The Chitransh Academic & Research Online Peer Reviewed / Refereed Journal
International Journal of Multidisaciplinary Reseaech me1 | Issue 3 |June 2025
ISSN: 3049-303X (Online)
Website: www.thechitranshacadmic.in

किशोरों के समायोजन का उनके व्यक्तित्व पर प्रभाव का अध्ययन

जितेन्द्र कुमार तिवारी[1]
शोधार्थी (शिक्षा), कलिंगा विश्वविद्यालय, रायपुर, छत्तीसगढ़
डॉ. सरोज नैय्यर[2]
सहायक प्राध्यापक (शिक्षा),कलिंगा विश्वविद्यालय,रायपुर,छत्तीसगढ़

ARTICLE DETAILS

Research Paper

Received: ***20.06.25***

*Accepted:**29.06.25***

Published: ***30/06/25***

Keywords:समायोजन,व्यक्तित्व, किशोर एवं किशोरियां

ABSTRACT

प्रस्तुत शोध में किशोरों और किशोरियों के समायोजन पर उनके व्यक्तित्व के प्रभाव का विश्लेषण किया गया है। किशोरावस्था एक संवेदनशील चरण होता है, जिसमें बाह्य परिवेश—जैसे पारिवारिक वातावरण, विद्यालय, मित्रों एवं सामाजिक परिस्थितियोंका उनके समायोजन पर गहरा प्रभाव पड़ता है। यह समायोजन उनके व्यक्तित्व निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। किशोरों को विभिन्न सामाजिक संदर्भों में स्वयं को अनुकूलित करते समय जिन अनुभवों का सामना करना पड़ता है, वे उनके व्यक्तित्व के विकास को प्रभावित करते हैं।इस अध्ययन के अंतर्गत शोधकर्ता ने पूर्व में प्रकाशित एवं अप्रकाशित शोध कार्यों, संबंधित साहित्य, पुस्तकों और अन्य प्रासंगिक सामग्री का विस्तृत अध्ययन किया। प्राप्त आँकड़ों एवं विश्लेषणों के आधार पर यह निष्कर्ष सामने आया कि किशोरों के समायोजन और उनके व्यक्तित्व के बीच गहरा एवं सार्थक संबंध पाया गया है।

प्रस्तावना

शिक्षा ही किसी समाज और राष्ट्र के विकास की मूल आधारशिला है। एक सामान्य जीवन को उत्कृष्टता की ऊँचाइयों तक पहुँचाने में शिक्षक की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। शिक्षा के बिना न तो सच्चा विकास संभव है और न ही कोई स्थायी परिवर्तन। आज मानव ने शिक्षा के बल पर भूमि से आकाश तक की यात्रा की है और एक देश से दूसरे देश तक प्रगति का मार्ग प्रशस्त किया है।किशोरावस्था विशेषकर किशोरियों के जीवन में शिक्षा का विशेष महत्व होता है, क्योंकि इसी अवस्था में उनका शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक एवं सामाजिक विकास तीव्र गति से होता है। शिक्षा न केवल उनके व्यक्तित्व को निखारती है, बल्कि उन्हें समाज में अपने स्थान को पहचानने और स्थापित करने की क्षमता भी प्रदान करती है। समायोजन की प्रक्रिया में शिक्षा एक मार्गदर्शक की भूमिका निभाती है, जो किशोरों को जीवन के विविध परिवेशों में संतुलन स्थापित करना सिखाती है।इसलिए यह आवश्यक है कि किशोरियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान की जाए, जिससे वे आत्मनिर्भर, जागरूक और सशक्त बन सकें तथा समाज में सकारात्मक परिवर्तन के वाहक बनें।

समायोजन

मनोविज्ञान मेंसमायोजनउस प्रक्रिया को कहा जाता है जिसके माध्यम से व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं और परिवेश की मांगों के बीच संतुलन स्थापित करता है। यह प्रक्रिया तब महत्वपूर्ण हो जाती है जब व्यक्ति को अपने अनुकूल न होने वाली परिस्थितियों में भी स्वयं को ढालना पड़ता है। चाहे कोई किशोर, किशोरी या कोई अन्य व्यक्ति हो—जब वे किसी नए वातावरण, समाज या परिस्थिति में प्रवेश करते हैं, तो वे अपनी आवश्यकताओं तथा परिस्थिति के बीच सामंजस्य स्थापित करते हैं, यही प्रक्रिया समायोजन कहलाती है।समायोजन एक अत्यंत महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक परिवर्ती (variable) है, क्योंकि जीवन में प्रत्येक व्यक्ति को अनेक चुनौतियों और कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। इन स्थितियों से निपटने के लिए व्यक्ति विभिन्न प्रकार की मानसिक एवं व्यवहारिक क्रियाएं करता है, जिनके माध्यम से वह आंतरिक एवं बाह्य संतुलन बनाए रखने का प्रयास करता है। यह संतुलन उसे अपने लक्ष्य प्राप्त करने, तनाव कम करने और आवश्यकताओं की पूर्ति करने में सहायता करता है।बोरिंग (Boring) के अनुसार, "समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके माध्यम से व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं और उन्हें प्रभावित करने वाली परिस्थितियों के बीच संतुलन बनाए रखता है।"जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए व्यक्ति को अपने परिवेश, सामाजिक अपेक्षाओं और आंतरिक आवश्यकताओं के साथ समायोजन स्थापित करना अनिवार्य हो जाता है। प्रत्येक व्यक्ति अपनी क्षमताओं के अनुरूप समायोजन करने का प्रयास करता है। कुछ लोग प्रतिकूल परिस्थितियों में भी आत्मनियंत्रण बनाए रखते हैं, जबकि कुछ लोग मानसिक संतुलन खो बैठते हैं। इसलिए, सकारात्मक समायोजन का विकास मानसिक स्वास्थ्य और संपूर्ण व्यक्तित्व विकास के लिए अत्यंत आवश्यक है।

Corresponding Author: microsolutionbgp@gmail.com

समायोजन (Adjustment)

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

एस. एल. शेफर के अनुसार– "समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा कोई जीवधारी अपने आवश्यकताओं तथा इन आवश्यकताओं की संतुष्टि से संबंधित परिस्थितियों में संतुलन रखता है।"

गैसा फेयर तथा हीवरी के अनुसार –"समाजीय व्यक्तियों के लिए जीव का व्यवहार ग्राहय और अग्राहय हो सकता है, जिसे समायोजन और कुसमायोजन की संज्ञा दी जाती है। जीव के व्यवहार का परिक्षेत्र समाजीय नियम ,स्तर, आदते और रूढ़ियों एवं व्यवहार के विभिन्न तरीकों से लगाया जाता है।"

आइजनेक तथा सहयोगियों के अनुसार—"एक ऐसी अवस्था है जिसमें एक ओर व्यक्ति की आवश्यकतायें तथा दूसरी ओर पर्यावरण संबंधी दावो की पूर्ण संतुष्टि होती है अथवा यह वह प्रक्रिया है जिसमें इन दोनों के मध्य सामंजस्य स्थापित हो जाता है।"

व्यक्तित्व

व्यक्तित्व (Personality) एक जटिल और बहुआयामी प्रत्यय है। कुछ विद्वानों के अनुसार, व्यक्तित्व व्यक्ति के चरित्र का परिणाम है, जबकि अन्य इसे चरित्र की उत्पत्ति का स्रोत मानते हैं। आम धारणा के विपरीत, व्यक्तित्व केवल मानसिक विकास या शारीरिक रूप से परिभाषित नहीं किया जा सकता। यह मानसिक एवं शारीरिक विकास के परस्पर संबद्ध पहलुओं का समन्वय है, जो मिलकर व्यक्ति के समग्र व्यवहार को प्रभावित करते हैं।वास्तव में, व्यक्तित्व न तो केवल शरीर है, न मस्तिष्क और न ही किसी व्यक्ति का बाह्य स्वरूप। बल्कि, यह व्यक्ति के सम्पूर्ण व्यवहार, आचार-विचार, प्रतिक्रियाओं और सामाजिक संपर्कों का दर्पण है। पर्सनैलिटी शब्द का प्रयोग प्रायः बोलचाल की शैली, वेशभूषा, रंग-रूप, शारीरिक बनावट और व्यवहार द्वारा दूसरों को प्रभावित करने की क्षमता के संदर्भ में किया जाता है। कोई व्यक्ति जितना अधिक सकारात्मक गुणों और प्रभावशाली व्यवहार का प्रदर्शन करता है, उसका व्यक्तित्व उतना ही प्रभावशाली माना जाता है।किन्तु व्यक्तित्व केवल बाह्य गुणों का परिणाम नहीं है। इसके लिए आंतरिक गुणों—जैसे नैतिकता, आत्म-नियंत्रण, सहानुभूति, सोचने की क्षमता और सामाजिक व्यवहार—की भी अत्यंत आवश्यकता होती है। मनोविज्ञान में व्यक्तित्व का तात्पर्य व्यक्ति के सम्पूर्ण रूप और गुणों की समष्टि से होता है।दर्शनशास्त्र में व्यक्तित्व का मूल तत्व 'जीव' माना गया है। यह कोई स्थिर अवस्था नहीं बल्कि एक निरंतर परिवर्तित होने वाली गतिशील प्रक्रिया है, जो पर्यावरण और परिस्थितियों के प्रभाव से सतत रूप से विकसित होती रहती है। व्यक्ति का व्यक्तित्व उसके आचार, विचार, व्यवहार, गतिविधियों और सामाजिक प्रतिक्रियाओं में स्पष्ट रूप से परिलक्षित होता है।व्यक्तित्व, व्यक्ति के पर्यावरण के साथ समायोजन (adjustment) की प्रवृत्ति को भी दर्शाता है। जो व्यक्ति अपने परिवेश से जिस प्रकार सामंजस्य स्थापित करता है, वही उसका वास्तविक व्यक्तित्व बन जाता है।

इस समायोजन प्रक्रिया में विभिन्न तत्वों का संयोजन आवश्यक होता है, जो प्रत्येक व्यक्ति में भिन्न-भिन्न मात्रा में पाया जाता है।

इसी सन्दर्भ में, **बारेन** का कथन उल्लेखनीय है—"व्यक्तित्व व्यक्ति का संपूर्ण मानसिक संगठन है, जो उसके विकास की किसी भी अवस्था में विद्यमान रहता है।"

इसी प्रकार, **ड्रेवर** के अनुसार—"व्यक्तित्व शब्द का प्रयोग व्यक्ति के शारीरिक, मानसिक, नैतिक और सामाजिक गुणों के सुसंगठित और गत्यात्मक संगठन के लिए किया जाता है, जिसे वह अन्य व्यक्तियों के साथ अपने सामाजिक जीवन के आदान-प्रदान में अभिव्यक्त करता है।"

इस प्रकार, व्यक्तित्व केवल किसी व्यक्ति की उपस्थिति नहीं, बल्कि उसकी संपूर्ण अस्तित्वगत प्रक्रिया का परावर्तन होता है, जो उसके जीवन के प्रत्येक क्षण में प्रकट होता है।

किशोरावस्था : विकास का संवेदनशील एवं जटिल चरण

किशोरावस्था मानव जीवन के विकास में एक अत्यंत महत्वपूर्ण और संवेदनशील चरण होता है। यह अवस्था बाल्यावस्था के पश्चात प्रारंभ होती है और सामान्यतः 12 से 18 वर्ष की आयु के बीच मानी जाती है। यह जीवन का वह कालखंड है, जिसमें किशोर एवं किशोरियाँ न केवल शारीरिक, बल्कि मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक दृष्टि से तीव्र परिवर्तनों से गुजरते हैं। वास्तव में यह अवस्था बचपन और वयस्कता के बीच की वह कड़ी है, जिसे मनोवैज्ञानिकों ने "तूफानी और तनावपूर्ण काल" की संज्ञा दी है।इस अवधि में किशोरों के भीतर लैंगिक और शारीरिक अभिवृद्धि के साथ-साथ मानसिक द्वंद्व, भावनात्मक अस्थिरता और निर्णय लेने की अधीरता देखी जाती है। इस अवस्था में किशोर न तो पूरी तरह बालक माने जाते हैं और न ही पूर्ण वयस्क, जिससे उनकी सामाजिक स्थिति अस्पष्ट और भ्रमित हो जाती है। परिणामस्वरूप वे कभी बालकों जैसा व्यवहार करते हैं, तो कभी वयस्कों की भांति उत्तरदायित्व निभाने को विवश हो जाते हैं।शारीरिक परिवर्तनों के साथ मानसिक उथल-पुथल इतनी तीव्र होती है कि उनके व्यक्तित्व में तनाव, चिंता और संकोच जैसी समस्याएं उभरने लगती हैं। इस अवस्था में यदि उन्हें उपयुक्त मार्गदर्शन, समझदारी भरा व्यवहार और भावनात्मक सहयोग न मिले, तो वे मानसिक असंतुलन, आत्म-संदेह और समायोजन की कठिनाइयों से ग्रसित हो सकते हैं। यही कारण है कि किशोरावस्था को "तूफानी दौर" कहा गया है।इस जटिल अवस्था में माता-पिता, शिक्षक, अभिभावक एवं समाज के प्रत्येक जागरूक व्यक्ति की यह जिम्मेदारी बनती है कि वे किशोरों की मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं, भावनात्मक संघर्षों और व्यवहारगत परिवर्तनों को समझें। केवल तब ही उनका व्यक्तित्व संतुलित, सशक्त और सकारात्मक रूप से विकसित हो सकेगा।

जर्सिल्ड के अनुसार -- "किशोरावस्था वह समय है, जिसमें विकासशील व्यक्ति बाल्यावस्था से परिपक्वता की ओर संक्रमण करता है।"
ब्लेयर एवम् अन्य के अनुसार – "किशोरावस्था प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में वह काल है, जो बाल्यावस्था के अंत में आरंभ होता है और प्रौढावस्था के आरंभ में समाप्त होता है।"

संबंधित शोध अध्ययन

यादव (2018)के अध्ययन से स्पष्ट हुआ कि एकल और सह-शिक्षण संस्थानों में अध्ययनरत किशोरों के समायोजन स्तर में सार्थक अंतर पाया गया। संस्थान का प्रकार किशोरों के समायोजन को प्रभावित करता है।

ठाकुर (2019)ने "किशोरावस्था की समस्या एवं समायोजन" विषय पर अध्ययन किया, जिसमें पूर्व एवं उत्तर किशोरावस्था की समस्याओं जैसे व्यक्तिगत, सामाजिक, पारिवारिक और स्कूली समस्याओं पर ध्यान दिया गया। अध्ययन में 10वीं कक्षा के 20 छात्रों का चयन कर प्रेक्षण विधि से समायोजन पर प्रभाव का विश्लेषण किया गया।

मगंदा (2021)ने "उच्चतर माध्यमिक विद्यार्थियों की सामाजिक समायोजन क्षमता" पर शोध किया। अध्ययन में यह निष्कर्ष निकला कि ग्रामीण और शहरी विद्यार्थियों के सामाजिक समायोजन में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया, अर्थात् परिवेश का समायोजन क्षमता पर कोई प्रभाव नहीं है।

प्रसाद (2022)ने "माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के व्यक्तित्व और समायोजन पर सोशल मीडिया के प्रभाव" का अध्ययन किया। 300 छात्रों पर किए गए अध्ययन में यह पाया गया कि सोशल मीडिया का विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास और समायोजन पर प्रत्यक्ष प्रभाव पड़ता है।

अध्ययन का उद्देश्य:

1. किशोरों के समायोजन का उनके व्यक्तित्व पर प्रभाव का अध्ययन।
2. किशोरों के लिंग के आधार पर समायोजन का उनके व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन।

परिकल्पना:

H01: किशोरों के समायोजन का उनके व्यक्तित्व पर कोई प्रभाव नहीं पाया जाएगा।
H02: किशोरों के लिंग के आधार पर समायोजन का व्यक्तित्व पर कोई प्रभाव नहीं पाया जाएगा।

शोध प्रविधि

इस शोध अध्ययन में सुधारात्मक दृष्टिकोण से अध्ययन के लिए सर्वेक्षण विधि का उपयोग किया गया है। अध्ययन की जनसंख्या के रूप में छत्तीसगढ़ के जांजगीर-चांपा जिले के शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्रों के हायर सेकेंडरी स्कूलों में अध्ययनरत किशोर एवं किशोरियों को शामिल किया गया। विद्यालयों का चयन ***आकस्मिक नमूना विधि*** से किया गया, जिसके उपरांत चयनित विद्यालयों में अध्ययनरत छात्रों का ***याद्दच्छिक रूप से*** चयन किया गया।अध्ययन में प्रयुक्त उपकरणों में, समायोजन के मापन हेतु ***डॉ. श्रीमती ललिता शर्मा*** द्वारा विकसित मानकीकृत समायोजन प्रश्नावली तथा व्यक्तित्व मूल्यांकन हेतु ***मंजू कुमारी एवं मंजू अग्रवाल*** द्वारा निर्मित मानकीकृत उपकरण का प्रयोग किया गया। एकत्रित आंकड़ों का विश्लेषण ***मध्यमान***, ***मानक विचलन*** एवं ***टी-परीक्षण*** जैसी सांख्यिकीय विधियों द्वारा किया गया, जिससे निष्कर्षों की वैधता एवं विश्वसनीयता सुनिश्चित की जा सके।

विश्लेषण

H01 किशोरो के समायोजन का उनके व्यक्तित्व पर कोई प्रभाव नहीं पाया जायेगा ।

चर	कुल	मध्यमान	प्रमाणिक विचलन	टी-मान	पी-मूल्य
समायोजन	100	148.18	28.21	4.81	0.05
व्यक्तित्व	100	225.08	40.38		सार्थक

उपरोक्त तालिका के विश्लेषण से स्पष्ट होता है कि प्राप्त ***टी*** मान 4.81 है, जो निर्धारित मानक मान से अधिक है और 0.05 स्तर पर सांख्यिक रूप से ***सार्थक अंतर*** को दर्शाता है। समायोजन के लिए विद्यार्थियों का ***मध्यमान*** 148.48 तथा व्यक्तित्व के लिए 225.08 पाया गया, जो यह इंगित करता है कि विद्यार्थियों का व्यक्तित्व स्तर उनके समायोजन स्तर की अपेक्षा अधिक है।अतः यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि किशोरों के समायोजन का उनके व्यक्तित्व पर प्रभाव पड़ता है, और अध्ययन की यह परिकल्पना सांख्यिकीय रूप से **अस्वीकृत** होती है।

H02 किशोरो के लिंग केआधार पर समायोजन का व्यक्तित्व पर कोई प्रभाव नहीं पाया जायेगा ।

चर	**कुल**	**मध्यमान**	**प्रमाणिकविचलन**	**टी-मान**	**पी-मूल्य**
किशोर	100	230.56	30.04	3.98	0.05
किशोरियां	100	210.65	28.24		सार्थक

उपरोक्त तालिका द्वारा स्पष्ट है कि टी का मान 3.98 प्राप्त हुआ, जो कि किमानकमान से अधिक है और 0.05 पर, सार्थक अंतर को दर्शाता है। किशोरों के समायोजन का माध्य 230.56 और प्रमाणिक विचलन 30.04 पाया गया, जबकि किशोरियों के समायोजन का माध्य 210.65 पाया गया है। अर्थात, छात्रों का समायोजन छात्राओं के संयोजन से बेहतर है। अतः लिंग के आधार पर समायोजन के व्यक्तित्व पर सार्थक रूप से प्रभाव पड़ता है और अध्ययन की यह परिकल्पना सांख्यिकीय रूप से अस्वीकृत होती है।

व्याख्या

पूर्व में किए गए शोधों के आधार पर भी यह पाया गया है कि व्यक्तित्व का समायोजन पर प्रभाव पड़ता है और लिंग के आधार पर भी समायोजन में अंतर देखने को मिलता है। कई अध्ययनों में यह सिद्ध हुआ है कि व्यक्तित्व के विभिन्न आयाम जैसे आत्मविश्वास, सामाजिक व्यवहार एवं भावनात्मक संतुलन व्यक्ति के समायोजन स्तर को प्रभावित करते हैं। इसी प्रकार, छात्रों और छात्राओं के बीच सामाजिक, पारिवारिक एवं विद्यालयीय समायोजन में अंतर देखा गया है। अतः वर्तमान अध्ययन के निष्कर्ष पूर्ववर्ती शोधों की पुष्टि करते हैं और इस क्षेत्र में आगे शोध की संभावना को भी इंगित करते हैं।

सुझाव:

1. समायोजन में सहभागिता बनाने के लिए प्रेरित करें।
2. छात्रों को अधिक से अधिक शामिल करें।
3. समायोजन का व्यक्तित्व पर प्रभाव पड़ता है।
4. किशोरों को हमेशा समायोजित होने का प्रयास करना चाहिए।
5. समायोजन से व्यक्तित्व निखरता होता है।

संदर्भग्रंथसूची

1. चौहान, एस. एस. (2013). *उन्नत शैक्षिक मनोविज्ञान* (7वां संस्करण). विकास पब्लिशिंग हाउस।
2. मंगल, एस. के. (2009). *उन्नत शैक्षिक मनोविज्ञान* (2रा संस्करण). पीएचआई लर्निंग प्रा. लि.।
3. शर्मा, आर. ए. (2012). *शैक्षिक मनोविज्ञान के मूल सिद्धांत.* आर. लाल बुक डिपो।
4. श्रीवास्तव, ए. के., एवं सिंह, आर. (2005). किशोरों में समायोजन और व्यक्तित्व: एक मनोवैज्ञानिक अध्ययन। *इंडियन जर्नल ऑफ साइकोलॉजी,* 80(1), 25–32।
5. मिश्रा, बी. (2010). किशोरों के भावनात्मक समायोजन में लिंग भेद। *इंडियन साइकोलॉजिकल रिव्यू,* 74(4), 213–218।
6. कौर, पी. (2016). किशोरों में लिंग के आधार पर समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन। *इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एप्लाइड रिसर्च,* 2(2), 567–570।
7. पांडेय, एस. (2018). हाई स्कूल छात्रों में व्यक्तित्व गुण और समायोजन। *जर्नल ऑफ साइकोलॉजी एंड बिहेवियरल साइंस,* 6(1), 45–53।
8. वर्मा, आर. (2015). किशोरों के सामाजिक समायोजन में व्यक्तित्व की भूमिका। *इंडियन जर्नल ऑफ हेल्थ एंड वेलबीइंग,* 6(12), 1196–1199।
9. सिंह, एम., एवं यादव, एन. (2019). छात्रों के समायोजन स्तर पर व्यक्तित्व का प्रभाव। *इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशन एंड साइकोलॉजिकल रिसर्च,* 8(3), 10–15।
10. दुबे, आर. (2021). किशोरों में लिंग और व्यक्तित्व का समायोजन पर प्रभाव। *इंटरनेशनल जर्नल ऑफ इंडियन साइकोलॉजी,* 9(4), 302–310।https://doi.org/10.25215/0904.041