IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में परस्पर संबंध का अध्ययन

डॉ. जागृति पारिख
शोध पर्यवेक्षक
एसोसिएट प्रोफेसर
राजस्थान महिला शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय, उदयपुर

चन्दन बाला जैन
शोधार्थी, (शिक्षा विभाग)
मोहनलाल सुखाड़िया विश्वविद्यालय, उदयपुर

सारांश

प्रस्तुत अध्ययन में माध्यमिक स्तर के ग्रामीण एवं शहरी विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों का परस्पर संबंध का अध्ययन किया गया है। इस हेतु सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया। इस अध्ययन में न्यादर्श के लिए जयपुर शहर के माध्यमिक स्तर के 600 विद्यार्थियों को यादृच्छिक विधि द्वारा चयनित किया गया है, जिसमें 300 ग्रामीण एवं 300 शहरी क्षेत्रों के हैं। मानकीकृत उपकरणों का प्रयोग कर प्रदत्तों का संकलन किया गया एवं विश्लेषण के लिए सहसंबंध गुणांक सांख्यिकी का प्रयोग किया गया। सांख्यिकीय विश्लेषण के उपरांत परिणाम में यह पाया कि माध्यमिक स्तर के ग्रामीण एवं शहरी विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में परस्पर संबंध है।

मुख्य शब्द :– समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्य।

प्रस्तावना

किशोरावस्था बालक का एक नया रूप है, जन्म है क्योंकि इसमें उच्चतर और श्रेष्ठतर मानव विशेषताओं के दर्शन होते हैं। किशोरावस्था में किशोर वर्ग के बालकों में संवेगों का उतार–चढ़ाव होता है। उनके व्यक्तित्व के विभिन्न पक्षों, तीव्र इच्छा, शक्ति विचार, मंथन की क्षमता, समस्या समाधान की योग्यता आदि का विकास होता है। किशोरावस्था जीवन की सबसे चुनौतीपूर्ण और जटिल अवस्था है। यह वह अवस्था है जब वह यह अनुभव करता है कि वह अपने बड़ों से उम्र में छोटा है किंतु वह कम से कम वयस्कों के बराबर हो रहा है। उनके व्यक्तित्व में शारीरिक, सामाजिक, भावात्मक, ज्ञानात्मक परिवर्तन के साथ–साथ व्यक्तित्व से संबंधित परिवर्तन भी परिलक्षित होते हैं। किशोरवय बालकों को इन परिवर्तनों से समायोजन करना पड़ता है अन्यथा अनेक समस्याएं उत्पन्न होने की संभावना होती है। जो इन समस्याओं का सामना नहीं कर पाते उनका व्यक्तित्व विघटित होने लगता है तथा वे पढ़ाई, समाज, विद्यालय व शिक्षकों के प्रति नकारात्मक दृष्टिकोण अपनाने लगते हैं।

प्रत्येक समाज में जीवन निर्वाह एवं आदर्श रहन–सहन की कुछ परंपराएं एवं पद्धतियां स्थापित होती है। ये परम्पराएं , मूल्य एवं पद्धतियां छात्र को जीवननिर्वाह के निर्देश प्रदान करते है। वर्तमान तकनीकी युग में जबकि ए. आई. ने जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में पैर प्रसार लिए हैं, सोशल मीडिया ने छात्रों को अपने प्रभाव में ले लिया है, ऐसी स्थिति में किशोरों को अपनी आवश्यकताओं, इच्छाओं की पूर्ति हेतु समाज द्वारा स्थापित नियम, मानक, मूल्यों , मान्यताओं एवं कानून से समन्वय स्थापित करना होता है। ए.आई. एवं सोशल मीडिया ने छात्रों के मूल्यों को भी प्रभावित किया है।

किशोरावस्था में संवेग एवं भावनाएं अपनी चरम सीमा पर होते हैं। अतः व्यक्ति को अपने घर परिवार, आस–पड़ोस के परिवेश, विद्यालय एवं समाज सभी स्थानों पर समन्वय एवं समायोजन स्थापित करना होता है। व्यक्ति विभिन्न क्रियाएं अपनी आवश्यकताओं के आधार पर संपन्न करता है किंतु इन आवश्यकताओं को विभिन्न परिस्थितियाँ प्रभावित करती हैं, साथ ही व्यक्तिगत सामर्थ्य व परिस्थितियों भी जैसे– व्यक्ति की शारीरिक एवं मानसिक स्थिति, उसकी रुचियाँ, उसके पारिवारिक व सामाजिक आदर्श व संस्कार, उसका दृष्टिकोण आदि उसे परिस्थितियों से सामंजस्य या समायोजन हेतु प्रेरित करता है। जब व्यक्ति परिस्थितियों से समायोजन नहीं कर पाता है तो वह असंतुष्ट रहता है तथा मानसिक रूप से तनावग्रस्त हो जाता है। जिसका प्रभाव उसके शारीरिक स्वास्थ्य के साथ–साथ

मानसिक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। उसके मूल्यों तथा आदर्शो के साथ सामजंस्य करना मुश्किल होने लगता है। अतः एक आदर्श एंव मूल्य युक्त जीवननिर्वाह के लिये अच्छा मानसिक स्वास्थ्य एवं परस्पर समायोजन आवश्यक है।

संबंधित साहित्य का अध्ययन

- **सिंह, रंजीत कुमार (2024)** ने माध्यमिक स्तर के आदिवासी विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा शैक्षिक उपलब्धि का अध्ययन किया। इस अध्ययन का उद्देश्य माध्यमिक विद्यालय के आदिवासी छात्रों की शैक्षणिक उपलब्धि के संबंध में उनके मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना था। अध्ययन के निष्कर्ष में यह पाया कि माध्यमिक विद्यालय के आदिवासी छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण संबंध मौजूद है। अध्ययन के नतीजों को सामान्य बनाने के लिए अधिक विस्तृत अध्ययन की आवश्यकता है।

- **दत्त, बबीता (2023)** ने उच्चत्तर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के मूल्यों एवं उसके आयामों का लिंग के संदर्भ में अध्ययन किया। इस अध्ययन का उद्देश्य उच्चत्तर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के मूल्यों का लिंग के संदर्भ में अध्ययन करना था। अध्ययन के निष्कर्ष में यह पाया कि छात्रों में सैद्धांतिक मूल्य एवं आर्थिक मूल्य एवं छात्राओं की तुलना सार्थक रूप से उच्च पाये गये, जबकि धार्मिक मूल्य छात्राओं में छात्रों की अपेक्षा सार्थक रूप से उच्च पाये गये। इसके अतिरिक्त अन्य मूल्यों सौन्दर्यात्मक, सामाजिक, राजनीतिक एवं कुल मूल्यों सार्थक अंतर नहीं पाया गया।
- **गुप्ता, सुनील कुमार (2023)** ने शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् छात्रों के विद्यालयीन समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन किया। इस अध्ययन का उद्देश्य रीवा जिले के शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् छात्र एवं छात्राओं के विद्यालयीन समायोजन के मध्य तुलनात्मक अध्ययन करना था। अध्ययन के निष्कर्ष में यह पाया कि रीवा जिले के माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् छात्र एवं छात्राओं के विद्यालयीन समायोजन के मध्य कोई सार्थक अन्तर नहीं है। शोध क्षेत्र के शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् छात्रों के विद्यालयीन समायोजन के मध्य सार्थक अन्तर पाया जाता है।

अध्ययन का औचित्य

विद्यार्थी देश का भविष्य हैं। इनके समायोजन एवं स्वस्थ मानसिक विकास से देश प्रगति के पथ पर अग्रसर होता है लेकिन बड़े दुःख की बात है कि समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य की समस्या आज प्रायः विद्यार्थियों में बड़े पैमाने पर देखी जा सकती है। बढ़ती प्रतिस्पर्धा, भागदौड़ की जिन्दगी व आधुनिक जीवन के दबाव में स्थिति को विकट बना दिया है। जीवन मृग–मरीचिका हो गया है। प्रत्येक विद्यार्थी श्रेष्ठतम बनने की होड़ लगा हुआ है जिसके कारण उसे समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य की समस्या से गुजरना पड़ हरा है। विद्यार्थी अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में उचित–अनुचित का भेदभाव भी भूल रहें हैं। उनके जीवन मूल्य, विचार, अभिवृत्ति, प्रवृत्ति एवं चरित्र के क्षेत्र में नित्य अवनति परिलक्षित हो रही है। अतः इन परिस्थितियों में यह अध्ययन करना आवश्यक हो गया है कि छात्रों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य, जीवन मूल्यों एवं शैक्षिक उपलब्धि में संबंध ज्ञात किए जाए। अतः शोधार्थी ने इस समस्या पर शोध करने का निर्णय लिया।

समस्या कथन

विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में परस्पर संबंध का अध्ययन

शोध उद्देश्य

1 माध्यमिक स्तर के ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में परस्पर संबंध का अध्ययन करना।

2 माध्यमिक स्तर के शहरी विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में परस्पर संबंध का अध्ययन करना।

शोध परिकल्पनाएँ

1 माध्यमिक स्तर के ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में कोई सार्थक संबंध नहीं पाया जाता है।

2 माध्यमिक स्तर के शहरी विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में कोई सार्थक संबंध नहीं पाया जाता है।

शोध विधि

प्रस्तुत शोध अध्ययन में सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

न्यादर्श

प्रस्तुत शोध अध्ययन में शोधार्थी द्वारा जयपुर शहर के माध्यमिक स्तर के 600 विद्यार्थियों को यादृच्छिक विधि द्वारा चयनित किया गया है, जिसमें 300 ग्रामीण एवं 300 शहरी क्षेत्रों के हैं।

शोध उपकरण

प्रस्तुत अध्ययन में निम्नलिखित मानकीकृत उपकरणों का प्रयोग किया गया है–

- समायोजन मापनी :– डॉ. ए.के.पी. सिन्हा द्वारा निर्मित
- मानसिक स्वास्थ्य मापनी :– अरूण कुमार सिंह एवं अल्पना सेन गुप्ता द्वारा निर्मित
- मूल्य मापनी :– डॉ. जी.पी. शैरी एवं प्रो. आर.पी. वर्मा द्वारा निर्मित

शोध में प्रयुक्त सांख्यिकी विधियाँ

प्रस्तुत अध्ययन में सहसंबंध गुणांक का उपयोग प्रदत्तों का सांख्यिकीय विश्लेषण करने हेतु किया गया है।

प्रदत्तों का विश्लेषण

परिकल्पना 1 – माध्यमिक स्तर के ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में कोई सार्थक संबंध नहीं पाया जाता है।

तालिका संख्या : 1

माध्यमिक स्तर के ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में संबंध

चर	सहसंबंध गुणांक	सहसंबंध	सारणी मूल्य	परिणाम
समायोजन जीवन मूल्य	0.36	धनात्मक	0.05 सार्थकता स्तर पर 0.11	अस्वीकृत
मानसिक स्वास्थ्य जीवन मूल्य	0.48	धनात्मक	0.05 सार्थकता स्तर पर 0.11	अस्वीकृत
समायोजन मानसिक स्वास्थ्य	0.32	धनात्मक	0.05 सार्थकता स्तर पर 0.11	अस्वीकृत

व्याख्या एवं विश्लेषण

उपर्युक्त तालिका के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन एवं जीवन मूल्यों के मध्य सहसम्बन्ध गुणांक 0.36, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों के मध्य सहसम्बन्ध गुणांक 0.48 एवं समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसम्बन्ध गुणांक 0.32 प्राप्त हुआ है जो कि सहसम्बन्ध गुणांक तालिका के अनुसार धनात्मक सहसम्बन्ध है।

तीनों चरों के मध्य सहसम्बन्ध की सार्थकता की जाँच करने पर पाया गया कि गणना किया गया सहसंबंध गुणांक का मान स्वतंत्रता के अंश 298 स्वतंत्रता के अंश पर 0.05 विश्वास स्तर पर सार्थकता के आवश्यक मान 0.11 से अधिक है। अतः परिकल्पना अस्वीकृत होती है। इस आधार पर कहा जा सकता है कि माध्यमिक स्तर के ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में सार्थक संबंध पाया जाता है।

परिकल्पना 2 – माध्यमिक स्तर के शहरी विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में कोई सार्थक संबंध नहीं पाया जाता है।

तालिका संख्या : 2

माध्यमिक स्तर के शहरी विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में संबंध

चर	सहसंबंध गुणांक	सहसंबंध	सारणी मूल्य	परिणाम
समायोजन	0.40	धनात्मक	0.05 सार्थकता स्तर पर 0.11	अस्वीकृत
जीवन मूल्य				
मानसिक स्वास्थ्य	0.45	धनात्मक	0.05 सार्थकता स्तर पर 0.11	अस्वीकृत
जीवन मूल्य				
समायोजन	0.37	धनात्मक	0.05 सार्थकता स्तर पर 0.11	अस्वीकृत
मानसिक स्वास्थ्य				

व्याख्या एवं विश्लेषण

उपर्युक्त तालिका के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि शहरी विद्यार्थियों के समायोजन एवं जीवन मूल्यों के मध्य सहसम्बन्ध गुणांक 0.40, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों के मध्य सहसम्बन्ध गुणांक 0.45 एवं समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसम्बन्ध गुणांक 0.37 प्राप्त हुआ है जो कि सहसम्बन्ध गुणांक तालिका के अनुसार धनात्मक सहसम्बन्ध है।

तीनों चरों के मध्य सहसम्बन्ध की सार्थकता की जाँच करने पर पाया गया कि गणना किया गया सहसंबंध गुणांक का मान स्वतंत्रता के अंश 298 स्वतंत्रता के अंश पर 0.05 विश्वास स्तर पर सार्थकता के आवश्यक मान 0.11 से अधिक है। अतः परिकल्पना अस्वीकृत होती है। इस आधार पर कहा जा सकता है कि माध्यमिक स्तर के शहरी विद्यार्थियों के समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों में सार्थक संबंध पाया जाता है।

निष्कर्ष :–

- ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन एवं जीवन मूल्यों के मध्य सार्थक संबंध पाया गया। निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि विद्यार्थियों के जीवन मूल्यों का परिवार एवं विद्यालय से घनिष्ठ संबंध है।

परिवार एवं विद्यालय में ही विद्यार्थी प्रेम, सहयोग, कर्तव्यपरायणता, समर्पण, करूणा, त्याग, सहानुभूति एवं अनुशासन जैसे मूल्यों का विकास होता है और इन्हीं मूल्यों के कारण विद्यार्थियों अपने जीवन में सहजता से समायोजित हो पाते हैं। इसके विपरित इनके अभाव में उन्हें किसी भी परिस्थिति में समायोजन करने में कठिनाई अनुभव होती है।

- ग्रामीण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों के मध्य सार्थक संबंध पाया गया। निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि ग्रामीण क्षेत्र में परिस्थितियों थोड़ी विकट होती हैं, जो विद्यार्थी को जीवन संघर्षों का सामना करना सीखती हैं। जिसके कारण विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होता है एवं वे आशावादी, आत्म जागरूक और आत्म प्रेरित होते हैं।
- ग्रामीण विद्यार्थियों के समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक संबंध पाया गया। निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि मानसिक रूप से स्वस्थ विद्यार्थी ही समाज, परिवार एवं विद्यालय में समायोजन कर पाता है। उच्च मानसिक स्वास्थ्य वाला विद्यार्थी अपने कर्तव्यों को पूरा करने का प्रयास करता है। वे अपनी जरूरतों, इच्छाओं, आकांक्षाओं और दृष्टिकोण के बीच सामंजस्य या संतुलन बनाए रखने का प्रयास करते हैं।
- शहरी विद्यार्थियों के समायोजन एवं जीवन मूल्यों के मध्य सार्थक संबंध पाया गया। निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि उच्च जीवन मूल्य सर्वांगीण विकास के अवसर प्रदान करता है जिससे उनमें समायोजन की भावना अधिक पाई जाती है।
- शहरी विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन मूल्यों के मध्य सार्थक संबंध पाया गया। निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि मूल्यों का विशेष संबंध विद्यार्थी के परिवार से माना जाता है यदि परिवार का वातावरण अराजकतावादी होगा एवं वहां सदैव लड़ाई–झगड़े होंगे तो ऐसे वातावरण में रहने वाले विद्यार्थी का मानसिक स्वास्थ्य भी ठीक नहीं हो सकता है।
- शहरी विद्यार्थियों के समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सार्थक संबंध पाया गया। निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि मानसिक स्वास्थ्य के उच्च होने के कारण विद्यार्थी अपनी योग्यता व अयोग्यताओं से परिचित हैं, वे अपने द्वारा की गई गलतियों को सहर्ष स्वीकार करने और उन्हें सुधारने की क्षमता भी रखते हैं एवं समायोजित होने का प्रयास करते हैं। इसके विपरीत मानसिक स्वास्थ्य निम्न होने के कारण विद्यार्थी शीघ्र ही निराश हो जाते हैं।

संदर्भ सूची

- दत्त, बबीता (2023). उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के मूल्यों एवं उनके आयामों का लिंए के संदर्भ में अध्ययन. *इंटरनेशन जर्नल फॉर मल्टीडिसिप्लीनरी रिसर्च, 5(4).*
- गुप्ता, सुनील कुमार (2023). शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् छात्रों के विद्यालयीन समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन। *प्दजमतदंजपवदंस श्रवनतदंस वि ।चचसपमक त्मेंमबतीए* 9;5द्धए 78.81ण
- कपिल,एच.के. (2012). अनुसंधान विधियाँ. आगराः एच. पी. भार्गव बुक हाउस.
- कपूर, एम. (1995). मेंटल हैल्थ ऑफ इंडियन चिल्ड्रन. नई दिल्ली : सेज पब्लिकेशन.
- कौल, लोकेश. (2006). मैथडोलॉजी ऑफ ऐजुकेशन रिसर्च, देहलीः विकास पब्लिशिंग हाउस, प्राइवेट लिमिटेड.
- पाण्डेय, रामशक्ल व मिश्रा, करूणा शंकर (2004). मूल्य शिक्षण, आगराः विनोद पुस्तक मंदिर।
- पाठक, पी.डी. (2004). एजूकेशनल साइकोलोजी. आगराः विनोद पुस्तक मंदिर.
- राय, पारसनाथ. (2010). अनुसंधान परिचय. आगरा : लक्ष्मीनारायण अग्रवाल प्रकाशक.
- सिंह, रंजीत कुमार (2022). मेंटल हेल्थ इन रिलेशन टू अकेडमिक अचीवमेंट ऑफ ट्राइबल सैकण्डरी स्कूल स्टुडेंट्स ऑफ रांची। Bhartiyam International Journal of Education & Research, 12(1), 10-18.