International Journal of Home Science 2018; 4(3): 261-262

ISSN: 2395-7476
IJHS 2018; 4(3): 261-262
© 2018 IJHS
www.homesciencejournal.com
Received: 14-07-2018
Accepted: 15-08-2018

रेनू पाण्डेय
शोध छात्रा, राम कृष्ण धर्मार्थ फाउण्डेशन विश्वविद्यालय, भोपाल, मध्य प्रदेश, भारत

नीलमा कुँवर
प्राध्यापक एवं अध्यक्ष, चन्द्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय, कानपुर, उत्तर प्रदेश, भारत

Correspondence
रेनू पाण्डेय
शोध छात्रा, राम कृष्ण धर्मार्थ फाउण्डेशन विश्वविद्यालय, भोपाल, मध्य प्रदेश, भारत

किशोर एवं किशोरियों में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता के सम्बन्ध में

रेनू पाण्डेय, नीलमा कुँवर

प्रस्तावना
किशोरावस्था एक ऐसी अवस्था है जो अपने में एक पूर्ण अवस्था है किशोरावस्था के सम्बन्ध में यह पूर्णता परम्परागत विश्वास रहा है कि किशोरावस्था विकास की एक आन्तरिक अवस्था है इस अवस्था में बालक के शारीरिक एवं मनोवैज्ञानिक गुणों में परिवर्तन प्रौढ़ावस्था की दिशा में होते हैं। dolescence शब्द की उत्पत्ति लैटिन भाषा के Adolescere शब्द से हुई है। जिसका अर्थ है– ''परिपक्वता की ओर बढ़ना'' किशोरावस्था बाल्यावस्था के पश्चात् आने वाली अवस्था है। यह अवस्था बचपन की समाप्ति तथा वयस्कावस्था प्रारम्भ होने तक रहती है। इस अवस्था में विकास की गति तीव्र होती है आधुनिक युग में आज किशोरावस्था के अन्तर्गत भौतिक परिपक्वता के साथ–साथ मानसिक, शारीरिक, सामाजिक, स्वास्थ्य पर भी अध्ययन किया जाता है किशोरावस्था में बालक बालिका में एक नया पन दिखायी देता है यह नयापन मुख्यतः यौन परिपक्वता के कारण सभी अवस्थाओं में किशोरावस्था सर्वाधिक महत्वपूर्ण एवं आनन्दमयी होती है इस लिये इसे गोल्डेन ऐज भी कहते हैं। हमारा अपना देश हो या संसार का कोई भी देश किशोरावस्था को एक महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है यह सत्य है कि बच्चे देश की नींव हैं इस नींव का सृजन उसकी माँ एवं परिवार के अन्य सदस्यों के ऊपर आधारित होता है वही किशोरावस्था में आकर बच्चे स्वयं का अच्छा बुरा सोचना प्रारम्भ कर देते हैं वह स्वतंत्रता के साथ अपने स्वास्थ्य की वृद्धि चाहते हैं।

उद्देश्य
1. किशोर एवं किशोरियों में स्वस्थ्य के प्रति जागरूकता, पोषण सम्बन्धी तथा सन्तुलित भोजन की जांच करना।
2. किशोर एवं किशोरियों में स्वास्थ्य की जानकारी तथा इस अवस्था में होने वाली बीमारियों तथा कुपोषण से होने वाले रोगों का पता लगाना।

अध्ययन पद्धति
कानपुर देहात के ग्रामीण क्षेत्र अकबरपुर का प्रमुख शिक्षा केन्द्र अकरबपुर महाविद्यालय को अध्ययन के लिए चयनित किया गया है सामान्य निरीक्षण :– किशोर एवं किशोरियों में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता का तुलनात्मक अध्ययन में स्वास्थ्य से सम्बन्धित सभी पहुलओं को ध्यान में रखते हुए सूचना एकत्रित की गयी है उत्तरदाताओं के चयन हेतु 300 किशोर एवं किशोरियों का चयन किया गया है।

परिणाम
इस सम्बन्ध में विभिन्न प्रश्नों के उत्तर तथा उनमें महत्वपूर्ण अन्तर निम्नांकित सारिणियों में दिये जा रहे है –

सारिणी नं0 1: स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता का अर्थ तथा अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता –

		किशोर	किशोरियाँ	X^2	P
प्रश्न 1	हाँ	89-3%	92%	(df=1) -63	>.05
	नहीं	10-6%	8%		
प्रश्न–2	हाँ	82-67%	86-67%	(df=1) -92	>.05
	नहीं	17-33%	13-33%		

स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता तथा अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूक होने में किशोर एवं किशोरियों में महत्वपूर्ण अन्तर नहीं प्राप्त हुआ जैसा कि X2-.63 व 92 क्रमशः प्राप्त हुए हैं। यह X2 इन दोनों समूहों के बीच अन्तर को 5ः से अधिक आकस्मिक (by chance) होना इंगित करते हैं। दोनों ही समूहों की प्रतिक्रियाएं सकारात्मक अधिक और नकारात्मक कम है।

सारिणी नं0 2: अपने आपको स्वस्थ्य महसूस करना और दूसरों को भी स्वस्य रहने की सलाह देना

प्रश्न सं.	उत्तर	किशोर	किशोरियाँ	X^2	dt	P
प्रश्न 3	हाँ	52-67%	75-33%	41-39	1	>.01
	नहीं	47-33%	24-67%			
प्रश्न 4	हाँ	38-67%	63-33%	18-26	1	>.01
	नहीं	61-33%	36-67%			

अपने को स्वस्थ्य महसूस करने (x2, 18.26) साथ ही दूसरों को भी स्वस्थ रहने की सलाह देने (x2 41.39) में किशोर व किशोरियों के मध्य सार्थक/महत्वपूर्ण अन्तर पाया गया, इस अन्तर के आकस्मिक होने की संभावना 1ः से कम है, अतः शून्य उपकल्पना अस्वीकृत हुई। किशोर व किशोरियों के मध्य महत्वपूर्ण अन्तर होगा, यह उपकल्पना (research hypothesis) पुष्ट होती है। उपरोक्त सारिणी सं0–2 में प्रविष्ट प्रदत्तों से स्पष्ट होता है कि जहाँ तक दूसरों को स्वास्थ्य के बारे सलाह देना है वह किशोरों की अपेक्षा किशोरियों में अधिक पाया गया एवं किशोरों में सलाह न देने की प्रतिशत सलाह देने की प्रतिशत से अधिक है।

अपने को स्वस्थ महसूस करने की सकारात्मक प्रतिक्रिया किशोर व किशोरियों दोनो में नकारात्मक प्रतिक्रिया से अधिक है, फिर भी किशोरों की तुलना में किशोरियाँ अपने को अधिक स्वस्थ मानती हैं सारिणी सं0 2 से यह स्पष्ट है साथ ही यह भी अधिकतर किशोरियाँ अपने को स्वस्थ मानती हैं। सारिणी संख्या 2 से यह स्पष्ट है साथ ही यह भी कि अधिकतर किशोरियाँ अपने को स्वस्थ मानती हैं, अपने को स्वस्थ न मानने वालो की प्रतिशत केवल 24. 67ः है।

निष्कर्ष

स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता–किशोर व किशोरी दोनों ही अपने को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक मानते हैं, दोनों ही अपने को स्वस्थ रखने का प्रयत्न करते हैं। दोनों ही नींद के प्रति जागरूक हैं जोकि स्वस्थ रहने के लिये आवश्यक है, फिर भी किशोरियों की प्रतिशत 8 घण्टे की नींद स्वीकार करने में अधिक है।

संदर्भ

1. डॉ0 वर्मा डी0एन0, डॉ0 वर्मा प्रीति. बाल विकास एवं बाल मनो विज्ञान विनोद पुस्तक मन्दिर आगरा
2. डॉ0 श्रीवास्तव आराधना. बाल विकास, साहित्य प्रकाशन
3. डॉ0 जैन शशि प्रभा. बाल विकास, शिवा प्रकाशन इन्दौर
4. भाई योगेन्द्र जीत, बाल मनोविज्ञान एवं बाल विकास, विनोद पुस्तक मन्दिर