

छात्राध्यापकों के समायोजन की उपयोगिता: विद्यालय प्रशिक्षण कार्यक्रम के सन्दर्भ में

यासमीन अशरफ

असिस्टेंट प्रोफेसर, क्षेत्रीय शिक्षा संस्थान, एन सी ई आर टी भोपाल, मध्य प्रदेश, भारत

सारांश

वस्तुतः जन्म से मृत्यु तक की सम्पूर्ण अवधि में व्यक्ति शारीरिक तथा मानसिक रूप से स्वस्थ रहकर वातावरण के साथ संयोजन के लिए निरंतर प्रयासरत रहता है। मानसिक उलझनों से ग्रस्त व्यक्ति प्रायः अपने दैनिक जीवन की विभिन्न परिस्थितियों से उचित समायोजन करने में कठिनाई का अनुभव करता है। निःसंदेह व्यक्ति के सर्वांगीण विकास के लिए स्वस्थ शरीर के साथ स्वस्थ मस्तिष्क का होना अत्यंत आवश्यक है। समायोजन शब्द वस्तुतः दो शब्दों का योग है। सम + आयोजन, सम का तात्पर्य भली-भांति अथवा समान रूप से है जबकि आयोजन का अर्थ व्यवस्था करने से होता है अतएव समायोजन शब्द का अर्थ अच्छी तरह से व्यवस्था करने से है। समायोजन परिस्थितियों को अनुकूल बनाने की वह प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति की आवश्यकतायें तो पूरी हो जायें परन्तु उसे कोई कुंठा तनाव या मानसिक द्वंद्व उत्पन्न न होने पाए। प्रस्तुत पत्र में शैक्षिक समायोजन के विषय में विस्तारपूर्वक वर्णन किया गया है, विशेषकर छात्राध्यापकों के समायोजन को बताने का प्रयास किया गया है।

मूल शब्द: समायोजन, छात्राध्यापक, विद्यालय प्रशिक्षण कार्यक्रम

प्रस्तावना: समायोजन क्या है?

समायोजन हमारे जीवन की एक आवश्यक प्रक्रिया है। दैनिक जीवन में मनुष्य अपने आवश्यकताओं की पूर्ति समायोजन की प्रक्रिया के द्वारा करता है। मनुष्य अपने समंजन की क्षमता में अन्य प्राणियों की तुलना में बेजोड़ है।

घर में रहने वाले स्त्री-पुरुष हों या कक्षा की चहार दीवारी में शिक्षक-छात्र हों, कार्यालयों में कार्यरत प्रबंधक हो या अदना सा मजदूर, राजनीतिज्ञ हों या डाक्टर या इंजीनियर। सभी वर्गों के व्यक्ति समंजन अथवा समायोजन की प्रक्रिया से होकर गुजरते हैं तथा स्वयं को समंजित कर अपने कार्यक्षेत्र में कड़वाहट की जगह मिठास, तनाव के बजाय तालमेल एवं मानसिक-दोष तथा अपनी जिंदगी को बोझ बनाने की अपेक्षा उसे एक आकर्षक चुनौती के रूप में जीने की कला को सीख लेते हैं।

सुखे दुखे समे कृत्वा लाभालाभौ जयाजयौ ।
ततो युद्धाय युज्यस्व नैवं पापमवाप्स्यसि ॥

अर्थात् सुख-दुख को समन समझकर तथा लाभ हानि, राग-द्वेष, जय-पराजय को समान रूप जानकर जीवनरूपी युद्ध अर्थात् शारीरिक मानसिक विकारों का निवारण करने के लिए तत्पर रहना चाहिये। ऐसा करने से तुम शांति को भी प्राप्त कर सकते हो ॥ इस संदर्भ में समायोजन की प्रक्रिया के लिए व्यवहारवादियों तथा मनोविश्लेषणवादियों ने भी संकेत दिया है कि वस्तुतः व्यक्ति समुचित निर्देशन तथा गत्यात्मक वातावरण के द्वारा स्वयं को देश काल परिस्थिति के अनुसार समायोजित कर लेते हैं।

वाट्सन, स्किनर, पैवलव
फ्रायड, युंग, एड्लर

व्यक्ति पर्यावरण के नियंत्रण के द्वारा समायोजन की प्रक्रिया को आगे बढ़ाता है। व्यक्ति इड, इगो, सुपर इगो की परस्पर गत्यात्मक प्रक्रिया के द्वारा अपना समायोजन करता है।

समायोजन की परिभाषा

- गेट्स एवं अन्य विद्वानों के अनुसार : समायोजन शब्द के दो अर्थ हैं। एक अर्थ में निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति स्वयं और पर्यावरण के बीच अधिक सामंजस्यपूर्ण सम्बंध रखने के लिए अपने व्यवहार में परिवर्तन कर देता है। दूसरे अर्थ में समायोजन एक संतुलित दशा है जिस पर पहुंचने पर हम उस व्यक्ति को सुसमायोजित कहते हैं।
- बोरिंग, लैंगफेड तथा बोल्ड के अनुसार – समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा प्राणी अपनी आवश्यकताओं एवं इन आवश्यकताओं की पूर्ति को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों से संतुलन बनाता है।
- जेम्स सी. कोलमैन के अनुसार- समायोजन व्यक्ति द्वारा तनावों से निपटने तथा अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति एक के लिए किए गये प्रयासों का परिणाम है।
- एच. सी. स्मिथ के अनुसार- एक अच्छा समायोजन वह है जो यथार्थपूर्णता के साथ-साथ व्यक्ति को संतोष प्रदान करता है। अंततोगत्वा, यह व्यक्ति की कुंठाओं, उसके तनावों एवम् चिंताओं जिनको उसे सहन करना पड़ता है, न्यूनातिन्यून बना देता है। स्मिथ की दृष्टि में व्यक्ति को ठीक रूप में संतोष मिलना (Evenness of Satisfaction) ही समायोजन का आवश्यक लक्षण है। यदि व्यक्ति अपनी परिस्थितियों से संतुष्ट नहीं है या वह अपने भीतर से आंदोलित महसूस करता है तो उसे हम समंजित नहीं कह सकते हैं।
- मन के अनुसार – समायोजन कोई स्थिर या निश्चित वस्तु न होकर व्यक्ति की आवश्यकताओं की पूर्ति करने वाली एक सतत प्रक्रिया है तथा इसमें निःसंदेह मानव व्यवहार के सभी पक्ष समाहित रहते हैं।
- शोधकर्त्तों के अनुसार – समायोजन प्रति पल स्वयं के साथ तथा वातावरण के साथ व्यवस्थित ढंग से प्रतिक्रिया करने का प्रतिफल है।

समायोजन के प्रकार

समायोजन चूंकि पर्यावरण के साथ, स्वयं के तालमेल के साथ व्यवहार परिवर्तन का एक कारण है। अतएव यह भिन्न-भिन्न प्रकार का होता है। समायोजन व्यक्ति की बौद्धिक क्षमता व व्यक्तित्व पर निर्भर रहता है तथा इसकी प्रक्रिया वैयक्तिक प्रकार की होती है। मुख्य रूप से समायोजन के निम्नलिखित प्रकार हैं -

- व्यावहारिक समायोजन
- सामाजिक समायोजन
- पारिवारिक समायोजन
- शारिरिक समायोजन
- शैक्षिक समायोजन

जन्म से लेकर मृत्युपर्यंत व्यक्ति किसी न किसी रूप में समायोजन करता है। व्यक्ति में निहित सांवेगिक मनोभावों जैसे- क्रोध, चिंता, ईर्ष्या, द्वेष, राग, आसक्ति, प्रसन्नता इत्यादि की अभिव्यक्ति परिस्थितियों के अनुकूल करता है तो यह उसका व्यवहारिक समायोजन कहलाता है।

सामाजिक प्राणी होने के कारण बालक के समायोजन पर समाज का गहरा प्रभाव पड़ता है। सामाजिक वातावरण जैसे- जातीय संघर्ष, धार्मिक उन्माद, ऊंच- नीच, अमीर- गरीब की भावना, सामाजिक कुरीतियों, व्यक्तिगत स्वतंत्रता व सुरक्षा का अभाव जैसी बातें बालकों में मानसिक तनाव उत्पन्न करती हैं। इनसे निपटने के लिए जब बालक स्वयं को संतुलित करने का प्रयास करता है तो वह सामाजिक समायोजन कहलाता है। बालक का सर्वांगीण विकास परिवार में होता है तथा यह बालक के विकास के प्रत्येक पक्ष को प्रभावित भी करता है। पारिवारिक अनुशासन, आर्थिक स्थिति, उच्च महत्वाकांक्षाएं, परिवार के सदस्यों के परस्पर संबंध आदि बालक के समायोजन क्षमता को सार्थक ढंग से प्रभावित करती है। जन्मजात अथवा दुर्घटना के कारण आई शारिरिक विसंगतियां भी व्यक्ति के समायोजन में कठिनाई पैदा करती है। शारिरिक दोष के कारण बालकों में प्रायः हीन भावनाएं उत्पन्न हो जाती हैं तथा वे अपने साथियों के साथ अपना समायोजन करने में कठिनाई का अनुभव करते हैं। जब बालक इन विपरित परिस्थितियों में स्वयं को समायोजित करता है तो शारिरिक समायोजन कहलाता है।

शैक्षिक समायोजन

शैक्षिक समायोजन से तात्पर्य विद्यालय, महाविद्यालय एवं विश्वविद्यालयी वातावरण से है। विद्यालय बालक के समायोजन को मुख्य रूप से प्रभावित करता है। विद्यालय का वातावरण, पाठ्यक्रम, शिक्षण- विधियां, परीक्षा- प्रणाली, साथी छात्र, अध्यापक का व्यवहार इत्यादि बालकों के समायोजन के विभिन्न क्षेत्रों में विभिन्न प्रकार से प्रभावित करते हैं। विद्यालय में भय, आतंक तथा अवरुद्ध वातावरण के होने, पाठ्यक्रम के अधिक बोझिल होने, स्वतंत्र शिक्षण- अधिगम परिस्थिति न होने तथा शिक्षक के सहानुभूतिपूर्ण व सहयोगात्मक व्यवहार न होने से बालक अपना समायोजन सफलतापूर्वक नहीं कर पाते हैं। विद्यालय का अच्छा वातावरण समायोजन एवं शारिरिक मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित रखता है। बालकों के प्रति शिक्षकों का सौहार्दपूर्ण व्यवहार उनके मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत करता है। बालकों की रुचि, आवश्यकता तथा परिस्थितियों के अनुरूप लचीले पाठ्यक्रम उनका समायोजन करने में सहायक होते हैं। शैक्षिक वातावरण में छात्रों को कठोर अनुशासन एवं दंड देने की प्रवृत्तिसे हटकर एक स्नेहपूर्ण एवं सहयोगात्मक परिवेश बनाने से छात्रों स्वस्थ शैक्षिक समायोजन का विकास होता है।

विद्यालयप्रशिक्षुता कार्यक्रम

अध्यापक शिक्षा कार्यक्रम का महत्वपूर्ण अवयव शिक्षण- अभ्यास होता है जिसके माध्यम से छात्राध्यापक वास्तविक रूप में अध्यापकीय भूमिका तथा दायित्वों के निर्वहन के लिए लगातार प्रयास करते हैं। वर्तमान में चल रहे द्विवर्षीय बी.एड. पाठ्यक्रम में शिक्षण- अभ्यास ने विद्यालय प्रशिक्षुता कार्यक्रम का रूप ले लिया है, जिसमें छात्राध्यापकों को अध्यापन व्यवसाय सम्बंधी सभी व्यवहारिक चुनौतियों एवम् समस्याओं का सामना करने के लिए मानसिक रूप से तैयार किया जाता है। छात्राध्यापकों के प्रशिक्षण हेतु विद्यालयप्रशिक्षुताकार्यक्रम की अवधि छः महीने की हो गयी है। इस पाठ्यक्रम के अंतिम वर्ष के छात्रों को सक्रिय रूप से शिक्षण में प्रवृत्त किया जाता है। विद्यालयों में इंटरनशिप कम से कम 20 सप्ताह की

होती है, जिसमें ४ सप्ताह प्रथम वर्ष में और १६ सप्ताह द्वितीय वर्ष में दिए जाते हैं। इसमें शिक्षणाभ्यास के अलावा एक सप्ताह की प्रारम्भिक प्रावस्था होती है, जिसमें छात्राध्यापकों को सामान्य कक्षा में नियमित अध्यापकों के साथ मिलकर प्रतिभाग करना होता है, जिसके अंतर्गत सम्बद्ध विद्यालय की गतिविधियों एवं अभिलेखों पर आधारित प्रतिवेदन तैयार करना, सामुदायिक परिवेश का प्रेक्षण करना तथा पाठयोजना आधारित कक्षा- शिक्षण, समीक्षा पाठ का प्रस्तुतीकरण एवं मूल्यांकन साथ ही साथ सहपाठियों के कक्षा शिक्षण का प्रेक्षण करना इत्यादि सम्मिलित हैं। ऐसे में छात्राध्यापकों के सही दिशा- निर्देशन के लिए शिक्षा के सैद्धांतिक एवं व्यवहारिक पक्ष में संतुलन स्थापित करना विवेकपूर्ण नियोजन का विषय है। विद्यालयप्रशिक्षुता कार्यक्रम देश के सभी अध्यापक शिक्षा पाठ्यक्रम में निहित है। अलग अलग महाविद्यालयों में कुल २० सप्ताह की अवधि को अलग ढंग से इंटरनशिप के लिए विभाजित किया गया है।

विद्यालयप्रशिक्षुता कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राध्यापकों का समायोजन

विद्यालय प्रशिक्षुता कार्यक्रम में जाने से पहले छात्राध्यापकों को शिक्षण – प्रक्रिया से व्यवहारिक ढंग से परिचित कराया जाता है। छात्राध्यापकों में विभिन्न प्रकार की वैयक्तिक भिन्नता, क्षमता, एवम् कुशलता होती है। इन कौशलों के आधार पर छात्राध्यापक अपने शिक्षण को अधिक प्रभावी तथा निर्धारित उत्तरदायित्वों का समुचित प्रकार से निर्वहन करने का प्रयास करता है। छात्राध्यापक अध्यापन कार्य में शिक्षण-अभ्यास एवं वास्तविक विद्यालयी परिस्थिति में समस्त शैक्षिक कार्यक्रमों को कर्तव्यनिष्ठता से करते हैं, परंतु जब नियमित अध्यापकों के साथ अथवा साथी छात्राध्यापक के साथ परस्पर तालमेल नहीं बनता तो वह कुंठित होने लगता है, जिससे उसका शिक्षण प्रभावित होता है। कभी-कभी वह पाठ्यवस्तु सह प्रविधि जैसी पद्धति को समाकलनात्मक तौर पर विभिन्न अवसरों में प्रयोग करने में असमर्थ हो जाता है तथा खुद तनावग्रस्त हो जाता है। तथा पुनः अध्यापकों के उचित दिशा- निर्देश एवं साथियों के सहयोग से वह जल्दी ही तनाव से मुक्त हो जाता है और खुद को समायोजित भी कर लेता है। जब छात्राध्यापक शिक्षण और शिक्षणोत्तर कार्यों में बढ़-चढ़ कर हिस्सा लेता है तो वह स्वयं को मानसिक रूप से संतुलित महसूस करता है तथा उसमें आत्मविश्वास और व्यवहार कुशलता का विकास होता है। छात्राध्यापकों को इंटरनशिप के अंतर्गत विभिन्न प्रकार के कार्यों जैसे – कक्षा- शिक्षण के लिए आकलन सूची, विभागीय लिखित दत्तकार्य जो पाठ्य सहगामी क्रिया-कलाप से सम्बंधित होता है में प्रतिभाग करने की क्षमता विकसित करता है। छात्राध्यापकों के शैक्षिक समायोजन पर इन क्रियाकलापों का गहरा प्रभाव पड़ता है। वह इन गतिविधियों के माध्यम से अपनी योग्यता एवं क्षमता में स्वस्थ समायोजन का विकास करता है। विद्यालय प्रशिक्षुता कार्यक्रम में शिक्षण- अभ्यास की अवधि बढ़ जाने से छात्राध्यापक उस विशेष परिस्थिति में स्वयं को वातावरण के साथ समायोजित करने में समर्थ हो पाते हैं। प्रतिकूल परिस्थितियों में भी छात्राध्यापक सभी प्रकार की विद्यालयी गतिविधियों में सहर्ष और उत्साह से जब प्रतिभाग करते हैं तो यह उनके स्वस्थ समंजन को प्रदर्शित करता है।

समायोजन की उपयोगिता

सुसमायोजित व्यक्ति की संज्ञानात्मक, भावात्मक तथा क्रियात्मक प्रतिक्रियाओं का संतुलित तथा समन्वित ढंग से विकास होता है। वे अपने जीवन के लक्ष्यों व उद्देश्यों को प्राथमिकता की दृष्टि से क्रमबद्ध ढंग से अपने व्यक्तित्व को विकसित करते हैं। सुसमायोजित व्यक्ति के दैनंदिन क्रियाकलापों की कुछ निश्चित आदतें होती हैं, जिन्हे वे स्वाभाविक ढंग से पुरा करते हैं तथा समायोजन करने में सफल होते हैं। समायोजित व्यक्ति नये भौतिक परिवेश, अन्य व्यक्तियों के विचारों, परेशानियों व समस्याओं को भली भांति समझकर उनके साथ उचित समायोजन कर लेते हैं। सहयोगी व्यक्तियों में रुचि रखना एवम् अन्य लोगों के साथ उत्साहपूर्वक सम्बंध बनाने की योग्यता मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की प्रमुख पहचान है। वह व्यक्ति जो संवेगात्मक रूप से परिपक्व हो अर्थात् अपने संवेगों पर उचित नियंत्रण रखता हो वह समाज में भी एक आदर्श के रूप में जाना

जाता है। सुसमायोजित व्यक्ति में आत्मविश्वास की भावना प्रबल होती है। उन्हें यह विश्वास होता है कि वे विभिन्न कार्यों को उचित ढंग से सफलतरूप से कर सकते हैं। ऐसे व्यक्ति किए जाने वाले कार्य की सफलता से अनावश्यक उद्विग्न नहीं होते हैं। समायोजित व्यक्ति विपरित परिस्थितियों का सामना सहनशीलता से करते हैं तथा मानसिक असंतुलन से बचे रहते हैं। सुसमायोजित व्यक्ति अपनी क्षमताओं का मुल्यांकन ठीक ढंग से करते हैं। वे अपने गुण- दोषों, विचारों, इच्छाओं आदि की उपयुक्तता तथा अनुपयुक्तता को अच्छेसे समझते हैं तथा निष्पक्ष रूप से अपने व्यवहार के औचित्य का निर्णय करते हैं। उपरोक्त निहित लक्षणों से युक्त व्यक्तियों को सुसमायोजित व्यक्ति स्वीकार किया जाता है। इसके विपरित कुसमायोजित व्यक्तियों में संवेगात्मक अस्थिरता, आत्म-विश्वास की कमी, निराशा आदि उत्पन्न हो जाती है। जब व्यक्ति अपने वातावरण के साथ ठीक ढंग से समायोजित नहीं हो पाता अर्थात् उसकी इच्छाओं, क्षमताओं, रुचियों आदि का वास्तविक परिस्थितियों में सामंजस्य नहीं हो पाता है तब उसका व्यवहार असंतुलित हो जाता है, जिसके फलस्वरूप उसमें अनेक मानसिक विकार जैसे भ्रमनाशा, मानसिक द्वंद्व, तनाव, हीन- भावना, चिंता आदि उत्पन्न हो जाते हैं। संक्षेप में कहा जा सकता है कि समंजित व्यक्ति की आवश्यकताओं तथा तृप्तियां उसकी परिस्थितियों तथा उत्तरदायित्व के साथ संगठित होती है। साथ ही यह कहना भी उचित होगा कि सुसमायोजित व्यक्ति इस प्रकार की नकारात्मक मानसिक अवस्थाओं जैसे – प्रतिबल/ तनाव, दबाव, चिंता, अंतर्द्वन्द्व तथा कुंठा इत्यादि से मुक्त होता है।

निष्कर्ष

चूंकि छात्राध्यापकों के समायोजन की उपयोगिता के विषय में प्रस्तुत प्रपत्र में उल्लेख किया गया है। अतः कहा जा सकता है कि जब छात्राध्यापक शारिरिक मानसिक पक्षों के अलावा उसके अन्य पक्षों- सम्वेगात्मक, भावात्मक, सामाजिक, शैक्षिक समायोजन में समस्त रूप से क्रियाशील होता है तो वह बेहतर परिणाम प्रस्तुत करता है। शिक्षक की भूमिका एक रचनाकार, व्यवस्थापक तथा प्रचालक की होती है जो छात्रों के व्यवहार में अपेक्षित परिवर्तन लाने की दृष्टि से उसके पर्यावरण को नियंत्रित करता है तथा उसका आशोधन करता है। शिक्षण तथा शिक्षा का एक उद्देश्य यह भी होता है कि वह बालकों की समंजनशीलता को बढ़ावा दे, इसके लिए स्वयं शिक्षक/ छात्राध्यापक को निश्चित तौर पर समंजित होना चाहिए। सुसमायोजित होने पर छात्राध्यापकों में किसी भी प्रकार का मानसिक विकार नहीं होगा और वह स्वस्थ एवं संतुलित मनोभावों से विद्यालयप्रशिक्षुताकार्यक्रम की सभी क्रियाकलापों एवं गतिविधियों में प्रतिभाग करेगा तथा नवीन ज्ञान और कौशलों के तालमेल से एक अच्छा वातावरण तैयार करेगा जहाँ सिखने सिखाने के अनुकूल अवसर उपलब्ध हो सकें।

संदर्भ सूची

1. छाबरा, रजनी. 2012. चैलेंजिंग रोल ऑफ़ टीचर इन मॉडर्न पर्सपेक्टिव्स. टीचर्स टु डे. अक्टूबर- दिसंबर अक. सेकन्डरी एजुकेशन, राजस्थान, बीकानेर
2. एन. सी. टी. ई. 2009. अध्यापक शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा- 2009. एन. सी. टी. ई., नयी दिल्ली.
3. डा. मंगल एस. के., २००९, शिक्षा मनोविज्ञान एवं मार्गदर्शन, टंडन पब्लिकेशंस, लुधियाना
4. मिश्र ब्रज कुमार २०१०, मनोविज्ञान:मानव व्यवहार का अध्ययन, पी.एच. आई. लर्निंग प्राइवेट लिमिटेड, नई दिल्ली
5. पाठक आर.पी. २०११, उच्च शिक्षा मनोविज्ञान पियर्सन पब्लिकेशंस नई दिल्ली
6. कौर सुरजीत, समाज मनोविज्ञान, लक्ष्मी नारायण अग्रवाल, आगरा
7. पांडेय, के. पी. २०१२ प्रगत शिक्षा मनोविज्ञान, पियर्सन पब्लिकेशंस नई दिल्ली
8. एन.सी.टी.ई. रेग्युलेशन २०१४

9. <https://www.researchgate.net>

10. <https://www.holy-bhagavad-gita.org/chapter/2/verse/1>