International Journal of Humanities, Commerce and Education
©PIJMS | Volume 1 | Issue 4 | December 2025 | ISSN: 3108-0456 (Online)
Available online at: https://ijhce.com/
DOI: https://doi.org/10.59828/ijhce.v1i4.23

उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्प्रत्यय के संदर्भ में समायोजन संबंधी समस्याओं का अध्ययन

डॉ० राजेश कुमार सिंह[1], डॉ० अनुभा शुक्ला[2]

[1]असिस्टेन्ट प्रोफेसर, शिक्षा संकाय विभाग, राजा हरपाल सिंह महाविद्यालय, सिंगरामऊ, जौनपुर

[2]सहायक आचार्य, शिक्षा संकाय, यू पी कॉलेज, वाराणसी, स्थानांतरण राजा हरपाल सिंह महाविद्यालय सिंगरामऊ जौनपुर

[1]**Corresponding Author Email:** singhkrajesh1979@gmail.com

Received: 11 December 2025 | **Accepted:** 22 December 2025 | **Published:** 30 December 2025

Abstract (सारांश)

प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-सम्प्रत्यय एवं समायोजन स्तर का अध्ययन करना तथा समायोजन संबंधी समस्याओं की स्थिति को स्पष्ट करना था। अध्ययन के लिए उत्तर प्रदेश माध्यमिक शिक्षा परिषद द्वारा संचालित जनपद जौनपुर की तहसील शाहगंज के चार राजकीय एवं चार निजी माध्यमिक विद्यालयों से कक्षा 11 एवं 12 में अध्ययनरत कुल 400 विद्यार्थियों का चयन किया गया। विद्यार्थियों के आत्म-सम्प्रत्यय का मापन डॉ. एस.पी. अहलूवालिया द्वारा निर्मित आत्म-सम्प्रत्यय मापनी (CSCS-AS) तथा समायोजन स्तर का मापन प्रो. ए.के.पी. सिन्हा एवं प्रो. आर.पी. सिंह द्वारा निर्मित समायोजन आविष्कारिका (AISS) के माध्यम से किया गया। प्राप्त प्रदत्तों का विश्लेषण आवृत्ति एवं प्रतिशत के आधार पर किया गया।

अध्ययन के परिणामों से ज्ञात हुआ कि सर्वाधिक 62.5 प्रतिशत विद्यार्थियों का आत्म-सम्प्रत्यय औसत स्तर का था। इसके अतिरिक्त 23.5 प्रतिशत विद्यार्थियों का आत्म-सम्प्रत्यय पर्याप्त अथवा अत्यधिक पर्याप्त पाया गया, जबकि 14 प्रतिशत विद्यार्थी अपर्याप्त अथवा अत्यधिक अपर्याप्त आत्म-सम्प्रत्यय की श्रेणी में पाए गए। समायोजन के संदर्भ में 40.5 प्रतिशत विद्यार्थियों का समायोजन औसत स्तर का पाया गया। कुल 33 प्रतिशत विद्यार्थियों में औसत से ऊपर, उच्च अथवा अत्यंत उच्च समायोजन क्षमता पाई गई, जबकि 26.5 प्रतिशत विद्यार्थियों का समायोजन औसत से नीचे अथवा असंतोषजनक स्तर का था। समग्र रूप से 73.5 प्रतिशत विद्यार्थी सामान्य अथवा उससे बेहतर समायोजन स्तर की श्रेणी में पाए गए।

अध्ययन से निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि अधिकांश उच्च माध्यमिक विद्यार्थी आत्म-सम्प्रत्यय एवं समायोजन की दृष्टि से सामान्य स्थिति में हैं, तथापि लगभग एक-चौथाई विद्यार्थियों को समायोजन संबंधी कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। ऐसे विद्यार्थियों के लिए विद्यालय स्तर पर मनोवैज्ञानिक परामर्श, व्यक्तिगत मार्गदर्शन, सकारात्मक प्रोत्साहन तथा शिक्षक-अभिभावक सहयोग की व्यवस्था करना आवश्यक है।

मुख्य शब्द: *उच्च माध्यमिक विद्यार्थी, आत्म-सम्प्रत्यय, समायोजन, किशोरावस्था, समायोजन संबंधी समस्याएँ, मानसिक स्वास्थ्य, विद्यालयी वातावरण, मनोवैज्ञानिक परामर्श।*

प्रस्तावना

आत्मसम्प्रत्यय एक मनोवैज्ञानिक संरचना है जो व्यक्ति की स्वयं के बारे में समग्र धारणाओं, विश्वासों और भावनाओं के एक संगठित संग्रह को संदर्भित करती है। शिक्षा मनोवैज्ञानिक एस0के0 मंगल के अनुसार[1] यह व्यक्ति द्वारा अपनी क्षमताओं, गुणों, कमजोरियों और भूमिकाओं के बारे में बनाई गई एक मानसिक छवि है। सरल शब्दों में, यह इस प्रश्न का व्यक्तिपरक उत्तर है—मैं अपने बारे में क्या सोचता हूँ और कैसा महसूस करता हूँ। यह अवधारणा जन्मजात नहीं होती, बल्कि इसका विकास जीवन भर,

This is an open access article under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

विशेषकर बचपन और किशोरावस्था के दौरान, सामाजिक वातावरण और अन्य महत्वपूर्ण व्यक्तियों (जैसे–माता–पिता, शिक्षक, मित्र) के साथ अंतःक्रिया के माध्यम से होता है। एक सकारात्मक और यथार्थवादी आत्मसम्प्रत्यय व्यक्ति के सफल जीवन, मानसिक स्वास्थ्य और समग्र कल्याण का आधार माना जाता है, क्योंकि यह उसके व्यवहार, अभिप्रेरणा, आकांक्षा स्तर और उपलब्धियों को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित और दिशा प्रदान करता है।

प्रारंभ में आत्मसम्प्रत्यय को एक एकात्मक संरचना माना जाता था, लेकिन शेवेलसन, हबनर और स्टैंटन (1976)[2] द्वारा प्रस्तावित मॉडल ने इस धारणा को चुनौती दी। उनके अनुसार, आत्मसम्प्रत्यय एक बहुआयामी और पदानुक्रमित संरचना है। इस धारणा को चुनौती दी। उनके अनुसार आत्मसम्प्रत्यय एक बहुआयामी और पदानुक्रमित संरचना है। इस मॉडल के शीर्ष पर सामान्य आत्मसम्प्रत्यय होता है, जो व्यक्ति की स्वयं के बारे में एक समग्र भावना को दर्शाता है। यह सामान्य आत्मसम्प्रत्यय दो प्रमुख शाखाओं में विभाजित होता है। यह विद्यार्थी की अपनी शैक्षणिक क्षमताओं के बारे में धारणाओं से संबंधित व विशिष्ट विषय–क्षेत्रों में विभाजित होता है, जैसे गणितीय आत्मसम्प्रत्यय और मौखिक/भाषाई आत्मसम्प्रत्यय।

किशोरावस्था में संज्ञानात्मक विकास के साथ–साथ आत्मसम्प्रत्यय की प्रकृति भी बदलती है। एन0सी0ई0आर0टी0 के अनुसार[3]–इस अवस्था में आत्मसम्प्रत्यय अधिक अमूर्त, जटिल और विभेदित हो जाता है। किशोर अब स्वयं का वर्णन बाहरी, मूर्त विशेषताओं (जैसे मैं लंबा हूँ या मैं क्रिकेट खेलता हूँ) के आधार पर कम और आंतरिक मनोवैज्ञानिक गुणों (जैसे मैं एक संवेदनशील व्यक्ति हूँ या मैं अपने दोस्तों के प्रति वफादार हूँ) के आधार पर अधिक करते हैं। इस दौरान आत्मसम्प्रत्यय में कई विरोधाभास भी देखे जा सकते हैं, जैसे एक किशोर कह सकता है, मैं आमतौर पर शांत रहता हूँ, लेकिन छोटी–छोटी बातों पर गुस्सा भी हो जाता हूँ। आदर्श स्व और वास्तविक स्व के बीच का अंतर अधिक स्पष्ट और महत्वपूर्ण हो जाता है, और इस अंतर के कारण अक्सर असंतोष, आत्म–आलोचना और चिंता उत्पन्न हो सकती है।

समायोजन एक गतिशील प्रक्रिया है जिसके द्वारा विद्यार्थी अपनी आंतरिक आवश्यकताओं और बाहरी पर्यावरणीय मांगों, दबावों और चुनौतियों के बीच संतुलन स्थापित करने का प्रयास करता है। उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों को एक साथ कई मोर्चो पर समायोजन की चुनौतियों का सामना करना पड़ता है–

सांवेगिक समायोजन–किशोरावस्था को संवेगों में आंधी–तूफान की अवस्था कहा गया है। इस दौरान संवेगों में अत्यधिक अस्थिरता, तीव्रता और अप्रत्याशितता होती है। एक पल में उत्साह और खुशी का अनुभव करने वाला किशोर अगले ही पल गहरी निराशा या क्रोध में डूब सकता है।

सामाजिक समायोजन– किशोरो के लिए सामाजिक समायोजन विशेष रूप से जटिल होता है क्योंकि वे एक अजीब न बच्चे, न वयस्क की स्थिति में होते हैं। समाज उनसे वयस्कों जैसी जिम्मेदारी की अपेक्षा करता है, लेकिन उन्हें वयस्कों जैसा सम्मान या स्वतंत्रता नहीं देता। उन्हें अपने साथियों के समूह में स्वीकृति पाने, अपनी एक अलग पहचान बनाने, विपरीत लिंग के साथ संबंध स्थापित करने और सामाजिक मानदंडों और अपेक्षाओं के साथ तालमेल बिठाने के लिए प्रयत्न करना पड़ता है।

पारिवारिक समायोजन–इस अवस्था में स्वतंत्रता और स्वायत्ता की इच्छा तीव्र होती है, जो अक्सर माता–पिता के नियंत्रण और नियमों के साथ संघर्ष का कारण बनती है। किशोर अपने माता–पिता से एक मित्रवत और लोकतांत्रिक व्यवहार की अपेक्षा करते हैं, जहाँ उनकी राय को महत्व दिया जाय।

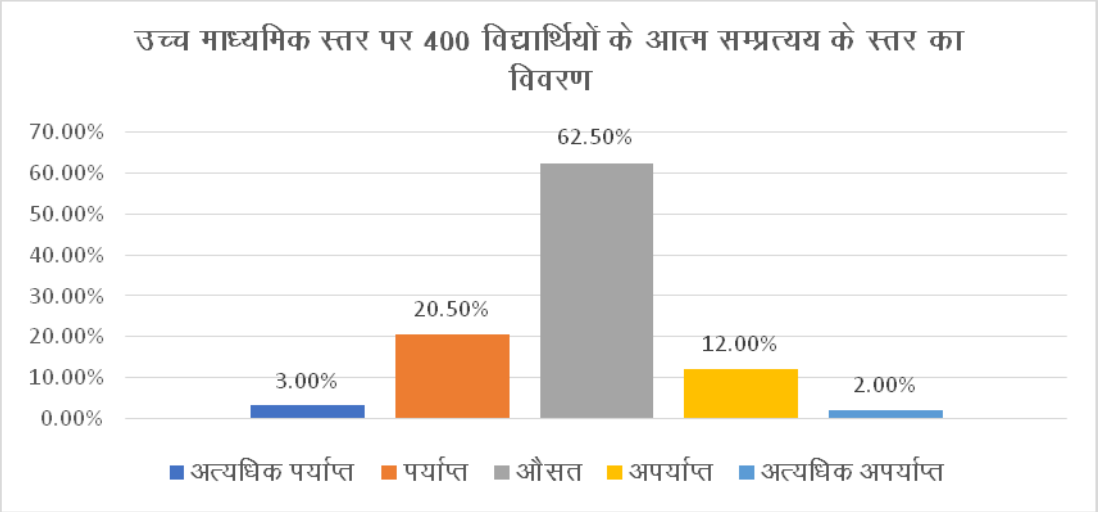
प्रस्तुत उद्देश्य की पूर्ति हेतु शोधार्थी द्वारा माध्यमिक शिक्षा परिषद उत्तर प्रदेश द्वारा संचालित जौनपुर जनपद की तहसील शाहगंज के माध्यमिक विद्यालयों में से 4 सरकारी और 4 निजी माध्यमिक विद्यालयों के कक्षा 11 और 12 के 400 विद्यार्थियों का चयन किया। इन उच्च माध्यमिक स्तर पर

विद्यार्थियों के आत्म सम्प्रत्यय, समायोजन व अध्ययन सम्बन्धी समस्याओं के स्तर का अध्ययन क्रमशः है:–

1.1 उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों के आत्म सम्प्रत्यय के स्तर का अध्ययनः–

प्रस्तुत उद्देश्य की पूर्ति हेतु शोधार्थी द्वारा चयनित 400 विद्यार्थियों के आत्म सम्प्रत्यय के स्तर का मापन डॉ0एस0पी0अहलूवालिया कृत आत्म सम्प्रत्यय मापनी (CSCS-AS) के माध्यम से किया गया जिससे प्राप्त परिणाम का विवरण तालिका संख्या में दर्शाया गया है:–

उच्च माध्यमिक स्तर पर 400 विद्यार्थियों के आत्म सम्प्रत्यय के स्तर का विवरण				
क्र.स.	**श्रेणी**	**स्तर**	**संख्या**	**प्रतिशत**
1	71–80	अत्यधिक पर्याप्त	12	3.0%
2	61–70	पर्याप्त	82	20.5%
3	41–60	औसत	250	62.5%
4	31–40	अपर्याप्त	48	12.0%
5	21–30	अत्यधिक अपर्याप्त	8	2.0%
योग			400	100%



विश्लेषण एवं व्याख्या:

प्रस्तुत शोध उद्देश्य के अंतर्गत उच्च माध्यमिक स्तर के 400 विद्यार्थियों के आत्म-सम्प्रत्यय का मापन डॉ. एस.पी. अहलूवालिया कृत आत्म-सम्प्रत्यय मापनी (CSCS-AS) द्वारा किया गया। प्राप्त प्रदत्तों का विश्लेषण तालिका संख्या 1.1 में दर्शाया गया है, जिसके मुख्य बिंदु निम्नलिखित हैं:

1. **औसत स्तर की प्रधानता:** तालिका के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि सर्वाधिक **250 विद्यार्थी (62.5%)** 'औसत' आत्म-सम्प्रत्यय श्रेणी के अंतर्गत आते हैं। यह समूह संपूर्ण न्यायदर्श के आधे से अधिक भाग का प्रतिनिधित्व करता है।

2. **सकारात्मक पक्ष:** आंकड़ों के अनुसार, **82 विद्यार्थी (20.5%)** पर्याप्त स्तर पर और **12 विद्यार्थी (3.0%)** अत्यधिक पर्याप्त स्तर पर पाए गए। अर्थात, कुल **23.5%** विद्यार्थी औसत से ऊपर की श्रेणी में हैं।

3. **नकारात्मक पक्ष:** इसके विपरीत, **48 विद्यार्थी (12.0%)** अपर्याप्त स्तर पर तथा **8 विद्यार्थी (2.0%)** अत्यधिक

अपर्याप्त स्तर पर स्थित हैं। कुल मिलाकर **14%** विद्यार्थी औसत से कम आत्म-सम्प्रत्यय वाले हैं।

परिणामों की व्याख्या:

उपर्युक्त सांख्यिकीय विश्लेषण के आधार पर निम्नलिखित निष्कर्ष निकाले जा सकते हैं: उच्च माध्यमिक स्तर पर अध्ययनरत विद्यार्थियों का एक बड़ा वर्ग (62.5%) आत्म-सम्प्रत्यय के मामले में सामान्य या औसत है। इसका अर्थ यह है कि इस अवस्था के किशोर अपने व्यक्तित्व, क्षमताओं और सामाजिक स्थिति के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण रखते हैं।

हालाँकि, **23.5%** विद्यार्थियों का आत्म-सम्प्रत्यय उच्च श्रेणी (पर्याप्त एवं अत्यधिक पर्याप्त) का होना यह दर्शाता है कि इन विद्यार्थियों में आत्मविश्वास, निर्णय लेने की क्षमता और सामाजिक समायोजन का स्तर बेहतर है। यह शैक्षिक उपलब्धियों के लिए एक शुभ संकेत है।

दूसरी ओर, **14%** (अपर्याप्त एवं अत्यधिक अपर्याप्त) विद्यार्थियों का निम्न आत्म-सम्प्रत्यय चिंता का विषय हो सकता है। ऐसे विद्यार्थी संभवतः हीन भावना, असुरक्षा या आत्मविश्वास की कमी से जूझ रहे हैं। शैक्षिक मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण से, इस वर्ग के विद्यार्थियों को उचित परामर्श, प्रोत्साहन और शिक्षक-अभिभावक के सहयोग की आवश्यकता है ताकि उनके आत्म-सम्प्रत्यय के स्तर को सुधारा जा सके।

निष्कर्ष:

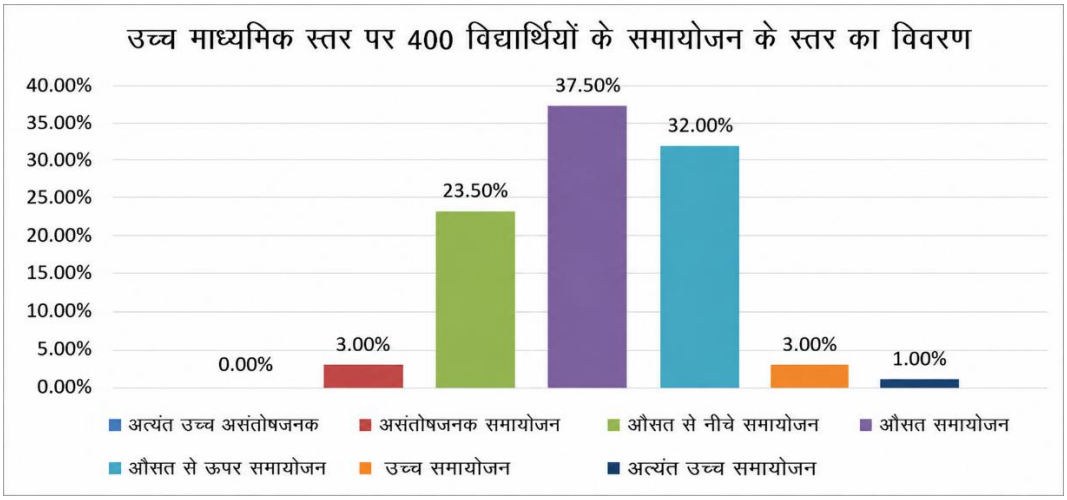
समग्र रूप से यह कहा जा सकता है कि चयनित न्यायदर्श में आत्म-सम्प्रत्यय का वितरण सामान्य संभाव्यता वक्र के अनुरूप है, जहाँ अधिकतम छात्र मध्य (औसत) में स्थित हैं और उच्च व निम्न स्तरों पर छात्रों की संख्या क्रमशः कम होती गई है।

1.2 उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों के समायोजन के स्तर का अध्ययनः–

प्रस्तुत उद्देश्य की पूर्ति हेतु शोधार्थी द्वारा चयनित 400 विद्यार्थियों के **समायोजन** के स्तर का मापन **प्रो.ए.के.पी.सिन्हा एवं प्रो.आर.पी.सिंह** कृत **समायोजन अविष्कारिका** (AISS)के माध्यम से किया गया जिससे प्राप्त परिणाम का विवरण तालिका संख्या में दर्शाया गया है:–

उच्च माध्यमिक स्तर पर 400 विद्यार्थियों के समायोजन के स्तर का विवरण

क्र.स.	श्रेणी	स्तर	संख्या	प्रतिशत
1	92 से अधिक	अत्यंत उच्च असंतोषजनक	**2**	**0.5%**
2	78–91	असंतोषजनकसमायोजन	**16**	**4.0%**
3	63–77	औसत से नीचे समायोजन	**88**	**22.0%**
4	42–62	औसत समायोजन	**162**	**40.5%**
5	27–41	औसत से ऊपर समायोजन	**104**	**26.0%**
6	12–26	उच्च समायोजन	**24**	**6.0%**
7	11 से कम	अत्यंतउच्च समायोजन	**4**	**1.0%**
योग			**400**	**100%**



विश्लेषण एवं व्याख्या

शोधकर्ता द्वारा उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के समायोजन स्तर को जानने के लिए 'सिन्हा एवं सिंह' कृत समायोजन तालिका (AISS) का प्रयोग किया गया। प्राप्त आंकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण तालिका 1.2 में प्रस्तुत है, जो निम्नलिखित तथ्यों को उजागर करता है:

1. **औसत समायोजन की प्रधानता:** न्यायदर्श में सर्वाधिक **162 विद्यार्थी (40.5%)** औसत समायोजन श्रेणी के अंतर्गत आते हैं।
2. **उत्तम समायोजन :** तालिका के निचले हिस्से (कम प्राप्तांक) को देखें तो **104 विद्यार्थी (26.0%)** का समायोजन औसत से ऊपर, **24 विद्यार्थी (6.0%)** का उच्च समायोजन और **4 विद्यार्थी (1.0%)** का अत्यंत उच्च समायोजन है। कुल मिलाकर **33%** विद्यार्थी बेहतर समायोजन क्षमता वाले हैं।
3. **कमजोर समायोजन :** इसके विपरीत, **88 विद्यार्थी (22.0%)** औसत से नीचे, **16 विद्यार्थी (4.0%)** 'असंतोषजनक' और **2 विद्यार्थी (0.5%)** अत्यंत उच्च असंतोषजनक श्रेणी में आते हैं। कुल मिलाकर **26.5%** विद्यार्थी समायोजन की समस्या से जूझ रहे हैं।

परिणामों की व्याख्या :

उपर्युक्त विश्लेषण के आधार पर परिणामों की व्याख्या निम्न प्रकार की जा सकती है: उच्च माध्यमिक विद्यालय के अधिकांश विद्यार्थियों (40.5%) का समायोजन स्तर **औसत** है। इसका अर्थ है कि वे अपने घर, विद्यालय और सामाजिक वातावरण के साथ सामान्य रूप से तालमेल बिठाने में सक्षम हैं।

सकारात्मक पक्ष यह है कि **33%** विद्यार्थी (औसत से ऊपर, उच्च, अत्यंत उच्च) बहुत अच्छी समायोजन क्षमता प्रदर्शित करते हैं। ऐसे विद्यार्थी संवेगात्मक रूप से स्थिर हैं और विपरीत परिस्थितियों में भी अपना संतुलन बनाए रखने में सक्षम हैं। यह उनके मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षणिक प्रगति के लिए एक अच्छा संकेत है।

हालाँकि, चिंता का विषय यह है कि लगभग **26.5%** विद्यार्थी (औसत से नीचे और असंतोषजनक श्रेणियाँ) कुसमायोजन की ओर झुक रहे हैं। विशेष रूप से वे **4.5%** छात्र जो 'असंतोषजनक' या 'अत्यंत असंतोषजनक' श्रेणी में हैं, उन्हें गंभीर समायोजन संबंधी कठिनाइयाँ हो सकती हैं। किशोरावस्था में समायोजन की कमी तनाव, कुंठा और शैक्षिक पिछड़ेपन का कारण बन सकती है।

निष्कर्ष:

समग्र रूप से, चयनित समूह में समायोजन का स्तर संतोषजनक है, क्योंकि 73.5% विद्यार्थी (औसत और उससे ऊपर के सभी

वर्ग) सामान्य या उससे बेहतर स्थिति में हैं। केवल एक चौथाई विद्यार्थियों को समायोजन संबंधी मार्गदर्शन की आवश्यकता प्रतीत होती है।

संदर्भः–

[1]. Mangal, S.K. (2009) Educational Psychology Prentice Hall of India, P.256
[2]. Lerner, J.W. (2018), Learning Disabilities: Theories, Diagnosis and Teaching Strategies, P.125
[3]. NCERT (2007), Psychology: Textbook for Class-XII, NCERT Pg. 127

Cite this Article:

राजेश कुमार सिंह, अनुभा शुक्ला.“ उच्च माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्प्रत्यय के संदर्भ में समायोजन संबंधी समस्याओं का अध्ययन*”, International Journal of Humanities, Commerce and Education, ISSN: 3108-0456 (Online), Volume 1, Issue 4, pp. 55-60, December 2025.*

Journal URL: *https://ijhce.com/*

DOI: *https://doi.org/10.59828/ijhce.v1i4.23*