

## निवाई तहसील के किशोरावस्था की समस्या एवं समायोजन

डॉ. गीता मीणा\*

### सार

किशोरावस्था वह अवस्था है जिसमें व्यक्ति ना तो बालक होता है न ही प्रौढ़ होता है। किशोरावस्था में ही व्यक्ति का भविष्य निर्धारित होता है। मानव के जीवन में किशोरावस्था सर्वाधिक विचलित अवस्था मानी गई है। इसे तूफान एवं तनाव की अवस्था भी कहा जाता है। इस अध्ययन में निवाई तहसील के किशोरों की समस्या एवं उनके समायोजन का अध्ययन किया जाएगा जिसके तहत प्रेषण विधि का प्रयोग किया जाएगा एवं 20 किशोर किशोरियों का इसमें चयन किया है।

**शब्दकोश:** किशोरावस्था प्रौढ़ समस्या, समायोजन, विचलित।

### प्रस्तावना

किशोरावस्था बालक के विकास क्रम में आने वाली वह समस्या है जिसके शुरु हो जाने पर बालक न तो बालक रहता है और न ही प्रौढ़ कहा जा सकता है। किशोरावस्था में नवीन गुणों के आने के साथ-साथ कई प्रकार के परिवर्तन भी देखे जाते हैं जैसे शारीरिक परिवर्तन मानसिक परिवर्तन, सामाजिक परिवर्तन इत्यादि।

किशोरावस्था की शुरुवात बालक की शारीरिक आयु पर नहीं बल्कि उसके भीतर उत्पन्न होने वाली शारीरिक एवं मानसिक विशेषताओं पर आधारित है। मानव विकास चक्र की तीसरी अवस्था किशोरावस्था है जो कि बाल्यावस्था के अंत से प्रारंभ होती है तथा व्यवस्थावस्था के प्रारंभ में समाप्त हो जाती है। सामान्यतः 12 वर्ष से 18 वर्ष तक की आयु को किशोरावस्था मानते हैं परन्तु कुछ मनोवैज्ञानिक 21 वर्ष तक की आयु को किशोरावस्था मानते हैं।

किशोरावस्था मानव जीवन की सबसे सुन्दर एवं स्वर्णिम अवस्था है। किशोरियाँ रंग-बिरंगे सपने देखते हैं। अपने भविष्य निर्माण हेतु ताना-बाना बुनते हैं। किशोरावस्था के अंत तक किशोर-किशोरिया का शारीरिक एवं मानसिक विकास पूर्ण हो जाता है। इनमें असीम शक्ति होती है, अक्षय ऊर्जा का भंडार होता है।

- **स्टेनले हॉल के अनुसार** – ‘किशोरावस्था बड़े संघर्ष तनाव तूफान तथा विरोध की अवस्था है।’
- **क्रो एवं क्रो के अनुसार** – ‘किशोर ही वर्तमान की शक्ति और भावी आशा को प्रस्तुत करता है।’
- **जीन पियाजे के कथनानुसार** – ‘किशोरावस्था आदर्शों की अवस्था है सिद्धान्तों के निर्माण की अवस्था है, साथ ही जीवन का सामान्य समायोजन है।’

\* सह आचार्य (गृह विज्ञान), राजकीय कन्या महाविद्यालय, टोंक, राजस्थान।

- **विलियम बर्टन के अनुसार** – “बारह वर्ष से अठारह वर्ष तक की आयु तक की बालक किशोर कहलाता है। इस आयु में बालक की नसों में ज्वार उठना आरम्भ होता है। यदि इस ज्वार का बाढ़ के समय उपयोग कर लिया जाये एवं इसकी शक्ति और धारा के साथ-साथ नई यात्रा आरम्भ कर दी जाये तो सफलता प्राप्त की जा सकती है।”
- **आर्थर एस. रेबर के अनुसार** – “विकास की अवस्था है, जो बाल्यावस्था के समापन तथा प्रौढ़ावस्था के आरम्भ तक शारीरिक व मनोवैज्ञानिक परिपक्वता ग्रहण करती है, किशोरवस्था कहलाती है।”
- **कूहलन के अनुसार** – “किशोरावस्था यह काल है जिसकी विशेषताएँ हैं, लिंगी, सामाजिक, व्यावसायिक, आदर्श सम्बन्धित समायोजन और माता-पिता पर निर्भरता से मुक्ति प्राप्त करने की चेष्टा।”

किशोरावस्था समस्याओं का घर है। इस अवस्था में समस्याएँ ही समस्याएँ हैं। किशोर न केवल अपने माता-पिता, अपने संरक्षकों, शिक्षकों एवं समाज के लोगों के लिए समस्या है वरन् ये स्वयं में भी एक बड़ी समस्या है। इनकी समस्याएँ अध्ययन, स्वास्थ्य, मनोरंजन, व्यवसाय का चुनाव, नौकरी, विपरित लिंगों के प्रति आकर्षण, प्रेम विवाह की प्रबल इच्छा आदि किसी भी चीज से संबंधित हो सकती हैं इसीलिए किशोरावस्था को “समस्याओं की उम्र एवं तूफान की अवस्था भी कहा जाता है। किशोरों के लिए सबसे बड़ी समस्या है कि न तो उसे बालक की दृष्टि से देखा जाता है न ही वयस्क की दृष्टि से। न तो उसकी गलतियों को नजरअंदाज किया जाता है और न ही वयस्कों की भांति उसे मान-सम्मान, इज्जत व प्यार दिया जाता है। यह स्थिति किशोरों के लिए अत्यन्त दुखदायी होती है जिससे इनके अन्दर चिंताओं के साथ-साथ कुंठा भी उत्पन्न होने लगती है।

- **आइजेनेक के अनुसार** – “किशोरावस्था वह अवस्था है जिसमें एक विकासशील व्यक्ति बाल्यावस्था में परिपक्वावस्था की ओर बढ़ता है।”

सुखी एवं आनन्द दायक जीवन जीने के लिए आवश्यक है कि बालक का व्यवहार समायोजित हो समायोजन का स्वभाव कई कारकों से निर्धारित होता है। जब कोई संघर्ष की स्थिति आंतरिक आवश्यकताओं तथा बाह्य आवश्यकताओं द्वारा उत्पन्न होती है तो उसे व्यक्ति के समक्ष तीन विकल्प होते हैं। प्रथम व्यक्ति अपनी आंतरिक आवश्यकताओं का दमन कर दे, द्वितीय वातावरण में अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए वांछित परिवर्तन करे, तृतीय वह अपनी मानसिक प्रतिरक्षात्मक युक्तियों का प्रयोग संघर्ष की स्थिति से बचने तथा व्यक्तित्व के संतुलन को बनाये रखने के लिए करता है।

प्रत्येक जीवित व्यक्ति की कुछ न कुछ समस्याएँ और प्रभावशाली होती हैं। किसी व्यक्ति की व्यक्तिगत परेशानियों इस बात पर निर्भर नहीं करती हैं कियह कितनी समस्याओं और परेशानियों का सामना करता है बल्कि इस बात पर निर्भर करती है कि वह इन समस्याओं और परेशानियों के प्रति किस प्रकार की प्रतिक्रिया करता है या इनमें वह यह किस प्रकार से समायोजन करता है।

अतः समायोजन व्यक्ति के द्वारा की जाने वाली वह संचेतन क्रिया है। जिससे वह अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति एवं आवश्यकताओं एवं परिस्थितियों में संतुलन स्थापित करता है। तभी वह अपना कार्य उचित ढंग से करने में सफल होता है।

- **शेफर (1961)** “समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा जीवित जीव अपनी आवश्यकताओं और उन परिस्थितियों के बीच संतुलन बनाए रखता है तो इस आवश्यकताओं की संतुष्टि को प्रभावित करती है।”
- **स्किनर के अनुसार** – “समायोजन से हमारा अभिप्राय उन बातों से है सामूहिक क्रिया-कलापों में स्वास्थ्य एवं उत्साहवर्धन ढंग से भाग लेना समय पड़ने पर नेतृत्व का भार उठाने की सीमा तक उत्तरदायित्व का वहन करना उससे बढ़कर समायोजन में अपने को किसी प्रकार के धोखे से बचाने की कोशिश करना।”

- **अलेक्जेंडर एवं ट्रेडर्स के अनुसार** – “समायोजन का अर्थ आवश्यकताओं, असन्तोष, भागनाशाओं एवं संघर्ष से निपटने की क्षमता, शान्तिमय जीवन व्यतीत करने की योग्यता आदि बातों से है दूसरे व्यक्तियों के साथ सफलतापूर्वक रहने की योग्यता प्राप्त करना है। अतः समायोजन का अर्थ व्यक्ति की आन्तरिक एवं बाह्य जगत की आवश्यकताओं में सन्तोषजनक सम्बन्ध स्थापित करना है।”

जरीना एस. के और वी. एम. वत्सला (2011) समायोजन समस्या समय प्रबंधन और माता-पिता की सामाजिक, आर्थिक और शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव। 8वीं कक्षा के 80 विद्यार्थियों का नमूना लिया गया और मल्लिका द्वारा विकसित समायोजन सूची और टी. पी. कमला के समय प्रबंधन पैमाने का उपयोग किया गया। शोधकर्ताओं ने निष्कर्ष निकाला कि सामाजिक, आर्थिक कारणों का छात्रों के उपलब्धि पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता। कम उपलब्धि वाले छात्रों ने उच्च उपलब्धि छात्रों तुलना में अधिक समायोजन समस्याएं नहीं दिखाई दी।

### अध्ययन की आवश्यकता

किशोरावस्था बहुत सी शारीरिक एवं संवेगात्मक परिवर्तन परिस्थितियों के कारण कोमल अवस्था होती है। इसलिए किशोरावस्था के बालकों को कुछ रुढ़िवादितापूर्ण आवश्यकताओं द्वारा होने वाली कठिनाईयों तथा समायोजन संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इस प्रकार की अवस्था में बच्चे अपने आप को पूर्ण प्रौढ़ समझते हैं। इसलिए वे स्वतन्त्रता की आवश्यकता महसूस करते हैं। इस इच्छा के कारण समायोजन स्थापित करने में कठिनाईयों पैदा होती हैं। अभिभावक तथा अध्यापकों को चाहिये कि वे उन्हें पूर्ण व्यक्ति समझे तथा उन्हें स्वतन्त्रता तथा उत्तरदायित्व दें। आत्मनिर्भरता से तात्पर्य है कि वे अपने जीवन में जो भी चाहे वे स्वतन्त्र रूप से कर सकते हैं। इस आवश्यकता की पूर्ति शिक्षा तथा व्यवसाय से संबंधित निर्देश देकर की जा सकती है। उनकी पाठ्यपुस्तकें ऐसी हो जिनमें उनका रुझान हो और वह उसमें रुचि ले सके।

वे धार्मिक मामलों में रुचि लेते हैं। उनका विषय-दर्शनशास्त्र की चर्चा करना ही नहीं बल्कि आचरण, धर्म तथा भविष्य के बारे में वार्तालाप करना होता है। अतः अध्यापकों तथा अभिभावकों का यह कर्तव्य है कि वे उनकी इस आवश्यकता को पूरा करें तथा धर्म शिक्षा और नैतिक ट्रेनिंग पर बल दें, नहीं तो अभिभावक तथा बच्चों के मध्य झगड़ा उठ खड़ा होगा। बालक अभिभावक के सहारे के बिना कष्ट उठाते हैं। बच्चों से सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार करना चाहिए ताकि वे निराशाओं तथा समस्याओं से बच सकें। यह अवस्था तीव्र विकास का समय है शरीर लम्बा होता है, भार बढ़ता है और शरीर हर प्रकार से वृद्धि करता है। इसलिए जीवन के दूसरे चरणों की अपेक्षा इस चरण पर मात्रा तथा गुण दृष्टिकोण से अधिक अच्छी खुराक की आवश्यकता है। अभिभावक, अध्यापकों तथा शिक्षा शास्त्रियों का यह कर्तव्य है कि वे देखें कि बच्चों को सादा तथा पौष्टिक भोजन की उचित मात्रा समय पर मिलनी चाहिए। खुराक का गुणकारी होना भी आवश्यक है। यह अवस्था स्व-श्रृंगार की आयु होती है और बच्चे आरम्भ-वेतन होते हैं। उनमें दूसरों को अपनी ओर आकर्षित करने की तीव्र चाह होती है। वे प्रत्येक क्षेत्र में अपने आपको अभिव्यक्त करना चाहते हैं। इसके पीछे आत्म पहचान का संवेग काम किये इस बात का पूरा-पूरा ध्यान रखे। इन बच्चों को पूर्ण व्यक्तियों के तौर पर सम्मान मिलना चाहिए। इस काल में लिंग प्रकृति परिपक्व और तीव्र हो जाती है। वे विरोधी लिंगको मोहित करने के लिए अपने शरीर का श्रृंगार करते हैं। वे विरोधी लिंग से मिलाप की अच्छा का अनुभव करता है। अतः अभिभावक तथा अध्यापकों को चाहिए कि वे अवसर दें जिनके द्वारा उनकी आवश्यकताएँ शुद्ध हो जाएं।

किशोरावस्था में बालक पुराने अनुभवों को पसन्द नहीं करते। वे नये से नये अनुभवों में रुचि लेते हैं। उनकी इस इच्छा की संतुष्टि पर्यटन या ट्रिप, सैर सपाटे तथा स्कूल में पाठ्यक्रम सम्बन्धित क्रियाओं द्वारा की जा सकती है। अभिभावकों, अध्यापकों तथा शिक्षाशास्त्रियोंको यथासम्भव किशोर अवस्था के बालकों की आवश्यकताओं की तृप्ति करनी चाहिए। परन्तु फिर भी जिस वस्तु की आवश्यकता है वह यह है कि उनके मनोविज्ञान को समझा जाए और उनकी कठिनाईयों में उनकी सहायता की जाये। किशोरावस्था में छात्र व छात्राओं का समायोजन करना अत्यन्त जटिल है। प्रस्तुत शोध में किशोर छात्र व छात्राओं के समायोजन को जानने का प्रयास किया है।

### उद्देश्य

- निवाई तहसील के किशोरों की विद्यालय उपलब्धि अभिप्रेरणा का अध्ययन करना।
- किशोरावस्था के विद्यार्थियों का शैक्षिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन।

### निष्कर्ष

तनाव से मुक्ति पाने अपनी जरूरतों को पूरा करने के लिए व्यक्ति को समायोजन के लिए प्रयास करते रहना चाहिए। जिससे पारिवारिक और व्यक्तिगत जीवन हर्ष और उल्लासित रहते हैं जिससे जीवन में प्रगति होती है। यदि किसी छात्र को समायोजन में समस्या है तो उन्हें परामर्श द्वारा दूर किया जा सकता है। संस्था प्रधान एवं अन्य विद्यालय सदस्य छात्रों सम्पर्क में रहे एवं उनकी समस्याओं को दूर करने का प्रयास करके छात्र-छात्राओं का आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए सुझाव व ज्ञान देते रहे।

### सुझाव

- अभिभावक एवं अध्यापक बच्चों से मित्रता पूर्वक व्यवहार करे।
- बच्चों को अपनी बात कहने का मौका प्रदान करे।
- विद्यालय में अभिभावक एवं अध्यापक समय-समय पर एक दूसरे से बच्चों की जानकारी लेते रहे।

### सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. पाठक पी.डी. Forty second edition शिक्षा मनोविज्ञान, प्रकाशन अग्रवाल पब्लिकेशन आगरा
2. वृन्दासिंह रसवां संस्करण 2019, 2012, पृ.सं.-42 मानव विकास एवं पारिवारिक सम्बन्ध, प्रकाशक पंचशील, जयपुर, पृ.सं.-574-611
3. गुप्ता, एस. पी. एवं गुप्ता, अलका (2012) : "उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान" शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद।
4. भटनागर, ए. बी. एवं भटनागर, मीनाक्षी (2002) : "शैक्षिक मनोविज्ञान इन्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, मेरठ।
5. भार्गव, महेश चन्द्र हरप्रसाद (2003) : "आधुनिक मनोवैज्ञानिक परीक्षण एवं मापन" भार्गव पुस्तक प्रकाशन, आगरा।
6. International Journal of H.S. 2020, 612, P.N.-437-438
7. Aryavart Shodhvikas patrika, Vol-10, P.N.-184-187-

