The Academic
International Journal of Multidisciplinary Research

An Online Peer Reviewed / Refereed Journal
Volume 3 | Issue 5 | May 2025
ISSN: 2583-973X (Online)
Website: www.theacademic.in

विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता का किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य और समस्या समाधान क्षमता पर प्रभाव: एक अध्ययन

नरेन्द्र

शोधार्थी, सनराईज विश्वविद्यालय, अलवर, राजस्थान

E-mail- Ntamtag@gmail.com

ARTICLE DETAILS

Research Paper

Accepted: 26-05-2025

Published: 10-06-2025

Keywords:

मानसिक स्वास्थ्य, भावनात्मक सहयोग, मानसिक असंतुलन, विद्यालय वातावरण, समस्या समाधान क्षमता

ABSTRACT

वर्तमान युग में किशोर विद्यार्थियों को न केवल शैक्षणिक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित समस्याओं जैसे तनाव, चिंता, आत्म-संदेह और सामाजिक अलगाव का भी निरंतर अनुभव होता है। इस शोध का उद्देश्य विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता, किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य, तथा उनकी समस्या समाधान क्षमता के मध्य अंतर्संबंध का विश्लेषण करना है। अध्ययन में कक्षा 9 से 12 तक के 100 किशोर विद्यार्थियों को सरल यादृच्छिक विधि द्वारा चयनित किया गया। डेटा संग्रह के लिए तीन प्रमाणिक उपकरणों—विद्यालय वातावरण मूल्यांकन स्केल (SES), मानसिक स्वास्थ्य सूची (MHI) और समस्या समाधान क्षमता परीक्षण (PSAT)—का प्रयोग किया गया।सांख्यिकीय विश्लेषण में पियरसन सहसंबंध, माध्य और मानक विचलन की सहायता से चर के मध्य संबंधों की पड़ताल की गई। परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता और मानसिक स्वास्थ्य के मध्य +0.62 का सकारात्मक सहसंबंध है तथा समस्या समाधान क्षमता के साथ +0.58 का सकारात्मक सहसंबंध है। साथ ही, मानसिक स्वास्थ्य और समस्या समाधान क्षमता के मध्य +0.66 का उच्चतम सकारात्मक सहसंबंध पाया गया, जो इस बात की पुष्टि करता है कि मानसिक रूप से सशक्त किशोर व्यवहारिक समस्याओं का

समाधान अधिक तर्कसंगत और रचनात्मक ढंग से करते हैं। यह अध्ययन विद्यालयों को समावेशी, सुरक्षित और मानसिक स्वास्थ्य-अनुकूल वातावरण प्रदान करने की आवश्यकता को रेखांकित करता है।

DOI : https://doi.org/10.5281/zenodo.15658116

प्रस्तावना:

21वीं सदी में सामाजिक, तकनीकी एवं शैक्षणिक परिवर्तनों ने किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर बहुआयामी प्रभाव डाला है। प्रतिस्पर्धा, अपेक्षाओं का दबाव, सामाजिक तुलना, डिजिटल माध्यमों का अत्यधिक प्रयोग, और भावनात्मक सहयोग की कमी जैसे अनेक कारणों से किशोरों में मानसिक असंतुलन, चिंता, अवसाद और आत्म-संकोच की प्रवृत्तियाँ बढ़ती जा रही हैं, जिनका सीधा प्रभाव उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। ऐसे परिवेश में विद्यालय केवल शैक्षणिक संस्थान नहीं, बल्कि विद्यार्थियों के समग्र विकास और मनोवैज्ञानिक संतुलन, सामाजिक व्यवहार और निर्णय क्षमता को संवर्धित करने वाले महत्वपूर्ण सामाजिक-भावनात्मक मंच बन चुके हैं।

विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता—जिसमें शिक्षक का व्यवहार, सहपाठी संबंध, संवाद की स्वतंत्रता, अनुशासन नीति, मूल्य शिक्षा, मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता, और परामर्श सेवाओं की उपलब्धता सम्मिलित हैं—किशोरों की भावनात्मक स्थिरता, आत्म-विश्वास, और समस्या समाधान क्षमता के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यह वातावरण विद्यार्थियों को न केवल चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों से निपटने की रणनीतियाँ सिखाता है, बल्कि उनके भीतर लचीलापन (resilience) और आत्म-संवेदनशीलता (self-awareness) भी विकसित करता है।

सकारात्मक विद्यालय वातावरण न केवल विद्यार्थियों को सीखने में सक्षम बनाता है, बल्कि उन्हें मानसिक रूप से सशक्त, आत्म-निरीक्षणशील एवं जीवन की जटिल परिस्थितियों से जूझने हेतु तैयार करता है। यह शोध विशेष रूप से इस बात पर केंद्रित है कि किस प्रकार विद्यालय का वातावरण किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है और उनकी समस्या समाधान क्षमता को किस हद तक प्रभावित करता है। वर्तमान समय में जब शिक्षा प्रणाली विद्यार्थियों के समग्र विकास को प्राथमिकता दे रही है, यह विषय वर्तमान समय की शिक्षा प्रणाली के लिए अत्यंत प्रासंगिक है, जहाँ मानसिक स्वास्थ्य को शैक्षणिक उपलब्धि से भी अधिक प्राथमिकता दी जा रही है।

साहित्य की समीक्षा:

शोध किसी भी विषय की पृष्ठभूमि को समझने, पूर्ववर्ती अध्ययनों की जानकारी प्राप्त करने तथा शोध की दिशा निर्धारित करने का एक महत्वपूर्ण आधार होता है। विद्यालय वातावरण, मानसिक स्वास्थ्य और समस्या समाधान क्षमता पर अब तक किए गए विभिन्न राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय शोधों ने इस क्षेत्र में बहुमूल्य निष्कर्ष प्रदान किए हैं।

विद्यालय वातावरण और मानसिक स्वास्थ्य :

एंडरसन एवं जेनिंग्स (2010) ने अपने शोध में यह निष्कर्ष निकाला कि सकारात्मक और सहयोगात्मक विद्यालय वातावरण किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में अत्यंत सहायक होता है। उनके अनुसार, जब विद्यालय में विद्यार्थियों को सुरक्षा, सम्मान, संवाद का अवसर, और सहयोगी संबंध प्राप्त होते हैं, तो उनमें आत्म-सम्मान, भावनात्मक स्थिरता, और सकारात्मक आत्म-छवि विकसित होती है।

दीपक कुमार (2017) के अनुसार, विद्यालयों में सहयोगपूर्ण, न्यायपूर्ण एवं संवादात्मक वातावरण विद्यार्थियों के भीतर तनाव को कम करता है और उनके मानसिक स्वास्थ्य को सशक्त बनाता है।

शिक्षक का व्यवहार और किशोर मानसिक स्वास्थ्य:

वेंटज़ेल (2002) ने सुझाव दिया कि जब शिक्षक सहानुभूतिपूर्ण और समझदार होते हैं, तो विद्यार्थियों में सुरक्षा की भावना और मनोवैज्ञानिक संतुलन बना रहता है।

नैना वर्मा (2018) के अनुसार, शिक्षक की भावनात्मक बुद्धिमत्ता विद्यार्थियों की व्यवहारात्मक समस्याओं को कम करने में सहायक होती है।

सहपाठी संबंध और सामाजिक वातावरण:

बर्न्ड्ट एवं कीफ़ (1995) ने यह दर्शाया कि स्वस्थ सहपाठी संबंध किशोरों में सामाजिक कौशल और समस्या समाधान क्षमताओं को विकसित करने में मदद करते हैं।

रश्मि सिंह (2020) के अध्ययन के अनुसार, सहयोगात्मक समूह कार्य और टीम आधारित शिक्षण विद्यार्थियों की भावनात्मक संलग्नता और आत्मविश्वास को बढ़ाते हैं।

विद्यालय वातावरण और समस्या समाधान क्षमता:

ड'ज़ुरिला एवं गोल्डफ्राइड (D'Zurilla & Goldfried) (1971) द्वारा प्रस्तावित सामाजिक समस्या समाधान मॉडल के अनुसार, एक सहयोगी, सुरक्षित और संवादपूर्ण विद्यालय वातावरण विद्यार्थियों को विश्लेषणात्मक सोच, विकल्प मूल्यांकन और तर्कसंगत निर्णय लेने में सहायता करता है।

शिवानी अग्रवाल (2019) ने अपने शोध में यह पाया कि विद्यालयों में समस्या-आधारित शिक्षण (Problem-Based Learning) विद्यार्थियों की समस्या समाधान क्षमता को सशक्त बनाता है।

मानसिक स्वास्थ्य समर्थन प्रणालियाँ (Mental Health Support Systems):

WHO (2014) की रिपोर्ट बताती है कि विद्यालयों में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की उपस्थिति विद्यार्थियों के बीच तनाव, चिंता और डिप्रेशन के मामलों को प्रभावी ढंग से कम कर सकती है।

NCERT (2021) ने राष्ट्रीय परामर्शदात्री नीति में विद्यालयों में मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता, काउंसलिंग केंद्रों की स्थापना, और जीवन कौशल शिक्षा को आवश्यक माना है।

अध्ययन के उद्देश्य (Objectives of the Study)

1. विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता का मूल्यांकन करना।
2. किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति का अध्ययन करना।
3. किशोरों की समस्या समाधान क्षमता को समझना।
4. विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता और मानसिक स्वास्थ्य के बीच संबंध की जांच करना।
5. विद्यालय वातावरण और समस्या समाधान क्षमता के बीच संबंध स्थापित करना।

शोध प्रश्न (Research Questions)

1. किशोर विद्यार्थियों का विद्यालय वातावरण के प्रति क्या अनुभव है?
2. उनका मानसिक स्वास्थ्य विद्यालय वातावरण से कैसे प्रभावित होता है?
3. विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता उनकी समस्या समाधान क्षमता को कैसे प्रभावित करती है?

परिकल्पनाएँ (Hypotheses)

1. विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता और किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य के बीच सकारात्मक संबंध होता है।
2. विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता और समस्या समाधान क्षमता के बीच सकारात्मक सहसंबंध होता है।

शोध की प्रासंगिकता (Significance of the Study):

आज जब मानसिक स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियाँ तेजी से बढ़ रही हैं, यह शोध शिक्षकों, विद्यालय प्रशासन, अभिभावकों और नीति-निर्माताओं के लिए अनेक उपयोगी निष्कर्ष और दिशा-निर्देश प्रस्तुत करता है।

- **शिक्षकों के लिए :**यह अध्ययन उन्हें यह समझने में सहायता करेगा कि उनकी संवेदनशीलता, संवाद शैली, सहानुभूतिपूर्ण दृष्टिकोण, तथा कक्षा का मनोवैज्ञानिक वातावरण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को कैसे प्रभावित करता है। इससे वे अधिक प्रभावी एवं छात्रकेंद्रित शिक्षण विधियाँ अ-पना सकेंगे।
- **विद्यालय प्रबंधकों के लिए:** यह शोध उन्हें विद्यालय में ऐसे संरचनात्मक और सामाजिक परिवेश के निर्माण हेतु प्रेरित करेगा जो विद्यार्थियों के मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को पोषित कर सके—जैसे कि परामर्श सेवाएँ, हेल्पलाइन, तनाव प्रबंधन कार्यशालाएँ, और जीवनकौशल शिक्षा की पहल।-
- **नीति:निर्माताओं के लिए-** यह अध्ययन राष्ट्रीय शिक्षा नीति)NEP 2020) की भावना के अनुरूप मानसिक स्वास्थ्य को शिक्षा प्रणाली का अभिन्न हिस्सा बनाने की दिशा में साक्ष्यआधारित सुझाव प्रदान करता है। यह शिक्षा - नीति के तहत विद्यालयों में समावेशी और संवेदनशील शैक्षिक ढाँचे के निर्माण की आवश्यकता को रेखांकित करता है।
- **विद्यार्थियों के लिए:** यह अध्ययन किशोरों के मनोवैज्ञानिक परिप्रेक्ष्य को उजागर करता है, जिससे उनके विकास में आने वाली बाधाओं को समझकर उन्हें समाधान केंद्रित रणनीतियाँ-प्रदान की जा सकती हैं। इससे उनके आत्म-विश्वास, भावनात्मक लचीलापन, और निर्णय लेने की क्षमता का विकास होता है।

- **समाज के लिए:** मानसिक रूप से संतुलित और समस्या समाधान में सक्षम किशोर, भविष्य में अधिक जिम्मेदार, नवाचारी और सहयोगात्मक नागरिक सिद्ध होंगे, जो समाज की प्रगति और शांति में महत्वपूर्ण योगदान देंगे।

शोध पद्धति (Research Methodology):

यह अध्ययन एक **वर्णनात्मक शोध** (Descriptive Research) है, जिसका उद्देश्य विद्यालय वातावरण, किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समस्या समाधान क्षमता के मध्य संबंध का मूल्यांकन करना है। यह शोध मात्रात्मक (Quantitative) दृष्टिकोण पर आधारित है।

नमूना (Sample):

शोध हेतु कुल **100 किशोर विद्यार्थी** चुने गए, जिनकी कक्षाएँ 9वीं से 12वीं तक थीं। इन विद्यार्थियों में विविध सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमियों से आने वाले छात्र शामिल किए गए है।

नमूना चयन विधि)Sampling Technique):

शोध हेतु **सरल यादृच्छिक नमूना विधि)Simple Random Sampling)** का प्रयोग किया गया, जिससे प्रत्येक विद्यार्थी को समान अवसर प्राप्त किया गया ।

अध्ययन क्षेत्र)Area of Study):

यह अध्ययन **शहरी क्षेत्र** के **सरकारी और निजी विद्यालयों** तक सीमित रखा गया, ताकि दोनों प्रकार के विद्यालयों के वातावरण की तुलना की जा सके और सामाजिकसांस्कृतिक विविधताओं को समाहित किया जा सके।-

डेटा संग्रह के उपकरण)Tools for Data Collection):

1. **विद्यालय वातावरण मूल्यांकन स्केल)School Environment Scale (SES) was developed by Dr. K.S. Misra):** यह स्केल विद्यालय के भौतिक, सामाजिक, भावनात्मक एवं शैक्षिक वातावरण से संबंधित विभिन्न

आयामों को मापता है। इसमें शिक्षक व्यवहार, सहपाठी सहयोग, अनुशासन नीति, संवाद की स्वतंत्रता आदि शामिल हैं।

2. **मानसिक स्वास्थ्य जांच प्रश्नावली)Mental Health Inventory – MHI was developed by Dr. Jagdish and Dr. A.K. Srivastava)**: यह स्वमूल्यांकन प्रश्नावली विद्यार्थियों की मानसिक स्थिति, तनाव स्तर, आत्मसम्मान-, सामाजिक जुड़ाव, और भावनात्मक संतुलन को समझने के लिए प्रयोग की गई।
3. **समस्या समाधान क्षमता मापन प्रश्नावली (Problem Solving Ability Test – PSAT was developed by Dr. L.N. Dubey)**: यह प्रश्नावली विद्यार्थियों की विश्लेषणात्मक सोच, निर्णय क्षमता, वैकल्पिक समाधान खोजने की दक्षता एवं व्यवहारिक समाधान रणनीतियों को परखने के लिए उपयोग की गई।

डेटा विश्लेषण तकनीक (Data Analysis Techniques):

संग्रहीत आंकड़ों का विश्लेषण प्रतिशत (percentage), माध्य (mean), मानक विचलन (standard deviation) और पियरसन सहसंबंध गुणांक (Pearson's Correlation Coefficient) के माध्यम से किया गया, जिससे विभिन्न चर (Variables) के बीच संबंध की प्रकृति और गहराई को समझा जा सके।

सांख्यिकीय विश्लेषण:

विद्यालय वातावरण, मानसिक स्वास्थ्य एवं समस्या समाधान क्षमता पर आधारित सांख्यिकीय विश्लेषण:

क्रम	**चर)Variable)**	**औसत स्कोर)Mean)**	**मानक विचलन)SD)**	**सहसंबंध गुणांक)r)**	**सांख्यिकीय महत्व)Significance)**	**प्रमुख निष्कर्ष)Findings)**
1	विद्यालय वातावरण गुणवत्ता)SES)	68.2	±12.4	-	-	विद्यार्थियों का अनुभव सामान्यतः सकारात्मक पाया गया।

2	मानसिक स्वास्थ्य स्थिति)MHI) (विद्यालय वातावरण ↔ मानसिक स्वास्थ्य)	65.6	±11.8	+0.62	$p < 0.01$	विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता मानसिक स्वास्थ्य को सकारात्मक रूप से प्रभावित करती है।
3	समस्या समाधान क्षमता विद्यालय) वातावरण↔ समस्या समाधान क्षमता)	66.3	±10.5	+0.58	$p < 0.01$	विद्यालय वातावरण और समस्या समाधान क्षमता के बीच सकारात्मक संबंध पाया गया।
4	मानसिक स्वास्थ्य ↔ समस्या समाधान क्षमता	-	-	+0.66	$p < 0.01$	मानसिक रूप से संतुलित छात्र बेहतर समस्या समाधान करते हैं।

परिकल्पना परीक्षण के निष्कर्ष:

परिकल्पना	**स्थिति**	**निष्कर्ष**
H1	**स्वीकृत)Accepted)**	विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता और मानसिक स्वास्थ्य के बीच सकारात्मक सहसंबंध है।
H2	**स्वीकृत)Accepted)**	विद्यालय वातावरण और समस्या समाधान क्षमता के बीच सकारात्मक संबंध है।

शोध परिणाम (Research Findings):

- अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता का किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर महत्वपूर्ण एवं सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। उच्च गुणवत्ता वाले विद्यालय वातावरण में अध्ययनरत विद्यार्थियों में मानसिक संतुलन, आत्मसंवेदनशीलता तथा सामाजिक जुड़ाव का स्तर अपेक्षाकृत उच्च पाया गया।-
- जिन विद्यार्थियों ने विद्यालय वातावरण को सहयोगी, संवादात्मक एवं सुदृढ़ अनुशासनयुक्त अनुभव किया, उनकी समस्या समाधान क्षमता अधिक प्रभावशाली एवं व्यावहारिक दृष्टिकोण से परिपक्व पाई गई। उन्होंने समस्या समाधान क्षमता में भी बेहतर प्रदर्शन किया।
- मानसिक स्वास्थ्य और समस्या समाधान क्षमता के मध्य सकारात्मक सहसंबंध दर्शाता है कि मानसिक रूप से संतुलित किशोर जटिल परिस्थितियों का समाधान अधिक तर्कसंगत, रचनात्मक एवं योजनाबद्ध ढंग से करने में सक्षम होते हैं।
- अध्ययन क्षेत्र में स्थित सरकारी एवं निजी विद्यालयों के तुलनात्मक विश्लेषण से यह ज्ञात हुआ कि निजी विद्यालयों में विद्यालय वातावरण का औसत स्कोर अपेक्षाकृत अधिक था, जो वहाँ की संसाधनसम्पन्नता-, शिक्षक व्यवहार, एवं सह पाठ्य गतिविधियों की गुणवत्ता को दर्शाता है।-

शैक्षिक सुझाव (Educational Implications)

1. **विद्यालयों में मानसिक स्वास्थ्यअनुकूल वातावरण की स्थापना-:** विद्यालय प्रबंधन को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि विद्यालय का वातावरण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को समर्थन देने वाला हो। इसके अंतर्गत सुरक्षित, सहानुभूतिपूर्ण, एवं संवादप्रधान वातावरण की सृष्टि की जानी चाहिए।-
2. **शिक्षकों को मानसिक स्वास्थ्य के प्रति संवेदनशील बनाना:** शिक्षकों को विद्यार्थियों की भावनात्मक आवश्यकताओं को समझने और मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित लक्षणों की पहचान करने हेतु विशेष प्रशिक्षण प्रदान किया जाना चाहिए।

3. **समस्या समाधान क्षमता के विकास के लिए पाठ्येतर गतिविधियाँ**: निर्णयनिर्माण-, आलोचनात्मक चिंतन, समूह कार्य एवं जीवन कौशल आधारित कार्यक्रमों को विद्यालय समयसारणी में समुचित रूप से सम्मिलित किया - जाना चाहिए।
4. **विद्यालय) परामर्श सेवा-Counselling Services) का सुदृढ़ीकरण**: प्रत्येक विद्यालय में प्रशिक्षित परामर्शदाताओं की नियुक्ति की जानी चाहिए, जो विद्यार्थियों की व्यक्तिगत, सामाजिक एवं शैक्षणिक समस्याओं का समाधान मार्गदर्शन के माध्यम से कर सकें।
5. **सरकारी विद्यालयों में संरचनात्मक सुधार की आवश्यकता**: अध्ययन से प्राप्त अंतर के आधार पर, सरकारी विद्यालयों को भी निजी विद्यालयों के समान संसाधन, सुविधा और मनोवैज्ञानिक सहायक संरचना प्रदान करने की दिशा में प्रयास किए जाने चाहिए।

निष्कर्ष (Conclusion)

अध्ययन के निष्कर्षों से यह स्पष्ट रूप से सिद्ध होता है कि विद्यालय वातावरण की गुणवत्ता किशोर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उनकी समस्या समाधान क्षमता पर प्रत्यक्ष और गहरा प्रभाव डालती है। एक सकारात्मक, संरचित, सहयोगात्मक तथा मानसिक स्वास्थ्य के प्रति संवेदनशील विद्यालय वातावरण विद्यार्थियों के समग्र विकास को पोषित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। जो विद्यार्थी मानसिक रूप से संतुलित होते हैं, वे जीवन की जटिल परिस्थितियों को रचनात्मक दृष्टिकोण से हल करने में अधिक सक्षम होते हैं। अध्ययन यह भी रेखांकित करता है कि सरकारी और निजी विद्यालयों के बीच संसाधनों की उपलब्धता एवं वातावरण की गुणवत्ता में अंतर है, जिसका सीधा प्रभाव विद्यार्थियों के मनोवैज्ञानिक विकास पर पड़ता है।

जिन विद्यालयों में शिक्षकों का व्यवहार प्रेरणादायक और अनुशासन नीति न्यायसंगत पाई गई, वहाँ विद्यार्थियों में मानसिक तनाव का स्तर कम, आत्मसम्मान अधिक-, तथा समस्या समाधान की योग्यता अपेक्षाकृत उच्च देखी गई। इसके विपरीत, जिन संस्थानों में पर्यावरण असंवेदनशील, अनुशासन कठोर अथवा सहभागिता न्यून थी, वहाँ विद्यार्थियों में मानसिक असंतुलन, भ्रम और निष्क्रियता जैसी प्रवृत्तियाँ अधिक पाई गईं।

यह अध्ययन इस दिशा में भी संकेत करता है कि विद्यालय केवल शैक्षणिक ज्ञान के आदानप्रदान का केंद्र नहीं-, बल्कि एक ऐसा समावेशी सामाजिक संस्थान है जो विद्यार्थियों के मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य, सामाजिक कौशल, एवं जीवनोपयोगी निर्णय-

बढ़े किशोर भविष्य में बेहतर नागरिक-क्षमता के निर्माण में केंद्रीय भूमिका निभाता है। मानसिक रूप से सुदृढ़ वातावरण में पले, बेहतर विचारक और समस्याओं के प्रति अधिक उत्तरदायी बनते हैं।

अतः यह अत्यंत आवश्यक है कि विद्यालयों को शिक्षण के पारंपरिक ढाँचे से आगे बढ़कर एक ऐसे स्थान में परिवर्तित किया जाए, जहाँ सीखने के साथसाथ मानसिक स्वास्थ्य-, सामाजिक न्याय, संवेदनशीलता एवं सहयोग की संस्कृति को भी समान महत्व दिया जाए। विद्यालयों को केवल शिक्षण केंद्र न मानते हुए उन्हें **समावेशी, संवेदनशील और मानसिक स्वास्थ्य-अनुकूल केंद्रों** के रूप में विकसित किया जाए। शिक्षकों, प्रशासन और नीतिनिर्माताओं को समन्वित रूप से कार्य करते हुए - ऐसे वातावरण का निर्माण करना होगा, जहाँ किशोर विद्यार्थियों का संपूर्ण व्यक्तित्व विकास सुनिश्चित किया जा सके — जो उन्हें न केवल सफल छात्र, बल्कि उत्तरदायी नागरिक बनने की दिशा में मार्गदर्शित करे।

संदर्भ सूची:

1. Anderson, C., & Jennings, G. (2010). *The importance of school climate for adolescent mental health*. Journal of Youth and Adolescence, 39(7), 763–773. https://doi.org/10.1007/s10964-009-9451-2
2. Berndt, T. J., & Keefe, K. (1995). *Friends' influence on adolescents' adjustment to school*. Child Development, 66(5), 1312–1329. https://doi.org/10.2307/1131649
3. D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). *Problem solving and behavior modification*. Journal of Abnormal Psychology, 78(1), 107–126. https://doi.org/10.1037/h0031360
4. Jagdish, & Srivastava, A. K. (1983). *Mental Health Inventory (MHI)*. Varanasi: Manovigyan Sansthan.
5. Kumar, D. (2017). *Impact of school environment on adolescents' mental health*. Indian Journal of Psychology and Education, 7(2), 14–20.
6. Misra, K. S. (2002). *School Environment Inventory (SEI)*. Agra: National Psychological Corporation.

7. National Council of Educational Research and Training (NCERT). (2021). *Guidelines on mental health and well-being of school students*. New Delhi: NCERT.
8. Singh, R. (2020). *Peer relationships and emotional well-being of adolescents: A study of school group dynamics*. Indian Journal of School Psychology, 2(1), 56–63.
9. Verma, N. (2018). *Emotional intelligence of teachers and behavioral problems among adolescents*. Journal of Education and Psychology, 12(1), 45–52.
10. Wentzel, K. R. (2002). *Are effective teachers like good parents? Teaching styles and student adjustment in early adolescence*. Child Development, 73(1), 287–301. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00406
11. World Health Organization. (2014). *Health for the world's adolescents: A second chance in the second decade*. Geneva: WHO Press. https://www.who.int/publications/i/item/WHO-FWC-MCA-14.05
12. Dubey, L. N. (2006). *Problem Solving Ability Test (PSAT)*. Agra: National Psychological Corporation.
13. Agrawal, S. (2019). *Effect of problem-based learning on problem-solving skills among school students*. Journal of Innovative Education, 3(4), 78–85.
14. https://www.studocu.com/in/document/mahatma-gandhi-university/psychology/problem-solving-ability-test/25716482
15. https://www.jetir.org/papers/JETIR2004285.pdf
16. https://psychologyroots.com/mental-health-inventory/