किशोर विद्यार्थियों के सांवेगिक समायोजन का अध्ययन

शोध पर्यवेक्षक
प्रो. (डॉ.) सपना जोशी
कोटा विश्वविद्यालय , कोटा (राज)

शोधार्थी
राजेश कुवँर खींची
कोटा विश्वविद्यालय , कोटा (राज)

प्रस्तावना

शिक्षा सर्वांगीण विकास अर्थात् शरीर, आत्मा, तथा मस्तिष्क के विकास की प्रक्रिया है -

महात्मा गाँधी

शिक्षा, मानव के गुणों को विकसित करने की प्रक्रिया है। इसके द्वारा मानव की अन्तर्निहित योग्यताओं को विकसित करके समाज का विकास किया जाता है। शिक्षा न केवल बालक को वातावरण से अनुकूलन करने में सहायता देती है। वरन् उसके व्यवहार में ऐसे वांछनीय परिवर्तन भी करती कि वह अपना एवं अपने समाज का कल्याण करने में सफल होता है। शिक्षा इन कार्यों को सम्पन्न करके ही सच्ची शिक्षा कहलाने की अधिकारिणी हो सकती है।

किसी बालक की शिक्षा उस समय प्रारंभ हो जाती है, जब वह अपने सम्मुख उपस्थित वातावरण से सामंजस्य स्थापित करने का प्रयत्न करता है। सामंजस्य ही समायोजन है। जब बालक जन्म लेता है, तब वह सम्पूर्ण बातों से अनभिज्ञ होता है, परन्तु जैसे-जैसे वह बड़ा होता है वह वैसे-वैसे परिवार के सदस्यों के सम्पर्क में आकर पारस्परिक प्रेम, सहानुभूति, सहनशीलता, जैसे अनेक व्यवहारिक गुणों को अपने घर में ही सीखता है। इस कारण से बालक का परिवार ही उसकी प्रथम पाठशाला कहलाता है। बालक की शिक्षा परिवार से प्रारंभ होकर जीवन पर्यन्त चलती है। शिक्षा व्यक्ति का सर्वांगीण विकास करती है।

शिक्षा ही वह माध्यम है, जिससे व्यक्ति अपने व्यवहार में समुचित परिवर्तन लाने का प्रयत्न करता है। व्यक्ति का व्यवहार ही उसके व्यक्तित्व का निर्धारण है। अतः यह माना जाता है कि व्यक्तित्व एक ऐसा व्यापक सम्प्रत्य है, जिसमें व्यक्ति की समस्त मनोवैज्ञानिक विशेषताओं को सम्मिलित किया जाता है। मनुष्य को अन्य जीवों की तुलना में अनेक मानसिक योग्यताओं से सम्पन्न माना जाता है। जिसके कारण वह एक विवकेशील प्राणी है। मनुष्य को तीन स्तरों से गुजरना पड़ता है। शैशवावस्था, बाल्यावस्था, तथा किशोरावस्था| जिसके बाद वह प्रौढ़ता को प्राप्त करता है। बालक के जन्म लेने के उपरान्त की अवस्था को शैशवावस्था कहते है। शैशवावस्था के बाद बाल्यावस्था आती हैं, यह बालक के व्यक्तित्व के निर्माण की अवस्था होती है। बाल्यावस्था के समापन अर्थात् 13 वर्ष की आयु से किशोरावस्था आरंभ होती है। इस अवस्था को तूफान एवं संवेगों की अवस्था कहा जाता है। मानव विकास की कई अवस्थाएँ होती है। इनमें से किशोरावस्था सबसे जटिल एवं विचित्र अवस्था होती है। इसका काल 13 वर्ष से 18 वर्ष तक रहता है। किशोरावस्था एक प्रकार से बहुत नाजुक अवस्था होती है। किशोरावस्था देखा जाय तो जीवन का सबसे कठिनकाल है। किशोरावस्था विकास तथा समायोजन का वह समय है, जो बचपन तथा प्रौढ़ अवस्था में अन्तरकालीन समय होता है।किशोरों के मन में उठने वाले भावों को संवेग कहा जाता है, तथा संवेगों पर नियंत्रण रखना सांवेगिक समायोजन कहलता है। श्रेष्ठ संवेगों पर आधारित व्यवहार बालक के स्वास्थ्य को समुन्नत, मानसिक दृष्टिकोण को उदार, कार्य करने की इच्छा को बलवती व सामाजिक सम्बन्धों को मधुर बनाते हैं। इसके विपरित क्षुद्र संवेगों पर अर्जित व्यवहार बालक के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास पर क्षतिप्रद प्रभाव डालकर उसको विकृत कर देते हैं।सांवेगिक समायोजन का सामान्य अर्थ है कि यदि कोई व्यक्ति अपनी आवश्यकता एवं उससे सम्बन्धित परिस्थिति के साथ सामन्जस्य स्थापित कर लेता है तो वह समायोजित है। यह सामंजस्य संवेगों पर आधारित होता है। प्रत्येक व्यक्ति सदैव अपनी इच्छाओं व आवश्यकताओं को पूरा करने का प्रयास करता है। अपनी इच्छाओं व आवश्यकताओं के साथ सामंजस्य स्थापित करना ही समायोजन है।

एक समायोजित बालक का संवेगात्मक व्यवहार काफी संतुलित होता है, वह अपने संवेगों की उचित अभिव्यक्ति का उचित ढंग सीख लेता है। किस तरह कितनी मात्रा में किस प्रकार के संवेगों की अभिव्यक्ति की जाये, इस प्रकार की व्यवहार कुशलता तथा संवेगात्मक नियंत्रण की उसमें उपस्थिति पाई जाती है। अपने आत्म का सम्मान करते हुए दूसरों को पर्याप्त सम्मान देने का प्रयत्न करता रहता है, और किसी तरह की भावनाओं को वह अकारण ही चोट नहीं पहुँचाता।

आज का किशोर विद्यार्थी ही देश का भावी कर्णधार है। शिक्षा के माध्यम से विद्यार्थी में मूल्यों का विकास होता है। जो उसे समाज में समायोजित करने में सहायता प्रदान करता है। आज का सच है कि विद्यार्थियों में मानवीय विशेषताओं का नितांत अभाव दृष्टिगोचर होता है। विद्यालयों में संपूर्ण भौतिक सुविधाऐं होने पर भी विद्यार्थी शिक्षा में रूचि नहीं लेते है।

किसी भी समस्या के तह तक जाने के लिए हमें उसके कारणों को जानना आवश्यक है शिक्षक को चाहिए कि वह विद्यार्थियों की व्यक्तिगत विभिन्नताओं को ध्यान में रखकर ही शैक्षिक प्रक्रियाओं को आगे बढ़ाये।

बालक के संपूर्ण विकास में शिक्षक महत्वपूर्ण कारक होता है जो अपने ज्ञान रूपी प्रकाश से छात्रों के अंहकार रूपी अज्ञात को बाहर निकालता है।

किशोरावस्था सांवेगिक अस्थिरता की वह अवस्था है जिसमें किशोर अनेक परिवर्तनों के जंजाल में स्वयं को घिरा हुआ पाता है। जिसका सीधा प्रभाव उसकी अध्ययन आदतों पर पड़ता है। इन्हीं तथ्यों को ध्यान में रखते हुए वर्तमान समय की आवश्यकता के अनुरूप शोधार्थी ने प्रकरण का चयन किया।

शोध उद्देश्य

1. किशोर विद्यार्थियों के सांवेगिक समायोजन का अध्ययन करना।
2. किशोर छात्रों के सांवेगिक समायोजन का अध्ययन करना।
3. किशोर छात्राओं के सांवेगिक समायोजन का अध्ययन करना।
4. किशोर छात्रों एवं छात्राओं के सांवेगिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन करना।

न्यादर्श

किसी जनसंख्या या समष्टि में उसके स्वरूप एवं अंश चुन लेने को प्रतिचयन कहते है। शोध के लिए किशोर विद्यार्थियों का चयनन यादृच्छिक विधि में किया गया है।

शोध उपकरण

शोध कार्य की आवश्यकता एवं उपकरण की विशेषताओं के अनुसार सांवेगिक समायोजन का पता लगाने के लिए डॉ. आर.सी. देवा द्वारा निर्मित प्रमापीकृत प्रमापनी का प्रयोग किया गया है।

सांख्यिकी प्रविधि

सांख्यिक वह शब्द है, जिसका प्रयोग सूचना या आंकड़ों के संग्रह एवं विश्लेषण करने के लिए किया जाता है। सांख्यिकी में प्रतिशत निकालने के लिए कुल मूल्य से प्राप्त मूल्य को विभाजित किया जाता है फिर परिणाम का 100 से गुणा करके प्रतिशत ज्ञात किया जाता है।

$$\frac{\text{प्राप्त मूल्य}}{\text{कुल मूल्य}} \times 100\%$$

विश्लेषण एवं व्याख्या

माध्यमिक स्तर के किशोर विद्यार्थियों पर सांवेगिक समायोजन का पता लगाने के लिए प्रमापीकृत मापनी का प्रशासन किया गया। प्रमापनी में दिये गये निर्देशों के अनुसार विद्यार्थियों को प्रत्येक कथन के सामने हां अथवा नहीं के खाने में निशान लगाने की जानकारी दी। विद्यार्थियों को प्रमापनी के उत्तर देने के लिए 40 मिनट का समय दिया गया। प्राप्त प्राप्तांक के आधार पर उद्देश्यों के अनुसार शोध कार्य का विश्लेषण एवं व्याख्या की गयी।

1. 450 किशोर विद्यार्थियों में से 189 किशोर विद्याार्थियों का सांवेगिक समायोजन उच्च पाया गया एवं 211 किशोर विद्यार्थियों का सांवेगिक समायोजन निम्न पाया गया। 50 विद्यार्थियों का सांवेगिक समायोजन औसत प्राप्त हुआ। अर्थात् 42 प्रतिशत विद्यार्थी उच्च सांवेगिक समायोजन वाले, 46 प्रतिशत विद्यार्थी निम्न सांवेगिक समायोजन वाले एवं 11 प्रतिशत विद्यार्थी औसत सांवेगिक समायोजन वाले पाये गये।
2. 93 छात्रों का सांवेगिक समायोजन उच्च पाया गया एवं 107 छात्रों का सांवेगिक समायोजन निम्न पया गया। अर्थात् 20.66 प्रतिशत छात्र उच्च सांवेगिक समायोजन वाले 23.77 प्रतिशत छात्र निम्न सांवेगिक समायोजन वाले पाये।
3. 96 छात्राओं का सांवेगिक समायोजनउच्च एवं 104 छात्राओं का सांवेगिक समायोजन निम्न पाया गया। 21.33 छात्राऐं उच्च सांवेगिक समायोजन वाली एवं 23.11 प्रतिशत छात्राऐं निम्न सांवेगिक समायोजन वाली पायी गयी।
4. छात्राओं का उच्च सांवेगिक समायोजन छात्रों की तुलना में अधिक पाया गया तथा छात्राओं का निम्न सांवेगिक समायोजन छात्रों की तुलना में कम पाया गया।

शोध निष्कर्ष

1. उच्च सांवेगिक समायोजन वाले विद्यार्थियों की संख्या निम्न सांवेगिक समायोजन वाले विद्यार्थियों की तुलना में कम है।
2. उच्च सांवेगिक समायोजन वाले छात्रों की अपेक्षा निम्न सांवेगिक समायोजन वाले छात्र अधिक है।
3. निम्न सांवेगिक समायोजन वाले छात्राओं की संख्या उच्च सांवेगिक समायोजन वाले छात्राओं की की संख्या से अधिक है।
4. छात्राओं का उच्च सांवेगिक समायोजन अधिपाक पाया गया है।

शैक्षिक निहितार्थ

शोध का क्षैत्र अत्यंत व्यापक हैं। यह कभी न समाप्त होने वाली प्रक्रिया हैं। जितने अधिक ज्ञान के समुद्र में हम डूबते जाते हैं, उतनी ही अधिक ज्ञान की विधाए हमारे सामने खुलती जाती हैं। शोधार्थी ने प्रस्तुत शोध निष्कर्षों के आधार पर निम्नलिखित शैक्षिक निहितार्थ प्रस्तावित किये हैं।

1. शिक्षक उच्च सांवेगिक समायोजन वाले तथा निम्न सांवेगिक समायोजन वाले किशोर विद्यार्थियों की समायोजन क्षमता के अनुसार शिक्षण अधिगम प्रक्रिया निर्धारित कर सकते हैं।
2. अभिभावक अपने किशोर बच्चों के सांवेगिक समायोजन को पहचान कर उनकी रुचि के अनुसार अग्रसर करने में सहायता प्रदान कर सकते हैं।
3. किशोर विद्यार्थी स्वयं अपनी उच्च या निम्न सांवेगिक समायोजन को पहचान कर विद्यालय एवं परिवार में सही प्रकार से समायोजन कर सकते हैं।
4. निम्न सांवेगिक समायोजन वाले विद्यार्थियों पर शिक्षकों को व्यक्तिगत रूप से ध्यान देना चाहिए। शिक्षकों को उन्हें विशेष परामर्श की व्यवस्था करनी चाहिए।
5. उच्च सांवेगिक समायोजन वाले विद्यार्थियों के लिए उनकी क्षमता के अनुसार अध्ययन विधियों का प्रयोग किया जाना चाहिए।

संदर्भ ग्रंथ सूची

- Bhatnagar, R. P. (2002): Readings in Methodology of research in Education; Meerut, R. Lall Book Depot.
- Good, C.V. (1959), International of Education Research Second Edition, New York: Appleton Century Crafts INS.
- Hall, G. S. (1904). Adolescence: It's Psychology and its relations to Psychology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion, and Education. New York: D. Appleton and Company.
- Khan, J.A. (2009) Research Methodology New Delhi, APH Publishing Corporation.
- आहूजा, राम (2021), सामाजिक अनुसंधान, न्यू दिल्ली: रावत पब्लिकेशन|
- आर.ए. शर्मा (2004), सर्वेक्षण विधि शिक्षा अनुसंधान, मेरठ: आर.लाल, बुक डिपो|
- कपिल, एच.के. (1994) , अनुसंधान विधियॉ, आगरा: हरप्रसाद भार्गव पुस्तक प्रकाशन|
- कपिल, एच.के. (2005), सांख्यिकी के मूल तत्व, आगरा: विनोद पुस्तक मंदिर|
- कुमार, रंजीत (2014), शोध कार्य प्रणाली, न्यू दिल्ली: सेन पब्लिकेशन|
- कोठारी, सी. आर 1985 रिसर्च मैथेडोलॉजी, नई दिल्ली: दिल्ली इस्टर्न लिमिटेड
- चौबे, सरयु प्रसाद, (2006), मनोविज्ञान प्रयोग गाइड और मुख्य सांख्यिकी सूत्र, नई दिल्ली: कन्सेप्ट पब्लिशिंग हाउस|
- त्रिवेदी, आर.एन. एण्ड शुक्ला, डी.पी. (2008), सामाजिक अनुसंधान एवं सामाजिक शोध, जयपुर: कॉलेज बुक डिपो|
- पाठ, पी.डी. (1986), शिक्षा मनोविज्ञान, आगरा – 2 : विनोद पुस्तक मंदिर|
- भटनागर, सुरेश (2005), शिक्षा मनोविज्ञान, मेरठ : इंटरनेशनल पब्लिशिंग हाउस|
- माथुर, एस.एम. (2005), एजुकेशनल साइकोलॉजी, आगरा : विनोद पुस्तक मन्दिर|

- मंगल, एस.के. एण्ड मंगल, शुभ्रा (2021), व्यवहारिक विज्ञानों में अनुसंधान विधियॉ, दिल्ली : पी.एस.आई. बर्निंग प्राइवेट लिमिटेड|
- वर्मा, प्रीति एवं श्रीवास्तव, डी.डी.एन. (1990), आधुनिक सामान्य मनोविज्ञान, आगरा : विनोद पुस्तक मंदिर|
- शर्मा, आर.ए. (2009), शिक्षा अनुसंधान, मेरठ, आर.लाल बुक डिपो|
- श्रीवास्तव, डी.एन. वर्मा, प्रीति (2001), विचलन के माप - मनोविज्ञान और शिक्षा में सांख्यिकी, आगरा : विनोद पुस्तक मंदिर।
- सिंह, एन.के. (2003), शैक्षिक व मानसिक मापन, इलाहाबाद, शारदा पुस्तक भवन।
- सुलेमान, ए. (2017), मनोरोग विज्ञान, नई दिल्ली: मोतीलाल बनारसी दास पब्लिशर्स|