OPEN ACCESS

Int. Jr. of Contemp. Res. in Multi. *PEER-REVIEWED JOURNAL* *Volume 4 Issue 3 [May- Jun] Year 2025*

Research Article

शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के विद्यार्थियों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन

जयनारायण [1*], डॉ० शिल्पा चक्रबर्ती [2]

[1] पी एच.डी. शारीरिक शिक्षा, टांटिया विश्वविद्यालय, श्री गंगानगर, राजस्थान, भारत

[2] सहायक प्रोफेसर, शारीरिक शिक्षा, टांटिया विश्वविद्यालय, श्री गंगानगर, राजस्थान, भारत

Corresponding Author: **जयनारायण** *

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.17456664

सारांश

मनोसामाजिक लक्षण विभिन्न प्रकार के व्यक्तिगत गुणों, कार्यों और विश्वासों को संदर्भित करते हैं जो मनोवैज्ञानिक और सामाजिक दोनों प्रभावों से प्रभावित होते हैं। जिसमें सामाजिक समायोजन एक प्रमुख कारक है जो विद्यार्थियों की मनो-सामाजिक विशेषता को उनके व्यवहार से इंगित करता है। इसको अध्ययन में शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के विद्यार्थियों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन करना प्रस्तुत शोध का मुख्य उद्देश्य था। शून्य परिकल्पना के परीक्षण के लिए बीकानेर संभाग के चारों जिलों के 13 संस्थानों के 400 विद्यार्थियों को शामिल किया गया। साामाजिक समायोजन के मापन हेतु आर सी देवा के उपकरण का प्रयोग किया गया। शोध के निष्कर्ष में पाया कि शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के छात्रों एवं छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-बेईमानी के स्तर, संवेगात्मक समायोजन, सामाजिक परिपक्वता और सम्पूर्ण योग के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। दोनों समूहों के विद्यार्थियों में सामाजिक समायोजन के मामले में समान प्रवृत्तियाँ दिखाई देती हैं।

Manuscript Information

- **ISSN No:** 2583-7397
- **Received:** 12-05-2025
- **Accepted:** 06-06-2025
- **Published:** 30-06-2025
- **IJCRM:**4(3); 2025: 623-627
- **©2025, All Rights Reserved**
- **Plagiarism Checked:** Yes
- **Peer Review Process:** Yes

How to Cite this Article

जयनारायण, शिल्पा चक्रवर्ती. शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के विद्यार्थियों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन। Int J Contemp Res Multidiscip. 2025;4(3):623-627.

Access this Article Online

www.multiarticlesjournal.com

मुख्य शब्द: मनो सामाजिक लक्षण, सामाजिक समायोजन, सामाजिक परिपक्वता

© 2025 जयनारायण, डॉ०. शिल्पा चक्रबर्ती . This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC ND).https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

1. परिचय

मनोसामाजिक गुण छात्रों के अनुभवों, प्रशिक्षण के प्रति दृष्टिकोण और समग्र विकास को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करते हैं। छात्र कल्याण और प्रशिक्षण दृष्टिकोण के संबंध में मनोसामाजिक विशेषताओं की नींव व्यक्तिगत मनोवैज्ञानिक तत्वों और सामाजिक और पर्यावरणीय प्रभावों के बीच परस्पर क्रिया को समझने पर आधारित है। मनोसामाजिक लक्षण विभिन्न प्रकार के व्यक्तिगत गुणों, कार्यों और विश्वासारांश मनोसामाजिक लक्षण विभिन्न प्रकार के व्यक्तिगत गुणों, कार्यों और विश्वासों को संदर्भित करते हैं जो मनोवैज्ञानिक और सामाजिक दोनों प्रभावों से प्रभावित होते हैं। जिसमें सामाजिक समायोजन एक प्रमुख कारक है जो विद्यार्थियों की मनो-सामाजिक विशेषता को उनके व्यवहार से इंगित करता है। इसको अध्ययन में शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के विद्यार्थियों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन करना प्रस्तुत शोध का मुख्य उद्देश्य था। शून्य परिकल्पना के परीक्षण के लिए बीकानेर संभाग के चारों जिलों के 13 संस्थानों के 400 विद्यार्थियों को शामिल किया गया। साामाजिक समायोजन के मापन हेतु आर सी देवा के उपकरण का प्रयोग किया गया। शोध के निष्कर्ष में पाया कि शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के छात्रों एवं छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-बेईमानी के स्तर, संवेगात्मक समायोजन, सामाजिक परिपक्वता और सम्पूर्ण योग के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। दोनों समूहों के विद्यार्थियों में सामाजिक समायोजन के मामले में समान प्रवृत्तियाँ दिखाई देती हैं।

मुख्य शब्दावली मनो सामाजिक लक्षण, सामाजिक समायोजन, सामाजिक परिपक्वता को संदर्भित करते हैं जो मनोवैज्ञानिक और सामाजिक दोनों प्रभावों से प्रभावित होते हैं। किसी व्यक्ति और उसके वातावरण के बीच अंतःक्रिया को समायोजन कहा जाता है। कोई व्यक्ति किसी विशेष परिस्थिति में कैसे तालमेल बिठाता है यह उसकी व्यक्तिगत विशेषताओं और स्थिति की परिस्थितियों पर भी निर्भर करता है। दूसरे शब्दों में, समायोजन में व्यक्तिगत और पर्यावरणीय दोनों कारक साथ-साथ काम करते हैं। समायोजन को एक गतिशीलता प्रक्रिया के रूप में परिभाषित किया गया है। यह अत्यधिक चयनात्मक और विशिष्ट प्रक्रिया है। सामाजिक, घरेलू, स्वास्थ्य और संवेगात्मक समायोजन को समायोजन के कारक के रूप में जाना जाता है। व्यक्ति का सामाजिक समायोजन व्यवहार समाज में अनुशासन और सद्भाव बनाए रखने में मदद करता है। मनुष्य एक समाज में रहता है। हर कोई समाज में और समाज से स्वीकृति, नाम और प्रसिद्धि चाहता है। हर समाज के कुछ नियम-कायदे होते हैं। प्रत्येक व्यक्ति मर्यादाओं के अनुरूप आचरण करने का प्रयास करता है जिससे समाज में स्वस्थ वातावरण का निर्माण होता है। सामाजिक समायोजन परिस्थितियों, वास्तविकता और पारस्परिक संबंधों के प्रति सफलतापूर्वक और सकारात्मक प्रतिक्रिया देने की योग्यता को प्रदर्शित करता है, जिससे सामाजिक अस्तित्व की उभरती हुई आवश्यकताओं को स्वीकार्य तरीके से समायोजित किया जा सके। सामाजिक समायोजन से तात्पर्य उस सीमा से है जिस तक एक व्यक्ति सामाजिक गतिविधियों में भाग लेता है और अपने वर्तमान सामाजिक परिवेश के साथ प्रभावी ढंग से अनुकूलन करता है। शैक्षिक परिवेश में छात्रों का सामाजिक समायोजन स्वाभाविक रूप से शिक्षकों, विषयों, सहपाठियों और विद्यालय के वातावरण के साथ उनके अनुकूलन से संबंधित है। छात्रों के अनुभव और अनुकूलन विद्यालय की परिस्थितियों में सफल सामाजिक समायोजन प्राप्त करने की उनकी भविष्य की योग्यता का पूर्वानुमान लगाते हैं। जो छात्र माध्यमिक विद्यालय के दौरान सामाजिक समायोजनों को सफलतापूर्वक अपना लेते हैं, उनके भविष्य में बेहतर सामाजिक समायोजन कौशल प्रदर्शित करने की संभावना उन छात्रों की तुलना में अधिक होती है जो इस अवधि के दौरान ऐसे समायोजनों से जूझते हैं। पाँच सामाजिक समायोजन के वैचारिक मॉडल में चार आयाम शामिल हैंः सामाजिक समायोजन, शैक्षणिक समायोजन, व्यक्तिगत-भावनात्मक समायोजन और संस्थागत प्रतिबद्धता। (Dude, 2022)

सामाजिक समायोजन के अभिन्न घटकों में सामाजिक जीवन का एकीकरण, एक पर्यावरणीय नेटवर्क की स्थापना और विशिष्ट परिस्थितियों में सामाजिक स्वतंत्रता का प्रबंधन शामिल है। सामाजिक समायोजन मूल रूप से व्यक्तिगत मनो-संज्ञानात्मक गतिशीलता, सामाजिक-सांस्कृतिक प्रभावों और मानक व्यवहार संबंधी अपेक्षाओं से जुड़ा है। विशेष रूप से, पूर्वी भारत के विभिन्न माध्यमिक विद्यालयों में लड़कियों ने लड़कों की तुलना में बेहतर समायोजन क्षमताएँ प्रदर्शित की हैं। सामाजिक समायोजन की प्रक्रिया एक अनुदैध्य निश्चितता है। जैसे-जैसे माध्यमिक विद्यालय के छात्र विश्वविद्यालय में प्रवेश करते हैं, उनके जिम्मेदार सामाजिक सदस्यों के रूप में विकसित होने के लिए अनुकूलन तकनीकों को विकसित करना महत्वपूर्ण और मौलिक है। पूर्व शोधों ने विश्वविद्यालय के छात्रों के बीच सामाजिक समायोजन को प्रभावित करने वाले कई कारकों की पहचान की है, जिनमें विश्वविद्यालय से उनकी अपेक्षाएँ, संवेगात्मक स्थिरता, सहायता की उपलब्धता, लिंग, विश्वविद्यालय जीवन के प्रति व्यक्तिगत प्रतिबद्धता और विश्वविद्यालय सेवाओं से संतुष्टि शामिल हैं। (Liu et al., 2023) (Xing & Ge, 2025)(Haoran et al., 2023)(Kayani et al., 2022) इसके अलावा, पूर्व अध्ययनों ने छात्रों के सामाजिक समायोजन और विश्वविद्यालय के वातावरण के प्रति उनके समग्र अनुकूलन के बीच एक सीधा संबंध स्थापित किया है, जिसकी पुष्टि अतिरिक्त शोधों से होती है जो दर्शाते हैं कि सामाजिक समायोजन शैक्षणिक अनुकूलन के लिए महत्वपूर्ण है, जिसके परिणामस्वरूप शैक्षणिक सफलता पर मामूली लेकिन लाभकारी प्रभाव पड़ता है। (Kayani et al., 2022) प्रस्तुत शोध इस क्षेत्र में जहाँ यह शोध समग्र विकास को बढ़ावा दे सकता हैः- खिलाड़ियों के खेल में समग्र वृद्धि एवं मनो-सामाजिक तत्वों को समझकर, प्रशिक्षक ऐसे सहायक वातावरण विकसित कर सकते हैं जो आत्मविश्वास, सहयोग और एकाग्रता को बढ़ाते हैं, जिससे एथलेटिक प्रदर्शन में तुरंत वृद्धि होती है। वहीं विद्यार्थियों के जीवन में मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण - भावनात्मक दक्षता और आत्म-विश्वास का विकास तनाव, चिंता और थकान को कम करता है, जिससे एक स्वस्थ मानसिक स्थिति को बढ़ावा मिलता है। यह टीम सामंजस्य और नेतृत्व प्रदान करने तथा मज़बूत सामाजिक अनुकूलन और दक्षता टीमों के भीतर सहयोग, संघर्ष समाधान और नेतृत्व गुणों को बढ़ाने की युक्तियों में योगदान प्रदान कर सकता है। इस अध्ययन में शिष्य अध्यापकों में सह शैक्षिक और अन्य व्यवहारिक गतिविधियों में सहभागिता से उनके मनो-सामाजिक घटकों के विकास में योगदान मिल पायेगा। इस अध्ययन से शिष्य अध्यापकों में मनो-सामाजिक घटकों में आने वाले कमियों को ध्यान में रखकर आगे की योजनाओं को इस प्रकार से बनाने के सुझाव दिये जायेंगे जिनसे उनके प्रशिक्षण को ओर अधिक प्रभावी

© 2025 जयनारायण, डॉ०. शिल्पा चक्रबर्ती . This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC ND).https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

बनाया जा सके। जिससे वे देश के लिए अधिक से अधिक सशक्त प्रशिक्षक तैयार कर सके।

समस्या कथनः 'शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के विद्यार्थियों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन' को समस्या कथन बनाया था।

2. उद्देश्य:

1. शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषताःसामाजिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन करना।
2. शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषताःसामाजिक समायोजन का तुलनात्मक अध्ययन करना।

परिकल्पनाएं

1. शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा के छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषताःसामाजिक समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।
2. शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा की छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषताः सामाजिक समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

शोध का परिसीमन

1. प्रस्तुत शोध का भौगोलिक सीमाकन राजस्थान राज्य के बीकानेर संभाग के चार जिलों: बीकानेर, हनुमानगढ़, चूरू और श्रीगंगानगर के स्ववित्तपोषित एवं सरकारी शारीरिक शिक्षा एवं शैक्षणिक महाविद्यालयों के विद्यार्थियों को शामिल किया गया है।
2. प्रस्तुत शोध में स्ववित्तपोषित एवं सरकारी शारीरिक शिक्षा एवं शैक्षणिक महाविद्यालयों में से केवल 14 महाविद्यालयों के 400 विद्यार्थियों (महिला$पुरूष) को यादृचिछक विधि से शामिल करने का प्रयास किया है।

3. शोधविधि एवं प्रक्रियाएं

समष्टि एवं न्यादर्शः प्रस्तुत शोध में राजस्थान राज्य के बीकानेर संभाग के चार जिलों: बीकानेर, हनुमानगढ़, चूरू और श्रीगंगानगर के स्ववित्तपोषित एवं सरकारी शारीरिक शिक्षा एवं शैक्षणिक महाविद्यालयों के विद्यार्थियों को समष्टि में शामिल किया गया। प्रस्तुत शोध में समष्टि के सभी विद्यार्थियों को शामिल करना मुश्किल एंव श्रम साध्य होने के कारण न्यादर्श में 14 महाविद्यालयों के 400 विद्यार्थियों को शामिल किया गया।

शोध उपकरण एवं प्रशासन

(अ) सामाजिक समायोजन मापनी: आर सी देवा द्वारा निर्मित इस मापनी मापनी की कोई समय-सीमा नहीं है, लेकिन यह अपेक्षित है कि एक व्यक्ति को इसे पूरा करने में औसतन 45 मिनट लगेंगे। यह मापनी उपभोग्य है। प्रतिक्रियाओं को परीक्षण पुस्तिका में दर्ज किया जाना है। इसकी अंकन प्रक्रिया में तीन स्कोरिंग स्टेंसिल का प्रयोग किया गया है। इस मापनी की विश्वसनीयता और वैधता सूचकांक संतोषजनक प्राप्त हुए हैं। दो महीने की अवधि के बाद परीक्षण-पुनःपरीक्षण विश्वसनीयता .91 थी। भावनात्मक और सामाजिक समायोजन पैमानों का सत्यापन सक्सेना की 'व्यक्तित्व परख प्रश्नावली' के संगत पैमानों के आधार पर किया गया। MA&62(3) दोनों पैमानों की वैधता क्रमशः .81 और .79 पाई गई।

बीकानेर संभाग के चार जिलों में स्थित महाविद्यालयों के संस्था प्रधानों (प्राचार्य/प्रधानाचार्या) से शोधार्थी द्वारा व्यक्तिगत रूप से सम्पर्क किया गया। उन्हें शोधकार्य के उद्देश्य से अवगत कराया और उपकरणों के प्रशासन की अनुमति प्राप्त की गई। तत्पश्चात् निर्देशित कक्षा में जाकर उपकरणों में दिये गये निर्देशों की अक्षरशः पालना करते हुए आयामी सामाजिक समायोजन मापनी का प्रशासन किया गया।

4. शोध परिकल्पना का परीक्षण

तालिका 1.1: शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के विभिन्न आयाम के मध्यमान, प्रमाप विचलन, मानक त्रृटि और अन्तर की सार्थकता की गणना

सामाजिक समायोजन के आयाम	आंकड़ों का समूह	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t-value	Sig. (2-tailed)
बेईमानी के स्तर	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्र	100	13.520	6.4768	0.6477	0.774	0.440
	शारीरिक शिक्षा छात्र	100	14.200	5.9391	0.5939		
संवेगात्मक समायोजन	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्र	100	18.220	8.2897	0.8290	1.164	0.246
	शारीरिक शिक्षा छात्र	100	16.900	7.7388	0.7739		
सामाजिक परिपक्वता	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्र	100	21.450	9.6885	0.9688	0.463	0.644
	शारीरिक शिक्षा छात्र	100	20.790	10.4594	1.0459		
सम्पूर्ण योग	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्र	100	53.190	14.9171	1.4917	0.616	0.539
	शारीरिक शिक्षा छात्र	100	51.890	14.9497	1.4950		

df = 198, सार्थकता स्तर (Level of Significance) = 0.05

उपरोक्त तालिका 1.1 में शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषताःसामाजिक समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं है, के परीक्षण करने टी-मान की गणना हेतु इसके सभी आयामों का परीक्षण किया जिसमें शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-बेईमानी के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में टी-मान = 0.774 असार्थक पाया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-संवेगात्मक समायोजन के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में

© 2025 जयनारायण, डॉ०. शिल्पा चक्रबर्ती . This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC ND).https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

टी-मान = 1.164 असार्थक पाया गया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-सामाजिक परिपक्वता के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में टी-मान = 0.463 असार्थक पाया गया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। वहीं शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के सम्पूर्ण योग के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में टी-मान = 0.616 असार्थक पाया गया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। समग्र रूप में शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषताःसामाजिक समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका 1.2: शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा की छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के विभिन्न आयाम के मध्यमान, प्रमाप विचलन, मानक त्रृटि और अन्तर की सार्थकता की गणना

सामाजिक समायोजन के आयाम	आंकड़ों का समूह	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t-value	Sig. (2-tailed)
बेईमानी के स्तर	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	14.460	6.6915	0.6691	0.476	0.634
	शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	14.010	6.6644	0.6664		
संवेगात्मक समायोजन	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	17.600	8.1464	0.8146	0.177	0.859
	शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	17.400	7.7954	0.7795		
सामाजिक परिपक्वता	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	21.220	10.4171	1.0417	0.195	0.846
	शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	20.930	10.6261	1.0626		
सम्पूर्ण योग	गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	53.280	16.1621	1.6162	0.435	0.664
	शारीरिक शिक्षा छात्राएँ	100	52.340	14.3543	1.4354		

df = 198, सार्थकता स्तर (Level of Significance) = 0.05

उपरोक्त तालिका 1.2 में शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषताःसामाजिक समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं है, के परीक्षण करने टी-मान की गणना हेतु इसके सभी आयामों का परीक्षण किया जिसमें शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में टी-मान = 0.476 असार्थक पाया गया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-संवेगात्मक समायोजन के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में टी-मान = 0.177 असार्थक पाया गया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-सामाजिक परिपक्वता के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में टी-मान = 0.195 असार्थक पाया गया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के सम्पूर्ण योग के मध्यमानों में अन्तर की सार्थकता की गणना में टी-मान = 0.453 असार्थक पाया गया। उक्त परिकल्पना अस्वीकृत नहीं हुई। समग्र रूप में शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषताः सामाजिक समायोजन में सार्थक अन्तर पाया गया।

5. शोध निष्कर्ष

1. शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्रों की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-बेईमानी के स्तर, संवेगात्मक समायोजन, सामाजिक परिपक्वता और सम्पूर्ण योग के मध्यमानों में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। दोनों समूहों के विद्यार्थियों में सामाजिक समायोजन के मामले में समान प्रवृत्तियाँ दिखाई देती हैं।
2. शारीरिक शिक्षा और गैर-शारीरिक शिक्षा छात्राओं की मनो-सामाजिक विशेषता में सामाजिक समायोजन के आयाम-बेईमानी के स्तर, संवेगात्मक समायोजन, सामाजिक परिपक्वता एवं सम्पूर्ण सामाजिक समायोजन के मामले में समान प्रवृत्तियाँ दिखाई देती हैं।

शैक्षिक निहितार्थ: सामाजिक समायोजन छात्रों के शैक्षणिक प्रदर्शन, साथियों के साथ संबंधों और समग्र कल्याण को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित कर सकता है। शैक्षणिक संस्थानों को विविध वातावरणों के प्रति छात्रों की अनुकूलन क्षमता को बढ़ाने के लिए समावेशी कक्षा प्रथाओं, सहयोगात्मक गतिविधियों और सांस्कृतिक आदान-प्रदान पहलों को बढ़ावा देने सें विद्यार्थियों के अहम् योगदान प्रदान कर सकेगा। शारीरिक शिक्षा के छात्रों के बीच सहयोग को महत्वपूर्ण रूप से बढ़ा सकती हैं, जबकि गैर-शारीरिक शिक्षा के छात्र अपनी अनुकूलन क्षमता को बढ़ाने के लिए एकीकृत खेलों और सह-पाठ्यचर्या गतिविधियों से लाभ उठा सकते हैं, सामाजिक समायोजन में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. Dude S. Description of student social adjustment. *International Journal of Innovations in Engineering Research and Technology.* 2022;9(4):44–54.
2. Haoran S, Tianci L, Hanwen C, Baole T, Yiran C, Yan J. The impact of basketball on the social adjustment of Chinese middle school students: The chain mediating role of interpersonal relationships and self-identity. *Frontiers in Psychology.* 2023;14:1205760. doi:10.3389/fpsyg.2023.1205760
3. Kayani S, Aajiz NM, Raza KK, Kayani S, Biasutti M. Cognitive and interpersonal factors affecting social adjustment of university students in Pakistan. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2022;20(1):655. doi:10.3390/ijerph20010655

© 2025 जयनारायण, डॉ०. शिल्पा चक्रबर्ती . This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC ND).https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

4. Liu W, Wang Y, Xia L, Wang W, Li Y, Liang Y. Left-behind children's positive and negative social adjustment: A qualitative study in China. *Behavioral Sciences.* 2023;13(4):341. doi:10.3390/bs13040341
5. Xing Z, Ge C. The relationship between physical exercise and social adjustment in Chinese university students: The sequential mediating effect of peer attachment and self-esteem. *Frontiers in Psychology.* 2025;16:1525811. doi:10.3389/fpsyg.2025.1525811

Creative Commons (CC) License

This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) license. This license permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

© 2025 जयनारायण, डॉ॰. शिल्पा चक्रबर्ती . This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY NC ND).https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/