

# ६ संघर्ष मिटाना

दोनों पक्षों का हित साध्य करना

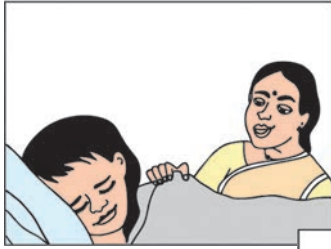


## उद्देश्य :

- (१) संघर्ष अर्थात क्या? इस बात को स्वयं के शब्दों में समझा देना।
- (२) प्रश्न का स्वरूप देखकर संघर्षों को सुलझाने की पद्धति को सही तरीके से चुनने आना और उसका स्पष्टीकरण देना।
- (३) समयव्यस्क लोगों का दबाव अथवा तनाव अर्थात क्या? उसके प्रकार कौन-से है? इसे अपने शब्दों में समझाने आना।
- (४) पाठ में दी हुई मार्गदर्शक रूपरेखा का प्रयोग करके दैनिक जीवन के संघर्ष, दोनों पक्षों का हित देखकर हल करने आना।

पहले प्रकरण में हमने सीखा है कि हर एक व्यक्ति अलग होता है और हर एक की क्षमता भी अलग-अलग होती है। जिस प्रकार अपने हाथ की पूरी कार्यक्षमता का प्रयोग करने के लिए पाँचों उँगलियों की आवश्यकता होती है, उसी प्रकार हर व्यक्ति की विशेषता को पोषित करने पर ही हम एकत्रित होकर समाज की तरक्की कर सकते हैं और खुश रह सकते हैं। दैनिक जीवन में हमें अपने दोस्त-सहेलियाँ, रिश्तेदार, गुरुजन, पड़ोसी आदि खुश तथा संतोषपूर्ण जीवन जीने के लिए मदद करते हैं। अनेक बार हम अपने काम में इतना व्यस्त होते हैं कि किसी के द्वारा हमपर किए हुए एहसानों का हमें बिल्कुल पता नहीं होता है।

जैसे : -



माँ रोज  
विद्यालय  
जाने के  
लिए उठाती  
हैं।



सहेली उसकी  
रुचि का  
चॉकलेट आपके  
साथ बाँटकर  
खाती है।



पंछियों की आवाज सुनकर  
आप खुश होते हैं।



अध्यापक आपके काम  
की प्रशंसा करते हैं।

## चलो खेल खेलें



सभी विद्यार्थी अपनी आँखें बंद करें। पूरे दिन में उनके लिए जिन लोगों ने छोटे-से-छोटा काम किया उनके प्रति आभार व्यक्त करने है। इसके लिए एक मिनट का समय देना।

कभी-कभी लोगों से अलग-अलग कारणों के लिए मतभेद हो जाते हैं। जब अपने मन के अनुसार बातें नहीं होती हैं तब हम नाराज हो जाते हैं। कभी-कभी झगड़ा हो जाता है, कभी-कभी कुछ लोगों का अपमान होता है। ऐसी स्थिति को संघर्षात्मक परिस्थिति कहा जाता है।

विद्यार्थियों से यह पूछें कि आभार मानने पर कैसा लगा? संतोष हुआ क्या? कारण बताएँ। वर्षभर बीच-बीच में यह उपक्रम करें।

### १. संघर्ष कब निर्माण होता है?

जब किसी व्यक्ति या समूह को, दूसरे किसी व्यक्ति अथवा समूह से भिन्न चीज की जरूरत होती है। पर एक समय में सिर्फ किसी एक ही व्यक्ति के मन के अनुसार बात हो सकती हैं। ऐसी स्थिति को संघर्षात्मक स्थिति अथवा संघर्ष निर्माण होना कहा जाता है। नीचे कुछ प्रसंग दिए हैं, आपकी दृष्टि से उनमें से कौन-सी स्थितियाँ संघर्षात्मक हैं और कौन-सी नहीं, 'हाँ' या 'ना' में लिखकर स्पष्ट करें।

- (१) किसी नई फिल्म का एखादा गाना आप पसंद करते हैं लेकिन आपके दोस्त/सहेली नहीं पसंद करते।
- (२) आपकी माँ का कहना है कि रात को खाने से पहले ही अपना गृहकार्य पूरा करें लेकिन आपको उस समय खेलना होता है।
- (३) आप क्रिकेट खेलना पसंद करते हैं लेकिन आपके दोस्त/सहेली फूटबॉल खेलना पसंद करते हैं।
- (४) आपको मोटरसाइकिल खरीदनी है लेकिन तुम्हारे अभिभावक उसके लिए राजी नहीं हैं। उनके मतानुसार पूरी शिक्षा खत्म होने के बाद खरीदना उचित है।



प्रत्येक घटना पर चर्चा करें। विद्यार्थियों को समझा देना है कि दूसरा और चौथा प्रसंग संघर्षात्मक है। क्योंकि पढ़ाई तथा खेलना दोनों क्रियाएँ साथ नहीं हो सकती। उसी प्रकार मोटरसाइकिल खरीदना अथवा ना लेना एक ही समय संभव नहीं है। मोटरसाइकिल चलाने के लिए वाहन परवाना जरूरी होता है। प्रसंग पहला तथा तीसरा संघर्षात्मक नहीं है। उसमें सिर्फ मतभेद हैं। एक ही समय दोनों के मत और रुचि अलग-अलग हो सकते हैं।

निम्नांकित कौन-से रिश्ते में संघर्ष नहीं होगा यह पहचान लीजिए।



अभिभावक तथा  
बेटा/बेटी



माता-पिता



भाई-बहन/भाई-भाई  
बहन-बहन



मालिक और नौकर



दो मित्र/सहेलियाँ



दो अपरिचित व्यक्ति



शिक्षक और विद्यार्थी

हर रिश्तों के संदर्भ में चर्चा करें। विद्यार्थियों से पूछिए कि इनमें से कौन-से रिश्तों में कभी भी संघर्ष नहीं होगा, ऐसा आपको लगता है?

दिए गए उत्तरों की चर्चा करें और संघर्ष का कारण समझ लीजिए। संघर्ष और मतभिन्नता ये दोनों अलग-अलग बातें हैं इसे स्पष्ट करें।

**ध्यान देने वाली बातें**

हर रिश्ते में मतभेद हो सकते हैं। लेकिन ऐसे प्रसंगों को अगर सही तरीके से हल किया जाए तो संघर्षात्मक स्थिति निर्माण नहीं होगी।

## आओ सीखें

### २. संघर्ष मिटाने की अलग-अलग पद्धतियाँ :

नीचे एक काल्पनिक संघर्ष और उसे मिटाने के अलग-अलग उपाय दिए हैं। उनमें से एक उपाय समझ लेते हैं।

#### प्रसंग :

आपके अभिभावक आप और आपके भाई के लिए एक साइकिल लाए हैं। उनके मतानुसार आप दोनों मिलकर उसका इस्तेमाल करें। लेकिन आप दोनों को सिर्फ अपने लिए ही वह साइकिल चाहिए। आप क्या करेंगे ?



(अपनी ही बात को सही साबित करना)



(ध्यान न देना)

(१) आप समस्या पर ध्यान नहीं देते हैं। जब चाहे तब साइकिल का उपयोग करते हैं। कभी-कभी जब आपको चाहिए तब मिलती भी नहीं है।

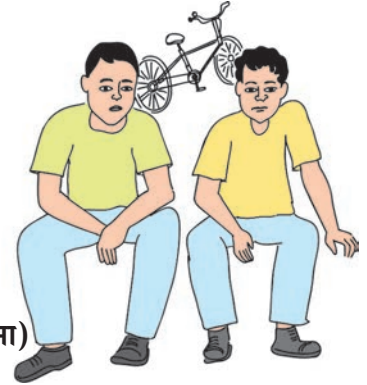


(२) आप अपने भाई अथवा बहन से झगड़ा करते हैं और साइकिल आप ही चलाओगे, ऐसा बताते हैं।



(पीछे हटना)

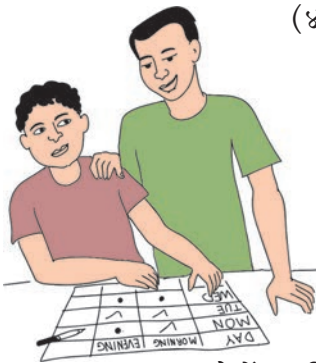
(३) आप अपनी साइकिल का अधिकार छोड़ देते हैं और अपने भाई को वह इस्तेमाल के लिए देते हैं।



(समझौता करना)

(४) समस्या का हल निकालने तक कोई भी उसे इस्तेमाल न करने का निर्णय लिया जाता है।

(५) आप और आपका भाई मिलकर दोनों की सुविधा के अनुसार नियोजन करते हैं और साइकिल के इस्तेमाल के लिए एक समय सारिणी बनाते हैं।



(दोनों का हित)

#### चर्चा करें :

उपर्युक्त कौन-सी पद्धति संघर्ष मिटाने के लिए सही है? क्या वही पद्धति सदैव सही होगी ?

### ३. संघर्ष मिटाने की सबसे अच्छी पद्धति कौन-सी है?

अलग-अलग प्रसंगों पर संघर्ष मिटाने की अलग-अलग पद्धतियों के बारे में नीचे एक मार्गदर्शक रूपरेखा है।

पद्धति	कब प्रयोग करें	उदाहरण
(१) ध्यान न देना	<ul style="list-style-type: none"> <li>छोटी-छोटी समस्या</li> <li>कभी-कभार निर्माण होने वाली समस्या</li> </ul>	छोटा भाई भी कभी-कभी विद्यालय में आपकी घड़ी पहनकर जाता है।
(२) अपनी ही बात को सही साबित करना	<ul style="list-style-type: none"> <li>तात्कालिक प्रश्न</li> <li>आपातकाल के समय जब रुकना संभव नहीं है।</li> <li>कम समय</li> </ul>	आप और आपकी सहेली जंगल में खो गए हैं और अँधेरा होने से पहले आपको घर आना है, आपको सही रास्ते का पता है परंतु आपकी सहेली किसी अन्य रास्ते से जाना चाहती है।
(३) पीछे हटना	<ul style="list-style-type: none"> <li>पीछे हटने से तुम्हारा ज्यादा नुकसान नहीं होगा लेकिन सामनेवाले का ज्यादा फायदा होगा।</li> </ul>	बस में एक ही सीट खाली है और आपको तथा किसी बुजुर्ग व्यक्ति दोनों को उसपर बैठना है।
(४) सामंजस्य रखना	<ul style="list-style-type: none"> <li>समस्या पर अस्थायी उपाय चाहिए।</li> </ul>	आपको और आपकी बहन को एक ही समय टी.व्ही. पर कार्यक्रम देखना है।
(५) दोनों का हित (Win-Win)	<ul style="list-style-type: none"> <li>महत्त्वपूर्ण प्रश्न</li> <li>जब दूसरे का पक्ष समझने के लिए समय है।</li> </ul>	आपकी माँ को आपका कोई दोस्त अथवा सहेली पसंद नहीं है, उनके मतानुसार आप उससे दूर ही रहें।

उपर्युक्त मुद्दों को सिर्फ मार्गदर्शन के रूप में प्रयोग करना। हर व्यक्ति तथा परिस्थिति के अनुसार पद्धति बदल सकती है।

#### ध्यान में लेने योग्य बातें:

- अगर महत्त्वपूर्ण तथा दीर्घकालीन संघर्ष को मिटाने की 'विन-विन' यह पद्धति होगी तब भी उसे अमल में लाना कठिन है।
- 'विन-विन' पद्धति को अमल में लाने के लिए दो विरुद्ध दृष्टिकोण के लोगों को एकत्र लाना होगा। दूसरी तरफ के विचार, भावना समझ लेने की तैयारी होनी चाहिए। दूसरों के बारे में मन में कोई विग्रह नहीं होना चाहिए। दोनों तरफ का हित हो ऐसा मन से लगना चाहिए।

## थोड़ा सोचें

निम्नांकित प्रसंग में संघर्ष मिटाने की कौन-सी पद्धति का आप उपयोग करेंगे?



(१) घर के किसी व्यक्ति को तत्काल अस्पताल ले जाना जरूरी है। आपके विचार से उसे सबसे नजदीक वाले अस्पताल में ले जाना चाहिए। लेकिन आपके भाई के मतानुसार उसे थोड़ा दूर लेकिन सभी सुविधायुक्त अस्पताल में ले जाना चाहिए।

विद्यार्थियों के गुट बनाइए। हर एक गुट को बगल का एक प्रसंग दे उनके चर्चा के लिए दस मिनट का समय दें। हर गुट का कोई एक प्रस्तुतीकरण करेगा कि वह कौन-सी पद्धति उपयोग में ला रहा है? कारण भी बताए?

(२) आपके गाँव के महाविद्यालय में आपको जो चाहिए वह कोर्स नहीं है। पासवाले शहर में आगे की पढ़ाई के लिए जाना है। लेकिन आपके माता-पिता इस बात के लिए राजी नहीं हैं। उन्हें सुरक्षा की चिंता है।



(३) आपको आपके दोस्तों के साथ एक विशिष्ट फिल्म देखनी है, लेकिन आपके दोस्त कुछ अलग ही फिल्म देखना चाहते हैं। उनके मतानुसार आप भी वही फिल्म देखें।



(४) आपको आपके दोस्त-सहेलियों के साथ सैर पर जाना है। लेकिन आपके अभिभावक सोचते हैं उसमें ज्यादा खर्च होगा।



संघर्ष मिटाने की पद्धतियाँ :

- ध्यान न देना
- खुद की बात ही सच साबित करना।
- सामंजस्य रखना।
- विन-विन।



(५) आपको आपकी चचेरी बहन के साथ एक दिन सैर के लिए जाना है। लेकिन घर में तुम्हारी नानी अकेली है, तुम्हारा घर में रहना जरूरी है।

## थोड़ा मजा लें

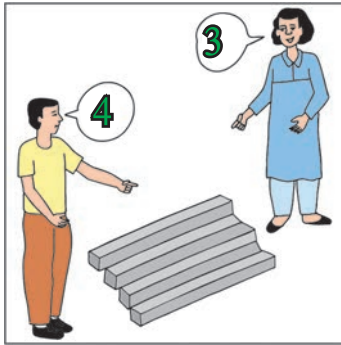
- कक्षा के सबसे ताकतवर लड़के/लड़की को मुट्ठी बंद करने के लिए कहें।
- अन्य लड़के/लड़कियाँ एक-एक करके उसे मुट्ठी खोलने के लिए मजबूर करें।
- किसी को भी शारीरिक हानि नहीं होनी चाहिए।
- कौन-सी पद्धति के इस्तेमाल से सफलता मिली। यहाँ विन-विन पद्धति को कैसे इस्तेमाल करेंगे ?

### ४.संघर्ष को मिटाते समय ध्यान देने योग्य बातें

#### अ. दूसरों का दृष्टिकोण समझ लेना :

कौन सही कौन गलत ? निम्नांकित चित्र को देखें और हर चित्र के दो व्यक्तियों में से कौन सही कौन गलत, इसके बारे में चर्चा करें।

हर चित्र पर चर्चा करें।  
विद्यार्थियों को पूछें  
कौन सही कौन  
गलत ? और क्यों ?



इस चित्र में आपको युवती दिखाई दे रही है या लंबे नाकवाली बुढ़िया ?



#### ध्यान में लेने योग्य बातें:

- दृष्टिकोण अर्थात विशिष्ट वृत्ति अथवा किसी बात को देखने की पद्धति।
- किसी बात की ओर हम किस प्रकार देख रहे हैं यह हमारा दृष्टिकोण दर्शाता है।
- दूसरों का दृष्टिकोण समझ लेने से हमें उनके मत अथवा उनकी भावनाएँ ज्यादा सही ढंग से समझती हैं और सही अभिवृत्ति विकसित होती है।

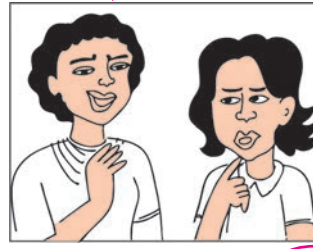
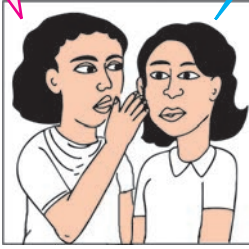
## ब. गलतफहमी टालिए :

चलो, हम एक नाटिका प्रस्तुत करते हैं। नमिता, टीना और राखी तीनों सहेलियाँ हैं।

टीना तुम्हें अपनी कक्षा में आई नई लड़की के बारे में मालूम है?

क्या?

सभी कहते हैं वह बिलकुल झूठी है। वह सब की चीजें लेती है और बाद में 'गुम हो गई', ऐसा झूठ बोलती है।



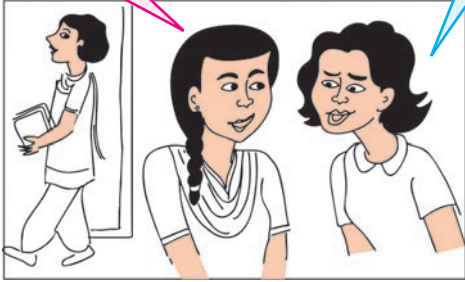
सच मैं उससे दूर ही रहूँगी

नमिता जाती है और राखी कक्षा में आती है।

टीना कैसी हो आप? मुझे आपकी गणित की कॉपी दोगी? चलेगा ना आपको?

नहीं दूँगी। और मैं आपकी सहेली नहीं हूँ।

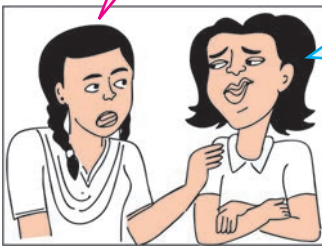
इतना क्यों अकड़ रही हो टीना? मैं कल बीमार थी इसलिए माँग रही हूँ।



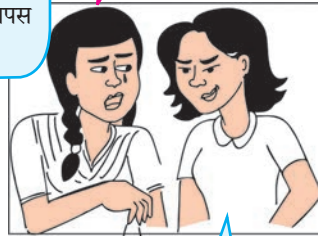
झूठी! मुझसे बात मत करना।

तुम ऐसा क्यों बोल रही हो टीना? मैं सचमुच बीमार थी कल आपको कापी दूँगी ना।

मुझसे गलती से वह गुम हो गया पर टीना उसका यहाँ क्या संबंध है?



झूठी कही की! आपने राघव का पेन वापस नहीं किया।



### चर्चा कीजिए

- टीना का व्यवहार इतना उद्धत क्यों था?
- नमिता के द्वारा बताई बातों पर विश्वास रखने के लिए टीना के पास कुछ आधार या प्रमाण था?
- राखी के बारे में ऐसी ही गलतफहमियाँ रह गई तो क्या टीना और राखी का संघर्ष मिट पाएगा।



राखी रोती है और बाहर आती है।

ऐसी झूठी और चोर लड़की को मैं अपनी कॉपी नहीं दूँगी।

### क. मत बनाने की जल्दबाजी टाल दे :

निम्नांकित प्रसंगों का अर्थ लगाए।

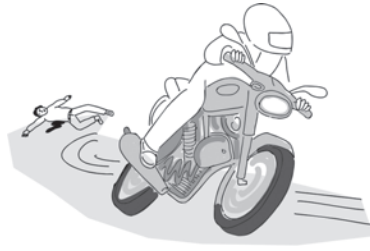


(१) रात को एक आदमी घर के कपाऊंड से अंदर जाते हुए दिखाई देता है।

निम्नांकित विधान पढ़ें प्रत्येक विधान पढ़ने के बाद विद्यार्थियों की प्रतिक्रिया जानें।



(२) एक लड़का ड्राँवर में हाथ डाल रहा है। उसके हाथ में पैसे हैं। कमरे में और कोई नहीं है।



(३) रास्ते में एक दुर्घटना हुई है। एक आदमी मोटरसाइकिल से उस घटना स्थल से तेजी से दूर जा रहा है।



(४) किसी एक की पीठ में घुसी हुई कील दूसरा मनुष्य पीछे से निकाल रहा है।

#### असल में क्या हुआ :

- (१) पहली घटना में वह इनसान बाहर जाते समय मुख्य दरवाजे की चाबियाँ ले जाना भूल गया था और देर रात घर आया। बेल बजाकर उसे घरवालों को तकलीफ नहीं देनी थी। इसलिए वह कपाऊंड से अंदर जा रहा था।
- (२) लड़का माँ के दिए हुए पैसे वापस ड्राँवर में रख रहा है।
- (३) मोटरसायकल नजदीक के पुलिस स्टेशन से मदद माँगने के लिए तेजी से जा रही थी।
- (४) जिस मनुष्य ने हाथ में कील को पकड़ा है वह निकालने की कोशिश कर रहा है।

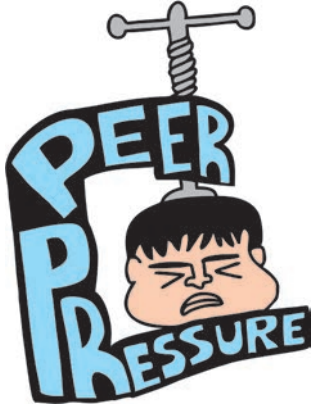
#### चर्चा करें :

क्या इन उल्लेखों को पढ़कर आपको आश्चर्य हुआ। क्या आपने जल्दबाजी में मत बनाया? आप हमेशा ऐसा ही करती हो क्या?

#### ध्यान में लेने योग्य बातें:

- तुरंत मत बनाना अर्थात् जल्दबाजी में बिना सोचे ऊपरी तौर पर किसी बात को अच्छा या बुरा कहना। ऐसा तभी होता है जब हम पूर्वानुभव के आधार पर किसी नई बात का अनुमान लगाने का प्रयास करते हैं, नई परिस्थिति ध्यान में नहीं लेते हैं।
- अपने पूर्वानुभव के कारण ही वह व्यक्ति इस प्रकार विचार करती है। इन अनुभवों को समझ लेना जरूरी है।
- संघर्ष को मिटाने के लिए हमेशा तीन बातें ध्यान में रखनी चाहिए। दूसरों का दृष्टिकोण ध्यान में ले, गलतफहमी को टाल दे, मत बनाने की जल्दबाजी ना करें।

## ५. समवयस्कों का दबाव (peer pressure) यह किशोर अवस्था के संघर्ष का महत्वपूर्ण कारण है।



### समवयस्क अर्थात कौन ?

समवयस्क अर्थात साधारण एक ही आयु के कक्षा के दोस्त, भाई, अन्य विद्यालय के, शहर के, देश के एक ही आयु के लड़के/लड़कियाँ।

### समवयस्कों का दबाव याने क्या ? (Peer Pressure)

मनुष्य यह समाजशील प्राणी है। अतः किसी भी व्यक्ति को किसी समूह का हिस्सा होने की इच्छा होना यह एक अंत्यत स्वभाविक बात है। गुट से निकाले जाने पर उन्हें असुरक्षित लगता है। अपने समवयस्क लोगों के समूह का हिस्सा होने का, उनके जैसे होने का जो दबाव मनुष्य को महसूस होता है उसे 'समवयस्क लोगों का दबाव' (पिअर प्रेशर) कहा जाता है।

### किशोर अवस्था का पिअर प्रेशर

किशोर अवस्था के बच्चे अनेक तरह के शारीरिक तथा मानसिक बदलावों से गुजरते हैं। इस काल में कक्षा की सहेलियाँ, दोस्तों का उनपर काफी प्रभाव होता है। अपनी कक्षा के मित्र तथा सहेलियों के गुट में हमें भी शामिल कर लेना चाहिए, हम भी उनमें से ही एक होकर, उन्हीं में से एक बनकर रहने का एक बड़ा दबाव इस अवस्था के बच्चों पर होता है। दोस्तों ने अगर गुट से निकाला तो उन्हें बड़ा असुरक्षित लगता है इसलिए गुट में शामिल होने के लिए जो चाहिए वह करने की उनकी तैयारी होती है। कई बार संघर्षात्मक प्रसंग निर्माण होते हैं। पिअर प्रेशर यह सकारात्मक तथा नकारात्मक दोनों प्रकार के हो सकते हैं।

**सकारात्मक पिअर प्रेशर :** ज्यादा मेहनत करने, पढ़ाई करने, अच्छे बर्ताव का, पिअर प्रेशर मनुष्य की प्रगति की दृष्टि से महत्वपूर्ण हो सकता है।

**नकारात्मक पिअर प्रेशर :** खतरा मोल लिए जाने वाला, गैरजिम्मेदार बर्ताव करने की ओर ले जाने वाला पिअर प्रेशर किशोर अवस्था में घातक हो सकता है।

### नकारात्मक पिअर प्रेशर के प्रकार :

#### १. नकारा जाने का पिअर प्रेशर :

अगर आपने विशिष्ट बात नहीं की तो आपको गुट से निकाल दिया जाएगा अथवा आपसे संबंध खत्म करने का भय दिखाया जाएगा। उदा. अगर आपने धूम्रपान नहीं किया तो आपको गुट में नहीं लिया जाएगा। ऐसा भय मित्र/सहेलियाँ दिखाते हैं।

विद्यार्थियों को हर दिन के जीवन में ऐसा पिअर प्रेशर कहीं महसूस होता है इसके उदाहरण पूछें। दिए हुए हर एक प्रकार का मात्र एक उदाहरण विद्यार्थियों को कॉपी में लिखने के लिए कहें।

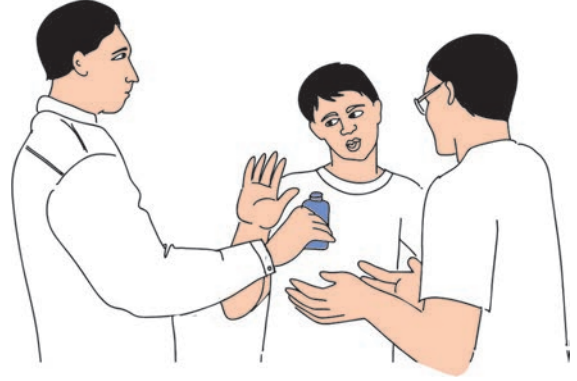


## २. अपमानित होने का पिअर प्रेशर :

आपने अगर कोई बात नहीं की तो आप पर ऊँगली उठाना अपमानित करना, चिढ़ाना। उदाहरण :- अगर आपने किसी विशिष्ट प्रकार के कपड़े नहीं पहने तो आपके मित्र/सहेली आप पर ऊँगली उठाते हैं/आपकी निंदा करते है।

## ३. कारण देकर बात समझाने से निर्माण किया गया पिअर प्रेशर :

काफी अलग-अलग, अयोग्य कारण देकर बात को समझाना, जिससे आपको अपना मुद्दा सही, स्पष्ट नहीं करने आएगा, मुद्दे का समर्थन भी नहीं करने आएगा। उदा. किसी समय विद्यालय न जाते हुए सिनेमा देखना, झूठ बोलना इससे कुछ भी नुकसान नहीं होता है यह बात आपके दोस्त आपके पल्ले बाँधना चाहते हैं।



## ४. उदाहरण देकर निर्माण किया हुआ पिअर प्रेशर :

आपके सभी दोस्त/सहेलियाँ कोई बात करते हैं और आप पर कोई दबाव नहीं डालते फिर भी आपको अपने आप वह बात करने का मन करता है। उदा. आपके गुट के सभी अंग्रेजी बोलते हैं आपको कोई अंग्रेजी बोलने के लिए नहीं कहता है लेकिन फिर भी आपको खुद ही अपनी कमी महसूस होती है और आपका आत्मविश्वास कम होता है।

उपर्युक्त प्रेशर के उदाहरणों से ध्यान में आता है कि दोस्तों के साथ कुछ बातें मर्जी के खिलाफ करनी पड़ती हैं, इसे समवयस्कों का दबाव कहा जाता है।

## ६. संघर्ष मिटाने की पद्धतियाँ :

- मीनाक्षी को पासवाले शहर में आगे की पढ़ाई के लिए जाना है क्योंकि वहाँ उसके पसंद के कोर्सेस के अनेक अच्छे महाविद्यालय हैं।
- लेकिन उसके अभिभावकों का इस बात के लिए विरोध है, क्योंकि उन्हें उसकी सुरक्षा की चिंता है।
- मीनाक्षी को क्या करना चाहिए?

### चरण १ – रुको और विचार करो :

दीर्घ श्वास लें। गुस्से में आकर झगड़ा, वाद-विवाद मत करें। जब हम गुस्से में होते हैं तो कोई भी उपाय नहीं मिलता। संघर्ष तभी मिटेगा जब आप ठंडे दिमाग से सही और खुले मन से विचार करते हैं।

मीनाक्षी अपने माता-पिता को शहर जाने के लाभों से परिचित कराती है। फिर भी उसके माता-पिता उसे भेजने के लिए राजी नहीं होते हैं। लेकिन मीनाक्षी झगड़ा मोल नहीं लेती है। वह समय लेकर इस संघर्षात्मक परिस्थिति के बारे में सोचती है।

### चरण २ – शब्दों में प्रस्तुत करना :

संघर्ष को सही शब्दों में प्रस्तुत करें। आप निम्नांकित रूप से प्रस्तुत कर सकते हैं। संघर्ष ऐसा है कि....का... मीनाक्षी उसके जीवन का संघर्ष निम्नांकित रूप में प्रस्तुत करती है। संघर्ष ऐसा है कि 'मैं आगे की पढ़ाई के लिए 'शहर में जाऊँ' या 'गाँव में ही रहूँ।'

### चरण ३ – दूसरों का सुनें :

कौन सही कौन गलत इस बात का अनुमान न लगाते हुए तथा अपना मत बनाने की जल्दबाजी न करते हुए सामनेवाले की बात सुनें।

मीनाक्षी शांति से अपने माता-पिता की बात सुनती है। उनकी बात को समझ लेने का प्रयास करती है। उन्हें ऐसा क्यों लग रहा है, इस बारे में सोचती है।

### चरण ४ – दोनों तरफ की 'आवश्यकता' समझ लेना :

अनेक बार सामने वाले व्यक्ति को कोई एक कृति चाहिए होती है। लेकिन उसके पीछे उसकी आवश्यकता, विचार, कुछ अलग ही होता है। उसे चाहिए उस कृति को न देखते हुए उसकी 'जरूरत' को देखें। निम्नांकित रूप में प्रस्तुतीकरण करें।

मेरी आवश्यकता

उनकी/सामनेवाले की आवश्यकता

मीनाक्षी निम्नांकित रूप में लिखती है

मेरी जरूरत है अच्छी शिक्षा के अवसर, उनकी आवश्यकता है मेरी सुरक्षा।

**ध्यान दें :** सामनेवाले की जरूरत समझने के लिए हमेशा 'क्यों' का सवाल करते रहें। सामनेवाले को कोई कृति/बात घटित चाहिए? उदा. मीनाक्षी के अभिभावक उसे शहर क्यों नहीं भेजना चाहते हैं?

### चरण ५ – उपायों के बारे में सोचें :

दोनों तरफ की जरूरतें पूरी करने का कौन-सा व्यावहारिक मार्ग है इसे ढूँढ़ें। दोनों तरफ का समाधान करने वाला कौन-सा मार्ग है ?

मीनाक्षी यह सोचती है कि दोनों पक्षों की जरूरतों की पूर्ति कैसे कर सकते हैं ?

**उपाय :** मीनाक्षी शहर जाकर पढ़ सकेगी और उसके अभिभावकों को उसकी सुरक्षा के बारे में विश्वास होगा, ऐसा कुछ कर सकते हैं ?

### चरण ६ – अपना मुद्दा साबित करें :

आपने ढूँढ़ा हुआ मार्ग अथवा उपाय किस प्रकार सही है, इसे साबित करने के लिए जानकारी इकट्ठा करें। तर्कों की राय लें। लोगों से मिलें, ये उपाय इसके पहले किसी ने किए हैं क्या ? यह देखें। मीनाक्षी अपने शहर के मित्र/सहेली अथवा रिश्तेदारों के, अपने माता-पिता के साथ बोलने के लिए कहती है। इसके पहले गाँव से पढ़ाई के लिए शहर गए हुए लोगों से माता-पिता की मुलाकात करा देती है। शहर में लड़कियों के लिए सुरक्षित, विश्वसनीय होस्टेल की जानकारी इकट्ठा करती है। अपने माता-पिता को समझा देती है कि वह अपना खयाल रख सकती है।

### चलो पढ़ा हुआ इस्तेमाल करके देखें

आपके किसी अच्छे दोस्त ने धूम्रपान करना शुरू किया है। उसकी अपनी ही भलाई के लिए वह यह आदत छोड़ दे, ऐसा आपको लगता है। लेकिन आपको डर है कि वह आपको टाल देगा और एक अच्छा दोस्त बिछड़ जाएगा।

आपको मित्र/सहेली ने हाइवे पर साइकिल की रेस में शामिल होने की चुनौती दी है। जब आपने नहीं कहा तब दोस्त आपको डरपोक कहकर चिढ़ाने लगे।

आपको एक दोस्त ने जन्मदिन पर आग्रह के साथ बुलाया है। लेकिन दूसरे दिन आपकी परीक्षा है, और उसकी तैयारी आपको करनी है।

आपकी कक्षा में एक नई लड़की आई है। आपके मित्र उसको छोड़ने की योजना बना रहे हैं और उसमें आपको भी शामिल कर लेना चाहते हैं। आप उसमें शामिल नहीं होना चाहते हैं, फिर क्या करेंगे ?

कक्षा के विद्यार्थियों को गुट में विभाजित करके किसी एक विषय पर संघर्षात्मक विचार करने को कहें। पुस्तक में दिए हुए सीढ़ियों का प्रयोग कर संघर्ष को कैसे सुलझाया जाएगा इस बारे में उनको कॉपी में लिखने के लिए कहें। चर्चा करने के लिए १० मिनट दें। हर गुट को उनके प्रश्न तथा उपायों का नाट्य रूपांतरण करने को कहें। स्वयं के प्रसंग भी ले सकते हैं।

आप को खेलने में विशेष रुचि है। आपको उसमें ही अपना भविष्य बनाना है। लेकिन आपके माता-पिता चाहते हैं कि विज्ञान शाखा लें क्योंकि खेल में भविष्य बनाने वालों को ज्यादा पैसे नहीं मिलते हैं।

### ध्यान में लेने योग्य बातें:

- किसी संघर्ष का मिटाने का समय आपको अपनी गलती का एहसास होता है तो तुरंत माफी माँगना।
- अगर दूसरी तरफ से आपको समझ लिया गया तो उनके प्रति आभार प्रदर्शित करना।
- उचित हो तो माफी माँगना अथवा आभार प्रदर्शित करने से काफी फर्क पड़ता है और व्यक्तित्व निर्माण में भी मदद मिलती है।
- समस्या का उद्गम ढूँढ़कर कौन-कौन-से सही पर्याय उपलब्ध हैं और उनको किस प्रकार इस्तेमाल कर सकते हैं, इसकी जानकारी लेना।
- जिस प्रकार व्यक्ति-व्यक्ति के बीच संघर्ष होता है उसी प्रकार व्यक्ति के अंतर्गत भी संघर्ष होते हैं। उसे आंतरिक संघर्ष कहा जाता है। उदा. प्रामाणिकता हमें सबसे महत्वपूर्ण लगती है। लेकिन कुछ प्रसंगों में प्रामाणिक रहने का साहस नहीं होता है। ऐसे प्रसंग में अपने मन में एक संघर्ष निर्माण होता है। ऐसे संघर्ष का सामना करने का कौशल भी हमें सीखना चाहिए।

## मूल्यांकन

भारांश - १०%				
मापदंड	उत्तम (बहुत अच्छा)	सही (संतोषजनक)	अनुचित (असंतोषजनक)	अंक
कक्षा कार्य में सहभाग	इस प्रकरण में दी हुई सभी कृतियाँ उत्साह के साथ पूर्ण करके कॉपी में लिखीं।	सभी कक्षाकार्य पूरा किया।	दूसरों की कॉपी में देखकर कृतियाँ पूर्ण की।	
किताब में दिए हुए चरणों के अनुसार संघर्ष मिटाना	हर चरण पर विचार करके विस्तृत लिखकर दिए गए प्रसंग से विन-विन मार्ग ढूँढ़ा।	कुछ चरण टाल दिए। ढूँढ़े हुए चरणों का सही स्पष्टीकरण नहीं दिया।	उपायोजन नहीं किया गया।	

