RECENT EDUCATIONAL & PSYCHOLOGICAL RESEARCHES
RESEARCH
Vol. : 7, Issue : 2 & 3
Jul. - Dec. (2018), Joint Edition, Pages : 27 - 31
ISSN 2278 – 5949
International Refereed & Blind Peer-Reviewed Research Journal

यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन

गौसिया[1] एवं सबा मुसीब[2]

1. एसोसिएट प्रोफेसर, एम0एड0 विभाग, बरेली कालेज, बरेली (उ0प्र0)
2. एम0एड0 छात्रा, बरेली कालेज, बरेली (उ0प्र0)

Received : 27/10/2018 *1st BPR* : 30/10/2018 *2nd BPR* : 12/11/2018 *Accepted* : 21/11/2018

ABSTRACT

प्रस्तुत अध्ययन यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को जानने हेतु किया गया है। अध्ययन हेतु बरेली जनपद के यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के कक्षा 11 के 100 विद्यार्थियों (50 छात्र तथा 50 छात्राओं) को न्यादर्श के रूप में चयनित किया गया है। विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के मापन हेतु डॉ0 जगदीश और डॉ0 ए0के0 श्रीवास्तव द्वारा निर्मित 'मानसिक स्वास्थ्य अनुसूची' (Mental Health Inventory) का प्रयोग किया गया है। अध्ययन में सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य यू0पी0बोर्ड के विद्यार्थियों से बेहतर पाया गया।

प्रस्तावना

शिक्षा व्यक्ति व समाज दोनों के लिए ही आवश्यक है, परन्तु इसके लिए शिक्षक व शिक्षार्थी दोनों का मानसिक रूप से स्वस्थ होना आवश्यक है। मानसिक रूप से अस्वस्थ होने पर शिक्षा की प्रक्रिया सुचारू रूप से नहीं चल सकती तथा उसमें बाधा उत्पन्न होगी। बालक का मानसिक स्वास्थ्य उसके शैक्षिक विकास को प्रभावित करता है। जैसा कि हम जानते हैं कि बालक के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले अनेक कारक हैं, उनमें से एक कारक विद्यालय भी है और विद्यालय की हमारी शैक्षिक विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। किसी विद्यालय का वातावरण कैसा है? उसका प्रभाव बालक की शैक्षिक गतिविधियों, शैक्षिक उपलब्धि तथा मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। जैसा कि हम जानते हैं कि सी0बी0एस0ई0 बोर्ड तथा यू0पी0 बोर्ड के विद्यालयों के वातावरण में काफी अन्तर होता है। दोनों के अनुशासन, पाठ्यक्रम तथा अन्य विद्यालयों से सम्बन्धित कार्यों आदि में भिन्नता होती है जिसका प्रभाव उनमें अध्ययनरत् विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ना स्वाभाविक है। इसी तथ्य को ध्यान में रखते हुए शोधार्थी में सी0बी0एस0ई0 बोर्ड व यू0पी0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ को जानने की इच्छा जागृत हुई और शोधार्थी ने प्रस्तुत विषय को अपने अध्ययन हेतु चुना।

अध्ययन की आवश्यकता एवं महत्व

वर्तमान युग प्रतिस्पर्धा का युग है। प्रतिस्पर्धा के इस युग में आज मनुष्य को, आर्थिक संकट, जनसंख्या वृद्धि, सामुदायिक और जातिगत पक्षपात, शिक्षा के प्रति अविश्वसनीयता, पारिवारिक तनाव, भविष्य की अनिश्चितता, प्राकृतिक असन्तुलन व दूषित वातावरण के कारण मानसिक तनाव का शिकार होना पड़ रहा है। मानसिक तनाव का प्रभाव व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ पर भी पड़ता है। यदि व्यक्ति मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं होता है तो वह अपने कार्य क्षेत्र में बेहतर प्रदर्शन नहीं कर पाता है। अतः व्यक्ति का मानसिक रूप से स्वस्थ होना आवश्यक है।

विद्यालय में बालक अलग–अलग वातावरण एवं परिस्थितियों से आते हैं, उनकी रूचि, अभिक्षमता, योग्यताएँ, स्वास्थ्य आदि अलग–अलग होता है। बालक के मानसिक स्वास्थ्य पर वातावरणीय परिस्थितियों और शिक्षण पद्धतियों का भी प्रभाव पड़ता है। जो बालक मानसिक रूप से स्वस्थ होते हैं, उनका विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन भी अच्छा होता है। ऐसे बालक अपने निर्धारित लक्ष्य पर पहुंचने में सफल होने के साथ ही साथ अपने कार्यों को रूचि व योग्यता के साथ पूरा करते हैं अर्थात् छात्रों के सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक, राजनैतिक, चारित्रिक, शारीरिक और सांस्कृतिक विकास के लिए यह आवश्यक है कि वे मानसिक रूप से स्वस्थ हों। इन्हीं बातों को दृष्टिगत रखते हुए शोधार्थी ने प्रस्तुत विशय को अध्ययन हेतु चयनित किया। अध्ययन से प्राप्त निष्कर्ष निश्चित ही इस दिशा में महत्वपूर्ण दिशा निर्देश प्रस्तुत कर सकेंगे।

RESEARCH
RECENT EDUCATIONAL & PSYCHOLOGICAL RESEARCHES
Issue : 2 & 3, Vol. : 7, Jul.-Dec. (2018), Joint Edition, Pages : 27 - 31, ISSN 2278 – 5949
गौसिया एवं सबा मुसीब
International Refereed & Blind Peer-Reviewed Research Journal

अध्ययन के उद्देश्य

प्रस्तुत अध्ययन के उद्देश्य निम्नवत हैं :–

1. छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन।
2. यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना।
3. यू0पी0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं की मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना।
4. सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना।
5. यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना।
6. यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना।

अध्ययन की परिकल्पना

प्रस्तुत अध्ययन हेतु निम्न परिकल्पनाएं निर्धारित हैं :–

1. छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
2. यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
3. यू0पी0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
4. सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
5. यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
6. यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

अध्ययन विधि एवं न्यादर्श

प्रस्तुत अध्ययन 'सर्वेक्षण विधि' को आधार मानकर किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन हेतु बरेली जनपद के यू0पी0 व सी0बी0एस0सी0 बोर्ड के कक्षा–11 में अध्ययनरत् 100 विद्यार्थियों (50 छात्र व 50 छात्राओं) का चयन स्तरीकृत यादृच्छिक विधि द्वारा किया गया है।

प्रयुक्त उपकरण

प्रस्तुत अध्ययन में विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के मापन हेतु शोधार्थी द्वारा मानसिक स्वास्थ्य के विद्यार्थियों के मापन हेतु डॉ0 जगदीश व डॉ0 ए0के0 श्रीवास्तव द्वारा निर्मित "मानसिक स्वास्थ्य अनुसूची" का प्रयोग किया गया है, जोकि एक प्रमाणीकृत परीक्षण है। इसमें कुल 56 कथन हैं।

प्रयुक्त साँख्यिकी

प्रस्तुत अध्ययन में मध्यमान, मानक विचलन तथा क्रान्तिक मान का प्रयोग किया गया है।

प्रदत्तों का विश्लेषण एवं व्याख्या

आँकड़ों का विश्लेषण निम्न प्रकार से किया गया है–

परिकल्पना –1 : छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका सं0– 1

छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक विवरण

विद्यार्थी	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी–मान	सार्थकता स्तर
छात्र	50	163.34	18.48	0.68	सार्थक अन्तर नहीं
छात्राएं	52	160.88	17.86		

तालिका सं0–1 के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 163.34 व 160.88 और मानक विचलन क्रमशः 18.48 व 17.86 है। दोनों समूहों का टी–मान निकालने पर 0.68 प्राप्त हुआ, जोकि सार्थक नहीं है। अतः सांख्यिकीय आधार पर यह कहा जा सकता है कि यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य समान है।

परिकल्पना –2 : यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

RESEARCH
RECENT EDUCATIONAL & PSYCHOLOGICAL RESEARCHES
Issue : 2 & 3, Vol. : 7, Jul.-Dec. (2018), Joint Edition, Pages : 27 - 31, ISSN 2278 - 5949

International Refereed & Blind Peer-Reviewed Research Journal

तालिका सं0– 2

यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक विवरण

विद्यार्थी	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी–मान	सार्थकता स्तर
यू0पी0 बोर्ड	50	158.38	14.06	2.07	0.05
सी0बी0एस0ई0 बोर्ड	52	165.65	20.83		

तालिका सं0–2 के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 158.38 व 165.65 और मानक विचलन क्रमशः 14.06 व 20.83 है। दोनों समूहों का टी–मान निकालने पर 2.07 प्राप्त हुआ, जोकि सार्थकता स्तर 0.05 पर सार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना सं0–2 अस्वीकृत की जाती है तथा यह कहा जा सकता है कि सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य यू0पी0बोर्ड के विद्यार्थियों से बेहतर है।

परिकल्पना –3 : यू0पी0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका सं0–3

यू0पी0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक विवरण

यू0पी0 बोर्ड	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी–मान	सार्थकता स्तर
छात्र	25	156.60	10.48	0.89	सार्थक अन्तर नहीं
छात्राएं	25	160.16	16.94		

तालिका सं0–3 के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि यू0पी0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 156.60 व 160.16 और मानक विचलन क्रमशः 10.48 व 16.94 है। दोनों समूहों का टी–मान निकालने पर 0.89 प्राप्त हुआ, जोकि सार्थक नहीं है। अतः सांख्यिकीय आधार पर यह कहा जा सकता है कि यू0पी0 बोर्ड के छात्र–छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य समान है।

परिकल्पना –4 : सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका सं0–4

सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक विवरण

सी0बी0एस0ई0 बोर्ड	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी–मान	सार्थकता स्तर
छात्र	25	170.08	22.19	1.48	साथर्क अन्तर नहीं
छात्राएं	27	161.55	18.97		

तालिका सं0–4 के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 170.08 व 161.55 और मानक विचलन क्रमशः 22.19 व 18.97 है। दोनों समूहों का टी–मान निकालने पर 1.48 प्राप्त हुआ, जोकि सार्थक नहीं है। अतः सांख्यिकीय आधार पर यह कहा जा सकता है कि सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य समान है।

परिकल्पना –5 : यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका सं0–5

यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक विवरण

छात्र	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी–मान	सार्थकता स्तर
यू0पी0 बोर्ड	25	156.60	10.48	2.69	0.01
सी0बी0एस0ई0 बोर्ड	25	170.08	22.19		

तालिका सं0–5 के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 156.60 व 170.08 और मानक विचलन क्रमशः 10.48 व 22.19 है। दोनों समूहों का टी–मान निकालने पर 2.69 प्राप्त हुआ, जोकि सार्थकता के स्तर 0.01 पर सार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना सं0– 5 अस्वीकृत की जाती है तथा यह कहा जा सकता है कि यू0पी0 बोर्ड के छात्रों की तुलना में सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों का मानसिक स्वास्थ्य बेहतर है।

परिकल्पना –6 : यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

RESEARCH
RECENT EDUCATIONAL & PSYCHOLOGICAL RESEARCHES
Issue : 2 & 3, Vol. : 7, Jul.-Dec. (2018), Joint Edition, Pages : 27 - 31, ISSN 2278 – 5949
गौसिया एवं सबा मुसीब
International Refereed & Blind Peer-Reviewed Research Journal

तालिका सं0–6
यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक विवरण

छात्राएं	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी–मान	सार्थकता स्तर
यू0पी0 बोर्ड	25	160.16	16.94	0.28	सार्थक अन्तर नहीं
सी0बी0एस0ई0 बोर्ड	27	161.55	18.97		

तालिका सं0–6 के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 160.16 व 161.55 और मानक विचलन क्रमशः 16.94 व 18.97 है। दोनों समूहों का टी–मान निकालने पर 0.28 प्राप्त हुआ, जोकि सार्थक नहीं है। अतः सांख्यिकीय आधार पर यह कहा जा सकता है कि यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड की छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य समान है।

मुख्य निष्कर्ष

अध्ययन से प्राप्त महत्वपूर्ण निष्कर्ष निम्नवत् हैं–

- यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।
- यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर पाया गया। सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य यू0पी0बोर्ड के विद्यार्थियों से बेहतर पाया गया।
- यू0पी0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।
- सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्र व छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।
- यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर पाया गया। यू0पी0 बोर्ड के छात्रों की तुलना में सी0बी0एस0ई0 बोर्ड के छात्रों का मानसिक स्वास्थ्य बेहतर पाया गया।
- यू0पी0 बोर्ड व सी0बी0एस0ई0 बोर्ड की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।

सुझाव

अध्ययन से प्राप्त निष्कर्षों के आधार पर यह सुझाव दिया जा सकता है कि विद्यालयों में बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बनाने हेतु आवश्यक प्रयास करने चाहिये। शिक्षकों का व्यवहार विद्यार्थियों के साथ स्नेहपूर्ण व सहयोगात्मक होना चाहिये। विद्यालय में भय, दण्ड, दमन, कठोरता पर आधारित अनुशासन की व्यवस्था नहीं होनी चाहिए बल्कि अनुशासन जनतांत्रिक सिद्धान्तों पर आधारित होना चाहिए। पाठ्यक्रम बालकों की रूचि, आवश्यकता तथा परिस्थिति के अनुरूप होना चाहिए, गृह कार्य भी यथासम्भव कम देना चाहिए। विद्यालय में खेल–कूद, मनोरंजन, स्काउटिंग तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमों आदि का आयोजन करना चाहिए इसके अतिरिक्त विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के विशय में आवश्यक जानकारी लेने हेतु विद्यालय में समय–समय पर अभिभावक–शिक्षक संगोष्ठी का आयोजन भी करना चाहिए।

अभिभावकों को अपने बच्चो के प्रति लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए तथा उनकी शिक्षा के लिए बेहतर सुविधायें उपलब्ध करानी चाहिए। अभिभावकों, शिक्षकों, प्रधानाचार्यों को अपने बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य को बनाये रखने के लिए उनकी शारीरिक तथा मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए उत्तम परिस्थितियां प्रदान करनी चाहिए।

सन्दर्भ सूची

- Cithra (2013) - "A study on mental health of higher secondary students" excellence in education, Vol.-II, No.-1, July - Dec. 2013.
- Kiran A.V., Reddy S.V. (2010)- "Effect of Gender, Locality of residence and level of Education on mental health status among Secondry & higher Secondry Students" Journal of Community Guidance & Research, Vol. 27, July- 2010.
- Kumar, A & Gera N. (2017)- "Mobile addition & mental health of college student" Edutracks, Vol - 16 No.-10, June 2017.
- Mahendran, P. (2010)- "An Investigation of Mental Health Status of the Diet Teacher Trainees" Journal of Community Guidance & Research, Vol. 27, Nov. 2010.

RESEARCH
RECENT EDUCATIONAL & PSYCHOLOGICAL RESEARCHES
Issue : 2 & 3, Vol. : 7, Jul.-Dec. (2018), Joint Edition, Pages : 27 - 31, ISSN 2278 – 5949

- **Mesalina P.S. & Natesan. N. (2015)** "Intelligence of Mental Health of B.Ed. Student in Madurai district" Journal of Education technology & research. Vol.-4 No. - 1, Jan-Dec. 2015.
- **Negi, S. (2012)-** "Mental health of University Female students Residing in Hostels" BRICS Journal of Educational Research, Vol.-2, Issue - 2&3, April - Sep. 2012.
- बेस्ट एण्ड कॉन (2003)– ''रिसर्च इन एजुकेशन'' प्रेन्टीक हॉल ऑफ इंडिया प्राइवेट लिमिटेड नई दिल्ली।
- बुच, एम0बी0 – I II III IV तथा V सर्वे ऑफ रिसर्च इन एजूकेशन, नई दिल्ली एन.सी.ई.आर.टी.।
- कोठारी, सी. आर. (2008) ''रिसर्च मैथडोलॉजी'' न्यू ऐज इण्टरनेशनल पब्लिशर्स।
- कौल, लोकेश (2009)– ''शैक्षिक अनुसंधान की कार्यप्रणाली'' विकास प्रकाशन, नोएडा।
- गुप्ता, एस0पी0 एवं गुप्ता ए0 (2012): ''उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान'' शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद।
- सिंह, ए0के0 (2011)– ''उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान'' पंचम संस्करण, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली।