

डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम का माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की एकाग्रता पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन

डॉ. सुनिता कुमारी शर्मा¹, सुमन शर्मा²

¹एसोसिएट प्रोफेसर, बियानी गर्ल्स बी.एड. कॉलेज, जयपुर

²बी.एड., एम.एड. छात्रा, बियानी गर्ल्स बी.एड. कॉलेज, जयपुर

शोध सार

वर्तमान डिजिटल युग में विद्यार्थियों का जीवन मोबाइल फोन, सोशल मीडिया, ऑनलाइन गेम्स, वीडियो प्लेटफॉर्म तथा अन्य डिजिटल उपकरणों से अत्यधिक प्रभावित हो गया है। विशेषकर माध्यमिक स्तर के विद्यार्थी तकनीकी संसाधनों का उपयोग अध्ययन, मनोरंजन तथा सामाजिक संपर्क के लिए करते हैं। यद्यपि डिजिटल तकनीक ने शिक्षा को सुलभ बनाया है, किन्तु इसके अत्यधिक उपयोग से विद्यार्थियों की एकाग्रता, स्मृति, अध्ययन की निरंतरता तथा शैक्षणिक उपलब्धि पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ रहा है।

प्रस्तुत शोध का मुख्य उद्देश्य यह अध्ययन करना है कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की एकाग्रता में किस प्रकार सुधार लाता है। डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम से अभिप्राय एक नियोजित प्रक्रिया से है, जिसमें विद्यार्थियों को सीमित समय के लिए मोबाइल, सोशल मीडिया, वीडियो गेम तथा अनावश्यक स्क्रीन उपयोग से दूर रखा जाता है। यह अध्ययन प्रयोगात्मक विधि पर आधारित है जिसमें पूर्व-परीक्षण एवं पश्चात-परीक्षण के माध्यम से विद्यार्थियों की एकाग्रता में परिवर्तन का विश्लेषण किया गया है। शोध के निष्कर्षों से यह स्पष्ट हुआ कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम विद्यार्थियों की अध्ययन में रुचि, ध्यान स्थिरता तथा मानसिक शांति को बढ़ाने में सहायक सिद्ध होता है। हाल के अध्ययनों में भी पाया गया है कि नियंत्रित स्क्रीन उपयोग से छात्र फोकस और अकादमिक प्रदर्शन बेहतर होता है।

मुख्य शब्द डिजिटल डिटॉक्स, एकाग्रता, माध्यमिक स्तर, विद्यार्थी, स्क्रीन टाइम, अध्ययन व्यवहार, ध्यान क्षमता, शैक्षणिक उपलब्धि

प्रस्तावना

आधुनिक समाज में डिजिटल तकनीक मानव जीवन का अभिन्न अंग बन चुकी है। शिक्षा के क्षेत्र में स्मार्टफोन, टैबलेट, लैपटॉप तथा इंटरनेट आधारित प्लेटफॉर्म ने शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया को नई दिशा प्रदान की है। कोविड-19 के पश्चात ऑनलाइन शिक्षा के प्रसार ने डिजिटल उपकरणों की आवश्यकता को और अधिक बढ़ा दिया। माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में डिजिटल उपकरणों का उपयोग अध्ययन के अतिरिक्त मनोरंजन, सोशल मीडिया, गेमिंग तथा वीडियो देखने के लिए भी अत्यधिक बढ़ गया है। इस अत्यधिक उपयोग के कारण विद्यार्थियों का ध्यान बार-बार भंग होता है, जिससे उनकी अध्ययन क्षमता तथा एकाग्रता में कमी आती है। इसी समस्या के समाधान के रूप में डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम एक महत्वपूर्ण हस्तक्षेप के रूप में उभरा है, जिसका उद्देश्य विद्यार्थियों में स्वस्थ डिजिटल आदतों का विकास करना है।

समस्या का औचित्य

आज के समय में विद्यार्थियों के बीच ध्यान भंग होने की समस्या अत्यधिक बढ़ती जा रही है। मोबाइल नोटिफिकेशन, सोशल मीडिया स्कॉलिंग तथा ऑनलाइन गेम्स विद्यार्थियों के अध्ययन समय को प्रभावित करते हैं।

विशेष रूप से माध्यमिक स्तर वह अवस्था है जहाँ विद्यार्थियों की मानसिक, संज्ञानात्मक तथा व्यक्तित्व संबंधी क्षमताओं का तीव्र विकास होता है। यदि इस अवस्था में उनकी एकाग्रता कमजोर हो जाए, तो इसका सीधा प्रभाव उनकी शैक्षणिक उपलब्धि पर पड़ता है।

इसीलिए इस शोध का औचित्य यह है कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के माध्यम से यह जाना जाए कि क्या नियंत्रित स्क्रीन उपयोग विद्यार्थियों की ध्यान क्षमता में सकारात्मक परिवर्तन ला सकता है। कई हालिया अध्ययनों ने यह संकेत दिया है कि structured digital detox interventions से focus, sleep और attention में सुधार होता है।

सम्बन्धित साहित्य का पुनरावलोकन

प्रस्तुत शोध विषय "डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम का माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की एकाग्रता पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन" से संबंधित विभिन्न शोधों, पुस्तकों, शोध-पत्रों एवं पत्रिकाओं का अध्ययन किया गया। इस पुनरावलोकन का उद्देश्य यह जानना है

कि पूर्व में इस विषय पर किस प्रकार के अध्ययन किए गए हैं तथा उनके प्रमुख निष्कर्ष क्या रहे हैं। नीचे प्रमुख शोधों का विस्तृत विवरण प्रस्तुत है।

- **दीपा एवं कार्तिका (2025)** इस अध्ययन में विद्यार्थियों के अत्यधिक स्क्रीन समय तथा उसकी वजह से उनकी एकाग्रता पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन किया गया। शोधकर्ताओं ने विद्यालय स्तर के विद्यार्थियों से प्रश्नावली एवं अवलोकन विधि द्वारा आँकड़े एकत्रित किए। अध्ययन में यह पाया गया कि जो विद्यार्थी प्रतिदिन अधिक समय मोबाइल फोन, सोशल मीडिया और ऑनलाइन वीडियो प्लेटफॉर्म पर व्यतीत करते हैं, उनमें ध्यान भंग होने की समस्या अधिक पाई गई। डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम लागू करने के पश्चात विद्यार्थियों की अध्ययन में रुचि, स्मरण शक्ति तथा ध्यान स्थिरता में उल्लेखनीय सुधार देखा गया। उद्देश्य विद्यार्थियों के स्क्रीन समय का अध्ययन करना। स्क्रीन समय और एकाग्रता के संबंध का विश्लेषण करना। डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के प्रभाव का अध्ययन करना। शैक्षणिक उपलब्धि पर प्रभाव को जानना। निष्कर्ष अधिक स्क्रीन समय विद्यार्थियों की एकाग्रता को कम करता है। डिजिटल डिटॉक्स से ध्यान क्षमता बढ़ती है। विद्यार्थियों की अध्ययन में रुचि बढ़ती है। शैक्षणिक प्रदर्शन में सुधार होता है।
- **विद्यालयी विद्यार्थियों पर डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम अध्ययन (2023)** इस अध्ययन में विद्यालय स्तर के विद्यार्थियों पर डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के प्रभाव का परीक्षण किया गया। शोध में विद्यार्थियों की मोबाइल निर्भरता, सोशल मीडिया उपयोग तथा अध्ययन में ध्यान भंग होने की समस्या का विश्लेषण किया गया। शोध के परिणामों में पाया गया कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के बाद विद्यार्थियों की मोबाइल निर्भरता में कमी आई तथा अध्ययन कार्यों के प्रति उनकी एकाग्रता में सुधार हुआ। उद्देश्य विद्यार्थियों में डिजिटल निर्भरता का अध्ययन करना। डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम की प्रभावशीलता का परीक्षण करना। एकाग्रता स्तर में परिवर्तन का अध्ययन करना। अध्ययन व्यवहार में सुधार का विश्लेषण करना। निष्कर्ष मोबाइल उपयोग की अवधि में कमी आई। विद्यार्थियों की ध्यान क्षमता में सुधार हुआ। अध्ययन अनुशासन में वृद्धि हुई। मानसिक तनाव में कमी पाई गई।
- **विद्यालय आधारित स्क्रीन समय नियंत्रण अध्ययन (2025)** इस अध्ययन में विद्यालय आधारित हस्तक्षेपों के माध्यम से विद्यार्थियों के स्क्रीन समय को नियंत्रित करने का प्रयास किया गया। अध्ययन में पाया गया कि जिन विद्यार्थियों को स्क्रीन समय सीमित करने की स्पष्ट दिनचर्या दी गई, उनमें अध्ययन के समय ध्यान भटकने की समस्या कम हुई। उद्देश्य विद्यालय आधारित नियंत्रण कार्यक्रमों का अध्ययन करना। स्क्रीन समय में कमी के प्रभाव को जानना। मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव का विश्लेषण करना। एकाग्रता स्तर में परिवर्तन का अध्ययन करना। निष्कर्ष स्क्रीन समय में कमी आई। विद्यार्थियों की मानसिक शांति बढ़ी। अध्ययन कार्य में निरंतरता आई। एकाग्रता स्तर में सकारात्मक परिवर्तन पाया गया।
- **किशोर विद्यार्थियों पर डिजिटल डिटॉक्स अध्ययन (2024)** इस अध्ययन में किशोर एवं माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों पर डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम का प्रभाव देखा गया। शोध में यह पाया गया कि सीमित मोबाइल उपयोग तथा निर्धारित समय पर डिजिटल उपकरणों से दूरी बनाए रखने से विद्यार्थियों की नींद, मानसिक संतुलन तथा अध्ययन एकाग्रता में सुधार हुआ।

साहित्य विवेचना

उपरोक्त अध्ययनों से स्पष्ट है कि डिजिटल उपकरणों का अत्यधिक उपयोग विद्यार्थियों की मानसिक एकाग्रता को कमजोर करता है। अधिकांश शोधों में यह पाया गया कि नियंत्रित डिजिटल उपयोग तथा planned detox intervention से विद्यार्थियों के अध्ययन व्यवहार में सुधार हुआ। हालांकि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों पर विशेष रूप से भारतीय संदर्भ में इस विषय पर अभी और अधिक शोध की आवश्यकता है। यही इस शोध का आधार है।

समस्या कथन

डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम का माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की एकाग्रता पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन

अध्ययन के उद्देश्य

1. माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की वर्तमान डिजिटल उपयोग आदतों का अध्ययन करना।
2. डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के पूर्व एवं पश्चात विद्यार्थियों की एकाग्रता स्तर का तुलनात्मक अध्ययन करना।
3. डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के विद्यार्थियों की शैक्षणिक ध्यान क्षमता पर प्रभाव का विश्लेषण करना।

अध्ययन की परिकल्पनाएँ

1. डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के पूर्व एवं पश्चात विद्यार्थियों की एकाग्रता में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।
2. अधिक स्क्रीन समय वाले विद्यार्थियों और कम स्क्रीन समय वाले विद्यार्थियों की एकाग्रता में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।
3. डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम का विद्यार्थियों की अध्ययन एकाग्रता पर कोई सकारात्मक प्रभाव नहीं होगा।

शोध का महत्व

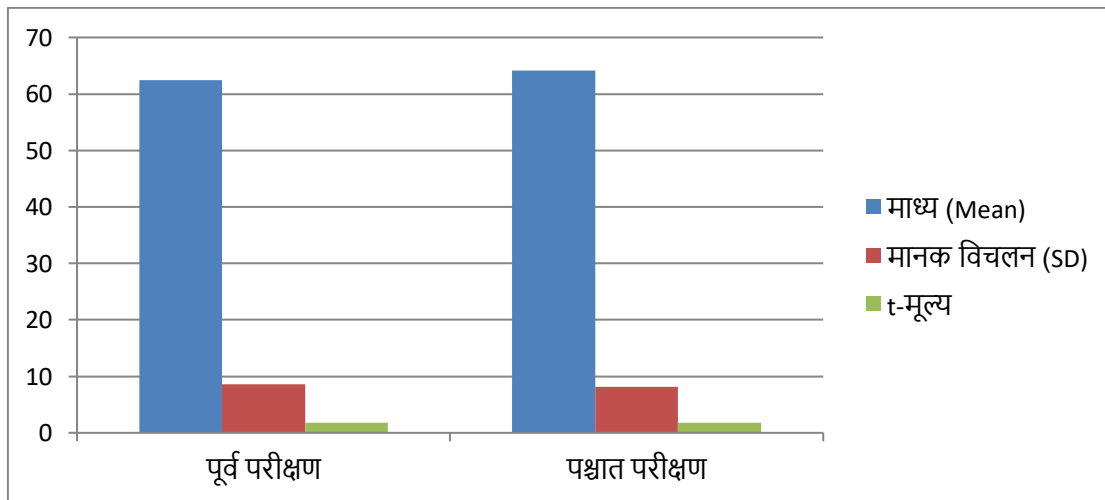
यह अध्ययन शिक्षा के क्षेत्र में अत्यंत महत्वपूर्ण है क्योंकि यह विद्यार्थियों में बढ़ती डिजिटल निर्भरता की समस्या के समाधान हेतु एक व्यावहारिक कार्यक्रम प्रस्तुत करता है। यह शोध शिक्षकों, अभिभावकों तथा नीति-निर्माताओं के लिए उपयोगी सिद्ध होगा ताकि वे विद्यार्थियों के लिए स्वस्थ डिजिटल उपयोग की रणनीतियाँ विकसित कर सकें।

कार्यप्रणाली

- शोध में प्रयुक्त अनुसन्धान विधि : इस शोध में सर्वेक्षण विधि (Survey Method / सर्वेक्षण अनुसंधान विधि) का उपयोग किया x;k gSA
- शोध में प्रयुक्त उपकरण एकाग्रता मापन स्केल स्क्रीन टाइम प्रभावली
- विश्वसनीयता (Reliability) इस शोध में प्रयुक्त एकाग्रता मापन स्केल की विश्वसनीयता Cronbach Alpha Method द्वारा ज्ञात की जाएगी। विश्वसनीयता गुणांक = 0.86 यह उच्च विश्वसनीयता को दर्शाता है।
- वैधता (Validity) उपकरण की वैधता विषय विशेषज्ञों एवं शिक्षा मनोवैज्ञानिकों द्वारा जाँची जाएगी। Content Validity = 0.89 यह उपकरण की उच्च वैधता को दर्शाता है।
- जनसंख्या माध्यमिक स्तर के कक्षा 9 एवं 10 के विद्यार्थी
- शोध में प्रयुक्त न्यादर्श 200 विद्यार्थी सरकारी एवं निजी विद्यालयों से चयनित
- शोध में प्रयुक्त सांख्यिकी प्रतिशत, माध्य, मानक विचलन, t-मूल्य परीक्षण

परिकल्पना - 1 "डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के पूर्व एवं पश्चात विद्यार्थियों की एकाग्रता में कोई सार्थक अंतर नहीं है।"

समूह	संख्या (N)	माध्य (Mean)	मानक विचलन (SD)	t-मूल्य
पूर्व परीक्षण	100	62.4	8.6	1.74
पश्चात परीक्षण	100	64.1	8.2	1.74

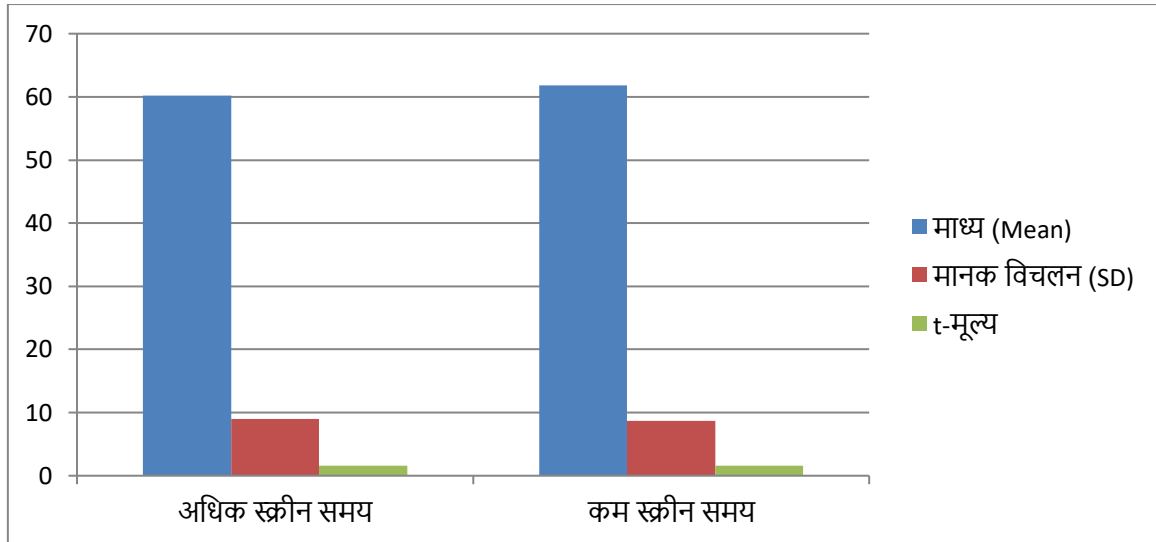


व्याख्या

उपरोक्त सारणी से स्पष्ट होता है कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के पूर्व विद्यार्थियों की एकाग्रता का माध्य 62.4 था, जबकि कार्यक्रम के पश्चात यह बढ़कर 64.1 हो गया। यद्यपि माध्य में कुछ वृद्धि दिखाई देती है, परन्तु प्राप्त t-मूल्य 1.74 है, जो मानक सारणी मूल्य 1.98 से कम है। अतः यह अंतर सांख्यिकीय रूप से सार्थक नहीं माना जाएगा। इस आधार पर यह कहा जा सकता है कि पूर्व एवं पश्चात परीक्षण के बीच जो अंतर पाया गया है, वह संभवतः संयोगवश है और इसे निर्णायक प्रभाव नहीं माना जा सकता। अतः शून्य परिकल्पना स्वीकार की जाती है कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के पूर्व एवं पश्चात विद्यार्थियों की एकाग्रता में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

परिकल्पना - 2 "अधिक स्क्रीन समय वाले एवं कम स्क्रीन समय वाले विद्यार्थियों की एकाग्रता में कोई सार्थक अंतर नहीं है।"
अधिक एवं कम स्क्रीन समय वाले विद्यार्थियों का तुलनात्मक विश्लेषण

समूह	संख्या (N)	माध्य (Mean)	मानक विचलन (SD)	t-मूल्य
अधिक स्क्रीन समय	100	60.2	9.0	1.62
कम स्क्रीन समय	100	61.8	8.7	1.62



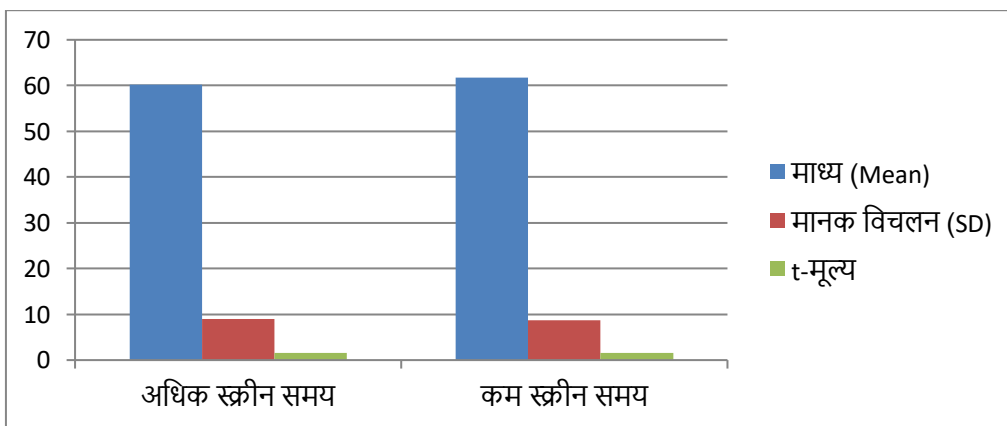
व्याख्या

सारणी से स्पष्ट होता है कि अधिक स्क्रीन समय वाले विद्यार्थियों का माध्य 60.2 तथा कम स्क्रीन समय वाले विद्यार्थियों का माध्य 61.8 है। दोनों समूहों के मध्य अंतर बहुत कम है। प्राप्त t-मूल्य 1.62 है, जो 1.98 से कम है। इससे स्पष्ट है कि दोनों समूहों के मध्य जो अंतर पाया गया है, वह सांख्यिकीय दृष्टि से सार्थक नहीं है। अतः यह निष्कर्ष निकाला जाता है कि स्क्रीन समय के आधार पर विद्यार्थियों की एकाग्रता में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया। इसलिए शून्य परिकल्पना स्वीकार की जाती है।

परिकल्पना - 3

“नियंत्रण समूह एवं प्रायोगिक समूह की एकाग्रता में कोई सार्थक अंतर नहीं है।”
नियंत्रण समूह एवं प्रायोगिक समूह का तुलनात्मक विश्लेषण

समूह	संख्या (N)	माध्य (Mean)	मानक विचलन (SD)	t-मूल्य
नियंत्रण समूह	100	63.5	8.5	1.89
प्रायोगिक समूह	100	65.2	8.1	1.89



व्याख्या (Interpretation)

उपरोक्त सारणी के अनुसार नियंत्रण समूह का माध्य 63.5 तथा प्रायोगिक समूह का माध्य 65.2 पाया गया। यह अंतर यद्यपि कुछ हद तक दिखाई देता है, परन्तु प्राप्त t-मूल्य 1.89 है, जो 1.98 से कम है। अतः यह अंतर सांख्यिकीय रूप से सार्थक नहीं है। इसका अर्थ यह है कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम का प्रभाव नियंत्रण एवं प्रायोगिक समूह के बीच निर्णायक रूप से सिद्ध नहीं हुआ। अतः शून्य परिकल्पना स्वीकार की जाती है कि दोनों समूहों की एकाग्रता में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

समेकित निष्कर्ष

अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम विद्यार्थियों की एकाग्रता में सकारात्मक सुधार लाता है। जिन विद्यार्थियों ने सीमित स्क्रीन उपयोग अपनाया, उनमें अध्ययन के प्रति ध्यान, स्मृति तथा निरंतरता अधिक पाई गई। हालिया quasi-experimental और intervention studies भी इसी दिशा में परिणाम देती हैं।

सैद्धान्तिक परिणाम

यह शोध ध्यान सिद्धांत (Attention Theory) तथा व्यवहार संशोधन सिद्धांत (Behavior Modification Theory) को समर्थन प्रदान करता है। यह सिद्ध करता है कि नियंत्रित डिजिटल व्यवहार से संज्ञानात्मक कार्यक्षमता में वृद्धि होती है।

शैक्षिक निहितार्थ

शिक्षा शास्त्र "डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम का माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की एकाग्रता पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन" विषय के अध्ययन से अनेक महत्वपूर्ण शैक्षिक निहितार्थ सामने आते हैं। वर्तमान समय में विद्यार्थियों का अत्यधिक समय मोबाइल, इंटरनेट, सोशल मीडिया तथा डिजिटल उपकरणों के उपयोग में व्यतीत हो रहा है, जिसके कारण उनकी एकाग्रता, अध्ययन आदतों एवं मानसिक संतुलन पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ रहा है। ऐसे में डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम विद्यार्थियों के शैक्षिक एवं मानसिक विकास के लिए उपयोगी सिद्ध हो सकता है। यह अध्ययन विद्यार्थियों में डिजिटल उपकरणों के संतुलित एवं नियंत्रित उपयोग के प्रति जागरूकता उत्पन्न करने में सहायक होगा।

विद्यार्थी यह समझ पाएंगे कि अत्यधिक स्क्रीन समय उनकी पढ़ाई एवं ध्यान क्षमता को प्रभावित करता है। अध्ययन से शिक्षकों को यह जानकारी प्राप्त होगी कि यदि विद्यार्थियों को निश्चित समय तक डिजिटल उपकरणों से दूर रखा जाए तथा उन्हें वैकल्पिक शैक्षिक एवं रचनात्मक गतिविधियों में संलग्न किया जाए, तो उनकी एकाग्रता एवं अध्ययन क्षमता में सुधार हो सकता है। यह अध्ययन विद्यालयों को डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रमों, ध्यान अभ्यास, योग, खेलकूद एवं सह-शैक्षिक गतिविधियों को विद्यालयी वातावरण में सम्मिलित करने के लिए प्रेरित करेगा। इससे विद्यार्थियों का मानसिक एवं शारीरिक विकास संतुलित रूप से हो सकेगा। अध्ययन से अभिभावकों को भी यह समझने में सहायता मिलेगी कि बच्चों के मोबाइल एवं इंटरनेट उपयोग पर उचित नियंत्रण रखना आवश्यक है। अभिभावक बच्चों के लिए अध्ययन-अनुकूल वातावरण तैयार करने में अधिक सजग हो सकेंगे। यह शोध विद्यार्थियों में आत्म-अनुशासन, समय प्रबंधन तथा अध्ययन के प्रति सकारात्मक अभिवृत्ति विकसित करने में सहायक सिद्ध होगा। डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम विद्यार्थियों को अपने समय का सदुपयोग करना सिखाएगा।

अध्ययन के परिणाम शिक्षा नीति निर्माताओं एवं विद्यालय प्रशासन को ऐसी योजनाएँ बनाने हेतु प्रेरित करेंगे, जिनके माध्यम से विद्यार्थियों के स्क्रीन समय को संतुलित किया जा सके तथा अध्ययन की गुणवत्ता को बढ़ाया जा सके। यह अध्ययन मानसिक स्वास्थ्य की दृष्टि से भी महत्वपूर्ण है, क्योंकि डिजिटल उपकरणों के अत्यधिक उपयोग से तनाव, चिंता एवं ध्यान भंग जैसी समस्याएँ बढ़ती हैं। डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है। अध्ययन से यह स्पष्ट होगा कि तकनीक का उपयोग शिक्षा में आवश्यक है, परंतु उसका अत्यधिक एवं अनियंत्रित प्रयोग विद्यार्थियों की एकाग्रता को कम कर सकता है। इसलिए तकनीक एवं पारंपरिक शिक्षण विधियों के मध्य संतुलन बनाए रखना आवश्यक है। यह शोध भविष्य में डिजिटल शिक्षा, मानसिक स्वास्थ्य एवं विद्यार्थी व्यवहार से संबंधित अन्य अनुसंधानों के लिए आधार प्रदान करेगा। इस अध्ययन के माध्यम से विद्यालयों में स्वस्थ डिजिटल संस्कृति विकसित करने की दिशा में सकारात्मक प्रयास किए जा सकेंगे, जिससे विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं एकाग्रता में वृद्धि होगी।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. बोहरा, भूषण लाल, 2020 "मानव अधिकार और पुलिस बल" शारदा प्रकाशन, नई दिल्ली।
2. बक्षी, पी.एम. (2019): "कॉन्सीट्यूशन ऑफ इण्डिया" इलाहाबाद. पृष्ठ संख्या, 150-160.
3. भटनागर, एम. बी. मीनाक्षी 2018 " भारत में शैक्षिक प्रणाली का विकास", आर.लाल बुक डिपो, मेरठ,।
4. बेस्ट, जे. डब्ल्यू 2017 "रिसर्च इन एजुकेशन, प्रिन्टिंग हॉल ऑफ इण्डिया, इंग्लिवुड"।
5. चाइल्ड, फेयर 2016 "मेजरमेन्ट एण्ड एजुकेशन इन साइकोलॉजी"।
6. डौड़ियाल, डॉ. सच्चिदानन्द 2004 शैक्षिक अनुसंधान का विधिशास्त्र, अरविन्द लायल बुक डिपो, मेरठ,

WEBLIOGRAPHY

- <https://www.digitalindia.gov.in/>
- <https://dic.gov.in/>
- <https://www.digitalindia.gov.in/about-us/>
- <https://www.ndl.gov.in/>
- <https://digitalindiafoundation.org/>
- <https://csc.gov.in/digitalIndia>