REVIEW OF RESEARCH
IMPACT FACTOR : 5.7631(UIF) UGC APPROVED JOURNAL NO. 48514 ISSN: 2249-894X
VOLUME - 8 | ISSUE - 7 | APRIL - 2019

''उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन का अध्ययन''

डॉ. सपना शर्मा[1] , प्रो. राधारानी सक्सेना[2] , कु. मीनाक्षी[3]
[1]सहा.प्रो. शिक्षा संकाय , बनस्थली विद्यापीठ , टोंक.
[2]से.नि. प्राचार्य–शिक्षा विभाग , सुरेश ज्ञान विहार विश्वविद्यालय , जगतपुरा, जयपुर.
[3]शोध छात्रा, बनस्थली विद्यापीठ , टोंक.

सारांश

प्रस्तुत शोध पत्र में उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन का अध्ययन किया गया है। अतः यह देखा जा सकता है कि विद्यार्थियों के समायोजन से उनके मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ता है। चूंकि परिणाम यह दर्शाते है कि मानसिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों में सार्थक अन्तर पाये जाने के कारण मानसिक स्वास्थ्य व समायोजन में परिसीमित धनात्मक सम्बन्ध पाया जाता है।

अतः विद्यार्थी की समायोजन संबंधी समस्याओं को दूर करने हेतु विद्यालय में शिक्षक घर में अभिभावक उन्हे मानसिक रूप में स्वस्थ रहने हेतु प्रयास कर सके जिससे विद्यार्थी में समायोजन की समस्या दूर हो सके।

प्रस्तावना

शिक्षा मानव विकास की आधारशिला है यह मनुष्य के जीवन को प्रगतिशील, सभ्य तथा सार्थक बनाती है। वास्तव में शिक्षा वह प्रकाश है जो व्यक्ति की आंतरिक शक्तियों को विकसित एवं अनुशासित करके व्यवहार में वांछित परिवर्तन लाने, मनुष्य के अनतःकरण एवं जीवन में व्याप्त अज्ञानता के अंधकार को मिटाकर ज्ञान का प्रकाश फैलाकर मनुष्य को विकास पथ पर चलने हेतु समर्थ बनाती है। शिक्षा ही है जो मनुष्य के भीतर उचित–अनुचित की समझ और विवेक उत्पन्न करती है।

महात्मा गांधी के अनुसार "शिक्षा से अभिप्राय बालक तथा मनुष्य के शरीर, मस्तिष्क तथा आत्मा के सर्वागीण एवं सर्वोत्तम विकास से है।"

शिक्षा को व्यक्ति के जीवन से जोड़ने पर बल दिया जाता है। इस राष्ट्रीय लक्ष्य की प्राप्ति हेतु भारतीय शिक्षा व्यवस्था को पूर्व प्राथमिक, प्राथमि माध्यमिक, उच्च माध्यमिक उच्च शिक्षा स्तरों में विभाजित किया गया है।

शिक्षा के इन सभी स्तरों में माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक स्तर दोनों विद्यार्थियों के भविष्य के लिए महत्वपूर्ण माने गये है। ये दोनों स्तर विद्यार्थियों के भविष्य के निर्णायक है।

शिक्षा का उच्च माध्यमिक स्तर विद्यार्थी के लिए नींव का काम करता है। इस पर उसका सम्पूर्ण शैक्षिक पारिवारिक, सामाजिक एवं व्यवसायिक जीवन स्थिर होता है।

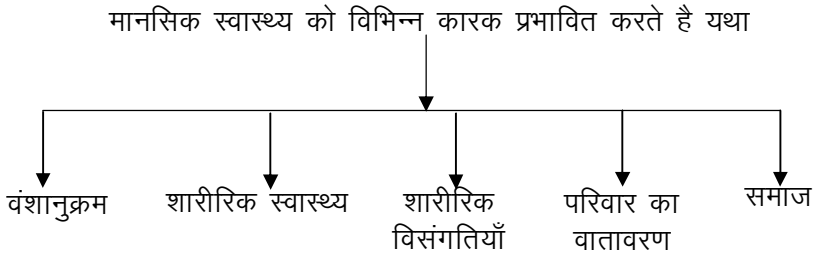
शिक्षा आयोग (1964–66) ने माध्यमिक शिक्षा का उद्देश्य बताते हुए कहा कि "उच्च माध्यमिक शिक्षा का उद्देश्य जहाँ एक ओर छात्रों को उच्च अध्ययन के लिए तैयार करना होना चाहिए वहीं दूसरी ओर छात्रों को जीविकोपार्जन के लिए तैयार करना होना चाहिए।"

मानसिक स्वास्थ्य

मानसिक स्वास्थ्य से तात्पर्य व्यक्ति की उस मनोस्थिति से है जिसके द्वारा व्यक्ति विभिन्न परिस्थितियों में सामाजिक तथा व्यक्तिगत समायोजन करने में समर्थ होता है।

मानिसक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अपने भौतिक तथा सामाजिक वातावरण के साथ शीघ्र समायोजन करके नये भौतिक परिवेश तथा अन्य व्यक्तियों के विचारों परेशानियों समस्याओं को भली–भांति समझकर उनके साथ उचित समायोजन कर लेते है। वह द्वन्द्वों, विरोधों, वास्तविकताओं से पलायन, जल्दबाजी के निर्णयों तथा अस्थिर समझ जैसी प्रक्रियाओं से दूर रहता है। इस प्रकार मानसिक स्वस्थ व्यक्ति द्वारा समायोजन करने की योग्यता का परिणाम होता है।

जे.ए. हैल्फील्ड :– "मानसिक स्वास्थ्य से तात्पर्य है सम्पूर्ण व्यक्तित्व का अपने पूर्ण रूप से अच्छी तरह तालमेल बिठाते हुये कार्य करते रहना है। इस दृष्टि से मानसिक स्वास्थ्य से तात्पर्य :–



व्यक्ति के मन की उस उत्तम अवस्था से है जो उसे एक सम्पूर्ण एवं समस्त व्यक्तित्व के रूप में संतुलित एवं संभावित व्यवहार कर अपने आप से तथा अपने वातावरण के साथ प्रभावपूर्ण समायोजन करने में सहायता करती है।

समायोजन :–

समायोजन से तात्पर्य समायोजन सुव्यवस्थित ढंग से परिस्थितियों के अनुकूल व्यवहार की प्रक्रिया है। समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों में सन्तुलन रखता है।

गेट्स के अनुसार :–

"समायोजन का अर्थ व्यक्ति के पर्यावरण की अपेक्षाओं व दबावों के प्रति उसकी अनुक्रिया है। यह अपेक्षा आन्तरिक तथा ब्राह्य होती है जिसके प्रति व्यक्ति अनुक्रिया करता है।" अतः समायोजन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके माध्यम से व्यक्ति अपने जीवन की आवश्यकताओं व उनकी पूर्ति को प्रभाति करने वाली परिस्थितियों के बीच शारीरिक व मनोवैज्ञानिक संतुलन एवं समता का स्तर बनाये रखता है। समायोजन के सामान्य रूपों का विश्लेषण करने पर पता चलता है कि व्यक्ति कोई आवश्यकता अनुभव करता है तो उसे एक ऐसे उद्देश्य और परिणाम पर ले जाती है जिससे आवश्यकता पूरी होती है जिसके फलस्वरूप वह तनाव अनुभव करता है अपना व्यवहार बदलता है उसे तीव्र कर रूकाट से बचने की कोशिश करता है व समाधान ढूँढ निकालता है। समायोजन के विभिन्न कारक यथा विद्यालय, परिवार एवं समाज प्रभावित करते है।

शोध के उद्देश्य

1. उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत सरकारी एवं गैर सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों का अध्ययन करना।
2. उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययरत सरकारी एवं गैर–सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों के समायोजन के विभिन्न आयामों का अध्ययन करना।

3. उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समयोजन के संबंध का अध्ययन करना।

शोध परिकल्पना :–

1. उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत सरकारी एवं गैर–सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों में सार्थक अन्तर नहीं पाया जाता है।
2. उच्च माध्यमिक विद्यालयों सरकारी एवं गैर–सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों के समायोजन के विभिन्न आयामों में सार्थक अन्तर नहीं पाया जाता है।
3. उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य व समायोजन में सार्थक सहसम्बन्ध नहीं पाया जाता है।

तकनीकी शब्दों की परिभाषा :–

उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थी :– शिक्षा आयोग (1964–66) ने उच्च माध्यमिक शिक्षा को दो स्तरों में विभाजित किया गया था अतः कक्षा 11 व 12 की शिक्षा को उच्च माध्यमिक स्तर कहा है। इस स्तर पर अध्ययनरत करने वाले विद्यार्थियों से है।

सरकारी विद्यालय से अभिप्रायः वे विद्यालय जो राज्य सरकार द्वारा पूर्णतः नियंत्रित तथा जिनका संचालन राज्य शिक्षा मन्त्रालय द्वारा किया जाता है।

गैर–सरकारी विद्यालय से तात्पर्य वे विद्यालय है जो राज्य सरकार द्वारा वित्तपोषित/ अवित्तपोषित मान्यता प्राप्त होते है एवं जो किसी व्यक्ति, ट्रस्ट, पंजीकृत संस्था या किसी वर्ग विशेष द्वारा संचालित किये जाते है।

मानसिक स्वास्थ्य :– मानसिक स्वास्थ्य से तात्पर्य दैनिक जीवन में भावनाओं, इच्छाओं, महत्वाकाक्षांओ और आदर्शों में संतुलन रखने की योग्यता अर्थात जीवन की वास्तविताओं का सामना करने और उनको स्वीकार करने की योग्यता से है।

समायोजन :– समायोजन से तात्पर्य जब व्यक्ति अपनी इच्छाओं महत्वकाक्षांओं, आदर्शों आदि को जीवन की वास्तविकताओं के अनुरूप ढालकर अपने तथा वातारण के मध्य एक संतोषजनक संबंध स्थापित कर लेता है तब उसे समायोजित व्यक्ति कहा जाता है।

अध्ययन के चर :– प्रस्तुत शोध अध्ययन में मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन आश्रित चर है तथा विद्यालय का प्रकार स्वतंत्र चर है।

जनसंख्या :– प्रस्तुत शोध में राजस्थान राज्य के जयपुर शहर में स्थित विद्यालयों के उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत समस्त विद्यार्थी अध्ययन की जनसंख्या है।

न्यादर्श

विद्यालय	विद्यार्थी
सरकारी विद्यालय	300
गैर–सरकारी विद्यालय	300
कुल	600

प्रदत्तों की प्रकृति :– प्रदत्तों की प्रकृति मात्रात्मक है।

प्रदत्त विश्लेषण प्रक्रिया :– प्रदत्तों का विश्लेषण मध्यमान मानक विचलन एवं टी परीक्षण द्वारा किया गया है।

विश्लेषण एवं व्याख्या :– परिकल्पना सत्यता का आधार 0.01 तथा 0.05 पर तालिका मूल्य के आधार पर किया गया है।

उपरोक्त तालिका पर दृष्टि डालने से निम्न निष्कर्ष प्राप्त हुए –

उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों में सार्थक अन्तर पाया गया है। अतः निर्धारित परिकल्पना अस्वीकृत होती है।

निष्कर्ष :– उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के समायोजन के विभिन्न आयामों में सार्थक अन्तर पाया जाता है। अतः परिकल्पना 2 अस्वीकृत होती है।

तालिका 3 :– उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य व समायोजन संबंधी सारणी

विद्यालय		मान	संबंधता	सार्थकता स्तर
सरकारी	मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन	0.42	परिमित धनात्मक	0.05
गैर–सरकारी	मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन	0.59	परिमित धनात्मक	0.05

निष्कर्ष :– उपरोक्त तालिका से ज्ञात होता है कि उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य व समायोजन में परिमित धनात्मक सहसम्बन्ध पाया जाता है।

शैक्षिक निहितार्थ :– प्रस्तुत शोध अध्ययन शिक्षार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को समझने हेतु सहायक है। विद्यालय में शिक्षार्थियों के समायोजन संबंधी व्यवहार व समस्याओं को समझने में प्रस्तुत शोध अध्ययन सहायक है। शिक्षार्थियों की समायोजन संबंधी समस्याओं को दूर करने हेतु विद्यालय में शिक्षक घर में अभिभावक उन्हें मानसिक रूप में स्वस्थ रहने हेतु प्रयास कर ताकि शिक्षार्थियों में समायोजन की समस्या दूर हो सके।
परिसीमायें :– प्रस्तुत शोध अध्ययन जयपुर शहर के विद्यालयों तक ही सीमित है।

संदर्भ ग्रंथ सूची

1. शर्मा गंगाराम एवं भार्गव विवेक (2006) 'शिक्षा मनोविज्ञान' (अधिगमकर्ता का विकास एवं शिक्षण अधिगम). आगरा एच.पी. भार्गव प्रकाशन
2. सिंह अरूण कुमार (2012) :– उच्चत नैदानिक मनोविज्ञान, दिल्ली मोतीलाल बनारसी दास प्रकाशन
3. सिंह रामपाल (2008) :– शैक्षिक अनुसंधान एवं सांख्यिकी, आगरा, अग्रवाल पब्लिकेशन
4. कुमार अनिल (2008) :– रिसर्च मैथेडोलौजी ऑफ एजूकेशन, नई दिल्ली, अल्फा पब्लिकेशन
5. कौल लोकेश (2008) :– शैक्षिक अनुसंधान की कार्य प्रणाली, आगरा, विकास पब्लिशिंग हाऊस