International Journal of Advanced Research and Development
ISSN: 2455-4030
Impact Factor: RJIF 5.24
www.advancedjournal.com
Volume 3; Issue 2; March 2018; Page No. 259-261

विवाहित अध्ययनरत छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव और उनकी दबाव प्रबन्धन शैली

डॉ. सुनीता मुर्डिया
सहायक आचार्य, लोकमान्य तिलक शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय, जनार्दन राय नागर राजस्थान विद्यापीठ, राजस्थान, भारत।

प्रस्तावना

स्वामी विवेकानन्द ने स्त्री शिक्षा की उपादेयता को स्वीकार करते हुए लिखा है कि ''जिस राष्ट्र तथा देश में स्त्रियों को सम्मान व आदर की भावना से नहीं देखा जाता है वह कभी भी महान नहीं बन सकता और ना ही विकास कर सकता है।''

भारतीय नारी नई चुनौतियों को स्वीकार कर उच्च शिक्षा ग्रहण कर अपने विकास की ओर निरन्तर बढ़ रही है। आज अनगिनत कॉलेजों, स्कूलों में लड़कियां उच्च व व्यावसायिक शिक्षा प्राप्त कर रही है। कार्यरत महिलाओं का प्रतिशत भी बढ़ा है। शिक्षा ने उनके क्षितिज को विस्तार दिया है पर घर, परिवार की लक्ष्मण रेखा जिम्मेदारियाँ, कर्तव्य अब भी उसे घेरे हुए है। भारतीय समाज आज भी अन्धविश्वासों, रूढ़िवादित व परम्पराओं से आच्छादित है।

भारतीय समाज पुरूष प्रधान है, इसने नारी को शिक्षित होने की स्वतंत्रता तो दे दी है लेकिन विचार वहीं है। आज भी उससे वहीं अपेक्षाएं है जो प्राचीन समाज में थी। वे इस बात को नजरअंदाज कर जाते है कि उनको दोहरी भूमिका निभानी पड़ती है। विवाह होने के बाद लड़की का अपनी पारिवारिक, सामाजिक, आर्थिक भूमिकाओं का निभाना आवश्यक हो जाता है।

डॉ. प्रोमिला कपूर (2002) ने अर्जनशील विवाहित महिलाओं की समस्याओं एवं दबावों का अध्ययन कर पाया कि कार्यशील विवाहित महिलाओं के घर व ऑफिस की दोहरी भूमिका निभानी पड़ती है। जिससे उनमें तनाव एवं संघर्ष उत्पन्न होता है।

शोध के विशिष्ट उद्देश्य

प्रस्तुत शोध के कतिपय विशिष्ट उद्देश्य निम्न है :–

1. विवाहित अध्ययनरत छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव के कारणों का पता लगाना।
2. अकादमिक एवं व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव का तुलनात्मक अध्ययन।
3. विवाहित अध्ययनरत छात्राओं द्वारा अपनायी जाने वाली दबाव प्रबन्धन शैली का पता लगाना।

शोध परिकल्पनाएं

अकादमिक एवं व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव में सार्थक अन्तर नहीं पाया जाता है।

शोध अध्ययन का परिसीमन

1. अध्ययन में केवल विवाहित छात्राओं को ही लिया गया है।
2. विवाहित छात्राओं में केवल उन छात्राओं को लिया गया है जिनके विवाह को 5 वर्ष से अधिक नहीं हुये है।
3. दबाव के केवल व्यक्तिगत, मनोवैज्ञानिक पारिवारिक, आर्थिक एवं आकांक्षा स्तर से सम्बन्धित कारणों को ही लिया गया है।
4. अध्ययन हेतु चार अकादमिक महाविद्यालय तथा चार व्यावसायिक महाविद्यालयों को ही लिया गया है।
5. यह अध्ययन केवल उदयपुर जिले तक ही सीमित रखा गया है। दबाव प्रबन्धन की केवल व्यक्तिगत शैलियों का ही अध्ययन किया गया है।

अनुसंधान विधि

प्रस्तुत शोध में समस्या की प्रकृति को ध्यान में रखकर ''सर्वेक्षण विधि'' का चयन किया गया है।

शोध उपकरण

शोध में प्रयुक्त स्वनिर्मित उपकरण इस प्रकार है :–

1. दबाव प्रमापनी – रेटिंग स्केल
2. दबाव प्रबन्धन प्रमापनी – रेटिंग स्केल

शोध में प्रयुक्त न्यादर्श

प्रस्तुत शोध में न्यादर्श के चयन के लिए सर्वप्रथम उदयपुर अकादमिक एवं व्यावसायिक महाविद्यालयों की एक सूची तैयार की गयी। यादृच्छिक विधि का प्रयोग करते हुए 4 अकादमिक एवं 4 व्यावसायिक महाविद्यालयों का चयन लॉटरी सिस्टम द्वारा किया गया। समग्र न्यादर्श के रूप में 80 अध्ययनरत विवाहित छात्राओं को लिया गया है। सोद्देश्य विधि का प्रयोग करते हुये चयनित महाविद्यालयों में से 40 अकादमिक तथा 40 व्यावसायिक महाविद्यालयों की छात्राओं को को लिया गया है।

सांख्यिकी प्रविधियाँ

प्रस्तुत अध्ययन में निम्न सांख्यिकी प्रविधियों का चयन किया गया है–

1. मध्यमान
2. मानक–विचलन
3. टी–परीक्षण

शोध निष्कर्ष

प्रस्तुत शोध से निम्न निष्कर्ष प्राप्त हुए :–

उद्देश्य–1 विवाहित अध्ययनरत छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव के कारणों का पता लगाना।

तालिका 1: विवाहित अध्ययनरत छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव का मध्यमानवार विश्लेषण

क्र.सं.	क्षेत्र	कथनों की संख्या	कट पोईन्ट मध्यमान	मध्यमान
1	व्यक्तिगत कारक	12	12×2=24	25.61
2	मनोवैज्ञानिक कारक	9	9×2=18	19.65
3	पारिवारिक कारक	12	12×2=24	27.58
4.	आर्थिक कारक	9	9×2=18	19.38
5.	उच्च आकांक्षा सम्बन्धी कारक	8	8×2=16	16.96

उपरोक्त सारणी से निम्न परिणाम परिलक्षित होते है

1. विवाहित अध्ययनरत छात्राओं को व्यक्तिगत कारणों से विवाह के बाद पढ़ाई करना बोझ लगने लगा है क्योंकि किसी भी कठिन विषय को पढ़ने पर अत्यधिक घबराहट होने लगती है जिससे उन्हें अत्यधिक दबाव की अनुभूति होती है।
2. विवाहित अध्ययनरत छात्राओं को मनोवैज्ञानिक कारणों के अनुसार उनकी अधिकांश सहेलियां अविवाहित है, जिस कारण उन्हें उनके बीच में अलग सा महसूस होता है। अक्सर वे अपनी भागदौड़ एवं व्यस्तता से परेशान हो जाती जिसकी वजह से वे अपना भावात्मक संतुलन नहीं बना पाती है।
3. विवाहित अध्ययनरत छात्राओं को पारिवारिक कारणों से दबाव की अनुभूति होती है क्योंकि सामाजिक रीति–रिवाजों को निभाने के लिये उन्हें बाध्य होना पड़ता है जो उनके शिक्षण कार्य को अवरूद्ध करता है तथा ससुराल में पारिवारिक सदस्यों से सम्बन्ध अच्छे न होने के कारण अंशाति बनी रहती है जिससे वो पढ़ाई नहीं कर पाती है।।
4. विवाहित अध्ययनरत छात्राएँ अपने पति की नौकरी ठीक नहीं चल पाने के कारण अपनी पढ़ाई से सम्बन्धित मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा नहीं कर पाती और अपने आप पर आर्थिक दबाव महसूस करती है।
5. अध्ययनरत छात्राओं को उच्च आकांक्षा सम्बन्धी दबाव महसूस होता है क्योंकि उन्हें ऐसा लगता हैं कि उनकी शादी हो जाने के कारण वे अपनी योग्यता एवं क्षमता का पूरा विकास नहीं कर पा रही है।

उद्देश्य–2 अकादमिक एवं व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव

तालिका 2: अकादमिक एवं व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव का मध्यमानवार तुलनात्मक विश्लेषण

क्र. सं.	क्षेत्र	मध्यमान		मानक विचलन		टी– मान	0.01 व 0.05 स्तर पर सार्थकता
		टकादमिक महाविद्यालय की विवाहित छात्राएँ	व्यावसायिक महाविद्यालय की विवाहित छात्राएँ	टकादमिक महाविद्यालय की विवाहित छात्राएँ	व्यावसायिक महाविद्यालय की विवाहित छात्राएँ		
1	व्यक्तिगत कारक	28.00	26.20	2.78	1.55	3.11	सार्थक अन्तर है
2	मनोवैज्ञानिक कारक	20.50	21.20	1.28	1.67	0.64	सार्थक अन्तर नहीं
3	पारिवारिक कारक	28.70	29.80	3.39	3.99	2.74	सार्थक अन्तर है
4	आर्थिक कारक	21.45	19.90	1.19	1.06	1.47	सार्थक अन्तर नहीं
5	उच्च आकांक्षा सम्बन्धी कारक	18.65	16.40	1.12	1.11	2.66	सार्थक अन्तर है
6.	स्मग्र	23.46	22.70	1.95	1.88	2.12	सार्थक अन्तर है

स्वतन्त्रता अंश ;कत्रि78द्ध के सारणीमान
0.05 स्तर पर सारणी मान –1.99
0.01 स्तर पर सारणी मान –2.64

उपरोक्त सारणी से निम्न परिणाम परिलक्षित होते हैः–

1. अकादमिक व व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं को व्यक्तिगत कारणों से उनके घर की छोटी–छोटी समस्याओं के कारण कॉलेज से छुट्टी लेनी पड़ती है, जो कि अकादमिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं को अधिक तनावग्रस्त करती है।
2. अकादमिक व व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं के मनोवैज्ञानिक कारणों से दबाव समान रूप से पाया गया।
3. व्यावसायिक महाविद्यालय में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं द्वारा अच्छे कार्य किये जाने पर भी परिवार वालों द्वारा उत्साहवर्द्धन नहीं होने से वो अपने आपको अकादमिक महाविद्यालय में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं की अपेक्षा पारिवारिक कारणों से अधिक दबावग्रस्त महसूस करती है।
4. अकादमिक व व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राएँ आर्थिक कारणों से समान रूप से दबाव महसूस करती है।
5. अकादमिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं की अपेक्षा व्यावसायिक महाविद्यालय की विवाहित छात्राओं को ऐसा लगता हैं कि वे शादी हो जाने के कारण अपनी योग्यता एवं क्षमता का पूरा विकास नहीं कर पाती है। जिससे वे उच्च आकांक्षा सम्बन्धी दबाव महसूस करती है।

अकादमिक एवं व्यावसायिक महाविद्यालयों में अध्ययनरत विवाहित छात्राओं द्वारा अनुभूत दबाव में सार्थक अन्तर पाए जाने के कारण परिकल्पना सं. 1 अस्वीकृत की जाती है।

उद्देश्य– 3 विवाहित अध्ययनरत छात्राओं द्वारा अपनायी जाने वाली दबाव प्रबन्धन शैली का पता लगाना।

तालिका 3:– विवाहित अध्ययनरत छात्राओं द्वारा अपनायी जाने वाली दबाव प्रबन्धन शैली का मध्यमानवार विश्लेषण

क्र.सं.	क्षेत्र	कथनों की संख्या	कट पोईन्ट मध्यमान	मध्यमान
1	सक्रियता एवं परिश्रम का व्यवहार	8	8x2=16	23.80
2	आत्म विश्वास एवं दृढ़ इच्छा शक्ति	7	7×2=14	27.90
3	समय प्रबन्धन, ज्ञान एवं कौशल को बढ़ाने का व्यवहार	5	5×2=10	26.40
4.	शालीन अभिव्यक्ति एवं स्पष्टता का व्यवहार	7	7×2=14	16.90
5.	दूसरों से समर्थन एवं सहयोग प्राप्ति का व्यवहार	5	5×2=10	16.10

उपरोक्त सारणी से निम्न परिणाम परिलक्षित होते है

1. दबाव ग्रस्त छात्राएँ अपने दबाव को कम करने के लिए अपने घरेलू कार्यों तथा पढ़ाई से सम्बन्धित कार्यों को पूरी सक्रियता एवं मेहनत के साथ करती है।
2. जब भी विवाहित अध्ययनरत छात्राएँ जब किसी कार्य से अपने आपको अत्यधिक दबावग्रस्त महसूस करती हैं तब वो अपने आत्म–विश्वास व इच्छा शक्ति को बढ़ाने प्रयास करती है।
3. विवाहित अध्ययनरत छात्राएँ अपने दबाव को कम करने के लिए अपने घर एवं पढ़ाई से सम्बन्धित कार्यों को इस तरह व्यवस्थित करती है ताकि वे सभी कार्यों को समय पर पूरा कर सके।
4. विवाहित छात्राएँ अपनी समस्याओं को छिपाने की बजाय स्पष्टता एवं सत्यता के साथ अपने पति एवं परिवार वालों से कहकर अपने दबाव का प्रबन्धन करती है।
5. विवाहित छात्राएँ कोई भी विषय वस्तु समझ न आने पर अपने विषयाध्यापक से पुनः समझने तथा सरल करने का अनुग्रह करती है। इस प्रकार अपने दबाव को कम करने का प्रयास करती है।

शैक्षिक निहितार्थ

प्रस्तुत शोध के आधार पर कहा जा सकता है कि विवाहित अध्ययनरत् छात्राओं को घर–परिवार तथा अपनी शिक्षा से सम्बन्धित कार्यों व जिम्मेदारियों के कारण दोहरी भूमिका निभानी पड़ती है। जिससे उनमें तनाव, चिन्ता व दबाव की स्थिति उत्पन्न होती है। दबाव उनके शारीरिक व मानसिक विकास पर पर प्रतिकुल प्रभाव डालता है अतः यह आवश्यक है कि वे अपने दबाव का प्रबन्धन करें जो विवाहित छात्राएँ दबाव का प्रबनधन ठीक प्रकार से कर पाती है वे अपनी उच्च शिक्षा प्राप्ति के उद्देश्य को पूरा कर सकती है।

References

1. Anastasi A. Differential Psychology, Mac Millon Co., New York, 1951.
2. Ahuja Ram. Ph.D., 2005. ''महिलाओं के प्रति अपराध''।
3. Brog WR. Educational Research – An Introduction, New York: Longmans Green and Co. Ltd, 1963, 45.
4. Pastorjee DM. Studies in organization role stress and coping Jaipur / New Delhi, 1999.
5. Fernnades C, Murthy V. A study of job related stress and bumount in middle and Secondary school teacher Unpublished manuscript, 1989.
6. Gill R Sandhu. Ph.D. Sociological and environmental factors cousing stress among women, 2004.
7. Kapoor Dr. Pramila. Marriage and working women in India. Vikas Publications Agra, 1990.