

## किशोरावस्था के विद्यार्थियों के कैरियर संघर्ष, शैक्षिक तनाव एवं शैक्षिक उपलब्धि का अध्ययन

मकसूद आलम\*  
डॉ. सविता गुप्ता\*\*

### प्रस्तावना

मानव जीवन के विकास की प्रक्रिया में किशोरावस्था का महत्वपूर्ण स्थान है। बाल्यावस्था समाप्त होती है और शुरु होती है किशोरावस्था। यह अवस्था युवावस्था अथवा परिपक्वावस्था तक रहती है। यह सतत् प्रक्रिया है। इसे बाल्यावस्था तथा प्रौढ़ावस्था के मध्य की सन्धि काल कहते हैं। इस अवस्था की बिड़म्बना होती है— बालक स्वयं को बड़ा समझता है और बड़े उसे छोटा समझते हैं।

किशोरावस्था के बालकों में विभिन्न प्रकार के शारिरिक व मानसिक परिवर्तन होते हैं जो उनके लिए अनेक प्रकार की समस्याएँ उत्पन्न करते हैं, इन्हीं समस्याओं को युवासमस्याएँ भी कहा जाता है जो कि सामाजिक स्तर व संवेगात्मक स्तर की होती हैं जो बालको को बाल अपराध के लिए भी प्रेरित करती हैं। इन समस्याओं के पीछे छिपे कारणों को पता लगाने के लिए आधुनिक शिक्षा प्रणाली में युवासमस्याओं पर जोर दिया जा रहा है। इन समस्याओं को जानने के लिए किशोरावस्था को जानना जरूरी है।

क्रो एण्ड क्रो ने कहा है— “किशोर ही वर्तमान की शक्ति एवं भावी आशा को प्रस्तुत करता है।”

### किशोरावस्था की विशेषताएँ

किशोरावस्था को दबाव, तनाव एवं तूफान की अवस्था माना गया है। इस अवस्था की विशेषताएँ एक शब्द परिवर्तन में व्यक्त किया जा सकता है। बिग्री व हण्ट के शब्दों में— “किशोरावस्था की विशेषताओं को सर्वोत्तम रूप से व्यक्त करने वाला एक शब्द है— परिवर्तन। परिवर्तन शारीरिक, सामाजिक और मनोवैज्ञानिक होता है।”<sup>1</sup>

किशोरावस्था में किशोरों के संवेगों में तीव्र परिवर्तन होते हैं जिसके फलस्वरूप इस अवस्था को संवेगों की अवस्था कहा जाता है। इस संदर्भ में हरलॉक महोदय का कहना है कि— “ किशोरावस्था बढ़ी हुई संवेगात्मक तनाव की अवस्था है जो उसके शारीरिक और ग्रंथीय परिवर्तनों के कारण इस अवस्था में होता है।” इस अवस्था में किशोरों के संवेग अस्थिर होते हैं और उनमें उतार चढ़ाव आते रहते हैं। उनका मानसिक संतुलन बिगड़ा रहता है। उसकी मन स्थिति एक सी नहीं रहती है। इस स्थर पर प्रारम्भिक चरण में तो किशोर अपने संवेगों को छुपाने में असमर्थ रहते हैं, जिससे उनके मनोभावों को पहचाना जा सकता है लेकिन धीरे धीरे उनमें अपने को नियंत्रित करने की योग्यता विकसित हो जाती है। इस अवस्था में क्रोध, भय, ईर्ष्या, घृणा और प्रेम आदि संवेगों का तीव्र प्रवाह किशोरों में देखने को मिलता है। किशोरों का जीवन बहुत ही भावात्मक होता है। संवेगात्मक आदेश में वह असंभव एवं असाधारण कार्य करने का संकल्प कर लेता है। कभी वह अत्यधिक उत्साहित तो कभी वह बहुत हतोत्साहित दिखाई देता है।

\* शोधछात्र, लॉर्ड्स विश्वविद्यालय, चिकानी, अलवर, राजस्थान।

\*\* प्रोफेसर, लॉर्ड्स विश्वविद्यालय, चिकानी, अलवर, राजस्थान।

<sup>1</sup> डॉ गया सिंह (2012)अधिगम कर्ता का विकास एवं शिक्षण अधिगम प्रक्रिया, आर लाल बुक डिपो, पृ 92

### कैरियर संघर्ष व शैक्षिक तनाव

जब व्यक्ति को कैरियर के लिए विरोधी विचारों, इच्छाओं, उद्देश्यों आदि का सामना करना पड़ता है तो इससे मस्तिष्क में संघर्ष प्रारंभ हो जाता है, इसे कैरियर संघर्ष कहते हैं।

जब मनुष्य किसी चीज को पाने की या अपनी इच्छानुसार किसी से व्यवहार की अपेक्षा करता है और वह उसे नहीं मिल पाता है तो उसमें हलचल उत्पन्न हो जाती है। इससे उसमें तनाव उत्पन्न हो जाता है।

गेट्स व अन्य के अनुसार, "तनाव असन्तुलन की दशा है, जो प्राणी को अपनी उत्तेजित दशा का अन्त करने के लिए कोई कार्य करने के लिए प्रेरित करती है।"<sup>1</sup>

फ्रायड के अनुसार— असामान्यता का स्रोत तनाव है। कठिनाइयाँ मानव के लिए मुश्किल तो हैं, लेकिन अगर मानव जीवन में कठिनाइयाँ ना हों तो जीवन स्थिर हो जायेगा क्योंकि कठिनाइयों के कारण हमारे अन्दर जीवित रहने की इच्छा पैदा होती है, लेकिन अगर कठिनाइयाँ बहुत अधिक हो जाएँ तो वही असामान्यता का रूप ले लेती है तथा इसको तनाव कहते हैं।

#### • समस्या की पृष्ठभूमि

किशोर अपने भावी जीवन में किसी न किसी व्यवसाय में प्रवेश करने की योजना बनाता है। पर वह यह नहीं जानता है कि कौन-सा व्यवसाय उसके लिए सबसे अधिक उपयुक्त होगा।

तनाव जीवन को प्रभावित करता है बहुत सी चुनौतियाँ जिनका हम सामना करते हैं, वे मनोवैज्ञानिक हैं जैसे-जैसे हम शैक्षिक सफलता या बाद में अपने जीवन में नौकरी के लिए प्रतिस्पर्धा करते हैं तब यह अन्तों के साथ अन्त्योन्त्यक्रिया की कठिनाइयों पर चिन्तन करते हैं तब मस्तिष्क द्वारा तनाव का बोध होता है और प्रतिक्रिया समन्वित होती है।

आज तनाव दैनिक जीवन का एक आम हिस्सा बन गया है। मानव जीवन में वह एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है क्योंकि हम किसी अलग अलग तरीकों की चिन्ता के शिकार हैं। आमतौर से तनाव या तो एक स्वभावगत चिन्ता हो सकती है या फिर अवस्थागत। शैक्षिक तनाव एक प्रकार का अवस्थागत तनाव होता है। जिसका सम्बन्ध शैक्षणिक संस्थानों से आने वाले आसन्न खतरे से है। जिसमें अध्यापक, शिक्षण विधियाँ, शिक्षण विषय अत्यादि सम्मिलित हैं।

#### • समस्या का औचित्य

वर्तमान शिक्षा व्यवस्था में गम्भीर समस्याएँ देखने को मिलती हैं। शिक्षा प्रशासन मूलभूत शैक्षिक समस्याओं से अनभिज्ञ है तथा प्रबन्ध समितियाँ शिक्षा की ओर से पूर्णतया विमुख हैं। अधिकांश विद्यार्थी भौतिक सुख-सुविधाओं एवं दृश्य-श्रव्य यन्त्रों के माध्यम से शिक्षण करना चाहते हैं इन यन्त्रों के माध्यम से ज्ञान प्राप्त करना सरल हो गया है। जिससे छात्र का व्यावहारिक ज्ञान जाता रहा जिससे विद्यार्थियों में प्रतिस्पर्धा, द्वेष, ईर्ष्या आदि अवगुणों का आविर्भाव हुआ जिससे छात्र तनाव युक्त हो गये तथा अपने कैरियर के प्रति भी संघर्षमय दिखाई पड़ते हैं। तनाव का कारण है कि आज के दौर में और विगत दशक पहले के समय में बहुत अन्तर आ गया है। वर्तमान में शिक्षित नव युवकों की एक लम्बी कतार अनेक पाठ्यक्रमों को करने के लिए अति प्रतिस्पर्द्धा चल रही है। इसको देखते हुए विद्यार्थियों पर मानसिक दबाव में अभिवृद्धि हुई जिससे तनाव छात्रको अपनी असफलता तक घेरे रहता है। इस तनाव से छुटकारा पाने के लिए स्वाध्याय एवं मनोवैज्ञानिक और वैज्ञानिक विधियों के द्वारा शिक्षण को सरल सुबोध तथा कौशलात्मक विकास की आवश्यकता है।

पूर्व में हुए अध्ययन के निष्कर्षों में पाया कि प्रतिस्पर्द्धा की दौड़ में तनाव युक्त विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धियों पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ा है। तनावशील युवकों में इस प्रतिस्पर्द्धा के दौर में सभी को शैक्षिक उपलब्धि

<sup>1</sup> पाठक, पी. डी. : शिक्षा मनोविज्ञान, श्री विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा, 2011, पृ. सं. 453

पाना सरल सहज और आसान नहीं रहा है। किशोर विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर तनाव का प्रभाव पाया जाता है तथा प्रयोगात्मक समूह पर तनाव को दूर करने का प्रशिक्षण देने पर उन विद्यार्थियों में तनाव कम पाया गया तथा उनकी शैक्षिक उपलब्धि में सुधार हुआ।

प्रायः दैनिक जीवन में कई ऐसी स्थितियाँ आती रहती हैं, जिससे व्यक्ति तनाव में हो जाता है। तनाव मानसिक एवं शारीरिक दोनों ही के लिए हानिकारक होती है। आये दिन देखने को मिलता है कि माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, केन्द्रीय शिक्षा बोर्ड आदि के परीक्षा परिणाम आने पर बहुत से विद्यार्थी निराश हो जाते हैं और वह तनाव में आने के कारण आत्महत्या तक कर लेते हैं।

अतः आवश्यक है कि शैक्षिक तनाव एवं कैरियर संघर्ष प्रबन्धन या शैथिल्यीकरण हेतु सूचनाओं का संकलन कर आसानी से सामना किया जा सके। आज आवश्यकता है किशोरावस्था के विद्यार्थियों के कैरियर संघर्ष, शैक्षिक तनाव को कम कर उनके शैक्षिक उपलब्धि का विकास किया जाए ताकि किशोर तनाव मुक्त होकर अपने भावी जीवन की तैयारी कर सकें।

### सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. डॉ. गया सिंह(2012) अधिगम कर्ता का विकास एवं शिक्षण अधिगम प्रक्रिया, आर लाल बुक डिपो।
2. राय, नीति (2012) शोध प्रबन्ध, पीएच.डी. मनोविज्ञान, वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, जौनपुर(उ.प्र.) ।
3. सारस्वत, डॉ. मालती (2006) शिक्षा मनोविज्ञान की रूपरेखा, आलोक प्रकाशन लखनऊ ।
4. पाठक,पी.डी. (2007):“शिक्षा मनोविज्ञान” विनोद पुस्तक मुन्दिर आगरा।
5. भार्गव, महेश (2007) आधुनिक मनोवैज्ञानिक परीक्षण व मापन’ एच.पी. भार्गव बुक हाउस आगरा ।
6. भारद्वाज, दीप्ति (2007) एम.फिल. शोध प्रयोजना, चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सिरसा हरियाणा ।

