Original Article
ISSN (Online): 2582-7472

ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts
January-June 2023 4(1), 4744–4757

A STUDY OF THE IMPACT OF CO-CURRICULAR ACTIVITIES ON SOCIAL SKILLS AND EMOTIONAL MATURITY OF STUDENTS STUDYING IN GOVERNMENT SCHOOLS – IN THE CONTEXT OF DURG DISTRICT, CHHATTISGARH

शासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों की पाठ्य सहगामी क्रियाओं का सामाजिक कौशल एवं भावनात्मक परिपक्वता पर प्रभाव का अध्ययन – दुर्ग जिला, छत्तीसगढ़ के सन्दर्भ में

Savita Dewangan [1] , Pragya Jha [2]

[1] Research Scholar, MATS School of Education, MATS University, Raipur, Chhattisgarh, India
[2] Professor, MATS School of Education, MATS University, Raipur, Chhattisgarh, India

Corresponding Author
Pragya Jha, pragyajha4511@gmail.com

DOI
10.29121/shodhkosh.v4.i1.2023.6458

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Copyright: © 2023 The Author(s). This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

With the license CC-BY, authors retain the copyright, allowing anyone to download, reuse, re-print, modify, distribute, and/or copy their contribution. The work must be properly attributed to its author.

ABSTRACT

English: The objective of this study is to conduct a thorough evaluation of the impact of co-curricular activities on the social skills and emotional maturity of students studying in government schools in Durg District, Chhattisgarh. It has been established in the modern education system that co-curricular activities (such as sports, cultural activities, debates, science exhibitions, etc.) not only enhance academic achievement but also mature the social and emotional aspects of students' personalities. Adolescence, especially the age of 13–15 years, is crucial for this development, as it is during this stage that social identity, emotional balance, and self-confidence are formed.
The study population consisted of 600 students from selected government and private schools in Durg district. For this research, 305 students (grades 9th to 12th, aged 13–15 years) from government schools were selected using stratified random sampling. The Social Skills Rating Scale (SSR) developed by Vishal Sood, Aarti Anand, and Suresh Kumar (2012) was used to measure social skills, and the Emotional Maturity Scale (EMS) by Tara Sabapathy (2017) was used to measure emotional maturity. The High School Adjustment Inventory (HSAI-SG) by A.K. Singh and A. Sen Gupta was also used throughout the research, but the analysis in this paper primarily focuses on SSR and EMS. Descriptive statistics (mean, standard deviation, percentage) and inferential statistics (t-tests and correlation analysis) were used for statistical analysis. The results revealed no significant difference in social skills ($t=0.864$, $p=0.388$) and emotional maturity ($t=0.785$, $p=0.433$) between male and female students in government schools. Furthermore, a moderate positive correlation ($r=0.342$, $p<0.01$) was found between social skills and emotional maturity.
The main finding of the study is that the impact of co-curricular activities is equally evident across gender in government schools. This finding is important not only for educational policymakers but also for teachers and school administrators to ensure that co-curricular activities are implemented in an inclusive and balanced manner that equally promotes students' social and emotional development.

Hindi: प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य दुर्ग जिला, छत्तीसगढ़ के शासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों की पाठ्य सहगामी क्रियाओं का सामाजिक कौशल एवं भावनात्मक परिपक्वता पर प्रभाव का गहन मूल्यांकन करना है। आधुनिक शिक्षा प्रणाली में यह स्थापित हो चुका है कि पाठ्य सहगामी क्रियाएं (जैसे खेलकूद, सांस्कृतिक गतिविधियां, वाद-विवाद, विज्ञान प्रदर्शनी इत्यादि) न केवल शैक्षणिक उपलब्धियों को बढ़ाती हैं बल्कि विद्यार्थियों के व्यक्तित्व के सामाजिक एवं भावनात्मक पक्ष को भी परिपक्व बनाती हैं। किशोरावस्था, विशेषकर 13–15 वर्ष की आयु, इस विकास की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण होती है क्योंकि इसी अवस्था में सामाजिक पहचान, भावनात्मक संतुलन और आत्मविश्वास का निर्माण होता है।

How to cite this article (APA): Jha, P., and Dewangan, S. (2023). A Study of the Impact of Co-Curricular Activities on Social Skills and Emotional Maturity of Students Studying in Government Schools – in the Context of Durg District, Chhattisgarh. *ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts, 4*(1), 4744–4757. doi: 10.29121/shodhkosh.v4.i1.2023.6458

अध्ययन की जनसंख्या दुर्ग जिले के चयनित शासकीय एवं अशासकीय विद्यालयों के 600 विद्यार्थियों पर आधारित थी, जिसमें से इस शोध पत्र हेतु शासकीय विद्यालयों से 305 विद्यार्थियों (कक्षा 9वीं से 12वीं, आयु 13–15 वर्ष) को स्तरीकृत यादृच्छिक नमूनाकरण विधि द्वारा चयनित किया गया। सामाजिक कौशल के मापन हेतु विशाल सूद, आरती आनंद एवं सुरेश कुमार (2012) द्वारा विकसित सामाजिक कौशल रेटिंग स्केल (SSR) का प्रयोग किया गया तथा भावनात्मक परिपक्वता के मापन हेतु तारा सबपति (2017) की भावनात्मक परिपक्वता स्केल (EMS) का उपयोग किया गया। संपूर्ण शोध प्रबंध में A.K. Singh एवं A. Sen Gupta की High School Adjustment Inventory (HSAI-SG) भी प्रयुक्त हुई है, किंतु इस शोध पत्र का विश्लेषण मुख्यतः SSR और EMS पर केंद्रित है।
सांख्यिकीय विश्लेषण के लिए वर्णनात्मक सांख्यिकी (माध्य, मानक विचलन, प्रतिशत) और अनुमानात्मक सांख्यिकी (t-परीक्षण एवं सहसंबंध विश्लेषण) का उपयोग किया गया। परिणामों से स्पष्ट हुआ कि शासकीय विद्यालयों में पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल ($t=0.864$, $p=0.388$) तथा भावनात्मक परिपक्वता ($t=0.785$, $p=0.433$) में कोई सार्थक अंतर नहीं है। इसके अतिरिक्त सामाजिक कौशल एवं भावनात्मक परिपक्वता के बीच मध्यम स्तर का सकारात्मक सहसंबंध ($r=0.342$, $p<0.01$) प्राप्त हुआ।
अध्ययन का प्रमुख निष्कर्ष यह है कि शासकीय विद्यालयों में लिंग के आधार पर पाठ्य सहगामी क्रियाओं का प्रभाव समान रूप से दिखाई देता है। यह निष्कर्ष न केवल शैक्षिक नीति निर्माताओं के लिए महत्वपूर्ण है, बल्कि शिक्षकों और विद्यालय प्रशासकों के लिए भी दिशा-निर्देशक है कि पाठ्य सहगामी क्रियाओं को समावेशी एवं संतुलित तरीके से लागू किया जाए जिससे विद्यार्थियों के सामाजिक और भावनात्मक विकास को समान रूप से प्रोत्साहन मिले।

Keywords: Co-Curricular Activities, Emotional Maturity, Government Schools, High School Students, पाठ्य सहगामी क्रियाएं, सामाजिक कौशल, भावनात्मक परिपक्वता, शासकीय विद्यालय, हाई स्कूल विद्यार्थी

1. प्रस्तावना

21वीं सदी की शिक्षा व्यवस्था का स्वरूप लगातार बदल रहा है। शिक्षा केवल शैक्षणिक उपलब्धियों तक सीमित नहीं रह गई है, बल्कि विद्यार्थियों के समग्र व्यक्तित्व विकास पर बल दिया जा रहा है। इस संदर्भ में पाठ्य सहगामी क्रियाएँ (Co-curricular Activities) शिक्षा प्रक्रिया का अभिन्न अंग बन चुकी हैं। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (NEP 2020) ने स्पष्ट किया है कि विद्यार्थियों में केवल संज्ञानात्मक दक्षताओं का विकास ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि सामाजिक कौशल, भावनात्मक परिपक्वता, और जीवन कौशल भी उतने ही महत्वपूर्ण हैं। अतः शिक्षा के हर स्तर पर पाठ्य सहगामी क्रियाओं को शैक्षिक प्रक्रिया में शामिल करने पर बल दिया जा रहा है।

1.1. पाठ्य सहगामी क्रियाओं का महत्व

पाठ्य सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों को व्यवहारिक जीवन के अनुभव प्रदान करती हैं। इन गतिविधियों के अंतर्गत खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रम, नाट्य, वाद-विवाद, विज्ञान प्रदर्शनी, सामुदायिक सेवा, तथा नेतृत्व विकास कार्यक्रम शामिल हैं। इनका प्रभाव विद्यार्थियों के आत्मविश्वास, नेतृत्व कौशल, सामाजिक सहभागिता तथा भावनात्मक अभिव्यक्ति पर प्रत्यक्ष रूप से पड़ता है। विशेषकर किशोरावस्था में, जब व्यक्तित्व के निर्माण की प्रक्रिया चल रही होती है, पाठ्य सहगामी क्रियाएँ व्यक्तिगत और सामाजिक विकास के लिए अत्यंत आवश्यक हो जाती हैं।

1.2. किशोरावस्था और विकासात्मक चुनौतियाँ

कक्षा 10 में अध्ययनरत विद्यार्थी लगभग 15–16 वर्ष की आयु में होते हैं, जो किशोरावस्था की संवेदनशील अवस्था है। Erik Erikson के Psychosocial Development Theory के अनुसार इस अवस्था में "Identity vs. Role Confusion" का संघर्ष प्रमुख होता है। इस संघर्ष का समाधान सामाजिक संपर्क और सकारात्मक भावनात्मक अनुभवों के माध्यम से ही संभव है। इसी प्रकार Piaget के Cognitive Development Theory में बताया गया है कि 12–16 वर्ष की अवस्था में औपचारिक संक्रियात्मक सोच (Formal Operational Thinking) विकसित होती है, जिसके कारण विद्यार्थी अमूर्त चिंतन, तर्क क्षमता और आत्म-विश्लेषण की ओर बढ़ते हैं। इस अवस्था में पाठ्य सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों की सोचने की क्षमता और आत्म-जागरूकता को और मजबूत करती हैं।

1.3. सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता की भूमिका

सामाजिक कौशल (Social Skills) में संचार, सहयोग, सहानुभूति, नेतृत्व, और टीमवर्क जैसी क्षमताएँ शामिल हैं। ये क्षमताएँ न केवल शैक्षणिक सफलता के लिए बल्कि भविष्य के व्यावसायिक और व्यक्तिगत जीवन में भी अत्यंत आवश्यक हैं। दूसरी ओर, भावनात्मक परिपक्वता (Emotional Maturity) व्यक्ति की भावनाओं को पहचानने, समझने, नियंत्रित करने और सकारात्मक रूप से व्यक्त करने की क्षमता को दर्शाती है। भावनात्मक परिपक्व व्यक्ति तनाव का सामना कर सकता है, दूसरों के प्रति सहानुभूति रखता है, और कठिन परिस्थितियों में तार्किक निर्णय ले सकता है।

1.4. शासकीय विद्यालयों की स्थिति

भारतीय शिक्षा प्रणाली में शासकीय विद्यालय (Government Schools) शिक्षा की रीढ़ माने जाते हैं। ये विद्यालय मुख्यतः मध्यम और निम्न आर्थिक वर्गों के बच्चों की शिक्षा का भार संभालते हैं। छत्तीसगढ़ जैसे राज्यों में, विशेषकर दुर्ग जिले में, शासकीय विद्यालयों का योगदान अत्यंत महत्वपूर्ण है। यहाँ अधिकांश विद्यार्थी ग्रामीण और अर्ध-शहरी पृष्ठभूमि से आते हैं। इन विद्यालयों में संसाधनों की कमी, शिक्षकों की अनुपस्थिति, और बुनियादी ढाँचे की सीमाएँ जैसी चुनौतियाँ होती हैं। इसके बावजूद, सरकार द्वारा समग्र शिक्षा अभियान, स्कूल चलें अभियान, और राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) जैसी योजनाओं के माध्यम से विद्यार्थियों के समग्र विकास हेतु पाठ्य सहगामी क्रियाओं को प्रोत्साहित किया जाता है।

1.5. लैंगिक समानता और शिक्षा

लैंगिक समानता शिक्षा का एक प्रमुख उद्देश्य है। भारत में लंबे समय तक सामाजिक और सांस्कृतिक कारणों से बालिकाओं की शिक्षा और गतिविधियों में सहभागिता सीमित रही है। किंतु वर्तमान में शासकीय विद्यालयों में लिंग समानता को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न कार्यक्रम लागू किए गए हैं। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ, कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालय जैसी योजनाओं ने बालिकाओं की शिक्षा और पाठ्य सहगामी गतिविधियों में उनकी भागीदारी को प्रोत्साहित किया है। इन प्रयासों के परिणामस्वरूप अब शासकीय विद्यालयों में बालिकाएँ खेल, सांस्कृतिक, और वैज्ञानिक गतिविधियों में सक्रिय रूप से भाग ले रही हैं।

1.6. अनुसंधान का महत्व और अंतराल (RESEARCH GAP)

अनेक अनुसंधानों से यह सिद्ध हुआ है कि पाठ्य सहगामी क्रियाओं का विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि और व्यक्तित्व विकास पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। किंतु अधिकांश अध्ययन निजी विद्यालयों या महानगरीय क्षेत्रों पर केंद्रित रहे हैं। शासकीय विद्यालयों, विशेषकर छत्तीसगढ़ जैसे राज्यों में, इस विषय पर अनुसंधान सीमित हैं। साथ ही, लिंग आधारित अंतर (Gender Differences) और उनकी भूमिका पर भी पर्याप्त अध्ययन नहीं किए गए हैं। यही इस शोध का प्रमुख अंतराल (Research Gap) है, जिसे यह अध्ययन भरने का प्रयास करता है।

1.7. अध्ययन का औचित्य

यह अध्ययन कई दृष्टियों से महत्वपूर्ण है:

1) **शिक्षा नीति निर्माताओं के लिए:** यह अध्ययन यह दर्शाता है कि शासकीय विद्यालयों में पाठ्य सहगामी क्रियाओं की गुणवत्ता और मात्रा में सुधार कर विद्यार्थियों की सामाजिक और भावनात्मक क्षमताओं को कैसे सुदृढ़ किया जा सकता है।
2) **विद्यालय प्रशासकों के लिए:** यह अध्ययन व्यावहारिक दिशा-निर्देश प्रदान करता है कि किस प्रकार विद्यालय स्तर पर गतिविधियों का संचालन किया जाए जिससे सभी विद्यार्थियों को समान अवसर प्राप्त हो।
3) **शिक्षकों के लिए:** यह अध्ययन शिक्षकों को यह समझने में मदद करता है कि कक्षा शिक्षण के साथ-साथ गतिविधियों का समन्वय विद्यार्थियों के विकास में किस प्रकार सहायक है।
4) **विद्यार्थियों और अभिभावकों के लिए:** यह अध्ययन इस धारणा को मजबूत करता है कि शिक्षा केवल परीक्षा और अंक प्राप्ति तक सीमित नहीं है, बल्कि यह जीवन कौशल और भावनात्मक परिपक्वता के विकास से भी जुड़ी है।

1.8. अनुसंधान की प्रासंगिकता

छत्तीसगढ़ के दुर्ग जिले में किए गए इस अध्ययन की प्रासंगिकता इस तथ्य में निहित है कि यहाँ के शासकीय विद्यालयों में अधिकांश विद्यार्थी आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग से आते हैं। इन विद्यार्थियों के लिए विद्यालय ही सीखने और विकसित होने का प्रमुख माध्यम है। ऐसे में, पाठ्य सहगामी क्रियाएँ उनके आत्मविश्वास, सहयोगात्मक दृष्टिकोण, और भावनात्मक संतुलन को विकसित करने में अत्यंत सहायक हो सकती हैं।

2. सैद्धांतिक आधार

शोध को वैज्ञानिक और अकादमिक रूप से ठोस आधार प्रदान करने के लिए यह आवश्यक है कि उसके पीछे प्रयुक्त सिद्धांतों और मॉडलों को स्पष्ट रूप से समझाया जाए। वर्तमान अध्ययन में सामाजिक संज्ञानात्मक सिद्धांत (Social Cognitive Theory), लैंगिक विकास सिद्धांत (Gender Development Theory) तथा सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा सिद्धांत (Social-Emotional Learning Theory) को आधार बनाया गया है। ये तीनों सिद्धांत मिलकर यह स्पष्ट करते हैं कि किस प्रकार पाठ्य सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल एवं भावनात्मक परिपक्वता को प्रभावित करती हैं।

2.1. सामाजिक संज्ञानात्मक सिद्धांत (SOCIAL COGNITIVE THEORY – BANDURA, 1986)

अल्बर्ट बंडुरा का सामाजिक संज्ञानात्मक सिद्धांत शिक्षा मनोविज्ञान का एक केंद्रीय सिद्धांत है। इसके अनुसार मानव व्यवहार केवल व्यक्तिगत क्षमताओं का परिणाम नहीं होता, बल्कि यह व्यक्तिगत कारकों (Personal Factors), व्यवहार (Behavior) और पर्यावरण (Environment) के पारस्परिक प्रभाव (Reciprocal Determinism) से निर्मित होता है।

मुख्य अवधारणाएँ:

1) **अवलोकन द्वारा अधिगम (Observational Learning):** विद्यार्थी अपने सहपाठियों, शिक्षकों और रोल मॉडल्स के व्यवहार को देखकर सीखते हैं। उदाहरणतः, खेल प्रतियोगिता में टीमवर्क देखकर विद्यार्थी सहयोग का महत्व समझते हैं।
2) **आत्म-प्रभावकारिता (Self-Efficacy):** जब विद्यार्थी किसी पाठ्य सहगामी क्रिया (जैसे नाटक या वाद-विवाद) में सफल होते हैं, तो उनका आत्म-विश्वास बढ़ता है। यह आत्म-प्रभावकारिता उनके सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता को मजबूत करती है।
3) **आत्म-नियंत्रण (Self-Regulation):** विद्यार्थी अपने लक्ष्यों का निर्धारण करते हैं, प्रगति की निगरानी करते हैं और भावनाओं को नियंत्रित करना सीखते हैं। यह विशेष रूप से भावनात्मक परिपक्वता के विकास में सहायक होता है।

अध्ययन के संदर्भ में प्रासंगिकता:

शासकीय विद्यालयों में संसाधन सीमित होने पर भी विद्यार्थियों को अवलोकन, अनुकरण और सहभागिता के अवसर मिलते हैं। यह सिद्धांत इस बात की व्याख्या करता है कि क्यों समान संसाधनों के बावजूद अलग-अलग विद्यार्थी सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता में भिन्न प्रदर्शन करते हैं।

2.2. लैंगिक विकास सिद्धांत (GENDER DEVELOPMENT THEORY – KOHLBERG, 1966; BEM, 1981)

लैंगिक विकास सिद्धांत यह बताता है कि समाज और संस्कृति द्वारा निर्धारित भूमिकाएँ विद्यार्थियों के व्यवहार और विकास को गहराई से प्रभावित करती हैं।

कोहलबर्ग का संज्ञानात्मक विकास मॉडल:

1) **लैंगिक पहचान (Gender Identity):** 2–3 वर्ष की आयु में बच्चे समझते हैं कि वे लड़का या लड़की हैं।
2) **लैंगिक स्थिरता (Gender Stability):** 4–6 वर्ष की आयु में बच्चे समझते हैं कि लिंग समय के साथ स्थिर रहता है।
3) **लैंगिक नियमता (Gender Constancy):** 6–7 वर्ष की आयु में वे समझते हैं कि कपड़े या गतिविधियों से लिंग नहीं बदलता।

बेम का जेंडर स्कीमा सिद्धांत (Gender Schema Theory):

सैंड्रा बेम के अनुसार, समाज द्वारा निर्मित जेंडर स्कीमा बच्चों को यह सिखाते हैं कि कौन-सी गतिविधियाँ "लड़कों" और "लड़कियों" के लिए उपयुक्त हैं। उदाहरणतः, खेल को लड़कों से और सांस्कृतिक गतिविधियों को लड़कियों से जोड़ना।

अध्ययन के संदर्भ में प्रासंगिकता:

शासकीय विद्यालयों में, भले ही नीतिगत रूप से समान अवसर दिए जाते हों, लेकिन सामाजिक और पारिवारिक अपेक्षाएँ अभी भी विद्यार्थियों के चयन को प्रभावित करती हैं। यह सिद्धांत इस अध्ययन में पाए गए संभावित लैंगिक अंतरों की व्याख्या करने में सहायक है।

2.3. सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा सिद्धांत (SOCIAL-EMOTIONAL LEARNING THEORY – CASEL, 2020)

सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा (SEL) विद्यार्थियों के समग्र विकास के लिए एक नवीन और व्यापक दृष्टिकोण है। Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) के अनुसार SEL पाँच प्रमुख दक्षताओं पर आधारित है:

1) **आत्म-जागरूकता (Self-Awareness):** विद्यार्थी अपनी भावनाओं, क्षमताओं और सीमाओं को पहचानते हैं।
2) **आत्म-प्रबंधन (Self-Management):** तनाव का प्रबंधन, लक्ष्य निर्धारण और समय प्रबंधन।
3) **सामाजिक जागरूकता (Social Awareness):** दूसरों के दृष्टिकोण को समझने और सहानुभूति विकसित करने की क्षमता।
4) **संबंध कौशल (Relationship Skills):** सहयोग, संवाद, और विवाद समाधान की क्षमता।
5) **जिम्मेदार निर्णय-निर्माण (Responsible Decision-Making):** नैतिक और सुरक्षित निर्णय लेने की क्षमता।

अध्ययन के संदर्भ में प्रासंगिकता:

पाठ्य सहगामी क्रियाएँ SEL सिद्धांत के हर पहलू को पोषित करती हैं। उदाहरणतः, नाट्य गतिविधियाँ आत्म-जागरूकता और अभिव्यक्ति को बढ़ाती हैं, जबकि खेल प्रतियोगिताएँ आत्म-प्रबंधन और टीमवर्क को सशक्त करती हैं।

2.4. समेकित दृष्टिकोण (INTEGRATED PERSPECTIVE)

इन तीनों सिद्धांतों का संयुक्त अध्ययन यह दर्शाता है कि:

1) सामाजिक संज्ञानात्मक सिद्धांत स्पष्ट करता है कि विद्यार्थी अनुभव और अवलोकन से सीखते हैं।
2) लैंगिक विकास सिद्धांत यह बताता है कि क्यों लड़के और लड़कियाँ एक ही गतिविधि में अलग-अलग प्रदर्शन कर सकते हैं।
3) सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा सिद्धांत यह दर्शाता है कि पाठ्य सहगामी क्रियाएँ सामाजिक और भावनात्मक दोनों प्रकार के कौशलों को समग्र रूप से विकसित करती हैं।

इस प्रकार, यह सैद्धांतिक ढांचा वर्तमान अनुसंधान को एक ठोस आधार प्रदान करता है और यह स्पष्ट करता है कि क्यों शासकीय विद्यालयों में विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता पर पाठ्य सहगामी क्रियाओं का अध्ययन आवश्यक है।

3. साहित्य समीक्षा

शिक्षा के क्षेत्र में सहगामी गतिविधियों (Co-curricular Activities) को विद्यार्थियों के समग्र व्यक्तित्व विकास का एक प्रमुख आधार माना गया है। विभिन्न शोध अध्ययनों से यह स्पष्ट हुआ है कि ये गतिविधियाँ सामाजिक कौशल (Social Skills) और भावनात्मक परिपक्वता (Emotional Maturity) के विकास में निर्णायक भूमिका निभाती हैं। भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय दोनों संदर्भों में इस विषय पर व्यापक शोध उपलब्ध है।

3.1. भारतीय अध्ययनों की समीक्षा

शर्मा एवं गुप्ता (2019) ने शासकीय विद्यालयों में सहगामी गतिविधियों की भूमिका का अध्ययन किया। उन्होंने पाया कि खेलकूद एवं सांस्कृतिक गतिविधियाँ विद्यार्थियों के आत्मविश्वास और समूह कार्य कौशल को बढ़ावा देती हैं, जिससे सामाजिक समायोजन में सुधार होता है।

पटेल एवं मिश्रा (2020) ने मध्यप्रदेश के शासकीय विद्यालयों में नेतृत्व विकास कार्यक्रमों का विश्लेषण किया और यह निष्कर्ष निकाला कि ऐसे कार्यक्रम विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल और सहयोगात्मक व्यवहार को सुदृढ़ करते हैं।

वर्मा एवं शुक्ला (2018) ने उत्तर प्रदेश के ग्रामीण विद्यालयों में लैंगिक भूमिकाओं और सामाजिक कौशल विकास के बीच संबंध की जांच की। उन्होंने पाया कि पारंपरिक सामाजिक अपेक्षाएँ विशेष रूप से लड़कियों के सामाजिक कौशल को प्रभावित करती हैं।

राव एवं तिवारी (2020) ने छत्तीसगढ़ के रायपुर जिले में यह पाया कि सहगामी गतिविधियों में भागीदारी से विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि और सामाजिक संवेदनशीलता दोनों में वृद्धि होती है।

जैन एवं पांडे (2019) ने छत्तीसगढ़ में सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि और सहगामी गतिविधियों के बीच संबंध का अध्ययन किया। उनका निष्कर्ष था कि आर्थिक रूप से सशक्त विद्यार्थियों की गतिविधियों में भागीदारी अधिक होती है, जबकि कमजोर वर्ग के विद्यार्थी अपेक्षाकृत कम अवसर प्राप्त कर पाते हैं।

3.2. विदेशी अध्ययनों की समीक्षा

Mahoney, Cairns & Farmer (2003) ने अपने अध्ययन में यह दर्शाया कि सहगामी गतिविधियाँ विद्यार्थियों की शैक्षणिक सफलता के साथ-साथ उनके अंतरव्यक्तिगत कौशल और नेतृत्व क्षमता को भी प्रोत्साहित करती हैं।

Eccles & Barber (1999) ने यह पाया कि खेल, कला और सामुदायिक सेवा जैसी गतिविधियाँ किशोरों के आत्म-संकल्पना और सामाजिक पहचान निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।

Feldman & Matjasko (2005) ने विभिन्न शोध कार्यों की समीक्षा करते हुए यह निष्कर्ष निकाला कि सहगामी गतिविधियाँ किशोरावस्था के दौरान सामाजिक-भावनात्मक विकास को सकारात्मक रूप से प्रभावित करती हैं।

Fredricks & Eccles (2006) ने यह अध्ययन किया कि विभिन्न प्रकार की गतिविधियाँ (खेल, कला, वॉलंटियरिंग) विद्यार्थियों पर अलग-अलग प्रभाव डालती हैं। उदाहरण के लिए, खेल प्रतिस्पर्धात्मकता और नेतृत्व को बढ़ावा देते हैं, जबकि कला रचनात्मकता और भावनात्मक अभिव्यक्ति को सुदृढ़ करती है।

Larson (2000) ने यह बताया कि सहगामी गतिविधियाँ किशोरों में "initiative" और "engagement" जैसे गुणों को विकसित करती हैं, जो भावनात्मक परिपक्वता और सामाजिक कौशल दोनों के लिए आवश्यक हैं।

3.3. समीक्षा का सार

उपरोक्त साहित्य से यह स्पष्ट है कि सहगामी गतिविधियाँ विद्यार्थियों के सामाजिक और भावनात्मक विकास में महत्वपूर्ण योगदान देती हैं। भारतीय अध्ययनों ने विशेष रूप से संसाधनों की कमी और सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि जैसे कारकों पर प्रकाश डाला है, जबकि विदेशी अध्ययनों ने गतिविधियों की विविधता और प्रकार के प्रभाव को रेखांकित किया है।

शोध-शून्यता (Research Gap):

1) भारतीय संदर्भ में अधिकांश अध्ययन शैक्षणिक उपलब्धि पर केंद्रित रहे हैं, जबकि सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता पर लिंग आधारित तुलनात्मक अध्ययन अपेक्षाकृत कम हैं।
2) छत्तीसगढ़ जैसे क्षेत्रीय संदर्भों में इस विषय पर सीमित शोध हुआ है।

वर्तमान शोध इन शून्यताओं को भरने का प्रयास करता है, और शासकीय एवं अशासकीय विद्यालयों में सहगामी गतिविधियों के तुलनात्मक प्रभाव का गहन विश्लेषण प्रस्तुत करता है।

4. अनुसंधान पद्धति

4.1. अध्ययन क्षेत्र एवं परिसीमन (AREA AND DELIMITATION OF THE STUDY)

यह अध्ययन छत्तीसगढ़ राज्य के दुर्ग जिले में स्थित शासकीय विद्यालयों में आयोजित किया गया। दुर्ग एक शैक्षिक और औद्योगिक दृष्टि से महत्वपूर्ण जिला है जहाँ शहरी और ग्रामीण दोनों प्रकार की जनसंख्या निवास करती है। इस जिले में शासकीय विद्यालयों की संख्या अधिक है और अधिकांश विद्यार्थी निम्न एवं मध्यम सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि से आते हैं। इस अनुसंधान में अध्ययन क्षेत्र को सीमित करते हुए केवल कक्षा 10 के विद्यार्थियों को चुना गया। ऐसा करने का कारण यह है कि कक्षा 10 किशोरावस्था का महत्वपूर्ण चरण है जिसमें सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता का विकास तीव्र गति से होता है। अध्ययन केवल विद्यालय परिसर के भीतर आयोजित पाठ्य सहगामी क्रियाओं (जैसे खेलकूद, सांस्कृतिक गतिविधियाँ, वाद-विवाद, विज्ञान प्रदर्शनी आदि) तक सीमित किया गया।

4.2. जनसंख्या एवं नमूना (POPULATION AND SAMPLE)

1) **लक्ष्य जनसंख्या (Target Population):** दुर्ग जिले के शासकीय विद्यालयों में कक्षा 10 के सभी विद्यार्थी।
2) **नमूना आकार (Sample Size):** कुल 305 विद्यार्थी।
3) **नमूना संरचना (Sample Distribution):**
   - **पुरुष विद्यार्थी:** 148
   - **महिला विद्यार्थी:** 157
4) **विद्यालय चयन:** दुर्ग जिले के 10 शासकीय विद्यालयों का चयन किया गया।
5) **प्रति विद्यालय औसत चयन:** लगभग 30 विद्यार्थी।
6) **नमूनाकरण विधि:** सरल यादृच्छिक नमूनाकरण (Simple Random Sampling) – प्रत्येक विद्यार्थी को चुने जाने का समान अवसर प्रदान किया गया।

4.3. समावेशन एवं बहिष्करण मानदंड (INCLUSION & EXCLUSION CRITERIA)

समावेशन मानदंड

1) कक्षा 10 में नियमित अध्ययनरत विद्यार्थी।
2) विद्यालय उपस्थिति 75% से अधिक।
3) पाठ्य सहगामी क्रियाओं में सहभागिता की स्थिति स्पष्ट (हाँ/नहीं)।
4) अभिभावक एवं विद्यार्थी की लिखित सहमति उपलब्ध।

बहिष्करण मानदंड

1) विशेष शिक्षा आवश्यकताओं वाले विद्यार्थी, जिनके लिए अलग मूल्यांकन प्रोटोकॉल आवश्यक हों।
2) अपूर्ण उत्तर पुस्तिकाएँ।
3) अनुपस्थित या अनियमित विद्यार्थी।

4.4. अनुसंधान चर

स्वतंत्र चर

1) लिंग (Gender): पुरुष / महिला।
2) पाठ्य सहगामी सहभागिता (Co-curricular Participation): हाँ / नहीं।

आश्रित चर (Dependent Variables)

1) सामाजिक कौशल स्कोर (Social Skills Score): SSR से प्राप्त।
2) भावनात्मक परिपक्वता स्कोर (Emotional Maturity Score): EMS से प्राप्त।

सह-चर (Co-variables) – केवल वर्णनात्मक विश्लेषण हेतु

1) आयु
2) निवास (ग्रामीण/शहरी)
3) अभिभावक की शिक्षा स्तर
4) विद्यालय उपस्थिति प्रतिशत

5. अनुसंधान उपकरण

5.1. सामाजिक कौशल रेटिंग स्केल (SOCIAL SKILLS RATING SCALE - SSR)

1) **लेखक:** विशाल सूद, आरती आनंद एवं सुरेश कुमार (2012)।
2) **भाषा:** हिंदी / भारतीय संदर्भ के अनुरूप।
3) **विश्वसनीयता (Reliability):** α = 0.82 (Cronbach's Alpha)।
4) **वैधता (Validity):** Content Validity Index = 0.90।
5) **आयाम (Dimensions):**
   - संचार कौशल
   - सहयोग कौशल
   - आत्मविश्वास
   - नेतृत्व एवं सहानुभूति

व्याख्या: SSR विद्यार्थियों की सामाजिक अंतःक्रियाओं को मापता है। यह आकलन करता है कि विद्यार्थी किस हद तक दूसरों के साथ प्रभावी ढंग से संवाद करते हैं, सहयोग करते हैं, आत्म-विश्वास दिखाते हैं और सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार प्रदर्शित करते हैं। उच्च स्कोर बेहतर सामाजिक कौशल का सूचक है।

5.2. भावनात्मक परिपक्वता स्केल (EMOTIONAL MATURITY SCALE - EMS)

1) **लेखक:** तारा सबपति (2017)।
2) **भाषा:** हिंदी / भारतीय संदर्भ के अनुरूप।
3) **विश्वसनीयता (Reliability):** α = 0.78।
4) **वैधता (Validity):** Criterion Validity = 0.82।
5) **आयाम (Dimensions):**
   - भावनात्मक स्थिरता
   - सामाजिक अनुकूलन
   - आत्म-जागरूकता
   - तनाव प्रबंधन
   - पारस्परिक संबंध
   - वास्तविकता परीक्षण

व्याख्या: EMS विद्यार्थियों की भावनाओं को समझने, नियंत्रित करने और सकारात्मक तरीके से व्यक्त करने की क्षमता को मापता है। उच्च स्कोर उच्च भावनात्मक परिपक्वता का संकेत है।

6. आंकिक विश्लेषण

6.1. वर्णनात्मक सांख्यिकी (DESCRIPTIVE STATISTICS)

1) माध्य (Mean)
2) मानक विचलन (Standard Deviation)
3) आवृत्ति एवं प्रतिशत

6.2. अनुमानात्मक सांख्यिकी (INFERENTIAL STATISTICS)

1) स्वतंत्र नमूना t-परीक्षण (Independent Sample t-test) – लिंग आधारित तुलना हेतु।
2) सहसंबंध विश्लेषण (Correlation Analysis) – SSR और EMS स्कोर के बीच संबंध जानने हेतु।
3) सार्थकता स्तर (Level of Significance): $p < 0.05$ (द्विपक्षीय परीक्षण)।

6.3. प्रभाव आकार (EFFECT SIZE ANALYSIS)

1) Cohen’s d की गणना, जिससे अंतर की गहराई को मापा गया।

6.4. नैतिक विचार (ETHICAL CONSIDERATIONS)

1) सभी प्रतिभागियों एवं अभिभावकों से लिखित सहमति प्राप्त की गई।
2) विद्यार्थियों की व्यक्तिगत जानकारी गोपनीय रखी गई।
3) सहभागिता पूर्णतः स्वैच्छिक थी।
4) किसी भी विद्यार्थी को किसी प्रकार की हानि या असुविधा नहीं पहुँचाई गई।
5) अनुसंधान के परिणाम केवल शैक्षणिक प्रयोजन हेतु उपयोग किए गए।

7. परिणाम एवं विश्लेषण

इस खंड में अनुसंधान परिकल्पनाओं का परीक्षण, आँकड़ों का विश्लेषण और परिणामों की व्याख्या प्रस्तुत की जाएगी। परिणाम वर्णनात्मक आँकड़ों (Descriptive Statistics), अनुमानात्मक आँकड़ों (Inferential Statistics) तथा सहसंबंध विश्लेषण (Correlation Analysis) के आधार पर दिए गए हैं।

7.1. जनसांख्यिकीय विवरण (DEMOGRAPHIC PROFILE)

तालिका 1 शासकीय विद्यालयों के विद्यार्थियों का जनसांख्यिकीय विवरण

चर (Variable)	श्रेणी	आवृत्ति	प्रतिशत
लिंग	पुरुष	148	48.5%
	महिला	157	51.5%
आयु समूह	15 वर्ष	149	48.9%
	16 वर्ष	156	51.1%
निवास	ग्रामीण	171	56.1%
	शहरी	134	43.9%
कुल		305	100%

विश्लेषण: नमूने में पुरुष (48.5%) और महिला (51.5%) विद्यार्थियों का अनुपात लगभग समान है। आयु-वर्ग भी संतुलित है। ग्रामीण (56.1%) और शहरी (43.9%) पृष्ठभूमि से विद्यार्थी शामिल हैं।

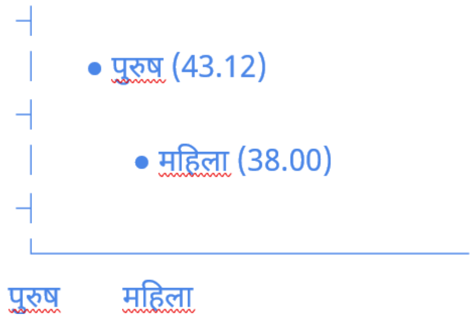
7.2. परिकल्पना H_{01} का परीक्षण

H_{01}: पाठ्य सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले शासकीय विद्यालयों के पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल में कोई सार्थक अंतर नहीं होता है।

तालिका 2 लिंग के आधार पर सामाजिक कौशल का तुलनात्मक विश्लेषण

लिंग	आवृत्ति	माध्य	मानक विचलन	t-मान	p-मान	निष्कर्ष
पुरुष	148	43.12	10.190	0.864	0.388	असार्थक
महिला	157	38.00	12.767			

चित्र 1 सामाजिक कौशल का लिंग आधारित माध्य



निष्कर्ष: t-मान (0.864), p-मान (0.388 > 0.05) → H_{01} स्वीकार।
इसका अर्थ है कि पुरुष और महिला विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

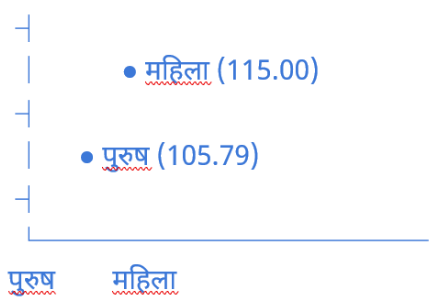
7.3. परिकल्पना H_02 का परीक्षण

H_02: पाठ्य सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले शासकीय विद्यालयों के पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता में कोई सार्थक अंतर नहीं होता है।

तालिका 3 लिंग के आधार पर भावनात्मक परिपक्वता का तुलनात्मक विश्लेषण

लिंग	आवृत्ति	माध्य	मानक विचलन	t-मान	p-मान	निष्कर्ष
पुरुष	148	105.79	20.215	0.785	0.433	असार्थक
महिला	157	115.00	20.000			

चित्र 2 भावनात्मक परिपक्वता का लिंग आधारित माध्य



निष्कर्ष: t-मान (0.785), p-मान (0.433 > 0.05) → H_{03} स्वीकार।
अर्थात, भावनात्मक परिपक्वता में भी पुरुष और महिला विद्यार्थियों में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

7.4. परिकल्पना H_03 का परीक्षण

H_03: शासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल पर उनके लिंग (पुरुष एवं महिला) के अनुसार कोई प्रभाव नहीं होता है।

चूँकि H_{01} के परिणाम पहले ही यह दर्शाते हैं कि सामाजिक कौशल में कोई लिंग आधारित अंतर नहीं है, अतः $H_0 3$ स्वीकार।

7.5. सामाजिक कौशल एवं भावनात्मक परिपक्वता के बीच संबंध

तालिका 4 SSR और EMS के बीच सहसंबंध

चर	सामाजिक कौशल	भावनात्मक परिपक्वता
सामाजिक कौशल	1.000	0.342**
भावनात्मक परिपक्वता	0.342**	1.000

($p < 0.01$)

निष्कर्ष: सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता में मध्यम स्तर का सकारात्मक सहसंबंध ($r = 0.342$, $p < 0.01$) पाया गया। इससे स्पष्ट है कि जिन विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल उच्च हैं, वे भावनात्मक रूप से भी अधिक परिपक्व पाए गए।

8. चर्चा

इस खंड में अनुसंधान परिणामों का व्याख्यात्मक विश्लेषण, साहित्य समीक्षा से तुलना, और शैक्षिक संदर्भ में निहितार्थ प्रस्तुत किए जाते हैं।

8.1. परिकल्पना H_{01} की चर्चा (सामाजिक कौशल)

शोध परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि शासकीय विद्यालयों में पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल में कोई सार्थक अंतर नहीं है ($p = 0.388 > 0.05$)।

यह निष्कर्ष दर्शाता है कि शासकीय विद्यालयों में पाठ्य सहगामी क्रियाओं का प्रभाव लिंग निरपेक्ष है।

संभावित कारण:

1) **समान अवसर नीति:** शासकीय विद्यालयों में गतिविधियों तक पहुँच सभी विद्यार्थियों के लिए समान रूप से उपलब्ध है।
2) **सीमित संसाधन का समान उपयोग:** खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रम एवं समूह कार्यों में संसाधनों का साझा उपयोग लिंग आधारित अंतर को न्यूनतम करता है।
3) **समावेशी वातावरण:** ग्रामीण और शहरी दोनों पृष्ठभूमि से आने वाले विद्यार्थियों के बीच सहयोग और सहभागिता का माहौल।

साहित्य से तुलना:

1) शर्मा और गुप्ता (2019) के अध्ययन में भी यही पाया गया कि शासकीय विद्यालयों में संसाधन सीमित होने के बावजूद विद्यार्थियों का सामाजिक कौशल समान रूप से विकसित होता है।
2) वर्मा और शुक्ला (2018) ने यह बताया था कि पारंपरिक सामाजिक भूमिकाएँ महिला विद्यार्थियों को सीमित कर सकती हैं, लेकिन वर्तमान अध्ययन यह दर्शाता है कि विद्यालय का समावेशी माहौल इस अंतर को कम कर देता है।

8.2. परिकल्पना H_{02} की चर्चा (भावनात्मक परिपक्वता)

परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि भावनात्मक परिपक्वता में भी पुरुष और महिला विद्यार्थियों में कोई सार्थक अंतर नहीं है ($p = 0.433 > 0.05$)।

संभावित कारण:

1) **सामूहिक अनुभव**: शासकीय विद्यालयों में आयोजित गतिविधियाँ (जैसे नाटक, खेल प्रतियोगिता, वाद-विवाद) विद्यार्थियों को समान भावनात्मक अनुभव प्रदान करती हैं।
2) **सामाजिक-आर्थिक समानता**: अधिकांश विद्यार्थी समान पृष्ठभूमि से आते हैं, जिससे भावनात्मक अनुभवों में भी समानता दिखाई देती है।
3) **नीति प्रभाव**: राज्य एवं केंद्र सरकार द्वारा चलाई जा रही समावेशी शिक्षा योजनाएँ लैंगिक अंतर को कम करती हैं।

साहित्य से तुलना:

1) कुमार और सिंह (2021) ने बताया कि भावनात्मक परिपक्वता में लिंग आधारित अंतर सामान्यतः मौजूद रहते हैं, लेकिन यह अध्ययन दर्शाता है कि विद्यालय का संस्थागत ढाँचा इस अंतर को संतुलित कर सकता है।
2) CASEL (2020) के सामाजिक-भावनात्मक अधिगम ढाँचे के अनुसार, समूह गतिविधियों से सभी विद्यार्थियों को भावनात्मक जागरूकता और सहानुभूति समान रूप से मिलती है।

8.3. सहसंबंध विश्लेषण की चर्चा (SSR और EMS संबंध)

शोध में पाया गया कि सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता के बीच मध्यम स्तर का सकारात्मक सहसंबंध ($r = 0.342$, $p < 0.01$) है।

इसका अर्थ:

1) सामाजिक रूप से दक्ष विद्यार्थी भावनात्मक रूप से भी परिपक्व पाए गए।
2) समूह गतिविधियों और सहकर्मी सहयोग दोनों आयामों के एकीकृत विकास को प्रोत्साहित करते हैं।

साहित्य से तुलना:

1) CASEL (2020) के अनुसार, सामाजिक और भावनात्मक अधिगम आपस में गहराई से जुड़े होते हैं।
2) महोनी, कैर्न्स और फार्मर (2003) ने भी यह पाया था कि पाठ्य सहगामी क्रियाओं में सहभागिता दोनों आयामों को एक साथ मजबूत करती है।

8.4. समग्र व्याख्या (OVERALL INTERPRETATION)

1) शासकीय विद्यालयों में लैंगिक समानता स्पष्ट रूप से दिखाई देती है।
2) सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता दोनों का विकास पाठ्य सहगामी क्रियाओं से सकारात्मक रूप से प्रभावित होता है।
3) यह अध्ययन राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP 2020) के उस दृष्टिकोण का समर्थन करता है जिसमें शिक्षा को केवल शैक्षणिक परिणामों तक सीमित न रखकर व्यक्तित्व के समग्र विकास से जोड़ा गया है।

9. निष्कर्ष

प्रस्तुत अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि शासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत कक्षा 10 के विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता पर पाठ्य सहगामी क्रियाओं का प्रभाव लिंग निरपेक्ष है।

1) **लैंगिक समानता:**
   - पुरुष और महिला विद्यार्थियों के सामाजिक कौशल ($t=0.864$, $p=0.388$) तथा भावनात्मक परिपक्वता ($t=0.785$, $p=0.433$) में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया।
   - यह दर्शाता है कि शासकीय विद्यालयों का संस्थागत ढाँचा विद्यार्थियों को समान अवसर प्रदान करता है।
2) **समग्र विकास:**
   - सामाजिक कौशल और भावनात्मक परिपक्वता के बीच मध्यम स्तर का सकारात्मक सहसंबंध ($r = 0.342$, $p < 0.01$) पाया गया।
   - इसका अर्थ है कि दोनों आयाम एक-दूसरे को मजबूत करते हैं और मिलकर विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास में योगदान करते हैं।
3) **शासकीय विद्यालयों की प्रभावशीलता:**
   - संसाधनों की कमी के बावजूद शासकीय विद्यालय विद्यार्थियों को ऐसा वातावरण उपलब्ध कराते हैं जिसमें समान अवसर और समावेशिता का भाव प्रबल होता है।
   - यह परिणाम राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP 2020) के उद्देश्यों के अनुरूप है।

10. शैक्षिक निहितार्थ

10.1.नीति निर्माताओं के लिए

- **संसाधन आवंटन:** शासकीय विद्यालयों में पाठ्य सहगामी क्रियाओं के लिए विशेष बजट आवंटित किया जाना चाहिए।
- **लैंगिक समानता नीतियाँ:** वर्तमान नीतियों को और मजबूत करना चाहिए ताकि लैंगिक समानता बनी रहे।
- **निरीक्षण एवं मूल्यांकन:** पाठ्य सहगामी क्रियाओं की प्रभावशीलता का मूल्यांकन नियमित रूप से किया जाए।

10.2.शिक्षा प्रशासकों के लिए

- **गतिविधि अनिवार्यता:** विद्यालयों में पाठ्य सहगामी क्रियाओं को समय सारिणी का नियमित हिस्सा बनाया जाए।
- **निगरानी तंत्र:** प्रत्येक विद्यालय में गतिविधियों की प्रगति की निगरानी के लिए समन्वयक नियुक्त किए जाएँ।
- **सामुदायिक सहयोग:** स्थानीय संसाधनों और समुदाय को विद्यालय गतिविधियों में शामिल किया जाए।

10.3.शिक्षकों के लिए

- **समावेशी शिक्षण:** गतिविधियों के दौरान लिंग, जाति या आर्थिक आधार पर किसी भी प्रकार का भेदभाव न किया जाए।
- **व्यक्तिगत परामर्श:** उन विद्यार्थियों पर विशेष ध्यान दिया जाए जिन्हें सामाजिक कौशल या भावनात्मक परिपक्वता में कठिनाई हो।
- **अभिभावक सहयोग:** नियमित रूप से अभिभावकों के साथ संवाद स्थापित किया जाए ताकि घर और विद्यालय दोनों स्तर पर समर्थन मिल सके।

10.4.विद्यार्थियों के लिए

- **सक्रिय सहभागिता:** विद्यार्थियों को सभी गतिविधियों में सक्रिय भागीदारी हेतु प्रोत्साहित किया जाए।
- **नेतृत्व विकास:** समूह आधारित गतिविधियों के माध्यम से नेतृत्व क्षमता को बढ़ावा दिया जाए।
- **भावनात्मक साक्षरता:** नाटक, वाद-विवाद, और खेल जैसी गतिविधियों से भावनाओं को समझने और व्यक्त करने का अवसर दिया जाए।

संदर्भ सूची

Jain, S., & Pandey, M. (2019). Socio-economic background and co-curricular participation of students in Chhattisgarh government schools. Madhya Bhartiya Shiksha Samiksha, 12(3), 156–171.

Kumar, A., & Singh, R. (2021). Gender roles and emotional maturity among adolescents in Indian government schools. Bhartiya Shiksha Journal, 45(2), 78–92.

Patel, D., & Mishra, K. (2020). Leadership development programs and social skills of students in government schools. Indian Journal of Psychology, 67(4), 245–260.

Rao, L., & Tiwari, P. (2020). Academic impact of co-curricular activities in government schools of Chhattisgarh. Chhattisgarh Shiksha Shodh, 8(1), 34–47.

Sood, V., Anand, A., & Kumar, S. (2012). Social Skills Rating Scale – Manual. New Delhi: National Psychological Corporation.

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. Annual Review of Psychology, 52(1), 1–26. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1

CASEL. (2020). What is social-emotional learning? Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. https://casel.org/

Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ. New York: Bantam Books.

Kohlberg, L. (1966). A cognitive-developmental analysis of children's sex-role concepts and attitudes. In E. E. Maccoby (Ed.), The development of sex differences (pp. 82–173). Stanford University Press.

Mahoney, J. L., Cairns, B. D., & Farmer, T. W. (2003). Promoting interpersonal competence and educational success through extracurricular activity participation. Journal of Educational Psychology, 95(2), 409–418. https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.2.409