P: ISSN NO.: 2321-290X RNI : UPBIL/2013/55327 VOL-6* ISSUE-6* February- 2019
E: ISSN NO.: 2349-980X **Shrinkhla Ek Shodhparak Vaicharik Patrika**

शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था (13–16 वर्ष) के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक एवं स्वास्थ्य संबधी समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन

अनुराधा अवस्थी
सह.प्राध्यापक,
गृह विज्ञान विभाग,
शा.महारानी लक्ष्मीबाई
स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
किला मैदान, इन्दौर, म.प्र.

रेखा जामोद
शोधार्थी,
गृह विज्ञान विभाग,
शा.महारानी लक्ष्मीबाई
स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
किला मैदान, इन्दौर, म.प्र.

सारांश

पूर्व किशोरावस्था के किशोरों के जीवन में अनेक समस्याएँ आती हैं, जिन्हें किशोर लगातार दूर करने का प्रयास भी करता हैं कभी–कभी वह इन प्रयास में असफल हो जाते हैं जो उनके जीवन में कुण्ठा, तनाव व दुश्चिन्ता को जन्म देता हैं। इस अध्ययन हेतु शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक एवं स्वास्थ्य संबधी समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन किया शोध कार्य के लिए इन्दौर शहर के शासकीय विद्यालयों से कक्षा 9 वीं के पूर्व किशोरावस्था के 30 किशोर एवं 30 किशोरियों का चयन दैव निदर्शन विधि द्वारा किया गया हैं। तथ्य संकलन के लिए डॉ. आर. के. ओझा (2013) द्वारा निर्मित समायोजन परीक्षण का उपयोग किया गया तथा सांख्यिकीय विश्लेषण के लिए टी–टेस्ट की सहायता से किये गये अध्ययन के परिणाम बताते हैं कि शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन में सार्थक अन्तर था तथा स्वास्थ्य संबधी समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नही था।

मुख्य शब्द : शहरी क्षेत्र, पूर्वकिशोरावस्था, पारिवारिक एवं स्वास्थ्यसंबधी समायोजन।

प्रस्तावना

किशोरावस्था तीव्र शारीरिक भावनात्मक और व्यवहार संबधी परिवर्तनों का काल हैं। यह परिवर्तन शरीर में उत्पन्न होने वाले कुछ हार्मोन्स के कारण आते हैं, जिनके परिणाम स्वरूप कुछ ग्रंथियॉ एकाएक संक्रिय हो जाती हैं। ये सब परिवर्तन यौन विकास के साथ सीधे जुड़े हुए हैं क्योंकि इस अवधि में गौण यौन लक्षणों के साथ–साथ बहुत महत्वपूर्ण शारीरिक परिवर्तन होते हैं किशोर बात–बात में अपनी अलग पहचान का आग्रह करते हैं। वह एक बच्चे की तरह माता–पिता पर निर्भर रहने की अपेक्षा एक वयस्क की तरह स्वतंत्र रहना चाहते हैं। वह अपने माता–पिता से दूरी बनाना शुरू कर देते हैं और अपने समआयु समूह में ही अधिकतर समय व्यतीत करने लगते हैं वे विपरीत लिंग की ओर आकर्षित होते है। यह समय किशोरों के जीवन में एक विशिष्ट स्थान रखता हैं। किसी भी व्यक्ति के जीवन में किशोरावस्था एक महत्वपूर्ण अवस्था होती हैं किशोरावस्था में सभी किशोर एवं किशोरियॉ स्वंय को वयस्क समझने की भूल के कारण अपने परिवार, समुदाय एंव साथियो के साथ उचित समायोजन नही कर पाते हैं।

जब बालक किशोरावस्था में प्रवेश करता हैं तब उसके प्रति दूसरो का व दूसरो के प्रति उसका दृष्टिकोण तथा उसके अनुभवों से सामाजिक संबंधो में परिवर्तन होने लगता हैं इस परिवर्तन के कारण उन्हें समायोजन करना होता हैं। किशोरों में समाज के प्रभाव तथा उसके शारीरिक, मानसिक और संवेगात्मक व्यवहार के अनुरूप उसकी सामाजिक अर्न्तक्रिया तथा व्यक्तित्व का विकास होता हैं। किशोर अपने आयु वर्ग के सदस्यों के साथ किस प्रकार का सबंध या सामाजिक व्यवहार रखता हैं उसका उसके जीवन में महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता हैं क्योंकि इस प्रकार वह सामाजिक क्रिया को सीख लेता हैं, जिससे परिवार, आस पड़ोस या विद्यालय में समायोजन करने का प्रयास करता हैं।

अध्ययन के उद्देश्य

1. शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन के स्कोर का माध्य ज्ञात करना।
2. शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन के स्कोर का माध्य ज्ञात करना।

P: ISSN NO.: 2321-290X RNI : UPBIL/2013/55327 VOL-6* ISSUE-6* February- 2019
E: ISSN NO.: 2349-980X **Shrinkhla Ek Shodhparak Vaicharik Patrika**

अध्ययन की परिकल्पना

1. शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन के स्कोर के माध्य में कोई सार्थक अंतर नही होगा।
2. शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन के स्कोर के माध्य में कोई सार्थक अंतर नही होगा।

साहित्यावलोकन

प्रस्तुत अध्ययन के लिये अनेक शोध पत्र–पत्रिकाओं का अध्ययन किया तथा उनमें से विगत वर्षो में किये गये कुछ प्रमुख अध्ययन इस प्रकार हैं–

डॉ. एकता चौहान (2016) ने "उच्चतर माध्यमिक छात्राओं के समायोजन का अध्ययन" किया जिसमें 100 छात्र एवं 100 छात्राएँ थी तथ्य संकलन के लिए प्रो.ए.के. पी.सिन्हा और आर. पी. सिन्हा द्वारा विकसित समायोजन परीक्षण का उपयोग किया गया, तथा निष्कर्ष में यह पाया गया कि छात्र – छात्राओं के समायोजन अंक में केवल सामाजिक समायोजन के अंको में सार्थक अन्तर था।

दीपशिखा (2011) ने "किशोरावस्था में पारिवारिक पर्यावरण एवं सामाजिक, भावनात्मक समायोजन के संबध का अध्ययन" किया जिसमें 100 किशोर एवं 100 किशोरियों को अध्ययन के लिए सम्मिलित किया गया, सांख्यिकिय विश्लेषण के लिए समायोजन परीक्षण एवं पारिवारिक पर्यावरण मापनी का उपयोग किया गया जिसके निष्कर्ष में पाया हैं कि किशोरियों के सभी आठ क्षेत्रों के समायोजन स्तर के अंको किशोरों की अपेक्षा अधिक थे।

शोध विधि

निदर्शन का चुनाव

इस शोध कार्य हेतु इन्दौर शहर की शासकीय स्कूलों में से 13–16 वर्ष के पूर्व किशोरावस्था के 30 किशोर एवं 30 किशोरियों का चयन दैव निर्दशन पद्धति के अनुसार किया गया। इस प्रकार कुल 60 किशोर एवं किशोरियों से डॉ. आर. के. ओझा द्वारा विकसित समायोजन परीक्षण को भरवा कर तथ्य एकत्रित किये गये।

परिणाम, विश्लेषण तथा विवेचन

प्रस्तुत शोध का उद्देश्य शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक एवं स्वास्थ्य संबधी समायोजन के स्कोरों में सार्थक अंतर ज्ञात करना था जिसे ज्ञात करने हेतु प्राप्त तथ्यों का विश्लेषण टी–परीक्षण की सहायता से किया गया। इसके परिणाम तालिकाओं में इस प्रकार दिये गये हैं–

प्रस्तुत शोध कार्य के लिए पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के द्वारा किया जाने वाले समायोजन मापन के लिए डॉ. आर. के. ओझा द्वारा विकसित समायोजन परीक्षण का उपयोग किया गया हैं। इस परीक्षण के चार भाग हैं। इनमें से प्रस्तुत शोध पत्र के लिए हमने केवल पारिवारिक एवं स्वास्थ्य संबधी समायोजन के स्कोरों को ही सम्मिलित किया गया हैं। इसके प्रत्येक भाग में 35 कथन दिए हैं उत्तरदाताओं को प्रत्येक कथन के सामने दो विकल्प 'हाँ' तथा 'नही' में से एक को चुनना था यदि वें कथन में दी गई बातों से सहमत थे तो 'हाँ' के सामने वाले खाने मेंसही का निशान लगाना था तथा यदि उनका उत्तर नकारात्मक था अर्थात् कथन में दी गई बातों से वें असहमत थे तो 'नही'के सामने वाले खाने में सही का चिन्ह लगाना था। प्रत्येक 'हॉ' के लिए 1 अंक दिये गये हैं तथा 'नही' के लिए 0 अंक दिए गये हैं। इस प्रकार यह परीक्षण पूर्णतः नकारात्मक परीक्षण हैं प्रत्येक 'हॉ' का अर्थ समायोजन में कमी दर्शाता हैं तथा प्रत्येक 'नही' का अर्थ हैं की व्यक्ति समायोजन अच्छा कर रहा हैं इसलिए तालिका में उच्च अंक कम समायोजन के तथा निम्न अंक अच्छे समायोजन को दर्शाता हैं।

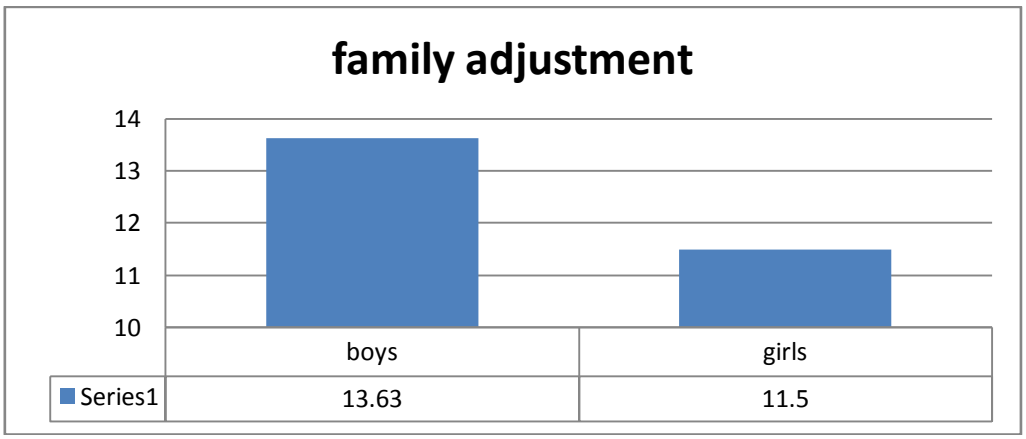
तालिका कमांक–1

शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन के माध्य, मानक विचलन तथा टी–मूल्य

क्षेत्र	लिंग	माध्य	मानक विचलन	मानक त्रुटि	टी–मूल्य	सार्थकता 0.01स्तर
पारिवारिक समायोजन	किशोर	13.63	3.92	.716	1.978	सार्थक
	किशोरियों	11.50	4.41	.806		

**0.01 स्तर पर सार्थक हैं

ग्राफ कमांक–1



तालिका कमांक 1 से स्पष्ट हैं कि शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन के स्कोर में किशोरों का मध्यमान 13.63 एवं किशोरियों का मध्यमान 11.50 हैं, और टी मूल्य 1.978* हैं तथा df=58 हैं, जोकि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं, जिससे ज्ञात होता हैं कि किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन के स्कोर में सार्थक अंतर हैं अतः शून्य परिकल्पना "शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन के माध्य के स्कोर में कोई सार्थक अन्तर नही हैं" को अस्वीकार किया जाता हैं इसलिये कहा जा सकता हैं कि प्रस्तुत अध्ययन के तथ्य विश्लेषण से स्पष्ट होता हैं कि किशोरियों का पारिवारिक समायोजन किशोरों की अपेक्षा उच्च था।

खोज

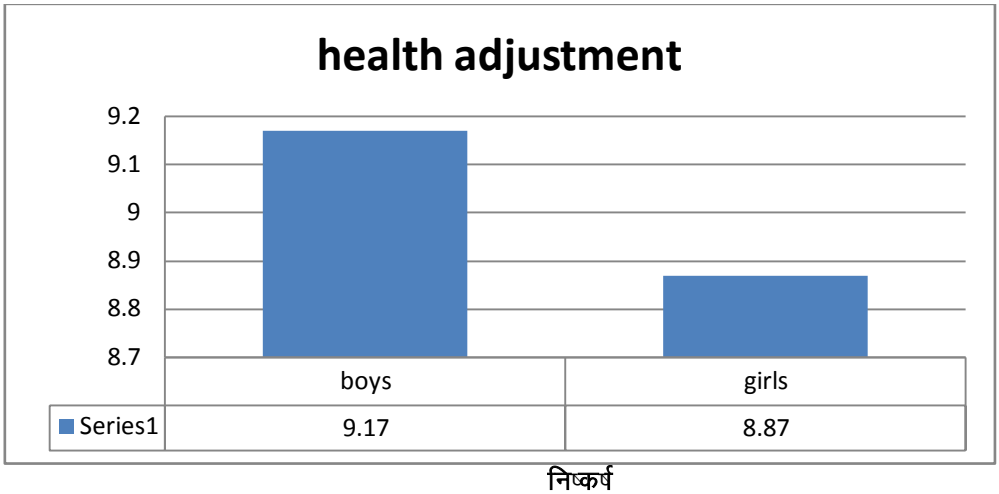
शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन में सार्थक अन्तर पाया गया इसलिये कहा जा सकता हैं कि किशोरियों का पारिवारिक समायोजन किशोरों की अपेक्षा उच्च था।

तालिका कमांक–2

शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन के माध्य, मानक विचलन तथा टी–मूल्य

क्षेत्र	लिंग	माध्य	मानक विचलन	मानक त्रुटि	टी–मूल्य	सार्थकता का 0.01 स्तर पर
स्वास्थ्यसंबधी समायोजन	किशोर	9.17	6.406	1.170	.201	असार्थक
	किशोरियां	8.87	5.056	.923		

ग्राफ कमांक–2



तालिका कमांक 2 से स्पष्ट हैं कि शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन के स्कोर में किशोरों का मध्यमान 9.13 एवं किशोरियों का मध्यमान 8.87 हैं, और टी मूल्य .201 हैं तथा df=58 हैं, जोकि 0.01 स्तर पर सार्थक नही हैं जिससे ज्ञात होता हैं कि किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य सबंधी समायोजन के स्कोर में कोई सार्थक अंतर नही हैं अतः शून्य परिकल्पना "शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन के माध्य के स्कोर में कोई सार्थक अन्तर नही हैं" को स्वीकार कियाजाता हैं इसलिये कहा जा सकता हैं कि प्रस्तुत अध्ययन के तथ्य विश्लेषण से स्पष्ट होता हैं कि किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन के माध्य के स्कोर समान पाये गये हैं।

खोज

शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन में सार्थक अंतर नहीं पाया गया हैं।

निष्कर्ष

प्रस्तुत अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ हैं कि शहरी क्षेत्र के पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के पारिवारिक समायोजन में अन्तर पाया गया हैं किशोरियों का पारिवारिक समायोजन किशोरों की अपेक्षा अच्छा था जिसका कारण यह हैं कि किशोरियाँ पारिवार के सदस्यों के साथ किशोरों की अपेक्षा अधिक समय बिताती हैं और परिवार के सभी सदस्यों से उनकी अर्न्तक्रियाएं अधिक होती हैं जिस कारण से किशोरियॉ परिवार में अच्छा समायोजन कर लेती हैं। पूर्व किशोरावस्था के किशोर एवं किशोरियों के स्वास्थ्य संबधी समायोजन के स्कोरसमान पाये गये हैं क्योंकि वर्तमान समय में शहरी क्षेत्र के किशोर एवं किशोरियों को अध्ययन और शैक्षणिक गतिविधियों के समान अवसर उपलब्ध हैं उनके पाठ्यक्रम के द्वारा भी उन्हें स्वास्थ्य संबधी सभी आवश्यक जानकारियॉ समान रूप से प्रदान की जाती हैं शहरी क्षेत्र के अभिभावकों के विचारों और अभिवृत्तियों में भी परिर्वतन होने लगा हैं और वे किशोर और किशोरियों को समान मानकर दोनों के स्वास्थ्य का समान रूप से ध्यान रखते हैं।

सुझाव

1. अभिभावकों व शिक्षकों के द्वारा किशोरों की गम्भीर समस्याओं के बारे में उनसे स्वतंत्र होकर बातचीत करना चाहिए।
2. समाज के अनुरूप किशोरों के विचारों, व्यवहारों में बदलाव लाने के प्रयास करना चाहिए जिससे की वह समाज के विकास में सहायक हो।
3. किशोरों को उनकी आयु, शिक्षा का स्तर तथा परिपक्वता के आधार पर यौन शिक्षा प्रदान करना चाहिए।
4. शिक्षकों को अलग–अलग विद्यार्थियों की भावनाओं और समस्याओं के प्रति संवेदनशील होना चाहिए। तथा उसी के अनुरूप उन्हैं शिक्षा देना चाहिए।
5. किशोरों के साथ बैठकर चर्चा करके, विभिन्न मुददों पर बातचीत करके, अपने विचारों को व्यक्त कर उनकी जिज्ञासा एवं प्रश्नों को हल करना चाहिए ।
6. किशोरों को अवकाश के समय किशोरों को सृजनात्मक कलाओं से जैसे नृत्य, संगीत, चित्रकला आदि से जोड़ना चाहिए जिससे उनमें कलात्मक कौशल का विकास हो सके।
7. किशोरों के अतिरिक्त समय को उपयोगी बनाने के लिए विभिन्न कार्यक्रम के दौरान रोजगारन्मुखी व्यवसायिक शिक्षा प्रदान करना चाहिए।

संदर्भ ग्रंथ सूची

1. *बी.हरलोक.एलिजाबेथ (1967), विकास मनोविज्ञान, प्रकाशक– हिन्दी माध्यम कार्यान्वय निदेशालय दिल्ली विश्वविद्यालय द्धारा प्रकाशित, पाठ–8,पेज न.297.*
2. *बर्मन, श्रीमती गायत्री (2005), किशोरावास्थाए प्रकाशक–शिवा प्रकाशन इन्दौर, पाठ–6,11,13,19 पेज न. 62–288.*
3. *पाटनी डॉ. श्रीमती मंजू (1999), गृह विज्ञान, प्रसार शिक्षा, प्रकाशक–शिवा प्रकाशन, पेज न. 120, 121.*
4. *शर्मा.बी.एल एवं सक्सेना .बी.एम (2011), गृह विज्ञान शिक्षण, प्रकाशक– आर.लाल बुक डिपो, पाठ–2,पेज न.89–92.*
5. *डॉ. आर.के.ओझा (2013), समायोजन परीक्षण, राष्ट्रीय मनोवैज्ञानिक निगम भार्गव भवन, कचहरी घाट आगरा.*
6. *Chouhan.Dr.Ekta - Adjustment of higher secondary students of NCR (National Capital Region).the internation journal of indian psychology, 2016, Vol.3, No.64,165-174.*
7. *www.adjustmentdisorder.org.*