

## माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव का तुलनात्मक अध्ययन

सुमित द्विवेदी\*

### सार

प्रस्तुत शोध में माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव का तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। प्रस्तुत शोध अध्ययन के लिए शोधार्थी द्वारा न्यादर्श के रूप में बांसवाड़ा जिले की घाटोल तहसील के चार राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के कुल 100 विद्यार्थियों (प्रत्येक विद्यालय से 25-25 विद्यार्थियों) का यादृच्छिक न्यादर्श विधि से चयन किया गया। प्रदत्तों के संकलन के लिये शोधार्थी द्वारा सृजनात्मकता के लिये वी.के. पासी द्वारा निर्मित सृजनशीलता परीक्षण मापनी का उपयोग किया गया है एवं योग शिक्षा के प्रभाव के लिये स्वनिर्मित प्रश्नावली का प्रयोग शिक्षा किया गया। जिसमें 20 प्रश्नों का समावेश सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के लिये किया गया। शोध परिणामों से प्राप्त हुआ की बांसवाड़ा जिले की घाटोल तहसील के राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता के माध्य फलांकों में सार्थक अंतर पाया गया। राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में सार्थक अंतर पाया गया। राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में सार्थक अंतर पाया गया।

**शब्दकोश:** न्यादर्श विधि, सृजनात्मकता, निर्माणशील क्रियाकलाप, सृजनशील चिंतन।

### प्रस्तावना

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है उसका पूरा जीवन समाज में व्यतीत होता है। विद्यार्थी समाज की एक ऐसी कड़ी है, जिसमें सृजनात्मकता का विशेष संचार होता है और वह नित्य नये-नये अवसर प्राप्त कर सृजनशील क्षमता का परीक्षण भी देता है। प्रकृति प्रदत्त भौतिक सामग्री में से तथा वस्तुगत जगत की नियम संगति के संज्ञान के आधार पर समाज की विभिन्न आवश्यकताओं की पूर्ति करने वाले नये यथार्थ का निर्माण करने की मानव क्षमता ही सृजनात्मकता है। जिसकी उत्पत्ति गतिविधि की प्रक्रिया में हुई हो, सृजनात्मकता निर्माणशील क्रियाकलाप के स्वरूप से निर्धारित होते हैं। सृजन की प्रक्रिया में कल्पना समेत मनुष्य के समस्त आत्मिक शक्तियों और साथ ही वह दक्षता भाग लेती है जो प्रशिक्षण तथा अभ्यास के साथ-साथ योग से हासिल होती है तथा सृजनशील चिंतन को मूर्त रूप देने के लिए आवश्यक होती है व्यायाम या शारीरिक क्रियाओं में सक्रिय रहना व्यक्ति की स्वाभाविक प्रवृत्ति है क्योंकि अधिक लम्बे समय तक मनुष्य बिना कार्य करे नहीं रह सकता। शारीरिक श्रम बालक की स्वाभाविक प्रवृत्ति है। बालक मनोरंजन के लिए जो शारीरिक क्रियाएं करता है वह अपनी रुचि से करता है तभी तो वह घण्टों तक खेलने के बाद भी थकान का अनुभव नहीं करता है।

**टी.पी. नन.** के अनुसार "खेल व्यक्ति की सृजनात्मक प्रक्रियाओं का गहन प्रदर्शन है।" योग के द्वारा समस्त आन्तरिक एवं बाह्य व्याधियों को दूर किया जाता है। योग मानसिक विकारों को दूर करके मानव मस्तिष्क को स्वस्थ एवं पूर्ण बनाता है। योग के विभिन्न आयामों से मस्तिष्क को केन्द्रित कर आधुनिक शोध कार्यों में भी संबद्धता मिलती है। योग की पूर्ण सिद्धि हो जाने पर यथा समय ज्ञान स्वयं अपनी अन्तरात्मा से

\* अतिथि सहायक आचार्य, गोविन्द गुरु जनजातिय विश्वविद्यालय, बांसवाड़ा, राजस्थान।

प्राप्त होता है। किसी भी कार्य को करने के लिए तीक्ष्ण एवं निर्मल बुद्धि का होना आवश्यक है। बुद्धि की निर्मलता योग द्वारा ही होती है। प्राचीन काल में योग का पालन करना सभी वर्ग के लिए एक कर्तव्य माना जाता था। विशेष रूप से शिक्षक और चिकित्सक वर्ग के लिए, वायुयानादि, चालकों को ध्यान केन्द्रित करने के लिए यौगिक क्रियाओं का अभ्यास कराया जाता था। वर्तमान में भी यौगिक क्रियाओं द्वारा रोगोपचार एवं बौद्धिक विकास के लिए औषधालयों एवं शिक्षण संस्थाओं में योग को विशेष महत्व दिया जा रहा है।

योग का प्रभाव आज विश्व के मानव मस्तिष्क पर पड़ चुका है। यद्यपि कहीं-कहीं इसके वास्तविक स्वरूप को लेकर भी कई प्रकार की अज्ञानताएं हैं, जिनका निराकरण समय रहते हमारे द्वारा किया जाना अत्यन्त आवश्यक है। व्यक्ति के व्यक्तित्व का परिष्कार हो अथवा परिवार, समाज, राष्ट्र का सुधार हो, व्यक्ति की शैक्षिक उपलब्धि के साथ-साथ योग भी सदा ही इसमें आगे रहा है।

वर्तमान में प्रारंभिक शिक्षा स्तर पर विद्यार्थियों के सृजनात्मक पर योग शिक्षा का प्रभाव की सफलता के लिए किये जा रहे सभी प्रयासों तथा उक्त सम्बर्ग के विद्यार्थियों में वास्तविक स्थिति का अध्ययन तथा उसमें वांछित सुधार हेतु सुझाव देने के लिए शैक्षिक शोध कार्य करने की आवश्यकता है। उसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए प्रस्तुत शोध समस्या का चयन किया है।

### योग शिक्षा का अर्थ

योग आध्यात्मिक अनुशासन एवं अत्यन्त सूक्ष्म विज्ञान पर आधारित ज्ञान है जो मन और शरीर के नीचे सामंजस्य स्थापित करता है। “संस्कृत वाङ्मय के अनुसार योग शब्द 'युज' धातु से व्युत्पन्न हुआ है। पाणिनी व्याकरण के अनुसार यह तीन अर्थों में प्रयुक्त होता है। गुण समधि-समाधि, युजिर योग – जोड़, (1) भुज् समझने – सामंजस्य (2) यौगिक ग्रंथों के अनुसार (3) योग अभ्यास व्यक्तिगत चेतनता को सार्वभौतिक चेतना के साथ एकाकार कर देता है योग व्यापक विषय है। व्यावहारिक दृष्टि से योग मानसिक, शारीरिक तथा आध्यात्मिक विकास का क्रम है। योग का लक्ष्य, शरीर को मानसिक शांति प्राप्त करने के लिए तैयार करना है, जो कि परब्रह्म प्राप्ति के लिए आवश्यक है। विद्यार्थियों की शिक्षा के संदर्भ में योग उनके जीवन निर्माण का अनुपम साधन, स्वस्थ व चारित्रिक जीवनयापन की अनुपम कला व व्यवहार में सुधार लाने का अति उत्तम साधन है। यही शिक्षा विद्यार्थियों के व्यक्तित्व का पूर्ण विकास करके शरीर, मन व आत्मा में नवजीवन और स्फूर्ति प्रदान करती है। योग शिक्षा शालीनता, आत्म गौरव, अनुशासन, त्याग, निष्काम सेवा करने की व कर्तव्यपरायणता आदि की अच्छी भावनाओं को जागृत करती है। यही यौगिक शिक्षा उन्हें चतुर कर्मठ सेनानी तथा कुशल कार्यकर्ता, आदर्श नागरिक व समाजसेवी बनाने में सक्षम है। यही उनको स्वयं, परिवार, समाज, राष्ट्र व ईश्वर के प्रति अपने कर्तव्यों का पालन तथा दायित्व का बोध करा उन्हें भली प्रकार निभाने की भी सामर्थ्य प्रदान करती है। योग शिक्षा को प्रायः शारीरिक शिक्षा या खेलकूद का अंग समझा जाता है जो सर्वथा गलत है, क्योंकि योग का वास्तविक ध्येय विद्यार्थी का सर्वांगीण व्यक्तित्व यानि शरीर, मन व आत्मा का विकास है। विद्यार्थियों में अच्छे संस्कार का सिंचन हो, तभी उज्ज्वल भविष्य की आशा संभावित हो सकती है। शिशुकाल से ही बालकों को योग के सरल आसन की शिक्षा दी जाये तो एकाग्रता में व स्मृति क्षमता में वृद्धि होती है। शरीर सुदृढ़ सुन्दर तथा मन व बुद्धि निर्मल बन जाती है। आज कक्षा में छात्र प्राकृतिक रूप से शिक्षा ग्रहण नहीं करते हैं। प्रताड़ना व भय के कारण वे अल्प ज्ञान प्राप्त करते हैं। उनका उद्देश्य होता है परीक्षा पास करना। योग प्रणाली में बच्चों को संभाषण के माध्यम से शिक्षा दी जाती है। मानसिक रूप से छात्र बहुत ही सूक्ष्मदर्शी होते हैं और इसलिए संचार के माध्यम से दिया गया ज्ञान से जल्दी ग्रहण कर लेते हैं।

### पूर्व शोध का अध्ययन

शास्त्री, अनुराग एवं अन्य (2011) ने माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के योग पर सृजनात्मकता के प्रभाव का अध्ययन। इस अध्ययन के उद्देश्य थे – 1 माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के योग पर सृजनात्मकता के प्रभाव का अध्ययन करना। 2 माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के योग पर समायोजन के प्रभाव का अध्ययन करना। अध्ययन में न्यादर्श के रूप में जबलपुर के शासकीय माध्यमिक विद्यालय के कक्षा 10 के विद्यार्थियों का

चयन दैव न्यादर्श पद्धति से किया गया। अध्ययन के निष्कर्ष थे —1 माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के योग पर सृजनात्मकता का सार्थक प्रभाव पाया गया। 2 माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के योग पर समायोजन पर सार्थक प्रभाव पाया गया।

**माथुर, अलका (2012)** ने हाई स्कूल के विद्यार्थियों के शैक्षिक उपलब्धि, शैक्षिक आकांक्षा स्तर एवं सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव का अध्ययन पर शोध अध्ययन किया। निष्कर्ष में यह पाया गया कि शैक्षिक उपलब्धि, शैक्षिक आकांक्षा स्तर, सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव सार्थक रूप से धनात्मक सह संबंधित था। शहरी हाई स्कूल के विद्यार्थियों के संदर्भ में उनकी शैक्षिक उपलब्धि, शैक्षिक आकांक्षा स्तर सृजनात्मकता, पर योग का प्रभाव सार्थक रूप से सकारात्मक सहसंबंधित था। ग्रामीण हाई स्कूल के विद्यार्थियों की भविष्य में होने वाली शैक्षिक उपलब्धि, शैक्षिक आकांक्षा स्तर, सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव सार्थक रूप से सकारात्मक सह संबंधित था।

### औचित्य

वर्तमान समय में विद्यार्थियों की सृजनात्मकता का पता लगाना आवश्यक है और यह भी ज्ञात करना आवश्यक है कि सृजनात्मक विद्यार्थियों को योग के द्वारा किस प्रकार प्रभावित किया जा सकता है? क्योंकि नवीन चुनौतियों को अनुकूल बनाने के लिए सृजनशीलता में योग का समावेश आवश्यक है जिससे संवेदनशील समाज का निर्माण होगा। वर्तमान मानवीय समाज में योग की एक विशेष भूमिका रही है। आधुनिकता के दौर में हम प्रद्योगिकी के क्षेत्र में काफी आगे निकल गए हैं और दूसरी ओर मानव समाज में योग करने की होड़ लगी है। विद्यालय शिक्षा प्रदान करने वाली महत्वपूर्ण संस्था हैं, लेकिन विद्यालय के विद्यार्थियों के घर एवं विद्यालय के वातावरण एवं शिक्षण में कई असमानताये हैं, जैसे उनका रहन-सहन, पारिवारिक स्थितियों एवं विद्यालय परिवेश इत्यादि। विद्यालय में पढने वाले विद्यार्थियों की सृजनात्मकता में क्या समानताये या असमानताये हैं और उन पर योग का क्या प्रभाव पडता है, इस बात को ध्यान में रखते हुये शोधार्थी द्वारा उक्त क्षेत्र में शोध कार्य करने का निर्णय लिया।

### समस्या कथन

“माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव का तुलनात्मक अध्ययन करना।”

### अध्ययन के उद्देश्य

अध्ययन के निम्न उद्देश्य थे—

- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता के माध्य फलांकों में तुलनात्मक अध्ययन करना।
- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में तुलनात्मक अध्ययन करना।
- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में तुलनात्मक अध्ययन करना

### परिकल्पनाएँ

अध्ययन की निम्न परिकल्पनाएँ थी—

- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता के माध्य फलांकों में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।
- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।
- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।

### परिसीमन

- यह शोध कार्य बांसवाड़ा जिले की घाटोल तहसील के विद्यार्थियों तक ही सीमित है।
- यह शोध कार्य सृजनात्मकता एवं योग के प्रभाव तक ही सीमित है।
- यह शोध कार्य राजकीय एवं निजी माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों तक ही सीमित है।

### न्यादर्श

प्रस्तुत शोध अध्ययन के लिए शोधार्थी द्वारा न्यादर्श के रूप में बांसवाड़ा जिले घाटोल तहसील के चार राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के कुल 100 विद्यार्थियों (प्रत्येक विद्यालय से 25-25 विद्यार्थियों) का यादृच्छिक न्यादर्श विधि से चयन किया गया।

### शोध विधि

इस शोध कार्य में सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया।

### शोध कार्य में प्रयुक्त चर:-

- स्वतंत्र चर – माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थी
- आश्रित चर – सृजनात्मकता एवं योग

### उपकरण

प्रस्तुत अध्ययन के अंतर्गत माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग शिक्षा के प्रभाव से संबंधित प्रदत्त एकत्रित किये गये। इन प्रदत्तों के संकलन के लिये शोधार्थी द्वारा सृजनात्मकता के लिये वी.के. पासी द्वारा निर्मित सृजनशीलता परीक्षण मापनी का उपयोग किया गया है एवं योग शिक्षा के प्रभाव के लिये स्वनिर्मित प्रश्नावली का प्रयोग शिक्षा किया गया। जिसमें 20 प्रश्नों का समावेश सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के लिये किया गया।

### प्रदत्तों का संकलन

शोधार्थी द्वारा प्रदत्तों के संकलन हेतु प्रधानाचार्य से अनुमति प्राप्त कर राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों से सोहार्द्रपूर्ण वातावरण में सृजनात्मकता एवं योग के प्रभाव की मापनी भरवायी गई।

### प्रदत्तों का विश्लेषण

प्रस्तुत अध्ययन में परिकल्पनाओं के परीक्षण हेतु संकलित प्रदत्तों का विश्लेषण स्वतंत्र  $t$  टेस्ट द्वारा किया गया।

### परिणाम एवं विवेचना:

तालिका 1: राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता के माध्य फलांकों का सारांश

सृजनात्मकता	N	M	SD	"t" value	dfa	Inference	Level of a Sig.
राजकीय विद्यालय के विद्यार्थी	50	59.60	6.17	8.61	98	Significance	.01
निजी विद्यालय के विद्यार्थी	50	71.20	7.25				

तालिका 1 से पता चलता है कि बांसवाड़ा जिले घाटोल तहसील के राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता का माध्य 59.60 एवं प्रमाणिक विचलन 6.17 है, एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता के माध्य 71.20 एवं प्रमाणिक विचलन 7.25 है, तथा  $t$  का मान 8.61 है, जो  $df = 98$  के सार्थकता के स्तर 0.01 पर सार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना " राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता के माध्य फलांकों में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।" निरस्त की जाती है। निष्कर्ष स्वरूप यह कहा जा सकता है कि राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की

सृजनात्मकता के माध्य फलांकों में सार्थक अंतर पाया गया। निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता के माध्य फलांकों का मान 71.20 है, जो राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता के माध्य फलांको के मान 59.60 से सार्थक रूप से ज्यादा है। अर्थात् निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता, राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता की तुलना में अधिक पायी गई।

**तालिका 2: राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों का सारांश**

योग का प्रभाव	N	M	SD	"t" value	dfa	Inference	Level of Sig.
राजकीय विद्यालय के विद्यार्थी	50	18.22	1.8	22.73	98	<b>Significance</b>	.01
निजी विद्यालय के विद्यार्थी	50	28.02	2.04				

तालिका 2 से पता चलता है कि बांसवाड़ा जिले घाटोल तहसील के राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव का माध्य 18.22 एवं प्रमाणिक विचलन 1.8 है, एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य 28.02 एवं प्रमाणिक विचलन 2.04 है, तथा  $t$  का मान 22.73 है, जो  $df = 98$  के सार्थकता के स्तर 0.01 पर सार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना "राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।" निरस्त की जाती है। निष्कर्ष स्वरूप यह कहा जा सकता है कि राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में सार्थक अंतर पाया गया। निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों का मान 28.02 है, जो राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव के माध्य फलांको के मान 18.22 से सार्थक रूप से ज्यादा है। अर्थात् निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग का प्रभाव, राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर योग के प्रभाव की तुलना में अधिक पाया गया।

**तालिका 3: राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों का सारांश**

सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव	N	M	SD	"t" value	dfa	Inference	Level of Sig.
राजकीय विद्यालय के विद्यार्थी	50	103.56	18.42	3.52	98	<b>Significance</b>	.01
निजी विद्यालय के विद्यार्थी	50	115.86	16.45				

तालिका 3 से पता चलता है कि बांसवाड़ा जिले के घाटोल तहसील के राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव का माध्य 103.56 एवं प्रमाणिक विचलन 18.42 है, एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव का माध्य 115.86 एवं प्रमाणिक विचलन 16.45 है, तथा  $t$  का मान 3.52 है, जो  $df = 98$  के सार्थकता के स्तर 0.01 पर सार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना " राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।" निरस्त की जाती है। निष्कर्ष स्वरूप यह कहा जा सकता है कि राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों में सार्थक अंतर पाया गया। निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों का मान 115.86 है, जो राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलांकों के मान 103.56 से सार्थक रूप से ज्यादा है। अर्थात् निजी विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव, राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव की तुलना में अधिक है।

### निष्कर्ष

- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता के माध्य फलाकों में सार्थक अंतर पाया गया। अर्थात् निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता, राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों पर सृजनात्मकता की तुलना में अधिक पायी गई।
- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलाकों में सार्थक अंतर पाया गया। अर्थात् निजी विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव, राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव की तुलना में अधिक है।
- राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव के माध्य फलाकों में सार्थक अंतर पाया गया। अर्थात् निजी विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव, राजकीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग का प्रभाव की तुलना में अधिक है।

### शैक्षिक निहितार्थ

प्रस्तुत शोध के प्राप्त परिणामों के अध्ययन से पता चलता है कि राजकीय एवं निजी माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनात्मकता पर योग के प्रभाव अधिक पाया गया। माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थी अपने स्वास्थ्य एवं अपने आचरण का विशेष रूप से ध्यान रखते हैं। उनका मानना है कि उनका व्यवहार उनके माता-पिता के दिये हुये संस्कार को दर्शाता है। इसलिये वे योग के साथ-साथ सृजनात्मकता पर भी विशेष ध्यान देते हैं। माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के माता-पिता को अपने व्यवसाय या कार्य के साथ-साथ अपने बच्चों पर भी विशेष ध्यान देना चाहिये और उन्हें अधिक से अधिक योग शिक्षा के प्रति सजगता अपनानी चाहिये जिससे विद्यार्थी योग के द्वारा अपने स्वास्थ्य एवं आचरण का पालन कर सकें और माता-पिता को अपने बच्चों के सामने सभ्य भाषा का प्रयोग करना चाहिये जिससे बच्चों में सृजनात्मकता ओर अधिक विकास हो सके।

### संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. गैरेट एच. (2005) मनोविज्ञान और शिक्षा मे सांख्यिकी, नई दिल्ली, पारागाण इन्टरनेशनल पब्लिशर्स।
2. शर्मा एवं सहगल (2006) योग शिक्षा (एक परिचय), फ्रैंडज पब्लिकेशन।
3. स्वामी योगाचार्य आनन्द (2005) योगासन और स्वास्थ्य, मनोज पॉकेट बुक्स।
4. दुबे एवं दीक्षित (2011) योग शिक्षा, राधा प्रकाशन।
5. अतुल शुक्ला (2007) योग साधना, खेल साहित्य।

