

## अध्याय- 5

### निष्कर्ष, सुझाव एवं अनुशंसा

#### 5.1 परिचय

भावनात्मक बुद्धिमत्ता आज के युग की एक महत्वपूर्ण सामाजिक एवं मानसिक योग्यता बन चुकी है, जो न केवल व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करती है, बल्कि शैक्षणिक एवं व्यावसायिक सफलता में भी सहायक होती है। इस शोध में भोपाल जिले के एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालयों (EMRS) के छात्रों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता का अध्ययन किया गया, जिसके आधार पर यह अध्याय शोध के निष्कर्ष, सुझाव, सीमाएँ एवं भविष्य के शोध हेतु संभावनाएँ प्रस्तुत करता है।

#### 5.2 प्रमुख निष्कर्ष (MAJOR FINDINGS)

- छात्रों का औसत भावनात्मक बुद्धिमत्ता स्तर सामान्य से थोड़ा अधिक पाया गया, जिससे यह संकेत मिलता है कि EMRS छात्रों में भावनात्मक जागरूकता, आत्म-नियंत्रण, सहानुभूति और सामाजिक कौशल का संतुलन है।
- लड़कियों की भावनात्मक बुद्धिमत्ता का स्तर लड़कों की तुलना में अधिकथा, और यह अंतर सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण भी सिद्ध हुआ। इसका कारण यह हो सकता है कि लड़कियाँ सामाजिक एवं पारिवारिक रूप से अधिक भावनात्मक रूप से जागरूक होती हैं या उनके बीच अधिक भावनात्मक अभिव्यक्ति की स्वीकृति होती है।
- HIGH SCHOOL और HIGHER SECONDARY छात्रों के बीच भावनात्मक बुद्धिमत्ता में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया। यह दर्शाता है कि छात्रों की भावनात्मक क्षमता कक्षा स्तर के साथ अधिक भिन्न नहीं होती, बल्कि यह सामाजिक अनुभवों, पारिवारिक परिवेश और व्यक्तिगत स्वभाव पर अधिक निर्भर करती है।
- 5.3 व्यावहारिक सुझाव (PRACTICAL SUGGESTIONS)
- विद्यालयों के लिए:

- 1 विद्यालयों मेंभावनात्मक बुद्धिमत्ता को बढ़ाने हेतु प्रशिक्षण कार्यक्रमोंकी व्यवस्था की जानी चाहिए।
- 2 सप्ताह में एक बार जीवन-कौशल (LIFE SKILLS) आधारित कक्षाका आयोजन किया जाए, जिसमें सहानुभूति, आत्म-जागरूकता, संवाद कौशल, और भावनात्मक नियंत्रण पर ध्यान दिया जाए।
- 3 EMRS विद्यालयों मेंप्रशिक्षित स्कूली परामर्शदाता (COUNSELOR)की नियुक्ति की जानी चाहिए जो छात्रों को उनके मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक मुद्दों पर सहायता दे सकें।

## 2. शिक्षकों के लिए:

- 1 शिक्षकों कोभावनात्मक बुद्धिमत्ता प्रशिक्षणदिया जाना चाहिए ताकि वे छात्रों की भावनात्मक आवश्यकताओं को पहचान सकें।
- 2 शिक्षक छात्रों से सहानुभूति एवं समर्थन-युक्त संवाद करें, ताकि भावनात्मक खुलेपन की संस्कृति विकसित हो सके।

## छात्रों के लिए:

1. छात्रों कोस्व-निरीक्षण (SELF-REFLECTION)औरभावनात्मक अभिव्यक्तिकी प्रेरणा दी जाए।
2. समूह गतिविधियाँ, संवादात्मक सत्र, थियेटर, कला, और संगीत जैसी रचनात्मक गतिविधियों को बढ़ावा दिया जाए जो भावनाओं को समझने और व्यक्त करने में सहायक हों।
3. ध्यान (MEDITATION), योग, और माइंडफुलनेसजैसी तकनीकों को दैनिक दिनचर्या में शामिल किया जाए।

## 5.4 अनुसंधान की सीमाएँ (LIMITATIONS OF THE STUDY)

1. यह अध्ययन केवल भोपाल जिले के सीमित संख्या के EMRS विद्यालयों पर केंद्रित था, जिससे इसके निष्कर्षों कीसामान्यीकरण की क्षमता सीमित हो सकती है।
2. अध्ययन में केवलमात्रात्मक विधियों (quantitative methods) का प्रयोग किया गया; गुणात्मक विश्लेषण (जैसे साक्षात्कार, केस स्टडी) नहीं किया गया।
3. उपयोग किया गया परीक्षण यंत्र एक निश्चित ढांचा में सीमित था, जिससे EI के सभी पहलुओं को मापना संभव नहीं हुआ।

## 5.5 भविष्य के शोध हेतु सुझाव (SUGGESTIONS FOR FUTURE RESEARCH)

- इस विषय परबहु-राज्यीय या राष्ट्रीय स्तर परशोध कार्य किया जा सकता है ताकि जनजातीय छात्रों की EI की व्यापक समझ विकसित हो।
- गुणात्मक शोधजैसे Case Studies, Observations, और In-depth Interviews के माध्यम से छात्रों की EI का गहरा विश्लेषण किया जा सकता है।
- भावनात्मक बुद्धिमत्ता का संबंध अन्य मनोवैज्ञानिक चर (जैसे: आत्म-सम्मान, प्रेरणा, तनाव प्रबंधन) एवंशैक्षणिक प्रदर्शनसे भी अध्ययन का विषय बन सकता है।
- यह अध्ययन विभिन्नसांस्कृतिक, भाषाई एवं सामाजिक पृष्ठभूमिके EMRS छात्रों के साथ तुलनात्मक रूप में भी किया जा सकता है।

### 1.6 निष्कर्ष

- 1.7 अध्ययन के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि EMRS विद्यालयों में पढ़ने वाले छात्रों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता का स्तर संतोषजनक है, परंतु कुछ पहलुओं में सुधार की आवश्यकता है। यदि शिक्षकों, विद्यालय प्रबंधन एवं समाज की सामूहिक भागीदारी से उचित योजनाएँ और रणनीतियाँ अपनाई जाएं, तो इन छात्रों की EI को और अधिक सशक्त बनाया जा सकता है।

भावनात्मक रूप से सशक्त छात्र न केवलअच्छे विद्यार्थी बनते हैं, बल्कि वे भविष्य में समाज के उत्तरदायी नागरिकके रूप में भी विकसित होते हैं।

### संदर्भ (References):-

1. शर्मा, पी. (2015). भारतीय विद्यार्थियों में भावनात्मक बुद्धिमत्ता का अध्ययन।
2. सिंह, आर. (2020). आदिवासी विद्यार्थियों की शैक्षिक चुनौतियाँ।
3. एरिक्सन ई, 1968. पहचान: युवा और संकट न्यूयॉर्क नॉट्स प्रकाशन।