



I hfuj; j I d. Mjh Ldnyka ds vkokl h; , oa xj & vkokl h; fo | kfkz; ka ds 'kfkz' ruko dk rnyukRed v/; ; u

j. k/khj, **Ph. D.**

1/1 gk; d i kQd j Hkkjrh; Vhpl ZVfuax dkkyst] Mkyk] I hdj½

Abstract

ruko 0; fDr ds fy; s, d, i h vkrfjd ; k dkgjh fLFkr gs tks, I ds I kell; 0; ogkj dks i Hkkfor djrh gs vkj 0; fDr dks ml dk I keuk dkus ds fy, ifjr vkj dk; djrh gA fdllgh dkj. ka I s 0; fDr bu fLFkr; ka dk I keuk ugha dj i krk gs rks ruko gkrk gA i Lr v/; ; u ea I hfuj; j I d. Mjh Ldnyka ds vkokl h; , oa xj & vkokl h; fo | kfkz; ka ds 'कक्षिक तनाव का तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। जिसमें प्रतिदर्श हेतु, हरियाणा राज्य के महेन्द्रगडढ़ fty ds 200 fo | kfkz; ka dks 'kkye fd; k x; ka bu 200 fo | kfkz; ka ea I s I k vkokl h; & 50 yMds vkj 50 yMfd; ka & gs vkj I k xj & vkokl h; & 50 yMds vkj 50 yMfd; ka & gA fo | kfkz; ka ds 'कक्षिक तनाव का तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। जिसमें प्रतिदर्श हेतु, हरियाणा राज्य के महेन्द्रगडढ़ vkhkjkkuh fc"Vj 1987 }kj k fufe; 'kfkz' ruko vuq ipr dk iz kx fd; k x; ka



Scholarly Research Journal's is licensed Based on a work at www.srjis.com

i Lrkouk

शिक्षा विकास के लिए सोढ़ी का कार्य करती है। यह अन्धकार नष्ट करके प्रकाश का उदगम करती है। शिक्षा रूपी यन्त्र के द्वारा ही मनुष्य मानव बनता है अन्यथा वह पशु ही बना रहता है। शिक्षा mrui gh ijkuh gsftruh ekuo tkfrA ; g I Hkh izdkj ds ekuo I d k/kuka ds fodkl dk vk/kkj gA vkt ijh nfu; T का मानना है कि यह ज्ञान का प्रवेश द्वार एवं आन्तरिक वृद्धि व विकास की कभी न खत्म होने वाली प्रक्रिया है। प्रत्येक देश शिक्षाको विकसित करने के लिये अपनी अलग प्रणाली अपनाता है। किसी भी देश की राष्ट्रीय समृद्धि एवं कल्याण का सारा श्रेय उस देश की शिक्षा व्यवस्था dks gh tkrk gA

पुराने समय में भारतवर्ष में बहुत कम लोग ही औपचारिक शिक्षा प्राप्त का पाते थे, इसलिए विद्यार्थियों के लिये गुरुकुल ही पर्याप्त थे। किन्तु आज ज्ञान व जनसंख्या के विस्फोट क कारण शिक्षा की मांग बढ़ गयी है हर व्यक्ति शिक्षा प्राप्त करना चाहता है। इस हेतु Ldnyuka , oa dkklytka ea औपचारिक शिक्षा प्रदान कीजा रही है। आधुनिक समाज की मांग को पूरा करना सरकार के लिए संभव नहीं है। विद्यार्थी अपनी स्कूली शिक्षा को पूरा करके व्यावसायिक कोर्स करना चाहते हैं परन्तु उनके शहर ea ml dkd I s I Ecfl/kr dkyt ugh gs rks og nll js 'kgj ea vi us ?kj I snj jgus ds fy; setcj हो जाते हैं। यहाँ तक की माता-पिता भी उच्च शिक्षा के लिये बच्चों को घर से दूर भेज देते हैं। अतः

, d s fo | kFkhz ftUgs vi us ?kjka ds i kl 'kF{kd l fo/kk, a i klr uk gkus ds dkj .k dkyst dEi l ea jguk i Mfk g\$ os vkol h; fo | kFkhz dgykrs gA , d s fo | kFkhz tks vi us ?kjka ea jgrs gq s fujUrj vK\$ fu; fer : lk l s v/; ; u ds fy; s dkyst vkrs g\$ os xj & vkokl h; fo | kFkhz dgykrs gA

ruko (Stress)

ruko 0l fDr ds fy; s , d, d h vkarfjd ; k ckgjh fLFkfr g\$ tks ml ds l keku; 0; ogkj dks lkkkfor djrh g\$ vK\$ 0; fDr dks ml dk l keuk djus ds fy, i fjr vK\$ ck/; djrh gA fdUgh dkj .kka l s 0; fDr bu fLFkfr; ka dk l keuk ugha dj i krk g\$ rks ruko gkrk gA vk/kfud thou ea i k; s tkus okys ruko dk o.kU] Hkkjrh; l H; rk rFk i jEkj ds xFks t\$ s pjd l fgrk] rFk Hxor गीता में आसानी से नहीं पाया जाता। तनाव से सम्बन्धित अनगिनत पहलुओं का भारतीय दार्शनिकों द्वारा वर्णन भी किया गया है, वे हैं— दुःख, क्लेश, काम, तृष्णा तथा अहंकार। आयुर्वेद में तनाव का dkj .k 'kj hj rFk eu ds e/; i k; s tkus okys vl rgyu dks crk; k x; k gA vk/kfud l d kj ftl s प्राप्तियों का संसार कहा जाता है, दुःखों का विश्व भी है। प्रत्येक प्राणी को तनाव प्राप्त होता है, चाहे of i fjokj ea g\$ 0; ki kj e\$ yu nu ea g\$; k fdl h vU; l ekftd&vkfFkd xrfof/k eA tle l s ydj eR; q rd , d 0; fDr dks vl d; ruko l s ; Dr volFkks l s xqtjuk i Mfk gA bl fy, ; g g\$ kuh tud ckr ugha g\$ fd orEku 'krkCnh ea mlUfr ds l kFk l kFk ruko ea Hkh of) g\$ jgh g\$ ftl s 'mRd Bk , oa ruko dh vk; q ds uke l s Hkh tkuk tkrk gA ystki l ds vuq kj & ruko , d 0; fDr rFk okroj .k ds chp }\$k i \$k djus okyk rRo gA ftl ea 0; fDr dks vi us l k/kuka dk c<kus ds fy, rFk dfBu jkLrkd s l g; kx i klr djus ds fy, l \$k"lz djuk i Mfk gA** Mko , e- ds eNky ds vuq kj & "i frdiy i fjLFkfr; kH Hkh ruko mRi u djrh gA** jktu , oa xj h ds vuq kj & ruko , d , d h vkarfjd o ckg; vRstukRed vfu" Bdkjh fLFkfr g\$ ftl dk l ek; kstu djuk कठिन है।" शिक्षा के क्षेत्र में आने वाली बाधाओं या शिक्षा के द्वारा विद्यार्थियों में जो तनाव उत्पन्न होता g ml s 'kF{kd ruko dgk tkrk gA

उद्देश्य (OBJECTIVES)

- 1- ch- , M+ds vkokl h; fo | kFkz ka ds 'kF{kd ruko dk v/; ; u djuk A
- 2- ch- , M+ds xj & vkokl h; fo | kFkz ka ds 'kF{kd ruko dk v/; ; u djuk A
- 3- ch- , M+ds vkokl h; , oa xj k & vkokl h; fo | kFkz ka ds 'kF{kd ruko dh rgyuk djuk A

i fj dYi uk, a (HYPOTHESIS)

1. ch- , M+ds vkokl h; yMeks , oa yMfd; ka ds 'kF{kd ruko ea dkbz l kFkd vrj ugh gA
2. ch- , M+ds xj & vkokl h; yMeks , oa yMfd; ka ds 'kF{kd ruko ea dkbz l kFkd vrj ugh gA

3. चि- , M+ds vkokl h; yMeds , oa xj & vkokl h; yMedka ds 'kfk{kd ruko ea dkbz l kfkzd vrj ugh gA
 4. चि- , M+ds vkokl h; yMfd; ka , oa xj & vkokl h; yMfd; ka ds 'kfk{kd ruko ea dkbz l kfkzd vrj ugh gA
 5. चि- , M+ds vkokl h; , oa xj & vkokl h; fo | kfkz ka ds 'kfk{kd ruko ea dkbz l kfkzd vrj ugh gA
- v/; ; u dh fof/k **(METHOD OF THE STUDY)**

इस अध्ययन की प्रकृति एवं उद्देश्यों को ध्यान में रखते हुये अनुसंधान की "सर्वेक्षण विधि" का प्रयोग fd; k x; k gA

जनसंख्या एवं प्रतिदर्श (POPULATION AND SAMPLE)

प्रस्तुत अध्ययन की जनसंख्या हरियाणा राज्य के महेन्द्रगढ़ जिले के यदुवंशी शिक्षा निकेतन एवं ए- , | - Mh- नारनौल विद्यालय के 11 वीं कक्षा के विद्यार्थियों को चुना गया है। प्रस्तुत शोध अध्ययन में प्रतिदर्श grw 200 fo | kfkz ka dks 'kfkfey fd; k tk; xkA bu 200 fo | kfkz ka ea l s 100 vkokl h; ^50 yMeds , oa 50 yMfd; k* gA vkj 100 xj & vkokl h; ^50 yMeds , oa 50 yMfd; k* gA

प्रतिदर्शचयन विधि (SAMPLING METHOD)

अध्ययन के उद्देश्यों तथा प्रतिदर्श की साध्यता एवं व्यावहारिकता को ध्यान में रखते हुये प्रतिदर्श चयन के लिये उपयुक्त प्रतिदर्शचयन विधि का प्रयोग किया गया है।

iz; kfxd mi dj .k (TOOLS USED)

fo | kfkz ka ds 'kfk{kd ruko dks eki us ds fy, vkHkj kuh fc"V }kj k fufeZ 'kfk{kd vuq fip dk iz; kx fd; k x; kA

ifj .kke (RESULTS)

rkydk & 1 चि- , M+ds vkokl h; yMeds vkj vkokl h; yMfd; ka ds 'kfk{kd ruko ds vkadMka ds e/; eku] i.ekf.kd fopyu rFk ' जश मान को प्रदर्शित करती तालिका।

Lkeg	N	e/; eku	i.ekf.kd fopyu	'जश dk eku
vkokl h; yMeds	50	138	22	0-217
vkokl h; yMfd; ka	50	137	24	^v-l k* vl kfkzd

rkfydk & 2 ch- , M+ ds xj&vkokl h; yMeds vkj xj&vkokl h; yMfd; ka ds 'kfkdk ruko ds vkadMka ds e/; eku] iækf.kd fopyu rFkk ' जश मान को प्रदर्शित करती तालिका।

Lkeig	N	e/; eku	iækf.kd fopyu	' जश dk eku
xj&vkokl h; yMeds	50	125	21	0-561
xj&vkokl h; yMfd; ka	50	130	12	^v-l k* vl kfkzd

rkfydk & 3 ch- , M+ds vkokl h; yMeds vkj xj&vkokl h; yMka ds 'kfkdk ruko ds vkadMka ds e/; eku] iækf.kd fopyu rFkk ' जश मान को प्रदर्शित करती तालिका।

Lkeig	N	e/; eku	iækf.kd fopyu	' जश dk eku
vkokl h; yMeds	50	138	22	3-022
xj&vkokl h; yMeds	50	125	21	^0-01 Lrj ij l kfkzd*

rkfydk & 4 ch- , M+ds vkokl h; yMfd; ka vkj xj&vkokl h; yMfd; ka ds 'kfkdk ruko ds vkadMka ds e/; eku] iækf.kd fopyu rFkk ' जश मान को प्रदर्शित करती तालिका।

Lkeig	N	e/; eku	iækf.kd fopyu	' जश dk eku
vkokl h; yMfd; ka	50	137	24	1-84
xj&vkokl h; yMfd; ka	50	130	12	^v-l k* vl kfkzd

rkfydk & 5 ch- , M+ ds vkokl h; fo | kfkz ka vkj xj&vkokl h; fo | kfkz ka ds 'kfkdk ruko ds vkadMka ds e/; eku] iækf.kd fopyu rFkk ' जश मान को प्रदर्शित करती तालिका।

Lkeig	N	e/; eku	iækf.kd fopyu	' जश dk eku
vkokl h; fo kfkz	100	137-5	21	3-61
xj&vkokl h; fo kfkz	100	127-5	18	^0-01 Lrj ij l kfkzd*

foopuk (DISCUSSION)

तालिका-1 दर्शाती है कि आवासीय लड़को तथा आवासीय लड़कियों के शैक्षिक तनाव अंको का मध्यमान कमशः 138 एवं 137, प्रमाणिक विचलन कमशः 22 एवं 24 तथा ' जश का मान 0-217 gS tks nkuka Lrj 0-05 vkj 0-01 ij vl kfkzd gA bl fy, gekjh ifjdYi uk H1 vkokl h; yMeds , oa yMfd; ka ds 'kfkdk ruko ea dkbz l kfkzd varj ugh gS dks Lohdkj fd; k x; k gA

तालिका-2 दर्शाती है कि गैर-आवासीय लड़को एवं गैर-आवासीय लड़कियों के शैक्षिक तनाव अंको का e/; मान कमशः 125 एवं 130, प्रमाणिक विचलन कमशः 21 एवं 12 तथा ' जश का मान 0-561 gS tks nkuka Lrj 0-05 vkj 0-01 ij vl kfkzd gA bl fy, gekjh ifjdYi uk H2 Xj&vkokl h; yMeds , oa Xj&vkokl h; yMfd; ka ds 'kfkdk ruko ea dkbz l kfkzd varj ugh gS dks Lohdkj fd; k x; k gA

तालिका-3 दर्शाती है कि आवासीय लड़को अरेर गैर-आवासीय लड़कों के शैक्षिक तनाव अंको का मध्यमान कमशः 138 एवं 125, प्रमाणिक विचलन कमशः 22 एवं 21 तथा ' जश का मान 3-022 gS tks nkuka Lrj 0-01 l kfkzd gA bl fy, gekjh ifjdYi uk H3 vkokl h; yMeds , oa xj&vkokl h; yMka ds 'kfkdk ruko ea dkbz l kfkzd varj ugh gS dks Lohdkj fd; k x; k gA vFkk xj&vkokl h; yMka dh rnyuk ea vkokl h; yMeds T; knk 'kfkdk ruko dk l keuk dJrs gA

तालिका-4 दर्शाती है कि आवासीय लड़कियों और गैर-आवासीय लड़कियों के शैक्षिक तनाव अंको का मध्यमान क्रमशः 137 एवं 130, प्रमाणिक विचलन क्रमशः 24 एवं 12 तथा ' जश् का मान 1-84 g\$ tks nksuka Lrjka 0-05 vkj 0-01 ij vl kfkzd gA bl fy, gekjh ifjdYi uk H4 vkokl h; yMfd; ka , oa xj&vkokl h; yMfd; ka ds 'kfkzd ruko ea dkbz l kfkzd varj ugh g\$ dks Lohdkj fd; k x; k gA

तालिका-5 दर्शाती है कि आवासीय विद्यार्थियों और गैर-आवासीय विद्यार्थियों के शैक्षिक तनाव अंको का मध्यमान क्रमशः 137-5 , oa 127-5, प्रमाणिक विचलन क्रमशः 21 एवं 18 तथा ' जश् का मान 361 है tks Lrj 0-01 l kfkzd gA bl fy, gekjh ifjdYi uk H5 vkokl h; fo | kfkz; ka , oa xj&vkokl h; fo | kfkz; ka ds 'kfkzd ruko ea dkbz l kfkzd varj ugh g\$ dks Lohdkj fd; k x; k gA vfkzr xj&vkokl h; fo | kfkz; ka dh rnyuk ea vkol h; fo | kfkz; ka ij T; knk 'kfkzd ruko gA

fu"d"kz (CONCLUSION)

mij kDr ppkz ds vk/kkj ij ge bl fu"d"kz ij igp rs g\$ fd xj&vkokl h; fo | kfkz; ka dh rnyuk ea vkokl h; fo | kfkz; ka ij T; knk 'kfkzd ruko ik; k x; k gA

I UnHkz

Bector, R (1995) Academic stress and its correlates : A comparative study of government and public school children. Dissertation in Science (Home Science) in Child development, Punjab University, Chandigarh.

Bisht, A,R (1980), Interactive effect of school climate and need for academic achievement on the Academic stress of student. Education, Almora constituent college, Kumon University.

Bisht, A, R. (1987), Bisht battery of stress scales. National psychological corporation Agra.