

किशोरावस्था की छात्राओं में शारीरिक विकास स्तर पर पड़ने वाले संवेगात्मक विकास के प्रभाव का अध्ययन

संध्या श्रीवास्तव

शोधार्थी, शिक्षा संकाय, सेम ग्लोबल विश्वविद्यालय, रायसेन (म.प्र.)

डॉ. मंजू अग्निहोत्री

सेम ग्लोबल विश्वविद्यालय, रायसेन (म.प्र.)

इस शोध पत्र में किशोरावस्था की छात्राओं में शारीरिक विकास स्तर पर पड़ने वाले संवेगात्मक विकास के प्रभाव का अध्ययन किया गया है। इस अनुसंधान हेतु न्यादर्श के रूप में षासकीय हाईस्कूल की कक्षा 10वीं में अध्ययनरत 100 छात्राओं का यादृच्छिक न्यादर्श विधि से चयन करके उन पर स्वनिर्मित 'संवेगात्मक विकास मापनी' नामक प्रश्नावली का प्रशासन किया गया तथा शारीरिक विकास स्तर के मापन के लिए इन छात्राओं के वजन तथा लम्बाई का मापन किया गया। मध्यमान, मानक विचलन तथा क्रांतिक अनुपात परीक्षण के द्वारा संकलित आंकड़ों का विश्लेषण किया गया। शोधकार्य से प्राप्त परिणामों के अनुसार किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन/लंबाई पर संवेगात्मक विकास (उच्च व निम्न) का सार्थक प्रभाव ज्ञात नहीं हुआ।

मुख्य शब्द : किशोरावस्था, छात्राएं, शारीरिक विकास, संवेगात्मक विकास

शिक्षा मानव विकास का मूल आधार है। शिक्षा ही वह एकमात्र सीढ़ी है जिसे पार करने से कोई भी व्यक्ति अपने अभीष्ट लक्ष्य तक पहुँच सकता है। शिक्षा के माध्यम से ही बच्चों की शारीरिक, मानसिक और आत्मिक शक्तियों एवं क्षमताओं का विकास होता है। अतः छात्राओं को शिक्षित करने के अलावा, शिक्षा संस्थान को सभी छात्राओं के शारीरिक रूप से उपयुक्त और मानसिक रूप से स्वस्थ रहने में मदद करने के लिए शारीरिक गतिविधि पर ध्यान देना चाहिए। यह सर्वविदित है कि व्यायाम और शारीरिक गतिविधियाँ मानव शरीर के न्यूरो-पेशी स्तर पर और मनो-शारीरिक व सामाजिक-भावनात्मक पहलुओं की एक विस्तृत श्रृंखला में प्रदर्शन को बढ़ाती हैं। मोटापे और मधुमेह जैसी बीमारियों में योगदान देने के लिए एक गतिहीन जोवन शैली देखी गई है जो हमारे शरीर को जोखिम में डालती है। एक प्रमुख उपाय व्यायाम है; इसलिए, शारीरिक गतिविधि की आवश्यकता है। चूंकि शरीर और दिमाग गहराई से जुड़े हुए हैं, स्वस्थ शरीर स्वस्थ दिमाग को बढ़ावा देते हैं। यह प्रदर्शित किया गया है कि

दिन में एक घंटे की शारीरिक गतिविधि मोटापे के जोखिम को कम करती है और चुस्ती और प्रसन्नता, अवसाद और अन्य मूड विकारों से कम प्रवण होने में मदद करती है। वास्तव में, ताकत फिट रहने से आती है। अतः व्यायाम को आवश्यक और मजेदार बनाने की चुनौती है। एक अनुपयुक्त छात्रा में किसी भी क्षेत्र का ज्ञान आरोपित करने से समाज का कोई लाभ नहीं होगा। शारीरिक रूप से उपयुक्त शिक्षार्थी अपने संज्ञानात्मक क्षेत्र में अधिक ज्ञान ग्रहण करेगा और एक अयोग्य विद्यार्थी की तुलना में समाज के लाभ के लिए उस ज्ञान को प्रभावी ढंग से लागू करने में भी सक्षम होगा। उच्चतर शिक्षा के विद्यार्थियों के ज्ञान के आधार का विस्तार करने के लिए हर समय पढ़ने, लिखने और सोचने पर जोर तथा शारीरिक गतिविधि में भागीदारी को महत्व नहीं देने से छात्राओं के स्वास्थ्य की स्थिति पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ रहा है। किसी व्यक्ति की सबसे पहली आवश्यकता उसका अच्छा स्वास्थ्य है और तभी वह अपने ज्ञान से समाज के लिए एक संपत्ति है अन्यथा वह एक गतिहीन जीवन शैली के परिणामस्वरूप खराब स्वास्थ्य के साथ समाज के लिए एक दायित्व बन जाता है।

मानव व्यक्तित्व विकास विशेषकर विद्यार्थियों में शारीरिक विकास में उनके संवेगात्मक विकास की महत्वपूर्ण भूमिका होने के कारण ही वर्तमान समय में विद्यार्थियों में शारीरिक विकास स्तर पर उनके संवेगात्मक विकास के प्रभाव का अध्ययन बहुत ही आवश्यक प्रतीत हो रहा है।

प्रस्तुत शोध से कुछ हद तक संबंधित पूर्व में भी कुछ शोध कार्य किये गये हैं जैसे – प्रधान, सी. (1991) ने अपने अध्ययन के निष्कर्षतः पाया कि विद्यालयीन संस्थागत वातावरण विद्यार्थियों के संवेगात्मक समायोजन को प्रभावित नहीं करता है। सिंहा, पी. (2004) ने अपने अध्ययन में पाया कि एकल तथा सह शिक्षा महाविद्यालय में अध्ययनरत् छात्राओं के संवेगात्मक समायोजन में सार्थक अंतर नहीं पाया गया। पुरी, पी. एवं शर्मा, एस. (2010) ने अपने अध्ययन के निष्कर्षतः पाया कि संवेगात्मक, शैक्षिक, समग्र समायोजन तथा तनाव के मध्य सार्थक ऋणात्मक सहसंबंध पाया गया। बाजपेयी, आशीष; अग्रवाल, रंजना एवं बाकलीवाल, ममता (2013) ने अपने अध्ययन के निष्कर्षतः पाया कि किशोरावस्था के छात्र व छात्राओं की संवेगात्मक समस्याओं में सार्थक अंतर पाया गया तथा छात्रों में संवेगात्मक समस्या, छात्राओं की तुलना में उच्च पायी गयी। ढींगरा, नीलिमा (2016) ने अपने अध्ययन के निष्कर्षतः पाया कि किशोरावस्था के छात्र एवं छात्राओं के मध्य संवेगात्मक समायोजन में सार्थक अंतर पाया गया तथा छात्राओं का संवेगात्मक समायोजन, छात्रों से बेहतर पाया गया। चंचला देवी व श्रीवास्तव, अनामिका (2021) ने अपने अध्ययन के निष्कर्षतः पाया कि आवासीय एवं गैर आवासीय विद्यालयों की छात्राओं के संवेगात्मक समायोजन एवं समग्र समायोजन में सार्थक अंतर पाया गया।

उद्देश्य :-

किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन/लंबाई पर संवेगात्मक विकास के प्रभाव का अध्ययन करना।

परिकल्पना :-

1. किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन (किलोग्राम में) पर संवेगात्मक विकास का सार्थक प्रभाव नहीं पाया जायेगा।
2. किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-लंबाई (सेंटीमीटर में) पर संवेगात्मक विकास का सार्थक प्रभाव नहीं पाया जायेगा।

उपकरण :-

1. इस अनुसंधान में छात्राओं के शारीरिक विकास के मापन हेतु वजन मापनी का उपयोग करके वजन व मीटर टेप की मदद से लंबाई का मापन किया गया है।
2. इस अनुसंधान में छात्राओं के संवेगात्मक विकास स्तर का मापन हेतु स्वनिर्मित संवेगात्मक विकास मापनी का उपयोग किया गया है।

विधि :-

सर्वप्रथम शिवपुरी जिले के शहरी क्षेत्र में स्थित चार शासकीय हाईस्कूलों की कक्षा 10वाँ में अध्ययनरत 100 छात्राओं का यादृच्छिक न्यादर्श विधि से चयन करके उन पर स्वनिर्मित संवेगात्मक विकास मापनी का प्रशासन किया गया तथा उनके शारीरिक विकास स्तर के मापन के लिए वजन तथा लंबाई का मापन किया गया। मध्यमान, मानक विचलन तथा क्रांतिक अनुपात परीक्षण के द्वारा आंकड़ों का विश्लेषण किया गया। प्राप्त परिणामों के आधार पर निष्कर्ष निकाले गये।

परिणामों का विश्लेषण :-

परिकल्पना – 1 : किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन (किलोग्राम में) पर संवेगात्मक विकास का सार्थक प्रभाव नहीं पाया जायेगा।

सारणी क्रमांक – 01

किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन (किलोग्राम में) पर संवेगात्मक विकास के प्रभाव संबंधी परिणाम

संवेगात्मक विकास का स्तर	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रांतिक अनुपात मान	सार्थकता
उच्च	46	43.24	6.17	0.26	0.05 स्तर पर असार्थक
निम्न	54	43.57	6.72		

स्वतंत्रता के अंश – 98

0.05 स्तर के लिये निर्धारित न्यूनतम मान – 1.98

ऊपर सारणी में दिये गए परिणामों से पता चलता है कि उच्च संवेगात्मक विकास स्तर वाली किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन का मध्यमान 43.24 जबकि निम्न संवेगात्मक विकास स्तर वाली किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन का मध्यमान 43.57 पाया गया, इन दोनों मध्यमानों में 0.33 का अंतर है और मध्यमानों का यह अंतर सांख्यिकीय दृष्टि से असार्थक है क्योंकि प्राप्त क्रांतिक अनुपात का मान 0.26 स्वतंत्रता के अंश 98 पर सार्थकता के 0.05 स्तर हेतु निर्धारित मान 1.98 की अपेक्षा कम है।

अतः ऊपर दिये गए परिणामों के आधार पर कह सकते हैं कि उच्च तथा निम्न संवेगात्मक विकास स्तर वाली किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया, अर्थात् किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन पर संवेगात्मक विकास (उच्च व निम्न) का सार्थक प्रभाव ज्ञात नहीं हुआ।

अतः उपरोक्त परिणामों के परिप्रेक्ष्य में पूर्व में ली गई परिकल्पना “किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-वजन (किलोग्राम में) पर संवेगात्मक विकास का सार्थक प्रभाव नहीं पाया जायेगा” स्वीकृत की जाती है।

परिकल्पना – 2 : किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-लंबाई (सेंटीमीटर में) पर संवेगात्मक विकास का सार्थक प्रभाव नहीं पाया जायेगा।

सारणी क्रमांक – 02

किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर-लंबाई (सेंटीमीटर में) पर संवेगात्मक विकास के प्रभाव संबंधी परिणाम

संवेगात्मक विकास का स्तर	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रांतिक अनुपात मान	सार्थकता
उच्च	46	143.67	9.04	1.13	0.05 स्तर पर असार्थक
निम्न	54	145.68	8.69		

स्वतंत्रता के अंश – 98

0.05 स्तर के लिये निर्धारित न्यूनतम मान – 1.98

ऊपर सारणी में दिये गए परिणामों से पता चलता है कि उच्च संवेगात्मक विकास स्तर वाली किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर—लंबाई का मध्यमान 143.67 जबकि निम्न संवेगात्मक विकास स्तर वाली किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर—लंबाई का मध्यमान 145.68 पाया गया, इन दोनों मध्यमानों में 2.01 का अंतर है और मध्यमानों का यह अंतर सांख्यिकीय दृष्टि से असार्थक है क्योंकि प्राप्त क्रांतिक अनुपात का मान 1.13 स्वतंत्रता के अंश 98 पर सार्थकता के 0.05 स्तर हेतु निर्धारित मान 1.98 की अपेक्षा कम है।

अतः ऊपर दिये गए परिणामों के आधार पर कह सकते हैं कि उच्च तथा निम्न संवेगात्मक विकास स्तर वाली किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर—लंबाई में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया, अर्थात् किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर—लंबाई पर संवेगात्मक विकास (उच्च व निम्न) का सार्थक प्रभाव ज्ञात नहीं हुआ।

अतः उपरोक्त परिणामों के परिप्रेक्ष्य में पूर्व में ली गई परिकल्पना “किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर—लंबाई (सेंटीमीटर में) पर संवेगात्मक विकास का सार्थक प्रभाव नहीं पाया जायेगा” स्वीकृत की जाती है।

निष्कर्ष :-

उच्च तथा निम्न संवेगात्मक विकास स्तर वाली किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर—वजन/लंबाई में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया, अर्थात् किशोरावस्था की छात्राओं के शारीरिक विकास स्तर—वजन/लंबाई पर संवेगात्मक विकास (उच्च व निम्न) का सार्थक प्रभाव ज्ञात नहीं हुआ।

// संदर्भ ग्रंथ सूची //

1. अस्थाना, मधु एवं वर्मा, किरणबाला (1996) : **व्यक्तित्व मनोविज्ञान**, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली, प्रथम संस्करण, पृष्ठ क्रमांक 86
2. अग्रवाल, संध्या (2008) : **शिक्षा मनोविज्ञान**, अनुप्रकाशन, जयपुर, पृष्ठ क्रमांक 168

3. भाई, योगेन्द्रजीत (चतुर्थ संस्करण) : **विकासात्मक मनोविज्ञान**, विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा
4. भार्गव, तृप्ति एवं भार्गव, विवेक (1991) : **मानव व्यवहार का मनोविज्ञान**, हर प्रसाद भार्गव प्रकाशन, कचहरी घाट, आगरा, प्रथम संस्करण
5. भटनागर, सुरेश (2007) : **शिक्षा मनोविज्ञान**, आर. लाल बुक डिपो, मेरठ, नवीनतम संस्करण, पृष्ठ क्रमांक 190
6. भार्गव, महेश (1997) : **आधुनिक मनोविज्ञान परीक्षण एवं मापन**, हर प्रसाद भार्गव, 4/230 कचहरी घाट, आगरा, ग्यारहवां संस्करण
7. गुप्ता, एस. पी. (2005) : **सांख्यिकीय विधियां**, शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद
8. सिंह, अरूण कुमार (2005) : **शिक्षा मनोविज्ञान**, भारती भवन पब्लिशर्स, पटना
9. वालिया, जे.एस. (2005) : **शिक्षा मनोविज्ञान की बुनियादे**, पाल पब्लिशर्स, जालंधर
10. **तिवारी, सुषमा एवं लता, सुमन (2000)** "बालक के व्यक्तित्व निर्माण में गृह वातावरण का प्रभाव", *प्राइमरी शिक्षक, अक्टूबर 2000, पृष्ठ क्रमांक 54-57*
11. **बाजपेयी, आशीष; अग्रवाल, रंजना एवं बाकलीवाल, ममता (2013)** "किशोरावस्था के छात्र व छात्राओं की समस्याओं का तुलनात्मक अध्ययन", *अमिताराधन, वर्ष -1-2ए अंक-2-3 (संयुक्तांक)ए नवम्बर (2013), पेज नं. 125-130*
12. **चंचला देवी एवं श्रीवास्तव, अनामिका (2021)** "माध्यमिक स्तर के आवासीय एवं गैर आवासीय विद्यालयों की छात्राओं के समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन", *ज्योतिर्वेद - प्रस्थानम्, दशम वर्ष, पंचम अंक, नवम्बर - दिसम्बर 2021, पेज नम्बर 247-252*
13. **Dhingra, Neelima (2016)** "A study of adjustment problems of Adolescents in relation to their self-concept", *Education Times, Volume 1, Number-1, Jan.-Dec. 2016, Page No. 69-82*
14. **Pradhan, C. (1991)** "Effect of school organisational climate on the creativity, adjustment and academic achievement of secondary school students of Orissa", *Ph.D. Edu., Utkal Univ., In Fifth Survey of Educational Research (1988-92), Vol. - II, Pg. No. 1840.*
15. **Puri, P and Sharma, S (2010)** "Relationship of stress with adjustment in university girls", *Indian Psychological Review vol 75, Special Issue year 2010, page 315-318.*
16. **Sinha. P. (2004)** "Adjustment among female students of co-education and women colleges", *Asian journal of psychology and education vol. 37, No. 3-4 year 2004, page 2-4.*