

“माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों पर पाठ्य सहगामी क्रियाकलापों का उनके आत्मबोध के संदर्भ में अध्ययन।”

डॉ. शशि भूषण द्विवेदी

प्राचार्य

जगरानी देवी कॉलेज ऑफ एजुकेशन बाराद्वार, जिला – सकती (छ.ग.)

ABSTRACT

आत्मबोध एक मानसिक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति अपने बारे में जानता है और समझता है। जिसमें उसकी ताकत व कमजोरियों को जान व समझ पाता है स्वयं का आंकलन कर पाने के योग्य बनता है और स्वयं को बेहतर स्थिति में लाने के लिए विकल्प का चयन कर पाता है। पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में मनुष्य के शरीर मन तथा आत्मा का सर्वांगीण विकास होता है। विद्यार्थियों में सर्वांगीण विकास से तात्पर्य शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक विकास से है विद्यालय केवल विभिन्न विषयों का ज्ञान प्रदान करने का एकमात्र स्थान नहीं है। बल्कि यह पुस्तकीय ज्ञान या औपचारिक ज्ञान के साथ-साथ विद्यार्थियों के बीच दोस्ती, भाईचारा, आपसी समझ, नेतृत्व का गुण तथा शिक्षकों के साथ सामंजस्य सीखने का स्थल भी है।

keyword :- आत्मबोध, पाठ्यसहगामी क्रियाकलाप।

प्रस्तावना :-

पाठ्य-सहगामी क्रियाएँ ऐसी गतिविधियाँ हैं जो विद्यालय में अध्ययन से संबंधित न होकर उनके नैतिक, शारीरिक, सामाजिक एवं संवेगात्मक विकास का स्तर को बढ़ाती हैं पाठ्य सहगामी क्रियाएँ कहलाती हैं। मुखर्जी (1963) के अनुसार “पाठ्य सहगामी क्रियाओं के परिणाम बहुत सुखद होते हैं। इससे छात्रों में तार्किक एवं निर्णायक बुद्धि विकसित होती है इन क्रियाओं से तात्कालिक एकाग्रता का विकास होता है। इससे छात्र को अपने विभिन्न रुचियों को पूरा करने का मौका मिलता है और साथ ही बौद्धिक काल्पनिक एवं शारीरिक क्षमता का विकास होता है। “पाठ्य सहगामी क्रियाओं का क्षेत्र बहुत विस्तृत है और प्रतिदिन इसका विस्तार होता जा रहा है। देश की प्रगति के साथ-साथ देशवासियों के जीवन में भी परिवर्तन आता जा रहा है। इन परिवर्तनों के परिणामस्वरूप विभिन्न संस्थाएँ शारीरिक शिक्षा की गतिविधियाँ आयोजित कर रही हैं। पाठ्य सहगामी क्रियाओं में निम्नलिखित क्रियाएँ आती हैं।

1. साहित्यिक क्रियाएँ – वादविवाद प्रतियोगिता, भाषण प्रतियोगिता साहित्य परिषद, भाषा परिषद, विद्यालय पत्रिका।

2. संगीत तथा नाट्य क्रियाएं – नाटक, एकांकी, लघुवार्तालाप, मूक अभिनय।
3. खेलकूद तथा शारीरिक व्यायाम – कबड्डी, हॉकी, क्रिकेट, खो-खो, फुटबॉल, ऊँची कूद, लम्बी कूद, भाला फेंकना।
4. शैक्षिक क्रियाएं – इतिहास संबंधी, भूगोल संबंधी, गणित संबंधी विज्ञान संबंधी, साहित्य संबंधी।
5. कला संबंधी – चित्रांकन, रेखाचित्र, व्यंग्य चित्र, संगीत, नृत्य।

आत्मबोध एक मानसिक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति अपने बारे में जानता है और समझता है। जिसमें उसकी ताकत व कमजोरियों को जान व समझ पाता है स्वयं का आंकलन कर पाने के योग्य बनता है और स्वयं को बेहतर स्थिति में लाने के लिए विकल्प का चयन कर पाता है।

आत्मबोध की परिभाषा :—आत्मबोध को विभिन्न तरीकों से परिभाषित किया गया है जैसे कि आत्म-ज्ञान, आत्म-चेतना और आत्म-समझ।

आत्मबोध के सिद्धांत :—आत्मबोध के कई सिद्धांत हैं जैसे कि – आत्मबोध का सामाजिक सिद्धांत, आत्मबोध का मनोवैज्ञानिक सिद्धांत और आत्मबोध का दार्शनिक सिद्धांत।

घटक –आत्मबोध में कई घटक होते हैं जैसे कि आत्म-चेतना आत्म-मूल्यांकन और आत्म नियंत्रण।

आत्मबोध का विकास :—

आत्मबोध का विकास व्यक्ति के जीवनकाल में होता है और यह विभिन्न कारकों पर निर्भर करता है जैसे कि परिवार समाज और संस्कृति। आत्मबोध के प्रभाव :— आत्मबोध के कई प्रभाव होते हैं जैसे कि आत्म-विश्वास, आत्म-सम्मान और आत्म-निर्देशन।

साहित्य समीक्षा से यह पता चलता है कि आत्मबोध एक बहुमुखी प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति के बारे में जानने और समझने की क्षमता शामिल है। आत्मबोध के संबंध में और शोध की आवश्यकता है ताकि हम इसके बारे में और अधिक जान सकें।

पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप और आत्मबोध के बीच संबंध के बारे में शोध—

पाठ्य सहायक क्रियाकलाप और आत्मबोध के बीच संबंध के बारे में कई शोध हुए हैं जिनमें से कुछ में यह पाया गया है कि पाठ्य सहायक क्रियाकलाप विद्यार्थियों के आत्मबोध को बढ़ावा देता है और यह बात भी सही पाई गई है कि पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में वे ही विद्यार्थी सहभागी बनते हैं जिनमें आत्मबोध पहले से होता है।

इन बिन्दुओं से यह पता चलता है कि पाठ्य सहायक क्रियाकलाप और आत्मबोध के बीच एक गहरा संबंध है और पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप विद्यार्थियों के आत्मबोध को बढ़ावा देता है और यदि गहराई से इस तथ्य को

समझा जाए तो यह बात सामने आती है कि पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में वे ही विद्यार्थी सम्मिलित होते हैं जिनमें आत्मबोध होता है इसकी भी कई अवस्थाएँ हैं जो अत्यंत ही विस्तारित तथ्यों को अपने में समाहित करता है।

शोध प्रश्न –

1. क्या खेलकूद में सहभागी बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर पाया जाता है?
2. क्या साहित्यिक क्रियाओं में बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर पाया जाता है?
3. क्या सांस्कृतिक क्रियाओं में बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर पाया जाता है?
4. क्या पाठ्य सहगामी क्रिया में बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर पाया जाता है?

अध्ययन की परिकल्पनाएँ –

1. Ho_1 खेलकूद में सहभागी बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।
2. Ho_2 साहित्यिक क्रियाओं में सहभागी बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।
3. Ho_3 सांस्कृतिक क्रियाओं में सहभागी बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।
4. Ho_4 संपूर्ण पाठ्य सहगामी क्रियाओं में सहभागी बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।

अध्ययन का परिसीमन :-

शोध हेतु समस्या का कथन क्षेत्र विस्तृत है किन्तु सीमित साधनों व समय के कारण व्यापक अध्ययन करना संभव नहीं है। अतः सीमित साधन व समय को ध्यान में रखते हुए प्रस्तुत लघुशोध के अध्ययन को निम्नानुसार परिसीमन किया गया है –

1. समय सीमा सत्र-2023-25
2. स्तर – कक्षा नवमी में अध्ययनरत छात्र-छात्राएं
3. क्षेत्र-बिल्हा विकासखंड के अंतर्गत बिलासपुर नगर के शासकीय शालाओं को सम्मिलित किया गया है।

परिकल्पनाओं का परीक्षण, विश्लेषण एवं व्याख्या –

शोध परीक्षण के प्रशासन एवं अंकन के पश्चात् प्रदत्तों का संकलन एवं व्यवस्थापन किया जाता है। संकलित प्रदत्त व प्राप्त प्रदत्त के रूप में जाने जाते हैं। प्राप्त प्रदत्त तब तक अर्थपूर्ण नहीं होते जब तक कि उनको कुछ

सांख्यिकीय विश्लेषण नहीं दिया जाता है। प्रदत्तों के विश्लेषण का अर्थ प्राप्त प्रदत्तों को अर्थपूर्ण बनाना है अथवा उपयुक्त सांख्यिकीय विश्लेषण द्वारा परिणाम प्राप्त करता है। सार्थक परिणामों को प्राप्त करने के लिए प्राप्त प्रदत्तों के विश्लेषण की सहायता से परिकल्पना का परीक्षण किया जाता है।

प्रदत्तों के विश्लेषण के निम्नलिखित प्रमुख कार्य हैं –

1. प्रदत्तों की अर्थपूर्ण बनाना।
2. शून्य परिकल्पना का परीक्षण करना।
3. सार्थक परिणाम प्राप्त करना।
4. अनुमान लगाना अथवा सामान्यीकरण करना।
5. परा सांख्यिकी के संबंध में अनुमान लगाना।

प्रस्तुत लघुशोध प्रबंध में समस्या के अध्ययन के लिए बिलासपुर जिले के बिल्हा विकासखण्ड से कुल 06 शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत कक्षा नवमी के छात्र-छात्राओं की जो खेलकूद, साहित्यिक व सांस्कृतिक क्रियाओं में भाग लेते हैं उनके आत्मबोध एवं पाठ्य सहगामी के प्राप्तांकों को संकलित किया गया है।

परिकल्पना – 01

माध्यमिक स्तर के बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।

बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध परीक्षण से प्राप्त आंकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण–

विद्यार्थी समूह	N	M	S.D.	D.F.	t value	Result
बालक	90	130	24.61	179	3.23	p>0.01
बालिका	90	92	16.2			

परिणाम –

आत्मबोध के परीक्षण के आधार पर सहभागी बालक एवं बालिकाओं के परिणाम में सार्थक अंतर पाया गया।

व्याख्या –

उक्त तालिका से स्पष्ट है कि आत्मबोध में सहभागी बालकों का मध्यमान 130 एवं बालिकाओं के मध्यमान 92 से अधिक है जो यह दर्शाता है कि बालकों का आत्मबोध बालिकाओं के आत्मबोध से उच्च है।

उक्त मापों के आधार पर सार्थक अंतर की जांच के लिए 't' परीक्षण किया गया। जिसका 't' मान = 3.23 प्राप्त हुआ। यह मूल्य 179 स्वतंत्रता के अंश पर (Degree of Freedom) पर 0.05 विश्वास के स्तर पर 't' के मान 1.97 से अधिक है और 0.01 पर भी मान 2.59 से अधिक है। इसलिए परिकल्पना निरस्त होती है। इसी आधार पर सहभागी बालक और बालिका के आत्मबोध में अंतर पाया गया।

निष्कर्ष –

उक्त विश्लेषण के आधार पर यह निष्कर्ष निकलता है कि माध्यमिक स्तर पर बालक एवं बालिकाओं के आत्मबोध में सार्थक अंतर पाया गया।

अतः परिकल्पना 01 अस्वीकृत की जाती है।

विवेचना –

उपरोक्त सारणी के विश्लेषण से ज्ञात हुआ है कि आत्मबोध में सहभागी बालक एवं बालिकाओं में सार्थक अंतर है इसका कारण यह है कि बालक और बालिकाओं को अवसर समान दिये जाते हैं लेकिन उनकी सोच समझ निर्णय लेने की क्षमता, मानसिक स्वास्थ्य भिन्न-भिन्न होते अतः आत्मबोध में सार्थक अंतर देखा गया।

परिकल्पना – 02

माध्यमिक स्तर के बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलापों में सहभागिता में सार्थक अंतर नहीं पाया जायेगा।

बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी से प्राप्त आंकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण–

विद्यार्थी समूह	N	M	S.D.	D.F.	t value	Result
बालक	90	134	22.62	179	3.24	p>0.01
बालिका	90	124	18.6			

परिणाम –

पाठ्य सहगामी के परीक्षण के आधार पर सहभागी बालक एवं बालिकाओं के परिणाम में सार्थक अंतर पाया गया।

व्याख्या –

उक्त तालिका से स्पष्ट है कि आत्मबोध में सहभागी बालकों का मध्यमान 134 एवं बालिकाओं के मध्यमान 124 से अधिक है जो यह दर्शाता है कि बालकों का पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलापों से उच्च है।

उक्त मापों के आधार पर सार्थक अंतर की जांच के लिए 't' परीक्षण किया गया। जिसका 't' मान = 3.24 प्राप्त हुआ। यह मूल्य 179 स्वतंत्रता के अंश पर (Degree of Freedom) पर 0.05 विश्वास के स्तर पर 'ज' के मान 1.97 से अधिक है और

0.01 पर भी मान 2.59 से अधिक है। इसलिए परिकल्पना निरस्त होती है। इसी आधार पर सहभागी बालक और बालिका के पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में सार्थक अंतर पाया गया।

निष्कर्ष –

उक्त विश्लेषण के आधार पर यह निष्कर्ष निकलता है कि माध्यमिक स्तर पर बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में सार्थक अंतर पाया गया।

अतः परिकल्पना 02 अस्वीकृत की जाती है।

विवेचना –

उपरोक्त सारणी के विश्लेषण से प्राप्त हुआ है कि पाठ्यसहगामी क्रियाकलाप में सहभागी बालक एवं बालिकाओं की सहभागिता में सार्थक अंतर पाया गया। इसका कारण यह है कि विद्यालय में बालक एवं बालिकाओं के रुचि के अनुसार विभिन्न प्रकार की साहित्यिक क्रियाएँ जैसे – वाद-विवाद, भाषण, निबंध एवं खेल-कूद, रंगमंच आदि आयोजित की जाती है जिसमें बालक एवं बालिकाओं को इन प्रतियोगिता में भाग लेने का पर्याप्त एवं समान अवसर प्राप्त होता है चूंकि सभी विद्यार्थियों की अपनी रुचि एवं विषय क्षेत्र में पारंगतता होती है वे अलग-अलग विधाओं में स्वयं को सिद्ध करने हेतु प्रयासरत रहते हैं। जो उनमें विभेद उत्पन्न करते हैं।

चूंकि सारणी के अनुसार बालकों का मध्यमान 134 एवं बालिकाओं का मध्यमान 124 है जो स्पष्ट करता है की बालकों की पाठ्यसहगामी क्रियाकलापों में रुचि बालिकाओं से अधिक है।

परिकल्पना – 03

माध्यमिक स्तर के बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में सहभागिता तथा आत्मबोध के मध्य सार्थक सहसंबंध नहीं पाया जायेगा।

बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में सहभागिता तथा आत्मबोध के मध्य तालिका।

विद्यार्थी समूह	N	M	S.D.	D.F.	t value	Result
बालक	90	130	18.52	179	0.81	p<0.01
बालिका	90	128	14.02			

परिणाम –

बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में सहभागिता तथा आत्मबोध के मध्य सार्थक अंतर पाया जायेगा।

व्याख्या –

उक्त तालिका से स्पष्ट है कि आत्मबोध में सहभागी बालकों का मध्यमान 130 एवं बालिकाओं के मध्यमान 128 से अधिक है। उक्त मापों के आधार पर सार्थक अंतर की जांच के लिए 't' परीक्षण किया गया। जिसका 't' मान = 0.81 प्राप्त हुआ। यह मूल्य 179 स्वतंत्रता के अंश पर (Degree of Freedom) पर 0.05 विश्वास के स्तर पर 't' के मान 1.97 से कम है और 0.01 पर भी मान 2.59 से कम है। इसलिए परिकल्पना निरस्त होती है। इसी आधार पर सहभागी बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में सहभागिता तथा आत्मबोध के मध्य सार्थक अंतर पाया जायेगा।

निष्कर्ष –

उक्त विश्लेषण के आधार पर यह निष्कर्ष निकलता है कि माध्यमिक स्तर पर बालक एवं बालिकाओं के पाठ्य सहगामी क्रियाकलाप में सहभागिता तथा आत्मबोध के मध्य सार्थक अंतर पाया जायेगा।

अतः परिकल्पना 03 अस्वीकृत की जाती है।

विवेचना – माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के पाठ्यसहगामी क्रियाकलाप में सहभागिता तथा आत्मबोध के मध्य सार्थक सहसंबंध पाया गया जो यह दर्शाता है कि आत्मबोध पाठ्यसहगामी क्रियाकलाप के लिए आवश्यक है। आत्मबोध होने से ही किसी कार्य को करने की मनःस्थिति निर्मित होती है जो विभिन्न क्रियाकलापों में भाग लेने वाले विद्यार्थियों में शारीरिक, सामाजिक एवं मानसिक स्थिति को बेहतर बनाने के लिए जिम्मेदार होते हैं। पाठ्यसहगामी क्रियाओं के माध्यम से बालक बालिकाओं में उत्तम आदत, चारित्रिक गुणों का विकास होता है अतः सहभागी बालक बालिकाओं के आत्मबोध एवं पाठ्यसहगामी क्रियाकलाप के मध्य धनात्मक सहसंबंध पाया गया।

REFERENCES

- Ahuja C.G. and Ahuja, Pramila (1989) Manual for Reading Comprehension Agra National Psychological Corporation.
- Bhargava V.P. (1984) Manual for Study Involvement Inventory (AMT) Agra National Psychological Corporation.
- Bhatnagar. Asha (1982) Manual for Study Involvement Inventory (SII) Agra National Psychological Corporation.
- Deo Pratibha and Mohar, Asha (1986) Manual for Deo-Mohan Projective Test of Achievement Motivation. Agra : National Psychological Corporation.
- Mathur, C.P. (2002) Manual for Test of Study Habits and Attitudes Agra National Psychological Corporation.
- Morgan, C.T. and James. Deese (1957) How to Study New York : McGraw Hill Mukhopadhyay M. and Sansanwai, D.N. (1983). Manual for Study Habit Inventory Agra : National Psychological Corporation.

- Palsane. M.N. (1963) A Guide to Study Habits Baroda : Good Companions.
- Palsane. M.N. (1977) Manual for Study Habits Inventory, (Marathi Version) Pune : Anand Agencies.
- Pevit Lincoln (1960) How to Study and Take Examination. Rider Publication Preston, R C and Morion, Botel (1956). How to Study. Cnicago : Science Resserch Associates.
- Shen, M.A. and Bhargava, M (2001) Manual for level of Aspration Measure Agra : National Psychological Corporation.
- Winestone, J.W. (1956) How to be a Better Student Chicago. Science Research Associates.