

“विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर शैक्षिक तनाव के प्रभाव का अध्ययन”

संजीव कुमार¹ & डॉ० ज्योति जुयाल²,

¹शोधार्थी, शिक्षा विभाग, बिड़ला परिसर, हे०न०ब० गढ़वाल केन्द्रीय विश्वविद्यालय, श्रीनगर गढ़वाल, उत्तराखण्ड।

²मॉडर्न इन्स्ट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी, ऋषिकेश, उत्तराखण्ड।

Abstract

एक ओर जहाँ प्रतिस्पर्धात्मकपूर्ण समाज किशोरों को सकारात्मक कार्य करने की दिशा प्रदान करता है, वहीं दूसरी ओर अनेक मनोवैज्ञानिक एवं मानसिक समस्याओं को जन्म देता है। जिस कारण किशोरों में मानसिक तनाव, शैक्षिक तनाव, दबाव, हताशा एवं मानसिक अस्वास्थ्य इत्यादि प्रदर्शित होते हैं। प्रस्तुत शोध अध्ययन में शोधकर्ता का उद्देश्य स्नातक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धियों पर शैक्षिक तनाव के प्रभाव का अध्ययन करने के लिए उत्तराखण्ड, पौड़ी गढ़वाल के श्रीनगर नगर के हे०न०ब० गढ़वाल केन्द्रीय विश्वविद्यालय से 150 स्नातक छात्र एवं छात्राओं का चयन सरल यादृच्छिक विधि द्वारा किया गया। आकड़ों को एकत्र करने के लिए पूर्व में प्राप्त शैक्षिक उपलब्धि सम्बन्धित आंकड़े विद्यालयों द्वारा प्राप्त किये गये तथा शैक्षिक तनाव के लिए सिन्हा कौम्प्रीहेन्सिव एजांइटी टेस्ट का प्रयोग किया गया। सांख्यिकीकरण के लिए मध्यमान, मानक विचलन एवं क्रान्तिक अनुपात का प्रयोग किया गया। निष्कर्षों के आधार पर ज्ञात हुआ है, कि स्नातक स्तर के विद्यार्थियों में शैक्षिक तनाव में कोई अन्तर नहीं है। शैक्षिक उपलब्धि के आधार पर विद्यार्थियों में अन्तर पाया गया है। शैक्षिक तनाव को विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

मुख्य बिन्दु— स्नातक स्तर, शैक्षिक उपलब्धि, शैक्षिक तनाव आदि।



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

प्रस्तावना

विश्व प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिकों एवं शिक्षाशास्त्रीयों ने शिक्षा का केन्द्र बालक को माना है, जिसमें शिक्षक, विद्यालय एवं माता पिता उसके मानसिक, शारीरिक एवं संवेगात्मक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। वर्तमान प्रतिस्पर्धात्मक समाज में बच्चों को उच्च स्तरीय शैक्षिक उपलब्धि प्राप्त कराने में विभिन्न तत्व महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। माता-पिता एवं विद्यालय संस्थान अधिक से अधिक उपलब्धि प्राप्त कराने में अथक परिश्रम करते हैं। लेकिन माता-पिता की इस प्रत्याशा से बच्चों पर मनोवैज्ञानिक एवं संवेगात्मक रूप से अत्याधिक नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। विद्यार्थियों के कठिन मेहनत करने पर भी उच्च स्तरीय शैक्षिक उपलब्धि प्राप्त करने में सफल नहीं हो पाते। ऐसे में वे विभिन्न प्रकार के तनाव से ग्रसित हो जाते हैं। रिजवान एवं महमूद (2010), ने पाया कि, शैक्षिक तनाव, शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। जैन (2007), ने पाया कि माता-पिता द्वारा दिये गये

प्रोत्साहन से शैक्षिक तनाव में कमी होती है, और शैक्षिक उपलब्धि में सकारात्मकता वृद्धि होती है। सप्रु (2007), में पाया कि शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करने में किशोरों में शैक्षिक तनाव के होने का कारण प्रतिस्पर्धात्मक शैक्षिक वातावरण में उपलब्धि को नियमित रखने के कारण होता है। शोधकर्ता ने हे०न०ब० गढ़वाल केन्द्रीय विश्वविद्यालय के स्नातक स्तर के विद्यार्थियों में होने वाले शैक्षिक तनाव का उनकी शैक्षिक उपलब्धियों पर प्रभाव का अध्ययन करने का निर्णय लिया।

अध्ययन की आवश्यकता

एक राष्ट्र की प्रगति उसकी विद्यार्थियों की प्रगति पर निर्भर करती है। विद्यार्थियों की प्रगति उसकी शैक्षिक उपलब्धि पर आधारित होती है। शिक्षा आयोग (1964-66) द्वारा भी कहा गया है, "भारत के भविष्य का निर्माण उसके कक्षा कक्ष में हो रहा है।" लेकिन वर्तमान समय में यह देखा जा रहा है कि, शिक्षा संस्थानों में विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि दिन-प्रतिदिन शैक्षिक तनाव के कारण प्रभावित हो रही है। शैक्षणिक संरचनाओं का कठिन होना, कठिन पाठ्यक्रमों का निर्माण करना, विद्यालय द्वारा दिया जाने वाला अतिरिक्त कार्य, उच्च उपलब्धि के लिए दबाव डालना एवं बच्चों के मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य का लगातार निम्न होना आदि अनेक कारण शैक्षिक तनाव को प्रभावी करती है। मानसिक स्वास्थ्य विद्यार्थी जीवन में सबसे महत्वपूर्ण होता है जिसकी प्रासंगिकता को देखते हुए संयुक्त राष्ट्र संघ ने सतत् विकास के लक्ष्यों में सितम्बर (2015), मानसिक स्वास्थ्य को सम्मिलित किया गया। किशोरावस्था में विद्यार्थी मानसिक स्वास्थ्य से सर्वाधिक रूप से प्रभावित हो रहे हैं। मानसिक स्वास्थ्य के बिगड़ने में अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा, एल्कोहल एवं मादक प्रदार्थों का अत्याधिक प्रयोग, अनियमित दिनचर्या एवं शैक्षिक एवं मानसिक तनाव आदि अनेक कारण हैं। शोधकर्ता ने स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की गिरती शैक्षिक उपलब्धि पर शैक्षिक तनाव का अध्ययन करने का निर्णय किया।

सम्बन्धित साहित्य सर्वेक्षण

आभा एवं शुभा (2008), में पाया कि माता पिता द्वारा शैक्षिक वातावरण को नियन्त्रित करने से विद्यार्थियों में तनाव एवं निराशा का स्तर अधिक हो जाता है। बनर्जी (2011), शैक्षिक तनाव एक ऐसा तनाव है, जो कठिन विद्यालय कार्यक्रम, शिक्षक एवं माता पिता के अधिक प्रत्याशा एवं मांग, निम्न शैक्षिक उपलब्धि, खराब अधिगम आदत के कारण होता है। बेक एवं श्रीवास्तव (1991), में पाया कि शैक्षिक तनाव अत्याधिक शैक्षिक उपलब्धि की मांग, अधिक पाठ्यक्रम का बोझ, लम्बा अधिगम कार्य, स्वतन्त्र समय की कमी, पुर्नबलन की कमी, शिक्षकों के प्रोत्साहन में कमी एवं शिक्षण प्रक्रिया का अधिक कठिन होना महत्वपूर्ण कारण है।

शोध उद्देश्य

- विद्यार्थियों के शैक्षिक उपलब्धि एवं शैक्षिक तनाव का अध्ययन करना।
- विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर शैक्षिक तनाव के प्रभाव का अध्ययन करना।

शोध परिकल्पनाएँ

- स्नातक स्तर पर अध्ययनरत् छात्र एवं छात्राओं में शैक्षिक तनाव एवं शैक्षिक उपलब्धि में कोई अन्तर नहीं है।
- स्नातक स्तर पर अध्ययनरत् विद्यार्थियों में शैक्षिक तनाव उनकी शैक्षिक उपलब्धि पर सार्थक अन्तर नहीं है।

अध्ययन का सीमांकन

प्रस्तुत शोध अध्ययन केवल बिड़ला परिसर, हे0न0ब0 गढ़वाल केन्द्रीय विश्वविद्यालय, श्रीनगर के छात्र एवं छात्राओं पर किया गया है। बिड़ला परिसर के विभिन्न कला वर्ग, विज्ञान वर्ग एवं वाणिज्य वर्ग के छात्र एवं छात्राओं का चयन किया गया है।

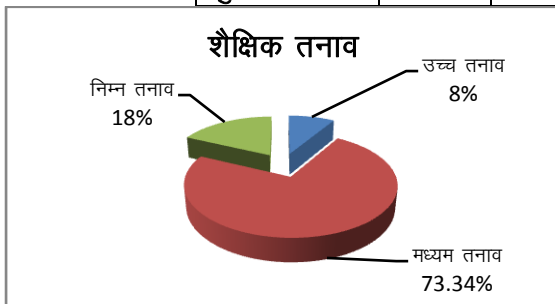
अनुसंधान प्रविधि

प्रस्तुत शोध अध्ययन में वर्णानात्मक (सर्वेक्षण) विधि का प्रयोग किया गया। प्रस्तुत शोध अध्ययन में बिड़ला परिसर, हे0न0ब0 गढ़वाल केन्द्रीय विश्वविद्यालय, श्रीनगर के विभिन्न संकायों से सामान्य यादृच्छिक विधि द्वारा 150 विद्यार्थियों को न्यादर्श के रूप में चयनित किया। आंकड़ों में शैक्षिक उपलब्धि के लिए विद्यार्थियों के पूर्व सेमेस्टर में प्राप्त उपलब्धि परिणाम तथा शैक्षिक तनाव के लिए सिन्हा कौम्प्रीहेन्सिव एजांइटी टैस्ट का प्रयोग किया गया। सांख्यिकीकरण के लिए शोधकर्ता ने शोध उद्देश्यों के आधार पर मध्यमान, मानक विचलन एवं क्रान्तिक अनुपात का प्रयोग किया।

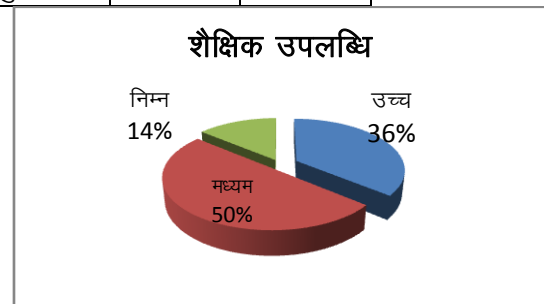
विश्लेषण एवं व्याख्या

तालिका संख्या 1 विद्यार्थियों का शैक्षिक तनाव

शैक्षिक तनाव	विद्यार्थी	प्रतिशत	शैक्षिक उपलब्धि	विद्यार्थी	प्रतिशत
उच्च तनाव	13	8.67%	उच्च	54	36%
मध्यम तनाव	110	73.34%	मध्यम	75	50%
निम्न तनाव	27	18%	निम्न	21	14%
कुल	150	100%	कुल	150	100%



आरेख 1.0 विद्यार्थियों का शैक्षिक तनाव।



आरेख 1.1 विद्यार्थियों का शैक्षिक उपलब्धि।

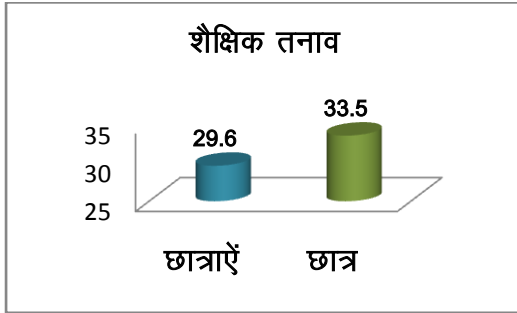
तालिका संख्या 1.0 एवं आरेख संख्या 1.0 व 1.2 से प्रदर्शित होता है, कि 8.67 प्रतिशत विद्यार्थी

उच्च शैक्षिक तनाव का अनुभव करते हैं। 73.34 प्रतिशत विद्यार्थी मध्यम शैक्षिक तनाव का अनुभव करते हैं तथा 18 प्रतिशत निम्न शैक्षिक तनाव का अनुभव करते हैं। अतः स्पष्ट है, कि विद्यार्थियों में सर्वाधिक शैक्षिक तनाव का मध्यम स्तर पाया गया। शैक्षिक उपलब्धि में 36 प्रतिशत विद्यार्थी उच्च स्तर 50 प्रतिशत विद्यार्थी की मध्यम स्तर तथा 14 प्रतिशत निम्न स्तर शैक्षिक उपलब्धि है। अतः स्पष्ट है, कि औसत शैक्षिक उपलब्धि वाले विद्यार्थियों का प्रतिशत ज्यादा है।

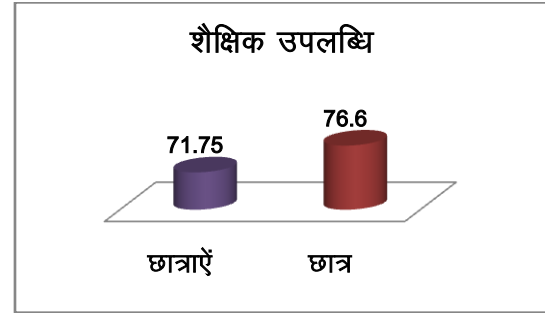
तालिका 2 विद्यार्थियों का शैक्षिक तनाव

चर	विद्यार्थी	कुल संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रान्तिक अनुपात
शैक्षिक तनाव	छात्रा	75	29.6	14.69	1.61
	छात्र	75	33.50	15.07	
शैक्षिक उपलब्धि	छात्रा	75	71.75	11.15	2.73**
	छात्र	75	76.6	10.71	

सार्थकता स्तर **0.01, *0.05



आरेख 1.3 विद्यार्थियों का शैक्षिक तनाव।



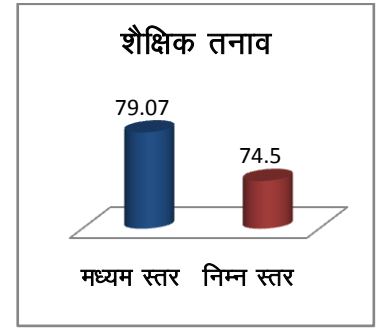
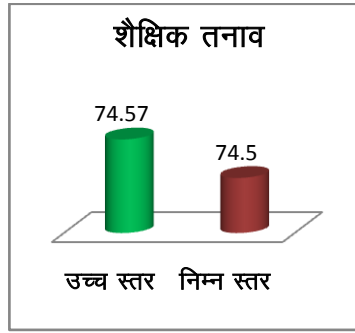
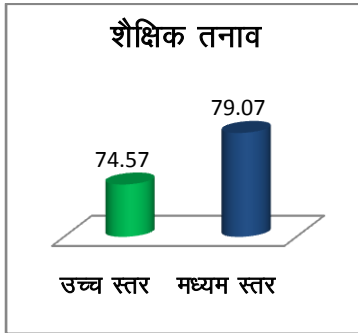
आरेख 1.4 विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि।

तालिका एवं आरेख 3. से स्पष्ट है, कि स्नातक स्तर के छात्राओं एवं छात्रों के शैक्षिक तनाव का मध्यमान एवं मानक विचलन क्रमशः 29.6, 14.69 व 33.50, 15.07 पाया गया। दोनों समूहों के मध्य शैक्षिक तनाव के सार्थक अन्तर का परीक्षण करने के लिये क्रान्तिक अनुपात की गणना की गयी जो कि 1.61 ज्ञात हुआ। जो 0.05 के सार्थकता स्तर पर असार्थक है। अतः पूर्व निर्धारित शून्य परिकल्पना "स्नातक स्तर के विद्यार्थियों के शैक्षिक तनाव में कोई सार्थक अन्तर नहीं होगा"। जो 0.05 सार्थकता स्तर पर शून्य परिकल्पना स्वीकृत हो जाती है, अर्थात् स्नातक स्तर के छात्र एवं छात्राओं के शैक्षिक तनाव का स्तर लगभग समान है।

शैक्षिक उपलब्धि का मध्यमान एवं मानक विचलन क्रमशः 71.75, 11.15 व 76.6, 10.71 पाया गया। दोनों समूहों के मध्य शैक्षिक तनाव के सार्थक अन्तर का परीक्षण करने के लिये क्रान्तिक अनुपात की गणना की गयी जो कि 2.73 ज्ञात हुआ। जो 0.05 के सार्थकता स्तर पर सार्थक है। अतः पूर्व निर्धारित शून्य परिकल्पना "स्नातक स्तर के विद्यार्थियों के शैक्षिक तनाव में कोई सार्थक अन्तर नहीं होगा"। जो 0.05 सार्थकता स्तर पर शून्य परिकल्पना अस्वीकृत की जाती है, अर्थात् स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि में अन्तर होता है।

तालिका 3 शैक्षिक तनाव का शैक्षिक उपलब्धि पर प्रभाव।

शैक्षिक तनाव	कुल संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	टी मान
उच्च स्तर	13	74.57	8.71	0.31
मध्यम स्तर	110	79.07	11.42	
उच्च स्तर	13	74.57	8.71	0.047
निम्न स्तर	27	74.5	11.71	
मध्यम स्तर	110	79.07	11.42	0.27
निम्न स्तर	27	74.5	11.71	



उपर्युक्त तालिका संख्या 3 में उच्च, मध्यम एवं निम्न शैक्षिक तनाव वाले विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि के मध्यमानों एवं मानक विचलन को प्रदर्शित किया गया है। उच्च एवं मध्यम स्तर के शैक्षिक तनाव वाले विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि के मध्यमानों एवं मानक विचलनों से प्राप्त टी मान (0.31) 0.05 स्तर पर असार्थक पाया गया। उच्च एवं निम्न स्तर के शैक्षिक तनाव वाले विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि के मध्यमानों एवं मानक विचलनों से प्राप्त टी मान मान (0.047) 0.05 स्तर पर असार्थक पाया गया। मध्यम एवं निम्न स्तर के शैक्षिक तनाव वाले विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि के मध्यमानों एवं मानक विचलनों से प्राप्त टी मान मान (0.27) 0.05 स्तर पर असार्थक पाया गया।

प्राप्त निष्कर्षों के आधार पर पूर्व निर्धारित शून्य परिकल्पना "स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर शैक्षिक तनाव का कोई प्रभाव नहीं पड़ता है" सार्थकता स्तर 0.05 पर स्वीकृत हो जाती है अर्थात् स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर शैक्षिक तनाव का कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

परिणाम एवं निष्कर्ष

बिड़ला परिसर के स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक तनाव में अन्तर नहीं पाया गया। तथा स्नातक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि में अन्तर पाया गया। नीलम (2012), के अध्ययन से प्राप्त निष्कर्ष भी विद्यार्थियों में शैक्षिक उपलब्धि के अन्तर को समर्थित करते हैं।

विभिन्न स्तर के शैक्षिक तनाव वाले विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि पर शैक्षिक तनाव का कोई प्रभाव नहीं पड़ता है। घाघेरी आर. वेकटेंश (2005), निराशा, चिन्ता एवं तनाव शैक्षिक उपलब्धि प्रभावित होती है। विद्यार्थी विभिन्न स्तरों पर शैक्षिक तनाव का अनुभव करते हैं तथा छात्र एवं छात्राओं के शैक्षिक

तनाव में भी अन्तर होता है, परन्तु शोधकर्ता द्वारा किये गये अध्ययन में शैक्षिक तनाव में कोई अन्तर नहीं पाया गया है, जिसका कारण यह हो सकता है, कि हे0न0ब0 गढ़वाल विश्वविद्यालय, श्रीनगर में सेमेस्टर प्रणाली है तथा वर्ष भर विद्यार्थी विभिन्न प्रकार से परीक्षाओं में सलंगन रहते हैं, जिसके कारण उनके सम्प्रत्यय स्पष्ट हो जाते हैं और सेमेस्टर के अन्त तक आते-आते उनके शैक्षिक तनाव का स्तर काफी कम हो जाता है और तनाव होते हुये भी शैक्षिक उपलब्धि प्रभावित नहीं होती है।

सुझाव

शैक्षिक तनाव का होने विद्यार्थियों में मानसिक स्वास्थ्य के निम्न होने को प्रदर्शित करता है। मानसिक तनाव को प्रभावी करने में विद्यार्थी के स्वयं के परिवार, आर्थिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक पृष्ठभूमि के साथ-साथ विद्यालय से सम्बन्धित अनेक कारक होते हैं, जो विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं शैक्षिक तनाव को प्रभावित करने में सहायक होते हैं। भले ही वर्तमान में पाठ्यक्रम निर्माण कार्य विद्यार्थियों की योग्यता एवं अभिक्षमता के आधार पर निर्धारित किया जाता है लेकिन वर्तमान में अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा के कारण विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि कही न कही प्रभावित होती है। इस प्रभाव को कम करने के लिए अधिगम पाठ्यक्रम के निर्धारणकर्ताओं, शिक्षकों, प्रशासकों एवं माता पिता का महत्वपूर्ण योगदान होता है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- Banerjee, S. (2011). Effect of various counselling strategies on academic stress of secondary Level students. Unpublished Ph.D. Thesis, Punjab University, Chandigarh.
- Bisht, A.R. (1980). A study of stress in relation to school climate and academic achievement (age group 13-17). Unpublished doctoral thesis, Education, kumaon university.
- J. V. Rama Chandra Rao (2015). Academic Stress among Adolescent Students, *Conflux Journal of Education*, ISSN 2320-9305 E-ISSN 2347-5706 vol 2(9). <http://cjoe.naspublishers.com/>
- Krishan, L. (2014). Academic Stress among Adolescent In Relation To Intelligence and Demographic Factors, *American International Journal of Research In Humanities, Arts And Social Sciences*, ISSN (print): 2328-3734, ISSN (online): 2328-3696, ISSN (cd-rom): 2328- 3688 pp 123-129.
- आभा, शुभा (2008) एकेडमिक स्ट्रेस एण्ड एडोलोसेण्ट्स डिस्ट्रेस : द एक्सपीरिअन्स ऑफ 12 स्टैंडर्ड स्टूडेन्ट्स इन चेन्नई, इण्डिया डिजरटेशन एब्सट्रैक्ट इण्टरनेशनल 69(8), 33-42।
- जैन, एम. (2007), एकेडमिक एग्जाइटी अमोंग एडोलोसेण्ट्स रोल ऑफ कोचिंग एण्ड पैरेन्टल इनकरेजमेंट, जनरल ऑफ नेशनल एकेडमी ऑफ साइकॉलॉजी इण्डिया, वॉल्यूम- 52।