नेपाली शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक परिप्रेक्ष्य

नगेन्द्रप्रसाद आचार्य[१] दर्शना शाही[२]

[१]ग्राजुएट स्कुल अफ एजुकेसन, नेपाली शिक्षा अनुसन्धाता, त्रिवि
Email
acharynagendra@gmail.com
[२]स्नातकोत्तर अनुसन्धाता, शिक्षाशास्त्र केन्द्रीय विभाग, त्रिवि
Email
darshanasinghshahi@gmail.com

प्रकाशन : २०८३ असार
Publish: 2026 June
Doi:
https://doi.org/10.3126/bns.v29i1.95338

This is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY NC)
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0
© 2026 by the author

Journal
विकासको निम्ति शिक्षा
Bikashko Nimti Shiksha
ISSN: 2616-0188 (Print)
3021-954X (Online)
website: https://www.nepjol.info/index.php/bns

Published By
Research Centre for Educational Innovation and Development (CERID)
http://cerid.tu.edu.np

लेखसार

प्रस्तुत लेख नेपाली शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक परिप्रेक्ष्यसँग आधारित छ । विद्यार्थीलाई ज्ञान सिप, धारणा, सामाजिक मूल्यमान्यता सिकाउने कार्यमा समर्पित व्यक्तिलाई शिक्षक भनिन्छ । शिक्षण सिकाइको प्रभावकारिता, विषयगत ज्ञान, सिप, अनुभव, कार्य दक्षता र सक्षमताले पेसागत उन्नयन गर्न मद्दत गर्छ । नेपाली विषय शिक्षकले गरेको पेसागत उन्नयनलाई विश्लेषण गर्न आधारभूत तथा माध्यमिक तहमा अध्यापन गर्ने दुई जना शिक्षकको अनुभव तथा कार्यलाई असंरचित अन्तवार्ताका माध्यमबाट प्राप्त तथ्यलाई गुणात्मक विधिको मान्यतामा व्याख्या गरिएको छ । शिक्षक आफू अध्ययनशील हुनु पर्छ । पेसागत क्षमतामा नयाँपन ल्याउन प्रविधिको प्रयोग, तालिम र सहपाठी तथा विज्ञ विद्वानसँगको सहकार्यात्मक सिकाइले पेसागत उन्नयन गर्छ । सहकार्यत्मक सिकाइले सहजीकरणमा सरलता प्रदान गर्ने गर्दछ । जोस जाँगर, तन, मन, वचनले आफूमा रहेको दृढ इच्छाशक्ति लगाएर काम गर्दा पेसामा दक्ष भइन्छ । त्यसैले यस अनुसन्धान लेखमा पेसागत दक्षता, क्षमता, अनुभव, सहभागिता, सद्भाव, उन्नयन, वैयक्तिक भिन्नताले पेसामा प्रभाव पारेको पाइन्छ । त्यसकारण पेसालाई मर्यादित र व्यवस्थित गर्न पेसाकर्मीको भूमिका अहम् रहन्छ ।

शब्दकुन्जी: उन्नयन, तालिम, प्रविधि, स्वाध्ययन, शिक्षक

अध्ययनको पृष्ठभूमि

विद्यालय तथा महाविद्यालयमा नेपाली भाषा, साहित्य र नेपाली व्याकरण पढाउने जिम्मेवारी पाएको शिक्षकहरूलाई नेपाली विषय शिक्षक रूपमा लिइन्छ । नेपाली भाषा, साहित्य, र व्याकरणलाई मूल विषय छानी अध्ययन गरेका र सोही विषयलाई शैक्षिक संस्थामा शिक्षण गर्ने व्यक्तिलाई नेपाली विषय शिक्षक भनिन्छ । शैक्षिक संस्थामा शिक्षण गर्ने भएकाले उनीहरुलाई शिक्षक भनिन्छ । "शिक्षण एक पेसा हो । शिक्षण पेसा ज्ञान निर्माण गर्ने पेसा हो" (श्रेष्ठ, २०७९, पृ. १) । त्यसैले शिक्षण कार्यलाई पेसा मानिएको छ । व्यक्तिले जीवन निर्वाह गर्न अपनाइएको काम पेसा

भएकाले शैक्षिक संस्थामा शिक्षण गरी विद्यार्थीलाई ज्ञान प्रदान गर्ने पेसा हो । "पेसागत विकास केवल एउटा व्यक्तिको विकासका लागि मात्र नभई समग्र सङ्गठनको प्रभावकारिता र सक्षमता विकासका लागि आवश्यक हुन्छ" (अधिकारी, सन् २०२३, पृ. १८) । पेसालाई व्यक्तिगतभन्दा पनि सामूहिक प्रभावको रूपमा लिएको पाइन्छ । एउटा व्यक्तिले सामान्यतया आफ्नो जीविकोपार्जनका लागि अपनाए तापनि उसले गर्ने पेसाले समाजमा समेत प्रतिनिधित्व गरेको हुन्छ । "शिक्षकको पेसागत विकास भनेको सर्वोत्कृष्ट शिक्षक बन्ने प्रक्रिया हो । यो ज्ञान, सिप अभिवृद्धि र अनुभव प्राप्त गर्न व्यवस्थित र सचेत प्रक्रिया तथा शिक्षकलाई भविष्यद्रष्टा र भविष्य निर्देशक बनाउन प्रेरित गर्ने प्रक्रिया पनि हो" (तिमल्सेना, सन् २०२०, पृ. १७२) । तसर्थ शिक्षण पेसामा उन्नयन गर्न व्यक्तिको भूमिका महत्त्वपूर्ण रहेको हुन्छ । व्यक्तिमा ज्ञान, सिप, क्षमता, दक्षता, सामजिक मूल्यमान्यता, रीतिरिवाज, धार्मिक सचेतता, भाषिक बाधेगम्यता, जातीय सहिष्णुता, भौगोलिक परिवेश अनुसारको शिष्टाचार, मानमर्यादा, पदीय दायित्वका साथै भावनात्मक मनोविज्ञान आदिको जानकारी भएपछि मात्र पेसागत विकास गर्न सजिलो हुन्छ । त्यसैले पेसागत रुपमा शिक्षकहरु त्यसमा पनि नेपाली विषय शिक्षकको पेसागत उन्नयन त हुन अझै बढी जरुरी रहेको देखिन्छ ।

शिक्षकले विभिन्न तालिम, स्वाध्ययन, सहकार्य, उपचारात्मक सुपरिवेक्षण, परामर्श, पेसागत बैठक, अध्ययन तथा अवलोकन भ्रमण, कार्यशाला, गोष्ठी तथा सेमिनारमा निरन्तर सक्रिय सहभागी भएर, अवलोकन भ्रमण आदि कार्यकलापमा सहभागी भएर, शिक्षण सिकाइका विविध पक्षहरूमा अध्ययन अनुसन्धान गरेर, अनुभव आदान–प्रदान जस्ता कार्यहरूबाट आफ्नो पेसागत दक्षता बढाउँछन् (सुवेदी सन् २०२०, पृ. ८६) ।

नेपाली शिक्षकको व्यक्तित्व विकास गर्न तालिम, स्वाध्ययन र सहकार्यको आवश्यकता रहेको देखिन्छ । भाषा शिक्षकहरू जिम्मेवारीका सम्बन्धमा "ज्ञान, शिक्षण सिकाइ तौरतरिकासम्बन्धी ज्ञान, सिकारू, सिकाइ वातावरण र कक्षा व्यवस्थापन, पेसागत विकासका लागि योजना र दृढता, स्वाध्ययन र प्राप्त ज्ञानको कार्यान्वयन गर्न सक्नु पर्ने धारणा राखिएको छ (बम, सन् २०२०) । त्यसैले नेपाली विषय शिक्षकको पेसागत विकासमा गर्न शिक्षक आफै क्रियाशील हुन जरुरी रहेको देखिन्छ । कक्षाकोठामा शिक्षकले विद्यार्थीलाई नेपाली शिक्षण गर्दा विद्यार्थीमैत्री कार्यकलापलाई जोड दिन आवश्यक रहेको देखिन्छ । "आपसी अन्तरक्रिया, समझदारी, नवीन चिन्तनको विकास, सिकाइ रणनीतिमा सुधार, प्रविधिको प्रयोग आदि सुधारात्मक कार्यका लागि पनि पेसागत विकासका कार्यहरू आवश्यक मानिन्छन् । शिक्षकको पेसागत विकासमा मूलतः वैयक्तिक, सामाजिक सांस्कृतिक, संस्थागत, नीतिनियमसंगत, आर्थिक र सिकाइगत पक्षहरू संलग्न भएका हुन्छन्" (जोशी, सन् २०२४, पृ.११८) । त्यस्तै अधिकारी (सन् २०२३) ले शिक्षकको पेसागत विकासका समस्या र समाधानका सम्भावित उपायहरूको खोजी र समाधान गर्नु शिक्षकको दायित्व ठानेका छन् । तिमल्सेना (सन् २०२०) ले शिक्षकको पेसागत विकासको अवधारणा र यसका सम्बद्ध पक्षको जानकारी राखेमा मात्र पेसागत उन्नयन गर्न सजिलो हुने ठहर गरेको देखिन्छ । "प्रत्येक शिक्षकलाई तालिम दिएर मात्र शिक्षणमा पठाउनुपर्ने, एकापसमा आत्मीय सहयोग, सम्बन्ध र सामन्जस्यता कायम हुनुपर्ने, वैज्ञानिक ढाँचाको ज्याला निर्धारण गरी बढी काम गर्ने शिक्षकलाई उचित तलब दिने परिपाटीको विकास अध्ययन क्षेत्रका विद्यालयमा हुनुपर्ने देखिन्छ" (खनाल, २०७९, पृ. ११७) । शिक्षकको पेसागत विकासमा गर्न व्यक्ति, सामाजिक संस्थाका साथै नोल सरकारले बेलाबेलामा कार्यक्रम गर्दै आएका छन् । त्यसैले शिक्षकको जिम्मेवारी, पेसागत विकास, शिक्षक तालिमलगायतको विषय क्षेत्रमा अनुसन्धान भएको भएतापनि नेपाली विषय शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक परिप्रेक्ष्यसम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धान भएको पाइँदैन । तसर्थ यस शीर्षकमा अनुसन्धानात्मक लेख तयार गर्न आवश्यक रहेको छ । प्रस्तुत लेखको मुख्य समस्या नेपाली विषय शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक परिप्रेक्ष्यको प्रभाव रहेको छ । यस समस्यालाई समाधानमा आधारित रही अनुसन्धानको उद्देश्य

निर्धारण गरिएको छ । यस लेखमा मूलतः नेपाली विषय शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक कार्य अनुभव, अवस्था र स्थितिलाई स्पष्ट पार्ने प्रयास गरिएको छ । त्यसै गरी शिक्षण पेसाप्रति वैयक्तिक प्रभावले पारेको परिवर्तनको अध्ययन गर्नु यस अनुसन्धनात्मक लेखको उद्देश्य रहेको छ ।

सैद्धान्तिक स्वरूप

नेपाली विषय शिक्षकको पेसागत उन्नयनका लागि विभिन्न व्यक्तित्व तथा संस्थाहरुले प्रस्तुत गरेको धारणालाई सैद्धान्तिक रूपमा लिइएको छ । कुसहारा र इवाता (सन् २०२१) ले जापानका शिक्षकहरूको व्यावसायिक विकासको सन्दर्भ वृद्धि गर्न राजनीतिक रणनीतिलाई आत्मसात् गरी अध्ययन अनुसन्धानलाई तीव्रता दिइएको पाइन्छ । शिक्षकको राष्ट्रिय कानुनअनुसार सैद्धान्तिक रूपमा आवश्यकताको व्यवस्था गरिएको छ । शिक्षा, संस्कृति, विज्ञान, प्रविधि, खेलेकुद, शिक्षकको इजातज पत्र र योग्यता निर्धारण गरेको छ ।

डोनाल्ड ए शोन (सन् १९८२) को द चिन्तलशील अभ्यासको सिद्धान्तमा आधारित रहेर विश्लेषण गरिएको छ । कोल्ब र येगानेह (सन् २०११) को अनुभवानात्मक सिकाइ सिद्धान्तअनुसार जानीजानी गरिरहेको अभ्यासमा वातावरणीय अनुकूलतामा प्रयोगात्मक सिकाइलाई जोड दिइएको हुनाले सोही मान्यतामा नेपाली विषय शिक्षकको सेपागत उन्नयनलाई विश्लेषण गरिएको छ । वाई, डेभिड र कोलब (सन् २००८) को अनुभवात्मक सिकाइ सिद्धान्तः व्यवस्थापन सिकाइको गतिशीलतामा शिक्षा र विकासको समन्वयको अवधारणाअनुसारको मान्यता विश्लेषण गरिएको छ । त्यस्तै म्याकलियोड (सन् २०१७) ले प्रस्तुत गरेको कोल्बको सिकाइ शैली र अनुभवात्मक सिकाइ चक्रका आधारमा अनुभव, चिन्तनशील बुझाइ, प्रतिबिम्ब र सक्रिय प्रयोगको मान्यतामा नेपाली विषय शिक्षकको पेसागत उन्नयनलाई विश्लेषण गरिएको छ ।

प्रत्येक शिक्षकका अनुभवलाई आदानप्रदान तथा अनुसन्धान कार्यलाई स्वयम् शिक्षकले गर्ने मान्यतालाई स्थापित गरेको छ । फ्रान्सिस (सन् २०२१) संयुक्त राज्य अमेरिकाले शिक्षकको पेसामा वैयक्तिक उन्नयनसम्बन्धी शिक्षक शिक्षकको अन्तराष्ट्रिय फोरमको प्रारम्भकर्ता, शिक्षामा परिवर्तन ल्याउने शिक्षा नीति चालक, वास्तविक विद्वान, आवश्यकताको राजनीतिज्ञ, मनोपरामर्शकर्ता, शैक्षिक सुधारक र कार्यान्वयनको संवाहक, सामाजिक तथा पारिवारिक समस्यामा जुध्न सक्ने व्यक्ति हो । बेरी (सन् २०२१) का अनुसार विश्वविद्यालयका शिक्षक र पूर्व सेवा निवृत शिक्षकहरू शिक्षकको पेसागत विकासका लागि एक आपसमा सिप विकास र समन्वय गर्ने, पेसाप्रति बफादार रहने र शिक्षकको समस्या आइपरेमा मिलेर समाधान गर्दछन् । त्यसैले अस्ट्रेलियाका शिक्षकको सकारात्मक सोच विकासका कारणले शिक्षण पेसामा मर्यादा कायम भएको पाइन्छ ।

चन्द र दास (सन् २०२०) ले "शिक्षक प्रशिक्षण कमाउन भर्ना भएका कार्यक्रमको आवश्यकता महसुस गरी उत्पादन गर्ने नीति र विधिको सुधार गर्दै योग्य र दक्ष शिक्षकको चयन गरियो" (पृ. ९९) । भारत स्वतन्त्र (सन् १९४७) हुनुभन्दा अगाडि शिक्षक र शिक्षामा सन्तुलन थिएन । त्यसैले हाल भारतमा शिक्षकको पेसागत विकास भएको छ । अग्रवाल र नाज (सन् २०२०) ले "पाठ्यक्रम परिवर्तन, सिकाइ तरिकामा परिवर्तन, शिक्षण सामग्रीको उचित प्रयोग र नवीनता, व्यावसायिक विकास, व्यक्तिगत विकास र प्रविधिमा जोड दिनुपर्छ" (पृ.४६, ४७) । शिक्षकको व्यक्तित्व विकास र पेसगत उन्नयन गर्नका लागि राज्य र सरोकारवाला पक्षले शिक्षकको पेसगत तथा वैयक्तिक उन्नयनलाई आधार मानिएको छ ।

लिन्डा, हेलर र मेडलिन (सन् २०१७) ले प्रभावकारी शिक्षक व्यावसायिक विकासका लागि सामग्री केन्द्रित, सक्रिय सिकाइ, शिक्षक सहकार्य सिकाइ, नमुना सिकाइ र प्रयोग, तालिम तथा प्रशिक्षण, निरन्तर सिकाइले पेसागत विकासमा

सहयोग पुग्ने दावी गरिएको छ । जोशी (सन् २०२४) ले भाषा शिक्षकहरूको "आपसी अन्तरक्रिया, समझदारी, नवीन चिन्तनको विकास, सिकाइ रणनीतिमा सुधार, प्रविधिको प्रयोग आदि सुधारात्मक कार्यका लागि पनि पेसागत विकासका कार्यहरू आवश्यक मानिन्छन् । शिक्षकको पेसागत विकासमा मूलतः वैयक्तिक, सामाजिक सांस्कृतिक, संस्थागत, नीतिनियमसंगत, आर्थिक र सिकाइगत पक्षहरू संलग्न भएका हुन्छन्" (पृ.११८) । त्यस्तै अधिकारी (सन् २०२३) को शिक्षकको पेसागत विकासका समस्या र समाधानका सम्भावित उपायहरूमा आधरित रहेको छ । तिमल्सेना (सन् २०२०) को शिक्षकको पेसागत विकासको अवधारण र यसका सम्बद्ध पक्षलाई जोड दिइएको छ । त्यस्तै खनाल (२०७९) को शिक्षकको पेसागत विकासको प्रभावकहरूका सम्बन्धमा सरोकारवालाहरूको अवधारणालाई सिद्धान्तका रूपमा लिइएको छ ।

नेपालको विद्यालय क्षेत्र योजना (२०७९) ले योग्य तथा सक्षम शिक्षकहरूको छनोट, शिक्षक तालिम, शिक्षकको पेसागत सहयोग प्रणाली, शिक्षकको क्षमता विकास, शिक्षक जवाफदेहिताको मान्यता राखेको छ । सबै तहका शिक्षकहरूलाई प्रभावकारी शिक्षण सिकाइका लागि चाहिने प्राज्ञिक तथा पेसागत योग्यता, विषयगत ज्ञान, शिक्षण सिप, आधुनिक सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको ज्ञान तथा प्रयोग गर्न सक्षम बनाउनु रहेको छ । विद्यालय क्षेत्र सुधार योजना (२०६६) ले विद्यार्थीहरूको सिकाइ प्रक्रियामा प्रभावकारी रूपमा सघाउ पुर्याउन सबै शिक्षकहरूको योग्यता तथा पेसागत दक्षता अभिवृद्धि गर्ने मान्यता राखेको पाइन्छ । राष्ट्रिय प्रारम्भिक कक्षा पढाइ कार्यक्रम (२०७५) को पेसागत विकास तथा शिक्षक समूहमा आपसी सहकार्यका लागि लागि सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको प्रयोगलाई जोड दिइएको छ । शिक्षकको पेसागत विकास प्रारूप (२०८०) ले शिक्षण सिकाइमा सुधार ल्याउन शिक्षकको निरन्तर पेसागत विकासका लागि शिक्षक तालिमलगायत विविध अवसरहरूविस्तार गर्दै तिनमा सबै शिक्षकको समतामूलक पहुँच सुनिश्चित गर्दै आवश्यकतामा आधारित र व्यवहारिक बनाउँदै शिक्षककहरूको प्सागत क्षमता विकास गराउने उद्देश्य राखिएको छ । राष्ट्रिय शिक्षा नीति (२०२८) ले विज्ञान, गणित आदि सबै विषयमा शिक्षकहरूलाई विशेष तालिम दिनु पर्दछ । देशभरिमा शिक्षकलाई यस्ता तालिम क्रमशः उपलब्ध गरिनेछ । त्यसैले माथि उल्लिखित विचार, मान्यता, चिन्तन र सिद्धान्तलाई यस लेखमा सैद्धान्तिक आधार मानिएको छ ।

अध्ययन विधि

प्रस्तुत लेख गुणात्मक अनुसन्धान विधिको ढाँचामा आधारित छ । नेपाली भाषा शिक्षकहरूको पेसागत उन्नयनको लागि आफूले अनुभव गरेको कार्यमा आधारित विश्लेषण गरिएको छ । अनुसन्धान लेखमा शिक्षण पेसाप्रति वैयक्तिक प्रभावले पारेको परिवर्तनको अध्ययन गर्नु मुख्य उद्देश्य रहेको छ । आधारभूत तथा माध्यमिक तहमा अध्यापनरत दुई जना नेपाली विषय शिक्षकहरूको असंरचित अन्तर्वार्ताबाट प्राप्त तथ्यहरुलाई प्राथमिक स्रोतका रूपमा लिइएको छ । प्राप्त तथ्यलाई विश्लेषणका लागि लिइएका आधारहरूमा अनुसन्धान प्रतिवेदन, सिद्धान्त, शोधप्रबन्ध, पुस्तक, जर्नललाई द्वितीय स्रोत सामग्रीको रूपमा उपयोग गरिएको छ । अन्तर्वातामा सहभागीहरूलाई शिक्षक एक र शिक्षक दुईका, रूपमा नामाकरण गरिएको छ । असंरचित अन्तर्वार्ताबाट सहभागीसँग कुराकानी गरी मौखिक जवाफको रेकर्ड, टिपोर्ट तथा नोट तयार गरी तथ्य सङ्कलन गरिएको छ । सङ्कलित सामग्रीलाई लिपियान्तरण गरिएको छ । नेपाली भाषा शिक्षकको व्यक्तिगत उन्नयन गर्न गरिएका कार्यलाई प्राप्त तथ्यका आधारमा गुणात्मक विधिबाट अध्ययन विश्लेषण गरी तार्किक निष्कर्षमा पुगिएको छ ।

परिमाण तथा छलफल

शिक्षकको पेसागत उन्नयनका लागि सहभागी शिक्षकबाट लिइएको असंरचित अन्तर्वार्ताबाट प्राप्त तथ्यलाई लिपियान्तरण गरी थिमअनुसार छलफल गरिएको छ । शिक्षकहरूले समयानुकूल पेसागत क्षमताको विकास गर्नुपर्छ । शिक्षकको सिप, क्षमताको विकास भएमा मात्र सही शिक्षण गर्न सजिलो हुने भएकाले यस लेखमा नेपाली शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक परिप्रेक्ष्यको बारेमा गुणात्मक विश्लेषण गरिएको छ ।

पेसागत उन्नयनका लागि स्वाध्ययन

पेसागत उन्नयनका लागि स्वाध्ययन आवश्यक रहेको शिक्षकहरूले बताएका छन् । व्यक्तित्व विकास गर्न आफैले अग्रसर हुनुपर्छ भन्ने धारणा रहेको छ । पेसाको विकासमा सबैभन्दा बलियो आधार भनेको नै स्वाध्ययन हो । अध्ययनले नयाँ ज्ञान, सिप, क्षमताको अभिवृद्धि गर्दछ । विद्यालय तह तथा विश्वविद्यालयमा गएर अध्ययन गर्नु शैक्षिक योग्यता हासिल गर्नु हो । पेसामा आवद्ध भएका व्यक्तिका लागि कलेजमा रटेको ज्ञान र सिपले दक्षता तथा शैक्षिक उपाधि प्रदान गरेको हुन्छ । यसका लागि पेसाको सुरूवात गरेपछि काम अनुसारको ज्ञान आवश्यक पर्छ । यसका बारेमा सहभागी एक भन्दछन् "आफू विद्यालयमा पढाउँदै गर्दा घरमा गृहकार्य गर्दथे । घरमा अध्ययन गरेर कक्षामा गई शिक्षण गर्थे ।" यस भनाइबाट के पुष्टि हुन्छ भने शिक्षण कार्य गर्न व्यापक तयारी गर्न आवश्यक छ । यही तयारीले नै आफू आवद्ध शिक्षण पेसाको उन्नयन गर्ने पहिलो आधार हो । हरेक शिक्षकले पूर्व तयारी गर्नु पर्छ अनिमात्र कक्षाकोठामा प्रवेश गरी कुशल शिक्षण गर्न सान्दर्भिक हुन्छ ।

शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा स्वाध्ययनको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको पाइन्छ । आफ्नो दक्षता बढाउन, ज्ञानको दायरा फराकिलो बनाउन, विद्यार्थी मैत्री शिक्षण सहजीकरण गर्न, कक्षाकोठा व्यवस्थापन गर्न शिक्षकले सिप विकास गर्न आवश्यकता रहेको छ । नेपाली विषयको विषयगत क्षमताको विकास गर्न कक्षाकोठामा मात्र विद्यार्थीलाई थुनेर राख्ने मात्र होइन् । यसका लागि स्वयंमले स्वय्लेम् कार्य गर्न जरूरी रहेको छ । सहभागी एक भन्छन् "शब्दकोशको ज्ञान थिएन । समस्या आएका बेला शब्दकोशको प्रयोग गर्दथे ।" पेसाको सुरूवातमा सहभागी एकलाई शब्दभण्डारको कमी भएको महसुस गरेका छन् । यो अभावलाई पूर्ति गर्न शब्दकोशको प्रयोग गरिएका पाइन्छ । सहभागी शिक्षक एक भन्छन् ।

व्याकरण शिक्षणमा कठिनाइ थियो । अनिवार्य नेपालीमा व्याकरण भएपनि ऐच्छिक नेपालीमा भने व्याकरणको अभ्यासमा कमी थियो । म व्याकरणमा अभ्यस्त भइसकेको थिइन् । व्याकरणको धारण बसाल्न अनिवार्य नेपाली विषयमा रहेको र छुट्टै व्याकरण किनेर पढ्न थालेँ । मेरो व्याकरणमा रहेको कमजोर हटेर गयो । विद्यार्थीलाई सहजै व्याकरण शिक्षण गर्न थाले । (अन्तर्वार्ता २०८२)

यस भनाइबाट शिक्षकले आफ्नो पेसामा विकास गर्न आवश्यक पाठ्पुस्तकको खोजी गरी स्वाध्ययन गर्न सक्नु पर्छ । यसरी आफू अध्ययनशील हुनु पर्छ अनिमात्र पेसागत सिपको विकास गर्न सकिन्छ ।

प्रविधिको प्रयोग

वैयक्तिक विकासका लागि शिक्षकले प्रविधिको प्रयोग गर्न जान्नु पर्छ । त्यसैले व्यक्तित्व विकास गर्न वर्तमान सन्दर्भमा प्रविधिको असाध्यै महत्त्व रहेको छ । आजको समय भनेको विज्ञान र प्रविधिको हो । प्रविधिले नै शिक्षण पेसालाई समय सापेक्ष परिमार्जन गर्दै लिने गरेको छ । शिक्षक शिक्षा (२०७४) मा भनिएको छ । "शिक्षकको पेसागत विकास

कार्यक्रमले मूलतः शिक्षकमा शिक्षण सिकाइका लागि अत्यावश्यक ज्ञान तथा सिप हासिल गराउन सक्षम हुनुपर्छ । त्यसैगरी तालिमपश्चात् शिक्षकले सञ्चालन गर्दै आएको शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप सञ्चालनमा सकारात्मक प्रभाव पार्नु पर्छ" (पौड्ल, पृ.१२ । त्यसैले शिक्षकको पेसागत उन्नयनको परिप्रेक्ष्यमा प्रविधिको प्रयोग पनि एक नवीन ज्ञान हो । हालको समयमा सबै शिक्षक प्रविधिको दायरामा आउन सक्नु पर्छ । शिक्षकमा प्रविधिको प्रयोगका लागि सहभागी एक भन्छन् । "यसका लागि पहिले आफूले सिप सिक्नु पर्यो । टाइपिङ गर्न फाइल बनाउन, प्रोजेक्ट जोड्नका लागि टेक्नोलोजीमा अगाडि बढ्न र दक्ष बन्न सक्नुपर्दछ । आफूले आफै प्रविधि मैत्री बन्नुपर्छ ।" यो प्रसङ्गबाट शिक्षकले प्रविधिको प्रयोगमा अग्रसर हुन आवश्यक ठहरिन्छ । अरूले गरेर, अर्काले सिकाएर सम्भव छैन् । स्वयम् व्यक्तिले चाँसो, चिन्ता, तत्परता, दृढता र अभ्यासरत हनुपर्छ भन्ने पक्षलाई उठान गरिएको छ । उत्तरदाता भान्दछन् ।

यस्ता प्राविधिक पक्ष सिक्न मैले सामान्यतया केही तालिम लिएको छु तर पछि आएर मैले युटुबमा राखेका भिडियो हेर्दै आफ्नो दक्षता बढाउँदै गए । मैले पनि सामान्य तालिम गरे पछि आवश्यक ज्ञान अनलाइन भिडियो, अडियो हेरेर सिके । आफैले केही गर्न सक्छु भनेपछि मात्र सिकाइ र विकास आफै हुने गर्छ (अन्तर्वार्ता २०८२) ।

माथिको भनाइबाट सहभागीले भनेको भावले के अर्थ बताएको छ भने व्यक्तिले नै सिपको खोजी गरी सिकाइ गर्न सक्छ । केही मात्रामा सामान्य सैद्धान्तिक ज्ञान जरूरी नै पर्छ । सिकेको सिपलाई व्यवहारमा कार्यन्वयन गर्न सकेमा मात्र पेसागत विकासमा उन्नयन गर्न सकिन्छ । तसर्थ जो जुन पेसामा आबद्ध छ उसले आफ्नो पेसाप्रति सचेत भएर व्यक्तित्व विकास गरी दक्ष बन्न सक्नु नै पेसागत उन्नयन हो । सूचना तथा सञ्चार, प्रविधि नीति (२०७२) ले "शिक्षा, अनुसन्धान तथा विकासमा सूचना तथा सञ्चार प्रविधि" नीतिको १२.५.१ मा भनिएको छ "शैक्षिक सेवालाई सर्वसुलभ तथा प्रभावकारी बनाउन अनलाइन सिकाइ पद्धतिको विकास एवम् प्रयोगलाई प्रोत्साहन गर्दै लगिनेछ" (पृ.१६) । यही आधारलाई हेर्दा शिक्षकको पेसागत क्षमतामा नयाँपन ल्याउन प्रविधिको जानकारी र प्रयोग गर्न सक्नु पर्छ । त्यसैले आजको शिक्षकको वैयक्तिक उन्नयन नै प्रविधिको सहज उपयोग गर्न जान्नु हो । समयानुसार पेसामा रूपान्तरण हुनु पर्छ ।

पेसागत विकासमा तालिम

वैयक्तिक उन्नयन गर्न पेसागत तालिम अपरिहार्य रहन्छ । शिक्षण पेसामा लागेका मान्छेका लागि तालिमले व्यक्तित्व विकासमा अहम् भूमिका राख्दछ । कुनै पनि शिक्षक पेसामा आबद्ध भएको लामो समयसम्म तालिम नलिएमा उसको ज्ञानको दायरा साँघुरो हुन जान्छ । त्यसैले शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्रको तालिम नीति (२०६२) अनुसार "प्राथमिक, निम्न माध्यमिक र माध्यमिक शिक्षकका लागि तोकिएको शैक्षिक योग्यता अतिरिक्त पूर्वसेवाकालीन तालिमका रूपमा १० महिने शिक्षक तयार कोर्ष लिनुपर्ने व्यवस्था अनिवार्य गरिएको छ" (पृ. १) । तिनै तहको शिक्षक हुनका लागि तालिम अनिवार्य रहेको छ । विद्यार्थीको मानसिक, शारीरिक तथा सामाजिक पक्षलाई ध्यानमा राखी सिकाइ सहजीकरण गर्न शिक्षकले तालिम लिएको पाइन्छ । तालिमका बारेमा सहभागी दुई भन्छन् ।

शिक्षकलाई तालिमको व्यवस्था त गरिएको छ तर थोरै तालिम हुन्छन् । विषयगत तालिम लिएको छु । शिक्षकको तालिममा भेदभाव छ । स्थायी, करार र राहत शिक्षकमा सरकारको विभेद छ । पाठ्यक्रमका साथसाथै संघीय, प्रदेश र स्थानीय सरकारले तालिम दिएको छैन । शिक्षकलाई तालिम दिन्छन् । नेपालीको विषयको खासै आवश्यक पर्दैन भन्छन् । शिक्षकको व्यक्तिगत विकासमा सरकारभन्दा पनि स्थानीय गैरसरकारी संघसंस्थाहरू, एनजिओ, आइएनजीओहरूले प्राथमिकता दिइरहेका छन् । तिनीहरूले नेपाली विषयको शिक्षकको खासै तालिम दिँदैनन् ।

नेपाली त भइगो भनी सरल तरिकाले हेर्ने र अन्य विषयका शिक्षक र नेपाली विषय शिक्षकको अन्तर देखिन्छ (स्रोत : अन्तर्वार्ता २०८२)।

माथिको सन्दर्भबाट शिक्षकको पेसागत अवस्थालाई वृद्धि गर्न हरेक शिक्षकले तालिम लिनु पर्छ । त्यही तालिमको आधारबाट शिक्षकले आफैँ पेसाको उन्नयन गर्छ । शिक्षकका प्रकार जे जति भए पनि सबैले विद्यार्थीको भलाइका लागि काम गरिरहेका हुन्छन् । त्यसैले सबै खाले शिक्षकले तालिम पाउनु पर्छ । शिक्षक तालिम शैक्षिक पेसामा जोडिएकाहरूका लागि बढी महत्त्वपूर्ण रहेको पाइन्छ ।

सहपाठी तथा विज्ञद्वारा सहकार्यात्मक सिकाइ

शिक्षकले पेसागत उन्नयन गर्न सहपाठी तथा विज्ञको सहकार्यात्मक सिकाइ अपनाएको हुन्छन् । शिक्षक र शिक्षक बिचको विधि, प्रविधि, नेतृत्व विकास क्षमता, कक्षाकोठा व्यवस्थापन, योजना र अनुभवसम्बन्धी सहकार्य गर्दछन् । त्यस्तै विज्ञ विद्वानसँगको सहकार्य गरी पेसागत उन्नयन गरेको पाइन्छ । सहकार्यका बारेमा सहभागी उत्तरदाता (दुई) भन्छन् । "विज्ञ साथीहरूबाट परामर्श लिएर सिकेको छु ।" शिक्षकहरू आफूले नजानेका र थाहा नपाएका विषयवस्तुका बारेमा आफूभन्दा माथिल्लो तहमा अध्यापन गर्ने सहपाठी, विषय विज्ञ र गुरुसँग सोधेर विषयगत क्षमताको उन्नयन गरेको भेटिन्छ । सहकार्य सिकाइका बारेमा खनाल (२०८०) ले "सहभागी भन्नाले व्यक्तिलाई अनुसन्धान प्रक्रियामा सहभागी गरी त्यसमा उसको पनि स्वामित्व कायम गराउनु हो । यसको लागि व्यक्तिलाई अध्ययनको विभिन्न चरणमा सहभागी गराउन सकिन्छ" (पृ.८५) । यसैले पेसाको विकासमा सहकार्यकोको महत्त्व राख्दछ । सहभागीका अनुभव, कार्य, गतिविधि, आचरण तथा सिपको अनुसरण गरी अर्को व्यक्तिले नयाँपन ल्याउन सक्छ । यसरी अर्कोको सहकार्यमा सिकेका ज्ञान र क्षमता विकासको सिप सहपाठी तथा विज्ञ विद्वानसँगको सहकार्यात्मक सिकाइले पेसागत उन्नयन गर्छ । सहकार्यत्मक सिकाइले सहजीकरणमा सरलता प्रदान गर्ने गर्दछ । कक्षाकोठासम्म प्रभाव पार्दछ । त्यसैले हरेक व्यक्तिले कुनै न कुनै रूपमा सहकार्य गरेको भेटिन्छ । यस्तो कार्यले सिकाइ उन्नयनमा परिवर्तन गरेको देखिन्छ । सहभागी दुईको मत अनुसार "शिक्षण पेसा अन्तर्गत कक्षा व्यवस्थापन गर्नु, पाठ पढाउने, छलफल गर्ने, ग्रुप बनाउने, बुँदागत टिपोट गर्ने, अनुलेखन गरी काम गराउँन मैले सहकार्यबाट सिकेको हो । यो मेरो पेसामा आएको परिवर्तन हो ।" यसकारण शिक्षण पेसामा सहकार्यको आवश्यकता रहेको पुष्टि यस भनाइबाट हुन्छ ।

आत्मबल र दृढता

पेसाप्रति सक्षम हुन शिक्षकमा आत्मबल र दृढ इच्छा शक्ति हुनुपर्दछ । आत्मबल कमजोर बनाउदै गएमा पेसामा उन्नयन गर्न कठिन हुन्छ । वैयक्तिक व्यक्तित्व विकास गर्न आत्मबल प्रमुख पक्ष हो । आत्मबलसँगै दृढता हुनुपर्छ । शिक्षण पेसालाई निरन्तरता दिँदा मनोबलको विकास हुन्छ । आत्मबलका सम्बन्धमा सहभागी एक भन्छन् "मैले सुरूमा विद्यार्थीका अगाडि पढाउन धक, त्रास, डर मान्थे । यस्तो बानी बिस्तारै पछि हट्यो । अहिले यस्तो डर लाग्दैन । म ढुक्क भएर कक्षामा पढाउँछु । यो मेरो अहिलेको आत्मबल र दृढता हो ।" शिक्षण पेसाको उन्नयनको परिप्रेक्ष्यमा लगिएको तालिम, गरिएको स्वाध्ययन र सिकिएको प्रविधिको प्रयोगले निखार ल्याउने गर्छ । यो परिवर्तनको एक कसी हो । जो सुरूमा पेसामा आबद्ध हुँदा एउटा शिक्षकलाई समाजमा स्थापित हुन कठिन हुन्छ । त्यो पछि गएर आत्मबल तथा दृढ इच्छा शक्तिको कारण अब्बल बन्न प्रेरित गरेको पाइन्छ । आत्मबलको बारेमा प्रयोगात्मक नेपाली शब्दकोशमा भनिए अनुसार "आफूमा रहेको भित्री बल, आफ्नो मनोबल, मनसिक शक्ति, इच्छाशक्ति, साहस, आँट हो" (अधिकारी र भट्टराई, २०६८, पृ.७५) । त्यसैले एउटा शिक्षकले पेसागत उन्नयन गर्न भित्री मन लगाएर काम गर्ने आँट गरेपछि असम्भव भन्ने कुरा कही छैन् । मनोबल नै तागत हो । यो तागतलाई पूर्ण समर्पण गराउन राज्यको

निकायले पनि साथ दिन जरूरी छ । जोस जाँगर, तन, मन र वचनले आफूमा रहेको दृढ इच्छाशक्ति लागाएर काम गर्दा पेसामा उन्नयन भएको पाइन्छ । यसरी पेसाप्रतिको समर्पणले विद्यार्थीको उपलब्धिमा वद्धि भई सक्षम नागरिक बनाउन समेत टेवा पुर्याउन सकिन्छ ।

विषयगत र सैद्धान्तिक ज्ञानको अभिवृद्धि

पेसागत विकासमा विषयगत र सैद्धान्तिक ज्ञानको अभिवृद्धि गर्नुपर्छ । विषयगत ज्ञानका दायरा बढाउनु पर्छ अनिमात्र पेसामा दक्ष भइन्छ । यसैले विषयको धैरै जानकारी हुनुपर्ने देखिन्छ । सहभागी एकले भनेका छन् "म व्याकरणमा अभ्यस्त भइसकेको थिइन । व्याकरणको धारणा बसाल्न व्याकरणका सिद्धान्त पढे ।" यो सन्दर्भबाट के पुष्टि हुन्छ भने आफूले रोजाइ गरेको विषयमा सिद्धान्तको विषयवस्तुको गहन अध्ययन आवश्यक पर्छ । पूर्ण अभ्यास्त हुन जरूरी रहन्छ । अपुगतालाई ध्यानमा राखेरे पढ्ने बानीको विकास हुनु भनेको पेसागत उन्नयनको वैयक्तिक प्रभाव हो । त्यसैले पेसालाई सार्थक बनाउन सिद्धात्तको खाँचो पर्छ । सैद्धान्तिक सिकाइका सम्बन्धमा "सिकाइका सिद्धान्तहरूको वैज्ञानिकता वा आधुनिकता वास्तवमा अठारौँ शताब्दीको पछिल्लो दशकबाट मात्र सुरु भयो । यसमा विद्वान्हरू गाल्टन, स्टेन्ले हल र एबिङ्गसको महत्त्वपूर्ण र प्रथम योगदान देखिन्छ" (रसाइली, सन् २०२३, पृ.९१) । त्यसैले सिकाइमा सिद्धान्तको विकाससँगै व्यवहारमा समेत प्रभाव पार्ने भएकाले ज्ञानको क्षेत्र वृद्धि गर्न सिद्धान्तलाई आधार मानी अध्ययन गर्नुपर्ने देखिन्छ । त्यसकारण सिकाइमा सिद्धान्तले वैज्ञानिक र आधुनिकता प्रदान गर्न मद्दत गरेको पाइन्छ ।

शिक्षकको पेसागत विकासका लागि शिक्षक आफैले सक्रिय हुनु पर्छ । शिक्षक चिन्तनशील हुने भएकाले विभिन्न सिप विकासका लागि चिन्तन मनन गरी नयाँ शिल्प र तरिकाबाट आफ्नो दक्षता बृद्धि गर्न तत्पर हुन्छन् । अनुभावात्मक सिकाइलाई निरन्तरता दिन वातावरणीय अनुकूलताको प्रतिबिम्बलाई समेत ख्याल गर्नु पर्छ । शिक्षकको पेसागत विकासमा तालिमको खाँचो पर्छ । समयानुकूल तालिम लिने, तालिमबाट सिकेका कुरालाई कक्षाकोठामा प्रयोग गर्ने र प्रविधिमैत्री शिक्षणलाई जोड दिन सकेमा पेसागत उन्नयन हुने गर्छ । शिक्षकले समयानुकूल परिवर्तन हुन आवश्यक रहेको हुन्छ । आफूले सिकेका र जानेका सिप, क्षमता र दक्षतालाई सहपाठी वा विज्ञसँग सहकार्यात्मक सिकाइ गर्दा एक आपसमा जानेका सिप, क्षमताको साटासाट हुने भएकाले पेसागत दक्षतामा निखार आउँछ । शिक्षकको आत्मबल अर्थात मनोबल वृद्धि हुने र पेसाप्रति दृढता भइन्छ । त्यसैले शिक्षक समय सान्दर्भिक परिवर्तन हुनुपर्छ । समयको मागअनुसारको सिकाइ भएका जो कोही व्यक्तिले आफ्नो पेसालाई सम्मान गर्न र काममा क्रियाशील हुनका लागि पनि पेसागत उन्नयन गर्न आवश्यक छ ।

निष्कर्ष

पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक प्ररिप्रेक्ष्यको महत्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । कुनै व्यक्ति पेसामा आबद्ध भई आफ्नो कार्य गर्दै जीविकोपार्जन गरिरहेका देखिन्छन् । उनीहरूले गर्ने पेसामा आएको परिवर्तत तथा उन्नयनमा प्रभाव पारेको हुन्छ । हाम्रो देशमा शिक्षणलाई एक मर्यादित, सक्षम, कुशल पेसाका रूपमा लिएको पाइन्छ । शिक्षणमा आबद्ध व्यक्तिहरू सन्तुष्टि भएको पाइँदैन । जापान, अमेरिका, अष्ट्रेलिया र भारतमा शिक्षकका मान मर्यादा, प्रतिष्ठा राम्रो रहेको छ भने त्यहाँको शिक्षा क्षेत्रमा युगान्तकारी परिवर्तन आएको पाइन्छ । नेपालको सन्दर्भमा पेसागत उन्नयन गर्न स्वाध्ययन, प्रविधिको प्रयोग, शैक्षिक तालिम, अभ्यास गरी भाषा शिक्षकले पेसागत उन्नयन गरिरहेको भेटिन्छ । व्यक्तिगत रूपमा ज्ञानको विस्तार हुनु भनेको आफू सक्षम हुनु र पेसालाई मर्यादित गर्नु हो । यसरी गरिएको उन्नयनले वैयक्तिक तबरमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारेको छ । पेसाकर्मीको सैद्धान्तिक विषयवस्तुको क्षेत्र व्यापकता भएको छ । आत्मबल र दृढ इच्छाशक्तिले नतिजा राम्रो आएको पाइन्छ । सहपाठी तथा विज्ञद्वारा सहकार्यात्मक सिकाइ हुँदा पेसामा सद्भाव, सत्कर्म,

समावेशी, सामूहिकताका साथै सहसम्बन्ध विस्तार भई सहभागितामूलक सिकाइलाई जोड पुगेको पाइन्छ । त्यसैले पेसागत उन्नयनमा वैयक्तिक परिप्रेक्ष्यको सान्दर्भिकता रहेको छ । हरेक व्यक्तिमा अलग अलग विशेषता रहेका हुन्छन् र ती गुण, क्षमता, विशेषतालाई एक अर्कामा परिपूरक बनाउँदै लैजाने हो भने पेसागत विकासमा उन्नयन हुन्छ ।

सन्दर्भ सामग्री

अधिकारी, नारायणप्रसाद (सन् २०२३), शिक्षकको पेसागत विकासका समस्या र समाधानका सम्भावित उपायहरू, *इन्टल्याचुअल जर्नल अफ एकाडेमिक रिसर्च*, भोलुम १(१), १७–२६ ।

अमाण्डा, बेरी (सन २०२१), *इन्टेरुड टिचर एडुकेटर प्रोफेसनल डेभ्लोम्यान्ट इन अस्ट्रेलिया*, रूटलेज ग्रुप, लण्डन ।

खनाल, दिपक (२०७९), शिक्षकको पेसागत विकासको प्रभावकहरुका सम्बन्धमा सरोकारवालाहरूको अवधारणा, *विकासका निम्ति शिक्षा*, रिसर्च सेन्टर फर एजुकेसनल इनोभेसन एण्ड डिभ्लोम्यान्ट, वर्ष २६, अङ्क १ पृ. १०७ –११८ । https://www.researchgate.net/publication/377550777

चन्द, ब्रोजोगोपाल र दास, कौसिक (सन् २०२०), प्रोफेसनल डेभ्लोम्यान्ट अफ रेडेफिनिङ ।

जोशी, हेमा (सन् २०२४), भाषा शिक्षकहरुको वृत्ति विकासमा विश्वविद्यालयहरुको योगदान, *विस्डम अफ ग्रावथ रिसर्च जर्नल*, भोलुम ३(२), १०७–११९

तिमल्सेना, शिवप्रसाद (सन् २०२०), शिक्षकको पेसागत विकासको अवधारणा र यसको सम्बद्ध पक्ष, इन्टेरडिसिपेलनरी रिसर्च *इन एजुकेसन*, भोलुम ५ . DOI:https://doi.org/10.3126/ire.v5i1&2.34747

नेपाल, खगेन्द्रप्रसाद र अन्य (२०७४), शिक्षक शिक्षा, नेपाल सरकार, शिक्षा मन्त्रालय, *शैक्षिक जनशक्ति विकास* केन्द्र, वर्ष १५, अङ्क १५ ।

नेपाल सरकार (२०६६), *विद्यालय क्षेत्र सुधारयोजना* २०६६–२०७२, शिक्षा मन्त्रालय ।

नेपाल सरकार (२०७५), *तालिम स्रोत सामग्रीराष्ट्रिय प्रारम्भिक कक्षा पढाइ कार्यक्रम, शिक्षा,* विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय, शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र ।

नेपाल सरकार (२०७९), *विद्यालय शिक्षा क्षेत्र योजना २०७९–२०८८,* शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय ।

नेपाल सरकार (२०८०), *शिक्षकको पेसागत विकास प्रारूप*, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय, शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र ।

बम, सुरेन्द्रकुमार (सन् २०२०), भाषा शिक्षकको पेसागत उन्नयनमा व्यक्तिगत जिम्मेवारी, *सिद्धज्योति इन्टरडिसिपेलनरी जर्नल*, भोलुम १, पृ.१०–१९,DOI: https://doi.org/10.3126/sij.v1i0.34920

रसाइली, ठाकुर प्रसाद (सन्२०२३), पाठ्क्रम विकासमा सिकाइ सिद्धान्तको प्रभाव, *कन्काई जर्नल*, भोलुम ३ लम्बर १ ।

रेग्मी वासुदेव (२०७९), नेपालको संविधान (२०७२), दोस्रो संशोधन समेत, जयकली प्रकाशन गृह प्रा.लि ।

रूबेन र अन्य (सन् २०२१), *टिचर एजुकेटर एण्ड दिअर प्रोफेसनल डिभ्लोम्यान्ट*, लर्निङ् फरम द पास्ट, लुकिङ टु द फिउचर, रूटलेज ट्यालर एण्ड फ्रासन्सि ग्रुप, लण्डन ।

शोन, डोनाल्ड (सन् १९८२), द *रिफ्लेक्टिभ प्राक्टिटिनेर*, लाइब्रेरी अफ कङ्ग्रेस ।

सुवेदी, कृष्णप्रसाद (सन् २०२०), शिक्षकको पेसागत विकास प्रक्रियाका आधारहरू, *एएमसी जर्नल*, भोलुम एक ।

श्री ५ को सरकार (२०२८), *राष्ट्रिय शिक्षा पद्धति २०२८–२०३२ योजना*, शिक्षा मन्त्रालय ।

Kolb, D. A. & Yeganeh, B. (2011), Deliberate Experiential Learning: Mastering the Art

of Learning from Experience, Orbh working paper case Western Reserve University,

McLeod, Saul (2017), *Kolb's Learning Styles and Experiential Learning Cycle*, https://www.simplypsychology.org/learning-kolb.html

Y. A, David A, Kolby A. (2008), Experiential Learning Theory: A Dynamic, Holistic Approach to Management Learning, Education and Development, The Sage

Handbook Of Management edocation And Development, Page: 42-68, [01:20 30/9/2008 5210-Armstrong-Ch03.tex]