International Journal on Science and Technology (IJSAT)
E-ISSN: 2229-7677 ● Website: www.ijsat.org ● Email: editor@ijsat.org

उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का विद्यालय वातावरण के सन्दर्भ में अध्ययन

[1]डॉ० शुभ्रा पी० काण्डपाल, [2]विनीता

एसोसिएट प्रोफेसर, शिक्षाशास्त्र विभाग, एम०बी०जी० पी०जी० कॉलेज, हल्द्वानी, नैनीताल (उत्तराखण्ड)
शोधार्थिनी (शिक्षाशास्त्र), एम०बी०जी० पी०जी० कॉलेज, हल्द्वानी, नैनीताल (उत्तराखण्ड)

सारांश – प्रस्तुत अध्ययन में उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का विद्यालय वातावरण के सन्दर्भ में अध्ययन किया गया है। अध्ययन के उद्देश्य की पूर्ति हेतु शोध परिकल्पनाओं का निर्माण किया गया। उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का मापन हेतु डॉ. सुषमा तलेसरा तथा डॉ. अख्तर बानो द्वारा निर्मित मापनी स्वास्थ्य मापनी का प्रयोग किया गया है। ड़ॉ के0 एस0 मिश्रा द्वारा निर्मित विद्यालय वातावरण प्रपत्र का प्रयोग किया गया है। न्यादर्श के रूप में शोध जनसंख्या में से 100 विद्यार्थियों को सरल यादृच्छिक न्यादर्श विधि के द्वारा चयन किया गया। परिणामों से ज्ञात होता है कि उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के विद्यालय वातावरण के रचनात्मक उत्तेजना, संज्ञानात्मक प्रोत्साहन, अनुज्ञापन आयाम, स्वीकृति मानदंड, अस्वीकृति आयाम, नियंत्रण आयामों तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नही पाया गया है। उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्राओं के विद्यालय वातावरण के रचनात्मक उत्तेजना, संज्ञानात्मक प्रोत्साहन, अनुज्ञापन आयाम, स्वीकृति मानदंड, अस्वीकृति आयाम, नियंत्रण आयामों तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नही पाया गया है।

कूट शब्द – मानसिक स्वास्थ्य, विद्यालय वातावरण, उच्च माध्यमिक स्तर।

प्रस्तावना – उच्च माध्यमिक स्तर वह शैक्षणिक स्तर है जहाँ विद्यार्थी माध्यमिक शिक्षा (कक्षा 10 तक) पूरी करने के बाद अपने करियर की दिशा निर्धारित करने के लिए किसी एक विषय वर्ग (कला, विज्ञान, वाणिज्य) आदि का चयन करते हैं। वर्तमान युग प्रतिस्पर्धा और तीव्र परिवर्तन का युग है। इस युग में शिक्षा केवल ज्ञान प्राप्त करने का माध्यम न रहकर विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास का आधार बन गई है। शिक्षा का उद्देश्य अब केवल बौद्धिक विकास तक सीमित नहीं रहा, बल्कि यह शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास को भी समाहित करता है। इस सन्दर्भ में मानसिक स्वास्थ्य एक अत्यंत महत्वपूर्ण पक्ष है, विशेषकर उन विद्यार्थियों के लिए जो उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत हैं। उच्च माध्यमिक स्तर वह चरण होता है जिसमें विद्यार्थी किशोरावस्था में होते हैं। यह उम्र मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक दृष्टि से अत्यंत संवेदनशील होती है। इस समय विद्यार्थियों को कई प्रकार के दबावों का सामना करना पड़ता है जैसे कि पढ़ाई का बोझ, परीक्षा का तनाव, भविष्य की चिंता, अभिभावकों की अपेक्षाएँ, सहपाठियों से तुलना आदि। इन सबका सीधा प्रभाव उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। विद्यालय, जहाँ विद्यार्थी दिन का अधिकांश समय व्यतीत करते हैं, उनका दूसरा घर कहा जा सकता है। विद्यालय का वातावरण जैसे शिक्षक का व्यवहार, सहपाठियों का सहयोग, अनुशासन की स्थिति, शैक्षणिक दबाव, गतिविधियाँ आदि कृ विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को सकारात्मक या नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकता है। यदि विद्यालय का वातावरण सहयोगी, प्रेरणादायक और सुरक्षित हो, तो यह विद्यार्थियों को मानसिक रूप से सशक्त बना सकता है। इसके विपरीत, दबावपूर्ण और असंवेदनशील वातावरण उनके मानसिक संतुलन को बिगाड़ सकता है। इन्हीं बातों को ध्यान में रखते हुए यह शोध प्रस्तुत किया जा रहा है, जिसका उद्देश्य यह जानना है कि विद्यालय का वातावरण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को किस प्रकार प्रभावित करता है। यह अध्ययन यह भी स्पष्ट करने का प्रयास करेगा कि किन विद्यालयीय कारकों का प्रभाव अधिक होता है, और उनमें सुधार की संभावनाएँ क्या हो सकती हैं। आज के प्रतिस्पर्धात्मक युग में

विद्यार्थी विभिन्न मानसिक, सामाजिक तथा शैक्षणिक चुनौतियों का सामना कर रहे हैं। विशेषकर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थी एक ऐसे संक्रमण काल से गुजरते हैं जहाँ वे शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से तीव्र परिवर्तनों का अनुभव करते हैं। यह वह समय होता है जब उनकी सोच, आत्म–छवि, सामाजिक संबंधों और भविष्य को लेकर दृष्टिकोण का विकास होता है। ऐसे में यदि मानसिक स्वास्थ्य की उपेक्षा की जाए, तो यह उनके सम्पूर्ण विकास में बाधक बन सकता है। विद्यालय, जो विद्यार्थियों के सामाजिकरण का प्रमुख स्थल है, उनके मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाला एक प्रमुख घटक है। विद्यालय का वातावरण जिसमें शिक्षकों का व्यवहार, साथियों से संबंध, शैक्षणिक दबाव, अनुशासन, पुरस्कार और दंड की प्रणाली, तथा विद्यालय की भौतिक और सामाजिक संरचना शामिल होती है कृ विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव डालता है। वर्तमान समय में बढ़ती आत्महत्या की घटनाएँ, चिंता, अवसाद, पढ़ाई में अरुचि, सामाजिक अलगाव आदि मानसिक समस्याएँ माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में देखने को मिल रही हैं। इन समस्याओं के मूल में विद्यालयी वातावरण की भूमिका को नकारा नहीं जा सकता। अतः यह अत्यावश्यक हो गया है कि विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य की दशा को समझा जाए और यह मूल्यांकन किया जाए कि विद्यालय वातावरण किस सीमा तक इसकी दशा को प्रभावित कर रहा है। विद्यालयों को मानसिक स्वास्थ्य को सहयोग देने वाले उपायों की पहचान करने में सहायता मिलेगी, नीतिगत स्तर पर सुधार की दिशा में संकेत मिलेंगे तथा शिक्षकों, अभिभावकों और नीति निर्माताओं को विद्यार्थियों की मानसिक स्थिति के प्रति अधिक संवेदनशील और सजग बनाने में मदद मिलेगी। **सक्सेना, औरूषि और गोस्वामी, ड़ॉ० सरिता (2025)** ने माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर छात्र–छात्राओं की समस्या समाधान योग्यता पर शोध कार्य किया। चंदोसी जिले के माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत 200 छात्रों (100 लड़के और 100 लड़कियॉ) का चयन यादृच्छिक नमूनाकरण तकनीक विधि से किया गया। एल.एन. दुबे द्वारा निर्मित समस्या समाधान क्षमता परीक्षण उपकरण का उपयोा किया गया। प्रदत्तों का विश्लेषण टी–टेस्ट से किया गया। परिणामों से ज्ञात होता है कि किशोर छात्र और छात्राओं की समस्या समाधान क्षमता में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

अध्ययन के उद्देश्य

1. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्यनरत छात्रों के विद्यालय वातावरण तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।
2. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्राओं के विद्यालय वातावरण तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।
3. **अध्ययन की परिकल्पनॉए –**

1. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्यनरत छात्रों के विद्यालय वातावरण तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं है।
2. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्राओं के विद्यालय वातावरण तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं है।

शोध विधि – प्रस्तुत शोध कार्य के अंतर्गत समस्या के उद्देश्यों की प्राप्ति हेतु वर्णनात्मक अनुसंधान की सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

जनसंख्या – प्रस्तुत शोध कार्य में नैनीताल जनपद के समस्त उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों को शोध जनसंख्या के रूप में लिया गया है।

न्यादर्श – न्यादर्श के रूप में शोध जनसंख्या में से 100 विद्यार्थियों को सरल यादृच्छिक न्यादर्श विधि के द्वारा चयन किया गया है।

शोध उपकरण – डॉ. सुषमा तलेसरा तथा डॉ. अख्तर बानो द्वारा निर्मित मापनी स्वास्थ्य मापनी का प्रयोग किया गया है। ड़ॉ के0 एस0 मिश्रा द्वारा निर्मित विद्यालय वातावरण प्रपत्र का प्रयोग किया गया है।

शोध कार्य में प्रयुक्त सांख्यिकी – आंकड़ों की व्याख्या हेतु टी टेस्ट, मध्यमान, पियर्सन सहसंबंध गुणांक का प्रयोग किया गया है।

ऑकड़ों का विश्लेषण एवं व्याख्या

तालिका संख्या 1

उच्च माध्यमिक स्तर में अध्यनरत छात्रों के विद्यालय वातावरण तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसंबंध का अध्ययन

चर	रचनात्मक उत्तेजना	संज्ञानात्मक प्रोत्साहन	अनुज्ञापन आयाम	स्वीकृति मानदंड	अस्वीकृति आयाम	नियंत्रण
मानसिक स्वास्थ्य	–0.238	0.062	0.168	–0.025	–0.116	0.176

सार्थकता स्तर 0.05 पर तालिका मान – .273

उपरोक्त तालिका का अवलोकन करने से ज्ञात होता है कि स्वतंत्रता अंश ;कद्धि 48 पर उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के विद्यालय वातावरण के रचनात्मक उत्तेजना, संज्ञानात्मक प्रोत्साहन, अनुज्ञापन आयाम, स्वीकृति मानदंड, अस्वीकृति आयाम, नियंत्रण आयामों तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नही पाया गया है। **अतः शून्य परिकल्पना को निरस्त नही करते है।**

तालिका संख्या 2

उच्च माध्यमिक स्तर में अध्यनरत छात्राओं के विद्यालय वातावरण तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसंबंध का अध्ययन

चर	रचनात्मक उत्तेजना	संज्ञानात्मक प्रोत्साहन	अनुज्ञापन आयाम	स्वीकृति मानदंड	अस्वीकृति आयाम	नियंत्रण
मानसिक स्वास्थ्य	0.0916	0.117	0.114	0.010	0.078	0.352

सार्थकता स्तर 0.05 पर तालिका मान – .273

उपरोक्त तालिका का अवलोकन करने से ज्ञात होता है कि स्वतंत्रता अंश ;कद्धि 48 पर उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्राओं के विद्यालय वातावरण के रचनात्मक उत्तेजना, संज्ञानात्मक प्रोत्साहन, अनुज्ञापन आयाम, स्वीकृति मानदंड, अस्वीकृति आयाम, नियंत्रण आयामों तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नही पाया गया है। **अतः शून्य परिकल्पना को निरस्त नही करते है।**

निष्कर्ष –

- उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के विद्यालय वातावरण के रचनात्मक उत्तेजना, संज्ञानात्मक प्रोत्साहन, अनुज्ञापन आयाम, स्वीकृति मानदंड, अस्वीकृति आयाम, नियंत्रण आयामों तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नही पाया गया है।
- उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्राओं के विद्यालय वातावरण के रचनात्मक उत्तेजना, संज्ञानात्मक प्रोत्साहन, अनुज्ञापन आयाम, स्वीकृति मानदंड, अस्वीकृति आयाम, नियंत्रण आयामों तथा मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नही पाया गया है।

शैक्षिक निहितार्थ –

- विद्यालय का वातावरण सकारात्मक होने से मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होता है जिससे शिक्षा की गुणवत्ता और छात्रों के समग्र विकास में महत्वपूर्ण योगदान होता हैं। एक सकारात्मक विद्यालय वातावरण छात्रों को सीखने के लिए प्रेरित करता है, जबकि अच्छा मानसिक स्वास्थ्य उन्हें तनावमुक्त और आत्मविश्वासी तथा सीखने के लिए प्रेरित करता है।
- विद्यालय को विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए मनोवैज्ञानिक परामर्श सेवाएँ उपलब्ध करानी चाहिए जिससे छात्रों को तनाव और चिंता से निपटने के लिए सहायता मिल सके।
- शिक्षकों को विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए समझकर पढ़ाने की शैली अपनानी चाहिए।
- विद्यालय को सकारात्मक गतिविधियाँ खेल, कला, और ध्यान जैसी गतिविधियाँ जो विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को मजबूत करती हैं करानी चाहिए।
- सकारात्मक सामाजिक वातावरण उपलब्ध कराना चाहिए जिससे विद्यार्थी मानसिक रूप से स्वस्थ हो सके एवं अपने सहपाठियों और शिक्षकों के साथ बेहतर संबंध बना सकते हैं

संदर्भ ग्रंथ सूची

- Saxena, Orushi & Goswami, Dr. Sarita (2025). Madhyamak vidyaalay ke chhaatron kee samasya samaadhaan ya adhyayan ka Adhyayan. *Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies*,*13/87*, 140-147
- Tomar, Singh Gajendra (2008). School Organisation and management. Meerut, R.Lall Book Depot.
- Mishra, Kumar Sudhir & Mishra, Arpna (2008). Meerut, R.Lall Book Depot.
- Singh, Dr. Gya & Rai, Dr. Anil (2008). Siksha prsashn avam prbhandhn, Meerut, R.Lall Book Depot.
- Singh, Kumar Arun (2022). Siksha Manovigyan,Patna, Bharti Bhavan.