

माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के जीवन कौशल पर पारिवारिक वातावरण, विद्यालयी वातावरण एवं सामाजिक-आर्थिक स्थिति का प्रभाव

सुनील कुमार¹, डॉ. भूपेंद्र सिंह चौहान²

¹शोधार्थी, ²प्रोफेसर

शिक्षाशास्त्र -विभाग

विक्रांत, विश्वविद्यालय ग्वालियर म.प्र

सारांश: माध्यमिक विद्यालय स्तर विद्यार्थियों के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण अवस्था है। इस स्तर पर विकसित होने वाले जीवन कौशल विद्यार्थियों को दैनिक जीवन की चुनौतियों का सामना करने, उचित निर्णय लेने, समस्याओं का समाधान करने, प्रभावी संप्रेषण स्थापित करने तथा भावनाओं और तनाव का प्रबंधन करने में सहायता प्रदान करते हैं। प्रस्तुत समीक्षा अध्ययन का उद्देश्य माध्यमिक विद्यालय के छात्रों में जीवन कौशल तथा उनके पारिवारिक एवं विद्यालयी वातावरण के मध्य संबंध का विश्लेषण करना है। उपलब्ध साहित्य से यह स्पष्ट होता है कि परिवार और विद्यालय विद्यार्थियों के जीवन कौशल विकास के दो प्रमुख सामाजिक परिवेश हैं।

परिवार में प्राप्त स्नेह, सहयोग, संवाद, अनुशासन, स्वतंत्रता और भावनात्मक सुरक्षा विद्यार्थियों की आत्म-जागरूकता, आत्मविश्वास, निर्णय क्षमता तथा भावनात्मक संतुलन को प्रभावित करते हैं। इसी प्रकार विद्यालयी वातावरण, शिक्षक-विद्यार्थी संबंध, सहपाठी सहयोग, विद्यालयी अनुशासन, सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ तथा सहभागितापूर्ण शिक्षण विद्यार्थियों में संप्रेषण, नेतृत्व, समस्या समाधान, सहयोग और सामाजिक उत्तरदायित्व जैसे कौशलों के विकास में योगदान करते हैं।

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

1. परिचय

वर्तमान समय में शिक्षा का उद्देश्य केवल विद्यार्थियों को विषयगत ज्ञान प्रदान करना नहीं रह गया है, बल्कि उन्हें जीवन की वास्तविक परिस्थितियों के लिए सक्षम बनाना भी है। तीव्र सामाजिक परिवर्तन, तकनीकी विकास, प्रतिस्पर्धा, परीक्षा संबंधी तनाव, पारिवारिक अपेक्षाएँ तथा बदलते सामाजिक संबंधों ने विद्यार्थियों के सामने अनेक नई चुनौतियाँ प्रस्तुत की हैं। ऐसी परिस्थितियों में विद्यार्थियों के लिए निर्णय लेने, समस्याओं का समाधान करने, तनाव को नियंत्रित करने, प्रभावी संप्रेषण करने तथा स्वस्थ सामाजिक संबंध स्थापित करने की क्षमता अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाती है। इन्हीं क्षमताओं को व्यापक रूप से जीवन कौशल के रूप में जाना जाता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन ने जीवन कौशल को ऐसी मनोसामाजिक क्षमताओं के रूप में परिभाषित किया है जो व्यक्तियों को दैनिक जीवन की आवश्यकताओं और चुनौतियों का सकारात्मक एवं अनुकूलनात्मक ढंग से सामना करने में सक्षम बनाती हैं। जीवन कौशलों में निर्णय लेना, समस्या समाधान, रचनात्मक चिंतन, आलोचनात्मक चिंतन, प्रभावी संप्रेषण, पारस्परिक संबंध, आत्म-जागरूकता, सहानुभूति तथा तनाव और भावनाओं का प्रबंधन प्रमुख रूप से सम्मिलित हैं।

माध्यमिक विद्यालय स्तर विशेष रूप से महत्वपूर्ण है क्योंकि अधिकांश विद्यार्थी इस अवस्था में किशोरावस्था से गुजर रहे होते हैं। किशोरावस्था पहचान निर्माण, स्वतंत्रता की इच्छा, भावनात्मक परिवर्तन तथा सामाजिक संबंधों के विस्तार का काल है। इस दौरान विद्यार्थी परिवार और विद्यालय दोनों से निरंतर प्रभावित होते हैं। परिवार बच्चे के जीवन का प्रथम सामाजिक परिवेश है, जबकि



विद्यालय औपचारिक सामाजिकरण और व्यक्तित्व विकास का प्रमुख संस्थान है। अतः विद्यार्थियों के जीवन कौशल को समझने के लिए उनके पारिवारिक तथा विद्यालयी वातावरण का अध्ययन अत्यंत आवश्यक है।

प्रस्तुत समीक्षा अध्ययन उपलब्ध सैद्धांतिक एवं अनुभवजन्य साहित्य के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के जीवन कौशल तथा पारिवारिक एवं विद्यालयी वातावरण के बीच संबंध का विश्लेषण प्रस्तुत करता है।

II. जीवन कौशल की अवधारणा

जीवन कौशल ऐसे कौशल हैं जो व्यक्ति को जीवन की विविध परिस्थितियों में प्रभावी ढंग से कार्य करने की क्षमता प्रदान करते हैं। ये कौशल केवल बौद्धिक योग्यता तक सीमित नहीं होते, बल्कि व्यवहारिक, भावनात्मक और सामाजिक दक्षताओं से भी संबंधित होते हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा जीवन कौशल के प्रमुख घटकों को निम्न प्रकार से प्रस्तुत किया गया है:

1. आत्म-जागरूकता
2. सहानुभूति
3. आलोचनात्मक चिंतन
4. रचनात्मक चिंतन
5. निर्णय लेना
6. समस्या समाधान
7. प्रभावी संप्रेषण
8. पारस्परिक संबंध कौशल
9. तनाव प्रबंधन
10. भावनाओं का प्रबंधन

जीवन कौशल शिक्षा विद्यार्थियों को केवल समस्याओं से बचने की शिक्षा नहीं देती, बल्कि उन्हें आत्मविश्वासी, उत्तरदायी और सामाजिक रूप से सक्षम नागरिक बनने में सहायता करती है।

III. माध्यमिक विद्यालय स्तर और जीवन कौशल विकास

माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थी तीव्र शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक परिवर्तनों से गुजरते हैं। इस अवधि में वे अपने व्यक्तित्व, रुचियों, क्षमताओं और सामाजिक पहचान के बारे में विचार विकसित करते हैं। सहपाठी समूहों का प्रभाव बढ़ता है और परिवार के बाहर सामाजिक संबंधों का विस्तार होता है।

इस अवस्था में यदि विद्यार्थियों को उचित मार्गदर्शन और सकारात्मक वातावरण प्राप्त हो, तो उनमें आत्मविश्वास, नेतृत्व, निर्णय क्षमता और भावनात्मक संतुलन विकसित हो सकता है। दूसरी ओर, यदि उन्हें पारिवारिक संघर्ष, विद्यालयी असुरक्षा, अत्यधिक शैक्षणिक दबाव अथवा सामाजिक अस्वीकार्यता का सामना करना पड़े, तो उनके मनोसामाजिक विकास पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है।

अतः माध्यमिक स्तर जीवन कौशल आधारित शिक्षा और सामाजिक-भावनात्मक विकास के लिए एक महत्वपूर्ण अवसर प्रदान करता है।

IV. पारिवारिक वातावरण की अवधारणा

पारिवारिक वातावरण से तात्पर्य परिवार में उपलब्ध भावनात्मक, सामाजिक, मनोवैज्ञानिक और व्यवहारिक परिस्थितियों से है। इसमें माता-पिता और बच्चों के संबंध, पारिवारिक संवाद, प्रेम, सहयोग, अनुशासन, स्वतंत्रता, संघर्ष तथा सुरक्षा की भावना शामिल होती है।

एक सकारात्मक पारिवारिक वातावरण सामान्यतः निम्न विशेषताओं से युक्त होता है:

1. पारस्परिक प्रेम और सम्मान।
2. प्रभावी संवाद।



3. भावनात्मक सहयोग।
4. उचित अनुशासन।
5. बच्चों की समस्याओं के प्रति संवेदनशीलता।
6. निर्णयों में सीमित एवं उपयुक्त सहभागिता।
7. सुरक्षित एवं सहयोगात्मक वातावरण।

परिवार में बच्चों को प्राप्त अनुभव उनके आत्मसम्मान, भावनात्मक स्थिरता तथा सामाजिक व्यवहार को प्रभावित करते हैं। इसलिए पारिवारिक वातावरण को जीवन कौशल विकास का एक महत्वपूर्ण आधार माना जाता है।

पारिवारिक वातावरण और जीवन कौशल का संबंध

उपलब्ध साहित्य से यह संकेत मिलता है कि सकारात्मक पारिवारिक संबंध बच्चों के जीवन कौशल विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। जब माता-पिता बच्चों की बात ध्यानपूर्वक सुनते हैं, उन्हें अपने विचार व्यक्त करने का अवसर देते हैं और उनकी समस्याओं के समाधान में सहयोग करते हैं, तब बच्चों में प्रभावी संप्रेषण और समस्या समाधान की क्षमता विकसित होती है। परिवार में लोकतांत्रिक एवं सहयोगात्मक वातावरण बच्चों को निर्णय लेने का अवसर प्रदान करता है। उदाहरण के लिए, यदि बच्चों को आयु के अनुरूप घरेलू निर्णयों में शामिल किया जाता है, तो उनमें जिम्मेदारी और निर्णय क्षमता विकसित हो सकती है। भावनात्मक रूप से सुरक्षित परिवार बच्चों में आत्मविश्वास और तनाव प्रबंधन की क्षमता विकसित करने में सहायक होता है। इसके विपरीत, अत्यधिक पारिवारिक संघर्ष, असुरक्षा और कठोर नियंत्रण बच्चों के आत्मसम्मान और भावनात्मक विकास को प्रभावित कर सकते हैं।

तालिका 1: पारिवारिक वातावरण और जीवन कौशल का संभावित संबंध

पारिवारिक कारक	प्रभावित जीवन कौशल
सकारात्मक संवाद	प्रभावी संप्रेषण
भावनात्मक सहयोग	भावनात्मक प्रबंधन
उचित स्वतंत्रता	निर्णय लेने की क्षमता
पारिवारिक सहयोग	समस्या समाधान
पारस्परिक सम्मान	आत्म-जागरूकता
सुरक्षित वातावरण	आत्मविश्वास
सहयोगात्मक संबंध	सहानुभूति एवं पारस्परिक संबंध

इस प्रकार पारिवारिक वातावरण विद्यार्थियों के जीवन कौशल विकास के लिए आधारभूत भूमिका निभाता है।

विद्यालयी वातावरण की अवधारणा

विद्यालयी वातावरण से तात्पर्य विद्यालय में विद्यार्थियों द्वारा अनुभव की जाने वाली शैक्षणिक, सामाजिक और मनोवैज्ञानिक परिस्थितियों से है। इसमें शिक्षक-विद्यार्थी संबंध, सहपाठी संबंध, विद्यालयी अनुशासन, नेतृत्व के अवसर, शैक्षणिक गतिविधियाँ, सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ तथा विद्यालय की समग्र संस्कृति शामिल होती है।

सकारात्मक विद्यालयी वातावरण वह है जिसमें विद्यार्थी स्वयं को सुरक्षित, सम्मानित और स्वीकार्य महसूस करें। ऐसे वातावरण में विद्यार्थी प्रश्न पूछने, अपने विचार व्यक्त करने तथा नई गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रेरित होते हैं।

विद्यालयी वातावरण विद्यार्थियों के जीवन कौशल विकास के लिए इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि विद्यालय में विद्यार्थी विविध पृष्ठभूमियों से आने वाले साथियों और शिक्षकों के साथ संपर्क स्थापित करते हैं। यह सामाजिक अनुभव पारस्परिक संबंधों और सहानुभूति के विकास में सहायक होता है।



विद्यालयी वातावरण और जीवन कौशल का संबंध

विद्यालय विद्यार्थियों के सामाजिक और भावनात्मक विकास का प्रमुख केंद्र है। शिक्षक का व्यवहार विद्यार्थियों के आत्मविश्वास और संप्रेषण कौशल को प्रभावित कर सकता है। सहयोगात्मक शिक्षक विद्यार्थियों को अपनी समस्याएँ व्यक्त करने और समाधान खोजने के लिए प्रेरित करते हैं।

समूह आधारित शिक्षण विद्यार्थियों में सहयोग और नेतृत्व क्षमता विकसित करता है। वाद-विवाद, परियोजना कार्य, खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रम तथा सामुदायिक सेवा गतिविधियाँ विद्यार्थियों को वास्तविक परिस्थितियों में निर्णय लेने और समस्याओं का समाधान करने का अवसर प्रदान करती हैं।

सकारात्मक विद्यालयी वातावरण में विद्यार्थियों को गलतियों से सीखने का अवसर मिलता है। यह दृष्टिकोण आलोचनात्मक चिंतन और रचनात्मक समस्या समाधान को प्रोत्साहित करता है।

तालिका 2: विद्यालयी वातावरण के घटक और जीवन कौशल

विद्यालयी वातावरण का घटक	जीवन कौशल पर प्रभाव
शिक्षक सहयोग	आत्मविश्वास एवं संप्रेषण
सहपाठी सहयोग	पारस्परिक संबंध
समूह गतिविधियाँ	सहयोग एवं नेतृत्व
सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ	निर्णय एवं समस्या समाधान
सुरक्षित वातावरण	भावनात्मक स्थिरता
सहभागितापूर्ण शिक्षण	आलोचनात्मक चिंतन
छात्र नेतृत्व अवसर	जिम्मेदारी एवं निर्णय क्षमता

पारिवारिक और विद्यालयी वातावरण का संयुक्त प्रभाव

परिवार और विद्यालय दोनों विद्यार्थियों के विकास में पूरक भूमिका निभाते हैं। परिवार विद्यार्थियों को भावनात्मक आधार प्रदान करता है, जबकि विद्यालय उन्हें व्यापक सामाजिक अनुभव और व्यवहारिक अवसर उपलब्ध कराता है।

यदि परिवार में सकारात्मक संवाद हो और विद्यालय में सहयोगात्मक वातावरण उपलब्ध हो, तो विद्यार्थी अपने विचारों को व्यक्त करने, समस्याओं का समाधान करने तथा सामाजिक संबंध बनाने में अधिक सक्षम हो सकते हैं। इसके विपरीत यदि परिवार और विद्यालय दोनों में तनावपूर्ण वातावरण हो, तो विद्यार्थी भावनात्मक असुरक्षा और कम आत्मविश्वास का अनुभव कर सकते हैं।

इसलिए जीवन कौशल विकास को परिवार और विद्यालय की संयुक्त जिम्मेदारी के रूप में देखा जाना चाहिए।

सामाजिक-भावनात्मक अधिगम और जीवन कौशल

सामाजिक-भावनात्मक अधिगम विद्यार्थियों को अपनी भावनाओं को समझने, दूसरों के साथ सकारात्मक संबंध स्थापित करने, जिम्मेदार निर्णय लेने तथा चुनौतियों का सामना करने में सहायता करता है। जीवन कौशल और सामाजिक-भावनात्मक अधिगम में घनिष्ठ संबंध है।

सामाजिक-भावनात्मक अधिगम के प्रमुख आयामों में आत्म-जागरूकता, आत्म-प्रबंधन, सामाजिक जागरूकता, संबंध कौशल और जिम्मेदार निर्णय लेना शामिल हैं। ये सभी आयाम जीवन कौशल के प्रमुख तत्वों से संबंधित हैं।

विद्यालय आधारित सामाजिक-भावनात्मक कार्यक्रमों को प्रभावी बनाने के लिए परिवार की सहभागिता भी आवश्यक है। जब विद्यालय में सिखाए जाने वाले मूल्यों और व्यवहारों को घर में भी प्रोत्साहित किया जाता है, तो विद्यार्थियों के जीवन कौशल अधिक स्थायी रूप से विकसित हो सकते हैं।



V. प्रमुख साहित्य समीक्षा

विश्व स्वास्थ्य संगठन ने जीवन कौशल शिक्षा को स्वास्थ्य एवं मनोसामाजिक विकास से संबंधित महत्वपूर्ण शैक्षिक दृष्टिकोण के रूप में प्रस्तुत किया। संगठन के अनुसार जीवन कौशल विद्यार्थियों को दैनिक जीवन की जड़ों का सकारात्मक और अनुकूल तरीकों से सामना करने में सहायता करते हैं।

ब्रॉन्फेनब्रेनर के पारिस्थितिक सिद्धांत के अनुसार व्यक्ति का विकास परिवार, विद्यालय और समुदाय सहित विभिन्न पर्यावरणीय नागरिकों के निरंतर प्रभाव से होता है। इस दृष्टिकोण से विद्यार्थियों के जीवन कौशल विकास को परिवार और विद्यालय से पृथक रूप में नहीं देखा जा सकता।

बंदुरा के सामाजिक अधिगम सिद्धांत के अनुसार व्यक्ति दूसरों के व्यवहार का अवलोकन करके सीखता है। बच्चे परिवार के सदस्यों, शिक्षकों और सहपाठियों के व्यवहार से संप्रेषण, समस्या समाधान और भावनात्मक अभिव्यक्ति के तरीके सीखते हैं।

दुर्लभ और सहयोगियों द्वारा किए गए सामाजिक-भावनात्मक अधिगम कार्यक्रमों के मेटा-विश्लेषण से यह संकेत मिला कि विद्यालय आधारित कार्यक्रम विद्यार्थियों के सामाजिक और भावनात्मक कौशलों में सकारात्मक सुधार ला सकते हैं। इससे विद्यालयी वातावरण और समेकित सामाजिक-भावनात्मक कार्यक्रमों की भूमिका महत्वपूर्ण सिद्ध होती है।

एलियास और सहयोगियों ने विद्यालय आधारित सामाजिक एवं भावनात्मक शिक्षा को विद्यार्थियों के समग्र विकास के लिए आवश्यक बताया। उनके अनुसार दायित्वों को शैक्षणिक उपलब्धि के साथ-साथ सामाजिक और भावनात्मक दक्षताओं के विकास पर भी ध्यान देना चाहिए।

यूनिसेफ ने संक्रमणीय कौशलों के संदर्भ में संप्रेषण, सहयोग, समस्या समाधान और भावनात्मक कौशलों को युवाओं के भविष्य के लिए महत्वपूर्ण माना है। यह दृष्टिकोण जीवन कौशल विकास को शिक्षा और सामाजिक विकास दोनों से जोड़ता है।

VI. सैद्धांतिक आधार

सामाजिक अधिगम सिद्धांत

सामाजिक अधिगम सिद्धांत के अनुसार विद्यार्थी अवलोकन, अनुकरण और सामाजिक अंतःक्रिया के माध्यम से व्यवहार सीखते हैं। परिवार और विद्यालय विद्यार्थियों के लिए प्रमुख व्यवहारिक मॉडल प्रदान करते हैं।

सामाजिक-भावनात्मक अधिगम दृष्टिकोण

यह दृष्टिकोण जीवन कौशल विकास को आत्म-जागरूकता, आत्म-प्रबंधन, सामाजिक संबंध और जिम्मेदार निर्णय से जोड़ता है। विद्यालयी गतिविधियों और पारिवारिक सहयोग के माध्यम से इन कौशलों को विकसित किया जा सकता है।

समीक्षा के प्रमुख निष्कर्ष

उपलब्ध साहित्य की समीक्षा के आधार पर निम्न प्रमुख निष्कर्ष प्राप्त होते हैं:

1. जीवन कौशल माध्यमिक विद्यालय स्तर पर व्यक्तित्व विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं।
2. पारिवारिक वातावरण विद्यार्थियों के भावनात्मक एवं सामाजिक विकास को प्रभावित करता है।
3. सकारात्मक पारिवारिक संवाद आत्मविश्वास और संप्रेषण कौशल के विकास में सहायक है।
4. विद्यालयी वातावरण विद्यार्थियों के सामाजिक संबंधों और नेतृत्व क्षमता को प्रभावित करता है।
5. शिक्षक-विद्यार्थी संबंध जीवन कौशल विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।
6. समूह गतिविधियाँ और सह-पाठ्यक्रम कार्यक्रम समस्या समाधान एवं सहयोग की क्षमता विकसित करते हैं।
7. परिवार और विद्यालय के बीच सकारात्मक समन्वय जीवन कौशल विकास को मजबूत कर सकता है।
8. जीवन कौशल शिक्षा को केवल सैद्धांतिक विषय के रूप में सीमित नहीं किया जाना चाहिए।
9. गतिविधि आधारित और अनुभवात्मक शिक्षण जीवन कौशल विकास के लिए अधिक उपयोगी हो सकता है।
10. अभिभावकों और शिक्षकों का सहयोग विद्यार्थियों के संतुलित विकास के लिए आवश्यक है।



VII. अनुसंधान में अंतराल

यद्यपि जीवन कौशल और सामाजिक-भावनात्मक विकास पर पर्याप्त साहित्य उपलब्ध है, फिर भी कुछ महत्वपूर्ण अनुसंधान अंतराल दिखाई देते हैं। भारतीय माध्यमिक विद्यालयों के संदर्भ में पारिवारिक वातावरण और विद्यालयी वातावरण के संयुक्त प्रभाव पर अधिक व्यवस्थित अध्ययन की आवश्यकता है। ग्रामीण और शहरी विद्यार्थियों के बीच जीवन कौशल संबंधी अंतर भी विस्तृत अध्ययन का विषय हो सकता है।

इसके अतिरिक्त सरकारी और निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों के जीवन कौशल तथा विद्यालयी वातावरण की तुलनात्मक समीक्षा आवश्यक है। डिजिटल एवं सोशल मीडिया वातावरण के बढ़ते प्रभाव को भी जीवन कौशल विकास के संदर्भ में शामिल किया जाना चाहिए।

VIII. निष्कर्ष

प्रस्तुत समीक्षा अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के जीवन कौशल का विकास एक बहुआयामी प्रक्रिया है। जीवन कौशल केवल व्यक्तिगत विशेषताएँ नहीं हैं, बल्कि वे परिवार, विद्यालय और व्यापक सामाजिक अनुभवों से प्रभावित होते हैं। पारिवारिक वातावरण विद्यार्थियों को भावनात्मक सुरक्षा, आत्मविश्वास और मूल्य आधारित व्यवहार प्रदान करता है, जबकि विद्यालयी वातावरण उन्हें सामाजिक सहभागिता, नेतृत्व, संप्रेषण और समस्या समाधान के अवसर प्रदान करता है।

सकारात्मक पारिवारिक वातावरण में विकसित संवाद, सहयोग और भावनात्मक समर्थन विद्यार्थियों को अपनी भावनाओं को समझने तथा उचित निर्णय लेने में सहायता करते हैं। दूसरी ओर, सकारात्मक विद्यालयी वातावरण विद्यार्थियों को सामाजिक संबंधों के निर्माण, टीमवर्क और नेतृत्व के व्यावहारिक अवसर प्रदान करता है।

अतः माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में जीवन कौशल विकास के लिए परिवार और विद्यालय दोनों की संयुक्त एवं समन्वित भूमिका आवश्यक है। शिक्षा नीति और विद्यालयी कार्यक्रमों में जीवन कौशल आधारित गतिविधियों को प्रभावी रूप से शामिल करने के साथ-साथ अभिभावकों की सहभागिता भी सुनिश्चित की जानी चाहिए।

संदर्भ सूची

1. बंडुरा, ए. (1986). विचार और क्रिया के सामाजिक आधार: एक सामाजिक संज्ञानात्मक सिद्धांत। प्रेन्टिस-हॉल।
2. ब्रोनफेनब्रेनर, यू. (1979). मानव विकास की पारिस्थितिकी: प्रकृति और डिजाइन द्वारा प्रयोग। हार्वर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस।
3. डर्लक, जे. ए., वीसबर्ग, आर. पी., डायम्रिकी, ए. बी., टेलर, आर. डी., और शेलिंगर, के. बी. (2011). छात्रों के सामाजिक और भावनात्मक अधिगम को बढ़ाने का प्रभाव: विद्यालय-आधारित सार्वभौमिक हस्तक्षेपों का एक मेटा-विश्लेषण। बाल विकास, 82(1), 405–432।
4. एलियास, एम. जे., ज़िन्स, जे. ई., वेसबर्ग, आर. पी., फ्रे, के. एस., ग्रीनबर्ग, एम. टी., हेन्स, एन. एम., केसलर, आर., श्वाब-स्टोन, एम. ई., और श्राइवर, टी. पी. (1997). सामाजिक और भावनात्मक अधिगम को बढ़ावा देना: शिक्षकों के लिए दिशानिर्देश। एएससीडी।
5. शिक्षा मंत्रालय। (2020). राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020। भारत सरकार।
6. ओईसीडी। (2019). ओईसीडी शिक्षा और कौशल का भविष्य 2030। ओईसीडी प्रकाशन।
7. यूनेस्को। (2015). वैश्विक नागरिकता शिक्षा: विषय और अधिगम उद्देश्य। यूनेस्को।
8. यूनिसेफ। (2019). हस्तांतरणीय कौशल पर वैश्विक ढांचा। यूनिसेफ।
9. विश्व स्वास्थ्य संगठन। (1997). स्कूलों में बच्चों और किशोरों के लिए जीवन कौशल शिक्षा। विश्व स्वास्थ्य संगठन।
10. विश्व स्वास्थ्य संगठन। (2003)। स्वास्थ्य के लिए कौशल: जीवन कौशल सहित कौशल-आधारित स्वास्थ्य शिक्षा। विश्व स्वास्थ्य संगठन।
11. ज़िन्स, जे. ई., ब्लडवर्थ, एम. आर., वीसबर्ग, आर. पी., और वालबर्ग, एच. जे. (2007)। सामाजिक और भावनात्मक अधिगम को स्कूली सफलता से जोड़ने वाला वैज्ञानिक आधार। जर्नल ऑफ एजुकेशनल एंड साइकोलॉजिकल कंसल्टेशन, 17(2–3), 191–210।

