International Journal of Multidisciplinary Education and Research
ISSN: 2455-4588; Impact Factor: RJIF 5.12
Received: 25-05-2020; Accepted: 10-06-2020; Published: 26-06-2020
www.educationjournal.in
Volume 5; Issue 3; 2020; Page No. 39-43

किशोरों का सामाजिक व्यवहार एवं समायोजनः समस्यायें एवं समाधन

Rachna Verma Mohan [1], Prabhakar [2]
[1] Professor, Dept. of Education, Shri Lal Bahadur Shastri Rashtriya Sanskrit Vishwavidyalaya, New Delhi, India
[2] Research Scholar, Dept. of Education, Shri Lal Bahadur Shastri Rashtriya Sanskrit Vishwavidyalaya, New Delhi, India

प्रस्तावना

आधुनिकता के इस युग में व्यक्ति का जीवन सरलता से कठिनता की ओर बढ़ रहा है। जीवन में आधुनिकता के सकारात्मक पक्ष को कम और उसके नकारात्मक पक्ष को अधिक महत्व दिया जा रहा है, जिसका दुष्परिणाम यह हुआ है कि व्यक्ति शारीरिक रूप से कमजोर, आलसी और मानसिक रूप से भी दुर्बल हो गया है। वह शारीरिक और मानसिक श्रम बहुत कम करता है और अधिक समय आधुनिकता से प्राप्त उपकरणों पर बिताता है, यह बहुत हानिकारक है, जिसने प्रत्येक व्यक्ति के व्यवहार को भी प्रभावित किया है। इसका सर्वाधिक प्रभाव किशोंरों पर हुआ है। किशोर साथ रहते हुए भी दूर हो गये हैं, क्योंकि वे आपस में बातचीत नहीं करते बल्कि मोबाइल पर ही लगे रहते हैं, जिसने हमारे आपसी लगाव और विश्वास को भी कम किया है, इसलिए यह आवश्यक है कि आधुनिक उपकरणों का उपयोग जरूरत के अनुसार हो तथा जो व्यवहार करना है, उसको उचित प्रकार से करना सीखे। उचित व्यवहार की आवश्यकता प्रत्येक व्यक्ति को हर जगह होती है। आज की पीढ़ी आधुनिक उपकरणों पर अधिक आश्रित हो गयी है, जिसके कारण उनका शारीरिक व मानसिक विकास थम सा गया है। वे किशोर जरूर हो गये हैं, परन्तु उन्हें किससे कैसा व्यवहार करना है, इसे वे भूल ही गये हैं या उसका ज्ञान ही नहीं है। ये व्यवहार व्यक्ति को अपने बड़ों के सम्पर्क में रहने से मिलता है। उनसे बहुत कुछ सीखने को मिलता है, पर किशोर उनसे बात करना पसन्द नहीं करते बल्कि अपनी जिन्दगी में ही व्यस्त रहते हैं, जिस कारण उनका व्यवहार ठीक से विकसित नहीं हुआ आज का युवा बहुत अधिक उपकरणों पर निर्भर हो चला है, इसके प्रभाव को रोकना आवश्यक है। उन्हें उपकरणों के दुष्प्रभाव के विषय में बताया जाये और साथ ही शारीरिक श्रम की उपयोगिता को भी स्पष्ट किया जाये। युवाओं की बात करें तो वे भी जहाँ पहले खेलने में रुचि लेते थे, अब पूर्णतया उनकी यह आदत समाप्त सी हो गयी है। जबकि खेलों का अत्यधिक महत्व है क्योंकि वहाँ बालक अनेकों बच्चों के सम्पर्क में आता है और व्यवहार करने के अनेक तरीकों से प्रभावित होते हुये उन्हें ग्रहण करता है। तभी बच्चों का व्यवहार उचित दिशा में विकसित होता है।

व्यवहार व्यक्ति के जीवन का ऐसा पक्ष है, जिसे वह त्याग नहीं सकता क्योंकि वह समाज के मध्य में रहता है और अनेक लोगों से उसे बातचीत करनी होती है, इसलिए उसे व्यवहार करना ही होता है। व्यवहार की प्रक्रिया बच्चे के जन्म लेते ही आरम्भ हो जाती है। पहले बच्चे का व्यवहार माता–पिता से तथा धीरे–धीरे परिवार के अन्य सदस्यों से हेाता है। उनको देखते हुए ही उसके व्यवहार करने का तरीका विकसित होता है। पिफर वह समाज के सम्पर्क में आता है, जहाँ अनेक लोगों से उसका वार्तालाप होता है। 4 वर्ष की आयु में जब वह शिक्षा ग्रहण करने के लिए विद्यालय जाने लगता है, तो वहाँ वह अनेक अध्यापकों व छात्राों के सम्पर्क में आता है। छात्रा पर अध्यापकों के व्यवहार का बहुत प्रभाव होता है। इस तरह वह सामाजिक संरचना में सभी के सम्पर्क में आ जाता है। ये सभी कारक उसके व्यवहार को विकसित करने में सहायक होते हैं, परन्तु यदि उसे उचित परिवेश न मिले तो उसका व्यवहार दुर्व्यवहार में भी परिवर्तित हो सकता है। इस तरह युवा होने तक उसका अपना एक व्यवहार विकसित हो जाता है, जो उसकी पहचान बन जाता है। बालक सभी के सम्पर्क में आता है, परन्तु उस पर सर्वाधिक प्रभाव उसके माता–पिता और अध्यापक के व्यवहार का होता है। किसी भी समाज में अध्यापक का महत्वपूर्ण स्थान होता है, इसलिए यह आवश्यक है कि उसका व्यवहार व चरित्रा सभी को प्रभावित करने वाला एवं अनुकरणीय हो। हम सब पर एक–दूसरे के व्यवहार का बहुत अधिक प्रभाव होता है, इसलिए हमें अपने व्यवहार को उच्च कोटि का बनाना चाहिए। बालक के व्यवहार को विकसित करने का कर्तव्य माता–पिता का होता है, जो उसके व्यवहार को अच्छा बना सकते हैं।

सामाजिक व्यवहार

जब हम एक–दूसरे से बातचीत/वार्तालाप करते हैं तो वह व्यवहार कहलाता है। यह सामाजिक परिवेश में घटित होता है। जैसे – घर, समाज एवं विद्यालय। ये सभी समाज का हिस्सा होने के कारण सामाजिक व्यवहार कहलाता है। व्यवहार की आवश्यकता व्यक्ति को क्षण–क्षण होती है, इसलिए हमें अच्छे व्यवहार का निर्माण शैशवावस्था से ही करना चाहिए, जिससे वे समाज के सभ्य नागरिक बन सकें। किशोरों में अच्छे व्यवहार को विकसित करना नितान्त आवश्यक है, जिसका वर्तमान समय में अभाव देखा जा रहा है। किशोरों में अपने बड़ों के प्रति आदर की भावना नहीं है, अपितु उपेक्षा की भावना है। ऐसा प्रतीत होता है जैसे वे उन बच्चों पर बोझ हो। इसका मुख्य कारण है माता–पिता के द्वारा बच्चों को समय न दिया जाना या उनमें अच्छे व्यवहार को विकसित न करना। वर्तमान परिप्रेक्ष्य में देखा जाये तो युवाओं के व्यवहार में बहुत न्यूनता आयी है। न्यूनता से तात्पर्य लोगों से अच्छा व्यवहार न करना है।

व्यक्ति के जीवन में सामाजिक व्यवहार बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि वह समाज का हिस्सा होता है। वह जन्म से ही समाज के सम्पर्क में आ जाता है। समाज में होने वाली क्रियाएं–प्रतिक्रियाएं एवं कार्यक्रम उसे निरन्तर प्रभावित करते हैं। इसलिए बच्चे का सामाजिक विकास होना नितान्त आवश्यक है। इस विषय में एलेक्जेण्डर ने कहा है कि – ''व्यक्तित्व का विकास शून्य में सम्भव नहीं। सामाजिक घटनाएं, प्रक्रियाएं तथा व्यक्तित्व के गुणों को निरन्तर निर्धरित प्रतिरूपों के अनुकूल बनाती रहती है।'' अर्थात् सामाजिक विकास में समाज की अहम भूमिका है। जहाँ समाज बालक के व्यवहार के विकास में सहायक होता है, वहीं कभी–कभी उसकी कुछ घटनाएं बालक के व्यवहार पर प्रतिकूल प्रभाव डालती हैं। इसलिए माता–पिता उसके व्यवहार को उचित दिशा में विकसित करने हेतु बालक को निरन्तर सही–गलत

व्यवहार के विषय में बताएं और साथ ही क्या करना और क्या नहीं इसके विषय में भी बतायें। ये कर्तव्य माता–पिता के साथ–साथ समाज में रहने वाले वरिष्ठ लोगों एवं अध्यापकों का भी है, जिनका प्रभाव छात्राों पर होता ही है। इस तरह सभी युवाओं में अच्छे व्यवहार को विकसित कर सकते हैं।

बालक को बचपन से ही उचित व्यवहार करना सिखाना चाहिए, क्योंकि जैसे–जैसे वह बड़ा होता है, तो उसका व्यवहार वैसा ही बन जाता है। किशोरावस्था में आने तक उनका व्यवहार प्रायः परिपक्व हो चुका होता है। उनमें अच्छा व्यवहार का निर्माण हो सके, इसलिए उनका सामाजिक विकास नितान्त आवश्यक है और साथ ही वह सही दिशा में हो। इस विषय में बोगार्डस ;1950द्ध ने कहा है कि – ''वह प्रक्रिया, जिससे लोकहित में व्यक्ति एक–दूसरे पर निर्भर होकर एक साथ कार्य करना सीखते हैं और ऐसा करने में वे सामाजिक आत्म नियन्त्राण, सामाजिक उत्तरदायित्व तथा सन्तुलित व्यक्तित्व का अनुभव करते हैं।''

किसी भी बालक के सामाजिक व्यवहार पर घर, परिवार, विद्यालय एवं समाज का बहुत प्रभाव होता है। बच्चे के सामाजिक व्यवहार के विषय में देखे तो यह किशोरावस्था अर्थात् 13–14 वर्ष की आयु से अध्कि तीव्रता से विकसित होता है, क्योंकि तब बालक बातों को समझने लगते हैं, उन पर अपनी राय प्रकट करने लगते हैं। इसलिए उनका सामाजिक व्यवहार किशोरावस्था में सर्वाध्कि विकसित होता है। आयु में वृ(के साथ–साथ बालक का व्यवहार भी निरन्तर विकसित होता है। घर में माता–पिता तथा विद्यालय में अध्यापक विभिन्न प्रकार के क्रियाकलापों का आयोजन करके बालकों के सामाजिक विकास के साथ–साथ उनके व्यवहार को भी विकसित कर सकते हैं। बालक के सामाजिक विकास की विभिन्न अवस्थाओं को तीन भागों में विभक्त कर सकते हैं, जो निम्नलिखित हैं –

1. शैशवावस्था
2. बाल्यावस्था
3. किशोरावस्था

1. शैशवावस्था में सामाजिक व्यवहार

इस अवस्था में कोई भी व्यक्ति जन्म लेते ही सामाजिक नहीं होता है, अपितु धीरे–धीरे लोगों के सम्पर्क में आने से उसके सामाजीकरण की प्रक्रिया आरम्भ होती है, जो जीवनभर चलती रहती है। शैशवावस्था में बालक का सामाजिक विकास इस प्रकार से होता है, जहाँ वह आरम्भ में रोने की तथा आँखों को घुमाने की प्रतिक्रिया करता है। बालक उस व्यक्ति से शीघ्र ही अध्कि प्रतिक्रिया करने लगता है, जो उसके सम्पर्क में सबसे ज्यादा आता है। जैसे – माता–पिता। पिफर वह वस्तुओं को देखकर मुस्कुराने लगता है। जो वस्तुएं उसके आस–पास होती है, उन्हें पकड़ने का प्रयास करता है, इस तरह उसका सामाजिक व्यवहार आरम्भ हो जाता है। धीरे–धीरे वह संवेगों को समझने लगता है, जैसे – प्रेम और क्रोध के भाव के प्रति क्रिया करना। एक वर्ष की आयु तक वह घर के सभी सदस्यों को जानने लगता है। दो–तीन वर्ष का होने पर वह अपनी उम्र के बालकों के साथ खेलने लगता है। चार वर्ष की आयु में वह विद्यालय में जाना आरम्भ करता है, जहाँ वह नये सामाजिक सम्बन्ध् बनाता है तथा नये वातावरण में स्वयं को समायोजित करने का प्रयास करता है। विद्यालय में बालक नये मित्रा बनाता है। सामूहिक कार्यों में भाग लेने लगता है तथा नवीन परिस्थितियों में अनुकूलन करने लगता है। इस तरह शैशवावस्था में बालक का सामाजिक विकास प्रारम्भ में परिवार के सदस्य, पिफर मित्रा व पड़ोसी तथा बाद में विद्यालय के वातावरण में होता है, जहाँ वह व्यवहार करना भी सीख जाता है।

2. बाल्यावस्था में सामाजिक व्यवहार

इस अवस्था में सामाजिक विकास की गति तीव्र हो जाती है। बालक जैसे–जैसे बड़ा होता है, वैसे ही उसका शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक और सामाजिक विकास होता है, साथ ही उसके सामाजिक व्यवहार का भी विकास होता है और उसमें सामाजिक गुणों का भी विकास होता है। बाल्यावस्था में बालक विद्यालय के साथ–साथ बाह्य समाज के सम्पर्क में आता है, जहाँ वह विभिन्न लोगों से मिलता है। इस अवस्था में बालक किसी समूह के सदस्य बन जाते हैं तथा समूह की पसन्द और नापसन्द के कार्यों के अनुरूप ही वे कार्य करते हैं। समूह में रहते हुए बालक में अनेक सामाजिक गुणों का विकास होता है। जैसे – उत्तरदायित्व, सहयोग, साहस, सहनशीलता, सद्भावना आदि। बालक और बालिकाओं की रुचि भिन्न–भिन्न होती है। बालक बालकों के साथ तथा बालिका बालिकाओं के साथ रहना पसन्द करती हैं। इस अवस्था में उनके सामाजिक विकास में विद्यालय की अहम भूमिका हो सकती है। इस अवस्था में बालकों पर खेल तथा विद्यालय के वातावरण का प्रभाव होता है, इसलिए विद्यालय में ऐसे खेल खिलाये जाये, जो सामूहिक हो, जिनसे समूह में कार्य करने की प्रवृत्ति विकसित हो। इस अवस्था में बच्चों के समूहों में परस्पर प्रतियोगिता और संघर्ष का द्वन्द्व देखा जाता है, जो प्रायः ज्ञानात्मक व क्रियात्मक होता है। बच्चों में एक–दूसरे से अच्छा करने की प्रवृत्ति विकसित हो जाती है, परन्तु इस समय यह ध्यान रखा जाये कि बालक के मन में नकारात्मक भाव उत्पन्न न हो। पफपर्फे के अनुसार – ''बाल्यावस्था में बालक व्यक्तिगत खेलों से सामूहिक खेल अध्कि पसन्द करते हैं।'' इस अवस्था में बालकों का अध्कि समय बाहर मित्राों के साथ व्यतीत होता है, परन्तु वे माता–पिता की आज्ञा का पालन करते हैं। उनका व्यवहार शिष्टतापूर्ण होता है। बालक को प्यार और स्नेह न मिले तो वह उद्दण्ड हो सकता है। इस अवस्था में उनके सामाजिक जीवन का क्षेत्रा बढ़ जाता है, जिससे उनका सामाजिक विकास उचित प्रकार से होता है। इस अवस्था में समायोजन की कोई समस्या उत्पन्न नहीं होती क्योंकि बच्चे अपने कार्यों को पूर्ण करने के साथ–साथ माता–पिता की आज्ञा का पालन करते हैं।

3. किशोरावस्था में सामाजिक व्यवहार

किशोरावस्था में किशोर और किशोरियों का सामाजिक परिवेश अत्यन्त विस्तृत हो जाता है। उनके शारीरिक, मानसिक तथा संवेगात्मक परिवर्तन के साथ–साथ सामाजिक व्यवहार में भी परिवर्तन होता है। इस अवस्था में समायोजन की भूमिका बढ़ जाती है क्योंकि इस अवस्था में होने वाले अनुभवों तथा बदलते सामाजिक सम्बन्धें के कारण किशोर–किशोरियों को सामाजिक वातावरण में समायोजित होना पड़ता है। इस अवस्था में किशोर–किशोरियां समूह का निर्माण करते हैं, परन्तु वे बाल्यावस्था की तरह एक ही समूह के सदस्य नहीं रहते हैं बल्कि अनेक समूहों के सदस्य होते हैं, जिनके उद्देश्य भिन्न होते हैं। इस अवस्था में युवा समूहों को सांस्कृतिक, सामाजिक एवं कलात्मक उद्देश्यों के आधर पर बनाते हैं। युवाओं में मैत्राी भावना का विकास होता है। इस अवस्था में मुख्य परिवर्तन यह होता है कि अपनी–अपनी रुचि के अनुसार किशोर किशोरी से मित्राता करना पसन्द करते हैं तथा किशोरियां किशोरों से मित्राता करना पसन्द करती हैं। किशोरों में उत्साह, सहानुभूति, सहयोग, सद्भावना, नेतृत्व आदि सामाजिक गुणों का विकास होता है। अपने समूह में विशिष्ट स्थान पाने की इच्छा होती है। किशोरों में सामाजिक परिपक्वता आ जाती है। वे अपने कार्यों व व्यवहार से समाज में सम्मान प्राप्त करना चाहते हैं। वे समाज के प्रति अपने

उत्तरदायित्वों को निभाने का प्रयास करते हैं। इस अवस्था में प्रायः युवा समसामयिक मुद्दों पर चर्चा करते हैं। जैसे – राष्ट्रीय, अन्तर्राष्ट्रीय, खेल, व्यवसाय आदि। यह एक ऐसी अवस्था है, जिसमें यदि युवा को गलत समूह मिल जाये तो वह अनुचित रास्ते पर जा सकता है, इसलिए माता–पिता को उस पर ध्यान रखते हुए उचित निर्देशन देना चाहिए। इस अवस्था में युवाओं में व्यावसायिक रुचि उत्पन्न हो जाती है, इसलिए अध्यापकों को शिक्षा के साथ–साथ उनकी रुचि के अनुरूप उन्हें व्यावसायिक निर्देशन भी देना चाहिए। इस अवस्था में विभिन्न राजनैतिक दलों की विचारधराओं का किशोरों पर प्रभाव पड़ता है। वे किसी दल की विचारधरा से प्रभावित होकर उस राजनैतिक दल के समर्थक बन जाते हैं।

यह अवस्था किसी भी युवा के जीवन की महत्वपूर्ण अवस्था है, जहाँ उसे अपनी परिस्थितियों से समायोजन करना आना चाहिए। इस अवस्था में युवाओं में अपने माता–पिता और पारिवारिक सदस्यों से संघर्ष और मतभेद करने की प्रवृत्ति आ जाती है। माता–पिता पुराने विचारों/धरणाओं के अनुसार उसका विकास करना चाहते हैं परन्तु वह नये और आधुनिक विचारों को ग्रहण करना चाहता है। इस परिस्थिति में उसे माता–पिता और स्वयं के विचारों के बीच समायोजन करना होता है क्योंकि समायोजन बालक के व्यवहार को आवश्यक रूप से प्रभावित करता है। किशोरों के सामाजिक विकास और व्यवहार में समायोजन की महत्वपूर्ण भूमिका है। यदि किशोर माता–पिता के विचारों को ग्रहण करते हुए आधुनिक विचारों को भी स्वीकार करे तो वह अधिक समायोजित, सुव्यवस्थित व्यक्तित्व प्रस्तुत कर सकता है। इस तरह सामाजिक विकास की दृष्टि से किशोरावस्था अत्यन्त महत्वपूर्ण अवस्था है। इन तीनों ही अवस्थाओं में बालक जो कुछ भी करता है, वह सामाजिक व्यवहार का ही हिस्सा है।

समायोजन (Adjustment)

प्रत्येक व्यक्ति अपनी परिस्थितियों से तालमेल एवं सामंजस्य बनाने की कोशिश करता है। यह उसके निजी हित में तो है ही, साथ ही परिस्थितिजन्य चुनौतियों से भी सामंजस्य करने में सहायक होता है। मनुष्य की समायोजन की क्षमता अन्य जीवों से बिल्कुल ही भिन्न तथा अद्वितीय है। उसकी इस समायोजन की क्षमता को बुि, योग्यता या विवेक कहा जा सकता है। यह किसी व्यक्ति विशेष के जीवन में ही नहीं अपितु सबके जीवन में निरन्तर होने वाली प्रक्रिया है। समायोजन एक स्थिति और प्रक्रिया दोनों का द्योतक है। एक स्थिति के रूप में यह एक से अधिक तत्वों के मध्य एक सन्तोषप्रद सम्बन्ध की स्थापना और अभीष्ट अनुकूलन का प्रतीक है। प्रक्रिया के रूप में यह ऐसी गतिशील क्रिया–विधि है, जिसका विकास विविध परिस्थितियों से सामंजस्य करने के रूप में निरन्तर देखा जा सकता है। समायोजन के विषय में एच.सी. स्मिथ ;1961द्ध ने कहा है कि – ''एक अच्छा समायोजन वह है जो यथार्थपूर्णता के साथ–साथ व्यक्ति को सन्तोष प्रदान करता है। अन्ततोगत्वा, यह व्यक्ति की कुण्ठाओं, उसके तनावों एवं चिन्ताओं जिन्हें उसे सहन करना पड़ता है, न्यूनातिन्यून बना देता है।''

इस तरह समायोजन व्यक्ति के जीवन को सुखमय बनाने में बहुत उपयोगी है। समायोजन को अधिक स्पष्ट रूप से समझने हेतु इसकी प्रक्रिया को देखा जा सकता है।

समायोजन की प्रक्रिया

समायोजन एक ऐसी स्थिति है, जो व्यक्ति के जीवन में सदैव जुड़ी रहती है। यह व्यक्ति के जीवन में विशिष्ट क्षमता के रूप में कार्यशील रहती है। इस प्रक्रिया में व्यक्ति व उसका पर्यावरण दोनों प्रभावित होते हैं। समायोजन करने के लिए व्यक्ति अपने पर्यावरण को स्वयं के अनुकूल परिवर्तित करने का प्रयास करता है या पर्यावरण के अनुकूल स्वयं को बदल लेता है।

समायोजन को सामान्य व्यक्तित्व की सहज प्रक्रिया के रूप में माना जा सकता है। मूलतः जब व्यक्ति अपने दैनिक जीवन के स्वाभाविक शारीरिक तनावों के उन्मोचन हेतु जो क्रियाएं करता है। यथा – आहार, निद्रा, विश्राम आदि सभी मूलतः जीवन में समायोजन की प्रक्रियाएं हैं। ये सामान्य रूप से होता रहता है क्योंकि ये सभी की सामान्य आवश्यकताएं है और इनकी पूर्ति के लिए सभी प्रवृत्त होते हैं। परन्तु जीवन में कभी–कभी ऐसी परिस्थितियां भी आ जाती हैं, जिनके साथ सामंजस्य करने के लिए व्यक्ति को अधिक प्रयास करना होता है। यही परिस्थिति व्यक्ति की समायोजन की क्षमता को दर्शाती है। इस स्थिति में व्यक्ति या तो पर्यावरण के अनुकूल हो जाता है या स्वयं के अनुकूल पर्यावरण को करने का प्रयास करता है। व्यक्ति तथा पर्यावरण दोनों ही गत्यात्मक है तथा दोनों में ही सतत् परिवर्तन होते रहते हैं। इसके कारण समायोजन व्यक्ति के जीवन में एक सहज निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया है। इसी समायोजन की प्रक्रिया की सात अवस्थाएं हैं। जो इस प्रकार से हैं –

1. व्यक्ति की आवश्यकताएं
2. द्वन्द्व
3. तनाव
4. बेचैनी
5. बेचैनी कम करने का प्रयास
6. उन्मोचन
7. समायोजन

व्यक्ति के जीवन में अनेक आवश्यकताएं होती है, जिनकी पूर्ति हेतु वह निरन्तर प्रयास करता है। इसी क्रम में उसके मन में द्वन्द्व की स्थिति होती है, क्योंकि एक ही समय में अनेक आवश्यकताओं को पूरा करने की स्थिति आ जाती है। तब वह द्वन्द्व की स्थिति तनाव या चिन्ता का अनुभव करता है कि किस कार्य को पहले करे और किसे बाद में करें। जब व्यक्ति के समक्ष कोई गम्भीर स्थिति उत्पन्न हो जाती है तो वह बेचैन हो जाता है। तब वह अपनी सबसे महत्वपूर्ण आवश्यकता को पूर्ण करके बेचैनी को कम करने का प्रयास करता है, जिसके पफलस्वरूप वह कुछ उपाय ढूंढ लेता है। जिससे वह अपनी परिस्थितियों से सामंजस्य करना सीख जाता है। यह समायोजन उसके जीवन में निरन्तर चलता रहता है क्योंकि परिस्थितियां निरन्तर बदलती रहती है। जिस व्यक्ति की समायोजन क्षमता उत्तम होगी, वह अपने कार्यों को कुशलतापूर्वक पूर्ण करके अधिक सन्तुष्टि का अनुभव कर सकता है।

किशोरों का सामाजिक व्यवहार एवं समायोजन

व्यवहार ऐसा पक्ष है, जो एक बालक जन्म से ही करने लगता है। पहले वह अपनी हाव–भावों के द्वारा तथा धीरे–धीरे अपने हाथ–पैरों को हिलाकर अपनी भावनाओं को प्रकट करता है। बाद में जब वह बोलता है तो उसका व्यवहार विकसित होने लगता है। समायोजन की आवश्यकता व्यक्ति को हमेशा होती है, पिफर भी शैशवावस्था और बाल्यावस्था में उसे सामान्य समायोजन करना होता है, यदि उसके जीवन में चुनौतियां हैं तो उसे इन अवस्थाओं में भी समायोजित होना होता है। परन्तु किशोरावस्था इन दोनों ही अवस्थाओं से पूर्णतया भिन्न है। इस अवस्था में जब बालक दूसरों से बातचीत करने लगता है तो वह अपने विचारों को दूसरे के समक्ष प्रकट करता है, जो उसके बुि स्तर को भी दर्शाता है। इस अवस्था में उसे प्रत्येक क्षण अपनी परिस्थितियों से समायोजन करना सीखना होता है, जिसके अभाव में उसका व्यवहार व व्यक्तित्व प्रतिकूल रूप से प्रभावित होते हैं। समायोजन भी व्यवहार की तरह ही मनुष्य के जीवन का अपरिहार्य पक्ष है। व्यक्ति को अपने जीवन को सुगम बनाने के लिए इन दोनों को

ही निरन्तर करना होता है, तभी वह अपने अस्तित्व को बचाए रख सकता है।

किशोरावस्था में समायोजन की बहुत आवश्यकता होती है, जहाँ उसे स्वयं के साथ अनेक दुविधओं का सामना करना पड़ता है, वहीं माता–पिता, पारिवारिक सदस्यों, मित्राों व अध्यापकों से निरन्तर उसका द्वन्द्व रहता है, जो उसके व्यवहार को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करते हैं। यदि व्यक्ति का समायोजन सही है या वह एक समयोजित व्यक्तित्व है, तो उसका व्यवहार भी उत्तम होगा, जो उसके व्यवहार में स्पष्ट रूप से दिखाई देगा। यदि किसी भी व्यक्ति का समायोजन उचित नहीं तो व्यवहार के सम्बन्ध में समायोजन के प्रभाव को इन बिन्दुओं द्वारा समझा जा सकता है।

- मन का चिन्तित रहना।
- चेहरे पर उदासी या चिन्ता का भाव।
- किसी से सहजता से बातचीत न करना।
- बात–बात पर गुस्सा या चिड़चिड़ा हो जाना।
- किसी कार्य में मन को एकाग्र न कर पाना।
- नकारात्मक विचारों का उत्पन्न होना।
- माता–पिता, अध्यापक व अन्य लोगों के प्रति गुस्सा होना।
- किसी से अच्छे सम्बन्धें का न होना।

व्यक्ति को व्यवहार और समायोजन की आवश्यकता निरन्तर रहती है। ये दोनों ही व्यक्ति के लिए अपरिहार्य है। व्यवहार ऐसा पक्ष है, जो व्यक्ति किसी न किसी के साथ करता ही है क्योंकि बिना व्यवहार किये वह अपनी बात या विचार दूसरों से नहीं कह सकता है और न ही दूसरों के विचार जान सकता है। ऐसे ही समायोजन भी व्यक्ति को अपने जीवन की दिन–प्रतिदिन की हर परिस्थिति में करना ही होता है। जैसे – यदि उसे परीक्षा में शीर्ष स्थान प्राप्त करना है तो उसे अपने स्वाध्याय के समय में वृ(करने के साथ परिश्रम भी करना होगा तथा अन्य क्रियाओं के लिए समय को कम करना होगा। इस प्रकार वह स्वयं को समायोजित कर लेगा। ये दोनों ही व्यक्तित्व के विकास में सहायक है। ये दोनों ही प्रयोजनशील होते हैं। जहाँ व्यवहार अपनी बात दूसरों को बताने के लिए किया जाता है। वैसे ही समायोजन स्वयं की सन्तुष्टि हेतु या तनाव को कम करने के लिये किया जाता है। ये दोनों ही एक प्रकार के अधिगम हैं, जहाँ व्यवहार के माध्यम से व्यक्ति एक–दूसरे के व्यवहार से बहुत कुछ सीखता है। वैसे ही विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन करने से व्यक्ति को बहुत अनुभव हो जाता है। इसी प्रकार उत्तम व्यवहार करने से व्यक्ति के सभी के साथ मधुर सम्बन्ध होते हैं एवं समाज में उसका सम्मान भी किया जाता है। ऐसे ही समायोजित व्यक्ति का भी सभी से अच्छा मेल–जोल होता है। वहीं दूसरी ओर जो व्यक्ति अपनी परिस्थितियों के साथ अनुकूलन नहीं कर पाता, वह अपने में ही उलझा रहता है तथा समायोजित नहीं हो पाता है।

व्यवहार व्यक्ति को समायोजित कराने में सहायक होता है, क्योंकि जब व्यक्ति नई परिस्थितियों में जाता है, तो अपने व्यवहार के द्वारा ही वहाँ की परिस्थितियों से अनुकूलन करता है। प्रत्येक व्यक्ति का व्यवहार भिन्न–भिन्न एवं विशिष्ट होता है। व्यवहार के द्वारा व्यक्ति दूसरों को प्रभावित करता है तथा दूसरों से प्रभावित होता है। जिस व्यक्ति का व्यवहार अच्छा नहीं होता है, वह अकेला रह जाता है एवं किसी से भी उसके अच्छे सम्बन्ध नहीं होते हैं, जिसके कारण वह सबसे दूर हो जाता है। इसलिए आपका व्यवहार दूसरों को आपके साथ अच्छे सम्बन्ध बनाने में बहुत उपयोगी है। जब व्यक्ति किसी कठिन परिस्थिति में होता है तो उसे कोई उपाय नहीं सूझता है, तब यदि वह उसके समाधन हेतु दूसरे व्यक्ति से बातचीत करे तो बातों ही बातों में उसे समाधन मिल सकता है, जिससे वह उस कठिन परिस्थिति से निकल सकता है। एक सामान्य व्यक्ति अपनी दिन–प्रतिदिन की परिस्थितियों में स्वयं को समायोजित करने का प्रयास करता रहता है। यदि वह समायोजित हो जाता है तो वह सन्तुष्टि का अनुभव करता है।

व्यक्ति अपनी विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन करके स्वयं को समायोजित कर लेता है, जिससे उसका तनाव या चिन्ता कम या समाप्त हो जाती है। समायोजित हो जाने पर व्यक्ति का व्यवहार भी सही हो जाता है। तब वह सबसे अच्छे से बातचीत करता है। इस तरह सामाजिक व्यवहार एवं समायोजन एक–दूसरे के सहायक है तथा उत्तम व्यक्तित्व हेतु बहुत ही उपयोगी हैं। उत्तम व्यवहार व्यक्ति को समायोजित करने में सहायक होता है, वैसे ही समायोजित हो जाने पर व्यक्ति के व्यवहार में जो असन्तुष्टि का भाव या चिड़चिडापन होता है वह दूर हो जाता है।

व्यक्ति का व्यवहार अपने समाज एवं विद्यालय में समायोजन में सहायक होता है, क्योंकि समाज एवं विद्यालय में वह विभिन्न लोगों के सम्पर्क में आता है, जिनसे वह पूर्व में परिचित नहीं रहता है, तब वह उनसे वार्तालाप करके परिचित होता है। विद्यालय में वह विभिन्न अध्यापकों एवं छात्राों से मिलता है, जहाँ वह अध्यापकों एवं छात्राों के व्यवहार से प्रभावित होता है तथा उसका व्यवहार भी दूसरों को प्रभावित करता है। इस तरह व्यवहार करने से वह उन परिस्थितियों में समायोजित हो जाता है। समायोजित हो जाने पर वह सबसे खुलकर बातचीत करता है तथा अपने विचार दूसरों के समक्ष प्रकट करता है। इस तरह बालक की अन्य छात्राों के साथ मिल–जुलकर कार्य करने की और खेलने की प्रवृत्ति विकसित हो जाती है।

किशोरों की व्यवहार एवं समायोजन सम्बन्धी समस्याएं

व्यक्ति समाज का हिस्सा होता है, जहाँ उसे व्यवहार करना ही होता है। व्यक्ति के द्वारा व्यवहार घर में, विद्यालय में, समाज में तथा अन्य सामूहिक स्थलों पर विभिन्न लोगों के सम्पर्क में आने से होता है। वह सभी के साथ तभी वार्तालाप कर सकता है या अन्य लोग उससे तभी वार्तालाप करते हैं, जब उसका व्यवहार अच्छा होता है। अन्यथा कोई भी उससे वार्तालाप करना पसन्द नहीं करता है। ऐसी समस्या उस व्यक्ति को होती है, जिसके व्यवहार को उचित दिशा में विकसित नहीं किया गया हो अथवा उसे उचित मार्गदर्शन न मिला हो। जिस व्यक्ति का व्यवहार अच्छा नहीं होता वह एकाकी रह जाता है, जिसके कारण अनेक समस्या उत्पन्न हो जाती हैं। जैसे –

- विभिन्न परिस्थितियों में अनुकूलन का अभाव।
- वरिष्ठ लोगों के प्रति सम्मान की भावना का न होना या उनसे बातचीत न करना।
- समूह में रहते हुए भी अकेला रह जाना।
- समूह में घुल–मिल जाने की योग्यता का अभाव।
- व्यवहार में उग्रता, चिड़चिड़ापन या आक्रमकता।
- विभिन्न परिस्थितियों में विचलित या भयभीत हो जाना।
- आधुनिक उपकरणों का दुष्प्रभाव – जिसमें वह दूसरे से बहुत कम व्यवहार करता है या करता ही नहीं है और केवल उन्हीं उपकरणों का आदि हो जाता है, जिससे उसका व्यवहार विकसित नहीं हो पाता कि उसे कब, कहाँ, किससे और कैसे व्यवहार करना चाहिए।

सुधर हेतु सुझाव

ये सभी व्यवहार सम्बन्धी समस्यायें हैं, जिनका निवारण किया जाना आवश्यक है। व्यक्ति के जीवन में ऐसी समस्यायें उत्पन्न ही न हो, यदि वह अपने बड़ों से बातचीत करता रहें, उनके द्वारा दिये गये निर्देशों का पालन करें और उनके व्यवहार से कुछ न कुछ सीखता रहें कि विभिन्न परिस्थितियों में कैसे व्यवहार करना

है। व्यक्ति अपने माता–पिता, अध्यापकों एवं वरिष्ठ जनों के व्यवहार का अनुकरण करके स्वयं के व्यवहार को उत्तम बना सकता है। व्यवहार सम्बन्धी समस्याओं के समाधन हेतु निम्न उपाय किये जा सकते हैं। जैसे –

- विभिन्न परिस्थितियों में उत्पन्न कठिनाइयों को अपने बड़ों से विचार विमर्श करके उन्हें दूर किया जा सकता है।
- बाल्य काल से ही माता–पिता उसमें उत्तम व्यवहार का निर्माण करें तथा विद्यालय में अध्यापक उनके व्यवहार को परिमार्जित करें। उन्हें सभी के प्रति सम्मान करना सिखाए तथा सबसे शिष्टाचारपूर्वक वार्तालाप करना सिखाए।
- विद्यालय में अध्कि से अध्कि सामूहिक गतिविध्यिां करायी जाये और उनके व्यवहार को विकसित किया जाये, जिससे किशोरों की समूह में रहने की क्षमता विकसित हो सके तथा वे समूह में सबके साथ रह सके।
- व्यवहार में उग्रता, चिड़चिड़ापन या आक्रमकता तभी होती है, जब व्यक्ति किसी समस्या में होता है, इसलिए यदि बालक के व्यवहार में ऐसा देखने को मिलता है तो माता–पिता तथा अन्य परिवार के सदस्य उसके कारण को जानकर, उसका निवारण करें।
- बालकों में ऐसी क्षमता विकसित की जाये कि वे विभिन्न परिस्थितियों का ध्ैर्य से सामना कर सकें, जिससे वे अपनी परिस्थितियों से अनुकूलन करने में समर्थ बन सकें।
- किशारों पर आधुनिक उपकरणों का अत्यध्कि दुष्प्रभाव देखने को मिला है, क्योंकि अब वे परिवार में सबके साथ रहते हुए भी साथ नहीं होते हैं अपितु उन उपकरणों में व्यस्त रहते हैं, जिससे उनका व्यवहार विकसित नहीं हो पाता है और अनावश्यक आदतें विकसित हो जाती हैं। इसलिए माता–पिता बालक की इस आदत को समाप्त करने हेतु उसका मार्गदर्शन करें तथा उसे इन उपकरणों का प्रयोग केवल आवश्यकता होने पर ही करने के लिए प्रेरित करें, जिससे उसका व्यवहार उचित दिशा में विकसित हो सकें तथा वह अपने से बड़ों, छोटों एवं समान आयु वालों के साथ व्यवहार करना सीख जाये।

निष्कर्ष

इस तरह समायोजन के अभाव में किशोरों के व्यवहार पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। साथ ही समायोजन होने पर किसी के भी व्यवहार और कार्यशैली में परिवर्तन या अनुकूलता देखी जा सकती है, क्योंकि एक समायोजित व्यक्ति ही प्रसन्नचित्त और सन्तुष्ट रह सकता है। अतः यह स्पष्ट है कि समायोजन सामाजिक व्यवहार को प्रभावित करता है। यह किशोरावस्था में ही नहीं अपितु जीवन की किसी भी अवस्था में बहुत ही उपयोगी है तथा व्यवहार को अनुकूल या प्रतिकूल रूप से प्रभावित कर सकता है। इसलिए हमें अपने बच्चों के व्यक्तित्व का विकास इस तरह करना चाहिए कि उनके उत्तम व्यक्तित्व का निर्माण हो सके। वे अपने जीवन में आने वाली प्रत्येक परिस्थिति में स्वयं को समायोजित कर सके तथा उनका व्यवहार भी प्रभावी व अनुकरणीय हो।

सन्दर्भ सूची

1. गुप्ता, एस.पी. (2011): आधुनिक शिक्षा मनोविज्ञान, शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद
2. जायसवाल, सीताराम ;1993): व्यक्तित्व का मनोविज्ञान, ;तृतीय संस्करणद्ध विनोद पुस्तक मन्दिर आगरा
3. पाण्डेय, के.पी. ;2009): नवीन शिक्षा मनोविज्ञान, ;तृतीय संस्करणद्ध विश्वविद्यालय प्रकाशन, वाराणसी
4. बिष्ट, आभा रानी ;1993द्धः प्रगत शिक्षा मनोविज्ञान, ;द्वितीय संस्करणद्ध विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा
5. माथुर, एस.एस. ;2010): शिक्षा मनोविज्ञान, ;उन्नत्तीसवाँ संस्करणद्ध अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा
6. Chauhan, S.S. (1989): Advanced Educational Psychology (5th Edition), Vikas Publishing House, New Delhi
7. Mangal, S.K. (2006): Advanced Educational Psychology (2th Edition), Prentice Hall of India Pvt. Ltd., New Delhi