

माध्यमिक विद्यालय के छात्रों की शैक्षणिक उपलब्धि के अनुसार भावनात्मक परिपक्वता और मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन

नरेंद्र¹, डॉ. रवितोष कुमार सिंह²

¹रिसर्च स्कॉलर, सनराइज यूनिवर्सिटी अलवर

²सहायक प्रोफेसर, सनराइज यूनिवर्सिटी अलवर

सारांश

छात्रों की उपलब्धि को कौन से कारक बढ़ावा देते हैं? शैक्षणिक उत्कृष्टता के लिए विभिन्न कारक किस हद तक योगदान करते हैं? जटिल मानव व्यक्तित्व के कारण ऐसे प्रश्नों का उत्तर आसान नहीं है। इसलिए, उत्कृष्टता में सुधार के लिए रणनीति और तंत्र का पता लगाने के लिए हमेशा प्रयास किए गए हैं। इसलिए, शोधकर्ताओं द्वारा कई कारकों की परिकल्पना और शोध किया गया है। वे अलग-अलग परिणामों के साथ सामने आते हैं, कभी-कभी एक-दूसरे के पूरक होते हैं लेकिन कभी-कभी एक-दूसरे का खंडन करते हैं। वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालयों के विज्ञान और कला के छात्रों की शैक्षणिक उपलब्धि पर विद्यालय वातावरण, मानसिक स्वास्थ्य, अध्ययन की आदतें और आत्मविश्वास; विज्ञान और कला वर्ग के छात्रों की शैक्षणिक उपलब्धि का निर्धारण करने में वे स्वतंत्र रूप से और संयुक्त रूप से जो भूमिका निभाते हैं उसका अध्ययन करने के लिए, और इन अनुमानित चर के आधार पर छात्रों की शैक्षणिक उपलब्धि की भविष्यवाणी करने के लिए।

बहु प्रतिगमन की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए कसौटी और भविष्य कहनेवाला चर के वितरण की प्रकृति का भी अध्ययन किया गया था। नमूने में इटावा और अलीगढ़ जिले के 18 इंटरमीडिएट कॉलेजों से चुने गए 520 विज्ञान और 345 कला के छात्र शामिल थे। डॉ. हरप्रीत भाटिया और डॉ. एन.के. चड्ढा (1993), डॉ. अरुण कुमार सिंह और डॉ. अल्पना सेन गुप्ता (2008) द्वारा मानसिक स्वास्थ्य बैटरी द्वारा विद्यालय पर्यावरण स्केल के हिंदी संस्करण को प्रशासित करके इन निर्भर और स्वतंत्र चर के बारे में डेटा एकत्र किया गया था।), पल्सने एंड शर्मा (2003) द्वारा स्टडी है

बिट्स इन्वेंटरी और डॉ. रेखा अग्निहोत्री (1993) द्वारा सेल्फ कॉन्फिडेंस इन्वेंटरी। सहसंबंध, एकाधिक प्रतिगमन विश्लेषण और टी-टेस्ट का उपयोग करके डेटा का विश्लेषण किया गया था। SPSS संस्करण 16.0 का उपयोग करके अन्वेषक द्वारा डेटा का विश्लेषण किया गया था।

मुख्य शब्द: शैक्षणिक, संस्करण, आत्मविश्वास, शैक्षणिक उपलब्धि

परिचय

इसे सही मायने में स्वास्थ्य ही धन है कहा जाता है। “स्वास्थ्य” में शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों शामिल हैं। मानसिक स्वास्थ्य का दायरा शारीरिक स्वास्थ्य से कहीं अधिक व्यापक है क्योंकि इसका उद्देश्य संपूर्ण, संतुलित और एकीकृत व्यक्तित्व का विकास करना है। ऐसे व्यक्तित्व का अधिग्रहण वास्तव में एक सामान्य व्यक्ति के लिए एक बड़ी संपत्ति और विशेषाधिकार है। वह अपने आप को साकार करने में सक्षम हो सकता है, अपने जीवन को अपनी संतुष्टि के साथ जी सकता है, समाज को कुछ लेने और देने की सही धुन में। अच्छा मानसिक स्वास्थ्य प्राप्त करना तभी संभव है जब कोई अपने मानसिक स्वास्थ्य के बारे में सतर्क हो, इसके मूल्य और महत्व को जाने, साथ ही इसे प्राप्त करने और बनाए रखने के ज्ञान, साधन और तरीकों को जाने। निम्नलिखित बिंदु मानसिक स्वास्थ्य के महत्व का वर्णन करते हैं मानसिक स्वास्थ्य: वांछनीय व्यक्तित्व के विकास में मदद करता है: मानसिक स्वास्थ्य संपूर्ण, संतुलित और एकीकृत व्यक्तित्व के विकास में मदद करता है। ऐसा व्यक्ति स्वयं और पर्यावरण की स्थिति के बीच उचित संतुलन बनाए रखता है। उचित भावनात्मक विकास में मदद करता है: किसी के मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक व्यवहार के बीच घनिष्ठ संबंध है। अच्छे मानसिक स्वास्थ्य का आनंद लेने वाले व्यक्तियों से उनके व्यवहार में उचित भावनात्मक परिपक्वता प्रदर्शित करने की अपेक्षा की जाती है।

उचित सामाजिक विकास में मदद करता है: किसी व्यक्ति का मानसिक स्वास्थ्य उसे मिलनसार बनने और समाज में उचित सामाजिक संबंध स्थापित करने में मदद करता है। जिसका मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होता है, उसके पास दूसरों के मुद्दों पर ध्यान देने के लिए समय होता है और वह उचित सामाजिक व्यवहार और पर्याप्त सामाजिक समायोजन बनाए रखने में मदद करता है।

उचित नैतिक विकास में मदद करता है: जो व्यक्ति अच्छे मानसिक स्वास्थ्य का आनंद लेते हैं, वे आमतौर पर समाज के नैतिक मानकों का पालन करके एक ईमानदार और चरित्रवान व्यक्ति के रूप में व्यवहार करते पाए जाते हैं।

उचित सौंदर्य विकास में मदद करता है: उचित मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति को उचित सौंदर्य बोध, कलात्मक स्वाद और परिष्कृत स्वभाव के विकास में मदद करता है। किसी भी तनाव, संघर्ष, हताशा, हीनता, अपराध या शत्रुतापूर्ण भावनाओं से मुक्त मन के पास सौंदर्य, कलात्मक और रचनात्मक चैनलों की ओर बढ़ने की बेहतर संभावना हो सकती है।

किसी की क्षमताओं को साकार करने में मदद करता है: हम में से हर किसी के पास प्राकृतिक क्षमताओं और क्षमताओं का भंडार होता है जिन्हें उचित प्रयासों के माध्यम से साकार किया जा सकता है। ऐसे प्रयासों का प्रयोग करना और अपनी क्षमताओं को साकार करने की दिशा में प्रयास करना काफी हद तक किसी के मानसिक

स्वास्थ्य की स्थिति पर निर्भर करता है। अच्छे मानसिक स्वास्थ्य वाले बच्चे अपनी क्षमताओं को साकार करने के लिए अच्छी तरह प्रयास करते हैं।

उचित समायोजन की तलाश में मदद करता है: एक मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति एक समायोजित व्यक्ति होता है। वह अपने आप और अपने पर्यावरण के साथ पर्याप्त समायोजन की तलाश करने में सक्षम होता है। वह समाज की स्थितियों और भलाई की माँगों के अनुसार अपनी ज़रूरतों को समायोजित करने में सक्षम होता है।

जीवन के लक्ष्यों की तलाश में मदद करता है: मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति को अपने जीवन के लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए उचित रूप से प्रयास करने में मदद करता है। ये लक्ष्य व्यक्ति की जीवनशैली और जीवन के दर्शन के आधार पर अलग-अलग हो सकते हैं। एक इष्टतम मानसिक स्वास्थ्य हमेशा व्यक्ति को इन लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए अपनी ऊर्जा को पूरी क्षमता से मोड़ने में मदद करता है।

समाज की प्रगति में मदद करता है: मानसिक स्वास्थ्य व्यक्तियों को संतुलित, उपयोगी नागरिक के रूप में विकसित होने में मदद करता है, जो अपने अधिकारों और जिम्मेदारियों के प्रति सचेत होते हैं। वे अपने समुचित विकास और जीवनयापन के लिए समाज से आवश्यक चीजें लेते हैं।

मानसिक बीमारी की रोकथाम में मदद करता है: मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति को व्यवहार की असामान्यताओं, कुसमयोजन, बीमारी और मानसिक रोगों से बचाने में उसी तरह मदद करता है, जिस तरह शारीरिक स्वास्थ्य उसे शारीरिक बीमारी, व्याधियों और बीमारियों से बचाने में सहायक होता है। एक स्वस्थ दिमाग और संतुलित व्यक्तित्व में जीवन की बाधाओं से लड़ने और जीवन के आकस्मिक तनावों और दबावों को सहने के लिए पर्याप्त प्रतिरोध होता है, जो खराब मानसिक स्वास्थ्य वाले लोगों की तुलना में अधिक होता है।

मानसिक अस्वस्थता

मानसिक स्वास्थ्य व्यक्तियों और समुदायों के सामाजिक और भावनात्मक कल्याण से संबंधित एक सकारात्मक अवधारणा है। इस अवधारणा को सांस्कृतिक रूप से परिभाषित किया गया है, लेकिन आम तौर पर यह जीवन के आनंद, तनाव और उदासी से निपटने की क्षमता, लक्ष्यों और संभावनाओं की पूर्ति और दूसरों से जुड़ाव की भावना से संबंधित है। 'मानसिक स्वास्थ्य' शब्द को अक्सर गलत समझा जाता है और मानसिक अस्वस्थता के संदर्भ में इसकी व्याख्या की जाती है। मानसिक स्वास्थ्य अपने आप में एक वांछनीय गुण है और मानसिक अस्वस्थता की अनुपस्थिति से कहीं अधिक है। यह सभी लोगों के लिए प्रासंगिक है, भले ही वे वर्तमान में मानसिक बीमारी का अनुभव कर रहे हों या उससे उबर रहे हों। 'मानसिक अस्वस्थता' शब्द का उपयोग उन समस्याओं के स्पेक्ट्रम को संदर्भित करने के लिए किया जाता है जो किसी व्यक्ति की संज्ञानात्मक, सामाजिक और भावनात्मक क्षमताओं में हस्तक्षेप करती हैं। यह शब्द 'मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं' और 'मानसिक बीमारियों' दोनों को शामिल करता है जैसा कि नीचे वर्णित है।

मानसिक स्वास्थ्य समस्या भी व्यक्ति की संज्ञानात्मक, भावनात्मक या सामाजिक क्षमताओं में हस्तक्षेप करती है, लेकिन निदान की गई मानसिक बीमारी के मानदंडों को पूरा नहीं कर सकती है। मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं अक्सर जीवन के तनावों के परिणामस्वरूप होती हैं, और आमतौर पर मानसिक बीमारियों की तुलना में कम गंभीर और कम अवधि की होती हैं। ये अक्सर समय के साथ या जब जीवन का तनाव बदल जाता है, तब ठीक हो जाती हैं। हालाँकि, अगर मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ बनी रहती हैं या गंभीरता बढ़ जाती है तो वे मानसिक बीमारी में विकसित हो सकती हैं। मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के उदाहरण हैं दुःख और हानि से जुड़ी उदासी और निराशा, तनाव और प्रतिक्रियात्मक संकट से जुड़े लक्षण।

मानसिक बीमारी या मानसिक विकार एक चिकित्सकीय रूप से निदान योग्य बीमारी है जो किसी व्यक्ति की संज्ञानात्मक, भावनात्मक या सामाजिक क्षमताओं में महत्वपूर्ण रूप से हस्तक्षेप करती है। मानसिक बीमारी का निदान आम तौर पर मानसिक विकारों के नैदानिक और सांख्यिकीय मैनुअल (DSM) या रोगों के अंतर्राष्ट्रीय वर्गीकरण (ICD) की वर्गीकरण प्रणाली के अनुसार किया जाता है। मानसिक बीमारियों के विभिन्न प्रकार हैं और इनमें से प्रत्येक अलग-अलग गंभीरता के साथ हो सकता है। मानसिक बीमारियों में मूड विकार (जैसे अवसाद, चिंता और द्विध्रुवी विकार), मनोवैज्ञानिक विकार (जैसे सिज़ोफ्रेनिया), खाने के विकार और व्यक्तित्व विकार शामिल हैं।

समस्या का विवरण

वर्तमान शोध अध्ययन का शीर्षक है “उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों में उनकी शैक्षणिक उपलब्धि के संबंध में मानसिक स्वास्थ्य और समस्या समाधान क्षमता”। सबसे पहले, इस अध्ययन ने छात्र के मानसिक स्तर को जानने का प्रयास किया है। दूसरे, इस अध्ययन ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों की समस्या समाधान क्षमता के स्तर को जानने का प्रयास किया है। इसके अलावा, अध्ययन ने यह पता लगाने का प्रयास किया है कि क्या छात्र की शैक्षणिक उपलब्धि उनके मानसिक स्वास्थ्य और उनकी समस्या समाधान क्षमता से संबंधित है। अध्ययन में यह भी पता लगाने का प्रयास किया गया है कि क्या आश्रित चरों - मानसिक स्वास्थ्य, समस्या समाधान क्षमता और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच स्वतंत्र चरों - लिंग, स्थान और संस्थान की प्रकृति के अनुसार कोई महत्वपूर्ण अंतर है।

अध्ययन के उद्देश्य

1. माध्यमिक विद्यालय के छात्रों की शैक्षणिक उपलब्धि के अनुसार भावनात्मक परिपक्वता और मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन।
2. स्वतंत्र चरों के संबंध में भावनात्मक परिपक्वता और मानसिक स्वास्थ्य के अंतःक्रियात्मक प्रभाव का अध्ययन।
3. साहित्य की समीक्षा

महेंद्रप्रभु. एम. और अरुमुगम. जी. (2014) ने उच्चतर माध्यमिक छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य के संबंध में संचारी रोगों के ज्ञान का अध्ययन किया। संचारी रोगों के ज्ञान परीक्षण का निर्माण और सत्यापन अन्वेषक द्वारा किया गया तथा मानसिक स्वास्थ्य सूची का मानकीकरण जगदीश और ए.के. श्रीवास्तव द्वारा किया गया।

रामनाथपुरम शैक्षणिक जिले में अध्ययनरत आठ सौ उच्चतर माध्यमिक छात्रों को यादच्छिक नमूनाकरण तकनीक के माध्यम से नमूने के रूप में चुना गया। अध्ययन में मानक सर्वेक्षण पद्धति का उपयोग किया गया। प्रमुख निष्कर्षों ने संकेत दिया कि पुरुष और महिला उच्चतर माध्यमिक छात्रों के बीच उनके संचारी रोगों के ज्ञान और मानसिक स्वास्थ्य के संबंध में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं था। संचारी रोगों के ज्ञान और मानसिक स्वास्थ्य के बीच महत्वपूर्ण सकारात्मक संबंध था।

मलकीत कौर एट अल., (2015) ने सिरसा जिले में किशोरों के विद्यालय वातावरण और मानसिक स्वास्थ्य के बीच संबंधों की जांच की। किशोरों के विद्यालय वातावरण का मूल्यांकन डॉ. हरप्रीत भाटिया और डॉ. एन.के. चड्ढा (1993) द्वारा किए गए एक अध्ययन में पाया गया कि किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य का मूल्यांकन मानसिक स्वास्थ्य जांच सूची के माध्यम से किया गया था। यादच्छिक नमूनाकरण तकनीक के माध्यम से शहरी क्षेत्र के एक स्कूल और ग्रामीण क्षेत्र के दूसरे स्कूल से लड़के और लड़कियों सहित 60 किशोरों का चयन किया गया था। सांख्यिकीय तकनीक, माध्य मानक विचलन, सहसंबंध और टी-अनुपात का उपयोग करके डेटा का विश्लेषण और व्याख्या की गई थी। परिणामों से पता चला कि किशोरों के बीच मानसिक स्वास्थ्य और विद्यालय वातावरण के बीच कोई महत्वपूर्ण संबंध नहीं था।

मलिगा.टी (2015) ने माध्यमिक छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षणिक उपलब्धि पर सामाजिक नेटवर्क के प्रभाव की जांच की। नमूने में निजी और सरकारी स्कूलों के छात्र शामिल थे। नमूने का चयन सरल यादच्छिक नमूनाकरण तकनीक का उपयोग करके किया गया था। इस अध्ययन के लिए, लेखक ने शोध की सर्वेक्षण पद्धति को अपनाया। उपकरण को लेखक द्वारा विकसित और मानकीकृत किया गया था अध्ययन से पता चला कि माध्यमिक छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर सामाजिक नेटवर्क का प्रभाव औसत था।

मंजुश्री पी. बंसोडे और मेघा एम. उपलेने (2014) ने एसएससी बोर्ड से संबद्ध, सह-शिक्षा, मराठी माध्यम माध्यमिक विद्यालयों के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य और उपलब्धि प्रेरणा के बीच संबंध का पता लगाया। अध्ययन के नमूने में पुणे के 281 छात्र शामिल थे। डेटा संग्रह के लिए इस्तेमाल किया गया उपकरण डॉ. जगदीश और डॉ. श्रीवास्तव द्वारा मानसिक स्वास्थ्य सूची और आशा मोहन और प्रतिभा देव द्वारा उपलब्धि प्रेरणा पैमाना था। वर्णनात्मक सांख्यिकी के लिए माध्य और एसडी का उपयोग किया गया था। मानसिक स्वास्थ्य और उपलब्धि प्रेरणा के चरों के बीच संबंध का पता लगाने के लिए कार्ल पियर्सन के उत्पाद क्षण सहसंबंध गुणांक का उपयोग किया गया था। डेटा विश्लेषण ने मानसिक स्वास्थ्य और उपलब्धि प्रेरणा के बीच सकारात्मक और महत्वपूर्ण सहसंबंध का संकेत दिया।

अनुसंधान क्रियाविधि

किसी भी विषय में चाहे वह विज्ञान, सामाजिक विज्ञान, वाणिज्य या मानविकी आदि हो, पद्धति अधिक वैज्ञानिक प्रकृति का होने के लिए व्यवस्थित और निष्पक्ष रूप से अध्ययन करने में अग्रणी भूमिका निभाती है। अनुसंधान समस्या का समाधान खोजने का एक व्यवस्थित प्रयास है। इन प्रयासों के लिए कुछ तकनीकों का ठीक से पालन करने की आवश्यकता होती है। किसी भी समस्या और व्यावहारिक परिणामों के लिए वास्तविक गतिशीलता का पता लगाने के लिए एक शोधकर्ता द्वारा की जा रही इन तकनीकों / कदमों का कुल योग है। दूसरे शब्दों में कार्यप्रणाली को “घटना की जांच के लिए वैज्ञानिक तरीकों के अनुप्रयोगों के तर्क” के रूप में परिभाषित किया गया है। यह एक प्रकार की निर्णय लेने की प्रक्रिया है जिसमें शोधकर्ता को चयनित समस्या के लिए उपयुक्त मॉडल, नमूनाकरण तकनीक, मापने के उपकरण और डेटा विश्लेषण विधियों का चयन करना होता है।

हालाँकि, वैज्ञानिक जाँच की वस्तुनिष्ठता शोधकर्ता द्वारा अपनाई गई शोध पद्धति की सटीकता पर निर्भर करती है। वर्तमान अध्ययन के ब्रह्मांड में 16 से 18 वर्ष आयु वर्ग के विज्ञान और कला वर्ग के पुरुष और महिला उत्तरदाता शामिल थे, जो इटावा और अलीगढ़ शहर के इंटरमीडिएट कॉलेजों की बारहवीं कक्षा में पढ़ रहे थे, जो यूपी से संबद्ध थे। शिक्षा बोर्ड, इलाहाबाद। जनसंख्या में सभी तत्वों को उनकी जाति, पंथ, धर्म और विद्यालय व्यवसाय के बावजूद शामिल किया गया था।

जिन संस्थानों से लक्ष्य नमूना लिया गया है, उनका चयन करने के लिए सर्वप्रथम अन्वेषक ने जिला विद्यालय निरीक्षक कार्यालय से इटावा एवं अलीगढ़ के इंटरमीडिएट महाविद्यालयों की सूची लायी। इटावा और अलीगढ़ शहर से केवल 19 स्कूल लिए गए। इन स्कूलों का चयन लॉटरी पद्धति के माध्यम से किया गया था, और विज्ञान और कला वर्ग दोनों से पुरुष और महिला उत्तरदाताओं का चयन प्रतिस्थापन तकनीक के बिना सरल यादृच्छिक नमूने का उपयोग करके किया गया था।

प्रतिदर्श का चयन- 16 से 18 वर्ष की आयु के प्रत्येक संस्थान के विज्ञान एवं कला वर्ग की बारहवीं कक्षा में अध्ययनरत विद्यार्थियों के कुल समूह में से विज्ञान एवं कला वर्ग के छात्र-छात्राओं का अन्तिम प्रतिदर्श चयन किया गया। नमूना संग्रह की आकस्मिक तकनीक।

नमूने के प्रतिनिधित्व का परीक्षण -

अनुभवजन्य शोधों में, जहां पैरामीट्रिक आंकड़ों का उपयोग किया जाना है, यह जानना आवश्यक है कि क्या चयनित नमूना आकार पैरामीट्रिक आंकड़ों की धारणाओं को पूरा करने के उद्देश्य से पर्याप्त है और क्या नमूना लक्ष्य आबादी का प्रतिनिधि है, ताकि सामान्यीकरण किया जा सके परिणाम प्रामाणिक रूप से बनाए जा सकते हैं। इस प्रकार निम्नलिखित प्रक्रिया का उपयोग करके नमूना आकार की प्रतिनिधित्व क्षमता निर्धारित की गई

थी। नमूने की प्रतिनिधित्व क्षमता निर्धारित करने में प्राथमिक विचार एक अच्छी तरह से परिभाषित चर और माप की मानक त्रुटि पर प्राप्त अंकों का वितरण है।

वर्तमान जांच के संबंध में, चयनित नमूने की प्रतिनिधित्व क्षमता के परीक्षण के लिए शैक्षणिक उपलब्धि को प्रासंगिक चर माना गया था। इसके पीछे का कारण ब्रह्मांड में उपलब्धि अंकों का सामान्य वितरण है।

वरिष्ठ माध्यमिक छात्रों के पुरुष और महिला, विज्ञान और कला वर्ग के छात्रों की चयनित आबादी में अकादमिक उपलब्धि के अंकों की प्रकृति की जांच करने के लिए, शैक्षणिक उपलब्धि के रूप में प्राप्त अंकों को सारणीबद्ध रूप में वगड़कृत किया गया था। प्राप्तांकों का बारंबारता बंटन तैयार किया गया, जो नीचे दी गई तालिका में दिया गया है।

विश्लेषण और व्याख्या

तालिका 6.1 कला वर्ग के लड़कों और लड़कियों के मानसिक स्वास्थ्य स्कोर और कुल कला नमूने की आवृत्ति वितरण।

S.No	कक्षा अंतराल	लड़के (कला)			लड़कियाँ (कला)			कुल कला छात्र		
		F	c.f	%c.f	F	c.f	%c.f	f	c.f	%c.f
1	51 – 55	5	5	2.8	1	1	0.6	6	6	1.7
2	56 – 60	5	10	5.6	5	6	3.6	10	16	4.6
3	61 – 65	6	16	8.9	9	15	9.1	15	31	9.0
4	66 – 70	17	33	18.3	33	48	29.1	50	81	23.5
5	71 – 75	35	68	37.8	28	76	46.1	63	144	41.7
6	76 – 80	36	104	57.8	36	112	67.9	72	216	62.6
7	81 – 85	47	151	83.9	32	144	87.3	79	295	85.5
8	86 – 90	24	175	97.2	16	160	97.0	40	335	97.1
9	91 - 95	5	180	100	5	165	100	10	345	100
N		180			165			345		

उपरोक्त तालिका का अवलोकन इंगित करता है कि अधिकांश आवृत्तियों 66 से 90 की सीमा के भीतर हैं। इससे पता चलता है कि अधिकांश विषय वितरण के बीच में केंद्रित हैं यानी मानसिक स्वास्थ्य के स्कोर में सामान्य प्रवृत्ति है।

आवृत्ति बहुभुज कुल कला नमूने (लड़कों \$ लड़कियों) के मानसिक स्वास्थ्य स्कोर दिखाता है (एन = 345)

दो समूहों के बीच मौजूद भिन्नता और लड़कों, लड़कियों के विज्ञान समूह के भीतर फैलाव और कुल नमूने को समझने के लिए मीन, मेडियन, एसडी, क्यूडी स्क्यूनेस और कर्टोसिस की भी गणना की गई और नीचे दी गई तालिका में दिए गए हैं।

तालिका 6.2 लड़कों, लड़कियों के मानसिक स्वास्थ्य स्कोर और कला वर्ग के कुल नमूने के सांख्यिकीय उपाय।

समूहों	औसत	माधिका	एस.डी.	Q.D.	कू	Sk
लड़के (180)	82.36	83.00	9.067	75	.494	-.700
लड़कियाँ (165)	81.11	81.00	10.02	25	.992	.201
कुल - 345	81.76	82.00	9.539	50	.673	-.221

उपर्युक्त सारणी 4.6 के अवलोकन से पता चलता है कि तिरछापन (-.221) का नकारात्मक मान यह दर्शाता है कि डेटा बाईं ओर तिरछा है। अतिरिक्त कूर्तोसिस (.673) शून्य से थोड़ा अधिक है जिसका अर्थ है कि वितरण थोड़ा लेप्टोकुरटिक है।

अवलोकन इस निष्कर्ष की ओर ले जाते हैं कि कला के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य स्कोर सामान्य रूप से वितरित किए जाते हैं।

विज्ञान के छात्रों का नमूना

विज्ञान वर्ग के छात्रों की चयनित आबादी और वरिष्ठ माध्यमिक स्तर के कुल विज्ञान छात्रों में मानसिक स्वास्थ्य स्कोर की प्रकृति की जांच करने के लिए, मानसिक स्वास्थ्य बैटरी पर प्राप्त अंकों को सारणीबद्ध रूप में वर्गीकृत किया गया था।

स्कोर का एक आवृत्ति वितरण तैयार किया गया था, जो तालिका 4.7 में दिया गया है।

तालिका- 6.3 विज्ञान के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य स्कोर की आवृत्ति वितरण

S.No	कक्षा अंतराल	लड़के (विज्ञान)			लड़कियाँ (विज्ञान)			कुल विज्ञान छात्र		
		F	c.f	%c.f	f	c.f	%c.f	f	c.f	%c.f
1	51 - 60	1	1	0.4	0	0	0	1	1	0.2
2	61 – 70	18	19	6.9	09	09	3.7	27	28	5.4
3	71 – 80	64	83	30.1	26	35	14.3	90	118	22.7
4	81 – 90	105	188	68.1	112	147	60.2	217	335	64.4
5	91 – 100	83	271	98.2	86	233	95.5	169	504	96.9
6	101 - 110	5	276	100	11	244	100	16	520	100
N		276			244			520		

तालिका 4.7 के उपर्युक्त अवलोकन से यह स्पष्ट हो सकता है कि विज्ञान के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य स्कोर वितरण के बीच में केंद्रित हैं और विज्ञान के लड़कों, लड़कियों के साथ-साथ कुल विज्ञान के छात्रों के स्कोर के बीच धीरे-धीरे कमी दिखाते हैं, जिससे आबादी में मानसिक स्वास्थ्य स्कोर का सामान्य वितरण होता है। इससे यह भी पता चलता है कि अध्ययन के तहत आबादी के मानसिक स्वास्थ्य की प्रवृत्ति मध्यम मानसिक स्वास्थ्य की ओर है।

निष्कर्ष

अध्ययन की आदतों के निहितार्थों पर आते हुए, हम कुछ व्यक्तिगत और समूह मार्गदर्शन प्रक्रियाओं का सुझाव दे सकते हैं, जिनका उपयोग अध्ययन की आदतों में सुधार करने और कम उपलब्धि हासिल करने वालों और असफल लोगों के कौशल का अध्ययन करने के लिए किया जा सकता है। व्यक्तिगत परामर्श उनकी उपलब्धि में सुधार और उनकी अध्ययन की आदतों और अध्ययन कौशल में सुधार के लिए एक प्रभावी हस्तक्षेप के रूप में काम कर सकता है। इस तरह से कम उपलब्धि हासिल करने वालों की मदद करना निश्चित रूप से व्यक्ति की क्षमताओं का उचित उपयोग करके बेहतर परिणाम लाएगा और इस प्रकार शिक्षा के उद्देश्य को साकार करेगा।

इस तरह के मार्गदर्शन प्रदान करने का कारण यह है कि हम पाते हैं कि स्कूलों में सीखने-सिखाने की प्रक्रिया केवल औसत छात्रों की जरूरतों को पूरा कर रही है, जहां रचनात्मक, धीमी गति से सीखने वालों, पहली पीढ़ी के शिक्षार्थियों और कम उपलब्धि वाले विशेष समूहों की उपेक्षा की जाती है। इन विशेष समूहों की जरूरतों पर गौर करने के लिए कम उपलब्धि हासिल करने वालों के लिए परामर्शदाताओं की तत्काल आवश्यकता है।

आत्मविश्वास बढ़ाने के संबंध में शिक्षक माता-पिता को अपने बच्चों को प्यार और गर्मजोशी का माहौल प्रदान करने के लिए मार्गदर्शन कर सकते हैं। वे शिक्षकों को ऐसी गतिविधियाँ शुरू करने और विकसित करने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं जो छात्रों की विविधता के प्रति संवेदनशील हों। यह एक सहायक विद्यालय वातावरण प्रदान करेगा जो स्वस्थ गुणों को बढ़ावा देता है। इसके अलावा वे प्रोत्साहन की भूमिका निभाकर बच्चों को लचीलापन विकसित करने में भी मदद कर सकते हैं, कोई ऐसा व्यक्ति जो हार के महत्व को स्वीकार करता है लेकिन इसे व्यक्तिगत विफलता की भावना में परिणाम नहीं होने देता। कुंजी यह है कि बच्चे को बड़ी तस्वीर देखने में मदद करें और फिर से प्रयास करने की क्षमता पर ध्यान केंद्रित करें या यदि आवश्यक हो, तो लक्ष्य को पूरा करने के लिए वैकल्पिक साधन खोजें। यह प्रक्रिया बच्चे को प्रयास के लिए जिम्मेदारी स्वीकार करने की अनुमति देती है, लेकिन उसे अपने स्वयं के मूल्य के बारे में भी आश्वस्त किया जाता है। बच्चों को यह भी विश्वास होना चाहिए कि सिद्धि उनके अपने कार्यों से आती है। इसे अक्सर आत्म-प्रभावकारिता या आत्मनिर्णय के रूप में जाना जाता है। जिन बच्चों में इस क्षमता की कमी होती है, वे कम लचीले, अत्यधिक निर्भर हो सकते हैं, या अपने कार्यों के लिए जिम्मेदारी स्वीकार नहीं करते हैं क्योंकि उन्हें विश्वास नहीं होता कि वे नियंत्रण में हैं।

सारांशित करने के लिए, वर्तमान शोध अकादमिक उपलब्धि का एक अनुमानित उपकरण प्रस्तुत करता है जिसका उपयोग माता-पिता, शिक्षकों, प्रशासकों और मार्गदर्शन कर्मियों द्वारा विशेष रूप से वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालयों में पढ़ने वाले छात्रों के अकादमिक प्रदर्शन को बढ़ाने के लिए किया जा सकता है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- [1]. बेनाबौ, आर.जे. और टिरोल, जे। (2002)। आत्मविश्वास और व्यक्तिगत प्रेरणा। अर्थशास्त्र का त्रैमासिक जर्नल, वॉल्यूम। 117(3), 871-915.
- [2]. बर्कले, यू.सी. (2003)। मानसिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता देना: एक परिसर अनिवार्य। छात्र मानसिक स्वास्थ्य को संबोधित करते हुए एक स्थायी अकादमिक सीनेट उपसमिति के लिए प्रस्ताव, अक्टूबर 2003।
- [3]. बेस्ट, जे.डब्ल्यू। (1953)। शिक्षा में अनुसंधान। प्रेंटिस हॉल आईएनसी, एंगल वुड क्लिफ्स, न्यू जर्सी, दूसरा संस्करण। पीपी: 40-41।
- [4]. भट्टाचाजई, एम. (1985). पश्चिम बंगाल के कुछ शहरी माध्यमिक विद्यालयों में पढ़ने वाली किशोरियों की आवश्यकताएँ, निराशा, सहनशीलता में निराशा और मानसिक स्वास्थ्य।
- [5]. भाटिया, एच., और चड्ढा, एन.के. (1993)। पारिवारिक पर्यावरण स्केल (हिंदी संस्करण)। आगरा: मनोवैज्ञानिक निगम।
- [6]. ब्लैक, एस.ई., डेव्रस, पी.जे. और सल्वेन्स, के.जे. (2003)। क्यों एप्पल दूर नहीं गिरती: मानव पूंजी के अंतर-पीढ़ीगत संचरण को समझना। नेशनल ब्यूरो ऑफ इकोनॉमिक रिसर्च, वर्किंग पेपर 10066।

- [7]. ब्लुमनर और नॉर्मन, एच। (1988)। माध्यमिक शैक्षणिक उपलब्धि के बाद की भविष्यवाणी के लिए अध्ययन की आदतों और मानकीकृत परीक्षण प्रदर्शन का अध्ययन। दाई, 50:5, नवम्बर, 1248-ए।
- [8]. बूटचेक, जे. और गार्नर, आर. (2003). अच्छे ग्रेड किसे मिलते हैं? स्कूल उपलब्धि के लिए लेखांकन। विभाग ऑफ सोशियोलॉजी, डी पॉल यूनिवर्सिटी, शिकागो।
- [9]. ब्रे, बी.एम. (2001)। कॉलेज के छात्र के आत्मसम्मान पर अकादमिक उपलब्धि का प्रभाव। विभाग मनोविज्ञान, मिसौरी वेस्टर्न स्टेट यूनिवर्सिटी।
- [10]. बुच, एमबी: “सेकेंड सर्वे ऑफ रिसर्च इन एजुकेशन“, खंड 2, एनसीईआरटी, नई दिल्ली, 1972-1978।
- [11]. बुच, एमबी: “शिक्षा में अनुसंधान का पांचवां सर्वेक्षण“, खंड 1 और 2, एनसीईआरटी, नई दिल्ली, 1988-1993। 106-107।
- [12]. बुच, एम.बी: “एजुकेशन में रिसर्च का चौथा सर्वेक्षण“, वॉल्यूम 1 और 2, एनसीईआरटी, नई दिल्ली, 1983-1988।
- [13]. बुच, एमबी: “थर्ड सर्वे ऑफ रिसर्च इन एजुकेशन“, खंड 2, एनसीईआरटी, नई दिल्ली, 1978-1983।
- [14]. कैट्सम्बिस, एस। (2001)। बच्चों की माध्यमिक शिक्षा में माता-पिता की भागीदारी का विस्तार ज्ञान: हाई स्कूल सीनियर्स की शैक्षणिक सफलता के साथ संबंध। शिक्षा का सामाजिक मनोविज्ञान, वॉल्यूम। 5(2), 149-177.
- [15]. चांग, सी.वाई. (2008)। विज्ञान उपलब्धि और छात्रों का आत्मविश्वास और विज्ञान में रुचि: एक ताइवानी प्रतिनिधि नमूना अध्ययन। विज्ञान शिक्षा इंटरनेशनल जर्नल, वॉल्यूम। 30(9), 1183-1200।
- [16]. चेरियन (1994)। बहुविवाहित, एकविवाही, तलाकशुदा और गैर-तलाकशुदा परिवारों के बच्चों की पारिवारिक पढ़ने की आदतें और शैक्षणिक उपलब्धि। शैक्षिक अनुसंधान विभाग, ट्रांसकेई विश्वविद्यालय, दक्षिण अफ्रीका।
- [17]. चिलिमिकोलाड, एम.आई. (1987). गवर्नमेंट पॉलिटेक्निक, बेल्लारी टी.टी.टी.आई, मद्रास के धातु विज्ञान के छात्रों की स्टडी हैबिट्स एंड स्टडी स्किल्स।
- [18]. चोपड़ा, एस.सी. (1982). अकादमिक उपलब्धि के कुछ गैर-बौद्धिक सहसंबंधों का अध्ययन। डी. लिट., एड., लखनऊ विश्वविद्यालय।