भावना और निराशा आदि, आदि।

कुसमायोजन की रोकथाम के उपाय
(Ways for Prevention of Maladjustment)

कुसमायोजन की रोकथाम के लिये अथवा समायोजन करने के लिये निम्नलिखित उपाय किये जाने चाहिए—

(1) कुसमायोजित विद्यार्थियों को पहचानना—सबसे पहले शिक्षक को कक्षा में ऐसे विद्यार्थियों की पहचान करनी चाहिये जिनका समायोजन नहीं हो पा रहा है।

(2) प्रेमपूर्ण तथा सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार करना—शिक्षक को ऐसे कुसमायोजित विद्यार्थियों के साथ प्रेमपूर्ण, सहानुभूतिपूर्ण और अपनत्व का व्यवहार करना चाहिये जिससे उनके दिल को जीता जा सके और वे यह अनुभव करें कि उनकी उपेक्षा नहीं की जा रही है। वे विद्यालय से पलायन का नहीं, सहर्ष आने का प्रयास करें।

(3) मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान की जानकारी देना—विद्यार्थियों की असामान्यताओं (Abnormalities) और मानसिक विकारों को दूर करने के लिये, मानसिक संघर्षों और तनावों के फलस्वरूप

Scanned with CamScanner

व्यक्तित्व के विघटन को रोकने के लिये तथा मानसिक स्वास्थ्य की रक्षा के लिये विद्यार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का ज्ञान प्रदान करना चाहिए।

(4) व्यक्ति इतिहास तैयार करना—शिक्षक को कुसमायोजित विद्यार्थियों का व्यक्ति इतिहास (Case History) तैयार करके उनकी समस्याओं का समाधान करने का प्रयास करना चाहिए।

(5) विद्यार्थियों की अचेतन कामनाओं और इच्छाओं की जानकारी प्राप्त करना—शिक्षक को विद्यार्थियों की अचेतन कामनाओं और इच्छाओं की जानकारी प्राप्त करने का पूर्ण प्रयास करना चाहिए। इसके लिये उसे उनकी अचेतन मन की गहराई को जानना चाहिए।

(6) संघर्षों को चेतन स्तर पर दूर करने में सहायता प्रदान करना—शिक्षक को विद्यार्थियों की सहायता इस प्रकार से करनी चाहिये जिससे वे अपने मानसिक संघर्षों और द्वन्द्वों को चेतन स्तर पर दूर कर सकें।

(7) विद्यार्थियों में धनात्मक अभिवृत्ति (Positive Attitude) **का विकास करना**—शिक्षक द्वारा विद्यार्थियों में धनात्मक अभिवृत्ति का विकास किया जाना चाहिये। उनमें यह अभिवृत्ति पैदा की जानी चाहिये कि वे खराब से खराब व्यक्तियों या परिस्थितियों में अच्छाई खोजने का प्रयत्न करें। उनकी कमियों और बुराइयों की ओर ध्यान न देकर अच्छाइयों की ओर ध्यान दें।

(8) विद्यार्थियों की भावनाओं का दमन न करना—शिक्षक को विद्यार्थियों की भावनाओं का दमन नहीं करना चाहिये। उसे विद्यार्थियों की बातों को ध्यानपूर्वक सुनना चाहिये और क्रोध, घृणा, भय आदि के स्थान पर प्रेम, सहयोग और सहानुभूति से उनकी समस्याओं का समाधान करने का प्रयत्न करना चाहिये।

कुसमायोजन की रोकथाम में शिक्षक की भूमिका
(Role of Teacher in the Way for Reducing Maladjustment)

विद्यालय में विद्यार्थियों के कुसमायोजन को रोकने में शिक्षक की भूमिका बहुत महत्त्वपूर्ण है। इसके लिए शिक्षक को निम्नलिखित कार्य करने चाहिए—

(1) विद्यार्थियों की वैयक्तिक समस्याओं के सुलझाने में उन्हें मनोवैज्ञानिक उपायों द्वारा विशेष निर्देशन दिया जाना चाहिए।

(2) विद्यार्थियों को उनकी शिक्षा सम्बन्धी कठिनाइयों और समस्याओं को दूर करने के लिए शैक्षिक निर्देशन दिया जाना चाहिए।

(3) सामान्यतः विद्यार्थियों को व्यवसाय के सम्बन्ध में चिन्ता अपने अध्ययन काल में ही सताने लगती है, इसलिए भावी व्यवसाय के चुनाव में सहायता देने के लिए व्यावसायिक निर्देशन की व्यवस्था करनी चाहिए।

(4) विद्यार्थियों में नियमित जीवन, संतुलित व्यायाम और खान-पान, अच्छे व्यवहार और उच्च विचार की आदतें डालनी चाहिए।

(5) विद्यार्थियों में अनुशासन दण्ड द्वारा भय दिखलाकर नहीं, बल्कि नियम-पालन और उत्तरदायित्व की भावना का विकास करके स्थापित किया जाना चाहिए।

(6) विद्यार्थियों के लिए ऐसे पाठ्यक्रम की व्यवस्था करनी चाहिए जो उनके लिए उपयोगी हो, उनकी योग्यताओं व क्षमताओं के अनुकूल हो और जिसमें उनकी रुचि हो।

(7) विद्यार्थियों के लिए विविध प्रकार की पाठ्यक्रम सहगामी क्रियाओं का आयोजन किया जाना चाहिए, जिसमें वे अपनी रुचि के अनुसार सक्रिय रूप से भाग ले सकें।

Scanned with CamScanner

(8) विद्यार्थियों को संतुलित गृहकार्य दिया जाना चाहिए। कम या बिल्कुल गृहकार्य न देने से बालक उच्छश्रृंखल हो जाते हैं ओर अत्यधिक गृहकार्य देने से वे चिन्तित रहते हैं, जिससे उनके मन पर बुरा प्रभाव पड़ता है।

(9) विद्यार्थियों को खेल और मनोरंजन की सुविधाएँ दी जानी चाहिए।

(10) विद्यार्थियों के साथ प्रेमपूर्ण, सहयोगपूर्ण और सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार किया जाना चाहिए। उनके साथ निष्पक्ष होकर पारदर्शितापूर्ण व्यवहार करना चाहिए।

(11) विद्यार्थियों के लिए यौन शिक्षा (Sex Education) की व्यवस्था की जानी चाहिए।

कुसमायोजित व्यक्ति के सम्बन्ध में व्यक्त की गयी उपरोक्त विवेचना से यह स्पष्ट है कि कुसमायोजित व्यक्ति चिन्ता, भग्नाशा और मानसिक संघर्ष से युक्त होता है। यह तीनों ही व्यक्ति के समायोजन में बाधा पहुँचाते हैं। अतएव इन पर विचार करना आवश्यक है।

Scanned with CamScanner