



શિક્ષક તરીકે અધ્યેતાની અધ્યયનની રીતો જાણો

વસાવા શૈલેષ બી.

(આસીસ્ટન્ટ પ્રોફેસર)

સત્યમ કોલેજ ઓફ એજ્યુકેશન, ઝાડેશ્વર, ભરૂચ

૧. પ્રસ્તાવના

વસંતની પ્રભાતે તમે જ્યારે બારણાંની બહાર કદમ માંડો, ત્યારે તમારી આસપાસનાં વાતાવરણમાંથી તમારું ધ્યાન શેના પર પડશે? શેરીમાં બારીઓ પાસે ખીલેલાં જાંબલી પુષ્પો પર કે પછી લોકોએ પહેરેલાં વસ્ત્રો પર? પહેલાં તમે સુર્યની ઉષ્માને મહેશુસ કરશો કે તમારાં વાળ-કપડાંને લહેરાવતી પવનની લહેરોને? સડક પર ભૂમો પાડતાં ફેરિયાને જોશો કે તમારો પાડોશી ગઈકાલે વાંચવા લીધેલું છાપું આપશે કે નહીં, તે વિચારતાં હશો? હકીકતમાં, તમે દૃશ્યો, સંવેદનાઓ કે આસપાસના અવાજોમાં ખોવાઈ જશો. આ યોગાનુયોગ નથી. સમગ્ર જીવન દરમિયાન સતત અધ્યયન કરતા રહેવા માટે આપણે બધી ઈન્દ્રિયોનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. તેમાં કેટલીક ઈન્દ્રિયોનો ઉપયોગ વધારે પ્રમાણમાં થતો હોય છે. આ કુદરતી પસંદગી આપણે કેવી રીતે (જોઈને, સાંભળીને કે અનુભવીને) શ્રેષ્ઠ રીતે અધ્યયન કરીએ છીએ, તે નક્કી કરે છે; સાથે સાથે આપણે કેટલું ઝડપથી અને શું શીખી શકીએ, તે પણ નક્કી કરે છે. અભ્યાસ તરફનો અધ્યેતાનો અભિગમ ઘડવામાં આ પસંદગી ઘણી વખત મદદ રુપ બનતી હોય છે.

વ્યક્તિ જ્યારે પરિસ્થિતિના સમાગમમાં આવે છે ત્યારે તેને પ્રતિવિચાર આવે છે. જે પ્રતિવિચારથી તેને સંતોષ થાય અને તે પોતાનો અર્થ સાધી શકે તે તેની શીખવાની ક્રિયા થઈ કહેવાય. ઘણા પ્રતિવિચારોમાંથી યોગ્ય, અનુકુળ અને સાચા પ્રતિવિચારને પસંદ કરીને તેનો વારંવાર ઉપયોગ કરવાથી અધ્યયની પ્રક્રિયા પૂરી થાય છે. દા.ત, સુરભિને ગણિતનો દાખલો ગણતાં અનેક પ્રતિચારો આવે છે, પણ તેનો સાચો જવાબ આવે, એવો પ્રતિચાર આવતાં સુરભિને સંતોષ થાય છે ને કહે છે કે 'મને દાખલો આવડ્યો.' અર્થાત તેણે દાખલો અધ્યયની પ્રક્રિયા પૂરી કરી.

પ્રાણીમાત્ર જીવંત પર્યંત અધ્યયની પ્રક્રિયા કર્યા જ કરે છે. પ્રાણી પ્રત્યયન અને ભૂલ દ્વારા અધ્યયન કરે છે, જ્યારે મનુષ્ય બુદ્ધિ અને વિચારશક્તિને કારણે તર્ક, આંતરસુઝ વગેરે દ્વારા પણ અધ્યયન કરે છે. ઉંમર અને વિકાસને કારણે પ્રતિવિચારો ઘટે છે અને સાચો પ્રતિવિચાર ઝડપી બને છે. અધ્યયન પ્રક્રિયામાં જ્ઞાન સંપાદન કરવું અને કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવું, આ બંનેનો સમાવેશ થાય છે. જ્ઞાન સંપાદન કરવામાં વ્યક્તિ છ તબક્કાઓમાંથી પસાર થાય છે. (૧) સંવેદના, (૨) અર્થઘટન, (૩) પ્રત્યક્ષજ્ઞાન, (૪) સાહચર્ય, (૫) તારવાણી અને (૬) ઉપયોગ.

એક દૃષ્ટાંત આપવાથી અધ્યયન-પ્રક્રિયા વધારે સ્પષ્ટ બનશે. દિવ્યાની સામે ટેબલ પર એક ફુલ મુકેલું છે. ફુલની પ્રતિમા દિવ્યાની આંખ દ્વારા તેના મગજમાં આવેલા બોધકેન્દ્ર પર પહોંચે છે. ત્યાં દિવ્યા પોતાના પુર્વાનુભવોની સહાયથી એ ફુલ કયા પ્રકારનું તેનું અર્થઘટન કરે છે. એટલે સંવેદના વત્તા અર્થઘટન બરોબર પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન થયું. (Sensation + interpretation = perception) આ પ્રત્યક્ષ જ્ઞાનનો અનુભવ એ જ જ્ઞાન છે. તેવી જ રીતે, ફુલની સુગંધ પણ દિવ્યાની ઘ્રાણેન્દ્રિય દ્વારા બોધકેન્દ્ર સુધી પહોંચશે, તેનું અર્થઘટન થતાં પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન થશે અને દિવ્યાને સમજશે કે એ ગુલાબનું ફુલ છે. સાથે શિક્ષકને એ ફુલ વિષે સમજ આપે તો તે પણ દિવ્યાની કર્ણેન્દ્રિય દ્વારા પ્રવેશી, જ્ઞાનમાં પરિણમશે. આમ અધ્યયન પ્રક્રિયાનો માર્ગ (Course) સતત ચાલ્યાં જ કરે છે અને પરિણામ નીપજતું રહે છે.

૨. અધ્યયની ત્રણ પધ્ધતિઓની સમજ

ઘણાંખરા લોકોમાં આવડત જન્મજાત હોય છે, પણ ખરું મહત્વ તેના ઉપયોગનું છે. પોતાની પૂરેપૂરી ક્ષમતાનો ઉપયોગ બધાં જ કરતા નથી. અલબત્ત, એ તો એવું જ માનતા હોય છે કે તેમણે સફળતા મેળવવા માટે તમામ ક્ષમતા વાપરી નાખી. અધ્યેતાની અવસ્થામાં આવડતની ખરી કસોટી થાય છે. આપણાંમાના ઘણાંખરા લોકો અધ્યેતાની અવસ્થામાં અધ્યયન માટે જાગેલા અભાવ કે તેમાં પડેલી મુશ્કેલી અંગે વિચારે, ત્યારે સમજાય છે કે એ વખતે આવડતનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ કદાચ થઈ શક્યો ન હતો. લેટલાક તેજસ્વી અધ્યેતાઓ મોટા થયા પછી સહકાર્યકરો કે ગ્રાહકો સાથે કામ કરવામાં થતી સમસ્યાઓને કારણે જિંદગીભર મામુલી નોકરી કરતા રહે છે. અધ્યેતાકાળમાં ઉત્તમ વક્તા હોય એવા કેટલાય લોકો લખવાની આવડતના અભાવે કોલેજમાં સફળ થઈ શકતા નથી. હાઈસ્કૂલમાં સ્મતવીર તરીકે જાણીતા ઘણા અધ્યેતાઓ આગળ જતાં અભ્યાસનો બોજો સહન કરી શકતા નથી. સદ્ભાગ્યે, આ સમસ્યાનો ઉપાય છે. અધ્યેતાને આવી હાલતથી બચાવવાનું આજનાં શિક્ષક માટે શક્ય બન્યું છે. આપણે જીવનભર આસપાસના વાતાવરણમાંથી તેમજ વિવિધ માહિતીનો ઉપયોગ કરીને નવું નવું અધ્યયન કરતા રહીએ છીએ. શિક્ષણશાસ્ત્રીઓ અધ્યયનની રીતોના ત્રણ પ્રકાર પાડે છે: જોઈને, સાંભળીને અને સ્પર્શ દ્વારા. મારી પાસે આવતાં બાળકોની અધ્યયની રીત પરથી મેં તેમના ત્રણ પ્રકાર પાડ્યા છે: જોઈને અધ્યયન કરનાર, સાંભળીને અધ્યયન કરનાર અને સ્પર્શ દ્વારા અધ્યયન કરનાર (ચંચળ).

૩. જોઈને અધ્યયન કરનાર અધ્યેતા

જોઈને અધ્યયન કરનારાઓ માહિતી ગ્રહણ કરતી વખતે દૃષ્ટી પર આધાર રાખે છે. કુદરતી રીતે જ તેઓ પરિચિત ચીજો તરફ આકર્ષાય છે અને આ ચીજોની દેખીતી વિગતો જેમ કે- ગતિ, રંગ, આકાર અને કદને યાદ રાખી લે છે. તેને પકડી લે છે. મોટાભાગના 'દૃષ્ટા'ના આંખ અને હાથ વચ્ચે સુંદર સંકલન હોય છે. એને કારણે એ લોકો જોયેલી વસ્તુમાંથી એ જે અધ્યયન કર્યું હોય તેને હાથની મદદથી તરત બતાવવા લાગે છે. હકીકતમાં બધા દૃષ્ટાઓ સુક્ષ્મ સ્નાયુકીય પ્રવૃત્તિઓમાં (દા.ત, આંખો, આંગળીઓ વગેરેમાં) પ્રવીણ હોય છે.

૪. સાંભળીને અધ્યયન કરનાર અધ્યેતા

સાંભળીને અધ્યયન કરનાર અધ્યેતા દૃષ્ટી કે સ્પર્શ કરતાં ધ્વની અને શબ્દોથી અધ્યયન પસંદ કરે છે. કાનનાં કંપનો બોલીનો રુપાંતરિત થતાં હોવાને કારણે 'શ્રોતાઓ' વહેલા બોલતાં થાય છે. એને મોટું શબ્દભંડોળ ધરાવે છે. 'સાંભળનારા' વર્ગનાં બાળકો સંગીત અને જાણીતા અવાજો વડે આસાનીથી શાંત થાય છે. અવાજની નકલ કરવામાં તેમને આનંદ આવે છે. આ વર્ગમાં બાળકો બાલમંદિરમાં હોય ત્યારે તેમને ગીતો અને જોડકણાં ગાવાં ખૂબ ગમે છે. પ્રાથમિક ધોરણોમાં તેમને મોટેથી વાંચવું ગમે છે. તેમને અપાયેલી સૂચનાઓનું તે આસાનીથી પાલન કરી શકે છે. આ બાળકો મોટા થાય ત્યારે તેમને ટેપેરકોર્ડર અને રેડિયો સાંભળવામાં આનંદ આવે છે. યાદ રાખવામાં એ પાવરધા હોય છે અને મોટેથી બોલવાનું હોય તેવી સ્મતો તેમને વધુ પસંદ પડે છે.

૫. સ્પર્શથી (ચંચળ) અધ્યયન કરનાર અધ્યેતા આ પ્રકારના અધ્યેતાઓ હાથનો સ્પર્શ અને હિલચાલ એમ બંનેનો ઉપયોગ કરે છે.

'ચંચળ' વર્ગનાં અધ્યેતા સ્પર્શ દ્વારા જે માહિતી મેળવે છે તે જ સમગ્ર સ્નાયુઓની હિલચાલમાં કાંડું, હાથ, પગ અને પંજના ઉપયોગ વડે વિશાળ સ્નાયુઓની પ્રવૃત્તિમાં થાય છે.

'ચંચળ' અધ્યેતાઓ મોટા થયા પછી ક્રિકેટ, કુટબોલ, સ્વીમિંગ, માર્શલ આર્ટ્સથી લઈને પર્યટન, કેમ્પિંગ, પાલતું પ્રાણીઓની સંભાળ જેવી પ્રવૃત્તિઓમાં આનંદ આવે છે.

૬. અધ્યેતાની અધ્યયની રીત ચકાસો

સૂચનો: તમને શ્રેષ્ઠ રીતે લાગુ પડતાં બધાં જ વિધાનો ચકાસો. પછી દરેક કોલમના પોઈન્ટનો સરવાળો કરી તેને સરખાવો. તમે જોશો કે, મોટેભાગે તમારા જવાબો, તમારી રીત પ્રમાણે અહીં આપેલી ત્રણ રીતમાંથી એક યા વધુમાં વધુ બે રીતમાં જ આવતાં હશે.

કુલ	દૃષ્ટા-----	સાંભળનારા-----	ચંચળ-----
-----	-------------	----------------	-----------

૬.૧ વાતચીત: અન્યો સાથે વાત કરતી વખતે...

દૃષ્ટા	સાંભળનારા	ચંચળ
[] હું ધ્યાન પૂર્વક વક્તાને જોઉં છું. માનું છું.	[] હું મારી જાતને સારો શ્રોતા હોઉં, તે વ્યક્તિને વારંવાર	[] જેની સાથે વાત કરતો સ્પર્શ કરું છું.
[] વાત કરવા કરતાં જોવાનું પસંદ કરી, હું શાંત રહેવાનું વલણ રાખું છું.	[] મને વાત કરવી ગમે છે અને હું ખુબ વાચાળ છું.	[] હું મારી જાતને શબ્દોથી નહીં, ચેષ્ટાઓથી અભિવ્યક્ત કરું છું.

૬.૨ નવરાશની પ્રવૃત્તિ અને શોખ : આરામના સમયમાં....

[] હું લ્યુડો, ચેસ, વેપારની રમત શબ્દરમત જેવી રમતો માણું છું	[] મને "પાસવર્ડ" જેવી બોલવાની અને સાંભળવાની રમત ગમે છે.	[] મને સક્રિય રહેવું ગમે અને રમતમાં ભાગ લેવામાં હું આનંદ માણું છું.
[] હું ક્લિમો અને ટેલીવિઝન માણું છું.	[] હું રેકોર્ડ, ટેપ્સ અને નવલકથા તેમજ કવિતાઓ વાંચું છું.	[] મને આઈસ હોકી, રેસ, ઘોડાની રેસની રમત, સોકરની ક્રિયાઓનું નિરીક્ષણ કરવું ગમે છે.

૬.૩ સ્નાયુકીય આવડત : મારા શરીર વિશે હું શું ધારું છું....

[] મારામાં સમગ્ર સ્નાયુકીય આવડત કરતાં સૂક્ષ્મ સ્નાયુકીય આવડત વધુ છે, મારા હાથથી હું સુંદર કામ કરી શકું છું.	[] મારામાં સારું સંકલન નથી.	[] હું ખુબ જ સંકલન ધરાવનારો છું.
[] હું દર્શક તરીકે રમતો જોવી પસંદ કરું છું.	[] હું રમતો અને ઘરબહારની પ્રવૃત્તિઓથી દૂર રહું છું.	[] કેમ્પીંગ, આરોહણ, ફીશીંગ જેવી ઘરબહારની પ્રવૃત્તિઓમાં હું આનંદ અનુભવું છું.

૬.૪ અનુભૂતી : લાગણીઓની રીતે...

[] હું થોડોક ખચકાટ અનુભવું છું અને મારી લાગણીઓ પ્રગટ કરતો નથી.	[] હું લાગણીઓને તત્કાળ શબ્દદેહ આપું છું અને તેની અનુભૂતી અંગે વાત કરું છું.	[] હું અધીરો અને આસાનીથી નિરાશ થવાનું વલણ રાખું છું. મારી લાગણીઓ પ્રત્યે હું સભાન છું, પણ તેને જાહેર કરવી જરૂરી નથી માનતો.
[] અન્યોના લાગણીશીલ ઊભરાઓથી હું મૂંઝાઉં છું.	[] અન્યોની લાગણી અને સમસ્યા પ્રત્યે હું સહાનુભૂતિ દર્શાવું છું અને હું સારો શ્રોતા છું.	[] હું આસાનીથી રડું છું અને હસું છું અને લાગણીમય ચડતી-પડતીની વચ્ચે વારંવાર ઝૂલું છું.

૬.૫ સ્મૃતિશક્તિ : યાદ કરતી વેળાએ...

[] જે વસ્તુ યાદ રાખવાની હોય તે હું લખી લઉં છું અને સંકેત	[] મારે જે યાદ રાખવાનું હોય તે હું મોટેથી બોલું	[] બોલાયેલા કે લખાયેલા શબ્દો કરતાં હું ક્રિયાઓ
--	---	--

સૂચવતા કાર્ડસની મદદ જરૂરી
ગણું છું.

[] હું માનસિક રીતે ચિત્રો પેદા
કરું છું.

છું.

[] હું મારી જાત સાથે વાત
કરું છું અને મોટેભાગે
મારા મનની અંદર
અવાજ સાંભળું છું.

યાદ રાખું છું.

[] હું આપોઆપ જ દૃશ્યની
પ્રતિકૃતિઓ પેદા કરી
શકતો નથી અને હકીકતો
યાદ રાખવામાં મુશ્કેલી
અનુભવું છું.

૬.૬ . કામ અંગે : મારા કામ પર...

[] મારે ખૂબ જ જગા જોઈએ,
અને અન્યોની બહુ નજીક
બેસવું કે ઊભા રહેવું મને
પસંદ નથી. હું એકલો વધુ
સારું કામ કરી શકું છું.

[] પ્રોજેક્ટ પર મારા કામને
ચકાસવા હું ફ્લો ચાર્ટનો
ઉપયોગ કરું છું.

[] હું અન્યોની સંગતમાં
ખીલું છું, એકલો કામ
કરવું પસંદ નથી અને
મારા વિચારો બીજાને
આપવા ગમે.

[] કામ કરતી વખતે હું
જાત સાથે વાત કરું છું.

[] મને અન્યોની સાથે વાત કરવી
જરૂરી લાગતી નથી, પણ સાથે
રહેવું ગમે. હું બીજા સાથે કામ
કરવામાં આનંદ લઉં છું.

[] સમયની અવધિમાં કામ પૂરું
કરવામાં મને મુશ્કેલી પડે છે.

આમ આ લેખમાં માહિતી તમને જોનાર, સાંભળનારા અને ચંચળ પ્રકારના અધ્યેતાથી પરિચિત થયા. છેલ્લે આપેલો કોઠો (અધ્યેતાની અધ્યયનની રીત ચકાસો) તમારી પોતાની અધ્યયનની રીત નક્કી કરવામાં મદદ રુપ થશે. આ રીત તમારા જીવનમાં કેવી રીતે વાણાઈ ગઈ છે, એનો તમને અહેસાસ થશે. તમારા અધ્યેતાની અધ્યયનની પદ્ધતિ કરતાં એ કેટલી અલગ કે સરખી છે, એ પણ તમે જાણી શકશો.