IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

स्नातक स्तर के विद्यार्थियों के समायोजन की विभिन्न आयामों का अध्ययन

चंचल कुमारी1
1शोध छात्रा
इंस्टिट्यूट ऑफ एजूकेशन एंड रिसर्च
मंगलायतन विश्वविद्यालय
अलीगढ़ (यू.पी)

डॉ. दीपशिखा सक्सेना2
2शोध निर्देशिका
इंस्टिट्यूट ऑफ एजूकेशन एंड रिसर्च
मंगलायतन विश्वविद्यालय
अलीगढ़ (यू.पी)

शोध सार

समायोजन मानव जीवन की एक मनोवैज्ञानिक एवं सामाजिक प्रक्रिया है। यह प्रक्रिया आजीवन चलती रहती है। जब व्यक्ति अपने जीवन की आवश्यकताओं और इच्छाओं से संतुष्ट रहता है तो वह स्वयं को अपने वातावरण में समायोजित कर लेता है। यदि समायोजन की इस प्रक्रिया में वह असफल रहता है तो उसे कई प्रकार की मानसिक व शारीरिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। वर्तमान अध्ययन का उद्देश्य स्नातक स्तर पर अध्यनरत विद्यार्थियों के समायोजन के विभिन्न आयामों का लिंग के आधार पर अध्ययन करना है। जिसके लिए बुंदेलखंड विश्वविद्यालय से संबद्ध महाविद्यालयों के स्नातक स्तर के 174 विद्यार्थी (96 छात्र एवं 78 छात्राएं) का चयन साधारण यादृश्चिक विधि द्वारा किया गया। आंकड़ों का संकलन डॉ. ए. के. पी. सिंहा और डॉ. आर. पी. सिंह द्वारा निर्मित एवं मानकीकृत एडजेस्टमेंट इन्वेंटरी ऑफ कॉलेज स्टूडेंट्स के द्वारा किया गया है। आंकड़ों के विश्लेषण के लिए माध्य, मानक विचलन तथा टी–टैस्ट सांख्यिकीय प्रविधियों का प्रयोग किया गया। अध्ययन के निष्कर्ष दर्शाते हैं कि स्वास्थ्य समायोजन स्तर व सामाजिक समायोजन स्तर पर छात्रों व छात्राओं के मध्य सार्थक अंतर नहीं है। परंतु गृह समायोजन स्तर, संवेगात्मक समायोजन स्तर एवं शैक्षिक समायोजन स्तर पर छात्रों एवं छात्राओं के मध्य सार्थक अंतर पाया गया है। अर्थात गृह, संवेगात्मक एवं शैक्षिक समायोजन स्तर पर छात्राओं की तुलना में छात्रों का समायोजन स्तर उच्च पाया गया है।

मुख्य शब्दः– स्वास्थ्य, सामाजिक, संवेगात्मक, शैक्षिक, समायोजन, आत्म नियामक।

प्रस्तावना

समाज में किसी भी प्रकार का परिवर्तन लाने के लिए शिक्षा सशक्त माध्यम है। शिक्षा आजीवन चलने वाली प्रक्रिया है। जो समाज के विकास को गतिशीलता प्रदान करती है। यह एक जटिल एवं व्यापाक प्रक्रिया है। जिसके द्वारा व्यक्ति में शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं संवेगात्मक परिवर्तन लाया जा सकता है। इसके अभाव में व्यक्ति व समाज का विकास प्रभावित होता है। शिक्षित व्यक्ति अपने जीवन में आने वाली समस्याओं का समाधान अपनी क्षमताओं का सही उपयोग कर के ही कर सकता है। शिक्षा के द्वारा व्यक्ति की क्षमताओं का विकास होता

है। वर्तमान शिक्षा व्यवस्था बालकों के सर्वांगीण विकास तथा उनकी विशिष्ट क्षमता व योग्यता को जाग्रत करती है। जबकि प्राचीन शिक्षा व्यवस्था दर्शन पर आधारित थी। इस काल में गुरु शिष्य परंपरा का निर्वहन होता था तथा शिक्षा बाल केंद्रित होने के स्थान पर ज्ञान केंद्रित अधिक थी। जिसमें विद्यार्थियों की व्यक्तिगत विभिन्नताओं का विशेष ध्यान नहीं रखा जाता था। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में भी बालकों को रटने की प्रवृत्ति के स्थान पर उनके कौशल, ज्ञान तथा रचनात्मक सोच को विकसित करने की बात कही गई है।

समायोजन की अवधारणा को सर्वप्रथम डार्विन ने प्रस्तुत किया था। उनके अनुसार समायोजन भौतिक दुनिया में जीवित रहने के लिए एक अनुकूलन के रूप में है। मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है। जन्म के उपरांत ही उसका सामाजिक विकास प्रारंभ हो जाता है। समाजीकरण की प्रक्रिया जीवन पर्यंत चलती रहती है। इस प्रक्रिया में बालक को विभिन्न परिस्थितियों से समन्वय स्थापित करने की आवश्यकता होती है। मानव जीवन में व्यक्ति को विभिन्न चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। जिसके लिए उन्हें अपनी आवश्यकताओं व इच्छाओं को पर्यावरण के अनुसार समावेशित करने की आवश्यकता होती है। व्यक्ति द्वारा अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए विभिन्न परिस्थितियों के अनुसार स्वयं अनुकूलन कर लेना या परिस्थितियों को स्वयं के अनुकूलन बना लेना समायोजन है।

गेट्स व अन्य के अनुसार :– " समायोजन निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है। इसके द्वारा व्यक्ति अपने और अपने वातावरण के बीच संतुलित संबंध रखने के लिए अपने व्यवहार में परिवर्तन करता है।"

इसके विपरीत यदि व्यक्ति प्रतिकूल परिस्थिति में सामंजस्य स्थापित नहीं कर पाता है तो उसका व्यक्तित्व प्रभावित होता है। यह स्थिति काफी समय तक रहती है तो उसका मानसिक स्वास्थ्य बिगड़ जाता है। इस अवस्था को कुसमायोजन कहा जाता है।

समायोजन के क्षेत्र

1. **पारिवारिक समायोजन** :– जन्म के बाद प्रारंभिक वर्षों में परिवार की भूमिका बहुत अहम होती है। परिवार के आदर्शों व मूल्यों के अनुसार बालक स्वयं को समायोजित करने का प्रयास करता है। यदि परिवार का वातावरण अच्छा नहीं होता है तो इसका प्रभाव बालक के व्यक्तित्व पर पड़ता है। कौर और चावला (2018) के अध्ययन के अनुसार अनाथालय में रहने वाले किशोरों में अपने परिवारों के साथ रहने वाले किशोरों की तुलना में शैक्षणिक चिंता कम थी।

2. **स्वास्थ्य समायोजन** :– किशोरावस्था में तनाव, चिंता, निराशा, अस्थिरता, क्रोध आदि समस्याओं से ग्रस्त होने के कारण किशोरों के शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है।

3. **संवेगात्मक समायोजन**:– किशोरावस्था में संवेगों पर संतुलन स्थापित करने की आवश्यकता होती है। संवेगों का बालक के जीवन पर बहुत गहरा प्रभाव पड़ता है। संवेगों के नियंत्रण द्वारा ही वह किसी भी कठिन परिस्थिति में आसानी से समायोजित हो सकता है। संधु (2017) के अध्ययन के अनुसार लड़कों की तुलना में लड़कियां संवेगात्मक बुद्धि के स्तर पर उच्च पाई गई तथा लड़कियों का समायोजन स्तर लड़कों की तुलना में उच्च था तथा यह भी पाया गया कि निम्न संवेगात्मक बुद्धि के विद्यार्थियों की तुलना में उच्च संवेगात्मक बुद्धि के विद्यार्थियों का समायोजन उच्च स्तर का था।

4. **सामाजिक समायोजन**:– जन्म से ही बालक समाज के एक विभिन्न अंग के रूप में स्थापित होता है। समाज के नियमों, आदर्शों व मूल्यों के अनुसार समन्वय स्थापित करना उसके भावी जीवन के लिए बहुत आवश्यक होता है।

5. **शैक्षिक समायोजन**:– शैक्षिक समायोजन से तात्पर्य बालक का विद्यालय व महाविद्यालय के वातावरण में समायोजित होने से है। महाविद्यालय व उच्च शिक्षा की बढ़ी हुई अपेक्षाओ को पूरा करने के लिए छात्र का शैक्षिक समायोजन बहुत आवश्यक होता है। आत्म नियामक व्यवहार विकसित करने पर बल देना चाहिए। बलवान सिंह (2018) के अध्ययन के अनुसार जिन विद्यार्थियों के शैक्षिक उपलब्धि का स्तर उच्च था उन में समायोजन की

क्षमता भी उच्च पाई गई तथा जिन विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि का स्तर निम्न था उन में समायोजन क्षमता निम्न पाई गई।

समाज व राष्ट्र की उन्नति व प्रगति के लिए युवाओं को सुरक्षित व संरक्षित किया जाना बहुत आवश्यक है, क्योंकि किसी भी समाज व राष्ट्र की वास्तविक पूंजी उसका किशोर होता है। किशोरावस्था में बालक का शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य बहुत प्रभावित होता है। इस समय बालकों को अनेक प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ता है। यह समस्याएं बालक के व्यवहार को प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। यदि बालक अपनी योग्यताओं के अनुसार अपने लक्ष्य का निर्धारण करता है तो वह आसानी से अपने वातावरण में समायोजन कर लेता है, इसके विपरीत यदि उसकी इच्छाएं, आवश्यकताएं, आकांक्षाएं उसकी क्षमताओं से अधिक है तो समायोजन नकारात्मक रूप से प्रभावित होता है। वर्तमान अध्ययनों में पाया गया है कि महाविद्यालय जाने वाले विद्यार्थियों के विकास पर सामाजिक व संवेगात्मक पक्षों का बहुत गहरा प्रभाव पड़ता है। महाविद्यालय जाने वाले विद्यार्थियों में आधे तो अपनी डिग्री प्राप्त कर लेते हैं लेकिन आधे बीच में ही पढ़ाई छोड़ देते हैं। जब विद्यार्थी विद्यालय से महाविद्यालय में प्रवेश करते हैं तो उनके सामने संवेगात्मक, सामाजिक एवं शैक्षिक समायोजन से संबंधित परिवर्तन परिलक्षित होते हैं। जिसके कारण विद्यार्थियों में समायोजन से संबंधित समस्याएं, अकेलापन, तनाव, चिंता, परेशानी और अवसाद की समस्याएं उत्पन्न होती हैं।

संबंधित साहित्य का अध्ययन

डी. एन. चक्रवर्ती (2019) ने असम राज्य के गुवाहाटी जिले से 48 स्नातक तथा 48 परास्नातक छात्रों का चयन सोद्देश्य प्रतिदर्श तकनीकी द्वारा किया। उनके अध्ययन का उद्देश्य स्नातक तथा परास्नातक स्तर के विद्यार्थियों की चिंता और समायोजन के मध्य संबंध का परीक्षण करना था। जिसमें उपकरण के रूप में डॉ. ए. के. पी. सिंहा और डॉ. एल. एन. के. सिंहा द्वारा निर्मित सिंहा कंप्रिहेंसिव चिंता मापनी तथा बैल समायोजन सूची का प्रयोग किया। निष्कर्ष में पुरुषों की तुलना में महिलाओं का चिंता स्तर अधिक था। स्नातक एवं परास्नातक स्तर पर चिंता और समायोजन में सार्थक सहसंबंध पाया गया। परास्नातक स्तर की महिलाओं की तुलना में स्नातक स्तर की महिलाओं में चिंता का स्तर सर्वाधिक पाया गया। जो यह दर्शाता है कि जितना अधिक चिंता का स्तर है उतना ही समायोजन का स्तर कम है। इसके साथ ही स्नातक व परास्नातक स्तर के विद्यार्थियों की चिंता और समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया। **चौहान राजीव (2017)** ने उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत किशोर विद्यार्थियों के समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन के विषय पर शोध कार्य किया। अध्ययन के निष्कर्ष में पाया गया कि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अध्ययनरत किशोर छात्राओं के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं है। **मौमिता कुंडू, बीरबल शाहा, भीम चंद्र मांडल (2015)** के अध्ययन का उद्देश्य स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की समायोजन क्षमता का अध्ययन लिंग, संकाय तथा सामाजिक बुद्धि के आधार पर करना था। जिसके लिए सिद्धो– कान्हो–बरसा विश्वविद्यालय के विभिन्न महाविद्यालयों से 300 स्नातक स्तर के विद्यार्थियों का यादृच्छिक विधि द्वारा चयन किया गया। परिणाम में सामाजिक बुद्धि और समायोजन क्षमता में सार्थक संबंध पाया गया तथा महिला और पुरुषों के साथ ही विज्ञान और मानविकी संकाय के विद्यार्थियों में कोई अंतर नहीं पाया गया। विभिन्न सामाजिक बुद्धि वाले व्यक्तियों की समायोजन क्षमता में सार्थक रूप से अंतर था। अतः यह कहा जा सकता है कि समायोजन क्षमता लिंग और संकाय पर निर्भर न होकर सामाजिक बुद्धि पर निर्भर है। **प्रियंका शर्मा और निशा सैनी (2013)** ने महाविद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों की समायोजन से संबंधित तीन आयामों स्वास्थ्य, सामाजिक और संवेगात्मक का अध्ययन लिंग (लड़के और लड़कियां) व क्षेत्र (शहरी और गांव) के आधार पर किया। जिसके लिए स्तरीकृत यादृच्छिक विधि द्वारा 100 विद्यार्थियों (50 पुरुष व 50 महिलाओं) का चयन जम्मू के दो महाविद्यालयों से किया। समायोजन के मापन के लिए डॉ. ए. के. पी. सिंहा और डॉ. आर.पी. सिंह (1995) द्वारा निर्मित एडजेस्टमेंट इन्वेंटरी फॉर कॉलेज स्टूडेंट का प्रयोग किया गया। अध्ययन के निष्कर्ष में महिलाएं स्वास्थ्य समायोजन और सामाजिक समायोजन के आयाम में औसत हैं तथा संवेगात्मक क्षेत्र में असंतोषजनक स्तर पर है। लड़के सामाजिक समायोजन के आयाम में औसत हैं तथा स्वास्थ्य एवं संवेगात्मक आयाम में असंतोषजनक है। लड़के और लड़कियों के स्वास्थ्य, सामाजिक एवं संवेगात्मक समायोजन के बीच कोई सार्थक अंतर नहीं है। शहरी एवं ग्रामीण महाविद्यालयों के विद्यार्थियों के स्वास्थ्य एवं संवेगात्मक समायोजन के बीच एक महत्वपूर्ण अंतर है लेकिन वे सामाजिक समायोजन में महत्वपूर्ण रूप से भिन्न नहीं है।

ढीललन सी .के. (2016) ने महाविद्यालय जाने वाले विद्यार्थियों के समायोजन व बुद्धि स्तर को जानने तथा इन दोनों चरों के मध्य संबंध को जानने के लिए अध्ययन किया। निष्कर्षों के अनुसार अधिकतर विद्यार्थियों का समायोजन स्तर या तो औसत या औसत से कम है तथा अधिकतर विद्यार्थी बुद्धि के स्तर पर औसत या औसत से अधिक है। औसत से अधिक बुद्धि वाले विद्यार्थियों का गृह, स्वास्थ्य एवं शैक्षिक समायोजन स्तर बेहतर है लेकिन समायोजन के सामाजिक और संवेगात्मक क्षेत्रों में औसत से अधिक और औसत से नीचे के बुद्धि स्तर वाले विद्यार्थी समान रूप से समायोजित है। अतः बुद्धि का समायोजन के साथ सार्थक संबंध पाया गया। **राखी घाटक (2018)** के अध्ययन में गृह समायोजन में किशोर लड़के एवं लड़कियों में सार्थक अंतर है। **थोयाम किरन सिंह (e.t.all 2014)** के अध्ययन में गृह समायोजन, स्वास्थ्य समायोजन, सामाजिक समायोजन, शैक्षिक समायोजन एवं संवेगात्मक समायोजन के आयाम तथा कुल जनसंख्या में लड़के व लड़कियों के मध्य कोई सार्थक अंतर नहीं है। **आर. रामेश्वर (2019)** के अध्ययन के निष्कर्ष में लड़कों की तुलना में लड़कियां गृह, सामाजिक, संवेगात्मक एवं स्वास्थ्य समायोजन में बेहतर समायोजित पाई गई।

शोध उद्देश्य

1. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं के गृह समायोजन स्तर का अध्ययन करना ।
2. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं के स्वास्थ्य समायोजन स्तर का अध्ययन करना।
3. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं के सामाजिक समायोजन स्तर का अध्ययन करना।
4. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं के संवेगात्मक समायोजन स्तर का अध्ययन करना।
5. स्नातक स्तर के छात्र एवं छात्राओं के शैक्षिक समायोजन स्तर का अध्ययन करना।

परिकल्पना :–

1. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में गृह समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है ।
2. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में स्वास्थ्य समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है।
3. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में सामाजिक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है।
4. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में संवेगात्मक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है।
5. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में शैक्षिक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है।

शोध विधि

प्रस्तुत शोध में सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

शोध का परिसीमन

1. प्रस्तुत शोध झांसी जिले के महाविद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों पर किया गया है।
2. इस शोध में केवल स्नातक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों का चयन किया गया है
3. आंकड़ों का संग्रहण करने हेतु प्रमाणीकृत उपकरण का प्रयोग किया गया है।

शोध उपकरण

आंकड़ों का संकलन डॉ ए. के. पी सिंहा और डॉ. आर. पी. सिंह द्वारा निर्मित एडजेस्टमेंट इन्वेंटरी ऑफ कॉलेज स्टूडेंट के द्वारा किया गया है। यह मापनी समायोजन के पांच क्षेत्र गृह, स्वास्थ्य, सामाजिक, संवेगात्मक एवं शैक्षिक का मापन करती है। इसमें कुल 102 पद है। जिसमें गृह–16, स्वास्थ्य–15, सामाजिक–19, संवेगात्मक–31 और शैक्षिक– 21 क्षेत्रों से संबंधित कथन है। यह मापनी व्यक्तिगत एवं सामूहिक दोनों रूप में प्रयोग की जा सकती है। मापनी में कम प्राप्तांक बेहतर समायोजन को तथा अधिक प्राप्तांक खराब समायोजन को प्रदर्शित करते हैं। इसमें प्रत्येक पद के दो विकल्प हैं– हां और नहीं। परीक्षण की विश्वसनीयता परीक्षण पुनः परीक्षण विधि द्वारा 0.93 ज्ञात की गई है।

प्राप्तांकों की गणना की विधि

प्राप्तांकों की गणना के लिए प्रत्येक क्षेत्र के लिए पारदर्शी स्कोरिंग कुंजिया अलग से प्रदान की गई है। इसमें केवल कुंजियां में बने वृत के तहत चिन्हित प्रतिक्रिया को अंक प्रदान किए जाते हैं तथा प्रत्येक ली गई प्रतिक्रिया को एक अंक प्रदान किया जाता है।

जनसंख्या

प्रस्तुत अध्ययन की जनसंख्या का संबंध झांसी जिले के बुंदेलखंड विश्वविद्यालय से संबद्ध महाविद्यालयों के स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं से है।

न्यादर्श

झांसी जिले के बुंदेलखंड विश्वविद्यालय से संबद्ध महाविद्यालयों के स्नातक स्तर के 174 विद्यार्थियों का चयन साधारण यादृश्चिक विधि द्वारा किया गया है। जिसमें 96 छात्र तथा 68 छात्राएं सम्मिलित है।

आंकड़ों का विश्लेषण एवं परिणाम

प्राप्त आंकड़ों का विश्लेषण और उसकी व्याख्या निम्नलिखित है:–

परिकल्पना 1:– स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में गृह समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है।

सारणी 01: स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में गृह समायोजन स्तर के मध्यमानों के अंतर की सार्थकता

लिंग	N	माध्य (MEAN)	मानक विचलन (SD)	स्वतंत्रता की कोटि (D.F.)	T-VALUE	सार्थकता
छात्र	96	7.90	3.27	172	3.227	सार्थक अंतर है।
छात्राएं	78	6.37	2.98			

उपरोक्त दी गई सारणी 01 में स्वतंत्रता की कोटि 172 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर 'T का प्राप्त मान 3.227 है। जो तालिका में दिए गए मान 1.98 से अधिक है। अतः स्नातक स्तर पर छात्रों और छात्राओं के मध्य गृह समायोजन के स्तर पर सार्थक अंतर है। अतः परिकल्पना अस्वीकृत होती है।

परिकल्पना 2 :–स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में स्वास्थ्य समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है।

सारणी 02: स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में स्वास्थ्य समायोजन स्तर के मध्यमानों के अंतर की सार्थकता

लिंग	N	माध्य (MEAN)	मानक विचलन (SD)	स्वतंत्रता की कोटि (D.F.)	T-VALUE	सर्थकता
छात्र	96	3.85	2.90	172	0.334	सार्थक अंतर नहीं है।
छात्राएं	78	3.69	3.32			

उपरोक्त दी गई सारणी 02 में स्वतंत्रता की कोटि 172 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर 'T का प्राप्त मान 0.334 है। जो तालिका में दिए गए मान 1.98 से कम है। अतः स्नातक स्तर पर छात्रों और छात्राओं के मध्य स्वास्थ्य समायोजन के स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है। अतः परिकल्पना स्वीकृत होती ळें

परिकल्पना 3 :– स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में सामाजिक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है ।

सारणी 03: स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में समाजिक समायोजन स्तर के मध्यमानों के अंतर की सार्थकता

लिंग	N	माध्य (MEAN)	मानक विचलन (SD)	स्वतंत्रता की कोटि (D.F.)	T-VALUE	सार्थकता
छात्र	96	9.09	4.22	172	1.04	सार्थक अंतर नहीं है।
छात्राएं	78	8.41	4.31			

उपरोक्त दी गई सारणी 03 में स्वतंत्रता की कोटि 172 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर 'T' का प्राप्त मान 1.04 है। जो तालिका में दिए गए मान 1.98 से कम है। अतः स्नातक स्तर पर छात्रों और छात्राओं के मध्य सामाजिक समायोजन के स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है। अतः परिकल्पना स्वीकृत होती है ।

परिकल्पना 4 :– स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में संवेगात्मक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है ।

सारणी 04: स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में संवेगात्मक समायोजन स्तर के मध्यमानों के अंतर की सार्थकता

लिंग	N	माध्य (MEAN)	मानक विचलन (SD)	स्वतंत्रता की कोटि (D.F.)	T-VALUE	सार्थकता
छात्र	96	15.69	6.68	172	3.31	सार्थक अंतर है।
छात्राएं	78	11.90	8.13			

उपरोक्त दी गई सारणी 04 में स्वतंत्रता की कोटि 172 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर 'T' का प्राप्त मान 3.31 है। जो तालिका में दिए गए मान 1.98 से अधिक है। अतः स्नातक स्तर पर छात्रों और छात्राओं के मध्य संवेगात्मक समायोजन के स्तर पर सार्थक अंतर है। अतः परिकल्पना अस्वीकृत होती है।

परिकल्पना 5:– स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में शैक्षिक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर नहीं है।

सारणी 05: स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं में शैक्षिक समायोजन स्तर के मध्यमानों के अंतर की सार्थकता

लिंग	N	माध्य (MEAN)	मानक विचलन (SD)	स्वतंत्रता की कोटि (D.F.)	T-VALUE	सार्थकता
छात्र	96	9.38	5.88	172	2.43	सार्थक अंतर है।
छात्राएं	78	7.51	4.37			

उपरोक्त दी गई सारणी 05 में स्वतंत्रता की कोटि 172 के लिए 0.05 सार्थकता स्तर पर 'T' का प्राप्त मान 2.43 है। जो तालिका में दिए गए मान 1.98 से अधिक है। अतः स्नातक स्तर पर छात्रों और छात्राओं के मध्य शैक्षिक समायोजन के स्तर पर सार्थक अंतर है। अतः परिकल्पना अस्वीकृत होती है।

शोध व्याख्या

1. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्रों के मध्य गृह समायोजन स्तर में सार्थक अंतर पाया गया है। अर्थात छात्रों की तुलना में छात्राओं का गृह समायोजन निम्न है। सामान्यतः गृह समायोजन में सामाजिक, सांस्कृतिक व मनोवैज्ञानिक कारकों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। हमारे समाज की पारंपरिक सामाजिक संरचना तथा पालन पोषण के आधार पर इस तरह का अंतर स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है।

2. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं के मध्य स्वास्थ्य समायोजन में सार्थक अंतर नहीं पाया गया। जिसके आधार पर यह स्पष्ट होता है कि छात्र और छात्राएं दोनों ही अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग रहते हैं तथा किसी भी प्रकार के शारीरिक व मानसिक समस्याओं व बदलती हुई जीवन शैली के साथ आवश्यकतानुसार सामंजस्य स्थापित करते हैं।

3. स्नातक स्तर के छात्रों एवं छात्राओं के मध्य सामाजिक समायोजन स्तर में सार्थक अंतर नहीं पाया गया है। अतः इस निष्कर्ष के आधार पर यह कहा जा सकता है कि दोनों ही जन्म से सामाजिक परिवेश में रहते हैं तथा समाज में बढ़ती हुई लैंगिक समानता, सामान शैक्षिक व्यवस्था, सामाजिक संबंधों का प्रभाव आदि ऐसे कारक हैं जो इस अंतर को कम करते हैं।

4. स्नातक स्तर पर छात्रों एवं छात्राओं के मध्य संवेगात्मक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर पाया गया है। छात्राओं का संवेगात्मक स्तर छात्रों की तुलना में निम्न पाया गया है। सामान्यतः यह पाया जाता है कि छात्राओं से यह अपेक्षा की जाती है कि वे शांत, संयमित और विनम्र रहें। इस दबाव के कारण वे अपनी भावनाओं को प्रकट करने में असमर्थ होती है जिसके कारण उन में आत्मविश्वास, संवेदनशीलता, तथा भावनाओं को प्रदर्शित करने की क्षमता प्रभावित होती है। इसके विपरीत छात्रों में व्यक्तिगत स्वतंत्रता तथा भविष्य के करियर की चिंता व दबाव के कारण भी वह स्वयं की भावनाओं को नियंत्रित रखने में कामयाब है।

5. स्नातक स्तर पर छात्रों एवं छात्राओं के मध्य शैक्षिक समायोजन स्तर पर सार्थक अंतर पाया गया है। छात्राओं की तुलना में छात्रों का शैक्षिक समायोजन स्तर उच्च पाया गया है। अध्ययन के परिणाम दर्शाते हैं कि छात्र खेलकूद व मनोरंजन कार्यों में व्यस्त रहने के बावजूद भी शैक्षणिक अनुशासन को बनाए रखने में सफल रहे हैं। इसके विपरीत छात्राओं से शैक्षणिक गतिविधियों के स्थान पर घरेलू और पारिवारिक जिम्मेदारियों को प्राथमिकता देने की अपेक्षा की जाती है, जो उनके आत्मविश्वास व प्रेरणा को प्रभावित करता है। जिसके कारण उनकी शैक्षिक प्रगति पर असर पड़ता है। अतः कहा जा सकता है कि विद्यार्थियों की अध्ययन की आदतें, सामाजिक अपेक्षाएं तथा मानसिकता का स्तर इस अंतर को प्रभावित करता है।

निष्कर्ष

प्रस्तुत अध्ययन यह स्पष्ट करता है कि औसतन छात्रों का गृह समायोजन स्तर, संवेगात्मक समायोजन स्तर एवं शैक्षिक समायोजन स्तर छात्राओं की तुलना में बेहतर है अर्थात छात्र विभिन्न परिस्थितियों में स्वयं को बेहतर तरीके से समायोजित कर पा रहे हैं। परंतु गृह समायोजन स्तर एवं शैक्षिक समायोजन स्तर पर छात्रों का मानक विचलन छात्राओं के मानक विचलन से अधिक है। इसका आशय है कि छात्रों के गृह व शैक्षिक समायोजन स्तर में स्थिरता व समानता का अभाव है। अर्थात कुछ छात्रों का बहुत अच्छा समायोजन स्तर है, जबकि कुछ छात्रों का समायोजन स्तर बहुत कम है। दूसरी ओर छात्राओं का गृह व शैक्षिक समायोजन स्तर औसतन से कम है, लेकिन उसमें स्थिरता एवं एकरूपता अधिक है अर्थात अधिकतर छात्राएं समान स्तर पर हैं।

संवेगात्मक समायोजन स्तर पर छात्राओं का मानक विचलन छात्रों की अपेक्षा अधिक है जो यह दर्शाता है कि छात्रों के संवेगात्मक समायोजन स्तर में भिन्नता कम है, जबकि छात्राओं के संवेगात्मक समायोजन स्तर में असमानता व स्थिरता अधिक है। अर्थात कुछ छात्राएं संवेगात्मक रूप से संतुलित है तथा कुछ का स्तर बहुत कम है। छात्र औसतन छात्राओं की तुलना में संवेगात्मक रूप से अधिक स्थिर और संतुलित हैं जो उनके बेहतर संवेगात्मक नियंत्रण व सामंजस्य को प्रदर्शित कर रहा है।

सुझाव

1. छात्राओं के शैक्षिक समायोजन स्तर को बढ़ाने के लिए शैक्षिक नीतियों और प्रयासों को बढ़ाना चाहिए। उन्हें प्रेरित करने की आवश्यकता है तथा उनके आत्मविश्वास को बढ़ाने पर बल दिया जाना चाहिए। छात्रों के समायोजन को बेहतर बनाने के लिए उनके सामाजिक, सांस्कृतिक व शैक्षिक कारकों पर ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता है।

2. छात्राओं व छात्रों के गृह समायोजन स्तर को विकसित करने की आवश्यकता है, क्योंकि विद्यार्थियों का अधिक समय परिवार व परिवार के सदस्यों के मध्य व्यतीत होता है। यदि पारिवारिक वातावरण अच्छा व उन्नत रहेगा तो उसका प्रभाव समायोजन के विभिन्न पक्षों व क्षेत्रों पर पड़ेगा।

3. छात्राओं के संवेगात्मक समायोजन स्तर को बढ़ाने के लिए मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम व संवेगात्मक प्रबंधन के लिए विभिन्न कार्यशालाओं का आयोजन किया जाना चाहिए। निर्देशन व परामर्श की सहायता से उनकी संवेगों से संबंधित समस्याओं का समाधान किया जाना चाहिए।

संदर्भ सूची

Babasaheb, R. R. (2019). A study of adjustment among male and female college going students. *The International Journal of Indian Psychology*, *7*(4), 1071-1080.

Chakrabarty, D. N. (2019). Anxiety and adjustment among undergraduate and postgraduate students. *IOSR Journal of Humanities and Social Sciences*, *24*, 4344.

Rakhi Ghatak,(2018) A study on home adjustment of adolescents. International Journal of Scientific Development and Research, 3 (8), 204-206.,

Kaur H, Chawla A. (2018). A Study of Academic Anxiety and School Adjustment among Adolescents. Indian Journal of Psychiatric Social Work, 9(2) : 106-10.

सिंह, बलवान 2018. माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर समायोजन के प्रभाव का अध्ययनण *चेतना, इन्टरनेषनल* एजूकेषनल जर्नल, वॉल्युम– 3, इष्यू– 3, पृष्ठ नम्बर 195–200।

चौहान, राजीव 2017. उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत् किशोर विद्यार्थियों के समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन *युम नम्बर ९ इष्यू–3,* पृष्ठ नम्बर 51–67।

संधू. 2017 ए स्टडी ऑफ़ इंपैक्ट ऑफ़ इमोशनल इंटेलिजेंस (ई क्यु) ऑन एडजस्टमेंट ऑफ सीनियर सेकेंडरी स्टूडेंटस. *इंटरनेशनल जनरल ऑफ़ एजूकेशन एंड मैनेजमेंट स्टडीज, 7*(1), pp..46.

Dhillon, C. K. (2016). Adjustment status of students in relation to intelligence. *International Journal of Social Sciences*, *5*(1), 23-27.

Kundu, M., Saha, B., & Mondal, B. C. (2015). Adjustment of undergraduate students in relation to their social intelligence. *American Journal of Educational Research*, *3*(11), 1398-1401.

Thiyam Kiran Singh, Sanjeev Tripathi, and Mahato J., (2014) Health and Adjustment of High School Students. The International Journal of Indian Psychology: Volume: 01, Issue: 04, No. 2, 09-18.

Sharma, P., & Saini, N. (2013). Health, social and emotional problems of college students. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, *14*(5), 21-34.

Malik, A., Anand, M., & Batra, A. (2012). Effect of life skill training on academic anxiety, adjustment and self-esteem levels in early adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*.

गुप्ता,एस.पी. एवं गुप्ता, ए. (2010). उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान. इलाहाबादः शारदा पुस्तक भवन .

पाठक, पी. डी (2007) शिक्षा मनोविज्ञान. विनोद पुस्तक मंदिर. आगरा।

सारस्वत, डॉ. मालती., नवीन संस्करण.शिक्षा मनोविज्ञान की रूपरेखा.आलोक प्रकाशन. इलाहाबाद।

https://scholar.google.com