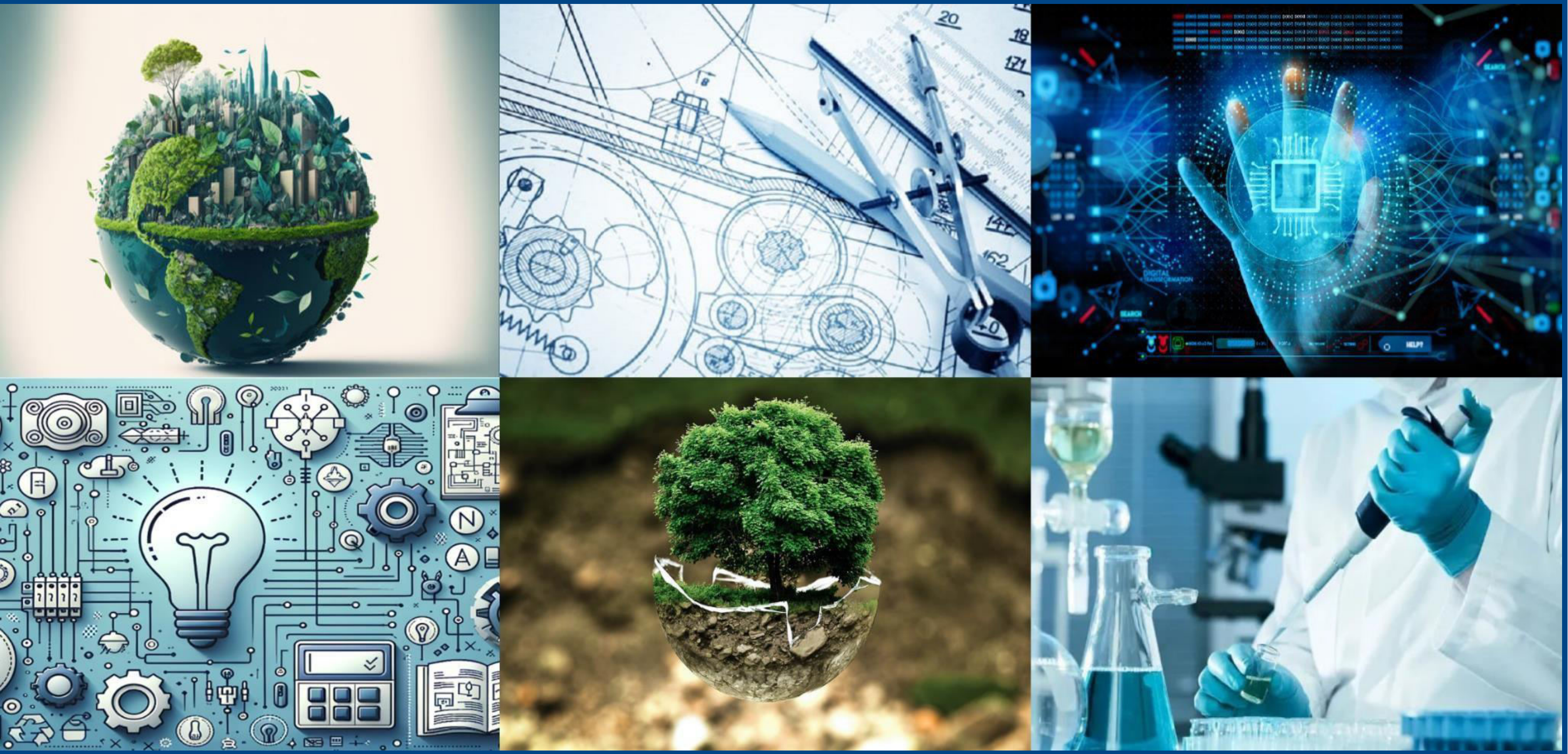
ISSN: 2582-7219

International Journal of Multidisciplinary Research in Science, Engineering and Technology

(A Monthly, Peer Reviewed, Refereed, Scholarly Indexed, Open Access Journal)



Impact Factor: 8.206

Volume 8, Issue 7, July 2025

© 2025 IJMRSET | Volume 8, Issue 7, July 2025| DOI:10.15680/IJMRSET.2025.0807067

ISSN: 2582-7219 | www.ijmrset.com | Impact Factor: 8.206| ESTD Year: 2018|

International Journal of Multidisciplinary Research in Science, Engineering and Technology (IJMRSET)

(A Monthly, Peer Reviewed, Refereed, Scholarly Indexed, Open Access Journal)

“देहरादून जिले के विद्यालयों में किशोर छात्रों की मनोवैज्ञानिक एवं शैक्षणिक समस्याओं के समाधान में मार्गदर्शन कार्यक्रमों की भूमिका एवं प्रभावशीलता का अध्ययन”

शोधार्थिनी : कु. शहनाज

गृह विज्ञान विभाग, महाराजा अग्रसेन हिमालयन गढ़वाल विश्वविद्यालय, पौडी, उत्तराखंड, भारत

सारांश (Abstract): यह शोधपत्र देहरादून जिले के विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर छात्रों की मनोवैज्ञानिक एवं शैक्षणिक समस्याओं के समाधान में मार्गदर्शन कार्यक्रमों की भूमिका एवं प्रभावशीलता का विश्लेषण करता है। किशोरावस्था एक संवेदनशील और परिवर्तनशील अवस्था होती है जिसमें छात्र मानसिक, भावनात्मक एवं शैक्षणिक चुनौतियों का सामना करते हैं। इन समस्याओं में आत्मविश्वास की कमी, तनाव, भविष्य को लेकर अनिश्चितता, पढ़ाई में रुचि की कमी, पारिवारिक और सामाजिक दबाव आदि प्रमुख रूप से देखे जाते हैं। ऐसे में विद्यालयों में संचालित मार्गदर्शन कार्यक्रम इन समस्याओं के समाधान हेतु महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। इस अध्ययन का उद्देश्य यह समझना है कि विद्यालयों में उपलब्ध मार्गदर्शन सेवाएँ किस हद तक किशोर छात्रों की समस्याओं को समझने, उनका समाधान ढूंढने और उन्हें मानसिक एवं शैक्षणिक रूप से सशक्त बनाने में सहायक सिद्ध हो रही हैं। शोध कार्य के लिए देहरादून जिले के विभिन्न विद्यालयों से छात्रों, शिक्षकों, मार्गदर्शकों एवं अभिभावकों से जानकारी एकत्र की गई।

अध्ययन से यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि जहां प्रभावी मार्गदर्शन सेवाएँ उपलब्ध हैं, वहां छात्रों की समग्र प्रगति और मानसिक संतुलन बेहतर पाया गया। हालांकि, कई विद्यालयों में मार्गदर्शन कार्यक्रमों की अनुपस्थिति या प्रभावहीनता भी देखी गई, जो छात्रों की समस्याओं को और जटिल बना रही है।अतः यह आवश्यक है कि विद्यालयों में सुव्यवस्थित एवं प्रशिक्षित मार्गदर्शकों के माध्यम से नियमित मार्गदर्शन सेवाएं उपलब्ध कराई जाएं, जिससे किशोर छात्र अपने जीवन की चुनौतियों का सामना आत्मविश्वास और संतुलन के साथ कर सकें।

I. प्रस्तावना (INTRODUCTION)

किशोरावस्था मानव जीवन का अत्यंत संवेदनशील एवं परिवर्तनशील काल है। यह वह अवस्था है जिसमें शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक एवं सामाजिक रूप से व्यक्ति अनेक परिवर्तनों से गुजरता है। विशेषकर जब यह अवस्था विद्यालय जीवन से जुड़ी हो, तो छात्रों को अनेक मनोवैज्ञानिक एवं शैक्षणिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इन समस्याओं से निपटने हेतु विद्यालयों में चलाए जा रहे मार्गदर्शन कार्यक्रम अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

देहरादून, उत्तराखंड का एक प्रमुख शिक्षा केंद्र है, जहाँ अनेक सरकारी और निजी विद्यालय संचालित हैं। यहाँ के किशोर छात्रों को भी विभिन्न प्रकार की चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, जिनमें आत्मविश्वास की कमी, परीक्षा का भय, करियर को लेकर भ्रम, पारिवारिक दबाव, शिक्षकों से संवाद की कमी, सामाजिक दबाव आदि प्रमुख हैं। इस शोध में मार्गदर्शन कार्यक्रमों की उपस्थिति, उनकी कार्यप्रणाली, छात्रों पर उनके प्रभाव और उनकी प्रभावशीलता का विश्लेषण किया गया है।

II. साहित्य समीक्षा (LITERATURE REVIEW)

साहित्य समीक्षा किसी भी शोध का महत्वपूर्ण आधार होती है, जो यह स्पष्ट करती है कि संबंधित विषय पर पूर्व में क्या कार्य हुआ है और वर्तमान अध्ययन का उसमें क्या स्थान है। वर्तमान अध्ययन के परिप्रेक्ष्य में, विभिन्न शोधों एवं रिपोर्टों का विश्लेषण निम्नलिखित बिंदुओं पर केंद्रित है:

© 2025 IJMRSET | Volume 8, Issue 7, July 2025| DOI:10.15680/IJMRSET.2025.0807067

ISSN: 2582-7219 | www.ijmrset.com | Impact Factor: 8.206| ESTD Year: 2018|

International Journal of Multidisciplinary Research in Science, Engineering and Technology (IJMRSET)

(A Monthly, Peer Reviewed, Refereed, Scholarly Indexed, Open Access Journal)

भारत में अध्ययन

1. **डॉ. रेखा शर्मा (2019)** ने अपने शोध "किशोरों की मनोवैज्ञानिक समस्याएँ" में बताया कि 13 से 18 वर्ष की आयु के छात्र सबसे अधिक मानसिक तनाव, आत्म-गौरव की कमी और सामाजिक दबाव से ग्रस्त होते हैं। शोध में यह भी पाया गया कि मार्गदर्शन कार्यक्रम इन समस्याओं को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
2. **NCERT (2015)** की रिपोर्ट *Adolescents in School* में यह स्पष्ट किया गया कि किशोरों में आत्महत्या की प्रवृत्ति, परीक्षा तनाव, करियर दुविधा आदि समस्याएं लगातार बढ़ रही हैं। इस रिपोर्ट में विद्यालयों में प्रशिक्षित काउंसलर की आवश्यकता को रेखांकित किया गया।

अंतरराष्ट्रीय अध्ययन

1. **WHO (2014)** की रिपोर्ट *Health for the World's Adolescents* के अनुसार, किशोरों में डिप्रेशन, चिंता और आत्महत्या प्रमुख मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं हैं। इस रिपोर्ट में विद्यालय स्तर पर परामर्श सेवाओं को संस्थागत रूप से जोड़ने की सिफारिश की गई।
2. **Kiselica & Robinson (2001)** ने *Counseling Adolescents: School-based Approach* में कहा कि किशोरों के लिए स्कूल-काउंसलिंग मॉडल को सामाजिक, भावनात्मक और शैक्षणिक तीनों पहलुओं को ध्यान में रखकर डिज़ाइन करना चाहिए।

शैक्षणिक समस्याओं पर आधारित अध्ययन

1. **डॉ. सुरेश चंद्र (2016)** के अनुसार, भारतीय किशोर छात्रों में विषय चयन, बोर्ड परीक्षा का भय, और प्रतिस्पर्धात्मक माहौल मुख्य शैक्षणिक तनाव के स्रोत हैं। इनसे निपटने के लिए करियर गाइडेंस और समय प्रबंधन सत्र आवश्यक हैं।
2. **गोयल एंड शुक्ला (2020)** ने 500 छात्रों पर किए गए एक अध्ययन में पाया कि जिन विद्यालयों में नियमित शैक्षणिक परामर्श दिया जाता है, वहाँ छात्रों का प्रदर्शन और आत्मविश्वास बेहतर होता है।

मार्गदर्शन एवं परामर्श कार्यक्रमों की प्रभावशीलता पर अध्ययन

1. **AIU (Association of Indian Universities, 2017)** की रिपोर्ट *Role of Guidance and Counselling in Education* में कहा गया कि यदि विद्यालयों में नियमित एवं व्यवस्थित परामर्श सेवाएं हों, तो यह छात्रों के मानसिक संतुलन, शिक्षा में निरंतरता और करियर निर्णय को सुदृढ़ कर सकती हैं।
2. **Mehta & Sharma (2013)** ने उत्तर भारत के विद्यालयों में मार्गदर्शन कार्यक्रमों की स्थिति पर शोध किया और पाया कि केवल 30% विद्यालयों में ही प्रशिक्षित काउंसलर उपलब्ध थे। उन्होंने सुझाव दिया कि प्रत्येक विद्यालय में इस सेवा को अनिवार्य किया जाना चाहिए।

देहरादून जिले में विशिष्ट अध्ययन

1. **उत्तराखंड शिक्षा विभाग की 2021 की रिपोर्ट** के अनुसार, देहरादून जिले के 60% विद्यालयों में कोई नियमित मार्गदर्शन कार्यक्रम नहीं है। रिपोर्ट में यह भी दर्शाया गया कि जहाँ ये कार्यक्रम मौजूद हैं, वहाँ छात्रों की भावनात्मक स्थिरता और अकादमिक प्रदर्शन बेहतर है।
2. **डॉ. वीना कांडपाल (2022)** ने देहरादून जिले के 10 विद्यालयों में किए गए अध्ययन में बताया कि किशोर छात्रों में मार्गदर्शन सत्रों के प्रति सकारात्मक रुझान है, परंतु संसाधनों की कमी, प्रशिक्षित स्टाफ का अभाव और प्रशासनिक उदासीनता प्रमुख बाधाएँ हैं।

III. शोध की उद्देश्य (OBJECTIVES OF THE STUDY)

1. देहरादून जिले के किशोर छात्रों की प्रमुख मनोवैज्ञानिक एवं शैक्षणिक समस्याओं की पहचान करना।
2. विद्यालयों में संचालित मार्गदर्शन कार्यक्रमों की भूमिका का मूल्यांकन करना।
3. इन कार्यक्रमों की प्रभावशीलता का विश्लेषण करना।
4. छात्रों, शिक्षकों एवं अभिभावकों की राय के आधार पर मार्गदर्शन सेवाओं के सुधार हेतु सुझाव प्रस्तुत करना।

IV. शोध प्रश्न (RESEARCH QUESTIONS)

1. क्या देहरादून जिले के विद्यालयों में किशोरों के लिए प्रभावी मार्गदर्शन कार्यक्रम उपलब्ध हैं?
2. इन कार्यक्रमों का छात्रों के मानसिक एवं शैक्षणिक जीवन पर क्या प्रभाव पड़ता है?
3. मार्गदर्शन सेवाओं में कौन-कौन सी समस्याएँ या सीमाएँ हैं?

V. शोध पद्धति (RESEARCH METHODOLOGY)

किशोर: 13 से 19 वर्ष आयु वर्ग के छात्र।
मनोवैज्ञानिक समस्याएं: तनाव, चिंता, आत्मविश्वास की कमी, सामाजिक संकोच आदि।
शैक्षणिक समस्याएं: कम अंक, विषय चयन में भ्रम, परीक्षा का डर आदि।
मार्गदर्शन कार्यक्रम: विद्यालय द्वारा छात्रों के लिए चलाए जा रहे परामर्श, करियर गाइडेंस, मानसिक स्वास्थ्य सत्र आदि।
यह एक वर्णनात्मक और सर्वे आधारित शोध है।
देहरादून जिले के 10 विद्यालयों के कक्षा 9वीं से 12वीं तक के छात्र।
सैंपल साइज: 100 छात्र, 100 छात्रा

VI. आंकड़ों का विश्लेषण (DATA ANALYSIS)

प्रमुख मनोवैज्ञानिक समस्याएं
68% छात्रों ने परीक्षा के तनाव को प्रमुख बताया
55% ने आत्मविश्वास की कमी की शिकायत की
42% ने पारिवारिक दबाव को जिम्मेदार ठहराया

शैक्षणिक समस्याएं
60% छात्रों ने विषय चयन में भ्रम बताया
50% छात्रों ने अध्यापक से संवाद की कमी बताई

मार्गदर्शन कार्यक्रम की उपस्थिति
40% विद्यालयों में कोई विशेष काउंसलिंग सुविधा नहीं थी
35% स्कूलों में वर्ष में एक बार करियर गाइडेंस सत्र होता है
25% विद्यालयों में नियमित मानसिक स्वास्थ्य सेमिनार होते हैं

VII. निष्कर्ष (FINDINGS)

1. छात्रों में मानसिक एवं शैक्षणिक समस्याओं की व्यापकता पाई गई।
2. अधिकांश विद्यालयों में मार्गदर्शन सेवाएं सीमित या औपचारिक रूप से संचालित हैं।
3. जहाँ प्रभावी मार्गदर्शन कार्यक्रम चल रहे हैं, वहाँ छात्रों की स्थिति अपेक्षाकृत बेहतर पाई गई।
4. शिक्षकों और अभिभावकों को मार्गदर्शन सेवाओं की भूमिका के प्रति अधिक जागरूक करने की आवश्यकता है

VIII. सुझाव (SUGGESTIONS)

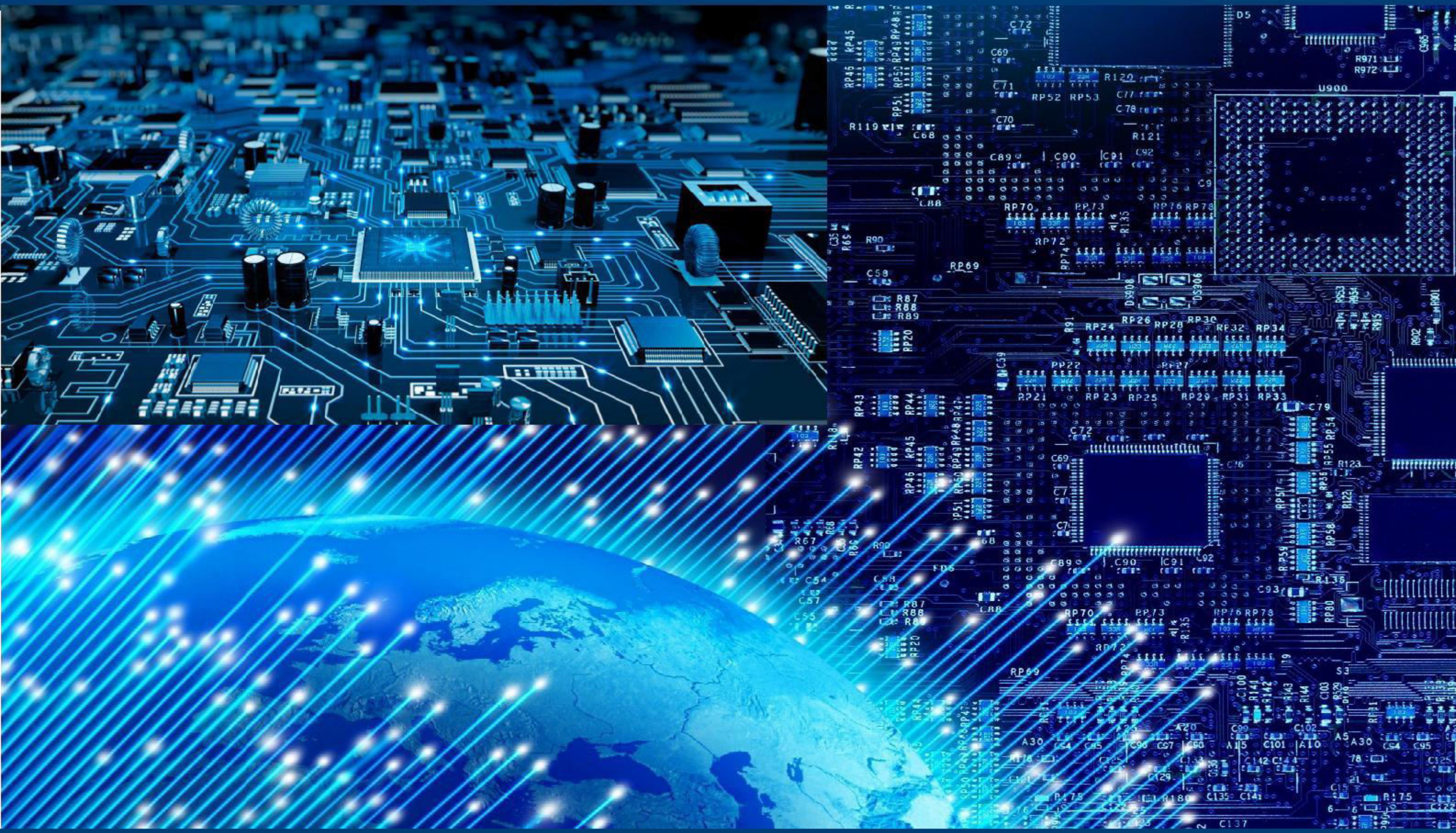
1. प्रत्येक विद्यालय में एक योग्य काउंसलर की नियुक्ति की जाए।
2. मार्गदर्शन कार्यक्रमों को पाठ्यक्रम का अनिवार्य हिस्सा बनाया जाए।
3. अभिभावकों को नियमित कार्यशालाओं के माध्यम से मार्गदर्शन विषयक जानकारी दी जाए।
4. शिक्षकों को किशोर मनोविज्ञान का प्रशिक्षण दिया जाए।

IX. निष्कर्ष (CONCLUSION)

यह शोध दर्शाता है कि देहरादून जिले के किशोर छात्र विभिन्न मनोवैज्ञानिक एवं शैक्षणिक समस्याओं से जूझ रहे हैं, और विद्यालयों में मौजूद मार्गदर्शन कार्यक्रम यदि प्रभावी रूप से लागू किए जाएँ तो ये समस्याएं काफी हद तक हल की जा सकती हैं। इस दिशा में सरकार, विद्यालय प्रशासन, शिक्षक तथा अभिभावकों को मिलकर कार्य करना होगा ताकि किशोरों को एक सकारात्मक और सहयोगी वातावरण प्राप्त हो सके।

ग्रंथ सूची (REFERENCES)

1. एनसीईआरटी (2021). किशोर मार्गदर्शन पर आधारित रिपोर्ट।
2. Erikson, E.H. (1968). Identity: Youth and Crisis.
3. Rogers, Carl (1961). On Becoming a Person.
4. डॉ. रेखा शर्मा (2019). किशोरों की मनोवैज्ञानिक समस्याएँ।
5. Ministry of Education, India. Guidelines on School Counselling.
6. Kiselica, M.S. & Robinson, M. (2001). Counseling Adolescents. Pearson Education.
7. Mehta, S. & Sharma, R. (2013). Effectiveness of Guidance Programs in North Indian Schools. Journal of School Education Research, Vol. 12(3).
8. उत्तराखंड शिक्षा विभाग (2021). देहरादून स्कूल गाइडेंस रिपोर्ट।
9. डॉ. वीना कांडपाल (2022). देहरादून विद्यालयों में किशोर मार्गदर्शन कार्यक्रम: एक स्थिति अध्ययन। गढ़वाल शिक्षा शोध पत्रिका।



INNO SPACE
SJIF Scientific Journal Impact Factor

ISSN
INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER INDIA

निस्केयर
NISCAIR

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY RESEARCH IN SCIENCE, ENGINEERING AND TECHNOLOGY

| Mobile No: +91-6381907438 | Whatsapp: +91-6381907438 | ijmrset@gmail.com |

www.ijmrset.com