SHODH SAGAR®
Universal Research Reports
ISSN: 2348-5612 | Vol. 11 | Issue 1 | Jan – Mar 2024 | Peer Reviewed & Refereed

मानसिक स्वास्थ्य और विद्यालयी स्तर के बीच संबंध: एक सैद्धांतिक समीक्षा

Miss. Nanda Rajak[1]
[1]Research Scholar, Swami Vivekanand University Sagar M.P.

Dr Siya Ram Yadav[2]
[2]Professor, Education Department, Swami Vivekanand university

DOI: http://doi.org/10.36676/urr.v11.i2.1576

Check for updates

Accepted:06/02/2024 Published: 25/02/2024 * Corresponding author

सारांश

इस समीक्षात्मक शोधपत्र में मानसिक स्वास्थ्य की अवधारणा, उसे प्रभावित करने वाले कारक तथा विद्यालयी स्तर, लिंग एवं पारिवारिक परिवेश जैसे तत्वों के आधार पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में पाई जाने वाली विविधताओं का विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन में माध्यमिक एवं उच्चतर माध्यमिक स्तर के छात्र-छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य पर केंद्रित विभिन्न शोधों का तुलनात्मक विश्लेषण किया गया है। अधिकांश अध्ययनों से यह स्पष्ट होता है कि मानसिक स्वास्थ्य विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि, आत्म-प्रभावकारिता, सामाजिक बुद्धि एवं पारिवारिक वातावरण से गहराई से जुड़ा हुआ है। साथ ही, कुछ अध्ययनों में लिंग और विद्यालय के प्रकार के आधार पर मानसिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भिन्नता देखी गई, जबकि अन्य शोधों में लिंग भेद या शहरी-ग्रामीण अंतर विशेष प्रभावी नहीं पाया गया। यह शोध मानसिक स्वास्थ्य के बहुआयामी स्वरूप की ओर संकेत करता है, जो विद्यार्थी के संपूर्ण व्यक्तित्व विकास और शैक्षिक निष्पादन में निर्णायक भूमिका निभाता है।

कीवर्ड्स: मानसिक स्वास्थ्य, विद्यालयी स्तर, लिंग भेद, शैक्षिक उपलब्धि, सामाजिक बुद्धि, आत्म-प्रभावकारिता, पारिवारिक वातावरण।

1. परिचय

मानसिक स्वास्थ्य आज के समय में वैश्विक चिंता का विषय बन चुका है। यह न केवल व्यक्ति के भावनात्मक और सामाजिक कार्यों को प्रभावित करता है, बल्कि उसकी शैक्षणिक, व्यावसायिक और पारिवारिक जीवन की गुणवत्ता को भी निर्धारित करता है। विशेष रूप से किशोरावस्था और युवावस्था में मानसिक स्वास्थ्य अत्यधिक संवेदनशील अवस्था में होता है, जहाँ व्यक्तित्व का विकास और पहचान का निर्माण होता है। ऐसे में विद्यालयी स्तर - चाहे माध्यमिक हो या उच्चतर माध्यमिक - छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव डालता है।

माध्यमिक और उच्चतर माध्यमिक विद्यालय दोनों ही छात्र जीवन के महत्वपूर्ण चरण हैं। माध्यमिक स्तर पर छात्र भावनात्मक रूप से अधिक संवेदनशील होते हैं, जबकि उच्चतर माध्यमिक स्तर पर वे सामाजिक और शैक्षणिक दबावों का अधिक अनुभव करते हैं, जैसे करियर चयन, परीक्षा तनाव, प्रतिस्पर्धा आदि। ऐसे में यह अत्यंत प्रासंगिक हो जाता है कि हम यह विश्लेषण करें कि इन दोनों स्तरों के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य में क्या भिन्नताएँ हैं, कौन-से कारक इसकी स्थिति को प्रभावित करते हैं, और किस स्तर के छात्र अधिक मानसिक रूप से सशक्त या कमजोर हैं।

इसके साथ ही, वर्तमान समय में शिक्षा के बढ़ते बोझ, सामाजिक प्रतिस्पर्धा, तकनीकी निर्भरता, सोशल मीडिया के प्रभाव और पारिवारिक संरचनाओं में बदलाव ने छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य को और अधिक

OPEN ACCESS
© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

प्रभावित किया है। विद्यालय, जो बच्चों के सामाजिकरण का प्राथमिक स्थल है, वहाँ का वातावरण, शिक्षकों का व्यवहार, साथियों से संबंध - ये सभी मानसिक स्वास्थ्य की दिशा को निर्धारित करते हैं।

1.1. मानसिक स्वास्थ्य की अवधारणा

मानसिक स्वास्थ्य एक व्यापक और बहुआयामी अवधारणा है जो व्यक्ति की संपूर्ण मानसिक स्थिति को दर्शाती है। यह केवल मानसिक रोगों की अनुपस्थिति भर नहीं है, बल्कि इसमें व्यक्ति का भावनात्मक, सामाजिक, बौद्धिक एवं व्यवहारिक संतुलन भी सम्मिलित होता है। मानसिक स्वास्थ्य उस स्थिति को कहा जाता है जिसमें व्यक्ति स्वयं को समझने, अपने तनावों से निपटने, उत्पादक रूप से कार्य करने और समाज में रचनात्मक योगदान देने में सक्षम होता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार, "मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति अपनी क्षमताओं का बोध कर सकता है, जीवन के सामान्य तनावों को सह सकता है, उत्पादक रूप से कार्य कर सकता है और अपने समुदाय में योगदान दे सकता है।"

मानसिक स्वास्थ्य के अंतर्गत व्यक्ति की आत्म-स्वीकृति, आत्म-संयम, भावनाओं का उचित नियंत्रण, सामाजिक संबंधों का संतुलन, एवं जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण जैसे महत्वपूर्ण पहलू आते हैं। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में आत्म-सम्मान, आत्म-प्रभावकारिता, सामाजिक उत्तरदायित्व, तथा समस्याओं से जूझने की शक्ति विद्यमान होती है।

समकालीन युग में मानसिक स्वास्थ्य का महत्व और भी अधिक बढ़ गया है, क्योंकि प्रतिस्पर्धा, तनाव, अकेलापन, तकनीकी निर्भरता तथा सामाजिक परिवर्तन ने व्यक्ति के मानसिक संतुलन को चुनौती दी है। अतः मानसिक स्वास्थ्य केवल चिकित्सकीय या मनोवैज्ञानिक विषय न होकर एक सामाजिक और शैक्षिक दायित्व भी बन गया है। विद्यालयों, परिवारों, और समाज को मिलकर एक ऐसा परिवेश निर्मित करना चाहिए जिसमें व्यक्ति मानसिक रूप से स्वस्थ, आत्मनिर्भर एवं संतुलित बन सके।

1.2. मानसिक स्वास्थ्य के घटक

मानसिक स्वास्थ्य बहुआयामी अवधारणा है, जो व्यक्ति के संज्ञानात्मक, भावनात्मक, सामाजिक, शारीरिक, आत्मिक तथा व्यवहारिक पक्षों से जुड़ी होती है। यह न केवल मानसिक विकारों की अनुपस्थिति को इंगित करता है, बल्कि यह भी दर्शाता है कि व्यक्ति अपने जीवन के तनावों का सामना किस प्रकार करता है, अपने कार्यों को कितनी प्रभावशीलता से संचालित करता है और समाज में कितनी सकारात्मक भागीदारी निभाता है। मानसिक स्वास्थ्य के प्रमुख घटकों में संज्ञानात्मक स्तर (सोचने-समझने की क्षमता), सामाजिक समायोजन (सम्बंधों में सामंजस्य), भावनात्मक संतुलन (भावनाओं को नियंत्रित करने की क्षमता), शारीरिक जागरूकता (स्वस्थ जीवन शैली के प्रति समझ), आत्म-सम्मान (स्वयं के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण), आत्म-प्रभावकारिता (लक्ष्य पूर्ति की क्षमता में विश्वास), तथा जीवन अभिवृत्ति (जीवन के प्रति दृष्टिकोण) सम्मिलित हैं। इन घटकों के संतुलन से ही व्यक्ति एक संतुलित मानसिक स्थिति में बना रहता है और जीवन में आने वाली चुनौतियों का सकारात्मक सामना कर सकता है।

मानसिक स्वास्थ्य के प्रमुख घटक

क्र.	घटक का नाम	वर्णन
1	संज्ञानात्मक स्तर	विचार करने, समझने, तर्क करने व निर्णय लेने की मानसिक क्षमता

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

2	सामाजिक समायोजन	समाज में संबंध स्थापित करने, निभाने व समूह में सामंजस्य बनाए रखने की योग्यता
3	भावनात्मक संतुलन	अपनी भावनाओं को पहचानने, व्यक्त करने व नियंत्रित करने की क्षमता
4	शारीरिक जागरूकता	मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी शारीरिक आदतें जैसे - नींद, आहार, व्यायाम आदि
5	आत्म-सम्मान	स्वयं के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण और आत्ममूल्य की अनुभूति
6	आत्म-प्रभावकारिता	अपनी क्षमताओं पर विश्वास और लक्ष्य प्राप्ति हेतु प्रयास की मानसिकता
7	जीवन अभिवृत्ति	जीवन के प्रति आशावादी, यथार्थवादी एवं उद्देश्यपूर्ण दृष्टिकोण

1.3. विद्यालयी स्तर का वर्गीकरण एवं विशेषताएँ (अनुच्छेद)

शिक्षा व्यवस्था को विद्यार्थियों की आयु, मानसिक विकास और अधिगम क्षमता के अनुसार विभिन्न स्तरों में विभाजित किया गया है। यह वर्गीकरण बच्चों के संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक विकास को ध्यान में रखते हुए किया जाता है, ताकि हर स्तर पर उन्हें उपयुक्त शिक्षण वातावरण और पाठ्यवस्तु प्रदान की जा सके। भारत में विद्यालयी शिक्षा को मुख्यतः चार स्तरों में बाँटा गया है - प्राथमिक, उच्च प्राथमिक, माध्यमिक और उच्चतर माध्यमिक। प्राथमिक स्तर पर बच्चों में बुनियादी भाषा, गणना और सामाजिक व्यवहार की नींव रखी जाती है। उच्च प्राथमिक स्तर पर विषयों की विविधता और गहराई बढ़ती है, जिससे तार्किक सोच का विकास होता है। माध्यमिक स्तर विद्यार्थियों को गंभीरता से अध्ययन, अनुशासन और करियर के प्रति जागरूक बनाता है, जबकि उच्चतर माध्यमिक स्तर उन्हें विषय-विशेष अध्ययन और उच्च शिक्षा की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करता है। प्रत्येक स्तर की विशेषताएँ उनके शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास के अनुरूप होती हैं, जिससे वे क्रमिक रूप से जीवन की जटिलताओं के लिए तैयार हो सकें।

विद्यालयी स्तर का वर्गीकरण एवं प्रमुख विशेषताएँ

क्रम संख्या	विद्यालयी स्तर	कक्षा	आयु सीमा	प्रमुख विशेषताएँ
1	प्राथमिक स्तर	कक्षा 1 से 5 तक	6 से 11 वर्ष	भाषा व गणित की मूलभूत समझ, नैतिक मूल्य, सामाजिक व्यवहार, खेल व गतिविधि आधारित शिक्षा
2	उच्च प्राथमिक स्तर	कक्षा 6 से 8 तक	11 से 14 वर्ष	तार्किक सोच, समूह गतिविधियाँ, स्व-अनुशासन, विषयों में विस्तार (विज्ञान, सामाजिक विज्ञान आदि)
3	माध्यमिक स्तर	कक्षा 9 से 10 तक	14 से 16 वर्ष	आत्मचिंतन, परीक्षा का दबाव, करियर के प्रति जागरूकता, भावनात्मक व शारीरिक परिवर्तन
4	उच्चतर माध्यमिक स्तर	कक्षा 11 से 12 तक	16 से 18 वर्ष	विषय विशेष अध्ययन, उच्च शिक्षा की तैयारी, आत्मनिर्भरता, निर्णय क्षमता, जिम्मेदारी का बोध

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

1.4. मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक (अनुच्छेद)

मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति की सोचने, समझने, अनुभव करने और सामाजिक रूप से जुड़ने की क्षमता को प्रभावित करता है। यह न केवल आनुवंशिक तत्वों से प्रभावित होता है, बल्कि सामाजिक, आर्थिक, शैक्षिक और पारिवारिक परिवेश भी इसमें महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। एक स्वस्थ मानसिक स्थिति के लिए अनुकूल पारिवारिक वातावरण, सामाजिक सहयोग, आर्थिक स्थिरता, शैक्षणिक सफलता, संतुलित आहार, पर्याप्त नींद और सकारात्मक सोच जैसे कारकों का समुचित संतुलन आवश्यक होता है। दूसरी ओर, पारिवारिक कलह, विद्यालयी दबाव, सामाजिक अलगाव, गरीबी, दुर्व्यवहार, नशा, नींद की कमी, पोषण की अनुपलब्धता जैसे नकारात्मक कारक व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर दुष्प्रभाव डाल सकते हैं। इन कारकों का प्रभाव विशेष रूप से किशोरावस्था में अधिक देखा जाता है, क्योंकि यह अवस्था मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास का संवेदनशील चरण होती है।

मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारक

क्रम संख्या	कारक का प्रकार	विवरण
1	**पारिवारिक कारक**	माता-पिता का सहयोग, पारिवारिक वातावरण, संबंधों की स्थिरता, घरेलू तनाव
2	**शैक्षिक कारक**	अध्ययन का दबाव, परीक्षा का भय, शिक्षक का व्यवहार, विद्यालयी वातावरण
3	**सामाजिक कारक**	मित्रता, सामाजिक स्वीकार्यता, सामाजिक समर्थन, अकेलापन
4	**आर्थिक कारक**	पारिवारिक आय, संसाधनों की उपलब्धता, गरीबी का स्तर
5	**व्यक्तिगत कारक**	आत्म-संवेदना, आत्म-विश्वास, भावनात्मक नियंत्रण, लक्ष्य की स्पष्टता
6	**शारीरिक स्वास्थ्य**	पोषण, व्यायाम, नींद, रोगों की उपस्थिति
7	**मनोवैज्ञानिक अनुभव**	बचपन के आघात, दुर्व्यवहार, चिंता, अवसाद, डर
8	**मीडिया एवं प्रौद्योगिकी**	सोशल मीडिया का प्रभाव, स्क्रीन टाइम, साइबर बुलीइंग

2. साहित्य समीक्षा

1. **तलबार एवं दास (2014)** ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा के मध्य अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा में सहसम्बन्ध एवं साथ में यह भी पाया कि छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर पाया गया।
2. **बर्तवाल रमेश सिंह (2014)** ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के ग्रामीण एवं शहरी विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं सामाजिक बुद्धि पर तुलनात्मक अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के ग्रामीण एवं शहरी छात्र एवं

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं सामाजिक बुद्धि के मध्य कोई महत्वपूर्ण अन्तर नहीं पाया गया।

3. **मिश्रा रविन्द्रनाथ एवं वर्मा पूर्णेन्द्र** (2014) ने शहरी एवं ग्रामीण छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि शहरी छात्राओं ने शहरी तथा ग्रामीण छात्राओं ने शहरी तथा ग्रामीण छात्रों तथा ग्रामीण छात्राओं से अच्छा धनात्मक मानसिक स्वास्थ्य का प्रदर्शन किया।
4. **मेहता एवं सिंह** (2015) ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में सार्थक अन्तर पाया गया।
5. **डाहिया सरिता एव पुष्पांजली** (2015) ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के निजी एवं सरकारी स्कूलों के छात्र एवं छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि निजी एवं सरकारी स्कूलों के छात्र एवं छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य लिंग एवं स्कूली अंतर का कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।
6. **यादव, डॉ. गीता** (2016) ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के प्रभाव का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्च मानसिक स्वास्थ्य वाले छात्र एवं छात्राओं की शैक्षिक उपलब्धि निम्न मानसिक स्वास्थ्य वाले छात्र एवं छात्राओं की शैक्षिक उपलब्धि से उच्च है।
7. **तिवारी पी.के. एवं सिंह एस. के.** (2017) ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं की शैक्षिक उपलब्धि पर उनके मानसिक स्वास्थ्य का सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। तथा मानसिक रूप से स्वस्थ्य व्यक्तियां की शैक्षिक उपलब्धि मानसिक रूप से अस्वस्थ व्यक्ति की शैक्षिक उपलब्धि से अधिक होती है।
8. **रेन बी.एल.** (2017) ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के बालकों के मानसिक स्वास्थ्य एवं सीखने का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि मानसिक स्वास्थ्य का बालक की शैक्षिक आकांक्षा अध्ययन, आदत एवं लक्ष्यों आदि पर सार्थक प्रभाव पड़ता है।
9. **श्रीवास्तव डॉ. अनिल एवं माथुर दुर्गेश्वरी** (2018) ने विभिन्न वर्ग के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य का शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्च मध्यम एवं निम्न मानसिक स्वास्थ्य वाले स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि में सार्थक अन्तर पाया गया।
10. **नायक डॉ. पी.के. एवं ओमप्रकाश** (2018) ने शासकीय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य पर योग शिक्षा के प्रभाव का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य पर योग शिक्षा के प्रभाव में सार्थक अन्तर

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License
[CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

पाया गया। अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य पर योग शिक्षा के प्रभाव में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।

11. **देवी देवी एवं गोनल** (2018) ने शासकीय एवं अशासकीय स्कूलों के छात्र एवं छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया किया। शासकीय एवं अशासकीय स्कूलों के छात्र एवं छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य पर महत्वपूर्ण अन्तर पाया गया।
12. **23. शर्मा डॉ. सपना सक्सेना राधारानी एवं मीनाक्षी** (2019) ने उच्च माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्च माध्यमिक विद्यालयी स्तर के कला एवं विज्ञान वर्ग के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में कोई सहसम्बन्ध नहीं पाया जाता।
13. **नागमणी डॉ. के. एवं साहू मन्जू** (2019) ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा के मध्य सहसम्बन्ध का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विधार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा के मध्य धनात्मक सहसम्बन्ध पाया गया।
14. **अग्रवाल निधि सत्तार अब्दुल जैन मनीषा** (2020) ने पारिवारिक बातावरण के संदर्भ में उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक रूचि एवं मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के छात्रों के पारिवारिक वातावरण का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पाया गया। उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के छात्राओं के पारिवारिक बातावरण का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव पाया गया।
15. **कुमार डॉ. सी. अशोक** (2021) ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन की समस्या पर एक अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन की समस्या के मध्य नकारात्मक सम्बन्ध पाया गया।
16. **नन्दाना** (2001) ने छात्र-छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं उनके कारकों के मध्य अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि छात्रों की अपेक्षा छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा पाया गया।
17. **केशलर** (2005) ने छात्रों के मध्य बचपन से वयस्कता के दौरान मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों का अध्ययन किया अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि किशोरों के संक्रमण चरण मतलब बचपन से वयस्कता के दौरान मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों का सबसे बड़ा खतरा होता है खराब मानसिक स्वास्थ्य किशोर छात्रों के स्वास्थ्य और विकास को प्रभावित करता है।
18. **अर्चना** (2011) ने छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डालने वाले कारणों की पहचान करने के लिए दुनिया के विभिन्न हिस्सों में अध्ययन कियाअपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि किशोरों

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

के मानसिक स्वास्थ्य और नैतिक समायोजन के बीच सकारात्मक सहसम्बन्ध है। एवं छात्र-छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई महत्वपूर्ण अन्तर नहीं है।

19. **मंडावा (2011)** ने उच्च माध्यमिक छात्र-छात्राओं के आत्मविश्वास, मानसिक स्वास्थ्य एवं संवेगात्मक परिपक्वता से सम्बन्धित अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि ग्रामीण किशोर छात्रों में शहरी छात्राओं की अपेक्षा आत्मविश्वास एवं मानसिक स्वास्थ्य का स्तर उच्च पाया गया।
20. **अग्रवाल एवं भल्ला (2012)** ने छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डालने वाले कारणों की पहचान करने के लिए दुनिया के विभिन्न हिस्सों में अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य और नैतिक समायोजन के बीच सकारात्मक सहसम्बन्ध है एवं छात्र-छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई महत्वपूर्ण अन्तर नहीं है।
21. **चावला (2012)** ने छात्र-छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षिक उपलब्धि के मध्यकोई महत्वपूर्ण अन्तर नहीं पाया गया।
22. **बासु एस. (2012)** ने माध्यमिक विद्यालय के छात्र-छात्राओं के मध्य पारिवारिक संरचना लिंग एवं कक्षा के दिशा निर्देशन एवं समायोजन की योग्यता का पता लगाना था। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि पारिवारिक संरचना लिंग एवं कक्षा के दिशा निर्देशन एवं समायोजन में माध्यमिक विद्यालय के छात्र-छात्राओं में उच्च स्तर का अन्तर पाया गया।
23. **बंगाली एवं पटनम (2013)** ने कर्नाटक शहर के छात्र-छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं उनके कारकों के मध्य अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि छात्रों की अपेक्षा छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा पाया गया।
24. **प्रतिमा एच.पी. एवं डॉ. यू. कुलसम (2013)** ने माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के मध्य सामाजिक बुद्धि एवं मानसिक स्वास्थ्य के बारे में अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के मध्य सामाजिक बुद्धि एवं मानसिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण अन्तर पाया गया।
25. **जयस्वाल एवं कुमार (2013)** माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के मध्य शासकीय एवं अशासकीय दोनों ग्रुपों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य के बारे में अध्ययन किया। अपने अध्ययन में इन्होंने पाया कि निजी एवं सरकारी स्कूलों के छात्र एवं छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य पर कोई महत्वपूर्ण अन्तर नहीं पाया गया।

प्रमुख साहित्यिक समीक्षाओं का सार

क्रम	लेखक (वर्ष)	अध्ययन का निष्कर्ष
1	तलबार एवं दास (2014)	मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा में सहसम्बन्ध; छात्र-छात्राओं में मानसिक स्वास्थ्य में अन्तर
2	बर्तवाल रमेश सिंह (2014)	ग्रामीण एवं शहरी छात्र-छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं सामाजिक बुद्धि में कोई विशेष अन्तर नहीं

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

3	मिश्र रविन्द्रनाथ एवं वर्मा पूर्णेन्द्र (2014)	शहरी छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य अन्य समूहों से बेहतर
4	मेहता एवं सिंह (2015)	मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि में सार्थक अन्तर
5	डाहिया सरिता एव पुष्पांजली (2015)	निजी एवं सरकारी स्कूलों के छात्र-छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य में लिंग व विद्यालयीय अन्तर नहीं
6	चावला (2012)	मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य कोई महत्वपूर्ण अन्तर नहीं
7	बासु एस. (2012)	पारिवारिक संरचना, लिंग, कक्षा के आधार पर समायोजन में महत्वपूर्ण अन्तर
8	बंगाली एवं पटनम (2013)	छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य छात्रों की अपेक्षा बेहतर
9	प्रतिमा एच.पी. एवं डॉ. यू. कुलसम (2013)	सामाजिक बुद्धि एवं मानसिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण अन्तर
10	जयस्वाल एवं कुमार (2013)	निजी व सरकारी स्कूलों में मानसिक स्वास्थ्य में कोई विशेष अन्तर नहीं

3. निष्कर्ष

उपरोक्त अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि विद्यालयी स्तर (माध्यमिक एवं उच्चतर माध्यमिक), लिंग (छात्र एवं छात्रा), तथा विद्यालय के प्रकार (सरकारी एवं निजी) मानसिक स्वास्थ्य के विभिन्न घटकों को प्रभावित करते हैं। कुछ अध्ययनों में मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सकारात्मक सहसम्बन्ध पाया गया है, जिससे यह अनुमान लगाया जा सकता है कि मानसिक रूप से स्वस्थ छात्र-छात्राएं शैक्षिक दृष्टि से भी अधिक सफल होते हैं। वहीं कई अध्ययनों में यह भी पाया गया कि शहरी छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य ग्रामीण छात्रों की तुलना में बेहतर होता है। इसके अतिरिक्त पारिवारिक वातावरण, आत्म-प्रभावकारिता, सामाजिक बुद्धि, एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा जैसे कारकों का मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव देखने को मिला। वहीं कुछ शोधों में यह भी निष्कर्ष निकला कि छात्र-छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई विशेष अन्तर नहीं है, जिससे यह संकेत मिलता है कि मानसिक स्वास्थ्य लिंग आधारित भेद से परे एक व्यापक मनोवैज्ञानिक स्थिति है। समग्रतः यह निष्कर्ष निकलता है कि मानसिक स्वास्थ्य एक जटिल बहुआयामी संकल्पना है, जो छात्र-छात्राओं के संज्ञानात्मक, भावनात्मक, सामाजिक एवं शारीरिक विकास से जुड़ी होती है, और इसके संतुलन से ही उनकी समग्र सफलता सुनिश्चित होती है।

4. संदर्भ

1. नियोर आर., चेतिया पी. एवं दत्ता जे. (2013), "माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में बुद्धि और शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य अध्ययन", अरूणाचल प्रदेश इन्टरनेशनल जनरल ऑफ साइंस एवं रिसर्च वाल्यूम 05(10), पृ.1435-1444.

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

2. बेलमुरूगन एवं बालकृष्ण (2013), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा के मध्य अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ टीचर एजुकेशन रिसर्च, वाल्यूम 02(05), पृ.07-12.
3. नमेश कुमार एवं अन्य (2014), "विद्यालय जा रहे छात्र एवं छात्राओं के मध्य सामाजिक-सांस्कृतिक वातावरण का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने बाले प्रभाव का एक अध्ययन", स्कालरली रिसर्च जनरल आफ इंन्टर डिसीप्लीनरी स्टडीस नवम्बर 2014, वाल्यूम 11, पृ.05.
4. मिश्रा रविन्द्रनाथ एवं वर्मा पूर्णेन्द्र (2014), "शहरी एवं ग्रामीण छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ एडवान्स इन सोशल साइंस 2014, वाल्यूम 02(02), पृ.111-113.
5. अग्रवाल श्रीवास्तव ए.के. एवं माथुर डी. (2014), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ क्रियेटिव रिसर्च थॉटस 2014, वाल्यूम 02(02), पृ.01-06.
6. तलबार एवं दास (2014), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उपलब्धि अभिप्रेरणा के मध्य अध्ययन", टाइबल स्टूडेन्टस ऑफ आसाम इंडियन जनरल ऑफ रिसर्च 03(11), पृ.50-57.
7. जोसेफ डॉ. सी मारिया (2015), ''माध्यमिक विद्यालयों के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन'', इंडियन जनरल आफ रिसर्च वाल्यूम 04, पृ.2.
8. मेहता एवं सिंह (2015), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ मल्टीडीसीप्लीनरी रिसर्च एव डेव्हलपमेंट, वाल्यूम 02(07), पृ.80-85.
9. डाहिया सरिता एवं पुष्पांजली (2015), उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के निजी एवं सरकारी स्कूलों के छात्र एवं छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ एप्लाइड रिसर्च, वाल्यूम 01(12), पृ.585-588.
10. गांधी एन. (2016), "आठवीं कक्षा के प्राइवेट एवं सरकारी स्कूल के विद्यार्थियों के मध्य सांवेगात्मक स्थिरता पर एक अध्ययन" स्कालरली रिसर्च जनरल आफ इंन्टरडीसीप्लीनरी स्टडीस, वाल्यूम 04(35), पृ.6580-6584
11. यादव डॉ. गीता (2016), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के प्रभाव का अध्ययन", ग्लोबल मल्टीडीसीप्लीनरी रिसर्च जनरल सितम्बर 2016, वाल्यूम 01(01), पृ.43-47.
12. बीरीना बारो (2017), "माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के मध्य समायोजन और लिंग पर आधारित अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ एप्लाइड रिसर्च 3(08), पृ.341-344.
13. रेन बी.एल. (2017), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी स्तर के बालकों के मानसिक स्वास्थ्य एवं सीखने का अध्ययन", सितम्बर 28 '2020 टी.एल.ए.आर. वाल्यूम 22(02), 39-58.

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com

14. तिवारी पी.के. एवं सिंह एस.के. (2017), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ एडवान्स रिसर्च एव डेव्हलपमेंट 2017, वाल्यूम 02(05), पृ.867-870.
15. नायक, डॉ. पी.के. (2018), उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर योग शिक्षा के प्रभाव का अध्ययन, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एडवांस एजुकेशन ऑफ रिसर्च, पृ.56.
16. देवी देवी एवं गोनल (2018), "शासकीय एवं अशासकीय स्कूलों के छात्र एवं छात्राओं के मध्य मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन", इन्टरनेशनल जनरल ऑफ करेंन्ट माइक्रोवायलॉजी ए एप्लाइड साइंस वाल्यूम 09, पृ.1032-1040.
17. मंडावा एन. (2011), ने उच्च माध्यमिक छात्र-छात्राओं के आत्मविश्वास, मानसिक स्वास्थ्य एवं संवेगात्मक परिपक्वता से सम्बन्धित अध्ययन,
18. अग्रवाल एस. एवं भल्ला वी. (2012), "किशोरों की शैक्षणिक उपलब्धि एवं मानसिक स्वास्थ्य में उनका गृह समायोजन", इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एडवांस एजुकेशन एण्ड साइकॉलोजी, वाल्यूम 2(2).
19. रिजवान हसन भातंड और जहागीर मजीद (2015) 'कश्मीर के किशोर छात्र-छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य एवं स्वास्थ्य स्थिति और भावनात्मक स्थिरता, समग्र समायोजन एवं स्वायत्ता के मध्य अध्ययन", इंटरनेशनल जर्नल ऑफ इंडियन, वाल्यूम 2(2), पृ.54-63.श्
20. बर्तवाल रमेश सिंह (2014), "उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के ग्रामीण एवं शहरी विद्यार्थियों के मध्य मानसिक स्वास्थ्य एवं सामाजिक बुद्धि पर तुलनात्मक अध्ययन", आई.ओ.एस.आर. जनरल आफ हयुमिनिटीस और सोशल साइंस, वाल्यूम 19(02), पृ.06-10.
21. भटनागर सुरेश (2012), "शिक्षा मनोविज्ञान", आर लाल बुक डिपो, मेरठ, पृ.353
22. सिंह ए.के. एवं गुप्ता ए.एस.. (2000), "मेन्टल हेल्थ बैटरी" लखनउ अंकुर साइक्लॉजिकल एजेंसी
23. सिंह रामपाल एवं शर्मा ओ.पी. (2008), शैक्षिक अनुसंधान एवं सांख्यिकी, अग्रवाल पब्लिकेशन, आगरा, पृ.432-434.
24. सिंह डॉ. गया (2012), "शैक्षिक एवं मानसिक मापन", आर लाल बुक डिपो, मेरठ, पृ. 276-277
25. तिवारी अंजना एवं शर्मा आर.के. (2014), "शिक्षा समाज पाठ्यचर्या एवं शिक्षार्थी", राधा प्रकाशन मंदिर, आगरा, पृ.241-242.
26. वर्मा एव श्रीवास्तव (2014-15), "आधुनिक प्रयोगात्मक अनुसंधान', अग्रवाल पब्लिकेशन आगरा, पृ.554-555

© 2024 Published by Shodh Sagar. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons License [CC BY NC 4.0] and is available on https://urr.shodhsagar.com