International Research Journal of Human Resources and Social Sciences
ISSN(O): (2349-4085) ISSN(P): (2394-4218)
Impact Factor- 5.414, Volume 5, Issue 3, March 2018
Website- www.aarf.asia, **Email** : editor@aarf.asia , editoraarf@gmail.com

विभिन्न प्रकार की रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन

श्रीमती नीता कन्हाई
शोधार्थी, शिक्षा संकाय, बरकतउल्ला विश्वविद्यालय, भोपाल
डॉ. एम. रजा खान
प्राचार्य,
रविशंकर शिक्षा महाविद्यालय, भोपाल

प्रस्तुत शोध पत्र में विभिन्न प्रकार की रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया गया है। न्यादर्श के रूप में 100 छात्राओं का चयन कर उन पर 'रक्षात्मक युक्ति मापनी' एवं 'मानसिक स्वास्थ्य मापनी' का प्रशासन किया गया। प्राप्त परिणामों के अनुसार प्रयोजन के विरूद्ध, प्रक्षेपण, स्वयं के विरूद्ध रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया गया जबकि प्रधानतापूर्वक, प्रतिवर्ती रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सांख्यिकीय दृष्टिकोण से साथक अंतर नहीं पाया गया।

वर्तमान युग विज्ञान एवं तकनीकी का युग है, जिसने मानव समाज के लिए संभावनाओं के अपार द्वार खोल दिए हैं एवं मानव सभ्यता को एक नया आयाम दिया है, मानव की अन्वेषण एवं जिज्ञासु प्रवृत्ति ने अनुसंधान की असीम संभावनाओं को जन्म देकर मानव जीवन को भौतिक सुविधाओं से परिपूर्ण कर दिया है परंतु साथ ही आज मानव की बढ़ती लालसाओं ने उसके मन को बहुत अधिक अषान्त कर दिया है, जिसके कारण उसका जीवन विभिन्न समस्याओं से ग्रस्त हो गया है एवं अवसाद, कुंठा, दुष्चिन्ता, कुसमायोजन जैसे नकारात्मक कारक उसके स्थायी साथी बन गये हैं परिणामस्वरूप समाज में हिंसा की प्रवृत्ति बढ़ी है एवं विभिन्न मानसिक समस्याओं का जन्म हुआ है। चूंकि षिक्षा का मुख्य उद्देष्य बेहतर नागरिकों का निर्माण करना है, अतः यह आवष्यक हो जाता है कि हम विद्यालयों में ही विभिन्न षैक्षणिक व गैर षैक्षणिक गतिविधियों का आयोजन करके अपने विद्यार्थियों में अच्छी आदतों का विकास करें एवं उसके व्यक्तित्व को सकारात्मक दिषा देने का प्रयास करें। प्रस्तुत शोधकार्य में विद्यार्थियों में रक्षात्मक युक्तियों का प्रयोग करने वाली छात्राओं की पहचान करके उनके मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना है, जिसकी सहायता से छात्राओं के लिए स्वस्थ्य वातावरण का निर्माण करके उनके बेहतर जीवन हेतु प्रयास किये जा सकते हैं।

ज्ञानानी (1984) के अध्ययन के अनुसार अधिकांश व्यक्ति भग्नाशा स्थिति में अधिक आक्रामक या सुरक्षात्मक नहीं होते हैं। निम्न उपलब्धि अभिप्रेरणा वाले बालक अपेक्षाकृत अधिक अहं सुरक्षात्मक पाये गये। जबकि निम्न दुश्चिन्ता स्तर वाले विद्यार्थियों में अधिक संघर्षात्मक युक्ति पायी गयी। भट्टाचार्य (1985) के अध्ययन में भग्नाशा की स्थिति में भी सुरक्षा,

© Associated Asia Research Foundation (AARF)
A Monthly Double-Blind Peer Reviewed Refereed Open Access International e-Journal - Included in the International Serial Directories.

स्वतंत्रता और सेक्स संबंध आवश्यकताऐं उच्च पायी गयी। साथ ही मानसिक अस्वस्थता और भग्नाशा असहनशीलता के मध्य, आदर्शवादिता व परोपकारिता में ऋणात्मक सह–संबंध पाया गया। गगनदीप (1986) ने भी मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन पर रक्षा युक्ति के प्रभाव के अध्ययन में पाया कि विभिन्न प्रकार की रक्षा युक्तियाँ बालक के घर में व विद्यालय में कुसमायोजन के लिए उत्तरदायी होती हैं। कारसन (1988) के अनुसार माता–पिता की मनोवृत्तियों में अत्यधिक स्नेह, तिरस्कार, अतियोग तथा विषमता संबंधी त्रुटियों के कारण उनके बच्चों में भग्नाशा उत्पन्न होती है एवं वे मानसिक संघर्षों से पीड़ित हो जाते हैं। इटली के मनोवैज्ञानिक फावा, जियोवानी (2010) ने अपने मरीजों पर प्रयोग किया। अपनी शोध में उन्होंने चिंताग्रस्त व नकारात्मक रूख रखने वाले मरीजों को, अपने खुशी के क्षणों को डायरी में नोट करने के लिए प्रोत्साहित किया। डायरी में दर्ज आँकड़ों का विश्लेषण करने पर पाया कि सकारात्मक क्षणों ने मरीजों की स्मृति में स्थायी रूप से जगह बना ली। तनाव भरी जीवनशैली पर पुरोहित, नरेश (2012) की शोध रिपोर्ट यह बतलाती है कि अवसाद व भग्नाशा से युक्त विद्यार्थियों में केवल मध्यप्रदेश में ही आत्महत्या के 382 मामले दर्ज हुये। शुक्ला, के. (2013) के अध्ययन में दमन रक्षा युक्ति, मानसिक संघर्ष की अवस्था में संतुलन बनाये रखने में सहायक पायी गयी।

अतः पूर्व अध्ययन से प्राप्त परिणामों का अध्ययन करते हुए शोधकर्ता ने उपयुक्त समस्या का चयन प्रस्तुत शोधकार्य हेतु किया हैं।

उद्देश्य :– विभिन्न प्रकार की रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।

परिकल्पना :– विभिन्न प्रकार की रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।

उपकरण :– प्रस्तुत शोधकार्य हेतु निम्न उपकरणों का प्रयोग किया गया है–

1. रक्षात्मक युक्ति मापनी – डॉ. एन.आर. मृणाल एवं स्व. उमा सिंघल
2. मानसिक स्वास्थ्य मापनी – डॉ. (श्रीमती) के. शर्मा

विधि :– सर्वप्रथम भोपाल जिले के दो उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों का चयन लॉटरी विधि द्वारा किया गया तथा इन विद्यालयों की कक्षा बारहवीं में अध्ययनरत् कला संकाय की 100 छात्राओं का चयन साधारण यादृच्छिक विधि द्वारा कर उन पर सामूहिक रूप से 'रक्षात्मक युक्ति मापनी' एवं 'मानसिक स्वास्थ्य मापनी' का प्रशासन किया गया तथा रक्षात्मक युक्ति मापनी के परिणामों के आधार पर छात्राओं को दो वर्गों 'उच्च' तथा 'निम्न' में बांटा गया एवं उनके मानसिक स्वास्थ्य मापनी के प्राप्तांकों का उपयोग छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य को जानने में किया गया। क्रांतिक अनुपात परीक्षण के द्वारा आंकड़ों का विश्लेषण किया गया प्राप्त परिणामों के आधार पर निष्कर्ष प्राप्त किये गये।

परिणामों का विश्लेषण

परिकल्पना : विभिन्न प्रकार की रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।

तालिका

विभिन्न प्रकार की रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य संबंधी तुलनात्मक परिणाम

रक्षा युक्तियों का प्रकार	रक्षा युक्तियों का प्रयोग स्तर	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रांतिक अनुपात मान	'पी' मान
प्रयोजन के विरूद्ध	उच्च	63	60.47	8.23	3.13	< 0.01
	निम्न	37	65.58	7.61		
प्रक्षेपण	उच्च	59	59.16	8.34	4.68	< 0.01
	निम्न	41	66.89	7.92		
प्रधानतापूर्वक	उच्च	46	62.67	9.14	0.41	> 0.05
	निम्न	54	63.38	8.18		
स्वयं के विरूद्ध	उच्च	61	59.74	8.79	3.57	< 0.01
	निम्न	39	66.31	9.05		
प्रतिवर्ती	उच्च	47	61.91	8.45	1.35	> 0.05
	निम्न	53	64.14	7.94		

स्वतंत्रता के अंश – 98 0.05 स्तर के लिये निर्धारित न्यूनतम मान – 1.98

0.01 स्तर के लिये निर्धारित न्यूनतम मान – 2.63

उपरोक्त सारणी में प्रदर्शित परिणामों से स्पष्ट है कि प्रयोजन के विरूद्ध, प्रक्षेपण, स्वयं के विरूद्ध रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सांख्यिकीय दृष्टिकोण से सार्थक अंतर है, क्योंकि इन रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य के लिए प्राप्त क्रांतिक अनुपात के मान क्रमशः 3.13, 4.68, 3.57 स्वतंत्रता के अंश 98 पर सार्थकता के 0.01 स्तर के लिये निर्धारित न्यूनतम मान 2.63 की अपेक्षाकृत अधिक हैं, जबकि प्रधानतापूर्वक, प्रतिवर्ती रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सांख्यिकीय दृष्टिकोण से सार्थक अंतर नहीं है, क्योंकि इन रक्षा युक्तियों का प्रयोग करने वाली छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य के लिए प्राप्त क्रांतिक अनुपात के मान क्रमशः 0.41, 1. 35 स्वतंत्रता के अंश 98 पर सार्थकता के 0.05 स्तर के लिये निर्धारित न्यूनतम मान 1.98 की अपेक्षाकृत कम हैं।

अतः निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि प्रयोजन के विरूद्ध, प्रक्षेपण, स्वयं के विरूद्ध रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया गया तथा इन रक्षा युक्तियों का प्रयोग निम्न स्तर पर करने वाली छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य, इन रक्षा युक्तियों का प्रयोग उच्च स्तर पर करने वाली छात्राओं की तुलना में बेहतर पाया गया जबकि प्रधानतापूर्वक, प्रतिवर्ती रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सांख्यिकीय दृष्टिकोण से सार्थक अंतर नहीं पाया गया।

निष्कर्ष :– प्रयोजन के विरूद्ध, प्रक्षेपण, स्वयं के विरूद्ध रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली उच्चतर माध्यमिक स्तर की छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर पाया गया तथा इन रक्षा युक्तियों का प्रयोग निम्न स्तर पर करने वाली छात्राओं का मानसिक स्वास्थ्य, इन रक्षा युक्तियों का प्रयोग उच्च स्तर पर करने वाली छात्राओं की तुलना में बेहतर पाया गया जबकि प्रधानतापूर्वक, प्रतिवर्ती रक्षा युक्तियों का उच्च एवं निम्न स्तर पर प्रयोग करने वाली छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में सांख्यिकीय दृष्टिकोण से सार्थक अंतर नहीं पाया गया।

// संदर्भ ग्रंथ सूची//

1. Choubey, S.P (n.d.) असामान्य मनोविज्ञान एवं आधुनिक जीवन, आगरा : विनोद पुस्तक मंदिर
2. Clark (1994), असामान्य मनोविज्ञान : विषय और व्याख्या, (P–214), दिल्ली : मोतीलाल बनारसीदास.
3. Kapil, H.K. (2007), अपसामान्य मनोविज्ञान, आगरा : एच.पी. भार्गव बुक हाउस
4. Mrinal, Dr. N.R. & Uma, Singhal, रक्षात्मक युक्ति मापनी, आगरा : नेषनल सॉइकोलॉजिकल कार्पोरेषन
5. Mrinal, N.R. & Fadnis, P.B. (1982), रक्षात्मक व अरक्षात्मक युक्ति अध्ययन, रक्षा युक्ति मापनी (P-16), आगरा : नेशनल साइकोलॉजिकल कार्पोरेशन
6. Mrinal, N.R. & Singhal, U (1981), विषेषत आवष्यकता वाले विद्यार्थियों में रक्षा युक्ति का प्रयोग, रक्षा युक्ति मापनी, (P-17) आगराः नेशनल साइकोलॉजिकल कार्पोरेशन
7. Shukla, Kamlesh (2014), डी.एड. प्रशिक्षणार्थियों में दुश्चिंता का शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव, सामाजिक शोध योजना (53), ISSN 2278 – 3377, Vol.-2/3/July 2014, Hoshangabad