STUDENTS PROJECT

(PSYCHOLOGY)

S. S. C. - 69.005 (1971)
H.S. C. - 19.026 (1981)

॥ सा विद्या या विमुक्तये ॥

Phone : (02752) 221606

શ્રી સુરેન્દ્રનગર એજ્યુકેશન સોસાયટી સંચાલિત

શ્રી સી. પી. ઓઝા શારદા મંદિર, સુરેન્દ્રનગર.

(શ્રી એમ. પી. શાહ ઉચ્ચતર માધ્યમિક વિભાગ)

જા. નં. /૨૦૧ - ૨૦૧

Shri C.P. Oza Sharda Mandir Surendranagar

તારીખ: ૧૯ - ૨ - ૨૦૧૯

પ્રમાણપત્ર

આથી પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવે છે કે શ્રી એમ.પી. શાહ આર્ટ્સ એન્ડ સાયન્સ કોલેજ, સુરેન્દ્રનગર નાં પ્રોફેસર શ્રી જે. બી. પરમાર નાં માર્ગદર્શન નીચે મનોવિજ્ઞાન વિષય નો પ્રોજેક્ટ અમારી શાળામાં કરવામાં આવેલ. જેમાં ટીમલીડર - ગ્રુપ-બી નાં વિદ્યાર્થી કારવાં સોહિલ અને ટીમનાં વિદ્યાર્થીઓએ શાળામાં ધોરણ-૯/૧૦નાં વિદ્યાર્થીઓનાં ડેટા ક્લેક્ટ કરી મનોવિજ્ઞાન વિષય નાં પ્રોજેક્ટની પ્રવૃત્તિ કરેલ છે.

Head Master,
Shri C.P. Oza Sharda Mandir
SURENDRANAGAR

"A STUDY OF SUICIDAL TENDENCY AMONG THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS"

માધ્યમિક સ્કુલના વિર્ધાર્થીઓની આપઘાત વૃતીનો અભ્યાસ

અમો બી,એ, મનોવિજ્ઞાન વિષયમાં .સંશોધનનો એક પ્રોજેકટ તૈયાર કરી રહ્યા છીએ. પ્રોજેકટના વિષય તરીકે અમોએ માધ્યમિક સ્કુલના વિર્ધાર્થીઓની આપઘાત વૃતીનો અભ્યાસ પસંદ કર્યો છે. આ માટે સાથે આપેલી પ્રશ્નાવલીઓમાં કોઇપણ જગ્યાએ તમારી ઓળખાણ ન આવી જાય. તેની તકેદારી રાખી આ પ્રશ્નાવલી તૈયાર કર્વામાં આવી છે. પ્રશ્નાવલીમાં આપેલી માહીતીની સત્યતા ઉપર જ સંશોધનની સફળતા કે નિષ્ફળતાઓનો આધાર રહે છે. એ તમો જાણો છો. તમે પ્રશ્નાવલીમાં પુછેલા બધા પ્રશ્નોન ઉતરો આપી આ પ્રોજેકટ કાર્યમાં સહકાર આપશો એવી વિનંતી છે.

આભાર સહ

GROUP- B

1 .KARVA SOHIL MAHEBUBBHAI (GROUP LEADER)

2. PARMAR SHAILESH PITHABHAI (MEMBER)

3. KHAMABHALA SHANKAR LAKHMANBHAI

4. SOLANKI YAGNESH KAMLESHBHAI

5. VORA HASMUKH VAJUBHAI

6. MITHAPARA KISHAN VAGHABHAI

7. MARU SHAILESH RAGHUBHAI

8.PANESHARA JIGNESH MANAHARBHAI

9.VATUKIYA ABHESANG BUTABHAI

10.VATUKIYA POPAT DIPUBHA

Guided By

Dr.J.B.PARMAR

SHREE M.P.SHAH ARTS & SCIENCE COLLEGE

SURENDRANAGAR

<u>વ્યક્તિગત માહીતી પત્રક</u>

(PERSONAL DATA SHEET)

- નામ –
- ઉંમર –
- **(3)** જાતિ - સ્ત્રી /પુરુષ
- વર્ગ – એસ.સી./એસ.ટી./ઓ.બી.સી./જનરલ
- અભ્યાસ/ધોરણ –
- રહેઠાણ – ગ્રામ્ય / શહેરી
- સંસ્થાનો દરજ્જો – કો એજ્યુકેશન્/મહિલા/બોયઝ
- કુટુંબનો પ્રકાર – સંયુકત / વિભકત
- કુટુંબનો વ્યવસાય –
- કુટુંબની કુલ માસિક આવક – (૧) ૫૦૦૦ થી ૧૦૦૦૦ (૨) ૧૦૦૦૦ થી ૨૦૦૦૦ (૩) વધારે
- તંદુરસ્તી – ખુબ જ સારી / સાધારણ / નબળી
- તમને તમારા કુટુંબથી સંતોષ છે –
- સ્કુલની વ્યવસ્થાથી સંતોષ છે –
- શૈક્ષણીક સિધ્ધિથી સંતોષ છે –
- તમને તમારા કાર્યથી સંતોષ છે –
- તમારા રસનો વિષય ક્યો છે. –
- ગાઢ મિત્રો છે ખરા. –

1. પ્રસ્તાવનાં

- દુનિયાની દરેક સમસ્યાનો હલ આપઘાતતો ના જ હોય શકે. વર્તમાનમાં ખુબ ગંભીર લાગતું કારણ પાછળથી હળવું બની શકે તેવા કેટલાયે ઉદાહરણો છે કે જયાં પાયમાલ થઇ ગયા પછી પણ વ્યક્તિ હિંમતથી ઉભી થઇ હોય. આ કિસ્સામા હકીક્ત જણ્યા વિના કંઇ પણ કહેવુ યોગ્ય ન કહેવાય પણ ઉછરતા બાળકોને જિંદગી હણતા કઇ રીતે મા-બાપ પ્રેરી શક્યા હશે! જે સંતાનોને સહેજ ઇજા થાય તોયે વિચલિત થઇ જ્નાર મા-બાપે એવું તો શું વિચાર્યુ હશે કે સંતાનોની જિંદગી પણ છીનવાય જાય તે તેઓ બરદાસ્ત કરી શક્યા.
- જિંદગીમાં બનતા બનવોને સ્વીકારી તેના તાલ મા તાલ મિલાવી ચાલવાની કેળવણી જ પાયાની કેળવણી છે
- હુ તો માનું છુ કે જિંદગીની કોઇ પણ સમસ્યા એટલી મોટી નહોય શકે કે જીવનથી હાથ ધોવા વ્યક્તિને મજબુર કરે
- આપઘાત કરવા પાછળના કારણો મુજબ તો ૨૪% કિસ્સાઓમાં કૌટુંબીક કારણો હતા. માંદગીને કારણે ૧૯.૬%. પરીક્ષામાં નિષ્ફળ જવાને કારણે ૧.૮%. પ્રેમમાં નિષ્ફળતાને લીધે ૩.૩%. વ્યસનોને કારણે ૩.૪% જેમા ૩૪.૮% માં કારણો જાણી શકાયા નથી.૧૪ થી ઓછી વય જુથમાં ૨૮૯૧. ૧૫ થી ૨૯ વય જુથમાં ૪૬૩૬૮. ૩૦ થી ૪૪ વય જુથમાં ૪૫૬૦૩. ૪૫ થી ૫૯ વય જુથમાં ૨૮૪૮૫ અને ૬૦ વર્ષથી વધુમાં ૪૪૨૬૬ લોકોનો સમાવેશ થયો હતો. કુલ આપઘાત કરનારા લોકોમાં ૩૪.૩૯% લોકો ૧૫ થી ૨૯ ની ઉમરના હતા. જ્યારે ૩૦- ૪૪ની વય વાળા ૩૩.૮૩% લોકોએ આપઘાત કર્યો હતો. ટુંકમાં ૬૮.૨૨% લોકો ૧૫-૪૪ વચ્ચેની ઉમર વાળા લોકો હતા. તે પૈકી ૬.૨% વિધાર્થીઓ એ આપઘાત કર્યો હતો.
- આપઘાત શબ્દ Suicidium શબ્દ પરથી ઉતરી આવ્યો છેમી સદીમાં૧૬તેનો પ્રથમ ઉપયોગ . (By Desfontaines) કરવામાં આવ્યો હતો આ સિવાય લેટીન શબ્દ .Popricidium તથા ગ્રીક શબ્દ Avtoxeipia પણ આ અરસામાં ચલનમાં આવ્યા સામાન્યત .Suicidium શબ્દનો અર્થ આત્મા (સ્વ) .એવો કરી શકાય (વિનાશાત્મક) વિઘટનાત્મક
- આપઘાત્ મૃત્યુઓ
- જગતના તમામ સામાજીક જુથોમાં આપઘાત એ સમસ્યાત્મક પ્રશ્ન બની ચુકયો છે. ભુતકાળના વર્ષો કરતા વર્ષે-વર્ષે તેનું પ્રમાણ વધતુ જાય છે. આ બાબત આપના દેશ માટે પણ દુખદ રીતે સાચી છે.

- સામુહીક આપઘાત
- જ્યરે કોઇ હેતુ કે કારણસર ઘણા બધા માણસો સાથે મળીને પોતાના જીવનનો અંત આણે છે. તે ઘટનાને સામુહીક આપઘાત કહે છે.
- આપઘાત માટે ઘણીબધી સમજુતીઓ આપવામાં આવે છેજેમાં વ્યક્તિગત અને સામુહીક જે . સમાજશાસ્ત્રીઓ મનોવૈજ્ઞાનીકો અને મનોચિકિત્સકો દ્વારા અપાઇ છે .દરેક સમજુતી અપુરતી છે . અથવા મનોશ્રૃગ્ણતાનુ .મનોવૈજ્ઞાનિક પાસાઓ ધરાવે છે .જેમ કે પ્રત્યેક આપઘાત સામાજીક છે પરંતુ તેમાં મનોસામાજિક પ્રક્રિયાની . નબળુ માનસ એ અંતિમ પરિણામ નથીમાત્ર .પરિણામ છે આધુનિક સમયમાં આત્મઘ .અસરોનું મિશ્રણ થયેલું છેાતી ઘટનાને સમજવા માટે વિવિધ સમજુતીઓને ધ્યાનમાં લેવામાં આવી રહી છે.
- આપઘાત એ ઇરાદાપુઉર્વક રીતે સ્વ.હીનતા. આત્મ હનન.નુકસાન કે ઇજા અથવા સામાન્ય રીતે જીવનને પડકાર રુપ વર્તનને પહોંચી નહી વળાય તેવી ભાવનાથી પ્રગટતી વ્યક્તિની પોતાની સ્વ-વિનાસ વૃતી છે. તત્કાલીન વ્યાખ્યાઓ કે જે આત્મઘાતક પ્રવૃતીઓને સમજાવે છે. તે ઉપરાંત કથન કરતા કશુંક વિશેષ સુચવે છે.

“એવી વ્યક્તિ કે જે સભાન છે કે પોતાના આ પગલા

તેને કે તેની ને પોતાના મોત સુધી દોરી જનારા છે. “

- આ રીતે વિશાળ ર્દષ્ટિબિંદુથી જોઇએ તો આત્મઘાતકતાને સમજાવનારાઓ કહે છે કે સ્વ –ઇજા બિનજરુઉરી જોખમ .પોતાની જાતને નુકસાન કરવાની શાબ્દીક ધમકીઓ ઉંડી હતાશાની લાગણી .નિરશાવાદીતા. પરાયાપણું. વિચારો. જોદાઇ આ બધામાંથી રાહત પામવા માટેનો ઇલાજ્ આ બધા લક્ષણો વ્યક્તિને આત્મઘાતક બનાવવા માટે પુરતા છે.
- સદનસીબે જે વ્યક્તિ પોતાની જ હત્યા કરવા તૈયાર થઇ હોય છે તેવી વ્યક્તિ અમુક ચોકકસ સમય માટે જ આવું કરવા તૈયાર થાય છે. જો તે સમયગાળા દરમ્યાન તેમને બચાવી લેવામાં આવે તો તેઓ પોતાની જીંદગી ને સુધારી શકે છે અને આગળ વધે છે

૨. પૂર્વે થયેલા સંશોધનો

- મનોચિકિત્સા વિભાગ અને ભારતની ફોરેંસીક મેડીશીનની યોગ્ય કાળજી લઇ શીખવતી હોસ્પીટલના આત્મઘાતી વિચારવાળા . પ્રયત્નવાળા અને પૂર્ણ માન્યતાવાળા (ઉ.વ્.૧૫-૪) ઓને લઇને કેટલીક મનોવૈજ્ઞાનિક રૂપરેખાનું અન્વેષણ કરવામાં આવ્યું. ૨૬૦ આવા વિચારવાળા અને ૫૫૮

પ્રયત્નકર્તાઓનો અહેવાલ સામગ્રી શિક્ષણ અને વ્યવસાયીક દરરજો તેમજ S.I.Q. ભરાવી પોસ્ટમોર્ટમ પરીક્ષા પ્રશ્નકર્તાઓ માટે યોજાઇ. પરીણામો દર્શાવે છે કે. વિચારવાળા અને Completers બન્નેમાં પ્રયત્ન કરનારાઓમાં મોટે ભાગે સ્ત્રીઓ હતી. જ્યારે Completers માં મોટે ભાગે પૂરૂષો હતા. આપઘાતના વિચારવાળામાં મિશ્ર ચિંતા અને અને ખિન્ંતા વિકૃતિઓ એ સામાન્યત જોવા મળતી હતી..તેવુ નિદાન મનોચિકિત્સકોએ કર્યુ તેઓ ઉન્માદ અને ઉંદી હતાશાને જોવા મળ્યા. આપઘાતનો પ્રયત્ન કરવાવાળા સમાયોજનની વિકુતિ સાથે વધારે સમાન્ય હતા.

- મહેરોતરા સીમા એ આપઘાતવૃતિના અર્થનો સહસંબંધ ખિન્નતા અને હતાશાને ધ્યાનમાં લઇને અભ્યાસ કર્યો છે. ૬૨ પૂરૂષોઅને ૩૯ સ્ત્રીઓ નો બિન તબીબી નિદર્શ લઇને આપઘાત્મક અર્થનો સંબંધ તપાસવામાં આવ્યો હતો. આપઘાત્મક અર્થ કસોટી એ ગુણ લક્ષણો અને સાદી સીધી આશાનો સ્કેલ છે. જેને એસએસ વદે સંબોધાય છે. આપઘાત્મક અર્થ મુજબ હતાશા સ્કેલ છે. પૂર્વત પૂર્નસુચીના કારણરૂપ અને પરિણામો દર્શાવે છે કે તાજેતરના અર્થને લગતા અહેવાલ સામાજિક ઝંખનાત્મક સાથે સહસંબંધિત નથી. આમ છતા ભુતકાળના અર્થને લગતા અહેવાલો સામાજિક ઝંખનાત્મક સાથે ઉંચો વિષેધાત્મક સહસંબંધ ધરાવે છે.જીવંતતાના કારણો સંબંધી વિચારણા અંગેના અહેવાલમાં અર્થ વિચાર નહી કરનારાની સરખામણીમાં તાજેતરમાં તથા ભુતકાળમાં આ રીતનો અર્થ કરનારા વધુ નબળા જણાયા હતા. પૂરૂષોમાં ખિન્નતાનું અને જીવંતતાની આગાહી કરતા કારણોમાં ૪૨% નું વિચલન તાજેતરમાં આપઘાતના વિચારવાળામા જોવા મળ્યુ. તેમજ ગુણ લક્ષણો આશા અને સામાજીક ઝંખનાની ગણતરીમાં તાજેતરમાં અર્થ કરનારાથી ૩૨% તો વિચલન સ્ત્રીઓમાં જણાયું હતું.

3. સમસ્યા કથન :-

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં વિદ્ધાર્થીઓની આપઘાત વૃતિનો અભ્યાસ કરવાનો મુખ્ય આશ્રય હતોઆથી પ્રસ્તુત . સ સંશોધનનીમસ્યા " A STUDY OF SUICIDAL TENDENCY AMONG THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS" માધ્યમિક સ્કુલના વિર્ધાર્થીઓની આપઘાત વૃતીનો અભ્યાસ.

પ્રસ્તુત સંશોધનની સમસ્યાના સંદર્ભમાં માધ્યમિક સ્કુલના વિર્ધાર્થીઓની આપઘાત વૃતીનો અભ્યાસ અલગ-અલગ બે જૂથમાં ગોઠવી કરવો તેવો અર્થ થાત છે.

જેમાં ખાસ કરીને ધોરણ ૯ ના અને ધોરણ ૧૦ ના વિર્ધાર્થીઓની આપઘાત વૃતિ ના તફાવતની સાર્થકતા તપાસવાનો છે.

૪. હેતુઓ

(૧) ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિનો અભ્યાસ કરવો

(૨) ધોરણ ૧૦ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિનો અભ્યાસ કરવો.

(૩) ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિનો અભ્યાસ કરવો.

(૪) ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિનો અભ્યાસ કરવો.

૫. ઉત્કલ્પનાઓ

(૧) ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિમાં કોઇ સાર્થક તફાવત નથી.

(૨) ધોરણ ૧૦ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિમાં કોઇ સાર્થક તફાવત નથી

(૩) ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિમાં કોઇ સાર્થક તફાવત નથી.

(૪) ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની આપઘાતવૃતિમાં કોઇ સાર્થક તફાવત નથી

૬. આપઘાત વૃતિ તુલાનું બંધારણ

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં " આપઘાત વૃતિ તુલા" ખોડખાંપણ વાળા અને સામાન્ય એવી પુખ્તવયની વ્યક્તિઓ માટે છે. પરંતુ તેનો ઉપયોગ ૧૬ વર્ષની ઉપરની કોઇપણ વ્યક્તિ પ[અર થઇ શકે છે.

આ તુલાની વિગતોની પસંદગી નિષ્ણાંતોનાં નિર્ણયને અને સાહિત્ય ના આધારે કરવામાં આવી છે. સાદી અને ટૂંકી શૈલી દ્વારા તુલાની વિગતને રજુ કરવામાં આવી છે.

સંબંધિત સાધનો તથા ઉપલબ્ધ પૂર્વ સાહિત્યના આધારે આઘાતની પ્રાથમિક તુલા તૈયાર કરવામાં આવી જેમા ૮૦ વિગતો સમાવવામાં આવી છે. આ તુલા 'Abnormal Psychology'નામના પુસ્તકની ૮મી આવૃતિ કે જે Irwin Barbara sarason(૧૯૯૮) દ્વારા લખાયેલ પુસ્તક તથા બીજુ (Suicide and Attempted Suicide) C.G. Deshpande લખાયેલ છે. તેના પર આધારીત છે. આ વિગતો આપઘાત વૃતિ તુલાના ૪ Modes સાથે સંબંધિત છે. પ્રત્યેક Mode ૧૦ વિગતો ધરા છે. જેનું વર્ણન નીચે પ્રમાણે છે.

૬.૧ વ્યક્તિત્વ લક્ષણો :-

આ Modeની વિગતો સતત બિન આરામની અનુભુતી, કંટળો, સામાન્ય રૂચીની ખામી, વિકૃત ભય અને ચિંતા, ઉંઘમાં ખલેલ, આત્મઘાતક ધિક્કાર વગેરે સાથે સંબંધિત છે.

૬.૨ આવેગિક ક્ષુબ્ધતા :-

આ Modeની વિગતો નીરાશાવાદ , અશક્તપણું, અરૂચી, સંબંધોમાં હતાશ થઇ જવું, એકલતા, ક્ષણિક આવેગીક વિસંવાદીતા , લાગણીઓને વ્યક્ત કરવાની અશક્તિ, કાર્યમાં ખલેલ જેવા લક્ષણો સાથે સંબંધિત છે.

૬.3 સંઘર્ષાત્મક વિચારો :-

આ ભુતકાળના નિષ્ફળ અનુભવો, અસલામતી, ચિંતા, જવાબદારી ને ટળવાનું વલણ, જટીલતા, અર્થવિહિનતા, ગુનાહિતતાની લાગણી, માનસિક અસ્થિરતા વગેરે સાથે સંકળાયેલ છે.

૬.૪ સ્વ – નુકશાન નું વલણ :-

આ વિગતો મુત્યુને ઇચ્છતા વર્તન સાથે જોડાયેલી છે જેવી કે , બેદરકારી,પોતાને નુકશાન થાય તેવા કાર્યો, ઇજા પહોંચાડવા બિન જરૂરી જોખમો ઉઠાવવા, પોતે કંઇક પોતાની જાતે જ નુકશાન કરી નાંખશે તેવી શાબ્દીક ધમકીઓ, ભાંગી પડયાની અનુભુતી તથા ખિન્ન્તા.

૭. પરિવર્ત્યો

સંશોધનના પરિવર્ત્યો નીચે મુજબ છે.

૭.૧. સ્વતંત્ર પરિવર્ત્ય

A.ધોરણ

(૧) ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ

(૨) ૧૦ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ

B. ઉંમર

(૧) ૧૩ થી ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ

(૨) ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ

૭.૨ આધારિત પરિવર્ત્ય

આપઘાતવૃતિનું પ્રમાણ

૭.3 નિયંત્રિત :-

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં જે પરિવર્ત્યો ઉપર નિયંત્રણ મુકવામાં આવેલ હતું તે નીચે પ્રમાણે છે.

૭.3.૧ પ્રત્યેક જૂથમાં નિદર્શનું પ્રમાણ :-

બંને જુથ વચ્ચે તુલનાત્મક અભ્યાસ કરવાનો હોવાથી પ્રત્યેક જૂથમાં નિદર્શનું પ્રમાણ સમાન રાખવામાં આવ્યાં.

૭.3.૨ વય કક્ષા :-

પ્રત્યેક જૂથમાં વય કક્ષા સમાન રાખવામાં આવી છે.

૭.3.3 અભ્યાસનું સ્તર :-

પ્રત્યેક જૂથમાં અભ્યાસનું સ્તર ધોરણ ૯ થી ધોરણ ૧૦ સુધી સમાન રાખવામાં આવ્યું.

૮. પદ્ધતિ :-

૮.૧ સમષ્ટિ

ગિલ્ફોર્ડના મતે સમાન ગુણધર્મો ધરાવતા બધાજ પદાર્થો , વ્યક્તિઓકે પરિસ્થિતિઓનો સમષ્ટિમાં સમાવેશ થાય છે.

‘સમષ્ટિ એટલે નિશ્ચિત ગુણધર્મોનાં વર્ણન ચોકઠાને અનુસરતો સમગ્ર એકમ સમુઃઅ’ આમ જે પદાર્થો ,વ્યક્તિઓ પરિસ્થિતિઓનો સંશોધક દ્વારા અભ્યાસ કરવાનો હોય તેમનાં વર્ગને સમષ્ટિ કહે છે.

અહીં પ્રસ્તુત સંશોધનમાં ૧૪ થી ૧૬ વર્ષ સુધી ના વયનાં વિદ્યાર્થીઓ નો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. અને સમષ્ટિ દ્વારા તેમાંથી નિદર્શ પસંદ કરવામાં આવ્યો છે.

૮.૨. નિદર્શની પસંદગી :-

" નિદર્શ કે નમુનો એટલે સમષ્ટિ વિશે માહિતી મેળવવાનાં ઇરાદાથી તે સમષ્ટિમાંથી પસંદ કરવામાં આવેલો એકમોનો સમુહ."

આમ નિદર્શ એ સમષ્ટિનું પ્રતિનીધિત્વ કરતો ઉપસમુહ છે. સમગ્ર સમષ્ટિનાં એકમો આવરી લઇને સંશોધન કરવું ઘણું જ મુશકેળ છે. અને તેથી સમષ્ટોઇમાંથી નિર્ણય કરવામાં આવે છે. સંશોધક પોતાનાં હેતુને ધ્યાનમાં રાખી વિવિધ પદ્ધતીથી નિદર્શ પસંદ કરે છે. અહી સાદી યદચ્છ પદ્ધતી દ્વારા નિદર્શ પસંદ કર્યો છે જેમાં સી.પી.ઓઝા માધ્યમીક સ્કુલના ૨૦ ધોરણ ૯ ના વિદ્ધાર્થીઓ અને ૨૦ ધોરણ ૧૦ ના વિદ્ધાર્થીઓ એમ કુલ ૪૦ નો સાદો યદચ્છ નિદર્શ તરીકે પસંદ કરવામાં આવ્યા છે.

2 x 2 ઘટક સંશોધન યોજના

કુલ નિદર્શ

40

I

I I

ધોરણ ૯ ના વિદ્ધાર્થીઓ ૨૦ ધોરણ ૧૦ ના વિદ્ધાર્થીઓ ૨૦

૮.3 માહિતી એકત્રીકરણનાં સાધનો :-

પ્રસ્તુત સંશોધન નો હેતુ વિદ્ધાર્થીઓની આપઘાત વૃતિ વચ્ચેનો તફાવત તપાસવાનો હતો આ માટે નીચે દર્શાવેલ સાધનોનો ઉપયોગ કર્યો હતો.

૮.3.૧ તુલાનું પ્રમણીકરણ :-

S.T.S. નો ૮૦ વિગતોનું પ્રાથમિક માપન (N = 140) ના નિદર્શ પર અજમાવવામાં આવ્યો જેમાં વિષય જૂથની પસંદગીયુકત વિગતો હતી કે જેમાં ધો.૧૧ થી ટી,વાય.બી.એ. (N=70) સુધીના વિદ્ધર્થીઓ હતા શિક્ષિત અને અશિક્ષિત વ્યક્તિઓ (N=40)શારીરિક ખોડખાંપણ વાળા (N=20) આત્મહત્યાના પ્રયાસવાળા(N=10) માહિતીનું પૃથ્થકરણ સ્કોરીંગ કી (માપનની ચાવી) પ્રમાણે કરવામાં આવ્યું વિધેયને બે જુથમાં વહેચીને મેરીટ લિસ્ટ તૈયાર કરવામાં આવ્યું દા.ત.Upper level group (27%) જેઓ ઉંચો સ્કોર દર્શાવે છે અનેLover level grop (27%) નિમ્ન સ્કોર દર્શાવેલ છે આ પ્રક્રિયામાં મધ્યમ જૂથ વિનાશક નથી.

છેવટે S.T.S. નાં પ્રત્યેક Mode ની ૧૦ વિગતો D.V.અને D.I. નાં આંકના આધારે પસંદ કરવામાં આવી ૪૦ વિગતો કે જે પસંદગી પામેલ છે તે ૫૦% D.V.અને D.I. આંક સૂચવે છે.

૮.૩.૨. S.T.S. ની ગુણાંકન પ્રયુક્તિ :-

તુલાની બધી ૪૦ વિગતો સામાન્ય અને ટુંકી શૈલીથી પ્રસ્તુત કરવામાં આવી છે. ૪૦ માંની પ્રત્યેક વિગતો માટે ચાર (૪) વિકલ્પો આપેલા છે. ઉદા.

	સંપૂર્ણ સહમત	સહમત	અસહમત	સંપૂર્ણ સહમત
Score	4	3	2	1

ઉપરોકત ચારેય શ્રેણીમાં મેળવેલ ગુણાંક ૧૦ થી માંડીને ૪૦ સુધીનો હોઇ શકે છે. પ્રત્યેઅક શ્રેણીમાં ઉંચો સ્કોર(ગુણ) આવેતો તેમનામાં આપઘાત કરવાની વૃતિ સવિશેષ પ્રમાણમાં છે. એવું સાબીત થાય અને જો એકદમ નીચો સ્કોર (ગુણ) આવે તો તે ઓછી આપઘાત વૃતિ દર્શાવે છે. અથવા તો તેનામાં આપઘાત વૃતિ નથી હોતી એમ બતાવે છે.

૮.3.3 કસોટીની વિશ્વનીયતા :-

કસોટીની વિશ્વનીયતા તપાસવા માટે આ કસોટી સુરેન્દ્રનગર શહેર અને ગ્રામ્ય વિસ્તારના ૧૬૦ વ્યક્તિઓ ઉપર પ્રયોજવામાં આવી હતી. (ઉ.વ. ૧૬ થી ૩૦) કસોટીની વિશ્વનીયતા નક્કી કરવા એકી-બેકી પદ્ધતી અજમાવી હતી. (એકી-બેકી પદ્ધતી દ્વારા કસોટીની વિશ્વનીયતા નક્કી કરાઇ હતી.) એકી વિગતોનો સ્કોર અને બેકી વિગતોનો સ્કોરનો સહસંબંધ અને અડધી કસોટીની વિશ્વનીયતા સ્પીઅેરમેન – બ્રાઉન આગાહીના માળખા પ્રમાણે ચકાસવામાં આવી હતી (ગેરેટ ૧૯૬૯) આ રીતે આખા (સમગ્ર) ટેસ્ટની વિશ્વનીયતા મેળવવામાં આવી હતી. સહસંબંધની વિશ્વનીયતા ૦.૯૨ જેટલી સાર્થક હતી જે નિર્દેશ કરે છે કે S.T.S ઉચ્ચ કક્ષાએ સાર્થકતા ધરાવે છે.

૮.૩.૪ કસોટીની યથાર્થતા :-

આ કસોટીની વિશ્વસનીયતા માટે માનાંક વિશ્વનીયતાની ગણતરી કરવામાં આવી છે. આ કસોટી સામાન્ય (N=40) અને અસામાન્ય (N=40) ના બે જૂથ પર પ્રયોજવામાં આવી હતી. અસાધારણ જૂથમાં ખિન્નતાના દર્દી, આપઘાતનો પ્રયાસ કરી ચુકેલા, ઉન્માદ અને અન્ય જ્ઞાનતંતુ જન્ય રોગોનું નિદાન મનોચિકિત્સકોએ કર્યું હોય તેવાનો સમાવેશ થતો હતો. કસોટીમાં જાણવા મળ્યુ કે સાધારણ પ્રયોજય કરતા અસાધારાણ પ્રયોજય વધારે પ્રમાણમાં આપઘાત કરવાનું વલણ ધરાવતા હતા.

ઉપરોકત બન્ને જૂથો વચ્ચે રહેલો તફાવત શોધવા માટે t - ટેસ્ટ વાપરવામાં આવ્યો હતો. જેમાં સાધારણ જૂથને ૬૮ સ્કોર મળ્યા જ્યારે અસાધારાણ જૂથે S.T.S. ટેસ્ટ ૧૩૧ જેટલો સ્કોર મેળવ્યો. બન્ને જૂથો વચ્ચેનો તફાવત ૬૩, t- રેશીયો ૨૯.૪૫ કે જે ૦.૦૧ કક્ષાએ સાર્થક છે. અસાધારણ જૂથ સાધારણ જૂથ કરતા ઊંચા પ્રામાણમાં આપઘાત વૃતિ ધરાકતા હતા.

૮.૪ માહિતી એકત્રીકરણ :-

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં માહિતી એકત્રીકરણ માટે સૌ- પ્રથમ સુરેન્દ્રનગર શહેરની માધ્યમિક સ્કુલ ની મુલાકાત લેવામાં આવી અને તેમાંથી કેટલી સ્કુલમાં ધોરણ ૮ થી ૧૦ નો અભ્યાસ કરાવવામાં આવેછે તેની યદી તૈયાર કરવામાં આવી યદી તૈયાર કર્ય બાદ તેમાથી સાદા યદચ્છ મુજબ નમુંપ નક્કી કરી ને રૂબરૂ મુલાકાત લઇ જેમાં વ્યક્તિગત માહેતી પત્રક અને તુલા દ્વારા માહીતી એકત્રીકરણ કરવામાં આવી.

૮.૫ આંકડા શાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ :-

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં નીચે પ્રમાણે આંકડા શાસ્ત્રીય પદ્ધતીનો ઉઅપયોગ કરવામાં આવ્યો છે.

૧. મધ્યક :- વિદ્વર્થીઓના ટોટલ સ્કોર ઉપરથી મધ્યક શોધવામાં આવ્યો.

૨. T-ટેસ્ટ:- બે મધ્યકો વચ્ચે સાપેક્ષ તફાવત છે કે કેમ તેના માટે T-ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો.

૮.૬ પરિણામની ચર્ચા અને અર્થઘટન :-

પ્રસ્તુત સંશોધનની ઉત્કલ્પના ને ધ્યાનમાં રાખી આંકડાકિય ગણતરી મુજબ પરીણામ નીચે પ્રમાણે જોઇ શકાય છે.

ઉત્કલ્પના નં ૧ થી ૪ આ મુજબ રચવામાં આવી હતી.ધોરણ ૯ અને ૧૦ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ અને ૧૪ થી ૧૫ વર્ષની વય ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓના વ્યક્તિત્વ લક્ષણો , આવેગીક ખલેલ ,સંઘર્ષાત્મક વિચારો, સ્વ -નુકસાન વૃતિ અને આપઘાત વૃતિ વચ્ચે કોઇ સાર્થક તફાવત નથી.

કોષ્ટક નંબર :- ૧

ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ અને છોકરીઓના વ્યક્તિત્વ લક્ષણોની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	વ્યક્તિત્વ લક્ષણોનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.707	2.17	0.05
1	ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ	20	34.30	4.58			
2	ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરીઓ	20	35.84	5.34			

ઉત્કલ્પના નં-૧ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓનો મધ્યક 34.30 છે. જ્યારે ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતી છોકરીઓ 35.84 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે વ્યક્તિત્વ લક્ષણોના સંદર્ભમાં 0.05 કક્ષાએ સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 2.17 જોવા મળે છે. જે તફાવતની સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૧ નો અસ્વિકાર કરવામાં આવે છે. જેમાં ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ કરતા ધોરણ ૯ અભ્યાસ કરતા છોકરીઓ વ્યક્તિત્વની ખામી વધારે ધરાવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૨

ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ અને છોકરીઓના આવેગીક ખલેલની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	આવેગીક ખલેલનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.86	1.09	Not Significent
1	ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ	20	35.86	5.29			
2	ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરીઓ	20	34.92	6.88			

ઉત્કલ્પના નં-૨ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓનો મધ્યક 35.86 છે. જ્યારે ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતી છોકરીઓ 34.92 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે આવેગીક

ખલેલના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 1.09 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બિન- સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૨ ને યથાવત રાખવામાં આવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- 3

ધોરણ ૯ અને ૧૦ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓના સંઘર્ષાત્મક વિચારોની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	સંઘર્ષાત્મક વિચારોનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.77	0.80	Not significant
1	ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ	20	36.98	4.89			
2	ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરીઓ	20	37.60	5.96			

ઉત્કલ્પના નં-3 ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓનો મધ્યક 36.98 છે. જ્યારે ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતી છોકરીઓ 37.60 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે સંઘર્ષાત્મક વિચારોના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 0.80 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બીન- સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-3 નો અસ્વિકાર કરવામાં આવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૪

ધોરણ ૯ અને ૧૦ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓના સ્વ- નુકશાન વૃતિની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	સ્વ-નુકશાન વૃતિનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.83	0.16	Not Significent
1	ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ	20	31.64	4.97			
2	ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરીઓ	20	31.78	6.75			

ઉત્કલ્પના નં-૪ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓનો મધ્યક 31.64 છે. જ્યારે ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતી છોકરીઓ 31.78 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે સ્વ- નુકશાન વૃતિના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 0.16 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બિન- સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૪ ને યથાવત રાખવામાં આવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૫

ધોરણ ૯ અને ૧૦ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓના આપઘાત વૃતિની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	આપઘાત વૃતિનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	2.36	0.78	Not Significent
1	ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ	20	138.78	12.95			
2	ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરીઓ	20	140.64	19.86			

ઉત્કલ્પના નં-૫ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ધોરણ ૯માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓનો મધ્યક 138.78 છે. જ્યારે ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતી છોકરીઓ 140.64 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે આપઘાત વૃતિના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 0.78 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બિન- સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૫ ને યથાવત રાખવામાં આવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૬

૧૪ થી ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓના વ્યક્તિત્વ લક્ષણોની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	વ્યક્તિત્વ લક્ષણોનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.707	2.17	0.05
1	૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	35.33	4.60			
2	૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	35.84	5.34			

ઉત્કલ્પના નં-૬ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો મધ્યક 35.33 છે. જ્યારે ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો 35.84 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે વ્યક્તિત્વ લક્ષણોના સંદર્ભમાં 0.05 કક્ષાએ સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 2.17 જોવા મળે છે. જે તફાવતની સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૬ નો અસ્વિકાર કરવામાં આવે છે. ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓન કરતા છોકરાઓ કરતા ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની વ્યક્તિત્વની ખામી વધારે ધરાવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૭

૧૪ થી ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓના આવેગીક ખલેલની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	આવેગીક ખલેલનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.86	1.09	Not Significent
1	૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	34.86	5.29			
2	૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	34.92	6.88			

ઉત્કલ્પના નં-૭ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો મધ્યક 34.86 છે. જ્યારે ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો 34.92 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે આવેગીક ખલેલના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 1.09 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બિન-સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૭ ને યથાવત રાખવામાં આવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૮

૧૪ થી ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓના સંઘર્ષાત્મક વિચારોની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	સંઘર્ષાત્મક વિચારોનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.77	0.80	Not significant
1	૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	36.98	4.89			
2	૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	37.60	5.96			

ઉત્કલ્પના નં-૮ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો મધ્યક 36.98 છે. જ્યારે ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો 37.60 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે સંઘર્ષાત્મક વિચારોના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 0.80 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બીન- સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૮ નો અસ્વિકાર કરવામાં આવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૯

૧૪ થી ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની ના સ્વ- નુકશાન વૃતિની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	સ્વ-નુકશાન વૃતિનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	0.83	0.16	Not Significent
1	૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	31.64	4.97			
2	૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	31.78	6.75			

ઉત્કલ્પના નં-૯ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો મધ્યક 31.64 છે. જ્યારે ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો 31.78 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે સ્વ- નુકશાન વૃતિના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 0.16 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બિન-સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૯ ને યથાવત રાખવામાં આવે છે.

કોષ્ટક નંબર :- ૧૦

૧૪ થી ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓના આપઘાત વૃતિની t – કસોટી

ક્રમાંક	વિગત	આપઘાત વૃતિનાં પ્રાપ્તાંક			SED	t-કિંમત	સાર્થકતાની કક્ષા
		N	M	SD	2.36	0.78	Not Significent
1	૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓ	20	138.78	12.95			
2	૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓની	20	140.64	19.86			

ઉત્કલ્પના નં-૧૦ ના સંદર્ભમાં પરિણામ જોતા સ્પસ્ટ થાય છે કે ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો મધ્યક 138.78 છે. જ્યારે ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો 140.64 મધ્યક ધરાવે છે.બન્ને વચ્ચે આપઘાત વૃતિના સંદર્ભમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી. બન્ને મધ્યકો વચ્ચેની સાર્થકતા દર્શાવવા t-Test ની ગણતરી કરવામાં આવી. જેની કિંમત 0.78 જોવા મળે છે. જે તફાવતની બિન- સાર્થકતા દર્શાવે છે. તેથી ઉત્કલ્પના નં-૧૦ ને યથાવત રાખવામાં આવે છે.

૯. તારણો :-

૧. ધોરણ ૯ માં અભ્યાસ કરતા છોકરાઓ કરતા ધોરણ ૯ અભ્યાસ કરતા છોકરીઓ વચ્ચે આવેગીક ખલેલ , સંઘર્ષાત્મક વિચારો , સ્વ-નુકશાન વૃતિ અને આપઘાત વૃતિ માં કોઇ સાર્થક તફાવત નથી. તેથી આ ઉત્કલ્પનાઓને યથાવત રાખવામાં આવે છે. જ્યારે વ્યક્તિત્વ લક્ષણોમાં સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે. જેથી ઉત્કલ્પના નં.-૧ નો અસ્વિકાર કરવામાં આવે છે. શકય કારણ દર્શાવતા કહી શકાય કે કદાચ છોકરીઓને ઘરની બહાર નિકળવાનું ઓછૂ હોવાથી ખામી જોવા મળે છે.

૨. ૧૪ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો અને ૧૫ વર્ષની ઉંમર ધરાવતા છોકરાઓ અને છોકરીઓનો વચ્ચે આવેગીક ખલેલ , સંઘર્ષાત્મક વિચારો , સ્વ-નુકશાન વૃતિ અને આપઘાત વૃતિ માં કોઇ સાર્થક તફાવત નથી. તેથી આ ઉત્કલ્પનાઓ ને યથાવત રાખવામાં આવે છે. જ્યારે વ્યક્તિત્વ લક્ષણો માં સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે. જેથી ઉત્કલ્પના નં.-૬ નો અસ્વિકાર કરવામાં આવે છે. શકય કારણ દર્શાવતા કહી શકાય કે કદાચ ઉઅમરને ર્દષ્ટિએ તરુણા વસ્થાના ગાળામાં હોવાના કારણે ખામી જોવા મળે છે.

૧૦. સંદર્ભ :-

1.Bhatt & Meghnathi: ‘A Suicidal Tendency Scale’ un published manual saurashatra uni. Rajkot.

2. Irwin Berbara Sarason (1998) : “Abnormal Psychology” 8th edition Suicide and atterneted suicide. & C.G. Deshpande

3. R.G.Meghnathi : “A Comparative Study of Frustration Aggression and suicidal tendency of the physically handicapped and normal adolescents”

4. કે.જી.દેસાઇ સંશોધનમાં પદ્ધતિશાસ્ત્ર ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ :

5. પારેક સુરેશ સી મનોવૈજ્ઞાનિક સંશોઅધનમાં આંકડાશાસ્ત્રીય પરીક્ષણ : એસ કે દીક્ષીત .ડો.પ્રા/.

6. રશ્મિકાંત જમનાદાસ શાહ : મનોવિજ્ઞાનની સંશોધન પદ્ધતિઓ તૃતિય આવૃતી-૧૯૯૨-૯૩

ડેટા કલેકશન

2015
WELCOME

શ્રીએમ.પી.શાહ
ઉચ્ચતર માધ્યમિક વિભાગ
સુરેન્દ્રનગર સને ૧૯૮૧

Project

Psychology

"A STUDY OF HAPPINESS AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS"

Guided By

Dr. V. V. DHOLARIYA

SHREE M. P. SHAH ARTS & SCIENCE COLLEGE

SURENDRANAGAR

Scanned by CamScanner

" A STUDY OF HAPPINESS AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS"

માધ્યમિકશાળાની વિર્ધાથિનીઓમાં આનંદની લાગણીનો અભ્યાસ

અમો બી એ. મનોવિજ્ઞાન વિષયમાં સંશોધનનો એક પ્રોજેક્ટ તૈયાર કરી રહ્યા છીએ. પ્રોજેકટના વિષય તરીકે અમોએ માધ્યમિક સ્કુલના વિર્ધાર્થીઓની આનંદનીલાગણીનો અભ્યાસપસંદ કર્યો છે. આ માટે સાથે આપેલી પ્રશ્નાવલીઓમાં કોઇપણ જગ્યાએ તમારી ઓળખાણ (IDENTITY) ન આવી જાય. તેની તકેદારી રાખી આ પ્રશ્નાવલી તૈયાર કરવામાં આવી છે. પ્રશ્નવલીમાં આપેલી માહીતીની સત્યતા ઉપર જ સંશોધનની સફળતા કે નિષ્ફળતાઓનો આધાર રહે છે. એ તમો જાણો છો. તમે પ્રશ્નાવલીમાં પુછેલા બધા પ્રશ્નોના ઉતરો આપી આ પ્રોજેક્ટ કાર્યમાં સહકાર આપશો એવી વિનંતી છે.

આભાર સહ

GROUP –C

1 .SOLANKI RANJAN BALAJIBHAI (GROUP LEADER)

2. KHATRI EKATA TARUNKUMAR (MEMBER)

3. KHAMBHALA ARATI NARESHBHAI

4. VAGHELA HETAL JIVANBHAI

5. MADHAR HETAL PREMAJIBHAI

6. CHAVDA SAPANA CHHANALAL

7. PARMAR NIRALI BHIKHUBHAI

8. DABECHA KINAJAL DIPAKBHAI

9. SOLANKI GAYATRI ASHOKBHAI

10. MAKAVANA SHANTI NAGARBHAI

11. CHAUHAN NIKITA PRAVINBHAI

Guided By

Dr.V.V.DHOLARIYA

SHREE M.P.SHAH ARTS & SCIENCE COLLEGE

SURENDRANAGAR

Scanned by CamScanner

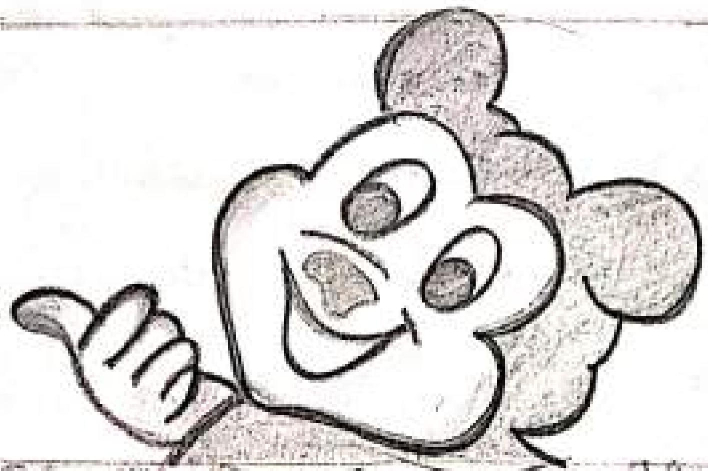
અનુક્રમણિકા

ક્રમ	વિગતો	પાના નંબર
1	શીર્ષક	1
2	પ્રસ્તાવના	2-7
3	પ્રસ્તુત અભ્યાસની સમસ્યા	8
4	સંશોધનના હેતુઓ	9
5	સંશોધનની ઉત્કલ્પનાઓ	9-10
6	સંશોધનના પરિવર્ત્યો	11
7	નિદર્શ પસંદગી	11
8	સંશોધનની યોજના	12
9	માહિતી એકત્રીકરણના સાધનો	13-14
10	માહિતી એકત્રીકરણની પ્રક્રિયા	14-15
11	આંકડાશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિઓ	16
12	પરિણામ રજૂઆત ને ચર્ચા	17-21
13	અભ્યાસના તારણો	22-23
14	પ્રસ્તુત અભ્યાસનું મહત્વ	24-25
15	પ્રસ્તુત અભ્યાસની મર્યાદા	26-27
16	ઉપાયો	27-29
17	સંદર્ભ.	30

Scanned by CamScanner

"A Study of Happiness Among Secondary School Students"

"માધ્યમિક સ્કૂલના વિદ્યાર્થીઓની આનંદની લાગણીનો અભ્યાસ"



Scanned by CamScanner

પ્રસ્તાવના :-

આનંદ ની શોધ તો માણસ ઘણી બધી સદીઓથી કરી રહ્યો છે, પરંતુ ખરેખર એ આનંદિત થાય છે ખરો ? આનંદ પ્રાપ્ત કરવું એ આજે તો જીવનનું લક્ષ્ય બની ગયું છે. સુખ-સગવડના સાધનો દિવસે ને દિવસે વધતા જાય છે. માણસની ઇચ્છાનો પણ ક્યારેય અંત આવતો નથી. આ બંને વચ્ચે માણસના મનમાં સતત સંઘર્ષ થાય છે, અને એ જીવનનો સહજ આનંદ ગુમાવી દે છે.

"સુખ એ મનુષ્યના જીવનનો મહાન હેતુ છે. શાંતિ અને સમજદારી એ સુખનો પાયો છે"

– એપિક્યુરસ

સુખ ને સામાન્ય રીતે તમારા જીવન સાથે સુખાકારી અથવા સંતોષ ની એક અર્થમાં વર્ણવવા માં આવે છે.

– મોડર્ન સાયકોલોજિસ્ટ

Scanned by CamScanner

"સુખ નો અર્થ અને જીવનનો હેતુ સમગ્ર
માનવ અસ્તિત્વનો અંત છે"

\- ઍરિસ્ટોટલ

જીવનની હકારાત્મક શુભ વસ્તુઓ જોઈશું આપણને પ્રભુએ બક્ષેલા સુખના "Blessing" નો વિચાર કરીશું તો આપણને કોઈ અફસોસ નહિ રહે એક અજ્ઞાત કવિએ બહુ સરસ કહ્યું છે.

Happiness is all around us,
If we only find the key,
That opens up the doorways
To where happiness may be.

આનંદ તો આપણી આજુબાજુ બધે ફેલાયેલું છે. ફક્ત આપણને ચાવીની ચાવી મળવી જોઈએ? 'ખુલજા સિમસિમ' માફક પણ આનંદ ના ખજાના દ્વાર ખુલી જાય

એટલે બસ! આનંદ લો અહીંયા છો ત્યાં છો.
બધું જ પડેલું છે, પરંતુ એને જોતા શીખવા
શીખવાનું છે. આપણે એટલું જ યાદ રાખીએ
કે સુખ અને દુઃખ એક જ સિક્કાની બે બાજુ
છે. બંને જોડિયા છે. સુખની પાછળ દુઃખ
હોવાનું જ. દિવસ પછી રાત અને વસંત પછી
શિશિરની માફક એ કુદરત નો ક્રમ છે. કારણ
કે જીવન માં કશું જ શાશ્વત નથી. કશું જ
કાયમ રહેવાનું નથી. કશું જ કાયમ રહેવાનું
નથી. બધું જ બદલાતું સત્ય છે. યાદ રાખવા
જેવું એક જ સૂત્ર છે. This too Shel Pass!
આ પણ પસાર થઈ જશે. સુખ-દુઃખ
મનમાં ન આણીએ. હર સાથે રે ઘડિયા
જે મળ્યું તેમાં સંતોષ માનીએ. પુરુષાર્થ
ઉત્તમ હોવા માટે સતત કરતા રહેવાનો
સફળતા-નિષ્ફળતા કરીને હાર મનમાં એક
જ વિશ્વાસ રાખવાનો કે થશે એ સારા
માટે થશે. જીવન માટે નો વિચારક

Positive outlook

ગાંધીજીએ સદાય હસતાં રહેવા માટે એક વાત આપી છે. 'દુનિયામાં ખુશીથી અને પ્રસન્નતાથી રહેવું હોય તો તમારી જરૂરિયાત ઓછી કરો! માણસની અપેક્ષા કરો.' માણસની અપેક્ષા જ દુઃખનું મૂળ છે. ઈચ્છાઓ ક્યારેય પૂરી થતી નથી, એમાં અસંતોષ રહેવાનો જ, ના કારણે આ મેળવી શકતા નથી. ગૌતમ બુદ્ધે કહ્યું છે કે મનને ખુશ રાખવું એ એક વાત છે અને ખરેખર ખુશ હોવું તે બીજી વાત છે. અંદર નો આનંદ જ સાચો છે. કોઈ પણ અઘરું કામ હોય. જો એના ઈચ્છા એ કરશો તો એનો ભાર લાગશે. પણ ઓપિક કહી છે તે મુજબ, જ્યારે આપણે પ્રસન્નતાપૂર્વક ઉપાડાય ત્યારે તે હલકો લાગે છે. સ્વેચ્છાએ જે કામ થાય છે, એનો આનંદ જ સાચો છે.

Scanned by CamScanner

કોઈ પણ અઘરું કામ હોય, જો એના ઈચ્છા થી કરશો તો એનો ભાર લાગશે, પણ અધિક કરો છો તે મુજબ જ્યારે કામો પ્રસન્નતાપૂર્વક ઉકેલાય ત્યારે તે હલકો લાગે છે। સ્વેચ્છાએ જો કામ થાય છે. એનો આનંદ જ કાંઈક અલગ હોય છે. કોઈએ કહ્યું છે કે પ્રસન્નતાના માર્ગમાં મોટામાં મોટી અડચણ એ જ છે. કે માનવી વધુ પડતી આશા બાંધી દે છે! એના કારણે એ અધિક દુઃખી પણ થતો હોય છે. વધારે પડતો લોભ પણ દુઃખને નોતરતો હોય છે. જેને પ્રસન્ન રહેતા આવડે છે. એ જ સુખી છે.

આ સ્થિતિને મેળવો

સમજાય છે કે મનુષ્ય આનંદ ના વાસ્તવિક સ્વરૂપને જાણતો જ નથી અથવા તો તે તેને બહારી વસ્તુઓથી મેળવવા માટે જે દિશામાં પ્રયત્ન કરે તે ખોટું છે. આ પર

ઊંડાણપૂર્વક વિચાર કરવાની જરૂરીયાત છે.

લોકોમાં મોટાભાગે એક સામાન્ય ધારણા રહેલી હોય છે. કે તેની પાસે વધારે પૈસા હોય, સાધન-સુવિધા વધારે હોય તો તે આનંદિત રહી છે. આવી ધારણાઓ વાળી વ્યક્તિ હંમેશા સાધન-સુવિધાઓ માટે રડીલ કે વિચારતી રહેવાને બદલે એક બીજા દ્રષ્ટિએ જોઈએ જ લોકો ધનવાન છે. જે પરિપૂર્ણ છે. તે ખુશ છે. અને પ્રસન્ન મને સંતુષ્ટ છે. જો ધન-દોલત તથા સાધન-સુવિધા જ આનંદ નો હેતુ હોય તો જીવનમાં દરેક ધનવાન વધારે ને વધારે આનંદ અને સંતુષ્ટ હોય પરંતુ એવું કહેવું છે આમાં સ્પષ્ટ કે આનંદ અને વિભૂતિ એ વાસ્તવિક આનંદ માટેનું કારણ છે. જે વ્યક્તિઓ બીજા ની મદદરૂપ બને છે. બીજાના કાર્યે અને સેવારૂપ હોય છે.

હોય છે. આવા વ્યક્તિઓ પ્રસન્ન, સંતુષ્ટ અને આનંદિત (ખુશી) રહે છે. માટે જ આનંદ ના વાસ્તવિક સ્વરૂપને સમજવુ વ્યક્તિ માટે ઘણું જ મહત્વનું છે. આનંદ ને મેળવવા માટે વ્યક્તિએ પોતાની જરૂરિયાતો ની આપૂર્તિ કરવી જોઈએ. જેથી વ્યક્તિના જીવન માં આનંદ નું પ્રમાણ ઘણું જ વધાર મળશે.

વર્ષ 2018 માં Happiness ઉપર સંશોધન થયું છે. તેમાં કુલ 156 દેશો માં આપણો ભારત દેશ એ પહેલાનાં 100 માં પણ નથી આવતો આમાં ભારતનો નંબર એ 133 માં નંબર ઉપર આપણો ભારત દેશ આવે છે. આમ આપણ ને ખ્યાલ આવે છે કે આપણા ભારત દેશ એ કેટલા પ્રમાણમા દુખી છે. તો આપણા ભારત દેશમાં માનસિક તેમજ શારીરિક બંને

રીતે વ્યક્તિ સ્વસ્થ રહે તે જરૂરી છે તે માટે જરૂરી છે. વ્યક્તિ આનંદમાં રહે.

જેથી જ વ્યક્તિ દરેક સમસ્યા Happiness નો સામનો કરી શકશે. આ અભ્યાસમાં વિદ્યાર્થીનીઓમાં Happiness જાણવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે. કારણ.કે વિદ્યાર્થીઓ ખુશ રહે તો તે શૈક્ષણિક સિદ્ધિ અને પોતાના દરેક કાર્ય માં સફળતા મેળવી શકશે.

૩ સમસ્યાકથન :-

માધ્યમિક શાળાની વિદ્યાર્થીઓમાં આનંદની લાગણી નો અભ્યાસ.

"A Study of happiness Among Secondary School Students."

4 હેતુ :-

પ્રસ્તુત સંશોધનના હેતુ નીચે મુજબ છે.

1. અભ્યાસનાં સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થિનીઓ ના આનંદ નો અભ્યાસ કરવો.
2. કુટુંબ ના પ્રકારનાં સંદર્ભ વિદ્યાર્થીઓના આનંદ નો અભ્યાસ કરવો.
3. કૌટુંબિક આવકના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓનાં આનંદ નો અભ્યાસ કરવો.

5 ઉત્કલ્પના :-

પ્રસ્તુત સંશોધનની શૂન્ય ઉત્કલ્પનાઓ નીચે મુજબ નક્કી કરવામાં આવી છે

H_{01} :- ધોરણ 9 અને ધોરણ 10 માં અભ્યાસ કરતી વિદ્યાર્થીનીઓના આનંદ ના પ્રાપ્તાંકોના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

Scanned by CamScanner

HO2 :- સંયુક્ત અને વિભક્ત કુટુંબમાં રહેતી વિદ્યાર્થીની આશા આનંદ ના પ્રાપ્તાંકો ના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

HO3 :- ઓછી (1000 વધુ) અને વધુ (1000 થી વધારે) કૌટુંબિક માસિક આવકના વિદ્યાર્થીનીઓ આનંદ ના પ્રાપ્તાંકોના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

6 અધ્યયના પરિવર્ત્યો :-

પ્રસ્તુત અભ્યાસના પરિવર્ત્યો નીચે મુજબ નક્કી કરવામાં આવ્યા છે.

* સ્વતંત્ર પરિવર્ત્ય :-

ક્રમ	કક્ષા	
અભ્યાસ	ધો-9	ધો-10
A. કુટુંબનો પ્રકાર	A1 સંયુક્ત	A2 વિભક્ત
B. કૌટુંબિક	B1 ઓછી	B2 વધારે
C. માસિક આવક	C1 (100 થી ઓછી)	C2 (100 થી વધારે)

Scanned by CamScanner

આધારિત પરિવર્ત્ય :-

આનંદ ના પ્રાપ્તાંકો

નિયંત્રિત પરિવર્ત્ય :-

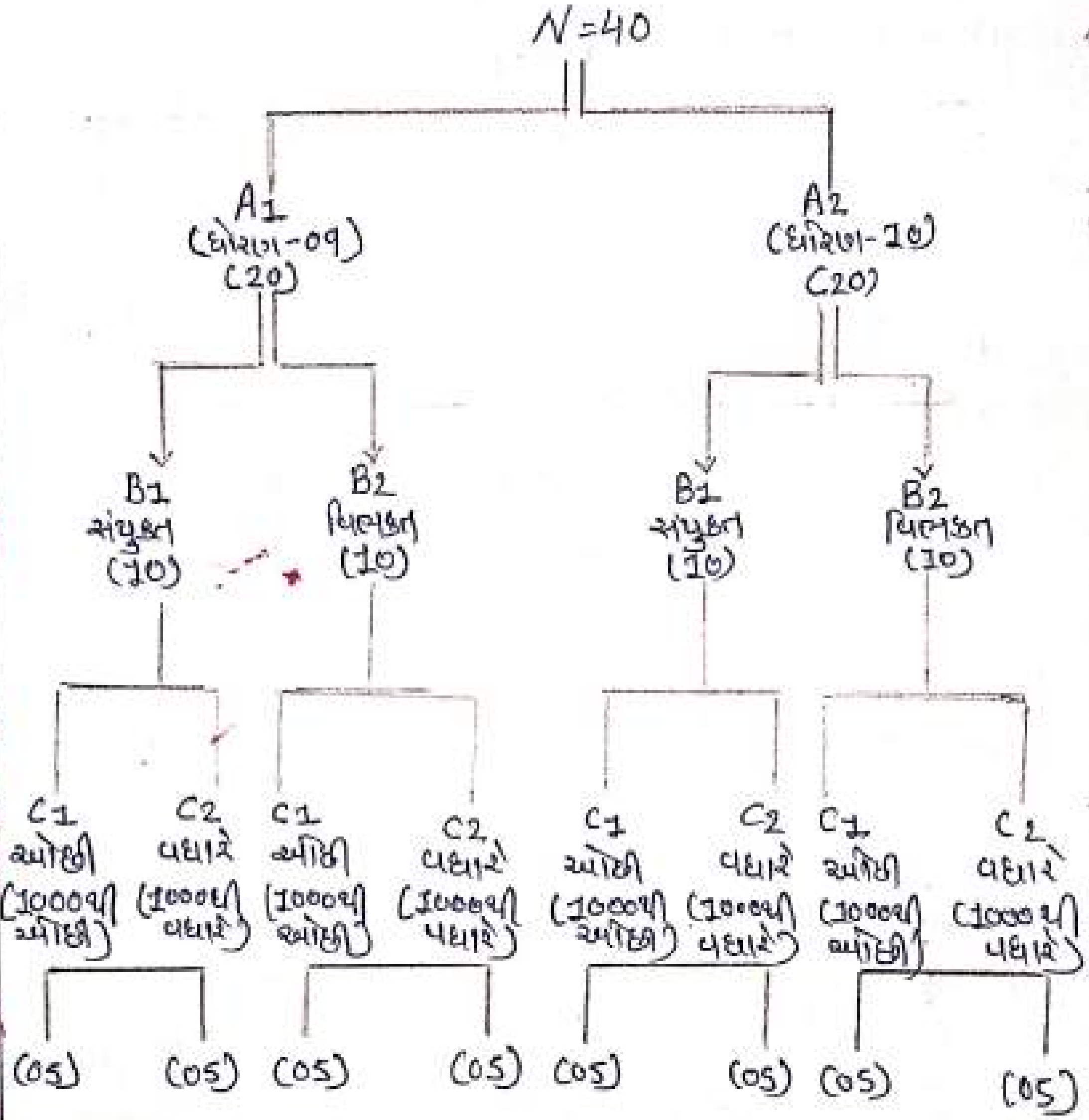
3.1 :- જાતિ
માધ્યમ
3.2 :- વિસ્તાર (રહેઠાણ)
3.3 :- કૌટુંબિક વાતાવરણ
3.4 :- તંદુરસ્તી (માનસિક)
3.5 :- ભૌતિક સુવિધા
3.6 :- આનંદ-પ્રમાદના સાધનો અને સમયગાળો
3.7 :-

7 નિદર્શ :-

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં નિદર્શ તરીકે સુરેન્દ્રનગરની વિકાસ ગર્લ્સ શાળાની કુલ 40 વિદ્યાર્થીનીઓને પસંદ કરવામાં આવી. જેમાં 20 ધોરણ 9 અને 20 ધોરણ-10 ના વિદ્યાર્થીનીઓને યાદચ્છિક રીતે પસંદ કરવામાં આવ્યા છે.

૪. સંશોધન યોજના :-

પ્રસ્તુત અભ્યાસની સંશોધન યોજના નીચે મુજબ છે.



૧ માહિતી એકત્રીકરણના સાધનો :

માહિતી એકત્રીકરણ માટે વ્યક્તિગત માહિતીપત્રક અને આનંદની પ્રશ્નાવલી નો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો.

૧.૧ :- વ્યક્તિગત માહિતીપત્રક :-

અભ્યાસના હેતુને ધ્યાનમાં રાખી જરૂરી પરિવત્યોની માહિતી મેળવવા માટે વ્યક્તિગત માહિતીપત્રક બનાવવામાં આવ્યુ.

૧.૨ :- આનંદની પ્રશ્નાવલી :-

ઓક્સફર્ડ આનંદ પ્રશ્નાવલી શિક્ષકોમાં આનંદ ને માપવા માટે પિટર હિલ્સ અને માઇકલ અર્ગાઇલ રચિત તુલાનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો. આ તુલનાં રચના અંગ્રેજી ભાષામાં થયેલી અહીં ડૉ. યોગેશ એ. જોગસણ અને કમલેશકુમાર એસ. પરમાર દ્વારા રૂપાંતરિત ગુજરાતી ભાષા નો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો તેમાં

Scanned by CamScanner

કુલ 29 વિધાનો છે. આ તુલા ૬ બિંદુ છે. તેમાં સંપૂર્ણ અસહમત- અસહમત, થોડા અસહમત, થોડા સહમત, સહમત અને સંપૂર્ણ સહમત એમ ૬ વિકલ્પો છે. તેમાં વિધાયક અને નિષેધક વિધાનો છે. તેમાં વિધાયક વિધાનોનું ગુણાંકન 1, 2, 3, 4, 5 અને 6 છે. તેમજ નિષેધ વિધાનોનું ગુણાંકન 6, 5, 4, 3, 2 અને 1 છે. અહીં વધુમાં વધુ પ્રાપ્તાંક 174 અને ઓછામાં ઓછા પ્રાપ્તાંક 29 મળે છે. આ તુલાની વિશ્વસનીયતા અને પ્રાપ્તાંક 29 મળે છે. આ તુલાની વિશ્વસનીયતા અને યથાર્થતા ઉચ્ચ મળે છે.

1.7 માહિતી એકત્રીકરણની પ્રક્રિયા :-

માહિતી એકત્રીકરણ કરવા માટે સુરેન્દ્રનગરની શહેરની વિકાસ ગર્લ્સ શાળાની વિદ્યાર્થીનીઓ પસંદ કરીને ધોરણ-9 અને ધોરણ-10ની વિદ્યાર્થીઓને યાદૃચ્છિક નિદર્શ પદ્ધતિઓ ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો અને રૂબરૂ મુલાકાત લઈને માહિતી એકત્રીકરણ કરવામાં આવ્યું. જેમાં કુલ 54 જેટલી પ્રશ્નાવલી વિદ્યાર્થીનીઓ પાસેથી ભરાવવામાં આવી

Scanned by CamScanner

જેમાંથી અત્યુતી ઓછિ તરફી વલણવાળી, વધારે વાળી પ્રશ્નાવલી રદ કરી અને અંતે ૫૦ પ્રશ્નાવલી રદ કરી અને અંતે ૫૦ પ્રશ્નાવલી અભ્યાસ માટે પસંદ કરવામાં આવી હતી.

3.2 આંકડાશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિઓ :

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં ૫૦ વિદ્યાર્થીઓને પસંદ કરવામાં આવ્યા છે. જેમાં મધ્યક પ્રમાણવિચલનની ગણતરી કરી આંકડાશાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ કરવામાં આવ્યું. તેમજ કસોટી દ્વારા સાંખ્યિકીય સાર્થકતા તપાસવામાં આવી હતી.

Scanned by CamScanner

૧૮ પરિણામ રજૂઆત અને ચર્ચા :-

Ho_1 : ધોરણ ૯ અને ધોરણ ૧૦ માં અભ્યાસ કરતી વિદ્યાર્થીનીઓના આનંદના પ્રાપ્તાંકોના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

કોષ્ટક :- 1

અભ્યાસનાં સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીનીઓમાં આનંદના મધ્યકોની તફાવત

ધોરણ	N	M	Sd	SED	T	level of sig
ધો-૯	૨૦	૧૦૨	૧૯.૯૪	5.29	0.99	ન.S
ધો-૧૦	૨૦	૯૬.૪	૧૨.૪૧			

શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{01} ની ચકાસણી માટે આંકડાશાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ કરતા મળેલ પરિણામ કોષ્ટક નંબર 1 માં દર્શાવેલ છે. જે જોતા જણાય છે કે ધો-9 અને ધો-10 માં અભ્યાસ કરતી વિદ્યાર્થિનીઓના આનંદના મધ્યકો અનુક્રમે 102 અને 96.4 છે. તેઓના પ્રમાણવિચલન 19.94 અને 12.81 છે. અને મધ્યક વચ્ચે ના તફાવત નું t મૂલ્ય 0.99 છે. જે સાર્થકતા ની કક્ષા 0.05 ની કિંમત કરતા પણ ઓછી છે.

તેથી તફાવત સાર્થક નથી અને શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{01} સ્વીકાર્ય રાખવા માં આવી છે.

H_{02} (સંયુક્ત અને વિભક્ત કુટુંબ માં

રહેતી વિદ્યાર્થીનીઓના આનંદ ના પ્રાપ્તાંકો ના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.)

કોષ્ટક :- ૨

કુટુંબના પ્રકાર નાં સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીનીઓ માં આનંદ ના મધ્યકો નો તફાવત

કુટુંબનો પ્રકાર	N	M	Sd	SED	T	level of sig
સંયુક્ત	૨૦	105.30	19.84	3.12	3.78	
વિભક્ત	૨૦	93.50	12.51			

શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{O2} ની ચકાસણી માટે આંકડાશાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ કરતાં મળેલ પરિણામ કોષ્ટક નંબર-૨ માં દર્શાવેલ છે. જે જોતા જણાય છે કે સંયુક્ત અને વિભક્ત કુટુંબ માં રહેતી વિદ્યાર્થીની ની આનંદના મધ્યકો વચ્ચેનો તફાવતો

Scanned by CamScanner

અનુક્રમે 105.30 અને 93.50 છે. અને તેઓના પ્રમાણ વિચલન 19.44 અને 12.51 છે. અને મધ્યક વચ્ચેના તફાવત નું 't' નું મૂલ્ય 3.78 છે. જે સાર્થકતાની કક્ષા 0.01 ની કિંમત કરતા વધારે છે. એટલે કે તફાવત સાર્થક છે.

તેથી આ તફાવત સાર્થક છે. અને શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{O2} અસ્વીકાર્ય છે. અને કહી શકાય કે વિભક્ત કુટુંબ કરતા સંયુક્ત કુટુંબ મા વિદ્યાર્થીનીઓ સાર્થક રીતે વધુ આનંદ દર્શાવે છે.

H_{O3} :- ઓછી (1000 વધુ) અને વધુ (1000 થી વધારે) કૌટુંબિક માનસિક આવકના વિદ્યાર્થીનીઓ આનંદના પ્રાપ્તાંકોના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

કોષ્ટક : ૩

કૌટુંબિક માસિક આવક ના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓની અભિ- આનંદ ના મધ્યકોની તફાવત

કૌટુંબિક માસિક આવક	N	M	sd	SED	T	Level of sig
ઓછી આવક	૨૦	93.48	12.38	5.1	૨34	
વધુ આવક	૨૦	105.42	19.20			

શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{03} ની ચકાસણી માટે આંકડાશાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ કરતા મળેલ પરિણામ કોષ્ટક નંબર-૩ માં દર્શાવેલ છે. જે જોતા જણાય છે કે ઓછી કૌટુંબિક આવક અને વધારે કૌટુંબિક આવક ના વિદ્યાર્થીઓના આનંદ ના મધ્યકો અનુક્રમે

Scanned by CamScanner

૭૩.૫૪ અને ૮૫.૫૮ છે અને તેઓના પ્રમાણિત વિચલન ૧૮.૩૪ અને ૧૭.૨૦ છે. અને મધ્યક વચ્ચેનો તફાવત ની 't' નું મૂલ્ય ૮.૩૫ છે, જે સાર્થકતાની કક્ષા એ 0.01 ની કિંમત કરતા વધારે છે. એટલે કે તફાવત સાર્થક છે.

તેથી આ તફાવત સાર્થક છે.

અને શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{03} અસ્વીકાર્ય છે. અને કહી શકાય કે કૌટુંબિક આવક કરતા વધુ આવક ધરાવતી વિદ્યાર્થિનીઓમાં સાર્થક રીતે વધુ આનંદ ધરાવે છે.

13. અભ્યાસના તારણો

1: અભ્યાસના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થિનીઓના આનંદ માં કોઈ સાર્થક તફાવત જોવા મળતો

Scanned by CamScanner

નથી.

૨ :- કુટુંબના પ્રકારના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીની ઓમાં આનંદ માં સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે.

૩ :- કૌટુંબિક આવક ના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીનીઓ માં આનંદ માં સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે.

Scanned by CamScanner

14. પ્રસ્તુત અભ્યાસનું મહત્વ :

પ્રસ્તુત અભ્યાસ વર્તમાન સમયમાં ખૂબ જ મહત્વ ધરાવે છે. વિદ્યાર્થીનીઓમાં આનંદ હશે તો અભ્યાસમાં વ્યવહારિક પરિબળો નો સામનો આસાનીથી કરી શકશે માટે જીવનમાં હેપીનેસ જરૂરી છે. ખાસ કરીને સાંપ્રત સમયમાં હરિફાઈ, સંઘર્ષ, હતાશા, ચિંતા જેવા પરિબળોનો સામનો કરવા મી વિદ્યાર્થીઓમાં આંતરીક રીતે ખુશ હશે તો જ તેમનો સામનો કરી શકશે. આનંદિત વિદ્યાર્થીઓ પોતાની પ્રગતિ સાધી શકશે. સાથે જ ભવિષ્યમાં શું કરવું છે. તે માટે ખુદ જ પોતાની રાહ નક્કી કરી શકશે, તે સાથે અભ્યાસમાં રસ, વિધાયક દ્રષ્ટિકોણ કેળવી શકશે. તેથી જ પ્રસ્તુત

અભ્યાસ વિદ્યાર્થીનીઓમાં બાહ્ય નહી પરંતુ આંતરિક રીતે કેટલી મજબુત છે. તેમજ પોતાના જીવનની ખુશી સાથે કેટલી સુખથી જીવે તે જણાવવાનો છે.

15. અભ્યાસની મર્યાદા

1 : પ્રસ્તુત સંશોધન માત્ર ધોરણ 9 અને 10 પૂરતું સીમિત છે.

2 : પ્રસ્તુત અભ્યાસ માત્ર કન્યાઓ પૂરતું સીમિત છે.

3 : પ્રસ્તુત સંશોધન માત્ર સુરેન્દ્રનગર શહેર ની S.C.U વિકાસ કન્યા વિદ્યાલયના વિદ્યાર્થીપૂરતું મર્યાદિત છે.

4 : પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં માત્ર ગુજરાતી માધ્યમની વિદ્યાર્થીનીઓ સીમિત છે.

5 : પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રશ્નાવલી પદ્ધતિ

Scanned by CamScanner

નો ઉપયોગ થયો હોવાથી પ્રશ્નાવલી પદ્ધતિ માં જે મર્યાદાઓ છે તે મર્યાદા અહીં પણ જોવા મળે છે.

16 : આનંદ માં રહેવાના ઉપાયો

→ આપણી તુલના અન્ય વિદ્યાર્થીઓ સાથે ન કરવી જોઈએ. તુલના કરવા થી આનંદ મળતો નથી. પરંતુ જે આપણી પાસે છે. અને જે આપણી અંદર છે તેને સ્વીકારો.

→ જીવનમાં અનેક સમસ્યાઓ આવે છે. પરંતુ તે સમસ્યામાંથી વિધાયક વિચારો કરવાથી આનંદ મળી શકે છે.

→ કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં આપણા ચહેરા
પર સ્માઈલ (સ્મિત) હોવી જોઈએ. તેનાથી
આપણા આસપાસના વાતાવરણ ને પણ
ખુશનુમા (આનંદિત) બનાવી શકાય છે.

→ જ્યારે પણ આપણું મન ઉદાસ હોય ત્યારે
તરત જ આપણા જીવનમાં બનેલી સુખદ
ઘટનાઓ ને યાદ કરવી જોઈએ. જેનાથી પણ
આપણને આનંદ મળે છે.

→ આનંદમાં રહેવા માટે આપણી પસંદની
ગમતી સારી પુસ્તકોનું વાંચન કરવું જોઈએ.

→ ઈર્ષા, દ્વેષ, બદલો લેવાની ભાવના, ગુસ્સો
વગેરે જેવી બાબતોથી દૂર રહેવું જોઈએ
કારણ કે તે આપણા આનંદને છીનવી લે છે.

Scanned by CamScanner

-> બીજા પર નિર્ભર ક્યારેય ન રહેવું જોઈએ બને ત્યાં સુધી પોતાનું કાર્ય જાતે જ કરવું જોઈએ તો જ આપણે તે કાર્યની સફળતા માંથી સાચો આનંદ મેળવી શકીએ.

-> આનંદમાં રહેવા માટે મનપસંદ મ્યુઝિક ટેલીવિઝન તથા કોમેડી મુવીથી પણ આનંદ મેળવી શકાય છે.

-> હંમેશા પોતાના પર અને ભગવાન પર પૂરે-પૂરો વિશ્વાસ હોવો જોઈએ રોજ પ્રાર્થના કરવી જોઈએ એનાથી પણ આનંદ આપો-આપ આનંદ આપણી પાસે આવી જાય છે.

-> જેમાં આપણને રસ હોય કે રુચિ હોય તેવા ક્ષેત્રે કાર્ય કરવાનું પસંદ કરવું.

Scanned by CamScanner

17. સંદર્ભ સૂચી :

1. Hills, P. & Argyle, M (2002) The oxford happiness questionnuile A Compact scale for the measurment of Psychological well-being Perswonality and Individual Differen ce, 33, 1073-1082

2. એચ. જી. દેસાઈ અને કે. જી. દેસાઈ "સંશોધન પદ્ધતિઓ" યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ ગુજરાત રાજ્ય, અમદાવાદ ચતુર્થ આવૃત્તિ - 1981

3. મનોવિજ્ઞાનની સંશોધન પદ્ધતિઓ (લેખક, દિપક આર. શાહ પ્રકાશન: આર. આર. શેઠ અમદાવાદ)

4. જોગસણવાલા એ (2009) આંકડાશાસ્ત્રની, અક્ષર પબ્લીકેશન.

5. જયવંતી શાહ (2012), સુખ નું સ્ટેશન, અશોક પ્રકાશન, અમદાવાદ.

6. જયવંતી શાહ (2012). સુખ વસ્યુ અંતરમાં અશોક પ્રકાશન અમદાવાદ.

Scanned by CamScanner

S.S.C.Inedx No.69.010
H.S.C.Inedx No.19.016

Phone : (02752) 282882
E-mail : scushahvgh@gmail.com

Conducted by Vikas Vidyalay

SMT SADGUNABEN C.U.SHAH (MUNI.) GIRLS HIGH SCHOOL

Founder : Late Shree Pushpaben Mehta, Late Shree Arunaben Desai

VADIPARA, NR. LIONS HALL, SURENDRANAGAR - 363 001, GUJARAT - India

Head Office : MALOD ROAD, WADHWANCITY - 363 030 - GUJARAT - India

Ref No. :

Date : 28/2/2019

Smt. S. C. U. Shah (Muni.) Girls High School (Surendranagar)

પ્રમાણપત્ર

આથી પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવે છે કે શ્રી એમ. પી. શાહ આર્ટસ એન્ડ સાયન્સ કોલેજ સુરેન્દ્રનગરના Psychology વિભાગની વિદ્યાર્થીનીઓ સોલંકી રંજન, ખત્રી એકતા અને દાબેચા કિંજલ સર્વે શ્રીમતી સદ્‌ગુણાબેન સી. યુ શાહ (મ્યુનિ.) ગર્લ્સ હાઈસ્કૂલ, માં તારીખ : ૧૮/૦૧/૨૦૧૯ ના રોજ ફિલ્ડ વર્ક પ્રોજેક્ટ માટે Happiness અન્વયે શાળામાં આવીને પ્રશ્નાવલી ભરાવી હતી.

વિદ્યાર્થીની બહેનોએ વિષય પ્રત્ય રૂચિ જાગે તેવા પ્રયત્નો કર્યા હતા.

S.C. Janghnaja

I/C HEADMISTRESS

SMT. SADGUNABEN C.U.SHAH (MUNI.)

GIRLS HIGH SCHOOL, SURENDRANAGAR

Scanned by CamScanner

"A Study of Mental Health of higher secondary school students."

" ઉચ્ચતર માધ્યમિક સ્કુલના વિદ્યાર્થી ઓની માનસિક સ્વાસ્થ્યની અભ્યાસ."

શ્રી આર.પી.પી.ગર્લ્સ હાઇસ્કૂલ અને
શ્રી એસ.જી.શાહ હાયર સેકન્ડરી સ્કૂલ,
સંચાલન:- (સુરેન્દ્રનગર એજ્યુકેશન સોસાયટી) સુરેન્દ્રનગર-૩૬૩૦૦૧

E-mail Address : rppschool@rediffmail.com

જા.નંબર-૧૧૭ /૧૯-૨૦ તારીખ: ૮/૮/૨૦૧૯

આથી પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવે છે કે, શ્રી એમ.પી. શાહ આર્ટ્સ એન્ડ સાયન્સ કોલેજ, સુરેન્દ્રનગર ના Psychology વિષયના વિદ્યાર્થીઓ રૂપાલા ઉર્મિ, ડાભીયા મેઘલ, રાઠોડ જ્યોત્સના એ શ્રી, [illegible] આર.પી.પી. ગર્લ્સ હાઇસ્કૂલ માં તા. 19-01-2019 ના રોજ Field Work Project માટે Mental Helth અંગેની [illegible] આવેલ પ્રશ્નાવલી ભરાવેલ છે અને વિદ્યાર્થીની બહેનોને વિષય પ્રત્યે જાગૃતી આવે તેવા આકર્ષક પ્રયત્નો કર્યા હતા. તેમજ તેમનું કાર્ય પણ સંતોષકારક જણાયું છે.

સફળતાની શુભેચ્છા આપીએ.

[illegible]

Principal
Shri R.P.P. Girls High School &
Shri S. G. Shah Higher Sec. School
Surendranagar.

Scanned by CamScanner

"A Study of Mental Health of higher secondary school students."

"ઉચ્ચતર માધ્યમિક સ્કૂલના વિદ્યાર્થીઓની માનસિક સ્વાસ્થ્યનો અભ્યાસ."

Scanned by CamScanner

અનુક્રમણિકા

ક્રમ	વિગત	પૃષ્ઠ નંબર
1	શીર્ષક	
2	પ્રસ્તાવના	
3	પ્રસ્તુત અભ્યાસની સમસ્યા	
4	સંશોધનના હેતુઓ	
5	સંશોધનની ઉત્કલ્પનાઓ	
6	સંશોધનના પરિવર્ત્યો	
7	નિદર્શ પસંદગી	
8	સંશોધન યોજના	
9	માહિતી એકત્રીકરણના સાધનો	
10	માહિતી એકત્રીકરણની પ્રક્રિયા	
11	આંકડાશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિઓ	
12	અભ્યાસના તારણો	
13	પ્રસ્તુત અભ્યાસનું મહત્વ	
14	પ્રસ્તુત અભ્યાસની મર્યાદા	
15	ઉપાયો	
16	સંદર્ભ	

Scanned by CamScanner

★૮. પ્રસ્તાવના :-

માનવજાતની આસપાસ નિરાશાના વાદળો છવાયેલા છે. તેને દૂર કરવા માટે માનસિક સ્વાસ્થ્ય સહાયભૂત થાય તેમ છે. માનસિક સ્વાસ્થ્યનું વિજ્ઞાન સામાન્ય અને વિકૃત એમ બંને પ્રકારના માણસો માટે ઉપયોગી છે કેમ કે વિકૃત માનવીઓના રોગને દૂર કરવા માટે માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન અસરકારક ઉપાયો સૂચવે છે. સામાન્ય લોકોના જીવનને સુખી રચનાત્મક અને ઉપયોગી બનાવવામાં માનસિક સ્વાસ્થ્યની ચળવળ ફાળો આપી શકે છે. વિશ્વમાં થતી રાજકીય અને સામાજિક ઉથલપાથલો એવા આપણને પ્રતીત થાય છે કે માનવજાતને આજે સૌથી વધુ જરૂરી માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટેના માર્ગદર્શનની છે. ટેકનિકલ અને ભૌતિક યુગે સુવિધાઓ આપી છે તો સાથે માનસિક રોગોનું પ્રમાણ પણ દિનપ્રતિદિન આપી રહ્યું છે. પાશ્ચાત્ય દેશોમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે વ્યવસ્થિત પ્રયત્નો થાય છે. અને તેના માટે રાજકીય સંસ્થાઓ પણ સ્થપાઈ છે. પણ આપણા દેશમાં માનસિક રોગોની સમજ ઉપચાર તથા પ્રતિકારની દિશામાં વ્યવસ્થિત રૂપે ખુબ જ થોડું સંશોધન થયું છે. આજે ભારત દેશ ભૌતિક અને વૈજ્ઞાનિક

Scanned by CamScanner

પ્રગતિ તરફ વિકાસ સાથે છે તેની સાથે-સાથે માનસિક સ્વાસ્થ્ય કથળતું જાય છે. દસ વર્ષ પહેલા ન્યુઝ પેપર આપઘાતનાં, ઘર છોડીને જતા રહેવાના કે વૃદ્ધાશ્રમમાં મોકલવાના જે બનાવો આવતા હતા તેના કરતા 2007 માં ન્યુઝ પેપર આવા બનાવોનાં ઢગલા કરે છે. તે જોઈએ તો માનસિક શક્તિનું પ્રમાણ ગુમાવવાથી, હિંસા, સંઘર્ષ વગેરે વધતા જાય છે. ગુજરાતી કહેવત "પહેલું સુખ નિરોગી શરીર" એટલે કે સારી સુખ-સુવિધાઓથી રહેતા હતાં સ્વાસ્થ્યનાં અભાવે તે બહુ વ્યર્થ છે. સ્વસ્થ જીવન ઈશ્વરનું વરદાન છે. દિવસે-દિવસે વધતા ભૌતિકવાદી દ્રષ્ટિકોણનાં કારણે મનુષ્યનું મન અનેક પ્રકારની ચિંતાઓ, આશંકાઓ અને અનેક તનાવોથી વ્યથિત રહે છે. રોજિંદા સંઘર્ષ માનસિક સ્વાસ્થ્યને સરળતાથી મળવાનાં કારણે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય તો મળી જાય છે. પરંતુ મનનું સ્વાસ્થ્ય દિવસે-દિવસે દુર્લભ થતું જાય છે. આપણા પૂર્વજો એ કહ્યુ છે કે "कुर्वन्नेह कर्माणि जिजीविषेत शतं समाः" એટલે કે કર્મશીલ અને સ્વસ્થ રહીને જ સો વરસ જીવવાની ઈચ્છા કરવી જોઈએ. આપણે કર્મશીલ અને સ્વસ્થ રહીને જ સો વરસ જીવવાની ઈચ્છા કરવી જોઈએ. આપણે કર્મશીલ ત્યારે જ રહી

Scanned by CamScanner

શકીએ. જ્યારે મન અને શરીર સ્વસ્થ રહે. સ્વાસ્થ્ય આપણા જીવનનો સાર છે એક પ્રસિદ્ધ કહેવત છે. "સ્વસ્થ શરીરમાં જ સ્વસ્થ મન વસે છે."

માનસિક સ્વાસ્થ્યની વ્યાખ્યા :-

ઓક્સફર્ડ ઇંગ્લીશ ડિક્શનરી મુજબ "સ્વાસ્થ્ય માનસિક અને શારીરિક દૃઢતાની અવસ્થા છે જેના કારણે શરીરનાં કાર્ય સમય પર અને પ્રભાવી રૂપથી નિષ્પન્ન થાય છે."

" From the mental hygiene poit of view deviate behavior is charalosied as eacentive heurotic of psychotic."

"માનસિક સ્વાસ્થ્ય એટલે માનવીઓનું જગત સાથે તેમજ એકબીજા સાથેનું મહત્તમ અસરકારક અને સુખપ્રદ સમાયોજન"

– કાર્લ મેનિન્જર

"માનસિક સ્વાસ્થ્ય એટલે માનસિક શાંતિ"

– સોરેન્સ / મામ

"Let us define mental health as the adjustment of human beings to the word and to one another with a maximum of essectiveness and happiness."

– Karl Menninger

"વેબસ્ટરના મુજબ "સ્વસ્થ શરીર, મસ્તિષ્ક અથવા આત્મામાંથી દર્દ વિશેષ રીતે શારીરિક રોગો અથવા દર્દથી મુક્ત થવાની અવસ્થા છે"

માનસિક સ્વાસ્થ્ય ક્ષેત્રે કામ કરતી આંતરરાષ્ટ્રીય સંસ્થા W.H.O ના જણાવ્યા મુજબ " સ્વાસ્થ્ય સંપૂર્ણ શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક તંદુરસ્તીની સ્થિતિ છે, માત્ર રોગ કે અપંગતાનો અભાવ નહિ'. સ્વાસ્થ્ય બહુઆયામી છે અને W.H.O આપેલ વ્યાખ્યામાં સ્વાસ્થ્યના ત્રણ મુખ્ય આયામો પર વિશેષ ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે- શારીરિક સ્વાસ્થ્ય, માનસિક સ્વાસ્થ્ય, સામાજિક સ્વાસ્થ્ય, વ્યાવસાયિક

Scanned by CamScanner

સ્વાસ્થ્ય, સાંસ્કૃતિક સ્વાસ્થ્ય, તેનો સમાવેશ થાય છે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્યનું મહત્વનું અંગ છે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે આંતરિક પરિબળો અને બાહ્ય વાતાવરણની વચ્ચે કડિ ખુબ જરૂરી છે. "માનસિક સ્વાસ્થ્ય કોઈ પણ વ્યક્તિની યોગ્યતા છે જેનાથી તે વ્યક્તિગત અને સામાજિક સંતુલન સ્થાપિત કરે છે."

W.H.O નાં મુજબ "માનસિક સ્વાસ્થ્ય વ્યક્તિની એવી ક્ષમતા છે જેના દ્વારા તે બીજા સાથે સુસંગત સંબંધોનું નિર્માણ કરે છે. અને પોતાના સામાજિક, ભૌતિક કે આધ્યાત્મિક પરિવેશમાં પરિવર્તનમાં ભાગ લે છે કે રચનાત્મક રૂપથી યોગદાન કરે છે.

3. સમસ્યા કથન :-

ઉપરોક્ત બાબતને ધ્યાનમાં લઈને નીચે મુંજબની સમસ્યા નક્કી કરવામાં આવી છે.

"A Study it Mental heath of higher Scondaly school Students"

Scanned by CamScanner

"ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાની વિદ્યાર્થીનીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય નો અભ્યાસ"

4. હેતુ :-

ઉપરોક્ત સમસ્યાના સંદર્ભમાં નીચે મુજબના હેતું નક્કી કરવામાં આવ્યા છે.

1. અભ્યાસના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીનીઓ ના માનસિક સ્વાસ્થ્યનો અભ્યાસ કરવો.
2. રહેઠાણના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્યનો અભ્યાસ કરવો.
3. તંદુરસ્તીના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીનીઓ ના માનસિક સ્વાસ્થ્ય નો અભ્યાસ કરવો.

5. ઉત્કલ્પના :-

H_{o1} :- ધોરણ 11 અને ધોરણ 12 ની વિદ્યાર્થીનીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્ય ના પ્રાપ્તાંકોના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

H_{o2} :- શહેરી અને ગ્રામ્ય વિસ્તારમાં વસવાટ

Scanned by CamScanner

કરતી વિદ્યાર્થીનીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્ય ના પાસાઓના મધ્યક વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

H_{03} :- સારી અને નબળી તંદુરસ્તી ધરાવતી વિદ્યાર્થીનીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્ય ના પાસાઓના મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

6. અધ્યયનના પરિવર્ત્યો :-

પ્રસ્તુત અભ્યાસ પરિવર્ત્યો નીચે મુજબ નક્કી કરવામાં આવ્યા છે.

6.1

ક્રમ	કક્ષા
A- અભ્યાસ	→ A_1 ધોરણ-11, A_2- ધોરણ-12
B- રહેઠાણનો વિસ્તાર	→ B_1 ગ્રામ્ય, B_2 શહેરી
C- તંદુરસ્તી	→ C_1- સારી તંદુરસ્તી C_2 - નબળી તંદુરસ્તી

6.2 આધારિત પરિવર્ત્ય :-

માનસિક સ્વાસ્થ્યના પાસાઓ.

Scanned by CamScanner

6.3 : નિયંત્રિત પરિવર્ત્યો :-

1. જાતિ
2. માધ્યમ
3. કૌટુંબિક આવક
4. કૌટુંબિક વાતાવરણ
5. કુટુંબના પ્રકાર
6. શૈક્ષણિક સિદ્ધિ

7. નિદર્શ :-

પ્રસ્તુત સંશોધનમાં નિદર્શ તરીકે સુરેન્દ્રનગરની B.P.P ગર્લ્સ શાળાની કુલ 40 વિદ્યાર્થીનીઓનો પસંદ કરવામાં આવ્યા. જેમાં 20 ધોરણ 11 અને 20 ધોરણ 12 ની વિદ્યાર્થીઓની યાદૃચ્છિક રીતે પસંદ કરવામાં આવ્યા હતી.

Scanned by CamScanner

૮. સંશોધન યોજના :-

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં સંશોધન યોજના નીચે મુજબ નક્કી કરવામાં આવી છે.

N=40

- A1 (ધોરણ 11) 20
  - B1 ગ્રામ્ય 10
    - C1 સારી 5
    - C2 નબળી 5
  - B2 શહેરી 10
    - C1 સારી 5
    - C2 નબળી 5
- A2 (ધોરણ 12) 20
  - B1 ગ્રામ્ય 10
    - C1 સારી 5
    - C2 નબળી 5
  - B2 શહેરી 10
    - C1 સારી 5
    - C2 નબળી 5

9. માહિતી એકત્રીકરણના સાધનો :-

માહિતી એકત્રીકરણ માટે વ્યક્તિગત માહિતી પત્રક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય તુલાનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો.

9.1 વ્યક્તિગત માહિતીપત્રક :-

અભ્યાસના હેતુને ધ્યાનમાં રાખી જરૂરી પરિવર્ત્યોની માહિતી મેળવવા માટે વ્યક્તિગત માહિતી પત્રક બનાવવામાં આવ્યું

9.2 માનસિક સ્વાસ્થ્ય તુલા :-

અભ્યાસના હેતુને ધ્યાનમાં રાખી વિદ્યાર્થિનીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્ય તુલા પ્રમાણિત પસંદ કરવામાં આવી જે ડી.જે. ભટ્ટ ની માનસિક સ્વાસ્થ્યની તુલાનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો. જેની વિશ્વસનિયતા 0.87 અને યથાર્થતા 0.63 જોવા મળી હતી.

10 માહિતી એકત્રીકરણની પ્રક્રિયા :-

માહિતી એકત્રીકરણ માટે

Scanned by CamScanner

સુરેન્દ્રનગર શહેરી માધ્યમિક શાળાની R.P.P ગર્લ્સ ઉચ્ચ- કરીને ધોરણ-11 અને ધોરણ-12 ની વિદ્યાર્થીનીઓ પસંદ વિદ્યાર્થીનીઓની યાદચ્છિક રીતે પસંદ કરીને રૂબરૂ મુલાકાત લઈને માહિતી એકત્રીકરણ કરવામાં આવ્યું. જેમાં કુલ 56 જેટલી વિદ્યાર્થીનીઓ પાસે થી પ્રશ્નાવલી ભરાવવામાં આવી જેમાંથી અધૂરી, એકતરફી વલણવાળી, છેક-છાકવાળી રદ કરી બાકી 40 પ્રશ્નાવલિ ની અભ્યાસ માટે પસંદ કરવામાં આવી હતી.

11. આંકડાશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિઓ:

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં 40 વિદ્યાર્થીનીઓની પસંદ કરવામાં આવ્યા હતી. જેમાં મધ્યક, પ્રમાણવિચલનની ગણતરી કરી આંકડાશાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ કરવામાં આવ્યું. તેમજ "t" કસોટી દ્વારા સાંખ્યકીય સાર્થકતા તપાસવામાં આવી હતી.

12 પરિણામની રજૂઆત અને ચર્ચા :-

H_{o1} :- ધોરણ 11 અને 12 ની વિદ્યાર્થીનીઓની માનસિક સ્વાસ્થ્યના પ્રાપ્તાંકોના મધ્યક વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

Scanned by CamScanner

કોષ્ટક-1

અભ્યાસના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યના મધ્યકો નો તફાવત

Std	N	M	Sd	Sed	T	level of sig
11	20	27.9	3.57	5.29	0.99	n.s
12	20	27.15	3.13			

શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{o1} ની ચકાસણી માટે આંકડાશાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ કરતા મળેલ પરિણામ કોષ્ટક નંબર-1 માં દર્શાવેલ છે. જે જોતા જણાય છે કે ધોરણ 11 અને 12 ના વિદ્યાર્થીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્યના મધ્યકો અનુક્રમે 27.90 અને 27.15 છે અને તેમના પ્રમાણવિચલન 3.57 અને 3.13 છે. મધ્યક વચ્ચેના તફાવત 't' નું મૂલ્ય 0.99 છે. જે સાર્થકતાની 't' કક્ષા 0.05 ની કિંમત કરતા પણ ઓછું છે એટલે કે સાર્થક નથી.

એટલે કે આ તફાવત સાર્થક નથી. આથી શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{o1} નો સ્વીકાર કરવામાં આવે છે.

H_{o2} :- શહેરી અને ગ્રામ્ય વિસ્તાર માં વસવાટ કરતી વિદ્યાર્થીઓના માનસિક સ્વાસ્થ્યના પ્રાપ્તાંકોના

Scanned by CamScanner

મધ્યકો વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી.

કોષ્ટક-૮

વિસ્તારના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યના મધ્યકો ની તફાવત

વિસ્તાર	N	M	Sd	SEd	T	level of sig
શહેરી	20	29.40	3.10	1.1	3.75	0.01
ગ્રામીણ	20	25.27	3.61			

શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{0_2} ની ચકાસણી માટે આંકડાશાસ્ત્રીય વિશ્લેષણ કરતા મળેલ પરિણામ કોષ્ટક નંબર-૮ માં દર્શાવેલ છે જે જોતા જણાય છે કે શહેરી અને ગ્રામ્ય વિસ્તારમાં વસવાટ કરતી વિદ્યાર્થીઓ ના માનસિક સ્વાસ્થ્યના મધ્યકો અનુક્રમે 29.40 અને 25.27 અને તેઓના પ્રમાણ વિચલન 3.10 અને 3.61 છે અને મધ્યક વચ્ચેનો તફાવત 't' નું મૂલ્ય 3.75 છે. જે સાર્થકતાની કક્ષા 0.01 ની કિંમત સાર્થક છે. એમ કહી શકાય આથી અહીં શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{0_2} નો સ્વીકાર કરવામાં આવે છે, અને કહી શકાય છે કે ગ્રામ્ય કરતા

તફાવત 'F' નું મૂલ્ય 5.06 છે. જે સાર્થકતાની કક્ષા 0.05 ની તફાવત કિંમત કરતા ઓછું આવેલું છે. એટલે કે તફાવત સાર્થક નથી.

એટલે કે તફાવત સાર્થક નથી. તેથી શૂન્ય ઉત્કલ્પના H_{03} સ્વીકાર કરવામાં આવે છે.

13 તારણ :-

પ્રસ્તુત સંશોધનના તારણો નીચે મુજબ દર્શાવી શકાય.

1 :- અભ્યાસ સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યમાં કોઈ સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે. નહિ.

2 :- વિસ્તાર પ્રકારના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીનીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય માં સાર્થક તફાવત જોવા મળે છે.

3 :- તંદુરસ્તી ના સંદર્ભમાં વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યમાં કોઈ સાર્થક તફાવત જોવા મળતો નથી.

Scanned by CamScanner

14. પ્રસ્તુત અભ્યાસનું મહત્વ :-

પ્રસ્તુત અભ્યાસ વર્તમાન સમયમાં ખૂબ જ મહત્વ ધરાવે છે. વિદ્યાર્થીનીઓની માનસિક સ્વસ્થ હશે તો અભ્યાસમાં અવરોધક પરિબળોનો સામનો આસાનીથી કરી શકશે. માટે જીવનમાં ટ્રેનીંગ જરૂરી છે ખાસ કરીને સાંપ્રત સમયમાં હરિફાઈ, સંઘર્ષ, હતાશા, ચિંતા જેવા પરિબળોનો સામનો કરવા મે વિદ્યાર્થીનીઓની માનસિક સ્વસ્થ હશે તો જ તેમનો સામનો કરી શકશે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિદ્યાર્થીઓ પોતાની પ્રગતિ સાધી શકશે. સાથે જ ભવિષ્યમાં શું કરવું છે. તે માટે ખુદ જ પોતાની રાહ નક્કી કરી શકશે. તે સાથે શૈક્ષણિક અભ્યાસમાં રસ, વિધાયક દ્રષ્ટિકોણ કેળવી શકશે. તેથી જ પ્રસ્તુત અભ્યાસ વિદ્યાર્થીનીઓમાં બાહ્ય નહીં પરંતુ આંતરિક રીતે કેટલી મજબુત છે તેમ જ પોતાના જીવનને ખુશી સાથે કેટલી જીવે છે તે જાણવાની છે.

15. અધ્યયનની મર્યાદા :

1. પ્રસ્તુત સંશોધન માત્ર ધોરણ 11 અને 12 પૂરતુ સીમીત છે.

2. પ્રસ્તુત સંશોધન માત્ર કન્યાઓ પૂરતુ સીમિત છે.

3. પ્રસ્તુત સંશોધન માત્ર સુરેન્દ્રનગર આર.પી સ્કૂલમાંની નિર્દેશ પૂરતું મર્યાદિત છે.

4. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં માત્ર ગુજરાતી માધ્યમના વિદ્યાર્થીઓ પૂરતુ સિમિત છે.

5. પ્રસ્તુત અભ્યાસ પ્રશ્નાવલી પદ્ધતિનો ઉપયોગ થયો કર્યાથી પ્રશ્નાવલીની મર્યાદાઓ દર્શાવી છે. તે સ્વાભાવિક છે.

Scanned by CamScanner

17 સંદર્ભ સૂચી :

શ્રીમ. જે દેસાઈ અને કે. જે. દેસાઈ સંશોધન પદ્ધતિઓ" યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય, અમદાવાદ. ચતુર્થ આવૃત્તિ-1987.

શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન (લેખક: ગુણવંત શાહ, કુલીન પંડ્યા, પ્રથમ આવૃત્તિ 1978, યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય)

સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાન (લેખક: ડૉ. આર. જે. પરમાર, પ્રથમ આવૃત્તિ: 2015 સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી રાજકોટ)

વૈયક્તિક સમાયોજનનું મનોવિજ્ઞાન લેખક: દિપક આર. શાહ પ્રકાશ: આર. સી. જમનાદાસ.

મનોવિજ્ઞાનની સંશોધન પદ્ધતિઓ (લેખક: દિપક. આર. શાહ. પ્રકાશ. આર. સી. જમનાદાસ)

સમાજલક્ષી મનોવિજ્ઞાન (લેખક: આર. એમ. જે. પ્રકાશ: અનાડા બુક)