शोधामृत

(कला, मानविकी और सामाजिक विज्ञान की सहकर्मी समीक्षित, मूल्यांकित, त्रैमासिक शोध पत्रिका)

ISSN : 3048-9296 (Online)
3049-2890 (Print)
IIFS Impact Factor-4.0
Vol.-3; issue-2 (April-June) 2026
Page No- 259-263
©2026 Shodhaamrit
https://shodhaamrit.gyanvividha.com

Author's :
डॉ. नुपूर अग्रवाल
(सहायक आचार्य), जवाहर लाल नेहरू टीचर्स ट्रेनिंग कॉलेज, कोटा (राजस्थान)

Corresponding Author :
डॉ. नुपूर अग्रवाल
(सहायक आचार्य), जवाहर लाल नेहरू टीचर्स ट्रेनिंग कॉलेज, कोटा (राजस्थान)

डी.एल.एड के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन

सार : मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति अपने विचारों, भावनाओं और व्यवहारों को समझने, नियंत्रित करने और संतुलित रूप से व्यक्त करने में सक्षम होता है। यह केवल मानसिक रोगों की अनुपस्थिति नहीं है, बल्कि एक ऐसी सकारात्मक अवस्था है जिसमें व्यक्ति जीवन की कठिनाइयों का सामना धैर्यपूर्वक कर पाता है, सामाजिक संबंधों को स्वस्थ रूप से निभाता है और व्यक्तिगत व सामाजिक रूप से उत्पादक रहता है। मानसिक स्वास्थ्य का सीधा संबंध हमारे सम्पूर्ण जीवन से है चाहे वह काम का प्रदर्शन हो, पारिवारिक जीवन हो या सामाजिक सहभागिता।

यह अध्ययन 'डी. एल. एड. के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य की वास्तविक स्थिति को समझने, उनके अनुभवों को संकलित करने और उनकी मानसिक चुनौतियों, समस्याओं तथा उनसे निपटने की रणनीतियों को समझने का प्रयास है।

प्रस्तुत शोध के लिए कोटा सम्भाग के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों को चुना गया है। न्यादर्श के रूप में शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड.) में 80 प्रशिक्षणार्थियों को लिया गया है जिसमें 40 शहरी एवं 40 ग्रामीण शिक्षकों का चयन किया गया है। निष्कर्ष रूप में छात्राध्यापक की तुलना में छात्राध्यापिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य अधिक उत्तम है। शहरी क्षेत्र की तुलना में ग्रामीण क्षेत्र के छात्राध्यापिकाओं का मानसिक स्वास्थ्य बहुत अच्छा पाया गया।

1. प्रस्तावना – शिक्षक समाज का वह आधार स्तंभ होता है जो ज्ञान, संस्कार और मूल्य प्रदान कर एक बेहतर पीढ़ी का निर्माण करता है। शिक्षक न केवल पुस्तक का ज्ञान देते हैं, बल्कि जीवन जीने की सही दिशा भी दिखाते हैं। वे विद्यार्थियों के व्यक्तित्व को निखारते हैं और उन्हें आत्मनिर्भर तथा जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए प्रेरित करते हैं। **इसलिए अरस्तू** ने भी कहा है, ''शिक्षा का उद्देश्य एक अच्छे नागरिक का निर्माण करना है।''

एक सच्चा शिक्षक अपने व्यवहार, आचरण और समर्पण से विद्यार्थियों के जीवन में गहरा प्रभाव छोड़ता है। समाज में शिक्षक का स्थान माता–पिता के समान माना जाता है। शिक्षक हमारे जीवन के मार्गदर्शक होते हैं वे न केवल हमें पढ़ना–लिखना सिखाते हैं, बल्कि अच्छे संस्कार, अनुशासन और नैतिक मूल्यों का भी पाठ पढ़ाते हैं। वास्तव में, शिक्षक का कार्य केवल पढ़ाना नहीं, बल्कि जीवन को सही दिशा देना होता है। अतः एक व्यक्ति को अच्छा शिक्षक बनने हेतु प्रशिक्षित भी किया जाता है।

प्रशिक्षण एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके माध्यम से किसी व्यक्ति को विशेष ज्ञान, कौशल, योग्यता और व्यवहारिक दक्षता प्रदान की जाती है, जिससे वह किसी विशेष कार्य या जिम्मेदारी को कुशलतापूर्वक पूरा कर सके। यह शिक्षा का एक व्यावहारिक रूप है जिसमें सिद्धांतों के साथ–साथ अनुभव आधारित अभ्यास और कौशल विकास पर विशेष ध्यान दिया जाता है। प्रशिक्षण केवल पेशेवर क्षेत्र तक सीमित नहीं है, बल्कि यह जीवन के हर क्षेत्र में आवश्यक होता है, चाहे वह घर हो, विद्यालय हो, कार्यस्थल हो या समाज।

प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य किसी व्यक्ति की कार्यक्षमता को बेहतर बनाना, उसे अपने कार्य के प्रति अधिक दक्ष और आत्मविश्वासी बनाना होता है। यह न केवल उसके वर्तमान कार्य को सरल और प्रभावी बनाता है, बल्कि भविष्य की चुनौतियों के लिए भी तैयार करता है। उदाहरणस्वरूप,

एक शिक्षक को शिक्षण कार्य में दक्ष बनाने के लिए शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं, जिनमें उन्हें शिक्षण पद्धतियों, बाल मनोविज्ञान, पाठ योजना और कक्षा प्रबंधन के बारे में व्यावहारिक जानकारी दी जाती है। जैसा कि महात्मा गांधी ने कहा है, ''शिक्षा का अर्थ है शरीर, मन और आत्मा का समन्वित विकास है।''

जैसा कि सभी को विहित है स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है।'' जब एक व्यक्ति शारीरिक व मानसिक दृष्टि से स्वस्थ हागा तभी वह अपना कार्य पूर्ण मनोयोग से कर सकता है। मानसिक रूप से स्वस्थ होना यह एक ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति अपने विचारों, भावनाओं और व्यवहारों को समझने, नियन्त्रित करने और संतुलित रूप से व्यक्त करने में सक्षम होता है।

डीएलएड पाठयक्रम में प्रवेश लेने वाले प्रशिक्षणार्थी विभिन्न सामाजिक–आर्थिक, पारिवारिक, शैक्षणिक और व्यक्तिगत पृष्ठभूमियों से आते हैं। प्रशिक्षण के दौरान उन्हें केवल शिक्षण तकनीकों का अध्ययन ही नहीं करना होता, बल्कि समय–प्रबंधन, पाठ योजना, शैक्षिक अवलोकन, इंटर्नशिप, सामूहिक गतिविधियों, प्रदर्शनात्मक मूल्यांकन आदि से जुड़ी अनेक जिम्मेदारियाँ भी निभानी होती हैं। इस संपूर्ण प्रक्रिया में प्रशिक्षणार्थियों को मानसिक दबाव, आत्म–संदेह, प्रतिस्पर्धा, भविष्य को लेकर चिंता और आत्ममूल्यांकन जैसी मानसिक स्थितियों से गुजरना पड़ता है। मानसिक स्वास्थ्य, जिसे प्रायः शारीरिक स्वास्थ्य की तुलना में कम प्राथमिकता दी जाती है, इन भावी शिक्षकों के विकास में एक मौन लेकिन अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

2. समस्या को औचित्य – भारत जैसे विशाल और विविधतापूर्ण देश में शिक्षा का स्तर सुधारने के लिए शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। विशेषकर डीएलएड पाठयक्रम उन शिक्षक तैयार करता है जो प्राथमिक स्तर के विद्यार्थियों को शिक्षा प्रदान करते है। इस प्रशिक्षण में शिक्षक न केवल शैक्षणिक विधियों को सीखते हैं, बल्कि बच्चों के मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास को समझने की भी शिक्षा प्राप्त करते हैं। हालांकि, आज के समय में मानसिक स्वास्थ्य एक गंभीर और चुनौतीपूर्ण विषय बन चुका है, जिसे शिक्षा प्रणाली में भी प्राथमिकता दी जानी चाहिए।

डीएलएड शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय में अध्ययरत शिक्षक प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन नहीं किया गया तो इसका प्रभाव प्राथमिक शिक्षा प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों पर भी पड़ेगा। अगर उनकी मानसिक स्वास्थ्य सही नहीं हुआ तो क्या प्राथमिक शिक्षा की नींव मजबूत हो पाएगी ? क्या वे भविष्य की चुनौतियों का सामना करने योग्य क्षमता विकसित कर पाएंगे ? इन्हीं प्रश्नों के उत्तर प्राप्त करने के लिए अनुसंधानकर्ता ने इस विषय का चुनाव किया है।

3 समस्या कथन–''डी.एल.एड के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन।''

4. शोध अध्ययन के उद्देश्य–

1. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों (डी.एल.एड) के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।
2. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों (डी.एल.एड) के छात्रअध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना ।
3. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों (डी.एल.एड) के छात्राअध्यापिकाओ के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।

5. शोध अध्ययन की परिकल्पना–

1. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड)के प्रशिक्षणार्थी के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं है।
2. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड) के छात्रअध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं है।
3. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड) के छात्राअध्यापिकाओ के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

6. अनुसंधान में प्रयुक्त विधि, प्रविधि एवं उपकरण –

1. प्रस्तुत शोध डी.एल.डी. प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक अध्ययन से सम्बन्धित है। इसमें सर्वे द्वारा दत्तों का संकलन किया जाता है।
2. समस्या की प्रकृति तथा प्रस्तावित उद्देश्य के स्वरूप को देखते हुए शोधकर्ता द्वारा सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।
3. प्रस्तुत शोध कार्य में शोधार्थी द्वारा दत्त संकलन के लिए डी.एल.डी. प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के मापन हेतु ''डॉ. सुषमा तलसेरा एवं डॉ. अखतर बानों'' द्वारा निर्मित ''मेन्टल हेल्थ स्केल'' उपकरण को प्रयोग किया जायेगा।
4. आँकड़ों के विश्लेषण हेतु आवृत्ति, प्रतिशत एवं आरेख प्रदर्शन का प्रयोग किया गया।

7. तकनीकी शब्दों का परिभाषीकरण –

1. **शिक्षक** – शिक्षक वह व्यक्ति होता है जो विद्यार्थियों को औपचारिक या अनौपचारिक रूप से ज्ञान, कौशल, मूल्य और जीवन के आवश्यक गुण प्रदान करता है। शिक्षक एक मार्गदर्शक, संरक्षक और प्रेरणास्त्रोत होता है।
2. **प्रशिक्षण** – प्रशिक्षण एक ऐसी व्यवस्थित प्रक्रिया है जिसके माध्यम से व्यक्ति विशेष ज्ञान, कौशल, दक्षता और व्यवहार में सुधार करता है, जिससे वह किसी कार्य या भूमिका को अधिक प्रभावी और दक्षता से निभा सके।
3. **शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय** – शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय एक विशेष प्रकार का शैक्षणिक संस्थान होता है, जहाँ भविष्य के शिक्षकों को औपचारिक रूप से प्रशिक्षण दिया जाता है ताकि वे विद्यालयों में शिक्षा देने के लिए पूरी तरह योग्य बन सकें।

4. **मानसिक स्वास्थ्य–** मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति अपने मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक रूप से संतुलित और स्थिर होता है। यह केवल मानसिक रोगों की अनुपस्थिति नहीं है, बल्कि यह उस स्थिति को दर्शाता है जिसमें व्यक्ति अपने विचारों, भावनाओं और व्यवहार को प्रभावी ढंग से नियंत्रित कर सकता है, जीवन की चुनौतियों का सामना कर सकता है, उत्पादक ढंग से कार्य कर सकता है और समाज में सकारात्मक योगदान दे सकता है।

8. शोध परिसीमन –

1. शोध कार्य के लिए कोटा संभाग के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों (डी.एल.डी.) को चुना गया है प्रस्तुत अध्ययन शहरी एवं ग्रामीण के महाविद्यालय तक परिसीमन किया गया है।
2. प्रस्तुत अध्ययन में 18 से 22 वर्ष तक के प्रशिक्षणार्थी को सम्मिलित किया गया है।

9. जनसंख्या एवं न्यादर्श – प्रस्तुत अध्ययन में डी.एल.एड स्तर के 80 प्रशिक्षणार्थियों को सम्मिलित किया गया है। जिसमें शहरी क्षेत्र के 40 प्रशिक्षणार्थी एवं ग्रामीण क्षेत्र के 40 प्रशिक्षणार्थी को चयनित किया गया है।

10. परिकल्पना के आधार पर व्याख्या एवं विश्लेषण – परिकल्पना 1 शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल. एड.) के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं है

सारणी संख्या 1

शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड.) के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के मध्यमान, प्रमाप विचलनों एवं टी मूल्य द्वारा अध्ययन

चर	संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (SD)	टी–मूल्य (t-value)	सार्थकता में अन्तर
शहरी क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के प्रशिक्षणार्थियों	40	117.5	12.48	0.48	स्वीकृत
ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के प्रशिक्षणार्थियों	40	118.75	13.72		

$df = N_1 + N_2 - 2 = 40 + 40 - 2 = 78$

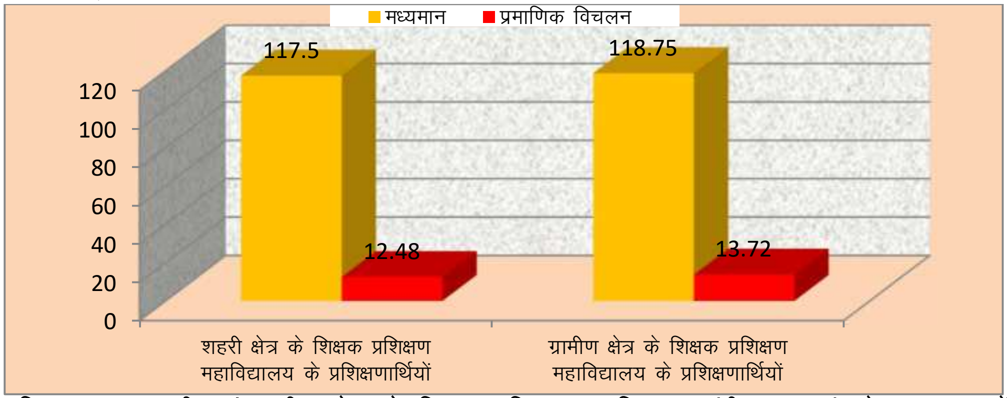
$df = 78$ पर 0.05 का मान = 1.994

$df = 78$ पर 0.01 का मान = 2.64

विश्लेषण एवं व्याख्या – उपयुक्त सारणी के अनुसार शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के प्रशिक्षणाथियों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमश 117.8 व 118.75 प्राप्त हुआ तथा प्रमाणिक विचलन क्रमशः 12.48 व 13.12 प्राप्त हुए। इसमें प्राप्त टी मान 0.42 प्राप्त हुआ है जो स्वतंत्रता की कोटि df 78 पर सार्थकता स्तर पर सारणी मान 0.05 पर 1.994 से कम है इसलिए शून्य परिकल्पना स्वीकृत होती है।

आरेख संख्या 4.4

शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड.) के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के मध्यमान एवं प्रमाप विचलन आरेख द्वारा प्रदर्शित



परिकल्पना 2 शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल. एड.) के छात्राध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं है

सारणी संख्या 2

शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड.) के छात्राध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य के मध्यमान, प्रमाप विचलनों एवं टी मूल्य द्वारा अध्ययन

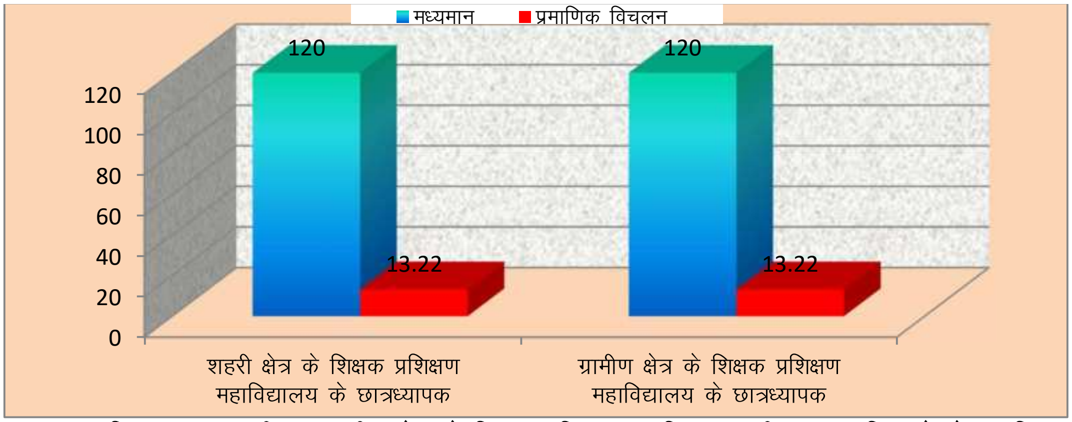
चर	संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (SD)	टी–मूल्य (t-value)	सार्थकता में अन्तर
शहरी क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के छात्रध्यापक	20	120	13.22	0	स्वीकृत
ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के छात्रध्यापक	20	120	13.22		

$df = N_1 + N_2 - 2 = 20 + 20 - 2 = 38$
$df = 38$ पर 0.05 का मान = 2.042
$df = 38$ पर 0.01 का मान = 2.75

विश्लेषण एवं व्याख्या – उपर्युक्त सारणी के अनुसार शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के छात्रध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 120 व 120 प्राप्त हुए तथा प्रमाणिक विचलन क्रमशः 13.22 व 13. 22 प्राप्त हुए तथा प्राप्त टी मूल्य का मान शून्य प्राप्त हुआ जो स्वतंत्रता की कोटि (df) 38 पर सार्थकता स्तर पर सारणी मान 0.05 पर 2.042 से कम इसलिए शून्य परिकल्पना स्वीकृत होती है।

आरेख संख्या 2

शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के छात्राध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य के मध्यमान एवं प्रमाप विचलन आरेख द्वारा प्रदर्शित



परिकल्पना 3 शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय की छात्राध्यापिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं है

सारणी संख्या 3

शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के छात्राध्यापिकाओं की मानसिक स्वास्थ्य के मध्यमान, प्रमाप विचलनों एवं टी मूल्य द्वारा अध्ययन

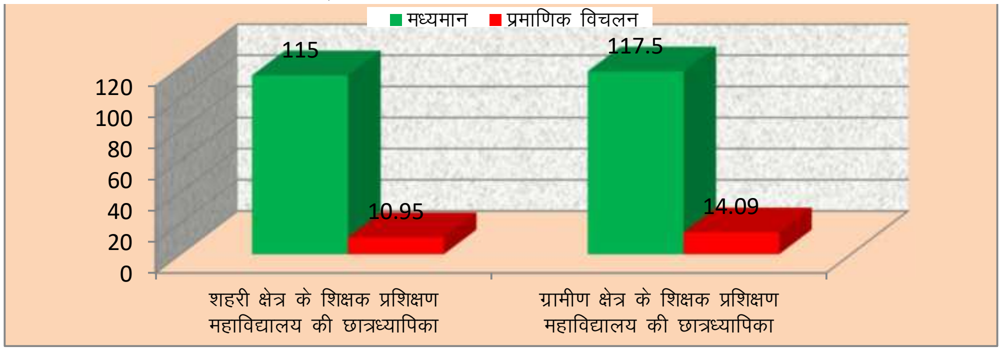
चर	संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (SD)	टी–मूल्य (t-value)	सार्थकता में अन्तर
शहरी क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय की छात्रध्यापिका	20	115	10.95	0.62	स्वीकृत
ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय की छात्रध्यापिका	20	117.5	14.09		

$df = N_1 + N_2 - 2 = 20 + 20 - 2 = 38$
$df = 38$ पर 0.05 का मान = 2.042
$df = 38$ पर 0.01 का मान = 2.75

विश्लेषण एवं व्याख्या – उपर्युक्त सारणी के अनुसार शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय की छात्रध्यापिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान क्रमशः 115 व 117.5 प्राप्त हुए तथा प्रमाणिक विचलन क्रमशः 10.95 व 14.09 प्राप्त हुए तथा प्राप्त टी मूल्य का मान 0.62 प्राप्त हुआ जो स्वतंत्रता की कोटि (df) 38 पर सार्थकता स्तर पर सारणी मान 0.05 पर 2.042 से कम है इसलिए शून्य परिकल्पना स्वीकृत होती है।

आरेख संख्या 3

शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय के छात्राध्यापिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य के मध्यमान एवं प्रमाप विचलन आरेख द्वारा प्रदर्शित



11. निष्कर्ष –

1. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड.) के प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया है/नहीं होता है/नहीं प्राप्त हुआ है। अर्थात् सभी प्रशिक्षणार्थी चाहे वे शहरी हो या ग्रामीण उनके मानसिक स्वास्थ्य उत्तम कोटि का है परन्तु छात्राध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य छात्राध्यापिकाओं की तुलना में उच्च है।

2. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड.) के छात्राध्यापक (शहरी) एवं छात्राध्यापक (ग्रामीण) के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया है/नहीं होता है/नहीं प्राप्त हुआ है। अर्थात् सभी प्रशिक्षणार्थी चाहे वे शहरी हो या ग्रामीण उनके मानसिक स्वास्थ्य उत्तम कोटि का है परन्तु छात्राध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य छात्राध्यापिकाओं की तुलना में उच्च है।

4. शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (डी.एल.एड.) के छात्राध्यापिका (शहरी) एवं छात्राध्यापिका (ग्रामीण) के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया है/नहीं होता है/नहीं प्राप्त हुआ है। अर्थात् सभी प्रशिक्षणार्थी चाहे वे शहरी हो या ग्रामीण उनके मानसिक स्वास्थ्य उत्तम कोटि का है परन्तु छात्राध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य छात्राध्यापिकाओं की तुलना में उच्च है।

12. शैक्षिक निहितार्थ – अध्ययन का निहितार्थ यह है कि प्रस्तुत शोध के निष्कर्षों से अध्यापकों, छात्रों, अभिभावकों को महत्वपूर्ण सुझाव दिए जा सकते है जिनका उपयोग कर प्रशिक्षणार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को उच्च किया जा सकता है।

1. शिक्षक विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डालने वाले विभिन्न कारकों (घर, विद्यालय, साथी समूह) के बारे में जानकारी प्राप्त कर उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान कर सकते है।
2. विद्यार्थियों को भी मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धित समस्या होने पर उचित निदेशन एवं परामर्श प्राप्त हो सकेगा।
3. अभिभावक भी विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को ध्यान में रखकर उचित प्रकार से व्यवहार कर सकेंगे।

13. भावी शोध हेतु सुझाव –

1. यह शोध केवल 80 प्रशिक्षणार्थियों पर किया गया है इसमें बड़े न्यादर्श लेकर भी किया जा सकता है।
2. यह शोध केवल ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्र के (डी.एल.एड.) महाविद्यालय पर पर किया गया है। निजी और सरकारी महाविद्यालयों को भी शामिल किया जा सकता है।
3. यह शोध कार्य को प्राथमिक, माध्यमिक व उच्च माध्यमिक अथवा स्नातक स्तर पर भी किया जा सकता है।

संदर्भ ग्रंथ सूची :

1. अस्थाना, विपिन, (1999), शिक्षा और मनोविज्ञान में सांख्यिकी, अग्रवाल पब्लिकेशन, आगरा पृ.स. 137–139
2. बेस्ट, जॉन डब्ल्यु, (1990), रिसर्च इन एजूकेशन, देहली प्रेन्टिस हॉल ऑफ इण्डिया, नई दिल्ली
3. भार्गव, महेश, (2006), आधुनिक मनोविज्ञान परीक्षण एवं मापन, भार्गव बुक हाउस, आगरा, पृ. सं. 141
4. भटनागर, सुरेश, (2001), शिक्षा मनोविज्ञान, आर. लाल बुक डिपो, मेरठ, पृष्ठ : 256–59
5. भटनागर, आर.पी., शिक्षा मनोविज्ञान के सांख्यकीय प्रयोग, नेशनल बुक डिपो, मुरादाबाद पृष्ठ : 638
6. भटनागर, सुरेश, वशिष्ट एवं डॉ. कमला, (2012), शैक्षिक प्रबन्ध व शिक्षा की समस्याऐं
7. डॉ. मुहम्मद सुलेमान (2009), मनोविज्ञान शिक्षा एवं अन्य सामाजिक विज्ञान में सांख्यिकी
8. कपिल, एच. के., (2009), सांख्यिकी के मूल तत्त्व, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा पृ. सं. 87
9. माथुर, एस. एस., (2008), शिक्षा के दार्शनिक तथा सामाजिक आधार, पृष्ठ 406–417; विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा
10. मंगल, एस. के. एवं मंगल, शुभ्रा (2003), शैक्षिक तकनीकी, आर्य बुक डिपो, नई दिल्ली, पृ. सं. 287–87
11. त्यागी डॉ. गुरुशरण दास वसुखिया एस. पी. (2012), विद्यालय प्रशाासन संगठन एवं स्वास्थ्य शिक्षा सोनेन्सन, एच., (1977), शिक्षा मनोविज्ञान चतुर्थ संस्करण, टाटा मैकग्राहिल पब्लिकेशन लिमिटेड, नई दिल्ली
12. सक्सेना, एन.आर. स्वरूप, (2013), शिक्षा के दार्शनिक एवं समाजशास्त्रीय आधार, आर. लाल बुक डिपो, मेरठ, पृष्ठ 105–117
13. श्रीवास्तव, डी.एन, (2005), मनोवेज्ञानिक प्रक्रियाएँ, प्रथम संस्करण, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा, पृष्ठ :225–239
14. शर्मा, आर ए. (2001), शिक्षण अधिगम में नवीन प्रवर्तन, आर. लाल बुक डिपो, मेरठ,पृ. स. 221–223
15. शर्मा, आर.ए., (2002), अनुसंधान के मूल तत्त्व एवं शोध प्रक्रिया, आर. लाल बुक डिपो, मेरठ,पृ. सं. 201–209

जनर्रल्स –

1. एजुकेशनल हेराल्ड, जनवरी–मार्च 2015 वोल्यूम–44 पेज न. 1
2. शिक्षण पत्रिका राज., अगस्त 2015 उच्च प्राथमिक शिक्षा बोर्ड अजमेर पेज न. 51
3. नई शिक्षा , सितम्बर 30 2014 पेज न. 22

Websites :-

- www.indianresearchjournals.com
- *www.wikipedia.org/wiki/Adjustment*
- *https://psychology.as.uky.edu*
- http://www.shodhganga.co.in
- www.iiste.org/Journals
- https://books.google.co.in