International Journal for Innovative Engineering and Management Research
PEER REVIEWED OPEN ACCESS INTERNATIONAL JOURNAL
www.ijiemr.org

COPY RIGHT

ELSEVIER SSRN

2022 IJIEMR. Personal use of this material is permitted. Permission from IJIEMR must be obtained for all other uses, in any current or future media, including reprinting/republishing this material for advertising or promotional purposes, creating new collective works, for resale or redistribution to servers or lists, or reuse of any copyrighted component of this work in other works. No Reprint should be done to this paper, all copy right is authenticated to Paper Authors

IJIEMR Transactions, online available on 26th Dec 2022. Link :http://www.ijiemr.org/downloads.php?vol=Volume-11&issue=Issue 12

10.48047/IJIEMR/V11/ISSUE 12/135

TITLE: कॉलेज के छात्रों के तनाव के साथ पारिवारिक वातावरण के प्रभाव का अध्ययन

Volume 11, ISSUE 12, Pages: 1017-1026

Paper Authors **RANJANA SINGH, DR. BHUPENDRA SINGH CHAUHAN**

USE THIS BARCODE TO ACCESS YOUR ONLINE PAPER

To Secure Your Paper As Per UGC Guidelines We Are Providing A Electronic Bar Code

International Journal for Innovative Engineering and Management Research
PEER REVIEWED OPEN ACCESS INTERNATIONAL JOURNAL
www.ijiemr.org

कॉलेज के छात्रों के तनाव के साथ पारिवारिक वातावरण के प्रभाव का अध्ययन

CANDIDATE NAME = RANJANA SINGH
DESIGNATION = RESEARCH SCHOLAR SUNRISE UNIVERSITY ALWAR
GUIDE NAME= DR. BHUPENDRA SINGH CHAUHAN
DESIGNATION = ASSOCIATE PROFESSOR
SUNRISE UNIVERSITY ALWAR

सारांश

मानव विकास के इतिहास में शिक्षा का महत्वपूर्ण स्थान है। मानव अपने जन्म-काल में असहाय होता है, उसे जीवित रहने के लिए समायोजन की आवश्यकता होती है। समायोजन की इस प्रक्रिया में इसका सीखना प्रारम्भ होता है। सीखने की यह प्रक्रिया बालक के जन्म लेते ही प्रारम्भ हो जाती है और जीवन - पर्यन्त चलती रहती है। सर्व प्रथम बालक की शिक्षा का कार्य माता की गोद से प्रारम्भ होता है। इस प्रकार माँ प्रथम शिक्षिका होती है। माता के साथ-साथ बालक पिता के सम्पर्क में आता है। पिता भी उसके सीखने के कार्य में योगदान देता है। इस प्रकार धीरे-धीरे शिक्षा कार्य का दायित्व पूरे परिवार का हो जाता है। जब सामाजिक ढांचे का निर्माण हुआ तो शिक्षा कार्य समाज का महत्वपूर्ण अंग बन गया। समाज द्वारा शिक्षा प्रदान करने का दायित्व समाज के कुछ विशिष्ट व्यक्तियों को दिया गया जिन्हें शिक्षक अथवा अध्यापक कहा जाने लगा। शिक्षा ग्रहण करने वाले व्यक्ति को विद्यार्थी अथवा छात्र कहा गया है। विद्यार्थी सुयोग्य अध्यापकों के पथ-प्रदर्शन में ही अपने श्रेष्ठतम् विकास को प्राप्त करता है। शिक्षार्थी बहुत कुछ अध्यापकों के व्यवहारों एवं आदर्शों के अनुकरण द्वारा भी सीखते हैं। इस प्रकार देश और काल के अनुरूप बालकों को शिक्षा प्रदान कर अध्यापक उन्हें इस योग्य बनाता है कि वे भविष्य में राष्ट्र निर्माण की प्रक्रिया में अपनी भूमिका का उचित निर्वाह कर सकें।

मुख्यशब्द कॉलेज, छात्र, तनाव, पारिवारिक वातावरण, शिक्षा, समर्थन, मानसिक स्वास्थ्य

प्रस्तावना

माता-पिता और शिक्षकों का दृष्टिकोण महत्वपूर्ण कारक हैं जो छात्रों को उनके महाविद्यालय के प्रदर्शन में प्रभावित करते हैं। उदाहरण के लिए, जिस तरह से माता-पिता अपने बच्चों की देखभाल करते हैं और

जिस तरह से शिक्षक छात्रों के साथ व्यवहार करते हैं, उसका महाविद्यालय में छात्रों के व्यवहार पर प्रभाव पड़ता है। जिस तरह से माता-पिता अपने बच्चे के साथ संबंध रखते हैं और शिक्षक अपने छात्रों को संभालते हैं, वह भी महाविद्यालय में एक छात्र के अकादमिक प्रदर्शन को समझाने में मदद करता है। सीखने और छात्रों की उपलब्धि में सुधार के प्रयासों के बावजूद, छात्रों के प्रदर्शन के परिणाम के संबंध में अभी भी मुद्दे हैं। एक व्यक्ति के रूप में जो नियमित रूप से समुदाय के छात्रों के साथ काम करता है, शोधकर्ता यह कहने में सक्षम है कि जिन व्यक्तियों के साथ वह विभिन्न सेवाओं में शामिल हुए हैं, वे समुदाय में सकारात्मक अनुभवों की मात्रा बढ़ाने के लिए बहुत अधिक प्रेरित हुए हैं।

माता-पिता और शिक्षकों के लिए यह महत्वपूर्ण है कि वे छात्र के मन की प्रकृति और उसके कार्य और सीखने और सोचने की उनकी विभिन्न शैलियों को समझें। शैलियाँ मस्तिष्क के गोलार्द्ध कार्यों को इंगित करती हैं और छात्र सीखने की रणनीति और सूचना प्रसंस्करण, मस्तिष्क क्षेत्र की प्राथमिकताओं पर आधारित होते हैं। शैलियाँ क्षमताओं के बजाय प्रवृत्तियाँ हैं। वे बुद्धि को निर्देशित करने के तरीके हैं जिसमें एक व्यक्ति सहज महसूस करता है। शिक्षकों के लिए छात्रों की पसंदीदा शैलियों के बारे में जानना महत्वपूर्ण है ताकि शिक्षक छात्रों के सीखने के अवसरों का लाभ उठा सकें। शिक्षकों द्वारा अपनाई गई शिक्षण पद्धति अक्सर उनकी व्यक्तिगत सोच शैली को दर्शाती है, शिक्षकों की समान सोच शैली वाले छात्रों को केवल लाभान्वित और पुरस्कृत किया जाता है। क्षमताएं जैसी शैलियाँ काफी हद तक पर्यावरण की स्थिति और बच्चों को उनके माता-पिता और शिक्षकों द्वारा पोषित करने के कारण विकसित होती हैं। शैलियाँ किसी व्यक्ति के सीखने और सोचने की अपनी शैली में सूचना के विभिन्न तरीकों को बनाए रखने और संसाधित करने में मस्तिष्क के प्रभुत्व पर निर्भर करती हैं। सूचना प्रसंस्करण के लिए दो गोलार्द्धों की वरीयता में अंतर को सीखने और सोचने की शैली (SOLAT) के रूप में संदर्भित किया गया है। यह समस्या समाधान में एक छात्र की सीखने की रणनीति और मस्तिष्क गोलार्द्ध वरीयता को इंगित करता है। संज्ञानात्मक कार्यों की उनकी मांगों को सर्वोत्तम रूप से फिट करने के लिए व्यक्तियों को उनकी सूचना प्रसंस्करण प्रक्रियाओं को संशोधित करने के लिए प्रशिक्षित करना संभव हो सकता है।

अच्छा पारिवारिक वातावरण छात्रों को सीखने और सोचने की विभिन्न शैलियों की ओर ले जाता है। मान्यता, प्रशंसा, पर्याप्त स्वतंत्रता के साथ घर के वातावरण में महत्व आत्म अवधारणा के विकास की ओर ले जाता है। कॉलेज और पारिवारिक वातावरण में तनाव जीवन में शारीरिक विकास, मानसिक बीमारी, सामाजिक, भावनात्मक और सौंदर्य असंतुलन को प्रभावित करता है। समायोजन हमारे जीवन में

सोच का प्रबंधन है। यह क्रिया में मानसिक स्वास्थ्य है। समायोजन में आने वाले खतरे जैसे हताशा, जटिलता, संघर्ष, रक्षा तंत्र, अस्वीकृति हमारे छात्रों को उनकी पढ़ाई और पारिवारिक जीवन से अलग कर देती है। अकादमिक उपलब्धि ज्ञान के शरीर के दिए गए कौशल में किसी व्यक्ति के प्रदर्शन में अर्जित दक्षता की उपलब्धि है। प्रत्येक माता-पिता और कॉलेज उम्मीद करते हैं कि उनके छात्रों को विभिन्न गतिविधियों के बदले में हासिल करना चाहिए जो उनके कॉलेजों में सामान्य से उच्च स्तर की अपेक्षा के साथ प्रदान की जाती हैं।

सीखने की अवधारणा:

सीखना पिछले अनुभव के परिणामस्वरूप व्यवहार में अपेक्षाकृत स्थायी परिवर्तन को संदर्भित करता है, या तो संयोग से या शिक्षण के माध्यम से संस्थागत रूप से उत्पन्न होता है। सीखना एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति जीवन की मांगों को पूरा करने के लिए विभिन्न आदतों, ज्ञान और दृष्टिकोणों को प्राप्त करता है। व्यवहार में बदलाव को प्रभावित करने की प्रक्रिया के रूप में सीखना जो आम तौर पर हमारे पर्यावरण के साथ हमारे संबंधों में सुधार पैदा करता है। लोग मानते हैं कि सीखना महत्वपूर्ण है, लेकिन वे सीखने के कारणों, प्रक्रियाओं और परिणामों पर अलग-अलग विचार रखते हैं। सीखने की कोई एक परिभाषा नहीं है जिसे सिद्धांतकारों, शोधकर्ताओं और अभ्यासकर्ताओं द्वारा सार्वभौमिक रूप से स्वीकार किया जाता है। शुएल, (1986)। सीखने की एक सामान्य परिभाषा यह है कि सीखना व्यवहार में या किसी दिए गए फैशन में व्यवहार करने की क्षमता में एक स्थायी परिवर्तन है, जो अभ्यास या अनुभव के अन्य रूपों से उत्पन्न होता है। सीखना हमारे जीवन में बहुत महत्वपूर्ण स्थान रखता है, यह हमारे व्यक्तित्व की संरचना और हमारे व्यवहार की कुंजी प्रदान करता है। सीखना अनुभवों के माध्यम से व्यवहार में बदलाव है क्योंकि जीवन में अधिकांश प्राकृतिक और सामान्य स्थितियां उत्पन्न होती हैं। सीखना एक ऐसी घटना है जिसमें एक प्रेरित व्यक्ति किसी स्थिति में सफल होने के लिए अपने व्यवहार को अपनाने का प्रयास करता है। क्रो एंड क्रो (1973) के अनुसार, "सीखना आदतों, ज्ञान और दृष्टिकोण का अधिग्रहण है। इसमें चीजों को करने के नए तरीके शामिल हैं और यह बाधाओं को दूर करने या नई परिस्थितियों में समायोजित करने के व्यक्तिगत प्रयासों में संचालित होता है। यह व्यवहार में प्रगतिशील परिवर्तन का प्रतिनिधित्व करता है...। यह उसे लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए हितों को संतुष्ट करने में सक्षम बनाता है। "

पारिवार की भागीदारी

प्राचीन भारतीय दर्शन और पौराणिक कथाओं के अनुसार बच्चों के जीवन में दो मुख्य शिक्षक होते हैं यानी उनके माता-पिता और उनके शिक्षक। माता-पिता तब तक प्रमुख शिक्षक होते हैं जब तक कि बच्चा नर्सरी में नहीं जाता है या महाविद्यालय शुरू नहीं करता है और महाविद्यालय और उसके बाहर अपने बच्चों के सीखने पर एक बड़ा प्रभाव बना रहता है। यह दिखाने के लिए कोई स्पष्ट रेखा नहीं है कि माता-पिता का इनपुट कहाँ रुकता है और शिक्षकों का इनपुट कहाँ से शुरू होता है। महाविद्यालय और माता-पिता सभी की महत्वपूर्ण भूमिकाएँ होती हैं और यदि माता-पिता और महाविद्यालय साझेदारी में काम करते हैं तो प्रभाव अधिक होता है। माता-पिता की भागीदारी बच्चों को संसाधनों को समर्पित करने से संबंधित है, जो उनके लिए उपलब्ध है, उनके जीवन के बारे में जानकार है, और उनके लिए क्या हो रहा है (ग्रोलनिक, डेसी, और रयान, 1997) के बारे में चिंतित हैं। इसके अलावा, गोंजालेज एंड वोल्टर्स (2006) माता-पिता की भागीदारी का वर्णन करते हैं कि माता-पिता अपने बच्चे के जीवन में कितनी रुचि, जानकार और सक्रिय हैं। वेंडरग्रिफ्ट और ग्रीन (1992) के अनुसार, ष्माता-पिता की भागीदारी के दो स्वतंत्र घटक हैंरू माता-पिता समर्थक और माता-पिता सक्रिय भागीदार के रूप में। अकेले इन घटकों में से एक पर ध्यान केंद्रित करना माता-पिता की भागीदारी के लिए पर्याप्त दृष्टिकोण नहीं है। माता-पिता सक्रिय हो सकते हैं, फिर भी शिक्षा प्रक्रिया के समर्थक नहीं। वे सहायक भी हो सकते हैं लेकिन महाविद्यालय में सक्रिय नहीं। बेशक, विचार माता-पिता का है जो सहायक और सक्रिय दोनों हैं; लेकिन यह अक्सर मुश्किल होता है जब माता-पिता दोनों घर से बाहर काम करते हैं, या जब घर पर केवल एक ही माता-पिता होते हैंष्। एक अन्य अध्ययन (स्टाइनबर्ग, लैम्बॉर्न, डोर्नबुश और डार्लिंग, 1992) में, ष्माता-पिता की भागीदारी को महाविद्यालय कार्यक्रमों में भाग लेने, कक्षाओं को चुनने में मदद करने और बेहतर महाविद्यालय प्रदर्शन और छात्र के लिए मजबूत महाविद्यालय जुड़ाव के लिए छात्र प्रगति खातों की निगरानी के रूप में परिभाषित किया गया था।

मरे ने दिखाया है कि माताओं और पिता के बीच, माताओं को इस अर्थ में अधिक शामिल माना जाता है कि उन्हें अधिक रुचि दिखाने और अपने बच्चे की महाविद्यालय गतिविधियों से संबंधित समय बिताने के लिए माना जाता था। फिलिपिनो संदर्भ में, माताओं को भी अपने समकक्षों की तुलना में अधिक शामिल माना जाता है। माना जाता है कि माताएं अपने बच्चों की प्राथमिक देखभाल करने वाली होती हैं और जब उनकी पढ़ाई की निगरानी की बात आती है तो उनके बच्चे के साथ समग्र जिम्मेदारी होती है। (मेंडेज़ एंड जोकानो, 1979; लिकुआनन, 1979; लगमे, 1983; मिंडोज़ा, बोटोर और तबलांटे, 1984; यूपी चे,

1958)। पिछले अध्ययनों में माता-पिता की भागीदारी को पेरेंटिंग शैली के साथ भ्रमित किया गया है। कुछ अध्ययनों का दावा है कि माता-पिता की भागीदारी उपलब्धि को प्रभावित करती है और फिर माता-पिता की भागीदारी को तीन पालन-पोषण शैलियों के रूप में वर्णित करने के लिए आगे बढ़ती है। पेरेंटिंग शैली और माता-पिता की भागीदारी के बीच का अंतर यह है कि माता-पिता की भागीदारी से तात्पर्य है कि माता-पिता अपने बच्चे के जीवन में कितनी रुचि, जानकार और सक्रिय हैं। माता-पिता की भागीदारी क्या है, इस पर कोई सार्वभौमिक सहमति नहीं है, हालांकि दो व्यापक पहलू हैं।

1- महाविद्यालय के जीवन में माता-पिता की भागीदारी।

2- घर और महाविद्यालय में व्यक्तिगत बच्चे के समर्थन में उनकी भागीदारी।

प्रारंभिक हस्तक्षेप कार्यक्रमों में माता-पिता की भागीदारी बच्चे के लिए बेहतर परिणामों के बराबर पाई गई है। सबसे प्रभावी हस्तक्षेपों में माता-पिता (पूर्व-महाविद्यालय) बच्चों के संज्ञानात्मक विकास में शामिल होते हैं। खेल और मौज-मस्ती और शारीरिक गतिविधि की गुंजाइश सबसे प्रभावी परिणाम देती है। माता-पिता का आत्म सम्मान स्वयं और उनके बच्चों दोनों के लिए दीर्घकालिक परिणामों को निर्धारित करने में बहुत महत्वपूर्ण है। माता-पिता के व्यवसायों और शिक्षा के प्रभाव को नियंत्रित करने के बाद, घर के सीखने के माहौल के पहलुओं का बच्चों के संज्ञानात्मक विकास पर 3 साल से अधिक और फिर महाविद्यालय में प्रवेश पर महत्वपूर्ण प्रभाव पाया गया। थ्मपदेजमपद, स् - ैलउवदे, श्र (1999) द्वारा किए गए एक अध्ययन में पाया गया, ष्माता-पिता की भागीदारी का किशोरावस्था में उपलब्धि पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। अध्ययन ने 16 साल की उम्र में माता-पिता की भागीदारी के प्रभाव का पता लगाने के लिए राष्ट्रीय बाल विकास अध्ययन (एनसीडीएस) से डेटा के विश्लेषण का उपयोग किया। इसने उपलब्धि पर कुछ इनपुट (माता-पिता की भागीदारी, सहकर्मी समूह प्रभाव, महाविद्यालयी शिक्षा इनपुट) के प्रभाव की जांच की। .

माता-पिता की भागीदारी के बारे में कुछ तथ्य

1- माता-पिता की भागीदारी घर में अच्छे पालन-पोषण सहित कई रूप लेती है, जिसमें एक सुरक्षित और स्थिर वातावरण, बौद्धिक उत्तेजना, माता-पिता की चर्चा, रचनात्मक सामाजिक और शैक्षिक मूल्यों के अच्छे मॉडल और व्यक्तिगत पूर्ति और अच्छी नागरिकता से संबंधित उच्च आकांक्षाएं शामिल हैं। जानकारी साझा करने के लिए महाविद्यालयों से संपर्क करें; महाविद्यालय की घटनाओं में भागीदारी; महाविद्यालय के काम में भागीदारी; और महाविद्यालय प्रशासन में भागीदारी।

2. माता-पिता की भागीदारी की सीमा और रूप पारिवारिक सामाजिक वर्ग, शिक्षा के मातृ स्तर, भौतिक अभाव, मातृ मनोसामाजिक स्वास्थ्य और एकल माता-पिता की स्थिति और कुछ हद तक, पारिवारिक जातीयता से बहुत प्रभावित होते हैं।

3. जैसे-जैसे बच्चा बड़ा होता जाता है, माता-पिता की भागीदारी कम होती जाती है और बच्चे द्वारा विशेष रूप से बहुत सक्रिय मध्यस्थता की भूमिका निभाने से सभी उम्र में बहुत प्रभावित होता है।

4. माता-पिता की भागीदारी बच्चे की उपलब्धि के स्तर से काफी सकारात्मक रूप से प्रभावित होती हैरू उपलब्धि का स्तर जितना अधिक होगा, माता-पिता उतने ही अधिक शामिल होंगे।

5. श्घर पर अच्छे पालन-पोषणश् के रूप में माता-पिता की भागीदारी का बच्चों की उपलब्धि और समायोजन पर महत्वपूर्ण सकारात्मक प्रभाव पड़ता है, भले ही उपलब्धि को आकार देने वाले अन्य सभी कारकों को समीकरण से बाहर कर दिया गया हो। प्राथमिक आयु सीमा में माता-पिता की भागीदारी के विभिन्न स्तरों के कारण होने वाला प्रभाव महाविद्यालयों की गुणवत्ता में भिन्नता से जुड़े मतभेदों से कहीं अधिक बड़ा होता है। प्रभाव का पैमाना सभी सामाजिक वर्गों और सभी जातीय समूहों में स्पष्ट है।

6. एक शिक्षार्थी के रूप में बच्चे की आत्म अवधारणा को आकार देने और उच्च आकांक्षाओं को स्थापित करने के माध्यम से परोक्ष रूप से माता-पिता का प्रभाव पड़ता है।

बच्चों की उपलब्धि पर माता-पिता की भागीदारी का प्रभाव

1- पढ़ना

टिज़ार्ड, ने पढ़ने के शिक्षण में माता-पिता की भागीदारी के प्रभावों का आकलन करने का प्रयास किया। शोध में पाया गया कि माता-पिता के समर्थन से पठन प्राप्ति सकारात्मक रूप से प्रभावित हुई। शोध बच्चों के एक समूह का उपयोग करके किया गया था, जिन्हें उनके माता-पिता ने घर पर पढ़ने में मदद की थी। उनके परिणामों को उन बच्चों के खिलाफ मापा गया, जिन्हें पढ़ने के लिए माता-पिता की मदद नहीं मिली थी, और उन बच्चों के लिए जिन्हें घर पर माता-पिता के बजाय महाविद्यालय में एक योग्य शिक्षक द्वारा अतिरिक्त पढ़ने की ट्यूशन दी गई थी। अध्ययन में शामिल माता-पिता ने इसमें शामिल होने पर बहुत संतोष व्यक्त किया और शिक्षकों ने बताया कि इन माता-पिता के बच्चों ने सीखने के लिए एक बढ़ी हुई उत्सुकता दिखाई और महाविद्यालय में बेहतर व्यवहार किया। शिक्षकों और माता-पिता के बीच सहयोग प्रदर्शन के सभी प्रारंभिक स्तरों के बच्चों के लिए प्रभावी है, जिनमें वे भी शामिल हैं जो अध्ययन की शुरुआत में पढ़ना सीखने में असफल रहे थे। कुछ बच्चे जो अपने माता-पिता को पढ़ रहे थे, जो खुद अंग्रेजी

नहीं पढ़ सकते थे, या जो कुछ मामलों में बिल्कुल भी नहीं पढ़ सकते थे, फिर भी उनके पढ़ने में सुधार दिखा और उनके माता-पिता महाविद्यालय के साथ सहयोग करने के लिए तैयार रहे।

2- गृहकार्य

एनएफईआर (2001) गृहकार्य-अनुसंधान की एक हालिया समीक्षा इंगित करती है कि छात्र और माता-पिता गृहकार्य और गृह शिक्षा को महाविद्यालयी जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा मानते हैं, और साक्ष्य महाविद्यालयस्तर पर गृहकार्य और उपलब्धि पर खर्च किए गए समय के बीच एक सकारात्मक संबंध दर्शाता है। कुल मिलाकर, विद्यार्थियों का गृहकार्य के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण होता है और उन्हें लगता है कि महाविद्यालय में अच्छा प्रदर्शन करने में उनकी मदद करना महत्वपूर्ण है। गृहकार्य के प्रति सकारात्मक अभिवृत्तियाँ महाविद्यालय में सकारात्मक अभिवृत्तियों से जुड़ी हैं। शोध से पता चलता है कि माता-पिता अपने बच्चों के छोटे होने पर गृहकार्य में अधिक सीधे शामिल होते हैं। इस जटिलता के पहलू में, उपलब्धि को आकार देने में किसी एकल बल के प्रभाव का पता लगाने के प्रयासों को इस अवधारणा के साथ आगे बढ़ना चाहिए कि कितनी ताकतें और अभिनेता एक दूसरे के साथ बातचीत कर सकते हैं। चित्र 1 में निहित कुछ प्रक्रियाओं को दिखाने का एक प्रयास है। इस बात पर जोर दिया जाना चाहिए कि बाल परिणामोंश् की व्यापक रूप से कल्पना की जाती है। इसमें सार्वजनिक परीक्षाओं और राष्ट्रीय परीक्षाओं में मान्यता प्राप्त योग्यता शामिल है। यह दृष्टिकोण, मूल्यों और ज्ञान की एक विस्तृत श्रृंखला को भी संदर्भित करता है, जो एक साथ मिलकर, आजीवन सीखने और अच्छी नागरिकता के प्रति प्रतिबद्धता बनाए रखने में मदद करते हैं। आरेख आवश्यक रूप से सरलीकृत है। स्पष्टता के लिए, कुछ एजेंसियों को छोड़ दिया गया है (जैसे क्लब और एसोसिएशन) और इसमें कोई संदेह नहीं है कि उन तत्वों के बीच कई इंटरैक्शन हैं जो आरेख में नहीं दिखाए गए हैं। उदाहरण के लिए, यह अनुमान लगाया जा सकता है कि एक महाविद्यालय की गुणवत्ता एक छात्र को मिलने वाले सहकर्मी समूह के अनुभव के प्रकार को प्रभावित करेगी। साथ ही, व्यक्तिगत छात्र सहकर्मी समूह के साथ-साथ व्यक्ति को प्रभावित करने वाले सहकर्मी समूह को भी प्रभावित करेगा।

शैक्षणिक उपलब्धि के संबंध में शिक्षा में माता-पिता की भागीदारी

1- बच्चे की शैक्षिक प्रक्रिया में माता-पिता की भागीदारी जितनी जल्दी शुरू होती है, प्रभाव उतना ही अधिक शक्तिशाली होता है।

2- माता-पिता की भागीदारी के सबसे प्रभावी रूप वे हैं, जो माता-पिता को घर पर सीखने की गतिविधियों पर सीधे अपने बच्चों के साथ काम करने में संलग्न करते हैं।

माता-पिता की अपेक्षाएं और छात्र उपलब्धि

1- बच्चों की शैक्षणिक उपलब्धि और सामाजिक समायोजन के सबसे सुसंगत भविष्यवाणियां बच्चे की शैक्षणिक उपलब्धि और महाविद्यालय में अपने बच्चे की शिक्षा से संतुष्टि की माता-पिता की अपेक्षाएं हैं।

2- उच्च प्राप्त करने वाले छात्रों के माता-पिता अपने बच्चों की शैक्षिक गतिविधियों के लिए कम प्राप्त करने वाले छात्रों के माता-पिता की तुलना में उच्च मानक निर्धारित करते हैं।

माता-पिता की भागीदारी के प्रमुख कारक

1- माता-पिता के विश्वास के बारे में कि उनके लिए और उनके बच्चों की ओर से क्या महत्वपूर्ण, आवश्यक और अनुमेय है;

2- किस हद तक माता-पिता मानते हैं कि उनके बच्चों की शिक्षा पर उनका सकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है; तथा

3- माता-पिता की धारणा है कि उनके बच्चे और महाविद्यालय उन्हें शामिल करना चाहते हैं।

निष्कर्ष

महाविद्यालय में अच्छा प्रदर्शन करने का सबसे महत्वपूर्ण तत्व महाविद्यालय के काम के अनुरूप होना है। जो छात्र अंतिम समय में महाविद्यालय का काम करते हैं या अंतिम समय में अपनी परीक्षा की तैयारी करते हैं, वे सबसे अधिक अकादमिक तनाव से पीड़ित होंगे। इसलिए, किसी को हमेशा लगातार रिवीजन करना चाहिए, सभी असाइनमेंट को समय पर पूरा करना चाहिए, संदेह होने पर सभी प्रश्नों को पूछना और साफ़ करना चाहिए। इस तरह, महाविद्यालय के काम में लगे रहने से, छात्रों को परीक्षाओं के दौरान तनाव से पीड़ित होने की संभावना कम होगी। छात्रों द्वारा शैक्षणिक तनाव से निपटने का एक तरीका समूह में अध्ययन करना है। समूहों में अध्ययन करने से छात्र अपने साथियों के साथ अपनी शंकाओं को शीघ्रता से दूर कर सकते हैं। इसके अलावा, उनके दोस्तों की उपस्थिति छात्रों को तनाव के समय में एक मनोवैज्ञानिक बढ़ावा देने में मदद करती है। हालांकि, अकादमिक तनाव से निपटने का सबसे महत्वपूर्ण तरीका कठिन अध्ययन करना नहीं है बल्कि स्मार्ट अध्ययन करना है। जो छात्र बिना समझे पूरी लगन से याद करते हैं, उन्हें इतनी बड़ी मात्रा में जानकारी को पचाना बहुत तनावपूर्ण लगेगा। किसी विशेष अध्याय में छात्रों को बड़ी तस्वीर देखने में मदद करने के लिए माइंड मैप बनाना एक बहुत प्रभावी तरीका हो सकता

है, और इस प्रक्रिया में उन्हें मौलिक अवधारणाओं को आसानी से समझने में मदद मिलती है। जिन छात्रों को कुछ विषयों को समझने में कठिनाई होती है, उन्हें स्पष्ट चित्र प्राप्त करने में मदद करने के लिए माइंड मैप का उपयोग करने का प्रयास करना चाहिए। माता-पिता की भागीदारी भी शैक्षणिक तनाव को निर्धारित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। वर्तमान में शैक्षणिक तनाव पर माता-पिता की भागीदारी का एक महत्वपूर्ण संबंध पाया गया। इसलिए माता-पिता को अपने बच्चों की समस्याओं का घर पर ही ध्यान रखना चाहिए।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

अफशान (2016), "प्रतिभाशाली ग्रामीण और शहरी लड़कियों पर उनके व्यावसायिक हितों और रचनात्मकता पर आधारित एक अध्ययन", शैक्षिक अनुसंधान के सर्वेक्षण, एम.बी. बुक, वॉल्यूम- II

अग्रवाल, कांताप्रसाद (2018), "स्कूलों के प्रकार और माध्यमिक स्तर पर रचनात्मकता के पूर्वसूचक के रूप में संबंधित कारक"। शैक्षिक अनुसंधान के सर्वेक्षण, एम. बी. बुच, खंड-II

अलेक्जेंडर, बेनी (2016), "इंजीनियरों और सिविल सेवा कर्मियों की रचनात्मकता पर किए गए अध्ययन", एशियन जर्नल; शिक्षा मनोविज्ञान के, द्वितीय संस्करण अप्रैल-2015।

अली ख्वाजा (2015), "लुकिंग बियॉन्ड एग्जाम फॉर इफेक्टिव लर्निंग", एजुकेशन सेक्शन, डेक्कन हेराल्ड, डेली न्यूज पेपर, बैंगलोर एडिशन, दिनांक 16 जनवरी 2015। पेज नं 16।

एलीसन, डोनाल्ड ई। (2020), "टेस्ट एंग्जायटी, स्ट्रेस, एंड इंटेलिजेंस-टेस्ट परफॉर्मेंस", कैनेडियन जर्नल ऑफ बिहेवियरल साइंस, वॉल्यूम 2(1), 2020, 26-37।

एम्बर एल पॉकर्ट; जेरेमी डब्ल्यू पेटिट; मैरिसोल पेरेज़; Rheeda L. Walker (2016), "एथनिक माइनॉरिटी कॉलेज के छात्रों के बीच सांस्कृतिक तनाव की प्रभावशाली और गुणकारी विशेषताएं", ह्यूस्टन विश्वविद्यालय, मनोविज्ञान के जर्नल: अंतःविषय और अनुप्रयुक्त। खंड 140; पाँच नंबर; वर्ष 2016. 405-419

अनास्तासी, ऐनी (2016), "इंटेलिजेंस एंड फैमिली साइज", साइकोलॉजिकल बुलेटिन, वॉल्यूम 53 (3), मई 1956, 187-209।

एंडरसन (2015), "किशोरावस्था में रचनात्मकता", II-Edn, डिस्कवरी पब्लिशिंग हाउस, नई दिल्ली, (2018)

एंडरसन, एच.ए. (2019), "रचनात्मकता परिप्रेक्ष्य में। क्रिएटिविटी एंड इट्स कल्टीवेशन-कलेक्शन ऑफ पेपर्स", हार्पर एंड टो, न्यूयॉर्क, 2019।

एंड्रयू डब्ल्यू यंग, (2019), "प्रसिद्ध चेहरों की आंतरिक और बाहरी विशेषताओं को पहचानने के लिए राइट सेरेब्रल हेमिस्फेयर सुपीरियर", द ब्रिटिश जर्नल ऑफ साइकोलॉजी, 75 (2) 2019। अप्रैल

जर्सडन (2016), "द इम्पैक्ट ऑफ द फैमिली एनवायरनमेंट ऑन द एथनिक आइडेंटिटी डेवलपमेंट ऑफ मल्टीएथनिक कॉलेज स्टूडेंट्स", जर्नल ऑफ काउंसलिंग एंड डेवलपमेंट। वॉल्यूम 84; नंबर 3; वर्ष 2016. 328-340।

अर्नोल्ड टॉयन्बे, (2019), "हैज़ अमेरिका नेगलेक्टेड इट्स क्रिएटिविटी माइनॉरिटी, इन टेलर", सी.डब्ल्यू. (ईडीएन) वाइडिंग होराइजन्स इन क्रिएटिविटी, न्यू योर: विल्सी, 2019।

एस्पिनवाल, लिसा जी.; टेलर, शेली ई। (2017), "मॉडलिंग संज्ञानात्मक अनुकूलन: व्यक्तिगत मतभेदों के प्रभाव की एक अनुदैर्ध्य जांच और कॉलेज समायोजन और प्रदर्शन पर मुकाबला।", व्यक्तित्व और सामाजिक मनोविज्ञान का जर्नल, वॉल्यूम 63 (6), दिसंबर 2017, 3 .