ChildFund
Because we need each other.

ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯ

47– 48

ಪಾಠ 47	:	ಉದ್ಯಮಿ ಆಗುವುದು
ಪಾಠ 48	:	ಉದ್ಯಮಿಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಂಬಲ

ChildFund
Because we need each other.

CAPUCHIN KRISHIK
SEVA KENDRA®
Vimukti, Koyyur Cross
Laila Post-574 214
Belthangady Taluk, D.K District,
Karnataka, India

Email: capchildfund@yahoo.com
Website:www.capuchinksk.org

ಪಾಠ 47

ಉದ್ಯಮಿ ಆಗುವುದು

ಪಾಠದ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಯುವಜನರಲ್ಲಿ ಉದ್ಯಮಶೀಲತೆಯ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು,
- ಯುವಕರನ್ನು ಉದ್ಯಮಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು ಮತ್ತು
- ಯುವಜನತೆಯನ್ನು ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದು.

ಅವಧಿ: 90 ನಿಮಿಷಗಳು

ಸಮಯ ವಿಂಗಡಣೆ

35 ನಿಮಿಷಗಳ	15 ನಿಮಿಷಗಳು	10 ನಿಮಿಷಗಳು	20 ನಿಮಿಷಗಳು	10 ನಿಮಿಷಗಳು
ಚಟುವಟಿಕೆ 1	ಚಟುವಟಿಕೆ 1ರ ಚರ್ಚೆ	ಚಟುವಟಿಕೆ 2	ಚಟುವಟಿಕೆ 2ರ ಚರ್ಚೆ	ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಚೆ

ತರಬೇತಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು

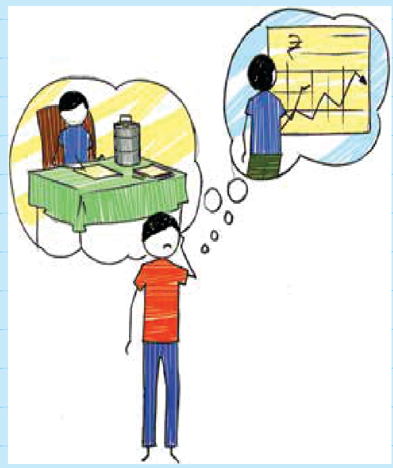
ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ, ಸೀಮೆಸುಣ್ಣ, A4 ಕಾಗದದ ಹಾಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣದ ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ಗಳು/ಸ್ಕೆಚ್ ಪೆನ್ನುಗಳು, ವೃತ್ತಪತ್ರಿಕೆ, ಫೆವಿಕಾಲ್ ಅಥವಾ ಗಮ್, ಪಿನ್‌ಗಳು, ಸಣ್ಣ ಚೆಂಡುಗಳು

ಪರಿಕಲ್ಪನ ಟಿಪ್ಪಣಿ: ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿ ಎಂದರೆ ಯಾರು?

ನಾವು ಬೆಳೆದಂತೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಯೋಗ್ಯವಾದ ಸ್ಥಿರ ಸಂಬಳ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಭತ್ಯೆ, ರಜೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯಾಣ ಭತ್ಯೆಯಂತಹ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಉತ್ತಮ ಉದ್ಯೋಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಅವರ ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಯೋಚಿಸುವರು. ಕೆಲಸವು ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಲು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ನಿಯಮಿತ ಚೌಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿದೆ ಮತ್ತು ಪೋಷಕರು ಈಗಾಗಲೇ ವ್ಯಾಪಾರ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಅಥವಾ ಅಪಾಯವನ್ನು ಭರಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಹಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜನರು ಮಾತ್ರ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವರು.

ಉದ್ಯೋಗವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿದೆ, ಆದರೂ, ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿಯಾಗುವುದು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಮಾನವಾದ ಆಕರ್ಷಕ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿದೆ. ಒಬ್ಬ ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿ ಎಂದರೆ ಲಾಭ ಗಳಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಯೋಜಿಸುವ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ. ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು:

- ನೀವು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಲಾಭವನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವಿರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಏನು ಗಳಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು,
- ಜನರಿಗೆ ಉದ್ಯೋಗಾವಕಾಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು,
- ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ,
- ನಿಮ್ಮ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಬ್ಯಾಂಕಿನಿಂದ ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು
- ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವಸ್ತುಗಳ ವ್ಯಾಪಾರ ವಹಿವಾಟನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು



ನಿಮ್ಮ ವೃತ್ತಿಜೀವನವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಹಂತವನ್ನು ನೀವು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ, ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಉದ್ಯಮಿಯಾಗುವುದರ ನಡುವೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕೆಲವರು ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆಯ್ಕೆ

ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಅವರ ಸ್ವತಃ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಿರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಪಾಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆ ನೀವು ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ನಾವು ಸಣ್ಣ ದಿನಸಿ ಅಂಗಡಿಯನ್ನು ತೆರೆಯುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಹಳ್ಳಿಯ ಜನರಿಗೆ ಬಟ್ಟೆ ಹೊಲಿಯುವ ಅಂಗಡಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಒಬ್ಬ ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿಯಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಇನ್ನೂ ಹಲವು ಆಯ್ಕೆಗಳಿವೆ ಹಾಗೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಎಲ್ಲ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿರಿ. ಇತರರನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಅವರು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಪ್ರತಿಫಲಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ನೀವು ವಿಭಿನ್ನವಾದದ್ದನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಉತ್ತಮ ಪ್ರತಿಫಲಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಲಭ್ಯವಿರುವ ಅವಕಾಶಗಳ ಕುರಿತು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದ ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿನ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಿ ಹಾಗೂ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸಿ.

ಉದ್ಯಮಿ ಎಂಬ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಿದೆ, ನೀವು ಏನನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲು ಇಚ್ಛಿಸುವಿರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಹೇಗೆ ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲು ಬಯಸುವಿರಿ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಸೃಜನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 1

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಒಬ್ಬ ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿಯ ಹೆಜ್ಜೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೆಜ್ಜೆ ಹಾಕಲು ಮತ್ತು ತಿಕ್ಷಣತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು,
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರ ಮಾರಾಟ ಮತ್ತು ಮಾರುವಕುಶಲತೆ (ಮಾರ್ಕೆಟಿಂಗ್) ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು, ಮತ್ತು
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಸೃಜನಶೀಲ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು

METHOD

ವಿಧಾನ

ಆಯೋಜಕರು ಉದ್ಯಮಿಯಾಗುವುದರ ಕುರಿತು ಚರ್ಚೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿರಿ ಹಾಗೂ ಇಂದು ಉದ್ಯಮಿಯಾಗುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ ಎಂದು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿರಿ. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ಬಳಕೆಯಾಗದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪತ್ರಿಕೆಗಳು, ಪೇಪರ್ ಕ್ಲಿಪ್‌ಗಳು, ಬಳೆಗಳು, ಬಾಟಲಿಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ರತಿ ಗುಂಪಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಸ್ಥಳೀಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿ ಸದಸ್ಯರ ಗುಂಪುಗಳು ಅವರ ಸ್ಥಳೀಯ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಹತ್ತಿರದ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಬೇಕು, ಆ ಉತ್ಪನ್ನದ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಹೆಸರನ್ನು ನೀಡಬೇಕು, ಅದರ ಬಳಕೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಬೇಕು, ಹಾಗೂ ಅದರ ಬೆಲೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲು ಜಾಹೀರಾತು ಮಾಡಬೇಕು. ಇಡೀ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಲು ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ 20 ನಿಮಿಷಗಳನ್ನು ನೀಡಿರಿ. ಎಲ್ಲಾ ಗುಂಪುಗಳು ಅವರ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ನಂತರ, ಅವರ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕೇಳಿರಿ. ಅವರು ಮಾಡಿದ ಜಾಹೀರಾತನ್ನು ಸಹ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲು ಹೇಳಿರಿ.
ಇತರ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ಉತ್ಪನ್ನ ಮತ್ತು ಗುಂಪು ಮಾಡಿದ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಗುಂಪಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

- ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸಿತು? ನೀವು ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಆನಂದಿಸಿದ್ದೀರಿ?
- ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ನೀವು ಎದುರಿಸಿದ ಸವಾಲುಗಳೇನು?
- ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಆನಂದಿಸಿದ್ದೀರಾ?
- ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ನೀವು ಯೋಚಿಸಿದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಮಾಡದಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ತಡೆಯುವ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಯಾವುವು?
- ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ?

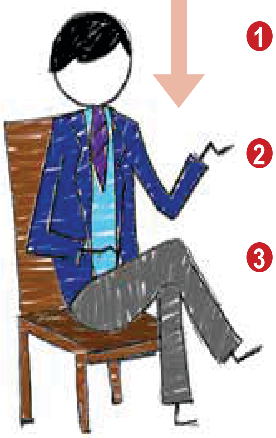
ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

ಆಯೋಜಕರು ಯಾವುದೇ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಮೊದಲು ಹೇಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವರು ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇವಲ ಆಲೋಚನೆಯಂತೆ ಚರ್ಚಿಸಿರಿ. ಆಯೋಜಕರು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿರಿ, ಪಾಲಿಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಿದಾಗ, ಕೆಲವರು ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದರ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ಕಾಗದದ ಚೀಲಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಕೆಲವು ಜನರು ವಿವಿಧ ಎನ್‌ಜಿಒಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಹತ್ತಿರದ ಪಟ್ಟಣಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಕರಕುಶಲ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಿದರು. ನಿಮ್ಮ ಹಳ್ಳಿಯ ಜನರು ಅವರಿಗೆ ಬೇಕಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ನಗರದಿಂದ ಬರುವವರೆಗೆ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಕಾಯಬೇಕಾದರೆ ಅಥವಾ ದೂರದ ಇತರ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಂದ ಅದನ್ನು ಖರೀದಿಸಬೇಕಾದರೆ, ನೀವು ಅದೇ ವಸ್ತುಗಳ ಸುತ್ತ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ತೆರೆಯುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮೊದಲ ಹಂತವಾಗಿದೆ.

ಆಯೋಜಕರು ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿಯಾಗಿರುವುದರ ಅನುಕೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಅಪಾಯಗಳು ಯಾವುವು ಎಂಬುದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಯುವಕರು ಉದ್ಯಮಿಗಳಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಅವರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿರಿ.

ಅನುಕೂಲಗಳು

1. ನೀವು ಕೆಲಸಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.
2. ನೀವು ನಿಮಗೆ ಸ್ವಂತ ಯಜಮಾನ.
3. ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು.
4. ನೀವು ಸಾಕಷ್ಟು ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯುವಿರಿ, ಅದರಿಂದ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಪಡೆಯುವಿರಿ.
5. ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು.



ಒಳಗೊಂಡ ಅಪಾಯಗಳು

1. ವ್ಯವಹಾರವು ಲಾಭವನ್ನು ನೀಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಸಬಹುದು.
2. ಪ್ರತಿ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲಿ ಅದರದೇ ಅದಂತಹ ಒಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯವಿರುವುದು.
3. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಆಗ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಅಪಾಯವು ಹೆಚ್ಚಿರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ನೀವು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ಉದ್ಯಮಿಯಾಗ ಬಯಸುವವರು ಅವರ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜನರ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಅವರ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ವಿಷಯಗಳು, ಅವರ ಸ್ಥಳೀಯ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದ ಪಟ್ಟಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಒತ್ತಿಹೇಳಿರಿ. ಅವರು ಆನಂದಿಸಬಹುದಾದ ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅವರ ಜನರಿಗೆ ತರಲು ಬಯಸಬಹುದು. ಈ ಕಲ್ಪನೆಯು ಅವರ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವಸ್ತುವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಆಯೋಜಕರು ಅವರ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಅವರ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣಾತ್ಮಕ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ. ಅವರ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬೇಕು, ಅವರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಇತರ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ಮಾತನಾಡಬೇಕು, ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ. ಆಯೋಜಕರು ಅವರು ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಾಗ ಅವರು ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಆ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ. ಉದ್ಯಮಿಯಾಗಿ ಅವರು ಇಲ್ಲಿ ಯಾವ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಹಿಂದಿನ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಬಹುದು.

ಜನರು ಸ್ವಂತ ವ್ಯವಹಾರಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅವರು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯಾಪಾರವಾಗಿ ಬೆಳೆದಿರುವುದರ ಕುರಿತು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕವನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ನಾವು ಈ ಮಾದರಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೋಗುವಾಗ, ನಾವು ಉದ್ಯಮಿಯಾಗಲು ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಆಯೋಜಕರು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅನುಭವವುಳ್ಳ ವಹಿವಾಟು ಸಂಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತತೆ ಪ್ರಸ್ತುತೆ ಕೌಶಲ್ಯಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು, ಮತ್ತು
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು.

ವಿಧಾನ

METHOD

ಆಯೋಜಕರು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ 'ಮೇಳ'ವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ: ಇದು ಸಣ್ಣ ಮೇಳ ಆಗಿರಬೇಕು. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ತಂಡವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಯಾವಾಗ ಮೇಳ ನಡೆಸಲು ಹೋಗುಬೇಕು, ಅವರು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಸ್ಟಾಲ್ (ಅಂಗಡಿ)ಗಳನ್ನು ಹಾಕುವರು, ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಲಂಕರಿಸುವರು, ಹೇಗೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಸುವರು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಜನರು ಮೇಳಕ್ಕೆ ಬರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳವುದು. ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಮೇಳದ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಾರ್ಟ್ ಪೇಪರ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ವಿವರಗಳೊಂದಿಗೆ ಮೇಳವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲು ಆಯೋಜಕರು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ಕೇಳಿರಿ.

ವಿಸ್ತರಣೆ:

ಆಯೋಜಕರು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಮೇಳವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿರಿ. ಮೇಳದ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿ ಗುಂಪುನ್ನು ಕೇಳಿರಿ. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿರಿ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಮೇಳದಲ್ಲಿ ಹಾಕಲು ಹೊರಟಿರುವ ಆಟಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲಿ, ಆಟದ ಜೊತೆಗೆ ಒಂದು ಸ್ಟಾಲ್ ಬರುವ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಹಕ್ಕುಗಳು, ಪೋಷಣೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಂತಹ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲಿ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿರಿ.

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

- ಮೇಳದ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸದಿಂದ ನೀವು ಯಾವ ಕಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ?
- ಮೇಳದಲ್ಲಿ ನೀವು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವಿರಾ?
- ನಿಮ್ಮ ಮೇಳದ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳೇನು?
- ನಾವು ಮೇಳವನ್ನು ಹೇಗೆ ಸುಧಾರಿಸಬಹುದಿತ್ತು ಎಂದು ನೀವು ಯೋಚಿಸುತ್ತೀರಿ?
- ಮುಂದಿನ ವರ್ಷ ನಾವು ಮೇಳವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ನೀವು ಮೇಳಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಲು ಬಯಸುವ ಒಂದು ವಿಷಯ ಯಾವುದು?

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಕಾರ್ಯಗಳು

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಯಾವ ರೀತಿಯ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವರು, ಏಕೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಎಂದು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೇಳಿರಿ. ಹಣಕಾಸಿನ ಅನುದಾನಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗೆ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲು ಅವರು ಬಯಸುವರು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ಕೇಳಿರಿ.

ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕೆ

ಹರಿ 20 ವರ್ಷದ ಹುಡುಗ. ಅವನಿಗೆ ಇಬ್ಬರು ಸಹೋದರರು ಮತ್ತು ಒಬ್ಬಳು ಸಹೋದರಿ ಇದ್ದಾಳೆ. ಅವನು 10 ನೇ ತರಗತಿಯವರೆಗೆ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದನು ಮತ್ತು ಅವನ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಬಯಸಿದ್ದರು ಆದರೆ ಆರ್ಥಿಕ ಅಡಚಣೆಯಿಂದ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಅವನು ದಿನಗೂಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಹತ್ತಿರದ ಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ ಹೋದನು ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದನು. ಅವನು ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಪಾತ್ರೆತೊಳೆಯುವವನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದನು ಮತ್ತು ಹೋಟೆಲ್ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಕಷ್ಟಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಕಲಿತನು. ಅವನು ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಿದ್ದನು, ಆದರೆ ಅವನು ತನ್ನ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಧಾಬಾ ತೆರೆಯುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರಿಂದ ಅವನು ಮುಂದುವರಿಸಿದನು. 6 ತಿಂಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಮರಳಿ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಬಂದು ಸ್ವಂತ ಧಾಬಾ ಆರಂಭಿಸಿದನು.

ಚರ್ಚಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕೆ ಓದಿದ ನಂತರ)

ಹರಿ ಅವನ ಧಾಬಾವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಜನರು ಅದನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

ಧಾಬಾವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಹರಿ ಏನು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ?

ಹರಿಯ ಅನುಭವದಿಂದ ನೀವು ಯಾವುದೇ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಬರೆಯಬಹುದೇ?

ಪ್ರತಿಫಲಗಳು : (ಆಯೋಜಕರು ಈ ತರಗತಿ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ.)

ನನ್ನ ಕಲಿಕೆಗಳು: (ಈ ತರಗತಿಯಿಂದ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ಏನು ಕಲಿತರು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಆಯೋಜಕರು ಬರೆಯಿರಿ).

ಪಾಠ 20

ಒತ್ತಡ ನಿರ್ವಹಣೆ

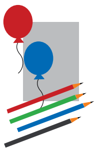
ಪಾಠದ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಹದಿಹರೆಯದವರಿಗೆ ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು,
- ಹದಿಹರೆಯದವರಿಗೆ ಅವರ ಜೀವನದ ವಿವಿಧ ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು
- ಹದಿಹರೆಯದವರಿಗೆ ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.

ಅವಧಿ: 120 ನಿಮಿಷಗಳು

ಸಮಯ ವಿಂಗಡಣೆ

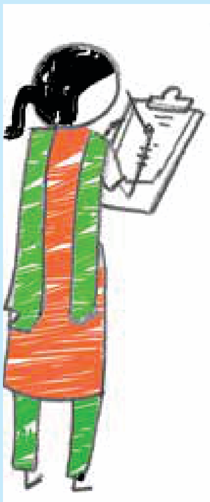
25 ನಿಮಿಷಗಳು	20 ನಿಮಿಷಗಳು	35 ನಿಮಿಷಗಳು	20 ನಿಮಿಷಗಳು	20 ನಿಮಿಷಗಳು
ಚಟುವಟಿಕೆ 1	ಚಟುವಟಿಕೆ 1ರ ಚರ್ಚೆ	ಚಟುವಟಿಕೆ 2	ಚಟುವಟಿಕೆ 2ರ ಚರ್ಚೆ	ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಚೆ



ತರಬೇತಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು

ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ, ಸೀಮೆಸುಣ್ಣ, A4 ಕಾಗದದ ಹಾಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣದ ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ಗಳು/ಸ್ಕೆಚ್ ಪೆನ್ನುಗಳು, ವೃತ್ತಪತ್ರಿಕೆ, ಫೆವಿಕಾಲ್ ಅಥವಾ ಗಮ್, ಗುಂಪಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒದಗಿಸಬಹುದಾದ ಯಾವುದಾದರೂ ಅಲಂಕಾರಿಕ ವಸ್ತುಗಳು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಚಿಣಿಮಿಣಿ ಮಿನುಗುಗಳು.

ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ಟಿಪ್ಪಣಿ



ಒತ್ತಡ ಎಂಬುದು ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಬಳಸುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪದವಾಗಿದೆ. ಪೋಷಕರಿಂದ ತುಂಬಾ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು 5 ವರ್ಷದ ಮಗು ಕೂಡ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಮತ್ತು ಮಧುಮೇಹದಂತಹ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವರು. ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಜನರಿಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಆರೋಗ್ಯ ಘಟಕಗಳು, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿವೆ. ನಾವು ಇರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಒತ್ತಡಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಬದಲಾಗಬಹುದಾದರೂ, 'ಒತ್ತಡ' ಎಂಬ ಪದವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಕಾಯಿಲೆ, ಸಂಘರ್ಷ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆ 'ಒತ್ತಡ'ವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು, ನಾವು ಮೊದಲು ಒತ್ತಡ ಎಂದರೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ನೀವು ಓದಬೇಕಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಊಹಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಟ್ಟಿದೆ, ನೀವು ಹಿರಿಯ ಮಗ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ನೀವು ಅವರನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲು ಓಡಾಡಬೇಕು. ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಏನಾಗಿರುತ್ತದೆ? ನಿಮ್ಮ ದೇಹವು ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ತಿಳಿದಿದ್ದೀರಿ? ಎಲ್ಲವೂ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತೀದೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಾ ಹಾಗೂ ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ? ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ನೀವು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವಿರಿ? ನೀವು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮೀರಿದ ಇಂತಹ ಎಲ್ಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು 'ಒತ್ತಡ' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ

ಒತ್ತಡವು ಕಾರಣ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮ ಎರಡೂ ಆಗಿದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಒತ್ತಡ ಹೀಗೆ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಬೇಡಿಕೆಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಒತ್ತಡವು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡವು ನಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಮತ್ತು ಪ್ರವೇಶ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪರಿಶ್ರಮದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು, ಹೀಗಾಗಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತಡವು ಕ್ರೋಡಿಕರಿಸುವುದು. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ಇದು ಒಂದು ವಿಷವರ್ತುಲವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಲವು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಮುರಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ

ನಮ್ಮ ಹಲವಾರು ಬೇಡಿಕೆಗಳು, ಸ್ವತಃ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಹಾಗೂ ಇತರ ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಒತ್ತಡದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಒತ್ತಡ ಉಂಟಾಗುವುದು ಎಂದರೆ ನೀವು ಊಹಿಸಬಲ್ಲಿರಾ?

ಚಟುವಟಿಕೆ 1

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಗುರಿ–ಆಧಾರಿತ ಜೀವನವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು.
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು
- ಒತ್ತಡದ ಧನಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು

METHOD

ವಿಧಾನ

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೇ ಶಾಂತವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಆಯೋಜಕರು ಹೇಳುವುದು ಅವರಿಗೆ ತಿರುಗಾಡಲು ಅಥವಾ ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಮಾತನಾಡಲು ಬಿಡಬಾರದು. ಅವರು ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಅವರು ಫೋನ್ ಬಳಸುವಂತಿಲ್ಲ, ಏನನ್ನೂ ಓದುವಂತಿಲ್ಲ, ಬರೆಯುವಂತಿಲ್ಲ . ಆಯೋಜಕರು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಕೋಣೆಯ ಒಳಗೆ ಓಡಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆರಳು ಹಾಡಿಸುವುದು, ಅವರ ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಗೀಚುತ್ತಿರುವುದು, ಪರಸ್ಪರ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಾಣಬಹುದು.

ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಆಯೋಜಕರು, ಈ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆನಿಸುತು, ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತೆ? ಈ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸಿದರೆ? ಈ ರೀತಿ ಬದುಕಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆಯೇ? ಎಂದು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕೇಳಿರಿ

ವಿಸ್ತರಣೆ: ಚರ್ಚೆಯ ನಂತರ, ಆಯೋಜಕರು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರೆಲ್ಲರೂ ಹಾಡನ್ನು ಹಾಡಬೇಕೇಂದು ತಿಳಿಸಿ. ಹಾಡನ್ನು ಹಾಡುತ್ತ ಗುಂಪಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗೆ ಹೇಳಿ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಗಮಸಿ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನಿಂದ ಬರುವ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಬೇಡಿಕೆ ಎಷ್ಟೇ ಚಿಕ್ಕದಾದರೂ ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಬಹುದು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಒತ್ತಿತಿಳಿಸುವುದು.

ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

ಆಯೋಜಕರು

- ಮೌಖಿಕ ಮತ್ತು ಅಮೌಖಿಕ ಎರಡೂ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ, ಹಾಗೂ ಹೇಗೆ ಭಾವಿಸಿದರು ಮತ್ತು ವರ್ತಿಸಿದರು, ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಯಾರು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದರು ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಹೇಗೆ ಒತ್ತಡದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆಯೋಜಕರು ತಿಳಿಸುವುದು.

- ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಸಹ ನಾವು ಹೇಗೆ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವೆವು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕೆಲವು ಹದಿಹರೆಯದವರು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಅವರ ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುವರು. ಇವರು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅವರ ಸ್ನೇಹಿತರೊಡನೆ ಇಡೀ ದಿನ ಮಾತನಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ, ನೀವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಲು ಬಯಸಿದಾಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನಿಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ ಹಾಗೂ ನಿಮಗೆ ತುಂಬ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯ ಉಳಿದಿರುವುದು ಎಂದು ಅರಿಯುವಿರಿ, ಉದಾ: ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿದೆ ಓದಲು ಸಮಯ ಕಡಿಮೆ ಇದೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಕಾಲೇಜಿಗೆ ತಯಾರಾಗಬೇಕು ನಿಮಗೆ ಸಮಯವಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಕೆಲಸಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ಉಳಿದಿವೆ ಮುಗಿಸಲು ಸಮಯ ಕಡಿಮೆ ಇದೆ, ಇವು ಕೂಡ ಬಹಳಷ್ಟು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಕೆಲವು ಒತ್ತಡಗಳು ಹೇಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂಬಂತಹ ಒತ್ತಡದ ಧನಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ. ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಸಮಯ ವ್ಯಯಿಸುವ ಜನರು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇದ್ದಾರೆ ಇದಕ್ಕೆ ಆಯೋಜಕರು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೀಡಿ. ಇಂಥವರು ಯಾವುದೇ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಏನನ್ನೂ ಸಾಧಿಸಲು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಏರಲು ಹಾಗೂ ಅವರ ಜೀವನ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಜನರು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಒತ್ತಡದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ಚಿತ್ರದ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಒತ್ತಡವು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯತ್ತ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಹಾಗೂ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು.

- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಆಯೋಜಕರು ಬುದ್ಧಿಮಂಥನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದು. ಆಯೋಜಕರು ಈ ಮುಂದಿನ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಹ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು, ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಅವರವರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿರೀಕ್ಷೆ, ಅವಾಸ್ತವಿಕ ದೇಹದ ಚಿತ್ರಣದಲ್ಲಿ, ತೆಳ್ಳಗೆ ಕಾಣುವೆವೆಂದು (ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹುಡುಗಿಯರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ) ಅಥವಾ ಸ್ನಾಯುಗಳಿವೆಯೆಂದು (ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹುಡುಗರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ), ಪೋಷಕರ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು, ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಾಧಿಸಲು ಬಯಸುವುದು, ಅಧಿಕ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಇತರೆ. ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಅನೈರ್ಮಲ್ಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವುದು, ಜನದಟ್ಟಣೆ, ಕೆಟ್ಟ ಹವಾಮಾನ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳಂತಹ ವೈರುಧ್ಯದ ಭೌತಿಕ ಪರಿಸರದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಸೂಚಿಸಬೇಕು. ಸ್ವಯಂ, ಕುಟುಂಬ, ಸ್ನೇಹಿತರು, ಭೌತಿಕ ಪರಿಸರ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ವರ್ಗಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವಂತಹ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರಣಗಳ ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಕಪ್ಪುಹಲಗೆಯ ಮೇಲೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿರಿ.

ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ಟಿಪ್ಪಣಿ

ಒತ್ತಡವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೀರುವ ಪರಿಣಾಮಗಳು:

- ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ, ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ದೂಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ, ಇತರೆ
- ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ, ನಾವು ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದ್ರೋಗ ಮುಂತಾದ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಒಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ದುರ್ಬಲರಾಗಿ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತುತ್ತಾಗುತ್ತೇವೆ,
- ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ, ದುಃಖ, ಖಿನ್ನತೆ, ಕೋಪ, ಕಿರಿಕಿರಿ, ಹತಾಶೆಯನ್ನು ನಾವು ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ.

- ನಡವಳಿಕೆ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ, ನಾವು ಇತರರಿಗೆ ಅನವಶ್ಯವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿಯಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೇವೆ, ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶಾಂತವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಇರಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ, ಹಾಗೂ ನಾವು ಅದೇ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳಬಹುದು.

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಡವಳಿಕೆ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಶಾರೀರಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳು ಒತ್ತಡದಿಂದ ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಬಹುದು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳಾಗಿವೆ.

ಆದರೂ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವನು ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ

ವ್ಯಕ್ತಿಯ – ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ, ಮನೋಧರ್ಮ, ವರ್ತನೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು, ದೈಹಿಕ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ನಿರಾಶಾವಾದಿ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ. ಅಂತೆಯೇ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಳಪೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಅವನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪರಿಸರ – ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ಲಭ್ಯವಿರುವಂತ ಬೆಂಬಲ, ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಕ ಅಥವಾ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಲಭ್ಯವಿರುವಂತಹ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು.

ಒತ್ತಡ– ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒತ್ತಡದ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆಯೇ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೇ, ಇದು ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಅಥವಾ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಒತ್ತಡವಾಗಿದೆಯೇ, ಒತ್ತಡವು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಉಳಿಯುತ್ತದೆಯೇ ಅಥವಾ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಅನಾರೋಗ್ಯದಂತಹ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೊರಬರುತ್ತದೆಯೇ, ಇತ್ಯಾದಿ.

ಇದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಣಾಮವು ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ

ನಾವು ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಒತ್ತಡದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನೋಡುವ ರೀತಿಯ ಮೇರೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಚ್ಯವಾಗಿದೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡುವಾಗ ಹಾಗೂ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶವನ್ನು ಪಡೆಯುವಾಗ ಒತ್ತಡಕ್ಕೊಳಗಾಗಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಕಾಲೇಜುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ತುಂಬ ಜನರನ್ನು ಕೇಳಲು ಯೋಚಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯವಿದೆ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಯಾವುದೂ ನಮ್ಮ ಪರವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಂಡೆರೆ ನಾವು ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುತ್ತದೆ.

ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಅದನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುವುದು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯದ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವುದು. ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದನ್ನು ಎರಡು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು:

ಹಂತ 1: ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವ ಮೂಲಕ ಒತ್ತಡದ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು, ಅಳುವುದು, ಮೈದಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಕಳೆಯುವುದು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು, ದೂರದರ್ಶನ ನೋಡುವುದು, ನಿಮಗೆ ಸಿಕ್ಕಿರುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳನ್ನು ಎಣಿಸುವುದು, ನಿಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನ ಹಾಡನ್ನು ಕೇಳುವುದು, ನಿಮಗೋಸ್ಕರ ನೀವೆ ಹಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಹಂತ 2: ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು. ಈ ಹಂತವು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಮತ್ತು ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ, ನಾವು ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಋಣಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಗುಣಿಸಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಡವಾಗಿ ಬಂದರೆ, ನಾವು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ವಾಸ್ತವಿಕಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಊಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುವುದು ಮೊದಲ ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಎರಡನೇ ಹಂತವು ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುವ ಮೊದಲ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲು ನೀವು ಎಲ್ಲಾ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿಮಗೆ ಹಣದ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಬರುವ ಮೊದಲ ಆಲೋಚನೆಯು ಸಾಲಕೊಡುವವನ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುವುದು. ಸಾಲ ಕೊಟ್ಟಿರುವವನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಣ ಪಡೆದು ಜನ ಹೇಗೆ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಿಮಗೆ ಹಣ ಸಿಗುವ ಇತರ ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬ್ಯಾಂಕ್. ಮೂರನೇ ಹಂತವು ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಆ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು. ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ, ನಾವು ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡದ ಬಗ್ಗೆ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಒಮ್ಮೆ ನೀವು ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಅದರ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯು ನಿಮ್ಮ ಪರ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸದಿದ್ದರೆ, ಇತರ ಪರ್ಯಾಯ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸಿರಬೇಕು.

ಈ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕರ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2: ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳು

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಬೇರೆಬೇರೆ ಒತ್ತಡ ನಿಭಾಯಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಶಕ್ತಿಕೊಡುವುದು,
- ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ನಿಭಾಯಿಸುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅನ್ವಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು

METHOD

ವಿಧಾನ

ಆಯೋಜಕರು ಪ್ರತಿ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಖಾಲಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಕೊಡುವುದು. ಖಾಲಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಅವರ ಮನೆಯಿಂದ ತರಲು ಸಹ ಹೇಳಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷ ಇರುತ್ತದೆ, ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ಕೋಣೆಯ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಸಿಗುವ ಅವರು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವಸ್ತುವನ್ನು ಅವರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬರಲು ಹೇಳಿ. ಅವರು ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಅಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಹಾಗೂ ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅವರ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿರಬೇಕು. 20 ನಿಮಿಷಗಳು ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಕೋಣೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಲು ಹೇಳಿ ಹಾಗೂ ಅವರು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಏನು ತಂದರು ಮತ್ತು ಏಕೆ ಎಂದು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ಕೇಳಿರಿ.

ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

ಆಯೋಜಕರು

ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಜೀವನದಂತೆ ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿರಿ. ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯದು ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ, ಉದಾ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ, ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಜಾಗ ಎಷ್ಟು ಎಂಬುದು. ಇವುಗಳು ನೀವು ಎಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದಿರಿ, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಹೋಲುತ್ತವೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಏನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದು ನಿಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ತುಂಬಿಸಿದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರಬಹುದು. ಆದರೆ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ತುಂಬಿಸಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ನೀವು ಕೆಲವೇ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಮರುಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಗರಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತುಂಬಲು ಇದು ಸಮಯವಾಗಿರಬಹುದು, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಬಳಸಲು ಇದು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತರಾಗಿರಲು ಒತ್ತಡವು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳುವುದು. ನಾವು ಹೇಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ಆಯೋಜಕರು ಚರ್ಚಿಸುವುದು.

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಜೀವನದ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಬೇರೆಬೇರೆ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು. ಅವರ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಎರಡೂ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಹಂತ–ಹಂತದ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ.

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಯನ್ನು ಸಹ ನಡೆಸಬಹುದು, ಗುಂಪನ್ನು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿ ಹಾಗೂ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಸುಗಮ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಹಾಕುವುದು. ಎಲ್ಲ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು ಮತ್ತು ಯಾವುದಾದರೂ ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು ಹೇಳುವುದು. ಹಿತಕರವೇನಿಸುವ ವಸ್ತು ಯಾವುದಾದರೂ ಸರಿ ಉದಾ: ಮೇಣದಬತ್ತಿಯ ಜ್ವಾಲೆಯಾಗಿರಬಹುದು, ಚುಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ವಿಗ್ರಹವಾಗಿರಬಹುದು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದಾಗ ಬರುತ್ತಿರುವ ಒಳ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು ಮತ್ತು ಆ ವಸ್ತುವನ್ನೇ ಸುಮ್ಮನೇ ಗಮನಿಸಿ ಎಂದು ಹೇಳಿರಿ.

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಕಾರ್ಯಗಳು

- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಹೇಳಿರಿ. ಈಗ ಆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಅವರು ಬಳಸುವ ವಿಧಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿ. ತರಗತಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ನಿಭಾಯಿಸಿದ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿರಿ.
- ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸೃಜನಶೀಲ ವಿಧಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಗುಂಪನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಕನಿಷ್ಠ 2 ವಿಭಿನ್ನ ಮತ್ತು ವಿಶಿಷ್ಟ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ ಬರಲು ಹೇಳಿರಿ.

ಪದ್ಮಿನಿಗೆ 14 ವರ್ಷ, 9ನೇ ತರಗತಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳಿಗೆ ಏಳು ಸಹೋದರಿಯರು, ಇಬ್ಬರು ಸಹೋದರರೊಂದಿಗೆ 11 ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳು ತನ್ನ ಅಕ್ಕನಿಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದರಿಂದ ಆಕೆಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ಆಕೆಯ ಅಕ್ಕ ತನ್ನ ಪೋಷಕರೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚಿಸಿ ಕುಟುಂಬದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಳು. ಪದ್ಮಿನಿ ಮನೆಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಕೃಷಿ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಬಡತನದಿಂದಾಗಿ 8ನೇ ತರಗತಿ ಉತ್ತೀರ್ಣಳಾದ ನಂತರ ಶಾಲೆ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾಳೆ. ಒಂದು ವರ್ಷ ಸಮ್ಮನಿದ್ದು ಕೃಷಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಈ ವರ್ಷ ಮತ್ತೆ ಪೋಷಕರ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಮಣಿದು 9ನೇ ತರಗತಿಗೆ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಶಾಲೆಯ ನಂತರ ಅವಳು ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಮನೆಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಳು.

ಅವಳು ತನ್ನನ್ನು ಸರಳ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಸಹಾಯಕಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿರುವಳು. ಮುಂದೆ ಓದಿ ನೌಕರಿ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಆಸೆ ಇದೆ. ಅವಳು ತನ್ನ ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಕಿಯನ್ನು ಅವಳ ಮಾದರಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾಳೆ, ಅವರು ಶಿಕ್ಷಕಿಯಾಗಲು ಮಾಡಿದ ಹೋರಾಟವು ಈಕೆ ತುಂಬ ಮೆಚ್ಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ.

ಚರ್ಚೆಗಾಗಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕೆ ಓದಿದ ನಂತರ)

- ಪದ್ಮಿನಿಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ನೀವು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು? ಪದ್ಮಿನಿಗಾಗಿ ಹಂತ-ಹಂತದ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿ?
- ಪದ್ಮಿನಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಒತ್ತಡಗಳು ನೀವು ಹೊಂದಿದ್ದೀರಾ? ಆ ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸುತ್ತೀರಿ?
- ಪದ್ಮಿನಿ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಒತ್ತಡಗಳೇನು?
- ಪದ್ಮಿನಿ ಆಕೆಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ?
- ಪದ್ಮಿನಿ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಅವಳ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಅವಳ ಸಮುದಾಯವು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು?

ಪ್ರತಿಫಲಗಳು : (ಆಯೋಜಕರು ಈ ತರಗತಿ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ.)

ನನ್ನ ಕಲಿಕೆಗಳು: (ಈ ತರಗತಿಯಿಂದ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ಏನು ಕಲಿತರು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಆಯೋಜಕರು ಬರೆಯಿರಿ).

ಪಾಠ – 48

ಉದ್ಯಮಿಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಂಬಲ

ಪಾಠದ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಿವಿಧ ಹಣಕಾಸು ಯೋಜನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು,
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಲ್ಲಿ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು,
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಿವಿಧ ಯೋಜನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲು ಮತ್ತು
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು.

ಅವಧಿ: 145 ನಿಮಿಷಗಳು

ಸಮಯ ವಿಂಗಡಣೆ

40 ನಿಮಿಷಗಳು	20 ನಿಮಿಷಗಳು	30 ನಿಮಿಷಗಳು	20 ನಿಮಿಷಗಳು	20 ನಿಮಿಷಗಳು
ಚಟುವಟಿಕೆ 1	ಚಟುವಟಿಕೆ 1ರ ಚರ್ಚೆ	ಚಟುವಟಿಕೆ 2	ಚಟುವಟಿಕೆ 2ರ ಚರ್ಚೆ	ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಚೆಗಳು

ತರಬೇತಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು

ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ, ಸೀಮೆಸುಣ್ಣ, 04 ಕಾಗದದ ಹಾಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣದ ಪೆನ್ಸಿಲ್‌ಗಳು/ಸ್ಕೆಚ್ ಪೆನ್ನುಗಳು

ಪರಿಕಲ್ಪನ ಟಿಪ್ಪಣಿ

ಹಣ ಅಥವಾ "ಹಣಕಾಸಿನ ಲಭ್ಯತೆ" ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಅಥವಾ ಕೊನೆಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಮುಖ ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಸುಳ್ಳೆಂದರೆ ಹಣವಿರುವ ಯಾರಾದರೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುವುದು. ನಾನು ಅದನ್ನು ಸುಳ್ಳು ಎಂದು ಏಕೆ ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ? ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ನಂಬಿಕೆಯ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಹಣವು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದರೂ, ಯಶಸ್ವಿ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ನಡೆಸಲು ನಿಮಗೆ ಲಾಭ-ಆಧಾರಿತ ಮತ್ತು ದೂರದೃಷ್ಟಿಯ ವಿಧಾನದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು ಸುಲಭವಾಗಬಹುದು ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಲಾಭದಾಯಕ ಉದ್ಯಮವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನ, ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ಪಾಠಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲು ಹಿಂದಿನ ಪಾಠವನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ನೆನಪುಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಹಲಗೆಯ ಮೇಲೆ ಬರೆಯಿರಿ.

ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳು, ಸರ್ಕಾರಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿಗಳು ಮತ್ತು ಎನ್‌ಜಿಓಗಳಂತಹ ವಿವಿಧ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳಿಂದ ಸಣ್ಣ ಸಾಲಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಹೆಚ್ಚಿನ ವ್ಯಾಪಾರ ಉದ್ಯಮಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು. ನೀವು ಸ್ವಯಂ ಸಹಾಯ ಗುಂಪನ್ನು ಸಹ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಗುಂಪು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದಾದ ಯೋಜನೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅದರ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಸಾಲವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು.

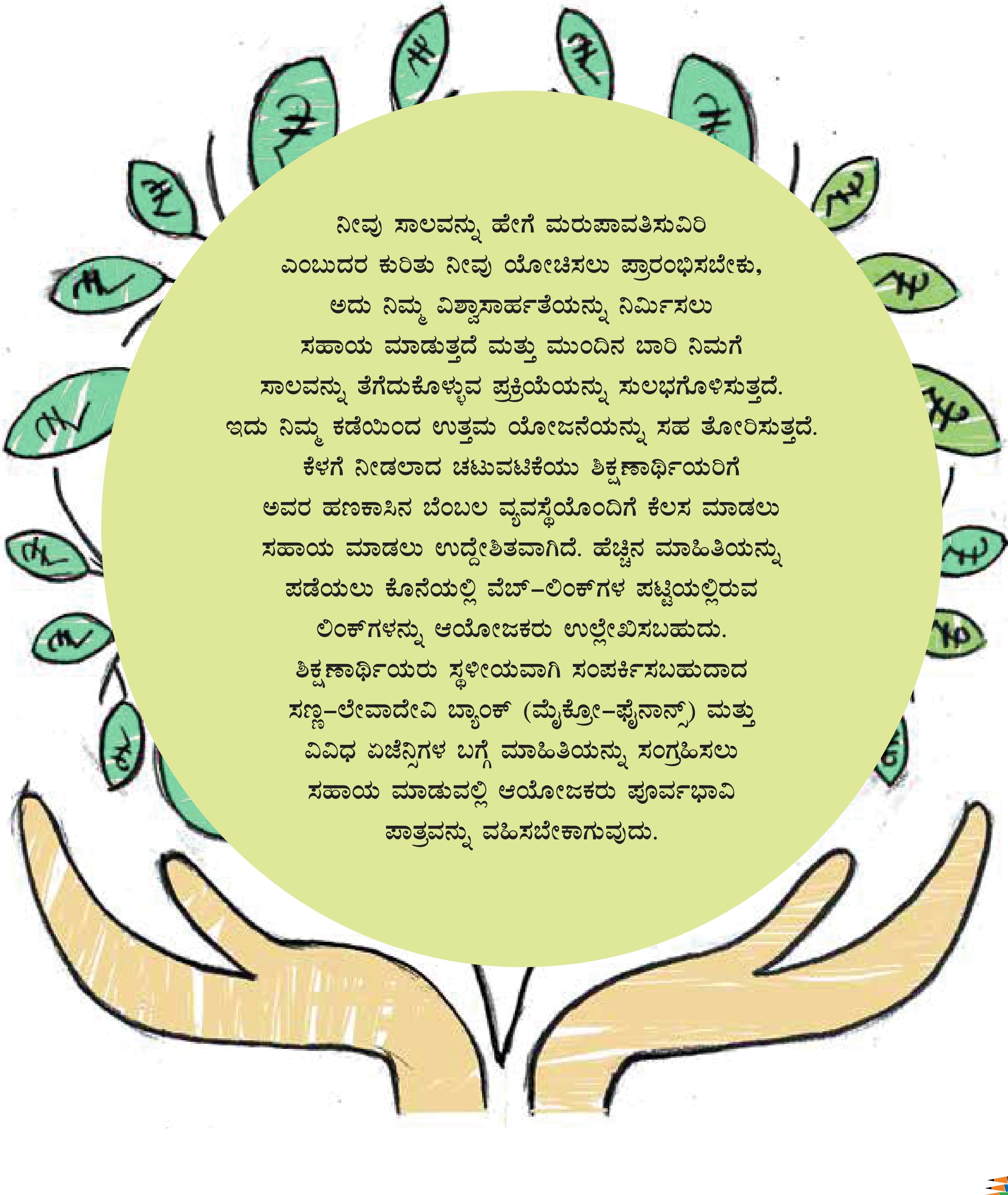
ಯಾವುದೇ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳಿಂದ ಯಾವುದೇ ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಗ್ರಾಮ ಅಥವಾ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಯೋಜನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಯಾವುದೇ ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ನೀವು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು:

ಸರ್ಕಾರಿ ಏಜೆನ್ಸಿ ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನಿಂದ ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಏಜೆನ್ಸಿಯು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಖಾಸಗಿ ಲೇವಾದೇವಿದಾರರಿಂದ ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನಿಂದ ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮವಾದ ಉಪಾಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಖಾಸಗಿ ಲೇವಾದೇವಿಯವರು ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬಡ್ಡಿದರಗಳನ್ನು ವಿಧಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಉಳಿದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ನೀವು ಯಾವಾಗ ಸಾಲವನ್ನು ಪಾವತಿಸಬೇಕು, ವಿಧಿಸಲಾಗುವ ಬಡ್ಡಿಯ ಮೊತ್ತ ಮತ್ತು ಇತರ ಪ್ರಮುಖ ವಿವರಗಳಂತಹ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಷರತ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಸಾಲದ ಷರತ್ತುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅನೇಕ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಬ್ಯಾಂಕಿನ ದಾಖಲಾತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಿಯಮ ಹಾಗು ಷರತ್ತುಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಗುಪ್ತ ಷರತ್ತುಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಎಲ್ಲ ಷರತ್ತುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದಂತೆ, ದಾಖಲಾತಿಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಓದಿರಿ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉತ್ತಮವಾದ ಮುದ್ರಣವನ್ನು ಓದಿರಿ ಮತ್ತು ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದಿರುವ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು

ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಮತ್ತು ದಾಖಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರುವುದು ಮುಖ್ಯ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಐಡಿ ಪುರಾವೆ, ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ, ಇತ್ಯಾದಿ. ಸಾಲವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನೀವು ಪೂರೈಸಬೇಕಾದ ಮಾನದಂಡಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ದಾಖಲೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ.



ನೀವು ಸಾಲವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮರುಪಾವತಿಸುವಿರಿ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ನೀವು ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು, ಅದು ನಿಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ನಿಮಗೆ ಸಾಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದ ಉತ್ತಮ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಸಹ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಯು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಅವರ ಹಣಕಾಸಿನ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಉದ್ದೇಶಿತವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ವೆಬ್-ಲಿಂಕ್‌ಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಬಹುದು. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದಾದ ಸಣ್ಣ-ಲೇವಾದೇವಿ ಬ್ಯಾಂಕ್ (ಮೈಕ್ರೋ-ಫೈನಾನ್ಸ್) ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಕರು ಪೂರ್ವಭಾವಿ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸಬೇಕಾಗುವುದು.

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು,
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಣ್ಣ ಅವಧಿಯ ಸಾಲಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು,
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಅವರ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು.

METHOD ವಿಧಾನ

ಆಯೋಜಕರು ಸ್ಥಳೀಯ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅಥವಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳಿಂದ ಜನರನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಲ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಬಹುದು. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಚರ್ಚೆಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಬಹುದು, ಅಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಲ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಲಾಗುವುದು.

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ತಿಳಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಯೋಜಕರು ಅವರನ್ನು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅಥವಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಬಂದಾಗ ಅವರ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಲಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಹಣಕಾಸಿನ ನೆರವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಹೇಳಿರಿ. ಆಯೋಜಕರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ, ಯಾವುದೇ ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅಥವಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ. ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿರಿ ಇದರಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಂತರ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು.

ಚರ್ಚೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಅವರ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಭಿತ್ತಿಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಕೇಳಿರಿ, ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಲ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹರಡಲು ಭಿತ್ತಿಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿರಿ.

ಒಂದು ಬದಲಾವಣೆ: ಒಂದು ವೇಳೆ ಆಯೋಜಕರು ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅಥವಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಆಹ್ವಾನಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರ ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಲ ಯೋಜನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹೇಳುವುದು ಇನ್ನೊಂದು ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಆಯೋಜಕರು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಅವರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿರಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಗುಂಪಿನಿಂದ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ರಚಿಸಿರಿ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅಣಕು ಸಂದರ್ಶನವನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು, ಇಬ್ಬರು ಸದಸ್ಯರು ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಇತರ ಇಬ್ಬರು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಬಂದಿರುವಂತವರು. ಅವರು ಬ್ಯಾಂಕಿನಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸಬಹುದಾದ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಬಹುದು. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಸದಸ್ಯರು ಅಭಿನಯಿಸಬೇಕು.

ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

ಆಯೋಜಕರು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಅದನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಬಹುದು.

ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಚಾರ್ಟ್ ಪೇಪರ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗುವಂತೆ ಗೋಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ನೇತುಹಾಕಿರಿ.

ಪರಿಕಲ್ಪನ ಟಿಪ್ಪಣಿ

ಯುವಕರನ್ನು ಅವರ ಸ್ವಂತ ಉದ್ಯಮವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವೆವು, ಯುವಕರಿಗೆ ಸಾಲ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ವಿವಿಧ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು ಆಯೋಜಕರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಚಟುವಟಿಕೆ 1 ರ ಭಾಗವಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಆಯೋಜಕರು ಆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಚಾರ್ಟ್ ಪೇಪರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಬೇಕು ಇದರಿಂದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ಜನರು ಅದನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅನುಬಂಧದಲ್ಲಿ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ಯೋಜನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗಿದೆ: –

1. ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿಯ ಉದ್ಯೋಗ ಸೃಷ್ಟಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ (Prime Minister's Employment Generation Progra,,e - PMEGP) ಇದು ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ, ಸಣ್ಣ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಮ ಉದ್ಯಮಗಳ ಸಚಿವಾಲಯ (Ministry of Micro, Small and Medium Enterprises - MOMSME) ಮೂಲಕ ನಿರ್ವಹಿಸಲ್ಪಡುವ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಲಿಂಕ್ಡ್ ಸಬ್ಸಿಡಿ (Credit Linked Subsidy) ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿದೆ. ಖಾದಿ ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮೋದ್ಯೋಗ ಆಯೋಗ (Khadi & Village Industries Commission - KVIC), MSME ಸಚಿವಾಲಯದ ಆಡಳಿತದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಶಾಸನಬದ್ಧ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿದ್ದು, ಯೋಜನೆಯ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕಾಗಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೋಡಲ್ ಏಜೆನ್ಸಿಯಿದೆ. ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಈ ಯೋಜನೆಯನ್ನು KVIC, KVIB ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಕೇಂದ್ರದ ಮೂಲಕ ಜಾರಿಗೊಳಿಸಲಾಗುವುದು.
2. ಗ್ರಾಮೀಣ ಯುವಕರಿಗೆ ಸ್ವಯಂ ಉದ್ಯೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಸ್ವ–ಉದ್ಯೋಗ ತರಬೇತಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು (Rural Self-Employment Training Institutes -RESTI) ಉತ್ತೇಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಗ್ರಾಮೀಣಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಉದ್ಯೋಗ ತರಬೇತಿ ಸಂಸ್ಥೆ (Rural Development and Self Employment Training Institute - RUDSETI) ಪ್ರತಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಗಿದೆ.
3. ರೂರಲ್ ಇನ್ನೋವೇಶನ್ ಫಂಡ್ (Rural Innovation Fund - RIF) ಎನ್ನುವುದು ಕೃಷಿ, ಕೃಷಿಯೇತರ ಮತ್ತು ಮೈಕ್ರೋ ಫೈನಾನ್ಸ್ ವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ನವೀನ, ಅಪಾಯ ಸ್ನೇಹಿ, ಅಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ನಿಧಿಯಾಗಿದ್ದು ಅದು ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವನೋಪಾಯದ ಅವಕಾಶಗಳು ಮತ್ತು ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.
4. ಸ್ವಸಹಾಯ ಗುಂಪುಗಳು ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿದ್ದು, ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರು ಒಟ್ಟುಗೂಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಗುಂಪಿನ ಭಾಗವಾಗಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅವರೇ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಅನುಬಂಧ ಮತ್ತು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು.

ಚಟುವಟಿಕೆ 2

ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರ ಸಂವಹನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು,
- ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಣ್ಣ ಅವಧಿಯ ಸಾಲಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು

ವಿಧಾನ

ಆಯೋಜಕರು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರನ್ನು ತಲಾ 4–5 ಸದಸ್ಯರ 5 ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಭಜಿಸಿರಿ. ಪ್ರತಿ ಗುಂಪಿಗೆ ಅನುಬಂಧದಿಂದ ಒಂದು ಯೋಜನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಿರಿ. ಅವರ ಕಚೇರಿಯಿಂದ ಸಾಲ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲು ಇರುವ ಮಾರಾಟದ ಏಜೆಂಟ್‌ನಂತೆ ಗುಂಪು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಚಾರ್ಟ್ ಪೇಪರ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯನ್ನು ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಯೋಜನೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೈಲೈಟ್ ಮಾಡುವ ಭಿತ್ತಿಚಿತ್ರ ಹಾಳೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಜಾಹೀರಾತು ಮಾಡಲು ಹಾಡನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ಗುಂಪಿಗೆ ಅವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು 30 ನಿಮಿಷಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು. ಎಲ್ಲಾ ಗುಂಪುಗಳು ಸಿದ್ಧವಾದ ನಂತರ, ಪ್ರತಿ ಗುಂಪು ಬಂದು ಅವರ ಪ್ರಸ್ತುತಿಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಇತರ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿರಿ.

ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು:

ಆಯೋಜಕರು

ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾದ ವಿವಿಧ ಯೋಜನೆಗಳ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಈ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಂದ ಅರ್ಜಿ ಸಲ್ಲಿಸುವ ಹಾಗೂ ಸಾಲಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿರಿ. ಅವರ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಮತ್ತು ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕಾದ ಪರ್ಯಾಯ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿರಿ.

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ತೆರೆಯಲು ಬಯಸುವ ವ್ಯಾಪಾರದ ಬಗ್ಗೆ, ಅವರ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಗುಂಪನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿರಿ. ಅಗತ್ಯವಿರುವ ದಾಖಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಶೀಲನಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಅವರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಪ್ರತಿ ಸಾಲದ ಸಾಧಕ–ಬಾಧಕಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಲು ತಿಳಿಸಿ.

ಪರಿಕಲ್ಪನ ಟಿಪ್ಪಣಿ

ವ್ಯವಹಾರದ ಸುಸ್ಥಿರತೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಮತ್ತಷ್ಟು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ. ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇನ್ನೂ ಕಷ್ಟ. ಬಹಳಷ್ಟು ವ್ಯವಹಾರಗಳು ಉತ್ತಮವಾದ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ ಆದರೆ ಅವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದ ಮುಚ್ಚಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ನಾವು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳೆಂದರೆ:

- ಎಲ್ಲದರ ಸರಿಯಾದ ಹಣಕಾಸಿನ ವಹಿವಾಟುಗಳ ಲಿಖಿತ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ಇದು ಲಾಭ ಮತ್ತು ನಷ್ಟ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಾಪಾರ ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಯಾವಾಗಲೂ ನವೀಕೃತವಾಗಿರಿ. ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಉದ್ಯಮಿ ಎಂದಿಗೂ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯ ಇತರ ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನವೀಕೃತವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಹೊಸ ರಸ್ತೆ ಬರಲಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ, ಅದು ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಾಪಾರದ ಮೇಲೆ ಬೀರುವ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ನೀವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.
- ಹೊಸ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಉತ್ಪನ್ನದ ಜೀವಸೆಲೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿ. ನೀವು ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹಾಗೂ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಜನರ ಬೇಡಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿ, ಇದರಿಂದ ನೀವು ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಹೊಸರೂಪು ಕೊಡಬಹುದು.
- ಸ್ಪರ್ಧೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ತರಬೇಕು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿಗಳು ಅವರ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

- ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಲ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೋಚಿಸಿ.
- ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಸ್ಥಬ್ದವಾಗಿ ಉಳಿಯುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಹ ಸಾಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿದೆ. ಅಂಗಡಿ ತೆರೆದರೆ ಸಾಲದು; ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಅದನ್ನು ಮೀರಿ ನೋಡಬೇಕು.

ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾದ ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಸುಸ್ಥಿರತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಕರು ಚರ್ಚಿಸಿರಿ

ವ್ಯವಹಾರದ ಸುಸ್ಥಿರತೆಯು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಖಾತರಿಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ, ಅನೇಕ ಉದ್ಯಮಿಗಳು ವಿಫಲವಾದ ವ್ಯವಹಾರದ ಚೇತರಿಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ರಾಜಸ್ಥಾನದ ಟೋಂಕ್ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಡಿಯೋಲಿಯ ಸಣ್ಣ ಪಟ್ಟಣದ ಕಾಕಾ ಹಲ್ವಾಯಿಯ ಮೋಹನ್ ಅವರ ಪ್ರಕರಣ ಹೀಗಿದೆ. ಮೋಹನ್ ಅವರ ತಂದೆ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಮೊತ್ತದ ರೂ. 30,000ದ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. 2012ರ ದೀಪಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಸಿಹಿತಿಂಡಿ ಅಂಗಡಿಯು, ಆರಂಭಿಕ ಯಶಸ್ಸಿನ ನಂತರ, ಕಾಕಾ ಹಲ್ವಾಯಿಗೆ ನಂತರದ ನಂತರದ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೊಂದು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವ್ಯಾಪರ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ಮೋಹನ್‌ನ ಬಳಿ ಕಚ್ಚಾ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳಾದ ಹಾಲು, ಪನೀರ್, ಸಕ್ಕರೆ, ತುಪ್ಪಾದಂತಹ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಹಣವಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಲಾಭದ ಪ್ರಮಾಣವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಅವರು ಕಚ್ಚಾ ಸಾಮಾಗ್ರಿ ಸರಬರಾಜುದಾರರಿಂದ ಅಂಗಡಿ ನಡೆಸಲು ಸಾಲ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರು, ಸಾಲವನ್ನು ಮರುಪಾವತಿಸುವಂತೆ ಸರಬರಾಜುದಾರರು ಅಂತಿಮವಾಯ್ದೆ ನೀಡಿದ್ದರು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅವರು ಅವನಿಗೆ ಕಚ್ಚಾ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸರಬರಾಜು ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವನು ತನ್ನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಹೊರಬರಲು ತುಂಬಾ ಹತಾಶನಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಅವನ ಮೇಲೆ ಅಂತಹ ದುರದೃಷ್ಟವನ್ನು ತಂದಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಅವನು ತನ್ನ ಅದೃಷ್ಟವನ್ನು ದೂಷಿಸುತ್ತಿರುವನು. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಅವನ ಅಂಗಡಿಯನ್ನು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಮಾರಿ ಸಾಲವನ್ನು ತೀರಿಸುವುದು ಅವನ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ಭಾವಿಸಿರುವನು.

ಚರ್ಚೆಗೆಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (ಪ್ರಕರಣಅಧ್ಯಯನವನ್ನುಓದಿದನಂತರ)

ಅವನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಅಂಶಗಳು ಯಾವುವು?

ಮೋಹನ್ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಮೋಹನ್ ಅವರ ಸಂದಿಗ್ಧತೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ನೀವು ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುವಿರಿ?

ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪುನರುಜ್ಜೀವನಗೊಳಿಸಲು ಮೋಹನ್ ಯಾವುದೇ ಹಣಕಾಸಿನ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದೇ? ಹೇಗೆ?

ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಲಾಭದಾಯಕವಾಗಿಸಲು ಒಬ್ಬರು ಹೇಗೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವನ ಸಿಹಿ ಅಂಗಡಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು ಹಣದ ಹರಿವು ಎಷ್ಟು?

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರಿಗೆ ಕಾರ್ಯಗಳು

ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಯರು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವ್ಯವಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪವನ್ನು ಮಾಡಲು ಹೇಳಿರಿ ಮತ್ತು ಮುಂಬರುವ ಐದು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಆ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಕಾಣಲು ಬಯಸುವರು ಎಂಬ ಗುರಿಯನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಲು ಹೇಳಿರಿ

ಪ್ರತಿಫಲಗಳು : (ಆಯೋಜಕರು ಈ ತರಗತಿ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ.)

ನನ್ನ ಕಲಿಕೆಗಳು: (ಈ ತರಗತಿಯಿಂದ ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳು ಏನು ಕಲಿತರು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಆಯೋಜಕರು ಬರೆಯಿರಿ).