शोध प्रतिवेदन

जयपुर के निजी व सरकारी विद्यालयों के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का विश्लेषणात्मक अध्ययन

निर्देशक
श्री मनीष सैनी
(व्याख्याता)

प्रस्तुतकर्त्री
सरिता शर्मा
(एम.एड. छात्रा)

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

1 प्रस्तावना

सामाजिक स्थिति के विवचन से यह स्पष्ट है कि आधुनिक शिक्षा पद्धति में वह शक्ति व उद्देश्यों की पूर्ति की योग्यता प्रतीत नहीं होती जिससे मानव में मनुष्यता के बीज अर्थात् श्रेष्ठता के विचार आरोपित किये जा सकें। साथ ही शारीरिक, मानसिक ओर आत्मिक बल भी बढ़ाया जा सकें। वर्तमानयुगीन शिक्षा के उद्देश्य तो केवल ऐसी शिक्षा को देना है, जिससे अधिक से अधिक अर्थ का आगम हो और उसकी के लिए बौद्धिक विकास की परिकल्पना है। उस विकास के साधन उचित है अथवा अनुचित? यह सोचना आज की शिक्षा पद्धति के एजेण्डे में नहीं है। एक छात्र प्रशासक, डॉक्टर या इंजीनियर आदि कुछ भी किन्हीं भी तरीकों से बने, परन्तु बने अवश्यक, यह आज के शिक्षाविद् और राजनेता चाहते है। उसमें नैतिकता प्रभूति श्रेष्ठ मानवोचित गुणों का समावेश हुआ या नहीं? यह उनकी परिकल्पना से दूर है। वह आचरणहीन, स्वार्थ की पराकाष्ठा के मूर्त रूपधारी, पैसा कमाने की मशीन बने, उसके व्यवसाय से व्यक्तिगत, पारीवारिक, सामाजिक, भौतिक पर्यावरण दूषित हो, इसकी चिन्ता उन्हें नहीं। इसी प्रकार के अन्य उद्देश्यों में मल्टीनेशनल

कम्पनियों में नौकरी और तद्वारा आजीविका को प्राप्त करना या कहिए भौतिक संसाधनों को जुटाना मुख्य है और उसी से समस्त लोगों को सुख शान्ति प्राप्त करवाने के उपाय किये जाते है। भौतिक संसाधनों को जुटाने के लिए नित नये कारखाने खोले जा रहे है, नई–नई तकनीकों को खोजा जा रहा है। अर्थ का अधिक से अधिक आगम कैसे हो उसी की चिन्तनायें देश और विश्वस्तर पर की जा रही है। आज शिक्षा का उद्देश्य केवल मानव को साक्षर करना और तद्वारा भोजन, वस्त्र तथा मकान किंचित् सुविधा से प्राप्त हो जायें। यह चिन्तन हर आधुनिक शिक्षाशास्त्री को उद्वेलित करता है। वह उसी चिन्तनधारा पर कार्य करता हुआ उसे और अधिक श्रेष्ठ ओर रूचिकर बनाने के उपायों पर मनःस्थिति को केन्द्रित किये है और सुधार के उपाय सुझाता है। इसी मानसिकता के अनुरूप प्रत्येक गाँव तक में विद्यालय की सुविधा सरकारी व निजी स्तर पर है अथवा की जा रही है। निजी विद्यालयों, महाविद्यालयों और बहुत से विश्वविद्यालयों ने इसे एक व्यवसाय के रूप में स्वीकार किया है और भारी भरकम शुल्क के द्वारा उससे खूब कमाई भी कर रहे है। किसी समय में महात्मा मंशीराम (स्वामी श्रद्धानन्द), महानमा मदनमोहन मालवीय, सर सैयद अहमद खाँ जैसे शिक्षाविदों ने शिक्षण संस्थानों को विशेष उद्देश्यों से खोला था। आज शिक्षण संस्थान कुकुरमुत्तों की तरह हर स्थान पर उग आयें है, जिनके कर्ताधर्ता ईंटभट्टे के व्यापारी या व्यवसायी है। उनके उद्देश्य मोटी फीस से धन कमाना है। समाज का भला करने के ऊँचे लक्ष्य नहीं, उन्हें शिक्षा से लेना देना भी क्या है, अपना व्यवसाय करना है, जिसमें वे कुशल है। इस शिक्षा व्यवस्था में विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं पर ध्यान नहीं दिया जाता है। अब सर्वशिक्षा अभियान के रूप में हमारी सरकार ने ही स्वयं शिक्षा क्षेत्र को एक व्यापारिक क्षेत्र के रूप में घोषित कर वैदेशिकों के लिए भी दरवाजें खोल दिये है। अतः शिक्षा के उद्देश्य अर्थ प्राप्ति के अतिरिक्त कुछ नहीं, यही बतलाने की कोशिश परोक्ष और साक्षात् रूप में देखी जा सकती है।

2 अध्ययन का औचित्य

सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों के लिये सर्वशिक्षा अभियान निःशुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा, मिड–डे–मिल आदि योजनाओं द्वारा सभी को शिक्षित करने की दिशा में सरकार का एक सकारात्मक एवं सराहनीय प्रयास है। इन पर निरन्तर भारी धन

राशि व्यय की जा रही है। निःसंदेह इससे स्कूलों में नामांकन बढ़ा है। विशेषकर लड़कियों के ड्रॉप आउट रेट में गिरावट आई है। स्कूलों में भौतिक सुविधाए बढ़ी है। परन्तु जहाँ तक शिक्षा की गुणवत्ता का प्रश्न है निश्चित रूप से संकेत संतोषजनक नहीं है। साथ ही गैर सरकारी विद्यालयों में भी विद्यार्थियों और उनके अभिभावकों को उनके बच्चों को विद्यालय में प्रवेश लेने हेतु लुभाने के लिए विभिन्न प्रकार की सुख–सुविधाओं तथा लुभावने प्रलोभन दिये जाने के वादे किये जाते है तथा प्रवेश के उपरांत उन सब देय सुविधाओं को गौण कर दिया जाता है और विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक समस्याओं की तरफ कोई ध्यान नहीं दिया जाता है। निजी व सरकारी विद्यालयों की शिक्षण व्यवस्था तथा विद्यार्थियों के लिए भौतिक सुविधाओं की शोधार्थी द्वारा सर्वेक्षण तथा वार्तालाप के द्वारा जानकारी प्राप्त की गयी। जिसमें शोधार्थी ने विद्यार्थियों को विभिन्न प्रकार की विद्यालयी शैक्षिक तथा मानसिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित समस्याओं से ग्रस्त पाया है। जिनका वर्णन शोध प्रारूप की प्रस्तावना में शोधार्थी द्वारा किया गया है। जिनके कारण विद्यार्थियों का सर्वांगीण विकास नहीं हो पा रहा है। विद्यार्थियों में आज नैतिकता, सामाजिकता, साहचर्य, परोपकार, समायोजन, पोषण, अच्छी आदते, रहन–सहन, नित्यकर्म, योग और उत्तम परिवेश व वातावरण आदि की जानकारी होना अत्याधिक महत्वपूर्ण है जो उनके सर्वांगीण विकास के लिए अति आवश्यक है। इस प्रकार निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक तथा मानसिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित समस्याओं को मध्य नजर रखते हुए शोधार्थी के मन मे इन समस्याओं का अध्ययन करने का विचार आया। जिसके कारण शोधार्थी द्वारा अपने शोध कार्य हेतु इस समस्या कथन का चयन किया गया।

3 समस्या कथन

जयपुर के निजी व सरकारी विद्यालयों के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का विश्लेषणात्मक अध्ययन

4 अध्ययन के उद्देश्य

1. निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्याओं के कारकों का विश्लेषणात्मक अध्ययन करना।

2. निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के कारकों का विश्लेषणात्मक अध्ययन।
3. सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्याओं के कारकों का विश्लेषणात्मक अध्ययन करना।
4. सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के कारकों का विलेषणात्मक अध्ययन करना।

5 प्रस्तुत शोध अध्ययन में परिकल्पना :–

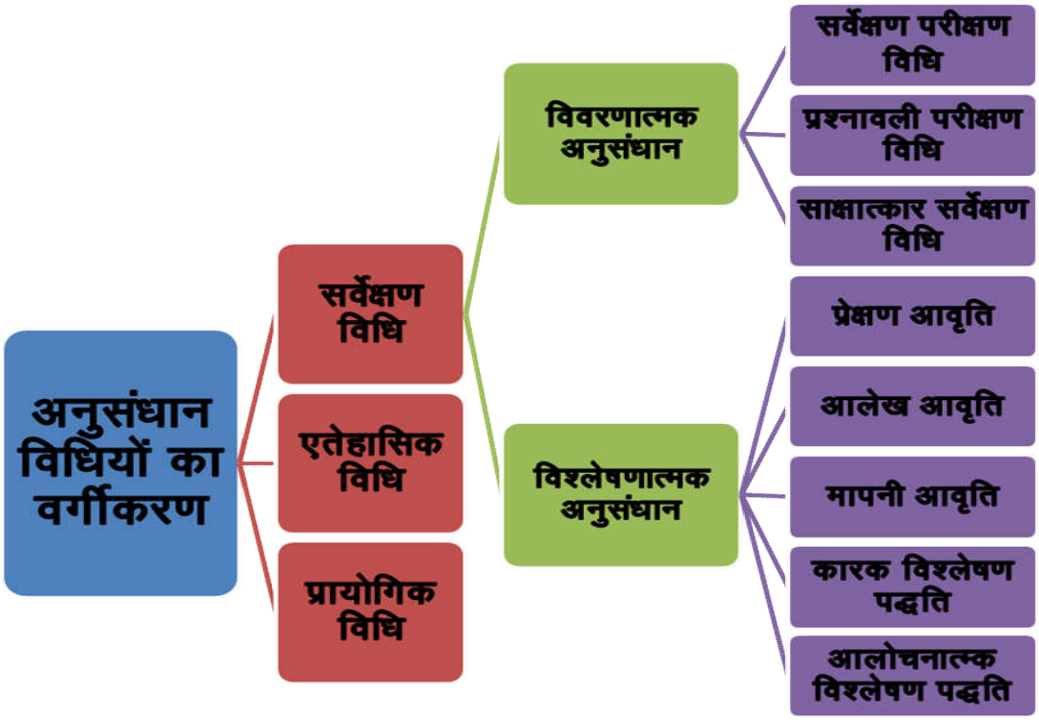
1. निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं है।
2. निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं है।
3. निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं है।
4. सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अंतर नहीं है।

6 अनुसंधान की विधि :–

अनुसंधान का अर्थ :– मूलतः अनुसंधान शब्द को अग्रेंजी भाषा में रिसर्च कहा जाता है। Research शब्द से का हिन्दी अर्थ बार – बार होता है तथा सर्च का अर्थ खोज करना अथवा खोजना होता है।

अनुसंधान की परिभाषाएँ :–

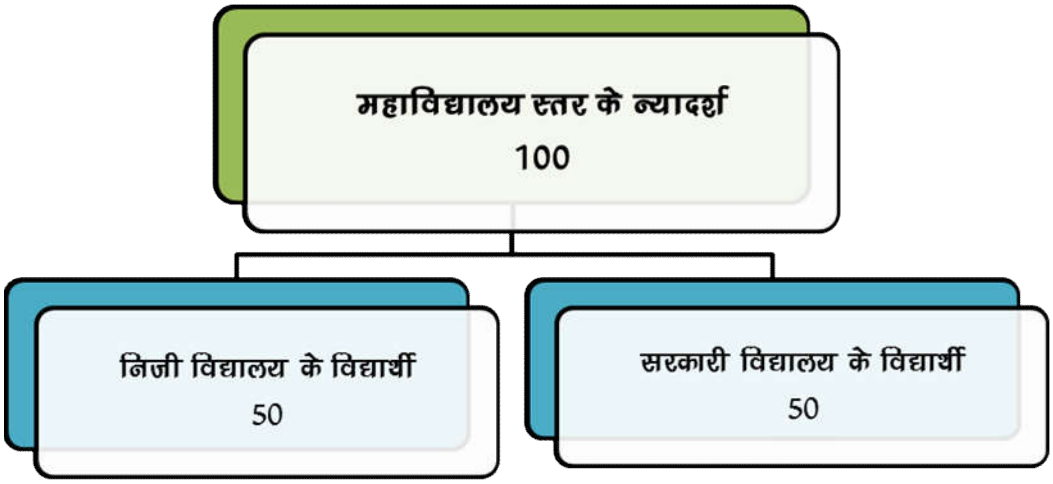
- **जॉन वेस्ट के अनुसार :–** "अनुसंधान ऐसी व्यवस्थित प्रक्रिया है जो नई खोज करती है तथा संकलित एवं सुसंगठित ज्ञान का विकास करती है।"
- **डब्ल्यू. एस. मुनरो के अनुसार :–** "अनुसंधान उन समस्याओं के अध्ययन की एक विधि है जिन्हे अपूर्ण तथा पूर्ण समाधान तथ्यों के आधार पर खोजना है।"



अतः प्रस्तुत शोध कार्य की समस्या की भंलीभांती समझकर अध्ययन से सम्बन्धित साहित्य का अवलोकन व अनुसंधान हेतु सर्वेक्षण विधि का चयन किया गया है।

7 न्यादर्श

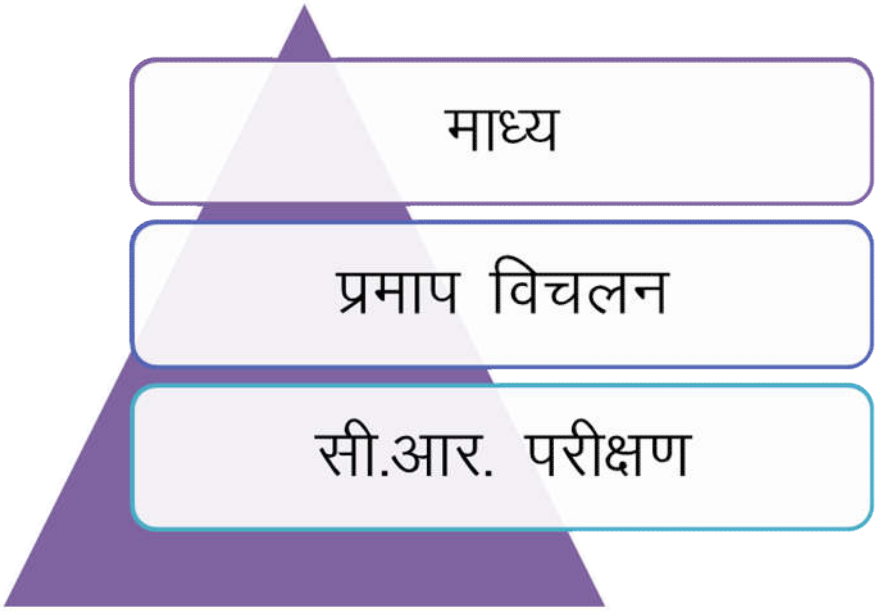
प्रस्तुत शोध में न्यादर्श हेतु जयपुर जिले के महाविद्यालय के स्तर के 100 विद्यार्थियों का चयन किया गया है।



8 प्रस्तुत शोध में प्रयुक्त उपकरण

प्रस्तुत शोध में शोधकर्त्री ने अपने शोध कार्य से सम्बन्धित विस्तृत एवं उपयुक्त जानकारी प्राप्त करने हेतु स्वनिर्मित प्रश्नावली को उपकरण के रूप में चयन किया गया है क्योंकि सही एवं विस्तृत जानकारी प्राप्त करने हेतु प्रश्नावली एक उपयुक्त उपकरण है। प्रश्नावली द्वारा वर्तमान आंकड़ों, सूचनाओं आदि को भली–भांति एकत्रित किया जा सकता है। प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य **''जयपुर के निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का विश्लेषणात्मक अध्ययन**'' है। उपकरणों की विश्वसनीयता एवं वैधता, परिस्थितियों के साथ अनुकूलतम उपकरणों की उपलब्धता इत्यादि आधारों को ध्यान में रखते हुए शोधकर्त्री ने प्रस्तुत शोध में विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं व उसके प्रति दृष्टि भाव रखने वाले विद्यार्थियों के अध्ययन हेतु स्वनिर्मित प्रश्नावली का प्रयोग किया है।

9 अध्ययन में प्रयुक्त सांख्यिकी :–



10 शोध परिणाम व व्याख्या

परिकल्पना – 1

निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है।

उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्याओं का अध्ययन किया गया जिसमें निजी विद्यालय के विद्यार्थियों एवं सरकारी विद्यालय के विद्यार्थियों के मध्यमानों में सार्थक अन्तर पाया गया। अर्थात् सरकारी विद्यालयों की अपेक्षा निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्यायें ज्यादा है। अतः इसका कारण यह हो सकता है कि अध्यापकों की विद्यार्थियों के प्रति अभिवृत्ति सही नहीं हो तथा विद्यार्थियों को विषय–वस्तु समझ में ना आयी हो।

परिकल्पना – 2

निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है।

उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का अध्ययन किया गया जिसमें निजी व सरकारी विद्यालयों विद्यार्थियों के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। अर्थात् निजी व सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक समस्यायें एक समान है। अतः इसका कारण यह हो सकता है कि विद्यार्थी तनाव एवं अवसाद के शिकार हो या उनके परिवार की आर्थिक स्थिति सही नहीं हो या फिर वह इंटरनेट का अत्यधिक उपयोग करते हो।

परिकल्पना – 3

निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों के शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है।

उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत निजी विद्यालय के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का अध्ययन किया गया जिसमें निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के मध्यमानों में सार्थक अन्तर पाया गया। अर्थात् निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं से ज्यादा शैक्षिक समस्यायें हैं। अतः इसका कारण यह हो सकता है कि विद्यालय में विषय अध्यापकों का अभाव हो या शिक्षण–विधियों का सही ढंग से उपयोग न हो रहा हो।

परिकल्पना – 4

सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के कारक विश्लेषण के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं है।

उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत सरकारी विद्यालय के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का अध्ययन किया गया जिसमें सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के मध्यमानों में सार्थक अन्तर पाया गया। अर्थात् सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्याओं से ज्यादा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्यायें हैं। अतः इसका कारण यह हो सकता है कि विद्यार्थियों के परिवार की आर्थिक दशा सही नहीं हो, पड़ौस का वातावरण अच्छा न हो या फिर इनका निवास स्थान अपराधी क्षेत्र में स्थित हो जिससे वह पढ़ाई पर ध्यान केन्द्रित न कर पाते हो।

11 भावी शोध हेतु सुझाव –

कोई भी शोध कार्य अपने आप में सम्पूर्णता लिए हुए नहीं हो सकता। प्रस्तुत शोध अध्ययन में शोधकर्त्री ने उच्च माध्यमिक स्तर पर निजी व सरकारी विद्यालय के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं के अध्ययन का लघु प्रयास किया है। भावी शोधकर्त्ता इस सम्बन्ध में अध्ययन के लिए निम्नलिखित तथ्यों पर गौर कर सकते हैं –

(i) भावी शोध कार्य महाविद्यालय स्तर पर भी किया जा सकता है।

(ii) भावी शोध विभिन्न सामाजिक–आर्थिक स्तर के विद्यार्थियों पर भी किया जा सकता है।

(iii) भावी शोध हेतु न्यादर्श के रूप में बड़ी संख्या में विभिन्न क्षेत्रों के विद्यार्थियों का समावेश किया जा सकता है।

(iv) सरकारी एवं निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों का तुलनात्मक अध्ययन भी प्रस्तुत किया जा सकता है।

(v) भावी शोध में शैक्षिक एवं मानसिक समस्याओं के अलावा अन्य भावात्मक समस्याओं को भी स्थान दिया जा सकता है।

(vi) भावी शोध कार्य शिक्षकों पर भी किया जा सकता है।

(vii) भावी शोध कार्य में विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य पर पारिवारिक वातावरण एवं विद्यालय वातावरण के प्रभाव का भी अध्ययन किया जा सकता है।

(viii) भावी शोध कार्य में विद्यार्थियों की शैक्षिक समस्याओं के समाधान पर भी अध्ययन किया जा सकता है।

(ix) भावी शोध कार्य में ग्रामीण क्षेत्र के विद्यार्थियों की शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का भी अध्ययन किया जा सकता है।

(x) निजी, सरकारी, गैर–सरकारी, अनुदानित, गैर–अनुदानित विद्यालयों के विद्यार्थियों पर भी अध्ययन किया जा सकता है।

(xi) विद्यार्थियों की आयु, बुद्धि और निष्पत्ति पर उनके मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन किया जा सकता है।

(xii) सामान्य वर्ग एवं अनुसूचित जाति वर्ग के विद्यार्थियों के साथ–साथ अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का भी अध्ययन किया जा सकता है।

(xiii) इस अध्ययन को अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं पिछड़े वर्ग के शिक्षकों के लिए भी अपनाया जा सकता है।

(xiv) विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले अन्य कारकों का भी अध्ययन हो सकता है।

(xv) विकलांग किशोरों एवं सामान्य किशोरों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन किया जा सकता है।

(xvi) शैक्षिक समस्याओं का मानसिक स्वास्थ्य से सम्बन्ध का भी अध्ययन किया जा सकता है।

(xvii) नवोदय विद्यालय एवं राजकीय विद्यालय के बालक एवं बालिकाओं की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का भी अध्ययन किया जा सकता है।

(xviii) नवोदय विद्यालय एवं केन्द्रीय विद्यालयों के बालक एवं बालिकाओं की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का भी अध्ययन किया जा सकता है।

विद्यार्थियों के लिए सुझाव –

1. विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य का उनकी शैक्षिक उपलब्धि पर प्रत्यक्ष–परोक्ष प्रभाव पड़ता है इसलिये उन्हें सकारात्मक सोच का विकास करना चाहिए।
2. विद्यार्थियों को गृहकार्य को बोझ नहीं समझकर बल्कि उपयोगी मानकर परीक्षा की दृष्टि से ही कार्य करने का भाव विकसित करना चाहिए।
3. विद्यार्थियों को अध्ययन करते समय मन की एकाग्रता पर विशेष ध्यान देना चाहिए तथा मानसिक तनाव से अपने आपको मुक्त रखकर आत्मविश्वास के साथ कार्य करना चाहिए।
4. विद्यार्थियों को अपना आत्म–बल नहीं खोना चाहिए, उन्हें कल्पना जगत को छोड़कर वास्तविकता की दुनिया में उतरकर चिन्ता के कारणों पर शान्ति से विचार करना चाहिए।

   विद्यार्थी लक्ष्य निर्धारण के पूर्व मनोवैज्ञानिक परीक्षणों से अपनी क्षमता का सही मूल्यांकन करें तो वे भविष्य में आने वाली दुश्चिन्ताओं से बच सकते हैं।

अध्यापकों के लिए सुझाव –

1. शैक्षिक उपलब्धि की वृद्धि में विद्यालय की आन्तरिक परीक्षाएँ महत्वपूर्ण योगदान दे सकती हैं तथा विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक समस्याओं को सुलझाने में शिक्षक सहयोग दे सकते हैं।
2. पाठ्य सहगामी क्रियाओं के माध्यम से शैक्षिक उपलब्धि व अच्छे मानसिक स्वास्थ्य के विकास के लिए तथा शैक्षिक दवाब कम करने हेतु कार्यक्रम एवं दिशा–निर्देश निश्चित किये जाने चाहिए।
3. शिक्षकों को कमजोर विद्यार्थियों हेतु विशेष कक्षाओं की व्यवस्था करनी चाहिए।
4. शिक्षकों का सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार विद्यार्थियों का शैक्षिक दबाव तथा मानसिक तनाव कम करने में सहायक होता है।

   शिक्षकों को विद्यार्थियों को नियमित क्रियात्मक गृहकार्य देना चाहिए।
6. शिक्षकों को अपने शिक्षण कार्य को रोचक बनाना चाहिए।

7. समय–समय पर बालक के आत्मविश्वास को बढ़ाने के लिए उन्हें प्रोत्साहन देना चाहिए।
8. पक्षपात, स्वार्थपरता और क्रोधपूर्ण व्यवहार विद्यार्थियों को दुश्चिन्ताग्रस्त बना देता है। अतः शिक्षक सभी विद्यार्थियों को समान समझकर उनके साथ सहिष्णुतापूर्ण व्यवहार करें ताकि विद्यार्थी का मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित न हो।
9. शिक्षक विद्यालयों में निर्देशन एवं परामर्श सेवा का प्रारम्भ करें।

अभिभावकों हेतु सुझाव –

1. 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 लादे।
2. अभिभावकों को अपने बच्चों पर सूक्ष्म दृष्टि रखनी चाहिए तथा उनके मानसिक तनाव एवं शैक्षिक उपलब्धि का ध्यान रखना चाहिए।
3. अभिभावकों को बच्चों के नियमित अध्ययन पर ध्यान देना चाहिए।
4. अभिभावकों को बच्चों को समय–सारणी बनाने में भी मदद करनी चाहिए। बच्चों को खेलकूद व मनोरंजन हेतु पर्याप्त समय दिया जाना चाहिए।
6. अभिभावकों का प्रेम एवं सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार, बच्चों के लिए प्रेरणास्पद होने के साथ–साथ तनाव कम करने में भी सहायक होता है।
7. अभिभावकों को बच्चों को घर शांत वातावरण प्रदान करना चाहिए ताकि उनका मानसिक तनाव न बढ़े।
8. 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।
9. अभिभावकों को अपने बच्चों से अधिक आकांक्षाएँ नहीं रखनी चाहिए।
10. अत्यधिक संरक्षण तथा अस्वीकृति एवं उपेक्षा, इन तीनों ही दशाओं से बचकर अभिभावकों को अपने बच्चों के प्रति उचित संरक्षण देना चाहिए।

12 शैक्षिक निहितार्थ –

निजी व सरकारी विद्यालय के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। अर्थात् 14 से 18 वर्ष के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थी लगभग समान शैक्षिक एवं मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्यायें रखते हैं।

चूँकि शिक्षक एवं अभिभावक अपने प्रभाव के द्वारा विद्यार्थियों की शैक्षिक एवं मानसिक समस्यायें विकसित करने में सहायक होते हैं। अतः शिक्षक व अभिभावक को चाहिए कि वे विद्यालयी या पारिवारिक वातावरण का अनुचित दबाव या प्रभाव विद्यार्थियों पर ना डालें, उनके साथ सामान्य व्यवहार करें।

प्रस्तुत शोध अध्ययन के निष्कर्ष के आधार पर हम कह सकते हैं कि उच्च माध्यमिक स्तर के सभी बच्चे किशोरावस्था में होते हैं तथा यह 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।

अतः शिक्षक को चाहिए कि विद्यार्थियों के सामने केवल मंहगी उच्च शिक्षा या व्यावसायिक शिक्षा से सम्बन्धित जानकारी न दें, अपितु सरल, सुलभ शिक्षा तथा व्यवसाय के बारे में जानकारी दें ताकि विद्यार्थी अपनी शैक्षिक समस्याओं का समाधान कर सकें।

विद्यार्थियों में व्याप्त शिक्षा के प्रति अनावश्यक दवाब, तनाव एवं कुण्ठा को शिक्षक एवं अभिभावक उचित मार्गदर्शन देकर कम कर सकते हैं, क्योंकि दवाब, तनाव एवं कुण्ठा विद्यार्थी की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करते हैं, जिससे विद्यार्थी अपेक्षा के अनुसार परिणाम नहीं दे पाते हैं एवं अनुचित कदम उठाते हैं।

अतः शिक्षकों एवं अभिभावकों को विद्यार्थियों में आत्म–विश्वास जगाना चाहिए। उचित मार्गदर्शन देना चाहिए ताकि उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थी अपनी शैक्षिक व मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का समाधान कर सकें।