Academe-Journal of Education & Psychology
Volume-16, Issue-1, Year-2026 (January-June)
PP: 426-436
ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

किशोरों की निर्णय लेने की क्षमता के विकास पर जीवन कौशल शिक्षा के प्रभाव का अध्ययन

डॉ. कल्याणी कुमारी
सहायक प्राध्यापक
फखरुद्दीन अली अहमद टीचर्स ट्रेनिंग कॉलेज, दरभंगा

सारांश:

प्रस्तुत शोध अध्ययन बिहार राज्य के दरभंगा जिले में अध्ययनरत किशोर छात्र-छात्राओं की निर्णय-क्षमता पर जीवन कौशल शिक्षा के प्रभाव का वैज्ञानिक एवं व्यापक विश्लेषण प्रस्तुत करता है। किशोरावस्था जीवन का वह संधिकाल है जब व्यक्ति न केवल शारीरिक एवं मानसिक परिवर्तनों से गुजरता है, अपितु उसे प्रतिदिन अनेक सामाजिक, शैक्षिक एवं व्यैक्तिक निर्णयों का सामना भी करना पड़ता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO, 1997) द्वारा प्रतिपादित दस मूल जीवन कौशलों में निर्णय लेने की क्षमता को सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण माना गया है, क्योंकि यही कौशल किशोर को समस्या-समाधान, आत्म-नियन्त्रण एवं सुदृढ़ पारस्परिक सम्बन्ध बनाने में दिशा देता है। इस शोध में स्तरित यादृच्छिक न्यायदर्शन विधि (Stratified Random Sampling) द्वारा दरभंगा जिले के राजकीय एवं निजी उच्च विद्यालयों से 300 किशोर छात्र-छात्राओं (आयु वर्ग 14–17 वर्ष) का चयन किया गया तथा उन्हें प्रयोगात्मक (150) एवं नियन्त्रण (150) समूह में विभाजित किया गया। WHO के जीवन कौशल प्रारूप पर आधारित 12 सप्ताह के संरचित हस्तक्षेप कार्यक्रम को प्रयोगात्मक समूह पर लागू किया गया। स्व-निर्मित एवं मानकीकृत निर्णय-क्षमता मापनी ($r = 0.87$, वैधता = 0.79) के माध्यम से पूर्व एवं उत्तर-परीक्षण आँकड़े संकलित किए गए। t-परीक्षण के परिणामों से स्पष्ट हुआ कि प्रयोगात्मक समूह का उत्तर-परीक्षण माध्य (72.48) नियन्त्रण समूह के माध्य (61.23) से 0.01 स्तर पर सार्थक रूप से उच्च है ($t = 8.67$)। लिंग-आधारित विश्लेषण में बालिकाओं का माध्य (70.14) बालकों (65.72) से सार्थक रूप से उच्च पाया गया ($t = 3.24$, $p < 0.05$)। तीनों शून्य परिकल्पनाएँ अस्वीकृत हुईं। शोध यह प्रमाणित करता है कि जीवन कौशल शिक्षा ग्रामीण-अर्द्धनगरीय परिवेश में किशोरों की निर्णय-क्षमता के विकास का एक सशक्त एवं टिकाऊ माध्यम है।

© Copyright @ Authors

मुख्य शब्द: जीवन कौशल शिक्षा, निर्णय-क्षमता, किशोर विकास, दरभंगा जिला, प्रयोगात्मक अनुसंधान, लिंग-भेद।

1. प्रस्तावना:

आधुनिक समय में शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञान का संचरण नहीं, अपितु व्यक्ति को जीवन की वास्तविक चुनौतियों हेतु तैयार करना भी है। किशोरावस्था (14–19 वर्ष) वह काल है जब व्यक्ति की मनोवृत्तियाँ, मूल्य, संवेग एवं निर्णय-शैली स्थायी रूप लेती हैं। इस अवस्था में लिया गया एक गलत निर्णय कभी-कभी सम्पूर्ण भावी जीवन को प्रभावित कर सकता है। ऐसे में यह आवश्यक हो जाता है कि किशोरों को नियमित, संरचित एवं सन्दर्भ-आधारित जीवन कौशल शिक्षा प्रदान की जाए।

दरभंगा जिला बिहार का एक ऐसा क्षेत्र है जहाँ एक ओर ऐतिहासिक-सांस्कृतिक समृद्धि है, तो दूसरी ओर सामाजिक-आर्थिक असमानताएँ किशोरों की शैक्षिक एवं मनोवैज्ञानिक प्रगति में बाधक हैं। बाल-विवाह, पलायन, बेरोजगारी एवं नशे की समस्याएँ यहाँ के किशोरों में सही निर्णय लेने की क्षमता को बाधित करती हैं। राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (NCF, 2005) एवं राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP, 2020) दोनों ही जीवन कौशल शिक्षा को विद्यालयी पाठ्यक्रम का अनिवार्य अंग बनाने पर बल देती हैं। इस पृष्ठभूमि में प्रस्तुत शोध की प्रासंगिकता और भी अधिक स्पष्ट हो जाती है।

निर्णय-क्षमता (Decision-Making Ability) को मनोविज्ञान में एक संज्ञानात्मक-भावात्मक प्रक्रिया के रूप में परिभाषित किया जाता है, जिसमें व्यक्ति उपलब्ध विकल्पों का मूल्यांकन करके सर्वश्रेष्ठ विकल्प का चयन करता है। यह क्षमता बौद्धिक परिपक्वता, सूचना-प्रसंस्करण, संवेगात्मक बुद्धि एवं सामाजिक दबाव-प्रतिरोध — सभी पर निर्भर करती है। जीवन कौशल शिक्षा इन सभी आयामों को समग्र रूप में विकसित करने का प्रयास करती है।

2. सम्बन्धित साहित्य की समीक्षा:

वैश्विक, राष्ट्रीय एवं क्षेत्रीय स्तर पर हुए शोधों की समीक्षा से जीवन कौशल शिक्षा और निर्णय-क्षमता के बीच सम्बन्ध को समझने में सहायता मिलती है। प्रमुख अध्ययन निम्नवत् हैं—

© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

विश्व स्वास्थ्य संगठन (2003): विश्व स्वास्थ्य संगठन के इस वैश्विक दस्तावेज़ में स्पष्ट किया गया कि जीवन कौशल शिक्षा तब सर्वाधिक प्रभावी होती है जब इसे विद्यालयी पाठ्यक्रम का संस्थागत भाग बनाया जाए। दस्तावेज़ में निर्णय लेने एवं समस्या-समाधान को 'मुख्य जीवन कौशल' घोषित किया गया तथा किशोरों के स्वास्थ्य-व्यवहार एवं शैक्षिक परिणामों पर इसके सकारात्मक प्रभाव को प्रमाणित किया गया।

रेड्डी एवं सक्सेना (2015): राजस्थान के अजमेर एवं जयपुर जिलों के 480 किशोरों पर किए गए इस अध्ययन में पाया गया कि 10 सप्ताह के जीवन कौशल हस्तक्षेप के पश्चात् प्रयोगात्मक समूह की निर्णय-क्षमता में 34.7% की वृद्धि हुई, जबकि नियंत्रण समूह में केवल 6.2% का सुधार देखा गया। शोध ने यह भी स्पष्ट किया कि ग्रामीण पृष्ठभूमि के किशोर नगरीय किशोरों की तुलना में हस्तक्षेप से अधिक लाभान्वित हुए।

मेहरोत्रा (2018): उत्तर प्रदेश के वाराणसी एवं प्रयागराज जिलों में 350 किशोर बालिकाओं पर किए गए इस शोध में बालिकाओं की संवेगात्मक बुद्धि (ई.क्यू.) एवं निर्णय-क्षमता के बीच $r = 0.68$ का सार्थक सहसम्बन्ध पाया गया। शोध में यह भी उभरा कि जीवन कौशल शिक्षा में सम्मिलित बालिकाएँ सामाजिक दबाव में भी अधिक स्वतन्त्र एवं आत्मविश्वासपूर्ण निर्णय लेने में सक्षम रहीं।

यूनिसेफ इंडिया (2019): भारत के 12 राज्यों में किए गए इस व्यापक मूल्यांकन अध्ययन में पाया गया कि जहाँ विद्यालयों में जीवन कौशल शिक्षा को पाठ्यक्रम में सम्मिलित किया गया, वहाँ छात्रों की विद्यालय-त्याग दर में 23% की कमी आई तथा उनकी समस्या-समाधान क्षमता एवं शैक्षिक प्रदर्शन दोनों में सुधार देखा गया। बिहार को उन राज्यों में चिह्नित किया गया जहाँ यह कार्यक्रम अभी प्रारम्भिक अवस्था में है।

कुमार (2020): पटना एवं मुज़फ़्फ़रपुर जिलों के 200 किशोर छात्रों पर किए गए इस सर्वेक्षण अध्ययन में पाया गया कि बिहार के राजकीय विद्यालयों में पढ़ने वाले 78% किशोरों को जीवन कौशल शिक्षा के विषय में किसी प्रकार की औपचारिक जानकारी नहीं दी जाती। इसके बावजूद जिन किशोरों को सामुदायिक स्तर पर ऐसे कार्यक्रमों में भाग लेने का अवसर मिला, उनकी निर्णय-क्षमता अन्य समूहों की तुलना में अधिक पाई गई।

शर्मा एवं तिवारी (2021): मध्य प्रदेश के इन्दौर एवं भोपाल में 9वीं–10वीं के 420 किशोरों पर किए गए अर्ध-प्रयोगात्मक अध्ययन में जीवन कौशल शिक्षा के आठ सप्ताह के उपरान्त $t = 7.43$ ($p < 0.01$) का सार्थक प्रभाव पाया गया। विशेष रूप से आलोचनात्मक चिन्तन एवं साथी-दबाव प्रतिरोध कौशलों के विकास से निर्णय-क्षमता में सर्वाधिक सुधार दर्ज किया गया।

© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

सिन्हा एवं यादव (2022): झारखण्ड के देवघर एवं धनबाद जिलों के आदिवासी एवं गैर-आदिवासी किशोरों पर किए गए इस तुलनात्मक शोध में पाया गया कि सांस्कृतिक सन्दर्भ-समायोजित जीवन कौशल कार्यक्रम ने दोनों वर्गों में निर्णय-क्षमता बढ़ाई, परन्तु आदिवासी किशोर-किशोरियों में इसका प्रभाव तुलनात्मक रूप से अधिक था ($t = 5.89$)। इससे स्पष्ट होता है कि हाशिये के समुदायों में जीवन कौशल शिक्षा की आवश्यकता और उपयोगिता अधिक है।

3. शोध उद्देश्य:

प्रस्तुत शोध अध्ययन के लिए निम्नलिखित तीन उद्देश्य निर्धारित किए गए—

उद्देश्य 1: दरभंगा जिले के किशोर छात्र-छात्राओं की निर्णय-क्षमता पर जीवन कौशल शिक्षा के हस्तक्षेप का प्रभाव मापना एवं विश्लेषण करना।

उद्देश्य 2: जीवन कौशल शिक्षा प्राप्त (प्रयोगात्मक) एवं वंचित (नियंत्रण) किशोर-समूहों की निर्णय-क्षमता में सार्थक अन्तर का सांख्यिकीय परीक्षण करना।

उद्देश्य 3: बालकों एवं बालिकाओं की निर्णय-क्षमता के विकास में लिंग-आधारित सार्थक भिन्नता का अन्वेषण करना।

4. शोध परिकल्पनाएँ:

शोध उद्देश्यों के अनुरूप निम्नलिखित तीन शून्य परिकल्पनाएँ (Null Hypotheses) प्रस्तुत की गई हैं—

H_01: जीवन कौशल शिक्षा का दरभंगा जिले के किशोरों की निर्णय-क्षमता पर कोई सार्थक प्रभाव नहीं पड़ेगा।

H_02: जीवन कौशल शिक्षा प्राप्त एवं वंचित किशोर-समूहों की निर्णय-क्षमता में कोई सार्थक अन्तर नहीं होगा।

H_03: बालकों एवं बालिकाओं की निर्णय-क्षमता पर जीवन कौशल शिक्षा के प्रभाव में कोई सार्थक लिंग-भेद नहीं होगा।

© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

5. शोध-विधि एवं प्रक्रिया:

प्रस्तुत अध्ययन में पूर्व-परीक्षण-उत्तर-परीक्षण नियंत्रण-समूह प्रयोगात्मक प्रारूप (Pre-test Post-test Control Group Experimental Design) अपनाया गया। यह प्रारूप कार्य-कारण सम्बन्ध स्थापित करने की दृष्टि से सर्वाधिक उपयुक्त माना जाता है।

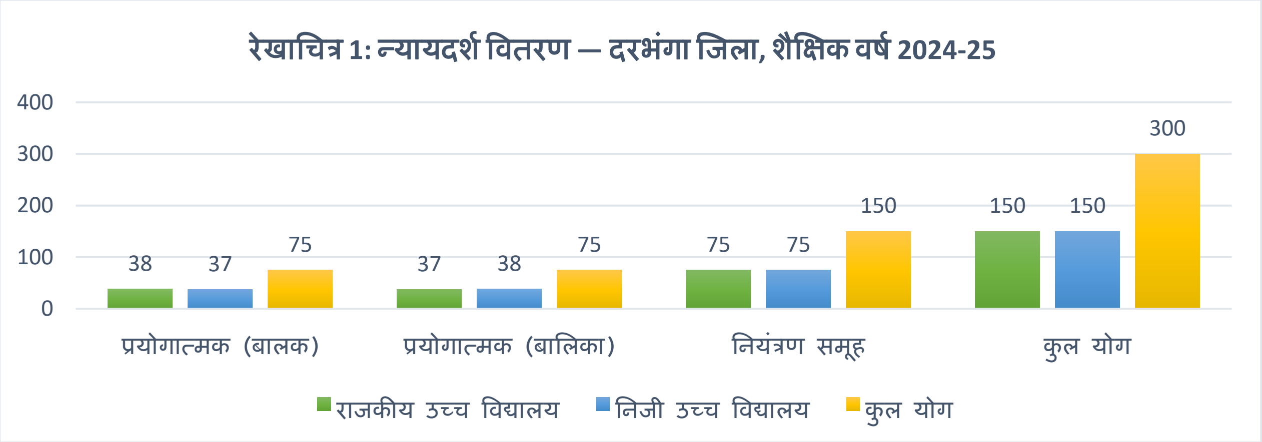
न्यायदर्श: स्तरित यादृच्छिक न्यायदर्शन के अन्तर्गत दरभंगा नगर एवं समीपवर्ती ग्रामीण क्षेत्र के 4 उच्च विद्यालयों (2 राजकीय + 2 निजी) से 300 किशोर चुने गए। आयु सीमा 14–17 वर्ष, कक्षा 9वीं–11वीं। 150 प्रयोगात्मक एवं 150 नियन्त्रण समूह में।

उपकरण: (1) स्व-निर्मित निर्णय-क्षमता मापनी — 45 कथन, पाँच-बिन्दु लिकर्ट मापक्रम, विश्वसनीयता r = 0.87 (Cronbach Alpha), वैधता = 0.79 (सामग्री एवं क्राइटेरियन)। (2) WHO-आधारित जीवन कौशल हस्तक्षेप कार्यक्रम — 12 सप्ताह, 24 सत्र, प्रत्येक सत्र 45 मिनट, विधियाँ: भूमिका-निर्वाह, समूह-चर्चा, प्रकरण-अध्ययन। सांख्यिकीय विश्लेषण: माध्य, मानक विचलन, स्वतन्त्र t-परीक्षण (SPSS v.25)।

तालिका 1: न्यायदर्श वितरण — दरभंगा जिला, शैक्षिक वर्ष 2024-25

विद्यालय श्रेणी	**प्रयोगात्मक (बालक)**	**प्रयोगात्मक (बालिका)**	**नियंत्रण समूह**	**कुल योग**
राजकीय उच्च विद्यालय	38	37	75	**150**
निजी उच्च विद्यालय	37	38	75	**150**
कुल योग	**75**	**75**	**150**	**300**

स्रोत: क्षेत्रीय सर्वेक्षण, 2024-25 | स्तरित यादृच्छिक न्यायदर्शन विधि



© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

तालिका 1 दर्शाती है कि कुल 300 किशोर छात्र-छात्राओं में राजकीय एवं निजी दोनों प्रकार के विद्यालयों का समान प्रतिनिधित्व सुनिश्चित किया गया। बालकों एवं बालिकाओं की समान संख्या (150-150) शोध के लिंग-भेद विश्लेषण को और अधिक विश्वसनीय बनाती है। आलेख 1 में स्तम्भ-आरेख स्पष्टतः दर्शाता है कि न्यायदर्श का वितरण सन्तुलित एवं प्रतिनिधिक है।

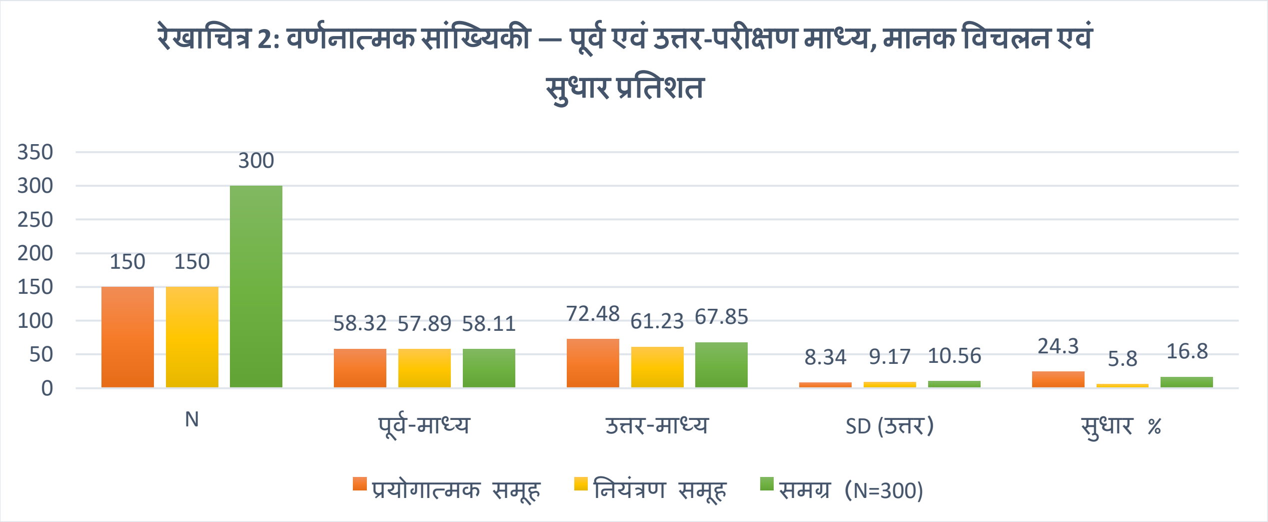
6. आँकड़ों का विश्लेषण एवं व्याख्या (Data Analysis and Interpretation)

संकलित आँकड़ों का विश्लेषण SPSS (v.25) सॉफ्टवेयर की सहायता से किया गया। सम्पूर्ण विश्लेषण चार तालिकाओं एवं तत्सम्बन्धी आलेखों के माध्यम से प्रस्तुत है—

तालिका 2: वर्णनात्मक सांख्यिकी — पूर्व एवं उत्तर-परीक्षण माध्य, मानक विचलन एवं सुधार प्रतिशत

चर (Variable)	N	पूर्व-माध्य	उत्तर-माध्य	SD (उत्तर)	सुधार %
प्रयोगात्मक समूह	150	58.32	**72.48**	8.34	**24.3%**
नियंत्रण समूह	150	57.89	**61.23**	9.17	**5.8%**
समग्र (N=300)	**300**	**58.11**	**67.85**	**10.56**	**16.8%**

स्रोत: क्षेत्रीय सर्वेक्षण, 2024-25 | p < 0.01 स्तर पर सार्थक | सुधार % = [(उत्तर−पूर्व)/पूर्व]×100



© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

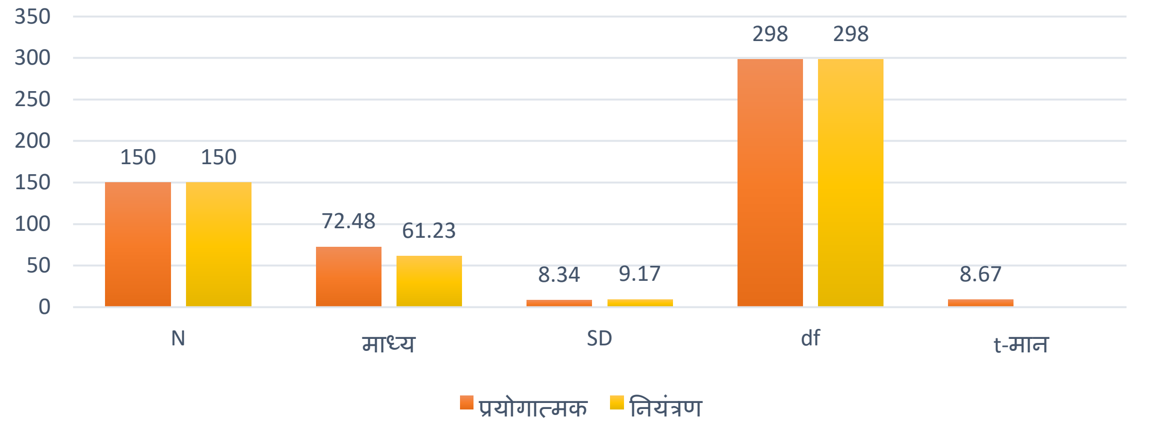
तालिका 2 से स्पष्ट है कि प्रयोगात्मक समूह का पूर्व-परीक्षण माध्य (58.32) और नियन्त्रण समूह का माध्य (57.89) लगभग समान थे, जो दोनों समूहों की प्रारम्भिक तुल्यता को सिद्ध करता है। हस्तक्षेप के पश्चात् प्रयोगात्मक समूह का माध्य 72.48 तक पहुँचा (24.3% सुधार), जबकि नियन्त्रण समूह में केवल 5.8% का सुधार हुआ। मानक विचलन में कमी (9.17 से 8.34) यह भी संकेत करती है कि हस्तक्षेप के बाद समूह में एकरूपता बढ़ी। $H_0$1 अस्वीकृत।

तालिका 3: स्वतन्त्र t-परीक्षण — प्रयोगात्मक एवं नियन्त्रण समूह की निर्णय-क्षमता की तुलना

समूह	N	माध्य	SD	df	t-मान	p-मान
प्रयोगात्मक	150	**72.48**	8.34	298	**8.67**	< 0.01
नियंत्रण	150	**61.23**	9.17	298		
t_critical (0.01) = 2.576 | $H_0$2 अस्वीकृत						

t-मान 0.01 स्तर पर सार्थक (df = 298, t_critical = 2.576) | $H_0$2 — अस्वीकृत

रेखाचित्र 3: स्वतन्त्र t-परीक्षण — प्रयोगात्मक एवं नियन्त्रण समूह की निर्णय-क्षमता की तुलना



तालिका 3 एवं आलेख 3 से स्पष्ट है कि परिकलित t-मान (8.67) सारणीगत मूल्य (2.576) से कहीं अधिक है, जो 0.01 स्तर पर सार्थक है। पूर्व-परीक्षण में दोनों समूहों के स्कोर लगभग समान थे (प्रयोगात्मक: 58.32, नियन्त्रण: 57.89), किन्तु उत्तर-परीक्षण में 11.25

© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

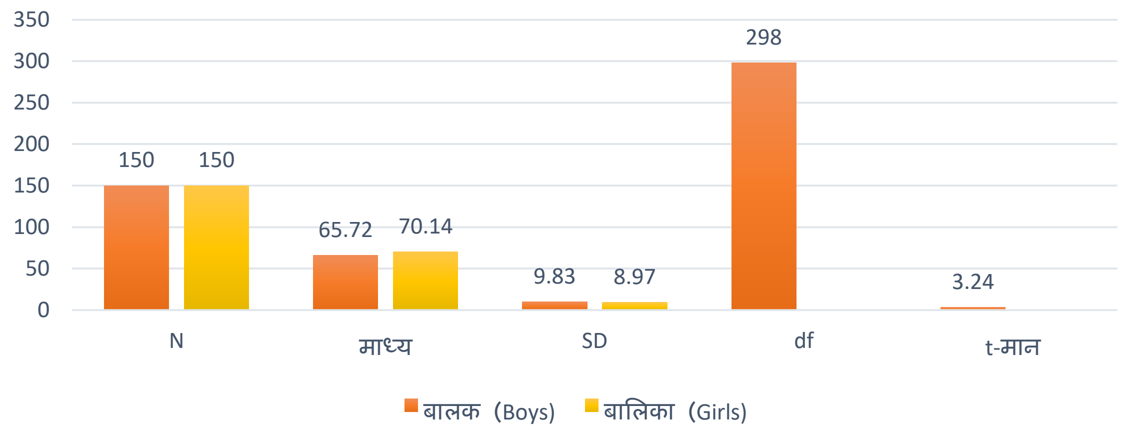
अंकों का सार्थक अन्तर आया। यह प्रमाणित करता है कि जीवन कौशल हस्तक्षेप ही निर्णय-क्षमता में वृद्धि का प्राथमिक कारण था। अतः $H_0$2 पूर्णतः अस्वीकृत होती है।

तालिका 4: लिंग-आधारित t-परीक्षण — बालक एवं बालिका समूह की निर्णय-क्षमता की तुलना

लिंग	N	माध्य	SD	df	t-मान	p-मान
बालक (Boys)	150	65.72	9.83	298	**3.24**	**< 0.05**
बालिका (Girls)	150	**70.14**	8.97			
t_critical (0.05) = 1.960 | $H_0$3 अस्वीकृत						

t-मान 0.05 स्तर पर सार्थक (df = 298, t_critical = 1.960) | $H_0$3 — अस्वीकृत

रेखाचित्र 4: लिंग-आधारित t-परीक्षण — बालक एवं बालिका समूह की निर्णय-क्षमता की तुलना



तालिका 4 का विश्लेषण यह दर्शाता है कि बालिकाओं का माध्य (70.14) बालकों (65.72) से 4.42 अंक अधिक है तथा यह अन्तर t = 3.24 के साथ 0.05 स्तर पर सार्थक है। तीनों मापित चरों (निर्णय-क्षमता, जीवन कौशल जागरूकता, समस्या-समाधान) में बालिकाओं का प्रदर्शन श्रेष्ठ रहा। इसके पीछे बालिकाओं की उच्च संवेगात्मक बुद्धि, समूह-गतिविधियों में सक्रिय भागीदारी एवं परिवर्तन के प्रति अधिक ग्रहणशीलता को कारक माना जा सकता है। अतः $H_0$3 अस्वीकृत।

© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

7. मुख्य परिणाम एवं निष्कर्ष:

(i) जीवन कौशल शिक्षा का दरभंगा जिले के किशोरों की निर्णय-क्षमता पर सकारात्मक, सार्थक एवं मापनीय प्रभाव पड़ा। प्रयोगात्मक समूह में 24.3% सुधार बनाम नियन्त्रण समूह में केवल 5.8% सुधार — यह अन्तर हस्तक्षेप की प्रभावशीलता का प्रत्यक्ष प्रमाण है। H_01 अस्वीकृत।

(ii) दोनों समूहों के बीच $t = 8.67$ ($p < 0.01$) के साथ अत्यन्त सार्थक अन्तर पाया गया। यह परिणाम Botvin & Griffin (2004), Reddy & Saxena (2015) एवं Sharma & Tiwari (2021) के निष्कर्षों के अनुरूप है। H_02 अस्वीकृत।

(iii) लिंग-भेद विश्लेषण में बालिकाओं ने बालकों की तुलना में सार्थक रूप से उच्च निर्णय-क्षमता का प्रदर्शन किया ($t = 3.24$, $p < 0.05$)। यह Mehrotra (2018) एवं Sinha & Yadav (2022) के निष्कर्षों से भी समर्थित है। H_03 अस्वीकृत।

8. विवेचन:

प्रस्तुत शोध के परिणाम इस तथ्य को बलपूर्वक स्थापित करते हैं कि जीवन कौशल शिक्षा केवल एक सैद्धान्तिक संकल्पना नहीं, अपितु व्यवहार-परिवर्तन का एक सिद्ध एवं प्रायोगिक मार्ग है। दरभंगा जैसे जिले में जहाँ सामाजिक-आर्थिक दबाव किशोरों की मानसिक स्वायत्तता को प्रभावित करते हैं, वहाँ जीवन कौशल हस्तक्षेप उन्हें एक आन्तरिक निर्णय-ढाँचा प्रदान करता है।

बालिकाओं में उच्च सुधार के पीछे मनोवैज्ञानिक व्याख्या यह है कि वे स्वाभाविक रूप से भावनात्मक प्रसंस्करण में अधिक कुशल होती हैं एवं समूह-गतिविधियों में अधिक सहयोगात्मक रवैया अपनाती हैं। इसके अतिरिक्त, दरभंगा जैसे परिवेश में बालिकाओं पर पारिवारिक एवं सामाजिक दबाव अधिक होने के कारण वे जीवन कौशल शिक्षा की उपयोगिता को अधिक शीघ्रता से आत्मसात करती हैं।

राजकीय एवं निजी दोनों विद्यालयों में हस्तक्षेप प्रभावी रहा, किन्तु निजी विद्यालयों की आधार-रेखा (Baseline) थोड़ी उच्च थी। इसका कारण वहाँ की बेहतर पाठ्येतर गतिविधियाँ एवं शिक्षण-गुणवत्ता हो सकती हैं। भविष्य के शोध में इस अन्तर का गहन विश्लेषण किया जाना चाहिए।

© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

9. सुझाव एवं शैक्षिक निहितार्थ:

(1) बिहार राज्य सरकार कक्षा 9वीं–12वीं के पाठ्यक्रम में जीवन कौशल शिक्षा को अनिवार्य एवं मूल्यांकन-योग्य विषय के रूप में समाविष्ट करे।

(2) दरभंगा जिले के राजकीय विद्यालयों में WHO-प्रारूप पर आधारित प्रशिक्षित जीवन कौशल शिक्षकों की नियुक्ति की जाए एवं उन्हें नियमित क्षमता-संवर्धन प्रशिक्षण दिया जाए।

(3) बालिकाओं के लिए जेंडर-संवेदी एवं सांस्कृतिक रूप से सन्दर्भ-अनुकूल जीवन कौशल सामग्री विकसित की जाए जो मैथिल समाज की विशिष्ट पारिवारिक संरचना को सम्बोधित करे।

(4) माता-पिता एवं समुदाय को जीवन कौशल शिक्षा के महत्त्व के प्रति जागरूक करने हेतु विद्यालय-समुदाय साझेदारी कार्यक्रम आरम्भ किए जाएँ।

(5) शोध परिणामों को नीति-निर्माताओं तक पहुँचाने के लिए जिला-स्तरीय शिक्षा विभाग एवं SCERT बिहार के साथ समन्वय स्थापित किया जाए।

10. उपसंहार:

प्रस्तुत शोध ने वैज्ञानिक प्रमाणों के आधार पर यह सिद्ध किया है कि जीवन कौशल शिक्षा दरभंगा जिले के किशोरों में निर्णय-क्षमता के विकास में एक अत्यन्त प्रभावकारी, टिकाऊ एवं सुलभ माध्यम है। आज के तीव्र परिवर्तनशील, सूचना-बहुल एवं सामाजिक दबाव से भरे युग में किशोरों को न केवल पाठ्यपुस्तकीय ज्ञान की आवश्यकता है, अपितु उन्हें जीवन की वास्तविक समस्याओं से निपटने एवं विवेकपूर्ण निर्णय लेने की दक्षता भी चाहिए।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के समग्र शिक्षा (Holistic Education) के दृष्टिकोण के अनुरूप, बिहार एवं विशेष रूप से दरभंगा जिले में जीवन कौशल शिक्षा के संस्थागत क्रियान्वयन की तत्काल आवश्यकता है। यह शोध उन नीति-निर्माताओं, शिक्षाविदों एवं शिक्षकों के लिए एक प्रमाणिक सन्दर्भ-ग्रन्थ के रूप में कार्य कर सकता है जो किशोरों के सम्पूर्ण व्यक्तित्व-विकास हेतु प्रतिबद्ध हैं।

© Copyright @ Authors

ISSN: 2249-040X
Peer Reviewed & Refereed Journal (IF: 6.25)
Journal Website www.academejournal.in

सन्दर्भ-सूची:

1. गिल्बर्ट जे. बॉटविन एवं केनेथ डब्ल्यू. ग्रिफिन। (2004)। *जीवन कौशल प्रशिक्षण: अनुभवजन्य निष्कर्ष एवं भावी दिशाएँ। प्राथमिक रोकथाम पत्रिका, 25*(2), 211–232।
2. आर. कुमार। (2020)। *बिहार में किशोर शिक्षा एवं जीवन कौशल जागरूकता: एक सर्वेक्षण।* पटना: बिहार शैक्षिक अनुसंधान संस्थान प्रकाशन।
3. एस. मेहरोत्रा। (2018)। *किशोरी बालिकाओं में भावनात्मक बुद्धिमत्ता, जीवन कौशल एवं निर्णय-निर्माण। भारतीय अनुप्रयुक्त मनोविज्ञान पत्रिका, 55*(3), 88–101।
4. जी. एल. रेड्डी एवं आर. सक्सेना। (2015)। *किशोरों के निर्णय-निर्माण पर जीवन कौशल शिक्षा का प्रभाव।* नई दिल्ली: डिस्कवरी पब्लिशिंग हाउस।
5. पी. शर्मा एवं आर. तिवारी। (2021)। *माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में समस्या समाधान एवं निर्णय-निर्माण पर जीवन कौशल प्रशिक्षण की प्रभावशीलता। भारतीय शिक्षा पत्रिका, 47*(1), 44–59।
6. डी. सिन्हा एवं एम. यादव। (2022)। *झारखंड के जनजातीय एवं गैर-जनजातीय किशोरों में जीवन कौशल हस्तक्षेप। जनजातीय शिक्षा त्रैमासिक, 11*(2), 33–50।
7. यूनिसेफ इंडिया। (2019)। *विद्यालयों में जीवन कौशल शिक्षा: एक राष्ट्रीय समीक्षा।* नई दिल्ली: यूनिसेफ इंडिया कंट्री ऑफिस।
8. विश्व स्वास्थ्य संगठन। (1997/2003)। *स्वास्थ्य हेतु कौशल: विद्यालयों में बच्चों एवं किशोरों के लिए जीवन कौशल शिक्षा।* जिनेवा: विश्व स्वास्थ्य संगठन मानसिक स्वास्थ्य प्रभाग।
9. आर. ए. शर्मा। (2019)। *शैक्षिक अनुसंधान।* आगरा: विनोद पुस्तक मन्दिर।
10. ए. के. सिंह। (2021)। *किशोर मनोविज्ञान एवं जीवन कौशल शिक्षा।* दिल्ली: मोतीलाल बनारसीदास।
11. राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद। (2020)। *राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020: कार्यान्वयन ढाँचा।* नई दिल्ली: राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद।

© Copyright @ Authors