

शोध प्रतिवेदन

“माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् किशोर विद्यार्थियों में आत्महत्या की प्रवृत्ति व मानसिक असंतुलन का अध्ययन करना।”

निर्देशिका
डॉ. शिप्रा गुप्ता
(रीडर)

प्रस्तुतकर्त्री
ऋतु देवी कुमावत
(एम.एड. छात्रा)

बियानी गर्ल्स बी.एड कॉलेज, जयपुर(राजस्थान)
(सत्र 2015-17)

1 प्रस्तावना

किसी भी राष्ट्र का भविष्य उसके किशोर पर निर्भर करता है। एक किशोर ही आने वाले समय में उस राष्ट्र का निर्माता होता है। जिसे हम विभिन्न स्वरूपों यथा—आदर्श शिक्षक कुशल अभियंता, दक्ष चिकित्सक, सुदृढ़ सुरक्षा—प्रहरी के रूप में देखते हैं। किशोर बालक के सर्वांगीण विकास का कार्य शिक्षा द्वारा ही संभव है। शिक्षा एक सौद्देश्य नैतिक प्रक्रिया है, जो किसी निश्चित दिशा की ओर उन्मुख होती है।

लक्ष्यविहीन शिक्षा का कोई मूल्य नहीं है। शिक्षा द्वारा किशोर बालक की मूल प्रवृत्तियों का शोधन तथा मार्गन्तीकरण इस प्रकार किया जाना चाहिए, जिससे न केवल वह स्वयं के लिए अपितु राष्ट्र के लिए भी हितकारी व कल्याणकारी है।

कोचिंग का हब बन चुके राजस्थान का कोटा शहर अब आत्म हत्या का हब बनने जा रहा है। यहाँ गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्राप्ति के उद्देश्य से देशभर से आये छात्रों में आत्महत्या की प्रवृत्ति आम होती जा रही है। अभी हाल ही में दो और बच्चों के खुदकुशी कर लिए जाने की खबरे सामने आईं। वे छात्र जो देश के भावी कर्णधार

हैं जिनसे देश को संवारने की उम्मीद है, वह छोटी सी असफलता बर्दाश्त नहीं कर पा रहे हैं। यह हमारी शिक्षा व्यवस्था और अभिभावकों के विश्वास की एक बड़ी नाकामी है।

वर्तमान शिक्षा व्यवस्था छात्रों में असंतोष को जन्म दे रही है। गुणवत्तापूर्ण तथा रोजगार परक शिक्षा के अभाव में देश में शिक्षित बेरोजगारी का ग्राफ बढ़ता जा रहा है। तो दूसरी तरफ प्रतिस्पर्धा हो रही शिक्षा से औसत दर्जे के छात्रों में हीनता की भावना बलवती हो रही है, जो उनके आत्महत्या का प्रमुख कारण है।

आज बच्चों पर सपने थोपे जा रहे हैं। उन्हें बताया जा रहा है कि नम्बर ही सब कुछ है। 90-95 तथा इससे अधिक फीसदी अंक वाले छात्रों का ही नामांकन देश के प्रमुख विश्वविद्यालयों में हो रहा है। शेष औसत दर्जे के छात्रों में निराशा घर कर रही है।

साथ ही हमारे किशोर विद्यार्थियों को समझना चाहिए कि सफलता एक ही झटके में नहीं मिलती। इसके लिए कड़ी मेहनत करनी पड़ती है। एक महत्वपूर्ण बात यह भी है कि सफलता एक साथ ही नहीं बल्कि धीरे-धीरे आती है। ऊपर चढ़ने के लिए एक-एक सीढ़ी चढ़नी होती है।

जरूरी है छोटें-छोटे लक्ष्य तय करके आगे बढ़ा जाए। एक लक्ष्य पूरा हो तो अगले लक्ष्य की ओर कदम बढ़ाया जाना चाहिए, क्योंकि जब शुरुआत में ही बहुत बड़े सपने देखने लगते हैं तो अक्सर निराशा ही हाथ लगती है।

ऐसा नहीं है कि देश में अवसरों की कमी है। युवाओं के पास भरपूर अवसर हैं। इन अवसरों का लाभ उठाने की कोशिश करनी चाहिए। युवा है तो जोखिम लेने के बारे में भी सोचेंगे। सोचना भी चाहिए क्योंकि इसके बिना बड़ी सफलता हाथ नहीं मिलती लेकिन जरूरी है कि जो जोखिम लेने जा रहे हैं उसका पूर्व आँकलन कर लिया जायें पूर्व आँकलन यानी अपनी क्षमता को समझाना जरूरी है अपना घर फूंक देना समझदारी नहीं है।

दुनिया जहाँ भाग रही है उस तरफ भागने से सफलता नहीं मिलेगी बल्कि कुछ नया करना ही होगा। रेस जीतनी है तो आविष्कार ही करना होगा। जब रोशनी की एक महीन लकीर अंधेरे को चीर सकती है। जब एक तिनका डूबते का सहारा हो सकता है। और एक आशा भरी मुस्कान निराशा के दलदल से बाहर ला

सकती हैं तो फिर भला मौत को वक्त से पहले क्यों बुलाया जाए ? जिन्दगी परीक्षा लेती है। तो उसे लेने दीजिए, होसलो से आप हर बाजी जीतने का दम रखते हैं, यह विश्वास हर मन में होना चाहिए।

मानव जीवन के लिए विकास की प्रक्रिया में किशोर अवस्था का महत्वपूर्ण स्थान है। बाल्यावस्था समाप्त होती है और शुरू होती है—किशोर अवस्था। यह अवस्था युवावस्था अथवा परिपक्वावस्था तक रहती है। यह सतत् प्रक्रिया है। इसे बाल्यावस्था तथा प्रौढ़ावस्था के मध्य का सन्धिकाल कहा जाता है। इस अवस्था की विडम्बना होती है कि बालक स्वयं को बड़ा समझता है और बड़े उसे छोटा समझते हैं।

किशोर विद्यार्थी अर्न्तमुखी ओर बर्हिमुखी व्यक्तित्व वाले होते हैं। कतिपय किशोरों में माता—पिता ऐसे होते हैं कि वो उन पर दबाव डालते हैं कि आपको उच्चतम अंक प्राप्त करने हैं, ऐसे में उन किशोरों के समक्ष समायोजन की समस्या उभरती है। अतः उनके मानसिक स्वास्थ्य पर तीव्र प्रभाव पड़ता है और किशोर भ्रमित अवस्था का शिकार हो जाता है।

किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के असंतुलित होने के कारण किशोरों के समक्ष समायोजन की समस्या आ जाती है। ऐसी परिस्थिति में किशोर एकांतप्रिय, लज्जाशील, अल्पभाषी, संदेही और शंकालु प्रकृति के हो जाते हैं। जो किशोर विद्यार्थियों में आत्महत्या का प्रमुख कारण बनता है।

विद्यार्थी जीवन से सम्बन्धित अनेक ऐसी परिस्थितियाँ तथा कारण होते हैं, जो विद्यार्थी में असन्तोष पैदा कर देते हैं। विद्यार्थी के सामने कदम—कदम पर अनेक समस्याएँ आती हैं, जिन्हें वह पूरी नहीं कर पाता तथा दुःखी होकर रह जाता है। उसे अच्छी शिक्षण संस्था में प्रवेश नहीं मिल पाता है। अच्छे अंकों से परीक्षा पास करने के बाद भी विद्यार्थी को मनचाहा विषय, महाविद्यालय तथा तकनीकी शिक्षण संस्थाओं में प्रवेश नहीं मिल पाता है। इन सब परिस्थितियों का विद्यार्थी पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है और वह असन्तुष्ट होने के कारण अपनी मानसिक और शारीरिक समस्याओं का विघटनकारी प्रवृत्तियों में उपयोग करने लगता है। किशोरों में यही व्याकुलता, अशान्ति, असन्तोष, आत्महत्या का प्रमुख कारण बनता है।

किशोरो में व्यवहार सम्बन्धी अनेक समस्याएँ तथा व्यवहार प्रवृत्तियाँ पाई जाती हैं। इन समस्याओं का समाधान करने में परिवार ही वह स्थान जहाँ सबसे पहले बालक का समाजीकरण होता है। किशोरावस्था में जो मानसिक, शारीरिक, सामाजिक तथा संवेगात्मक परिवर्तन होते हैं वे व्यक्तित्व विकास की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण होते हैं। यह जीवन का सबसे कठिन काल है।

सैद्धान्तिक दृष्टि से किशोरावस्था जीवन के प्रथम चरण की सर्वश्रेष्ठ पुनरावृत्ति मानी जाती है। एक किशोर न तो बालक होता है और न प्रौढ हाई स्कूल के अंतिम वर्षों में अथवा कॉलेज जीवन के प्रथम, द्वितीय और तृतीय वर्षों में बालक प्रायः किशोरावस्था में ही होता है।

उस समय उसकी बुद्धि, कार्य, अभिवृत्ति, सम्प्राप्ति एक-दूसरे से भिन्न होती हैं। किशोरावस्था में विभिन्न गुण परिपक्व अवस्था में नहीं होते हैं। लेकिन प्रचुर मात्रा में होते हैं। इसीलिए इस अवस्था में नयी-नयी विशिष्ट समस्याएँ उत्पन्न होती हैं।

इस काल में शिक्षक का कर्तव्य होता है वह समस्याओं के स्वरूप और उनके कारण को भलीभाँति मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण से समझने का प्रयत्न करे। जिससे किशोरो की समस्याओं का समाधान भलीभाँति हो सके और उनके व्यक्तित्व का उचित विकास हों।

2 अध्ययन का औचित्य

शिक्षा का उद्देश्य बालक का सर्वांगीण विकास करना है। सर्वांगीण विकास से अभिप्राय बालक का मानसिक, भौतिक, सामाजिक, आध्यात्मिक, नैतिक एवं शारीरिक विकास है। प्रत्येक राष्ट्र के जीवन में माध्यमिक स्तर की शिक्षा काफी महत्वपूर्ण होती है। माध्यमिक शिक्षा को विद्यार्थी जीवन निर्माण की संज्ञा दी गई है। प्रायः माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों में अध्ययन आदतें विकसित हो जाती हैं। उत्तम अध्ययन आदतों के परिणामस्वरूप विद्यार्थी में भविष्य की सफलता एवं असफलता का निर्धारण होता है। यदि विद्यार्थियों की अध्ययन आदतों से सम्बन्धित नींव कमजोर होगी तो उनको शैक्षिक जीवन में प्राप्त होने वाली सफलता सम्बन्धी भवन भी कमजोर होगा।

किशोर विद्यार्थियों में सफलता एवं असफलता के बीच नव किशोर विकास एवं लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए निरन्तर प्रयास चलता रहता है। इन प्रयासों की सफलता एवं असफलता पर विद्यार्थियों की उपलब्धि अभिप्रेरणा का गहन प्रभाव पड़ता है।

इस समय स्कूल जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में आत्महत्या की प्रवृत्ति बहुत ज्यादा बढ़ रही है। इसके बहुत से पहलू हैं। जैसे—सुसाइड अटेम्प, पूर्णतः आत्महत्या। यद्यपि बहुत से मानसिक स्वास्थ्य अस्पताल व मानसिक स्वास्थ्य संस्थाएँ उपलब्ध हैं जहाँ किशोर छात्र/छात्राएँ अपनी समस्या का समाधान पा सकते हैं लेकिन क्या कारण हैं कि लगातार इस प्रकार की घटनाएँ बढ़ती ही जा रही हैं।

NCRB के अनुसार 2008 के आँकड़ों के अनुसार 2007 तक कुल 1976 छात्र/छात्राओं ने विभिन्न परीक्षाओं में फेल होने के कारण आत्महत्या की है। 2008 में यह संख्या बढ़कर 2100 तक पहुँच गयी थी। 2006 का साल इस लिहाज से बहुत खराब माना जायेगा जिस दौरान 5857 छात्र-छात्राओं यानि हर दिन परीक्षा के दबाव ने 16 विद्यार्थियों को आत्महत्या के लिए मजबूर किया।

इन रिपोर्टों को देखने से लगता है कि आने वाले अगले वर्षों में यह स्थिति और भी भयानक रूप लेने वाली है। इस रिपोर्ट का एक दूसरा पहलू और भी दुःखद है जो हमारी पूरी शिक्षा व्यवस्था के उस आदर्श पर प्रश्न चिन्ह लगाता है जिसके महा वाक्य आनन्दमयी शिक्षा, अनिवार्य शिक्षा, सर्व शिक्षा, खेल-खेल में शिक्षा और अब शिक्षा का अधिकार। जैसे कई मुहावरों से भरे पड़े हैं। यह रिपोर्ट इन आड़म्बरों की पोल खोलती है जिसके अनुसार पिछले वर्षों में हुई कुल आत्महत्याओं में केवल 21.8 प्रतिशत ऐसे लोग हैं जिन्होंने कभी किसी तरह से कोई स्कूली व अन्य औपचारिक शिक्षा नहीं ली। क्या हम ऐसा कह सकते हैं कि स्कूल न जाने से कितने लोग आत्महत्या करने वाले मामलों में प्राथमिक शिक्षा ले चुके लोगों की संख्या सबसे ज्यादा यानि 22%। दूसरे स्थान पर माध्यमिक तक शिक्षा ले चुके 24.2% तथा दसवीं तक पढ़ने वाले 17.6%, हायर सैकण्डरी का 8.1%, स्नातक का 1.9% तथा स्नातकोत्तर या इससे आगे पढ़ाई करने वालों का प्रतिशत 0.3% है।

विद्यार्थियों में आज नैतिकता, सामाजिकता, साहचर्य, परोपकार, समायोजन, पोषण, अच्छी आदतें, रहन-सहन, नित्यकर्म, योग और उत्तम परिवेश व वातावरण आदि की जानकारी होना अत्यधिक आवश्यक हैं जो विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए अति आवश्यक हैं।

यह एक राष्ट्रीय चिन्ता का विषय है कि क्यों हमारे किशोर साथी खुदखुशी के रास्ते को अपना रहे हैं।

हमारी शिक्षा व्यवस्था ऐसी हो गयी है कि बिना कोचिंग के हमारे बच्चे बेहतर कर ही नहीं पायेंगे, एक तरह से यह भारतीय परिवारों की सोच भी बन गयी है, बच्चों को हर चीज के लिए आज कोचिंग करने की जरूरत पड़ रही है। बात सिर्फ सिविल सर्विस की तैयार करने या आइआइटी-आइआइएम जैसे संस्थाओं में दाखिला लेने की नहीं है बल्कि हर छोटी-बड़ी तैयारियों के लिए आज बच्चों को कोचिंग पर ही निर्भर रहना पड़ता है। कोचिंग कभी यह व्यवस्था उच्च स्तर की प्रतिस्पर्धा पैदा करती है, बढ़ती प्रतिस्पर्धा में पिछड़ना कभी-कभी बच्चों में जानलेवा साबित हो जाता है। मेडिकल और इंजीनियरिंग की कोचिंग के लिए विख्यात कोटा शहर में एक के बाद कोचिंग छात्रों की खुदखुशी की घटनाएँ चिन्ताजनक है। बच्चों पर पढ़ाई का दबाव व अभिभावकों की उम्मीदें इसके लिए ज्यादा जिम्मेदार हैं। सरकार भले ही इन घटनाओं को लेकर चिन्तित दिखती है लेकिन रोकथाम को लेकर ठोस व ईमानदार प्रयास नजर नहीं आते।

मेंटल हेल्थवीक (4 से 10 अक्टूबर, 2016) की रिपोर्ट के अनुसार इसी साल कोटा में मेडिकल की प्रवेश की तैयारी में लगी एक छात्रा ने आत्महत्या कर ली। 16 साल की यह लड़की बिहार से थी। पुलिस का कहना था कि स्नेहा नाम की इस लड़की पढ़ाई के अत्यधिक दबाव के कारण मानसिक तनाव से जुझ रही थी।

ऊपर की गई घटनाएँ समाज में लगातार बढ़ती एक समस्या की तरफ इशारा कर रही हैं वह है बढ़ते दबाव की वजह से पैदा होता तनाव।

यह तनाव इस कदर बढ़ रहा है कि किशोर विद्यार्थियों के लिए इसे बर्दाश्त करना मुश्किल होता जा रहा है। नतीजतन वे हमलावर हो जाते हैं। कभी खुद पर तो कभी किसी और पर।

घटता पारिवारिक सहयोग, अकेलापन, सर्वोत्तम बनने की चाह ने उनके सोचने-समझने और फैसला लेने की शक्ति को कुंद कर उनमें तनाव भर दिया है।

मनोवैज्ञानिकों की माने तो सोसायटी, सिनेमा, सोशल मीडिया जैसे कई फैक्टर हैं, जो इस तनाव को और बढ़ा रहे हैं।

किशोरावस्था माता-पिता तथा अध्यापक दोनों के लिए तथा साथ ही बालक के स्वयं के लिए समस्या-प्रधान होती है। यह वह समय होता है जब व्यक्ति सांसारिक जीवन के लिए तैयारी करता है। समस्या का मुख्य कारण यह है कि किशोरावस्था, बाल्यावस्था और प्रौढ़ावस्था के मध्य का काल है। इसका परिवर्तन का काल भी कहते हैं किन्तु इस तथ्य से अवगत व्यवहार करते हैं। उसको स्वतंत्र रूप से कार्य करने के अयोग्य समझते हैं और कभी-कभी उससे प्रौढ़ जैसा व्यवहार करने की अपेक्षा करते हैं।

किशोरावस्था को ठीक प्रकार से न समझने के कारण माता-पिता का किशोरो के प्रति व्यवहार किशोरों में अनेक समस्याओं को जन्म देने में सहायक होता है। किशोरावस्था में अस्थिरता के कारण किशोर को अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। उसमें मानसिक द्वन्द्व की स्थिति पैदा हो जाती है। सामान्यतया किशोर सामाजिक वातावरण के साथ समायोजन की समस्या अनुभव करता है। कभी वह स्वतंत्र रहना पसन्द करता है, किन्तु शीघ्र ही माता-पिता के संरक्षण की आवश्यकता अनुभव करता है।

इस प्रकार माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में बढ़ती आत्महत्या की प्रवृत्ति व मानसिक असन्तुलन से सम्बन्धित समस्याएँ को मध्य नजर रखते हुए शोधार्थी के मन में इन समस्याओं का अध्ययन करने का विचार आया जिसके कारण शोधार्थी द्वारा अपने शोध कार्य के लिए इस समस्या का चयन किया गया।

समस्या से उभरने वाले प्रश्न निम्नांकित है-

1. माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् किशारे विद्यार्थियों में अवसाद व असन्तोष क्यों बढ़ता जा रहा है?
2. माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् किशोर विद्यार्थियों को शैक्षिक पारिवारिक व मानसिक समस्याओं का सामना क्यों करना पड़ता है।

3. विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले विद्यार्थियों में आत्महत्या की प्रवृत्ति क्यों बढ़ती जा रही है?
4. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग संस्थाओं में अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों में मानसिक असंतुलन क्यों पाया जाता है?
उपर्युक्त समस्याओं को ध्यान में रखकर शोध की आवश्यकता समझी गई।
यह समस्या वर्तमान परिप्रेक्ष्य में एक महत्वपूर्ण समस्या है।

3 समस्या कथन—

“माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों में आत्महत्या की प्रवृत्ति व मानसिक असंतुलन का अध्ययन करना।”

4 अध्ययन के उद्देश्य

प्रस्तुत अध्याय में शोधकर्त्री द्वारा कुछ उद्देश्य निर्धारित किये गये हैं, जिससे शोध कार्य को दिशा मिल सके। ये शोध उद्देश्य निम्नलिखित हैं—

1. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में बढ़ती आत्महत्या प्रवृत्ति के कारणों का अध्ययन करना
2. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मानसिक असंतुलन को प्रभावित करने वाले तत्वों का अध्ययन करना।
3. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के पारिवारिक वातावरण का अध्ययन करना।
4. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के शैक्षिक वातावरण का अध्ययन करना।
5. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के सम्पूर्ण समायोजन का अध्ययन करना।

5 परिकल्पनाएँ

1. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में बढ़ती आत्महत्या की प्रवृत्ति के मध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं हैं

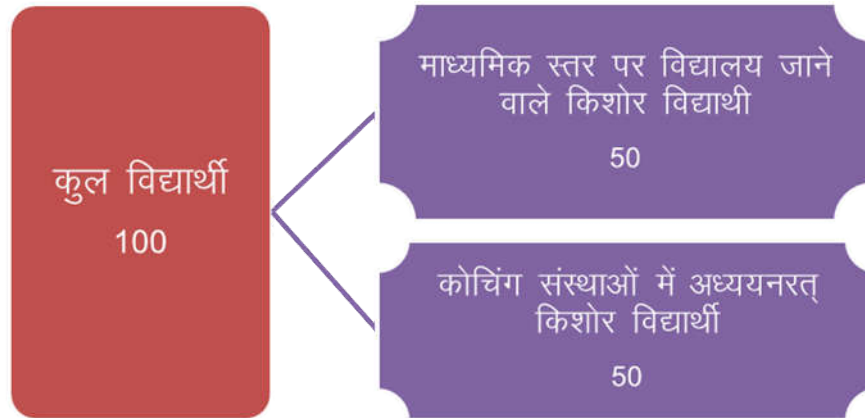
2. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मानसिक असंतुलन के माध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं हैं।
3. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के पारिवारिक वातावरण के माध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं हैं।
4. माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के शैक्षिक वातावरण के माध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं हैं।

6 शोध विधि

प्रस्तुत शोध में सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

7 न्यादर्श

प्रस्तुत शोध में जयपुर जिले के माध्यमिक स्तर के विद्यालय एवं शिक्षण संस्थाओं के 100 किशोर विद्यार्थियों का चयन किया गया।



8 उपकरण

प्रस्तुत शोध में स्वनिर्मित प्रश्नावली का प्रयोग किया गया है।

9 परिकल्पनाओं के आधार पर शोध निष्कर्ष :-

परिकल्पना-1 माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में बढ़ती आत्महत्या की प्रवृत्ति के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है

माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में बढ़ती आत्महत्या प्रवृत्ति के कारणों का अध्ययन किया गया है जिसमें विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मध्यमानों में सार्थक

अन्तर नहीं पाया गया। अर्थात् हो सकता है 13 से 19 वर्ष के माध्यमिक स्तर के विद्यालय जाने वाले विद्यार्थी तथा कोचिंग जाने वाले विद्यार्थी समान शैक्षिक, पारिवारिक व मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ रखते हैं। अतः इसका कारण यह हो सकता है कि किशोर विद्यार्थी मानसिक तनाव व अवसाद के शिकार हो या उनके परिवार की आर्थिक स्थिति नहीं हो या फिर वह सोशल मीडिया का अत्याधिक उपयोग करते हो।

परिकल्पना-2 माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मानसिक असंतुलन के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है।

माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मानसिक असंतुलन का अध्ययन किया गया है जिसमें विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मध्यमानों में सार्थक अन्तर पाया गया। अर्थात् विद्यालय जाने वाले किशोर विद्यार्थियों की अपेक्षा कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में मानसिक असंतुलन ज्यादा पाया गया है। अतः इसका कारण हो सकता है कि विद्यार्थियों के परिवार की आर्थिक दशा सही नहीं हो, पड़ोस का वातावरण अच्छा न हो या फिर उनका निवास स्थान ऐसी जगह पर हो जहाँ ध्वनि प्रदुषण ज्यादा हो जिससे विद्यार्थी पढ़ाई पर ध्यान केन्द्रित न कर पाते हो।

परिकल्पना-3 माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के पारिवारिक वातावरण के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है

माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के पारिवारिक वातावरण का अध्ययन किया गया है जिसमें विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। अतः हो सकता है विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में पारिवारिक वातावरण से संबंधित समस्याएँ जैसे:- परिवार की आर्थिक स्थिति, माता-पिता का व्यवहार, परिवार के अन्य सदस्यों के साथ व्यवहार तथा समायोजन से संबंधित समस्याएँ दोनों चरों में समान रूप से पायी जाती हैं।

परिकल्पना-4 माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के शैक्षिक वातावरण के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है

माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के शैक्षिक वातावरण का अध्ययन किया गया है जिसमें विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों के मध्यमानों में सार्थक अन्तर पाया गया। विद्यार्थियों में मानसिक असंतुलन का कारण हो सकता है कि कोचिंग जाने वाले विद्यार्थियों में पढ़ाई का दबाव ज्यादा हो या अच्छे नम्बर न आने के कारण उनमें मानसिक तनाव की स्थिति उत्पन्न हो जाती है।

10 आगामी शोध हेतु सुझाव—

कोई भी शोध कार्य अपने आप में सम्पूर्णता लिये हुए नहीं हो सकता है। प्रस्तुत शोध अध्ययन में शोधकर्त्री ने माध्यमिक स्तर पर विद्यालय जाने वाले व कोचिंग जाने वाले किशोर विद्यार्थियों में बढ़ती आत्महत्या की प्रवृत्ति व मानसिक असंतुलन पर लघु प्रयास किया है। भावी शोधकर्ता इस संबंध में अध्ययन के लिए निम्नलिखित तथ्यों पर गौर कर सकते हैं—

1. भावी शोध कार्य महाविद्यालय स्तर पर भी किया जा सकता है।
2. भविष्य में इसे व्यापक करते हुए बड़े न्यादर्श का चयन कर इसका विस्तृत अध्ययन किया जा सकता है।
3. भावी अनुसंधान में ग्रेडिंग पद्धति का विद्यार्थियों के व्यक्तित्व के विकास पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन किया जा सकता है।
4. सरकारी व निजी विद्यालयों में बढ़ती आत्महत्या प्रवृत्ति का तुलनात्मक अध्ययन भी किया जा सकता है।
5. भावी शोध कार्य शिक्षकों पर भी किया जा सकता है।
6. भावी शोध में किशोर विद्यार्थियों के पारिवारिक, शैक्षिक व मानसिक समस्याओं के अलावा उनके सामाजिक समस्याओं का अध्ययन भी किया जा सकता है।
7. भावी शोध में ग्रामीण व शहरी किशोर विद्यार्थियों में बढ़ती आत्महत्या प्रवृत्ति व उनके मानसिक असन्तुलन का तुलनात्मक अध्ययन किया जा सकता है।
8. विद्यार्थियों की आयु, बुद्धि और निष्पत्ति पर उनके मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन किया जा सकता है।
9. इस अध्ययन को अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं पिछड़े वर्ग के लिए किशोर विद्यार्थियों के लिए भी अपनाया जा सकता है।

10. भावी अनुसंधान किशोर विद्यार्थियों के समायोजन में आने वाली बाधाओं का अध्ययन किया जा सकता है।
11. भावी अनुसंधान में सामाजिक-आर्थिक स्तर के आधार पर किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर समायोजन का अध्ययन किया जा सकता है।

विद्यार्थियों के लिए सुझाव—

1. विद्यार्थियों को अपना आत्मबल नहीं खोना चाहिए, उन्हें कल्पना जगत को छोड़कर वास्तविकता की दुनिया में उतरकर चिंता के कारणों पर शांति से विचार करना चाहिए।
2. विद्यार्थी लक्ष्य निर्धारण के पूर्व मनोवैज्ञानिक परीक्षणों से अपनी क्षमता का सही मूल्यांकन करें तो वे भविष्य में आने वाली समस्याओं से बच सकते हैं।
3. विद्यार्थियों को अध्ययन करते समय मन की एकाग्रता पर विशेष ध्यान देना चाहिए तथा मानसिक तनाव से अपने आप को मुक्त रखकर आत्म विश्वास के साथ कार्य करना चाहिए।
4. विद्यार्थियों को गृह कार्य को बोझ नहीं समझकर, बल्कि उपयोगी मानकर परीक्षा की दृष्टि से ही कार्य करने का भाव विकसित करना चाहिए।
5. किशोर विद्यार्थियों की सोच की दिशा यह होनी चाहिए कि मेहनत व लगन से सब कुछ हासिल करना संभव है, बशर्ते धैर्य बना रहे।
6. आत्महत्या करने वाले किशोर विद्यार्थी को सिर्फ एक बार यह सोचना चाहिए कि क्या जिंदगी सिर्फ उसकी है। इस जिंदगी पर कितने लोगों का हक है। जिंदगी परीक्षा लेती है तो उसे लेने दीजिए, हौसलों से आप हर बाजी जीतने का दम रखते हैं। यह विश्वास हर मन में होना चाहिए।
7. किशोर विद्यार्थियों को समझना चाहिए कि मानव इतना सामर्थ्यवान है कि मैली हो चुकी पृथ्वी का विकल्प ढुँढ़ने निकल पड़ा है, तो क्या वह अपनी छोटी सी व्यक्तिगत समस्या का हल नहीं निकाल सकता। आत्महत्या किसी भी समस्या का हल नहीं है। यह एक नैतिक अपराध है यह व्यक्ति की मुखरता और कायरता का परिचायक है। समस्याएं हैं तो उसका समधान भी है।
8. किशोर विद्यार्थियों को अपने माता-पिता, दोस्तों व परिवार के अन्य सदस्यों के साथ मैत्रीपूर्ण भावनात्मक संबंध रखना चाहिए।

9. किशोर विद्यार्थियों को जितनी जल्दी हो, खुद को पहचाने और उसके अनुसार ही पढ़ाई करें और रोजगार की तलाश करें, आपकी रुचि जिस क्षेत्र में होगी, उसी में सफलता मिलती है, यह बात जरूर है कि सफलता एक झटके में नहीं मिलती है, इसके लिए कड़ी मेहनत करनी पड़ती है। सफलता में देरी व कड़ी मेहनत से घबराने की आवश्यकता नहीं है, ऐसे में समय-समय पर अपनी क्षमता व कार्यक का आंकलन भी करते रहना बहुत जरूरी है।
10. किशोर विद्यार्थियों को जितना हो सकें, सोशल मीडिया से दूरी बनाये रखना चाहिए, क्योंकि इससे भावनात्मक संबंध खत्म होते जा रहे हैं।

अभिभावकों के लिए सुझाव—

1. माता-पिता को समय के साथ बदलना चाहिए। उन्हें अपने बच्चों के साथ दोस्तों की तरह व्यवहार करना चाहिए।
2. अभिभावकों को अपनी उम्मीदें, इच्छाएं व पढ़ाई का दबाव बच्चों पर नहीं डालना चाहिए, क्योंकि पढ़ाई के दबाव से उनका मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित होता है।
3. बच्चों के शैक्षिक उन्नयन का दायित्व केवल विद्यालय शिक्षकों आदि पर ही नहीं अपितु अभिभावक भी इस जिम्मेदारी के प्रमुख अंग होते हैं। अतः अभिभावकों का यह दायित्व है कि वे अपने बच्चों पर अपेक्षाओं का बोझ न ला दें।
4. अभिभावकों को अपने बच्चों पर सुक्ष्म दृष्टि रखनी चाहिए तथा उनके मानसिक तनाव एवं समस्याओं का ध्यान रखते हुए उन्हें मार्गदर्शन देते रहना चाहिए।
5. अभिभावकों का प्रेम एवं सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार, बच्चों के लिए प्रेरणास्पद होने के साथ-साथ तनाव कम करने में भी सहायक होता है।
6. अभिभावकों को किशोर विद्यार्थियों को घर में शांत वातावरण प्रदान करना चाहिए ताकि उनका मानसिक तनाव न बढ़े।
7. अभिभावकों को चाहिए कि वे बच्चों को घर के कार्यों में अत्यधिक व्यस्त न करें तथा उनके अध्ययन के लिए सुनिश्चित समय का निर्धारण करें।

8. अत्यधिक कठोर अनुशासन, संरक्षण अस्वीकृति तथा उपेक्षा, इन प्रमुख दशाओं से बचकर अभिभावकों को अपने बच्चों के प्रति उचित संरक्षण देना चाहिए।
9. किशोर विद्यार्थियों में आत्मविश्वास उत्पन्न करने के लिए माता-पिता को चाहिए कि वे ऐसा कार्य सौंपें, जिसे करके बालक आत्मसंतोष का अनुभव कर सकें, उसकी असफलता पर उसे दोषी ठहरना, हँसी उड़ाना और भला बुरा कहना ठीक नहीं है।
10. माता-पिता और परिवार के अन्य सदस्यों को चाहिए कि बालकों की कार्य करने की स्वतंत्रता में बिल्कुल बाधक न बनें, क्योंकि बालकों में आत्महत्या की प्रवृत्ति व मानसिक असंतुलन इसी दोष के कारण उत्पन्न हो सकती है।

शिक्षकों/अध्यापकों के लिए सुझाव-

1. शिक्षकों का सहानुभूतिपूर्वक व्यवहार विद्यार्थियों का शैक्षिक तथा मानसिक तनाव कम करने में सहायक होता है।
2. शिक्षकों को अपने शिक्षण कार्य को रोचक बनाना चाहिए।
3. शिक्षकों को समय-समय पर बालक के आत्म विश्वास को बढ़ाने के लिए प्रोत्साहन देना चाहिए।
4. पक्षपात स्वार्थपरता और क्रोधपूर्ण व्यवहार विद्यार्थियों को दुश्चिंताग्रस्त बना देता है। अतः शिक्षक सभी विद्यार्थियों को समान समझकर उनके साथ सहिष्णुतापूर्ण व्यवहार करें ताकि विद्यार्थी का मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित न हों।
5. शिक्षकों को कमजोर विद्यार्थियों हेतु विशेष कक्षाओं की व्यवस्था करनी चाहिए।

11 शैक्षिक निहितार्थ :-

प्रस्तुत शोध अध्ययन के निष्कर्षों के आधार पर हम कह सकते हैं कि माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् सभी बालक किशोरावस्था में होते हैं तथा ये अवस्था बच्चों के बनने तथा बिगड़ने की अवस्था कही जाती है, जिसमें वे भौतिक सुविधाओं की ओर ज्यादा आकर्षित होने लगते हैं, जो विद्यार्थियों में दुःख या कुण्ठा का कारण बनती है। इसीलिए किशोर मनोविज्ञान के अन्तर्गत शिक्षक तथा अभिभावक, किशोरों

की स्थिति को समझने तथा उनको वांछित दिशा प्रदान करने में विशेष सहयोग दे सकते हैं। यह सहयोग इस प्रकार दिया जा सकता है—

1. किशोरों में शारीरिक परिवर्तन के समय जो बाधाएँ उत्पन्न होती हैं, उनको खेलकूद, व्यायाम, शारीरिक शिक्षा के माध्यम से दूर किया जा सकता है।
2. किशोरों की शिक्षा में कला, विज्ञान, भूगोल, इतिहास आदि विषयों का समावेश किया जाना चाहिए।
3. पाठ्य सहगामी क्रियाओं के द्वारा किशोरों के संवेगों को प्रशिक्षण दिया जा सकता है।
4. सामूहिक योजना विधि द्वारा शिक्षण, सामूहिक कार्य स्काउटिंग— गाइडिंग आदि के द्वारा किशोरों में स्वस्थ सामाजिक सम्बंध विकसित किये जा सकते हैं।
5. मार्गदर्शन कार्यक्रम के द्वारा, वैयक्तिक भिन्नता के आधार पर उन्हें व्यवसाय चयन में सहायता दी जा सकती है।
6. जीवन दर्शन का महत्व बताते हुए किशोरों की यौन भावना का मार्गन्तीकरण किया जा सकता है। उनमें नैतिकता का विकास होता है और वे आत्महत्या व मानसिक असन्तुलन की प्रवृत्ति से बच जाते हैं।

किशोर, राष्ट्र को उत्तम नेतृत्व प्रदान करने वाला होता है। अतः किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य पर अन्यथा दबाव न डालने की कोशिश माता-पिता तथा शिक्षकों को करनी चाहिए। क्योंकि मानव जीवन में सफलता प्राप्ति हेतु जितना महत्व शारीरिक स्वास्थ्य का होता है, उतना ही महत्व मानसिक स्वास्थ्य का भी होता है। तथा मानव या व्यक्ति का मानसिक स्वास्थ्य उसके समायोजन पर निर्भर करता है।

शिक्षा का एक प्रमुख कर्तव्य व्यक्ति को परिवर्तित वातावरण के अनुसार स्वयं को ढालने में सहायता करना होता है। इस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए आवश्यक है कि किशोर समायोजित हो।

मानसिक रूप से स्वस्थ या सुसमायोजित व्यक्ति अपने व्यवहार में संवेगात्मक परिपक्वता का प्रमाण देता है। इसका अभिप्राय यह है कि उसमें भय, क्रोध,

परिपक्वता, ईर्ष्या जैसे संवेगों को नियंत्रण में रखने और इनको वांछनीय ढंग से व्यक्त करने की क्षमता होती है।

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति का एक निश्चित जीवन दर्शन होता है। किशोर बालक भविष्य की नींव है, अतः वह सुसमायोजित व मानसिक रूप से स्वस्थ रहकर ही देश का, भावी समाज का निर्माता बनता है।

अतः शिक्षक को चाहिए कि विद्यार्थियों के सामने केवल महँगी उच्च शिक्षा या व्यावसायिक शिक्षा से संबंधित जानकारी न दें, अपितु सरल, सुलभ तथा व्यवसाय के बारे में जानकारी दें, ताकि विद्यार्थी अपनी आकांक्षाओं का विकास उचित दिशा में करें। विद्यार्थियों में व्याप्त शिक्षा के प्रति अनावश्यक दबाव, तनाव एवं कुण्ठा को शिक्षक एवं अभिभावक उचित मार्गदर्शन देकर कम कर सकते हैं, क्योंकि दबाव, तनाव एवं कुण्ठा विद्यार्थी के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है, जिससे विद्यार्थी अपेक्षा के अनुसार परीणाम नहीं दे पाते एवं अनुचित कदम उठाते हैं।

अतः शिक्षकों एवं अभिभावकों को विद्यार्थियों में आत्मविश्वास जगाना चाहिए, उचित मार्गदर्शन देना चाहिए, ताकि माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् किशोर विद्यार्थी जीवन से संबंधित दृष्टिकोण के प्रति सकारात्मक सोच का विकास कर सकें।