



सफलता की कहानियां

राजस्थान स्कूल नेतृत्व अकादमी, (आरएसएलए), जयपुर

राज्य शैक्षिक प्रबंधन एवं प्रशिक्षण संस्थान (सीमेट), राजस्थान

भावनात्मक शिक्षा से सशक्त विद्यार्थी: घंडावा की कहानी

राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, घंडावा, जिला झुंझुनूं में प्रधानाचार्या श्रीमती सुषिला गरवा द्वारा सामाजिक, भावनात्मक एवं नैतिक शिक्षण (SEEL) को विद्यालय संस्कृति का अभिन्न अंग बनाने की एक सराहनीय पहल की गई। 10-दिवसीय नेतृत्व प्रशिक्षण पूर्ण करने के बाद उन्होंने यह अनुभव किया कि विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति के साथ-साथ भावनात्मक संतुलन, कृतज्ञता और नैतिक मूल्यों का विकास भी अत्यंत आवश्यक है। इसी सोच के साथ विद्यालय में SEEL आधारित हस्तक्षेपों की शुरुआत की गई। प्रमुख पहल के रूप में “ट्रैटिट्यूड बॉक्स (कृतज्ञता पेटिका)” और “इमोशन ट्री (भावना वृक्ष)” स्थापित किए गए, जहाँ विद्यार्थी अपनी खुशी, आभार, सकारात्मक अनुभव और भावनाएँ लिखकर साझा करने लगे। इन गतिविधियों को प्रार्थना सभा, कक्षा संवाद और साप्ताहिक सत्रों से जोड़ा गया, जिससे भावनात्मक अभिव्यक्ति को नियमित अभ्यास का रूप मिला।

विद्यालय में भावनात्मक कल्याण सत्र आयोजित किए गए, जिनमें विद्यार्थियों को भावनाओं की पहचान, तनाव प्रबंधन, आत्म-जागरूकता और स्वस्थ अभिव्यक्ति के सरल अभ्यास कराए गए। साथ ही शिक्षकों को मार्गदर्शन दिया गया कि वे कक्षा में सहानुभूति, सक्रिय सुनवाई और माइंडफुलनेस को अपनाते हुए एक सुरक्षित व सहयोगी वातावरण बनाएं। विद्यार्थियों ने जर्नल लेखन, समूह चर्चा और आत्म-मंथन गतिविधियों के माध्यम से अपने अनुभव साझा किए, जिससे खुलापन और आत्मविश्वास बढ़ा। क्रियान्वयन के दौरान यह स्पष्ट हुआ कि विद्यार्थियों की भावनात्मक जागरूकता में उल्लेखनीय वृद्धि हुई, शिक्षक-विद्यार्थी संबंध अधिक भरोसेमंद बने और विद्यालय का समग्र वातावरण सकारात्मक हुआ। “ट्रैटिट्यूड बॉक्स” और “इमोशन ट्री” विद्यालय की पहचान बन गए, जिनसे कृतज्ञता, करुणा और सामूहिक आनंद की संस्कृति विकसित हुई।

यद्यपि प्रारंभ में कुछ शिक्षकों व विद्यार्थियों में झिझक और समय प्रबंधन की चुनौतियाँ रहीं, पर निरंतर प्रोत्साहन, समय-सारिणी में समावेशन और नेतृत्व के उदाहरण से सहभागिता स्थायी हुई। अभिभावकों को भी संवाद सत्रों के माध्यम से जोड़ा गया, जिससे घर-विद्यालय समन्वय मजबूत हुआ। परिणामस्वरूप विद्यार्थियों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता, तनाव से निपटने की क्षमता और सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार में सुधार देखा गया। प्रधानाचार्या सुषिला गरवा और शिक्षकों के अनुसार, सिद्ध किया कि जब भावनात्मक कल्याण को शिक्षा के केंद्र में रखा जाता है, तब सीखना अधिक अर्थपूर्ण, सुरक्षित और टिकाऊ बनता है।

