Naveen Shodh Sansar (An International Refereed / Peer Review Multidisciplinary Research Journal)
RNI No.- MPHIN/2013/60638, ISSN 2320-8767, E- ISSN 2394-3793, Scientific Journal Impact Factor (SJIF)- 8.054,
January to March 2026, E-Journal, Vol. I, Issue LIII (53), ISO 9001:2015 - E2024049304 (QMS)

कोटा संभाग के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों में छात्राध्यापिका की शिक्षा के संदर्भ में आने वाली मानसिक की समस्याओं का सर्वेक्षणात्मक अध्ययन

डॉ. सुरेखा सोनी* अर्पिता गौतम**

* शोध पर्यवेक्षक, कैरियर प्वाइंट विश्वविद्यालय, कोटा (राज.) भारत
** शोधार्थी, कैरियर प्वाइंट विश्वविद्यालय, कोटा (राज.) भारत

प्रस्तावना – शिक्षा ने स्त्री के महत्व को एक शक्ति के रूप में हमारे सामने प्रस्तुत किया है –

'नारी तो शक्ति स्वरूप, आत्मा की अमर कला है,
इसके बल पर तो, सारे जग का व्यवहार चला है।'

महात्मा गांधी ने भी नारी शिक्षा के महत्व को इन शब्दों में व्यक्त किया है, 'यदि तुम एक पुरुष को शिक्षित करते हो तो तुम केवल एक को ही शिक्षित करते हो और यदि एक महिला को शिक्षित करते हो तो एक पूरे परिवार को शिक्षित करते हो।' **राधा कृष्णन आयोग के अनुसार**, 'स्त्रियों के शिक्षित हुए बिना किसी समाज के लोग शिक्षित नहीं हो सकते। यदि सामान्य शिक्षा स्त्रियों या पुरुषों में से किसी एक को देने की विवशता हो, तो यह अवसर स्त्रियों को ही दिया जाना चाहिए, क्योंकि ऐसा निश्चित होने पर वह शिक्षा उनके द्वारा अगली पीढ़ी तक पहुंच जाएगी।'

आधुनिक 21वीं सदी में महिलाएँ शिक्षा के क्षेत्र में काफी आगे बढ़ रही है। कला, वाणिज्य व विज्ञान वर्ग तीनों ही संकायों में महिलाओं का प्रतिनिधित्व बढ़ा है। इस बदलते युग में महिलाओं के जीने का तरीका भी बदला है। पुरुषों की दिनचर्या में भले ही कोई ज्यादा बदलाव न आया हो, लेकिन महिलाओं की दिनचर्या पूरी तरह बदल चुकी है। ऐसे में कामकाजी महिलाओं को बाहर के काम के साथ-साथ घर का काम भी देखना पड़ता है। रोजगार के हर क्षेत्र में महिलाएँ पुरुषों का वर्चस्व तोड़ रही है। खासकर व्यवसायिक शिक्षा प्राप्त महिलाओं के काम का दायरा बहुत बढ़ा है, लेकिन कामयाबी के बावजूद परिवार से जो सहयोग उन्हें मिलना चाहिए, वह नहीं मिल रहा है। आज के दौर में महिलाएँ शिक्षा, पत्रकारिता, कानून, चिकित्सा, इंजीनियरिंग व प्रशासकीय के क्षेत्र में उल्लेखनीय सेवाएँ दे रही है। पुलिस और सेना में भी महिलाएँ अपनी जिम्मेदारी निभा रही है पर ज्यादातर महिलाओं को पेशेवर जिम्मेदारियों के साथ ही घर की जिम्मेदारी भी उठानी पड़ती है यानी बाहर के काम करने के साथ-साथ घर का काम उन्हीं के जिम्मे माना जाता है। इस प्रकार से वह एक तरह से दो नावों पर सवार होती है। इस दोहरी जिदंगी के कारण महिलाएँ कभी-कभी अपने आपको दबाव, तनाव व कुण्ठा ग्रस्त महसूस करती है, जो उनके शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है। अत: इन समस्याओं पर काबू पाना आवश्यक है।

भारतीय समाज पुरुष प्रधान है। इसने नारी को शिक्षित होने की स्वतंत्रता तो दे दी है, लेकिन विचार वही है आज भी महिलाओं से वही अपेक्षाएँ है जो प्राचीन समाज में थी। वे इस बात को नजर अदांज कर जाते है कि नारी को दोहरी भूमिका निभानी पड़ती है। विवाह होने के बाद लड़की को अपनी पारिवारिक, सामाजिक व आर्थिक जिम्मेदारियों को निभाना आवश्यक हो जाता है।

इस समय नारी संक्रमण काल से गुजर रही है उसका एक पैर घर से बाहर निकला हुआ है, लेकिन दूसरा अभी भी रसोई की चोखट के अन्दर है। भारतीय नारी अपने सहज निर्मल रूप से दया, त्याग, माधुर्य, सेवा और अगाध विश्वास की प्रतिमा मानी जाती है। भारतीय समाज में माता-पिता को अपनी पुत्रियों के हाथ पीले करने की जल्दी होती है। इसके कारण सर्वे रिपोर्ट के अनुसार, '61 प्रतिशत लड़कियों का विवाह उच्च माध्यमिक शिक्षा या स्नातक की पढ़ाई करते-करते ही हो जाता है। आधुनिक शैक्षिक युग में लड़कियाँ विवाह पश्चात भी उच्च शिक्षा तथा व्यवसायिक शिक्षा प्राप्त कर रही है और इस उपभोक्ता युग में एक आर्थिक शक्ति के रूप में उभर रही है।'

वर्तमान समय में विद्यालय एवं महाविद्यालय में अनगिनत संख्या में विवाहित व अविवाहित छात्राएँ अध्ययनरत् है। वे अपने मन में उच्च आकांक्षाओं एवं कैरियर के प्रति ललक की अभिलाषा को लेकर निरन्तर आगे बढ़ने का प्रयास कर रही है। वे दोहरी घर-परिवार तथा अपनी शिक्षा से संबंधित जिम्मेदारियों को निभाते हुए स्वविकास कर रही है। महाविद्यालयों में अध्ययनरत् लाखों युवा विवाहित व अविवाहित छात्राएँ संघर्षरत है। विवाहित व अविवाहित छात्राएँ जो उच्च शिक्षण संस्थाओं में अध्ययनरत् है उनके ऊपर एक ओर अपने परिवार को संभालने की जिम्मेदारी तथा दूसरी ओर अपने कैरियर, स्वयं के पैरों पर खडे होने की अभिलाषा। इन दोहरी स्थिति के कारण वह कभी-कभी अपने आपको दबाव, तनाव व कुण्ठा ग्रस्त महसूस करती है, सामाजिक, आर्थिक, व्यक्तिगत, कार्य की अधिकता, आकांक्षाओं की पूर्ति न होना, योग्यताओं व क्षमताओं का पूरा विकास न होना आदि से संबंधित दबाव, तनाव व कुण्ठा महसूस करती है।

अनुभूत दबाव, तनाव व कुण्ठा को व्यक्ति कुछ सीमा तक प्रयत्न करके प्रतिबन्धित किया जा सकता है। वह स्वतंत्रतापूर्वक या व्यवहारिक रूप से कोई भी कार्य ठीक ढंग से नहीं कर सकता है, अत: इसके लिए आवश्यक है कि इन दबाव, तनाव व कुण्ठा का प्रबन्धन करे ताकि उस पर प्रतिकूल प्रभाव ज्यादा नहीं पडे।

दबाव – दबाव शब्द का उपयोग पहली बार **हेन्स सेले (1936)** के जीवन विज्ञानों में किया। उनके अनुसार, 'इस शब्द की उत्पत्ति लैटिन शब्द स्टिनजर से हुई है।'

इन साइक्लोपीडिया ऑफ सॉशयल स्ट्रेस (1994),'व्यक्ति के सामने किसी परिस्थिति की मांग बढ़ जाती है और उसकी क्षमता उस मांग का मुकाबला करती है तब दबाव उत्पन्न होता है। यही कभी नकारात्मक रूप भी ले सकता है। इसलिए दबाव भयावह स्थिति उत्पन्न कर सकता है।'

तनाव – तनाव व्यक्ति की शारीरिक और मानसिक दशा है यह उसमें उत्तेजना और असंतुलन उत्पन्न कर देता है एवं उसे परिस्थितियों का सामना करने के लिए क्रियाशील बनाता है। तनाव आधुनिक युग के समाज की बड़ी जटिल समस्या है। अक्सर तनाव में जो घटनाएँ, परिस्थितियाँ होती है, वे व्यक्ति के नियन्त्रण के बाहर होती है। अत: जब कभी भी कोई समस्या हमारे सामान्य जीवनधारा को अस्त व्यस्त कर दे उसे तनाव कहते है। **विकिपीडिया के अनुसार**, 'तनाव मन: स्थिति में अपना विकार है। मन:स्थिति एवं परिस्थिति के बीच असंतुलन एवं असामंजस्य के कारण तनाव उत्पन्न होता है। तनाव एक द्वन्द है जो मन एवं भावनाओं में गहरी दरार पैदा करता है। तनाव अन्य अनेक मनोविकारों का प्रवेश द्वार है। उससे मन अशान्त, भावना अस्थिर एवं शरीर अस्वच्छता का अनुभव करता है। ऐसी स्थिति में हमारी कार्यक्षमता प्रभावित होती है और हमारी शारीरिक व मानसिक विकास मे व्यवधान आता है।'

एलियट के शब्दों में, 'तनाव से अभिप्राय किसी संघर्षात्मक परिस्थितियों से है जो विरोधी या विपरीत मनोवृत्तियों को उत्पन्न करती है।'

कुण्ठा – जब कोई प्राणी बार–बार कोशिश करने पर भी असफल रहता है तो निराश हो जाता है। यह निराशा की स्थिति ही कुण्ठा, नैराश्य, फ्रस्टेशन कहलाती है।

गुड के अनुसार,'कुण्ठा का अर्थ है – किसी इच्छा या आवश्यकता में बाधा पड़ने से उत्पन्न होने वाले संवेगात्मक तनाव।'

शोध के उद्देश्य :

1. कोटा एवं बूंदी जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन करना।
2. कोटा एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन करना।
3. कोटा एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन करना।
4. बूंदी एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन करना।
5. बूंदी एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन करना।
6. बारां एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन करना।

शोध परिकल्पनाएँ :

1. कोटा एवं बूंदी जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
2. कोटा एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
3. कोटा एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
4. बूंदी एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
5. बूंदी एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
6. बारां एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

शोध अध्ययन का परिसीमन :

1. इस अध्याय में कोटा संभाग की छात्राध्यापिकाओं को लिया गया है।
2. यह अध्ययन केवल कोटा संभाग के कोटा, बूंदी, बारां और झालावाड़ जिले तक ही सीमित किया गया है।

तकनीकी शब्दों का परिभाषीकरण :

1. **अनुभूत दबाव –** अनुभूत दबाव वह स्थिति है जिसमें व्यक्ति को कष्ट, प्रतिकूलता, तनाव, खिंचाव, दमन, नुकसान, भय, चिन्ता, दुष्प्रभाव, असुविधा, दुख, पीड़ा, अनावश्यक व्यस्ता जैसी असुखद अनुभूतियाँ होती है।
2. **अनुभूत तनाव –** तनाव व्यक्ति की शारीरिक और मनोवैज्ञानिक दशा है। यह उसमें उत्तोजना और असंतुलन उत्पन्न कर देता है एवं उसे परिस्थिति का सामना करने के लिए क्रियाशील बनाता है।
3. **अनुभूत कुण्ठा –** व्यक्ति की अनेक इच्छाएँ और आवश्यकताएँ होती है वह उनको सन्तुष्ट करने का प्रयास करता है पर यह आवश्यक नहीं कि वह ऐसा करने में सफल ही हो, उसके मार्ग में बाधाएँ आ सकती है, वे बाधाएँ उसकी आशाओं को पूर्ण रूप से या आंशिक रूप से भंग कर सकती है, ऐसी दशा में वह कुण्ठा का अनुभव करता है।

सम्बन्धित साहित्य का अध्ययन :

1. **तोमर, जया (2011)** ने अधिगम में 'समर्थ एंव असमर्थ बालकों का सामाजिक एंव शैक्षिक तनाव का अध्ययन' नामक शीर्षक से अपना शोध किया है जिसके अध्ययन का उद्देश्य अधिगम में असमर्थ छात्र लिखने, पढ़ने, बोलने, गणितीय क्षमताओं एंव तार्किकता सम्बन्धी असमर्थता के कारण का अध्ययन करना था। जिन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि अधिगम में असमर्थ छात्र, लिखने पढने,इ बोलने गणितीय क्षमताओं एंव तार्किकता सम्बन्धी असमर्थता के कारण का अध्ययन करना था। जिन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि अधिगम में असमर्थ छात्र, लिखने पढ़ने, बोलने गणितीय क्षमताओं एंव तार्किकता सम्बन्धी असमर्थता के कारण अपने

शैक्षिक वातावरण में समायोजित नही हो पाते है।

2. **महमूदी अरिन (2012),** ने किशोरों के बीच पारिवारिक वातावरण के प्रकार, आत्मसम्मान तथा समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन किया। इस अध्ययन में 9वीं कक्षा के 560 छात्रों का चयन किया। निष्कर्षों में पता चला कि समायोजन के सभी क्षेत्रों में ईरानी तथा भारतीय छात्रों में काफी अन्तर था। हालाकि स्वास्थ्य और भावनात्मक समायोजन के सम्बन्ध में भारतीय छात्रों को अधिक समायोजित पाया गया साथ ही असामजिक तथा घर के मामलों में भी भारतीय छात्रों को अधिक समायोजित पाया गया।

3. **मनोहर, लाल (2013)** ने, 'माध्यमिक स्तर के आवासीय एवं गैर आवासीय विद्याथियों के शैक्षिक तनाव तथा व्यक्तित्व प्रतिमानों का तुलनात्मक अध्ययन' किया जिसके अध्ययन का उद्देश्य आवासीय एवं गैर आवासीय विद्यार्थियों में आवासीय एवं गैर आवासीय विद्यार्थीयों के शैक्षिक तनाव तथा व्यक्तित्व प्रमिमानो का तुलनात्मक अध्ययन करना। जिन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि गैर आवासीय विद्यार्थी की तुलना में आवासीय विद्यार्थी शैक्षिक तनाव का अधिक सामना करते है।

4. **नितिका एस. और अन्य (2014)** ने, 'उदुपी जिले के चुनिंदा उच्च माध्यमिक विद्यालयों में आत्मबोध और शैक्षणिक दबाव में सह सम्बन्ध का अध्ययन' किया। जिसके अध्ययन के उद्देश्य विद्यार्थियों में शैक्षणिक दवाब के औसत स्तर ज्ञात करना। जिन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि 80.20 प्रतिशत विद्यार्थियों में औसत स्तर का शैक्षणिक दबाव पाया गया। 13.5 प्रतिशत विद्यार्थियों में उच्च स्तर का शैक्षणिक दवाब 6.2 प्रतिशत विद्यार्थियों अति निम्न स्तर का शैक्षणिक दबाव पाया गया।

5. **कुमारावेन, ई. और सेलवराजु, आर. (**2015) ने 'विल्लौर के उच्च माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य और अध्ययन आदतों का उनके परीक्षा दबाव में सम्बन्ध लिंग आधारित विश्लेषण शीर्षक पर अध्ययन' किया। जिसके अध्ययन के उद्देश्य उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में मानसिक स्वास्थ्य, अध्ययन आदतों को एवं परीक्षा दुश्चिंता का औसत स्तर का अध्ययनकरना। जिसके अध्ययन के परिणामस्वरूप पाया गया कि उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में मानसिक स्वास्थ्य, अध्ययन आदतों एवं परीक्षा दुश्चिंता का औसत स्तर पाया गया। शोध में पाया गया माता-पिता परीक्षा के दौरान अपने बच्चों के साथ अधिक निर्देशन और परामर्श करते है और अपनी आवश्यकता पर अधिक ध्यान देते है। अध्ययन आदतों एवं स्वास्थ्य मानसिक स्वास्थ्य केइ लिये माता-पिता और अध्यापकों से स्वास्थ्य सम्प्रेषण के मध्य सकारात्मक सह सम्बन्ध देखा गया।

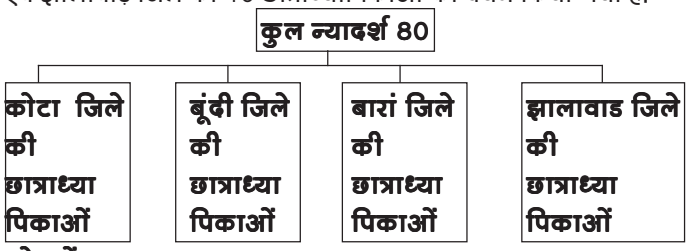
6. **डॉ. बानो अख्तर** (2016) ने, 'माध्यमिक स्तर पर सतत् एवं व्यापक मूल्यांकन आधारित विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक दबाव की स्थिति का अध्ययन।'

उद्देश्य – माध्यमिक स्तर पर सतत् एवं व्यापक मूल्यांकन से विद्यार्थियों के मानसिक दबाव का पता लगाना।

निष्कर्ष – शोध के आधार पर पाया कि सतत् एवं व्यापक मूल्यांकन में 45 प्रतिशत विद्यार्थी मानसिक दबाव का अनुभव करते है चाहे विद्यालय सम्बन्धी दबाव हो, प्राजेक्ट संबंधी दबाव हो या मूल्यांकन संबंधी दबाव हो वह कहीं न कही मानसिक दबाव का अनुभव करता है।

शोध विधि – प्रत्येक अनुसंधानकर्ता अपने शोधकार्य से सम्बन्धित विधि का चयन किया गया ताकि अपने उद्देश्यों को प्राप्त कर सके। प्रस्तुत शोध में समस्या की प्रकृति को ध्यान में रखकर सर्वेक्षण विधि का चयन किया गया है।

शोध में प्रयुक्त न्यादर्श – प्रस्तुत शोध में शोधकर्त्री द्वारा कोटा संभाग का चयन यादृच्छिक विधि से किया गया है। कोटा संभाग में अध्ययनरत शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की एक सूची तैयार की गई जिसमें कोटा संभाग के चार जिलों (कोटा, बूंदी, बारां, झालावाड) के महाविद्यालयों का चयन लॉटरी सिस्टम द्वारा किया गया है। समग्र न्यादर्श के रूप में 80 अध्ययनरत् छात्राध्यापिकाओं को लिया गया है। सौउद्देश्य का प्रयोग करते हुए चयनित महाविद्यालय में से कोटा जिले की 50, बूंदी जिले की 10 बारां जिले की 10 एवं झालावाड़ जिले की 10 छात्राध्यापिकाओं का चयन किया गया है।



शोध में प्रयुक्त चर :

1. **स्वतंत्र चर** – शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों में अध्ययनरत छात्राध्यापिकाएँ
2. **आश्रित चर** – मानसिक स्वास्थ्य

शोध में प्रयुक्त उपकरण

1. **मानसिक स्वास्थ्य परीक्षण माला (MHB)** – मानकीकृत उपकरण (अरूण कुमार सिंह एवं अल्पना सेन गुप्ता)

शोधकार्य हेतु विश्लेषण प्रक्रिया –प्रस्तुत अध्ययन में निम्न सांख्यिकी प्रविधियों का चयन किया जायेगा :

1. मध्यमान
2. मानक विचलन
3. टी-परीक्षण

व्याख्या एवं विश्लेषण –

परिकल्पना 1 कोटा एवं बूंदी जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

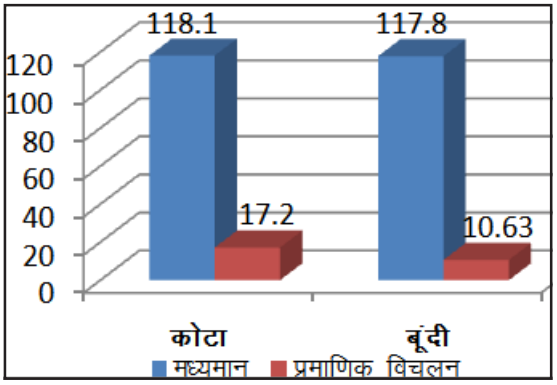
सारणी संख्या 1 (अन्तिम पृष्ठ पर देखे)

व्याख्या एवं विश्लेषण

1. कोटा एवं बूंदी जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक मापनी के प्रदत्तों का मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन क्रमश: 118.10 व 117.80 तथा 17.20 व 10.63 प्राप्त हुआ है।
2. मानसिक स्वास्थ्य मापनी प्रदत्तों के प्राप्त मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन से गणना करने पर टी मूल्य 0.185 प्राप्त हुआ है।
3. मानसिक स्वास्थ्य के प्रदत्तों से प्राप्त टी मूल्य 0.185 स्वतंत्रता की कोटि df = 298 के सार्थकता स्तर 0.05 पर मानक टी मूल्य 1.984 से कम प्राप्त हुआ है। अत: परिकल्पना स्वीकृत की जाती है।

निष्कर्ष – परिकल्पना 1 कोटा एवं बूंदी जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है, को स्वीकृत किया जाता है।

आरेख संख्या 1



परिकल्पना 2 कोटा एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

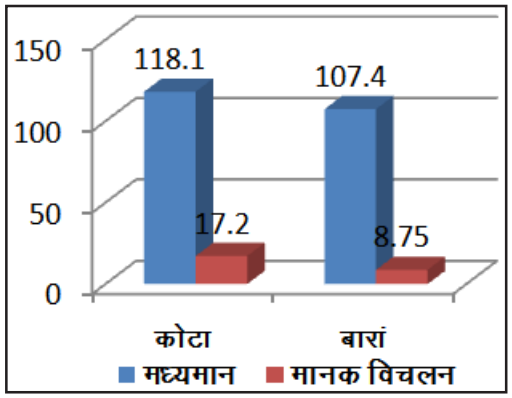
सारणी संख्या 2 (अन्तिम पृष्ठ पर देखे)

व्याख्या एवं विश्लेषण :

1. कोटा एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक मापनी के प्रदत्तों का मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन क्रमश: 118.10 व 107.40 तथा 17.20 व 8.75 प्राप्त हुआ है।
2. मानसिक स्वास्थ्य मापनी प्रदत्तों के प्राप्त मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन से गणना करने पर टी मूल्य 7.147 प्राप्त हुआ है।
3. मानसिक स्वास्थ्य के प्रदत्तों से प्राप्त टी मूल्य 7.147 स्वतंत्रता की कोटि df = 298 के सार्थकता स्तर 0.05 पर मानक टी मूल्य 1.984 से अधिक प्राप्त हुआ है। अत: परिकल्पना को अस्वीकृत किया जाता है।

निष्कर्ष – परिकल्पना 2 कोटा एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।

आरेख संख्या 2



परिकल्पना 3 कोटा एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

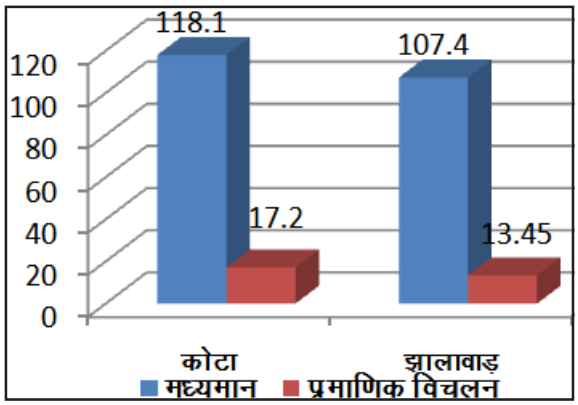
सारणी संख्या 3 (अन्तिम पृष्ठ पर देखे)

व्याख्या एवं विश्लेषण :

1. कोटा एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक मापनी के प्रदत्तों का मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन क्रमश: 118.10 व 107.40 तथा 17.20 व 13.45 प्राप्त हुआ है।
2. मानसिक स्वास्थ्य मापनी प्रदत्तों के प्राप्त मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन से गणना करने पर टी मूल्य 5.681 प्राप्त हुआ है।
3. मानसिक स्वास्थ्य के प्रदत्तों से प्राप्त टी मूल्य 5.681 स्वतंत्रता की कोटि df = 298 के सार्थकता स्तर 0.05 पर मानक टी मूल्य 1.984 से अधिक प्राप्त हुआ है। अत: परिकल्पना को अस्वीकृत किया जाता है।

निष्कर्ष – परिकल्पना 3 कोटा एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।

आरेख संख्या 3



परिकल्पना 4 बूंदी एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

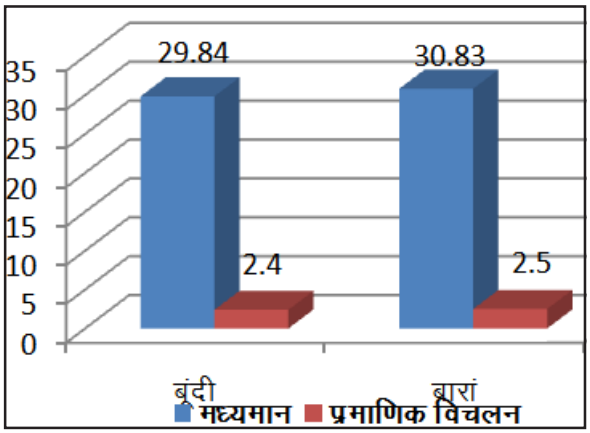
सारणी संख्या 4 (अन्तिम पृष्ठ पर देखे)

व्याख्या एवं विश्लेषण :

1. बूंदी एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक मापनी के प्रदत्तों का मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन क्रमश: 117.80 व 107.40 तथा 10.63 व 8.75 प्राप्त हुआ है।
2. मानसिक स्वास्थ्य मापनी प्रदत्तों के प्राप्त मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन से गणना करने पर टी मूल्य 7.558 प्राप्त हुआ है।
3. मानसिक स्वास्थ्य के प्रदत्तों से प्राप्त टी मूल्य 7.558 स्वतंत्रता की कोटि df = 298 के सार्थकता स्तर 0.05 पर मानक टी मूल्य 1.984 से अधिक प्राप्त हुआ है। अत: परिकल्पना को अस्वीकृत किया जाता है।

निष्कर्ष – परिकल्पना 4 बूंदी एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।

आरेख संख्या 4



परिकल्पना 5 बूंदी एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

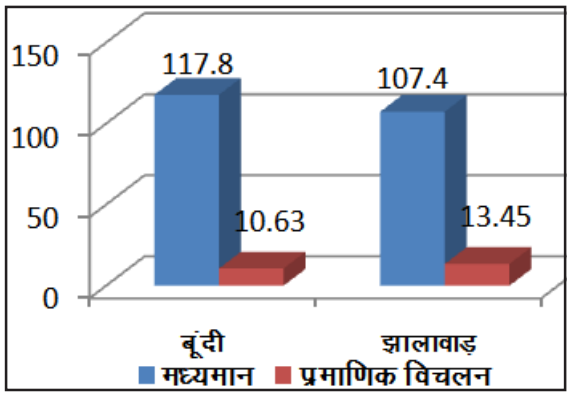
सारणी संख्या 5

व्याख्या एवं विश्लेषण

1. बूंदी एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक मापनी के प्रदत्तों का मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन क्रमश: 117.80 व 107.40 तथा 10.63 व 13.45 प्राप्त हुआ है।
2. मानसिक स्वास्थ्य मापनी प्रदत्तों के प्राप्त मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन से गणना करने पर टी मूल्य 5.834 प्राप्त हुआ है।
3. मानसिक स्वास्थ्य के प्रदत्तों से प्राप्त टी मूल्य 5.834 स्वतंत्रता की कोटि df = 298 के सार्थकता स्तर 0.05 पर मानक टी मूल्य 1.984 से अधिक प्राप्त हुआ है। अत: परिकल्पना को अस्वीकृत किया जाता है।

निष्कर्ष – परिकल्पना 5 बूंदी एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।

आरेख संख्या 5



परिकल्पना 6 बारां एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

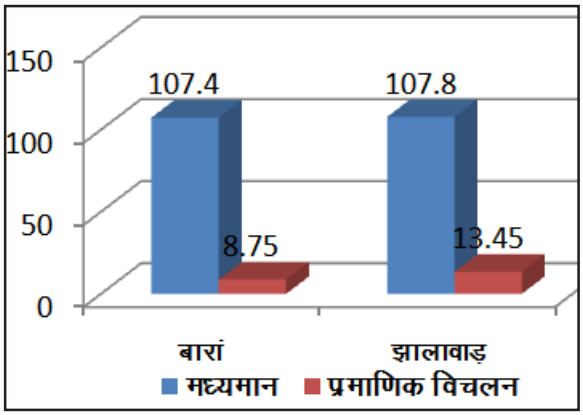
सारणी संख्या 6

व्याख्या एवं विश्लेषण :

1. बारां एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक मापनी के प्रदत्तों का मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन क्रमश: 107.40 व 107.80 तथा 8.75 व 13.45 प्राप्त हुआ है।
2. मानसिक स्वास्थ्य मापनी प्रदत्तों के प्राप्त मध्यमान एवं प्रमाणिक विचलन से गणना करने पर टी मूल्य 0.249 प्राप्त हुआ है।
3. मानसिक स्वास्थ्य के प्रदत्तों से प्राप्त टी मूल्य 0.249 स्वतंत्रता की कोटि df = 198 के सार्थकता स्तर 0.05 पर मानक टी मूल्य 1.984 से कम प्राप्त हुआ है। अत: परिकल्पना को स्वीकृत किया जाता है।

निष्कर्ष – परिकल्पना 6 बारां एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है, को स्वीकृत किया जाता है।

आरेख संख्या 6



शोध अध्ययन के निष्कर्ष :

1. कोटा एवं बूंदी जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है, को स्वीकृत किया जाता है।
2. कोटा एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।
3. कोटा एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।
4. बूंदी एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।
5. बूंदी एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में सार्थक अन्तर है, को अस्वीकृत किया जाता है।
6. बारां एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं में कोई सार्थक अन्तर नहीं है, को स्वीकृत किया जाता है।

शैक्षिक निहितार्थ :

1. **शिक्षकों एवं शिक्षक–प्रशिक्षकों के लिए –** इस अध्ययन से शिक्षक–प्रशिक्षकों को यह समझने में सहायता मिलेगी कि छात्राध्यापिकाएँ

किन मानसिक दबावों और समायोजन समस्याओं का सामना करती हैं। इसके आधार पर वे अधिक सहानुभूतिपूर्ण और सहयोगात्मक शिक्षण पद्धतियाँ अपनाएँगे। साथ ही, वे कक्षा में ऐसा वातावरण बना सकेंगे जहाँ छात्राएँ खुलकर अपनी समस्याएँ व्यक्त कर सकें।

2. **पाठयक्रम विकास के लिए –** इस अध्ययन से यह स्पष्ट होगा कि वर्तमान पाठयक्रम में किन सुधारों की आवश्यकता है। पाठयक्रम में मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन कौशल, व्यक्तित्व विकास एवं जीवन–कौशल से संबंधित विषयों को शामिल किया जा सकता है।

5. **अभिभावकों के लिए –** अभिभावकों को यह समझने में सहायता मिलेगी कि उनकी बेटियों को किन मानसिक एवं सामाजिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इससे वे अधिक सहयोगी और समझदार भूमिका निभा सकेंगे।

6. **शैक्षिक नीति–निर्माताओं के लिए –** यह अध्ययन नीति–निर्माताओं को ऐसी नीतियाँ बनाने में मदद करेगा जो छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य, सुरक्षा और समग्र विकास को प्राथमिकता दें। विशेष रूप से महिला शिक्षा और शिक्षक–प्रशिक्षण संस्थानों के लिए प्रभावी नीतियाँ बनाई जा सकेंगी।

संदर्भ ग्रंथ सूची:–

1. अस्थाना, डॉ. विपिन और अस्थाना, श्वेता, (2008) मनोविज्ञान और शिक्षा में मापन एवं मूल्यांकन, आगरा: अग्रवाल पब्लिकेशंस।
2. अग्रवाल जे. सी. (1901) भारतीय शिक्षा पद्धति की संरचना और समस्याएँ, दिल्ली आर्य बुक डिपो, मेरठ।
3. कपिल एच. के. (2008), सांख्यिकी के मूल तत्व, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।
4. चौबे, एस.पी. मनोविज्ञान अैर शिक्षा, लक्ष्मी नारायण अग्रवाल, आगरा।
5. डॉ. आर. ए. शर्मा (2013) शैक्षिक प्रशासन, मेरठ, आर. लाल बुक डिपो।
6. डॉ. डी. एन. श्रीवास्तव, डॉ. प्रीति वर्मा (2014) मनोविज्ञान और शिक्षा में सांख्यिकी, आगरा, अग्रवाल पब्लिकेशन।

Journals :-

1. बानो, डॉ. अख्तर (Educational Herald Vol. 45 Jan-March 2016), 'माध्यमिक स्तर पर सतत् एवं व्यापक मूल्यांकन आधारित विद्यालयों के विद्यार्थियों की मानसिक दबाव की स्थिति का अध्ययन।'
2. Article in Purusharta : March 2016. By Dwived, Manish Kumar, Singh Pro. S.K. (Head and Dean) Bamaras Hindu University, 'कार्यस्थल पर कर्मिकों के दबाव स्तर पर Yoga Nidra की भूमिका व प्रभावित का पता लगाना।'

Websites -

1. http//www.google.com
2. www.education thesis.com
3. www.shodhaganga.intlibret.ac.in
4. www.rajshiksha.gov.in

सारणी संख्या 1: कोटा एवं बूंदी जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं के प्रदत्तों का टी मूल्य परीक्षण

पक्ष	क्षेत्र	न्यादर्श N	मध्यमान M	प्रमाणिक विचलन SD	टी–मूल्य t	सार्थकता0.05
मानसिक समस्याएँ	कोटा	200	118.10	17.20	0.185	स्वीकृत अर्थपूर्ण
	बूंदी	100	117.8	10.63		

df = N1 + N2 - 2
df =200 + 100 - 2 = 298
df = 298 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर टी मूल्य = 1.984

सारणी संख्या 2: कोटा एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं के प्रदत्तों का टी मूल्य परीक्षण

पक्ष	क्षेत्र	न्यादर्श N	मध्यमान M	प्रमाणिक विचलन SD	टी–मूल्य t	सार्थकता0.05
मानसिक समस्याएँ	कोटा	200	118.10	17.20	7.147	अस्वीकृत/ निरर्थक
	बारां	100	107.40	8.75		

df = N1 + N2 - 2
df =200 + 100 - 2 = 298
df = 298 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर टी मूल्य = 1.984

सारणी संख्या 3 : कोटा एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं के प्रदत्तों का टी मूल्य परीक्षण

पक्ष	क्षेत्र	न्यादर्श N	मध्यमान M	प्रमाणिक विचलन SD	टी–मूल्य t	सार्थकता0.05
मानसिक समस्याएँ	कोटा	200	118.10	17.20	5.681	अस्वीकृत/ निरर्थक
	झालावाड़	100	107.40	13.45		

df = N1 + N2 - 2
df =200 + 100 - 2 = 298
df = 298 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर टी मूल्य = 1.984

सारणी संख्या 4: बूंदी एवं बारां जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं के प्रदत्तों का टी मूल्य परीक्षण

पक्ष	क्षेत्र	न्यादर्श N	मध्यमान M	प्रमाणिक विचलन SD	टी-मूल्य t	सार्थकता0.05
मानसिक समस्याएँ	बूंदी	100	117.80	10.63	7.558	अस्वीकृत/ निरर्थक
	बारां	100	107.40	8.75		

df = N1 + N2 - 2
df =100 + 100 - 2 = 198
df = 298 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर टी मूल्य = 1.984

सारणी संख्या 5: बूंदी एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं के प्रदत्तों का टी मूल्य परीक्षण

पक्ष	क्षेत्र	न्यादर्श N	मध्यमान M	प्रमाणिक विचलन SD	टी-मूल्य t	सार्थकता0.05
मानसिक समस्याएँ	बूंदी	100	117.80	10.63	5.834	अस्वीकृत/ निरर्थक
	झालावाड़	100	107.40	13.45		

df = N1 + N2 - 2
df =100 + 100 - 2 = 198
df = 298 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर टी मूल्य = 1.984

सारणी संख्या 6: बारां एवं झालावाड़ जिलों के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की छात्राध्यापिकाओं की शिक्षा से सम्बन्धित मानसिक समस्याओं के प्रदत्तों का टी मूल्य परीक्षण

पक्ष	क्षेत्र	न्यादर्श N	मध्यमान M	प्रमाणिक विचलन SD	टी-मूल्य t	सार्थकता0.05
मानसिक समस्याएँ	बारां	100	107.40	8.75	0.249	स्वीकृत अर्थपूर्ण
	झालावाड़	100	107.80	13.45		

df = N1 + N2 - 2
df =100 + 100 - 2 = 198
df = 298 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर टी मूल्य = 1.984

****