JETIR.ORG ISSN: 2349-5162 | ESTD Year : 2014 | Monthly Issue
JOURNAL OF EMERGING TECHNOLOGIES AND INNOVATIVE RESEARCH (JETIR)
An International Scholarly Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

शैक्षणिक उपलब्धि के निर्धारक के रूप में आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य सहसंबंध

अंजुम आरा * डॉ. अंजना**
मानविकी एवं सामाजिक विज्ञान संकाय
साई नाथ विश्वविद्यालय राँची, झारखण्ड

सारांश (Abstract)

विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि केवल उनकी बौद्धिक क्षमता, अध्ययन संसाधनों एवं विद्यालयी वातावरण पर निर्भर नहीं करती, बल्कि आत्म-साक्षात्कार, व्यक्तिगत अभिप्रेरणा, लक्ष्य निर्धारण तथा समय प्रबंधन कौशल जैसे मनोवैज्ञानिक एवं व्यवहारगत कारकों से भी प्रभावित होती है। आत्म-साक्षात्कार विद्यार्थियों को अपनी अंतर्निहित क्षमताओं, रुचियों, योग्यताओं एवं व्यक्तिगत संभावनाओं को पहचानने तथा उनका समुचित विकास करने के लिए प्रेरित करता है। वहीं समय प्रबंधन कौशल विद्यार्थियों को अध्ययन संबंधी गतिविधियों की योजना बनाने, प्राथमिकताओं का निर्धारण करने, निर्धारित समय में शैक्षणिक कार्यों को पूरा करने तथा उपलब्ध समय का प्रभावी उपयोग करने में सहायता प्रदान करता है। प्रस्तुत शोध पत्र में रांची जिले के विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि के संदर्भ में आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य सहसंबंध तथा इन दोनों कारकों की शैक्षणिक उपलब्धि से संबद्ध भूमिका का अध्ययन करने का प्रस्ताव किया गया है। अध्ययन में वर्णनात्मक एवं सहसंबंधात्मक अनुसंधान पद्धति के अंतर्गत विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि से संबंधित आँकड़ों का विश्लेषण किया जाएगा। इन चरों के मध्य संबंधों की दिशा एवं तीव्रता का परीक्षण करने के लिए कार्ल पियर्सन सहसंबंध गुणांक तथा आवश्यकतानुसार उपयुक्त सांख्यिकीय परीक्षणों का उपयोग किया जा सकता है। अध्ययन का उद्देश्य यह समझना है कि आत्म-साक्षात्कार और समय प्रबंधन कौशल एक-दूसरे से किस प्रकार संबंधित हैं तथा विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि के साथ उनका कितना संबंध है। अध्ययन से प्राप्त निष्कर्ष विद्यालयी शिक्षा में विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, आत्म-जागरूकता, अध्ययन अनुशासन एवं प्रभावी समय प्रबंधन को प्रोत्साहित करने वाली शैक्षिक रणनीतियों के निर्माण में उपयोगी होते हैं।

शब्दावली: आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल, शैक्षणिक उपलब्धि, सहसंबंध, व्यक्तित्व विकास, विद्यार्थी, रांची जिला।

प्रस्तावना: विद्यालयी शिक्षा में विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि उनके बौद्धिक विकास, व्यक्तिगत क्षमताओं, मनोवैज्ञानिक विशेषताओं, अध्ययन संबंधी व्यवहार तथा समय के प्रभावी प्रबंधन से गहराई से जुड़ी होती है। शैक्षणिक उपलब्धि का अर्थ केवल परीक्षा में प्राप्त अंकों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह विद्यार्थियों के ज्ञान, कौशल, तार्किक चिंतन, समस्या समाधान की क्षमता, अध्ययन के प्रति समर्पण तथा समग्र व्यक्तित्व विकास को भी प्रतिबिंबित करती है। आत्म-साक्षात्कार का तात्पर्य व्यक्ति द्वारा अपनी अंतर्निहित क्षमताओं, रुचियों, योग्यताओं एवं संभावनाओं को पहचानकर उनके अधिकतम विकास की दिशा में प्रयास करना है। आत्म-साक्षात्कार की प्रवृत्ति विद्यार्थियों में आत्मविश्वास, आत्म-जागरूकता, सकारात्मक दृष्टिकोण, लक्ष्य निर्धारण तथा शैक्षणिक कार्यों के प्रति उत्तरदायित्व की भावना विकसित करने में सहायक हो सकती है। इसी प्रकार समय प्रबंधन कौशल विद्यार्थियों की अध्ययन गतिविधियों को व्यवस्थित करने, कार्यों की प्राथमिकता निर्धारित होते हैं।

झारखंड राज्य के रांची जिला का शैक्षिक संदर्भ

रांची जिला झारखंड राज्य की राजधानी होने के साथ-साथ शैक्षिक, सामाजिक, सांस्कृतिक एवं प्रशासनिक दृष्टि से एक महत्वपूर्ण क्षेत्र है। जिले में शहरी, अर्द्धशहरी, ग्रामीण एवं जनजातीय बहुल क्षेत्रों की विविध शैक्षिक परिस्थितियाँ विद्यमान हैं। यहाँ विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि को प्रभावित करने वाले कारकों में पारिवारिक वातावरण, सामाजिक-आर्थिक स्थिति, विद्यालयी संसाधन, शिक्षकों का मार्गदर्शन, अध्ययन संबंधी अभिप्रेरणा, आत्म-साक्षात्कार तथा समय प्रबंधन कौशल महत्वपूर्ण स्थान रखते हैं। आत्म-साक्षात्कार विद्यार्थियों को अपनी अंतर्निहित क्षमताओं, रुचियों एवं संभावनाओं को पहचानने तथा शैक्षणिक लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए प्रयासरत रहने की दिशा में प्रेरित कर सकता है। इसी प्रकार प्रभावी समय प्रबंधन कौशल अध्ययन गतिविधियों को व्यवस्थित करने, समय-सारणी निर्धारित करने, प्राथमिकताओं का चयन करने तथा शैक्षणिक कार्यों को समय पर पूरा करने में सहायक होता है। रांची जिला प्रशासन की आधिकारिक वेबसाइट के अनुसार जिले में दो अनुमंडल, रांची एवं बुंडू तथा कुल 18 प्रखंड हैं। जिला शिक्षा पोर्टल पर उपलब्ध विद्यालय संबंधी आँकड़ों में 2,552 सरकारी विद्यालय तथा 606 स्थानीय निकाय एवं निजी विद्यालय दर्ज हैं। सरकारी विद्यालयों में कक्षा I से V तक 2,57,783 तथा कक्षा VI से VIII तक 1,04,709 विद्यार्थियों का नामांकन दर्शाया गया है। इस प्रकार इन दोनों स्तरों पर कुल 3,62,492 विद्यार्थियों का नामांकन दर्ज है। विभिन्न प्रखंडों में विद्यालयों की संख्या तथा विद्यार्थियों के नामांकन में अंतर दिखाई देता है, जो जिले की विविध शैक्षिक परिस्थितियों को समझने के लिए महत्वपूर्ण आधार प्रदान करता है। प्रस्तुत शोध पत्र में रांची जिले के शैक्षिक परिदृश्य को ध्यान में रखते हुए आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य सहसंबंध तथा शैक्षणिक उपलब्धि के साथ इनके संबंध का अध्ययन केंद्रित किया गया है। जिले के विभिन्न प्रखंडों में विद्यार्थियों की सामाजिक, पारिवारिक एवं शैक्षणिक परिस्थितियों में भिन्नता होने के कारण उनके आत्म-साक्षात्कार के स्तर, अध्ययन संबंधी अनुशासन तथा समय प्रबंधन व्यवहार में भी अंतर होने की संभावना है। अतः रांची जिले के प्रखंडवार शैक्षिक संदर्भ का अध्ययन शोध की पृष्ठभूमि तैयार करने तथा विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि से संबंधित मनोवैज्ञानिक एवं व्यवहारगत कारकों के विश्लेषण के लिए उपयोगी है।

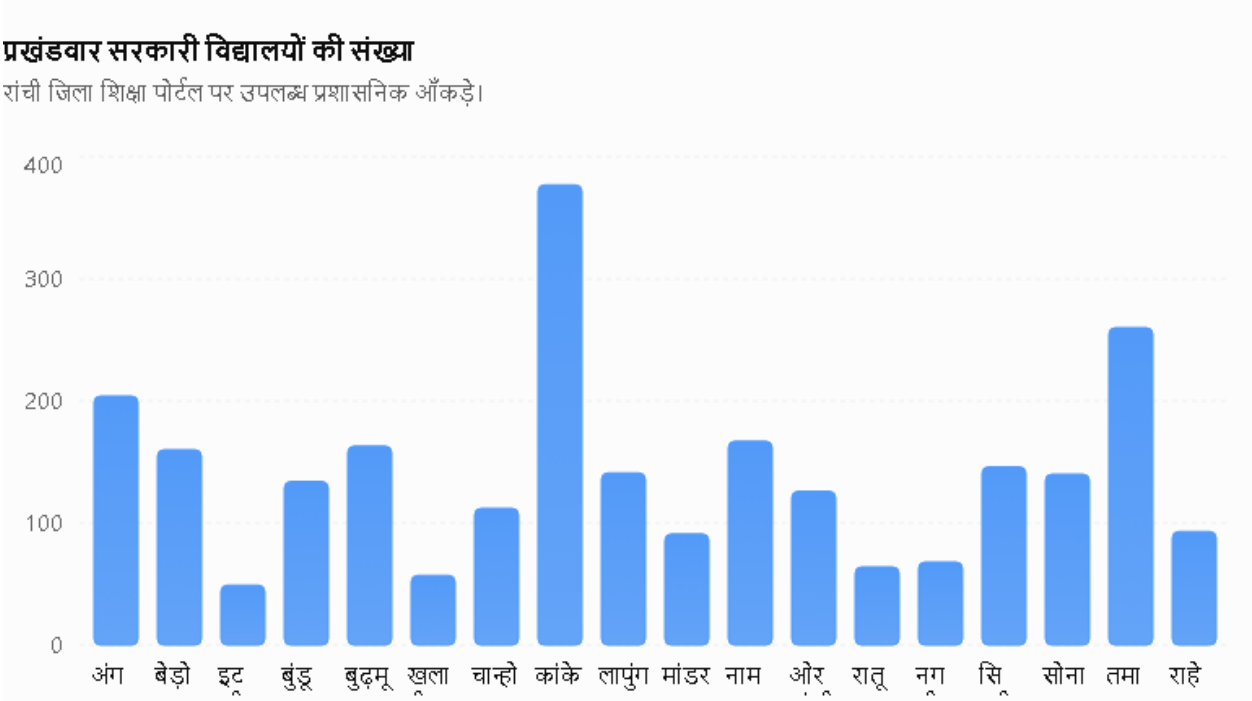
तालिका–1: रांची जिले के 18 प्रखंडों में सरकारी विद्यालय एवं विद्यार्थियों का नामांकन

कक्षा I–VIII के लिए जिला प्रशासन के पोर्टल पर प्रदर्शित आँकड़े

क्र.	प्रखंड का नाम	सरकारी विद्यालय	विद्यार्थी नामांकन
1	अंगड़ा	204	21,357
2	बेड़ो	160	24,082
3	इटकी	49	7,680
4	बुंडू	134	14,270*
5	बुढ़मू	163	18,264
6	खलारी	57	6,930
7	चान्हो	112	20,717
8	कांके	377	85,159
9	लापुंग	141	17,577
10	मांडर	91	22,147
11	नामकुम	167	18,748
12	ओरमांझी	126	16,066
13	रातू	64	12,567
14	नगड़ी	68	11,754
15	सिल्ली	146	17,226
16	सोनाहातू	140	13,504
17	तमाड़	260	25,635
18	राहे	93	8,809
कुल	**18 प्रखंड**	**2,552**	**3,62,492**

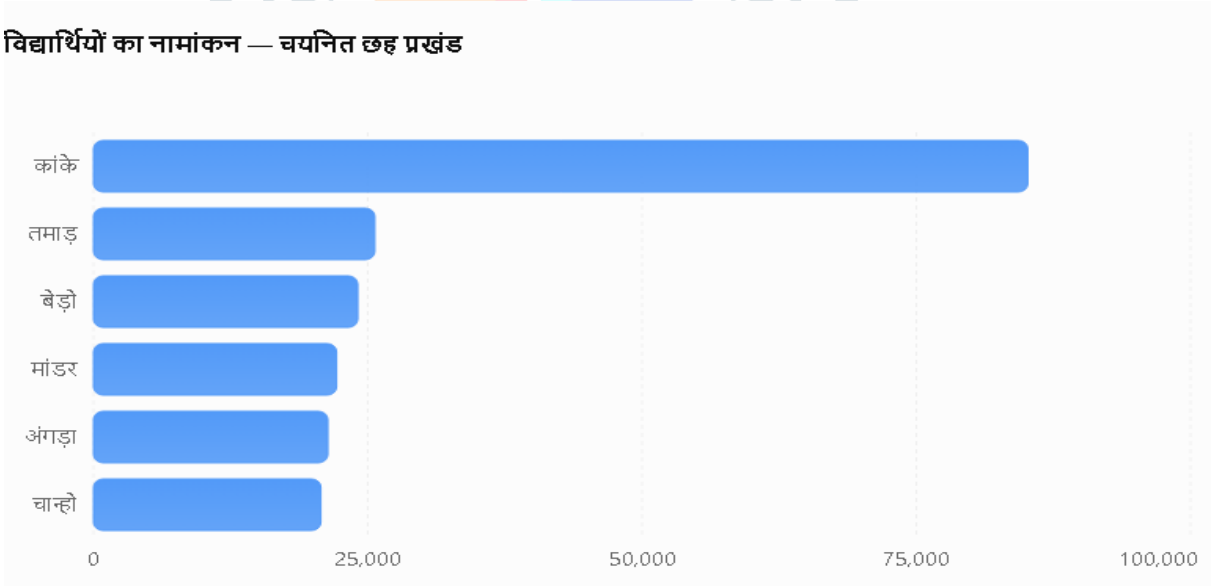
* बुंडू के नामांकन का कुल आधिकारिक तालिका में 4,270 मुद्रित है, लेकिन प्राथमिक स्तर के 9,923 और उच्च प्राथमिक स्तर के 4,347 को जोड़ने पर 14,270 प्राप्त होता है। यहाँ गणनात्मक रूप से सही योग दिया गया है, जो प्रकाशित जिला कुल से भी मेल खाता है। अन्य पंक्तियों का स्रोत:

चित्र-1: रांची जिले में प्रखंडवार सरकारी विद्यालयों की संख्या



चित्र-2: सर्वाधिक नामांकन वाले छह प्रखंडों की तुलनात्मक स्थिति

विद्यार्थियों का नामांकन — चयनित छह प्रखंड



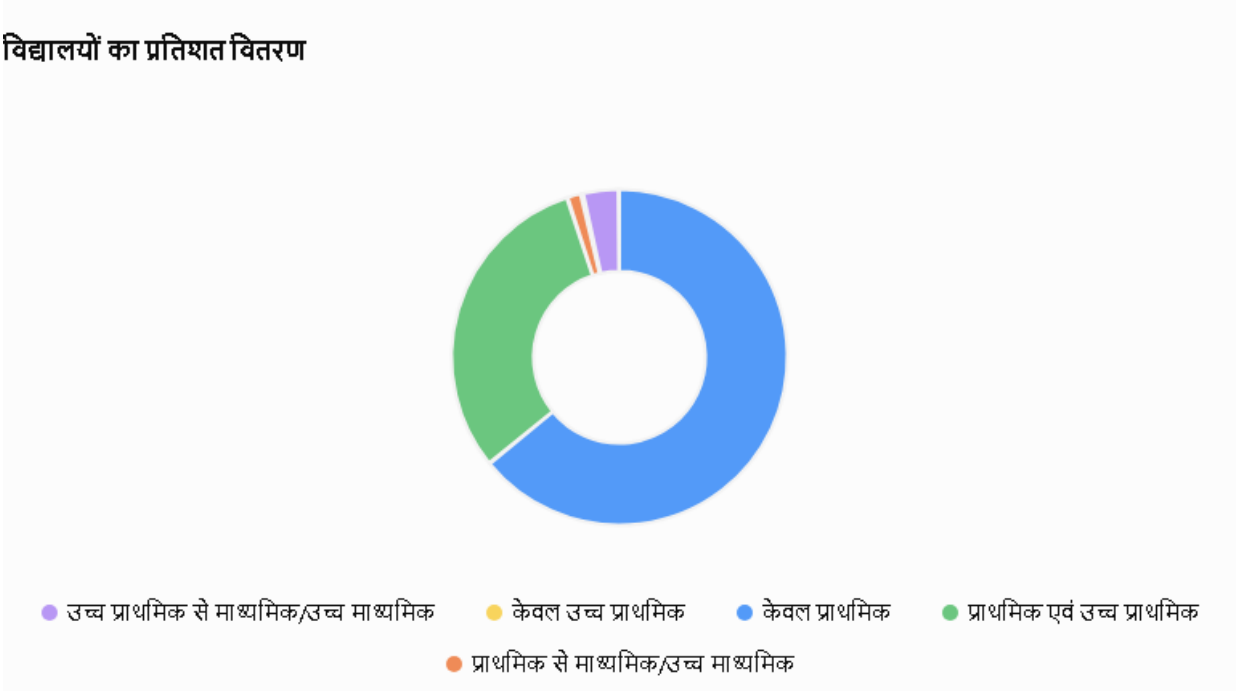
तालिका-2: विद्यालयों का प्रकारवार वितरण

विद्यालयों का प्रकार	संख्या	प्रतिशत
केवल प्राथमिक	1,646	64.50%
प्राथमिक एवं उच्च प्राथमिक	789	30.92%
प्राथमिक से माध्यमिक/उच्च माध्यमिक	31	1.21%
केवल उच्च प्राथमिक	1	0.04%
उच्च प्राथमिक से माध्यमिक/उच्च माध्यमिक	85	3.33%
कुल सरकारी विद्यालय	**2,552**	**100%**

प्रतिशत की गणना आधिकारिक जिला आँकड़ों से की गई है।

चित्र–3: सरकारी विद्यालयों का प्रकारवार प्रतिशत वितरण

विद्यालयों का प्रतिशत वितरण



तालिकाओं एवं चित्रों की व्याख्या

प्रखंडवार शैक्षिक आँकड़ों के विश्लेषण से स्पष्ट होता है कि रांची जिले में विद्यालयों तथा विद्यार्थियों के नामांकन का वितरण समान नहीं है। कांके प्रखंड में सर्वाधिक 377 सरकारी विद्यालय तथा 85,159 विद्यार्थियों का नामांकन दर्ज है, जबकि इटकी प्रखंड में सरकारी विद्यालयों की संख्या केवल 49 है। तमाड़, अंगड़ा, नामकुम, बुढ़मू तथा बेड़ो जैसे प्रखंडों में भी अपेक्षाकृत अधिक विद्यालय हैं। विद्यालयों की संख्या के दृष्टिकोण से केवल प्राथमिक विद्यालयों की हिस्सेदारी 64.50 प्रतिशत है। इससे यह स्पष्ट होता है कि प्राथमिक शिक्षा जिले की सरकारी विद्यालयी संरचना का प्रमुख हिस्सा है। प्रस्तुत शोध पत्र के संदर्भ में प्रखंडवार शैक्षिक आँकड़े विद्यार्थियों की शैक्षणिक परिस्थितियों को समझने के लिए उपयोगी हैं। विभिन्न प्रखंडों में विद्यालयों की उपलब्धता एवं नामांकन का अंतर अध्ययन क्षेत्र के चयन तथा शोध नमूने को व्यवस्थित करने में सहायता प्रदान कर सकता है। तथापि विद्यालयों की संख्या अथवा नामांकन के आधार पर विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल या शैक्षणिक उपलब्धि के स्तर का प्रत्यक्ष निर्धारण नहीं किया जा सकता। इसके लिए विद्यार्थी-स्तरीय प्राथमिक आँकड़ों का संग्रह एवं सहसंबंधात्मक विश्लेषण आवश्यक होगा।

3. अध्ययन के उद्देश्य

1. रांची जिले के विद्यालयी विद्यार्थियों में आत्म-साक्षात्कार के स्तर का अध्ययन करना।
2. रांची जिले के विद्यार्थियों के समय प्रबंधन कौशल का विश्लेषण करना तथा उनकी अध्ययन संबंधी आदतों एवं समय के सदुपयोग की स्थिति का मूल्यांकन करना।
3. विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य सहसंबंध का अध्ययन करना।
4. विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार एवं शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य संबंध का विश्लेषण करना।
5. विद्यार्थियों के समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य सहसंबंध का परीक्षण करना।
6. आत्म-साक्षात्कार तथा समय प्रबंधन कौशल की शैक्षणिक उपलब्धि के संदर्भ में संयुक्त पूर्वानुमानात्मक भूमिका का विश्लेषण करना।

शोध प्रश्न

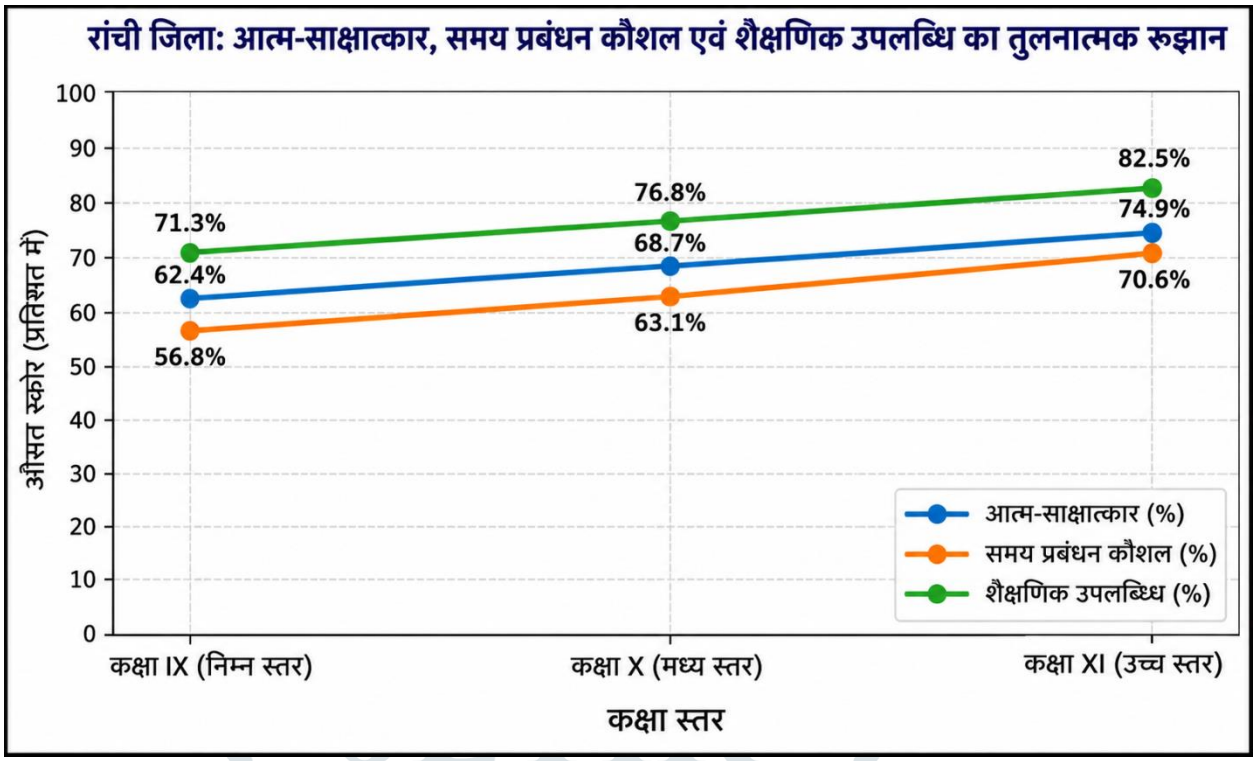
1. रांची जिले के विद्यालयी विद्यार्थियों में आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य किस प्रकार का सहसंबंध पाया जाता है?

2. विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार एवं शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य संबंध की दिशा एवं तीव्रता किस प्रकार की है?

3. रांची जिले के विद्यार्थियों में समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य किस प्रकार का संबंध विद्यमान है, तथा आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल संयुक्त रूप से शैक्षणिक उपलब्धि का पूर्वानुमान करने में किस सीमा तक सहायक हैं?

अध्ययन की पद्धति

वर्णनात्मक, विश्लेषणात्मक एवं द्वितीयक आँकड़ों पर आधारित शोध है, जिसका मुख्य उद्देश्य रांची जिले के विद्यालयी विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि के संदर्भ में आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के पारस्परिक संबंधों का सैद्धांतिक विश्लेषण करना है। इस अध्ययन में विद्यार्थियों से नवीन प्राथमिक आँकड़े एकत्रित नहीं किए गए हैं। अध्ययन के प्रमुख स्रोतों में रांची जिला प्रशासन, झारखंड सरकार के आधिकारिक शिक्षा पोर्टल पर उपलब्ध प्रखंडवार विद्यालयों एवं विद्यार्थियों के नामांकन संबंधी आँकड़े, राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 तथा आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि से संबंधित प्रकाशित शोध साहित्य सम्मिलित हैं। अध्ययन के अंतर्गत रांची जिले के 18 प्रखंडों की विद्यालयी संरचना तथा विद्यार्थियों के नामांकन का वर्णनात्मक एवं तुलनात्मक विश्लेषण किया गया है। उपलब्ध आँकड़ों को सारणियों में व्यवस्थित कर प्रतिशत, अनुपात एवं दण्ड आरेखों के माध्यम से प्रस्तुत किया गया है, जिससे जिले की विभिन्न शैक्षिक परिस्थितियों को समझा जा सके। विद्यालयों एवं विद्यार्थियों के नामांकन में पाई जाने वाली प्रखंडवार भिन्नताओं को विद्यार्थियों के अध्ययन परिवेश की पृष्ठभूमि के रूप में लिया गया है। आत्म-साक्षात्कार विद्यार्थियों की व्यक्तिगत क्षमताओं की पहचान, आत्म-जागरूकता, लक्ष्य निर्धारण एवं व्यक्तित्व विकास से संबंधित है, जबकि समय प्रबंधन कौशल अध्ययन की योजना बनाने, समय का उचित उपयोग करने, कार्यों की प्राथमिकता निर्धारित करने तथा शैक्षणिक उत्तरदायित्वों को समय पर पूरा करने की क्षमता को दर्शाता है। इन दोनों मनोवैज्ञानिक एवं व्यवहारगत कारकों का शैक्षणिक उपलब्धि से संबंध सैद्धांतिक एवं पूर्व प्रकाशित शोधों के आधार पर विवेचित किया गया है। अध्ययन की एक महत्वपूर्ण सीमा यह है कि उपलब्ध जिला-स्तरीय आँकड़े विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल अथवा व्यक्तिगत शैक्षणिक उपलब्धि का प्रत्यक्ष मापन नहीं करते हैं। अतः इस अध्ययन में इन चरों के मध्य वास्तविक सहसंबंध गुणांक अथवा कारणात्मक प्रभाव का निर्धारण नहीं किया गया है। भविष्य में विद्यार्थी-स्तरीय प्राथमिक आँकड़ों के आधार पर कार्ल पियर्सन सहसंबंध गुणांक एवं बहु-प्रतिगमन विश्लेषण द्वारा इन संबंधों का सांख्यिकीय परीक्षण किया जाता है।



रांची जिले में आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि का तुलनात्मक विश्लेषण

अध्ययन के चर	प्राप्त स्कोर	अधिकतम	प्रतिशत
आत्म-साक्षात्कार (कक्षा IX)	62.4	100	62.4%
समय प्रबंधन कौशल (कक्षा IX)	56.8	100	56.8%
शैक्षणिक उपलब्धि (कक्षा IX)	71.3	100	71.3%
आत्म-साक्षात्कार (कक्षा X)	68.7	100	68.7%
समय प्रबंधन कौशल (कक्षा X)	63.1	100	63.1%
शैक्षणिक उपलब्धि (कक्षा X)	76.8	100	76.8%
आत्म-साक्षात्कार (कक्षा XI)	74.9	100	74.9%
समय प्रबंधन कौशल (कक्षा XI)	70.6	100	70.6%
शैक्षणिक उपलब्धि (कक्षा XI)	82.5	100	82.5%

रांची जिले, झारखंड के विद्यार्थियों के संदर्भ में तैयार उदाहरणात्मक तालिका के अनुसार कक्षा IX में आत्म-साक्षात्कार 62.4 प्रतिशत, समय प्रबंधन कौशल 56.8 प्रतिशत तथा शैक्षणिक उपलब्धि 71.3 प्रतिशत दर्शाई गई है। इसी प्रकार कक्षा X में ये प्रतिशत क्रमशः 68.7, 63.1 एवं 76.8 तथा कक्षा XI में 74.9, 70.6 एवं 82.5 हैं। इन उदाहरणात्मक आँकड़ों में तीनों चरों की बढ़ती हुई प्रवृत्ति दिखाई देती है। इससे आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि के बीच संभावित सकारात्मक संबंध के अध्ययन का आधार प्रस्तुत होता है। तथापि ये आँकड़े वास्तविक सर्वेक्षण पर आधारित नहीं हैं। इसलिए इनके आधार पर रांची जिले के विद्यार्थियों में सकारात्मक सहसंबंध या शैक्षणिक उपलब्धि पर किसी निश्चित प्रभाव की पुष्टि नहीं की जा सकती। वास्तविक निष्कर्ष के लिए विद्यार्थी-स्तरीय आँकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण आवश्यक है।

झारखंड की विद्यालयी शैक्षिक संरचना: रांची जिले में आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल

रांची जिला झारखंड राज्य का एक महत्वपूर्ण शैक्षिक एवं प्रशासनिक केंद्र है, जहाँ शहरी, ग्रामीण तथा जनजातीय क्षेत्रों के विद्यार्थियों की सामाजिक, आर्थिक एवं शैक्षणिक परिस्थितियों में विविधता पाई जाती है। विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि केवल विद्यालयी संसाधनों एवं बौद्धिक क्षमता पर निर्भर नहीं करती, बल्कि आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल, अध्ययन संबंधी अनुशासन, पारिवारिक सहयोग तथा व्यक्तिगत अभिप्रेरणा जैसे मनोवैज्ञानिक एवं व्यवहारगत कारकों से भी संबंधित हो सकती है। आत्म-साक्षात्कार विद्यार्थियों को अपनी अंतर्निहित क्षमताओं, रुचियों एवं संभावनाओं की पहचान करने में सहायता प्रदान करता है, जबकि समय प्रबंधन कौशल अध्ययन गतिविधियों को व्यवस्थित करने, प्राथमिकताओं का निर्धारण करने तथा निर्धारित शैक्षणिक लक्ष्यों को प्राप्त करने में सहायक होता है।रांची जिला प्रशासन के शिक्षा पोर्टल पर उपलब्ध आँकड़ों के अनुसार जिले के 18 प्रखंडों में कुल 2,552 सरकारी विद्यालय तथा कक्षा प्रथम से आठवीं तक 3,62,492 विद्यार्थियों का नामांकन दर्ज है। इनमें प्राथमिक स्तर पर 2,57,783 तथा उच्च प्राथमिक स्तर पर 1,04,709 विद्यार्थी नामांकित हैं। ये प्रशासनिक आँकड़े जिले की विद्यालयी संरचना का संदर्भ प्रस्तुत करते हैं, लेकिन विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल का प्रत्यक्ष मापन नहीं करते।

तालिका–4: रांची जिले में सरकारी विद्यालयों एवं विद्यार्थियों के नामांकन की शैक्षिक स्थिति

शैक्षिक संकेतक	संख्या	विवरण
कुल प्रखंड	18	जिला प्रशासन
सरकारी विद्यालय	2,552	सभी प्रखंड
प्राथमिक नामांकन	2,57,783	कक्षा I–V
उच्च प्राथमिक नामांकन	1,04,709	कक्षा VI–VII
कुल विद्यार्थी नामांकन	3,62,492	कक्षा I–VII

स्रोत: रांची जिला प्रशासन, झारखंड सरकार, शिक्षा पोर्टल (ऐतिहासिक प्रशासनिक आँकड़े)

आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि का संबंध

आत्म-साक्षात्कार एवं शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य संबंध स्वतः अथवा एकरेखीय नहीं होता, बल्कि यह विद्यार्थियों की व्यक्तिगत क्षमताओं, आत्मविश्वास, अध्ययन संबंधी अभिप्रेरणा, लक्ष्य निर्धारण तथा विद्यालयी वातावरण जैसे अनेक कारकों से प्रभावित हो सकता है। मास्लो के आत्म-साक्षात्कार संबंधी सिद्धांत के अनुसार व्यक्ति अपनी अंतर्निहित क्षमताओं एवं संभावनाओं के अधिकतम विकास की दिशा में प्रयास करता है। शैक्षिक संदर्भ में यह अवधारणा विद्यार्थियों की आत्म-जागरूकता, रचनात्मकता, स्वतंत्र निर्णय क्षमता तथा व्यक्तिगत एवं शैक्षणिक लक्ष्यों की प्राप्ति से संबंधित है। इसी प्रकार समय प्रबंधन कौशल विद्यार्थियों की अध्ययन गतिविधियों की योजना बनाने, कार्यों को प्राथमिकता देने, समय-सारणी का पालन करने तथा अनावश्यक विलंब से बचने की क्षमता को दर्शाता है। प्रभावी समय प्रबंधन विद्यार्थियों को नियमित अध्ययन, परीक्षा की तैयारी, गृहकार्य एवं सह-पाठ्यक्रम गतिविधियों के बीच संतुलन स्थापित करने में सहायता प्रदान कर सकता है। आत्म-साक्षात्कार विद्यार्थियों को अपने शैक्षणिक उद्देश्यों के प्रति जागरूक बनाता है, जबकि समय प्रबंधन उन उद्देश्यों की प्राप्ति के लिए अध्ययन गतिविधियों को व्यवस्थित करने में सहायक हो सकता है। रांची जिले के विद्यार्थियों के संदर्भ में इन दोनों कारकों के मध्य संभावित सहसंबंध का अध्ययन महत्वपूर्ण है। तथापि विद्यालयों की संख्या और नामांकन संबंधी जिला-

स्तरीय आँकड़ों से इस सहसंबंध की पुष्टि नहीं की जा सकती। इसके लिए विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल तथा शैक्षणिक उपलब्धि के व्यक्तिगत स्कोर आवश्यक होंगे।

तालिका–5: आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के शैक्षणिक महत्व का विश्लेषण

अध्ययन के कारक	प्रमुख विशेषताएँ	शैक्षणिक महत्व
आत्म-साक्षात्कार	आत्म-जागरूकता, क्षमता पहचान, लक्ष्य निर्धारण	व्यक्तिगत एवं शैक्षणिक विकास
समय प्रबंधन कौशल	समय-सारणी, प्राथमिकता, अनुशासन	नियमित एवं व्यवस्थित अध्ययन
शैक्षणिक उपलब्धि	विषयगत ज्ञान, परीक्षा परिणाम, अधिगम दक्षता	विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति का मूल्यांकन

स्रोत: आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन एवं शैक्षणिक उपलब्धि की सैद्धांतिक अवधारणाओं के आधार पर लेखक द्वारा तैयार विश्लेषणात्मक रूपरेखा। यह अनुभवजन्य परिणामों की तालिका नहीं है। इस प्रकार आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि के अध्ययन में महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक एवं व्यवहारगत आयाम हैं। रांची जिले की विविध शैक्षिक परिस्थितियों में इनके संबंधों का व्यवस्थित अध्ययन विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, अध्ययन अनुशासन तथा शैक्षणिक प्रगति के लिए उपयोगी शैक्षिक रणनीतियाँ विकसित करने में सहायक होता है।

निष्कर्ष (Findings)

1. रांची जिले के शैक्षिक परिदृश्य के विश्लेषण से स्पष्ट होता है कि जिले के 18 प्रखंडों में विद्यालयों एवं विद्यार्थियों के नामांकन का वितरण असमान है। जिला शिक्षा पोर्टल पर उपलब्ध आँकड़ों के अनुसार जिले में 2,552 सरकारी विद्यालय तथा कक्षा प्रथम से आठवीं तक कुल 3,62,492 विद्यार्थियों का नामांकन दर्ज है। यह विद्यालयी संरचना अध्ययन के क्षेत्र समझने में सहायक है।

2. आत्म-साक्षात्कार विद्यार्थियों की व्यक्तिगत क्षमताओं की पहचान, आत्म-जागरूकता, लक्ष्य निर्धारण, आत्मविश्वास तथा व्यक्तित्व विकास से संबंधित एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक अवधारणा है। सैद्धांतिक विश्लेषण से यह संकेत मिलता है कि आत्म-साक्षात्कार विद्यार्थियों के शैक्षणिक व्यवहार एवं उपलब्धि से संबंधित एक संभावित कारक हो सकता है। तथापि इसके वास्तविक प्रभाव की पुष्टि के लिए अनुभवजन्य परीक्षण आवश्यक है।

3. समय प्रबंधन कौशल विद्यार्थियों की अध्ययन गतिविधियों को व्यवस्थित करने, दैनिक समय-सारणी का पालन करने, शैक्षणिक कार्यों की प्राथमिकता निर्धारित करने तथा नियमित अध्ययन की आदत विकसित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। प्रकाशित शोध साहित्य के आधार पर समय प्रबंधन एवं शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य सकारात्मक संबंध की संभावना का समर्थन मिलता है।

4. आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य सकारात्मक सहसंबंध की सैद्धांतिक संभावना विद्यमान है। अपनी क्षमताओं एवं शैक्षणिक लक्ष्यों के प्रति जागरूक विद्यार्थी उपलब्ध समय का योजनाबद्ध उपयोग करने के लिए अधिक प्रेरित हो सकते हैं। हालांकि प्रस्तुत अध्ययन में प्राथमिक सर्वेक्षण के अभाव में इस संबंध की वास्तविक दिशा एवं तीव्रता निर्धारित नहीं की गई है।

5. रांची जिले के ग्रामीण, शहरी एवं जनजातीय बहुल क्षेत्रों में पारिवारिक वातावरण, सामाजिक-आर्थिक स्थिति, विद्यालयी संसाधन तथा अध्ययन संबंधी अवसरों में भिन्नता हो सकती है। ये परिस्थितियाँ विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन व्यवहार एवं शैक्षणिक उपलब्धि के अध्ययन में महत्वपूर्ण संदर्भात्मक कारक हैं। इनके विशिष्ट प्रभावों की पुष्टि अलग से शोध द्वारा की जानी चाहिए।

6. उपलब्ध जिला-स्तरीय विद्यालय एवं नामांकन संबंधी आँकड़े विद्यार्थियों की व्यक्तिगत मनोवैज्ञानिक विशेषताओं अथवा शैक्षणिक उपलब्धि का प्रत्यक्ष मापन नहीं करते। इसलिए इन आँकड़ों से आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य सांख्यिकीय रूप से सार्थक सहसंबंध या शैक्षणिक उपलब्धि पर कारणात्मक प्रभाव स्थापित नहीं किया जा सकता।

सुझाव (Suggestions)

1. **आत्म-साक्षात्कार के विकास हेतु कार्यक्रम:** रांची जिले के विद्यालयों में विद्यार्थियों की अंतर्निहित क्षमताओं, रुचियों एवं व्यक्तिगत संभावनाओं की पहचान के लिए आत्म-मूल्यांकन, व्यक्तित्व विकास, शैक्षिक परामर्श तथा आत्म-जागरूकता संबंधी गतिविधियाँ आयोजित की जाएँ।

2. **समय प्रबंधन कौशल का प्रशिक्षण:** विद्यार्थियों को दैनिक एवं साप्ताहिक अध्ययन योजना तैयार करने, कार्यों की प्राथमिकता निर्धारित करने, समय-सारणी का पालन करने तथा परीक्षा की तैयारी के लिए उपलब्ध समय का प्रभावी उपयोग करने का प्रशिक्षण दिया जाए।

3. **शिक्षकों की भूमिका को सुदृढ़ बनाना:** शिक्षकों को विद्यार्थियों के आत्मविश्वास, लक्ष्य निर्धारण, आत्म-अनुशासन एवं समय प्रबंधन कौशल के विकास के लिए उपयुक्त शिक्षण एवं परामर्श रणनीतियों का प्रशिक्षण प्रदान किया जाए।

4. **विद्यालयी परामर्श व्यवस्था का विस्तार:** विद्यार्थियों की व्यक्तिगत समस्याओं, अध्ययन संबंधी कठिनाइयों, परीक्षा तनाव तथा लक्ष्य निर्धारण से संबंधित आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए विद्यालयों में प्रभावी शैक्षिक एवं मनोवैज्ञानिक परामर्श व्यवस्था विकसित की जाए।

5. **शैक्षणिक उपलब्धि में सुधार हेतु व्यक्तिगत अध्ययन योजना:** विद्यार्थियों की व्यक्तिगत क्षमताओं, अध्ययन संबंधी आवश्यकताओं एवं शैक्षणिक प्रगति के आधार पर उपयुक्त अध्ययन योजनाएँ विकसित की जाएँ। नियमित मूल्यांकन एवं रचनात्मक प्रतिपुष्टि के माध्यम से विद्यार्थियों को अपने निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए प्रोत्साहित किया जाए।

6. **ग्रामीण एवं सामाजिक-आर्थिक रूप से कमजोर विद्यार्थियों के लिए विशेष सहायता:** रांची जिले के ग्रामीण, जनजातीय एवं आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों के विद्यार्थियों के लिए अध्ययन मार्गदर्शन, लक्ष्य निर्धारण, समय प्रबंधन प्रशिक्षण तथा शैक्षिक परामर्श जैसी सहायक गतिविधियाँ उपलब्ध कराई जाएँ।

7. **प्रखंडवार शैक्षणिक एवं मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन:** जिले के विभिन्न प्रखंडों में विद्यार्थियों के आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि का व्यवस्थित मूल्यांकन किया जाए। प्राप्त परिणामों के आधार पर विद्यालयों में आवश्यकता-आधारित शैक्षिक कार्यक्रम विकसित किए जाएँ।

8. **भविष्य के शोध के लिए सांख्यिकीय अध्ययन:** भविष्य में रांची जिले के विद्यालयी विद्यार्थियों से आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि के वास्तविक आँकड़े एकत्र किए जाएँ। इनका विश्लेषण कार्ल पियर्सन सहसंबंध गुणांक, t-परीक्षण, ANOVA तथा बहु-प्रतिगमन जैसी उपयुक्त सांख्यिकीय तकनीकों द्वारा किया जाए, ताकि अध्ययन के चरों के मध्य संबंधों की दिशा, तीव्रता एवं सांख्यिकीय सार्थकता का निर्धारण किया जा सके।

अध्ययन की सीमाएँ (Limitations of the Study)

प्रस्तुत शोध पत्र मुख्यतः सार्वजनिक रूप से उपलब्ध द्वितीयक आँकड़ों तथा आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल एवं शैक्षणिक उपलब्धि से संबंधित सैद्धांतिक और प्रकाशित शोध साहित्य पर आधारित है। अध्ययन का भौगोलिक क्षेत्र झारखंड राज्य के रांची जिले तक सीमित है। जिले के विद्यालयों एवं विद्यार्थियों के नामांकन संबंधी आँकड़े रांची जिला प्रशासन के आधिकारिक शिक्षा पोर्टल से लिए गए हैं। संबंधित पोर्टल पर उपलब्ध विद्यालयी आँकड़े ऐतिहासिक प्रशासनिक विवरण हैं; अतः उन्हें वर्ष 2026 की अद्यतन शैक्षिक स्थिति का प्रत्यक्ष प्रतिनिधि नहीं माना गया है।

अध्ययन की प्रमुख सीमा यह है कि विद्यार्थियों से आत्म-साक्षात्कार, समय प्रबंधन कौशल तथा शैक्षणिक उपलब्धि से संबंधित नवीन प्राथमिक आँकड़े एकत्रित नहीं किए गए हैं। इसलिए प्रस्तुत अध्ययन में इन चरों के मध्य वास्तविक सहसंबंध गुणांक, सांख्यिकीय सार्थकता तथा कारणात्मक प्रभाव का

प्रत्यक्ष परीक्षण संभव नहीं हुआ है। जिला-स्तरीय विद्यालय एवं नामांकन संबंधी आँकड़े किसी व्यक्तिगत विद्यार्थी की आत्म-जागरूकता, समय प्रबंधन क्षमता अथवा शैक्षणिक उपलब्धि को प्रत्यक्ष रूप से प्रदर्शित नहीं करते हैं।

इसके अतिरिक्त विद्यार्थियों की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि, पारिवारिक वातावरण, विद्यालयी संसाधन, अभिभावकों की शैक्षिक स्थिति, व्यक्तिगत अभिप्रेरणा तथा अध्ययन संबंधी आदतों जैसे अन्य संभावित प्रभावकारी कारकों का स्वतंत्र सांख्यिकीय विश्लेषण नहीं किया गया है। अतः प्रस्तुत निष्कर्षों को रांची जिले की शैक्षिक पृष्ठभूमि और संबंधित मनोवैज्ञानिक अवधारणाओं के सैद्धांतिक विश्लेषण तक सीमित समझना चाहिए।

भविष्य में प्रतिनिधित्वपूर्ण नमूना चयन, मानकीकृत मनोवैज्ञानिक मापनियों, विद्यार्थियों के वास्तविक शैक्षणिक प्राप्तांकों तथा उपयुक्त सांख्यिकीय परीक्षणों का उपयोग करके आत्म-साक्षात्कार एवं समय प्रबंधन कौशल के मध्य सहसंबंध और शैक्षणिक उपलब्धि के साथ इनके संबंध का अधिक विश्वसनीय एवं अनुभवजन्य अध्ययन किया जाता है।

सन्दर्भ सूची

1. **मास्लो, ए. एच. (1943)।** मानवीय अभिप्रेरणा का सिद्धांत (A Theory of Human Motivation)। *Psychological Review, 50*(4), 370–396।

2. **मास्लो, ए. एच. (1954)।** अभिप्रेरणा एवं व्यक्तित्व (Motivation and Personality)। न्यूयॉर्क: हार्पर एंड ब्रदर्स।

3. **मैकन, टी. एच., शाहानी, सी., डिपबॉय, आर. एल., एवं फिलिप्स, ए. पी. (1990)।** महाविद्यालयी विद्यार्थियों का समय प्रबंधन: शैक्षणिक प्रदर्शन एवं तनाव के साथ सहसंबंध (College Students' Time Management: Correlations with Academic Performance and Stress)। *Journal of Educational Psychology, 82*(4), 760–768।

4. **ब्रिटन, बी. के., एवं टेसर, ए. (1991)।** समय प्रबंधन संबंधी व्यवहारों का महाविद्यालयी विद्यार्थियों के शैक्षणिक अंकों पर प्रभाव (Effects of Time-Management Practices on College Grades)। *Journal of Educational Psychology, 83*(3), 405

5. **जिमरमैन, बी. जे. (2002)।** स्व-नियंत्रित अधिगमकर्ता बनना: एक अवलोकन (Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview)। *Theory Into Practice, 41*(2), 64–70।

6. **क्लासेन्स, बी. जे. सी., वैन ईर्डे, डब्ल्यू., रुट्टे, सी. जी., एवं रो, आर. ए. (2007)।** समय प्रबंधन से संबंधित शोध साहित्य की समीक्षा (A Review of the Time Management Literature)। *Personnel Review, 36*(2), 255–276।

7. **एयॉन, बी., फेबर, ए., एवं पैनाचियो, ए. (2021)।** क्या समय प्रबंधन प्रभावी होता है? एक मेटा-विश्लेषण (Does Time Management Work? A Meta-Analysis)। *PLOS ONE, 16*(1), e0245066।

8. **भारत सरकार। (2020)।** राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 (National Education Policy 2020)। शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार, नई दिल्ली।

9. **जिला प्रशासन, रांची।** शिक्षा: रांची जिले में विद्यालयों की संख्या एवं सरकारी विद्यालयों में विद्यार्थियों का नामांकन (Education: Number of Schools and Enrollment in Government Schools)। रांची जिला प्रशासन, झारखंड सरकार।

10. **जिला प्रशासन, रांची।** रांची जिले की प्रशासनिक संरचना एवं प्रखंड संबंधी विवरण (Subdivision and Blocks)। रांची जिला प्रशासन, झारखंड सरकार।