



INTERNATIONAL JOURNAL OF TRENDS IN EMERGING RESEARCH AND DEVELOPMENT

INTERNATIONAL JOURNAL OF TRENDS IN EMERGING RESEARCH AND DEVELOPMENT

Volume 3; Issue 5; 2025; Page No. 86-89



Special Issue of International Conference (23rd - 24th August, 2025)

On the Topic

Indian Knowledge System (IKS): Challenges & its Application in Higher Education for Sustainable Development

By

Faculty of Education, IASE (DU), Sardarshahar, Churu, Rajasthan - 331403

उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं का मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन

¹बबीता राजपूत एवं ²डॉ. भावना सोनेजी

¹शोधार्थी, रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय, जबलपुर, मध्य प्रदेश, भारत

²प्राचार्य, राधा कृष्णन शिक्षा महाविद्यालय, जबलपुर, मध्य प्रदेश, भारत

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.20542734>

Corresponding Author: बबीता राजपूत

सारांश:

वर्तमान समय में विद्यार्थियों पर शैक्षणिक प्रतिस्पर्धा का दबाव निरंतर बढ़ता जा रहा है। परीक्षा में उच्च अंक प्राप्त करने की होड़ के कारण अनेक विद्यार्थी मानसिक तनाव एवं चिंता का अनुभव करते हैं। ऐसी स्थिति में पाठ्य-सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों को मानसिक संतुलन बनाए रखने एवं उनकी सृजनात्मक ऊर्जा को सकारात्मक दिशा प्रदान करने का कार्य करती हैं। प्रस्तुत शोध का उद्देश्य उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर पाठ्य सहगामी क्रियाओं का क्या प्रभाव पड़ता है यह देखना है। इस उद्देश्य की प्राप्ति हेतु जबलपुर के शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों से पाठ्य सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले व भाग नहीं लेने वाले 600 छात्र एवं छात्राओं का चयन किया गया। इन छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य के स्तर को मापने हेतु मानकीकृत मानसिक स्वास्थ्य मापनी का प्रशासन किया गया। परिणाम स्वरूप पाया कि पाठ्य सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले व पाठ्य सहगामी क्रियाओं में भाग न लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं प्राप्त हुआ है। पाठ्य सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले और भाग नहीं लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का स्तर लगभग एक जैसा ही प्राप्त हुआ है। अर्थात् विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर पाठ्य सहगामी क्रियाओं का कोई प्रभाव नहीं प्राप्त हुआ है।

मूलशब्द: पाठ्य सहगामी क्रियाएं, मानसिक स्वास्थ्य

1. प्रस्तावना

शिक्षा मानव जीवन के सर्वांगीण विकास का प्रमुख साधन है। यह केवल ज्ञानार्जन की प्रक्रिया नहीं है, बल्कि व्यक्ति के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं नैतिक विकास का आधार भी है। आधुनिक शिक्षा व्यवस्था में यह स्वीकार किया गया है कि शिक्षा का उद्देश्य केवल विद्यार्थियों को परीक्षा में सफलता दिलाना नहीं, बल्कि उन्हें मानसिक रूप से स्वस्थ, संतुलित एवं सामाजिक रूप से उत्तरदायी नागरिक बनाना भी है। वर्तमान समय में बढ़ती प्रतिस्पर्धा, शैक्षणिक दबाव एवं सामाजिक परिवर्तन के कारण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का प्रश्न अत्यंत महत्वपूर्ण बन गया है। विशेषतः उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के जीवन

में यह अवस्था संवेदनशील एवं संक्रमणकालीन मानी जाती है, जहाँ वे शैक्षणिक अपेक्षाओं, भविष्य की चिंताओं एवं सामाजिक दबावों से प्रभावित होते हैं। ऐसी स्थिति में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाती है।

विद्यालय शिक्षा का प्रमुख केन्द्र है, जहाँ विद्यार्थियों के व्यक्तित्व का निर्माण होता है। विद्यालयों में विद्यार्थियों को पाठ्यक्रमीय अध्ययन के साथ-साथ विभिन्न प्रकार की गतिविधियों में भाग लेने के अवसर प्रदान किए जाते हैं। इन गतिविधियों को सामान्यतः पाठ्य-सहगामी क्रियाओं के रूप में जाना जाता है। खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रम, भाषण, वाद-विवाद, नाटक, संगीत, चित्रकला, योग, स्काउट-गाइड, एन.सी.सी., एन.एस.एस. एवं सामाजिक सेवा

कार्यक्रम आदि पाठ्य-सहगामी क्रियाओं के प्रमुख उदाहरण हैं। ये गतिविधियाँ विद्यार्थियों में आत्मविश्वास, नेतृत्व क्षमता, सहयोग भावना, अनुशासन एवं सामाजिक समायोजन जैसे गुणों का विकास करती हैं। साथ ही, ये विद्यार्थियों को मानसिक तनाव से मुक्ति प्रदान कर उनके मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाए रखने में भी सहायक होती हैं।

मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति के जीवन का अत्यंत महत्वपूर्ण पक्ष है। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति ही अपने विचारों, भावनाओं एवं व्यवहारों में संतुलन स्थापित कर पाता है। मानसिक स्वास्थ्य केवल मानसिक रोगों की अनुपस्थिति नहीं है, बल्कि यह व्यक्ति की भावनात्मक स्थिरता, आत्म-संतोष, सामाजिक समायोजन एवं जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण से संबंधित है। विद्यार्थियों के संदर्भ में मानसिक स्वास्थ्य का विशेष महत्व है, क्योंकि यह उनकी अध्ययन-अभिरुचि, अधिगम क्षमता, आत्मविश्वास एवं व्यक्तित्व विकास को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता है। यदि विद्यार्थी मानसिक रूप से स्वस्थ होंगे, तभी वे अपने शैक्षणिक एवं सामाजिक जीवन में सफलता प्राप्त कर सकेंगे।

वर्तमान समय में विद्यार्थियों पर शैक्षणिक उपलब्धि प्राप्त करने का अत्यधिक दबाव रहता है। अभिभावकों एवं शिक्षकों की अपेक्षाएँ, प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी, सामाजिक तुलना एवं भविष्य की अनिश्चितता अनेक विद्यार्थियों में तनाव, चिंता एवं मानसिक असंतुलन की स्थिति उत्पन्न कर देती है। ऐसी परिस्थिति में पाठ्य-सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों के लिए मानसिक संतुलन बनाए रखने का प्रभावी माध्यम बन सकती हैं। खेलकूद एवं सांस्कृतिक गतिविधियाँ विद्यार्थियों को मनोरंजन एवं आत्म-अभिव्यक्ति का अवसर प्रदान करती हैं, जिससे उनमें सकारात्मक ऊर्जा एवं आत्म-संतोष की भावना विकसित होती है। समूहगत गतिविधियों में सहभागिता विद्यार्थियों के सामाजिक संबंधों को सुदृढ़ करती है तथा उनमें सहयोग एवं समायोजन की क्षमता का विकास करती है, जो मानसिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक मानी जाती है।

शिक्षाविदों एवं मनोवैज्ञानिकों का मत है कि शिक्षा तभी प्रभावी मानी जा सकती है, जब वह विद्यार्थियों के मानसिक एवं भावनात्मक विकास को भी सुनिश्चित करे। केवल पुस्तकीय ज्ञान पर आधारित शिक्षा विद्यार्थियों को मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं बना सकती। पाठ्य-सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों को तनावमुक्त वातावरण प्रदान करती हैं तथा उनके व्यक्तित्व के विभिन्न पक्षों को विकसित करने में सहायता करती हैं। यही कारण है कि वर्तमान शिक्षा नीतियों में भी विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समग्र विकास पर विशेष बल दिया जा रहा है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति में भी खेल, कला एवं अन्य रचनात्मक गतिविधियों को शिक्षा का आवश्यक अंग माना गया है, जिससे विद्यार्थियों के मानसिक एवं भावनात्मक विकास को प्रोत्साहन मिल सके।

उच्चतर माध्यमिक स्तर विद्यार्थियों के जीवन का महत्वपूर्ण चरण होता है। इस अवस्था में विद्यार्थियों में आत्मचेतना, प्रतिस्पर्धात्मक भावना एवं भविष्य के प्रति गंभीरता बढ़ने लगती है। यदि इस स्तर पर विद्यार्थियों को उचित मार्गदर्शन एवं संतुलित वातावरण प्राप्त न हो, तो उनमें मानसिक तनाव एवं असंतुलन की स्थिति उत्पन्न हो सकती है। पाठ्य-सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों को मानसिक रूप से सक्रिय एवं संतुलित बनाए रखने में सहायक सिद्ध हो सकती हैं। ये गतिविधियाँ विद्यार्थियों की छिपी हुई प्रतिभाओं को विकसित करने के साथ-साथ उन्हें मानसिक ताजगी एवं आत्मविश्वास भी प्रदान करती हैं।

यद्यपि विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं को शिक्षा का आवश्यक अंग माना जाता है तथा उनका नियमित आयोजन भी किया जाता है, फिर भी यह जानना आवश्यक प्रतीत होता है कि इन गतिविधियों का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर वास्तविक प्रभाव किस सीमा तक पड़ता है। क्या

पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में सक्रिय सहभागिता करने वाले विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य अन्य विद्यार्थियों की अपेक्षा अधिक संतुलित एवं सकारात्मक होता है? क्या छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य पर इन गतिविधियों का प्रभाव समान रूप से परिलक्षित होता है? क्या विद्यालयीय वातावरण, उपलब्ध संसाधन एवं सहभागिता के अवसर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं? साथ ही, क्या पाठ्य-सहगामी क्रियाएँ विद्यार्थियों में उत्पन्न तनाव, चिंता एवं मानसिक दबाव को कम करने में सहायक सिद्ध होती हैं? इन्हीं जिज्ञासाओं एवं शोध प्रश्नों के समाधान की आवश्यकता ने प्रस्तुत शोध विषय "उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं का मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन" के चयन को आधार प्रदान किया है।

उद्देश्य

उच्चतर माध्यमिक स्तर विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर पाठ्य-सहगामी क्रियाओं के प्रभाव का अध्ययन करना।

परिकल्पना

1. शहरी क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।
2. ग्रामीण क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।
3. उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

चर: प्रस्तुत शोध कार्य में निम्नलिखित चर लिये गये हैं –

स्वतंत्र चर – पाठ्य सहगामी क्रियाएँ (बालसभा गतिविधि)

आश्रित चर – मानसिक स्वास्थ्य

न्यादर्श – प्रस्तुत शोध के अध्ययन हेतु शासकीय विद्यालय के बालक एवं बालिकाओं का चयन यादृच्छिक विधि द्वारा किया जाएगा तथा यादृच्छिक विधि से 10 विद्यालयों से 600 विद्यार्थियों (300 ग्रामीण बालक तथा बालिका एवं 300 शहरी बालक तथा बालिका) का चयन यादृच्छिक विधि द्वारा किया गया।

शोध उपकरण

प्रस्तुत शोधकार्य में आंकड़ों के संग्रह हेतु निम्न उपकरण का उपयोग किया गया है –

पाठ्य सहगामी क्रियाओं (बाल सभा गतिविधि) में भाग लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के मापन हेतु डॉ. (श्रीमती) आशा शुक्ला की मानकीकृत मानसिक स्वास्थ्य मापनी का उपकरण हेतु प्रयोग किया गया।

शोध विधि

प्रस्तुत शोध कार्य में शोधकर्ता द्वारा शोध विधि हेतु सर्वेक्षण अनुसंधान विधि का प्रयोग किया गया है।

सांख्यिकी विधि – प्रस्तुत शोध में परिणामों के विश्लेषण हेतु मध्यमान, मानक विचलन एवं क्रांतिक अनुपात की गणना की गई है।

परिणामों का विश्लेषण

परिकल्पना क्रमांक. -1: शहरी क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक स्तर के

विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

तालिका 1: शहरी क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव संबंधी परिणाम

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रांतिक अनुपात	'पी' मान
पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले विद्यार्थी	134	68.33	13.33	0.38	> 0.05
पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग न लेने वाले विद्यार्थी	169	67.75	13.18		

स्वतंत्रता के अंश - 301

0.05 स्तर पर सार्थकता हेतु आवश्यक मान -1.97

0.01 स्तर पर सार्थकता हेतु आवश्यक मान -2.59

तालिका क्रमांक 01 के अवलोकन से विदित है कि शहरी क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) में भाग लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के प्राप्तांकों के मध्यमान व मानक विचलन क्रमशः 68.33 व 13.33 प्राप्त हुए हैं जबकि पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग न लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के प्राप्तांकों के मध्यमान व मानक विचलन क्रमशः 67.75 व 13.18 प्राप्त हुए हैं, जो दर्शाता है कि दोनों समूहों के मध्यमानों में मामूली अंतर है व दोनों समूह के प्राप्तांकों में लगभग समान विचलनशीलता है। दोनों समूहों के मध्यमानों में अंतर की सार्थकता हेतु क्रांतिक अनुपात का मान 0.38 प्राप्त हुआ है जो कि 0.05 सार्थकता स्तर पर निर्धारित आवश्यक मान 1.97 से कम है अतः दोनों समूह के

मध्य सार्थक अंतर नहीं है अतः परिकल्पना 01 अस्वीकृत की जाती है।

अतः निष्कर्ष स्वरूप कहा जा सकता है कि शहरी क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

परिकल्पना क्रमांक. - 2: ग्रामीण क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

तालिका 2: ग्रामीण क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव संबंधी परिणाम

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रांतिक अनुपात	'पी' मान
पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले विद्यार्थी	197	70.04	12.47	1.44	> 0.05
पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग न लेने वाले विद्यार्थी	163	68.13	12.50		

स्वतंत्रता के अंश - 358

0.05 स्तर पर सार्थकता हेतु आवश्यक मान -1.97

0.01 स्तर पर सार्थकता हेतु आवश्यक मान -2.59

तालिका क्रमांक 02 के अवलोकन से विदित है कि ग्रामीण क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) में भाग लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के प्राप्तांकों के मध्यमान व मानक विचलन 70.04 व 12.47 प्राप्त हुए हैं जबकि पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग न लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के प्राप्तांकों के मध्यमान व मानक विचलन क्रमशः 68.13 व 12.50 प्राप्त हुए हैं, जो दर्शाता है कि दोनों समूहों के मध्यमानों में अंतर सामान्य है व दोनों समूह के प्राप्तांकों में लगभग विचलनशीलता है। दोनों समूहों के मध्यमानों में अंतर की सार्थकता हेतु क्रांतिक अनुपात का मान 1.44 प्राप्त हुआ है जो 0.05 सार्थकता स्तर पर निर्धारित आवश्यक मान 1.97 से कम है अतः दोनों समूह के बीच कोई सार्थक अंतर नहीं प्राप्त हुआ है अतः परिकल्पना 02

अस्वीकृत की जाती है।

अतः कहा जा सकता है कि ग्रामीण क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर कोई सकारात्मक प्रभाव नहीं होता है अर्थात् ग्रामीण क्षेत्र के पाठ्य सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले व भाग न लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का स्तर लगभग समान ही प्राप्त हुआ है।

परिकल्पना क्रमांक. -03: उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

तालिका 3: उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव संबंधी परिणाम

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रांतिक अनुपात	'पी' मान
पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग लेने वाले विद्यार्थी	331	69.35	12.83	1.42	> 0.05
पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग न लेने वाले विद्यार्थी	332	67.94	12.81		

स्वतंत्रता के अंश - 661

0.05 स्तर पर सार्थकता हेतु आवश्यक मान -1.96

0.01 स्तर पर सार्थकता हेतु आवश्यक मान -2.59

तालिका क्रमांक 03 के अवलोकन से विदित है कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) में भाग लेने वाले विद्यार्थियों की मानसिक स्वास्थ्य के

प्राप्तांकों के मध्यमान व मानक विचलन 69.35 व 12.83 प्राप्त हुए हैं जबकि पाठ्य-सहगामी क्रियाओं में भाग न लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के प्राप्तांकों के मध्यमान व

मानक विचलन क्रमशः 67.94 व 12.81 प्राप्त हुए हैं, जो दर्शाता है कि दोनों समूहों के मध्यमानों में अंतर सामान्य है व दोनों समूह के प्राप्तांकों में समान विचलनशीलता है। दोनों समूहों के मध्यमानों में अंतर की सार्थकता हेतु क्रांतिक अनुपात का मान 1.42 प्राप्त हुआ है जो कि 0.05 सार्थकता स्तर पर निर्धारित आवश्यक मान 1.96 से कम है। अतः दोनों समूह के मध्य सार्थक अंतर नहीं है। अतः परिकल्पना 03 अस्वीकृत की जाती है।

अतः कहा जा सकता है कि उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर कोई सकारात्मक प्रभाव नहीं प्राप्त हुआ है। उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) में भाग लेने वाले व भाग न लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का स्तर लगभग एक जैसा ही प्राप्त हुआ है।

परिणामों की व्याख्या

शहरी/ग्रामीण क्षेत्र के उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव नहीं प्राप्त हुआ है (संदर्भ सारणी क्र. 01 एवं 02)। इसका कारण यह हो सकता है कि इन गतिविधियों का संचालन प्रायः केवल औपचारिकता के रूप में किया जाता है, जिनका उद्देश्य सीधे मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ करना नहीं होता। ग्रामीण क्षेत्रों में विद्यार्थियों को पहले से ही परिवार एवं समाज से सामूहिकता, सहयोग और सामाजिक सहभागिता का पर्याप्त अनुभव मिलता है, इसलिए विद्यालय की बालसभा गतिविधियाँ उनके मानसिक स्वास्थ्य पर विशेष अंतर नहीं डाल पातीं। साथ ही, मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित पहलुओं जैसे तनाव प्रबंधन, भावनात्मक संतुलन और आत्म-जागरूकता पर इन गतिविधियों का सीधा फोकस न होने के कारण इसका असर सीमित रह जाता है। परिणामस्वरूप, यद्यपि ये गतिविधियाँ शैक्षणिक व व्यक्तित्व विकास में सहायक हो सकती हैं, परंतु मानसिक स्वास्थ्य पर इनका स्पष्ट प्रभाव दिखाई नहीं देता। इसी प्रकार उच्चतर माध्यमिक स्तर के विद्यालयों (शहरी एवं ग्रामीण) में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) का विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर कोई सकारात्मक प्रभाव नहीं प्राप्त हुआ है। उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में पाठ्य-सहगामी क्रियाओं (बालसभा गतिविधि) में भाग लेने वाले व भाग न लेने वाले विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का स्तर लगभग एक जैसा ही प्राप्त हुआ है। (संदर्भ सारणी क्रमांक 03)। इसका कारण इन गतिविधियों का मुख्य उद्देश्य शैक्षणिक व सह-पाठ्य विकास पर केंद्रित होता है, न कि मानसिक स्वास्थ्य को प्रत्यक्ष रूप से सुदृढ़ करना। साथ ही, इस आयु वर्ग के विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य अधिकतर परिवारिक वातावरण, मित्र-मंडली, सामाजिक दबाव और भविष्य की चिंताओं जैसे बाहरी कारकों से प्रभावित होता है। इसलिए बालसभा गतिविधियों में भाग लेने या न लेने से उनके मानसिक स्वास्थ्य में कोई विशेष अंतर दिखाई नहीं देता और दोनों समूहों का स्तर लगभग समान ही रहता है।

संदर्भ

1. भार्गव एम. आधुनिक मनोवैज्ञानिक परीक्षण एवं मापन. आगरा: एच. पी. भार्गव बुक हाउस; c2010.
2. चिंग बीसीएफ, एवं अन्य. विद्यालय आधारित मानसिक स्वास्थ्य हस्तक्षेप एवं सहगामी क्रियाएँ. रिसर्च इनवॉल्वमेंट एंड एंगेजमेंट. 2024;10(2):67-75.

3. गुप्ता एसपी, गुप्ता ए. उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान. इलाहाबाद: शारदा पुस्तक भवन; c2008.
4. इकबाल वाई, असलम एस, अशफाक एम. सहगामी क्रियाओं का विद्यार्थियों के मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य पर प्रभाव. द स्काई जर्नल. 2019;12(3):55-64.
5. जीत वाई. शैक्षिक एवं विद्यालय. आगरा: विनोद पुस्तक मंदिर; c1965.
6. कपिल एचके. सांख्यिकी के मूल तत्व. आगरा: विनोद पुस्तक मंदिर; c1996.
7. कुदेसिया यु. शिक्षा प्रशासन. 5वाँ संस्करण. आगरा: विनोद पुस्तक मंदिर; c2006.
8. कुमार जितेन्द्र. विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर खेल गतिविधियों का प्रभाव. राष्ट्रीय मनोविज्ञान जर्नल. 2019;7(2):45-53.
9. बिहारी एलआर. शिक्षा की सैद्धांतिक पृष्ठभूमि. मेरठ: लाल पुस्तक मंदिर; c2001.
10. माथुर एसएस. शिक्षा मनोविज्ञान. 21वाँ संशोधित संस्करण. आगरा: विनोद पुस्तक मंदिर; c1991.

Creative Commons (CC) License

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) license. This license permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.