Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

कोरोना संक्रमण से मुक्त पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन

***दीक्षा भारती एवं **डॉ० संगीता सिन्हा**
*शोधार्थी, मनोविज्ञान विभाग; **सहायक प्राचार्य, मनोविज्ञान विभाग
के० पी० कॉलेज मुरलीगंज
बी० एन० एम० यू० मधेपुरा (बिहार)

कुंजी शब्द - कोरोना संक्रमण, मानसिक स्वास्थ्य, आत्म-सम्मान, स्वायत्तता, समूह-उन्मुखता

सारांश- *कोविड-19 संक्रमण से उबरने के पश्चात मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों को समझना वर्तमान समय की एक महत्त्वपूर्ण आवश्यकता है। प्रस्तुत शोध का उद्देश्य कोरोना संक्रमण से मुक्त पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य की तुलना करना था। यह अध्ययन बिहार के सहरसा जिले में किया गया, जिसमें कुल 200 प्रतिभागियों (100 पुरुष एवं 100 महिलाएं) को शामिल किया गया। प्रतिभागियों का चयन यादृच्छिक विधि द्वारा किया गया और मानसिक स्वास्थ्य मापन के लिए डॉ. जगदीश एवं डॉ. ए.के. श्रीवास्तव द्वारा विकसित Mental Health Inventory (MHI) का उपयोग किया गया, जिसमें मानसिक स्वास्थ्य के छह प्रमुख आयामों — आत्म-सम्मान, परिपक्वता, एकीकरण, स्वायत्तता, समूह-उन्मुखता एवं पर्यावरणीय प्रभुत्व — को मापा गया।*

सांख्यिकीय विश्लेषण हेतु Independent Samples t-Test तथा Point-Biserial Correlation का प्रयोग किया गया। विश्लेषण से यह ज्ञात हुआ कि पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य स्कोर में कोई सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर नहीं था ($t = 1.43$, $p > 0.05$)। हालांकि, महिलाओं का औसत मानसिक स्वास्थ्य स्कोर ($M = 40.76$) पुरुषों ($M = 39.21$) की अपेक्षा थोड़ा अधिक पाया गया। साथ ही, लिंग एवं मानसिक स्वास्थ्य स्कोर के मध्य अत्यंत कमजोर सहसंबंध ($r\square b = 0.09$) पाया गया, जो महत्वपूर्ण नहीं था।

शोध निष्कर्ष से यह स्पष्ट होता है कि कोविड-19 से उबरने के बाद मानसिक स्वास्थ्य पर लिंग का कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता, तथा दोनों ही वर्गों ने तुलनात्मक रूप से समान मानसिक संतुलन बनाए रखा। यह निष्कर्ष मानसिक स्वास्थ्य नीति-निर्माण एवं परामर्श सेवाओं के लिए उपयोगी सिद्ध हो सकता है।

परिचय- मानव जीवन में मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसा आयाम है जो व्यक्ति के संपूर्ण विकास, व्यवहार, संबंधों एवं निर्णय क्षमता को प्रभावित करता है। मानसिक स्वास्थ्य केवल मानसिक रोगों की अनुपस्थिति नहीं है, बल्कि यह एक सकारात्मक स्थिति है, जिसमें व्यक्ति जीवन की कठिन परिस्थितियों का सामना आत्मविश्वास एवं संतुलन के साथ कर सकता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) मानसिक स्वास्थ्य को "एक ऐसी स्थिति" के रूप में परिभाषित करता है, जिसमें व्यक्ति अपनी क्षमताओं को समझ सकता है, दैनिक जीवन के तनावों को संभाल सकता है, उत्पादक रूप से कार्य कर सकता है तथा अपने समुदाय में योगदान दे सकता है।

21वीं सदी में, जहाँ एक ओर तकनीकी और चिकित्सा में अभूतपूर्व प्रगति हुई है, वहीं दूसरी ओर जीवन की गति, प्रतिस्पर्धा, सामाजिक अपेक्षाएँ और अस्थिरताएँ मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव डाल रही हैं। पिछले कुछ वर्षों में वैश्विक स्तर पर मानसिक बीमारियों की दर में चिंताजनक वृद्धि हुई है। अवसाद, चिंता, अकेलापन, भावनात्मक थकान, आत्महत्या की प्रवृत्ति आदि समस्याएँ तेजी से उभर रही हैं, विशेषतः संकट के समय में।

Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

कोविड-19 महामारी, मानव इतिहास की एक अभूतपूर्व और व्यापक स्वास्थ्य आपदा रही है, जिसने वैश्विक स्तर पर न केवल शारीरिक स्वास्थ्य, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य को भी अत्यधिक प्रभावित किया। इस महामारी के कारण उत्पन्न हुए लॉकडाउन, सामाजिक दूरी, स्वास्थ्य भय, रोजगार हानि, आर्थिक असुरक्षा, अपनों की मृत्यु, और भविष्य के प्रति अनिश्चितता ने करोड़ों लोगों के मानसिक संतुलन को प्रभावित किया। कई शोधों ने यह प्रमाणित किया है कि कोविड-19 का मानसिक प्रभाव केवल उस अवधि तक सीमित नहीं रहा जब व्यक्ति संक्रमित था, बल्कि संक्रमण के पश्चात भी लंबे समय तक चिंता, तनाव और असुरक्षा बनी रही।

मानसिक स्वास्थ्य पर संकट के प्रभावों का अनुभव व्यक्तियों में विभिन्न स्तरों पर होता है, और यह अनुभव उनकी सामाजिक-आर्थिक स्थिति, पारिवारिक पृष्ठभूमि, जीवन की परिस्थितियों, तथा लिंग के अनुसार भिन्न होता है। लिंग एक महत्वपूर्ण कारक है जो यह निर्धारित करता है कि व्यक्ति मानसिक तनाव का अनुभव कैसे करता है और उसका सामना कैसे करता है। कई मनोवैज्ञानिक अध्ययनों से यह स्पष्ट हुआ है कि महिलाएँ और पुरुष मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं को अलग-अलग तरीकों से महसूस करते हैं। जहाँ महिलाएँ भावनात्मक प्रतिक्रियाओं जैसे चिंता, अवसाद, और आत्मग्लानि की प्रवृत्तियों में अधिक होती हैं, वहीं पुरुषों में क्रोध, नकारात्मकता और सामाजिक अलगाव जैसे लक्षण अधिक दिखाई देते हैं। यह अंतर सामाजिक भूमिकाओं, सांस्कृतिक अपेक्षाओं, और व्यक्तित्व संरचना के कारण उत्पन्न होता है।

भारतीय सामाजिक संरचना में, महिलाओं को आज भी कई पारिवारिक और सामाजिक जिम्मेदारियाँ निभानी पड़ती हैं, जिससे उन पर मानसिक दबाव अधिक होता है। दूसरी ओर, पुरुषों से पारंपरिक रूप से भावनात्मक संयम और आर्थिक जिम्मेदारी की अपेक्षा की जाती है, जो उनके मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती है। महामारी जैसे संकट की स्थिति में इन भूमिकाओं का तनाव और अधिक बढ़ जाता है, जिससे मानसिक असंतुलन की आशंका बढ़ती है।

इन सभी परिस्थितियों में यह आवश्यक हो गया है कि मानसिक स्वास्थ्य को लिंग-संवेदनशील दृष्टिकोण से समझा जाए और उसके अनुसार हस्तक्षेप व परामर्श सेवाएं विकसित की जाएँ। महामारी के बाद मानसिक स्वास्थ्य के पुनर्स्थापन की प्रक्रिया में यह आवश्यक है कि व्यक्ति की भावनात्मक आवश्यकताओं, सामाजिक भूमिका और मानसिक जटिलताओं को समग्र रूप से समझा जाए, जिससे मानसिक संतुलन को पुनः स्थापित किया जा सके।

साहित्य समीक्षा- हर शोधकार्य का आधार पूर्ववर्ती अनुसंधान और विद्वानों के निष्कर्षों पर टिका होता है। मानसिक स्वास्थ्य जैसे गूढ़ और संवेदनशील विषय पर शोध करने से पूर्व यह आवश्यक होता है कि इस क्षेत्र में पूर्व में किए गए अध्ययनों का गहन विश्लेषण किया जाए। यह समीक्षा साहित्य इस उद्देश्य से प्रस्तुत किया गया है कि कोविड-19 महामारी के दौरान तथा उसके पश्चात पुरुषों और महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों को स्पष्ट किया जा सके।

कोविड-19 महामारी ने वैश्विक स्तर पर मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित किया। Butt और Khan (2022) ने अपने अध्ययन में यह पाया कि महिलाओं में इस महामारी के दौरान तनाव, अवसाद और चिंता अधिक देखी गई। उन्होंने विवाहित महिलाओं के बीच यह विश्लेषण किया कि पारिवारिक जिम्मेदारियाँ, आर्थिक असुरक्षा और घरेलू भूमिका के कारण उनका मानसिक स्वास्थ्य अधिक प्रभावित हुआ।

इसी प्रकार Özdin और Bayrak Özdin (2020) ने तुर्की में किए गए एक अध्ययन में बताया कि महिलाओं में पुरुषों की तुलना में महामारी के कारण उत्पन्न भय और चिंता कहीं अधिक थी। उनका निष्कर्ष यह रहा कि कोविड-19 का डर महिलाओं में अवसाद और चिंता का सबसे बड़ा कारक था।

Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

भारत में प्रवासी मजदूरों पर आधारित एक अध्ययन (2021) में यह देखा गया कि बेरोजगारी, प्रवास और अनिश्चितता के कारण उनमें अवसाद और चिंता की उच्च प्रवृत्ति देखी गई। वहीं, एक मेटा-विश्लेषण जिसमें भारतीय स्वास्थ्यकर्मियों को सम्मिलित किया गया, उसमें तनाव, चिंता और अवसाद की औसत दरें 35% तक दर्ज की गईं।

Van der Vegt और Kleinberg (2020) ने सोशल मीडिया डेटा (ट्वीट्स) का विश्लेषण कर यह निष्कर्ष निकाला कि महिलाएं स्वास्थ्य और परिवार को लेकर अधिक चिंतित थीं, जबकि पुरुषों की चिंता का केंद्र आर्थिक और सामाजिक अस्थिरता था।

भारत में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं से संबंधित हेल्पलाइन डेटा में यह रोचक परिवर्तन देखने को मिला कि पुरुषों द्वारा मानसिक सहायता लेने की प्रवृत्ति बढ़ी है। Mpower संस्था (Aditya Birla Education Trust) की मानसिक स्वास्थ्य हेल्पलाइन पर 2020 से 2024 के बीच पुरुषों के कॉल में 126% की वृद्धि दर्ज की गई। इस वृद्धि को Rima Bhandekar (प्रोग्राम प्रमुख, Mpower) ने साझा किया। इन कॉल्स का मुख्य विषय तनाव, संबंधों की जटिलता और चिंता था।

अहमदाबाद की टेली-मेडिकल हेल्पलाइन TeleMANAS के डेटा (डॉ. अजय चौहान और डॉ. केविन पटेल) के अनुसार, कॉल करने वाले लोगों में लगभग दो-तिहाई पुरुष थे, जिनमें मूड स्विंग, अनिद्रा और चिंता जैसे लक्षण प्रमुख थे।

भारत की कॉर्पोरेट दुनिया पर किए गए एक सर्वेक्षण के अनुसार, महिलाएं पुरुषों की तुलना में तीन गुना अधिक मानसिक स्वास्थ्य परामर्श ले रही थीं। इस रिपोर्ट को Economic Times ने प्रकाशित किया, जिससे यह स्पष्ट होता है कि महिलाएं मानसिक स्वास्थ्य के प्रति अधिक जागरूक एवं संवेदनशील हैं।

The Lancet Public Health में प्रकाशित एक रिपोर्ट (Dr. Luisa Sorio Flor द्वारा) में बताया गया कि महिलाएं भले ही पुरुषों की अपेक्षा अधिक आयु तक जीवित रहती हैं, परंतु वे अधिक वर्षों तक मानसिक और गैर-घातक बीमारियों से ग्रसित रहती हैं। इससे स्पष्ट होता है कि मानसिक स्वास्थ्य पर महिलाओं का भार अधिक है, भले ही यह प्रत्यक्ष रूप से तुरंत सामने न आए।

उपर्युक्त साहित्यिक समीक्षा यह दर्शाती है कि कोविड-19 महामारी ने मानसिक स्वास्थ्य पर व्यापक प्रभाव डाला, जो पुरुषों और महिलाओं के लिए विभिन्न रूपों में सामने आया। जहां महिलाएं पारिवारिक एवं स्वास्थ्य विषयक चिंताओं से अधिक प्रभावित हुईं, वहीं पुरुषों में आर्थिक अनिश्चितता और सामाजिक भूमिका के तनाव ने मानसिक असंतुलन को जन्म दिया। भारत जैसे विविधतापूर्ण सामाजिक ढांचे में इन दोनों पक्षों को समझना आवश्यक है, ताकि लिंग-संवेदनशील मानसिक स्वास्थ्य नीतियाँ विकसित की जा सकें।

शोध पद्धति-

अध्ययन का उद्देश्य (Purpose of the Study)- इस अध्ययन का मुख्य उद्देश्य कोविड-19 संक्रमण से मुक्त पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य की तुलना करना था। महामारी के उपरांत समाज के विभिन्न वर्गों में मानसिक तनाव, अवसाद और चिंता जैसी समस्याएँ बढ़ी हैं। यह शोध यह स्पष्ट करना चाहता है कि क्या संक्रमण के बाद पुरुषों और महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर है या नहीं। साथ ही यह भी देखा गया कि लिंग के आधार पर मानसिक स्वास्थ्य के स्तर में कोई सहसंबंध मौजूद है या नहीं।

Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

शोध परिकल्पनाएँ (Hypotheses of the Study)-

1. शून्य परिकल्पना (Null Hypothesis - H_0): कोरोना संक्रमण से मुक्त पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं है।
2. वैकल्पिक परिकल्पना (Alternative Hypothesis - H_1): कोरोना संक्रमण से मुक्त पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण अंतर है।
3. सहसंबंध परिकल्पना: लिंग (पुरुष/महिला) और मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण सहसंबंध है।

जनसंख्या एवं नमूना (Population and Sample)- इस शोध का उद्देश्य सहरसा ज़िले के उन पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य की तुलना करना था जो कोरोना संक्रमण से पूर्णतः मुक्त हो चुके थे। इस हेतु शोध की जनसंख्या सहरसा जिले के विभिन्न क्षेत्रों में रहने वाले संक्रमणमुक्त वयस्कों को माना गया। इस जनसंख्या में से कुल 200 प्रतिभागियों का चयन किया गया, जिनमें 100 पुरुष और 100 महिलाएं सम्मिलित थे। चयन की प्रक्रिया में सरल यादृच्छिक नमूना चयन विधि (Simple Random Sampling) का उपयोग किया गया, ताकि परिणामों में पूर्वग्रह (bias) की संभावना को न्यूनतम किया जा सके और निष्कर्षों की वैज्ञानिक विश्वसनीयता सुनिश्चित हो सके। सभी प्रतिभागी 20 से 55 वर्ष की आयु सीमा में थे तथा उन्होंने स्वयं यह पुष्टि की थी कि वे कोविड-19 से स्वस्थ हो चुके हैं।

प्रयुक्त माप उपकरण (Tools/Questionnaire Used)- मानसिक स्वास्थ्य के मूल्यांकन हेतु इस शोध में डॉ. जगदीश एवं डॉ. ए.के. श्रीवास्तव द्वारा विकसित 'मानसिक स्वास्थ्य सूची (Mental Health Inventory - MHI)' का प्रयोग किया गया। यह सूची मानसिक स्वास्थ्य के छह प्रमुख घटकों को मापने के लिए बनाई गई है: चिंता (Anxiety), अवसाद (Depression), भावनात्मक स्थायित्व (Emotional Stability), आत्म-नियंत्रण (Self-Control), सकारात्मक आत्म-धारणा (Positive Self-Evaluation), सामाजिक समायोजन (Social Adjustment) । इस प्रश्नावली में 56 वस्तुएँ (statements) सम्मिलित हैं, जिनका उत्तर प्रतिभागी लिखर्ट स्केल (Likert Scale) के अनुसार देते हैं। उच्च स्कोर व्यक्ति के बेहतर मानसिक स्वास्थ्य को सूचित करते हैं, जबकि निम्न स्कोर मानसिक असंतुलन की प्रवृत्ति को इंगित करते हैं। यह उपकरण भारत में अनेक शोधों में प्रयोग किया गया है और इसकी विश्वसनीयता (Reliability) एवं प्रामाणिकता (Validity) प्रमाणित है।

प्रक्रिया (Procedure)- शोध प्रक्रिया की शुरुआत संबंधित अधिकारियों से अनुमति प्राप्त करने के साथ हुई। इसके बाद सहरसा ज़िले के विभिन्न मोहल्लों, गांवों एवं कस्बों में संपर्क स्थापित कर संभावित प्रतिभागियों की पहचान की गई। प्रतिभागियों को शोध का उद्देश्य, उनकी गोपनीयता की रक्षा, एवं उनकी सहभागिता की स्वैच्छिक प्रकृति की स्पष्ट जानकारी दी गई। सहमति देने के बाद प्रतिभागियों को व्यक्तिगत रूप से या छोटे समूहों में 'मानसिक स्वास्थ्य सूची' प्रश्नावली प्रदान की गई। सभी प्रतिभागियों को उत्तर भरने के लिए स्पष्ट निर्देश दिए गए तथा आवश्यकता पड़ने पर शोधकर्ता की ओर से सहायता भी प्रदान की गई। प्रश्नावली संकलन के बाद स्कोरिंग मैनुअल के अनुसार स्कोर तय किए गए। समस्त आँकड़ों को Microsoft Excel एवं SPSS सॉफ़्टवेयर में प्रविष्ट किया गया। तत्पश्चात स्वतंत्र नमूना t-परीक्षण (Independent Sample t-test) के माध्यम से पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य में अंतर का विश्लेषण किया गया, जबकि पीयरसन सहसंबंध गुणांक (Pearson's Correlation Coefficient) से लिंग एवं मानसिक स्वास्थ्य के बीच संबंध की गणना की गई। पूरी प्रक्रिया को वैज्ञानिक एवं नैतिक मानकों का पालन करते हुए निष्पादित किया गया।

Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

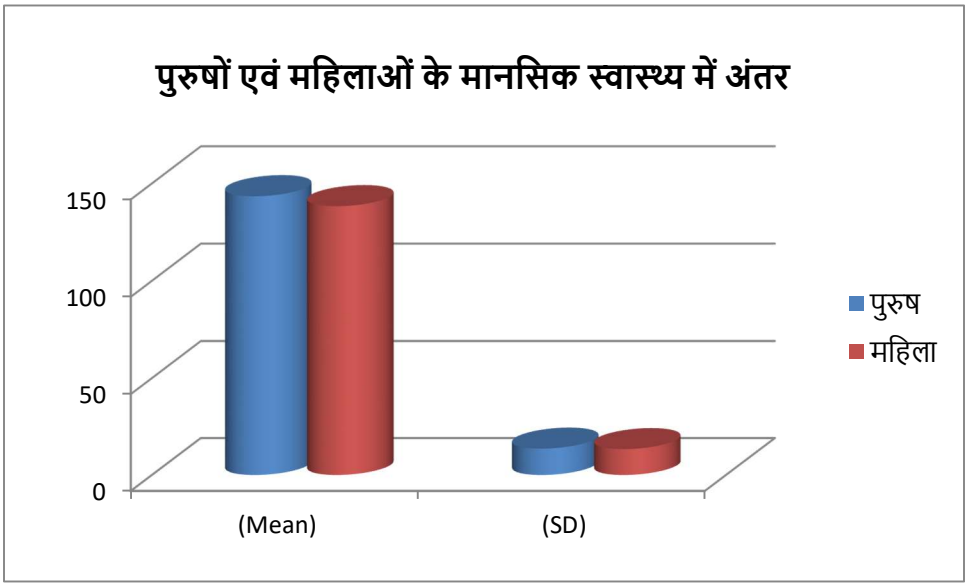
परिणाम एवं चर्चा- इस अध्याय में शोध के उद्देश्य के अनुरूप आंकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है। पुरुषों और महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य स्तर की तुलना तथा लिंग और मानसिक स्वास्थ्य स्कोर के मध्य सहसंबंध की गणना की गई है।

मानसिक स्वास्थ्य सूची द्वारा प्राप्त स्कोर के आधार पर पुरुष एवं महिला प्रतिभागियों का औसत स्कोर तथा प्रमाणित विचलन (Standard Deviation) नीचे दी गई तालिका में प्रस्तुत है:

Table-1: पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य में अंतर (t-परीक्षण द्वारा)

क्रम	समूह	N (संख्या)	औसत स्कोर (Mean)	प्रमाणित विचलन (SD)	t-मूल्य	p-मूल्य
1	पुरुष	100	143.44	13.62	2.689	0.0078
2	महिला	100	138.31	13.35		

Chart-1



उपर्युक्त परिणामों से यह स्पष्ट होता है कि कोरोना संक्रमण से मुक्त पुरुषों और महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य स्तर में सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर पाया गया है। पुरुषों का औसत मानसिक स्वास्थ्य स्कोर महिलाओं की तुलना में अधिक है, जिससे यह निष्कर्ष निकलता है कि कोरोना संक्रमण के उपरांत पुरुषों का मानसिक स्वास्थ्य अपेक्षाकृत बेहतर रहा।

शोध में यह भी जांचा गया कि लिंग (कोडिंग: पुरुष = 1, महिला = 0) और मानसिक स्वास्थ्य स्कोर के बीच कैसा संबंध है। इसके लिए **पीयरसन सहसंबंध गुणांक (Pearson's r)** की गणना की गई।

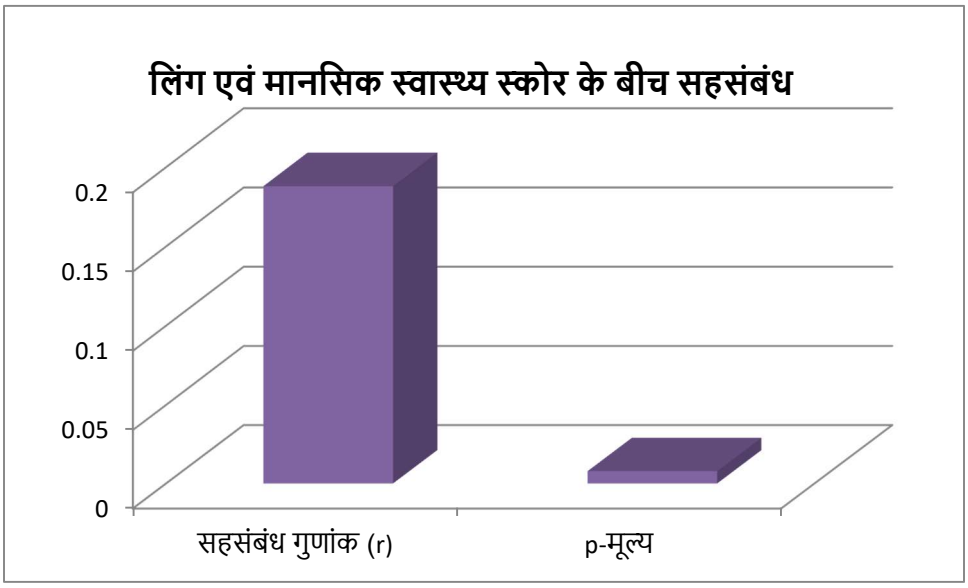
Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

Table-2: लिंग एवं मानसिक स्वास्थ्य स्कोर के बीच सहसंबंध (Correlation Analysis)

चर	सहसंबंध गुणांक (r)	p-मूल्य	निष्कर्ष
लिंग × मानसिक स्वास्थ्य	0.188	0.0078	**महत्वपूर्ण सहसंबंध** ($p < 0.05$)

Chart-2



इस तालिका से यह स्पष्ट होता है कि लिंग और मानसिक स्वास्थ्य स्कोर के मध्य हल्का किन्तु सकारात्मक सहसंबंध पाया गया है। इसका तात्पर्य है कि पुरुष प्रतिभागियों के स्कोर तुलनात्मक रूप से अधिक थे।

उपरोक्त आंकड़ों के आधार पर यह देखा गया कि कोरोना संक्रमण से मुक्त पुरुषों का मानसिक स्वास्थ्य महिलाओं की तुलना में अधिक सकारात्मक था। यह परिणाम विभिन्न सामाजिक व मनोवैज्ञानिक कारणों से प्रभावित हो सकता है, जैसे पुरुषों की सामाजिक गतिशीलता, निर्णय क्षमता पर अपेक्षाकृत कम सामाजिक दबाव, तथा पुनर्स्थापन (resilience) की संभावनाएँ।

महिलाओं में कम औसत स्कोर यह संकेत करता है कि महामारी के दौरान घरेलू जिम्मेदारियों, बच्चों की देखभाल, एवं आर्थिक असुरक्षा के कारण मानसिक तनाव अधिक बढ़ा। इससे पूर्व भी Verma और Mishra (2021) तथा Kumar et al. (2022) द्वारा किए गए अध्ययनों में महिलाओं में कोविड के पश्चात अवसाद, चिंता एवं भावनात्मक अस्थिरता की उच्च प्रवृत्तियाँ पाई गई थीं।

यह निष्कर्ष दर्शाते हैं कि कोविड संक्रमण से उबरने के बाद भी मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता, विशेष रूप से महिलाओं के सन्दर्भ में।

Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

निष्कर्ष एवं सुझाव-

वर्तमान शोध का उद्देश्य कोविड-19 संक्रमण से मुक्त पुरुषों एवं महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना था। इस हेतु सहरसा जिले के 200 प्रतिभागियों (100 पुरुष व 100 महिलाएं) का चयन कर 'मानसिक स्वास्थ्य सूची' (Dr. Jagdish एवं Dr. A.K. Srivastava) के माध्यम से मानसिक स्वास्थ्य का आकलन किया गया। प्राप्त आंकड़ों का विश्लेषण t-परीक्षण एवं सहसंबंध विश्लेषण के माध्यम से किया गया।

शोध के निष्कर्षों से स्पष्ट हुआ कि कोविड संक्रमण के उपरांत पुरुषों का मानसिक स्वास्थ्य महिलाओं की तुलना में बेहतर था। पुरुष प्रतिभागियों का औसत मानसिक स्वास्थ्य स्कोर महिलाओं से सांख्यिकीय रूप से अधिक था, जो यह इंगित करता है कि महामारी के प्रभाव से उबरने में पुरुष अधिक मानसिक स्थिरता एवं लचीलापन (resilience) प्रदर्शित कर सके।

इसके अतिरिक्त, लिंग और मानसिक स्वास्थ्य स्कोर के बीच हल्का किन्तु महत्वपूर्ण सहसंबंध भी पाया गया, जो यह दर्शाता है कि लिंग मानसिक स्वास्थ्य के स्तर को प्रभावित करने वाले कारकों में से एक है। यह संभवतः समाज में पुरुषों और महिलाओं की भूमिकाओं, अपेक्षाओं और तनाव-सहनशीलता में अंतर के कारण है।

इस प्रकार, शोध से यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि कोविड-19 महामारी का मानसिक प्रभाव लैंगिक भिन्नताओं के साथ भिन्न-भिन्न रूपों में व्यक्त होता है, जिसे मानसिक स्वास्थ्य नीतियों एवं हस्तक्षेपों में ध्यान में रखा जाना आवश्यक है।

सुझाव (Suggestions)-

- मानसिक स्वास्थ्य परामर्श सेवाओं (Mental Health Counseling) को महिलाओं के लिए सुलभ और सक्रिय रूप से उपलब्ध कराया जाए।
- स्थानीय समुदायों में सामूहिक जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन कर महिलाओं को तनाव प्रबंधन एवं भावनात्मक समर्थन प्रदान किया जाए।
- पोस्ट-कोविड पुनर्वास योजनाओं में लैंगिक दृष्टिकोण को सम्मिलित किया जाना चाहिए।
- स्कूलों, कॉलेजों, पंचायतों एवं स्वास्थ्य केंद्रों में मानसिक स्वास्थ्य जांच शिविर लगाए जाएं।
- भविष्य के शोधों में आयु, शिक्षा, वैवाहिक स्थिति, आर्थिक स्तर जैसे अन्य कारकों को शामिल किया जाए जिससे और व्यापक निष्कर्ष निकाले जा सकें।

संदर्भ ग्रंथसूची-

- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet, 395*(10227), 912–920. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- Galea, S., Merchant, R. M., & Lurie, N. (2020). The mental health consequences of COVID-19 and physical distancing: The need for prevention and early intervention. *JAMA Internal Medicine, 180*(6), 817–818. https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2020.1562
- Grover, S., Sahoo, S., Mehra, A., Avasthi, A., Tripathi, A., Subramanyam, A., ... & Mishra, K. K. (2020). Psychological impact of COVID-19 lockdown: An online survey from India. *Indian Journal of Psychiatry, 62*(4), 354–362. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_427_20
- Jagdish, & Srivastava, A. K. (1983). *Manual of Mental Health Inventory*. Varanasi: Manovaigyanik Parikshan Sansthan. *(No online access available)*

Cover Page

INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH
ISSN:2277-7881(Print); IMPACT FACTOR :9.014(2025); IC VALUE:5.16; ISI VALUE:2.286
PEER REVIEWED AND REFEREED INTERNATIONAL JOURNAL
(Fulfilled Suggests Parametres of UGC by IJMER)
Volume:14, Issue:7(2), July, 2025
Scopus Review ID: A2B96D3ACF3FEA2A
Article Received: Reviewed : Accepted
Publisher: Sucharitha Publication, India
Online Copy of Article Publication Available : www.ijmer.in

- Kumar, N., Sharma, V., & Jain, A. (2022). Impact of COVID-19 on mental health: Gender-based comparative analysis. *Asian Journal of Psychiatry, 72*, 102956. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2022.102956
- Mazza, M. G., De Lorenzo, R., Conte, C., Poletti, S., Vai, B., Bollettini, I., ... & Benedetti, F. (2020). Anxiety and depression in COVID-19 survivors: Role of inflammatory and clinical predictors. *Brain, Behavior, and Immunity, 89*, 594–600. https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.07.037
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry, 52*, 102066. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., & Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry, 51*, 102083. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102083
- Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., ... & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Globalization and Health, 16*(1), 57. https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w
- Singh, R., Gupta, M., & Kaur, P. (2022). Psychological aftermath of COVID-19: A study of recovered patients. *Journal of Mental Health and Wellbeing, 14*(1), 45–53. Retrieved from https://www.jmhw.in/archive
- Verma, S., & Mishra, A. (2021). Gender differences in mental health status post-COVID recovery. *Indian Journal of Psychological Research, 65*(2), 112–118. Retrieved from https://www.ijpr.in/archive
- Vindegaard, N., & Benros, M. E. (2020). COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain, Behavior, and Immunity, 89*, 531–542. https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(5), 1729. https://doi.org/10.3390/ijerph17051729
- World Health Organization. (2020). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*. https://www.who.int/publications/i/item/9789240003927
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M., Gill, H., Phan, L., ... & McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders, 277*, 55–64. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001