International Journal of Humanities and Social Science Research
www.socialsciencejournal.in
ISSN: 2455-2070
Received: 04-03-2024, Accepted: 03-04-2024, Published: 18-04-2024
Volume 10, Issue 2, 2024, Page No. 89-91

स्नातक स्तर के उच्च एवं निम्न चिंताग्रस्त विद्यार्थियों के समायोजनः एक अध्ययन

डॉ. पुष्पा देवांगन
प्राचार्य एवं विभागाध्यक्ष, अर्थशास्त्र विभाग, के. पी. महाविद्यालय, बंधापाली, सारंगढ़, छत्तीसगढ़, भारत

सारांश
शिक्षा तथा विकास के क्षेत्र में कम महत्व किशोरावस्था को नहीं दिया जा सकता है यह समय विकास का सबसे कठिन काल होता है। इसलिए यह आवश्यक है कि इस अवस्था में विद्यार्थियों पर विशेष रूप से ध्यान दिया जाए। इस अवस्था में उसके अन्तर विभिन्न भावनाओं का जागरण होता है और उसमें विभिन्न क्षेत्रों में जाकर कार्य करने की उत्कंठा पैदा होती है। इस अवस्था में यदि वह अपने को समुचित रूप से विकसित कर लेता है तो उसका भावी जीवन सुखमय होता है तथा उसे समाज एवं वातावरण के साथ समायोजन करने में कोई परेशानी नहीं उठानी पड़ती है। प्रस्तुत शोध में स्नातक स्तर के कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च एवं निम्न चिंताग्रस्त विद्यार्थियों के समायोजन का अध्ययन किया गया है। दत्त संकलन हेतु व्यापक चिंता परीक्षण डॉ. एस. डी. कपूर एवं समायोजन परीक्षण हेतु डॉ. ए. के. पी. सिन्हा एवं डॉ. आर. पी. सिंह का चयन किया गया है। परिणामों के आधार पर उच्च चिंताग्रस्त एवं निम्न चिंताग्रस्त विद्यार्थियों के समायोजन में सार्थक अंतर पाया गया।

मुख्य शब्दः स्नातक स्तर, चिंताग्रस्त, समायोजन, आत्मसात, कला संकाय, विज्ञान संकाय

शिक्षा तथा विकास के क्षेत्र में कम महत्व किशोरावस्था को नहीं दिया जा सकता है यह समय विकास का सबसे कठिन काल होता है। इसलिए यह आवश्यक है कि इस अवस्था में विद्यार्थियों पर विशेष रूप से ध्यान दिया जाए। इस अवस्था में उसके अन्तर विभिन्न भावनाओं का जागरण होता है और उसमें विभिन्न क्षेत्रों में जाकर कार्य करने की उत्कंठा पैदा होती है। इस अवस्था में यदि वह अपने को समुचित रूप से विकसित कर लेता है तो उसका भावी जीवन सुखमय होता है तथा उसे समाज एवं वातावरण के साथ समायोजन करने में कोई परेशानी नहीं उठानी पड़ती है।

चूंकि मानव इस प्राणी जगत का सबसे जटिल प्राणी है इसलिए उसकी समस्यायें भी प्रत्येक इकाई में भिन्न हैं। जैसे–जैसे बालक का विकास होता जाता है वैसे–वैसे उनकी समस्यायें भी जटिल होती जाती है। अतः जब विद्यार्थी स्नातक तक पहुंचता है, तो उसे अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। विद्यार्थियों की असंख्य समस्याओं के पुंज में एक समस्या है समायोजन की। बालक में समायोजन की क्रिया विद्यालय से ही शुरू हो जाती है और प्रायः जीवन पर्यन्त चलती है। व्यक्ति जहां–जहां जाता है, उसे वातावरण एवं समाज के अनुसार अपने को समायोजित करना पड़ता है। यह समस्या विद्यार्थियों में अपने सहपाठियों से, अपने अध्ययन विषयों से, कॉलेज में, परिवार से अपने आसपास के वातावरण से यहां तक कि अपने आप से भी हो सकता है। चूंकि एक व्यक्ति कितना प्रभावशील है, यह उसकी समस्याओं की संख्याओं से ज्ञात नहीं हाता है, बल्कि उसकी प्रभावशीलता इस बात से स्पष्ट होती है कि वह इन समस्याओं तथा जीवन की चुनौतियों को किस प्रकार करता है इसलिए व्यक्ति की सफलता के लिए अत्यन्त आवश्यक है कि उसका समायोजन समाज और वातावरण के समुचित रूप से हो।

समायोजन एक महत्वपूर्ण वैज्ञानिक परिवर्तन है। यह एक अविराम गति से चलने वाली क्रिया है, जिसकी सहायता से व्यक्ति अपने जीवन तथा अपने आप को पर्यावरण के मध्य समरस संबंध बनाने का प्रयास करता है। दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति या संतुष्टि के लिए प्रयत्न करता है। चूंकि विद्यार्थियों की बहुत सी आवश्यकताएं होती हैं। इन्हीं आवश्यकताओं से प्रेरित होकर विद्यार्थी लक्ष्य प्राप्ति की ओर अग्रसर होता है और विद्यार्थियों को इन लक्ष्यों की प्राप्ति में कई बाधाओं या कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है। इन बाधाओं के परिणाम स्वरूप विद्यार्थियों को जो एक अप्रिय अनुभूति होती है, असंतोष और असंतोष के कारण उसके मन में जो एक संवेगात्मक उथल–पुथल होती है उसमें ही चिंता का जन्म होता है। चूंकि चिंता जीव पिंड में इतनी गहराई से आत्मसात् हो गयी है कि असंख्य पीढ़ियों में से कोई भी एक मनुष्य चिंता भाव से बच नहीं सका है। यही कारण है कि अध्ययन काल में विद्यार्थियों को अनेक प्रकार की चिंतायें सताने लगती हैं। चूंकि स्नातक स्तर के विद्यार्थियों का शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, संवेगात्मक तथा बौद्धिक विकास स्कूल स्तर के विद्यार्थियों की तुलना में अधिक हो चुका होता है उन्हें आज के परिवेश में अपने जीवन को सुखद एवं उन्नतशील बनाने तथा समाज में सम्मानजनक स्थान प्राप्त करने के लिए युवाओं में परस्पर प्रतिस्पर्धा रहती है तथा आज का युवा वर्ग अपने कैरियर को बनाने के लिए प्रयासरत रहते हैं और उन्हें इन प्रयासों में सफलता प्राप्त करने के लिए अनेक कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है। यही कठिनाईयां और समस्यायें उनकी चिंता का कारण होती है। चिंता चाहे केरियर बनाने की हो या समाज में अच्छा स्थान प्राप्त करने की चूंकि चिंता, चिता बनाती है इसलिए चिंता ग्रस्त छात्रों को चिंता से मुक्त किये जाने के विभिन्न उपाय किए जाने चाहिए। स्नातक स्तर के विद्यार्थियों में परिस्थितियों के साथ सामंजन्य करने की क्षमता की अधिक होती है। परन्तु चिंतायें इनके समायोजन क्षमता को प्रभावित करती है। इसलिए वह इनको दूर करने का प्रयास करता है। यदि उसके यह प्रयास धनात्मक होते हैं तो वह अपनी चिन्ता का निराकरण करने अपनी परिस्थितियों या वातावरण में समायोजन कर लेते हैं अन्यथा उनमें कुसमायोजन उत्पन्न हो जाता है जिसका समाधान अत्यंत आवश्यक है।

जीवन यापन यदि सुरूचि पूर्ण ढंग से करना है तो समाज एवं वातावरण के साथ अपने को व्यवस्थित या समायोजित करना पड़ेगा। समायोजन की समस्यायें उचित शिक्षा के द्वारा ही दूर की जा सकती हैं क्योंकि किसी भी क्षेत्र की समस्याओं पर जब गंभीरतापूर्वक अध्ययन किया जाता है तो उसका एकमात्र हल शिक्षा में ही मिलता है। विश्व के जिन देशों ने किसी भी क्षेत्र में उन्नति की है तो वह उचित शिक्षा के द्वारा ही की है। अतः विद्यार्थियों को विभिन्न अनुकूल तथा प्रतिकूल परिस्थितियों से निरंतर सामंजस्य स्थापित करने में शिक्षा विशेष सहायक होती है।

अध्ययन उद्देश्य

1. स्नातक स्तर के कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंता ग्रस्त एवं निम्न चिंता ग्रस्त छात्र–छात्राओं का पता लगाया।
2. कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त एवं निम्न चिंता ग्रस्त छात्र–छात्राओं के समायोजन का अध्ययन करना।
3. कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त एवं निम्न चिंताग्रस्त विद्यार्थियों के समायोजन की तुलना करना।

परिकल्पना

कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त एवं निम्न चिंताग्रस्त विद्यार्थियों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

न्यायदर्श

प्रस्तुत शोध कार्य हेतु न्यादर्श के रूप में छत्तीसगढ़ राज्य के सारंगढ़–बिलाईगढ़ जिले के जिला मुख्यालय सारंगढ़ के विभिन्न महाविद्यालयों के कला एवं विज्ञान संकाय के सभी धर्मो–जातियों एवं सम्प्रदायों से संबंधित विद्यार्थियों की लिया है जो महाविद्यालय एवं विश्वविद्यालय में स्नातक उपाधि हेतु अध्ययनरत है। यादृ च्छिकी न्यादर्श के द्वारा 120 छात्र–छात्राओं को न्यादर्श के रूप में लिया गया है।

प्रयुक्त उपकरण

प्रस्तुत शोध हेतु दो मनोवैज्ञानिक उपकरण का प्रयोग किया गया है। 1. व्यापक चिंता परीक्षण डॉ. एम.डी. कपूर एवं 2. समायोजन परीक्षण डॉ. ए. के .पी. सिन्हा एवं डॉ. आर. पी. सिंह

विश्लेषण एवं व्याख्या

सारणी 1: स्नातक स्तर के कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च एवं निम्न चिन्ताग्रस्त छात्रों का विवरण

क्र.	वर्ग	उच्च चिंता ग्रस्त	निम्न चिंता ग्रस्त	योग
1.	कला के छात्र	14 (43.75:)	12 (57.14:)	26 (49.05:)
2.	विज्ञान के छात्र	18 (56.25:)	9 (42.85:)	27 (50.94:)
	योग	32 (100:)	21 (100:)	53 (100:)

सारिणी 2: स्नातक स्तर के कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च एवं निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं का विवरण

क्र.	वर्ग	उच्च चिंता ग्रस्त	निम्न चिंता ग्रस्त	योग
1.	कला की छात्रायें	16 (45.71:)	8 (42.10:)	24 (44.44:)
2.	विज्ञान की छात्रायें	19 (54.28:)	11 (57.89:)	30 (55.55:)
	योग	35 (100:)	19 (100:)	54 (100:)

उपरोक्त सारिणी से स्पष्ट है कि स्नातक स्तर के कला एवं विज्ञान संकाय के छात्रों में ये 56.25: छात्र विज्ञान संकाय के तथा 43.75: छात्र कला संकाय के उच्च चिंताग्रस्त हैं। तुलनात्मक दृष्टि में उच्च चिंता ग्रस्त छात्रों में से विज्ञान संकाय के छात्रों का प्रतिशत कला संकाय के छात्रों से 12.50: अधिक हैं।

कला संकाय के निम्न चिंता ग्रस्त एवं विज्ञान संकाय के निम्न चिंताग्रस्त छात्रों का प्रतिशत क्रमशः 57.14: तथा 42.85: है तुलनात्मक दृष्टि में निम्न चिंताग्रस्त छात्रों में से कला संकाय के छात्रों का प्रतिशत विज्ञान संकाय के छात्रों के प्रतिशत से 14.29: अधिक है।

इसी तरह स्नातक स्तर के कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं में से 54.28: छात्रा विज्ञान संकाय की तथा 45.71: छात्रायें कला संकाय की उच्च चिंताग्रस्त है। तुलनात्मक दृष्टि से उच्च चिंता ग्रस्त छात्राओं में से विज्ञान संकाय की छात्राओं का प्रतिशत कला संकाय की छात्राओं से 8.57: अधिक है।

स्नातक स्तर के कला एवं विज्ञान संकाय की छात्राओं में से विज्ञान एवं कला संकाय की निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं का प्रतिशत क्रमशः 42.10: एवं 57.89: है। तुलनात्मक दृष्टि से निम्न छात्राओं में विज्ञान संकाय की छात्राओं का प्रतिशत कला संकाय की छात्राओं में 15.79: अधिक है।

सारिणी–3 के अनुसार कला संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्रों के समायोजन के प्राप्तांको का मध्यमान 14.85 जो कि विज्ञान के उच्च चिंताग्रस्त छात्रों में कला योजन के प्राप्तांकों के मध्यमान 19.33 से कम है। इस वर्ग का टी प्राप्तांक 2.00 है जो सार्थकता के किसी भी स्तर पर सार्थक नहीं है इसलिए यहां शून्य परिकल्पना को स्वीकार किया जाता है। स्नातक स्तर के कला संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्रों एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्रों के समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं है अर्थात् दोनों वर्गों के छात्रों समायोजन समान है।

सारिणी से कला संकाय के निम्न चिंताग्रस्त छात्रों के समायोजन के प्राप्तांकों का मध्यमान 12.66 है जो कि विज्ञान संकाय के निम्न चिंताग्रस्त छात्रों के समायोजन के प्राप्तांको के मध्यमान 14. 11 से कम है। इस वर्ग का ''टी'' प्राप्तांक 1.59 है जो किसी स्तर पर सार्थक नहीं है इसलिए यहां शून्य परिकल्पना को स्वीकार किया जाता है अर्थात् दोनों समूहों के समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं है। सारिणी में स्पष्ट है कि कला संकाय की उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं के समायोजन के प्राप्तांको का मध्यमान 22.62 है जो विज्ञान संकाय की उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं के समायोजन के प्राप्तांकों के मध्यमान 16.73 में अधिक है। इस वर्ग की टी प्राप्तांक 2.71 है जो 05 स्तर पर सार्थक है इसलिए यहां शून्य परिकल्पना को .05 स्तर पर अस्वीकृत किया जाता है। स्नातक स्तर के कला संकाय की उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं एवं विज्ञान की उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं के समायोजन में अंतर है अर्थात् तथा फलांकन कुंजी के परीक्षण के आधार पर विज्ञान की उच्च चिंता ग्रस्त छात्राओं में कला की उच्च चिंता ग्रस्त छात्राओं में अधिक समायोजन है। तालिका में कला संकाय की निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं के समायोजन के प्राप्तांकों का मध्यमान 16.12 है जो विज्ञान संकाय की छात्राओं के समायोजन के प्राप्तांकों के मध्यमान 14.18 से अधिक है।

सारिणी 3: स्नातक स्तर के कला संकाय एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त एवं निम्न चिंताग्रस्त विद्यार्थियों के समायोजन की तुलना

क्र.	वर्ग	न्यादर्श संख्या	मध्यमान	प्रमाणिक विचलन	एम. ई. डी.	डी.	टी मूल्य	.01 से .05 के बीच सार्थकता स्तर
1.	कला के छात्र (उच्च चिंताग्रस्त)	14	14.85	5.36	2.23	4.48	2.00	सार्थक नहीं
2.	विज्ञान के छात्र (उच्च चिंताग्रस्त)	18	19.33	7.27				
3.	कला के छात्र (निम्न चिंताग्रस्त)	12	12.66	6.18	2.42	1.45	159	सार्थक नहीं
4.	विज्ञान के छात्र (निम्न चिंता ग्रस्त)	9	14.11	4.93				
5.	कला की छात्रा उच्च चिंताग्रस्त	16	22.62	7.41	2.17	5.89	2.71	सार्थक है
6.	विज्ञान की छात्रा (उच्च चिंताग्रस्त)	19	16.73	4.96				
7.	कला की छात्रा उच्च चिंताग्रस्त	8	16.12	8.14	3.24	1.94	1.59	सार्थक नहीं
8.	विज्ञान की छात्रा (निम्न चिंताग्रस्त)	11	14.18	4.95				

इस वर्ग का 'टी' प्राप्तांक 159 है जो सार्थकता के किसी भी स्तर पर सार्थक नहीं है इसलिए यहां शून्य परिकल्पना स्वीकार की जाती है–इस तात्पर्य यह है कि स्नातक स्तर के कला संकाय की निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं एवं विज्ञान संकाय की निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं के समायोजन में सार्थक अंतर नहीं है अर्थात् दोनों वर्गों की छात्राओं को समायोजन समान हैं।

निष्कर्ष

1. कला एवं विज्ञान संकाय की उच्च चिंताग्रस्त छात्रों में विज्ञान के छात्रों का प्रतिशत कला के छात्रों से अधिक है अर्थात् विज्ञान के छात्रों में का के छात्रों की तुलना में अधिक चिन्ता पायी गई। निम्न चिंताग्रस्त छात्रों में कला के छात्रों में विज्ञान के छात्रों की तुलना में अधिक निम्न चिंता पाई गई।
2. कला एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं में से विज्ञान की छात्राओं में कला की छात्राओं की तुलना में अधिक चिंता पाई गई। निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं में से विज्ञान की छात्राओं में कला की छात्राओं से अधिक निम्न चिंता पाई गई।
3. स्नातक स्तर के कला संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्रों एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्रों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया। स्नातक स्तर के कला संकाय के निम्न चिंताग्रस्त छात्रों एवं विज्ञान संकाय के निम्न चिंताग्रस्त छात्रों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया।
4. स्नातक स्तर के कला संकाय की उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं एवं विज्ञान संकाय के उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं के समायोजन में सार्थक अंतर पाया गया। विज्ञान संकाय की उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं में कला संकाय की उच्च चिंताग्रस्त छात्राओं की तुलना मे अधिक समायोजन पाया गया। स्नातक स्तर के कला संकाय के निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं एवं विज्ञान संकाय की निम्न चिंताग्रस्त छात्राओं के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया।

सुझाव

1. विद्यार्थियों की चिन्ताओं को दूर करने के लिए यह अत्यंत आवश्यक है कि अभिभावक विद्यार्थियों को उनकी रूचियों एवं योग्यताओं के अनुरूप अध्ययन विषयों का चुनाव करने दें।
2. विद्यार्थियों की चिन्ताओं को दूर करने के लिए अभिभावकों एवं अध्यापकों को समुचित प्रयास करने चाहिए। उन्हें अधिक व्यवहारिक एवं क्रियात्मक क्रियाओं में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए।
3. विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय को चाहिए कि वे योग्य विद्यार्थियों को आर्थिक सहायता एवं छात्रवृत्तियां प्रदान करें ताकि वे आर्थिक चिन्ताओं से अपने को मुक्त कर सकें।
4. विद्यार्थियों के समायोजन के स्तर को ऊंचा उठाने के लिए विद्यार्थियो में ऐसा वातावरण निर्मित करना चाहिए जिनसे उनके संवेग कुठित न हो और उनके मौलिक संवेगों का आदर हो यह भी ध्यान रखा जावे कि संवेग रचनात्मक कार्यों की ओर उन्मुख हो।
5. स्नातक स्तर पर विद्यार्थियों को व्यवसायिक शिक्षा भी प्रदान की जानी चाहिए। जिसमें उनमें अपने भावी जीवन के लिए चिन्ता कम हो सके तथा आगे चलकर जब वे कार्य क्षेत्र में प्रवेश करें तो चारों ओर के वातावरण से अपने को समायोजित कर सकें।

संदर्भ सूची

1. Ansari G, Rahman Z. A study of anxiety in Ralation to Parental Acceptance and Peer Acceptance, Journal of Education and Psychology,1981:39(3):189-196.
2. Badola S. Locus of control, Achievement, Motivation and Anxiety as Correlates of Creativity, doctoral Disseration, in fifth Survey of Educational Research, 1991, 11, (2000) NCERT, New Delhi.
3. Bigge ML, Hunt. Pcychological Foundation of Education, New Work; harper 7 Row, 1990.
4. Buck MB. A Survey of Research in Education (II, III & IV).
5. Chowhan S. Values, Self-concept, Creatitity and anziety among professional college student, Doctoral Dissertation. In fifth Survery of Educational Research, Vol. I (1997) NCERT, New Delhi, 1992.