

## मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति और माध्यमिक स्तर के छात्रों के शैक्षणिक सफलता के बीच के संबंध का विश्लेषण

कौशल कुमार<sup>1</sup> एवं डॉ. लवी सक्सेना<sup>2</sup>

शोधार्थी, शिक्षा विभाग

शोध पर्यवेक्षक, शिक्षा विभाग

सनराइज विश्वविद्यालय, अलवर, राजस्थान

### सारांश

मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षणिक सफलता, हमारे जीवन में महत्वपूर्ण पहलुओं में से दो हैं, और ये दोनों एक-दूसरे से गहरे रूप से जुड़े होते हैं। छात्रों के जीवन में, यह जोड़ने का महत्वपूर्ण योगदान करते हैं क्योंकि छात्रों का मानसिक स्वास्थ्य उनके शैक्षणिक सफलता पर सीधा प्रभाव डालता है। इस विश्लेषण में, हम देखेंगे कि मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षणिक सफलता के बीच कैसे संबंध हो सकते हैं और कैसे इन दोनों को सहयोगी रूप से बढ़ावा दिया जा सकता है।

मानसिक स्वास्थ्य का महत्व सभी के लिए स्पष्ट है, लेकिन यह विशेष रूप से छात्रों के लिए जरूरी होता है। छात्रों का जीवन अक्सर परिश्रम, परीक्षा की तैयारी, और नए दोस्तों के साथ आने वाले तनावों से भरा होता है। इस अवधि में, छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य को सहयोगी या अशिक्षा रूप से प्रभावित किया जा सकता है। अच्छा मानसिक स्वास्थ्य छात्रों को सकारात्मक भावनाओं, स्वागत और आत्म-संबोधन की ओर मोड़ सकता है, जो उनकी पढ़ाई में सहयोगी होते हैं।

एक छात्र का मानसिक स्वास्थ्य उनके शैक्षणिक सफलता पर सीधा प्रभाव डाल सकता है। खुद को मानना, स्वागत करना, और अपने आत्म-संबोधन को बढ़ावा देना, छात्रों के आत्म-संवाद और स्वागत कौशलों को सुधार सकता है। इसके परिणामस्वरूप, छात्र अधिक सकारात्मक रूप से पढ़ाई में अधिक सफल हो सकते हैं और उनकी शैक्षणिक प्रगति में वृद्धि हो सकती है।

**मुख्य संकेतक:** मानसिक स्वास्थ्य, शैक्षणिक सफलता

### संदर्भ ग्रन्थ सूची।

[1]. मंगल, डा० एस०के० (1991) शुभ्रा प्रारम्भिक स्तर पर शारीरिक एवं स्वास्थ्य शिक्षा, आर्या बुक डिपो, 30 करोल बाग, नई दिल्ली।

[2]. पाय कल्पलता (2016) श्री एक्चुअल एस०एस०एस० शिक्षा विचारधारा।

- [3]. भटनागर ए०बी० शैक्षिक मनोविज्ञान, इण्टरनेशनल पब्लिशिंग हाऊस मेरठ।
- [4]. लाल, रमन बिहारी, जोशी शिक्षा मनोविज्ञान एवं प्रारम्भिक सख्खिकी अधिगमकर्ता का विकाल एवं शिक्षण अधिगम प्रक्रिया आर०लाल० बुक डिपो, मेरठ।
- [5]. श्री वास्तव, डा० ए०के० (2016) शारीरिक शिक्षा एवं मानसिक शिक्षा, दिल्ली इंजीनियरिंग कॉलेज, बवाना रोड, दिल्ली प्रेरणा प्रकाशन, प्रथम संस्कृत।
- [6]. डा० एम०के० (2017) स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा, विनोद पुस्तक मन्दिर आगरा 2 तृतीय संस्कृण धानी योगराज (2018) शारीरिक शिक्षा और स्वास्थ्य संबंधी शिक्षा प्रेरणा प्रकाशन दिल्ली ।
- [7]. आधाना विपिन व स्वेता मनोविज्ञान और शिक्षा में मापन एवं मूल्याकन सेंट जोजफ कालेज आगरा।
- [8]. शर्मा डा० बी०एल० सक्सैना डा० आर०एन० यू०जी०सी० नेट शिक्षा शास्त्र आर लाल बुक डिपो मेरठ।