

## “ उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं समायोजन का उनके मानसिक स्वास्थ्य के सदर्भ में अध्ययन”

शोध पर्यवेक्षक :

डॉ० वी०के० शर्मा

विभागाध्यक्ष एवं डीन, शिक्षा संकाय

ग्लोकल यूनिवर्सिटी, मिर्जापुर पोल, सहारनपुर

शोधकर्ता :

मौ.खालिद

शिक्षा संकाय

ग्लोकल यूनिवर्सिटी, मिर्जापुर पोल, सहारनपुर

### शोध सार

प्रस्तुत शोध अध्ययन प्रशासक वर्ग को विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु आवश्यक संसाधनों की पूर्ति हेतु प्रेरित करता है। प्रशासक वर्ग को विद्यालयों में पर्याप्त संसाधन उपलब्ध कराने चाहिए। उच्च शैक्षिक उपलब्धि स्तर व उच्च व्यक्तित्व के धनी विद्यार्थियों को पुरस्कृत करना चाहिए। विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि व समायोजन सम्बन्धी समस्याओं को जानकर उपयुक्त निर्देशन सुविधा प्रदान की जानी चाहिए।

**बीज शब्द**—शिक्षा, क्रियान्वयन, शिक्षा के अधिकार, उच्च माध्यमिक विद्यालय।

### प्रस्तावना—

शिक्षा मानव विकास की आधारशिला है यह मनुष्य के जीवन को प्रगतिशील तथा सभ्य तथा सार्थक बनाती है। वास्तव में शिक्षा वह प्रकाश है जो व्यक्ति की आंतरिक शक्तियों को विकसित एवं अनुशासित करके व्यवहार में वांछित परिवर्तन लाने, मनुष्य के अन्तःकरण एवं जीवन में व्याप्त अज्ञानता के अंधकार को मिटाकर ज्ञान का प्रकाश फैलाकर मनुष्य को विकास पथ पर चलने हेतु समर्थ बनाती है। शिक्षा ही है जो मनुष्य के भीतर उचित अनुचित की समझ और विवेक उत्पन्न करती है। महात्मा गाँधी के अनुसार “शिक्षा से अभिप्राय” बालक तथा मनुष्य के शरीर, मस्तिष्क तथा आत्मा के सर्वांगीण एवं सर्वोत्तम विकास से है।

स्वामी विवेकानन्द के अनुसार “शिक्षा मनुष्य की अन्तर्निहित पूर्णता की अभिव्यक्ति है।” जब बालक जन्म लेता है तब वह एक निरीह और पशु समान होता है शिक्षा ही उसकी आंतरिक शक्तियों को विकसित कर उसे वातावरण के साथ अनुकूलन करना सिखाती है। इस प्रकार शिक्षा एक ऐसा माध्यम है जो हमारे जीवन को एक नई विचारधारा और नया संदेश देती है। इससे हमें एक परिपक्व समाज बनाने में मदद मिलती है। अतः शिक्षा का उद्देश्य ज्ञान वृद्धि तथा ज्ञान का संचय ही नहीं है और न ही मात्र संस्कृति का समृद्धिकरण है वरन् शिक्षा का उद्देश्य व्यक्ति-विकास द्वारा राष्ट्रीय विकास करना है। अतः शिक्षा को व्यक्ति के जीवन से

जोड़ने पर बल दिया गया है। इस राष्ट्रीय लक्ष्य की प्राप्ति हेतु भारतीय शिक्षा व्यवस्था को पूर्व प्राथमिक, माध्यमिक, उच्च माध्यमिक व उच्च शिक्षा स्तरों में विभाजित किया गया है।

विद्यालयी शिक्षा को सामान्यतः तीन भागों में बाँटा गया है – प्राथमिक शिक्षा, माध्यमिक शिक्षा तथा उच्च माध्यमिक शिक्षा। कक्षा 1 से आठवीं तक की शिक्षा को प्राथमिक या आरम्भिक शिक्षा, कक्षा 9वीं से 10वीं तक की शिक्षा को माध्यमिक शिक्षा एवं कक्षा 11वीं से 12वीं तक की शिक्षा को उच्च माध्यमिक शिक्षा कहते हैं।

माध्यमिक शिक्षा के स्तर पर विद्यार्थियों को विज्ञान, मानविकी तथा सामाजिक विज्ञानों का ज्ञान होने लगता है। इसी अवस्था में बालक को इतिहास, भूगोल तथा राष्ट्रीय परिप्रेक्ष्य के बारे में सम्बन्धों उचित प्रकार से समझाया जाता है। समुचित पाठ्यक्रम द्वारा उनमें कर्मशीलता, सामाजिक की समझ, आत्म जागरूकता, आत्मविश्वास, संस्कृति की समझ, संवेगों का ज्ञान तथा संस्कार विकसित किए जा सकते हैं। माध्यमिक शिक्षा संपूर्ण शिक्षा व्यवस्था का एक अत्यंत महत्वपूर्ण अंग है, इसे शिक्षा में जीवन की रीढ़ की हड्डी भी कहा जा सकता है। जिस प्रकार रीढ़ की हड्डी व्यक्ति के संपूर्ण शरीर को आधार देती है उसी प्रकार माध्यमिक शिक्षा भी संपूर्ण शिक्षा व्यवस्था को संभालती है यदि माध्यमिक शिक्षा की गुणवत्ता श्रेष्ठ होती है तो उच्च शिक्षा भी गुणात्मक दृष्टि से श्रेष्ठ होती है।

कार्टर वी गुड के अनुसार “माध्यमिक शिक्षा, शिक्षा का वह समय है जो मुख्य रूप से लगभग 12 से 17 वर्ष के बीच की आयु वालों की लिए होता है। इसमें शिक्षा का बल सीखने के आधारभूत साधनों, अभिव्यक्ति और अवबोध से हटना शुरू हो जाता है। शिक्षा का केन्द्र अब इस बात की खोज करने पर हो जाता है कि इन साधनों का उपयोग व विचार जीवन के अन्य क्षेत्रों में किस प्रकार किया जा सकता है किशोर अब सूचनाओं, संप्रत्ययों, बौद्धिक कौशलों, अभिव्यक्तियों, सामाजिक शारीरिक बौद्धिक आदर्शों, आदतों, अवबोध आदि की खोज करने लगता है और उन्हें अपनाने की कोशिश करता है इसमें प्रायः विद्यार्थी की आवश्यकताओं और रुचियों के आधार पर विभेद किया जाता है। यह शिक्षा अपने में पूर्ण भी हो सकती है और आगामी शिक्षा के लिए तैयार करने वाली भी हो सकती है।” वस्तुतः माध्यमिक शिक्षा उच्च शिक्षा के लिए आधार का कार्य करती है।

शिक्षा के इन सभी स्तरों में माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक स्तर दोनों ही विद्यार्थियों के भविष्य के लिये महत्वपूर्ण माने गये हैं। ये दोनों स्तर विद्यार्थियों के भविष्य के निर्णायक है। शिक्षा का उच्च माध्यमिक स्तर विद्यार्थी के लिए नींव का काम करता है। इस पर उसका सम्पूर्ण शैक्षिक पारिवारिक, सामाजिक एवं व्यावसायिक जीवन स्थिर होता है। शिक्षा आयोग (1964–1966) ने माध्यमिक शिक्षा के उद्देश्य बताते हुए कहा है कि

“उच्च माध्यमिक शिक्षा का उद्देश्य जहाँ एक ओर छात्रों को उच्च अध्ययन के लिए तैयार होना चाहिए वहीं दूसरी ओर छात्रों को जीविकोपार्जन के लिए तैयार करना होना चाहिए।” उच्च माध्यमिक स्तर पर शिक्षा प्राप्त करते हुए विद्यार्थी अपने भविष्य के प्रति अधिक सचेत हो जाते हैं। उनका मस्तिष्क बाल्यावस्था एवं किशोरावस्था की उलझनों से निष्प्रभाव होकर नवीनता की ओर संकेत करने लगता है। उस समय विषय वर्ग चयन, अभिभावकों की अपेक्षाएं, विद्यार्थी की स्वयं की रुचि एवं अभिक्षमताएं अच्छे संस्थान में प्रवेश, उच्च स्तर की प्रतिस्पर्धा आदि कारक हैं जो विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

### मानसिक स्वास्थ्य :-

मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ है मन का स्वास्थ्य। जिस प्रकार शारीरिक स्वास्थ्य का अर्थ शरीर के सभी बाह्य एवं आंतरिक अंगों को अपनी-अपनी जगह सही होने और उनके सही रूप में कार्य करने से होता है। उसी प्रकार मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ मन के अपनी जगह सही होने व उसके सही रूप से कार्य करने से होता है। सामान्यतः जब व्यक्ति किसी भी तरह की मानसिक बीमारी से मुक्त होता है तो उसे मानसिक रूप से स्वस्थ समझा जाता है और उसकी इस अवस्था को मानसिक स्वास्थ्य की संज्ञा दी जाती है। लेकिन अधिकांश मनोवैज्ञानिकों व चिकित्सकों का मत है कि मानसिक स्वास्थ्य को मानसिक बीमारी की अनुपस्थिति कहना उपयुक्त नहीं है क्योंकि मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में कभी-कभी मानसिक बीमारी के लक्षण, जैसे आवेगशीलता, सावैगिक अस्थिरता, अनिद्रा आदि के लक्षण दिखाई देते हैं। भारतीय मनोवैज्ञानिक ए.बी. साह (1982) का मत है कि मानसिक स्वास्थ्य से तात्पर्य मानसिक रोग की सिर्फ अनुपस्थिति से नहीं होता है।

आधुनिक नैदानिक मनोवैज्ञानिकों से मानसिक स्वास्थ्य को समायोजनशीलता की क्षमता की मुख्य कसौटी मानकर परिभाषित किया है जो व्यक्ति के जीवन के सभी मुख्य क्षेत्रों जैसे – सावैगिक, सामाजिक, आर्थिक एवं शैक्षिक आदि में सफलतापूर्वक समायोजन करने में मदद करता है।

**जॉन्स, सुटन तथा वेबस्टर (1978)** के अनुसार “मानसिक स्वास्थ्य जीवन का एक सकारात्मक परन्तु सापेक्षिक गुण है। यह वह दशा है, जो ऐसे औसत व्यक्ति की विशेषता होती है, जो अपने सामर्थ्य तथा सीमाओं के आधार पर जीवन की आवश्यकताओं को पूरा करती है।”

**कुप्पूस्वामी (1963)** के अनुसार मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ है – “दैनिक जीवन की भावनाओं, इच्छाओं, महत्वाकांक्षाओं, आदर्शों रखने की योग्यता। इसका अर्थ है कि वास्तविकता का सामना करने और उसको स्वीकार करने की योग्यता।”

हैरफील्ड (1952) के अनुसार "मानसिक स्वास्थ्य सम्पूर्ण व्यक्तित्व का पूर्ण सफलता के साथ कार्य करना है।"

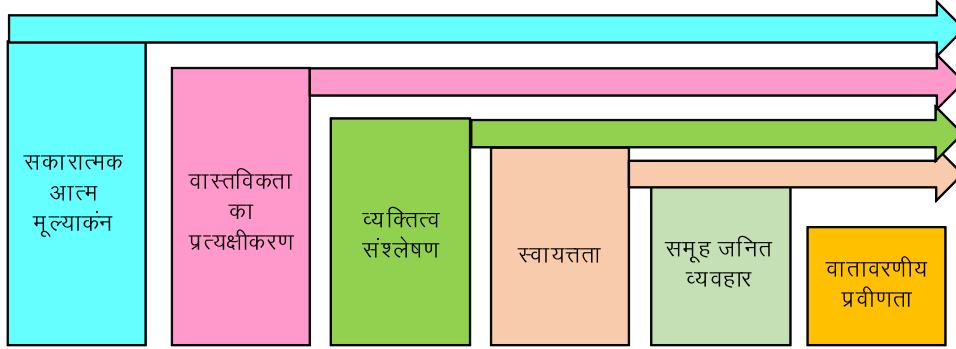
पी.वी. ल्यूकन (1963) के अनुसार "मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति वह है जो स्वयं सुखी हो, अपने पड़ोसियों के साथ शान्तिपूर्वक रहता है। अपने बच्चों को स्वस्थ नागरिक बनाता है और इन आधारभूत कर्तव्यों को करने के बाद भी जिसमें इतनी शक्ति बच जाती है कि वह समाज के लिए कुछ कर सके।"

मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी परिभाषाओं व विचारों के विवेचन के आधार पर मानसिक स्वास्थ्य की अग्र विशेषताएँ बतायी जा सकती हैं –

- मानसिक स्वास्थ्य, शारीरिक स्वास्थ्य की ही भाँति व्यक्ति के व्यक्तित्व का एक महत्वपूर्ण घटक है वह व्यक्ति की समस्त क्रियाओं, व्यवहारों, गुणों, क्षमताओं व उसके मूल्यों को प्रभावित करता है।
- मानसिक स्वास्थ्य मात्र मानसिक रोगों/व्याधियों से रिक्तता नहीं है यह व्यक्ति द्वारा अपनी भावनाओं, इच्छाओं, महत्वाकांक्षाओं और आदर्शों को वास्तविकता के धरातल पर सीमित रखने और स्वयं का पर्यावरण के अनुसार परिवर्तित करने या वातावरण को अपने अनुकूल बनाने की योग्यता तथा इसके साथ समायोजन की क्षमता है।
- जो व्यक्ति स्वयं को अपने प्राकृतिक व सामाजिक पर्यावरण के अनुसार जितनी शीघ्र व उपयुक्त रूप से ढाल लेता है, वह मानसिक रूप से उतना ही स्वस्थ होता है।
- मानसिक स्वास्थ्य, स्वयं, परिवार, समुदाय स देशहित में स्वयं की ऊर्जा से सम्बन्धित होता है।
- यद्यपि प्रत्येक व्यक्ति को मानसिक रूप से स्वस्थ होना आवश्यक है परन्तु हर व्यक्ति प्रत्येक समय मानसिक रूप से स्वस्थ हो यह आवश्यक नहीं है क्योंकि बहुत से वातावरणीय कारक मनोवैज्ञानिक कारक, मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।
- मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति के दैनिक जीवन के क्रियाकलापों के साथ-साथ विशिष्ट व्यवहारों को भी निर्धारित करता है।
- मानसिक स्वास्थ्य, विपरीत परिस्थितियों, विपत्तिकाल, तनाव व दबाव के अवसरों, असफलताओं के अवसरों पर व्यक्ति को सकारात्मक रखकर, उत्पादकता की ओर अग्रसर करता है।
- मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति को संतुलित व शान्तिपूर्ण जीवन व्यतीत करने योग्य बनाता है।

**मानसिक स्वास्थ्य के विविध आयाम**

मानसिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित आयामों, सकारात्मक आत्ममूल्यांकन, वास्तविकता का प्रत्यक्षीकरण, व्यक्तित्व संश्लेषण, स्वायत्तता, समूह जनित व्यवहार तथा वातावरणीय प्रवीणता का अध्ययन किया गया। जिनका विवरण निम्नानुसार है—



चित्र (1.1) : मानसिक स्वास्थ्य के विविध आयाम

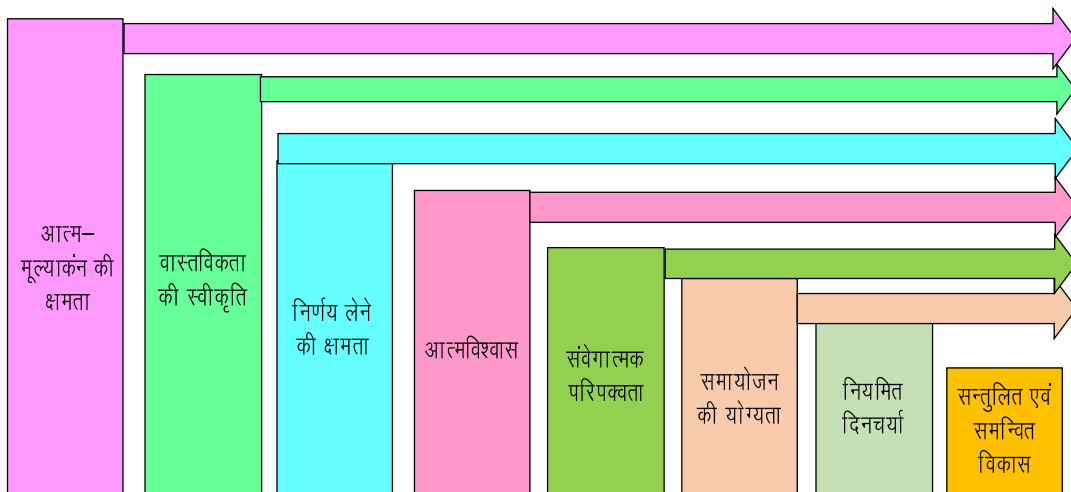
- **सकारात्मक आत्म मूल्यांकन**— मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अपने गुणों और सीमाओं का सही सही मूल्यांकन कर सकता है। उसमें विभिन्न अन्तर्निहित योग्यतायें क्या हैं और कितनी मात्रा में हैं इसका उसे सही-सही ज्ञान होता है। पारस्परिक अन्तः क्रियाओं में वह अपनी इन्हीं योग्यताओं के आधार पर सामान्य अन्तः क्रियाओं को करने अर्थात् उपर्युक्त समायोजन करने में सफल होता है। इससे आत्मविश्वास, आत्म स्वीकृति, स्वयं की पहचान एवं योग्यता के अनुरूप परिणाम प्राप्त करने की क्षमता समाहित होती है।
- **वास्तविकता का प्रत्यक्षीकरण**— वास्तविकता का प्रत्यक्षीकरण का तात्पर्य ऐसे मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति से है, जो वास्तविक संसार में रहता है न कि काल्पनिक दुनिया में। उसका व्यवहार वास्तविक क्रियाओं से सम्बन्धित है, न कि इच्छाओं और काल्पनिक भयों से निर्देशित होता है।
- **व्यक्तित्व संश्लेषण**— व्यक्तित्व संश्लेषण मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की मानसिक शक्तियों के संतुलन तथा उनके समझने की सक्षमता को दर्शाता है। इस प्रकार के व्यक्तियों में अन्य लोगों की भावना समझने की शक्ति, काम पर ध्यान केन्द्रित करने की क्षमता तथा सामाजिक गतिविधियों को सम्पन्न कराने की अभिरुचि होती है।
- **स्वायत्तता**— स्वायत्तता का अर्थ मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति का कार्य करने के लिए निर्धारित किये गये मानकों से है। वह किसी भी कार्य को पूर्ण करने के लिए अपनी क्षमताओं का प्रयोग करता है अर्थात् स्वयं पर विश्वास करता है। वह कार्य के लिए अपने सहयोगियों पर निर्भर नहीं होता है।

- **समूह जनित व्यवहार**— मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति सामाजिक होते हैं, सामाजिक क्रियाओं में खुलकर भाग लेते हैं और दूसरों के साथ अच्छे सम्बन्ध बनाते हैं, साथ ही सम्बन्धों को बेहतर बनाने के लिए सदैव प्रयासरत रहते हैं। समूह में कार्य करते समय इनका व्यवहार सहयोगात्मक, दूसरों को प्रेरित करने वाला होता है।
- **वातावरणीय प्रवीणता**— मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति को वातावरण और उसकी शक्तियों का ज्ञान होता है वह उस ज्ञान के आधार पर निर्भर होकर भावी योजनाएँ बनाता है और लक्ष्य प्राप्ति के लिए कार्य करता है। उसमें जीवन की वास्तविकता को उचित ढंग से सामना करने की शक्ति होती है।

मानसिक स्वास्थ्य शैक्षिक दृष्टि से भी बहुत महत्वपूर्ण है। शिक्षा का उद्देश्य विद्यार्थियों को केवल ज्ञान प्रदान ही नहीं होता है बल्कि विद्यार्थियों को मानसिक रूप से स्वस्थ बनाना भी शिक्षा का उद्देश्य है। शिक्षा ऐसे नागरिक तैयार करती है जो अपने पारिवारिक, सामाजिक व विद्यालय के वातावरण के साथ समायोजन कर सके।

मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी उपरोक्त वर्णित आयामों के आधार पर मानसिक दृष्टि से स्वस्थ व्यक्ति में कुछ विशिष्ट विशेषताएं होना निहित है जिनका विवरण अग्रांकित है :-

### मानसिक दृष्टि से स्वस्थ व्यक्ति के लक्षण



### चित्र (1.2) : मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति के लक्षण

- **आत्ममूल्यांकन की क्षमता** :- मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में आत्ममूल्यांकन की क्षमता पायी जाती है ऐसे व्यक्ति निर्णय को लेने से पूर्व आत्ममूल्यांकन तथा स्व-मूल्यांकन की क्षमता रखते हैं।
- **वास्तविकता की स्वीकृति** :- सुसमायोजित व्यक्ति काल्पनिक जगत में ना रहकर वास्तविक जगत में विचरण करते हैं। इन व्यक्तियों का जीवन वास्तविकता पर आधारित होता है तथा इनका व्यवहार कल्पनाओं अथवा इच्छाओं से निर्देशित न होकर वास्तविक रूप से विद्यमान व परिस्थितियों से निर्देशित होता है।
- **निर्णय लेने की क्षमता** :- ऐसे व्यक्तियों में उचित निर्णय लेने की योग्यता पाई जाती है। वे स्पष्ट रूप से विचार करके विभिन्न कार्यों के सम्बन्ध में उचित निर्णय लेते हैं। स्वयं निर्णय लेकर निर्धारित की गयी बातों को सफलतापूर्वक क्रियान्वित करते हैं।
- **आत्म-विश्वास** :- मानसिक दृष्टि से स्वस्थ व्यक्ति में आत्मविश्वास भी भावना अधिक होती है। उन्हें यह विश्वास होता है कि वे विभिन्न कार्यों को उचित ढंग से सफलतापूर्वक कर सकते हैं।
- **संवेगात्मक परिपक्वता** :- ऐसे व्यक्ति संवेगात्मक दृष्टि से परिपक्व होते हैं, इन व्यक्तियों में अपने संवेगों को नियंत्रित रखने तथा उन्हें वांछनीय ढंग से व्यक्त करने की क्षमता के साथ-साथ दूसरे के संवेगों को समझने की योग्यता होती है।
- **समायोजन योग्यता** :- मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में अपने भौतिक तथा सामाजिक वातावरण के साथ शीघ्र समायोजन करने की योग्यता होती है। वे नये भौतिक परिवेश तथा अन्य व्यक्तियों के विचारों, परेशानियों व समस्याओं को भलीभांति समझकर उनके साथ शीघ्रता के साथ उचित समायोजन कर लेते हैं।
- **नियमित दिनचर्या** :- मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की दिनचर्या प्रायः नियमित रूप से व्यतीत होती है उनके रहन-सहन, खान-पान, सोने-जागने तथा अन्य क्रियाकलापों आदि को करने की कुछ निश्चित आदतें होती हैं।
- **संतुलित, एवं समन्वित विकास** :- मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की संज्ञानात्मक, भावनात्मक तथा क्रियात्मक प्रक्रियाओं की प्रस्तुति का विकास एक संतुलित, एकीकृत एवं समन्वित ढंग से होता है। वे अपने जीवन के लक्ष्यों व उद्देश्यों को प्राथमिकता देते हुये निर्धारित करते हैं तथा क्रमबद्ध रूप में विकसित करते हैं।

मानसिक स्वास्थ्य शैक्षिक दृष्टि से भी बहुत महत्वपूर्ण है। शिक्षा का उद्देश्य विद्यार्थियों को केवल ज्ञान प्रदान करना ही नहीं होता है बल्कि विद्यार्थियों को मानसिक रूप से स्वस्थ बनाना भी शिक्षा का उद्देश्य है। शिक्षा ऐसे नागरिक तैयार करती है जो अपने पारिवारिक, सामाजिक व विद्यालय के वातावरण के साथ समायोजन कर सके।

## समायोजन

समायोजन का शाब्दिक अर्थ होता है अच्छी तरह या समान रूप से व्यवस्था करना। अतः समायोजन सुव्यवस्थित ढंग से परिस्थितियों के अनुकूल व्यवहार की प्रक्रिया है। समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं व इन आवश्यकताओं की पूर्ति को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों में सन्तुलन रखता है।

गेट्स – “समायोजन निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने वातावरण के बीच सन्तुलित सम्बन्ध बनाए रखने के लिए अपने व्यवहार में परिवर्तन करता है।”

कौलमेन – “समायोजन व्यक्ति की अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति तथा कठिनाईयों के निराकरण के प्रयासों का परिणाम है।”

गेट्स व अन्य – “समायोजन निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने और अपने वातावरण के बीच सन्तुलित सम्बन्ध रखने के लिए अपने व्यवहार में परिवर्तन करता है।”

डॉ. एस.एस. चौहान – “समायोजन का अर्थ व्यक्ति द्वारा आरोपित सामाजिक पर्यावरण की अपेक्षाओं व दबावों के प्रति उसकी अनुक्रिया है। यह अपेक्षा आन्तरिक तथा बाह्य होती है जिसके प्रति व्यक्ति अनुक्रिया करता है।”

स्कीनर – “सामूहिक क्रियाकलापों में स्वस्थ तथा उत्साहमय ढंग से भाग लेना, समय पड़ने पर नेतृत्व का भार उठाने की सीमा तक उत्तरदायित्व वहन करना तथा कठिन परिस्थिति में अपने को अभियोजित करना ही समायोजन है।”

संक्षेप में कहा जा सकता है कि समायोजन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके माध्यम से व्यक्ति अपने जीने की आवश्यकताओं व उनकी पूर्ति को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों के बीच शारीरिक व मनोवैज्ञानिक संतुलन एवं क्षमता का स्तर बनाये रखता है। समायोजन के सामान्य रूपों को विश्लेषण करने पर पता चलता है कि



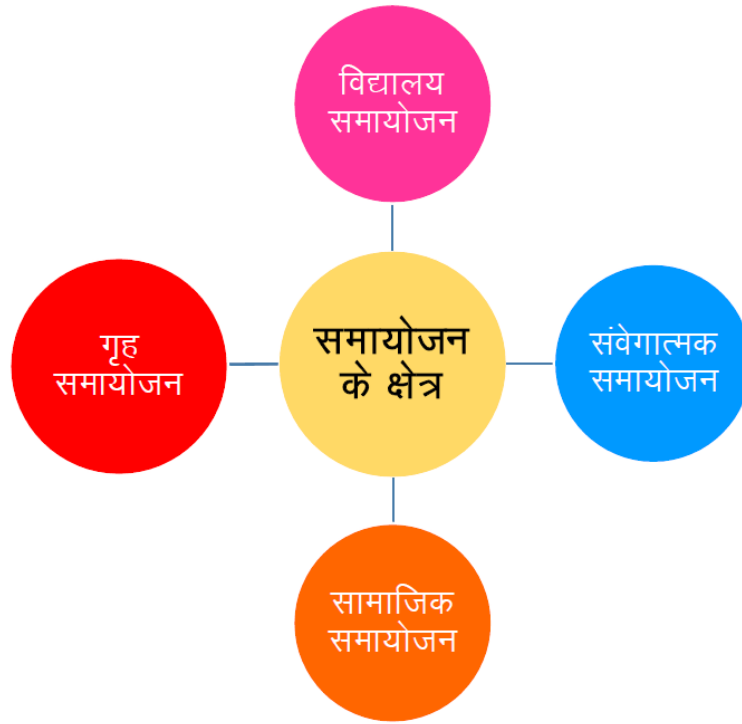
व्यक्ति कोई आवश्यकता अनुभव करता है तो उसे एक ऐसे उद्देश्य और परिणाम पर ले जाती है जिससे आवश्यकता पूरी होती है, अपने व्यवहार व कार्य में उसे कुछ रूकावट व बाधा का सामना करना पड़ता है जिसके फलस्वरूप वह तनाव अनुभव करता है अपना व्यवहार बदलता है उसे तीव्र रूकावट से बचने की कोशिश करता है व समाधान ढूँढ निकालता है।

व्यक्ति अपने समायोजन के लिए निम्नलिखित कदम उठाता है –

- **समस्या का अंकन**— व्यक्ति के सामने जैसे ही आवश्यकता उत्पन्न होती है, उसके लिए तत्सम्बन्धी समस्याएँ उत्पन्न होती हैं। व्यक्ति इन समस्याओं का वर्गीकरण करता है, कुछ समस्याओं को विशिष्ट वर्ग में रखता है। उनके समाधान क्षेत्र तलाशता है तथा उसे समस्या की गम्भीरता का निर्धारण करता है।
- **क्रियान्वयन**— समुचित समाधान के सम्बन्ध में निर्णय लेकर चयन करने में उपरान्त उस समाधान को प्राप्त करने के लिए व्यक्ति क्रियाएँ प्रारंभ कर देता है इस अवस्था में क्रियान्वयन के समय कठिनाईयाँ आती हैं, उनके अनुसार वह अपनी क्रियाओं में आवश्यक संशोधन भी करता चलता है।

### समायोजन के क्षेत्र

समायोजन व्यक्ति के व्यक्तित्व एवं जीवन का महत्वपूर्ण घटक है, समायोजन को निम्न क्षेत्रों में वर्गीकृत किया जा सकता है।



### समायोजन के क्षेत्र

इस प्रकार शिक्षा प्रक्रिया की सफलता एवं विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए मानसिक रूप से स्वस्थ होना अत्यन्त आवश्यक है जो शैक्षिक उपलब्धि एवं समायोजन को प्रभावित करता है।

- **सामाजिक समायोजन :-** व्यक्ति को जितना अपने आप से सन्तुष्ट तथा समायोजित होने की आवश्यकता होती है उतना ही अपने सामाजिक परिवेश से जुड़ी हुई बातों तथा व्यक्तियों के साथ उचित तालमेल बनाए रख कर समायोजित रहने की होती है। बालक द्वारा समाज में विभिन्न श्रेणी के लोगों, पड़ोस, मित्रों, सम्बन्धियों, सहपाठियों, विभिन्न सामाजिक संस्थाओं एवं विपरीत लिंग से समायोजन स्थापित करना ही सामाजिक समायोजन है। सामाजिक रूप से समायोजित एवं परिपक्व बालक सामाजिक मानकों, रीति-रिवाजों, परम्पराओं के अनुसार व्यवहार करता है वह कभी भी स्वयं को समाज विरोधी कार्यों में सम्मिलित नहीं करता एवं समाज सेवा लोगों की सहायता करने में हमेशा तत्पर रहता है।
- **गृह समायोजन :-** घर सन्तुष्टि एवं सुरक्षा घरेलू समायोजन को प्रोत्साहित करता है एवं घर में प्रतिकूल कुसमायोजन दूर करता है। अतः माता-पिता एवं परिवार एवं परिवार के अन्य सदस्यों के साथ बालक के सम्बन्ध परिवार की सामाजिक-आर्थिक स्थिति, माता-पिता के आपसी सम्बन्ध एवं उनके विचार, अभिवृत्ति एवं बच्चों की प्रति उनकी प्रत्याशाएँ, लालन-पालन, लाड़-प्यार एवं सुरक्षा,

बालक के लिंग पर दिया गया महत्व नैतिकता की भावना, तरफदारी आदि कारक बालक के गृह समायोजन को प्रभावित करते हैं।

- **विद्यालय समायोजन :-** बालक को घर के वातावरण से अलग विद्यालय वातावरण मिलता है विद्यालय में स्वस्थ वातावरण विद्यालय समायोजन करने में बालक की मदद करता है। अपने सहपाठियों, अध्यापकों, संस्थान के मुखिया अन्य कर्मचारियों के व्यवहार के साथ, शिक्षण विधियाँ, अनुशासन, समय-सारिणी, सह-पाठयान्तर क्रियाकलापों के साथ बालक की सन्तुष्टि उनके विद्यालय समायोजन को प्रभावित करता है। विद्यालय वातावरण में होने वाली विद्यालय गतिविधियों में विद्यार्थी द्वारा भाग लेना, अधिगम कार्य में रूचि एवं गुणता को बनाए रखना, विद्यालय में दिए जाने वाले कार्य व गृह कार्य को समय पर पूरा करना, परीक्षा के अच्छा परिणाम देना विद्यालय समायोजन की पहचान है।
- **संवेगात्मक समायोजन :-** संवेगो पर नियन्त्रण एवं परिस्थिति के अनुरूप संवेगों का प्रदर्शन संवेगात्मक समायोजन का परिचायक है। संवेग एक प्रभावशाली अनुभव है जिसके पास आन्तरिक समायोजन और व्यक्ति की मानसिक एवं शारीरिक दशा जुड़ी रहती है जो उसके बाहरी व्यवहार में परिलक्षित होती है। संवेगात्मक रूप से समायोजित बालक अपने परिवार, पड़ोस, समाज, विद्यालय हर जगह सामान्य व्यवहार करता है। वह मानसिक द्वन्द्वों, चिन्ताओं, व्याकुलताओं और निराशाओं से मुक्त होता है। जिन बालकों को पड़ोस एवं समाज में उचित मनोवैज्ञानिक वातावरण नहीं मिल पाता है वे अवांछित आदतों एवं मानसिक उद्वेगों के शिकार हो जाते हैं। उनकी मानसिक एवं संवेगात्मक आवश्यकताओं की पूर्ति न हो पाने के कारण उनमें कुसमायोजित व्यवहार विकसित हो जाता है। शारीरिक एवं मानसिक दोष, असफलता, कक्षा एवं समाज के अनावश्यक दण्ड, समाज, परिवार, विद्यालय के उचित वातावरण के न होने के कारण उनमें चिड़चिड़ापन, अधीरता, अस्थिरता, भावुकता, अन्य बालकों की दृष्टि में खुद को हीन समझना आत्मविश्वास की कमी आदि विकार उत्पन्न हो जाते हैं जो बालक को संवेगात्मक रूप से कुसमायोजित कर देते हैं।

### शैक्षिक उपलब्धि

विभिन्न स्तरों के विद्यार्थियों के लिए शिक्षण के उद्देश्यों का निर्माण किया जाता है तथा इन्हीं शैक्षिक उद्देश्यों के आधार पर विभिन्न कक्षाओं का पाठ्यक्रम निर्धारित होता है एवं इन शिक्षण के उद्देश्यों की प्राप्ति के लिए विभिन्न शिक्षण अधिगम क्रियाओं का आयोजन किया जाता है। शैक्षिक उपलब्धिसे तात्पर्य इन्हीं शिक्षण उद्देश्यों की प्राप्ति से है। इन शैक्षिक उद्देश्यों की प्राप्ति विद्यार्थियों ने किस सीमा तक की है यही उनकी शैक्षिक उपलब्धि होती है। शैक्षिक उपलब्धि का मापन आवश्यक होता है जिसे शैक्षिक उपलब्धि परीक्षण

द्वारा आंका जाता है। शैक्षिक उपलब्धि के मापन के लिए विभिन्न प्रकार के परीक्षणों का उपयोग किया जाता है जिसमें अनेक मनोवैज्ञानिक परीक्षण व मानकीकृत परीक्षण भी शामिल है। किंतु विद्यालयों में सामान्यतः शैक्षिक उपलब्धि का मापन करने के लिए विद्यालयों द्वारा समय-समय पर ली जाने वाली परीक्षाएं सर्वाधिक सरल, विश्वसनीय व प्रचलित है।

सी.वी. गुड (1976), "विद्यार्थियों द्वारा विद्यालयी विषयों में प्राप्त ज्ञान व विकसित कौशल सामान्यता शिक्षकों द्वारा विकसित किया जाता है। उपलब्धि शब्द को प्राप्त संपूर्ण ज्ञान और कौशल के प्रदर्शन की उपलब्धि व प्रवीणता के रूप में परिभाषित किया जा सकता है।"

क्रो एण्ड क्रो (1956), "शैक्षिक उपलब्धि एक सीमा है जिस तक अधिगम पर निर्धारित क्षेत्र में लिए हुए अनुदेशन से अधिकगमकर्ता को लाभ हुआ हो।" एटकिंसन, वर्न एवं बुडवर्थ (1989) मनोविज्ञान की शब्दावली में "उपलब्धि को दार्शनिक व शैक्षिक कार्यों में प्रवीणता के दर्शनीय स्तर के रूप में परिभाषित किया गया है।"

चैपलिन (1956), "शैक्षिक उपलब्धि शैक्षिक कार्यों में कुशलता का विशेष स्तर है जो कि शिक्षकों तथा विशेषज्ञों द्वारा या दोनों के द्वारा मूल्यांकित किया जाता है।"

कार्टर गुड (1959), "शिक्षा शब्दावली ने उपलब्धि को विद्यालयी विषयों में विकसित कौशल व प्राप्त ज्ञान के रूप में परिभाषित किया है जो सामान्यतः परीक्षणों में प्राप्त अंकों द्वारा दर्शाया जाता है।"

### शैक्षिक उपलब्धि के उद्देश्य

शैक्षिक उपलब्धि किसी भी बालक के सीखे गये ज्ञान व अनुभव की मात्रा को प्रकट करती है, इसके उद्देश्य निम्नांकित है :-

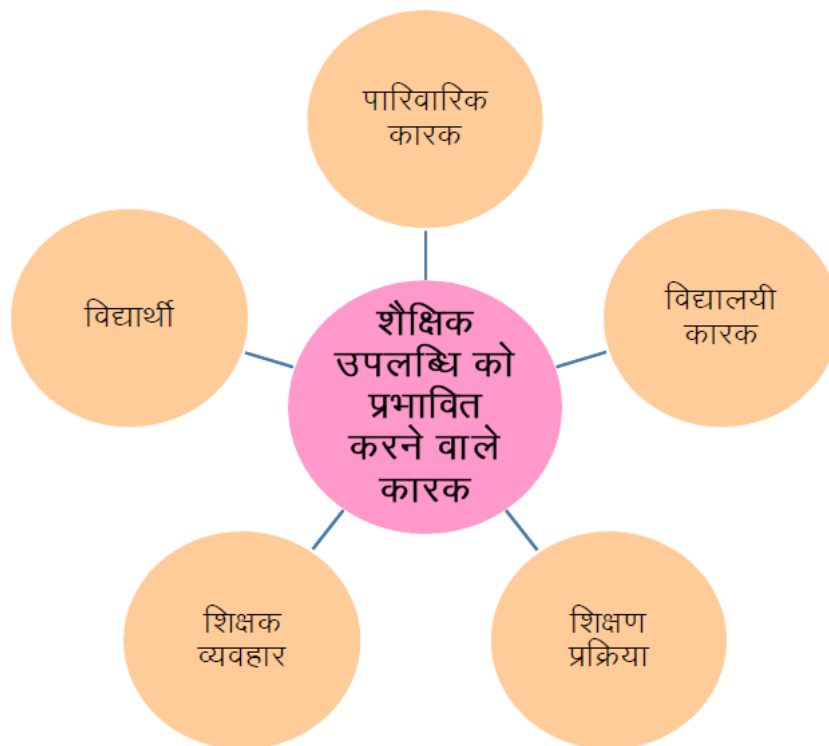
- ❖ विद्यालय में विभिन्न कक्षाओं में पढाये जाने वाले विषयों में विद्यार्थियों द्वारा प्राप्त सफलता एवं योग्यता को ज्ञान करना।
- ❖ शिक्षकों के अध्यापन की सफलता का अनुमान लगाना।
- ❖ विद्यार्थियों का वर्गीकरण करने में सहायता देना।
- ❖ विद्यार्थियों के बौद्धिक स्तर का अनुमान लगाना।
- ❖ शिक्षण-विधियों की उपयोगिता और कमियों का ज्ञान प्राप्त करना।
- ❖ शिक्षा के उद्देश्यों को प्राप्त करने में सहायता देना।

- ❖ कक्षोन्नति में सहायता देना।
- ❖ विद्यार्थियों की वैयक्तिक भिन्नताओं को ध्यान में रखते हुए योग्यतानुकूल श्रेणी बनाना तथा उनके लिए शिक्षा की व्यवस्था करना।
- ❖ शैक्षिक दृष्टि से व्यवस्थापन सम्बन्धी समस्याओं का समाधान करने में सहायता देना।

विद्यालय में औपचारिक शिक्षा के प्रारम्भ से ही शैक्षिक उपलब्धि पर महत्व दिया जाता है। विद्यालय में अधिगमकर्ताओं का विभेदीकरण भी शैक्षिक उपलब्धि के आधार पर किया जाता है। शिक्षा का मुख्य उद्देश्य बालक का सर्वांगीण विकास करना है और इस उद्देश्य को प्राप्त करने का मुख्यआयाम शैक्षिक उपलब्धि है। अच्छी शैक्षिक उपलब्धि सभी सफलताओं के लिए प्रवेश द्वार है।

### शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करने वाले कारक

शैक्षिक उपलब्धि निम्नलिखित कारकों से प्रभावित होती है



### शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करने वाले कारक

विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि को विविध कारक प्रभावित करते हैं जिसमें सर्वप्रथम है विद्यार्थी की स्वयं की विशेषताएं जैसे उनके अध्ययन आदतें, महत्वाकांक्षा, विद्यार्थी द्वारा समायोजन, रुचि, मानसिक स्वास्थ्य, पढ़ाई

के प्रति गम्भीरता, पढ़ाई के लिये समय प्रबन्धन है। उपर्युक्त विशेषताएँ विद्यार्थी की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करती है।

**शिक्षक व्यवहार** भी विद्यार्थी की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करता है। विद्यार्थियों के साथ शिक्षकों की अन्तःक्रिया, शिक्षकों द्वारा विद्यार्थियों की समस्या का समाधान, शिक्षकों का विद्यार्थियों के साथ सम्बन्ध, शिक्षकों द्वारा विद्यार्थियों की पूर्वज्ञान, आवश्यकता को समझते हुए अधिगम हेतु प्रेरित करना विद्यार्थी की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करता है।

शिक्षक द्वारा अपनायी जाने वाली **शिक्षण प्रक्रिया**, शिक्षण विधियाँ शिक्षण में विभिन्न मूर्त अनुभवों का समावेश एवं शिक्षण में नवाचार शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करता है।

विद्यालय में शैक्षिक प्रशासन और प्रबन्धन मुख्य घटक होते हैं विद्यालय समाज का लघु रूप होने के साथ ही विद्यार्थी का दूसरा घर कहा जाता है। अतः विद्यालय का वातावरण, विद्यालय की स्थिति, विद्यालयी सुविधाएँ, पुस्तकालयी सुविधाएँ, शिक्षकों एवं प्रधानाचार्य का व्यवहार, समय-सारिणी तथा विद्यालयी गतिविधियाँ विद्यार्थी की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करती है।

विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि को पारिवारिक वातावरण भी प्रभावित करता है। विद्यार्थी के घर का स्वस्थ वातावरण, माता-पिता के सम्बन्ध, सामाजिक आर्थिक स्तर, अभिभावक द्वारा अपने बच्चों पर ध्यान देना, अभिभावक का व्यवहार, शिक्षा भी विद्यार्थी की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करती है।

अतः निष्कर्ष रूप में कहा जा सकता है कि विद्यार्थी की शैक्षिक उपलब्धि को विद्यार्थी की विशेषता, शिक्षक व्यवहार, शिक्षण प्रक्रिया तथा पारिवारिक एवं विद्यालयी वातावरण प्रभावित करते हैं।

शैक्षिक उपलब्धि का महत्व जीवन के प्रत्येक स्तर पर दृष्टिगोचर होता है। उच्च शैक्षिक उपलब्धि के द्वारा अच्छा व्यवसाय, अच्छी नौकरी तथा पारिवारिक एवं सामाजिक सामंजस्य प्राप्त करने में सहायता मिलती है। जो सामाजिक आर्थिक स्तर को सुदृढ़ बनाने में सहायक है। विद्यार्थियों के लिए

विद्यालय तथा महाविद्यालय द्वारा प्राप्त शैक्षिक उपलब्धि सबसे अधिक महत्वपूर्ण होती है। शैक्षिक उपलब्धि ही बालक के अग्रिम अध्ययन में प्रवेश पाने का मापदण्ड होती है तथा वही उसकी व्यावसायिक प्रतियोगिताओं में चयनित होने की कसौटी भी है।

मानसिक स्वास्थ्य विद्यार्थियों में समायोजन एवं शैक्षिक उपलब्धि को महत्वपूर्ण ढंग से प्रभावित करते हैं। भारत युवा शक्ति का उभरता देश है। भारत के सभी भावी युवा शक्ति को सही व सटीक दिशा प्रदान करने हेतु विद्यालयी स्तर पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन एवं शैक्षिक उपलब्धि का अध्ययन करना प्रासंगिक प्रतीत होता है।

### अध्ययन का औचित्य

शिक्षा वह प्रक्रिया है जो कि शिक्षार्थी के व्यक्तित्व के संज्ञानात्मक, भावनात्मक और मनोगत्यात्मक पक्षों का विकास करती है। वास्तविक शिक्षा बालक के चरित्र का निर्माण करती है और समाज के सृजनशील व्यक्ति के रूप में भूमिका का निर्वाह करने योग्य बनाती है। शिक्षा बालक को विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन करने में सहायता करती है। शिक्षा मानव जीवन के परिष्कार तथा विकास की प्रणाली है। किसी भी राष्ट्र का विकास उसकी शिक्षा पर निर्भर करता है। विद्यालयी शिक्षा एक नींव का कार्य करती है जो बालक को एक श्रेष्ठ नागरिक बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। विद्यालयी शिक्षा के प्रारम्भिक शिक्षा, माध्यमिक शिक्षा एवं उच्च माध्यमिक शिक्षा के स्तर में उच्च माध्यमिक शिक्षा के स्तर का विद्यार्थी किशोरावस्था में होता है इस स्तर पर विद्यार्थी में समाज, राजनीति, देश एवं तात्कालिक समस्याओं एवं घटनाओं के प्रति रूचि व योग्यता प्रदर्शित होने लगती है। इस स्तर पर विद्यार्थी में अमूर्त स्तर पर चिन्तन करने की तथा तार्किक विश्लेषण करने की क्षमता विकसित होने लगती है। इस स्तर की शिक्षा शिक्षार्थी को उच्च शिक्षा प्राप्ति हेतु आधार प्रदान करती लगती है। उच्च माध्यमिक स्तर पर शिक्षार्थी अपने भविष्य के बारे में चिन्तन करना प्रारम्भ करने लगता है वह अपने व्यवसाय का चयन करने की क्षमता रखता है तथ उसी के आधार पर विषय चयन करता है।

उच्च माध्यमिक स्तर पर विभिन्न प्रकार के विद्यालय अपनी विद्यालयी शिक्षा पर विद्यार्थी के सर्वांगीण विकास पर महत्व देते हैं। परन्तु विभिन्न प्रकार के विद्यालयों की कार्य प्रणाली एवं विद्यालयी वातावरण में भिन्नता पायी जाती है। सरकारी एवं गैर-सरकारी विद्यालयों की कार्यपद्धति, विद्यालयी वातावरण, शैक्षिक व्यवस्था, अधिगम निवेश द्वारा विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि तथा समायोजन प्रभावित होंगे या नहीं यह भी एक स्वाभाविक प्रश्न उत्पन्न होता है। विगत कुछ वर्षों में माध्यमिक व उच्च माध्यमिक कक्षाओं में छात्राओं के परीक्षा परिणाम छात्रों से तथा गैर-सरकारी विद्यालय के परीक्षा परिणाम सरकारी विद्यालय के परीक्षा परिणाम से बेहतर देखे गये हैं। शैक्षिक उपलब्धि की यह भिन्नता विद्यार्थियों की विशेषताओं के अध्ययन हेतु प्रेरित करती है।

शैक्षिक उपलब्धि सदा से ही विद्यार्थियों एवं अभिभावकों के लिये चिन्ता का विषय रही है। यह उनके भावी जीवन को दिशा प्रदान करती है। इस स्तर पर यह चिन्ता कहीं न कहीं विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को भी प्रभावित करती है जैसे इस स्तर पर विद्यार्थी अपनी शैक्षिक उपलब्धि से सन्तुष्ट नहीं होते हैं तो उनमें सांवेगिक अस्थिरता उत्पन्न होने लगती है वे अपने वातावरण व परिस्थितियों के साथ समायोजन करने में कठिनाई महसूस करते हैं। उच्च कोटि की शैक्षिक उपलब्धि उन्हें समायोजन करने में सांवेगिक स्थिरता, सुरक्षा की भावना की ओर अग्रसर करती है। शर्मा हेमन्त लता एवं देवी पूर्णिमा (2014), गुप्ता मधु (2005), श्रीवास्तव एवं सिंह प्रीति (2006) ने शैक्षिक उपलब्धि का बुद्धि, लिंग, पारिवारिक वातावरण, परिवार की सामाजिक आर्थिक स्थिति, विद्यार्थी-सृजनात्मकता, अभिवृत्ति, आत्म प्रत्यय, मानसिक स्वास्थ्य, सांवेगिक परिपक्वता आदि कारकों के साथ अध्ययन किया।

इन शोधों से स्पष्ट होता है कि शैक्षिक उपलब्धि विभिन्न कारकों से प्रभावित होती है। साथ ही विद्यार्थी द्वारा विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन भी विविध कारकों से प्रभावित होता है जिसमें एक कारक है विद्यार्थी का मानसिक स्वास्थ्य। जहाँ मानसिक स्वास्थ्य विद्यार्थी के स्पष्ट चिन्तन, ज्ञानार्जन में सहायक होता है, वहीं विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन करने में भी सहायक होता है।

लेबारे रूमनिया (2012), कुमारी मुन्नी (2018), एम. सत्यराज एवं आर. बाबू (2010) ने दुश्चिन्ता, मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के सम्बन्ध का अध्ययन किया एवं परिणास्वरूप पाया कि विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं मानसिक स्वास्थ्य व दुश्चिन्ता आपस में सम्बन्ध रखते हैं। अभ्यंकर प्राजक्ता एवं पाटिल आर. जीवन (2018) ने मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन के मध्य सम्बन्ध का अध्ययन किया एवं पाया कि मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन में सार्थक सम्बन्ध पाया जाता है।

जिस प्रकार समायोजन, शैक्षिक उपलब्धि को बढ़ाने वाला प्रमुख कारक माना जाता है उसी प्रकार शैक्षिक उपलब्धि भी समायोजन को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है तथा मानसिक स्वास्थ्य भी समायोजन व शैक्षिक उपलब्धि को बढ़ाने में महत्वपूर्ण है। यदि विद्यार्थी उच्च अंक प्राप्त करते हैं तो वे मानसिक रूप से स्वस्थ रहते हैं व विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन कर पाते हैं तथा उच्च शैक्षिक उपलब्धि प्राप्त करते हैं। अतः स्पष्ट है कि शैक्षिक उपलब्धि, समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य में तार्किक आधार पर घनिष्ठ सम्बन्ध है।

उपरोक्त विवेचन के आधार पर कतिपय प्रश्न उभर कर सामने आते हैं :-



- उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थी के शैक्षिक उपलब्धि के स्तर क्या हैं? क्या ये लिंगवार व विद्यालयवार परिवर्तित होते हैं?
- क्या उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों में लिंगवार व विद्यालयवार समायोजन में अन्तर होता है।
- क्या उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों में लिंगवार व विद्यालयवार मानसिक स्वास्थ्य में अन्तर होता है?
- क्या उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य व शैक्षिक उपलब्धि में सम्बन्ध है?
- क्या उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य व समायोजन में सम्बन्ध है?
- लिंगवार व विद्यालयवार उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य व शैक्षिक उपलब्धि तथा मानसिक स्वास्थ्य व समायोजन में किस प्रकार का सहसम्बन्ध पाया जाता है?

उपरोक्त प्रश्नों का समाधान जानने एवं विद्यालयी स्तर पर मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन व शैक्षिक उपलब्धि से सम्बन्धित अल्प शोध अध्ययनों की उपलब्धता के कारण ही शोधकर्त्री ने निम्न शोध समस्या का चयन किया :-

### शोध समस्या कथन

उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं समायोजन का उनके मानसिक स्वास्थ्य के सन्दर्भ में अध्ययन।

उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि, समायोजन एवं मानसिक स्वास्थ्य किस प्रकार है तथा इन चरों में किस प्रकार सहसम्बन्ध पाया जाता है? उपरोक्त चरों को प्रस्तुत शोध अध्ययन में समझने का प्रयास किया गया है।

### शोध सारांश

विद्यालयी शिक्षा को सामान्यतः तीन भागों में बाँटा गया है – प्राथमिक शिक्षा, माध्यमिक शिक्षा तथा उच्च माध्यमिक शिक्षा। कक्षा 1 से आठवीं तक की शिक्षा को प्राथमिक या आरम्भिक शिक्षा, कक्षा 9वीं से 10वीं तक की शिक्षा को माध्यमिक शिक्षा एवं कक्षा 11वीं से 12वीं तक की शिक्षा को उच्च माध्यमिक शिक्षा कहते हैं। माध्यमिक शिक्षा के स्तर पर विद्यार्थियों को विज्ञान, मानविकी तथा सामाजिक विज्ञानों का ज्ञान होने लगता है। इसी अवस्था में बालक को इतिहास, भूगोल तथा राष्ट्रीय परिप्रेक्ष्य के बारे में उचित प्रकार से समझाया जाता है। समुचित पाठ्यक्रम द्वारा उनमें कर्मशीलता, सामाजिक सम्बन्धों की समझ, आत्म जागरूकता, आत्मविश्वास, संस्कृति की समझ, संवेगों का ज्ञान तथा संस्कार विकसित किए जा सकते हैं। माध्यमिक शिक्षा संपूर्ण शिक्षा व्यवस्था का एक अत्यंत महत्वपूर्ण अंग है, इसे शिक्षा में जीवन की रीढ़ की हड्डी भी कहा जा सकता है। जिस प्रकार रीढ़ की हड्डी व्यक्ति के संपूर्ण शरीर को आधार देती है उसी प्रकार माध्यमिक शिक्षा भी संपूर्ण शिक्षा व्यवस्था को संभालती है यदि माध्यमिक शिक्षा की गुणवत्ता श्रेष्ठ होती है तो उच्च शिक्षा भी गुणात्मक दृष्टि से श्रेष्ठ होती है।

कार्टर वी गुड के अनुसार “माध्यमिक शिक्षा, शिक्षा का वह समय है जो मुख्य रूप से लगभग 12 से 17 वर्ष के बीच की आयु वालों की लिए होता है। इसमें शिक्षा का बल सीखने के आधारभूत साधनों, अभिव्यक्ति और अवबोध से हटना शुरू हो जाता है। शिक्षा का केन्द्र अब इस बात की खोज करने पर हो जाता है कि इन साधनों का उपयोग व विचार जीवन के अन्य क्षेत्रों में किस प्रकार किया जा सकता है किशोर अब सूचनाओं, संप्रत्ययों, बौद्धिक कौशलों, अभिव्यक्तियों, सामाजिक शारीरिक बौद्धिक आदर्शों, आदतों, अवबोध आदि की खोज करने लगता है और उन्हें अपनाने की कोशिश करता है इसमें प्रायः विद्यार्थी की आवश्यकताओं और रुचियों के आधार पर विभेद किया जाता है। यह शिक्षा अपने में पूर्ण भी हो सकती है और आगामी शिक्षा के लिए तैयार करने वाली भी हो सकती है।” वस्तुतः माध्यमिक शिक्षा उच्च शिक्षा के लिए आधार का कार्य करती है।

**उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में सहसम्बन्ध का अध्ययन करना’ के आधार पर प्राप्त निष्कर्ष**

- उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में घनात्मक सहसम्बन्ध पाया गया।
- उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में घनात्मक सहसम्बन्ध पाया गया।

- उच्च माध्यमिक स्तर पर सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में घनात्मक सहसम्बन्ध पाया गया।
- उच्च माध्यमिक स्तर पर गैर सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में घनात्मक सहसम्बन्ध पाया गया।

### शैक्षिक निहितार्थ

प्रस्तुत शोध अध्ययन में उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि व समायोजन का उनके मानसिक स्वास्थ्य के सन्दर्भ में अध्ययन किया गया है। तथा अध्ययन में उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि व मानसिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य व समायोजन में घनात्मक सहसम्बन्ध समर्थित होता है। इसके आधार पर यह अध्ययन विद्यालयी अध्यापकों, विद्यार्थियों, अभिभावकों, शिक्षा प्रशासकों एवं पाठ्यक्रम निर्माताओं हेतु, अपनी शैक्षिक उपादेयता रखता है। प्रस्तुत शोध अध्ययन की शैक्षिक उपादेयता निम्नांकित है :-

### अध्यापकों हेतु

विद्यार्थियों के लिये शिक्षक की भूमिका मित्र, सलाहकार, पथ प्रदर्शक के रूप में हो सकती है। सफल शिक्षण के लिये यह अति आवश्यक है कि शिक्षक व छात्र दोनों ही सक्रिय भूमिका निभाये। शिक्षक शिक्षार्थी की आवश्यकता, समस्याओं को समझ कर उन्हें दूर करने का प्रयास करे। शिक्षक द्वारा कक्षा का वातावरण इस तरह बनाया जाये कि शिक्षार्थी विद्यालय में अच्छे से समायोजन कर सके तथा अपनी सांवेगिक व अन्य समस्याओं को शिक्षक के साथ साझा कर सके जिससे उनका तनाव दूर हो तथा वे मानसिक स्वस्थ होते हुये अध्ययन की तरफ ध्यान केन्द्रित कर सकें। निश्चय ही इसका प्रभाव विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर सकारात्मक रूप में होगा। शिक्षक, शिक्षार्थी की शैक्षिक उपलब्धि सन्तोषजनक ना होने पर कारणों को जानने का प्रयास कर पायेंगे तथा उनका निवारण कर बेहतर शैक्षिक उपलब्धि हेतु प्रेरित कर पायेंगे।

### विद्यार्थियों हेतु

प्रस्तुत शोध अध्ययन विद्यार्थियों हेतु उपादेयता रखता है। विभिन्न समायोजन क्षमता वाले विद्यार्थी मेहनत करके अच्छी शैक्षिक उपलब्धि प्राप्त कर सकते हैं। विद्यार्थी समय-समय पर विद्यालय में आयोजित होने वाली पाठ्यसहगामी क्रियाओं में सहभागिता लेकर अपने उत्तरदायित्व व समायोजन जैसे गुणों का विकास कर सकते हैं। तथा साथ ही मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं। एक ही कक्षा के विद्यार्थी का मानसिक

स्वास्थ्य, शैक्षिक उपलब्धि एवं समायोजन क्षमता में भिन्नता होती है। विद्यार्थी प्रस्तुत शोध के परिणामों को देखकर अपनी योग्यता का वास्तविक मूल्यांकन कर लक्ष्य प्राप्ति हेतु कार्य सकेंगे।

### अभिभावकों के लिये

प्रस्तुत शोध अध्ययन अभिभावकों के लिये विशेष रूप से उपयोगी है। अभिभावकों को चाहिये कि वे अपने बच्चों की प्रशंसा करे एवं उनमें स्वस्थ प्रतियोगिता व समायोजन को विकसित करें। जिससे उनमें तनाव कम हो व सफलता प्राप्ति के निर्धारक तत्व समायोजन व मानसिक स्वस्थ का विकास हो। अभिभावकों को अपने बच्चों के साथ उनकी सांवेगिक भावनाओं पर चर्चा करनी चाहिए, उनमें सुरक्षा की भावना विकसित हो ताकि वे परिष्कृत व्यक्तित्व के रूप में निखर सके। कहीं न कहीं अभिभावकों की सोच व अपेक्षा उनके पाल्यों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है। यदि अभिभावक इस शोध कार्य के सम्पर्क में आते है तो वे स्वयं तथा पारिवारिक वातावरण द्वारा विद्यार्थियों के उपलब्धि पर पड़ने वाले कारकों को जान सकेंगे।

### शिक्षा प्रशासकों हेतु

प्रस्तुत शोध अध्ययन प्रशासक वर्ग को विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु आवश्यक संसाधनों की पूर्ति हेतु प्रेरित करता है। प्रशासक वर्ग को विद्यालयों में पर्याप्त संसाधन उपलब्ध कराने चाहिए। उच्च शैक्षिक उपलब्धि स्तर व उच्च व्यक्तित्व के धनी विद्यार्थियों को पुरस्कृत करना चाहिए। विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि व समायोजन सम्बन्धी समस्याओं को जानकर उपयुक्त निर्देशन सुविधा प्रदान की जानी चाहिए।

### पाठ्यक्रम निर्माताओं हेतु

पाठ्यक्रम निर्माताओं को विद्यार्थियों में समायोजन व मानसिक स्वस्थ को विकसित करने हेतु उचित विषयों व पाठ्यवस्तु को लागू करना चाहिए। पाठ्यक्रम में चिन्तन, मानसिक व तार्किक क्षमता विकसित करने वाली विषय वस्तु को सम्मिलित किया जाना चाहिए। पाठ्यक्रम में पाठ्यसहगामी क्रियाओं को महत्व दिया जाना चाहिए। पाठ्यक्रम में विद्यार्थियों के लिये विषय चयन हेतु ज्यादा विकल्प दिये जाने चाहिए। पाठ्यक्रम में लचीलापन समाहित किया जाना चाहिये।

### भावी शोध अध्ययन हेतु सुझाव

- प्रस्तुत शोध अध्ययन में शैक्षिक उपलब्धि, समायोजन तथा मानसिक स्वास्थ्य को लिंग व विद्यालय प्रकार के सन्दर्भ में अध्ययन किया गया है। यह अध्ययन संकायवार, विद्यालय बोर्डवार, क्षेत्रवार पर भी किया जा सकता है।
- समायोजन के अतिरिक्त सांवेगिक बुद्धि, आत्मविश्वास तथा अधिगम शैलियों के सन्दर्भ में शैक्षिक उपलब्धि व मानसिक स्वास्थ्य का अयध्ययन किया जा सकता है।
- प्रस्तुत शोध अध्ययन 600 विद्यार्थियों पर किया गया है। न्यादर्श विस्तृत करके भी यह अध्ययन किया जा सकता है।
- प्रस्तुत शोध केवल सरकारी व गैर-सरकारी विद्यालयों पर किया गया है। भावी शोध अध्ययन हेतु अन्य प्रकार के विद्यालयों (जैसे खुला विद्यालय और विशिष्ट विद्यालय) को भी शामिल किया जा सकता है।
- भावी शोध अध्ययन हेतु विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि को अधिगम शैली व शिक्षकों की शिक्षण शैली के सन्दर्भ अध्ययन किया जा सकता है।

### संदर्भ सूची

- अग्रवाल, जे० सी० (1999), "एजुकेशन इन एमर्जिंग इण्डिया", दोआब हाउस, दिल्ली।
- अग्रवाल, जे०सी० (2003) "टीचर एण्ड एजुकेशन इन ए डेवलपिंग सोसाइटी", विकास पब्लिशिंग हाउस, नई दिल्ली।
- अग्रवाल जेसी, (2000), "लैण्डमार्क्स इन द हिस्ट्री ऑफ मार्डन इण्डियन एजुकेशन", विकास पब्लिशिंग हाउस, नई दिल्ली।
- अग्रवाल, अर्चना (2001) "स्टडी ऑफ नॉन-एनरोलमेंट एण्ड ड्रॉपआउट अमाँग गर्ल्स एट प्राइमरी लेवल"।
- अहमद, मंजूर, कोलेट केबॉट, अरुण जोशी एंड रोहिणी पांडेय, (1993) "प्राइमरी एजुकेशन फॉर ऑल: लर्निंग फ्रॉम द बी.आर.सी. एक्सपीरिंस, ए केस स्टडी, प्रोजेक्ट" ए.बी.ई.एल. (एडवांस बेसिक एजुकेशन एंड लिटरेसी), वांशिगटन डी,सी एकेडमी ऑफ एजुकेशन डेवलपमेंट।
- भटनागर, "इण्डिया एजुकेशन टुडे एण्ड टूमारो" इन्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, मेरठ, उत्तर प्रदेश, इण्डिया।
- Alexander, R.J (2008), "Education for All, the Quality Imperative and the Problem of Pedagogy, Consortium for Research on Educational Access, Transitions and Equity" (CReATe): University of London.
- Aarti Dhar (1 April 2010). "Education is a Fundamental Right now". The Hindu.