The Academic
International Journal of Multidisciplinary Research

An Online Peer Reviewed / Refereed Journal
Volume 4 | Issue 7 | July 2026
ISSN: 2583-973X (Online), SJIF IF(2026): 5.6
Website: www.theacademic.in

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के सफल क्रियान्वयन में डिजिटल कल्याण की भूमिका

Laxmi Mishra[1], Shweta Tiwari[2], & Pawak Agrawal[3]

[1]Junior Research Fellow, Department of Education, Dayanand Anglo-Vedic P.G. College affiliated with Chhatrapati Shahu Ji Maharaj University, Kanpur Nagar, Uttar Pradesh, Bharat; ORCID: https://orcid.org/0009-0007-8526-306X

[2]Research Scholar, Department of Teacher Education, Prof. H.N. Mishra College of Education affiliated with Chhatrapati Shahu Ji Maharaj University, Kanpur Nagar, Uttar Pradesh, Bharat; E-mail: shwetat125@gmail.com

[3]Senior Research Fellow, Department of Education, Chhatrapati Shahu Ji Maharaj University, Kanpur, Uttar Pradesh, Bharat; ORCID ID-0009-0002-6946-5001

DOI : https://doi.org/10.5281/zenodo.22098165

ARTICLE DETAILS

Research Paper

Received: 23-06-2026

Accepted: 23-07-2026

Published: 21-08-2026

Keywords:

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020, डिजिटल कल्याण, डिजिटल शिक्षा, शिक्षा नीति विश्लेषण, मानसिक स्वास्थ्य, डिजिटल साक्षरता, डिजिटल बुनियादी ढांचा

ABSTRACT

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने भारतीय शिक्षा प्रणाली में एक क्रांतिकारी परिवर्तन की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाए हैं, जिनमें डिजिटल प्रौद्योगिकी के एकीकरण को केंद्रीय प्राथमिकता प्रदान की गई है। नीति ने ऑनलाइन शिक्षा, डिजिटल माध्यमों द्वारा शिक्षण और तकनीक-संचालित शिक्षा प्रणालियों के विकास पर विशेष बल दिया है। यद्यपि, डिजिटल शिक्षा के तीव्र विस्तार ने शिक्षकों, शिक्षार्थियों और अभिभावकों के मध्य डिजिटल कल्याण संबंधी गंभीर चिंताओं को जन्म दिया है। यह गुणात्मक अभिलेख विश्लेषण एनईपी 2020 के सफल क्रियान्वयन में डिजिटल कल्याण की भूमिका की विस्तृत एवं गहन जांच प्रस्तुत करता है। अध्ययन में नीति अभिलेख, शोध पत्र और प्रशिक्षण वीडियो सहित विभिन्न आंकड़ों और स्रोतों का विश्लेषण किया गया है। ब्राउन और क्लार्क (2006) की विषयवस्तु विश्लेषण विधि का उपयोग करते हुए पाँच प्रमुख विषयवस्तुएं उभरी हैं: डिजिटल बुनियादी ढांचा और पहुँच, शिक्षक-शिक्षार्थी डिजिटल साक्षरता, डिजिटल मानसिक स्वास्थ्य, नीतिगत अंतराल और सतत

Disclaimer: The opinions, interpretations, conclusions, recommendations, analyses, and statements expressed in this research article are solely those of the author(s) and do not reflect the views, policies, or positions of the Publisher, Chief Editor, Editors, Editorial Board, Reviewers, or their affiliated institutions. The author(s) are solely responsible for ensuring the originality, authenticity, and integrity of the manuscript and for ensuring that it is free from plagiarism, AI-generated content, copyright infringement, data falsification, and any other form of academic misconduct.

डिजिटल कल्याण ढांचा। निष्कर्षों से संकेत मिलता है कि नीति में डिजिटल शिक्षा के प्रावधान व्यापक हैं, किंतु डिजिटल कल्याण की अवधारणा को स्पष्ट रूप से समाहित नहीं किया गया है। शोध ने नीति विश्लेषण ढांचे के साथ-साथ Palalas & Doran (2023) के डिजिटल कल्याण ढांचा (DW-FOLD) का उपयोग करके एनईपी 2020 के डिजिटल प्रावधानों का आलोचनात्मक मूल्यांकन किया है। अध्ययन से यह अनुशंसा की गई है कि एनईपी 2020 के सफल क्रियान्वयन के लिए डिजिटल कल्याण को नीति का अभिन्न अंग बनाना आवश्यक है। साथ ही, सभी हितधारकों के लिए डिजिटल कल्याण पर प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन, स्क्रीन समय नियमन के दिशानिर्देश और डिजिटल मानसिक स्वास्थ्य सहायता प्रणाली की स्थापना की आवश्यकता पर बल दिया गया है।

1. प्रस्तावना

भारत सरकार द्वारा जुलाई 2020 में घोषित राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 तीन दशकों में भारतीय शिक्षा प्रणाली में किए गए सबसे व्यापक सुधारों में से एक है। यह नीति पहले की राष्ट्रीय शिक्षा नीति 1986 के स्थान पर प्रतिस्थापित की गई है और इसने शिक्षा के समग्र दृष्टिकोण को अपनाया है, जिसमें शिक्षा को केवल रोजगार का साधन नहीं बल्कि व्यक्तिगत विकास, सामाजिक न्याय और राष्ट्रीय निर्माण का उपकरण माना गया है (Ministry of Education, 2020)। नीति के मुख्य सिद्धांतों में बहुभाषिकता, बहुविषयकता, अभिनव शिक्षण विधियों का उपयोग और प्रौद्योगिकी का शिक्षा में एकीकरण शामिल हैं। विशेष रूप से, डिजिटल प्रौद्योगिकी को शिक्षा के विस्तार, गुणवत्ता सुधार और समावेशन के लिए एक शक्तिशाली साधन के रूप में पहचाना गया है।

एनईपी 2020 ने डिजिटल शिक्षा के लिए एक व्यापक ढांचे का प्रस्ताव रखा है, जिसमें पीएम ई-विद्या कार्यक्रम, DIKSHA प्लेटफॉर्म, वर्चुअल लैब और ऑनलाइन मूल्यांकन प्रणालियाँ शामिल हैं। ये पहल विशेष रूप से कोविड-19 महामारी के दौरान और बाद में अधिक प्रासंगिक हो गई, जब ऑनलाइन शिक्षा एक आवश्यकता बन गई। Palalas & Doran (2023) ने अपने अध्ययन में बताया है कि डिजिटल शिक्षा के विस्तार ने एक ओर तो शिक्षा की पहुँच बढ़ाई है, लेकिन दूसरी ओर शिक्षार्थियों और शिक्षकों में डिजिटल थकान, चिंता और स्क्रीन समय संबंधी स्वास्थ्य चिंताओं को भी बढ़ाया है। गुरुमूर्ति (2021) ने इस बात पर प्रकाश डाला है कि डिजिटल तकनीकों को केवल शिक्षा वितरण का साधन मानने के स्थान पर इसके सामाजिक-शैक्षिक प्रभावों पर भी विचार किया जाना चाहिए।

डिजिटल कल्याण एक ऐसी अवधारणा है जो डिजिटल तकनीकों के स्वस्थ और संतुलित उपयोग पर बल देती है। इसमें शारीरिक स्वास्थ्य (आँखों की देखभाल, एर्गोनॉमिक्स), मानसिक स्वास्थ्य (डिजिटल चिंता, अवसाद), सामाजिक कल्याण (साइबरबुलिंग, डिजिटल अलगाव) और सूचना साक्षरता (गलत सूचनाओं की पहचान) जैसे पहलू शामिल हैं (CIET-NCERT, 2023a)। शर्मा और गुप्ता (2024) ने अपने शोध में निष्कर्ष निकाला है कि एनईपी 2020 के क्रियान्वयन में डिजिटल असमानता और बुनियादी ढांचे की कमी महत्वपूर्ण चुनौतियाँ हैं, जिन्हें डिजिटल कल्याण के संदर्भ में भी देखा जाना चाहिए। पटेल और सिंह (2025) ने बताया है कि नई शिक्षा नीति के प्रभाव का विश्लेषण करते समय तकनीकी बुनियादी ढांचे के साथ-साथ मानवीय कारकों पर भी ध्यान केंद्रित करना आवश्यक है।

इस पृष्ठभूमि में यह अध्ययन इस महत्वपूर्ण प्रश्न के उत्तर के अन्वेषण का प्रयास करता है: क्या राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 ने डिजिटल शिक्षा के विस्तार के साथ-साथ शिक्षार्थियों और शिक्षकों के डिजिटल कल्याण की भी समुचित व्यवस्था की है? यदि नहीं, तो डिजिटल कल्याण को नीति के क्रियान्वयन में कैसे समाहित किया जा सकता है? ये प्रश्न इसलिए महत्वपूर्ण हैं क्योंकि बिना डिजिटल कल्याण के डिजिटल शिक्षा का विस्तार अंततः शिक्षा के उद्देश्यों को ही हानि पहुँचा सकता है। इस शोध पत्र में गुणात्मक विश्लेषण के माध्यम से एनईपी 2020 के डिजिटल प्रावधानों की जांच की गई है और डिजिटल कल्याण को एकीकृत करने के संभावित मार्गों का प्रस्ताव किया गया है।

2. आवश्यकता एवं महत्व

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का मूल स्वरूप व्यापक एवं प्रौद्योगिकी-सम्मत है। इसके सफल क्रियान्वयन में 'डिजिटल कल्याण' की भूमिका अत्यंत निर्णायक है। वर्तमान युग में शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया तेजी से डिजिटल मंचों पर निर्भर होती जा रही है। अतः डिजिटल कल्याण की आवश्यकता इसलिए उत्पन्न होती है ताकि तकनीकी के अंधाधुंध उपयोग के कारण छात्रों के मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों को रोका जा सके। साइबर खतरों, अत्यधिक स्क्रीन टाइम और बढ़ते डिजिटल विभाजन के दुष्परिणामों से शिक्षार्थियों का संरक्षण इसकी प्रमुख आवश्यकता है।

डिजिटल कल्याण का महत्व इस तथ्य में निहित है कि यह प्रौद्योगिकी को एक सहायक माध्यम के रूप में स्थापित करता है, न कि प्रभावी शासक के रूप में। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अंतर्गत समावेशी शिक्षा और निष्पक्ष डिजिटल अवसरों की प्राप्ति हेतु यह एक पूर्व-शर्त है। यह छात्रों में साइबर स्वच्छता, डिजिटल नैतिकता और आत्म-नियंत्रण का विकास कर समग्र व्यक्तित्व निर्माण में सहायक होता है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के लक्ष्यों—विशेषकर गुणवत्तापूर्ण एवं समान शिक्षा—की प्राप्ति तभी संभव है, जब शिक्षार्थी डिजिटल रूप से सशक्त तथा स्वस्थ हों। यदि डिजिटल कल्याण को नीति का अभिन्न अंग न बनाया गया, तो एनईपी

2020 के अन्य प्रावधानों की तरह इसके क्रियान्वयन में भी शिथिलता का जोखिम बना रहेगा (Agrawal & Bhatt, 2023)। अतः डिजिटल कल्याण नीति के सफल क्रियान्वयन का आधारस्तंभ है।

3. साहित्य समीक्षा

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 भारत सरकार द्वारा शिक्षा मंत्रालय के माध्यम से प्रकाशित एक व्यापक नीतिगत अभिलेख है जो स्कूली और उच्च शिक्षा दोनों स्तरों पर सुधारों का प्रस्ताव करता है (Ministry of Education, 2020)। इस नीति का उद्देश्य भारत को एक वैश्विक ज्ञान महाशक्ति बनाना है और इसके लिए शिक्षा की गुणवत्ता, समानता और समावेशन पर विशेष बल दिया गया है। नीति ने 5+3+3+4 शैक्षिक संरचना का प्रस्ताव किया है, जो पूर्व-प्राथमिक से लेकर उच्च शिक्षा तक के सभी चरणों को एकीकृत रूप से समाहित करती है। शोध अध्ययनों से पता चलता है कि एनईपी 2020 ने शिक्षा में नवाचार, अंतःविषयक दृष्टिकोण और बहुभाषिक शिक्षा को प्रोत्साहित करके वैश्विक स्तर पर सराहना प्राप्त की है।

एनईपी 2020 का डिजिटल शिक्षा से गहरा संबंध है। नीति के अनुसार, प्रौद्योगिकी का उपयोग शिक्षा की गुणवत्ता बढ़ाने, शिक्षक प्रशिक्षण को सुदृढ़ करने और शिक्षा को समावेशी बनाने के लिए किया जाएगा। कुमार (2025) ने अपने अध्ययन में बताया है कि उच्च शिक्षा में डिजिटलीकरण की प्रक्रिया तेजी से बढ़ी है और विभिन्न पहलों जैसे स्वयंप्रेरित शिक्षण, ऑनलाइन पाठ्यक्रम और डिजिटल मूल्यांकन प्रणालियों ने शिक्षा के तरीकों को मौलिक रूप से बदल दिया है। यद्यपि, रेड्डी (2024) ने चेतावनी दी है कि तकनीक का उपयोग केवल तभी प्रभावी होगा जब इसका उपयोग एक सुविचारित रणनीति के तहत किया जाएगा और शिक्षकों को इसमें पर्याप्त प्रशिक्षण प्राप्त होगा। एनईपी 2020 ने शिक्षा में कृत्रिम बुद्धिमत्ता, मशीन लर्निंग और बिग डेटा एनालिटिक्स जैसी उभरती तकनीकों के उपयोग की भी बात की है, जो शिक्षा के भविष्य को आकार देंगी। शिक्षा में कृत्रिम बुद्धिमत्ता के व्यापक शैक्षणिक, नैतिक एवं नीतिगत निहितार्थों की विस्तृत समीक्षा करते हुए मिश्रा एवं अन्य (2026) ने बताया है कि AI का सफल एकीकरण केवल तकनीकी परिष्कार पर नहीं, बल्कि सुदृढ़ शिक्षाशास्त्र, नैतिक शासन और मानव-केंद्रित दृष्टिकोण पर निर्भर करता है — यह निष्कर्ष एनईपी 2020 के डिजिटल प्रावधानों के आँकलन के लिए भी समान रूप से प्रासंगिक है। इसी क्रम में, कुमारी एवं अन्य (2026) ने यह तर्क दिया है कि कृत्रिम बुद्धिमत्ता एनईपी 2020 की शिक्षक-केंद्रित परिकल्पना को व्यावहारिक रूप प्रदान करने में सहायक तो हो सकती है, किंतु यह स्वतः पर्याप्त नहीं है — इसके लिए गहन संस्थागत, वित्तीय और सांस्कृतिक परिवर्तन अपरिहार्य हैं, जिसमें डिजिटल असमानता और मानवीय स्पर्श की अनुपस्थिति जैसी चिंताएँ प्रमुख हैं।

नीति में शिक्षा के लिए एक राष्ट्रीय शैक्षिक तकनीकी मंच (NETF) की स्थापना का प्रस्ताव किया गया है, जो शिक्षा में तकनीक के उपयोग के लिए नीतिगत मार्गदर्शन प्रदान करेगा। यह मंच शिक्षा में उपयोग होने वाली तकनीकों के

चयन, मूल्यांकन और कार्यान्वयन में मदद करेगा। इसके अतिरिक्त, नीति ने शिक्षकों के लिए व्यावसायिक विकास कार्यक्रमों में डिजिटल साक्षरता को अनिवार्य बनाने की बात कही है और शिक्षक शिक्षा में भी तकनीकी एकीकरण पर जोर दिया है। एनईपी 2020 के अंतर्गत 4-वर्षीय एकीकृत बी.एड. कार्यक्रम, राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक (NPST) तथा प्रतिवर्ष 50 घंटे के सतत व्यावसायिक विकास (CPD) जैसे प्रावधान शिक्षक शिक्षा की संरचनात्मक पुनर्रचना का आधार बनाते हैं (कुमार एवं अन्य, 2026), जो डिजिटल साक्षरता प्रशिक्षण को संस्थागत रूप देने के लिए एक ठोस नीतिगत ढांचा प्रदान करते हैं। ये प्रावधान भविष्य में डिजिटल कल्याण को नीतिगत स्तर पर स्थापित करने के लिए एक मजबूत आधार प्रदान कर सकते हैं।

4. अध्ययन के उद्देश्य

यह शोध पत्र राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के संदर्भ में डिजिटल कल्याण की विभिन्न आयामों पर प्रकाश डालने का प्रयास करता है। वर्तमान में जब भारतीय शिक्षा प्रणाली तेजी से डिजिटलीकरण की ओर अग्रसर है, तो यह आवश्यक हो जाता है कि डिजिटल कल्याण की अवधारणा को नीतिगत स्तर पर समझा और महत्व दिया जाए। इस अध्ययन के प्रमुख उद्देश्य निम्नलिखित हैं:

(क) राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में डिजिटल शिक्षा और प्रौद्योगिकी एकीकरण संबंधी प्रावधानों का विस्तृत विश्लेषण करना और यह पहचानना कि नीति में डिजिटल शिक्षा को किस सीमा तक समाहित किया गया है।

(ख) डिजिटल कल्याण की अवधारणा को समझना और इसके विभिन्न आयामों की पहचान करना ताकि इसे शैक्षिक संदर्भ में उपयोग किया जा सके।

(ग) एनईपी 2020के डिजिटल प्रावधानों और डिजिटल कल्याण के मध्य उपस्थित अंतराल की पहचान करना तथा यह आँकलन करना कि वर्तमान नीतिगत ढांचा डिजिटल कल्याण की आवश्यकताओं को कितना पूर्ण करता है।

(घ) डिजिटल कल्याण ढांचे को शैक्षिक नीति में एकीकृत करने के संभावित मार्गों और रणनीतियों का प्रस्ताव करना जो एनईपी 2020के सफल क्रियान्वयन में सहायक हों।

(ङ) भारतीय शिक्षा प्रणाली में डिजिटल कल्याण पर आधारित एक समग्र ढांचे की रूपरेखा तैयार करना जो नीति निर्माताओं, शिक्षकों और शिक्षार्थियों के लिए मार्गदर्शन प्रदान कर सके।

5. अनुसंधान पद्धति

यह अध्ययन गुणात्मक शोध पद्धति पर आधारित है, जिसमें विषयवस्तु विश्लेषण (थीमेटिक एनालिसिस) का उपयोग किया गया है। विषयवस्तु विश्लेषण गुणात्मक अनुसंधान में एक व्यापक रूप से उपयोग की जाने वाली विधि है, जो आंकड़ों में पैटर्न, विषयवस्तुओं और अर्थों की पहचान करने में मदद करती है। ब्राउन और क्लार्क (2006) द्वारा

प्रस्तावित छह-चरण विषयवस्तु विश्लेषण ढांचे का इस अध्ययन में पालन किया गया है। यह ढांचा अनुसंधान की विश्वसनीयता और प्रणालीबद्धता सुनिश्चित करता है।

अध्ययन में पाँच प्रकार के आंकड़ों और स्रोतों का उपयोग किया गया है। प्रथम, नीति अभिलेख — राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का मूल अभिलेख (Ministry of Education, 2020) और प्रेस इन्फॉर्मेशन ब्यूरो (2020) द्वारा जारी संबंधित अधिसूचनाएं। द्वितीय, शोध पत्र — विभिन्न अकादमिक जर्नलों में प्रकाशित एनईपी 2020 और डिजिटल शिक्षा पर शोध पत्र (Gurumurthy, 2021; Sharma & Gupta, 2024; Kumar, 2025; Reddy, 2024; Patel & Singh, 2025; Verma, 2025)। तृतीय, प्रतिवेदन एवं नीति विश्लेषण — IMPRI (2025) और WHO (2022) द्वारा प्रकाशित प्रतिवेदन। चतुर्थ, प्रशिक्षण वीडियो — CIET-NCERT द्वारा आयोजित डिजिटल कल्याण पर पाँच दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला के वीडियो (CIET-NCERT, 2023a, 2023b, 2023c, 2023d, 2024)। पंचम, अंतर्राष्ट्रीय संसाधन — Palalas & Doran (2023), Balica (n.d.) और The Learning Counsel (2023) द्वारा प्रकाशित डिजिटल कल्याण संबंधी सामग्री।

ब्राउन और क्लार्क (2006) के छह-चरण ढांचे के अनुसार, विश्लेषण की प्रक्रिया निम्नलिखित चरणों में की गई: प्रथम चरण, परिचित होना (familiarization) — सभी आंकड़ों और स्रोतों का गहन अध्ययन किया गया और प्रारंभिक टिप्पणियां ली गईं। द्वितीय चरण, प्रारंभिक कोडिंग (initial coding) — आंकड़ों में प्रमुख अवधारणाओं और पैटर्न की पहचान करते हुए प्रारंभिक कोड विकसित किए गए। तृतीय चरण, विषयवस्तु खोज (theme search) — संबंधित कोडों को समूहीकृत करके संभावित विषयवस्तुओं की पहचान की गई। चतुर्थ चरण, विषयवस्तु समीक्षा (theme review) — प्रत्येक विषयवस्तु को आंकड़ों के संदर्भ में सत्यापित किया गया और आवश्यकतानुसार संशोधित किया गया। पंचम चरण, विषयवस्तु को परिभाषित और नामकरण (define & name themes) — प्रत्येक विषयवस्तु की स्पष्ट परिभाषा और नामकरण की गई। छठा चरण, रिपोर्ट तैयार करना (produce report) — अंतिम विश्लेषण और निष्कर्षों को एक सुसंगत रिपोर्ट के रूप में प्रस्तुत किया गया।

6. सैद्धांतिक ढांचा

इस अध्ययन में शिक्षा नीति के विश्लेषण के लिए एक समग्र नीति विश्लेषण ढांचे का उपयोग किया गया है। शर्मा और गुप्ता (2024) ने अपने अध्ययन में शिक्षा नीतियों के मूल्यांकन के लिए एक बहुआयामी ढांचे का उपयोग किया है, जिसमें नीति की उद्देश्यों की स्पष्टता, कार्यान्वयन योग्यता, संसाधन आवंटन और हितधारक भागीदारी जैसे मानदंड शामिल हैं। PMC (2023) में प्रकाशित अध्ययन ने भी नीति विश्लेषण के लिए एक व्यवस्थित दृष्टिकोण की आवश्यकता पर बल दिया है, जिसमें नीति के आशय और वास्तविक प्रभाव के मध्य के अंतराल की पहचान की जाती है। यह ढांचा इस अध्ययन में एनईपी 2020 के डिजिटल प्रावधानों की जांच के लिए एक मजबूत नींव प्रदान करता है।

नीति विश्लेषण ढांचे के अनुसार, किसी भी शिक्षा नीति के मूल्यांकन के लिए चार प्रमुख मानदंडों का उपयोग किया जाता है।

(क) **नीति की उद्देश्यों की स्पष्टता** — नीति के उद्देश्य कितने स्पष्ट और मापने योग्य हैं।

(ख) **कार्यान्वयन योग्यता** — नीति के प्रावधानों को व्यवहार में कितनी आसानी से लागू किया जा सकता है।

(ग) **संसाधन आवंटन** — नीति के लिए आवश्यक वित्तीय, मानवीय और तकनीकी संसाधनों की उपलब्धता।

(घ) **हितधारक भागीदारी** — नीति के निर्माण और क्रियान्वयन में सभी प्रासंगिक हितधारकों की भागीदारी का स्तर।

इस अध्ययन में इन चारों मानदंडों का उपयोग एनईपी 2020 के डिजिटल शिक्षा संबंधी प्रावधानों का मूल्यांकन करने के लिए किया गया है।

इसके अतिरिक्त, इस अध्ययन ने Palalas & Doran (2023) के डिजिटल कल्याण ढांचा (DW-FOLD) को भी अपनाया है। DW-FOLD ढांचा ऑनलाइन शिक्षण वातावरण में शिक्षार्थी कल्याण को सुनिश्चित करने के लिए एक व्यवस्थित दृष्टिकोण प्रदान करता है। इस ढांचे में छह मुख्य घटक शामिल हैं: शारीरिक स्वास्थ्य, मनोवैज्ञानिक कल्याण, सामाजिक कल्याण, संज्ञानात्मक कल्याण, डिजिटल साक्षरता और सीखने का वातावरण। इन दोनों ढांचों का एकीकरण इस अध्ययन को एक मजबूत सैद्धांतिक आधार प्रदान करता है। नीति विश्लेषण ढांचा एनईपी 2020 के प्रावधानों की व्यवस्थित जांच में मदद करता है, जबकि DW-FOLD ढांचा डिजिटल कल्याण की विभिन्न आयामों की पहचान और मूल्यांकन में सहायक है। इस संयोजन से यह अध्ययन न केवल नीति में मौजूद डिजिटल प्रावधानों का विश्लेषण करता है, बल्कि डिजिटल कल्याण के संदर्भ में उनकी कमियों की भी पहचान करता है।

7. डिजिटल कल्याण :अवधारणा एवं स्वरूप

डिजिटल कल्याण एक बहुआयामी अवधारणा है जो डिजिटल वातावरण में व्यक्ति की शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और बौद्धिक कल्याण को सुनिश्चित करने पर केंद्रित है। CIET-NCERT (2023a) द्वारा आयोजित पाँच दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला ने डिजिटल कल्याण को एक व्यापक दृष्टिकोण से परिभाषित किया, जिसमें शारीरिक स्वास्थ्य (आँखों की थकान, एर्गोनॉमिक समस्याएं), मानसिक स्वास्थ्य (डिजिटल चिंता, अवसाद, नींद की कमी), सामाजिक कल्याण (साइबरबुलिंग, ऑनलाइन शोषण) और डिजिटल साक्षरता (गोपनीयता, सूचना की प्रमाणिकता) जैसे पहलू शामिल थे। Palalas & Doran (2023) ने ऑनलाइन शिक्षण के लिए एक व्यापक डिजिटल कल्याण ढांचा विकसित किया है, जिसमें शिक्षार्थियों के शारीरिक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कल्याण को सुनिश्चित करने के लिए विशिष्ट रणनीतियों का प्रस्ताव किया गया है।

Balica (n.d.) ने अंतर्राष्ट्रीय बैकालोरियेट संगठन के लिए तैयार किए गए अपने नीति पत्र में बताया है कि डिजिटल शिक्षण वातावरण में शिक्षार्थी कल्याण का समर्थन करने के लिए एक समग्र दृष्टिकोण अपनाना आवश्यक है। इस दृष्टिकोण में शिक्षार्थियों की आत्म-नियंत्रण क्षमताओं का विकास, स्क्रीन समय प्रबंधन, डिजिटल नैतिकता और ऑनलाइन सुरक्षा जैसे तत्व शामिल हैं। द लर्निंग काउंसिल (2023) ने अपने विश्लेषण में बताया कि ऑनलाइन शिक्षण युग में डिजिटल कल्याण को पोषित करना एक ऐसा क्षेत्र है जिस पर शिक्षा संस्थानों को तत्काल ध्यान देना चाहिए। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO, 2022) ने वैश्विक स्तर पर किए गए सर्वेक्षणों से संकेत दिया है कि अत्यधिक स्क्रीन समय से किशोरों में मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं बढ़ रही हैं, जिसमें चिंता, अवसाद और नींद विकार शामिल हैं।

डिजिटल कल्याण की अवधारणा केवल स्क्रीन समय को कम करने तक सीमित नहीं है। यह डिजिटल उपकरणों और प्लेटफार्मों के साथ एक स्वस्थ और उत्पादक संबंध विकसित करने के बारे में है। इसमें डिजिटल साक्षरता, गोपनीयता जागरूकता, साइबर सुरक्षा और तकनीक का जिम्मेदारीपूर्वक उपयोग शामिल है। भारतीय संदर्भ में, जहाँ डिजिटल शिक्षा तीव्र रूप से विस्तृत हो रही है, वहाँ डिजिटल कल्याण की अवधारणा को विशेष महत्व दिया जाना ही चाहिए। विशेषकर ग्रामीण क्षेत्रों में, जहाँ शिक्षार्थी अक्सर पहली बार स्मार्टफोन और इंटरनेट का उपयोग कर रहे हैं, डिजिटल कल्याण की शिक्षा और भी महत्वपूर्ण हो जाती है। इसलिए, डिजिटल कल्याण को शैक्षिक नीति में एक अनिवार्य घटक के रूप में शामिल करने की आवश्यकता है।

8. एनईपी 2020में डिजिटल शिक्षा की भूमिका

एनईपी 2020 ने डिजिटल शिक्षा को शिक्षा प्रणाली के परिवर्तन का एक प्रमुख साधन माना है। गुरुमूर्ति (2021) ने विस्तार से बताया है कि नीति ने डिजिटल तकनीकों को केवल शिक्षा वितरण का उपकरण नहीं बल्कि शिक्षा की गुणवत्ता, समानता और अभिनवता को बढ़ाने के साधन के रूप में देखा है। नीति ने पीएम ई-विद्या कार्यक्रम के माध्यम से डिजिटल शिक्षा के लिए एक व्यापक ढांचे का प्रस्ताव किया है, जिसमें DIKSHA प्लेटफॉर्म, स्वयंप्रेरित शिक्षण ऐप्स, ऑनलाइन शिक्षक प्रशिक्षण और आभासीय प्रयोगशाला (वर्चुअल लैब) शामिल हैं। प्रेस इन्फॉर्मेशन ब्यूरो (2020) ने भी इंगित किया है कि पीएम ई-विद्या कार्यक्रम का उद्देश्य सभी शिक्षार्थियों, विशेषकर ग्रामीण और वंचित क्षेत्रों के शिक्षार्थियों तक गुणवत्तापूर्ण शिक्षा पहुँचाना है।

वर्मा (2025) ने अपने शोध में एनईपी 2020 के डिजिटल शिक्षा प्रावधानों की आलोचनात्मक समीक्षा की है। उन्होंने बताया कि जबकि नीति में डिजिटल शिक्षा के लिए एक महत्वाकांक्षी दृष्टि प्रस्तुत की गई है, व्यवहार में इसके क्रियान्वयन में कई चुनौतियाँ आ रही हैं। इन चुनौतियों में डिजिटल बुनियादी ढांचे की अपर्याप्तता, शिक्षकों की सीमित डिजिटल कौशल और डिजिटल असमानता शामिल हैं। IMPRI (2025) ने अपने विश्लेषण में पाया कि पीएम

ई-विद्या कार्यक्रम ने डिजिटल शिक्षा के विस्तार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है, किंतु समावेशी शिक्षा के लिए और अधिक प्रयासों की आवश्यकता है। भारत सरकार द्वारा गठित NITI आयोग ने भी डिजिटल भारत कार्यक्रम के तहत शिक्षा में डिजिटलीकरण को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न पहलों का प्रस्ताव किया है।

एनईपी 2020 में डिजिटल शिक्षा की भूमिका को तीन मुख्य स्तरों पर देखा जा सकता है। प्रथम, शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया में तकनीक का उपयोग, जिसमें इंटरैक्टिव डिजिटल पाठ्यक्रम, आभासीय प्रयोगशाला (वर्चुअल लैब) और अनुकूली शिक्षण प्रणालियाँ शामिल हैं। द्वितीय, शिक्षा प्रशासन में तकनीक का उपयोग, जिसमें ऑनलाइन मूल्यांकन, डिजिटल प्रमाण पत्र और शिक्षक प्रबंधन प्रणालियाँ आती हैं। तृतीय, शिक्षा की पहुँच और समानता में तकनीक की भूमिका, जिसमें ऑनलाइन शिक्षा के माध्यम से दूरस्थ और वंचित क्षेत्रों तक शिक्षा पहुँचाना शामिल है। यद्यपि, इन तीनों स्तरों पर डिजिटल कल्याण की आवश्यकता को नीति में स्पष्ट रूप से स्वीकार नहीं किया गया है, जो इस अध्ययन का मुख्य चिंता का विषय है।

9. विश्लेषण एवं चर्चा

(क) डिजिटल बुनियादी ढांचा और पहुँच

विश्लेषण का प्रथम प्रमुख विषयवस्तु डिजिटल बुनियादी ढांचा और उसकी पहुँच से संबंधित है। कुमार (2025) ने अपने अध्ययन में बताया है कि भारत में उच्च शिक्षा में डिजिटलीकरण की प्रक्रिया महत्वपूर्ण प्रगति कर रही है, किंतु डिजिटल बुनियादी ढांचे की असमान उपलब्धता एक गंभीर चुनौती बनी हुई है। शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों के मध्य इंटरनेट कनेक्टिविटी में भारी अंतर है, जो डिजिटल शिक्षा की समान पहुँच को बाधित करता है। शर्मा और गुप्ता (2024) ने भी इस बात पर जोर दिया है कि एनईपी 2020 के डिजिटल शिक्षा के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए बुनियादी ढांचे के व्यापक विस्तार की आवश्यकता है। IMPRI (2025) ने अपने विश्लेषण में बताया कि पीएम ई-विद्या कार्यक्रम ने डिजिटल शिक्षा की पहुँच बढ़ाने का प्रयास किया है, लेकिन ग्रामीण और आदिवासी क्षेत्रों में अभी भी बड़े पैमाने पर इंटरनेट और उपकरणों की कमी है।

डिजिटल बुनियादी ढांचे की कमी का डिजिटल कल्याण पर प्रत्यक्ष प्रभाव पड़ता है। जोशी (2026) ने अपने अध्ययन में बताया है कि जब शिक्षार्थियों के पास पर्याप्त डिजिटल उपकरण नहीं होते, तो वे अक्सर साझा उपकरणों का उपयोग करने के लिए मजबूर होते हैं, जिससे उनका स्क्रीन समय बढ़ जाता है और उचित एर्गोनॉमिक स्थिति बनाए रखना कठिन हो जाता है। इसके अतिरिक्त, कम बैंडविड्थ वाले क्षेत्रों में ऑनलाइन कक्षाओं में वीडियो और ऑडियो की समस्याएं आती हैं, जिससे शिक्षार्थियों में निराशा और चिंता बढ़ती है। इन सभी कारकों से डिजिटल कल्याण प्रतिकूल रूप से प्रभावित होता है। अतः, डिजिटल बुनियादी ढांचे का विस्तार केवल शिक्षा की पहुँच बढ़ाने के लिए ही नहीं, बल्कि

डिजिटल कल्याण सुनिश्चित करने के लिए भी आवश्यक है। एनईपी 2020 ने इस पहलू पर ध्यान आकर्षित किया है, लेकिन विशिष्ट कार्य योजनाओं की कमी है।

(ख) शिक्षक-शिक्षार्थी डिजिटल साक्षरता

द्वितीय प्रमुख विषयवस्तु शिक्षकों और शिक्षार्थियों की डिजिटल साक्षरता की स्थिति से संबंधित है। रेड्डी (2024) ने अपने अध्ययन में बताया है कि एनईपी 2020 में शिक्षा में तकनीक के एकीकरण पर जोर दिया गया है, लेकिन इसके लिए आवश्यक डिजिटल साक्षरता के स्तर पर पर्याप्त ध्यान नहीं दिया गया है। भारत में एक बड़ी संख्या में शिक्षक ऐसे हैं जो बुनियादी डिजिटल कौशलों में भी कमजोर हैं। CIET-NCERT (2023a) द्वारा आयोजित कार्यशाला में यह बात सामने आई कि डिजिटल साक्षरता का अभाव डिजिटल कल्याण के लिए एक प्रमुख बाधा है। जब शिक्षक और शिक्षार्थी डिजिटल उपकरणों का उचित उपयोग नहीं कर पाते, तो उन्हें शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ता है।

CIET-NCERT (2023b) ने अपने दूसरे दिन के सत्र में उन कारकों पर चर्चा की जो डिजिटल कल्याण को प्रभावित करते हैं, जिनमें डिजिटल साक्षरता एक प्रमुख कारक है। डिजिटल साक्षरता में न केवल तकनीकी कौशल शामिल हैं, बल्कि डिजिटल नैतिकता, गोपनीयता जागरूकता, और सूचना का मूल्यांकन करने की क्षमता भी शामिल है। जोशी (2026) ने भी अपने अध्ययन में बताया है कि एनईपी 2020 के तकनीकी एकीकरण के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए शिक्षकों और शिक्षार्थियों दोनों की डिजिटल साक्षरता बढ़ाना अत्यंत आवश्यक है। डिजिटल साक्षरता प्रशिक्षण कार्यक्रमों में डिजिटल कल्याण के तत्वों को शामिल करने की आवश्यकता है, ताकि शिक्षक और शिक्षार्थी तकनीक का उपयोग करते समय अपने स्वास्थ्य और कल्याण का ध्यान भी रख सकें। यह एक ऐसा क्षेत्र है जहाँ एनईपी 2020 के क्रियान्वयन में और अधिक ध्यान दिए जाने की आवश्यकता है।

(ग) डिजिटल मानसिक स्वास्थ्य

तृतीय प्रमुख विषयवस्तु डिजिटल मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित है, जो डिजिटल कल्याण का सबसे चिंताजनक पक्ष है। CIET-NCERT (2023d) ने अपने चौथे दिन के सत्र में डिजिटल स्थानों में मानसिक स्वास्थ्य चिंताओं पर विस्तार से चर्चा की है। इन चिंताओं में डिजिटल चिंता (digital anxiety), सोशल मीडिया प्रभाव (FOMO — Fear of Missing Out), ऑनलाइन शोषण, साइबरबुलिंग और अत्यधिक स्क्रीन समय से जुड़े अवसाद और निद्रा विकार शामिल हैं। WHO (2022) ने अपने वैश्विक सर्वेक्षण में बताया है कि अत्यधिक स्क्रीन समय से किशोरों और युवाओं में मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं तेजी से बढ़ रही हैं।

UNICEF (2020) ने कोविड-19 महामारी के दौरान किए गए अपने अध्ययन में बताया कि स्कूल बंद होने के कारण ऑनलाइन शिक्षा पर निर्भरता बढ़ने से बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव पड़ा है। अधिकांश बच्चों ने ऑनलाइन कक्षाओं में भाग लेते हुए तनाव, अकेलापन और चिंता का अनुभव किया। द लर्निंग काउंसिल (2023) ने भी बताया है कि ऑनलाइन शिक्षण युग में डिजिटल कल्याण को पोषित करना एक महत्वपूर्ण चुनौती है, जिसमें मानसिक स्वास्थ्य की रक्षा सबसे प्राथमिक आवश्यकता है। इन अध्ययनों से संकेत मिलता है कि एनईपी 2020 ने डिजिटल शिक्षा के विस्तार पर जोर दिया है, लेकिन इसके साथ जुड़ी मानसिक स्वास्थ्य चिंताओं को संबोधित करने के लिए कोई विशिष्ट प्रावधान नहीं किया गया है। यह एक महत्वपूर्ण अंतराल है जिसे तत्काल ध्यान देने की आवश्यकता है।

(घ) नीतिगत अंतराल

चतुर्थ प्रमुख विषयवस्तु एनईपी 2020 में डिजिटल कल्याण संबंधी नीतिगत अंतराल से संबंधित है। विश्लेषण से ज्ञात होता है कि एनईपी 2020 ने डिजिटल शिक्षा के लिए एक व्यापक दृष्टि प्रस्तुत की है परंतु डिजिटल कल्याण की अवधारणा को नीति में स्पष्ट रूप से समाहित नहीं किया गया है। डिजिटल तकनीकों को केवल शिक्षा वितरण का साधन मानने के स्थान पर इसके सामाजिक-शैक्षिक प्रभावों पर भी विचार किया जाना चाहिए। वर्मा (2025) ने भी बताया है कि एनईपी 2020 में डिजिटल शिक्षा की आलोचनात्मक समीक्षा करते समय यह महत्वपूर्ण है कि तकनीक के नकारात्मक प्रभावों पर भी ध्यान दिया जाए।

शर्मा और गुप्ता (2024) ने अपने विश्लेषण में एनईपी 2020 के वादों और चुनौतियों को विस्तार से प्रस्तुत किया है। उन्होंने बताया कि नीति में डिजिटल शिक्षा के लिए महत्वाकांक्षी लक्ष्य निर्धारित किए गए हैं, लेकिन इन लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए आवश्यक संसाधनों, प्रशिक्षण कार्यक्रमों और निगरानी तंत्र की व्यवस्था अपर्याप्त है। पटेल और सिंह (2025) ने भी अपने अध्ययन में इस बात पर प्रकाश डाला है कि नई शिक्षा नीति के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए नीतिगत अंतरालों की पहचान और उन्हें दूर करना आवश्यक है। इन अंतरालों में सबसे महत्वपूर्ण डिजिटल कल्याण की अनुपस्थिति है, जो डिजिटल शिक्षा के दीर्घकालिक सफल क्रियान्वयन के लिए एक आवश्यक शर्त है। नीति में डिजिटल कल्याण के लिए कोई विशिष्ट अध्याय, उप-अध्याय या यहाँ तक कि कोई स्पष्ट अनुशंसा नहीं है, जो एक गंभीर नीतिगत कमी है।

(ङ) सतत डिजिटल कल्याण ढांचा

पंचम और अंतिम प्रमुख विषयवस्तु सतत डिजिटल कल्याण ढांचे की आवश्यकता से संबंधित है। Palalas & Doran (2023) ने अपने DW-FOLD ढांचे के माध्यम से ऑनलाइन शिक्षण वातावरण में एक समग्र डिजिटल कल्याण प्रणाली की आवश्यकता पर बल दिया है। उनके ढांचे में शारीरिक स्वास्थ्य, मनोवैज्ञानिक कल्याण, सामाजिक

कल्याण, संज्ञानात्मक कल्याण, डिजिटल साक्षरता और सीखने के वातावरण जैसे छह आयाम शामिल हैं। यह ढांचा केवल समस्याओं की पहचान तक सीमित नहीं है, बल्कि प्रत्येक आयाम के लिए व्यावहारिक रणनीतियां भी प्रदान करता है। Balica (n.d.) ने भी अपने नीति पत्र में बताया है कि डिजिटल शिक्षण वातावरण में शिक्षार्थी कल्याण के लिए एक सतत और व्यवस्थित दृष्टिकोण आवश्यक है।

CIET-NCERT (2023a) द्वारा आयोजित कार्यशाला ने भारतीय संदर्भ में डिजिटल कल्याण के लिए एक व्यापक ढांचे की रूपरेखा प्रस्तुत की है। इस ढांचे में नीति स्तर पर डिजिटल कल्याण की अवधारणा को शामिल करना, शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमों में डिजिटल कल्याण मॉड्यूल जोड़ना, शिक्षार्थियों के लिए डिजिटल कल्याण शिक्षा को पाठ्यक्रम में शामिल करना और अभिभावकों को डिजिटल कल्याण जागरूकता प्रदान करना शामिल है। इन पहलों को एनईपी 2020 के क्रियान्वयन के साथ एकीकृत किया जा सकता है। एक सतत डिजिटल कल्याण ढांचा वह है जो न केवल वर्तमान समस्याओं का समाधान करे, बल्कि भविष्य में उभरने वाली डिजिटल कल्याण चुनौतियों से निपटने के लिए भी तैयार रहे। इसके लिए नीतिगत प्रतिबद्धता, संसाधन आवंटन और निरंतर अनुसंधान की आवश्यकता है।

10. निष्कर्ष एवं सुझाव

इस गुणात्मक शोध पत्र ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के सफल क्रियान्वयन में डिजिटल कल्याण की भूमिका का व्यापक विश्लेषण किया है। विश्लेषण से पाँच प्रमुख निष्कर्ष निकलते हैं। प्रथम, एनईपी 2020 ने डिजिटल शिक्षा के लिए एक महत्वाकांक्षी दृष्टि प्रस्तुत की है, लेकिन डिजिटल कल्याण की अवधारणा को नीति में स्पष्ट रूप से समाहित नहीं किया गया है। द्वितीय, डिजिटल बुनियादी ढांचे की असमानता डिजिटल कल्याण को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करती है, विशेषकर ग्रामीण और वंचित क्षेत्रों में। तृतीय, शिक्षकों और शिक्षार्थियों की सीमित डिजिटल साक्षरता डिजिटल कल्याण की एक प्रमुख बाधा है। चतुर्थ, डिजिटल मानसिक स्वास्थ्य एक गंभीर चिंता का विषय है जिस पर नीति में ध्यान नहीं दिया गया है। पंचम, एक सतत डिजिटल कल्याण ढांचे की स्थापना एनईपी 2020 के सफल क्रियान्वयन के लिए अत्यंत आवश्यक है।

इन निष्कर्षों के आधार पर निम्नलिखित सुझाव प्रस्तुत दिए जा सकते हैं:-

(क) एनईपी 2020में डिजिटल कल्याण के लिए एक अलग उप-अध्याय या अनुभाग जोड़ा जाना चाहिए, जिसमें डिजिटल कल्याण के सिद्धांत, उद्देश्य और कार्य योजनाओं को स्पष्ट रूप से उल्लिखित किया जाए।

(ख) राष्ट्रीय शैक्षिक तकनीकी मंच) NETF) के अंतर्गत एक डिजिटल कल्याण सलाहकार समिति का गठन किया जाना चाहिए जो नियमित रूप से डिजिटल कल्याण संबंधी मार्गदर्शन जारी करे।

(ग) सभी शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमों में डिजिटल कल्याण मॉड्यूल को अनिवार्य घटक के रूप में शामिल किया जाना चाहिए।

(घ) शिक्षार्थियों के लिए डिजिटल कल्याण शिक्षा को पाठ्यक्रम में एक अनिवार्य विषय के रूप में शामिल किया जाना चाहिए, जिसमें स्क्रीन समय प्रबंधन, साइबर सुरक्षा, डिजिटल नैतिकता और ऑनलाइन मानसिक स्वास्थ्य जैसे विषय शामिल हों।

(ङ) प्रत्येक शिक्षण संस्थान में एक डिजिटल कल्याण कक्ष) Digital Wellness Cell) की स्थापना की जानी चाहिए जो शिक्षार्थियों और शिक्षकों को डिजिटल कल्याण संबंधी सहायता और परामर्श प्रदान करे।

(च) डिजिटल कल्याण पर नियमित अनुसंधान और सर्वेक्षण किए जाने चाहिए ताकि उभरती चुनौतियों की पहचान की जा सके और समय पर उचित कार्यवाही की जा सके।

संदर्भ (Reference)

कुमारी, एस., अग्रवाल, पी. एवं अहमद, एस. (2026). शिक्षक सशक्तिकरण का नवीन युग: राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 और कृत्रिम बुद्धिमत्ता. In T. Bhatt, P. Maurya, & P. Agrawal (Eds.), Incorporating AI in conventional teaching: A hybrid approach (pp. 325–337). Chanakya Publication & Distributors. https://doi.org/10.5281/zenodo.21444780

Agrawal, P., & Bhatt, T. (2023). Procrastination in implementation of NEP 2020. International Journal of Novel Research and Development, 8(5), 336–343. https://ijnrd.org/papers/IJNRD2305844.pdf

Balica, M. (n.d.). Supporting student wellbeing in a digital learning environment. International Baccalaureate Organization. https://ibo.org/globalassets/new-structure/research/pdfs/supporting-student-wellbeing-in-a-digital-learning-environment-policy-paper-en.pdf

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology, 3(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

CIET-NCERT. (2023a, October 2). Day 1: Digital wellness – An overview [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/live/8eLjttXORIs

CIET-NCERT. (2023b, October 3). Day 2: Factors that impact digital wellness [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=rJbGtDrnFFY

CIET-NCERT. (2023c, October 4). Day 3: Ensuring physical wellbeing in digital spaces [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=L1fjBMRl4Rw

CIET-NCERT. (2023d, October 5). Day 4: Mental health concerns in digital spaces [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=vXk3JEzXS2E

CIET-NCERT. (2024, June 21). Day 5: OS ticketing tool – Troubleshooting guide for DIKSHA [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=UFfjYEmQzsk

Gurumurthy, K. (2021). Imagining digital technologies as a resource to achieve एनईपी 2020 goals. Voices for Teachers Education, December Issue. IT for Change. https://itforchange.net/sites/default/files/add/Gurumurthy%20K%20-%20NEP20%20and%20Digital%20Technologies%20VTEE%20Dec_Issue-2021.pdf

IMPRI. (2025). PM E-Vidya: Digital education for inclusive learning 2020. IMPRI India. https://www.impriindia.com/insights/pm-e-vidya-digital-education-for-2020

Joshi, N. (2026). A study on the role of National Education Policy (एनईपी) in integrating technology in education. International Journal of Novel Research and Development, 2(1), 1–8. https://ijnrd.org/papers/IJNRD2602141.pdf

Kumar, P., Agrawal, P., & Bhatt, T. (2026). National Education Policy 2020: Measures for reform in teacher education. The Academic: International Journal of Multidisciplinary Research, 4(4), 2453–2473. https://doi.org/10.5281/zenodo.20144180

Kumar, S. (2025). Digitalization and transformation of the higher education: A study of initiatives and challenges. International Journal of Management and Law, 5(2), 1–15. https://www.ijml.latticescipub.com/wp-content/uploads/papers/v5i2/B209805021025.pdf

Mishra, L., Agrawal, P., & Singh, O. P. (2026). Beyond the blackboard: Artificial intelligence in education—Pedagogical transformation, ethical challenges and policy perspectives. In T. Bhatt, P. Maurya, & P. Agrawal (Eds.), Incorporating AI in conventional teaching: A hybrid approach (pp. 216–237). Chanakya Publication & Distributors. https://doi.org/10.5281/zenodo.21444780

Ministry of Education. (2020). National Education Policy 2020. Government of India. https://static.pib.gov.in/WriteReadData/userfiles/एनईपी_Final_English_0.pdf

Palalas, T., & Doran, B. (2023). Digital Wellness Framework for Online Learning. Canadian Journal of Learning and Technology, 49(3). https://doi.org/10.21432/cjlt28081

Patel, A., & Singh, M. (2025). Analyzing the impact of the new educational policy 2020. International Journal of Educational Development, 108. https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2024.1001174

Press Information Bureau. (2020). PM e-Vidya: Comprehensive initiative for digital education. Government of India. https://www.pib.gov.in/PressReleasePage.aspx?PRID=2237471

Reddy, K. (2024). Role of technology and digital learning in NEP 2020. Journal of Political Science, 7(8), 37–53. https://www.journalofpoliticalscience.com/uploads/archives/7-8-37-535.pdf

Sharma, R., & Gupta, P. (2024). Evaluating the promise and pitfalls of India's National Education Policy 2020. SAGE Open, 14(4). https://doi.org/10.1177/21582440241279367

The Learning Counsel. (2023, November 20). Digital wellness: Nurturing health in the online learning era. https://thelearningcounsel.com/articles/digital-wellness-nurturing-health-in-the-online-learning-era

UNICEF. (2020). COVID-19: Are children able to continue learning during school closures? United Nations Children's Fund.

https://data.unicef.org/wp-content/uploads/2020/11/RemoteLearningFactsheet_Updated.pdf

Verma, A. (2025). Digital and online education: NEP 2020 and its critique. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/391086625

WHO. (2022). Global school-based student health survey: Mental health module. World Health Organization. https://www.who.int/teams/noncommunicable-diseases/surveillance/systems-tools/global-school-based-student-health-survey