किशोरावस्था

- **अर्थ -**
किशोरावस्था किसी भी व्यक्ति के जीवन की एक महत्वपूर्ण अवस्था होती है। किशोरावस्था के संबंध में यह परंपरागत विश्वास रहा है कि किशोरावस्था विकास की एक क्रांतिक अवस्था है। मानव जीवन का सबसे जटिल अवस्था किशोरावस्था है क्योंकि इस अवस्था के बालक को न तो पूरी तरह बालक का सकते हैं और ना ही प्रौढ़ व्यक्ति का ही कह सकते हैं। वह स्वयं भी असमंजस की स्थिति में रहता है। इस समय उसके अंदर शारीरिक और मानसिक गुणों में परिपक्वता आ जाती है, किंतु समाज एवं परिवार के वयस्क लोग उसे अभी भी एक छोटे बालक की तरह ही देखते हैं और उससे वैसा ही आचरण एवं व्यवहार करते हैं।

  किशोरावस्था को अंग्रेजी में 'adolescence' कहा जाता है जो कि लैटिन भाषा के 'adolecia' शब्द से बना है जिसका शाब्दिक अर्थ है- 'परिपक्वता की ओर बढ़ना'। अतः किशोरावस्था वह अवस्था है जिसमें बालक परिपक्वता की ओर अग्रसर होता है तथा जिसकी समाप्ति पर वह पूर्ण परिपक्व व्यक्ति बन जाता है। यह लगभग 13 से 18 वर्ष तक की आयु तक की अवस्था होती है।

- **परिभाषा**
हॉल के अनुसार- **" किशोरावस्था बड़े संघर्ष, तनाव, तूफान तथा विरोध की अवस्था है।"**

  प्लेयर जोन्स एवं सिंपसन के अनुसार - **"किशोरावस्था प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में में वह काल होता है जो बाल्यावस्था के अंत में आरंभ होता है और प्रौढ़ावस्था के आरंभ में समाप्त होता है।"**

- **किशोरावस्था की विकासात्मक विशेषताएं**
किशोरावस्था में होने वाले शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, संवेगात्मक तथा नैतिक विकास के प्रमुख विशेषताएं निम्नलिखित हैं-
  1. शारीरिक विकास
  2. मानसिक विकास
  3. स्थिरता एवं समायोजन का अभाव
  4. व्यवहार की विभिन्नता
  5. घनिष्ट मित्रता
  6. रुचियों में परिवर्तन
  7. काम शक्ति की परिपक्वता
  8. समूह को महत्व
  9. स्वतंत्रता व विद्रोह की भावना
  10. समाज सेवा की भावना
  11. ईश्वर तथा धर्म में विश्वास
  12. वीर-पूजा की भावना
  13. स्वाभिमान की भावना
  14. अपराध प्रवृत्ति का विकास
  15. व्यवसाय की चिंता

❖ किशोरावस्था में शिक्षा

किशोरावस्था जीवन की सर्वाधिक कठिन, महत्वपूर्ण तथा नाजुक अवस्था होती है। इस काल में किशोर -किशोरियों में शारीरिक, मानसिक तथा संवेगात्मक दृष्टि से क्रांतिकारी परिवर्तन होते हैं। शैक्षिक दृष्टि से किशोरावस्था अत्यंत महत्वपूर्ण मानी जाती है। यदि इस अवस्था में उचित मार्गदर्शन प्रदान किया जाए तो किशोर द्वारा वांछित दिशा में प्रगति करने की संभावनाएं बन जाती है। किशोरों के भावी जीवन-निर्माण की दृष्टि से माता-पिता, अध्यापक तथा समाज का यह कर्तव्य हो जाता है कि वह इस अवस्था में उनके लिए उपयुक्त तथा सुनियोजित शिक्षा की व्यवस्था करें। इस अवस्था में शिक्षा का स्वरुप निम्न अनुसार होता है:-

1. शारीरिक विकास के लिए शिक्षा
2. मानसिक विकास के लिए शिक्षा
3. संवेगात्मक विकास के लिए शिक्षा
4. सामाजिक विकास के लिए शिक्षा
5. धार्मिक एवं नैतिक विकास के लिए शिक्षा
6. व्यक्तिगत विभेदों के लिए या अनुरुप शिक्षा
7. किशोरों के प्रति व्यस्क सा व्यवहार
8. उपयुक्त शिक्षण विधियों का प्रयोग
9. यौन शिक्षा
10. जीवन दर्शन की शिक्षा
11. किशोर निर्देशन

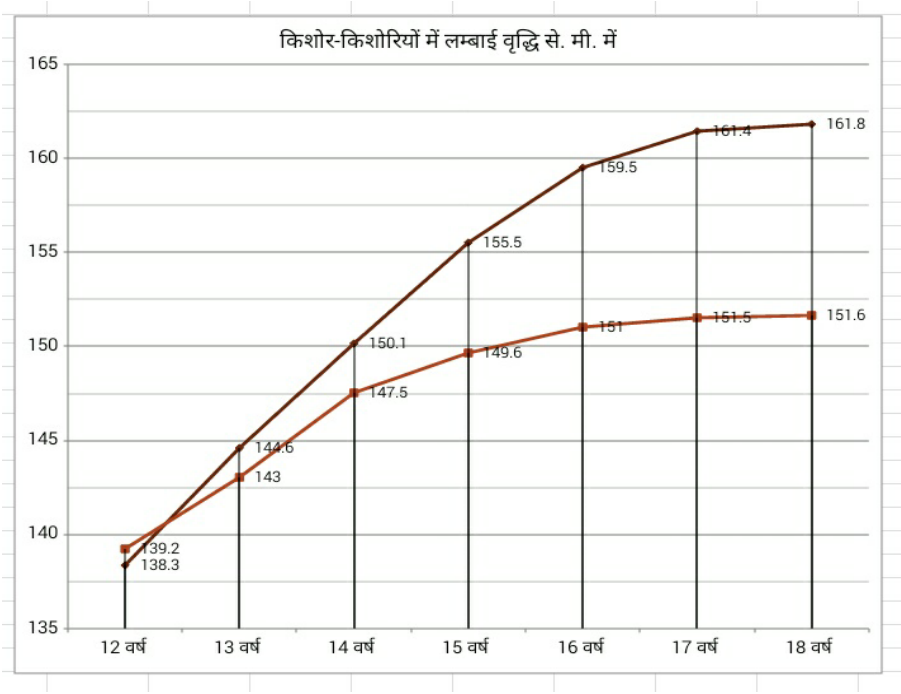
❖ किशोरावस्था में शारीरिक बदलाव

बाल्यावस्था के उपरांत किशोरावस्था प्रारंभ होती है। किशोरावस्था बाल्यावस्था तथा प्रौढ़ावस्था के बीच की अवस्था है जिसमें व्यक्ति के प्रजनन अंगों का विकास होता है। इसकी अवधि 18 वर्ष के उम्र रहती है। इस अवस्था में बालक तथा बालिकाओं का विकास बहुआयामी ढंग से होता है। किशोरावस्था होने वाले शारीरिक विकास से संबंधित कुछ परिवर्तन निम्नांकित है:-

1. लम्बाई में वृद्धि

किशोरावस्था की प्रमुख विशेषता यह भी है की इसमें किशोर और किशोरियों की शारीरिक लम्बाई में महत्वपूर्ण वृद्धि होती है। किशोर तथा किशोरियों में इस वृद्धि में भिन्नता पायी जाती है। किशोरावस्था में बालक तथा बालिकाओं की औसत लंबाई सारणी इस प्रकार है:-

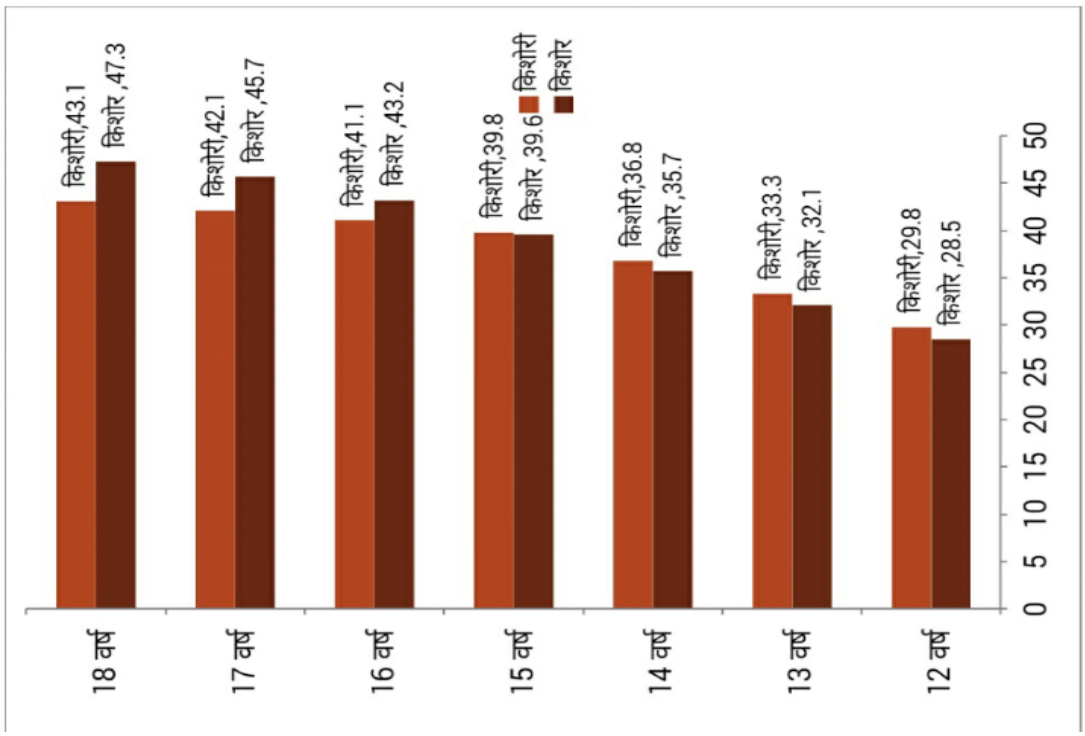
आयु ==>	12 वर्ष	13 वर्ष	14 वर्ष	15 वर्ष	16 वर्ष	17 वर्ष	18 वर्ष
किशोरों की औसत लम्बाई से.मी. में	138.3	144.6	150.1	155.5	159.5	161.4	161.8
किशोरियों की औसत लम्बाई से.मी. में	139.2	143	147.5	149.6	151.0	151.5	151.6



2. भार में वृद्धि

किशोरावस्था में लंबाई के साथ-साथ भार में भी महत्वपूर्ण परिवर्तन देखने को मिलता है। किशोर और किशोरियों के भार में परिवर्तन निम्नलिखित सारणी के द्वारा और निम्नलिखित ग्राफ द्वारा दर्शाया गया है।

आयु ==>	12 वर्ष	13 वर्ष	14 वर्ष	15 वर्ष	16 वर्ष	17 वर्ष	18 वर्ष
किशोरों का औसत भार kg में	28.5	32.1	35.7	39.6	43.2	45.7	47.3
किशोरियों का औसत भार kg में	29.8	33.3	36.8	39.8	41.1	42.2	43.1



3. सिर तथा मस्तिस्क का विकास
4. हड्डियों का विकास
5. दांत का विकास
6. मांसपेशियों का विकास
7. अन्य अंगों का विकास

❖ **शारीरिक विकास को प्रभावित करने वाले कारक**

1. वंशानुक्रम
2. वातावरण
3. पौष्टिक आहार
4. दैनिक दिनचर्या
5. निद्रा एवं विश्राम
6. प्रेम एवं सहानुभूति
7. खेल एवं व्यायाम
8. सुरक्षा
9. परिवार की स्थिति

❖ **किशोरावस्था में मानसिक विकास**

किशोरावस्था में निम्न प्रकार से मानसिक विकास होता है

1. मानसिक योग्यतायें
2. कल्पनाशक्ति का विकास
3. भाषा का विकास
4. रुचियों का विकास

वुड वर्थ ने कहा है कि मानसिक विकास 15 से 20 वर्ष की आयु सीमा में अपने उच्चतम सीमा पर पहुंचता है। किशोरावस्था में मानसिक विकास 20 वर्ष तक आते-आते उत्तम सीमा तक पहुंचने लगता है। इस अवस्था में मानसिक विकास संबंधित कुछ विशेषताएं ऊपर दी गयी हैं।

❖ **किशोरावस्था में मानसिक विकास को प्रभावित करने वाले कारक**

1. वंशानुक्रम
2. परिवार का वातावरण
3. परिवार की आर्थिक एवं सामाजिक स्थिति
4. शारीरिक स्वास्थ्य
5. माता-पिता की शिक्षा
6. बालक की शिक्षा
7. विद्यालय
8. अध्यापक
9. समाज

❖ किशोरावस्था में सामाजिक विकास

शिशु जन्म से सामाजिक प्राणी नहीं होता है। जैसे-जैसे उसका शारीरिक और मानसिक विकास होता है, वैसे-वैसे उसका सामाजिक विकास भी होता है। किशोरावस्था में किशोर एवं किशोरियों का सामाजिक परिवेश अत्यंत विस्तृत हो जाता है शारीरिक, मानसिक तथा संवेगात्मक परिवर्तन के साथ साथ उन के सामाजिक व्यवहार में भी परिवर्तन आता है। किशोरावस्था में होने वाले अनुभव तथा बदलने वाले सामाजिक संबंधों के फलस्वरुप किशोर किशोरियाँ नये ढंग से सामाजिक वातावरण में समायोजन करने का प्रयास करते हैं। किशोरावस्था में सामाजिक व्यवस्था के स्वरूप के संबंध में विद्वानों के विचार इसप्रकार हैं-

सामाजिक विकास की परिभाषा **हर लॉक** के अनुसार-

"सामाजिक विकास का अर्थ सामाजिक संबंधों में परिपक्वता प्राप्त करने से है।"

रास महोदय के अनुसार-

" सहयोग करने वाले में हम की भावना का विकास और उनके साथ कार्य करने की क्षमता का विकास तथा संकल्प समाजीकरण कहालात है।"

किशोरावस्था में सामाजिक विकास के कुछ बिंदु इस प्रकार हैं -

1. समूह का निर्माण
2. मैत्री-भाव का विकास
3. समुह के प्रति भक्ति
4. सामाजिक गुणों का विकास
5. सामाजिक परिपक्वता की भावना का विकास
6. विद्रोह की भावना का विकास
7. बहिर्मुखी प्रवृति का विकास
8. राजनीतिक दलों का प्रभाव

❖ किशोरावस्था में सामाजिक विकास को प्रभावित करने वाले कारक

1. अध्यापक
2. विद्यालय
3. परिवार
4. आर्थिक स्थिति
5. सामाजिक व्यवस्था
6. संवेगात्मक विकास
7. शारीरिक व मानसिक विकास
8. वंशानुक्रम

❖ किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास

प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन में समय-समय पर क्रोध, भय, हर्ष, घृणा, प्रेम, वासना आदि भावों का अनुभव करता है। इन्हे ही संवेग कहते हैं। किशोरावस्था में संवेगात्मक व्यवहार में अनेक रूपों में परिवर्तन देखा जाता है। वास्तव में किशोरावस्था का आगमन, संवेगात्मक व्यवहार में आए तीक्ष्ण परिवर्तन से ही परिलक्षित होता है। किशोरावस्था में होने वाले संवेगात्मक विकास की कुछ प्रमुख विशेषताएं निम्न प्रकार दी गई हैं -

1. भाव प्रधान जीवन
2. विरोधी मनोदशायें
3. संवेग में विभिन्नताएं
4. काम भावना
5. वीर पूजा
6. स्वाभिमान की भावना
7. चिंतायुक्त व्यवहार
8. स्वतंत्रता की भावना

❖ किशोरावस्था में संवेगात्मक विकास को प्रभावित करने वाले कारक

1. वंशानुक्रम
2. स्वास्थ्य
3. थकान
4. मानसिक योग
5. परिवार का वातावरण
6. अभिभावकों का किशोरों के प्रति दृष्टिकोण
7. सामाजिक-आर्थिक स्थिति
8. समाज की स्वीकृति
9. विद्यालय

❖ किशोरावस्था में सांस्कृतिक विकास

1. सामाजिकता का विकास
2. संगठन का विकास
3. संस्कार का विकास
4. भाषा का विकास
5. सहयोग का विकास
6. मनोवृत्तियों का निर्माण
7. धार्मिक रुचि
8. यौन नैतिकता का विकास
9. व्यक्तित्व का विकास
10. पालन पोषण के प्रशिक्षण का विकास

❖ **सांस्कृतिक विकास को प्रभावित करने वाले कारक**

1. समाज का प्रभाव
2. समूह का प्रभाव
3. परिवार के संस्कार का प्रभाव
4. वातावरण व मनोवृत्ति का प्रभाव
5. नैतिक मूल्यों का प्रभाव
6. जाति और संकुचित विचारधारा का प्रभाव
7. भाषायी वातावरण का प्रभाव

❖ **किशोरावस्था समस्याओं का काल है कैसे?**

किशोरावस्था को तूफान, विरोधाभास संघर्ष, व तनाव की अवस्था कहीं गई है। इस अवस्था को समस्याओं की अवस्था निम्नलिखित कारणों के कारण कहीं गई है:-

1. क्रांतिकारी शारिरिक परिवर्तन
2. समायोजन की कमी
3. बुद्धि की अधिकतम विचार
4. कल्पना की प्रधानता
5. संवेग की सहनशीलता
6. विपरीत लिंग के प्रति स्नेह
7. स्वतंत्रता की अभिलाषा
8. चिंता एवं चिंतन
9. वीर पूजा
10. सुख एवं आनंद की चाह
11. व्यवहार विभिन्नता
12. आत्मनिर्भरता की समस्या
13. समूह को महत्व
14. जीवन दर्शन का निर्माता
15. अपराध प्रवृत्ति का विकास एवं विद्रोह की भावना
16. धर्म एवं ईश्वर में अकूट विश्वास

❖ **बिहार के परिप्रेक्ष्य में किशोरावस्था की व्याख्या कीजिये।**

बिहार के परिप्रेक्ष्य में किशोरावस्था की कई समस्याएं हैं जो निम्न प्रकार से भी गई हैं-

1. विद्यालय की समस्या
2. आर्थिक समस्या
3. पारिवारिक समस्या
4. विपरीत यौन की समस्या
5. व्यक्तिगत सौंदर्य की समस्या
6. स्वास्थ्य की समस्या
7. मनोरंजन की समस्या
8. भविष्य निर्धारण की समस्या
9. व्यवसाय की समस्या
10. समायोजन की समस्या

❖ **वृद्धि एवं विकास से आप क्या समझते हैं? इन दोनों में अंतर को स्पष्ट करें।**

प्रस्तावना:-

जीवित प्राणियों के जीवन प्रसार में कभी भी स्थिरता नहीं देखी गई। जीवन के विभिन्न अवस्थाओं में नए-नए गुणों का अविर्भाव हुआ और पुरानी विशेषताओं का लोप होता रहा है। जीवित और सक्रिय बने रहने के लिए प्राणी के भीतर निरंतर परिवर्तन होना आवश्यक है। इन शारीरिक और मानसिक परिवर्तनशील गुणों तथा विशेषताओं की नियमित व क्रमिक उत्पत्ति को ही विकास कहा जाता है।

किसी भी प्राणी के जीवन का आरंभ जन्म के बाद नहीं अपितु जन्म से पूर्व गर्भाधान के समय से ही हो जाता है। शिशु-जन्म तो उसके विकास क्रम में घटित होने वाला एक स्वभाविक परिवर्तन हैं। इसके द्वारा शिशु आंतरिक वातावरण से निकलकर बाह्य वातावरण के संपर्क में आता है। किसी भी प्राणी के भीतर विकास की प्रक्रिया का प्रारंभ गर्भाधान के बाद ही होता है जो कि जीवन पर्यंत तक चलती रहती है।

वृद्धि और विकास का अर्थ:-

सामान्यत: बोलचाल की भाषा में वृद्धि एवं विकास शब्द का प्रयोग एक ही अभिप्राय के लिए किया जाता है। जबकि वास्तव में यह दोनों शब्द अपना अलग-अलग अर्थ एवं महत्त्व रखते हैं।

वृद्धि का अर्थ- वृद्धि का अर्थ बढ़ना या फलना होता है। अत: प्राणी के आंतरिक और बाह्य अंगों का बढ़ना ही वृद्धि कहलाता है। वृद्धि शारीरिक संरचना और शारिरिक परिवर्तन की ओर संकेत करती। किसी भी प्राणी में विकास पहले और वृद्धि बाद में होती है। वृद्धि गर्भाधान के लगभग दो सप्ताह के बाद आरंभ होती है और 20 वर्ष की आयु तक चलती है या इसके आसपास समाप्त हो जाती है। वृद्धि में होने वाले परिवर्तन केवल शारीरिक और रचनात्मक ही होते हैं। वृद्धि परिपक्वता की अवस्था में आते-आते समाप्त हो जाती है, जबकि विकास जीवन पर्यंत चलता रहता है।

फैंक महोदय के अनुसार - "अब वृद्धि से तात्पर्य कोशिकाओं में होने वाले वृद्धि से होता है। जैसे लंबाई और भर में वृद्धि , जबकि विकास से तातपर्य प्राणी में होने वाले संपूर्ण परिवर्तनों से होता है।

विकास का अर्थ:-

विकास एक सार्वभौमिक प्रक्रिया है, जो जन्म से लेकर जीवन पर्यंत तक अविराम गति से चलती रहती है। यह केवल शारीरिक वृद्धि की ओर संकेत नहीं करता, वरन इसके अंतर्गत शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और संवेगात्मक परिवर्तन सम्मिलित रहते हैं। अतः प्राणी के भीतर विभिन्न प्रकार के शारीरिक और मानसिक क्रमिक परिवर्तन की उत्पत्ति विकास कहलाती है।

मूनरो महोदय के अनुसार:- "विकास परिवर्तन श्रृंखला कि वह अवस्था है जिसमें मानव भ्रुण अवस्था से लेकर प्रौढ़ावस्था तक गुजरता है, विकास कहलाता है।"

❖ वृद्धि एवं विकास के सामान्य सिद्धान्त

प्रस्तावना:- गैरिसन तथा अन्य के अनुसार जब बालक विकास की एक अवस्था से दूसरी अवस्था में प्रवेश करता है, तब हम उसमें कुछ परिवर्तन देखते हैं। इन्हीं परिवर्तनों के आधार पर विकास एवं वृद्धि के निम्नलिखित सिद्धांत दिए गए हैं:-

1. निरंतरता का सिद्धांत
2. व्यक्तिगतता का सिद्धांत
3. परिमार्जित का सिद्धांत
4. निश्चित एवं पूर्वकथनीय प्रतिरूप का सिद्धांत
5. सामान्य प्रतिमान का सिद्धांत
6. समन्वय का सिद्धांत
7. वंशानुक्रम एवं वातावरण की अंतः-क्रिया का सिद्धांत
8. चक्रकार प्रगति का सिद्धांत

पाठ्य सामग्री संग्रहकर्ता- सावन कुमार [छात्राध्यापक बीएड प्रथम वर्ष, भुवन मालती शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय, मोतिहारी]

नोट:- इस पाठ्यसामग्री में यदि कोई त्रुटि हो तो छात्राध्यपकों एवं शिक्षकों से अनुरोध है कि वे इसमें सुधार कर लें।

अपना सुझाव इस ईमेल पते पर भेजें- timepaseducation@gmail.com