# राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 की दृष्टि में विद्यार्थियों के लिए 21वीं सदी के जीवन कौशलों का विकास

पूनम तिवारी*

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुसार विद्यालयी बच्चों में 21वीं सदी के जीवन कौशलों का विकास अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह नीति बच्चों को केवल शैक्षणिक ज्ञान तक सीमित न रखते हुए, उन्हें व्यावहारिक, सामाजिक, संज्ञानात्मक और भावनात्मक क्षमताओं से संपन्न बनाने पर बल देती है। इसके अंतर्गत संवाद, कौशल, समस्या- समाधान, निर्णय-क्षमता, नेतृत्व, सहयोग-डिजिटल एवं वित्तीय साक्षरता जैसे जीवनोपयोगी कौशलों के संवर्धन को प्राथमिकता दी गई है। इन कौशलों से विद्यार्थी जीवन की जटिल चुनौतियों का सामना करने, नवाचार करने और सक्षम नागरिक बनने में समर्थ होंगे। यह शिक्षा प्रणाली को अधिक समग्र, व्यावहारिक एवं उपयोगी बनाने की दिशा में एक सार्थक पहल है। प्रस्तुत शोध-पत्र राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020, के पाठ्य एवं नीतिगत दस्तावेजों के विश्लेषण पर आधारित है, जिसका उद्देश्य राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में वर्णित जीवन कौशलों की भूमिका और उन्हें बढ़ावा देने के लिए अपनाई गई प्रमुख रणनीतियों का संक्षिप्त विश्लेषण करना है। इस अध्ययन के अंतर्गत यह विश्लेषण किया गया है कि जीवन कौशलों का शिक्षा प्रणाली में किस प्रकार समावेश किया गया है तथा वे बच्चों के समग्र विकास में कैसी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

21वीं सदी का युग तीव्र परिवर्तन, तकनीकी प्रगति और वैश्विक प्रतिस्पर्धा का है। ऐसे समय में शिक्षा का उद्देश्य केवल शैक्षणिक ज्ञान देना नहीं, बल्कि जीवन कौशलों को विकसित करना भी है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 इस आवश्यकता को पहचानते हुए जीवन कौशलों के समावेशन पर विशेष बल देती है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 भारत की शिक्षा प्रणाली में एक ऐतिहासिक परिवर्तन का संकेत देती है। यह नीति शिक्षा को अधिक समावेशी, लचीला, बहुविषयक और 21वीं सदी की आवश्यकताओं के अनुरूप बनाने का उद्देश्य रखती है। इसका मुख्य केन्द्रबिंदु समग्र विकास, आलोचनात्मक सोच, रचनात्मकता, नैतिक मूल्यों और जीवन कौशलों के संवर्धन पर है। यह नीति प्रारंभिक बाल्यावस्था से लेकर उच्च शिक्षा तक गुणवत्ता सुधार, शिक्षक प्रशिक्षण, तकनीक के उपयोग और मातृभाषा में शिक्षा को बढ़ावा देती है। साथ ही, यह विद्यार्थी को केंद्र में रखकर ऐसी शिक्षा प्रणाली का निर्माण करना चाहती है जो बच्चों को

*सहायक आचार्या, एमिटी इंस्टीट्यूट ऑफ बिहेवियरल एंड एलाइड साइंसेज (ए.आई.बी.ए.एस.), एमिटी विश्वविद्याल (ए.यू.यू.पी.), नोएडा, उत्तर प्रदेश 201 301

न केवल रोजगार के लिए, बल्कि जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए भी तैयार करे।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुसार, विद्यालयी बच्चों में जीवन कौशलों का विकास शिक्षा का एक महत्वपूर्ण उद्देश्य है। यह नीति ऐसे जीवन कौशलों को बढ़ावा देती है जो बच्चों को आत्मनिर्भर, रचनात्मक, संवेदनशील और जिम्मेदार नागरिक बनने में सक्षम बनाएँ। इसमें आपसी संवाद, सहयोग, सामूहिक कार्य, लचीलापन और सृजनात्मकता जैसे कौशल सम्मिलित हैं जो 21वीं सदी की आवश्यकताएँ हैं। इसके साथ ही आलोचनात्मक सोच, नवाचार, नैतिकता, सहानुभूति, लोकतांत्रिक भावना और सेवा-भावना जैसे सामाजिक और भावनात्मक कौशलों को भी समावेशित किया गया है। नीति में यह भी कहा गया है कि शिक्षा केवल रटंत पद्धति तक सीमित न रहे, बल्कि अवधारणात्मक समझ, निर्णय लेने की क्षमता और समस्या समाधान के कौशलों को भी बढ़ावा दे।

भारत सहित दुनिया के कई हिस्सों में जीवन कौशल-शिक्षा विद्यालय और वयस्क पाठ्यक्रम का महत्वपूर्ण हिस्सा है। भारत में सरकार ने सभी स्तरों पर जीवन कौशल शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए कई पहलें की हैं। 2001 में सर्व शिक्षा अभियान के अंतर्गत उच्च प्राथमिक स्तर की बालिकाओं के लिए जीवन कौशल प्रशिक्षण शुरू किया गया। राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद द्वारा वर्ष 2000 में प्रकाशित राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा और वर्ष 2009 में शिक्षक-शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा में विद्यार्थियों और शिक्षकों दोनों के लिए जीवन कौशल शिक्षा को आवश्यक माना गया है। राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (एन.सी.एफ.) 2005 में यह स्पष्ट किया गया कि किशोरावस्था शिक्षा कार्यक्रम को अलग न रखकर स्कूली शिक्षा का अभिन्न हिस्सा बनाया जाए और माध्यमिक शिक्षकों को यह जिम्मेदारी सौंपी जाए कि वे जीवन कौशल आधारित शिक्षा को प्रभावी ढंग से लागू करें; (एन.सी.एफ.टी.ई., 2009)। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड ने वर्ष 2003-06 में कक्षा 6 से 8 तथा आगे चलकर कक्षा 9 और 10 तक जीवन कौशल शिक्षा को पाठ्यचर्या का हिस्सा बनाया। वर्ष 2012 में सी.बी.एस.ई. ने 10 से 18 वर्ष के किशोरों के लिए सतत एवं व्यापक मूल्यांकन के अंतर्गत जीवन कौशल प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रारंभ किया। वर्ष 2013 में, सी.बी.एस.ई. ने कक्षा 6 से 10 तक के विद्यार्थियों को शिक्षित करने वाले शिक्षकों के लिए जीवन कौशल शिक्षक मार्गदर्शिका प्रकाशित की। युवाओं के लिए जीवन कौशल की महत्ता को देखते हुए, विश्वविद्यालय अनुदान आयोग ने वर्ष 2019 में उच्च शिक्षा पाठ्यक्रमों में जीवन कौशल को औपचारिक रूप से सम्मिलित किया। हाल ही में, राष्ट्रीय शिक्षा नीति (एन.ई.पी., 2020) ने जीवन कौशलों के महत्व पर विशेष जोर दिया है।

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा— बुनियादी स्तर 2022 में जीवन कौशलों को शिक्षा का अभिन्न हिस्सा माना गया है। इसमें आत्म-चेतना, आत्म-नियंत्रण, सामाजिक-भावनात्मक दक्षता, समस्या-समाधान, निर्णय क्षमता, स्व-देखभाल, भौतिक एवं संवेदी विकास जैसे महत्वपूर्ण कौशलों को प्रारंभिक वर्षों से ही विकसित करने पर बल दिया गया है।

पंचकोश आधारित समग्र दृष्टिकोण के अंतर्गत शारीरिक, प्राणिक, मानसिक-भावनात्मक, बौद्धिक और आध्यात्मिक विकास को केंद्र में रखा गया है। खेल-आधारित, गतिविधि-आधारित शिक्षण विधियों के माध्यम से इन जीवन कौशलों को सहज रूप से बच्चों के अनुभवों में सम्मिलित करने का प्रयास किया गया है, जिससे उनका समग्र और संतुलित विकास सुनिश्चित हो सके।

ये सभी प्रयास इस बात की ओर रेखांकित करते हैं कि जीवन कौशल शिक्षा को देश की शिक्षा नीति और पाठ्यचर्या योजनाओं में प्रमुख स्थान दिया जा रहा है, जिससे विद्यार्थी व शिक्षक दोनों को आने वाले समय की चुनौतियों से प्रभावी रूप से निपटने में सहायता मिल सके।

## शोध उद्देश्य

प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य निम्नलिखित बिंदुओं पर केंद्रित है—

- 21वीं सदी के जीवन कौशलों की पहचान करना।
- राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के दस्तावेज में उल्लिखित जीवन कौशलों एवं उनकी भूमिका का गहराई से विश्लेषण करना।
- नीति के विभिन्न प्रावधानों में जीवन कौशलों को बढ़ावा देने हेतु अपनाई गई रणनीतियों का अध्ययन करना है।

## शोध पद्धति

इस शोध का प्रकार गुणात्मक (अनुसधांन) है, जिसमें दस्तावेज विश्लेषण को अनुसंधान पद्धति के रूप में अपनाया गया है। शोध का प्रमुख स्रोत राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का मूल दस्तावेज है। नीति में निहित उद्देश्यों, मूल्यों और प्राथमिकताओं को समझने के लिए विषयवस्तु विश्लेषण का प्रयोग किया गया है। यह अध्ययन नीति के भीतर छिपे संकेतों, विचारों और जीवन कौशल से संबंधित दृष्टिकोणों को उजागर करने का प्रयास करता है।

## शोध परिणाम

### *(i) प्रमुख जीवन कौशल*

जीवन कौशल ऐसे आवश्यक व्यावहारिक और सामाजिक कौशल होते हैं जो व्यक्ति को दैनिक जीवन की चुनौतियों और परिस्थितियों से प्रभावी ढंग से निपटने में सक्षम बनाते हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने दस जीवन कौशल का उल्लेख किया है जो व्यक्ति के मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं तथा उसे एक सक्षम, आत्मनिर्भर और जिम्मेदार नागरिक बनने में सहायता करते हैं। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में विद्यार्थियों के समग्र विकास को केंद्र में रखते हुए जिन जीवन कौशलों को महत्व दिया गया है, वे विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा निर्धारित जीवन कौशलों से घनिष्ठ रूप से संबद्ध हैं। नीति में आलोचनात्मक सोच, प्रभावी संवाद, सहयोग व टीमवर्क, समस्या समाधान कौशल, निर्णय लेने की क्षमता, नेतृत्व क्षमता, नैतिक मूल्य एवं नैतिकता, डिजिटल साक्षरता, वित्तीय साक्षरता, स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता पर्यावरणीय जागरूकता, भावनात्मक बुद्धिमत्ता, सांस्कृतिक समझ और विविधता की स्वीकृति अनुकूलन क्षमता, स्व-अध्ययन और आत्म-प्रेरणा, समाज के प्रति

उत्तरदायित्व और जीवन-भर सीखने की प्रवृत्ति जैसे कौशलों को विशेष रूप से प्रोत्साहित किया गया है। ये सभी कौशल विश्व स्वास्थ्य संगठन के दस प्रमुख जीवन कौशलों — आत्म जागरूकता, सहानुभूति, रचनात्मक और आलोचनात्मक सोच, निर्णय निर्माण, समस्या समाधान, संचार कौशल, अंतरवैयक्तिक संबंध तनाव और भावनात्मक प्रबंधन के साथ गहराई से जुड़ते हैं।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 एक सशक्त पहल है, जो इन कौशलों को पाठ्यचर्या, सह-पाठ्यक्रमीय गतिविधियों और शिक्षण विधियों के माध्यम से बच्चों के जीवन में ढालने की दिशा में कार्य करती है। इसका उद्देश्य है कि विद्यार्थी केवल ज्ञान-आधारित ही नहीं, बल्कि भावनात्मक, सामाजिक और नैतिक रूप से भी सक्षम, संवेदनशील एवं जिम्मेदार नागरिक बन सकें।

### *(ii) राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में जीवन कौशलों की भूमिका का विश्लेषण*

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में शिक्षा को समग्र, समावेशी और भविष्योन्मुखी बनाने पर विशेष बल दिया गया है। इस नीति में जीवन कौशलों को न केवल विद्यार्थी विकास का अभिन्न हिस्सा माना गया है, बल्कि उन्हें 21वीं सदी की आवश्यकताओं के अनुरूप तैयार करने का माध्यम भी बताया गया है। यह खंड राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 दस्तावेज में उल्लिखित जीवन कौशलों एवं उनकी भूमिका का गहन विश्लेषण प्रस्तुत करता है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में जीवन कौशलों के संवर्धन को शिक्षा प्रणाली का अभिन्न अंग माना गया है। जीवन कौशल के मूल्य को देखते हुए, एन.ई.पी. 2020 ने इसे उन मूलभूत सिद्धांतों में सम्मिलित किया है जो निश्चित रूप से संपूर्ण शिक्षा प्रणाली का मार्गदर्शन करेगा। नीति प्रत्येक व्यक्ति में निहित रचनात्मक क्षमताओं के विकास पर विशेष बल देती है। यह नीति इस सिद्धांत पर आधारित है कि शिक्षा से न केवल साक्षरता और संख्याज्ञान जैसी बुनियादी क्षमताओं का, बल्कि उच्च स्तर की तार्किक और समस्या-समाधान संबंधी संज्ञानात्मक क्षमताओं का भी विकास होना चाहिए, साथ ही व्यक्ति का नैतिक, सामाजिक और भावनात्मक स्तर पर भी विकास आवश्यक है (एन.ई.पी. 2020, पृष्ठ 4)। राष्ट्रीय शिक्षा नीति ने संवाद, सहयोग, सामूहिक कार्य और लचीलापन जैसे जीवन कौशल पर ध्यान केंद्रित किया है (एन.ई.पी. 2020, पृष्ठ 7)। इसमें रचनात्मकता और तार्किक सोच, तार्किक निर्णय लेने तथा नवाचार को प्रोत्साहित करने के लिए भी उल्लेख किया गया है (एन.ई.पी. 2020, पृष्ठ 7)।

अनुच्छेद 4.8 (पृष्ठ 18) में यह स्पष्ट किया गया है कि कला, खेल, समूह चर्चाएँ और परियोजना आधारित अधिगम को शिक्षा में सम्मिलित किया जाएगा, ताकि बच्चों में स्व-अनुशासन, टीम भावना, साझेदारी और नागरिकता जैसे आवश्यक जीवन कौशलों का विकास हो सके। यह शिक्षण विधियाँ न केवल अकादमिक ज्ञान बढ़ाने में सहायक हैं, बल्कि बच्चों को व्यावहारिक, भावनात्मक और सामाजिक दृष्टि से भी सक्षम बनाती हैं। इसके अतिरिक्त नीति में शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमों में जीवन कौशल आधारित शिक्षण रणनीतियों को अनिवार्य रूप से सम्मिलित किए जाने पर बल दिया गया है, ताकि

शिक्षक कक्षा में इन कौशलों का प्रभावी रूप से क्रियान्वयन कर सकें और बच्चों के समग्र एवं सतत विकास को सुनिश्चित किया जा सके। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 स्पष्ट रूप से यह निर्देश देती है कि "प्रत्येक शिक्षक को ... हर वर्ष कम से कम 50 घंटे के सतत व्यावसायिक विकास (सी.पी.डी.) उपक्रमों में भाग लेने की अपेक्षा होगी, जिसमें नवीन पठन-पाठन विधियों सहित अनुभवजन्य शिक्षण, कला-संलग्न, खेल-संलग्न और कथावाचन-आधारित दृष्टिकोण सम्मिलित होंगे।" (एन.ई.पी. 2020, पृष्ठ 34, अनुच्छेद 5.15)। यह नीति शिक्षकों को न केवल शिक्षण में दक्ष बनाना चाहती है, बल्कि उन्हें जीवन कौशलों, जैसे— टीम भावना, सहयोग, आत्म-अनुशासन और सामाजिक-भावनात्मक समझ को विकसित करने में समर्थ भी बनाना चाहती है। इस प्रकार, यह स्पष्ट होता है कि एन.ई.पी. 2020 न केवल विद्यार्थियों को जीवन कौशलों से संपन्न करने की दिशा में कार्य कर रही है, बल्कि शिक्षकों को भी इन कौशलों के प्रभावी शिक्षण हेतु उपयुक्त रूप से तैयार करने के प्रति पूरी तरह से प्रतिबद्ध है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020, जीवन कौशल को केवल विद्यालयी शिक्षा तक सीमित नहीं रखती, बल्कि वयस्क शिक्षा और स्थायी अधिगम में भी इनका महत्वपूर्ण स्थान मानती है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुसार, जीवन कौशल जैसे वित्तीय और डिजिटल साक्षरता, स्वास्थ्य जागरूकता, व्यावसायिक कौशल आदि का समावेश किया जाएगा तथा स्थानीय रोजगार को ध्यान में रखते हुए सतत शिक्षा को बढ़ावा मिलेगा। प्रौढ़ों के लिए उपयुक्त शिक्षण पद्धतियाँ और सामग्री सुनिश्चित की जाएगी। (एन.ई.पी. 2020, पृष्ठ 84, अनुच्छेद 21.5)

इसका अर्थ है कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 प्रत्येक व्यक्ति की रचनात्मक क्षमता के विकास पर विशेष बल देती है और मानती है कि मानवाधिकार, सतत विकास तथा वैश्विक कल्याण के प्रति प्रतिबद्धता निभाने के लिए मूल्यों का संवर्धन आवश्यक है। नीति के अनुसार केवल शैक्षणिक ज्ञान पर्याप्त नहीं, बल्कि आत्म-प्रबंधन, नैतिक निर्णय, सहानुभूति, संवाद और सहयोग जैसे जीवन कौशल भी उतने ही आवश्यक हैं, जो बच्चों को आजीवन सीखने योग्य बनाते हैं और उन्हें एक जिम्मेदार, संवेदनशील तथा वैश्विक नागरिक के रूप में विकसित करते हैं। इसी कारण जीवन कौशलों को एन.ई.पी. 2020 में विशेष महत्व दिया गया है।

### *(iii) राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के विभिन्न प्रावधानों में जीवन कौशलों को बढ़ावा देने की रणनीतियों का विश्लेषण*

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने बच्चों में 21वीं सदी के आवश्यक कौशलों के विकास को सुनिश्चित करने के लिए बहुआयामी दृष्टिकोण अपनाया है। नीति में विभिन्न प्रावधानों के तहत जीवन कौशलों को बढ़ावा देने की प्रमुख रणनीतियों का विश्लेषण प्रस्तुत है—

**समग्र और बहुआयामी शिक्षा का दृष्टिकोण**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने विद्यार्थियों में 21वीं सदी के आवश्यक कौशलों के विकास को सुनिश्चित करने के लिए एक समग्र एवं बहुआयामी दृष्टिकोण अपनाया है। इस नीति के तहत शिक्षा केवल अकादमिक ज्ञान तक सीमित न रहकर विद्यार्थियों

के समग्र विकास — जिसमें ज्ञान, कौशल, मूल्य एवं दृष्टिकोण सभी सम्मिलित हैं — की दिशा में अग्रसर होती है। इसके अंतर्गत जीवन कौशलों के विकास को विशेष रूप से महत्व दिया गया है। नीति में विद्यार्थियों में महत्वपूर्ण सोच, समस्या-समाधान, निर्णय-निर्माण तथा रचनात्मकता जैसे मूलभूत कौशलों को विकसित करने की बात कही गई है। इसके लिए परियोजना-आधारित शिक्षा, अनुभवजन्य अधिगम तथा गतिविधि-आधारित शिक्षण को विशेष रूप से बढ़ावा दिया गया है, जिससे विद्यार्थी न केवल जानकारी अर्जित करें, बल्कि उसे वास्तविक जीवन में लागू करना भी सीखें। इस प्रकार, नीति का उद्देश्य विद्यार्थियों को जीवन के विविध संदर्भों में आत्मनिर्भर, लचीला एवं नवाचारी बनाने की दिशा में ठोस कदम उठाना है।

**बुनियादी साक्षरता और संख्यात्मकता से आगे का विकास**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 इस बात को स्पष्ट रूप से स्वीकार करती है कि शिक्षा का उद्देश्य केवल पढ़ना-लिखना और गणितीय दक्षता तक सीमित नहीं है, बल्कि इसका व्यापक उद्देश्य सामाजिक, नैतिक और भावनात्मक क्षमताओं का निर्माण भी है। इस दृष्टिकोण के तहत नीति में यह प्रस्तावित किया गया है कि विद्यार्थियों के समग्र व्यक्तित्व विकास के लिए जीवनोपयोगी कौशलों को प्रारंभिक स्तर से ही शिक्षा में समाहित किया जाए। इसके अंतर्गत विद्यालयी पाठ्यक्रम में भावनात्मक बुद्धिमत्ता, संचार कौशल, टीम-वर्क और स्व-प्रबंधन जैसे कौशलों को एकीकृत करने पर बल दिया गया है। साथ ही, सामाजिक-भावनात्मक अधिगम जैसे कार्यक्रमों को पाठ्यचर्या का हिस्सा बनाकर विद्यार्थियों में आत्म-जागरूकता, सहानुभूति, आपसी संबंधों का निर्वाह और जिम्मेदार निर्णय-निर्माण जैसी क्षमताओं के विकास को प्रोत्साहित किया गया है। इससे विद्यार्थी न केवल अकादमिक रूप से सक्षम बनते हैं, बल्कि भावनात्मक रूप से सशक्त और सामाजिक रूप से उत्तरदायी नागरिक भी बनते हैं।

**नई शिक्षा संरचना (5+3+3+4 प्रणाली)**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने पारंपरिक 10+2 प्रणाली की जगह एक नवीन और वैज्ञानिक आधार वाली 5+3+3+4 शिक्षा संरचना को अपनाया है, जो बच्चों की आयु और विकासात्मक आवश्यकताओं के अनुरूप शिक्षण-शिक्षा को सुनिश्चित करती है। यह संरचना बच्चों के मानसिक, शारीरिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास के चरणों को ध्यान में रखकर बनाई गई है, जिससे शिक्षा अधिक प्रभावशाली और बाल-केंद्रित बन सके। इसके अंतर्गत नीति यह सुनिश्चित करती है कि पूर्व-प्राथमिक से लेकर माध्यमिक स्तर तक जीवन कौशलों की क्रमिक और व्यवस्थित शिक्षा दी जाए, ताकि विद्यार्थी विभिन्न जीवन स्थितियों से निपटने के लिए तैयार हो सके। साथ ही, कौशल-आधारित मूल्यांकन को बढ़ावा दिया गया है, जिससे केवल रटने पर आधारित ज्ञान का मूल्यांकन न होकर, विद्यार्थियों की व्यावहारिक समझ, समस्या समाधान क्षमता और जीवनोपयोगी दक्षताओं का मूल्यांकन किया जा सके। यह संरचना शिक्षण को अधिक प्रासंगिक, सजीव और उपयोगी बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

**सह-पाठयक्रम और सह-शैक्षणिक गतिविधियाँ**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 शिक्षा को एक समग्र प्रक्रिया मानते हुए गैर-पारंपरिक क्षेत्रों, जैसे— खेल, कला, संगीत, योग और जीवन कौशल को मुख्यधारा के पाठ्यक्रम में सम्मिलित करने पर बल देती है। यह परिवर्तन इस दृष्टिकोण को दर्शाता है कि शिक्षा केवल शैक्षणिक ज्ञान तक सीमित नहीं है, बल्कि यह विद्यार्थियों की समग्र प्रतिभा और व्यक्तित्व के विकास का माध्यम है। नीति के तहत सह-पाठयक्रम और सह-शैक्षणिक गतिविधियों के माध्यम से सकारात्मक आत्म-छवि, नेतृत्व क्षमता, सहयोग, अनुकूलनशीलता और आत्म-अनुशासन जैसे गुणों को विकसित करने की रणनीतियाँ अपनाई गई हैं। ये गतिविधियाँ बच्चों को विविध सामाजिक भूमिकाओं के लिए तैयार करने में सहायक होती हैं, जिससे वे भविष्य में जीवन की जटिलताओं को आत्मविश्वास और संवेदनशीलता के साथ संभाल सकें। इस प्रकार, यह पहल शिक्षा को अधिक समावेशी, प्रेरक और जीवनोपयोगी बनाने की दिशा में एक सशक्त प्रयास है।

**अनुभवात्मक एवं परियोजना आधारित अधिगम**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में विद्यार्थियों के लिए अनुभवात्मक और परियोजना आधारित अधिगम को विशेष रूप से बढ़ावा देने की बात कही गई है। यह शिक्षण दृष्टिकोण बच्चों को केवल सैद्धांतिक ज्ञान तक सीमित नहीं रखता, बल्कि उन्हें वास्तविक जीवन की परिस्थितियों से जोड़कर व्यावहारिक अनुभवों के माध्यम से सीखने के अवसर प्रदान करता है। नीति के अंतर्गत ऐसी रणनीतियाँ अपनाई गई हैं, जिनमें विद्यार्थी गतिविधियों, परियोजनाओं, प्रयोगों और सामूहिक कार्यों के माध्यम से विषयवस्तु को गहराई से समझते हैं। इससे उनकी समस्या समाधान, आलोचनात्मक चिंतन और निर्णय लेने की क्षमता का विकास होता है। यह अधिगम पद्धति न केवल उनकी जिज्ञासा को पोषित करती है, बल्कि उन्हें सक्रिय, रचनात्मक और उत्तरदायी विद्यार्थी के रूप में तैयार करती है, जो 21वीं सदी की चुनौतियों का सामना आत्मविश्वास से कर सकें।

**पूर्व-प्राथमिक से उच्चतर माध्यमिक तक कौशलों का एकीकरण**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का एक प्रमुख प्रावधान यह है कि जीवन कौशलों को पूर्व-प्राथमिक से लेकर उच्चतर माध्यमिक स्तर तक शिक्षा प्रणाली में समाहित किया जाए। यह नीति मानती है कि जीवन कौशल केवल एक विशिष्ट चरण में नहीं, बल्कि पूरे शैक्षिक सफर में क्रमिक रूप से विकसित किए जाने चाहिए। इसके अंतर्गत रणनीतियाँ इस प्रकार अपनाई गई हैं कि प्रत्येक चरण में आयु के अनुकूल जीवन कौशलों, जैसे— आत्म-प्रबंधन, संचार, सहानुभूति, टीम-वर्क, समय-प्रबंधन और नेतृत्व को पाठ्यक्रम में सम्मिलित किया जाए। साथ ही, कौशल आधारित शिक्षण विधियाँ, जैसे— भूमिका-निर्वहन, समूह कार्य, केस स्टडी और परियोजनाएँ तथा कौशल आधारित मूल्यांकन को लागू कर विद्यार्थियों की व्यावहारिक समझ और व्यवहारिक दक्षताओं का आकलन किया जाए। इस प्रक्रिया में सीखने की निरंतरता और प्रगतिशीलता सुनिश्चित करने के लिए क्रमिक कौशल विकास की योजना बनाई गई है, जिससे विद्यार्थी

एक स्थायी, व्यवहारिक और जीवनोपयोगी शिक्षा प्राप्त कर सकें।

**शिक्षकों की भूमिका में परिवर्तन**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में शिक्षकों की पारंपरिक भूमिका को पुनर्परिभाषित करते हुए उन्हें केवल ज्ञान के प्रदाता नहीं, बल्कि सीखने के मार्गदर्शक और कौशल विकास के सुगमकर्ता के रूप में देखा गया है। इस दृष्टिकोण के तहत शिक्षक अब बच्चों के भीतर जिज्ञासा, आलोचनात्मक सोच रचनात्मकता और जीवन कौशलों के विकास में सक्रिय भागीदार होंगे। नीति की रणनीतियों में यह प्रमुख रूप से सम्मिलित है कि शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमों में जीवन कौशल आधारित शिक्षण विधियों को एकीकृत किया जाए, ताकि शिक्षक व्यावहारिक, सहभागितापूर्ण और विद्यार्थी-केंद्रित शिक्षण में दक्ष बन सकें। साथ ही, शिक्षकों और विद्यार्थियों के बीच संवाद, सहयोग और परामर्श आधारित संबंधों को प्रोत्साहित करने पर बल दिया गया है, जिससे कक्षा का वातावरण अनुकूल एवं भरोसेमंद बनें, जहाँ विद्यार्थी स्वतंत्र रूप से सोच सकें और सीख सकें। यह बदलाव शिक्षक को एक प्रेरक, समर्थक और संवेदनशील मार्गदर्शक के रूप में स्थापित करता है, जो 21वीं सदी के उपयुक्त शिक्षण के लिए आवश्यक है।

**मूल्य-आधारित और नैतिक शिक्षा**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में शिक्षा को केवल बौद्धिक विकास का साधन नहीं माना गया है, बल्कि इसे भारतीय संस्कृति, संवैधानिक मूल्यों और नैतिक शिक्षा के साथ गहराई से जोड़ने का प्रयास किया गया है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति इस बात पर बल देती है कि विद्यार्थियों में प्रारंभ से ही समाज के प्रति उत्तरदायित्व, नैतिक निर्णय लेने की क्षमता और सांस्कृतिक संवेदनशीलता विकसित की जाए, ताकि वे न केवल अच्छे विद्यार्थी, बल्कि जिम्मेदार नागरिक भी बन सकें। इन उद्देश्यों की पूर्ति के लिए रणनीतियों में कहानी कहने, नाटक, समूह चर्चाओं, भूमिका-निर्वहन और जीवन प्रसंग आधारित शिक्षण जैसी सृजनात्मक और प्रभावी विधाओं को अपनाने की सिफारिश की गई है। इन विधियों के माध्यम से विद्यार्थी नैतिक द्वंद्वों को समझना, सहानुभूति विकसित करना और समाज में सकारात्मक भूमिका निभाने के लिए प्रेरित होते हैं। इस प्रकार, नीति मूल्य-आधारित शिक्षा को जीवन कौशलों के साथ जोड़कर एक सशक्त, नैतिक और सामाजिक दृष्टि से जागरूक नागरिक तैयार करने की दिशा में अग्रसर होती है।

**व्यावसायिक शिक्षा और कौशल विकास**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का एक महत्वपूर्ण प्रावधान यह है कि सभी बच्चों को वर्ष 2025 तक कक्षा 6 से ही व्यावसायिक शिक्षा से जोड़ा जाए, जिससे वे व्यावहारिक कौशलों से युक्त होकर भविष्य के लिए बेहतर रूप से तैयार हो सकें। इस पहल का उद्देश्य बच्चों में आजीवन अधिगम, उद्यमिता की भावना और व्यावसायिक दक्षताओं का प्रारंभिक विकास करना है, ताकि वे रोजगार प्राप्त करने वाले ही नहीं, बल्कि रोजगार देने वाले भी बन सकें। नीति के तहत विद्यार्थियों को स्थानीय कारीगरों, शिल्पियों और उद्यमियों के साथ सीधे सीखने के अवसर प्रदान किए जाने की रणनीति अपनाई गई है, जिससे वे न केवल व्यावसायिक कार्यों की समझ प्राप्त करें, बल्कि

भारत की पारंपरिक और स्थानीय शिल्प-कला से भी परिचित हों। इस प्रयास से शिक्षा अधिक व्यावहारिक, प्रासंगिक और सामाजिक-सांस्कृतिक संदर्भों में समृद्ध बनती है, जो आत्मनिर्भर भारत की दिशा में एक सशक्त कदम है।

**डिजिटल साक्षरता और नई तकनीकों का उपयोग**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने 21वीं सदी की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए तकनीकी सशक्तिकरण के माध्यम से शिक्षण-अधिगम को प्रोत्साहित करने पर विशेष बल दिया है। नीति का उद्देश्य यह है कि विद्यार्थी न केवल डिजिटल उपकरणों का प्रयोग करना सीखें, बल्कि डिजिटल दुनिया में सुरक्षित, जिम्मेदार और प्रभावशाली नागरिक भी बनें। इसके लिए रणनीतियों के रूप में विद्यार्थियों को डिजिटल जीवन कौशल, जैसे— डिजिटल साक्षरता, साइबर सुरक्षा, ऑनलाइन नैतिकता आदि का प्रशिक्षण प्रदान किया जाना प्रस्तावित है। साथ ही, दीक्षा, स्वंय और ई-पाठशाला जैसे ई-प्लेटफॉर्म्स के माध्यम से स्व-शिक्षा की संस्कृति को बढ़ावा दिया गया है, जिससे विद्यार्थी अपनी गति और रुचि के अनुसार कहीं भी और कभी भी सीख सकें। यह डिजिटल समावेशन न केवल शैक्षणिक गुणवत्ता को बढ़ाता है, बल्कि बच्चों को नवाचार, सूचना तक पहुँच और वैश्विक प्रतिस्पर्धा के लिए तैयार भी करता है।

**भाषा शिक्षा (विद्यालयी बच्चों के लिए)**— राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने भाषा शिक्षण को समग्र संप्रेषण कौशल के विकास का आधार मानते हुए मातृभाषा में प्रारंभिक शिक्षा, बहुभाषिकता और भाषा कौशलों के सशक्त निर्माण पर विशेष बल दिया है। नीति का स्पष्ट प्रावधान है कि बच्चों को कक्षा 5 तक (और जहाँ संभव हो, कक्षा 8 तक) उनकी मातृभाषा/स्थानीय भाषा/क्षेत्रीय भाषा में शिक्षा दी जाए, जिससे वे सहजता और गहराई से सीख सकें। रणनीतियों के अंतर्गत गतिविधि-आधारित और संवादात्मक भाषा शिक्षण को अपनाने की सिफारिश की गई है, ताकि विद्यार्थी केवल भाषा सीखें ही नहीं, बल्कि उसमें सोच सकें और अपने विचार प्रभावशाली ढंग से व्यक्त कर सकें। कहानी, कविता, संवाद, नाटक और गीत जैसे रचनात्मक माध्यमों के उपयोग द्वारा बच्चों की भाषाई अभिव्यक्ति, कल्पनाशक्ति और संप्रेषण क्षमता को बढ़ावा देने की योजना है। साथ ही, नीति स्थानीय और क्षेत्रीय भाषाओं को भी उचित मान्यता और पाठ्यचर्या में स्थान देने का समर्थन करती है, जिससे भाषाई विविधता का संरक्षण हो सके और सभी बच्चों को समतामूलक भाषायी अवसर प्राप्त हों। यह पहल न केवल भाषाई कौशलों को विकसित करती है, बल्कि सांस्कृतिक जड़ों से भी जुड़ाव सुनिश्चित करती है।

## निष्कर्ष

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 भारत की शिक्षा व्यवस्था में एक दूरदर्शी और व्यापक सुधार का दस्तावेज है, जो 21वीं सदी की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है। यह नीति जीवन कौशलों को शिक्षा का मूलभूत हिस्सा मानती है, न कि केवल एक पूरक गतिविधि। इसका उद्देश्य विद्यार्थियों के शैक्षणिक विकास के साथ-साथ उनके सामाजिक, भावनात्मक और व्यावसायिक पक्षों को भी सशक्त बनाना है।

दस्तावेज के विश्लेषण से स्पष्ट है कि नीति में जीवन कौशलों को पाठयचर्या, शिक्षण विधियों और मूल्यांकन प्रक्रियाओं में समाहित करने पर विशेष बल दिया गया है। यह नीति विद्यार्थियों में न केवल शैक्षणिक दक्षता विकसित करने का मार्ग प्रशस्त करती है, बल्कि उन्हें संवेदनशील, आत्मनिर्भर, उत्तरदायी और सक्षम नागरिक बनाने की दिशा में भी प्रेरित करती है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 जीवन कौशलों को केवल पूरक गतिविधि न मानकर उन्हें शिक्षा का मूलभूत भाग मानती है। इसके तहत दी गई रणनीतियाँ विद्यार्थियों को एक सक्षम, आत्मनिर्भर, संवेदनशील और उत्तरदायी नागरिक बनने की दिशा में मार्गदर्शन करती हैं। नीति का दृष्टिकोण समग्र शिक्षा का है, जिसमें जीवन कौशलों को विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास की नींव माना गया है। जीवन कौशलों को नीति में समुचित स्थान देकर बच्चों को केवल शैक्षणिक ही नहीं, बल्कि व्यक्तित्व, नैतिकता और सामाजिक चेतना से परिपूर्ण बनाने का प्रयास किया गया है। इससे विद्यार्थी भविष्य की चुनौतियों का आत्मविश्वास से सामना कर सकें और सामाजिक व व्यावहारिक जीवन में संतुलन और सफलता प्राप्त कर सकें, यही इसकी प्रमुख सोच है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के तहत 21वीं सदी के जीवन कौशलों के विकास के लिए प्रयास हो रहे हैं, लेकिन इन्हें व्यापक स्तर पर लागू करना आवश्यक है। इसके लिए शिक्षक प्रशिक्षण, संसाधनों की उपलब्धता, मूल्यांकन में नवाचार और अभिभावकों की सहभागिता को सुनिश्चित करना आवश्यक है, ताकि बच्चों का समग्र विकास हो सके और विद्यार्थी भविष्य की विविध परिस्थितियों का सफलतापूर्वक सामना कर सकें।

## संदर्भ


एन.सी.एफ. *नेशनल करिकुलम फॉर टीचर एजुकेशन 2009*. एन.सी.टी.ई., नई दिल्ली.

केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड. 2010. *कक्षा 6 से 8 के लिए सतत और व्यापक मूल्यांकन शिक्षक मार्गदर्शिका*. 27 सितंबर 2016 को http://cbseacademic.in/web_material/Lifeskills/2_Life%20Skills%20Class20VIII.pdf से प्राप्त।

———. 2010. *कक्षा 9 और 10 के लिए जीवन कौशल शिक्षा एवं सी.सी.ई.* सितंबर 2016 को http://www.cbse.nic.in/cce/life_skills_cce.pdf से प्राप्त।

———. 2012. *लाइफ स्किल एजुकेशन एंड सी.सी.ई.— 10–18 वर्ष के किशोरों के लिए मार्गदर्शिका*. सी.बी.एस.ई., नई दिल्ली. https://www.cbse.gov.in/cbsenew/list-of-manuals/life_skills_cce.pdf (cbse.gov.in)

———. 2013. *कक्षा 6 के लिए जीवन कौशल शिक्षक मार्गदर्शिका*. 25 अगस्त 2016 को http://cbseacademic.in/web_material/Lifeskills/1_Life%20Skills%20Class%20VI.pdf से प्राप्त।

तिवारी, पी. 2018. कक्षा में जीवन कौशल : शिक्षकों के लिए रणनीतियाँ और गतिविधियाँ. *एजुकेशन इंडिया: क्वार्टरली रिफरीड जर्नल ऑफ डायलॉग्स ऑन एजुकेशन*. 10(3). www.educationindiajournal.org

——— और आर. बाजपेई. 2020. वाराणसी नगर के सी.बी.एस.ई. स्कूलों में जीवन कौशलों के विकास हेतु रणनीतियाँ. *एजुकेशनल क्वेस्ट : एन अंतर्राष्ट्रीय जर्नल ऑफ एजुकेशन एंड एप्लाइड सोशल साइंस.* 11(3), पृ.सं. 197–204. https://doi.org/10.30954/2230-7311.3.2020.8

पाठक, एस.पी. 2017. *जीवन कौशल उन्मुख शिक्षक शिक्षा*. प्रथम संस्करण. वडोदरा : सी.ए.एस.ई., महाराजा सयाजीराव विश्वविद्यालय, बड़ौदा.

रा.शै.अ.प्र.प. 2000. *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2000.* राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, नई दिल्ली. मार्च 2016 को http://www.ncert.nic.in/rightside/links/pdf/framework/english/nf2005.pdf से प्राप्त।

———. 2005. *राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005.* राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, नई दिल्ली. मार्च 2016 को http://www.ncert.nic.in/rightside/links/pdf/framework/english/nf2005.pdf. से प्राप्त।

———. 2022. राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा— बुनियादी स्तर 2022. राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद, नई दिल्ली. https://www.ncert.nic.in/pdf/NCF_for_Foundational_Stage_20_October_2022.pdf से प्राप्त।

विश्व स्वास्थ्य संगठन. 1997. *जीवन कौशल का अर्थ*. सितंबर, 2016 को www.who.org/ls से प्राप्त।

विश्वविद्यालय अनुदान आयोग. 2019. *जीवन कौशल हेतु पाठ्यक्रम* [ई-बुक]. विश्वविद्यालय अनुदान आयोग,नई दिल्ली. https://www.ugc.gov.in/e-book/JEEVAN%20KAUSHAL%20HINDi.pdf (ugc.gov.in) से प्राप्त।

शिक्षा मंत्रालय. 2020. *राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020*. शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार, नई दिल्ली. https://www.education.gov.in/sites/upload_files/mhrd/files/NEP_Final_English_0.pdf से प्राप्त।