

समायोजन (Adjustment)

द्वारा
डॉ० श्रवण कुमार
असिस्टेन्ट प्रोफेसर (बी०एड०)
नेहरू ग्राम भारती (मानित विश्वविद्यालय),
प्रयागराज

भूमिका

हमारा जीवन चुनौतियों एवं संघर्षों से परिपूर्ण है। बालकपन से हमें जीवन की विविध समस्याओं का सामना करना पड़ता है जो जिस सीमा तक जितने अच्छे ढंग से जीवन संग्राम की इस लड़ाई को लड़ता जाता है वह उतने ही अच्छे रूप से सफलता से प्रगति करता रहता है मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति के अतिरिक्त जीवन में हम बहुत कुछ चाहते हैं और यही चाह हमें पल-पल संघर्ष करने को प्रेरित करती है। और प्रत्येक जीव अपने पर्यावरण के साथ तालमेल एवं सामंजस्य स्थापित करने की कोशिश करता है। यह उसके निजी हित में होता है। इसके साथ ही वह अपनी प्रजाति के सदस्यों तथा पर्यावरण जनित चुनौतियों से स्वाभाविक सम्बन्ध स्थापित करने की दृष्टि से भी महत्वपूर्ण है। मनुष्य द्वारा अपने भौतिक सामाजिक, सांस्कृतिक एवं मनोवैज्ञानिक पर्यावरण से सम्बन्ध बनाये रखने उसके साथ संतुलन स्थापित करने तथा उसकी चुनौतियों से कुशलतापूर्वक एवं सफल समन्वय करने और उनके साथ समझौता करने की स्थिति तक पहुंचने की निरन्तर प्रक्रिया समायोजन की श्रेणी में आती है।

समायोजन शब्द अंग्रेजी के एडजस्टमेन्ट शब्द का ही पर्यायवाची है। इसकी व्युत्पत्ति जीव विज्ञान के एडाप्शन शब्द से हुई है जिसका तात्पर्य है अपने आप को परिस्थितियों के अनुसार ढालना। जीवन की समस्याओं का समाधान समायोजन में निहित है अर्थात् इस चिन्ताओं, समस्याओं के युग में जितना सम्भव हो सके उतना ही सीधे और सरल मार्ग से लक्ष्य तक पहुंचने की दक्षता ही समायोजन का आधार है।

समायोजन की परिभाषा

एल0एस0 शेफर(1961)— समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा कोई जीवधारी अपनी आवश्यकताओं तथा इन आवश्यकताओं की संतुष्टि से सम्बन्धित परिस्थितियों में संतुलन बनाये रखता है।

गेट्स जेरसिल्ड एवं अन्य(1970) —समायोजन एक ऐसी सतत प्रक्रिया है जिसके द्वारा एक व्यक्ति अपने व्यवहार में इस प्रकार से परिवर्तन करता है कि उसे स्वयं तथा अपने वातावरण के बीच और अधिक मधुर संबंध स्थापित करने में मदद मिल सके।

आइजेनिक(1972)—समायोजन वह अवस्था है जिसमें एक ओर व्यक्ति की आवश्यकताओं तथा दूसरी ओर पर्यावरण सम्बन्धी विपदाओं की पूर्ण संतुष्टि होती है अथवा यह वह प्रक्रिया है जिसमें इन दोनों के मध्य सामंजस्य स्थापित हो जाता है।

मैस्लो तथा मिटिलमैन के अनुसार — समायोजन व्यक्ति की वह विशेषज्ञता है जिसके अनुसार वह अपने जीवन की मुख्य समस्याओं को समझता है उनसे प्रतिक्रिया करता है एवं उनका समाधान करता है।

इन परिभाषाओं को विश्लेषित करके देखा जाए तो शेफर के द्वारा दी गयी पहली परिभाषा समायोजन की मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति के संदर्भ में परिभाषित करने का प्रयत्न करती है। इसके अनुसार कोई बालक या व्यक्ति तभी तक समायोजित अनुभव करता है जब तक उसकी आवश्यकताओं और इन आवश्यकताओं की पूर्ति से जुड़ी हुई उसकी कोशिशें तथा परिस्थितियों के बीच संतुलन बना रहे। जैसे ही वह संतुलन गड़बड़ाता है अर्थात् व्यक्ति को

उसकी आवश्यकताओं की पूर्ति में बाधा पहुंचती है उसका कुसमायोजन प्रारम्भ हो जाता है।

गेट्स जेरसिल्ड तथा अन्य के द्वारा दी गई दूसरी परिभाषा समायोजन को एक ऐसी स्थिति के रूप में देखती है जिसमें व्यक्ति की अपने वातावरण के साथ पटरी बैठती रहती है। अगर व्यक्ति अपने वातावरण में ठीक तरह संतुष्ट और सुखी नहीं रहता तो वह ऐसा करने के प्रयत्नों में लगे रहता है जैसे परिस्थितियां होती हैं उन्हीं के अनुसार वह अपने व्यवहार काम करने के तरीकों अपनी इच्छाओं तथा लक्ष्यों में तब्दीली कर लेता है अगर वह यह परिवर्तन कर अपने और अपने वातावरण के बीच खटपट नहीं होने देता है तो उसे समयोजित कहा जाता है और अगर ऐसा करने में असफल होता है तो उसके कदम कुसमायोजन की ओर बढ़ने लगते हैं। वातावरण संबंधी स्थितियां एक जैसी नहीं रहती, उनमें बदलाव आता रहता है और इसीलिए यह आवश्यक है कि व्यक्ति अपने आप में भी आवश्यक परिवर्तन लाता रहे। जो इस प्रकार के परिवर्तन लाने में जितनी अच्छी तरह सक्षम होता है वह उतना ही समायोजन प्रक्रिया में कुशल जाना जाता है।

मैस्ले और मिटिलमैन की परिभाषा के अनुसार जीवन में संतुष्टि और आनंद प्राप्ति का मार्ग समायोजन से होकर गुजरता है। समायोजन का अर्थ होता है कि जीवन की आवश्यकताओं और मांगों से अपनी शक्ति और सामर्थ्य के संदर्भ में अनुकूलन करके चलना। अतः समायोजन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसकी सहायता से आवश्यकताओं की पूर्ति होती है और समस्याओं का समाधान होता है एवं आवश्यकताओं को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों के साथ तालमेल बैठाना और लक्ष्य प्राप्त करना ही समायोजन प्रक्रिया का मुख्य उद्देश्य है।

समायोजन की विशेषताएँ—

- अनुकूलनशीलता
- सामाजिक जागरूकता।
- अपने व्यवहार के प्रति सोच।
- इच्छाओं व समाज सम्मत व्यवहार में समरसता।
- अपनी सकारात्मक विशेषताओं व कमियों की समझ।
- आत्म सम्मान के अनुसार दूसरों का सम्मान करना।
- पर्याप्त आकांक्षा स्तर।
- मूलभूत आवश्यकताओं की संतुष्टि।
- दूसरों में दोषों को न ढूढने की प्रवृत्ति।
- प्रतिकूल परिस्थितियों को झेलने की क्षमता।
- चिन्तन में परिपक्वता।
- विश्व की वास्तविक प्रत्यक्षीकरण
- स्वतंत्र निर्णय लेने की क्षमता।
- दूसरों के प्रति संवेदी समझ।

समायोजन के प्रकार—

अच्छे प्रकार से समायोजित व्यक्ति वह होता है जो अपने आपसे सन्तुष्ट और संमंजित हो एवं अपने चारों ओर फैले वातावरण या परिवेश से उसका तालमेल ठीक हो। किसी भी व्यक्ति का समाज उसके अपने शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य तथा व्यक्तित्व के महत्वपूर्ण पक्षों के इर्द-गिर्द घूमता है तथा वहीं व्यक्ति को उसके सामाजिक परिवेश एवं काम-काज के क्षेत्रों में समायोजित होने की आवश्यकता पड़ती है। समायोजन सम्बन्धी इन तथ्यों एवं आवश्यकताओं को दृष्टिगत रखते हुए व्यक्तियों के समायोजन को तीन प्रकार— व्यक्तिगत, सामाजिक एवं व्यवसायिक में वर्गीकृत किया जा सकता है—

- *व्यक्तिगत समायोजन*— कोई व्यक्ति अपने आपसे कितना समायोजित है इसका निर्णय उसके व्यक्तिगत समायोजन के स्तर को जानकर किया जा सकता है। कोई व्यक्ति किसी क्षेत्र में किस स्तर तक समायोजित है वह इस बात पर निर्भर करता है कि उस क्षेत्र से सम्बन्धित व्यक्ति विशेष की आवश्यकताएँ किस सीमा तक पूरी हो सकती हैं अथवा उनके पूरी होने की संभावना से व्यक्ति किस सीमा तक सन्तुष्ट है अर्थात् व्यक्ति को अपने आप से समायोजित करने के लिए उसे अपनी विभिन्न क्षेत्र की आवश्यकताओं को पूरा करना होता है। किसी भी व्यक्ति की आवश्यकताओं की विभिन्न क्षेत्र तथा उनसे सम्बन्धित समायोजन निम्नांकित प्रकार के हो सकते हैं।

- i. **शारीरिक समायोजन**— शारीरिक समायोजन किसी भी व्यक्ति के व्यक्तिगत समायोजन का प्रमुख पहलू हो सकता है। प्रत्येक आयु स्तर पर किसी भी व्यक्ति के शारीरिक विकास का एक निर्धारित मापदण्ड होता है। लम्बाई, वजन तथा शरीर के विभिन्न अंगों का विकास व्यक्ति के आयु के अनुसार सामान्य ढंग से हो रहा होता है तो व्यक्ति अपने आपको शारीरिक रूप से समायोजित अनुभव करता है। व्यक्ति को अपने रंग-रूप, शारीरिक बनावट इत्यादि से भी सन्तुष्टि का अनुभव होना चाहिए अर्थात् व्यक्ति की अपनी शारीरिक संरचना, उसका शारीरिक विकास, शारीरिक अंगों तथा संस्थानों की कार्य-प्रणाली से सन्तुष्टि का अनुभव करने वाली बातें ही उसके शारीरिक समायोजन के क्षेत्र में आती हैं।
- ii. **मानसिक समायोजन**— व्यक्तिगत समायोजन का दूसरा बड़ा पहलू व्यक्ति के मानसिक विकास एवं मानसिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित है अर्थात् किसी व्यक्ति के मानसिक विकास का स्तर तथा उस मानसिक विकास से व्यक्ति की सन्तुष्टि ही उसके मानसिक समायोजन का प्रमुख आधार होता है। इसी प्रकार अच्छे मानसिक स्वास्थ्य की प्राप्ति भी व्यक्ति को मानसिक रूप से समायोजित होने में सहयोग करती है। चिन्ता, द्वन्द्व, निराशा, कुण्ठा, दबाव एवं तनाव का कोई व्यक्ति किस प्रकार समाधान करता है यह उसके मानसिक स्वास्थ्य का सूचक होता है। मानसिक रूप से स्वस्थ तथा विकसित व्यक्ति ही अपने आपको

मानसिक ढंग से उचित प्रकार से समायोजित कर पाता है जिसके परिणामस्वरूप उसका व्यक्तिगत समायोजन अच्छा रहता है।

- iii. **संवेगात्मक समायोजन**— किसी भी व्यक्ति के व्यक्तित्व और उसके व्यवहार में संवेगों का प्रमुख स्थान है। व्यक्ति को स्वयं से समायोजित होने के लिए उसमें संवेगात्मक परिपक्वता का होना अति आवश्यक है। सही समय पर उपयुक्त संवेगों की अभिव्यक्ति, संवेगात्मक समायोजन के लिए अतिआवश्यक है। जो लोग ऐसा नहीं कर पाते वे संवेगात्मक रूप से कुसमायोजित माने जाते हैं।
- iv. **लैंगिक समायोजन**— लैंगिक या यौन सम्बन्धी आवश्यकता व्यक्ति की जन्मजात आवश्यकता होती है, इसकी पूर्ति जब तक सामाजिक रूप से मान्यता प्राप्त तरीकों से ठीक प्रकार से होती रहती है, व्यक्ति समायोजित अनुभव करता है तथा इसकी पूर्ति में बाधा तथा असन्तोष कुसमायोजन को जन्म देता है अर्थात् व्यक्ति का समुचित लैंगिक विकास, यौन आवश्यकताओं के प्रति उचित दृष्टिकोण और उसकी स्वाभाविक अभिव्यक्ति एवं पूर्ति ही उसे स्वयं से एवं अपने परिवेश से ठीक ढंग से समायोजित रखती है।
- v. **वैयक्तिक आवश्यकताओं से सम्बन्धित समायोजन**— व्यक्ति के व्यक्तिगत समायोजन की परिधि में ऐसा समायोजन भी शामिल होता है जिसका सम्बन्ध उसकी व्यक्तिगत आवश्यकताओं की पूर्ति से होता है, इन आवश्यकताओं में भूख, प्यास, नींद, विश्राम, भौतिक सुख सुविधाओं को

प्राप्त करना, स्नेह व प्यार पाना एवं देना, आत्म-अभिव्यक्ति, दूसरों पर प्रभुत्व स्थापित करना एवं आदर तथा सम्मान प्राप्त करने जैसी आवश्यकताएँ शामिल होती हैं। इन सभी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए व्यक्ति जीवन पर्यन्त प्रयास करता है। व्यक्ति को उसके प्रयत्नों में कितनी सफलता प्राप्त होती है अथवा वह किस सीमा तक अपने प्रयत्नों और उनके परिणामों से सन्तुष्टि का अनुभव करता है उसी सीमा तक उसे समायोजित माना जा सकता है अर्थात् वैयक्तिक आवश्यकताओं के पूर्ति से सम्बन्धित समायोजन, व्यक्तिगत समायोजन में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

- **सामाजिक समायोजन-** व्यक्ति को जितना स्वयं से सन्तुष्ट एवं समायोजित होने की आवश्यकता होती है उतनी ही आवश्यकता अपने सामाजिक परिवेश से जुड़े व्यक्तियों तथा उनके कार्यों के साथ उचित ताल-मेल बनाकर समायोजित रहने की होती है। यदि व्यक्ति अपने परिवेश तथ परिवेश में उपलब्ध परिस्थितियों से भी सन्तुष्टि का अनुभव करता है तभी वह उचित प्रकार से समायोजित हो सकता है। सामाजिक परिवेश का दायरा व्यक्ति के घर परिवार से प्रारम्भ होकर सम्पूर्ण विश्व-बन्धुत्व की सीमाओं को स्पर्श करता है। व्यक्ति के सामाजिक समायोजन में निम्न पहलुओं को शामिल किया जा सकता है।
 - i. **घर-परिवार से समायोजन-** घर परिवार से समायोजन से आशय व्यक्ति को स्वयं के घर को सुख-शान्ति एवं सन्तोष प्रदान करने वाला तथा

अपने परिवार के सदस्यों के साथ उठना-बैठना, रहन-सहन, अच्छा लगने की सीमा से है। यदि व्यक्ति घर के बाहर रहना पसन्द करने लगे तथा उसका अपने परिवार के सदस्यों के साथ अन्तःक्रिया समाप्त अथवा न्यूनतम हो जाय तो कहा जा सकता है कि व्यक्ति का घर-परिवार से समायोजन ठीक नहीं हैं इसके विपरीत परिवार में एक-दूसरे को समझकर स्नेह एवं प्यार से भरे सहयोगी वातावरण में परिवार के प्रत्येक सदस्य से पूरी तरह ताल-मेल बिठाकर अपने और परिवार को आगे बढ़ाने में समुचित सहायता प्रदान करना घर-परिवार से उचित समायोजन को इंगित करता है। घर-परिवार के ऐसे वातावरण में सदस्यों की व्यक्तिगत एवं सामूहिक आवश्यकताएँ उचित ढंग से पूरी होती हैं एवं सभी लोग भली-भाँति समायोजित रहते हैं।

- ii. **मित्र एवं सम्बन्धियों से समायोजन-** सामाजिक दायरे का दूसरा पहलू मित्र एवं सगे सम्बन्धी होते हैं। व्यक्ति अपने सामाजिक सम्बन्धों को इन्हीं के माध्यम से जीवित रखता है। उसके अपने सुखी जीवन यापन के लिए अपने मित्रों एवं सम्बन्धियों के साथ सम्पर्क को उचित प्रकार से बनाए रखना आवश्यक होता है अर्थात् जीवन की विषम-परिस्थितियों में मित्रता एवं सम्बन्ध कायम रहे यह किसी भी व्यक्ति के सामाजिक समायोजन के लिए अत्यन्त आवश्यक होता है। जिस सीमा तक व्यक्ति अपने मित्रों तथा सगे-सम्बन्धियों के साथ अपना ताल-मेल बनाए रखता

है उसी सीमा तक वह उनके साथ समायोजित होने में समर्थ हो पाता है।

- iii.** पड़ोसियों एवं समुदाय के सदस्यों से समायोजन— व्यक्ति घर से बाहर निकलकर पड़ोस एवं समुदाय में प्रवेश करता है। उसकी बहुत सी आवश्यकताओं की पूर्ति समुदाय के साथ उचित सम्प्रेषण, विनिमय तथा ताल-मेल द्वारा होती है। पड़ोस तथा समुदाय के साथ व्यक्ति का समायोजन उसे भौतिक, आर्थिक तथा भावनात्मक सुरक्षा प्रदान करता है। उसकी बहुत सी सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं की पूर्ति भी समाज के साथ उसके सम्पर्क एवं ताल-मेल द्वारा होती है अतः पड़ोस तथा समुदाय के साथ बेहतर सामाजिक सम्बन्ध व्यक्ति को अच्छे प्रकार से जीवन यापन में पूरी सहायता कर सकते हैं। आवश्यकता इस बात की होती है कि व्यक्ति पड़ोसियों एवं समुदाय के साथ 'जिओ और जीने दो' के सिद्धान्त पर चलकर एक-दूसरे के सुख-दुःख में भागीदार बनने की चेष्टा करें। वह बात-बात में झगड़ा- फसाद तथा तू-तू, मैं-मैं में न फँसकर एक-दूसरे की भावनाओं एवं इच्छाओं का सम्मान करे। भाषा, धर्म, जाति इत्यादि की अलगाववादी प्रवृत्तियों को त्यागकर शान्तिपूर्वक जीवन-यापन करे। स्पष्टतः ऐसे व्यक्ति को ही सामाजिक रूप से समायोजित कहा जा सकता है जो पास-पड़ोस एवं समुदाय के सदस्यों के साथ अच्छे सामाजिक सम्बन्ध बनाकर सन्तुष्ट रहता है।

व्यवसायिक समायोजन—रोजी-रोटी कमाना सभी व्यक्तियों के लिए अत्यन्त आवश्यक होता है क्योंकि इसी के द्वारा उन्हें अपनी व्यक्तिगत तथा सामाजिक-मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए उचित साधन प्राप्त होते हैं। विद्यालय द्वारा अथवा घर-परिवार द्वारा दी जाने वाली शिक्षा अथवा प्रशिक्षण व्यक्तियों को किसी न किसी व्यवसाय को अपनाने का अवसर प्रदान करती है तथा यही व्यवसाय उन्हें व्यवसायिक सन्तुष्टि प्रदान कर उनकी आशाओं तथा आकांक्षाओं की पूर्ति करता है तथा इसी पर उनका व्यवसायिक समायोजन निर्भर करता है। व्यक्ति अपने प्रयासों तथा प्राप्त अवसरों के फलस्वरूप अनेक तरह के व्यवसाय अपनाते हैं तथा अपने-अपने ढंग से काम करते हुए उस व्यवसाय में समायोजित होने का प्रयास करते हैं। जिस सीमा तक व्यक्ति अपने व्यवसाय में उचित ढंग से समायोजित रहते हैं उसी सीमा तक उन्हें समायोजन के अन्य क्षेत्रों में भी समायोजित होने का लाभ प्राप्त होता है। यह बात दूसरी तरफ से भी उतनी ही सत्य है अर्थात् व्यक्ति जिस सीमा तक समायोजन के अन्य क्षेत्रों में समायोजित हो पाते हैं उसी सीमा तक उन्हें व्यवसायिक समायोजन में भी सहायता प्राप्त होती है।

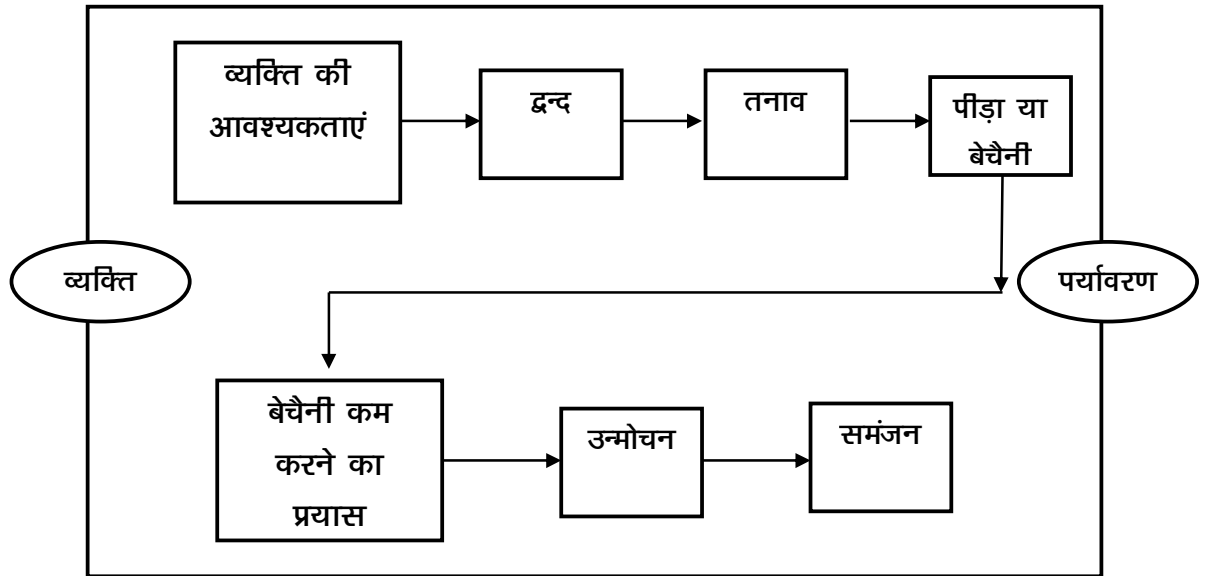
समायोजन की प्रकृति—

कुछ विद्वानों ने समायोजन की प्रक्रिया को दो विचारों (समायोजन एक प्रक्रिया व समायोजन एक उपलब्धि) के रूप में विश्लेषित करने का प्रयास किया है।

➤ **समायोजन एक प्रक्रिया—**

समायोजन प्रक्रिया में व्यक्ति तथा वातावरण दोनों प्रभावित होते हैं। व्यक्ति समायोजन करने के लिए बाह्य वातावरण के साथ निरन्तर अन्तः क्रिया करने लगता है। समायोजन करने के लिए कई बार वह अपने आपको बदलता है, तो कई बार वातावरण को बदलने का प्रयत्न करता है। ऐसे भी उदाहरण मिलते हैं जब व्यक्ति ने समायोजन की प्रक्रिया में स्वयं को व वातावरण दोनों को ही साथ-साथ परिवर्तित किया है।

डॉ० इन्दु दुबे ने समायोजन प्रक्रिया को स्पष्ट करते हुए कहा कि व्यक्ति के व्यवहार के मूल में या तो आन्तरिक प्रणोदक है या बाह्य प्रेरक अथवा दोनों का समन्वय है। समायोजन के अभाव का तात्पर्य है इन विभिन्न प्रणोदकों के बीच द्वन्द्व और द्वन्द्व का परिणाम होता है तनाव की स्थिति उत्पन्न होना। समंजन की प्रक्रिया को डॉ० इन्दु दवे (1971) ने निम्न रूप में स्पष्ट किया है।



चित्र – समंजन प्रक्रिया की सात अवस्थाएँ

जीन पीयाजे ने समायोजन की प्रक्रिया का विभिन्न प्रकार से अध्ययन किया है। उनके अनुसार— “ स्वयं को या वातावरण को बदलने के लिए आत्मसातकरण एवं व्यवस्थापन पदों का प्रयोग किया जाता है। सामाजिक वातावरण में तीव्र परिवर्तन के बावजूद एक व्यक्ति अपने मूल्यों एवं व्यवहार में परिवर्तन नहीं करता। इस विशेषता को आत्मसातकरण कहा जाता है। इसके विपरीत जब कोई व्यक्ति अपने मूल्य व मानक सामाजिक संदर्भों से ग्रहण करके मूल्यों में परिवर्तन सामाजिक मूल्यों के साथ बदलकर करता है तो उसे व्यवस्थापनकरण कहा जाता है। एक व्यक्ति को समाज में समायोजित होने के लिए दोनों युक्तियों का सहारा लेना पड़ता है।

सरकॉफ ने समायोजन को निरन्तर होने वाली प्रक्रिया कहा है। उनके अनुसार समायोजन कभी पूर्ण नहीं होता है, बल्कि यह तो वह प्रक्रिया है जिसे सदैव के लिए हासिल कर लिया गया हो। समायोजन को बार-बार हासिल करना पड़ता है। समायोजन परिस्थितियों के अनुरूप होता है। व्यक्ति के एक बार समायोजित हो जाने पर वह पुनः इसका प्रयोग परिवर्तनशील परिस्थितियों में करता है।

➤ समायोजन एक उपलब्धि—

इसका तात्पर्य किसी व्यक्ति की समायोजन क्षमता की गुणवत्ता से है। किसी व्यक्ति के द्वारा विभिन्न परिस्थितियों में अपने दायित्वों का पालन करना ही समायोजन है। समायोजन का बुरा या अच्छा होना ही उसकी उपलब्धि है किसी भी देश या समाज की उन्नति सुसमायोजित व्यक्तियों पर निर्भर करती है।

एक अच्छे समायोजन के अन्तर्गत निम्न बातें आ सकती हैं—

- शारीरिक स्वास्थ्य— एक पूर्ण समायोजित व्यक्ति शारीरिक रूप से स्वस्थ होता है।
- मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य— जो व्यक्ति अपने को प्रत्येक परिस्थिति के अनुरूप ढालने में या परिस्थितियों को अपने अनुरूप बनाने में सक्षम होता है, वह पूर्ण समायोजित होता है। ऐसे व्यक्ति का मानसिक स्वास्थ्य भी ठीक होता है। क्योंकि उसे कभी तनाव की स्थिति का समाना ही नहीं करना पड़ता है।
- कार्य प्रभावशीलता— एक अच्छे समायोजन का मतलब यह भी है कि यदि व्यक्ति का समायोजन क्षमता ठीक होगी तो उसका कार्य भी प्रभावशाली होगा।
- एक समायोजित व्यक्ति सामाजिक स्वीकृति के साथ कार्य कर सकता है।

समायोजन प्रतिमान—

समायोजन के लिए मनोवैज्ञानिक ने अपने सिद्धान्तों के अनुसार समायोजन प्रतिमान प्रस्तुत किये हैं। प्रयोगों के आधार पर प्राप्त सिद्धान्तों में परस्पर सम्बन्ध करना है।

❖ व्यवहारवादी प्रतिमान—

व्यवहारवादी मनोवैज्ञानिक ने शरीर को एक यंत्र माना है। इस शरीर रूपी यंत्र के विभिन्न अंगों व स्थिति, उनकी गतिविध का ज्ञान होने पर प्राणी के व्यवहार को समझना आवश्यक है। व्यवहारवादी व्यक्तित्व का अर्थ इस शरीर रूपी यंत्र का ठीक प्रकार से संचालित करने से है। समायोजन का अर्थ

शरीर को अच्छी तरह से संचालित करना है जिससे व्यक्ति व वातावरण के बीच तालमेल बना रहे।

व्यवहारवादियों का यह प्रतिमान पूरी तरह से उद्दीपन-अनुक्रिया सिद्धान्त पर आधारित है। इस प्रतिमान के अन्तर्गत अधिगम को आधार बनाया है। इसमें मानव व्यवहार में अधिगम की भूमिका को महत्वपूर्ण माना गया है। अधिकांश मानव व्यवहार अधिगम के माध्यम से होता है अतः व्यक्ति की व्यवहार रचना पर बल देकर अनुक्रिया करवाई जाती है जो समायोजन का मूल है।

❖ मनोविश्लेषणवादी प्रतिमान—

फ्रायड के अनुसार मानव मस्तिष्क की तीन परतों यथा— अर्द्धचेतन, अचेतन और चेतन में से अचेतन अधिक महत्वपूर्ण है। मनोविश्लेषण के अनुसार मानव व्यवहार रूप से व्यक्ति के अचेतन मन तथा उसकी काम ऊर्जा द्वारा निर्धारित होता है। अचेतन मन व्यक्ति के व्यवहार व समायोजन की कुंजी है। अचेतन मन में दबी हुई इच्छायें, भावनाएं, प्रणोदक होते हैं। जिनका सम्बन्ध यौन व आक्रामकता से होता है। इन इच्छाओं व भावनाओं की नियंत्रित व सुप्त अवस्था की सीमा व्यक्ति के समायोजन व कुसमायोजन की सीमा को प्रभावित करती है।

मनोविश्लेषण ने अपने सभी सिद्धान्तों में कामुकता पर अधिक बल दिया है। कामुकता तथा इद् के शक्तिशाली होने की स्थिति में व्यक्ति इन्हें संतुष्ट करने के लिए बैचेन हो जाता है। यही बैचेनी चिंता को जन्म देती है। फ्रायड ने मनुष्य को सुखवादी बताया है। इसके विपरीत सुख से वंचित होने की स्थिति में कुसमायोजन होता है। व्यक्ति व्यवहार में अपने प्रति व अपने पर्यावरण के प्रति संतुलन व समरसता की सीमा उसके द्वारा द्वन्द्व व सुपर ईगों

के बीच संतुलन क्षमता पर निर्भर करती है। इद् की अधिकता होने पर व्यक्ति सामाजिक प्रतिमानों की उपेक्षा करके सुख प्राप्त करने लगता है। परिणामतः व्यक्ति अपराधी या समस्याग्रस्त या कुसमायोजित व्यवहार करता है। यदि परम अहम् की अधिकता हो जाती है तो दबी हुई इच्छाओं व भावनाओं को उजागर होने का अवसर नहीं मिलता। ऐसी परिस्थितियाँ मनोस्नायुविक प्रवृत्तियों को जन्म देती है।

कुसमायोजन—

कुसमायोजन, समायोजन से विपरीत अवस्था है। कुसमायोजन व्यक्ति विशेष की वह अवस्था या स्थिति होती है जिसमें वह अनुभव करता है कि उसकी मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति नहीं हो पा रही है और ऐसा होने की आगे भी कोई आशा नहीं है और वह निश्चित रूप से अपने आप से तथा अपने वातावरण से सामंजस्य स्थापित करने में लगभग असफल रहता है।

अपनी इस समायोजन संबंधी विफलता के कारण इस प्रकार एक कुसमायोजित व्यक्ति विभिन्न प्रकार की व्यवहार तथा समायोजन संबंधी समस्याओं से ग्रस्त होकर अपने तथा दूसरों के विकास या प्रगति में सदैव बाधा बना हुआ नजर आता है।

कुसमायोजन के तत्व—

- तनाव
- दुश्चिंता
- दबाव
- भग्नाशा
- द्वन्द्व

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- इन्दु दवे, (1971) शिक्षा के मनौवैज्ञानिक आधार, जयपुर, राजस्थान : हिन्दी ग्रंथ अकादमी, पृ0-296 ।
- के0 पी0 पाण्डेय (2005) नवीन शिक्षा मनोविज्ञान, वाराणसी, विश्वविद्यालय प्रकाशन, पृ0-434 ।