BHARATI INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY RESEARCH & DEVELOPMENT (BIJMRD)

(Open Access Peer-Reviewed International Journal)

DOI Link : https://doi.org/10.70798/Bijmrd/04041004

Available Online: www.bijmrd.com | BIJMRD Volume: 4 | Issue: 04(1) | April 2026 | e-ISSN: 2584-1890

शाला के अधार पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन पर तुलनात्मक अध्ययन

नेहा प्रजापति[1] & डॉ. स्वाति पाण्डेय[2]

1. शोधार्थी (शिक्षा), स्वामी श्री स्वरूपानंद सरस्वती महाविद्यालय भिलाई
2. शोध निर्देशक, प्राध्यापक (शिक्षा), भारती विश्व.वि.पुलगाव,दुर्ग

शोध सारांश

किशोर विद्यार्थियों में बहुत ही महत्वपूर्ण मानसिक एवं शाररिक परिवर्तन होते है यह अवस्था तनाव और तूफान की अवस्था होती है इस अवस्था में समायोजन को अच्छा रखना आवश्यक है ताकि वे अपनी समस्या का समाधान कर सके। प्रस्तुत शोध अध्ययन का उद्देश्य विभिन्न प्रकार की शालाओ शासकीय एवं अशासकीय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन स्तर का तुलनात्मक विश्लेषण करना है। आधुनिक शिक्षा-व्यवस्था में बढ़ते प्रतिस्पर्धात्मक वातावरण, शैक्षिक अपेक्षाओं तथा सामाजिक-भावनात्मक दबावों के कारण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रत्यक्ष प्रभाव पड़ रहा है। इस अध्ययन के लिए दुर्ग जिले के 600 विद्यार्थियों का चयन किया गया। डेटा संकलन हेतु मानसिक स्वास्थ्य स्केल एवं समायोजन मापनी का उपयोग किया गया। परिणामों से पता चला कि शैक्षिक वातावरण, संसाधनों की उपलब्धता, अध्यापकीय सहयोग तथा पारिवारिक वातावारण जैसे कारक विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य और समायोजन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। तुलनात्मक विश्लेषण से यह भी स्पष्ट हुआ कि दोनों प्रकार की शालाओं के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन स्तर में सांख्यिकीय रूप से उल्लेखनीय अंतर मौजूद है। अशासकीय शाला के विद्यार्थियो में समायोजन अधिक पाया गया अध्ययन के निष्कर्ष भविष्य में विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु उपयुक्त शैक्षिक नीतियों एवं परामर्श सेवाओं के विकास में सहायक सिद्ध हो सकते हैं।

मुख्य शब्द - *किशोर विद्यार्थी , शासकीय एवं अशासकीय विद्यालय, मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन , तुलनात्मक अध्ययन, शैक्षिक वातावरण।*

प्रस्तावना

मनुष्य के जीवन में शिक्षा संसाधन के रूप में है जीवन की विभिन्न अवस्थाओ में किशोरावस्था का महत्वपूर्ण स्थान है किशोर विद्यार्थियों के लिए उनका मानसिक स्वास्थ्य सही होने के साथ साथ उन्हें अपने समाज में सामंजस्य स्थापित का गुण होना आवश्यक है अपितु सभी मनुष्य के विकास के लिय महत्वपूर्ण है मानसिक स्वास्थ्य सही होने से नकारात्मक विचारों से बेहतर ढंग उपचार में मदद मिलती है। किशोर विद्यार्थियों को माता- पिता, विद्यालय का भी प्रभाव पड़ता है तो विशेष ध्यान देना आवश्यक है समायोजन क्षमता का विकास एक महत्वपूर्ण विकास है जो हमारे आत्ममूल्य और, व्यक्तिगत व सामाजिक परिवेश में हमारी उपस्थिति के साथ रिश्तो को सही तरीके से बने रखने हेतु को निर्धारित करती है। साथ ही यह भी निर्धारित करता है कि हम किसी विशेष परिस्थिति में कैसे व्यवहार करते है। मानसिक स्वास्थ्य किसी एक पहलू तक सीमित नहीं है। यह तनाव कम कर के भावनात्मक स्थिरता लाने, संचार कौशल आत्म-जागरूकता सकारात्मकता, आत्मविशवास को बढ़ता है आतंरिक शक्ति का विकास भी होता है।

मानसिक स्वास्थ्य- मानसिक स्वास्थ्य एक व्यक्ति के भावनात्मक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक परोपकार की स्थिति है, जो यह निर्धारित करता है कि व्यक्ति कैसे सोचता है, कैसे महसूस करता है, दुसरो के साथ कैसा व्यवहार करता है मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ केवल मानसिक बीमारी का न होना नहीं है, बल्कि एक सकारात्मक स्थिति है जिसमें व्यक्ति के जीवन की गुणवत्ता, उद्देश्य की भावना और अच्छे संतोष जनक रिश्ते शामिल होते हैं। कभी कभी मानसिक स्वास्थ्य सही ना होने पर भी हमे रिश्तो की लिए सही तरीके से व्यवहार बने रखना होता है

समायोजन - समायोजन एक निरंतर चलने प्रक्रिया है, जिसमें एक व्यक्ति स्वयं और उसके अपने पर्यावरण के बीच अधिक मैत्रीपूर्ण/मधुर संबंध पैदा करने के लिए अपना व्यवहार बदलता है। या वातावरण के अनुसार व्यवहार करता है मनोविज्ञान में परस्पर विरोधी आवश्यकताओं को संतुलित करने की व्यवहार-संबंधी प्रक्रिया को समायोजन कहते हैं। इसी प्रकार पर्यावरण की कठिनाइयों एवं बाधाओं को ध्यान में रखते हुए व्यवहार में जो परिवर्तन करते हैं, उन्हें समायोजन कहते हैं।

समस्या कथन

" शाला के अधार पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन पर तुलनात्मक अध्ययन"

उद्देश्य –

1. सरकारी एवं निजी शाला में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।

2. सरकारी एवं निजी शाला में अध्ययनरत विद्यार्थियों के समायोजन का अध्ययन करना।

परिकल्पना –

H $_{01}$ सरकारी एवं निजी शाला में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया जाएगा।

H $_{02}$ सरकारी एवं निजी शाला में अध्ययनरत विद्यार्थियों के समायोजन में सार्थक अंतर नही पाया जाएगा।

सम्बंधित शोध अध्ययन –

सैनी, अमृता (2015) विद्यालयी परिवेश के सन्दर्भ में माध्यमिक विद्यालय विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य इस अध्ययन का उद्देश्य विद्यालयी परिवेश का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन करना था। निष्कर्ष में पाया गया कि विद्यालयी परिवेश व विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य एक-दूसरे से धनात्मक रूप से सहसम्बन्धित थे।

गुप्ता (2019) ने माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के समायोजन का उनके गृह वातावरण के साथ संबंध का अध्ययन किया 200 विद्यार्थियों का चयन यादृष्धिक विधि द्वारा किया गया। अध्ययन में यह पाया शाला प्रकार का प्रभाव समायोजन पर पाया

सौबल्ट्राम एवं अन्य (2020) ने माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के व्यक्तिगत समायोजन की आवश्यकता पर अध्ययन किया। निष्कर्ष में पाया गया कि विद्यालय वातावरण का प्रभाव विद्यार्थियों पर प्रभाव पड़ता है।

माह एवं भष्ठ (2020) ने दक्षिण कश्मीर के ग्रामीण एवं शहरी विद्यार्थियों के समायोजन में 400 विद्यार्थियों का चयन यादृच्छिक विधि द्वारा किया गया। निष्कर्ष गया कि ग्रामीण एवं शहरी विद्यार्थियों के समयोजन के मध्य कोई सार्थक संबंध नहीं होता है।

शोध विधि – शोध सर्वेक्षण विधि द्वारा किया गया।

शोध का न्यादर्श - प्रस्तुत शोध छत्तीसगढ़ राज्य के दुर्ग के दुर्ग,धमधा ,पाटन विकासखंड के सरकारी तथा निजी शाला के कक्षा 11 वी के किशोर विद्यार्थियों में 600 विद्यार्थियों का चयन यादृच्छिक विधि द्वारा न्यादर्ष के रूप में किया गया है जिसमे सरकारी विद्यालय से 300 एवं निजी विद्यालय से 300 विद्यार्थी है।

उपकरण –

मानसिक स्वास्थ्य - अरुण कुमार सिंह एवं अल्पना सेन गुप्ता (2020) द्वारा निर्मित उपकरण का उपयोग किया गया है।

समायोजन - ए.के.पी. सिन्हा एवं आर.पी.सिंह (2022) द्वारा निर्मित उपकरण का उपयोग किया गया है ।

शोध की सांख्यिकी -

प्रस्तुत शोध में शोधकर्ता ने अपने शोध कार्य के परिणामो एवं निष्कर्षो को प्राप्त करने के लिए मध्यमान , प्रमाप विचलन एवं टी-परिक्षण सांख्यिकी विधियों का प्रयोग किया है ।

H $_{01}$ सरकारी एवं निजी शाला में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नही पाया गया ।

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक	टी-मान	सार्थक अंतर	निष्कर्ष
सरकारी शाला के विद्यार्थी	300	89	6.85	2.68	0.05=1.95	अस्वीकृत
निजी शाला के विद्यार्थी	300	90	6.91		0.01=2.54	अस्वीकृत

परिकल्पना 1 में सरकारी और निजी शाला में अध्ययनत किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित आंकड़े दिये गये तालिका के अवलोकन से ज्ञात होता है की स्वतंत्रता के अंश 598 पर टी मान 2.68 प्राप्त हुआ । जो 0.05 स्तर पर सार्थक टी मान से अधिक है एवं 0.01 स्तर पर सार्थक टी मान से अधिक है अतः परिकल्पना अस्वीकृत की जाती है ।

H $_{02}$ सरकारी एवं निजी शाला में अध्ययनरत विद्यार्थियों के समायोजन में सार्थक अंतर नही पाया गया ।

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी-मान	सार्थक अंतर	निष्कर्ष
सरकारी शाला के विद्यार्थी	300	37.00	4.45	17.93	0.05=1.95	अस्वीकृत
निजी शाला के विद्यार्थी	300	32.00	3.78		0.01=2.54	अस्वीकृत

परिकल्पना 2 में सरकारी और निजी शाला में अध्ययनत किशोर विद्यार्थियों समायोजन से सम्बन्धित आंकड़े दिये गये तालिका के अवलोकन से ज्ञात होता है की स्वतंत्रता के अंश 598 पर टी मान 17.93 प्राप्त हुआ । जो 0.05 पर एवं 0.01 स्तर पर सार्थक टी-मान से अधिक है अतः परिकल्पना दोनों स्तर पर अस्वीकृत की जाती है ।

निष्कर्ष

- सरकारी एवं निजी विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर पाया गया।
- सरकारी एवं निजी विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों के समायोजन में सार्थक अन्तर पाया गया।

प्राप्त निष्कर्षों से ज्ञात होता है कि सरकारी एवं निजी विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में अंतर पाया गया। सरकारी एवं निजी विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य एक समान नही होता है। तथा सरकारी एवं निजी विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों के समायोजन में सार्थक अन्तर पाया गया। जिसका कारण निजी विद्यालयों के किशोर विद्यार्थियों का समायोजन सरकारी विद्यालय के विद्यार्थियों से उच्च पाया गया है। सरकारी शाला के किशोर विद्यार्थियों के समायोजन में सुधार हेतु, अभिभावकों, शिक्षकों, समाज को प्रयत्न करना चाहिए ।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- वेगास, महेश (2002).आधुनिक मनोवैज्ञानिक परीक्षण एवं मापन, आगरा, टैगोर बुक हाउस।
- दीक्षित, बी. एम. एवं भार्गव, महेश (1980). मनोवैज्ञानिक एवं शैक्षिक सांख्यिकी की तालिकाएँ, आगरा, हरप्रसाद भार्गव।
- कपिल, एच. के. (1979). अनुसंधान विधियाँ, आगरा, विनोद पुस्तक मन्दिर।
- लवनियां, एम. एम. (1989).भारत में सामाजिक समस्याएँ, जयपुर, कॉलेज बुक डिपो।
- भारतीय शैक्षिक सार, एनसीईआरटी, 1992
- भारतीय शिक्षा समीक्षा, (23), (2), 1993
- जर्नल ऑफ एग्रीकल्चर रिव्यू/धारवाड़/2007
- जर्नल ऑफ एजुकेशनल एंड साइकोलॉजिकल रिसर्च, जनवरी 2013

Citation: **प्रजापति. ने. & पाण्डेय. डॉ. स्वा.,** (2026) "शाला के अधार पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन पर तुलनात्मक अध्ययन", *Bharati International Journal of Multidisciplinary Research & Development (BIJMRD)*, Vol-4, Issue-04(1), April-2026.