Kavya Setu
A Multidisciplinary Open Access, Peer-Reviewed Refereed Journal
Impact Factor: 6.4 ISSN No: 3049-4176

देहरादून के बोर्डिंग एवं डे-स्कूलों में किशोर समस्याओं और निर्देशन आवश्यकताओं का तुलनात्मक अध्ययन

कु.शहनाज

शोधार्थीनी, गृह विज्ञान विभाग, महाराजा अग्रसेन हिमालयन गढ़वाल विश्वविद्यालय, शिवनगर, पोखड़ा, पौड़ी गढ़वाल, उत्तराखण्ड

डॉ. पूजा मिश्रा

एसिस्टेंट प्रोफेसर, शोध निर्देशिका गृह विज्ञान विभाग, महाराजा अग्रसेन हिमालयन गढ़वाल विश्वविद्यालय, शिवनगर, पोखड़ा, पौड़ी गढ़वाल, उत्तराखण्ड

सार

देहरादून, जो देश के प्रमुख शैक्षणिक नगरों में से एक माना जाता है, बोर्डिंग तथा डे-स्कूल दोनों प्रकार की निजी एवं सरकारी शैक्षणिक संस्थाओं का केंद्र है। इन विद्यालयों में अध्ययनरत किशोर छात्रों को विविध प्रकार की शैक्षणिक, व्यक्तिगत, सामाजिक एवं भावनात्मक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। बोर्डिंग स्कूलों में रहने वाले छात्रों में भावनात्मक अकेलापन, घर–परिवार से दूरी, समूह–दबाव, अनुशासनात्मक तनाव और नियम–केंद्रित जीवनशैली की जटिलताएँ देखी जाती हैं; जबकि डे-स्कूलों के छात्रों में प्रतिस्पर्धा, परिवहन-संबंधी तनाव, परिवार की अपेक्षाएँ, डिजिटल व्यसन तथा सहपाठी तुलना अधिक उभरती हैं। इस शोध का उद्देश्य दोनों प्रकार के विद्यालयों—बोर्डिंग और डे-स्कूल—में किशोर समस्याओं की प्रकृति एवं स्तर की तुलना करना, तथा उनकी निर्देशन–आवश्यकताओं का विश्लेषण करना है। अध्ययन में 400 छात्रों का स्तरीकृत नमूना शामिल किया गया। परिणामों से ज्ञात हुआ कि भावनात्मक समस्याएँ बोर्डिंग छात्रों में अधिक हैं

जबकि शैक्षणिक एवं सामाजिक समस्याएँ डे-स्कूल छात्रों में अधिक दर्ज की गईं। दोनों प्रकार के विद्यालयों में काउंसलिंग सेवाओं की कमी, निर्देशन–सुविधाओं की अपर्याप्तता और प्रशिक्षित मनोवैज्ञानिक मार्गदर्शकों की आवश्यकता प्रमुख रूप में सामने आई। अध्ययन से प्राप्त निष्कर्ष विद्यालय–प्रशासन, शिक्षकों, अभिभावकों तथा नीति–निर्माताओं के लिए भविष्य–उन्मुख समाधान प्रस्तुत करते हैं।

मुख्य शब्द: बोर्डिंग स्कूल, डे-स्कूल, किशोर समस्याएँ, निर्देशन आवश्यकताएँ, परामर्श सेवाएँ, देहरादून।

परिचय

देहरादून भारत का एक महत्वपूर्ण शैक्षणिक जिला है, जहाँ सर्वाधिक संख्या में आवासीय (Boarding) एवं डे-स्कूल स्थित हैं। यहाँ के विद्यालय न केवल स्थानीय छात्रों बल्कि देश–विदेश के छात्रों को भी आकर्षित करते हैं। देहरादून के बोर्डिंग स्कूल अपनी अनुशासनात्मक संरचना, आवास–व्यवस्था, 24×7 निगरानी और सांस्कृतिक विविधता के लिए प्रसिद्ध हैं, जबकि डे-स्कूल स्थानीय सामाजिक–सांस्कृतिक प्रभावों, अभिभावकीय संपर्क और दैनिक पारिवारिक परिवेश से जुड़े होते हैं।

किशोरावस्था (12–18 वर्ष) विकास का वह संवेदनशील चरण है जिसमें छात्रों की पहचान–निर्माण, भावनात्मक परिपक्वता, आत्म–धारणा, मूल्य–विकास, शैक्षणिक आकांक्षाएँ और सामाजिक सहभागिता तीव्र गति से परिवर्तित होती हैं। इस अवधि में छात्रों को अनेक प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ता है—जैसे तनाव, आत्म-संदेह, परीक्षा–दबाव, मित्र–दबाव, समूह–तुलना, करियर–भ्रम, डिजिटल व्यसन, प्रेरणा की कमी, आक्रामकता, अनुशासनात्मक विचलन आदि।

बोर्डिंग और डे-स्कूल के परिवेश में मौजूद भिन्नताएँ इन समस्याओं के स्वरूप, तीव्रता और प्रकार को भी अलग-अलग बनाती हैं। इसलिए दोनों प्रकार के विद्यालयों में निर्देशन आवश्यकताओं का तुलनात्मक अध्ययन अत्यंत आवश्यक है।

अध्ययन के उद्देश्य

1. बोर्डिंग और डे-स्कूलों के किशोर छात्रों की प्रमुख शैक्षणिक, भावनात्मक, सामाजिक एवं व्यक्तिगत समस्याओं की पहचान करना।
2. दोनों प्रकार के विद्यालयों में छात्रों की निर्देशन आवश्यकताओं का तुलनात्मक विश्लेषण करना।
3. काउंसलिंग एवं मार्गदर्शन सेवाओं की उपलब्धता, गुणवत्ता एवं उपयोगिता का मूल्यांकन करना।
4. बोर्डिंग बनाम डे-स्कूल परिवेश का किशोर व्यवहार एवं मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव समझना।
5. अध्ययन के आधार पर विद्यालय–स्तर पर लागू किए जा सकने योग्य सुझाव प्रस्तुत करना।

साहित्य समीक्षा

बोर्डिंग और डे-स्कूल वातावरण का तुलनात्मक परिप्रेक्ष्य

कई शोधों में बोर्डिंग छात्रों में भावनात्मक अकेलापन, आत्म-नियन्त्रण संबंधी तनाव, परिवार से दूरी के कारण असुरक्षा, और समूह–दबाव अधिक पाया गया है (चौहान, 2018; मैथ्यू, 2017)। वहीं, डे-स्कूल छात्रों में शैक्षणिक प्रतिस्पर्धा, पारिवारिक अपेक्षाएँ, डिजिटल व्यसन और सहपाठी तुलना प्रमुख रूप से उभरती हैं (कौर, 2020; जोशी, 2022)।

मनोवैज्ञानिक समस्याएँ

Kavya Setu
A Multidisciplinary Open Access, Peer-Reviewed Refereed Journal
Impact Factor: 6.4
ISSN No: 3049-4176

एरिकसन (1968) के अनुसार किशोर पहचान–निर्माण चरण (Identity vs Role Confusion) से गुजरते हैं, जहाँ परिवेशीय संरचनाएँ उनके आत्म-विकास को प्रभावित करती हैं। बोर्डिंग स्कूलों की संरचना अधिक नियंत्रित और नियम–केंद्रित होती है, जिससे आत्म-अभिव्यक्ति और स्वायत्तता सीमित हो सकती है। इसके विपरीत डे-स्कूल छात्रों के पास परिवार का निरंतर समर्थन रहता है।

निर्देशन सेवाएँ

भटनागर एवं गुप्ता (2020) ने बताया कि भारतीय विद्यालयों में काउंसलिंग सेवाएँ अभी भी अपर्याप्त हैं। बोर्डिंग स्कूलों में अनुशासनात्मक शिक्षक होते हैं, पर प्रशिक्षित काउंसलर सीमित हैं। डे-स्कूलों में परामर्श केन्द्र होते हुए भी उनका उपयोग न्यून है।

शोध पद्धति

किसी भी शोध की सफलता का मुख्य आधार उसकी अनुसंधान-पद्धति का वैज्ञानिक एवं तार्किक ढंग से निर्धारण है। वर्तमान अध्ययन *"देहरादून के बोर्डिंग एवं डे-स्कूलों में किशोर समस्याओं और निर्देशन आवश्यकताओं का तुलनात्मक अध्ययन"* दो भिन्न शैक्षिक व्यवस्थाओं (बोर्डिंग एवं डे-स्कूल) में अध्ययनरत किशोर छात्रों की मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, भावनात्मक तथा शैक्षणिक समस्याओं की तुलना करने वाला है। अतः इस शोध में न केवल मात्रात्मक आंकड़ों का विश्लेषण आवश्यक था, बल्कि गुणात्मक विवरणों की भी आवश्यकता पड़ी, ताकि विभिन्न विद्यालयीय परिवेशों में उपलब्ध निर्देशन सेवाओं के स्तर, उनके प्रभाव तथा छात्रों के वास्तविक अनुभवों को गहराई से समझा जा सके।

इसी आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए, शोध पद्धति को कुछ प्रमुख घटकों – **अनुसंधान प्रकार**, **जनसंख्या**, **नमूना चयन**, **नमूना सारणी**, **साधन/उपकरण**, **डेटा संग्रह विधि**, तथा **डेटा विश्लेषण की प्रक्रिया** – में विभाजित करके प्रस्तुत किया जा रहा है।

अनुसंधान प्रकार

वर्तमान शोध में किशोर छात्रों की समस्याओं एवं निर्देशन आवश्यकताओं की तुलना दो भिन्न प्रकार के विद्यालयों—**बोर्डिंग स्कूल** और **डे-स्कूल**—के संदर्भ में की गई है। अतः यह अध्ययन स्वभावतः **वर्णनात्मक तुलनात्मक सर्वेक्षण शोध (Descriptive Comparative Survey Research)** के अंतर्गत आता है।

(1) वर्णनात्मक शोध

वर्णनात्मक शोध का उद्देश्य किसी तथ्य, घटना, परिस्थिति या अवस्था का यथार्थ स्वरूप प्रतिबिंबित करना है। इस अध्ययन में छात्रों की समस्याओं, तनाव के प्रकार, भावनात्मक समस्याओं, सामाजिक समर्थन, शैक्षणिक दबाव, तथा विद्यालयीय निर्देशन सेवाओं की उपलब्धता का वास्तविक वर्णन किया गया है।

(2) तुलनात्मक शोध (Comparative Research)

यह शोध दो स्वतंत्र समूहों—

1. बोर्डिंग स्कूलों के छात्र
2. डे-स्कूलों के छात्र

के बीच *समस्याओं की प्रकृति, उनकी तीव्रता, तथा निर्देशन आवश्यकताओं* के भिन्नताओं को तुलना-आधारित सांख्यिकीय विधियों से विश्लेषित करता है।

(3) अनुसंधान दृष्टिकोण

मिश्रित विधि (Mixed Method Approach) अपनाई गई, जिसमें—

- **मात्रात्मक दृष्टिकोण (Quantitative Approach)**– प्रश्नावली के आँकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण

- **गुणात्मक दृष्टिकोण (Qualitative Approach)**– प्राचार्यों एवं काउंसलरों के साक्षात्कार

का संयुक्त प्रयोग हुआ।

इन दोनों का सम्मिलन शोध को अधिक सशक्त, गहन तथा विश्वसनीय बनाता है।

जनसंख्या एवं नमूना (Population and Sample)

(1) जनसंख्या (Population)

शोध की लक्षित जनसंख्या (Target Population) देहरादून जिले के *कक्षा 9 से 12* तक के बोर्डिंग और डे-स्कूलों में अध्ययनरत सभी किशोर छात्र थे। देहरादून जिले में बड़ी संख्या में निजी एवं सरकारी बोर्डिंग एवं डे-स्कूल होने के कारण यह क्षेत्र विविध सामाजिक पृष्ठभूमियों का प्रतिनिधित्व करता है।

(2) नमूना चयन पद्धति (Sampling Technique)

अध्ययन के लिए **स्तरीकृत यादृच्छिक नमूना (Stratified Random Sampling)** तकनीक का प्रयोग किया गया।

दो स्तरी (Strata) बनाए गए—

- बोर्डिंग स्कूल
- डे-स्कूल

प्रत्येक स्तर से छात्रों का चयन यादृच्छिक पद्धति द्वारा किया गया ताकि नमूना *प्रतिनिधित्वकारी (representative)* बन सके।

(3) नमूना आकार (Sample Size)

कुल 10 विद्यालयों से **400 छात्रों का चयन** किया गया।

4 बोर्डिंग स्कूल → 200 विद्यार्थी

Kavya Setu
A Multidisciplinary Open Access, Peer-Reviewed Refereed Journal
Impact Factor: 6.4
ISSN No: 3049-4176

6 डे-स्कूल → 200 विद्यार्थी

यह अनुपात दोनों प्रकार के विद्यालयों की तुलना को संतुलित बनाता है।

नमूना सारणी

विद्यालय प्रकार	छात्र संख्या	प्रतिशत
बोर्डिंग स्कूल	200	50%
डे-स्कूल	200	50%
कुल	**400**	**100%**

उपरोक्त सारणी स्पष्ट करती है कि दोनों प्रकार के विद्यालयों से समान संख्या में छात्र शामिल कर शोध को तुलनात्मक दृष्टि से सुदृढ़ बनाया गया है।

उपकरण

शोध डेटा संग्रह के लिए तीन प्रमुख उपकरणों का निर्माण और उपयोग किया गया:

(1) किशोर समस्या प्रश्नावली (Adolescent Problem Inventory – API)

यह शोधकर्ता द्वारा विकसित 40 मदों वाली प्रश्नावली है, जिसमें Likert स्केल (1–5) का प्रयोग किया गया। इसमें समस्याएँ निम्न क्षेत्रों में विभाजित थीं—

क्षेत्र	मदों की संख्या	विवरण
शैक्षणिक समस्याएँ	10	जैसे—अंकों का दबाव, परीक्षा तनाव, विषय समझने में कठिनाई
भावनात्मक समस्याएँ	10	जैसे—अकेलापन, चिड़चिड़ापन, आत्मविश्वास की कमी

Kavya Setu
A Multidisciplinary Open Access, Peer-Reviewed Refereed Journal
Impact Factor: 6.4 ISSN No: 3049-4176

सामाजिक समस्याएँ	10	जैसे—साथियों का दबाव, मित्रता में तनाव, परिवारिक दूरी
व्यवहारिक समस्याएँ	10	जैसे—आक्रामकता, जोखिमपूर्ण व्यवहार, मोबाइल-निर्भरता

Likert Scale की संरचना:

1 = बिल्कुल नहीं

2 = थोड़ा

3 = मध्यम

4 = अधिक

5 = अत्यधिक

(2) निर्देशन आवश्यकता स्केल (Guidance Needs Scale – GNS)

यह एक मानकीकृत स्केल है जिसमें 5-विकल्पीय संरचना अपनाई गई। इसमें प्रमुख रूप से चार प्रकार की निर्देशन आवश्यकताएँ मापी गईं—

निर्देशन क्षेत्र	**उदाहरण मदें**
शैक्षणिक निर्देशन	अध्ययन-योजना, विषय चयन
कैरियर निर्देशन	करियर विकल्प, भविष्य योजना बनाना
व्यक्तिगत-भावनात्मक निर्देशन	तनाव प्रबंधन, आत्मविश्वास विकास
सामाजिक निर्देशन	समूह-संबंध कौशल, नेतृत्व क्षमता

(3) साक्षात्कार अनुसूची

विद्यालय प्राचार्यों एवं काउंसलरों के लिए प्रश्नों का एक साक्षात्कार प्रारूप तैयार किया गया, जिसमें इन पहलुओं को शामिल किया गया—

- छात्रों में प्रचलित प्रमुख समस्याएँ
- विद्यालय में उपलब्ध परामर्श सुविधाएँ
- समस्याओं का समाधान कैसे किया जाता है
- बोर्डिंग एवं डे-स्कूलों में मानसिक स्वास्थ्य वातावरण
- किशोर समस्याओं में वृद्धि के कारण

साक्षात्कार के द्वारा एकत्र जानकारी बहुमूल्य गुणात्मक डेटा प्रदान करती है।

डेटा संग्रह की प्रक्रिया

डेटा संग्रह निम्न चरणों में किया गया:

1. **विद्यालयों से अनुमति प्राप्त करना**
2. प्रश्नावली को 20 छात्रों पर *प्री-टेस्ट* कर विश्वसनीयता जाँचना
3. कक्षाओं अनुसार छात्रों को समूहों में बाँटना
4. प्रश्नावली को 35–40 मिनट में भरवाना
5. काउंसलर एवं प्राचार्य का साक्षात्कार करना
6. प्राप्त उत्तरों की जाँच और कोडिंग करना

डेटा संग्रह लगभग 28 दिनों में पूरा किया गया।

डेटा विश्लेषण की विधियाँ

शोध में निम्न सांख्यिकीय तकनीकों का उपयोग किया गया:

परीक्षण	**उद्देश्य**

औसत (Mean) एवं मानक विचलन (SD)	समस्याओं के स्तर का आकलन
t-test	बोर्डिंग एवं डे-स्कूल के छात्रों की तुलना
χ^2 (Chi-square)	निर्देशन आवश्यकताओं और विद्यालय प्रकार का संबंध
सहसंबंध (Correlation)	समस्याओं और निर्देशन आवश्यकताओं के संबंध
ANOVA (यदि आवश्यक)	कक्षा-वार भिन्नताओं का परीक्षण

इन सांख्यिकीय विश्लेषणों ने अध्ययन को वैज्ञानिक एवं निष्पक्ष बनाया।

परिणाम एवं व्याख्या

समस्याओं का तुलनात्मक विवरण

तालिका 1: बोर्डिंग बनाम डे-स्कूल छात्रों में समस्याओं का औसत स्कोर

समस्या प्रकार	बोर्डिंग (Mean)	डे-स्कूल (Mean)
भावनात्मक	3.85	3.10
शैक्षणिक	3.20	3.90
सामाजिक	3.45	3.80
व्यक्तिगत	3.75	3.25

मुख्य निष्कर्ष:

- भावनात्मक समस्या बोर्डिंग छात्रों में अधिक।
- शैक्षणिक–सामाजिक समस्या डे-स्कूल छात्रों में अधिक।

चर्चा

अध्ययन के निष्कर्ष स्पष्ट रूप से संकेत करते हैं कि विद्यालयीय वातावरण किसी भी किशोर के संपूर्ण विकास को आकार देने वाला एक अत्यंत प्रभावकारी तत्व है। यह वातावरण केवल भौतिक संरचना या अनुशासन के नियमों तक सीमित नहीं बल्कि शिक्षकों की दृष्टि, सहपाठियों का व्यवहार, समय-सारणी, परामर्श प्रणाली, और घर–विद्यालय संपर्क जैसे अनेक कारकों का सम्मिलित परिणाम होता है। देहरादून के बोर्डिंग एवं डे-स्कूल दोनों प्रकार के विद्यालयों के संदर्भ में प्राप्त निष्कर्ष बताते हैं कि किशोर समस्याओं की प्रकृति भी विद्यालयीय वातावरण के अनुरूप ही बदलती है।

1. बोर्डिंग स्कूलों का वातावरण और उत्पन्न होने वाली किशोर समस्याएँ

बोर्डिंग स्कूलों में रहने वाले छात्र घर से दूर होते हैं, इसलिए उनका सामाजिक–भावनात्मक ढाँचा डे-स्कूल छात्रों की तुलना में भिन्न होता है। अध्ययन इंगित करता है कि बोर्डिंग विद्यालयों का वातावरण किशोरों के व्यक्तित्व पर गहरा प्रभाव डालता है।

(1) घर–दूरी और सीमित पारिवारिक संपर्क

किशोरावस्था वह अवस्था है जिसमें सुरक्षित एवं स्थायी भावनात्मक संबंध अत्यंत महत्वपूर्ण होते हैं। बोर्डिंग छात्रों में—

- माता–पिता से दूरी
- सीमित पारिवारिक बातचीत
- भावनात्मक समर्थन का अभाव

जैसी स्थितियाँ देखने को मिलीं। इसका परिणाम यह हुआ कि कई छात्रों ने *अकेलेपन, असुरक्षा*, और *भावनात्मक असंतुलन* की शिकायतें व्यक्त कीं।

(2) कठोर समय–सारणी और तनाव

बोर्डिंग स्कूलों में प्रायः दिनचर्या अत्यधिक कठोर होती है—

- सुबह जल्दी उठना
- नियंत्रित समय-सारिणी
- अध्ययन, खेल और गतिविधियों का पूर्वनिर्धारित समय
- व्यक्तिगत स्वतंत्रता की कमी

इस प्रकार का ढाँचा कुछ छात्रों में अनुशासन निर्माण में सहायक होता है, किन्तु कई छात्रों के लिए यह मानसिक दबाव उत्पन्न करता है। इन छात्रों ने *तनाव, चिड़चिड़ापन* तथा *भावनात्मक थकावट* के अनुभव बताए।

(3) समूह–दबाव

बोर्डिंग छात्रों का अधिकांश समय सहपाठियों के साथ व्यतीत होता है, जिसके कारण तुलना, प्रतिस्पर्धा और समूह–दबाव अधिक तीव्र रूप से उभरता है। कई छात्रों ने बताया कि—

- प्रदर्शन की अपेक्षा
- लोकप्रिय समूहों का दबाव
- सामाजिक दर्जा बनाए रखने की प्रतिस्पर्धा

उनकी मानसिक शांति को प्रभावित करती है। समूह में न घुलने मिलने वाले छात्रों में आत्मविश्वास की कमी और सामाजिक अलगाव की समस्या देखी गई।

(4) भावनात्मक समस्याएँ अधिक

अध्ययन के सांख्यिकीय डेटा से यह स्पष्ट हुआ कि बोर्डिंग छात्रों में—

- अकेलापन
- भावनात्मक तनाव
- परिवार की याद

- आत्म-संदेह

जैसी समस्याएँ *डे-स्कूल छात्रों की तुलना में अधिक* पाई गईं।

2. डे-स्कूल छात्रों की समस्याएँ: परिवार, प्रतिस्पर्धा और डिजिटल प्रभाव

डे-स्कूल छात्रों के लिए विद्यालय, परिवार और सामाजिक वातावरण लगातार आपस में जुड़े रहते हैं। इसलिए उनकी समस्याओं का स्वरूप बोर्डिंग की अपेक्षा भिन्न है। अध्ययन में यह पाया गया कि डे-स्कूल छात्रों की समस्याओं की जड़ किसी एक कारक में नहीं, बल्कि कई आंतरिक व बाहरी दबावों में निहित है।

(1) परिवार की अत्यधिक अपेक्षाएँ

डे-स्कूल छात्रों में घर का दबाव अधिक पाया गया क्योंकि वे प्रतिदिन अपने परिवार के संपर्क में रहते हैं। कई छात्रों ने निम्न प्रकार की समस्याएँ बताईं—

- अच्छे अंक लाने का दबाव
- विज्ञान/गणित जैसे विषय चुनने की बाध्यता
- प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी का तनाव
- भाई–बहनों से निरंतर तुलना

इन सब कारणों से उनमें परीक्षा संघर्ष, चिंता और तनाव की मात्रा अधिक पाई गई।

(2) तीव्र प्रतिस्पर्धी स्कूल वातावरण

निजी डे-स्कूलों में—

- प्रदर्शन आधारित पहचान
- टॉपर्स संस्कृति
- लगातार आकलन
- प्रोजेक्ट और असाइनमेंट का दबाव

किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालते हैं। डेटा से यह भी पता चलता है कि ऐसे वातावरण में कई छात्र आत्म-विश्वास की कमी और अध्ययन से दूरी महसूस करते हैं।

(3) ट्यूशन और कोचिंग संस्कृति

डे-स्कूल छात्रों का एक बड़ा भाग नियमित रूप से ट्यूशन और कोचिंग में भाग लेता है। उनका दिनचर्या—

- सुबह स्कूल
- दोपहर में होमवर्क
- शाम में कोचिंग

इस प्रकार अत्यधिक व्यस्त हो जाता है।

इसके कारण—

- नींद की कमी
- मानसिक थकान
- समय प्रबंधन का संकट

जैसी समस्याएँ उभरती हैं।

(4) डिजिटल व्यसन और सोशल मीडिया प्रभाव

सोशल मीडिया, मोबाइल गेम और इंटरनेट व्यसन डे-स्कूल छात्रों में अधिक देखा गया क्योंकि उन्हें घर पर *डिजिटल स्वतंत्रता* अधिक मिलती है। इसका परिणाम—

- ध्यान में कमी
- अनिद्रा

- अवसाद
- साइबर-बुलिंग

जैसी समस्याओं के रूप में सामने आया।

(5) सामाजिक और पारिवारिक संघर्ष

कई डे-स्कूल छात्रों ने—

- माता-पिता में कलह
- पारिवारिक आर्थिक दबाव
- घरेलू ज़िम्मेदारियों

के कारण तनाव व्यक्त किया। ये समस्याएँ बोर्डिंग छात्रों में अपेक्षाकृत कम थीं।

3. दोनों विद्यालय प्रकारों में निर्देशन सेवाओं की कमी: एक गंभीर स्थिति

अध्ययन का सबसे महत्वपूर्ण निष्कर्ष यह रहा कि **काउंसलिंग एवं निर्देशन सेवाएँ दोनों ही प्रकार के विद्यालयों—बोर्डिंग और डे-स्कूल—में अपर्याप्त हैं।**

(1) प्रशिक्षित काउंसलरों की कमी

कई विद्यालयों में—

- काउंसलर नियुक्त ही नहीं
- नियुक्त काउंसलर प्रशिक्षित नहीं
- आंशिक समय (Part-time) काउंसलर
- काउंसलिंग कक्ष का अभाव

जैसे तथ्य सामने आए।

(2) छात्रों में मार्गदर्शन के प्रति जागरूकता का अभाव

छात्रों को यह ज्ञात ही नहीं था कि—

- काउंसलिंग क्या है
- कब और कैसे उपयोग करनी चाहिए
- यह गोपनीय और सुरक्षित प्रणाली है

इस अज्ञानता के कारण छात्र समस्याएँ स्वयं में दबाए रखते हैं।

(3) शिक्षक–मार्गदर्शन की सीमाएँ

शिक्षकों की अपनी जिम्मेदारियां इतनी अधिक हैं कि वे—

- व्यक्तिगत मार्गदर्शन
- व्यवहारिक समस्याओं का मूल्यांकन
- करियर परामर्श
- मानसिक स्वास्थ्य समर्थन

के लिए समय नहीं निकाल पाते।

(4) कक्षा-आधारित मार्गदर्शन कार्यक्रमों की अनुपस्थिति

कई विद्यालयों में—

- जीवन कौशल प्रशिक्षण
- तनाव प्रबंधन कार्यशाला
- करियर सेशन
- समूह-काउंसलिंग

जैसी व्यवस्थाएँ लगभग नदारद थीं।

निष्कर्ष

अध्ययन से साबित होता है कि—

1. बोर्डिंग एवं डे-स्कूल दोनों में किशोर समस्याएँ मौजूद हैं, पर उनका स्वरूप अलग है।
2. बोर्डिंग छात्रों में भावनात्मक अस्थिरता और व्यक्तिगत असुरक्षा अधिक।
3. डे-स्कूल छात्रों में शैक्षणिक दबाव व सामाजिक तुलना अधिक।
4. दोनों विद्यालयों में मार्गदर्शन सेवाओं का स्तर संतोषजनक नहीं।
5. प्रशिक्षित काउंसलर की नियुक्ति और समग्र मार्गदर्शन नीति की अत्यंत आवश्यकता है।

संदर्भ सूची

1. अग्रवाल, जे. सी. (2019). *शैक्षिक मनोविज्ञान और आधुनिक शिक्षा।* नई दिल्ली: विवेक पब्लिशिंग।
2. चौहान, एस. एस. (2018). *बाल एवं किशोर मनोविज्ञान।* नई दिल्ली: वी.के.एस. पब्लिकेशन।
3. कौर, जी. (2020). किशोरावस्था में मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियाँ। *भारतीय शिक्षा समीक्षा, 45*(2), 112–128।
4. जोशी, पी. (2022). परीक्षा तनाव एवं भावनात्मक असंतुलन। *मानसिक स्वास्थ्य जर्नल, 18*(3), 44–59।
5. भटनागर, आर., एवं गुप्ता, ए. (2020). *स्कूल काउंसलिंग: सिद्धांत और व्यवहार।* नई दिल्ली: अटलांटिक।
6. वर्मा, ए., एवं अली, एस. (2020). शहरी छात्रों की निर्देशन आवश्यकताएँ। *अंतरराष्ट्रीय किशोर शोध जर्नल, 25*(4), 874–889।
7. एनसीईआरटी। (2020). *स्कूल स्वास्थ्य कार्यक्रम दिशा–निर्देश।* नई दिल्ली।

8. यूनिसेफ इंडिया। (2021). *किशोर मानसिक स्वास्थ्य रिपोर्ट।* नई दिल्ली।
9. मैथ्यू, आर. (2017). *किशोर निर्देशन एवं परामर्श।* नई दिल्ली: सेज।
10. राणा, एस. (2019). *किशोर छात्रों में कैरियर भ्रम: तुलनात्मक अध्ययन* (अप्रकाशित शोध–प्रबंध)। गढ़वाल विश्वविद्यालय।