IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS)
Volume 30, Issue 5, Series 4 (May, 2025) 51-58
e-ISSN: 2279-0837, p-ISSN: 2279-0845.
www.iosrjournals.org

उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण

अदिति बंसल , डॉ.नाहिद बी
एम.एड . शोधार्थी फैकल्टी ऑफ एजुकेशन
फैकल्टी ऑफ एजुकेशन तीर्थंकर महावीर यूनिवर्सिटी, मुरादाबाद
तीर्थंकर महावीर यूनिवर्सिटी,मुरादाबाद
सहायक प्राध्यापक, फैकल्टी ऑफ एजुकेशन
फैकल्टी ऑफ एजुकेशन तीर्थंकर महावीर यूनिवर्सिटी, मुरादाबाद
तीर्थंकर महावीर यूनिवर्सिटी,मुरादाबाद

सारांश

किशोरावस्था मानव विकास में एक महत्वपूर्ण चरण है, जिसने बचपन से व्यस्कता मे संक्रमण के दौरान महत्वपूर्ण परिवर्तनहोते हैं।इन परिवर्तनों में संवेगात्मक परिपक्वता किशोरावस्था के विकास का एक महत्वपूर्ण पहलू है।संवेगात्मक परिपक्वता में संतुलित और रचनात्मक तरीकों से भावनाओं को समझना, प्रबंधित करना और व्यक्त करना शामिल है, जो किशोरावस्था के दौरान जटिल सामाजिक परिदृश्य और व्यक्तिगत चुनौतियों का सामना करने के लिए आवश्यक है । प्रस्तुत शोध में शोधार्थी का उद्देश्य उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण को जानना है । शोधार्थी ने जेंडर के आधार पर छात्र एवं छात्राओं के दृष्टिकोण की सार्थकता को जानने का प्रयास किया तथा सरकारी व निजी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के दृष्टिकोण को भी जानने का प्रयास किया है । प्रस्तुत शोध में शोधार्थी ने सर्वेक्षण शोध विधि का प्रयोग किया है। जनसंख्या के रूप में जिला अमरोहा के उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों को सम्मिलित किया गया है। प्रस्तुत शोध में नमूने के रूप में सरकारी वह निजी विद्यालय के 80 विद्यार्थियों को रखा गया, जिसमें 40 सरकारी विद्यालय में 40 निजी विद्यालय के विद्यार्थी शामिल है । प्रस्तुत शोध में नमूना चयन साधारण यादृच्छिक प्रतिदर्शन विधि के द्वारा किया गया। शोध उपकरण के रूप में मानकीकृत परीक्षण 'ऐडोलेसन्स इमोशनल मैच्योरिटी स्केल' का प्रयोग किया गया। जिसका निर्माण पल्लवी पांडे, अंशु व अंजलि माथुर के द्वारा किया गया । एकत्रित आंकड़ों का विश्लेषण करने के लिए मध्यमान, मानक विचलन, टी परीक्षण व वसार सॉफ्टवेयर का प्रयोग किया गया । आंकड़ों के विश्लेषण के आधार पर उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं तथा सरकारी व निजी उच्च माध्यमिक विद्यालय कि विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता के मध्य कोई सार्थक अंतर नहीं है ।

मुख्य बिंदु :- *संवेगात्मक परिपक्वता, उच्च माध्यमिक विद्यालय , दृष्टिकोण, विद्यार्थी ।*

प्रस्तावना

किशोरावस्था मानव जीवन में एक संक्रमणकालीन अवधि है जो बचपन के अंत और व्यस्कता की शुरुआत को दर्शाती है । आम तौर पर किशोरावस्था के रूप में जाना जाने वाला यह चरण लगभग 10 से 19 वर्ष तक की आयु तक होता है । हालांकि

यह विविध सांस्कृतिक और सामाजिक तौर तरीकों से भिन्न हो सकता है।यह पर्याप्त वृद्धि और परिपक्वता का समय है, जो इसे विभिन्न विकासात्मक क्षेत्रों में कई बदलावों और संक्रमणों से भरा एक विशेष रूप से संवेदनशील अवधि बनाता है । भावना' शब्द लैटिन शब्द'इमोवर' से लिया गया है, जिसका अर्थ है 'चलना' या 'उत्तेजित करना' । यह किसी व्यक्ति की लंबे समय तक चलने वाली भावनाओं का व्यक्तिपरक अनुभव है। मनोविज्ञान के शब्दों में, 'परिपक्वता' को पर्यावरण के प्रति उचित तरीके से प्रतिक्रिया करने की क्षमता के रूप में परिभाषित किया जाता है और यह प्रतिक्रिया आम तौर पर सीखने की प्रक्रिया के माध्यम से प्राप्त की जाती है, लेकिन यह प्रकृति में सहज नहीं होती है।संवेगात्मक परिपक्वता को "क्षमताओं, योग्यताओं और कौशलो की एक श्रृंखला के रूप में परिभाषित किया जाता है जो पर्यावरण की मांगों से निपटने की किसी की क्षमता को प्रभावित करती है" । आमतौर पर यह देखा जा सकता है की गंभीर परिस्थितियों में, हर कोई एक जैसी प्रतिक्रिया और परिणाम नहीं दे सकता है **(बी, 2023)** । कुछ लोग चीजों को संभाल लें और प्रतिकूल स्थिति को अनुकूल बनाने में माहिर होते हैं , जबकि कुछ लोग तबाही मचा देते हैं **(सरीन & बी, 2018)** । दोनों ही स्थितियों में एक कारक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है यानी अपने मन को नियंत्रित करना और यह केवल वही व्यक्ति कर सकता है जो उच्च संवेगात्मक परिपक्वता रखता हो **(रहीम,2023)** । संवेगात्मक परिपक्वता का मतलब किसी व्यक्ति के द्वारा अपने संवेगों पर नियंत्रण रखना, वर्तमान समय को देखकर मानव के भीतर यह परिपक्वता होना बहुत आवश्यक है।संवेगात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति लचीलापन, सहानुभूति और अपनी और दूसरों की भावनाओं की गहरी समझ प्रदर्शित करते हैं **(हब्बी,2024)** । एक संवेगात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति किसी भी परिस्थिति के अनुकूल हो सकता है, चुनौतियों को शांति से संभाल सकता है और उचित निर्णय ले सकता है । एक आत्मनिर्भर नागरिक के रूप में मनुष्य के भीतर संवेगात्मक परिपक्वता का होना आवश्यक है **(बंसल, बी 2025)** । इसलिए, एक स्थिर और सफल जीवन के लिए संवेगात्मक परिपक्वता और एक संतुलित व्यक्तित्व विकसित करने की दिशा में किशोरों का मार्गदर्शन करना आवश्यक है **(मजुमदार, दास,2019)** । उच्च माध्यमिक विद्यालय में किशोरों के विकास में एक महत्वपूर्ण चरण का प्रतिनिधित्व करते है, जिसमें तीव्र शारीरिक, संज्ञानात्मक, सामाजिक और संवेगात्मक परिवर्तन होते हैं **(बी, बंसल, 2024)** । इस स्तर पर विद्यार्थी धीरे- धीरे परिपक्वता की ओर बढ़ता है व जीवन के विभिन्न आयामों को सीखता है । निति व आयोग के द्वारा यह सुझाव भी दिया गया है की विद्यार्थी के पाठ्यक्रम में विभिन्न प्रकार के बदलाव किये जाये ताकि वह पुस्तकीय ज्ञान के साथ साथ जीवन के ज्ञान को भी सीख सकें वसमाज के बारे में जान सके तथा स्वयं में आ रहे बदलावों को पहचान सकें|

समस्या कथन

'उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण'

संक्रियात्मक परिभाषाएं

संवेगात्मक परिपक्वता -भावनाओं को पहचानने, नियंत्रित करने और संयम बनाए रखने की क्षमता को संवेगात्मक परिपक्वता के रूप में जाना जाता है।

उच्च माध्यमिक विद्यालय -प्रस्तुत शोध कार्य मेंउच्च माध्यमिक विद्यालय से अभिप्राय कक्षा 11 से है।

विद्यार्थी -विद्यार्थियों से अभिप्राय उन छात्र-छात्राओं से हैं जो किसी संस्थान में शिक्षा ग्रहण करते हैं।

दृष्टिकोण- विद्यार्थी किसी भी परिस्थिति को सकारात्मक या नकारात्मक प्रकारसे देखते हैं।

अनुसंधान उद्देश्य

अनुसंधान के उद्देश्य निम्नलिखित है-

1. निजी व सरकारी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता का तुलनात्मक अध्ययन ।
2. उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्र तथा छात्राओं का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण का तुलनात्मक अध्ययन ।

अनुसंधान परिकल्पनाएँ

प्रस्तुत शोध कार्य की निम्नलिखित परिकल्पनाएँ है-

H_{01} निजी व सरकारी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता के माध्य फलांको के मध्य सार्थक अंतर नहीं है।

H_{02} उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्र तथा छात्राओं का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण के माध्य फलांको के मध्य सार्थक अंतर नहीं है।

संबंधित साहित्य की शोध समीक्षा

1.जोश तथा स्वामी (2013), **'इमोशनल मैच्योरिटी अमंग अडोलेसेन्स'** विषय पर शोध कार्य किया गया। अध्ययन में शोधकर्ता का उद्देश्य 18 से 23 वर्ष की आयु के किशोरमे संवेगात्मक परिपक्वता के स्तर की जांच करना था। कॉलिंग शोधकर्ता के द्वारा 60 पुरुष व 60 महिलाएं प्रतिदर्श के रूप में सम्मिलित की गईं।शोध कार्य के लिए शोधकर्ता द्वारा डॉ यशवीर सिंह और डॉ महेश भार्गव द्वारा विकसित संवेगात्मक परिपक्वता स्केल का उपयोग किया गया।शोध के लिए आंकड़ों का संकलन यादृच्छिक नमूनाकरण विधि द्वारा किया गया।संकलित आंकड़ों के विश्लेषण के लिये मध्यमान, मानक विचलन और टी टेस्ट सांख्यिकी विधि का प्रयोग किया गया। अध्ययन के पश्चात यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि पुरुष और महिलाओं के मध्य संवेगात्मक परिपक्वता समान थी।

2.गुणशेखर व पुगलेंथी (2015),**'माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता और शैक्षणिक उपलब्धि पर एक अध्ययन'** विषय पर शोध कार्य किया गयाशोधकर्ता का उद्देश्य माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता और शैक्षणिक उपलब्धि को मापना था। शोधकर्ताओं के द्वारा 100 विद्यार्थी प्रतिदर्श के रूप में लिए गए जिसमे 50 छात्र व 50 छात्राएं थीं। शोध कार्य के लिए शोधकर्ता द्वारा 2015 अन्वेषक द्वारा विकसित संवेगात्मक परिपक्वता पैमाने का उपयोग किया गया । शोध के लिए आंकड़ों का संकलन प्रोपोसेनेट सरल यादृच्छिक नमूना तकनीक का उपयोग किया गया। अध्ययन के पश्चात यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि छात्र एवं छात्राओं की संवेगात्मक परिपक्वता के मध्य कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं है तथा छात्र छात्राओं की शैक्षणिक उपलब्धि में भी कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं है।

3. बोरधन (2015),**'रोल ऑफ सोशल मच्योरिटी इन ऐकैडेमिक अचीवमेन्ट ऑफ हाई स्कूल स्टूडेंट्स'** विषय पर शोध कार्य किया गया शोधकर्ता का उद्देश्य हाई स्कूल के विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता की जांच करना है। शोधकर्ता के द्वारा प्रतिदर्श के रूप में 400 विद्यार्थी (200 छात्र व 200 छात्राएं) लिए गए। शोध कार्य के लिए शोधकर्ता के द्वारा डॉ. नलिनीराव का सामाजिक परिपक्वता पैमाना, डॉ. आहूजा का समूह बुद्धि परीक्षण, सिंह और बट भार्गव का संवेगात्मक परिपक्वता पैमाना

और शर्मा का बच्चों के लिए सामान्य चिंता पैमाना का उपयोग किया गया। आंकड़ों के संकलन के लिए मल्टी स्टेज रेंडम सैंपलिंग विधि का उपयोग किया गया। संकलित आंकड़ों के विश्लेषण के लिए टी टेस्ट विधि का उपयोग किया गया। अध्ययन के पश्चात यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि छात्र व छात्राओं की संवेगात्मक परिपक्वता में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं है।

4.यशोदा & देवी (2016), **'इनफ्लैश ऑफ होम एनवायरनमेंट एंड टाइप ऑफ स्कूल ऑन इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ एडोलसेंट'** विषय पर शोध कार्य किया गया।अध्ययन में शोधकर्ता का उद्देश्यकिशोरों की संवेगात्मक परिपक्वता पर घर के माहौल और स्कूल के प्रकार का आकलन करना था। शोध कार्य के लिए शोधकर्ता द्वारा डॉक्टर टी कल्याणी देवी द्वारा विकसित घरेलू पर्यावरण सूची और सिंह भार्गव द्वारा विकसित संवेगात्मक परिपक्वता पैमाने का उपयोग किया गया। संकलित आंकड़ों के विश्लेषण के लिए मध्यमान ,एनोवा और मानक विचलन सांख्यिकी विधि का प्रयोग किया गया।अध्ययन के प्रसाद यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ की किशोरों की संवेगात्मक परिपक्वता पर घर के माहौल और स्कूल के प्रकार में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं था।

5.सनी, जैसोब, जिम्मी, शाहजी & डोमिनिक (2018),**'इमोशनल मैच्योरिटी वेरिएंटेशन उमंग कॉलेज स्टूडेंट्स विद पर्सीव्ड लोनलीनेस'**,विषय पर शोध कार्य किया गया । शोधकर्ता का उद्देश्य 18 से 20 वर्ष की आयु के भीतर कथित अकेलापन की भावना से प्रभावित डे स्कॉलर और हॉस्टल्स के बीच संवेगात्मक परिपक्वता भिन्नता को मापना है । शोधकर्ता के द्वारा प्रतिदर्श के रूप में 30 छात्र व 30 छात्राएं चयनित की गई। शोध कार्यो के लिए शोधकर्ता के द्वारा डॉ प्रवीण कुमार द्वारा विकसित पर्सीव्ड लोनलीनेस स्केल का उपयोग किया गया तथा संवेगात्मक परिपक्वता को मापने के लिए डॉ. यशवीर सिंह द्वारा निर्मित संवेगात्मकपरिपक्वता स्केल का उपयोग किया गया। संकलित आंकड़ों के विश्लेषण के लिए स्वतंत्र नमूना टी परीक्षण का उपयोग किया गया। अध्ययन के पश्चात यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ हॉस्टलर्स और डे स्कॉलर के बीच संवेगात्मक परिपक्वता में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं है ।

6. बंसल & बी (2024), **'समग्र शिक्षा और आत्मनिर्भर नागरिक बनने के लिए संवेगात्मक परिपक्वताः**

"मालवीय का दृष्टिकोण और एनईपी 2020', विषय पर शोध कार्य किया गया । शोधकर्ता का उद्देश्य यह पता लगाना था कि क्या वास्तव में संवेगात्मक परिपक्वता एक मनुष्य या विद्यार्थी के जीवन में आवश्यक है या नहीं क्या यह है उसे आत्मनिर्भर बनाने में मदद करती है तथा क्या वास्तव में राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 और मदन मोहन मालवीय जी के विचार शिक्षा को लेकर सामान थे । अध्ययन के पश्चात यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि आत्मनिर्भर नागरिको को बढ़ावा देने में समग्र शिक्षा को संवेगात्मक परिपक्वता के साथ जोड़ना मदन मोहन मालवीय ने दूरदर्शी दृष्टिकोण और राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 उद्देश्य दोनों को दर्शाता है ।

7. बी & बंसल (2024), **'उच्च माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता विकसित करने में पाठ्यक्रम की भूमिका'** विषय पर शोध कार्य किया गया । शोधकर्ता का उद्देश्य पाठ्यक्रम के द्वारा उच्च माध्यमिक विद्यालय मैं विद्यार्थियों के भीतर संवेगात्मक परिपक्वता का कैसे विकास किया जा सकता है यह पता लगाना था । अध्ययन के पश्चात यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्यक्रम विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता को बढ़ावा देने के लिए एक महत्वपूर्ण उपकरण के रूप में कार्य करता है भावनात्मक बुद्धिमता, भावनात्मक शिक्षा, अंकित आलोचनात्मक सोच, तनाव प्रबंधन ओर शिक्षक समर्थन जैसे विभिन्न घटकों में एकीकरण के माध्यम से, विद्यार्थि अपनी भावनाओं को प्रभावी ढंग से समझने, विनियमित करने और व्यक्त करने के लिए आवश्यक कौशल प्राप्त करते हैं ।

शोध क्रियाविधि

प्रस्तुत शोध में वर्णनात्मक सर्वेक्षण शोध विधि का प्रयोग किया गया है।

उपकरण

प्रस्तुत अध्ययन में शोधार्थी के द्वारा उच्च माध्यमिक स्तर के कक्षा 11 के विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण को जानने के लिए मानकीकृत परीक्षण **'ऐडोलेसन्स इमोशनल मैच्योरिटी स्केल'** का प्रयोग किया गया। जिसका निर्माण पल्लवी पांडे, अंशु व अंजलि माथुर के द्वारा किया गया। ऐडोलेसन्स इमोशनल मैच्योरिटी स्केल में 46 प्रश्न जिसमे 5 घटक शामिल हैं ।

प्रतिदर्श

शोध में प्रतिदर्श के रूप में जनपद अमरोहा के एक सरकारी व एक निजी विद्यालय का चयन किया गया।शोध के प्रतिदर्श के रूप में 80 उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थि शामिल किए गए । जिसमे 40 विद्यार्थि सरकारी विद्यालय 20 छात्र 20 छात्राएं तथा 40 विद्यार्थि निजी विद्यालय 20 छात्राएं व 20 छात्र के शामिल किए गए । इन सभी विद्यार्थियों का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण का पता लगाने के लिए साधारण यादृच्छिकरण विधि का प्रयोग किया गया।

सांख्यिकी प्रविधियां

प्रस्तुत शोध कार्य में मध्यमान, मानक विचलन, टी परीक्षण व वसार सॉफ्टवेयर का प्रयोग किया गया है।

सांख्यिकी विश्लेषण एवं व्याख्या

तालिका-1

H_{01} निजी व सरकारी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता के माध्य फलांको के मध्य सार्थक अंतर नहीं है।

विद्यार्थि	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	स्वतंत्रता की डिग्री	टी -मान	सार्थकता का स्तर	टिप्पणी
निजी विद्यालय	40	181.925	18.3141	78	1.93	0.05	सार्थक अंतर नहीं है
सरकारी विद्यालय	40	172.875	23.2701				

तालिका-1 से स्पष्ट है कि निजी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के संवेगात्मक परिवक्ता का मध्यमान व मानक विचलन क्रमशः 181.925 तथा 18.3141 है एव सरकारी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का संवेगात्मक परिवक्ता का मध्यमान व मानक विचलन क्रमशः 172.875 तथा 23.2701 है | इन दोनो वर्गो के मध्य टीका प्राप्त मान 1.93 है तथा स्वतंत्रता की डिग्री = 78 पर तालिका का मान 1.99 जो प्राप्त तालिका के मान से कम है | अतः शून्य परिकल्पना 0.05 स्तर पर निरस्त नहीं होती है |

अतः स्पष्ट है कि निजी व सरकारी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता के माध्य फलाकों के मध्य सार्थक अंतर नहीं है।

तालिका - 2

H_{02} उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्र तथा छात्राओं का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण के माध्य फलांको के मध्य कोई सार्थक अंतर नहीं है।

विद्यार्थी	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	स्वतंत्रता की डिग्री	टी -मान	सार्थकता का स्तर	टिप्पणी
छात्र	40	178.025	23.288	78	0.02	0.05	सार्थक अंतर नहीं है
छात्राएं	40	177.95	17.6388				

तालिका-2 से स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्रों का संवेगात्मक परिवक्ता के प्रति दृष्टिकोण का मध्यमान व मानक विचलन क्रमशः 178.025 तथा 23.288 है एव उच्च माध्यमिक विद्यालय कीछात्राओंका संवेगात्मक परिवक्ता के प्रति दृष्टिकोण का मध्यमान व मानक विचलन क्रमशः 177.95 तथा 17.6388 है | इन दोनो वर्गो के मध्य टीका प्राप्त मान 0.02 है तथा स्वतंत्रता की डिग्री = 78 पर तालिका का मान 1.99जो प्राप्त तालिका के मान से कम है | अतः शून्य परिकल्पना 0.05 स्तर पर निरस्त नहींहोती है |

अतः स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्र तथा छात्राओं का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण के माध्य फलाकों के मध्य कोई सार्थक अंतर नहीं है।

अध्ययन के निष्कर्ष

अध्ययन से प्राप्त निष्कर्ष निम्नलिखित है :-

1. निजी व सरकारी उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता के माध्य फलाकों के मध्य सार्थक अंतर नहीं है ।

2. उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्र तथा छात्राओं का संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण के माध्य फलाकों के मध्य सार्थक अंतर नहीं है।

अध्ययन का शैक्षिक निहितार्थ

- विद्यालयों को आत्म-जागरूकता, भावनात्मक विनियमन, सहानुभूति और पारस्परिक कौशल को बढ़ाने के लिए पाठ्यक्रम में सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा को शामिल करना चाहिए ।
- प्रभावी शिक्षण को सुगम बनाने के लिए एक पोषणकारी एवं भावनात्मक रूप से सुरक्षित कक्षा वातावरण को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए ।
- विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता को मजबूत करने के लिए समय-समय पर योगा व मेडिटेशन के कार्यक्रम विद्यालय को आयोजित करने चाहिए |
- विद्यालयों को संवेगात्मक और मनोवैज्ञानिक चिंताओं के प्रबंधन में विद्यार्थियों की सहायता के लिए प्रशिक्षित परामर्शदाताओं तक पहुंच सुनिश्चित करनी चाहिए ।
- परामर्श कार्यक्रम स्थापित करने से विद्यार्थी तनाव और पारस्परिक चुनौतियों से निपटने में सक्षम हो सकते हैं।

निर्वचन

निष्कर्षों ने विद्यार्थियों की भावनात्मक जागरूकता, आत्म-नियमन, पारस्परिक संबंधों और तनाव के प्रति अनुकूलनशीलता में महत्वपूर्ण रुझानों पर प्रकाश डाला । इसी प्रकार के शोध जोश तथा स्वामी (2013), गुणशेखर व पुगंलेथी (2015), बोरधन (2015), यशोदा तथा देवी (2016), सनी , जेसोब, जिमी, शाहजी व डोमिनिक (2018) द्वारा किए गए । इसमें उन्होंने विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता की प्रति दृष्टिकोण को जानने का प्रयास किया । यह शोध बताते हैं कि छात्र-छात्राओं का संवेगात्मक परिपक्वता के दृष्टिकोण के मध्य कोई सार्थक अंतर नहीं है। इसी प्रकार प्रस्तुत शोध के विश्लेषण से प्राप्त निष्कर्ष भी यह बताते हैं कि जेंडर के आधार पर व सरकारी तथा निजी विद्यालय के आधार पर उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता के प्रति दृष्टिकोण के मध्य कोई सार्थक अंतर नहीं है ।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- बी, न. (2023). ए स्टडी आफ रिलेशनशिप बिटवीन सोशल प्रॉब्लम्स एंड ऑफिशल प्रॉब्लम्स ऑफ वर्किंग वुमन इन रेफरेंस टू देयर जॉब सेटिस्फेक्शन. *यूजीसी केयर ग्रुप 1 लिस्टेड जर्नल, 13*(06), 6-16.
- सरीन, अ., & बी, न. (2018). कामकाजी सरकारी एवं गैर सरकारी कार्यालयों में कार्यरत महिलाओं की कार्य संतुष्टि का अध्ययन. *शिक्षा शोध मंथन, 4*(1), 94-100.
- हब्बी,अ.(2024). इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ अडोलेसेन्स: एस्टडी ऑफ सीनियर सेकेंडरी स्कूल स्टूडेंट.*इंटिग्रेटेड जर्नल फॉर रिसर्च आर्ट्स एंड ह्यूमैनिटीज़*,4(6),70-76.
- पुआर, एस.एस. (2014). रोल ऑफ इमोशनल मैच्योरिटी इन द एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ हाई स्कूल स्टूडेंट्स. *जीएचजी जर्नल ऑफ सिक्स थॉट*, 1(1), 1-4.
- घोष, स. 9(2019). इमोशनल मैच्योरिटी अमंग अडोलेसेन्स, *द इंटरनेशनल जर्नल ऑफ इंडियन साइकोलॉजी*,7(4),571-573.
- रहीम, अ.(2023). इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ सेकन्डरी स्कूल टीचर्स इन रिलेशन टु दी टाइप ऑफ मैनेजमेंट एंड रिलिजन. *जर्नल ऑफ सोशल साइंस*,9(1),7-11.
- शर्मा, आर.ए., 2006. भारतीय शिक्षा प्रणाली का विकास, मेरठ, आर. लाल बुक डिपो.
- एन.सी.एफ., 2005. एन.सी.ई.आर.टी.. श्री अरविन्द मार्ग, नयी दिल्ली.
- मजुमदार,स.,& एवंदास, त. (2019). इमोशनल मैच्योरिटी-स्टडी ऑफ सेकेंडरी स्कूल स्टूडेंट्स.*एसएसआरएन इलेक्ट्रॉनिक* ,6(2),806-818.
- जोश, स., & एवंस्वामी, आई.(2022). इमोशनल मैच्योरिटी अमंग ऐडोलेसन्स. *द इंटरनेशनल जनरल ऑफ इंडियन फिलॉसफी*,10(1),23-34.
- गुणशेखर, न.,& एवंपुगलेंथी, न. (2015). स्टडी ऑन इमोशनल मैच्योरिटी अकैडेमिक अचीवमेंट ऑफ स्टूडेंट्स एट सेकेंडरी लेवल.*इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशन*,3(4),7-11.
- बोरधन,स. (2015). रोल ऑफ सोशल मैच्योरिटी इन एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ हाईस्कूल स्टूडेंट्स.*इंटरनेशनल जनरल ऑफ अप्लाइड रिसर्च*,1(7),44-46.
- यशोदा, क.,& एवंदेवी, टी.(2016). इन्फ्लुयेन्स ऑफ होमइन्वाइरनमेंट एंड टाइप ऑफ स्कूल ऑन इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ एडोलसेंट.*इंटरनेशनल जनरल ऑफ एनवायरनमेंट, इकोलॉजी, फैमिली एंड अर्बन स्टडीज़*,6(4),9-14.
- सनी,आ.म., जैसोब,ज.ग., जिम्मी,न. शाहजी, द. टी.,& एवंडोमिनेंस, सी. (2018). इमोशनल मैच्योरिटी वेरिएशन अमंग कॉलेज स्टूडेंट्स विद पर्सीव्ड लोनलीनेस.*इंटरनेशनल जर्नल ऑफ साइंटिफिक एंड रिसर्च पब्लिकेशन*,8(5),233-251.
- दुहान,क.,पुनिया,आ.,& एवंजीत,प. (2017). इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ ऐडसेंस इन रिलेशन टू देयर जेंडर. *इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशन साइंस एंड रिसर्च*,7(1),61-68.

- कुमार, स.(2014). इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ ऐडसेंस रिलेशन टू देयर फैमिली रिलेशनशिप. *इंटरनेशनल रिसर्च जर्नल ऑफ सोशल साइंस*,3(3),6-8.
- भट्टाचार्य, अं.(2016), इमोशनल मैच्योरिटी अमंग यंग एडल्ट्स: अकम्परेटिव स्टडी. *इंडियन जर्नल ऑफ साइकोलॉजीसाइंस*,6(2),73-79.
- बी, ना., & बंसल, अ. (2024). उच्च माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता विकसित करने में पाठ्यक्रम की भूमिका. द फ्यूचर ऑफ़ एजुकेशन : एक्सप्लोरिंग कटिंग-एज ट्रेंड्स एंड स्ट्रेटेजीज इन टीचिंग एंड लर्निंग, 310-316.
- बंसल, अ., & बी, ना.(2025). समग्र शिक्षा और आत्मनिर्भर नागरिक बनने के लिए संवेग वैज्ञानिक: "मालवीय का दृष्टिकोण और एनईपी 2020".
- पुआर, एस.एस. (2014). रोल ऑफ इमोशनल मैच्योरिटी इन द एकेडमिक अचीवमेंट ऑफ हाई स्कूल स्टूडेंट्स. जीएचजी जर्नल ऑफ सिक्स थॉट, 1(1), pp 1-4.
- कपूर, शि.(2015). ऐडोलेसन्स: द स्टेज ऑफ ट्रांजेक्शन. *हॉरिजॉन्स ऑफ होलिस्टिक एजुकेशन*,2,pp 233-250.
- जैकी, इ.(2017). अडोलेसेन्स; आ सर्कल ट्रांसलेशन स्टेज इन ह्यूमन लाइफ. *जर्नल ऑफ चाइल्ड एंड ऐडोलेसन्स बिहेव्यर*,4(6).