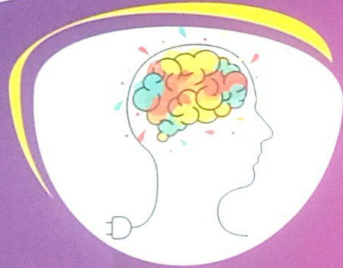


ଜୀବନରେ ସଫଳ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ହେବା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଜୀବନ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା । କ'ଣ କରିବେ? କେମିତି ଭବିଷ୍ୟତ ଗଢ଼ିବେ? କେଉଁ ଦିଗ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଧ୍ୟାନ ଦେବେ? କିଭଳି ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କ ସୁଦୃଢ଼ କରିବେ? ଏସବୁ ଜୀବନ କୌଶଳ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସକରାତ୍ମକ ବ୍ୟବହାର ହିଁ ତାଙ୍କୁ ସଫଳତା ଆଣିଦିଏ । ତେଣୁ ଉଚ୍ଚ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ସହ ଆଗକୁ ବଢ଼ନ୍ତୁ । ନିଜ ଜୀବନ ଶୈଳୀକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରନ୍ତୁ । ସଫଳତା ହାସଲ କରିବାକୁ ଏ ସମସ୍ତ ଦିଗ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ ।



### ସୃଜନଶୀଳ ଚିନ୍ତାଧାରା

ସୃଜନଶୀଳ ଚିନ୍ତାଧାରା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କିଛି ନୂଆ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ସର୍ବଦା କିଛି ନୂଆ କରିବାକୁ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆଗକୁ ବଢ଼ିବାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ମିଳିବ । କୌଣସି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବାକୁ ସହଜ ଲାଗିବ ।

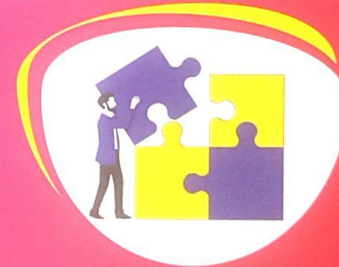
### ଆତ୍ମ ସଚେତନତା

ଆତ୍ମ-ସଚେତନତା ଜୀବନ କୌଶଳ ଅନ୍ୟ ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଉପାଦାନ । ଯଦି ନିଜେ କ'ଣ କରିବେ ତାହା ଉପରେ ସଚେତନ ଅଛନ୍ତି ତେବେ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ବଢ଼ିବ । ଯେକୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ଦକ୍ଷ ହୋଇପାରିବେ । ନିଜ ନିଜକୁ ଜାଣିବା ସହ ଅନ୍ୟ ଲୋକଙ୍କ ଭାବନା ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଜାଣିପାରିବେ । ଆତ୍ମସଚେତନତା ଆମକୁ ଠିକ୍ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ ।



### ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବା

ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମୟରେ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତିର ସାମ୍ନା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତି କ'ଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବେ ତାହା ଉପରେ ଦୃଢ଼ ହେବା ନିତ୍ୟାତ ଆବଶ୍ୟକ । ଯଦି ନିର୍ଣ୍ଣୟ ବା ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା ଭୁଲ୍ ହୁଏ ତେବେ ଜୀବନ ଉପରେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବ । ତେଣୁ ଏପରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଜୀବନ ସହଜ ହେବ । ଏହି ଦକ୍ଷତା ଆମକୁ କଠିନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାକୁ ସକ୍ଷମ କରାଇଥାଏ ।



### ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ

ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର କୌଶଳ ସମସ୍ୟାର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବା, ସମାଧାନର ବିକଳ ପରାମର୍ଶ ଦେବା, ଏହାର ସମାଧାନ ବାଛିବା, ଆଉ ସମାଧାନର ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ କରିବା, ଏବଂ ତା'ପରେ ସମସ୍ୟାମା ମଧ୍ୟରେ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରାଏ ।

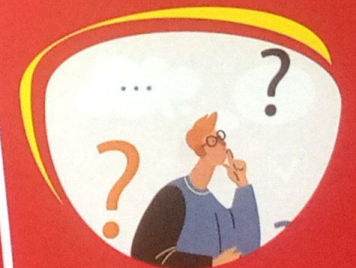
### ସହାନୁଭୂତି

ସହାନୁଭୂତି ଜୀବନ କୌଶଳର ଆଉ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଅଂଶ । ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ସହାନୁଭୂତି ହିଁ ଆମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଆହୁରି ଉତ୍ତମ କରାଏ । ସହାନୁଭୂତି ସହିତ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟ ଲୋକଙ୍କ ଧାରଣା, ସେମାନଙ୍କର ଭାବନା, ଏବଂ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଜାଣିବାରେ ସମର୍ଥ ହେବ । ଫଳରେ ସେମାନଙ୍କ ଭାବନକୁ ଜାଣି ସେହିସେବିକାରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ରଖିବ ।



### ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଚିନ୍ତା

ଆପଣ କ'ଣ ଭାରତୀୟ ତାହା ମୁଖ୍ୟ ବିଷୟ । ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଚିନ୍ତା ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଆଉ ଏକ ସ୍ତରକୁ ନେଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ବିଚାର ଏବଂ ମତ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ କରିବାର କ୍ଷମତା ମିଳେ । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ଭାବରେ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ଏବଂ ଠିକ୍ କିନିଷ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।





## ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ

ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ ହେଉଛି ପାରସ୍ପରିକ ତଥା ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କ। ଏହି ଦକ୍ଷତା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ବା ଶୋଷାରେ ସାମାଜିକ ଭାବରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଇଥାଏ। ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ, ସମାଲୋଚନାକାରୀ ଚିନ୍ତାଧାରା, ଯୋଗାଯୋଗ ଦକ୍ଷତା, ସକ୍ରିୟ ଶ୍ରବଣ, ନେତୃତ୍ୱ ଆଦି ଗୁଣ ଥିଲେ ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ ଭଲ ହେବ। ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ ଭଲ କରିବାକୁ ହେଲେ ସକରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରା ସହ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ। ସଭିକ ସହ ସରଳ ଭାବେ ମିଶିବାକୁ ପଡ଼ିବ।

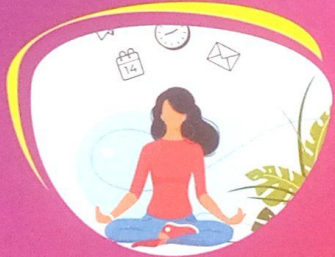
## ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଯୋଗାଯୋଗ

ଉପଯୁକ୍ତ ଯୋଗାଯୋଗ ବିନା, ଆପଣ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ନିଜ ଚିନ୍ତାଧାରାକୁ ସହଜରେ ବୁଝାଇ ପାରିବେ ନାହିଁ। ଉତ୍ତମ ଯୋଗାଯୋଗର ଦକ୍ଷତା ଦ୍ୱାରା ଆପଣ ସହଜରେ ନିଜର ଭାବନାକୁ ଅନ୍ୟ ଆଗରେ ପ୍ରକାଶ କରିପାରିବେ। ଆଉ ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଆପଣଙ୍କ ବିଷୟକୁ ବୁଝିପାରିବେ ତାହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାରିବେ। ଦୂରିଗତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି କୌଶଳ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଅଂଶ।



## ଭାବନା ସହିତ ମୁକାବିଲା

ଭାବନା ସହିତ ମୁକାବିଲା କରିବାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ନିଜର ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଭାବନା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବା। ଯାହା ଭାବୁଛେ ତା'କୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ପରିଚାଳନା କରିବା। ଯଦି ଏହାକୁ ଠିକ୍ରେ ପରିଚାଳନା ନକରିବା, ତେବେ ରାଗ ବା ଖରାପ ଭାବନା ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ନକରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ।



## ଚାପର ମୁକାବିଲା

ଯଦି ଆପଣ ଅଧିକ ଚାପରେ ରହୁଛନ୍ତି ତେବେ ସଫଳତାରେ ପଛାଇବେ। କାରଣ ଚାପ ମନୁଷ୍ୟକୁ ଦୁର୍ବଳ କରିଦିଏ। ତେଣୁ ଚାପରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ସୁସ୍ଥ ରୁହନ୍ତୁ। କାର୍ଯ୍ୟରୁ କିଛି ସମୟ ବାରିତ ନିଅନ୍ତୁ। ବିଭିନ୍ନ ଲୋକଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ। ନୂଆ କିଛି କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଚାପ କମ୍ ରହିବ।



DIVYA JYOTI MAHILA VIKASH



Embassy of the Kingdom of the Netherlands

# ଜୀବନ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା

