

International Journal of Multidisciplinary Trends

E-ISSN: 2709-9369

P-ISSN: 2709-9350

www.multisubjectjournal.com

IJMT 2022; 4(2): 33-36

Received: 04-06-2022

Accepted: 10-07-2022

डॉ. शुभा.पी.कांडपाल

शोध निर्देशिका, एसोसिएट प्रोफेसर,
बी.एड. विभाग, एम.बी.जी.पी.जी.
कॉलेज, हल्द्वानी नैनीताल, कुमाऊं
विश्वविद्यालय नैनीताल, उत्तराखंड,
भारत

विनीता

शोधार्थी, पी.एच.डी छात्रा
शिक्षा शास्त्र, एम.बी.जी.पी.जी.
कॉलेज, हल्द्वानी, नैनीताल, कुमाऊं
विश्वविद्यालय नैनीताल, उत्तराखंड,
भारत

Corresponding Author:**डॉ. शुभा.पी.कांडपाल**

शोध निर्देशिका, एसोसिएट प्रोफेसर,
बी.एड. विभाग, एम.बी.जी.पी.जी.
कॉलेज, हल्द्वानी नैनीताल, कुमाऊं
विश्वविद्यालय नैनीताल, उत्तराखंड,
भारत

उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का आध्यात्मिक बुद्धि के संदर्भ में अध्ययन

डॉ. शुभा. पी. कांडपाल एवं विनीता**सारांश**

उच्च माध्यमिक स्तर वह कड़ी है जहाँ पहुँचते ही छात्र अपनी शिक्षा के प्रति जागरूक कहने लगते हैं और उनमें किसी विषय को समझने की योग्यता का विकास होने लगता है। इस स्तर में अध्ययनरत छात्र किशोरावस्था में होते हैं। इस अवस्था कि विडम्बना होती है कि बालक स्वयं को बड़ा समझते हैं और बड़े उसे छोटा समझते हैं। किशोर विद्यार्थी अंतर्मुखी और बहिर्मुखी व्यक्तित्व वाले होते हैं। कतिपय किशोरों के माता पिता ऐसे होते हैं जो उन पर दबाव डालते हैं कि आपको उच्चतम अंक प्राप्त करने हैं। ऐसे में उनके समक्ष समायोजन की समस्या उभरती है। अतः उनके मानसिक स्वास्थ्य पर तीव्र प्रभाव पड़ता है और किशोर भ्रमि अवस्था का शिकार हो जाता है। ऐसी परिस्थिति में किशोर अकेलापन, लज्जाशील, तनाव, अल्पभासी, भय, अपराध, बोध, घबराहट, भ्रम, क्रोध आदि प्रकृति के हो जाते हैं। मानव मस्तिष्क में मन और मस्तिष्क का महत्वपूर्ण स्थान है। मन और मस्तिष्क का स्वस्थ रह कर कार्य करने की क्षमता बनाए रखना ही मानसिक स्वास्थ्य है। मानसिक स्वास्थ्य के अभाव में व्यक्ति के विकास का मार्ग कुंठित हो जाता है। माध्यमिक स्तर में विद्यार्थी के मानसिक स्वास्थ्य पर आध्यात्मिक बुद्धि का सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। अतः प्रस्तुत अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया गया है कि क्या उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर आध्यात्मिक बुद्धि का प्रभाव पड़ता है अथवा नहीं।

कुटशब्द: उच्च माध्यमिक स्तर, मानसिक स्वास्थ्य, आध्यात्मिक बुद्धि**प्रस्तावना**

उच्च माध्यमिक शिक्षा उच्च शिक्षा के लिए मार्ग प्रशस्त करती है। यदि प्राथमिक शिक्षा ज्ञान प्राप्ति कि आधारशिला है और उच्च शिक्षा ज्ञान का अंतिम लक्ष्य है तो उच्च माध्यमिक शिक्षा इन दोनों के मध्य की कड़ी है। इस स्तर पर छात्र किशोरावस्था में होते हैं। इस अवस्था में बालक अपने वातावरण, सामाजिक, आर्थिक स्तर तथा परिवार के साथ समायोजन में कठिनाई अनुभव करता है तथा विभिन्न असामान्य व्यवहारों को दर्शाता है क्योंकि वह मानसिक रूप से असंतुलित होते हैं जिनका प्रभाव उनके व्यवहार में दृष्टिगोचर होता है। यह व्यवहार उनकी मानसिक अस्वस्थता को दर्शाता है। मानसिक रूप से अस्वस्थ विद्यार्थी का ध्यान शिक्षा से हटता जाता है और वह शिक्षा के क्षेत्र में पिछड़ता जाता है तथा शैक्षिक उपलब्धियों को प्राप्त करने में असफल रहता है। विपरीत परिस्थितियाँ विद्यार्थी में मानसिक तनाव उत्पन्न करती हैं जिससे उनमें चिंता, कुंठा, तनाव, निराशा उत्पन्न हो जाती है और उसका रुझान शिक्षा से हटकर असामाजिक क्रियाओं में लगने लगता है। जहोदा (1958), विंग (1979) आदि मनोवैज्ञानिकों का मत है कि "मानसिक स्वास्थ्य से तात्पर्य मानसिक रोग की अनुपस्थिति से होता है। इन मनोवैज्ञानिकों का मत है कि मानसिक स्वास्थ्य एक तरह का समायोजी व्यवहार है जो व्यक्ति को जिन्दगी के सभी प्रमुख क्षेत्रों जैसे, सांवेगिक, सामाजिक एवं शैक्षिक आदि में समायोजन करने में मदद करता है। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति या छात्र अपने व्यक्तित्व के विभिन्न इच्छाओं, आवश्यकताओं, शीलगुणों आदि के बीच एक जैसा सामंजस्य रखता है कि सभी क्षेत्र में एक संतोषजनक समायोजी व्यवहार करने में समर्थ हो पाता है"। इसलिए यदि विद्यार्थियों को छोटी उम्र से ही अभ्यास और एकाग्रता की विधि सिखाई जाए तो उनका शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक रूप से उनका विकास बेहतर होगा। आध्यात्मिक बुद्धि विद्यार्थी में एक नए स्तर की चेतना विकसित करती है जो मानव को अधिक आंतरिक शांति और खुशी प्रदान करेगी। यह वह बुद्धि है जिसके अर्थ और मूल्य की समस्याओं को हल किया जाता है। आध्यात्मिक बुद्धि कामकाज और अनुकूलन की भविष्यवाणी करती है और क्षमताओं को प्रदान करती है जो विद्यार्थियों को समाधान करने और लक्ष्य को प्राप्त करने में सक्षम बनाती है। जोहर एवं मार्शल इआन (2009) ने अपनी पुस्तक "स्परिचुअल इंटेलिजेंस द अल्टीमेट इंटेलिजेंस" में आध्यात्मिक बुद्धि को निम्न प्रकार से स्पष्ट किया है। (अ) आध्यात्मिक बुद्धि का अर्थ मात्र धार्मिकता से ओतप्रोत होना नहीं समझा जाना चाहिए। यह तो मानव मस्तिष्क मन तथा आत्मा की आंतरिक योग्यता तथा क्षमता है। (ब) आध्यात्मिक बुद्धि ही यह बुद्धि है जो हम क्या है, क्यों है, हमारे जीवन का क्या लक्ष्य है

तथा उसके क्या आदर्श और मूल्य है आदि प्रश्नों के उत्तर ढूंढने में कार्यरत रहती है। (स) यही यह बुद्धि है जो हमारी संज्ञानात्मक तथा संवेगात्मक बुद्धि को एक उचित प्रकार की दशा और दिशा प्रदान कर उन का सर्वोत्तम उपयोग करने में हमारी मदद करती है ताकि हम अपनी प्रतिभाओं द्वारा अपने तथा दूसरों के जीवन को खुशहाल बनाए रखने में सफल हो सकें। (द) आध्यात्मिक बुद्धि पूरी तरह सार्वभौमिक होती है। यह दुनिया के किसी भी कोने में किसी भी कोने में किसी भी जाति, धर्म, वर्ग या लिंग के व्यक्तियों में पाई जाती है। जो लोग अपने लिए तथा दूसरों के लिए जीते हैं। ऐसे सज्जन सहृदयी व्यक्तियों में इसकी बहुतायत मिलती है।

बंजारी तस्करी और अन्य (2012) में हाईस्कूल में आध्यात्मिक बुद्धि और खुशी के बीच संबंध का अध्ययन किया। अध्ययन के परिणामों से पता चला कि आध्यात्मिक बुद्धि और खुशी के बीच में औसत सहसम्बन्ध है। कौर (2013) ने शिक्षकों की आध्यात्मिक बुद्धि और नौकरी से संतुष्टि के बीच एक महत्वपूर्ण सकारात्मक संबंध के स्तर का अध्ययन किया। सरकारी और निजी माध्यमिक विद्यालय के शिक्षकों की आध्यात्मिक बुद्धि के बीच एक महत्वपूर्ण अंतर पाया जाता है लेकिन सरकारी और निजी माध्यमिक विद्यालय के शिक्षकों की नौकरी की संतुष्टि के बीच निम्न अंतर पाया जाता है। अध्ययन में यह भी संकेत दिया गया कि आध्यात्मिक बुद्धि और नौकरी की संतुष्टि लिंग से प्रभावित नहीं होती है। देवली सी. पी. और डिमरी, जया (2014) ने 11वीं और 12वीं कक्षा के लड़के और लड़कियों के मानसिक स्वास्थ्य की जांच करते हैं जो विभिन्न सामाजिक आर्थिक स्तर से संबंधित हैं। परिणाम में दिखाया जाएगा कि उच्च या निम्न सामाजिक आर्थिक स्तर पर सभी का मानसिक स्वास्थ्य समान होगा। अंजुम (2015) ने व्यवसायिक और गैर व्यवसायिक पाठ्यक्रमों के छात्रों की तुलना आध्यात्मिक बुद्धि शैक्षणिक तनाव, जीवन संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य के आधार पर की गई थी। निष्कर्ष में पाया गया कि व्यावसायिक पाठ्यक्रमों के छात्रों ने अपेक्षाकृत निम्न स्तर की आध्यात्मिक बुद्धि, शैक्षणिक तनाव तथा बेहतर स्वास्थ्य प्रदर्शित किया। इसके विपरीत गैर व्यवसायिक पाठ्यक्रमों के छात्रों ने उच्च स्तर के आध्यात्मिक बुद्धि शैक्षणिक तनाव और खराब मानसिक स्वास्थ्य प्रदर्शित किया। श्री वास संदीप कुमार (2016) ने माध्यमिक स्तर के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। इस अध्ययन के निष्कर्ष में पाया गया कि मानसिक स्वास्थ्य के अत्यधिक उच्च स्तर पर 0.8 प्रतिषत ही छात्र है तथा 62 प्रतिषत छात्रों का ही मानसिक स्वास्थ्य औसत था जो उनके समुचित विकास हेतु उपयुक्त नहीं है।

विभिन्न मनः स्थितियाँ जैसे मानसिक तनाव और अस्वस्थता, व्यक्तित्व, असंतुलन, संवेगात्मक परिपक्वता, मानसिक अस्वस्थता आदि व्यक्ति के आचरण, व्यवहार, मानसिक, शैक्षिक उपलब्धि तथा सामंजस्य की विसंगतियाँ उसका व्यवहार तथा शिक्षा में प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से परिलक्षित होती है। अतः उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का आध्यात्मिक बुद्धि के संदर्भ में अध्ययन करना आवश्यक है।

उद्देश्य

1. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।
2. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।
3. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।

4. सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।
5. गैर-सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।

परिकल्पनाएँ

1. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं है।
2. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं है।
3. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं है।
4. सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं है।
5. गैर-सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं है।

शोध विधि

शोध कार्य के अंतर्गत समस्या के उद्देश्य की प्राप्ति के लिए वर्णात्मक अनुसंधान की सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया। न्यादर्श उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत कुल 120 विद्यार्थियों (60 छात्र एवं 60 छात्राएँ) का चयन किया गया है जिसमें सरल यादृच्छिक न्यादर्श विधि का प्रयोग किया गया।

उपकरण एवं सांख्यिकी

प्रस्तुत अध्ययन में आंकड़ों के संग्रहण के लिए निम्न शोध उपकरणों का प्रयोग किया गया।

- मानसिक स्वास्थ्य बैटरी प्रपत्र (अरुण कुमार सिंह एवं अल्पना सेन)
- आध्यात्मिक बुद्धि प्रपत्र (के. एस. मिश्रा)

प्रस्तुत अध्ययन में परिकल्पनाओं का परीक्षण करने तथा निष्कर्ष प्राप्त करने के लिए पियर्सन सहसंबंध गुणांक विधि का प्रयोग किया गया।

विश्लेषण एवं व्याख्या

तालिका 1: उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य सहसंबंध गुणांक का प्रदर्शन

आश्रित चर	वर्ग	संख्या	df	सहसंबंध	परिणाम
भावनात्मक स्थिरता	विद्यार्थी	120	118	0.025	असार्थक
समग्र समायोजन	विद्यार्थी	120	118	0.187'	सार्थक
स्वायत्तता	विद्यार्थी	120	118	0.054	असार्थक
सुरक्षा-असुरक्षा	विद्यार्थी	120	118	0.111	असार्थक
स्व-अवधारणा	विद्यार्थी	120	118	0.026	असार्थक
बुद्धि	विद्यार्थी	120	118	0.057	असार्थक

0.05'सार्थकता स्तर

उपरोक्त तालिका संख्या 1 में उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य सहसंबंध को प्रदर्शित किया गया है। स्वतंत्रता अंश (df) 118 पर

2. उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्राओं के 6 मानसिक स्वास्थ्य आयामों भावनात्मक स्थिरता, समग्र समायोजन, स्वायत्तता, सुरक्षा-असुरक्षा, अवधारणा, बुद्धि आयामों में कोई सार्थक सहसंबंध नहीं पाया गया है। अतः सहसंबंध के मान के आधार पर यह कहा जा सकता है कि भावनात्मक स्थिरता, स्व-अवधारणा, सुरक्षा-असुरक्षा आयामों में छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य पर आध्यात्मिक बुद्धि का नकारात्मक रूप से अल्प प्रभाव पड़ता है तथा समग्र समायोजन, स्वायत्तता आयामों में आध्यात्मिक बुद्धि का सकारात्मक रूप से अल्प प्रभाव पड़ता है।
3. समग्र समायोजन आयाम में उच्च माध्यमिक स्तर में अध्ययनरत छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि में निम्नकोटि का सार्थक सकारात्मक सहसंबंध पाया गया है जिससे स्पष्ट होता है कि आध्यात्मिक बुद्धि के बढ़ने से समग्र समायोजन बढ़ता है। भावनात्मक स्थिरता, सुरक्षा-असुरक्षा, स्व-अवधारणा, स्वायत्तता, बुद्धि तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं पाया गया है।
4. सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के भावनात्मक स्थिरता, स्वायत्तता, समग्र समायोजन, सुरक्षा-असुरक्षा व स्व-अवधारणा, बुद्धि आयामों में मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सार्थक सहसंबंध नहीं पाया गया है। सहसंबंध के मान के आधार पर यह कहा जा सकता है कि भावनात्मक स्थिरता, समग्र समायोजन, स्वायत्तता, सुरक्षा-असुरक्षा, बुद्धि आयामों में सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर आध्यात्मिक बुद्धि का सकारात्मक रूप से अल्प प्रभाव पड़ता है तथा स्व अवधारणा आयाम में आध्यात्मिक बुद्धि का नकारात्मक रूप से प्रभाव पड़ता है।
5. समग्र समायोजन आयाम में गैर सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि में निम्न कोटि का सार्थक सकारात्मक सहसंबंध पाया गया है जिससे स्पष्ट होता है कि आध्यात्मिक बुद्धि के बढ़ने से समग्र समायोजन बढ़ता है। गैर सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों के भावनात्मक स्थिरता, स्वायत्तता, सुरक्षा-असुरक्षा, स्व-अवधारणा, बुद्धि आयामों में मानसिक स्वास्थ्य तथा आध्यात्मिक बुद्धि के मध्य कोई सहसंबंध नहीं पाया गया है।

शैक्षिक निहितार्थ

शिक्षा के संदर्भ में: आज शिक्षा के क्षेत्र में हर कोई आगे बढ़ना चाहता है उनमें एक दूसरे से आगे निकलने की होड़ लगी रहती है जिसके चलते उनमें मानसिक तनाव, श्रम, चिड़चिड़ापन भय बना हुआ रहता है। अतः आध्यात्मिक बुद्धि के द्वारा योग, ध्यान, प्रार्थना, गतिविधियों आदि के द्वारा उनमें मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखा जा सकता है।

शिक्षकों के संदर्भ में: शिक्षकों को विद्यालय की दैनिक गतिविधिया करानी होती है तथा साथ ही विद्यार्थियों की समस्याओं का समाधान करना होता है। उन्हें अपने व्यवहारों भावनात्मक संवेगों को नियंत्रित करना होता है। शिक्षकों को चाहिए कि वह विभिन्न आध्यात्मिक बुद्धि को विकसित कर अपनी शारीरिक, मानसिक परेशानियों को दूर कर सकें तथा आध्यात्मिक बुद्धि का विद्यार्थियों के शैक्षिक विकास पर पड़ने वाले प्रभाव को जान सकें।

विद्यालय प्रशासन के संदर्भ में: इस शोध कार्य से विद्यालय प्रशासन को यह दिशा मिलेगी कि वह अपने विद्यालय में विद्यार्थियों को आध्यात्मिक बुद्धि के महत्व आस्था, विनम्रता,

भावनाओं, सदाचार, नैतिक आचरण हेतु अभिप्रेरित करे तथा प्रतिदिन विद्यालय में प्रार्थना, ध्यान, योगाभ्यास को समय सारणी में स्थान दे जिससे उनका बेहतर हो सके।

पाठ्यक्रम निर्माताओं के संदर्भ में: पाठ्यक्रम निर्माताओं को भी चाहिए कि वह विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए ऐसे विषयों व क्रियाओं को समिलित करे जिससे छात्र गतिविधियों, ध्यान, योग, मूल्या आदि के द्वारा सीख सकें तथा जिससे उनका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर हो सके।

समाज के संदर्भ में: विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने हेतु आध्यात्मिक वृद्धि दूसरे की भावनाओं को पहचानने की क्षमता, अलग-अलग भावनाओं के विचार और उन्हें उचित रूप से स्तरीकृत करना, सोच और व्यवहार मार्ग दर्शन करने के लिए सामूहिक गतिविधियों में भाग दिलाकर उनके संदेशों को नियंत्रित करने, समायोजन करने हेतु अभिप्रेरित करती है।

संदर्भ सूची

1. Zohar D, Marshall I. Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence. London: BloomsburyPublishing; 2000.
2. Lal Raman Bihari, Avam Manav, Ramnivas. Shiksha manovigyan. Pratham sanskaran. Meerut: Rastogi Publications; c2004-05.
3. Babanazari L, Askari P, others. Spiritual Intelligence and Happiness for Adolescents in High School Life Sci Journal. 2012;9:3.
4. Shabani J, Hassan SA, Baba M. Moderating Influence of Gender on the Link of Spiritual and Emotional Intelligences with Mental Health among Adolescents. Life Science Journal. 2011;8(1):106-112.
5. Kaur. Spiritual Intelligence of Secondary School Teachers in Relation to their job Satisfaction International Journal of Educational Research and Technology. 2013;4:104-109.
6. Deoli CP, Dimri Jaya. Mental health of students at different level of Socio-Econome States Indian Journal of psychometry and education. 2014;45(1):51-53.
7. Anjum 5. influence od academic stress, spiritual intelligence and life catsfiction mental health among students of professional and non professional courses. Unpublished them department of physiology, Aligarh muslim university, 2015.
8. Shrivias, Sandeep Kumar. Madhyamik str ke Chhatro ke mansik Swasthya ka adhyan karna Indian Streams Research Journal. 2016;6:11. ISSN 2230-7850.
9. Dr. Gangal Meenu. Uch avam niman aadhyatmic budhi wale M.ed vidhyarthyon ki adhigam shailiyan, UGC approved journal. 48514, ISSN 2249-894X. 2018;7:11.