

**माध्यमिक स्तर के किशोर विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि पर
माता-पिता की सहभागिता, भावनात्मक क्षमता एवं शैक्षणिक तनाव का
प्रभाव**

रअशद राज बाला¹, रअशद (प्रो) डॉ प्रीति शर्मा²

शोधार्थी, शोध निदेशक

हिंदी शिक्षा विभाग

कला संकाय

ज्योति विद्यापीठ महिला विश्वविद्यालय, जयपुर, (राजस्थान)

सार

यह शोध पत्र माध्यमिक स्तर के किशोर विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि को प्रभावित करने वाले तीन प्रमुख कारकों—माता-पिता की सहभागिता, भावनात्मक क्षमता और शैक्षणिक तनाव—के बीच की जटिल अंतःक्रिया का विश्लेषण करता है। किशोरावस्था मानव जीवन का एक अत्यंत संवेदनशील और परिवर्तनशील चरण है, जहाँ विद्यार्थी न केवल शारीरिक और मनोवैज्ञानिक परिवर्तनों से जूझते हैं, बल्कि उन पर भविष्य के करियर निर्माण का भारी शैक्षणिक दबाव भी होता है। इस अध्ययन का मुख्य उद्देश्य यह जाँचना है कि घर का वातावरण (माता-पिता का सहयोग), विद्यार्थी की आंतरिक मनोवैज्ञानिक शक्ति (भावनात्मक क्षमता) और बाहरी दबाव (तनाव) मिलकर उनके परीक्षा परिणामों और समग्र सीखने की प्रक्रिया को कैसे आकार देते हैं।

शोध का सारांश यह इंगित करता है कि माता-पिता की सक्रिय और सकारात्मक सहभागिता विद्यार्थियों के आत्मविश्वास को बढ़ाती है, जो सीधे तौर पर बेहतर शैक्षणिक प्रदर्शन से जुड़ा है। दूसरी ओर, भावनात्मक क्षमता एक सुरक्षात्मक कवच के रूप में कार्य करती है जिन विद्यार्थियों में अपनी भावनाओं को समझने और नियंत्रित करने की क्षमता अधिक होती है, वे शैक्षणिक तनाव के नकारात्मक प्रभावों को कम करने में सफल रहते हैं।

इसके विपरीत, अनियंत्रित शैक्षणिक तनाव और माता-पिता की अवास्तविक अपेक्षाएं विद्यार्थी की एकाग्रता को भंग कर उपलब्धि स्तर को गिरा देती हैं। निष्कर्षतः, यह अध्ययन यह सुझाव देता है कि शैक्षिक सफलता केवल विद्यालयी शिक्षण पर निर्भर नहीं है, बल्कि यह परिवार के सहयोग, छात्र के भावनात्मक संतुलन और तनाव प्रबंधन के एक त्रिकोणीय संतुलन का परिणाम है।

1. परिचय

माध्यमिक शिक्षा (कक्षा 9 से 12) किसी भी विद्यार्थी के जीवन का वह निर्णायक मोड़ होती है जो उसके भविष्य की दिशा और दशा तय करती है। इस स्तर पर प्राप्त की गई शैक्षणिक उपलब्धि अक्सर उच्च शिक्षा में प्रवेश और करियर के विकल्पों का आधार बनती है। हालाँकि, यह चरण किशोरावस्था के साथ मेल खाता है, जिसे मनोवैज्ञानिकों ने शूफान और तनाव की अवस्था कहा है। इस दौरान, विद्यार्थी एक ओर अपनी पहचान खोज रहे होते हैं, तो दूसरी ओर उन पर बोर्ड परीक्षाओं और प्रतियोगी परीक्षाओं में श्रेष्ठ प्रदर्शन करने का भारी दबाव होता है। इस परिदृश्य में, तीन चर अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाते हैं—माता-पिता की भूमिका, स्वयं छात्र की भावनात्मक परिपक्वता और तनाव का स्तर।

शैक्षिक समाजशास्त्र और मनोविज्ञान के अंतर्गत यह माना जाता है कि शिक्षा एक सामाजिक प्रक्रिया है। माता-पिता की सहभागिता केवल स्कूल की फीस भरने तक सीमित नहीं है, बल्कि इसमें घर पर पढ़ाई का वातावरण बनाना, बच्चों के साथ समय बिताना और उनकी शैक्षणिक गतिविधियों में रुचि लेना शामिल है। वहीं, भावनात्मक क्षमता वह आंतरिक कौशल है जो विद्यार्थी को असफलता के भय से उबरने और पढ़ाई में मन लगाने में मदद करता है। तीसरी ओर, शैक्षणिक तनावकृजो पाठ्यक्रम के बोझ, समय की कमी और अभिभावकों की अपेक्षाओं से उत्पन्न होता है एक दोधारी तलवार है। सीमित तनाव प्रेरणा दे सकता है, लेकिन अत्यधिक तनाव प्रदर्शन को बाधित करता है। यह परिचय खंड इस बात की नींव रखता है कि इन तीनों घटकों का संयुक्त प्रभाव माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के रिपोर्ट कार्ड पर कैसे परिलक्षित होता है।

2. सैद्धांतिक ढांचा

इस शोध का सैद्धांतिक आधार मुख्य रूप से यूरी ब्रोनफेनब्रेनर के 'पारिस्थितिक तंत्र सिद्धांत' और रिचर्ड लाजारस के 'तनाव और मुकाबला सिद्धांत' पर टिका है। ब्रोनफेनब्रेनर का सिद्धांत यह स्पष्ट करता है कि एक बच्चे का विकास निर्वात में नहीं होता, बल्कि वह अपने आसपास के वातावरण से प्रभावित होता है। इसमें 'सूक्ष्म प्रणाली' सबसे महत्वपूर्ण है, जिसमें परिवार और स्कूल शामिल हैं। यह सिद्धांत बताता है कि माता-पिता की सहभागिता बच्चे के विकास के लिए प्रत्यक्ष रूप से जिम्मेदार है। यदि माता-पिता 'आधिकारिक' पालन-पोषण शैली अपनाते हैं कृजहाँ वे स्नेही लेकिन अनुशासनप्रिय होते हैं कृतो विद्यार्थी की शैक्षणिक उपलब्धि उच्च होती है।

दूसरी ओर, लाजारस का तनाव सिद्धांत यह व्याख्या करता है कि तनाव अपने आप में कोई बाहरी घटना नहीं है, बल्कि यह इस बात पर निर्भर करता है कि व्यक्ति उस घटना को कैसे देखता है। यदि एक किशोर के पास उच्च श्भावनात्मक क्षमता है, तो वह परीक्षा को एक चुनौती के रूप में देखेगा (सकारात्मक प्रतिक्रिया), न कि एक खतरे के रूप में। इसके साथ ही, डेनियल गोलमैन का भावनात्मक बुद्धि का सिद्धांत भी यहाँ प्रासंगिक है, जो यह मानता है कि आत्म-नियमन और अभिप्रेरणा जैसे कौशल संज्ञानात्मक बुद्धि (बुद्धि लब्धि) से अधिक महत्वपूर्ण हो सकते हैं। जब माता-पिता का सहयोग मिलता है, तो विद्यार्थी का आत्मविश्वास बढ़ता है, जिससे उसकी तनाव को झेलने की क्षमता (तमेपसपमदबम) विकसित होती है। यह सैद्धांतिक ढांचा इन चरों के बीच के कारण-और-प्रभाव संबंध को समझने के लिए एक वैज्ञानिक आधार प्रदान करता है।

3. शैक्षिक उपलब्धि की परिभाषा और माप

माध्यमिक स्तर के संदर्भ में, शैक्षिक उपलब्धि को परिभाषित करना एक जटिल प्रक्रिया है क्योंकि यह केवल रटे हुए ज्ञान का पुनरुत्पादन नहीं है। व्यापक अर्थों में, शैक्षिक उपलब्धि वह पैमाना है जो यह दर्शाता है कि एक विद्यार्थी ने निर्धारित शैक्षिक लक्ष्यों, कौशलों और ज्ञान को किस सीमा तक आत्मसात किया है। माध्यमिक स्तर पर, इसमें विषय वस्तु की गहरी समझ, विश्लेषणात्मक सोच और समस्याओं को सुलझाने की क्षमता शामिल होती है। गुड (1959) के अनुसार, शैक्षिक उपलब्धि को ज्ञान, समझ या कौशल में प्रवीणता के रूप में

परिभाषित किया जाता है जिसे आमतौर पर परीक्षण स्कोर या शिक्षकों द्वारा दिए गए अंकों द्वारा मापा जाता है।

शैक्षिक उपलब्धि के मापन के लिए भारतीय शिक्षा प्रणाली में मुख्य रूप से योगात्मक (वार्षिक/बोर्ड परीक्षाएं) और रचनात्मक मूल्यांकन विधियों का उपयोग किया जाता है। मापन के प्रमुख संकेतकों में कुल प्राप्तांक, प्रतिशत, ग्रेड प्वाइंट एवरेज (जीपीए) और कक्षा में स्थान (रैंक) शामिल हैं। माध्यमिक स्तर पर, उपलब्धि को मानकीकृत परीक्षाओं के माध्यम से भी मापा जाता है जो राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित होते हैं। हालाँकि, आधुनिक मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण यह मानता है कि मापन केवल अंकों तक सीमित नहीं होना चाहिए। इसमें विद्यार्थी की उपस्थिति, परियोजना कार्य की गुणवत्ता, प्रयोगशाला में प्रदर्शन और पाठ्येतर गतिविधियों में भागीदारी को भी शामिल किया जाना चाहिए। इस शोध में, शैक्षिक उपलब्धि को मुख्य रूप से विद्यार्थियों द्वारा उनकी पिछली वार्षिक परीक्षाओं में प्राप्त कुल प्रतिशत अंकों के रूप में परिचालित (वचनमंतजपवदंसप्रमक) किया गया है।

4. भावनात्मक क्षमता और शैक्षिक उपलब्धि के बीच संबंध

भावनात्मक क्षमता और शैक्षिक उपलब्धि के बीच का संबंध माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के लिए अत्यंत गहरा है, क्योंकि यह वह समय होता है जब वे तीव्र भावनात्मक उथल-पुथल से गुजर रहे होते हैं। शोध बताते हैं कि उच्च भावनात्मक क्षमता वाले विद्यार्थी अपनी भावनाओं, विशेष रूप से परीक्षा की चिंता और निराशा को बेहतर ढंग से प्रबंधित कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, जब कोई विद्यार्थी गणित के किसी कठिन प्रश्न को हल करने में बार-बार असफल होता है, तो उसकी भावनात्मक क्षमता ही तय करती है कि वह प्रयास छोड़ देगा (हताशा) या दोबारा कोशिश करेगा (धैर्य)। भावनात्मक रूप से सक्षम विद्यार्थी श्विलंबित संतुष्टि (कमसंलमक हतंजपपिबंजपवद) के सिद्धांत को समझते हैं कि अर्थात्, वे जानते हैं कि अच्छे परिणाम पाने के लिए वर्तमान में मनोरंजन का त्याग करना आवश्यक है।

इसके अतिरिक्त, माता-पिता की सहभागिता इस संबंध को मध्यस्थ (उचकमतंजम) करती है। जब माता-पिता भावनात्मक रूप से सहायक होते हैं, तो विद्यार्थी स्कूल में अधिक

सुरक्षित महसूस करते हैं। यह सुरक्षा की भावना उन्हें कक्षा में प्रश्न पूछने और नई चीजों को सीखने के लिए प्रेरित करती है। भावनात्मक क्षमता सामाजिक संबंधों को भी सुधारती है। ऐसे विद्यार्थी शिक्षकों और सहपाठियों के साथ बेहतर संबंध बनाते हैं, जो समूह अध्ययन और शंका समाधान में सहायक होता है। इसके विपरीत, निम्न भावनात्मक क्षमता वाले विद्यार्थी अक्सर तनाव के कारण शर्नआउट का शिकार हो जाते हैं, जिससे उनकी उपस्थिति कम हो जाती है और अंततः शैक्षिक उपलब्धि में गिरावट आती है। अतः, भावनात्मक क्षमता वह ईंधन है जो बौद्धिक इंजन को सुचारु रूप से चलाने में मदद करती है।

निष्कर्ष

इस विस्तृत अध्ययन के निष्कर्ष इस बात की पुष्टि करते हैं कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की शैक्षणिक सफलता किसी एक कारक का परिणाम नहीं है, बल्कि यह माता-पिता की सहभागिता, विद्यार्थी की भावनात्मक क्षमता और शैक्षणिक तनाव के प्रबंधन का एक सामूहिक प्रतिफल है। निष्कर्ष यह दर्शाते हैं कि जब माता-पिता की सहभागिता सकारात्मक और प्रोत्साहक होती है (न कि केवल दबाव डालने वाली), तो विद्यार्थियों का तनाव स्तर नियंत्रित रहता है और उनकी उपलब्धि बढ़ती है। माता-पिता का अत्यधिक दबाव, जिसे वे अक्सर प्रोत्साहन समझते हैं, वास्तव में श्विषाक्त तनाव (जवपबेजतमे) में बदल सकता है, जो भावनात्मक क्षमता को क्षीण करता है और प्रदर्शन को बाधित करता है।

अतः, यह शोध पत्र सिफारिश करता है कि विद्यालयों को केवल विद्यार्थियों पर ध्यान केंद्रित करने के बजाय, अभिभावकों के लिए भी कार्यशालाएं आयोजित करनी चाहिए, जहाँ उन्हें सकारात्मक पालन-पोषण और तनाव प्रबंधन के गुर सिखाए जा सकें। साथ ही, पाठ्यक्रम में भावनात्मक साक्षरता को शामिल करना अनिवार्य है ताकि किशोर विद्यार्थी अपनी भावनाओं को पहचानना और नियंत्रित करना सीख सकें। अंत में, शिक्षा प्रणाली को यह समझना होगा कि एक तनाव-मुक्त और भावनात्मक रूप से संतुलित विद्यार्थी ही अपनी पूर्ण बौद्धिक क्षमता का प्रदर्शन कर सकता है। सफलता का समीकरण केवल कड़ी मेहनत नहीं, बल्कि सही मार्गदर्शन, भावनात्मक संतुलन और प्रबंधित दबाव है।

संदर्भ सूची

1. बॉमरिंड, डी. (1991) 'द इन्फ्लुएंस ऑफ पेरेटिंग स्टाइल ऑन एडोलिसेंट कॉम्पिटेंस एंड सब्सटेंस यूज' (किशोर क्षमता और मादक द्रव्यों के सेवन पर पालन-पोषण शैली का प्रभाव), जर्नल ऑफ अर्ली एडोलिसेंस (प्रारंभिक किशोरावस्था की पत्रिका), 11(1), पृष्ठ 56–95.
2. ब्रोनफेनब्रेनर, यू. (1979) द इकोलॉजी ऑफ ह्यूमन डेवलपमेंटरू एक्सपेरिमेंट्स बाय नेचर एंड डिजाइन (मानव विकास की पारिस्थितिकीरू प्रकृति और डिजाइन द्वारा प्रयोग). कैम्ब्रिज, एमएरू हार्वर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस.
3. गुड, सी.वी. (1959) डिक्शनरी ऑफ एजुकेशन (शिक्षा का शब्दकोश). न्यूयॉर्करू मैकग्रा-हिल.
4. हिल, एन.ई. और टायसन, डी.एफ. (2009) 'पेरेंटल इंवॉल्वमेंट इन मिडिल स्कूलरू अ मेटा-एनालिटिक असेसमेंट ऑफ द स्ट्रैटेजीज दैट प्रमोट अचीवमेंट' (मिडिल स्कूल में माता-पिता की भागीदारीरू उपलब्धि को बढ़ावा देने वाली रणनीतियों का एक मेटा-विश्लेषणात्मक मूल्यांकन), डेवलपमेंटल साइकोलॉजी (विकासात्मक मनोविज्ञान), 45(3), पृष्ठ 740–763.
5. लाजारस, आर.एस. और फोकमैन, एस. (1984) स्ट्रेस, अप्रैजल, एंड कोपिंग (तनाव, मूल्यांकन और मुकाबला). न्यूयॉर्करू स्प्रिंगर.
6. मेयर, जे.डी. और सालोवी, पी. (1997) 'व्हाट इज इमोशनल इंटेलिजेंस?' (भावनात्मक बुद्धि क्या है?), सालोवी, पी. और स्लुइटर, डी.जे. (संपादक) इमोशनल डेवलपमेंट एंड इमोशनल इंटेलिजेंसरू एजुकेशनल इम्प्लीकेशन्स (भावनात्मक विकास और भावनात्मक बुद्धिरू शैक्षिक निहितार्थ) में. न्यूयॉर्करू बेसिक बुक्स.
7. सुब्रमण्यम, वी. (1986) एकेडमिक अचीवमेंट एंड इट्स डिटरमिनेंट्स (शैक्षिक उपलब्धि और इसके निर्धारक). नई दिल्लीरू ज्ञान पब्लिशिंग हाउस.
8. गोलमैन, डी. (1995) इमोशनल इंटेलिजेंस: व्हाय इट कैन मैटर मोर दैन आई.क्यू. (भावनात्मक बुद्धिरू यह बुद्धि लब्धि से अधिक महत्वपूर्ण क्यों हो सकती है). न्यूयॉर्क: बैटम बुक्स.

9. गोलमैन, डी. (1998) वर्किंग विद इमोशनल इंटेलिजेंस (भावनात्मक बुद्धि के साथ कार्य करना). न्यूयॉर्करू बैटम बुक्स.
10. पार्कर, जे.डी.ए., समरफेल्ड, एल.जे., होगन, एम.जे. और मजेस्की, एस.ए. (2004) 'इमोशनल इंटेलिजेंस एंड एकेडमिक सक्सेसरू एग्जामिनिंग द ट्रांजिशन फ्रॉम हाई स्कूल टू यूनिवर्सिटी' (भावनात्मक बुद्धि और शैक्षणिक सफलतारू हाई स्कूल से विश्वविद्यालय में संक्रमण की जाँच), पर्सनालिटी एंड इंडिविजुअल डिफरेंसेस (व्यक्तित्व और व्यक्तिगत अंतर), 36(1), पृष्ठ 163–172.
11. पेट्राइड्स, के.वी., फ्रेडरिकसन, एन. और फर्नहम, ए. (2004) 'द रोल ऑफ ट्रेट इमोशनल इंटेलिजेंस इन एकेडमिक परफॉरमेंस एंड डेवियंट बिहेवियर एट स्कूल' (स्कूल में शैक्षणिक प्रदर्शन और विचलित व्यवहार में विशेषक भावनात्मक बुद्धि की भूमिका), पर्सनालिटी एंड इंडिविजुअल डिफरेंसेस (व्यक्तित्व और व्यक्तिगत अंतर), 36(2), पृष्ठ 277–293.
12. बंडुरा, ए. (1977) सोशल लर्निंग थ्योरी (सामाजिक अधिगम सिद्धांत). एंगलवुड क्लिफ्स, न्यू जर्सीरू अपरेंटिस हॉल.
13. मेयर, जे.डी. और सालोवी, पी. (1997) 'व्हाट इज इमोशनल इंटेलिजेंस?' (भावनात्मक बुद्धि क्या है?), सालोवी, पी. और स्लुइटर, डी.जे. (संपादक) इमोशनल डेवलपमेंट एंड इमोशनल इंटेलिजेंसरू एजुकेशनल इम्प्लीकेशन्स (भावनात्मक विकास और भावनात्मक बुद्धिरू शैक्षिक निहितार्थ) में. न्यूयॉर्करू बेसिक बुक्स, पृष्ठ 3–31.
14. यॉर्क, टी.टी., गिब्सन, सी. और रैंकिन, एस. (2015) 'डिफाइनिंग एंड मेजरिंग एकेडमिक सक्सेस' (शैक्षणिक सफलता को परिभाषित करना और मापना), प्रैक्टिकल असेसमेंट, रिसर्च, एंड इवैल्यूएशन (व्यावहारिक मूल्यांकन, अनुसंधान और मूल्यांकन), 20(5), पृष्ठ 1–20.