AD EDUXIAN JOURNAL
A Quarterly Multidisciplinary Blind Peer Reviewed & Refereed, Open Acces & Google Scholar Indexed International E- Journal
Vol (1&2), Issue (3), Nov -Jan 2024-25 E-ISSN: 3048-9751

उच्च शिक्षा एवं जीवन कौशल

Higher Education and Life Skills

वन्दना चौधरी*
पी-एच०डी० शोधार्थी
शिक्षाशास्त्र विभाग,लखनऊ विश्वविद्यालय,लखनऊ
प्रोफ़ेसर राशिदा खातून**
विभागाध्यक्ष (बी०एड०विभाग)
नवयुग कन्या महाविद्यालय,लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ

सारांश

वर्तमान समय में उच्च शिक्षा सैद्धांतिक ज्ञान से आगे बढ़कर विद्यार्थियों की सफलता के लिए महत्वपूर्ण तत्व के रूप में जीवन कौशल को भी अपना रही है। प्रस्तुत शोध पत्र उच्च शिक्षा के क्षेत्र में जीवन कौशलों के बढ़तेप्रभाव की जांच करता है। साथ ही उच्च शिक्षा में जीवन कौशलों की भूमिका, महत्व, उनके लाभ एवं इनके एकीकरण के संभावित तरीकों का विश्लेषण करता है। जीवन कौशल एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं, जो विद्यार्थियों को न केवल शैक्षणिक सफलता के लिए बल्कि जीवन की चुनौतियों से निपटने और बेहतर जीवन जीने के लिए भी तैयार करते हैं। प्रस्तुत शोध पत्र में कुछ शोध प्रश्नों की चर्चा की जाएंगी जो इस प्रकार हैं: जीवन कौशल क्या हैं, उच्च शिक्षा में जीवन कौशल की क्या भूमिका है, इक्कीसवीं शताब्दी के कौशलों में जीवन कौशल क्या हैं, उच्च शिक्षा में जीवन कौशलों का क्या महत्व है,उच्च शिक्षा पाठ्यक्रम में जीवन कौशलों को किस प्रकार एकीकृत किया जा सकता है?शिक्षा की विकसित प्रकृति और वर्तमान रोजगार बाजारकी बढ़ती मांगों को देखते हुए उच्च शिक्षा में जीवन कौशल की भूमिका और महत्व का अध्ययन करना अति आवश्यक है। जीवन कौशल मेंउन सभी आवश्यक दक्षताओं का विस्तृत समावेशन हैं जो व्यक्तिगत और व्यावसायिक दोनों प्रकार के वातावरण में अनुकूलन और विकास के लिए आवश्यक होते हैं। ये कौशल आत्म-जागरूकता को बढ़ावा देने, भावनाओं के प्रबंधन में और प्रभावी अंतर्वैयक्तिक संबंधों को विकसित करने के लिए आवश्यक हैं।

मुख्य शब्द : जीवन कौशल, उच्च शिक्षा, इक्कीसवीं शताब्दी कौशल, पाठ्यक्रम एकीकरण

प्रस्तावना

आज के प्रगतिशील युग में उच्च शिक्षा केवल सैद्धांतिक ज्ञान तक सीमित न होकर कहीं आगे तक विस्तारित है।जैसे-जैसे वैश्वीकरण और तकनीकी विकास हो रहा है वैसे-वैसे उन व्यक्तियों की मांग में तेजी से वृद्धि हो रही है जिनके पास शैक्षणिक विशेषज्ञता और व्यावहारिक जीवन कौशल का संयोजन है। इसलिएवर्तमान में जीवन कौशलउच्च शिक्षा का एक महत्वपूर्ण हिस्साबन गए हैं। जीवन कौशल विद्यार्थियों के सामाजिक, भावनात्मक और संज्ञानात्मक विकास को बढ़ाकर, उनको जीवन में विभिन्न चुनौतियों से निपटने के लिए आवश्यक दक्षताओं में निपुण बनाकर उच्च शिक्षा में अहम भूमिका निभाते हैं। इस प्रकार इन जीवन कौशलों को उच्च शिक्षा में एकीकृत करना न केवल सैद्धांतिक शिक्षा का एक पूरक पहलू है, बल्कि इक्कीसवीं शताब्दी की मांग हेतु विद्यार्थियों को तैयार करने में एक महत्वपूर्ण कारक भी है।

हाल के वर्षों में उच्च शिक्षा के परिदृश्य में विकास होने से इसमें जीवन कौशल के महत्व की मान्यता बढ़ रही है, जो विद्यार्थियों के लिए न केवल विषय-विशिष्ट विशेषज्ञता बल्कि जीवन कौशलों की महत्वपूर्ण आवश्यकता को भी पहचान रहा है।इसके अलावा ऑटोमेशन और आर्टफिशियल इन्टेलिजेन्स के आने से यहअवश्यक हो गया है कि विद्यार्थी ऐसे कौशल विकसित करें जो विशिष्ट रूप से मानवीय हों जैसे- रचनात्मकता, भावनात्मकता, बुद्धिमत्ता और अनुकूलनशीलता। इसीलिए नई शिक्षा नीति-2020 में भी शिक्षकों और शिक्षार्थियों के लिए जीवन कौशल शिक्षा पर विशेष रूप से ध्यान केंद्रित किया गया है।

प्रस्तुत शोध पत्र के माध्यम से उच्च शिक्षा में जीवन कौशल की भूमिका, महत्व और एकीकरण का विश्लेषण किया गया है। विशेष रूप से, इस शोधपत्र में उन आवश्यक जीवन कौशलों का अध्ययन किया जाएगा जिन्हें उच्च शिक्षा पाठ्यक्रम में एकीकृत किया जाना चाहिए और यह पता लगाया जाएगा कि उच्च शिक्षा संस्थान इन कौशलों को अपनी शिक्षण विधियों में कैसे शामिल कर सकते हैं। इसके अतिरिक्त,विद्यार्थियों के व्यक्तिगत और व्यावसायिक विकास हेतु उच्च शिक्षा में जीवन कौशल को एकीकृत करने के प्रभाव का भी अध्ययन किया जाएगा।वैश्विक परिप्रेक्ष्यों के समीक्षात्मक विश्लेषण के माध्यम से,यह शोध पत्रशैक्षणिक पाठ्यक्रम में जीवन कौशल के एकीकरण में आने वाली चुनौतियों को प्रकाश डालता है, साथ ही यह जानकारी प्रदान करना चाहता है कि कैसे संस्थान छात्रों को उनके व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में सफलता के लिए बेहतर ढंग से तैयार कर सकते हैं।

जीवन कौशल क्या है?

जीवन कौशल शब्द से तात्पर्य उन आवश्यक कौशलों से है जो जीवन के लिए आवश्यक हैं। जैसे- तैरना, ड्राइविंग, कंप्यूटर का उपयोग करना आदि लोगों के लिए उपयोगी जीवन कौशल हैं। अर्थात जीवन कौशल से तात्पर्य उन कौशलों से है जो जीवन की चुनौतियों का सामना करने के लिए आवश्यक होती है। ***विश्व स्वास्थ्य संगठन*** ने भी जीवन कौशलों को परिभाषित करते हुए कहा है,*"अनुकूलित और सकारात्मक व्यवहार की क्षमताएं जो व्यक्तियों को रोजमर्रा की जिंदगी की मांगों और चुनौतियों से प्रभावी ढंग से निपटने में सक्षम बनाती है।"* **यूनीसेफ** के अनुसार जीवन कौशल व्यवहार विकास की अवधारणा से संबंधित एक डिजाइन है जो ज्ञान, अभिवृत्ति और कौशल के मध्य संतुलन को दर्शातेहैं। यूनिसेफ की परिभाषा शोध साक्ष्यों पर आधारित है जिसके अनुसार यदि ज्ञान, दृष्टिकोण और कौशल आधारित योग्यता पर ध्यान नहीं दिया जाता है जो जोखिम व्यवहार में बदलाव की संभावना नहीं है। **डब्ल्यूएचओ**के

जीवन कौशल

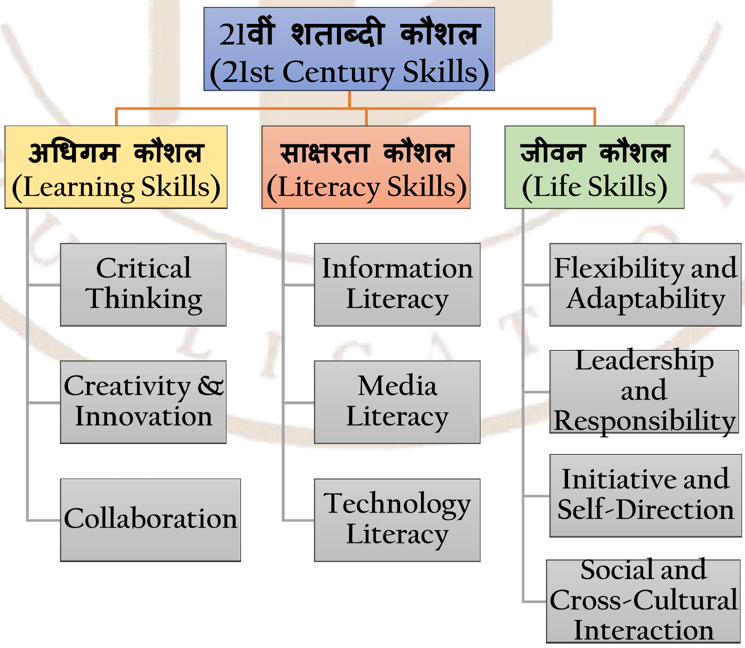
चिंतन कौशल	सामाजिक कौशल	संवेगात्मक कौशल
• समालोचनात्मक चिंतन • समस्या समाधान • निर्णय लेना • रचनात्मकता	• संचार • समानुभूति • आत्म जागरूकता • अंतरवैयक्तिक संबंध	• तनाव का प्रबंधन करना • संवेग का प्रबंधन करना

द्वारा वर्ष 1999 में हमारी जीवनशैली, संस्कृति, विश्वास, आयु और भौगोलिक क्षेत्र के अनुरूप जीवन कौशल के छः क्षेत्रों- संचार और अंतरवैयक्तिक कौशल, निर्णय लेना और समस्या समाधान, आत्म-जागरूकता और समानुभूति, दृढ़ता और समभाव या आत्म-नियंत्रण, लचीलापन और समस्याओं से निपटने की क्षमताकी पहचान गई ।इस प्रकार अलग-अलग लोगों ने विभिन्न प्रकार के जीवन कौशलों के बारे में बताया है। समस्या समाधान, समालोचनात्मक चिंतन, संचार कौशल, निर्णय लेना, सृजनात्मक चिंतन अंतरवैयक्तिक संबंध कौशल, आत्म-जागरूकता, समानुभूति, तनाव प्रबंधन तकनीकी, ये सभी जीवन कौशल के उदाहरण हैं । **यूनीसेफ, यूनेस्को, डब्ल्यूएचओ** ने दस कोर जीवन कौशलों की सूची प्रदान की है, जिनको तीन विस्तृत श्रेणियों में वर्गीकृत किया है:

AD EDUXIAN JOURNAL
A Quarterly Multidisciplinary Blind Peer Reviewed & Refereed, Open Acces & Google Scholar Indexed International E- Journal
Vol (1&2), Issue (3), Nov -Jan 2024-25 E-ISSN: 3048-9751

जीवन कौशल और 21वीं शताब्दी कौशल

जीवन कौशल और इक्कीसवीं शताब्दी कौशल एक दूसरे से घनिष्ठ रूप से जुड़े हुए हैं। जीवन कौशल वे बुनियादी क्षमताएं हैं जो हमें जीवन में सफल होने के लिए आवश्यक हैं, जबकि इक्कीसवीं शताब्दी कौशल वे आवश्यक कौशल हैं जो आज के युवाओं को सफल होने और उत्पादक जीवन जीने के लिए आवश्यक हैं। सकारात्मक और अनुकूल तरीके से व्यवहार करने की क्षमता जो लोगों को दैनिक जीवन की मांगों और बाधाओं को सफलतापूर्वक पार करने में मदद करती है, उसे जीवन कौशल के रूप में जानाजाता है।(डब्ल्यूएचओ) इस प्रकार इक्कीसवीं शताब्दी कौशल में वे कौशल आते हैं जो इक्कीसवीं सदी की दुनिया की चुनौतियों का सामना करने में किसी व्यक्ति को सक्षम बनाने के लिए आवश्यक हैं जो विश्व स्तर पर सक्रिय होने के साथ-साथ डिजिटल रूप से परिवर्तनशील है और सहयोगात्मक रूप से आगे बढ़ रही है । इक्कीसवीं शताब्दी कौशलों के अंतर्गत विभिन्न फ्रेमवर्क दिए गए है जिनके आधार पर इनकौशलों में वृहद रूप से तीन मुख्य कौशल सेट अर्थात 3L सम्मिलित होता है- **अधिगम कौशल, साक्षरता कौशल, जीवन कौशल**। इनके अनुसार जीवन कौशल वे आवश्यक कौशल हैं जो दैनिक जीवन को सफलतापूर्वक जीने के लिए आवश्यक हैं। इनमें लचीलापन और अनुकूलन क्षमता,नेतृत्व और जिम्मेदारी,पहल और आत्म-निर्देशन, सामाजिक और अंतर-सांस्कृतिक संपर्क ये चार प्रकार के जीवन कौशल सम्मिलित होते हैं।



जीवन कौशल और उच्च शिक्षा

समकालीन उच्च शिक्षा मेंजीवन कौशल केमहत्व को स्वीकार किया गया है। जीवन कौशल उन कौशलों की एक विस्तृत श्रृंखला को संदर्भित करता है जिन्हें व्यक्तियों को अपने व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में विकसित करने की आवश्यकता होती है।चूँकि उच्च शिक्षा संस्थानविद्यार्थियोंको 21वीं सदी की चुनौतियों के लिए तैयार करने का प्रयासकर रहे हैं, इसलिए जीवन कौशल को पाठ्यक्रम में एकीकृत करना एक महत्वपूर्ण मुद्दा बन गया है। उच्च शिक्षा के संदर्भ में आवश्यक जीवन कौशल इस प्रकार हैं:

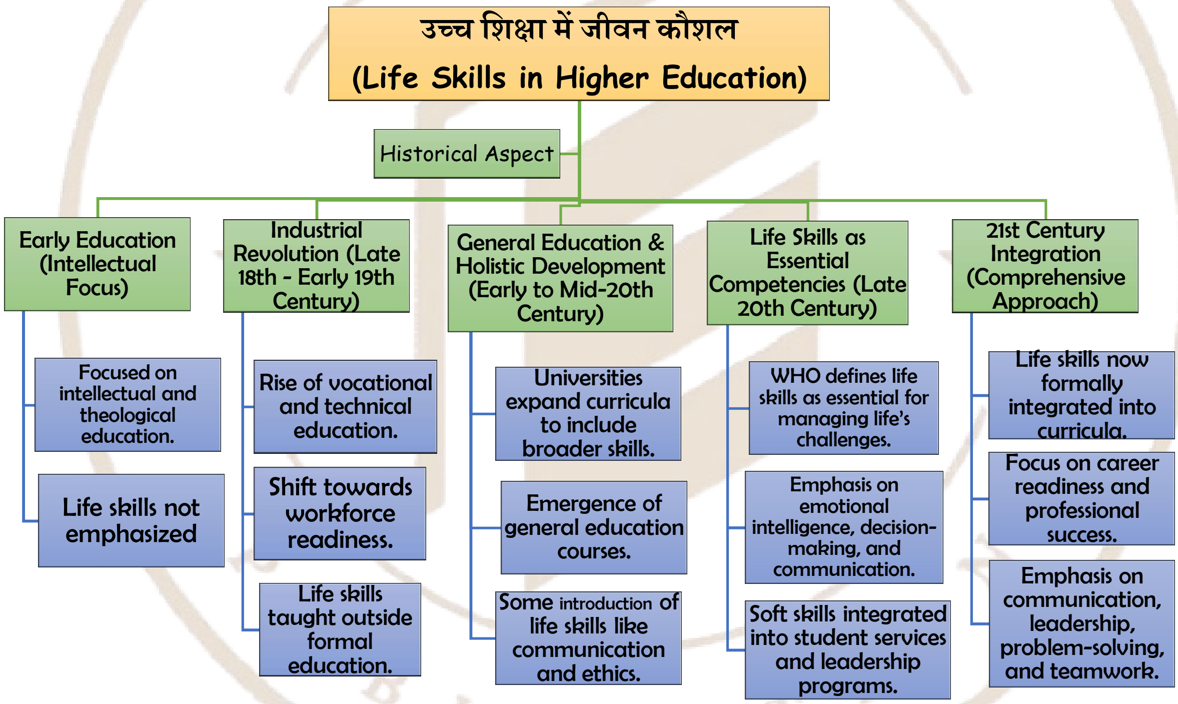
1. **समालोचनात्मक चिंतन और समस्या समाधान कौशल**
   - समालोचनात्मक चिंतन-जानकारी का विश्लेषण और मूल्यांकन करना, पूर्वाग्रहों की पहचान करना।
   - समस्या समाधान: समाधान ढूँढना और लागू करना, तार्किक तर्क लागू करना।
2. **संचार कौशल**
   - मौखिक संचार: चर्चाओं और प्रस्तुतियों के माध्यम से विचारों को स्पष्ट रूप से व्यक्त करना।
   - लिखित संचार: शोध पत्र, निबंध और रिपोर्ट प्रभावी ढंग से लिखना।
   - गैर-मौखिक संचार: सांकेतिक भाषा, चेहरे के भाव और हाव-भाव।
3. **नेतृत्व और टीमवर्क**
   - नेतृत्व: दूसरों को प्रेरित करना, पहल करना, समावेशी वातावरण बनाना।
   - टीमवर्क: दूसरों के साथ सहयोग करना, साझा लक्ष्यों की दिशा में काम करना, टीम की गतिशीलता को समझना।
4. **भावनात्मक बुद्धिमत्ता**
   - आत्म-जागरूकता: व्यक्तिगत भावनाओं और उनके प्रभाव को पहचानना।
   - स्व-नियमन: तनावपूर्ण स्थितियों में भावनाओं को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करना।
   - समानुभूति: दूसरों की भावनाओं को समझना और उनका जवाब देना।
   - संबंध प्रबंधन: सकारात्मक संबंध बनाना और बनाए रखना।
5. **समय प्रबंधन और संगठनात्मक कौशल**

Vol (1&2), Issue (3), Nov -Jan 2024-25 E-ISSN: 3048-9751

- समय प्रबंधन: कार्यों को प्राथमिकता देना, लक्ष्य निर्धारित करना, टालमटोल से बचना।
- संगठनात्मक कौशल: दिए गए कार्यों पर ध्यान देना, विभिन्न जिम्मेदारियों में संतुलन बनाए रखना।

उच्च शिक्षा में जीवन कौशलों का ऐतिहासिक परिप्रेक्ष्य

दुनिया भर में उच्च शिक्षा के संदर्भ में जीवन कौशल की अवधारणा का विकास शैक्षिक, सामाजिक और आर्थिक परिदृश्य के अनुरूप पिछली कुछ शताब्दियों में हुआ है। इस प्रकार प्राचीन कल से लेकर आधुनिक समय तक, जीवन कौशल को धीरे-धीरे औपचारिक शिक्षा



प्रणाली में एकीकृत किया गया है। विश्वविद्यालय के पाठ्यक्रम में इन कौशलों को

सम्मिलित करना बदलती सामाजिक आवश्यकताओं और शैक्षिक दर्शन को दर्शाता है। इस क्रमिक बदलाव को इस प्रकार प्रदर्शित कर सकते हैं:

उच्च शिक्षा में जीवन कौशल की भूमिका

उच्च शिक्षा के क्षेत्र में जीवन कौशल की बहुत महत्वपूर्ण भूमिका है। विद्यार्थियों के कौशल विकास को बढ़ाने से हमारे समाज की प्राथमिक नींव के रूप में उच्च शिक्षा की स्थिति में काफी वृद्धि हो सकती है। जीवन कौशल शिक्षा और प्रशिक्षण में मनोसामाजिक दक्षताओं और अंतरवैयक्तिक कौशलों को ध्यान में रखा जाता है क्योंकि ये विद्यार्थियों को बुद्धिमत्तापूर्ण निर्णय लेने, समस्याओं को हल करने, गंभीर और रचनात्मक तरीके से सोचने, स्पष्ट रूप से संवाद करने, स्वस्थ संबंध बनाने, दूसरों के साथ सहानुभूति रखने एवं अपने जीवन को स्वस्थ और उत्पादक तरीके से प्रबंधित करने का प्रयास करने की सुविधा प्रदान करते हैं। अध्ययनों से पता चला है कि जीवन कौशल शिक्षा को पाठ्यक्रम में एकीकृत करने से विद्यार्थियों के जीवन कौशल में काफी वृद्धि होती है, जो ऐसे हस्तक्षेपों की महत्वपूर्ण आवश्यकता को उजागर करता है (रवींद्रनाथ एट अल.,)। जीवन कौशल को आवश्यक क्षमताओं के रूप में परिभाषित किया गया है जो व्यक्तियों को शैक्षिक सेटिंग्स, घरों और समुदायों सहित विभिन्न वातावरणों में सफल होने में सक्षम बनाता है।

उच्च शिक्षा में जीवन कौशल का महत्व

उच्च शिक्षा विद्यार्थियों को जीवन में सफल होने के लिए आवश्यक जीवन कौशलों को विकसित करने में भी मदद करता है। उच्च शिक्षा में कुछ महत्वपूर्ण जीवन कौशल जैसे- समस्या समाधान,संचार, टीमवर्क, विश्लेषणात्मक सोच, सूचना साक्षरता, डिजिटल साक्षरता, लचीलापन, आत्म-अनुशासन और आत्म-जागरूकता आदि को विकसित किया जा सकता है। समालोचनात्मक चिंतन क्षमताओं को विकसित करने, पारस्परिक संबंधों में सुधार करने और विद्यार्थियों के बीच व्यवहार संबंधी मुद्दों को कम करने में कई अनुसंधान जीवन कौशल शिक्षा के महत्व पर जोर देते है। विद्यार्थियों की व्यक्तिगत और सामाजिक दक्षताओं को आकार देने के लिए विश्वविद्यालय पाठ्यक्रम में जीवन कौशल कार्यक्रमों को शामिल करना महत्वपूर्ण है। कई अध्ययन इस बात पर प्रकाश डालते हैं कि उच्च शिक्षा में जीवन कौशल का विकास शैक्षणिक और वास्तविक दुनिया की सेटिंग में विद्यार्थियों की सफलता के लिए

महत्वपूर्ण है (रोथमुंड)। जीवन कौशल विकसित करने से विद्यार्थियों की आत्म-प्रभावकारिता बढ़ती है, जिससे वे चुनौतियों का प्रभावी ढंग से प्रबंधन करने और उच्च शिक्षा के माध्यम से आगे बढ़ने में सक्षम होते हैं (नायर और फहिमिराद)। इसके अतिरिक्त, जीवन कौशल के साथ-साथ तकनीकी कौशल का संतुलित विकास विद्यार्थियों के भविष्य के व्यक्तिगत, सामाजिक और व्यावसायिक विकास के लिए आवश्यक है (रॉड्रिग्स एट अल.)। इस प्रकार उच्च शिक्षा पाठ्यक्रम में जीवन कौशल शिक्षा का एकीकरण विद्यार्थियों को वास्तविक दुनिया की माँगों के लिए तैयार करने में एक महत्वपूर्ण कदम है। ऐसा करके, शैक्षणिक संस्थान अपने विद्यार्थियों को कक्षा की दीवारों से परे सफलता के लिए तैयार करने के अपने दायित्व को पूरा करते हैं।

उच्च शिक्षा पाठ्यक्रम में जीवन कौशल का एकीकरण

यह उच्च शिक्षा संस्थानों की जिम्मेदारी है कि वे अपने विद्यार्थियों को स्कूल के बाहर की दुनिया के लिए पर्याप्त रूप से तैयार करें। ऐसा करके, वे विद्यार्थियों को एक सर्वांगीण व्यक्ति बनने में मदद कर सकते हैं जो आगे आने वाली चुनौतियों का सामना करने के लिए बेहतर ढंग से तैयारहोते हैं।1990 के दशक में भारत के आर्थिक उदारीकरण ने नए कौशलों की आवश्यकता को जन्म दिया, जिसमें “सॉफ्ट स्किल्स” या जीवन कौशल शामिल थे। परिणामस्वरूप कुछ शैक्षणिक संस्थानों ने अपने कार्यक्रमों में नेतृत्व, संचार, टीमवर्क और नैतिक निर्णय लेना आदि कौशलों का प्रशिक्षण शामिल करना शुरू किया।वर्तमान समय में, जीवन कौशल कई स्नातक और स्नातकोत्तर कार्यक्रमों का एक अभिन्न अंग बन गए हैं। विभिन्न विश्वविद्यालय संचार, नेतृत्व, भावनात्मक बुद्धिमत्ता और वित्तीय साक्षरता जैसे कौशल पर केंद्रित पाठ्येतर गतिविधियों,छात्र क्लबों, कार्यशालाओं आदि के माध्यम सेऔपचारिक पाठ्यक्रम में जीवन कौशल को तीव्रता के साथ शामिल कर रहे हैं। इसके अतिरिक्त अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद (एआईसीटीई) और विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (यूजीसी) ने भी स्नातक और स्नातकोत्तर पाठ्यक्रमों में जीवन कौशल और व्यक्तित्व विकास पाठ्यक्रमों को शामिल करने के लिए दिशानिर्देश जारी किए हैं।

इस प्रकार उच्च शिक्षा संस्थानों के पाठ्यक्रमों में जीवन कौशल शिक्षा को शामिल करना अत्यंत महत्वपूर्ण हो गया है।जीवन कौशल शिक्षा को अपने शिक्षणशास्त्र में एकीकृत करके,

अध्यापक सीखने के वैश्विक परिदृश्य को फिर से परिभाषित और नया आकार दे सकते हैं। इस शैक्षणिक दृष्टिकोण में इंटरैक्टिव शिक्षण विधियां शामिल हैं जो पारंपरिक शैक्षणिक विषयों के साथ-साथ व्यावहारिक जीवन कौशल के महत्व पर प्रकाश डालती हैं। कुछ आवश्यक जीवन कौशल जिन्हें पाठ्यक्रम में एकीकृत किया जा सकता है:

- पारस्परिक कौशल,
- शैक्षणिक और अनुसंधान कौशल,
- विश्वविद्यालय और कैरियर कौशल,
- वित्तीय जागरूकता और प्रबंधन

अध्यापकविद्यार्थियों को कार्यात्मक जीवन कौशल की समझ की पुष्टि करने में मदद करने के लिए दैनिक चेक-इन प्रोटोकॉल स्थापित कर सकते हैं, जिसे पाठ योजनाओं में शामिल किया जा सकता है। कार्यक्रम के हिस्से के रूप में विद्यार्थियों को तर्क, मूल्यांकन और आलोचना जैसे उच्च-स्तरीय चिंतन कौशल से संबंधित रणनीतियों की पेशकश भी की जा सकती है। जीवन कौशल शिक्षा को पाठ्यक्रम में शामिल करने से विद्यार्थियों को क्लासिक मुख्य विषयों को सीखने में बाधा नहीं आएगी; साथ ही, यहविद्यार्थियों को उनके व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में सफलता में सहायता करेगा। शिक्षा के प्रति यह दृष्टिकोण विद्यार्थियों को अधिक पूर्ण और व्यापक शैक्षणिक अनुभव प्रदान करेगा जो केवल शैक्षणिक विषयों तक ही सीमित नहीं है बल्कि इसमें नैतिकता, नेतृत्व, तर्कसंगतता, बहुमुखी प्रतिभा, व्यक्तिगत जवाबदेही और आत्मनिर्णय जैसे आवश्यक जीवन कौशल भी शामिल हैं। इस प्रकार जीवन कौशल शिक्षा को उच्च शिक्षा पाठ्यक्रम में एकीकृत करने से, विद्यार्थी अपने जीवन के सभी पहलुओं में सफलता के लिए बेहतर ढंग से तैयार हो सकेंगे।

<u>उच्च शिक्षा में जीवन कौशल के एकीकरण में आने वाली चुनौतियाँ</u>

यद्यपि जीवन कौशल को विद्यार्थियों के विकास के लिए आवश्यक माना जाता है, इनको उच्च शिक्षा पाठ्यक्रम में एकीकृत करने में कई चुनौतियाँ आरही हैं।

- शैक्षणिक और व्यावसायिक कौशल पर अधिक बल देने के कारण पाठ्यक्रम में सीमित स्थान।
- मुख्य विषयों के साथ कौशल प्रशिक्षण को संतुलित करने में कठिनाई होती है।

- संसाधनों के संदर्भ में ग्रामीण और शहरी संस्थानों के मध्य असमानताएँ होतीहैं। इससे आवश्यक दक्षताओं के विकास में असमानता हो सकती है।
- जीवन कौशल सिखाने के लिए कोई सार्वभौमिक रूप से सहमत कार्यप्रणाली नहीं है, जिसके परिणामस्वरूप शिक्षा की गुणवत्ता और कार्यक्रमों की प्रभावशीलता में असंगतता हो सकती है।

जीवन कौशल के प्रभावी एकीकरण हेतु रणनीतियाँ

- पाठ्यक्रम सुधार:जीवन कौशल को सभी विषयों में वैकल्पिक रूप में ना रखकर मुख्य पाठ्यक्रम के अभिन्न अंग के रूप में शामिल करना चाहिए।
- तकनीकी का उपयोग: ऑनलाइन लर्निंग प्लेटफॉर्म और डिजिटल संसाधनों के द्वारा जीवन कौशल शिक्षा को प्रदान किया जा सकता है ।
- मोबाइल एप्लिकेशन, ई-लर्निंग प्लेटफ़ॉर्म और वर्चुअल वर्कशॉप आदि की सहायता से विद्यार्थी अपनी गति से जीवन कौशल का विकास कर सकते हैं।
- उद्योग के साथ सहयोग: विश्वविद्यालय को विभिन्न उद्योगों के साथ साझेदारी करनी चाहिए जिससे विद्यार्थी को कार्यबल में आवश्यक जीवन कौशल को समझने और विकसित करने का अवसर प्राप्त हो सके।

निष्कर्ष

निष्कर्ष रूप में कहा जा सकता है कि जीवन कौशल उच्च शिक्षा का अभिन्न अंग हैं क्योंकि वे विद्यार्थियों को शैक्षणिक, सामाजिक और व्यावसायिक रूप से आगे बढ़ने के लिए आवश्यक उपकरण प्रदान करते हैं। विश्वविद्यालय पाठ्यक्रम में जीवन कौशल शिक्षा को शामिल करके, संस्थान विद्यार्थियों को विविध वातावरण में सफलता के लिए बेहतर ढंग से तैयार कर सकते हैं और उन्हें आधुनिक दुनिया की चुनौतियों का सामना करने के लिए सशक्त बना सकते हैं।इक्कीसवीं सदी में सफलता हेतुविद्यार्थियों को आवश्यक योग्यताओं से लैस करने के लिए पारस्परिक कौशल, शैक्षणिक और अनुसंधान कौशल, विश्वविद्यालय और कैरियर कौशल, वित्तीय जागरूकता और प्रबंधन सहित जीवन कौशल शिक्षा का समावेश महत्वपूर्ण है।पाठ्यक्रमों में जीवन कौशल को एकीकृत करके, उच्च शिक्षा संस्थान विद्यार्थियों को व्यक्तिगत, व्यावसायिक और सामाजिक रूप से बढ़ने के लिए आवश्यक दक्षताओं से

परिपूर्ण कर सकते हैं। हालांकि, पाठ्यक्रम में जीवन कौशलों को एकीकृत करने में कई चुनौतियाँ हैं, परंतु लाभ कठिनाइयों की तुलना में कहीं अधिक हैं। अतः जीवन कौशल के एकीकरण की प्रभावशीलता को अधिकतम करने के लिए पाठ्यक्रम डिजाइन, मूल्यांकन पद्धति और संस्थागत समर्थन जैसी चुनौतियों का समाधान किया जाना चाहिए। उच्च शिक्षा विद्यार्थियों और समाज की बढ़ती हुई आवश्यकताओं के लिए प्रासंगिक और उत्तरदायी बनी रहे, ये सुनिश्चित करने के लिए निरंतर शोध, सहयोग और नवाचार आवश्यक हैं।

संदर्भ सूची

- https://www.unicef.org/azerbaijan/media/1541/file/basic%20life%20skills.pdf
- https://www.unodc.org/pdf/youthnet/action/message/escap_peers_07.pdf
- *Integrating life skills into academic and career counselling*. (n.d.) retrieved December 19, 2024, from hundred.org
- Jaglan, S., Rani, M., & Monika, M. (2022). A study of life skill among undergraduate students of b.p.s mahila vishwavidyalaya, khanpur kalan sonipat. International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation, 216-218. https://doi.org/10.54660/anfo.2022.3.4.7
- Jaganathan,Jayachithra,(2022) *Innovations in Higher Education through Life Skills*. (n.d.) retrieved March 19, 2024, from www.researchgate.net
- Kanade,Sneha,R.(2021). *Life Skills in Higher Education*.(n.d.) retrieved December 19, 2024, from www.linkedin.com
- Kawalekar, Jyoti S. (2017). The Value of Life Skills in Higher Education. *IOSR Journal of Research & Method in Education (IOSR-JRME)*, e-ISSN:2320–7388,p-ISSN:2320–737X Volume7(3), PP 43-46 www.iosrjournals.org
- Nair, P. K., &Fahimirad, M. (2019). A Qualitative Research Study on the Importance of Life Skills on Undergraduate Students' Personal and Social Competencies. *International Journal of Higher Education*, *8*(5), 71-83.retrieved from https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1226614.pdf
- Pathak, R. A.(2022) *Education and Life Skills*. Sankalp Publication. Retrieved from https://books.google.co.in/books?id=EnNrEAAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Prajapati, R., Sharma, B., & Sharma, D. (2016). Significance Of Life Skills Education. *Contemporary Issues in Education Research (CIER)*, *10*(1), 1–6. https://doi.org/10.19030/cier.v10i1.9875 Retrieved from https://www.clutejournals.com/index.php/CIER/article/view/9875/9972

- **P21. (2019).** Framework for 21st Century Learning. *Partnership for 21st Century Learning*.
- Ravindranath, S., Jacob, A., Talreja, V., & Bhat, S. (2022). Effectiveness of life skills intervention for children from disadvantaged backgrounds: insights form 4-year longitudinal study. Journal of Education, 204(1), 166-173. https://doi.org/10.1177/00220574221110477
- Rodrigues, A., Cerdeira, L., Machado-Taylor, M., & Alves, H. (2021). Technological skills in higher education—different needs and different uses. Education Sciences, 11(7), 326. https://doi.org/10.3390/educsci11070326
- Rothmund, I. (2020). Daring in dance–bachelor students in dance developing life skills for the 21st century. Nordic Journal of Dance, 11(2), 30-40. https://doi.org/10.2478/njd-2020-0011
- Scully, J. (2019). The Integration of Soft Skills into Higher Education: A Global Perspective. *International Journal of Educational Development, 32*(1), 78-89.