

ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ(ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਬਾਰੂਵੀਂ)

ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ/ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ

1 ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

1. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਬਰ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਦੀ ਕੀ ਹੈ?
ੳ. ਦਲੀਲ ਅ. ਭਾਵਨਾ ਏ. ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸ. ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ਅ)
2. ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲੈਣਾ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਗੁਣ ਹੈ?
ੳ. ਬੇਸਬਰੀ ਅ. ਤਰਕਪੂਰਨ ਏ. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਸ. ਤਨਾਅਗ੍ਰਸਤ
ਉੱਤਰ: (ੲ)
3. ਜੇਕਰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਵਿਅਕਤੀ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ,ਤਾਂ ਉਹ ਦੂਜੇ ਇਨਸਾਨ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦਾ ਹੈ?
ੳ. ਦੁਖੀ ਅ. ਖੁਸ਼ੀ ਏ. ਡਰਪੋਕ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ਅ)
4. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
ੳ. ਸਫਲਤਾ ਅ. ਅਸਫਲਤਾ ਏ. ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਸ. ਦੌੜ-ਭੱਜ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
5. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਕਿਸ-ਕਿਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?
ੳ. ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਅ. ਉਸਾਰੂ ਚਿੰਤਨ ਏ. ਸੁਭਾਵਿਕ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
6. 'ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ' ਪਾਠ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ?
ੳ. ਸੰਜਮ ਅ. ਅਪਣੱਤ ਭਰਿਆ ਵਿਹਾਰ ਏ. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
7. 'ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ' ਪਾਠ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਕੀ ਨਾਂ ਹੈ?
ੳ. ਮਨਜੀਤ ਅ. ਹਰਜੀਤ ਏ. ਦਲੀਪ ਸ. ਸੋਨੂੰ
ਉੱਤਰ:(ੳ)
8. 'ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ' ਪਾਠ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਮਨਜੀਤ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ?
ੳ. ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨਾ ਅ. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਏ. ਠਰੁੰਮੇ ਦੀ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
9. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?
ੳ. ਜੀ ਹਾਂ ਅ. ਜੀ ਨਹੀਂ ਏ. ਕਦੇ-ਕਦੇ ਸ. ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
10. ਤੁਹਾਡੇ ਮਿੱਤਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੁੱਝ ਗ਼ਲਤ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਸੀ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
ੳ. ਲੜੋਗੇ ਅ. ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰੋਗੇ ਏ. ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋਗੇ ਸ. ਚੁੱਪ ਰਹੋਗੇ
ਉੱਤਰ: (ੲ)

24. 'ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨੇ ਬੈਗ ਕਿਸ ਅਧਿਆਪਕ ਕੋਲੋਂ ਲਿਆ?
 ਓ. ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਧਿਆਪਕ ਅ. ਪੰਜਾਬੀ ਅਧਿਆਪਕ ਏ. ਹਿੰਦੀ ਅਧਿਆਪਕ ਸ. ਸਾਇੰਸ ਅਧਿਆਪਕ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
25. 'ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨੇ ਬੈਗ ਕਿਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ?
 ਓ. ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਅ. ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਧਿਆਪਕ ਏ. ਹਿੰਦੀ ਅਧਿਆਪਕ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
26. 'ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਦੀਪੀ ਦੀ ਫ਼ੀਸ ਕੌਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਇੰਚਾਰਜ ਅ. ਕੋਮਲ ਏ. ਹਰਮਨ ਸ. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
27. 'ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਫ਼ੀਸ ਸਿਰਫ਼ ਅੱਧੀ ਸੀ?
 ਓ. ਦੀਪੀ ਕੋਲ ਅ. ਹਰਮਨ ਕੋਲ ਏ. ਰਾਮ ਪ੍ਰਸਾਦ ਕੋਲ ਸ. ਕੋਮਲ ਕੋਲ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
28. 'ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਰਾਮ ਪ੍ਰਸਾਦ ਦੀ ਅੱਧੀ ਫ਼ੀਸ ਕੌਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਹਰਮਨ ਅ. ਕੋਮਲ ਏ. ਦੀਪੀ ਸ. ਇੰਚਾਰਜ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
29. 'ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ?
 ਓ. ਦਿਆਲੂ ਬਣਨ ਦੀ ਅ.ਲੋੜਵੰਦ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਏ. ਨਿਮਰਤਾ ਧਾਰਨ ਦੀ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
30. ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀ ਗੁਣ ਗੁਣਾਉਂਦਾ ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ?
 (ੳ) ਕਿਸੇ ਦਾ ਭਲਾ ਨਾ ਕਰੇ । (ਅ) ਕਰ ਭਲਾ ਹੋ ਭਲਾ, ਅੰਤ ਭਲੇ ਦਾ ਭਲਾ ।
 (ੲ) ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਨਹੀਂ ਬਿਠਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ।(ਸ) ਭਲਾ ਕਰਨਾ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ ।
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
31. ਸੌਰਭ ਜਦ ਸਾਈਕਲ ਤੋਂ ਡਿੱਗਿਆ ਤਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨੇ ਕੀ ਕੀਤਾ?
 (ੳ) ਉਸਦੀ ਵਰਦੀ ਝਾੜੀ ਤੇ ਹਾਲ ਪੁਛਿਆ । (ਅ) ਉਸਨੂੰ ਝਿੜਕਿਆ ।
 (ੲ) ਵਰਦੀ ਝਾੜੀ ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਹੋਲੀ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ।(ਸ) ਉਸਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਗਏ ।
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
32. ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਪਾਠ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲੀ ਹੈ?
 (ੳ) ਸਕੂਲ ਰੋਜ਼ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । (ਅ) ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ।
 (ੲ) ਕਿਸੇ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । (ਸ) ਆਪਣਾ ਮਤਲਬ ਹੀ ਕੱਢਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
33. ਦੀਪੀ ਫ਼ੀਸ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਲਿਆਈ ਸੀ?
 (ੳ) ਟੁੱਟੇ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਸੀ । (ਅ) ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਘਰ ਨਹੀਂ ਸਨ ।
 (ੲ) ਚੇਤਾ ਭੁੱਲ ਗਿਆ । (ਸ) ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਿਹਾੜੀ ਤੇ ਨਹੀਂ ਗਏ ।
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
34. ਦੀਪੀ ਦੀ ਫ਼ੀਸ ਕਿਸ ਨੇ ਦਿੱਤੀ?
 (ੳ) ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੇ (ਅ) ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ
 (ੲ) ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ (ਸ) ਸੇਵਾਦਾਰ ਨੇ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
35. ਸਕੂਲ ਛੁੱਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਧੀਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
 (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ ਹੱਥੋਪਾਈ ਕਰੋਗੇ
 (ਅ) ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਕੇ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਝਗੜਾ ਸੁਲਝਾ ਲਓਗੇ।
 (ੲ) ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਬੁਲਾ ਕੇ ਉਸ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਕਰੋਗੇ।(ਸ) ਵਧੀਕੀ ਨੂੰ ਜ਼ਰਾਂਗਾ।
 ਉੱਤਰ:(ਅ)
36. ਦਿਆਲੂ ਇਨਸਾਨ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਨਿਰਾਸ਼ (ਅ) ਦਲੇਰ (ੲ) ਖੁਸ਼ਹਾਲ (ਸ) ਮੰਦਭਾਗਾ

ਉੱਤਰ:(ੲ)

2.ੳ) ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ:

1. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮਤਲਬ ਖੁਦ ਨੂੰਸਮਝਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।(ਕਮਜ਼ੋਰ/ਤੰਦਰੁਸਤ/ਸਿਹਤਮੰਦ/ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ)
2. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਸਹਿਜ ਅਤੇਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਦੀ ਇੱਕ ਭਾਵਨਾ ਹੈ।(ਕਠੋਰਤਾ/ਸਬਰ/ਗੁੱਸੇ/ਚਿੰਤਾ)
3. ਵਧੀਆਅਧਿਕਾਰੀ ਬਣਨਾ_____ ਦੇ ਗੁਣ ਦਾ ਹੀ ਕਮਾਲ ਹੈ । (ਕਠੋਰਤਾ/ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ/ਸਖਤ/ਨਰਮ)
4. ਜਿੰਨਾ ਸਬਰ, ਸੰਤੋਖ, ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਵਿਚਰੋਗੇ ਉਨਾ ਹੀ ਵਧੇਰੇ _____ ਹੋਵੋਗੇ ।
(ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ/ਅਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ/ਦੁੱਖ/ਨਿਰਾਸ਼ਾ)
5. _____ ਨਾਲ ਉਸਨੇ ਪੀ.ਸੀ. ਐਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਪਾਸ ਕਰ ਲਿਆ।
(ਮਿਹਨਤ/ਨਕਲ/ਆਸਰਾ/ਤੜਪ)
6. _____ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਬਰ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਦੀ ਇੱਕ ਭਾਵਨਾ ਹੈ।
(ਚਾਪਲੂਸੀ/ਨਫਰਤ/ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ/ਗੁੱਸਾ)
7. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਲਈ _____ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।(ਘਰੇਲੂ/ਗੁੱਸੇਵਾਲੇ/ਝਗੜਾਲੂ/ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖੀ)
8. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਪਰਖ _____ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।(ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ/ਨਿਰਪੱਖ/ਬਹਿਸ ਵਾਲੀ/ਘਰੇਲੂ)
9. ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ _____ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।(ਚਲਾਕ / ਭੋਲਾ / ਬੁੱਧੀਮਾਨ/ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ)
10. ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ _____
ਜਿਉਣਾ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ । (ਨੀਰਸ ਜੀਵਨ/ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ)
11. ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਣ ਨਾਲ _____ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ । (ਅਸੀਸਾਂ/ਬਦ-ਅਸੀਸਾਂ)
12. ਕਰ ਭਲਾ ਹੋ ਭਲਾ,ਅੰਤ _____ ਦਾ ਭਲਾ । (ਬੁਰੇ/ਭਲੇ)
13. _____ ਬਣਕੇ ਲੋੜਵੰਦ ਸਾਥੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ । (ਦਿਆਲੂ/ਖੁਦਗਰਜ਼)
14. ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਕਿੰਨਾ _____ ਦਿੰਦੀ ਹੈ । (ਲਾਭ/ਸਕੂਨ)
15. ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਿੱਚ ਦਇਆ ਅਤੇ_____ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। (ਮੁਆਫੀ/ਗੁੱਸੇ/ਝਗੜੇ/ਧੋਖੇ)
16. ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ _____ ਸੋਚ ਰੱਖਣਾ ਇਸ ਦਾ ਅਹਿਮ ਪੱਖ ਹੈ।

(ਮਾੜੀ/ ਚਲਾਕੀ /ਉਸਾਰੂ/ਝਗੜਾਲੂ)

17. ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਨੂੰ_____ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
(ਬਗੀਚਾ/ਸਮਾਜ/ਦੁੱਖ/ਮਰਿਆਦਾ)
18. _____ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ
ਸਿੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। (ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ/ ਗੁੱਸੇਖੋਰ/ਝਗੜਾਲੂ/ਲਾਲਚੀ)
19. ਦੋ ਕੁੜੀਆਂ ਨੇ ਹਰਮਨ ਕੋਮਲ,ਪੜ੍ਹਾਈ ਤਾਂ ਖੂਬ ਕਰਦੀਆਂ ਨੇ।ਆਓ ਦੇਖੀਏ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲੇ,..... ਵੀ
ਕਰਦੀਆਂ ਨੇ। (ਬੁਰੇ ਕੰਮ,ਖੇਡਾਂ,ਭਲੇ ਕੰਮ,ਸ਼ਰਾਰਤਾਂ)

ਉੱਤਰ:-1) ਕਮਜ਼ੋਰ 2)ਸਬਰ 3. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ 4. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ 5. ਮਿਹਨਤ6. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ

7. ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖੀ 8. ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ 9. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ 10. ਖੁਸ਼ਹਾਲ 11. ਅਸੀਸਾ 12. ਭਲੇ
13. ਦਿਆਲੂ 14. ਸਕੂਨ15. ਮੁਆਫੀ 16. ਉਸਾਰੂ 17. ਸਮਾਜ 18. ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ
19. ਭਲੇ ਕੰਮ

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1)ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ | ੳ) ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। |
| 2)ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ | ਅ) ਸਕੂਲ |
| 3)ਚੁੱਪ ਰਹਿਣਾ | ੲ) ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖ |
| 4)ਵਿਦਿਆਰਥੀ | ਸ) ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣਾ |
| 5.ਉਸਾਰੂ | ਹ)ਹਿਰਦਾ |
| 6.ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ | ਕ)ਸੋਚ |
| 7.ਵਿਸ਼ਾਲ | ਖ) ਚੰਗਾ |
| 8.ਸਮਾਜ | ਗ)ਦਇਆ ਤੇ ਮੁਆਫੀ |
| 9ਬਿਹਤਰ | ਘ) ਸੱਭਿਆਚਾਰ |

ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਉੱਤਰ:

- 1.ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ੲ).ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ
- 2.ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ੳ)ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ,
- 3.ਚੁੱਪ ਰਹਿਣਾ ਸ) ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣਾ,
- 4.ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅ) ਸਕੂਲ
- 5.ਉਸਾਰੂ ਕ) ਸੋਚ

- | | |
|----------------|-----------------|
| 6. ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ | ਗ) ਦਇਆ ਤੇ ਮੁਅਫੀ |
| 7. ਵਿਸ਼ਾਲ | ਹ) ਹਿਰਦਾ |
| 8. ਸਮਾਜ | ਘ) ਸਭਿਆਚਾਰ |
| 9. ਬਿਹਤਰ | ਖ) ਚੰਗਾ |

4. ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1: ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚਲੇ ਮਨਜੀਤ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਗੁਣ ਅਪਣਾ ਕੇ ਅਤੇ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਅਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਤਰੱਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਭ ਦੇ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੇ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2: ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਦਿਓ।

ਉੱਤਰ: ਜੀ ਹਾਂ, ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖ, ਸਹਿਜਤਾ, ਸਿਆਣਪ ਅਤੇ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਲਈ ਤਰੱਕੀ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਹਰ ਕੋਈ ਬੁਲੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲਮਈ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਪੱਖ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਵੀ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਕਈ ਸਾਰੀਆਂ ਤਕਲੀਫਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਦਾ ਸਹੀ ਰਾਹ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਹੀ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਗੁਣ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਸਾਥੀ ਕੋਲ ਮਹਿੰਗਾ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?

ਉੱਤਰ: ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗਾ / ਕਰਾਂਗੀ ਸਗੋਂ ਫੋਨ ਲੈਣ ਦੀ ਜਿੱਦ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਵਾਂਗਾ / ਦੇਵਾਂਗੀ। ਮੈਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਕੇ ਖੁੱਦ ਫੋਨ ਲੈਣ ਦੇ ਕਾਬਿਲ ਬਣਾਂਗਾ/ ਬਣਾਂਗੀ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਾਂਗਾ/ ਕਰਾਂਗੀ। ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਫੋਨ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੱਗਰੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਕਦੇ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਕਦਮ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਾਂਗਾ/ਚੁੱਕਾਂਗੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਂ ਮੈਨੂੰ ਨਮੋਸ਼ੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇ, ਸਗੋਂ ਸੰਜਮ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਹਰ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।

5(1). ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਓ:

ਮਨਜੀਤ ਨਾਮ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੱਚ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਸੀ। ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਨੂੰ ਛੋਟੂ ਕਹਿ ਕੇ ਛੇੜਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਗੁੱਸੇ ਨਾਲ ਤੜਫ ਉੱਠਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਟੀ. ਵੀ. 'ਤੇ ਇੱਕ ਫਿਲਮ ਦੇਖੀ, ਜੋ ਉਸ ਵਰਗੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹੀ ਸੀ। ਫਿਲਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੇ ਕੋਈ 'ਛੋਟੂ' ਕਹਿ ਕੇ ਚਿੜਾਉਂਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਬੱਚਾ ਮੁਸਕਰਾ ਛੱਡਦਾ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਆਖਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਕੰਮਾਂ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਬਣਨਾ ਹੈ।

ਇਸ ਫਿਲਮ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ। ਮਨਜੀਤ ਨੇ ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਇਹ ਪ੍ਰਣ ਕਰ ਲਿਆ ਕਿ ਹੁਣ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਿੜਾਉਣ ਤੇ ਖਿਝੇਗਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਸੋਚ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਖੁਸ਼-ਮਿਜਾਜ਼ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵੀ ਪੜ੍ਹਦਾ। ਉਹ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਪਹਿਲੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਅਧਿਆਪਕ ਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਉਸ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰਨ ਲੱਗੇ। ਹੁਣ ਬਾਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਹੀ ਨਾਮ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਂਦੇ। ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਉਸ ਨੇ ਪੀ. ਸੀ. ਐਸ. ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਪਾਸ ਕਰ ਲਿਆ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਗੁਣ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਸਲੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਣ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਾਕੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਉਹ ਠਰੁੱਮੇ ਨਾਲ ਸੁਣ ਕੇ ਵਧੀਆ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਹਰਮਨ-ਪਿਆਰਾ ਅਧਿਕਾਰੀ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਦਾ ਹੀ ਕਮਾਲ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਮਨਜੀਤ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ 'ਛੋਟੂ' ਕਹਿਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਗੁੱਸਾ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਟੀ. ਵੀ. 'ਤੇ 'ਛੋਟੂ' ਨਾਮ ਦੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਦੇਖੀ ਇੱਕ ਫਿਲਮ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ। ਮਨਜੀਤ ਨੇ ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਇਹ ਪ੍ਰਣ ਕਰ ਲਿਆ ਕਿ ਹੁਣ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਚਿੜਾਉਣ ਤੇ ਖਿਝੇਗਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਸੋਚ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਖੁਸ਼-ਮਿਜਾਜ਼ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. ਮਨਜੀਤ ਆਪਣੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਕੀ ਕਰਦਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵੀ ਪੜ੍ਹਦਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰ, ਸਕੂਲ, ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਵਿਚਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਫ਼ਾਇਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਉਪਰੋਕਤ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਮੰਨ ਕੇ ਦੱਸੋ।

ਉੱਤਰ: ਅਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਹਰਮਨ-ਪਿਆਰੇ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਜੀ ਹਾਂ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5. ਕੀ ਕੋਈ ਅਫਸਰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਵਧੀਆ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਜੀ ਹਾਂ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਉਹ ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਬਾਕੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਠਰੁੰਮੇ ਨਾਲ ਸੁਣ ਕੇ ਵਧੀਆ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ।

(2)

ਅਸੀਂ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਣਾ -ਪੀਣਾ ,ਰਹਿਣਾ ,ਬੈਠਣਾ ,ਬੋਲਣਾ ਆਦਿ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ,ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਦੂਜਾ ਵੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਅਲੱਗ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ,ਜਿਸ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ,ਉਸ ਦਾ ਨਾਂ ਹੀ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਹੈ।ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ।ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮਤਲਬ ਖੁਦ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਝਣਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜ਼ੁਲਮ ਨੂੰ ਚੁੱਪ ਕਰਕੇ ਸਹਿਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਸਵੈ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਅਤੇ ਠੋਸ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਵੀ ਹੈ।ਸਾਡੀ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਪਰਖ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਜਲਦੀ ਘਬਰਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ,ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤਨਾਅਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।ਇਸ ਗੁਣ ਲਈ ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ,ਉਸਾਰੂ ਚਿੰਤਨ ਅਤੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਧਿਆਨ-ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1. ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਹੋਣਾ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ:-ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਬਰ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2. ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਵਧੇਰੇ ਸਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ:-ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਸਹਿਜ-ਸਬਰ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3. ਕੀ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮਤਲਬ ਖੁਦ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਝਣਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ:-ਨਹੀਂ ,ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮਤਲਬ ਖੁਦ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਝਣਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜ਼ੁਲਮ ਨੂੰ ਚੁੱਪ ਕਰਕੇ ਸਹਿਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ,ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਸਵੈ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਅਤੇ ਠੋਸ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4. ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ:-ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਅਸੀਂ ਜਲਦੀ ਘਬਰਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤਨਾਅਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ:-ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ,ਉਸਾਰੂ ਚਿੰਤਨ ਅਤੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਧਿਆਨ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(3) ਮਨਜੀਤ ਨਾਮ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੱਦ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਸੀ। ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਨੂੰ ਛੋਟੂ ਕਹਿ ਕੇ ਛੇੜਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਗੁੱਸੇ ਨਾਲ ਤੜਫ ਉੱਠਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਟੀ. ਵੀ. ‘ਤੇ ਇੱਕ ਫਿਲਮ ਦੇਖੀ, ਜੋ ਉਸ ਵਰਗੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹੀ ਸੀ। ਫਿਲਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੇ ਕੋਈ ‘ਛੋਟੂ’ ਕਹਿ ਕੇ ਚਿੜਾਉਂਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਬੱਚਾ ਮੁਸਕਰਾ ਛੱਡਦਾ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਆਖਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਕੰਮਾਂ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਬਣਨਾ ਹੈ।

ਇਸ ਫਿਲਮ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ। ਮਨਜੀਤ ਨੇ ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਇਹ ਪ੍ਰਣ ਕਰ ਲਿਆ ਕਿ ਹੁਣ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਿੜਾਉਣ ਤੇ ਖਿੜੇਗਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਸੋਚ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਖੁਸ਼-ਮਿਜਾਜ਼ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1: ਮਨਜੀਤ ਦਾ ਕੱਦ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਮਨਜੀਤ ਦਾ ਕੱਦ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਸੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2: ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿ ਕੇ ਛੇੜਦੇ ਸਨ?

ਉੱਤਰ: ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਨੂੰ ਛੋਟੂ ਕਹਿ ਕੇ ਛੇੜਦੇ ਸਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3: ਮਨਜੀਤ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਛੋਟੂ ਕਹਿਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਗੁੱਸਾ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਰਗੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਫਿਲਮ ਦੇਖ ਕੇ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਗੁਣ ਸਿੱਖ ਲਿਆ ਸੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4.: ਮਨਜੀਤ ਨੇ ਕੀ ਪ੍ਰਣ ਕਰ ਲਿਆ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਮਨਜੀਤ ਨੇ ਇਹ ਪੁੱਛ ਕਰ ਲਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੇ ਚਿੜਾਉਣ ਤੇ ਖਿਝੇਗਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਕੰਮਾਂ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਬਣਨਾ ਹੈ।

(4)

ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਬਿਰਤੀ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਇਆ, ਮੁਆਫੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਹਿਰਦੇ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਿਹਰਬਾਨ ਹੋ ਕੇ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਉਸਾਰੂ ਸੋਚ ਰੱਖਣਾ ਇਸ ਦਾ ਅਹਿਮ ਪੱਖ ਹੈ। ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹ-ਦਿਲੇ ਵਰਤਾਰੇ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਨਾਲ ਵਿਚਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਇਆ, ਮੁਆਫੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਹਿਰਦੇ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਦਾ ਅਹਿਮ ਪੱਖ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਦਾ ਅਹਿਮ ਪੱਖ ਮਿਹਰਬਾਨ ਹੋ ਕੇ ਇਨਸਾਨ ਲਈ ਉਸਾਰੂ ਸੋਚ ਰੱਖਣਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: ਇਸ ਪਾਠ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਇਸ ਪਾਠ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਿਚ ਥੋੜ੍ਹ-ਦਿਲੇ ਵਰਤਾਰੇ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਨਾਲ ਵਿਚਰਨਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਪਾਠ-2

ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ: ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ/ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ

1.(ੳ) ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

1. ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ੳ. ਦੋਸਤੀ ਅ. ਮਾਂ-ਬਾਪ ਏ. ਭੂਆ-ਫੁੱਫੜ ਸ. ਭੈਣ-ਭਰਾ

ਉੱਤਰ:(ਅ)

2. 'ਰੁੱਖ ਦੀ ਠੰਢੀ ਛਾਂ,.....' ਸਤਰ ਪੂਰੀ ਕਰੋ?

ੳ. ਜਿਵੇਂ ਲੋਰੀ ਦੇਵੇ ਮਾਂ ਅ. ਜਿਵੇਂ ਰੋਟੀ ਖਵਾਵੇ ਮਾਂ ਏ. ਉਹ ਚੂਰੀ ਪਾਵੇ ਕਾਂ ਸ. ਜਿਵੇਂ ਬਨੇਰੇ ਬੋਲੇ ਕਾਂ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

3. 'ਮੈਨੂੰ ਜੰਨਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ' ਕਿਸ ਦੀ ਕਵਿਤਾ ਹੈ?

ੳ. ਸ਼ਿਵ ਕੁਮਾਰ ਬਟਾਲਵੀ ਅ. ਪ੍ਰੋ. ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ

ਏ. ਪਰਗਟ ਸਿੰਘ ਬੰਡਾਲਾ ਸ. ਵਿਧਾਤਾ ਸਿੰਘ

ਉੱਤਰ:(ਏ)

4. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਥਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋ?

ੳ. ਜੰਨਤ ਅ. ਬਹਿਸਤ ਏ. ਸਵਰਗ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

5. ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ੳ. ਰਿਸ਼ਤੇ ਅ. ਆਪਸੀ ਸੰਬੰਧ ਏ. ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਵਰਤਨ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

ਉੱਤਰ: (ਸ)

6. ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੇਣ ਨਾਲ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ੳ. ਵਧੀਆ ਅ. ਚੰਗੇ ਏ. ਆਦਰਸ਼ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

- ਉੱਤਰ: (ਸ)
7. ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਅ.ਮਤਲਬ ਲਈ ਏ. ਪੰਝੂੜੇ ਤੋਂ ਅੰਤਲੇ ਸਵਾਸਾਂ ਤੱਕ ਸ.ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
8. 'ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ : ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਣ ਕਰਨਗੇ?
 ਓ. ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਅ. ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ ਆਦਰ
 ਏ.ਮਾਂ -ਬਾਪ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸ.ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
9. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸ-ਕਿਸ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?
 ਓ.ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਅ. ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਏ. ਭੈਣ-ਭਰਾਵਾਂ ਸ.ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
10. ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਸਮਾਜ ਅੰਦਰ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਸਹਿਯੋਗ ਅ. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਏ. ਹਮਦਰਦੀ ਸ.ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
11. ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 (ਓ) ਪਿਉ-ਪੁੱਤਰ ਦਾ (ਅ) ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ (ਏ) ਭੂਆ-ਭਤੀਜੀ ਦਾ (ਸ) ਭੈਣ-ਭਰਾ ਦਾ
 ਉੱਤਰ (ਅ) ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ
12. ਜੰਨਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਕਿਹੜੀ ਹੈ?
 (ਓ) ਦੇਸ਼ (ਅ) ਪਿੰਡ (ਏ) ਨਾਨਕੇ (ਸ) ਮਾਪੇ
 ਉੱਤਰ (ਸ) ਮਾਪੇ
13. ਕੌਣ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਛਾਂ ਸਦਾ ਰਹੇ?
 (ਓ) ਪ੍ਰਗਟ ਸਿੰਘ (ਅ) ਦਾਦਾ ਜ (ਏ) ਗੁਆਂਢੀ (ਸ) ਪੁਲਿਸ ਵਾਲੇ
 ਉੱਤਰ(ਓ) ਪ੍ਰਗਟ ਸਿੰਘ
14. ਛੋਟੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਲੋਰੀਆਂ ਕੌਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?
 (ਓ) ਮਾਂ(ਅ) ਦਾਦੀ(ਏ) ਪਿਤਾ (ਸ) ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ (ਓ) ਮਾਂ
15. ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਤਾਂ ਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਕੌਣ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹੈ?
 (ਓ) ਗ੍ਰੰਥੀ ਸਿੰਘ (ਅ) ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ (ਏ) ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ (ਸ) ਫੁੱਫੜ ਤੇ ਮਾਸੜ
 ਉੱਤਰ (ਏ) ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ
16. ਕਿਸ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਅਸਲ ਨਰੋਏ ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ ਹੈ?
 (ਓ) ਸਮਾਜਿਕ ਨਾਤਿਆਂ ਤੇ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਲਈ (ਅ) ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ
 (ਏ) ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ
 ਉੱਤਰ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ
17. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਵਧੇਰੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ?
 (ਓ) ਦਾਦਾ (ਅ) ਮਾਂ (ਏ) ਪਿਤਾ (ਸ) ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇ।
 ਉੱਤਰ:- (ਸ) ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇ
18. 'ਰੁੱਖ ਦੀ ਠੰਢੀ ਛਾਂ,.....' ਸਤਰ ਪੂਰੀ ਕਰੋ?
 (ਓ)ਜਿਵੇਂ ਲੋਰੀ ਦੇਵੇ ਮਾਂ (ਅ) ਜਿਵੇਂ ਰੋਟੀ ਖਵਾਵੇ ਮਾਂ
 (ਏ) ਉਹ ਚੁਰੀ ਪਾਵੇ ਕਾਂ (ਸ) ਜਿਵੇਂ ਬਨੇਰੇ ਬੋਲੇ ਕਾਂ
 ਉੱਤਰ:- (ਓ)ਜਿਵੇਂ ਲੋਰੀ ਦੇਵੇ ਮਾਂ
19. ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?
 (ਓ) ਰਿਸ਼ਤੇ (ਅ) ਆਪਸੀ ਸੰਬੰਧ
 (ਏ) ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਵਰਤਨ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ:- (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
20. ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀ ਗੁਣ ਗੁਣਾਉਂਦਾ ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ?
 (ਓ) ਕਿਸੇ ਦਾ ਭਲਾ ਨਾ ਕਰੇ । (ਅ) ਕਰ ਭਲਾ ਹੋ ਭਲਾ, ਅੰਤ ਭਲੇ ਦਾ ਭਲਾ ।
 (ਏ) ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਨਹੀਂ ਬਿਠਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ।(ਸ) ਭਲਾ ਕਰਨਾ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ ।

- ਉੱਤਰ: (ਅ)
21. ਸੌਰਭ ਜਦ ਸਾਈਕਲ ਤੋਂ ਡਿੱਗਿਆ ਤਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨੇ ਕੀ ਕੀਤਾ?
 (ੳ) ਉਸਦੀ ਵਰਦੀ ਝਾੜੀ ਤੇ ਹਾਲ ਪੁਛਿਆ । (ਅ) ਉਸਨੂੰ ਝਿੜਕਿਆ ।
 (ੲ) ਵਰਦੀ ਝਾੜੀ ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਹੋਲੀ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ । (ਸ) ਉਸਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਗਏ ।
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
22. ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਕੀ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਕੰਮ (ਅ) ਭਵਿੱਖ (ੲ) ਸਮਾਂ (ਸ) ਪਵਿੱਤਰਤਾ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
23. ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਕਲਾਵਾਂ ਸਿਖਾ ਕੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ (ਅ) ਸਹਿਯੋਗ (ੲ) ਗਿਆਨ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
24. ਸਕੂਲ ਸਭ ਲਈ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਸਾਂਝੀ (ਅ) ਵੱਖਰੀ (ੲ) ਇਕੱਲੀ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
25. ਅਲਮਨੀ ਮੀਟ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
 (ੳ) ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਿਲਣੀ (ਅ) ਪੁਰਾਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਿਲਣੀ
 (ੲ) ਦੋਨਾਂ ਓ ਅਤੇ ਅ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
26. ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ ਆਈਆਂ ਸਨ?
 (ੳ) 100 (ਅ) 50 (ੲ) 120 (ਸ) 140
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
27. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੇ ਅਧਿਕਾਰੀ /ਕਰਮਚਾਰੀ ਸਕੂਲ ਆਏ ਸਨ?
 (ੳ) ਡੀ. ਆਈ.ਜੀ. ਅ. ਐੱਸ. ਐੱਸ. ਪੀ. (ੲ) ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
28. ਸਕੂਲ ਆਏ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਕੀ ਬਣਾ ਕੇ ਦੇਣਾ ਸੀ?
 (ੳ) ਬਗੀਚੀ (ਅ) ਕਮਰਾ (ੲ) ਥਇਟਰ-ਨੁਮਾ ਹਾਲ (ਸ) ਲਾਇਬਰੇਰੀ
 ਉੱਤਰ:(ੲ)
29. ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਥਇਟਰ-ਨੁਮਾ ਹਾਲ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਕੀ ਬਣਾ ਕੇ ਦੇਣਾ ਸੀ?
 (ੳ) ਓਪਨ ਜ਼ਿੰਮ (ਅ) ਕੰਪਿਊਟਰ ਲੈਬ (ੲ) ਲਾਇਬਰੇਰੀ (ਸ) ਰਸੋਈ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
30. ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜਾ ਕਾਰਜ ਕਰੋਗੇ?
 (ੳ) ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ (ਅ) ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਢੁਕਵੇਂ ਥਾਂ ਰੱਖਣਾ (ੲ) ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨਾ
 (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
31. ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਧਿਆਪਕ ਪਾਸੋਂ ਕੀ ਅਗਵਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ?
 (ੳ) ਪਿਆਰ (ਅ) ਸਤਿਕਾਰ (ੲ) ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਭ ਕੁੱਝ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
32. ਸਕੂਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ-ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਕੀ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਹੈ?
 (ੳ) ਕੰਮ (ਅ) ਭੂਤਕਾਲ (ੲ) ਭਵਿੱਖ (ਸ) ਸਮਾਂ

ਉੱਤਰ:(ੲ)

33. ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜਾ ਕਾਰਜ ਕਰੋਗੇ?
(ੳ) ਬੁਟਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ (ਅ) ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਢੁਕਵੇਂ ਥਾਂ ਰੱਖਣਾ
(ੲ) ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨਾ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

ਉੱਤਰ:(ਸ)

2 ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ:

- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ _____ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
(ਚਾਚਾ-ਚਾਚੀ/ ਮਾਂ-ਬਾਪ/ ਭੂਆ-ਫੁੱਫੜ/ ਮਾਮਾ-ਮਾਮੀ)
- ਪਿਆਰ ਹੀ ਬੱਚੇ ਅੰਦਰ _____ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।
(ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ/ ਨਫਰਤ/ ਘਿਰਨਾ/ ਚਾਪਲੂਸੀ)
- ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ _____ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। (ਚੌਸ਼ਨੀ/ ਬੁੱਧੀ/ ਲਿਖਾਈ/ਰੀਸ)
- ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪਿਆਰ _____ ਚਲਦਾ ਹੈ।
(ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ/ ਰੁਕ-ਰੁਕ/ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ/ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਰ ਪੀੜ੍ਹੀ)
- ਇਸੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚੋਂ _____ ਤੇ _____ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।
(ਨਰੋਏ,ਆਦਰਸ਼/ਨਫਰਤ,ਪਿਆਰ/ਸੁਸਤ,ਚਲਾਕ/ਈਰਖਾਲੂ,ਹਾਉਮੈ)
- ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਉਹ.....ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ,ਜਿਹੜੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਹੈ।
(ਚੰਗੀ/ਸਾਫ਼/ਪਵਿੱਤਰ/ਸੁੰਦਰ)

ਉੱਤਰ:- 1. ਮਾਂ-ਬਾਪ 2. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ 3.ਬੁੱਧੀ 4. ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਰ ਪੀੜ੍ਹੀ 5. ਨਰੋਏ,ਆਦਰਸ਼ 6. ਪਵਿੱਤਰ

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

- | | |
|----------------|--------------------|
| 1.ਸਮਝਦਾਰ | ੳ. ਮਾਂ-ਬਾਪ |
| 2.ਆਦਰਸ਼ | ਅ. ਇਨਸਾਨ |
| 3.ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ | ੲ. ਸਮਾਜ |
| 4.ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ | ਸ. ਸਫਲਤਾ |
| 5.ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ | ਹ. ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ |
| 6.ਨਰੋਏ ਜੀਵਨ | ਕ. ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ |

ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਉੱਤਰ:

- | | |
|----------------|--------------------|
| 1.ਸਮਝਦਾਰ | ਅ.ਇਨਸਾਨ |
| 2. ਆਦਰਸ਼ | ੲ.ਸਮਾਜ |
| 3. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ | ਸ.ਸਫਲਤਾ |
| 4.ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ | ੳ.ਮਾਂ-ਬਾਪ , |
| 5. ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ | ਕ. ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ , |
| 6.ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ | ਹ. ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ |

4 ਓ) ਸੰਖੇਪ ਪ੍ਰਸ਼ਨ-ਉੱਤਰ:

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:1 ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ-ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਮਹੱਤਵ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਪਾਲਦੇ ਹਨ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਕਲੀਫਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਿਆਰ ਹੀ ਬੱਚੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਅੱਗੇ ਵੱਧਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਤੇ ਸਮਝਦਾਰ ਇਨਸਾਨ ਬਣਦਾ

ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫ ਵਿੱਚ ਸਾਂਭਣ ਅਤੇ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਬਲ ਬਖਸ਼ਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪਿਆਰ ਪੀੜ੍ਹੀ-ਦਰ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਰੋਏ ਤੇ ਆਦਰਸ਼ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਪਾਠ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਰਿਸ਼ਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀਮਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਉਂ?

ਉੱਤਰ: ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਦਿਖਾਈ ਹੈ। ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਪਾਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਮਿਲੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਹੀ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ। ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਮੈਨੂੰ ਜੰਨਤ ਦੀ ਥਾਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਮੇਰੀ ਹਰ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਇਨਸਾਨ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਹਰ ਚੰਗੇ-ਮਾੜੇ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਵਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰੁਤਬਾ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਿਲ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: “ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ: ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ” ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਵਿਸ਼ੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਗੀਤ/ਕਵਿਤਾ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ?

ਉੱਤਰ: ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਮੋਹ ਸਬੰਧੀ ਗੀਤ/ਕਵਿਤਾ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਗੁਣ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਨੈਤਿਕਤਾ, ਸਤਿਕਾਰ, ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾ, ਨਿਮਰਤਾ, ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਤੇ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਵਰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਕੀ-ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਰਿਸ਼ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ6: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਪੰਝੂੜੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅੰਤਲੇ ਸਵਾਸਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ7: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅਸਲ ਨਰੋਏ ਜੀਵਨ ਦੀ ਝਲਕ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਨਾਤਿਆਂ, ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਮਾਪਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਆਦਿ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਹੀ ਅਸਲ ਨਰੋਏ ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ8: ਪਾਠ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਰਿਸ਼ਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀਮਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਉਂ?

ਉੱਤਰ: ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਦਿਖਾਈ ਹੈ। ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਪਾਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਮਿਲੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਹੀ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ। ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਮੈਨੂੰ ਜੰਨਤ ਦੀ ਥਾਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਮੇਰੀ ਹਰ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਇਨਸਾਨ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਹਰ ਚੰਗੇ-ਮਾੜੇ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਵਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰੁਤਬਾ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਿਲ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ9: “ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ: ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ” ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਵਿਸ਼ੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਗੀਤ/ਕਵਿਤਾ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ?

ਉੱਤਰ: ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਮੋਹ ਸਬੰਧੀ ਗੀਤ/ਕਵਿਤਾ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ10: ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਬਹੁ-ਪੱਖੀ ਨਿਖਾਰ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਹੀ ਉਹ ਸਥਾਨ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਬਚਪਨ ਦਾ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਜਿਊਣਯੋਗ ਹੁਨਰ ਦੀਆਂ ਕਲਾਵਾਂ ਸਿਖਾ ਕੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸ਼ਖਸ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਸਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਘੜਦਾ, ਤਰਾਸ਼ਦਾ ਤੇ ਨਿਖਾਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਬੁਲੰਦੀਆਂ ‘ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦਾ ਬੜਾ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਰੁੱਖ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਜੜ੍ਹੇ ਪੁੱਟੇ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਕੂਲ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤਾਕਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ11: ਫੰਕਸ਼ਨ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ “ਅਲੁਮਨੀ ਮੀਟ” ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੰਨੇ ਜਣੇ ਪਿਛਲੀ ਗਰਾਊਂਡ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਗਏ ਸਨ। ਉਥੇ ਜਾ ਕੇ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ?

ਉੱਤਰ: ਫੰਕਸ਼ਨ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ “ਅਲੁਮਨੀ ਮੀਟ” ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੰਨੇ ਜਣੇ ਪਿਛਲੀ ਗਰਾਊਂਡ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਗਏ ਸਨ। ਉਥੇ ਜਾ ਕੇ ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਵਾਂਗ ਗੱਲਾਂ ਕਰ-ਕਰ ਕੇ ਹੱਸ ਰਹੇ ਸੀ ਕਿ ਇੱਥੇ ਗੁੱਲੀ-ਡੰਡਾ ਖੇਡਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ, ਇੱਧਰ ਖੋ-ਖੋ ਖੇਡਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ, ਇੱਥੇ ਬਾਂਟੇ ਖੇਡਦਿਆਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਬੜੀ ਕੁੱਟ ਪਈ ਸੀ। ਬੜੀਆਂ ਹਾਸੇ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਨ ਤੇ ਸਾਰੇ ਬੜੇ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਰਹੇ ਸਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ12: “ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ” ਪਾਠ ਵਿਚਲੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਜਮਾਤ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਾਰੀ ਸਿਰ ਅਧਿਆਪਕ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ 5 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇੱਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਉਥੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੋਹ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਕਰਕੇ ਆਉਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਕਾਰਜ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?

ਉੱਤਰ: ਸਾਡੇ/ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਜ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ:

1. ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਜਗ ਰਹੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ, ਚੱਲ ਰਹੇ ਪੱਖੇ, ਮੋਟਰ ਆਦਿ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਆਉਣਾ।
2. ਸਕੂਲ ਦੇ ਬੂਟਿਆਂ/ਕਿਆਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਾ ਕੇ ਆਉਣਾ।
3. ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੁੱਖ ਦੁਆਰ ‘ਤੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਕੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨਾ।
4. ਸਕੂਲ ਦੇ ਖਿੱਲਰੇ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮਾਨ/ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਢੁਕਵੀਂ ਜਗ੍ਹਾ ‘ਤੇ ਰੱਖਣਾ।
5. ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਚੱਲ ਰਹੀ ਕਿਸੇ ਪਾਣੀ ਵਾਲੀ ਟੂਟੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ13. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਬਹੁ-ਪੱਖੀ ਨਿਖਾਰ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਹੀ ਉਹ ਸਥਾਨ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਬਚਪਨ ਦਾ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਜਿਉਣਯੋਗ ਹਨਰ ਦੀਆਂ ਕਲਾਵਾਂ ਸਿਖਾ ਕੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸ਼ਖਸ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਸਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਘੜਦਾ, ਤਰਾਸ਼ਦਾ ਤੇ ਨਿਖਾਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਬੁਲੰਦੀਆਂ ‘ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦਾ ਬੜਾ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਰੁੱਖ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਜੜ੍ਹੇ ਪੁੱਟੇ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਕੂਲ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤਾਕਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ14: “ਅਲੁਮਨੀ ਮੀਟ” ਵਿੱਚ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੋਇਆ ਸੀ ਕਿ ਜਿੰਨੇ ਮੈਂਬਰ ਇੱਥੇ ਆਏ ਸੀ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕੋਲੋਂ ਪੈਸੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਦੇਣਗੇ? ਇਹਨਾਂ ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ?

ਉੱਤਰ: ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਥੀਏਟਰ-ਨੁਮਾ ਹਾਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਓਪਨ ਜ਼ਿੰਮ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕਰਵਾ ਕੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ15. “ਅਲੁਮਨੀ ਮੀਟ” ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦੇ ਅਧਾਰ ‘ਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਹਾਂ/ਨਹੀਂ ਵਿੱਚ ਦਿਓ;

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਦੀ ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਕੂਲ ਸਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇ ਮੁਕਾਮ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦੇਵੋਗੇ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ15: “ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ” ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਗਤੀਵਿਧੀ ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਅਲੁਮਨੀ ਮੀਟ (ਪੁਰਾਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਿਲਣੀ) ਹੈ।

5.(1) ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਓ:

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਪਾਲਦੇ ਹਨ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਕਲੀਫਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਿਆਰ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਅੱਗੇ ਵਧਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਤੇ ਸਮਝਦਾਰ ਇਨਸਾਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫ ਵਿੱਚ ਸਾਂਭਣ ਅਤੇ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਬਲ ਬਖਸ਼ਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪਿਆਰ ਪੀੜ੍ਹੀ-ਦਰ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਰੋਏ ਤੇ ਆਦਰਸ਼ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਿਉਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਾਪੇ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਕਲੀਫਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਅਤੇ ਉਸ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ,ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਭਰ ਕੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਮਿਲੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਕੀ ਬਣਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਅੱਗੇ ਵਧਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਤੇ ਸਮਝਦਾਰ ਇਨਸਾਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪਿਆਰ ਪੀੜ੍ਹੀ-ਦਰ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਨਰੋਏ ਤੇ ਆਦਰਸ਼ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

(2)

ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਪੰਝੂੜੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅੰਤਲੇ ਸਵਾਸਾਂ ਤੱਕ ਦੀ ਸਾਂਝ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਨੈਤਿਕਤਾ, ਆਪਸੀ ਮਿਲਵਰਤਨ, ਸਤਿਕਾਰ, ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾ, ਨਿਮਰਤਾ, ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਤੇ ਆਪਸੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਨਾਤਿਆਂ , ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ , ਅਧਿਆਪਕਾਂ , ਮਾਪਿਆਂ , ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ , ਬੱਚਿਆਂ ਆਦਿ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਹੀ ਅਸਲ ਨਰੋਏ ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਗੁਣ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਨੈਤਿਕਤਾ, ਸਤਿਕਾਰ, ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾ, ਨਿਮਰਤਾ , ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਤੇ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਵਰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਕੀ-ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਰਿਸ਼ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਪੰਝੂੜੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅੰਤਲੇ ਸਵਾਸਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅਸਲ ਨਰੋਏ ਜੀਵਨ ਦੀ ਝਲਕ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਨਾਤਿਆਂ, ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਮਾਪਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਆਦਿ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਹੀ ਅਸਲ ਨਰੋਏ ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ ਹੈ।

(3) ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਹੀ ਉਹ ਸਥਾਨ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਬਚਪਨ ਦਾ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ , ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਜਿਉਣਯੋਗ ਹੁਨਰ ਦੀਆਂ ਕਲਾਵਾਂ ਸਿਖਾ ਕੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸ਼ਖਸ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਘੜਦਾ , ਤਰਾਸ਼ਦਾ ਤੇ ਨਿਖਾਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਬੁਲੰਦੀਆਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦਾ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ। ਜੇ ਰੁੱਖ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਜੜ੍ਹਾਂ ਪੁੱਟੇ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਕੂਲ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤਾਕਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਕਈ ਬੱਚੇ ਭਾਵੇਂ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਨਾ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹੋਣ, ਪਰ ਸਕੂਲੀ ਵਿੱਦਿਆ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ 'ਤੇ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਭਾਵੇਂ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਸਾਂਝੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅੱਗੇ ਲੰਘਦਿਆਂ ਇਹੋ ਗੱਲ ਹੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰਾ ਸਕੂਲ ਹੈ। 'ਇਹ ਮੇਰਾ' ਸ਼ਬਦ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਸਕੂਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਚਪਨ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ,ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਜਿਊਣਯੋਗ ਹੁਨਰ ਦੀਆਂ ਕਲਾਵਾਂ ਸਿਖਾ ਕੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨਿਖਾਰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ:ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸ਼ਖਸ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਸਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਘੜਦਾ ਤੇ ਨਿਖਾਰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਇਹ 'ਮੇਰਾ ਸਕੂਲ' ਹੈ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਸ਼ਬਦ 'ਮੇਰਾ' ।

ਪਾਠ- 3. ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ / ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ

1. ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

- (1) ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?
(ੳ)ਅੰਤਰ-ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ (ਅ) ਤਾਕਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ
(ੲ) ਓ ਅਤੇ ਅ ਦੋਨੋਂ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

ਉੱਤਰ:(ੲ)

2. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਨਹਿਰੀ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?
ੳ. ਸਾਰਥਕ ਸੋਚ ਨਾਲ ਅ. ਅਸਫਲਤਾ ਨਾਲ

ੲ. ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕਰਕੇ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

3. ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੈ?

ੳ. ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਪਰਖ ਅ. ਸਹੀ ਤੇ ਗ਼ਲਤ ਪਰਖ

ੲ. ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਪਰਖ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

4. 'ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ' ਪਾਠ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਦੁਆਰਾ ਦੁਹਰਾਈ ਕਵਿਤਾ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ?

ੳ. ਮਿਹਨਤ ਨਾ ਕਰਨੀ ਦੀ ਅ. ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਦੀ ਏ. ਵਿਹਲੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸ ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

ਉੱਤਰ: (ਅ)

5. 'ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ' ਪਾਠ ਅਨੁਸਾਰ ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਦਾ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਰਵੱਈਆ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੀ?

ੳ. ਚੰਗਾ ਅ. ਮਾੜਾ ਏ. ਝਗੜਾਲੂ ਸ. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

ਉੱਤਰ: (ਅ)

6. 'ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ' ਪਾਠ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ ਦਾ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਸਮਾਂ ਹੈ?

ੳ. 5 ਮਿੰਟ ਅ. 20 ਮਿੰਟ ਏ. 10 ਮਿੰਟ ਸ. 3 ਮਿੰਟ

ਉੱਤਰ: (ੲ)

7. 'ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ' ਪਾਠ ਅਨੁਸਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਿੱਥ ਕੇ ਆਪਣੀ ਕੀ ਵਧਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ੳ. ਮਿਹਨਤ ਅ. ਯੋਗਤਾ ਏ. ਸਾਰਥਕ ਸੋਚ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

ਉੱਤਰ: (ਸ)

8. 'ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ' ਪਾਠ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਸੈਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਸੀ?

ੳ. ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਅ. ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਏ. ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਸ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

9. 'ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਪੇਪਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਕਲ ਦਾ ਕੇਸ ਕਿਸ ਦਾ ਬਣਦਾ ਹੈ?

- ੳ. ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਅ. ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ ਈ. ਨਵਕਿਰਨ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
10. ਆਪਣੇ ਅਪ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੁਚੱਜੀ ਪਰਖ ਕਿਹੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
(ੳ) ਚੰਗਾ ਹੁਨਰ(ਅ) ਚੰਗੀ ਕਲਾ (ਈ) ਲੀਡਰ ਹੋਣਾ(ਸ) ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
11. ਅੱਖੇ ਪੰਥ ਕਿਵੇਂ ਮੁਕਾਈਦੇ ਹਨ?
(ੳ) ਸੌ ਕੇ (ਅ) ਗਾ ਕੇ (ਈ) ਹਿੰਮਤ ਕਰਕੇ (ਸ) ਸੈਰ ਕਰਕੇ
ਉੱਤਰ: (ਈ)
12. ਹੌਸਲੇ ਕੌਣ ਢਾਹੁੰਦੇ ਹਨ?
(ੳ) ਦਲੇਰ (ਅ) ਸਿਆਣੇ(ਈ) ਕਾਇਰ (ਸ) ਮੂਰਖ
ਉੱਤਰ: (ਈ)
13. ਜੱਗ ਉੱਤੇ ਕਿਸਦੀ ਜਿੱਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
(ੳ) ਆਲਮੀ ਦੀ (ਅ) ਗਾਲੜੀ ਦੀ(ਈ) ਮਿਹਨਤੀ ਦੀ (ਸ) ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਦੀ
ਉੱਤਰ: (ਈ)
14. ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ , ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
ੳ. ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਅ. ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਗਾੜ
ਈ.ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਖਿਆਲ ਸ. ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਧਿਆਨ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
15. ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਕੀ-ਕੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
ੳ. ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ ਅ. ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਈ. ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਕਾਸ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
16. ‘ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ’ ਪਾਠ ਦੀ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਅਪਨਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ?
ੳ. ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅ. ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਈ. ਈਰਖਾ ਵਾਲਾ ਸ. ਗੈਰ-ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
17. ਅੰਤਰ-ਝਾਤ ਲਈ ਕਿਸ ਨੂੰ ਖੋਜਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ?
ੳ. ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਅ. ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ
ਈ. ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
18. ‘ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ’ ਪਾਠ ਦੀ ਚੌਥੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰੇਗਾ?
ੳ. ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅ. ਸਵੈ-ਮਾਣ ਈ. ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਸ . ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
19. ‘ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ’ ਪਾਠ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਕਿਸ ਰਾਹੀਂ ਆਵੇਗੀ?
ੳ. ਹਮਦਰਦੀ ਅ. ਅਸਹਿਯੋਗ ਈ. ਸਵੈ-ਚਿੰਤਨ ਸ. ਮੁਲਾਂਕਣ
ਉੱਤਰ: (ਈ)
20. ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?
(ੳ)ਅੰਤਰ-ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ (ਅ) ਤਾਕਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ
(ਈ) ਓ ਅਤੇ ਅ ਦੋਨੋਂ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ:(ਈ)

21. ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖ਼ਾਰ (ਅ) ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਗਾੜ
 (ੲ) ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ (ਸ) ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਧਿਆਨ
ਉੱਤਰ:(ੳ)
22. ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ (ਅ) ਸਮਾਜ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿੱਚ
 (ੲ) ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
23. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨਿਖ਼ਾਰਨ ਲਈ ਕਿਸ ਕਿਸ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰੋਗੇ।
 (ੳ) ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ (ਅ) ਦੇਸ਼ ਲਈ
 (ੲ) ਸਮਾਜ ਲਈ (ਸ) ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
24. ਸਕੂਲ ਦੇ ਫੰਕਸ਼ਨ/ਪ੍ਰੋਗਰਮ ਲਈ ਕਿਸ ਨੂੰ ਵੱਧ ਚੜ੍ਹਕੇ ਤਿਆਰੀ ਕਰਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?
 (ੳ) ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ (ਅ) ਸਰਪੰਚ ਨੂੰ (ੲ) ਮਾਲੀ ਨੂੰ (ਸ) ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
25. ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
 (ੳ) ਸਮਾਜ ਉਸਾਰੀ (ਅ) ਬੌਧਿਕ ਉਸਾਰੀ
 (ੲ) ਚਰਿੱਤਰ ਵਿਕਾਸ (ਸ) ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖ਼ਾਰ
ਉੱਤਰ: (ਸ)

26. ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?
 (ੳ) ਸਲਾਮਾ ਇਨਾਮ ਵੰਡ ਸਮਾਰੋਹ (ਅ) ਸਲਾਨਾ ਖੇਡ ਮੇਲਾ
 (ੲ) ਵਿਦਿਅਕ ਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਮੁਕਾਬਲੇ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)

2. ਖਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ:

1. ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕਣ ਦੀ _____ ਹੈ।
 (ਚੇਤਨਾ/ਗੰਭੀਰਤਾ/ਸੋਚ/ਭਾਵਨਾ)
2. _____ ਅਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਪਰਖ ਹੈ। (ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ/ਜਾਗਰੂਕਤਾ/ਜਾਗਰਣ/ਸਵੈ)
3. ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ-ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ _____ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
 (ਕਲਾ/ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ/ਚੇਤਨਾ/ਬਿਰਤੀ)
4. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਉਸਾਰੀ ਪਾਠ ਰਾਹੀਂ ਕਿਹੜੇ ਨਵੇਂ _____ ਸਿੱਖੇ। (ਗੁਰ/ਹੁਨਰ/)
5. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ _____ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਨਿਖ਼ਾਰਨ ਤਰਾਸ਼ਣ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹੇਗਾ। (ਅਕਲਮੰਦੀ/ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ/ਦੌਲਤ/ਧੰਨ)
6. ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ _____ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਹੈ। (ਨਿਖ਼ਾਰ / ਵਿਅਕਤੀਤਵ/ਰੋਲ/ਪਾਤਰ)
7. ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, _____ ਅਤੇ _____ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖ਼ਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
 (ਸੰਵਰਨ, ਵਿਕਸਿਤ/ਸਮਾਜ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ/ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ/ਵਿੱਤੀ-ਹਾਲਾਤ)
8. ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ _____ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
 (ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ/ ਅਸਹਿਯੋਗੀ/ਵਿਚਰਨ-ਵਿਹਾਰ/ਸਥਿਤੀਆਂ)
9. _____ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
 (ਨੁਹਾਰ/ਵਿਸ਼ਵਾਸ/ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ/ਰਵੱਈਆ)
10.ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਮੈਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਿੱਥ ਕੇ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚਾਂਗਾ। (ਆਤਮ-ਪਰਖ/ਆਤਮ-ਭਰੋਸਾ/ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ/ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ)
ਉੱਤਰ:- 1. ਚੇਤਨਾ 2. ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ 3. ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ 4. ਗੁਰ 5. ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ 6. ਵਿਅਕਤੀਤਵ 7. ਸੰਵਰਨ, ਵਿਕਸਿਤ 8. ਵਿਚਰਨ, ਵਿਹਾਰ 9. ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ 10. ਆਤਮ ਚਿੰਤਨ

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

- | | | |
|----------------------|-----|------------------------------------|
| 1. ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਕਾਸ | (ੳ) | ਆਪਣੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ |
| 2. ਅੰਤਰ -ਝਾਤ | (ਅ) | ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਅ |
| 3. ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ | (ੲ) | ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੀ ਖੋਜ |

4. ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਚਰਨ - ਵਿਹਾਰ (ਸ) ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ
 5. ਆਪਣੇ ਦੀ ਸੱਚੀ ਪਰਖ (ਹ) ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ

ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਉੱਤਰ:

1. ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਕਾਸ (ਹ) ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ
 2. ਅੰਤਰ-ਝਾਤ (ੲ) ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੀ ਖੋਜ
 3. ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ (ੳ) ਆਪਣੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ
 4. ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਚਰਨ- ਵਿਹਾਰ (ਅ) ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਅ
 5. ਆਪਣੇ ਦੀ ਸੱਚੀ ਪਰਖ (ਸ) ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ

4) ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਤਰ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੌਰਾਨ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਸ ਵਿਸ਼ੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਵਿਤਾ ਸੁਣਾਈ?

ਉੱਤਰ: ਕਵਿਤਾ “ਆਸਾਂ ਵਾਲੇ ਦੀਵੇ” ਸੁਣਾਈ ਅਤੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਅਰਥ ਸਮਝਾ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ, ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਿੱਥ ਕੇ ਹਿੰਮਤ ਤੇ ਹੌਂਸਲੇ ਨਾਲ ਮੰਜ਼ਿਲ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵੱਲ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਪਰਖ ਹੈ, ਜੋ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੌਣ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਦੂਜਿਆਂ ‘ਤੇ/ਸਮਾਜ ‘ਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ? ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਕੀ ਹਨ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਕੀ ਹਨ? ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੁਹਾਡੀ ਸਵੈ-ਪਰਖ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਰਗੇ ਵਡਮੁੱਲੇ ਗੁਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ। ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸੁਨਹਿਰਾ ਭਵਿੱਖ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਬਣ ਕੇ ਵਿਚਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦੇ ਅਧਾਰ ‘ਤੇ ਜਵਾਬ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ ਵਾਂਗ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਵਾਂਗ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?

ਉੱਤਰ: ਮੈਂ ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ ਵਾਂਗ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਸੁਪਨੇ ਪੂਰੇ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਨਿਖਾਰ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ, ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤਾਂ, ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕੀ ਕਾਰਕ, ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ-ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਣ, ਉੱਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:5. ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੇ ਪਸੰਦੀਦਾ ਕੰਮ ਦੱਸੋ ?

ਉੱਤਰ: 1. ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਵੇਰੇ ਜਲਦੀ ਉੱਠਦਾ/ਉੱਠਦੀ ਹਾਂ।

2. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵੱਡਿਆਂ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਜੀ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਹੀ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੱਥਾ ਟੇਕਦਾ ਹਾਂ।

3. ਮੈਂ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਸੈਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਵੀ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ।

4. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ /ਕਰਦੀ ਹਾਂ।

5. ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ -ਪਿਤਾ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ।

6. ਮੈਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦਾ/ਜਾਂਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸਕੂਲ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਸਵੇਰ ਦੀ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੁੰਦਾ/ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ।

7. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ।

8. ਮੈਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ।

9. ਮੈਂ ਸਦਾ ਸੱਚ ਦਾ ਸਾਥ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ।

10. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ-ਜੁਲ ਕੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ/ਰਹਿੰਦੀ ਹਾਂ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ6: ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਜੋ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਆਨ ਕਰੋ?

ਉੱਤਰ: ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਹੋਇਆ। ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲਗਨ ਦੀ ਕਮੀ ਹੈ ਤੇ ਮੈਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ। ਮੈਂ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸੰਪੂਰਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਬਣ ਕੇ ਵਿਚਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨੂੰ ਛੂਹ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਅਧਿਆਪਕ ਬਣਾਗੀ/ਬਣਾਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ7: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਨਿਖਾਰ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ, ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤਾਂ, ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕੀ ਕਾਰਕ, ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ-ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਣ, ਉੱਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

5 (1) ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉੱਤਰ ਦਿਓ।

ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਆਪਣੇ -ਆਪ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਪਰਖ ਹੈ, ਜੋ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੌਣ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ /ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ? ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਕੀ ਹਨ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਕੀ ਹਨ? ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੁਹਾਡੀ ਸਵੈ-ਪਰਖ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਿਆਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ, ਉਮਰ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਜਿਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਿਚਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਰਗੇ ਵਡਮੁੱਲੇ ਗੁਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ। ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸੁਨਹਿਰਾ ਭਵਿੱਖ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਬਣ ਕੇ ਵਿਚਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸਿੱਖ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਜ਼ਰੂਰ ਬਖਸ਼ਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਆਪਣੇ -ਆਪ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਪਰਖ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਪਰਖ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਕੀ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਸਾਨੂੰ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਸਾਨੂੰ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਹੀਂ ਵੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

(2)

ਪਿਆਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ, ਉਮਰ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਜਿਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਿਚਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਰਗੇ ਵਡਮੁੱਲੇ ਗੁਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ। ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸੁਨਹਿਰਾ ਭਵਿੱਖ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਬਣ ਕੇ ਵਿਚਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਾ ਰੋਕੇ, ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸਿੱਖ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਜ਼ਰੂਰ ਬਖਸ਼ਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਸਵੈ -ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਕੀ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਸਾਨੂੰ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਸਾਨੂੰ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਹੀਂ ਵੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਵੈ-ਜਗਰੂਕਤਾ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

(3)

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ, ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤਾਂ, ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕੀ ਕਾਰਕ, ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ - ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਣ, ਉੱਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਕਿਹੜੇ ਕਾਰਕ ਹਨ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ, ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤਾਂ, ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕੀ ਕਾਰਕ, ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਯਾ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਂਦਾ, ਉੱਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਕੀ-ਕੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ-ਵਿਹਾਰਨ ਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸ਼ਖਸੀਅਤ।

(4)

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ, ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤਾਂ, ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕੀ ਕਾਰਕ, ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ-ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਣ, ਉੱਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਕਿਹੜੇ ਕਾਰਕ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਨ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੋ-ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ, ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤਾਂ, ਸਥਿਤੀਆਂ ਆਦਿ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਣ, ਉੱਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਅਪਨਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਕੀ-ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪਾਠ-4. ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ

1 ਓ) ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ

1. ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਆਪਸੀ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?
 ਓ. ਅਸਹਿਯੋਗ ਅ. ਸਹਿਯੋਗ ਏ. ਝਗੜਾ ਸ. ਅਸਹਿਮਤੀ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
2. ਹਮ-ਉਮਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਸਹਿ- ਸਮੂਹ ਅ. ਅਸਹਿ ਸਮੂਹ ਏ. ਅਲੱਗ-ਸਮੂਹ ਸ. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
3. ਪਾਠ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੈ?
 ਓ. ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਨਾਲ ਅ ਚੰਗੀ ਸੰਗਤ ਕਰਨ ਨਾਲ
 ਏ. ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
4. ‘ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ’ ਪਾਠ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ?
 ਓ. ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅ. ਡਾਕਟਰ ਦੀ
 ਏ. ਡੀ.ਸੀ ਦੀ ਸ. ਤਹਿਸੀਲਦਾਰ ਦੀ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
5. ‘ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ’ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਲੈਣ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੜਾਈ ਕਿਸ ਨੇ ਪਾਈ ਸੀ?
 ਓ. ਨਵਰੂਪ ਅ. ਪੁਸ਼ਪਿੰਦਰ
 ਏ. ਮਨਿੰਦਰ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
6. ‘ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ’ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਪੋਲੀਓ ਕਿਸ ਨੂੰ ਸੀ?
 ਓ. ਮਨਿੰਦਰ ਅ. ਨਵਰੂਪ ਏ. ਪੁਸ਼ਪਿੰਦਰ ਸ ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
7. ‘ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ’ ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਅਨੁਸਾਰ ਪੀਅਰ-ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਕਿੰਨੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਚਾਰ ਅ. ਦੋ ਏ. ਇੱਕ ਸ. ਪੰਜ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
8. ਪੀਅਰ-ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਅ. ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ
 ਏ. ਦੋਨੋਂ ਓ ਅਤੇ ਅ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
9. ‘ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ’ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਮਨਿੰਦਰ ਕਿਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ ਸੁਧਰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ ਅ. ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ
 ਏ. ਗੁਆਢੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ ਸ. ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
10. ਸਕੂਲ ਛੁੱਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਧੀਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?

- (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ ਹੱਥੋਪਾਈ ਕਰੋਗੇ
 (ਅ) ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਕੇ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਝਗੜਾ ਸੁਲਝਾ ਲਓਗੇ।
 (ੲ) ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਬੁਲਾ ਕੇ ਉਸ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਕਰੋਗੇ।
 (ਸ) ਵਧੀਕੀ ਨੂੰ ਜ਼ਰਾਂਗਾ।
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
11. ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀਆਂ ਕੋਲ ਮਹਿੰਗੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਹਨ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪੇ ਫੋਨ ਨਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਦੇ ਰਹੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
 (ੳ) ਜ਼ਿੱਦ ਕਰੋਗੇ (ਅ) ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਲਵੋਗੇ
 (ੲ) ਗ਼ਲਤ ਰਾਹ ਅਪਨਾਓਗੇ (ਸ) ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਸਮਝੋਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੱਦ ਛੱਡ ਦਿਓਗੇ।
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
12. ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਬਿਨਾਂ ਦੱਸੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚੋਂ ਕਾਪੀ ਕੱਢ ਲਈ। ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
 (ੳ) ਤੁਰੰਤ ਉਸ ਤੋਂ ਕਾਪੀ ਖੋਹ ਲਵੋਗੇ। (ਅ) ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰੋਗੇ।
 (ੲ) ਉਸ ਨੂੰ ਕਹੋਗੇ ਕਿ ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ, ਕਾਪੀ ਮੰਗ ਕੇ ਲੈ ਲਵੋ। (ਸ) ਤਿੰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ।
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
13. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਨਿੰਦਰ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪੇ ਗ਼ਰੀਬ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਕੇ ਚੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ?
 (ੳ) ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫ਼ਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।
 (ਅ) ਮੈਂ ਬੁਲਟ ਮੋਟਰ-ਸਾਇਕਲ/ਸਕੂਟਰ ਖ਼ਰੀਦਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।
 (ੲ) ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕਰਾਂਗਾ।
 (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕਾਰਜ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗਾ।
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
14. ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀਆਂ ਕੋਲ ਮਹਿੰਗੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਫੋਨ ਲੈ ਕੇ ਦੇਣ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, ਪਰ ਉਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਦੇ ਰਹੇ। ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
 (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਫੋਨ ਲਈ ਜ਼ਿੱਦ ਕਰੋਗੇ।
 (ਅ) ਮਾਂ-ਬਾਪ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਲਵੋਗੇ।
 (ੲ) ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਕੋਈ ਗ਼ਲਤ ਰਾਹ ਅਪਨਾਓਗੇ।
 (ਸ) ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝੋਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੱਦ ਛੱਡ ਦਿਓਗੇ।
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
15. ਜਮਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਿਵੇਂ ਕਬੂਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਅਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ (ਅ) ਸਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ
 (ੲ) ਅਚੇਤ ਜਾਂ ਸੁਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ (ਸ) ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
16. ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਵੱਡਿਆਂ ਦਾ (ਅ) ਛੋਟਿਆਂ ਦਾ (ੲ) ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ (ਸ) ਹਮ-ਉਮਰ ਦਾ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
17. ਮਨਿੰਦਰ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਚੁੱਪ ਕਿਉਂ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ?
 (ੳ) ਕਿਤਾਬਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਕਾਰਣ (ਅ) ਫੀਸ ਨਾ ਦੇਣ ਕਾਰਣ
 (ੲ) ਦੋਸਤਾਂ ਦੇ ਮਖੌਲ ਕਰਨ ਕਾਰਣ (ਸ) ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਝਿੜਕਣ ਕਾਰਣ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
18. ਮਨਿੰਦਰ ਦੇ ਦੋਸਤ ਉਸਨੂੰ ਮਖੌਲ ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਸਨ?
 (ੳ) ਕੱਦ ਛੋਟਾ ਸੀ (ਅ) ਨਾਲਾਇਕ ਸੀ
 (ੲ) ਗ਼ੈਰਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ (ਸ) ਮੋਟਰ ਸਾਈਕਲ ਨਹੀਂ ਸੀ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
19. ਨਵਰੂਪ ਦਾ ਟਰਾਈ-ਸਾਈਕਲ ਕੌਣ ਰੇੜ ਕੇ ਲਿਆਉਂਦਾ ਸੀ?
 (ੳ) ਜਮਾਤੀ ਪੁਸ਼ਪਿੰਦਰ (ਅ) ਗੁਆਂਢੀ (ੲ) ਅਧਿਆਪਕ (ਸ) ਨੌਕਰ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
20. ਪੁਸ਼ਪਿੰਦਰ ਦੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੇ ਗਣਿਤ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਸੀ?
 (ੳ) ਨਵਰੂਪ (ਅ) ਸੁਨੀਤਾ (ੲ) ਗੌਰਵ (ਸ) ਜਨੂਨ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
21. ਮਨਿੰਦਰ ਕਿਸਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ ਸੁਧਰਦਾ ਹੈ?
 (ੳ) ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੇ (ਅ) ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ (ੲ) ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੇ (ਸ) ਪੰਚਾਇਤ ਦੇ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)

2 ਓ) ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ:

1. ਮੈਂ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀਰਾਇ ਨਹੀਂ ਦਿਆਂਗਾ, ਸਗੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਬਣਨ ਲਈ ਪੂਰਾ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿਆਂਗਾ। (ਚੰਗੀ/ਬੁਰੀ/ਵਧੀਆ/ਭਲਾਈ ਵਾਲੀ)
2. ਸਮੂਹ ਦੇਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਅਗਵਾਈ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। (ਬੁਰੇ/ਚੰਗੇ/ਅਨੈਤਿਕ/ਅਸੰਭਿਅਕ)
3. ਮਨਿੰਦਰ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗਕੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ _____ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ (ਖੁਸ਼/ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ/ਸੁਖੀ/ਖੁਸ਼ਹਾਲ)
4. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ _____ ਕਰਨਾ ਹੈ (ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ/ਆਤਮ ਪਰਖ)
5. ਸਮੂਹ ਦੇ _____ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਅਗਵਾਈ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। (ਚੰਗੇ/ਬੁਰੇ/ ਡਰਾਕਲ/ਝਗੜਾਲੂ)
6. ਮਨਿੰਦਰ _____ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ। (ਸਪਲੈਂਡਰ/ ਹੀਰੋ-ਹਾਂਡਾ/ਬੁਲੇਟ/ਕਾਵਾਸਾਕੀ)
7. ਨਵਰੂਪ ਨੂੰ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ _____ ਹੋਇਆ ਹੈ। (ਬੁਖਾਰ/ਪੀਲੀਆ/ਅਪਰੰਗ/ਪੋਲੀਓ)
8. ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ _____ ਚੰਗਾ। (ਇਕੱਲਾ/ਇਕੱਠਾ/ਨੀਵਾਂ/ਉੱਚਾ)
9. ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਦਬਾਓ ਹੇਠ ਕਈ ਬੱਚੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ _____ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। (ਚੰਗਾ/ਖਰਾਬ/ ਰੌਸ਼ਨ/ਚਮਕੀਲਾ)

ਉੱਤਰ: 1. ਬੁਰੀ 2. ਚੰਗੇ 3. ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ 4. ਆਤਮ ਚਿੰਤਨ 5. ਚੰਗੇ 6. ਬੁਲੇਟ 7. ਪੋਲੀਓ 8. ਇਕੱਲਾ 9. ਖਰਾਬ

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

1. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ (ੳ) ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵੱਲ
2. ਪਹਿਕਕਦਮੀ (ਅ) ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
3. ਮਨਿੰਦਰ (ੲ) ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਦਬਾਓ ਹੇਠ
4. ਕਈ ਬੱਚੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਖਰਾਬ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ (ਸ) ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਅਧੀਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
5. ਸਹਿ -ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ (ਹ) ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ

ਉੱਤਰ:- 1. (ਸ) 2.(ੳ) 3. (ਹ) 4. (ੲ) 5. (ਅ)

4) ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ/ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਰ ਸਾਥੀ ਰਲ ਕੇ ਜਮਾਤ ਦਾ ਪੀਰੀਅਡ ਨਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ,ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹੋਗੇ?

ਉੱਤਰ: ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਾਂਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਕਰਾਂਵਾਂਗਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਦੇ ਰਹੇ ਸਗੋਂ ਖੁਦ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ ਅਹਿਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦੇਵਾਂਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸੰਵਾਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੇਵਾਂਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਨਿੰਦਰ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪੇ ਗ਼ਰੀਬ ਹੁੰਦੇ ,ਤਾਂ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਕਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਕੇ ਚੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ?

1. ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫ਼ਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।
2. ਮੈਂ ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰ-ਸਾਈਕਲ ਖ਼ਰੀਦਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ /ਕਰਾਂਗੀ।
3. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕਰਾਂਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਉਪਰੋਕਤ ਚੁਣੇ ਕਾਰਜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਦਲੀਲ ਸਹਿਤ ਲਿਖੋ।

ਉੱਤਰ:- ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫ਼ਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ । ਇਸਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਨੇੜਤਾ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਿੱਖ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ - ਭਾਵ ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ। ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੇ ਧੱਕੇ ਵਾਲਾ, ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਰਾਹ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ

ਸਾਥੀ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਕੱਢ ਲਿਆਉਂਦੇ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲੇ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਮਨਿੰਦਰ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਕਿਉਂ ਬੈਠਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਉਹ ਘਰ ਲੜਾਈ ਪਾ ਕੇ ਬੈਠਾ ਸੀ ਕਿ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਉਸ ਨੂੰ ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਇਕਲ ਲੈ ਕੇ ਦੇਣ। ਉਸਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਕੋਲ ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਇਕਲ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮਖੌਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਨਾ ਲੈ ਕੇ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਘਰੋਂ ਭੱਜ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਮਾਪੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਸਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ6: ਮਨਿੰਦਰ ਕਿਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨਿੰਦਰ ਆਪਣੇ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਵਿਚਲੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ7: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲੇ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਮਨਿੰਦਰ ਬੇਟਾ, ਇਹ ਵੀ ਤੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨੇ। ਕਿੰਨੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਨੇ! ਆਪਾਂ ਉਹੋ ਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਨੇੜਤਾ ਬਣਾ ਲਈਏ, ਤਾਂ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਮੈਂ ਤਾਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾ। ਕਿੰਨੇ ਚੰਗੇ ਨੇ ਇਹ!” ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਿਸ ਚੰਗਿਆਈ ਵੱਲ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲੇ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਚੰਗਿਆਈ ਵੱਲ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ8: ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ - ਭਾਵ ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ। ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੇ ਧੱਕੇ ਵਾਲਾ, ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਰਾਹ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਸਾਥੀ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਕੱਢ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ9: ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਰ ਸਾਥੀ ਰਲ ਕੇ ਜਮਾਤ ਦਾ ਪੀਰੀਅਡ ਨਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ? (ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਅਗਵਾਈ ਅਨੁਸਾਰ ਉੱਤਰ ਦਿਓ।)

ਉੱਤਰ: (ਉ) ਮੈਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ। ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੀਰੀਅਡ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।

1. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਨਿੰਦਰ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪੇ ਗ਼ਰੀਬ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਕੇ ਚੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ?

1. ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।

2. ਮੈਂ ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰ-ਸਾਇਕਲ/ਸਕੂਟਰ ਖ਼ਰੀਦਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।

3. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕਰਾਂਗਾ।

ਉਪਰੋਕਤ ਚੁਣੇ ਕਾਰਜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦੇ ਅਧਾਰ ‘ਤੇ ਦਲੀਲ ਸਹਿਤ ਲਿਖੋ।

ਉੱਤਰ: ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ10: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲੇ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਬੱਚਿਓ! ਇਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਦਬਾਓ। ਇਸ ਦਬਾਓ ਹੇਠ ਕਈ ਬੱਚੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਵੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਾਂ ਬੇਟੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਣਾ ਹੈ।” ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਦੇ ਹੋ?

ਉੱਤਰ: ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ। ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ - ਭਾਵ ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ। ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੇ ਧੱਕੇ ਵਾਲਾ, ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਰਾਹ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਸਾਥੀ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਕੱਢ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ11: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ - ਭਾਵ ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ। ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੇ ਧੱਕੇ ਵਾਲਾ, ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਰਾਹ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਸਾਥੀ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਕੱਢ ਲਿਆਉਂਦੇ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ12: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲੇ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਮਨਿੰਦਰ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਕਿਉਂ ਬੈਠਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਉਹ ਘਰ ਲੜਾਈ ਪਾ ਕੇ ਬੈਠਾ ਸੀ ਕਿ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਉਸ ਨੂੰ ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਇਕਲ ਲੈ ਕੇ ਦੇਣ। ਉਸਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਕੋਲ ਬੁਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਇਕਲ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮਖੌਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਨਾ ਲੈ ਕੇ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਘਰੋਂ ਭੱਜ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਮਾਪੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਸਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ13: ਮਨਿੰਦਰ ਕਿਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨਿੰਦਰ ਆਪਣੇ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਵਿਚਲੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ14: ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ - ਭਾਵ ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ। ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੇ ਧੱਕੇ ਵਾਲਾ, ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਰਾਹ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਸਾਥੀ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਕੱਢ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ15: ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਰ ਸਾਥੀ ਰਲ ਕੇ ਜਮਾਤ ਦਾ ਪੀਰੀਅਡ ਨਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ? (ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਅਗਵਾਈ ਅਨੁਸਾਰ ਉੱਤਰ ਦਿਓ।)

ਉੱਤਰ: (ੳ) ਮੈਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ। ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੀਰੀਅਡ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹਾਂਗਾ/ਕਹਾਂਗੀ।

1. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਨਿੰਦਰ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪੇ ਗਰੀਬ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਕੇ ਚੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ?

1. ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।

2. ਮੈਂ ਬੁਲਟ ਮੋਟਰ-ਸਾਇਕਲ/ਸਕੂਟਰ ਖਰੀਦਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।

3. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕਰਾਂਗਾ।

ਉਪਰੋਕਤ ਚੁਣੇ ਕਾਰਜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਦਲੀਲ ਸਹਿਤ ਲਿਖੋ।

ਉੱਤਰ: ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ16: ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲੇ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਬੱਚਿਓ! ਇਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਦਬਾਓ (Peer Pressure)। ਇਸ ਦਬਾਓ ਹੇਠ ਕਈ ਬੱਚੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਖਰਾਬ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਵੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਾਂ ਬੇਟੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਣਾ ਹੈ।” ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਦੇ ਹੋ?

ਉੱਤਰ: ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ। ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ - ਭਾਵ ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ। ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੇ ਧੱਕੇ ਵਾਲਾ, ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਰਾਹ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਸਾਥੀ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਕੱਢ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ।

5 (1) ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉੱਤਰ ਦਿਓ:

ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਅਚੇਤ ਜਾਂ ਸੁਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਸਮੂਹਿਕ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਬਚਣ, ਚੰਗੀ ਸੰਗਤ ਕਰਨ, ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਨਾਲ ਕੋਈ ਕਾਰਜ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਹਮ-ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ (Peer Group) ਦੀ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਮ-ਉਮਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਅਚੇਤ ਜਾਂ ਸੁਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਕੀ ਪੀਅਰ -ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹਾਂ -ਪੱਖੀ?

ਉੱਤਰ: ਪੀਅਰ-ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨਾਂਹ -ਪੱਖੀ ਅਤੇ ਹਾਂ -ਪੱਖੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਧੀਨ ਕੋਈ ਕਾਰਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਨਹੀਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਅਧੀਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਪਾਠ-5 ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ: ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਤਿਆਗ

1. ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ-ਉੱਤਰ:

1. ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਵ ਹੈ?

ੳ. ਚੰਗੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਅ. ਚੰਗੇ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨਾਲ ਏ. ਚੰਗੀ ਸੋਚ ਨਾਲ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲ
ਉੱਤਰ: (ਸ)

2. ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਝ ਕੇ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ੳ. ਚੋਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅ. ਰੋਂਦਾ ਹੈ ਏ. ਨਸ਼ਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਸ. ਹੱਸਦਾ ਹੈ
ਉੱਤਰ: (ਏ)

3. ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਦ੍ਰਿੜ ਹੈ ਤਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਤਾਕਤ ਉਸ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾ ਸਕਦੀ?

ੳ. ਸਹੀ ਅ. ਗਲਤ ਏ. ਸਹੀ ਤੇ ਗਲਤ ਦੋਨੋ ਸ. ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ੳ)

4. ਸਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ੳ. ਅਫ਼ੀਮ ਅ. ਭੰਗ ਏ. ਸਮੈਕ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
ਉੱਤਰ: (ਸ)

5. ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੁਰਾਈ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਕਿਵੇਂ ਦੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ੳ. ਮਾੜੀ ਅ. ਨੀਵੀਂ ਏ. ਉੱਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਸ. ਵਿਕਾਰੀ
ਉੱਤਰ: (ਏ)

6. ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਲੇਖਕ (ਕਹਾਣੀਕਾਰ) ਕੌਣ ਹੈ?

ੳ. ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ ਅ. ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ
ਏ. ਡਾ. ਦਲੀਪ ਕੌਰ ਟਿਵਾਣਾ ਸ. ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਦੁੱਗਲ
ਉੱਤਰ: (ੳ)

7. ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਫੁੱਫੜ ਕਿੱਥੇ ਅਫਸਰ ਲੱਗਾ ਸੀ?

ੳ. ਡਾਕਘਰ ਅ. ਤਹਿਸੀਲ ਏ. ਡੀ. ਸੀ. ਦਫਤਰ ਸ. ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ
ਉੱਤਰ: (ਅ)

8. ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ ਭੂਆ ਦੇ ਕਿੰਨੇ ਪੁੱਤਰ ਸਨ?

ੳ. ਚਾਰ ਅ. ਤਿੰਨ ਏ. ਦੋ ਸ. ਇੱਕ
ਉੱਤਰ: (ਅ)

9. ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ ਭੂਆ ਦੇ ਕਿੰਨੇ ਪੋਤੇ ਹਨ?

ੳ. ਪੰਜ ਅ. ਚਾਰ ਏ. ਦੋ ਸ. ਤਿੰਨ
ਉੱਤਰ: (ਏ)

10. ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮੌਤਾਂ ਹੋਣ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਸਨ?

ੳ. ਨਸ਼ੇ ਅ. ਬਿਮਾਰੀ ਏ. ਦੁਰਘਟਨਾ ਸ. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ੳ)

11. ਐਬੀ ਸੰਗਤ ਵਾਲੇ ਯਾਰ ਨੇ ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ ਵਿਚਲੇ ਮਨਜੀਤ ਤੇ ਕਿਹੋ-ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ?

ੳ. ਚੰਗਾ ਅ. ਮਾੜਾ ਏ. ਦੋਵੇਂ ਸ. ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ਅ)

12. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਵਿਚਲੇ ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰਕ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ?
 ਓ. ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿਓ ਆ. ਮਨਜੀਤ ਏ. ਜੱਸੀ ਸ. ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਓ)
13. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ?
 ਓ. ਇੱਕ ਆ. ਦੋ ਏ. ਤਿੰਨ ਸ. ਪੰਜ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
14. ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਉੱਚੀ ਅਤੇ ਮਨੋਬਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਕੇ ਕਿਸ ਨੂੰ ਬਚਾਅ ਸਕਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਘਰ ਨੂੰ ਆ. ਚੌਗਿਰਦੇ ਨੂੰ ਏ. ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਸ. ਸ਼ਹਿਰ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
15. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ।
 (ਓ) ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਦੁੱਗਲ (ਅ) ਪ੍ਰਿੰ. ਸੁਜਾਨ ਸਿੰਘ
 (ਏ) ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ (ਸ) ਡਾ.ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ
 ਉੱਤਰ:(ਸ)
16. ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਵ ਹੈ?
 (ਓ) ਚੰਗੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ (ਅ) ਚੰਗੇ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨਾਲ
 (ਏ) ਚੰਗੀ ਸੋਚ ਨਾਲ (ਸ) ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲ
 ਉੱਤਰ:(ਸ)
17. ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?
 (ਓ) ਚੰਗੇ ਸੁਭਾਅ ਨਾਲ (ਅ) ਨਰੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ
 (ਏ) ਨਰੋਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ (ਸ) ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਨਾਲ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
18. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਪਾਤਰ ਕੌਣ ਹੈ?
 (ਓ) ਸਨਜੀਤ ਸਿੰਘ (ਅ) ਲੇਖਕ (ਏ) ਭੂਆ (ਸ) ਨੂੰਹ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
19. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਲੇਖਕ ਕਿਸਨੂੰ ਮਿਲਿਆ?
 (ਓ) ਪਤਨੀ ਦੀ ਭੂਆ ਨੂੰ (ਅ) ਆਪਣੀ ਭੂਆ ਨੂੰ (ਏ) ਭਰਜਾਈ ਨੂੰ (ਸ) ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ
 ਉੱਤਰ: (ਓ)
20. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਲੇਖਕ ਆਪਣੇ ਸਹੁਰੇ ਜਾਂਦਾ ਹੋਇਆ ਪਤਨੀ ਦੀ ਭੂਆ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਕਿਉਂ ਗਿਆ?
 (ਓ) ਚਾਅ ਨਾਲ (ਅ) ਪਤਨੀ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ
 (ਏ) ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਅਫਸੋਸ ਕਰਨ (ਸ) ਕੋਈ ਸੁਨੇਹਾ ਦੇਣ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
21. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਪਾਤਰ ਭੂਆ ਕਿਉਂ ਦੁਖੀ ਸੀ?
 (ਓ) ਪਤੀ ਦੀ ਮੌਤ ਕਾਰਣ (ਅ) ਵੱਡੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਮੌਤ ਕਾਰਣ
 (ਏ) ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਮੌਤ ਕਾਰਣ (ਸ) ਉਪੋਕਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰਣ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
22. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਪਾਤਰਭੂਆ ਦੇ ਘਰ ਹੋਈਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੀ ਸੀ?
 (ਓ) ਐਕਸੀਡੈਂਟ (ਅ) ਅਨਪੜ੍ਹਤਾ (ਏ) ਨਸ਼ੇ (ਸ) ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
23. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕਿਉਂ ਕੱਢਿਆ ਗਿਆ?
 (ਓ) ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਤੇ ਨਸ਼ੇ ਕਾਰਨ (ਅ) ਪਤਨੀ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਕਰਨ ਕਾਰਨ
 (ਏ) ਵਿਦੇਸ਼ ਜਾਣ ਕਾਰਨ (ਸ) ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ਓ)
24. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਭੂਆ ਨੂੰ ਰੋਟੀ-ਟੁੱਕ ਕੌਣ ਦਿੰਦਾ ਰਿਹਾ?
 (ਓ) ਮਾਪੇ (ਅ) ਪੁੱਤਰ (ਏ) ਛੋਟੀ ਨੂੰਹ (ਸ) ਪੋਤਰਾ
 ਉੱਤਰ: (ਏ)
25. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਭੂਆ ਦਾ ਘਰ ਕਿਸਨੇ ਵੇਚ ਦਿੱਤਾ?
 (ਓ) ਨੂੰਹ ਨੇ (ਅ) ਪੁੱਤਰ ਨੇ (ਏ) ਪਤੀ ਨੇ (ਸ) ਆਪ ਹੀ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
26. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਗੁਰਮੀਤ ਦਾ ਘਰ ਵੇਚਣ ਦਾ ਕੀ ਕਾਰਨ ਸੀ?
 (ਓ) ਨਸ਼ੇ (ਅ) ਕੁੜੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ

- (ੲ) ਕੁੜੀ ਦਾ ਵਿਆਹ (ਸ) ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ ਭੇਜਣ ਲਈ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
27. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵਿਕਿਆ ਹੋਇਆ ਘਰ ਕਿਸਨੇ ਬਚਾਇਆ?
(ੳ) ਮਨਜੀਤ ਨੇ (ਅ) ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਪਤਨੀ ਨੇ
(ੲ) ਭੂਆ ਨੇ (ਸ) ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਨੂੰਹ ਨੇ
ਉੱਤਰ: (ਅ)
28. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦਲਦਲ 'ਚੋਂ ਕਿਸਨੇ ਕੱਢਿਆ?
(ੳ) ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਨੇ (ਅ) ਦੋਸਤਾਂ ਨੇ
(ੲ) ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ (ਸ) ਭੂਆ ਨੇ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
29. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਮਨਜੀਤ ਨਸ਼ੇ ਛੱਡਕੇ ਕਿਹੜਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ?
(ੳ) ਨੌਕਰੀ (ਅ) ਖੇਤੀਬਾੜੀ (ੲ) ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ (ਸ) ਪੇਂਟਿੰਗ
ਉੱਤਰ: (ਅ)
30. ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਹੱਲੇ ਕੋਈ ਨਸ਼ੇੜੀ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ?
(ੳ) ਬਾਈਕਾਟ (ਅ) ਨਸ਼ਾ ਦਿਉਗੇ (ੲ) ਸਮਝਾ ਕੇ ਨਸ਼ਾ ਬੰਦ ਕਰਾਉਗੇ (ਸ) ਕੁਝ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ੲ)
31. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਮਨਜੀਤ ਮਨ ਦੀ ਬਾਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਜਿੱਤ ਗਿਆ?
(ੳ) ਨਸ਼ੇ ਛੱਡਕੇ (ਅ) ਨੌਕਰੀ ਛੱਡਕੇ (ੲ) ਘਰ ਛੱਡਕੇ (ਸ) ਪਿੰਡ ਛੱਡਕੇ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
32. ਨਸ਼ੇ ਛੱਡਾਉਣ ਲਈ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਕਿੱਥੇ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਾਇਆ ਗਿਆ?
(ੳ) ਥਾਣੇ ਵਿੱਚ (ਅ) ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ (ੲ) ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ (ਸ) ਨਸ਼ਾ-ਰੋਕੂ ਦਵਾਖਾਨੇ 'ਚ
ਉੱਤਰ: (ਸ)
33. 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ।
(ੳ) ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਦੁੱਗਲ (ਅ) ਪ੍ਰਿੰ. ਸੁਜਾਨ ਸਿੰਘ
(ੲ) ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ (ਸ) ਡਾ.ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ
ਉੱਤਰ: (ਸ)

2. **ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ:**

- ਭੂਆ _____ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਸੀ।
(ਬਿਮਾਰੀ/ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ/ਨੂੰਹਾਂ ਦੀ ਲੜਾਈ ਤੋਂ/ਇਕੱਲਤਾ ਤੋਂ)
- ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਕਦੇ ਵੀ ਕੋਈ _____ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। (ਲਾਭ/ਨੁਕਸਾਨ/ਪੱਖ/ਖ਼ਰਚ)
- ਭੂਆ ਦਾ ਦੂਜਾ ਮੁੰਡਾ ਵੀ _____'ਤੇ ਲੱਗ ਪਿਆ। (ਨੌਕਰੀ/ਨਸ਼ਿਆਂ/ਫੈਕਟਰੀ/ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ)
- ਭੂਆ ਦਾ ਤੀਜਾ ਮੁੰਡਾ _____ਮਹਿਕਮੇ ਵਿੱਚ ਠੇਕੇ 'ਤੇ ਲੱਗਾ ਸੀ। (ਚੇਲ/ਹਵਾਈ/ਮਾਲ/ਸਿਹਤ)
- ਮਨਜੀਤ _____ਦੀ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤ ਗਿਆ ਸੀ। (ਲੜਾਈ/ਜੰਗ/ਮਨ/ਹਿੰਮਤ)
- ਭੂਆ..... ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਸੀ।
- ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ.....ਮੌਤਾਂ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਸਨ।
- ਪੁੱਤਾਂ ਨੇ ਘਰ ਦੀ ਸਾਰੀ ਜਾਇਦਾਦ ਵੀ ਦਾਅ 'ਤੇ ਲਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ।
- ਘਰ ਦੀਆਂ ਨੂੰਹਾਂ ਵੀ ਨਸ਼ੇੜੀਆਂ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ.....ਸਨ।
- ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਜੀਅਹੋਵੇ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਵੀ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਪਾਤਰ ਵਰਗਾ ਬਣਾਂਗਾ।
- ਦਿੱਤ ਸਿਓਂ ਨੇ 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ' ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ.....ਕੀਤਾ।
- ਹਾਣੀ ਸਾਨੂੰ.....ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ.....ਦੇ ਨੇਕ ਕਾਰਜ ਕਰਾਂਗਾ।
- ਸਵੇਰ ਦਾ ਭੁੱਲਿਆ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਘਰ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ _____ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ (ਗਵਾਚਾ/ਭੁੱਲਿਆ)
- ਆਹ ਕਪੁੱਤ ਵੀ ਤੇਰਾ _____ ਬਣ ਗਿਆ ਲੱਗਦਾ (ਪੁੱਤ/ਸਪੁੱਤ)
- ਸ਼ਰਾਬੀ ਤੇ ਐਬੀ ਦੋਸਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਦੋਸਤ _____ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ (ਨਸ਼ੇੜੀ/ਸਲਾਹਕਾਰ)
- ਇਕ ਧਿਰ ਦੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਬੁਰਾਈ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ _____ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ (ਸਤਿਕਾਰ/ਦੁਰਦਸ਼ਾ)
- ਨੂੰਹ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ _____ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨੇਕ ਚਰਿੱਤਰ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ (ਨਰਕ/ਸਵਰਗ)

ਉੱਤਰ:- 1.ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ

4. ਮਾਲ
- 7.ਤਿੰਨ

2. ਲਾਭ

5. ਮਨ
8. ਉਸਦੇ

3. ਨਸ਼ਿਆਂ

- 6.ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ
9. ਦੁਖੀ

- | | | |
|----------------------------|------------------------|--------------|
| 10. ਨਸ਼ੇੜੀ | 11. ਭੈੜੀ | 12. ਸੱਸ ਨੂੰਹ |
| 13. ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ | 14. ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰਕ ਦਾ ਕੰਮ | |
| 15. ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ | 16. ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ | 17. ਭੁੱਲਿਆ |
| 18 ਸਪੁੱਤ | 19 ਨਸ਼ੇੜੀ | 20. ਦੁਰਦਸ਼ਾ |
| | | 21 ਸਵਰਗ |

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

- | | |
|-----------------------|--|
| 1. ਨਰੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹੀ | (ੳ) ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗੀਆਂ |
| 2. ਇੱਕ ਬੁਰਾਈ | (ਅ) ਮਨ ਦੀ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤ ਗਿਆ |
| 3. ਨੂੰਹਾਂ | (ੲ) ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ |
| 4. ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ-ਪੀ ਕੇ | (ਸ) ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ |
| 5. ਮਨਜੀਤ | (ਹ) ਤੇਰਾ ਫੁੱਫੜ ਤੁਰ ਗਿਆ |
| 6.ਸ਼ਰਾਬ | (ਕ)ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ |
| 7.ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿਓਂ | (ਖ) ਦੁਖਦਾਇਕ ਜੀਵਨ |
| 8.ਯਾਰ-ਬੇਲੀ | (ਗ) ਆਪਣਿਆਂ ਦਾ ਦਰਦ ਸਮਝਣ ਵਾਲਾ |
| 9.ਮੈਂ (ਪਾਤਰ) | (ਘ) ਤਬਾਹੀ |
| 10.ਭੂਆ | (ਙ) ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰਕ |

ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਦੇ ਉੱਤਰ:

- | | |
|----------------------|---|
| 1.ਨਰੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹੀ | (ਸ)ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ |
| 2.ਇੱਕ ਬੁਰਾਈ | (ੲ)ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ |
| 3.ਨੂੰਹਾਂ | (ੳ) ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗੀਆਂ |
| 4.ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ-ਪੀ ਕੇ | (ਹ)ਤੇਰਾ ਫੁੱਫੜ ਤੁਰ ਗਿਆ |
| 5.ਮਨਜੀਤ | (ਅ) ਮਨ ਦੀ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤ ਗਿਆ |
| 6.ਸ਼ਰਾਬ | (ਘ)ਤਬਾਹੀ |
| 7.ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿਓਂ | (ਙ) ਸਮਾਜ ਸੁਧਾਰਕ |
| 8.ਯਾਰ-ਬੇਲੀ | (ਕ) ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ |
| 9.ਮੈਂ (ਪਾਤਰ) | (ਗ)ਆਪਣਿਆਂ ਦਾ ਦਰਦ ਸਮਝਣ ਵਾਲਾ |
| 10.ਭੂਆ | (ਖ) ਦੁਖਦਾਇਕ ਜੀਵਨ |

4. ਸੰਖੇਪ-ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਤਰ:

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:1 ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ 'ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ'(ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਡਾ.ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ) ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਕਿਰਦਾਰ ਭੂਆ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਘਰ-ਵਾਪਸੀ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ, ਮੈਂ ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਘਰ-ਵਾਪਸੀ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦਾ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਵੀ ਭੂਆ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਾਪਸੀ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਗ਼ਲਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਗ਼ਲਤੀ ਤੋਂ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਸੰਕਲਪ ਨਾਲ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਤੇ ਲੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਘਰ ਵਾਪਸੀ ਨਾਲ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਭੂਆ ਬਲਕਿ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਉਸਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾ ਕੇ ਅਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਉਸੇ ਹੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਉਸਦੇ ਦੁਆਰਾ ਕਤਿ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਾਂਗੇ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਇਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਾਂਗੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਨ ਸਿੱਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:2 ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਕੋਈ ਕਹਾਣੀ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ-ਜੁਲਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਘਟਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਸ ਬੁਰਾਈ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੁਝਾਅ ਵੀ ਦਿਓ।

ਉੱਤਰ: ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਘਟਨਾ- ਸਾਡੇ ਮੁਹੱਲੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਾਰ ਮਕੈਨਿਕ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ ਚੰਗਾ ਕਾਰੀਗਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਉਹ ਕਾਫ਼ੀ ਪੈਸਾ ਕਮਾ ਲੈਂਦਾ ਪਰ ਉਸਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੀ ਭੈੜੀ ਆਦਤ ਪੈ ਗਈ। ਉਹ ਰੋਜ਼ ਘਰ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਕੇ ਆਉਂਦਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਨਾਲ ਝਗੜਾ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੀ ਪਤਨੀ ਉਸ ਨੂੰ ਬਥੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਪਾਉਂਦੀ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਨਾ ਪੀਵੇ ਪਰ ਉਹ ਉਸਦੀ ਇੱਕ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ ਸੀ। ਉਸਦੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਵੀ ਸਹਿਮੇ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਉਤੇ ਉਸਦਾ

ਘਰ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਗਿਆ। ਹੁਣ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾੜੀ ਹੈ। ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਬੁਰਾਈ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮੇਰੇ ਸੁਝਾਅ: ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੀ ਲਤ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਜਾਨੀ ਤੇ ਮਾਨੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

1. ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
2. ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨੀ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
3. ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇਸ ਨੂੰ ਪੀਣਾ ਖੱਟ ਕਰਕੇ ਬਿਲਕੁਲ ਪੀਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
4. ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਸਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਛੱਡਣ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ ਸਮਝਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
5. ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਰਾਬੀ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਵਤੀਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਸਨੂੰ ਵੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸਾਥ ਛੱਡ ਦੇਵਾ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੁਹਾਨੀ ਤਾਕਤ, ਪੈਰਨਾ, ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਤੇ ਪੱਕੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ਰਾਬ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਛੱਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: “ਕਪੂਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ” (ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ) ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਓ:

(ੳ) ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਕੀ ਸਨ? (1-2 ਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ)

ਉੱਤਰ: ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਸੀ।

(ਅ) ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੇ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਧਿਰਾਂ/ਪਾਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਲਿਖੋ/ਦੱਸੋ।

ਉੱਤਰ: **ਨਸ਼ਾ-ਲਾਊ ਧਿਰਾਂ:** ਨਿਖੱਟੂ ਐਬੀ ਯਾਰ-ਦੋਸਤ

ਨਸ਼ਾ-ਰੋਕੂ ਧਿਰਾਂ: ਭੂਆ, ਭੂਆ ਦੀਆਂ ਨੂੰਹਾਂ ਕਰਮੀ ਅਤੇ ਜੀਤੀ, ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰਕ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿਓਂ, ਨਸ਼ਾ-ਰੋਕੂ ਦਵਾਖਾਨੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਸੁਧਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲੇ ਪਾਤਰ ਦਾ ਨਾਂ ਲਿਖੋ, ਜਿਸ ਵਰਗੇ ਤੁਸੀਂ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇਹ ਦਲੀਲ ਵੀ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵਰਗਾ ਬਣਨਾ ਕਿਉਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

ਉੱਤਰ: ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਪਾਤਰ ਦਾ ਨਾਂ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿਓਂ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਰਗੇ ਅਸੀਂ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਉਸ ਵਰਗਾ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਮਨਜੀਤ ਦਾ ਸੱਚਾ ਦੋਸਤ ਵੀ ਬਣਿਆ ਤੇ ਹਮਦਰਦ ਵੀ। ਉਸਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਨਸ਼ਾ-ਰੋਕੂ ਦਵਾਖਾਨੇ ‘ਚ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਵਾਇਆ। ਫਿਰ ਖੇਤਾਂ ‘ਚ ਆਹਰੇ ਲਾਇਆ। ਦਿਨ-ਰਾਤ ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਉਹਦਾ ਮਨ ਸਮਝਾਇਆ ਜਿਸਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਮਨਜੀਤ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡ ਕੇ ਫਿਰ ਤੋਂ ਸਹੀ ਰਸਤੇ ‘ਤੇ ਮੁੜ ਆਇਆ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਐਬੀ ਸੰਗਤ ਵਾਲੇ ਯਾਰ-ਬੇਲੀ ਨੇ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮਨਜੀਤ ‘ਤੇ ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ? ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਆਧਾਰ ‘ਤੇ ਕੋਈ ਇੱਕ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰੋ।

ਉੱਤਰ: ਐਬੀ ਸੰਗਤ ਵਾਲੇ ਯਾਰ-ਬੇਲੀ ਨੇ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮਨਜੀਤ ‘ਤੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ। ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਆਧਾਰ ‘ਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਭੂਆ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ “ਨਿਖੱਟੇ ਯਾਰਾਂ ਈ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਲਾਹਾ ਲੈ ਲਿਆ ਸਾਰਾ! “ਬਸ ਕੁਝ ਨਾ ਪੁੱਛ! ਆਹ ਘਰ ਵੀ ਵੇਚ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਇਹਨੇ ਚਾਲਬਾਜ਼ ਨਸ਼ੇੜੀ ਯਾਰਾਂ ਨੂੰ! ਕਬਜ਼ਾ ਲੈਣ ਆਏ ਸੀ ਉਹ! ਕਾਗਜ਼ ਵੇਖ ਕੇ ਈ ਪਤਾ ਲੱਗਾ!”

ਪ੍ਰਸ਼ਨ6: ਮੰਨ ਲਓ ਤੁਸੀਂ ‘ਕਪੂਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ (ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ) ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਕਿਰਦਾਰ ਭੂਆ ਦੀ ਥਾਂ ‘ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਘਰ ਵਾਪਸੀ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ, ਮੈਂ ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਘਰ-ਵਾਪਸੀ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦਾ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਵੀ ਭੂਆ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਾਪਸੀ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਗ਼ਲਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਗ਼ਲਤੀ ਤੋਂ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਸੰਕਲਪ ਨਾਲ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਤੇ ਲੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਘਰ ਵਾਪਸੀ ਨਾਲ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਭੂਆ ਬਲਕਿ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਉਸਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾ ਕੇ ਅਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਉਸੇ ਹੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਉਸਦੇ ਦੁਆਰਾ ਕਤਿ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਾਂਗੇ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਇਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਾਂਗੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਨ ਸਿੱਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ7: ‘ਕਪੂਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ (ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ) ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਕੀ ਸਨ?

ਉੱਤਰ: ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਤਿੰਨ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ। ਇਹਨਾਂ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੇ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਾਲੇ ਯਾਰਾਂ-ਬੇਲੀਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵੀ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ-ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਦਾ ਦ੍ਰਿੜ ਇਰਾਦਾ ਨਾ ਹੋਣਾ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਦੁਖਾਂਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:8 ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’(ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ) ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਪਾਤਰ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਸੁਧਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਦਿਆਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ?

ਉੱਤਰ: ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਇੱਕ ਸੁਧਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲਾ ਪਾਤਰ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪੁੱਤਰ ਸਮਝ ਕੇ 2-3 ਮਹੀਨੇ ਨਸ਼ਾ ਰੋਕੂ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਤੇ ਉਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਰਿਹਾ। ਉਸਨੂੰ ਖੇਤਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਾ ਕੇ ਉਸਦਾ ਸੱਚਾ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦ ਬਣਿਆ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨਾਲ ਦੋਸਤ ਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰਿਆ ਵਤੀਰਾ ਕਰਕੇ ਉਸਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:8(ੳ) ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ (ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਡਾ.ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ) ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਕੀ ਸਨ?

ਉੱਤਰ: ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਤਿੰਨ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ। ਇਹਨਾਂ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੇ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:9(ਅ) ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ (ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਡਾ.ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ) ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਪਾਤਰ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਸੁਧਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਦਿਆਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ?

ਉੱਤਰ: ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਇੱਕ ਸੁਧਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲਾ ਪਾਤਰ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪੁੱਤਰ ਸਮਝ ਕੇ 2-3 ਮਹੀਨੇ ਨਸ਼ਾ ਰੋਕੂ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਤੇ ਉਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਰਿਹਾ। ਉਸਨੂੰ ਖੇਤਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਾ ਕੇ ਉਸਦਾ ਸੱਚਾ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦ ਬਣਿਆ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨਾਲ ਦੋਸਤ ਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰਿਆ ਵਤੀਰਾ ਕਰਕੇ ਉਸਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ10: ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ: ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਤਿਆਗ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ? ਉਹਨਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਕੋਈ ਦੋ ਸੁਝਾਅ ਦਿਉ।

ਜਾਂ

ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ: ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਤਿਆਗ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਅੰਕਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਦਿਉ।

ਜਾਂ

ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ: ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਤਿਆਗ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ? ਉਹਨਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਕੋਈ ਦੋ ਸੁਝਾਅ ਦਿਉ।

ਉੱਤਰ: ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ:

ਮੁੱਖ ਨਸ਼ੇ - ਸ਼ਰਾਬ ,ਅਫੀਮ ,ਪੋਸਤ ,ਭੰਗ ,ਭੁੱਕੀ ,ਸਮੈਕ ,ਸਿੰਥੈਟਿਕ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਆਦਿ।

ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:

1. ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਕਨੂੰਨ ਬਣਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
2. ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨੀ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਚਾਨਕ ਸ਼ਰਾਬ ਛੱਡਣਾ ਘਾਤਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
3. ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਸਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਛੱਡਣ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਸਮਝਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
4. ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਾਬੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘਟਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੌਲੀ -ਹੌਲੀ ਇਸਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਛੱਡ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
5. ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਰਾਬੀ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਵਤੀਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਪਤਨੀ ,ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ,ਮਜ਼ਬੂਤ ਇਰਾਦੇ,ਪ੍ਰੇਰਨਾ,ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਪੱਕੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

5.(1) ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:

ਧਰਤੀ ਦੇ ਹੋਰ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੋਂਦ ਉੱਚੀ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦਾ ਬੌਧਿਕ ਅਧਾਰ ਵਾਲਾ ਸਮਾਜ ਹੈ। ਨਰੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹੀ ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸ਼ਰਾਬ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅਫੀਮ, ਪੋਸਤ, ਭੰਗ, ਭੁੱਕੀ, ਸਮੈਕ, ਸਿਨਥੈਟਿਕ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਿੱਜ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਵਿਨਾਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਕਦੇ ਵੀ ਕੋਈ ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਬੁਰਾਈ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਵੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਉੱਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਅਤੇ ਮਨੋ-ਬਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਆਪ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਰਹੇ ਅਤੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨੂੰ ਵੀ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਰਹੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੋਰ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਹੋਂਦ ਉੱਚੀ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਉਸ ਦਾ ਬੌਧਿਕ ਅਧਾਰ ਵਾਲਾ ਸਮਾਜ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਨਰੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਆਰਥਿਕ ਵਿਨਾਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਸੇਵਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਕਿਹੜੀ ਬੁਰਾਈ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਬੁਰਾਈ।

(2)

“ਛੋਟਾ ਮੁੰਡਾ ਵੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ‘ਤੇ ਲੱਗ ਗਿਆ। ਬਾਪ ਦਾ ਸਾਇਆ ਨਈਂ ਤੇ ਯਾਰ ਵੀ ਉਹਦੇ ਨਿਖੱਟੂ ਐਬੀ! ਨੂੰਹ ਕਰਮੀਂ ਸਿਆਣੀ ਸੀ। ਅਖੇ ‘ਨੌਕਰੀ ਛੱਡ ਕੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਲੈ ਜਾਨੀਂ! ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਨਸ਼ਿਆਂ ‘ਚੋਂ ਤਾਂ ਬਚ ਜਾਵਾਂਗੇ!’ ਉੱਜੜਦਾ ਘਰ ਦੇਖ ਮੈਨੂੰ ਨੂੰਹ ਦੀ ਗੱਲ ਠੀਕ ਲੱਗੀ। ਕੰਬਖਤ ਸ਼ਰਾਬੀ ਨੂੰ ਸਿਆਣਾ ਜਾਣ ਜ਼ਮੀਨ ਨਾਂ ਲੁਆ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਪਹਿਲਾਂ ਈ।...ਵੇਚ ਦਿੱਤੀ ਕੋਫ਼ੀਆਂ ਦੇ ਭਾਅ ਉਹ ਵੀ ਉਹਨੇਂ। ਨੂੰਹ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਦੇ ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕੀਤੇ। ਵੀਜ਼ਾ ਆਇਆ। ਘਰ ‘ਚ ਰਹਿੰਦਾ ਪੈਸਾ ਵਿਦੇਸ਼ ਜਾਣ ‘ਤੇ ਲਾ ਦਿੱਤਾ। ਦੋ ਪੋਤਿਆਂ ਤੇ ਮੇਰੇ ਛੋਟੇ ਮੁੰਡੇ ਜੱਸੀ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਕਨੇਡਾ ਜਾ ਵੱਸੇ।...ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦੇ ਤੇ ਚੰਗਾ ਖਾਂਦੇ ਸਾਰੇ ਉਥੇ। ਨੂੰਹ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਆਇਆ ਕਰਦਾ ਸੀ ਅਕਸਰ ਕਿ ‘ਏਥੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੇ ਤੇ ਨਈਂ ਮਿਲਦੇ, ਪਰ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਖਹਿੜਾ ਨਈਂ ਛੱਡਦਾ ਜੱਸੀ। ਕੰਮ ਵੀ ਏਸ ਨੇ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ। ਕੁੱਟਣ ਮਾਰਨ ਵੀ ਲੱਗ ਪਿਆ’।...ਬੱਸ ਸ਼ਰਾਬ ‘ਚ ਰੁੜ੍ਹ-ਮਰ ਗਿਆ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਾਲਾ ਜੱਸੀ ਵੀ!”

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਪਾਠ ਦਾ ਇਹ ਪੈਰਾ ਕਿਸ ਕਹਾਣੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ ਨਾਲ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਕਿਹੜਾ ਮੁੰਡਾ ਨਸ਼ਿਆਂ ‘ਤੇ ਲੱਗ ਗਿਆ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਛੋਟਾ ਮੁੰਡਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਉੱਜੜਦਾ ਘਰ ਦੇਖ ਕੇ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਠੀਕ ਲੱਗੀ?

ਉੱਤਰ: ਨੂੰਹਾਂ ਦੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਵਿਦੇਸ਼ ਵਾਲਾ ਜੱਸੀ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਰੁੜ੍ਹ-ਮਰ ਗਿਆ?

ਉੱਤਰ: ਸ਼ਰਾਬ ‘ਚ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਇਸ ਪਾਠ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਕੌਣ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਕਹਾਣੀਕਾਰ ਡਾ.ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ

(3)

ਗਲੀਆਂ ‘ਚ ਰੁਲਦੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪੁੱਤ ਸਮਝ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ-ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਨਸ਼ਾ-ਰੋਕੂ ਦਵਾਖ਼ਾਨੇ ‘ਚ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਾਇਆ। ਫਿਰ ਖੇਤਾਂ ‘ਚ ਆਹਰੇ ਲਾਇਆ। ਦਿਨ-ਰਾਤ ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਇਹਦਾ ਮਨ ਸਮਝਾਇਆ। ਇਹਦਾ ਸੱਚਾ ਦੋਸਤ ਵੀ ਬਣਿਆ ਤੇ ਹਮਦਰਦ ਵੀ। ਦਿਨ-ਰਾਤ ਖੇਤਾਂ ‘ਚ ਕਿਰਤ ਕਰਦਾ ਨਈਂ ਥੱਕਦਾ ਇਹ ਮਨਜੀਤ।...ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਆਂਦਰਾਂ ਤੇ ਤੀਵੀਂ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਹੰਝੂਆਂ ਤੋਂ ਤੌਬਾ ਕਰਨ ਦੀ ਏਸ ਪੁੱਤ ਦੀ ਵਿਲੁਕ ਨੇ ਏਸ ਦੀ ਘਰ ਵਾਪਸੀ ਕੀਤੀ! ਸਰਦਾਰ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿਓਂ ਕਹਿੰਦਾ... ਖੇਤਾਂ ‘ਚ ਉਵੇਂ ਈ ਕੰਮ ਕਰੂ ਇਹ ਤੇਰਾ ਸ਼ੇਰ ਪੁੱਤ...ਮਹੀਨਾ ਤਨਖ਼ਾਹ ਵੀ ਲਊ...ਪਰ ਹੁਣ ਏਹ ਆਂਦਰਾਂ ਤੜਪਾਊ ਨਹੀਂ, ਆਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਤ ਦੀ ਠੰਡ ਪਾਊ।...ਪੁੱਤ, ਹੁਣ ਸੁਧਰ ਗਿਆ ਈ ਤੇਰਾ ਸਾਲਾ! ਆਹ ਨੂੰਹ ਵੀ ਫੁੱਲੀ ਨਈਂ ਸਮਾਉਂਦੀ ਹੁਣ। ਆਪ ਹੀ ਕਹਿੰਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੁਣ ਕਿ ਸਵੇਰ ਦਾ ਭੁੱਲਿਆ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਘਰ ਆ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਭੁੱਲਿਆ ਨਈਂ ਕਹਿੰਦੇ!

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਗਲੀਆਂ ‘ਚ ਰੁਲਦੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੀ ਸਮਝ ਕੇ ਨਸ਼ਾ-ਰੋਕੂ ਦਵਾਖ਼ਾਨੇ ‘ਚ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਾਇਆ?

ਉੱਤਰ: ਆਪਣਾ ਪੁੱਤ ਸਮਝ ਕੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਸਰਦਾਰ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿਓਂ ਨੇ ਕੀ ਕਿਹਾ? ਉੱਤਰ:ਇਹ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਪੁੱਤ ਹੁਣ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰੂ,ਉਸ ਦੀਆਂ ਆਂਦਰਾਂ ਨਹੀਂ ਤੜਪਾਊ ਤੇ ਕਿਰਤ ਦੀ ਠੰਡ ਪਾਊ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਆਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਤ ਦੀ ਠੰਡ ਕੌਣ ਪਾਊ?

ਉੱਤਰ: ਸੁਧਰਿਆ ਪੁੱਤ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਇਹ ਪੈਰਾ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਕਿਸ ਕਹਾਣੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ‘ਕਪੁੱਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ’ ਕਹਾਣੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਸਵੇਰ ਦਾ ਭੁੱਲਿਆ ਜੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਘਰ ਆ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ?
ਉੱਤਰ: ਉਹਨੂੰ ਭੁੱਲਿਆ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ।

ਪਾਠ-6. ਗੁੱਸੇ/ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ

1.ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ-ਉੱਤਰ:

1. ਅਸੀਂ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿ ਕੇ ਉੱਚੀ ਉਡਾਣ ਮਾਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?
 ਓ. ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਅ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਏ. ਸਮਾਜ ਤੋਂ ਸ. ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ
 ਉੱਤਰ: (ਓ)
2. FLY ਸਿਧਾਂਤ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਅ. ਹਰ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
 ਏ. ਸੁਖਨਾ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਸ. ਮਿਹਨਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
3. ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਵਿਅਰਥ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
 ਓ. ਸਮੇਂ ਦੀ ਅ. ਊਰਜਾ ਦੀ ਏ. ਸਿਹਤ ਦੀ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
4. 'ਗੁੱਸੇ/ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸ ਅਸਾਮੀ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਵੇਟਰ ਅ. ਚਪੜਾਸੀ ਏ. ਮੈਨੇਜਰ ਸ. ਇੰਜੀਨੀਅਰ
 ਉੱਤਰ: (ਓ)
5. 'ਗੁੱਸੇ/ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਲੜਕੇ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੇਣ ਲਈ ਗਏ ਸਨ?
 ਓ.40 ਅ. 20 ਏ. 10 ਸ. 50
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
6. 'ਗੁੱਸੇ/ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੋਂ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ?
 ਓ. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਹੋਣ ਦੀ ਅ. ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਦੀ
 ਏ. ਆਲਸੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸ. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ਓ)
7. ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?
 ਓ. ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਅ. ਉਮੰਗ ਏ. ਉਤਸ਼ਾਹ ਸ. ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
8. ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਮਨ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸ਼ਕਤੀ ਅ. ਸਬਰ ਏ. ਹਿੰਮਤ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
9. 'ਗੁੱਸੇ/ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ' ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਅਸੀਂ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ?
 ਓ. ਚਿੰਤਾ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਅ. ਸਬਰ- ਸੰਤੋਖ ਨਾਲ ਏ. ਸਹਿਜਤਾ ਨਾਲ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)

2. ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ:

1. ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨਾ _____ ਨਹੀਂ ਹੈ। (ਸੰਭਵ/ਅਸੰਭਵ/ਸਰਲ/ਕਠੋਰ)
2. ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਇੱਕ ਆਦਰਸ਼ _____ ਹੈ। (ਡਰਾਮਾ/ਕਹਾਣੀ/ਭਵਿੱਖਮੁਖੀ/ਵਿਲੱਖਣ)
3. ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪ ਹੀ _____ ਲਈਆ ਹਨ। (ਸਥਿਤ/ਘੜ/ਉਡਾ/ਗੁਆ)
4. ਪ੍ਰੇਰਨਾ, ਉਮੰਗ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਮਨ ਦੀਆਂ _____ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ। (ਅੰਦਰੂਨੀ/ਬਾਹਰੀ/ਨਿਰਮਲ/ਚਿੰਤਾਜਨਕ)
5. ਹੌਸਲਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ _____ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। (ਅੱਖ/ਸੌਖਾ /ਅਸੰਭਵ/ਮਾਤਾ)

ਉੱਤਰ: 1 ਅਸੰਭਵ 2. ਡਰਾਮਾ 3. ਘੜ 4. ਅੰਦਰੂਨੀ 5. ਅਸੰਭਵ

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

1. ਮਨ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਥਿਤੀਆਂ (ੳ) ਹੌਸਲਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ
2. ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਜੀਵਨ (ਅ) ਸਮੇਂ, ਉਰਜਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ
3. ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ (ੲ) ਪ੍ਰੇਰਨਾ, ਉਮੰਗ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ
4. ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਸ) ਮਾਨਸਿਕ ਉਰਜਾ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ
5. ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ (ਹ) ਮਨ ਦੀ ਅਡੋਲ ਸਥਿਤੀ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ

ਉੱਤਰ:- 1 (ੲ) 2. (ਹ) 3. (ੳ) 4. (ਅ) 5. (ਸ)

4. ਸੰਖੇਪ ਪ੍ਰਸ਼ਨ/ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: 1. 'ਗੁੱਸੇ/ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ' ਪਾਠਕਿਸੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਕਾਰਜ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ, ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਤਨਾਅ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਤੁਸੀਂ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਉਸਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢ ਸਕੋ ਹੋਵੋ।

ਉੱਤਰ: ਇੱਕ ਦਿਨ ਛੁੱਟੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੀ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਬੈਠਾ ਸੀ। ਦੁਕਾਨ ਤੇ ਇੱਕ ਗ੍ਰਾਹਕ ਆਇਆ ਜੋ ਕੁਝ ਦੇਰ ਪਹਿਲਾਂ ਸਮਾਨ ਖਰੀਦ ਕੇ ਲੈ ਗਿਆ ਸੀ ਪਰੰਤੂ ਉਸਦਾ ਬਿੱਲ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਗਲਤ ਬਣ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਹ ਬਿੱਲ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਬਹੁਤ ਤਨਾਅ ਅਤੇ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਗੁੱਸਾ ਦੇਖ ਕੇ ਮੈਂ ਵੀ ਤਨਾਅ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ ਪਰੰਤੂ ਮੈਂ ਬੜੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਬੈਠਾਇਆ, ਪਾਣੀ ਪਿਲਾਇਆ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬਿੱਲ ਠੀਕ ਕਰਕੇ ਵਾਪੂ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਉਹ ਮੇਰਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਕੇ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੇ ਘਰ ਚਲੇ ਗਏ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਨਾਅ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਮੈਂ ਝਗੜੇ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਤਨਾਅ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: 2. 'ਗੁੱਸੇ/ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ' ਪਾਠ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਅਜਿਹੀ ਕਿਰਿਆ ਵੀ ਲਿਖੋ ਜੋ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਕਰ ਵਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੋਵੇ।

ਉੱਤਰ: ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ (ਬਾਰੂਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੇ) ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਡੈਸਕਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਵਾਰੀ ਇੱਕ ਤਰਤੀਬ ਵਿੱਚ ਕਰ ਕੇ ਦਿਖਾਵੇ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕੰਮ ਸੀ। ਜਮਾਤ ਦੇ ਦੂਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਸੋਚਣ ਲੱਗੇ ਕਿ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਅਸੰਭਵ ਕਾਰਜ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਡੈਸਕਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਵਾਰੀ ਇੱਕ ਤਰਤੀਬ ਵਿੱਚ ਕਰ ਕਰਨਾ ਅੱਖਾ ਕੰਮ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਕਹਾਂਗਾ ਕਿ "ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰੋ", ਤਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਇਕਾਗਰ-ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ "ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰੋ" ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਪੂਰੇ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ "ਸਾਰੇ ਜਾਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਖੜੋ ਹੋ ਜਾਣ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਵਾਲੀ ਡੈਸਕਾਂ ਦੀ ਕਿਤਾਰ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਇਕ ਰੇਖਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਧੀ ਕਰੀ ਜਾਣ। ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਪੰਜ-ਕੁ ਮਿੰਟ ਹੀ ਲੱਗੇ। ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਤਾੜੀਆਂ ਮਾਰ ਕੇ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਅਸੰਭਵ ਜਿਹੇ ਲੱਗ ਰਹੇ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਉਸਾਰੂ ਸੋਚਨਾਲ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿ ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਹਰ ਅਸੰਭਵ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: 3. "ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ" ਵਾਲੇ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਅਜਿਹਾ ਕੀ ਲਿਖਿਆ ਸੀ ਕਿ ਮੈਨੇਜਰ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਝੱਟ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ?

ਉੱਤਰ: ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਤੱਕ ਨਾ ਪੁੱਜਿਆ ਜਾਵੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: “ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ” ਵਾਲੇ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਮੈਨੇਜਰ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ‘ਤੇ ਰੱਖਣ ਦਾ ਮਨ ਕਿਉਂ ਬਣਾ ਲਿਆ?

ਉੱਤਰ: ਮੈਨੇਜਰ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਸੀ ਕਿ ਕਮਾਲ ਦਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਭਰਿਆ ਹੈ ਇਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅੰਦਰ। ਉਸ ਦੀ ਇਸ ਸੋਚ ਨੂੰ ਸਲਾਮ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੇਵਲ ਉਹ ਹੀ ਇਸ ਲਈ ਯੋਗ ਉਮੀਦਵਾਰ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: “ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ” ਵਾਲੇ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦੇ ਕੀ-ਕੀ ਸਿੱਟੇ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: 1. ਪ੍ਰੇਰਨਾ, ਉਮੰਗ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਇਹ ਮਨ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਾਹਰੀ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ, ਬਾਹਰੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਹ ਹੀ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ-ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਬਣਾ ਕੇ ਤਨਾਅ ਪੈਦਾ ਕਰਨ।

2. ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੋਟਲ ਪਹੁੰਚਦਿਆਂ ਹੀ ਪਹਿਲਾਂ ਬੈਠੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਡੋਲਿਆ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਨੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਮੁਜ਼ਾਹਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਸਾਰਥਕ ਸੋਚ ਪ੍ਰਗਟਾਈ।

3. ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਤੋਂ ਇਸ ਪ੍ਰਣ ਤੱਕ ਪੁੱਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਰਾਹ ਕਿੰਨੇ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣ, ਜੇ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਡੋਲ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਭਰਪੂਰ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਚਿੰਤਾ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹਿ ਸਕਾਂਗੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: “ਆਲੂ ਅਤੇ ਸਖਤ ਸਟ੍ਰਾਅ” ਵਾਲੀ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਕੀ ਸਿੱਟਾ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਇਹ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰਨ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਸਬਰ, ਸੰਤੋਖ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਭਾਵ ਹਰ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ, ਵਿਸ਼ਾ, ਕੋਰਸ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਆਦਿ ਕਰਨੇ ਔਖੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਸਗੋਂ ਉਪਰੋਕਤ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ6: “ਆਲੂ ਅਤੇ ਸਖਤ ਸਟ੍ਰਾਅ” ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਨਵੀਂ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋਈ ਹੈ? ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ।

ਉੱਤਰ: ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਇਹ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰਨ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਸਬਰ, ਸੰਤੋਖ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਭਾਵ ਹਰ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ, ਵਿਸ਼ਾ, ਕੋਰਸ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਆਦਿ ਕਰਨੇ ਔਖੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਸਗੋਂ ਉਪਰੋਕਤ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ.8. ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਅ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਵਜੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਗੁੱਸੇ ਅਤੇ ਈਰਖਾਂ ਦੇ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

ਉੱਤਰ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹਾਨ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ‘ਤੇ ਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਅ ਅਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿ ਕੇ ਹੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਉੱਚੀ ਉਡਾਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਢਲੇ ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਫਰਿਸਟ ਲੋਵਏਰਸਟਲਡ ਆਪਣੇ-ਆਪੇ ‘ਤੇ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਜਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਸਾਰਥਕਤਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਦਾ ਉਮੰਗ ਅਤੇ ਉਤਾਹ ਵਿੱਚ ਰਹਾਂਗੇ ਤਾਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਠੇਸ ਨਹੀਂ ਲਾ ਸਕਣਗੀਆਂ। ਚਿੰਤਾ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਮੰਨ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਸਾਡਾ ਸੁਭਾਅ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਉਮੀਦਾਂ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ-ਖੇਡਿਆਂ ਭਰੀ ਇਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਮਾਣਦੇ ਹੋਏ ਜੇ ਕਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਚਿੰਤਾ, ਦੁੱਖ-ਤਕਲੀਫ਼ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਸਗੋਂ ਸਾਨੂੰ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਗੁੱਸੇ ਅਤੇ ਈਰਖਾ ਦੇ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਜੀਵਨ ਜੀਅ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:9 ਉਹ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਘੜ੍ਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ? ਵਰਗੀਕਰਨ ਕਰੋ।

ਉੱਤਰ ਉਹ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਘੜ੍ਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ:-

1 40% ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਕਾਲਪਨਿਕ) : 40% ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਕੇਵਲ ਕਾਲਪਨਿਕ ਅਤੇ ਮਨਘੜ੍ਹਤ ਹਨ।

ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਚਿੰਤਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਆਪਣਾ ਸੁਭਾਅ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

2 30% ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਭੂਤਕਾਲ ਦੀਆਂ) : 30% ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਲਏ ਗਏ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਾਡੇ ਵੱਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ।

3. 12% ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ) : 12% ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਉਹ ਹਨ ਜੋ ਈਰਖਾ ਵੱਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਨਿੰਦਾ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੱਚਾਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

4 10% ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ) : ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਦੁਹਰਾਏ ਜਾਣ ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਚਿੰਤਾ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

5. 5% ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਸਾਰਥਕ ਚਿੰਤਾਵਾਂ) : ਇਹ ਉਹ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਕਰਨੀਆਂ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:10 ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਗੁੱਸੇ/ਤਨਾਅ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਉੱਤਰ: ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਇਨਸਾਨ ਦੁਨੀਆ ‘ਤੇ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਚੋਗਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਰਗੀ ਹੂ-ਬ-ਹੂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕੋਗੇ। ਇਹ ਮੰਨਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਵੱਸ ਮਹਾਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਤੇ ਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ

ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਅ ਅਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿ ਕੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਉੱਚੀ ਉਡਾਣ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਾਂਗੇ। ਢਲੇ ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਢਰਿਸਟ ਲੋਵੈਰਸਲਡ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਤੇ ਇਹ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਉੱਤੇ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕਤਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਦਾ ਉਮੰਗ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵਿੱਚ ਰਹਾਂਗੇ, ਤਾਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਠੇਸ ਨਹੀਂ ਲਾ ਸਕਣਗੀਆਂ। ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਇੱਕ ਆਦਰ ਡਰਾਮਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਇੱਕੋ ਹਿੱਸਾ ਮੰਨ ਕੇ ਖੁ ਰਹਿਣਾ ਸਾਡਾ ਸੁਭਾਅ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ-ਖੇਡਾਂ ਭਰੀ ਇਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਮਾਣਦੇ ਹੋਏ, ਜੇ ਕਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਚਿੰਤਾ, ਦੁੱਖ, ਤਕਲੀਫ਼ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰੋ। ਗੁੱਸੇ ਜਾਂ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਹ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਜੀਵਨ ਜੀ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ11: ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਾਠ ਗੁੱਸੇ/ਤਨਾਅ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ ਅਨੁਸਾਰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਮੈਨੇਜਰ ਨੇ ਕੀ ਸੋਚ ਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਸਲਿੱਪ 'ਤੇ ਲਿਖਿਆ ਸੀ: “ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਮੇਰਾ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਆ ਜਾਂਦਾ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕੋਈ ਫੈਸਲਾ ਨਾ ਲਿਆ ਜਾਵੇ”। ਮੈਨੇਜਰ ਨੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ 'ਚ ਸੋਚਿਆ: ਕਮਾਲ ਦਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਭਰਿਆ ਹੈ ਇਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅੰਦਰ! ਉਸ ਦੀ ਇਸ ਸੋਚ ਨੂੰ ਸਲਾਮ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੇਵਲ ਉਹ ਹੀ ਇਸ ਲਈ ਯੋਗ ਉਮੀਦਵਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਨੇਹਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਫੈਸਲੇ ਤੱਕ ਨਾ ਪੁੱਜਿਆ ਜਾਵੇ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੇ ਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਅ ਦੇ ਪੂਰੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮੌਕਾ ਦੇਣਾ ਸੀ। ਉਸਨੇ FLY ਸਿਧਾਂਤ ਅਰਥਾਤ (First Love Yourself) ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕੀਤਾ ਤੇ ਮੈਨੇਜਰ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹਿਚਕਿਚਾਹਟ ਸਲਿੱਪ ਤੇ ਲਿਖ ਕੇ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:12 ਗੁੱਸੇ/ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਆਲੂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਖ਼ਤ ਸਟ੍ਰਾਅ ਲੰਘਾਉਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਦਿਆਂ ਇਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਦੋ ਲਾਭ ਲਿਖੋ।

- ਉੱਤਰ:
1. ਅਧਿਆਪਕ ਆਲੂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਫੜ ਕੇ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਸਖ਼ਤ ਸਟ੍ਰਾਅ ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਜਮਾਤ ਦੇ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਬੁਲਾਏਗਾ, ਜੋ ਅਕਸਰ ਚੁੱਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
 2. ਹੁਣ ਅਧਿਆਪਕ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੇਗਾ -ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਟ੍ਰਾਅ ਨੂੰ ਆਲੂ ਦੇ ਆਰ-ਪਾਰ ਇੱਕ ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਲੰਘਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?
 3. ਜਮਾਤ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਟ੍ਰਾਅ ਤਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕੱਚੇ ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਆਲੂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਲੰਘਾਉਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਰਾਇ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

- ਲਾਭ:
1. ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਨਵੇਂ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਲਈ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਸਹਿਜਤਾ, ਹੌਸਲਾ ਨਾਲ ਅਸੰਭਵ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
 2. ਚਿੰਤਾ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਮੰਨ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਗੁੱਸੇ ਜਾਂ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਚਿੰਤਾ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਤਨਾਅ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਗੁੱਸੇ ਦੀ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ।

5. ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਅਤਿ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਇਨਸਾਨ ਦੁਨੀਆ 'ਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਰਗੀ ਹੂ-ਬ-ਹੂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕੋਗੇ। ਇਹ ਮੰਨਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਵੱਸ ਮਹਾਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ 'ਤੇ ਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਅ ਅਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿ ਕੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਉੱਚੀ ਉਡਾਣ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਾਂਗੇ। ਢਲੇ - ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ “First Love Yourself”, ਆਪਣੇ-ਆਪ 'ਤੇ ਇਹ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਉੱਤੇ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕਤਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਦਾ ਉਮੰਗ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵਿੱਚ ਰਹਾਂਗੇ, ਤਾਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਠੇਸ ਨਹੀਂ ਲਾ ਸਕਣਗੀਆਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਇਨਸਾਨ ਦੁਨੀਆ 'ਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਮੰਨਣਾ ਪਵੇਗਾ?

ਉੱਤਰ: ਇਹ ਮੰਨਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਵੱਸ ਮਹਾਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ

ੳ. ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਅ. ਪੀੜਾ ਈ. ਭਾਵਨਾ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

ਉੱਤਰ: (ਸ)

10. ਸਾਡਾ ਅੱਜ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੋਚ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ੳ. ਮਾਨਵੀ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਵਾਲੀ ਅ. ਨਫ਼ਰਤ ਵਾਲੀ

ਈ. ਈਰਖਾ ਵਾਲੀ ਸ. ਲਾਲਚ ਵਾਲੀ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

2. ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ:

1. ਮਾਨਵਤਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਹੋਣ ਦੀ _____ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਰਥਾਂ ਵਾਲੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ। (ਚੇਤਨਾ/ਜਾਤ/ਅਲੋਚਨਾ/ ਮਜ਼ਬੂਰੀ)

2. _____ ਦਾ ਭੇਦ-ਭਾਵ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। (ਸਵੈ-ਚੇਤਨਾ/ਭਰੋਸੇ /ਸੋਚ/ਜਾਤ)

3. ਅਜੋਕੀ ਮਸ਼ੀਨੀ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਕ ਯੁਗ ਵਿੱਚ _____ ਦਾ ਅੱਖੋਂ-ਪਰੋਖੇ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ। (ਇਨਸਾਨੀਅਤ/ਦੁਨੀਆ/ਵਤੀਰੇ/ਸੁਭਾਅ)

4. ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ _____ ਭੇਦ-ਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। (ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ/ਇਨਸਾਨੀਅਤ/ਵਜੂਦ/ਲਿੰਗਕ)

5. ਸਾਨੂੰ _____ ਦੀ ਪੱਖਪਾਤੀ ਸੋਚ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਜੂਦ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। (ਮਨੁੱਖਤਾ/ਜਾਤ-ਪਾਤ/ਇਸਤਰੀ-ਪੁਰਸ਼/ਚੇਤਨਾ)

ਉੱਤਰ:- 1. ਚੇਤਨਾ 2. ਜਾਤ 3. ਇਨਸਾਨੀਅਤ 4. ਲਿੰਗਕ 5. ਇਸਤਰੀ -ਪੁਰਸ਼

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

1. ਇੱਕ ਮੁਟਿਆਰ (ੳ) ਇਨਸਾਨ ਹਾਂ

2. ਮੈਨੂੰ ਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਇੱਕ (ਅ) ਲਿੰਗਕ ਭੇਦ-ਭਾਵ

3. ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ (ਈ) ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ

4. ਸਾਨੂੰ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ (ਸ) ਮਾਨਵੀ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਵਾਲੀ ਸੋਚ ਧਾਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

5. ਸਾਡੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ (ਹ) ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ

ਉੱਤਰ: 1. (ਈ) 2. (ੳ) 3. (ਅ) 4. (ਹ) 5. (ਸ)

4. ਸੰਖੇਪ ਪ੍ਰਸ਼ਨ /ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: 'ਮਾਨਵੀ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ' ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋਈ, ਜਿਸ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਬੈਠੇ ਹੋ, ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਲਈ ਲਿੰਗਕ ਭਿੰਨ-ਭੇਦ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਮਾਨਵਤਾ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਕਾਰਜ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?

1. ਕਿਸੇ ਲਈ ਸੀਟ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾਵੇਗੀ।

2. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਮੁਟਿਆਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

3. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

4. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

5. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

6. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਉੱਤਰ: ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਚਲਦੀ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਲਈ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ ਕਾਫ਼ੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਬੱਸ ਦੇ ਅਚਾਨਕ ਰੁਕਣ ਨਾਲ ਪੱਕਾ ਲੱਗਣ ਤੇ ਬੱਚਾ ਹੱਥੋਂ ਡਿੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਸੱਟ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਲੱਗਣ ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣਾ ਔਖਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜ੍ਹੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਹੀ ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਦੇਣਾ ਹੀ ਉਚਿਤ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: 'ਮਾਨਵੀ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ' ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਰਾਹਗੀਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਲੋੜਵੰਦ ਕੌਣ ਸੀ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਉਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਰਾਹਗੀਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਭਾਰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਸ਼ਹਿਰ ਪਹੁੰਚਣਾ ਉਸ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸੀ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰੇ ਵਤੀਰੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੇ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਚੁਣਨ ਦੀ ਮਜਬੂਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਚੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ੀਆਂ-ਖੇਡੇ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੀ ਸਾਂਝ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਡਾ ਨੈਤਿਕ ਫ਼ਰਜ਼ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਲੋੜਵੰਦ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: “ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਬਟਾਲਾ ਤੋਂ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਸੀਟ ਰਾਖਵੀਂ ਕਰਵਾ ਕੇ ਪੰਜ ਸੌ ਰੁਪਏ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਏ. ਸੀ. ਬੱਸ ਦੀ ਟਿਕਟ ਵੀ ਖ਼ਰੀਦ ਲਈ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਨੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਹੀ ਚੱਲਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਸੀਟਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰਾਖਵੀਆਂ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਕਈ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰੀ ਵੱਸ ਖਲੋ ਕੇ ਹੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੰਜ ਸਵਾਰੀਆਂ ਖਲੋਤੀਆਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਹੀ ਜਾਣਾ ਹੈ:

1. ਇੱਕ ਮੁਟਿਆਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।
2. ਇੱਕ ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦੀ ਔਰਤ (45 ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਦੀ)
3. ਨੌਜਵਾਨ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਾਲਜ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
4. ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦਾ ਇੱਕ ਆਦਮੀ।
5. ਇੱਕ ਇਸਤਰੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਦੋ ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਕਾਰਜ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਕਿਉਂ:

1. ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੀ ਸੀਟ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾਵੇਗੀ।
2. ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸੀਟ ਉੱਤੇ ਹੀ ਬੈਠਾ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕੀਤਾ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸੁਖ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਸੀ।
3. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਮੁਟਿਆਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
4. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
5. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
6. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
7. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਉੱਤਰ: ਉਪਰੋਕਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬੱਸ 'ਚ ਬੱਚਾ-ਚੁੱਕੀ ਇਸਤਰੀ ਵਧੇਰੇ ਲੋੜਵੰਦ ਹੈ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਨਾਤੇ ਸਾਡਾ ਨੈਤਿਕ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਲੋੜਵੰਦ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਹਮਦਰਦੀ, ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਅਤੇ ਲੋਕ-ਭਲਾਈ ਦੀ ਸੋਚ ਨਾਲ ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਐਤਵਾਰ ਦੇ ਦਿਨ ਆਪਣੇ ਸਾਇਕਲ 'ਤੇ ਅਤਿ ਦੀ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਤੋਂ ਬਾਰਾਂ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਸਵੇਰੇ ਸਬਜ਼ੀ ਮੰਡੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਸਤੀਆਂ ਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਸਬਜ਼ੀਆਂ (ਸਮੇਤ ਫਲ) ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤਾਜ਼ਾ ਸਬਜ਼ੀ/ਫਲ ਖ਼ਰੀਦ ਕੇ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਵੇਚ ਸਕੋ। ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਗਾਹਕੀ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਰਾਹਗੀਰ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਪਸੀਨੇ-ਪਸੀਨ ਹੋਏ ਇੱਕੋ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਬੇਵਸੀ ਕਾਰਨ ਹੱਥ ਦੇ ਕੇ ਸ਼ਹਿਰ ਤੱਕ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

1. ਮੁਟਿਆਰ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।
2. ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਜਿਸ ਨੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਭਾਰਾ ਬੈਗ ਫੜਿਆ ਹੈ।
3. ਨੌਜਵਾਨ ਮੁੰਡਾ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਜਾ ਰਿਹਾ।
4. ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦਾ ਆਦਮੀ।
5. ਇੱਕ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ।

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਕਾਰਜ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਕਿਉਂ:

1. ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
2. ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
3. ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
4. ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
5. ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
6. ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਮੁਟਿਆਰ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਉੱਤਰ: ਉਪਰੋਕਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਰਾਹਗੀਰ ਔਰਤ ਵਧੇਰੇ ਲੋੜਵੰਦ ਹੈ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਨਾਤੇ ਸਾਡਾ ਨੈਤਿਕ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਲੋੜਵੰਦ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਹਮਦਰਦੀ, ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਅਤੇ ਲੋਕ-ਭਲਾਈ ਦੀ ਸੋਚ ਨਾਲ ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਮਾਨਵਤਾ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋਈ ਬੱਸ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਬੈਠੇ ਹੋ, ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਲਈ ਲਿੰਗਕ ਭਿੰਨ-

ਭੇਦ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਮਾਨਵਤਾ ਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਕਾਰਜ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?

1. ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੀ ਸੀਟ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾਵੇਗੀ।
2. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਮੁਟਿਆਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
3. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
4. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
5. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
6. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜੂ ਉਮਰ ਦੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜਾਂ

ਮਾਨਵਤਾ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋਈ ਬੱਸ 'ਚ ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਸਵਾਰੀ ਕੌਣ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?

ਉੱਤਰ: ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਬੱਸ 'ਚ ਸਭ ਤੋਂ ਲੋੜਵੰਦ ਸਵਾਰੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਜੋ ਕਿ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਸੀ। ਬੱਚਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਕਈ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਬੱਸ ਦੇ ਅਚਾਨਕ ਚਲਣ ਜਾਂ ਰੁਕਣ ਨਾਲ ਧੱਕਾ ਲੱਗਣ ਤੇ ਬੱਚਾ ਡਿੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਚੋਟ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਾ ਭੁੱਖ ਲੱਗਣ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਵੀ ਪੀਣਾ ਚਾਹੇਗਾ ਅਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਦੇਣਾ ਉਚਿਤ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ6: 'ਮਾਨਵਤਾ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ' ਪਾਠਦੀਆਂ ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਕੌਣ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?

ਉੱਤਰ: 'ਮਾਨਵੀ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ' ਪਾਠਦੀਆਂ ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਬਜ਼ੁਰਗ ਰਾਹਗੀਰ ਔਰਤ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਨੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਭਾਰਾ ਬੈਗ ਫੜਿਆ ਹੈ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਨਾਤੇ ਸਾਡਾ ਨੈਤਿਕ ਫਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਲੋੜਵੰਦ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

2. ਮੈਂ ਉਪਰੋਕਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਸਵਾਰੀ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਬਿਠਾਉਣ ਜਾਂ ਨਾ ਬਿਠਾਉਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ...(1 ਜਾਂ 2)?
 1. ਇਨਸਾਨ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਪੀੜਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ।
 2. ਮੈਂ ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਨਾ ਬਿਠਾਉਂਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੁਕਾਨਦਾਰੀ ਨੂੰ ਹਰਜਾਨਾ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਉੱਤਰ:1. ਇਨਸਾਨ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਪੀੜਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ7: ਮਾਨਵਤਾ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ? ਮਾਨਵਤਾ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਉੱਤਰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ।

ਉੱਤਰ: ਮਾਨਵਤਾ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਇਨਸਾਨ ਸਮਝਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਚਾਹੇ ਅਸੀਂ ਮੁੰਡੇ, ਕੁੜੀ, ਮਰਦ, ਔਰਤ, ਬਜ਼ੁਰਗ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਿੰਗਕ-ਭੇਦ ਵਿੱਚ ਹੋਈਏ। ਦੂਜੀ ਅਤੇ ਤੀਜੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ 'ਮਾਨਵੀ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ' ਪਾਠਦੀਆਂ ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਬਜ਼ੁਰਗ ਰਾਹਗੀਰ ਔਰਤ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਨੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਭਾਰਾ ਬੈਗ ਫੜਿਆ ਹੈ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਨਾਤੇ ਸਾਡਾ ਨੈਤਿਕ ਫਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਲੋੜਵੰਦ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਬੱਸ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ/ਕਿਰਿਆ 'ਚ ਸਭ ਤੋਂ ਲੋੜਵੰਦ ਸਵਾਰੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਜੋ ਕਿ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਸੀ। ਬੱਚਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਕਈ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਬੱਸ ਦੇ ਅਚਾਨਕ ਚੱਲਣ ਜਾਂ ਰੁਕਣ ਨਾਲ ਧੱਕਾ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਬੱਚਾ ਡਿੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸੱਟ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਾ ਭੁੱਖ ਲੱਗਣ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਵੀ ਪੀਣਾ ਚਾਹੇਗਾ ਅਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਦੇਣਾ ਉਚਿਤ ਹੈ।

ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਨੂੰ ਜਗਾਉਣ ਲਈ ਇਹ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:8 ਮਾਨਵਤਾ ਕੀ ਹੈ? ਮਾਨਵੀ ਸਦਭਾਵਨਾ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਦੀ ਨੈਤਿਕਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਇਕ ਕਿਰਿਆ ਲਿਖੋ।

ਉੱਤਰ ਮਾਨਵਤਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਹੋਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਲ ਅਰਬਾਂ ਵਾਲੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਜਾਤ, ਧਰਮ, ਨਸਲ, ਲਿੰਗ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਨਾਂ ਹੀ ਮਾਨਵਤਾ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਮਸ਼ੀਨੀ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦਾ ਅੱਖੋਂ-ਪਰੇਖੇ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਤਾਣਾ-ਬਾਣਾ ਹੀ ਕੁਝ ਇਸ

ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਸੀ ਮੁਕਾਬਲਾ ਅਧਾਰਿਤ ਬਣ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਪੱਖਪਾਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਲਿੰਗਕ ਭੇਦ-ਭਾਵ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਸਤਰੀ-ਪੁਰਸ਼ ਦੀ ਪੱਖਪਾਤੀ ਸੋਚ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿਰਿਆ: ਮੰਨ ਲਉ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਬਟਾਲਾ ਤੋਂ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਸੀਟ ਰਾਖਵੀਂ ਕਰਵਾ ਕੇ ਪੰਜ ਸੌ ਰੁਪਏ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਏ.ਸੀ. ਬੱਸ ਦੀ ਟਿਕਟ ਵੀ ਖਰੀਦ ਲਈ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਨੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਹੀ ਚੱਲਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਸੀਟਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰਾਖਵੀਆਂ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਕਈ ਸਵਾਰੀਆਂ ਖਲੋਤੀਆਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਹੀ ਜਾਣਾ ਹੈ:

- 1 ਇੱਕ ਮੁਟਿਆਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।
- 2 ਇੱਕ ਅਧਿਕ ਉਮਰ ਦੀ ਔਰਤ (45 ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਦੀ)
- 3 ਨੌਜਵਾਨ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਾਲਜ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- 4 ਅਧਿਕ ਉਮਰ ਦਾ ਇੱਕ ਆਦਮੀ।
- 5 ਇੱਕ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਦੋ- ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜ੍ਹੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਇਨਸਾਨ/ਮਨੁੱਖ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗਕ ਭਿੰਨ-ਭੇਦ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਮਾਨਵਤਾ ਦੇ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਸੀਟ ਇੱਕ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਜੋ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਦੋ-ਕੁ ਸਾਲ ਦਾ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੇਵਾਂਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੀ ਪਾਰਖੂ ਨਜ਼ਰ 'ਤੇ ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਲੋੜਵੰਦ ਨਜ਼ਰ ਆਈ।

5. ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:

ਮਾਨਵਤਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਹੋਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਰਥਾਂ ਵਾਲੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਜਾਤ, ਧਰਮ, ਨਸਲ, ਲਿੰਗ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਵੰਡੀਆਂ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਨਾਂ ਹੀ ਮਾਨਵਤਾ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਮਸ਼ੀਨੀ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦਾ ਅੱਖੋਂ-ਪਰੋਖੇ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਤਾਣਾ-ਬਾਣਾ ਹੀ ਕੁੱਝ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਸੀ ਮੁਕਾਬਲਾ ਅਧਾਰਿਤ ਬਣ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਪੱਖਪਾਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਲਿੰਗਕ ਭੇਦ-ਭਾਵ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਸਤਰੀ-ਪੁਰਸ਼ ਦੀ ਪੱਖਪਾਤੀ ਸੋਚ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਜੂਦ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਮਾਨਵੀ ਵਿਹਾਰ ਰਾਹੀਂ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਵੀ ਮਾਨਵੀ ਸਦਭਾਵਨਾ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਨੈਤਿਕ ਮੁੱਲਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:1 ਮਾਨਵਤਾ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਨੁੱਖ ਹੋਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਰਥਾਂ ਵਾਲੀ ਭਾਵਨਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:2 ਅਜੋਕੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਅੱਖੋਂ-ਪਰੋਖੇ ਕਿਉਂ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਸ਼ੀਨੀ ਤੇ ਪਦਾਰਥਕ ਯੁੱਗ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਅਧਾਰਿਤ ਪੱਖਪਾਤ ਕਾਰਨ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਅੱਖੋਂ-ਪਰੋਖੇ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:3 ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੁੱਖੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਸਤਰੀ-ਪੁਰਸ਼ ਦੀ ਪੱਖਪਾਤੀ ਸੋਚ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਜੂਦ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਮਾਨਵੀ ਵਿਹਾਰ ਰਾਹੀਂ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:4 ਪਾਠ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਪਾਠ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਾਨਵੀ ਸਦਭਾਵਨਾ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਨੈਤਿਕ ਮੁੱਲਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:5 ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ।

ਪਾਠ-8 ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ

1.ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

1. ਮਨੁੱਖ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਾਣੀ ਹੈ?

ੳ. ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਅ. ਜੰਗਲੀ ਏ. ਆਦਿ ਵਾਸੀ ਸ. ਧਾਰਮਿਕ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

2. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਕਿਸ ਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

ੳ. ਪਿਆਰ ਅ. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਏ. ਨਫਰਤ ਸ. ਗੁੱਸਾ

ਉੱਤਰ: (ਅ)

3. ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਫੈਸਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਨੀਂਹ ਕਿਸ ਉੱਪਰ ਟਿੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

- ੳ. ਤਰੱਕੀ ਅ. ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਏ. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸ. ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
4. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਹਰ ਬਾਜ਼ੀ ਕਿਸ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਜਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?
ੳ. ਯਕੀਨ ਅ. ਸੇਵਾ ਏ. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸ. ਓਪਰੇਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
5. ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕਿਸ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
ੳ. ਪਹਿਲੇ ਅ. ਚੌਥੇ ਏ. ਦੂਜੇ ਸ. ਤੀਜੇ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
6. ਗੁਰਦਾਸ ਮਾਨ ਗਾਇਕੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹੋਰ ਕਿਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉੱਭਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ?
ੳ. ਖਲਨਾਇਕ ਅ. ਸਫਲ ਨਾਇਕ
ਏ. ਫਿਲਮ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸ. ਕਹਾਣੀਕਾਰ
ਉੱਤਰ: (ਅ)
7. ਕਿਸ ਅਦਾਕਾਰ ਨੇ ਹਿੰਦੀ ਟੀ.ਵੀ. ਸੀਰੀਅਲ ਰਮਾਇਣ ਵਿੱਚ ਅਦਾਕਾਰੀ ਕੀਤੀ?
ੳ. ਸਤਿੰਦਰ ਸਰਤਾਜ ਅ. ਗੁਰਦਾਸ ਮਾਨ
ਏ. ਦਾਰਾ ਸਿੰਘ ਸ. ਦਿਲਜੀਤ ਦੁਸਾਂਝ
ਉੱਤਰ:(ੳ)
8. ਕੀ ਹਰ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਪੁੱਟਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?
ੳ. ਨਹੀਂ ਅ. ਹਾਂ ਏ. ਕਦੇ-ਕਦੇ ਸ. ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ
ਉੱਤਰ: (ਅ)
9. ‘ਸਾਡਾ ਫੈਸਲਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਕਰਾਂਗੇ ,.....’ ਸਤਰ ਪੂਰੀ ਕਰੋ।
ੳ. ਉਹ ਕਰ ਦਿਖਾਵਾਂਗੇ ਅ. ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੇ ਏ. ਵਿਚਾਰ ਕਰਾਂਗੇ ਸ. ਮੰਨ ਲਵਾਂਗੇ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
10. ‘ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ’ ਪਾਠ ਦੀ ਚੌਥੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਲੋਕ ਖੇਡ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?
ੳ. ਗੁੱਲੀ-ਡੰਡਾ ਅ. ਚਿੜੀ ਉੱਡ ਕਾਂ ਉੱਡ
ਏ. ਕੋਟਲਾ-ਛਪਾਕੀ ਸ.ਲੁੱਕਣ-ਮੀਟੀ
ਉੱਤਰ: (ਅ)
11. ਕਿਸ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹਸਤੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਫਲ ਅਦਾਕਾਰ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਕਦੇ ਸੋਚਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ?
ੳ. ਮਿਲਖਾ ਸਿੰਘ ਅ. ਸਤਿੰਦਰ ਸਰਤਾਜ ਏ. ਦਾਰਾ ਸਿੰਘ ਸ. ਦਲਜੀਤ ਦੁਸਾਂਝ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
12. ‘ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ’ ਪਾਠ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਰੋਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ?
ੳ. ਨਾਇਕ ਅ. ਗੀਤਕਾਰ ਏ. ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਹ. ਡਾਇਰੈਕਟਰ
ਉੱਤਰ: (ੳ)
13. ‘ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ’ ਪਾਠ ਦੀ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ?
ੳ. ਕੱਚੇ ਇਰਾਦੇ ਅ. ਪੱਕੇ ਇਰਾਦੇ ਏ. ਘੱਟ ਇਰਾਦੇ ਸ. ਇਰਾਦੇ ਤੋਂ ਬਿਨ੍ਹਾਂ

ਉੱਤਰ: (ਅ)

14. 'ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ' ਪਾਠ ਦੀ ਪੰਜਵੀਂ ਕਿਰਿਆ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਕੀ ਬਣਨ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ?

ੳ. ਡਾਕਟਰ ਅ. ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਏ. ਖਿਡਾਰੀ ਸ. ਅਧਿਆਪਕ

ਉੱਤਰ: (ਸ)

15. ਕਿਹੜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਸਰ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ੳ. ਚਲਾਕ ਅ. ਆਲਸੀ ਏ. ਸਿਰਤੀ ਸ. ਅਵੇਸਲਾ

ਉੱਤਰ: (ੲ)

2. ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ:

1. ਮਨੁੱਖ ਇੱਕ _____ ਪ੍ਰਾਣੀ ਹੈ। (ਜੰਗਲੀ/ਆਦਿ-ਵਾਸੀ/ਅਨੈਤਿਕ/ਸਮਾਜਿਕ)

2. ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ _____ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
(ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ/ਦੂਜੇ ਕਦਮ/ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ/ਚਿੰਤਾਜਨਕ)

3. ਦਿਲਜੀਤ ਦੁਸਾਂਝ ਨੂੰ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ _____ ਦਾਸ਼ੋਕਸੀ। (ਕਬੱਡੀ/ਗਾਇਕੀ/ਨੌਕਰੀ/ਖੇਡਣ)

4. ਦਾਰਾ ਸਿੰਘ ਵਿਸ਼ਵ-ਪ੍ਰਸਿੱਧ _____ ਸੀ। (ਪਹਿਲਵਾਨ/ਸੰਗੀਤਕਾਰ/ਨਾਟਕਕਾਰ/ਕਹਾਣੀਕਾਰ)

5. ਸਾਨੂੰ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਪੂਰਾ _____ ਨਾਲ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
(ਮੌਕੇ/ਕਨੂੰਨ/ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ/ਪਹਿਲ ਕਦਮੀ)

ਉੱਤਰ:- 1. ਸਮਾਜਿਕ 2. ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ 3. ਗਾਇਕੀ 4. ਪਹਿਲ ਕਦਮੀ 5. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

1. ਮਨੁੱਖ ਇੱਕ ਹੈ (ੳ) ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

2. ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ (ਅ) ਹੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

3. ਦਾਰਾ ਸਿੰਘ (ੲ) ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਲੋਕ-ਖੇਡ

4. ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ (ਸ) ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਣੀ

5. ਹਰੇਕ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ (ਹ) ਹਿੰਦੀ ਟੀ.ਵੀ. ਸੀਰੀਅਲ ਰਮਾਇਣ

ਉੱਤਰ:- 1. (ਸ) 2. (ੳ) 3. (ਹ) 4. (ੲ) 5. (ਅ)

4. ਸੰਖੇਪ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ /ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:1 ਕਿਸ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:2 ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਕੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:3 ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਕੌਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਜਿਹੜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੀ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਭਰੋਸਾ ਰੱਖਦਿਆਂ ਇੱਕ ਸਿਰਤੀ ਵਾਂਗ ਸਿਰਤੋੜ ਯਤਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਵੱਲ ਵਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਸਚੇ ਹੀ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:4 ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਕਿੱਦਾਂ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ?

ਉੱਤਰ: ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਵਾਲੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:5 ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਕਿੱਦਾਂ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ?

ਉੱਤਰ: ਅਦਾਕਾਰ ਵਾਲੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:6 ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੀ ਕਿਰਿਆ "ਬਲੈਕ ਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਵਾਕ ਲਿਖ ਕੇ ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਬੋਲਣਾ" ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਕੇ ਕੀ ਕਰੇਗਾ?

ਉੱਤਰ: ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਵਾਕ "ਪਿਆਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ, ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਇਹ ਪੜ੍ਹਾਂਗੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਪੱਕੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਹਰ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।" ਬਲੈਕ ਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਲਿਖ ਕੇ ਜਮਾਤ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰਕੇ ਬੋਲੇਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:7 'ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ' ਪਾਠ ਦੀ ਕਿਰਿਆ "ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ" ਵਿੱਚ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈਣੀ ਹੈ?

ਜਾਂ

'ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ' ਪਾਠ ਦੀ ਲੋਕ-ਖੇਡ "ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ" ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸਵੈ-ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਅਹਿਸਾਸ ਕਿਵੇਂ ਹੋਇਆ? ਦਲੀਲਾਂ ਸਹਿਤ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ।

ਉੱਤਰ: "ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ" ਇਹ ਖੇਡ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਉੱਡਣ ਵਾਲੇ ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਉਡਾਉਣ ਦੇ ਬੋਲ ਬੋਲਣ 'ਤੇ ਹੀ ਉੱਗਲ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਫੈਸਲਾ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਯਕੀਨ ਜਾਂ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਬਣਦਾ ਕਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਪੰਛੀ/ਜਾਨਵਰ/ਵਸਤ ਦਾ ਨਾਂ ਲਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਜੇ ਉਹ ਉੱਡਣ ਵਾਲਾ ਨਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਉੱਗਲ ਚੁੱਕ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਡਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਉਹ ਖੇਡ ਦੀ ਉਸ ਵਾਰੀ ਵਿੱਚ ਹਾਰ ਜਾਵੇਗਾ। ਗਲਤ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਗਲਤ ਕਾਰਜ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹਾਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਹਾਰ ਵੀ ਜਾਓ, ਤਾਂ ਵੀ ਜਿੱਤਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ। ਖੇਡਣ ਉਪਰੰਤ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਬੈਠ ਜਾਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਲੋਕ-ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਜਾਣ ਲੈਣਗੇ ਕਿ ਇਹ ਇਸ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਪੂਰੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 'ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ' ਪਾਠ ਦੀ ਲੋਕ-ਖੇਡ "ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ" ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸਵੈ-ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਇਹ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਕਿ 'ਉੱਡਣ ਵਾਲੇ ਪੰਛੀ ਨੇ ਉੱਡਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਰੀ ਸਿਰ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਉਸ ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਉਡਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਹੈ ਦੇ ਵਰਤਾਰੇ ਨਾਲ' ਉਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ। ਅਜਿਹਾ ਨ ਕਰਨ 'ਤੇ ਨਾ ਉੱਡਣ ਵਾਲੇ ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਉਡਾਉਣ ਦਾ ਇਛਾਰਾ ਜਾਂ ਸੰਕੇਤ ਦੇਣ ਨਾਲ ਹਾਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕ-ਖੇਡ ਇਹ ਵੀ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਯਤਨ ਕਰਕੇ ਹੇ ਹਾਰ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਸਿਰ ਜਿੱਤ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:8: 'ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ' ਲੋਕ -ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਮੌਕੇ ਤੇ ਸਵੈ-ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਹਾਂ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਧਿਆਪਕ ਸਮੂਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਪਰੋਕਤ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਹ ਸੋਚ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸ਼ਚੇ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਸਹਿਤ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਰੰਭਕ ਯਤਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਨਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਹੌਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਆਤਮ -ਬਲ ਨਾਲ ਅਸਫਲਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਵੀ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਰਹੇਗਾ ਕਿ ਉਸਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹ ਸੋਚ ਰੱਖੇ ਕਿ 'ਉਹ ਸਭ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ'।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:9 'ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ' ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਕੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਜਿਹੜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੀ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਭਰੋਸਾ ਰੱਖਦਿਆਂ ਇੱਕ ਸਿਰਜਣੀ ਵਾਂਗ ਸਿਰਤੋੜ ਯਤਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਵੱਲ ਵਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਸਚੇ ਹੀ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਅਰੰਭਕ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਇੱਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਇੱਕ ਅਦਾਕਾਰ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ:10 ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ ਪਾਠ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਲੋਕ-ਖੇਡ 'ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ' ਦੀ ਖੇਡ-ਕਿਰਿਆ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

6.ਪਾਠ-8 ਦੀ 'ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ' ਲੋਕ-ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸਵੈ-ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਿਵੇਂ ਹੋਇਆ? ਦਲੀਲਾਂ ਸਹਿਤ ਦੱਸੋ।

ਉੱਤਰ: ਲੋਕ ਖੇਡ 'ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ' ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚਲੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਹ ਸੋਚ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸ਼ਚੇ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਨਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਹੌਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਆਤਮ -ਬਲ ਨਾਲ ਅਸਫਲਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵੀ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਰਹੇਗੀ ਕਿ ਉਸਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹ ਸੋਚ ਰੱਖੇ ਕਿ 'ਉਹ ਸਭ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ'।

11. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਵਰਨਿਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੇਧ ਕੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ:- ਵਰਨਿਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ:-

1. ਸਮੂਹ-1 ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਹੱਸਣਾ
2. ਸਮੂਹ -2 ਬਲੈਕ ਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ
3. ਸਮੂਹ-3 ਲੋਕ-ਖੇਡ (ਚਿੜੀ ਉੱਡ,ਕਾਂ ਉੱਡ)
4. ਸਮੂਹ-43 ਸਤਰਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ

ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਧਿਆਪਕ ਸਮੂਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੇਧ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

5.(1)ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਅਤਿ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:

ਮਨੁੱਖ ਇੱਕ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਮਾਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਹਰ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਮੁਕਾਮ ਉੱਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਫੈਸਲੇ ਦੀ ਨੀਂਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉੱਤੇ ਟਿਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਰੱਕੀ, ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਅਧਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਕਲਪ ਆਪਣੇ-ਆਪ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਯਕੀਨ ਕਰਨ ਦੀ ਇਸ ਧਾਰਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸ਼ਖ਼ਸ ਜੋ ਨਿਸਚਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਭਰੋਸਾ, ਯਕੀਨ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਇਸੇ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਹਰ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

(i) ਕਿਸੇ ਵੀ ਫੈਸਲੇ ਦੀ ਨੀਂਹ ਕਿਸ ਉੱਤੇ ਟਿਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਕਿਸੇ ਵੀ ਫੈਸਲੇ ਦੀ ਨੀਂਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉੱਤੇ ਟਿਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(ii) ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਅਧਾਰ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਰੱਕੀ, ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਅਧਾਰ ਹੈ।

(iii) ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਭਰੋਸਾ, ਯਕੀਨ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ।

(iv) ਕਿਸ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਹਰ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਭਰੋਸਾ, ਯਕੀਨ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਇਸੇ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਹਰ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

(v) ਮਨੁੱਖ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਮਨੁੱਖ ਇੱਕ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਹੈ।

2.

ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਦਾਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਹ ਸੋਚ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸਚੇ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਸਹਿਤ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਰੰਭਕ ਯਤਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਨਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਹੌਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਆਤਮ-ਬਲ ਨਾਲ ਅਸਫਲਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਕੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: ਅਦਾਕਾਰੀ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਿਉਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ?

ਉੱਤਰ: ਅਦਾਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਹ ਸੋਚ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸਚੇ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਸਹਿਤ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਕਿੱਥੇ ਪਹੁੰਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਉੱਤੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: ਅਰੰਭਕ ਯਤਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਨਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਹੌਸਲਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

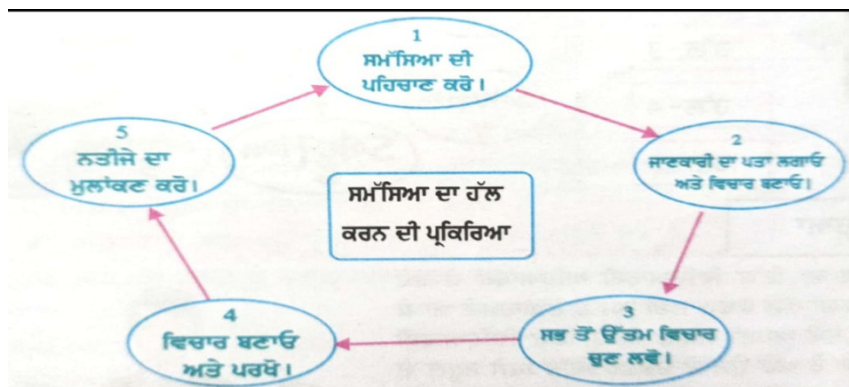
ਪਾਠ-8ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ

1.ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

1. ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ?
 ਓ. ਸਮਾਜਿਕ ਅ. ਦਿਮਾਗੀ ਏ. ਮਾਨਸਿਕ ਸ. ਸਰੀਰਕ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
2. ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?
 ਓ. ਹੱਲ ਲੱਭਣਾ ਅ. ਡਰ ਜਾਣਾ ਏ. ਗੁੱਸੇ ਹੋਣਾ ਸ. ਓਪਰੇਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
3. ਸਾਡੀ ਕਿਹੜੀ ਸਥਿਤੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਜਾਂ ਵੱਡਾ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ?
 ਓ. ਤਨਾਅਗ੍ਰਸਤ ਅ. ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਏ. ਗੁੱਸੇ ਵਾਲੀ ਸ. ਖੁਸ਼ੀ ਵਾਲੀ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
4. ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਢੁੱਕਵਾਂ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਚਲਾਕੀ ਅ. ਤੀਖਣ ਸੋਚ ਏ. ਹੁਸ਼ਿਆਰੀ ਸ. ਧੋਖਾ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
5. 'ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ' ਪਾਠ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਵਿਚਲੇ ਨੌਜਵਾਨ ਦਾ ਨਾਂ ਕੀ ਹੈ?
 ਓ. ਹਰਜੀਤ ਅ. ਰਾਜੂ ਏ. ਗੌਰਵ ਸ. ਰਵੀ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
6. 'ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ' ਪਾਠ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚਲਾ ਪਿਤਾ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਤਾਕਤਵਾਰ ਅ. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਏ. ਡਰਪੋਕ ਸ. ਓ ਤੇ ਅ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
7. 'ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ' ਪਾਠ ਦੇ ਗੌਰਵ ਕੋਲੋਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਦਾ ਕੀ ਡਿੱਗ ਕੇ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਸੀ?
 ਓ. ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਅ. ਕੰਪਿਊਟਰ ਏ. ਲੈਪਟਾਪ ਸ. ਸੀਸ਼ਾ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
8. 'ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ' ਪਾਠ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਅ. ਸੁਤੰਤਰ ਏ. ਚਲਾਕ ਸ. ਓ ਅਤੇ ਅ ਦੋਨੋਂ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
9. 'ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ' ਪਾਠ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਢੁੱਕਵਾਂ ਹੱਲ ਕੌਣ ਲੱਭੇਗਾ ?
 ਓ. ਅਧਿਆਪਕ ਅ. ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਏ. ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ. ਸਰਪੰਚ
 ਉੱਤਰ: (ੲ)
10. 'ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ' ਪਾਠ ਦੀ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਵਾਏਗਾ?
 ਓ. ਬਰੇਨ ਟੈਸਟ ਅ. ਦੌੜ ਏ. ਕਬੱਡੀ ਸ. ਲਿਖਤੀ ਟੈਸਟ
 ਉੱਤਰ: (ੳ)
11. 'ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ' ਪਾਠ ਦੀ ਚੌਥੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਹੈ?
 ਓ. ਕੌਣ ਅ ਵਰਗ ਏ. ਤ੍ਰਿਭੁਜ ਸ. ਗੋਲਾ
 ਉੱਤਰ: (ਅ)
12. ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਚੌਥਾ ਕਦਮ : ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਹੱਲ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨਤੀਜੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੋ।

ਪੰਜਵਾਂ ਕਦਮ : ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ।

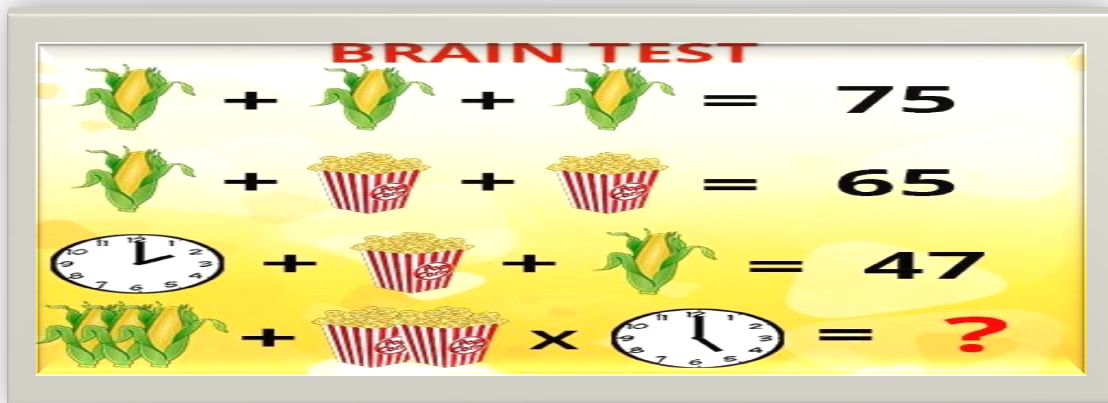


ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ, ਬੁੱਧੀ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਹਰ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ ਨਾਲ ਵੱਡੀ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਘਬਰਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਸਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸੋਚੋ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਕੀ-ਕੀ ਹੱਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਸਬਰ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਹੱਲ ਲੱਭੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਸਹੀ ਉੱਤਰ ਲਿਖੋ:

(i)



ਉੱਤਰ: ਪਹਿਲਾ ਗਰੁਪ = $25+25+25=75$

ਦੂਜਾ ਗਰੁਪ = $25+20+20=65$

ਤੀਜਾ ਗਰੁਪ = $2(\text{ਸਮਾਂ } 2 \text{ ਵਜੇ})+20+25 = 47$

ਚੌਥਾ ਗਰੁਪ = $75+40*5(\text{ਸਮਾਂ } 5 \text{ ਵਜੇ})= 275$

5.1. ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਅਤਿ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ 'ਸਮੱਸਿਆ' ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਹੱਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਘਬਰਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਸਥਿਤੀ ਹੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਜਾਂ ਵੱਡਾ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਸੋਚੋ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਕੀ-ਕੀ ਹੱਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਸਬਰ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਹੱਲ ਕੱਢਣ ਲਈ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਸਮਾਂ ਅਜਿਹਾ ਆਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ ਰਾਹੀਂ ਵੱਡੀ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਜਾਵੋਗੇ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਸਮੱਸਿਆ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ: ਸਮੱਸਿਆ ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਗੁੰਝਲ, ਰੁਕਾਵਟ ਜਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਕੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਘਬਰਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਨਹੀਂ, ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਘਬਰਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਕੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਛੋਟੀ ਹਾਂ ਵੱਡੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਨਹੀਂ, ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਛੋਟੀ ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦਮ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦਮ ਉਸ ਨੂੰ ਠਰੁੱਮੇ ਨਾਲ ਸਮਝਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ5: ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਢੁਕਵਾਂ ਹੱਲ ਕਿਵੇਂ ਚੁਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬੁੱਧੀਮਤਾ ਅਤੇ ਤੀਖਣ ਸੋਚ ਨਾਲ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

2.

ਗੌਰਵ ਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਸੀ। ਉਹ ਬੇਚੈਨ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ੀਬਤ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਉਹ ਰੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ ਅਕਸਰ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਉਸਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਗੱਲ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਭੈਣ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਉਹ ਸਾਰਾ ਹੌਸਲਾ ਗਵਾ ਬੈਠਾ। ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਉਸਦਾ ਪੁੱਤਰ ਇੱਕ ਰੋਣ ਵਾਲਾ ਬੱਚਾ ਬਣੇ। ਉਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਤਾਕਤਵਰ ਬਣੇ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਆਪ ਕਰੇ।

1. ਕਿਹੜਾ ਨੌਜਵਾਨ ਬੇਚੈਨ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ: ਗੌਰਵ

1. ਨੌਜਵਾਨ ਕਿਸ ਗੱਲੋਂ ਡਰਦਾ ਸੀ? ਉੱਤਰ: ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਸੀ।

2. ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਕੀ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ? ਉੱਤਰ: ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਉਸਦਾ ਪੁੱਤਰ ਇੱਕ ਰੋਣ ਵਾਲਾ ਬੱਚਾ ਬਣੇ।

3. ਪਿਤਾ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ? ਉੱਤਰ: ਉਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਤਾਕਤਵਰ ਬਣੇ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਆਪ ਕਰੇ।

4. ਗੌਰਵ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੌਣ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਸੀ ?

ਉੱਤਰ: ਉਸ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ।

ਪਾਠ-9. ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ : ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ

1. ਬਹੁ-ਵਿਕਲਪੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ-ਉੱਤਰ:

1. ਤਕਨੀਕੀ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉੱਪਰ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਿਸ ਨੇ ਪਾਇਆ ਹੈ?

ੳ. ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅ. ਡਾਕ ਏ. ਫ਼ੈਕਸ ਸ. ਫ਼ੋਨ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

2. ਸਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਕਿਸ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਨਾਲ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ?

ੳ. ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਅ. ਰੇਡੀਓ ਏ. ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

ਉੱਤਰ: (ਏ)

3. ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ?

ੳ. ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਅ. ਨਾ-ਮਾਤਰ ਏ. ਘੱਟ ਸ. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

4. ਵੀਡੀਓ ਜਾਂ ਲਿਖਤੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਉੱਤੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੋਮੇ ਕਿਹੜੇ ਹਨ?

ੳ. ਵਟਸਐਪ ਅ. ਫੇਸਬੁੱਕ ਏ. ਗੂਗਲ ਅਤੇ ਯੂ-ਟਿਊਬ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ

ਉੱਤਰ: (ਏ)

5. ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਮਿਲੀ ਸਹੂਲਤ ਨੂੰ ਕਿਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ੳ. ਸਹੀ ਅ. ਗਲਤ ਏ. ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

ਉੱਤਰ: (ੳ)

6. ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਚੈਨਲਾਂ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ-ਕੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹੋ?

ੳ. ਗਿਆਨ ਅ. ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਏ. ਬਹੁ-ਮੁੱਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਭ ਕੁੱਝ

ਉੱਤਰ: (ਸ)

7. 'ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ : ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ' ਪਾਠ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ?
 ਓ. ਲੋੜ ਅਤੇ ਸਮਝ ਅਨੁਸਾਰ ਅ. ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਏ. ਗਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸ. ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)
8. ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਹੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ?
 ਓ. ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਅ. ਬਰਬਾਦ ਏ. ਅਰਥਹੀਣ ਸ. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ
 ਉੱਤਰ: (ਓ)
9. ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?
 ਓ. ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਅ. ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਏ. ਵਿਸ਼ਾਲ ਸ. ਅ ਅਤੇ ਏ ਦੋਨੋਂ
 ਉੱਤਰ: (ਸ)

2. ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਭਰੋ:

1. ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ-ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ _____ ਹਨ।
 (ਅੰਤਰ-ਸੰਬੰਧਿਤ/ਵਿਸ਼ਾਲ/ਗਹਿਰੇ/ਦੂਰ)
2. ਅਜੋਕੇ ਯੁਗ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆ ਗਿਆਨ ਜਾਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦੀ _____ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ ਹੈ।
 (ਦਨੇੜੇ/ਸਹੀ/ਸਾਹਿਤ/ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ)
3. ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਹਰੇਕ _____ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ।
 (ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ/ਨਜ਼ਰੀਆ/ਖੇਤਰ/ਅਕਾਦਮਿਕ)
4. ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਹੌਸਲਾ ਅਫ਼ਜ਼ਾਈ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਆਧੁਨਿਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੀ _____ ਅਤੇ ਸਮਝ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨਗੇ।
 (ਲੋੜ/ਸਾਧਨ, ਵਸਤੂ/ਆਸ਼ਾ, ਨਿਰਾਸ਼ਾ/ਹਿੰਮਤ, ਉੱਦਮ)
5. ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬਹੁਤ _____ ਹੈ।
 (ਵਿਸ਼ਾਲ/ਤੰਗ/ਨਿਰਾਸ਼ਾਜਨਕ/ਨਿਸ਼ਚਿਤ)

ਉੱਤਰ: 1. ਅੰਤਰ-ਸੰਬੰਧਿਤ 2. ਸਹੀ, ਚੋਣ 3. ਖੇਤਰ 4. ਲੋੜ, ਸਮਝ 5. ਵਿਸ਼ਾਲ

3. ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ:

1. ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ ਹੈ (ਓ) ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਪਸਾਰੀ
2. ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ (ਅ) ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵੀਡੀਓ ਅਤੇ ਲਿਖਤੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਸੋਮੇ
3. ਗੂਗਲ ਅਤੇ ਯੂ-ਟਿਊਬ (ਏ) ਮਹਾਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜੀਵਨੀ
4. ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਦਾਇਰਾ (ਸ) ਇੰਟਰਨੈੱਟ
5. ਇੰਟਰਨੈੱਟ (ਹ) ਗਿਆਨ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਾਧਨ

ਉੱਤਰ: 1. (ਸ) 2. (ਹ) 3. (ਅ) 4. (ਓ) 5. (ਏ)

4. ਸੰਖੇਪ ਪ੍ਰਸ਼ਨ/ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: 1 ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾ ਕੇ ਇਹ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੀ ਦੇਖਦੇ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਜਾਂ ਸੁਣਦੇ ਹੋ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਕੋਈ ਦੋ ਸੁਝਾਅ ਦਿਉ।

ਜਾਂ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ: ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਸਾਰਣੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰਨ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਪੂਰੀ ਕਰੋ ਕਿ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇ:

ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨ	ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਾਧਨ ਰਾਹੀਂ ਕੀ ਪੜ੍ਹਦੇ, ਸੁਣਦੇ	ਇਸ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ?	ਇਸਦੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ-ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ?
---------------	--------------------------------------	-------------------------	--------------------------------------

	ਜਾਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ?		
ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ: ਵਟਸਐਪ, ਫੇਡਬੁੱਕ, ਇੰਸਟਾਗਰਾਮ, ਟੈਲੀਗ੍ਰਾਮ	ਖ਼ਬਰਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਗੀਤ, ਇੰਟਰਵਿਊ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ	ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ, ਮਨੋਰੰਜਨ, ਵਿਸ਼ਵ-ਸਾਂਝ ਵਧਦੀ ਹੈ।	ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੋਚ, ਸਿਹਤ, ਆਰਥਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
ਮੋਬਾਇਲ	ਖ਼ਬਰਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਗੀਤ, ਇੰਟਰਵਿਊ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਗੱਲਬਾਤ	ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ, ਮਨੋਰੰਜਨ, ਵਿਸ਼ਵ-ਸਾਂਝ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ-ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।	ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੋਚ, ਸਿਹਤ, ਆਰਥਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
ਇੰਟਰਨੈੱਟ	ਖ਼ਬਰਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਗੀਤ, ਇੰਟਰਵਿਊ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ	ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ, ਮਨੋਰੰਜਨ, ਵਿਸ਼ਵ-ਸਾਂਝ ਵਧਦੀ ਹੈ।	ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੋਚ, ਸਿਹਤ, ਆਰਥਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ: ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ	ਖ਼ਬਰਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਗੀਤ, ਇੰਟਰਵਿਊ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਾਹਿਤਕ ਰਚਨਾਵਾਂ	ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ, ਮਨੋਰੰਜਨ, ਵਿਸ਼ਵ-ਸਾਂਝ ਵਧਦੀ ਹੈ।	ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੋਚ, ਸਿਹਤ, ਆਰਥਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਮੀਡੀਆ	ਖ਼ਬਰਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਗੀਤ, ਇੰਟਰਵਿਊ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ	ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ, ਮਨੋਰੰਜਨ, ਵਿਸ਼ਵ-ਸਾਂਝ ਵਧਦੀ ਹੈ।	ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੋਚ, ਸਿਹਤ, ਆਰਥਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਮਝ ਸਕਣਗੇ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਹ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਹੋਵੇਗੀ।

ਇਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਮਝ ਸਕਣਗੇ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਹ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਹੋਵੇਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਰਾਹੀਂ ਦੇਖੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੇਸ਼-ਭਗਤੀ ਦੇ ਗੀਤ ਜਾਂ ਫਿਲਮ ਜਾਂ ਦੇਸ਼-ਭਗਤ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਕੀ ਜੀਵਨ-ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਮਿਲੀ?

ਉੱਤਰ: ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਰਾਹੀਂ ਮੈਂ ਸ਼ਹੀਦ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਵਿਸਤਾਰ ਸਹਿਤ ਜਾਣਿਆ। ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਸ਼ਹੀਦ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ ਨੇ ਨੌਜੁਆਨੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦਲੇਰਾਨਾ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਅਜ਼ਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਕੁਰਬਾਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਫਾਂਸੀ ਦੇ ਰੱਸੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ। ਆਪ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸਰੋਤ ਬਣਕੇ ਦੇਸ਼-ਭਗਤੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਪੈਦਾ ਕਰ ਗਏ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਰਾਹੀਂ ਮੈਂ ਸ਼ਹੀਦ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭੇ ਦੀ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਕਈ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਦੇਖ ਕੇ ਬੜੀ ਰੌਚਿਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਆਪ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵੀ ਦੇਖੀਆਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦੇਸ਼-ਭਗਤੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋਈ।

5. ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:

ਮਨੁੱਖੀ ਸਭਿਅਤਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਪਰਿਪੇਖ ਤੋਂ ਦੇਖੀਏ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ 21ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਪਾਤਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਬਦੀਲੀ ਆਈ ਹੈ। ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ। ਤਕਨੀਕੀ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਨੇ ਹੀ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਪਾਸਾਰੀ ਹੈ। ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਆਉਣ ਨਾਲ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਹੀ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਇਹ ਸਾਰੇ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਅੰਤਰ-ਸੰਬੰਧਤ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ ਇਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਖੀ ਕਰ ਸਕਣ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ1: ਤਕਨੀਕੀ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਿਸ ਨੇ ਪਾਇਆ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਨੇ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ2: ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਪਸਾਰੀ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ3: ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਦੋਨੋਂ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਸਾਧਨ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ4: ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰ: ਸਹੀ ਢੰਗ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸੁਖਾਲਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।