International Journal of Advanced Research and Development
ISSN: 2455-4030; Impact Factor: RJIF 5.24
Received: 24-01-2019; Accepted: 25-02-2019
www.advancedjournal.com
Volume 4; Issue 2; March 2019; Page No. 66-68

माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का विद्यार्थियों के व्यक्तित्व पर प्रभाव का अध्ययन

जय नारायण त्रिपाठी[1], डॉ० जय सिंह[2]
[1] शोध छात्र शिक्षा, अवधेश प्रताप सिंह वि.वि., रीवा, मध्य प्रदेश, भारत।
[2] प्राध्यापक शिक्षा, शासकीय शिक्षा महाविद्यालय, रीवा, मध्य प्रदेश, भारत।

सारांश
इस शोध पत्र के द्वारा माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का विद्यार्थियों के व्यक्तित्व पर प्रभाव का अध्ययन किया गया है। शोध क्षेत्र के 62.22 प्रतिशत प्राचार्य, 70.56 प्रतिशत शिक्षक, 52.78 प्रतिशत अभिभावक व 56.61 प्रतिशत छात्रों का अभिमत है कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन किया जा रहा है। माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 57.13 है तथा मानक विचलन 12.77 है और छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 57.50 है तथा मानक विचलन 12.76 है। 1798 df पर सार्थकता के लिए 't' का मानक मान 0.01 विश्वास स्तर पर 2.58 तथा 0.05 विश्वास स्तर पर 1.96 है, जबकि अध्ययन से प्राप्त 't' का मान –0.61 है, जो कि दोनो विश्वास स्तरों के मानों से कम है। अतः माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थक अन्तर नही है।

मूल शब्द : रीवा जिला, माध्यमिक शिक्षा स्तर, योग शिक्षा, विद्यार्थी, व्यक्तित्व।

1. प्रस्तावना
शिक्षा व्यक्ति के सर्वांगीण विकास सामाजिक और राष्ट्रीय प्रगति, तथा सभ्यता और संस्कृति के उत्थान के लिए अनिवार्य है। वास्तविक शिक्षा वहीं है, जो व्यक्ति को सभी प्रकार के अन्धकारों और बंधनों से मुक्त करती है। वह उसके विवेक को जागृत करके उसे बुद्धिमान बना देती है, वह व्यक्ति का निर्माण करती है, चरित्र को उत्कृष्ट बनाती है। व्यक्ति को सांस्कारिक करती है तथा मनुष्य को मनुष्य बनाती है। वही सही अर्थ में शिक्षा है। ''विद्याऽमृतमश्नुते''[2] विद्या से ही मनुष्य को अमृतत्व की प्राप्ति होती है। व्यक्ति ज्ञान का अन्वेषण करता है ज्ञान अमर हो जाता है तथा अमर ज्ञान व्यक्ति को भी अमर बना देता है। शिक्षा स्वयं को पहचानने एवं अपनी शक्तियों को जानने की क्षमता का विकास करती है। व्यक्ति के आन्तरिक गुणों को प्रखर करने का शिक्षा एक साधन है। अर्थात् शिक्षा बालक के नैतिक, शारीरिक, संवेगात्मक, बौद्धिक एवं आन्तरिक ज्ञान क विकास की एक क्रिया है। महर्षि पतंजलि ने चित्त वृत्तियों का निरोध ही योग कहा है। गीता में कर्म की कुशलता को ही योग कहा है। जब तक क्रिया के साथ मन का संयोग नहीं होगा तब तक कार्य सिद्ध नहीं होगा। कार्य की सफलता के लिए क्रिया के साथ मन का योग आवश्यक है। क्रिया के साथ मन को जोड़ने के लिए यौगिक क्रिया या साधना की आवश्यकता होती है। ''मन एवं मनुष्याणां कारणं बंध मोक्षयोः'' मन ही मनुष्य के बन्धन एवं मोक्ष का मूल साधन है। मन के माध्यम से ही ज्ञानेन्द्रियाँ कर्मेन्द्रिया कार्य में प्रवृत्ति होती हैं। भारतीय शिक्षा प्रणाली में योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य निधि है। शताब्दियों तक प्राचीन भारतीय दृष्टाओं ने अनुसंधान एवं साधना द्वारा इसको विकसित किया है। कुछ काल तक इसका प्रचार–प्रसार अधिकांश नहीं हो सका था किन्तु आज सम्पूर्ण विश्व में यौगिक विचार जन जन में व्याप्त है।
योग के द्वारा समस्त आन्तरिक एवं वाह्य व्याधियों का शमन किया जाता है। योग मानसिक विकारों को दूर करके मानव मस्तिष्क को स्वस्थ्य एवं पूर्ण बनाता है। योग के विभिन्न आयामों से मस्तिष्क को केन्द्रित कर आधुनिक शोध कार्यों में भी संबद्धता मिलती है।

2. अध्ययन की आवश्यकता
शोधार्थी द्वारा प्रस्तुत शोध कार्य न केवल रीवा जिले वरन् सम्पूर्ण मध्यप्रदेश के माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा विद्यार्थियों के व्यक्तित्व पर प्रभाव का आकंलन किया जा सकेगा तथा ऐसे सुझाव शोध कार्य के उपरान्त दिये जा सकेंगे जिनका प्रयोग कर राज्य सरकार माध्यमिक शिक्षा स्तर पर विद्यार्थियों के व्यक्तित्व पर प्रभाव को शासकीय प्रयासों व प्रभावों को प्रभावी ढंग से विकसित करने में समर्थ हो सकता है।

3. शोध की परिकल्पनायें
"एक परिकल्पना यह बात कहती है जिसे हम आगे सोचते हैं। परिकल्पना सदैव आगे को देखती है। यह एक साध्य होती है, जिसकी वैधता हेतु परीक्षण किया जाता है। यह सत्य सिद्ध हो सकती है और नहीं भी हो सकती है।"

गुड तथा हैट
प्रस्तुत शोध अध्ययन में शोधार्थी का पूर्वानुमान परिकल्पनाओं के रूप में निम्नवत् हैः–
1. शोध क्षेत्र में माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन किया जा रहा है।
2. माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में कोई सार्थक अन्तर नही है।

4. उद्देश्य
प्रस्तुत शोध कार्य निम्नलिखित उद्देश्यों को ध्यान मे रखकर किया गया हैः–
- माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा की वास्तविक स्थिति ज्ञात करना।
- योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव की जानकारी प्राप्त करना।

5. शोध समस्या का सीमांकन
5.1 भौगोलिक परिसीमनः प्रस्तुत शोध कार्य का क्षेत्र रीवा जिला

है। इसके अन्तर्गत 9 विकासखण्ड – रीवा, रायपुर कर्चुचिलयान, सिरमौर, जवा, हनुमना, गंगेव, त्यौथर, नईगढ़ी एवं मऊगंज हैं।

5.2 विषयवस्तु का परिसीमनः अध्ययन की विषयवस्तु का परिसीमन, जिला अन्तर्गत स्थित माध्यमिक शिक्षा स्तर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव, इस अध्ययन के अन्तर्गत सम्मिलित किया गया है।

6. शोध विधियाँ

शोध कार्य को संपूर्णता प्रदान करने हेतु कई प्रकार की शोध विधियों का उपयोग किया जाता है। शोध विधियों के मुख्य प्रकार ऐतिहासिक, वर्णनात्मक एवं प्रयोगात्मक है। शोध कार्य के अनुरूप प्रत्येक शोध विधि की अपनी विशेषताएँ एवं उपयोगिता है। शैक्षिक अनुसंधान की दृष्टि से प्रस्तुत शोध कार्य मुख्य रूप से सर्वेक्षणात्मक (वर्णनात्मक) होगा। शोध अध्ययन में निम्नलिखित विधियों एवं उपकरणों का उपयोग किया गया है –

6.1 सर्वेक्षण विधिः प्राथमिक स्त्रोतों से प्रदत्तों के संकलन एवं पूर्व संचालित प्रदत्तो के सत्यापन हेतु शोध क्षेत्र के माध्यमिक शिक्षा स्तर के विद्यालयों का सर्वेक्षण किया गया है।

6.2 अवलोकन विधिः शोध अध्ययन के लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव की वर्तमान स्थिति का पता लगाने हेतु न्यादर्श के रूप में चयनित माध्यमिक स्तर के विद्यालयों का अवलोकन किया गया है।

6.3 साक्षात्कार विधिः शोध क्षेत्र रीवा जिले में माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव की वर्तमान स्थिति की ज्ञात करने के लिए इस क्षेत्र में संलग्न शिक्षक, प्राचार्य तथा अभिभावकों से उनकी अभिवृत्तियों व वस्तुस्थिति का पता लगाने हेतु साक्षात्कार किया गया है।

6.4 सांख्यिकी विधिः प्रयुक्त शोध उपकरणों से प्राप्त प्रदत्तों के सारणीयन के उपरान्त आवश्यकतानुसार माध्य, माध्यिका एवं बहुलक, दो चरों में सार्थक अन्तर के आंकलन हेतु मध्यमान विचलन, टी–परीक्षण जैसी सांख्यिकी विधियों का प्रयोग किया गया है।

7. न्यादर्श चयन

अनुसंधान तथा शोध के प्रयोग का प्रारूप न्यादर्श की प्रविधि पर आधारित होता है। एक उत्तम प्रकार के शोध कार्य में न्यादर्श तथा उसकी जनसंख्या संबंधी समस्त सूचनाओं को दिया जाता है। शोध कार्य को सार्थक करने के लिए न्यादर्श का चयन किया जाता है। चूंकि रीवा जिला का क्षेत्र व्यापक है, जिस कारण सभी माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का विद्यार्थियों के व्यक्तित्व पर प्रभाव का गहन अध्ययन करने के लिए न्यादर्श के रूप में चयनित विद्यालयों से 4–4 शिक्षक कुल 180 शिक्षक, अभिभावक तथा प्रत्येक विद्यालय से 20 छात्र व 20 छात्राएं कुल 1800 का चयन दैव निदर्शन पद्धति से साक्षात्कार किया गया।

8. पूर्ववर्ती शोध अध्ययनों का विवरण

किसी भी शोध कार्य को सोद्देश्य तथा अधिक प्रभावी बनाने के दृष्टिकोण से यह आवश्यक हो जाता है कि शोधार्थी अपनी शोध समस्या के समरूप पूर्व में किए गये अन्य शोध कार्यों के बारे में संक्षिप्त जानकारी प्राप्त कर ले। इसी दृष्टिकोण से शोधार्थी ने माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का आयोजन एवं योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव की वर्तमान स्थिति पर किये गये कुछ प्रमुख तथा सहज रूप से उपलब्ध पूर्व शोध अध्ययनों के विषय–वस्तु की जानकारी प्राप्त करने का प्रयास किया है। संक्षेप में उनका विवरण निम्न है – गौड़, प्रकाश (1999)[1], अग्रवाल (1999)[2], कल्पना (2004)[3], शर्मा (2004)[4]

9. शोध क्षेत्र का परिचय

जिला रीवा मध्य प्रदेश के उत्तरी–पूर्वी कोने में स्थित है। रीवा का नामकरण नर्मदा नदी के दूसरे नाम 'रेवा' पर आधारित है। रीवा नगर का नाम पहले शायद 'रेवा' रखा गया था। उसी का बिगड़ा रूप अब रीवा बन गया है।

इसके उत्तर में उत्तर प्रदेश के बांदा एवं इलाहाबाद जिले, पूर्व तथा पूर्व–उत्तर में उत्तर प्रदेष का ही मिर्जापुर जिला, दक्षिण में अपने राज्य का सीधी जिला और दक्षिण–पश्चिम तथा पश्चिम में सतना जिला है। इसका आकार लगभग त्रिभुज के समान है। इसका विस्तार 24.18^0 उत्तरी अक्षांश से 25^0 उत्तरी अक्षांश तथा 81.2^0 पूर्वी देक्षांश से 82.18^0 पूर्वी देक्षांश के मध्य है। रीवा जिले का क्षेत्रफल 6287 वर्ग किलोमीटर है।

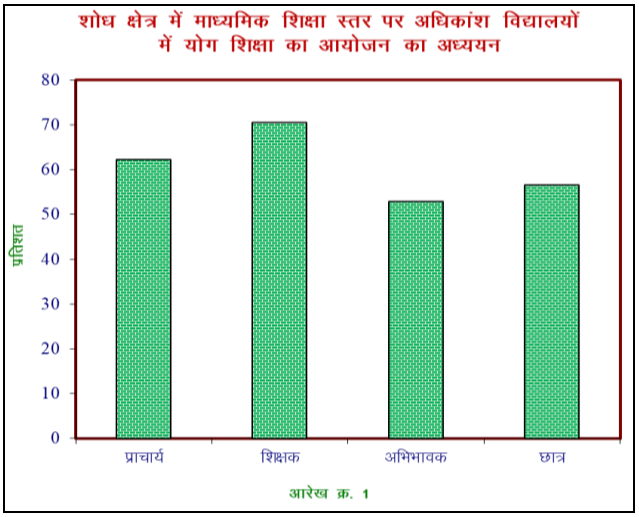
10. परिणामों का विश्लेषण एवं व्याख्या

शोधार्थी द्वारा किया गया कोई भी शोध कार्य सही अर्थों में तभी प्रतिबिम्बित होता है, जब शोधार्थी द्वारा उस समस्या की वास्तविक स्थिति का मूल्यांकन किया जाय। इसके लिये यह आवश्यक है, कि शोधार्थी द्वारा शोध अध्ययन में उपयोग किये गये समस्त शोध उपकरणों द्वारा प्राप्त जानकारियों को व्यवस्थित क्रम में सारणीबद्ध किया जाय, निम्नानुसार है–

परिकल्पना क्रमांक – 01: "शोध क्षेत्र में माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन किया जा रहा है।"

सारणी 1: शोध क्षेत्र में माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन का अध्ययन

क्र.	न्यादर्ष	न्यादर्ष में चयनित संख्या	मध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन					
			किया जा रहा है		नही किया जा रहा है		नही पता	
			संख्या	प्रतिशत	संख्या	प्रतिशत	संख्या	प्रतिशत
1.	प्राचार्य	45	28	62.22	17	37.78	–	–
2.	शिक्षक	180	127	70.56	29	16.11	24	13.33
3.	अभिभावक	180	95	52.78	40	22.22	45	25.00
4.	छात्र	1800	1019	56.61	473	26.28	308	17.11
योग		2205	1269	57.55	559	25.35	377	17.09



आरेख क्र. 1

सारणी क्रमांक 1 में संकलित तथ्यों के विश्लेषण से स्पष्ट है कि 62.22 प्रतिशत प्राचार्य, 70.56 प्रतिशत शिक्षक, 52.78 प्रतिशत अभिभावक व 56.61 प्रतिशत छात्रों का अभिमत है कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन किया जा रहा है।

सारणी क्रमांक 1 में संकलित तथ्यों के विश्लेषण से स्पष्ट है कि 57.55 प्रतिशत इस बात से सहमत हैं कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन किया जा रहा है। 25.35 प्रतिशत यह मानतें है कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन नही किया जा रहा है, जबकि 17.09 प्रतिशत को माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन किया जा रहा के सम्बंध में कुछ भी पता नही है।

अतः परिकल्पना क्र. 1 सत्यापित होती है।

परिकल्पना क्रमांक – 02 "माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में कोई सार्थक अन्तर नही है।"

सारणी 2: माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन

समूह		छात्र	छात्राएँ
समूह की संख्या (N)		900	900
मध्यमान (M)		57.13	57.50
मानक विचलन (SD)		12.77	12.76
क्रान्तिक निष्पत्ति (C.R.)		–0.61	
निष्कर्ष	0.05 सार्थकता स्तर पर	सार्थक अन्तर नही है	
	0.01 सार्थकता स्तर पर	सार्थक अन्तर नही है	

df = (900-1) + (900-1) = 889+889 =1798

उपरोक्त सारणी क्रमांक 2 मे न्यादर्श में चयनित माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव से सम्बधित प्रदत्त संकलित किये गये हैं। संकलित प्रदत्त प्राथमिक स्त्रोत पर आधारित है। सारणी में संकलित प्रदत्तों का सांख्यिकीय विश्लेषण से स्पष्ट है कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 57.13 है तथा मानक विचलन 12. 77 है।

उपरोक्त सारणी क्रमांक 2 में न्यादर्श में चयनित माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव के सम्बन्ध में प्रदत्त संकलित किये गये हैं। संकलित प्रदत्त प्राथमिक स्त्रोत पर आधारित है। उपरोक्त सारणी में संकलित प्रदत्तों का सांख्यिकी विश्लेषण किया गया है। सांख्यिकी विश्लेषण से स्पष्ट है कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 57.50 है तथा मानक विचलन 12. 76 है।

1798 df पर सार्थकता के लिए 't' का मानक मान 0.01 विश्वास स्तर पर 2.58 तथा 0.05 विश्वास स्तर पर 1.96 है, जबकि अध्ययन से प्राप्त 't' का मान –0.61 है, जो कि दोनो विश्वास स्तरों के मानों से कम है। अतः माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थक अन्तर नही है।

अत : परिकल्पना क्र. 2 सत्यापित होती है।

11. निष्कर्ष

अनुसंधान के परिणामों से प्राप्त निष्कर्ष के आधार पर यह ज्ञात हुआ कि शोध क्षेत्र के 62.22 प्रतिशत प्राचार्य, 70.56 प्रतिशत शिक्षक, 52.78 प्रतिशत अभिभावक व 56.61 प्रतिशत छात्रों का अभिमत है कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर अधिकांश विद्यालयों में योग शिक्षा का आयोजन किया जा रहा है।

अनुसंधान के परिणामों से प्राप्त निष्कर्ष के आधार पर यह ज्ञात हुआ कि माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 57.13 है तथा मानक विचलन 12.77 है और छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थकता का औसत उपलब्धि 57.50 है तथा मानक विचलन 12.76 है। 1798 df पर सार्थकता के लिए 't' का मानक मान 0.01 विश्वास स्तर पर 2.58 तथा 0.05 विश्वास स्तर पर 1.96 है, जबकि अध्ययन से प्राप्त 't' का मान –0.61 है, जो कि दोनो विश्वास स्तरों के मानों से कम है। अतः माध्यमिक शिक्षा स्तर पर योग शिक्षा का छात्र व छात्राओं के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव में सार्थक अन्तर नही है।

12. संदर्भ

1. गौड़, प्रकाश : कम्प्यूटर अनुप्रयोग, रोजगार और नये आयाम, रोजगार और निर्माण, 14 अक्टूबर 1999.
2. अग्रवाल, अनिल : भारत में विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी , मंथन प्रकाशन, इलाहाबाद, 2005.
3. कल्पना, राजाराम भारत में विज्ञान प्रौद्योगिकी : स्पेक्ट्रम बुक्स प्रा. लि. जनकपुरी, नई दिल्ली, 2004.
4. शर्मा, ओ.पी. : ग्रामीण क्षेत्र में सूचना प्रौद्योगिकी, प्रतियोगिता दर्पण अप्रैल, 2004.