REVIEW OF RESEARCH
ISSN: 2249-894X
IMPACT FACTOR : 5.7631(UIF)
VOLUME - 13 | ISSUE - 7 | APRIL - 2024

उच्च माध्यमिक एवं माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह सम्बन्ध का अध्ययन

Dr. Madhuri Paliwal
Principal, Sendhwa Sharirik Shiksha Sansthan Sendhwa
Gram Chatli Distt- Barwani (M.P.).

शोध सांराश –

शिक्षा एक गतिशील प्रक्रिया है। शिक्षा की गतिशिलता की निरंतरता बनाये रखने में शिक्षा, शिक्षक, विद्यालय, विद्यालय का वातावरण, विद्यार्थी एवं उसका शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य की महत्वपूर्ण भूमिका होती है।

प्रस्तुत शोध उच्च माध्यमिक एवं माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह संबंध का अध्ययन है। जिसमें शोधार्थी ने उच्च माध्यमिक स्तर के 50 विद्यार्थियों (25छात्र–25 छात्राएँ) एवं माध्यमिक स्तर के 50 विद्यार्थियों (25छात्र–25 छात्राएँ) का चयन कर स्वनिर्मित अभिवृत्ति मापनी तथा मानसिक स्वास्थ्य मापनी प्रश्नावली प्रशासित कर प्रदत्त संकलन किया। ततपश्चात प्रदत्त विश्लेषण में चरों का मध्यमान, मानक विचलन एवं टी–मूल्य ज्ञात कर आकड़े प्राप्त किये।

गणना के आधार पर यह निष्कर्ष निकला कि उच्च माध्यमिक स्तर एवं माध्यमिक स्तर के छात्र–छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सहसंबंध है अर्थात विद्यालय का वातावरण छात्र–छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। यदि विद्यालयीन वातावरण अनुकूल होगा तो विद्यार्थियों को भावी जीवन हेतु नई दिशा प्रदान कर उनके मानसिक विकास को सही दिशा दी जा सकेगी।

प्रस्तावना (Introduction)

शिक्षा मानव जीवन को श्रेष्ठ बनाने का सर्वाधिक महत्वपूर्ण साधन हैं। जैसे की हम जानते है, शिक्षा मनुष्य का सर्वांगीण विकास करती है। यदि गुणवत्तापूर्ण शिक्षा होगी तो जीवन में उतने सार्थक परिणाम भी प्राप्त होंगे। इसलिए वर्तमान समय में शिक्षा की गुणवत्ता को बढ़ाना भी एक महत्वपूर्ण कार्य हैं। यदि हम शिक्षा की गुणवत्ता के विकास पर दृष्टिपात करेगें, तो देखेगें कि प्राचीन युग से लेकर वर्तमान युग तक मानव ने शिक्षा की गुणवत्ता को बढ़ाने में संसाधनों में तीव्र गति से परिवर्तन किया हैं। अतः राष्ट्र के सुयोग्य नागरिकों के निर्माण की प्रक्रिया में शिक्षा के औपचारिक साधनों के रूप में विद्यालय व कॉलेजो की भूमिका अतुलनीय हैं।

छात्र के मानसिक स्वास्थ्य के विकास में शिक्षा, शिक्षक व विद्यालयों की महत्वपूर्ण भूमिका होती हैं। यदि विद्यालय वातावरण अनुकूल है तो छात्रों में अपेक्षित गुणों का विकास होगा और वे जीवन में उत्तरोत्तर सफलता की सीढियां चढते जायेगें तथा जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफलता का परचम लहरायेगें, परन्तु यदि विद्यालय वातावरण प्रतिकूल है तो छात्रों का मानसिक स्वास्थ्य कुंठित हो जायेगा।

विद्यालय वातावरण के अन्तर्गत भौतिक व मानवीय तत्वों को साध्य की प्राप्ति के लिए उपलब्ध व सुव्यवस्थित किया जाता हैं। विद्यालय वातावरण के अंतर्गत वे सभी व्यवस्थाएं आती हैं, जो छात्र के मानसिक

विकास में अहम हैं। जैसे – विद्यालय भवन, विद्यालय की दिनचर्या, अनुशासन, परीक्षा, निरीक्षण, प्रयोगशाला, पुस्तकालय, विद्यालय का मैदान, विद्यालय के शिक्षक, विद्यालय की साफ–सफाई आदि।

अतः विद्यालय वातावरण ही वह स्थान है जहाँ हम बालक के मानसिक स्वास्थ्य के विकास का बीज बो कर बंजर भूमि को भी उत्पादक बना सकते हैं। यही कारण है कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 1986 में भी विद्यालयों में विद्यालय वातावरण सृजित करने का निर्णय लिया गया।

अतः शोधार्थी ने उच्च माध्यमिक एवं माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन करने के लिए इस समस्या का चयन किया गया।

समस्या कथन (Problem Statement)

उच्च माध्यमिक एवं माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह सम्बन्ध का अध्ययन।

शोध के उद्देश्य (Objectives Of the Study)

प्रस्तुत शोध अध्ययन के निम्नाकिंत उद्देश्य है–

(1) उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन करना।

(2) उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन करना।

(3) माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन करना।

(4) माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन करना।

परिकल्पनाऐं (Hypotheses)

प्रस्तुत शोध के अन्तर्गत निम्नलिखित शून्य परिकल्पनाएं निर्धारित की गई है–

(1) उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं।

(2) उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं।

(3) माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सहसम्बन्ध नही हैं।

(4) माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं।

शोधकार्य की परिसीमाएँ (Delimitition Of Research)

क्षेत्र – शोधार्थी द्वारा प्रयुक्त शोध अध्ययन को भोपाल शहर तक ही सीमित रखा गया हैं।

स्तर – शोधार्थी द्वारा प्रयुक्त शोध अध्ययन हेतु उच्च माध्यमिक एवं माध्यमिक स्तर के 4 विद्यालय के विद्यार्थियो को ही सम्मिलित किया गया हैं।

लिंग – प्रस्तुत अध्ययन छात्रों तथा छात्राओं दोनों पर किया गया।

विद्यार्थी – शोधार्थी द्वारा प्रस्तुत शोध कार्य केवल उच्च माध्यमिक एवं माध्यमिक स्तर के 100 विद्यार्थियों पर ही शोध किया गया हैं।

शोध प्रकिया (Research Process) –

- **शोध विधि (Research Method)**

इस अध्ययन में सर्वेक्षण विधि का चयन किया गया ।

- **शोध न्यादर्श (Research Sample)**

शोधार्थी द्वारा प्रयुक्त शोध अध्ययन में न्यादर्श के रूप में भोपाल शहर के 4 विद्यालय लिये गये। शोधार्थी द्वारा प्रयुक्त शोध अध्ययन में न्यादर्श के रूप में माध्यमिक स्तर के 50 विद्यार्थी (25 छात्र एवं 25 छात्राऐं) तथा उच्च माध्यमिक स्तर के 50 विद्यार्थियों (25 छात्र एवं 25 छात्राऐं) का चयन किया गया ।

- **शोध उपकरण**

शोधार्थी द्वारा प्रयुक्त शोध अध्ययन मे शोध उपकरण के रूप में स्वनिर्मित अभिवृत्ति मापनी तथा मानसिक स्वास्थ्य मापनी का प्रयोग किया गया।

- **शोध चर**

स्वतन्त्र चर – इस शोध में स्वतन्त्र चर ''विद्यालय वातावरण और मानसिक स्वास्थ्य'' है।
आश्रित चर – इस शोध में आश्रित चर ''विद्यार्थी'' है।

- **प्रदत्त संकलन**

प्रस्तुत शोध कार्य हेतु उपयोजित प्रश्नावली का प्रशासन, जबलपुर शहर के निजी संस्थाओं द्वारा संचालित 2 माध्यमिक स्तर के विद्यालयों के न्यादर्श में छात्र–छात्रा पर किया गया है एवं 2 उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में छात्र–छात्रा पर प्रश्नावली प्रशासित करके प्रदत्त संग्रह करने का कार्य पूर्ण किया गया है।

सांख्यिकी विश्लेषण :–

प्रदत्त विश्लेषण में निम्न सांख्यिकीय गणनाओं का प्रयोग किया गया । सर्वप्रथम परिणामों की प्राप्ति एवं व्याख्या तथा विश्लेषण करने हेतु अव्यवस्थित प्रदत्तों को व्यवस्थित क्रम में रखा गया तथा आवृत्ति वितरण की गणना की। इसके पश्चात् छात्र–छात्राओं के संवेगात्मक परिपक्वता के चरों का मध्यमान, मानक विचलन एवं 'टी–मूल्य' ज्ञात किया गया।

प्राप्त आंकड़ों का मध्यमान, मानक विचलन और टी मूल्य द्वारा विश्लेषण किया गया।

1. मध्यमान–इसे गणित में औसत कहते है उसे सांख्यिकीय में मध्यमान कहते है। मध्यमान निकालने के लिए आंकड़ों के योग में उसकी संख्या का भाग दिया जाता है। इसका संकेत M है। इसका सूत्र निम्न है–

$$M = A.M. + \left(\frac{\Sigma fd}{N}\right) \times C.I.$$

जहाँ –

A.M. = कल्पित माध्य
f = आवृत्ति
d = कल्पित मध्यमान से विचलन
N = आवृत्तियों का योग
ci = वर्गान्तर का आकार
Σfd = सभी आवृत्तियों तथा विचलनों के गुणनफल का योग

2. मानक विचलन–

किसी समूह के प्राप्तांको के मध्यमान से लिये गये विचलनों के वर्ग के औसत के वर्ग मूल को इस समूह का मानक विचलन कहते है। मानक विचलन अपने समूह की विचलन शीलता के मापन का सबसे विश्वसनीय सूचनांक होता है। इसका संकेत σ है।
इसका सूत्र निम्न है–

$$\sigma = i \sqrt{\frac{\Sigma fd^2}{N} - \left[\frac{\Sigma fd}{N}\right]^2}$$

यहाँ,

σ = मानक विचलन
i = वर्ग विस्तार
f = आवृतियाँ
d कल्पित मध्यमान वाले वर्ग में प्राप्तांकों का विचलन
N = न्यादर्श मे निहित स्थितियों की संख्या

3. मानक त्रुटि –

प्राप्त मानक विचलन को संख्याओं के योग के वर्गमूल से भाग देने पर मानक त्रुटि का मान प्राप्त होता है। इसका संकेत **SE** है। मानक त्रुटि ज्ञात करने का सूत्र है –

$$SE = \frac{\sigma}{\sqrt{N}}$$

यहाँ,

SE = मानक त्रुटि
σ = मानक विचलन
N = न्यादर्श मे निहित स्थितियों की संख्या

4. मध्यमान अंतर की सार्थकता

दो मध्यमानों के अंतर की सार्थकता के परीक्षण के लिए दो स्वतंत्र मध्यमानों के अंतर की मानक त्रुटि ज्ञात करना होती है, जो निम्न सूत्र से ज्ञात होती है –

$$\sigma D = \sqrt{\frac{(\sigma_1)^2}{N_1} + \frac{(\sigma_2)^2}{N_2}}$$

यहाँ,

σD = मध्यमान के अंतर की मानक त्रुटि
σ1 = पहले समूह का मानक विचलन
σ2 = दूसरे समूह का मानक विचलन
N = न्यादर्श में निहित संख्या

इस σ_2 से निम्न सूत्र द्वारा t प्राप्तांक ज्ञात किया जाता है –

$$CR = \frac{M_1 - M_2}{\sigma_D} = \frac{D}{\sigma_D}$$

यहां,

M1 = पहले समूह का मध्यमान
M2 = दूसरे समूह का मध्यमान
σD = मध्यमान अंतर की मानक त्रुटि

निष्कर्ष

प्रस्तुत शोध प्रबंध में ली गई समस्या ''उच्चतर माध्यमिक व माध्यमिक स्तर के विद्याथियों का विद्यालय वातावरण एवं एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसंबंध का अध्ययन'' हेतु जो प्रदत्त संकलित किये गये उनके विश्लेषण एवं व्याख्या के परिणामस्वरूप जो निष्कर्ष प्राप्त हुये, उनका विवरण इस प्रकार है–

परिकल्पनाओं का सत्यापन

परिकल्पना –1 उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह सम्बन्ध नही हैं।

सारणी संख्या 1
उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह सम्बन्ध

उच्च माध्यमिक स्तर के छात्र	मध्यमान	सहसम्बंध	सहसम्बंध गुणांक
छात्र– **50**	21.36	विद्यालय वातावरण	$r = 0.43$
छात्र– **50**	**4**.72	मानसिक स्वास्थ्य	

व्याख्या एवं विश्लेषण

उपरोक्त तालिका के अध्ययन से ज्ञात होता है कि न्यादर्श के रूप में उच्च माध्यमिक स्तर के 50 छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य मान क्रमशः 21.36 तथा 4.72 प्राप्त हुआ। उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध +0.77 प्राप्त हुआ।

चूकि +0.77 उच्च धनात्मक सह–सम्बन्ध को दर्शाता हैं। अतः प्रस्तुत शोध में परिकल्पना–1 उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य उच्च धनात्मक सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं, अतः परिकल्पना अस्वीकृत की जाती हैं।

निष्कर्ष – कई विद्यालयों में कठोर अनुशासन रखा जाता हैं। और विद्यार्थियों को चुपचाप तथा शान्त रहने की आज्ञा दी जाती हैं। विद्यार्थियों पर इस प्रकार के कठोर का प्रभाव हानिकारक होता है और वे तरह–तरह के उपद्रव करते रहते हैं। अतः उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण और मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह सम्बन्ध पाया जाता हैं।

परिकल्पना – 2 उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं।

सारणी संख्या 2
उच्च माध्यमिक स्तर के छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह सम्बन्ध

उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राऐं	मध्यमान	सहसम्बंध	सहसम्बंध गुणांक
छात्रा– **50**	20.96	विद्यालय वातावरण	$r = 0.43$
छात्रा– **50**	**4**.64	मानसिक स्वास्थ्य	

व्याख्या एवं विश्लेषण

उपरोक्त तालिका के अध्ययन से ज्ञात होता हैं कि न्यादर्श के रूप में उच्च माध्यमिक स्तर की 50 छात्राओं का विद्यालय वातावरण एंव मानसिक स्वास्थ्य के मध्य मध्यमान क्रमशः 20.96 तथा 4.64 प्राप्त हुआ। उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध +0.78 उच्च धनात्मक सह–सम्बन्ध को दर्शाता हैं।

अतः प्रस्तुत शोध में परिकल्पना– 2 उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य उच्च धनात्मक सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं, अतः परिकल्पना अस्वीकृत की जाती हैं।

निष्कर्ष – विद्यालयों में होने वाली परीक्षाएँ भी विद्यार्थियों के समायाजे न पर अवांछनीय प्रभाव डालती हैं। परीक्षाएँ विद्यार्थियों की प्रतिस्पर्धा उत्पन्न करती हैं। प्रथम श्रेणी के छात्र अपने आप को ऊँचा समझने लगते हैं।

तृतीय और द्वितीय श्रेणी के छात्र अपने आप को बहुत हीन समझने लगते हैं अतः वे हर समय तनाव की स्थिति में रहते हैं।

अतः विद्यार्थियों के विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसम्बन्ध पाया जाता हैं।

परिकल्पना –3 माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं।

सारणी संख्या 3

माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध

माध्यमिक स्तर के छात्र	मध्यमान	सहसम्बंध	सहसम्बंध गुणांक
छात्र– **50**	20.96	विद्यालय वातावरण	r = 0.43
छात्र– **50**	**5**.04	मानसिक स्वास्थ्य	

व्याख्या एवं विश्लेषण

उपरोक्त तालिका के अध्ययन से ज्ञात होता है कि न्यादर्ष के रूप में माध्यमिक स्तर के 50 छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य मध्यमान क्रमशः 20.96 तथा 5.04 प्राप्त हुआ। माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध +0.96 प्राप्त हुआ। चूंकि +0.96 उच्च धनात्मक सह–सम्बन्ध को दर्शाता हैं।

अतः प्रस्तुत शोध में परिकल्पना 3 माध्यमिक स्तर के छात्रों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य उच्च धनात्मक सार्थक सह–सम्बन्ध नही हैं, अतः परिकल्पना अस्वीकृत की जाती हैं।

निष्कर्ष – अध्यापक अध्यापिकाओं के स्वभाव और व्यवहार का प्रभाव भी विद्यार्थियों के समायोजन पर पड़ता हैं। यदि अध्यापक अध्यापिका का व्यवहार कठोरतापूर्वक या अपेक्षायुक्त होगा तो विद्यार्थियों पर इसका प्रभाव अच्छा नही पड़ेगा। इसके कारण विद्यार्थियों में हीन भावना आ जाती हैं। अतः विद्यार्थियों का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह सम्बन्ध पाया जाता हैं।

परिकल्पना – 4 माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध नहीं हैं।

सारणी संख्या 4

माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक सह–सम्बन्ध

माध्यमिक स्तर की छात्राएँ	मध्यमान	सहसम्बंध	सहसम्बंध गुणांक
छात्रा– **50**	20.64	विद्यालय वातावरण	r = 0.43
छात्रा– **50**	**5**.36	मानसिक स्वास्थ्य	

व्याख्या एवं विश्लेषण

उपरोक्त तालिका के अध्ययन से ज्ञात होता है कि न्यादर्श के रूप में माध्यमिक स्तर की 50 छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य मध्यमान क्रमशः 20.64 तथा 5.36 प्राप्त हुआ। माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध +0.95 प्राप्त हुआ। चूकि +0.95 उच्च धनात्मक सह–सम्बन्ध को दर्शाता हैं।

अतः प्रस्तुत शोध में **परिकल्पना–4** माध्यमिक स्तर की छात्राओं का विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य उच्च धनात्मक सार्थक सह–सम्बन्ध नहीं हैं, अतः परिकल्पना अस्वीकृत की जाती हैं।

निष्कर्ष – अनुप्रयुक्त पाठ्यक्रम का भी विद्यार्थियों पर दुष्प्रभाव पड़ता हैं। वे पढ़ाई से ऊब कर तोड़–फोड़ के कार्यों में भाग लेने लगते हैं। यदि पाठ्यक्रम कक्षा–स्तर से कठिन होता है, तो विद्यार्थियों को अध्ययन में

कठिनाई आती हैं। ऐसे छात्र कक्षा से भाग जाया करते हैं। तथा उनके मानसिक स्वास्थ्य पर बूरा प्रभाव पडता है अतः विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध पाया जाता है।

शोध सुझाव

1. विद्यालयों में विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर अत्याधिक ध्यान देने की आवश्यकता है।
2. समय–समय पर विभिन्न माध्यमों द्वारा विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का मापन अनिवार्यतः किया जाना चाहिए।
3. मानसिक स्वास्थ्य के नियमित मापन द्वारा प्राप्त परिणामों का विश्लेषण करना चाहिए। यदि किसी छात्र के मानसिक स्वास्थ्य में गिरावट आ रही है तो गंभीरता से कारणों की जाँच की जानी चाहिए।
4. अध्ययन–अध्यापन प्रणाली में आवश्यकतानुसार सुधार किये जाने चाहिए ताकि पढ़ाई बोझ न बनकर रूचिकर बने।
5. विद्यालय में ''परामर्श व निर्देशन'' हेतु उचित व्यवस्था अनिवार्यतः होनी चाहिए, जहाँ विद्यार्थी अपनी व्यक्तिगत समस्याओं का समाधान ढूंढ़ सके।
6. अध्ययन–अध्यापन के दौरान ऐसी स्थितियाँ निर्मित होने से रोका जाए जिनसे विद्यार्थियों में तनाव, भग्नाशा (frustration) या चिंता जैसी स्थितियाँ उत्पन्न हों।
7. परीक्षा प्रणाली में अत्याधिक सुधार की आवश्यकता है ताकि नकारात्मक परिणामों के भय से विद्यार्थियों द्वारा ''घर से भाग जाने'' या ''आत्महत्या'' जैसी वारदातों को रोका जा सके।
8. भय और चिन्ता से उत्पन्न होने वाले मानसिक और संवेगात्मक संघर्षों की चिकित्सा की जानी चाहिए।
9. परिवार व विद्यालय का वातावरण, विवेक और समझदारी पर आधारित होना चाहिए।
10. बालकों की शक्तियों को किसी लक्ष्य प्राप्ति की दिशा में निर्देशित करना चाहिए, ताकि उनके मस्तिष्क, संघर्षो के निवास–स्थान न बन सकें।
11. बालकों को असन्तोष जनक परिस्थितियों का सामना करने और उनसे उपयुक्त समायोजन करने का प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
12. किशोरों को निराशाओं और सफलताओं का सामना करने के लिए प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
13. किशोरों को समूहों के सदस्यों के रूप में विभिन्न परिस्थितियों का सामना करने के अवसर दिए जाने चाहिए।

भावी शोध हेतु सुझाव

(1) भविष्य में इसे व्यापक करते हुए बड़े न्यादर्श का चयन कर इसका विस्तृत अध्ययन किया जा सकता हैं।
(2) भावी अनुसंधान में उच्चस्तर अर्थात कॉलेज स्तर पर महाविद्यालयों के वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन किया जा सकता हैं।
(3) भावी अनुसंधान शहरी व ग्रामीण विद्यालयों के विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन किया जा सकता हैं।
(4) भावी अनुसंधान केन्द्रीय व निजी विद्यालयों के विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन किया जा सकता हैं।
(5) भावी अनुसंधान में सामाजिक, आर्थिक स्तर के आधार पर विद्यालय वातावरण एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सह–सम्बन्ध का अध्ययन किया जा सकता हैं।

सन्दर्भ ग्रन्थ साहित्य

1 भटनागर, सुरेश (1998) : शिक्षा अनुसंधान, विनोद पुस्तक मंदिर आगरा, आगरा
2. भटनागर, सुरेश (2002) : शिक्षा अनुसंधान, विनोद पुस्तक मंदिर आगरा 2,2002
3 भटनागर, सुरेश : शिक्षण अधिगम प्रक्रिया का विकास आर.लाल बुक डिपो, मेरठ
4 द्वारिका डॉ. लाभ सिंह, प्रसाद एवं : मनोविज्ञान एवं शिक्षा सांख्यिकी के मूल आधार एच.पी. भार्गव

	डॉ भार्गव महेश (2000)		बुक हाउस, आगरा
5	गैरिट हेनरी ई.(1972)	:	शिक्षा तथा मनोविज्ञान में सांख्यिकी के प्रयोग , कल्याणी पब्लिशर्स, आगरा।
6	कपिल एच.के. (1898–99)	:	अनुसंधान विधियां, एच.पी. भागर्व बुक हाउस आगरा
7	सुखिया एस.पी..(1970)	:	शैक्षिक अनुसंधान के मूल तत्व, विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा
8	शर्मा आर.ए. (1999)	:	फन्डामेन्टल ऑफ एजुकेशनल रिसर्च, लॉयल बुक डिपो, मेरठ
9	सिंह डॉ. रामपाल एवं शर्मा ओ.पी.	:	शैक्षिक अनुसंधान एवं सांख्यिकी
10	पाठक पी.डी.	:	शिक्षा मनोविज्ञान
11	डॉ सरयू प्रसाद	:	मनोविज्ञान और शिक्षा
12	जॉयसवाल, डॉ सीताराम	:	शिक्षा मनोविज्ञान, न्यू बिल्डिंग्स, अमीनाबाद, लखनऊ
13	हसन शाहिद	:	नैदानिक मनोविज्ञान
14	शैरी जी.पी.	:	स्वास्थ्य शिक्षा
15	सिंह डॉ. रामनयन	:	नैदानिक मनोविज्ञान
16	सिंह अरूण कुमार	:	उच्चतर नैदानिक मनोविज्ञान
17	अस्थाना डॉ. विपिन	:	सांख्यिकी के तत्व
18	पत्रिका	:	सामाजिक सहयोग
19	शर्मा, खुशबू	:	साक्षर एवं निरक्षर प्रौढ़ महिलाओं की पारिवारिक मूल्यों के प्रति अभिवृत्ति का तुलनात्मक अध्ययन
20	जैन, निशा (1982)	:	विश्वविद्यालय के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन
21	साहू डॉ भरत एवं वागरेचा डॉ. वाय. एस.	:	अवकाशकालीन क्रियाकलाप व मानसिक स्वास्थ्य – खिलाड़ियों के संदर्भ में एक अध्ययन
22	सिंह डॉ. लाभ, प्रसाद डॉ. द्वारिका, भार्गव डॉ महेश	:	मनोवैज्ञानिक व शैक्षिक सांख्यिकी के मूल आधार