



રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ 2020: માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળ, તેનું સંચાલન, જરૂરિયાત અને અભ્યાસક્રમ

નીતાબેન દામુભાઈ મોહિતે
સંશોધક

ડૉ. સતીશભારથી ગોસ્વામી
માર્ગદર્શક

સારાંશ

માનસિક સ્વાસ્થ્ય એ વ્યક્તિની ભાવનાત્મક, મનોવૈજ્ઞાનિક અને સામાજિક સુખાકારીનો ઉલ્લેખ કરે છે અને તે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય જેટલું જ મહત્વપૂર્ણ છે. સમકાલીન સમયમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળ અને તેનું સંચાલન વધુને વધુ મહત્વપૂર્ણ બન્યું છે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંબંધી વિકૃતિઓના વ્યાપમાં વધારો થતાં, વ્યક્તિઓ તેમના માનસિક સ્વાસ્થ્યને સંચાલિત કરવા માટે પર્યાપ્ત સમર્થન અને સારવાર મેળવે તે નિર્ણાયક છે.

ચાવીરૂપ શબ્દો: NEP 2020, રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ, માનસિક સ્વાસ્થ્ય, 2020

1. પ્રસ્તાવના

ભારતની રાષ્ટ્રીય શિક્ષણ નીતિ 2020 વિદ્યાર્થીઓના એકંદર સુખાકારી અને વિકાસમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યના મહત્વને ઓળખે છે અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય પર ધ્યાન આપવાનો સમાવેશ કરતી શિક્ષણ પ્રત્યે સર્વગ્રાહી અભિગમની જરૂરિયાત પર ભાર મૂકે છે. નીતિ જણાવે છે કે માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને ભાવનાત્મક સુખાકારી સર્વગ્રાહી વિકાસના મહત્વપૂર્ણ ઘટકો છે અને શાળાઓએ ખાતરી કરવી જોઈએ કે તેઓ અભ્યાસક્રમમાં એકીકૃત છે. "ક્ષમતાનો વિકાસ કે જે વિદ્યાર્થીઓની તંદુરસ્તીને પ્રોત્સાહન આપે છે જેમ કે ફિટનેસ, સારા સ્વાસ્થ્ય, મનો-સામાજિક સુખાકારી અને નૈતિક આધાર ઉચ્ચ-ગુણવત્તાવાળા શિક્ષણ માટે પણ મહત્વપૂર્ણ છે" (NEP-2020).

2. NEP 2020 અને માનસિક આરોગ્ય સંભાળ

નેશનલ એજ્યુકેશન પોલિસી (NEP) 2020 માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળ માટે નોંધપાત્ર અસરો ધરાવે છે, ખાસ કરીને તે શિક્ષણ પ્રણાલીમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યના એકીકરણની કલ્પના કરે છે. આ નીતિનો ઉદ્દેશ્ય શિક્ષણ પ્રત્યે એક સર્વગ્રાહી, વિદ્યાર્થી-કેન્દ્રિત અભિગમ બનાવવાનો છે, જેમાં વિદ્યાર્થીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્ય સહિતની એકંદર સુખાકારી પર ભાર મૂકવામાં આવે છે.

3. માનસિક આરોગ્ય સંભાળ સંબંધિત NEP 2020 ના મુખ્ય પાસાઓ

1. સર્વગ્રાહી વિકાસ

NEP 2020 વિદ્યાર્થીઓના સર્વાંગી વિકાસ પર ભાર મૂકે છે, જેમાં તેમની ભાવનાત્મક, માનસિક અને શારીરિક સુખાકારીનો સમાવેશ થાય છે. પ્રસ્તુત નીતિ એ માન્યતા આપે છે કે માનસિક સ્વાસ્થ્ય એ વિદ્યાર્થીના સર્વાંગી વિકાસ અને શૈક્ષણિક સફળતાનો અભિન્ન ભાગ છે.

2. કાઉન્સેલિંગ અને સપોર્ટ સિસ્ટમ્સ

નીતિ શાળાઓ અને ઉચ્ચ શિક્ષણ સંસ્થાઓમાં કાઉન્સેલિંગ સિસ્ટમ્સની સ્થાપના માટે હિમાયત કરે છે. તે સૂચવે છે કે પ્રશિક્ષિત કાઉન્સેલર્સ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય વ્યાવસાયિકો વિદ્યાર્થીઓ માટે ઉપલબ્ધ હોવા જોઈએ, જે તણાવ, ચિંતા અને અન્ય માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ માટે સમર્થન પ્રદાન કરે છે.

3. જીવન કૌશલ્ય શિક્ષણ

NEP 2020 અભ્યાસક્રમમાં જીવન કૌશલ્ય શિક્ષણના સમાવેશને પ્રોત્સાહન આપે છે. આમાં વિદ્યાર્થીઓને ભાવનાત્મક બુદ્ધિ, તણાવ વ્યવસ્થાપન અને સામનો કરવાની પદ્ધતિઓ વિશે શીખવવાનો સમાવેશ થાય છે, જે માનસિક સુખાકારી માટે નિર્ણાયક છે.

4. શિક્ષક તાલીમ

આ નીતિ માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓને ઓળખવા અને સહાય કરવા શિક્ષકોને તાલીમ આપવાના મહત્વને રેખાંકિત કરે છે. તે સૂચવે છે કે શિક્ષકોને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત ચિંતાઓના પ્રારંભિક સંકેતો શોધવા અને વિદ્યાર્થીઓને યોગ્ય સહાયક સેવાઓ માટે સંદર્ભિત કરવા માટે જરૂરી કૌશલ્યોથી સજ્જ હોવું જોઈએ.

5. ઘટાડેલું શૈક્ષણિક દબાણ

NEP 2020 નો ઉદ્દેશ્ય રોટ લર્નિંગ અને હાઈ-સ્ટેક પરીક્ષાઓથી દૂર જઈને વિદ્યાર્થીઓ પરના શૈક્ષણિક દબાણને ઘટાડવાનો છે. શિક્ષણ પ્રત્યે વધુ લવચીક અને આંતરશાખાકીય અભિગમને પ્રોત્સાહન આપીને, નીતિ વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓમાં વારંવાર ફાળો આપતા તણાવને દૂર કરવાનો પ્રયાસ કરે છે.

6. સમાવિષ્ટ શિક્ષણ

નીતિ સમાવેશી શિક્ષણની જરૂરિયાત પર ભાર મૂકે છે, જે માનસિક સ્વાસ્થ્ય સુધી પણ વિસ્તરે છે. તે માનસિક સ્વાસ્થ્યના પડકારો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ માટે સહાયક વાતાવરણ બનાવવાના મહત્વને સ્વીકારે છે, ખાતરી કરે છે કે તેઓને જરૂરી સવલતો અને સમર્થન મળે છે.

7. સમુદાય સંલગ્નતા

NEP 2020 શિક્ષણ પ્રક્રિયામાં માતાપિતા, સમુદાયો અને નાગરિક સમાજની સંડોવણીને પ્રોત્સાહિત કરે છે. આ અભિગમ વિદ્યાર્થીઓ માટે એક વ્યાપક સમર્થન નેટવર્ક બનાવવામાં મદદ કરી શકે છે, જેમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિશે જાગૃતિ લાવવા અને કલંક ઘટાડવાનો સમાવેશ થાય છે.

8. સંભવિત અસર

- પ્રારંભિક હસ્તક્ષેપ: NEP 2020 ના અમલીકરણ સાથે, માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓમાં અગાઉ શોધ અને હસ્તક્ષેપની સંભાવના છે, જે વિદ્યાર્થીઓ માટે વધુ સારા પરિણામો તરફ દોરી શકે છે.

- સ્વાસ્થ્ય ચર્ચા: માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિશેની ચર્ચાઓને સામાન્ય બનાવીને અને તેને શિક્ષણ પ્રણાલીમાં સામેલ કરીને, NEP 2020 માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓને ઘટાડવામાં મદદ કરી શકે છે.
- સુધારેલ શૈક્ષણિક પ્રદર્શન: માનસિક સ્વાસ્થ્યની ચિંતાઓને સંબોધવાથી શૈક્ષણિક પ્રદર્શન અને વિદ્યાર્થીઓની એકંદર સુખાકારીમાં સુધારો થઈ શકે છે, કારણ કે જે વિદ્યાર્થીઓ માનસિક રીતે સ્વસ્થ છે તેઓ તેમના શિક્ષણમાં સંપૂર્ણ રીતે જોડાય તેવી શક્યતા વધુ હોય છે. NEP 2020 વિદ્યાર્થીઓના સર્વાંગી વિકાસમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય ભજવતી નિર્ણાયક ભૂમિકાને ઓળખીને, શિક્ષણ પ્રણાલીમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળને એકીકૃત કરવા માટે એક વ્યાપક અભિગમ રજૂ કરે છે.

4. માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાળવણીની જરૂરિયાત

નેશનલ એજ્યુકેશન પોલિસી (NEP) 2020 એ વિદ્યાર્થીના સર્વાંગી વિકાસ અને શૈક્ષણિક સફળતામાં માનસિક સુખાકારીની મહત્વની ભૂમિકાને ઓળખીને શિક્ષણ પ્રણાલીમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળને એકીકૃત કરવાની જરૂરિયાત પર ભાર મૂકે છે. NEP 2020 શા માટે માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળની જરૂરિયાતને પ્રકાશિત કરે છે તેના મુખ્ય કારણો અહીં છે:

1. વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યની સમસ્યાઓ વધી રહી છે
શૈક્ષણિક દબાણ, સામાજિક પડકારો અને ટેકનોલોજી અને સોશિયલ મીડિયાની અસરને કારણે વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓનો વ્યાપ વધી રહ્યો છે. NEP 2020 આ વધતી ચિંતાને સ્વીકારે છે અને શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સહાયતાની જરૂરિયાત પર ભાર મૂકે છે.
2. વિદ્યાર્થીઓનો સર્વગ્રાહી વિકાસ
NEP 2020 નો હેતુ વિદ્યાર્થીઓના સર્વાંગી વિકાસને પ્રોત્સાહન આપવાનો છે, જેમાં તેમની ભાવનાત્મક, માનસિક અને શારીરિક સુખાકારીનો સમાવેશ થાય છે. નીતિ માન્યતા આપે છે કે માનસિક સ્વાસ્થ્ય શૈક્ષણિક શિક્ષણ જેટલું જ મહત્વપૂર્ણ છે અને વિદ્યાર્થીઓના સર્વાંગી વિકાસ માટે સંતુલિત અભિગમ જરૂરી છે.
3. શૈક્ષણિક દબાણ ઘટાડવું
ભારતની પરંપરાગત શિક્ષણ પ્રણાલીની રોટે લર્નિંગ અને ઉચ્ચ દાવ પરની પરીક્ષાઓ પર ભાર મૂકવા બદલ ટીકા કરવામાં આવી છે, જે વિદ્યાર્થીઓના તણાવ અને ચિંતામાં નોંધપાત્ર યોગદાન આપે છે. NEP 2020 આ દબાણને ઘટાડવા માટે વધુ લવચીક, મલ્ટિડિસિપ્લિનરી અભિગમ તરફ શિફ્ટ કરવાની દરખાસ્ત કરે છે, જેનાથી માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓના મૂળ કારણોમાંના એકને સંબોધવામાં આવે છે.
4. પ્રારંભિક તપાસ અને હસ્તક્ષેપની જરૂર છે
માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓમાં વહેલી શોધ અને હસ્તક્ષેપ લાંબા ગાળાની સમસ્યાઓને અટકાવી શકે છે અને વધુ સારા શૈક્ષણિક અને જીવન પરિણામોને સમર્થન આપી શકે છે. NEP 2020 પ્રારંભિક તબક્કે માનસિક સ્વાસ્થ્યની ચિંતાઓને ઓળખવા અને તેનું નિરાકરણ લાવવા શાળાઓમાં પ્રશિક્ષિત કાઉન્સેલર્સ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય વ્યાવસાયિકોની હાજરીની હિમાયત કરે છે.

5. માનસિક સ્વાસ્થ્યની આસપાસ કલંક

માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ ઘણીવાર કલંક ધરાવે છે, વિદ્યાર્થીઓને મદદ મેળવવાથી અટકાવે છે. NEP 2020 નો માનસિક સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ અને શાળાઓમાં સમર્થનને એકીકૃત કરવા પરનો ભાર માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિશેની ચર્ચાઓને સામાન્ય બનાવવામાં મદદ કરી શકે છે, કલંક ઘટાડવામાં અને વિદ્યાર્થીઓને જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે મદદ લેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરી શકે છે.

6. શિક્ષકો અને શિક્ષકોને સહાયક

શિક્ષકો ઘણીવાર વિદ્યાર્થીની વર્તણૂક અથવા કામગીરીમાં ફેરફારની નોંધ લેનારા પ્રથમ હોય છે જે માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ સૂચવી શકે છે. NEP 2020 માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાગૃતિ માટે શિક્ષકોની તાલીમની જરૂરિયાત પર ભાર મૂકે છે, જે શિક્ષકોને પ્રારંભિક સહાય પૂરી પાડવા અને વિદ્યાર્થીઓને યોગ્ય સંસાધનોનો સંદર્ભ આપવા સક્ષમ બનાવે છે.

7. જીવન કૌશલ્ય શિક્ષણ

આ નીતિ જીવન કૌશલ્ય શિક્ષણના મહત્વ પર પ્રકાશ પાડે છે, જેમાં વિદ્યાર્થીઓને તણાવનું સંચાલન કેવી રીતે કરવું, સ્થિતિસ્થાપકતા કેળવવી અને ભાવનાત્મક બુદ્ધિ વિકસાવવી તે શીખવવાનો સમાવેશ થાય છે. આ કુશળતા માનસિક સુખાકારી જાળવવા અને જીવનના પડકારોને નેવિગેટ કરવા માટે નિર્ણાયક છે.

8. સમાવેશી અને સહાયક શિક્ષણ પર્યાવરણ

NEP 2020 એક સમાવિષ્ટ અને સહાયક શિક્ષણ વાતાવરણ બનાવવાની હિમાયત કરે છે જે તમામ વિદ્યાર્થીઓની વિવિધ જરૂરિયાતો પૂરી કરે છે, જેમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યના પડકારો હોય તેવા વિદ્યાર્થીઓનો પણ સમાવેશ થાય છે. આમાં જરૂરી સગવડો પ્રદાન કરવી અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સેવાઓ દરેક માટે સુલભ છે તેની ખાતરી કરવાનો સમાવેશ થાય છે.

9. લાંબા ગાળાની સામાજિક અસર

શિક્ષણ પ્રણાલીમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓને સંબોધવાથી સમગ્ર સમાજ પર ઊંડી અસર પડી શકે છે. માનસિક રીતે સ્વસ્થ વિદ્યાર્થીઓ સારી રીતે સમાયોજિત, ઉત્પાદક પુખ્ત વયના લોકો બની શકે છે જેઓ સમાજમાં સકારાત્મક યોગદાન આપે છે. માનસિક સ્વાસ્થ્યને પ્રાથમિકતા આપીને, NEP 2020નો હેતુ એક મજબૂત, સ્વસ્થ ભાવિ પેઢી બનાવવાનો છે.

5. NEP 2020: માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાળવણી માટેનો અભ્યાસક્રમ

નેશનલ એજ્યુકેશન પોલિસી (NEP) 2020 એવા અભ્યાસક્રમની કલ્પના કરે છે જે વિદ્યાર્થીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને એકંદર સુખાકારીને સમર્થન આપે છે. જ્યારે તે ચોક્કસ "માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળ અભ્યાસક્રમ" સૂચવતું નથી, ત્યારે તે માનસિક સુખાકારીને પ્રોત્સાહન આપવાના હેતુથી વ્યાપક અભ્યાસક્રમમાં ઘણી પહેલ અને ફેરફારોની રૂપરેખા આપે છે. NEP 2020 એ અભ્યાસક્રમમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળને કેવી રીતે સામેલ કરે છે તે અહીં છે:

1. જીવન કૌશલ્ય શિક્ષણ

- સામાજિક-ભાવનાત્મક શિક્ષણ (SEL): NEP 2020 જીવન કૌશલ્ય શિક્ષણના અભ્યાસક્રમમાં એકીકરણ પર ભાર મૂકે છે, જેમાં સામાજિક-ભાવનાત્મક શિક્ષણનો સમાવેશ થાય છે. આમાં વિદ્યાર્થીઓને ભાવનાત્મક બુદ્ધિ, સહાનુભૂતિ, તણાવ વ્યવસ્થાપન અને અસરકારક સંચાર જેવી કૌશલ્યો શીખવવાનો સમાવેશ થાય છે. આ કૌશલ્યો માનસિક સુખાકારી માટે નિર્ણાયક છે અને વિદ્યાર્થીઓને જીવનની જટિલતાઓને નેવિગેટ કરવામાં મદદ કરે છે.
- સ્થિતિસ્થાપકતા નિર્માણ: અભ્યાસક્રમનો ઉદ્દેશ્ય વિદ્યાર્થીઓમાં સ્થિતિસ્થાપકતા કેળવવાનો, તેમને પડકારોનો સામનો કરવામાં અને પ્રતિકૂળતામાંથી પાછા આવવામાં મદદ કરવાનો છે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે આ જરૂરી છે, કારણ કે તે વિદ્યાર્થીઓને તણાવ અને ચિંતાને નિયંત્રિત કરવા માટેના સાધનોથી સજ્જ કરે છે.

2. આકારણી પદ્ધતિઓ પુનઃવ્યાખ્યાયિત કરવી

- ઉચ્ચ-સ્ટેક્સ પરીક્ષાઓ પર ઓછો ભાર: NEP 2020 એ પરીક્ષાઓ પર વધુ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરતી સિસ્ટમથી દૂર રહેવાનું સૂચન કરે છે જે સતત અને વ્યાપક મૂલ્યાંકન (CCE) નો ઉપયોગ કરે છે. આ અભિગમ ઉચ્ચ-સ્ટેક પરીક્ષાઓ સાથે સંકળાયેલા દબાણને ઘટાડે છે, જે વિદ્યાર્થીઓ માટે તણાવનું એક મહત્વપૂર્ણ સ્ત્રોત છે.
- હોલિસ્ટિક રિપોર્ટ કાર્ડ્સ: હોલિસ્ટિક રિપોર્ટ કાર્ડ્સની રજૂઆત, જેમાં જ્ઞાનાત્મક, લાગણીશીલ અને સાયકોમોટર ડોમેન્સનું મૂલ્યાંકન શામેલ છે, તે ખાતરી કરે છે કે વિદ્યાર્થીઓના માનસિક અને ભાવનાત્મક સ્વાસ્થ્યને તેમના શૈક્ષણિક પ્રદર્શનની સાથે ધ્યાનમાં લેવામાં આવે છે.

3. લવચીક અભ્યાસક્રમ માળખું

- મલ્ટિડિસિપ્લિનરી એપ્રોચ: NEP 2020 એ શિક્ષણ પ્રત્યે બહુ-શાખાકીય અભિગમની હિમાયત કરે છે, જે વિદ્યાર્થીઓને વિવિધ ક્ષેત્રોમાં તેમની રુચિના વિષયોને અનુસરવાની મંજૂરી આપે છે. આ સુગમતા કઠોર શૈક્ષણિક માર્ગને વળગી રહેવાના તાણને ઘટાડે છે અને વિદ્યાર્થીઓને માનસિક સુખાકારીને પ્રોત્સાહન આપતી પ્રવૃત્તિઓમાં જોડાવા દે છે, જેમ કે કલા, રમતગમત અને અન્ય અભ્યાસેતર પ્રવૃત્તિઓ.
- શારીરિક શિક્ષણ અને સુખાકારીનો સમાવેશ: નીતિ અભ્યાસક્રમમાં શારીરિક શિક્ષણ, યોગ અને સુખાકારી કાર્યક્રમોના એકીકરણને પ્રોત્સાહિત કરે છે. શારીરિક પ્રવૃત્તિ માનસિક સ્વાસ્થ્ય સાથે ગાઢ રીતે જોડાયેલી છે, જે તણાવ અને ચિંતા ઘટાડવામાં અને એકંદર મૂડને સુધારવામાં મદદ કરે છે.

4. કાઉન્સેલિંગ અને મેન્ટલ હેલ્થ સપોર્ટનો સમાવેશ

- શાળા-આધારિત કાઉન્સેલિંગ સેવાઓ: NEP 2020 શાળાઓમાં પ્રશિક્ષિત કાઉન્સેલર્સ રાખવાના મહત્વ પર ભાર મૂકે છે. આ કાઉન્સેલર્સ માત્ર શૈક્ષણિક અને કારકિર્દી માર્ગદર્શનને સંબોધશે નહીં પરંતુ માનસિક સ્વાસ્થ્ય સહાય પણ આપશે. અભ્યાસક્રમમાં વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક અનુભવના ભાગરૂપે કાઉન્સેલરો સાથેના નિયમિત સત્રોનો સમાવેશ થઈ શકે છે.

- માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાગૃતિ કાર્યક્રમો: નીતિ શાળાઓને માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિશે વર્કશોપ, સેમિનાર અને જાગૃતિ કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવા પ્રોત્સાહિત કરે છે. આ પહેલોનો હેતુ વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો અને માતા-પિતાને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ વિશે શિક્ષિત કરવાનો, કલંકને તોડવાનો અને પ્રારંભિક હસ્તક્ષેપને પ્રોત્સાહન આપવાનો છે.

5. શિક્ષક તાલીમ અને સંવેદના

- શિક્ષકો માટે ક્ષમતા નિર્માણ: NEP 2020 શિક્ષક તાલીમ કાર્યક્રમોની જરૂરિયાતને પ્રકાશિત કરે છે જે શિક્ષકોને માનસિક સ્વાસ્થ્યની જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓને ઓળખવા અને સહાય કરવા માટે કૌશલ્યોથી સજ્જ કરે છે. શિક્ષકોને સહાયક વર્ગખંડનું વાતાવરણ બનાવવા માટે પણ પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવે છે જે માનસિક સુખાકારીને પ્રોત્સાહન આપે છે.
- શિક્ષકો માટે માનસિક સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ: અભ્યાસક્રમના ફેરફારોના ભાગમાં શિક્ષકોને માનસિક સ્વાસ્થ્યના મુદ્દાઓ પર શિક્ષિત કરવાનો સમાવેશ થાય છે, તેઓને તકલીફના પ્રારંભિક સંકેતોને ઓળખવામાં અને વિદ્યાર્થીઓને યોગ્ય સંસાધનોનો સંદર્ભ આપવા સક્ષમ બનાવે છે.

6. સમાવેશી શિક્ષણ વ્યવહાર

- વિવિધ શીખનારાઓ માટે સમર્થન: NEP 2020 સમાવિષ્ટ શિક્ષણની હિમાયત કરે છે, તે સુનિશ્ચિત કરે છે કે માનસિક સ્વાસ્થ્ય પડકારો અથવા વિશેષ જરૂરિયાતો ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓને યોગ્ય સમર્થન મળે. અભ્યાસક્રમમાં તમામ શીખનારાઓની વિવિધ જરૂરિયાતોને પહોંચી વળવા માટે આવાસ અને ફેરફારોનો સમાવેશ કરવામાં આવશે.
- સલામત અને સહાયક વાતાવરણ બનાવવું: નીતિ એક સુરક્ષિત, સહાયક અને બિન-નિર્ણયાત્મક શાળા વાતાવરણની રચનાને પ્રોત્સાહન આપે છે જ્યાં વિદ્યાર્થીઓ તેમની માનસિક સ્વાસ્થ્યની ચિંતાઓ વિશે ચર્ચા કરવામાં આરામદાયક અનુભવે છે.

7. સમુદાય અને માતાપિતાની સંડોવણી

માતાપિતા અને સમુદાય સાથે જોડાણ: NEP 2020 માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત પાસાઓ સહિત શૈક્ષણિક પ્રક્રિયામાં માતાપિતા અને સમુદાયની સંડોવણીને પ્રોત્સાહિત કરે છે. શાળાઓમાં વિદ્યાર્થીઓની માનસિક સુખાકારી પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરતી માતા-પિતા-શિક્ષક બેઠકોનો સમાવેશ થઈ શકે છે અને માતા-પિતાને ઘરે તેમના બાળકોના માનસિક સ્વાસ્થ્યને ટેકો આપવા માટે સંસાધનો પ્રદાન કરી શકે છે.

NEP 2020 એક અભ્યાસક્રમ બનાવવાનો પ્રયાસ કરે છે જે જીવન કૌશલ્ય શિક્ષણ, લવચીક શિક્ષણ, ઘટાડેલું શૈક્ષણિક દબાણ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સહાયક સેવાઓના સમાવેશ દ્વારા વિદ્યાર્થીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્યને સમર્થન આપે છે. આ ઘટકોને અભ્યાસક્રમમાં એકીકૃત કરીને, નીતિનો હેતુ એક સર્વગ્રાહી શૈક્ષણિક અનુભવને પ્રોત્સાહન આપવાનો છે જે દરેક વિદ્યાર્થીની માનસિક, ભાવનાત્મક અને શારીરિક સુખાકારીને પોષે છે.

6. ઉપસંહાર

NEP 2020 વિદ્યાર્થીઓની એકંદર સુખાકારી અને સફળતાને સમર્થન આપવા માટે શિક્ષણમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળની તાત્કાલિક જરૂરિયાતને ઓળખે છે. માનસિક સ્વાસ્થ્યને સક્રિય રીતે સંબોધીને, નીતિનો ઉદ્દેશ વધુ સંતુલિત અને સહાયક શૈક્ષણિક વાતાવરણ બનાવવાનો છે જે શૈક્ષણિક સિદ્ધિઓ અને વ્યક્તિગત વૃદ્ધિ બંનેને પ્રોત્સાહન આપે છે.

સંદર્ભ સૂચિ

1. Aithal, P. S., & Aithal, S. (2019). Analysis of Higher Education in Indian National Education Policy Proposal 2019 and its Implementation Challenges. International Journal of Applied Engineering and Management Letters (IJAEML), 3(2).
2. Document on National Policy on Education 1986: https://www.education.gov.in/sites/upload_files/mhrd/files/upload_document/npe.pdf
3. Draft National Education Policy 2019: https://www.education.gov.in/sites/upload_files/mhrd/files/Draft_NEP_2019_EN_Revised.pdf
4. Education in India: https://en.wikipedia.org/wiki/Education_in_India
5. India beats China in Schools but Lags in Education: <https://timesofindia.indiatimes.com/india/india-has-3-times-moreschools-than-china-but-they-are-a-mess/articleshow/68616961.cms>