## अध्याय : पंचम

# सारांश एवं निष्कर्ष

**5.1 प्रस्तावना:-**

सारांश किसी भी अध्ययन को संक्षिप्त करने का प्रयास होता है जिसके द्वारा अध्ययाय को संक्षिप्त व सरल रुप में समझा जाता हैं। इस अध्याय से लघुशोध का संरांश एवं अध्याय 4 में दिये गए प्रदत्तों के विश्लेषण से प्राप्त निष्कर्ष को प्रस्तुत किया गया है। साथ ही साथ संबंधित अध्ययन को विभिन्न क्षेत्रों में कार्य के लिए सुझाव भी देने का प्रयास किया गया है।

अध्ययन के क्षेत्र में माध्यमिक स्तर पर कक्षा 9 वीं तथा 10 वीं के छात्र एवं छात्राओं के बीच मानसिक तनाव के बारे में जानकारी प्राप्त हुई है तथा मानसिक तनाव के प्रमुख कारण क्या है इसका पता लगाया गया है। इस हेतु उपकरण छात्र दबाव मापनी (5 पाइंट लिकर्ट स्केल ) का उपयोग किया गया है।

**5.2 सारांश:-**

विद्यार्थी देश के भविष्य होते है अत: इस परिवर्तन का प्रभाव उन पर किस प्रकार है यह ज्ञात करना एक अत्यन्त महत्वपूर्ण विषय बन जाता है इसके अतिरिक्त यदि हमें आज के सामाजिक परिवर्तन की यथार्थता एवं सार्थकता का अनुसांधन करना हो तो निश्चित रुप से सबसे पहले हमें यह देखना होगा कि आज के विद्यार्थी किस प्रकार भिन्न है।

प्रस्तुत अध्ययन में माध्यमिक विद्यालयों के कक्षा 9वी एवं 10 वी में अध्ययनरत विद्यार्थियों का चयन किया गया है विद्यार्थियों का चयन बालक तथा बालिका समूह के आधार पर किया गया है। उक्त अध्ययन में उन छात्र एवं छात्राओं को रखा गया है। जो विद्यालयों में उपस्थित थे, उन विद्यार्थियों के मानसिक-तनाव को स्पष्ट रुप से समझने के लिए यह अध्ययन शोधकर्ता द्वारा गहराईपूर्वक किया गया ।

**5.3 समस्या कथन:-**

माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में मानसिक तनाव का तुलनात्मक अध्ययन।

**5.4 अध्ययन का उद्देश्य :-**

1.माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत विद्यार्थियों के घर से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर अंतर ज्ञात करना ।

2.माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत विद्यार्थियों के समाज से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर अंतर ज्ञात करना ।

3. माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत विद्यार्थियों के स्कूल से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर अंतर ज्ञात करना ।

4. माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत विद्यार्थियों के व्यक्तिगत से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर अंतर ज्ञात करना ।

**5.5 अध्ययन की परिकल्पनाएँ:-**

1.माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत विद्यार्थियों के घर से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर सार्थक अंतर नही है।

2.माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत विद्यार्थियों के समाज से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर सार्थक अंतर नही है।

3.माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत विद्यार्थियों के स्कूल से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर सार्थक अंतर नही है।

4.माध्यमिक विद्यालयों मे अध्ययनरत के विद्यार्थियों के व्यक्तिगत से सम्बन्धित मानसिक तनाव में लिंग भेद के आधार पर सार्थक अंतर नही है।

**5.6 अध्ययन प्रविधि तथा प्रारुप :-**

प्रस्तुत अध्ययन के लिए माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों की यथास्थिति विवरण जानना आवश्यक था। अत: विवरणात्मक सर्वेक्षण प्रारुप का उपयोग किया गया । उचित न्यादर्श चुनने के पश्चात उपयुक्त उपकरण के माध्यम से यह सर्वेक्षण किया गया।

**5.7 जनसंख्या एवं प्रतिदर्श :-**

भोपाल जिले के निजी विद्यालयों में माध्यमिक स्तर पर कक्षा 9 वी 10 वी के विद्यार्थियों को प्रतिदर्श हेतु चुना गया। इस हेतु 50 बालिकाएँ एवं 50 बालकों को लिया गया ।

**5.8 उपकरण :-**

इस अध्ययन में मानसिक तनाव के मापन हेतु डॉ. करुणा शंकर मिश्र एवं डॉ. सत्य प्रकाश पाण्डेय द्वारा विकसित की गयी छात्र-दबाव मापनी (2013) का उपयोग किया गया।

**5.9 अध्ययन का परिसीमन:-**

व्यक्तिगत शोधकर्ता होने के नाते सामर्थ्य को ध्यान में रखते हुए प्रस्तुत अध्ययन का निम्नलिखित प्रकार से परिसीमन किया गया।

1.प्रस्तुत अध्ययन में भोपाल जिले के निजी विद्यालय का चयन प्रतिदर्श में किया गया।

2.केन्द्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड द्वारा मान्यता प्राप्त माध्यमिक विद्यालयों के कक्षा 9 वीं एवं 10 वीं में अध्ययनरत विद्यार्थियों को शोध में सम्मिलित किया गया ।

3.अध्ययन में तुलना हेतु 50 बालक एवं 50 बालिकाओं को लिया गया।

**5.10 निष्कर्ष:-**

अध्ययन के परिणामों एवं उससे सम्बन्धित विचार-विमर्श के आधार पर निम्नलिखित निष्कर्ष तक पहुँचना सम्भव पाया गया है-

1.माध्यमिक विद्यालयों (कक्षा 9 वीं एवं 10 वीं) में अध्यनरत बालक एवं बालिकाओं के मध्य मानसिक तनावों के विभिन्न क्षेत्रों जैसे- घर, स्कूल, समाज एवं व्यक्तिगत में सार्थक अन्तर पाया गया।

2.माध्यमिक विद्यालय (कक्षा 9 वीं एवं 10 वीं) में अध्ययनरत मानसिक तनाव के घर से सम्बन्धित आयाम के अन्तर्गत विद्यार्थियों के बीच दोनों विश्वास स्तरों (0.01, 0.05पर) सार्थक अन्तर पाया गया तथा स्कूल सें सम्बन्धित तनाव में भी दोनों समूहों में 0.01, 0.05 स्तरों पर सार्थक अन्तर पाया गया। व्यक्तिगत एवं सामाजिक तनावों में भी दोनों समूहों के बीच 0.01, 0.05 स्तरों पर सार्थक अन्तर पाया गया।

3. घर से, समाज से, स्कूल से तथा व्यक्तिगत संबंधी तनाव बालक वर्ग में बालिका वर्ग से अधिक पाया गया।

## 5.11 शोध का शैक्षिक निहितार्थ :-

मानसिक तनाव के संदर्भ में हमें शोध के परिणाम से ज्ञात होता है कि मानसिक-तनावों के चारों क्षेत्रों घऱ, समाज, स्कूल, व्यक्तिगत (स्वयं) में बालक तथा बालिकाओं के मध्य सार्थक अन्तर पाया गया।

उपरोक्त चारों प्रकार के तनावों में बालक में तनाव को कम करने के लिए परिवार के स्तर पर बालकों के साथ सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार तथा माता-पिता द्वारा बालकों पर ध्यान दिया जाना, समय-समय पर उचित निर्देशन विधि अपनाकर सही-गलत का ज्ञान प्रदान करना तथा माता-पिता व अन्य सदस्यों को बालक के साथ मित्रवत व्यवहार उन्हें ( उनकी समस्याओं नये विचारों , सुझावों कल्पानाओं ) ध्यानपूर्वक सुना जाना तथा सही कार्यों के लिए अभिप्रेरणा तथा अनुशासन की भावना का विकास न तों अधिक लाड़-प्यार और न ही अनावश्यक दबाव इत्यादि करना चाहिए तथा विद्यालय स्तर पर पाठशाला का स्वस्थ, शान्त व अनुकूल वातावरण हो, नियमित व निश्चित सीमाओं के अन्तर्गत बालकों को स्वतंत्रता प्रदान किया जाना तथा विद्यालयों में खेल व मनोरंजन के साधनों की उपलब्धता, पाठ्यक्रम सहभागी भाग लेने के लिए अभिप्रेरित करना, व्यक्तिगत विभिन्नता पर आधारित शिक्षण-विधियों का प्रयोग, अध्यापकों का सहयोगात्मक व्यवहा , परीक्षा-प्रणाली में परिवर्तन, गलत काम किये जाने पर दण्ड की अपेक्षा प्रेमपूर्वक ढंग से समझाना , उनकी जिज्ञासाओं का दमन न करें, एन.सी.सी., स्काउटिंग-गाइडिंग आदि में भाग लेने के लिए प्रोत्साहन देना आदि तथा समाज का बालकों के प्रति यह कर्तव्य बनता है कि उनके पठन-पाठन हेतु पुस्तकालयों की व्यवस्था करें, बच्चों के लिए खेल व मनोरंजन के स्वस्थ वातावरण का विकास करें तथा बालकों के लिए सामूहिक संघों का निर्माण करें।

अत: उपरोक्त बातों के अलावा सरकारी स्तर पर भी छात्रों में तनाव को कम करने का प्रयास किया जाना चाहिए। वर्तमान केन्द्रीय मानव संसाधन मंत्री ने जो माध्यमिक स्तर पर ग्रोडिंग स्तर लागू की है वह स्वागत योग्य कदम है।

## 5.12 भावी अनुसंधान हेतु सुझाव :–

प्रस्तुत अध्ययन से सम्बन्धित परिणाम तथा उनके आधार पर प्राप्त निष्कर्षों को ध्यान में रखते हुए इन अनुसंधान क्षेत्रों में शोधकार्य करने हेतु निम्नलिखित सुझाव दिया जा सकते है-

1.वर्तमान अनुसंधान का कार्यक्षेत्र केवल भोपाल जिले तक ही सीमित था इसे मण्डलीय स्तर पर या प्रान्तीय स्तर पर उचित अनुसंधान विधि प्रारुप को अपनाते हुए पुन: शोध किया जा सकता है।

2.वर्तमान अनुसंधान का कार्यक्षेत्र केवल भोपाल जिले के माध्यमिक विद्यालयों के प्रदत संकलित किया गया था। अधिक विश्वसनीय परिणाम प्राप्त करने के लिए शहरों के अन्य विद्यालयों और गाँवों के विद्यालयों को भी प्रतिदर्श में सम्मिलित किया जा सकता है। इससे इन चारों के सम्बन्ध में शहरी तथा ग्रामीण भेद भी ज्ञात हो सकेंगें।

3.प्रस्तुत अध्ययन में माध्यमिक  स्तर के कक्षा 9वीं एवं 10वीं में अध्ययनरत बालक एवं बालिका वर्ग  के विद्यार्थियों को ही चयनित किया गया है। भविष्य में किया जाने वाले शोध को व्यापक बनाने हेतु विज्ञान एवं कला वर्ग के विद्यार्थियों को भी शामिल किया जा सकता है एवं अन्य वर्गों (कृषि, वाणिज्य इत्यादि) के विद्यर्थियों को भी शामिल किया जा सकता है।

4.वर्तमान अध्ययन केवल माध्यमिक विद्यालय के कक्षा  9वीं एवं 10वीं में अध्ययनरत विद्यार्थियों विशेषकर प्राथमिक, उच्चतर माध्यमिक तथा स्नातक स्तर के विद्यालयों के विद्यार्थियों के सह-सम्बन्ध में इस अनुसंधान प्रक्रिया का पुन: उपयोग बहुत ही महत्वपूर्ण परिणाम प्रस्तुत कर सकता है। जो शिक्षा के सार्वजनीकरण की माँग को प्रभावकारी ढँग से पूरा करने में अत्यन्त उपयोगी हो सकता है।

5.माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों में इन परिवर्तनों के प्रभाव का अध्ययन विस्तृत प्रतिदर्श और अधिक नये कृत प्रारुप का उपयोग करते हुए किया जा सकता है।

6.वर्तमान अध्ययन में, मानसिक-तनाव को ही शामिल किया गया है, इसके अलावा अन्य प्रभावी चरों  जैसे- व्यक्तित्व, अभिप्रेरणा, आकांक्षा-स्तर आदि को लेकर भी शोध किया जा सकता है।