

माध्यमिक विद्यालय के छात्रों में जीवन कौशल और उनके पारिवारिक तथा विद्यालयी वातावरण के संबंध

सुनील कुमार¹, डॉ. भूपेंद्र सिंह चौहान²

¹शोधार्थी, ²प्रोफेसर

शिक्षाशास्त्र -विभाग

विक्रांत, विश्वविद्यालय ग्वालियर म.प्र

सारांश: वर्तमान शिक्षा व्यवस्था में विद्यार्थियों के समग्र विकास के लिए केवल शैक्षणिक उपलब्धि पर्याप्त नहीं है, बल्कि जीवन कौशल का विकास भी अत्यंत आवश्यक है। माध्यमिक स्तर किशोरावस्था का महत्वपूर्ण चरण है, जिसमें विद्यार्थी शारीरिक, भावनात्मक, सामाजिक तथा बौद्धिक परिवर्तनों से गुजरते हैं। इस अवधि में निर्णय-निर्माण, समस्या-समाधान, प्रभावी संचार, आत्म-जागरूकता, सहानुभूति, तनाव प्रबंधन तथा पारस्परिक संबंधों जैसे जीवन कौशल विद्यार्थियों को भविष्य की चुनौतियों का सामना करने में सक्षम बनाते हैं। प्रस्तुत समीक्षा-पत्र का उद्देश्य माध्यमिक विद्यालय के छात्रों में जीवन कौशल के विकास और उनके पारिवारिक तथा विद्यालयी वातावरण के बीच संबंधों का विश्लेषण करना है।

अध्ययन में उपलब्ध शैक्षिक एवं मनोवैज्ञानिक साहित्य के आधार पर यह समझने का प्रयास किया गया है कि परिवार का भावनात्मक सहयोग, अभिभावकीय व्यवहार, पारिवारिक संचार, विद्यालयी वातावरण, शिक्षक-छात्र संबंध, सहपाठी संबंध तथा विद्यालय की सहायक नीतियाँ विद्यार्थियों के जीवन कौशल को किस प्रकार प्रभावित करती हैं। समीक्षा से संकेत मिलता है कि सकारात्मक पारिवारिक एवं विद्यालयी वातावरण विद्यार्थियों में आत्मविश्वास, सामाजिक दक्षता, भावनात्मक नियंत्रण और निर्णय लेने की क्षमता को मजबूत करता है, जबकि संघर्षपूर्ण पारिवारिक संबंध, अत्यधिक नियंत्रण, नकारात्मक विद्यालयी वातावरण और कमजोर शिक्षक-छात्र संबंध जीवन कौशल के विकास में बाधा उत्पन्न कर सकते हैं। अतः माध्यमिक शिक्षा में जीवन कौशल शिक्षा को परिवार और विद्यालय के संयुक्त प्रयासों से लागू करना आवश्यक है।

मुख्य संकेतक: जीवन कौशल, माध्यमिक विद्यालय, पारिवारिक वातावरण, विद्यालयी वातावरण, किशोरावस्था, सामाजिक-भावनात्मक विकास।

1. परिचय

माध्यमिक शिक्षा विद्यार्थी के जीवन का ऐसा चरण है जिसमें शैक्षणिक विकास के साथ-साथ व्यक्तित्व निर्माण की प्रक्रिया भी तीव्र गति से होती है। किशोरावस्था में विद्यार्थी स्वतंत्र पहचान विकसित करने, सामाजिक संबंध स्थापित करने तथा भविष्य से संबंधित निर्णय लेने की ओर बढ़ता है। इस अवस्था में उसे अनेक व्यक्तिगत, पारिवारिक, सामाजिक और शैक्षणिक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। इसलिए विद्यार्थियों को केवल विषयगत ज्ञान प्रदान करना पर्याप्त नहीं है; उन्हें ऐसी क्षमताओं से भी युक्त करना आवश्यक है जो उन्हें वास्तविक जीवन की परिस्थितियों में प्रभावी ढंग से कार्य करने में सहायता करें। इन्हीं क्षमताओं को व्यापक रूप से जीवन कौशल कहा जाता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार जीवन कौशल वे मनोसामाजिक क्षमताएँ हैं जो व्यक्ति को दैनिक जीवन की मांगों और चुनौतियों का प्रभावी तथा सकारात्मक ढंग से सामना करने में सहायता करती हैं। इनमें निर्णय-निर्माण, समस्या-समाधान, रचनात्मक एवं आलोचनात्मक चिंतन, प्रभावी संचार, पारस्परिक संबंध, आत्म-जागरूकता, सहानुभूति तथा भावनाओं एवं तनाव का प्रबंधन प्रमुख हैं। माध्यमिक स्तर पर इन कौशलों का विकास विद्यार्थियों के शैक्षणिक प्रदर्शन, सामाजिक अनुकूलन और भविष्य की व्यक्तिगत एवं व्यावसायिक सफलता से जुड़ा हुआ है।



जीवन कौशल का विकास केवल कक्षा में आयोजित किसी एक कार्यक्रम से नहीं होता। विद्यार्थी जिन सामाजिक संदर्भों में रहता और सीखता है, उनका उसके व्यक्तित्व पर गहरा प्रभाव पड़ता है। परिवार बच्चे का पहला सामाजिक वातावरण है, जबकि विद्यालय उसका दूसरा महत्वपूर्ण सामाजिक एवं शैक्षिक वातावरण है। परिवार में अभिभावकों का व्यवहार, संवाद की गुणवत्ता, भावनात्मक समर्थन, अनुशासन, पारिवारिक स्थिरता और बच्चों की बात सुनने की प्रवृत्ति जीवन कौशल के विकास को प्रभावित करती है। इसी प्रकार विद्यालय में शिक्षक-छात्र संबंध, सहपाठी संबंध, विद्यालय की सुरक्षा, सहभागिता के अवसर, सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ और विद्यालय का समग्र वातावरण विद्यार्थियों की सामाजिक एवं भावनात्मक दक्षताओं को प्रभावित करते हैं।

II. जीवन कौशल की अवधारणा

जीवन कौशल को ऐसी व्यावहारिक, संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक क्षमताओं के समूह के रूप में समझा जा सकता है जो व्यक्ति को दैनिक जीवन की परिस्थितियों से प्रभावी ढंग से निपटने में सहायता करती हैं। ये कौशल व्यक्ति को केवल समस्या का समाधान करने में ही नहीं, बल्कि समस्या उत्पन्न होने से पहले उसका अनुमान लगाने, विकल्पों का मूल्यांकन करने और उचित निर्णय लेने में भी सक्षम बनाते हैं।

माध्यमिक विद्यार्थियों के संदर्भ में जीवन कौशल के प्रमुख आयाम निम्नलिखित हैं:

1. **आत्म-जागरूकता** – अपनी भावनाओं, क्षमताओं, सीमाओं और रुचियों को समझना।
2. **सहानुभूति** – दूसरे व्यक्तियों की भावनाओं और परिस्थितियों को समझना।
3. **प्रभावी संचार** – अपने विचारों और भावनाओं को स्पष्ट एवं सम्मानजनक ढंग से व्यक्त करना।
4. **पारस्परिक संबंध कौशल** – स्वस्थ एवं सहयोगात्मक संबंध स्थापित करना।
5. **निर्णय-निर्माण कौशल** – उपलब्ध विकल्पों का मूल्यांकन करके उचित निर्णय लेना।
6. **समस्या-समाधान कौशल** – कठिन परिस्थितियों के समाधान के लिए व्यवस्थित ढंग से विचार करना।
7. **आलोचनात्मक चिंतन** – सूचना एवं परिस्थितियों का तार्किक मूल्यांकन करना।
8. **रचनात्मक चिंतन** – समस्याओं के नए और वैकल्पिक समाधान विकसित करना।
9. **भावनात्मक प्रबंधन** – क्रोध, भय, निराशा और अन्य भावनाओं को नियंत्रित करना।
10. **तनाव प्रबंधन** – तनावपूर्ण परिस्थितियों में संतुलित व्यवहार बनाए रखना।

III. माध्यमिक विद्यार्थियों के जीवन कौशल का महत्व

माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों को परीक्षा, प्रतिस्पर्धा, मित्रता, पारिवारिक अपेक्षाओं, भविष्य के करियर तथा सामाजिक दबाव जैसी अनेक परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है। जीवन कौशल उन्हें इन परिस्थितियों में संतुलित व्यवहार करने में सहायता करते हैं। प्रभावी निर्णय-निर्माण कौशल विद्यार्थी को उचित विकल्प चुनने में सहायता करता है, जबकि समस्या-समाधान कौशल उसे कठिन परिस्थितियों से निकलने की क्षमता प्रदान करता है।

इसी प्रकार भावनात्मक प्रबंधन विद्यार्थियों को आवेगपूर्ण व्यवहार से बचाता है और तनाव प्रबंधन उन्हें शैक्षणिक तथा सामाजिक दबावों से निपटने में सहायता करता है। संचार और पारस्परिक संबंध कौशल विद्यार्थियों को शिक्षक, अभिभावक और सहपाठियों के साथ सकारात्मक संबंध स्थापित करने में मदद करते हैं। इस प्रकार जीवन कौशल विद्यार्थियों के शैक्षणिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी के रूप में कार्य करते हैं।

IV. पारिवारिक वातावरण और जीवन कौशल

परिवार बच्चे के समाजीकरण का पहला और सबसे प्रभावशाली संस्थान है। परिवार में बच्चे को जिस प्रकार का भावनात्मक, सामाजिक और व्यवहारात्मक अनुभव मिलता है, उसका प्रभाव उसके व्यक्तित्व निर्माण पर लंबे समय तक रहता है। सकारात्मक पारिवारिक वातावरण में अभिभावक बच्चों की बात सुनते हैं, उनकी भावनाओं को समझते हैं, उचित स्वतंत्रता प्रदान करते हैं और समस्याओं के समाधान में उनका मार्गदर्शन करते हैं।



परिवार में खुला संवाद विद्यार्थियों की संचार क्षमता और आत्म-जागरूकता को विकसित करता है। यदि बच्चे को अपनी समस्याएँ व्यक्त करने का अवसर मिलता है, तो उसमें आत्मविश्वास और निर्णय लेने की क्षमता बढ़ सकती है। इसके विपरीत अत्यधिक कठोर अनुशासन, निरंतर आलोचना या पारिवारिक संघर्ष विद्यार्थियों में असुरक्षा, तनाव और संकोच को बढ़ा सकते हैं।

V. विद्यालयी वातावरण और जीवन कौशल

विद्यालय केवल ज्ञान प्राप्त करने का स्थान नहीं है, बल्कि सामाजिक और भावनात्मक सीखने का भी महत्वपूर्ण केंद्र है। विद्यालयी वातावरण में शिक्षक-छात्र संबंध, सहपाठी संबंध, विद्यालय की सुरक्षा, अनुशासन, नेतृत्व के अवसर, सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ और कक्षा का वातावरण शामिल होते हैं।

सहायक विद्यालयी वातावरण विद्यार्थियों को अपने विचार व्यक्त करने, समूह में कार्य करने, नेतृत्व करने और समस्याओं पर चर्चा करने के अवसर प्रदान करता है। खेल, वाद-विवाद, नाटक, समूह-कार्य, सामुदायिक गतिविधियाँ और विभिन्न क्लब जीवन कौशल के व्यावहारिक विकास में महत्वपूर्ण योगदान दे सकते हैं।

VI. शिक्षक-छात्र संबंध की भूमिका

शिक्षक विद्यार्थियों के लिए केवल विषय-विशेषज्ञ नहीं होते, बल्कि वे मार्गदर्शक और आदर्श की भूमिका भी निभाते हैं। सकारात्मक शिक्षक-छात्र संबंध विद्यार्थियों में सुरक्षा, आत्मविश्वास और विद्यालय के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित कर सकते हैं। शिक्षक यदि विद्यार्थियों की समस्याओं को ध्यानपूर्वक सुनते हैं और उन्हें निर्णय लेने तथा विचार व्यक्त करने के अवसर देते हैं, तो जीवन कौशल का विकास अधिक प्रभावी हो सकता है।

शिक्षक द्वारा सहयोगात्मक शिक्षण, चर्चा, समस्या-आधारित अधिगम और समूह गतिविधियों का प्रयोग विद्यार्थियों में संचार, समस्या-समाधान, नेतृत्व और सहयोग की क्षमता को बढ़ा सकता है।

VII. सहपाठी संबंध और सामाजिक कौशल

माध्यमिक स्तर पर सहपाठी समूह विद्यार्थियों के सामाजिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सकारात्मक सहपाठी संबंध सहयोग, सहानुभूति, संवाद और संघर्ष-समाधान की क्षमता को विकसित कर सकते हैं। समूह में कार्य करने से विद्यार्थी दूसरों के विचारों का सम्मान करना और सामूहिक निर्णय लेना सीखते हैं।

हालाँकि नकारात्मक सहपाठी दबाव, उपेक्षा, धमकाना या सामाजिक बहिष्कार विद्यार्थियों के आत्मविश्वास और भावनात्मक संतुलन पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकते हैं। इसलिए विद्यालय को सुरक्षित और समावेशी सहपाठी वातावरण विकसित करना चाहिए।

VIII. पारिवारिक एवं विद्यालयी वातावरण के संयुक्त प्रभाव

विद्यार्थी का विकास परिवार और विद्यालय दोनों के संयुक्त प्रभाव से होता है। यदि परिवार में सकारात्मक समर्थन उपलब्ध हो और विद्यालय भी सहयोगात्मक वातावरण प्रदान करे, तो विद्यार्थी को अपने जीवन कौशल का अभ्यास करने के लिए निरंतर अवसर मिलते हैं। उदाहरण के लिए, परिवार में स्वतंत्र निर्णय लेने को प्रोत्साहित किया जाता है और विद्यालय में भी विद्यार्थियों को नेतृत्व की जिम्मेदारियाँ दी जाती हैं, तो निर्णय-निर्माण तथा आत्मविश्वास दोनों मजबूत हो सकते हैं।

इसके विपरीत यदि परिवार और विद्यालय के संदेशों में अत्यधिक विरोधाभास हो, तो विद्यार्थी के व्यवहार में भ्रम उत्पन्न हो सकता है। इसलिए अभिभावकों और शिक्षकों के बीच नियमित संवाद जीवन कौशल शिक्षा की प्रभावशीलता बढ़ाने में महत्वपूर्ण है।

IX. प्रमुख जीवन कौशल और पर्यावरणीय कारकों का संबंध

क्र.	जीवन कौशल	पारिवारिक वातावरण का प्रभाव	विद्यालयी वातावरण का प्रभाव	संभावित परिणाम
1	आत्म-जागरूकता	भावनात्मक समर्थन और आत्म-अभिव्यक्ति	परामर्श एवं आत्म-मूल्यांकन	आत्मविश्वास में वृद्धि
2	निर्णय-निर्माण	उचित स्वतंत्रता और मार्गदर्शन	निर्णय-आधारित गतिविधियाँ	बेहतर निर्णय क्षमता



3	समस्या-समाधान	परिवार में समस्याओं पर चर्चा	समस्या-आधारित अधिगम	तार्किक सोच का विकास
4	प्रभावी संचार	खुला पारिवारिक संवाद	कक्षा चर्चा एवं प्रस्तुतीकरण	संचार दक्षता
5	सहानुभूति	परिवार में सहयोगात्मक व्यवहार	समूह कार्य एवं सहपाठी सहयोग	सामाजिक संवेदनशीलता
6	भावनात्मक प्रबंधन	प्रेम, स्वीकृति और समझ	शिक्षक समर्थन एवं परामर्श	भावनात्मक संतुलन
7	तनाव प्रबंधन	सुरक्षित एवं सहयोगी परिवार	तनाव-नियंत्रण गतिविधियाँ	तनाव से बेहतर सामना
8	पारस्परिक संबंध	सकारात्मक पारिवारिक संबंध	सहपाठी एवं शिक्षक संबंध	सामाजिक अनुकूलन
9	आलोचनात्मक चिंतन	विचार-विमर्श का अवसर	चर्चा एवं विश्लेषणात्मक कार्य	तार्किक दृष्टिकोण
10	नेतृत्व	जिम्मेदारियाँ प्रदान करना	नेतृत्व एवं सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ	नेतृत्व क्षमता

X. चयनित अध्ययनों की समीक्षा

क्र.	अध्ययन/दृष्टिकोण	प्रमुख विषय	प्रमुख निष्कर्ष
1	डब्ल्यूएचओ का जीवन कौशल दृष्टिकोण	मनोसामाजिक दक्षताएँ	जीवन कौशल दैनिक जीवन की चुनौतियों से प्रभावी ढंग से निपटने में सहायक हैं।
2	बंदुरा का सामाजिक अधिगम दृष्टिकोण	सामाजिक व्यवहार	विद्यार्थी अवलोकन, अनुकरण और सामाजिक अंतःक्रिया के माध्यम से व्यवहार सीखते हैं।
3	ब्रॉफेनब्रेनर का सार्वभौमिक दृष्टिकोण	विकास और वातावरण	विद्यार्थी का विकास परिवार, विद्यालय और व्यापक सामाजिक वातावरण के पारस्परिक प्रभाव से होता है।
4	सामाजिक-भावनात्मक अधिगम संबंधी शोध	सामाजिक एवं भावनात्मक कौशल	SEL आधारित कार्यक्रम सामाजिक व्यवहार, भावनात्मक दक्षता और शैक्षणिक परिणामों में सुधार से जुड़े पाए गए हैं।
5	पारिवारिक समर्थन संबंधी शोध	अभिभावकीय सहयोग	सकारात्मक अभिभावकीय संबंध आत्मविश्वास और सामाजिक अनुकूलन को बढ़ावा देते हैं।
6	विद्यालयी वातावरण संबंधी शोध	स्कूल क्लाइमेट	सुरक्षित, सहयोगात्मक और समावेशी विद्यालय विद्यार्थियों के सामाजिक-भावनात्मक विकास के लिए अधिक अनुकूल होते हैं।
7	शिक्षक-छात्र संबंध संबंधी शोध	शिक्षक समर्थन	सकारात्मक शिक्षक संबंध विद्यालय से जुड़ाव और सामाजिक दक्षता को मजबूत करते हैं।
8	सहपाठी संबंध संबंधी शोध	सामाजिक सहभागिता	सहयोगात्मक सहपाठी संबंध संचार और पारस्परिक कौशल को विकसित करते हैं।

वैचारिक रूपरेखा

इस समीक्षा के आधार पर जीवन कौशल को विद्यार्थी के व्यक्तिगत विकास का परिणाम मानते हुए उसके प्रमुख पर्यावरणीय निर्धारकों को निम्न प्रकार समझा जा सकता है:

पारिवारिक वातावरण

भावनात्मक समर्थन + संवाद + अनुशासन + स्वतंत्रता

विद्यार्थी का सामाजिक एवं भावनात्मक विकास

आत्म-जागरूकता + संचार + निर्णय-निर्माण + समस्या-समाधान



जीवन कौशल

साथ ही,

विद्यालयी वातावरण

शिक्षक समर्थन + सहपाठी संबंध + सुरक्षित वातावरण + सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ

सामाजिक सहभागिता एवं अनुभवात्मक अधिगम

जीवन कौशल का विकास

दोनों वातावरण परस्पर प्रभाव डालते हुए विद्यार्थी के समग्र विकास को प्रभावित करते हैं।

XI. चर्चा

समीक्षित साहित्य से यह स्पष्ट होता है कि जीवन कौशल का विकास किसी एक कारक का परिणाम नहीं है। विद्यार्थी का व्यक्तिगत स्वभाव, पारिवारिक पृष्ठभूमि, विद्यालयी अनुभव, सहपाठी संबंध और सामाजिक परिस्थितियाँ एक-दूसरे के साथ अंतःक्रिया करते हैं। सकारात्मक पारिवारिक वातावरण विद्यार्थियों को भावनात्मक सुरक्षा देता है, जबकि सकारात्मक विद्यालयी वातावरण उन्हें सामाजिक कौशलों का अभ्यास करने के अवसर प्रदान करता है।

परिवार में सहयोगात्मक संवाद से विद्यार्थी अपनी समस्याओं और भावनाओं को व्यक्त करना सीखता है। विद्यालय में चर्चा, समूह-कार्य और गतिविधि-आधारित शिक्षण इन क्षमताओं को व्यवहारिक रूप प्रदान करते हैं। इसी प्रकार परिवार में जिम्मेदारी देने की प्रक्रिया और विद्यालय में नेतृत्व के अवसर निर्णय-निर्माण तथा नेतृत्व कौशल को मजबूत कर सकते हैं।

यह भी ध्यान देना आवश्यक है कि जीवन कौशल शिक्षा केवल अलग विषय के रूप में लागू करने की बजाय विद्यालय की संपूर्ण शैक्षणिक संस्कृति में शामिल की जानी चाहिए। शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया, मूल्यांकन, परामर्श, खेल, सांस्कृतिक गतिविधियों तथा अभिभावक-शिक्षक सहभागिता सभी में जीवन कौशल के तत्वों को जोड़ा जा सकता है।

XII. जीवन कौशल विकास के लिए विद्यालयी रणनीतियाँ

विद्यालय निम्नलिखित रणनीतियों के माध्यम से विद्यार्थियों के जीवन कौशल को मजबूत कर सकते हैं:

1. गतिविधि-आधारित और अनुभवात्मक शिक्षण को बढ़ावा देना।
2. समूह-कार्य और सहयोगात्मक अधिगम का प्रयोग करना।
3. विद्यार्थियों को निर्णय लेने के वास्तविक अवसर प्रदान करना।
4. नियमित परामर्श एवं मार्गदर्शन सेवाएँ उपलब्ध कराना।
5. खेल, कला, नाटक, वाद-विवाद और सामुदायिक गतिविधियों को प्रोत्साहित करना।
6. शिक्षक-छात्र संवाद को अधिक सकारात्मक बनाना।
7. बुलिंग और भेदभाव के विरुद्ध सुरक्षित विद्यालयी वातावरण विकसित करना।
8. अभिभावकों को जीवन कौशल कार्यक्रमों में शामिल करना।
9. विद्यार्थियों को नेतृत्व और जिम्मेदारी की भूमिकाएँ प्रदान करना।
10. भावनात्मक एवं तनाव प्रबंधन से संबंधित गतिविधियों को पाठ्यचर्या में शामिल करना।

XIII. अभिभावकों की भूमिका

अभिभावक बच्चों को केवल शैक्षणिक उपलब्धि के लिए प्रेरित करने के बजाय उनके भावनात्मक और सामाजिक विकास पर भी ध्यान दें। बच्चों की बात ध्यानपूर्वक सुनना, उनकी समस्याओं पर चर्चा करना, उचित स्वतंत्रता देना और गलतियों से सीखने का अवसर प्रदान करना जीवन कौशल विकास के लिए उपयोगी है। अभिभावकों को अत्यधिक तुलना और अनावश्यक दबाव से बचना चाहिए। परिवार में सहयोग, सम्मान और खुले संवाद की संस्कृति विद्यार्थियों के आत्मविश्वास एवं भावनात्मक संतुलन को मजबूत कर सकती है।



XIV. निष्कर्ष

माध्यमिक विद्यालय के छात्रों में जीवन कौशल का विकास उनके समग्र व्यक्तित्व निर्माण का महत्वपूर्ण आधार है। समीक्षा से यह निष्कर्ष निकलता है कि परिवार और विद्यालय दोनों जीवन कौशल के विकास में महत्वपूर्ण एवं परस्पर पूरक भूमिका निभाते हैं। सकारात्मक पारिवारिक वातावरण विद्यार्थियों को भावनात्मक सुरक्षा, आत्मविश्वास और संवाद के अवसर प्रदान करता है, जबकि सकारात्मक विद्यालयी वातावरण उन्हें सहयोग, नेतृत्व, समस्या-समाधान और सामाजिक सहभागिता के व्यावहारिक अवसर देता है। इसके विपरीत पारिवारिक संघर्ष, अत्यधिक नियंत्रण, कमजोर भावनात्मक समर्थन, नकारात्मक शिक्षक-छात्र संबंध और असुरक्षित विद्यालयी वातावरण जीवन कौशल के विकास को बाधित कर सकते हैं। इसलिए माध्यमिक शिक्षा में जीवन कौशल को केवल पाठ्यक्रम के एक छोटे हिस्से के रूप में नहीं बल्कि विद्यालय की संपूर्ण शैक्षिक संस्कृति के रूप में विकसित करने की आवश्यकता है। परिवार, शिक्षक, विद्यालय प्रशासन और समुदाय के बीच सहयोग स्थापित करके विद्यार्थियों को अधिक आत्मनिर्भर, संवेदनशील, जिम्मेदार और सक्षम नागरिक बनाया जा सकता है।

संदर्भ

1. बंडुरा, ए. (1977). सोशल लर्निंग थ्योरी (सामाजिक अधिगम सिद्धांत). प्रेंटिस हॉल.
2. ब्रोनफेनब्रेनर, यू. (1979). द इकोलॉजी ऑफ़ ह्यूमन डेवलपमेंट (मानव विकास का पारिस्थितिकी तंत्र). हार्वर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस.
3. डुरलाक, जे. ए., वेइसबर्ग, आर. पी., डायमनिकी, ए. बी., टेलर, आर. डी., और शेलिंगर, के. बी. (2011). छात्रों की सामाजिक और भावनात्मक सीख को बेहतर बनाने का प्रभाव: स्कूल-आधारित सार्वभौमिक हस्तक्षेपों का मेटा-विश्लेषण. चाइल्ड डेवलपमेंट, 82(1), 405–432.
4. गोलेमैन, डी. (1995). इमोशनल इंटेलिजेंस (भावनात्मक बुद्धिमत्ता). बैटम बुक्स.
5. यूनेस्को. (2014). ग्लोबल सिटिज़नशिप एजुकेशन (वैश्विक नागरिकता शिक्षा): इक्कीसवीं सदी की चुनौतियों के लिए सीखने वालों को तैयार करना. यूनेस्को.
6. विश्व स्वास्थ्य संगठन. (1997). स्कूलों में बच्चों और किशोरों के लिए जीवन कौशल शिक्षा. WHO.
7. विश्व स्वास्थ्य संगठन. (2003). स्किल्स फॉर हेल्थ (स्वास्थ्य के लिए कौशल): जीवन कौशल सहित कौशल-आधारित स्वास्थ्य शिक्षा. WHO.
8. ज़िन्स, जे. ई., वेइसबर्ग, आर. पी., वांग, एम. सी., और वालबर्ग, एच. जे. (संपादक). (2004). सामाजिक और भावनात्मक सीख के आधार पर शैक्षणिक सफलता का निर्माण. टीचर्स कॉलेज प्रेस.

