Emerging Trends in Education [Vol. VIII - No. 2. Feb. 2018. pp 96- 100]

उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत विद्यार्थियों में तनाव का तुलनात्मक अध्ययन।

डॉ. अनुप्रिया शर्मा*

श्वेता दिवान**

प्रस्तावना

शिक्षा मानव मस्तिष्क का वह ज्योतिर्मय प्रकाशपुंज है जो मानव को सुसंस्कृत बनाकर उसका चतुर्मुखी विकास करती है तथा जो बालक की अंतनिर्हित शक्तियों को विकसित कर बौद्धिक नैतिक, आध्यात्मिक गुणों का विकास करती है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति (1968) में भी उल्लिखित है कि शिक्षा राष्ट्र के सामाजिक आर्थिक विकास में सहायक है। इस प्रकार शिक्षा मनुष्य के अंदर ऐसी समझ व सामर्थ्य उत्पन्न करती है जिससे वह अपनी क्षमता व योग्यता का सही उपयोग करना सीख सके। महात्मा गांधी के शब्दों में शिक्षा से अभिप्राय मनुष्य के शरीर मन और आत्मा के सर्वोष्कृट विकास से है।

आधुनिक समाज में शिक्षा के स्वरूप में नित नये ऐसे परिवर्तन किये जा रहे हैं जो विद्यार्थियों की कुशलता में वृद्धि ला सके। प्रत्येक विद्यार्थी अपने जीवन में कुछ अलग करने की चाहत रखता है तथा उसके लिए प्रयास भी करता है।

आज समय के सापेक्ष अपने को स्थापित करने हेतु विद्यार्थियों को कठोर परिश्रम की आवश्यकता पड़ती है परंतु मेहनत व श्रम करके भी उन्हें वह स्थान नहीं मिल पाता जिससे हताशा निराशा, कुण्ठा के भाव पनपने लगते हैं। फलस्वरूप विद्यार्थी तनावग्रस्त हो जाता है। लक्ष्य प्राप्ति न होने पर संघर्षात्मक परिस्थिति उत्पन्न कर लेता है और वह सामान्य घटना के प्रति भी आक्रोश, क्रोध के रूप में प्रदर्शित करता है जो उनके स्वास्थ्य हेतु हानिकारक होता है।

उद्देश्य

प्रस्तुत समस्या को देखते हुए अध्ययन हेतु निम्नांकित उद्देश्य निर्धारित किये गये :

1. शासकीय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत छात्रों में तनाव के स्तर की तुलना करना।
2. शासकीय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत छात्राओं में तनाव के स्तर की तुलना करना।

* सहायक प्राध्यापिका, प्रगति महाविद्यालय, रायपुर, छत्तीसगढ़।
** एम. एड. छात्रा, प्रगति महाविद्यालय, रायपुर, छत्तीसगढ़।

3. शासकीय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों में तनाव के स्तर की तुलना करना।

अध्ययन की परिकल्पनाएँ

प्रस्तुत शोध हेतु निम्नांकित परिकल्पनाएँ निर्धारित की गयीं।

1. शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् छात्रों के तनाव में कोई सार्थक अंतर नहीं है।
2. शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् छात्राओं के तनाव के स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं है।
3. शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के तनाव के स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

अध्ययन का क्षेत्र एवं परिसीमन

1. प्रस्तुत शोध अध्ययन के लिए रायपुर शहर के शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों और अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के कक्षा नवम के विद्यार्थियों को अध्ययन में सम्मिलित किया गया है।
2. प्रस्तुत अध्ययन हेतु इन शासकीय व अशासकीय तीन–तीन विद्यालयों के 10–10 छात्र/छात्राओं का चयन किया गया।

शोध विधि

प्रस्तुत शोध में सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

न्यादर्श

प्रस्तुत शोध हेतु रायपुर शहर के अंतर्गत आने वाले छत्तीसगढ़ माध्यमिक शिक्षा मंडल द्वारा संचालित शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय व अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के कक्षा नवम के 120 छात्र/छात्राओं का यादृच्छिक विधि से चयन किया गया।

उपकरण

प्रस्तुत शोध अध्ययन हेतु जाकिर अख्तर द्वारा निर्मित Student Stress Scale उपकरण का उपयोग किया गया।

सांख्यकीय विश्लेषण

परिकल्पना क्रमांक 01

शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् छात्रों के तनाव के स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

प्रस्तुत परिकल्पना की पुष्टि हेतु माध्य, प्रमाप विचलन और t का परीक्षण किया गया जिसका विवरण सारणी क्रमांक 1 में प्रस्तुत है–

सारणी क्रमांक 4.1

क्रं.	प्रदत्त	संख्या	माध्य	प्रमाप विचलन	t परीक्षण
1	शासकीय उ. मा. वि. छात्र	30	145.68	15.68	0.54
2	अशासकीय उ. मा. वि. छात्र	30	147.7	19.59	

उपर्युक्त सारणी के अनुसार शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय और अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के तनाव का माध्य 145.68 व 147.7 है और प्रमाप विचलन 15.68 व 19.59 है। इससे स्पष्ट है कि शासकीय छात्रों की अपेक्षा अशासकीय छात्रों का माध्य अधिक हे। माध्यों में अन्तर की सार्थकता ज्ञात करने के लिए **t** परीक्षण किया गया जिसका मूल्य 0.54 प्राप्त हुआ। **t** परीक्षण तालिका में 0.05 स्तर पर सार्थकता मूल्य 2.01 है जो सारणी मूल्य गणना के मूल्य से अधिक है। अतः स्पष्ट है शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय और अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के तनाव के स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है। अतः परिकल्पना 1 स्वीकृत हुई।

परिकल्पना क्रमांक 02

शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् छात्राओं के तनाव के स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

प्रस्तुत परिकल्पना की पुष्टि हेतु माध्य, प्रमाप विचलन और **t** का परीक्षण किया गया जिसका विवरण सारणी 2 में प्रस्तुत है–

सारणी क्रमांक 2

क्रं.	प्रदत्त	संख्या	माध्य	प्रमाप विचलन	t परीक्षण
1	शासकीय उ. मा. वि. छात्राएँ	30	147.98	19.10	0.81
2	अशासकीय उ. मा. वि. छात्राएँ	30	152.34	19.59	

उपर्युक्त सारणी के आधार पर शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय और अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् छात्राओं के तनाव के स्तर का माध्य क्रमशः 147.98 व 152.34 है और प्रमाप विचलन क्रमशः 19.10 एवं 19.59 है। इससे स्पष्ट है कि शासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत छात्राओं की अपेक्षा अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत छात्राओं का माध्य अधिक है। माध्यों में अन्तर की सार्थकता ज्ञात करने हेतु **t** परीक्षण किया गया जिसका मान 0.81 प्राप्त हुआ जो 0.05 स्तर के मान (2.01) से अधिक है। अतः शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय और अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् छात्राओं के तनाव के स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है, परिकल्पना 2 स्वीकृत हुई।

परिकल्पना 03

शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों एवं अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के तनाव ने स्वर में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

प्रस्तुत परिकल्पना की पुष्टि हेतु माध्य, प्रमाप विचलन और **t** का परीक्षण–

सारणी क्रमांक 3

क्रं.	प्रदत्त	संख्या	माध्य	प्रमाप विचलन	C.R. (कांतिक अनुपात)
1	शासकीय उ. मा. वि. विद्यार्थी	60	146.56	17.65	1.27
2	अशासकीय उ. मा. वि. विद्यार्थी	60	150.01	20.63	

उपर्युक्त सारणी के आधार पर शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय और अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के तनाव के स्तर का माध्य क्रमशः 146.56 व 150.01 और प्रमाप विचलन क्रमशः 17.65 व 20.65 है।

इससे स्पष्ट है कि शासकीय विद्यार्थियों की अपेक्षा अशासकीय विद्यार्थियों का माध्य अधिक है।

माध्यो में अन्तर की सार्थकता ज्ञात करने के लिए कांतिक अनुपात की गणना की गयी जिसका मूल्य 1.27 है जो .05 स्तर पर सारणी मूल्य 1.98 से कम है। अतः परिकल्पना 03 शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों और अशासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् विद्यार्थियों के तनाव के स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं है, स्वीकृत हुई।

व्याख्या

शोध समस्या के समस्त परिकल्पनाओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। इससे स्पष्ट है कि शासकीय व अशासकीय विद्यालय के छात्र/छात्राओं के तनाव का स्तर एक जैसा है क्योंकि इन दोनों विद्यालयों में शैक्षणिक वातावरण, पाठ्यक्रम, आर्थिक–सामाजिक स्थिति एक जैसी है। क्योंकि इन सभी विद्यार्थियों का अध्ययन एक ही प्रकार के वातावरण में हो रहा है। अतः इनमें समानता है। इनमें समानता हेतु शैक्षणिक, भौगोलिक, सामाजिक, जैविकीय कारण भी प्रमुख हैं। इन विद्यार्थियों में निश्चित तौर पर तनाव का स्तर एक जैसा प्राप्त हुआ। अतः हमें इनके तनाव को कम करने हेतु शैक्षणिक वातावरण में बदलाव लाना आवश्यक है। विद्यार्थियों में आपसी प्रतिस्पर्धा न रहकर समान्य प्रतियोगिता को बढ़ावा दिया जाये। आपसी तालमेल एवं सहयोग स्थापित कर शिक्षण कार्य किया जाये। विद्यार्थी काम की अधिकता से बचे, अपनी क्षमता को पहचानें, समय समायोजन की कला सीख सकें, जीवन शैली में बदलाव लायें, आकांक्षा स्तर को अत्यधिक बढ़ने न दें, अपने जीवन मूल्य उद्देश्यों को ओर ध्यान केन्द्रित कर अपना जीवन जीयें तो तनाव को कम किया जा सकता है।

सदंर्भ ग्रंथ सूची

- अख्तर, जाकिर (2011) **स्टूडेन्ट स्ट्रेस स्केल**, भार्गव बुक हाउस, आगरा।
- अस्थाना विपिन व अन्य (2013), "शैक्षिक अनुसंधान एवं सांख्यिकी", अग्रवाल प्रकाशन, आगरा।
- के. सतीश कुमार एवं अन्य (2017) "डिप्रेशन एन्जाइटी एण्ड स्ट्रेस अमंग हायर सेकण्डरी स्टूडेन्ट्स ऑफ इम्फाल मणिपुर।
- प्रभु, सुरेश पी (2015) उच्चतर माध्यमिक छात्रों के उच्च तनाव का अध्ययन, इंटरनेशनल जनरल ऑफ ह्यूमनिटी एण्ड सोशल सांइस इनोवेशन।
- सरीन एंड सरीन (2012) "शैक्षिक अनुसंधान विधियाँ", अग्रवाल प्रकाशन, आगरा, सप्तम संस्करण।
- शर्मा आर. ए. (2014) "शिक्षा मानेविज्ञान के मूल तत्व", आर. लाल बुक डिपो, मेरठ।
- सिंह अरूण कुमार (2015) "मनोविज्ञान समाजशास्त्र तथा शिक्षा में शोध प्रविधियाँ", मोतीलाल बनारसी दास, बारहवां संस्करण।