अध्याय प्रथम

शोध परिचय

1.1.0 प्रस्तावना

1.2.0 किशोरावस्था

1.2.1. परिभाषा

1.2.2 किशोरावस्था : विशेषताएँ

1.2.2.1 शारीरिक विकास

1.2.2.2 मानसिक विकास

1.2.2.3 संवेगात्मक विकास

1.2.2.4 सामाजिक विकास

1.3.0 स्वास्थ्य का अर्थ

1.3.1 मानसिक स्वास्थ्य

1.3.2 मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की विशेषताएँ

1.4.0 समायोजन

1.4.1 समायोजन की प्रक्रिया

1.5.0 समस्या का कथन

1.6.0 शोध का परिसीमन

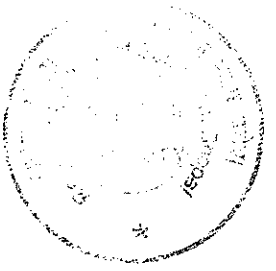
1.7.0 अध्ययन के उद्देश्य

1.8.0 परिकल्पनाएँ

1.9.0 अध्ययन की आवश्यकता

1.10.0 अध्ययन का महत्व

अध्याय– प्रथम



शोध परिचय

1.1.0 प्रस्तावना

21वीं सदी युवाओं की सदी कही जाती है और युवाओं के विकास का सम्बन्ध शिक्षा प्रणाली से अछूता नहीं है। समूचे विश्व में युवाओं के क्रियाकलापों के आधारभूत कारक उनके जीवन के घटित घटनाक्रमों, अनुभवों, जीवन शैलियों, विचारों सामाजिक वातावरण, मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन आदि पर आधारित होती है।

विद्यार्थी शिक्षण प्रक्रियाओं का एक महत्वपूर्ण घटक है। आज की शिक्षा प्रणाली, विद्यार्थी केन्द्रित (Child Central) होकर कई आयामों का अध्ययन, विश्लेषण तथा संश्लेषण कर तथा आधुनिक वैज्ञानिक अथवा मनोवैज्ञानिक सिद्वांतों का अनुप्रयोग कर अधिकतर बालकों का विकास करने में जुट रही है। बालकों का विकास शिक्षा के प्रयास से सफलता पूर्वक हो रहा है। लेकिन बच्चों का जब बाल्यावस्था में पदार्पण किशोरावस्था में होता है तब इन अवस्थाओं के बालकों को आज भी हमारे शिक्षा शास्त्री, समाजशास्त्री, मनोवैज्ञानिक अथवा इतिहासकार समझने में नाकाम हो रहे है। जबकि किशोरावस्था का अध्ययन आज भी समाजशास्त्र में, शिक्षा शास्त्र में मनोविज्ञान में हो रहा है।

विश्वभर में आज हर प्रकार की समस्याओं में बढ़ोत्तरी हो रही है जैसे पर्यावरण प्रदुषण समस्या, आर्थिक मंदी आतंकवाद, सायबर, क्राईम, व्यक्तिवाद, भ्रष्टाचार, अपराध, बालअपराध बढ़ रहे है। इन सभी का असर कही न कही युवा अवस्थाओं पर हो रहा है, एवं उनके विचारों पर भी हो रहा है। कहीं न कहीं यही कारक उनके मानसिक स्वास्थ्य बिगड़ने में असरदार साबित हो रहे है और शायद इन बिगड़ते मानसिक स्वास्थ्य की वजह से ही जिस तरीके से यह बच्चे अपनी अवस्था को जीना चाहिए वैसे जी नहीं पा रहे है। इस बिगड़ते हुए मानसिक स्वास्थ्य का असर उनके व्यक्तिगत

जीवन तथा सूंपर्ण समाज को प्रभावित कर रहे है। जब तक मानसिक स्वारथ्य किसी भी अवस्थाओं के बच्चों का अच्छा नहीं होगा तब तक उन बच्चों का किसी के भी साथ ना समायोजन होगा और ना ही विकास होगा और ना ही उनकी सामाजिक उन्नती होगी। इसलिए अध्ययनकर्ता के मन में यह प्रश्न निर्माण हुए की कीशोरवयीन विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य कैसा है? किशोरवयोन बालकों का समायोजन कैसा है? क्या शासकीय तथा अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा समायोजन में कोई अंतर है?

इन प्रश्नों का समाधान करने हेतु प्रस्तुत अध्ययन किया जा रहा है।

1.2.0 किशोरावस्था

मनुष्य के जन्म से लेकर मरने तक अनेक रूप होते है। पूर्व शैशवास्था से लेकर बाल्यावस्था, किशोरावस्था, युवावस्था, प्रौढ़ावस्था तथा वृद्धावस्था तक की जीवन यात्रा में ये वे पड़ाव है जिन पर व्यक्ति में परिवर्तन होता है। शैशव का भोलापन, बाल्यावस्था की चंचलता, किशोरावस्था की उद्विगता, युवावस्था का संकल्प, प्रौढ़ावस्था का दायित्व और वृद्धावस्था के अनुभव व्यक्ति में निरन्तर परिवर्तन करते रहते है। प्रत्येक अवस्था, व्यक्ति के विकास की अवस्था है, प्रत्येक अवस्था में व्यक्ति के विकास की कुछ विशेषताएँ होती है।

विकास की इस प्रक्रिया में व्यक्ति की किशोरावस्था का स्थान महत्वपूर्ण है। इस अवस्था में व्यक्ति बाल्यावस्था तथा युवावस्था के संधिकाल में होता है। व्यक्ति में अनेक शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक, नैतिक, चारित्रिक परिवर्तन होते है। यह वह अवस्था है जहाँ माता–पिता तथा शिक्षकों की भूमिका महत्वपूर्ण होती है।

किशोरावस्था जीवन की सर्वाधिक महत्वपूर्ण अवस्था है। इसे जीवन का बसंत कहा गया है। (Adolescence is the spring of life) जीवन में जो कुछ भी मधुरतम है, रोमांचकारी (Romantic) है वह किशोरावस्था में ही होता है। किशोरावस्था को

संवेगात्मक संघर्ष, तनाव एवं झंझावत की अवस्था कहा गया है। ("Adolescence is a period of great stress and strain, storm and strife", Stanley Hall Adolescence)

किशोरावस्था अति प्रभावशाली अवस्था है। जब सर्वप्रथम शक्ति की अनुभूति होती है। यह दिवास्वप्न (Day dreams) साहसिक कार्यो, गम्भीर भावनाओं तथा दिल की धड़कनों की अवस्था है। किशोर के संवेग बड़े उत्तेजित रूप में होते है उसके लिए कुछ असम्भव नहीं लगता। उसका मन शुद्ध तथा भाव पवित्र होते है, वह सभी को प्यार करता है तथा उसे किसी में बुराई नहीं झलकती।

1.2.1. परिभाषा

किशोरावस्था बाल्यकाल के समापन से आरंभ मानी जाती है। **गुड, सी.बी.** ने किशोरावस्था की परिभाषा इस प्रकार की है, "किशोरावस्था मानव विकास का वह काल खण्ड है जो विकासशील अवस्था से आरंभ होकर परिपक्वता तक माना जाता है। सामान्यतः यह 13–14 वर्ष से लेकर 20–21 वर्ष तक मानी जाती है। वह विकासशील अवस्था से लेकर यौन परिपक्वता तक सतत् रूप से चलती है। लड़के–लड़कियों में शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक, सामाजिक, नैतिक विशेषताओं में भिन्नता पाई जाती है। यह भिन्नता ही उन्हें बालकों तथा प्रौढ़ों से पृथक करती है। किशोरावस्था वह संवर्द्धित क्षेत्र है जहाँ समाज उन्हें पूर्ण सामाजिक दायित्व एवं भूमिका प्रदान नहीं करता। साथ ही वे अपने साथियों की सामाजिक मांगो के प्रति अति संवेदनशील हो जाते है और उनमें सामाजिक स्वीकृति प्राप्त करने की अदम्य इच्छा विकसित होने लगती है। कुछ लोग तो वैयक्तिक समायोजन जैसे संवेगात्मक अवरोधों से कठिनाईयों का अनुभव करते है और उन्हें अत्यंत दबाव के साथ संक्रमण की स्थिति से गुजरना पड़ता है।"

रेबर, एस. ए. ने किशोरावस्था की परिभाषा इस प्रकार दी है– "विकास की वह अवस्था जो बाल्यकाल के समापन तथा परिपक्वावस्था के अन्त तक शास्त्रीय या मनोवैज्ञानिक परिपक्वता ग्रहण करती है, किशोरावस्था शब्द अत्यन्त संक्षिप्त है किन्तु इसका विस्तार

विकासकाल से लेकर परिपक्वता तक फैला है। इसलिये इसे प्रभावपूर्ण तरीके से बताया जा सकता है। "किशोरावस्था के विषय में इन विद्वानों की परिभाषाओं पर ध्यान देना भी आवश्यक है।

1.2.2 किशोरावस्था : विशेषताएँ

किशोरावस्था वास्तव में मन और शारीरिक विकास का महत्वपूर्ण संगठन तथा व्यवहार विकास की प्रक्रिया में महत्वपूर्ण संक्रमण काल है। इस अवस्था में शारीरिक विकास केवल ग्रहण नहीं होता अपितु आन्तरिक अवयवों की कार्यप्रणाली में अनेक अन्तर पाये जाते हैं जिनके कारण किशोर के व्यवहार तथा उसके प्रकाशन में सभी परिवर्तन दृष्टिंगत होता है। आमतौर पर तेरह से लेकर उन्नीस वर्ष की आयु किशोरावस्था की मानी जाती है। अंग्रेजी में इसे टीन ऐज (Teen Age) कहते है।

1.2.2.1 शारीरिक विकास

किशोरावस्था में शारीरिक विकास बड़ी तीव्र गति से होता है। (लड़कियों में 10 वर्ष से 13 वर्ष तक तथा लडकों में 12) वर्ष से 15 के बीच यह विकास अधिक होता है। 15 वर्ष की आयु में लड़कों में लड़कियों की तुलना में करीब 10: अधिक विकास हो जाता है Tanner (1960)। किन्तु लड़कियाँ लड़को की तुलना में शारीरिक विकास में करीब दो वर्ष आगे रहती है जिसके कारण लड़कों में हीनभावना पैदा होती है। फलस्वरूप अक्सर लड़के इस कमी को पूरा करने के लिए आक्रामक व्यवहार करने लगते है। लडकियाँ भावनात्मक दृष्टि से अपने को कम परिपक्व तथा व्यवस्थापन की समस्या से ग्रसित पाती है। यह किशोरों के लिए एक कठिन समय होता है तथा अक्सर वे अपने शरीर का दुरूपयोग करने लगते है। जो किशोर अपने को शारीरिक दृष्टि से सुन्दर नहीं पाता उसमें हीनभावना पैदा होती है। इस अवस्था में शारीरिक व्यायाम, खेल–कूद एवं स्वस्थ मनोरंजन की विशेष आवश्यकता है।

1.2.2.2 मानसिक विकास

मनोवैज्ञानिक शोधों से सिद्ध है कि व्यक्ति का अधिक मानसिक विकास 15 से 20 वर्ष आयु तक हो जाता है। इसके उपरान्त उपलब्धि में वृद्धि हो सकती है किन्तु बौद्धिक क्षमताओं में विकास नहीं होता। सभी प्रकार की मानसिक क्षमताएँ किशोरावस्था में ही अपनी अधिकतम सीमा तक विकसित हो जाती है।

किशोरावस्था कल्पनालोक में विचरण का समय है। हवाई किले बनाने के दिन है। स्टेनले हॉल के अनुसार किशोरावस्था कल्पना के जन्म के दिन है। जब प्रातः संगीतमय, दिन दिवास्वप्नों भरे, शाम मादकता भरी तथा राते रंगीन होती है। जहाँ समय तथा स्थान के बन्धन नहीं होते। सभी इच्छाएँ सम्भव एवं सत्य प्रतीत होती है। कुछ भी असम्भव नहीं लगता। कल्पना की दुनिया के सामने वास्तविक यथार्थ बहुत फीका लगता है। प्रत्येक व्यक्ति इस उम्र में कवि बन जाता है तथा पंखविहीन, अदृश्य कल्पनालोक में विचरण करता है। वास्तव में किशोर की यही कल्पनाएँ तथा दीवास्वप्न उसके भावी यथार्थ जीवन का निर्माण करते है। जैसा कि निवेदिता बहन ने ठीक कहा है कि धरती पर कोई महल नहीं बनते अगर पहले हवा में महल न बनाए जाते।

1.2.2.3 संवेगात्मक विकास

संवेग यह जीवन को गतिशील बनाता है। इसके फलस्वरूप प्रेम, डर, क्रोध, हास्य आदि के भाव उत्पन्न होते है। किशोर के संवेग बड़े जटिल होते है। कभी वह प्रेम के भाव से ओतप्रोत हो उठता है तो कभी क्रोध के भाव उसे वश में कर लेते है। अतः किशोरों को संवेगों पर नियंत्रण पाने के लिए प्रशिक्षित करना अति आवश्यक है। इसके लिए अपेक्षित है कि हम संवेगों के अन्तरतम् उद्‌गत स्थल तक पहुँचे, उसकी गहराई का पता लगा कर उनका उचित मार्गान्तरीकरण करें।

किशोरावस्था उत्तेजित भावनाओं की अवस्था है। जैसे–जैसे उनकी मूलप्रवृत्तियों में परिपक्वता आती है वैसे–वैसे उनकी भावनाओं में भी परिवर्तन आता है। प्रेम किशोरावस्था की सर्वाधिक शक्तिशाली भावना है जिसका कारण उसकी काम–भावना

का बलवता होता है। किशोर का प्रेम प्रवाह अत्यंत निःस्वार्थ होता है। अपने मित्रों के लिए वह कुछ भी बलिदान करने को तैयार रहता है। अनेक किशोरों के अत्यंत घनिष्ठ मित्र हो जाते है जिनके मिले बगैर उन्हें चैन नहीं मिलता। यह प्रेम का ही जादू है जो किशोरों को प्रेमान्ध बनाए रखता है।

1.2.2.4 सामाजिक विकास

सामाजिक विकास में माता–पिता समाज के सदस्य, परिवार के अन्य सदस्यों का बच्चों के साथ सम्बन्ध तथा क्रिया प्रतिक्रिया का विशेष प्रभाव पड़ता है। माता–पिता द्वारा प्रभुतावादी अनुशासन तथा शारीरिक दण्ड का परिणाम किशोर में बड़ों के प्रति निर्भयता तथा विद्रोह की भावना है। बच्चों की सभी बातों को मान लेने का परिणाम भी परनिर्भरता है। पूर्व किशोरावस्था (Puberty) में शारीरिक परिपक्वता के साथ–साथ किशोर माता–पिता के साथ सामाजिक अन्तक्रिया में अधिक आक्रामक हो जाता है। शोध द्वारा स्पष्ट हो चुका है कि "पिढ़ी अन्तर" की धारणाओं के विपरीत किशोर तथा उसके माता–पिता के दृष्टिकोण तथा मूल्यों में अन्तर पाया जाता है। किशोर में प्रौढ़ के अधिक लक्षण पाये जाते है।

1.3.0 स्वास्थ्य का अर्थ

टैबर महोदय के आर्युविज्ञान शब्दावली के अनुसार "यह वह दशा है जिससे शरीर और मस्तिष्क के समस्त कार्य सामान्य रूप से सक्रियता पूर्वक सम्पन्न होते हैं।" शरीर और मस्तिष्क की सामान्य एवं प्राकृतिक स्थिति स्वास्थ्य का सर्वप्रथम एवं सर्वाधिक महत्वपूर्ण लक्षण है। जब व्यक्ति अपने स्वास्थ्य को बनाये रखने में असमर्थ होता है तभी रूग्णावस्था का प्रारम्भ हो जाता है। दूसरे शब्दों में स्वास्थ्य की अनुपस्थिति का ही नाम रोग है। रोगों से मुक्ति पाने हेतु स्वास्थ्य को बनाए रखना सर्वोत्म उपाय है।

1.3.1 मानसिक स्वास्थ्य

"मानसिक स्वास्थ्य से तात्पर्य वैसे सीखे गए व्यवहार से होता है जो सामाजिक रूपसे अनुकूली होते है और जो व्यक्ति को अपनी जिन्दगी के साथ पर्याप्त रूप से मुकाबला करने की अनुमति देता है।"

हारविज तथा स्कीड (1999) ने मानसिक स्वास्थ्य को इस प्रकार परिभाषित किया है "मानसिक स्वास्थ्य में कई आयाम सम्मिलित होते है– आत्म सम्मान, अपने अंतशक्तियों का अनुभव, सार्थक एवं उत्तम संबंध बनायें रखने की क्षमता तथा मनोवैज्ञानिक श्रेष्ठता।

कार्ल मेनिंगर (Karl Menninger, 1945) के अनुसार, "मानसिक स्वास्थ्य अधिकतम खुशी तथा प्रभावशीलता के साथ वातावरण एवं उसके प्रत्येक दूसरे व्यक्ति के साथ मानव समायोजन है– वह एक संतुलित मनोदशा, सतर्क बुद्धि, सामाजिक रूप से मान्य व्यवहार बनाये रखने की क्षमता है।"

1.3.2 मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की विशेषताएँ

सैद्धांतिक मनोवैज्ञानिकों ने मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की कुछ खास–खास विशेषताओं का उल्लेख किया है जिनमें निम्नांकित प्रमुख है:–

आत्म ज्ञान– मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की एक प्रमुख विशेषता यह है कि उसे अपनी प्रेरणा, इच्छा, भाव, आकांक्षाओं आदि का पूर्ण ज्ञान होता है। वह यह पूर्णतः समझता है कि वह क्या कर रहा है, क्यों उसमें अमुक ढंग का भाव उत्पन्न हो रहा है, उसकी आकांक्षाएँ क्या है, आदि।

आत्म–मूल्यांकन – मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति आसानी से अपने गुण–दोष की परख कर लेता है। वह अपने प्रत्येक व्यवहार को तटस्थ होकर अध्ययन करता है तथा अपने व्यवहार की परिसीमाओं की परख करता है।

आत्म–श्रद्धा – मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में आत्म–श्रद्धा काफी होती है जिसके कारण उसमें आत्म–विश्वास, आत्म बल तथा अपने भावों को स्वीकार करते हुए कार्य करने की क्षमता होती है।

सुरक्षा का भाव – मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में यह भावना तीव्र होती है कि वह समाज का स्वीकृत सदस्य है तथा लोग उसके भाव का आदर करते है। वह दूसरों के साथ निडर होकर अन्तः क्रिया करता है तथा खुलकर हँसी–मजाक में भाग लेता है। समूह का दबाव पड़ने के बावजूद भी वह अपनी इच्छाओं को दमित–नहीं करने की कोशिश करता है।

संतोषजनक संबंध बनाए रखने की क्षमता– मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की एक विशेषता यह है कि वह दूसरों के साथ संतोषजनक संबंध बनाए रखने से प्रसन्न होते है। वह कभी भी दूसरों के सामने अवासवितक मांग नहीं पेश करता है। फलस्वरूप, उसका संबंध दूसरों के साथ हमेशा संतोषजनक बना रहता है।

1.4.0 समायोजन

हर जीव अपने पर्यावरण से तालमेल एवं सामंजस्य बनाने की कोशिश करता है। यह उसके निजी हित में हो होता ही है, अपनी प्रजाति के अन्य सदस्यों तथा पर्यावरण–जन्म चुनौतियों से स्वाभाविक सम्बन्ध कायम करने की दृष्टि से भी महत्वपूर्ण है। मनुष्य को इस पूरी सृष्टि का मुकुट या सिरमौर सम्भवतः उसकी अपने पर्यावरण से तालमेल बनाये रखने की क्षमता के कारण ही कहा जाता है। उसका पर्यावरण प्रायः तीन प्रकार का माना जा सकता है। प्रथम, भौतिक पर्यावरण जिसके ताल–मेल रखे बगैर वह जीवित नहीं रह सकता। द्वितीय, सामाजिक एवं सांस्कृतिक पर्यावरण जिसमें वह अपने तथा दूसरों के बीच की दूरी को कम करता है, सर्वे भवन्तु सुखिनः (सभी सुखी हों) का राग अलापता है तथा जिसके बिना वह अपने में एक 'रिक्तता' का का अनुभव करता है । तृतीय मनोवैज्ञानिक पर्यावरण जिसे वह अलग नहीं रह सकता और जो उसकी 'आन्तरिक दुनिया' के रूप में उसे सोचने, कल्पना की उड़ान भरने तथा

समय एवं स्थान की सीमाओं को तोड़कर एक दूर अपरिचित संदर्भ में रिश्ता जोड़ने में उसे कामयाबी दिलाता है। मनुष्य का अपने इस प्रकार के पर्यावरण से सम्बन्ध बनाये रखने, उसके साथ सन्तुलन कायम करने तथा उसकी चुनौतियों से कुशल एवं सफल समन्वय तथा समझौता की स्थिति तक पहुँचने निरन्तर प्रक्रिया को ही समायोजन कहा जाता है जो उसकी बौद्धिक, भावात्मक एवं आध्यामिक प्रज्ञा पर बहुत हद तक निर्भर होती है।

समायोजन का अर्थ

अंग्रेजी का 'एडजस्टमेन्ट' पद तथा उसके लिए हिन्दी रूपांतरित शब्द 'समायोजन' या 'समंजन' मूलतः यांत्रिक क्षेत्र में प्रयुक्त धारणा के प्रतीक है। इसके द्वारा किसी मशीन या यंत्र के कल–पुर्जों को ठीक ढंग से आयोजित करके चलाने का भाव अभिव्यंजित होता है। इस प्रकार अपने विभिन्न अंगों के उपयुक्त रूप में गठित होने या यूँ कहिए कि समायोजन होने पर ही कोई मशीन चलती है और उसके निर्माणकर्ता के अपेक्षानुसार उचित परिणाम देती है। जब तक यह 'समायोजन' बना रहता है, मशीन ठीक से कार्य करती है। किन्तु उसके कल–पूर्जों में किसी तरह का खिंचाव या परस्पर समायोजन न होने पर हमें मालूम हो जाता है कि मशीन अवरोधित होकर चल रही है। यांन्त्रिक क्षेत्र के लिए इस उदाहरण को हम मानवीय सन्दर्भ में व्यक्ति के 'समायोजन' से जोड़ सकते है। किन्तु हमें याद रखना होगा कि 'व्यक्ति का सन्दर्भ यान्त्रिक न होकर गतिशील एवं जटिल होता है। वह छोटी से छोटी मशीन या बड़े से बड़े आधुनिक यन्त्र जैसेः कम्प्यूटर की आन्तरिक 'समायोजन–शीलता' से बढ़–चढ़कर स्थान रखता है क्योंकि उसकी संवेदनशीलता, सूक्ष्म–ग्रहिता एवं सर्जनशीलता की क्षमताएँ उसे अन्यन्त्र कोटि में रख देती है।

स्मिथ, एच. सी. के अनुसार "एक अच्छा समायोजन वह है जो यथार्थपूर्णता के साथ–साथ व्यक्ति को सन्तोष प्रदान करता है। अन्ततयोगत्वा, यह व्यक्ति की कुंठाओं, उसके तनावों एवं चिन्ताओं जिन्हें उसे सहज करना पडता है, न्यूनातिन्यून बना देता

है।'' स्मिथ की दृष्टि में व्यक्ति को ठीक रूप में सन्तोष मिलना ही 'समायोजन' का आवश्यक लक्षण है। यदि व्यक्ति अपनी परिस्थितियों से संतुष्ट नहीं है या वह अपने को भीतर से आन्दोलित महसूस करता है तो उसे हम समायोजीत नहीं कह सकते है।

1.4.1 समायोजन की प्रक्रिया

समायोजन को प्रक्रिया में व्यक्ति तथा उसका पर्यावरण दोनों प्रभावित होते है। समायोजन को प्राप्त करने के लिए व्यक्ति अपने पर्यावरण को अपने अनुकूल बदलने की कोशिश करता है या पर्यावरण के अनुकूल अपना अनुकूलन करके वह स्वयं बदल जाता है। ऐसी दशा में वह अपने बारे में सम्प्रत्ययों, प्रत्यक्षीकरणों तथा मूल्यांकन को परिवर्तित कर देता है। इस सम्बन्ध में एक तीसरी सम्भावना भी है और यह कि इन दोनों ही पक्षों में तबदीली आये।

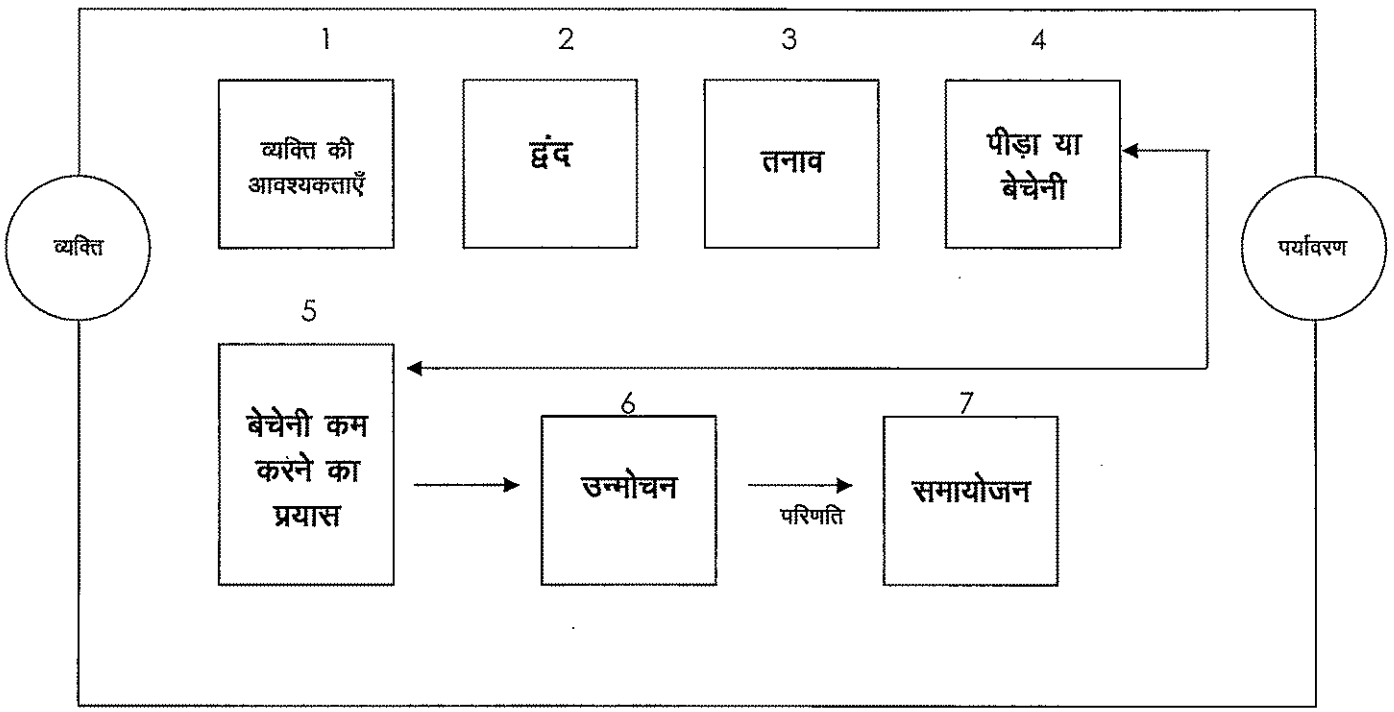
इस सन्दर्भ में **श्रीमती दवे** द्वारा समायोजन की प्रक्रिया को स्पष्ट करने हेतु यह विवरण दिया है कि ''व्यक्ति–व्यवहार के मूल में या तो आन्तरिक प्रणोद है, या बाह्य प्रेरक (external incentive) या दोनों का समन्वय। समायोजन के अभाव का तात्पर्य है इन विभिन्न प्रणोदकों के बीच द्वंद। द्वंद का परिणाम होता है तनाव, और तनाव प्रकृति से ही पीड़ा उत्पन्न करता है। वस्तुतः तनाव की स्थुल क्रिया में ही किसी तीसरी वस्तु को इस प्रकार जितनी अधिक खींच कर फैलाई जावे उतनी अधिक उनके टूटने अथवा यदि वस्तु में लचीलापन हो तो ढीली पड जाने का अंदेखा रहता है।''

उन्होनें 'समायोजन' को सामान्य व्यक्त्वि की सहज प्रक्रिया के रूप में उपकल्पित किया है। उनकी दृष्टि में 'शब्द वैज्ञानिक दृष्टिकोण को तो जीवन और समायोजन सहगामी प्रक्रम है तथा अन्योन्योत्रित की है। मूलतः जब अपने दैनन्दिन जीवन के स्वाभाविक शारीरिक तनावों के उन्मोचन हेतु व्यक्ति जो क्रियाएँ करता है, यथा, आहार निद्रा, विश्राम, उत्सर्जन आदि सभी मूलतः योजन प्रक्रियाएँ है। इसके अतिरिक्त जीवित अंगी अपने पर्यावरण के प्राकृतिक उद्दीपनों यथा प्रकाश शांति नाद, आदि के प्रति जो महज प्रतिवर्त पूर्व निर्देशित करता है, वे भी वास्तव में उसके समंजक

कार्य कहे जा सकते है। वास्तव में परिवर्तन की प्रकृति ही मूलतः समायोजन– अन्वेषी है गतिमान व्यक्तित्व तथा उसका गत्यात्मक पर्यावरण–दोनों में ही सतत् परिवर्तन होते रहने के कारण जन प्रक्रम व्यक्ति के जीवन को एक सहज निरन्तर प्रक्रिया है।

समायोजन की प्रक्रिया को स्पष्ट रूप से व्यक्त करने हेतु आगे दिये गये चित्र का उपयोग किया जा सकता है :–

1.4.0 समायोजन प्रक्रिया की सात अवस्थाएँ



रेखाचित्र 1.4.0 में समायोजन की प्रक्रिया में निहित सात दशाओं का उल्लेख किया गया है। पहली अवस्था में व्यक्ति अपनी जरूरतों को पूरा न कर पाने से अपने भीतर के प्रणोद को यानी अन्तनौदों (Driver) या बाह्य प्रेरकों या दोनों ही द्वारा अपने को उत्तेजित महसूस करता है। दूसरी अवस्था को बंद (conflict) का नाम दिया जाता है जिसमें व्यक्ति अपनी आवश्यकता को संतुष्ट करने की कोशिश में तरह–तरह के

खिंचाव का अनुभव करता है। सामान्य व्यक्ति में 'द्वन्द' की अवस्था बहुत लम्बे अरसे तक नहीं चल पाती है।

'द्वंद' की मानसिक दशा से ही व्यक्ति के भीतर एक तीसरी अवस्था का उदय होता है। जिसे 'तनाव' के रूप में देखा जा सकता है। तनाव का लक्षण व्यक्ति के शारीरिक एंव मानसिक दोनो ही पक्षों पर प्रकट होता है। तनाव की स्थिति में व्यक्ति एक प्रकार की बेचेनी या पीड़ा से ग्रस्त रहता है। जिसे कम करने की कोशिश वह स्वयं करता है। व्यक्ति की आवश्यकताओं या अन्तनौदों की सन्तुष्टि हो जाने से उसका तनाव कम हो जाता है। जिसे 'उन्मोचन' की संज्ञा दी जाती है। उन्मोचन के आधार पर व्यक्ति अपने आपसे तथा अपने पर्यावरण से सामंजस्य बना लेने में सफल होता है जिस परिगति को 'समायोजन' के नाम से विज्ञापित किया जाता है।

विशेषताएँ

'समायोजन' को मूलतः एक सामंजस्यकारी क्रिया–विधि के रूप में व्यक्ति के भीतर पाया जा सकता है। एवं इसकी निम्न विशेषताएँ है।

- समायोजन एक द्वि–मार्गी प्रक्रिया है।
- 'समायोजन' की प्रक्रिया अपने स्वभाव से ही गत्यात्मक होती है। यह उसकी निरन्तरता के जरिए स्पष्टतः परिलक्षित होती है।
- समायोजन उद्देश्यमुखी होता हैं।
- समायोजन कि प्रक्रिया में उददेश्य की सन्तुष्टि न होने पर कुण्ठा (fristratopm) उत्पन्न होती है।
- समायोजन की प्रक्रिया में दृष्टिगोचर द्वंद्व तथा कुण्ठा भाव सामान्य तथा असामान्य दोनों ही तरह के व्यक्ति में उपलब्ध होते है। द्वन्द्व की स्थिती में व्यक्ति प्रायः खिचा–खिचा सा रहता है। जबकि कुण्ठा से ग्रस्त होने पर एक अजीव पीड़ा का अनुभव करता है।

- समायोजन की प्रक्रिया को द्रत बनाने के लिए व्यक्ति को अभिप्रेरणा, अन्तर्नादों, प्रेरक शक्तियों तथा आशंका दूसरो को जानने के अतिरिक्त उसकी शैक्षिक या अन्य उपलब्धियों का लेखा जोखा, उसके आत्म–सम्प्रत्यय को समझना आवश्यक है।
- समायोजन के अभाव में व्यक्ति में उपचारिता (Delinguency) प्रमाद, आक्रामक व्यवहार दिवा स्वप्नों की बहुलता एवं आत्म विश्राम में न्यूनता आदि लक्षण पाये जाते हैं।

इस प्रकार मानसिक स्वास्थ्य तथा समायोजन कि विशेषताओं को ध्यान मे रखते हुऐ किशोरवयीन विद्यार्थीयो कि किशोर अवस्था मे उनका मानसिक स्वास्थ्य एवंम समायोजन उनके समस्त आचरनो, व्यक्तिमत्व आदी पर बहुत प्रभावकारी होते है, इसलिये यह अध्ययन किया जा रहा है। जो निम्न शिर्षक व्दारा स्पष्ट होता है।

1.5.0 समस्या का कथन

शासकीय तथा अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन।

1.6.0 शोध का परिसीमन

प्रस्तुत शोध अध्ययन के लिए शोधकर्ता ने कुछ सीमाओं का निर्धारण किया है जो निम्नलिखित है:–

- प्रस्तुत शोध भोपाल शहर के शासकीय तथा अशासकीय माध्यमिक विद्यालयों तक सीमित रखा गया है।
- प्रस्तुत शोध केवल 15 से 17 आयु वर्ग के किशोर विद्यार्थियों पर किया गया है।

1.7.0 अध्ययन के उद्देश्य

प्रस्तुत शोध के निम्न उद्देश्य रखे गए हैं –

- शासकीय एवं अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का अनुमापन करना।
- शासकीय एवं अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के समायोजन का अनुमापन करना।
- शासकीय विद्यालयों मे अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियोंके मानसिक स्वास्थ्य तथा समायोजन की तुलना का अनुमापन करना।
- अशासकीय विद्यालयों मे अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियोंके मानसिक स्वास्थ्य तथा समायोजन की तुलना का अनुमापन करना।
- किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा समायोजन के मध्य संबंध का अनुमापन करना।
- किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य का लिंगगत अनुमापन करना।
- किशोरवयीन विद्यार्थियों के समायोजन का लिंगगत अनुमापन करना।

1.8.0 परिकल्पनाएँ

प्रस्तुत शोध के निम्न परिकल्पनाएँ रखी गई हैं –

1. शासकीय तथा अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।
2. शासकीय तथा अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।

3. शासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा उनके समायोजन के बीच कोई सार्थक संबंध नहीं होगा।

4. अशासकीय विद्यालयों में अध्ययनरत किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा उनके समायोजन के बीच कोई सार्थक संबंध नहीं होगा।

5. किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य तथा उनके समायोजन के बीच कोई सार्थक संबंध नहीं हैं।

6. किशारेवयीन छात्र एवं छात्राओं के मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।

7. किशोरवयीन छात्र एवं छात्राओं के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।

1.9.0 अध्ययन की आवश्यकता

समस्त विश्वभर में आज हर प्रकार की समस्याओं में बढोत्तरी हो रही है तथा प्रत्येक समस्या का नियोजित तथा अनियोजित प्रभाव कहीं न कहीं युवा अवस्थाओं पर हो रहा है एवं उनके विचारों पर भी हो रहा है। कहीं न कहीं यदि कारक उनके मानसिक स्वास्थ्य बिगड़ने में भूमिका निभा रहे है और इसी कारण जिस तरीके से यह बच्चे अपनी अवस्था को जीना चाहिए वैसे जी नहीं पा रहे है। इस बिगडते हुए मानसिक स्वास्थ्य का असरा उनके व्यक्तिगत जीवन तथा संपूर्ण समाज को प्रभावित कर रहे है। इसलिये जब तक मानसिक स्वास्थ्य अच्छा नहीं होगा तब तक उन बच्चों का किसी के भी साथ ना समायोजन होगा और ना ही विकास होगा और ना ही उनकी सामाजिक उन्नति होगी। इसलिये शोधकर्ता के मन में यह प्रश्न निर्माण हुए की किशोरवयीन विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य कैसा है? किशोरवयीन विद्यार्थियों का समायोजन कैसा है? क्या किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उनके समायोजन में कोई निश्चित सह–सम्बन्ध है? क्या किशोरवयीन बालिका और बालक के परस्पर मानसिक स्वास्थ्य एवं समायोजन में कोई निश्चित अंतर है? इन सभी प्रश्नों का समाधान करने हेतु प्रस्तुत अध्ययन किया जा रहा है।

1.10.0 अध्ययन का महत्व

किशोरवयीन विद्यार्थियों के मनोवैज्ञानिक पक्षों के अध्ययन का महत्व निम्नलिखित कारणों से है –

1. बाल अपराध कि संख्या दिन व दिन बढ़ती जा रही है। उनके उत्थान एवं विकास के लिए इन पर ध्यान देना आवश्यक है।
2. किशोरवयीन विद्यार्थियों का यह अध्ययन मनोवैज्ञानिकों, शिक्षा शास्त्रियों एवं समाजशास्त्रियों के लिए महत्वपूर्ण है।
3. किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं उनके स्वयं समायोजन और समवयस्क समायोजन के अध्ययन से शिक्षा शास्त्रियों को, मनोवैज्ञानिकों को तथा परामर्शदाताओं शिक्षा नीति एवं योजना बनाने में मदत मिलेगी।
4. किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के अध्ययन से उनके शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक, कामुकता एवं सामाजिक विकास में आने वाली समस्याओं का निदान परामर्शदाता एवं नैदानिक मनोवैज्ञानिकों को करने में सहायता मिलेगी।
5. किशोरवयीन विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य के अध्ययन से शिक्षाशास्त्रियों एवं योजनाकारों को यौन शिक्षा से सम्बन्धित नीति बनाने में मदद मिलेगी।

प्रस्तुत अध्ययन के आधार पर किशोरवयीन विद्यार्थियों के शिक्षा से संबंधित समस्याओं को सुलझाने हेतु सुझाव दिए जा सकते हैं।