International Journal of Education, Modern Management, Applied Science & Social Science (IJEMMASSS)
e-ISSN :2581-9925, Impact Factor (Cosmos: 7.555 & I2OR: 5.105), Volume 08, No. 01(II), January - March, 2026, pp. 301-310

राजस्थान राज्य में कोचिंग में अध्ययनरत विद्यार्थियो में करियर के प्रति समायोजन का विश्लेषणात्मक अध्ययन

प्रो. (डॉ.) दीपक पंचोली[1] | दीपा विजयवर्गीय[2*]

[1]शोध पर्यवेक्षक (रिसर्च सुपरवाइजर), करियर पॉइंट यूनिवर्सिटी, कोटा, राजस्थान।
[2]शोध छात्रा (रिसर्च स्कॉलर), करियर पॉइंट यूनिवर्सिटी, कोटा, राजस्थान।

[*]Corresponding Author: deepaliom2021@gmail.com

Citation: पंचोली, दीपक एवं विजयवर्गीय, दीपा (2026). राजस्थान राज्य में कोचिंग में अध्ययनरत विद्यार्थियो में करियर के प्रति समायोजन का विश्लेषणात्मक अध्ययन. International Journal of Education, Modern Management, Applied Science & Social Science, 08(01(II)), 301–310. https://doi.org/10.62823/IJEMMASSS/8.1(II).8924

सार

प्रस्तुत शोध लेख राजस्थान के कोटा जिले में आर.पी.एस.सी शिक्षक भर्ती परीक्षा की तैयारी कर रहे 300 विद्यार्थियों पर किए गए श्करियर दबाव एवं समायोजनश का एक विश्लेषणात्मक अध्ययन है, जिसमें वर्णनात्मक सर्वेक्षण और मात्रात्मक शोध विधि का प्रयोग किया गया है। प्रस्तुत शोध अध्ययन के वैचारिक धरातल को सुदृढ़ करने के लिए 'समायोजन' की अवधारणा को समझना अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि शिक्षा व्यवस्था के बाजारीकरण, गलाकाट प्रतिस्पर्धा और पारिवारिक आकांक्षाओं के त्रिकोणीय चक्रव्यूह में फंसे विद्यार्थियों के लिए समायोजन मात्र एक मनोवैज्ञानिक शब्द नहीं, बल्कि उनके अस्तित्व और मानसिक संतुलन को बनाए रखने की एक अनिवार्य संघर्ष–प्रक्रिया है; जब शिक्षा प्रणाली अपनी उन्नत तकनीकों के बावजूद मानवीय मूल्यों को पीछे छोड़कर केवल श्रैंकश और श्नंबरोंश की मशीन बन जाती है, तो पिछड़ने वाले विद्यार्थियों में हीन भावना, अवसाद और आत्मग्लानि का जन्म होना स्वाभाविक है और ऐसी स्थिति में जब छात्र अपनी व्यक्तिगत योग्यताओं और कोचिंग हब के कठोर अस्वस्थ परिवेश के बीच संतुलन बिठाने का प्रयास करता है, तो इसी मानसिक कशमकश और अनुकूलन को मनोविज्ञान की भाषा में समायोजन कहा जाता है; प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक एल. एफ. शेफ़र के अनुसार समायोजन वह प्रक्रिया हैद्यायह लेख राजस्थान राज्य में कोचिंग में अध्ययनरत विद्यार्थियो में करियर के प्रति समायोजन का विश्लेषणात्मक अध्ययन हेतु किया गया है।

शब्दकोशः *करियर दबाव, विद्यार्थी समायोजन, कोटा कोचिंग हब, आर.पी.एस.सी शिक्षक भर्ती परीक्षा, पारिवारिक अपेक्षाएँ, प्रतिस्पर्धात्मक दबाव, मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य, विश्लेषणात्मक अध्ययन, राजस्थान।*

प्रस्तावना

प्रतियोगी परीक्षाओं के वैश्विक केंद्र के रूप में स्थापित राजस्थान के कोटा जिले में आर.पी.एस.सी शिक्षक भर्ती परीक्षा एवं अन्य प्रतिष्ठित परीक्षाओं की तैयारी कर रहे विद्यार्थियों का जीवन मात्र एक शैक्षणिक यात्रा नहीं, बल्कि एक अत्यंत जटिल मनोवैज्ञानिक संघर्ष है। इस संघर्ष में सफलता प्राप्त करने के लिए विद्यार्थी को केवल अपनी संज्ञानात्मक योग्यताओं का ही प्रदर्शन नहीं करना होता, बल्कि उसे अपने आस–पास के बहु–आयामी परिवेश के साथ निरंतर अनुकूलन करना पड़ता है। मनोविज्ञान के सिद्धांतों के अनुसार, जब कोई

[*] *Copyright © 2026 by Author's and Licensed by Inspira. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work properly cited.*

व्यक्ति तीव्र आकांक्षाओं और अत्यधिक प्रतिस्पर्धी माहौल में प्रवेश करता है, तो उसका संपूर्ण अस्तित्व तीन मुख्य स्तंभों पर टिक जाता है सामाजिक समायोजन, पारिवारिक समायोजन, तथा व्यक्तिगत एवं मनोवैज्ञानिक समायोजन। यदि इन तीनों स्तरों पर तालमेल की कमी होती है, तो विद्यार्थी तीव्र अवसाद, एकाग्रता की कमी, सिरदर्द, अत्यधिक क्रोध और चरम स्थितियों में आत्मदाह जैसे आत्मघाती विचारों के चक्रव्यूह में फंस जाता है। इसके विपरीत, इन तीनों स्तरों पर सफल अनुकूलन ही छात्र को विपरीत परिस्थितियों में भी यथार्थवादी, सकारात्मक और जीवंत बनाए रखता है।

त्रि–आयामी समायोजन के मुख्य स्तंभ

प्रस्तुत शोध के सांख्यिकीय मापन और वैचारिक धरातल को सुदृढ़ करने के लिए विद्यार्थियों के समायोजन व्यवहार को निम्नलिखित तीन प्रमुख भागों में विभाजित कर विश्लेषित किया गया हैः

- **सामाजिक समायोजन**

प्रतिस्पर्धात्मक माहौल में सामाजिक संबंध या तो एक संबल बन सकते हैं या फिर तनाव का नया कारण। एक आदर्श सामाजिक समायोजन वह है जहाँ विद्यार्थी अति–प्रतिस्पर्धा के बीच भी अपने सहपाठियों के साथ स्वस्थ और सहयोगात्मक संबंध बनाए रखता है। वह दूसरों की सफलता को ईर्ष्या के चश्मे से देखने के बजाय उसे प्रेरणा और मार्गदर्शन के स्रोत के रूप में स्वीकार करता है। सामाजिक समायोजन का एक अन्य महत्वपूर्ण पहलू श्सामाजिक दबावश से मुक्त होना है; अर्थात ष्लोग क्या कहेंगेष या षरिश्तेदार क्या सोचेंगेष जैसे विचारों को अपने ऊपर हावी न होने देकर लक्ष्य पर एकाग्र रहना। इसके अतिरिक्त, समूह अध्ययन में सहजता और कोचिंग के सामूहिक परिवेश में खुद को स्थापित करना ही छात्र के सामाजिक स्वास्थ्य को सुनिश्चित करता है।

- **पारिवारिक समायोजन**

भारतीय सामाजिक ताने–बाने में परिवार विद्यार्थी का सबसे बड़ा संवेगात्मक आधार होता है, परंतु कई बार यही आधार अपेक्षाओं के भारी बोझ में बदल जाता है। पारिवारिक समायोजन का तात्पर्य यह है कि माता–पिता की आकांक्षाओं के बावजूद विद्यार्थी अपने करियर से जुड़े महत्वपूर्ण निर्णय स्वयं लेने में कितना सक्षम और स्वतंत्र महसूस करता है। पारिवारिक दबाव के चरम क्षणों में अपनी भावनाओं पर नियंत्रण रखना और परिवार से मिलने वाले सकारात्मक सहयोग के माध्यम से अपने अध्ययन के तनाव को कम करना ही इस समायोजन की कसौटी है।

- **व्यक्तिगत एवं मनोवैज्ञानिक समायोजन**

यह समायोजन का सबसे आंतरिक और महत्वपूर्ण सुरक्षा कवच है, जो सीधे छात्र के मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ा है। इसके अंतर्गत कठिनतम परिस्थितियों में भी छात्र का स्वयं पर अटूट विश्वास, भविष्य की अनिश्चितताओं को सहर्ष स्वीकार करने की परिपक्वता, और अपनी वास्तविक क्षमताओं के अनुरूप यथार्थवादी लक्ष्य निर्धारित करने की क्षमता आती है। मानसिक और शारीरिक थकान के बाद स्वयं को पुनः ऊर्जावान बनाना, करियर के दबाव को जीवन का अंत न मानकर उसे महज एक अस्थायी श्दौरश या श्चरणश के रूप में देखना, तथा असफलता के बाद भी खुद को रचनात्मक गतिविधियों में व्यस्त रखना एक सुदृढ़ मनोवैज्ञानिक समायोजन के जीवंत लक्षण हैं।

शोध उद्देश्य एवं विधि

शोध कार्य की सफलता उसकी वैज्ञानिक विधि और सटीक उपकरणों पर टिकी होती है। प्रस्तुत शोध की प्रकृति वर्णनात्मक सर्वेक्षण है, जिसका उद्देश्य कोटा के कोचिंग संस्थानों में पढ़ रहे विद्यार्थियों के शैक्षणिक और करियर संबंधी दबाव की वर्तमान स्थिति का विश्लेषण करना है। यह शोध मात्रात्मक दृष्टिकोण पर आधारित है। अध्ययन में सर्वेक्षण विधि का चयन किया गया है, क्योंकि यह सामाजिक विज्ञान में वर्तमान व्यवहारों, दृष्टिकोणों और परिस्थितियों के मापन के लिए सर्वश्रेष्ठ मानी जाती है।

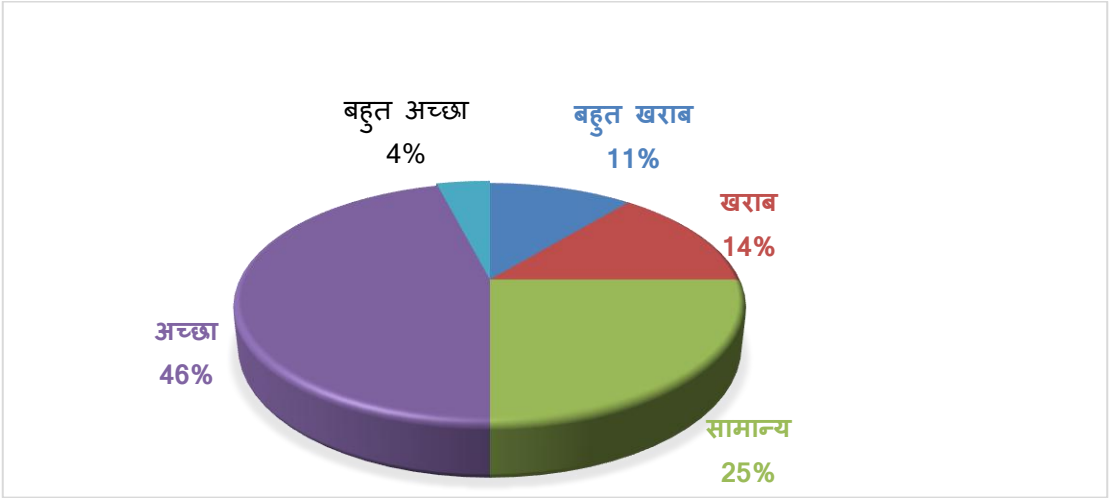
उद्देश्यः राजस्थान राज्य में कोचिंग में अध्ययनरत विद्यार्थियो में करियर के प्रति समायोजन का विश्लेषणात्मक अध्ययन

शोध का प्रकारः विवरणात्मक सर्वेक्षण विधि।

- **न्यादर्शः** कोटा के विभिन्न कोचिंग संस्थानों में आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा एवं अन्य प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रहे 300 विद्यार्थियों का चयन किया गया है।
- **उपकरणः** स्व–निर्मित प्रश्नावली, जिसमें लिकर्ट स्केलरू 5 बिंदु का प्रयोग किया गया है जैसे 1 = पूर्णतः असहमत, 2 = असहमत, 3 = न तो सहमत न असहमत, 4 = सहमत, 5 = पूर्णतः सहमत ।

तालिका 1: मैं समय प्रबंधन प्रभावी ढंग से करता/करती हूँ

प्रतिक्रिया	संख्या	प्रतिशत
बहुत खराब	33	11
खराब	42	14
सामान्य	75	25
अच्छा	138	46
बहुत अच्छा	12	4
कुल	300	100

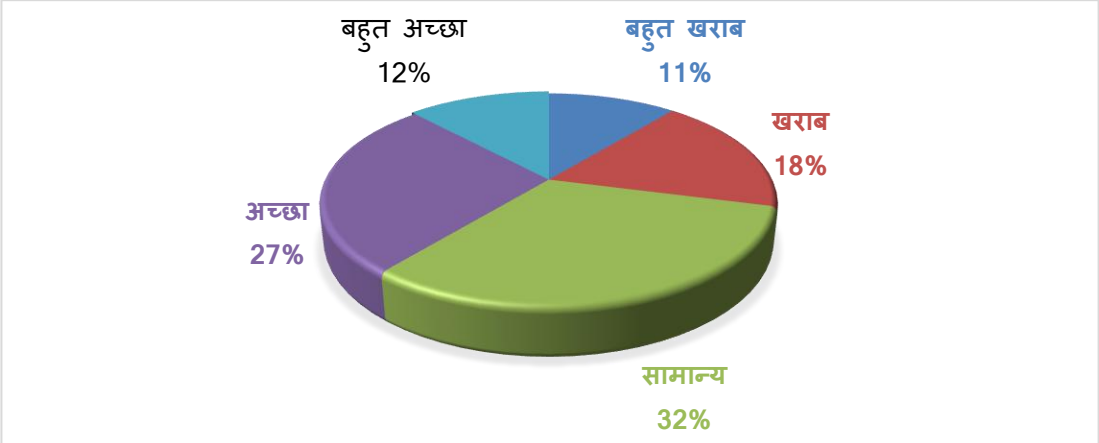


चित्र 1: समय प्रबंधन की प्रभावशीलता

तालिका के अनुसार 138 (46%) ने "अच्छा" और 12 (4%) ने "बहुत अच्छा" प्रतिक्रिया दी, जबकि 75 (25%) ने "सामान्य" माना। 42 (14%) ने "खराब" और 33 (11%) ने "बहुत खराब" बताया। इससे स्पष्ट है कि अधिकांश विद्यार्थी स्वयं को समय प्रबंधन में सक्षम मानते हैं, हालांकि पूर्ण दक्षता अभी सीमित है।

तालिका 2: मैं अपने माता पिता से अपने मन की बाते साझा कर लेती हूँ

प्रतिक्रिया	संख्या	प्रतिशत
बहुत खराब	33	11
खराब	54	18
सामान्य	92	32
अच्छा	85	27
बहुत अच्छा	36	12
कुल	300	100

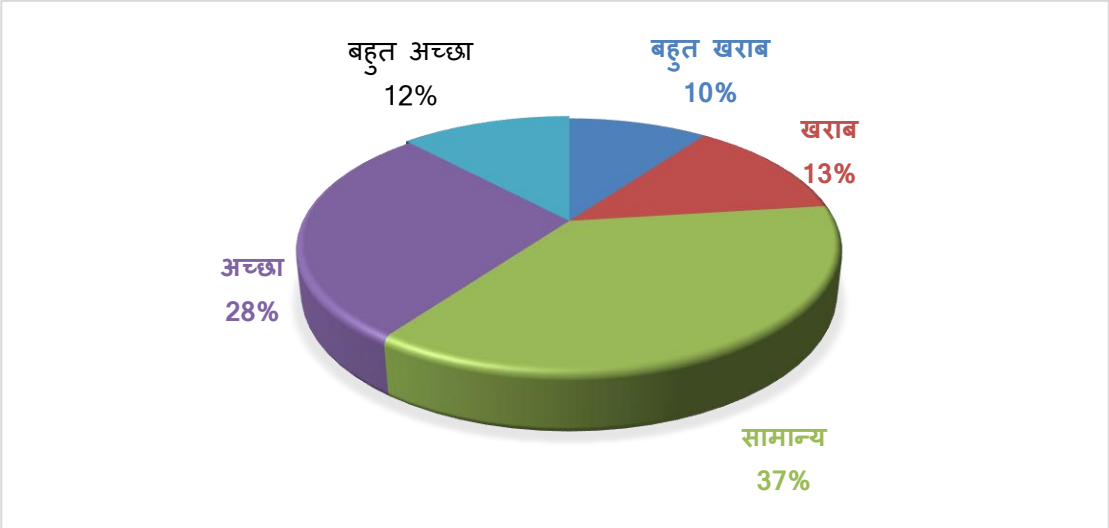


चित्र 2: माता–पिता से मन की बातें साझा करना

उपलब्ध आँकड़ों के अनुसार 92 (32%) ने "सामान्य", 85 (27%) ने "अच्छा" तथा 36 (12%) ने "बहुत अच्छा" प्रतिक्रिया दी। 54 (18%) ने "खराब" और 33 (11%) ने "बहुत खराब" बताया। इससे स्पष्ट है कि विद्यार्थियों और अभिभावकों के बीच संवाद का स्तर मध्यम है, किंतु इसमें सुधार की संभावना है।

तालिका 3: मैं अपने दोस्तों से अपने मन की बाते साझा कर लेती हूँ

प्रतिक्रिया	संख्या	प्रतिशत
बहुत खराब	30	10
खराब	39	13
सामान्य	111	37
अच्छा	84	28
बहुत अच्छा	36	12
कुल	300	100

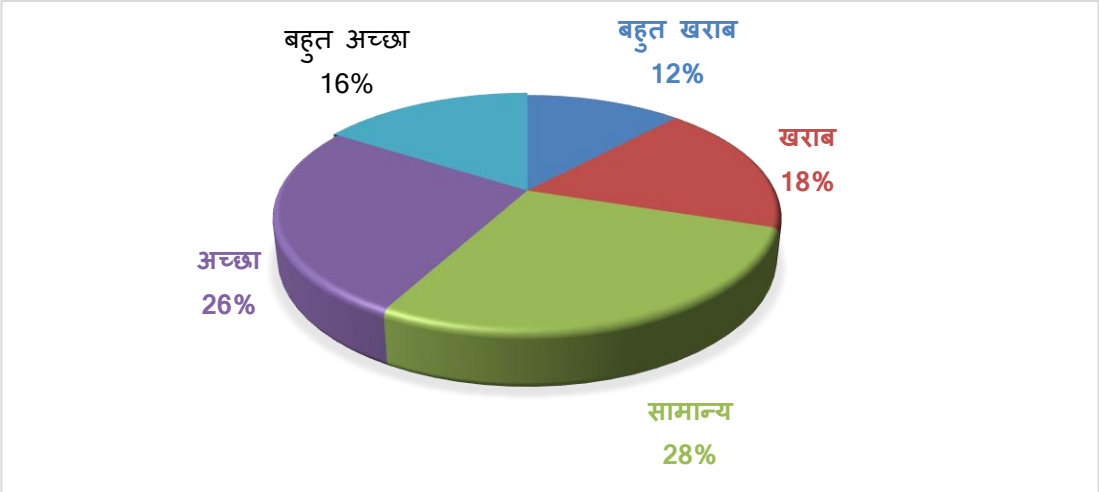


चित्र 3: मित्रों से मन की बातें साझा करना

तालिका के अनुसार 111 (37%) ने "सामान्य", 84 (28%) ने "अच्छा" तथा 36 (12%) ने "बहुत अच्छा" प्रतिक्रिया दी। 39 (13%) ने "खराब" और 30 (10%) ने "बहुत खराब" बताया। इससे स्पष्ट है कि विद्यार्थी मित्रों के साथ अपेक्षाकृत अधिक सहजता से अपनी बातें साझा करते हैं।

तालिका 4: मैं अपने शिक्षक से अपने करियर एवं शिक्षा सम्बंधित बाते साझा कर लेती हूँ

प्रतिक्रिया	संख्या	प्रतिशत
बहुत खराब	36	12
खराब	54	18
सामान्य	84	28
अच्छा	78	26
बहुत अच्छा	48	16
कुल	300	100

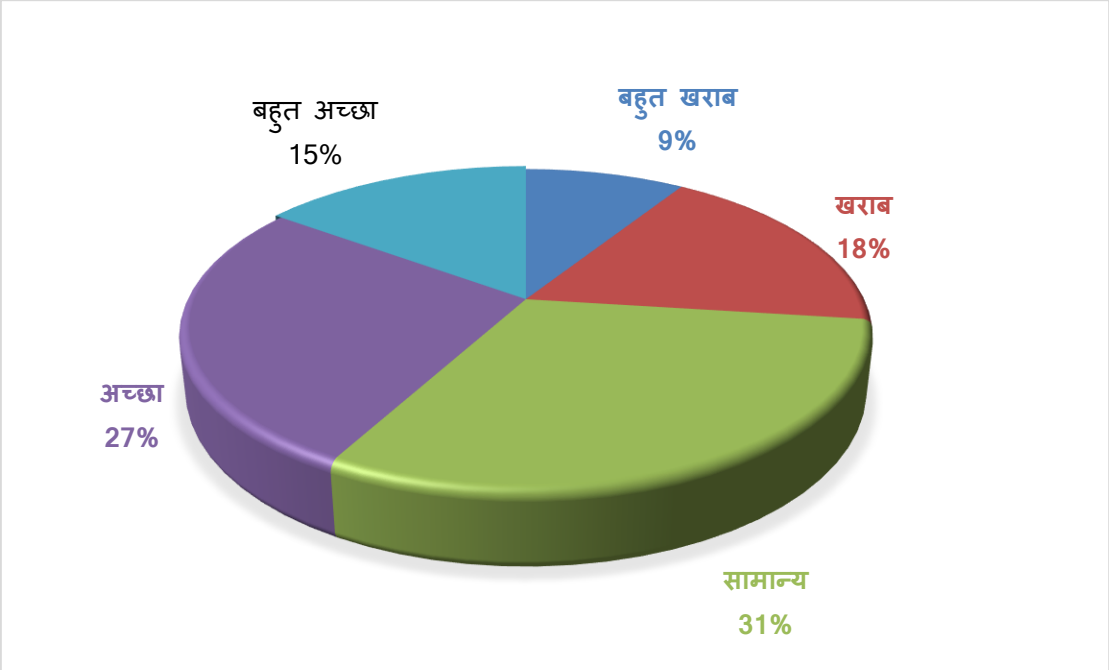


चित्र 4: शिक्षकों से करियर एवं शिक्षा संबंधी चर्चा

आँकड़ों के अनुसार 84 (28%) ने "सामान्य", 78 (26%) ने "अच्छा" तथा 48(16%) ने "बहुत अच्छा" प्रतिक्रिया दी। 54 (18%) ने "खराब" और 36 (12%) ने "बहुत खराब" बताया। इससे स्पष्ट है कि विद्यार्थियों और शिक्षकों के बीच संवाद का स्तर संतुलित है, परंतु अधिक विश्वासपूर्ण संबंध विकसित किए जा सकते हैं।

तालिका 5: मैं हर परिस्थिति में स्वयं को ढालने में सक्षम हूँ

प्रतिक्रिया	संख्या	प्रतिशत
बहुत खराब	27	9
खराब	54	18
सामान्य	93	31
अच्छा	81	27
बहुत अच्छा	45	15
कुल	300	100



चित्र 5: परिस्थितियों के अनुसार स्वयं को ढालने की क्षमता

तालिका के अनुसार 93 (31%) ने "सामान्य", 81 (27%) ने "अच्छा" तथा 45 (15%) ने "बहुत अच्छा" प्रतिक्रिया दी। 54 (18%) ने "खराब" और 27 (9%) ने "बहुत खराब" बताया। इससे स्पष्ट है कि अधिकांश विद्यार्थी स्वयं को अनुकूलनशील मानते हैं, हालांकि कुछ को इसमें कठिनाई अनुभव होती है।

प्रथम परिकल्पना

H_0 आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

तालिका 1: परिकल्पना के परीक्षण के परिणाम

विद्यार्थी	मध्यमान	विचलन	अवलोकन	समिलित अवलोकन	df	t Stat	P(T<=t) two-tail	t Critical two-tail
पुरुष	3.18	1.13	150	1.125	298	-0.395	0.71	1.97
महिला	3.21	1.125	150					

परिकल्पना परीक्षण

- **टी–स्टाट:** गणना किया गया t–मूल्य –0.395 है, जो कि क्रिटिकल वैल्यू (1.97) से काफी कम है।
- **पी–वैल्यू:** प्राप्त p–मूल्य 0.63 है। सांख्यिकीय मापदंड के अनुसार, चूंकि यह मान 0.05 से अधिक है, इसलिए समूहों के बीच का यह अंतर सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं माना जा सकता।

उपरोक्त सांख्यिकीय विश्लेषण के आधार पर, शून्य परिकल्पना को स्वीकार किया जाता है। अतः यह निष्कर्ष निकलता है कि आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन (समायोजन) में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया है। यह परिणाम दर्शाता है कि प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के दौरान समायोजन करने की क्षमता पर लिंग का कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता है।

द्वितीय परिकल्पना

H_0 आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा प्रथम श्रेणी की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

तालिका 2: परिकल्पना के परीक्षण के परिणाम

विद्यार्थी	मध्यमान	विचलन	अवलोकन	समिलित अवलोकन	df	t Stat	P(T<=t) two-tail	t Critical two-tail
पुरुष	2.99	1.12	100	1.17	198	0.179	0.857	1.97
महिला	2.97	1.22	100					

परिकल्पना परीक्षण

- **टी–स्टाटः** गणना किया गया t–मूल्य 0.179 है, जो कि क्रिटिकल वैल्यू (1.972) से बहुत कम है।
- **पी–वैल्यूः** प्राप्त p–मूल्य 0.858 है। चूंकि यह मान सार्थकता के निर्धारित मानक 0.05 से काफी अधिक है, इसलिए इस अंतर को सांख्यिकीय रूप से सार्थक नहीं माना जा सकता।

सांख्यिकीय विश्लेषण के आधार पर, शून्य परिकल्पना को स्वीकार किया जाता है। अतः यह निष्कर्ष निकलता है कि आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा प्रथम श्रेणी की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया है। यह स्पष्ट है कि उच्च स्तरीय प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के दौरान समायोजन की प्रक्रिया पर लिंग का कोई महत्वपूर्ण प्रभाव नहीं पड़ता है।

तृतीय परिकल्पना

H_0 आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा द्वितीय श्रेणी की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

तालिका 3: परिकल्पना के परीक्षण के परिणाम

विद्यार्थी	मध्यमान	विचलन	अवलोकन	समिलित अवलोकन	df	t Stat	P(T<=t) two-tail	t Critical two-tail
पुरुष	3.2	1.184	100	0.98	198	0.036	0.97	1.972
महिला	3.195	0.78	100					

परिकल्पना परीक्षण

- **टी स्टाटः** गणना किया गया t–मूल्य 0.036 है, जो कि क्रिटिकल वैल्यू (1.972) से बहुत कम है।
- **पी–वैल्यूः** प्राप्त p–मूल्य 0.972 है। सांख्यिकी के नियमानुसार, चूंकि यह मान सार्थकता स्तर 0.05 से काफी अधिक है, इसलिए इस सूक्ष्म अंतर को सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं माना जा सकता।

उपरोक्त सांख्यिकीय विश्लेषण के आधार पर, शून्य परिकल्पना को स्वीकार किया जाता है। अतः यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा द्वितीय श्रेणी की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन (समायोजन) में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया है। यह परिणाम सिद्ध करता है कि द्वितीय श्रेणी की प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के दौरान समायोजन के स्तर पर लिंग का कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

चतुर्थ परिकल्पना

H_0 आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा तृतीय श्रेणी की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

तालिका 4: परिकल्पना के परीक्षण के परिणाम

विद्यार्थी	मध्यमान	विचलन	अवलोकन	समिलित अवलोकन	df	t Stat	P(T<=t) two-tail	t Critical two-tail
पुरुष	3.32	0.93	100	1.051	198	-0.93	0.35	1.972
महिला	3.455	1.17	100					

परिकल्पना परीक्षण

- **टी–स्टाटः** गणना किया गया t–मूल्य –0.931 है, जो कि क्रिटिकल वैल्यू (1.972) से काफी कम है।
- **पी–वैल्यूः** प्राप्त p–मूल्य 0.353 है। चूंकि यह मान सार्थकता के निर्धारित मानक 0.05 से अधिक है, इसलिए इस अंतर को सांख्यिकीय रूप से सार्थक नहीं माना जा सकता।

उपरोक्त सांख्यिकीय विश्लेषण के आधार पर, शून्य परिकल्पना को स्वीकार किया जाता है। अतः यह निष्कर्ष निकलता है कि आर.पी.एस.सी. शिक्षक भर्ती परीक्षा तृतीय श्रेणी की कोचिंग लेने वाले पुरुष एवं महिला विद्यार्थियों के समायोजन (समायोजन) में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया है। यह स्पष्ट करता है कि तृतीय श्रेणी की प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के दौरान समायोजन करने की क्षमता पर लिंग का कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता है।

निष्कर्ष व प्रासंगिकता

अतः यह स्पष्ट है कि कोटा के कोचिंग संस्थानों में पढ़ रहे आर.पी.एस.सी शिक्षक भर्ती परीक्षा के विद्यार्थियों का मानसिक धरातल अत्यंत संवेदनशील है। प्रस्तुत शोध इन तीनों आयामों (सामाजिक, पारिवारिक और व्यक्तिगत) पर विद्यार्थियों की वर्तमान स्थिति का मापन कर यह जानने का प्रयास करता है कि वे इस कठिन दौर में स्वयं को कैसे संतुलित रख रहे हैं। यह परिचय इस बात की नींव रखता है कि विद्यार्थियों को केवल 'सिलेबस' पूरा कराने की नहीं, बल्कि उनके त्रि–आयामी समायोजन तंत्र को मजबूत करने की आज सबसे बड़ी आवश्यकता है।

प्रस्तुत शोध अध्ययन 'राजस्थान राज्य में कोचिंग में अध्ययनरत विद्यार्थियों में करियर के प्रति समायोजन का विश्लेषणात्मक अध्ययन' के अंतर्गत राजस्थान के कोटा जिले में आर.पी.एस.सी शिक्षक भर्ती परीक्षा (प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय श्रेणी शिक्षक भर्ती) परीक्षाओं की तैयारी कर रहे 300 विद्यार्थियों के यादृच्छिक प्रतिचयन से प्राप्त प्राथमिक आंकड़ों का मात्रात्मक एवं वर्णनात्मक विश्लेषण करने के पश्चात यह अंतिम निष्कर्ष प्राप्त होता है कि वर्तमान प्रतिस्पर्धी युग में कोटा जैसे कोचिंग हब का अति–प्रतिस्पर्धी वातावरण और उच्च पारिवारिक आकांक्षाएं विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती हैं, जिसके प्रत्युत्तर में विद्यार्थी अपने सामाजिक, पारिवारिक और मनोवैज्ञानिक स्तरों पर निरंतर समायोजन का प्रयास करते हैं; वर्णनात्मक विश्लेषण के अंतर्गत प्राप्त आंकड़ों से यह स्पष्ट हुआ है कि लगभग 50% विद्यार्थी स्वयं को समय प्रबंधन में सक्षम मानते हैं, तथा 40% विद्यार्थी मित्रों के साथ और 42% विद्यार्थी शिक्षकों के साथ अपने करियर व शिक्षा संबंधी बातें साझा करने में सहज हैं, जबकि माता–पिता के साथ संवाद का स्तर 32% उत्तरदाताओं के अनुसार केवल 'सामान्य' श्रेणी में आता है जो यह संकेत देता है कि करियर के अत्यधिक दबाव के बीच विद्यार्थियों और अभिभावकों के मध्य एक संवेगात्मक दूरी विद्यमान है, हालांकि इसके बावजूद लगभग 42% विद्यार्थी विपरीत परिस्थितियों में स्वयं को परिस्थिति के अनुसार ढालने में सक्षम पाते हैं; इस शोध की सबसे महत्वपूर्ण और अकादमिक रूप से प्रासंगिक स्थापना इसके सांख्यिकीय टी–परीक्षण के परिणामों से उभर कर सामने आती है, जिसमें शोध की पंचम से अष्टम तक की सभी चारों मुख्य शून्य परिकल्पनाओं के स्वीकार होने से यह तथ्य अकाट्य रूप से सिद्ध हो जाता है कि प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के दौरान करियर के प्रति समायोजन करने की आंतरिक क्षमता और रणनीति लैंगिक आधार पर भिन्न न होकर पूरी तरह समान बनी रहती है, क्योंकि समग्र आर.पी.एस.सी शिक्षक भर्ती परीक्षा स्तर पर पुरुष और महिला विद्यार्थियों का समायोजन मध्यमान स्कोर लगभग समान (पुरुष = 3.1725, महिला = 3.2066) पाया गया और यही प्रवृत्ति प्रथम श्रेणी (पुरुष = 2.9975, महिला = 2.97), द्वितीय श्रेणी (पुरुष = 3.2, महिला = 3.195) और तृतीय श्रेणी (पुरुष = 3.32, महिला = 3.455) की परीक्षाओं में भी निरंतर दिखाई दी, जहाँ p–मूल्य का मान (0.693, 0.858, 0.972 और 0.353) सार्थकता के निर्धारित मानक स्तर 0.05 से काफी अधिक होने के कारण लिंग भेद के आधार पर समायोजन के स्तर में कोई भी सार्थक सांख्यिकीय अंतर प्रमाणित नहीं हो सका; यह वैज्ञानिक निष्कर्ष उन पारंपरिक सामाजिक रूढ़ियों और पूर्वग्रहों का पूरी तरह खंडन करता है जिसके तहत यह माना जाता है कि विपरीत परिस्थितियों में पुरुषों और महिलाओं के समायोजन के तरीके या उनकी क्षमताएं अलग होती हैं, बल्कि इसके विपरीत सांख्यिकीय साक्ष्य यह दर्शाते हैं कि आधुनिक दौर में परीक्षा का कठिन स्वरूप और सफल होने की तीव्र आकांक्षा छात्र और छात्रा दोनों के मानसिक धरातल को समान रूप से प्रभावित करती है; अतः इस विश्लेषणात्मक अध्ययन के प्रकाश में यह संस्तुति की जाती है कि कोचिंग संस्थानों, अभिभावकों और नीति निर्माताओं को भविष्य में किसी भी प्रकार के लैंगिक पूर्वाग्रह से मुक्त होकर एक ऐसी समावेशी व सुदृढ़ सहायता प्रणाली का निर्माण करना चाहिए जिसमें नियमित अंतराल पर व्यावसायिक काउंसलिंग सत्र आयोजित किए जा सकें, अभिभावक–विद्यार्थी ओरिएंटेशन के माध्यम से पारिवारिक संवाद को सुधारा जा सके और संस्थानों में मेंटरशिप को सुदृढ़ करके एक सकारात्मक, संतुलित एवं तनाव–मुक्त शैक्षणिक संस्कृति को विकसित किया जा सके ताकि विद्यार्थियों के त्रि–आयामी समायोजन तंत्र को मजबूत करते हुए उनके सर्वांगीण कल्याण को सुनिश्चित किया जा सके।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. वासुदेवन, एन., एवं रमेश, जी. (2025). भारतीय छात्रों के बढ़ते शैक्षणिक दबाव को संबोधित करनारू समय की आवश्यकता. जर्नल ऑफ इकोनॉमिक्स, फाइनेंस एंड मैनेजमेंट स्टडीज, 8(6), 3475–3479.
2. शर्मा, एस., एवं आचार्य, डी. (2020). कोचिंग संस्थानों के विद्यार्थियों की समायोजन संबंधी समस्याओं का अध्ययन. चेतनाः इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशन, 5(4), 266–273.
3. शिक्षा मंत्रालय. (2024). कोचिंग सेंटरों के पंजीकरण और विनियमन के लिए दिशानिर्देश. भारत सरकार.

4. शेखावत, बी. एस., मीणा, डी., यादव, एस., ढाका, वी., एवं विग्नेश, के. (2023). कोटा में कोचिंग और गैर–कोचिंग छात्रों के बीच तनाव और मुकाबला करने की रणनीतिरू एक तुलनात्मक अध्ययन. इंडस्ट्रियल साइकियाट्री जर्नल, 32(Suppl 1), S105–S111.

5. एससीसी ऑनलाइन. (2025). सुप्रीम कोर्ट के दिशानिर्देशरू कोचिंग और कॉलेज के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य की रक्षा करना.

6. सरकार, एस. (2023, सितंबर 5). भारत के कोचिंग हब में छात्रों की मौत श्प्रेशर कुकरश शैक्षणिक संस्कृति को उजागर करती है. साउथ चाइना मॉर्निंग पोस्ट.

7. सुंदरपांडियन, एम., एवं कलैयारसन, जी. (2026). नीट (NEET) तैयारी के मनोसामाजिक परिणामः उच्च माध्यमिक छात्रों के बीच तनाव, चिंता और घरेलू वातावरण का परीक्षण. इन्नोवरे जर्नल ऑफ एजुकेशन, 14(2), 46–51.

8. सुलेमान, एम. (2017). छात्रों की शैक्षणिक प्रेरणा, त्रुटि–उन्मुख प्रेरणा और शैक्षिक तनाव पर शैक्षिक कोचिंग के प्रभाव. जर्नल ऑफ एजुकेशन एंड ट्रेनिंग स्टडीज, 5(4), 115–121.

9. सुलेमान, एम. (2019). छात्रों की शैक्षणिक प्रेरणा, त्रुटि–उन्मुख प्रेरणा और शैक्षिक तनाव पर शैक्षिक कोचिंग का प्रभाव. जर्नल ऑफ एजुकेशन एंड ट्रेनिंग स्टडीज, 7(3), 115–121.

10. सॉविडौ, एस. (2024). छात्र आत्महत्याओं के बाद भारत के कोचिंग सेंटरों को सख्त नियमों का सामना करना पड़ा. थ्रेड.

11. सोयकान, ए. (2019). विश्वविद्यालय जीवन में छात्रों के समायोजन पर शैक्षणिक तनाव का प्रभाव. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एजुकेशनल मैथोडोलॉजी, 5(1), 15–26.

12. स्वर्णकार, एस. (2021). कक्षा नवमीं के विद्यार्थियों की समायोजन क्षमता एवं उनकी शैक्षिक उपलब्धि का तुलनात्मक अध्ययन ख्शोध प्रबंध,. पंडित सुंदरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय, छत्तीसगढ़.

13. होस, एस. आर., एवं संगीता, पी. (2024). प्रतिस्पर्धी प्रवेश परीक्षाओं से संबंधित शैक्षणिक तनाव, कथित माता–पिता का दबाव, और चिंता तथा किशोरों के बीच सामान्य कल्याण – कर्नाटक, भारत से एक क्रॉस–सेक्शनल सर्वेक्षण. जर्नल ऑफ एजुकेशन एंड हेल्थ प्रमोशन, 13(1), 405.

14. होसैन, एम. ए., सरकार, एस., एवं रहमान, एम. ए. (2023). बांग्लादेश में उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के बीच शैक्षणिक तनाव और मनोरोग संबंधी रुग्णताः एक क्रॉस–सेक्शनल अध्ययन. सोशल साइंसेज एंड ह्यूमैनिटीज ओपन, 8(1), 100516.

❑❑❑