RESEARCH PAPER | Psychology | Volume : 3 | Issue : 3 | March 2013 | ISSN - 2249-555X

आनन्दबोध और अनासक्ति के बीच अध्यापन कुशलता का प्रभाव : एक मनोवैज्ञानिक अध्ययन

Aanandbodh aur Anasakti ke bich Adhyapan Kusalta ke Prabhav : Ek Manovegnanik

KEYWORDS आनन्दबोध, अनासक्ति, अध्यापक, उपकरण, कक्षा प्रबन्धन तथा निर्देशात्मक युक्तियां।

Bajrangi Yadav

Research Scholar, K.S. Saket PG College, Fezabad

ABSTRACT इस शोध अध्ययन में आनन्द बोध और अनासक्ति का अध्यापक-अध्यापिकाओं के बीच अध्यापन की कुशलता को मापने का प्रयास किया गया है जिसमें से माध्यमिक स्कूलों (हाईस्कूल तथा इण्टरमीडिएट) के अध्यापक (आयु ३६-४५ तथा ४६-५५) को यादृच्छिक रूप से चयनित किया गया है। आनन्दबोध मापनी श्री ;२००७द्ध तथा अनासक्ति मापनी चंदकमल ;१९९०द्ध की प्रश्नावली का प्रयोग किया गया हैं। जिसमें से २०० हाईस्कूल (१०० महिला, १०० पुरुष) तथा २०० इण्टरमीडिएट (१०० महिला तथा १०० पुरुष) स्तर के अध्यापक-अध्यापिकाओं का चयन किया गया है जो फैजाबाद और लखनऊ शहर उत्तर प्रदेश के हैं।

प्राक्कथन (Introduction)- आनन्दबोध का अंग्रेजी रूपान्तरण छंचचपदमेे है जिसे प्रमुख दार्शनिक अरस्तु ने श्म्नकंपउवदपंश का विचार व्यक्त किया है। 'Eudaimonia' (Happiness) ग्रीक भाषा से समुत्पन्न है, ग्रीक भाषा के दो शब्द मन ;हववकद्ध एवं कंपउवद ;ळवकए चपतपजए कमउवदद्ध से समुत्पन्न है। आनन्दबोध मिमसपदह हववक से कहीं ऊपर है, यह अच्छा करने एवं अन्त:सुख से जुडा हुआ है, यह प्रकृति से उत्पन्न आन्तरिक भाव को अभिव्यक्त करता है।

इसमें तीन पथ सम्मिलित हैं :- १. सुखद पथ - यह विगत के विषय में धनात्मक संवेगों के अनुभवों को सम्मिलित करता है, जैसे क्षमा एवं तृप्ति, २. वर्तमान पथ- जैसे उल्लास एवं उबाल, तथा ३. भविष्य पथ - जैसे आशा एवं आशावादिता।

आनन्दबोध की कुछ विमाएं (Dimensions) हैं जो कि इस प्रकार हैं :- १. सांवेगिक स्थिरता २. बौद्धिक चैलेंज ३. आध्यात्मिक विश्वास ४. शारीरिक योग्यता तथा ५. आर्थिक (वित्तीय) स्थिरता ।

अनासक्ति का शाब्दिक अर्थ यह है कि इसे आंग्ल भाषा में 'Detachment' न कहकर 'Non-attachment' कहा जाता है क्योंकि सम्भवत: 'Detachment' शब्द का शाब्दिक अनुवाद अनासक्ति के भाव को विकृत कर देता है (Pandey & Naidu, 1992)। श्रीमद्‌भगवद्‌गीता केवल एक दार्शनिक ग्रन्थ ही नहीं अपितु इसमें आचार प्रबन्ध को भी महत्वपूर्ण ढंग से प्रस्तुत किया गया है। स्पष्ट है कि अनासक्ति के सामाजिक, वैज्ञानिक आधार ढूंढने हेतु ''स्थितप्रज्ञ'' की विशेषताओं का ज्ञान आवश्यक है। इस प्रकार की विशेषताओं का वर्णन श्रीमद्‌भगवद्‌गीता के द्वितीय अध्याय में दिये गये हैं।

श्रीमद्‌भगवद्‌गीता के द्वितीय अध्याय में अग्रांकित कुछ श्लोकों के द्वारा तथा उसका शब्दार्थ कर अनासक्ति के सम्बन्ध में बताया गया है -

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सैौऽस्त्वकर्मणि।।४७।।
अर्थात

श्रीमद्‌भगवद्‌गीता की यह पंक्ति जनमानस में विख्यात है। सामान्य तौर पर यही समझा जाता है कि प्रभु श्रीकृष्ण कह रहे हैं कि कर्म करना मनुष्य का अधिकार है, परन्तु उसके फल की इच्छा नहीं करना चाहिए। इसे कहना तो बहुत आसान है, किन्तु कर्मफल को भूलना एक साधारण मानव के लिए बहुत ही जटिल है।

दु:खेठवनुद्विग्नमना: सुखेषु विमतस्पृह:।
वीतरागभयक्रोध: स्थितधीर्मुनिरूच्यते।।५६।।
अर्थात्

दु:खों की प्राप्ति होने पर जिसके मन में उद्वेग नहीं होता है और सुखों की प्राप्ति होने पर जिसके मन में स्पृहा नहीं होती तथा जो राग, भय और क्रोध से सर्वथा रहित हो गया है, वह मननशील मनुष्य ही स्थिर बुद्धि कहा जाता है।

य : सर्वत्रानभिस्नेहस्तत्प्राप्य शुभाशुभम्।
नाभिनन्दति न द्वेष्टि तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता।।५७।।
अर्थात

सब जगह आसक्ति (Addiction) रहित हुआ मनुष्य उस - उस शुभ - अशुभ को प्राप्त करके न तो प्रसन्न होता है और न द्वेष करता है, उसकी बुद्धि स्थिर है।

सदा संहरते चायं कूर्मोडे.ानीव सर्वश:।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यस्तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता।।५८।।
अर्थात्

जिस तरह कछुआ अपने अंगों को सब ओर से समेट लेता है ऐसे ही जिस काल में यह (कर्मयोगी) इन्द्रियों के विषयों से इन्द्रियों को सब प्रकार से हटा लेता है, तब उसकी बुद्धि स्थिर हो जाती है।

अनासक्ति (Non-attachment) की पांच विमाएं प्रमुख हैं जिन्हे Pandey (1990) द्वारा चयनित किया गया है, वे विमाएं हैं - १. परिणाम सुभेद्यता, २. आसक्ति, ३. प्रयास अभिविन्यास, ४.सहनशक्ति और समतोल तथा ५. भौतिक - सांवेगिक अतादात्मीकरण।

परिकल्पना (Hypothysis) - इस शोध अध्ययन की परिकल्पाएं इस प्रकार हैं :-

१. उच्च अनासक्ति वाले व्यक्तियों में आनन्दबोध का स्तर उच्च होता है तथा अध्यापन का कार्य अच्छा होता है।
२. अनासक्ति और आनन्दबोध के बीच के सम्बन्ध का स्वरूप धनात्मक होता है।
३. जिन लोगों में अनासक्ति कम होती है, अपेक्षाकृत आनन्दबोध कम पाया जाता है।

विधि (Method)

उपकरण तथा न्यादर्श/प्रतिदर्श (Instrument and Sample) - वर्तमान अध्ययन में विस्तृत शोध विधियों का उपयोग किया गया है तथा सहसम्बन्धात्मक अध्ययन किया गया है। इसमें दो प्रश्नावली का प्रयोग किया गया है। 'आनन्दबोध मापनी' (Jha, 2007) पांच बिन्दु मापनी है- वे पांच बिन्दु हैं, अधिक सहमत (५), सहमत (४), तटस्थ (३), असहमत (२) और अधिक असहमत (१)। इन पांच बिन्दुओं की सहायता से अध्यापक-अध्यापिकाओं के बीच आनन्दबोध मापन के साथ-साथ अध्यापन कुशलता को ज्ञात किया गया है। 'आनन्दबोध मापनी' के द्वारा ०.९० सहसम्बन्ध प्राप्त किया। वहीं दूसरी तरफ 'अनासक्ति मापनी' (Pandey, 1990) भी पांच बिन्दु मापनी है, जिसे अध्यापक-अध्यापिकाओं पर प्रशासित किया गया, वे पांच बिन्दु हैं- बिल्कुल नहीं लागू होता है (१), कम लागू होता है (२), न कम न ज्यादा लागू होता है (३), ज्यादा लागू होता है (४), पूरी तरह लागू होता है (५)। इन पांच बिन्दुओं की सहायता से अध्यापक-अध्यापिकाओं के बीच अनासक्ति मापन के साथ-साथ अध्यापन कुशलता को ज्ञात किया गया है। 'अनासक्ति मापनी' के द्वारा ०.९५ सहसम्बन्ध प्राप्त किया। सभी चरों के परिणामों में ०.८५, ०.८९ तथा ०.९३ विश्वसनीयता स्तर प्राप्त किया है।
इस शोध अध्ययन में कुल ४०० अध्यापक-अध्यापिकाओं (२०० हाईस्कूल, २०० इण्टरमीडिएट) का यादृच्छिक रूप से चयन किया गया है जिसमें हाईस्कूल स्तर पर १०० पुरुष व १०० महिला तथा इण्टरमीडिएट स्तर पर १०० पुरुष व १०० महिला अध्यापक-अध्यापिकाओं का चयन किया गया है। इस परीक्षण में अध्यापक-अध्यापिकाओं की आयु वर्ग के आधार पर (हाईस्कूल व इण्टरमीडिएट) ३६ से ४५ तथा ४६ से ५५ वर्ष निर्धारित किया गया है। हाईस्कूल तथा इण्टरमीडिएट स्तर के ये अध्यापक-अध्यापिकाएं फैजाबाद तथा लखनऊ शहर, उत्तर प्रदेश के हैं। शोधकर्ता द्वारा SPSS 13 का प्रयोग किया गया है जिसमें मध्यमान (Mean), प्रामाणिक विचलन (ैजंदकमतमक क्मअपंजपवद), सहसम्बन्ध (Correlation), टी-परीक्षण (t-test), प्रसरण विश्लेषण (ANOVA) का अध्ययन किया है।

परिणाम (त्मेनसज)

इस शोध अध्ययन का उद्‌देश्य है कि जिन अध्यापक-अध्यापिकाओं में उच्च अनासक्ति पायी जाती है वे अधिक आनन्दित रहते हैं तथा अध्यापन का कार्य कुशलतापूर्वक करते हैं। वहीं दूसरी तरफ इसका प्रभाव आयु तथा लिंग के आधार पर भी उनके क्रियाकलापों का अध्ययन किया गया है। जिसका परिणाम इस प्रकार है -

तालिका १ : अध्यापक-अध्यापिकाओं के मध्य आनन्दबोध का मध्यमान(m)] प्रामाणिक विचलन(SD) तथा क्रान्तिक अनुपातों (F/t) का मूल्य

श्रेणी तथा लिंग			सांवेगिक स्थिरता	बौद्धिक उत्साह	आध्यात्मिक विश्वास	शारीरिक योग्यता	वित्तीय स्थिरता	कुल मध्यमान (m)	क्रांतिक अनुपात (f/t)
हाईस्कूल	पुरुष	M	5.35	6.65	5.75	7.35	7.32	14.83	2.85*
		SD	1.85	2.15	1.25	2.25	2.62		
	महिला	M	7.25	8.35	8.35	9.35	8.45		
		SD	2.25	2.75	2.85	3.32	3.25		
इण्टरमीडिएट	पुरुष	M	6.75	7.45	6.95	7.82	8.75	16.78	3.79**
		SD	2.35	3.65	4.25	2.69	3.39		
	महिला	M	8.65	9.25	9.65	9.75	8.89		
		SD	3.25	4.82	5.35	3.58	3.45		

Volume : 3 | Issue : 3 | March 2013 | ISSN - 2249-555X

आयु ३६ - ४५	पुरूष	M	9.55	11.35	10.35	10.35	11.35	21.74	2.75*
		SD	2.65	2.42	2.45	2.75	3.78		
	महिला	M	11.15	10.55	10.45	11.87	10.75		
		SD	3.45	3.25	3.75	3.29	2.85		
आयु ४६ - ५५	पुरूष	M	9.75	10.35	14.53	10.69	9.89	22.66	3.65**
		SD	3.55	1.85	5.35	2.39	2.67		
	महिला	M	11.85	9.65	16.45	9.35	9.82		
		SD	3.35	2.35	5.95	2.79	2.32		

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

- अध्यापक-अध्यापिकाओं में इण्टरमीडिएट की तुलना में हाईस्कूल स्तर पर कम गुणांक प्राप्त किया गया है, इण्टरमीडिएट स्तर पर क्रांतिक मान ३.७९ जबकि हाईस्कूल स्तर पर २.८५ प्राप्त किया गया है अर्थात इण्टरमीडिएट के अध्यापक-अध्यापिकाएं अधिक आनन्दित हैं जिनका सार्थकता स्तर ०.०१ है तथा अध्यापन कार्य कुशलतापूर्वक सम्पादित करते हैं।

- अध्यापक-अध्यापिकाओं में आयु वर्ग के आधार पर तुलना करने से स्पष्ट होता है कि ३६-४५ वर्ष की आयु वर्ग की महिलाओं तथा पुरुषों का क्रान्तिक मान २.७५ जबकि ४६-५५ वर्ष की आयु वर्ग की महिलाओं तथा पुरुषों का क्रान्तिक मान ३.६५ प्राप्त किया गया है, जोकि ३६-४५ वर्ष के आयु वर्ग की अपेक्षा ४६-५५ वर्ष के आयु वर्ग का सहसम्बन्ध अधिक है अर्थात् ३६-४५ वर्ष के आयु वर्ग का सार्थकता स्तर ०.०५ तथा ४६-५५ वर्ष के आयु वर्ग का सार्थकता स्तर ०.०१ प्राप्त किया गया है, जिससे यह स्पष्ट होता है कि अधिक आयु वर्ग के अध्यापक-अध्यापिकाएं अधिक आनन्दित रहते हैं।

- इण्टरमीडिएट की तुलना में हाईस्कूल स्तर के अध्यापक-अध्यापिकाओं का अना. सक्ति का गुणांक कम पाया गया है। हाईस्कूल स्तर पर क्रान्तिक मान २.९५ जबकि इण्टरमीडिएट स्तर पर क्रान्तिक मान ३.८४ प्राप्त किया गया है जिससे यह स्पष्ट होता है कि हाईस्कूल स्तर के अध्यापक-अध्यापिकाओं की तुलना में इण्टरमीडिएट स्तर के अध्यापक-अध्यापिकाओं का अनासक्ति स्तर उच्च है। हाईस्कूल स्तर पर सार्थकता स्तर ०.०५ तथा इण्टरमीडिएट स्तर पर ०.०१ प्राप्त किया गया है जिससे यह स्पष्ट होता है कि इण्टरमीडिएट स्तर के पुरूषों तथा महिलाओं में उच्च अनासक्ति तथा अध्यापन कार्य कुशलतापूर्वक करते हैं।

तालिका २ : अध्यापक-अध्यापिकाओं के मध्य अनासक्ति मध्यमान;उद्ध, प्रामाणिक विचलनै;क्द्ध तथा क्रान्तिक अनुपातों ;थ्ध्जद्ध का मूल्य

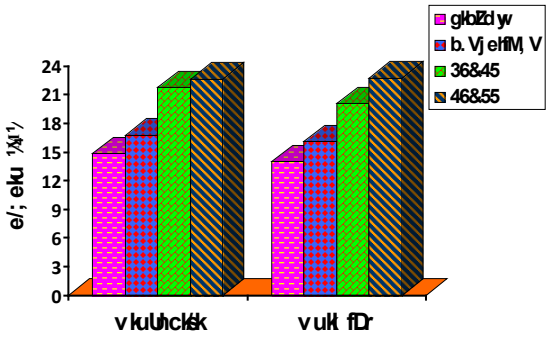
श्रेणी तथा लिंग			परिणाम सुभेद्यता	आसक्ति	प्रयास अभिविन्यास	सहनशक्ति और सन्तोष	भौतिक सांवेगिक अतादा त्मीकरण	कुल मध्यमान (m)	क्रांतिक अनुपात (F/t)
हाइ. स्कूल	पुरूष	M	5.55	5.85	5.75	6.32	7.85	13.97	2.95*
		SD	1.97	1.95	1.35	2.27	2.47		
	महिला	M	7.45	7.35	8.45	7.35	7.97		
		SD	2.55	2.17	2.67	2.63	2.52		
इण्टर मीडिएट	पुरूष	M	6.95	6.75	6.74	7.75	8.55	16.09	3.84**
		SD	2.35	2.79	3.25	2.74	2.79		
	महिला	M	8.85	8.39	8.65	8.95	8.87		
		SD	3.35	3.75	3.35	2.75	2.92		
आयु ३६ - ४५	पुरूष	M	9.55	10.23	9.37	9.43	9.36	20.09	2.79*
		SD	2.79	2.47	3.89	3.79	3.24		
	महिला	M	11.25	10.75	10.38	10.38	9.78		
		SD	3.79	2.15	3.95	3.82	3.59		
आयु ४६ - ५५	पुरूष	M	9.89	11.45	11.55	11.49	10.29	22.75	3.95**
		SD	3.75	2.35	4.15	4.25	4.37		
	महिला	M	11.85	12.25	11.79	12.35	10.85		
		SD	3.45	3.28	4.25	4.37	4.89		

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

- आयु वर्ग के आधार पर अध्यापक-अध्यापिकाओं में अनासक्ति को ज्ञात किया गया है, ३६-४५ वर्ष के पुरुषों तथा महिलाओं का क्रान्तिक मान २.७९ जबकि ४६-५५ वर्ष के पुरुषों तथा महिलाओं का क्रान्तिक मान ३.९५ प्राप्त किया गया है जिसका सार्थकता स्तर ०.०१ है जबकि ३६-४५ वर्ष का सार्थकता स्तर ०.०५ है। इससे स्पष्ट होता है कि अधिक उम्र के अध्यापक-अध्यापिकाओं में उच्च अनासक्ति का स्तर है तथा कम आयु वर्ग के अध्यापक-अध्यापिकाओं में निम्न स्तर अनासक्ति का प्राप्त किया गया है।

दण्ड रेखाचित्र - १

कुल मध्यमान (ड) मूल्य के आधार पर दण्ड रेखाचित्र



- प्रसरण विश्लेषण के आधार पर यह परिणाम प्राप्त हुआ है कि हाईस्कूल स्तर की अपेक्षा इण्टरमीडिएट स्तर के अध्यापक-अध्यापिकाओं में उच्च अनासक्ति तथा उच्च आनन्दबोध प्राप्त किया गया है तथा वहीं दूसरी तरफ आयु वर्ग के आधार पर ४६-५५ वर्ष के अध्यापक-अध्यापिकाओं में उच्च अनासक्ति तथा उच्च आनन्दबोध प्राप्त किया गया है। इससे यह स्पष्ट होता है कि जिन पुरुषों तथा महिलाओं में उच्च अनासक्ति का भाव होता है वे अधिक आनन्दित रहा करते हैं तथा अध्यापन का कार्य कुशलतापूर्वक करते हैं और उन्हें आत्मिक सन्तोष की प्राप्ति होती है, जिसे परमानन्द की प्राप्ति कह सकते हैं।

व्याख्या (Discussion) - किये गये शोध अध्ययन में अध्यापक-अध्यापिकाओं के आनन्दबोध और अनासक्ति के प्राप्त मूल्यों से यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि जिन लोगों में अधिक अनासक्ति की भावना होती है वे स्वयं आनन्दित रहते हैं तथा समाज को भी आनन्दित करने का प्रयास करते हैं अर्थात् कहने का तात्पर्य यह है कि जिन अध्यापक-अध्यापिकाओं में अनासक्ति का स्तर उच्च है वे अधिक आनन्दित रहते हैं तथा अध्यापन का कार्य कुशलतापूर्वक करते हैं जिससे समाज को एक नई दिशा मिल सके। अन्तोगत्वा यह कहना अत्यावश्यक है कि हमारे समाज में प्रत्येक व्यक्ति को अपने कर्म पर अधिक विश्वास करना चाहिए जैसा कि गोस्वामी तुलसीदासजी ने श्रीरामचरितमानस में उद्धृत किया है :-

कर्म प्रधान विस्व करि राखा।
जो जस करहि सो तस फल चाखा।।

REFERENCE Jha, P.K. (2007). Quest for understanding of holistic human happiness. UJAS, 2007, Vol.-01, 51-58. | Pandey, N. (1990). Studies on differential vulnerability to stress : The impact of detachement of health. Unpublished doctoral dissertation, University of Allahabad, U.P. | Pandey, N. & Naidu, R.K. (1992), Anasakti and Helath : A Study of non-attachment. Psychology and developing societies, Vol. 40, 89-104. | Srimadbhagwadgita. Ch.2 – 47, 56, 57, 58