



xq dgy fo | ky; ka, oal jcdkj h fo | ky; ka eav/; ; ujr~ek/; fed Lrj ds fo | kfkz, kad h l oskRed ifji Dork dk v/; ; u

संजीव कुमार

शोध छात्र, हेमवती नन्दन बहुगुणा गढ़वाल केन्द्रीय
विश्वविद्यालय, बिड़ला परिसर, श्रीनगर, उत्तराखण्ड

डॉ. एस. के. लखेड़ा

एसोसिएट प्रोफेसर, शिक्षा विभाग,
हेमवती नन्दन बहुगुणा गढ़वाल केन्द्रीय विश्वविद्यालय,
बिड़ला परिसर, श्रीनगर, उत्तराखण्ड

l kjlak

सम्पूर्ण जीवन अवधि में मनुष्य के शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक पक्षों को प्रभावी रूप से विकसित करने का कार्य शिक्षा द्वारा ही सम्भव होता है। मानव के मानसिक विकास में संवेगों का अत्याधिक महत्वपूर्ण योगदान है। संवेग मनुष्य की मानसिक एवं शारीरिक मूल प्रवृत्तियों को प्रदर्शित करने का कार्य करते हैं। संवेगात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति वे व्यक्ति होते हैं, जो अपने संवेगों पर नियन्त्रण तथा आवश्यकतानुसार अपने संवेगों को परिवर्तित एवं प्रदर्शित करने में सक्षम होते हैं। प्रस्तुत शोध में शोधकर्ता का उद्देश्य माध्यमिक स्तर के गुरुकुल विद्यालयों एवं सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत् विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता का तुलनात्मक अध्ययन करना है। प्रस्तुत अध्ययन में आंकड़ों को एकत्र करने के लिए डॉ० यशवीर सिंह तथा महेश भार्गव द्वारा निर्मित संवेगात्मक परिपक्वता मापनी (2012) का प्रयोग किया गया। प्रस्तुत शोध अध्ययन के लिए हरिद्वार जिले के माध्यमिक स्तर के 120 विद्यार्थियों का चयन यादृच्छिक न्यादर्श विधि द्वारा गुरुकुल एवं सरकारी विद्यालयों से किया गया तथा आंकड़ों के सांख्यिकीकरण के लिए माध्यमान, मानक विचलन और टी परीक्षण का प्रयोग किया गया। प्राप्त निष्कर्ष से ज्ञात हुआ, कि— गुरुकुल विद्यालयों एवं सरकारी विद्यालयों की छात्राओं में छात्रों की अपेक्षा अधिक संवेगात्मक परिपक्वता पाये गये, तथा गुरुकुल विद्यालयों के विद्यार्थियों में सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की अपेक्षा अधिक संवेगात्मक परिपक्वता है।

ef; fclhq माध्यमिक स्तर के विद्यार्थी, संवेगात्मक परिपक्वता, गुरुकुल एवं सरकारी विद्यालय

i Lrkouk

21वीं शताब्दी में वैज्ञानिक खोजों व आविष्कारों ने विश्व जगत के मानवों की जीवन शैली, मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य आदि विभिन्न पक्षों को सकारात्मक एवं नकारात्मक रूप से प्रभावित किया है। विश्व स्तर पर होने वाले आविष्कारों ने मानव विकास को विभिन्न अवस्थाओं को प्रभावित किया है। इन परिवर्तनों से किशोरावस्था सबसे अधिक प्रभावित हुई है।

विभिन्न शोध अध्ययन से ज्ञात हुआ है, कि तकनीकी एवं आधुनिकीकरण में होने वाले तेजी से परिवर्तन ने किशोरावस्था के बच्चों में मानसिक अस्थिरता, असमायोजन, संवेगों पर अनियन्त्रण तथा मानसिक तनाव एवं दबाव आदि को बढ़ाया है। किशोरावस्था में सांवेगिक प्रक्रिया एवं मानसिक उथल-पुथल अपनी चरम सीमा पर होता है, क्योंकि इस अवस्था में बालकों में तीव्र गति से शारीरिक तथा ग्रंथिल परिवर्तन होते हैं। गैसल तथा उनके सहयोगियों ने अपने एक अध्ययन में पाया कि 13-14 साल के विद्यार्थियों में ही (क्रोध) संवेग की तीव्रता अधिक होती है, परन्तु 18-19 साल होते होते क्रोध की तीव्रता में कमी आ जाती है।

संवेगों के उदय होने पर व्यक्ति को सृजनात्मक एवं रचनात्मक कार्य करने की प्रेरणा मिलती है। साथ ही व्यक्ति में अतिरिक्त शक्ति का संचार होता है, तथा किशोर ऐसे कार्य कर दिखाता है, जो सामान्य स्थिति में उसके लिए संभव

प्रतीत नहीं होते हैं। मैकडूगल (2006), "संवेग एक प्रकार का अनुभव है, जो किसी न किसी मूल प्रवृत्तीय क्रिया से सम्बद्ध होता है।" क्रो एवं क्रो (2006), "संवेग व्यक्ति के आंतरिक समायोजन, मानसिक एवं शारीरिक-भौतिक अवस्थाओं से प्रभावित होकर उसके व्यवहार में दिखायी देने वाला प्रभावशाली अनुभव है।"

1. संवेगात्मक परिपक्वता

किसी बालक या व्यक्ति द्वारा अपने संवेगों पर नियन्त्रण रखना तथा अपने संवेगों को परिस्थितियों के अनुसार प्रदर्शित करना ही संवेगात्मक परिपक्वता कहलाता है।

2. संवेगात्मक परिपक्वता के संशोधन के लिए आवश्यक बातें

- संवेगात्मक परिपक्वता किशोर के व्यक्तित्व को अभिप्रेरित करने का कार्य करती है। इसके द्वारा व्यक्ति अपनी भावनाओं एवं संवेगों को दूसरों के समक्ष प्रस्तुत करने में समर्थ होता है। संवेगात्मक रूप से परिपक्व किशोर दूसरों को जानने से पहले स्वयं के बारे में ज्ञान अर्जित करता है, इससे उसे परस्पर सहयोगी सम्बंध एवं व्यवहार परिमार्जित करने में सहायता मिलती है।
- संवेगात्मक रूप से परिपक्व किशोर अपने व्यवहार द्वारा सफलतापूर्वक अन्य व्यक्तियों का हृदय जीत सकता है, जो कि उसके शारीरिक, मानसिक व सामाजिक विकास में सहायक होता है। संवेगात्मक परिपक्वता उत्तेजक प्रेरणाओं को सही दिशा देने में, सम्प्रेषण को सुधारने में एवं तनाव को कम करने में सहायक के रूप में कार्य करती है।

शैशवावस्था में संवेगात्मक व्यवहार प्रायः अस्थिर होता है, जो बाल्यावस्था में स्थिरता की ओर बढ़ने लगता है। किशोरावस्था तक आते-आते संवेग अधिकांश रूप में उग्र एवं प्रभावशाली हो जाते हैं। वंशानुक्रम, मानसिक योग्यता, शारीरिक स्वास्थ्य, पारिवारिक परिवेश इत्यादि कारकों का प्रभाव किशोरों के संवेगात्मक विकास एवं परिपक्वता को प्रभावित करता है। केवल शिक्षा ही एक सशक्त माध्यम है, जिनसे संवेगों का संशोधन एवं परिमार्जन किया जा सकता है। संवेगात्मक परिपक्वता के परिपेक्ष्य में अनेक शोधकर्ताओं ने शोध कार्य किये। मथीन (2011), ने शहरी कालेज लड़कियों संवेगात्मक परिपक्वता का अध्ययन का अध्ययन किया। राठी एवं सिंह (2011), ने अन्तर्राष्ट्रीय, राष्ट्रीय और राज्य स्तरीय खिलाड़ियों की संवेगात्मक परिपक्वता का अध्ययन किया। सुब्रायन एवं विश्वनाथन (2011), ने स्कूली छात्रों की संवेगात्मक परिपक्वता का अध्ययन किया। सिंह, कौर एवं दुरीजा (2012), ने विश्वविद्यालयी छात्रों के बीच संवेगात्मक परिपक्वता का तुलनात्मक अध्ययन किया। उपरोक्त शोध कार्य का अध्ययन कर शोधकर्ता ने जनपद हरिद्वार के माध्यमिक स्तर के गुरुकुल विद्यालयों एवं सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों में संवेगात्मक परिपक्वता का तुलनात्मक अध्ययन करने का निर्णय किया।

3. संवेगात्मक परिपक्वता के अध्ययन के लिए आवश्यक बातें

1. गुरुकुल विद्यालयों में अध्ययनरत् माध्यमिक स्तर के छात्र एवं छात्राओं की संवेगात्मक परिपक्वता का अध्ययन करना।
2. सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत् माध्यमिक स्तर के छात्र एवं छात्राओं की संवेगात्मक परिपक्वता का अध्ययन करना।
3. गुरुकुल एवं सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत् माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता का तुलनात्मक अध्ययन करना।

4. संवेगात्मक परिपक्वता के अध्ययन के लिए आवश्यक बातें

1. गुरुकुल विद्यालयों में अध्ययनरत् माध्यमिक स्तर के छात्र एवं छात्राओं की संवेगात्मक परिपक्वता में सार्थक अन्तर नहीं है।
2. सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत् माध्यमिक स्तर के छात्र एवं छात्राओं की संवेगात्मक परिपक्वता में सार्थक अन्तर नहीं है।

3. गुरुकुल एवं सरकारी विद्यालयों में अध्ययनरत् माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता में सार्थक अन्तर नहीं है।

U; knशZ, oaU; knशZi fof/k

प्रस्तुत अध्ययन में जनपद हरिद्वार के गुरुकुल एवं सरकारी विद्यालयों के माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों को जनसंख्या के अन्तर्गत सीमित किया। प्रस्तुत अध्ययन में न्यादर्श के रूप में यादृच्छित विधि (Random Sampling) द्वारा हरिद्वार में स्थिति 5 गुरुकुल तथा 5 सरकारी विद्यालयों का चयन कर 60 गुरुकुल विद्यार्थी एवं 60 सरकारी विद्यालय के विद्यार्थी का चयन यादृच्छित विधि (Random Sampling) न्यादर्श के रूप में किया गया है।

l kf; dh i fof/k

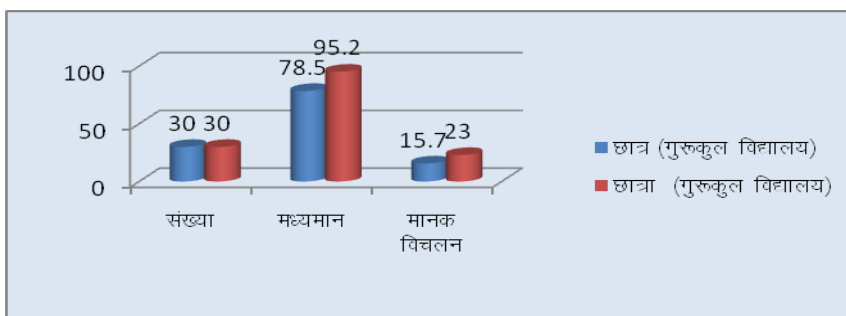
शोधकर्ता ने प्रस्तुत शोध उद्देश्यों के आधार पर आंकड़ों के विश्लेषण के लिए माध्यमान, प्रमाणित विचलन एवं टी परीक्षण का प्रयोग किया गया।

i nRrk dk foशy'sk k , oaU; k; k

xq dy fo | ky; k ea v/; ; ujr ek; fed Lrj ds Nk= , oa Nk=k/ea l oskRed ifjiDork dk foj.k rkfydk l q; k&01 esfn; k t k jgk gA

rkfydk l q; k&01

fo ky; dk Lo: i ¼xq dy fo ky; ½	Lk; k	e/; eku	Ekud fopyu	Lora-rk dk væk	Vh eV;
छात्र	30	78.5	15.70	58	6.007
छात्रा	30	95.2	23.00		

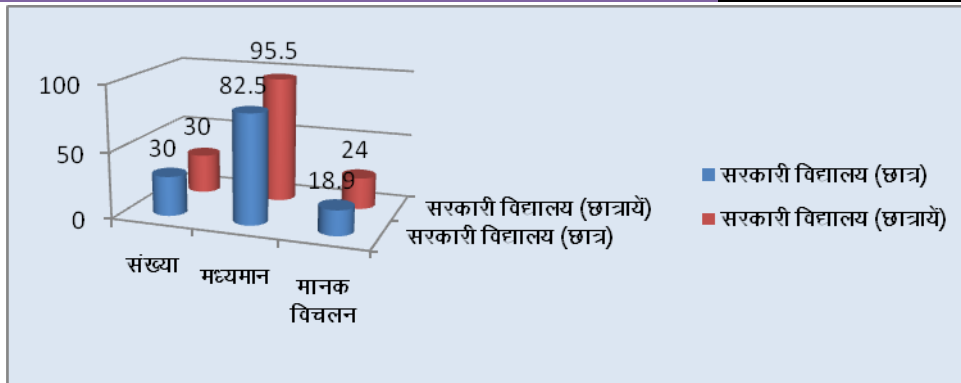


उक्त तालिका एवं ग्राफ संख्या से स्पष्ट है, कि—गुरुकुल विद्यालयों के माध्यमिक स्तर पर छात्र एवं छात्राओं का माध्यमान एवं मानक विचलन क्रमश 78.5 एवं 95.2 है, मानक विचलन क्रमश: 15.7 एवं 23 है, तथा टी मान 6.007 पाया गया यह मान टी मान 0.05 स्तर पर सार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना अस्वीकृत होती है। अतः विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता उनके लिंग के स्वरूप से प्रभावित होती है। इससे स्पष्ट होता है, कि— छात्रों की तुलना में छात्राओं में संवेगात्मक परिपक्वता अधिक पायी गयी है। सिंह, कौर एवं दुरीजा (2012), विश्वविद्यालयी स्तरीय विद्यार्थियों के बीच संवेगात्मक परिपक्वता के तुलनात्मक अध्ययन में पाया कि, विद्यालय का स्वरूप संवेगात्मक परिपक्वता को प्रभावित करता है।

l jcdjh fo | ky; k ea v/; ; ujr ek; fed Lrj ds Nk= , oa Nk=k/ea l oskRed ifjiDork dk foj.k rkfydk l q; k 02 esfn; k t k jgk gA

rkfydk l q; k&02

fo ky; dk Lo: i ¼l jcdjh fo ky; ½	Lk; k	e/; eku	Ekud fopyu	Lora-rk dk væk	Vh eV;
छात्र	30	82.4	18.9	58	1.926
छात्रा	30	95.5	24		

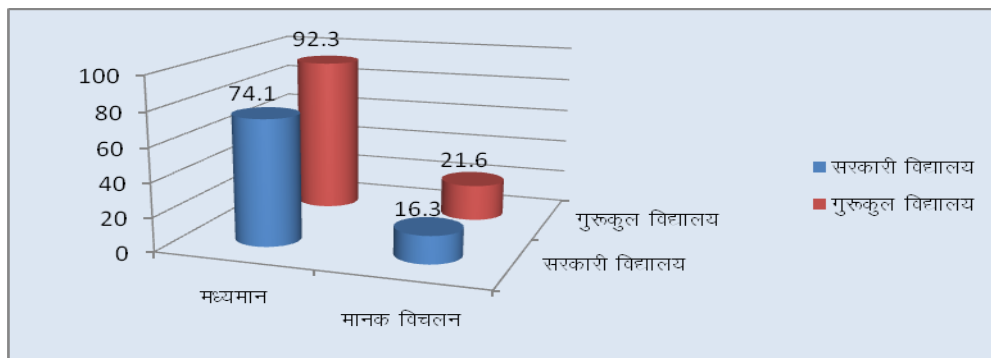


उक्त तालिका से स्पष्ट है कि सरकारी विद्यालयों के माध्यमिक स्तर पर छात्र एवं छात्राओं का माध्यमान एवं मानक विचलन क्रमश 82.5 एवं 95.5 है, मानक विचलन क्रमश: 18.9 एवं 24 है, तथा टी मान 1.926 पाया गया यह मान टी मान 0.05 स्तर पर सार्थक नहीं है। अतः शून्य परिकल्पना स्वीकृत होती है। अतः विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता उनके लिंग के स्वरूप से प्रभावित होती है। इससे स्पष्ट होता है कि छात्रों की तुलना में छात्राओं में संवेगात्मक परिपक्वता अधिक पायी गयी है। सुब्रायन एवं विश्वनाथन (2011), ने स्कूली छात्रों की संवेगात्मक परिपक्वता का अध्ययन में पाया कि, विद्यालय के प्रकार एवं लिंग संवेगात्मक परिपक्वता को प्रभावित करते हैं। इसे उक्त ग्राफ द्वारा स्पष्ट किया गया है।

खद्य, oaljdkjh ds ek; fed Lrjh; Nk=la dh l oskRed ifjiDork dk rYkRed foj.k rkydk 03 eafn; k x; k gA

rkfydk l d; k &03

fo ky; dk Lo: i	Lk; k e/; eku	Ekud fopyu	Lorark dk vak	Vh dk eku
सरकारी विद्यालय	60	74.1	16.30	118
गुरुकुल विद्यालय	60	92.3	21.6	



उक्त तालिका एवं ग्राफ से स्पष्ट है, कि— गुरुकुल विद्यालय के विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता का मध्यमान सरकारी विद्यालयों से अधिक अत्यधिक स्थायी परिपक्व होने का द्योतक है। सरकारी एवं गुरुकुल विद्यालय के माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता के मध्य टी मान 4.764 पाया गया यह मान टी मान 0.05 स्तर पर सार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना अस्वीकार की जाती है। अतः विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता उनके विद्यालयों के स्वरूप से प्रभावित होती है। इससे स्पष्ट होता है कि सरकारी विद्यालयों की तुलना में गुरुकुल विद्यालय के माध्यमिक स्तरीय विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता अधिक होती है।

fu' d' kZ

1. गुरुकुल विद्यालयों के माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों में छात्रों की अपेक्षा छात्राओं में अधिक संवेगात्मक परिपक्वता पायी गयी।

- सरकारी विद्यालयों के माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों में छात्रों की अपेक्षा छात्राओं में अधिक संवेगात्मक परिपक्वता पायी गयी।
- सरकारी विद्यालयों के माध्यमिक स्तरीय विद्यार्थियों की तुलना में गुरुकुल विद्यालय के माध्यमिक स्तरीय विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता अधिक पायी गयी।

1 q-ko

प्रस्तुत अध्ययन में पाया गया कि गुरुकुल विद्यालयों के विद्यार्थियों में संवेगो को नियन्त्रित एवं आवश्यकतानुसार समायोजन करने की क्षमता अधिक है। गुरुकुल विद्यालयों में योग, प्राणायाम, आसन एवं ध्यान आदि क्रियायें नियमित रूप से होती है। सुझाव के रूप में कहा जा सकता है, कि—

- विद्यालयों में नियमित रूप से योग शिक्षा का सैद्धान्तिक एवं व्यवहारिक ज्ञान प्रदान करना चाहिए।
- विद्यालयों में माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों को समय समय पर निर्देशन एवं परामर्श की सुविधा दी जाये।
- प्रत्येक विद्यालयों में योग एवं शारीरिक शिक्षा से सम्बन्धित साहित्य उपलब्ध हो।

mi l gkj

भारत ने विश्व को योग की शिक्षा प्रदान की है। योग क्रियायें न केवल शारीरिक बल्कि मानसिक विकार दूर होते है। योग एक जीवन प्रणाली है, जो मानव में सद्भाव, सन्तुलन और आनन्द को स्थापित करती है(नागेन्द्रराम,1997) उचित होगा कि हमारे माध्यमिक स्तरीय विद्यालयों में योग की उचित एवं नियमित शिक्षा की व्यवस्था हो। जिससे किशोरावस्था के बच्चों का सर्वांगीण विकास सम्भव हो सके। सम्पूर्ण विश्व अब योग से अछुता नहीं रहा है, वैश्विक मानव के लिए योग वरदान सिद्ध हुआ है। योग स्मृति, बुद्धि और रचनात्मकता को विकसित करने में सहायक है। (डेमिस्टन एवं विलसन, 1975 तथा स्वामी सरस्वती, 1975) योग का अभ्यास मानव व्यक्तित्व के शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक एवं मनोवैज्ञानिक पक्षों को सद्भाव विकसित करने का कार्य करता है। (स्वामी श्रृद्धानन्द, 1985) योग स्वस्थ भारत के निर्माण में नींव का पत्थर सिद्ध हो सकता है।

l UnHxLFk l ph

- राय, पी. एन., (2007). अनुसंधान परिचय, आगरा, लक्ष्मी नारायण अग्रवाल, आगरा प्रकाशन, आगरा
- सिंह, ए.के. (2009). मनोविज्ञान समाजशास्त्र तथा शिक्षा में शोध विधियाँ, मोतीलाल बनारसी दास प्रकाशन, दिल्ली
- गुप्ता एवं गुप्ता, (2008), शिक्षा के मनोवैज्ञानिक आधार, शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद
- सुब्रायन, क., विश्वनाथन, जी. (2011). "ए स्टडी ऑन इमोशनल मैच्यूरिटी ऑफ कॉलेज स्टूडेंट", रिसेन्ट रिसर्च इन साइंस एण्ड टेक्नोलॉजी, वाल्यूम-3(1), पृष्ठ सं. 153-155
- सिंह, डी., कौर, एस., दुरीजा, जी0 (2012). "इमोशनल मैच्यूरिटी डिफरेंसियल अमंग यूनिवर्सिटी एस्टूडेंट", जर्नल ऑफ फिजिकल एजुकेशन एण्ड स्पोर्ट्स मैनेजमेन्ट, वाल्यूम-3 (3), पृष्ठ सं.-41-45
- शर्मा, ए., अहलावत, डी. (2010). "ए कम्पेरिटिव स्टडी आफ द इमोशनल इंटेलिजेन्स आफ डी. एड. टीचर ट्रेनीज", जर्नल आफ एजुकेशनल एण्ड साइकलोजिकल रिसर्च, वाल्यूम-1(2), पृष्ठ सं-19-21
- शर्मा, एन., सईमा (2012). "रोल ऑफ जेण्डर एण्ड वेरियस पर्सनल एण्ड फेमीलियल बेरियवल्स इन इमोशनल मैच्यूरिटी ऑफ एडोलेसेंस", गोल्डेन रिसर्च थॉट, वाल्यूम-1(7), पृष्ठ सं.1-4
- मथीन, डब्ल्यू. (2011). "पैरेंट चाइल्ड रिलेशनसिल्य एण्ड इमोशनल मैच्यूरिटी ऑफ सिटी कॉलेज गर्ल्स", गोल्डेन रिसर्च थॉट, वाल्यूम-1(1), पृष्ठ सं.1-4
- Nagendram, H.R.; Nagarathna, R. (1997). New Oerspective in Stress Management. Bangalore. India. Vivekananda Kendra Parkashana;
- Denniston, D. and Williams, P. (1975). TM "book" pub: Versemonger Press, 5806, Elizabeth, Allen Park, Michigan USA.
- Sarasvati, Swami. (1975). Yoga for vital body, Pub: B.I. Publications Delhi;
- Chidananda, Sri Swami (1985). Practical guide to yoga, Published by The Divine Life Society, U.P.; pp. 05.