## अभिप्रेरणा की विधियां-

(1)रुचि उत्पन्न करके

(2)सफलता

(3)प्रसंसा

(4)खेल

(5)ध्यान

(6)पुरस्कार

(7)सामाजिक कार्यक्रम

(8)कक्षा का वातावरण

(9)सामूहिक कार्य से

(10)प्रतियोगिता या प्रतिद्वंदिता

Scanned with CamScanner

# प्रेरणा की विधियां

## पुरस्कार –

यह प्रेरणा देने की अत्यन्त प्रमुख विधि है। क्योकि इसके द्वारा व्यक्ति को एक स्तर प्राप्त होता है। सन्तोष मिलता है, उत्साह प्राप्त होता है, कार्य मे रूचि आती है, व्यक्ति कार्य करने के लिए अधिक लीन हो जाता है। पुरस्कार मुख्य रूप से तीन प्रकार के होते है।

1. **मौखिक पुरस्कार** – प्रशंसा करना।
2. **चिन्हित पुरस्कार** – मेडेल, गोल्ड स्टार, मानक उपधि, फिल्मफेयर अवार्ड इत्यादि।
3. **भौतिक पुरस्कार** – टाफी देना, धन देना इत्यादि।

रेली एवं लिविस ने पुरस्कार को प्रभाव पूर्ण बनाने के लिए निम्न लिखित सुझाव दिये है।

1. पुरस्कार स्वंय का प्राप्त किया हुआ होना चाहिए।
2. छोटे कार्यो के लिए पुरस्कार नही देना चाहिए।

Scanned with CamScanner

**दण्ड –**

दण्ड के द्वारा व्यक्ति मे असंतोष तथा अरूचि उत्पन्न होती है। दण्ड मुख्य रूप से दो प्रकार के होते है।

1. **मौखिक दण्ड –** डाँटना, आलोचना करना इत्यादि।
2. **शारीरिक दण्ड –** सजा देना, मारना, मुर्गा बनाना इत्यादि।

जोन्स, ब्लेयर तथा सिम्पसन ने 1965 मे यह पाया कि-

1. दण्ड के द्वारा ईष्या तथा विद्वेष की भावना बढ़ती है।
2. इससे छात्रों मे संवेगात्मकता इस हद तक बढ़ती है कि इससे सीखना लगभग असम्भव हो जाता है।
3. यह विद्यार्थियों मे तनाव, चिन्ता एवं थकान उत्पन्न करती है।

Scanned with CamScanner

## श्रेणी अथवा अंक –

श्रेणी अथवा अंक भी अच्छे प्रेरक के रूप मे कार्य करते है। यह एक प्रकार के चिन्हित पुरस्कार है। सारे विद्यार्थियो को एक आधार पर श्रेणी नही देनी चाहिए क्योकि कुछ विद्याथ्र्ाी आसानी से उस श्रेणी को प्राप्त कर लेते है और उनमे श्रेष्ठता की भावना विकसित हो जाती है जबकि अन्य विद्यार्थियों को उसी श्रेणी लाने के लिए कठोर परिश्रम करना है।

## सफलता –

प्रेरणा देने का प्रमुख आधार है बालक को अपने कार्य मे सफल बनाना। सफलता ही व्यक्ति को किसी कार्य को करने के लिए प्रेरित करती है। अग्रेजी मे एक कहावत है “NothingSucceed Like Success” सफलता से व्यक्ति मे आत्मविश्वास बढ़ता है यह आत्मविश्वास व्यक्ति मे पाने योग्य लक्ष्य को निर्धारित करता है।

Scanned with CamScanner

## प्रतिद्वन्दिता एवं सहयोग-

प्रतिद्वन्दिता कभी – कभी सकारात्मक प्रेरणा के रूप मे कार्य करती है। यह तीन प्रकार से कार्यगत होती है।

1. छात्रो मे अपने सहयोगियो के साथ अन्त:व्यक्तिगत प्रतिद्विन्द्वता होनी चाहिए। परन्तु मनोवैज्ञानिको एवं शिक्षा शास्त्रियो से इसको बहुत अधिक महत्व नही दिया है।
2. समूह प्रतिद्वन्दिता आपस मे सहयोग की भावना का विकास करती है।
3. अपने स्वयं से प्रतिद्वन्दिता – इस प्रकार की प्रतिद्विन्ता सबसे प्रभावशाली होती है तथा मानसिक स्वास्थकर्त्ताओ के द्वारा इसको प्रभावशाली बताया गया है। शिक्षा के दार्शनिक आधार के अनुसार शैक्षिक कार्यक्रम मे आवश्यकताओ को सन्तुष्ट करने का काम करता है। तथा व्यक्तियो मे संवेगात्मक संतोष पैदा करती है।

Scanned with CamScanner

## परिणाम का ज्ञान-

प्रेरणा प्रदान करने की यह सबसे ज्यादा प्रभावपूर्ण विधि है। छात्रो को इस बात का ज्ञान करवाना अत्यन्त आवश्यक है कि वह जिस समूह का सदस्य है उस समूह के अन्य लोग कैसा कर रहे है। छात्र को अपनी स्वयं की उन्नति की जानकारी देनी चाहिए जिससे वह अधिक परिश्रम से कार्य कर सके।

Scanned with CamScanner

## नवीनता-

नवीनता ज्ञान प्राप्त करने मे प्रेरणा का कार्य करती है। शिक्षक को नवीनता लाने के लिए शिक्षण की विभिन्न विधियों को प्रयोग मे लाना चाहिए।

## महत्वाकांक्षा का स्तर-

महत्वाकांक्षा का स्तर यह निर्धारित करता है कि किसी भी व्यक्ति ने अपने लिये क्या, कितना कठिन लक्ष्य निर्धारित किया है। कुछ विद्यार्थी अपने लिए अपनी योग्यतानुसार लक्ष्य निर्धारित करते है जबकि अन्य विद्यार्थी या तो बहुत उच्च या निम्न लक्ष्य निर्धारित करते है। शिक्षक का यह कर्त्तव्य है कि वह छात्रो के महत्वाकांक्षा के स्तर के आधार पर लक्ष्य निर्धारित करने मे उनकी सहायता करें।

Scanned with CamScanner

**रूचि –**

प्रेरणा प्रदान करने के लिए सर्वप्रथम शिक्षक को छात्रो की रूचियो को जानना चाहिए। बालक की पाठ मे रूचि उत्पन्न करनी चाहिए। अत: अध्यापक को पढ़ाए जाने वाले पाठ को बालक की रूचि से सम्बन्धित करना चाहिए।

**लक्ष्य का प्रभाव-**

टोलमेन के अनुसार किसी भी व्यक्ति का व्यवहार लक्ष्य केन्द्रित या उद्देश्यपूर्ण होता है शिक्षक को ऐसे लक्ष्यो का निर्धारण करे जो छात्रो की आवश्यकतानुरूप हो।

**आत्मीयता-**

उच्च स्तर के विद्यार्थियो के लिए यह विधि प्रेरणा प्रदान करने के लिए अत्यन्त सहायक होती है। इसके लिए छात्रो से प्रश्न पूछना, विषय से सम्बन्धित कहानी सुनाना, शारीरिक क्रियाओ मे छात्रो की भागीदारी, प्रशंसा, छात्रो को नाम से सम्बोधित करना आदि विधियों को अपनाया जा सकता है।

Scanned with CamScanner