UP PRT 2026 · UPTET · Super TET · CTET

FREE PDF

जीवन कौशल, प्रबंधन एवं अभिवृत्ति

हिंदी + English · परीक्षा-केंद्रित



300 QUESTIONS

वन-लाइनर + परिस्थिति + ट्रैप

WHO के 10 जीवन कौशल, व्यावसायिक नैतिकता, अभिप्रेरणा, शिक्षक की भूमिकाएँ, संवैधानिक मूल्य व प्रबंधन तक।

180	70	50	5
वन-लाइनर	परिस्थिति प्रश्न	ट्रैप + किसने दिया?	भूमिका कार्ड

इस PDF में खास

01 WHO के 10 कौशल चार्ट

02 शिक्षक की 5 भूमिकाएँ

03 नेतृत्व व परामर्श शैलियाँ

04 संविधान: अनुच्छेद टेबल

05 पुरस्कार-दंड: क्या करें

06 परिस्थिति के सुनहरे नियम

07 हिंदी–English शब्दावली

08 QR से फ्री टेस्ट

इन परीक्षाओं के लिए: UP सहायक अध्यापक (PRT) · UPTET / Super TET · CTET · D.El.Ed / B.Ed · KVS / NVS

✓ हर तथ्य जाँचा हुआ NOV 2026

इस PDF का उपयोग कैसे करें

UP सहायक अध्यापक (PRT) 2026 के 120 प्रश्नों में जीवन कौशल / प्रबंधन एवं अभिवृत्ति के 8 प्रश्न (24 अंक) आते हैं — व्यावसायिक आचरण व नैतिकता, अभिप्रेरणा, सुविधादाता-श्रोता-नेता-मार्गदर्शक-परामर्शदाता के रूप में शिक्षक, संवैधानिक व मानवीय मूल्य और पुरस्कार-दंड का प्रभावी उपयोग। इनमें ज़्यादातर प्रश्न परिस्थिति आधारित होते हैं, इसलिए यह PDF तथ्यों के साथ 70 परिस्थिति प्रश्न भी देती है।

1. मूल बात पढ़ें
हर अध्याय की शुरुआत में 2–3 लाइन का सार।

2. उत्तर ढककर पढ़ें
हाइलाइट वाला उत्तर ढकें, पहले खुद सोचें।

3. सुनहरे नियम याद करें
परिस्थिति प्रश्नों में यही नियम सही विकल्प तक ले जाते हैं।

4. परिस्थिति प्रश्न हल करें
पहले खुद उत्तर चुनें, फिर व्याख्या पढ़ें।

विषय (UP PRT 2026)	प्रश्न · अंक
जीवन कौशल / प्रबंधन एवं अभिवृत्ति	**8 प्रश्न · 24 अंक**
बाल मनोविज्ञान	8 प्रश्न · 24 अंक
शिक्षण कौशल	8 प्रश्न · 24 अंक
पूरा पेपर	120 प्रश्न · 360 अंक · +3/−1 · 2 घंटे

तथ्य 8 नवंबर 2026 तक की जानकारी पर आधारित; परीक्षा सूचना की पुष्टि upessc.up.gov.in से करें।

विषय-सूची

A	**वन-लाइनर (6 अध्याय)**	प्रश्न 1–180
B	**WHO के 10 जीवन कौशल · शिक्षक की 5 भूमिकाएँ · नेतृत्व व परामर्श शैलियाँ**	चार्ट + कार्ड
C	**किसने दिया? · ट्रैप जोड़ियाँ**	प्रश्न 181–230
D	**परिस्थिति प्रश्नों के सुनहरे नियम · परिस्थिति आधारित प्रश्न**	प्रश्न 231–300
E	**संविधान: अनुच्छेद टेबल · पुरस्कार-दंड: क्या करें / क्या न करें · शब्दावली**	
A1	जीवन कौशल: अवधारणा, WHO के 10 कौशल व जीवन कौशल शिक्षा	प्रश्न 1–30
A2	व्यावसायिक आचरण एवं नैतिकता	प्रश्न 31–60
A3	अभिप्रेरणा एवं पुरस्कार-दंड का प्रभावी उपयोग	प्रश्न 61–90
A4	शिक्षक की भूमिकाएँ: सुविधादाता, श्रोता, नेता, मार्गदर्शक व परामर्शदाता	प्रश्न 91–125
A5	संवैधानिक एवं मानवीय मूल्य	प्रश्न 126–155
A6	प्रबंधन: कक्षा, समय, तनाव, संघर्ष व संप्रेषण	प्रश्न 156–180

01 जीवन कौशल: अवधारणा, WHO के 10 कौशल व जीवन कौशल शिक्षा

Life Skills: Concept, WHO's 10 Core Skills & Life Skills Education

मूल बात

WHO के अनुसार जीवन कौशल वे अनुकूली एवं सकारात्मक व्यवहार की क्षमताएँ हैं, जो दैनिक जीवन की माँगों और चुनौतियों से प्रभावी ढंग से निपटने में सहायता करती हैं।

WHO ने 10 मूल जीवन कौशल बताए हैं, जिन्हें 5 जोड़ों में याद किया जाता है; इनके साथ भावात्मक बुद्धि (सालोवे–मेयर, गोलमैन) और NEP 2020 के जीवन कौशल परीक्षा में बार-बार पूछे जाते हैं।

1. WHO के अनुसार जीवन कौशल (Life skills) किस प्रकार की क्षमताएँ हैं?
→ **अनुकूली एवं सकारात्मक व्यवहार की क्षमताएँ** — जो दैनिक जीवन की माँगों व चुनौतियों से प्रभावी ढंग से निपटने में सहायक हों

2. WHO ने कुल कितने मूल (Core) जीवन कौशल बताए हैं?
→ **10** — इन्हें 5 जोड़ों में प्रस्तुत किया जाता है

3. WHO के 10 मूल जीवन कौशल कितने जोड़ों (Pairs) में प्रस्तुत किए जाते हैं?
→ **5 जोड़े**

4. 'निर्णय लेना (Decision making)' जीवन कौशल का जोड़ीदार कौशल कौन-सा है?
→ **समस्या समाधान (Problem solving)**

5. 'सृजनात्मक चिंतन (Creative thinking)' किस जीवन कौशल के साथ जोड़े में आता है?
→ **आलोचनात्मक चिंतन (Critical thinking)**

6. 'प्रभावी संप्रेषण (Effective communication)' का जोड़ीदार जीवन कौशल कौन-सा है?
→ **अंतर्वैयक्तिक संबंध कौशल (Interpersonal relationship skills)**

7. 'आत्म-जागरूकता (Self-awareness)' किस जीवन कौशल के साथ जोड़े में आती है?
→ **समानुभूति (Empathy)**

8. 'भावनाओं से निपटना (Coping with emotions)' का जोड़ीदार जीवन कौशल कौन-सा है?
→ **तनाव से निपटना (Coping with stress)**

9. WHO के 10 मूल जीवन कौशल किस दस्तावेज़ में प्रस्तुत किए गए?
→ **Life Skills Education in Schools** — WHO के मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम का दस्तावेज़; बाद में संशोधित संस्करण भी आया

10. UNICEF के अनुसार जीवन कौशल आधारित शिक्षा किन तीन क्षेत्रों में संतुलन साधती है?
→ **ज्ञान, अभिवृत्ति और कौशल** — Knowledge, Attitude and Skills

11. WHO की दृष्टि में जीवन कौशल मूलतः किस प्रकार की दक्षताएँ हैं?
→ **मनोसामाजिक दक्षताएँ (Psychosocial competencies)** — ये व्यावसायिक या आजीविका कौशल नहीं हैं

12. WHO के अनुसार जीवन कौशल किस प्रकार के कौशल हैं, जो हर संस्कृति में उपयोगी हैं?
→ **सामान्य कौशल (Generic skills)** — विषय-वस्तु देश व स्थान के अनुसार बदल सकती है

13. अपनी शक्तियों, कमजोरियों, रुचियों और भावनाओं को पहचानने का कौशल क्या कहलाता है?
→ **आत्म-जागरूकता (Self-awareness)**

14. स्वयं को दूसरे की स्थिति में रखकर उसकी भावनाएँ समझने का कौशल क्या कहलाता है?
→ **समानुभूति (Empathy)** — सहानुभूति (Sympathy) में केवल दया या तरस का भाव होता है

15. सूचनाओं और अनुभवों का वस्तुनिष्ठ विश्लेषण कर उनकी सत्यता परखने का कौशल कौन-सा है?
→ **आलोचनात्मक चिंतन (Critical thinking)**

16. किसी स्थिति के लिए नए, मौलिक विचार और विकल्प खोजने का कौशल कौन-सा है?
→ **सृजनात्मक चिंतन (Creative thinking)** — अपसारी चिंतन (Divergent thinking) से जुड़ा

17. उपलब्ध विकल्पों के परिणाम तौलकर सर्वोत्तम विकल्प चुनना कौन-सा जीवन कौशल है?
→ **निर्णय लेना (Decision making)**

18. जीवन की कठिनाइयों का कारण पहचानकर उनका रचनात्मक हल निकालना कौन-सा कौशल है?
→ **समस्या समाधान (Problem solving)**

19. मित्रता बनाना, उसे बनाए रखना और रिश्तों को सकारात्मक रखना किस कौशल से जुड़ा है?
→ **अंतर्वैयक्तिक संबंध कौशल (Interpersonal relationship skills)**

20. अपने विचार व आवश्यकताएँ शाब्दिक और अशाब्दिक रूप से स्पष्ट व्यक्त करना कौन-सा कौशल है?
→ **प्रभावी संप्रेषण (Effective communication)**

21. क्रोध, भय, दुःख जैसी भावनाओं को पहचानकर उन पर उचित प्रतिक्रिया देना कौन-सा कौशल है?
→ **भावनाओं से निपटना (Coping with emotions)**

22. तनाव के स्रोत पहचानकर उसे घटाने के उपाय अपनाना कौन-सा जीवन कौशल है?
→ **तनाव से निपटना (Coping with stress)**

23. निर्णय लेना, समस्या समाधान, सृजनात्मक व आलोचनात्मक चिंतन किस वर्ग के कौशल माने जाते हैं?
→ **चिंतन (संज्ञानात्मक) कौशल (Thinking skills)** — वर्गीकरण WHO का नहीं, बाद के विद्वानों का है

24. भावनाओं से निपटना और तनाव से निपटना किस वर्ग के जीवन कौशल हैं?
→ **भावनात्मक कौशल (Emotional skills)**

25. अपनी व दूसरों की भावनाओं को पहचानने, समझने और सँभालने की योग्यता क्या कहलाती है?
→ **भावात्मक बुद्धि (Emotional intelligence)** — इसे संवेगात्मक/भावनात्मक बुद्धि भी कहा जाता है

26. भावात्मक बुद्धि का प्रारंभिक वैज्ञानिक मॉडल 1990 में किसने प्रस्तुत किया?
→ **पीटर सालोवे और जॉन मेयर** — यह शब्द पहले भी प्रयुक्त हुआ; परीक्षा में मानक उत्तर यही है

27. गोलमैन के भावात्मक बुद्धि मॉडल में कितने घटक हैं?
→ **5** — आत्म-जागरूकता, आत्म-नियमन, अभिप्रेरणा, समानुभूति, सामाजिक कौशल

28. NEP 2020 के मूल सिद्धांतों में जीवन कौशल के कौन-से उदाहरण दिए गए हैं?
→ **संप्रेषण, सहयोग, टीमवर्क, लचीलापन (Resilience)**

29. WHO के अनुसार जीवन कौशल शिक्षा की शिक्षण-विधि मुख्यतः किस प्रकार की होती है?
→ **सहभागी एवं अनुभवात्मक (Participatory & Experiential)** — समूह कार्य, विचार-मंथन, भूमिका-निर्वाह, खेल, वाद-विवाद

30. प्रभावी संप्रेषण और अंतर्वैयक्तिक संबंध कौशल किस वर्ग के जीवन कौशल माने जाते हैं?
→ **सामाजिक कौशल (Social skills)**

⚠ अक्सर गलती (Trap)

- WHO के मूल जीवन कौशल 10 हैं, जो 5 जोड़ों में रखे जाते हैं; प्रश्न में 'कितने जोड़े' पूछा हो तो उत्तर 5 है, 'कितने कौशल' पूछा हो तो 10।
- समानुभूति (Empathy) और सहानुभूति (Sympathy) अलग हैं: समानुभूति में दूसरे की भावना उसकी दृष्टि से समझी जाती है, सहानुभूति में केवल दया का भाव होता है; WHO का कौशल समानुभूति है।
- भावात्मक बुद्धि का प्रारंभिक मॉडल सालोवे और मेयर (1990) का है; डेनियल गोलमैन ने 1995 की पुस्तक से इसे लोकप्रिय बनाया, इसलिए दोनों को आपस में न बदलें।

💡 याद रखने की ट्रिक

5 जोड़ों का सूत्र 'नि-स, सृ-आ, सं-सं, आ-स, भा-त': निर्णय–समस्या, सृजन–आलोचना, संप्रेषण–संबंध, आत्म-जागरूकता–समानुभूति, भावना–तनाव। गोलमैन के 5 घटक: 'जाग, नियम, प्रेरणा, सम, समाज'।

इस अध्याय के बाद फ्री टेस्ट दें

UP PRT Full Mock 1 — 120 प्रश्न (जीवन कौशल के 8 सहित), फ्री। मोबाइल कैमरे से QR स्कैन करें।

studyforgs.com/test.html?t=upprt-mock-01

02 व्यावसायिक आचरण एवं नैतिकता

Professional Conduct & Ethics

मूल बात

शिक्षण एक व्यवसाय (Profession) है, जिसके लिए विशेषज्ञ ज्ञान, विशिष्ट कौशल और समर्पण आवश्यक हैं; इसलिए शिक्षक से निष्पक्षता, गोपनीयता, समयपालन और जवाबदेही की अपेक्षा की जाती है।

RTE अधिनियम 2009 की धाराएँ 24 से 29 शिक्षक के कर्तव्य, छात्र-शिक्षक अनुपात, रिक्त पद, गैर-शैक्षिक कार्यों व निजी ट्यूशन पर रोक तथा पाठ्यक्रम-मूल्यांकन से जुड़ी हैं; NEP 2020 प्रति वर्ष कम से कम 50 घंटे के सतत व्यावसायिक विकास (CPD) की अपेक्षा करती है।

31. किसी व्यवसाय के सदस्यों के आचरण को दिशा देने वाले नैतिक सिद्धांतों का समूह क्या कहलाता है?
→ **व्यावसायिक नैतिकता (Professional ethics)**

32. अंग्रेज़ी शब्द 'Ethics' किस ग्रीक शब्द से बना है?
→ **एथोस (Ethos)** — अर्थ: चरित्र या रीति

33. NCTE की आचार संहिता के अनुसार शिक्षण व्यवसाय की पूर्वापेक्षाएँ क्या हैं?
→ **विशेषज्ञ ज्ञान, विशिष्ट कौशल और समर्पण**

34. अपने व्यवसाय के मानकों के अनुरूप दक्ष और नैतिक कार्य-व्यवहार क्या कहलाता है?
→ **व्यावसायिकता (Professionalism)**

35. 'Code of Professional Ethics for School Teachers' किस संस्था ने विकसित की?
→ **NCTE (राष्ट्रीय अध्यापक शिक्षा परिषद)** — शिक्षक संगठनों के सहयोग से तैयार

36. NCTE की आचार संहिता में शिक्षक के दायित्व किन वर्गों के प्रति बताए गए हैं?
→ **विद्यार्थी, अभिभावक-समुदाय-समाज, व्यवसाय-सहकर्मी**

37. NCTE आचार संहिता के अनुसार विद्यार्थियों से संबंधित जानकारी के बारे में शिक्षक क्या बनाए रखे?
→ **गोपनीयता (Confidentiality)**

38. जाति, धर्म, लिंग या आर्थिक स्थिति का भेद किए बिना सभी बच्चों से न्यायपूर्ण व्यवहार कौन-सा गुण है?
→ **निष्पक्षता (Impartiality)**

39. NCTE आचार संहिता के अनुसार शिक्षक कैसे उपहार या उपकार स्वीकार न करे?
→ **जो व्यावसायिक निर्णय प्रभावित करें** — या प्रभावित करते प्रतीत हों

40. RTE अधिनियम 2009 की कौन-सी धारा शिक्षकों के कर्तव्य बताती है?
→ **धारा 24** — योग्यता व सेवा-शर्तें धारा 23 में हैं

41. RTE धारा 24 के अनुसार विद्यालय में उपस्थिति के संबंध में शिक्षक का कर्तव्य क्या है?
→ **नियमितता और समयपालन बनाए रखना** — Regularity and punctuality

42. RTE धारा 24 के अनुसार शिक्षक प्रत्येक बच्चे की किस क्षमता का आकलन कर अतिरिक्त शिक्षण देगा?
→ **अधिगम क्षमता (Learning ability)**

43. RTE धारा 24 के अनुसार अभिभावकों की नियमित बैठक में शिक्षक किन बातों की जानकारी देगा?
→ **उपस्थिति, सीखने की क्षमता और प्रगति** — और बच्चे से जुड़ी अन्य प्रासंगिक जानकारी

44. RTE धारा 24 के अनुसार शिक्षक संपूर्ण पाठ्यक्रम कब तक पूरा करेगा?
→ **निर्दिष्ट समय-सीमा के भीतर**

45. धारा 24 के कर्तव्यों में चूक करने वाले शिक्षक पर अनुशासनात्मक कार्रवाई किसके अंतर्गत होगी?
→ **लागू सेवा नियमावली (Service rules)** — धारा 24(2); कार्रवाई से पहले सुनवाई का उचित अवसर

46. RTE अधिनियम की किस धारा में शिक्षक के निजी ट्यूशन पर प्रतिबंध है?
→ **धारा 28** — निजी शिक्षण गतिविधि भी प्रतिबंधित

47. शिक्षकों को गैर-शैक्षिक कार्यों में लगाने पर रोक RTE की किस धारा में है?
→ **धारा 27**

48. RTE धारा 27 के अनुसार शिक्षक किन तीन गैर-शैक्षिक कार्यों में लगाए जा सकते हैं?
→ **दशकीय जनगणना, आपदा राहत, चुनाव** — चुनाव: स्थानीय निकाय, राज्य विधानमंडल या संसद

49. छात्र-शिक्षक अनुपात (Pupil-Teacher Ratio) का प्रावधान RTE की किस धारा में है?
→ **धारा 25** — अनुपात का विवरण अधिनियम की अनुसूची में

50. पाठ्यक्रम और मूल्यांकन प्रक्रिया का प्रावधान RTE अधिनियम की किस धारा में है?
→ **धारा 29**

51. RTE धारा 29(2) के अनुसार बच्चे को किन बातों से मुक्त रखना है?
→ **भय, आघात और चिंता** — Fear, trauma and anxiety; बच्चे को खुलकर विचार रखने में सहायता

52. RTE धारा 29(2) के अनुसार बच्चे की समझ और ज्ञान के उपयोग का मूल्यांकन कैसे होगा?
→ **सतत एवं व्यापक मूल्यांकन (CCE)**

53. अपने शिक्षण पर लगातार विचार कर उसमें सुधार करते रहना क्या कहलाता है?
→ **चिंतनशील अभ्यास (Reflective practice)**

54. 'The Reflective Practitioner' (1983) पुस्तक के लेखक कौन हैं?
→ **डोनाल्ड शॉन (Donald Schön)**

55. शॉन के अनुसार पढ़ाते समय ही अपने कार्य पर चिंतन करना क्या कहलाता है?
→ **क्रिया में चिंतन (Reflection-in-action)** — कार्य के बाद चिंतन: Reflection-on-action

56. NEP 2020 के अनुसार प्रत्येक शिक्षक से प्रति वर्ष कम से कम कितने घंटे CPD अपेक्षित है?
→ **50 घंटे**

57. NEP 2020 (अनुच्छेद 5.20) के अनुसार NPST किस संस्था को विकसित करने थे?
→ **NCTE** — 2022 तक; NCERT, SCERT, शिक्षकों आदि से परामर्श कर

58. अपने कार्य और उसके परिणामों के लिए उत्तर देने की ज़िम्मेदारी क्या कहलाती है?
→ **जवाबदेही (Accountability)**

59. CPD का पूर्ण रूप क्या है?
→ **सतत व्यावसायिक विकास (Continuous Professional Development)**

60. 'भारत का भाग्य उसकी कक्षाओं में गढ़ा जा रहा है' किस आयोग का कथन है?
→ **कोठारी आयोग (1964–66)** — शिक्षा आयोग; अध्यक्ष डी. एस. कोठारी

⚠ अक्सर गलती (Trap)

- निजी ट्यूशन पर रोक धारा 28 में है, जबकि धारा 27 गैर-शैक्षिक कार्यों में शिक्षक की तैनाती पर रोक लगाती है; दोनों को उलटा न करें।
- धारा 27 के अपवाद केवल तीन हैं: दशकीय जनगणना, आपदा राहत और चुनाव (स्थानीय निकाय, राज्य विधानमंडल, संसद) से जुड़े कार्य।
- शिक्षक के कर्तव्य धारा 24 में हैं, योग्यता धारा 23 में; NEP 2020 में CPD प्रति वर्ष कम से कम 50 घंटे है, 50 दिन नहीं।

💡 याद रखने की ट्रिक

RTE में शिक्षक वाली धाराएँ क्रम से: 23 योग्यता, 24 कर्तव्य, 25 अनुपात, 26 रिक्ति, 27 गैर-शैक्षिक कार्य पर रोक, 28 ट्यूशन पर रोक, 29 पाठ्यक्रम; सूत्र 'यो-क-अ-रि-गै-ट्यू-पा'।

इस अध्याय के बाद फ्री टेस्ट दें

बाल मनोविज्ञान सेक्शनल टेस्ट — 30 प्रश्न, फ्री। मोबाइल कैमरे से QR स्कैन करें।

studyforgs.com/test.html?t=upprt-sec-bal

03 अभिप्रेरणा एवं पुरस्कार-दंड का प्रभावी उपयोग

Motivation & Effective Use of Reward and Punishment

मूल बात

अभिप्रेरणा (Motivation) वह आंतरिक शक्ति है जो बच्चे को सीखने की ओर ले जाती है; शिक्षक का काम इसे जगाना और बनाए रखना है।

मास्लो, हर्जबर्ग, मैक्लेलैंड, थॉर्नडाइक और स्किनर के सिद्धांत बताते हैं कि आवश्यकता, परिणाम और पुनर्बलन व्यवहार को कैसे आकार देते हैं।

RTE अधिनियम 2009 की धारा 17 शारीरिक दंड और मानसिक उत्पीड़न पर रोक लगाती है, इसलिए कक्षा में सकारात्मक अनुशासन ही मान्य रास्ता है।

61. स्वयं की जिज्ञासा, रुचि या आनंद से कोई कार्य करने की प्रेरणा क्या कहलाती है?
→ **आंतरिक अभिप्रेरणा (Intrinsic Motivation)**

62. अंक, इनाम या प्रशंसा पाने के लिए कार्य करना किस अभिप्रेरणा का उदाहरण है?
→ **बाह्य अभिप्रेरणा (Extrinsic Motivation)**

63. शिक्षा में कौन-सी अभिप्रेरणा अधिक स्थायी और श्रेष्ठ मानी जाती है?
→ **आंतरिक अभिप्रेरणा** — बाह्य अभिप्रेरणा प्रायः अल्पकालिक होती है।

64. मास्लो के आवश्यकता पदानुक्रम में सबसे निचला स्तर कौन-सा है?
→ **शारीरिक आवश्यकताएँ (Physiological Needs)** — जैसे भोजन, पानी, नींद।

65. मास्लो के आवश्यकता पदानुक्रम का सर्वोच्च स्तर कौन-सा है?
→ **आत्म-सिद्धि (Self-actualization)** — मूल 5-स्तरीय मॉडल के अनुसार; इसे आत्म-वास्तविकीकरण भी कहते हैं।

66. भूखा बच्चा पढ़ाई में ध्यान नहीं लगा पाता — यह किस सिद्धांत से समझा जाता है?
→ **मास्लो का आवश्यकता पदानुक्रम** — निचली आवश्यकताएँ पहले पूरी होनी चाहिए।

67. हर्जबर्ग के अनुसार वेतन, नीतियाँ और कार्य-दशाएँ किस प्रकार के कारक हैं?
→ **स्वास्थ्य कारक (Hygiene Factors)**

68. हर्जबर्ग के अनुसार उपलब्धि, मान्यता और उत्तरदायित्व किस प्रकार के कारक हैं?
→ **अभिप्रेरक (Motivators)**

69. हर्जबर्ग के अनुसार स्वास्थ्य कारकों के अभाव से क्या उत्पन्न होता है?
→ **असंतोष (Dissatisfaction)** — इनकी उपस्थिति केवल असंतोष रोकती है, संतोष नहीं देती।

70. उच्च उपलब्धि-अभिप्रेरणा वाले व्यक्ति प्रायः किस प्रकार के कार्य चुनते हैं?
→ **मध्यम कठिनाई वाले कार्य** — न बहुत आसान, न लगभग असंभव।

71. प्रभाव के नियम के अनुसार संतोषजनक परिणाम देने वाली क्रिया का क्या होता है?
→ **दोहराए जाने की संभावना बढ़ती है**

72. वांछित व्यवहार के बाद कोई सुखद उद्दीपक देना क्या कहलाता है?
→ **धनात्मक पुनर्बलन (Positive Reinforcement)**

73. कोई अप्रिय स्थिति हटाकर वांछित व्यवहार की संभावना बढ़ाना क्या कहलाता है?
→ **ऋणात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement)** — यह दंड नहीं है; हर पुनर्बलन व्यवहार बढ़ाता है।

74. पुनर्बलन व्यवहार की संभावना बढ़ाता है; दंड (Punishment) उस व्यवहार के साथ क्या करता है?
→ **उसकी संभावना घटाता है**

75. पुनर्बलन की कौन-सी अनुसूची विलोपन (Extinction) के प्रति सर्वाधिक प्रतिरोधी है?
→ **परिवर्ती अनुपात (Variable Ratio)** — पुरस्कार कितनी प्रतिक्रियाओं पर मिलेगा, यह अनिश्चित रहता है।

76. लक्ष्य-व्यवहार तक छोटे-छोटे चरणों को क्रमशः पुनर्बलित करके पहुँचाना क्या कहलाता है?
→ **व्यवहार-आकारण (Shaping)** — इसे क्रमिक सन्निकटन (Successive Approximation) भी कहते हैं।

77. अच्छे व्यवहार पर स्टार या टोकन देकर बाद में उन्हें पुरस्कार से बदलने की व्यवस्था क्या है?
→ **टोकन अर्थव्यवस्था (Token Economy)** — आधार: क्रियाप्रसूत अनुबंधन।

78. बच्चों के लिए प्रभावी प्रशंसा कैसी होनी चाहिए?
→ **विशिष्ट, तत्काल और प्रयास-केंद्रित** — केवल बहुत अच्छा कहना कम प्रभावी रहता है।

79. विद्यार्थियों को दी गई प्रतिपुष्टि (Feedback) कब सबसे अधिक प्रभावी होती है?
→ **तत्काल और रचनात्मक होने पर**

80. RTE अधिनियम 2009 की कौन-सी धारा बच्चे को शारीरिक दंड और मानसिक उत्पीड़न से बचाती है?
→ **धारा 17** — धारा 17(1) में निषेध है।

81. RTE धारा 17 का उल्लंघन करने वाले व्यक्ति पर क्या कार्रवाई होती है?
→ **सेवा नियमों के अंतर्गत अनुशासनात्मक कार्रवाई** — धारा 17(2)

82. NCPCR दिशानिर्देशों में Corporal Punishment के अंतर्गत कौन-से तीन रूप रखे गए हैं?
→ **शारीरिक दंड (Physical Punishment), मानसिक उत्पीड़न, भेदभाव** — भेदभाव भी Corporal Punishment का एक रूप माना गया है।

83. बच्चे का नाम बिगाड़ना, व्यंग्य करना या सबके सामने शर्मिंदा करना किस श्रेणी में आता है?
→ **मानसिक उत्पीड़न (Mental Harassment)** — RTE धारा 17(1) में निषिद्ध।

84. डर या दंड के बिना, सम्मान और समझ के साथ अनुशासन सिखाने का तरीका क्या कहलाता है?
→ **सकारात्मक अनुशासन (Positive Discipline)**

85. यर्कीज़–डॉडसन नियम उत्तेजना (Arousal) और निष्पादन का संबंध किस आकार में दर्शाता है?
→ **उल्टा U (Inverted-U)** — मध्यम उत्तेजना पर निष्पादन सर्वोत्तम; कठिन कार्य में कम उत्तेजना उचित।

86. मास्लो के मूल आवश्यकता पदानुक्रम में कुल कितने स्तर हैं?
→ **5 (पाँच)** — क्रम: शारीरिक, सुरक्षा, प्रेम-संबद्धता, सम्मान, आत्म-सिद्धि।

87. थॉर्नडाइक के अधिगम के तीन मुख्य नियम कौन-से हैं?
→ **तत्परता, अभ्यास और प्रभाव** — Readiness, Exercise, Effect

88. हर सही उत्तर पर हर बार पुरस्कार देना पुनर्बलन की कौन-सी अनुसूची है?
→ **सतत पुनर्बलन (Continuous Reinforcement)** — नया व्यवहार सिखाने में उपयोगी; आंशिक पुनर्बलन अधिक टिकाऊ।

89. NCPCR के अनुसार विद्यालय में शारीरिक दंड की शिकायतें सुनने हेतु कौन-सा प्रकोष्ठ बनाया जाए?
→ **शारीरिक दंड निगरानी प्रकोष्ठ (CPMC)** — Corporal Punishment Monitoring Cell

90. पहले से रुचिकर कार्य पर बाहरी पुरस्कार देने से आंतरिक प्रेरणा घट जाना क्या कहलाता है?
→ **अति-औचित्य प्रभाव (Overjustification Effect)**

⚠ अक्सर गलती (Trap)

- ऋणात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement) दंड नहीं है: यह अप्रिय स्थिति हटाकर व्यवहार बढ़ाता है, जबकि दंड व्यवहार घटाता है।
- हर्जबर्ग के स्वास्थ्य कारक (वेतन, नीतियाँ) संतोष नहीं देते, केवल असंतोष रोकते हैं; संतोष अभिप्रेरकों (उपलब्धि, मान्यता) से आता है।
- शारीरिक दंड व मानसिक उत्पीड़न का निषेध RTE की धारा 17 में है; धारा 29 पाठ्यचर्या व मूल्यांकन प्रक्रिया से संबंधित है।

💡 याद रखने की ट्रिक

मास्लो की सीढ़ी नीचे से ऊपर: शा-सु-प्रे-स-आ (शारीरिक, सुरक्षा, प्रेम, सम्मान, आत्म-सिद्धि)। पुनर्बलन = बढ़ाना, दंड = घटाना; धनात्मक = जोड़ना, ऋणात्मक = हटाना।

इस अध्याय के बाद फ्री टेस्ट दें

UP PRT Full Mock 1 — 120 प्रश्न (जीवन कौशल के 8 सहित), फ्री। मोबाइल कैमरे से QR स्कैन करें।

studyforgs.com/test.html?t=upprt-mock-01

SG **साथी PDF:** बाल मनोविज्ञान एवं शिक्षण कौशल — 500 प्रश्न-उत्तर, फ्री। PDF देखें →

04 शिक्षक की भूमिकाएँ: सुविधादाता, श्रोता, नेता, मार्गदर्शक व परामर्शदाता

Teacher's Roles: Facilitator, Listener, Leader, Guide & Counsellor

मूल बात

आज का शिक्षक केवल पाठ पढ़ाने वाला नहीं, बल्कि सीखने का सुविधादाता, धैर्यवान श्रोता, लोकतांत्रिक नेता, मार्गदर्शक और परामर्शदाता है।

रचनावाद (Constructivism) और NCF 2005 बच्चे को ज्ञान का निर्माता मानते हैं, इसलिए शिक्षक सहायता, प्रश्न और अवसर देकर सीखने को आगे बढ़ाता है।

नेतृत्व में कर्ट लेविन की तीन शैलियाँ और परामर्श में विलियमसन, कार्ल रोजर्स व थॉर्न की तीन विधियाँ परीक्षा में बार-बार पूछी जाती हैं।

91. रचनावाद (Constructivism) के अनुसार ज्ञान का निर्माण मुख्य रूप से कौन करता है?
→ **स्वयं शिक्षार्थी (Learner)**

92. NCF 2005 के अनुसार शिक्षक की भूमिका ज्ञान देने वाले से बदलकर क्या होनी चाहिए?
→ **अधिगम का सुविधादाता (Facilitator)**

93. बच्चे को अस्थायी सहायता देकर, क्षमता बढ़ने पर उसे धीरे-धीरे हटाना क्या कहलाता है?
→ **पाड़ / ढाँचा देना (Scaffolding)** — शब्द: वुड, ब्रूनर व रॉस (1976); आधार: वाइगोत्स्की का ZPD।

94. समीपस्थ विकास का क्षेत्र (Zone of Proximal Development) की अवधारणा किसकी है?
→ **लेव वाइगोत्स्की** — जो कार्य बच्चा सहायता से कर सके, अकेले नहीं।

95. सुविधादाता शिक्षक सोचने को प्रेरित करने हेतु किस प्रकार के प्रश्न अधिक पूछता है?
→ **मुक्त-उत्तरी प्रश्न (Open-ended Questions)**

96. सुविधादाता शिक्षक नया पाठ बच्चों के किस ज्ञान से जोड़कर शुरू करता है?
→ **पूर्व ज्ञान (Prior Knowledge)**

97. ध्वनि का केवल कान तक पहुँचना Hearing है; ध्यान देकर अर्थ समझना क्या कहलाता है?
→ **ध्यानपूर्वक सुनना / श्रवण (Listening)** — Hearing शारीरिक क्रिया है, Listening मानसिक प्रक्रिया।

98. वक्ता की बात को अपने शब्दों में दोहराकर समझ की पुष्टि करना क्या कहलाता है?
→ **पुनर्कथन (Paraphrasing)**

99. बोलने वाले की भावनाओं को पहचानकर उन्हें शब्दों में वापस कहना क्या कहलाता है?
→ **भावनाओं का परावर्तन (Reflection of Feelings)**

100. शोर, पूर्वाग्रह, थकान और बीच में अपना उत्तर सोचते रहना — ये क्या हैं?
→ **श्रवण की बाधाएँ (Listening Barriers)**

101. बच्चे की बात को उसकी भावना और दृष्टिकोण से समझकर सुनना क्या कहलाता है?
→ **समानुभूतिपूर्ण श्रवण (Empathetic Listening)**

102. नेतृत्व शैलियों और समूह-वातावरण (Social Climate) पर 1939 का प्रसिद्ध प्रयोग किसने किया?
→ **कर्ट लेविन** — सहयोगी: रोनाल्ड लिपिट व राल्फ व्हाइट।

103. कर्ट लेविन ने नेतृत्व की कौन-सी तीन शैलियाँ बताईं?
→ **निरंकुश, लोकतांत्रिक, अहस्तक्षेपी** — Autocratic, Democratic, Laissez-faire

104. सभी निर्णय स्वयं लेकर केवल आदेश देने वाला नेता किस शैली का है?
→ **निरंकुश (Autocratic)** — इसे सत्तावादी (Authoritarian) भी कहते हैं।

105. समूह को चर्चा और निर्णय में भागीदार बनाने वाली नेतृत्व शैली कौन-सी है?
→ **लोकतांत्रिक (Democratic)**

106. समूह को पूरी छूट देकर लगभग कोई दिशा न देने वाली नेतृत्व शैली कौन-सी है?
→ **अहस्तक्षेपी (Laissez-faire)**

107. लेविन के अध्ययन में सबसे कम उत्पादकता किस नेतृत्व शैली वाले समूह में पाई गई?
→ **अहस्तक्षेपी (Laissez-faire)**

108. प्राथमिक कक्षा के लिए कौन-सी नेतृत्व शैली सर्वोत्तम मानी जाती है?
→ **लोकतांत्रिक** — सहयोग, मनोबल और रचनात्मकता बढ़ती है।

109. दृष्टि और प्रेरणा देकर अनुयायियों की सोच व क्षमता बदल देने वाला नेतृत्व क्या कहलाता है?
→ **रूपांतरणकारी नेतृत्व (Transformational Leadership)**

110. शिक्षण-अधिगम की गुणवत्ता सुधारने पर केंद्रित प्रधानाध्यापक का नेतृत्व क्या कहलाता है?
→ **अनुदेशनात्मक नेतृत्व (Instructional Leadership)**

111. व्यक्ति को स्वयं को समझने और अपने निर्णय स्वयं लेने में सहायता देने की प्रक्रिया क्या है?
→ **निर्देशन (Guidance)**

112. निर्देशन के तीन मुख्य प्रकार कौन-से हैं?
→ **शैक्षिक, व्यावसायिक, व्यक्तिगत** — Educational, Vocational, Personal

113. विषय चुनने, अध्ययन की आदतें सुधारने और विद्यालय में समायोजन की सहायता कौन-सा निर्देशन है?
→ **शैक्षिक निर्देशन (Educational Guidance)**

114. व्यवसाय या करियर चुनने, उसकी तैयारी और उसमें प्रवेश की सहायता कौन-सा निर्देशन है?
→ **व्यावसायिक निर्देशन (Vocational Guidance)**

115. निर्देशन (Guidance) और परामर्श (Counselling) में कौन अधिक व्यापक प्रक्रिया है?
→ **निर्देशन** — परामर्श निर्देशन का एक अंग है, प्रायः उसका हृदय कहा जाता है।

116. निर्देशात्मक परामर्श में मुख्य भूमिका किसकी होने से इसे क्या कहा जाता है?
→ **परामर्शदाता-केंद्रित (Counsellor-centred)**

117. दोनों विधियों का आवश्यकता अनुसार मेल करने वाले समन्वित (Eclectic) परामर्श के प्रवर्तक कौन हैं?
→ **एफ. सी. थॉर्न**

118. बच्चे को उसकी कमियों सहित बिना शर्त स्वीकार करना — कार्ल रोजर्स इसे क्या कहते हैं?
→ **बिना शर्त सकारात्मक सम्मान (Unconditional Positive Regard)**

119. परामर्श के दौरान बच्चे द्वारा बताई गई निजी बातें दूसरों को न बताना कौन-सा सिद्धांत है?
→ **गोपनीयता (Confidentiality)** — बच्चे की सुरक्षा पर खतरा हो तो सीमित अपवाद।

120. समस्या शिक्षक की क्षमता से बाहर हो तो बच्चे को विशेषज्ञ के पास भेजना क्या कहलाता है?
→ **संदर्भण / रेफरल (Referral)**

121. दूसरे की भावना को उसकी जगह खड़े होकर अनुभव करना क्या कहलाता है?
→ **समानुभूति (Empathy)** — सहानुभूति (Sympathy) = दूसरे के प्रति दया या सांत्वना।

122. केवल अपनी पसंद या अपेक्षा की बातें सुनकर बाकी छोड़ देना क्या कहलाता है?
→ **चयनात्मक श्रवण (Selective Listening)**

123. सक्रिय श्रोता ध्यान देने को किन अशाब्दिक संकेतों से प्रकट करता है?
→ **नेत्र-संपर्क, सिर हिलाना, आगे झुकना**

124. लेविन के अध्ययन में नेता की अनुपस्थिति में भी कौन-सा समूह काम करता रहा?
→ **लोकतांत्रिक समूह** — निरंकुश समूह में नेता के जाते ही काम घटा।

125. रूपांतरणकारी नेतृत्व की अवधारणा को किसने प्रमुखता से विकसित किया?
→ **जेम्स मैकग्रेगर बर्न्स** — शब्द पहले डाउनटन ने प्रयोग किया; बर्नार्ड बास ने विस्तार किया।

⚠ अक्सर गलती (Trap)

- निर्देशात्मक परामर्श = विलियमसन (परामर्शदाता-केंद्रित); अनिर्देशात्मक = कार्ल रोजर्स (सेवार्थी-केंद्रित); समन्वित (Eclectic) = थॉर्न — नाम आपस में न बदलें।
- लोकतांत्रिक नेता भागीदारी के साथ दिशा भी देता है, जबकि अहस्तक्षेपी (Laissez-faire) नेता लगभग कोई दिशा नहीं देता; लेविन के अध्ययन में अहस्तक्षेपी समूह सबसे कम उत्पादक रहा।
- निर्देशन और परामर्श पर्यायवाची नहीं हैं: निर्देशन व्यापक प्रक्रिया है और परामर्श उसका एक अंग।

💡 याद रखने की ट्रिक

परामर्श का क्रम W-R-T: विलियमसन (निर्देशात्मक) → रोजर्स (अनिर्देशात्मक) → थॉर्न (समन्वित)। लेविन की तीन शैलियाँ: नि-लो-अ (निरंकुश, लोकतांत्रिक, अहस्तक्षेपी)।

इस अध्याय के बाद फ्री टेस्ट दें
बाल मनोविज्ञान सेक्शनल टेस्ट — 30 प्रश्न, फ्री। मोबाइल कैमरे से QR स्कैन करें।
studyforgs.com/test.html?t=upprt-sec-bal

05 संवैधानिक एवं मानवीय मूल्य

Constitutional & Human Values

मूल बात

प्रस्तावना के न्याय, स्वतंत्रता, समता और बंधुता के आदर्श कक्षा के हर व्यवहार की कसौटी हैं।
शिक्षा से जुड़े मौलिक अधिकार, नीति-निदेशक तत्व और मौलिक कर्तव्य शिक्षक के दायित्व तय करते हैं।
सत्य, सदाचरण, शांति, प्रेम और अहिंसा जैसे मानवीय मूल्य उपदेश से कम, आचरण से अधिक सीखे जाते हैं।

126. संविधान सभा ने भारतीय संविधान (प्रस्तावना सहित) किस तिथि को अंगीकृत किया?
→ **26 नवंबर 1949** — संविधान 26 जनवरी 1950 को लागू हुआ।

127. प्रस्तावना के अनुसार भारत किस प्रकार का गणराज्य है?
→ **संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य** — Sovereign Socialist Secular Democratic Republic

128. प्रस्तावना में न्याय (Justice) के कौन-से तीन रूप बताए गए हैं?
→ **सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक**

129. प्रस्तावना में किन बातों की स्वतंत्रता (Liberty) का उल्लेख है?
→ **विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म, उपासना**

130. प्रस्तावना में किन दो की समता (Equality) सुनिश्चित करने की बात है?
→ **प्रतिष्ठा और अवसर की**

131. प्रस्तावना के अनुसार बंधुता (Fraternity) किन दो बातों का आश्वासन देती है?
→ **व्यक्ति की गरिमा, राष्ट्र की एकता-अखंडता**

132. प्रस्तावना में समाजवादी, पंथनिरपेक्ष और अखंडता शब्द किस संशोधन से जुड़े?
→ **42वाँ संशोधन, 1976** — प्रस्तावना में अब तक केवल यही एक संशोधन हुआ है।

133. किस वाद में सर्वोच्च न्यायालय ने प्रस्तावना को संविधान का अंग माना?
→ **केशवानंद भारती वाद (1973)** — बेरुबारी मामले में पहले इसे संविधान का अंग नहीं माना गया था।

134. विधि के समक्ष समता और विधियों का समान संरक्षण किस अनुच्छेद में है?
→ **अनुच्छेद 14**

135. धर्म, मूलवंश, जाति, लिंग या जन्मस्थान के आधार पर भेदभाव का निषेध किस अनुच्छेद में है?
→ **अनुच्छेद 15**

136. राज्य को स्त्रियों और बच्चों के लिए विशेष उपबंध करने की अनुमति किस खंड में है?
→ **अनुच्छेद 15(3)**

137. अस्पृश्यता (Untouchability) का अंत और उसके आचरण का निषेध किस अनुच्छेद में है?
→ **अनुच्छेद 17**

138. 6 से 14 वर्ष के सभी बच्चों को निःशुल्क व अनिवार्य शिक्षा का मौलिक अधिकार किस अनुच्छेद में है?
→ **अनुच्छेद 21A** — RTE अधिनियम 2009 इसी अनुच्छेद को लागू करता है।

139. अनुच्छेद 21A किस संविधान संशोधन अधिनियम द्वारा जोड़ा गया?
→ **86वाँ संशोधन, 2002** — 1 अप्रैल 2010 से प्रभावी; 2010 संशोधन का वर्ष नहीं।

140. 86वें संशोधन के बाद अनुच्छेद 45 किस विषय से संबंधित है?
→ **प्रारंभिक बाल्यावस्था देखरेख एवं शिक्षा (ECCE)** — 6 वर्ष की आयु पूरी होने तक के बच्चों के लिए।

141. पूर्णतः राज्य-निधि से चलने वाली शिक्षा संस्था में धार्मिक शिक्षा का निषेध किस खंड में है?
→ **अनुच्छेद 28(1)**

142. राज्य से मान्यता या सहायता प्राप्त विद्यालय में अवयस्क बच्चे को धार्मिक शिक्षा में भाग लेने हेतु किसकी सहमति आवश्यक?
→ **अभिभावक (संरक्षक) की** — अनुच्छेद 28(3)

143. अपनी विशिष्ट भाषा, लिपि या संस्कृति को बनाए रखने का अधिकार किस खंड में है?
→ **अनुच्छेद 29(1)**

144. धर्म या भाषा पर आधारित अल्पसंख्यकों को शिक्षा संस्थाएँ स्थापित व प्रशासित करने का अधिकार कहाँ है?
→ **अनुच्छेद 30(1)**

145. अनुसूचित जातियों, जनजातियों व दुर्बल वर्गों के शैक्षिक-आर्थिक हितों की अभिवृद्धि किस अनुच्छेद में है?
→ **अनुच्छेद 46** — यह नीति-निदेशक तत्व (DPSP) है, मौलिक अधिकार नहीं।

146. भाषाई अल्पसंख्यक बच्चों को प्राथमिक स्तर पर मातृभाषा में शिक्षा की सुविधा किस अनुच्छेद में है?
→ **अनुच्छेद 350A** — सातवें संशोधन, 1956 द्वारा जोड़ा गया।

147. मौलिक कर्तव्य संविधान के किस भाग और अनुच्छेद में हैं?
→ **भाग IV-A, अनुच्छेद 51A**

148. वर्तमान में मौलिक कर्तव्यों की कुल संख्या कितनी है?
→ **11** — 42वें संशोधन (1976) से 10; 86वें (2002) से 11वाँ जुड़ा।

149. माता-पिता या संरक्षक द्वारा 6–14 वर्ष के बच्चे को शिक्षा के अवसर देना कौन-सा मौलिक कर्तव्य है?
→ **अनुच्छेद 51A(k)** — यह कर्तव्य माता-पिता/संरक्षक का है, राज्य का नहीं।

150. वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन व सुधार की भावना का विकास किस कर्तव्य में है?
→ **अनुच्छेद 51A(h)**

151. मानवीय मूल्य शिक्षा में प्रायः किन पाँच सार्वभौमिक मूल्यों को आधार माना जाता है?
→ **सत्य, सदाचरण, शांति, प्रेम, अहिंसा** — सदाचरण = Right conduct

152. मूल्य-स्पष्टीकरण (Values Clarification) उपागम मुख्यतः किससे जुड़ा है?
→ **लुई रैथ्स (Louis Raths) व सहयोगी** — 1960 के दशक में विकसित उपागम।

153. नैतिक दुविधा (Moral Dilemma) पर चर्चा द्वारा नैतिक तर्क विकसित करने का उपागम किससे जुड़ा है?
→ **कोहलबर्ग**

154. NEP 2020 सेवा, अहिंसा, स्वच्छता, सत्य, निष्काम कर्म, शांति को किस रूप में देखती है?
→ **मूलभूत मानवीय एवं संवैधानिक मूल्य**

155. NCF 2005 ने किस शिक्षा को अलग विषय न मानकर पूरे पाठ्यक्रम में व्याप्त करने पर बल दिया?
→ **शांति शिक्षा (Education for Peace)**

⚠ अक्सर गलती (Trap)

- अनुच्छेद 21A, 45 का नया रूप और 51A(k) — तीनों 86वें संशोधन (2002) से हैं; 42वें संशोधन (1976) ने भाग IV-A के 10 कर्तव्य और प्रस्तावना के तीन शब्द जोड़े।
- अनुच्छेद 45 अब 6 वर्ष से कम आयु के बच्चों की देखरेख व शिक्षा (ECCE) का निर्देश है; 6–14 वर्ष की शिक्षा अब अनुच्छेद 21A का मौलिक अधिकार है।
- 51A(k) का कर्तव्य माता-पिता/संरक्षक पर है, जबकि शिक्षा उपलब्ध कराने का दायित्व राज्य का है (अनुच्छेद 21A)।

💡 याद रखने की ट्रिक

86वें संशोधन की तिकड़ी: 21A (अधिकार) – 45 (6 से कम, ECCE) – 51A(k) (अभिभावक का कर्तव्य)। 42वें के तीन शब्द "स-प-अ": समाजवादी, पंथनिरपेक्ष, अखंडता।

इस अध्याय के बाद फ्री टेस्ट दें

UP PRT Full Mock 1 — 120 प्रश्न (जीवन कौशल के 8 सहित), फ्री। मोबाइल कैमरे से QR स्कैन करें।

studyforgs.com/test.html?t=upprt-mock-01

06 प्रबंधन: कक्षा, समय, तनाव, संघर्ष व संप्रेषण

Management: Classroom, Time, Stress, Conflict & Communication

मूल बात

अच्छा प्रबंधन दंड से नहीं, योजना, नियमित दिनचर्या और सजग निगरानी से आता है।
RTE अधिनियम विद्यालय प्रबंध समिति (SMC), कार्य दिवस और शिक्षक के कार्य घंटे तय करता है।
तनाव, संघर्ष और संप्रेषण का कुशल प्रबंधन कक्षा को सुरक्षित और सहयोगी बनाता है।

156. कक्षा प्रबंधन (Classroom Management) का मुख्य उद्देश्य क्या है?
→ **सीखने हेतु अनुकूल वातावरण बनाना**

157. कक्षा की हर गतिविधि के प्रति शिक्षक की सतत सजगता को जैकब कूनिन ने क्या कहा?
→ **विदिननेस (Withitness)**

158. एक साथ एक से अधिक कक्षा-गतिविधियाँ सँभालने की क्षमता को कूनिन ने क्या कहा?
→ **ओवरलैपिंग (Overlapping)**

159. एक बच्चे को टोकने या सुधारने का कक्षा के अन्य बच्चों के आचरण पर पड़ने वाला प्रभाव क्या कहलाता है?
→ **तरंग प्रभाव (Ripple effect)** — कूनिन की अवधारणा

160. RTE अधिनियम 2009 की धारा 21 किससे संबंधित है?
→ **विद्यालय प्रबंध समिति (SMC)**

161. RTE धारा 21 के अनुसार SMC के कम से कम कितने सदस्य माता-पिता या अभिभावक होंगे?
→ **तीन-चौथाई (3/4)**

162. RTE धारा 21 के अनुसार SMC के कितने सदस्य महिलाएँ होंगी?
→ **50 प्रतिशत** — यह प्रावधान अधिनियम की धारा 21(1) के परंतुक में है।

163. RTE धारा 22 के अंतर्गत SMC कौन-सी योजना तैयार करती है?
→ **विद्यालय विकास योजना (SDP)**

164. RTE अनुसूची के अनुसार कक्षा 1–5 के लिए न्यूनतम कार्य दिवस कितने हैं?
→ **200 दिवस** — कक्षा 6–8 के लिए 220 दिवस।

165. RTE अनुसूची के अनुसार कक्षा 1–5 के लिए प्रति शैक्षिक वर्ष न्यूनतम शिक्षण घंटे कितने हैं?
→ **800 घंटे** — कक्षा 6–8 के लिए 1000 घंटे।

166. RTE अनुसूची के अनुसार शिक्षक के प्रति सप्ताह न्यूनतम कार्य घंटे (तैयारी सहित) कितने हैं?
→ **45 घंटे**

167. आइजनहावर मैट्रिक्स कार्यों को किन दो आधारों पर बाँटता है?
→ **अत्यावश्यकता और महत्व (Urgent-Important)**

168. प्रेरणा देने वाले सकारात्मक तनाव को क्या कहते हैं?
→ **यूस्ट्रेस (Eustress)** — हानिकारक तनाव = डिस्ट्रेस (Distress)

169. हैंस सेली (Hans Selye) के सामान्य अनुकूलन संलक्षण (GAS) के तीन चरण कौन-से हैं?
→ **चेतावनी, प्रतिरोध, थकावट** — Alarm, Resistance, Exhaustion

170. लंबे कार्य-तनाव से उपजी भावनात्मक थकावट व कार्य के प्रति उदासीनता की दशा क्या कहलाती है?
→ **बर्नआउट (Burnout)** — WHO (ICD-11) इसे व्यावसायिक परिघटना मानता है, रोग नहीं।

171. थॉमस–किलमैन मॉडल में दोनों पक्षों की जीत (Win-win) वाली संघर्ष-शैली कौन-सी है?
→ **सहयोग (Collaborating)** — दृढ़ता और सहयोगिता दोनों उच्च।

172. एक ही लक्ष्य में आकर्षण और विकर्षण दोनों होने से उत्पन्न द्वंद्व क्या कहलाता है?
→ **उपागम–परिहार द्वंद्व (Approach–Avoidance)** — कर्ट लेविन द्वारा वर्णित।

173. संप्रेषण में प्रेषक द्वारा विचार को शब्दों या संकेतों में बदलना क्या कहलाता है?
→ **कूटबद्धन (Encoding)** — प्राप्तकर्ता द्वारा अर्थ निकालना = विकूटन (Decoding)।

174. प्राप्तकर्ता की वह प्रतिक्रिया जो संप्रेषण को द्विमार्गी बनाती है, क्या कहलाती है?
→ **प्रतिपुष्टि (Feedback)**

175. शैनन–वीवर मॉडल में संदेश को विकृत करने वाले व्यवधान को क्या कहा गया है?
→ **शोर (Noise)**

176. हाव-भाव, मुखमुद्रा, नेत्र-संपर्क व स्वर का उतार-चढ़ाव किस प्रकार का संप्रेषण है?
→ **अशाब्दिक संप्रेषण (Non-verbal)**

177. दूसरों का सम्मान रखते हुए अपनी बात स्पष्ट, शांत और सीधे ढंग से कहना क्या कहलाता है?
→ **मुखर संप्रेषण (Assertive communication)** — आक्रामक (Aggressive) संप्रेषण से भिन्न।

178. दोषारोपण के बिना अपनी भावना बताने वाले मैं-कथन (I-message) की अवधारणा किसकी है?
→ **थॉमस गॉर्डन**

179. एक ही शब्द के अलग-अलग अर्थ लगाए जाने से उत्पन्न संप्रेषण बाधा क्या कहलाती है?
→ **अर्थगत बाधा (Semantic barrier)**

180. RTE धारा 21(1) के अनुसार SMC में वंचित समूह व दुर्बल वर्ग के बच्चों के अभिभावकों को कैसा प्रतिनिधित्व मिलेगा?
→ **समानुपातिक प्रतिनिधित्व (Proportionate representation)** — धारा 21(1) का दूसरा परंतुक।

⚠ अक्सर गलती (Trap)

- SMC में तीन-चौथाई सदस्य माता-पिता/अभिभावक और 50 प्रतिशत सदस्य महिलाएँ — ये दो अलग शर्तें हैं, दोनों RTE धारा 21 में हैं।
- यूस्ट्रेस (Eustress) सकारात्मक व प्रेरक तनाव है; डिस्ट्रेस (Distress) हानिकारक तनाव है — हर तनाव बुरा नहीं होता।
- 200 कार्य दिवस और 800 घंटे कक्षा 1–5 के लिए हैं; 220 दिवस और 1000 घंटे कक्षा 6–8 के लिए; 45 घंटे प्रति सप्ताह शिक्षक के लिए (तैयारी सहित)।

💡 याद रखने की ट्रिक

RTE अनुसूची का सूत्र "200-800-45": 200 दिन, 800 घंटे (कक्षा 1–5), 45 घंटे/सप्ताह शिक्षक। लासवेल के 5 प्रश्न: कौन–क्या–किस माध्यम–किससे–किस प्रभाव।

इस अध्याय के बाद फ्री टेस्ट दें
बाल मनोविज्ञान सेक्शनल टेस्ट — 30 प्रश्न, फ्री। मोबाइल कैमरे से QR स्कैन करें।
studyforgs.com/test.html?t=upprt-sec-bal

भाग B

WHO के 10 मूल जीवन कौशल (5 जोड़ियाँ)

WHO ने जीवन कौशलों को जोड़ियों में रखा है — परीक्षा में जोड़ी और अर्थ दोनों पूछे जाते हैं।

जोड़ी	कौशल	अर्थ	कक्षा में उदाहरण
1	**निर्णय लेना** Decision making	विकल्पों के परिणाम तौलकर सोच-समझकर सर्वोत्तम विकल्प चुनना।	कक्षा 4 के बच्चे मिलकर तय करते हैं कि बाल सभा में नाटक करें या कविता-पाठ, और कारण बताते हैं।
1	**समस्या समाधान** Problem solving	समस्या का कारण पहचानकर उसका रचनात्मक हल निकालना।	पानी की टंकी के पास रोज़ भीड़ लगने पर बच्चे बारी-बारी से पानी पीने का नियम खुद सुझाते हैं।
2	**सृजनात्मक चिंतन** Creative thinking	नए, मौलिक विचार और अनेक संभावित विकल्प सोच पाना।	बच्चे बेकार बोतलों और गत्ते से कक्षा के लिए पेन-स्टैंड बनाने के अलग-अलग तरीके सुझाते हैं।
2	**आलोचनात्मक चिंतन** Critical thinking	सूचना और अनुभव का वस्तुनिष्ठ विश्लेषण कर उसकी सत्यता परखना।	विज्ञापन में 'एक दिन में लंबा कद' का दावा देखकर बच्चे चर्चा करते हैं कि क्या यह सच हो सकता है।
3	**प्रभावी संप्रेषण** Effective communication	अपने विचार, भावनाएँ और आवश्यकताएँ शाब्दिक व अशाब्दिक रूप से स्पष्ट व्यक्त करना।	प्रार्थना सभा में बच्चा अपने गाँव के मेले के बारे में साफ़ आवाज़ और आँख मिलाकर दो मिनट बोलता है।
3	**अंतर्वैयक्तिक संबंध** Interpersonal relationship skills	दूसरों से सकारात्मक ढंग से जुड़ना तथा मैत्रीपूर्ण संबंध बनाना और निभाना।	समूह कार्य में बच्चे सामग्री बाँटते हैं, एक-दूसरे की बारी का सम्मान करते हैं और नए सहपाठी को साथ जोड़ते हैं।
4	**आत्म-जागरूकता** Self-awareness	अपनी शक्तियों, कमजोरियों, रुचियों और भावनाओं को पहचानना।	बच्चा 'मैं क्या अच्छा करता हूँ, क्या सीखना चाहता हूँ' वाली अपनी तालिका भरकर कक्षा में बताता है।
4	**समानुभूति** Empathy	स्वयं को दूसरे की स्थिति में रखकर उसकी भावनाएँ समझना।	पैर में चोट लगे सहपाठी के लिए बच्चे खुद पानी और कॉपी लाकर देते हैं, बिना हँसी उड़ाए।
5	**भावनाओं से निपटना** Coping with emotions	अपनी व दूसरों की भावनाओं को पहचानकर उन पर उचित प्रतिक्रिया देना।	खेल में हारने पर गुस्साया बच्चा 'भावना कोना' में बैठकर गहरी साँस लेता है, फिर अपनी बात कहता है।
5	**तनाव से निपटना** Coping with stress	तनाव के स्रोत पहचानना और उसे घटाने के स्वस्थ उपाय अपनाना।	परीक्षा से पहले घबराए बच्चे शिक्षक के साथ छोटे-छोटे भाग में दोहराई की योजना बनाते हैं और खेल भी जारी रखते हैं।

भाग B

शिक्षक की 5 भूमिकाएँ

पाठ्यक्रम में दी गई भूमिकाएँ — हर कार्ड में: शिक्षक क्या करता है, क्या न करे और याद रखने की लाइन।

सुविधादाता
Facilitator

शिक्षक क्या करता है

- बच्चों के पूर्व ज्ञान से पाठ शुरू करता है
- गतिविधि, खोज और समूह-कार्य के अवसर देता है
- मुक्त-उत्तरी प्रश्न पूछकर सोचने को प्रेरित करता है
- आवश्यकता अनुसार सहायता (Scaffolding) देकर धीरे-धीरे हटाता है

क्या न करें: स्वयं सारे उत्तर बताकर बच्चों को केवल रटने वाला न बनाएँ

याद रखो: शिक्षक मंच का वक्ता नहीं, सीखने का साथी है

रचनावाद (Constructivism)

श्रोता
Listener

शिक्षक क्या करता है

- बोलते हुए बच्चे को बीच में नहीं टोकता
- नेत्र-संपर्क और सिर हिलाकर ध्यान दिखाता है
- बात को अपने शब्दों में दोहराकर पुष्टि करता है
- शब्दों के साथ बच्चे की भावनाओं को भी समझता है

क्या न करें: सुनते समय अपना उत्तर तैयार करने या बच्चे को तुरंत आँकने से बचें

याद रखो: सुनाई देना (Hearing) कानों से होता है, ध्यानपूर्वक सुनना (Listening) मन से

सक्रिय श्रवण (Active Listening)

नेता
Leader

शिक्षक क्या करता है

- कक्षा के नियम बच्चों के साथ मिलकर बनाता है
- कार्य और ज़िम्मेदारियाँ बाँटकर भागीदारी बढ़ाता है
- अपने आचरण से आदर्श (Role Model) बनता है
- सबकी राय सुनकर निर्णय लेता है

क्या न करें: न सब कुछ थोपें (निरंकुश), न कक्षा को बिना दिशा के छोड़ें (अहस्तक्षेपी)

याद रखो: कर्ट लेविन की तीन शैलियाँ; कक्षा के लिए लोकतांत्रिक सर्वोत्तम

लोकतांत्रिक नेतृत्व (Democratic Leadership)

मार्गदर्शक
Guide

शिक्षक क्या करता है

- बच्चे की रुचि, क्षमता और अभिक्षमता पहचानने में मदद करता है
- शैक्षिक, व्यावसायिक और व्यक्तिगत निर्देशन देता है
- विकल्प और जानकारी देता है, निर्णय बच्चे को लेने देता है
- अभिभावकों को बच्चे की प्रगति और संभावनाओं से अवगत कराता है

क्या न करें: अपनी पसंद का विषय या करियर बच्चे पर न थोपें

याद रखो: निर्देशन का लक्ष्य है आत्म-निर्देशन

निर्देशन (Guidance)

परामर्शदाता
Counsellor

शिक्षक क्या करता है

- भरोसे का सुरक्षित वातावरण बनाता है
- समानुभूति के साथ बिना आलोचना के सुनता है
- बच्चे की निजी बातें गोपनीय रखता है
- गंभीर समस्या में बच्चे को विशेषज्ञ के पास संदर्भित (Referral) करता है

क्या न करें: बच्चे की निजी समस्या कक्षा या दूसरों के सामने उजागर न करें

याद रखो: परामर्श का लक्ष्य बच्चे को अपनी समस्या स्वयं सुलझाने योग्य बनाना है

समानुभूति (Empathy)

B नेतृत्व की शैलियाँ (कर्ट लेविन)

शैली	प्रतिपादक	विशेषता	कक्षा पर असर
निरंकुश (Autocratic)	कर्ट लेविन	सभी निर्णय नेता स्वयं लेता है और समूह को केवल आदेश देता है	नेता के सामने काम होता है, पर बच्चों में निर्भरता, भय या असंतोष बढ़ सकता है
लोकतांत्रिक (Democratic)	कर्ट लेविन	निर्णय समूह की चर्चा और भागीदारी से होते हैं; नेता मार्गदर्शन देता है	सहयोग, मनोबल और रचनात्मकता अधिक; प्राथमिक कक्षा के लिए सर्वोत्तम
अहस्तक्षेपी (Laissez-faire)	कर्ट लेविन	नेता न्यूनतम हस्तक्षेप करता है और समूह को पूरी छूट देता है	दिशा के अभाव में उत्पादकता सबसे कम और कक्षा में अव्यवस्था

B परामर्श के प्रकार

प्रकार	प्रतिपादक	केंद्र	विशेषता
निर्देशात्मक (Directive)	विलियमसन	परामर्शदाता-केंद्रित (Counsellor-centred)	परामर्शदाता समस्या का निदान कर समाधान सुझाता है; सक्रिय भूमिका परामर्शदाता की
अनिर्देशात्मक (Non-directive)	कार्ल रोजर्स	सेवार्थी-केंद्रित (Client-centred)	परामर्शदाता समानुभूति से सुनता है; समाधान सेवार्थी स्वयं खोजता है
समन्वित (Eclectic)	थॉर्न	परामर्शदाता व सेवार्थी दोनों सक्रिय	आवश्यकता अनुसार निर्देशात्मक और अनिर्देशात्मक तकनीकों का मेल

भाग C

किसने दिया? — व्यक्ति / संस्था / दस्तावेज़ पहचानो

181. आवश्यकता पदानुक्रम सिद्धांत (Hierarchy of Needs) किसने दिया?
→ **अब्राहम मास्लो** — 1943; सबसे ऊपर आत्म-सिद्धि (Self-actualization)।

182. अभिप्रेरणा का द्वि-कारक सिद्धांत (Two-factor / Motivation-Hygiene Theory) किसने दिया?
→ **फ्रेडरिक हर्जबर्ग** — 1959; वेतन, कार्य-दशाएँ स्वास्थ्य कारक (Hygiene Factors) हैं।

183. उपलब्धि, संबद्धता और शक्ति की आवश्यकता वाला सिद्धांत (Need Theory) किसका है?
→ **डेविड मैक्लेलैंड** — उपलब्धि की आवश्यकता को n-Ach कहते हैं।

184. प्रभाव का नियम (Law of Effect) किसने दिया?
→ **एडवर्ड थॉर्नडाइक** — संतोषजनक परिणाम वाली प्रतिक्रिया के दोहराए जाने की संभावना बढ़ती है।

185. क्रियाप्रसूत अनुबंधन (Operant Conditioning) और पुनर्बलन (Reinforcement) की अवधारणा किससे जुड़ी है?
→ **बी.एफ. स्किनर** — प्रयोग का उपकरण: स्किनर बॉक्स (Skinner Box)।

186. निरंकुश, लोकतांत्रिक और अहस्तक्षेप (Laissez-faire) नेतृत्व शैलियों का वर्गीकरण किसने किया?
→ **कर्ट लेविन** — 1939 के अध्ययन में लिपिट और व्हाइट सहयोगी थे।

187. निर्देशात्मक परामर्श (Directive Counselling) के प्रवर्तक कौन हैं?
→ **ई.जी. विलियमसन** — परामर्शदाता-केंद्रित; परामर्शदाता समाधान की ओर ले जाता है।

188. अनिर्देशात्मक या सेवार्थी-केंद्रित परामर्श (Client-centred Counselling) किसने विकसित किया?
→ **कार्ल रोजर्स** — परिवर्तन की जिम्मेदारी सेवार्थी की; परामर्शदाता उत्प्रेरक जैसा।

189. समन्वित परामर्श (Eclectic Counselling) के प्रवर्तक कौन हैं?
→ **एफ.सी. थॉर्न** — निर्देशात्मक व अनिर्देशात्मक विधियों का समन्वय; परामर्शदाता और सेवार्थी दोनों सक्रिय।

190. दस मूल जीवन कौशलों (10 Core Life Skills) की सूची किस संस्था ने दी?
→ **विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO)** — दस्तावेज: Life Skills Education in Schools; 10 कौशल = 5 जोड़ियाँ।

191. 1990 में संवेगात्मक बुद्धि (Emotional Intelligence) का प्रसिद्ध मॉडल किसने प्रस्तुत किया?
→ **पीटर सैलोवी और जॉन मेयर** — इसे लोकप्रिय बनाने का श्रेय बाद में डेनियल गोलमैन को।

192. 1995 की पुस्तक Emotional Intelligence द्वारा संवेगात्मक बुद्धि को लोकप्रिय किसने बनाया?
→ **डेनियल गोलमैन** — गोलमैन ने EI को लोकप्रिय बनाया; 1990 का मॉडल सैलोवी-मेयर का।

193. बोबो डॉल प्रयोग और सामाजिक या अवलोकन अधिगम (Observational Learning) सिद्धांत किसका है?
→ **अल्बर्ट बंडूरा** — बच्चे दूसरों का व्यवहार देखकर और अनुकरण से सीखते हैं।

194. नैतिक विकास के 3 स्तरों और 6 अवस्थाओं का सिद्धांत किसने दिया?
→ **लॉरेंस कोहलबर्ग** — प्रसिद्ध नैतिक दुविधा: हाइंज दुविधा (Heinz Dilemma)।

195. प्रबंधन में सिद्धांत X और सिद्धांत Y (Theory X and Theory Y) किसने दिए?
→ **डगलस मैकग्रेगर** — X: कड़ी निगरानी आवश्यक; Y: कर्मचारी स्व-प्रेरित और जिम्मेदार।

196. व्यावसायिक निर्देशन आंदोलन (Vocational Guidance Movement) का जनक किसे माना जाता है?
→ **फ्रैंक पार्सन्स**

197. आत्म-जागरूकता से जुड़ी जोहारी खिड़की (Johari Window) किसने बनाई?
→ **जोसेफ लुफ्ट और हैरिंगटन इंगम** — 1955; चार खाने: खुला, अंधा, छिपा और अज्ञात।

198. सामान्य अनुकूलन संलक्षण (General Adaptation Syndrome) की अवधारणा किसने दी?
→ **हैंस सेली (Hans Selye)** — चरण: सतर्कता, प्रतिरोध, क्लांति; यूस्ट्रेस-डिस्ट्रेस भेद भी इन्हीं का।

199. स्रोत-संदेश-माध्यम-प्राप्तकर्ता (SMCR) संप्रेषण मॉडल किसने दिया?
→ **डेविड बर्लो** — 1960।

200. कौन, क्या कहता है, किस माध्यम से, किसको, किस प्रभाव से: यह संप्रेषण मॉडल किसका है?
→ **हैरोल्ड लासवेल** — 1948।

201. अधिगम के चार स्तंभ (Four Pillars of Learning) किस रिपोर्ट में दिए गए?
→ **डेलर्स आयोग रिपोर्ट, UNESCO (1996)** — शीर्षक Learning: The Treasure Within; जानना, करना, साथ रहना, होना।

202. राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005 (NCF 2005) की राष्ट्रीय संचालन समिति के अध्यक्ष कौन थे?
→ **प्रो. यशपाल** — NCF 2005 को NCERT ने तैयार किया।

203. राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (NEP 2020) का प्रारूप बनाने वाली समिति के अध्यक्ष कौन थे?
→ **डॉ. के. कस्तूरीरंगन** — कैबिनेट स्वीकृति 29 जुलाई 2020; 1986 की नीति का स्थान लिया।

204. संविधान में मौलिक कर्तव्य (Fundamental Duties) जोड़ने की सिफारिश किस समिति ने की?
→ **स्वर्ण सिंह समिति (1976)** — 42वें संशोधन से भाग IV-A में अनुच्छेद 51A जोड़ा गया।

205. सक्रिय श्रवण (Active Listening) पद किसने दिया?
→ **कार्ल रोजर्स और रिचर्ड फार्सन** — मूल निबंध 1957 का; कुछ स्रोत 1987 (पुनर्प्रकाशन) लिखते हैं।

C ट्रैप जोड़ियाँ — मिलते-जुलते शब्दों का अंतर

#	शब्द 1	शब्द 2	अंतर
206	**निर्देशन (Guidance)**	**परामर्श (Counselling)**	निर्देशन व्यापक प्रक्रिया है जिसमें सूचना व दिशा दी जाती है, समूह में भी संभव; परामर्श उसका केंद्रीय, व्यक्तिगत और गहन आमने-सामने वाला भाग है।
207	**निर्देशात्मक परामर्श (Directive Counselling)**	**अनिर्देशात्मक परामर्श (Non-directive Counselling)**	निर्देशात्मक (विलियमसन) परामर्शदाता-केंद्रित है, परामर्शदाता हल की ओर ले जाता है; अनिर्देशात्मक (कार्ल रोजर्स) सेवार्थी-केंद्रित है, सेवार्थी स्वयं हल तक पहुँचता है।
208	**सहानुभूति (Sympathy)**	**समानुभूति (Empathy)**	सहानुभूति में दूसरे के दुःख पर दया या चिंता होती है; समानुभूति में स्वयं को उसकी जगह रखकर उसकी भावनाएँ समझी जाती हैं। WHO जीवन कौशल समानुभूति है।
209	**सुनना (Hearing)**	**ध्यानपूर्वक सुनना या श्रवण (Listening)**	सुनना केवल ध्वनि ग्रहण करने की शारीरिक, निष्क्रिय क्रिया है; श्रवण में ध्यान, समझ, व्याख्या और प्रतिक्रिया शामिल है, यह सक्रिय मानसिक प्रक्रिया है।
210	**पुरस्कार (Reward)**	**पुनर्बलन (Reinforcement)**	पुरस्कार दी गई कोई सुखद वस्तु है, जिससे व्यवहार बढ़े यह जरूरी नहीं; पुनर्बलन वही परिणाम है जो व्यवहार के दोहराए जाने की संभावना वास्तव में बढ़ाए।

211	**नकारात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement)**	**दंड (Punishment)**	नकारात्मक पुनर्बलन में अप्रिय उद्दीपक हटाकर वांछित व्यवहार बढ़ाया जाता है; दंड व्यवहार को घटाता है। इसलिए नकारात्मक पुनर्बलन दंड नहीं है।
212	**आंतरिक अभिप्रेरणा (Intrinsic Motivation)**	**बाह्य अभिप्रेरणा (Extrinsic Motivation)**	आंतरिक में कार्य स्वयं के आनंद या जिज्ञासा के कारण किया जाता है; बाह्य में पुरस्कार, अंक, प्रशंसा या दंड से बचने जैसे बाहरी कारण होते हैं।
213	**आचार-नीति या नैतिकता (Ethics)**	**नैतिक मान्यताएँ (Morals)**	आचार-नीति किसी समूह या पेशे के व्यवस्थित, स्वीकृत आचरण मानक हैं; नैतिक मान्यताएँ व्यक्ति की अपनी सही-गलत की धारणाएँ हैं, जो संस्कार व संस्कृति से बनती हैं।
214	**मूल्य (Values)**	**अभिवृत्ति (Attitude)**	मूल्य गहरे, स्थायी और व्यापक विश्वास हैं कि क्या महत्वपूर्ण है; अभिवृत्ति किसी विशेष व्यक्ति, वस्तु या स्थिति के प्रति अनुकूल-प्रतिकूल झुकाव है, जो अपेक्षाकृत जल्दी बदलती है।
215	**मौलिक अधिकार (Fundamental Rights)**	**मौलिक कर्तव्य (Fundamental Duties)**	मौलिक अधिकार भाग III में हैं और न्यायालय द्वारा प्रवर्तनीय हैं; मौलिक कर्तव्य भाग IV-A (अनुच्छेद 51A) में हैं, 42वें संशोधन (1976) से जोड़े गए, सीधे प्रवर्तनीय नहीं।
216	**अनुच्छेद 21A (Right to Education)**	**अनुच्छेद 45 (Early Childhood Care and Education)**	21A मौलिक अधिकार: 6–14 वर्ष के बच्चों को निःशुल्क-अनिवार्य शिक्षा; 45 नीति-निदेशक तत्व: 6 वर्ष तक प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल व शिक्षा। 86वें संशोधन (2002) ने 21A जोड़ा, 45 बदला।
217	**निरंकुश नेतृत्व (Autocratic Leadership)**	**अहस्तक्षेपी नेतृत्व (Laissez-faire Leadership)**	निरंकुश नेता सारे निर्णय स्वयं लेकर कड़ा नियंत्रण रखता है; अहस्तक्षेप नेता लगभग कोई दिशा नहीं देता और समूह को पूरी छूट दे देता है। दोनों कर्ट लेविन की शैलियाँ।
218	**तनाव (Stress)**	**कष्टकारी तनाव (Distress)**	तनाव किसी भी माँग या दबाव के प्रति शरीर-मन की प्रतिक्रिया है, जो सकारात्मक (Eustress) भी हो सकता है; डिस्ट्रेस हानिकारक, नकारात्मक तनाव है।
219	**मुखर या दृढ़ व्यवहार (Assertive)**	**आक्रामक व्यवहार (Aggressive)**	मुखर व्यक्ति अपनी बात और अधिकार स्पष्ट, शांत व सम्मानपूर्वक रखता है; आक्रामक व्यक्ति दूसरों के अधिकार व भावनाओं की अनदेखी कर धमकी या अपमान से बात मनवाता है।
220	**औपचारिक संप्रेषण (Formal Communication)**	**अनौपचारिक संप्रेषण (Informal Communication)**	औपचारिक संप्रेषण निर्धारित आधिकारिक माध्यम और पदानुक्रम से होता है, प्रायः लिखित व अभिलेखित; अनौपचारिक संप्रेषण आपसी संबंधों से स्वतः चलता है, जैसे अंगूरलता (Grapevine)।
221	**सकारात्मक पुनर्बलन (Positive Reinforcement)**	**नकारात्मक पुनर्बलन (Negative Reinforcement)**	सकारात्मक में व्यवहार के बाद सुखद उद्दीपक जोड़ा जाता है; नकारात्मक में अप्रिय उद्दीपक हटाया जाता है। दोनों ही व्यवहार को बढ़ाते हैं।
222	**आलोचनात्मक चिंतन (Critical Thinking)**	**सृजनात्मक चिंतन (Creative Thinking)**	आलोचनात्मक चिंतन सूचना और अनुभवों का वस्तुनिष्ठ विश्लेषण व मूल्यांकन है; सृजनात्मक चिंतन नए विचार और वैकल्पिक समाधान उत्पन्न करना है। WHO सूची में दोनों एक जोड़ी।
223	**निर्णय लेना (Decision Making)**	**समस्या समाधान (Problem Solving)**	समस्या समाधान में समस्या पहचानकर उसके कारण और हल खोजे जाते हैं; निर्णय लेना उपलब्ध विकल्पों के परिणाम तौलकर सर्वोत्तम विकल्प चुनना है। WHO सूची में एक जोड़ी।
224	**आत्म-जागरूकता (Self-awareness)**	**समानुभूति (Empathy)**	आत्म-जागरूकता अपनी शक्तियाँ, कमियाँ, भावनाएँ और रुचियाँ पहचानना है; समानुभूति दूसरे की भावनाएँ उसकी जगह से समझना है। WHO सूची में दोनों एक जोड़ी।

225	**स्वास्थ्य कारक (Hygiene Factors)**	**अभिप्रेरक (Motivators)**	हर्जबर्ग: वेतन, नीतियाँ, कार्य-दशाएँ जैसे स्वास्थ्य कारकों की कमी असंतोष देती है पर उपस्थिति प्रेरित नहीं करती; उपलब्धि, मान्यता, जिम्मेदारी जैसे अभिप्रेरक संतुष्टि देते हैं।
226	**मौलिक अधिकार (Fundamental Rights)**	**नीति-निदेशक तत्व (Directive Principles of State Policy)**	मौलिक अधिकार (भाग III) न्यायालय द्वारा प्रवर्तनीय हैं; नीति-निदेशक तत्व (भाग IV) शासन में मूलभूत हैं, पर अनुच्छेद 37 के अनुसार न्यायालय द्वारा प्रवर्तनीय नहीं।
227	**लेन-देन आधारित नेतृत्व (Transactional Leadership)**	**रूपांतरणकारी नेतृत्व (Transformational Leadership)**	लेन-देन आधारित नेता काम के बदले पुरस्कार या दंड से व्यवस्था बनाए रखता है; रूपांतरणकारी नेता दृष्टि (Vision) और प्रेरणा से अनुयायियों की सोच व क्षमता ऊँची उठाता है।
228	**समानता (Equality)**	**समता (Equity)**	समानता में सबको एक जैसा संसाधन या अवसर दिया जाता है; समता में हर बच्चे की आवश्यकता के अनुसार न्यायपूर्ण सहायता दी जाती है ताकि सबको बराबर मौका मिले।
229	**पेशा (Profession)**	**आजीविका (Occupation)**	पेशे में विशिष्ट ज्ञान, लंबा प्रशिक्षण, आचार संहिता और सेवा-भाव आवश्यक होते हैं; आजीविका कोई भी काम है जो जीविकोपार्जन के लिए किया जाए।
230	**शाब्दिक संप्रेषण (Verbal Communication)**	**अशाब्दिक संप्रेषण (Non-verbal Communication)**	शाब्दिक संप्रेषण बोले या लिखे शब्दों से होता है; अशाब्दिक संप्रेषण हाव-भाव, चेहरे के भाव, आँखों के संपर्क, शारीरिक मुद्रा और स्वर के लहजे से होता है।

SG **UP PRT Full Mock 1 — फ्री।** 120 प्रश्न, असली पैटर्न, हिंदी + English। टेस्ट दें →

भाग D

परिस्थिति प्रश्नों के 10 सुनहरे नियम

1. बच्चे का हित सबसे ऊपर: वही विकल्प चुनें जिसमें बच्चे का सम्मान, सुरक्षा और सीखना केंद्र में हो।
RTE धारा 29(2) बाल-केंद्रित, भय और चिंता से मुक्त शिक्षा की बात करती है।

2. दंड, डर, अपमान या सबके सामने शर्मिंदा करने वाले विकल्प सबसे पहले हटाएँ।
RTE धारा 17 शारीरिक दंड और मानसिक उत्पीड़न दोनों का निषेध करती है।

3. पहले सुनो और कारण समझो, फिर कदम उठाओ।
समानुभूति और सक्रिय श्रवण से समस्या की जड़ तक पहुँचा जाता है, केवल लक्षण तक नहीं।

4. अनदेखा करने या पूरी जिम्मेदारी अभिभावक, प्रधानाध्यापक या दूसरों पर डालने वाले विकल्प प्रायः गलत होते हैं।
शिक्षक स्वयं पहला समाधानकर्ता है; सहयोग लेना सही है, जिम्मेदारी टालना नहीं।

5. जाति, धर्म, लिंग, भाषा, क्षेत्र, दिव्यांगता या आर्थिक स्थिति के आधार पर अलग करने वाला विकल्प कभी न चुनें।
अनुच्छेद 14, 15, 17 व 29(2) समानता और भेदभाव-निषेध की गारंटी देते हैं; RTE धारा 9(c) वंचित व कमजोर वर्ग के बच्चों से भेदभाव रोकती है।

6. सबको साथ जोड़ने वाला (समावेशी) विकल्प चुनें, किसी बच्चे को अलग बिठाने या बाहर भेजने वाला नहीं।
समावेशी शिक्षा में हर बच्चा सामान्य कक्षा में रहकर आवश्यक समायोजन पाता है।

7. रटाने की जगह करके सीखने, प्रयोग, खोज और चर्चा वाला विकल्प चुनें।
रचनावाद में शिक्षक सुविधादाता है और बच्चा स्वयं ज्ञान का निर्माण करता है।

8. प्रशंसा सबके सामने, सुधार अकेले में; प्रतिपुष्टि विशिष्ट और सकारात्मक हो।
इससे बच्चे का आत्मसम्मान बचा रहता है और वांछित व्यवहार पुष्ट होता है।

9. बच्चों, सहकर्मियों, अभिभावकों और SMC को साथ लेकर चलने वाला लोकतांत्रिक विकल्प चुनें।
भागीदारी से बना समाधान सबको अपना लगता है, इसलिए अधिक टिकाऊ होता है।

10. हमेशा, कभी नहीं, तुरंत निकाल दो, पूरी छूट जैसे अतिवादी विकल्पों से सावधान रहें।
अतिवादी कदम प्रायः अव्यावहारिक होते हैं; संतुलित और व्यावहारिक कदम ही सबसे अच्छा उत्तर होता है।

D परिस्थिति आधारित प्रश्न (Scenario Based)

पहले खुद उत्तर चुनें, फिर नीचे की व्याख्या पढ़ें।

231. कक्षा 4 में दो बच्चे एक ही रंगीन पेंसिल के लिए झगड़ रहे हैं। जीवन कौशल विकसित करने की दृष्टि से शिक्षक को क्या करना चाहिए?

(A) पेंसिल छीनकर दोनों को कक्षा के कोने में खड़ा कर देना ताकि आगे झगड़ा न हो

(B) दोनों को बात करने देना और साझा उपयोग का हल स्वयं खोजने में मदद करना

(C) जिसकी पेंसिल है उसे लौटाकर बिना कोई बात किए मामला तुरंत खत्म कर देना

(D) दोनों बच्चों के अभिभावकों को तुरंत शिकायत-पत्र भेजकर उनसे कार्रवाई करवाना

✔ उत्तर: (B) दोनों को बात करने देना और साझा उपयोग का हल स्वयं खोजने में मदद करना
क्यों: बच्चों को स्वयं हल खोजने का अवसर देने से समस्या समाधान (Problem solving) और अंतर्वैयक्तिक संबंध (Interpersonal relationships) कौशल विकसित होते हैं।
बाकी क्यों नहीं: कोने में खड़ा करना दंड है और डर पैदा करता है; सीधा फैसला सुनाने से बच्चे कुछ नहीं सीखते; केवल अभिभावकों पर छोड़ना शिक्षक की अपनी जिम्मेदारी से बचना है।

232. **कक्षा 5 का एक बच्चा बीमारी के कारण कई दिनों से विद्यालय नहीं आ रहा। शिक्षक चाहते हैं कि सहपाठी उसकी भावनाएँ समझें। कौन-सी गतिविधि सबसे उपयुक्त है?**

(A) बच्चों को बीमारियों और उनके लक्षणों पर एक लंबा निबंध याद करने को देना

(B) उसकी अनुपस्थिति को अनदेखा कर पाठ्यक्रम तेज़ी से आगे बढ़ाते रहना

(C) पंजिका में उसके नाम पर लाल निशान लगाकर कक्षा को अनुपस्थिति का नुकसान दिखाना

(D) बच्चों से स्वयं को उसकी जगह रखकर सोचने और शुभकामना-कार्ड बनाने को कहना

✔ उत्तर: (D) बच्चों से स्वयं को उसकी जगह रखकर सोचने और शुभकामना-कार्ड बनाने को कहना
क्यों: स्वयं को दूसरे की स्थिति में रखकर उसकी भावना समझना समानुभूति (Empathy) है; कार्ड बनाना उस भावना को व्यवहार में बदलता है।
बाकी क्यों नहीं: निबंध रटना केवल सूचना है, भावना नहीं; अनदेखी करना संवेदनहीनता सिखाता है; लाल निशान दिखाना बच्चे को सबके सामने अपमानित करता है।

233. **कक्षा 3 के बच्चों को बाल-सभा का कार्यक्रम तय करना है। शिक्षक उनमें निर्णय लेने (Decision making) का कौशल बढ़ाना चाहते हैं। सबसे उपयुक्त तरीका क्या है?**

(A) बच्चे विकल्प सुझाएँ, लाभ-हानि पर चर्चा करें और मिलकर एक चुनें

(B) समय बचाने के लिए शिक्षक स्वयं कार्यक्रम तय करके बच्चों को सूची थमा दें

(C) कक्षा के सबसे होशियार बच्चे को सबकी ओर से अकेले निर्णय का अधिकार दें

(D) पिछले वर्ष का सफल कार्यक्रम बिना किसी बदलाव के इस वर्ष भी दोहरा दें

✔ उत्तर: (A) बच्चे विकल्प सुझाएँ, लाभ-हानि पर चर्चा करें और मिलकर एक चुनें
क्यों: विकल्प पहचानना, परिणाम आँकना और सोच-समझकर चुनना ही निर्णय लेने की प्रक्रिया है; सहभागिता से बच्चे इसे स्वयं अनुभव करते हैं।
बाकी क्यों नहीं: शिक्षक का थोपा निर्णय, एक बच्चे को अधिकार देना या पुराना कार्यक्रम दोहराना, तीनों में अधिकांश बच्चों को सोचने और चुनने का अवसर ही नहीं मिलता।

234. **परीक्षा से ठीक पहले कक्षा 5 का एक बच्चा घबराकर रोने लगता है। तनाव से निपटने (Coping with stress) का कौशल सिखाने हेतु शिक्षक का सबसे उचित कदम क्या है?**

(A) उसे डाँटकर चुप कराना और समझाना कि रोना कमजोरी की निशानी होती है

(B) पूरी कक्षा के सामने उसके डर का उदाहरण देकर सबको हिम्मत रखना समझाना

(C) उसे शांत जगह बैठाकर गहरी साँस लेने को कहना और भरोसा दिलाना

(D) उसे इस बार की परीक्षा से पूरी तरह हटाकर घर भेज देना

✔ उत्तर: (C) उसे शांत जगह बैठाकर गहरी साँस लेने को कहना और भरोसा दिलाना
क्यों: भावना को स्वीकारना, शांत होने की तकनीक (जैसे गहरी साँस) सिखाना और आत्मविश्वास लौटाना तनाव व भावनाओं से निपटने का स्वस्थ तरीका है।
बाकी क्यों नहीं: डाँटना और सबके सामने उदाहरण बनाना अपमान व तनाव बढ़ाते हैं; परीक्षा से हटाना कठिनाई से भागना सिखाता है, उसका सामना करना नहीं।

235. **एक बच्चा कक्षा में बताता है कि मोबाइल पर आए संदेश के अनुसार एक पत्ता खाने से सारी बीमारियाँ ठीक हो जाती हैं। शिक्षक को क्या करना चाहिए?**

(A) बच्चे की बात पर हँसकर बिना कोई चर्चा किए पाठ आगे बढ़ा देना

(B) पूछना कि यह जानकारी किसने दी, प्रमाण क्या है और इसे कैसे जाँचें

(C) कहना कि मोबाइल पर आई हर स्वास्थ्य-जानकारी सच ही होती है

(D) मोबाइल देखने के लिए बच्चे को डाँटकर कक्षा में चुप करा देना

✔ उत्तर: (B) पूछना कि यह जानकारी किसने दी, प्रमाण क्या है और इसे कैसे जाँचें
क्यों: स्रोत और प्रमाण पर प्रश्न करना आलोचनात्मक चिंतन (Critical thinking) है; इससे बच्चे किसी भी सूचना को परखकर स्वीकारना सीखते हैं।
बाकी क्यों नहीं: हँसी उड़ाना बच्चे को प्रश्न पूछने से रोकता है; हर संदेश को सच कहना भ्रम फैलाता है; डाँटना सीखने का अवसर खो देता है।

236. **कला की कक्षा में शिक्षक सभी बच्चों से बोर्ड पर बना एक ही चित्र हूबहू नकल करवाते हैं। सृजनात्मक चिंतन (Creative thinking) के लिए बेहतर विकल्प क्या है?**

(A) एक विषय देकर बच्चों को अपनी कल्पना से चित्र बनाने की छूट देना
(B) जो बच्चा बोर्ड के चित्र से हटकर कुछ नया बनाए, उसके अंक काट लेना
(C) सबसे सटीक नकल करने वाले बच्चे को ही प्रार्थना-सभा में पुरस्कार देना
(D) कला की घंटी हटाकर उस समय में गणित का अभ्यास कराना

✔ **उत्तर: (A) एक विषय देकर बच्चों को अपनी कल्पना से चित्र बनाने की छूट देना**
क्यों: खुले अंत वाले कार्य और प्रयोग की छूट से मौलिकता, लचीलापन और नए विचार पनपते हैं; यही सृजनात्मक चिंतन है।
बाकी क्यों नहीं: अंक काटना और केवल सटीक नकल को पुरस्कार देना मौलिकता को दबाते हैं; कला की घंटी हटाना बच्चे के सर्वांगीण विकास के विरुद्ध है।

237. **कक्षा 4 के शिक्षक चाहते हैं कि बच्चे अपनी खूबियाँ और सुधार के क्षेत्र पहचानें। कौन-सी गतिविधि आत्म-जागरूकता (Self-awareness) बढ़ाएगी?**

(A) सभी बच्चों के अंकों की आपस में तुलना करके पूरी सूची कक्षा में पढ़ना
(B) केवल प्रथम पाँच बच्चों के नाम और फोटो सूचना-पट्ट पर लगाना
(C) बच्चों को साफ़ बता देना कि उनकी कमजोरियाँ कभी नहीं सुधरेंगी
(D) मैं कौन हूँ गतिविधि, जिसमें बच्चा अपनी खूबी और सुधार-क्षेत्र लिखे

✔ **उत्तर: (D) मैं कौन हूँ गतिविधि, जिसमें बच्चा अपनी खूबी और सुधार-क्षेत्र लिखे**
क्यों: अपनी रुचि, क्षमता और कमी को स्वयं पहचानना आत्म-जागरूकता है; आत्म-चिंतन वाली गतिविधि बच्चे को स्वयं से जोड़ती है।
बाकी क्यों नहीं: अंकों की तुलना और केवल टॉपर दिखाना हीनभावना पैदा करते हैं; कमजोरियाँ स्थायी बताना बच्चे का आत्मविश्वास तोड़ता है।

238. **एक अभिभावक अपने बच्चे के सहायक अध्यापक से अनुरोध करते हैं कि वे बच्चे को घर पर शुल्क लेकर ट्यूशन पढ़ा दें। शिक्षक को क्या करना चाहिए?**

(A) अनुरोध मान लेना, क्योंकि घर पर अलग से पढ़ाने से बच्चे का भला होगा
(B) केवल कमजोर बच्चों को कम शुल्क लेकर घर पर ट्यूशन पढ़ाना
(C) विनम्रता से मना करना और बच्चे को विद्यालय में ही अतिरिक्त सहायता देना
(D) ट्यूशन पढ़ाना, पर विद्यालय में इस बारे में किसी को न बताना

✔ **उत्तर: (C) विनम्रता से मना करना और बच्चे को विद्यालय में ही अतिरिक्त सहायता देना**
क्यों: RTE अधिनियम 2009 की धारा 28 शिक्षक को निजी ट्यूशन या निजी शिक्षण गतिविधि से रोकती है; बच्चे की मदद विद्यालय में उपचारात्मक शिक्षण से हो।
बाकी क्यों नहीं: भलाई के नाम पर, कमजोर बच्चों के लिए या चुपचाप, किसी भी रूप में निजी ट्यूशन धारा 28 का उल्लंघन है; छिपाना तो नैतिकता के भी विरुद्ध है।

239. **शिक्षक को पता चलता है कि कक्षा 3 की एक बच्ची के पिता की नौकरी छूट गई है और घर में आर्थिक तंगी है। व्यावसायिक नैतिकता के अनुसार शिक्षक क्या करें?**

(A) स्टाफ-रूम में अन्य शिक्षकों को बता दें ताकि सब उसकी स्थिति जान सकें
(B) जानकारी गोपनीय रखें और योजनाओं के लाभ हेतु केवल प्रधानाध्यापक से बात करें
(C) कक्षा में सबको बताएँ ताकि सहपाठी उस पर दया करें और मदद करें
(D) बच्ची से कहें कि घर की ऐसी बातें विद्यालय में किसी को न बताया करे

✔ **उत्तर: (B) जानकारी गोपनीय रखें और योजनाओं के लाभ हेतु केवल प्रधानाध्यापक से बात करें**
क्यों: गोपनीयता (Confidentiality) व्यावसायिक नैतिकता का अंग है; बच्चे की निजी जानकारी केवल उसके हित में और आवश्यक व्यक्ति से ही साझा हो।
बाकी क्यों नहीं: स्टाफ-रूम या कक्षा में चर्चा बच्ची की गरिमा को ठेस पहुँचाती है; उसे चुप रहने को कहना उसका भरोसा तोड़ता है और मदद का रास्ता बंद करता है।

240. **कक्षा 5 में प्रधानाध्यापक के एक परिचित का बच्चा पढ़ता है। उत्तरपुस्तिकाएँ जाँचते समय शिक्षक को क्या करना चाहिए?**

(A) सभी बच्चों का मूल्यांकन एक ही मानदंड पर निष्पक्ष रूप से करना

(B) प्रधानाध्यापक को प्रसन्न रखने के लिए उस बच्चे को कुछ अतिरिक्त अंक देना

(C) पक्षपात के आरोप से बचने के लिए उसे जान-बूझकर कम अंक देना

(D) उसकी उत्तरपुस्तिका बिना जाँचे ही पूरे अंक दे देना

✔ उत्तर: (A) सभी बच्चों का मूल्यांकन एक ही मानदंड पर निष्पक्ष रूप से करना
क्यों: निष्पक्षता (Impartiality) शिक्षक के व्यावसायिक आचरण का मूल है; हर बच्चे को एक ही कसौटी पर परखना समानता के संवैधानिक मूल्य के भी अनुरूप है।
बाकी क्यों नहीं: अतिरिक्त या पूरे अंक देना पक्षपात है; जान-बूझकर कम अंक देना उलटा पक्षपात है; दोनों से बच्चे का वास्तविक आकलन नहीं होता।

241. **एक शिक्षक प्रायः 20 मिनट देर से विद्यालय पहुँचते हैं और कहते हैं कि पाठ्यक्रम बाद में तेज़ी से पूरा करा देंगे। उचित निष्कर्ष क्या है?**

(A) यदि पाठ्यक्रम समय पर पूरा हो जाए तो रोज़ थोड़ी देर से आना ठीक है

(B) ग्रामीण विद्यालयों में दूरी के कारण इतनी देरी स्वीकार्य मानी जाती है

(C) बच्चे भी प्रायः देर से आते हैं, इसलिए शिक्षक का देर से आना गलत नहीं

(D) नियमितता और समयपालन शिक्षक का वैधानिक कर्तव्य है, देर से आना अनुचित है

✔ उत्तर: (D) नियमितता और समयपालन शिक्षक का वैधानिक कर्तव्य है, देर से आना अनुचित है
क्यों: RTE अधिनियम 2009 की धारा 24(1)(a) के अनुसार शिक्षक को विद्यालय में उपस्थिति में नियमितता और समयपालन बनाए रखना है; शिक्षक बच्चों का आदर्श भी है।
बाकी क्यों नहीं: पाठ्यक्रम पूरा होना समयपालन की छूट नहीं देता; ग्रामीण विद्यालय के लिए कोई छूट नहीं है; बच्चों की देरी सुधारना भी शिक्षक के उदाहरण से ही शुरू होता है।

242. **शिक्षक ने भिन्न (Fraction) का पाठ पढ़ाया, पर अधिकांश बच्चे समझ नहीं पाए। एक चिंतनशील शिक्षक (Reflective practitioner) क्या करेगा?**

(A) बच्चों को गणित में कमजोर मानकर समय बचाने हेतु अगला पाठ शुरू कर देगा

(B) परीक्षा के संभावित प्रश्नों के उत्तर बच्चों को अच्छी तरह रटवा देगा

(C) अपनी विधि पर विचार कर रोटी बाँटने जैसी मूर्त गतिविधि से दोबारा पढ़ाएगा

(D) अभिभावकों से कहेगा कि वे घर पर बच्चों को भिन्न पढ़ा दें

✔ उत्तर: (C) अपनी विधि पर विचार कर रोटी बाँटने जैसी मूर्त गतिविधि से दोबारा पढ़ाएगा
क्यों: चिंतनशील अभ्यास (Reflective practice) में शिक्षक अपनी विधि की समीक्षा कर सुधार करता है; भिन्न जैसी अवधारणा मूर्त सामग्री से आसानी से समझ आती है।
बाकी क्यों नहीं: बच्चों को दोष देना या रटवाना समझ पैदा नहीं करता; अभिभावकों पर छोड़ना शिक्षण की अपनी जिम्मेदारी से हटना है।

243. **विद्यालय में नई शिक्षण विधियों पर प्रशिक्षण है। एक वरिष्ठ शिक्षक कहते हैं कि 20 वर्ष के अनुभव के बाद उन्हें कुछ सीखने की ज़रूरत नहीं। कौन-सा कथन उचित है?**

(A) शिक्षक जीवनभर सीखता है, निरंतर व्यावसायिक विकास (CPD) आवश्यक है

(B) बीस वर्ष के अनुभवी शिक्षक को किसी भी प्रशिक्षण की आवश्यकता नहीं होती

(C) ऐसे प्रशिक्षण केवल नव-नियुक्त शिक्षकों के लिए ही बनाए जाते हैं

(D) प्रशिक्षण में जाना बच्चों के शिक्षण-समय की सीधी बर्बादी है

✔ उत्तर: (A) शिक्षक जीवनभर सीखता है, निरंतर व्यावसायिक विकास (CPD) आवश्यक है
क्यों: NEP 2020 शिक्षकों के निरंतर व्यावसायिक विकास पर बल देती है और प्रत्येक शिक्षक से हर वर्ष कम से कम 50 घंटे CPD की अपेक्षा करती है।
बाकी क्यों नहीं: अनुभव मूल्यवान है पर नई विधियाँ, तकनीक और बच्चों की बदलती ज़रूरतें निरंतर सीखना माँगती हैं; प्रशिक्षण केवल नए शिक्षकों तक सीमित नहीं है।

244. **सत्र के बीच में एक प्रवासी मज़दूर परिवार अपने 7 वर्ष के बच्चे का प्रवेश कराने आता है, पर उनके पास आयु प्रमाण-पत्र नहीं है। विद्यालय को क्या करना चाहिए?**

(A) आयु प्रमाण-पत्र लाने तक बच्चे का प्रवेश रोककर उसे घर भेज देना

(B) प्रवेश देना, क्योंकि आयु प्रमाण के अभाव में प्रवेश से इनकार नहीं हो सकता

(C) सत्र के बीच प्रवेश न देकर परिवार को अगले सत्र में आने को कहना

(D) बच्चे की लिखित प्रवेश-परीक्षा लेकर ही उसका प्रवेश और कक्षा तय करना

✔ **उत्तर: (B) प्रवेश देना, क्योंकि आयु प्रमाण के अभाव में प्रवेश से इनकार नहीं हो सकता**
क्यों: RTE अधिनियम 2009 की धारा 14(2) के अनुसार आयु प्रमाण के अभाव में किसी बच्चे को विद्यालय में प्रवेश से वंचित नहीं किया जाएगा।
बाकी क्यों नहीं: प्रवेश रोकना शिक्षा-अधिकार छीनता है; धारा 15 के अनुसार सत्र के बीच, विस्तारित अवधि के बाद भी, प्रवेश से इनकार नहीं होगा; प्रवेश हेतु परीक्षा (Screening) धारा 13 में निषिद्ध है।

245. **कक्षा 2 का एक बच्चा बार-बार गृहकार्य नहीं लाता। एक सहकर्मी सलाह देते हैं कि छड़ी दिखाने से वह सुधर जाएगा। शिक्षक का उचित कदम क्या है?**

(A) सहकर्मी की सलाह मानकर छड़ी से हल्का दंड देना ताकि दूसरे बच्चे भी डरें

(B) गृहकार्य पूरा होने तक उसे पूरे दिन कक्षा से बाहर खड़ा रखना

(C) पूरी कक्षा के सामने उसे लापरवाह कहकर डाँटना और अंतिम चेतावनी देना

(D) अकेले में कारण जानना, कार्य उसकी क्षमता अनुसार ढालना और अभिभावक से सहयोग लेना

✔ **उत्तर: (D) अकेले में कारण जानना, कार्य उसकी क्षमता अनुसार ढालना और अभिभावक से सहयोग लेना**
क्यों: RTE अधिनियम 2009 की धारा 17 शारीरिक दंड और मानसिक उत्पीड़न का निषेध करती है; कारण खोजकर सकारात्मक अनुशासन (Positive discipline) अपनाना चाहिए।
बाकी क्यों नहीं: छड़ी शारीरिक दंड है; कक्षा से बाहर खड़ा करना अपमान है और सीखने से वंचित करता है; सबके सामने डाँटना मानसिक उत्पीड़न है।

246. **शिक्षक घोषणा करते हैं कि जो बच्चे पूरा सप्ताह गृहकार्य समय पर करेंगे, उन्हें शनिवार की अतिरिक्त अभ्यास-पत्रिका नहीं करनी होगी। यह किसका उदाहरण है?**

(A) दंड (Punishment)

(B) धनात्मक पुनर्बलन (Positive reinforcement)

(C) ऋणात्मक पुनर्बलन (Negative reinforcement)

(D) विलोपन (Extinction)

✔ **उत्तर: (C) ऋणात्मक पुनर्बलन (Negative reinforcement)**
क्यों: वांछित व्यवहार होने पर अप्रिय उद्दीपक (अतिरिक्त कार्य) हटाया जाता है, जिससे वह व्यवहार बढ़ता है; यही ऋणात्मक पुनर्बलन है।
बाकी क्यों नहीं: दंड व्यवहार को घटाता है, बढ़ाता नहीं; धनात्मक पुनर्बलन में कोई सुखद वस्तु जोड़ी जाती है; विलोपन में पहले मिलने वाला पुनर्बलन रोक दिया जाता है।

247. **कक्षा 3 की एक बच्ची ने पहली बार पूरा वाक्य शुद्ध लिखा। शिक्षक की कौन-सी प्रशंसा सबसे प्रभावी है?**

(A) शाबाश, तुम तो कक्षा में सबसे होशियार हो

(B) तुमने हर शब्द की मात्रा सही लगाई, बहुत अच्छा प्रयास

(C) बाकी बच्चे तुमसे सीखें, वे तो कुछ भी नहीं कर पाते

(D) कुछ न कहना, क्योंकि वाक्य लिखना तो सामान्य बात है

✔ **उत्तर: (B) तुमने हर शब्द की मात्रा सही लगाई, बहुत अच्छा प्रयास**
क्यों: प्रभावी प्रशंसा विशिष्ट (Specific) और प्रयास-केंद्रित होती है; बच्चा जान पाता है कि उसने क्या अच्छा किया और आगे भी प्रयास करता है।
बाकी क्यों नहीं: होशियार जैसा सामान्य लेबल प्रयास नहीं बताता; दूसरों से तुलना उन बच्चों को अपमानित करती है; अनदेखी से अभिप्रेरणा घटती है।

248. कक्षा 1 के बच्चे बारी का इंतज़ार किए बिना बोलते हैं। शिक्षक बारी से बोलने पर स्टार देते हैं और 10 स्टार होने पर बच्चा कहानी चुनता है। यह तकनीक क्या कहलाती है?

(A) टोकन अर्थव्यवस्था (Token economy)
(B) सामूहिक दंड (Collective punishment)
(C) विलोपन (Extinction)
(D) टाइम-आउट (Time-out)

✔ उत्तर: (A) टोकन अर्थव्यवस्था (Token economy)
क्यों: स्टार जैसे टोकन तुरंत मिलने वाले पुनर्बलक हैं, जिन्हें बाद में पसंदीदा गतिविधि से बदला जाता है; यह स्किनर के क्रियाप्रसूत अनुबंधन पर आधारित है।
बाकी क्यों नहीं: यहाँ किसी को दंड नहीं दिया गया; विलोपन में पुनर्बलन बंद किया जाता है; टाइम-आउट में बच्चे को कुछ समय के लिए गतिविधि से अलग किया जाता है।

249. कक्षा में शोर करने वाले बच्चों का पता न चलने पर शिक्षक पूरी कक्षा की खेल-घंटी रद्द करना चाहते हैं। सकारात्मक अनुशासन के अनुसार बेहतर विकल्प क्या है?

(A) पूरी कक्षा की खेल-घंटी रद्द कर देना ताकि अगली बार सब ध्यान रखें
(B) एक बच्चे से चुपके से शोर करने वालों के नाम पूछकर उन्हें दंड देना
(C) बच्चों के साथ मिलकर कक्षा-नियम और शांत होने का एक संकेत तय करना
(D) शोर को अनदेखा कर और भी ऊँची आवाज़ में पढ़ाते रहना

✔ उत्तर: (C) बच्चों के साथ मिलकर कक्षा-नियम और शांत होने का एक संकेत तय करना
क्यों: सकारात्मक अनुशासन में नियम बच्चों के साथ मिलकर बनाए जाते हैं; इससे बच्चे नियमों को अपना मानते हैं और आत्म-अनुशासन सीखते हैं।
बाकी क्यों नहीं: सामूहिक दंड निर्दोष बच्चों के साथ अन्याय है; मुखबिरी करवाना आपसी विश्वास तोड़ता है; ऊँची आवाज़ में पढ़ाना समस्या को अनसुलझा छोड़ देता है।

250. कक्षा 4 के एक बच्चे ने गुस्से में सहपाठी की कॉपी फाड़ दी। सकारात्मक अनुशासन के अनुसार शिक्षक की सर्वोत्तम प्रतिक्रिया क्या है?

(A) उसे एक घंटे धूप में खड़ा कर देना ताकि वह गुस्से पर काबू सीखे
(B) अभिभावक बुलाकर विद्यालय से नाम काटने की चेतावनी दे देना
(C) उस दिन उसका मध्याह्न भोजन रोककर उसे सबक सिखाना
(D) शांत होने पर बात करना, सहपाठी की भावना समझाना और भरपाई कराना

✔ उत्तर: (D) शांत होने पर बात करना, सहपाठी की भावना समझाना और भरपाई कराना
क्यों: तार्किक परिणाम (Logical consequence) और भरपाई से बच्चा अपने व्यवहार की जिम्मेदारी लेता है; साथ ही उसमें समानुभूति भी विकसित होती है।
बाकी क्यों नहीं: धूप में खड़ा करना पीड़ा देने वाला शारीरिक दंड है (RTE धारा 17); 2019 संशोधन के बाद धारा 16(4) प्रारंभिक शिक्षा पूरी होने तक निष्कासन रोकती है; भोजन रोकना स्वास्थ्य व अधिकार के विरुद्ध है।

251. एक शिक्षक धीरे सीखने वाले एक बच्चे को कक्षा में बार-बार निकम्मा कहकर पुकारते हैं। इस व्यवहार को कैसे देखा जाना चाहिए?

(A) यह मानसिक उत्पीड़न है, जो RTE अधिनियम की धारा 17 में निषिद्ध है
(B) यह कक्षा का हल्का-फुल्का मज़ाक है, इसमें कोई बुराई नहीं है
(C) ऐसे शब्द बच्चे को शर्म दिलाकर सुधारने का प्रभावी तरीका हैं
(D) यह तभी गलत माना जाएगा जब अभिभावक लिखित शिकायत करें

✔ उत्तर: (A) यह मानसिक उत्पीड़न है, जो RTE अधिनियम की धारा 17 में निषिद्ध है
क्यों: अपमानजनक नाम से पुकारना बच्चे के आत्मसम्मान को चोट पहुँचाता है; RTE धारा 17 शारीरिक दंड के साथ मानसिक उत्पीड़न का भी निषेध करती है।
बाकी क्यों नहीं: बच्चे के लिए यह मज़ाक नहीं, अपमान है; लेबल लगाने से सुधार नहीं, हीनभावना आती है; निषेध शिकायत पर निर्भर नहीं, हर स्थिति में लागू है।

252. **एक बच्ची स्वयं रुचि से कहानियाँ पढ़ती है। अब शिक्षक हर कहानी पढ़ने पर उसे टॉफी देने लगते हैं। इसका सबसे संभावित जोखिम क्या है?**

(A) टॉफी मिलने से पढ़ने की आदत अपने-आप जीवनभर के लिए पक्की हो जाएगी

(B) आंतरिक अभिप्रेरणा घटकर पढ़ना टॉफी पर निर्भर हो सकता है

(C) टॉफी के कारण उसके सभी विषयों के अंक तुरंत बढ़ जाएँगे

(D) इससे उसके पढ़ने के व्यवहार पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा

✔ उत्तर: (B) आंतरिक अभिप्रेरणा घटकर पढ़ना टॉफी पर निर्भर हो सकता है
क्यों: जो कार्य बच्चा स्वयं आनंद से करता है, उस पर बाहरी पुरस्कार जोड़ने से आंतरिक अभिप्रेरणा घट सकती है; इसे अति-औचित्य प्रभाव (Overjustification effect) कहते हैं।
बाकी क्यों नहीं: बाहरी पुरस्कार आदत को स्थायी नहीं बनाता, पुरस्कार हटते ही रुचि घट सकती है; अंक तुरंत बढ़ना असंबद्ध दावा है; कोई प्रभाव न होना भी गलत है।

253. **कक्षा 2 का एक बच्चा सुबह बिना कुछ खाए आता है और पढ़ाई में ध्यान नहीं लगा पाता। मास्लो के अनुसार शिक्षक को पहले किस पर ध्यान देना चाहिए?**

(A) आत्मसिद्धि के लिए उसे सबसे कठिन और चुनौतीपूर्ण प्रश्न देने पर

(B) ध्यान न देने की आदत छुड़ाने के लिए उसे दंड देने पर

(C) सम्मान की आवश्यकता पूरी करने हेतु उसे कक्षा-मॉनिटर बनाने पर

(D) भूख जैसी शारीरिक आवश्यकता पर, जैसे पोषण की व्यवस्था करवाना

✔ उत्तर: (D) भूख जैसी शारीरिक आवश्यकता पर, जैसे पोषण की व्यवस्था करवाना
क्यों: मास्लो के आवश्यकता-पदानुक्रम में शारीरिक आवश्यकताएँ सबसे नीचे हैं और पहले पूरी होनी चाहिए; भूखा बच्चा सीखने व सम्मान जैसी ऊँची आवश्यकताओं तक नहीं पहुँचता।
बाकी क्यों नहीं: आत्मसिद्धि और सम्मान पदानुक्रम में ऊपर हैं, भूख मिटे बिना वे प्रभावी नहीं; दंड देना असली कारण (भूख) को अनदेखा करता है, और शारीरिक दंड या मानसिक उत्पीड़न तो RTE धारा 17 में निषिद्ध है।

254. **शिक्षक चाहते हैं कि कक्षा 4 के बच्चे पर्यावरण अध्ययन में स्वयं रुचि लें। आंतरिक अभिप्रेरणा (Intrinsic motivation) जगाने का सबसे अच्छा तरीका क्या है?**

(A) पाठ को परिवेश से जोड़कर विद्यालय-वाटिका में पौधे उगवाना

(B) प्रथम आने वाले बच्चे के लिए साइकिल जैसे बड़े इनाम की घोषणा करना

(C) कम अंक लाने वाले बच्चों को पूरी कक्षा के सामने डाँटना

(D) बच्चों को वार्षिक परीक्षा में फेल होने का डर दिखाते रहना

✔ उत्तर: (A) पाठ को परिवेश से जोड़कर विद्यालय-वाटिका में पौधे उगवाना
क्यों: जिज्ञासा, परिवेश से जुड़ाव और स्वयं करके सीखना आंतरिक अभिप्रेरणा जगाते हैं; बच्चा कार्य को अपने-आप में आनंददायक पाता है।
बाकी क्यों नहीं: इनाम बाहरी (Extrinsic) अभिप्रेरणा है और केवल कुछ बच्चों तक सीमित है; डाँट और डर तनाव पैदा करते हैं, रुचि नहीं।

255. **कक्षा 5 के बच्चों में उपलब्धि अभिप्रेरणा (Achievement motivation) बढ़ाने के लिए शिक्षक को किस प्रकार के कार्य देने चाहिए?**

(A) बहुत आसान कार्य, ताकि हर बच्चा बिना किसी प्रयास के हर बार सफल हो

(B) बहुत कठिन कार्य, ताकि केवल सबसे तेज़ बच्चे ही सफल हो पाएँ

(C) मध्यम कठिनाई वाले, प्राप्य पर चुनौतीपूर्ण कार्य, समय पर प्रतिपुष्टि सहित

(D) बिना किसी स्पष्ट लक्ष्य या समय-सीमा वाले खुले कार्य

✔ उत्तर: (C) मध्यम कठिनाई वाले, प्राप्य पर चुनौतीपूर्ण कार्य, समय पर प्रतिपुष्टि सहित
क्यों: मैक्लेलैंड के अनुसार उच्च उपलब्धि-आवश्यकता वाले व्यक्ति मध्यम कठिनाई के लक्ष्य और अपने कार्य पर प्रतिपुष्टि पसंद करते हैं; इससे प्रयास और सफलता दोनों जुड़ते हैं।
बाकी क्यों नहीं: बहुत आसान कार्य में चुनौती नहीं, बहुत कठिन में अधिकांश बच्चे निराश होते हैं; स्पष्ट लक्ष्य न हो तो उपलब्धि का अनुभव ही नहीं होता।

256. **गणित की कॉपियों में शिक्षक गलत उत्तरों पर केवल गलत लिखकर कॉपी लौटा देते हैं। सीखने और अभिप्रेरणा के लिए बेहतर प्रतिपुष्टि (Feedback) क्या होगी?**

(A) हर बच्चे की गलतियों की संख्या गिनकर कक्षा में ज़ोर से पढ़कर सुनाना

(B) क्या सही किया, गलती कहाँ है और सुधार का अगला कदम बताना

(C) हर गलत प्रश्न को कॉपी में पाँच-पाँच बार दोबारा लिखवाना

(D) केवल अंतिम अंक लिखकर बिना टिप्पणी के कॉपी लौटा देना

✔ उत्तर: (B) क्या सही किया, गलती कहाँ है और सुधार का अगला कदम बताना
क्यों: उपयोगी प्रतिपुष्टि विशिष्ट, समय पर और सुधार की दिशा बताने वाली होती है; बच्चा समझता है कि आगे कैसे बेहतर करे और प्रयास जारी रखता है।
बाकी क्यों नहीं: गलतियाँ सबके सामने पढ़ना अपमान है; बार-बार लिखवाना दंड जैसा है और समझ नहीं बढ़ाता; केवल अंक लिखना सुधार का रास्ता नहीं बताता।

257. **विद्यालय में वेतन और भवन ठीक हैं, फिर भी शिक्षकों को सबसे अधिक संतोष तब मिलता है जब बच्चों की प्रगति के लिए उनकी सराहना होती है। हर्जबर्ग के अनुसार सराहना क्या है?**

(A) स्वास्थ्य या आरोग्य कारक (Hygiene factor)

(B) शारीरिक आवश्यकता (Physiological need)

(C) सुरक्षा आवश्यकता (Safety need)

(D) अभिप्रेरक कारक (Motivator)

✔ उत्तर: (D) अभिप्रेरक कारक (Motivator)
क्यों: हर्जबर्ग के द्वि-कारक सिद्धांत में उपलब्धि, सराहना (Recognition), जिम्मेदारी और कार्य स्वयं अभिप्रेरक कारक हैं, जो संतोष और अभिप्रेरणा बढ़ाते हैं।
बाकी क्यों नहीं: वेतन व कार्य-परिस्थितियाँ आरोग्य कारक हैं, जो केवल असंतोष रोकते हैं; शारीरिक और सुरक्षा आवश्यकता मास्लो के पदानुक्रम के स्तर हैं, हर्जबर्ग के नहीं।

258. **बार-बार असफल होने के बाद कक्षा 3 का एक बच्चा कहता है कि मैं यह कभी नहीं कर पाऊँगा। शिक्षक को क्या करना चाहिए?**

(A) आगे से उसे कोई नया कार्य ही न देना ताकि वह फिर निराश न हो

(B) दूसरे सफल बच्चों से उसकी तुलना करके उसे शर्मिंदा करना

(C) कार्य छोटे चरणों में बाँटकर सफलता दिलाना और प्रयास की सराहना करना

(D) उसकी बात को सच मानकर उस पर ध्यान देना बिल्कुल छोड़ देना

✔ उत्तर: (C) कार्य छोटे चरणों में बाँटकर सफलता दिलाना और प्रयास की सराहना करना
क्यों: छोटी-छोटी सफलताएँ आत्मविश्वास लौटाती हैं और प्रयास की सराहना बच्चे को सिखाती है कि मेहनत से क्षमता बढ़ती है।
बाकी क्यों नहीं: कार्य न देना और ध्यान छोड़ना उसकी हार की धारणा को पक्का करते हैं; तुलना करके शर्मिंदा करना हीनभावना बढ़ाता है।

259. **एक बच्चा उत्साह से घर की घटना बता रहा है, जबकि शिक्षक रजिस्टर भरते हुए केवल हाँ-हाँ कर रहे हैं। सक्रिय श्रवण (Active listening) के लिए शिक्षक क्या करें?**

(A) काम रोककर उसकी ओर देखें, बिना टोके सुनें और बात दोहराकर प्रश्न पूछें

(B) रजिस्टर भरते-भरते सुनते रहें, क्योंकि शब्द तो कान में पड़ ही रहे हैं

(C) बच्चे से कहें कि ऐसी बातें केवल खाली घंटी में आकर किया करे

(D) बीच में ही बात काटकर उसे सही और शुद्ध ढंग से बोलना सिखाएँ

✔ उत्तर: (A) काम रोककर उसकी ओर देखें, बिना टोके सुनें और बात दोहराकर प्रश्न पूछें
क्यों: सक्रिय श्रवण में पूरा ध्यान, आँख से संपर्क, बिना टोके सुनना और पुनर्कथन (Paraphrasing) शामिल हैं; इससे बच्चा स्वयं को सुना हुआ महसूस करता है।
बाकी क्यों नहीं: काम करते हुए सुनना केवल सुनाई देना (Hearing) है, श्रवण नहीं; बात टालना और बीच में टोकना बच्चे को बोलने से हतोत्साहित करते हैं।

260. **कक्षा 5 की एक छात्रा अपनी उलझन बताती है। शिक्षक कोई सलाह नहीं थोपते, स्वीकृति और समानुभूति से सुनकर उसे स्वयं समाधान तक पहुँचने देते हैं। यह कौन-सा परामर्श है?**

(A) निर्देशात्मक परामर्श (Directive), विलियमसन
(B) अनिर्देशात्मक परामर्श (Non-directive), कार्ल रोजर्स
(C) समन्वित या संकलित परामर्श (Eclectic), थॉर्न
(D) व्यावसायिक निर्देशन (Vocational guidance)

✔ **उत्तर: (B) अनिर्देशात्मक परामर्श (Non-directive), कार्ल रोजर्स**
क्यों: कार्ल रोजर्स के अनिर्देशात्मक परामर्श में सेवार्थी केंद्र में होता है; परामर्शदाता स्वीकृति, समानुभूति और सच्चाई से वातावरण बनाता है और समाधान सेवार्थी स्वयं खोजता है।
बाकी क्यों नहीं: निर्देशात्मक (विलियमसन) में परामर्शदाता समाधान सुझाता है; समन्वित (थॉर्न) दोनों का मेल है; व्यावसायिक निर्देशन व्यवसाय-चयन से जुड़ा है।

261. **एक बच्चे के व्यवहार में अचानक भारी बदलाव है, वह लगातार उदास रहता है और उसके शरीर पर चोट के निशान दिखते हैं। शिक्षक को क्या करना चाहिए?**

(A) इसे परिवार का निजी मामला मानकर चुप रहना और किसी को भी कुछ न बताना
(B) पूरी कक्षा के सामने बच्चे से चोट का कारण विस्तार से पूछना
(C) अकेले में संवेदनशीलता से बात कर प्रधानाध्यापक व बाल संरक्षण सेवा तक बात पहुँचाना
(D) स्वयं अभिभावक के घर जाकर सबके सामने उन्हें डाँटना-धमकाना

✔ **उत्तर: (C) अकेले में संवेदनशीलता से बात कर प्रधानाध्यापक व बाल संरक्षण सेवा तक बात पहुँचाना**
क्यों: गंभीर मामलों में अपनी सीमा पहचानकर उचित व्यक्ति या संस्था तक संदर्भण (Referral) करना परामर्श का नैतिक नियम है; बच्चे की सुरक्षा सर्वोपरि है।
बाकी क्यों नहीं: चुप रहना बच्चे को खतरे में छोड़ता है; सबके सामने पूछना गोपनीयता और गरिमा तोड़ता है; स्वयं धमकाने जाना अव्यावसायिक है और स्थिति बिगाड़ सकता है।

262. **अभिभावक-शिक्षक बैठक में एक माँ अपनी चिंता बता रही हैं, पर शिक्षक बीच में ही कह देते हैं कि मुझे पता है आप क्या कहेंगी। यह किस श्रवण-बाधा का उदाहरण है?**

(A) भौतिक बाधा या शोर (Physical noise)
(B) भाषा की बाधा (Language barrier)
(C) यांत्रिक बाधा (Mechanical barrier)
(D) समय-पूर्व निर्णय (Premature judgement)

✔ **उत्तर: (D) समय-पूर्व निर्णय (Premature judgement)**
क्यों: पूरी बात सुने बिना पहले ही निष्कर्ष निकाल लेना समय-पूर्व निर्णय है, जो एक मनोवैज्ञानिक श्रवण-बाधा है; इससे वक्ता की वास्तविक चिंता अनसुनी रह जाती है।
बाकी क्यों नहीं: यहाँ न कोई शोर है, न भाषा की समस्या, न उपकरण की खराबी; बाधा श्रोता के अपने रवैये से उत्पन्न हुई है।

263. **कक्षा 2 का एक बच्चा अपने पालतू पिल्ले के खो जाने से बहुत दुखी है। शिक्षक की कौन-सी प्रतिक्रिया समानुभूतिपूर्ण (Empathetic) है?**

(A) लगता है तुम उसे बहुत याद कर रहे हो; क्या उसके बारे में बताओगे?
(B) अरे, कोई बात नहीं, रोओ मत, घर वालों से कहकर दूसरा पिल्ला ले लेना
(C) बेचारे, तुम्हारे साथ तो हमेशा बुरा ही होता है, मुझे तुम पर बहुत तरस आता है
(D) रोना बंद करो और चुपचाप अपनी पढ़ाई पर ध्यान दो

✔ **उत्तर: (A) लगता है तुम उसे बहुत याद कर रहे हो; क्या उसके बारे में बताओगे?**
क्यों: समानुभूति (Empathy) में बच्चे की भावना पहचानकर उसे शब्द देना (भाव-प्रतिबिंबन) और उसे अपनी बात कहने का अवसर देना शामिल है।
बाकी क्यों नहीं: भावना को छोटा बताना उसे अनसुना करता है; बेचारे कहना दया या तरस (Sympathy) है, समानुभूति नहीं; डाँटना भावनाएँ दबाना सिखाता है।

264. **कक्षा 5 के बच्चे पूछते हैं कि डॉक्टर, किसान या शिक्षक बनने के लिए क्या करना होता है। शिक्षक विभिन्न कार्यों और व्यवसायों से उनका परिचय कराते हैं। यह कौन-सा निर्देशन है?**

(A) शैक्षिक निर्देशन (Educational guidance)
(B) व्यावसायिक निर्देशन (Vocational guidance)
(C) व्यक्तिगत निर्देशन (Personal guidance)
(D) स्वास्थ्य निर्देशन (Health guidance)

✔ उत्तर: (B) व्यावसायिक निर्देशन (Vocational guidance)
क्यों: विभिन्न व्यवसायों की जानकारी देना और भविष्य के कार्य-क्षेत्र के प्रति जागरूक करना व्यावसायिक निर्देशन है; प्राथमिक स्तर पर यह व्यवसायों से परिचय के रूप में होता है।
बाकी क्यों नहीं: शैक्षिक निर्देशन पढ़ाई, विषय और अध्ययन-विधि से जुड़ा है; व्यक्तिगत निर्देशन भावनात्मक-सामाजिक समस्याओं से; स्वास्थ्य निर्देशन स्वास्थ्य संबंधी आदतों से।

265. **रंग-रूप को लेकर चिढ़ाए जाने के बाद कक्षा 4 की एक बच्ची कक्षा में चुप रहने लगी है और शिक्षक से बात करना चाहती है। शिक्षक का पहला उचित कदम क्या है?**

(A) चिढ़ाने वाले बच्चों को तुरंत पूरी कक्षा के सामने कठोर दंड देना
(B) उससे कहना कि ध्यान मत दो, बच्चे तो आपस में ऐसा मज़ाक करते ही हैं
(C) व्यस्तता के कारण उसकी बात सुनना अगले सप्ताह तक टाल देना
(D) निजी, सुरक्षित स्थान पर बिना टोके सुनना और भरोसा दिलाना

✔ उत्तर: (D) निजी, सुरक्षित स्थान पर बिना टोके सुनना और भरोसा दिलाना
क्यों: परामर्श विश्वास (Rapport) बनाने और ध्यानपूर्वक सुनने से शुरू होता है; इसके बाद कक्षा में सम्मान और गैर-भेदभाव की गतिविधियों से समस्या सुलझाई जाती है।
बाकी क्यों नहीं: कठोर दंड से चिढ़ाना छिपकर होने लगता है और बच्ची निशाने पर आ सकती है; मज़ाक कहकर टालना उसका दुख नकारता है; बात टालना भरोसा तोड़ता है।

SG **12 फुल मॉक + 12 सेक्शनल (जीवन कौशल सहित)** — UP Teacher Pass सिर्फ ₹129 / 1 वर्ष। ₹129 Pass →

266. **कक्षा 4 में आपको पढ़ाना है कि पौधों को बढ़ने के लिए पानी चाहिए। सुविधादाता (Facilitator) के रूप में शिक्षक सबसे उपयुक्त रूप से क्या करेगा?**

(A) परिभाषा श्यामपट्ट पर लिखकर उसे बच्चों से बार-बार दोहरवाकर याद करवाएगा
(B) अध्याय पढ़कर सुनाएगा और महत्वपूर्ण प्रश्नोत्तर कॉपी में लिखवाएगा
(C) बच्चों से दो पौधों पर प्रयोग करवाकर निष्कर्ष निकलवाएगा
(D) सबसे होशियार बच्चे से पूरी कक्षा को विषय समझाने को कहेगा

✔ उत्तर: (C) बच्चों से दो पौधों पर प्रयोग करवाकर निष्कर्ष निकलवाएगा
क्यों: सुविधादाता उत्तर नहीं थोपता, ऐसे अवसर रचता है कि बच्चे करके, देखकर और सोचकर ज्ञान बनाएँ (रचनावाद)। RTE धारा 29(2) भी गतिविधि व खोज से सीखने पर बल देती है।
बाकी क्यों नहीं: रटवाना और पढ़कर सुनाना शिक्षक-केंद्रित, एकतरफा तरीके हैं। केवल एक होशियार बच्चे पर निर्भर रहने से बाकी बच्चों की सक्रिय भागीदारी छिन जाती है।

267. **विद्यालय में वार्षिक खेल दिवस की योजना बनानी है। प्रधानाध्यापक के रूप में लोकतांत्रिक नेतृत्व (Democratic leadership) दिखाने का सबसे अच्छा तरीका कौन-सा है?**

(A) शिक्षकों व बच्चों से सुझाव लेकर मिलकर योजना बनाना

(B) स्वयं पूरी योजना बनाकर सभी को लिखित आदेश भेजना ताकि कोई भ्रम न रहे

(C) सबको अपनी मर्जी से कुछ भी करने की पूरी खुली छूट दे देना

(D) केवल वरिष्ठ शिक्षकों से बात करके बाकी सबको बाद में सूचित करना

✔ **उत्तर: (A) शिक्षकों व बच्चों से सुझाव लेकर मिलकर योजना बनाना**
क्यों: कर्ट लेविन के अनुसार लोकतांत्रिक नेता निर्णय में समूह की भागीदारी कराता है। इससे स्वामित्व-भाव, सहयोग और उत्साह बढ़ता है।
बाकी क्यों नहीं: अकेले आदेश देना निरंकुश (Autocratic) शैली है, खुली छूट देना अहस्तक्षेप (Laissez-faire) शैली है, और कुछ लोगों तक सीमित रहना बाकी की उपेक्षा है।

268. **समूह-कार्य में हर बार एक ही बच्चा सारे निर्णय लेता है और बाकी बच्चे चुप बैठे रहते हैं। शिक्षक को क्या करना चाहिए?**

(A) उस बच्चे को आगे से समूह-कार्य से अलग कर देना ताकि दूसरे भी बोलें

(B) चुप रहने वाले बच्चों को डाँटना कि वे समूह में बोलते क्यों नहीं

(C) समूह-कार्य बंद करके फिर से केवल व्याख्यान विधि अपनाना

(D) पढ़ने, लिखने, प्रस्तुत करने की भूमिकाएँ बदल-बदलकर देना

✔ **उत्तर: (D) पढ़ने, लिखने, प्रस्तुत करने की भूमिकाएँ बदल-बदलकर देना**
क्यों: भूमिकाओं का क्रमवार बदलाव (Role rotation) हर बच्चे को बोलने और करने का अवसर देता है, जिससे सभी में नेतृत्व, सहयोग और आत्मविश्वास विकसित होता है।
बाकी क्यों नहीं: बच्चे को अलग करना और चुप बच्चों को डाँटना दंडात्मक है। समूह-कार्य छोड़ देना समस्या से भागना है, उसका समाधान नहीं।

269. **आपके विद्यालय के अधिकतर बच्चे पढ़ने (Reading) में कमजोर हैं। एक शिक्षक-नेता के रूप में आपका सबसे प्रभावी कदम क्या होगा?**

(A) कमजोर बच्चों के नाम प्रार्थना-सभा में घोषित करना ताकि वे अधिक मेहनत करें

(B) सहकर्मियों के साथ मिलकर पुस्तकालय-घंटा व पठन-गतिविधियाँ शुरू करना

(C) अभिभावकों को सलाह देना कि वे घर पर ट्यूशन लगवाएँ

(D) उच्च अधिकारियों को शिकायत भेजकर उनके लिखित निर्देश की प्रतीक्षा करना

✔ **उत्तर: (B) सहकर्मियों के साथ मिलकर पुस्तकालय-घंटा व पठन-गतिविधियाँ शुरू करना**
क्यों: शिक्षक-नेता स्वयं पहल करता है और सहकर्मियों को साथ लेकर सीखने में ठोस सुधार लाता है; इसे शिक्षण-केंद्रित नेतृत्व (Instructional leadership) कहते हैं।
बाकी क्यों नहीं: नाम घोषित करना अपमानजनक है, ट्यूशन की सलाह जिम्मेदारी दूसरों पर डालना है, और केवल शिकायत करके रुक जाना नेतृत्व नहीं, निष्क्रियता है।

270. **कक्षा 3 की एक बच्ची कहती है कि भारी चीजें पानी में हमेशा डूबती हैं। सुविधादाता शिक्षक क्या करेगा?**

(A) तुरंत कहेगा कि उत्तर गलत है और सही उत्तर बता देगा

(B) वस्तुएँ पानी में डालकर उसे स्वयं परखने का अवसर देगा

(C) उसकी बात अनसुनी करके अगले प्रश्न पर आगे बढ़ जाएगा

(D) कहेगा कि यह बात बड़ी कक्षा में अपने आप समझ आ जाएगी

✔ **उत्तर: (B) वस्तुएँ पानी में डालकर उसे स्वयं परखने का अवसर देगा**
क्यों: बच्चों की भ्रांतियाँ (Misconceptions) सीखने का अवसर हैं। स्वयं प्रयोग करके बच्चा अपनी धारणा परखता और सुधारता है; यही रचनावादी सुविधादाता की भूमिका है।
बाकी क्यों नहीं: सीधे सही उत्तर थोपने से समझ नहीं बनती, अनसुना करना बच्चे को हतोत्साहित करता है, और बात टालना उसकी जिज्ञासा को दबा देता है।

271. **आप प्रधानाध्यापक हैं। कुछ शिक्षक नई गतिविधि-आधारित शिक्षण पद्धति अपनाने से हिचक रहे हैं। सबसे उपयुक्त कदम क्या है?**

(A) हिचकने वाले शिक्षकों को लिखित चेतावनी देना ताकि आदेश का पालन हो

(B) पद्धति को वैकल्पिक बताकर इस विषय को वहीं छोड़ देना

(C) केवल इच्छुक शिक्षकों को प्रशंसा-पत्र देकर बाकी की उपेक्षा करना

(D) स्वयं आदर्श पाठ दिखाकर, शंकाएँ सुनकर सबको साथ लेकर चलना

✔ उत्तर: (D) स्वयं आदर्श पाठ दिखाकर, शंकाएँ सुनकर सबको साथ लेकर चलना

क्यों: परिवर्तनकारी नेता (Transformational leader) स्वयं उदाहरण बनकर, संवाद और सहयोग से सहकर्मियों को प्रेरित करता है; इससे बदलाव भीतर से स्वीकार होता है और टिकाऊ रहता है।

बाकी क्यों नहीं: चेतावनी भय पैदा करती है, विषय छोड़ना जिम्मेदारी से बचना है, और कुछ शिक्षकों की उपेक्षा करना पक्षपात है जिससे टीम में दरार बढ़ती है।

272. **मध्याह्न भोजन के समय कुछ बच्चे सामाजिक पूर्वाग्रह के कारण एक सहपाठी के साथ बैठकर खाने से मना करते हैं। शिक्षक क्या करेगा?**

(A) सबको साथ बिठाकर समानता पर बात करेगा और अभिभावकों से मिलेगा

(B) विवाद टालने के लिए उस सहपाठी को अलग पंक्ति में बिठा देगा ताकि शांति रहे

(C) इसे परिवारों का निजी मामला मानकर कोई हस्तक्षेप नहीं करेगा

(D) मना करने वाले बच्चों को उस दिन भोजन न देने का दंड देगा

✔ उत्तर: (A) सबको साथ बिठाकर समानता पर बात करेगा और अभिभावकों से मिलेगा

क्यों: अनुच्छेद 15 भेदभाव का निषेध करता है और अनुच्छेद 17 अस्पृश्यता का अंत करता है। शिक्षक सहभोज से समानता व बंधुत्व का अभ्यास कराए और परिवारों को भी समझाए।

बाकी क्यों नहीं: अलग बिठाना भेदभाव को मान्यता देना है, चुप रहना संवैधानिक दायित्व से बचना है, और भोजन रोकना दंडात्मक होने के साथ बच्चे के अधिकार का हनन है।

273. **आपकी कक्षा में सफाई का काम हमेशा लड़कियों से और खेल-सामग्री लाने का काम हमेशा लड़कों से करवाया जाता है। समानता की दृष्टि से उचित कदम क्या है?**

(A) इसे पुरानी परंपरा मानकर व्यवस्था को यथावत चलने देना

(B) लड़कियों की प्रशंसा करना कि वे सफाई अच्छी करती हैं

(C) सभी कामों की बारी लड़कों और लड़कियों में समान रूप से बाँटना

(D) सफाई का काम केवल पढ़ाई में कमजोर बच्चों को सौंप देना

✔ उत्तर: (C) सभी कामों की बारी लड़कों और लड़कियों में समान रूप से बाँटना

क्यों: लैंगिक रूढ़ियाँ (Gender stereotypes) कक्षा के रोजमर्रा के कामों से भी बनती हैं। कामों का समान बँटवारा अनुच्छेद 14-15 की समानता को व्यवहार में उतारता है।

बाकी क्यों नहीं: यथावत रखना और केवल लड़कियों को सफाई के लिए सराहना, दोनों रूढ़ि को मजबूत करते हैं; कमजोर बच्चों से सफाई करवाना अपमान व भेदभाव है।

274. **एक सरकारी प्राथमिक विद्यालय पूर्णतः राज्य-निधि से चलता है। एक शिक्षक वहाँ प्रतिदिन किसी एक धर्म की धार्मिक शिक्षा (Religious instruction) देना चाहते हैं। संविधान के अनुसार सही स्थिति क्या है?**

(A) यदि अधिकांश बच्चे उसी धर्म के हों तो यह दी जा सकती है

(B) प्रधानाध्यापक की लिखित अनुमति मिलने पर यह दी जा सकती है

(C) अभिभावकों की लिखित सहमति मिलने पर यह दी जा सकती है

(D) ऐसे विद्यालय में कोई धार्मिक शिक्षा नहीं दी जा सकती

✔ उत्तर: (D) ऐसे विद्यालय में कोई धार्मिक शिक्षा नहीं दी जा सकती

क्यों: अनुच्छेद 28(1) के अनुसार पूर्णतः राज्य-निधि से चलने वाली शिक्षा संस्था में कोई धार्मिक शिक्षा नहीं दी जाएगी। सभी धर्मों के प्रति सम्मान सिखाना पंथनिरपेक्षता है।

बाकी क्यों नहीं: बहुमत, प्रधानाध्यापक की अनुमति या अभिभावक-सहमति से यह प्रतिबंध नहीं हटता। सहमति वाली शर्त अनुच्छेद 28(3) में राज्य-मान्यता या राज्य-सहायता प्राप्त संस्थाओं के लिए है।

275. **कक्षा 2 में कम दृष्टि (Low vision) वाली एक बच्ची श्यामपट्ट पर लिखा नहीं पढ़ पाती। समावेशी शिक्षा के अनुसार शिक्षक क्या करेगा?**

(A) उसे आगे बिठाकर बड़े अक्षरों व मौखिक विवरण से पढ़ाएगा
(B) अभिभावकों को उसे किसी विशेष विद्यालय में भेजने की सलाह देगा
(C) उसे लिखने-पढ़ने के सभी कार्यों से पूरी छूट दे देगा
(D) उसे अलग कोने में बिठाकर बाकी बच्चों से अलग कार्य देगा

✔ उत्तर: (A) उसे आगे बिठाकर बड़े अक्षरों व मौखिक विवरण से पढ़ाएगा
क्यों: समावेशी शिक्षा (Inclusive education) में बच्चा सामान्य कक्षा में ही रहता है और शिक्षक बैठने, सामग्री व विधि में उचित समायोजन (Reasonable accommodation) करता है।
बाकी क्यों नहीं: विशेष विद्यालय भेजना बहिष्करण है, पूरी छूट देना उससे कम अपेक्षा रखना है, और अलग कोने में बिठाना अलगाव (Segregation) है, समावेशन नहीं।

276. **कक्षा 1 के कुछ बच्चे केवल अपनी घरेलू बोली समझते हैं और हिंदी में दिए निर्देश नहीं समझ पाते। शिक्षक का सबसे उपयुक्त कदम क्या है?**

(A) कक्षा में घरेलू बोली बोलने पर उन्हें हर बार टोककर हिंदी बुलवाना
(B) घरेलू बोली के शब्दों के सहारे धीरे-धीरे हिंदी से जोड़ना
(C) जब तक वे हिंदी न सीख लें, उन्हें चुप बैठे रहने देना
(D) अभिभावकों से कहना कि बच्चे के साथ घर पर भी केवल हिंदी ही बोलें

✔ उत्तर: (B) घरेलू बोली के शब्दों के सहारे धीरे-धीरे हिंदी से जोड़ना
क्यों: NEP 2020 कम से कम कक्षा 5 तक घर की भाषा/मातृभाषा में शिक्षण पर बल देती है। घरेलू भाषा सेतु बनती है जिससे बच्चा नई भाषा सहजता से सीखता है।
बाकी क्यों नहीं: बोली पर टोकना बच्चे की पहचान का अनादर है, चुप बैठाना सीखने से वंचित करना है, और घर की भाषा छुड़वाना बहुभाषिकता (Multilingualism) को संसाधन मानने के विपरीत है।

277. **आपकी कक्षा में अलग-अलग धर्मों के बच्चे पढ़ते हैं। विद्यालय में त्योहारों को लेकर सबसे उचित नीति क्या होगी?**

(A) केवल बहुसंख्यक बच्चों के त्योहार विद्यालय में मनाना
(B) विवाद से बचने के लिए विद्यालय में किसी भी त्योहार की चर्चा ही न करना
(C) सभी समुदायों के प्रमुख त्योहारों की जानकारी देकर सम्मान सिखाना
(D) हर बच्चे को केवल अपने धर्म के त्योहार की बात करने देना

✔ उत्तर: (C) सभी समुदायों के प्रमुख त्योहारों की जानकारी देकर सम्मान सिखाना
क्यों: भारतीय पंथनिरपेक्षता (Secularism) सभी धर्मों के प्रति समान सम्मान पर आधारित है। साझा सांस्कृतिक उत्सव से बच्चे विविधता का सम्मान और बंधुत्व सीखते हैं।
बाकी क्यों नहीं: केवल बहुसंख्यक के त्योहार मनाना भेदभाव है, कोई चर्चा न करना विविधता से परिचय का अवसर खोना है, और अलग-अलग दायरे बनाना बच्चों को बाँटता है।

278. **कक्षा में एक बच्चे को किसी का गिरा हुआ पैसा मिला और उसने लाकर शिक्षक को दे दिया। मानवीय मूल्यों के विकास के लिए शिक्षक क्या करेगा?**

(A) पैसा अपने पास रखकर इस बात को आगे नहीं बढ़ाएगा
(B) बच्चे से कहेगा कि आगे से जमीन पर पड़ी किसी की चीजें उठाए ही नहीं
(C) ईमानदारी की सराहना कर पैसा असली मालिक तक पहुँचाएगा
(D) बच्चे से कहेगा कि यह पैसा ईमानदारी का इनाम है, वही रख ले

✔ उत्तर: (C) ईमानदारी की सराहना कर पैसा असली मालिक तक पहुँचाएगा
क्यों: सही आचरण (Right conduct) की तुरंत, विशिष्ट प्रशंसा मूल्य को पुष्ट करती है और आदर्श बनती है; मूल्य उपदेश से कम, अनुभव व अनुकरण से अधिक सीखे जाते हैं।
बाकी क्यों नहीं: बात दबा देना सीख का अवसर गँवाना है, टोकना अच्छे व्यवहार को हतोत्साहित करता है, और पैसा रखने देना बेईमानी को सही ठहराना है।

279. **आपके गाँव का 9 वर्ष का एक बच्चा विद्यालय छोड़कर एक दुकान पर काम करने लगा है। शिक्षक का सबसे उचित कदम क्या है?**

(A) परिवार को समझाकर बच्चे को फिर से विद्यालय में नामांकित कराना
(B) मान लेना कि परिवार की आर्थिक मजबूरी है, इसमें शिक्षक कुछ नहीं कर सकता
(C) लगातार अनुपस्थिति के कारण उसका नाम रजिस्टर से काट देना
(D) परिवार से कहना कि बच्चा अगले वर्ष नए सत्र में आ जाए

✔ उत्तर: (A) परिवार को समझाकर बच्चे को फिर से विद्यालय में नामांकित कराना
क्यों: अनुच्छेद 21A 6–14 वर्ष के हर बच्चे को निःशुल्क व अनिवार्य शिक्षा का अधिकार देता है; 51A(k) माता-पिता का कर्तव्य है। शिक्षक परिवार को समझाकर बच्चे को लौटाए।
बाकी क्यों नहीं: मजबूरी मानकर रुकना, नाम काटना या अगले सत्र तक टालना बच्चे के शिक्षा-अधिकार की अनदेखी है; RTE धारा 15 के अनुसार देर से आए बच्चे को भी प्रवेश से मना नहीं किया जा सकता।

280. **कई अभिभावक, विशेषकर दिहाड़ी पर काम करने वाले, अभिभावक-शिक्षक बैठक में नहीं आ पाते। शिक्षक को क्या करना चाहिए?**

(A) उनके बच्चों को कक्षा में इस बात का ताना देना
(B) मान लेना कि उन्हें पढ़ाई में कोई रुचि नहीं है
(C) बैठकें बंद करके केवल लिखित नोटिस घर भेजना
(D) उनकी सुविधा के समय बैठक रखना या घर जाकर संपर्क करना

✔ उत्तर: (D) उनकी सुविधा के समय बैठक रखना या घर जाकर संपर्क करना
क्यों: RTE धारा 24(1)(e) शिक्षक से अभिभावकों के साथ नियमित बैठक कर बच्चे की उपस्थिति, सीखने की क्षमता और प्रगति बताने की अपेक्षा करती है; शिक्षक संपर्क को सुलभ बनाए।
बाकी क्यों नहीं: बच्चे को ताना देना मानसिक उत्पीड़न है, अरुचि मान लेना पूर्वाग्रह है, और केवल नोटिस भेजना एकतरफा संप्रेषण है जिससे सहभागिता नहीं बनती।

281. **विद्यालय प्रबंधन समिति (SMC) के गठन के समय कुछ लोग चाहते हैं कि समिति में अधिकतर शिक्षक और गाँव के प्रभावशाली लोग हों। RTE धारा 21 के अनुसार सही क्या है?**

(A) समिति के कम से कम आधे सदस्य शिक्षक होने चाहिए
(B) कम से कम तीन-चौथाई सदस्य अभिभावक या संरक्षक हों
(C) समिति के सभी सदस्य केवल ग्राम पंचायत द्वारा मनोनीत होने चाहिए
(D) समिति में अभिभावकों की संख्या अधिकतम एक-चौथाई तक सीमित है

✔ उत्तर: (B) कम से कम तीन-चौथाई सदस्य अभिभावक या संरक्षक हों
क्यों: धारा 21(1) के अनुसार SMC के कम से कम तीन-चौथाई सदस्य अभिभावक/संरक्षक होंगे और वंचित व कमजोर वर्ग के अभिभावकों को आनुपातिक प्रतिनिधित्व मिलेगा।
बाकी क्यों नहीं: SMC में स्थानीय प्राधिकरण के निर्वाचित प्रतिनिधि, अभिभावक और शिक्षक होते हैं, पर बहुमत अभिभावकों का रखा गया है ताकि समुदाय विद्यालय की निगरानी कर सके।

282. **SMC की बैठक में एक अभिभावक-सदस्य पूछते हैं कि विद्यालय को मिला अनुदान कहाँ खर्च हुआ। प्रधानाध्यापक को क्या करना चाहिए?**

(A) आय-व्यय का पूरा ब्योरा पारदर्शिता से प्रस्तुत करना
(B) कहना कि अनुदान के बारे में पूछना सदस्य का अधिकार नहीं है
(C) प्रश्न पूछने वाले सदस्य को अगली बैठक में न बुलाना
(D) केवल इतना कहना कि सारा खर्च नियम के अनुसार हुआ है, चिंता न करें

✔ उत्तर: (A) आय-व्यय का पूरा ब्योरा पारदर्शिता से प्रस्तुत करना
क्यों: RTE धारा 21(2) के अनुसार SMC विद्यालय के कामकाज और प्राप्त अनुदानों के उपयोग की निगरानी करती है। पारदर्शिता और जवाबदेही (Accountability) व्यावसायिक नैतिकता का अंग हैं।
बाकी क्यों नहीं: प्रश्न को अनधिकृत बताना कानून के विपरीत है, सदस्य को बाहर रखना बदले की भावना है, और गोलमोल उत्तर देना जवाबदेही से बचना है।

283. एक अभिभावक कहते हैं कि उनका बच्चा बहुत शरारती है, आप इसे पीटकर सुधार दीजिए। शिक्षक का उचित उत्तर क्या होगा?

(A) अभिभावक की सहमति है, इसलिए बच्चे को हल्का शारीरिक दंड दे देना ताकि वह सुधरे

(B) आश्वासन देना कि शरारत करने पर बच्चे को कक्षा के बाहर खड़ा रखेंगे

(C) बात टाल देना और आगे से उन अभिभावक से मिलने से बचना

(D) बताना कि शारीरिक दंड वर्जित है और मिलकर सकारात्मक उपाय तय करना

✔ **उत्तर: (D) बताना कि शारीरिक दंड वर्जित है और मिलकर सकारात्मक उपाय तय करना**
क्यों: RTE धारा 17 शारीरिक दंड व मानसिक उत्पीड़न का निषेध करती है; अभिभावक की सहमति इसे उचित नहीं बनाती। शिक्षक सकारात्मक अनुशासन (Positive discipline) में अभिभावक को साझेदार बनाए।
बाकी क्यों नहीं: हल्का दंड भी शारीरिक दंड ही है, बाहर खड़ा रखना अपमानजनक है और सीखने से वंचित करता है, और संवाद टालना साझेदारी का अवसर खोना है।

284. एक अभिभावक गुस्से में विद्यालय आकर शिकायत करते हैं कि उनका बच्चा कुछ नहीं सीख रहा। शिक्षक का पहला कदम क्या होना चाहिए?

(A) तुरंत कहना कि बच्चा ही पढ़ाई में बिल्कुल ध्यान नहीं देता

(B) उन्हें प्रधानाध्यापक के पास भेजकर स्वयं बातचीत से अलग हो जाना

(C) शांत रहकर पूरी बात सुनना, फिर मिलकर योजना बनाना

(D) ऊँची आवाज में कहना कि विद्यालय आकर शिक्षक पर आरोप न लगाएँ

✔ **उत्तर: (C) शांत रहकर पूरी बात सुनना, फिर मिलकर योजना बनाना**
क्यों: क्रोधित व्यक्ति से बात करते समय पहले सक्रिय श्रवण (Active listening) तनाव घटाता है; फिर बच्चे के कार्य जैसे प्रमाण दिखाकर मिलकर समाधान खोजना विश्वास बनाता है।
बाकी क्यों नहीं: दोष बच्चे पर डालना रक्षात्मक प्रतिक्रिया है, बातचीत से अलग होना जिम्मेदारी टालना है, और ऊँची आवाज संघर्ष को और बढ़ाती है।

285. खेल-घंटी में कक्षा 4 और कक्षा 5 के बच्चे एक ही मैदान और गेंद को लेकर रोज आपस में झगड़ते हैं। संघर्ष समाधान का सबसे उपयुक्त तरीका क्या है?

(A) खेल-घंटी बंद कर देना ताकि झगड़े का कारण ही न रहे

(B) दोनों कक्षाओं के प्रतिनिधियों के साथ बैठकर बारी तय करवाना

(C) हर दिन मैदान बड़ी कक्षा को देना क्योंकि वे बड़े हैं

(D) झगड़ने वाले बच्चों के नाम लिखकर प्रधानाध्यापक को भेज देना

✔ **उत्तर: (B) दोनों कक्षाओं के प्रतिनिधियों के साथ बैठकर बारी तय करवाना**
क्यों: संघर्ष समाधान (Conflict resolution) में दोनों पक्ष मिलकर नियम तय करें तो हल सबको स्वीकार्य होता है। इससे बच्चे बातचीत, समझौता और बारी का सम्मान सीखते हैं।
बाकी क्यों नहीं: खेल-घंटी बंद करना सबको दंड देना है, बड़ी कक्षा को प्राथमिकता देना पक्षपात है, और केवल नाम भेज देना शिक्षक की अपनी जिम्मेदारी टालना है।

286. कक्षा 5 का एक बच्चा प्रवेश परीक्षा के लिए घर के दबाव में रात देर तक पढ़ता है, कक्षा में थका रहता है और जल्दी रो पड़ता है। शिक्षक क्या करेगा?

(A) उसकी लगन की प्रशंसा कर उसे और अधिक घंटे पढ़ने को प्रेरित करेगा

(B) उसे परीक्षा का विचार ही छोड़ देने की सलाह देगा

(C) पूरी कक्षा के सामने उसकी तुलना दूसरे बच्चों से करेगा

(D) बच्चे व अभिभावकों से बात कर संतुलित दिनचर्या बनवाएगा

✔ **उत्तर: (D) बच्चे व अभिभावकों से बात कर संतुलित दिनचर्या बनवाएगा**
क्यों: तनाव प्रबंधन (Stress management) में यथार्थवादी अपेक्षाएँ, पर्याप्त नींद, खेल और संतुलित दिनचर्या जरूरी हैं; अभिभावकों से संवाद कर दबाव घटाना शिक्षक की भूमिका है।
बाकी क्यों नहीं: अधिक घंटे पढ़वाना तनाव बढ़ाता है, परीक्षा छुड़वाना बच्चे का अवसर छीनता है, और दूसरों से तुलना उसका आत्मविश्वास तोड़ती है।

287. आप पर शिक्षण के साथ कई प्रशासनिक कार्यों का भार है और आप चिड़चिड़े होने लगे हैं। तनाव प्रबंधन का सबसे उपयुक्त तरीका क्या है?

(A) अपनी झुँझलाहट को कक्षा में बच्चों पर निकाल देना
(B) प्राथमिकता तय कर समय-सारिणी बनाना और सहयोग लेना
(C) शिक्षण का समय घटाकर पहले सारे कागजी काम निपटाना क्योंकि वे अनिवार्य हैं
(D) बिना किसी सूचना के कुछ दिन विद्यालय से अनुपस्थित रहना

✔ उत्तर: (B) प्राथमिकता तय कर समय-सारिणी बनाना और सहयोग लेना
क्यों: प्राथमिकता तय करना, योजनाबद्ध समय-सारिणी और सामाजिक सहयोग (Social support) तनाव से निपटने की स्वस्थ रणनीतियाँ हैं; इनसे शिक्षण की गुणवत्ता भी बनी रहती है।
बाकी क्यों नहीं: बच्चों पर गुस्सा निकालना उन्हें मानसिक हानि पहुँचाता है, शिक्षण घटाना उनके सीखने के अधिकार की उपेक्षा है, और बिना सूचना अनुपस्थिति अव्यावसायिक आचरण है।

288. दो शिक्षकों में समय-सारिणी को लेकर बच्चों के सामने बहस हो जाती है। आप प्रधानाध्यापक हैं। सबसे उपयुक्त कदम क्या है?

(A) दोनों से अलग से शांत बातचीत कर निष्पक्ष हल निकालना
(B) वरिष्ठ शिक्षक का पक्ष लेकर तुरंत बात समाप्त कर देना
(C) मामले को अनदेखा करना, यह अपने आप ठीक हो जाएगा
(D) बच्चों के सामने ही दोनों शिक्षकों के आचरण पर कड़ी टिप्पणी करना

✔ उत्तर: (A) दोनों से अलग से शांत बातचीत कर निष्पक्ष हल निकालना
क्यों: संघर्ष का समाधान निजी और शांत संवाद में दोनों पक्षों को सुनकर, सबके लिए स्वीकार्य (Win-win) हल से होता है; इससे टीम-भावना और बच्चों के सामने अच्छा आदर्श बनता है।
बाकी क्यों नहीं: वरिष्ठता के आधार पर पक्ष लेना अन्याय है, अनदेखी से संघर्ष बढ़ता है, और बच्चों के सामने टिप्पणी शिक्षकों की गरिमा और अनुशासन दोनों गिराती है।

289. कुछ बच्चे एक सहपाठी के हकलाने की नकल करके उसे रोज चिढ़ाते हैं और वह कक्षा में बोलने से बचने लगा है। शिक्षक क्या करेगा?

(A) पीड़ित बच्चे से कहेगा कि वह कक्षा में कम बोला करे
(B) चिढ़ाने वाले बच्चों को कक्षा के सामने अपमानित करेगा
(C) चिढ़ाने वालों में समानुभूति जगाकर सम्मान के नियम बनवाएगा
(D) इसे बच्चों की सामान्य शरारत मानकर अपने आप सुलझने देगा

✔ उत्तर: (C) चिढ़ाने वालों में समानुभूति जगाकर सम्मान के नियम बनवाएगा
क्यों: धौंस (Bullying) पर तुरंत, किंतु बिना अपमान के, हस्तक्षेप जरूरी है। दूसरों की भावना समझाना और मिलकर नियम बनाना कक्षा को सुरक्षित बनाता है; पीड़ित बच्चे को सहारा भी दें।
बाकी क्यों नहीं: पीड़ित को ही चुप कराना अन्याय है, सार्वजनिक अपमान दंडात्मक है, और शरारत मानकर छोड़ देना बच्चे को भावनात्मक हानि में अकेला छोड़ता है।

290. एक बच्चा कुछ दिनों से गुमसुम है। बात करने पर पता चलता है कि उसके घर में लगातार झगड़े होते हैं। शिक्षक क्या करेगा?

(A) समानुभूति से सुनेगा, बात गोपनीय रखेगा, जरूरत पर परामर्शदाता से जोड़ेगा
(B) पूरी कक्षा को उसकी पारिवारिक स्थिति बताएगा ताकि सब उससे सहानुभूति रखें
(C) उसके माता-पिता को बुलाकर झगड़ा बंद करने का आदेश देगा
(D) बच्चे से कहेगा कि घर की बातें विद्यालय में न लाया करे

✔ उत्तर: (A) समानुभूति से सुनेगा, बात गोपनीय रखेगा, जरूरत पर परामर्शदाता से जोड़ेगा
क्यों: भावनात्मक तनाव में बच्चे को पहले सुरक्षित और सुना हुआ महसूस होना चाहिए। गोपनीयता (Confidentiality) और जरूरत पर विशेषज्ञ के पास संदर्भण (Referral) परामर्श के मूल सिद्धांत हैं।
बाकी क्यों नहीं: स्थिति सबको बताना गोपनीयता भंग करना है, अभिभावकों को आदेश देना शिक्षक की सीमा से बाहर है, और बात टालना बच्चे को अकेला छोड़ देना है।

291. **आप कक्षा में समझा रहे हैं, पर कई बच्चों के चेहरों पर उलझन है और कोई प्रश्न नहीं पूछ रहा। संप्रेषण की दृष्टि से उचित कदम क्या है?**

(A) पाठ समय पर पूरा करने के लिए बिना रुके बोलते रहना, प्रश्न बाद में लेना
(B) मान लेना कि प्रश्न न पूछने का अर्थ है कि सब समझ गए
(C) रुककर हाव-भाव पढ़ना और सरल उदाहरण से दोबारा समझाना
(D) ध्यान न देने के लिए पूरी कक्षा को डाँटना

✔ उत्तर: (C) रुककर हाव-भाव पढ़ना और सरल उदाहरण से दोबारा समझाना
क्यों: संप्रेषण प्रतिपुष्टि (Feedback) मिलने पर ही पूरा होता है। बच्चों के चेहरे के भाव अशाब्दिक (Non-verbal) प्रतिपुष्टि हैं; शिक्षक उन्हें पढ़कर संदेश को सरल बनाए।
बाकी क्यों नहीं: बिना रुके बोलना एकतरफा संप्रेषण है, चुप्पी को समझ मान लेना भ्रम है, और डाँटना बच्चों को प्रश्न पूछने से और डराता है।

292. **आप कक्षा 1 के बच्चों को निर्देश देते समय कठिन शब्दों और लंबे वाक्यों का प्रयोग करते हैं, और बच्चे काम शुरू नहीं कर पाते। यहाँ मुख्य बाधा क्या है?**

(A) भौतिक बाधा (Physical barrier), जैसे कक्षा का शोर
(B) बच्चों में अनुशासन की कमी
(C) बच्चों की सीखने की अक्षमता
(D) भाषा या अर्थ-संबंधी बाधा (Semantic barrier)

✔ उत्तर: (D) भाषा या अर्थ-संबंधी बाधा (Semantic barrier)
क्यों: जब संदेश की भाषा प्राप्तकर्ता के स्तर से कठिन हो, तो अर्थ-संबंधी बाधा बनती है। शिक्षक छोटे, सरल वाक्य, परिचित शब्द और करके दिखाने के साथ निर्देश दे।
बाकी क्यों नहीं: स्थिति में शोर का कोई उल्लेख नहीं है; यह न अनुशासनहीनता है न बच्चों की अक्षमता। समस्या संदेश भेजने वाले की भाषा में है, प्राप्तकर्ताओं में नहीं।

293. **एक सहकर्मी बार-बार अपना कालांश आपको सौंपकर चले जाते हैं, जिससे आपकी अपनी कक्षा प्रभावित होती है। आपका सबसे उचित संप्रेषण कौन-सा है?**

(A) संबंध न बिगड़ें, इसलिए चुपचाप सब सहते रहना
(B) शांत, स्पष्ट शब्दों में अपनी कठिनाई बताकर व्यवस्था सुझाना
(C) स्टाफ-रूम में सबके सामने उन पर व्यंग्य करना
(D) बदले में अपनी कक्षाएँ भी उन्हें सौंपकर चले जाना ताकि उन्हें एहसास हो

✔ उत्तर: (B) शांत, स्पष्ट शब्दों में अपनी कठिनाई बताकर व्यवस्था सुझाना
क्यों: दृढ़ (Assertive) संप्रेषण में व्यक्ति दूसरे का सम्मान रखते हुए अपनी बात और आवश्यकता स्पष्ट रूप से रखता है; इससे संबंध और काम दोनों बचते हैं।
बाकी क्यों नहीं: चुप सहना निष्क्रिय (Passive) व्यवहार है, सार्वजनिक व्यंग्य आक्रामक (Aggressive) है, और बदला लेना निष्क्रिय-आक्रामक है जिससे बच्चों की पढ़ाई और बिगड़ती है।

294. **आपके विद्यालय के कई अभिभावक पढ़ नहीं सकते, इसलिए लिखित सूचनाएँ उन तक नहीं पहुँचतीं। सबसे प्रभावी उपाय क्या है?**

(A) सूचनाएँ हिंदी के साथ अंग्रेजी में भी छपवाकर हर घर भेजना
(B) सूचना केवल विद्यालय के सूचना-पट पर लगा देना
(C) मान लेना कि ऐसे अभिभावक विद्यालय की सूचनाओं में रुचि नहीं लेते
(D) मौखिक संदेश, फोन और SMC सदस्यों के माध्यम से सूचना देना

✔ उत्तर: (D) मौखिक संदेश, फोन और SMC सदस्यों के माध्यम से सूचना देना
क्यों: प्रभावी संप्रेषण में माध्यम (Channel) प्राप्तकर्ता के अनुरूप चुना जाता है। मौखिक और सामुदायिक माध्यम सम्मानजनक ढंग से सभी अभिभावकों तक संदेश पहुँचाते हैं।
बाकी क्यों नहीं: अंग्रेजी में छपवाने या सूचना-पट पर लगाने से जो पढ़ नहीं सकते उन तक संदेश नहीं पहुँचता, और अरुचि मान लेना पूर्वाग्रह है जो अभिभावक-सहभागिता को कमजोर करता है।

295. **एक शिक्षक बच्चे से मुँह से शाबाश कहते हैं, पर उनकी नजर रजिस्टर पर रहती है और चेहरा उदासीन रहता है। बच्चे पर प्रशंसा का असर नहीं होता। मुख्य कारण क्या है?**

(A) शाब्दिक और अशाब्दिक संदेश में मेल न होना
(B) प्राथमिक कक्षा के बच्चों को प्रशंसा की आवश्यकता ही न होना
(C) शाबाश शब्द का बच्चे के लिए बहुत कठिन होना
(D) कक्षा में शोर के कारण शब्द सुनाई न देना

✔ उत्तर: (A) शाब्दिक और अशाब्दिक संदेश में मेल न होना
क्यों: जब शब्द और हाव-भाव अलग संदेश दें, तो सुनने वाला प्रायः अशाब्दिक (Non-verbal) संकेत पर अधिक भरोसा करता है। प्रभावी प्रशंसा में आँख-संपर्क, मुस्कान और सच्चा भाव जरूरी है।
बाकी क्यों नहीं: बच्चों को प्रशंसा की आवश्यकता होती है, शाबाश कठिन शब्द नहीं है, और स्थिति में शोर का उल्लेख नहीं है; समस्या संदेश के दोनों रूपों की असंगति है।

296. **आपको कक्षा 1 और कक्षा 2 को एक ही कमरे में एक साथ पढ़ाना है। बहुकक्षा शिक्षण (Multigrade teaching) का सबसे उपयुक्त तरीका क्या है?**

(A) एक कक्षा को पढ़ाना और दूसरी को पूरे समय चुप बैठाए रखना ताकि शोर न हो
(B) दोनों कक्षाओं को एक ही स्तर का बिल्कुल एक जैसा पाठ पढ़ाना
(C) एक को सीधे पढ़ाते समय दूसरे को स्व-अधिगम कार्य देना, फिर बारी बदलना
(D) एक दिन केवल कक्षा 1 को और अगले दिन केवल कक्षा 2 को पूरा समय देकर पढ़ाना

✔ उत्तर: (C) एक को सीधे पढ़ाते समय दूसरे को स्व-अधिगम कार्य देना, फिर बारी बदलना
क्यों: बहुकक्षा शिक्षण में प्रत्यक्ष शिक्षण और स्वतंत्र या समूह गतिविधि का संतुलन रखकर दोनों कक्षाओं का समय उपयोगी बनाया जाता है।
बाकी क्यों नहीं: चुप बैठाना और दिन बाँट देना सीखने का समय नष्ट करते हैं, और दोनों कक्षाओं को एक ही स्तर का पाठ देना उनके अलग-अलग स्तरों की अनदेखी है।

297. **नए सत्र के पहले सप्ताह में आपको कक्षा 4 के लिए अनुशासन की व्यवस्था बनानी है। सबसे प्रभावी तरीका कौन-सा है?**

(A) शिक्षक स्वयं नियमों की लंबी सूची बनाकर दीवार पर टाँग दे और पढ़कर सुनाए
(B) बच्चों से चर्चा कर सरल, सकारात्मक नियम मिलकर बनाना
(C) पहले ही दिन कड़ा दंड देकर बच्चों में डर बैठा देना
(D) कोई नियम न बनाना और समस्या आने पर ही देखना

✔ उत्तर: (B) बच्चों से चर्चा कर सरल, सकारात्मक नियम मिलकर बनाना
क्यों: बच्चों के साथ मिलकर बनाए नियम उन्हें अपने लगते हैं, इसलिए वे उनका पालन अधिक करते हैं; सकारात्मक भाषा (क्या करें) व्यवहार की स्पष्ट दिशा देती है।
बाकी क्यों नहीं: थोपे गए लंबे नियम याद नहीं रहते, डर पर आधारित अनुशासन RTE धारा 17 की भावना के विपरीत है, और नियम न होना अव्यवस्था को निमंत्रण देता है।

298. **आपकी कक्षा की गतिविधियाँ अक्सर लंबी खिंच जाती हैं और पाठ का अंतिम भाग छूट जाता है। समय प्रबंधन के लिए सबसे उपयुक्त कदम क्या है?**

(A) पाठ-योजना में हर चरण का समय पहले से तय कर उसका पालन करना
(B) गतिविधियाँ पूरी तरह बंद करके केवल व्याख्यान देना
(C) बचा हुआ भाग गृहकार्य में स्वयं पढ़ने को दे देना
(D) अगले विषय के कालांश से समय लेकर पाठ पूरा करना

✔ उत्तर: (A) पाठ-योजना में हर चरण का समय पहले से तय कर उसका पालन करना
क्यों: पाठ-योजना (Lesson plan) में चरणवार समय-आवंटन और उसका पालन गतिविधि को उपयोगी रखते हुए समय पर पाठ पूरा कराता है।
बाकी क्यों नहीं: गतिविधियाँ बंद करना बाल-केंद्रित शिक्षण छोड़ना है, बचा भाग गृहकार्य में डालना बच्चों पर बोझ बढ़ाता है, और दूसरे विषय का समय लेना उस विषय के साथ अन्याय है।

299. **कक्षा 3 का एक बच्चा पढ़ाई के समय बार-बार अपनी जगह से उठकर कक्षा में घूमने लगता है। कक्षा-प्रबंधन की दृष्टि से उचित कदम क्या है?**

(A) उसे सजा के रूप में देर तक बेंच पर खड़ा रखना

(B) उसके माता-पिता से कहना कि सुधरने तक उसे कुछ दिन घर पर ही रखें

(C) हर बार पूरी कक्षा के सामने उसका नाम लेकर डाँटना

(D) उसे छोटी जिम्मेदारियाँ देना और शांत बैठने पर सराहना करना

✔ उत्तर: (D) उसे छोटी जिम्मेदारियाँ देना और शांत बैठने पर सराहना करना

क्यों: अधिक ऊर्जा वाले बच्चे को सार्थक काम देना और वांछित व्यवहार पर तुरंत प्रशंसा (सकारात्मक पुनर्बलन) करना रचनात्मक अनुशासन है। समस्या लगातार रहे तो विशेषज्ञ की सलाह लें।

बाकी क्यों नहीं: बेंच पर खड़ा रखना शारीरिक दंड और सबके सामने बार-बार डाँटना मानसिक उत्पीड़न है, दोनों RTE धारा 17 में वर्जित हैं; घर बैठाना बच्चे को शिक्षा के अधिकार से वंचित करता है।

300. **आपकी कक्षा बड़ी है और पीछे बैठे बच्चे अक्सर पढ़ाई से कट जाते हैं। कक्षा-प्रबंधन का सबसे उपयुक्त उपाय क्या है?**

(A) प्रश्न केवल आगे बैठे बच्चों से पूछना ताकि समय बचे

(B) पीछे बैठे बच्चों को कमजोर मानकर उन्हें अलग सरल कार्य देना

(C) बैठने का क्रम बदलते रहना और घूम-घूमकर पढ़ाना

(D) पीछे के बच्चों पर नजर रखने के लिए एक मॉनिटर नियुक्त कर देना

✔ उत्तर: (C) बैठने का क्रम बदलते रहना और घूम-घूमकर पढ़ाना

क्यों: बैठने के क्रम में बदलाव और शिक्षक का कक्षा में घूमना हर बच्चे से आँख-संपर्क व भागीदारी बढ़ाता है; इससे कोई बच्चा स्थायी रूप से पीछे नहीं छूटता।

बाकी क्यों नहीं: केवल आगे वालों से पूछना पक्षपात है, पीछे वालों को कमजोर मान लेना पूर्वाग्रह है, और मॉनिटर से निगरानी कराना शिक्षक की अपनी भागीदारी का विकल्प नहीं है।

भाग E

संविधान और शिक्षक — अनुच्छेद टेबल

अनुच्छेद / प्रावधान	क्या कहता है	शिक्षक के लिए अर्थ
प्रस्तावना	भारत को संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने, सभी नागरिकों को न्याय, स्वतंत्रता व समता सुनिश्चित करने तथा बंधुता बढ़ाने का संकल्प।	कक्षा में हर बच्चे के साथ न्यायपूर्ण, समान और गरिमापूर्ण व्यवहार ही प्रस्तावना का पालन है।
अनुच्छेद 14	विधि के समक्ष समता और विधियों का समान संरक्षण।	कक्षा के नियम सभी बच्चों पर समान रूप से लागू हों; कोई पक्षपात नहीं।
अनुच्छेद 15	धर्म, मूलवंश, जाति, लिंग या जन्मस्थान के आधार पर भेदभाव का निषेध; 15(3) स्त्रियों व बच्चों हेतु विशेष उपबंध की अनुमति देता है।	बैठने, पानी, भोजन या खेल में किसी बच्चे से भेदभाव न हो।
अनुच्छेद 17	अस्पृश्यता का अंत; किसी भी रूप में उसका आचरण निषिद्ध; उससे उपजी किसी निर्योग्यता को लागू करना विधि के अनुसार दंडनीय अपराध।	मध्याह्न भोजन की पंक्ति, बर्तन या पानी में छुआछूत कभी न होने दें।
अनुच्छेद 21A	राज्य 6 से 14 वर्ष के सभी बच्चों को निःशुल्क और अनिवार्य शिक्षा देगा (86वाँ संशोधन 2002; 1 अप्रैल 2010 से प्रभावी)।	RTE 2009 इसी को लागू करता है; हर बच्चे का नामांकन, ठहराव और सीखना सुनिश्चित करें।
अनुच्छेद 24	14 वर्ष से कम आयु के बच्चे को कारखाने, खदान या अन्य खतरनाक काम में लगाने का निषेध।	यदि कोई बच्चा काम के कारण विद्यालय छोड़ रहा हो, तो अभिभावक से संवाद कर उसे विद्यालय लौटाने का प्रयास करें।
अनुच्छेद 25	अंतःकरण की स्वतंत्रता तथा धर्म को अबाध रूप से मानने, आचरण करने और प्रचार करने का अधिकार।	हर बच्चे की आस्था और परंपरा का सम्मान करें; किसी पर अपनी मान्यता न थोपें।
अनुच्छेद 28	पूर्णतः राज्य-निधि से चलने वाली संस्था में धार्मिक शिक्षा नहीं; मान्यता/सहायता प्राप्त संस्था में सहमति के बिना धार्मिक शिक्षा या उपासना में भाग अनिवार्य नहीं।	पूर्णतः सरकारी विद्यालय में किसी भी धर्म की धार्मिक शिक्षा न दें; सत्य, प्रेम, अहिंसा जैसे सार्वभौमिक मूल्य सिखाएँ।
अनुच्छेद 29	अपनी भाषा, लिपि व संस्कृति को बनाए रखने का अधिकार; राज्य-पोषित/सहायता प्राप्त संस्था में धर्म, मूलवंश, जाति या भाषा के आधार पर प्रवेश से इनकार नहीं।	प्रवेश में भेदभाव न करें और बच्चे की भाषा-संस्कृति का सम्मान करें।
अनुच्छेद 30	धर्म या भाषा पर आधारित सभी अल्पसंख्यकों को अपनी पसंद की शिक्षा संस्थाएँ स्थापित व प्रशासित करने का अधिकार; अनुदान में भेदभाव निषिद्ध।	शिक्षा व्यवस्था की विविधता को संवैधानिक संरक्षण प्राप्त है, यह समझें और सम्मान करें।
अनुच्छेद 39(f)	बच्चों को स्वस्थ ढंग से, स्वतंत्रता और गरिमा की दशाओं में विकास के अवसर मिलें; बचपन शोषण और परित्याग से सुरक्षित रहे (नीति-निदेशक तत्व)।	भय-मुक्त, गरिमापूर्ण कक्षा बनाएँ; अपमान या शोषण का कोई स्थान नहीं।
अनुच्छेद 45	राज्य सभी बच्चों के लिए 6 वर्ष की आयु पूरी होने तक प्रारंभिक बाल्यावस्था देखरेख और शिक्षा (ECCE) का प्रयास करेगा (86वें संशोधन से प्रतिस्थापित)।	आँगनवाड़ी से कक्षा 1 तक बच्चे के सहज संक्रमण में सहयोग करें।
अनुच्छेद 46	दुर्बल वर्गों, विशेषकर अनुसूचित जातियों व जनजातियों के शैक्षिक और आर्थिक हितों की विशेष सावधानी से अभिवृद्धि; सामाजिक अन्याय व शोषण से संरक्षण।	वंचित वर्गों के बच्चों पर विशेष ध्यान दें, पर उन पर कोई लेबल न लगाएँ।
अनुच्छेद 51A(e)	धार्मिक, भाषायी व क्षेत्रीय विविधताओं से ऊपर उठकर सौहार्द और समान भ्रातृत्व की भावना; स्त्रियों के सम्मान के विरुद्ध प्रथाओं का त्याग।	लड़के-लड़कियों को समान अवसर दें और सामूहिक गतिविधियों से भाईचारा बढ़ाएँ।

अनुच्छेद 51A(h)	वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन व सुधार की भावना का विकास।	प्रश्न पूछने, प्रयोग करने और तर्क से अंधविश्वास परखने को प्रोत्साहित करें।
अनुच्छेद 51A(j)	व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधियों के सभी क्षेत्रों में उत्कर्ष की ओर बढ़ने का प्रयास।	हर बच्चे को उसकी सर्वश्रेष्ठ क्षमता तक पहुँचने के लिए प्रेरित करें, तुलना से नहीं।
अनुच्छेद 51A(k)	माता-पिता या संरक्षक 6 से 14 वर्ष के अपने बच्चे या प्रतिपाल्य को शिक्षा के अवसर दें (86वाँ संशोधन 2002)।	अभिभावक-संपर्क और SMC बैठकों में यह कर्तव्य सहज रूप से याद दिलाएँ।
अनुच्छेद 350A	भाषाई अल्पसंख्यक वर्गों के बच्चों को प्राथमिक स्तर पर मातृभाषा में शिक्षा की पर्याप्त सुविधा देने का प्रयास (सातवाँ संशोधन 1956)।	शुरुआती कक्षाओं में बच्चे की घरेलू भाषा को सीखने का पुल बनाएँ।

E पुरस्कार और दंड — क्या करें / क्या न करें

✔ क्या करें	✘ क्या न करें	आधार
अच्छे व्यवहार की तुरंत और विशिष्ट शब्दों में सराहना करें	केवल बहुत अच्छा कहकर छोड़ देना	तत्काल और विशिष्ट पुनर्बलन वांछित व्यवहार को मजबूत करता है (स्किनर)
परिणाम के साथ प्रयास और प्रगति को भी पुरस्कृत करें	केवल प्रथम आने वाले बच्चों को ही पुरस्कार देना	प्रयास की सराहना से आत्मविश्वास और आंतरिक अभिप्रेरणा बढ़ती है
बच्चे की तुलना उसके अपने पिछले प्रदर्शन से करें	दूसरे बच्चों से तुलना कर नीचा दिखाना	अपमानजनक तुलना मानसिक उत्पीड़न है, जो RTE धारा 17 में निषिद्ध है
कक्षा के नियम बच्चों के साथ मिलकर बनाएँ और स्पष्ट रखें	अचानक नियम थोपकर उनके उल्लंघन पर दंड देना	भागीदारी से बने नियम बच्चे स्वयं मानते हैं — यही सकारात्मक अनुशासन है
स्टार चार्ट या टोकन से अच्छे व्यवहार को दर्ज करें	हर छोटे काम के लिए बाहरी इनाम की आदत डाल देना	टोकन अर्थव्यवस्था क्रियाप्रसूत अनुबंधन पर आधारित है; अंतिम लक्ष्य आंतरिक अभिप्रेरणा है
ध्यान खींचने वाली छोटी-मोटी शरारत को योजनाबद्ध ढंग से अनदेखा करें	हर छोटी गलती पर पूरी कक्षा के सामने डाँटना	पुनर्बलन न मिलने पर अवांछित व्यवहार धीरे-धीरे घटता है (विलोपन)
शांत, दृढ़ और सम्मानजनक भाषा में सीमाएँ बताएँ	चिल्लाना, व्यंग्य करना या बच्चे का नाम बिगाड़ना	व्यंग्य और अपमान मानसिक उत्पीड़न हैं — RTE धारा 17(1)
गलती का कारण समझने के लिए बच्चे से अकेले में बात करें	थप्पड़ मारना, मुर्गा बनाना या धूप में खड़ा करना	शारीरिक दंड RTE धारा 17(1) में निषिद्ध है; उल्लंघन पर धारा 17(2) के तहत अनुशासनात्मक कार्रवाई होती है
सभी बच्चों से निष्पक्ष व्यवहार करें और समान अवसर दें	जाति, लिंग, शुल्क या पृष्ठभूमि के आधार पर अलग बैठाना या भोजन-किताब से वंचित करना	NCPCR दिशानिर्देश भेदभाव को भी Corporal Punishment का एक रूप मानते हैं
बच्चों को बिना डर के प्रश्न पूछने और अपनी बात कहने दें	डराकर चुप कराना या कक्षा, शौचालय आदि में बंद करना	बंद स्थान में रोकना NCPCR के अनुसार शारीरिक दंड है; RTE धारा 29(2)(g) भयमुक्त वातावरण की बात कहती है

E हिंदी–English शब्दावली

जीवन कौशल — Life skills

मनोसामाजिक दक्षता — Psychosocial competence

आत्म-जागरूकता — Self-awareness

समानुभूति — Empathy

सहानुभूति — Sympathy

आलोचनात्मक चिंतन — Critical thinking

सृजनात्मक चिंतन — Creative thinking

अपसारी चिंतन — Divergent thinking

निर्णय लेना — Decision making

समस्या समाधान — Problem solving

प्रभावी संप्रेषण — Effective communication

अंतर्वैयक्तिक संबंध — Interpersonal relationships

भावनाओं से निपटना — Coping with emotions

तनाव से निपटना — Coping with stress

भावात्मक (संवेगात्मक) बुद्धि — Emotional intelligence

आत्म-नियमन — Self-regulation

लचीलापन — Resilience

सामाजिक-भावनात्मक अधिगम — Social-emotional learning (SEL)

सहभागी अधिगम — Participatory learning

व्यवसाय — Profession

व्यावसायिकता — Professionalism

व्यावसायिक नैतिकता — Professional ethics	**आचार संहिता** — Code of conduct	**निष्पक्षता** — Impartiality
गोपनीयता — Confidentiality	**समयपालन** — Punctuality	**जवाबदेही** — Accountability
चिंतनशील अभ्यास — Reflective practice	**सतत व्यावसायिक विकास** — Continuous professional development (CPD)	**निजी ट्यूशन** — Private tuition
अभिप्रेरणा — Motivation	**आंतरिक अभिप्रेरणा** — Intrinsic motivation	**बाह्य अभिप्रेरणा** — Extrinsic motivation
पुनर्बलन — Reinforcement	**नकारात्मक पुनर्बलन** — Negative reinforcement	**दंड** — Punishment
शारीरिक दंड — Corporal punishment	**सकारात्मक अनुशासन** — Positive discipline	**टोकन व्यवस्था** — Token economy
सुविधादाता — Facilitator	**सक्रिय श्रवण** — Active listening	**निर्देशन** — Guidance
परामर्श — Counselling	**सेवार्थी-केंद्रित परामर्श** — Client-centred counselling	**समन्वित परामर्श** — Eclectic counselling
संदर्भण — Referral	**अहस्तक्षेपी नेतृत्व** — Laissez-faire leadership	**रूपांतरणकारी नेतृत्व** — Transformational leadership
बंधुता — Fraternity	**पंथनिरपेक्षता** — Secularism	**मौलिक कर्तव्य** — Fundamental Duties
मूल्य शिक्षा — Value education	**कक्षा प्रबंधन** — Classroom management	**समय प्रबंधन** — Time management
सकारात्मक तनाव — Eustress	**संघर्ष समाधान** — Conflict resolution	**प्रतिपुष्टि** — Feedback
अशाब्दिक संप्रेषण — Non-verbal communication	**मुखर संप्रेषण** — Assertive communication	

अब खुद को परखें

300 प्रश्न पढ़ लिए? अब असली परीक्षा जैसे माहौल में अभ्यास करें — वही 120 प्रश्न, वही +3/−1, वही विषय-भार।

UP सहायक अध्यापक (PRT) 2026 — Mock Test Series

- 12 फुल-लेंथ मॉक (120 प्रश्न · 360 अंक · 2 घंटे · +3/−1)
- 12 विषय-वार सेक्शनल — जीवन कौशल, बाल मनोविज्ञान (फ्री), शिक्षण कौशल, हिंदी, GK...
- हर प्रश्न की व्याख्या · हिंदी और English दोनों में
- Mock 1 फ्री · पूरा पास ₹129 / 1 वर्ष

Free Mock 1 दें | ₹129 Pass लें | सभी PDFs

Free Mock 1
studyforgs.com/test.html?t=upprt-mock-01

Telegram
t.me/studyforgeneralstudies

Telegram
t.me/studyforgeneralstudies — रोज़ करंट अफेयर्स + क्विज़

YouTube
@Study_ForGS — लेक्चर और रिवीज़न

यह PDF StudyForGS.com द्वारा तैयार मूल अध्ययन सामग्री है और मुफ्त बाँटने के लिए है — इसे बेचें नहीं। किसी त्रुटि की सूचना: info@studyforgs.com।