી પોતે જ અનુભવેલ પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં વર્તનો ક્યાં હતાં તે ઓળખી, ખરેખર સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો ક્યાં હોવાં જોઈએ તેની તુલના કરે તો તે ભવિષ્યમાં ઉપસ્થિત અન્ય પરિસ્થિતિમાં પ્રથમથી જ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની લાક્ષણિકતા મુજબ વર્તનો કરશે.

સોપાન-૪ અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓની વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ રજૂઆત કરવા તથા અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓને અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિચારોની નોંધ માટે સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક તૈયાર કરવું.

પ્રસ્તુત સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલમાં સંશોધકે વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ, સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરવાનું નક્કી કરેલ હતું. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા ત્રણ કે ચાર હોય આ લાક્ષણિકતા મૌખિક સ્વરૂપે રજૂ કરવામાં આવે તો વિદ્યાર્થીઓ યોગ્ય રીતે સમજી ન શકે અથવા પછીનાં સોપાનો દરમિયાન યાદ રાખી ન શકે તેવી શક્યતા હતી. સાંવેગિક પરિસ્થિતિનો પણ સમગ્ર મોડલનાં અમલ દરમિયાન અર્થઘટન, પુનઃઅર્થઘટન અને અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા માટે ઉપયોગ કરવાની જરૂરિયાત હોય સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત પણ મૌખિક સ્વરૂપે કરવી યોગ્ય જણાય ન હતી. આથી, સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ,

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ રજૂ કરવા માટે લેખિત સ્વરૂપના માધ્યમનો ઉપયોગ કરવાનું નક્કી કરેલ.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ રજૂ કરવામાં આવેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ આધારિત હોય વિદ્યાર્થીઓએ સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન, અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો, પુનઃઅર્થઘટન, પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિના વર્તનો, રજૂ કરવામાં આવેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી, આ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં વર્તનો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિના વર્તનો નક્કી કરી તુલના કરવી વગેરે અનેક સ્વરૂપે પ્રતિચાર આપવાના હતા.

આ પ્રતિચારમાં દરેક પ્રતિચારોની તુલના પણ કરવાની હોય પ્રતિચારો જો મૌખિક સ્વરૂપે મેળવવામાં આવે તો શક્ય છે કે અગાઉના પ્રતિચાર યાદ ન પણ હોય. જેમ કે પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન વખતે અગાઉ કરેલ અર્થઘટન યાદ ન પણ હોય. વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તન અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિના વર્તનોની તુલના પણ યોગ્ય રીતે ન થઈ શકે. આ મર્યાદા દૂર કરવા સંશોધકે વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિચાર પણ લેખિત સ્વરૂપે મેળવવાનું નક્કી કરેલ.

આથી, સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ, સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા તથા વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિચારની નોંધ કરવા માટે એક પત્રક તૈયાર કરેલ હતું. આ પત્રકમાં પ્રથમ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ, સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરી તેની નીચે વિદ્યાર્થીઓએ પોતાના જુદા જુદા પ્રતિચાર નોંધવા માટે જગ્યા આપેલી હતી. આ પત્રકને સંશોધકે 'સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રક' તરીકે ઓળખ આપેલી.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત યોગ્ય છે કે કેમ ? જુદા જુદા પ્રતિચાર નોંધવા માટે આપેલી જગ્યા પૂરતી છે કે કેમ ? વગેરે નક્કી કરવા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકની પ્રારંભિક અજમાયશ અને તજજ્ઞીય અભિપ્રાય સમગ્ર મોડલની પ્રારંભિક અજમાયશ અને તજજ્ઞીય અભિપ્રાય સાથે મેળવવામાં આવ્યા હતા. પ્રારંભિક અજમાયશ અને તજજ્ઞીય અભિપ્રાયની વિગત સમગ્ર અધ્યાપન યોજનાની પ્રારંભિક અજમાયશ અને તજજ્ઞીય અભિપ્રાય સાથે રજૂ કરેલ છે.

પ્રારંભિક અજમાયશ અને તજજ્ઞીય અભિપ્રાયના અંતે જરૂરી ફેરફાર કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકનું અંતિમ સ્વરૂપ રચવામાં આવ્યું હતું. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકનું અંતિમ સ્વરૂપ અહીં આપવામાં આવ્યું છે.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રક		ક્ષમતા : સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા
સોપાન ૧ : સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અર્થ:		
સોપાન ૨ : સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ :		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન :		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	

સોપાન-૫ અધ્યાપન પ્રવૃત્તિના ઉપયોગ દ્વારા અધ્યાપન યોજનાના પ્રાથમિક સ્વરૂપની રચના કરવી.

કોઈપણ પ્રકારની અધ્યાપન યોજના ઘડતી વખતે તેનું વિષયવસ્તુ, આપવાના અનુભવ, વિદ્યાર્થીઓ કે તાલીમાર્થીઓની પ્રવૃત્તિ, ઉપયોગમાં લેવાતા સાધનો, પદ્ધતિ, મૂલ્યાંકન, સમયગાળો વગેરેનો વિચાર કરી તેને સોપાનબદ્ધ કરવામાં આવે છે. દોંગા (૧૯૮૫)^૪ મુજબ કોઈ પણ અધ્યાપન મોડલ ઘડતી વખતે આ મુજબનાં પાસાંઓનો વિચાર કરવો જોઈએ : (૧) ધ્યેયો, (૨) સૈદ્ધાંતિક આધાર, (૩) સોપાનો, (૪) સામાજિક તંત્ર, (૫) પ્રતિચાર સિદ્ધાંત, (૬) સહાયક તંત્ર, (૭) શૈક્ષણિક અસરો અને (૮) પરોક્ષ અસરો.

પ્રસ્તુત સંશોધનના સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે રચેલ અધ્યાપન મોડલની ઉપરોક્ત દરેક પાસાંનાં સંદર્ભમાં વિગતે ચર્ચા અહીં કરવામાં આવી છે.

(૧) **ધ્યેયો.** ધ્યેય એ અધ્યાપન યોજનાનું કેન્દ્ર છે. ધ્યેય નક્કી હોય તો જ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે કે કેમ તે નક્કી કરી શકાય. પ્રસ્તુત સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટે રચેલ અધ્યાપન મોડલમાં આ મુજબનાં ધ્યેયો સ્વીકારવામાં આવ્યાં હતાં :

૧. વ્યક્તિના જીવનમાં ઉપસ્થિત થતી જુદી જુદી પરિસ્થિતિઓનું અલગ અલગ રીતે અર્થઘટન થઈ શકે છે અને એ મુજબ વ્યક્તિ વર્તન કરે છે. આ બાબત અંગે વિદ્યાર્થીઓને જાગૃત કરવા.

૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓનો વિદ્યાર્થીઓમાં વિકાસ કરવો

૩. સમગ્રતયા વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરવો

(૨) **સૈદ્ધાંતિક ધારણા.** સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટે રચેલ અધ્યાપન મોડલમાં આ મુજબની ધારણાઓ કરવામાં આવેલ :

૧. કોઈ પણ પરિસ્થિતિ વ્યક્તિને સાંવેગિક રીતે અસર કરે છે અને એ મુજબ તે વર્તન કે લક્ષણ પ્રકટ કરે છે.

૨. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન જુદી રીતે કરતાં પરિસ્થિતિ સંબંધિત વ્યક્તિનું વર્તન પણ બદલાય છે.

૩. જો વ્યક્તિને પરિસ્થિતિનું ભિન્ન રીતે અર્થઘટન કરવાનો મહાવરો આપવામાં આવે તો વ્યક્તિ પરિસ્થિતિનું અલગ રીતે અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ વર્તન પણ બદલી શકે છે.

(૩) **સોપાનો.** સોપાનો એ અધ્યાપન યોજનાની પ્રવૃત્તિઓનો ક્રમ રજૂ કરે છે. પ્રસ્તુત અધ્યાપન યોજનામાં અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓને વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ રજૂ કરવા માટે દસ સોપાનો નક્કી કરવામાં આવ્યાં હતાં.

આ દસ સોપાનોમાં કરવામાં આવતી પ્રવૃત્તિઓની સમજૂતી અહીં આપવામાં આવી છે.

^૪નુભાઈ દોંગા, અધ્યાપન મનોવિજ્ઞાન. રાજકોટ : નિજિજન સાયકો સેન્ટર, ૧૯૮૫, પૃ. ૨૮૬.

સોપાન : ૧ : સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ

આ સોપાનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો સામાન્ય અર્થ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરવામાં આવશે.

સોપાન : ૨ : સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓની રજૂઆત

આ સોપાનમાં ચોક્કસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારની લાક્ષણિકતા ધરાવે છે, કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે છે, આ ક્ષમતા વ્યક્તિ માટે કઈ રીતે અગત્યની છે, તેની રજૂઆત સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં કરવામાં આવશે. જેના દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને આ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના વિકાસની જરૂરિયાત, અગત્ય, હેતુઓનો ખ્યાલ આવશે. આ લાક્ષણિકતાઓ કે અગત્ય ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિ મોડલ આધારિત હશે.

સોપાન : ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત

આ સોપાનમાં વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત ચોક્કસ પ્રકારની સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવશે. આ પરિસ્થિતિ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાનું પ્રતિનિધિત્વ કરતી હશે. એટલે કે આ પરિસ્થિતિ પ્રત્યેનું વ્યક્તિનું અર્થઘટન કે પ્રતિક્રિયા જે તે સાંવેગિક ક્ષમતા આધારિત સોપાન-૨માં દર્શાવેલ લાક્ષણિકતાઓ અનુરૂપ હોય.

સોપાન : ૪ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન

આ સોપાનમાં વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવેલ પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવવામાં આવશે. વિદ્યાર્થીઓ પોતાના અનુભવ, પરિસ્થિતિમાં રજૂ થતાં પ્રસંગ અનુરૂપ પોતાના સંવેગો વગેરેનો ઉપયોગ કરી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરશે. વિદ્યાર્થીઓ પોતાનું આ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

સોપાન : ૫ : અર્થઘટન પરથી લાક્ષણિક વર્તનોની તારવણી

આ સોપાનમાં વિદ્યાર્થીઓ પોતે કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પરથી સોપાન-૨માં દર્શાવેલ લાક્ષણિકતાઓ અનુરૂપ વર્તનો શોધશે. આ વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

સોપાન : ૬ : અર્થઘટન અને તેના પરથી વિદ્યાર્થીઓએ તારવેલ લાક્ષણિક વર્તનો આધારિત ચર્ચા પ્રશ્નોત્તરી-જુદા જુદા વિદ્યાર્થીઓના અર્થઘટનોની તુલના

આ સોપાનમાં વિદ્યાર્થીઓએ સોપાન-૪માં કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન તથા સોપાન-૫માં તારવેલ સાંવેગિક ક્ષમતા મુજબના લાક્ષણિક વર્તનો આધારિત ચર્ચા અને પ્રશ્નોત્તરી કરવામાં આવશે. જુદા-જુદા વિદ્યાર્થીઓએ કરેલ પરિસ્થિતિના અર્થઘટનની તુલના કરવામાં આવશે. તારવેલ લાક્ષણિક વર્તનોની તુલના કરવામાં આવશે, જેના દ્વારા વિદ્યાર્થીઓ પરિસ્થિતિના અર્થઘટનનો નવો દ્રષ્ટિકોણ સમજી શકશે.

સોપાન : ૭ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન

આ સોપાનમાં વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ સોપાન-૩માં રજૂ કરવામાં આવેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવવામાં આવશે. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓની સમજ તથા સોપાન-૬ના અનુભવના આધારે તેણે કરેલ પુનઃઅર્થઘટન એ તેણે કરેલ પહેલાના અર્થઘટન કરતાં જુદું હોઈ શકે. વિદ્યાર્થીઓ પોતાનું આ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

સોપાન : ૮ : પુનઃઅર્થઘટન પરથી લાક્ષણિક વર્તનોની તારવણી

આ સોપાનમાં વિદ્યાર્થીઓ સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પોતે કરેલ પુનઃઅર્થઘટન પરથી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની લાક્ષણિકતાઓ અનુરૂપ વર્તનોની તારવણી કરશે. સોપાન-૬ના અનુભવને આધારે તેણે તારવેલ લાક્ષણિક વર્તનો એ પ્રથમ તારવેલ વર્તનો કરતા જુદાં અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાને વધુ અનુરૂપ હોઈ શકે. વિદ્યાર્થીઓ પુનઃઅર્થઘટન આધારિત લાક્ષણિક વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

સોપાન : ૯ : સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ અન્ય પરિસ્થિતિ મેળવવી

આ સોપાનમાં જે તે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાને અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓએ કે વિદ્યાર્થીઓના પરિચયમાં હોય તેવી અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવેલ અન્ય પરિસ્થિતિ મેળવવામાં આવશે. વિદ્યાર્થીઓ આ અન્ય પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

સોપાન : ૧૦ : સોપાન-૯ની પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વર્તનોની તુલના

આ સોપાનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાને અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓએ ક્યાં પ્રકારનાં વર્તનો કર્યા તેની તારવણી કરવાનું કહેવામાં આવશે. ત્યારબાદ એ જ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિએ ક્યાં પ્રકારનાં વર્તનો કર્યા હોત તેની તારવણી કરવાનું કે રજૂઆત કરવાનું જણાવવામાં આવશે. વિદ્યાર્થીઓ વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે. વિદ્યાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓએ ક્યાં પ્રકારનાં વર્તનો કર્યા તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિએ ક્યાં પ્રકારનાં વર્તનો કર્યા હોત તેની તુલના કરવાનું જણાવવામાં આવશે.

અધ્યયન-અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓના સંદર્ભમાં આ દસ સોપાનીય અધ્યાપન યોજનાની રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા વિકાસ માટેની અધ્યાપન યોજના

સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક બુદ્ધિક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સાંવેગિક બુદ્ધિક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક જુદા જુદા તાલીમાર્થીઓએ કરેલા અર્થઘટન તથા વર્તનોની તુલના કરવાનું તથા આ અર્થઘટન તથા વર્તનો વિશે પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા કરવાનું જણાવશે અને આ માટે પ્રોત્સાહન આપશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી અર્થઘટન અને વર્તનોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો સાથે કરશે.
૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી તેની નોંધ કરશે.
૮. પુનઃઅર્થઘટન પરથી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સાંવેગિક બુદ્ધિક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સાંવેગિક બુદ્ધિક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયા વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જણાવી નોંધ કરશે.
૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં વર્તનો તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ વર્તનો નોંધી તુલના કરશે.

- (૪) **સામાજિક તંત્ર.** સામાજિક તંત્ર પ્રયોજક-તાલીમાર્થી તથા તાલીમાર્થી-તાલીમાર્થી વચ્ચેના સંબંધને વર્ણવે છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટે રચેલ અધ્યાપન યોજના સાંવેગિક પરિસ્થિતિ અને તેને અનુરૂપ અન્ય સોપાનોના સંદર્ભમાં પૂર્વ આયોજિત હતી. વર્ગ વ્યવસ્થા પણ ચોક્કસ સ્વરૂપે નિયત કરવામાં આવેલ. અધ્યાપન કાર્ય પણ ચોક્કસ ક્ષમતાને કેન્દ્રમાં રાખીને જ કરવામાં આવેલ. પરંતુ પરિસ્થિતિના અર્થઘટન, પુનઃઅર્થઘટન અને પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચાના સંદર્ભમાં આ અધ્યાપન યોજનાનું સામાજિક તંત્ર અમુક અંશે મુક્ત હતું.
- (૫) **પ્રતિચાર સિદ્ધાંત.** શિક્ષકે વિદ્યાર્થીઓના પરિસ્થિતિ પ્રત્યેના અર્થઘટન કે તેના આધારે નક્કી કરેલ વર્તનો-લક્ષણોને સંમતિ કે અસંમતિ દર્શાવવાની નથી. પરંતુ આ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની રજૂ કરવામાં આવેલી લાક્ષણિકતા અનુરૂપ હોય એ માટેના પ્રયત્નો સમજૂતી- ચર્ચા-પ્રશ્નોત્તરી અને તુલનાના સોપાનમાં કરવાની છે.
- વિદ્યાર્થી પોતે સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરે ત્યારે પણ શિક્ષકે આ પરિસ્થિતિ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાને અનુરૂપ હોય એ માટે તેની લાક્ષણિકતા ધ્યાનમાં રાખવાનું જણાવવું.
- (૬) **સહાયક તંત્ર.** અધ્યાપન યોજનાના અસ્તિત્વને ટકાવી રાખવા માટે માનવ કૌશલ્યો, શક્તિઓ, ટેકનિકલ સગવડતાઓ ઉપરાંત અન્ય જરૂરિયાતો એટલે અધ્યાપન યોજનાનું સહાયક તંત્ર.
- પ્રસ્તુત અધ્યાપન યોજનાના સહાયક તંત્રમાં આ મુજબની વિગતોનો સમાવેશ થાય છે.
૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના સંદર્ભમાં વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ અને રજૂ કરવાની સાંવેગિક પરિસ્થિતિ
 ૨. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ તથા ઉદાહરણો રજૂ કરવા માટે કથન કે અન્ય માધ્યમો
 ૩. વિદ્યાર્થીઓ સાંવેગિક પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન, પુનઃઅર્થઘટન, વર્તનો-લક્ષણો, અન્ય પરિસ્થિતિ વગેરેની નોંધ કરી શકે એ માટે નોંધપત્રક
- (૭) **શૈક્ષણિક અસર.** પ્રસ્તુત સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેની અધ્યાપન યોજનાની શૈક્ષણિક અસરોમાં આ બાબતનો સમાવેશ થાય છે.
૧. વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ થશે.
 ૨. સમગ્રતયા વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ થશે.
- (૮) **પરોક્ષ અસર.** પ્રસ્તુત સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેની અધ્યાપન યોજનાની પરોક્ષ અસરોમાં આ બાબતનો સમાવેશ થાય છે.
૧. એક જ પરિસ્થિતિને અલગ અલગ રીતે અર્થઘટન કરી શકવાની શક્તિનો વિકાસ.
 ૨. અન્યના દષ્ટિકોણને સ્વીકારવાના મૂલ્યનો વિકાસ.
 ૩. પોતાના વર્તનને નિયંત્રિત કરવાની શક્તિનો વિકાસ.

સોપાન-૬ અધ્યાપન યોજનાની પ્રાથમિક અજમાયશ કરવી.

આ સોપાનમાં રચેલ અધ્યાપન યોજનામાં રજૂ કરવામાં આવેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ, અધ્યાપન યોજનાનાં સોપાનો, સમયગાળો, નોંધ માટેનું પત્રક વગેરે વ્યાવહારિક રીતે યોગ્ય છે કે કેમ ? તે નક્કી કરવા માટે અધ્યાપન યોજનાની પ્રાથમિક અજમાયશ કરવામાં આવી હતી. અધ્યાપન યોજનાની પ્રાથમિક અજમાયશ કુલ આઠ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા માટે કરવામાં આવી હતી. સ્વ-જાગૃતિની ત્રણ ક્ષમતા જ્યારે સ્વ-વ્યવસ્થાપનની પાંચ ક્ષમતા માટેની પ્રાથમિક અજમાયશ કરવામાં આવી હતી.

પ્રાથમિક અજમાયશ માટેનાં પાત્રોની વિગત સારણી-૫.૨માં આપેલ છે.

સારણી ૫.૨

પ્રાથમિક સ્વરૂપની અજમાયશ માટે પસંદ કરેલ પાત્રોની વિગત

ક્રમ	શાળાનું નામ	વર્ગ	જાતીયતા	સંખ્યા
૧	સરદાર પટેલ હાઈસ્કૂલ	ધો. ૧૧	કુમાર	૩૪
૨	ડીસીસી હાઈસ્કૂલ	ધો. ૧૧	કુમાર	૨૨
	કુલ....			૫૬

સોપાન-૭ અધ્યાપન યોજના અંગે તજજ્ઞીય અભિપ્રાય મેળવવા.

રચેલ અધ્યાપન યોજનામાં રજૂ કરવામાં આવેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ, સાંવેગિક પરિસ્થિતિ, અધ્યાપન યોજનાનાં સોપાનો, સમયગાળો, નોંધ માટેનું પત્રક વગેરે સદ્દાંતિક રીતે યોગ્ય છે કે કેમ ? તે નક્કી કરવા માટે તજજ્ઞીય અભિપ્રાય મેળવવામાં આવેલ હતા. તજજ્ઞીય અભિપ્રાય માટે નક્કી કરવામાં આવેલ તજજ્ઞોની યાદી અનુપૂર્તિ-૪માં સામેલ છે. તજજ્ઞીય અભિપ્રાય માટે તજજ્ઞોને આપેલ પત્ર અનુપૂર્તિ-૫માં સામેલ છે.

તજજ્ઞીય અભિપ્રાય માટે પસંદ કરવામાં આવેલ તજજ્ઞોએ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલમાં આ મુજબના ફેરફારો સૂચવ્યા હતા :

૧. પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં સોપાન-૧માં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા રજૂ કરવામાં આવી હતી. પરંતુ લાક્ષણિકતાની સાથે સાથે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો સામાન્ય અર્થ પણ રજૂ કરવો.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ અને લાક્ષણિકતાની રજૂઆત મૌખિક સ્વરૂપે કરવાને બદલે સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં કરવી.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં વિદ્યાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન અને પુનઃઅર્થઘટન લખી શકે તે માટે પૂરતી જગ્યા રાખવી.
૪. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રક A4 માપના કાગળને બદલે લીગલ માપના કાગળ પર તૈયાર કરવું.
૫. સોપાન-૮ વિદ્યાર્થીએ રજૂ કરેલ અન્ય પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં તેનું અર્થઘટન અને સોપાન-૧૦ વિદ્યાર્થીએ રજૂ કરેલ અન્ય પરિસ્થિતિમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર વર્તનો મેળવી વધુમાં તેની તુલના પણ કરવી.

સોપાન-૮ અજમાયશ અને તજજ્ઞીય અભિપ્રાયને અંતે અધ્યાપન યોજનાને આખરી સ્વરૂપ આપવું

તજજ્ઞીય અભિપ્રાય અને પ્રારંભિક અજમાયશને અંતે જરૂરી ફેરફાર કરી આ સોપાનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેની આ અધ્યાપન યોજનાનું અંતિમ સ્વરૂપ રચવામાં આવ્યું હતું. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેની આ અધ્યાપન યોજનાનું અંતિમ સ્વરૂપ અનુપૂર્તિ-૬માં સામેલ છે. જુદી જુદી ક્ષમતા માટે વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિચારોની નોંધ માટેનાં સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકો અનુપૂર્તિ-૭માં સામેલ છે.

૫.૪ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ(અધ્યાપન યોજના)નું અમલીકરણ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં અપનાવવામાં આવેલ પ્રયોગ યોજનાને અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમના અમલીકરણની વિગત પ્રકરણ-૪માં પ્રયોગના અમલીકરણના મુદ્દામાં આપવામાં આવી છે. અત્રે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના વ્યાપક ઉપયોગ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના અમલીકરણના સંદર્ભમાં કેટલાંક સામાન્ય સૂચનો આપવામાં આવેલ છે.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલનો અમલ કોઈ એક કે એકથી વધુ ક્ષમતાના વિકાસ માટે થઈ શકે. સૌ પ્રથમ કઈ ક્ષમતા માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલનો ઉપયોગ કરવો છે તે નક્કી કરવું. સંચાલકે જે તે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાની સંકલ્પના સમજી લેવી.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના અમલ માટે શાળા, સમયગાળો, નમૂનાનાં પાત્રો, પાત્રોની સંખ્યા નક્કી કરવી. પાત્રોની સંખ્યા મર્યાદિત રાખવી.
૩. પાત્રો પાસેથી હેતુ અનુરૂપ જરૂરી સામાન્ય માહિતી મેળવવી. આ માટે પૂર્વ કસોટીનો પણ ઉપયોગ કરી શકાય.
૪. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના અમલ કરતા પહેલા પાત્રોના વયજૂથ, બુદ્ધિઆંક, ધોરણ વગેરે જેવાં પરિબલોને નિયંત્રિત કરવાં.
૫. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના અમલ પહેલા પાત્રો સાથે સાયુજ્ય સ્થાપવું. સાયુજ્ય સ્થાપન વખતે કાર્યક્રમનો હેતુ, મહત્ત્વ, કાર્યક્રમના અમલ બાદ કયા વર્તન પરિવર્તન આવશે તે સમજાવવું. કાર્યક્રમની ગંભીરતા સમજાવવી.
૬. સાયુજ્ય સ્થાપન બાદ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા વિકાસ માટેના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના દસ સોપાનનો અમલ કરવો. દસ સોપાનો એક જ ગાળામાં પૂર્ણ કરવાં.
૭. દરેક પાત્રને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રક અમલ વખતે સામાન્ય સૂચનો આપી પ્રથમ થી જ આપી દેવું.
૮. સંચાલકે સોપાનો અનુસાર સૂચના આપતી વખતે એક સોપાન સંપૂર્ણ થયા બાદ જ પછીના સોપાનની સૂચના આપવી. તમામ દસ સોપાનોની સૂચના એક સાથે આપવી નહીં. પાત્ર નોંધપત્રકમાં સોપાન અનુસાર નોંધ કરી શકે તે માટે પૂરતો સમય આપવો.
૯. એક ક્ષમતા માટેના સમગ્ર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલના અમલ માટે ઓછામાં ઓછી ૬૦ મિનિટનો સમય આપવો.
૧૦. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની અસરકારકતા ચકાસવા અમલ બાદ ઉત્તરકસોટી લેવી. ઉત્તરકસોટીના ગુણાંકનમાં એવા જ પાત્રો ધ્યાનમાં લેવા કે જે પૂર્વકસોટી, અમલીકરણ તથા ઉત્તરકસોટી ત્રણેય પ્રક્રિયામાં હાજર હોય.

પ્રકરણ - ૬

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય

૬.૧ પ્રાસ્તાવિક

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં હેતુને અનુરૂપ ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે કાર્યક્રમો તૈયાર કરી તેની અસરકારકતા ચકાસવામાં આવી હતી. સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે રચવામાં આવેલ કાર્યક્રમ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની માહિતી પ્રકરણ-૫માં આપવામાં આવી છે. સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટેના અન્ય કાર્યક્રમ તરીકે સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરી હતી.

સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં અધ્યયન વસ્તુ એવા સ્વરૂપમાં તૈયાર કરવામાં આવે છે કે જેને સમજવા માટે શિક્ષકની મદદ જરૂરી ન હોય અને અધ્યેતા સ્વતંત્ર રીતે પોતાની અનુકૂળતા પ્રમાણે પોતાની ઝડપે અધ્યયન કરી શકે. આથી અત્યારે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના અને ઉપયોગ પર વધુ ભાર આપવાનું શરૂ થયું છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ એવી ક્ષમતાઓ છે કે જેનો વિકાસ વિદ્યાર્થીઓમાં અનુભવની સાથે સાથે લાંબાગાળે થાય છે. વિદ્યાર્થીઓ માટે વર્ગખંડમાં જ માત્ર એક જ વખતના અભ્યાસથી આવી ક્ષમતાઓનો વિકાસ શક્ય નથી. આથી વિદ્યાર્થીઓ પોતાની અનુકૂળતાએ અને પોતાની મેળે આ પ્રકારની ક્ષમતાઓ વિકાસ કરી શકે એ માટેનું સાહિત્ય પ્રાપ્ય હોય એ આવશ્યક છે. આથી જ, પ્રસ્તુત સંશોધનના સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવાનું નક્કી કર્યું હતું. અત્રે વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે રચવામાં આવેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના અંગેની વિગત રજૂ કરવામાં આવી છે.

૬.૨ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય સંરચનાનાં સોપાનો

કોઈપણ પ્રકારના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના માટે એક વૈજ્ઞાનિક પ્રવિધિ હોય છે. એ રીતે જ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના થવી જોઈએ. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની સંરચના માટે આ મુજબનાં સોપાનો અનુસરેલ હતાં.

- સોપાન-૧ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય અંગેના સૈદ્ધાંતિક સાહિત્યનો અભ્યાસ
- સોપાન-૨ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનું સ્વરૂપ નક્કી કરવું.
- સોપાન-૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે એકમના પ્રારંભિક વિભાગની રચના કરવી.
- સોપાન-૪ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે એકમના મુખ્ય વિભાગની રચના કરવી.
- સોપાન-૫ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે એકમના અંતિમ વિભાગની રચના કરવી.
- સોપાન-૬ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપની સંરચના કરવી.
- સોપાન-૭ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપ પર તજજ્ઞીય અભિપ્રાય મેળવવા.
- સોપાન-૮ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપની અજમાયશ
- સોપાન-૯ તજજ્ઞીય અભિપ્રાય અને અજમાયશને આધારે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અંતિમ સ્વરૂપની રચના કરવી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની સંરચના માટેના આ પ્રત્યેક સોપાનની વિસ્તૃત ચર્ચા અત્રે રજૂ કરવામાં આવી છે.

સોપાન-૧ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય અંગેના સૈદ્ધાંતિક સાહિત્યનો અભ્યાસ

આ સોપાનમાં સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની સંરચના કરવા માટે સૌપ્રથમ સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય સાથે સંબંધિત સાહિત્યનો અભ્યાસ કરેલ હતો. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય સાથે સંબંધિત સૈદ્ધાંતિક અને સંશોધનાત્મક સાહિત્યના આધારે સંશોધકે આ બાબતની સ્પષ્ટતા મેળવી હતી.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટકો અને ક્ષમતાઓ. સાંવેગિક બુદ્ધિના સૈદ્ધાંતિક સાહિત્યના અભ્યાસને આધારે સંશોધક સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પના અને તેના ઘટકોથી માહિતગાર થયેલ. જુદા જુદા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ સાંવેગિક બુદ્ધિની રજૂ કરેલી વ્યાખ્યા અને મોડલ પરથી જણાવ્યું હતું કે સાંવેગિક બુદ્ધિના જુદા જુદા ઘટકો છે અને તેને આનુસંગિક ક્ષમતાઓ છે. જો વ્યક્તિ દ્વારા પ્રયત્ન કરવામાં આવે કે વ્યક્તિને તાલીમ આપવામાં આવે તો વ્યક્તિ ચોક્કસ આ ક્ષમતાનો વિકાસ કરી શકે છે અને સમગ્રતયા સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરી શકે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધકે ગોલમેન(૨૦૦૦)^૧ના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલના ઘટકોને આધારિત વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો વિકાસ વિદ્યાર્થીઓમાં થાય એ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય રચવાનું નક્કી કરેલ. આ વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓની યાદી સારણી-૬.૧માં આપવામાં આવી છે.

સારણી ૬.૧

ગોલમેનના મોડલ આધારિત સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ

	વ્યક્તિગત ક્ષમતા		સામાજિક ક્ષમતા
૧	સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ	૧૦	અન્યને સમજવાની ક્ષમતા
૨	ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન	૧૧	સેવા અભિમુખતા
૩	આત્મવિશ્વાસ	૧૨	વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ
૪	સાંવેગિક નિયંત્રણ	૧૩	અન્યનો વિકાસ કરવો
૫	વિશ્વાસપાત્રતા	૧૪	સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન
૬	ઈમાનદારી	૧૫	પ્રત્યાયન
૭	અનુકૂલનક્ષમતા	૧૬	પ્રભાવ
૮	સિદ્ધિ પ્રેરણ	૧૭	નેતૃત્વ ક્ષમતા
૯	પહેલ કરવાની ક્ષમતા	૧૮	પરિવર્તક ક્ષમતા
		૧૯	સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા
		૨૦	સહકાર

ઉપરોક્ત દરેક ક્ષમતાના વિકાસ માટે સંશોધકે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરી હતી.

^૧Daniel Goleman, Boyatzis, R. E., & Rhee, K. S. Clustering competence in emotional intelligence: In R. Bar-On and J.D.A. Parker (Eds.), **Handbook of emotional intelligence** (pp. 343-362). San Francisco: Jossey-Bass, 2000.

૨. સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચનાના સિદ્ધાંત. સાંવેગિક બુદ્ધિ સાહિત્યની સંરચના કરતા પૂર્વે સંશોધકે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના સાથે સંબંધિત સૈદ્ધાંતિક અને સંશોધનાત્મક સાહિત્યનો અભ્યાસ કરેલ હતો. સંશોધકે આ અભ્યાસ પરથી સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચનાના સિદ્ધાંત અને સ્વરૂપ અંગે સ્પષ્ટતા મેળવી હતી. એ મુજબ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રારંભિક વિભાગ, મુખ્ય વિભાગ અને અંતિમ વિભાગની રચના કરવામાં આવી હતી.

સોપાન-૨ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનું સ્વરૂપ નક્કી કરવું.

કોઈપણ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવા માટે સમગ્ર વિષયવસ્તુનું તાર્કિક રીતે સમાન એકમોમાં વિભાજન કરી પ્રત્યેક એકમ માટે વિવિધ પાસાંઓને ધ્યાનમાં રાખી સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવામાં આવે છે.

સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના સમગ્ર એકમમાં મુખ્ય ત્રણ અંગો હોય છે : (૧) એકમનો પ્રારંભિક ભાગ, જેમાં એકમનું માળખું, એકમના હેતુઓ, એકમનો પ્રાથમિક પરિચય, એકમના અભ્યાસ અંગે માર્ગદર્શન અને તે એકમનો અન્ય એકમ સાથેનો સંબંધ જેવા પેટા અંગોનો સમાવેશ થાય છે, (૨) એકમનો મુખ્ય ભાગ, જેમાં એકમના પેટા મુદ્દાઓ અને પ્રગતિ ચકાસવાના પ્રશ્નોનો સમાવેશ થાય છે અને (૩) એકમનો અંતિમ ભાગ, જેમાં એકમનો સારાંશ, સ્વાધ્યાય અને આદર્શ ઉત્તરો આપવામાં આવે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિના ગોલમેનના મોડલ અનુસારની જુદી જુદી વીસ ક્ષમતાઓને એક-એક એકમ તરીકે લઈ પ્રત્યેક ક્ષમતા માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરી હતી. આ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના સ્વરૂપમાં એકમના પ્રારંભિક વિભાગ, મુખ્ય વિભાગ અને અંતિમ વિભાગની રચના કરવામાં આવી હતી.

સોપાન-૩ એકમના પ્રારંભિક વિભાગની રચના કરવી.

સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં એકમના પ્રારંભિક વિભાગમાં એકમમાં વિષયવસ્તુના કયા મુદ્દાઓ સમાવવામાં આવ્યા છે, એકમના અભ્યાસથી અધ્યેતામાં કયા પરિવર્તનોની અપેક્ષા રાખવામાં આવી છે, એકમનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો વગેરે બાબતો અંગે માર્ગદર્શન મળી રહે તે માટે એકમનાં પરિચયાત્મક પાસાંઓ રજૂ કરવામાં આવે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધક દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની સંરચના કરતી વખતે પ્રત્યેક એકમ માટેના પ્રારંભિક વિભાગમાં આ મુજબની વિગતો રજૂ કરવામાં આવી હતી : (૧) એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝર, (૨) એકમનું માળખું અને (૩) એકમના હેતુઓ.

૧. એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝર. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં પ્રત્યેક ક્ષમતા માટેના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં પ્રારંભિક વિભાગમાં સૌ પ્રથમ એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝર રજૂ કરવામાં આવ્યું હતું. એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝરમાં જે ક્ષમતા માટેનું સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય હોય એ ક્ષમતાનો સામાન્ય અર્થ રજૂ કરવામાં આવેલ હતો. જેના અભ્યાસ દ્વારા વિદ્યાર્થીને જે તે ક્ષમતાનો અર્થ ખ્યાલમાં આવે અને એ ક્ષમતાનો અભ્યાસ કરવા પ્રેરિત બને.

અત્રે સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ એકમ-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટે રચવામાં આવેલ એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝર રજૂ કરવામાં આવેલ છે.

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના સંવેગો અને એ સંવેગોનાં કારણો તથા પોતાના સંવેગોની પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર શી અસર થાય છે તે સમજી શકે છે.

૨. એકમનું માળખું. કોઈપણ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં એકમની શરૂઆતમાં સમાવિષ્ટ વિષયવસ્તુના પેટા એકમોના શીર્ષકોની યાદી તૈયાર કરવામાં આવે છે. અહીં સમગ્ર એકમમાં જેટલાં પેટા શીર્ષકો હોય તે તમામની યાદી કરવામાં આવે છે. આનાથી સમગ્ર એકમના બંધારણનો ખ્યાલ મળે છે. સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં પ્રત્યેક એકમની અનુક્રમણિકા એકમની શરૂઆતમાં આપવામાં આવે છે. તેના પરથી એકમના પ્રત્યેક મુદ્દાનો ઝડપથી ખ્યાલ મેળવી શકાય છે.

અત્રે સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ એકમ-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટેના સાહિત્યનું માળખું રજૂ કરવામાં આવ્યું છે.

• ક્ષમતા ૧.૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ પરના સાહિત્યનું બંધારણ

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સંવેગનો અર્થ
- ૩.૦ સંવેગનાં કારણો
- ૪.૦ સંવેગની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરો
 - ૪.૧.૧ હકારાત્મક અસર
 - ૪.૧.૨ નકારાત્મક અસર
- ૫.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૬.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રક

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં એકમનું માળખું નક્કી કરતી વખતે જે તે એકમની સ્પષ્ટતા માટે જરૂરી હોય તેવા પ્રત્યેક મુદ્દાને સમાવવામાં આવ્યો હતો.

૩. એકમના હેતુઓ. કોઈપણ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં અધ્યેતા એકમના અધ્યયન દ્વારા કઈ અધ્યયન નીપજો પ્રાપ્ત કરી શકશે. એટલે કે તેનામાં કયા કયા વર્તન પરિવર્તનો આવશે તે સ્પષ્ટ સ્વરૂપમાં આપવામાં આવે છે. એકમના હેતુઓ સ્પષ્ટ અને અસંદિગ્ધ હોય તો અધ્યેતાને અધ્યયન માટે પ્રેરણા મળે છે.

અત્રે સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ એકમ-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટેના સાહિત્યના એકમના હેતુઓ રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

• આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. સંવેગનો અર્થ આપી શકશો.
૨. તમારા સંવેગોને ઓળખી શકશો.
૩. તમારા સંવેગોનાં કારણો જાણી શકશો.
૪. તમારા સંવેગોની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરો ઓળખી શકશો.
૫. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૬. તમારી સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં એકમમાં સમાવિષ્ટ તમામ મુદ્દાઓ અને પેટા મુદ્દાઓને ધ્યાનમાં રાખી એકમના હેતુઓ નક્કી કરવામાં આવ્યા હતા.

સોપાન-૪ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે એકમના મુખ્ય વિભાગની રચના કરવી.

એકમનો મુખ્ય ભાગ એટલે એકમના ખરેખર વિષયવસ્તુની રજૂઆત. આ વિભાગમાં એકમને સંબંધિત પેટા એકમો આવેલ હોય છે. દરેક પેટા એકમ એક નવા મુદ્દાને રજૂ કરે છે. દરેક પેટા એકમ એક હેતુ સાથે સંબંધિત હોય છે. પેટા એકમમાં શૈક્ષણિક મુદ્દાઓની ચર્ચા કરવામાં આવે છે.

સમગ્ર એકમનું અધ્યયન વિદ્યાર્થી એક સમયે જ પૂરું કરી શકે નહીં. આથી એકમનું યોગ્ય વિભાગમાં વિભાજન કરી વિદ્યાર્થી સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવે છે. જેથી વિદ્યાર્થીને અટકવા માટેનું સ્થાન મળી રહે છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ એકમ-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટેના સાહિત્યનો મુખ્ય ભાગ તથા તેના પેટા એકમોની રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અનેક લોકોના સંપર્કમાં આવે છે, અનેક પરિસ્થિતિ કે સમસ્યાનો સામનો કરે છે. આ દરેક વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ સાથેની આંતરક્રિયાના પરિણામ સ્વરૂપે વ્યક્તિમાં ચોક્કસ પ્રકારના ભાવો કે સંવેગો ઉત્પન્ન થાય છે. દા.ત. કોઈ જાણીતી વ્યક્તિને મળી આનંદ થાય, કોઈ સમસ્યાનો ઉકેલ ન મળતા ગુસ્સો ઉત્પન્ન થાય કે કોઈ કાર્ય સમયસર પૂરું ન થતાં ચિંતા ઉદ્ભવે. પરંતુ ઘણી વખત ઉપસ્થિત થતી પરિસ્થિતિ કે સમસ્યા એટલી ક્ષણિક હોય છે કે તેનાથી ઉદ્ભવતા સંવેગો પ્રત્યે વ્યક્તિ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતી નથી. ઉપરાંત ઘણી વખત ઉત્પન્ન થતા સંવેગો એટલા જટિલ હોય છે કે વ્યક્તિ તેને ઓળખી શકતી નથી. ભય, ચિંતા, ગુસ્સો વગેરે જેવા સંવેગોને ઓળખવામાં ન આવે તો લાંબા ગાળે વ્યક્તિને માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે નુકશાન પહોંચી શકે છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાના સંવેગો પ્રત્યે જાગૃત રહી તેને ઓળખવા જરૂરી બને છે.

અત્રે પ્રારંભમાં સંવેગનો અર્થ, સંવેગોનાં કારણો તથા સંવેગની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. ત્યારબાદ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૨.૦ સંવેગનો અર્થ

સંવેગ માટે અંગ્રેજીમાં Emotion શબ્દ વપરાય છે; જે લેટિન શબ્દ Emovere પરથી ઊતરી આવ્યો છે; જેનો અર્થ ક્ષુબ્ધ કરવું, ઉથલપાથલ કરવી કે ખલેલ પહોંચાડવી એવો થાય છે. સંવેગની સ્થિતિમાં આપણી આંતરિક-શારીરિક પ્રક્રિયાઓમાં ઉથલપાથલ થાય છે. સંવેગની સ્થિતિમાં આપણી ચેતના ક્રિયાશીલતાની પરાકાષ્ટાએ પહોંચે છે. સંવેગ એ શરીરતંત્ર સાથે ગાઢ રીતે સંકળાયેલી જટિલ પ્રક્રિયા છે. સંવેગથી કેટલીક આંતરિક-શારીરિક પ્રક્રિયાઓ ઝડપી બને છે. અંતઃસ્રાવી ગંથીઓનો સ્રાવ વેગીલો બને છે. સ્વાસોચ્છ્વાસ, રૂધિરાભિસરણ, હૃદયના ઘબકારા વગેરેની ક્રિયા ઝડપી બને છે. સંવેગની સ્થિતિમાં આપણો આપણા વર્તન પર નહિવત્ કાબૂ હોય છે.

દા.ત. વર્ષો પછી કોઈ જાણીતી વ્યક્તિને જોતાં આપણી આંતરિક-શારીરિક પ્રક્રિયાઓ ઝડપી બને છે, આપણા ચહેરા પર સ્મિત આવી જાય છે કે આપણે એ વ્યક્તિને ભેટી પડીએ છીએ. આ સમયે આપણે આ પ્રકારના વર્તનને રોકી શકતા નથી. આ સંવેગ એ આનંદનો સંવેગ છે. એ જ રીતે કોઈએ આપણી ખૂબ જ અગત્યની વસ્તુને નુકશાન કર્યું હોય ત્યારે આપણે તેને મારીએ, કોઈ વસ્તુનો ઘા કરીએ કે હાથ પગ પછાડીએ. આ ગુસ્સાનો સંવેગ છે.

૩.૦ સંવેગનાં કારણો

વ્યક્તિ જે સંવેગ અનુભવે છે તેની સાથે તે સંવેગ ઉત્પન્ન થવાનું કારણ જોડાયેલું છે. જ્યારે વ્યક્તિ કોઈપણ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિનો સામનો કરે છે ત્યારે તેના આધારે તે જે સંવેગ અનુભવે છે તેનું મુખ્ય કારણ વ્યક્તિનું તે વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ અંગેનું અથવા તેના પરિણામ અંગેનું પોતે કરેલું અર્થઘટન હોય છે. અર્થાત્ વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં જે પ્રમાણે અર્થઘટન કરે છે એ મુજબ તે સંવેગ અનુભવે છે. દા.ત. શિક્ષક તમને બોલાવે છે. આ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં તમે અર્થઘટન કરો કે શિક્ષક સજા કરવા બોલાવે છે ત્યારે તમે ભયનો સંવેગ અનુભવશો. આમ, સંવેગ માટે પરિસ્થિતિ નહીં; પરંતુ પરિસ્થિતિ અંગેનું અર્થઘટન જવાબદાર છે.

સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન પોતાની જરૂરિયાતોના સંતોષ કે અસંતોષના સંદર્ભમાં કરે છે અને એ મુજબ સંવેગ અનુભવે છે. દા.ત. શિક્ષકે સોપેલું ગૃહકાર્ય પૂર્ણ થયેલ નથી. વિદ્યાર્થી આ પરિસ્થિતિ વિશે વિચારે અથવા અર્થઘટન કરે કે ગૃહકાર્ય ન કરેલ હોવાથી શિક્ષક સજા કરશે. સજા થશે એ વિચારે તે ભયનો સંવેગ અનુભવશે. પરંતુ ખરું જોતા આ ભયનો સંવેગ તેની સલામતીની જરૂરિયાત સંતોષાયેલી નથી તેને લીધે ઉદ્ભવે છે. જો વિદ્યાર્થીને ખાતરી થઈ જાય કે ગૃહકાર્ય કરેલ ન હોવા છતાં શિક્ષક સજા કરશે નહીં એટલે કે, તેની સલામતીની જરૂરિયાત સંતોષાય તો ગૃહકાર્ય કરેલ ન હોવા છતાં તે ભયનો સંવેગ અનુભવશે નહીં. શાળામાં પ્રથમ ક્રમે ઊત્તીર્ણ થતો વિદ્યાર્થી વિચારે કે માતા-પિતા તેના પર ખુશ થશે. મિત્રોમાં તે હોશિયાર પૂરવાર થશે. આથી આનંદ કે ખુશીનો સંવેગ ઉદ્ભવે. આ આનંદ કે ખુશીના સંવેગનું મુખ્ય કારણ વિદ્યાર્થીની પ્રેમની કે પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાતનો સંતોષ ગણી શકાય. જો વિદ્યાર્થીની સફળતાની કોઈ નોંધ ન લેવાય એટલે કે, તેની પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાત ન સંતોષાય તો પ્રથમ ક્રમે ઊત્તીર્ણ થવા છતાં આનંદ કે ખુશીનો સંવેગ ન ઉદ્ભવે. આમ, કોઈપણ પરિસ્થિતિ પ્રત્યેના અર્થઘટનને પરિણામે વ્યક્તિમાં ચોક્કસ પ્રકારના સંવેગ ઉદ્ભવે છે. ભય, ગુસ્સો, પ્રેમ, ઈર્ષ્યા અને ચિંતા જેવા સંવેગનાં સામાન્ય કારણો સારણી-૧માં આપવામાં આવેલ છે.

સારણી-૧માં આપવામાં આવેલ જેવાં કારણોને લીધે વ્યક્તિ ભય, ગુસ્સો, પ્રેમ, ઈર્ષ્યા, ચિંતાના સંવેગો અનુભવે છે. વચની જુદી જુદી કક્ષાએ આ સંવેગ અનુભવવાનાં કારણો પણ જુદાં જુદાં હોઈ શકે છે.

સારણી ૧ જુદા જુદા સંવેગો અને તેનાં કારણો

ભય	ગુસ્સો	પ્રેમ	ઈર્ષ્યા	ચિંતા
સર્પ-કૂતરા અંધારું - તોફાન અકસ્માત ઊંચી જગ્યા વિચિત્ર અવાજ ઘરમાં એકલા રહેવું અજાણી વ્યક્તિ પરીક્ષા શિક્ષકો શારીરિક સ્પર્ધાઓ ગૃહકાર્ય વૈયક્તિક અપૂર્ણતા મિત્રોની મજાક શક્તિ બહારનું કામ લઘુતાની લાગણી પ્રતિષ્ઠા ગુમાવવી. લઘુતાની લાગણી પ્રતિષ્ઠા ગુમાવવી.	ઘરના નિયમો વડીલો દ્વારા નજીકનું અવલોકન અન્ય સાથેના મતભેદ સતત રોકટોક નિયંત્રણ માતાપિતાના લક્ષણો, ટેવો માતાપિતાની અયોગ્ય ટીકા બાળકની જેમ વર્તાવ ચીડવવું તેની સાથે અયોગ્ય થવું પોતાની રમૂજ અભિમાન પર હુમલો નિષ્ફળતાનો અનુભવ શિક્ષકની અયોગ્ય ટીકા	સંતોષમાંથી ઉદભવતી- લાગણીઓ માતાપિતા કે અન્યોનો- પ્રેમ વિષમલિંગી વ્યક્તિ મિત્રોના નાના વર્તુળ સુખદ સંબંધ સુરક્ષિતતાનો અનુભવ	જેના પ્રત્યે પ્રેમની- લાગણી છે. અન્યમાં માનીતો- કે ચડીયાતો સહાધ્યાયી વિજાતીય સંબંધ પ્રેમ-માન-પ્રબળ ઈચ્છા ધ્યેય પ્રાપ્તિમાં ઊણપ બીજાને અપાતો લાભ- પોતાને આપવાનો- ઈન્કાર	જાત સાથે ઝઘડો આંતરિક સંઘર્ષ અયોગ્ય ઉશ્કેરાટ ઈચ્છા અને મૂલ્ય- વચ્ચે અથડામણ ગુસ્સો હોય પણ- હુમલો કરતા ડર પ્રબળ જાતીય ઈચ્છા

૪.૦ સંવેગની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરો

સંવેગ દરમિયાન જેમ આંતરિક ફેરફાર થાય છે તે જ રીતે કેટલાક બાહ્ય ફેરફાર પણ જોવા મળે છે. આ ફેરફારો તેના વર્તન કે વાણીમાં જોવા મળે છે. આમ, સંવેગ અનુભવનાર વ્યક્તિ તેની અભિવ્યક્તિ નરી આંખે જોઈ શકાય તેવાં વર્તનો તથા સાંભળી અને સમજી શકાય તેવા શબ્દો વડે વ્યક્ત કરે છે. આથી સંવેગની હાજરી વ્યક્તિના વર્તન કે વાણી પરથી જાણી શકાય છે. દા.ત. શોકનો આવેગ અનુભવનાર વ્યક્તિનું મોં પડી જાય, ચિંતાને કારણે આમ તેમ આટા મારવા, ગુસ્સાના સંવેગને લીધે હાથપગ પછાડવા, કોઈ વસ્તુ ફેંકવી, અન્ય વ્યક્તિ સાથે ઊંચા અવાજે વાત કરવી. શરમના સંવેગને લીધે ખોટું બોલવું, આનંદ કે ખુશીના સંવેગને લીધે હસવું, અન્ય સાથે વાતચીત કરવી. આશાવાદને લીધે ઝડપથી કામ કરવું વગેરે. આમ, સંવેગો વ્યક્તિના વર્તનમાં વ્યક્ત થાય છે. સંવેગની વ્યક્તિના વર્તન પર બે પ્રકારની અસર થાય છે : (૧) હકારાત્મક અસર અને (૨) નકારાત્મક અસર.

૪.૧.૧ હકારાત્મક અસર. સંવેગનો અનુભવ અને તેને અનુરૂપ વ્યક્તિના વર્તનને લીધે વ્યક્તિને માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે તત્કાલ કે લાંબાગાળે લાભ થાય તો આ પ્રકારની અસર એ સંવેગની હકારાત્મક અસર કહી શકાય. દા.ત. આનંદ કે ખુશીના સંવેગને લીધે હસવું, અન્ય સાથે વાત કરવી જેનાથી અન્ય સાથેના સંબંધમાં સુધારો થવો. જે વ્યક્તિ માટે લાભકારક છે. આથી આ પ્રકારની અસર હકારાત્મક અસર છે. હકારાત્મક અસર ઉપજાવતા સંવેગને હકારાત્મક સંવેગ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આનંદ, આશા, ખુશી, પ્રેમ વગેરે જેવા સંવેગો હકારાત્મક સંવેગો છે. આ સંવેગોની અભિવ્યક્તિ કે તેને અનુરૂપ વર્તન વ્યક્તિ માટે ફાયદાકારક છે.

કેટલીક વખત વ્યક્તિ ભયને લીધે અતિનમ્રપણું દર્શાવે છે. વધુ સારો વ્યક્તિ વધુ ભય પામેલ હોઈ શકે. તે તેનું સારાપણું પોતાના જૂથમાં પોતાને શિક્ષા, અસ્વીકૃતિ કે તરછોડવાના ભયથી રક્ષણ આપવા ઉપયોગમાં લે છે. ચિંતા નીચે વ્યક્તિ ઘણીવાર ફરજિયાત કાર્યમાં ધકાયેલી રહે છે. સ્પર્ધા માટે પડકારરૂપ હોય એવાં કાર્યો કરે છે. આ અસર એ સંવેગની હકારાત્મક અસર કહી શકાય.

૪.૧.૧ નકારાત્મક અસર. સંવેગનો અનુભવ અને તેને અનુરૂપ વ્યક્તિના વર્તનને લીધે વ્યક્તિને માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે તત્કાલ કે લાંબાગાળે નુકશાન થતું હોય તો આ પ્રકારની અસર એ સંવેગની નકારાત્મક અસર કહી શકાય. દા.ત. ગુસ્સાના સંવેગને લીધે અન્ય પર કોઈ વસ્તુનો ઘા કરવો, ઈજા પહોચાડવી કે ઊંચા અવાજે વાત કરવી. આ પ્રકારની અસરને લીધે અન્ય સાથેના સંબંધમાં ઓટ આવે છે. જે વ્યક્તિ માટે નુકશાનકારક છે. આથી આ પ્રકારની અસર નકારાત્મક અસર છે. નકારાત્મક અસર ઉપજાવતા સંવેગને નકારાત્મક સંવેગ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. ચિંતા, ભય, ક્રોધ, નિરાશા વગેરે જેવા સંવેગો નકારાત્મક સંવેગો છે. આ સંવેગોની અભિવ્યક્તિ કે તેને અનુરૂપ વર્તન વ્યક્તિ માટે નુકશાનકારક છે.

વ્યક્તિ ભયને કારણે કોઈ કાર્ય કરવાનું ટાળે, ગુસ્સાને લીધે અન્યની ટીકા કરે, શારીરિક હુમલો કરે કે ચિંતાને લીધે નજીવા કારણોમાં ગુસ્સો અનુભવે છે. આ અસર એ સંવેગની નકારાત્મક અસર કહી શકાય. હકારાત્મક અને નકારાત્મક અસર ઊભી કરતા કેટલાક સંવેગોની યાદી સારણી-૨માં આપવામાં આવેલ છે.

સારણી-૨

હકારાત્મક સંવેગ	નકારાત્મક સંવેગ
પ્રેમ	ભય
દયા	ક્રોધ
કરુણા	ચિંતા
ક્ષમા	ઘૃણા
કૃતજ્ઞતાની લાગણી	ઈર્ષ્યા
આનંદ	અતિ સ્વાર્થ
ખુશી	શંકા
આશા	નિરાશા

ઉપરની સારણી-૨માં પ્રત્યેક હકારાત્મક સંવેગ વ્યક્તિ માટે માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે હકારાત્મક અસર ઊભી કરે છે. જ્યારે પ્રત્યેક નકારાત્મક સંવેગ વ્યક્તિ માટે માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે નકારાત્મક અસર ઊભી કરે છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાના સંવેગો ઓળખવા જરૂરી બને છે. જેથી વ્યક્તિ આ સંવેગો પોતાના માટે ફાયદાકારક છે કે નુકશાનકારક તે સમજી શકે અને જો નુકશાનકારક હોય તો તેનાં નિયંત્રણ માટેનાં પગલાં લઈ શકે.

૫.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના સંવેગો અને એ સંવેગોનાં કારણો તથા પોતાનાં સંવેગોની અસર પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર શું થાય છે તે સમજી શકે છે.

આ પરથી સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ કહી શકાય.

૧. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના સંવેગોને ઓળખી શકે છે. એટલે કે પોતે કોઈ સંવેગનો અનુભવ કરે છે તે જાણી શકે છે અને તેને નામ આપી શકે છે.
૨. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગ અનુભવે છે તેનું કારણ જાણે છે. એટલે કે પોતાને ચોક્કસ સંવેગનો અનુભવ શા માટે થયો તે જાણે છે.
૩. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગ અનુભવે છે તેની અસર પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર શું થાય છે તે જાણે છે. એટલે કે પોતાના સંવેગોની અસર હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક તે જાણે છે. પોતાના સંવેગો ફાયદાકારક છે કે નુકશાનકારક તે જાણે છે.

૬.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

સાંવેગિક સ્વ જાગૃતિની ક્ષમતા એ એવી ક્ષમતા છે કે જો યોગ્ય પ્રયત્નો કરવામાં આવે તો વ્યક્તિમાં વિકસાવી શકાય છે. વ્યક્તિ સમક્ષ દિવસ દરમિયાન જે અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ ઉપસ્થિત થાય છે તેના સંદર્ભમાં વ્યક્તિ શું વિચારે છે, તેની સાથે ક્યા પ્રકારનો વ્યવહાર કે વર્તન કરે છે તે અંગે સતત જાગૃત રહેવાનો પ્રયત્ન કરવાથી આ પ્રકારની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય છે. આ માટે નીચેના ઉપાયો કરવા જોઈએ.

૧. વ્યક્તિ જ્યારે અન્ય વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવે છે ત્યારે તેને પ્રથમ વખત જોઈને અથવા તેની વાત સાંભળીને પોતાને ક્યા પ્રકારનો વિચાર આવ્યો તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ. આ જ રીતે વ્યક્તિ સમક્ષ કોઈ સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ ઉપસ્થિત થાય ત્યારે પોતે પ્રથમ ક્યા પ્રકારનો વિચાર કર્યો કે શું અર્થઘટન કર્યું તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ.
૨. વ્યક્તિ સમક્ષ ઉપસ્થિતિ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિનું જે અર્થઘટન કર્યું હોય તે મુજબ વ્યક્તિ ચોક્કસ પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે. પરિસ્થિતિનું જે અર્થઘટન કર્યું હોય તે જ ચોક્કસ પ્રકારના સંવેગો ઉત્પન્ન કરતાં કારણોને જન્મ આપે છે. આથી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટનમાં સંવેગો ઉત્પન્ન કરતાં કારણો ક્યાં ક્યાં છે તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ.
૩. સંવેગો ઉત્પન્ન કરતા કારણો ક્યા સંવેગ સાથે સંબંધિત છે તે વિચારી કારણોને અનુરૂપ જે તે સંવેગને ઓળખવા જોઈએ.
૪. વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગો અનુભવે છે તેની અભિવ્યક્તિ તે જુદા જુદા વર્તન વડે વ્યક્ત કરે છે. આથી વ્યક્તિના પોતાના સંવેગને અભિવ્યક્ત કરતાં વર્તનો ક્યાં ક્યાં છે તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ. એટલે કે પોતાના સંવેગોની પોતાના વર્તન પર શું અસર થઈ તે અંગે વિચારવું જોઈએ.
૫. પોતાના સંવેગોની પોતાના વર્તન પર જે અસર થઈ તે હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક એટલે કે પોતાના સંવેગને અભિવ્યક્ત કરતાં વર્તનો પોતાના માટે લાભકારક છે કે નુકશાનકારક તે અંગે સતત જાગૃત રહેવું જોઈએ.

સોપાન-૫ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માટે એકમના અંતિમ વિભાગની રચના કરવી.

સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં એકમનાં અંતમાં કેટલીક વિગતો રજૂ કરવામાં આવે છે કે જે વિદ્યાર્થીને તેણે તે એકમમાં જરૂરી તમામ પ્રવૃત્તિઓ સારી રીતે કરી છે કે કેમ તે ચકાસવામાં મદદ કરે છે. આ વિભાગ તેને એકમમાં શીખેલ બાબતોને પુનઃ યાદ કરવામાં અને સમજવામાં મદદ કરે છે. એકમના અંતિમ ભાગમાં એકમનો સારાંશ, સ્વાધ્યાય કે અન્ય પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવે છે.

સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રત્યેક એકમના અંતિમ ભાગમાં એકમનો સારાંશ, વિદ્યાર્થીઓએ કરવાની પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રવૃત્તિઓની નોંધ માટે કાર્યપત્રક/નોંધપત્રકની રચના કરવામાં આવી હતી. જેની વિગત અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. એકમનો સારાંશ. એકમના અંતિમ ભાગમાં એકમનો સારાંશ રજૂ કરવામાં આવે છે. એકમના સારાંશનો હેતુ સમગ્ર એકમના વિષયવસ્તુને ઝડપથી અને એક સાથે અધ્યેતા સામે રજૂ કરવાનો છે.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધકે રચેલ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં વિષયવસ્તુને એકથી બે ફકરામાં રજૂ કરી સારાંશ રજૂ કરેલ હતો. સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ એકમ-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટેનો સારાંશ અહીં રજૂ કરવામાં આવ્યો છે.

૭.૦ સારાંશ

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અનેક લોકો, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિના સંપર્કમાં આવે છે તેના વિશેનો વિચાર કે અર્થઘટન વ્યક્તિમાં ચોક્કસ પ્રકારના ભાવો કે સંવેગો ઉદભવવા માટેનાં કારણો કે પરિસ્થિતિ ઊભી કરે છે. આ કારણોને લીધે વ્યક્તિ ચોક્કસ પ્રકારના ભાવો કે સંવેગો અનુભવે છે. સંવેગની સ્થિતિ દરમિયાન વ્યક્તિમાં કેટલાક આંતરિક કે બાહ્ય ફેરફાર થાય છે. બાહ્ય ફેરફાર વ્યક્તિના વર્તનમાં દેખાય આવે છે. વ્યક્તિ માટે પોતે જે સંવેગો અનુભવે છે તે હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક તે જાણવું ખૂબ જ જરૂરી છે. જો નકારાત્મક સંવેગને ઓળખવામાં આવશે તો જ એ સંવેગને નિયંત્રણમાં લાવી તેની નકારાત્મક અસર દૂર કરી શકાશે. વ્યક્તિની પોતાના સંવેગો, તેના કારણો, તથા તેની પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર થતી હકારાત્મક કે નકારાત્મક અસર ઓળખવાની ક્ષમતાને સાંવેગિક સ્વ જાગૃતિની ક્ષમતા કહે છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં કયા પ્રકારનો વિચાર આવ્યો કે પોતે એ પરિસ્થિતિનું કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું, આ અર્થઘટનને પરિણામે સંવેગ માટેનાં કયા કારણોનો જન્મ થયો અને આ કારણોને અનુરૂપ કયા સંવેગનો અનુભવ થયો તે અંગે સતત જાગૃત રહેવાથી પોતાના સંવેગોને ઓળખવાની ક્ષમતા કેળવી શકાશે. ઉપરાંત પોતાના સંવેગોની અભિવ્યક્તિ કઈ રીતે કરી એટલે કે પોતાના સંવેગની પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર હકારાત્મક કે નકારાત્મક અસર અંગે સતત જાગૃત રહેવાથી વ્યક્તિ સાંવેગિક સ્વ જાગૃતિની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૨. પ્રવૃત્તિઓ. સંશોધક દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે રચવામાં આવેલ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનાં અભ્યાસ બાદ વિદ્યાર્થીઓને મહાવરા માટે જુદી જુદી પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી હતી. વિદ્યાર્થી સાંવેગિક બુદ્ધિની જે તે ક્ષમતાઓ માટેનું વિષયવસ્તુ વાંચી તેને અનુરૂપ રોજબરોજના વ્યવહારમાં પોતાના થયેલા અનુભવો ઓળખી શકે અને વર્ણવી શકે એ માટે આ પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી હતી.

સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ એકમ-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટેની પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૯.૦ પ્રવૃત્તિઓ

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે સાંવેગિક સ્વ જાગૃતિની ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે. આ પ્રવૃત્તિઓના યોગ્ય અમલથી તમે તમારી સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧. તમને સાંવેગિક રીતે અસર કરી હોય તેવી દિવસ દરમિયાનની અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિને ઓળખી તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં વ્યક્તિ- સમસ્યા-પરિસ્થિતિના ખાનામાં કરો.
૨. તમે નોંધેલ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં તમે કરેલ વિચાર કે અર્થઘટનની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં અર્થઘટન-વિચારના ખાનામાં કરો.
૩. તમે કરેલ વિચાર કે અર્થઘટનમાંથી ઉદભવેલ સંવેગના કારણોની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં કારણના ખાનામાં કરો.
૪. વિચાર કે અર્થઘટનમાંથી ઉદભવેલ કારણો સંબંધિત સંવેગ અંગે વિચારી તે સંવેગની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં સંવેગના ખાનામાં કરો.
૫. તમે અનુભવેલ સંવેગની અભિવ્યક્તિરૂપ વર્તનોની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં અભિવ્યક્તિ-વર્તનના ખાનામાં કરો.
૬. તમે અનુભવેલ સંવેગ હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક તેની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં હકારાત્મક-નકારાત્મકના ખાનામાં કરો.

૩. પ્રવૃત્તિઓની નોંધ માટે નોંધપત્રક/કાર્યપત્રક. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં વિદ્યાર્થીઓને આપવામાં આવેલ પ્રવૃત્તિઓની નોંધ કરવા માટે નોંધપત્રક/કાર્યપત્રકની રચના કરવામાં આવી હતી. આ પત્રકમાં વિદ્યાર્થીઓને આપવામાં આવેલ પ્રવૃત્તિઓ વાંચી એ પ્રવૃત્તિ અનુસાર નોંધ કરવાની હતી. દરેક ક્ષમતા માટે નોંધપત્રક તૈયાર કરવામાં આવેલ. પ્રવૃત્તિ અનુસાર અમુક ક્ષમતા માટે બે કે ત્રણ નોંધપત્રકની રચના કરવામાં આવી હતી.

સંશોધક દ્વારા રચવામાં આવેલ એકમ-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા માટેનું પ્રવૃત્તિઓનું નોંધપત્રક અહીં રજૂ કરવામાં આવ્યું છે.

૯.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રક

આ પત્રકમાં આગળ આપેલ પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધ કરો.

પ્રવૃત્તિ-૧ વ્યક્તિ-સમસ્યા-પરિસ્થિતિ	પ્રવૃત્તિ-૨ અર્થઘટન-વિચાર	પ્રવૃત્તિ-૩ કારણ	પ્રવૃત્તિ-૪ સંવેગ	પ્રવૃત્તિ-૫ અભિવ્યક્તિ-વર્તન	પ્રવૃત્તિ-૬ હકારાત્મક- નકારાત્મક

સોપાન-૬ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપની સંરચના કરવી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચનાના આ સોપાનમાં સંશોધકે ઉપરોક્ત સોપાન-૨ થી ૫ દરમિયાન રચવામાં આવેલ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની જુદા જુદા ભાગોનું સંકલન કરી સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનાં પ્રાથમિક સ્વરૂપની રચના કરી હતી. સાંવેગિક બુદ્ધિના પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં એકમનો પ્રાથમિક વિભાગ, મુખ્ય વિભાગ, અને અંતિમ વિભાગની રચના કરવામાં આવી હતી.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં દરેક ક્ષમતા માટે રચવામાં આવેલ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં આ મુજબનું માળખું નક્કી કરવામાં આવ્યું હતું.

એકમ ક્રમાંક		એકમનું નામ
એડવાન્સ ઓર્ગનાઈઝર		
એકમનું માળખું		
૧.૦	પ્રાસ્તાવિક	
૨.૦	પેટા એકમ-૧	
૩.૦	પેટા એકમ-૨	
	
એકમના હેતુઓ		
૧.૦	હેતુ-૧	
૨.૦	હેતુ-૨	
	
એકમનો મુખ્ય ભાગ		
૧.૦	પ્રાસ્તાવિક	
૨.૦	પેટા એકમ-૧	
	
એકમનો અંતિમ ભાગ		
૧.૦	સારાંશ	
૨.૦	પ્રવૃત્તિઓ	
૩.૦	નોંધપત્રક	

સોપાન-૭ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપ પર તજજ્ઞીય અભિપ્રાય

આ સોપાનમાં રચવામાં આવેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપ પર તજજ્ઞીય અભિપ્રાય મેળવવામાં આવ્યા હતા. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં સમગ્ર એકમનું માળખું, એકમના હેતુઓ, એકમનો મુખ્ય ભાગ અને અંતિમ ભાગ સ્વ-અધ્યયન

સાહિત્યની રચનાના સિદ્ધાંતોને અનુસાર હતા કે કેમ ? સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં રજૂ કરવામાં આવેલ વિષયવસ્તુ એકમના હેતુ અનુસાર છે કે કેમ ? વિષયવસ્તુની રજૂઆત યોગ્ય છે કે કેમ ? સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અંતિમ ભાગમાં રજૂ કરવામાં આવેલ પ્રવૃત્તિઓ યોગ્ય છે કે કેમ ? તથા પ્રવૃત્તિઓની નોંધ માટેનું નોંધપત્રક યોગ્ય છે કે કેમ ? વગેરે બાબતો નક્કી કરવા માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપ પર તજજ્ઞીય અભિપ્રાય મેળવવામાં આવ્યા હતાં.

સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ માટે રચવામાં આવેલ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપ ઉપર તજજ્ઞીય અભિપ્રાય માટે પસંદ કરવામાં આવેલ તજજ્ઞોની યાદી અનુપૂર્તિ-૪માં સામેલ છે. તજજ્ઞીય અભિપ્રાય માટે તજજ્ઞોને આપેલ પત્ર અનુપૂર્તિ-૮માં સામેલ છે.

સોપાન-૮ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપની અજમાયશ

આ સોપાનમાં રચવામાં આવેલ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં રજૂ કરવામાં આવેલ વિષયવસ્તુ, વિષયવસ્તુની રજૂઆત, નોંધ માટેનું પત્રક વગેરે વિદ્યાર્થીઓની વયકક્ષા અનુસાર અને વ્યાવહારિક રીતે યોગ્ય છે કે કેમ ? તે નક્કી કરવા માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની પ્રાથમિક અજમાયશ કરવામાં આવી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની પ્રાથમિક અજમાયશ કુલ આઠ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા માટે કરવામાં આવી હતી. સ્વ-જાગૃતિની ત્રણ ક્ષમતા જ્યારે સ્વ-વ્યવસ્થાપનની પાંચ ક્ષમતા માટેની પ્રાથમિક અજમાયશ કરવામાં આવી હતી. પ્રાથમિક અજમાયશ માટેનાં પાત્રો તરીકે ડીસીસી હાઈસ્કૂલ, જામનગરના ધોરણ- ૧૧ના ૧૮ કુમારો પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા.

સોપાન-૯ તજજ્ઞીય અભિપ્રાય અને અજમાયશને આધારે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અંતિમ સ્વરૂપની રચના કરવી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપ પર તજજ્ઞીય અભિપ્રાય અને અજમાયશને અંતે પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં જરૂરી ફેરફાર કરવામાં આવ્યા હતા. તજજ્ઞો દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં સૂચવવામાં આવેલ ફેરફારો અને અજમાયશ વખતે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના વ્યવહારુ ઉપયોગમાં પડેલી મુશ્કેલીઓને આધારે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં આ મુજબના ફેરફારો કરવામાં આવ્યા હતા.

૧. એકમની શરૂઆતમાં એકમનું માળખું રજૂ કરવું.
૨. એકમના હેતુઓ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં સમાવિષ્ટ મુદ્દાને આધારે નક્કી કરવા.
૩. સમગ્ર વિષય વસ્તુ જુદા જુદા પેરેગ્રાફમાં રજૂ કરવાને બદલે જુદાં જુદાં હેડીંગ હેઠળ પેટા મુદ્દાઓની રચના કરવી.
૪. વિદ્યાર્થીઓને આપવામાં આવેલ પ્રવૃત્તિઓમાં આ પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધ કયા પત્રકમાં કરવાની છે તે નોંધપત્રકના ક્રમની સ્પષ્ટતા કરવી.
૫. નોંધપત્રકનાં ખાના વિદ્યાર્થીઓ નોંધ કરી શકે તે માટે શક્ય તેટલા મોટા બનાવવા.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના પ્રાથમિક સ્વરૂપમાં ઉપર મુજબના જરૂરી ફેરફારો કરી સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અંતિમ સ્વરૂપની રચના કરવામાં આવી હતી.

તમામ વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા માટેના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનું અંતિમ સ્વરૂપ અનુપૂર્તિ-૯માં સામેલ છે.

૬.૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનું અમલીકરણ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં અપનાવવામાં આવેલ પ્રયોગ યોજનાને અનુરૂપ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમના અમલીકરણની વિગત પ્રકરણ-૪માં પ્રયોગના અમલીકરણના મુદ્દામાં આપવામાં આવી છે. અત્રે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના વ્યાપક ઉપયોગ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલીકરણના સંદર્ભમાં કેટલાંક સામાન્ય સૂચનો આપવામાં આવેલ છે.

૧. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનો અમલ કોઈ એક કે એકથી વધુ ક્ષમતાના વિકાસ માટે થઈ શકે. સૌ પ્રથમ કઈ ક્ષમતા માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનો ઉપયોગ કરવો છે તે નક્કી કરવું.
૨. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલ માટે શાળા, સમયગાળો, નમૂનાનાં પાત્રો, પાત્રોની સંખ્યા નક્કી કરવી. પાત્રોની સંખ્યા મર્યાદિત રાખવી.
૩. પાત્રો પાસેથી હેતુ અનુરૂપ જરૂરી સામાન્ય માહિતી મેળવવી. આ માટે પૂર્વ કસોટીનો પણ ઉપયોગ કરી શકાય.
૪. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલ કરતા પહેલા પાત્રોના વયજૂથ, બુદ્ધિઆંક, ધોરણ વગેરે જેવાં પરિબલોને નિયંત્રિત કરવાં.
૫. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલ પહેલા પાત્રો સાથે સાયુજ્ય સ્થાપવું. સાયુજ્ય સ્થાપન વખતે કાર્યક્રમનો હેતુ, મહત્ત્વ, કાર્યક્રમના અમલ બાદ કયા વર્તન પરિવર્તન આવશે તે સમજાવવું. કાર્યક્રમની ગંભીરતા સમજાવવી.
૬. સાયુજ્ય સ્થાપન બાદ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા વિકાસ માટેનું સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય પાત્રને આપવું. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના ઉપયોગ સંબંધી સૂચના એક સાથે જ આપવી. ત્યારબાદ પાત્રને સાહિત્યનો પોતાની રીતે અભ્યાસ કરવા દેવો. એક ક્ષમતાના સમગ્ર સાહિત્યના અભ્યાસ માટે પાત્રને ઓછામાં ઓછી ૬૦ મિનિટનો સમય આપવો. અભ્યાસ દરમિયાન કોઈ પણ શિક્ષક વર્ગ સંચાલક તરીકે રહી શકે. તેણે પાત્રને કોઈ સૂચના આપવી નહીં.
૭. પછીના દિવસે બીજી ક્ષમતાના અમલ પહેલા પાત્રોને આગલા દિવસની ક્ષમતાના સાહિત્યના અભ્યાસમાં, સાહિત્યમાં આપેલી પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં પડેલી મુશ્કેલી કે સાહિત્યના અભ્યાસના સંદર્ભમાં અન્ય કોઈ પણ સ્પષ્ટતા માટે શરૂઆતની દસ મિનિટ ચર્ચા કરવી. ત્યારબાદ નવી ક્ષમતાનું સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય આપવું. અગાઉની ક્ષમતાનું સાહિત્ય પાત્ર પાસે જ રહેવા દેવું જેથી તે પોતાની અનુકૂળતાએ ઘરે પણ અભ્યાસ કરી શકે.
૮. તમામ ક્ષમતા માટેના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અમલ બાદ તેની અસરકારકતા ચકાસવા ઉત્તરકસોટી લેવી. ઉત્તરકસોટીના ગુણાંકનમાં એવાં જ પાત્રો ધ્યાનમાં લેવાં કે જે પૂર્વકસોટી, અમલીકરણ તથા ઉત્તરકસોટી ત્રણેય પ્રક્રિયામાં હાજર હોય.

પ્રકરણ - ૭

માહિતીની રજૂઆત, પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન

૭.૧ પ્રાસ્તાવિક

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરી અને સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતા ચકાસવામાં આવી હતી. વાણિજ્ય અને વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓને નમૂનાના પાત્રો તરીકે પસંદ કરી તેમના પર પ્રયોગ હાથ ધરવામાં આવ્યો હતો. પ્રયોગ માટે બંને પ્રવાહમાં બે પ્રાયોગિક અને એક નિયંત્રિત જૂથની રચના કરવામાં આવી હતી. પ્રયોગને અંતે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથને સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ આપી ત્રણેય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોની માહિતી મેળવવામાં આવી હતી. વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના માપન માટે પ્રયોગ બાદ ત્રણેય જૂથના વિદ્યાર્થીઓની શાળાકીય સત્રાંત કસોટીના ગુણ અંગેની માહિતી મેળવવામાં આવી હતી. અંતે પ્રાપ્ત માહિતીનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું અને તેને અનુરૂપ અર્થઘટનો મેળવવામાં આવ્યાં હતા. અંતે રચવામાં આવેલ ઉત્કલ્પનાઓને તપાસી સંશોધનનાં તારણો મેળવવામાં આવ્યાં હતાં.

પ્રસ્તુત પ્રકરણમાં સંશોધકે હાથ ધરેલ પ્રયોગના અંતે મળેલ પ્રાપ્તાંકોની માહિતીની જુદી જુદી સારણીઓ દ્વારા રજૂઆત કરવામાં આવી છે. પ્રાપ્ત માહિતીનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું તેની રજૂઆત કરવામાં આવી છે. માહિતીનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા પૃથક્કરણ કરી સંશોધનની ઉત્કલ્પનાઓને અનુરૂપ ચોક્કસ અર્થઘટનો મેળવવામાં આવ્યાં હતાં. જેની વિગત પ્રકરણને અંતે રજૂ કરવામાં આવી છે.

૭.૨ માહિતીની રજૂઆત

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં પરિવર્તક ચલ વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહ અનુસાર વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ, વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ અને કુલ વિદ્યાર્થીઓના પ્રાપ્તાંકોનું અલગ અલગ પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન કરવામાં આવ્યું હતું. આ માટે બંને પ્રવાહના નમૂનાના તમામ વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના ધોરણ-૧૦(SSC)ના ગુણ, બુદ્ધિઆંક, સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકની માહિતી મેળવવામાં આવી હતી. જેની ક્રમશઃ રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

૭.૨.૧ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ પાસેથી મળેલ માહિતીની રજૂઆત.

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના ધોરણ-૧૦(SSC)ના ગુણ અને દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના બુદ્ધિઆંકની માહિતી સારણી-૭.૧માં રજૂ કરવામાં આવી છે.

સારણી - ૭.૧
પ્રાયોગિક તેમજ નિયંત્રિત જૂથના વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના
SSCના કુલ ગુણ અને બુદ્ધિઆંક

પાત્ર ક્રમ	પ્રાયોગિક જૂથ-૧ મોડલ જૂથ		પ્રાયોગિક જૂથ-૨ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ		નિયંત્રિત જૂથ સારવારનો અભાવ	
	SSC ના કુલ ગુણ	બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	SSC ના કુલ ગુણ	બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	SSC ના કુલ ગુણ	બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો
૧	૪૩૯	૧૧૮	૪૩૮	૧૧૬	૪૩૦	૧૦૨
૨	૪૦૮	૧૦૪	૪૦૮	૧૦૬	૪૧૪	૧૧૨
૩	૪૦૫	૧૧૦	૪૦૧	૧૦૮	૩૯૯	૧૧૦
૪	૩૮૨	૧૧૩	૩૮૮	૧૦૨	૩૯૫	૧૧૩
૫	૩૮૧	૧૧૩	૩૮૧	૧૦૨	૩૭૮	૧૦૮
૬	૩૬૧	૧૦૬	૩૬૯	૧૦૨	૩૭૭	૧૦૬
૭	૩૬૧	૧૦૫	૩૫૭	૧૦૪	૩૫૫	૧૦૭
૮	૩૪૫	૧૦૮	૩૪૮	૧૦૮	૩૫૨	૯૩
૯	૩૪૨	૧૦૩	૩૩૮	૯૪	૩૩૭	૯૦
૧૦	૩૩૧	૯૮	૩૩૪	૯૦	૩૩૬	૧૦૦
૧૧	૩૩૦	૯૩	૩૨૭	૯૦	૩૨૦	૯૮
૧૨	૩૧૫	૯૪	૩૧૯	૧૦૩	૩૨૦	૯૨
૧૩	૩૧૨	૮૭	૩૦૩	૧૦૦	૩૦૧	૯૩
૧૪	૨૯૧	૯૪	૨૯૬	૯૭	૨૯૮	૯૨
૧૫	૨૮૮	૮૮	૨૮૨	૯૪	૨૮૧	૮૬

સારણી-૭.૧ પરથી જણાય છે કે વાણિજ્ય પ્રવાહના ત્રણેય જૂથના ૧૫-૧૫ વિદ્યાર્થીઓના ધોરણ-૧૦(SSC)ના ગુણ અને બુદ્ધિઆંકની માહિતી મળી છે. વિદ્યાર્થીઓના ધોરણ-૧૦ના ગુણનો ઉપયોગ ત્રણ સમકક્ષ જૂથરચના માટે કરવામાં આવ્યો હતો. જ્યારે બુદ્ધિઆંકનો ઉપયોગ સહવિચરણ પૃથક્કરણમાં સહયલ તરીકે કરવામાં આવ્યો હતો.

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકની માહિતી સારણી-૭.૨માં રજૂ કરવામાં આવી છે.

સારણી - ૭.૨
પ્રાયોગિક તેમજ નિયંત્રિત જૂથના વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના
સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંક

પાત્ર ક્રમ	પ્રાયોગિક જૂથ-૧ મોડલ જૂથ		પ્રાયોગિક જૂથ-૨ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ		નિયંત્રિત જૂથ સારવારનો અભાવ	
	સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો
૧	૨૮૯	૨૩૫	૨૮૦	૨૦૨	૨૫૦	૧૫૭
૨	૨૭૫	૧૭૨	૨૩૯	૨૦૦	૨૮૧	૧૭૮
૩	૨૬૧	૧૪૭	૨૭૪	૧૮૯	૨૪૩	૧૬૮
૪	૨૮૬	૧૨૯	૨૪૪	૧૦૮	૨૫૮	૨૨૫
૫	૨૬૮	૧૬૬	૨૬૫	૧૪૦	૨૬૦	૧૬૧
૬	૨૭૧	૧૭૫	૨૫૨	૧૫૫	૨૫૪	૧૩૩
૭	૨૬૮	૧૭૫	૨૩૯	૧૮૮	૨૪૮	૧૨૭
૮	૨૫૭	૧૬૩	૨૬૦	૧૮૫	૨૬૭	૧૫૦
૯	૨૫૫	૧૫૯	૨૬૫	૧૩૩	૨૮૧	૧૬૪
૧૦	૨૪૯	૧૫૬	૨૪૫	૧૪૭	૨૪૪	૧૬૪
૧૧	૨૫૫	૧૪૫	૨૮૭	૧૪૭	૨૫૪	૧૧૩
૧૨	૨૬૮	૧૬૩	૨૫૦	૧૨૩	૨૫૦	૧૧૪
૧૩	૨૬૮	૧૨૯	૨૪૦	૧૪૫	૨૩૯	૧૩૯
૧૪	૨૪૬	૧૩૩	૨૭૧	૧૬૧	૨૪૮	૧૪૫
૧૫	૨૭૫	૧૧૮	૨૫૬	૧૨૭	૨૪૫	૧૩૧

સારણી-૭.૨ મુજબ વાણિજ્ય પ્રવાહના ત્રણેય જૂથના ૧૫-૧૫ વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકની માહિતી મળી છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકના સંદર્ભમાં ત્રણેય જૂથોની તુલના બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા કરવામાં આવી હતી.

૭.૨.૨ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ પાસેથી મળેલ માહિતીની રજૂઆત.
વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના ધોરણ-૧૦(SSC)ના ગુણ અને દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના બુદ્ધિઆંકની માહિતી સારણી-૭.૩માં રજૂ કરવામાં આવી છે.

સારણી - ૭.૩
પ્રાયોગિક તેમજ નિયંત્રિત જૂથના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના
SSCના કુલ ગુણ અને બુદ્ધિઆંક

પાત્ર ક્રમ	પ્રાયોગિક જૂથ-૧ મોડલ જૂથ		પ્રાયોગિક જૂથ-૨ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ		નિયંત્રિત જૂથ સારવારનો અભાવ	
	SSC ના કુલ ગુણ	બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	SSC ના કુલ ગુણ	બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	SSC ના કુલ ગુણ	બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો
૧	૪૩૯	૧૧૬	૪૩૪	૧૦૯	૪૨૫	૧૦૬
૨	૩૯૦	૧૦૩	૩૯૩	૧૦૧	૩૯૭	૧૦૫
૩	૩૮૭	૧૦૧	૩૮૪	૧૦૦	૩૭૬	૧૦૦
૪	૩૬૧	૯૫	૩૬૨	૧૦૫	૩૬૯	૯૯
૫	૩૬૧	૧૦૦	૩૫૧	૧૦૧	૩૪૮	૧૦૦
૬	૩૪૧	૯૮	૩૪૧	૧૦૩	૩૪૫	૯૩
૭	૩૪૦	૯૦	૩૨૮	૯૫	૩૨૩	૯૮
૮	૩૦૩	૯૫	૩૦૮	૯૮	૩૧૫	૯૨
૯	૩૦૩	૯૫	૨૮૨	૮૬	૨૭૭	૯૫
૧૦	૨૬૮	૧૦૨	૨૭૩	૯૦	૨૭૬	૯૫
૧૧	૨૬૬	૯૪	૨૬૬	૯૬	૨૬૫	૯૨
૧૨	૨૬૫	૯૫	૨૬૫	૯૬	૨૬૫	૯૨
૧૩	૨૬૪	૮૨	૨૬૪	૮૯	૨૬૨	૯૫
૧૪	૨૬૧	૮૫	૨૬૨	૮૫	૨૬૨	૯૦
૧૫	૨૬૧	૯૦	૨૬૦	૮૫	૨૫૯	૮૫

સારણી-૭.૩ પરથી જણાય છે કે વિનયન પ્રવાહના ત્રણેય જૂથના ૧૫-૧૫ વિદ્યાર્થીઓના ધોરણ-૧૦(SSC)ના ગુણ અને બુદ્ધિઆંકની માહિતી મળી છે. વિદ્યાર્થીઓના ધોરણ-૧૦ના ગુણનો ઉપયોગ ત્રણ સમકક્ષ જૂથરચના માટે કરવામાં આવ્યો હતો. જ્યારે બુદ્ધિઆંકનો ઉપયોગ સહવિચરણ પૃથક્કરણમાં સહયલ તરીકે કરવામાં આવ્યો હતો.

વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકની માહિતી સારણી-૭.૪માં રજૂ કરવામાં આવી છે.

સારણી - ૭.૪
પ્રાયોગિક તેમજ નિયંત્રિત જૂથના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના
સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંક

પાત્ર ક્રમ	પ્રાયોગિક જૂથ-૧ મોડલ જૂથ		પ્રાયોગિક જૂથ-૨ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ		નિયંત્રિત જૂથ સારવારનો અભાવ	
	સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો	શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો
૧	૨૫૯	૧૭૦	૨૭૦	૨૧૨	૨૬૮	૨૦૫
૨	૨૫૯	૧૭૧	૨૭૧	૧૯૩	૨૬૯	૧૯૦
૩	૨૮૫	૧૬૮	૨૬૮	૧૯૮	૨૭૨	૧૭૦
૪	૨૬૯	૧૯૭	૨૭૧	૧૯૨	૨૫૫	૧૬૨
૫	૨૫૭	૧૬૮	૨૪૭	૧૮૨	૨૫૩	૧૫૬
૬	૨૬૮	૨૦૧	૨૬૫	૧૬૨	૨૬૮	૧૬૨
૭	૨૭૦	૧૫૫	૨૬૩	૧૬૦	૨૫૧	૧૬૫
૮	૨૧૦	૧૬૫	૨૬૭	૧૬૨	૨૫૧	૧૫૦
૯	૨૬૫	૧૫૫	૨૬૧	૧૪૭	૨૧૫	૧૫૫
૧૦	૨૬૬	૧૫૮	૨૬૯	૧૫૫	૨૨૦	૧૫૦
૧૧	૨૬૯	૧૪૫	૨૫૫	૧૫૮	૨૩૯	૧૫૮
૧૨	૨૭૫	૧૩૬	૨૬૫	૧૫૮	૨૫૨	૧૪૮
૧૩	૨૬૫	૧૩૫	૨૬૬	૧૪૫	૨૬૦	૧૨૩
૧૪	૨૬૩	૧૨૫	૨૪૫	૧૩૯	૨૫૮	૧૨૫
૧૫	૨૭૪	૧૨૫	૨૮૧	૧૩૫	૨૪૮	૧૨૯

સારણી-૭.૪ મુજબ વિનયન પ્રવાહના ત્રણેય જૂથના ૧૫-૧૫ વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકની માહિતી મળી છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકના સંદર્ભમાં ત્રણેય જૂથોની તુલના બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા કરવામાં આવી હતી.

સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરતા પહેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ બુદ્ધિના સંદર્ભમાં પ્રથમથી સમાન છે કે અસમાન તેની ચકાસણી કરવી જરૂરી હતી. આથી સંશોધકે આ ત્રણેય જૂથોની બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સમકક્ષતા નક્કી કરી હતી. જેની વિગત હવે પછી રજૂ કરી છે.

૭.૩ બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોને આધારે જૂથોની સમકક્ષતા

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતા ચકાસવા બુદ્ધિને નિયંત્રિત કરવામાં આવી હતી. આ માટે બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ પ્રાપ્તાંકોનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. પરંતુ સહવિચરણ પૃથક્કરણ પહેલા જૂથો બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકને આધારે સમકક્ષ છે કે ભિન્ન તે ચકાસવાનું જરૂરી બન્યું હતું. બન્ને પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અને આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ વિચરણ પૃથક્કરણની વિગત અત્રે આપવામાં આવી છે.

૭.૩.૧ બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોને આધારે વાણિજ્ય પ્રવાહના જૂથોની સમકક્ષતા. વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના બુદ્ધિ સરેરાશાંકોની વિગત સારણી-૭.૫માં આપેલ છે.

સારણી-૭.૫

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો

જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૧૫	૧૫	૧૫
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૦૨.૨૬૭	૧૦૧.૦૬૭	૧૦૦.૧૩૩

સારણી-૭.૫ અનુસાર વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૦૨.૨૬૭, ૧૦૧.૦૬૭ અને ૧૦૦.૧૩૩ છે. બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના આ તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ વિચરણ પૃથક્કરણની વિગત સારણી-૭.૬માં આપવામાં આવી છે.

સારણી-૭.૬

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું વિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્ત્રોત	SS	df	ms	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૩૪.૩૧૧	૨	૧૭.૧૫૬	૦.૨૩૪	NS
જૂથોની અંદર	૩૦૮૫.૬૦૦	૪૨	૭૩.૪૬૭		
કુલ	૩૧૧૯.૯૧૧	૪૪			

સારણી-૭.૬ અનુસાર વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ વિચરણ પૃથક્કરણ માટેનું F-મૂલ્ય ૦.૨૩૪ છે, જે સાર્થક નથી. અર્થાત્ વાણિજ્ય પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ બુદ્ધિના સંદર્ભમાં પ્રથમથી જ સમાન હતાં.

૭.૩.૨ બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોને આધારે વિનયન પ્રવાહના જૂથોની સમકક્ષતા. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના બુદ્ધિ સરેરાશાંકોની વિગત સારણી-૭.૭માં આપેલ છે.

સારણી-૭.૭

વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકો

જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૧૫	૧૫	૧૫
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૮૬.૦૬૭	૮૫.૮૩૩	૮૫.૮૦૦

સારણી-૭.૭ અનુસાર વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૮૬.૦૬૭, ૮૫.૮૩૩ અને ૮૫.૮૦૦ છે. બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના આ તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ વિચરણ પૃથક્કરણની વિગત સારણી-૭.૮માં આપવામાં આવી છે.

સારણી-૭.૮

વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું વિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્ત્રોત	SS	df	ms	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૦.૫૩૩	૨	૦.૨૬૭	૦.૦૦૫	NS
જૂથોની અંદર	૨૧૬૬.૨૬૭	૪૨	૫૧.૫૭૮		
કુલ	૨૧૬૬.૮૦૦	૪૪			

સારણી-૭.૮ અનુસાર વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ વિચરણ પૃથક્કરણ માટેનું F-મૂલ્ય ૦.૦૦૫ છે, જે સાર્થક નથી. અર્થાત્ વિનયન પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ બુદ્ધિના સંદર્ભમાં પ્રથમથી જ સમાન હતાં.

વાણિજ્ય તેમજ વિનયન એમ બન્ને પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ બુદ્ધિના સંદર્ભમાં પ્રથમથી જ સમાન હતાં.

પ્રસ્તુત સંશોધનનો હેતુ બુદ્ધિની અસર દૂર કરી સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતા સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર ચકાસવાનો હતો. આથી ત્રણેય જૂથોના બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હોવા છતાં જે કંઈપણ થોડે અંશે તફાવત હોય તેની અસર પણ દૂર કરી શકાય એ માટે સંશોધકે પૃથક્કરણ માટે બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણનો ઉપયોગ કરેલ હતો. જેથી ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી વધુ સ્પષ્ટ થઈ શકે અને હેતુ અનુરૂપ વધુ ચોક્કસ પરિણામો પ્રાપ્ત થઈ શકે.

પ્રાપ્તાંકોનું ઉત્કલ્પના અનુસાર પૃથક્કરણ અને તેના અર્થઘટનની વિગત હવે પછી રજૂ કરવામાં આવી છે.

૭.૪ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન

પ્રસ્તુત સંશોધન વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતા ચકાસવા માટે હાથ ધરવામાં આવ્યું હતું. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહને પરિવર્તક ચલ તરીકે સ્વીકારવામાં આવેલ. અભ્યાસના હેતુને અનુરૂપ માહિતી મેળવવા માટે પ્રયોગ હાથ ધરવામાં આવેલ. પ્રયોગને અંતે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથની સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકની માહિતીનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. પ્રસ્તુત સંશોધનની ઉત્કલ્પના અનુસાર આ પૃથક્કરણ મુખ્ય ત્રણ વિભાગમાં કરવામાં આવ્યું હતું.

- વિભાગ-૧ સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ
- વિભાગ-૨ શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ
- વિભાગ-૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસરના સંદર્ભમાં પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

ઉપરોક્ત પ્રત્યેક વિભાગ અનુસાર કરવામાં આવેલ પૃથક્કરણ અને અર્થઘટનની ચર્ચા અત્રે રજૂ કરવામાં આવી છે.

વિભાગ-૧ સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

પૃથક્કરણના આ વિભાગમાં પ્રસ્તુત સંશોધનની ઉત્કલ્પના ૧ થી ૩ ની ચકાસણી કરવામાં આવી હતી. જેની રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

૭.૪.૧ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અસરકારક છે કે કેમ તે તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૧ રચવામાં આવી હતી. આ ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું બુદ્ધિને સહચલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેની માહિતી સારણી-૭.૯માં રજૂ કરેલ છે.

સારણી-૭.૯ના પૂવાર્ધમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓનાં ત્રણેય જૂથોનાં પાત્રોની સંખ્યા, સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંક, સહચલ બુદ્ધિના સરેરાશાંક અને સહચલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકની માહિતી દર્શાવવામાં આવી છે. ત્યારબાદ આ રીતે પ્રાપ્ત માહિતીના સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્યની વિગત આપી છે. સારણી-૭.૯ના ઉત્તરાર્ધમાં સહચલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકોના જૂથ અનુસાર તફાવતો અને તેની સાર્થકતાની વિગત આપેલી છે.

સારણી-૭.૯

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

વિગત / જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૧૫	૧૫	૧૫
સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૨૬૬.૦૬૭	૨૫૭.૮૦૦	૨૫૪.૮૦૦
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૦૨.૨૬૭	૧૦૧.૦૬૭	૧૦૦.૧૩૩
સહચલ બુદ્ધિની અસર દૂર કરીને સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૨૬૫.૭૨૬	૨૫૭.૮૨૭	૨૫૫.૧૧૪

સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્ત્રોત	SS	df	ms	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૮૦૨.૨૫૭	૨	૪૦૧.૧૨૮	૨.૪૫૧	૦.૦૫
જૂથોની અંદર	૭૫૪૫.૪૮૮	૪૧	૧૮૪.૦૩૭		
કુલ	૮૩૪૭.૭૪૬	૪૩			

જૂથોની વચ્ચેના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકોના તફાવતની સાર્થકતા

તફાવત માટેના જૂથો	સુધારેલા સરેરાશાંક	સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત	તફાવત માટેનું સાર્થકતા મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
મોડલ જૂથ અને સાહિત્ય જૂથ	૨૬૫.૭૨૬ ૨૫૭.૮૨૭	૭.૮૯૯	૦.૧૧૯	NS
મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨૬૫.૭૨૬ ૨૫૫.૧૧૪	૧૦.૬૧૨	૦.૦૩૯	૦.૦૫
સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨૫૭.૮૨૭ ૨૫૫.૧૧૪	૨.૭૧૩	૦.૫૮૭	NS

સારણી-૭.૯ના પૂવાર્ધ મુજબ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૨૬૬.૦૬૭, ૨૫૭.૮૦૦ અને ૨૫૪.૮૦૦ છે. સહચલ બુદ્ધિના સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૦૨.૨૬૭, ૧૦૧.૦૬૭ અને ૧૦૦.૧૩૩ છે. સહચલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૨૬૫.૭૨૬, ૨૫૭.૮૨૭ અને ૨૫૫.૧૧૪ છે. જૂથોના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્ય ૨.૪૫૧ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક છે. આથી કહી શકાય કે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૧ 'સહચલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વાણિજ્ય

પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થાય છે. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો.

કયા કયા જૂથોના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવત સાર્થક છે તે ચકાસવા માટે સરાસરીના તફાવતોની સાર્થકતાના પરીક્ષણ માટેની LSD કસોટી કરવામાં આવી હતી. જેની વિગત સારણી-૭.૮ના ઉત્તરાર્ધમાં આપી છે. જેના અભ્યાસ પરથી કહી શકાય કે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૭.૮૮૯ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૧૧૯ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી. અર્થાત્ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧૦.૬૧૨ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૦૩૯ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક છે. અર્થાત્ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો. અહીં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો સાર્થક રીતે વધુ હતા.

સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૨.૭૧૩ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૫૮૭ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી. અર્થાત્ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો.

આમ, વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અસરકારક સાબિત થયું હતું.

૭.૪.૨ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અસરકારક છે કે કેમ તે તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૨ રચવામાં આવી હતી. આ ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેની માહિતી સારણી-૭.૧૦માં રજૂ કરેલ છે.

સારણી-૭.૧૦ના પૂવાર્ધમાં વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના ત્રણેય જૂથોનાં પાત્રોની સંખ્યા, સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંક, સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંક અને સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકની માહિતી દર્શાવવામાં આવી છે. ત્યારબાદ આ રીતે પ્રાપ્ત માહિતીના સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્યની વિગત આપી છે. સારણી-૭.૧૦ના ઉત્તરાર્ધમાં સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકોના જૂથ અનુસાર તફાવતો અને તેની સાર્થકતાની વિગત આપેલી છે.

સારણી-૭.૧૦

વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

વિગત / જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૧૫	૧૫	૧૫
સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૨૬૩.૬૦૦	૨૬૪.૨૬૭	૨૫૧.૮૩૩
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૮૬.૦૬૭	૮૫.૮૩૩	૮૫.૮૦૦
સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કરીને સુધારેલા સાંવેગિકબુદ્ધિ સરેરાશાંક	૨૬૩.૫૬૮	૨૬૪.૨૬૭	૨૫૧.૮૬૪

સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્રોત	SS	df	ms	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૧૪૩૨.૩૩૨	૨	૭૧૬.૧૬૬	૩.૩૪૫	૦.૦૫
જૂથોની અંદર	૮૭૭૭.૮૪૫	૪૧	૨૧૪.૦૮૪		
કુલ	૧૦૨૧૦.૧૭૭	૪૩			

જૂથોની વચ્ચેના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકોના તફાવતની સાર્થકતા

તફાવત માટેના જૂથો	સુધારેલા સરેરાશાંક	સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત	તફાવત માટેનું સાર્થકતા મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
મોડલ જૂથ અને સાહિત્ય જૂથ	૨૬૩.૫૬૮ ૨૬૪.૨૬૭	૦.૬૯૭	૦.૮૯૭	NS
મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨૬૩.૫૬૮ ૨૫૧.૮૬૪	૧૧.૬૦૫	૦.૦૩૬	૦.૦૫
સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨૬૪.૨૬૭ ૨૫૧.૮૬૪	૧૨.૩૦૩	૦.૦૨૬	૦.૦૫

સારણી-૭.૧૦ના પૂર્વાર્ધ મુજબ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૨૬૩.૬૦૦, ૨૬૪.૨૬૭ અને ૨૫૧.૮૩૩ છે. સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૮૬.૦૬૭, ૮૫.૮૩૩ અને ૮૫.૮૦૦ છે. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૨૬૩.૫૬૮, ૨૬૪.૨૬૭ અને ૨૫૧.૮૬૪ છે. ત્રણેય જૂથોના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્ય ૩.૩૪૫ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક છે. આથી કહી શકાય કે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૨ 'સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વિનયન

પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થાય છે. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો.

કયા કયા જૂથોના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવત સાર્થક છે તે ચકાસવા માટે સરાસરીના તફાવતોની સાર્થકતાના પરીક્ષણ માટેની LSD કસોટી કરવામાં આવી હતી. જેની વિગત સારણી-૭.૧૦ના ઉત્તરાર્ધમાં આપી છે. જેના અભ્યાસ પરથી કહી શકાય કે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૦.૬૮૭ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૮૮૭ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી. અર્થાત્ વિનયનપ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧૧.૬૦૫ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૦૩૬ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક છે. અર્થાત્ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો. અહીં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો સાર્થક રીતે વધુ હતા.

સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧૨.૩૦૩ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૦૨૬ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક છે. અર્થાત્ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો. અહીં સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો સાર્થક રીતે વધુ હતા.

આમ, વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયા હતા.

૭.૪.૩ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અસરકારક છે કે કેમ તે તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૩ રચવામાં આવી હતી. આ ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિકબુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું બુદ્ધિને સહયલ લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેની માહિતી સારણી-૭.૧૧માં રજૂ કરેલ છે.

સારણી-૭.૧૧ના પૂવાર્ધમાં સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના ત્રણેય જૂથોનાં પાત્રોની સંખ્યા, સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંક, સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંક અને સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકની માહિતી દર્શાવવામાં આવી છે. ત્યારબાદ આ રીતે પ્રાપ્ત માહિતીના સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્યની વિગત આપી છે. સારણી-૭.૧૧ના ઉત્તરાર્ધમાં સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકોના જૂથ અનુસાર તફાવતો અને તેની સાર્થકતાની વિગત આપેલી છે.

સારણી-૭.૧૧

સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

વિગત / જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૩૦	૩૦	૩૦
સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૨૬૪.૮૩૩	૨૬૧.૦૩૩	૨૫૩.૩૬૭
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૯૯.૧૬૭	૯૮.૫૦૦	૯૭.૯૬૭
સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કરીને સુધારેલા સાંવેગિકબુદ્ધિ સરેરાશાંક	૨૬૪.૬૮૫	૨૬૧.૦૪૪	૨૫૩.૫૦૫

સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્રોત	SS	df	ms	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૧૯૪૪.૦૯૯	૨	૯૭૨.૦૫૦	૪.૯૭૨	૦.૦૧
જૂથોની અંદર	૧૬૮૧૩.૯૬૯	૮૬	૧૯૫.૫૧૧		
કુલ	૧૮૭૫૮.૦૬૮	૮૮			

જૂથોની વચ્ચેના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકોના તફાવતની સાર્થકતા

તફાવત માટેના જૂથો	સુધારેલા સરેરાશાંક	સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત	તફાવત માટેનું સાર્થકતા મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
મોડલ જૂથ અને સાહિત્ય જૂથ	૨૬૪.૬૮૫ ૨૬૧.૦૪૪	૩.૬૪૧	૦.૩૧૬	NS
મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨૬૪.૬૮૫ ૨૫૩.૫૦૫	૧૧.૧૮૦	૦.૦૦૩	૦.૦૧
સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨૬૧.૦૪૪ ૨૫૩.૫૦૫	૭.૫૩૯	૦.૦૪૦	૦.૦૫

સારણી-૭.૧૧ના પૂવાર્ધ મુજબ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૨૬૪.૮૩૩, ૨૬૧.૦૩૩ અને ૨૫૩.૩૬૭ છે. સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૯૯.૧૬૭, ૯૮.૫૦૦ અને ૯૭.૯૬૭ છે. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૨૬૪.૬૮૫, ૨૬૧.૦૪૪ અને ૨૫૩.૫૦૫ છે. ત્રણેય જૂથોના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્ય ૪.૯૭૨ છે, જે ૦.૦૧ કક્ષાએ સાર્થક છે. આથી કહી શકાય કે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૩ 'સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને

નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થાય છે. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો.

કયા કયા જૂથોના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવત સાર્થક છે અથવા બધા જ જૂથો વચ્ચેના તફાવત સાર્થક છે તે ચકાસવા માટે સરાસરીના તફાવતોની સાર્થકતાના પરીક્ષણ માટેની LSD કસોટી કરવામાં આવી હતી. જેની વિગત સારણી-૭.૧૧ના ઉત્તરાર્ધમાં આપી છે. જેના અભ્યાસ પરથી કહી શકાય કે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૩.૬૪૧ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૩૧૬ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી. અર્થાત્ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧૧.૧૮૦ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૦૦૩ છે, જે ૦.૦૧ કક્ષાએ સાર્થક છે. અર્થાત્ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો. અહીં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો સાર્થક રીતે વધુ હતા.

સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૭.૫૩૮ છે, જ્યારે આ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતની સાર્થકતા માટેનું મૂલ્ય ૦.૦૪૦ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક છે. અર્થાત્ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો. અહીં સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો સાર્થક રીતે વધુ હતા.

આમ, સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયા હતા.

વિભાગ-૨ શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

પૃથક્કરણના આ વિભાગમાં પ્રસ્તુત સંશોધનની ઉત્કલ્પના ૪ થી ૬ ની ચકાસણી કરવામાં આવી હતી. જેની રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

૭.૪.૪ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અસરકારક છે કે કેમ તે તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૪ રચવામાં આવી હતી. આ ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેની માહિતી સારણી-૭.૧૨માં રજૂ કરેલ છે.

સારણી-૭.૧૨ના પૂવાર્ધમાં વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના ત્રણેય જૂથોનાં પાત્રોની સંખ્યા, શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંક, સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંક અને સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકની માહિતી દર્શાવવામાં આવી છે. ત્યારબાદ આ રીતે પ્રાપ્ત માહિતીના સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્યની વિગત આપી છે.

સારણી-૭.૧૨

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

વિગત / જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૧૫	૧૫	૧૫
શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૫૭.૬૬૭	૧૫૬.૬૬૭	૧૫૧.૨૬૭
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૦૨.૨૬૭	૧૦૧.૦૬૭	૧૦૦.૧૩૩
સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કરીને સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૫૫.૪૪૬	૧૫૬.૮૪૪	૧૫૩.૩૦૮

શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્રોત	ss	df	ms	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૮૪.૭૭૩	૨	૪૨.૩૮૬	૦.૮૭	NS
જૂથોની અંદર	૨૨૨૮૩.૪૫૮	૪૧	૫૪૩.૪૮૮		
કુલ	૨૨૩૬૮.૨૩૧	૪૪			

સારણી-૭.૧૨ના પૂવાર્ધ મુજબ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૫૭.૬૬૭, ૧૫૬.૬૬૭ અને ૧૫૧.૨૬૭ છે. સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૦૨.૨૬૭, ૧૦૧.૦૬૭ અને ૧૦૦.૧૩૩ છે. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૫૫.૪૪૬, ૧૫૬.૮૪૪ અને ૧૫૩.૩૦૮ છે. ત્રણેય જૂથોના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્ય ૦.૮૭ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી.

આથી કહી શકાય કે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૪ 'સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થતો નથી. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો.

આમ, વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કોઈ પણ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

૭.૪.૫ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અસરકારક છે કે કેમ તે તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૫ રચવામાં આવી હતી. આ ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેની માહિતી સારણી-૭.૧૩માં રજૂ કરેલ છે.

સારણી-૭.૧૩ના પૂવાર્ધમાં વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના ત્રણેય જૂથોનાં પાત્રોની સંખ્યા, શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંક, સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંક અને સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકની માહિતી દર્શાવવામાં આવી છે. ત્યારબાદ આ રીતે પ્રાપ્ત માહિતીના સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્યની વિગત આપી છે.

સારણી-૭.૧૩

વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

વિગત / જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૧૫	૧૫	૧૫
શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૫૮.૨૬૭	૧૬૬.૫૩૩	૧૫૬.૫૩૩
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૮૬.૦૬૭	૮૫.૮૩૩	૮૫.૮૦૦
સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કરીને સુધારેલા શૈક્ષણિકસિદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૫૭.૮૫૬	૧૬૬.૫૩૩	૧૫૬.૮૪૪

શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્રોત	ss	df	ms	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૮૪૩.૪૬૧	૨	૪૨૧.૭૩૦	૧.૭૨૮	NS
જૂથોની અંદર	૧૦૦૦૧.૭૩૨	૪૧	૨૪૩.૮૪૫		
કુલ	૧૦૮૪૫.૧૯૩	૪૪			

સારણી-૭.૧૩ના પૂવાર્ધ મુજબ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૫૮.૨૬૭, ૧૬૬.૫૩૩ અને ૧૫૬.૫૩૩ છે. સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૮૬.૦૬૭, ૮૫.૮૩૩ અને ૮૫.૮૦૦ છે. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૫૭.૮૫૬, ૧૬૬.૫૩૩ અને ૧૫૬.૮૪૪ છે. ત્રણેય જૂથોના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્ય ૧.૭૨૮ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી.

આથી કહી શકાય કે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૫ 'સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન

સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થતો નથી. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો.

આમ, વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કોઈ પણ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

૭.૪.૬ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ.

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અસરકારક છે કે કેમ તે તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૬ રચવામાં આવી હતી. આ ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેની માહિતી સારણી-૭.૧૪માં રજૂ કરેલ છે.

સારણી-૭.૧૪ના પૂવાર્ધમાં વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના ત્રણેય જૂથોનાં પાત્રોની સંખ્યા, શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંક, સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંક અને સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકની માહિતી દર્શાવવામાં આવી છે. ત્યારબાદ આ રીતે પ્રાપ્ત માહિતીના સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્યની વિગત આપી છે.

સારણી-૭.૧૪

સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતાના સંદર્ભમાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

વિગત / જૂથ	મોડલ જૂથ	સાહિત્ય જૂથ	નિયંત્રિત જૂથ
સંખ્યા	૩૦	૩૦	૩૦
શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૫૭.૮૬૭	૧૬૧.૬૦૦	૧૫૩.૮૦૦
બુદ્ધિ સરેરાશાંક	૮૮.૧૬૭	૮૮.૫૦૦	૮૭.૮૬૭
સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કરીને સુધારેલા શૈક્ષણિકસિદ્ધિ સરેરાશાંક	૧૫૬.૮૪૨	૧૬૧.૬૮૦	૧૫૪.૮૪૫

શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોનું સહવિચરણ પૃથક્કરણ

વિચરણ સ્ત્રોત	s s	df	m s	F-મૂલ્ય	સાર્થકતા કક્ષા
જૂથોની વચ્ચે	૭૨૩.૬૮૪	૨	૩૬૧.૮૪૭	૦.૮૧૮	NS
જૂથોની અંદર	૩૮૦૬૪.૬૧૪	૮૬	૪૪૨.૬૧૨		
કુલ	૩૮૭૮૮.૩૦૮	૮૮			

સારણી-૭.૧૪ના પૂવાર્ધ મુજબ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૫૭.૮૬૭, ૧૬૧.૭૦૦ અને ૧૫૩.૮૦૦ છે. સહયલ બુદ્ધિના સરેરાશાંકો અનુક્રમે

૯૯.૧૬૭, ૯૯.૫૦૦ અને ૯૭.૯૬૭ છે. સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો અનુક્રમે ૧૫૬.૮૪૦, ૧૬૧.૭૮૦ અને ૧૫૪.૯૪૬ છે. ત્રણેય જૂથોના સુધારેલા શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેના તફાવતોની સાર્થકતા ચકાસવા માટે કરવામાં આવેલ સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્ય ૦.૮૪૫ છે, જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી.

આથી કહી શકાય કે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૬ 'સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થતો નથી. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો.

આમ, સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કોઈ પણ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

વિભાગ-૩ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસરના સંદર્ભમાં પ્રાપ્તાંકોનું પૃથક્કરણ

પૃથક્કરણના આ વિભાગમાં પ્રસ્તુત સંશોધનની ઉત્કલ્પના ૭ થી ૮ ની ચકાસણી કરવામાં આવી હતી. જેની રજૂઆત અહીં કરવામાં આવી છે.

૭.૪.૭ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહને પરિવર્તક ચલ તરીકે લેવામાં આવેલ. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમ (સ્વતંત્ર ચલ) અને સાંવેગિક બુદ્ધિ (પરતંત્ર ચલ) એ બે વચ્ચેના સંબંધ પર વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૭ રચવામાં આવી હતી. તેને ચકાસવા માટે અગાઉના વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં મળેલ પરિણામોની તુલના કરવામાં આવી હતી. સારણી-૭.૧૫માં વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ તથા સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ વચ્ચેના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોના તફાવત અને સાર્થકતા કક્ષાની તુલના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ તથા સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ વચ્ચેના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોના તફાવત અને સાર્થકતા કક્ષા સાથે કરવામાં આવી છે.

સારણી-૭.૧૫

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની સાંવેગિક બુદ્ધિ પરની અસરના સંદર્ભમાં વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના પરિણામોની તુલના

શૈક્ષણિક પ્રવાહ	વાણિજ્ય પ્રવાહ		વિનયન પ્રવાહ	
	તફાવત	સાર્થકતાકક્ષા	તફાવત	સાર્થકતાકક્ષા
મોડલ જૂથ અને સાહિત્ય જૂથ	૭.૮૯૯	૦.૧૧૯	૦.૬૯૭	૦.૮૯૭
મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૧૦.૬૧૨	૦.૦૩૯	૧૧.૬૦૫	૦.૦૩૬
સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨.૭૧૩	૦.૫૮૭	૧૨.૩૦૩	૦.૦૨૬

સારણી-૭.૧૫ અનુસાર વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૭.૮૯૯ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૧૧૯ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૦.૬૯૭ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૮૯૭ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. આમ, સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ ન હતી.

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧૦.૬૧૨ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૦૩૯ છે. આ તફાવત સાર્થક છે. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧૧.૬૦૫ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૦૩૬ છે. આ તફાવત સાર્થક છે. આમ, સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં નિયંત્રિત જૂથની તુલનામાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ ન હતી.

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૨.૭૧૩ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૫૮૭ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧૨.૩૦૩ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૦૨૬ છે. આ તફાવત સાર્થક છે. આમ, સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં નિયંત્રિત જૂથની તુલનામાં સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ હતી.

આથી શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૭ 'સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થાય છે. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ હતી. સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં વિનયન પ્રવાહમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો અસરકારક સાબિત થયા હતા. જ્યારે વાણિજ્ય પ્રવાહમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો. સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

૭.૪.૮ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહને પરિવર્તક ચલ તરીકે લેવામાં આવેલ. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમ (સ્વતંત્ર ચલ) અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ (પરતંત્ર ચલ) એ બે વચ્ચેના સંબંધ પર વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર તપાસવા માટે શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૮ રચવામાં આવી હતી. તેને ચકાસવા માટે અગાઉના વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં મળેલ પરિણામોની તુલના કરવામાં આવી હતી. સારણી-૭.૧૬માં વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ તથા સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ વચ્ચેના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોના તફાવત અને સાર્થકતા કક્ષાની તુલના

વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ, સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ તથા સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ વચ્ચેના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોના તફાવત અને સાર્થકતા કક્ષા સાથે કરવામાં આવી છે.

સારણી-૭.૧૬

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પરની અસરના સંદર્ભમાં વાણિજ્ય પ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના પરિણામોની તુલના

શૈક્ષણિક પ્રવાહ	વાણિજ્ય પ્રવાહ		વિનયન પ્રવાહ	
	તફાવત	સાર્થકતાકક્ષા	તફાવત	સાર્થકતાકક્ષા
મોડલ જૂથ અને સાહિત્ય જૂથ	૧.૩૯૮	૦.૮૭૧	૮.૭૭૮	૦.૧૪૦
મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૨.૧૩૭	૦.૮૦૪	૧.૧૧૩	૦.૮૪૬
સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ	૩.૫૩૫	૦.૬૮૦	૯.૬૯૦	૦.૦૯૭

સારણી-૭.૧૬ અનુસાર વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧.૩૯૮ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૮૭૧ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૮.૭૭૮ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૧૪૦ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. આમ, શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ ન હતી.

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૨.૧૩૭ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૮૦૪ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૧.૧૧૩ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૮૪૬ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. આમ, શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં નિયંત્રિત જૂથની તુલનામાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ ન હતી.

વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૩.૫૩૫ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૬૮૦ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચેનો તફાવત ૯.૬૯૦ અને આ તફાવત માટેની સાર્થકતા કક્ષા ૦.૦૯૭ છે. આ તફાવત સાર્થક નથી. આમ, શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં નિયંત્રિત જૂથની તુલનામાં સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથની અસરકારકતા પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ હતી.

આથી શૂન્ય ઉત્કલ્પના-૮ 'સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર નહીં હોય'નો અસ્વીકાર થતો નથી. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમો અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ ન હતી. શૈક્ષણિક સિદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં બંને પ્રવાહમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ

મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો સમાન સાબિત થયા હતા. શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં વાણિજ્ય પ્રવાહ તેમજ વિનયન પ્રવાહ એમ બંને પ્રવાહમાં કોઈપણ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

પ્રકરણ - ૮

સારાંશ, તારણો, ફલિતાર્થો અને ભાવી સંશોધનો

૮.૧ પ્રાસ્તાવિક

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોની રચના કરી તેની અસરકારકતા ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં ચકાસવામાં આવી હતી. આ માટે પ્રાયોગિક કાર્ય હાથ ધરવામાં આવ્યું હતું. પ્રયોગને અંતે મળેલી માહિતીનું પૃથક્કરણ અને અર્થઘટન કરવામાં આવ્યું હતું અને ઉત્કલ્પનાઓના સંદર્ભમાં ચોક્કસ પરિણામો મેળવવામાં આવ્યાં હતાં.

પ્રસ્તુત પ્રકરણમાં સંશોધક દ્વારા કરવામાં આવેલ સંશોધનનો સારાંશ રજૂ કરેલ છે. ત્યારબાદ પ્રત્યેક શૂન્ય ઉત્કલ્પના માટે અર્થઘટનો કર્યા છે. આ અર્થઘટનો પરથી તારણો તારવેલાં છે. ત્યારબાદ સમગ્ર સંશોધનની નીપજો અને શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો રજૂ કરેલા છે. પ્રકરણને અંતે પરિણામોની સમીક્ષા અને ભાવિ સંશોધનો માટેની ભલામણ રજૂ કરવામાં આવી છે.

૮.૨ સંશોધનનો સારાંશ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટે બે કાર્યક્રમો સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવાનું નક્કી કરવામાં આવેલ હતું. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના માટે ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના સિદ્ધાંત આધારિત વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓનો વિકાસ કરવા માટે મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવામાં આવી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલમાં સાંવેગિક ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે દસ સોપાનીય અધ્યાપન યોજના તૈયાર કરવામાં આવી હતી. જેમાં વિદ્યાર્થીઓ રજૂ કરવામાં આવેલ પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર લાક્ષણિક વર્તનોની શોધ અને નોંધ કરે. ત્યારબાદ પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા અને જુદા જુદા વિદ્યાર્થીઓના અર્થઘટન અને વર્તનોની તુલના કરવામાં આવે. જેથી દરેક વિદ્યાર્થીને અન્ય વિદ્યાર્થીઓનાં ભિન્ન ભિન્ન અર્થઘટનો અને તે અનુરૂપ લાક્ષણિકતાનો ખ્યાલ મળે. ત્યારબાદ એ જ પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી તેના આધારે ફરીથી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર લાક્ષણિક વર્તનોની શોધ અને નોંધ કરે. અંતમાં વિદ્યાર્થીઓ પોતે જ સાંવેગિક ક્ષમતા અનુસાર પોતે કે અન્યએ અનુભવેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરે અને એમાં પોતાનાં વર્તનો તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસારનાં વર્તનોની નોંધ કરી તુલના કરે. આમ, વિદ્યાર્થીઓ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર લાક્ષણિક વર્તનો ઓળખી શકે અને વ્યક્ત કરી શકે એ માટેની ચોક્કસ અધ્યાપન યોજના ઘડવામાં આવી હતી.

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં સાંવેગિક ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેના સૈદ્ધાંતિક અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના સિદ્ધાંતોને આધારે એવા સાહિત્યની રચના કરવામાં આવી હતી જેનો અભ્યાસ વિદ્યાર્થીઓ જાતે કરી શકે અને ચોક્કસ સાંવેગિક ક્ષમતાઓનો વિકાસ કરી શકે. સાંવેગિક બુદ્ધિની વીસ સાંવેગિક ક્ષમતા માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરવામાં આવી હતી. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં પ્રત્યેક એકમના પ્રારંભિક વિભાગમાં સાંવેગિક ક્ષમતા અનુસાર એડવાન્સ ઓર્ગેનાઈઝર, પ્રત્યેક ક્ષમતા માટેના એકમનું માળખું અને હેતુઓ રજૂ કરવામાં આવ્યા હતા. એકમનાં મુખ્ય ભાગમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર મુખ્ય સાહિત્ય અને અંતિમ ભાગમાં એકમનો સારાંશ, સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુસાર પ્રવૃત્તિઓ તથા પ્રવૃત્તિઓના પ્રતિચારોની નોંધ વિદ્યાર્થીઓ કરી શકે એ માટે નોંધપત્રકો

આપવામાં આવેલ.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ માટેના આ બન્ને કાર્યક્રમોની અસરકારકતા ચકાસવા માટે ત્રણ સમકક્ષ જૂથ માત્ર ઉત્તર કસોટી યોજના પસંદ કરી પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. આ માટે સહેતુક નમૂના પસંદગી પદ્ધતિ દ્વારા જામનગર શહેરની ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાઓમાંથી શ્રી ડી.એસ.જી. હાઈસ્કૂલની પસંદગી કરવામાં આવી હતી. આ શાળાના વાણિજ્યપ્રવાહના એક વર્ગ અને વિનયનપ્રવાહના એક વર્ગમાં વિદ્યાર્થીઓના તેમણે ધોરણ-૧૦ની વાર્ષિક પરીક્ષામાં મેળવેલ ગુણને આધારે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથ એમ ત્રણ સમકક્ષ જૂથ રચવામાં આવ્યા હતાં.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથના વાણિજ્યપ્રવાહ અને વિનયનપ્રવાહના પાત્રો પર તેમજ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના વાણિજ્યપ્રવાહ અને વિનયન પ્રવાહના પાત્રો પર એક સાથે ૨૦ દિવસ સુધી પ્રયોગનો અમલ કરવામાં આવ્યો હતો. પ્રયોગને અંતે દેસાઈ-શાબ્દિક અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટી પરના બુદ્ધિઆંક, પટેલ અને પટેલ રચિત સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ પરના પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ તરીકે વિદ્યાર્થીઓએ ધોરણ-૧૧ની સત્રાંત કસોટીમાં મેળવેલ કુલ પ્રાપ્તાંકની માહિતી મેળવવામાં આવી હતી. રચવામાં આવેલ ઉત્કલ્પનાઓની ચકાસણીના સંદર્ભમાં ત્રણેય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ પ્રાપ્તાંક અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્તાંકોની તુલના કરવા માટે બુદ્ધિને સહયલ તરીકે લઈ માહિતી પર સહવિચરણ પૃથક્કરણ કરવામાં આવ્યું હતું. ઉત્કલ્પનાઓના સંદર્ભમાં ચોક્કસ અર્થઘટનો મેળવવામાં આવ્યાં હતાં.

૮.૩ ઉત્કલ્પનાઓના સંદર્ભમાં અર્થઘટનો

સંશોધકે સંશોધનની શરૂઆતમાં આઠ શૂન્ય ઉત્કલ્પનાઓ રચેલ હતી. શૂન્ય ઉત્કલ્પનાઓની ચકાસણી દ્વારા શૂન્ય ઉત્કલ્પનાઓના સ્વીકાર કે અસ્વીકાર અંગેની રજૂઆત આ પ્રમાણે હતી.

૧. પ્રથમ શૂન્ય ઉત્કલ્પના આ પ્રમાણે હતી

સહયલ બુદ્ધિની અસર દૂર કર્યા બાદ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નહીં હોય.

આ શૂન્ય ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે સહવિચરણ પૃથક્કરણ દ્વારા મળેલ F-મૂલ્ય ૨.૪૫૧ હતું. જે ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક છે. તેથી આ શૂન્ય ઉત્કલ્પના અસ્વીકાર થતો હતો. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓના સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો.

કયા કયા જૂથો વચ્ચેના સરેરાશાંકોનો તફાવત સાર્થક છે તે માટે LSD કસોટી કરવામાં આવી હતી. એ મુજબ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો. અર્થાત્ અહીં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો પરસ્પર સમાન હતા. સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથના અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો. અર્થાત્ અહીં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો. સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથના અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો. અર્થાત્ અહીં સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના સાંવેગિક બુદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત હતો. આથી આ શૂન્ય ઉત્કલ્પના "સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર નહીં હોય"નો અસ્વીકાર થાય છે. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ હતી. સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં વિનયન પ્રવાહમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો અસરકારક સાબિત થયા હતા. જ્યારે વાણિજ્ય પ્રવાહમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો. સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

૮. આઠમી શૂન્ય ઉત્કલ્પના આ પ્રમાણે હતી

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર નહીં હોય

આ શૂન્ય ઉત્કલ્પનાની ચકાસણી માટે વાણિજ્ય પ્રવાહ તેમજ વિનયન પ્રવાહ પરિણામોની સરખામણી કરવામાં આવી હતી. વાણિજ્ય પ્રવાહ તેમજ વિનયન પ્રવાહ એમ બંને પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જૂથ, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જૂથ અને નિયંત્રિત જૂથના શૈક્ષણિક સિદ્ધિ સરેરાશાંકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત ન હતો. આથી શૂન્ય ઉત્કલ્પના "સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર નહીં હોય"નો અસ્વીકાર થતો નથી. અર્થાત્ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ પર શૈક્ષણિક પ્રવાહની અસર થઈ ન હતી. શૈક્ષણિક સિદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં બંને પ્રવાહમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો સમાન સાબિત થયા હતા. શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં વાણિજ્ય પ્રવાહ તેમજ વિનયન પ્રવાહ એમ બંને પ્રવાહમાં કોઈપણ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.

૮.૪ સંશોધનનાં તારણો

પ્રસ્તુત સંશોધનની શૂન્ય ઉત્કલ્પનાઓની ચકાસણીના સંદર્ભમાં અર્થઘટનો પરથી અભ્યાસનાં તારણો મેળવેલ હતાં. જે આ મુજબ હતાં.

૧. ધોરણ-૧૧ના વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો પરસ્પર સમાન હતા.
૨. ધોરણ-૧૧ના વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો.
૩. ધોરણ-૧૧ના વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો.
૪. ધોરણ-૧૧ના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો પરસ્પર સમાન હતા.
૫. ધોરણ-૧૧ના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો.
૬. ધોરણ-૧૧ના વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો.
૭. ધોરણ-૧૧ના સમગ્ર વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય બંને કાર્યક્રમો પરસ્પર સમાન હતા.

૮.૫ સંશોધનનાં પ્રાપ્ત પરિણામો પર સમીક્ષા

પ્રસ્તુત સંશોધનને અંતે મળેલ પરિણામો મુજબ સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ બંને પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ માટે અસરકારક સાબિત થયું હતું, જ્યારે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય માત્ર વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ માટે અસરકારક સાબિત થયું હતું, વાણિજ્યપ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ માટે અસરકારક સાબિત થયું ન હતું.

આ પરિણામો સ્પષ્ટ દર્શાવે છે કે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જેવા શિક્ષક સાથેની આંતરક્રિયાત્મક કાર્યક્રમો બંને પ્રવાહ માટે અસરકારક છે. એટલે કે શૈક્ષણિક, સામાજિક કે વ્યાવસાયિક કોઈપણ પ્રકારની ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે શિક્ષકની ભૂમિકા મહત્વની છે. પરંતુ સ્વ-અધ્યયન કાર્યક્રમ માત્ર વિનયન પ્રવાહમાં અસરકારક સાબિત થયો હતો. વાણિજ્ય પ્રવાહમાં અસરકારક સાબિત થયો ન હતો. જે સૂચવે છે કે વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ કરતા વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યમાં વધુ રસ ધરાવે છે તથા અસરકારક સ્વ-અધ્યયન કરી શકે છે.

ભૂતકાળના થયેલાં સંશોધનોમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચે સાર્થક ધન સંબંધ જણાયો હતો(પાર્કર અને અન્ય ૨૦૦૧, બંસલ ૨૦૦૭). પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનાં સંદર્ભમાં બંને કાર્યક્રમો અસરકારક સાબિત થયા હતા પરંતુ શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં કોઈપણ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો. એટલે કે સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસની સાથે સાથે શૈક્ષણિક સિદ્ધિમાં વિકાસ થયો ન હતો. જેનું મુખ્ય કારણ સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમના અમલ બાદ ટૂંકાગાળામાં શૈક્ષણિક સિદ્ધિનું માપન હોઈ શકે. જો કાર્યક્રમના અમલ બાદ શૈક્ષણિક સિદ્ધિનું માપન લાંબાગાળે કરવામાં આવે કે તેના પરિણામો મેળવવામાં આવે તો શક્ય છે કે જુદાં હોઈ શકે. આ બાબત આ ક્ષેત્રે ભવિષ્યમાં વધુ સંશોધનની જરૂરિયાત સૂચવે છે.

૮.૬ સંશોધનની અન્ય નીપજ

કોઈપણ સંશોધનના મુખ્ય હેતુને અનુરૂપ જે પરિણામો કે તારણો મળે છે તે સંશોધનની મુખ્ય નીપજ છે. પરંતુ સંશોધનની મુખ્ય નીપજની સાથે સાથે કેટલાક સંશોધનમાં અન્ય નીપજો પણ મળે છે. પ્રસ્તુત સંશોધનની અન્ય નીપજો આ પ્રમાણે જણાવી શકાય.

૧. **સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ.** પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધકે વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચના કરી હતી. આ મોડલમાં ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે ચોક્કસ સોપાનબદ્ધ અધ્યયન-અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી છે. જે પ્રસ્તુત સંશોધનની એક નીપજ છે.

૨. **સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય.** પ્રસ્તુત સંશોધનમાં સંશોધકે વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરેલી હતી. સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના અંગેના સિદ્ધાંતોને આધારે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા વિકાસ માટેનું આ સાહિત્ય પણ સંશોધનની એક નીપજ છે.

૮.૭ શૈક્ષણિક ફલિતાર્થી

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં હાથ ધરાયેલ પ્રયોગને અંતે મળેલા તારણો પરથી સંશોધકે કેટલાક શૈક્ષણિક ફલિતાર્થી તારવેલા હતા. જે આ મુજબ હતા.

૧. વાણિજ્ય પ્રવાહ તથા વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો. સાંવેગિક

બુદ્ધિ વિકાસ મોડલનો ઉપયોગ કરી ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરી શકાય છે, જેના દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદી જુદી વ્યક્તિગત કે સામાજિક ક્ષમતાઓ વિદ્યાર્થીઓમાં વિકસી શકે. આ ક્ષમતાઓનો ઉપયોગ તે વ્યાવહારિક જીવનમાં પણ કરી શકે. જેમ કે, વિદ્યાર્થી પોતાના સંવેગોને ઓળખી શકે, પોતાના સંવેગોના કારણો જાણી શકે, આ સંવેગોની પોતાના પર થતી અસર અંગે જાગૃત બની નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકે, પોતાનામાં આત્મવિશ્વાસ કેળવી શકે, પોતાના કાર્યની સફળતામાંથી પ્રેરણા મેળવી વધુ પડકારરૂપ કાર્ય સ્વીકારી સફળતાના સર્વોચ્ચ શિખર તરફ આગળ વધી શકે. વિદ્યાર્થી સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિમાં પરિવર્તન સાથે અનુકૂલન સાધી શકે. અન્ય વ્યક્તિઓના સંવેગો અને સાંવેગિક જરૂરિયાતોને ઓળખી તેને સંતોષવા માટે યોગ્ય પ્રયત્નો કરી શકે, અન્ય સાથે સહકારપૂર્વક કાર્ય કરી સામાજિક સંબંધોમાં સુધારો કરી શકે. આમ, વિદ્યાર્થી વ્યક્તિગત કે સામાજિક ક્ષેત્રે સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે એ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અસરકારક સાબિત થઈ શકે છે. આથી, સાંવેગિક બુદ્ધિની આ ક્ષમતા દ્વારા વિદ્યાર્થીઓ સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે એ માટે ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ જેવા કાર્યક્રમોનો વિનિયોગ કરવો જોઈએ.

૨. વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો. સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યનો ઉપયોગ કરી ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિનો વિકાસ કરી શકાય છે, જેના દ્વારા સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદી જુદી વ્યક્તિગત કે સામાજિક ક્ષમતાઓ વિદ્યાર્થીઓમાં વિકસી શકે અને આ ક્ષમતાઓનો ઉપયોગ વ્યાવહારિક જીવનમાં કરી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે. આથી, વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદી જુદી વ્યક્તિગત કે સામાજિક ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિની ક્ષમતાઓને અનુરૂપ એવું સાહિત્ય તૈયાર કરવામાં આવે કે જેનો ઉપયોગ વિદ્યાર્થી જાતે કરી શકે. આમ, વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદી જુદી વ્યક્તિગત કે સામાજિક ક્ષમતાનો વિકાસ થાય અને આ ક્ષમતા દ્વારા તે પોતાના શાળાકીય, વ્યાવસાયિક કે સામાજિક જીવનમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે એ માટે શાળા કક્ષાએ આ પ્રકારના સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયનનો વિનિયોગ કરવો જોઈએ.

૩. વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો હતો, સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કાર્યક્રમ અસરકારક સાબિત થયો ન હતો. જ્યારે વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસના સંદર્ભમાં બંને કાર્યક્રમો અસરકારક સાબિત થયા હતા. અર્થાત્ વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદી જુદી વ્યક્તિગત કે સામાજિક ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે માત્ર વિદ્યાર્થીઓ જાતે અભ્યાસ કરી શકે એવું સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય પૂરતું નથી. સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની સાથે શિક્ષક સાથેની આંતરક્રિયાત્મક પ્રવૃત્તિઓનો પણ ઉપયોગ કરવો જોઈએ. જ્યારે વિનયન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓમાં સાંવેગિક બુદ્ધિની જુદી જુદી ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય કોઈપણ કાર્યક્રમનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. આમ, વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક પ્રવાહ અનુસાર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ કે સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય જેવા કાર્યક્રમોનો વિનિયોગ શાળા કક્ષાએ કરવો જોઈએ.

૮.૮ ભાવી સંશોધનોની ભલામણ

પ્રસ્તુત સંશોધનને અંતે સંશોધકે સાંવેગિક બુદ્ધિના ક્ષેત્રમાં જોવા મળેલ સંશોધન અવકાશને ધ્યાનમાં રાખી ભાવિ સંશોધન માટે કેટલીક ભલામણો કરી છે. જે આ મુજબ છે :

૧. કન્યાઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિકબુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન કાર્યક્રમોની અસરકારકતા ચકાસી શકાય.
૨. વિજ્ઞાન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતા ચકાસી શકાય.
૩. વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ અને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની અસરકારકતા ચકાસી શકાય. જેમાં વિદ્યાર્થીઓની શૈક્ષણિક સિદ્ધિનું માપન લાંબાગાળે કરવામાં આવે.
૪. વાણિજ્ય પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની સાથે સાથે શિક્ષક સાથેની આંતરક્રિયાત્મક પ્રવૃત્તિઓ રજૂ કરી તેની અસરકારકતા ચકાસી શકાય.
૫. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિ વચ્ચેના સંબંધ અંગેના વધુ અભ્યાસ હાથ ધરી શકાય.
૬. સાંવેગિક બુદ્ધિનો વ્યક્તિત્વ, મૂલ્ય, આધ્યાત્મિક બુદ્ધિ વગેરે જેવા ચલોના સંદર્ભમાં અભ્યાસ હાથ ધરી શકાય.
૭. સાંવેગિક બુદ્ધિ અને જાતીયતા, સાંવેગિક બુદ્ધિ અને બુદ્ધિ તથા સાંવેગિક બુદ્ધિ અને વિસ્તારના સંદર્ભમાં ભૂતકાળમાં થયેલા સંશોધનોમાં વિરોધાભાસી પરિણામો પ્રાપ્ત થયાં છે. આથી આ બાબતે વધુ સ્પષ્ટતા મેળવવા સાંવેગિક બુદ્ધિ સાથે આવા ચલોનો અભ્યાસ હાથ ધરી શકાય.

અંતે, સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પના એ એક નૂતન સંકલ્પના છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ અંગેના સિદ્ધાંત, ઘટકો, ઉપકરણો તથા તેના વ્યવહારિક વિનિયોગ ક્ષેત્રે કરવામાં આવતાં કોઈપણ સંશોધનો સાંવેગિક બુદ્ધિની સંકલ્પનાને સ્પષ્ટ કરવામાં અને તેના આધારે શૈક્ષણિક કાર્યક્રમો ઘડવામાં મદદરૂપ થશે તે નિર્વિવાદ છે.

संदर्भसूचि

અંબાસણા, અનિલ (૧૯૯૯). **માપન, વિશ્વસનીયતા અને યથાર્થતા.** રાજકોટ : સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.

ઉચાટ, દિનેશચંદ્ર એ. (૧૯૮૮). **સંશોધનના પ્રારંભે.** રાજકોટ : અક્ષર ભવન.

_____ (૧૯૯૨). **વિચરણ પૃથક્કરણ.** રાજકોટ : સ્વ. ડૉ. હરિભાઈ જી. દેસાઈ મેમોરીયલ બુક બેંક, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.

_____ (૧૯૯૨). **સરળ અધ્યયન સાહિત્યની રચના અને અજમાયશ.** ગાંધીનગર: માધ્યમિક શિક્ષણ અને પરિક્ષણ. ગુજરાત માધ્યમિક શિક્ષણ બોર્ડ, અંક ૧૧.

_____ (૧૯૯૭). **સામાજિક શાસ્ત્રોમાં સંશોધન સમસ્યા પસંદગીના સૈદ્ધાંતિક અને વ્યવહારુ આધારો.** રાજકોટ : પારસ પ્રકાશન.

_____ (૨૦૦૦). **સંશોધનની વિશિષ્ટ પદ્ધતિઓ.** રાજકોટ : સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.

_____ (૨૦૦૩). **સંશોધનના ઉપકરણો.** રાજકોટ : સ્વ. ડૉ. હરિભાઈ જી. દેસાઈ મેમોરીયલ બુક બેંક, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.

_____ (૨૦૦૪). **નમૂના પસંદગી.** રાજકોટ : સ્વ. ડૉ. હરિભાઈ જી. દેસાઈ મેમોરીયલ બુક બેંક, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.

_____ (૨૦૦૪). **સંશોધનમાં માહિતી-માવજત.** રાજકોટ : સ્વ. ડૉ. હરિભાઈ જી. દેસાઈ મેમોરીયલ બુક બેંક, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.

_____ (૨૦૦૪). **સંશોધનમાં માહિતી વ્યવહારો.** રાજકોટ : પારસ પ્રકાશન.

ઉચાટ, દિનેશચંદ્ર એ. અને અન્યો (૧૯૯૮). **સંશોધન અહેવાલનું લેખન શી રીતે કરશો ?** રાજકોટ : નિજિજન સાયકો સેન્ટર.

ચેતરીયા, એમ. આર. (૨૦૦૫). "સાંવેગિક બુદ્ધિના ઘટક તરીકે સમાનભૂતિ ધરાવતા શિક્ષકની લાક્ષણિકતાઓ". **ગણિત દર્શન,** વડોદરા.

જોષી, એચ. ઓ. (૧૯૮૫). **સંશોધન અહેવાલ લેખનની ભૂલો.** રાજકોટ : આશુતોષ પ્રકાશન.

દસ્તુર, બી. એન. (૨૦૦૨). **ઇમોશનલિ ઇન્ટેલિજન્ટ લીડર / મેનેજર.** મુંબઈ : નવભારત સાહિત્ય મંદિર.

દસ્તુર, બી. એન. (૨૦૦૨). **કોનફિલક્ટ મેનેજમેન્ટ.** મુંબઈ : નવભારત સાહિત્ય મંદિર.

દેસાઈ, કે. જી. (૧૯૯૪). **શૈક્ષણિક અને વ્યાવસાયિક માર્ગદર્શનની પ્રવિધિઓ.** (દ્વિતીય આવૃત્તિ) અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય.

દેસાઈ, કે. જી. અને દેસાઈ, એચ. જી. (૧૯૯૯). **મનોવૈજ્ઞાનિક માપન.** (દ્વિતીય આવૃત્તિ) અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય.

દેસાઈ, એચ. જી. (૧૯૭૦). **સંશોધન અહેવાલ.** રાજકોટ : સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.

દેસાઈ, એચ. જી. અને દેસાઈ, કે. જી. (૧૯૯૭). **સંશોધન પદ્ધતિઓ અને પ્રવિધિઓ.** અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય.

દોંગા, એન. એસ. (૧૯૯૫). **અધ્યાપન મનોવિજ્ઞાન.** રાજકોટ : નિજિજન સાયકો સેન્ટર.

- દોંગા, એન. એસ. (૧૯૮૮). **સિદ્ધિ સંબંધિત ચલો**. રાજકોટ : સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી.
 _____ (૨૦૦૪). **અધ્યયન, અધ્યાપન અને વિકાસનું મનોવિજ્ઞાન**. અમદાવાદ : નિરવ પ્રકાશન.
- પટેલ, વિનોદ (ડિસેમ્બર, ૧૯૮૨). સંશોધનમાં નિદર્શ પસંદગી. 'જીવનશિક્ષણ' સંશોધન વિશેષાંક : ૧૩૩, ૨.
- પંડ્યા, જી. ટી. (૧૯૮૧). **મનોમાપન**. અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ : ગુજરાત રાજ્ય.
- પારેખ, ભ. ઉ. અને ત્રિવેદી, મ. દ. (૧૯૮૪). **શિક્ષણમાં આંકડાશાસ્ત્ર**. (ચતુર્થ આવૃત્તિ) અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય.
- મોલિયા, એમ. એસ. (૨૦૦૩). **વર્ણનાત્મક સંશોધન પદ્ધતિ**. રાજકોટ : અર્થ ગ્રાફિક્સ.
- શાહ, ગુણવંત અને કુલીન પંડ્યા. (૧૯૭૮). **શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન**. અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય.
- શાહ, દિપીકા બી. (૧૯૮૩). **શૈક્ષણિક પ્રોદ્યોગિકી**. અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય.
- શાહ, સંજીવ. (૨૦૦૧). **મહાન દૃઢ્યોના સારંગમપદ્ધતિ**. વડોદરા : ઓએસિસ ઈન્ટરનેશનલ સોસાયટી.
- Ashkanasy and Daus(2005). The case for the ability-based model of emotional intelligence in organizational behavior. **Journal of Organizational Behavior**, 26, 453-466
- Bansal, Ajaykumar.(2007). How EQ and SQ affects the science achievement of the secondary level students. **Indian journal of psychometry and education**. 38(1), 92-93.
- Bar-On, R. (1997). **The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): a test of emotional intelligence**. Toronto: Multi-Health Systems.
- _____.(2005). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). **Psicothema**, 18, 13-25.
- Bar-On, Reuven & J.D.A. Parker.(2000). **The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace**. San Francisco, California: Jossey-Bass. pp.40-59
- Barrett, L.F., R.Lane & E.Gary. (2000). Sex Differences in Emotional Awareness. **Personality and Social Psychology**. 30, 1027-1035
- Bindu, P. & I. Thomas. (2006). Gender Differences in Emotional Intelligence. **Psychological Studies**. 51, 261-268.
- Binet, Alfred.(1905) **Alfred Binet**. Download from : http://en.wikipedia.org/wiki/Alfred_Binet, accessed January 18, 2008.
- Bradberry, T. & J. Greaves. (2005). **The Emotional Intelligence Quick Book**. London: Simon and Schuster.

- Brody, N. (2004). What cognitive intelligence is and what emotional intelligence is not. **Psychological Inquiry**. 15, 234-238.
- Bruce, Joyce & Marsha, Weil.(1992). *Models of Teaching*. Englewood Cliffs : Prentice-Hall International Inc.
- Buch, M. B.(2000). **Fifth Survey of Educational Research**. New Delhi : NCERT.
- Cameron, Allan.(1999). **Work Profile Questionnaire-Emotional Intelligence Version**. Downloaded from: www.cimtp/wqpei%20/user%20guide%202004%20Revision.pdf, accessed February 15, 2006.
- Cooper, Robert & A. Sawaf. (1997). **Executive EQ**. Orian Business Books.
- Covey, Stephen.(1989). **The Seven Habits of Highly Effective People**. London : Simon and Schuster.
- Darek, Rowntree.(1986). **Teaching Through Self Instruction**. New York: Nicholas Publishing Company.
- Davies, M., L. Stankov & R.D. Roberts.(1998). Emotional intelligence: In search of an elusive construct. **Journal of Personality and Social Psychology**. 75, 989-1015.
- Doll, E. A.(1935). A generic scale of social maturity. **American Journal of Orthopsychiatry**. 5, 180-188.
- Dulewicz V & M. Higgs.(2000). Emotional intelligence: A review and evaluation study. **Journal of Managerial Psychology**. 15(4), 341-372
- Dunn, Susan.(2003). **EQ V. IQ**. Downloaded from : http://www.susandunn.cc/emotional_intelligence_V_cognitive_intelligence.htm, accessed January 2, 2006.
- Felsman, J.K. & George Vaillant.(1987). Resilient Children as Adults: A 40-Year Study. In E.J. Anderson and B.J. Cohler (Eds.), **The Invulnerable Child**. New York: Guilford Press.
- Gardner, Howard.(1983). **Frames of mind**. New York: Basic Books.
- Gibbs, Nancy(1995, October 2). **The EQ Factor**. Time magazine. Downloaded from http://www.time.com/time/classroom/psych/unit5_article1.html, accessed January 2, 2006.
- Glass, G.V. & K.D. Hopkins.(1984). **Statistical Methods in Education and Psychology**. (Second Edition) Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs.
- Goleman, D., R. Boyatzis, & K. Rhee.(2000). Clustering competence in emotional intelligence: insights from the emotional competence inventory (ECI). In R. Bar-On & J.D.A. Parker (eds.), **Handbook of emotional intelligence** (pp. 343-362). San Francisco: Jossey-Bass.
- Goleman, Daniel, R.Boyatzis & HayGroup.(2001). **The Emotional Competence Inventory (ECI)**. Boston : HayGroup.
- Goleman, Daniel (1995). **Emotional Intelligence : Why it can matter more than IQ**. New York : Bantam Book.
- _____. (1998). **Working with Emotional Intelligence**. New York : Bantam Book.

- Goretti, Rita (2005). Will Emotional Mastery Strengthen Learners' Ability ?. **Learning Centered Education**. 26-27.
- Gupta, Deepika & Neeta Mahajan.(2006). Emotional Intelligenc: A Holistic Approach to Life Success-A Comparative Study of EI in Adolescent Girls and Boys. **Gujarat Journal Of Psychology**. 20, 49-53.
- Hein, S. (2005). **Defination of emotional intelligence**. Downloaded from: <http://www.eqi.org/eidefs.htm>, accessed January 2, 2006.
- _____. (1996). **Signs of high and low EQ**. EQ for Everybody. downloaded from: http://eqi.org/eqe96_11.htm, accessed January 2, 2006.
- Joshua, Freedman, (1998) download from: <http://www.jmfreedman.com/writing.html>, accessed January 2, 2006.
- Karen, Arnold & Terry Denny.(May 29, 1992). A Study of Valedictorians. **The Chicago Tribune**.
- Landy, F.J. (2005). Some historical and scientific issues related to research on emotional intelligence. **Journal of Organizational Behavior**. 26, 411-424.
- Lane, R.D. & others.(1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion. **Journal of Personality Assessment**, 55(2), 124-134.
- Locke, E.A.(2005). Why emotional intelligence is an invalid concept. **Journal of Organizational Behavior**. 26, 425-431.
- Lynn, Adele B.(2004). **The Emotional Intelligence Activity Book : 50 Activities for Promotiing EQ at Work**. NewYork: HRD Press.
- Mathur, M., S. Dube & B. Malhotra.(2003). Emotional Intelligence: Interrelationship of Attribution, Taking Responsibility and Scholastic Performance in Adolesents. **Indian Psychological Review**. vol. 60, No.4; 175-180.
- Matthews, G., M. Zeidner & R. Roberts.(2002). **Emotional intelligence: Science and myth**. London : The MIT Press.
- Mayer, J.D. & P. Salovey.(1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (eds.): **Emotional development and emotional intelligence: educational applications** (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mayer, J.D., P.Salovey & D.R.Caruso.(2000). Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.). **Handbook of Intelligence** (pp.396-420). Cambridge, England: Cambridge University Press. pp. 396-420.
- Mayer, J.D., P.Salovey & D.R.Caruso.(2002). **Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT)**. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Mishra, K.S. (2007) A Study of emotional intelligence amongs students in relation to classroom environment. **Emotional Intelligence : Concept, Measurement and Research**. Allahabad : Association for Educational Studies. 111-127.
- _____. (2007) Relationship between emotional intelligence and creativity amongs

- students. **Emotional Intelligence : Concept, Measurement and Research.** Allahabad : Association for Educational Studies. 128-131.
- _____. (2007) Stres among emotionally intelligent student teachers. **Emotional Intelligence : Concept, Measurement and Research.** Allahabad : Association for Educational Studies.101-110.
- Pandit, Bansibihari & Y.G. Pathan.(2004). Emotional Intelligence of Secondary Teachers. **Edutracks.** Vo.4 No.4; 23-25.
- Parker, J.D.A. & Others (2001). Emotional Intelligence and academic success: Examining the transition from high school to university. **Personality and Individual Differences** 30, 98-107.
- Parker, J.D.A. & Others (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. **Personality and Individual Difference.** 30, 107-115
- Parker, J.D.A., G.J. Taylor & R.M. Bagby.(2001). The Relationship Between Emotional Intelligence and Alexithymia. **Personality and Individual Differences.**30, 107-115
- Patel, P. & H. Patel.(2005). **A Study of Emotional Intelligene of Higher Secondary School Students of Gujarat State in Relation to Certain Variables.** Major Research Project, New Delhi : UGC.
- Payne, W.L.(1983/1986). A study of emotion: developing emotional intelligence; self integration; relating to fear, pain and desire. **Dissertation Abstracts International,** 47, p. 203.
- Perry, Chris.(2004). Emotional Intelligence and Teaching Situation : Development of a new measure. : Deakin University.
- Petrides, K.V. & A. Furnham.(2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. **Personality and Individual Differences,** 29, 313-320
- Petrides, K.V. & A. Furnham.(2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. **European Journal of Personality.** 15, 425-448
- Petrides, K.V. & A. Furnham.(2003). Trait emotional intelligence: behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. **European Journal of Personality.** 17, 39-75
- Roberts, R.D., M. Zeidner & G. Matthews.(2001). Does emotional intelligence meet traditional standards for an intelligence? Some new data and conclusions. **Emotion.** 1, 196-231
- Salovey P & D. Grewal.(2005). The Science of Emotional Intelligence. **Current directions in psychological science.**14, 6
- Salovey, P., & J.D. Mayer.(1990). Emotional Intelligence. **Imagination, Cognition and Personality.** 9, 185-211.
- Seagal, Jeanne (2000). **Raising your Emotional Intelligence.** Mumbai : Magna Books.
- Shah, Mukti & Nutankumar S. Thingujam.(2008). Perceived Emotional Intelligence and

- Ways of coping among students, **Journal of the Indian Academy of Applied Psychology**. 34(1), 83-91.
- Singh, Dalip. (2003). **Defining emotional intelligence**. Downloaded from: [http://www.eqindia.com/emotional intelligence by Dr Dalip Singh\(IAS\) \(Defining emotional intelligence\)welcome to eqindia.htm](http://www.eqindia.com/emotional_intelligence_by_Dr_Dalip_Singh(IAS)_Defining_emotional_intelligence_welcome_to_eqindia.htm). accessed February 15, 2006.
- _____.(2004). **Benifits of EQ**. Downloaded from: [http://www.eqindia.com/com emotional intelligence by Dr Dalip Singh\(IAS\) \(Benifits of EQ\)welcome to eqindia.htm](http://www.eqindia.com/com_emotional_intelligence_by_Dr_Dalip_Singh(IAS)_Benifits_of_EQ_welcome_to_eqindia.htm), accessed February 15, 2006.
- Smith, M. K.(2002). **Howard Gardner and multiple intelligences**. the encyclopedia of informal education, Downloaded from <http://www.infed.org/thinkers/gardner.htm> accessed October 31, 2005.
- Spielberge, C. (Ed.)(2004). **Encyclopedia of Applied Psychology**. NY:Academic Press.
- Thangapandian, R. & P. Prithivikashini. (2007). Emotional Intelligence as related to organizational citizenship behaviour among IT professionals. **Indian journal of psychometry and education**. 38(1), 56-58.
- Thorndike, E.L.(1920). Intelligence and Its Uses. **Harper's Magazine**. 140, 227-235.
- TIME (October 2, 1995). [**cover**] New York : Time warnes.
- Umadevi, L.(2005). Relationship between the dimension of emotional intelligence of adolescents and selected personal and social variables, **Indian Psychological Review**. 64(1), 11-20.
- V. Vijaylaxmi & Others.(2008). Emotional Intelligence and Social Reticence of post graduate female students, **Journal of the Indian Academy of Applied Psychology**. 34(1), 93-100.
- Vaillant, George.(1977). **Adaptation to Life**. Boston : Little Brown.
- Wechsler, David.(1939). **The measurement of adult intelligence**. Baltimore : Williams & Wilkins.
- _____.(1940). Non-intellective factors in general intelligence. **Psychological Bulletin**. 37, 444-445.

अनुपूर्तिओ

અનુપૂર્તિ - ૧

EMOTIONAL INTELLIGENCE SCALE

સાંવેગિક બુદ્ધિ માપદંડ

સ્થિતિ : ડૉ. પલ્લવીબેન પી. પટેલ
રીડર,
અનુસ્નાતક શિક્ષણ વિભાગ,
સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી,
વલ્લભ વિધાનગર.

ડૉ. હિતેશ પી. પટેલ
રિસર્ચ પ્રોજેક્ટ ફેલો,
અનુસ્નાતક શિક્ષણ વિભાગ,
સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી,
વલ્લભ વિધાનગર.

વ્યક્તિગત માહિતી

નામ : _____

શાળાનું નામ : _____

ધોરણ : _____ વર્ગ : _____ જાતિ : છોકરો _____ છોકરી _____

વિસ્તાર : ગ્રામ _____ અર્ધશહેરી _____ શહેરી _____

ગામનું નામ : _____ તાલુકો : _____ જિલ્લો : _____

સૂચના :-

ગુણ:

- આ માપદંડમાં વિધાનો દ્વારા ખુદીખુદી પરિસ્થિતિઓ વર્ણવામાં આવી છે. આવી પરિસ્થિતિમાં તમે કેવી લાગણી અનુભવો છો તે જણાવવાનું છે. શું વિચારો છો તે જણાવવાનું નથી.
- આ માપદંડ તમારી કે તમારા કાર્યની કસોટી/પરીક્ષા નથી.
- તમારે દરેક વિધાનોના પ્રામાણિક પાછે પ્રતિચાર આપવાના છે.
- તમારા પ્રતિચાર માત્ર સંશોધન માટે ઉપયોગમાં લેવાના છે માટે ખાનગી રાખવામાં આવશે.
- દરેક વિધાનની સામે ૧, ૨, ૩, ૪ એમ ખાના રાખવામાં આવ્યા છે.
- દરેક વિધાન વાંચીને તે વિધાન તમારા માટે કેટલું સાચું છે તે અંગે નિશ્ચિતપણે અને પ્રામાણિકપણે વિચારીને વિધાન સામે આપેલા ચાર ખાના પૈકી વધારે યોગ્ય લાગતા ખાનામાં “✓” નું નિશાન કરો.

ઉદાહરણ :-

ક્રમ	વિધાનો	હંમેશા સાચુ (૧)	ઘણીવાર સાચુ (૨)	ભાગ્યેજ સાચુ (૩)	કદાપિ સાચુ નહિ (૪)	ગુણ
૧.	વિજાતીય દોસ્તી મને ખૂબ ગમે છે.	

ક્રમ	વિધાનો	હંમેશા સાચુ (૧)	ઘણીવાર સાચુ (૨)	ભાગ્યેજ સાચુ (૩)	કદાપિ સાચુ નહિ (૪)	ગુણ
૧.	વર્ષમાં કોઈ વિદ્યાર્થી અને અપશબ્દ કહે તો મને ગુસ્સો આવી જાય છે.	
૨.	શાળામાં મારાથી કોઈ ભૂલ થઈ હોય અને શિક્ષક મને શારીરિક શિક્ષા કરે તો હું શિક્ષકને ધમકી આપુ છું.	
૩.	માતાપિતા માનું કહ્યું ના કરે તો હું રીસાઈ જઈ છું.	
૪.	મને વધારે ગુસ્સો આવે ત્યારે હું ઘુજવા લાગુ છું.	
૫.	રાત્રે અંધારામાં એકલા જતાં મને ધૂનટી આવે છે.	
૬.	દવાખાનામાં દાક્ટર ઈન્જેક્શન આપવાનું કહે તો મને બીક લાગે છે.	
૭.	પરીસામાં નાપાસ થવાય ત્યારે ઘરમાં માતાપિતાને મોઢું બતાવતા સંકોચ થાય છે.	
૮.	મારાથી અજાણતામાં કોઈ વ્યક્તિને શારીરિક ઘમ્પા થઈ જાય તો હું દુઃખી થઈ જઈ છું.	
૯.	મારાથી અજાણતામાં કોઈની વસ્તુ ખોવાય કે તૂટી જાય તો હું દિલગીરી અનુભવું છું.	
૧૦.	મારા મિત્રોને મુશ્કેલીમાં મદદ ના કરી શકુ ત્યારે મને દુઃખ થાય છે.	
૧૧.	મારી ભૂલના કારણે મારા મિત્રને કે અન્ય વ્યક્તિને કોઈ પણ પ્રકારની સજા થાય ત્યારે હું તેની માફી માંગુ છું.	
૧૨.	પ્રિય મિત્રને નિયત કરેલ-સમયે ના મળી શકાય તો હું તેને સમજાવવા પ્રયત્નો કરું છું.	
૧૩.	માતાપિતાને આપેલું વચન મારાથી ના પાળી શકાય તો તેમને મળતાં મને સંકોચ થાય છે.	
૧૪.	હું પરીસામાં સારી ટકાવારીએ ઉતીર્ણ થાઉં તો ખુશખુશાલ થઈ જઈ છું.	
૧૫.	ટી.વી. પર હાસ્ય કલાકારોના કાર્યક્રમો જોઉં છું ત્યારે હું હસવા લાગુ છું.	
૧૬.	વાર્ષિક પરીસાનું છેલ્લું પ્રશ્નપત્ર પુરૂ થાય પછી મને બંધનમાંથી મુક્તિ મળી હોય એવો અનુભવ થાય છે.	
૧૭.	મને ભાવતું ભોજન મળે તો હું ઘરાઈને ખાઉં છું.	
૧૮.	મનગમતી વસ્તુ પ્રાપ્ત થાય ત્યારે હું આનંદિત થઈ જઈ છું.	
૧૯.	વર્ષોથી વિખુટો પડેલો મિત્ર અચાનક કોઈ જગ્યાએ મળી જાય ત્યારે મને આનંદ થાય છે.	
૨૦.	મને ભણવાનું ગમતું નથી.	
૨૧.	શિક્ષક ગુટા ગુટા સ્વાધ્યાય લખવા આપે તો મને કંટાળો આવે છે.	
૨૨.	માતાપિતા મને બજારમાં વસ્તુ લેવા વારંવાર મોકલે તો હું ના પાડી દઉં છું.	
૨૩.	મારે વહેલા ઉઠવાનું થાય તો મને આગસ થાય છે.	
૨૪.	માતાપિતાની હાજરીથી હું સુરક્ષિત અનુભવુ છું.	
૨૫.	માતાપિતા પહે કે ટોકે તો પણ મને તેમના પ્રત્યે અભાગમો થતો નથી.	

ક્રમ	વિધાનો	હંમેશા સાચુ (૧)	ઘડીવાર સાચુ (૨)	ભાગ્યેજ સાચુ (૩)	કદાપિ સાચુ નહિ (૪)	મુલ
૨૬.	મિત્રમંડળમાં મિત્રો મર્ને ચાહે તેવુ હું ઈચ્છુ છું.	
૨૭.	મિત્રો સાથે અબોલા ઘાય ત્યારે મને તેનાં જ વિચારો આવ્યા કરે છે.	
૨૮.	મારાથી ભૂખ સહન થતી નથી.	
૨૯.	લોહી નીકળતા માણસને જોઉં તો મને ચક્કર આવવા લાગે છે.	
૩૦.	હું સતત પાંચન અને લેખન કર્યા કરુ ત્યારે મને કશું યાદ રહેતું નથી.	
૩૧.	હું વિજતીય મિત્ર સાથે વાત કરતાં વધુ સલામ થઈ જાઉં છું.	
૩૨.	હું કોઈની સાથે વાત કરતા હાથ કે પગ હલાવ્યા કરું છું.	
૩૩.	પરીક્ષા આવ્યા પછી મારું શું પરિણામ આવશે એ હું અનાઉંથી નક્કી કરી લઉં છું.	
૩૪.	હું ગમે એવું કઠિન કાર્ય પાર પાડી શકું છું.	
૩૫.	મારી શૈક્ષણિક પ્રગતિ સામે આવતાં ગમે તેવા અપરોધો સામે હું ઝઝૂમવા તૈયાર છું.	
૩૬.	હું કોઈ પણ સમસ્યામાં ફસાઈ જાઉં તો તેમાંથી બહાર નીકળવાનો રસ્તો પણ જાતે શોધી લઉં છું.	
૩૭.	અચાનક કોઈ અભિચ્છિય બનાવ બને ત્યારે હું મારી માનસિક સ્થિતિ કાબુમાં રાખું છું.	
૩૮.	હું ગુસ્સામાં મારા વિચારો સ્પષ્ટપણે સ્પુ કરી શકું છું.	
૩૯.	ક્યારેક વડીલો વાતવાતમાં ભાજોઈતી સલાહ આપે તો હું સાંભળી લઉં છું.	
૪૦.	વર્ષમાં શિક્ષક ભલામતા હોય ત્યારે કોઈ વિદ્યાર્થી હાસ્ય આવે તેવું બોલે તો હું મારા હાસ્ય પર કાબુ રાખુ છું.	
૪૧.	ગમે તેવી ઘટના બને તો પણ હું મારા ક્રોધ પર કાબુ ધરાવુ છું.	
૪૨.	મિત્રોની પ્રગતિ જોઈને મને ઈર્ષ્યા આવતી નથી.	
૪૩.	મને કોઈ સિદ્ધિ મળે ત્યારે હું મારા આનંદ/ઈર્ષ્ય પર કાબુ ધરાવુ છું.	
૪૪.	મારા હૃદયમાં દુઃખ/ચિંતા હોવા છતાંય હું મારા ચહેરા પર પ્રસન્નતા રાખી શકું છું.	
૪૫.	હું મારા મિત્રોને કહું કે હું તારું કામ કરી આપીશ પછી એ કામ કરવાનું ભૂલતો (તી) નથી.	
૪૬.	હું મારી માન્યતાઓ પ્રમાણે જ જીવન જીવું છું.	
૪૭.	હું અન્ય વ્યક્તિઓને ના ગમે તેવું કોઈ પણ ખરાબ વર્તન કરતો(તી) નથી.	
૪૮.	હું મુશ્કેલી સહન કરી લઉં છું પરંતુ વિસ્વાસ ભંગ કરતો (તી) નથી.	
૪૯.	હું મારા નિર્ણયો ઉપરથી વિશ્વાસ ગુમાવતો (તી) નથી.	
૫૦.	શિક્ષકે આપેલ સ્વાધ્યાય, ગૃહકાર્ય હું જાતે લખું છું.	
૫૧.	હું મારા લાભ ખાતર અન્યને છેતરતો (તી) નથી.	
૫૨.	મરથી કેઈ ગુનો થઈ જાય ત્યારે તેમાંથી છક્કા મોટે ખેદુ બોલતો(તી) નથી.	

ક્રમ	વિધાનો	હંમેશા સાચુ (૧)	ઘણીવાર સાચુ (૨)	ભાગ્યેજ સાચુ (૩)	કદાપિ સાચુ નહિ (૪)	ગુણ
૫૩.	શાળામાંથી છૂટતા કોઈ પુસ્તક કે અન્ય ચીજવસ્તુ મને તો શાળા સંચાલકને સુપ્રત્ન કરું છું.	
૫૪.	હું સુખ-દુઃખની પરિસ્થિતિમાં મારી જાતને અનુકૂળ કરી શકું છું.	
૫૫.	મારે વતન છોડી અન્ય સ્થળે ભણવા જવાનું થાય ત્યારે * હું તે વાતાવરણને અનુકૂળ થઈ શકું છું.	
૫૬.	હું મારા જીવન વિકાસમાં ઉપયોગી તક આપતાં જ તેને ઝડપી લઉં છું.	
૫૭.	હું ભવ્ય કાર્ય કરવાની સાહસપૂર્ણ ધરાવું છું.	
૫૮.	હું ભવા વિચારનો અમલ કરવાથી મળતી નિષ્ફળતા ના ડરથી મુક્ત છું.	
૫૯.	મારા મિત્ર પાસે ગણવેશ કે પુસ્તકો ના હોય તો તેનો ઉદાસ ચહેરો ખેંચી મને દુઃખ થાય છે.	
૬૦.	મારાથી ભૂખ્યા માણસનું મોઢું ખેંચી શકાતું નથી.	
૬૧.	કોઈ વ્યક્તિનું મૃત્યુ થયું હોય અને હું તેના સ્વજનોને રુદન કરતાં ખેંચી ત્યારે મારી આંખમાં પણ આંસુ આવી જાય છે.	
૬૨.	મારા માતાપિતા વિમાર થાય છે ત્યારે મને દુઃખ થાય છે.	
૬૩.	મારા મિત્રની નોટલુક કે ચોપડી ખોવાઈ ગઈ હોય તો હું તેને શોધવામાં મદદ કરું છું.	
૬૪.	કોઈ પણ વ્યક્તિના ચહેરાના હાવભાવ, બોલી પરથી કહી શકું કે આ વ્યક્તિ જુદું બોલી રહી છે.	
૬૫.	કોઈ પણ વ્યક્તિના ચહેરાના હાવભાવ, બોલી પરથી કહી શકું કે આ વ્યક્તિ ભયભીત છે.	
૬૬.	કોઈ પણ વ્યક્તિના ચહેરાના હાવભાવથી કહી શકું કે આ વ્યક્તિ બુધ/આર્નદમાં છે.	
૬૭.	કોઈ પણ વ્યક્તિ મારી સાથે વાત કરે તેને હું ધ્યાનથી સાંભળું છું.	
૬૮.	કોઈ વ્યક્તિ મારું નાનું એવું કામ કરી દે અને હું તેને હૃદયથી 'આભાર' કરું ત્યારે મારા અપાજમાં પ્રેમ અને મીઠાશ હોય છે.	
૬૯.	હું શું કરેવા માનું છું તેનો મને સ્પષ્ટ ખ્યાલ હોય છે.	
૭૦.	શાળામાં મિત્રો વચ્ચે ક્યારેક કોઈ અણસમજણ ઊભી થાય ત્યારે બંને મિત્રોને સમજાવી લેવા કરી દઉં છું.	
૭૧.	નાની નાની બાબતોમાં હું કોઈપણ વ્યક્તિને દુઃખાન બનાવતો(તી) નથી.	
૭૨.	મને એકલવાયું જીવન જીવવા કરતાં સમૂહ જીવન જીવવું ગમે છે.	
૭૩.	કોઈપણ બદલાની આશા રાખ્યા વગર હું બીજાને મદદ કરું છું.	
૭૪.	હું લોકોના ચહેરા અને નામ યાદ રાખું છું. જે મને સંબંધો કેળવવામાં ફાયદાકારક બીવડે છે.	
૭૫.	અઘરા વિષયમાં પડતી મુશ્કેલી હું મિત્રોનો સહકાર લઈ દૂર કરું છું	
૭૬.	મને મૂઝવતાં અંગત પ્રશ્નોની મિત્રો સાથે ચર્ચા કરું છું	
૭૭.	ઉંચું પરિણામ લાવવાં માટે હું શાળાના શિક્ષકોનું માર્ગદર્શન લઉં છું.	

અનુપૂર્તિ - ૨

દેસાઈ શાબ્દિક-અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ-કસોટી

પ્રયોજક : ડૉ. કૃષ્ણકાન્ત ગો. દેસાઈ, એમ.એ. (કોલંબિયા); એમ.એડ., પીએચ.ડી.

સૂચના : આ પુસ્તિકામાં કોઈપણ જગ્યાએ કંઈપણ લખવું નહિ, તેમ જ નિશાની કરવી નહિ. ઉત્તરો અલગ ઉત્તરપત્રમાં લખવાના છે.

મહાપરા કસોટી

દરેક પ્રશ્ન વાંચો અને આપેલા ઉત્તરોમાંથી જે ઉત્તર સાચો હોય તેનો અનુક્રમ દર્શાવતા અક્ષર આસપાસ ઉત્તરપત્રમાં ગોળ ફૂંડણું કરો.

૧. નીચેનામાંથી શું બીજા બધાથી જુદું પડે છે ?
 (ક) વાદળી (ખ) ચણકતો (ગ) પીળો (ઘ) લાલ (ચ) લીલો
૨. ખમીસ અને પાટલૂન વચ્ચે જેવો સંબંધ છે, તેવો જ સંબંધ ચોળી અને કોના વચ્ચે હશે ?
 ખમીસ : પાટલૂન :: ચોળી : (?)
 (ક) સાડી (ખ) પાપજમો (ગ) ચણિયો (ઘ) ચકી (ચ) કોક
૩. અનુજા અનુરાગ કરતાં મોટી છે, પણ ભૈરવી જેટલી નહિ; તો સૌથી મોટું કોણ હશે ?
 (ક) અનુજા (ખ) અનુરાગ (ગ) ભૈરવી (ઘ) બધાં સરખાં હશે (ચ) કહી શકાય નહિ
૪. નીચેની સંખ્યાઓના ક્રમ પ્રમાણે ખાલી જગ્યામાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?
 ૧૨, ૧૪, ૧૬, ૧૮, _____, _____
 (ક) ૧૯, ૨૦ (ખ) ૧૯, ૨૧ (ગ) ૨૦, ૨૨ (ઘ) ૨૧, ૨૨ (ચ) ૨૨, ૨૪

: પ્રાપ્તિસ્થાન :

ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ સાઈકોલોજિકલ એન્ડ એજ્યુકેશનલ રિસર્ચ એન્ડ ગાઈડન્સ

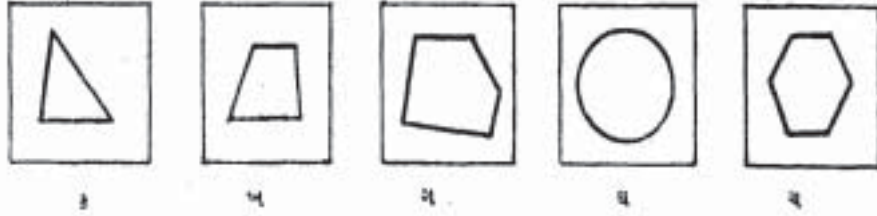
૨૩, હિન્દુ કોલોની, નવરંગપુરા

અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૯

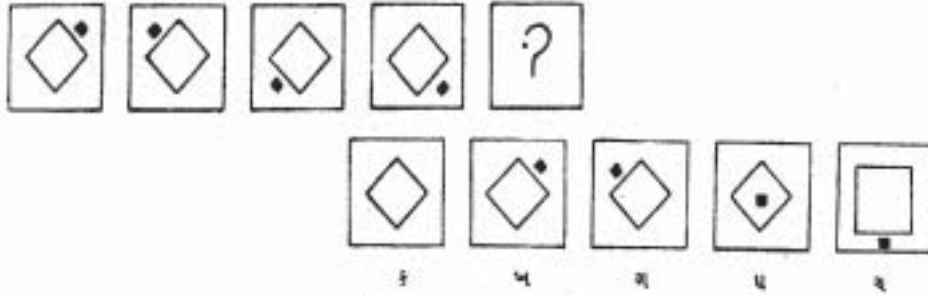
ફોન : ૨૬૪૬ ૮૮ ૧૧

[૨]

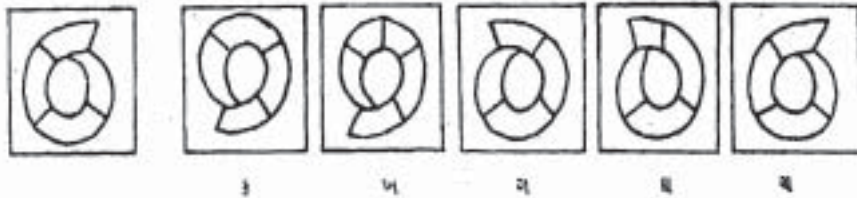
૫. નીચેની આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિ બીજી બધી આકૃતિઓથી જુદી પડે છે ?



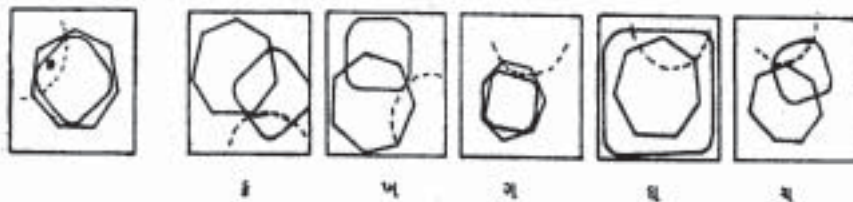
૬. નીચેની પ્રથમ ચાર આકૃતિઓ જે ક્રમમાં છે, તે ક્રમ પ્રમાણે પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?



૭. નીચેની પ્રથમ આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા (અરીસામાં દેખાતું પ્રતિબિંબ) કઈ આકૃતિ હશે ? (દર્પણમાં ડાબાજમણી ઊલટાસુલટી થાય)



૮. નીચેની પ્રથમ આકૃતિમાં જે ટપકું આવેલું છે તે અમુક શરત દર્શાવે છે. (ટપકું બંને આકૃતિમાં પડે છે અને ચાપની અંદરના ભાગમાં છે.) સામે આપેલી આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિમાં એ શરત બરાબર પાળી શકાશે ? (એટલે કે ટપકું બંને આકૃતિઓમાં પડે અને ચાપની અંદરના ભાગમાં પડે.)



[૩]

અસિંધી કસોટી શરૂ થાય છે. તમારા ઉત્તરો માત્ર ઉત્તરપત્રમાં ક, ખ, ગ, ઘ, કે ચ આસપાસ ગોળ ફુંકાવું દોરી દર્શાવો. કસોટી-પુસ્તિકામાં કઈ પણ લખશો નહિ કે નિશાની કરશો નહિ.

૯. નીચેનામાંથી કોણ બીજા બધાથી જુદા પડે છે ?

- (ક) બેંક મેનેજર (ખ) ડોક્ટર (ગ) એન્જિનિયર (ઘ) વકીલ (ચ) વિદ્યાર્થી

૧૦. બિહાર અને પટણા વચ્ચે જેવો સંબંધ છે, તેવો જ સંબંધ ગુજરાત અને કોની વચ્ચે હશે ?

બિહાર : પટણા : : ગુજરાત : (?)

- (ક) અમદાવાદ (ખ) સુરત (ગ) મુંબઈ (ઘ) ગાંધીનગર (ચ) વડોદરા

૧૧. પોસ્ટ નાંખવાના ડબ્બાનો રંગ લાલ કેમ હોય છે ?

- (ક) લાલ રંગ શુક્રનિયાળ હોય છે.
 (ખ) તેનાથી પોસ્ટબોક્સ દૂરથી પણ ઓળખાઈ જાય છે.
 (ગ) લાલ રંગ સસ્તો હોય છે, જેથી સરકારને ઓછો ખર્ચ થાય છે.
 (ઘ) પોસ્ટ ઓફિસનું બોર્ડ પણ લાલ રંગનું હોય છે એટલે પોસ્ટબોક્સ પણ લાલ રંગનો હોય.
 (ચ) લાલ રંગ લોકોને ગમે છે.

૧૨. નીચેના ક્રમમાં ખાલી જગ્યાઓમાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

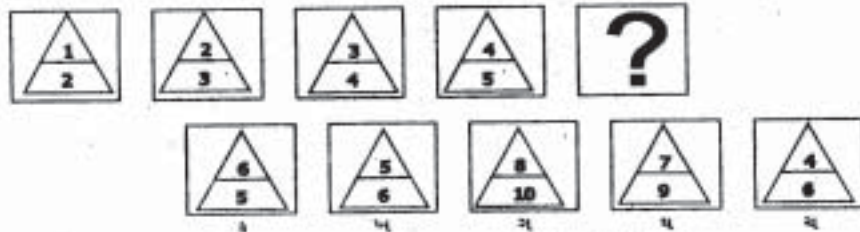
૨, ૪, ૮, _____, _____, ૬૪, ૧૨૮

- (ક) ૧૬, ૩૨ (ખ) ૧૨, ૧૯ (ગ) ૧૪, ૨૨ (ઘ) ૧૯, ૩૦ (ચ) ૧૦, ૨૦

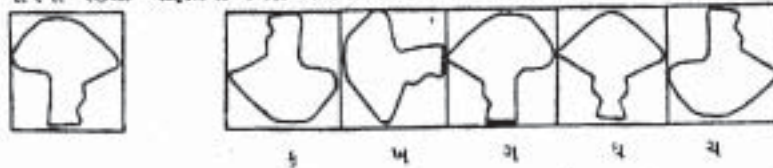
૧૩. નીચેનાં ચિત્રોમાંથી કયું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?



૧૪. નીચેની પહેલી ચાર આકૃતિઓના ક્રમમાં પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?

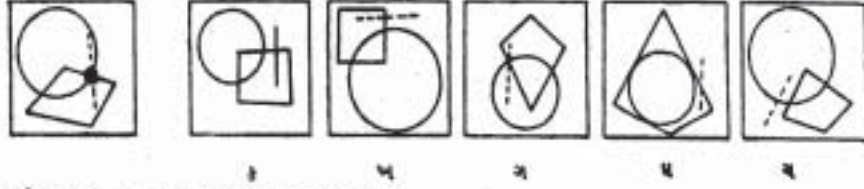


૧૫. નીચેની પહેલી આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ હશે ?



[૪]

૧૯. નીચેની પહેલી આકૃતિમાં ટપકા દ્વારા જે શરત મુકેલી છે તે સામે આપેલી કઈ આકૃતિમાં બરાબર પાળી શકાશે ?



૧૭. નીચેનામાંથી કયું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

(ક) મોસંબી (ખ) સફરજન (ગ) જામકળ (ઘ) ચીકુ (ચ) તડબૂચ

૧૮. માળી અને બગીચો વચ્ચે જેવો સંબંધ છે તેવો જ સંબંધ ખેડૂત અને કોની વચ્ચે હશે ?

માળી : બગીચો :: ખેડૂત : (?)

(ક) પાક (ખ) ખેતી (ગ) ઝાડ (ઘ) સિંચાઈ (ચ) ખેતર

૧૯. કાળી ભેંસ સફેદ રંગનું દૂધ આપે છે; તો કાળા રંગનું ઘેટું કેવું ઊંન આપતું હશે ?

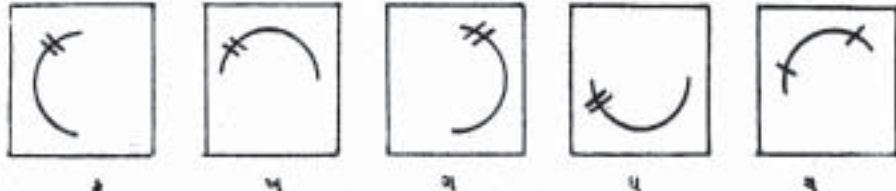
(ક) કાળા રંગનું (ખ) સફેદ રંગનું (ગ) કાબરચીતરા રંગનું
(ઘ) દૂધ અને ઊંનને કઈ સંબંધ નથી (ચ) કહી શકાય નહિ

૨૦. નીચેના ક્રમમાં ખાલી જગ્યાઓમાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

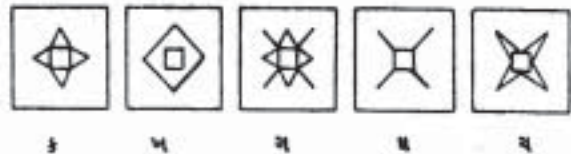
૧૧, ૧૬, ૨૨, ૨૯, _____, _____

(ક) ૩૨, ૩૬ (ખ) ૩૪, ૩૮ (ગ) ૩૬, ૩૯ (ઘ) ૩૭, ૪૫ (ચ) ૩૭, ૪૬

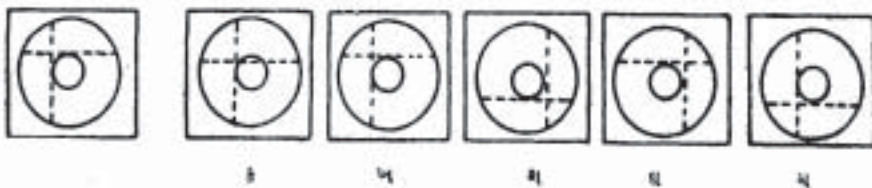
૨૧. નીચેનાં ચિત્રોમાંથી કયું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?



૨૨. નીચેની પહેલી ચાર આકૃતિઓના ક્રમમાં પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?

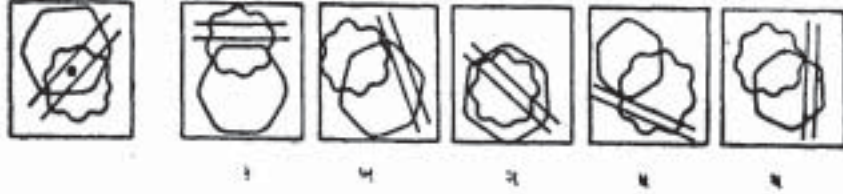


૨૩. નીચેની પહેલી આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ હશે ?



[૫]

૨૪. નીચેની પહેલી આકૃતિમાં ટપકા દ્વારા જે શરત દર્શાવેલી છે, તે સામે આપેલી કઈ આકૃતિમાં બરાબર પાળી શકાશે ?



૨૫. નીચેનામાંથી શું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

(ક) સીતાફળ (ખ) જામફળ (ગ) કેળાં (ઘ) સફરજન (ચ) ચીકું

૨૬. ચીન અને જાપાન વચ્ચે જેવો સંબંધ છે, તેવો જ સંબંધ કયા દેશની અને જર્મનીની વચ્ચે હશે ?

ચીન : જાપાન :: (?) : જર્મની

(ક) ફ્રાન્સ (ખ) ક્યુબા (ગ) ઈરાક (ઘ) કેનેડા (ચ) ઈંગ્લેન્ડ

૨૭. પાંચ છોકરીઓ ફોટો પડાવવા એક હારમાં બેઠી. પ્રેમાની બાજુમાં સીમા બેઠી, પણ ટીના પ્રેમાની બાજુમાં નહોતી બેઠી. રીના એક છેડા પર બેઠી હતી અને તેની બાજુમાં કૃતિ બેઠી હતી. જો પ્રેમા વચ્ચોવચ બેઠી હોય તો બીજા છેડા પર કોણ બેઠી હશે ?

(ક) ટીના (ખ) કૃતિ (ગ) સીમા (ઘ) પ્રેમા (ચ) રીના

૨૮. નીચેની ચાર સંખ્યાઓના ક્રમમાં ખાલી જગ્યામાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

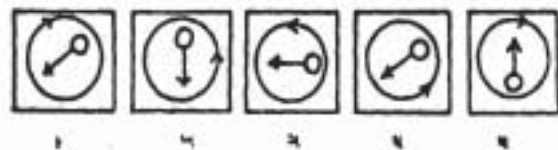
૨, ૫, ૯, ૧૪, _____, _____

(ક) ૧૮, ૨૨ (ખ) ૧૯, ૨૪ (ગ) ૨૦, ૨૫ (ઘ) ૨૦, ૨૬ (ચ) ૨૦, ૨૭

૨૯. નીચેનામાંથી કયો અક્ષર બીજા બધા અક્ષરોથી જુદો પડે છે ?

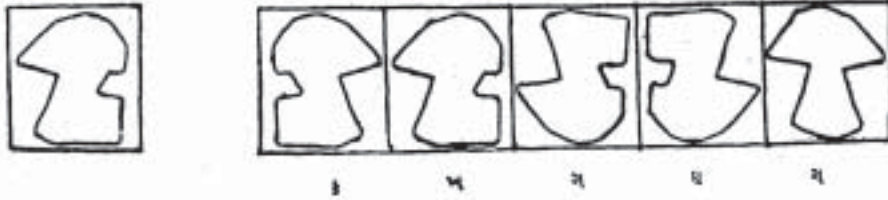


૩૦. નીચેનાં પ્રથમ ચાર ચિત્રોના ક્રમમાં પાંચમું ચિત્ર કયું આવશે ?

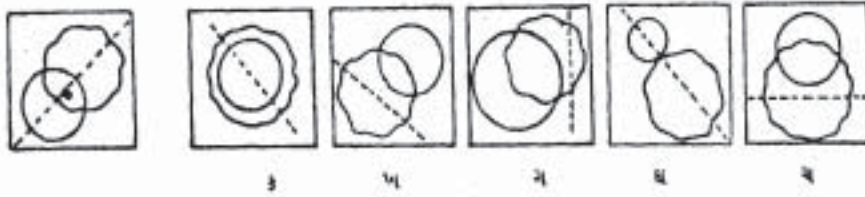


[૯]

૩૧. નીચેની પહેલી આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા કઈ આકૃતિ હશે ?



૩૨. નીચેની પહેલી આકૃતિમાં ટપકા વડે જે શરત દર્શાવેલી છે તે સામે આપેલી કઈ આકૃતિમાં બરાબર પાળી શકાશે ?



૩૩. નીચેનામાંથી કયું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

(ક) ઘર (ખ) બંગલો (ગ) ધર્મશાળા (ઘ) હવેલી (ચ) ઝૂંપડું

૩૪. સોનું અને સોની વચ્ચે જેવો સંબંધ છે તેવો જ સંબંધ કોની અને લુહાર વચ્ચે હશે ?

સોનું : સોની :: (?) : લુહાર

(ક) કોલસા (ખ) ધમણ (ગ) લુહારણ (ઘ) હથોડો (ચ) લોખંડ

૩૫. દુકાન ચોકી કરતા એક ચોકીદારે સવારમાં જઈ શેઠને કહ્યું કે "શેઠસાહેબ, રાત્રે મને એવું સ્વપ્ન આવ્યું કે તમારી દુકાનની પાછળ એક પનનો ચરુ દાટેલો છે." એ સાંભળી શેઠે ચોકીદારને નોકરીમાંથી કાઢી મૂક્યો, કેમ કે.....

(ક) ચોકીદાર પનના ચરુમાંથી ભાગ માંગે.

(ખ) સ્વપ્નમાં સાચાં પડતાં નથી, અને ખોટવાનો નકામો ખર્ચ થાય.

(ગ) ચોકીદારથી છુપી રીતે શેઠને ચરુ શોધવો હશે.

(ઘ) ચોકીદારે પોતાની ફરજ બરાબર બજાવી ન હતી.

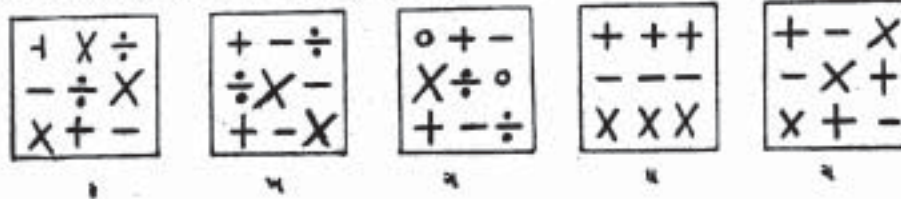
(ચ) ચોકીદાર શેઠ સાથે વાત કરે તે શેઠને ગમતું ન હતું.

૩૬. નીચેની સંખ્યાઓના ક્રમ પ્રમાણે ખાલી જગ્યાઓમાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

૧૨, ૧૫, ૧૯, _____, ૩૦, _____

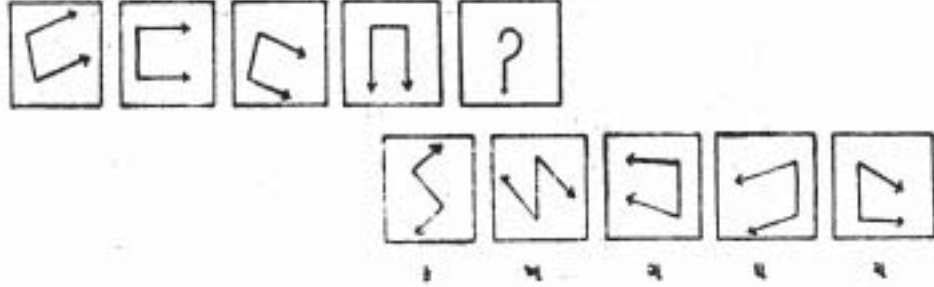
(ક) ૨૦, ૩૨ (ખ) ૨૪, ૩૭ (ગ) ૨૨, ૩૪ (ઘ) ૨૮, ૪૦ (ચ) ૨૦, ૩૨

૩૭. નીચેનામાંથી કયું ચિત્ર બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

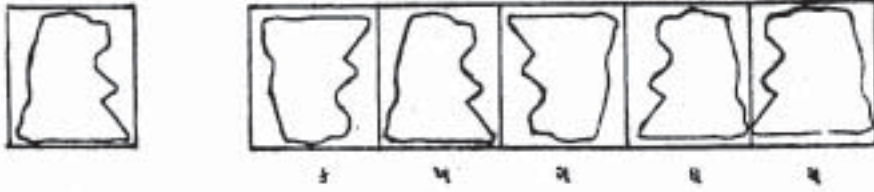


[૭]

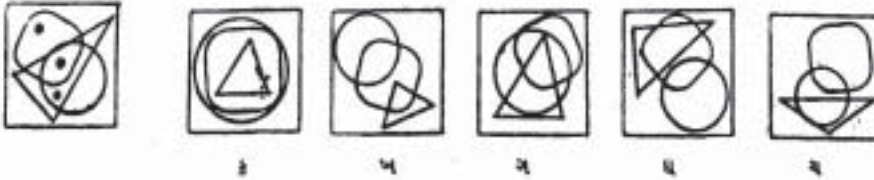
૩૮. નીચેની ચાર આકૃતિઓના ક્રમમાં પાંચમી કઈ આકૃતિ આવશે ?



૩૯. નીચેની પ્રથમ આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા સામેની કઈ આકૃતિ હશે ?



૪૦. નીચે પહેલી આકૃતિમાં ત્રણ ટપકાંઓથી અમુક શરતો દર્શાવેલી છે; તે શરતો સામેની કઈ આકૃતિમાં બરાબર પાળી શકાશે ?



૪૧. નીચેનામાંથી કું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

(ક) છાપું (ખ) નવલકથા (ગ) રેડિયો (ઘ) ટેલીવિઝન (ચ) સમાચાર-સાપ્તાહિક

૪૨. દરજી અને કાપડ વચ્ચે જેવો સંબંધ છે તેવો જ સંબંધ સુધાર અને કોની વચ્ચે હશે ?

(ક) વાંસલો (ખ) રંધો (ગ) લાકડું (ઘ) બારી (ચ) સુધારણ

૪૩. પાંચ વર્ષ પહેલાં મયંક સોરાબ કરતાં ૬ વર્ષે નાનો હતો. તો ૧૪ વર્ષ પછી તે બંનેની ઉંમરમાં શો તફાવત પડશે ?

(ક) ૮ વર્ષનો (ખ) ૧૬ વર્ષનો (ગ) ૯ વર્ષનો (ઘ) ૨૦ વર્ષનો (ચ) ૬ વર્ષનો

૪૪. નીચેની સંખ્યાઓના ક્રમ પ્રમાણે પાલી જગ્યામાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

૬૦, ૫૬, ૫૦, ૪૨, _____, _____

(ક) ૩૬, ૩૦ (ખ) ૩૪, ૨૮ (ગ) ૪૦, ૩૨ (ઘ) ૩૨, ૨૪ (ચ) ૩૨, ૨૦

[૮]

૪૫. નીચેનાંમાંથી કયું ચિત્ર બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?



ક



ખ



ગ

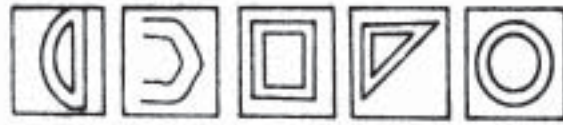


ઘ



ચ

૪૬. નીચેની ચાર આકૃતિઓના ક્રમ પ્રમાણે પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?



ક

ખ

ગ

ઘ

ચ

૪૭. નીચેની પ્રથમ આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા સામેની કઈ આકૃતિ હશે ?



ક

ખ

ગ

ઘ

ચ

૪૮. નીચેની પહેલી આકૃતિમાં બે ટપકાંઓ વડે અમુક શરતો દર્શાવેલી છે; તે શરતો સામેની કઈ આકૃતિ બરાબર પાળી શકશે ?



ક



ખ



ગ



ઘ



ચ

૪૯. નીચેનાંમાંથી શું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

(ક) સવાર

(ખ) બપોર

(ગ) સાંજ

(ઘ) દિવસ

(ચ) મળરકું

૫૦. ઘડિયાળ અને સમય વચ્ચે જેવો સંબંધ છે, તેવો જ સંબંધ ઘરમોમીટર અને શાના વચ્ચે હશે ?

ઘડિયાળ : સમય : : ઘરમોમીટર : (?)

(ક) કેલેરી

(ખ) ઉષ્ણતામાન

(ગ) તાવ

(ઘ) ડોક્ટર

(ચ) કાચ

૫૧. બાદલની ઉંમર અરુણની ઉંમરથી બમણી છે, પણ ફરામરોજની ઉંમરથી અડધી છે. કરણની ઉંમર અરુણની ઉંમરથી અડધી છે, પણ દાઉદની ઉંમરથી બમણી છે. નીચેનાં જોડકાંમાંથી કયા જોડકામાં સૌથી મોટો અને સૌથી નાનો માણસ હશે ?

(ક) બાદલ અને દાઉદ

(ઘ) ફરામરોજ અને કરણ

(ખ) ફરામરોજ અને અરુણ

(ચ) બાદલ અને કરણ

(ગ) ફરામરોજ અને દાઉદ

[૯]

૫૨. નીચેની સંખ્યાઓના ક્રમ પ્રમાણે ખાલી જગ્યાઓમાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

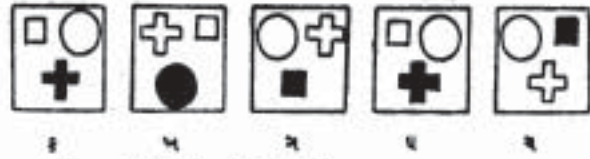
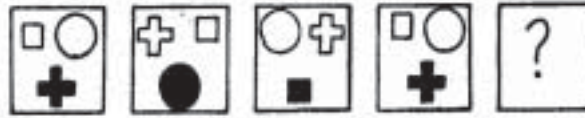
૧, ૨, ૪, ૭, _____, _____

(ક) ૧૬, ૩૨ (ખ) ૩૨, ૬૪ (ગ) ૧૬, ૨૪ (ઘ) ૧૧, ૧૬ (ચ) ૧૩, ૧૯

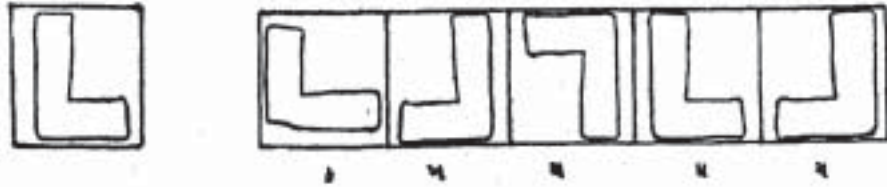
૫૩ નીચેની આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિ બીજી બધી આકૃતિઓથી જુદી પડે છે ?



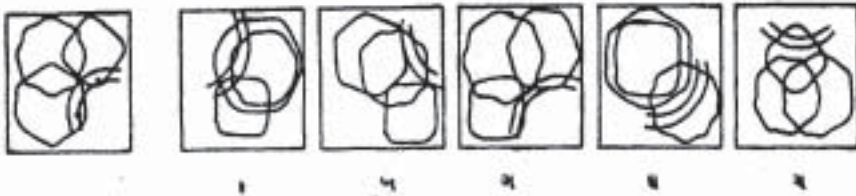
૫૪. નીચેની પહેલી ચાર આકૃતિઓના ક્રમ પ્રમાણે પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?



૫૫. નીચેની પહેલી આકૃતિની દર્શક પ્રતિમા સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ ઠીક છે ?



૫૬. નીચેની પહેલી આકૃતિમાં બે ટપકાંઓ વડે જે શરતો દર્શાવવામાં આવી છે તે શરતો સામે આપેલી આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિમાં બરાબર પાળી શકાશે ?



૫૭. નીચેની નદીઓમાંથી કઈ બીજી બધી નદીઓથી કોઈક બાબતમાં જુદી પડે છે ?

(ક) નર્મદા (ખ) તાપી (ગ) સાબરમતી (ઘ) ગંગા (ચ) પૂર્ણા

૫૮. ગુજરાત અને નર્મદા વચ્ચે જેવો સંબંધ છે તેવો જ સંબંધ ઉત્તરપ્રદેશ અને કોની વચ્ચે હશે ?

ગુજરાત : નર્મદા :: ઉત્તરપ્રદેશ : (?)

(ક) જમુના (ખ) ગોદાવરી (ગ) બ્રહ્મપુત્રા (ઘ) ગંગા (ચ) કૃષ્ણા

[૧૦]

૫૯. એક સરકારી વસાહતમાં એક હારમાં છ માણસોનાં ઘર આવેલાં છે. બહેરામના પડોશમાં ફિરોઝખાન અને દોલતસિંહ રહે છે. ઈબ્રાહીમના પડોશમાં અવિનાશ અને કાવસજી રહે છે. અવિનાશ ફિરોઝખાન કે દોલતસિંહના પડોશમાં રહેતો નથી, અને કાવસજી પણ દોલતસિંહની પડોશમાં રહેતો નથી. તો બે છોડ પર કોણ કોણ રહેતા હશે ?

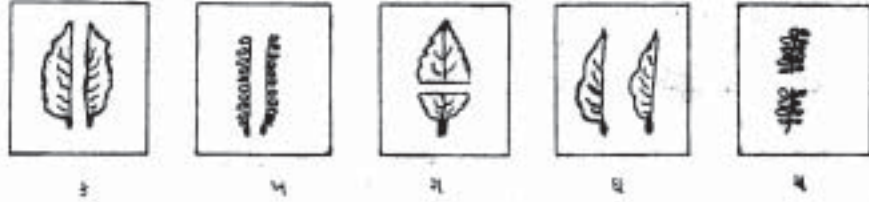
- (ક) બહેરામ અને ઈબ્રાહીમ (ગ) અવિનાશ અને ફિરોઝખાન (ચ) અવિનાશ અને દોલતસિંહ
(ખ) બહેરામ અને દોલતસિંહ (ઘ) અવિનાશ અને બહેરામ

૬૦. નીચેની સંખ્યાઓના ક્રમ પ્રમાણે ખાલી જગ્યાઓમાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

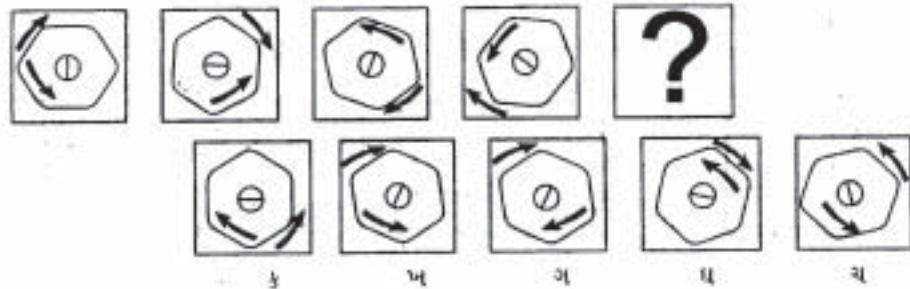
૩૦, ૨૨, ૧૫, ૯, _____, _____

- (ક) ૪, ૧ (ખ) ૪, ૦ (ગ) ૫, ૧ (ઘ) ૫, ૦ (ચ) ૬, ૩

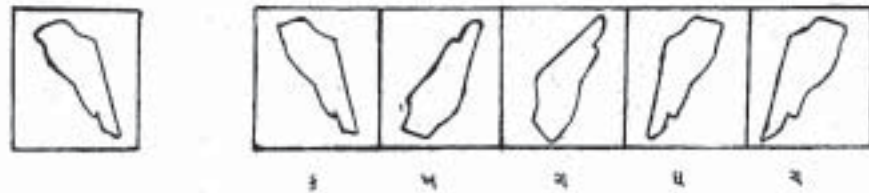
૬૧. નીચેનાં ચિત્રોમાંથી કયું ચિત્ર બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?



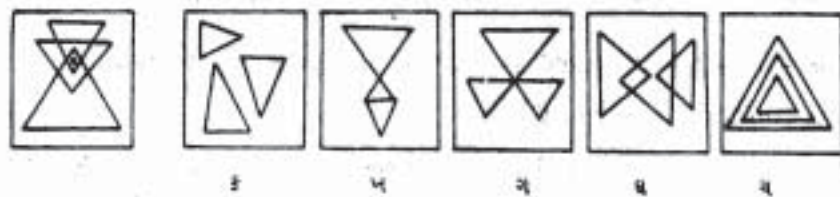
૬૨. નીચેની ચાર આકૃતિઓના ક્રમમાં પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?



૬૩. નીચેની પહેલી આકૃતિનું દર્પણચિત્ર સામેની કઈ આકૃતિ હશે ?



૬૪. નીચેની પ્રથમ આકૃતિમાં ટપકા વડે જે શરત દર્શાવી છે તે શરત સામેની કઈ આકૃતિમાં બરાબર પાળી શકાશે ?



[૧૧]

૬૫. નીચેનામાંથી શું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

(ક) પિત્તળ (ખ) તાંબું (ગ) ચાંદી (ઘ) લોખંડ (ચ) સોનું

૬૬. રંધો અને સુધાર વચ્ચે જેવો સંબંધ છે, તેવો જ સંબંધ કોના અને દરજી વચ્ચે હશે ?

રંધો : સુધાર :: (?) : દરજી

(ક) માપ (ખ) બટન (ગ) કાપડ (ઘ) સિલાઈ (ચ) સોય

૬૭. એક કિલોગ્રામ લાકડું અને એક કિલોગ્રામ લોખંડમાંથી કોણ વધારે વજન ધરાવે છે ?

(ક) બંને સરખાં

(ખ) લાકડું

(ગ) લોખંડ

(ઘ) કહી શકાય નહિ.

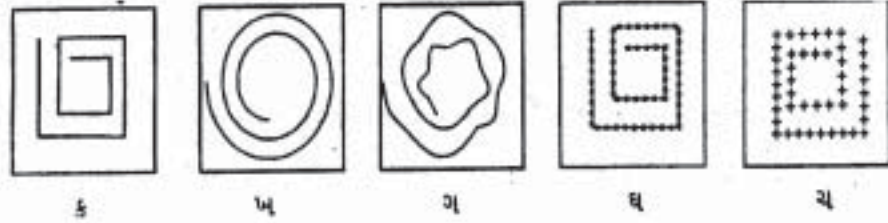
(ચ) લોખંડ કે લાકડું કિલોગ્રામમાં મપાય નહિ.

૬૮. નીચેની ચાર સંખ્યાઓના ક્રમ પ્રમાણે પાલી જન્માઓમાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

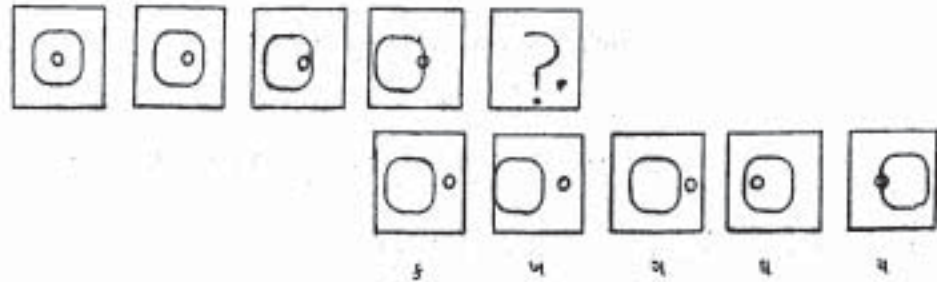
૬, ૯, ૧૪, ૨૧, _____, _____

(ક) ૨૮, ૩૫ (ખ) ૩૦, ૪૨ (ગ) ૩૦, ૪૧ (ઘ) ૩૧, ૪૧ (ચ) ૩૦, ૪૦

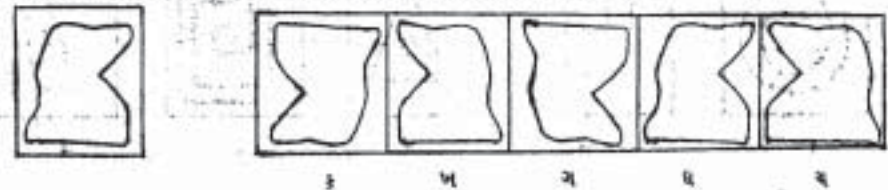
૬૯. નીચેની આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિ બીજી બધી આકૃતિઓથી જુદી પડે છે ?



૭૦. નીચેની ચાર આકૃતિઓના ક્રમ પ્રમાણે પાંચમી આકૃતિ કઈ હશે ?

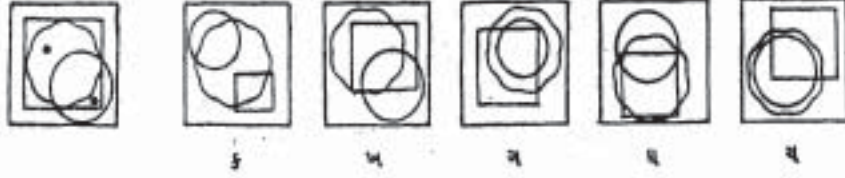


૭૧. નીચેની પ્રથમ આકૃતિની દર્શણ પ્રતિમા સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ હશે ?



[૧૨]

૭૨. નીચેની પ્રથમ આકૃતિમાં બે ટપકાં વડે જે શરતો દર્શાવવામાં આવી છે, તે શરતો સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિમાં ખરાબર પાળી શકાશે ?



૭૩. નીચેનાં વાકિત્રોમાંથી કયું બીજાં બધાંથી જુદું પડે છે ?

(ક) તંબૂર (ખ) વાંસળી (ગ) સિતાર (ઘ) વીણા (ચ) સરોદ

૭૪. દિવસ અને રાત્રિ વચ્ચે જેવો સંબંધ છે, તેવો જ સંબંધ ઉષા અને કોની વચ્ચે હશે ?

દિવસ : રાત્રિ :: ઉષા : (?)

(ક) સંધ્યા (ખ) નિશા (ગ) પ્રભાત (ઘ) લાલાશ (ચ) પ્રકાશ

૭૫. એક માણસને રસ્તેથી એક જૂનો સિક્કો જણ્યો, જેના ઉપર સાલ કોતરેલી હતી : "ઈ.સ. પૂર્વે ૨૭૫". આ સિક્કો કેવો હશે ?

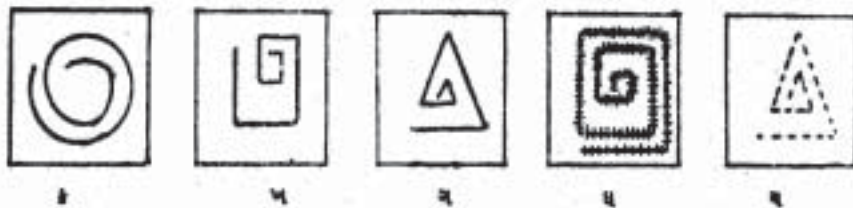
- (ક) બહુ જૂના સમયનો હશે.
 (ખ) સાચો હશે.
 (ગ) ઈ.સ.પૂર્વે ૨૭૫ના વર્ષમાં જે રાજા રાજ્ય કરતો હશે તેનો હશે.
 (ઘ) સોનાનો હશે.
 (ચ) બનાવટી હશે.

૭૬. નીચેની સંખ્યાઓના ક્રમમાં ખાલી જગ્યાઓમાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

૨૦, ૧૮, ૧૭, ૧૫, _____, _____, ૧૧

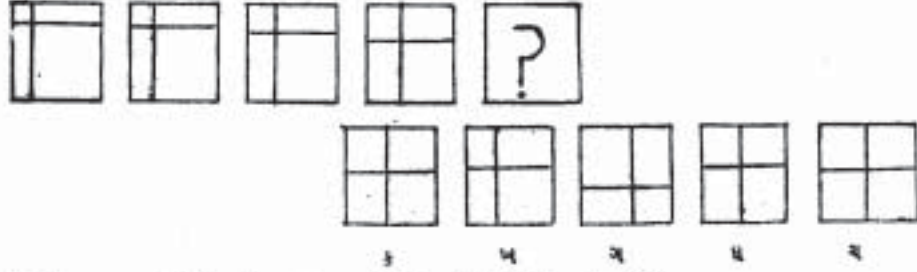
(ક) ૧૩, ૧૨ (ખ) ૧૪, ૧૧ (ગ) ૧૪, ૧૩ (ઘ) ૧૩, ૧૧ (ચ) ૧૪, ૧૨

૭૭. નીચેની આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિ બીજાં બધીથી જુદી પડે છે ?

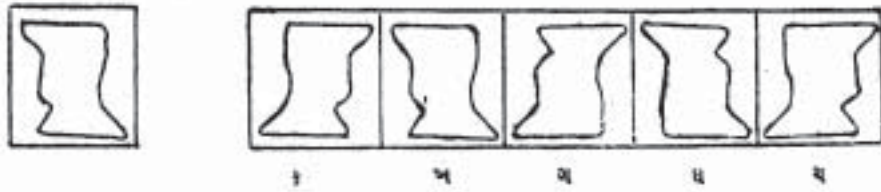


[૧૩]

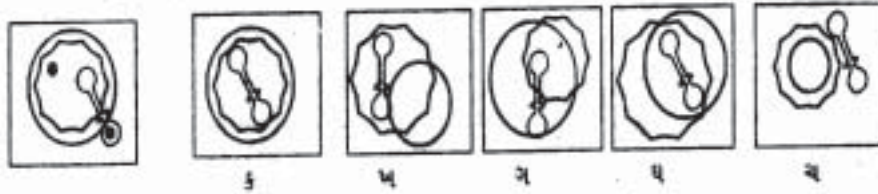
૭૮. નીચેની પ્રથમ ચાર આકૃતિઓના ક્રમમાં પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?



૭૯. નીચેની પ્રથમ આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ હશે ?



૮૦. નીચેની પ્રથમ આકૃતિમાં બે ટપકાંઓ દ્વારા જે શરતો દર્શાવી છે, તે શરતો સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિમાં બરાબર રીતે પાળી શકાશે ?



૮૧. નીચેના પ્રાણીઓમાંથી કયું પ્રાણી બીજાં બપોથી જુદું પડે છે ?

(ક) વાઘ (ખ) દીપડો (ગ) સિંહ (ઘ) ઝરખ (ચ) શિયાળ

૮૨. પાણી અને કેરોસીન વચ્ચે જેવો સંબંધ છે, તેવો જ સંબંધ કોની અને કોલસા વચ્ચે હશે ?

પાણી : કેરોસીન : : (?) : કોલસો

(ક) કાળો (ખ) ભઠ્ઠી (ગ) બરફ (ઘ) ખાણ (ચ) સગડી

૮૩. બધા ભિખારી ગરીબ હોય છે.

આ વિધાન પરથી નીચેનું કયું વિધાન કલિત થાય છે ?

- (ક) જે લોકો ગરીબ હોય છે તે ભિખારી હોય છે.
 (ખ) કનક પેસાદાર પણ નથી અને ભિખારી પણ નથી.
 (ગ) જો કનક ભિખારી હશે તો તે ગરીબ હશે.
 (ઘ) જે માત્રસ ગરીબ નહિ હોય તે ભિખારી પણ હોઈ શકે.
 (ચ) બધા ગરીબ લોકો ભિખારી હોતા નથી.

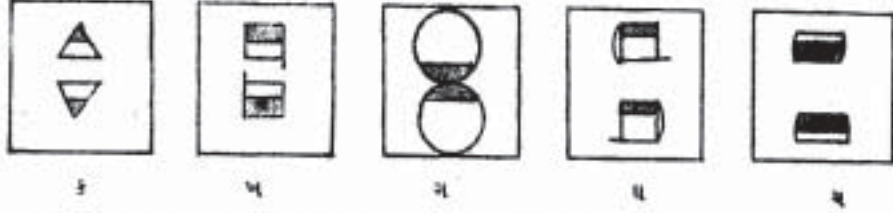
[૧૪]

૮૪. નીચેની સંખ્યાઓના ક્રમમાં ખાલી જગ્યામાં કઈ સંખ્યાઓ આવશે ?

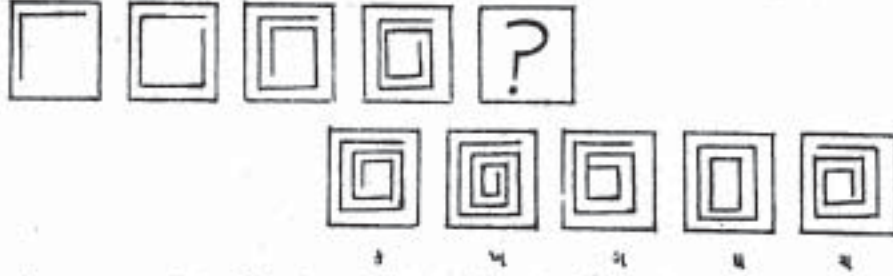
૬૦, ૫૦, _____, ૩૬, _____, ૩૦

(ક) ૪૨, ૩૨ (ખ) ૪૪, ૩૪ (ગ) ૪૦, ૨૬ (ઘ) ૪૨, ૨૮ (ચ) ૪૦, ૨૦

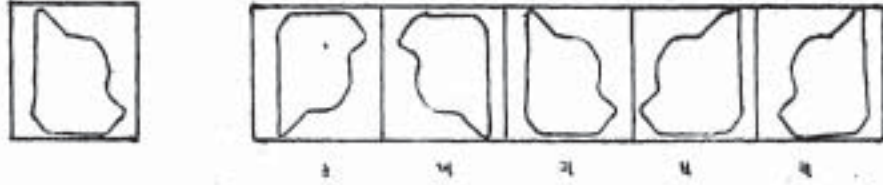
૮૫. નીચેની આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિ બીજી અપીચી જુદી પડે છે ?



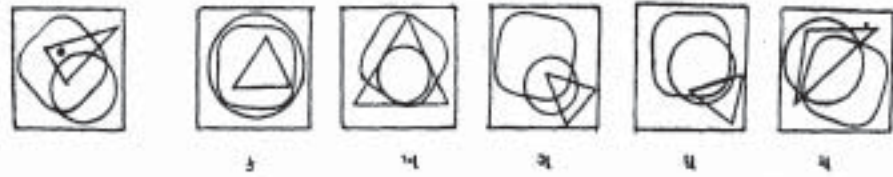
૮૬. નીચેની પહેલી ચાર આકૃતિઓના ક્રમ પ્રમાણે પાંચમી આકૃતિ કઈ આવશે ?



૮૭. નીચેની પ્રથમ આકૃતિની દર્પણ પ્રતિમા સામેની આકૃતિઓમાંથી કઈ ઠીક છે ?



૮૮. નીચેની પ્રથમ આકૃતિમાં ટપકા દ્વારા દે શરૂત દર્શાવાઈ છે તે સામે આપેલી આકૃતિઓમાંથી કઈ આકૃતિમાં અરાખર પાળી શકાશે ?



કોપીરાઈટ

આ પુસ્તિકામાંની વસ્તુ કોપીરાઈટના કાયદા અનુસાર સુરક્ષિત રાખવામાં આવી છે. આ પુસ્તિકાને છપાવવી, સાર્વજનિકતાઈલ કે ડુપ્લીકેટ કરી તેની નકલ કાઢવી, વગેરે કોપીરાઈટનો ભંગ લેખાશે. એમાંની વસ્તુનો બીજો ઉપયોગ કરવા કે તેનું ભાષાંતર કરવા પરવાનગી લેવી આવશ્યક છે.

• • •

અનુપૂર્તિ - ૩

દેસાઈ શાબ્દિક - અશાબ્દિક સમૂહ બુદ્ધિ કસોટીનું ઉત્તરપત્ર

નામ _____

શાળાનું નામ _____ જોરણ _____

જન્મતારીખ _____ ઉંમર _____ વર્ષ _____ માસ _____

જનરલ રજિસ્ટર _____

સૂચના

દરેક પ્રશ્નનો ઉત્તર યોગ્ય અક્ષર (ક, ખ, ગ વગેરે) આસપાસ ફૂંટવું કરી દર્શાવવાનો છે. ખોટી જગ્યાએ ફૂંટવું થઈ જાય તો તેના ઉપર ચોકડી કરી ફરીથી યોગ્ય જગ્યાએ ફૂંટવું કરવું.

કોવામાં આવે નહિ ત્યાં સુધી કસોટી પુસ્તિકા ખોલવી નહિ.

જ્યારે 'સરૂ કરો' એમ કોવામાં આવે ત્યારે જ કામ સરૂ કરવું.

કસોટી સરૂ થયા પછી કઈ પણ જુઓ નહિ. પુસ્તિકામાં મહાવરા કસોટીમાં ભૂલું સમજાવેલું છે તે જરૂર લાગે તો ફરીથી જોઈ લેવું.

પ્રશ્નોના જવાબ અને તેટલી ઝડપથી આપવા.

જે પ્રશ્ન ન આવે તેને છોડી દઈ આગળ ચાલવું.

કાનું કામ આ ઉત્તરપત્રના કોરા ભાગમાં કરી શકો છો.

જ્યારે 'અંધ કરો' એમ કોવામાં આવે ત્યારે તરત જ કામ અંધ કરી લેન - રેન્સિલ મૂલી દેવાં.

મહાવરા કસોટી

કસોટીના ઉત્તર અર્થીથી સરૂ કરો

૧	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૦	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૯	ક ખ ગ ઘ ઙ
૨	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૧	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૦	ક ખ ગ ઘ ઙ
૩	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૨	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૧	ક ખ ગ ઘ ઙ
૪	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૩	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૨	ક ખ ગ ઘ ઙ
૫	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૪	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૩	ક ખ ગ ઘ ઙ
૬	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૫	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૪	ક ખ ગ ઘ ઙ
૭	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૬	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૫	ક ખ ગ ઘ ઙ
૮	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૭	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૬	ક ખ ગ ઘ ઙ
૯	ક ખ ગ ઘ ઙ	૧૮	ક ખ ગ ઘ ઙ	૨૭	ક ખ ગ ઘ ઙ

(પાનું ફેરવો)

૨૮	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૪૯	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૦	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૨૯	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૦	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૧	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૦	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૧	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૨	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૧	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૨	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૩	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૨	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૩	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૪	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૩	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૪	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૫	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૪	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૫	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૬	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૫	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૬	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૭	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૬	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૭	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૮	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૭	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૮	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૭૯	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૮	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૫૯	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૦	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૩૯	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૦	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૧	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૦	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૧	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૨	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૧	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૨	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૩	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૨	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૩	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૪	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૩	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૪	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૫	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૪	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૫	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૬	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૫	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૬	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૭	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૬	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૭	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૮૮	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ
૪૭	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૮	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	અચ્છ :	_____				
૪૮	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	૬૯	ક	ખ	ગ	ઘ	ઙ	બુદ્ધિમતિ :	_____				

અનુપૂર્તિ - ૪

**સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ કાર્યક્રમોના પ્રાથમિક સ્વરૂપની તજજ્ઞીય સમીક્ષા માટે
પસંદ કરેલ તજજ્ઞોની માહિતી**

તજજ્ઞનું નામ	હોદ્દો અને સંસ્થા
ડૉ. એચ. ઓ. જોષી	પ્રોફેસર અને અધ્યક્ષ શિક્ષણશાસ્ત્રભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ
ડૉ. સી. કે. ભોગાયતા	નિવૃત્ત પ્રોફેસર અને અધ્યક્ષ શિક્ષણશાસ્ત્રભવન, ભાવનગર યુનિવર્સિટી, ભાવનગર
ડૉ. એન. એસ. દોંગા	નિવૃત્ત પ્રોફેસર શિક્ષણશાસ્ત્રભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ
ડૉ. એ. ડી. અંબાસણા	એસોસીએટ પ્રોફેસર શિક્ષણશાસ્ત્રભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ
ડૉ. પલ્લવીબેન પટેલ	પ્રોફેસર શિક્ષણશાસ્ત્રભવન, એસ.પી.યુનિવર્સિટી, વી.વી. નગર
ડૉ. એમ. એસ. મોલિયા	આસીસ્ટન્ટ પ્રોફેસર શિક્ષણશાસ્ત્રભવન, સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ
ડૉ. મનસુખભાઈ નંદાણી	પ્રોફેસર એમ.એમ. શાહ કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન, વઢવાણ
ડૉ. હંસાબેન શાહ	પ્રોફેસર મૈત્રી વિદ્યાપીઠ સંચાલિત મહિલા બી.એડ્. કોલેજ, સુ.નગર
ડૉ. એમ. એમ. હીરપરા	પ્રોફેસર દરબાર ગોપાલદાસ શિક્ષણ મહાવિદ્યાલય, અલીયાબાડા
ડૉ. પારુલબેન દવે	વ્યાખ્યાતા ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓ. યુનિવર્સિટી (શિક્ષણ વિભાગ) અમદાવાદ.

અનુપૂર્તિ - ૫
સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની તજજ્ઞીય સમીક્ષા માટે તજજ્ઞોને આપેલ પત્ર

**સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની
અસરકારકતાનો અભ્યાસ**

• માર્ગદર્શક •
ડૉ. એન. એસ. દોંગા
નિવૃત્ત પ્રોફેસર, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન
સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી-રાજકોટ

• સંશોધક •
ચેતરિયા માલદે આર.
એમ.કોમ., એમ.એડ્.

આદરણીય શ્રી,

સવિનય સાથે જણાવવાનું કે હું સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટીના શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવનમાં ડૉ.એન.એસ.દોંગા સાહેબના માર્ગદર્શન હેઠળ પીએચ.ડી. કરી રહ્યો છું. પીએચ.ડી. મહાનિબંધ માટે મારે "સાંવેગિક બુદ્ધિવિકાસ મોડલ"ની રચના કરી તેની અસરકારકતાનો અભ્યાસ ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં કરવાનો છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની રચના માટે મેં ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ આધારિત વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે અધ્યાપન યોજના તૈયાર કરેલ છે.

આ અધ્યાપન યોજનામાં પાત્ર સમક્ષ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાનો અર્થ અને મહત્ત્વ રજૂ કરી સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવશે. આ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં પાત્રએ પ્રતિચાર આપવાના છે. પાત્રના પ્રતિચારની નોંધ કરવા માટે સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથકકરણ પત્રક આપવામાં આવશે. આ અધ્યાપન યોજનાના કુલ દસ સોપાનો છે.

આ સાથે સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા માટેની અધ્યાપન યોજના, અધ્યાપન યોજનાના અમલ દરમિયાન કરવામાં આવતી પ્રવૃત્તિઓની ટૂંકમાં સમજૂતી, ગોલમેનના મોડલ આધારિત વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓની યાદી, પાત્રના પ્રતિચારની નોંધ કરવા માટે સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથકકરણ પત્રક, સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ માટેની અધ્યાપન યોજના અને સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતા-૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ માટે પાત્રએ પોતાના પ્રતિચારોની નોંધ કરેલ(અપેક્ષિત) સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથકકરણપત્રક સામેલ છે.

આ ક્ષેત્રના તજજ્ઞ તરીકે આપશ્રીને રચવામાં આવેલ અધ્યાપન યોજના, તેના સોપાનો, અધ્યયન-અધ્યાપન પ્રવૃત્તિઓ તથા વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિચારોની નોંધ માટેના સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથકકરણપત્રક અંગેના આપના અભિપ્રાય કે સૂચનો આપવા વિનંતી કરું છું.

ઉપરાંત આ સમગ્ર સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલ સંદર્ભમાં આપના વિશેષ મંતવ્યો પણ મારા સંશોધનકાર્ય માટે ખૂબ જ ઉપયોગી સાબિત થશે.

આપનો વિશ્વાસુ,
(ચેતરિયા માલદે આર.)

અનુપૂર્તિ - ૬
સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓ માટેની અધ્યાપન યોજના

ઘટક ૧ : સ્વ-જાગૃતિ	ક્ષમતા ૧.૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ	
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો અર્થ: "સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પોતાના સંવેગો અને તેનાં કારણો ઓળખી શકે છે, પોતાના સંવેગોની પોતાના વર્તન, વાણી અને વિચાર પર શી અસર થાય છે તે જાણી શકે છે અને પોતાના સંવેગોની પોતાની કાર્યક્ષમતા પર થતી અસર અંગે જાગૃત રહે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાયું છું. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : ૧. પોતાના સંવેગો તથા આ સંવેગોનાં કારણો જાણે છે. ૨. તે પોતાના સંવેગ અને પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન વચ્ચેના સંબંધથી માહિતગાર હોય છે. ૩. તે પોતાના સંવેગો પોતાની કાર્યક્ષમતા પર શી રીતે અસર કરે છે તે જાણે છે. • સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ધોરણ-૧૧ ના વિદ્યાર્થી છો. વર્ગ શિક્ષણ દરમિયાન તમે તમારા મિત્ર સાથે વાતો કરી રહ્યા છો. તમારા શિક્ષક તમને રિશેષના સમયમાં ઓફિસમાં બોલાવે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કયા સંવેગો અનુભવો?" "તમે આ સંવેગો અનુભવો તેનાં કારણો કયાં હોઈ શકે?" "તમારા સંવેગો સંબંધિત તમારા વર્તનમાં શો ફરક આવ્યો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃઅર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કયા સંવેગો અનુભવો ?" • "તમે આ સંવેગો અનુભવો તેનાં કારણો કયાં હોઈ શકે ?" • "તમારા સંવેગોને સંબંધિત તમારા વર્તનમાં શો ફરક આવ્યો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૧ : સ્વ-જાગૃતિ		ક્ષમતા ૧.૨ : ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ: ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન વ્યક્તિની એવા પ્રકારની ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા ઓળખી શકે છે, પોતાના સંદર્ભમાં અન્યના પ્રતિભાવ મેળવી શકે છે અને ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ કેળવી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. ચોક્કસ સ્વ મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. <p>ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> તે પોતાની ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓથી માહિતગાર હોય છે. તે ચિંતનાત્મક અને અનુભવોમાંથી શીખનાર હોય છે. તે સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે અન્યના પ્રતિભાવ મેળવે છે. <ul style="list-style-type: none"> ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળામાં અભ્યાસ કરો છો. તમે આપેલી એક કસાટીમાં ગાણિતિક વિષયમાં ૫૦ ટકા ગુણ મેળવ્યા છે. જ્યારે કલાના વિષયમાં ૮૦ ટકા ગુણ મેળવ્યા છે. તમારી સમક્ષ ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે ગાણિતિક કે કલાના ક્ષેત્રમાંથી પસંદગી કરવાની છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમારી ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓ કઈ છે?" "તમને આવી પસંદગી બાબતે કોઈ અનુભવ છે?" "તમે આ પસંદગી બાબતે અન્ય કોઈના શું પ્રતિભાવ મેળવ્યા?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો. " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • " તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " આ પરિસ્થિતિમાં તમારી ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓ કઈ છે ? " • " તમને આવી પસંદગી બાબતે કોઈ અનુભવ છે ? " • " તમે આ પસંદગી બાબતે અન્ય કોઈના શું પ્રતિભાવ મેળવ્યા ? " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " તમારી સમક્ષ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૧ : સ્વ-જાગૃતિ		ક્ષમતા ૧.૩ : આત્મવિશ્વાસ
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. આત્મવિશ્વાસનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને આત્મવિશ્વાસનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. <u>આત્મવિશ્વાસનો અર્થ</u> : "આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની શક્તિ અને કૌશલ્યો પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવી શકે છે, પોતાની જાતને અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂ કરી શકે છે અને નિર્ણયાત્મક બની શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ આત્મવિશ્વાસનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા આત્મવિશ્વાસનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. <u>આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા</u> : ૧. તે પોતાની શક્તિ અને કૌશલ્યો પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવી શકે છે. ૨. તે પોતાની જાતને ખૂબ જ દઢતાથી રજૂ કરી પોતાની હાજરીની અસર પહોંચાડે છે. ૩. તે નિર્ણયાત્મક હોય છે. અચોક્કસતા કે દબાણ હોવા છતાં સંગીન નિર્ણયો લેવા સક્ષમ હોય છે. આત્મવિશ્વાસની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા આત્મવિશ્વાસની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા આત્મવિશ્વાસનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ આત્મવિશ્વાસ વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. <u>સાંવેગિક પરિસ્થિતિ</u> : તમે એક કંપનીમાં કર્મચારી છો. તમારી કંપનીમાં તમે એક નવું કાર્ય કરવા માગો છો જે તમારી દષ્ટિએ કંપની માટે ફાયદાકારક છે. પરંતુ તમારા સહકર્મચારી તમારા આ કાર્ય સાથે સહમત નથી. તેને સ્થાને તે પોતાનું કાર્ય રજૂ કરે છે. તમે તમારા ઉપરી અધિકારી પાસે આ કાર્ય મંજૂર કરાવવા માગો છો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમારી ક્ષમતા પર તમે કેવી શ્રદ્ધા ધરાવો છો?" "તમે તમારા કાર્યને તમારા ઉપરી સમક્ષ કઈ રીતે રજૂ કરશો?" "તમારું કાર્ય પડતું મુકવા સહકર્મચારીના દબાણ વખતે તમે શું કરશો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃ અર્થ ઘટનને આધારે આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમારી ક્ષમતા પર તમે કેવી શ્રદ્ધા ધરાવો છો ?" • "તમે તમારા કાર્યને તમારા ઉપરી સમક્ષ કઈ રીતે રજૂ કરશો ?" • "તમારું કાર્ય પડતું મુકવા સહકર્મચારીના દબાણ વખતે તમે શું કરશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૨ : સ્વ-વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૨.૧ : સાંવેગિક નિયંત્રણ
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ : "સાંવેગિક નિયંત્રણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના નકારાત્મક સંવેગોનું યોગ્ય રીતે નિયંત્રણ કરી શકે છે, પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહી શકે છે તથા દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ રીતે વિચારી પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત રાખી શકે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા સાંવેગિક નિયંત્રણનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> આવેગાત્મક લાગણીઓ અને પીડાદાયક સંવેગોનું યોગ્ય નિયંત્રણ કરી શકે છે. પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં પણ હકારાત્મક અને સ્વસ્થ રહી શકે છે. દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ વિચારી શકે છે, પોતાની જાતને કેન્દ્રિત રાખી શકે છે. સાંવેગિક નિયંત્રણની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા સાંવેગિક નિયંત્રણની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સાંવેગિક નિયંત્રણનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ સાંવેગિક નિયંત્રણ વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે હાલ એક કામ કરી રહ્યા છો. તમે ઘણાં પ્રયત્નો કર્યા પણ તમને તે કાર્યમાં સફળતા મળતી નથી. તમારા સાહેબ તમને કાર્ય તરત જ પૂર્ણ કરવા જણાવે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમે જે નકારાત્મક સંવેગો અનુભવ્યા તેનું નિયંત્રણ તમે કઈ રીતે કરશો?" "તમને શરૂઆતમાં સફળતા ન મળતા સ્વસ્થ રહેવા તમે શું કર્યું?" "કાર્ય પૂરું કરવાનું દબાણ આવતા તમારું વર્તન કેવું હતું?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે જે નકારાત્મક સંવેગો અનુભવ્યા તેનું નિયંત્રણ તમે કઈ રીતે કરશો ?" • "તમને શરૂઆતમાં સફળતા ન મળતા સ્વસ્થ રહેવા તમે શું કર્યું ?" • "કાર્ય પૂરું કરવાનું દબાણ આવતા તમારું વર્તન કેવું હતું ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૨ : સ્વ-વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૨.૨ : વિશ્વાસપાત્રતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ : "વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતા અને પોતાના કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય લાવી શકે છે, નૈતિક અને વ્યવહારુ દૃષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરી શકે છે તથા પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરી શકે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> નૈતિક અને વ્યવહારુ દૃષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરે છે. વિશ્વસનીયતા અને પ્રામાણિકતા દ્વારા અન્યોમાં વિશ્વાસ ઊભો કરી શકે છે. પોતાની ભૂલોનો સ્વીકાર કરી શકે છે. વિશ્વાસપાત્રતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા વિશ્વાસપાત્રતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ વિશ્વાસપાત્રતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ધોરણ ૧૧ના વિદ્યાર્થી છો. તમે અને તમારા મિત્ર સાથે કામ કરતા શાળાની કોઈ વસ્તુને તમારાથી નુકશાન થયું છે. શાળાના શિક્ષક તમને બંનેને સજા માટે બોલાવે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારા શિક્ષક અને સહપાઠીમાં વિશ્વાસ કઈ રીતે ઊભો કરશો ?" "ભવિષ્યમાં આ પ્રકારની પરિસ્થિતિ ઊભી થાય તો તમારું વર્તન કેવું હશે ?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારી ભૂલનો સ્વીકાર કઈ રીતે કરશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારા શિક્ષક અને સહપાઠીમાં વિશ્વાસ કઈ રીતે ઊભો કરશો ?" • "ભવિષ્યમાં આવી પરિસ્થિતિ ઊભી થાય તો તમારું વર્તન કેવું હશે?" • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારી ભૂલનો સ્વીકાર કઈ રીતે કરશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૨ : સ્વ-વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૨.૩ : ઈમાનદારી
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. ઈમાનદારીનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને ઈમાનદારીનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. <p>ઈમાનદારીનો અર્થ : " ઈમાનદારીની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતાથી, શુદ્ધ દાનતથી, પૂરી તાકાતથી પોતાની ફરજો બજાવે છે, વચન અને શરતોનું પાલન કરે છે તથા પોતાની અન્ય વ્યક્તિ પરની આધારભૂતતા અને ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટેની પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી શકે છે."</p>	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ ઈમાનદારીનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા ઈમાનદારીનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. <p>ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> પ્રતિબદ્ધ હોય છે અને કોઈપણ ભોગે વચનનું પાલન કરે છે. ધ્યેયપ્રાપ્તિ માટે પોતાને જવાબદાર માને છે. પોતાના કાર્યમાં વ્યવસ્થિત અને કાળજી લેનાર. <ul style="list-style-type: none"> ઈમાનદારીની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા ઈમાનદારીની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા ઈમાનદારીનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ ઈમાનદારી વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ ઈમાનદારી અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. <p>સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમને એક કામ સોંપવામાં આવે છે. તમને એ કામ પૂર્ણ કરવા એક માસનો સમય આપવામાં આવે છે. પંદર દિવસ પછી તમારા સહકર્મચારીની ભૂલને લીધે અત્યાર સુધી થયેલું બધું કાર્ય ફરીથી કરવું પડે તેમ છે. તમે તમારા ઉપરી અધિકારીને આ વાત કઈ રીતે કરશો ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી ઈમાનદારી અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારી પ્રતિબદ્ધતા કઈ રીતે દર્શાવી શકશો?" "તમે વચનપાલનના કયા પ્રકારના પ્રયત્ન કરશો?" "તમને બધું જ કાર્ય ફરીથી કરવું પડશે એ માટે તમે કોને જવાબદાર ગણશો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા ઈમાનદારી અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે પ્રતિબદ્ધતા કઈ રીતે દર્શાવી શકશો ?" • "તમે વચનપાલનના કયા પ્રકારના પ્રયત્ન કરશો ?" • "તમને બધું જ કાર્ય ફરીથી કરવું પડશે એ માટે તમે કોને જવાબદાર ગણશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ ઈમાનદારી ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ ઈમાનદારી અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને ઈમાનદારી અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને ઈમાનદારી અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં ઈમાનદારી અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા ઈમાનદારી અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૨ : સ્વ-વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૨.૪ : અનુકૂલનક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. <u>અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ</u> : "અનુકૂલનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે, અગ્રતાક્રમમાં સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે, બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાની વ્યૂહરચનામાં ફેરફાર કરી શકે છે તથા કોઈ પણ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક રહી શકે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા અનુકૂલનક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. <u>અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા</u> : ૧. અગ્રતાક્રમ સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે તથા ઝડપી પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે. ૨. બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાના પ્રતિચારો અને વ્યૂહરચનાઓમાં ફેરફાર કરે છે. ૩. કોઈપણ ઘટનાને જોવાના સન્દર્ભમાં લવચીક હોય છે. અનુકૂલનક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા અનુકૂલનક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા અનુકૂલનક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ અનુકૂલનક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. <u>સાંવેગિક પરિસ્થિતિ</u> : તમે ધોરણ ૧૦ સુધી ઘરે રહીને અભ્યાસ કર્યો છે. તમને તમારા માતા પિતા તરફથી જોઈએ તે વસ્તુ અપાવી દેવામાં આવી છે. ધોરણ ૧૧માં તમને તમારા ગામથી વધુ સારું શિક્ષણ મળે તે માટે અન્ય શહેરની છાત્રાલયમાં રહી અભ્યાસ કરવા જવાનું થાય છે. જ્યાં ખાસ સુવિધા નથી. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ વિધાનનો પ્રયોગ કરશે : "આ પરિસ્થિતિમાં તમને કયા પ્રકારના પરિવર્તનોનો સામનો કરવો પડશે ?" "તમારી જરૂરિયાતોમાં શું ફેરફાર કરવો પડશે ?" "પરિવર્તનોને અનુરૂપ તમારામાં કઈ રીતે ફેરફાર કરશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-યર્થા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમને કયા પ્રકારના પરિવર્તનોનો સામનો કરવો પડશે ?" • "તમારી જરૂરિયાતોમાં શું ફેરફાર કરવો પડશે ?" • "પરિવર્તનોને અનુરૂપ તમારામાં કઈ રીતે ફેરફાર કરશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૨ : સ્વ-વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૨.૫ : સિદ્ધિ પ્રેરણ
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ : 'સિદ્ધિ પ્રેરણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ શરૂઆતમાં વાસ્તવિક ધ્યેય નક્કી કરે છે અને એ સિદ્ધ થતાં તેના કરતાં વધુ ઊંચું ધ્યેય નક્કી કરી તેને પણ સિદ્ધ કરી શકે છે અને આ રીતે સિદ્ધિમાંથી પ્રેરણા મેળવી સફળતાની સર્વોચ્ચ કક્ષા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.' 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા સિદ્ધિ પ્રેરણનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> ૧. પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખ હોય છે. પોતાના ધ્યેયો અને ધોરણોની પ્રાપ્તિ માટે ઉચ્ચ કક્ષાએ પ્રેરિત હોય છે. ૨. પડકારરૂપ ધ્યેયો નક્કી કરે છે અને તેમાં ગણતરીપૂર્વકનું જોખમ સ્વીકારે છે. ૩. અયોક્કસતા ઘટાડવા અને વધુ સારી રીતે કાર્ય કરવાના રસ્તા શોધવા માહિતીનો યોગ્ય ઉપયોગ કરે છે. સિદ્ધિ પ્રેરણની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા સિદ્ધિ પ્રેરણની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સિદ્ધિ પ્રેરણનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ સિદ્ધિ પ્રેરણ વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ: તમે એક કાર્ય કરેલ જેમાં તમને સફળતા મળેલ. હવે તમારી સમક્ષ બે કાર્યની ઓફર મળે છે. એક જે કાર્ય કરી સફળતા મળી એ જ પ્રકારનું કાર્ય અને બીજું એનાથી મુશ્કેલ કાર્ય જે તમે ક્યારેય કરેલ નથી. બીજા કાર્યમાં નિષ્ફળતાનું જોખમ પણ છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "કોઈ કાર્યમાં નિષ્ફળતાની શંકા હોય તો તમે કાર્ય સ્વીકારશો?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કયું કાર્ય શા માટે સ્વીકારશો?" "તમે સ્વીકારેલ કાર્યમાં રહેલ જોખમ તમે શા માટે સ્વીકારશો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "કોઈ કાર્યમાં નિષ્ફળતાની શંકા હોય તો તમે કાર્ય સ્વીકારશો ?" • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કયું કાર્ય શા માટે સ્વીકારશો ?" • "તમે સ્વીકારેલ કાર્યમાં રહેલ જોખમ તમે શા માટે સ્વીકારશો?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. આ વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૨ : સ્વ-વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૨.૬ : પહેલ કરવાની ક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "પહેલ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના દ્વારા વ્યક્તિ કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે, જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે, કાર્ય પૂરું કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે તથા અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજજ કરે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : ૧. કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે. ૨. જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે. ૩. કાર્ય પૂરું કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે. ૪. અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજજ કરે છે. પહેલ કરવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા પહેલ કરવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક કંપનીમાં માર્કેટીંગ મેનેજર છો. તમે તમારા ઉત્પાદનનું જરૂરી હોય તેટલું વેચાણ ધરાવો છો. તમને એક કંપનીનો મોટો ઓર્ડર મળે છે. કંપનીના નિયમ મુજબ તમારું ઉત્પાદન અન્ય કંપનીને વેચી શકતા નથી. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમારો નિર્ણય શું હશે ?" "પૂરતું વેચાણ હોવા છતાં અન્ય કંપનીનો ઓર્ડર શા માટે સ્વીકારશો ?" "ઓર્ડર સ્વીકારતી વખતે નડતરરૂપ નિયમો માટે તમે શું કરશો?" "તમારા નિર્ણયથી અન્ય કંપનીઓનું વર્તન કેવું હશે ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમારો નિર્ણય શું હશે ?" • "પૂરતું વેચાણ હોવા છતાં અન્ય કંપનીનો ઓર્ડર શા માટે સ્વીકારશો ?" • "ઓર્ડર સ્વીકારતી વખતે નડતરરૂપ નિયમો માટે તમે શું કરશો?" • "તમારા નિર્ણયથી અન્ય કંપનીઓનું વર્તન કેવું હશે ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૩ : સામાજિક જાગૃતિ		ક્ષમતા ૩.૧ : અન્યને સમજવાની ક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "અન્યને સમજવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેનાં દ્વારા તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપી શકે છે, સારી રીતે સાંભળી શકે છે, તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે, અન્યના દષ્ટિકોણો, જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા આ ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> તમને આપેલા પત્રકમાં અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : ૧. તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપે છે તથા સારી રીતે સાંભળી શકે છે. ૨. તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે, અન્યના દષ્ટિકોણો સમજી શકે છે. ૩. અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે. અન્યને સમજવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થી અન્યને સમજવાની ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારી સાથે અભ્યાસ કરતા મિત્રના પિતાજી બીમાર છે. તમારો મિત્ર તમારી સમક્ષ એના પિતાજી બીમાર છે તેની અને બીમારી માટેની દવા માટેના ખર્ચની તથા તેના કુટુંબને પડેલી મુશ્કેલી વિશે વાત કરી રહ્યો છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. <ul style="list-style-type: none"> તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારા મિત્રના કયા સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપશો ?" "તમે તમારા મિત્રને કઈ રીતે સંવેદના દર્શાવશો ?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમારા મિત્રની જરૂરિયાતો કઈ હોઈ શકે?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો. " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • " તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારા મિત્રના કયા સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપશો ? " • " તમે તમારા મિત્રને કઈ રીતે સંવેદના દર્શાવશો ? " • " આ પરિસ્થિતિમાં તમારા મિત્રની જરૂરિયાતો કઈ હોઈ શકે ? " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " તમારી સમક્ષ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • " તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૩ : સામાજિક જાગૃતિ		ક્ષમતા ૩.૨ : સેવા અભિમુખતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સેવા અભિમુખતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સેવા અભિમુખતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. સેવા અભિમુખતાનો અર્થ : "સેવા અભિમુખતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે. તે અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે, અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સેવા અભિમુખતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા સેવા અભિમુખતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> તમને આપેલા પત્રકમાં સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> તે અન્યએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે. તે અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે. અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે. સેવા અભિમુખતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા સેવા અભિમુખતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સેવા અભિમુખતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ સેવા અભિમુખતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક શોર્પીંગ મોલમાં સેલ્સમેન છો. તમારા ગ્રાહક ઘણાં સમયથી કોઈ વસ્તુની પસંદગી કરે છે પણ પસંદગી કરી શકતા નથી. ગ્રાહક તમને કયા પ્રકારની વસ્તુ જોઈએ છે તે કહે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> "આ પરિસ્થિતિમાં ગ્રાહકે તમારી પાસે કયા પ્રકારની અપેક્ષા રાખી હશે?" "તમે આ પરિસ્થિતિમાં ગ્રાહકને કઈ રીતે મહત્તમ સંતોષ આપી શકશો?" "તમે તમારા ગ્રાહકને કઈ રીતે મદદ કરી શકશો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં ગ્રાહકે તમારી પાસે કયા પ્રકારની અપેક્ષા રાખી હશે ?" • "તમે આ પરિસ્થિતિમાં ગ્રાહકને કઈ રીતે મહત્તમ સંતોષ આપી શકશો ?" • "તમકે તમારા ગ્રાહકને કઈ રીતે મદદ કરી શકશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૩ : સામાજિક જાગૃતિ		ક્ષમતા ૩.૩ : વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. વ્યવસ્થાતંત્રીય-જાગૃતિનો અર્થ : "વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે મહત્વના યાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે, મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાઈ શકે છે તથા અન્યના દષ્ટિકોણો અને વર્તનો પર અસર કરતા બળોને સમજે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> તમને આપેલા પત્રકમાં વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> મહત્વના યાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે. મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાઈ શકે છે. અન્યના દષ્ટિકોણો-વર્તનો પર અસર કરતા બળોને સમજે છે. વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓને જાણે છે. વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારી શાળામાં વિદ્યાર્થી યુટણી યોજવામાં આવી રહી છે. આ યુટણીમાં જુદા જુદા ત્રણ પક્ષકારો યુટણી લડી રહ્યા છે. તમે કોઈ પણ એક પક્ષમાં જોડાવા ઈચ્છો છો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. <ul style="list-style-type: none"> તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> "આ પરિસ્થિતિમાં તમે મહત્વના યાવીરૂપ સંબંધો કઈ રીતે શોધશો ?" "તમે કોઈ પણ પક્ષમાં જોડાવા માટે કઈ બાબત વિચારશો ?" "અન્ય પક્ષના દષ્ટિકોણો અસર કરતા બળોને તમે કઈ રીતે જાણશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<p>પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે.</p> <ul style="list-style-type: none"> શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો. " શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " <p>પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે.</p> <ul style="list-style-type: none"> શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " <p>પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે.</p>	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<p>પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે.</p> <ul style="list-style-type: none"> "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<p>પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે.</p> <ul style="list-style-type: none"> "આ પરિસ્થિતિમાં તમે મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધો કઈ રીતે શોધશો ?" "તમે કોઈ પણ પક્ષમાં જોડાવા માટે કઈ બાબત વિચારશો ?" "અન્ય પક્ષના દષ્ટિકોણો અસર કરતા બળોને તમે કઈ રીતે જાણશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<p>પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે.</p> <ul style="list-style-type: none"> "તમારી સમક્ષ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<p>પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે.</p> <ul style="list-style-type: none"> "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૧ : અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે, તે અન્યોની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે, અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓ અને કોશલ્યોને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા આ ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> તે અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે. તે અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે. અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે સંગીતનો શોખ ધરાવો છો અને સંગીતના સારા જાણકાર છો. તમારી સાથે અભ્યાસ કરતો મિત્ર પણ સંગીતનો શોખ ધરાવે છે અને માત્ર શોખથી સારું ગાય તેમજ વગાડી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમારો મિત્ર કયા પ્રકારની ક્ષમતા ધરાવે છે તથા તમે તેને કઈ રીતે પ્રતિપોષણ આપશો?" "તે કયા પ્રકારની જરૂરિયાતો ધરાવે છે?" "તમારો મિત્ર સંગીતમાં વિકાસ કરી શકે એ માટે તમે કયા પ્રકારની પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો. " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. <ul style="list-style-type: none"> • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • " તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> • " આ પરિસ્થિતિમાં તમારો મિત્ર કયા પ્રકારની ક્ષમતા ધરાવે છે તથા તમે તેને કઈ રીતે પ્રતિપોષણ આપશો ? " • " તે કયા પ્રકારની જરૂરિયાતો ધરાવે છે ? " • " તમારો મિત્ર સંગીતમાં વિકાસ કરી શકે એ માટે તમે કયા પ્રકારની પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકો ? " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> • " તમારી સમક્ષ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. <ul style="list-style-type: none"> • " તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૨ : સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ : "સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે, ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે અને જેની સાથે સંઘર્ષ થાય છે તેવા લોકો સાથે બંનેની જીત થાય એ રીતે સમાધાન શોધી શકે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા આ ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે. જૂથ ચર્ચા અને ખુલ્લી ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે. મુશ્કેલ પરિસ્થિતિ કે લોકો સાથે WIN WIN SOLUTION પદ્ધતિપૂર્વક કાર્ય કરે છે. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ધોરણ ૧૧ના વિદ્યાર્થી છો. તમારા વર્ગના અન્ય એક વિદ્યાર્થી કે જે અભ્યાસમાં ખૂબ તેજસ્વી છે તેની સાથે તમને વારંવાર સંઘર્ષમાં ઉતરવું પડે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમે સંઘર્ષનો સામનો કઈ રીતે કરશો ?" "તમને જેની સાથે સંઘર્ષ થાય છે તેને ચર્ચા માટે કઈ રીતે પ્રોત્સાહિત કરશો ?" "સંઘર્ષના અંત માટે તમે કેવું સમાધાન શોધશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો. " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • " તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " આ પરિસ્થિતિમાં તમે સંઘર્ષનો સામનો કઈ રીતે કરશો ? " • " તમને જેની સાથે સંઘર્ષ થાય છે તેને ચર્ચા માટે કઈ રીતે પ્રોત્સાહિત કરશો ? " • " સંઘર્ષના અંત માટે તમે કેવું સમાધાન શોધશો ? " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " તમારી સમક્ષ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • " તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૩ : પ્રત્યાયનક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ : "પ્રત્યાયનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ સારી રીતે સાંભળે છે, સંદેશા-માહિતીની આપ લે માં-વાતચીત દરમિયાન સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે અને ઓળખે છે તથા સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાપન દરમિયાન તટસ્થ-સ્પષ્ટ હોય છે. " 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા પ્રત્યાયનક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> સંદેશાની આપ-લેમાં સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે તથા ઓળખે છે. સારી રીતે સાંભળે છે, સમજ દર્શાવે છે અને માહિતીનો પૂર્ણ ઉપયોગ કરે છે. સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ હોય છે. પ્રત્યાયનક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા પ્રત્યાયનક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા પ્રત્યાયનક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ પ્રત્યાયનક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારો મિત્ર તમને તેની કૌટુંબિક પરિસ્થિતિ અને નબળી આર્થિક સ્થિતિ વિશે વાત કરે છે. વાતચિત દરમિયાન તેની આંખમાં આંસુ આવી જાય છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારા મિત્રના કયા સાંવેગિક સંકેતોને ઓળખ્યા તથા તમે કયા સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કર્યો?" "તમે તમારા મિત્રની વાતનો શો પ્રતિચાર આપ્યો?" "આ સંદેશાને તમે કઈ રીતે ગ્રહણ કર્યો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન "બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન "ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે તમારા મિત્રના કયા સાંવેગિક સંકેતોને ઓળખ્યા તથા તમે કયા સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કર્યો?" • "તમે તમારા મિત્રની વાતનો શો પ્રતિચાર આપ્યો?" • "આ સંદેશને તમે કઈ રીતે ગ્રહણ કર્યો?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૪ : પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા
સોંપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે લોકોનો વિશ્વાસ જીતી શકે છે, સાંભળનાર સમક્ષ અસરકારક રજૂઆત કરી શકે છે તથા પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લઈ શકે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> લોકોનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે. સાંભળનાર સમક્ષ અરજ-અપીલ અસરકારક રીતે કરે છે. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લે છે. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક ખાનગી બેંકમાં નોકરી માટે અરજી કરો છો. બેંકના મેનેજર તમારા મિત્રના પિતા છે. તેઓ નિયમિતતા અને સમયપાલનના આગ્રહી છે. તમને એ નોકરીના સંદર્ભમાં મળવા બોલાવે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં તમે મેનેજર પર કઈ રીતે પ્રભાવ ઊભા કરશો?" "તમે મેનેજર સમક્ષ નોકરી બાબતે અસરકારક રજૂઆત કઈ રીતે કરશો?" "તમે નોકરી માટે કઈ પ્રભાવક વ્યક્તિનો ઉપયોગ કરશો?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃઅર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે મેનેજર પર કઈ રીતે પ્રભાવ ઊભા કરશો?" • "તમે મેનેજર સમક્ષ નોકરી બાબતે અસરકારક રજૂઆત કઈ રીતે કરશો?" • "તમે નોકરી માટે કઈ પ્રભાવક વ્યક્તિનો ઉપયોગ કરશો?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૫ : નેતૃત્વ ક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. નેતૃત્વ ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને નેતૃત્વ ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. નેતૃત્વ ક્ષમતાનો અર્થ : "નેતૃત્વ ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે, જરૂર પડ્યે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે, અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે અને ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ નેતૃત્વ ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા નેતૃત્વ ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે. જરૂર પડ્યે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે. અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે. ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે. નેતૃત્વ ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા નેતૃત્વ ક્ષમતા આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા નેતૃત્વ ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે. તાલીમાર્થીઓ નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારી શાળાના સંચાલકોએ વિદ્યાર્થીઓની ફીમાં વધારો કર્યો છે, જે વિદ્યાર્થીઓને અનુકૂળ નથી. શાળાના દરેક વિદ્યાર્થીઓ આ ફી વધારાથી નારાજ છે. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં કયા સામૂહિક ધ્યેયો છે?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમે શું કરશો?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમે અન્ય વિદ્યાર્થીઓને શું દોરવણી આપશો?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કેવા પ્રકારનું વર્તન કરશો જેથી અન્ય વિદ્યાર્થીઓને પણ દોરવણી મળે?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - "તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં કયા સામૂહિક ઘ્યોયો છે ?" • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે શું કરશો ?" • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે અન્ય વિદ્યાર્થીઓને શું દોરવણી આપશો?" • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કેવા પ્રકારનું વર્તન કરશો જેથી અન્ય વિદ્યાર્થીઓને પણ દોરવણી મળે ?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા નેતૃત્વ ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૬ : પરિવર્તકક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. પરિવર્તકક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પરિવર્તકક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. પરિવર્તકક્ષમતાનો અર્થ : "પરિવર્તકક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે, પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિને પડકારે છે, અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે અને અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી પરિવર્તકક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા પરિવર્તકક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> ૧. પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે. ૨. પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિને પડકારે છે. ૩. અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે. ૪. અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે. પરિવર્તકક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા પરિવર્તકક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા પરિવર્તકક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ પરિવર્તકક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : હાલમાં કમ્પ્યુટરનું મહત્વ તમે સમજો છો. તમારી શાળામાં કમ્પ્યુટરની સુવિધા ન હોવાથી તેના વિકલ્પ તરીકે અન્ય વિષય રાખવો પડે છે. તમે કમ્પ્યુટર વિષય રાખવા માગો છો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "આ પરિસ્થિતિમાં કયા પ્રકારના પરિવર્તનોની જરૂરિયાત છે?" "શાળાની હાલની પરિસ્થિતિને તમે કઈ રીતે પડકારશો?" "કમ્પ્યુટર વિષય રાખવા તમે અન્યને કઈ રીતે પ્રોત્સાહન આપશો?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કયા પ્રકારનું મોડલરૂપ વર્તન કરશો જે અન્ય પણ સ્વીકારે ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો." • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ?" • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ?" • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • "તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃ અર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃ અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "આ પરિસ્થિતિમાં કયા પ્રકારના પરિવર્તનોની જરૂરિયાત છે?" • "શાળાની હાલની પરિસ્થિતિને તમે કઈ રીતે પડકારશો?" • "કમ્પ્યુટર વિષય રાખવા તમે અન્યને કઈ રીતે પ્રોત્સાહન આપશો?" • "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કયા પ્રકારનું મોડલરૂપ વર્તન કરશો જે અન્ય પણ સ્વીકારે?" 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • "તમારી સમક્ષ પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • "તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો." 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૭ : સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે વિશાળ સંબંધો-જોડાણો સ્થાપી અને તેને જાળવી શકે છે, પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે તથા પોતાના કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધ-મિત્રતા બાંધે છે અને જાળવે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. તમને આપેલા પત્રકમાં સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાયું છું. સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> વિશાળ સંબંધો-જોડાણો સ્થાપી અને તેને જાળવી શકે છે. પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે. કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધો બાંધે છે અને જાળવે છે. સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે. તાલીમાર્થીઓ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે અભ્યાસની સાથે પાર્ટટાઇમ વીમાકંપનીના એજન્ટ છો. તમને દિવસમાં અનેક લોકોને મળવાનું થાય છે જેનાથી તમે પૂરા પરિચિત પણ હોતા નથી. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. "તમે તમારા વ્યવસાય દરમિયાન અન્ય સાથે કઈ રીતે સંબંધ સ્થાપશો ?" "તમારા સંપર્કમાં આવતા લોકોમાંથી ફાયદાકારક સંબંધો કઈ રીતે શોધશો ?" "તમારા કાર્ય સાથે સંબંધિત સંબંધો કઈ રીતે જાળવશો ?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો. " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • " તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃઅર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " તમે તમારા વ્યવસાય દરમિયાન અન્ય સાથે કઈ રીતે સંબંધ સ્થાપશો ? " • " તમારા સંપર્કમાં આવતા લોકોમાંથી ફાયદાકારક સંબંધો કઈ રીતે શોધશો ? " • " તમારા કાર્ય સાથે સંબંધિત સંબંધો કઈ રીતે જાળવશો ? " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " તમારી સમક્ષ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • " તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

ઘટક ૪ : સામાજિક વ્યવસ્થાપન		ક્ષમતા ૪.૮ : સહકાર
સોપાન	અધ્યાપન પ્રવૃત્તિ	અધ્યયન પ્રવૃત્તિ
૧. સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે અને સમજાવશે. સહકારનો અર્થ : "સહકાર એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે કાર્ય-હેતુ સિદ્ધિ તથા સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા રાખે છે, આયોજન, માહિતી અને સંશોધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકે છે, મિત્રતાભર્યું, સહકારયુક્ત વાતાવરણ જન્માવે છે, સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક તત્કાલ ઝડપી લે છે." 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ જાણશે અને સમજશે.
૨. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં જણાવશે તથા સહકારની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાઓનો વિકાસ તાલીમાર્થીઓમાં થશે તેમ સમજાવશે. આ માટે નીચે મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> તમને આપેલા પત્રકમાં સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આપેલી છે. જે હું તમારી સમક્ષ વાચું છું. સહકાર ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા : <ol style="list-style-type: none"> કાર્ય-હેતુ સિદ્ધિ તથા સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા રાખે છે. આયોજન, માહિતી અને સંશોધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકે છે. મિત્રતાભર્યું, સહકારયુક્ત વાતાવરણ જન્માવે છે. સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક તત્કાલ ઝડપી લે છે. સહકારની આ લાક્ષણિકતાઓ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. આજના આપણા કાર્યક્રમ દ્વારા સહકારની આ લાક્ષણિકતાઓનો તમારામાં વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરીશું. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થીઓ સહકાર ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા વાચશે તથા સહકારની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવાથી એ મુજબની લાક્ષણિકતાનો વિકાસ પોતાનામાં થશે તેમ સમજશે. તાલીમાર્થીઓ સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા જાણશે તાલીમાર્થીઓ સહકારની ક્ષમતા વિકાસનાં કાર્યક્રમમાં સક્રિયતાથી ભાગ લેશે.
૩. સાંવેગિક પરિસ્થિતિની રજૂઆત	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ કરશે અને તાલીમાર્થીઓને એ વાચવાનું જણાવશે. સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : શિક્ષક તમારા વર્ગમાંથી વિદ્યાર્થીઓના એક જૂથને બેંકમાંથી થોડી માહિતી લાવવાનું અને તેની નોંધ કરવાનું કહે છે. બેંકના કર્મચારી તમારા પિતાજીના મિત્ર છે. દરેક વિદ્યાર્થીઓને થોડી-થોડી માહિતી લાવવાનું સોંપવામાં આવે છે. તમારા જૂથનો એક વિદ્યાર્થી એવો છે જે કોઈ પણ માહિતી લાવી શકે તેમ નથી. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં લેખિત સ્વરૂપમાં રજૂ થયેલી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ વાચશે.
૪. પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેના વિશેનું તમારું અર્થઘટન એટલે કે પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તે ત્રણ ચાર વાક્યમાં તમને આપેલ પત્રકમાં અર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર વિચારી અર્થઘટન કરી એ અર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
૫. પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાં	<ul style="list-style-type: none"> પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. <ul style="list-style-type: none"> "અહીં તમારા કાર્ય અને સંબંધો વચ્ચે સમતુલા કઈ રીતે જાળવશો?" "આ પરિસ્થિતિમાં તમે કઈ રીતે સહકારથી કાર્ય કરશો?" "મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ કઈ રીતે સ્થાપશો?" "સહકારથી કાર્ય કરવાની અન્ય તકો કઈ હોઈ શકે?" 	<ul style="list-style-type: none"> તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરી એ વર્તનો-લક્ષણો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.

<p>૬. તુલના-પ્રશ્નોત્તરી-ચર્ચા</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનાં પરિસ્થિતિના અર્થઘટન પૂછશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " અ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમે કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " બ " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિનું તમારું અર્થઘટન શું છે ? અને તમારાં વર્તન જણાવો. " • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ક " ને પૂછશે - " રજૂ થયેલી પરિસ્થિતિ વિશે તમે શું વિચારો છો તથા અને તમે કેવાં વર્તન કરો છો ? " • પ્રયોજક અર્થઘટનો અને વર્તનો પૂછી તેની તુલના કરવા જણાવશે. વિદ્યાર્થીએ પાતે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન અન્ય કરતા કઈ રીતે જુદાં પડે છે તે જણાવવા કહેશે. • શિક્ષક વિદ્યાર્થી " ડ " ને પૂછશે " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " અ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " બ " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • વિદ્યાર્થી " ઈ " ને પૂછશે - " તમે કરેલ અર્થઘટન અને વર્તન " ક " કરતાં કઈ રીતે જુદાં પડે છે ? " • પ્રયોજક વિદ્યાર્થીએ કરેલ અર્થઘટનો અને વર્તનોની તુલના દ્વારા સમજાવશે કે એક જ પરિસ્થિતિનું જુદી જુદી વ્યક્તિ જુદી જુદી રીતે અર્થઘટન કરે છે અને એ અર્થઘટન મુજબ જુદાં જુદાં વર્તનો કરે છે. આથી વ્યક્તિ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે. 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણો જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પરિસ્થિતિનું પોતાનું અર્થઘટન અને તેને અનુરૂપ વર્તનો-લક્ષણોની તુલના અન્યના અર્થઘટન અને વર્તનો-લક્ષણોની સાથે કરી જણાવશે. • તાલીમાર્થીઓ પોતે પરિસ્થિતિ પર અલગ રીતે વિચારી જુદું અર્થઘટન કરી શકે છે અને એ મુજબ પોતાનાં વર્તનોને નિયંત્રિત કરી શકે છે, એ બાબત સમજશે.
<p>૭. પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થી સમક્ષ રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરવાનું જણાવશે અને એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધવાનું કહેશે. • " તમારી સમક્ષ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તે વિશે ફરી વિચારી પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી તમને આપેલ પત્રકમાં પુનઃઅર્થઘટન માટે આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિ પર ફરી વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરી એ પુનઃઅર્થઘટન સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૮. પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિનાં વર્તનો</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટનને આધારે સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો-લક્ષણો પ્રકટ કરે અથવા સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ તમે કયાં વર્તન કરો તે નક્કી કરવાનું અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " અહીં તમારા કાર્ય અને સંબંધો વચ્ચે સમતુલા કઈ રીતે જાળવશો ? " • " આ પરિસ્થિતિમાં તમે કઈ રીતે સહકારથી કાર્ય કરશો ? " • " મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ કઈ રીતે સ્થાપશો ? " • " સહકારથી કાર્ય કરવાની અન્ય તકો કઈ હોઈ શકે ? " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કયા પ્રકારનાં વર્તનો કરે એ નક્કી કરી સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૯. અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવા અને પત્રકમાં લખવાનું જણાવશે. આ માટે આ મુજબના વિધાનનો પ્રયોગ કરશે. • " તમારી સમક્ષ સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ જે પરિસ્થિતિ રજૂ કરવામાં આવી છે તેવી જ પરિસ્થિતિ તમે, તમારા મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવો અને તમને આપેલ પત્રકમાં આપેલી જગ્યાએ લખો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થી રજૂ થયેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિ જેવી જ અન્ય પરિસ્થિતિ જે પોતે, તેના મિત્રએ કે અન્ય વ્યક્તિએ અનુભવી હોય તે જણાવશે અને સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધશે.
<p>૧૦. વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	<ul style="list-style-type: none"> • પ્રયોજક તાલીમાર્થીઓએ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો પત્રકમાં લખવાનું જણાવી તેની તુલના કરવાનું જણાવશે. • " તમે રજૂ કરેલી પરિસ્થિતિમાં તમે કે અન્ય વ્યક્તિએ કયાં વર્તનો કરેલ તથા હવે આ પરિસ્થિતિમાં સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ તમારાં વર્તનો કયાં હોઈ શકે તે આપેલ પત્રકમાં લખી તેની તુલના કરો. " 	<ul style="list-style-type: none"> • તાલીમાર્થીઓએ પોતે રજૂ કરેલ સાંવેગિક પરિસ્થિતિમાં પોતાનાં કે અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો તથા સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ પોતાનાં વર્તનો સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણ પત્રકમાં નોંધી તુલના કરશે.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૧.૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ
સોપાન ૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો અર્થ : "સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પોતાના સંવેગો અને તેનાં કારણો ઓળખી શકે છે, પોતાના સંવેગોની પોતાના વર્તન, વાણી અને વિચાર પર શી અસર થાય છે તે જાણી શકે છે અને પોતાના સંવેગોની પોતાની કાર્યક્ષમતા પર થતી અસર અંગે જાગૃત રહી શકે છે."		
સોપાન ૨ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. પોતાના સંવેગો તથા આ સંવેગોનાં કારણો જાણે છે.		
૨. તે પોતાના સંવેગ અને પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન વચ્ચેના સંબંધથી માહિતગાર હોય છે.		
૩. તે પોતાના સંવેગો પોતાની કાર્યક્ષમતા પર શી રીતે અસર કરે છે તે જાણે છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ધોરણ ૧૧ ના વિદ્યાર્થી છો. વર્ગ શિક્ષણ દરમિયાન તમે તમારા મિત્ર સાથે વાતો કરી રહ્યા છો. તમારા શિક્ષક તમને રિશેષના સમયમાં ઓફિસમાં બોલાવે છે.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૧.૨ : ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન	
સોપાન ૧ : ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ: ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન વ્યક્તિની એવા પ્રકારની ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા ઓળખી શકે છે, પોતાના સંદર્ભમાં અન્યના પ્રતિભાવ મેળવી શકે છે અને ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ કેળવી શકે છે.			
સોપાન ૨ : ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :			
૧. તે પોતાની ક્ષમતાઓ અને નબળાઈઓથી માહિતગાર હોય છે.			
૨. તે ચિંતનાત્મક અને અનુભવોમાંથી શીખનાર હોય છે.			
૩. તે સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે અન્યના પ્રતિભાવ મેળવે છે.			
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળામાં અભ્યાસ કરો છો. તમે આપેલી એક કસાટીમાં ગાણિતિક વિષયમાં ૫૦ ટકા ગુણ મેળવ્યા છે. જ્યારે કલાના વિષયમાં ૮૦ ટકા ગુણ મેળવ્યા છે. તમારી સમક્ષ ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે ગાણિતિક કે કલાના ક્ષેત્રમાંથી પસંદગી કરવાની છે.			
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન			
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન			
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી			
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના			
વ્યક્તિનાં વર્તનો		ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.		૧.	
૨.		૨.	
૩.		૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૧.૩ : આત્મવિશ્વાસ
સોપાન ૧ : આત્મવિશ્વાસનો અર્થ : "આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની શક્તિ અને કૌશલ્યો પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવી શકે છે, પોતાની જાતને અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂ કરી શકે છે અને નિર્ણયાત્મક બની શકે છે.		
સોપાન ૨ : આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. તે પોતાની શક્તિ અને કૌશલ્યો પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવી શકે છે.		
૨. તે પોતાની જાતને ખૂબ જ દૃઢતાથી રજૂ કરી પોતાની હાજરીની અસર પહોંચાડે છે.		
૩. તે નિર્ણયાત્મક હોય છે. અચોક્કસતા કે દબાણ હોવા છતાં સંગીન નિર્ણયો લેવા સક્ષમ હોય છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક કંપનીમાં કર્મચારી છો. તમારી કંપનીમાં તમે એક નવું કાર્ય કરવા માગો છો જે તમારી દૃષ્ટિએ કંપની માટે ફાયદાકારક છે. પરંતુ તમારા સહકર્મચારી તમારા આ કાર્ય સાથે સહમત નથી. તેને સ્થાને તે પોતાનું કાર્ય રજૂ કરે છે. તમે તમારા ઉપરી અધિકારી પાસે આ કાર્ય મંજૂર કરાવવા માગો છો.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ આત્મવિશ્વાસનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ આત્મવિશ્વાસનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	આત્મવિશ્વાસ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૨.૧ : સાંવેગિક નિયંત્રણ
સોપાન ૧ : સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ : "સાંવેગિક નિયંત્રણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના નકારાત્મક સંવેગોનું યોગ્ય રીતે નિયંત્રણ કરી શકે છે, પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહી શકે છે તથા દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ રીતે વિચારી પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત રાખી શકે છે. "		
સોપાન ૨ : સાંવેગિક નિયંત્રણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. આવેગાત્મક લાગણીઓ અને પીડાદાયક સંવેગોનું યોગ્ય નિયંત્રણ કરી શકે છે.		
૨. પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં પણ હકારાત્મક અને સ્વસ્થ રહી શકે છે.		
૩. દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ વિચારી શકે છે પોતાની જાતને કેન્દ્રિત રાખી શકે છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે હાલ એક કામ કરી રહ્યા છો. તમે ઘણાં પ્રયત્નો કર્યા પણ તમને તે કાર્યમાં સફળતા મળતી નથી. તમારા સાહેબ તમને કાર્ય તરત જ પૂર્ણ કરવા જણાવે છે.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક નિયંત્રણનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સાંવેગિક નિયંત્રણનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	સાંવેગિક નિયંત્રણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૨.૨ : વિશ્વાસપાત્રતા
સોપાન ૧ : વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ : "વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતા અને પોતાના કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય લાવી શકે છે, નૈતિક અને વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરી શકે છે તથા પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરી શકે છે."		
સોપાન ૨ : વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. નૈતિક અને વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરે છે.		
૨. વિશ્વસનીયતા અને પ્રામાણિકતા દ્વારા અન્યોમાં વિશ્વાસ ઊભો કરી શકે છે.		
૩. પોતાની ભૂલોનો સ્વીકાર કરી શકે છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ધોરણ ૧૧ના વિદ્યાર્થી છો. તમે અને તમારા મિત્ર સાથે કામ કરતા શાળાની કોઈ વસ્તુને તમારાથી નુકશાન થયું છે. શાળાના શિક્ષક તમને બંનેને સજા માટે બોલાવે છે.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વિશ્વાસપાત્રતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ વિશ્વાસપાત્રતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	વિશ્વાસપાત્રતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૨.૩ : ઈમાનદારી
<p>સોપાન ૧ : ઈમાનદારીની ક્ષમતાનો અર્થ : "ઈમાનદારીની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતાથી, શુદ્ધ દાનતથી, પૂરી તાકાતથી પોતાની ફરજો બજાવે છે, વચન અને શરતોનું પાલન કરે છે તથા પોતાની અન્ય વ્યક્તિ પરની આધારભૂતતા અને ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટેની પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી શકે છે."</p>	
<p>સોપાન ૨ : ઈમાનદારીની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. પ્રતિબદ્ધ હોય છે અને કોઈપણ ભોગે વચનનું પાલન કરે છે. ૨. ધ્યેયપ્રાપ્તિ માટે પોતાને જવાબદાર માને છે. ૩. પોતાના કાર્યમાં વ્યવસ્થિત અને કાળજી લેનાર. 	
<p>સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમને એક કામ સોંપવામાં આવે છે. તમને એ કામ પૂર્ણ કરવા એક માસનો સમય આપવામાં આવે છે. પંદર દિવસ પછી તમારા સહકર્મચારીની ભૂલને લીધે અત્યાર સુધી થયેલું બધું કાર્ય ફરીથી કરવું પડે તેમ છે. તમે તમારા ઉપરી અધિકારીને આ વાત કઈ રીતે કરશો ?</p>	
<p>સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ ઈમાનદારીની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ ઈમાનદારીની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	
<p>સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને ઈમાનદારીની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	ઈમાનદારીની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૨.૪ : અનુકૂલનક્ષમતા
<p>સોપાન ૧ : અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ: “અનુકૂલનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે, અગ્રતાક્રમમાં સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે, બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાની વ્યૂહરચનામાં ફેરફાર કરી શકે છે તથા કોઈ પણ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક રહી શકે છે.”</p>	
<p>સોપાન ૨ : અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. અગ્રતાક્રમ સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે તથા ઝડપી પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે. ૨. બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાના પ્રતિચારો અને વ્યૂહરચનાઓમાં ફેરફાર કરે છે. ૩. કોઈપણ ઘટનાને જોવાના સન્દર્ભમાં લવચીક હોય છે. 	
<p>સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ધોરણ ૧૦ સુધી ઘરે રહીને અભ્યાસ કર્યો છે. તમને તમારા માતા પિતા તરફથી જોઈએ તે વસ્તુ અપાવી દેવામાં આવી છે. ધોરણ ૧૧માં તમને તમારા ગામથી વધુ સારું શિક્ષણ મળે તે માટે અન્ય શહેરની છાત્રાલયમાં રહી અભ્યાસ કરવા જવાનું થાય છે. જ્યાં ખાસ સુવિધા નથી.</p>	
<p>સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ અનુકૂલનક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ અનુકૂલનક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	
<p>સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	અનુકૂલનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૨.૫ : સિદ્ધિ પ્રેરણ
સોપાન ૧ : સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ : 'સિદ્ધિ પ્રેરણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ શરૂઆતમાં વાસ્તવિક ધ્યેય નક્કી કરે છે અને એ સિદ્ધ થતાં તેના કરતાં વધુ ઊંચું ધ્યેય નક્કી કરી પણ સિદ્ધ કરી શકે છે અને આ રીતે સિદ્ધિમાંથી પ્રેરણા મેળવી સફળતાની સર્વોચ્ચ કક્ષા પ્રાપ્ત કરી શકે છે."		
સોપાન ૨ : સિદ્ધિ પ્રેરણ ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખ હોય છે. પોતાના ધ્યેયો અને ધોરણોની પ્રાપ્તિ માટે ઉચ્ચ કક્ષાએ પ્રેરિત હોય છે.		
૨. પડકારરૂપ ધ્યેયો નક્કી કરે છે અને તેમાં ગણતરીપૂર્વકનું જોખમ સ્વીકારે છે.		
૩. અચોક્કસતા ઘટાડવા અને વધુ સારી રીતે કાર્ય કરવાના રસ્તા શોધવા માહિતીનો યોગ્ય ઉપયોગ કરે છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક કાર્ય કરેલ જેમાં તમને સફળતા મળેલ. હવે તમારી સમક્ષ બે કાર્યની ઓફર મળે છે. એક જે કાર્ય કરી સફળતા મળી એ જ પ્રકારનું કાર્ય અને બીજું એનાથી મુશ્કેલ કાર્ય જે તમે ક્યારેય કરેલ નથી. બીજા કાર્યમાં નિષ્ફળતાનું જોખમ પણ છે.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સિદ્ધિ પ્રેરણનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સિદ્ધિ પ્રેરણનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	સિદ્ધિ પ્રેરણ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૨.૬ : પહેલ કરવાની ક્ષમતા
સોપાન ૧ : પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "પહેલ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના દ્વારા વ્યક્તિ કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે, જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે, કાર્ય પુરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે તથા અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરે છે. "		
સોપાન ૨ : પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે.		
૨. જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે.		
૩. કાર્ય પૂરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે.		
૪. અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરે છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક કંપનીમાં માર્કેટીંગ મેનેજર છો. તમે તમારા ઉત્પાદનનું જરૂરી હોય તેટલું વેચાણ ધરાવો છો. તમને એક કંપનીનો મોટો ઓર્ડર મળે છે. કંપનીના નિયમ મુજબ તમારું ઉત્પાદન અન્ય કંપનીને વેચી શકતા નથી.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ પહેલ કરવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
૪		
સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
૪		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પહેલ કરવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
૪		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	પહેલ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	
૪.	૪.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૩.૧ : અન્યને સમજવાની ક્ષમતા	
સોપાન ૧ : અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "અન્યને સમજવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેનાં દ્વારા તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપી શકે છે, સારી રીતે સાંભળી શકે છે, તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે, અન્યના દષ્ટિકોણો, જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે."			
સોપાન ૨ : અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :			
૧. તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપે છે તથા સારી રીતે સાંભળી શકે છે.			
૨. તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે, અન્યના દષ્ટિકોણો સમજી શકે છે.			
૩. અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે.			
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારી સાથે અભ્યાસ કરતા મિત્રના પિતાજી બીમાર છે. તમારો મિત્ર તમારી સમક્ષ એના પિતાજી બીમાર છે તેની અને બીમારી માટેની દવા માટેના ખર્ચની તથા તેના કુટુંબને પડેલી મુશ્કેલી વિશે વાત કરી રહ્યો છે.			
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન			
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન			
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી			
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના			
વ્યક્તિનાં વર્તનો		અન્યને સમજવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.		૧.	
૨.		૨.	
૩.		૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૩.૨ : સેવા અભિમુખતા
<p>સોપાન ૧ : સેવા અભિમુખતાનો અર્થ : “સેવા અભિમુખતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે. તે અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે. અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે.”</p>	
<p>સોપાન ૨ : સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. તે અન્યને પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે. ૨. તે અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે. ૩. અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે. 	
<p>સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક શોપીંગ મોલમાં સેલ્સમેન છો. તમારા ગ્રાહક ઘણાં સમયથી કોઈ વસ્તુની પસંદગી કરે છે પણ પસંદગી કરી શકતા નથી. ગ્રાહક તમને કયા પ્રકારની વસ્તુ જોઈએ છે તે કહે છે.</p>	
<p>સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સેવા અભિમુખતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સેવા અભિમુખતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	
<p>સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	સેવા અભિમુખતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૩.૩ : વ્યવસ્થાતંત્રીય-જાગૃતિ
સોપાન ૧ : સેવા અભિમુખતાનો અર્થ : "વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે, મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાઈ શકે છે તથા અન્યના દષ્ટિકોણો અને વર્તનો પર અસર કરતા બળોને સમજે છે."	
સોપાન ૨ : સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :	
૧. મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે.	
૨. મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાઈ શકે છે.	
૩. અન્યના દષ્ટિકોણો-વર્તનો પર અસર કરતા બળોને સમજે છે.	
૪. વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓને જાણે છે.	
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારી શાળામાં વિદ્યાર્થી યુટણી યોજવામાં આવી રહી છે. આ યુટણીમાં જુદા જુદા ત્રણ પક્ષકારો યુટણી લડી રહ્યા છે. તમે કોઈ પણ એક પક્ષમાં જોડાવા ઇચ્છો છો.	
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ વ્યવસ્થાતંત્રીય-જાગૃતિનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા	
૧.	
૨.	
૩.	
૪.	
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા	
૧.	
૨.	
૩.	
૪.	
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન	
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ વ્યવસ્થાતંત્રીય-જાગૃતિનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા	
૧.	
૨.	
૩.	
૪.	
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી	
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને વ્યવસ્થાતંત્રીય-જાગૃતિ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	વ્યવસ્થાતંત્રીય-જાગૃતિ અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.
૪.	૪.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૪.૧ : અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા
<p>સોપાન ૧ : અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે, તે અન્યોની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે, અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓ અને કૌશલ્યોને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે. "</p>	
<p>સોપાન ૨ : અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. તે અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે. ૨. તે અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે. ૩. અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે. 	
<p>સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે સંગીતનો શોખ ધરાવો છો અને સંગીતના સારા જાણકાર છો. તમારી સાથે અભ્યાસ કરતો મિત્રપણ સંગીતનો શોખ ધરાવે છે અને માત્ર શોખથી સારું ગાય તેમજ વગાડી શકે છે.</p>	
<p>સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિનાં પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. 	
<p>સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	
<p>સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૪.૨ : સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા
<p>સોપાન ૧ : સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનો અર્થ : "સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે, ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે અને જેની સાથે સંઘર્ષ થાય છે તેવા લોકો સાથે બંનેની જીત થાય એ રીતે સમાધાન શોધી શકે છે."</p>	
<p>સોપાન ૨ : સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે. ૨. જૂથ ચર્ચા અને ખુલ્લી ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે. ૩. મુશ્કેલ પરિસ્થિતિ કે લોકો સાથે WIN WIN SOLUTION પદ્ધતિપૂર્વક કાર્ય કરે છે. 	
<p>સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે ધોરણ ૧૧ના વિદ્યાર્થી છો. તમારા વર્ગના અન્ય એક વિદ્યાર્થી કે જે અભ્યાસમાં ખૂબ તેજસ્વી છે તેની સાથે તમને વારંવાર સંઘર્ષમાં ઉતરવું પડે છે.</p>	
<p>સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા</p>	
૧.	
૨.	
૩.	
<p>સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા</p>	
૧.	
૨.	
૩.	
<p>સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા</p>	
૧.	
૨.	
૩.	
<p>સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	
<p>સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૪.૩ : પ્રત્યાયનક્ષમતા
સોપાન ૧ : પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ : "પ્રત્યાયનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ સારી રીતે સાંભળે છે, સંદેશા-માહિતીની આપ લે માં-વાતચીત દરમિયાન સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે અને ઓળખે છે તથા સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ-સ્પષ્ટ હોય છે. "		
સોપાન ૨ : પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. સંદેશાની આપ-લેમાં સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે તથા ઓળખે છે.		
૨. સારી રીતે સાંભળે છે, સમજ દર્શાવે છે અને માહિતીનો પૂર્ણ ઉપયોગ કરે છે.		
૩. સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ હોય છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારો મિત્ર તમને તેની કૌટુંબિક પરિસ્થિતિ અને નબળી આર્થિક સ્થિતિ વિશે વાત કરે છે. વાતચિત દરમિયાન તેની આંખમાં આંસુ આવી જાય છે.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ પ્રત્યાયનક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પ્રત્યાયનક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	પ્રત્યાયનક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૪.૪ : પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા
સોપાન ૧ : પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે લોકોનો વિશ્વાસ જીતી શકે છે, સાંભળનાર સમક્ષ અસરકારક રજૂઆત કરી શકે છે તથા પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લઈ શકે છે."	
સોપાન ૨ : પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :	
૧. લોકોનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે.	
૨. સાંભળનાર સમક્ષ અરજ-અપીલ અસરકારક રીતે કરે છે.	
૩. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લે છે.	
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે એક ખાનગી બેંકમાં નોકરી માટે અરજી કરો છો. બેંકના મેનેજર તમારા મિત્રના પિતા છે. તેઓ નિયમિતતા અને સમયપાલનના આગ્રહી છે. તમને એ નોકરીના સંદર્ભમાં મળવા બોલાવે છે.	
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા	
૧.	
૨.	
૩.	
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા	
૧.	
૨.	
૩.	
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન	
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા	
૧.	
૨.	
૩.	
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી	
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૪.૫ : નેતૃત્વ ક્ષમતા
<p>સોપાન ૧ : નેતૃત્વક્ષમતા અર્થ : "નેતૃત્વ ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે, જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે, અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે અને ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે."</p>	
<p>સોપાન ૨ : નેતૃત્વક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે. ૨. જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે. ૩. અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે. ૪. ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે. 	
<p>સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમારી શાળાના સંચાલકોએ વિદ્યાર્થીઓની ફીમાં વધારો કર્યો છે, જે વિદ્યાર્થીઓને અનુકૂળ નથી. શાળાના દરેક વિદ્યાર્થીઓ આ ફી વધારાથી નારાજ છે.</p>	
<p>સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ નેતૃત્વક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. ૪ 	
<p>સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. ૪ 	
<p>સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન</p>	
<p>સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ નેતૃત્વક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા</p> <ol style="list-style-type: none"> ૧. ૨. ૩. ૪ 	
<p>સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી</p>	
<p>સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને નેતૃત્વક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના</p>	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	નેતૃત્વક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.
૪.	૪.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક	ક્ષમતા ૪.૬ : પરિવર્તકક્ષમતા
સોપાન ૧ : પરિવર્તકક્ષમતાનો અર્થ : "પરિવર્તકક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે, પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિને પડકારે છે, અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે અને અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે."	
સોપાન ૨ : પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :	
૧. પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે.	
૨. પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિને પડકારે છે.	
૩. અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે.	
૪. અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે.	
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : હાલમાં કમ્પ્યુટરનું મહત્ત્વ તમે સમજો છો. તમારી શાળામાં કમ્પ્યુટરની સુવિધા ન હોવાથી તેના વિકલ્પ તરીકે અન્ય વિષય રાખવો પડે છે. તમે કમ્પ્યુટર વિષય રાખવા માગો છો.	
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન	
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ પરિવર્તકક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા	
૧.	
૨.	
૩.	
૪.	
સોપાન ૬ : તુલના—પ્રશ્નોત્તરી— ચર્ચા	
૧.	
૨.	
૩.	
૪.	
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન	
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ પરિવર્તકક્ષમતાનાં વર્તનો—લક્ષણો નક્કી કરવા	
૧.	
૨.	
૩.	
૪.	
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી	
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના	
વ્યક્તિનાં વર્તનો	પરિવર્તકક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો
૧.	૧.
૨.	૨.
૩.	૩.
૪.	૪.

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૪.૭ : સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા	
સોપાન ૧ : સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનો અર્થ : "સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે વિશાળ સંબંધો-જોડાણો સ્થાપી અને તેને જાળવી શકે છે, પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે તથા પોતાના કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધ-મિત્રતા બાંધે છે અને જાળવે છે."			
સોપાન ૨ : સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :			
૧. વિશાળ સંબંધો-જોડાણો સ્થાપી અને તેને જાળવી શકે છે.			
૨. પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે.			
૩. કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધો બાંધે છે અને જાળવે છે.			
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : તમે અભ્યાસની સાથે પાર્ટટાઈમ વીમા કંપનીના એજન્ટ છો. તમને દિવસમાં અનેક લોકોને મળવાનું થાય છે જેનાથી તમે પૂરા પરિચિત પણ હોતા નથી.			
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન			
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન			
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા			
૧.			
૨.			
૩.			
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી			
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના			
વ્યક્તિનાં વર્તનો		સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.		૧.	
૨.		૨.	
૩.		૩.	

સાંવેગિક પરિસ્થિતિ પૃથક્કરણપત્રક		ક્ષમતા ૪.૮ : સહકાર
સોપાન ૧ : સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ : "સહકારની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે કાર્ય-હેતુ સિદ્ધિ તથા સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા રાખે છે, આયોજન, માહિતી અને સંશોધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકે છે, મિત્રતાભર્યુ, સહકારયુક્ત વાતાવરણ જન્માવે છે, સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક તત્કાલ ઝડપી લે છે."		
સોપાન ૨ : સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા :		
૧. કાર્ય-હેતુ સિદ્ધિ તથા સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા રાખે છે.		
૨. આયોજન, માહિતી અને સંશોધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકે છે.		
૩. મિત્રતાભર્યુ, સહકારયુક્ત વાતાવરણ જન્માવે છે.		
૪. સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક તત્કાલ ઝડપી લે છે.		
સોપાન ૩ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિ : શિક્ષક તમારા વર્ગમાંથી વિદ્યાર્થીઓના એક જૂથને બેંકમાંથી થોડી માહિતી લાવવાનું અને તેની નોંધ કરવાનું કહે છે. બેંકના કર્મચારી તમારા પિતાજીના મિત્ર છે. દરેક વિદ્યાર્થીઓને થોડી-થોડી માહિતી લાવવાનું સોંપવામાં આવે છે. તમારા જૂથનો એક વિદ્યાર્થી એવો છે જે કોઈ પણ માહિતી લાવી શકે તેમ નથી.		
સોપાન ૪ : પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન		
સોપાન ૫ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના અર્થઘટન અનુરૂપ સહકારની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
૪.		
સોપાન ૬ : તુલના-પ્રશ્નોત્તરી- ચર્ચા		
૧.		
૨.		
૩.		
૪.		
સોપાન ૭ : પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન		
સોપાન ૮ : સાંવેગિક પરિસ્થિતિના પુનઃઅર્થઘટન અનુરૂપ સહકારની ક્ષમતાનાં વર્તનો-લક્ષણો નક્કી કરવા		
૧.		
૨.		
૩.		
૪.		
સોપાન ૯ : અન્ય પરિસ્થિતિ રજૂ કરવી		
સોપાન ૧૦ રજૂ કરેલ પરિસ્થિતિમાં વ્યક્તિનાં વર્તનો અને સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનોની તુલના		
વ્યક્તિનાં વર્તનો	સહકારની ક્ષમતા અનુરૂપ વિદ્યાર્થીઓનાં વર્તનો	
૧.	૧.	
૨.	૨.	
૩.	૩.	
૪.	૪.	

અનુપૂર્તિ - ૮

સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની તજજ્ઞીય સમીક્ષા માટે તજજ્ઞોને આપેલ પત્ર

સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં સાંવેગિક બુદ્ધિ વિકાસ મોડલની અસરકારકતાનો અભ્યાસ

• માર્ગદર્શક •
ડૉ. એન. એસ. દોંગા
નિવૃત્ત પ્રોફેસર, શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવન
સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી-રાજકોટ

• સંશોધક •
ચેતરિયા માલદે આર.
એમ.કોમ., એમ.એડ્.

આદરણીય શ્રી,

સવિનય સાથે જણાવવાનું કે હું સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટીના શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવનમાં ડૉ.એન.એસ.દોંગા સાહેબના માર્ગદર્શન હેઠળ પીએચ.ડી. કરી રહ્યો છું. પીએચ.ડી. મહાનિબંધ માટે મારે સાંવેગિક બુદ્ધિના વિકાસ માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યની રચના કરી તેની અસરકારકતાનો અભ્યાસ ધોરણ-૧૧ના વિદ્યાર્થીઓની સાંવેગિક બુદ્ધિ અને શૈક્ષણિક સિદ્ધિના સંદર્ભમાં કરવાનો છે.

"સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય"ની રચના માટે મેં ગોલમેનના સાંવેગિક બુદ્ધિના મોડલ આધારિત વીસ સાંવેગિક બુદ્ધિ ક્ષમતાઓના વિકાસ માટે સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય તૈયાર કરેલ છે.

આ સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય પાત્ર સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવશે. જેનો અભ્યાસ કરી પાત્રને સ્વ-અધ્યયન સાહિત્યના અંતે આપેલ પત્રકમાં પ્રતિચાર આપવાના છે.

આ સાથે ક્ષમતા માટેનું "સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય" સામેલ છે.

આ ક્ષેત્રના તજજ્ઞ તરીકે આપશ્રીને રચવામાં આવેલ "સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય", તેનું માળખું, હેતુઓ, પ્રવૃત્તિઓ તથા વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિચારો માટેના પત્રક અંગેના આપના અભિપ્રાય કે સૂચનો આપવા વિનંતી કરું છું.

ઉપરાંત આ સમગ્ર "સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય"ના સંદર્ભમાં આપના વિશેષ મંતવ્યો પણ મારા સંશોધનકાર્ય માટે ખૂબ જ ઉપયોગી સાબિત થશે.

આપનો વિશ્વાસુ,
(ચેતરિયા માલદે આર.)

અનુપૂર્તિ - ૮
સાંવેગિક બુદ્ધિ સ્વ-અધ્યયન સાહિત્ય

ક્ષમતા ૧.૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના સંવેગો અને એ સંવેગોનાં કારણો તથા પોતાના સંવેગોની પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર શી અસર થાય છે તે સમજી શકે છે.

• **ક્ષમતા ૧.૧ : સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ પરના સાહિત્યનું બંધારણ**

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સંવેગનો અર્થ
- ૩.૦ સંવેગનાં કારણો
- ૪.૦ સંવેગની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરો
 - ૪.૧.૧ હકારાત્મક અસર
 - ૪.૧.૨ નકારાત્મક અસર
- ૫.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૬.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રક

• **આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....**

- ૧. સંવેગનો અર્થ આપી શકશો.
- ૨. તમારા સંવેગોને ઓળખી શકશો.
- ૩. તમારા સંવેગોનાં કારણો જાણી શકશો.
- ૪. તમારા સંવેગોની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરો ઓળખી શકશો.
- ૫. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૬. તમારી સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અનેક લોકોના સંપર્કમાં આવે છે, અનેક પરિસ્થિતિ કે સમસ્યાનો સામનો કરે છે. આ દરેક વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ સાથેની આંતરક્રિયાના પરિણામ સ્વરૂપે વ્યક્તિમાં ચોક્કસ પ્રકારના ભાવો કે સંવેગો ઉત્પન્ન થાય છે. દા.ત. કોઈ જાણીતી વ્યક્તિને મળી આનંદ થાય, કોઈ સમસ્યાનો ઉકેલ ન મળતા ગુસ્સો ઉત્પન્ન થાય કે કોઈ કાર્ય સમયસર પૂરું ન થતાં ચિંતા ઉદ્ભવે. પરંતુ ઘણી વખત ઉપસ્થિત થતી પરિસ્થિતિ કે સમસ્યા એટલી ક્ષણિક હોય છે કે તેનાથી ઉદ્ભવતા સંવેગો પ્રત્યે વ્યક્તિ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતી નથી. ઉપરાંત ઘણી વખત ઉત્પન્ન થતા સંવેગો એટલા જટિલ હોય છે કે વ્યક્તિ તેને ઓળખી શકતી નથી. ભય, ચિંતા, ગુસ્સો વગેરે જેવા સંવેગોને ઓળખવામાં ન આવે તો લાંબા ગાળે વ્યક્તિને માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે નુકશાન પહોંચી શકે છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાના સંવેગો પ્રત્યે જાગૃત રહી તેને ઓળખવા જરૂરી બને છે. વ્યક્તિની પોતાના સંવેગોને ઓળખવાની ક્ષમતાને સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં સંવેગનો અર્થ, સંવેગોના કારણો તથા સંવેગની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. ત્યારબાદ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૨.૦ સંવેગનો અર્થ

સંવેગ માટે અંગ્રેજીમાં Emotion શબ્દ વપરાય છે; જે લેટિન શબ્દ Emovere પરથી ઊતરી આવ્યો છે; જેનો અર્થ ક્ષુબ્ધ કરવું, ઉથલપાથલ કરવી કે ખલેલ પહોંચાડવી એવો થાય છે. સંવેગની સ્થિતિમાં આપણી આંતરિક-શારીરિક પ્રક્રિયાઓમાં ઉથલપાથલ થાય છે. સંવેગની સ્થિતિમાં આપણી ચેતના ક્રિયાશીલતાની પરાકાષ્ટાએ પહોંચે છે.

સંવેગ એ શરીરતંત્ર સાથે ગાઢ રીતે સંકળાયેલી જટિલ પ્રક્રિયા છે. સંવેગથી કેટલીક આંતરિક-શારીરિક પ્રક્રિયાઓ ઝડપી બને છે. અંતઃસ્રાવી ગ્રંથીઓનો સ્રાવ વેગીલો બને છે. શ્વાસોછ્વાસ, રૂધિરાભિસરણ, હૃદયના ઘબકારા વગેરેની ક્રિયા ઝડપી બને છે. સંવેગની સ્થિતિમાં આપણો આપણા વર્તન પર નહિવત્ કાબૂ હોય છે.

દા.ત. વર્ષા પછી કોઈ જાણીતી વ્યક્તિને જોતાં આપણી આંતરિક-શારીરિક પ્રક્રિયાઓ ઝડપી બને છે, આપણા ચહેરા પર સ્મિત આવી જાય છે કે આપણે એ વ્યક્તિને ભેટી પડીએ છીએ. આ સમયે આપણે આ પ્રકારના વર્તનને રોકી શકતા નથી. આ સંવેગ એ આનંદનો સંવેગ છે. એ જ રીતે કોઈએ આપણી ખૂબ જ અગત્યની વસ્તુને નુકશાન કર્યું હોય ત્યારે આપણે તેને મારીએ, કોઈ વસ્તુનો ઘા કરીએ કે હાથ પગ પછાડીએ. આ ગુસ્સાનો સંવેગ છે.

૩.૦ સંવેગનાં કારણો

વ્યક્તિ જે સંવેગ અનુભવે છે તેની સાથે તે સંવેગ ઉત્પન્ન થવાનું કારણ જોડાયેલું છે. જ્યારે વ્યક્તિ કોઈપણ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિનો સામનો કરે છે ત્યારે તેના આધારે તે જે સંવેગ અનુભવે છે તેનું મુખ્ય કારણ વ્યક્તિનું તે વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ અંગેનું અથવા તેના પરિણામ અંગેનું પોતે કરેલું અર્થઘટન હોય છે. અર્થાત્ વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં જે પ્રમાણે અર્થઘટન કરે છે એ મુજબ તે સંવેગ અનુભવે છે. દા.ત. શિક્ષક તમને બોલાવે છે. આ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં તમે અર્થઘટન કરો કે

શિક્ષક સજા કરવા બોલાવે છે ત્યારે તમે ભયનો સંવેગ અનુભવશો. આમ, સંવેગ માટે પરિસ્થિતિ નહીં પરંતુ પરિસ્થિતિ અંગેનું અર્થઘટન જવાબદાર છે.

સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન પોતાની જરૂરિયાતોના સંતોષ કે અસંતોષના સન્દર્ભમાં કરે છે અને એ મુજબ સંવેગ અનુભવે છે. દા.ત. શિક્ષકે સોપેલું ગૃહકાર્ય પૂર્ણ થયેલ નથી. વિદ્યાર્થી આ પરિસ્થિતિ વિશે વિચારે અથવા અર્થઘટન કરે કે ગૃહકાર્ય ન કરેલ હોવાથી શિક્ષક સજા કરશે. સજા થશે એ વિચારે તે ભયનો સંવેગ અનુભવશે. પરંતુ ખરું જોતા આ ભયનો સંવેગ તેની સલામતીની જરૂરિયાત સંતોષાયેલી નથી તેને લીધે ઉદ્ભવે છે. જો વિદ્યાર્થીને ખાતરી થઈ જાય કે ગૃહકાર્ય કરેલ ન હોવા છતાં શિક્ષક સજા કરશે નહીં એટલે કે, તેની સલામતીની જરૂરિયાત સંતોષાય તો ગૃહકાર્ય કરેલ ન હોવા છતાં તે ભયનો સંવેગ અનુભવશે નહીં. શાળામાં પ્રથમ ક્રમે ઉત્તીણ થતો વિદ્યાર્થી વિચારે કે માતા-પિતા તેના પર ખુશ થશે. મિત્રોમાં તે હોશિયાર પૂરવાર થશે. આથી આનંદ કે ખુશીનો સંવેગ ઉદ્ભવે. આ આનંદ કે ખુશીના સંવેગનું મુખ્ય કારણ વિદ્યાર્થીની પ્રેમની કે પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાતનો સંતોષ ગણી શકાય. જો વિદ્યાર્થીની સફળતાની કોઈ નોંધ ન લેવાય એટલે કે, તેની પ્રતિષ્ઠાની જરૂરિયાત ન સંતોષાય તો પ્રથમ ક્રમે ઉત્તીણ થવા છતાં આનંદ કે ખુશીનો સંવેગ ન ઉદ્ભવે. આમ, કોઈપણ પરિસ્થિતિ પ્રત્યેના અર્થઘટનને પરિણામે વ્યક્તિમાં ચોક્કસ પ્રકારના સંવેગ ઉદ્ભવે છે.

ભય, ગુસ્સો, પ્રેમ, ઈર્ષ્યા અને ચિંતા જેવા સંવેગનાં સામાન્ય કારણો સારણી-૧માં આપવામાં આવેલ છે.

સારણી-૧માં આપવામાં આવેલ જેવાં કારણોને લીધે વ્યક્તિ ભય, ગુસ્સો, પ્રેમ, ઈર્ષ્યા, ચિંતાના સંવેગો અનુભવે છે. જુદી જુદી વય કક્ષાએ આ સંવેગ અનુભવવાનાં કારણો પણ જુદાં જુદાં હોઈ શકે છે.

સારણી ૧ જુદા જુદા સંવેગો અને તેનાં કારણો

ભય	ગુસ્સો	પ્રેમ	ઈર્ષ્યા	ચિંતા
સર્પ-કૂતરા અંધારું - તોફાન અકસ્માત ઊંચી જગ્યા વિચિત્ર અવાજ ઘરમાં એકલા રહેવું અજાણી વ્યક્તિ પરીક્ષા શિક્ષકો શારીરિક સ્પર્ધાઓ ગૃહકાર્ય વૈયક્તિક અપૂર્ણતા મિત્રોની મજાક શક્તિ બહારનું કામ લઘુતાની લાગણી પ્રતિષ્ઠા ગુમાવવી.	ઘરના નિયમો વડીલો દ્વારા નજીકનું- અવલોકન અન્ય સાથેના મતભેદ સતત રોકટોક નિયંત્રણ માતાપિતાના લક્ષણો, ટેવો માતાપિતાની અયોગ્ય ટીકા બાળકની જેમ વર્તવ ચીડવવું તેની સાથે અયોગ્ય થવું પોતાની રમૂજ અભિમાન પર હુમલો નિષ્ફળતાનો અનુભવ શિક્ષકની અયોગ્ય ટીકા	સંતોષમાંથી ઉદભવતી- લાગણીઓ માતાપિતા કે અન્યોનો- પ્રેમ વિષમલિંગી વ્યક્તિ મિત્રોના નાના વર્તુળ સુખદ સંબંધ સુરક્ષિતતાનો અનુભવ	જેના પ્રત્યે પ્રેમની- લાગણી છે. અન્યમાં માનીતો- કે ચડીયાતો સહાધ્યાયી વિજાતીય સંબંધ પ્રેમ-માન-પ્રબળ ઈચ્છા ધ્યેય પ્રાપ્તિમાં ઊણપ બીજાને અપાતો લાભ- પોતાને આપવાનો- ઈન્કાર	જાત સાથે ઝઘડો આંતરિક સંઘર્ષ અયોગ્ય ઉશ્કેરાટ ઈચ્છા અને મૂલ્ય- વચ્ચે અથડામણ ગુસ્સો હોય પણ- હુમલો કરતા ડર પ્રબળ જાતીય ઈચ્છા

૪.૦ સંવેગની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરો

સંવેગ દરમિયાન જેમ આંતરિક ફેરફાર થાય છે તે જ રીતે કેટલાક બાહ્ય ફેરફાર પણ જોવા મળે છે. આ ફેરફારો તેના વર્તન કે વાણીમાં જોવા મળે છે. આમ, સંવેગ અનુભવનાર વ્યક્તિ તેની અભિવ્યક્તિ નરી આંખે જોઈ શકાય તેવાં વર્તનો તથા સાંભળી અને સમજી શકાય તેવા શબ્દો વડે વ્યક્ત કરે છે. આથી સંવેગની હાજરી વ્યક્તિના વર્તન કે વાણી પરથી જાણી શકાય છે. દા.ત. શોકનો આવેગ અનુભવનાર વ્યક્તિનું મોં પડી જાય, ચિંતાને કારણે આમ તેમ આટા મારવા, ગુસ્સાના સંવેગને લીધે હાથપગ પછાડવા, કોઈ વસ્તુ ફેંકવી, અન્ય વ્યક્તિ સાથે ઊંચા અવાજે વાત કરવી. શરમના સંવેગને લીધે ખોટું બોલવું, આનંદ કે ખુશીના સંવેગને લીધે હસવું, અન્ય સાથે વાતચીત કરવી. આશાવાદને લીધે ઝડપથી કામ કરવું વગેરે. આમ, સંવેગો વ્યક્તિના વર્તનમાં વ્યક્ત થાય છે. સંવેગની વ્યક્તિના વર્તન પર બે પ્રકારની અસર થાય છે :

(૧) હકારાત્મક અસર અને (૨) નકારાત્મક અસર.

૪.૧.૧ હકારાત્મક અસર. સંવેગનો અનુભવ અને તેને અનુરૂપ વ્યક્તિના વર્તનને લીધે વ્યક્તિને માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે તત્કાલ કે લાંબાગાળે લાભ થાય તો આ પ્રકારની અસર એ સંવેગની હકારાત્મક અસર કહી શકાય. દા.ત. આનંદ કે ખુશીના સંવેગને લીધે હસવું, અન્ય સાથે વાત કરવી. જેનાથી અન્ય સાથેના સાથેના સંબંધમાં સુધારો થાય છે. જે વ્યક્તિ માટે લાભકારક છે. આથી આ પ્રકારની અસર હકારાત્મક અસર છે. હકારાત્મક અસર ઉપજાવતા સંવેગને હકારાત્મક સંવેગ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આનંદ, આશા, ખુશી, પ્રેમ વગેરે જેવા સંવેગો હકારાત્મક સંવેગો છે. આ સંવેગોની અભિવ્યક્તિ કે તેને અનુરૂપ વર્તન વ્યક્તિ માટે ફાયદાકારક છે.

કેટલીક વખત વ્યક્તિ ભયને લીધે અતિનમ્રપણું દર્શાવે છે. વધુ સારો વ્યક્તિ વધુ ભય પામેલ હોઈ શકે. તે તેનું સારાપણું પોતાના જૂથમાં પોતાને શિક્ષા, અસ્વીકૃતિ કે તરછોડવાના ભયથી રક્ષણ આપવા ઉપયોગમાં લે છે. ચિંતા નીચે વ્યક્તિ ઘણીવાર ફરજિયાત કાર્યમાં ધકાયેલી રહે છે. સ્પર્ધા માટે પડકારરૂપ હોય એવાં કાર્યો કરે છે. આ અસર એ સંવેગની હકારાત્મક અસર કહી શકાય.

૪.૧.૧ નકારાત્મક અસર. સંવેગનો અનુભવ અને તેને અનુરૂપ વ્યક્તિના વર્તનને લીધે વ્યક્તિને માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે તત્કાલ કે લાંબાગાળે નુકશાન થતું હોય તો આ પ્રકારની અસર એ સંવેગની નકારાત્મક અસર કહી શકાય. દા.ત. ગુસ્સાના સંવેગને લીધે અન્ય પર કોઈ વસ્તુનો ઘા કરવો, ઈજા પહોચાડવી કે ઊંચા અવાજે વાત કરવી. આ પ્રકારની અસરને લીધે અન્ય સાથેના સંબંધમાં ઓટ આવે છે. જે વ્યક્તિ માટે નુકશાનકારક છે. આથી આ પ્રકારની અસર નકારાત્મક અસર છે. નકારાત્મક અસર ઉપજાવતા સંવેગને નકારાત્મક સંવેગ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. ચિંતા, ભય, ક્રોધ, નિરાશા વગેરે જેવા સંવેગો નકારાત્મક સંવેગો છે. આ સંવેગોની અભિવ્યક્તિ કે તેને અનુરૂપ વર્તન વ્યક્તિ માટે નુકશાનકારક છે.

વ્યક્તિ ભયને કારણે કોઈ કાર્ય કરવાનું ટાળે, ગુસ્સાને લીધે અન્યની ટીકા કરે, શારીરિક હુમલો કરે કે ચિંતાને લીધે નજીવાં કારણોમાં ગુસ્સો અનુભવે છે. આ અસર એ સંવેગની નકારાત્મક અસર કહી શકાય.

હકારાત્મક અને નકારાત્મક અસર ઊભી કરતા કેટલાક સંવેગોની યાદી સારણી-૨માં આપવામાં આવેલ છે.

સારણી ૨

હકારાત્મક સંવેગ	નકારાત્મક સંવેગ
પ્રેમ	ભય
દયા	ક્રોધ
કરુણા	ચિંતા
ક્ષમા	ઘૃણા
કૃતજ્ઞતાની લાગણી	ઈર્ષા
આનંદ	અતિ સ્વાર્થ
ખુશી	શંકા
આશા	નિરાશા

ઉપરની સારણી-૨માં પ્રત્યેક હકારાત્મક સંવેગ વ્યક્તિ માટે માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે હકારાત્મક અસર ઊભી કરે છે. જ્યારે પ્રત્યેક નકારાત્મક સંવેગ વ્યક્તિ માટે માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે નકારાત્મક અસર ઊભી કરે છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાના સંવેગો ઓળખવા જરૂરી બને છે. જેથી વ્યક્તિ આ સંવેગો પોતાના માટે ફાયદાકારક છે કે નુકશાનકારક તે સમજી શકે અને જો નુકશાનકારક હોય તો તેનાં નિયંત્રણ માટેનાં પગલાં લઈ શકે.

૫.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના સંવેગો અને એ સંવેગોનાં કારણો તથા પોતાના સંવેગોની અસર પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર શું થાય છે તે સમજી શકે છે.

આ પરથી સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ કહી શકાય.

૧. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના સંવેગોને ઓળખી શકે છે. એટલે કે પોતે કોઈ સંવેગનો અનુભવ કરે છે તે જાણી શકે છે અને તેને નામ આપી શકે છે.
૨. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગ અનુભવે છે તેનું કારણ જાણે છે. એટલે કે પોતાને ચોક્કસ સંવેગનો અનુભવ શા માટે થયો તે જાણે છે.
૩. સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગ અનુભવે છે તેની અસર પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર શું થાય છે તે જાણે છે. એટલે કે પોતાના સંવેગોની અસર હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક તે જાણે છે. પોતાના સંવેગો ફાયદાકારક છે કે નુકશાનકારક તે જાણે છે.

૬.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા એ એવી ક્ષમતા છે કે જો યોગ્ય પ્રયત્નો કરવામાં આવે તો વ્યક્તિમાં વિકસાવી શકાય છે. વ્યક્તિ સમક્ષ દિવસ દરમિયાન જે અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા

કે પરિસ્થિતિ ઉપસ્થિત થાય છે તેના સંદર્ભમાં વ્યક્તિ શું વિચારે છે, તેની સાથે ક્યા પ્રકારનો વ્યવહાર કે વર્તન કરે છે તે અંગે સતત જાગૃત રહેવાનો પ્રયત્ન કરવાથી આ પ્રકારની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય છે. આ માટે નીચેના ઉપાયો કરવા જોઈએ.

૧. વ્યક્તિ જ્યારે અન્ય વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવે છે ત્યારે તેને પ્રથમ વખત જોઈને અથવા તેની વાત સાંભળીને પોતાને ક્યા પ્રકારનો વિચાર આવ્યો તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ. આ જ રીતે વ્યક્તિ સમક્ષ કોઈ સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ ઉપસ્થિત થાય ત્યારે પોતે પ્રથમ ક્યા પ્રકારનો વિચાર કર્યો કે શું અર્થઘટન કર્યું તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ.
૨. વ્યક્તિ સમક્ષ ઉપસ્થિતિ અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિનું જે અર્થઘટન કર્યું હોય તે મુજબ વ્યક્તિ ચોક્કસ પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે. પરિસ્થિતિનું જે અર્થઘટન કર્યું હોય તે જ ચોક્કસ પ્રકારના સંવેગો ઉત્પન્ન કરતાં કારણોને જન્મ આપે છે. આથી પરિસ્થિતિના અર્થઘટનમાં સંવેગો ઉત્પન્ન કરતાં કારણો ક્યાં ક્યાં છે તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ.
૩. સંવેગો ઉત્પન્ન કરતાં કારણો ક્યા સંવેગ સાથે સંબંધિત છે તે વિચારી કારણોને અનુરૂપ જે તે સંવેગને ઓળખવા જોઈએ.
૪. વ્યક્તિ પોતે જે સંવેગો અનુભવે છે તેની અભિવ્યક્તિ તે જુદા જુદા વર્તન વડે વ્યક્ત કરે છે. આથી વ્યક્તિના પોતાના સંવેગને અભિવ્યક્ત કરતાં વર્તનો ક્યાં ક્યાં છે તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ. એટલે કે પોતાના સંવેગોની પોતાના વર્તન પર શું અસર થઈ તે અંગે વિચારવું જોઈએ.
૫. પોતાના સંવેગોની પોતાના વર્તન પર જે અસર થઈ તે હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક એટલે કે પોતાના સંવેગને અભિવ્યક્ત કરતાં વર્તનો પોતાના માટે લાભકારક છે કે નુકશાનકારક તે અંગે સતત જાગૃત રહેવું જોઈએ.

૭.૦ સારાંશ

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અનેક લોકો, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિના સંપર્કમાં આવે છે. તેના વિશેનો વિચાર કે અર્થઘટન વ્યક્તિમાં ચોક્કસ પ્રકારના ભાવો કે સંવેગો ઉદ્ભવવા માટેનાં કારણો કે પરિસ્થિતિ ઊભી કરે છે. આ કારણોને લીધે વ્યક્તિ ચોક્કસ પ્રકારના ભાવો કે સંવેગો અનુભવે છે. સંવેગની સ્થિતિ દરમિયાન વ્યક્તિમાં કેટલાક આંતરિક ફેરફારો તેમજ કેટલાક બાહ્ય ફેરફાર થાય છે. સંવેગને લીધે વ્યક્તિમાં થતા બાહ્ય ફેરફાર વ્યક્તિના વર્તનમાં દેખાય આવે છે. આમ, સંવેગ અનુભવનાર વ્યક્તિ પોતાના સંવેગની અભિવ્યક્તિ નરી આંખે જોઈ શકાય તેવા વર્તન વડે વ્યક્ત કરે છે. આ સંવેગનો અનુભવ કે તેની અભિવ્યક્તિરૂપ વર્તનો વ્યક્તિ પર માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે હકારાત્મક કે નકારાત્મક અસર પહોચાડે છે. હકારાત્મક અસર ઉપજાવતા સંવેગને હકારાત્મક સંવેગ અને નકારાત્મક અસર ઉપજાવતા સંવેગને નકારાત્મક સંવેગ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. વ્યક્તિ માટે પોતે જે સંવેગો અનુભવે છે તે હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક તે જાણવું ખૂબ જ જરૂરી છે. કારણ કે જો નકારાત્મક સંવેગને ઓળખવામાં આવશે તો જ એ સંવેગને નિયંત્રણમાં લાવી તેની નકારાત્મક અસર દૂર કરવા પ્રયત્ન કરી શકાશે. વ્યક્તિની પોતાના સંવેગો, તેના કારણો, તથા તેની પોતાના વિચાર, વાણી

અને વર્તન પર થતી હકારાત્મક કે નકારાત્મક અસર ઓળખવાની ક્ષમતાને સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા કહે છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં કયા પ્રકારનો વિચાર આવ્યો કે પોતે એ પરિસ્થિતિનું કઈ રીતે અર્થઘટન કર્યું, આ અર્થઘટનને પરિણામે સંવેગ માટેનાં કયાં કારણોનો જન્મ થયો અને આ કારણોને અનુરૂપ કયા સંવેગનો અનુભવ થયો તે અંગે સતત જાગૃત રહેવાથી પોતાના સંવેગોને ઓળખવાની ક્ષમતા કેળવી શકાશે. ઉપરાંત પોતાના સંવેગોની અભિવ્યક્તિ કઈ રીતે કરી એટલે કે પોતાના સંવેગની પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન પર હકારાત્મક કે નકારાત્મક અસર અંગે સતત જાગૃત રહેવાથી વ્યક્તિ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે. આ પ્રવૃત્તિઓના યોગ્ય અમલથી તમે તમારી સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧. તમને સાંવેગિક રીતે અસર કરી હોય તેવી દિવસ દરમિયાનની અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિને ઓળખી તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં વ્યક્તિ-સમસ્યા-પરિસ્થિતિના ખાનામાં કરો.
૨. તમે નોંધેલ પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં તમે કરેલ વિચાર કે અર્થઘટનની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં અર્થઘટન-વિચારના ખાનામાં કરો.
૩. તમે કરેલ વિચાર કે અર્થઘટનમાંથી ઉદ્ભવેલ સંવેગનાં કારણોની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં કારણના ખાનામાં કરો.
૪. વિચાર કે અર્થઘટનમાંથી ઉદ્ભવેલ કારણો સંબંધિત સંવેગ અંગે વિચારી તે સંવેગની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં સંવેગના ખાનામાં કરો.
૫. તમે અનુભવેલ સંવેગની અભિવ્યક્તિરૂપ વર્તનોની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં અભિવ્યક્તિ-વર્તનના ખાનામાં કરો.
૬. તમે અનુભવેલ સંવેગ હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક તેની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રકમાં હકારાત્મક-નકારાત્મકના ખાનામાં કરો.

૯.૦ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ નોંધપત્રક

આ પત્રકમાં આગળ આપેલ પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધ કરો.

પ્રવૃત્તિ-૧ વ્યક્તિ-સમસ્યા-પરિસ્થિતિ	પ્રવૃત્તિ-૨ અર્થઘટન-વિચાર	પ્રવૃત્તિ-૩ કારણ	પ્રવૃત્તિ-૪ સંવેગ	પ્રવૃત્તિ-૫ અભિવ્યક્તિ-વતન	પ્રવૃત્તિ-૬ હકારાત્મક- નકારાત્મક

ક્ષમતા ૧.૨ : ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન એ વ્યક્તિની એવા પ્રકારની ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા ઓળખી શકે છે, પોતાના સંદર્ભમાં અન્યના પ્રતિભાવ મેળવી શકે છે અને ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ કેળવી શકે છે.

- ક્ષમતા ૧.૨ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન પરના સાહિત્યનું બંધારણ
 - ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
 - ૨.૦ મૂલ્યાંકનનો અર્થ
 - ૩.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ
 - ૪.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકનનાં ક્ષેત્રો
 - ૪.૧.૧ ભૌતિક ક્ષેત્ર
 - ૪.૧.૨ શારીરિક ક્ષેત્ર
 - ૪.૧.૩ સામાજિક ક્ષેત્ર
 - ૪.૧.૪ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્ર
 - ૪.૧.૫ સાંવેગિક ક્ષેત્ર
 - ૪.૧.૬ અન્ય ક્ષેત્ર
 - ૫.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ
 - ૬.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે અન્યના પ્રતિભાવ
 - ૭.૦ સતત સ્વ-મૂલ્યાંકન
 - ૮.૦ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતાનો અર્થ
 - ૯.૦ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
 - ૧૦.૦ સારાંશ
 - ૧૧.૦ પ્રવૃત્તિઓ
 - ૧૨.૦ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન નોંધપત્રક ૧-૨-૩

આ સાહિત્યના અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

- ૧. મૂલ્યાંકનનો અર્થ આપી શકશો.
- ૨. સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ આપી શકશો.
- ૩. સ્વ-મૂલ્યાંકનના ક્ષેત્રો જણાવી શકશો.
- ૪. સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવી શકશો.
- ૫. સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે અન્યના પ્રતિભાવ મેળવી શકશો.
- ૬. સતત સ્વ-મૂલ્યાંકન કરી શકશો.
- ૭. ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૮. તમારી ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિએ દિવસ દરમિયાન અનેક નિર્ણયો લેવા પડતા હોય છે. કેટલાક ધ્યેય નક્કી કરવાના હોય છે કે નવા કાર્યની શરૂઆત કરવાની હોય છે. આ નિર્ણયની સફળતા, ધ્યેયની સિદ્ધિ કે કાર્યની પૂર્ણતાનો આધાર વ્યક્તિની આ માટેની ક્ષમતા કે મર્યાદા પર રહેલો છે, વ્યક્તિ પાસે આ માટે રહેલા સંસાધનો પર રહેલો છે. ઘણી વખત કોઈ ધ્યેય નક્કી કર્યા બાદ કે કોઈ કાર્ય શરૂ કર્યા બાદ તે ધ્યેય સિદ્ધ થતું નથી કે કાર્ય પૂર્ણ થતું નથી. જેનું કારણ વ્યક્તિ પાસે જે તે ધ્યેય સિદ્ધ કરવા માટે કે કાર્ય પૂર્ણ કરવા માટે જરૂરી આવડત કે ક્ષમતાનો અભાવ, ભૌતિક કે અન્ય સંસાધનોની ઉણપ કે અન્યના સહકારનો અભાવ હોય છે. આમ, કોઈપણ નિર્ણય લેતા પહેલા કે કાર્ય શરૂ કરતા પહેલા આ નિર્ણયના અમલ માટે કે કાર્ય પૂર્ણ કરવા માટે પોતાની પાસે જરૂરી આવડત કે ક્ષમતા, ભૌતિક કે અન્ય સંસાધનો છે કે કેમ તે વિચારવું જોઈએ. પોતાની પાસે જરૂરી આવડત, ક્ષમતા, ભૌતિક કે અન્ય સંસાધનો વગેરે અંગેની વિચારણા કરવી એટલે પોતાનું મૂલ્યાંકન કરવું - સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવું.

આમ, વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન જે નિર્ણય લે છે કે કાર્ય શરૂ કરે છે તેની સફળતા કે નિષ્ફળતાનો આધાર નિર્ણય લેતા પહેલા કે કાર્ય શરૂ કરતા પહેલા પોતાનું જે મૂલ્યાંકન કરેલ છે તેના પર રહેલ છે. દા.ત. પાર્ટટાઈમ રીસેપ્સનિસ્ટની નોકરી સ્વીકારવી કે હિસાબનીશની નોકરી સ્વીકારવી. આ બાબતના નિર્ણયમાં પોતાની ગાણિતિક કે નામાસંબંધી આવડત, વાક્પટુતા, નાણાંકીય વળતર, સમયગાળો, શોખ વગેરે બાબતોનાં સંદર્ભમાં પોતાનું મૂલ્યાંકન કરવું જોઈએ. ત્યારબાદ જ આ નિર્ણય લેવો જોઈએ. આમ, વ્યક્તિ માટે સ્વ-મૂલ્યાંકન ખૂબ જ અગત્યનું છે. સ્વ-મૂલ્યાંકનને સમજવા માટે મૂલ્યાંકનને સમજવું જરૂરી છે.

અત્રે પ્રારંભમાં મૂલ્યાંકનનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યારબાદ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ, સ્વ-મૂલ્યાંકનના ક્ષેત્રો, સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ, સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે અન્યના પ્રતિભાવ અને સતત સ્વ-મૂલ્યાંકનની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. અંતે ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતાનો અર્થ અને ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૨.૦ મૂલ્યાંકનનો અર્થ

મૂલ્યાંકન એટલે મૂલવવું કે મૂલવણી કરવી. કોઈ પણ વ્યક્તિ, વસ્તુ કે કાર્યની ચોક્કસ ધોરણોના સંદર્ભમાં મૂલવણી કરવી કે યોગ્યતા - અયોગ્યતાની ચકાસણી કરવી એટલે મૂલ્યાંકન કરવું.

૩.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકનનો અર્થ

સ્વ-મૂલ્યાંકન એટલે પોતાનું મૂલ્યાંકન. પોતાની ક્ષમતા, વિશિષ્ટ શક્તિ, આવડત, કૌશલ્યો અને ગુણોને ઓળખવા તેમજ પોતાની મર્યાદા, ખામી, ઉણપને ઓળખવી એટલે સ્વ-મૂલ્યાંકન.

વ્યક્તિમાં અનેક પ્રકારની ક્ષમતા, વિશિષ્ટ શક્તિ કે ગુણો હોય છે. વ્યક્તિ કોઈ કાર્ય કરવાના સંદર્ભમાં વિશિષ્ટ કૌશલ્યો ધરાવતી હોય છે. વ્યક્તિ સમાજમાં મોભો, પ્રતિષ્ઠા, મિત્રો કે રાજકીય વગ ધરાવતી હોય છે. ઉપરાંત વ્યક્તિની કેટલીક મર્યાદા પણ હોય છે. જેમ કે આવડતનો અભાવ, શારીરિક નબળાઈ, ઝડપથી ગુસ્સે થવું, ભૌતિક સુવિધાનો અભાવ,

સામાજિક અસ્વીકૃતિ વગેરે. વ્યક્તિએ પોતાની આ પ્રકારની ક્ષમતા અને મર્યાદાને ઓળખવી એટલે સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવું.

૪.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકનનાં ક્ષેત્રો

વ્યક્તિએ પોતાનું મૂલ્યાંકન કોઈ એક પાસાના સંદર્ભમાં નહીં પણ જુદા જુદા અનેક દષ્ટિકોણથી કરવાનું હોય છે. વિલિયમ જેમ્સ વ્યક્તિના સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે ત્રણ પ્રકારની ક્ષમતા-મર્યાદા ગણાવે છે : (૧) ભૌતિક ક્ષમતા, (૨) સામાજિક ક્ષમતા અને (૩) આધ્યાત્મિક ક્ષમતા. અત્રે સ્વ-મૂલ્યાંકનનાં આ અને આ સિવાયના કેટલાક ક્ષેત્રોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

૪.૧.૧ ભૌતિક ક્ષેત્ર. ભૌતિક ક્ષેત્રની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની ભૌતિક સુવિધાઓ અને સાધનો અંગેની ક્ષમતા છે. આ ક્ષમતામાં માલ મિલકત, નાણાકીય પરિસ્થિતિ, જરૂરી સંસાધનો વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે પોતે કયા કયા પ્રકારની ભૌતિક ક્ષમતા ધરાવે છે તે વિચારવું જોઈએ. કોઈ કાર્યની શરૂઆત કરતી વખતે તે કાર્ય માટે જરૂરી ભૌતિક ક્ષમતા પોતે ધરાવે છે કે નહીં તે વિચારવું જોઈએ.

જરૂરી સંસાધનોનો અભાવ, નાણાકીય મુશ્કેલી, ભૌતિક સુવિધાઓનો અભાવ વગેરે વ્યક્તિની ભૌતિક મર્યાદાઓ છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે જે તે કાર્ય સાથે સંબંધિત પોતાની ભૌતિક મર્યાદાઓ અંગે પણ વિચારવું જોઈએ. ધ્યેય સિદ્ધિ કે કાર્ય શરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય તેવી ભૌતિક સુવિધાઓ કે ક્ષમતા વ્યક્તિ પાસે ન હોય તે વ્યક્તિની ભૌતિક મર્યાદા ગણી શકાય.

૪.૧.૨ શારીરિક ક્ષેત્ર. શારીરિક ક્ષેત્રની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની શરીર સાથે સંબંધિત ક્ષમતા છે. શારીરિક તંદુરસ્તીનો આ ક્ષમતામાં સમાવેશ કરી શકાય. સ્નાયવિક કૌશલ્યો, પરિશ્રમ કરવાની ક્ષમતા, આંખ, કાન, નાકનો અસરકારક ઉપયોગ, હાથ પગ દ્વારા યોગ્ય રીતે કામ વગેરે શારીરિક તંદુરસ્તી સંબંધિત ક્ષમતા છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે પોતે કયા કયા પ્રકારની શારીરિક ક્ષમતા ધરાવે છે તે વિચારવું જોઈએ. કોઈ કાર્ય કે ધ્યેય નિર્ધારિત કરતી વખતે આ કાર્ય પૂર્ણ કરવા કે ધ્યેય સિદ્ધિ માટે જરૂરી શારીરિક ક્ષમતા પોતે ધરાવે છે કે નહીં તે વિચારવું જોઈએ.

શારીરિક નબળાઈ, ઓછું દેખાવું, ઓછું સાંભળવું, હાથપગની ખામી, વિકલાંગતા, જલ્દીથી થાક લાગવો વગેરે વ્યક્તિની શારીરિક મર્યાદાઓ છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે જે તે કાર્ય સાથે સંબંધિત પોતાની શારીરિક મર્યાદાઓ અંગે પણ વિચારવું જોઈએ. ધ્યેય સિદ્ધિ કે કાર્ય શરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય તેવી શારીરિક ક્ષમતા વ્યક્તિ ન ધરાવે તો તે વ્યક્તિની શારીરિક મર્યાદા ગણી શકાય.

૪.૧.૩ સામાજિક ક્ષેત્ર. સામાજિક ક્ષેત્રની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની અન્ય વ્યક્તિ, સંસ્થા કે સમાજના અન્ય સમૂહ સાથે પોતાના કાર્યો પાર પાડી શકવાની ક્ષમતા છે. સમાજમાં મોભો, પ્રતિષ્ઠા, શાખ, મિત્રો, સત્તા, સત્તાધિકારીઓમાં વગ, સગા-સંબંધીઓમાં ઉચ્ચ સ્થાન વગેરે વ્યક્તિની સામાજિક ક્ષમતા ગણી શકાય. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે પોતે કયા કયા પ્રકારની સામાજિક ક્ષમતા ધરાવે છે તે વિચારવું જોઈએ. કોઈ કાર્ય કે ધ્યેય નિર્ધારિત કરતી વખતે કાર્ય પૂર્ણ કરવા કે ધ્યેય સિદ્ધિ માટે જરૂરી સામાજિક ક્ષમતા પોતે ધરાવે છે કે નહીં તે વિચારવું જોઈએ.

સમાજમાં પ્રતિષ્ઠાનો અભાવ, સામાજિક અસ્વીકૃતિ, ઓછા મિત્રો, સગા-સંબંધીઓમાં નીચું સ્થાન, સત્તાધિકારીઓમાં વગનો અભાવ વગેરે વ્યક્તિની સામાજિક મર્યાદાઓ છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે જે તે કાર્ય સાથે સંબંધિત પોતાની સામાજિક મર્યાદાઓ અંગે પણ વિચારવું જોઈએ. ધ્યેય સિદ્ધિ કે કાર્ય શરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય તેવી સામાજિક ક્ષમતા વ્યક્તિ ન ધરાવે તો તે વ્યક્તિની સામાજિક મર્યાદા ગણી શકાય.

૪.૧.૪ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્ર. આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રની ક્ષમતામાં વ્યક્તિત્વ, મૂલ્ય, વલણ, સામાજિક દષ્ટિ વગેરે અંગેની ક્ષમતાનો સમાવેશ કરી શકાય. પ્રભાવશાળી વ્યક્તિત્વ, હકારાત્મક વલણ, ઉચ્ચ મૂલ્ય, ઉચ્ચ આદર્શ વગેરે પ્રકારની ક્ષમતા વ્યક્તિની આધ્યાત્મિક ક્ષમતા ગણી શકાય. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે પોતે કયા કયા પ્રકારની આધ્યાત્મિક ક્ષમતા ધરાવે છે તે વિચારવું જોઈએ. કોઈ કાર્ય કે ધ્યેય નિર્ધારીત કરતી વખતે કાર્ય પૂર્ણ કરવા કે ધ્યેય સિદ્ધિ માટે જરૂરી આધ્યાત્મિક ક્ષમતા પોતે ધરાવે છે કે નહીં તે વિચારવું જોઈએ.

વ્યક્તિત્વનો અભાવ, નકારાત્મક વલણ, મૂલ્યનો અભાવ, નીચા આદર્શ વગેરે વ્યક્તિની આધ્યાત્મિક મર્યાદાઓ છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે જે તે કાર્ય સાથે સંબંધિત પોતાની આધ્યાત્મિક મર્યાદાઓ અંગે પણ વિચારવું જોઈએ. ધ્યેય સિદ્ધિ કે કાર્ય શરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય તેવી આધ્યાત્મિક ક્ષમતા વ્યક્તિ ન ધરાવે તો તે વ્યક્તિની આધ્યાત્મિક મર્યાદા ગણી શકાય.

૪.૧.૫ સાંવેગિક ક્ષેત્ર. સાંવેગિક ક્ષેત્રની ક્ષમતા એ વ્યક્તિના સંવેગો અને લાગણી સાથે સંબંધિત ક્ષમતા છે. પોતાના સંવેગોને ઓળખવા, પોતાના સંવેગોના કારણો તથા સંવેગોની અભિવ્યક્તિ અંગે જાગૃત રહેવું, પોતાના સંવેગોની અસર ઓળખવી, હકારાત્મક સંવેગોનો અનુભવ વગેરે વ્યક્તિની સાંવેગિક ક્ષમતા છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે પોતે કયા કયા પ્રકારની સાંવેગિક ક્ષમતા ધરાવે છે તે વિચારવું જોઈએ. અને આ સાંવેગિક ક્ષમતા પોતાના કાર્ય કે ધ્યેય સિદ્ધિ માટે યોગ્ય છે કે કેમ તે વિચારવું જોઈએ અને ત્યારબાદ જ કાર્યની શરૂઆત કરવી જોઈએ.

સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિનો અભાવ, નકારાત્મક સંવેગોનો અનુભવ વગેરે વ્યક્તિની સાંવેગિક મર્યાદાઓ છે. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે જે તે કાર્ય સાથે સંબંધિત પોતાની સાંવેગિક મર્યાદાઓ અંગે પણ વિચારવું જોઈએ. ધ્યેય સિદ્ધિ કે કાર્ય શરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય તેવી સાંવેગિક ક્ષમતા વ્યક્તિ ન ધરાવે તો તે વ્યક્તિની સાંવેગિક મર્યાદા ગણી શકાય.

૪.૧.૬ અન્ય ક્ષેત્ર. વ્યક્તિની અન્ય ક્ષમતાઓમાં અનુભવ, શૈક્ષણિક લાયકાત વગેરેનો સમાવેશ કરી શકાય. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન વખતે પોતે કયા કયા પ્રકારની અન્ય ક્ષમતા ધરાવે છે તે વિચારવું જોઈએ અને આ ક્ષમતા પોતાના કાર્ય કે ધ્યેય સિદ્ધિ માટે યોગ્ય છે કે કેમ તે વિચારવું જોઈએ અને ત્યારબાદ જ કાર્યની શરૂઆત કરવી જોઈએ.

અનુભવનો અભાવ, શૈક્ષણિક કે વિશિષ્ટ લાયકાતનો અભાવ વગેરે વ્યક્તિની અન્ય મર્યાદાઓ ગણી શકાય. સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતી વખતે વ્યક્તિએ આ પ્રકારની મર્યાદાઓ અંગે પણ વિચારવું જોઈએ. કાર્ય શરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય તેવી ક્ષમતા વ્યક્તિમાં ન હોય તે વ્યક્તિની મર્યાદા ગણી શકાય.

૫.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ

વ્યક્તિ જ્યારે કોઈપણ કાર્ય કરે છે કે ધ્યેય સિદ્ધિ માટેના પ્રયત્નો કરે છે ત્યારે વ્યક્તિએ પોતાનું સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવું જરૂરી છે. જો વ્યક્તિ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરશે ત્યારે જ ખ્યાલ આવશે કે પોતે તે કાર્ય કરી શકશે કે કેમ ? તથા જો કાર્ય શરૂ કર્યું હોય તો તે યોગ્ય રીતે થઈ રહ્યું છે કે કેમ? આમ, કોઈ કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરતી વખતે વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવવો જોઈએ. કોઈ કાર્યના સંદર્ભમાં સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે વ્યક્તિએ ત્રણ પ્રકારે ચિંતન કરવું જોઈએ: (૧) કાર્ય પહેલાનું ચિંતન, (૨) કાર્ય દરમિયાનનું ચિંતન અને (૩) કાર્ય બાદનું ચિંતન.

કાર્ય શરૂ કરતા પહેલાનું ચિંતન એટલે કોઈપણ કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરતા પહેલાનું ચિંતન. આ ચિંતનમાં કાર્ય માટે પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા, સમયગાળો, નિષ્ફળતાનો અંદાજ, ફાયદા વગેરે અંગે ચિંતન કરવામાં આવે છે. આ ચિંતન કાર્યના આયોજનના તબક્કે કરવામાં આવે છે. કાર્ય શરૂ કરતા પહેલાનું ચિંતન જે તે કાર્યની પૂર્વતૈયારી માટે જરૂરી છે. જેનાથી વ્યક્તિ કાર્ય માટે સજ્જ બને છે.

કાર્ય દરમિયાનનું ચિંતન એટલે કોઈપણ કાર્ય શરૂ કર્યા બાદનું ચિંતન. આ ચિંતનમાં કાર્ય કરતી વખતે વ્યક્તિ દ્વારા કરવામાં આવતા પ્રયત્નો, સાધન સંસાધનો ઉપયોગ, થતી ભૂલો વગેરે અંગે ચિંતન કરવામાં આવે છે. આ ચિંતન કાર્યના અમલીકરણના તબક્કે કરવામાં આવે છે. કાર્ય દરમિયાનનું ચિંતન વ્યક્તિ સામે ઉપસ્થિત થતી અણધારી પરિસ્થિતિનો સામનો કરવા સક્ષમ બનાવે છે.

કાર્ય બાદનું ચિંતન એટલે કાર્ય પૂર્ણ થઈ ગયા બાદ કાર્યની સફળતા કે નિષ્ફળતા પછીનું ચિંતન. કોઈપણ કાર્ય પૂર્ણ થઈ ગયા બાદ તે સફળ રહ્યું કે નિષ્ફળ ? નિષ્ફળતા માટેનાં કારણો ક્યાં હતાં ? હવે આ કાર્યમાં સફળતા માટે કેવા પ્રયત્નો કરવા ? કાર્ય સફળ હોય તો સફળતા માટેનાં મુખ્ય કારણો ક્યાં હતાં ? વધુ સારી રીતે કરવા માટેના ઉપાયો ક્યા હોઈ શકે ? વગેરે અંગે ચિંતન કરવામાં આવે છે. આ ચિંતન કાર્યના મૂલ્યાંકનના તબક્કે કરવામાં આવે છે. કાર્ય બાદનું ચિંતન વ્યક્તિને પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદાનું ભાન કરાવી ભવિષ્યમાં આ કાર્ય શ્રેષ્ઠતમ રીતે પાર પાડવા માટે માર્ગદર્શન આપે છે.

આમ, ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ દ્વારા પોતાની મર્યાદા સુધારી ક્ષમતાઓનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કરી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

૬.૦ સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે અન્યના પ્રતિભાવ

સ્વ-મૂલ્યાંકનનો એક માર્ગ ઈરાદાપૂર્વક પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને અન્ય સમક્ષ રજૂ કરી અન્ય વ્યક્તિઓના પ્રતિભાવ મેળવવાનો છે. અન્ય વ્યક્તિઓ પોતાને કઈ રીતે જૂએ છે, સમજે છે, મૂલવે છે, પોતાના વિશે કેવા અભિપ્રાય ધરાવે છે તે જાણવાનો સતત પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. વ્યક્તિ દ્વારા પોતાના વિશેના મૂલ્યાંકનમાં એકાદ બે વ્યક્તિના અભિપ્રાય સ્વીકારવાને બદલે પોતાની સાથે સંબંધિત શક્ય તેટલી વધુ વ્યક્તિના અભિપ્રાય મેળવવામાં આવે છે અને તેના આધારે પોતાનું અથવા પોતાના કાર્યનું મૂલ્યાંકન કરવામાં આવે છે. અન્ય વ્યક્તિઓના અભિપ્રાય મેળવવાથી અન્યની તુલનામાં પોતાનામાં ક્યા પ્રકારની ક્ષમતા કે મર્યાદા છે તે જાણી શકાય છે. અન્યએ કરેલ કાર્યના સંદર્ભમાં પોતાનું કાર્ય કઈ રીતે શ્રેષ્ઠ કે ઊતરતું છે તે જાણી શકાય છે.

૭.૦ સતત સ્વ-મૂલ્યાંકન

વ્યક્તિએ કોઈપણ પ્રકારનો નિર્ણય લેવો હોય તો સ્વ-મૂલ્યાંકન જરૂરી છે. સ્વ-મૂલ્યાંકન દ્વારા પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા જાણી તેને અનુરૂપ કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરવામાં આવે છે. આજની ક્ષમતા આવતીકાલની મર્યાદા અને આજની મર્યાદા કદાચ આવતી કાલની ક્ષમતા પણ બની શકે છે. ઉપરાંત એક પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં વ્યક્તિની ક્ષમતા અન્ય પરિસ્થિતિમાં મર્યાદા પણ બની શકે છે; અને એ જ મર્યાદા અન્ય કોઈ પરિસ્થિતિમાં ક્ષમતા પણ બની શકે છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાની ક્ષમતાઓ અને મર્યાદાઓનું સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં સતત સ્વ-મૂલ્યાંકન કરતા રહેવું જોઈએ.

૮.૦ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતાનો અર્થ

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવા પ્રકારની ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા ઓળખી શકે છે, પોતાના સંદર્ભમાં અન્યના પ્રતિભાવ મેળવી શકે છે અને ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ કેળવી શકે છે.

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ કહી શકાય.

૧. ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ જુદાં જુદાં ક્ષેત્રો જેવાં ભૌતિક, શારીરિક, સામાજિક, સાંવેગિક, આધ્યાત્મિક વગેરે ક્ષેત્રે પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા ઓળખી શકે છે.
૨. ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાનું અથવા પોતાના કાર્યનું મૂલ્યાંકન કરવા માટે ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવી શકે છે.
૩. ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવા માટે પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને ઈરાદાપૂર્વક અન્ય સમક્ષ રજૂ કરી અન્યના પ્રતિભાવ મેળવી શકે છે.
૪. ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિ અનુસાર સતત સ્વ-મૂલ્યાંકન કરે છે.

૯.૦ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન જે નિર્ણયો લે છે કે કાર્યની શરૂઆત કરે છે તેના સંદર્ભમાં સતત પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા અંગે વિચારી ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય. આ માટે નીચેના ઉપાયો કરવા જોઈએ.

૧. વ્યક્તિ જુદાં જુદાં ક્ષેત્રો જેવાં કે, ભૌતિક, શારીરિક, સામાજિક, સાંવેગિક, આધ્યાત્મિક વગેરે ક્ષેત્રે કયા કયા પ્રકારની ક્ષમતા અને મર્યાદા ધરાવે છે તે અંગે સતત જાગૃત રહેવું જોઈએ.
૨. વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન જે નિર્ણયો લે છે કે કાર્યની શરૂઆત કરે છે તેના સંદર્ભમાં ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવવો જોઈએ.
૩. વ્યક્તિએ સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવા માટે પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને ઈરાદાપૂર્વક અન્ય સમક્ષ રજૂ કરવું જોઈએ કે જેથી અન્યના અભિપ્રાય કે પ્રતિપોષણ મળી શકે અને પોતાનું અથવા પોતાના કાર્યનું મૂલ્યાંકન થઈ શકે.
૪. વ્યક્તિએ સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિ અનુસાર સતત સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવું જોઈએ.

૧૦.૦ સારાંશ

વ્યક્તિ પોતાના શિક્ષણ, વ્યવસાય કે સામજમાં અનેક પ્રકારના નિર્ણયો લેતી હોય છે. અનેક પ્રકારના ધ્યેય નક્કી કરે છે કે કાર્યની શરૂઆત કરે છે. આ નિર્ણયની સફળતા, ધ્યેયોની સિદ્ધિ કે કાર્યની પૂર્ણતાનો આધાર વ્યક્તિએ આ નિર્ણય લેતા પહેલા કે કાર્ય શરૂ કરતા પહેલા પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા અંગે કરેલ મૂલ્યાંકન પર રહેલ છે. પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા અંગેનો વિચાર એટલે સ્વ-મૂલ્યાંકન. સ્વ-મૂલ્યાંકન માટેનાં અનેક ક્ષેત્રો જેવાં કે ભૌતિક, શારીરિક, સામાજિક, સાંવેગિક, આધ્યાત્મિક વગેરેના સંદર્ભમાં વ્યક્તિ દ્વારા પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા અંગે વિચારવામાં આવે છે. કોઈ કાર્યના સંદર્ભમાં સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે વ્યક્તિ ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવે છે. એ મુજબ ત્રણ પ્રકારે ચિંતન કરવું જાઈએ : (૧) કાર્ય પહેલાનું ચિંતન, (૨) કાર્ય દરમિયાનનું ચિંતન અને (૩) કાર્ય બાદનું ચિંતન. ઉપરાંત સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવા માટે પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને ઈરાદાપૂર્વક અન્ય સમક્ષ રજૂ કરી અન્યના પ્રતિભાવ મેળવવામાં આવે છે.

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવા પ્રકારની ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ જુદા જુદા ક્ષેત્રોમાં પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા ઓળખી શકે છે, પોતાના કોઈ કાર્યના સંદર્ભમાં સ્વ-મૂલ્યાંકન માટે ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવી શકે છે અને પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને ઈરાદાપૂર્વક અન્ય સમક્ષ રજૂ કરી અન્યના પ્રતિભાવ મેળવી શકે છે. જો વ્યક્તિ દ્વારા દિવસ દરમિયાનના નિર્ણયોમાં સતત જુદાં જુદાં ક્ષેત્રોમાં પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા અંગે જાગૃત રહેવામાં આવે, ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવવામાં આવે અને પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને ઈરાદાપૂર્વક અન્ય સમક્ષ રજૂ કરી અન્યના પ્રતિભાવ મેળવવામાં આવે તો આ ક્ષમતા વિકસાવી શકાય.

૧૧.૦ પ્રવૃત્તિઓ

ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે. આ પ્રવૃત્તિઓના યોગ્ય અમલથી તમે તમારી ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧. જુદાં જુદાં ક્ષેત્રો જેવાં ભૌતિક, શારીરિક, સામાજિક, સાંવેગિક, આધ્યાત્મિક વગેરે ક્ષેત્રે તમારી ક્ષમતા અને મર્યાદાની યાદી બનાવો. આ માટે પાછળ આપવામાં આવેલ ચોક્કસ સ્વ-મૂલ્યાંકન નોંધપત્રક-૧નો ઉપયોગ કરો.
૨. તમે જે કાર્ય કરેલ હોય તેની નોંધ કરી તેના સંદર્ભમાં ચિંતનાત્મક દષ્ટિકોણ અપનાવો. કાર્ય પહેલાનું ચિંતન, કાર્ય દરમિયાનનું ચિંતન અને કાર્ય બાદનું ચિંતન નોંધો. આ માટે પાછળ આપેલ કાર્ય ચિંતન નોંધપત્રક-૨નો ઉપયોગ કરો.
૩. તમારા કાર્યને અન્ય સમક્ષ રજૂ કરી અન્યના હકારાત્મક કે નકારાત્મક પ્રતિભાવ મેળવી તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ પ્રતિભાવ નોંધપત્રક-૩ માં કરો.

१२.० थोक्कस स्व-मूल्यांकन नोंधपत्रक - १

क्षेत्रो	क्षमता	भर्यादा
भौतिक/ आर्थिक		
शारीरिक		
सामाजिक		
सांवेगिक		
आध्यात्मिक		
अन्य		

કાર્ય ચિંતન નોંધ પત્રક - ૨

કાર્ય	કાર્ય પહેલાનું ચિંતન	કાર્ય દરમિયાનનું ચિંતન	કાર્ય બાદનું ચિંતન

પ્રતિભાવ નોંધ પત્રક - ૩

કાર્ય	હકારાત્મક પ્રતિભાવ	નકારાત્મક પ્રતિભાવ

ક્ષમતા ૧.૩ : આત્મવિશ્વાસ

આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની શક્તિઓ અને કૌશલ્યો પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવી શકે છે, પોતાની જાતને અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂ કરી શકે છે અને નિર્ણયાત્મક બની શકે છે.

- ક્ષમતા ૧.૩ : આત્મવિશ્વાસ પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ વિશ્વાસનો અર્થ
- ૩.૦ આત્મવિશ્વાસનો અર્થ
- ૪.૦ આત્મવિશ્વાસની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસર
 - ૪.૧.૧ પોતાની ક્ષમતા પર ગાઢ શ્રદ્ધા
 - ૪.૧.૨ અસરકારક સ્વ રજૂઆત
 - ૪.૧.૩ નિર્ણયાત્મકતા
- ૫.૦ આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૬.૦ આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ આત્મવિશ્વાસ નોંધપત્રક

- આ સાહિત્યના અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....
- ૧. વિશ્વાસનો અર્થ આપી શકશો.
- ૨. આત્મવિશ્વાસનો અર્થ આપી શકશો.
- ૩. તમારી પોતાની ક્ષમતા પર ગાઢ શ્રદ્ધા રાખી શકશો.
- ૪. તમારી રજૂઆત અસરકારક રીતે કરી શકશો.
- ૫. નિર્ણયાત્મક બની શકશો.
- ૬. આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૭. તમારી આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

રોજબરોજના વ્યવહારમાં અનેક જગ્યાએ આપણને જોવા મળે છે કે વ્યક્તિમાં અનેક પ્રકારની ક્ષમતા, આવડત કે કૌશલ્યો હોય છે, છતાં વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતાને અનુરૂપ કાર્યની શરૂઆત કરતા અચકાય છે કે શરૂઆત કરે તો તે કાર્યમાં સફળ થતી નથી. જેનું મુખ્ય કારણ વ્યક્તિની પોતાના પર કે પોતાની ક્ષમતા પર શ્રદ્ધાનો અભાવ હોય છે. પોતાને કદાચ કાર્યમાં સફળતા નહીં મળે અથવા પોતે કાર્ય પૂર્ણ નહીં કરી શકે એવા સતત વિચારથી વ્યક્તિ તેમની ક્ષમતા પરની શ્રદ્ધા ગુમાવી દે છે. આથી વ્યક્તિ કાર્ય શરૂ કરી શકતી નથી કે શરૂ કરે તો તેમાં સફળ થતી નથી. આથી, વ્યક્તિએ પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિ પર શ્રદ્ધા રાખવી ખૂબ જ જરૂરી છે. વ્યક્તિની પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિ પરની શ્રદ્ધા અને તેના દ્વારા પોતાને સફળતા મળશે જ એવી દૃઢ ભાવના એટલે આત્મવિશ્વાસ. આમ વ્યક્તિની સફળતા માટે આત્મવિશ્વાસ એ અગત્યનું પરિબળ છે. આત્મવિશ્વાસને સમજવા માટે વિશ્વાસના અર્થને સમજવો જરૂરી છે.

અત્રે પ્રારંભમાં વિશ્વાસનો અર્થ તથા આત્મવિશ્વાસનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યારબાદ આત્મવિશ્વાસની અભિવ્યક્તિ અને તેની અસરની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. અંતે આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતાનો અર્થ અને આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૨.૦ વિશ્વાસનો અર્થ

વિશ્વાસ માટે અંગ્રેજી શબ્દ confidence છે, જેનો અર્થ ભરોસો કે ખાતરી થાય છે.

જ્યારે વ્યક્તિને કોઈપણ અન્ય વ્યક્તિના વર્તન, ઘટના કે પરિસ્થિતિના અનુમાન વિશે જેટલી ખાતરી કે ભરોસો વધુ હોય તેટલા પ્રમાણમાં વ્યક્તિને અન્ય વ્યક્તિ, ઘટના કે પરિસ્થિતિ પ્રત્યે વિશ્વાસ છે એમ કહી શકાય.

૩.૦ આત્મવિશ્વાસનો અર્થ

આત્મવિશ્વાસ એટલે પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિઓ પરની ગાઢ શ્રદ્ધા. પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિઓ ઉપયોગ કરી પોતે ચોક્કસ કાર્યમાં સફળતા મળશે જ એવી દૃઢ ભાવના એટલે આત્મવિશ્વાસ.

આત્મવિશ્વાસ વ્યક્તિને પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિનો ઉપયોગ કરી કોઈપણ કાર્ય શરૂ કરવા અને તેમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે દૃઢતા પૂરી પાડે છે. વ્યક્તિમાં જેટલા પ્રમાણમાં આત્મવિશ્વાસ હશે તેટલા પ્રમાણમાં જ વ્યક્તિ જે તે કાર્ય સિદ્ધ કરી શકશે.

૪.૦ આત્મવિશ્વાસની અભિવ્યક્તિ અને અસર

આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિનો આત્મવિશ્વાસ તેના વર્તન અને વાણીમાં સ્પષ્ટ રીતે જણાય આવે છે. આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિનો વ્યવહાર આત્મવિશ્વાસ વગરની વ્યક્તિ કરતા બિલકુલ ભિન્ન હોય છે. વ્યક્તિના આત્મવિશ્વાસની અભિવ્યક્તિ વ્યક્તિના આ પ્રકારના વર્તનમાં જણાય આવે છે : (૧) પોતાની ક્ષમતા પર ગાઢ શ્રદ્ધા, (૨) અસરકારક સ્વ-રજૂઆત અને (૩) નિર્ણયાત્મકતા.

૪.૧.૧ પોતાની ક્ષમતા પર ગાઢ શ્રદ્ધા. આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે જે ક્ષમતા અને શક્તિ ધરાવે છે તેના પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવે છે. આત્મવિશ્વાસ વ્યક્તિને પોતાની

ક્ષમતા અને શક્તિનો ઉપયોગ કરી કોઈપણ કાર્ય શરૂ કરવા અને તેમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે દૃઢતા પૂરી પાડે છે. વ્યક્તિ જે કક્ષાએ પહોંચવા માગતી હોય અથવા જે કાર્ય સિદ્ધ કરવા માગતી હોય તે માટે જરૂરી શક્તિ અને ક્ષમતા વ્યક્તિમાં હોય પરંતુ આ ક્ષમતા અથવા શક્તિ પર જો વ્યક્તિને વિશ્વાસ ન હોય કે શ્રદ્ધા ન હોય તો વ્યક્તિ આ કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકશે નહીં. વ્યક્તિમાં જેટલા પ્રમાણમાં આત્મવિશ્વાસ હશે તેટલા પ્રમાણમાં જ વ્યક્તિ જે તે કાર્ય સિદ્ધ કરી શકશે. આમ, વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતાઓનો ઉપયોગ કરી કોઈપણ કાર્ય શ્રેષ્ઠ રીતે ત્યારે જ કરી શકે જ્યારે વ્યક્તિ એ કાર્ય કરી શકશે એવી દૃઢ શ્રદ્ધા ધરાવતી હોય, વિશ્વાસ ધરાવતી હોય.

જો વ્યક્તિને પોતાની શક્તિ વિષે ગંભીર શંકાઓ અને ભીતિઓ હોય ત્યારે વ્યક્તિમાં આત્મવિશ્વાસનો અભાવ છે તેમ કહી શકાય. આત્મવિશ્વાસનો અભાવમાં વ્યક્તિ જીવનમાં કોઈપણ મહત્વનું કાર્ય સિદ્ધ કરી શકશે નહીં.

૪.૧.૨ અસરકારક સ્વ-રજૂઆત. વ્યક્તિનો આત્મવિશ્વાસ વ્યક્તિ પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને અન્ય સમક્ષ જે રીતે રજૂ કરે છે તેમાં સ્પષ્ટ રીતે દેખાય આવે છે. આત્મવિશ્વાસ ધરાવનાર વ્યક્તિ પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને એટલી દૃઢતાથી રજૂ કરે છે કે તેની આસપાસ રહેલી અન્ય વ્યક્તિઓને પણ ખાત્રી થઈ જાય છે કે આ વ્યક્તિ પોતાના કાર્યમાં સફળતા ચોક્કસ પ્રાપ્ત કરી શકશે. આમ, વ્યક્તિનો આત્મવિશ્વાસ એ વ્યક્તિની અસરકારક રજૂઆતમાં સ્પષ્ટ રીતે દેખાય આવે છે.

આત્મવિશ્વાસ ધરાવનાર વ્યક્તિ પોતાની રજૂઆત અન્ય સમક્ષ કરે છે ત્યારે તેના શબ્દોમાં દૃઢતા જણાય આવે છે. "હું ધારું છું કે હું કદાચ આ કાર્ય કરી શકીશ" અથવા "હું આ કાર્ય કરવાનો પ્રયત્ન કરીશ" એમ કહેવાને બદલે "હું જાણું છું કે હું આ કાર્ય કરી શકીશ" અને "હું આ કાર્ય અવશ્ય કરીશ" જેવી દૃઢ વાક્યરચનાનો ઉપયોગ પોતાની રજૂઆતમાં કરે છે, જે વ્યક્તિનો આત્મવિશ્વાસ સૂચવે છે. આમ, આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાની રજૂઆતમાં લગભગ, કદાચ, શક્ય હશે તો, ધારું છું, આશરે, વગેરે જેવા શબ્દોનો પ્રયોગ કરતી નથી.

આત્મવિશ્વાસ ધરાવનાર વ્યક્તિની પોતાની રજૂઆત પોતે સફળ થશે તેની ખાત્રી અપાવનાર હોય છે. ઉપરાંત તે અન્યોમાં વિશ્વાસનો પ્રસાર કરે છે. અન્ય વ્યક્તિઓ પણ તેમણે હાથ ધરેલ કાર્ય સિદ્ધ કરવા શક્તિમાન છે, એવો વિશ્વાસ તેઓમાં જન્માવે છે. આમ, આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાની રજૂઆત દ્વારા પોતાની હાજરીની અસર અન્યો પર પાડે છે અને પોતાની આસપાસના લોકોમાં પણ આત્મવિશ્વાસ જગાવે છે.

૪.૧.૩ નિર્ણયાત્મકતા. આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ પ્રથમ પોતાનું મૂલ્યાંકન કરી પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદાઓને ઓળખે છે અને ત્યારબાદ જ તે દૃઢપણે નિર્ણય લે છે. તે નિર્ણય લેતી વખતે કોઈપણ પ્રકારની મૂંઝવણ અનુભવતી નથી. અન્ય વ્યક્તિઓ, સત્તાધિકારીઓ, કે અન્ય ત્રાહિત પક્ષકારો તેના નિર્ણય સાથે અસહમત હોય, તેના નિર્ણયનો વિરોધ કરે કે તે નિર્ણય રદ કરવા માટે દબાણ કરે છતાં પણ તે પોતાના નિર્ણયને મક્કમ રહે છે. તે અન્યનું દબાણ અનુભવતી નથી કે વિશ્વાસ ગુમાવતી નથી. આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ પર સમાજના વિરોધની અસર થતી નથી. સમાજના વિરોધ છતાં તે નિર્ણયમાંથી પીછેહઠ કરતી નથી.

સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિ અનુસાર તેને જરૂર જણાય ત્યારે તે પરિસ્થિતિને પારખી તાત્કાલીક પોતાનો નિર્ણય મૂલતવી પણ રાખી શકે છે. તે આવા સમયે કોઈપણ પ્રકારની દ્વિધા અનુભવતી નથી. આમ, આત્મવિશ્વાસ ધરાવતી વ્યક્તિ અચોક્કસતા અને દબાણ હોવા છતાં સંગીન નિર્ણય લેવા સક્ષમ હોય છે.

૫.૦ આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતાનો અર્થ

આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની શક્તિઓ અને કૌશલ્યો પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવી શકે છે, પોતાની જાતને અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂ કરી શકે છે અને નિર્ણયાત્મક બની શકે છે.

આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ કહી શકાય.

૧. આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિને પોતાની શક્તિઓ અને કૌશલ્યો પર ગાઢ શ્રદ્ધા હોય છે અને પોતે સફળ થશે જ તેવી દૃઢતા ધરાવે છે.
૨. આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાની જાતને અથવા પોતાના કાર્યને અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂ કરે છે. દૃઢ વાક્યરચનાનો ઉપયોગ કરે છે.
૩. આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અચોક્કસતા અને દબાણ હેઠળની પરિસ્થિતિમાં પણ સંગીન નિર્ણય લઈ શકે છે. તે નિર્ણયાત્મક હોય છે.

૬.૦ આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

રોજબરોજના વ્યવહારમાં યોગ્ય પ્રયત્ન દ્વારા આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય છે. અહીં આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા વિકાસના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. કોઈપણ કાર્યનો વિચાર આવે ત્યારે સૌપ્રથમ આ કાર્ય કરવું જ છે અને તેમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવી જ છે એવો દૃઢતાપૂર્વક વિચાર કરવો જોઈએ. ત્યારબાદ જે ક્ષમતા, શક્તિ અને કૌશલ્ય છે તેના દ્વારા આ કાર્ય પોતે ચોક્કસ પૂર્ણ કરી શકશે એવો દૃઢ નિશ્ચય કરવો જોઈએ.
૨. વ્યક્તિએ પોતાની અથવા પોતાના કાર્યનની અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂઆત કરવી જોઈએ. પોતાની રજૂઆતમાં દૃઢતાસૂચક શબ્દોનો શક્ય તેટલો વધુ ઉપયોગ કરવો જોઈએ.
૩. વ્યક્તિએ પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિનું મૂલ્યાંકન કરી ત્યારબાદ જ નિર્ણય લેવા જોઈએ. કોઈ પોતાના નિર્ણય સાથે અસહમત હોય, પોતાના નિર્ણયનો વિરોધ કરે કે પોતાના નિર્ણય રદ કરવા દબાણ કરે ત્યારે તેની રજૂઆતને સાંભળવી જોઈએ. પોતાના નિર્ણય પર તેની અસર થવા દેવાને બદલે તટસ્થતાપૂર્વક વિચારવું જોઈએ.

૭.૦ સારાંશ

સ્વ-મૂલ્યાંકન દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા ઓળખે છે, જ્યારે આત્મવિશ્વાસ દ્વારા કોઈપણ કાર્ય કરી તેમાં સફળતા માટેની દૃઢતા પ્રાપ્ત થાય છે. પોતાની ક્ષમતાનો ઉપયોગ કરી પોતે ચોક્કસ કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરશે જ એવી દૃઢ શ્રદ્ધા એટલે આત્મવિશ્વાસ. આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાની શક્તિઓ અને કૌશલ્યો

પર ગાઢ શ્રદ્ધા ધરાવે છે, પોતાની અથવા પોતાના કાર્યની અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂઆત કરે છે, નિર્ણયાત્મક હોય છે તથા અચોક્કસતા અને દબાણ હેઠળ પણ સંગીન નિર્ણય લઈ શકે છે. કોઈપણ નિર્ણય લેતા પહેલા કે કાર્ય શરૂ કરતા પહેલા પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદાનું મૂલ્યાંકન કરી પોતાની ક્ષમતા દ્વારા પોતે ચોક્કસ સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકશે જ એવો દઢ વિશ્વાસ રાખવાથી, અન્ય સમક્ષ પોતાની જાતને અસરકારક રીતે રજૂ કરી અને પોતાના નિર્ણયના સંદર્ભમાં અન્યનું દબાણ ન અનુભવતા નિર્ણયાત્મક બની આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા વિકાસાવી શકાય છે.

૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ

આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે. આ પ્રવૃત્તિઓના યોગ્ય અમલથી તમે તમારી આત્મવિશ્વાસની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧. તમે કોઈપણ કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરેલ હોય તેની નોંધ પાછળ આપેલ આત્મવિશ્વાસ નોંધપત્રક-૧માં કાર્ય કે ધ્યેયના ખાનામાં કરો.
આ કાર્યના સંદર્ભમાં તમે જે ક્ષમતા ધરાવતા હો તેની નોંધ ક્ષમતાના ખાનામાં કરો. આ ક્ષમતા દ્વારા આ કાર્ય તમે ચોક્કસ પૂર્ણ કરી શકશો એવી દઢતા તમે ધરાવો છો કે નહીં તેની નોંધ તમે સફળતા માટે દઢતા ધરાવો છો કે નહીં ?ના ખાનામાં કરો.
૨. તમે તમારા કાર્યને અન્ય સમક્ષ અસરકારક રીતે રજૂ કરો. તમારી રજૂઆતમાં દઢતાસૂચક શબ્દોનો શક્ય તેટલો વધુ ઉપયોગ કરો. તમારી રજૂઆતમાં દઢતાનો અભાવ સૂચવતા શબ્દોવાળા વાક્યોની નોંધ પાછળ આપેલ નોંધપત્રક-૨માં પ્રથમ ખાનામાં કરો.
દઢતા સૂચવતા શબ્દોવાળા વાક્યોની નોંધ નોંધપત્રક-૨માં બીજા ખાનામાં કરો.
૩. કોઈ તમારા નિર્ણય સાથે અસહમત હોય, વિરોધ કરે કે તમારો નિર્ણય રદ કરવા દબાણ કરે ત્યારે આવા નિર્ણયની નોંધ પાછળ આપેલ નોંધપત્રક-૩માં તમારા નિર્ણયના ખાનામાં કરો.
આ નિર્ણય વખતે તમે દબાણ અનુભવેલ હોય તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ નોંધપત્રક-૩માં કયા પ્રકારનું દબાણ અનુભવેલના ખાનામાં કરો. તમે દબાણ અનુભવી નિર્ણયમાં ફેરફાર કરેલ કે કેમ તેની નોંધ 'નિર્ણયમાં ફેરફાર? હા કે ના' ના ખાનામાં કરો.

૯.૦ આત્મવિશ્વાસ નોંધપત્રક-૧

કાર્ય કે ધ્યેય	ક્ષમતા	તમે સફળતા માટે દઢતા ધરાવો છે કે નહીં

આત્મવિશ્વાસ નોંધપત્રક-૨

દઢતાનો અભાવ સૂચવતા શબ્દોવાળા વાક્યો	દઢતા સૂચવતા શબ્દોવાળા વાક્યો

આત્મવિશ્વાસ નોંધપત્રક ૩

તમારા નિર્ણય	કયા પ્રકારનું દબાણ અનુભવેલ	નિર્ણયમાં ફેરફાર ? હા કે ના.

ક્ષમતા ૨.૧ : સાંવેગિક નિયંત્રણ

સાંવેગિક નિયંત્રણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના નકારાત્મક સંવેગોનું યોગ્ય રીતે નિયંત્રણ કરી શકે છે, પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહી શકે છે તથા દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ રીતે વિચારી પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત રાખી શકે છે.

• **ક્ષમતા ૨.૧ : સાંવેગિક નિયંત્રણ પરના સાહિત્યનું બંધારણ**

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ
- ૩.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણની જરૂરિયાત
- ૪.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણ સાથે સંબંધિત અન્ય બાબતો
 - ૪.૧.૧ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અને સાંવેગિક મૂલ્યાંકન
 - ૪.૧.૨ પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન
 - ૪.૧.૩ હકારાત્મક વલણ અને સ્વસ્થતા
 - ૪.૧.૪ સ્પષ્ટ વિચાર અને ધ્યાન કેન્દ્રિતતા
- ૫.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૬.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક

• **આ સાહિત્યના અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....**

૧. સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ આપી શકશો.
૨. સાંવેગિક નિયંત્રણની જરૂરિયાત સમજાવી શકશો.
૩. સાંવેગિક નિયંત્રણ માટે સ્વ-જાગૃતિ અને સાંવેગિક મૂલ્યાંકનની અગત્ય જણાવી શકશો.
૪. સાંવેગિક નિયંત્રણ માટે પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી શકશો.
૫. કોઈપણ કાર્ય માટે હકારાત્મક વલણ અને સ્વસ્થતા જાળવી શકશો.
૬. કોઈપણ કાર્ય માટે સ્પષ્ટ વિચાર અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકશો.
૭. તમારા સાંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકશો.
૮. સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતાને અર્થ આપી શકશો.
૯. તમારી સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિ અન્ય લોકો, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિ સાથેની આંતરક્રિયાના પરિણામ સ્વરૂપ ચોક્કસ પ્રકારના ભાવો કે સંવેગો અનુભવે છે. જેમાં કેટલાક સંવેગો આનંદ, આશા, ખુશી, પ્રેમ, ઉત્સાહ વગેરે જેવા હકારાત્મક હોય છે, તો કેટલાક સંવેગો ચિંતા, ભય, ગુસ્સો, નિરાશા જેવા નકારાત્મક હોય છે. વ્યક્તિ જે હકારાત્મક સંવેગ અનુભવે છે તેની તેને કોઈ નુકશાનકારક અસર થતી નથી પરંતુ નકારાત્મક સંવેગો વ્યક્તિને શારીરિક, માનસિક, સામાજિક રીતે નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. જેમ કે, લાંબાગાળા સુધી વ્યક્તિ ગુસ્સો અનુભવે તો તે વ્યક્તિના અન્ય વ્યક્તિ સાથેના સંબંધમાં મુશ્કેલી ઊભી થાય છે. આમ, સામાજિક રીતે નુકશાન થાય છે. વધુ પડતી ચિંતા જુદા જુદા પ્રકારના માનસિક રોગ ઉત્પન્ન કરી શકે છે. નિરાશા, હતાશા વગેરે પણ શારીરિક - માનસિક નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. આથી, વ્યક્તિએ પોતાના નકારાત્મક સંવેગોને ઓળખી તેનું નિયંત્રણ કરવું કે તેની તીવ્રતા ઓછી કરવી ખૂબ જ જરૂરી છે, જેને સાંવેગિક નિયંત્રણ કહે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ, સાંવેગિક નિયંત્રણની જરૂરિયાત તથા સાંવેગિક નિયંત્રણ સાથે સંબંધિત અન્ય બાબતોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. ત્યારબાદ સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૨.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણનો અર્થ

સાંવેગિક નિયંત્રણ એટલે પોતાના સંવેગોને ઓળખી તેનું નિયંત્રણ કરવું, તેની તીવ્રતા ઓછી કરવી કે તેના સ્વરૂપમાં ફેરફાર કરવો. વ્યક્તિ જે સંવેગ અનુભવે છે તેને સંપૂર્ણ કાબૂમાં લઈ આ સંવેગનો અનુભવ બિલકુલ બંધ કરવો, નકારાત્મક સંવેગમાંથી હકારાત્મક સંવેગમાં રૂપાંતર કરવું કે નકારાત્મક સંવેગની તીવ્રતા ઓછી કરવી એટલે સાંવેગિક નિયંત્રણ.

૩.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણની જરૂરિયાત

વ્યક્તિ જે હકારાત્મક સંવેગ અનુભવે છે તેની તેને કોઈ નુકશાનકારક અસર થતી નથી. નકારાત્મક સંવેગો વ્યક્તિને શારીરિક, માનસિક કે સામાજિક રીતે નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. જેમ કે, લાંબાગાળા સુધી વ્યક્તિ ગુસ્સો અનુભવે તો તે વ્યક્તિના અન્ય વ્યક્તિ સાથેના સંબંધમાં મુશ્કેલી ઊભી થાય છે. આમ, સામાજિક રીતે નુકશાન થાય છે. વધુ પડતી ચિંતા જુદા જુદા પ્રકારના માનસિક રોગ ઉત્પન્ન કરી શકે છે. નિરાશા, હતાશા વગેરે પણ શારીરિક - માનસિક નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. આમ, નકારાત્મક સંવેગો વ્યક્તિને શારીરિક-માનસિક નુકશાન પહોંચાડે છે. ઉપરાંત નકારાત્મક સંવેગો વ્યક્તિને પોતાની ફરજો બજાવવામાં પણ બાધારૂપ બને છે. નકારાત્મક સંવેગોની તીવ્રતા વધુ હોય કે તે લાંબા ગાળા સુધી અનુભવાય તો વ્યક્તિની કાર્યક્ષમતા પર પ્રતિકૂળ અસર કરે છે. આથી, વ્યક્તિએ પોતાના નકારાત્મક સંવેગોને ઓળખી તેનું નિયંત્રણ કરવું કે તેની તીવ્રતા ઓછી કરવી ખૂબ જ જરૂરી છે.

૪.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણ સાથે સંબંધિત અન્ય બાબતો

વ્યક્તિના સંવેગો તેની કાર્યક્ષમતા પર હકારાત્મક અને નકારાત્મક બન્ને પ્રકારની અસર પહોંચાડતા હોય છે. આથી, વ્યક્તિ પોતાના સંવેગોને ઓળખી નકારાત્મક સંવેગો પર નિયંત્રણ લાવવું જોઈએ. સાંવેગિક નિયંત્રણ સાથે સંબંધિત મુખ્ય બાબતો આ મુજબ છે : (૧) સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અને સાંવેગિક મૂલ્યાંકન, (૨) પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન, (૩) સાંવેગિક જરૂરિયાત, (૪) હકારાત્મક વલણ અને સ્વસ્થતા અને (૫) સ્પષ્ટ વિચાર અને ધ્યાન કેન્દ્રિતતા.

૪.૧.૧ સાંવેગિક સ્વ-જાગૃતિ અને સાંવેગિક મૂલ્યાંકન. સાંવેગિક નિયંત્રણ દ્વારા નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરવા માટે સાંવેગિક જાગૃતિ દ્વારા સંવેગોની ઓળખ જરૂરી છે. વ્યક્તિને પ્રથમ ખ્યાલ આવે કે પોતે અમુક પ્રકારના સંવેગો અનુભવે છે ત્યાર બાદ જ જરૂર જણાય તો આ સંવેગનું નિયંત્રણ કરવા માટેનાં પગલાં ભરે છે. સંવેગોને ઓળખવામાં જ નહીં આવે તો તેનું નિયંત્રણ અશક્ય છે. આથી સાંવેગિક નિયંત્રણ માટે વ્યક્તિની સાંવેગિક જાગૃતિની ક્ષમતા અગત્યની છે. સાંવેગિક જાગૃતિ દ્વારા પોતાના સંવેગો અંગે જાગૃત રહ્યા બાદ સ્વ-મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા દ્વારા આ સંવેગો હકારાત્મક છે કે નકારાત્મક તેનો ખ્યાલ મેળવવામાં આવે છે. સ્વ-મૂલ્યાંકન દ્વારા વ્યક્તિને ખ્યાલ આવે છે કે પોતે કોઈ નકારાત્મક સંવેગ અનુભવે છે ત્યારે જ તે આ નકારાત્મક સંવેગનું નિયંત્રણ કરી શકે છે. આમ, સાંવેગિક નિયંત્રણ માટે સાંવેગિક મૂલ્યાંકનની ક્ષમતા પણ અગત્યની છે.

૪.૧.૨ પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન. જ્યારે વ્યક્તિ - અન્ય વ્યક્તિ, સમસ્યા કે પરિસ્થિતિનો સામનો કરે છે ત્યારે તેના આધારે જે સંવેગો અનુભવે છે તેનું મુખ્ય કારણ વ્યક્તિનું જે તે વ્યક્તિ, પરિસ્થિતિ કે સમસ્યા અંગેનું કે તેના પરિણામ અંગેનું અર્થઘટન છે. તે વ્યક્તિ, પરિસ્થિતિ કે સમસ્યા અંગે જે રીતે વિચારે છે, અર્થઘટન કરે છે તે મુજબ જ તે સંવેગ અનુભવે છે. વ્યક્તિ નકારાત્મક સંવેગ અનુભવે ત્યારે વ્યક્તિ પરિસ્થિતિ અંગે જુદી રીતે વિચારી, પોતાનું અર્થઘટન બદલાવી સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકે છે, બદલાવી શકે છે કે તેની તીવ્રતા ઓછી કરી શકે છે. દા.ત. વર્ગકાર્ય દરમિયાન તમે તમારા મિત્ર સાથે વાત કરી રહ્યા છો. શિક્ષક તમને રીશેબના સમયમાં ઓફીસમાં બોલાવે છે. આ પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન તમે એમ કરો કે શિક્ષકે તમને વાતો કરતા જોઈ લીધા છે અને સજા કરવા બોલાવે છે. આ સમયે તમે ચિંતા કે ભયનો સંવેગ અનુભવશો. પરંતુ તમે એમ વિચારો કે શિક્ષકને કોઈ અન્ય કામ હશે માટે બોલાવે છે ત્યારે ચિંતા કે ભયને બદલે અન્ય કોઈ સંવેગ અનુભવશો અથવા ભયની તીવ્રતામાં ઘટાડો થશે.

૪.૧.૩ સાંવેગિક જરૂરિયાત. સંવેગોનું નિયંત્રણ કરવાનો એક માર્ગ સંવેગોના ઉદ્ભવ પાછળ વ્યક્તિની ક્યા પ્રકારની વણસંતોષાયેલી સાંવેગિક જરૂરિયાતો રહેલી છે તેને ઓળખી તેને સંતોષવાનો છે. દા.ત. શિક્ષકે સોપેલું ગૃહકાર્ય પૂર્ણ થયેલ ન હોવાથી શિક્ષક સજા કરશે. અહીં શિક્ષક સજા કરશે તે વિચારે તે ભયનો સંવેગ અનુભવે છે. અહીં ખરેખર ભયનો સંવેગ તેની સલામતીની જરૂરિયાત સંતોષાયેલી નથી તેને લીધે ઉદ્ભવે છે. જો વિદ્યાર્થી ખાતરી મેળવી લે કે શિક્ષક કોઈપણ રીતે સજા કરશે નહીં. એટલે કે સલામતીની જરૂરિયાત સંતોષાય જાય તો વિદ્યાર્થી ગૃહકાર્ય કરેલ ન હોવા છતાં ભયનો સંવેગ અનુભવશે નહીં.

૪.૧.૪ હકારાત્મક વલણ અને સ્વસ્થતા. વ્યક્તિ જ્યારે કોઈપણ કાર્ય કે સમસ્યા ઉકેલ માટેનાં પ્રયત્નો કરતી હોય ત્યારે એ સમસ્યાનો ઉકેલ ન મળતા તે અસ્વસ્થ થઈ જાય છે. તે કાર્ય પૂર્ણ નહીં થાય કે સમસ્યાનો ઉકેલ ક્યારેય નહીં મળે તેમ વિચારે છે. આવા સમયે તે નકારાત્મક સંવેગો જેવા કે, ચિંતા, હતાશા, નિરાશા વગેરે અનુભવે છે. જો વ્યક્તિ આવા સમયે સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહે તો આવા નકારાત્મક સંવેગો નિયંત્રિત કરી શકે છે. દા.ત. વ્યક્તિ કોઈ સમસ્યાનો ઉકેલ શોધવા માટેના પ્રયત્ન કરે છે. શરૂઆતમાં તેમને સફળતા ન મળતા તે અસ્વસ્થ થઈ જાય છે અને એમ વિચારે છે કે આ સમસ્યાનો ઉકેલ ક્યારેય નહીં મળે. આથી, વ્યક્તિ હતાશા અનુભવે કે ગુસ્સો અનુભવે.

પરંતુ વ્યક્તિ જો સ્વસ્થ રહી એમ વિચારે કે આ સમસ્યાનો ઉપાય જરૂર છે અને પોતે કરેલા પ્રયત્નો હજુ શરૂઆતના છે. જો હજુ થોડા વધુ પ્રયત્ન કરીશ તો આ સમસ્યાનો ઉકેલ બહુ દૂર નથી. આ સમસ્યાનો ઉકેલ જરૂર મળશે. આવા સમયે નિરાશા, ચિંતા કે ગુસ્સો દૂર થાય છે કે તેની તીવ્રતામાં ઘટાડો થઈ શકે છે.

૪.૧.૫ સ્પષ્ટ વિચાર અને ધ્યાન કેન્દ્રિત. વ્યક્તિ પર જ્યારે કોઈપણ પ્રકારનું દબાણ આવે ત્યારે પણ વ્યક્તિ અસ્વસ્થ બની જાય છે. તે સ્પષ્ટ રીતે વિચારી શકતી નથી તથા પોતાની જાતને કેન્દ્રિત રાખી શકતી નથી. આવા સમયે પણ વ્યક્તિ ગુસ્સો, ભય વગેરે જેવા નકારાત્મક સંવેગ અનુભવે છે. આથી આવી દબાણ હેઠળની પરિસ્થિતિમાં દબાણ ન અનુભવતાં સ્પષ્ટ રીતે વિચારી પોતાની જાતને પોતાના ધ્યેય સિદ્ધિ પ્રત્યે કેન્દ્રિત રાખી નકારાત્મક સંવેગોની તીવ્રતા ઓછી કરી શકાય છે.

૫.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતાનો અર્થ

સાંવેગિક નિયંત્રણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના નકારાત્મક સંવેગોનું યોગ્ય રીતે નિયંત્રણ કરી શકે છે, પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહી શકે છે તથા દબાણ હેઠળ સ્પષ્ટ રીતે વિચારી પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત રાખી શકે છે.

આ પરથી સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકે છે.
૨. સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્ય માટે પ્રયત્નોની ક્ષણોમાં હકારાત્મક અને સ્વસ્થ રહી શકે છે.
૩. સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ દબાણ હેઠળ પણ સ્પષ્ટ વિચારી શકે છે અને પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત રાખી શકે છે.

૬.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

રોજબરોજના વ્યવહારમાં વ્યક્તિ જે નકારાત્મક સંવેગો અનુભવે છે તેના પ્રત્યે જાગૃત રહેવામાં આવે તથા નકારાત્મક સંવેગો સાથે સંબંધિત પરિસ્થિતિનું પૃથક્કરણ કરી નકારાત્મક સંવેગોને નિયંત્રણ કરવાના યોગ્ય પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ ચોક્કસ સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા વિકાસવી શકશે. આ માટે નીચેના જેવા ઉપાયો કરવા જોઈએ.

૧. જે પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં તમે નકારાત્મક સંવેગ અનુભવેલ હોય તે પરિસ્થિતિનું તમે કરેલ અર્થઘટન સિવાય અન્ય રીતે અર્થઘટન-પુનઃઅર્થઘટન કરી સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકાય છે.
૨. જે નકારાત્મક સંવેગોનો અનુભવ થયો હોય તેની પાછળ વ્યક્તિની ક્યા પ્રકારની વણસંતોષાયેલી સાંવેગિક જરૂરિયાત સંકળાયેલી છે તે વિચારી તે સાંવેગિક જરૂરિયાત સંતોષવાના પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકાય.

૩. વ્યક્તિને કોઈ કાર્યની શરૂઆતમાં નિષ્ફળતા મળે ત્યારે વ્યક્તિ અસ્વસ્થ થઈ જાય છે અને હવે ક્યારેય સફળતા નહીં મળે તેમ વિચારે છે. પરંતુ જો નિષ્ફળતા મળે ત્યારે સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહેવાથી નકારાત્મક સંવેગોને નિયંત્રિત કરી શકાય છે.
૪. વ્યક્તિ કાર્યના સંદર્ભમાં દબાણ અનુભવે ત્યારે સ્પષ્ટ વિચારી શકતી નથી અને તેનું ધ્યાન કાર્ય પર કેન્દ્રિત રહેતું નથી. આવા સમયે નકારાત્મક સંવેગોનો અનુભવ થાય છે. આથી, દબાણ હેઠળ પણ સ્પષ્ટ રીતે વિચારી પોતાનું ધ્યાન કાર્ય પ્રત્યે કેન્દ્રિત કરવાથી નકારાત્મક સંવેગોને નિયંત્રિત કરી શકાય છે.

૭.૦ સારાંશ

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન જે સંવેગ અનુભવે છે તેમાંથી નકારાત્મક સંવેગો વ્યક્તિને માનસિક, શારીરિક કે સામાજિક રીતે નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. આથી વ્યક્તિના પોતાના આ નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરવું ખૂબ જરૂરી છે. આ નકારાત્મક સંવેગોનું નિયંત્રણ કરવું, તેના સ્વરૂપમાં ફેરફાર કરવો કે તેની તીવ્રતામાં ઘટાડો કરવો એટલે સાંવેગિક નિયંત્રણ.

સાંવેગિક નિયંત્રણ માટે સાંવેગિક જાગૃતિ અને સાંવેગિક મૂલ્યાંકનની અગાઉની ક્ષમતા જરૂરી છે. વ્યક્તિ કોઈપણ સંવેગ પરિસ્થિતિના અર્થઘટનના સંદર્ભમાં અનુભવે છે. પરિસ્થિતિના અર્થઘટનના સંદર્ભમાં નકારાત્મક સંવેગનો અનુભવ થાય ત્યારે પરિસ્થિતિનું પુનઃઅર્થઘટન કરી નકારાત્મક સંવેગોની તીવ્રતા ઘટાડી શકાય છે કે તેમાં ફેરફાર કરી શકાય છે. ઉપરાંત જે સાંવેગિક જરૂરિયાતો સંતોષાયેલી નથી તેના સંતોષ દ્વારા પણ સંવેગોનું નિયંત્રણ કરી શકાય. જુદી જુદી પરિસ્થિતિમાં હકારાત્મક વલણ, સ્વસ્થતા, સ્પષ્ટ વિચાર અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાના પ્રયત્નો દ્વારા સાંવેગિક નિયંત્રણ કરી શકાય. આ પ્રકારના યોગ્ય પ્રયત્નો દ્વારા વ્યક્તિ પોતાની સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ

સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. રોજબરોજના વ્યવહારમાં તમે અનુભવેલ નકારાત્મક સંવેગ સાથે સંકળાયેલી પરિસ્થિતિની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક-૧માં 'પરિસ્થિતિ'ના ખાનામાં કરો.
આ પરિસ્થિતિનું તમે કરેલું અર્થઘટન "અર્થઘટન"ના ખાનામાં લખો.
એ અર્થઘટન આધારિત તમારા સંવેગોની નોંધ 'સંવેગ'ના ખાનામાં કરો.
આ જ પરિસ્થિતિ વિશે અન્ય કોઈ રીતે વિચારી પુનઃઅર્થઘટન કરો અને તેની નોંધ પુનઃઅર્થઘટનના ખાનામાં કરો. પુનઃઅર્થઘટન આધારિત ફેરફાર પામેલ સંવેગની નોંધ 'સંવેગમાં ફેરફાર'ના ખાનામાં કરો.
૨. રોજબરોજના વ્યવહારમાં તમે અનુભવેલ નકારાત્મક સંવેગ સાથે સંકળાયેલી પરિસ્થિતિની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક-૨માં 'પરિસ્થિતિ'ના ખાનામાં કરો. આ પરિસ્થિતિ તમારા સંવેગોની નોંધ 'સંવેગ'ના ખાનામાં કરો.

આ સંવેગ અનુભવ્યા તેની સાથે તમારી કયા પ્રકારની વણસંતોષાયેલી સાંવેગિક જરૂરિયાત સંકળાયેલી છે તેની નોંધ સાંવેગિક જરૂરિયાતના ખાનામાં કરો.

આ સાંવેગિક જરૂરિયાત સંતોષવા માટે માટે તમે કરેલ પ્રયત્નની ટૂંકમાં નોંધ જરૂરિયાત સંતોષવાના પ્રયત્નના ખાનામાં કરો.

જરૂરિયાત સંતોષવાના પ્રયત્ન કર્યા બાદ અગાઉના સંવેગની તીવ્રતામાં વધારો, ઘટાડો કે ફેરફાર થયો હોય તેની નોંધ સંવેગમાં ફેરફારના ખાનામાં કરો.

૩. તમને શરૂઆતમાં નિષ્ફળતા મળી હોય તેવાં કાર્યની નોંધ પાછળ આપેલ સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધ પત્રક-૩ માં શરૂઆતની નિષ્ફળતાના ખાનામાં કરો.

તેના સન્દર્ભમાં તમે અનુભવેલ નકારાત્મક સંવેગોની નોંધ સંવેગના ખાનામાં કરો. ત્યારબાદ આ પરિસ્થિતિમાં તમે સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહેવા માટે કરેલ પ્રયત્નની નોંધ સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહેવાના પ્રયત્નના ખાનામાં કરો.

આ પ્રયત્નબાદ તમારા અગાઉના સંવેગની તીવ્રતામાં વધારા-ઘટાડાની કે ફેરફારની નોંધ સંવેગમાં ફેરફારના ખાનામાં કરો.

૪. તમે અનુભવેલી કોઈપણ દુબાણ હેઠળની પરિસ્થિતિનું વર્ણન પાછળ આપેલ સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક-૪માં દુબાણ હેઠળની પરિસ્થિતિના ખાનામાં ટૂંકમાં કરો.

એ પરિસ્થિતિમાં ઉદ્ભવેલ સંવેગની નોંધ સંવેગના ખાનામાં કરો.

આ પરિસ્થિતિમાં સ્પષ્ટ વિચાર અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાના તમે કરેલ પ્રયત્નોની નોંધ સ્પષ્ટ વિચાર/ધ્યાન કેન્દ્રિતના ખાનામાં કરો.

આ પ્રયત્નો બાદ તમારા સંવેગોમાં થયેલ ફેરફારની નોંધ સંવેગમાં ફેરફારના ખાનામાં કરો.

૯.૦ સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક- ૧

પરિસ્થિતિ	અર્થઘટન	સંવેગ	પુનઃઅર્થઘટન	સંવેગમાં ફેરફાર

સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક - ૨

પરિસ્થિતિ	સંવેગ	સાંવેગિક જરૂરિયાત	જરૂરિયાત સંતોષવાના પ્રયત્ન	સંવેગમાં ફેરફાર

સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક-૩

શરૂઆતની નિષ્ફળતા	સંવેગ	સ્વસ્થ અને હકારાત્મક રહેવા માટેના પ્રયત્ન	સંવેગમાં ફેરફાર

સાંવેગિક નિયંત્રણ નોંધપત્રક-૪

તમે અનુભવેલી દબાણ હેઠળની પરિસ્થિતિ	સંવેગ	સ્પષ્ટ વિચાર અને ધ્યેય પ્રત્યે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાના પ્રયત્ન	સંવેગ ફેરફાર

ક્ષમતા ૨.૨ : વિશ્વાસપાત્રતા

વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતા અને પોતાના કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય લાવી શકે છે, નૈતિક અને વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરી શકે છે તથા પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરી શકે છે.

- ક્ષમતા ૨.૨ : વિશ્વાસપાત્રતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ વિશ્વાસનો અર્થ
- ૩.૦ વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ
- ૪.૦ વિશ્વાસપાત્રતા પર અસર કરતા પરિબળો
 - ૪.૧.૧ પ્રામાણિકતા
 - ૪.૧.૨ વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા
 - ૪.૧.૩ કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય
 - ૪.૧.૪ નૈતિક કે વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય કાર્ય
 - ૪.૧.૫ પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર
- ૫.૦ વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૬.૦ વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક

- આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....
- ૧. વિશ્વાસનો અર્થ આપી શકશો.
- ૨. વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૩. વિશ્વાસપાત્રતા પર અસર કરતા પરિબળો જાણી શકશો.
- ૪. વિશ્વાસપાત્રતા માટે પ્રામાણિક બની શકશો.
- ૫. તમારા વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા રાખી શકશો.
- ૬. તમારા કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય લાવી શકશો.
- ૭. નૈતિક કે વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું કાર્ય કરી શકશો.
- ૮. તમારી પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરી શકશો.
- ૯. વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૧૦. તમારી વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિ ઘણી વખત અન્ય સમક્ષ ખોટું બોલીને, તેમને છેતરીને કે ખોટું કરીને પોતાના ધ્યેયો સિદ્ધ કરતી હોય છે અથવા પોતાના માટે લાભ મેળવતી હોય છે. વ્યક્તિને આ પ્રકારે અન્યને છેતરીને ટૂંકાગાળા માટે લાભ મળે છે. પરંતુ લાંબાગાળાનું બહુ મોટું નુકશાન સહન કરવું પડતું હોય છે. આ પ્રકારનાં વર્તનોને લીધે આવી વ્યક્તિનો અન્ય લોકો ભવિષ્યમાં ક્યારેય વિશ્વાસ નહીં કરે. અન્ય લોકો બીજાને પણ આ વ્યક્તિનો વિશ્વાસ ન કરવાનું જણાવશે. આમ, ટૂંકાગાળાના એક લાભ માટે વ્યક્તિએ લાંબાગાળે અનેક પ્રકારનું નુકશાન સહન કરવું પડે છે. આથી વ્યક્તિએ સ્વ નિયંત્રણ દ્વારા પોતાના વર્તન એ રીતે નિયંત્રિત કરવાં પડે છે કે જેથી અન્ય વ્યક્તિઓ પોતાનો ભરોસો કરે, વિશ્વાસ કરે. અન્યનો ભરોસો પ્રાપ્ત થઈ ગયા બાદ વ્યક્તિ આ ભરોસાપૂર્ણ-વિશ્વાસપૂર્ણ સંબંધમાંથી પરસ્પર લાંબાગાળાના અનેક પ્રકારના લાભ મેળવી શકે છે. આમ, વ્યક્તિ માટે અન્યનો ભરોસો કે વિશ્વાસ મેળવવો ખૂબ જરૂરી છે. વ્યક્તિની આ અન્યનો વિશ્વાસ મેળવવાની ક્ષમતાને વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા કહે છે.

વ્યક્તિ અન્ય સાથે માયાળુ, પ્રામાણિક, વિવેકભર્યા વર્તન અને ખાસ કરીને પ્રતિબદ્ધતા દ્વારા અન્ય સાથે વિશ્વાસપૂર્વકના સંબંધો વધારી શકે છે. અન્યને જેમ વ્યક્તિમાં વિશ્વાસ ઊભો થતો જાય તેમ જ્યારે જરૂર પડે, ત્યારે તે ઊભા થયેલ વિશ્વાસનો ઉપયોગ કરી શકે છે. વ્યક્તિએ અન્ય સાથે સ્પષ્ટ વાત ન પણ કરી હોય તો પણ અન્યને વ્યક્તિની વાતનો અર્થ સ્પષ્ટપણે સમજાઈ જશે. વ્યક્તિના શબ્દથી અન્યને દુભાયાની લાગણી નહીં થાય. જ્યારે વ્યક્તિ પરનો અન્યનો વિશ્વાસ સમૃદ્ધ થશે ત્યારે પરસ્પરની સમજ ખૂબ સરળ, તત્ક્ષણ અને અસરકારક રહેશે. આમ, અન્યનો વિશ્વાસ મેળવવા માટેની વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા વ્યક્તિ માટે અગત્યની છે.

અત્રે પ્રારંભમાં વિશ્વાસ અને વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ આપવામાં આવ્યો છે. ત્યારબાદ વિશ્વાસપાત્રતા પર અસર કરતાં પરિબળો રજૂ કરવામાં આવ્યાં છે. અંતે વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો અર્થ, વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો અને વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ રજૂ કરવામાં આવી છે.

૨.૦ વિશ્વાસનો અર્થ

વિશ્વાસ માટે અંગ્રેજી શબ્દ confidence છે, જેનો અર્થ ભરોસો કે ખાતરી થાય છે. વ્યક્તિને કોઈપણ અન્ય વ્યક્તિના વર્તન, ઘટના કે પરિસ્થિતિના અનુમાન વિશે જેટલી ખાતરી કે ભરોસો વધુ હોય તેટલા પ્રમાણમાં વ્યક્તિને અન્ય વ્યક્તિ, ઘટના કે પરિસ્થિતિ પ્રત્યે વિશ્વાસ છે એમ કહી શકાય.

૩.૦ વિશ્વાસપાત્રતાનો અર્થ

વિશ્વાસપાત્રતા એટલે અન્ય વ્યક્તિનો પોતાના પર રહેલ વિશ્વાસ. પોતાના કાર્ય, વર્તન, મૂલ્ય, સિદ્ધાંત વગેરે માટે અન્ય વ્યક્તિઓ વિશ્વાસ દર્શાવે તેને વ્યક્તિની વિશ્વાસપાત્રતા કહે છે.

વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓમાં પોતાના માટે વિશ્વાસ ઊભો કરી શકે તેને વ્યક્તિની વિશ્વાસપાત્રતા કહે છે. અન્ય વ્યક્તિ પોતાના કાર્ય, વર્તન, મૂલ્ય, સિદ્ધાંત વગેરે અંગે જે અનુમાન કરે છે તે અનુમાન સાચું પડવાની સંભાવના વધુ જણાય ત્યારે પોતે વિશ્વાસપાત્ર

વ્યક્તિ છે તેમ કહી શકાય. દા.ત. કોઈ તમારા વિશે અનુમાન કરે કે તમે ચોક્કસ પ્રકારનું વર્તન કરશો, અમુક પ્રકારના મૂલ્યને જ અપનાવશો ત્યારે આ અનુમાન સાચું પડવાની સંભાવના તેને જેમ વધુ જણાય ત્યારે તેને તમારા કાર્ય કે વર્તનમાં વિશ્વાસ છે તેમ કહી શકાય. તેની દૃષ્ટિએ તમે વિશ્વાસપાત્ર વ્યક્તિ છો અથવા વિશ્વાસપાત્રતા ધરાવો છો તેમ કહી શકાય.

૪.૦ વિશ્વાસપાત્રતા પર અસર કરતા પરિબળો

વ્યક્તિ અન્ય સાથે માયાળુ, પ્રામાણિક, વિવેકભર્યા વર્તન અને પ્રતિબદ્ધતા દ્વારા અન્યો માટે વિશ્વાસપાત્ર બની શકે છે. વ્યક્તિની વિશ્વાસપાત્રતા પર અસર કરતાં મુખ્ય પરિબળો આ મુજબ છે : (૧) પ્રામાણિકતા, (૨) વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા, (૩) કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય (૪) નૈતિક કે વ્યવહારુ દૃષ્ટિએ યોગ્ય કાર્ય (૫) પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર. અન્ય સાથે વિશ્વાસપૂર્વકના સંબંધો વધારી શકે છે.

૪.૧.૧ પ્રામાણિકતા. વ્યક્તિની વિશ્વાસપાત્રતા પર અસર કરનારું સૌથી મહત્વનું પરિબળ તેની પ્રામાણિકતા છે. વિશ્વાસપાત્રતા મૂળ પ્રામાણિકતામાંથી જ જન્મે છે. પ્રામાણિકતા એટલે યોગ્ય રીતે, પ્રામાણિકપણે, સાતત્યપૂર્ણ પોતાનું કાર્ય કરવું. વિશ્વાસપાત્રતા માટે વ્યક્તિએ સૌ પ્રથમ પ્રામાણિકતા દ્વારા અન્યોમાં પોતાના માટે વિશ્વાસ ઊભો કરવો જરૂરી છે. અન્ય વ્યક્તિ પોતાના પર વિશ્વાસ ત્યારે જ કરે જ્યારે પોતે પ્રામાણિક હોય, પોતાનું કાર્ય પ્રામાણિક પણે કરે. વ્યક્તિમાં જેટલા પ્રમાણમાં પ્રામાણિકતાનો ગુણ વધુ તેમ તેની વિશ્વાસપાત્રતા વધુ હોય છે. પ્રામાણિકતા દ્વારા વ્યક્તિ અન્યોમાં પોતાના માટે વિશ્વાસ ઊભો કરી શકે છે. પ્રામાણિકતાથી વ્યક્તિ દરેક પ્રકારના કાર્યમાં અસામાન્ય સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

પ્રામાણિકતાથી કાર્ય કરનાર લોકો નિખાલસ અને પોતાની લાગણીઓનો સ્વીકાર કરનાર હોય છે. દા.ત. તે અન્ય સમક્ષ પોતાની લાગણીઓને પ્રામાણિકપણે અને નિખાલસતાથી આ રીતે સ્વીકાર કરે છે : 'હું ત્યારે થાડો નર્વસ હતો.', 'મને તે વખતે થોડો ગુસ્સો આવી ગયો', 'મને તારી વાત જરા પણ ન ગમી' વગેરે. વ્યક્તિની આ નિખાલસતા વ્યક્તિની વિશ્વાસપાત્રતામાં વધારો કરે છે.

૪.૧.૨ વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા. વિશ્વાસપાત્રતા માટે વ્યક્તિના વિચારો, શબ્દો અને વ્યક્તિ આખો દિવસ જે વર્તન કરે છે તેમાં એકસૂત્રતા હોવી જરૂરી છે. વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા અન્યમાં વિશ્વાસ ઊભો કરવા માટે અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આ એકસૂત્રતા ન હોય તો પરસ્પર વિશ્વાસ ઊભો કરવા માટેના બધા જ પ્રયત્નો નિષ્ફળ જાય છે. આપણે જે વિચારીએ છીએ તે જ બોલીએ અને આપણા શબ્દો પ્રમાણે જ આપણા વર્તન વ્યવહારની વાસ્તવિકતા ગોઠવીએ એ ખૂબ જરૂરી છે. વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અનેક વ્યક્તિ સાથે સંપર્કમાં આવે છે. અન્ય વ્યક્તિ સાથેના વ્યવહારમાં પોતે કયા પ્રકારના વિચારો પ્રદર્શિત કરે છે, કયા પ્રકારના કાર્યોને સમર્થન આપે છે, કયા પ્રકારના કાર્યોનો વિરોધ કરે છે તે અંગે સતત જાગૃત રહી પોતે જે પ્રમાણે કહે છે તે પ્રમાણે જ તેનું વર્તન નિયંત્રિત કરવું જોઈએ. દા.ત. વ્યક્તિ અન્ય સમક્ષ સત્ય બોલવાનું કહે, સત્યના મૂલ્યને સમર્થન આપે પરંતુ પોતાનું વર્તન અસત્ય હોય, પોતે અસત્ય બોલે એમ બને. ત્યારે આવી વ્યક્તિનો અન્ય લોકો વિશ્વાસ કરતા નથી. આથી, આ વ્યક્તિએ પોતે અન્ય સમક્ષ સત્ય બોલવાનું જણાવે છે એ અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ અને પોતાનું વર્તન એને અનુરૂપ છે કે કેમ તે વિચારી અસત્ય હોય તો તેને નિયંત્રિત કરવું જોઈએ.

જેઓ હાજર ન હોય તેમને હંમેશા વફાદાર રહેવું. જ્યારે તમે જેઓ ગેરહાજર છે તેમની અદબ જાળવો છો ત્યારે તમે જેઓ હાજર છે તેમનો પણ વિશ્વાસ જાળવતા હો છો. ધારો કે તમે અને તમારો મિત્ર એકલા બેઠા છો. તમે તમારા ઉપરી કે અન્ય મિત્રની એવી રીતે ટીકા-કૂથલી કરી રહ્યા છો કે જો એ હાજર હોય તો તેમ કરવાની તમારી હિંમત ન ચાલે. હવે જ્યારે તમે છુટા પડશો ત્યારે તમારા મિત્રને ખબર છે કે તમે તેની નબળાઓની ચર્ચા-ટીકા-કૂથલી અન્ય જોડે કરશો. કારણ કે તમે તમારા ઉપરી કે અન્ય મિત્રની બાબતમાં એમ જ કર્યું હતું. તેને ખ્યાલ આવી જશે કે તમે તેની સામે મીઠી મીઠી વાતો કરશો પણ તેની પીઠ પાછળ તેના વિશે ગંદી વાતો કરશો. આ બેવડા વ્યવહારમાં વાણી અને વર્તનની એકસૂત્રતા જળવાતી નથી. આથી તમે તમારા મિત્રનો વિશ્વાસ સંપાદન કરી શકશો નહીં. આવા વખતે તમે જેની સાથે વાત કરો છો એ મિત્ર તમારી સમક્ષ ક્યારેય પોતાની વાત નહીં કરે. તમારો વિશ્વાસ ક્યારેય નહીં કરે. ઉપરાંત તમે જેના વિશે વાત કરો છો એનો પણ વિશ્વાસ ગુમાવો છો. આથી વ્યક્તિએ પોતાના વિચાર-વાણી-વર્તનમાં એકસૂત્રતા જાળવી વિશ્વાસપાત્ર બની શકાય.

૪.૧.૩ કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય. અન્યોમાં વિશ્વાસ ઉભો કરવાની અન્ય એક રીત પોતાના વિચાર, વર્તન કે કાર્યોમાં સાતત્ય લાવવાની છે. ઘણી વખત વ્યક્તિ અમુક સમયે એક પ્રકારની વાત કરે છે. એક પ્રકારના વર્તન કરે છે જ્યારે અમુક સમયે અન્ય પ્રકારની વાત કે વર્તન કરે છે. અગાઉ કરતા તદ્દન વિરોધાભાસી વાત કે વર્તન કરે છે. આમ, પોતાના વિચાર, વર્તન, કાર્યો કે વાણીમાં સાતત્ય હોતું નથી. આવી વ્યક્તિની વાતનો વિશ્વાસ પણ અન્ય લોકો કરતા નથી. આથી વ્યક્તિએ પોતાના વર્તન-વિચારો -કાર્યો-વાણીમાં સાતત્ય લાવવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. વ્યક્તિએ અગાઉ કયા પ્રકારની વાત કરી હતી, કયા સિદ્ધાંતને મહત્ત્વ આપ્યું હતું, કયા પ્રકારના મૂલ્યને અગ્રતાક્રમ આપ્યો હતો એ અંગે સતત જાગૃત રહી ભવિષ્યમાં પણ પોતાની વાતચીત-વર્તન-કાર્યોમાં એ સિદ્ધાંત કે મૂલ્યને વળગી રહેવું જોઈએ. વિશ્વાસપાત્ર વ્યક્તિના સન્દર્ભમાં અન્ય વ્યક્તિને ખાત્રી થઈ જાય છે કે તે આવું જ વર્તન કરશે અથવા આ પ્રકારનું કાર્ય જ કરશે.

૪.૧.૪ નૈતિક કે વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય કાર્ય. વિશ્વાસપાત્ર વ્યક્તિની અન્ય એક લાક્ષણિકતા એ કે તે નૈતિક દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવાં કાર્યો જ કરે છે, તેવાં વર્તનો જ કરે છે. સામાજિક રીતે યોગ્ય હોય તેવાં વર્તનો કે કાર્યો જ કરે છે. સામાજિક કે નૈતિક દષ્ટિએ યોગ્ય ન હોય તેવાં કાર્યો કે વર્તનો કરનાર વ્યક્તિનો અન્ય લોકો વિશ્વાસ કરતા નથી. આવી વ્યક્તિને પણ સામાજિક રીતે નુકશાન સહન કરવું પડે છે.

આથી વ્યક્તિએ પોતાનાં કાર્યો કે વર્તનોનું નૈતિકતાના સંદર્ભમાં મૂલ્યાંકન કરી ત્યાર બાદ યોગ્ય હોય તેવાં કાર્યો જ કરવાં જોઈએ. પોતાનાં વર્તનોને સમાજ સ્વીકારશે, નૈતિક દષ્ટિએ યોગ્ય ગણશે એ વિચારી ત્યાર બાદ જ વર્તનો કરવાં જોઈએ. વ્યક્તિ નૈતિક દષ્ટિએ યોગ્ય ન હોય તેવું કાર્ય કરવા ત્યારે જ પ્રેરાય જ્યારે તેની સામે લાલચ-પ્રલોભન હોય. વ્યક્તિએ આ પ્રલોભનો કે લાલચ અનૈતિક વર્તનનું પ્રેરકબળ ન બને તે માટે સતત જાગૃત રહેવું જોઈએ.

૪.૧.૫ પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર. વ્યક્તિ ગમે તેવું ધ્યાન રાખે પરંતુ અન્ય સાથેના સંબંધમાં પોતાના કાર્યમાં વ્યક્તિથી એવી કશીક ભૂલ થઈ જાય છે જેનાથી અન્ય સાથેના વિશ્વાસપૂર્ણ સંબંધમાં ઓટ આવે. વ્યક્તિ જ્યારે કોઈ કાર્ય કરે છે, કોઈ વર્તન કરે છે ત્યારે

સામાન્ય રીતે તેના દ્વારા થતી ભૂલનો સંબંધિત વ્યક્તિ સમક્ષ સ્વીકાર કરતી નથી. આવા સમયે આવી વ્યક્તિનો વિશ્વાસ પણ અન્ય લોકો કરતા નથી. આથી જો વ્યક્તિથી આવી કોઈપણ પ્રકારની ભૂલ જ્યારે જ્યારે પણ થાય ત્યારે ત્યારે એ ભૂલનો સ્વીકાર સંબંધિત વ્યક્તિ સમક્ષ કરી હૃદયપૂર્વક ક્ષમા માગવી જોઈએ. "હું ખોટો હતો", "મેં તમારી સાથે ખૂબ કઠોર વર્તાવ કર્યો હતો", "મેં તમારી પ્રત્યે આદર ન બતાવ્યો તેવું મને પાછળથી સમજાયું", "મેં તમારા આત્મ સન્માનને હાની પહોચાડી તે બદલ દિલગીર છું" વગેરે જેવા વાક્યપ્રયોગ દ્વારા પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરી ક્ષમા માગવી જોઈએ. સંપૂર્ણ હૃદયપૂર્વક ઉચ્ચારેલા આવા શબ્દોમાં વિશ્વાસ જગાડવાની ખૂબ શક્તિ હોય છે.

૫.૦ વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો અર્થ.

વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતા અને પોતાના કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય લાવી શકે છે, નૈતિક અને વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું જ કાર્ય કરી શકે છે તથા પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરી શકે છે.

આ પરથી વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પ્રામાણિક અને નિખાલસ હોય છે.
૨. વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા જાળવી રાખે છે.
૩. વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન કે કાર્યમાં સાતત્ય લાવી શકે છે.
૪. વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ નૈતિક કે વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું કાર્ય કરે છે.
૫. વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાનાથી થયેલ ભૂલનો અન્ય સમક્ષ સ્વીકાર કરી હૃદયપૂર્વક ક્ષમા માગે છે.

૬.૦ વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિ પોતાના રોજબરોજના વ્યવહારમાં યોગ્ય પ્રયત્નો દ્વારા વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરી શકે તે માટેના કેટલાક ઉપાયો અહીં રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. વ્યક્તિએ રોજબરોજના વ્યવહારમાં પ્રામાણિક બનવું જોઈએ. પોતાનું કાર્ય પ્રામાણિકપણે કરવું જોઈએ. પોતાની લાગણીઓ અન્યને પ્રામાણિક અને નિખાલસપણે રજૂ કરવી જોઈએ.
૨. વ્યક્તિએ રોજબરોજના વ્યવહારમાં પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા રાખવી જોઈએ.
૩. વ્યક્તિએ પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન કે કાર્યમાં સાતત્ય લાવવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

૪. વ્યક્તિએ નૈતિક કે વ્યવહારુ દષ્ટિએ યોગ્ય હોય તેવું કાર્ય કરવું જોઈએ. કોઈપણ કાર્ય કરતા પહેલા નૈતિક દષ્ટિએ યોગ્ય છે કે કેમ તે વિચારવું જોઈએ.
૫. વ્યક્તિથી કોઈ ભૂલ થયેલ હોય તો તે ભૂલનો અન્ય સમક્ષ સ્વીકાર કરી હૃદયપૂર્વક ક્ષમા માગવી જોઈએ.

૭.૦ સારાંશ

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન ઘણાં એવાં વર્તનો કરે છે કે જેથી સમાજની અન્ય વ્યક્તિ તેનો વિશ્વાસ કરતી નથી. જેને કારણે વ્યક્તિને લાંબાગાળે અનેક પ્રકારનું નુકશાન સહન કરવું પડે છે. આથી, વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિ પોતાનો વિશ્વાસ કરે તે પ્રકારે પોતાના વર્તનોને નિયંત્રિત કરવાં જોઈએ. વ્યક્તિની અન્ય વ્યક્તિનો આ પ્રકારે વિશ્વાસ સંપાદિત કરી શકવાની ક્ષમતાને વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા કહે છે. વ્યક્તિ પ્રામાણિકતા, પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા, પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તન કે કાર્યમાં સાતત્ય તથા પોતાનાથી થયેલ ભૂલનો અન્ય સમક્ષ સ્વીકાર કરી વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતા કેળવી શકે છે.

૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ

વિશ્વાસપાત્રતાની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. રોજબરોજના વ્યવહારમાં જુદી જુદી પરિસ્થિતિને અનુરૂપ તમે તમારી લાગણીનો સંબંધિત વ્યક્તિ સમક્ષ પ્રામાણિક અને નિખાલસપણે સ્વીકાર કરો. આ માટે દિવસ દરમિયાનની જુદી જુદી પરિસ્થિતિની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૧માં 'પરિસ્થિતિ'ના ખાનામાં કરો.
તેને અનુરૂપ તમારી લાગણીનો સંબંધિત વ્યક્તિ સમક્ષ સ્વીકાર તમે કરેલ હોય તેની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૧માં 'લાગણીનો સ્વીકાર'ના ખાનામાં કરો.
૨. રોજબરોજનાં તમારાં વર્તનોની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૨માં 'વર્તન'ના ખાનામાં કરો.
આ વર્તનો નૈતિક દષ્ટિએ યોગ્ય હતાં કે કેમ? તેની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૨માં કરો.
જો આ વર્તનો નૈતિક દષ્ટિએ યોગ્ય ન હોય તો આ વર્તનો કરવા પાછળનું પ્રેરકબળ શું હતું? તેની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૨માં કરો.
૩. તમારા કાર્યમાં તમારાથી કોઈ ભૂલ થઈ હોય તેવા કાર્ય કે વર્તનની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૩માં 'કાર્ય કે વર્તન'ના ખાનામાં કરો.
જે ભૂલ થઈ હોઈ તેની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૩માં 'થયેલ ભૂલ'ના ખાનામાં કરો.
તમે આ ભૂલનો સંબંધિત વ્યક્તિ સમક્ષ જે રીતે સ્વીકાર કરેલ હોય તેની નોંધ પાછળ આપેલ વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક-૩માં 'થયેલ ભૂલનો સ્વીકાર'ના ખાનામાં કરો.

८.० विश्वासपात्रता नोंदपत्रक - १

परिस्थिति	लागणीओनो संभवित व्यक्ति समक्ष निभालसपझे स्वीकार

વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક - ૨

વર્તન	નૈતિક દૃષ્ટિએ યોગ્ય કે અયોગ્ય	જો નૈતિક દૃષ્ટિએ યોગ્ય ન હોય તો તે કરવા પાછળનું પ્રેરકબળ પ્રલોભન- લાલચ-કારણો

વિશ્વાસપાત્રતા નોંધપત્રક - ૩

કાર્ય - વર્તન	થયેલી ભૂલ	થયેલ ભૂલનો સ્વીકાર

ક્ષમતા ૨.૩ : આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારી

આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારીની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતાથી, શુદ્ધ દાનતથી, પૂરી તાકાતથી પોતાની ફરજો બજાવે છે, વચન અને શરતોનું પાલન કરે છે તથા પોતાની અન્ય વ્યક્તિ પરની આધારભૂતતા અને ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટેની પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી શકે છે.

- ક્ષમતા ૨.૩ : આંતર્વિવેકશીલતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારીનો અર્થ
- ૩.૦ આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારીના મુખ્ય ઘટકો
 - ૩.૧.૧ પ્રતિબદ્ધતા
 - ૩.૧.૨ વચન પાલન
 - ૩.૧.૩ સ્વની જવાબદારી
- ૪.૦ આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારીની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૫.૦ આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારીની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૬.૦ સારાંશ
- ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૮.૦ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક

• આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારીનો અર્થ આપી શકશો.
૨. આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારીના મુખ્ય ઘટકો જાણી શકશો.
૩. પ્રતિબદ્ધ બની શકશો.
૪. વચન પાલનનું મહત્ત્વ સમજી શકશો.
૫. તમારા કાર્ય માટે પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી શકશો.
૬. આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારીની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૭. તમારી આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારીની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિ પોતાના સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં અનેક પ્રકારના ધ્યેયો નક્કી કરે છે કે અનેક પ્રકારના કાર્યો શરૂ કરે છે. વ્યક્તિ અન્યો સાથે અનેક પ્રકારે સંબંધો બાંધે છે અને વિકસાવે છે. આ દરેક પ્રકારના ધ્યેયો, કાર્યો કે સંબંધોમાં સફળ થવા માટે વ્યક્તિએ કેટલાક પ્રયત્નો કરવા પડે છે, કેટલાક નિયમોનું પાલન કરવું પડે છે કે કેટલીક જવાબદારીઓ નિભાવવી પડે છે. જેમ કે, વિદ્યાર્થી જીવનમાં સંપૂર્ણ ધ્યાન દઈ અભ્યાસ કરવો, પૂરી પ્રામાણિકતાથી મહેનત કરી સફળ થવું. વ્યાવસાયિક જીવનમાં પોતે જે સંસ્થામાં નોકરી કરતા હોય તેને સંપૂર્ણ વફાદાર રહેવું, કાર્યમાં નિયમિત રહેવું અને વ્યવસાયનો વિકાસ થાય તેવા પ્રયત્નો કરવા. સામાજિક જીવનમાં આપણી સાથે સંબંધિત વ્યક્તિઓ સાથે પ્રામાણિકપણે વર્તવું, તેઓએ આપણી પાસે રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી તેની સંતોષવી. પોતાના કાર્ય, ધ્યેય તથા સંબંધોમાં વ્યક્તિએ પોતાની જવાબદારી સમજી નિભાવવી જોઈએ.

વ્યક્તિ પર કોઈપણ પ્રકારનું બાહ્ય દબાણ ન હોવા છતાં વ્યક્તિ પોતાના કાર્યમાં નિયમિત બની શકે, કાર્યની પુરતી કાળજી લઈ શકે અને પોતાના કાર્યની સફળતા કે નિષ્ફળતા માટે પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી શકે તેને ઈમાનદારી/આંતર્વિવેકશીલતા કહે છે. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ નિયમોનું પાલન કરે છે, પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિઓને મદદ કરે છે અને તેઓની બાબતમાં રસ ધરાવે છે. ઈમાનદારીની આ ક્ષમતા કોઈપણ ક્ષેત્રમાં સફળતા માટેનો આધાર છે.

અત્રે પ્રારંભમાં ઈમાનદારી/આંતર્વિવેકશીલતા અને ઈમાનદારી/આંતર્વિવેકશીલતા પર અસર કરતા પરિબળો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. ત્યાર બાદ ઈમાનદારી/ આંતર્વિવેકશીલતાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો આપવામાં આવ્યા છે. અંતે ઈમાનદારી/ આંતર્વિવેકશીલતાની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ રજૂ કરવામાં આવી છે.

૨.૦ આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારીનો અર્થ

આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારી માટે અંગ્રજીમાં conscientiousness શબ્દ છે. જેનો અર્થ નેકીપણું, સંનિષ્ઠા, ન્યાયપરાયણતા કે ઈમાનદારી થાય છે. કોઈપણ કાર્યના સંદર્ભમાં ઈમાનદારી એટલે પોતાના કાર્યમાં નિયમિત બનવું, પોતાના કાર્યની યોગ્ય કાળજી લેવી અને પોતાના કાર્યની અપૂર્ણતા કે નિષ્ફળતા માટે પોતાને જવાબદાર માની પ્રામાણિકતાપૂર્વક પોતાની ફરજો બજાવવાની વ્યક્તિની ભાવના.

૩.૦ આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારીના મુખ્ય ઘટકો

આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારીના અર્થ મુજબ આંતર્વિવેકશીલતા - ઈમાનદારી એ વ્યક્તિની પોતાના કાર્યમાં કાળજી લેવાની અને કાર્યમાં નિયમિત બનવાની તથા પોતાના કાર્યમાં સફળતા કે નિષ્ફળતા માટે પોતાની જવાબદારી સ્વીકારવાની ભાવના છે. આ પરથી આંતર્વિવેકશીલતા-ઈમાનદારીના મુખ્ય ઘટકો આ મુજબ દર્શાવી શકાય : (૧) પ્રતિબદ્ધતા, (૨) વચન પાલન અને (૩) સ્વની જવાબદારી.

૩.૧.૧ પ્રતિબદ્ધતા. પ્રતિબદ્ધતા એટલે કોઈપણ કાર્ય કોઈપણ ભોગે કરવાની વ્યક્તિની ભાવના. આંતર્વિવેકશીલતા-ઈમાનદારીનું આ પાયાનું ઘટક છે. વ્યક્તિ પોતાના જીવનમાં અનેક પ્રકારના ધ્યેયો નક્કી કરતી હોય છે. આ ધ્યેય નક્કી કર્યા બાદ આ ધ્યેય સિદ્ધ

કરવા માટે વ્યક્તિએ ચોક્કસ પ્રકારનું આયોજન કરી તેનું અમલીકરણ કરવાનું હોય છે. આ ધ્યેય સિદ્ધિ માટે ચોક્કસ પ્રકારના પ્રયત્નો કરવાના હોય છે. પરંતુ ઘણી વખત કેટલાંક ધ્યેય નક્કી કર્યા બાદ આ ધ્યેય સિદ્ધ કરવાની ભાવના વ્યક્તિમાં હોતી નથી. આથી વ્યક્તિ ધ્યેય સિદ્ધિ માટે ચોક્કસ પ્રકારના પ્રયત્નો કરતી નથી. ઘણી વખત વ્યક્તિ નક્કી કરેલ ધ્યેય સિદ્ધિ થાય એ પહેલા જ પડતા મૂકી અન્ય ધ્યેય નક્કી કરે છે. આમ, વ્યક્તિ ધ્યેય સિદ્ધિ માટેના પ્રામાણિકતાથી પ્રયત્ન કરતી નથી. આવી વ્યક્તિમાં આંતરવિવેકશીલતા-ઇમાનદારીનો અભાવ હોય છે.

વ્યક્તિએ પોતાનું ધ્યેય સિદ્ધ કરવું જ છે એ પ્રકારની દૃઢ ભાવના કેળવવી જોઈએ. વ્યક્તિએ પોતાનું ધ્યેય નક્કી કર્યા બાદ આ ધ્યેય સિદ્ધ કરવા માટેના પ્રયત્નો પ્રામાણિકપણે, શુદ્ધ દાનતથી અને પોતાની પૂરી શક્તિઓનો ઉપયોગ કરી કરવા જોઈએ. જો આમ કરવામાં આવશે તો વ્યક્તિ ચોક્કસ સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકશે. આથી વ્યક્તિએ સૌ પ્રથમ પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદાને ઓળખી તેને અનુરૂપ વાસ્તવિક ધ્યેય નક્કી કરવું જોઈએ. આ ધ્યેય કોઈપણ ભોગે સિદ્ધ કરવું જ છે એ પ્રકારની દૃઢ ભાવના કેળવવી જોઈએ. ચોક્કસ પ્રકારનું આયોજન તૈયાર કરી તેનો અમલ કરવો જોઈએ. આયોજન અનુસાર યોગ્ય પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આ પ્રયત્નોમાં પોતાની પૂરી તાકાત-તમામ પ્રકારની શક્તિનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

૩.૧.૨ વચન પાલન. વ્યક્તિ અન્ય સાથે માયાળુ, પ્રામાણિક, વિવેકભર્યા વર્તન અને ખાસ કરીને પ્રતિબદ્ધતા ઉપરાંત પોતાના વચનોને નિભાવીને અન્ય સાથેના સંબંધો વધારી શકે છે. વ્યક્તિ રોજબરોજ અનેક પ્રકારના વચનો અન્યોને આપે છે. અનેક પ્રકારની શરતોમાં જોડાય છે. આ વચન અને શરતોનું પાલન એ વ્યક્તિએ કરવું ખૂબ જ જરૂરી છે. પરંતુ ઘણી વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિને વચન આપ્યા બાદ આ વચન નિભાવવાના પ્રયત્ન પણ કરતી હોતી નથી. આ વચન નિભાવવાની ભાવના તેમનામાં હોતી નથી. તે અન્ય ને વચન આપી આપેલ વચન ભૂલી જાય છે. વ્યક્તિના આ પ્રકારના વર્તનને લીધે તેને સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં નુકશાન સહન કરવું પડે છે. આથી, વ્યક્તિએ પ્રામાણિક અને શુદ્ધ દાનતથી પૂરી વફાદારીપૂર્વક અન્યને આપેલ વચન નિભાવવા માટેના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ કે નક્કી કરેલ શરતોનું પાલન કરવું જોઈએ.

કોઈને વચન આપવું અને તેને નિભાવવું તે વિશ્વાસ ઊભો કરવા માટે સૌથી વધુ અસરકારક પરિબળ છે. વચનભંગ કરવાથી વિશ્વાસના સંબંધમાં સૌથી મોટી ઓટ આવે છે. વચનભંગ પછી બીજી વખત જ્યારે વચન આપશો ત્યારે તેઓ તમારામાં વિશ્વાસ નહીં મૂકે. લોકો મોટા ભાગે તમારાં વચનોની આસપાસ તેમના જીવનની આશાને વણતા હોય છે.

વચન આપતી વખતે એ ધ્યાન રાખવું કે જે નિભાવી ન શકો તેવું વચન આપવું જ નહીં. વચન આપતી વખતે ખૂબ કાળજીપૂર્વક, જેટલાં બને તેટલાં વધુ પરિબળો અને સંભાવનાઓનો વિચાર કરીને વચન આપવું જેથી વચનભંગ થાય તેવી પરિસ્થિતિ ન ઉદ્ભવે. પરંતુ બધા પ્રયત્નો છતાં એવી પરિસ્થિતિ સર્જાય કે જ્યારે આપેલું વચન નિભાવવું શક્ય જ ન હોય, ત્યારે પણ વ્યક્તિએ પોતાના વચનનું મૂલ્ય ખૂબ ઊંચું જ આંકવું જોઈએ અને જે વ્યક્તિ વચન સાથે સંબંધિત હોય તેને આખી પરિસ્થિતિ વિસ્તારપૂર્વક સમજાવી અને તે વચનમાંથી મુક્ત કરે તેવી વિનંતી કરવી જોઈએ.

૩.૧.૩ સ્વની જવાબદારી. વ્યક્તિ ઘણી વખત નક્કી કરેલ ધ્યેય કે કાર્યમાં નિષ્ફળ જાય છે ત્યારે તે નિષ્ફળતાની જવાબદારી અન્ય, વ્યક્તિ, પરિસ્થિતિ કે સંજોગો પર નાખે છે. વ્યક્તિ પોતાની મર્યાદા કે ભૂલને સ્વીકારી શકતી નથી. આમ, વ્યક્તિ નિષ્ફળતા વખતે પોતાની જવાબદારીમાંથી છુટવાનો પ્રયત્ન કરતી હોય છે. વ્યક્તિનું આ પ્રકારનું વર્તન વ્યક્તિમાં આંતર્વિવેકશીલતા-ઈમાનદારીનો અભાવ સૂચવે છે. વ્યક્તિએ પોતે નક્કી કરેલાં ધ્યેયોની પ્રાપ્તિ કે સિદ્ધિ એ પોતાની જ જવાબદારી છે એમ માનવું જોઈએ. પોતાના ધ્યેયોની પ્રાપ્તિ માટે અન્ય પર જવાબદારી નાખવી જોઈએ નહીં. એ જ રીતે નિષ્ફળતા માટે પણ પોતાને જ જવાબદાર ગણવી જોઈએ. ધ્યેયની નિષ્ફળતા માટે અન્ય, વ્યક્તિ, સમય, સંજોગો વગેરે પર જવાબદારી નાખવાની ટેવ વ્યક્તિને હોય છે. દા.ત. પરીક્ષામાં નિષ્ફળતા મળતા જણાવે છે કે પેપર અઘડું હતું કે તૈયારી કરવાનો સમય ન હતો. અહીં નિષ્ફળતા માટેની જવાબદારી પેપર કાઢનાર કે સંજોગો પર ઢોળવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ વ્યક્તિએ નિષ્ફળતાની જવાબદારી પોતે સ્વીકારી એમ માનવું જોઈએ કે હું આ પેપરમાં નબળો હતો, કે હું આ પેપરની યોગ્ય રીતે તૈયારી ન કરી શક્યો. ધ્યેય પ્રાપ્તિમાં નિષ્ફળતાની જવાબદારી પોતાની આવતી હોવાથી વ્યક્તિ ધ્યેય સિદ્ધિ માટે પૂરી મહેનત અને પ્રામાણિક પ્રયત્નો કરે છે.

૪.૦ આંતર્વિવેકશીલતાની ક્ષમતાનો અર્થ

આંતર્વિવેકશીલતા / ઈમાનદારીની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પ્રામાણિકતાથી, શુદ્ધ દાનતથી, પૂરી તાકાતથી પોતાની ફરજો બજાવે છે, વચન અને શરતોનું પાલન કરે છે તથા પોતાની અન્ય વ્યક્તિ પરની આધારભૂતતા અને ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટેની પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી શકે છે.

આ પરથી સાંવેગિક નિયંત્રણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. આંતર્વિવેકશીલતા/ઈમાનદારીની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પ્રામાણિકતાથી, શુદ્ધ દાનતથી, પૂરી તાકાતથી પોતાની ફરજો બજાવી શકે છે.
૨. આંતર્વિવેકશીલતા/ઈમાનદારીની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે આપેલ વચન અને શરતોનું પાલન કરી શકે છે.
૩. આંતર્વિવેકશીલતા/ ઈમાનદારીની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાની અન્ય વ્યક્તિ પરની આધારભૂતતા અને ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટેની પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી શકે છે.

૫.૦ આંતર્વિવેકશીલતા- ઈમાનદારીની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

રોજબરોજના વ્યવહારમાં વ્યક્તિ જે નક્કી ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટે પ્રયત્નો કરે છે અને અન્યને જે વચન આપે છે તેના વિષ જાગૃત રહીને તથા ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટે પ્રતિબદ્ધ બની વચન પાલનના યોગ્ય પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ ચોક્કસ આંતર્વિવેકશીલતા/ઈમાનદારીની ક્ષમતા વિકસાવી શકશે. આ માટે નીચેના જેવા ઉપાયો કરવા જોઈએ.

૧. રોજબરોજના વ્યવહારમાં નક્કી જે ધ્યેય કે કાર્ય નક્કી કરેલ હોય તે ધ્યેય કે કાર્યની સફળતા માટે તમે કેવા પ્રકારના પ્રયત્નો કર્યા તે અંગે સતત જાગૃત રહેવું જોઈએ.

૨. દિવસ દરમિયાન પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિને જે વચનો આપેલ હોય તે વચનનું પાલન કર્યું કે નહીં તથા વચન પાલન માટે તમે કેવા પ્રકારના પ્રયત્નો કર્યા તે અંગે સતત જાગૃત રહેવું જોઈએ.
૩. રોજબરોજના કાર્યોમાથી જે કાર્યોમાં નિષ્ફળતા મળી હોય તે કાર્યોની નિષ્ફળતા માટેનાં કારણો પ્રત્યે જાગૃત રહેવું જોઈએ. આ નિષ્ફળતા માટેનાં જવાબદાર પરિબળો વિષે વિચારી નિષ્ફળતા માટે વ્યક્તિ ખુદ જવાબદાર છે કે અન્ય વ્યક્તિ તે અંગે જાગૃત રહેવું જોઈએ.

૬.૦ સારાંશ

વ્યક્તિ પોતાનું કાર્ય પ્રામાણિકતાથી, શુદ્ધ દાનતથી, પૂરી તાકાતથી કરે, પોતાની ફરજો અને વચન પાલન માટે યોગ્ય પ્રકારની કાળજી રાખે, તથા પોતાના કાર્ય કે ધ્યેય સિદ્ધિમાં નિષ્ફળતા માટે ખુદની જવાબદારી સ્વીકારી શકે ત્યારે એ વ્યક્તિ આંતર્વિવેકશીલતા -ઈમાનદારીની ક્ષમતા ધરાવે છે એમ કહી શકાય. પ્રતિબદ્ધતા, વચન પાલન અને સ્વની જવાબદારી સ્વીકારી શકવાની લાક્ષણિકતા વ્યક્તિની આંતર્વિવેકશીલતા -ઈમાનદારીની ક્ષમતા પર અસર કરતા મહત્વના પરિબળો છે. આથી, રોજબરોજના વ્યવહારમાં પોતાના ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટે કયા પ્રકારના પ્રયત્નો કરે છે, પોતે અન્યને આપેલ વચનના પાલન માટે યોગ્ય પ્રયત્ન કરે છે કે કેમ ? તથા પોતાના કાર્યમાં મળેલ નિષ્ફળતા માટે જવાબદાર પરિબળો અંગે સતત જાગૃત રહેવાથી આંતર્વિવેકશીલતા/ઈમાનદારીની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય છે.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ

આંતર્વિવેકશીલતા -ઈમાનદારીની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. રોજબરોજના વ્યવહારમાં તમે નક્કી કરેલ ધ્યેય કે કાર્યની યાદી પાછળ આપવામાં આવેલ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૧ માં 'ધ્યેય કે કાર્ય'ના ખાનામાં કરો.
આ ધ્યેય કે કાર્યની સફળતા માટે તમે કેવા પ્રકારના પ્રયત્નો કર્યા તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૧માં 'ધ્યેય સિદ્ધિ માટેના પ્રયત્ન'ના ખાનામાં કરો.
૨. તમે અન્ય વ્યક્તિને કોઈ વચન આપેલ હોય તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૨માં 'આપેલ વચન'ના ખાનામાં કરો.
તે વચનનું પાલન તમે કર્યું કે નહીં તથા વચન પાલન માટે તમે કેવા પ્રકારના પ્રયત્નો કર્યા તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૨માં 'વચનપાલન માટેના પ્રયત્નો'ના ખાનામાં કરો.
૩. તમને નિષ્ફળતા મળી હોય તેવાં કાર્યોની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૩માં 'નિષ્ફળતા'ના ખાનામાં કરો.
આ નિષ્ફળતા માટેનાં જવાબદાર પરિબળોની નોંધ પાછળ આપેલ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૩માં 'નિષ્ફળતા માટેનાં જવાબદાર પરિબળો'ના ખાનામાં કરો.

૮.૦ આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૧

ધ્યેય કે કાર્ય	ધ્યેય સિદ્ધિ માટેના પ્રયત્નો

આંતર્વિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૨

આપેલ વચન	વચનપાલન માટેના પ્રયત્નો

આંતરવિવેકશીલતા નોંધપત્રક-૩

નિષ્ફળતા	નિષ્ફળતા માટેનાં જવાબદાર પરિબલો

ક્ષમતા ૨.૪ : અનુકૂલનક્ષમતા

અનુકૂલનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે, અગ્રતાક્રમમાં સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે, બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાની વ્યૂહરચનામાં ફેરફાર કરી શકે છે તથા કોઈ પણ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક રહી શકે છે.

- ક્ષમતા ૨.૪ : અનુકૂલનક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ અનુકૂલનનો અર્થ
- ૩.૦ અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ
- ૪.૦ અનુકૂલનક્ષમતાની જરૂરિયાત
 - ૪.૧.૧ અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર
 - ૪.૧.૨ પરિવર્તનોને પહોંચી વળવું
 - ૪.૧.૩ પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાના પ્રતિયાર-વ્યૂહરચનામાં ફેરફાર
 - ૪.૧.૪ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક
- ૫.૦ અનુકૂલનક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૬.૦ સારાંશ
- ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૮.૦ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક

• આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૨. અનુકૂલનક્ષમતાની જરૂરિયાતે જાણી શકશો.
૩. તમારી અનુકૂલનક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

પ્રવર્તમાન સમય પરિવર્તનોનો સમય છે. આજે સમાજમાં અનેક પ્રકારનાં પરિવર્તનો આવી રહ્યાં છે. સામાજિક, રાજકીય, ભૌગોલિક કે વ્યાવસાયિક પરિવર્તનો અનુસાર ટકી રહેવા માટે તથા પોતાનો વિકાસ કરવા માટે વ્યક્તિએ પોતાનામાં બદલાવ કે પરિવર્તન કરવું જરૂરી છે. ઉપરાંત પરિવર્તનોની સાથે સાથે વ્યક્તિએ પોતાની જરૂરિયાતોના અગ્રતાક્રમમાં પણ ફેરફાર કરવો પડતો હોય છે. સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિ અનુસાર વ્યક્તિએ પોતાની માન્યતા, વિચારસરણી, રીતરિવાજોમાં ફેરફાર કરવા જરૂરી છે. ઉપરાંત કોઈ પણ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણમાં પણ બદલાવ જરૂરી છે. વ્યક્તિ પરિવર્તનોની સાથે આ પ્રકારનો બદલાવ લાવે ત્યારે જ તે આ બદલાયેલ સમાજમાં - વતાવરણમાં ટકી શકે છે અને પોતાનો વિકાસ કરી શકે છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં ફેરફાર લાવવાની ક્ષમતાને અનુકૂલનક્ષમતા કહે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં અનુકૂલન અને અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યાર બાદ અનુકૂલનક્ષમતાની જરૂરિયાત અને અનુકૂલનક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો આપવામાં આવ્યા છે. અંતે અનુકૂલનક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ રજૂ કરવામાં આવી છે.

૨.૦ અનુકૂલનનો અર્થ

અનુકૂલન માટે અંગ્રજીમાં adaptation શબ્દ છે, જેનો અર્થ અનુકૂળ કરવું, બદલાવવું, અનુસરતું કરવું કે નવી પરિસ્થિતિને અનુરૂપ બંધસેસતું કરવા માટે ફેરફાર કરવો થાય છે. વ્યક્તિ નવી પરિસ્થિતિ કે પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં ફેરફાર કરે ત્યારે તેને અનુકૂલન કહી શકાય.

૩.૦ અનુકૂલનક્ષમતાનો અર્થ

અનુકૂલનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે, અગ્રતાક્રમમાં સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે, બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાની વ્યૂહરચનામાં ફેરફાર કરી શકે છે તથા કોઈ પણ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક રહી શકે છે.

આ પરથી અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અગ્રતાક્રમમાં સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે.
૨. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ ઝડપી પરિવર્તનોને પહોંચી વળે છે.
૩. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાના પ્રતિચારો અને વ્યૂહરચનાઓમાં ફેરફાર કરી શકે છે.
૪. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કોઈપણ ઘટનાને જોવાના સન્દર્ભમાં લવચીક રહી શકે છે.

૪.૦ અનુકૂલનક્ષમતાની જરૂરિયાત

વ્યક્તિની આસપાસની પરિસ્થિતિ સતત બદલાતી રહે છે. આથી, વ્યક્તિ માટે બદલાતી પરિસ્થિતિને અનુકૂળ થવાની ક્ષમતા જરૂરી છે. સામાન્ય રીતે અનુકૂલનક્ષમતાની જરૂરિયાત

આ મુજબ છે : (૧) અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર, (૨) પરિવર્તનોને પહોંચી વળવું, (૩) પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાના પ્રતિચાર-વ્યૂહરચનામાં ફેરફાર અને (૪) ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીકતા.

૪.૧.૧ અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર. વ્યક્તિએ અનેક પ્રકારનાં કાર્યો કરવાના હોય છે. અનેક પ્રકારની જરૂરિયાતો સંતોષવાની હોય છે, અનેક પ્રકારના હેતુઓ સિદ્ધિ કરવાના હોય છે. વ્યક્તિ આ કાર્ય, આ હેતુઓ કે આ જરૂરિયાતો એક સાથે પૂર્ણ કરી શકતી નથી, કારણ કે વ્યક્તિની વ્યક્તિગત મર્યાદા અને સાધનોની મર્યાદાઓ હોય છે. આથી વ્યક્તિ સૌથી મહત્વનું કાર્ય કે હેતુ સૌ પ્રથમ સિદ્ધ કરે છે. ત્યાર બાદ તેનાથી ઓછા મહત્વનું કાર્ય સિદ્ધ કરે છે. સૌથી ઓછા મહત્વનું કાર્ય સૌથી અંતે કરે છે. આમ, વ્યક્તિ પોતાની જરૂરિયાતો, હેતુ કે કાર્યોને અગ્રતાક્રમ અનુસાર સિદ્ધ કરવાના પ્રયત્ન કરે છે. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ આ અગ્રતાક્રમને જડ રીતે વળગી રહેતી નથી. સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિ બદલાતા વ્યક્તિ પોતાનાં કાર્યો, હેતુઓ કે જરૂરિયાતોનો અગ્રતાક્રમ પણ સરળતાથી ફેરફાર કરી શકે છે. પરિસ્થિતિ બદલાતા સૌથી ઓછું મહત્વનું કાર્ય પણ સૌથી વધુ મહત્વનું બની શકે છે. એક પ્રકારની પરિસ્થિતિમાં જે જરૂરિયાત સંતોષવાની સૌથી વધુ જરૂર હોય તેની જરૂરિયાત પરિસ્થિતિ બદલાતા બિલકુલ ન હોય. આથી વ્યક્તિએ બદલાતી પરિસ્થિતિ અનુસાર અગ્રતાક્રમમાં પણ ફેરફાર કરવો પડે છે. અનુકૂલન ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સરળતાથી અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર કરી શકે છે.

૪.૧.૨ પરિવર્તનોને પહોંચી વળવું. આજે દરેક ક્ષેત્રમાં ઝડપી પરિવર્તનો આવી રહ્યા છે. ગઈ કાલની પરિસ્થિતિ કરતા આજની પરિસ્થિતિ ભિન્ન છે અને આજની પરિસ્થિતિ કરતા આવતીકાલની પરિસ્થિતિ બિલકુલ ભિન્ન હશે. બદલાતી પરિસ્થિતિ સામે વ્યક્તિ માટે વર્ષોથી ચાલી આવતી પરંપરા, માન્યતા, વિચારસરણી, દષ્ટિકોણ, પદ્ધતિઓ વગેરેમાં બદલાવ પણ જરૂરી છે. આ ઉપરાંત વ્યક્તિની સામાજિક, ભૌગોલિક અને વ્યાવસાયિક ગતિશિલતામાં પણ વધારો થયો છે. એટલે કે વ્યક્તિએ એક પ્રકારના સમાજમાંથી બીજા પ્રકારના સમાજમાં, એક પ્રકારના ભૌગોલિક વાતાવરણમાંથી બીજા પ્રકારના ભૌગોલિક વાતાવરણમાં રહેવાનું થાય છે. ઉપરાંત વ્યક્તિએ પોતાના વ્યવસાયમાં પણ પરિવર્તન કરવું પડતું હોય છે. આ નવા પ્રકારની સામાજિક, ભૌગોલિક કે વ્યાવસાયિક પરિસ્થિતિ પોતાની પહેલાની સામાજિક, ભૌગોલિક કે વ્યાવસાયિક પરિસ્થિતિ કરતા બિલકુલ ભિન્ન હોય છે. આ નવા વાતાવરણમાં પણ વ્યક્તિએ પોતાની રહેણીકરણી, વર્તણૂક, દષ્ટિકોણ કે પદ્ધતિઓમાં ફેરફાર કરવા પડે છે. અન્યથા વ્યક્તિ એ નવા વાતાવરણમાં રહી શકતી નથી, વિકાસ કરી શકતી નથી. આથી વ્યક્તિએ બદલાતી પરિસ્થિતિને પહોંચી વળવા માટે અનુકૂલન સાધવાની ક્ષમતા કેળવવી ખૂબ જ જરૂરી છે.

૪.૧.૩ પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાના પ્રતિચાર-વ્યૂહરચનામાં ફેરફાર. બદલાતા સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિ અનુસાર પોતાના પ્રતિચારો કે પ્રતિવર્તનોમાં પણ ફેરફાર કરવા જરૂરી છે. સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ એક વખત કોઈ પણ સફળતા મેળવે ત્યારે તેણે જે પ્રકારની પદ્ધતિ, રીતભાત કે વ્યૂહરચના અપનાવેલી હોય એ જ પ્રકારની વ્યૂહરચના દરેક વખતે અપનાવતી હોય છે. ત્યારે એક જ પ્રકારની વ્યૂહરચના દ્વારા દરેક વખતે સફળતા મળતી

નથી. પરિસ્થિતિ બદલાતા અગાઉની વ્યૂહરચનામાં પરિવર્તન કરવું પડે છે. જે પ્રકારની પરિસ્થિતિ હોય તે અનુરૂપ વ્યૂહરચના અપનાવવાથી વ્યક્તિ ચોક્કસ સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે. પોતાના હેતુ સિદ્ધ કરી શકે છે.

૪.૧.૪ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની અન્ય લાક્ષણિકતા એ છે કે તે કોઈ પણ ઘટના, પરિસ્થિતિ કે સમસ્યાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક હોય છે. સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ કોઈ પણ ઘટના કે પરિસ્થિતિ ઉદ્ભવે ત્યારે તેના અર્થઘટન વખતે એક વખત જે વિચારે છે, જે અર્થઘટન કરે છે તેને બદલી શકતી નથી. તે ઘટનાના જે પાસાંઓનાં સંદર્ભમાં વિચારે છે તેના સિવાયનાં અન્ય પાસાંઓ પ્રત્યે તે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતી નથી. આથી આવી વ્યક્તિનું પ્રત્યક્ષીકરણ અને તેને અનુરૂપ અર્થઘટન અન્ય વ્યક્તિના પ્રત્યક્ષીકરણ અને અર્થઘટન કરતા જુદું હોય છે. આવા સમયે સંઘર્ષ થવાની સંભાવના રહે છે. અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કોઈ પણ ઘટનાનું પ્રત્યક્ષીકરણ અનેક રીતે કરી શકે છે. ઘટનાના તમામ પાસાંઓનાં સંદર્ભમાં વિચારી શકે છે. કોઈપણ બાબતને તેની સાથે સંબંધિત દરેક પક્ષકારોના સંદર્ભમાં મૂલવી શકે છે. ઉપરાંત અનુકૂલનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે ઘટનાનું એક વખત જે પ્રત્યક્ષીકરણ કરેલ હોય કે અર્થઘટન કરેલ હોય તેને વળગી રહેતી નથી. તે ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણના સંદર્ભમાં લવચીક હોય છે. એક વખતના પ્રત્યક્ષીકરણ કરતા બીજી વખતનું પ્રત્યક્ષીકરણ ભિન્ન હોય શકે છે. જે વધુ યોગ્ય અને સચોટ હોય છે.

૫.૦ અનુકૂલનક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિએ પોતાની આસપાસ થતાં પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં યોગ્ય પ્રકારનાં પરિવર્તનો લાવી પોતાની અનુકૂલનક્ષમતા વિકસાવવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. અહીં અનુકૂલનક્ષમતા વિકસાવવા માટેના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત ક્ષેત્રમાં જે પરિવર્તનો આવે છે એ પ્રત્યે જાગૃત રહેવું જોઈએ. આ પરિવર્તનો પોતાના માટે લાભકારક છે કે નુકશાનકારક તે વિચારવું જોઈએ.
૨. પોતાની સાથે સંબંધિત દરેક ક્ષેત્રમાં થતાં પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં કયા પ્રકારનાં પરિવર્તનો કે ફેરફાર જરૂરી છે તે અંગે વિચારવું જોઈએ અને એ મુજબના ફેરફાર કરવા જોઈએ.
૩. કોઈ પણ ઘટના, પરિસ્થિતિ કે સમસ્યાના સંદર્ભમાં પોતાના હાલના પ્રત્યક્ષીકરણમાં ફેરફાર કરવો જરૂરી છે કે કેમ તે અંગે વિચારવું જોઈએ.
૪. હાલ વ્યક્તિની જરૂરિયાતો અને તેના અગ્રતાક્રમ અંગે વિચારી પરિવર્તનોને અનુરૂપ તેના અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર જરૂરી હોય તો ફેરફાર કરવો જોઈએ.

૬.૦ સારાંશ

આજે દરેક ક્ષેત્રમાં આવતા ઝડપી પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં ફેરફાર લાવવાની ક્ષમતાને અનુકૂલનક્ષમતા કહે છે. વ્યક્તિ સમાજમાં આવતાં જુદાં જુદાં પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાની માન્યતા, વિચારસરણી, વ્યૂહરચના, રીતરિવાજ વગેરેમાં ફેરફાર કરે તો જ તે બદલાતા સમાજમાં કે વતાવરણમાં ટકી શકે છે અને પોતાનો વિકાસ કરી શકે છે. પરિવર્તનોની સાથે સાથે

અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર કરવા, પરિવર્તનોને પહોંચી વળવા, પોતાની માન્યતા, વિચારસરણી, વ્યૂહરચના, રીતરિવાજો વગેરેમાં ફેરફાર કરવા કે કોઈ પણ ઘટનાના પ્રત્યક્ષીકરણમાં પણ બદલાવ લાવવા અનુકૂલનક્ષમતા જરૂરી છે. વ્યક્તિએ પોતાની આસપાસ કયા પ્રકારનાં પરિવર્તનો આવી રહ્યા છે તેને ઓળખી તેને અનુરૂપ પોતાનામાં કયા કયા પ્રકારના ફેરફારો જરૂરી છે તે અંગે વિચારવું જોઈએ અને એ મુજબના ફેરફાર કરવા જોઈએ. જરૂરિયાતોના અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર જરૂરી છે કે કેમ તે અંગે વિચારી, જરૂરી હોય તો ફેરફાર કરવો જોઈએ. કોઈ પણ ઘટના, પરિસ્થિતિ કે સમસ્યાના સંદર્ભમાં પોતાના હાલના પ્રત્યક્ષીકરણમાં ફેરફાર કરવો જરૂરી છે કે કેમ તે અંગે વિચારવું જોઈએ. જો આ પ્રકારના પ્રયત્નો કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ અનુકૂલનક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ

અનુકૂલનક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમારી સાથે સંબંધિત જુદા જુદા ક્ષેત્રમાં કયા કયા પ્રકારના પરિવર્તનો આવી રહ્યાં છે તેને ઓળખી તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૧માં 'પરિવર્તન'ના ખાનામાં કરો.

આ પરિવર્તનોને અનુરૂપ તમારામાં કયા કયા પ્રકારના ફેરફારો જરૂરી છે તે અંગે વિચારી તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૧માં 'પરિવર્તનોને અનુરૂપ ફેરફાર'ના ખાનામાં કરો.

૨. તમારી હાલની જરૂરિયાતોની નોંધ અગ્રતાક્રમ અનુસાર પાછળ આપવામાં આવેલ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૨માં 'જરૂરિયાતોનો અગ્રતાક્રમ'ના ખાનામાં કરો. પરિવર્તનોને અનુરૂપ આ જરૂરિયાતોના અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર જરૂરી હોય તો તેની નોંધ પાછળ આપેલ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૨માં 'અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર'ના ખાનામાં કરો.

૩. કોઈ પણ ઘટના કે પરિસ્થિતિના તમારા પ્રત્યક્ષીકરણની નોંધ પાછળ આપેલ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૩માં 'પ્રત્યક્ષીકરણ'ના ખાનામાં કરો. ત્યારબાદ આ જ પરિસ્થિતિનું અન્ય રીતના પ્રત્યક્ષીકરણની નોંધ પાછળ આપેલ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૩માં 'પ્રત્યક્ષીકરણમાં ફેરફાર'ના ખાનામાં કરો.

૮.૦ અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૧

પરિવર્તન	પરિવર્તનોને અનુરૂપ ફેરફાર

અનુકૂલનક્ષમતા નોંધપત્રક-૨

જરૂરિયાતોનો અગ્રતાક્રમ	અગ્રતાક્રમમાં ફેરફાર

अनुकूलनक्षमता नोंधपत्रक-३

प्रत्यक्षीकरण	प्रत्यक्षीकरणमां इरफार

ક્ષમતા ૨.૫ : સિદ્ધિ પ્રેરણ

સિદ્ધિ પ્રેરણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ શરૂઆતમાં વાસ્તવિક ધ્યેય નક્કી કરી તે સિદ્ધ થતાં તેના કરતાં વધુ ઊંચું ધ્યેય નક્કી કરી તેને પણ સિદ્ધ કરી શકે છે. આ રીતે સિદ્ધિમાંથી પ્રેરણા મેળવી સફળતાની સર્વોચ્ચ કક્ષા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

• **ક્ષમતા ૧.૩ : સિદ્ધિ પ્રેરણ પરના સાહિત્યનું બંધારણ**

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ પ્રેરણનો અર્થ
- ૩.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ
- ૪.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણની જરૂરિયાત
 - ૪.૧.૧ પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખતા
 - ૪.૧.૨ ધ્યેય કે ઘોરણોની ઉચ્ચ કક્ષા
 - ૪.૧.૩ પડકારરૂપ ધ્યેય
 - ૪.૧.૪ ગણતરીપૂર્વકના જોખમનો સ્વીકાર
- ૫.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૬.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક

• **આ સાહિત્યના અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....**

૧. પ્રેરણનો અર્થ આપી શકશો
૨. સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ આપી શકશો
૩. સિદ્ધિ પ્રેરણની જરૂરિયાત સમજાવી શકશો
૪. સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો
૫. તમારી સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અનેક પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ કરે છે. જેમ કે, ભણવું, કામઘંઘો કરવો, ખાવું, લગ્ન કરવા, શોધખોળ કરવી વગેરે. આ દરેક પ્રવૃત્તિ વ્યક્તિ કોઈને કોઈ કારણે કરે છે. વ્યક્તિની દરેક પ્રકારની પ્રવૃત્તિ કે વર્તન કોઈને કોઈ બળ વડે પ્રેરિત થયેલું હોય છે. મનોવૈજ્ઞાનિકો આ બળને પ્રેરણ તરીકે ઓળખાવે છે. પ્રેરણને લીધે જ વ્યક્તિ દરેક કાર્ય કે વર્તન કરે છે. જેમ કે, ખાવાના વર્તન પાછળનું પ્રેરણ વ્યક્તિની ભૂખ છે, જ્યારે ભણવા પાછળનું પ્રેરણ જ્ઞાન અને સમજની જરૂરિયાત છે.

વ્યક્તિ કોઈપણ ધ્યેય, વર્તન કે કાર્ય નક્કી કરે અને તેમાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થતા આ સિદ્ધિ પણ પ્રેરણ તરીકે કાર્ય કરે છે. વ્યક્તિની આ સિદ્ધિ વ્યક્તિને વધુ પડકારરૂપ કે વધુ અઘરું કાર્ય કરવા માટે પ્રેરિત કરે છે. આ પ્રકારના પ્રેરણને સિદ્ધિ પ્રેરણ કહે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં પ્રેરણ અને સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યાર બાદ સિદ્ધિ પ્રેરણની જરૂરિયાતોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. અંતે સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતાનો અર્થ, સિદ્ધિપ્રેરણની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો અને સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ રજૂ કરવામાં આવી છે.

૨.૦ પ્રેરણનો અર્થ

પ્રેરણ માટે અંગ્રજી શબ્દ motivation છે. જેનો અર્થ દોરનાર થાય છે. પ્રેરણ એ એક આંતરિક ઘટના છે, જે વ્યક્તિના વર્તનને દોરે છે અને તેને સંકલિત કરે છે. પ્રેરણનું સીધું અવલોકન થઈ શકતું નથી, પરંતુ વર્તન પરથી તેના વિશે અનુમાન થઈ શકે છે.

૩.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણનો અર્થ

સિદ્ધિ પ્રેરણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ શરૂઆતમાં વાસ્તવિક ધ્યેય નક્કી કરે છે અને એ સિદ્ધિ થતાં તેના કરતાં વધુ ઊંચું ધ્યેય નક્કી કરી અને તેને પણ સિદ્ધિ કરી શકે છે અને આ રીતે સિદ્ધિમાંથી પ્રેરણા મેળવી સફળતાની સર્વોચ્ચ કક્ષા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

૪.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણની જરૂરિયાત

પ્રેરણાનું સૌથી અગત્યનું પાસું એ સિદ્ધિ છે. વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્ય સિદ્ધિની અપેક્ષાએ જ કરે છે. તે જે કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરે છે તેમાં તે સિદ્ધિની અપેક્ષા રાખે છે. વ્યક્તિને તેમાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય તે માટેના પ્રયત્નો કરે છે. તેમાં સિદ્ધિ મળતાં તે પ્રેરિત બને છે અને વધુ પડકારરૂપ કાર્ય કે ઊંચું ધ્યેય નક્કી કરે છે અને તેમાં પણ સફળતા પ્રાપ્ત કરે છે. આમ, સિદ્ધિ પ્રેરણ એ વ્યક્તિની સફળતા માટે ખૂબ જ અગત્યનું બળ છે. સિદ્ધિ પ્રેરણની જરૂરિયાત આ મુજબ ગણાવી શકાય : (૧) પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખતા, (૨) ધ્યેયો અને ધોરણોની ઉચ્ચ કક્ષા, (૩) પડકારરૂપ ધ્યેય અને (૪) ગણતરીપૂર્વકના જોખમનો સ્વીકાર.

૪.૧.૧ પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખતા. પરિણામ પ્રત્યેની અભિમુખતા એ સિદ્ધિ પ્રેરણનું સૌથી અગત્યનું પાસું છે. સિદ્ધિ પ્રેરણમાં વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્ય કરે છે તેનું મુખ્ય પ્રેરણબળ સિદ્ધિ હોય છે. એટલે કે કાર્યનું પરિણામ હકારાત્મક મળશે એવી આશાએ જ વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્યની શરૂઆત કરે છે. વ્યક્તિને કાર્યને અંતે પરિણામ હકારાત્મક મળશે એટલે કે સફળતા જ પ્રાપ્ત થશે એવી ખાતરી થાય તો જ તે કાર્ય શરૂ કરે છે, અન્યથા કાર્યને પડતું મૂકે છે.

ઉપરાંત, કાર્યની શરૂઆત કર્યા બાદ પણ હંમેશા પરિણામ પ્રત્યે વિચારી સફળતા પ્રાપ્ત થાય એ માટે સતત પ્રયત્નો કરવામાં આવે છે. એક વખત જે પરિણામ પ્રાપ્ત થયું હોય તેના કરતા બીજી વખત વધુ સારું પરિણામ પ્રાપ્ત થાય એ માટે પ્રયત્નો કરવામાં આવે છે. આમ, સિદ્ધિ પ્રેરણમાં સિદ્ધિ પ્રેરિત વ્યક્તિની સૌથી અગત્યની લાક્ષણિકતા એ તેની પરિણામ પ્રત્યેની અભિમુખતા છે.

વ્યક્તિએ કોઈપણ કાર્યની શરૂઆત કરતી વખતે આ કાર્યનું પરિણામ હકારાત્મક મળશે જ એવી ખાતરી થાય પછી જ કાર્ય શરૂ કરવું જોઈએ. કાર્યની શરૂઆત કર્યા બાદ પણ કાર્યનું પરિણામ શું લાવવું છે તેને સતત નજર સમક્ષ રાખી કાર્ય કરવું જોઈએ.

૪.૧.૨ ધ્યેયો અને ધોરણોની ઉચ્ચ કક્ષા. સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ એક વખત જે કાર્ય કરે અને તેમાં તેને સફળતા મળતાં તે હંમેશા એ પ્રકારનું જ કાર્ય કરતી હોય છે, પરંતુ સિદ્ધિ પ્રેરણમાં વ્યક્તિ એક વખત કોઈપણ ધ્યેય કે ધોરણ નક્કી કરે છે અને તેમાં તેને સફળતા મળતાં બીજી વખત એ જ કક્ષાનું ધ્યેય કે ધોરણ નક્કી ન કરતાં અગાઉના ધ્યેય કે ધોરણ કરતાં ઉચ્ચ કક્ષાના ધ્યેય કે ધોરણ નક્કી કરે છે. તેમાં સફળતા મળતાં તેના કરતાં ઉચ્ચ કક્ષાના ધ્યેય કે ધોરણ નક્કી કરે છે. આમ, વ્યક્તિ સિદ્ધિમાંથી જ પ્રેરણા મેળવી અગાઉ કરતાં ઉચ્ચ કક્ષાના ધ્યેય નક્કી કરતી જાય છે. એક વખત સર્વાચ્ચ કક્ષાના ધ્યેય પણ સિદ્ધ કરી શકે છે.

ઉપરાંત આવી વ્યક્તિ સૌથી વધુ પ્રેરણા પોતાના ધ્યેયની સિદ્ધિમાંથી જ મેળવે છે. પોતે નક્કી કરેલ ધ્યેય કે ધોરણો સિદ્ધ થતા તેને અસામાન્ય પ્રેરણા મળે છે અને ફરીવાર જે તે કાર્ય કરે છે. આમ, તે પોતાના ધ્યેય અને ધોરણોની પ્રાપ્તિ માટે ઉચ્ચ કક્ષાએ પ્રેરિત હોય છે. અન્ય પ્રકારના પ્રેરણો તેને માટે અસરકારક બનતા નથી. તેના માટે ધ્યેય સિદ્ધિ સૌથી મહત્વની બાબત બની રહે છે.

૪.૧.૩ પડકારરૂપ ધ્યેય. સિદ્ધિ પ્રેરણનું સૌથી અગત્યનું પાસું એ પડકારરૂપ ધ્યેય નક્કી કરવાનું છે. સામાન્ય વ્યક્તિ પોતે જે પ્રકારના ધ્યેય સિદ્ધ કરી શકતી હોય, જે કાર્ય કરી શકતી હોય તેવા કાર્યો કે ધ્યેયો નક્કી કરતી હોય છે અને તેમાં સફળતા મેળવવાના પ્રયત્નો કરતી હોય છે. પરંતુ, સિદ્ધિ પ્રેરિત વ્યક્તિ પોતે અગાઉ ક્યારેય સિદ્ધ કરેલ ન હોય, પોતાની ક્ષમતાને પડકારરૂપ હોય તે પ્રકારના ધ્યેય નક્કી કરે છે. આવી વ્યક્તિ એક વખત કોઈ પડકારરૂપ કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરે અને તેમાં તેને જે મુશ્કેલીનો અનુભવ થાય તેને પોતે પડકાર ગણી તેને સિદ્ધ કરવા પ્રયત્નો કરે છે. આ મુશ્કેલી કે પડકારમાંથી જ તેને પ્રેરણા પ્રાપ્ત થાય છે. આ પડકારરૂપ ધ્યેય સિદ્ધ થતા વધુ પડકારરૂપ ધ્યેય નક્કી કરે છે અને તેને સિદ્ધ કરવાના પ્રયત્નો કરે છે.

૪.૧.૪ ગણતરીપૂર્વકના જોખમનો સ્વીકાર. સિદ્ધિ પ્રેરણમાં વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્ય સિદ્ધિને ધ્યાનમાં રાખીને જ કરે છે, એટલે કે સફળતા કે સિદ્ધિની ખાતરી હોય તો જ તે કાર્ય શરૂ કરે છે, અન્યથા કાર્યને પડતું મૂકે છે. સિદ્ધિ પ્રેરિત વ્યક્તિ પોતે કાર્ય શરૂ કરે ત્યારે તમામ પ્રકારનું પૂર્વાયોજન કરી તેમાં ક્યા ક્યા પ્રકારના જોખમ રહેલા છે તે વિચારે છે. પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદા અંગે પણ વિચારે છે. ત્યારબાદ આ ધ્યેયની સફળતા કે નિષ્ફળતાની શક્યતા કેટલી છે તે વિચારે છે. વ્યક્તિને સફળતા કે સિદ્ધિની ખાતરી થતાં તે કાર્યની શરૂઆત કરે છે.

ઉપરાંત વ્યક્તિ કાર્ય સિદ્ધિમાંથી પ્રાપ્ત લાભ અને તેની સામે પોતે ક્યા ક્યા પ્રકારનાં સાધનો રોકવાનું જોખમ ઉઠાવે છે તેની ગણતરી કરે છે. જોખમ સામે સિદ્ધિનું પ્રમાણ વધુ હશે ત્યારે જ તે કાર્ય કરે છે. સિદ્ધિ પ્રેરિત વ્યક્તિ ગણતરીપૂર્વકનું જોખમ સ્વીકારે છે.

૫.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતાનો અર્થ

સિદ્ધિ પ્રેરણ એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ શરૂઆતમાં વાસ્તવિક ધ્યેય નક્કી કરે છે અને એ સિદ્ધ થતાં તેના કરતાં વધુ ઊંચું ધ્યેય નક્કી કરી અને તેને પણ સિદ્ધ કરી શકે છે અને આ રીતે સિદ્ધિમાંથી પ્રેરણા મેળવી સફળતાની સર્વોચ્ચ કક્ષા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

આ પરથી સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતે નક્કી કરેલ ધ્યેય કે કાર્યના પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખ રહી શકે છે.
૨. સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ ઉચ્ચકક્ષાના ધ્યેય કે ધોરણો નક્કી કરી શકે છે અને તેની પ્રાપ્તિ માટે પણ ઉચ્ચ કક્ષાએ પ્રેરિત રહી શકે છે.
૩. સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાને માટે પડકારરૂપ ધ્યેય નક્કી કરી શકે છે.
૪. સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના કાર્યમાં ગણતરીપૂર્વકનું જોખમ સ્વીકારે છે.

૬.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિએ પોતાના સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં જે કાર્યો કરે છે કે જે વર્તનો કરે છે તેના માટે ક્યા પ્રકારનું પ્રેરણ રહેલું છે તે અંગે વિચાર કરવો જોઈએ. પોતાને કોઈ કાર્યમાં સફળતા મળતા તેમાંથી પ્રેરણ મેળવવાના યોગ્ય પ્રયત્નો કરવામાં આવે તો સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય. અહીં સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા વિકાસ માટેના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. વ્યક્તિએ જે કાર્ય કરેલ હોય અથવા જે ધ્યેય નક્કી કરેલ હોય તેમાં ક્યા પ્રકારના પરિણામનું અનુમાન કરેલ છે અથવા તેનું પરિણામ શું આવશે તે અંગે સતત વિચારવું જોઈએ. આ પરિણામ પ્રાપ્ત થાય તે માટે સતત પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
૨. વ્યક્તિ જે કાર્ય કરે છે કે ધ્યેય નક્કી કરે છે તેમાં તેને સફળતા પ્રાપ્ત થતાં અન્ય વખત ઉચ્ચ પ્રકારના ધ્યેય કે ધોરણો નક્કી કરવા જોઈએ. ત્યારબાદ તેના કરતા પણ વધુ ઉચ્ચકક્ષાના ધ્યેય કે ધોરણો નક્કી કરવા જોઈએ. પોતાની ક્ષમતાને પડકારરૂપ ધ્યેય નક્કી કરવા જોઈએ.
૩. વ્યક્તિ જે કાર્ય કરે છે કે ધ્યેય નક્કી કરે છે તેમાં ક્યા ક્યા પ્રકારનાં જોખમો રહેલાં છે. અને તેમાં સફળતાની ખાત્રી કેટલી છે તે વિચારી જો જોખમ સામે સિદ્ધિની ખાત્રી વધુ હોય તો જ કાર્ય કરવું જોઈએ.

૭.૦ સારાંશ

વ્યક્તિ જે કાર્ય કરે છે તે પાછળ કોઈને કોઈ પ્રેરણ હોય છે. સિદ્ધિ એ વ્યક્તિ માટે અગત્યનું પ્રેરણ છે. વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્ય કરે અને તેમાં તેને સિદ્ધિ મળતા પ્રેરિત બને છે અને અગાઉ કરતા ઉચ્ચ કક્ષાનું કાર્ય કરી તેમાં પણ સફળતા મેળવે છે, જેને સિદ્ધિ પ્રેરણ કહે છે. સિદ્ધિ પ્રેરિત વ્યક્તિ પરિણામ પ્રત્યે અભિમુખ હોય છે, ઉચ્ચકક્ષાના કે પડકારરૂપ ધ્યેયો નક્કી કરે છે અને કાર્યોમાં ગણતરીપૂર્વકના જોખમનો સ્વીકાર કરે છે. રોજિંદા જીવનમાં વ્યક્તિ જે કાર્ય કરે છે તેના માટેનું પ્રેરણબળ વિચારી આ કાર્યમાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થતા વધુ ઉચ્ચકક્ષાનું અને પડકારરૂપ કાર્ય કરવાનું નક્કી કરી તેમાં સફળતા મેળવવાના સતત પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતા વિકસાવી શકાય છે.

૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ

સિદ્ધિ પ્રેરણની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમે દિવસ દરમિયાન જે વર્તન કે કાર્ય કરો છો તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક-૧માં 'વર્તન કે કાર્ય'ના ખાનામાં કરો.
આ વર્તન કે કાર્ય માટેના પ્રેરણો ક્યાં ક્યાં છે તે વિચારી તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક-૧માં 'પ્રેરણ'ના ખાનામાં કરો.
આ વર્તન કે કાર્યમાં ક્યાં ક્યાં જોખમો રહેલાં છે તે વિચારી તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક-૧માં 'જોખમ'ના ખાનામાં કરો.
૨. તમે જે ધ્યેય કે કાર્ય સિદ્ધ કરેલ છે તે ધ્યેય કે કાર્યની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક-૨માં 'ધ્યેય કે કાર્ય'ના ખાનામાં કરો.
આ ધ્યેય કે કાર્ય સિદ્ધ થયા બાદ તમે જે વધુ પડકારરૂપ કે ઉચ્ચકક્ષા ધ્યેય કે કાર્ય નક્કી કરેલ હોય તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક-૨માં 'પડકારરૂપ કે ઉચ્ચકક્ષાનું ધ્યેય કે કાર્ય'ના ખાનામાં કરો.

૯.૦ સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક-૧

વર્તન - કાર્ય	પ્રેરણા	જોખમ

સિદ્ધિ પ્રેરણ નોંધપત્રક-૨

ધ્યેય કે કાર્ય	પડકારરૂપ કે ઉચ્ચકક્ષાનું ધ્યેય કે કાર્ય

ક્ષમતા ૨.૬ : પહેલ કરવાની ક્ષમતા

પહેલ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના દ્વારા વ્યક્તિ કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે, જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે, કાર્ય પૂરું કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે તથા અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરે છે.

- ક્ષમતા ૨.૬ : પહેલ કરવાની ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૩.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતાની જરૂરિયાત
 - ૩.૧.૧ તકને ઝડપવી
 - ૩.૧.૨ અપેક્ષિત કરતા ઉચ્ચ ધ્યેય
 - ૩.૧.૩ નીતિનિયમોમાં ફેરફાર
 - ૩.૧.૪ અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરવા
- ૪.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૫.૦ સારાંશ
- ૬.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૭.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક

• આ સાહિત્યના અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો
૨. કોઈ પણ પ્રકારની તકને તાત્કાલીક ઝડપી શકશો
૩. તમારી પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

આજનો યુગ હરિફાઈનો યુગ છે. આજે દરેક ક્ષેત્રમાં હરિફાઈ પહોચી ગઈ છે. સામાજિક, વ્યાવસાયિક, રાજકીય કે શૈક્ષણિક કોઈપણ ક્ષેત્ર હરિફાઈથી બાકાત નથી. આ હરિફાઈના યુગમાં દરેક વ્યક્તિ, ધંધાર્થી, વ્યાવસાયિક કે વિદ્યાર્થી અન્ય કરતા ઝડપી કે વધુ વિકાસ કરવાની હરિફાઈમાં છે. દરેક વ્યક્તિ વધુ ને વધુ સફળતા હાંસલ કરવા સતત પ્રયત્નશીલ છે. પરંતુ દરેક વ્યક્તિ તેમાં સફળ થતી નથી. જે વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્ય અન્ય હરિફો કરતા પ્રથમ શરૂ કરી શકશે તે વ્યક્તિ તેમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકશે. જે વ્યક્તિ કોઈપણ કાર્યનો વિચાર આવે પણ કાર્ય શરૂ કરી શકશે નહીં તે વ્યક્તિ નિષ્ફળ રહેશે. હરિફાઈના યુગમાં કોઈપણ નવા કાર્ય વિચાર આવે ત્યારે તે કાર્યમાં પહેલ કરવાની વૃત્તિ વ્યક્તિમાં હોવી જરૂરી છે.

જે વ્યક્તિમાં પહેલ કરવાની વૃત્તિ હોતી નથી એ સામાન્ય રીતે નિરાશાવાદી હોય છે. આવી વ્યક્તિ એમ માનતી હોય છે કે તેઓ ગમે તેવા શ્રેષ્ઠ પ્રયત્ન કરશે છતાં કોઈપણ પ્રકારનો તફાવત પડશે નહીં. કોઈપણ પ્રકારના લાભ થશે નહીં. આથી આવી વ્યક્તિ નિરાશાવાદને લીધે જ નવું કાર્ય શરૂ કરી શકતી નથી.

કેટલાક લોકોની મનોવૃત્તિ હંમેશા પાછળ રહેવાની હોય છે. અન્યને અનુસરવાની હોય છે. આવી વ્યક્તિ સ્વતંત્રપણે કોઈપણ કાર્ય કરી શકતી નથી. આવી વ્યક્તિ હંમેશા પાછળ રહે છે. તે કોઈપણ ઘટના ઘટે ત્યારબાદ તેના પ્રતિવર્તનો રૂપે કાર્ય કરે છે. ઘટના માટે તેની કોઈ તૈયારી અગાઉથી હોતી નથી. તે કોઈપણ સમસ્યા ઉભી થાય ત્યારે તેના ઉકેલ માટેના માર્ગ વિચારે છે, પરંતુ સમસ્યા ઉભી થાય એ અગાઉ જ સમસ્યા ઉદભવશે તેનું અનુમાન કરી સમસ્યાને દૂર રાખી શકતી નથી. આવી વ્યક્તિ હંમેશા દબાણ અનુભવે છે. આ દરેક બાબતો ચોક્કસ સમયે, ચોક્કસ કાર્ય ન કરવાનું પરિણામ છે. અગાઉથી અનુમાન ન કરવાનું પરિણામ છે. જેને લીધે ભવિષ્યના કાર્યમાં વ્યક્તિને નિષ્ફળતા પ્રાપ્ત થાય છે. આથી વ્યક્તિએ કોઈપણ પ્રકારની તકો આવે ત્યારે તેને તાત્કાલિક ઓળખી તે તકને ઝડપવાની અને અગાઉથી જ સમસ્યા, પરિણામો વગેરેનું અનુમાન કરવાની ક્ષમતા કેળવવી જરૂરી છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને પહેલ કરવાની ક્ષમતા કહે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યારબાદ પહેલ કરવાની ક્ષમતાની જરૂરિયાત અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. અંતે પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી છે.

૨.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ

પહેલ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના દ્વારા વ્યક્તિ કોઈ પણ પ્રકારની તકને ઝડપી લે છે, જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેયો નિશ્ચિત કરે છે, કાર્ય પુરૂ કરવા માટે જરૂરી હોય ત્યાં નિયમમાં છૂટછાટ લે છે તથા અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરે છે.

આ પરથી પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કોઈપણ પ્રકારની તકને તાત્કાલિક ઝડપી શકે છે.
૨. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેય નક્કી કરી શકે છે.
૩. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના ધ્યેય સિદ્ધ કરવા કે કાર્ય પૂર્ણ કરવા નિયમોમાં ફેરફાર કરી શકે છે તથા નિયમમાં છૂટછાટ પણ લઈ શકે છે.
૪. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરી શકે છે.

૩.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતાની જરૂરિયાત

આજના યુગમાં અન્ય હરિફો સામે ટકી રહેવા અને પોતાનો વિકાસ કરવા, સમસ્યાને અગાઉથી જ ઓળખી તેને ઉકેલવા પહેલ કરવાની ક્ષમતા જરૂરી છે. સામાન્ય રીતે પહેલ કરવાની ક્ષમતાની જરૂરિયાત આ મુજબ ગણાવી શકાય : (૧) તકને ઝડપવી, (૨) જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેય નક્કી કરવા, (૩) અંતરાયરૂપ બનતા નિયમોમાં ફેરફાર કરવા અને (૪) અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરવા.

૩.૧.૧ તકને ઝડપવી. સમાજમાં એવી અનેક વ્યક્તિઓ હોય છે કે જે કોઈપણ નવું કાર્ય કરવાનો વિચાર કરે છે; વિકાસ માટે ક્યા ક્યા પ્રકારની તકો રહેલી છે તે જાણે છે પરંતુ તે તકને ઝડપી શકતી નથી. તે કાર્ય શરૂ કરી શકતી નથી. આથી અન્ય વ્યક્તિઓ જે તે કાર્ય કે તક ઝડપી લે છે. તેને જે લાભ મળી શક્યા હોત તેને ગુમાવવા પડે છે. વ્યક્તિ સમક્ષ ખૂબ જ તેજ ગતિએ અનેક તકો આવતી હોય છે; અને એટલી જ તેજ ગતિએ એ તક ચાલી જતી હોય છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાની સમક્ષ આવતી તકને ઓળખતા, આવકારતા અને તેને ઝડપી લેતા શીખવું પડે છે. અન્ય વ્યક્તિ તકને જુએ, ઓળખે એ પહેલા જ વ્યક્તિએ તકને ઓળખી તકનો લાભ લેવાની ક્ષમતા કેળવવી જરૂરી છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને પહેલ કરવાની ક્ષમતા (Initiative) કહે છે.

તકો આવે છે તમે ઊંઘતા હો ત્યારે, અને બારણા ઉપર માત્ર એક જ ટકોરો મારે. તમે એ સાંભળો, ઊઠો અને ગાઉન ચડાવો, બતી કરો અને બારણું ખોલો એટલીવારમાં તો ક્યાંક બીજે ચાલી ગઈ હોય. તક કદી ગુમાતી નથી. એને બીજો તમારો પ્રતિસ્પર્ધી ઉઠાવી લેતો હોય છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાની સમક્ષ કોઈપણ તક આવે ત્યારે તાત્કાલીક ઝડપી લેવી પડે છે. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ તકને એ સમયે ઝડપે છે, જ્યારે અન્ય લોકોનું તેના પ્રત્યે ધ્યાન પણ ગયું હોતું નથી. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ એવા સમયે એવું પગલું ભરે છે જ્યારે અન્ય કોઈને તેની જરૂરિયાત જણાતી નથી. આમ, આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય કરતા અગાઉનું જોઈ શકે છે, વિચારી શકે છે અને તેને અનુરૂપ ફેરફાર પણ કરે છે.

૩.૧.૨ જરૂરી કે અપેક્ષિત કરતા ઉચ્ચ ધ્યેય. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સામાન્ય રીતે જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચકક્ષાના ધ્યેય નક્કી કરે છે. પોતે અથવા અન્ય કોઈ વ્યક્તિએ અગાઉ ક્યારેય સિદ્ધ ન કરેલ હોય તે પ્રકારનું કાર્ય કે ધ્યેય સિદ્ધ કરવાનું નક્કી કરે છે. આ ધ્યેય સિદ્ધિમાં શરૂઆતમાં નિષ્ફળતા મળે છતાં તે આ ધ્યેય પડતાં નથી મૂકતી પણ સતત પ્રયત્ન કરી સફળતા મેળવે છે. આમ, પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકસાવવા

માટે વ્યક્તિએ એવા ધ્યેય કે કાર્ય નક્કી કરવા જોઈએ કે જે પોતે અથવા પોતાના પ્રતિસ્પર્ધી કે અન્ય લોકોએ અગાઉ ક્યારેય સિદ્ધ ન કરેલ હોય. સામાન્ય રીતે આવા ધ્યેય નક્કી કરવાનું અન્ય લોકો વિચારી શકતા નથી.

૩.૧.૩ નીતિનિયમોમાં ફેરફાર. કોઈપણ નવું કાર્ય કરી પહેલ કરવામાં હાલના નીતિ, નિયમો કે કાયદાઓ ઘણી વખત અંતરાયરૂપ બનતા હોય છે. સમાજ કે રાજ્યના નિયમો અમુક પ્રકારના કાર્ય માટે બાધારૂપ બનતા હોય છે. આથી વ્યક્તિને કોઈપણ નવું કાર્ય કરવાની ઈચ્છા હોય છતાં તે આ કાર્ય કરી શકતી નથી. પરંતુ પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિને કોઈ નવા કાર્યનો વિચાર આવે અને તેમાં કોઈ નિયમો બાધારૂપ બનતા હોય તો તે નિયમોમાં ફેરફાર કરવા માટેના કે તેમાં સુધારા કરવા માટેના પ્રયત્નો કરે છે. પોતે અમુક સમયે નિયમોમાં બાંધછોડ કરીને પણ નવા કાર્યમાં પહેલ કરે છે. આમ, સામાન્ય વ્યક્તિ નીતિ, નિયમો કે કાયદાને લીધે નવા કાર્યમાં પહેલ કરી શકતી નથી. નીતિ-નિયમોથી વિરુદ્ધનું હોય એવું કાર્ય કરતા અચકાય છે. જ્યારે, પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કાર્ય સંબંધિત હાલના નિયમો જાણી, જો આ નિયમો પોતાના કાર્યમાં અંતરાયરૂપ બનતા હોય તો તે આ નિયમોમાં ફેરફાર કરવાના પણ પ્રયત્નો કરે છે. નીતિનિયમમાં બાંધછોડ પણ કરી શકે છે.

૩.૧.૪ અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરવા. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કોઈપણ પ્રકારનું નવું કાર્ય કરવાની તક જણાય ત્યારે તે તાત્કાલીક ઝડપી લે છે. આ કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો કરે છે. પોતાના પ્રયત્નો અને સાહસ દ્વારા તે સફળતા પણ મેળવે છે. આવી વ્યક્તિની પહેલ અને સફળતાથી અન્ય લોકો પણ પ્રેરણા મેળવે છે. અન્ય પણ તે કાર્યની શરૂઆત કરે છે, તેના માર્ગ ચાલે છે. આમ, પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરે છે.

૪.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિ પોતે જે ક્ષેત્ર સાથે સંકળાયેલ હોય તે ક્ષેત્રમાં ક્યા ક્યા પ્રકારની તકો રહેલી છે, તેને ઓળખી તાત્કાલિક તે અંગે આયોજન કરી આ તકોને ઝડપી લેવી જોઈએ. આ પ્રકારના સતત પ્રયત્નો દ્વારા વ્યક્તિ પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે. અહીં પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકસાવવા માટેના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. કોઈપણ કાર્ય કરવાનો વિચાર આવે ત્યારે તાત્કાલિક તેના લાભ ગેરલાભ વિચારી, કાર્યની પૂર્ણતા કે અપૂર્ણતાની શક્યતા-અશક્યતા વિચારી, પોતાની ક્ષમતા અને મર્યાદાનાં સંદર્ભમાં મૂલવી તે કાર્યનું આયોજન કરી તાત્કાલિક તેનો અમલ કરવો જોઈએ.
૨. વ્યક્તિએ એવા ધ્યેય કે કાર્યો કરવાં જોઈએ કે જે અગાઉ પોતે અથવા અન્ય કોઈ વ્યક્તિએ કર્યાં ન હોય. આ ધ્યેય કે કાર્યો અગાઉના ધ્યેય કે કાર્યો કરતાં ઉચ્ચકક્ષાનાં હોય છે.
૩. વ્યક્તિ જે નવા કાર્યની પહેલ કરવા માગે છે તે કાર્ય શરૂ કરવા માટે હાલના નિયમો કે કાયદાઓ અનુકૂળ છે કે કેમ? તે વિચારી જો આ કાર્ય માટે હાલના નિયમો કે કાયદાઓ અંતરાયરૂપ બનતા હોય તો તેમાં પરિવર્તન લાવવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

૫.૦ સારાંશ

આજના હરિફાઈના યુગમાં અન્ય સામે ટકી રહેવા માટે, ઝડપી અને વધુ વિકાસ કરવા માટે અન્યની તુલનામાં કોઈપણ કાર્ય અગાઉ કરવામાં આવે, વ્યક્તિ સામે જે અનેક તક આવે છે તેને અન્ય વ્યક્તિઓ કરતા પહેલા ઝડપી લેવામાં આવે તેને પહેલ કરવાની ક્ષમતા કહેવામાં આવે છે. પહેલ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ કોઈપણ પ્રકારની તકને તાત્કાલિક ઝડપી લે છે, જરૂરી કે અપેક્ષિત હોય તેના કરતા ઉચ્ચ ધ્યેય નક્કી કરે છે, નવા કાર્યની પહેલ કરવામાં અંતરાયરૂપ બનતા નિયમો કે કાયદાઓ ફેરફાર કરી શકે છે તથા અસામાન્ય અને સાહસિક પ્રયત્નો દ્વારા અન્યોને સજ્જ કરી શકે છે. વ્યક્તિ પોતે જે ક્ષેત્ર સાથે સંકળાયેલ હોય તે ક્ષેત્રમાં ક્યા ક્યા પ્રકારની તકો રહેલી છે તેને ઓળખી તાત્કાલિક ઝડપી લઈ, અંતરાયરૂપ બનતા નિયમો કે કાયદાઓ ફેરફાર કરી પહેલ કરવાની ક્ષમતા વિકાસાવી શકે છે.

૬.૦ પ્રવૃત્તિઓ

પહેલ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટે આ ક્ષમતા વિકસાવવાના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમારા ક્ષેત્રમાં ક્યા ક્યા પ્રકારની તક રહેલી છે તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૧માં 'રહેલી તકો'ના ખાનામાં કરો.

આ તકોને ઝડપવા માટે તમે ક્યા ક્યા પ્રકારના પ્રયત્નો કરેલ તે વિચારી તેની નોંધ પાછળ આપેલ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૧માં 'તકોને ઝડપવા માટેના પ્રયત્નો'ના ખાનામાં કરો.

- ૨ તમારા હાલના ધ્યેય કે કાર્યની નોંધ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૨માં હાલનું ધ્યેય કે કાર્યના ખાનામાં કરો. હાલના ધ્યેય કે કાર્ય કરતા ઉચ્ચકક્ષાના ધ્યેય કે કાર્ય સિદ્ધ કરવાની તક રહેલી હોય તો તેની નોંધ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૨માં ઉચ્ચકક્ષાના ધ્યેય કે કાર્યના ખાનામાં કરો.

૩. તમે જે તકોને ઝડપવા માગો છો કે કાર્ય કરવા માગો છો તેની નોંધ પાછળ આપેલ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૩માં કાર્યના ખાનામાં કરો. આ કાર્ય માટે હાલના નિયમો કે કાયદાઓ બાધારૂપ છે કે કેમ તેની નોંધ પાછળ આપેલ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૩માં 'બાધારૂપ નિયમો'ના ખાનામાં કરો.

બાધારૂપ નિયમોમાં ફેરફાર કરવા માટેનાં પ્રયત્નોની નોંધ પાછળ આપેલ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૩માં 'નિયમોમાં ફેરફાર'ના ખાનામાં કરો.

૭.૦ પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૧

રહેલી તકો	તકોને ઝડપવા માટેના પ્રયત્નો

પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૨

હાલનું ધ્યેય કે કાર્ય	ઉચ્ચકક્ષા ધ્યેય કે કાર્ય

પહેલ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૩

કાર્ય	કાર્યમાં બાધારૂપ નિયમો	નિયમોમાં ફેરફાર

ક્ષમતા ૩.૧ : અન્યને સમજવાની ક્ષમતા

અન્યને સમજવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેનાં દ્વારા તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપી શકે છે, સારી રીતે સાંભળી શકે છે, તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે, અન્યના દષ્ટિકોણો સમજી શકે છે તથા અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે.

- ક્ષમતા ૩.૧ : અન્યને સમજવાની ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ અન્યને સમજવાનો અર્થ
- ૩.૦ અન્યને સમજવાના પ્રયત્નો
 - ૩.૧.૧ સારી રીતે સાંભળવું
 - ૩.૧.૨ અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપવું
 - ૩.૧.૩ સંવેદનાઓ દર્શાવવી
 - ૩.૧.૪ અન્યના દષ્ટિકોણો સમજવા
 - ૩.૧.૫ અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજવી
- ૪.૦ અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૫.૦ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૬.૦ સારાંશ
- ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૮.૦ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક

આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

- ૧. અન્યને સમજવાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૨. અન્યને સમજવા માટે કયા પ્રયત્નો કરી શકાય તે જાણી શકશો.
- ૩. અન્યની વાત સારી રીતે સાંભળી શકશો.
- ૪. અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપી શકશો.
- ૫. અન્ય પ્રત્યે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકશો.
- ૬. અન્યના દષ્ટિકોણો, જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી શકશો.
- ૭. અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૮. તમારી અન્યને સમજવાની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

માનવી એક સામાજિક પ્રાણી છે. તે સમાજમાં રહી પોતાનો વિકાસ કરવાના સતત પ્રયત્ન કરે છે. સમાજની કોઈપણ વ્યક્તિ સંપૂર્ણ નથી. આથી, વ્યક્તિએ પોતાનો વિકાસ કરવા સમાજની અન્ય વ્યક્તિઓનો આધાર લેવો પડે છે. અન્ય વ્યક્તિની મદદ લેવી પડે છે. એ જ રીતે અન્ય વ્યક્તિઓએ પણ આપણી પાસે મદદની અપેક્ષા રાખી હોય છે. માતા-પિતા, ભાઈ-બહેન, પતિ-પત્ની, સંતાનો, મિત્રો, અધિકારીઓ, સહકર્મચારીઓ, હાથ નીચે કામ કરતા કર્મચારીઓ વગેરે દરેક વ્યક્તિ આપણી પાસેથી કોઈને કોઈ પ્રકારની અપેક્ષા રાખતી હોય છે. આ અપેક્ષા ભૌતિક, શારીરિક કે મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરિયાતો સંતોષવાની હોઈ શકે. આ અપેક્ષાઓ આપણે સંતોષીએ એવી આશા એ રાખતી હોય છે. આ અપેક્ષાઓ ઓળખી તેને સંતોષીએ તો જ પરસ્પરના સંબંધો જળવાઈ રહે છે. આથી અન્ય વ્યક્તિઓએ આપણી પાસે રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી તેને સંતોષવાના પ્રયત્નો એ સામાજિક સંબંધો માટે આધારરૂપ બાબત છે. અન્ય વ્યક્તિની આ અપેક્ષા ઘણી વખત વ્યક્ત થાય છે. પરંતુ મોટે ભાગે અવ્યક્ત હોય છે. વ્યક્ત અપેક્ષા કરતા અવ્યક્ત અપેક્ષા ઓળખી તેને સંતોષવી વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ પડકારરૂપ બાબત છે. અન્ય વ્યક્તિની વ્યક્ત અને અવ્યક્ત અપેક્ષા ઓળખવા માટે અન્યોને સંપૂર્ણ રીતે સમજવા જરૂરી છે. અન્યોને સમજવા એટલે અન્યની લાગણી, રીતરિવાજો, માન્યતા, કૌટુંબિક પરિસ્થિતિ, સંવેગો વગેરેને સમજવા. વ્યક્તિ અન્યની આ તમામ બાબતોને સમજી શકે ત્યારે વ્યક્તિ અન્યોને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવે છે તેમ કહી શકાય. સામાજિક, વ્યાવસાયિક અને રાજકીય વિકાસ માટે અન્યોને સમજવાની ક્ષમતા ખૂબ જ જરૂરી છે.

૨.૦ અન્યને સમજવાનો અર્થ

અન્યને સમજવા એટલે અન્યની લાગણી કે સંવેગો, અન્યના દષ્ટિકોણ, રીતરિવાજો, માન્યતા, જરૂરિયાતો વગેરે દરેક પાસાંને સમજવા. અન્યની આપણી પાસેની વ્યક્ત અને અવ્યક્ત અપેક્ષાઓને સમજવી. ઉપરાંત વ્યક્તિ ચોક્કસ પરિસ્થિતિમાં કયા પ્રકારનું વર્તન કરે છે તથા આ વર્તન પાછળનું કારણ કયું છે તે સમજવું.

૩.૦ અન્યને સમજવાના પ્રયત્નો

અન્યને સમજવા માટે અન્ય સાથેના વ્યવહાર, વર્તન, કાર્ય કે વાતચિત દરમિયાન અન્યનું અવલોકન કરી, અન્યની વાતચીત ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવી જોઈએ. સામાન્ય રીતે અન્યને સમજવા માટે આ મુજબના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ : (૧) સારી રીતે સાંભળવું, (૨) અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપવું, (૩) સંવેદનાઓ દર્શાવવી, (૪) અન્યના દષ્ટિકોણો સમજવા અને (૫) અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજવી.

૩.૧.૧ સારી રીતે સાંભળવું. અન્યને સમજવાનો સૌથી શ્રેષ્ઠ રસ્તો એ અન્ય વ્યક્તિ સાથે વાતચીત દરમિયાન અન્યની વાતને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવાનો છે. સમાજના મોટાભાગના મનુષ્યો અન્યને સમજવાની ઈચ્છાથી સાંભળતા જ નથી. તેઓ જવાબ આપવાની દાનતથી જ અન્યને સાંભળતા હોય છે. તેઓ મોટાભાગનો સમય કાં તો બોલતા હોય છે અને કાં તો બોલવાની તૈયાર કરતા હોય છે. તેઓ બધી જ બાબતોને તેમની પોતાની માન્યતા પ્રમાણે ગોઠવી - તોળી નાખતા હોય છે. અને બીજા મનુષ્યો જે કહે છે તેમાં પોતાની જ આત્મકહાની જોયા કરતા હોય છે. પરંતુ ખરેખર અન્ય વ્યક્તિ જે કહેવા માગે છે તેને સમજી શકતા નથી.

અન્ય વ્યક્તિને સાંભળતી વખતે માત્ર એના શબ્દો પર જ ધ્યાન ન આપવું પરંતુ શબ્દો ઉપરાંત ઉચ્ચારણની સ્વર-છટા, શારીરિક હાવભાવ વગેરે ઉપર ધ્યાન આપવું જોઈએ. આમ, સારી રીતે સાંભળવા માટે વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિની વાતને કાનથી તો સાંભળે જ છે, પણ વધુ અગત્યનું વ્યક્તિ તેની આંખોથી અને હૃદયથી પણ સાંભળે. માત્ર શબ્દો જ સાંભળવા કરતા લાગણીઓ સાંભળે, અર્થ સાંભળે, વર્તણૂક સાંભળે.

સારી રીતે સાંભળવું ખૂબજ પરિણામદાયક એટલા માટે બની શકે છે કે તે અન્ય વ્યક્તિને સમજવા માટે ચોક્કસ, વિશ્વસનીય માહિતી પૂરી પાડે છે. પોતાની જ આત્મકથની, ધારણાઓ, વિચારો, લાગણીઓ, હેતુઓ અને અર્થઘટનોને અન્ય વ્યક્તિની અભિવ્યક્તિમાં શોધવા-ગોઠવવાની જગ્યાએ વ્યક્તિ વક્તા-બોલનારના દિલોદિમાગમાં ઊતરી તેને જ સમજવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

૩.૧.૨ અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપવું. અન્ય વ્યક્તિને સમજવા માટે અન્ય વ્યક્તિ સાથે વાતચીત દરમિયાન અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જરૂરી છે. વાતચીત દરમિયાન શબ્દો તો સાંભળવા જ પણ બોલનાર વ્યક્તિ વાતચીત દરમિયાન જે સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે તે પ્રત્યે ધ્યાન આપવાથી અન્યને વધુ સારી રીતે સમજી શકીએ છીએ. જેમ કે, વાતચીત દરમિયાન અન્ય વ્યક્તિના હાવભાવ, અવાજની તીવ્રતા, આંખોનું અને હાથપગનું હલનચલન વગેરે પ્રત્યે ધ્યાન આપવું જોઈએ.

આ જ રીતે અન્ય સાથેના કામકાજ દરમિયાન કે વ્યવહાર દરમિયાન પણ અન્યની કામ કરવાની રીત, કામ કરવાનો ઉત્સાહ, થાક વગેરે બાબતો પ્રત્યે ધ્યાન આપવાથી અન્યને વધુ સારી રીતે સમજી શકીએ છીએ. આમ, અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપવાથી અન્ય વ્યક્તિને સમજી શકાય છે, અન્યના સંવેગો અને લાગણીઓને સમજી શકાય છે.

૩.૧.૩ સંવેદનાઓ દર્શાવવી. અન્ય વ્યક્તિને સમજવા માટે અન્ય વ્યક્તિ પોતાની સામે ખુલ્લી થાય, તેના મંતવ્યો, અનુભવો અને તેના હૃદયની લાગણીઓ પોતાની સમક્ષ અભિવ્યક્ત કરે તે જરૂરી છે. પરંતુ જ્યાં સુધી બોલનાર વ્યક્તિને ખાત્રી ન થઈ જાય કે તમે તેને સમજવાનો પ્રયત્ન કરો છો, તેની અનન્ય પરિસ્થિતિને અને લાગણીઓને સમજવાનો પ્રયત્ન કરો છો ત્યાં સુધી અન્ય વ્યક્તિ તેમની લાગણી, પરિસ્થિતિ કે મંતવ્યો તમારી સમક્ષ અભિવ્યક્ત કરવામાં સલામતી અનુભવશે નહીં. આથી અન્ય વ્યક્તિ સાથે વાતચીત દરમિયાન અન્ય વ્યક્તિને સારી રીતે સાંભળી તમે તેને સમજવા માટે પ્રયત્ન કરો છો તે દર્શાવવા તેના પ્રત્યે સંવેદના દર્શાવવી ખૂબ જરૂરી છે. જે વિષય પર વાત ચાલતી હોય તે અનુસાર વાતમાં સુર પુરાવવો, મો હલાવવું, મો મલકાવવું, વાત દરમિયાન આંખમાં આંખ પરીવવી, તેના ખભા પર કે હાથ પર હાથ મૂકવો વગેરે અનેક રીતે સંવેદના દર્શાવી શકાય છે.

૩.૧.૪ અન્યના દષ્ટિકોણો સમજવા. અન્યને સમજવા માટે અન્યના દષ્ટિકોણ સમજવા ખૂબ જ જરૂરી છે. દરેક વ્યક્તિ ચોક્કસ પ્રકારના દષ્ટિકોણ ધરાવતી હોય છે. આ દષ્ટિકોણને આધારે તે અમુક પ્રકારનું વર્તન કે કાર્ય કરે છે અથવા અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધો વિકસાવે છે. અન્યના દષ્ટિકોણ સમજી અન્ય વ્યક્તિનાં કાર્યો, વર્તનો કે સંબંધોને સમજી શકાય છે. અન્યને પોતાની પાસે રાખેલ અપેક્ષાઓ સમજી શકાય છે. આથી વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિ ચોક્કસ બાબત માટે કયા પ્રકારના દષ્ટિકોણ ધરાવે છે તે જાણવું જોઈએ.

૩.૧.૫ અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજવી. અન્ય વ્યક્તિ જ્યારે આપણી સમક્ષ વાત કરે છે. પોતાની કથની રજૂ કરે છે ત્યારે તે આપણી પાસેથી અમુક પ્રકારની અપેક્ષા રાખતી હોય છે. તેની કોઈ જરૂરિયાત હોય છે, જે સંતોષવાનો આપણે પ્રયત્ન કરીએ તેમ તે ઈચ્છતી હોય છે. આ જરૂરિયાત ભૌતિક, શારીરિક, સાંવેગિક કે મનોવૈજ્ઞાનિક હોય છે. શરીર ટકાવવા પછીની મનુષ્યની બીજી મોટી જરૂરિયાત તે "મનોવૈજ્ઞાનિક અસ્તિત્વ" ટકાવવાની છે. તેને કોઈ સમજે, તેની કઈ કદર કરે, તેના આંતરિક મૂલ્યોને કોઈ બહાલી આપે અને તેનો મનુષ્ય તરીકે સ્વીકાર કરે એમ તે ઈચ્છતી હોય છે. આમ, બોલનાર વ્યક્તિ કયા પ્રકારની જરૂરિયાત ધરાવે છે તેને ઓળખવી જોઈએ. શક્ય હોય તો આ જરૂરિયાત સંતોષાય તે માટેના પ્રયત્નો પણ કરવા જોઈએ.

૪.૦ અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો અર્થ

અન્યને સમજવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેનાં દ્વારા તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપી શકે છે, સારી રીતે સાંભળી શકે છે, તે સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે, અન્યના દષ્ટિકોણો સમજી શકે છે તથા અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે.

આ પરથી અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સારી રીતે સાંભળી શકે છે.
૨. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન આપી શકે છે.
૩. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સંવેદનાઓ દર્શાવી શકે છે.
૪. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યના દષ્ટિકોણો સમજી શકે છે.
૫. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો અને લાગણીઓ સમજી તેને મદદ કરી શકે છે.

૫.૦ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિ દિવસ દરમિયાન અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે વ્યવહારમાં અન્યની વાતચીત, વર્તન, વ્યવહાર વગેરે તરફ ધ્યાન આપવાના પ્રયત્નો કરે તો, અન્યને સમજવાની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે. અહીં અન્યને સમજવાની ક્ષમતા વિકાસના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. અન્ય સાથેની વાતચીત દરમિયાન વ્યક્તિએ અન્યની વાતને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવી જોઈએ. અન્યની વાત ચાલુ હોય ત્યારે અન્યની વાતનો સંપૂર્ણ અર્થ સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. વ્યક્તિએ અન્યની વાત દરમિયાન અન્ય કોઈપણ પ્રવૃત્તિ કરવી જોઈએ નહીં.
૨. અન્ય વ્યક્તિની વાતચીત દરમિયાન, કામકાજ દરમિયાન તે જે વર્તનો કરે છે તેમાંથી વ્યક્તિના સાંવેગિક સંકેતો જેવાં કે, અવાજની તીવ્રતા, ચહેરાના હાવભાવ, કામનો ઉત્સાહ, થાક વગેરે પ્રત્યે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ.

૩. વ્યક્તિએ અન્યની વાત સાંભળતી વખતે માત્ર સાંભળવું જ નહીં પરંતુ જરૂરી હોય ત્યાં સંવેદના દર્શાવવી જોઈએ. જેમકે, મોં મલકાવવું, વચ્ચે વચ્ચે માથું હલાવવું, ખભા પર કે હાથ પર હાથ મૂકવો વગેરે.
૪. અન્યના વર્તન, વાતચીત, વ્યવહાર અને વ્યાવસાયિક કૌટુંબિક પૂર્વભૂમિકાને ધ્યાનમાં લઈ અન્યની જરૂરીયાતો સમજવી જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિ ચોક્કસ બાબતોના સંદર્ભમાં કયા પ્રકારનાં દષ્ટિકોણ ધરાવે છે તે સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

૬.૦ સારાંશ

આજે સમાજની દરેક વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિ પર આધાર રાખવો પડે છે. અન્યની મદદ લેવી પડે છે. એ જ રીતે સમાજની અન્ય વ્યક્તિએ પણ આપણી પાસે અમુક અપેક્ષા રાખી હોય છે. આપણે તેઓની આ અપેક્ષા ઓળખી તેને સંતોષવાનો પ્રયત્ન કરીએ ત્યારે જ તે વ્યક્તિ પણ આપણને, આપણાં સંબંધોમાં, આપણાં વ્યવસાયમાં ઉપયોગી થાય છે. આથી અન્યની અપેક્ષા, દષ્ટિકોણ અન્યના રીતરીવાજો વગેરે સમજવા જરૂરી છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને અન્યને સમજવાની ક્ષમતા કહી શકાય. અન્યને સમજવા માટે અન્ય સાથેની વાતચીત કે વ્યવહાર દરમિયાન તેની વાતચીત ધ્યાનપૂર્વક સાંભળીએ, અન્યના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીએ, સંવેદના દર્શાવીએ, અન્યના દષ્ટિકોણ કે જરૂરિયાતો સમજીએ એ જરૂરી છે. આ પ્રકારના પ્રયત્નો વ્યક્તિ દ્વારા કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ ચોક્કસ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા કેળવી શકે છે.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ

અન્યને સમજવાની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય એ માટે આ ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમે અન્ય સાથેની વાતચીત કે વ્યવહાર દરમિયાન અન્ય જે વાત કરે છે તે વાતને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળી તેની નોંધ પાછળ આપેલ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૧માં 'સાંભળવું'ના ખાનામાં કરો. અન્યને સાંભળતી વખતે અન્યએ કયા પ્રકારના સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કર્યો તેની નોંધ 'સાંવેગિક સંકેતો'ના ખાનામાં કરો. અન્યની આ વાત સાંભળતી વખતે તમે કયા પ્રકારે સંવેદના દર્શાવી તેની નોંધ 'સંવેદના'ના ખાનામાં કરો.
૨. તમારી અન્ય સાથેની વાતચીત કે વ્યવહારની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૨માં 'વાતચીત'ના ખાનામાં કરો. આ વાતચીત કે વ્યવહાર પરથી તમે અન્ય વ્યક્તિના દષ્ટિકોણ સમજ્યા હો તો તેની નોંધ 'દષ્ટિકોણ'ના ખાનામાં કરો. તમે અન્યની જરૂરિયાતો સમજવાનો પ્રયત્ન કરી આ જરૂરિયાતોની નોંધ 'જરૂરિયાત'ના ખાનામાં કરો.

૮.૦ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૧

સાંભળવું	સાંવેગિક સંકેતો	સંવેદના દર્શાવવી

અન્યને સમજવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૨

વાતચીત	દષ્ટિકોણ	જરૂરિયાત

ક્ષમતા ૩.૨ : સેવા અભિમુખતા

સેવા અભિમુખતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે, અન્યોને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે તથા અન્યને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે.

- ક્ષમતા ૩.૨ : સેવા અભિમુખતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સેવા અભિમુખતાનો અર્થ
- ૩.૦ સેવા અભિમુખતાની જરૂરિયાત
 - ૩.૧.૧ અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખવી
 - ૩.૧.૨ અન્ય વ્યક્તિઓને મહત્તમ સંતોષ આપવો
 - ૩.૧.૩ અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવવી
- ૪.૦ સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૫.૦ સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૬.૦ સારાંશ
- ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૮.૦ સેવા અભિમુખતા નોંધપત્રક

• આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. સેવા અભિમુખતાનો અર્થ આપી શકશો.
૨. સેવા અભિમુખતાની જરૂરિયાતતો જણાવી શકશો.
૩. અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકશો.
૪. અન્ય વ્યક્તિઓને મહત્તમ સંતોષ આપવા પ્રયત્ન કરી શકશો.
૫. અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવી શકશો.
૬. સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૭. તમારી સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

અન્ય વ્યક્તિઓને સમજ્યા બાદ અન્ય વ્યક્તિઓએ આપણી પાસે કયા પ્રકારની અપેક્ષા રાખી છે, અન્ય વ્યક્તિ પોતાની કયા પ્રકારની જરૂરિયાત આપણી પાસેથી સંતોષાય તેવી ઈચ્છા રાખે છે, આપણી પાસેથી કયા પ્રકારની મદદની અપેક્ષા રાખે છે તે સમજી તે અપેક્ષા, જરૂરિયાત સંતોષવાના કે મદદ કરવાની તૈયારી દર્શાવવી જોઈએ કે પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને સેવા અભિમુખતા કહે છે. સામાજિક સંબંધો વિકસાવવા માટે સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા અગત્યની ક્ષમતા છે. આજે સમાજના તમામ સંબંધો કોઈને કોઈ અપેક્ષા કે જરૂરિયાતના આધાર પર ચાલતા હોય છે કે ટકતા હોય છે. પિતા-પુત્ર, પતિ-પત્ની, ભાઈ-ભાઈ, શિક્ષક-વિદ્યાર્થી, ગ્રાહક-વેપારી વચ્ચે સંબંધ હોય છે. આ દરેક સંબંધમાં એક વ્યક્તિએ બીજી વ્યક્તિ પાસે કોઈને કોઈ અપેક્ષા રાખી હોય છે. આ અપેક્ષા કે જરૂરિયાત સંતોષવામાં ન આવે તો આ સંબંધ ટકી શકતો નથી કે માત્ર નામ પૂરતો સંબંધ રહે છે. તેમાં એકમેક પર વિશ્વાસ રહેતો નથી. આથી વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિની પોતાના પર રાખેલી અપેક્ષાઓ કે જરૂરિયાતો ઓળખી એ અપેક્ષા કે જરૂરિયાતો સંતોષવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ, અન્યને મહત્તમ સંતોષ આપવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આ પ્રકારના પ્રયત્નો કરી શકવાની વ્યક્તિની ક્ષમતા એટલે સેવા અભિમુખતા.

અત્રે પ્રારંભમાં સેવા અભિમુખતાનો અર્થ અને સેવા અભિમુખતાની જરૂરિયાતો રજૂ કરવામાં આવી છે. ત્યારબાદ સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. અંતે સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી છે.

૨.૦ સેવા અભિમુખતાનો અર્થ

સેવા અભિમુખતા માટે અંગ્રેજી શબ્દ service orientation છે. સેવા અભિમુખતા એટલે વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિની સેવા પ્રત્યે અભિમુખ હોય. અર્થાત્, વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિની અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો ઓળખી તેને સંતોષવી, અન્યને મદદ કરી મહત્તમ સંતોષ આપવાનો પ્રયત્ન કરવો એટલે સેવા અભિમુખતા.

૩.૦ સેવા અભિમુખતાની જરૂરિયાત

આજે દરેક સંબંધમાં એક વ્યક્તિએ બીજી વ્યક્તિ પાસે કોઈને કોઈ અપેક્ષા રાખી હોય છે. આ અપેક્ષા કે જરૂરિયાત સંતોષવામાં ન આવે તો આ સંબંધ ટકી શકતો નથી. સામાજિક સંબંધો વિકસાવવા માટે સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા જરૂરી છે. સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા માટેની મુખ્ય જરૂરિયાત આ મુજબ છે : (૧) અન્યને પોતાની પાસે રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખવી, (૨) અન્યને મહત્તમ સંતોષ આપવો અને (૩) અન્યને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવવી.

૩.૧.૧ અન્યને પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખવી.

સેવાઅભિમુખતાની ક્ષમતા વિકસાવવા માટે વ્યક્તિએ સૌપ્રથમ પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિ પોતાની પાસે કયા પ્રકારની અપેક્ષા રાખે છે તે જાણવી જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિએ પોતાની પાસે રાખેલી અપેક્ષા જાણવા માટે સૌ પ્રથમ અન્યને સમજવી જોઈએ. અન્યને સમજવાથી અન્યના તમામ પ્રકારના મંતવ્યો તથા લાગણીઓનો ખ્યાલ આવે છે. તેના આધારે અન્ય વ્યક્તિની અપેક્ષાઓ સ્પષ્ટ થાય છે. અન્ય વ્યક્તિએ પોતાના પર રાખેલી અપેક્ષાઓ સ્પષ્ટ કરવી ખૂબ જ

જરૂરી છે કારણ કે, અસ્પષ્ટ અપેક્ષાઓ ગેરસમજ, હતાશા અને વિશ્વાસભંગમાં પરિણમે છે. વ્યક્તિની ઘણી અપેક્ષાઓ ધુંધળી હોય છે. તે કદી ચોક્કસાઈપૂર્વક ઉચ્ચારવામાં આવી હોતી નથી. છતાં વ્યક્તિ તેને અમુક પરિસ્થિતિમાં વચ્ચે લાવતી જ હોય છે. સંબંધોની જાળવણીમાં આવી અપેક્ષાઓ ઓળખવી ખૂબ જ જરૂરી છે

૩.૧.૨ અન્યને મહત્તમ સંતોષ આપવો. અન્ય વ્યક્તિની અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો ઓળખી આ અપેક્ષા સંતોષવાની બાબતનો પણ સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતામાં સમાવેશ થાય છે. અન્ય વ્યક્તિની અપેક્ષા પોતે સંતોષી શકે છે કે કેમ તે વિચારી, આ અપેક્ષા સંતોષવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિની કયા પ્રકારની જરૂરિયાતો છે તે સમજી આ જરૂરિયાતો સંતોષવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિને મહત્તમ સંતોષ કઈ રીતે આપી શકાય તેના માર્ગ વિચારવા જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિની ભૌતિક, શારીરિક, સાંવેગિક કે મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરિયાતો કે જે આપણે પૂરી કરીએ તેમ તે ઈચ્છતી હોય છે. તે ઓળખી, તેને આપણે કઈ રીતે સંતોષી શકીએ તે વિચારવું જોઈએ. આ અપેક્ષા કે જરૂરિયાત એ રીતે સંતોષવી જોઈએ કે જેથી અન્ય વ્યક્તિને મહત્તમ સંતોષ મળે. અન્ય વ્યક્તિએ આ જરૂરિયાત કે અપેક્ષા પૂર્ણ થાય એ માટે કરેલી મહેનત-પ્રયત્નો, કરેલું રોકાણ વગેરે બાબતોના સન્દર્ભમાં તેમને મહત્તમ સંતોષ મળે તે માટેના પ્રયત્ન કરવા જોઈએ.

૩.૧.૩ અન્યને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવવી. સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિની એક લાક્ષણિકતા એ અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવવાની છે. પોતાની સાથે સંબંધિત વ્યક્તિની પોતે કઈ રીતે મદદ કરી શકશે, તેનો વિકાસ થાય એ માટે પોતે શું કરી શકશે, અન્ય વ્યક્તિને કયા કયા પ્રકારની મદદની જરૂર છે તે જાણી અન્ય વ્યક્તિને મદદ માટેની તૈયારી દર્શાવવી જોઈએ. આ માટે પોતાને એમ લાગે પોતે અન્યની મદદ કરી શકે છે ત્યારે તે અન્ય વ્યક્તિ મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે. આ માટે તે અન્ય વ્યક્તિને 'મારા લાયક કોઈ કામ હોય તો કહેશો', 'હું તમારી કોઈ મદદ કરી શકું' વગેરે જેવી વાક્ય રચનાનો ઉપયોગ કરે છે. સેવા અભિમુખતા ધરાવતી વ્યક્તિ, અન્ય વ્યક્તિ મદદ માટે કે ન માટે, વ્યક્તિ પોતાની જાણીતી હોય કે અજાણી પોતાનાથી શક્ય હોય ત્યાં મદદની તૈયારી દર્શાવે છે.

૪.૦ સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતાનો અર્થ

સેવા અભિમુખતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે. તે અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરે છે. અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવે છે.

આ પરથી સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસેથી રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખી શકે છે.
૨. સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓને પોતાનાથી મહત્તમ સંતોષ મળે તેવા પ્રયત્નો કરી શકે છે.
૩. સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓને યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવી શકે છે.

૫.૦ સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત કોઈપણ અન્ય વ્યક્તિએ પોતાની પાસે રાખેલી અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો ઓળખી અને તેને સંતોષવાના પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. આ પ્રકારના સતત પ્રયત્નથી વ્યક્તિ સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે. અહીં સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા વિકસાવવા માટેના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય કોઈપણ વ્યક્તિએ પોતાની પાસે રાખેલી અપેક્ષાઓ ઓળખવી જોઈએ.
૨. પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિ તેની કઈ જરૂરિયાતો આપણે સંતોષીએ એવી ઈચ્છા રાખે છે તે ઓળખી એ જરૂરિયાતો પૂર્ણ કરી મહત્તમ સંતોષ આપવાના પ્રયત્ન કરવા જોઈએ.
૩. વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય કોઈપણ વ્યક્તિને કોઈપણ પ્રકારની મદદની જરૂર હોય તો યોગ્ય મદદ માટે તૈયારી દર્શાવવી જોઈએ.

૬.૦ સારાંશ

વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિની અપેક્ષાઓ કે જરૂરિયાતો ઓળખી તેને સંતોષી, અન્યને મદદ કરી મહત્તમ સંતોષ આપવાની ક્ષમતા એટલે સેવા અભિમુખતા. સેવા અભિમુખતામાં અન્ય વ્યક્તિની અપેક્ષાઓને ઓળખવાની, અન્ય વ્યક્તિને મહત્તમ સંતોષ આપવાની અને અન્ય કોઈપણ વ્યક્તિને મદદ માટેની તૈયારી દર્શાવવાની ક્ષમતાનો સમાવેશ થાય છે. જો વ્યક્તિ આ પ્રકારના પ્રયત્ન કરે તો તે પોતાની સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ

સેવા અભિમુખતાની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે આ ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમારી સાથે સંબંધિત જુદી જુદી વ્યક્તિઓની તમારી પાસેની અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો ઓળખો. આ માટે પાછળ આપવામાં આવેલ સેવા અભિમુખતા નોંધપત્રક-૧માં 'સંબંધિત વ્યક્તિ'ના ખાનામાં તે વ્યક્તિ સાથેનો તમારો સંબંધ લખો.

તે વ્યક્તિએ તમારી પાસે રાખેલી અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો ઓળખી તેની નોંધ 'અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો'ના ખાનામાં કરો.

અન્યની આ અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો સંતોષવા તમે કયા પ્રકારના પ્રયત્ન કરેલ તેની નોંધ 'જરૂરિયાત સંતોષવાના પ્રયત્ન'ના ખાનામાં કરો.

૨. રોજબરોજના વ્યવહારમાં તમારા પરિચયમાં આવતી વ્યક્તિએ તમારી પાસે કોઈપણ મદદ માગી તેની નોંધ પાછળ આપેલ સેવા અભિમુખતા નોંધપત્રક-૧માં 'મદદની જરૂરિયાત'ના ખાનામાં કરો.

તેની મદદ માટે તમે કઈ રીતે તૈયારી દર્શાવી કે કેવા પ્રયત્ન કર્યા તેની નોંધ 'મદદ માટેની તૈયારી'ના ખાનામાં કરો.

૮.૦ સેવા અભિમુખતા નોંધપત્રક-૧

સંબંધિત વ્યક્તિ	અપેક્ષાઓ અને જરૂરિયાતો	જરૂરિયાત સંતોષવાના પ્રયત્ન

સેવા અભિમુખતા નોંધપત્રક-૨

મદદની જરૂરિયાત	મદદ માટેની તૈયારી-પ્રયત્ન

ક્ષમતા ૩.૩ : વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિ

વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પોતાની સાથે સંબંધિત વ્યવસ્થાતંત્રના મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે, તેમાંથી પોતાના માટે મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાઈ શકે છે, વ્યવસ્થાતંત્રની અન્ય વ્યક્તિના વર્તનો પર અસર કરતાં બળોને સમજી શકે છે તથા વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓ સમજી શકે છે.

• **ક્ષમતા ૩.૩ : વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ**

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિનો અર્થ
- ૩.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૪.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની લાક્ષણિકતા
 - ૪.૧.૧ મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખવા
 - ૪.૧.૨ મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાવું
 - ૪.૧.૩ અન્યના દૃષ્ટિકોણો અને વર્તનો પર અસર કરતાં બળોને સમજવાં
 - ૪.૧.૪ વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓને ઓળખવી
- ૫.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો.
- ૬.૦ સારાંશ
- ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૮.૦ નોંધપત્રક

• **આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....**

૧. વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિનો અર્થ જણાવી શકશો.
૨. વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ જણાવી શકશો.
- ૩ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની લાક્ષણિકતા જણાવી શકશો.
૪. વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

કોઈપણ કંપની, સમૂહ, જૂથ કે સામાજિક સંસ્થામાં જે કંઈપણ ચાલી રહ્યું હોય, તેના વિશે સમજવાની વ્યક્તિની આવડત પણ વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે. સંસ્થા પોતાના ધ્યેયો સિદ્ધ કરવા માટે માનવીઓને જૂથોમાં કે વિભાગોમાં વહેંચે છે. જેથી દરેક કાર્ય વ્યવસ્થિત રીતે ચાલતું રહે. પરંતુ આજના વાતાવરણમાં કોઈપણ વ્યક્તિ કે વિભાગ સ્વતંત્ર રીતે કામ કરી શકતો નથી. દરેક વિભાગ બીજા વિભાગ સાથે કોઈપણ રીતે જોડાયેલો રહે છે. દરેક વિભાગને બીજા વિભાગ પર આધાર રાખવો પડતો હોય છે. અન્ય વિભાગ કેટલીક વખત પોતાની તરફેણમાં કાર્ય કરતા હોય તો ક્યારેક પોતાની વિરુદ્ધમાં કાર્ય કરતો હોય છે.

કોઈપણ સામાજિક સંસ્થામાં દરેક વ્યક્તિની નજર એની કારકિર્દી ઉપર, એની અંગત જરૂરિયાતો ઉપર, એનાં પોતાના ધ્યેયો ઉપર રહે છે. આ માટે તે જુદાં જુદાં રાજકીય જોડાણો સ્થાપે છે કે તેમાં જોડાય છે. ક્યાં, કોણ, શું, કઈ રીતે કરી રહ્યું છે એની જાણકારી મેળવવાની ક્ષમતા વ્યક્તિ માટે અગત્યની છે. આ પ્રકારની વ્યક્તિની ક્ષમતાને વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિ કહેવામાં આવે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિનો અર્થ અને વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યારબાદ વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતાની લાક્ષણિકતા અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. અંતે વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી છે.

૨.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિનો અર્થ

વ્યવસ્થાતંત્રમાં જુદા જુદા વિભાગ અને તેની સાથે સંબંધિત વ્યક્તિઓ ક્યા શું કઈ રીતે કાર્ય કરે છે, પોતાના ધ્યેયો સિદ્ધ કરવા અન્ય ક્યા પ્રકારના જોડાણો સ્થાપે છે કે કોની સાથે જોડાય છે કે વ્યવસ્થાતંત્રની અંદર ચાલતી કોઈપણ બાબત વિશેની જાણકારી મેળવવી એટલે વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ/રાજકીય જાગૃતિ.

૩.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતાનો અર્થ

વ્યવસ્થાતંત્રીય / રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પોતાની સાથે સંબંધિત વ્યવસ્થાતંત્રના મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખી શકે છે, તેમાંથી પોતાના માટે મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાઈ શકે છે, વ્યવસ્થાતંત્રની અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો પર અસર કરતાં બળોને સમજી શકે છે તથા વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓ સમજી શકે છે.

૪.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની લાક્ષણિકતા

વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ/રાજકીય જાગૃતિની ક્ષમતાની વ્યાખ્યા પરથી વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ/રાજકીય જાગૃતિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય : (૧) મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખવા, (૨) મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાવું, (૩) અન્યના દષ્ટિકોણો અને વર્તનો પર અસર કરતાં બળોને સમજવાં અને (૪) વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓને ચોક્કસ રીતે ઓળખવી.

અત્રે આ દરેક લાક્ષણિકતાની વિસ્તૃત ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

૪.૧.૧ મહત્વના ચાવીરૂપ સંબંધોને સ્પષ્ટ રીતે ઓળખવા. વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિ -રાજકીય જાગૃતિમાં સમાજ-કંપની કે કોઈપણ વ્યવસ્થાતંત્રમાં જે જુદા જુદા પ્રકારના સંબંધો - કે જોડાણો રચાતાં હોય છે તેમાંથી મહત્વના અને ચાવીરૂપ સંબંધો કયા છે તે ઓળખવા એ ખૂબ જ અગત્યના છે. વ્યક્તિ કે વ્યવસ્થાતંત્ર માટે કયા કયા સંબંધો જરૂરી છે, કયા સંબંધો ફાયદાકારક છે તે જાણવા જોઈએ. ઉપરાંત વ્યવસ્થાતંત્રના જુદા જુદા અન્ય વિભાગો વચ્ચે જે અગત્યના સંબંધો સ્થપાય છે તે પણ ઓળખવા જરૂરી છે.

૪.૧.૨ મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાવું. સમાજ, કંપની કે કોઈપણ વ્યવસ્થાતંત્રમાં અનેક પ્રકારના સામાજિક કે રાજકીય જોડાણ સ્થપાતાં હોય છે. વ્યક્તિએ પોતાના ધ્યેયની સિદ્ધિ માટે આ સામાજિક જોડાણમાં જોડાવું ખૂબ જ જરૂરી બની જાય છે. આ જોડાણોમાંથી કયા સામાજિક કે રાજકીય જોડાણોમાં જોડાવું વ્યક્તિ માટે ફાયદાકારક છે તે નક્કી કરી ચોક્કસ પ્રકારના મહત્વના સામાજિક જોડાણો સાથે જોડાવું જરૂરી છે. વ્યક્તિના સિદ્ધાંત, વિચારસરણી, મૂલ્ય અથવા કંપનીના ધ્યેય, સિદ્ધાંત કે હેતુઓને અનુરૂપ મહત્વના સામાજિક જોડાણ સાથે જોડાવું જોઈએ.

૪.૧.૩ અન્યના દષ્ટિકોણો અને વર્તનો પર અસર કરતાં બળોને સમજવાં. સમાજ, કંપની કે કોઈ પણ વ્યવસ્થાતંત્ર પર કે વ્યવસ્થાતંત્રની અને વ્યક્તિની વિચારસરણી, દષ્ટિકોણ કે વર્તનો પર અનેક પ્રકારનાં પરિબળો અસર કરે છે. અન્ય વ્યક્તિ જે વર્તનો કરે છે, જે વિચારસરણી ધરાવે છે, જે દષ્ટિકોણ ધરાવે છે, તેના પર કયાં કયાં પરિબળો અસર કરે છે તે જાણવું ખૂબ જરૂરી છે. અન્યની વિચારસરણી, દષ્ટિબિંદુ કે વર્તનોને આકાર આપતાં બળો કયાં છે તે જાણવું જોઈએ. જેનાથી વ્યક્તિ જે તે વ્યક્તિ સાથેના સંબંધમાં આ પ્રકારનાં બળો કે પરિણામોનો ઉપયોગ કરી પોતાના કાર્ય માટે કે ધ્યેય સિદ્ધિ માટે માર્ગદર્શન મેળવી શકે.

૪.૧.૪ વ્યવસ્થાતંત્રીય અને બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓને ઓળખવી. વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિમાં વ્યવસ્થાતંત્રની આંતરિક વાસ્તવિકતાઓ શું છે તેની જાણકારીનો સમાવેશ થાય છે. વ્યવસ્થાતંત્રના આર્થિક, રાજકીય કે સામાજિક પાસાંઓ જાણવાં જરૂરી છે. વ્યવસ્થાતંત્રની દેખાતી પરિસ્થિતિ અને ખરેખરી પરિસ્થિતિ વચ્ચે ઘણો ભેદ હોય છે. આથી વ્યવસ્થાતંત્રની આંતરિક વાસ્તવિકતા જાણવી જરૂરી છે.

વ્યવસ્થાતંત્રની બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓમાં વ્યવસ્થાતંત્રનાં બધાં પાસાંઓની જાણકારી પણ વ્યક્તિ માટે જરૂરી છે.

૫.૦ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો.

કોઈ પણ સામાજિક સંસ્થા કે કંપનીના વ્યવસ્થાતંત્રમાં રોજબરોજના જે વ્યવહારો થાય છે તે અંગે સતત વાર્કેફ રહેવાથી વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતાનો વિકાસ કરી શકાય. અહીં વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતા વિકાસ માટેના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. તમારી સાથે સંબંધિત સામાજિક કે કંપનીના વ્યવસ્થાતંત્રમાં કયા કયા પ્રકારના સંબંધો સ્થપાય છે, તે અંગેની જાણકારી મેળવવી જોઈએ. આ સંબંધોમાંથી ચાવીરૂપ મહત્વના સંબંધોની જાણકારી મેળવવી જોઈએ.

૨. વ્યવસ્થાતંત્રમાં જે જુદાં જુદાં સામાજિક જોડાણો સ્થપાય છે, તેમાંથી પોતાના ધ્યેય, સિદ્ધાંત, મૂલ્યો, વિચારસરણી વગેરેને ધ્યાનમાં રાખી યોગ્ય જોડાણો સાથે જોડાવું જોઈએ.
૩. વ્યવસ્થાતંત્રની અંદર પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિનાં વર્તનો, વિચારસરણી, કે દષ્ટિબિંદુ પર ક્યાં ક્યાં બળો અસર કરે છે તેને ઓળખી, આવાં બળોનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

૬.૦ સારાંશ.

વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિએ વ્યવસ્થાતંત્ર સાથે સંબંધિત દરેક પ્રકારની વાસ્તવિકતાઓ વિશેની જાગૃતિ છે. વ્યવસ્થાતંત્રમાં જે જુદા જુદા જોડાણો કે સંબંધો ઉદ્ભવતા હોય છે, તેમાંથી મહત્વના અને ચાવીરૂપ સંબંધોને ઓળખવા, આ સંબંધો કે જોડાણો સાથે સંબંધ કેળવવો-તેની સાથે જોડાવું, વ્યવસ્થાતંત્રની અન્ય આંતરિક કે બાહ્ય વાસ્તવિકતાઓને ઓળખવી કે વ્યવસ્થાતંત્રની અન્ય વ્યક્તિ કે વિભાગોની વિચારસરણી, દષ્ટિબિંદુ કે વર્તનો પર અસરકરતાં કે તેને આકાર આપતાં પરિબળોને ઓળખવાની ક્ષમતાનો સમાવેશ વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિમાં થાય છે. પોતાની સાથે સંબંધિત વ્યવસ્થાતંત્રમાં રોજબરોજ જે વ્યવહારો થાય છે તે અંગે સતત વાકેફ રહેવાથી વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિનો વિકાસ કરી શકાય.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ.+

વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે આ ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે. આ પ્રવૃત્તિના મહાવરા દ્વારા તમે તમારી વ્યવસ્થાતંત્રીય જાગૃતિની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧. તમારી આસપાસના વ્યવસ્થાતંત્રમાં જુદા જુદા લોકો કે સંસ્થાઓ વચ્ચે જે સંબંધો/ જોડાણો સ્થપાયાં હોય તેની નોંધ પાછળ આપેલ પત્રકમાં સામાજિક-રાજકીય જોડાણોના ખાનામાં કરો. આ સામાજિક રાજકીય જોડાણોમાંથી અગત્યનાં ચાવીરૂપ જોડાણો ક્યાં છે તેની નોંધ ચાવીરૂપ સંબંધોનાં ખાનામાં કરો.

વ્યવસ્થાતંત્રનાં આ જોડાણોમાંથી તમે જે જોડાણો સાથે સંબંધમાં આવ્યા કે જોડાયા હો તેની નોંધ યોગ્ય જોડાણ સાથે જોડાણના ખાનામાં કરો.

૨. તમારી આસપાસના વ્યવસ્થાતંત્રમાં અન્ય લોકો કયા પ્રકારનાં વર્તનો, વિચારસરણી, દષ્ટિબિંદુ કે સિદ્ધાંતો ધરાવે છે તેની નોંધ અન્યનાં વર્તનોના ખાનામાં કરો. આ વર્તન વિચારસરણી, દષ્ટિબિંદુ કે સિદ્ધાંતો પર કયા પ્રકારનાં બળો અસર કરે છે તેની નોંધ અન્યના વર્તનો પર અસર કરતા બળોના ખાનામાં કરો.

૯.૦ નોંધપત્રક

આ પત્રકમાં આગળ આપેલ પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધ કરો.

અન્યના વર્તનો પર અસર કરતાં બળો	
અન્યનાં વર્તનો	
યોગ્ય જોડાણ સાથે જોડાણ	
ચાવીરૂપ સંબંધો	
સામાજિક-રાજકીય જોડાણો	

ક્ષમતા ૪.૧ : અન્યનો વિકાસ કરવો

અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે, અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે, અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓ અને કૌશલ્યોને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે.

- ક્ષમતા ૪.૧ : અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
 - ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
 - ૨.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાનો અર્થ
 - ૩.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાના પ્રયત્નો
 - ૩.૧.૧ અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓનો સ્વીકાર કરવો
 - ૩.૧.૨ અન્યને યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપવું
 - ૩.૧.૩ અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજવી
 - ૩.૧.૪ અન્ય વ્યક્તિ માટે પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરવું
 - ૪.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ
 - ૫.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
 - ૬.૦ સારાંશ
 - ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
 - ૮.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક

• આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. અન્યનો વિકાસ કરવાનો અર્થ આપી શકશો.
૨. અન્યનો વિકાસ કરવાના માટે કયા કયા પ્રયત્નો કરવા તે જાણી શકશો.
૩. અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓનો સ્વીકાર કરી શકશો.
૪. અન્યને યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકશો.
૫. અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજી શકશો.
૬. અન્ય વ્યક્તિ માટે પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકશો.
૭. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૮. તમારી અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

સમાજમાં વ્યક્તિ બીજી અનેક વ્યક્તિઓ સાથે કોઈને કોઈ પ્રકારે સંબંધ ધરાવતી હોય છે. જેમ કે માતા, પિતા, પુત્ર, પતિ, પત્ની, ભાઈ, બહેન વગેરે. વ્યવસાયમાં ગ્રાહક, વેપારી, ઉપરી અધિકારી, સહકર્મચારી, હાથ નીચેના કર્મચારી તથા પાડોશી, મિત્ર વગેરે. આ દરેક સંબંધ વ્યક્તિ માટે એક યા બીજી રીતે અગત્ય ધરાવે છે. આથી, આ સંબંધ ટકાવવા કે વિકસાવવા જરૂરી છે. એ જ રીતે અન્ય વ્યક્તિએ પણ વ્યક્તિ સાથે સંબંધ ટકાવવા કે વિકસાવવા જરૂરી છે. આ સંબંધ ત્યારે જ ટકી શકે અને વિકસી શકે જ્યારે પરસ્પરની જરૂરિયાતો અને અપેક્ષાઓ ઓળખી અને તેને સંતોષવામાં આવે, પરસ્પરનો વિકાસ થાય તે માટે મદદ કરવામાં આવે.

વ્યક્તિએ પોતાના વિકાસ માટે જેમ અન્યનો આધાર લેવો પડે છે, મદદ લેવી પડે છે તેમ વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિના વિકાસ માટે પણ પ્રયત્નો કરવા જરૂરી છે. અન્ય વ્યક્તિના વિકાસ કરવાના પ્રયત્નો કરવામાં આવે ત્યારે જ બન્ને પરસ્પરનો વિકાસ કરી શકે છે. આથી, અન્યનો વિકાસ કરી શકવાની ક્ષમતા પણ કેળવવી જરૂરી છે. અન્યનો વિકાસ કરી શકવાની ક્ષમતા એક શિક્ષક-વડીલ કે મિત્ર તરીકેની ક્ષમતા છે.

અત્રે પ્રારંભમાં અન્યનો વિકાસ કરવાનો અર્થ અને અન્યનો વિકાસ કરવાના પ્રયત્નો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. ત્યારબાદ અન્યનો વિકાસ કરી શકવાની ક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. અંતે અન્યનો વિકાસ કરી શકવાની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી છે.

૨.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાનો અર્થ

અન્યનો વિકાસ કરવો એટલે અન્યની વિકાસલક્ષી જરૂરિયાતો સંતોષવી, આ જરૂરિયાતો સંતોષવા માટે તેમને મદદ કરવી અને એવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરવું કે જેથી અન્ય વ્યક્તિ પોતાનો વિકાસ કરી શકે.

૩.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાના પ્રયત્નો

વ્યક્તિ અન્યનો વિકાસ ત્યારે જ કરી શકે જ્યારે તે અન્યને સમજી શકે. આથી અન્યનો વિકાસ કરવા માટે સૌપ્રથમ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા કેળવવી જરૂરી છે. વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત પક્ષકારો-અન્ય વ્યક્તિઓ જેવા કે, કુટુંબીજનો, પિતા, પુત્ર, પત્ની વગેરે, વ્યવસાય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિઓ જેવા કે ગ્રાહક, વેપારી, હરિફ, સહકર્મચારી, ઉપરી અધિકારી વગેરેને સમજવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આ માટે તેની વાત સારી રીતે સાંભળવી, તેના સાંવેગિક સંકેતો પ્રત્યે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું કે તેના દષ્ટિકોણ અને અન્યની જરૂરિયાતો સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. અન્યને સમજવાની ક્ષમતા વિશે અગાઉ ચર્ચા કરવામાં આવી છે. અન્યનો વિકાસ કરવા માટે સામાન્ય રીતે આ મુજબના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ : (૧) અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓનો સ્વીકાર કરવો, (૨) અન્યને યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપવું, (૩) અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજવી અને (૪) અન્ય વ્યક્તિ માટે પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરવું.

૩.૧.૧ અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓનો સ્વીકાર કરવો. અન્યનો વિકાસ કરવા માટે સૌ પ્રથમ અન્યની ક્ષમતા શું છે, તેમની શક્તિઓ કઈ છે, તે કયા કયા પ્રકારના કૌશલ્યો ધરાવે છે તે જાણવું જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિ કયા પ્રકારની ક્ષમતા ધરાવે છે તે જાણીએ ત્યારે જ અન્ય વ્યક્તિઓને આ ક્ષમતા, શક્તિ કે કૌશલ્યોનો અસરકારક ઉપયોગ કરી તેનો વિકાસ કરી

શકવા માટે માર્ગદર્શન આપી શકાય કે યોગ્ય પ્રકારના પ્રયત્નો કરી શકાય. અન્ય વ્યક્તિઓ સામાજિક, ભૌતિક, સાંવેગિક કે અન્ય જે પ્રકારની ક્ષમતા ધરાવે છે તેને ઓળખી તેનો સ્વીકાર કરવો જોઈએ.

વ્યક્તિ જે ક્ષમતા, શક્તિ કે કૌશલ્યો ધરાવે છે તે ક્ષમતા, શક્તિ કે કૌશલ્યો દ્વારા વ્યક્તિ ચોક્કસ પ્રકારનાં કાર્યો કે અમુક પ્રકારની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી શકશે જ, એ વિશ્વાસ વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિને આપવો જોઈએ. અન્યની આ ક્ષમતા, શક્તિ કે કૌશલ્યો તેમને કયા ક્ષેત્રમાં ઉપયોગી થશે અને આ ક્ષમતા દ્વારા તે કયા પ્રકારની સિદ્ધિ મેળવી શકશે તે જાણવું જોઈએ. તેમની ક્ષમતા, શક્તિ કે કૌશલ્યની જાણ કરવી જોઈએ. અન્ય જે ક્ષમતા, શક્તિ કે કૌશલ્યો ધરાવે છે તે ક્ષમતા, શક્તિ કે કૌશલ્યનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કઈ રીતે કરી શકાય તે માટે માર્ગદર્શન આપવું જોઈએ. ઉપરાંત અન્ય વ્યક્તિ જ્યારે કોઈ સિદ્ધિ મેળવે ત્યારે અન્યની આ સિદ્ધિને સ્વીકારવી જોઈએ.

૩.૧.૨ અન્યને યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપવું. અન્યનો વિકાસ કરવા માટે અન્ય વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિનો ઉપયોગ કરી કોઈપણ પ્રકારનું કાર્ય શ્રેષ્ઠ રીતે કરે કે કોઈપણ પ્રકારની સિદ્ધિ મેળવે ત્યારે તેનો યોગ્ય સ્વીકાર કરી તેને યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપવું જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિએ મેળવેલ સિદ્ધિનો સ્વીકાર કરી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપવાથી તે આ પ્રકારના પ્રયત્નો ફરીથી કરવા પ્રેરાશે. અન્યને પોતાની ક્ષમતા અને શક્તિ પરનો વિશ્વાસ વધશે.

અન્ય વ્યક્તિની સફળતાને યોગ્ય પ્રમાણમાં પ્રતિપોષણ આપવામાં આવે તો તેના સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટેનાં વર્તનો વધુ દૃઢ બને છે. હકારાત્મક પ્રતિપોષણ દ્વારા વ્યક્તિને વધુ સિદ્ધિ હાંસલ કરવા પ્રેરણા આપી શકાય છે. આથી, અન્ય વ્યક્તિએ કઈ સિદ્ધિ મેળવેલ છે તેને ઓળખી તેમને અભિનંદન, ઈનામ કે અન્ય કોઈ રીતે બદલો આપવામાં આવે, તેની સિદ્ધિની નોંધ લેવામાં આવે તો તે આ સિદ્ધિમાંથી પ્રેરણા મેળવી વધુ સારી અને ઉચ્ચ સિદ્ધિ મેળવવા પ્રયત્નો કરશે. સફળતાના ઉચ્ચ શિખરો સર કરશે અને પોતાનો વિકાસ કરી શકશે. આમ, વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિનો વિકાસ કરવા માટે અન્યની સિદ્ધિનો સ્વીકાર કરી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપવું જોઈએ.

૩.૧.૩ અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજવી. કોઈપણ વ્યક્તિ પોતાનો વિકાસ કરી શકે તે માટે તેની ચોક્કસ વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો હોય છે. આ વિકાસાત્મક જરૂરિયાત ભૌતિક, શારીરિક, સાંવેગિક કે અન્ય કોઈપણ પ્રકારની હોઈ શકે. વ્યક્તિની આ જરૂરિયાતો સંતોષાય તો વ્યક્તિ પોતાનો વિકાસ કરી શકે, પોતાના કાર્યમાં સફળ થઈ શકે કે પોતાના ધ્યેય સિદ્ધ કરી શકે. ઘણી વખત એવું બનતું હોય છે કે વ્યક્તિને ખુદને પણ પોતાની વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો કઈ છે તેનો ખ્યાલ હોતો નથી. આથી વ્યક્તિ આ જરૂરિયાત સંતોષવા માટેના પ્રયત્નો કરી શકતી નથી. તેથી તેમનો વિકાસ અટકી પડે છે અથવા પોતાના કાર્યમાં નિષ્ફળ જાય છે

અન્યનો વિકાસ કરવા માટે વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિની આ વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો ઓળખવી જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિની ભૌતિક, શારીરિક, સાંવેગિક કે અન્ય કોઈપણ પ્રકારની વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો ઓળખી તે અન્ય વ્યક્તિને જણાવવી જોઈએ. જેથી અન્ય વ્યક્તિ આ જરૂરિયાત સંતોષવાના પ્રયત્નો કરી શકે. અન્ય વ્યક્તિ આ જરૂરિયાત કઈ રીતે સંતોષી શકે તે અંગે માર્ગદર્શન પણ આપવું જોઈએ. શક્ય હોય તો અન્યની આ જરૂરિયાત સંતોષવા માટેના

પ્રયત્નો પણ કરવા જોઈએ. દા.ત. અભ્યાસમાં સફળતા માટે અમુક પ્રકારના પુસ્તકોની જરૂરિયાત, કારકુની કાર્યમાં સફળતા માટે ગાણિતિક કૌશલ્યની જરૂરિયાત કે લશ્કરમાં આગળ વધવા માટે શારીરિક સક્ષમતાની જરૂરિયાત વગેરે.

૩.૧.૪ અન્ય વ્યક્તિ માટે પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરવું. ઘણી વખત એવું બને છે કે વ્યક્તિ પાસે અમુક પ્રકારની ક્ષમતા કે કૌશલ્યો રહેલ હોય છે, પરંતુ વ્યક્તિએ તેનો ઉપયોગ કરેલ ન હોવાથી વ્યક્તિને પોતાની આ ક્ષમતા કે કૌશલ્યોનો ખ્યાલ હોતો નથી અથવા પોતાની આ ક્ષમતા કે કૌશલ્યો પર વિશ્વાસ હોતો નથી. આમ, વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા કે કૌશલ્યોનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ કરી વિકાસ કરી શકતી નથી.

આથી, અન્યોનો વિકાસ કરવા માટે વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિની ક્ષમતા અને કૌશલ્યોને ઓળખી, અન્ય વ્યક્તિ આ ક્ષમતા અને કૌશલ્યોનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કઈ રીતે કરી શકે તે માર્ગો અંગે વિચારવું જોઈએ અને એ માર્ગો વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિને સૂચવવા જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિ તેમની ક્ષમતાનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કરી અને તેમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે તેવી પરિસ્થિતિનું સર્જન કરવું જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિની ક્ષમતા કે કૌશલ્યોને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું સર્જન કરવું જોઈએ. જેથી અન્ય વ્યક્તિને પોતાની ક્ષમતા કે કૌશલ્યોનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કરવાની તક મળે. અન્ય વ્યક્તિને પડકારરૂપ સ્વાધ્યાય-મહાવરા કે કાર્યોનું સૂચન કરવું જોઈએ. જેના દ્વારા અન્ય વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા કે કૌશલ્યોનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કરી શકે અને તેમાં વધારો કરી શકે તથા પોતાનો વિકાસ કરી શકે. શક્ય હોય તો વ્યક્તિએ અન્ય માટે આવા પડકારરૂપ સ્વાધ્યાય-મહાવરાનું નિર્માણ કરવું જોઈએ.

૪.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ

અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓને સ્વીકારી યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે, તે અન્ય વ્યક્તિઓની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે, અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓ અને કૌશલ્યોને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે.

આ પરથી અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિઓનો સ્વીકાર કરી શકે છે.
૨. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યને યોગ્ય પ્રતિપોષણ આપી શકે છે.
૨. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યની જરૂરિયાતો સમજી શકે છે.
૩. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિઓની શક્તિઓ અને કૌશલ્યોને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે.

૫.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત વ્યક્તિનો વિકાસ કરવા માટે તેઓને સમજી, તેઓની ક્ષમતા અને સિદ્ધિ શું છે તે સમજી, તેમની નબળાઈ, ખામી કે વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો કઈ કઈ છે તે સમજી તે અંગે માર્ગદર્શન આપવું જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિનો વિકાસ કરી શકવાની ક્ષમતાના વિકાસના માટેના કેટલાક ઉપાયો અહીં રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. વ્યક્તિએ અન્ય સંબંધિત વ્યક્તિની ક્ષમતાઓ અને મર્યાદાઓ શું છે તે ઓળખવી જોઈએ અને અન્યને જણાવવી જોઈએ. અન્યની સિદ્ધિનો સ્વીકાર કરી અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિને પ્રતિપોષણ આપવું જોઈએ.
૨. અન્ય વ્યક્તિનો વિકાસ કરવા માટે તેના વિકાસમાં નડતરરૂપ મર્યાદાઓ કઈ કઈ છે, વ્યક્તિની નબળાઈ કઈ કઈ છે તે જાણવી તથા અન્યની વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો કઈ કઈ છે તે ઓળખવી જોઈએ. આ મર્યાદા અને વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો તેમને જણાવવી જોઈએ. તેની વિકાસાત્મક જરૂરિયાતોના સંતોષ માટેના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
૩. અન્ય વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને કૌશલ્યનો ઉપયોગ કરી શકે તે માટે તેને પડકારરૂપ સ્વાધ્યાય-મહાવરાનું નિર્માણ કરવું જોઈએ. પડકારરૂપ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરવું જોઈએ.

૬.૦ સારાંશ

વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિ સાથે પોતાના સંબંધ ટકાવવા અને વિકસાવવા માટે અન્ય વ્યક્તિઓને સમજી અન્ય વ્યક્તિનો વિકાસ થાય એ માટેના પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. વ્યક્તિની આ રીતે અન્ય વ્યક્તિનો વિકાસ કરી શકવાની ક્ષમતાને અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા કહી શકાય. અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરવા માટે અન્યની ક્ષમતા અને સિદ્ધિને ઓળખી તેને પ્રતિપોષણ આપવામાં આવે, અન્યની વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો ઓળખી તેને સંતોષવાના પ્રયત્નો કરવામાં આવે તથા અન્ય વ્યક્તિ પોતાની ક્ષમતા અને કૌશલ્યનો ઉપયોગ કરી શકે તે માટે પડકારરૂપ પરિસ્થિતિ, સ્વાધ્યાય કે મહાવરાનું નિર્માણ કરવામાં આવે તે જરૂરી છે. વ્યક્તિ આ પ્રકારના પ્રયત્નો સતત કરશે તો અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા વિકસાવી શકશે.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ

અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય એ માટે આ ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવે છે.

૧. તમારી સાથે સંબંધિત કોઈ એક વ્યક્તિ સાથેનો તમારો સંબંધ પાછળ આપેલ અન્યને સમજવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૧માં સંબંધના ખાનામાં લખો.

તે કયા કયા પ્રકારની ક્ષમતા ધરાવે છે કે તેમણે કયા પ્રકારની સિદ્ધિ હાંસલ કરી છે તેની ક્ષમતા/સિદ્ધિના ખાનામાં નોંધ કરો.

આ ક્ષમતા અને સિદ્ધિનો સ્વીકાર કરી તમે કયા પ્રકારે તેમને પ્રતિપોષણ આપ્યું તેની નોંધ પ્રતિપોષણના ખાનામાં કરો.

૨. અન્ય વ્યક્તિ પોતાનો વિકાસ કરી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે તે માટે સંબંધિત વ્યક્તિ ભૌતિક, શારીરિક કે સાંવેગિકમાંથી કયા પ્રકારની કયા પ્રકારની વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો ધરાવે છે તે વિચારી તેની નોંધ વિકાસાત્મક જરૂરિયાતોના ખાનામાં કરો.

આ જરૂરિયાતો કયા કાર્યની સફળતા માટે જરૂરી છે તે કાર્યની નોંધ સફળતા માટેના કાર્યના ખાનામાં કરો.

૩. તમારી સાથે સંબંધિત વ્યક્તિની ક્ષમતા કે કૌશલ્યની નોંધ પાછળ આપેલ નોંધપત્રક-૩માં ક્ષમતા કે કૌશલ્યના ખાનામાં કરો.
આ ક્ષમતા કે કૌશલ્યને પડકારરૂપ પરિસ્થિતિ, કાર્ય કે સ્વાધ્યાયની નોંધ પડકારરૂપ પરિસ્થિતિના ખાનામાં કરો.

૮.૦ અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૧

સંબંધિત વ્યક્તિ	ક્ષમતા/સિદ્ધિ	પ્રતિપોષણ

અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૨

વિકાસાત્મક જરૂરિયાતો	સફળતા માટેના કાર્ય

અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા નોંધપત્રક-૩

ક્ષમતા કે કૌશલ્ય	પડકારરૂપ પરિસ્થિતિ

ક્ષમતા ૪.૨ : સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન

સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે, ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે અને મુશ્કેલ પરિસ્થિતિ કે લોકો સાથે બંનેની જીત થાય એ રીતે સમાધાન શોધી શકે છે.

- ક્ષમતા ૪.૧ : સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સંઘર્ષનો અર્થ
- ૩.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનો અર્થ
- ૪.૦ સંઘર્ષનાં કારણો
- ૫.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનના પ્રયત્નો
 - ૫.૧.૧ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો
 - ૫.૧.૨ ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન
 - ૫.૧.૩ જીતો - જીતાડો પદ્ધતિએ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન
- ૬.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટે વ્યક્તિ દ્વારા સમાધાનની પદ્ધતિઓ
- ૭.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૮.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૯.૦ સારાંશ
- ૧૦.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૧૧.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન નોંધપત્રક

- આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....
- ૧. સંઘર્ષનો અર્થ આપી શકશો.
- ૨. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનો અર્થ આપી શકશો.
- ૩. સંઘર્ષનાં કારણો જાણી શકશો.
- ૪. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનના પ્રયત્નો કરી શકશો.
- ૫. મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરી શકશો.
- ૬. ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપી શકશો.
- ૭. જીતો - જીતાડો પદ્ધતિએ સમાધાન કરી શકશો.
- ૮. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટે સમાધાનની પદ્ધતિઓ જાણી શકશો.
- ૯. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૧૦. તમારી સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

માનવી એક સામાજિક પ્રાણી હોવાથી તેણે સમાજની અન્ય અનેક વ્યક્તિઓ સાથે રહી પોતાનું કાર્ય કરવાનું હોય છે, પોતાના ધ્યેય સિદ્ધ કરવાના હોય છે તથા પોતાનો વિકાસ કરવાનો હોય છે. પોતાનો વિકાસ કરવા માટે કે પોતાના ધ્યેય સિદ્ધ કરવા માટે તે સમાજની અન્ય વ્યક્તિ પર આધાર રાખે છે. કુટુંબમાં પિતા-પુત્ર, પતિ-પત્ની, ભાઈ-ભાઈ, વ્યવસાયમાં કર્મચારી-અધિકારી, કર્મચારી-કર્મચારી, પાડોશી-પાડોશી, મિત્ર-મિત્ર આ દરેક સંબંધોમાં દરેક વ્યક્તિ એકબીજી વ્યક્તિ પર આધાર રાખી પોતપોતાનો વિકાસ કરવાનો પ્રયત્નો કરે છે. આ દરેક વ્યક્તિની લાગણીઓ જુદી જુદી હોય છે. તેમની માન્યતા અલગ અલગ હોય છે. તેમના દષ્ટિકોણ અલગ અલગ હોય છે. દરેકની કામ કરવાની પદ્ધતિ અલગ અલગ હોય છે. આ તમામ પ્રકારની ભિન્નતા વચ્ચે દરેકે એકબીજી વ્યક્તિ પર આધાર રાખીને, સહકાર રાખીને પોતપોતાનો વિકાસ કરવાનો હોય છે. આ કાર્ય ખૂબજ અઘરું છે. આ માટે અન્ય દરેક વ્યક્તિની માન્યતા, દષ્ટિકોણ, લાગણીઓ, પદ્ધતિ, રિતભાત વગેરેની સમજ કેળવવી પડે છે. જો આમ ન કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે સંઘર્ષ ઉભો થવાની સંભાવના રહે છે. કુટુંબ કે વ્યવસાયમાં આપણે આવા ઘણા સંઘર્ષોનો સામનો કરતા હોઈએ છીએ. આ પ્રકારના સંઘર્ષો લાંબાગાળા સુધી ચાલે તો સંબંધો તુટી પડે છે, વ્યવસાયો ભાંગી પડે છે તથા સંઘર્ષ સાથે સંબંધિત દરેક વ્યક્તિનો વિકાસ અટકી પડે છે. તેમને શારીરિક, આર્થિક, માનસિક કે સાંવેગિક રીતે નુકશાન પણ સહન કરવું પડે છે. આથી વ્યક્તિએ સંઘર્ષોનું વ્યવસ્થાપન કરવાની ક્ષમતા કેળવવી પડે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં સંઘર્ષનો અર્થ અને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યારબાદ સંઘર્ષનાં કારણો, સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનના પ્રયત્નો અને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટે વ્યક્તિ દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતી વિવિધ સમાધાનની પદ્ધતિઓ રજૂ કરવામાં આવી છે. અંતે સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ, તેના વિકાસના ઉપાયો અને સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી છે.

૨.૦ સંઘર્ષનો અર્થ

સંઘર્ષ માટે અંગ્રેજી શબ્દ conflict છે. સંઘર્ષનો અર્થ અથડામણ, ઘર્ષણ કે ઝઘડો થાય છે. કોઈપણ વ્યક્તિ સાથે કોઈપણ બાબતે અથડામણ કે ઝઘડો થાય તેને સંઘર્ષ કહી શકાય.

૩.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનો અર્થ

સંઘર્ષનું વ્યવસ્થાપન એટલે વ્યક્તિનો અન્ય વ્યક્તિ સાથે જે સંઘર્ષ થાય છે એ સંઘર્ષને દૂર કરવો કે આ સંઘર્ષને વ્યક્તિ માટે લાભકારક બનાવવો.

૪.૦ સંઘર્ષનાં કારણો

વ્યક્તિ-વ્યક્તિ, વ્યક્તિ-સંસ્થા કે સંસ્થા-સંસ્થા વચ્ચે સંઘર્ષ થાય છે ત્યારે આ સંઘર્ષ થવાનાં કારણો આ મુજબ હોય છે.

૧. જ્યારે વ્યક્તિ કોઈ એવું કાર્ય કરતી હોય કે જે માટે પરસ્પર આધાર રાખવો પડતો હોય ત્યારે સંઘર્ષની સંભાવના વધુ હોય છે. સાથ, સહકાર, મદદની ભાવનાની ગેરહાજરી વગેરેને લીધે સંઘર્ષ થાય છે.

૨. એક સરખી કક્ષાએ કામ કરતા વ્યક્તિઓ વચ્ચે પર્યાવરણમાં તફાવત, જુદું જુદું ધ્યેય અને સફળતાના માપદંડો જુદા જુદા હોય છે. દરેક વ્યક્તિ પોતાની રીતે પ્રત્યક્ષીકરણ કરે છે અને પોતાને સારો કે ઉચ્ચ કક્ષાનો દેખાડવાનો પ્રયત્ન કરે ત્યારે સંઘર્ષ ઊભો થાય છે.
૩. જ્યારે વ્યક્તિને અન્ય વ્યક્તિ કરતા તેની કુશળતાના મૂલ્યાંકનમાં, કામગીરીના બદલામાં, બદલો આપવાની પદ્ધતિમાં પારદર્શતા, તટસ્થતા અને સમાનતાનો અભાવ હોય તો સંઘર્ષ ઊભો થાય છે.
૪. જ્યારે વ્યક્તિ જે જૂથમાં કે સમૂહમાં કાર્ય કરે અને બધા સાથે મળીને નિર્ણય લે ત્યારે શક્ય છે કે બધા જ આ નિર્ણય સાથે સહમત ન હોય પણ બહુમત હોય, ત્યારે થોડો ઘણો સંઘર્ષ થાય. નિર્ણયમાં લોકશાહીના અતિરેકને કારણે પણ સંઘર્ષ થાય છે.
૫. બે સમાનકક્ષાની વ્યક્તિ કાર્ય કરતી હોય ત્યારે કોઈ એક વ્યક્તિને વધારે પડતું મહત્ત્વ મળે, ઉચ્ચ હોદ્દો મળે કે ઉચ્ચ સ્થાન મળે ત્યારે સંઘર્ષ થાય છે.
૬. જ્યારે વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે કોઈ વ્યવહાર, વાતચીત કે પ્રત્યાયન થાય છે તે અસ્પષ્ટ હોય ત્યારે ગેરસમજને કારણે સંઘર્ષની શક્યતા વધી જાય છે.
૭. દરેક વ્યક્તિને તેની આવડત વિષે અમુક પ્રકારનો વિશ્વાસ હોય છે. વ્યક્તિને એવું લાગે કે એના જ્ઞાનની, એના અનુભવની કે એની આવડતની કદર થતી નથી. અથવા એ બધાનો યોગ્ય ઉપયોગ થતો નથી, ત્યારે એના કાર્યમાં અસંતોષ હોય છે. આવા સમયે ઉપરી અધિકારી, સહકર્મચારી, માતા-પિતા વગેરે સાથે સંઘર્ષ થાય છે.
૮. સમયની ખેંચ, ઓછા સંસાધનો, અયોગ્ય નિયમો, કૌટુંબિક, સામાજિક અને વ્યાવસાયિક પર્યાવરણ વચ્ચે તાલમેલના અભાવ જેવાં કારણોને લીધે સંઘર્ષ થાય છે.

૫.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનના પ્રયત્નો.

આજે સમાજની દરેક વ્યક્તિએ કોઈને કોઈ પ્રકારે સંઘર્ષનો સામનો કરવો પડતો હોય છે. સંઘર્ષ વગરના સમાજની કલ્પના કરવી મુશ્કેલ છે. ઉપરાંત સંઘર્ષને પૂર્ણપણે અટકાવવો પણ શક્ય નથી. આજે જેના વિષેનો અસંતોષ હોય અને એ અસંતોષ માટે સંઘર્ષ થાય ત્યારે જ પરિવર્તન આવે છે. આ સંઘર્ષનું હકારાત્મક પરિણામ છે. આથી સંઘર્ષના હકારાત્મક પરિણામો વિષે વિચારી સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટેના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટે મુખ્યત્વે ત્રણ પ્રકારે પ્રયત્નો કરવા જોઈએ : (૧) મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો કે પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો, (૨) ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન અને (૩) જીતો-જીતાડો પદ્ધતિનો ઉપયોગ.

૫.૧.૧ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો.

સંઘર્ષનું વ્યવસ્થાપન કરવાનો સૌ પ્રથમ માર્ગ સંઘર્ષ કે મુશ્કેલી ઊભી કરતાં પરિબળો કે કારણોને ઓળખવાનો છે. સામાન્ય રીતે અમુક લોકો કે અમુક પરિસ્થિતિ સંઘર્ષ માટે જવાબદાર બને છે. આથી મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકોને ઓળખવા જોઈએ. સમાજમાં અમુક એવી વ્યક્તિ હોય છે જે સતત કોઈને કોઈ પ્રકારે અન્ય સાથે સંઘર્ષમાં ઉતરતા હોય છે. આવી વ્યક્તિની વિચારસરણી, માન્યતા, અસંતોષ વગેરે જેવાં કારણોને લીધે તે આમ કરતી હોય છે. આથી આવી વ્યક્તિને

અન્ય વ્યક્તિ સાથે સંઘર્ષ શા માટે થાય છે તેનાં કારણો જાણી આ કારણો દૂર કરવાના કે તેને અનુકૂળ થવાના વ્યક્તિએ પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આવી વ્યક્તિનો કુશળતાથી સામનો કરવો જોઈએ. આજ રીતે મુશ્કેલી ઊભી કરતી પરિસ્થિતિને ઓળખી આવી પરિસ્થિતિને કઈ રીતે દૂર કરી શકાય તેના માર્ગો વિચારવા જોઈએ. કોઈપણ પરિસ્થિતિ જ્યારે સંઘર્ષનું કારણ બને છે ત્યારે આ સંઘર્ષના મૂળમાં જવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જે તે પરિસ્થિતિ સંઘર્ષ શા માટે પેદા કરે છે ? તેનું કારણ કયું છે ? આ કારણ પાછળનું કારણ પણ શોધવું જોઈએ. આ રીતે આગળ વધતા સંઘર્ષના મૂળ સુધી પહોંચી શકાય. ત્યારબાદ તેનો સામનો કરવાના, નિવારવાના, દૂર કરવાના કે તેને વ્યવસ્થિત કરવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

૫.૧.૨ ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનનું એક કારણ વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચેની ગેરસમજ છે. વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે કોઈપણ પ્રકારની ગેરસમજ થાય ત્યારે આ ગેરસમજ દૂર કરવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. ગેરસમજ દૂર કરવાનો સૌથી શ્રેષ્ઠ માર્ગ વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે ચર્ચાનો છે. જ્યારે વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે ચર્ચા થાય છે ત્યારે કોઈપણ બાબત, પરિસ્થિતિ કે વ્યક્તિ વિશેનું દરેક પાસું એક બીજી વ્યક્તિ સમજી શકે છે. વ્યક્તિએ ચોક્કસ પરિસ્થિતિમાં ચોક્કસ વર્તન શા માટે કર્યું તેનો ખ્યાલ આવે છે. આથી ગેરસમજનો કોઈ અવકાશ રહેતો નથી અને સંઘર્ષનો પણ અવકાશ રહેતો નથી. સંઘર્ષ સાથે સંકળાયેલ વ્યક્તિ પોતપોતાના વિચારો, ઈચ્છા, જરૂરિયાત વગેરે એકબીજા સાથે ચર્ચા દ્વારા અન્યને સમજાવી શકે છે. આથી અન્ય વ્યક્તિને સમજી શકાય છે અને સંઘર્ષ દૂર થાય છે.

૫.૧.૩ જીતો-જીતાડો પદ્ધતિએ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન. વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે જ્યારે સંઘર્ષ ઊભો થાય છે ત્યારે સંઘર્ષ સાથે સંકળાયેલ વ્યક્તિઓને જીતવાની અથવા હારવાની લાગણી થાય છે. આ મુજબ બંને પક્ષે આ ચાર પ્રકારની શક્યતા રહેલી છે : (૧) બન્ને પક્ષે હાર, (૨) પ્રથમની હાર, બીજાની જીત, (૩) પ્રથમની જીત, બીજાની હાર અને (૪) બન્ને પક્ષે જીત.

આ ચાર શક્યતામાંથી બન્ને પક્ષે જીતની લાગણી ઊભી થાય, બન્ને પક્ષની જીત થઈ છે એવો અહેસાસ થાય તે રીતે સંઘર્ષનું વ્યવસ્થાપન કરવું ખૂબ જ મહત્ત્વનું છે. આવા સંજોગોમાં સંઘર્ષ એ હકારાત્મક પરિણામ લાવે છે.

વ્યક્તિનો ઈરાદો હંમેશા જીતવાનો હોતો નથી. ઘણી વખત સામેના પક્ષને સારું લગાડવા, ભવિષ્યમાં એની મદદ મેળવવા કે આજે પીછેહઠ કરી કાલે વળતો હુમલો કરવા એક પક્ષ હારી જવાની પ્રયુક્તિ અજમાવે છે પણ એ જીતની લાગણી અનુભવે છે.

આમ બન્ને પક્ષને એવી લાગણી થાય કે પોતાની જીત થઈ છે એ બન્ને પક્ષની જીતની પદ્ધતિ છે. જ્યારે બન્ને પક્ષ જરૂરી બાંધછોડ કરી, તડજોડ કરી બન્નેને માન્ય હોય તેવું પરિણામ લાવે ત્યારે બન્ને પક્ષને જીતની લાગણી ઊભી થાય છે.

જીતો/જીતાડો એ પદ્ધતિ માનવ વ્યવહારોમાં ઊભા થતા સંઘર્ષોને નિવારવાની શ્રેષ્ઠ પદ્ધતિ છે. સંઘર્ષોનું વ્યવસ્થાપન કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ જીતો/જીતાડો પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરી સંઘર્ષોનું નિવારણ કરે છે. જીતો/જીતાડો એ મનુષ્યના હૃદયની-મનની એવી સ્થિતિ છે જે બધા જ માનવ વ્યવહારોમાં પરસ્પર લાભ જ ઝંખે છે. જીતો/જીતાડોનો અર્થ એ કે બે પક્ષ વચ્ચે થયેલ કરાર કે સમાધાન એ બન્ને પક્ષને લાભપ્રદ અને પરસ્પર સંતોષજનક છે. જીતો/જીતાડો

દ્વારા સંઘર્ષોના ઉકેલથી બધા જ પક્ષકારો ખુશ હોય છે. જીવનની મોટાભાગની પરિસ્થિતિઓ પરસ્પર અવલંબનની વાસ્તવિકતાઓમાં જ ઘટે છે અને સંઘર્ષો પણ પરસ્પર અવલંબનને કારણે જ ઊભા થતા હોય છે. આથી સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટે જીતો/જીતાડો પદ્ધતિ અસરકારક સાબિત થાય છે. આથી, વ્યક્તિએ સંઘર્ષોના નિવારણ માટે એ પ્રકારનું સમાધાનકારી વલણ અપનાવવું જોઈએ, જેમાં સંઘર્ષ સાથે સંબંધિત દરેક પક્ષકારને ફાયદો થાય, દરેક પક્ષકારને લાભ થાય, દરેક પક્ષકાર ખુશ થાય.

૬.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટે વ્યક્તિ દ્વારા સમાધાનની પદ્ધતિઓ

જ્યારે સંઘર્ષ થાય છે ત્યારે આ સંઘર્ષનું વ્યવસ્થાપન કરવા માટે વ્યક્તિ કયા પ્રકારની ઈચ્છા ધરાવે છે તેની થોમસ પાંચ રીતો જણાવે છે.

૧. **હરિફાઈ કરવી.** હરિફાઈ કે મુકાબલો કરવાની ઈચ્છા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાની જીત મેળવવા પ્રયાસ કરે છે. વ્યક્તિ અન્ય પર શી અસર થશે તેનો જરા સરખો પણ વિચાર કર્યા વિના પોતાના હિતો જોવાનું, પોતાની જ જરૂરિયાતો પૂરી કરવાનું નક્કી કરે ત્યારે વ્યક્તિ સંઘર્ષમાં અન્ય સાથે હરિફાઈ કરે છે એમ કહેવાય. આ રીતમાં વ્યક્તિ અન્યના ધ્યેયમાં નિષ્ફળતા અપાવી, પોતાના ધ્યેય સિદ્ધ કરવા પ્રયત્નો કરે છે, પોતાની સમસ્યા બીજા પર લાદવાના પ્રયત્નો કરે છે.
૨. **સહયોગ કે સહકાર આપવો.** સહયોગ કે સહકાર આપવાની ભાવના ધરાવતી વ્યક્તિ સહકારથી સમસ્યાનું સમાધાન કરવાની કોશિષ કરે છે. વ્યક્તિ બંનેના સાથ અને સહકારની ભાવનાથી સમસ્યાનું સમાધાન કરવાની કોશિષ કરે કે બંનેને ફાયદો થાય એવી જીતો-જીતાડો પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરે. સહયોગ કે સહકારની ઈચ્છામાં બાંધછોડ કર્યાની ભાવના હોતી નથી પરંતુ બંને પક્ષને ફાયદો થાય એવું સમાધાન શોધવાની તૈયારી હોય છે.
૩. **નજર અંદાજ કરવું / ધ્યાન ન આપવું.** જ્યારે વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે સંઘર્ષનો માહોલ હોય ત્યારે વ્યક્તિ તેની નોંધ લેવાનું ટાળે અથવા વ્યક્તિથી દૂર રહેવા પ્રયત્ન કરે ત્યારે તે સંઘર્ષ અથવા સંઘર્ષ ઊભી કરતી વ્યક્તિ પ્રત્યે ધ્યાન આપતી નથી. વ્યક્તિ સંઘર્ષથી દૂર રહે છે.
૪. **બાંધછોડ કરવી.** જ્યારે વ્યક્તિ સંઘર્ષમાં બાંધછોડની ઈચ્છા ધરાવતી હોય ત્યારે વ્યક્તિ પોતાના હેતુઓ, જરૂરિયાતો, ઈચ્છાઓ વગેરેને ભૂલી સમસ્યાનું સમાધાન શોધવાના પ્રયત્નો કરે છે. જેથી વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચેના સંબંધો જળવાઈ રહે છે. અહીં અન્યની વાત નાપસંદ હોય તો પણ વ્યક્તિ તેનો સ્વીકાર કરશે. વ્યક્તિ પોતાની જરૂરિયાતોના ભોગે અન્યની મદદ કરશે કે અન્યની ભૂલ બદલ માફ કરશે.
૫. **તડજોડ કરવી.** તડજોડ કરવી એટલે કાંઈક મેળવવા કાંઈક છોડી દેવું. તડજોડમાં બંને પક્ષને પૂરેપૂરો લાભ ભલે ન મળે પરંતુ એવું સમાધાન સ્વીકારવામાં આવે છે જેમાં બંને કાંઈક ગુમાવે છે અને કાંઈક મેળવે છે. વ્યક્તિથી કોઈ ભૂલ થઈ હોય ત્યારે પોતાની જવાબદારી સ્વીકારી, અન્યની વાત થોડી ઘણી પણ સ્વીકારે ત્યારે તે તડજોડ કરે છે તેમ કહી શકાય.

વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે જ્યારે સંઘર્ષ થાય છે ત્યારે વ્યક્તિની સંઘર્ષના વ્યાવસ્થાપન માટે આ પાંચ પ્રકારમાંથી એક પ્રકારની ઈચ્છા હોય છે. સામાન્ય રીતે જીતો-જીતાડોની ઈચ્છા / સહયોગ કે સહકારની ઈચ્છા રાખે ત્યારે લાંબા ગાળા સુધી સંઘર્ષ નિવારી શકાય છે કે તેના હકારાત્મક પરિણામ મેળવી શકાય છે.

૭.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતાનો અર્થ

સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે, ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે અને જેની સાથે સંઘર્ષ થાય છે તેવા લોકો સાથે બન્નેની જીત થાય એ રીતે સમાધાન શોધી શકે છે.

આ પરથી સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરે છે.
૨. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ મુશ્કેલી ઊભી કરતા લોકોને ચર્ચા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે.
૩. સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ જેની સાથે સંઘર્ષ થાય છે તેવા લોકો સાથે બન્નેની જીત થાય એ રીતે સમાધાન શોધી શકે છે.

૮.૦ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિએ સંઘર્ષ ઊભી કરતી વ્યક્તિ અને પરિસ્થિતિને ઓળખી, સંઘર્ષના કારણો જાણી યોગ્ય પ્રયુક્તિ વડે સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આ માટે સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા વિકાસ માટેના કેટલાક ઉપાયો અહીં રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. વ્યક્તિએ પોતાના જીવનમાં, વ્યવસાયમાં કે કુટુંબમાં ક્યા ક્યા પ્રકારના સંઘર્ષનો સામનો કરવો પડે છે તેના વિશે વિચારી આ સંઘર્ષ સાથે કઈ વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ સંકળાયેલી છે તેને ઓળખવી જોઈએ. આ વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિનો કુશળતાથી સામનો કરવો જોઈએ.
૨. સંઘર્ષ ઊભો કરતી વ્યક્તિ વચ્ચે ચર્ચા વિચારણા કરવી જોઈએ. ચર્ચામાં એક-બીજાના દ્રષ્ટિકોણો અને જરૂરિયાતો સમજવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
૩. વ્યક્તિએ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનમાં પોતે ક્યા પ્રકારની ઈચ્છા ધરાવે છે એ બાબતે સ્પષ્ટ બનવું જોઈએ. લાંબા ગાળાના સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન માટે સહકાર અને સહયોગની ઈચ્છાથી સંઘર્ષ માટે વ્યવસ્થાપન કરવું જોઈએ. આ માટે બન્ને પક્ષે લાભ થાય એ પ્રકારના માર્ગો વિચારવા જોઈએ.

૯.૦ સારાંશ

વ્યક્તિને પોતાની સાથે સંબંધિત અનેક વ્યક્તિ સાથે અનેક પ્રકારે સંઘર્ષ થતો હોય છે. આ સંઘર્ષને દૂર કરવાની કે સંઘર્ષમાંથી પરસ્પર લાભકારક પરિણામો પ્રાપ્ત કરવાની ક્ષમતાને સંઘર્ષનું વ્યવસ્થાપન કરવાની ક્ષમતા કહે છે. સંઘર્ષનું વ્યવસ્થાપન કરવા માટે સૌપ્રથમ સંઘર્ષ

ઊભો કરતા લોકો અને પરિસ્થિતિને ઓળખી તેનો કુશળતાથી સામનો કરવો, સંઘર્ષ ઊભો કરતી વ્યક્તિ સાથે ચર્ચા કરવી અને પરસ્પર એક-બીજાને લાભ થાય એવી રીતે સમાધાનકારી માર્ગ અપનાવવામાં આવે, સહકાર અને સહયોગની ઈચ્છાથી સંઘર્ષ નિવારવામાં આવે તે જરૂરી છે. જો વ્યક્તિ દ્વારા આ પ્રકારના પ્રયત્નો કરવામાં આવશે તો વ્યક્તિ સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપનની ક્ષમતા વિકસાવી શકશે.

૧૦.૦ પ્રવૃત્તિઓ

સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે આ ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે. આ પ્રવૃત્તિઓના મહાવરા દ્વારા તમે સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧. તમને રોજબરોજ અન્ય જેની સાથે સંઘર્ષ થતો હોય તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સંઘર્ષ નોંધપત્રક-૧માં સંઘર્ષ ઉપસ્થિત કરતા લોકો/પરિસ્થિતિના ખાનામાં કરો.

આ લોકો સાથે જે સંઘર્ષ થાય છે તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સંઘર્ષ નોંધપત્રક-૧માં સંઘર્ષના ખાનામાં કરો.

સંઘર્ષ ઉપસ્થિત કરતા આ લોકો કે પરિસ્થિતિને પહોંચી વળવા તમે કરેલ પ્રયત્નોની નોંધ પાછળ આપેલ પત્રકમાં 'સંઘર્ષનો સામનો'ના ખાનામાં કરો.

૨. રોજબરોજ તમને જે વ્યક્તિ સાથે સંઘર્ષ થતો હોય તેની ટૂંકમાં નોંધ પાછળ આપેલ સંઘર્ષ નોંધપત્રક-૨માં 'સંઘર્ષ'ના ખાનામાં કરો.

આ સંઘર્ષના વ્યવસ્થાપન માટે તમે બન્ને પક્ષ માટે લાભકારક માર્ગો વિચારી તેની નોંધ 'બન્ને પક્ષે લાભ'ના ખાનામાં કરો.

૧૧.૦ સંઘર્ષ નોંધપત્રક-૧

સંઘર્ષ ઉપસ્થિત કરતા લોકો / પરિસ્થિતિ	સંઘર્ષ	સંઘર્ષનો સામનો

સંઘર્ષ નોંધપત્રક-૨

સંઘર્ષ	બન્ને પક્ષે લાભ

ક્ષમતા ૪.૩ : પ્રત્યાયનક્ષમતા

પ્રત્યાયનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ સારી રીતે સાંભળે છે, સંદેશા-માહિતીની આપ-લેમાં-વાતચીત દરમિયાન સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે અને ઓળખે છે તથા સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ-સ્પષ્ટ હોય છે.

• **ક્ષમતા ૪.૩ : પ્રત્યાયનક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ**

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ પ્રત્યાયનનો અર્થ
- ૩.૦ પ્રત્યાયનનાં માધ્યમો
- ૪.૦ પ્રત્યાયનના અવરોધો અને પ્રત્યાયન નિષ્ફળ જવાનાં કારણો
- ૫.૦ અસરકારક પ્રત્યાયન માટેના પ્રયત્નો
 - ૫.૧.૧ સારી રીતે સાંભળવું
 - ૫.૧.૨ સાંવેગિક સંકેતોને સમજવા અને ઉપયોગ કરવો
 - ૫.૧.૩ સારા કે નરસા સંદેશાની બાબતમાં તટસ્થ
- ૬.૦ પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ
- ૭.૦ પ્રત્યાયનક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૮.૦ સારાંશ
- ૯.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૧૦.૦ પ્રત્યાયનક્ષમતા નોંધપત્રક

• **આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....**

૧. પ્રત્યાયનનો અર્થ આપી શકશો.
૨. પ્રત્યાયનનાં માધ્યમો જણાવી શકશો.
૩. પ્રત્યાયનના અવરોધો અને પ્રત્યાયન નિષ્ફળ જવાનાં કારણો જણાવી શકશો.
૪. અસરકારક પ્રત્યાયન માટેના પ્રયત્નો કરી શકશો.
૫. સારી રીતે સાંભળી શકશો.
૬. સાંવેગિક સંકેતોને સમજી શકશો તથા તેનો ઉપયોગ કરી શકશો.
૭. સારા કે નરસા સંદેશાની બાબતમાં તટસ્થ રહી શકશો.
૮. પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૯. તમારી પ્રત્યાયનક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે અને વ્યક્તિ-સંસ્થા વચ્ચે સારા સંબંધો બંધાય અને વિકાસ પામે તે ખૂબ જ જરૂરી છે. વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચેના આ સારા વિશ્વાસપાત્ર સંબંધો વ્યક્તિ માટે પરિણામોની કક્ષા અને પ્રમાણને ઘણા ઊંચે લઈ જાય છે. વ્યક્તિ વચ્ચેના સારા સંબંધ વિકસાવવા માટે આજે વ્યક્તિ એક બીજાને સમજે એ જરૂરી છે. વ્યક્તિમાં અન્ય વ્યક્તિના ધ્યેયો, હેતુઓ, વિચારસરણી વગેરે માટે જેટલી સમજ વધુ તેટલા પ્રમાણમાં તે અન્યને વધુ સમજી શકશે અને સંબંધોનો વિકાસ થશે. અન્ય પરત્વેની સમજ વ્યક્તિમાં ત્યારે જ વિકસે જ્યારે અન્ય વ્યક્તિ જે સમજાવે છે, જે કહેવા માંગે છે તે યોગ્ય રીતે સમજાવી શકે, જે સંદેશ આપવા માંગે છે કે જે માહિતી આપવા માંગે છે તે અસરકારક રીતે આપી શકે તથા પોતે વ્યક્તિને પોતાની વાત, સંદેશ કે માહિતી અસરકારક રીતે કહી શક્યો છે તેની તેને ખાત્રી થાય.

સામાન્ય રીતે પોતાની વાત, સંદેશો કે માહિતી અન્યને અસરકારક રીતે પહોંચાડવા માટે શાબ્દિક, લેખિત, સાંકેતિક કે અન્ય માધ્યમનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. આમ, વ્યક્તિ પોતાની વાત કે સંદેશો જુદા જુદા માધ્યમનો ઉપયોગ કરી અન્યને જણાવે તેને પ્રત્યાયન કહે છે. વ્યક્તિ જેટલી અસરકારક રીતે પોતાની વાત અન્યને કહી શકશે તેટલું પ્રત્યાયન અસરકારક રહેશે અને એટલા પ્રમાણમાં અન્ય વ્યક્તિ તેને સમજી શકશે, જેના દ્વારા વધુ સારા સંબંધો વિકસી શકશે.

પ્રત્યાયન એ જીવનમાં સૌથી અગત્યની કળા છે. આપણી જાગૃત અવસ્થાનો મોટાભાગનો સમય આપણે પ્રત્યાયન પાછળ વ્યતીત કરતા હોઈએ છીએ. આપણે સતત અન્ય વ્યક્તિ સાથે કોઈને કોઈ પ્રકારે પ્રત્યાયન કરતા હોઈએ છીએ. આપણે કોઈ સાથે વાતચીત કરીએ તે દરમિયાન માહિતી, સંદેશ કે જાણકારીઓની આપ-લે કરતા હોઈએ છીએ. આથી, વ્યક્તિએ પ્રત્યાયનની કળા શીખવી જોઈએ.

અત્રે પ્રારંભમાં પ્રત્યાયનનો અર્થ, પ્રત્યાયનનાં માધ્યમો, પ્રત્યાયનના અવરોધો અને પ્રત્યાયન નિષ્ફળ જવાનાં કારણો અને અસરકારક પ્રત્યાયનના પ્રયત્નોની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. ત્યારબાદ પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. અંતે પ્રત્યાયનક્ષમતાનો વિકાસ તમારામાં થાય તે માટેની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવી છે.

૨.૦ પ્રત્યાયનનો અર્થ

પ્રત્યાયન એટલે લોકો વચ્ચે થતી એવી પ્રક્રિયા કે જેમાં માહિતી મોકલનારના જ્ઞાન, વિચારો, ખ્યાલો, સમજણ, સંવેદનાઓ, લાગણીઓ, વલણો વગેરે અંગેની માહિતીનું યોગ્ય સંકેતો દ્વારા યોગ્ય માધ્યમથી થતું એવું પ્રસરણ કે જે માહિતી મેળવનારને પ્રભાવિત કરે, તેનાં વર્તનોમાં પરિવર્તન લાવી તેની સાથે સંબંધ સ્થાપે અને જાળવે.

૩.૦ પ્રત્યાયનનાં માધ્યમો

વ્યક્તિ કોઈ હેતુ માટે પોતાના વિચારો, ખ્યાલો, માન્યતાઓ કે ઈચ્છાઓ બીજી વ્યક્તિને કહેવા વિચારે છે ત્યારે વ્યક્તિ આ માટે મૌખિક શબ્દો, લેખિત શબ્દો, આલેખો, ચિત્રો, ચહેરાના હાવભાવ, શારીરિક હલન-ચલન, અંગોના ઈશારા, અન્ય ક્રિયાઓ તથા પ્રવૃત્તિઓ જેવા માધ્યમનો ઉપયોગ કરે છે.

૪.૦ પ્રત્યાયનના અવરોધો અને પ્રત્યાયન નિષ્ફળ જવાનાં કારણો

આપણે ઘણી વખત અનુભવીએ છીએ કે આપણે જે કહેવા માંગીએ છીએ તેના કરતા સામેની વ્યક્તિ કંઈક જુદું જ સમજે છે. આ ઘટના પ્રત્યાયનમાં થતો અવરોધ છે. પ્રત્યાયનમાં સંદેશાઓને વિકૃત કે અસ્પષ્ટ બનાવતાં પરિબળોને પ્રત્યાયન અવરોધ કહી શકાય. પ્રત્યાયનમાં આ પ્રકારના અનેક અવરોધો હોય છે : (૧) ભૌતિક અવરોધો જેમાં સ્થળ પર ઘોંઘાટ, ઓછો પ્રકાશ, નાદુરસ્ત તબિયત વગેરે. (૨) ભાષાકીય અવરોધો જેમાં ભાષાની જાણકારીનો અભાવ, નબળું શબ્દ ભંડોળ વગેરે. (૩) માનસિક અવરોધો જેમાં એકાગ્રતાનો અભાવ, તાણ, અભિરુચિ વગેરે. (૪) સાંસ્કૃતિક અવરોધો જેમાં પરંપરા, રીતરીવાજોની જાણકારીનો અભાવ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આ અવરોધો પ્રત્યાયનને નિષ્ફળ બનાવે છે. અહીં પ્રત્યાયન નિષ્ફળ જવાનાં કેટલાંક કારણો રજૂ કરવામાં આવ્યાં છે.

૧. સંદેશો મોકલનાર અને સંદેશો સ્વીકારનાર પ્રત્યાયનના હેતુથી વાકેફ ન હોય.
૨. બન્ને કે કોઈ એક પક્ષે સ્પષ્ટતાનો અભાવ હોય.
૩. બન્ને પક્ષે કે કોઈ એક પક્ષે શારીરિક, માનસિક અને સાંવેગિક સ્વસ્થતા ન હોય. બંને કે કોઈ એક પક્ષે પૂર્વગ્રહ કે નકારાત્મક વલણ ધરાવતા હોય.
૪. જેમના વચ્ચે પ્રત્યાયન થઈ રહ્યું હોય તે વિવિધ સંસ્કૃતિના હોય, અલગ ભાષા કે બોલી બોલતા કે સમજતા હોય. ભાષાનાં શ્રાવ્ય, લેખન, વાચન કૌશલ્ય, વિકાસનો અભાવ, નબળું શબ્દભંડોળ હોય, ભાષાના વ્યાકરણનું અજ્ઞાન હોય.
૫. સંદેશાના વહન માટે સંદેશાનું સાંકેતીકરણ, વિસાંકેતીકરણ અને સંદેશાના વહન માટે ચેનલ/માધ્યમની પસંદગી યોગ્ય રીતે થઈ ન હોય.
૬. પ્રત્યાયન સ્થળ, માધ્યમ, પ્રત્યાયન સમય અને સમયગાળો યોગ્ય ન હોય.
૭. પ્રતિપોષણ પ્રતિચારનો અભાવ હોય કે અયોગ્ય પ્રતિપોષણ-નકારાત્મક કે બનાવટી પ્રતિચાર હોય.
૮. બન્ને પક્ષે કે કોઈ એક પક્ષે, અભિરુચિ, એકાગ્રતા અને સક્રિય સામેલગીરીનો અભાવ હોય.

આવાં કારણોને લીધે પ્રત્યાયન નિષ્ફળ જાય છે. આથી આવાં કારણો દૂર કરી અસરકારક પ્રત્યાયન કરી શકાય.

૫.૦ અસરકારક પ્રત્યાયન માટેના પ્રયત્નો.

સામાન્ય રીતે અસરકારક પ્રત્યાયન માટે પ્રત્યાયનનો હેતુ જાણી એ અનુસાર આ મુજબના પ્રયત્ન વ્યક્તિએ કરવા જોઈએ : (૧) સારી રીતે સાંભળવું, (૨) સાંવેગિક સંકેતોને સમજવા અને ઉપયોગ કરવો અને (૩) સારા કે નરસા સંદેશાની બાબતમાં તટસ્થ રહેવું.

૫.૧.૧ સારી રીતે સાંભળવું. પ્રત્યાયન ક્ષમતાના વિકાસ માટે સૌ પ્રથમ અન્ય વ્યક્તિને સારી રીતે સાંભળવી જોઈએ. જ્યારે બીજી વ્યક્તિ બોલતી હોય છે ત્યારે આપણે સામાન્ય રીતે ચાર વિવિધ સ્તરેથી તેને 'સાંભળી' શકીએ છીએ.

૧. આપણે તેને ખરેખર અવગણી રહ્યા હોઈએ. આપણે તેને સાંભળતા જ ન હોઈએ તેમ બને.
૨. આપણે ખરેખર સાંભળવાનો દેખાડો કરી રહ્યા હોઈએ-ખરેખર સાંભળતા ન હોઈએ - હં, હા, બરાબર છે, ઓહો, અચ્છા વગેરે જેવા શબ્દો માત્ર ઉચ્ચારીએ છીએ.
૩. આપણે પસંદગીપૂર્વક, આપણને સાંભળવું હોય તેટલું જ, વાતચીતનો અમુક જ હિસ્સો સાંભળતા હોઈએ.
૪. આપણે ધ્યાનપૂર્વક સાંભળતા હોઈએ, જે શબ્દો / વાક્યો ઉચ્ચારાઈ રહ્યા હોય તે પર આપણી ઊર્જા કેન્દ્રિત કરીને સાંભળતા હોઈએ તેમ બને.

આપણામાંથી ભાગ્યે જ કોઈ પાંચમા સ્તરની, સર્વોચ્ચ પ્રકારની શૈલીથી સાંભળી શકે છે - જેને આપણે સમાનુભૂતિપૂર્વક સાંભળવું કહીએ છીએ. સમાનુભૂતિપૂર્વક સાંભળવું એટલે અન્યને સમજવાના હેતુથી જ સાંભળવું, સમાનુભૂતિપૂર્વક સાંભળવું એટલે માત્ર શબ્દો જ નહીં પણ ઉચ્ચારણની સ્વર-છટા, શારીરિક હાવભાવ વગેરે અંગે પણ ધ્યાન આવવું, માત્ર કાનથી નહીં પણ આંખો અને હૃદયથી સાંભળવું, માત્ર શબ્દો જ નહીં પણ શબ્દો પાછળની વ્યક્તિની લાગણીઓ, અર્થ, વર્તણૂક પણ સાંભળવી-સમજવી.

સમાનુભૂતિપૂર્વક સાંભળવું ખૂબ જ પરિણામદાયક એટલા માટે બની શકે છે કે તમને કામ કરવા માટે ચોક્કસ, વિશ્વસનીય માહિતી પૂરી પાડે છે. પોતાની જ આત્મકથની, ધારણા, વિચારો, લાગણીઓ, હેતુઓ અને અર્થઘટનોને બોલનારની અભિવ્યક્તિમાં શોધવા-ગોઠવવાની જગ્યાએ બોલનારના હૃદય-મનમાં ઊતરી તેને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે.

૫.૧.૨ સાંવેગિક સંકેતોને સમજવા અને ઉપયોગ કરવો. પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની બીજી લાક્ષણિકતા એ વાતચિત દરમિયાન, સંદેશો કે માહિતીની આપ-લે દરમિયાન સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે. વ્યક્તિ જ્યારે અન્યની વાત સાંભળે છે ત્યારે તે અન્યના સાંવેગિક સંકેતો તેના હાવભાવ પરથી પારખવાના પ્રયત્નો તો કરે જ છે પણ સાથે સાથે તે અન્યની વાત સાંભળતી વખતે પોતે સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ પણ કરે છે. તે અન્ય વ્યક્તિની વાત સાંભળતી વખતે મો હલાવવું, સ્મિત કરવું, તેની વાતને પુષ્ટિ આપવી, ખભા કે હાથ પર હાથ મૂકવો વગેરે જેવા સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે. સાંવેગિક સંકેતોના ઉપયોગ દ્વારા અન્ય વ્યક્તિને ખાત્રી થાય છે કે તમે તેને માત્ર સાંભળતા જ નથી પરંતુ સમજવાનો પણ પ્રયત્ન કરો છો.

પ્રત્યાયન દરમિયાન સંદેશો મોકલનાર અનેક પ્રકારના સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે. જેમ કે,

૧. ચહેરાના હાવભાવ - સ્મિત, માથું હલાવવું, માથું ઘૂંટાવવું.
૨. હલન ચલન - હાથ, પંજા કે પગનું હલન ચલન, અદબ વાળવી.
૩. શરીરની સ્થિતિ - આગળ ઝૂકેલા, ટકીર ઊભેલા, આરામ કરતાં
૪. દ્રશ્ય અભિમુખતા - નજર મેળવી, નજર ફેરવી લેવી, ટગર ટગર જોવું.
૫. શારીરિક સ્પર્શ કે સંપર્ક - હાથ મિલાવવો, પીઠ થાબડવી.
૬. અવકાશીય બાબતો - વાત કરનાર વચ્ચે અંતર, સામીપ્ય, સ્થિતિ.
૭. અશાબ્દિક સ્વરાંકન - આહ, ઓહ, હં, નિસાસો, બગાસું.

વ્યક્તિએ પ્રત્યાયન દરમિયાન વધુમાં વધુ આ પ્રકારના સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ તથા અન્યના આ પ્રકારના સાંવેગિક સંકેતોને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

૫.૧.૩ સારા કે નરસા સંદેશાની બાબતમાં તટસ્થ. પ્રત્યાયન ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ વાતચીત દરમિયાન તમામ પ્રકારની વાત તટસ્થતાપૂર્વક સાંભળે છે. તે મનગમતી વાત સાંભળતી વખતે વધુ પડતી ઉતેજિત થતી નથી કે અણગમતી વાત સાંભળતી વખતે નિરાશ પણ થતી નથી. તે સારા કે નરસા દરેક પ્રકારના સંદેશ કે માહિતી સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે. તે પ્રત્યાયન દરમિયાન પોતાની માન્યતા, પૂર્વાનુભવ વગેરેને બાજુ પર રાખી તટસ્થાપૂર્વક સાંભળે છે.

૬.૦ પ્રત્યાયનક્ષમતાનો અર્થ

પ્રત્યાયનક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના દ્વારા વ્યક્તિ સારી રીતે સાંભળી શકે છે, સંદેશા-માહિતીની આપ-લેમાં-વાતચીત દરમિયાન સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે અને ઓળખે છે તથા સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે-પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ-સ્પષ્ટ હોય છે.

આ પરથી પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યની વાત સારી રીતે સાંભળે છે.
૨. પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ વાતચીત દરમિયાન સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે અને ઓળખે છે.
૩. પ્રત્યાયનક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સારા કે નરસા સંદેશા સમાન રીતે ગ્રહણ કરે છે - પ્રત્યાયન દરમિયાન તટસ્થ-સ્પષ્ટ હોય છે

૭.૦ પ્રત્યાયનક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

રોજબરોજના વ્યવહારમાં વ્યક્તિ અન્ય સાથે જે વાતચીત કરે છે કે માહિતીની આપ-લે કરે છે એ દરમિયાનના પ્રત્યાયનને અસરકારક બનાવવા માટેના યોગ્ય પ્રયત્ન વ્યક્તિએ કરવા જોઈએ. અહીં પ્રત્યાયન ક્ષમતા વિકાસ માટેના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. અન્ય સાથે વાત કરતી વખતે અન્યની વાતને ધ્યાનપૂર્વક કે સમાનુભૂતિપૂર્વક સાંભળવી જોઈએ. અન્યને સમજવા માટે સાંભળો. આ માટે વાતચીત દરમિયાન અન્ય જે સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરે છે તેને ઓળખી તેને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.
૨. તમે અન્યને જે વાત કહેવા માંગો છો એ માટે લેખિત, મૌખિક, ચિત્રો કે સંકેતોમાંથી ક્યાં ક્યાં માધ્યમોનો ઉપયોગ અસરકારક છે તે વિચારી તેના દ્વારા તમારી વાત અન્યને જણાવવી જોઈએ. સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.
૩. તમને અન્ય વ્યક્તિ જે માહિતી કે સંદેશો આપે છે તેમાં સારા કે નરસા કોઈપણ પ્રકારના સંદેશા હોય તે વખતે તટસ્થ રહેવું જોઈએ.

૮.૦ સારાંશ

માહિતી કે સંદેશાનું એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ થતું પ્રસરણ એટલે પ્રત્યાયન. વ્યક્તિ જે વાત કહેવા માંગે છે તેને સાંભળનાર એ જ અર્થમાં સમજે ત્યારે અસરકારક પ્રત્યાયન થયું કહેવાય. અસરકારક પ્રત્યાયન માટે અન્યને સારી રીતે સાંભળવા, વાતચીત દરમિયાન

સાંવેગિક સંકેતોને ઓળખવા તથા ઉપયોગ કરવો અને સારા કે નરસા બંને પ્રકારના સંદેશા વખતે તટસ્થ રહેવું જોઈએ. વ્યક્તિ દ્વારા આ પ્રકારના પ્રયત્નો કરવામાં આવશે તો વ્યક્તિ પોતાની પ્રત્યાયન ક્ષમતા વિકસાવી શકશે.

૯.૦ પ્રવૃત્તિઓ

પ્રત્યાયન ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય તે માટે પ્રત્યાયન ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમે અન્ય સાથેની વાતચીત સાંભળી આ વાતચીત દરમિયાન અન્યએ કયા પ્રકારના સાંવેગિક સંકેતોનો ઉપયોગ કર્યો તે ઓળખો. આ માટે પાછળ આપવામાં આવેલ પ્રત્યાયન નોંધપત્રક- ૧માં 'વાતચીત'ના ખાનામાં આ વાતચીતની ટૂંકમાં નોંધ કરો. અન્યએ ઉપયોગ કરેલ સાંવેગિક સંકેતોની નોંધ 'સાંવેગિક સંકેતો'ના ખાનામાં કરો.
૨. તમે તમારી સાથે સંબંધિત વ્યક્તિને જે માહિતી કે સંદેશો આપવા માંગતા હો તેની નોંધ પ્રત્યાયન નોંધપત્રક-૨માં 'સંદેશો'ના ખાનામાં કરો. તમે આ સંદેશો માહિતી આપવા માટે જે માધ્યમનો ઉપયોગ કરેલ હોય તેની નોંધ 'પ્રત્યાયન માધ્યમ'ના ખાનામાં કરો. આ સંદેશો આપતી વખતે તમે જે સાંવેગિક સંકેતોનો પ્રયોગ કરેલો હોય તેની નોંધ 'સાંવેગિક સંકેતો'ના ખાનામાં કરો.
૩. તમને કોઈએ સંદેશો આપેલ છે તે સંદેશાની નોંધ પાછળના પત્રક-૩માં 'સંદેશો'ના ખાનામાં કરો. આ સંદેશો સારો છે કે નરસો તેની નોંધ 'સારા કે નરસા'ના ખાનામાં કરો. સારા કે નરસા સંદેશામાં તમારા વર્તનમાં કે પ્રત્યુત્તરમાં ઉત્સાહ કે નિરૂત્સાહ હતો તેની નોંધ 'ઉત્સાહ કે નિરૂત્સાહ'ના ખાનામાં કરો.

१०.० प्रत्यायनक्षमता नोंधपत्रक-१

वातयीत	सांवेगिक संकेतो

प्रत्यायनक्षमता नोंधपत्रक-२

संदेशो	प्रत्यायन माध्यम	सांवेगिक संकेतो

प्रत्यायनक्षमता नोंधपत्रक-३

संदेशो	सारो के नरसो	उत्साह के निरुत्साह

ક્ષમતા ૪.૪ : પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા

પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે લોકોનો વિશ્વાસ જીતી શકે છે, સાંભળનાર સમક્ષ અસરકારક રજૂઆત કરી શકે છે તથા પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લઈ શકે છે.

- **ક્ષમતા ૪.૪ : પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ**
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૩.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાની લાક્ષણિકતા
 - ૩.૧.૧ લોકોનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે.
 - ૩.૧.૨ સાંભળનાર સમક્ષ અસરકારક રજૂઆત કરે છે.
 - ૩.૧.૩ પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લે છે.
- ૪.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવા માટેની પ્રયુક્તિઓ
- ૫.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૬.૦ સારાંશ
- ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૮.૦ પ્રભાવ નોંધપત્રક

આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

- ૧. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
- ૨. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાની લાક્ષણિકતા જણાવી શકશો.
- ૩. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટેની પ્રયુક્તિઓ જણાવી શકશો.
- ૪. તમારી પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

આપણે રોજંદા જીવનમાં જોતા આવ્યા છીએ કે અમુક વ્યક્તિ અન્ય લોકોથી ખૂબ જ પ્રભાવિત થતી હોય છે. આ વ્યક્તિનું પ્રભાવિત થવાનું મુખ્ય કારણ સામેની વ્યક્તિની વાતચિત, હાવભાવ, દેખાવ અને ખાસ કરીને પોતાના પ્રત્યેની અન્યની સંવેદનશીલતા હોય છે. પોતે જે વિચારસરણી, પદ્ધતિ કે સિદ્ધાંતોમાં માનતી હોય તેને અનુરૂપ સામેની વ્યક્તિનું વર્તન હોય ત્યારે આવી વ્યક્તિ સામેની વ્યક્તિથી પ્રભાવિત થતી હોય છે. ઉપરાંત સામેની વ્યક્તિની ઘગશ, ધીરજ વગેરેથી પણ પ્રભાવિત થતી હોય છે. આવી વ્યક્તિ પ્રભાવમાં આવેલ વ્યક્તિ પાસેથી પોતાની અપેક્ષા મુજબનું કામ સરળતાથી કરાવી શકે છે. પોતાની વાત અસરકારક રીતે રજૂ કરી શકે છે કે પોતાના ધ્યેયો સિદ્ધ કરી શકે છે. અન્યને પ્રભાવિત કરવાની વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા કહે છે. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા સાંવેગિક બુદ્ધિની અગત્યની ક્ષમતા છે.

અત્રે પ્રારંભમાં પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ અને અગત્ય રજૂ કરવામાં આવી છે. ત્યારબાદ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા અને પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો આપેલા છે. અંતે પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય તે માટેની પ્રવૃત્તિઓ આપવામાં આવેલ છે.

૨.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો અર્થ

પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે લોકોનો વિશ્વાસ જીતી શકે છે, સાંભળનાર સમક્ષ અસરકારક રજૂઆત કરી શકે છે તથા પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લઈ શકે છે.

આ પરથી પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ લોકોનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે.
૨. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સાંભળનાર સમક્ષ અરજ-અપીલની અસરકારક રજૂઆત કરે છે.
૩. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લે છે.

૩.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાની લાક્ષણિકતા

પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાની દરેક લાક્ષણિકતાની વિસ્તૃત ચર્ચા અહીં કરવામાં આવી છે.

૩.૧.૧ લોકોનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે. અન્ય પર પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય લોકોનો વિશ્વાસ સરળતાથી જીતી શકે છે. અન્યનો વિશ્વાસ જીતવા તે અન્યના સિદ્ધાંતો અને મૂલ્યોને ઓળખી એ મુજબ પોતાનું વર્તન કરે છે. પોતાના વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં એકસૂત્રતા રાખે છે. પોતાના કાર્ય કે વર્તનમાં સાતત્ય લાવી અન્યનો વિશ્વાસ જીતી શકે છે. આમ, આવી વ્યક્તિ અન્યનો વિશ્વાસ જીતવામાં કુશળ હોય છે.

૩.૧.૨ સાંભળનાર સમક્ષ અસરકારક રજૂઆત કરે છે. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિ પાસે જે કાર્ય કરાવવા માગે છે તે માટેની રજૂઆત અસરકારક રીતે કરે છે. આવી વ્યક્તિ પોતાના કાર્ય અંગે સંપૂર્ણ તૈયારી પ્રથમથી જ કરે છે. તે પોતાના કાર્યની રજૂઆતની જુદી જુદી પ્રયુક્તિઓ નક્કી કરી તેમાંથી સૌથી અસરકારક પ્રયુક્તિ પસંદ કરી રજૂઆત કરે છે. તેમની ભાષા સામેની વ્યક્તિને સરળતાથી સમજાય તેવી અને પ્રભાવક હોય છે. અન્ય સમક્ષ રજૂઆત વખતે બાહ્ય દેખાવ, સાંવેગિક સંકેતો, શારીરિક હાવભાવ વગેરેનો અસરકારક ઉપયોગ કરે છે. ખાસ કરીને કોઈ પણ કાર્યની શરૂઆતમાં પ્રવેશના તબક્કે આ ક્ષમતા ખૂબ જ અસરકારક સાબિત થઈ શકે.

૩.૧.૩ પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લે છે. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિ કે જે સામેની વ્યક્તિને પ્રભાવિત કરી શકે છે, તેનો સહારો પણ લે છે. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિને લાગે કે સામેની વ્યક્તિ અમુક વ્યક્તિથી પ્રભાવિત છે ત્યારે તે પણ તેના પર પ્રભાવ ઊભો કરવા આવી પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લે છે. આ માટે મદદ, સાથ, મિત્રતા કે ભલામણ સ્વરૂપમાં સહારો લે છે.

૪.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવા માટેની પ્રયુક્તિઓ

વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિ પર પ્રભાવ ઊભો કરવા માટેની કેટલીક પ્રયુક્તિઓ અહીં આપવામાં આવી છે.

૧. અન્ય પર પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે સૌ પ્રથમ વ્યક્તિએ જે વ્યક્તિ પર પ્રભાવ ઊભો કરવો છે તેની વિચારસરણી, દષ્ટિબિંદુ, સિદ્ધાંતો, મૂલ્યો, કોટુંબિક પરિસ્થિતિ વગેરેને ઓળખી એ અનુસાર વર્તન કરવું જોઈએ.
૨. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે ચોક્કસ વિષયના સંદર્ભમાં પોતાનું જ્ઞાન, આવડત, કુશળતા, શક્તિ વગેરેનો મહત્તમ ઉપયોગ કરી અન્ય સમક્ષ હાજર થવું જોઈએ.
૩. સામાન્ય દલીલ કે રજૂઆત અન્યને સમજાવવા કે પ્રભાવિત કરવા પૂરતી નથી. અન્યને સમજાવવા અન્ય પ્રકારની દલીલો વિચારવી જોઈએ.
૪. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે દેખાવ અસરકારક હોવો જોઈએ. પહેરવેશ, હલનચલન, બોલવાની રીતભાત વગેરે પણ પ્રભાવક રાખવા જોઈએ.
૫. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે ક્યારેક નાટકીય વર્તન (Dramatic action) પણ અસરકારક સાબિત થાય છે.
૬. પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે સૌ પ્રથમ સાયુજ્ય સ્થાપન જરૂરી છે. અન્ય વ્યક્તિ શું અનુભવે છે અને અન્યની સ્થિતિ શું છે તે જાણ્યા વગર અન્ય પર પ્રભાવ ઊભો કરી શકાતો નથી.
૭. અન્ય પર પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે પ્રત્યાયન ક્ષમતા હોવી જરૂરી છે.
૮. જૂથ કે સમૂહ પર પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે દરેકને સમાન પ્રકારનો સંદેશો કે સૂચના આપવાને બદલે દરેકના ગમા-અણગમા કે કાર્ય અનુસાર જુદા જુદા પ્રકારે જુદી જુદી સૂચના અસરકારક સાબિત થાય છે.

૯. અન્ય પર પ્રભાવ ઊભો કરવાની સૌથી અસરકારક અપ્રત્યક્ષ પ્રયુક્તિ છે. જેમાં વ્યક્તિ પોતે કોઈ પણ અન્ય ત્રીજી વ્યક્તિને મહત્ત્વની દલીલ, રજૂઆત કે સૂચના આપવા માટે જણાવે છે.

૫.૦ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

રોજબરોજના વ્યવહારમાં અન્ય સમક્ષ પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા વિકાસ માટેના કેટલાક ઉપાયો અહીં રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. અન્ય સમક્ષ સીધી રજૂઆત કરવાને બદલે સૌ પ્રથમ અન્ય વાતચીત દ્વારા વિશ્વાસ જીતી સાયુજ્ય સ્થાપન કરવું જોઈએ.
૨. અન્યની વિચારસરણી, સિદ્ધાંતો, મૂલ્યો, કૌટુંબિક પરિસ્થિતિ વગેરે પ્રથમ ઓળખી તે અનુસાર અસરકારક રજૂઆત કરવી જોઈએ.
૩. પોતાની વાત રજૂ કરવા પ્રભાવ ઊભો કરવાની જુદી જુદી પ્રયુક્તિનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. જેમાં, પોતાનો બાહ્ય દેખાવ, વાતચીતની શૈલી, આત્મવિશ્વાસ, નાટકીય વર્તન વગેરેનો ઉપયોગ કરી શકાય.

૬.૦ સારાંશ

પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે લોકોનો વિશ્વાસ જીતી શકે છે, સાંભળનાર સમક્ષ અસરકારક રજૂઆત કરી શકે છે તથા પોતાનો પ્રભાવ ઊભો કરવા માટે અન્ય પ્રભાવક વ્યક્તિનો સહારો લઈ શકે છે. પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા સાંવેગિક બુદ્ધિની અગત્યની ક્ષમતા છે. કોઈ પણ વ્યક્તિનું પ્રભાવિત થવાનું મુખ્ય કારણ સામેની વ્યક્તિની વાતચીત, હાવભાવ, દેખાવ અને ખાસ કરીને પોતાના પ્રત્યેની અન્યની સંવેદનશીલતા તથા પોતે જે વિચારસરણી, પદ્ધતિ કે સિદ્ધાંતોમાં માનતી હોય તેને અનુરૂપ સામેની વ્યક્તિનું વર્તન હોય છે. ઉપરાંત સામેની વ્યક્તિની ઘગશ, ધીરજ વગેરેથી પણ વ્યક્તિ પ્રભાવિત થતી હોય છે. આવી વ્યક્તિ પ્રભાવમાં આવેલ વ્યક્તિ પાસેથી પોતાની અપેક્ષા મુજબનું કામ સરળતાથી કરાવી શકે છે. પોતાની વાત અસરકારક રીતે રજૂ કરી શકે છે કે પોતાનાં ધ્યેયો સિદ્ધ કરી શકે છે.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ

પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય તે માટે પ્રભાવ ઊભો કરવાની ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમે અન્ય સમક્ષ કોઈ પણ વિષય કે કામ માટે કોઈ રજૂઆત કરી હોય એ રજૂઆતની ટૂંકમાં નોંધ પાછળ આપેલ પત્રકમાં 'રજૂઆત'ના ખાનામાં કરો.

આ રજૂઆત અસરકારક રીતે થાય એ માટે તમે અપનાવેલ પ્રયુક્તિની નોંધ 'પ્રભાવ માટેની પ્રયુક્તિ'ના ખાનામાં કરો.

૮.૦ પ્રભાવ નોંધપત્રક

રજૂઆત	પ્રભાવ માટેની પ્રયુક્તિ

ક્ષમતા ૪.૫ : નેતૃત્વ ક્ષમતા

નેતૃત્વ ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે, જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે, અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે અને ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે.

• **ક્ષમતા ૪.૫ : નેતૃત્વ ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ**

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સફળ નેતાના વર્તનો અને અભિગમો
- ૩.૦ નેતૃત્વની શૈલીઓ
 - ૩.૧.૧ કોઅર્સિવ સ્ટાઈલ
 - ૩.૧.૨ ઓથોરિટેટિવ સ્ટાઈલ
 - ૩.૧.૩ અફિલીએટિવ સ્ટાઈલ
 - ૩.૧.૪ ડેમોક્રેટિક સ્ટાઈલ
 - ૩.૧.૫ પેસ-સેટિંગ સ્ટાઈલ
 - ૩.૧.૬ કોચિંગ સ્ટાઈલ
- ૪.૦ અસરકારક નેતૃત્વના પ્રયત્નો
 - ૪.૧.૧ સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરવો
 - ૪.૧.૨ જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધવું
 - ૪.૧.૩ અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપવી
 - ૪.૧.૪ ઉદાહરણરૂપ વર્તનો કરી દોરવણી આપવી
- ૫.૦ નેતૃત્વ ક્ષમતા અર્થ
- ૬.૦ નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ નેતૃત્વ ક્ષમતા નોંધપત્રક

• **આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....**

૧. સફળ નેતાના વર્તનો અને અભિગમો જણાવી શકશો.
૨. નેતૃત્વની જુદી જુદી શૈલીઓ જણાવી શકશો.
૩. અસરકારક નેતૃત્વના પ્રયત્નો કરી શકશો.
૪. નેતૃત્વ ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

વ્યક્તિએ અનેક સંદર્ભમાં નેતૃત્વ ધારણ કરવું પડે છે. પોતાના કુટુંબમાં વડીલ તરીકે, પોતાના વ્યવસાયમાં ઉપરી અધિકારી કે સંચાલક તરીકે તથા અન્ય કોઈ સામાજિક સંસ્થામાં આગળ પડતું સ્થાન પ્રાપ્ત કરે ત્યારે વ્યક્તિએ પોતાના નાના જૂથમાં પણ આ પ્રકારે નેતૃત્વ ધારણ કરવું પડતું હોય છે. નેતૃત્વ ધારણ કરતી વખતે વ્યક્તિએ નેતૃત્વ માટેની અનેક પ્રકારની આવડત કે ક્ષમતા હોવી જરૂરી છે. નેતૃત્વ સાથે સંબંધિત અગત્યની એવી ક્ષમતા વ્યક્તિમાં હોય ત્યારે જ વ્યક્તિ અસરકારક રીતે નેતૃત્વ પૂરું પાડી શકે છે અને પોતાના, પોતાના સમૂહના કે સમૂહના અન્ય સભ્યો - કર્મચારીઓ કે અનુયાયીઓના ધ્યેયો સિદ્ધ કરી શકે છે. આથી વ્યક્તિએ નેતૃત્વ ક્ષમતા કેળવવી ખૂબ જ જરૂરી છે.

અત્રે પ્રારંભમાં નેતાનાં યોગ્ય વર્તનો-અભિગમો રજૂ કરવામાં આવેલ છે. ત્યારબાદ નેતૃત્વની જુદી જુદી શૈલીઓ અને અસરકારક નેતૃત્વ માટેના પ્રયત્નો રજૂ કરવામાં આવેલ છે. અંતે નેતૃત્વ ક્ષમતાનો અર્થ અને નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવેલ છે.

૨.૦ સફળ નેતાનાં વર્તનો અને અભિગમો

રોબર્ટ અને ફિલીપે નેતૃત્વ અંગેના સિદ્ધાંતોનો અભ્યાસ કરી સફળ લીડરનાં વર્તનો અને એમના અભિગમોની યાદી આપી છે. જે આ મુજબ છે.

૧. **દૃષ્ટિ.** ઉત્કૃષ્ટ નેતાઓમાં વૈચારિક દૃષ્ટિ (Vision) હોય છે જે એમના અનુયાયીઓનાં નૈતિક મૂલ્યો સાથે સુસંગત હોય છે. નેતા અનુયાયીઓને એના હક્ક મુજબનું ભવિષ્ય બતાવે છે.
૨. **આત્મવિશ્વાસ, દૃઢનિશ્ચય અને અટલતા.** ઉત્તમ નેતાઓને એમની આવડત અને એમનાં જ્ઞાનમાં ગજબનો આત્મવિશ્વાસ અને નિષ્ઠા હોય છે. જે દૃષ્ટિ છે એ પાર પાડવા માટે એ કૃતનિશ્ચયી હોય છે અને પસંદ કરેલો રસ્તો છોડવા એ તૈયાર હોતા નથી.
૩. **ઈમેજ બનાવવી.** ઉત્તમ નેતા પોતાની ઈમેજ પ્રત્યે ખૂબ જ સભાન હોય છે. એ એમના અનુયાયીઓની નજરમાં, એમનાં પ્રત્યક્ષીકરણમાં અસરકારક અને ભરોસાપાત્ર દેખાવાની અગત્ય સમજે છે. વિચાર, વાણી અને વર્તન એવાં રાખે છે કે એમની નેતા તરીકેની ઈમેજ અકબંધ રહે.
૪. **રોલ મોડલિંગ.** અસરકારક નેતાઓ અનુયાયીઓમાં અસરકારક ઈમેજ ઉપસાવી એમના રોલ મોડલ બને છે.
૫. **પ્રતિનિધિત્વ.** નેતાઓ સંસ્થાનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે અને સંસ્થાના પ્રવક્તાની ભૂમિકા અદા કરે છે.
૬. **અનુયાયીઓ પાસેની અપેક્ષાઓ અને એમનામાં વિશ્વાસ.** સફળ નેતાઓ અનુયાયીઓ પાસે જે અપેક્ષા રાખે છે એ અસરકારક રીતે જણાવતા રહે છે અને એ અપેક્ષાઓ અનુયાયીઓ પૂરી કરવા સક્ષમ છે એવો વિશ્વાસ રાખે છે, બતાવે છે.
૭. **પ્રેરણા.** ઉત્તમ નેતાઓ જે કરવાનું છે કે જ્યાં પહોંચવાનું છે તેના માટેના પ્રયત્નો અનુયાયીઓ કરતા રહે એ માટે પ્રેરણા આપવાનું કામ કરતા રહે છે.

૯. **અનુયાયીઓ સાથે તાલમેલ.** અનુયાયીઓ પરિવર્તનોનો સ્વીકાર કરે અને તેને આગળ વધારે એ માટે નેતા પોતાની અને અનુયાયીઓની વિચારસરણી સાથે તાલમેલ સાધી શકે છે. અનુયાયીઓના મૂલ્યો, એમની માન્યતા અને એમનાં હિતોને નેતા પોતાના વર્તનો સાથે, ધ્યેય સાથે અને આદર્શ સાથે એકરૂપ કરી શકે છે.
૧૦. **પ્રેરણાત્મક પ્રત્યાયન.** સફળ અને અસરકારક નેતા, સૂત્રો, સંકેતો, ઔપચારિક વિધિઓની મદદથી પ્રેરણાત્મક પ્રત્યાયન કરતા રહે છે.

૩.૦ નેતૃત્વની શૈલીઓ

ગોલમેન નેતૃત્વની છ શૈલીઓને સાંવેગિક બુદ્ધિના દષ્ટિકોણથી રજૂ કરે છે. નેતૃત્વની આ છ શૈલીઓ આ મુજબ છે.

૩.૧.૧ કોઅર્સિવ સ્ટાઈલ. નેતૃત્વની કોઅર્સિવ સ્ટાઈલમાં નેતાનું બળ ભય ઉપર આધારિત હોય છે આ ભૂમિકા બળજબરી આધારિત છે.

જે કરવાનું છે એ ન કરાય, જે ન કરવાનું છે એ કરવામાં આવે તો આવો નેતા સજા કરી બેસશે એવો ડર અનુયાયી / કર્મચારીઓમાં હોય છે. આથી અહીં કાર્યોમાં લવચીકતા હોતી નથી. કર્મચારીઓને કાંઈક નવું કરવા માટે, કરી બતાવવા માટે કોઈ પ્રોત્સાહન મળતું ન હોવાથી સર્જનાત્મકતાનો અભાવ હોય છે. નેતા જે કહે એ જ કરવાનો શિરસ્તો હોવાથી જવાબદારીની ભાવના ઓછી થવા માંડે છે.

કોઅર્સિવ નેતા કામની કદર કરે છે પણ અનુયાયી / કર્મચારીને સારું કામ કરવાનો જે આનંદ મળવો જોઈએ એ મળતો નથી.

કેટલાક સંજોગોમાં આ શૈલી ઉપયોગી સાબિત થાય છે. જે વર્તન કંપની / સંસ્થા / જૂથને નુકશાન પહોંચાડે તેને તરત જ ખતમ કરી વધારે અસરકારક વર્તન લાવવા આ શૈલી ઉપયોગી છે.

૩.૧.૨ ઓથોરિટેટિવ સ્ટાઈલ. ઓથોરિટેટિવ સ્ટાઈલમાં નેતા સંસ્થામાં કામ કરી દરેક વ્યક્તિને જે કાંઈ કરવા કહે છે એ એના વિઝનને અનુરૂપ હોવાથી પ્રતિબદ્ધતાની માત્રા અને ગુણવત્તા વધે છે.

સાચો અને સમયસરનો ફિડબેક આપી આવો નેતા સંસ્થાને એના વિઝન તરફ લઈ જવામાં કોણ, કેટલું, કેવું કામ કરે છે એનો ખ્યાલ આપતા રહે છે. ઓથોરિટેટિવ નેતા વિઝનને અનુયાયી / કર્મચારીઓની નજરમાંથી હટવા દેતા નથી. છતાં જરૂરી એવી લવચીકતા હોય છે. જે કરવાનું છે એ કહી, સમજાવી, એ કઈ રીતે કરવાનું છે એનો નિર્ણય કર્મચારી - અનુયાયીઓ ઉપર છોડી દે છે. અનુયાયીઓને જરૂરી જોખમ ઉઠાવવાની, અખતરા કરવાની અને કામમાં નવીનીકરણની છૂટ આપવામાં ઓથોરિટેટિવ નેતાઓ હિચકિયાટ અનુભવતા નથી.

ઓથોરિટેટિવ નેતામાં જો એના કર્મચારીઓ, અનુયાયીઓની સરખામણીમાં આવડત અને અનુભવ ઓછા હોય તો એની નિષ્ફળ જવાની શક્યતા વધે છે. 'ઓથોરિટેટિવ' શબ્દમાં 'ઓથોરિટી' વણાયેલ છે. પરંતુ ઓથોરિટી નેતાને પોતાનો અહમ સાચવીને, બધાને કઠપૂતલીઓ બનાવવાનું લાયસન્સ આપતી નથી.

૩.૧.૩ અફિલીએટિવ સ્ટાઈલ. અફિલીએટિવ શૈલીમાં નેતાની નજરમાં લોકો મધ્યબિંદુમાં રહે છે. વિઝન, ધ્યેય વગેરે પાછળ ઘડેલાય જાય છે. અફિલીએટિવ નેતા લોકોને અને એમની લાગણીઓને સાચવવા ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. કર્મચારીઓ, અનુયાયીઓને ખુશ રાખવામાં આવો નેતા સારી એવી શક્તિ અને સમય ખર્ચે છે.

નેતા પોતાની સાંવેગિક ક્ષમતાના ઉપયોગ દ્વારા લોકોને એની તરફ વફાદાર બનાવી એમની પાસે કામ કરાવી લે છે. લોકોમાં દોસ્તીની ભાવના વધતી જાય એથી સૌને એકબીજા ઉપર ભરોસો વધારે, નવીનીકરણ ઉપર ખૂલ્લી ચર્ચા કરે, એકબીજાને મદદ કરે, કાંઈક કરી બતાવવા પ્રેરિત કરે

અહીં પ્રત્યાયન વધુ સ્પષ્ટ બને છે. નેતા પોતાની ઈચ્છાઓ લોકો ઉપર ઠોકી બેસાડતો નથી. અફિલીએટિવ નેતા હકારાત્મક ફિડબેક આપવાનો ઉસ્તાદ હોય છે અને લોકો એની કદર કરે છે. લોકો નેતાની શાબાશી મેળવવાના પ્રયત્ન કરે છે. આવા નેતા સંબંધો સારી રીતે બાંધે છે.

અફિલીએટિવ નેતા નાના નાના ઝઘડામાં વધારે કિંમતી સમય ખર્ચે છે. ઉપરાંત આવો નેતા પોતાની લાગણીઓ છુપાવી શકતો નથી. ઉપરાંત નેતાની નજર વિઝનને બદલે લોકો ઉપર વધુ હોય છે. સૌની સાથે સારા સંબંધો રાખવાની કામગીરીમાં વેઠ ઉતારતી વ્યક્તિઓને કોઈ ટોકતું નથી. કાર્યદક્ષતા અને અસરકારકતા વધારવા માટેનું માર્ગદર્શન નબળા કર્મચારીને આપવામાં આવા નેતા ઊણા ઉતરે છે.

આવા નેતામાં સાંવેગિક બુદ્ધિની અન્ય ક્ષમતાઓ જેવી કે સમાનુભૂતિ, પ્રત્યાયનક્ષમતા, સંબંધો બાંધવાની અને નિભાવવાની ક્ષમતા હોવી જરૂરી છે.

૩.૧.૪ ડેમોક્રેટિક સ્ટાઈલ. ડેમોક્રેટિક નેતા સૌ કોઈના વિચારોને સાંભળે છે, નિર્ણયોમાં લોકોને ભાગીદાર બનાવે છે અને અનુયાયીઓનો પ્રેમ, વિશ્વાસ અને પ્રતિબદ્ધતા મેળવે છે.

આ શૈલીમાં લવચીકતા અને જવાબદારીની ભાવનાની માત્રા ઊંચી હોય છે. જે નિર્ણય લેવામાં કર્મચારીઓએ ભાગ લીધો હોય એ નિર્ણયનો અમલ કરવા કર્મચારીઓ - અનુયાયીઓ જરૂરી મહેનત કરી છૂટે છે.

ડેમોક્રેટિક નેતા આંખ અને કાન ખુલ્લા રાખે છે. શું શક્ય છે, શું નથી એની માહિતી એને મળતી રહે છે. ડેમોક્રેટિક શૈલીથી કંપની-સંસ્થામાં રાજકારણના ખેલાડીઓને મોકળુ મેદાન મળી જતું હોય છે. આ શૈલીનો ફાયદો એ છે કે નેતાને શું કરવું, કઈ રીતે કરવું એનાં સૂચનો મળતાં રહે છે. તે સૂચનોમાંથી નેતાએ અગત્યની વાતો - સૂચનો તારવી નિર્ણય લેવાના હોય છે. અહીં નેતાને દરેક કર્મચારી કે અનુયાયીમાંથી શીખવા મળે છે.

આવા નેતામાં સાંવેગિક બુદ્ધિની ક્ષમતાઓ પ્રત્યાયન, ટીમ વર્ક અને સહકારની ક્ષમતા હોવી જરૂરી છે.

૩.૧.૫ પેસ-સેટિંગ સ્ટાઈલ. આ શૈલીમાં નેતા કાર્યક્ષમતા અને કામગીરીના ખૂબ ઊંચા માપદંડો નક્કી કરે છે અને એ સિદ્ધ કરવા સૌને કામ લગાડે છે.

કામગીરીનાં જે લક્ષ્યાંકો છે એ પૂરી તાકાતથી અને પૂર ઝડપે સિદ્ધિ કરવાનાં છે. જો એમાં નિષ્ફળતા મળે તો અનુયાયીઓને નુકશાન સહન કરવું પડે છે-તેમને છૂટા કરવામાં આવે છે.

આ શૈલીથી કંપની-સંસ્થાનું વાતાવરણ બગડે છે. કર્મચારીઓ - અનુયાયીઓ રઘવાયા બની દોડતા રહે છે. શું કરવું, કેવી રીતે કરવું એ નેતાને ખ્યાલ હોય છે પણ અનુયાયી, કર્મચારીને બતાવવાનો સમય તેની પાસે હોતો નથી. નેતાને શું ગમશે એનો વિચાર કરીને જ સૌ કોઈ પોતાની ફરજો બજાવે છે. સંસ્થાનો વિકાસ ભલે ન થાય નેતા ને સાચવવા જરૂરી છે એવી લાગણી ફેલાય છે. સંસ્થામાં લવચીકતા અને જવાબદારીની ભાવના હોતી નથી.

આવા નેતાને ફિઝબેક આપવાની આવડત, ઈચ્છા કે ફુરસદ હોતી નથી. કર્મચારી પોતે સંસ્થા માટે જે કામ કરે છે એ કેટલું અગત્યનું છે એની કોઈને ગતાગમ પડતી નથી. આવા નેતામાં વિઝન સમજાવવાની, તાલમેલ રાખવાની, જવાબદારી સોંપવાની અને લોકોનો વિકાસ કરવાની આવડત હોતી નથી.

આવી શૈલી જ્યાં તાલીમબદ્ધ, અનુભવી અને આવડત ધરાવતા કર્મચારી-અનુયાયી હોય ત્યાં ઉપયોગી છે પણ આ શૈલીનો ઉપયોગ કરવામાં સાવચેતી જરૂરી છે. બીજી શૈલી સાથે આ શૈલીનો સીમિત ઉપયોગ કરી શકાય. માત્ર આ શૈલી અજમાવવામાં સારું એવું જોખમ છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિની અન્ય ક્ષમતા ઉચ્ચ આદર્શ અને પહેલ કરવાની ક્ષમતા નેતામાં જરૂરી છે.

૩.૧.૬ કોચિંગ સ્ટાઈલ. કોચિંગ શૈલીના નેતાઓ કંપનીના કર્મચારીઓની આવડત, પ્રતિભા, જ્ઞાન, અનુભવ બધાને નિખારી સૌ કોઈને કંપનીની અને કર્મચારીઓની અંગત તરક્કી માટે પ્રેરિત કરવાનું કામ કરે છે.

દરેક વ્યક્તિના અંગત ધ્યેય અને જરૂરિયાતો કે અપેક્ષા હોય છે. આ હકીકતનો સ્વીકાર કોચિંગ નેતા ખુલ્લા દિલે કરે છે અને એના કર્મચારીને આગળ વધવા જરૂરી તાલીમ, સલાહ, સૂચના, સાથ અને સહકાર આપે છે.

કોચિંગ લીડર યોગ્ય ફિઝબેક આપી શકે છે. કર્મચારી એને સોંપવામાં આવેલું કામ કેવી રીતે, કેટલી ઝડપે, કેટલી ક્ષમતાથી કરી રહ્યો છે, ક્યા પહોંચ્યો છે એનો ફિઝબેક આપવાની આવડત નેતામાં હોય છે. એ દરેકને પડકારરૂપ કાર્ય આપે છે અને એ પૂર્ણ કરવા મદદ અને માર્ગદર્શન આપે છે. કોચિંગ સ્ટાઈલ લાંબાગાળાની અસરકારક શૈલી છે. કંપનીના વાતાવરણ અને કર્મચારીઓની અસરકારકતા બંનેને ફાયદો થાય છે. કર્મચારીને અહેસાસ થાય કે નેતાને એના વિકાસમાં રસ છે ત્યારે તેઓ કામ કરવાના સર્જનાત્મક માર્ગો અજમાવે છે.

નેતા સાથેના ગાઢ સંબંધથી દરેકને શું કરવું તેની ખબર હોય છે. પ્રતિબદ્ધતાની માત્રા વધુ હોય છે. જે કર્મચારીને પોતાની નબળાઈઓનું ભાન હોય અને એમાં સુધારો ઈચ્છતા હોય, પોતાની કારકિર્દી પ્રત્યે સભાન હોય ત્યાં આ શૈલીથી ફાયદો થાય છે.

લોકોને પોતાની નબળાઈ દૂર કરવામાં રસ ન હોય અને નેતામાં લોકોનો વિકાસ કરવાની કે મદદ કરવાની આવડત ન હોય તો આ શૈલી નકામી છે.

સાંવેગિક બુદ્ધિની અન્ય ક્ષમતા સ્વ-જાગૃતિ અને અન્યનો વિકાસ કરવાની ક્ષમતા નેતામાં હોવી જરૂરી છે.

૪.૦ અસરકારક નેતૃત્વના પ્રયત્નો

વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત સમૂહમાં નેતૃત્વ લેવા માટે નેતૃત્વની જુદી જુદી શૈલીમાંથી પરિસ્થિતિ અનુસાર કોઈ એક કે એકથી વધુ શૈલીનો ઉપયોગ કરી અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવું જોઈએ. અસરકારક નેતૃત્વ પૂરું પાડવા માટે વ્યક્તિએ આ મુજબના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ : (૧) સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરવો, (૨) જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધવું, (૩) અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપવી અને (૪) ઉદાહરણરૂપ વર્તનો કરી દોરવણી આપવી.

૪.૧.૧ સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરવો. નેતૃત્વશક્તિ ધરાવતી વ્યક્તિએ સામૂહિક ધ્યેય અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરવો જોઈએ. એવાં કાર્યો કરવાં જોઈએ કે જે પોતાના વ્યક્તિગત નહીં પરંતુ સામૂહિક રીતે ફાયદાકારક હોય. આવાં કાર્યો કરવા માટે સાથ અને સહકાર આપવા અન્યને સમજાવવા જોઈએ. આવાં કાર્યોના લાભ અન્યને જણાવવા જોઈએ. પોતાના જૂથ, સંસ્થા કે કંપનીમાં એવાં કાર્યો જણાવ કે જે પોતાના માટે અને સમગ્ર જૂથ કે કંપની માટે ફાયદાકારક હોય તેને કરવા ઉત્સાહ વ્યક્ત કરવો જોઈએ.

૪.૧.૨ જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધવું. નેતૃત્વશક્તિ ધરાવતી વ્યક્તિએ સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યોને ઓળખાવી આવાં કાર્યો કરવા અન્યને સમજાવવા જોઈએ. ઉપરાંત સંસ્થા, જૂથ કે કંપનીના અન્ય કર્મચારીઓ આવાં કાર્યોનું આયોજન અને અમલીકરણ ન કરી શકે ત્યારે પોતે આવાં કાર્યોનું આયોજન કરી અમલીકરણ માટેના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. અન્યને આ કાર્ય પૂર્ણ કરી રીતે કરવું એ માટે દોરવણી આપવી જોઈએ. આમ, આવી વ્યક્તિએ જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા માટે આગળ વધવું જોઈએ.

૪.૧.૩ અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપવી. નેતૃત્વશક્તિ ધરાવતી વ્યક્તિએ અન્ય વ્યક્તિઓને કાર્યો માટે આયોજન અને અમલીકરણ કરી કાર્ય કરવા માટે માર્ગદર્શન આપવું જોઈએ અને વ્યક્તિ આ કાર્યો કરી રીતે કરે છે તેના પર સતત નજર રાખવી જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિ પોતાનું કાર્ય કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે ત્યારે માર્ગદર્શન આપવું જોઈએ. તેના કાર્યના સંદર્ભમાં સતત પ્રતિષ્ઠા આપવું જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિની કાર્યક્ષમતા સુધરે એ માટે સતત દોરવણી આપવી જોઈએ.

૪.૧.૪ ઉદાહરણરૂપ વર્તનો કરી દોરવણી આપવી. નેતૃત્વશક્તિ ધરાવતી વ્યક્તિએ પોતાની ચોક્કસ ઈમેજ બનાવવી જોઈએ. અન્યની નજરમાં અસરકારક અને ભરોસાપાત્ર દેખાવ ઊભો કરવો જોઈએ. વિચાર, વાણી અને વર્તન દ્વારા નેતા તરીકેની ઈમેજ ઊભી કરવી જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિમાં પોતાની ઈમેજ ઉપસાવી અન્ય માટે રોલ મોડલ બનવું જોઈએ. અન્ય વ્યક્તિઓ કોઈ કાર્યમાં મુંઝવણ અનુભવે ત્યારે તે કાર્ય ખુદ કરી સમજાવવું જોઈએ. તેમનાં અસરકારક વર્તનો દ્વારા અન્ય વ્યક્તિઓને પણ એવાં વર્તનો કરવા દોરવણી આપવી જોઈએ.

૫.૦ નેતૃત્વ ક્ષમતાનો અર્થ

નેતૃત્વ ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે, જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે, અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે અને ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે.

આ પરથી નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સામૂહિક ધ્યેયો અને કાર્યો માટે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરે છે.
૨. નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ જરૂર પડયે અન્યને નેતૃત્વ પૂરું પાડવા આગળ વધે છે.
૩. નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યની કાર્યક્ષમતા સુધારવા દોરવણી આપે છે અને ઉદાહરણરૂપ વર્તન કરી દોરવણી આપે છે.

૬.૦ નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

વ્યક્તિએ પોતાની સાથે સંબંધિત સમૂહમાં નેતા તરીકે સફળ થવા માટે નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકસાવવી જરૂરી છે. અહીં નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકાસના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. તમારા રોજબરોજનાં કાર્યોમાં સામૂહિક ધ્યેયો કે કાર્યો માટે આગળ આવી આવાં કાર્યો કરવા જોઈએ.
૨. રોજબરોજના સામૂહિક ધ્યેયો કે કાર્યો માટે અન્ય વ્યક્તિઓને ચોક્કસ પ્રકારના માર્ગદર્શન આપવા માટે નેતા તરીકે આગળ આવવું જોઈએ.
૩. પોતાનું વર્તન એ પ્રકારનું રાખવું જોઈએ કે જેથી અન્ય વ્યક્તિઓ પણ આ વર્તન જોઈ આ પ્રકારનું વર્તન કરવા પ્રેરાય. અન્યને માર્ગદર્શન અને દોરવણી આપવા માટે મોડલરૂપ બનવું જોઈએ.

૭.૦ સારાંશ

પોતાના સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં અનેક પ્રકારે વ્યક્તિએ નેતા તરીકે ભૂમિકા ભજવવી પડે છે. આવા સમયે વ્યક્તિમાં નેતૃત્વ શક્તિ હોવી જરૂરી છે. અસરકારક નેતા પોતાના, પોતાના સમૂહના અન્ય સભ્યોના- અનુયાયીઓના તથા સમગ્ર સંસ્થા, સમૂહ કે કંપનીનો વિકાસ થાય એ પ્રકારે પોતાનાં વર્તનો અને કાર્યો નિયંત્રિત કરે છે. પોતાનાં વર્તનો એવાં રાખે છે કે જેથી અન્ય વ્યક્તિઓ એમાંથી માર્ગદર્શન મેળવી અને તેનાં વર્તનોમાં પણ સુધારો કરી શકે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતા નેતૃત્વ ક્ષમતા છે. નેતૃત્વ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ નેતૃત્વની જુદી જુદી શૈલીમાંથી સંજોગો અનુસાર યોગ્ય પ્રકારની નેતૃત્વ શૈલીની પસંદગી કરી નેતા તરીકેની કામગીરી કરે છે. તે પોતાના અનુયાયીઓ-કર્મચારીઓ માટે રોલ મોડલ બની માર્ગદર્શન અને દોરવણી આપે છે. રોજબરોજનાં કાર્યોમાં આ પ્રકારના પ્રયત્નો જો વ્યક્તિ દ્વારા કરવામાં આવે તો તે પોતાની નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ

નેતૃત્વ ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય તે માટે નેતૃત્વ ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમારા રોજબરોજના કાર્યોમાંથી જે કાર્યો સામૂહિક ધ્યેયો સિદ્ધ કરવા માટે કરેલ હોય તેની નોંધ પાછળ આપેલ પત્રકમાં સામૂહિક ધ્યેયો માટે કરેલ કાર્યોના ખાનામાં કરો.
૨. તમે નેતૃત્વ પૂરું પાડવા કરેલ કાર્યોમાંથી જેનું આયોજન અને અમલીકરણ તમે કરાવેલ હોય તેની નોંધ આયોજન અને અમલીકરણના ખાનામાં કરો.
૩. તમે રોલ મોડલ તરીકે જે વર્તનો કર્યા જેમાંથી માર્ગદર્શન મેળવી અન્યને એ મુજબનાં વર્તનો કરવા પ્રેરણા મળી હોય તેની નોંધ રોલ મોડલ તરીકે વર્તનોના ખાનામાં કરો.
૪. તમે નેતૃત્વ માટેની જે શૈલી અપનાવી હોય તેની નોંધ નેતૃત્વ શૈલીના ખાનામાં કરો.

૯.૦ નેતૃત્વ ક્ષમતા નોંધપત્રક

આ પત્રકમાં આગળ આપેલ પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધ કરો.

નેતૃત્વ શૈલી	
રોલ મોડલ તરીકે કેવાં વર્તનો	
આયોજન અને અમલીકરણ	
સામૂહિક ધ્યેયો માટે કરેલ કાર્ય	

ક્ષમતા ૪.૬ : પરિવર્તક ક્ષમતા

પરિવર્તક ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે, પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિને પડકારે છે, અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે અને અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે.

- ક્ષમતા ૪.૬ : પરિવર્તક ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ પરિવર્તક ક્ષમતાનો અર્થ
- ૩.૦ પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ
 - ૩.૧.૧ પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે.
 - ૩.૧.૨ પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિ (સ્ટેટસ ક્વો)ને પડકારે છે.
 - ૩.૧.૩ અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે.
 - ૩.૧.૪ અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે.
- ૪.૦ પરિવર્તક ક્ષમતા માટે પરિવર્તનના વિકલ્પો
 - ૪.૧.૧ માળખું બદલવું
 - ૪.૧.૨ ટેકનોલોજી બદલવી
 - ૪.૧.૩ ફિઝિકલ સેટીંગ બદલવું
 - ૪.૧.૪ લોકોના વલણમાં પરિવર્તન
- ૫.૦ પરિવર્તક ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો.
- ૬.૦ સારાંશ
- ૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૮.૦ નોંધપત્રક

આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. પરિવર્તક ક્ષમતાનો અર્થ જણાવી શકશો.
૨. પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ જણાવી શકશો.
૩. પરિવર્તક ક્ષમતા માટે પરિવર્તનના વિકલ્પો જણાવી શકશો.
૪. પરિવર્તક ક્ષમતાનો વિકાસ કરી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

સમાજમાં અનેક પરિવર્તનો આવતા રહે છે. આ પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં ફેરફાર કરવો ખૂબ જ જરૂરી છે. પરંતુ પરિવર્તનો આવે અને એ અનુસાર ફેરફાર કરવાને બદલે પરિવર્તનોની પહેલા જ ભવિષ્યમાં આવનાર પરિવર્તનોને ઓળખી પ્રથમથી જ પોતાની વ્યૂહરચના બદલવી વધુ અસરકારક છે. સાંવેગિક બુદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિ તેનાથી પણ ઉચ્ચ પ્રકારની પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવે છે. આ ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ ખુદ પરિવર્તનના ઉદ્દીપક તરીકે એટલે કે પરિવર્તન લાવનાર બને છે. તે સમાજને પરિવર્તનની રાહ ચીંધનાર બને છે. પરિવર્તનના માહોલમાં લોકોને સાથે રાખી આગળ વધવાની આવડત ધરાવે છે. આ માટે સમાજ કે સમૂહનું માળખું બદલવું, તકનીકી બદલવી, ભૌતિક કે શારીરિક ફેરફાર કરવા, લોકોના વલણમાં ફેરફાર જેવાં પરિવર્તનો લાવે છે. આ ક્ષમતા વ્યક્તિ માટે ખૂબ જ અગત્યની છે.

અત્રે સૌ પ્રથમ પરિવર્તક ક્ષમતાનો અર્થ, પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા અને પરિવર્તક ક્ષમતા માટે કરવામાં આવતા પરિવર્તનના વિકલ્પો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. ત્યારબાદ પરિવર્તક ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. અંતે આ ઉપાયોને અનુરૂપ આ ક્ષમતા વિકાસ માટેના મહાવરા માટેની પ્રવૃત્તિઓ અને તે પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધપત્રક આપવામાં આવેલ છે.

૨.૦ પરિવર્તક ક્ષમતાનો અર્થ

પરિવર્તક ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે, પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિને પડકારે છે, અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે અને અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે.

૩.૦ પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતાઓ

પરિવર્તક ક્ષમતાની વ્યાખ્યા પરથી પરિવર્તકક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય : (૧) પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે, (૨) પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિ (સ્ટેટસ ક્વો)ને પડકારે છે, (૩) અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે અને (૪) અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે. આ દરેક લાક્ષણિકતાની વિસ્તૃત ચર્ચા અહીં કરવામાં આવી છે.

૩.૧.૧ પરિવર્તનની જરૂરિયાતોને ઓળખે છે. પરિવર્તક ક્ષમતાનો વિકાસ કરવા માટે સૌપ્રથમ પરિવર્તનની જરૂરિયાત ઓળખવી જરૂરી બને છે. વ્યક્તિને સૌપ્રથમ એ જાણવું કે સમજવું જરૂરી છે કે પરિવર્તન શા માટે જરૂરી છે. પરિવર્તન દ્વારા વ્યક્તિને પોતાને કયા પ્રકારના લાભ થશે. પોતાના વ્યવસાય કે કાર્યોમાં કયા પ્રકારના લાભ થશે. ત્યારબાદ સમાજમાં પરિવર્તનની શું જરૂર છે. પરિવર્તન દ્વારા સમાજનાં જુદાં જુદાં ઘટકોમાં કયા પ્રકારનો લાભ થશે. પરિવર્તન સામાજિક વિકાસમાં કયા પ્રકારનો ફાળો આપી શકે છે. આમ, સૌપ્રથમ પરિવર્તનની જરૂરિયાતો ઓળખાવી જરૂરી છે. દા.ત. શિક્ષકે અભ્યાસક્રમમાં પરિવર્તન કરવું છે તો પ્રથમ આ અભ્યાસક્રમમાં પરિવર્તન લાવવાની જરૂરિયાત શું છે તે જાણવું જોઈએ, સમજવું જોઈએ.

૩.૧.૨ પરિવર્તનને સ્વીકારવા હાલની પરિસ્થિતિ(સ્ટેટસ ક્વો)ને પડકારે છે. પરિવર્તનની જરૂરિયાતો ઓળખ્યા બાદ આ પરિવર્તનને અવરોધતાં પરિબળો ક્યાં છે તેને ઓળખવા જોઈએ. સમાજની હાલની સ્થિતિ, સમાજના રીતરિવાજો, પોતાના વ્યવસાયની સ્થિતિ, વ્યવસાય સાથે સંકળાયેલ અન્ય વ્યક્તિઓની માન્યતા વગેરે અનેક પરિબળો અમુક પ્રકારનાં પરિવર્તનોને અવરોધતાં હોય છે. નીતિ-નિયમો-કાયદાઓ વગેરે પણ અમુક પ્રકારનાં પરિવર્તનોને અવરોધતાં હોય છે. આવા સમયે પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ આ અવરોધક પરિબળોને પડકારે છે. દા.ત. અભ્યાસક્રમમાં ફેરફાર કરવો છે તો આ અભ્યાસક્રમમાં થતા ફેરફાર માટે અવરોધક પરિબળો ક્યા છે, સમાજ તેને સ્વીકારશે ? વગેરે જેવાં પરિબળો વિશે વિચારવું પડે છે.

૩.૧.૩ અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન આપે છે. પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પોતાના ધંધાકીય, વ્યાવસાયિક કે સામાજિક ક્ષેત્રમાં પરિવર્તનો કરે છે. ઉપરાંત તે અન્યોને પણ પરિવર્તન સ્વીકારવા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે. તે સમાજની અન્ય વ્યક્તિઓને, વ્યવસાય સાથે સંકળાયેલ અન્ય વ્યક્તિઓને કે પોતાની સાથે સંબંધિત દરેક વ્યક્તિને પરિવર્તન માટેની જરૂરિયાતો સમજાવે છે. તે અન્યને પરિવર્તનના ફાયદા સમજાવે છે અને પરિવર્તન સ્વીકારવા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે. દા.ત. અન્ય શાળા-કોલેજ યુનિવર્સિટી કે તેના શિક્ષક-પ્રાધ્યાપકને અભ્યાસક્રમમાં પરિવર્તનની જરૂરિયાત સમજાવે છે.

૩.૧.૪ અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે. પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની અન્ય એક લાક્ષણિકતા એ છે કે તે અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરે છે. પોતે જે પરિવર્તન સ્વીકારેલ હોય એ પરિવર્તનો સમાજની અન્ય વ્યક્તિઓ સ્વીકારે છે. આવી વ્યક્તિએ કરેલ પરિવર્તનોમાંથી પ્રેરણા મેળવી તેના લાભ જાણી અન્ય પણ આ પ્રકારનાં પરિવર્તનો સ્વીકારે છે. પોતે જે પરિવર્તન કરેલ છે તે પરિવર્તનનો અન્ય વ્યક્તિઓ તેમના ધંધા-વ્યવસાય કે સમાજમાં, સંબંધોમાં પરિવર્તન લાવવા માટે મોડલ તરીકે ઉપયોગ કરે છે.

૪.૦ પરિવર્તક ક્ષમતા માટે પરિવર્તનના વિકલ્પો

પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ પરિવર્તનના જુદાં જુદાં ક્ષેત્રોમાં પરિવર્તનની અગાઉથી આગાહી કરે છે કે પોતે જ પરિવર્તનની શરૂઆત કરી અન્ય માટે પરિવર્તનના મોડલરૂપ બને છે. આ માટે તે અનેક ક્ષેત્રોમાં પરિવર્તનની જરૂરિયાતો વિચારે છે. સામાન્ય રીતે પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ વ્યવસ્થાતંત્રમાં આ મુજબના પરિવર્તનના વિકલ્પો વિચારે છે : (૧) માળખું બદલવું, (૨) ટેકનોલોજી બદલવી, (૩) ફિઝિકલ સેટીંગ બદલવું અને (૪) લોકોના વલણમાં પરિવર્તન.

૪.૧.૧ માળખું બદલવું. પરિવર્તન લાવવા માટે સત્તા અને હોદ્દાઓના તમામ સમીકરણો બદલવા પડે છે. વ્યવસ્થાતંત્રમાં કે સમાજમાં હુકમ-ઓર્ડરનાં સમીકરણોમાં ફેરફાર કરવો પડે છે. ઉપલા અધિકારીઓથી નીચેના કર્મચારી-વ્યક્તિ સુધીને દરેકને સ્પર્શતા વિભાગોમાં ફેરફાર કરવા પડે છે. અમુક વિભાગ કે વ્યક્તિની બાદબાકી પણ કરવી પડે છે. તો ક્યારેક નવા વિભાગો ઉમેરવા પડે છે. ટૂંકમાં પરિવર્તનો માટે વ્યવસ્થાતંત્ર સમગ્ર માળખામાં ફેરફાર કરવો પડે છે.

૪.૧.૨ ટેકનોલોજી બદલવી. કર્મચારી જે સાધન, મશીન વગેરે વાપરતા આવ્યા છે એ ઘણા જુના હોય ત્યારે આમાં પણ પરિવર્તનોની જરૂરિયાત વિચારવી પડે છે. ટેકનોલોજીના વિકાસની સાથે સાથે નવી મશીનરીઓ આવે છે. આ પ્રકારનો બનાવ બને ત્યારે વર્ષોથી એક સાથે કામ કરતા કર્મચારીઓ છુટા પડે છે કે એમને કરવાના કામોમાં ફેરફાર થાય છે. તેમની જવાબદારીઓ પણ બદલાય છે. કર્મચારીઓએ નવી પદ્ધતિ શીખવી પડે છે. નવી ટેકનોલોજીને અનુકૂળ થવું પડે છે. તાલીમ પણ ગોઠવવી પડે છે.

૪.૧.૩ ફિઝિકલ સેટિંગ બદલવું. કોણ કોની સાથે કામ કરશે એનો ખ્યાલ, ક્યા વિભાગને ક્યાં રાખવો, એક વિભાગને બીજા વિભાગથી કેટલો નજીક રાખવો કે દૂર રાખવો વગેરે બાબતો પણ પરિવર્તક ક્ષમતા માટે અગત્યની છે. આજે દરેક વિભાગના કર્મચારીઓ એકબીજા સાથે સતત સંપર્કમાં હોય છે. જેથી એમના વચ્ચે સતત પ્રત્યાયન થતું રહે છે. દરેક વ્યક્તિની અનુકૂળતા મુજબ ફિઝિકલ સેટિંગ રાખવું જોઈએ. દરેક વ્યક્તિ સારી રીતે કામ કરી શકે. એ માટે ભૌતિક સુવિધાઓ જેવી કે હવા-ઉજાસ, તાપમાન આરામ વગેરેનો પણ વિચાર કરવો પડે છે.

૪.૧.૪ લોકોના વલણમાં પરિવર્તન. પરિવર્તનો લાવવા લોકોના વલણ અને તેનાં વર્તનોમાં પરિવર્તન લાવવું પડે છે. સાંવેગિક બુદ્ધિની ક્ષમતા તરીકે આ કામ ખૂબ જ મહત્ત્વનું છે, પરંતુ પરિવર્તક ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ આ કામ સરળતાથી કરી શકે છે. વલણમાં પરિવર્તન માટે યોગ્ય પ્રત્યાયન કરવું પડે છે, સમસ્યાઓના સમાધાન શોધવા પડે છે અને યોગ્ય નિર્ણયો લેવા પડે.

પરિવર્તનો આવે એટલે એનો વિરોધ કરનારાં પરિબલોની ભરમાર વધે છે. આપણે વર્ષોથી જે કામ જેવી રીતે કરીએ છીએ તેની ટેવ પડેલી હોય છે. આ ટેવમાં ફેરફાર કરવો આપણે પસંદ નથી. આજના માહોલમાં પરિવર્તનને ભય(Threat) ગણવામાં આવે છે. સુરક્ષિતતાની લાગણી ચાલી જાય છે. સત્તામાં ઓટ આવવાનો ડર લાગે છે. ફેરફાર બાદ બધું બરાબર પાર ઉતરશે એવા સવાલો જાગે છે. આ બધા વચ્ચે પણ પરિવર્તન જરૂરી છે એ સમજવું ખૂબ જરૂરી છે.

૫.૦ પરિવર્તક ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

પરિવર્તનો અનુસાર પોતાનામાં ફેરફાર કરવાને બદલે પરિવર્તનોની પહેલા જ ભવિષ્યમાં આવનાર પરિવર્તનોને ઓળખી પ્રથમથી જ પોતાની વ્યૂહરચના બદલવી વધુ અસરકારક છે. આથી, વ્યક્તિએ આ પ્રકારની પરિવર્તક ક્ષમતા વિકસાવવી જરૂરી છે. અહીં આ ક્ષમતાનો વ્યક્તિમાં વિકાસ થાય એ માટેના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. રોજબરોજના કાર્યમાં ક્યા પ્રકારનાં પરિવર્તનોની જરૂરિયાતો છે તેને ઓળખવી જોઈએ.
૨. પરિવર્તનોને સ્વીકારવામાં ક્યાં ક્યાં અવરોધક પરિબલો છે તેને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. આ અવરોધક પરિબલોને દૂર કરવાં જોઈએ, પડકારવા જોઈએ.
૩. વ્યક્તિએ જે પરિવર્તનોની જરૂરિયાત સમજી હોય એ પરિવર્તનો અન્ય લોકો સ્વીકારે તે માટે અન્ય લોકોને સમજાવવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

૬.૦ સારાંશ

આજે દરેક ક્ષેત્રમાં પરિવર્તનો આવતા રહે છે. પરિવર્તનો આવે ત્યારબાદ આ પરિવર્તનોને અનુરૂપ પોતાનામાં ફેરફાર લાવવાને બદલે પરિવર્તનો આવે એ અગાઉ જ પરિવર્તનોને ઓળખી પ્રથમથી જ પોતાની વ્યૂહરચના, વર્તનો, પદ્ધતિમાં ફેરફાર કરવો એ સૌથી મહત્વની ક્ષમતા છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને પરિવર્તક ક્ષમતા કહે છે. પરિવર્તનોની જરૂરિયાતોને ઓળખી આ પરિવર્તનોને અવરોધતાં પરિબળો દૂર કરવા જોઈએ. અન્ય લોકોને પરિવર્તનોની અગાઉથી જાણ કરી પરિવર્તનોનો સ્વીકાર કરવા સમજાવવા જોઈએ. પોતે પરિવર્તનના મોડલ તરીકે કાર્ય કરવું જોઈએ. વ્યક્તિએ વ્યવસ્થાતંત્રના માળખામાં, ફિઝિકલ સેટીંગમાં, ટેકનોલોજીમાં અને લોકોના વલણમાં પરિવર્તન લાવવા માટેના વિકલ્પો વિચારવા જોઈએ. આ પ્રકારના સતત પ્રયત્ન દ્વારા વ્યક્તિ પરિવર્તક ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૭.૦ પ્રવૃત્તિઓ

પરિવર્તક ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે પરિવર્તક ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમે હાલ જે કાર્ય કરી રહ્યા હો તેની નોંધ પાછળ આપેલ નોંધપત્રકમાં હાલનું કાર્યના ખાનામાં કરો. આ કાર્યમાં ક્યાં પરિવર્તનોની જરૂરિયાત છે તેની નોંધ પરિવર્તનોની જરૂરિયાતના ખાનામાં કરો. આ પરિવર્તનોને અવરોધતા બળો ક્યાં છે તેને ઓળખી તેની નોંધ અવરોધક પરિબળોના ખાનામાં કરો.
૨. આ પરિવર્તનોનો અન્ય લોકો સ્વીકાર કરે એ માટે અન્ય લોકોને સમજાવવા માટે તમે ક્યા પ્રકારના પ્રયત્નો કર્યા તેની નોંધ અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહનના ખાનામાં કરો.
૩. અન્ય લોકો આ પરિવર્તનો સરળતાથી સ્વીકારે એ માટે તમે મોડલ તરીકે ક્યા પ્રકારે કાર્ય કરેલ તેની નોંધ પાછળના પત્રકમાં પરિવર્તનના મોડલ તરીકેના ખાનામાં કરો.

૮.૦ નોંધપત્રક

આ પત્રકમાં આગળ આપેલ પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધ કરો.

હાલનું કાર્ય	
પરિવર્તનની જરૂરિયાત	
અવરોધક પરિબળો	
અન્યને પરિવર્તન સ્વીકારવા પ્રોત્સાહન	
પરિવર્તનના મોડલ તરીકે	

ક્ષમતા ૪.૭ : જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા

જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે વિશાળ સંબંધો-જોડાણો સ્થાપી અને તેને જાળવી શકે છે, પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે તથા પોતાના કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધ-મિત્રતા બાંધે છે અને જાળવે છે.

- ક્ષમતા ૪.૭ : જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા પરના સાહિત્યનું બંધારણ
- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સંયોજન/જોડાણનો અર્થ.
- ૩.૦ જોડાણના પ્રકાર.
 - ૩.૧.૧ પ્રત્યાયન જોડાણ
 - ૩.૧.૨ નિષ્ણાંતોનું જોડાણ
 - ૩.૧.૩ વિશ્વાસ જોડાણ
- ૪.૦ જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાના પ્રયત્નો
 - ૪.૧.૧ અનૌપચારિક જોડાણ / સંબંધ
 - ૪.૧.૨ પરસ્પર ફાયદાકારક જોડાણ
 - ૪.૧.૩ નકારાત્મક જોડાણ
- ૫.૦ જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૬.૦ જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૭.૦ સારાંશ
- ૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૯.૦ નોંધપત્રક

• આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....

૧. સંયોજન / જોડાણનો અર્થ જણાવી શકશો.
૨. જોડાણના પ્રકાર જણાવી શકશો.
૩. જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાના પ્રયત્નો કરી શકશો.
૪. જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૫. જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા વિકસાવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

આજે સમાજમાં દરેક મનુષ્યએ અન્ય મનુષ્ય સાથે કોઈને કોઈ પ્રકારના સંબંધો સ્થાપવા પડે છે. વ્યક્તિએ પોતાના સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં પોતાના હેતુની સિદ્ધિ માટે કે ધ્યેય પાર પાડવા માટે સંબંધો બાંધવા પડે છે. આ સંબંધોના ઉપયોગથી વ્યક્તિ પરસ્પર એકબીજાના કાર્યમાં ઉપયોગી થઈ શકે છે. એકબીજાના ધ્યેયો સિદ્ધ કરી શકે છે. સમાજમાં ઘણી એવી વ્યક્તિઓ જોવા મળે છે જેને ખૂબ જ ઓછી વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધો હોય છે. આવી વ્યક્તિઓ એકલી-અટુલી જોવા મળે છે. તે સામાન્ય રીતે અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધો કેળવી શકતી નથી. આથી તેને સમાજની અન્ય વ્યક્તિઓ ઉપયોગી થઈ શકતી નથી. આવી વ્યક્તિએ સમાજની અન્ય વ્યક્તિ કે સંસ્થા સાથે સંબંધો વિકસાવવાની કે અન્ય વ્યક્તિ કે સંસ્થા સાથે જોડાણો સ્થાપવાની ક્ષમતા કેળવવી જોઈએ. આ સંબંધો કે જોડાણોનો ઉપયોગ પોતાના જીવનમાં કે વ્યવસાયમાં યોગ્ય સમયે કરી પોતાના ધ્યેયો સિદ્ધ કરવામાં મદદ મેળવી શકાય છે. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને સંયોજનક્ષમતા / જોડાણક્ષમતા કે સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા કહે છે.

અત્રે પ્રારંભમાં સંયોજન / જોડાણનો અર્થ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યારબાદ જોડાણના પ્રકાર અને જોડાણ સ્થાપવાના પ્રયત્નો રજૂ કરેલ છે. અંતે જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપયોગ રજૂ કરવામાં આવેલ છે.

૨.૦ સંયોજન/જોડાણનો અર્થ.

સંયોજન/જોડાણ એટલે અન્ય વ્યક્તિ કે સંસ્થા સાથેના સંબંધમાં વિકાસ કરવો. વ્યક્તિ સમાજની અન્ય વ્યક્તિ કે સંસ્થા સાથે પોતાના હેતુ સિદ્ધ કરવા માટે કે કાર્ય પાર પાડવા માટે તેની સાથે સંબંધ વિકસાવે તેને સંયોજન / જોડાણ કહે છે.

૩.૦ જોડાણના પ્રકાર.

આજે સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં જોડાણોની ખૂબ જ અગત્ય છે. આથી વ્યક્તિએ પોતાના કાર્ય અનુરૂપ ચોક્કસ પ્રકારનાં જોડાણો સ્થાપવા જરૂરી છે. દસ્તૂર (૨૦૦૨) ત્રણ પ્રકારનાં જોડાણો જણાવે છે : (૧) પ્રત્યાયન જોડાણ, (૨) નિષ્ણાંતોનું જોડાણ અને (૩) વિશ્વાસ જોડાણ.

૩.૧.૧ પ્રત્યાયન જોડાણ. પ્રત્યાયન જોડાણ એ માહિતીની આપ-લે માટે રચવામાં આવેલું જોડાણ છે. જુદા જુદા વ્યવસાય કે કાર્ય માટે વ્યક્તિએ અનેક પ્રકારની માહિતીની જરૂરિયાત રહે છે. પોતાના હરિફોની રીતિ-નીતિ, સામાજિક પરિવર્તનો, રાજકીય પ્રવાહો વગેરે અનેક પ્રકારની માહિતીની વ્યક્તિને જરૂર પડે છે. આ દરેક પ્રકારની માહિતી વ્યક્તિને યોગ્ય સમયે મળી રહે એ માટે આ જોડાણ ખૂબ જ અગત્યનું છે. આ જોડાણમાં જે વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધો બાંધવામાં આવે છે તે વ્યક્તિઓ પરસ્પર એકબીજાને ઉપયોગી માહિતીની આપ-લે કરે છે.

૩.૧.૨ નિષ્ણાંતોનું જોડાણ. નિષ્ણાંતોના જોડાણમાં પોતાના કાર્ય કે વ્યવસાય સાથે સંબંધિત નિષ્ણાંત વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધો કેળવવામાં આવે છે. આ જોડાણ દ્વારા પોતાના કાર્ય સાથે સંબંધિત અન્ય નિષ્ણાંત વ્યક્તિનો લાભ મેળવી શકાય છે. પોતે જે બાબતમાં નિષ્ણાંત હોય તેનો લાભ અન્યને પણ આપી શકાય છે. આ જોડાણ પ્રત્યાયન જોડાણ કરતા ઉચ્ચ કક્ષાનું જોડાણ છે. આ જોડાણનો દરેક સભ્ય પોતપોતાના કાર્યમાં કુશળતા ધરાવતો હોય છે.

૩.૧.૩ વિશ્વાસ જોડાણ. વિશ્વાસ જોડાણમાં એવા વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધો વિકસાવવામાં આવે છે જેના ઉપર તમે ભરોસો મૂકી શકે, વિશ્વાસ મૂકી શકો. આ જોડાણમાં અંગતમિત્રો, સગાસંબંધીઓ, સ્નેહી, સ્વજનો કે કુટુંબના સભ્યોનો સમાવેશ કરવામાં આવે છે. આ જોડાણમાં સમાવિષ્ટ થતા સભ્યો એ પ્રકારના હોય છે જેના ઉપર વ્યક્તિ પૂરો ભરોસો મૂકી શકે. પોતાની અંગત લાગણીઓ, સપનાઓ, પોતાની નબળાઈઓ વિશે છૂટથી ચર્ચા કરી શકે છે. આ જોડાણ વ્યક્તિ માટે સૌથી મહત્વનું છે.

૪.૦ જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાના પ્રયત્નો. જોડાણ/સંબંધો સ્થાપવા એ વ્યક્તિ માટે અગત્યના હોય વ્યક્તિ આ માટે ચોક્કસ પ્રકારના પ્રયત્નો કરે એ જરૂરી છે. રોજબરોજના વ્યવહારમાં વ્યક્તિ સાથે સંપર્કમાં આવતા અન્ય લોકોમાંથી કયા લોકો સાથે કયા પ્રકારનું જોડાણ / સંબંધ સ્થાપવા એ ખૂબ જ મહત્વનું છે. આ માટે વ્યક્તિએ આ મુજબના પ્રયત્ન કરવા જોઈએ: (૧) અનૌપચારિક જોડાણ/સંબંધ, (૨) પરસ્પર ફાયદાકારક જોડાણ અને (૩) નકારાત્મક જોડાણ.

૪.૧.૧ અનૌપચારિક જોડાણ / સંબંધ. વ્યક્તિ પોતાના વ્યાવસાયિક કે સામાજિક જીવનમાં સંપર્કમાં આવતા અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે કોઈપણ પ્રકારના હેતુ વગર સામાન્ય સંબંધો વિકસાવે તેવા જોડાણ-સંબંધોને અનૌપચારિક જોડાણ કહે છે. રોજબરોજ અનેક અજાણ્યા લોકોના સંપર્કમાં વ્યક્તિ આવતી હોય છે. આ લોકો સાથે વ્યક્તિ સંબંધો વિકસાવે, તેની સાથે જોડાણો સ્થાપે તે અનૌપચારિક જોડાણ છે. સામાન્ય રીતે જેનું વ્યક્તિત્વ બહિર્મુખી હોય તેવી વ્યક્તિ આ પ્રકારના જોડાણો વિશેષ સ્થાપી શકે છે. વ્યક્તિએ આ પ્રકારના જોડાણ-સંબંધો વિકસાવવા રોજબરોજ સંપર્કમાં આવતી કોઈપણ વ્યક્તિ સાથે જાગૃતતાપૂર્વક પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આવી વ્યક્તિ બીજી વખત મળે ત્યારે કોઈ કામ ન હોય છતાં પણ વાતચીત દ્વારા તેની સાથે સંબંધો વિકસાવવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

૪.૧.૨ પરસ્પર ફાયદાકારક જોડાણ. અનૌપચારિક સંબંધોમાંથી પોતાને વ્યાવસાયિક કે સામાજિક જીવનમાં કયા સંબંધો કે જોડાણો ફાયદાકારક સાબિત થશે તે ઓળખી તેની સાથે ગાઢ સંબંધો વિકસાવવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. પોતાના વ્યક્તિગત જીવનના સંબંધોને વ્યાવસાયિક જીવન સાથે સાંકળવા જોઈએ જેથી વ્યક્તિગત સંબંધનો લાભ વ્યવસાયમાં લઈ શકાય. પોતાના રોજબરોજના પરિચયમાં આવતા લોકોમાંથી જે લોકો નિષ્ણાંત હોય કે કોઈ ખાસ પ્રકારની માહિતી આપી શકે તેમ હોય તેની સાથે પ્રત્યાયન જોડાણ, વિશ્વાસ જોડાણ કે નિષ્ણાંત જોડાણ સ્થાપી શકાય અને પોતાના કાર્ય માટે યોગ્ય સમયે ઉપયોગમાં લઈ શકાય. ઉપરાંત આવી વ્યક્તિઓને પોતે યોગ્ય સમયે મદદરૂપ થઈ શકાય.

૪.૧.૩ નકારાત્મક જોડાણ. જોડાણો સ્થાપવા એ વ્યક્તિ માટે જે રીતે મહત્વના છે. એ જ રીતે અમુક પ્રકારના સંબંધો કે જોડાણો ન સ્થાપવા એ પણ વ્યક્તિ માટે મહત્વની બાબત છે. ઘણા સંબંધો કે જોડાણો એ પ્રકારના હોય છે કે જે વ્યક્તિને તાત્કાલીક કે લાંબાગાળે સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં નુકશાનકારક સાબિત થઈ શકે છે. દા.ત. રાજકીય પ્રવાહની વિરુદ્ધ હોય તેવા જોડાણ, પોતાના માટે ફાયદાકારક વ્યક્તિઓની વિરુદ્ધ જે વ્યક્તિ કે સંસ્થા હોય તેની સાથેના જોડાણ નકારાત્મક જોડાણ છે. આવાં જોડાણોને લીધે તેની વિરુદ્ધમાં હોય એવી વ્યક્તિ કે સંસ્થા પોતાની સાથેના સંબંધો ન સ્થાપે કે સંબંધો તોડી નાખે છે. આવા સમયે

આ પ્રકારના સંબંધો નુકશાનકારક સાબિત થવાનો સંભવ રહે છે. આથી જોડાણો / સંબંધો સ્થાપતી વખતે જે વ્યક્તિ કે સંસ્થા સાથેના જોડાણ પોતાના અન્ય સાથેના ફાયદાકારક સંબંધને અસર કરતા નથી ને તેની ખાત્રી કરી ત્યારબાદ જ સંબંધો સ્થાપવા જોઈએ. જો આ સંબંધો નકારાત્મક અસર પહોંચાડતા હોય તો આ સંબંધો સ્થાપવા ન જોઈએ.

૫.૦ જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતાનો અર્થ

જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના ઉપયોગ દ્વારા તે વિશાળ સંબંધો-જોડાણો સ્થાપી અને તેને જાળવી શકે છે, પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે તથા પોતાના કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધ-મિત્રતા બાંધે છે અને જાળવે છે.

આ પરથી જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. વિશાળ સંબંધો-જોડાણો સ્થાપી અને તેને જાળવી શકે છે.
૨. પરસ્પર ફાયદાકારક સંબંધો શોધી શકે છે.
૩. પોતાના કાર્ય સાથે સંબંધિત વ્યક્તિ સાથે સંબંધ-મિત્રતા બાંધે છે અને જાળવે છે.

૬.૦ જોડાણ / સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

રોજબરોજના વ્યવહારમાં વ્યક્તિ પોતાને મળતા લોકો સાથે સંબંધો સ્થાપવાના યોગ્ય પ્રયત્નો કરે તો તે સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતાનો વિકાસ કરી શકે. અહીં સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા વિકાસના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતાના વિકાસ માટે વ્યક્તિએ રોજબરોજના સંપર્કમાં આવતા લોકો સાથે કુટુંબ, રમત, બાળકો, રોજબરોજના સામાન્ય વાતચીત દ્વારા સાયુજ્ય સ્થાપી અનૌપચારિક સંબંધો કેળવવા જોઈએ.
૨. રોજબરોજના આ અનૌપચારિક જોડાણમાથી પોતાના માટે સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં ફાયદાકારક સંબંધો શોધી તેની સાથે લાંબાગાળાના ગાઢ જોડાણો સ્થાપવા જોઈએ. આ જોડાણ પ્રત્યાયન જોડાણ, નિષ્ણાંત જોડાણ કે વિશ્વાસ જોડાણ છે તેને ઓળખવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
૩. વ્યક્તિએ જે જોડાણ કે સંબંધો સ્થાપેલ છે તે અન્ય સાથેના ફાયદાકારક જોડાણ માટે નુકશાનકારક નથી ને તેની ખાત્રી કરવી જોઈએ. નુકશાનકારક હોય તો આવાં જોડાણો સ્થાપવાનું ટાળવું જોઈએ.

૭.૦ સારાંશ.

વ્યક્તિએ પોતાના સામાજિક કે વ્યાવસાયિક જીવનમાં અનેક પ્રકારે અન્ય લોકોની મદદની જરૂર પડે છે. આ માટે વ્યક્તિએ અન્ય સાથે સંબંધો કેળવવા પડે છે. તેની સાથે જોડાણ સ્થાપવું પડે છે. વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિ કે સંસ્થા સાથે સંબંધો કેળવે અને જોડાણો સ્થાપે છે તેમાંથી પોતાની જરૂરિયાત મુજબની મદદ મેળવી શકે છે. આ મદદ માટે વ્યક્તિએ અન્ય સાથે સંબંધો બાંધવાની / જોડાણ સ્થાપવાની ક્ષમતા કિસાવવી જરૂરી છે. વ્યક્તિ રોજબરોજના સંપર્કમાં આવતા અન્ય લોકો સાથે રોજબરોજના વ્યવહારની વાતચીત દ્વારા સાયુજ્ય સ્થાપી અન્ય સાથે

અનૌપચારિક સંબંધો કેળવી શકે છે. આ અનૌપચારિક સંબંધોમાંથી પોતાના વ્યાવસાયિક કે સામાજિક જીવનમાં ઉપયોગી સંબંધો કે જોડાણો શોધી તેની સાથે લાંબાગાળાના ગાઢ સંબંધો સ્થાપી શકે છે. ઉપરાંત અમુક સમયે કેટલાક સંબંધો કે જોડાણો અન્ય સાથેના ફાયદાકારક સંબંધો માટે નુકશાનકારક હોય છે. ત્યારે આવા સંબંધો / જોડાણો સ્થાપવાનું ટાળે છે. જો વ્યક્તિ દ્વારા આ પ્રકારના સતત પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ સંબંધો બાંધવાની ક્ષમતા કેળવી શકે છે.

૮.૦ પ્રવૃત્તિઓ.

સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે સંબંધો સ્થાપવાની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમારી સાથે રોજબરોજ જે નવી વ્યક્તિઓ સંપર્કમાં આવે છે તેની નોંધ પાછળ આપેલ પત્રકમાં રોજબરોજનાં સંપર્કમાં આવતી વ્યક્તિના ખાનામાં કરો. આ વ્યક્તિ સાથે અનૌપચારિક જોડાણ સ્થાપવા તમે કયા પ્રકારના પ્રયત્નો કર્યા તેની નોંધ અનૌપચારિક જોડાણના પ્રયત્નના ખાનામાં કરો.
૨. તમે જે અનૌપચારિક જોડાણો સ્થાપ્યાં હોય તેમાંથી તમારા માટે ફાયદાકારક સંબંધો / જોડાણો ક્યાં છે તે શોધી તેની નોંધ ફાયદાકારક સંબંધો / જોડાણોના ખાનામાં કરો. આ જોડાણ પ્રત્યાયન જોડાણ, નિષ્ણાંત જોડાણ કે વિશ્વાસ જોડાણ છે તેની નોંધ જોડાણના પ્રકારના ખાનામાં કરો.
૩. તમે જે સંબંધો જોડાણો સ્થાપ્યા એ જોડાણો તમારા હાલના લાભકારક જોડાણ-સંબંધો માટે લાભકારક છે કે નુકશાનકારક તેની નોંધ લાભકારક કે નુકશાનકારકના ખાનામાં કરો. જો નુકશાનકારક હોય તો આવા સંબંધો ટાળવા કરેલ પ્રયત્નની નોંધ નુકશાનકારક સંબંધો ટાળેલ ? ના ખાનામાં કરો.

૯.૦ પત્રક

આ પત્રકમાં આગળ આપેલ પ્રવૃત્તિઓ અનુસાર નોંધ કરો.

રોજબરોજનાં સંપર્કમાં આવતી વ્યક્તિ	અનોપચારિક જોડાણના પ્રયત્ન	કાયદાકારક સંબંધો / જોડાણો	જોડાણના પ્રકાર	હાલના જોડાણ-સંબંધો માટે નુકશાનકારક કે લાભકારક	નુકશાનકારક સંબંધ ટોળેલ?

ક્ષમતા ૪.૮ : સહકાર

સહકારની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ ધ્યેય સિદ્ધિ અને સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા જાળવી શકે છે, મર્યાદિત સાધનોનો સહકારથી ઉપયોગ કરી શકે છે, મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ જન્માવી શકે છે તથા સહકારથી કાર્ય કરવાની કોઈપણ તકને ઝડપી શકે છે.

• **ક્ષમતા ૪.૮ : સહકાર પરના સાહિત્યનું ભંધારણ**

- ૧.૦ પ્રાસ્તાવિક
- ૨.૦ સહકારની જરૂરિયાત
 - ૨.૧.૧ ધ્યેય સિદ્ધિ અને સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા
 - ૨.૧.૨ મર્યાદિત સાધનોનો અસરકારક ઉપયોગ
 - ૨.૧.૩ મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ
 - ૨.૧.૪ સહકારથી કાર્ય કરવાની તકને ઝડપવી
- ૩.૦ સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ
- ૪.૦ સહકારની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો
- ૫.૦ સારાંશ
- ૬.૦ પ્રવૃત્તિઓ
- ૭.૦ સહકાર નોંધપત્રક

• **આ સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યા બાદ તમે....**

૧. સહકારની જરૂરિયાત જણાવી શકશો.
૨. ધ્યેય સિદ્ધિ અને સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા રાખી શકશો.
૩. મર્યાદિત સાધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકશો.
૪. મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ જન્માવી શકશો.
૫. સહકારથી કાર્ય કરવાની તકને ઝડપી શકશો.
૬. સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ આપી શકશો.
૭. તમારી સહકારની ક્ષમતા કેળવી શકશો.

૧.૦ પ્રાસ્તાવિક

આજે સમાજની કોઈપણ વ્યક્તિ સંપૂર્ણ નથી. એક વ્યક્તિ એક બાબતમાં તો બીજી વ્યક્તિ અન્ય બાબતમાં ચડિયાતી હોય છે. વ્યક્તિની અનેક જરૂરિયાતો હોય છે. આ જરૂરિયાતો ઘણી વખત વ્યક્તિ પોતે એકલી પ્રયત્ન કરે તો સંતોષી શકતી નથી. તેના માટે અન્ય વ્યક્તિની મદદ કે માર્ગદર્શનની જરૂરિયાત રહે છે. ઉપરાંત ઘણી વખત જરૂરિયાત સંતોષવાના સાધનો મર્યાદિત હોય છે. એક વ્યક્તિ પાસે અમુક સાધનો તો બીજી વ્યક્તિ પાસે અમુક સાધનો હોય છે. ત્યારે દરેક વ્યક્તિ આ સાધનોનો ઉપયોગ કરી શકતી નથી. આથી જરૂરિયાત સંતોષવાના આ સાધનોનો બન્ને મળી યોગ્ય રીતે ઉપયોગ કરવામાં આવે તો મર્યાદિત સાધનો હોવા છતાં બન્નેની જરૂરિયાતો સંતોષી શકાય છે. પોતાની પાસે જે આવડત, કૌશલ્યો, ક્ષમતા છે, તે બીજી વ્યક્તિ પાસે નથી. બીજી વ્યક્તિ પાસે જે ક્ષમતા કે કૌશલ્યો છે, તે પોતાની પાસે નથી. આવા સમયે બન્ને પોત પોતાની ક્ષમતા કે કૌશલ્યોનો ઉપયોગ એકબીજા માટે કરે તો બન્ને પોતપોતાનું કાર્ય કરી શકે છે, હેતુસિદ્ધ કરી શકે છે કે પોતાનો વિકાસ કરી શકે છે.

આમ, વ્યક્તિએ અનેક લોકો, સંસ્થા કે સમૂહ સાથે રહીને કાર્ય કરવું પડે છે. અન્ય લોકોનો સહયોગ લેવો પડે છે. તેના બદલામાં અન્ય લોકોને યોગ્ય મદદ પણ કરવી જોઈએ. પોતાની પાસેના જ્ઞાન, આવડત, કૌશલ્ય, માહિતી કે સંસાધનોનો લાભ અન્ય લોકો મેળવી શકે તે માટે યોગ્ય પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. વ્યક્તિની આ પ્રકારની ક્ષમતાને સહકારની ક્ષમતા તરીકે ઓળખી શકાય.

અત્રે પ્રારંભમાં સહકારની જરૂરિયાત આપવામાં આવી છે. ત્યારબાદ સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ અને તેના વિકાસના ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે. અંતે આ ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ રજૂ કરવામાં આવી છે.

૨.૦ સહકારથી કાર્ય કરતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા.

સહકાર વગર સિદ્ધિ નથી એ મુજબ આજે દરેક ક્ષેત્રમાં સહકાર જરૂરી છે. જે વ્યક્તિ સહકારથી કાર્ય કરે છે તે અન્ય કરતા ઝડપી અને ઉચ્ચ સિદ્ધિ હાસલ કરી શકે છે. સહકારથી કાર્ય કરતી વ્યક્તિ અમુક પ્રકારની લાક્ષણિકતા ધરાવે છે, જે આ મુજબ છે : (૧) ધ્યેય સિદ્ધિ અને સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા, (૨) મર્યાદિત સાધનોનો અસરકારક ઉપયોગ, (૩) મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ અને (૪) સહકારથી કાર્ય કરવાની તકને ઝડપવી.

૨.૧.૧ ધ્યેય સિદ્ધિ અને સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ માત્ર પોતાના ધ્યેયોની સિદ્ધિ કે કાર્યની પૂર્ણતાને જ મહત્ત્વ આપતી નથી. સહકાર દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના ધ્યેયોની સિદ્ધિ સાથે સાથે અન્ય સાથેના સંબંધોને પણ મહત્ત્વ આપે છે. અન્ય સાથેના સંબંધની જાળવણી માટે સહકાર જરૂરી છે. સહકાર ધરાવતી વ્યક્તિ માત્ર જે તે વ્યક્તિ પોતાના ધ્યેયની સિદ્ધિ વખતે અન્ય સાથેના સંબંધ ન બગડે તે માટેના પ્રયત્નો કરે છે. ઘણી વખત એવી પરિસ્થિતિ ઊભી થાય છે કે પોતાનું કાર્ય પૂર્ણ કરતા અન્યને નુકશાન થાય છે કે અન્ય સાથેના સંબંધોમાં ઓટ આવે છે. ત્યારે પોતાના કાર્ય કે ધ્યેય સિદ્ધિના માર્ગ એવા પસંદ કરે છે કે આ સંબંધ જાળવાઈ રહે.

દા.ત. કોઈપણ વ્યવસાયમાં ઉન્નતિ સાધવા કે પ્રગતિ સાધવાના પ્રયત્નોમાં એવા માર્ગ અપનાવવા જોઈએ કે જેથી અન્ય સાથેના ઉષ્માભર્યા સંબંધો જાળવાઈ રહે. ઘણી વખત કાર્ય કે

ધ્યેય પડતા પણ મૂકવા પડે છે. ક્યારેક અન્ય સાથે ચર્ચા વિચારણા કરી તે મુજબ કાર્ય કે ધ્યેય નક્કી કરવું જોઈએ, તો ક્યારેક પોતાની કાર્યની સિદ્ધિના બદલામાં અન્ય વ્યક્તિના કાર્યસિદ્ધિમાં મદદરૂપ બનીને પણ સંબંધો જાળવવાના પ્રયત્નો કરવામાં આવે છે. આમ સંબંધોની જાળવણી માટે સહકાર ખૂબ જ જરૂરી છે. સહકાર દ્વારા જ અન્ય સાથેના સંબંધો જાળવી શકાય છે.

૨.૧.૨ મર્યાદિત સાધનોનો અસરકારક ઉપયોગ. વ્યક્તિ પોતાનો વિકાસ કરવા અને પોતાનું ધ્યેય સિદ્ધ કરવા અનેક પ્રકારની જરૂરિયાતો ધરાવે છે. પરંતુ વ્યક્તિગત મર્યાદાને લીધે તેની પાસે આ જરૂરિયાત સંતોષવાના સાધનો મર્યાદિત છે. આથી વ્યક્તિ પોતાની પાસેના મર્યાદિત સાધનો વડે પોતાની જરૂરિયાત સંતોષે છે ત્યારે તેણે અમુક જરૂરિયાતો જતી કરવી પડે છે અથવા પાછી ઠેલવી પડે છે. આમ, વ્યક્તિ મર્યાદિત સાધનો વડે પોતાની દરેક જરૂરિયાત સંતોષી શકતી નથી.

આ ઉપરાંત સામૂહિક રીતે પણ જરૂરિયાત સંતોષવાના સાધનો મર્યાદિત પ્રમાણમાં છે, જ્યારે એની જરૂરિયાત સમાજની અનેક વ્યક્તિ ધરાવે છે. આથી સમાજની બધી જ વ્યક્તિ પોતાની જરૂરિયાતો સંતોષી શકતી નથી. આમ, અહીં પણ મર્યાદિત સાધનોને લીધે વ્યક્તિએ પોતાની જરૂરિયાતો સાથે બાંધછોડ કરવી પડે છે.

મર્યાદિત સાધનો હોવા છતાં દરેક વ્યક્તિ પોતાની જરૂરિયાતો સંતોષી શકે તે માટે સહકાર ખૂબ જરૂરી છે. અમુક વ્યક્તિ પાસે એક પ્રકારના સાધનો હોય છે, જ્યારે બીજી વ્યક્તિ પાસે બીજા પ્રકારના સાધનો હોય છે. આથી સહકાર દ્વારા જે વ્યક્તિ પાસે જરૂરિયાત સંતોષવાના સાધનો નથી એ વ્યક્તિ અન્ય પાસેના સાધનોનો ભાગીદારી પૂર્ણ ઉપયોગ કરે ત્યારે મર્યાદિત સાધનો વડે દરેકની જરૂરિયાતો સંતોષવી શક્ય બને છે.

દા.ત. કોઈ અભ્યાસના પુસ્તકની મર્યાદિત આવૃત્તિ હોય ત્યારે તે દરેક વિદ્યાર્થી ખરીદી શકતી નથી. આથી, એક વિષયનું પુસ્તક એક વિદ્યાર્થી ખરીદે અને બીજા વિષયનું પુસ્તક બીજો વિદ્યાર્થી ખરીદે. ત્યારબાદ બન્ને પોતાનો અભ્યાસ કરી આ પુસ્તક બદલાવી લે ત્યારે આ સહકાર દ્વારા મર્યાદિત સાધનોનો અસરકારક ઉપયોગ કહી શકાય. એ જ રીતે અભ્યાસના કોઈ એક વિષયનું અધ્યયન સાહિત્ય તૈયાર કરવાનું કાર્ય એક કરતા વધુ વિદ્યાર્થીઓને વહેચી આપવામાં આવે ત્યારે ઓછા સમયમાં વધારે સારું સાહિત્ય બનાવી શકાય છે. ત્યારબાદ દરેક વિદ્યાર્થી તેનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ કરી શકે છે.

૨.૧.૩ મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ અન્યને હંમેશા મદદ કરવા તત્પર હોય છે. તે અન્યની સાથે રહી કાર્ય કરે છે. પોતાની પાસે રહેલ સંસાધનો, માહિતી, આવડત કે કૌશલ્ય દ્વારા અન્યને ઉપયોગી થવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આથી તેમના અન્ય સાથેના સંબંધો મિત્રતાપૂર્ણ હોય છે. પોતાનાં આવાં વર્તનોથી તે અન્ય વ્યક્તિઓને પણ આ પ્રકારે મિત્રતાપૂર્ણ વર્તન કરવા માટે પ્રેરણા આપે છે. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ રોજબરોજ જે વ્યક્તિ સાથે સંપર્કમાં આવે છે તેની સાથે મિત્રતા બાંધવા પ્રેરાય છે અને બીજાને પણ મૈત્રી બાંધવા પ્રેરણા આપે છે. આથી આવી વ્યક્તિની આસપાસનું તમામ વાતાવરણ મિત્રતાભર્યું અને સહકારયુક્ત બને છે.

૨.૧.૪ સહકારથી કાર્ય કરવાની તકને ઝડપવી. સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ પોતાને જ્યારે મદદની જરૂર પડે કે પોતે મુશ્કેલીમાં મૂકાય ત્યારે તે અન્ય સાથે મિત્રતા બાંધે છે કે અન્યનો સહકાર લે છે. પરંતુ સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ હંમેશા સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાના પ્રયત્નો કરે છે તે સહકારથી થતાં હોય તેવાં કાર્યોને પ્રાધાન્ય આપે છે. સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની કોઈ પણ તક ઊભી થાય ત્યારે તે તાત્કાલિક ઝડપી લે છે. જેમ કે, કોઈ સમૂહપ્રવૃત્તિ, નાટક, પ્રવાસ-પર્યટન વગેરેમાં સક્રિય હોય છે. શાળા કોલેજોમાં એનસીસી અને એનએસએસ જેવી પ્રવૃત્તિમાં જોડાય છે. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિને એવી પ્રતિતી થાય કે અમુક કાર્ય પોતે એકલી કરે તેના કરતા અન્યના સહકારથી વધુ સારું થઈ શકે ત્યારે તે તાત્કાલિક અન્યનો સહકાર મેળવે છે. આમ તે સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની કોઈપણ તકને જતી કરતી નથી.

૩.૦ સહકારની ક્ષમતાનો અર્થ

સહકારની ક્ષમતા એ વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે કે જેના દ્વારા વ્યક્તિ ધ્યેય સિદ્ધિ અને સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા જાળવી શકે છે, મર્યાદિત સાધનોનો સહકારથી ઉપયોગ કરી શકે છે, મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ જન્માવી શકે છે તથા સહકારથી કાર્ય કરવાની કોઈપણ તકને ઝડપી શકે છે.

આ પરથી સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિની લાક્ષણિકતા આ મુજબ દર્શાવી શકાય.

૧. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ ધ્યેય સિદ્ધિ અને સંબંધોની જાળવણી વચ્ચે સમતુલા જાળવી શકે છે.
૨. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ મર્યાદિત સાધનોનો સહકારથી ઉપયોગ કરી શકે છે.
૩. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ મિત્રતાભર્યું વાતાવરણ જન્માવી શકે છે.
૪. સહકારની ક્ષમતા ધરાવતી વ્યક્તિ સહકારથી કાર્ય કરવાની કોઈપણ તકને ઝડપી શકે છે.

૪.૦ સહકારની ક્ષમતા વિકાસના ઉપાયો

દિવસ દરમિયાન વ્યક્તિ જે કાર્ય કરવાની હોય છે કે જે ધ્યેય સિદ્ધ કરવાની હોય છે, તેમાં અન્ય વ્યક્તિના સહકારની જરૂર પડે છે. ઉપરાંત અન્ય વ્યક્તિઓને પણ તેના કાર્યમાં તમારા સહકારની જરૂરિયાત હોય છે. આવા સમયે તમારામાં સહકારની ક્ષમતાનો વિકાસ થાય તે જરૂરી છે. અહીં સહકારની ક્ષમતા વિકાસના કેટલાક ઉપાયો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે.

૧. વ્યક્તિ જે ધ્યેય સિદ્ધ કરવા માંગે છે એ ધ્યેય સિદ્ધિને લીધે તેના અન્ય સાથેના સંબંધોમાં ઓટ ન આવે તે ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ. વ્યક્તિના ધ્યેય સિદ્ધિના કારણે તેની સાથે સંબંધિત અન્ય વ્યક્તિને નુકશાન ન થાય એ માટે પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
૨. પોતાના કાર્ય સાથે સંબંધિત ક્યા ક્યા પ્રકારના સંસાધનો, ક્ષમતા કે કૌશલ્યો પોતે ધરાવે છે તે વિચારવું જોઈએ. પોતાના સિવાય આ સંસાધનો, ક્ષમતા કે કૌશલ્યો અન્યને ઉપયોગમાં આપી શકાય તેમ છે કે કેમ ? તે વિચારવું જોઈએ અને તેમને ઉપયોગી થવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
૩. આસપાસના સમાજમાં જે સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક જણાય તો તે તાત્કાલિક ઝડપી લેવી જોઈએ.

૫.૦ સારાંશ

વ્યક્તિગત મર્યાદા ઉપરાંત મર્યાદિત સાધનો સામે અમર્યાદિત જરૂરીયાતોને લીધે અત્યારના સમયમાં કોઈપણ કાર્ય સહકાર વગર શક્ય નથી. પોતાના કુટુંબ, વ્યવસાય, શિક્ષણ કે સમાજ દરેક ક્ષેત્રમાં સહકાર જરૂરી છે. સંબંધોની જાળવણી માટે, ધ્યેય સિદ્ધિ માટે, મર્યાદિત સાધનો દ્વારા અમર્યાદિત જરૂરિયાતો સંતોષવા માટે અને મિત્રતાભર્યું વાતાવરણનું નિર્માણ કરી સંબંધો વિકસાવવા માટે સહકાર ખૂબ જ જરૂરી છે. ધ્યેય સિદ્ધિને લીધે અન્ય સાથેના સંબંધમાં ઓટ ન આવે તેની કાળજી રાખી, પોતાની પાસેના સાધનો અન્યને ઉપયોગમાં આપી, મિત્રતાભર્યા વાતાવરણનું નિર્માણ કરી તથા સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની કોઈપણ તકને ઝડપી લઈ વ્યક્તિ પોતાનામાં સહકારની ક્ષમતા વિકસાવી શકે છે.

૬.૦ પ્રવૃત્તિઓ

સહકારની ક્ષમતાનો તમારામાં વિકાસ થાય એ માટે આ ક્ષમતા વિકાસ માટેના ઉપાયોને અનુરૂપ કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અહીં રજૂ કરવામાં આવી છે.

૧. તમે જે ધ્યેય સિદ્ધ કરવા માંગો છો તેની નોંધ પાછળ આપવામાં આવેલ સહકાર નોંધપત્રક-૧ માં ધ્યેય સિદ્ધિના ખાનામાં કરો. આ ધ્યેય સિદ્ધિને લીધે અન્ય વ્યક્તિને નુકશાન કે તેની સાથેના સંબંધમાં ઓટ આવી શકે તેમ હોય તો તેની નોંધ અન્ય સાથેના સંબંધમાં ઓટના ખાનામાં કરો. આ નુકશાન ન થાય અને સંબંધોની જાળવણી થાય તે માટે તમે કરેલ પ્રયત્નોની નોંધ સંબંધ જાળવણીના પ્રયત્નોના ખાનામાં કરો.
૨. તમે કયા કયા પ્રકારના સંસાધનો, ક્ષમતા કે કૌશલ્યો ધરાવો છો કે જેનો ઉપયોગ અન્ય પણ કરી શકે તે વિચારી તેની નોંધ પાછળ આપેલ સહકાર નોંધપત્રક-૨માં સંસાધન / ક્ષમતાના ખાનામાં કરો. આ ક્ષમતા કે સંસાધનો અન્ય ઉપયોગ કરી શકે તે માટે તમે કરેલ પ્રયત્નની નોંધ સંસાધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગના ખાનામાં કરો.
૩. તમારા વ્યવસાય કુટુંબ કે અન્ય જગ્યાએ સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની કોઈપણ તક રહેલી હોય તો તેની નોંધ પાછળ આપેલ સહકાર નોંધપત્રક-૩માં સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તકના ખાનામાં કરો. આ તકને ઝડપવા માટે તમે કરેલ પ્રયત્નોની નોંધ તકને ઝડપવાના પ્રયત્નોના ખાનામાં કરો.

૭.૦ સહકાર નોંધપત્રક-૧

ધ્યેય સિદ્ધિ	અન્ય સાથેના સંબંધમાં ઓટ	સંબંધ જાળવણીના પ્રયત્નો

સહકાર નોંધપત્રક-૨

સંસાધન / ક્ષમતા	સંસાધનોનો સહકારયુક્ત ઉપયોગ

સહકાર નોંધપત્રક-૩

સહકારયુક્ત કાર્ય કરવાની તક	તકને ઝડપવાના પ્રયત્નો