Quest Journals
Journal of Research in Humanities and Social Science
Volume 12 ~ Issue 2 (February 2024) pp: 197-220
ISSN(Online):2321-9467
www.questjournals.org

Research Paper

गोरखपुर, देवरिया, कुशीनगर, महाराजगंज एवं सिद्धार्थनगर जनपदों के कक्षा 9 के कला वर्ग के सामान्य वर्ग तथा अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थियों की पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक एवं शैक्षिक आयामों के संदर्भ में नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन

प्रो०अर्चना मिश्रा एवं कुंवर रिपुदमन सिंह

एसोसिएट प्रोफेसर, शिक्षा संकाय, रतन सेन स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बांसी, सिद्धार्थ नगर

शोधार्थी, एम०ए, एम०एड् नेट, रतन सेन स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बांसी, सिद्धार्थ नगर

शोध सार :

प्रस्तुत शोध का उद्देश्य गोरखपुर, देवरिया, कुशीनगर, महाराजगंज एवं सिद्धार्थनगर जनपदों के कक्षा 9 के कला वर्ग के सामान्य वर्ग तथा अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थियों की नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन करना है। किशोरावस्था मानव जीवन का अत्यंत संवेदनशील चरण है, जिसमें शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं भावनात्मक परिवर्तनों के साथ-साथ अनेक प्रकार की मनोवैज्ञानिक चुनौतियाँ उत्पन्न होती हैं। वर्तमान प्रतिस्पर्धात्मक शैक्षिक वातावरण, पारिवारिक अपेक्षाएँ, आर्थिक असमानता, सामाजिक दबाव तथा भविष्य की अनिश्चितता के कारण किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य की प्रवृत्ति निरंतर बढ़ रही है। भारतीय अध्ययनों में भी विद्यालयी किशोरों में अवसाद एवं मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं की उल्लेखनीय उपस्थिति पाई गई है।

प्रस्तुत अध्ययन में वर्णनात्मक एवं तुलनात्मक अनुसंधान अभिकल्प का प्रयोग किया गया। अध्ययन हेतु कुल 200 विद्यार्थियों का चयन किया गया, जिनमें 100 सामान्य वर्ग तथा 100 अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थी सम्मिलित थे। प्रतिदर्श का चयन उद्देश्यपूर्ण एवं स्तरीकृत नमूना पद्धति द्वारा किया गया। शोधकर्ता द्वारा निर्मित एवं विशेषज्ञों द्वारा प्रमाणित नैराश्य प्रतिक्रिया प्रश्नावली के माध्यम से प्राथमिक आँकड़ों का संकलन किया गया। प्रश्नावली में पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक तथा अध्ययन व्यवहार से संबंधित विभिन्न कथनों को सम्मिलित किया गया। आँकड़ों के विश्लेषण हेतु माध्य, मानक विचलन, विचरण, गुणांक विचरण, स्वतंत्र t-परीक्षण, पीयरसन सहसंबंध, बहु-प्रतिगमन विश्लेषण, प्रभाव आकार (Cohen's d), KMO तथा Bartlett's Test जैसी उन्नत सांख्यिकीय तकनीकों का उपयोग किया गया।

अध्ययन के परिणामों से ज्ञात हुआ कि अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों में सामान्य वर्ग की अपेक्षा नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाएँ अधिक तीव्र पाई गईं। पारिवारिक तनाव, आर्थिक कठिनाइयाँ, विद्यालयी प्रतिस्पर्धा, परीक्षा तनाव, सामाजिक असमानता, भावनात्मक असुरक्षा तथा आत्मविश्वास में कमी नैराश्य के प्रमुख निर्धारक पाए गए। सहसंबंध विश्लेषण से सभी प्रमुख आयामों एवं कुल नैराश्य के मध्य सकारात्मक एवं सार्थक संबंध प्राप्त हुआ, जबकि सामाजिक समायोजन का संबंध ऋणात्मक पाया गया। बहु-प्रतिगमन विश्लेषण से स्पष्ट हुआ कि भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ,

आत्मविश्वास में कमी तथा पारिवारिक परिस्थितियाँ नैराश्य के सबसे प्रभावशाली पूर्वानुमानक हैं। अध्ययन के आधार पर विद्यालयों में मनोवैज्ञानिक परामर्श सेवाओं, जीवन-कौशल शिक्षा, तनाव प्रबंधन कार्यक्रमों, अभिभावक-विद्यालय सहयोग तथा समावेशी शैक्षिक वातावरण को सुदृढ़ बनाने की अनुशंसा की गई है।

मुख्य शब्द : *किशोर विद्यार्थी, नैराश्य, मानसिक स्वास्थ्य, पारिवारिक वातावरण, विद्यालयी वातावरण, सामाजिक समायोजन, भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ, अध्ययन व्यवहार, सामान्य वर्ग, अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, अन्य पिछड़ा वर्ग, तुलनात्मक अध्ययन, शिक्षा मनोविज्ञान, माध्यमिक शिक्षा*

भूमिका

मानव जीवन में किशोरावस्था विकास की सबसे महत्वपूर्ण एवं संवेदनशील अवस्थाओं में से एक मानी जाती है। यह अवस्था शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं भावनात्मक परिवर्तनों का काल होती है, जिसमें किशोर अपने व्यक्तित्व, आत्म-पहचान तथा सामाजिक संबंधों का निर्माण करते हैं। इस अवधि में परिवार, विद्यालय, मित्र समूह तथा सामाजिक परिवेश का प्रभाव अत्यधिक होता है। यदि किशोरों को अनुकूल वातावरण, उचित मार्गदर्शन एवं भावनात्मक सहयोग प्राप्त नहीं होता, तो उनमें तनाव, चिंता, असुरक्षा, निराशा तथा नैराश्य जैसी मनोवैज्ञानिक समस्याएँ विकसित होने लगती हैं।

नैराश्य (Depression/Despondency) एक ऐसी मानसिक अवस्था है जिसमें व्यक्ति स्वयं को असहाय, निरुत्साहित, निराश तथा भविष्य के प्रति नकारात्मक अनुभव करता है। किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य अनेक कारणों से उत्पन्न हो सकता है, जैसे—पारिवारिक तनाव, आर्थिक कठिनाइयाँ, सामाजिक भेदभाव, शैक्षिक दबाव, परीक्षा का भय, आत्मविश्वास की कमी, साथियों का असहयोग तथा भविष्य के प्रति अनिश्चितता। यदि समय रहते इन कारणों की पहचान एवं समाधान न किया जाए तो इसका प्रभाव विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि, सामाजिक व्यवहार, व्यक्तित्व विकास तथा मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल पड़ता है।

भारतीय समाज सामाजिक एवं सांस्कृतिक विविधताओं से परिपूर्ण है, जहाँ विभिन्न जातीय समूहों की सामाजिक एवं आर्थिक परिस्थितियाँ एक-दूसरे से भिन्न हैं। अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के अनेक विद्यार्थी आज भी आर्थिक अभाव, सामाजिक असमानता, सीमित शैक्षिक संसाधनों तथा अवसरों की कमी जैसी चुनौतियों का सामना करते हैं। इन परिस्थितियों का प्रभाव उनके मानसिक स्वास्थ्य एवं नैराश्य की स्थिति पर पड़ सकता है। दूसरी ओर सामान्य वर्ग के विद्यार्थियों में भी प्रतियोगी वातावरण, उच्च शैक्षिक अपेक्षाएँ, अभिभावकीय दबाव तथा भविष्य की चिंता नैराश्य के महत्वपूर्ण कारण हो सकते हैं। अतः यह आवश्यक है कि दोनों सामाजिक वर्गों के किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य के प्रति होने वाली मनोवैज्ञानिक एवं व्यवहारिक प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन किया जाए।

नैराश्य के प्रति विद्यार्थियों की **क्रियाएँ (Responses/Reactions)** केवल मानसिक स्तर तक सीमित नहीं रहतीं, बल्कि उनके व्यवहार, अध्ययन, सामाजिक संबंधों, आत्मविश्वास, निर्णय क्षमता एवं विद्यालयी सहभागिता को भी प्रभावित करती हैं। कुछ विद्यार्थी नैराश्य की स्थिति में स्वयं को समाज से अलग कर लेते हैं, कुछ में आक्रामकता, चिड़चिड़ापन या आत्मविश्वास में कमी दिखाई देती है, जबकि कुछ विद्यार्थी शैक्षिक प्रदर्शन में गिरावट, अनुपस्थिति या सामाजिक गतिविधियों से दूरी बना लेते हैं। इन प्रतिक्रियाओं का समय पर अध्ययन एवं पहचान विद्यालयों में प्रभावी परामर्श सेवाओं, मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों तथा समावेशी शिक्षा के विकास के लिए अत्यंत आवश्यक है।

प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थियों तथा सामान्य वर्ग के किशोर विद्यार्थियों के नैराश्य के प्रति क्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन करना है। यह अध्ययन विद्यार्थियों की मनोवैज्ञानिक स्थिति को समझने, विभिन्न सामाजिक वर्गों के मध्य विद्यमान अंतरों का विश्लेषण करने तथा शिक्षकों, अभिभावकों, परामर्शदाताओं एवं शिक्षा-नीति निर्माताओं को उपयोगी सुझाव प्रदान करने में सहायक होगा। साथ ही यह अध्ययन समावेशी, संवेदनशील एवं मानसिक स्वास्थ्य समर्थ विद्यालयी वातावरण के निर्माण हेतु एक महत्वपूर्ण आधार प्रस्तुत करेगा।

शोध के उद्देश्य

1. अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य के प्रति क्रियाओं का अध्ययन करना।
2. सामान्य वर्ग के किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य के प्रति क्रियाओं का अध्ययन करना।

3. अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग तथा सामान्य वर्ग के किशोर विद्यार्थियों के नैराश्य के प्रति क्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन करना।
4. किशोर विद्यार्थियों की नैराश्य के प्रति क्रियाओं पर पारिवारिक, सामाजिक एवं शैक्षिक वातावरण के प्रभाव का अध्ययन करना।
5. किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य के प्रति क्रियाओं एवं उनकी शैक्षिक समायोजन क्षमता के मध्य संबंध का अध्ययन करना।
6. विभिन्न सामाजिक वर्गों के किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य के स्तर एवं उसकी अभिव्यक्तियों में विद्यमान अंतर का विश्लेषण करना।
7. अध्ययन के आधार पर किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य की रोकथाम एवं मानसिक स्वास्थ्य संवर्धन हेतु उपयोगी शैक्षिक एवं मनोवैज्ञानिक सुझाव प्रस्तुत करना।

साहित्य का पुनरावलोकन

किसी भी शोध की सफलता इस बात पर निर्भर करती है कि शोधकर्ता ने संबंधित विषय पर उपलब्ध पूर्ववर्ती अध्ययनों का कितना गहन अध्ययन किया है। साहित्य का पुनरावलोकन न केवल शोध समस्या की पृष्ठभूमि स्पष्ट करता है, बल्कि शोध अंतराल (Research Gap), अध्ययन की दिशा तथा अनुसंधान की आवश्यकता को भी प्रमाणित करता है। प्रस्तुत अध्ययन में किशोर विद्यार्थियों के नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। अतः नैराश्य, किशोरावस्था, पारिवारिक वातावरण, विद्यालयी परिवेश, सामाजिक समायोजन तथा अध्ययन व्यवहार से संबंधित उपलब्ध राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय शोधों का अध्ययन किया गया। पूर्ववर्ती अध्ययनों से यह स्पष्ट होता है कि किशोरावस्था मानसिक, सामाजिक तथा भावनात्मक परिवर्तनों का अत्यंत संवेदनशील चरण है। इस अवस्था में विद्यार्थियों के व्यक्तित्व का विकास तीव्र गति से होता है तथा पारिवारिक, सामाजिक एवं शैक्षिक परिस्थितियाँ उनके मानसिक स्वास्थ्य को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। अनेक अध्ययनों में यह पाया गया है कि आर्थिक कठिनाइयाँ, पारिवारिक तनाव, शैक्षिक प्रतिस्पर्धा, परीक्षा का दबाव, सामाजिक असमानता तथा आत्मविश्वास की कमी किशोरों में नैराश्य उत्पन्न करने वाले प्रमुख कारक हैं। भारतीय परिप्रेक्ष्य में उपलब्ध शोधों से ज्ञात होता है कि विद्यालय जाने वाले किशोरों में नैराश्य की समस्या अपेक्षाकृत अधिक है तथा इसके कारण उनकी शैक्षिक उपलब्धि, सामाजिक समायोजन, व्यवहार तथा व्यक्तित्व विकास प्रभावित होता है। विभिन्न अध्ययनों में यह भी पाया गया कि विद्यालयी तनाव, परीक्षा का भय, अभिभावकों की अपेक्षाएँ तथा भविष्य की अनिश्चितता विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालती हैं।

अंतरराष्ट्रीय अध्ययनों में भी यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ है कि किशोरों में नैराश्य केवल जैविक अथवा व्यक्तिगत कारणों से नहीं उत्पन्न होता, बल्कि पारिवारिक संबंध, विद्यालयी वातावरण, मित्र समूह, सामाजिक सहयोग तथा मनोवैज्ञानिक परिस्थितियाँ इसके प्रमुख निर्धारक हैं। शोधों ने यह भी प्रमाणित किया है कि विद्यालय-आधारित मनोवैज्ञानिक परामर्श, जीवन-कौशल शिक्षा तथा भावनात्मक सहयोग कार्यक्रम नैराश्य को कम करने में प्रभावी भूमिका निभाते हैं। पूर्ववर्ती साहित्य के अध्ययन से यह भी स्पष्ट हुआ कि अधिकांश शोध नैराश्य की व्यापकता, कारणों अथवा उपचार पर केंद्रित रहे हैं, जबकि विभिन्न सामाजिक वर्गों—विशेषकर सामान्य वर्ग एवं अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति तथा अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थियों—की **नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं** का तुलनात्मक अध्ययन अपेक्षाकृत कम किया गया है। विशेष रूप से पूर्वी उत्तर प्रदेश के गोरखपुर, देवरिया, कुशीनगर, महाराजगंज एवं सिद्धार्थनगर जनपदों के कक्षा 9 के कला वर्ग के विद्यार्थियों पर इस प्रकार का अध्ययन उपलब्ध नहीं है। यही शोध-अंतराल प्रस्तुत अध्ययन की आवश्यकता एवं औचित्य को सिद्ध करता है। इस प्रकार उपलब्ध साहित्य से यह स्पष्ट होता है कि किशोर मानसिक स्वास्थ्य आज शिक्षा मनोविज्ञान का अत्यंत महत्वपूर्ण विषय है तथा विद्यालयी शिक्षा के साथ मानसिक स्वास्थ्य संवर्धन को भी समान महत्व दिया जाना चाहिए। प्रस्तुत अध्ययन इसी दिशा में एक महत्वपूर्ण प्रयास है, जो विभिन्न सामाजिक वर्गों के किशोर विद्यार्थियों की नैराश्य प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक विश्लेषण प्रस्तुत करता है तथा विद्यालयों में मानसिक स्वास्थ्य उन्नयन हेतु उपयोगी सुझाव प्रदान करता है।

शोध प्रविधि

शोध प्रविधि किसी भी अनुसंधान की वैज्ञानिक रूपरेखा होती है, जिसके माध्यम से शोध समस्या का व्यवस्थित, वस्तुनिष्ठ एवं विश्वसनीय अध्ययन किया जाता है। प्रस्तुत अध्ययन में अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग तथा सामान्य

वर्ग के किशोर विद्यार्थियों की नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। अध्ययन में वर्णनात्मक (Descriptive) एवं तुलनात्मक (Comparative) अनुसंधान अभिकल्प का प्रयोग किया गया, क्योंकि इसका उद्देश्य दो सामाजिक वर्गों के विद्यार्थियों के मध्य नैराश्य प्रतिक्रियाओं की तुलना करना था। अध्ययन का क्षेत्र उत्तर प्रदेश के **गोरखपुर, देवरिया, कुशीनगर, महाराजगंज तथा सिद्धार्थनगर** जनपदों तक सीमित रखा गया। इन जनपदों के चयन का उद्देश्य पूर्वी उत्तर प्रदेश के विविध सामाजिक एवं शैक्षिक परिवेश का प्रतिनिधित्व प्राप्त करना था। अध्ययन की जनसंख्या में इन जनपदों के माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत कक्षा 9 के कला वर्ग के सभी विद्यार्थी सम्मिलित थे। अध्ययन हेतु **200 विद्यार्थियों** का चयन किया गया, जिनमें **100 सामान्य वर्ग** तथा **100 अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग** के विद्यार्थी सम्मिलित थे। प्रतिदर्श का चयन उद्देश्यपूर्ण (Purposive Sampling) एवं स्तरीकृत (Stratified Sampling) पद्धति के माध्यम से किया गया, जिससे दोनों सामाजिक वर्गों का समान प्रतिनिधित्व सुनिश्चित किया जा सके। सभी प्रतिभागियों का चयन स्वैच्छिक सहभागिता एवं विद्यालय प्रशासन की अनुमति के उपरांत किया गया।

आँकड़ों के संकलन हेतु शोधकर्ता द्वारा विकसित एवं विशेषज्ञों द्वारा प्रमाणीकरण (Validation) प्राप्त **नैराश्य प्रतिक्रिया प्रश्नावली** का उपयोग किया गया। प्रश्नावली में पारिवारिक प्रतिक्रियाएँ, विद्यालय सम्बन्धी प्रतिक्रियाएँ, सामाजिक प्रतिक्रियाएँ, भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाएँ तथा अध्ययन व्यवहार से संबंधित कथनों को सम्मिलित किया गया। सभी कथनों का मूल्यांकन पाँच-बिंदु लिकर्ट मापक (5-Point Likert Scale) पर किया गया, जिसमें *पूर्णतः सहमत, सहमत, अनिश्चित, असहमत तथा पूर्णतः असहमत* जैसे विकल्प सम्मिलित थे। प्रश्नावली की विश्वसनीयता (Reliability) का परीक्षण **Cronbach's Alpha** विधि द्वारा किया गया, जिसमें समग्र विश्वसनीयता स्वीकार्य स्तर से अधिक प्राप्त हुई। वैधता (Validity) सुनिश्चित करने के लिए शिक्षा मनोविज्ञान एवं अनुसंधान पद्धति के विशेषज्ञों से प्रश्नावली का परीक्षण कराया गया तथा आवश्यक संशोधन के पश्चात अंतिम रूप प्रदान किया गया। आँकड़ों के विश्लेषण हेतु वर्णनात्मक एवं अनुमानात्मक दोनों प्रकार की सांख्यिकीय तकनीकों का प्रयोग किया गया। वर्णनात्मक विश्लेषण के अंतर्गत माध्य (Mean), मानक विचलन (Standard Deviation), विचरण (Variance), गुणांक विचरण (Coefficient of Variation), Relative Importance Index (RII), मानक त्रुटि (Standard Error), Skewness तथा Kurtosis की गणना की गई। अनुमानात्मक विश्लेषण के अंतर्गत स्वतंत्र नमूना **t-परीक्षण**, **Pearson सहसंबंध विश्लेषण**, **बहु-प्रतिगमन विश्लेषण (Multiple Regression Analysis)**, **ANOVA**, **Cohen's d (Effect Size)**, **95 प्रतिशत विश्वास अंतराल**, **Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)** तथा **Bartlett's Test of Sphericity** का उपयोग किया गया। इन तकनीकों के माध्यम से अध्ययन की परिकल्पनाओं का परीक्षण किया गया तथा विभिन्न चरों के मध्य संबंधों का वैज्ञानिक विश्लेषण प्रस्तुत किया गया।

अध्ययन के दौरान अनुसंधान नैतिकता (Research Ethics) का पूर्णतः पालन किया गया। सभी प्रतिभागियों को अध्ययन के उद्देश्य से अवगत कराया गया तथा उनसे प्राप्त सूचनाओं की गोपनीयता बनाए रखी गई। संकलित आँकड़ों का उपयोग केवल शैक्षणिक एवं अनुसंधान उद्देश्यों के लिए किया गया तथा किसी भी प्रतिभागी की व्यक्तिगत पहचान को सार्वजनिक नहीं किया गया। अंततः प्रस्तुत शोध प्रविधि ने अध्ययन को वैज्ञानिक, वस्तुनिष्ठ एवं विश्वसनीय आधार प्रदान किया, जिसके माध्यम से विभिन्न सामाजिक वर्गों के किशोर विद्यार्थियों की नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक विश्लेषण प्रभावी रूप से किया जा सका। यह प्रविधि भविष्य में शिक्षा मनोविज्ञान एवं किशोर मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित अनुसंधानों के लिए भी उपयोगी आधार प्रस्तुत करती है।

आँकड़ों का विश्लेषण एवं व्याख्या

सारणी 4.1: पारिवारिक नैराश्य प्रतिक्रियाओं से सम्बन्धित प्रश्नावली कथनों का सामान्य वर्ग एवं अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थियों के मध्य तुलनात्मक सांख्यिकीय विश्लेषण

(N = 200; सामान्य वर्ग = 100, अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति/अन्य पिछड़ा वर्ग = 100)

क्र.	प्रश्नावली कथन	सामान्य वर्ग Mean±SD	SC/ST/OBC Mean±SD	संयुक्त माध्य	Mean Difference	CV (%)	t-मूल्य	p-मूल्य	Cohen's d	रैंक

1	पारिवारिक तनाव के कारण मैं निराश अनुभव करता/करती हूँ।	3.24±0.82	3.91±0.74	3.58	0.67	21.8	5.94	0.000**	0.86	3
2	घर में मेरी भावनाओं को समझा नहीं जाता।	3.11±0.91	3.86±0.77	3.49	0.75	24.2	6.21	0.000**	0.89	2
3	अभिभावकों की अपेक्षाएँ मुझे मानसिक दबाव देती हैं।	3.37±0.76	3.84±0.79	3.61	0.47	20.5	4.29	0.000**	0.60	5
4	घर की आर्थिक स्थिति मुझे निराश करती है।	2.96±0.88	4.08±0.69	3.52	1.12	22.9	9.82	0.000**	1.41	1
5	मैं अपनी समस्याएँ परिवार से साझा नहीं कर पाता/पाती।	2.84±0.79	3.54±0.82	3.19	0.70	25.4	6.10	0.000**	0.87	4
6	पारिवारिक विवाद मेरे अध्ययन को प्रभावित करते हैं।	3.08±0.86	3.72±0.81	3.40	0.64	23.7	5.37	0.000**	0.76	6
7	परिवार में तुलना किए जाने से मुझे निराशा होती है।	3.02±0.83	3.63±0.78	3.33	0.61	24.1	5.21	0.000**	0.75	7
8	परिवार से पर्याप्त भावनात्मक	2.89±0.94	3.48±0.86	3.19	0.59	27.8	4.68	0.000**	0.66	8

	सहयोग नहीं मिलता।									
9	घरेलू वातावरण मुझे तनावग्रस्त बनाता है।	3.18±0.81	3.69±0.84	3.44	0.51	22.3	4.31	0.000**	0.62	9
10	कठिन परिस्थितियों में मैं स्वयं को अकेला अनुभव करता/करती हूँ।	3.21±0.79	3.78±0.73	3.50	0.57	21.6	5.08	0.000**	0.75	10

उप-सारणी 4.1 (A): पारिवारिक नैराश्य प्रतिक्रियाओं के प्रत्येक कथन का माध्य, मानक विचलन, विचरण एवं गुणांक विचरण का विश्लेषण

समूह	**कुल माध्य**	**मानक विचलन**	**गुणांक विचरण (%)**	**न्यूनतम**	**अधिकतम**
सामान्य वर्ग	**30.90**	**5.72**	**18.51**	18	45
SC/ST/OBC	**37.53**	**5.18**	**13.80**	22	49
कुल	**34.22**	**6.03**	**17.62**	18	49

$p < 0.01$ स्तर पर परिणाम अत्यधिक सार्थक हैं।

सारणी 4.1 में नैराश्य के प्रति विद्यार्थियों की **पारिवारिक प्रतिक्रियाओं** से संबंधित दस प्रश्नावली कथनों का तुलनात्मक विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है। प्रत्येक कथन का विश्लेषण सामान्य वर्ग तथा अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों के मध्य माध्य, मानक विचलन, गुणांक विचरण, माध्य अंतर, t-परीक्षण, p-मूल्य तथा प्रभाव आकार (Cohen's d) के आधार पर किया गया है। प्राप्त परिणामों से स्पष्ट होता है कि लगभग सभी कथनों में अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों का माध्य सामान्य वर्ग की अपेक्षा अधिक है, जिससे यह संकेत मिलता है कि इन विद्यार्थियों में पारिवारिक परिस्थितियों के कारण उत्पन्न नैराश्य का स्तर अपेक्षाकृत अधिक है। विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि **"घर की आर्थिक स्थिति मुझे निराश करती है"** कथन का संयुक्त माध्य सर्वाधिक (3.52) प्राप्त हुआ तथा इसका **t-मूल्य 9.82** एवं **Cohen's d = 1.41** रहा, जो अत्यधिक प्रभाव आकार को प्रदर्शित करता है। इससे स्पष्ट होता है कि आर्थिक परिस्थितियाँ विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को गहराई से प्रभावित करती हैं। इसी प्रकार **"घर में मेरी भावनाओं को समझा नहीं जाता"**, **"पारिवारिक तनाव के कारण मैं निराश अनुभव करता/करती हूँ"** तथा **"मैं अपनी समस्याएँ परिवार से साझा नहीं कर पाता/पाती"** जैसे कथनों पर भी दोनों समूहों के मध्य अत्यधिक सार्थक अंतर प्राप्त हुआ। सभी कथनों के **p-मूल्य 0.01 से कम** पाए गए, जिससे यह सिद्ध होता है कि दोनों सामाजिक वर्गों के मध्य पारिवारिक नैराश्य प्रतिक्रियाओं में वास्तविक एवं सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर विद्यमान है।

समग्र स्कोर के आधार पर सामान्य वर्ग का कुल माध्य **30.90** तथा अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग का कुल माध्य **37.53** प्राप्त हुआ। गुणांक विचरण दोनों समूहों में अपेक्षाकृत कम पाया गया, जिससे आँकड़ों की स्थिरता एवं विश्वसनीयता सिद्ध होती है। यह निष्कर्ष इंगित करता है कि पारिवारिक वातावरण, विशेषकर आर्थिक अभाव, भावनात्मक सहयोग की कमी तथा पारिवारिक तनाव, किशोर विद्यार्थियों में नैराश्य उत्पन्न करने वाले प्रमुख कारक हैं। अतः विद्यालयों एवं

अभिभावकों को विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के प्रति अधिक संवेदनशील दृष्टिकोण अपनाने तथा परिवार-विद्यालय सहयोग को सुदृढ़ करने की आवश्यकता है।

सारणी 4.2: विद्यालय सम्बन्धी नैराश्य प्रतिक्रियाओं से सम्बन्धित प्रश्नावली कथनों का सामान्य वर्ग एवं अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थियों के मध्य तुलनात्मक विश्लेषण

प्रश्नावली कथन	सामान्य वर्ग Mean±SD	SC/ST/OBC Mean±SD	संयुक्त माध्य	Variance	CV (%)	Mean Difference	t-मूल्य	p-मूल्य	Cohen's d	रैंक
कम अंक प्राप्त होने पर मैं अत्यधिक निराश हो जाता/जाती हूँ।	3.28±0.81	3.96±0.72	3.62	0.59	21.43	0.68	6.11	0.000**	0.89	2
परीक्षा का भय मुझे मानसिक रूप से प्रभावित करता है।	3.34±0.76	3.91±0.74	3.63	0.56	20.02	0.57	5.39	0.000**	0.76	4
शिक्षकों की डाँट से मैं निराश हो जाता/जाती हूँ।	3.07±0.88	3.76±0.81	3.42	0.71	24.15	0.69	5.81	0.000**	0.81	6
कक्षा में उत्तर न दे पाने पर मुझे हीन भावना होती है।	3.16±0.79	3.88±0.74	3.52	0.60	21.91	0.72	6.28	0.000**	0.90	5
विद्यालय में प्रतियोगिता मुझे तनाव देती है।	3.41±0.74	3.97±0.71	3.69	0.52	18.93	0.56	5.44	0.000**	0.77	3

सहपाठियों की उपेक्षा मुझे निराश करती है।	2.98±0.85	3.74±0.77	3.36	0.66	24.62	0.76	6.52	0.000**	0.93	7
गृहकार्य का अधिक दबाव मुझे तनाव देता है।	3.12±0.82	3.81±0.75	3.47	0.61	22.48	0.69	5.96	0.000**	0.85	8
विद्यालय में अपनी बात रखने में झिझक होती है।	3.05±0.87	3.79±0.79	3.42	0.69	24.87	0.74	6.07	0.000**	0.87	9
मुझे लगता है कि शिक्षक मेरी समस्याओं को नहीं समझते।	2.94±0.91	3.67±0.84	3.31	0.77	26.39	0.73	5.84	0.000**	0.84	10
भविष्य की पढ़ाई को लेकर मैं चिंतित रहता/रहती हूँ।	3.52±0.73	4.09±0.66	3.81	0.49	18.07	0.57	5.81	0.000**	0.82	1
विद्यालय का वातावरण मुझे मानसिक तनाव देता है।	2.87±0.83	3.55±0.81	3.21	0.68	25.45	0.68	5.69	0.000**	0.82	11
असफलता का भय मेरे आत्मविश्वा	3.29±0.77	3.95±0.70	3.62	0.54	19.95	0.66	6.15	0.000**	0.88	2

स को कम करता है।										

उप-सारणी 4.2 (A): विद्यालय सम्बन्धी कथनों का वर्णनात्मक सांख्यिकीय विश्लेषण

समूह	**कुल माध्य**	**मानक विचलन**	**विचरण**	**गुणांक विचरण (%)**	**न्यूनतम**	**अधिकतम**
सामान्य वर्ग	**38.03**	**6.24**	**38.94**	**16.41**	22	56
SC/ST/OBC	**46.08**	**5.73**	**32.83**	**12.43**	29	59
कुल	**42.06**	**6.72**	**45.16**	**15.98**	22	59

$p < 0.01$ = अत्यधिक सार्थक अंतर

स्रोत: शोधकर्ता द्वारा संकलित प्राथमिक आँकड़े।

सारणी 4.2 में नैराश्य के प्रति विद्यार्थियों की **विद्यालय सम्बन्धी प्रतिक्रियाओं** का कथनवार तुलनात्मक विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है। विश्लेषण में बारह प्रमुख कथनों को सम्मिलित किया गया है, जो विद्यालयी जीवन, परीक्षा, शिक्षक, सहपाठी, प्रतियोगिता, अध्ययन वातावरण तथा भविष्य सम्बन्धी चिंताओं से संबंधित हैं। प्रत्येक कथन का मूल्यांकन सामान्य वर्ग तथा अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों के माध्य, मानक विचलन, विचरण, गुणांक विचरण, माध्य अंतर, t-परीक्षण, p-मूल्य एवं प्रभाव आकार (Cohen's d) के आधार पर किया गया। सारणी से स्पष्ट होता है कि सभी कथनों में अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों का माध्य सामान्य वर्ग की अपेक्षा अधिक है, जिससे यह संकेत मिलता है कि विद्यालयी परिस्थितियाँ इन विद्यार्थियों में अपेक्षाकृत अधिक नैराश्य उत्पन्न करती हैं। **"भविष्य की पढ़ाई को लेकर मैं चिंतित रहता/रहती हूँ"** कथन का संयुक्त माध्य (3.81) सर्वाधिक प्राप्त हुआ, जिससे स्पष्ट है कि उच्च शिक्षा, प्रतियोगी परीक्षाओं तथा कैरियर सम्बन्धी अनिश्चितता विद्यार्थियों के मानसिक तनाव का प्रमुख कारण है। इसके पश्चात **"कम अंक प्राप्त होने पर मैं अत्यधिक निराश हो जाता/जाती हूँ"**, **"असफलता का भय मेरे आत्मविश्वास को कम करता है"** तथा **"विद्यालय में प्रतियोगिता मुझे तनाव देती है"** जैसे कथनों के उच्च माध्य प्राप्त हुए, जो यह दर्शाते हैं कि परीक्षा-केन्द्रित शिक्षा प्रणाली तथा प्रतिस्पर्धात्मक वातावरण विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर महत्वपूर्ण प्रभाव डालते हैं।

सभी कथनों के **t-मूल्य 5.39 से 6.52** के मध्य तथा **p-मूल्य 0.01 से कम** पाए गए, जिससे दोनों समूहों के मध्य प्राप्त अंतर सांख्यिकीय रूप से अत्यधिक सार्थक सिद्ध होता है। अधिकांश कथनों में **Cohen's d** का मान 0.75 से अधिक प्राप्त हुआ, जो मध्यम से उच्च प्रभाव आकार को दर्शाता है। समग्र रूप से सामान्य वर्ग का कुल माध्य **38.03**, जबकि अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग का कुल माध्य **46.08** प्राप्त हुआ। इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि विद्यालयी वातावरण, परीक्षा का दबाव, शैक्षिक प्रतिस्पर्धा तथा भविष्य सम्बन्धी चिंता विद्यार्थियों के नैराश्य को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करते हैं। विशेष रूप से सामाजिक एवं आर्थिक रूप से वंचित वर्गों के विद्यार्थियों के लिए विद्यालयों में मनोवैज्ञानिक परामर्श, शैक्षणिक सहयोग, तनाव प्रबंधन कार्यक्रम तथा शिक्षक-विद्यार्थी संवाद को सुदृढ़ बनाना आवश्यक है।

सारणी 4.3: नैराश्य के प्रति सामाजिक व्यवहार एवं सामाजिक प्रतिक्रियाओं का कथनवार तुलनात्मक विश्लेषण

प्रश्नावली कथन	**सामान्य वर्ग Mean ±SD**	**SC/ST/ OBC Mean± SD**	**संयुक्त माध्य**	**Variance**	**CV (%)**	**Mean Difference**	**t-value**	**p-value**	**Cohen's d**	**95% CI**	**Rank**
मैं सामाजिक कार्यक्रमों में भाग लेने से बचता/बचती हूँ।	3.08±0.81	3.82±0.72	3.45	0.58	21.14	0.74	6.42	0.000**	0.95	0.51–0.97	5

मुझे लगता है कि लोग मुझे समझते नहीं हैं।	3.17±0.78	3.96±0.69	3.57	0.54	19.73	0.79	7.18	0.000**	1.02	0.57–1.01	3
मुझे अपने मित्रों से पर्याप्त सहयोग नहीं मिलता।	2.96±0.86	3.73±0.77	3.35	0.66	24.07	0.77	6.39	0.000**	0.91	0.53–0.98	7
मैं स्वयं को समाज में उपेक्षित अनुभव करता/करती हूँ।	2.91±0.88	3.89±0.74	3.40	0.71	25.24	0.98	8.23	0.000**	1.17	0.75–1.21	2
जातीय भेदभाव से मुझे मानसिक पीड़ा होती है।	2.84±0.92	4.11±0.63	3.48	0.62	22.36	1.27	10.84	0.000**	1.54	0.99–1.55	1
मुझे लोगों पर विश्वास करने में कठिनाई होती है।	3.04±0.83	3.66±0.79	3.35	0.65	23.06	0.62	5.39	0.000**	0.76	0.39–0.84	8
मैं अपनी समस्याएँ किसी से साझा नहीं करता/करती ।	3.18±0.79	3.79±0.74	3.49	0.59	20.42	0.61	5.52	0.000**	0.78	0.40–0.82	6
दूसरों की सफलता मुझे निराश करती है।	2.86±0.81	3.47±0.82	3.17	0.66	25.63	0.61	5.27	0.000**	0.75	0.38–0.84	10
मैं नए लोगों से मिलने में झिझकता/झिझकती हूँ।	3.06±0.84	3.68±0.76	3.37	0.64	22.94	0.62	5.48	0.000**	0.77	0.39–0.85	9
मुझे लगता है कि समाज में	2.93±0.89	3.87±0.71	3.40	0.69	24.88	0.94	7.91	0.000**	1.12	0.70–	4

मेरी पहचान कम है।									1.18	
सामाजिक आलोचना मुझे अत्यधिक प्रभावित करती है।	3.11±0.77	3.81±0.73	3.46	0.56	20.18	0.70	6.14	0.000**	0.87	0.47–0.93	5
अकेलापन मुझे निराश कर देता है।	3.22±0.75	3.98±0.67	3.60	0.51	18.95	0.76	6.93	0.000**	0.99	0.55–0.97	3

उप-सारणी 4.3 (A): सामाजिक नैराश्य प्रतिक्रियाओं का वर्णनात्मक सांख्यिकीय विश्लेषण

समूह	**कुल माध्य**	**मानक विचलन**	**विचरण**	**गुणांक विचरण (%)**	**Skewness**	**Kurtosis**
सामान्य वर्ग	**36.36**	**5.84**	**34.11**	**16.06**	-0.24	-0.48
SC/ST/OBC	**45.77**	**5.39**	**29.05**	**11.77**	-0.36	-0.21
कुल	**41.07**	**6.41**	**41.08**	**15.60**	-0.31	-0.35

p < 0.01 = अत्यधिक सार्थक

सारणी 4.3 में विद्यार्थियों की **सामाजिक परिस्थितियों से उत्पन्न नैराश्य प्रतिक्रियाओं** का विस्तृत विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है। इस विश्लेषण में सामाजिक स्वीकृति, मित्रों का सहयोग, सामाजिक पहचान, जातीय अनुभव, अकेलापन, सामाजिक सहभागिता तथा सामाजिक विश्वास से संबंधित 12 कथनों को सम्मिलित किया गया। प्रत्येक कथन का मूल्यांकन माध्य, मानक विचलन, विचरण, गुणांक विचरण, माध्य अंतर, **t-परीक्षण**, **95 प्रतिशत विश्वास अंतराल (Confidence Interval)** तथा **Cohen's d** के आधार पर किया गया। परिणामों से स्पष्ट होता है कि लगभग सभी सामाजिक आयामों में अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों का माध्य सामान्य वर्ग की अपेक्षा अधिक पाया गया। इसका अर्थ है कि सामाजिक परिस्थितियों के कारण इन विद्यार्थियों में नैराश्य की प्रतिक्रिया अधिक तीव्र है। सर्वाधिक संयुक्त माध्य **"जातीय भेदभाव से मुझे मानसिक पीड़ा होती है"** (3.48) तथा **"अकेलापन मुझे निराश कर देता है"** (3.60) जैसे कथनों में प्राप्त हुआ। विशेष रूप से जातीय भेदभाव वाले कथन में **Mean Difference = 1.27**, **t = 10.84** तथा **Cohen's d = 1.54** प्राप्त हुआ, जो अत्यधिक बड़े प्रभाव आकार का संकेत देता है। इससे स्पष्ट होता है कि सामाजिक असमानता और भेदभाव कुछ विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को गंभीर रूप से प्रभावित करते हैं।

"मैं स्वयं को समाज में उपेक्षित अनुभव करता/करती हूँ", **"मुझे लगता है कि लोग मुझे समझते नहीं हैं"** तथा **"मुझे लगता है कि समाज में मेरी पहचान कम है"** जैसे कथनों में भी दोनों समूहों के मध्य महत्वपूर्ण अंतर पाया गया। सभी कथनों के **p-मूल्य 0.01 से कम** रहे, जिससे प्राप्त अंतर सांख्यिकीय रूप से अत्यधिक सार्थक सिद्ध होता है। समग्र विश्लेषण में सामान्य वर्ग का कुल माध्य **36.36** तथा अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग का कुल माध्य **45.77** प्राप्त हुआ। दोनों समूहों के Skewness एवं Kurtosis मान स्वीकार्य सीमा में हैं, जिससे यह संकेत मिलता है कि आँकड़ों का वितरण सामान्य (Normal Distribution) के निकट है और आगे के पैरामीट्रिक परीक्षणों के लिए उपयुक्त है। अध्ययन से यह निष्कर्ष निकलता है कि सामाजिक स्वीकृति, सामाजिक सम्मान, मित्रों का सहयोग, जातीय अनुभव तथा अकेलेपन की भावना विद्यार्थियों के नैराश्य को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करते हैं। अतः विद्यालयों में समावेशी सामाजिक वातावरण, भेदभाव-मुक्त व्यवहार, समूहगत गतिविधियों, परामर्श सेवाओं तथा जीवन-कौशल आधारित कार्यक्रमों को प्रोत्साहित करना आवश्यक है, जिससे विद्यार्थियों में सकारात्मक सामाजिक समायोजन विकसित हो सके और नैराश्य के स्तर में कमी लाई जा सके।

सारणी 4.4: नैराश्य के प्रति भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाओं का कथनवार तुलनात्मक विश्लेषण

प्रश्नावली कथन	सामान्य वर्ग Mean ±SD	SC/ST/OBC Mean ±SD	संयुक्त माध्य	Variance	CV (%)	Skewness	Kurtosis	Mean Difference	t-value	p-value	Cohen's d	Rank
मैं छोटी-छोटी बातों पर उदास हो जाता/ जाती हूँ।	3.26±0.77	3.98±0.68	3.62	0.54	19.41	-0.31	-0.28	0.72	6.79	0.000**	0.97	3
भविष्य के बारे में सोचकर चिंता होती है।	3.42±0.73	4.15±0.61	3.79	0.47	17.89	-0.44	-0.17	0.73	7.36	0.000**	1.05	1
मैं स्वयं को दूसरों से कम योग्य मानता/ मानती हूँ।	3.05±0.84	3.86±0.72	3.46	0.61	22.53	-0.29	-0.41	0.81	7.08	0.000**	1.01	5
मुझे बिना कारण गुस्सा आ जाता है।	2.97±0.81	3.64±0.79	3.31	0.64	24.02	-0.21	-0.33	0.67	5.84	0.000**	0.83	8
मैं अक्सर अकेलापन महसूस करता/ करती हूँ।	3.19±0.76	3.95±0.69	3.57	0.53	20.11	-0.38	-0.24	0.76	7.02	0.000**	1.00	4
मुझे लगता है	3.11±0.82	3.89±0.71	3.50	0.59	21.86	-0.33	-0.29	0.78	6.88	0.000**	0.98	6

कि कोई मेरी भावनाओं को नहीं समझता।											
मैं अपनी असफलताओं को बार-बार याद करता/ करती हूँ।	3.23± 0.74	3.92±0. 67	3.5 8	0.50	19. 77	-0.26	-0.35	0.69	6.4 2	0.00 0**	0.92	4
मुझे निर्णय लेने में कठिनाई होती है।	2.96± 0.86	3.71±0. 76	3.3 4	0.66	24. 85	-0.19	-0.42	0.75	6.3 7	0.00 0**	0.91	9
मैं अपने जीवन के प्रति निराशावादी सोच रखता/रखती हूँ।	2.88± 0.89	3.82±0. 73	3.3 5	0.68	25. 36	-0.24	-0.31	0.94	8.1 1	0.00 0**	1.16	2
मुझे लगता है कि मैं दूसरों पर बोझ हूँ।	2.74± 0.91	3.55±0. 82	3.1 5	0.75	27. 41	-0.18	-0.44	0.81	6.5 4	0.00 0**	0.93	10
मैं कठिन परिस्थितियों में शीघ्र हिम्मत हार जाता/जाती हूँ।	3.08± 0.79	3.83±0. 72	3.4 6	0.57	21. 34	-0.30	-0.27	0.75	6.8 5	0.00 0**	0.98	7

मुझे जीवन में उत्साह की कमी महसूस होती है।	3.01± 0.83	3.79±0. 75	3.4 0	0.63	23. 59	-0.27	-0.36	0.78	6.7 3	0.00 0**	0.96	8

उप-सारणी 4.4 (A): भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाओं का वर्णनात्मक सांख्यिकीय विश्लेषण

सांख्यिकीय सूचकांक	सामान्य वर्ग	SC/ST/OBC	संयुक्त
कुल माध्य (Grand Mean)	**36.90**	**46.09**	**41.50**
मानक विचलन (SD)	**5.92**	**5.38**	**6.28**
विचरण (Variance)	**35.05**	**28.94**	**39.43**
गुणांक विचरण (CV%)	**16.04**	**11.67**	**15.13**
Skewness	-0.29	-0.41	-0.34
Kurtosis	-0.36	-0.22	-0.29
Standard Error	0.59	0.54	0.44
95% Confidence Interval	35.74–38.06	45.03–47.15	40.63–42.37

p < 0.01 स्तर पर सभी अंतर सांख्यिकीय रूप से अत्यंत सार्थक पाए गए।

सारणी 4.4 में किशोर विद्यार्थियों की **भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाओं** का तुलनात्मक विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है। इस सारणी में कुल 12 कथनों का विश्लेषण किया गया है, जिनका संबंध उदासी, चिंता, आत्मसम्मान, क्रोध, अकेलापन, निराशावाद, निर्णय क्षमता, असफलता की भावना तथा जीवन के प्रति दृष्टिकोण से है। प्रत्येक कथन का मूल्यांकन सामान्य वर्ग तथा अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों के बीच माध्य, मानक विचलन, विचरण, गुणांक विचरण, Skewness, Kurtosis, माध्य अंतर, t-परीक्षण, p-मूल्य तथा Cohen's d के आधार पर किया गया। प्राप्त परिणामों से स्पष्ट होता है कि लगभग सभी कथनों में अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों का माध्य सामान्य वर्ग की तुलना में अधिक है। यह दर्शाता है कि इन विद्यार्थियों में भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक स्तर पर नैराश्य की तीव्रता अपेक्षाकृत अधिक है। **"भविष्य के बारे में सोचकर चिंता होती है"** कथन का संयुक्त माध्य **3.79** प्राप्त हुआ, जो सभी कथनों में सर्वाधिक है। इसके अतिरिक्त **"मैं अपने जीवन के प्रति निराशावादी सोच रखता/रखती हूँ"**, **"मैं छोटी-छोटी बातों पर उदास हो जाता/जाती हूँ"**, **"मैं अक्सर अकेलापन महसूस करता/करती हूँ"** तथा **"मैं अपनी असफलताओं को बार-बार याद करता/करती हूँ"** जैसे कथनों में भी उच्च माध्य प्राप्त हुए, जिससे स्पष्ट है कि भविष्य की अनिश्चितता, आत्मविश्वास की कमी तथा नकारात्मक आत्म-धारणा किशोरों में नैराश्य के प्रमुख मनोवैज्ञानिक कारण हैं।

सभी कथनों के **t-मूल्य 5.84 से 8.11** के मध्य तथा **p-मूल्य 0.01 से कम** प्राप्त हुए, जो दोनों समूहों के मध्य अत्यधिक सार्थक अंतर को प्रमाणित करते हैं। अधिकांश कथनों में **Cohen's d** का मान **0.90 से अधिक** है, जिससे प्रभाव आकार उच्च स्तर का सिद्ध होता है। समग्र विश्लेषण में सामान्य वर्ग का कुल माध्य **36.90**, जबकि अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग का कुल माध्य **46.09** प्राप्त हुआ। साथ ही Skewness तथा Kurtosis के मान स्वीकार्य सीमा में पाए गए, जिससे आँकड़ों का वितरण सामान्य माना जा सकता है। इस आधार पर निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि भावनात्मक असुरक्षा, भविष्य की चिंता, आत्मसम्मान में कमी तथा अकेलेपन की भावना विद्यार्थियों के नैराश्य को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करती है। अतः विद्यालय स्तर पर मनोवैज्ञानिक परामर्श, भावनात्मक सुदृढ़ीकरण कार्यक्रम, जीवन-कौशल शिक्षा तथा नियमित मानसिक स्वास्थ्य मूल्यांकन जैसी व्यवस्थाओं को सुदृढ़ किया जाना आवश्यक है।

सारणी 4.5: नैराश्य के प्रति अध्ययन व्यवहार (Academic Behaviour) का कथनवार तुलनात्मक विश्लेषण

प्रश्नावली कथन	सामान्य वर्ग Mean ±SD	SC/ST/ OBC Mean± SD	संयुक्त माध्य	RII	SE	CV (%)	Mean Difference	t-value	p-value	Cohen's d	Z-Score	Rank
नैराश्य के कारण पढ़ाई में मन नहीं लगता।	3.28±0.76	4.03±0.67	3.66	0.732	0.072	19.40	0.75	7.14	0.000**	1.02	1.84	2
मुझे पढ़ा हुआ याद रखने में कठिनाई होती है।	3.17±0.82	3.89±0.74	3.53	0.706	0.078	22.09	0.72	6.43	0.000**	0.92	1.21	5
परीक्षा के समय अत्यधिक तनाव महसूस होता है।	3.42±0.71	4.14±0.65	3.78	0.756	0.068	18.25	0.72	7.28	0.000**	1.04	2.41	1
मैं कक्षा में ध्यान केंद्रित नहीं कर पाता/पाती।	3.09±0.84	3.81±0.73	3.45	0.690	0.080	22.87	0.72	6.37	0.000**	0.91	0.98	6
मुझे गृहकार्य पूरा करने में कठिनाई होती है।	3.01±0.86	3.72±0.77	3.37	0.674	0.081	24.03	0.71	6.09	0.000**	0.87	0.76	8
असफलता के डर से मैं पढ़ाई टालता/टालती हूँ।	3.11±0.80	3.90±0.69	3.51	0.702	0.075	21.08	0.79	7.03	0.000**	1.00	1.18	4
मुझे अपने शैक्षिक भविष्य की	3.45±0.69	4.19±0.61	3.82	0.764	0.065	17.47	0.74	7.64	0.000**	1.09	2.56	1

चिंता रहती है।												
मैं अध्ययन के प्रति उत्साह खो देता/देती हूँ।	3.14±0.78	3.88±0.70	3.51	0.702	0.074	20.80	0.74	6.88	0.000**	0.98	1.16	4
मुझे विद्यालय जाने की इच्छा कम होती है।	2.97±0.87	3.69±0.81	3.33	0.666	0.084	25.23	0.72	5.96	0.000**	0.85	0.55	9
मुझे लगता है कि मैं पढ़ाई में सफल नहीं हो पाऊँगा/पाऊँगी।	2.91±0.91	3.84±0.73	3.38	0.676	0.087	26.18	0.93	8.16	0.000**	1.17	0.83	7
नैराश्य के कारण मेरी शैक्षिक उपलब्धि प्रभावित होती है।	3.26±0.73	4.02±0.64	3.64	0.728	0.069	18.67	0.76	7.25	0.000**	1.04	1.73	3
मैं अपनी पढ़ाई के प्रति आत्मविश्वास खो देता/देती हूँ।	3.18±0.79	3.93±0.68	3.56	0.712	0.074	20.61	0.75	7.08	0.000**	1.01	1.34	5

उप-सारणी 4.5 (A): अध्ययन व्यवहार सम्बन्धी कथनों का वर्णनात्मक सांख्यिकीय विश्लेषण

सांख्यिकीय मापदण्ड	**सामान्य वर्ग**	**SC/ST/OBC**	**संयुक्त**
कुल स्कोर (Grand Mean)	**38.99**	**47.04**	**43.02**
मानक विचलन (SD)	**5.63**	**5.12**	**6.04**
विचरण (Variance)	**31.70**	**26.21**	**36.48**
मानक त्रुटि (SE)	**0.56**	**0.51**	**0.43**
गुणांक विचरण (CV%)	**14.44**	**10.88**	**14.04**

Relative Importance Index (RII)	**0.650**	**0.784**	**0.717**
Skewness	**-0.29**	**-0.37**	**-0.33**
Kurtosis	**-0.41**	**-0.24**	**-0.32**
95% Confidence Interval	**37.89–40.09**	**46.04–48.04**	**42.18–43.86**

p < 0.01 स्तर पर सभी परिणाम सांख्यिकीय रूप से अत्यधिक सार्थक पाए गए।

सारणी 4.5 में किशोर विद्यार्थियों के **अध्ययन व्यवहार पर नैराश्य के प्रभाव** का तुलनात्मक विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है। इस सारणी में अध्ययन से संबंधित 12 प्रमुख कथनों का विश्लेषण किया गया है। प्रत्येक कथन के लिए माध्य, मानक विचलन, गुणांक विचरण, मानक त्रुटि, Relative Importance Index (RII), माध्य अंतर, t-परीक्षण, p-मूल्य, Cohen's d तथा Z-Score जैसे उन्नत सांख्यिकीय मानदण्डों का उपयोग किया गया है। परिणामों से स्पष्ट होता है कि अध्ययन व्यवहार के लगभग सभी आयामों में अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों का माध्य सामान्य वर्ग की तुलना में अधिक है। इससे यह संकेत मिलता है कि नैराश्य का इन विद्यार्थियों की शैक्षणिक गतिविधियों पर अपेक्षाकृत अधिक प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। **"मुझे अपने शैक्षिक भविष्य की चिंता रहती है"** तथा **"परीक्षा के समय अत्यधिक तनाव महसूस होता है"** जैसे कथनों का संयुक्त माध्य क्रमशः **3.82** एवं **3.78** प्राप्त हुआ, जो अध्ययन व्यवहार को प्रभावित करने वाले सबसे महत्वपूर्ण कारकों के रूप में उभरे। इसी प्रकार **"नैराश्य के कारण पढ़ाई में मन नहीं लगता"**, **"नैराश्य के कारण मेरी शैक्षिक उपलब्धि प्रभावित होती है"**, तथा **"मैं अपनी पढ़ाई के प्रति आत्मविश्वास खो देता/देती हूँ"** जैसे कथनों में भी उच्च माध्य प्राप्त हुए, जिससे यह स्पष्ट होता है कि भावनात्मक तनाव सीधे शैक्षिक प्रदर्शन को प्रभावित करता है।

सभी कथनों के **t-मूल्य 5.96 से 8.16** के मध्य तथा **p-मूल्य 0.01 से कम** प्राप्त हुए, जो दोनों समूहों के मध्य अत्यधिक सार्थक अंतर का संकेत देते हैं। अधिकांश कथनों में **Cohen's d** का मान **0.85 से 1.17** के मध्य पाया गया, जो बड़े प्रभाव आकार को दर्शाता है। समग्र विश्लेषण में सामान्य वर्ग का कुल माध्य **38.99**, जबकि अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग का कुल माध्य **47.04** प्राप्त हुआ। संयुक्त **RII = 0.717** यह दर्शाता है कि अध्ययन व्यवहार पर नैराश्य का प्रभाव उच्च स्तर का है। इन निष्कर्षों से स्पष्ट होता है कि नैराश्य विद्यार्थियों की एकाग्रता, स्मरण शक्ति, अध्ययन प्रेरणा, आत्मविश्वास तथा शैक्षिक उपलब्धि को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता है। अतः विद्यालयों में नियमित मनोवैज्ञानिक परामर्श, परीक्षा-तनाव प्रबंधन, अध्ययन कौशल प्रशिक्षण तथा कैरियर मार्गदर्शन कार्यक्रमों को सुदृढ़ करना अत्यंत आवश्यक है।

सारणी 4.6: नैराश्य के विभिन्न आयामों के मध्य सहसंबंध विश्लेषण (N = 200)

इस सारणी में विद्यार्थियों के नैराश्य से संबंधित दस प्रमुख आयामों के मध्य पारस्परिक संबंधों का अध्ययन किया गया है। सहसंबंध गुणांक (Pearson's Correlation Coefficient) का उपयोग यह ज्ञात करने के लिए किया गया कि कौन-से आयाम एक-दूसरे को किस सीमा तक प्रभावित करते हैं।

चर (Variables)

संकेत	**आयाम**
V_1	पारिवारिक नैराश्य प्रतिक्रियाएँ
V_2	विद्यालय सम्बन्धी नैराश्य प्रतिक्रियाएँ
V_3	सामाजिक नैराश्य प्रतिक्रियाएँ
V_4	भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाएँ
V_5	अध्ययन व्यवहार
V_6	आत्मविश्वास में कमी
V_7	परीक्षा तनाव
V_8	भविष्य सम्बन्धी चिंता
V_9	सामाजिक समायोजन
V_{10}	कुल नैराश्य स्कोर

उप-सारणी 4.6 (A): नैराश्य के प्रमुख आयामों का Pearson सहसंबंध मैट्रिक्स

Variables	V_1	V_2	V_3	V_4	V_5	V_6	V_7	V_8	V_9	V_{10}
V_1	1.000	0.712**	0.684**	0.753**	0.648**	0.731**	0.618**	0.697**	-0.526**	0.821**
V_2	0.712**	1.000	0.642**	0.726**	0.771**	0.688**	0.804**	0.748**	-0.491**	0.847**
V_3	0.684**	0.642**	1.000	0.714**	0.593**	0.662**	0.547**	0.628**	-0.714**	0.793**
V_4	0.753**	0.726**	0.714**	1.000	0.769**	0.843**	0.695**	0.781**	-0.612**	0.918**
V_5	0.648**	0.771**	0.593**	0.769**	1.000	0.782**	0.811**	0.795**	-0.538**	0.884**
V_6	0.731**	0.688**	0.662**	0.843**	0.782**	1.000	0.764**	0.739**	-0.641**	0.901**
V_7	0.618**	0.804**	0.547**	0.695**	0.811**	0.764**	1.000	0.792**	-0.456**	0.861**
V_8	0.697**	0.748**	0.628**	0.781**	0.795**	0.739**	0.792**	1.000	-0.519**	0.892**
V_9	-0.526**	-0.491**	-0.714**	-0.612**	-0.538**	-0.641**	-0.456**	-0.519**	1.000	-0.648**
V_{10}	0.821**	0.847**	0.793**	0.918**	0.884**	0.901**	0.861**	0.892**	-0.648**	1.000

**** = $p < 0.01$ स्तर पर सार्थक

उप-सारणी 4.6 (B): सहसंबंध विश्लेषण का सांख्यिकीय सारांश

सांख्यिकीय सूचकांक	**मान**
कुल चर (Variables)	10

कुल सहसंबंध (Correlation Coefficients)	45
सर्वाधिक धनात्मक सहसंबंध	0.918
न्यूनतम धनात्मक सहसंबंध	0.547
सर्वाधिक ऋणात्मक सहसंबंध	-0.714
औसत सहसंबंध (Mean r)	0.734
निर्धारण गुणांक (Determinant)	0.004
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)	0.914
Bartlett's Test χ^2	2856.74
df	45
Significance	0.000
डेटा की उपयुक्तता	अत्युत्तम (Excellent)

सारणी 4.6 में नैराश्य के दस प्रमुख आयामों के मध्य **पीयरसन सहसंबंध विश्लेषण (Pearson Correlation Analysis)** प्रस्तुत किया गया है। इसका उद्देश्य यह ज्ञात करना था कि पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक तथा शैक्षिक कारकों का विद्यार्थियों के कुल नैराश्य स्तर के साथ किस प्रकार का संबंध है। सहसंबंध विश्लेषण से प्राप्त परिणाम दर्शाते हैं कि अधिकांश आयामों के मध्य **उच्च धनात्मक तथा सांख्यिकीय रूप से अत्यंत सार्थक ($p < 0.01$)** संबंध विद्यमान है। विश्लेषण में **कुल नैराश्य (V_{10})** का सर्वाधिक सहसंबंध **भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाओं (V_4)** के साथ **$r = 0.918$** प्राप्त हुआ। इससे स्पष्ट होता है कि विद्यार्थियों की भावनात्मक अस्थिरता, उदासी, चिंता तथा निराशावादी सोच उनके समग्र नैराश्य स्तर को सबसे अधिक प्रभावित करती है। इसके अतिरिक्त कुल नैराश्य का **आत्मविश्वास में कमी (V_6)** के साथ **$r = 0.901$**, **भविष्य सम्बन्धी चिंता (V_8)** के साथ **$r = 0.892$**, **अध्ययन व्यवहार (V_5)** के साथ **$r = 0.884$**, तथा **परीक्षा तनाव (V_7)** के साथ **$r = 0.861$** का उच्च सहसंबंध प्राप्त हुआ। इससे यह स्पष्ट है कि नैराश्य केवल भावनात्मक समस्या नहीं है, बल्कि यह विद्यार्थियों के शैक्षिक प्रदर्शन, आत्मविश्वास तथा भविष्य की योजनाओं को भी प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता है। दूसरी ओर, **सामाजिक समायोजन (V_9)** का कुल नैराश्य के साथ **$r = -0.648$** का ऋणात्मक सहसंबंध प्राप्त हुआ, जो यह दर्शाता है कि जिन विद्यार्थियों का सामाजिक समायोजन बेहतर है, उनमें नैराश्य का स्तर अपेक्षाकृत कम पाया जाता है। इसी प्रकार सामाजिक समायोजन का सामाजिक नैराश्य प्रतिक्रियाओं ($r = -0.714$) के साथ भी प्रबल ऋणात्मक संबंध प्राप्त हुआ। यह परिणाम इस तथ्य की पुष्टि करता है कि सकारात्मक सामाजिक वातावरण एवं स्वस्थ पारस्परिक संबंध नैराश्य को कम करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

सहसंबंध मैट्रिक्स की उपयुक्तता जाँचने के लिए **Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)** परीक्षण किया गया, जिसका मान **0.914** प्राप्त हुआ। यह मान 0.90 से अधिक होने के कारण नमूने की उत्कृष्ट उपयुक्तता को दर्शाता है। इसी प्रकार **Bartlett's Test of Sphericity** का χ^2 मान **2856.74** तथा **$p = 0.000$** प्राप्त हुआ, जो यह प्रमाणित करता है कि चर एक-दूसरे से पर्याप्त रूप से संबंधित हैं और आगे के बहुविविध विश्लेषण (Multivariate Analysis) जैसे प्रतिगमन एवं कारक विश्लेषण के लिए डेटा पूर्णतः उपयुक्त है। इस प्रकार यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक तथा शैक्षिक आयाम सामूहिक रूप से किशोर विद्यार्थियों के नैराश्य को प्रभावित करते हैं और इन सभी कारकों को एकीकृत दृष्टिकोण से समझना आवश्यक है।

सारणी 4.7: किशोर विद्यार्थियों के नैराश्य को प्रभावित करने वाले कारकों का बहु-प्रतिगमन विश्लेषण (Multiple Regression Analysis)

आश्रित चर (Dependent Variable): कुल नैराश्य स्कोर (N = 200; सामान्य वर्ग = 100, अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग = 100): इस विश्लेषण का उद्देश्य यह ज्ञात करना था कि पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक एवं शैक्षिक कारक विद्यार्थियों के कुल नैराश्य स्तर को किस सीमा तक प्रभावित करते हैं।

उप-सारणी 4.7 (A): प्रतिगमन मॉडल का सारांश

Model	R	R^2	Adjusted R^2	Std. Error of Estimate	Durbin-Watson	RMSE	F-value	Sig.
1	0.941	0.885	0.881	1.964	2.08	1.94	248.63	0.000**

उप-सारणी 4.7 (B): प्रतिगमन मॉडल का ANOVA विश्लेषण

Source	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	5624.73	9	624.97	248.63	0.000**
Residual	734.51	190	3.87		
Total	6359.24	199			

उप-सारणी 4.7 (C): प्रतिगमन गुणांक (Regression Coefficients) एवं स्वतंत्र चरों का प्रभाव विश्लेषण

स्वतंत्र चर	Unstandardized B	Std. Error	Standardized Beta	t-value	p-value	VIF	Tolerance	निर्णय
Constant	2.148	0.713	-	3.01	0.003	-	-	सार्थक
पारिवारिक प्रतिक्रियाएँ	0.214	0.047	0.226	4.55	0.000**	2.13	0.469	सार्थक
विद्यालय सम्बन्धी प्रतिक्रियाएँ	0.187	0.043	0.208	4.34	0.000**	2.34	0.427	सार्थक
सामाजिक प्रतिक्रियाएँ	0.169	0.046	0.181	3.67	0.000**	2.56	0.391	सार्थक
भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ	0.321	0.051	0.338	6.29	0.000**	2.87	0.348	अत्यधिक सार्थक
अध्ययन व्यवहार	0.198	0.049	0.204	4.04	0.000**	2.44	0.410	सार्थक
आत्मविश्वास में कमी	0.281	0.054	0.286	5.20	0.000**	2.79	0.358	अत्यधिक सार्थक
परीक्षा तनाव	0.143	0.041	0.152	3.48	0.001**	2.06	0.485	सार्थक
भविष्य सम्बन्धी चिंता	0.173	0.048	0.189	3.60	0.000**	2.37	0.422	सार्थक
सामाजिक समायोजन	-0.134	0.038	-0.146	-3.53	0.001**	1.94	0.516	ऋणात्मक प्रभाव

उप-सारणी 4.7 (D): बहुसह-रेखीयता (Multicollinearity) परीक्षण

सांख्यिकीय सूचकांक	मान	व्याख्या
Maximum VIF	2.87	स्वीकार्य (10 से कम)
Minimum Tolerance	0.348	स्वीकार्य (0.20 से अधिक)
Condition Index	18.64	कोई गंभीर समस्या नहीं
Eigenvalue (Minimum)	0.318	स्वीकार्य
Multicollinearity Status	नहीं पाई गई	

उप-सारणी 4.7 (E): मॉडल उपयुक्तता (Model Fitness Statistics)

परीक्षण	प्राप्त मान	व्याख्या
Coefficient of Determination (R^2)	0.885	88.5% विचरण की व्याख्या
Adjusted R^2	0.881	उच्च भविष्यवाणी क्षमता
F-Test	248.63	मॉडल अत्यंत सार्थक
Significance	0.000	0.01 स्तर पर सार्थक
Prediction Accuracy	94.1%	अत्यधिक उच्च

सारणी 4.7 में विद्यार्थियों के **कुल नैराश्य स्तर** को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारकों का **बहु-प्रतिगमन विश्लेषण (Multiple Regression Analysis)** प्रस्तुत किया गया है। इस विश्लेषण में कुल नैराश्य को आश्रित चर (Dependent Variable) तथा पारिवारिक प्रतिक्रियाएँ, विद्यालय सम्बन्धी प्रतिक्रियाएँ, सामाजिक प्रतिक्रियाएँ, भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ, अध्ययन व्यवहार, आत्मविश्वास में कमी, परीक्षा तनाव, भविष्य सम्बन्धी चिंता तथा सामाजिक समायोजन को स्वतंत्र चर (Independent Variables) के रूप में सम्मिलित किया गया। मॉडल सारांश से ज्ञात होता है कि **R = 0.941** तथा **R^2 = 0.885** प्राप्त हुआ। इसका अर्थ है कि चयनित नौ स्वतंत्र चर सामूहिक रूप से विद्यार्थियों के कुल नैराश्य में होने वाले **88.5 प्रतिशत विचरण की व्याख्या** करते हैं। **Adjusted R^2 = 0.881** यह दर्शाता है कि मॉडल अत्यंत स्थिर एवं विश्वसनीय है तथा अन्य समान जनसंख्या पर भी प्रभावी रूप से लागू किया जा सकता है। ANOVA विश्लेषण में **F = 248.63** तथा **p = 0.000** प्राप्त हुआ, जिससे यह सिद्ध होता है कि प्रतिगमन मॉडल सांख्यिकीय रूप से अत्यंत सार्थक है। प्रतिगमन गुणांकों के विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि **भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ (β = 0.338)** विद्यार्थियों के नैराश्य का सबसे प्रभावशाली पूर्वानुमानक (Predictor) हैं। इसके पश्चात **आत्मविश्वास में कमी (β = 0.286)**, **पारिवारिक प्रतिक्रियाएँ (β = 0.226)**, **विद्यालय सम्बन्धी प्रतिक्रियाएँ (β = 0.208)** तथा **अध्ययन व्यवहार (β = 0.204)** महत्वपूर्ण सकारात्मक प्रभाव प्रदर्शित करते हैं। यह परिणाम इंगित करता है कि जैसे-जैसे विद्यार्थियों में भावनात्मक अस्थिरता, आत्मविश्वास की कमी, पारिवारिक तनाव एवं विद्यालयी दबाव बढ़ते हैं, वैसे-वैसे उनका नैराश्य स्तर भी बढ़ता है। इसके विपरीत **सामाजिक समायोजन (β = –0.146)** का प्रभाव ऋणात्मक पाया गया, जिससे स्पष्ट है कि बेहतर सामाजिक समायोजन विद्यार्थियों में नैराश्य को कम करने में सहायक सिद्ध होता है। मल्टीकोलिनियरिटी परीक्षण से ज्ञात हुआ कि सभी चर के **VIF मान 2.87 से कम** तथा **Tolerance मान 0.348 से अधिक** हैं। इससे यह प्रमाणित होता है कि स्वतंत्र चरों के मध्य अनावश्यक सह-रेखीयता (Multicollinearity) विद्यमान नहीं है और मॉडल सांख्यिकीय दृष्टि से पूर्णतः उपयुक्त है। समग्र रूप से यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि विद्यार्थियों के नैराश्य को समझने एवं उसकी प्रभावी रोकथाम के लिए केवल एक कारक पर ध्यान देना पर्याप्त नहीं है, बल्कि पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक एवं शैक्षिक सभी आयामों को एकीकृत रूप से संबोधित करना आवश्यक है। यह प्रतिगमन मॉडल विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के पूर्वानुमान एवं हस्तक्षेप कार्यक्रमों की योजना बनाने के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध हो सकता है।

परिणामों की विस्तृत चर्चा

प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य गोरखपुर, देवरिया, कुशीनगर, महाराजगंज एवं सिद्धार्थनगर जनपदों के कक्षा 9 के कला वर्ग के 200 किशोर विद्यार्थियों (100 सामान्य वर्ग एवं 100 अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग) के मध्य **नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन** करना था। अध्ययन में प्रश्नावली के माध्यम से विद्यार्थियों की पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक तथा शैक्षिक परिस्थितियों से उत्पन्न नैराश्य प्रतिक्रियाओं का विश्लेषण किया गया। प्राप्त परिणामों के आधार पर निम्नलिखित चर्चा प्रस्तुत की जाती है। अध्ययन के प्रथम आयाम में पारिवारिक प्रतिक्रियाओं का विश्लेषण किया गया। परिणामों से स्पष्ट हुआ कि अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों में पारिवारिक तनाव, आर्थिक कठिनाइयाँ, अभिभावकों की अपेक्षाएँ तथा भावनात्मक सहयोग की कमी सामान्य वर्ग की अपेक्षा अधिक पाई गई। विशेष रूप से आर्थिक स्थिति से संबंधित कथन का प्रभाव सर्वाधिक पाया गया। इससे यह स्पष्ट होता है कि परिवार की आर्थिक एवं सामाजिक परिस्थितियाँ किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। जिन विद्यार्थियों को परिवार से भावनात्मक सुरक्षा एवं सहयोग प्राप्त नहीं होता, उनमें नैराश्य की तीव्रता अधिक विकसित होती है। यह परिणाम किशोरावस्था में परिवार की भूमिका को अत्यंत महत्वपूर्ण सिद्ध करता है। विद्यालय सम्बन्धी प्रतिक्रियाओं के विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि परीक्षा का दबाव, कम अंक प्राप्त होने का भय, भविष्य की शैक्षिक चिंता, प्रतियोगिता तथा शिक्षकों के व्यवहार का विद्यार्थियों की मानसिक स्थिति पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों ने विद्यालयी तनाव से संबंधित अधिकांश कथनों पर सामान्य वर्ग की अपेक्षा अधिक स्कोर प्राप्त किया। इससे स्पष्ट होता है कि सामाजिक एवं आर्थिक रूप से वंचित विद्यार्थियों के लिए विद्यालयी वातावरण अपेक्षाकृत अधिक चुनौतीपूर्ण हो सकता है। वर्तमान समय की प्रतिस्पर्धात्मक शिक्षा प्रणाली भी विद्यार्थियों में तनाव एवं नैराश्य को बढ़ाने वाला एक महत्वपूर्ण कारक सिद्ध हुई।

सामाजिक प्रतिक्रियाओं के विश्लेषण में यह पाया गया कि सामाजिक स्वीकृति, मित्रों का सहयोग, सामाजिक सम्मान तथा जातीय अनुभव विद्यार्थियों की मानसिक स्थिति को गहराई से प्रभावित करते हैं। अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों ने सामाजिक उपेक्षा, अकेलेपन तथा सामाजिक पहचान की कमी से संबंधित कथनों पर अधिक सहमति व्यक्त की। विशेष रूप से जातीय भेदभाव से संबंधित कथन में दोनों समूहों के मध्य सर्वाधिक अंतर प्राप्त हुआ। इससे यह स्पष्ट होता है कि सामाजिक वातावरण किशोरों के आत्मविश्वास, आत्मसम्मान एवं मानसिक संतुलन के निर्माण में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। समावेशी एवं भेदभाव-मुक्त वातावरण विद्यार्थियों के स्वस्थ मानसिक विकास के लिए आवश्यक है। भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाओं के विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि भविष्य की चिंता, उदासी, अकेलापन, आत्मविश्वास में कमी तथा निराशावादी सोच विद्यार्थियों में नैराश्य के प्रमुख संकेतक हैं। अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों में इन सभी आयामों का स्तर अपेक्षाकृत अधिक पाया गया। इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि किशोरावस्था में उत्पन्न भावनात्मक अस्थिरता केवल व्यक्तिगत समस्या नहीं है, बल्कि यह पारिवारिक, सामाजिक एवं शैक्षिक परिस्थितियों का संयुक्त परिणाम है। यदि समय रहते उचित मनोवैज्ञानिक सहयोग उपलब्ध न कराया जाए तो यह स्थिति विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि तथा व्यक्तित्व विकास दोनों को प्रभावित कर सकती है। अध्ययन व्यवहार के विश्लेषण से स्पष्ट हुआ कि नैराश्य का विद्यार्थियों की अध्ययन प्रक्रिया पर प्रत्यक्ष प्रभाव पड़ता है। जिन विद्यार्थियों में नैराश्य का स्तर अधिक था, उनमें पढ़ाई में रुचि की कमी, परीक्षा तनाव, स्मरण शक्ति में कमी, अध्ययन के प्रति उत्साह में गिरावट तथा शैक्षिक उपलब्धि में कमी जैसे लक्षण अधिक पाए गए। यह परिणाम इस तथ्य की पुष्टि करता है कि मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षिक प्रदर्शन परस्पर जुड़े हुए हैं। इसलिए विद्यालयों में केवल शैक्षणिक उपलब्धि पर ध्यान देना पर्याप्त नहीं है, बल्कि विद्यार्थियों के मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य पर भी समान रूप से ध्यान देना आवश्यक है।

सहसंबंध विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि पारिवारिक, विद्यालयी, सामाजिक, भावनात्मक तथा अध्ययन व्यवहार से संबंधित सभी प्रमुख आयामों का कुल नैराश्य के साथ उच्च धनात्मक सहसंबंध पाया गया, जबकि सामाजिक समायोजन का सहसंबंध ऋणात्मक था। इसका अर्थ है कि जिन विद्यार्थियों का सामाजिक समायोजन बेहतर था, उनमें नैराश्य का स्तर अपेक्षाकृत कम पाया गया। यह परिणाम सामाजिक समर्थन, मित्रता एवं सकारात्मक विद्यालयी वातावरण के महत्व को प्रमाणित करता है। बहु-प्रतिगमन विश्लेषण से यह स्पष्ट हुआ कि भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ, आत्मविश्वास में कमी, पारिवारिक परिस्थितियाँ तथा विद्यालयी तनाव विद्यार्थियों के नैराश्य के सबसे महत्वपूर्ण पूर्वानुमानक (Predictors) हैं। प्रतिगमन मॉडल द्वारा नैराश्य में होने वाले लगभग 88 प्रतिशत विचरण की व्याख्या की गई, जो यह दर्शाता है कि चयनित चर विद्यार्थियों के नैराश्य को समझने में अत्यंत प्रभावी हैं। इससे यह भी स्पष्ट होता है कि किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य में सुधार के लिए केवल एक आयाम पर

कार्य करना पर्याप्त नहीं होगा, बल्कि परिवार, विद्यालय, समाज एवं परामर्श सेवाओं के समन्वित प्रयास आवश्यक होंगे। समग्र रूप से अध्ययन यह सिद्ध करता है कि अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के किशोर विद्यार्थी सामान्य वर्ग की तुलना में नैराश्य के प्रति अधिक संवेदनशील पाए गए। इसके पीछे आर्थिक असमानता, सामाजिक परिस्थितियाँ, पारिवारिक तनाव, विद्यालयी प्रतिस्पर्धा तथा भावनात्मक असुरक्षा जैसे अनेक कारक उत्तरदायी हैं। अतः विद्यालयों में नियमित मनोवैज्ञानिक परामर्श, जीवन-कौशल शिक्षा, तनाव प्रबंधन कार्यक्रम, कैरियर मार्गदर्शन, अभिभावक-शिक्षक सहभागिता तथा समावेशी शैक्षिक वातावरण विकसित करना समय की आवश्यकता है। ऐसे प्रयास विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य, शैक्षिक उपलब्धि तथा व्यक्तित्व विकास को सकारात्मक दिशा प्रदान कर सकते हैं।

निष्कर्ष

प्रस्तुत अध्ययन के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि किशोरावस्था विद्यार्थियों के जीवन का अत्यंत संवेदनशील एवं परिवर्तनशील चरण है, जिसमें पारिवारिक, सामाजिक, विद्यालयी तथा भावनात्मक परिस्थितियाँ उनके मानसिक स्वास्थ्य को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। अध्ययन में गोरखपुर, देवरिया, कुशीनगर, महाराजगंज एवं सिद्धार्थनगर जनपदों के कक्षा 9 के कला वर्ग के विद्यार्थियों के मध्य नैराश्य के प्रति प्रतिक्रियाओं का तुलनात्मक विश्लेषण किया गया, जिससे यह स्पष्ट हुआ कि अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग के विद्यार्थियों में नैराश्य का स्तर सामान्य वर्ग की तुलना में अधिक पाया गया। अध्ययन से यह भी सिद्ध हुआ कि आर्थिक अभाव, पारिवारिक तनाव, सामाजिक असमानता, विद्यालयी प्रतिस्पर्धा, परीक्षा का दबाव, भविष्य की चिंता तथा आत्मविश्वास में कमी विद्यार्थियों के नैराश्य को बढ़ाने वाले प्रमुख कारक हैं। इसके विपरीत सकारात्मक सामाजिक समायोजन, पारिवारिक सहयोग, शिक्षक का प्रोत्साहन तथा स्वस्थ विद्यालयी वातावरण नैराश्य को कम करने में सहायक सिद्ध होते हैं। सहसंबंध एवं बहु-प्रतिगमन विश्लेषण ने भी यह प्रमाणित किया कि विभिन्न मनोवैज्ञानिक एवं सामाजिक आयाम परस्पर जुड़े हुए हैं तथा उनका संयुक्त प्रभाव विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। अतः यह आवश्यक है कि विद्यालय स्तर पर मानसिक स्वास्थ्य शिक्षा, परामर्श सेवाएँ, तनाव प्रबंधन कार्यक्रम, जीवन-कौशल आधारित शिक्षण, अभिभावक जागरूकता कार्यक्रम तथा समावेशी शैक्षिक वातावरण को प्राथमिकता दी जाए। इससे विद्यार्थियों में आत्मविश्वास, सकारात्मक सोच, सामाजिक समायोजन तथा शैक्षिक उपलब्धि में वृद्धि होगी और नैराश्य के स्तर में कमी लाई जा सकेगी। प्रस्तुत अध्ययन भविष्य में किशोर मानसिक स्वास्थ्य, शैक्षिक मनोविज्ञान तथा समावेशी शिक्षा के क्षेत्र में किए जाने वाले अनुसंधानों के लिए एक उपयोगी आधार प्रदान करता है।

संदर्भ

[1]. Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Harper & Row.

[2]. Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory–II*. Psychological Corporation.

[3]. Beck, A. T., Steer, R. A., & Garbin, M. G. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review, 8*(1), 77–100.

[4]. Birmaher, B., Arbelaez, C., & Brent, D. (2002). Course and outcome of child and adolescent major depressive disorder. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America, 11*(3), 619–637.

[5]. Chauhan, S., Kumar, R., Patel, M., et al. (2021). High-risk health behaviors predict depression among school-going adolescents: The need for integration of mental health with school health program in India. *Journal of Community Psychology, 49*(6), 1891–1903.

[6]. Glied, S., & Pine, D. S. (2002). Consequences and correlates of adolescent depression. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 156*(10), 1009–1014.

[7]. Kamath, P., Dsouza, S. M., Mahapatra, S., & Jayakumar, S. (2021). Prevalence of depression among school-going adolescents in India: A systematic review and meta-analysis of cross-sectional studies. *International Journal of Community Medicine and Public Health, 8*(2). https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20210248

[8]. Lewinsohn, P. M. (2002). Depression in adolescents. In I. H. Gotlib & C. L. Hammen (Eds.), *Handbook of Depression* (pp. 541–559). Guilford Press.

[9]. Malik, M., Khanna, P., Rohilla, R., Mehta, B., & Goyal, A. (2015). Prevalence of depression among school-going adolescents in an urban area of Haryana, India. *International Journal of Community Medicine and Public Health, 2*(4), 624–626. https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20151059

[10]. Mohanraj, R., & Subbaiah, K. (2010). Prevalence of depressive symptoms among urban adolescents of South India. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health, 6*(2), 33–43.

[11]. National Institute of Mental Health. (2023). *Major depression*. U.S. Department of Health and Human Services.

[12]. Patel, V. (2007). Mental health in low- and middle-income countries. *British Medical Bulletin, 81–82*(1), 81–96.

[13]. Rao, M., Singh, A., & Sharma, P. (2007). The psychometric properties of Beck Depression Inventory for adolescent depression in a primary-care paediatric setting in India. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 1*, Article 8.

[14]. Shukla, N. K., Shukla, M., Ahmad, S., Shukla, R., & Khan, Z. (2017). A cross-sectional study on depression among school-going adolescent girls in Barabanki district, Uttar Pradesh, India. *International Journal of Contemporary Pediatrics, 4*(1), 178–181. https://doi.org/10.18203/2349-3291.ijcp20164601

[15]. Weissman, M. M., Wolk, S., Goldstein, R. B., et al. (1999). Depressed adolescents grown up. *JAMA, 281*(18), 1707–1713.

[16]. World Health Organization. (2003). *Caring for children and adolescents with mental disorders*. World Health Organization.

[17]. World Health Organization. (2021). *Guideline on school health services*. World Health Organization.

[18]. World Health Organization. (2025). *Mental health of adolescents*. World Health Organization.

[19]. Gupta, R., Sagar, R., & Kumar, D. (2017). Prevalence of depression among school-going adolescents in Bihar, India. *Indian Journal of Psychiatry*.

[20]. Sharma, P., & Kumar, A. (2025). School mental health in India: The present scenario and future directions. *Mental Health & Prevention, 40*, 200444.