

শিক্ষার্থীদের জানানো এই পরিসেবার কাজ। শিক্ষার্থীরা বিভিন্ন ক্ষেত্রে এই বিজ্ঞান ও প্রযুক্তির ব্যবহার করে সক্রিয় অংশগ্রহণের মাধ্যমে সমাজের উন্নয়ন ঘটাবে।

- 6 এই পরিসেবার কাজ শিক্ষার্থীদের দক্ষ প্রযুক্তিবিদ (technician) হিসেবে গড়ে তোলা।
- 7 শিক্ষার্থীরা এই পরিসেবার মাধ্যমে স্বনিযুক্তির পাঠ (Lesson of self-employment) গ্রহণ করবে, এর ফলে বেকারত্বের সমস্যা কমবে।
- 8 বস্তু (material) ও মানবসম্পদের (human resource) সম্পূর্ণ ব্যবহারের মাধ্যমে, দেশের মানুষের অর্থনৈতিক মান (economic standard) বৃদ্ধি পাবে।
- 9 বিভিন্ন সরকারি ও বেসরকারি কর্মপ্রতিষ্ঠানে নানাস্তরের কর্মীর চাহিদা থাকে। এক্ষেত্রে দক্ষ ও অদক্ষ (skilled and unskilled) উভয়প্রকার কর্মীরই প্রয়োজন হয়। নির্দেশনা পরিসেবার কাজ হল সঠিক যোগাযোগ ঘটানো। এই সমস্ত প্রতিষ্ঠানের চাহিদার সঙ্গে উপযুক্ত ব্যক্তিদের (personnel) জোগান দেওয়া বৃত্তিমূলক নির্দেশনার কাজ। শুধু নিয়োগের সময় ব্যক্তির চাহিদা সংক্রান্ত বিষয়গুলিও নজরে রাখতে হবে।
- 10 বৃত্তিমূলক নির্দেশনার কাজ শুধুমাত্র কর্মী নিয়োগ করেই শেষ হয়ে যায় না, বরং যদি আরও ভালো সুযোগ থাকে, সে ক্ষেত্রে কর্মক্ষেত্র বদলাতে সহায়তা করাও এই পরিসেবার কাজ। আবার যদি অভিযোজন সংক্রান্ত কোনো সমস্যা দেখা দেয় তা মেটানোও বৃত্তিমূলক নির্দেশনার কাজ।

অনেক ক্ষেত্রে দেখা যায় শুধু মাত্র ভালো বেতনের জন্য শিক্ষার্থীরা কোনো একটি কোর্স করতে চায় বা কর্মজগতে প্রবেশ করে। বিশেষত কমবয়সে এটি ঘটে থাকে। সময়ের সঙ্গে সঙ্গে ব্যক্তি বুঝতে পারে কাজটি তাকে সন্তুষ্টি দিচ্ছে কিনা। ব্যক্তির মনোভাব বা প্রবণতার সঙ্গে যদি কাজটিকে ব্যক্তি যুক্ত করতে না পারে, খুব বেশিদিন এই কাজটি তার ভালো লাগবে না। এই সমস্ত ক্ষেত্রে বৃত্তিমূলক পরিসেবার গুরুত্ব অপরিসীম। কারণ আমাদের দেশে চাকরি পাওয়া সহজ নয়, আর চাকরি পরিবর্তনের ক্ষেত্রে অযথা অনেক সময়ও নষ্ট হয়। তবে একথা বলাই বাহুল্য ভারতবর্ষে খুব অল্পসংখ্যক মানুষই আছেন যারা নিজের পছন্দের ক্ষেত্রে কাজ করার মতো সৌভাগ্যবান।

2.3. ব্যক্তিগত নির্দেশনা (Personal Guidance)

ব্যক্তিভিত্তিক নির্দেশনা প্রক্রিয়ায় একজন নির্দিষ্ট মানুষকে নির্দেশনা দান করা হয় তার নিজস্ব সমস্যা ও পরিস্থিতি অনুযায়ী। একজন নির্দিষ্ট ব্যক্তির কথা মাথায় রেখেই এই ব্যক্তিভিত্তিক নির্দেশনার পরিকল্পনা করা হয়। এই নির্দেশনা প্রক্রিয়া হতে পারে যে কোনো উপদেশ, কোনো পরিকল্পনা বা পদ্ধতি যা নির্দিষ্ট কোনো ব্যক্তির নিজের স্বতন্ত্র সমস্যার কথা ভেবে সহায়তাদানের কথা চিন্তা করা। সাধারণ নির্দেশনা ও ব্যক্তিভিত্তিক নির্দেশনা

প্রক্রিয়া এক নয়। বিভিন্ন জনসংখ্যা বিষয়ক (Demographic) তথ্য যেমন বয়স বা আয়ের ওপর নির্ভর করে সাধারণ নির্দেশনা (general guidance) দেওয়া হয় কিন্তু ব্যক্তিভিত্তিক নির্দেশনার প্রকৃতি একটু আলাদা।

2.3.1. ব্যক্তিগত নির্দেশনার সংজ্ঞা (Definition of Personal Guidance):

- যে প্রক্রিয়া নির্দেশনা প্রক্রিয়ায় ব্যক্তির স্বাস্থ্য, প্রাক্ষেভিক অভিযোজন ও সামাজিক সংগতিবিধান প্রক্রিয়া নিয়ে আলোচনা করে, তাকে বলে ব্যক্তিগত নির্দেশনা। ব্যক্তির অবসর বিনোদন সংক্রান্ত সমস্যাও এই প্রক্রিয়ার অন্তর্গত। (“Personal guidance is that guidance which is concerned with the problems of health, emotional adjustment of an individual. It also includes his recreation and leisure-time problems.” – Hopkins)
- ব্যক্তিগত নির্দেশনা বলতে বোঝায় সেই সহায়তাকে যা ব্যক্তিকে দেওয়া হয় বিভিন্ন ব্যক্তিগত সমস্যা সমাধানের ক্ষেত্রে, যেমন প্রাক্ষেভিক ও সামাজিক অভিযোজন, অর্থনৈতিক ও সামাজিক সম্পর্ক স্থাপন এবং দৈহিক ও মানসিক স্বাস্থ্য ইত্যাদি, অর্থাৎ এইগুলি হল ব্যক্তিগত সমস্যার বিভিন্ন ক্ষেত্র। (Personal guidance is the assistance given to an individual to solve his/her personal problems, such as emotional and social adjustment, economic and social relationship and problems connected with his physical as well as mental health.” – Ruth Strang)
- ব্যক্তিগত নির্দেশনার উদ্দেশ্য হল ব্যক্তিকে দৈহিক, প্রাক্ষেভিক, সামাজিক, নৈতিক ও আধ্যাত্মিক বিকাশ ও অভিযোজনে সহায়তা দান। (“The purpose of personal guidance is to help the individual in his physical, emotional, social, moral and spiritual development and adjustment.” – Wilson)
- ব্যক্তিকে জীবনের সর্বক্ষেত্রে আরও ভালো অভিযোজন, মনোভাব গঠন ও আচরণ সম্পাদনের ক্ষেত্রে যে সহায়তা দান করা হয় তাই হল ব্যক্তিগত নির্দেশনা দান। (“Personal guidance refers to help given to an individual towards a better adjustment in the development of attitudes and behaviour in all areas of life.” – Crow and Crow)

উপরোক্ত বিভিন্ন সংজ্ঞাগুলি বিশ্লেষণ করলে বোঝা যায়, ব্যক্তিগত নির্দেশনা এমন একটি প্রক্রিয়া যা ব্যক্তির সমস্ত সমস্যা সমাধানের ক্ষেত্রে জরুরি। এই পরিসেবা সঠিক সময়ে পেলে ব্যক্তির অভিযোজন প্রক্রিয়াটি সহজতর হয়।

2.3.2. ব্যক্তিগত নির্দেশনার লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য (Aims and objectives of Personal Guidance): মানুষের জীবনে ব্যক্তিগত নির্দেশনা কতটা জরুরি তার একটি ধারণা সংজ্ঞাগুলির মাধ্যমে জানা যায়। এই পর্যায়ে আলোচনা করা হল ব্যক্তিগত নির্দেশনা প্রক্রিয়ার বিভিন্ন লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য। এই নির্দিষ্ট উদ্দেশ্যগুলি আগে থেকে গঠন করে রাখলে, নির্দেশনা প্রক্রিয়াটি



বৈজ্ঞানিক ও নিয়মমাফিক (scientific and systematic) হয়। নিম্নে ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবার উদ্দেশ্যগুলি বর্ণিত হল—

- 1 নিজেকে ভালো করে চিনতে ও বুঝতে (self-understanding) সহায়তা করা।
- 2 ব্যক্তিকে সহায়তা করা যাতে সে নিজের স্বাস্থ্য সংক্রান্ত সমস্যাগুলির সমাধান করতে সমর্থ হয়।
- 3 উপযুক্ত অভ্যাস, মনোভাব ও আগ্রহ সৃষ্টি করার জন্য সহায়তা দান।
- 4 ব্যক্তিকে তার নিজের জীবনের সমস্যা বিষয়ে সচেতন করে তোলা।
- 5 ধনাত্মক মনোভাব গঠনে ও নিজের সম্পর্কে বাস্তবসম্মত ধারণা (real self concept) গঠনে ব্যক্তিকে সহায়তা দান।
- 6 গণতান্ত্রিক গুণাবলি ও মূল্যবোধ সংক্রান্ত সচেতনতাবোধ ব্যক্তির মধ্যে জাগানোর ক্ষেত্রে সহায়তা দান।
- 7 সহযোগিতা, ভালোবাসা, সমব্যথীতা, সহিষ্ণুতা, ন্যায় পরায়ণতা ইত্যাদি গুণাবলির বিকাশে ব্যক্তিকে সহায়তা দান করা।
- 8 ব্যক্তি যাতে ভবিষ্যতে একটি সুনির্দিষ্ট নৈতিক ব্যক্তিত্বের অধিকারী হয়ে ওঠে সেই বিষয়ে সহায়তা দান করা ব্যক্তিগত নির্দেশনাদানের উদ্দেশ্য।
- 9 ব্যক্তিকে দৈহিক, সামাজিক, নৈতিক, আধ্যাত্মিক ও প্রাক্ষেত্রিক বিকাশে সহায়তা দান।
- 10 ব্যক্তিকে স্বাধীনভাবে সিদ্ধান্ত নেওয়া ও মতামত প্রকাশে সহায়তা দান।
- 11 অবসর বিনোদনমূলক কার্যাবলি নির্বাচনের ক্ষেত্রে ব্যক্তিকে সহায়তা দান, যাতে অবসর বিনোদন তার কাছে আনন্দদায়ক ও উৎপাদনশীল হয়ে ওঠে।
- 12 বিশ্ব ও সামাজিক পরিবেশকে ব্যক্তি যাতে সঠিক ভাবে পর্যবেক্ষণ করতে পারে, সে সম্পর্কে সহায়তা দান করবে ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা।
- 13 সমাজের একজন গুরুত্বপূর্ণ ও দায়িত্বপূর্ণ সদস্যরূপে ব্যক্তিকে তৈরি করা এই নির্দেশনাদান পরিসেবার উদ্দেশ্য।
- 14 ব্যক্তির মধ্যে নেতৃত্বদানের ক্ষমতাবিকাশে সহায়তা দান করা এই পরিসেবার একটি গুরুত্বপূর্ণ উদ্দেশ্য।
- 15 ব্যক্তি জীবনে বিভিন্ন সমস্যার সম্মুখীন হয়। ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবার উদ্দেশ্য হল সঠিকভাবে এই সমস্যা সমাধানে ব্যক্তিকে সাহায্য করা।
- 16 একটি সুসামঞ্জস্যপূর্ণ ব্যক্তিত্বের অধিকারী হিসেবে ব্যক্তিকে প্রতিষ্ঠা করা ব্যক্তিগত নির্দেশনার একটি অন্যতম উদ্দেশ্য।

উপরোক্ত আলোচনা থেকে এ কথা স্পষ্ট যে, ব্যক্তিজীবনে এই নির্দেশনা অত্যন্ত জরুরি, যা জীবনের প্রতিটি স্তরে ও ক্ষেত্রে প্রয়োজন।

2.3.3. ব্যক্তিগত নির্দেশনাদানের স্তর (Steps of Personal Guidance)—ব্যক্তিগত নির্দেশনাদান প্রক্রিয়াটি নির্দিষ্ট কিছু স্তরে বিভক্ত। এই স্তরগুলি একটি নির্দিষ্ট ক্রমানুসারে অনুসরণ করা হয়। এই স্তরগুলি নীচে বর্ণিত হল —

- 1 **তথ্য সংগ্রহ (Collection of Data):** যে-কোনো নির্দেশনার ক্ষেত্রে তথ্য সংগ্রহ একটি গুরুত্বপূর্ণ ধাপ। প্রাথমিকভাবে একটা তথ্য ভাণ্ডার (Data Base) সৃষ্টি করা হলে তবেই বাকি ধাপগুলির দিকে এগিয়ে যাওয়া যায়। তথ্যাবলির মধ্যে শিক্ষার্থীর দৈহিক বৈশিষ্ট্য, মানসিক বৈশিষ্ট্য, সামাজিক গুণাবলি, প্রাক্শোভিক অবস্থা, আগ্রহ, প্রবণতা ও মনোভাব সংক্রান্ত সমস্ত বৈশিষ্ট্য সংগ্রহ করতে হয় এই স্তরে। তথ্য সংগ্রহ ও রেকর্ড উভয়ই সতর্কভাবে করতে হবে। এই সমস্ত তথ্যাবলি ব্যক্তিগত নির্দেশনার ক্ষেত্রে অত্যন্ত জরুরি এবং এই স্তর সঠিক না-হলে পরবর্তী স্তরগুলিও ত্রুটিপূর্ণ হয়ে যায়।
- 2 **সমস্যা চিহ্নিতকরণ (Identification of Problem):** সমস্ত তথ্য সংগ্রহ করতে হবে শিক্ষার্থীর সমস্ত ক্ষেত্র সম্পর্কে। শিক্ষার্থীর বিভিন্ন সমস্যা চিহ্নিত করা সম্ভব একমাত্র সঠিক তথ্যের ভিত্তিতে। সমস্যা যদি সঠিকভাবে চিহ্নিত না করা যায়, তাহলে কোনোভাবেই তার উপযুক্ত সমাধান হবে না।
- 3 **সমস্যার কারণ খুঁজে বের করা (To find out the cause of the problem):** ব্যক্তি সম্পর্কে বিভিন্ন তথ্যের ভিত্তিতে, ব্যক্তির সমস্যাটি চিহ্নিত করতে হবে। এরপর ব্যক্তিগত নির্দেশনাদানকারী সঠিক চিন্তাভাবনার মাধ্যমে সমস্যার সম্ভাব্য কারণটি খুঁজে বের করার চেষ্টা করবেন। সঠিক কারণ নির্ণয় না-করতে পারলে নিরাময় সম্ভব হবে না।
- 4 **নির্দেশনা পরিসেবা দান (Providing Guidance Service):** ব্যক্তিগত পরিসেবার সমস্ত স্তরগুলির মধ্যে এই স্তরটি সবচেয়ে সক্রিয় বা active স্তর। নির্দেশনা পরিসেবা দানকারী শিক্ষার্থীকে সহায়তা দান করবেন, যাতে তার নিজের সমস্যাগুলি সে বুঝতে পারে। সমস্যাগুলি সঠিকভাবে বুঝতে পারলে, বিশ্লেষণের মাধ্যমে শিক্ষার্থী সমস্যার কারণ আন্দাজ করতে পারবে। প্রয়োজনমতো পরিসেবাদানকারী বিভিন্ন পদ্ধতি ব্যবহার করবেন, যেমন— পরামর্শদান, মনোবৈজ্ঞানিক বিশ্লেষণ, উপদেশ ইত্যাদি। এক্ষেত্রে পরিসেবাদানকারীকে পরিস্থিতির প্রয়োজন অনুযায়ী ব্যক্তির পরিস্থিতি বুঝতে হবে, তাকে হতে হবে সহমর্মী ও সহানুভূতিশীল।
- 5 **ফলো-আপ (Follow-up):** ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা কতটা কার্যকরী হয়েছে তার মূল্যায়ন করা হয় ফলো-আপের মাধ্যমে। এই স্তরটি কার্যকরী করার জন্য নির্দেশক বিভিন্ন পদ্ধতির ব্যবহার করতে পারেন, যেমন— সাক্ষাৎকার বা প্রশ্নোত্তর পদ্ধতি। এই প্রক্রিয়াকে বলা হয় ফিডব্যাক, যেখানে সমস্যার সম্মুখীন হওয়া ব্যক্তি কতটা সহায়তা পেয়েছে বা কতটা তার সমস্যার সমাধান হয়েছে তা বলতে পারবে।

এইভাবে বিভিন্ন স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা সম্পাদিত হয়। প্রতিটি স্তর ক্রমানুসারে অনুসরণ করতে হবে কারণ একটি স্তরের কার্যকারিতার ওপর পরবর্তী স্তর নির্ভর করে। ব্যক্তিগত নির্দেশনা সবসময় ব্যক্তিভিত্তিক (individualised) হবে, এ কথাও পরিসেবাদানকারীকে মনে রাখতে হবে।

2.3.4. শিক্ষার বিভিন্ন স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনা (Personal Guidance at different stages of Education)— শিক্ষার্থীদের ব্যক্তিগত নির্দেশনাদান প্রয়োজন প্রতিটি স্তরেই। প্রতি স্তরের নির্দেশনার প্রকৃতি আলাদা, কারণ শিক্ষার্থীদের চাহিদাও আলাদা। তবে একথা খুব সহজেই বলা যায় যে, প্রাথমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনার চাইতে অনেক বেশি গুরুত্বপূর্ণ মাধ্যমিক ও উচ্চমাধ্যমিক স্তরের নির্দেশনা, তবে আরও একটি কথা এক্ষেত্রে উল্লেখযোগ্য, তা হল কারও কারও ক্ষেত্রে প্রাথমিক স্তরেও নির্দেশনা পরিসেবার প্রয়োজন ঘটতে পারে। এখানে প্রাথমিক, মাধ্যমিক ও উচ্চমাধ্যমিক স্তরের ব্যক্তিগত নির্দেশনা কেমন হয়, তার একটি ধারণা দেওয়া হল—

2.3.4.1. প্রাথমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনা (Personal Guidance at the Elementary Level)—

➤ **প্রাথমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনার উদ্দেশ্য (Objectives of Personal Guidance at Primary Level) :**

- শিক্ষার্থীদের মধ্যে স্বাস্থ্য সংক্রান্ত সচেতনতাবোধের বিকাশ।
- শিখন ও বোধগম্যতার দক্ষতা বিকাশে সহায়তা দান।
- অবসর বিনোদনের সঠিক ব্যবহার সম্পর্কে ধারণা দান।
- শৃঙ্খলাবোধের প্রতি সচেতন করে তোলা।

➤ **প্রাথমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনার কাজ (Functions of Personal Guidance at Primary Level) :**

- 1 এই স্তরে সুস্বাস্থ্য বজায় রাখার জন্য প্রয়োজন সুষম খাদ্যাভ্যাস। এর সঙ্গে পর্যাপ্ত ঘুম ও বিশ্রামও প্রয়োজন। এই সমস্ত বিষয়ে নির্দেশনা পরিসেবা শিক্ষার্থীকে সাহায্য করে থাকে।
- 2 এই সময় বন্ধুত্বের চাহিদা ও সামাজিক গ্রহণযোগ্যতার (social acceptance) চাহিদা দেখা যায়। প্রকৃত বন্ধু নির্বাচন জীবনের একটি গুরুত্বপূর্ণ পদক্ষেপ। ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা শিক্ষার্থীকে এ বিষয়ে সাহায্য করতে পারে।
- 3 নিরাপত্তা (Security) ও স্বীকৃতি (recognition) এই স্তরের একটি অন্যতম চাহিদা, যা শিক্ষার্থী গৃহ ও বিদ্যালয় দুটি জায়গাতেই আশা করে। যদি কোনোভাবে এই

অনুভূতি গঠন ব্যাহত হয় তাহলে নির্দেশনা পরিসেবা শিক্ষার্থীকে উপযুক্ত অভিযোজন করতে সহায়তা করে থাকে।

- 4 নির্দেশনার লক্ষ্য হল শিক্ষার্থীকে সহায়তা দেওয়া যাতে সে অন্যান্যদের সঙ্গে ভালোভাবে মিশতে পারে, যার দ্বারা তার মধ্যে সামাজিক গুণাবলির বিকাশ ঘটে।
- 5 শিক্ষার্থীকে সুযোগ দিতে হবে যাতে সে নিজেকে প্রকাশ করার সুযোগ পায়।
- 6 জীবনে শৃঙ্খলার প্রতি শিক্ষার্থীর সদর্থক মনোভাব গড়ে তুলতে সহায়তা করবে নির্দেশনা পরিসেবা, শিক্ষার্থীকে ঠিক ও ভুলের মধ্যে পার্থক্য নিরূপণ করা এবং ঠিকটিকে গ্রহণ ও ভুলটিকে বর্জন করতে শেখাবে ব্যক্তিগত নির্দেশনা দান পরিসেবা।
- 7 জীবনধারণে উপযোগী সাধারণ কাজগুলিতে শিক্ষার্থীকে দক্ষতা অর্জন করতে হবে। এই মৌলিক কাজগুলি শিক্ষার্থীকে স্বাবলম্বী (self sufficient) হতে সাহায্য করে।
- 8 সবশেষে বলা যায় ব্যক্তিগত নির্দেশনা শিক্ষার্থীকে সঠিক অবসরব্যাপনে সহায়তা করে।

2.3.4.2. মাধ্যমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনা (Personal Guidance at the Secondary Level)

➤ মাধ্যমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনার উদ্দেশ্য (Objectives of Personal Guidance at the Secondary level):

- ▶ পরিবেশের সঙ্গে সার্থক অভিযোজনে সহায়তা দান।
- ▶ শিক্ষার্থী শিক্ষক-শিক্ষিকা ও বন্ধুদের সঙ্গে সংগতিসাধনে সহায়তা দান।
- ▶ নৈতিক ও সামাজিক বিকাশে শিক্ষার্থীকে সহায়তা দান।
- ▶ শিক্ষার্থীদের নিজেদের ক্ষমতা ও আগ্রহ সম্পর্কে সচেতন করে তোলা ও বাঞ্ছিত বিষয়ে আগ্রহ জাগানো।
- ▶ শিক্ষার্থীদের মধ্যে সৃজনশীলতার সংলক্ষণগুলি বিকাশে সহায়তা দান।

➤ মাধ্যমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনার কাজ (Function of Personal Guidance at the Secondary level): এই স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা সংগঠিত করা হয়, কারণ মাধ্যমিক স্তরের মাঝামাঝি এসে শিক্ষার্থীরা বয়ঃসন্ধিকালে পৌছায়। সাধারণত বয়ঃসন্ধিকালে শিক্ষার্থীর আভ্যন্তরীণ ব্যক্তিগত সমস্যা আরও বেড়ে যায়, তাই নির্দেশনার প্রয়োজনও বেড়ে যায়। এই স্তরে যেহেতু শিক্ষার্থীদের মধ্যে আমূল দৈহিক, বৌদ্ধিক, প্রাক্ষেপিক ও সামাজিক পরিবর্তন দেখা যায়, তাদের নির্দেশনার প্রয়োজনও বৃদ্ধি পায়। মনোভাব ও আচরণের দিক থেকেও শিক্ষার্থীরা বদলে যায়, ফলে তাদের মধ্যে নানারকম চাহিদার সৃষ্টি হয়। ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা এই সমস্ত সমস্যা কীভাবে মেটাতে পারে সেই আলোচনাই এখানে করা হল —

- ▶ ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা শিক্ষার্থীকে তার গৃহ ও বিদ্যালয়ের সঙ্গে সমস্ত রকম অভিযোজনে সহায়তা করে।

- ▶ এই স্তরে দৈহিক পরিবর্তনের জন্য শিক্ষার্থীরা অনেক সময় সংকোচবোধ করে, কারণ দৈহিক বৃদ্ধির হার খুব বেশি থাকে। ব্যক্তিগত নির্দেশনা কিশোর-কিশোরীদের সাহায্য করে, যাতে তারা এই দ্রুত দৈহিক পরিবর্তনের সঙ্গে মানিয়ে নিতে সক্ষম হয়।
- ▶ বয়ঃসন্ধিকালের শিক্ষার্থীদের মধ্যে খেলাধুলা ও স্বাস্থ্যকর অবসর বিনোদনের প্রতি আগ্রহ গড়ে তুলতে এই পরিসেবা সাহায্য করে।
- ▶ কিশোর কিশোরীদের মধ্যে যাতে নেতৃত্বদানের ক্ষমতার বিকাশ পায় সেই প্রচেষ্টা করতে হবে। এই বিষয়ে বিদ্যালয়ের শিক্ষক ও পিতা-মাতাও গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করতে পারেন। ব্যক্তিগত নির্দেশনাদান পরিসেবার দায়িত্ব পালন করতে হবে যৌথভাবে গৃহ ও বিদ্যালয়কে।
- ▶ এই বয়সে বিপরীত লিঙ্গের প্রতি আকর্ষণ সৃষ্টি হয়, যা খুবই স্বাভাবিক। সঠিক তথ্য সরবরাহ ও আলোচনার মাধ্যমে ব্যক্তিগত নির্দেশনাদান প্রক্রিয়া শিক্ষার্থীকে সঠিক পথ দেখাতে পারে। শিক্ষক ও নির্দেশনাদানকারী শিক্ষার্থীকে উপযুক্ত যৌনশিক্ষা (sex education)-র মাধ্যমে তাকে সঠিক তথ্য দিয়ে সাহায্য করতে পারেন।
- ▶ অনেকসময় পারিবারিক কারণে বা অর্থনৈতিক চাপের জন্য শিক্ষার্থীকে অর্থ রোজগারের চেষ্টা করতে হয়। কীভাবে জীবনধারণের জন্য শিক্ষার্থী রোজগার করতে পারে, সেই সহায়তাও ব্যক্তিগত নির্দেশনাদান পরিসেবা দিতে পারে।
- ▶ মানবসমাজের প্রতি সেবামূলক মনোভাব সৃষ্টি করার ক্ষেত্রে কিশোর-কিশোরীদের সাহায্য করে ব্যক্তিগত নির্দেশনাদানকারী, এর ফলে শিক্ষার্থীর মধ্যে দেশের প্রতি সেবামূলক মনোভাব তৈরি হয়, যা তাকে ভালো মানুষ গড়ে তোলে।

2.3.4.3. উচ্চমাধ্যমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনা (Personal Guidance at Higher Secondary Stage)

➤ উচ্চমাধ্যমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনার বৈশিষ্ট্য (Objectives of Personal Guidance in Higher Secondary Stage):

- ▶ প্রাথমিক ভাবে বিভিন্ন বৃত্তি বা পেশা সংক্রান্ত বিষয় জানতে সাহায্য করা।
- ▶ অবসর বিনোদন যাতে স্বাস্থ্যকর হয় সেই বিষয়ে সহায়তা করা।
- ▶ শিক্ষার্থীদের আত্মবিশ্বাসী করে গড়ে তুলতে সহায়তা করা যাতে তারা নিজের দায়িত্ব নিতে শেখে।
- ▶ নাগরিকত্বের বিকাশ ঘটানোর জন্য উপযুক্ত গুণাবলি বিকাশে সাহায্য করা।
- ▶ স্বাস্থ্যকর, সামাজিক ও ধর্মীয় মনোভাব গঠনে সঠিক পথ প্রদর্শন করা।

➤ উচ্চমাধ্যমিক স্তরে ব্যক্তিগত নির্দেশনার কাজ (Function of Personal Guidance in Higher Secondary Stage): এই স্তরে শিক্ষার্থীদের মধ্যে নানারকম দ্বন্দ্বের সৃষ্টি হয়। বিভিন্ন বিষয়ে নানা সংশয় তাদের মধ্যে সৃষ্টি হয়। অতিরিক্ত প্রক্ষোভ ও আবেগ এই বয়সের ছেলে-মেয়েদের মধ্যে প্রবল। এই কিশোর-কিশোরীদের মধ্যে আত্মসচেতনতা

একটি সাধারণ বৈশিষ্ট্য এই সময় সামাজিক ও ব্যক্তিগত অভিযোজনের ক্ষেত্রে সমস্যা দেখা যায়। এবার দেখে নেওয়া যাক ব্যক্তিগত নির্দেশনা পরিসেবা কীভাবে শিক্ষার্থীকে সাহায্য করতে পারে।

- ▶ নৈতিক বিকাশের সর্বোচ্চ স্তরে পৌঁছানোর মতো পরিণমন এই বয়সের শিক্ষার্থীদের হয়ে যায়, তাই সঠিক নৈতিক বিকাশের জন্য তাদের নৈতিক উপদেশ দেওয়া প্রয়োজন।
- ▶ ব্যক্তিগত নির্দেশনাদানকারী শিক্ষার্থীর ব্যক্তিগত সমস্যা আলোচনার মাধ্যমে সমাধানের চেষ্টা করবেন, যাতে তার সামাজিক অভিযোজন করতে সমস্যা না-হয়।
- ▶ শিক্ষার্থীর আগ্রহ প্রবণতা ও মনোভাব অনুযায়ী তাকে কর্মজগতের সঙ্গে সম্পর্কিত করে তুলতে পারলে শিক্ষার্থী নিজের জন্য সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে পারবে।
- ▶ বিপরীত লিঙ্গের প্রতি আকর্ষণ কিশোর-কিশোরীদের ভুল পথে চালিত করতে পারে। তাদের মনে যৌন সম্পর্ক সংক্রান্ত নানা জিজ্ঞাসা থাকে, ব্যক্তিগত নির্দেশনাদানকারী শিক্ষার্থীকে নানা আলোচনার মাধ্যমে, নানা তথ্য সরবরাহের মধ্য দিয়ে এই সমস্যা থেকে মুক্ত করতে পারেন।
- ▶ এই সময় শিক্ষার্থী হয়ে থাকে অত্যন্ত আবেগপ্রবণ, এর ফলে অনেক ঝুঁকিপূর্ণ কাজও করার উদ্যোগ নিয়ে থাকে। কীভাবে প্রাক্ষোভিক নিয়ন্ত্রণ করতে পারবে সেই শিক্ষা তাকে ব্যক্তিগত নির্দেশক দিতে পারেন।
- ▶ তাদের দৈনন্দিন রুটিনে খেলাধুলা ও শারীরিক কসরত থাকা প্রয়োজন। শারীরিক অনুশীলনের ওপর নির্ভর করে তাদের সুস্থ থাকা। তাই পিতা-মাতা, শিক্ষক-শিক্ষিকা ও ব্যক্তিগত নির্দেশক সকলকে সহায়তা করতে হবে যাতে শিক্ষার্থী এই স্বাস্থ্যকর অভ্যাসটি গড়ে তুলতে সক্ষম হয়।
- ▶ শিক্ষার্থীদের অবহিত করতে হবে তাদের বিপুল শক্তি সম্পর্কে, এবং একই সঙ্গে তাদের সীমাবদ্ধতাগুলিকে স্বীকার করতে শেখাতে হবে। তবেই বিভিন্ন হতাশাজনিত সমস্যা থেকে শিক্ষার্থী নিজেকে রক্ষা করতে শিখবে।

বয়ঃসন্ধিকাল জীবনের এমন একটি অধ্যায় যা সঠিকভাবে যাপন করতে না-পারলে সারাজীবন তার খারাপ প্রভাব বয়ে চলতে হবে। খুব সতর্ক ও সাবধানতার সঙ্গে কিশোর-কিশোরীদের নির্দেশনাদান করতে হবে যাতে তারা জীবনের এই অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ স্তরটি আনন্দের সঙ্গে কাটাতে পারে। সঠিক পথ অবলম্বন করতে যদি না-শেখানো হয় তবে নানারকম অপসংগতিমূলক আচরণ শিক্ষার্থীদের মধ্যে দেখা যায়, যা তার পরবর্তী জীবনেও ছাপ ফেলে। বিভিন্ন মনীষীদের জীবনকাহিনি পড়া প্রয়োজন এই স্তরের শিক্ষার্থীদের, যাতে তাদের মধ্যে নানা গুণাবলির বিকাশ ঘটে। সমাজসেবা, সামাজিক দায়িত্ববোধ, দেশাত্মবোধ, সহিষ্ণুতা এবং অন্যদের প্রতি শ্রদ্ধার মনোভাব ইত্যাদি গুণগুলির অধিকারী করে গড়ে তোলা প্রয়োজন উচ্চমাধ্যমিক স্তরের শিক্ষার্থীদের, তবেই ব্যক্তিগত নির্দেশনাদান পরিসেবা সম্পূর্ণ হবে।