IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन

डॉ. एन पापा राव
सहायक प्राध्यापक (शिक्षा)
कल्याण स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
सेक्टर–7, भिलाई (छ.ग.)

श्रीमती शालिनी साहू
सहायक प्राध्यापक (शिक्षा)
श्रीराम शिक्षा महाविद्यालय,
राजनांदगाँव (छ.ग.)

सारांश –

प्रस्तुत शोध का मुख्य उद्देश्य उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना है। प्रस्तुत अध्ययन हेतु न्यादर्श के रूप में छत्तीसगढ़ राज्य के दुर्ग जिले के दुर्ग एवं भिलाई शहर के उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के 100 विद्यार्थियों जिसमें शासकीय विद्यालयों के 50 विद्यार्थियों (छात्र–25 एवं छात्राएँ–25) तथा अशासकीय विद्यालयों के 50 विद्यार्थियों (छात्र–25 एवं छात्राएँ–25) का यादृच्छिक रूप से चयन किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन में उपकरण हेतु सुषमा तलेसारा एवं अख्तर बानो (2005) द्वारा निर्मित मानसिक स्वास्थ्य मापनी का प्रयोग किया गया है। चयनित विद्यार्थियों पर उपरोक्त उपकरण का प्रशासन करने उनके प्राप्तांक ज्ञात किये गये तथा परिकल्पनाओं के सत्यापन के लिए टी–मूल्य ज्ञात किया गया। अध्ययन के परिणाम दर्शाते है कि उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् शासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया गया तथा उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् अशासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया गया।

किवर्ड : मानसिक स्वास्थ्य, उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थी

प्रस्तावना –

शिक्षा के द्वारा मानव जीवन में वैज्ञानिकता, चेतना, दार्शनिक तथा बौद्धिक क्षमता का विकास होता है और सब क्षमताएँ ही उसके व्यक्तित्व के विकास में सहयोग प्रदान करती है। व्यक्तित्व के सर्वांगीण विकास होने पर ही विद्यार्थी अपने आसपास होने वाली सामाजिक परिवर्तन को भली–भाँति समझ पाता है और यह निर्णय लेने योग्य बनता है कि उसे अपने व्यक्तित्व का विकास कर वातावरण से सामंजस्य स्थापित करने योग्य बनना चाहिए। जिस प्रकार मनुष्य अपने दिनचर्या में अपने शारीरिक क्रियाकलापों व खेल–कूद इत्यादि अपने स्वास्थ्य को स्वस्थ बनाये रखता है, उसी प्रकार उसे अपने मानसिक स्वास्थ्य हेतु भी विभिन्न क्रिया–कलापों द्वारा इन्हें भी स्वस्थ रखने हेतु प्रयास किया जाता है। मानसिक स्वास्थ्य शिक्षा में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है, क्योंकि यह एक विद्यार्थी की अधिगम, कक्षा में संलग्न होने और शैक्षणिक सफलता प्राप्त करने की क्षमता को प्रभावित करता है। उत्तम मानसिक स्वास्थ्य वाले विद्यार्थी बेहतर तरीके से ध्यान केंद्रित करने, जानकारियों को बनाए रखने और अकादमिक रूप से उत्तम प्रदर्शन करने में सक्षम होते हैं।

मानसिक स्वास्थ्य –

स्वास्थ्य का अर्थ केवल बीमारी या रोग की अनुपस्थिति या शारीरिक स्वस्थता ही नही होता है। वरन् शारीरिक, मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य के रूप में भी परिभाषित करना ज्यादा कारगर होगा। स्वास्थ्य शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिकता की पूर्ण स्थिति है। स्वयं के स्वास्थ्य की ध्यान देने हेतु मानसिक स्वास्थ्य का होना बहुत आवश्यक है।

मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ भावनात्मक मानसिक तथा सामाजिक संपन्नता से लिया जाता है। मानसिक स्वास्थ्य मन तथा मस्तिष्क की यह स्थिति है जब व्यक्ति अपने माहौल के साथ सामंजस्य स्थापित करता है। जीवन की सभी चुनौतियों के लिए तैयार रहता हो, मन और मन दोनों से ही। अपने जीवन में स्वयं सतुष्ट रहकर और स्वयं के कार्यों के प्रति उत्तरदायित्व के साथ सकारात्मक विचार रखता हों।

कुप्पुस्वामी ने इस संबंध में कहा है कि मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ, व्यक्ति के दैनिक जीवन से भावनाओं, इच्छाओं, महत्वकांक्षाओं और आदर्शों में एक संतुलन स्थापित करने की योग्यता हो अर्थात् उसमें जीवन की वास्तविकता का सामना करने व उसे स्वीकार करनें की योग्यता हों।

संबंधित शोध अध्ययन –

- **मिश्रा रविन्द्र एवं वर्मा पूर्णेन्द्र (2014)** ने शहरी एवं ग्रामीण छात्र–छात्राओं के धनात्मक मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन किया। अध्ययन हेतु छत्तीसगढ़ राज्य से 50 शहरी छात्राओं 50 ग्रामीण छात्राओं को न्यादर्श हेतु चयनित किया गया। अध्ययन के प्राप्त परिणाम दर्शाते है कि शहरी छात्राओं मे शहरी तथा ग्रामीण छात्र तथा ग्रामीण छात्राओं की तुलना में अधिक धनात्मक मानसिक स्वास्थ्य पाया गया।
- **श्रीवास एवं कुमार (2016)** ने माध्यमिक स्तर के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। न्यादर्श हेतु 250 छात्रों को सम्मिलित किया गया तथा अध्ययन के निष्कर्ष में पाया गया कि मानसिक स्वास्थ्य के अत्यधिक उच्च

स्तर पर 0.87 प्रतिशत ही छात्र है तथा शेष छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य औसत व औसत से उच्च है।

- **देसाई हरिश (2017)** ने शहरी तथा ग्रामीण उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। अध्ययन में लिंग, पारिवारिक क्षेत्र एवं परिवार के प्रकार को आधार बनाया गया। अध्ययन के लिए गुजरात वलसाड जिले के 240 उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों का चयन किया गया। अध्ययन में पाया गया कि लिंग क्षेत्र एवं पारिवारिक प्रकार के आधार पर विद्यार्थियों की मानसिक स्थिति में सार्थक अंतर है। ग्रामीण छात्र में उच्च स्तर का मानसिक स्वास्थ्य पाया गया एवं संयुक्त परिवार के छात्रों में मानसिक स्तर उच्च पाया गया।
- **चौधरी वर्षा एवं पंचोली दीपक (2018)** ने नागौर जिले के उच्च माध्यमिक स्तर के महिला एवं पुरूष अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। अध्ययन का उद्देश्य उच्च माध्यमिक स्तर के महिला एवं पुरूष अध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य विभिन्न आयामों के संदर्भ में अध्ययन करना था। अध्ययन हेतु राजस्थान के नागौर जिले के 300 अध्यापकों को न्यादर्श विधि द्वारा न्यादर्श के रूप में चयन किया गया। निष्कर्ष में पाया गया कि उच्च माध्यमिक स्तर के महिला एवं पुरूष अध्यापकों के स्वायत्ता, आयाम में सार्थक अंतर नही पाया गया परंतु सकारात्मक आत्ममूल्यांकन में सार्थक अंतर पाया गया।
- **यादव वीरेन्द्र (2018)** ने माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया अध्ययन हेतु अलवर जिले के माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत छात्रों को न्यादर्श हेतु चयन किया गया। परिणामस्वरूप पाया गया कि शहरी विद्यालय का मानसिक स्वास्थ्य ग्रामीण विद्यालय के विद्यार्थियों में क्षेत्र भिन्नता के आधार पर अधिक पाया जाता है तथा छात्रों की अपेक्षा छात्राओं में मानसिक स्वास्थ्य अधिक अच्छा पाया जाता है।
- **शर्मा सपना एवं अन्य (2019)** ने उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियो के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि का तुलनात्मक अध्ययन किया। अध्ययन हेतु जयपुर जिले के शासकीय एवं गैर शासकीय विद्यालय में अध्ययनरत 60 छात्र तथा 70 छात्रों को यादृच्छिक रूप से न्यादर्श हेतु चयन किया गया। अध्ययन के परिणाम में पाया गया कि उच्च माध्यमिक स्तर के कला व विज्ञान वर्ग के विद्यार्थियों के मानसिक स्वारथ्य तथा शैक्षिक उपलब्धि में कोई सार्थक सह–संबंध नही पाया गया।
- **नागमणी के. तथा साहू मंजू (2019)** ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा के मध्य सहसंबंध का अध्ययन किया। अध्ययन में न्यादर्श के रूप में दुर्ग, राजनांदगांव एवं बालोद जिले से 600 विद्यार्थियों का चयन स्तरीकृत यादृच्छिक विधि से किया गया परिणा में पाया गया कि मानसिक स्वास्थ्य तथा उपलब्धि अभिप्रेरणा एवं उसके समस्त आयामों के मध्य धनात्मक सार्थक सहसंबंध पाया गया। जो प्रदर्शित करता है कि मानसिक स्वास्थ्य के उक्ख होने पर विद्यार्थियों के उपलब्धि अभिप्रेरणा भी उच्च होती है।
- **वत्स गिरीश (2019)** ने उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि का तुलनात्मक अध्ययन किया। अध्ययन हेतु मोदीनगर के उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् 11वीं कक्षा के दो विद्यालयों के 50 बालक एवं 50 बालिकाओं का चयन किया गयां। अध्ययन में पाया गया कि उच्च माध्यमिक स्तर पर बा। अध्ययन में पाया गया कि उच्च माध्यमिक स्तर पर बालक एवं बालिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य प्राप्तांकों में समानता का अभाव है।
- **कुमार विवेक एवं सिंह हरिशंकर (2020)** ने उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन किया। प्रतिदर्श का चयन बहुस्तरीकृत गुच्छ प्रतिदर्शन विधि से किया गया एवं प्रतिदर्श के रूप में कक्षा 11 के 100 विद्यार्थियों (50 छात्र और 50 छात्राएं) को शामिल किया गया है। अध्ययन के निष्कर्ष में पाये गये कि उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत छात्र और छात्राओं के सम्पूर्ण मानसिक स्वास्थ्य एवं उसकी विमाओं–सांवेगिक स्थिरता, सम्पूर्ण समायोजन, स्वयत्तता, सुरक्षा–असुरक्षा, आत्म–प्रत्यय में सार्थक अन्तर है, जबकि उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य की विमा–बुद्धि में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।
- **त्रिपाठी एवं साहू (2021)** ने ग्रामीण तथा शहरी विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। अध्ययन में 475 विद्यार्थियों का चयन यादृच्छिक विधि से किया जिसमें 227 छात्राएँ एवं 258 छात्र सम्मिलित किए गए। अध्ययन में पाया गया कि शहरी छात्रों का मानसिक स्वास्थ्य ग्रामीण छात्रों की तुलना में उच्च स्तर का है एवं शहरी विद्यार्थियों में ग्रामीण विद्यार्थियों अपेक्षा मानसिक स्वास्थ्य उच्च स्तर का पाया गया। शहरी छात्र–छात्राओं के मध्य अध्ययन में छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य उच्च स्तर का पाया गया।

अध्ययन की आवश्यकता –

मानसिक स्वास्थ्य प्रत्येक व्यक्ति हेतु बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि यह हमारे शारीरिक और आत्मिक स्वास्थ्य प्रत्यक्ष रूप से संबंधित है। मानसिक स्वास्थ्य दुरूस्त होने से विद्यार्थियो की बुद्धि एवं अधिगम क्षमता अधिक होती है। मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसा कारण है जो अप्रत्यक्ष रूप से व्यक्ति के व्यक्तित्व एवं उसके शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। किशोर विद्यार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य का स्तर उन्नत रखना अति आवश्यक होता हैं यही वह समय होता है जब विद्यार्थियों द्वारा भविष्य के जीविकोपार्जन हेतु विभिन्न प्रकार के विषयों का चयन करके अपने भविष्य की नींव रखने में सफल होते है। अतः उनका मानसिक स्वास्थ्य उत्तम होगा तो वह अपने कैरियर में सार्थक रूप से ध्यान केन्द्रित कर पाते है। इसी उद्देश्य की पूर्ति हेतु इस लघु शोध अध्ययन का अनुसन्धान कार्य में इस समस्या का चयन किया गया है।

अध्ययन का उद्देश्य –

- उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।
- उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् शासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।
- उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् अशासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।

अनुसंधान विधि –

प्रस्तुत अध्ययन के उद्देश्य की प्राप्ति का परिकल्पना के परीक्षण हेतु आंकड़ें एकत्र करने के लिए सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

अध्ययन की परिसीमा –

- प्रस्तुत शोध अध्ययन दुर्ग एवं भिलाई शहर तक सीमित किया गया है।
- प्रस्तुत अध्ययन दुर्ग एवं भिलाई शहर के उच्चतर माध्यमिक स्तर के 100 विद्यार्थियों तक सीमित है।
- अध्ययन हेतु दुर्ग एवं भिलाई शहर के उच्चतर मध्यमिक विद्यालय के 5 शासकीय एवं 5 अशासकीय विद्यालय के 50 छात्रों तथा 50 छात्राओं तक सीमित किया गया है।

न्यादर्श –

अध्ययन में परिकल्पनाओं के सत्यापन के लिए दुर्ग एवं भिलाई शहर के शासकीय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के 100 विद्यार्थियों को यादृच्छिक रूप से चयन किया गया है। जिसमें 5 शासकीय एवं 5 अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय सम्मिलित है। शासकीय विद्यालयों के 50 विद्यार्थियों (छात्र–25 एवं छात्राओं–25) तथा अशासकीय विद्यालयों के 50 विद्यार्थियों (छात्र–25 एवं छात्राओं–25) का यादृच्छिक रूप से न्यादर्श हेतु चयन किया गया है।

सांख्यिकीय विश्लेषण –

शून्य परिकल्पना से प्राप्त प्रदत्तों के विश्लेषण हेतु मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन ज्ञात किया गया तथा सार्थकता ज्ञात करने हेतु टी–परीक्षण का प्रयोग किया गया है।

परिकल्पना परिणाम व विश्लेषण –

प्रस्तुत शोध की समस्या दुर्ग एवं भिलाई शहर के उच्चतर माध्यमिक विद्यालय से प्राप्त आंकड़ों की व्याख्या विश्लेषण एवं निष्कर्ष हेतु परिकल्पना का सत्यापन किया गया।

परिकल्पना –

H_{01} –

उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया जायेगा।

उपर्युक्त परिकल्पना की सत्यता की जाँच करने के लिए शोधकर्ता ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, प्रमाणिक विचलन ज्ञात कर टी–मूल्य ज्ञात किया। प्राप्त मध्यमान, प्रमाणिक विचलन व टी–मूल्य को निम्न तालिका में दर्शाया गया है।

सारणी क्रमांक 1.1

उच्चत्तर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों से प्राप्त आँकड़ें

समूह	प्रदत्तों की संख्या	मध्यमान	प्रमाणिक विचलन	टी–मूल्य
छात्र	50	138.4	18.7	1.94
छात्राएँ	50	130.8	20.6	
df=98, 0.05(1.66) < 1.94 , सार्थक अंतर है।				

उपरोक्त सारणी का अवलोकन करने पर ज्ञात होता है कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों की संख्या 50, मध्यमान 138.4 तथा प्रमाणिक विचलन 18.7 है तथा उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्राओं की संख्या 50, मध्यमान 130.8 प्रमाणिक विचलन 20.6 है। स्वतंत्रता की कोटी df=98 हैं। दोनों आँकड़ों की तुलना करने के लिए t मान की गणना की गई। t का मान 1.94 प्राप्त हुआ। मान की सार्थकता ज्ञात करने के लिए t–सारणी का अवलोकन किया गया। t का मान (1.66) स्तर पर सारणी मान 0.05 से अधिक है। अतः उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया गया।

अतः यह परिकल्पना अस्वीकृत होती है।

H_{02} –

उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् शासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया जायेगा।

उपर्युक्त परिकल्पना की सत्यता की जाँच करने के लिए शोधकर्ता ने शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, प्रमाणिक विचलन ज्ञात कर टी–मूल्य ज्ञात किया। प्राप्त मध्यमान, प्रमाणिक विचलन व टी–मूल्य को निम्न तालिका में दर्शाया गया है।

सारणी क्रमांक 1.2

शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के छात्र एवं छात्राओं से प्राप्त आँकड़ें

समूह	प्रदत्तों की संख्या	मध्यमान	प्रमाणिक विचलन	टी–मूल्य
छात्र	25	137.1	18.3	1.44
छात्राएँ	25	131.9	18.1	
df=48, 0.05 (1-67) > 1.44 , सार्थक अंतर नही है।				

उपरोक्त सारणी का अवलोकन करने पर ज्ञात होता है कि शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों की संख्या 25, मध्यमान 137.1 तथा प्रमाणिक विचलन 18.3 है तथा शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्राओं की संख्या 25, मध्यमान 131.9 प्रमाणिक विचलन 18.1 है। स्वतंत्रता की कोटी df=48 हैं। दोनों आँकड़ों की तुलना करने के लिए t मान की गणना की गई। t का मान 1.44 प्राप्त हुआ। मान की सार्थकता ज्ञात करने के लिए t–सारणी का अवलोकन किया गया। t का मान (1.67) स्तर पर सारणी मान 0.05 से कम है। अतः उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् शासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया गया।

अतः यह परिकल्पना स्वीकृत होती है।

H_{03} –

उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् अशासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया जायेगा।

उपर्युक्त परिकल्पना की सत्यता की जाँच करने के लिए शोधकर्ता ने अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, प्रमाणिक विचलन ज्ञात कर टी–मूल्य ज्ञात किया। प्राप्त मध्यमान, प्रमाणिक विचलन व टी–मूल्य को निम्न तालिका में दर्शाया गया है।

सारणी क्रमांक 1.3

अशासकीय विद्यालयों के उच्चतर माध्यमिक स्तर के छात्र एवं छात्राओं से प्राप्त आँकड़ें

समूह	प्रदत्तों की संख्या	मध्यमान	प्रमाणिक विचलन	टी–मूल्य
छात्र	25	140.1	19.2	2.32
छात्राएँ	25	130.4	22.2	
df=48, 0.05 (1.67) < 2.32 , सार्थक अंतर है।				

उपरोक्त सारणी का अवलोकन करने पर ज्ञात होता है कि अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों की संख्या 25, मध्यमान 140.1 तथा प्रमाणिक विचलन 19.2 है तथा अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्राओं की संख्या 25, मध्यमान 130.4 प्रमाणिक विचलन 22.2 है। स्वतंत्रता की कोटी df=48 हैं। दोनों आँकड़ों की तुलना करने के लिए t मान की गणना की गई। t का मान 2.32 प्राप्त हुआ। मान की सार्थकता ज्ञात करने के लिए t–सारणी का अवलोकन किया गया। t का मान (1.67) स्तर पर सारणी मान 0.05 से अधिक है। अतः उच्चतर माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् अशासकीय विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया गया।

. अतः यह परिकल्पना अस्वीकृत होती है।

विवेचना –

उपर्युक्त परिकल्पनाओं के विश्लेषण एवं उनसे प्राप्त निष्कर्ष के आधार पर यह स्पष्ट है कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया गया है। अध्ययन से स्पष्ट होता है कि छात्रों का मानसिक स्वारथ्य छात्राओं की अपेक्षा उच्च है इसका कारण हो सकता है छात्रों में छात्राओं की अपेक्षा सांवेगिक स्थिरता कम होती है जिससे छात्राओं में मानसिक तनाव एवं सामाजिक दायित्व छात्राओं की अपेक्षा कमी पाई जाती है। छात्राओं की पारिवारिक तथा सामाजिक दायित्व अधिक पाई जाती है। जिससे उनके मानसिक स्वास्थ्य छात्रों की अपेक्षा कम पाया जाता है। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया गया है तथा अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया पाया गया है इसका कारण यह हो सकता है कि वर्तमान परिप्रेक्ष्य में अशासकीय विद्यालय के शिक्षक समय–समय पर विभिन्न शैक्षिक प्रशिक्षणों के माध्यम से विद्यार्थियों की मानसिक स्थिति से अधिक अवगत होने लगे है। जिससे विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य उत्तम होता है।

सुझाव –

मानसिक स्वास्थ्य जीवन की गुणवत्ता का प्रमुख निधारक होने के साथ सामाजिक स्थिरता का भी आधार होता है। जिस वातावरण में व्यक्तियों के मानसिक स्वास्थ्य में कमी होती है वहाँ का शारीरिक, मानसिक व सामाजिक विकास पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। इस अध्ययन के परिणाम के आधार पर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में छात्राओं की मानसिक स्वास्थ्य में छात्रों की अपेक्षा कमी पाई गई है। छात्राओं की मानसिक स्थिति को दुरूस्त करने हेतु उनको समाज में छात्राओं के समान अवसर, स्वतंत्रता व अधिकार पर ध्यान देना आवश्यक है जिससे छात्राओं का समाज और परिवार के प्रति दायित्व व कर्तव्य का निर्वहन सुचारू रूप से हो उनकी मानसिक स्वास्थ्य में वृद्धि होगी तब ही वह एक स्वस्थ परिवार व समाज का बेहतर निर्माण कर सकती है। जिससे भविष्य में मानसिक तनाव, पारिवारिक कलह व सामाजिक विच्छेद में कमी होगी।

संदर्भ ग्रंथ सूची –

- **चौधरी वर्षा एवं पंचोली दीपक (2018)** उच्चतर माध्यमिक स्तर पर महिला एवं पुरूष अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन, *International Journal of Research and Analytical (IJRAR),* 5(4), Page 938-940
- **Desai Parulben Harish (2017),** A Comparative Study Of Mental Health Among Rural And Urban Adolescent Students Of Higher Secondary School, *J Psychol Psychother*, 7(2).
- **कुमार विवेक, सिंह हरिशंकर (2020)** उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन, *International Journal of Applied Research* 2020; 6(10): 679-682
- **मिश्रा रविन्द्रनाथ, वर्मा पूर्णेन्द्र (2014).** शहरी एवं ग्रामीण छात्र–छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन. *International J Advance in Social Sciences*, 2(2): April & June (2014) Page 111-113.
- **नागमणी के. तथा साहू मंजू (2019),** उच्चतर माध्यमिक विद्यालयषें के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा के मध्य सहसंबंध का अध्ययन, *Journal of Emerging Technologies and innovative Research (JETIR)*, 6(3), Page 487-491.
- **श्रीवास एवं कुमार (2016)** माध्यमिक स्तर के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य का शोध अध्ययन, *इंडियन इस्ट्रीम रिसर्च जर्नल,* 6(11), 1–5.
- **शर्मा सपना एवं अन्य (2019),** उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि अध्ययन, *Review of Research*, 8(9), June 2019, Page 1-4
- **श्रीवास्तव अनिल एवं माथूर दुर्गेश्वरी** (2014), विभिन्न वर्ग के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव, *International Journal of Creative Research Thoughts* 2(2) Feb-2014, Page 1-6
- **Tipathi Manoranjan & Sahu Bisweswari (2021),** A Comparative Study On Mental Health Of Rural And Urban Students, *International Educational Scientific Research Journal*, 7(12), Dec-2021, Page 67-77.
- **वत्स गिरीश (2019),** उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि का तुलनात्मक अध्ययन, *International Journal Reseaech Science Technology*, 6(1), Jau-Feb-2019, Page-708-711.
- **यादव वीरेन्द्र (2018),** माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया अध्ययन, *Journal of Educational & Psychological Research*, 8(1), Jan 2018, Page 118-121.