International Journal of Research in Social Sciences
Vol. 10 Issue 12, December 2020
ISSN: 2249-2496 Impact Factor: 7.081
Journal Homepage: http://www.ijmra.us, Email: editorijmie@gmail.com
Double-Blind Peer Reviewed Refereed Open Access International Journal - Included in the International Serial Directories Indexed & Listed at: Ulrich's Periodicals Directory ©, U.S.A., Open J-Gate as well as in Cabell's Directories of Publishing Opportunities, U.S.A

पेशेवर और गैर–पेशेवर विद्यार्थियों की जीवनशैली संतुष्टि का आकलन : विश्लेष्णात्मक विवेचन

गौतम मेवाडा
सहायक आचार्य (गृहविज्ञान)
मानव भारती युनिवर्सिटी
ड. ।.ध्ड.चैपसस. (भ्वउम ैबपमदबम)

शोध सारांश :–
जीवनशैली संतुष्टि किसी व्यक्ति के जीवन के प्रति दृष्टिकोण और भावनाओं का एक समग्र आकलन है, जो नकारात्मक से सकारात्मक तक की सीमा में होता है। जीवन संतुष्टि समय की आवश्यकता है। यह आज की तनावपूर्ण जीवनशैली में बहुत महत्वपूर्ण है। संतुष्टि के विना, मनुष्य समृद्ध और शांतिपूर्ण जीवन नहीं जी सकता। प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य पेशेवर और गैर–पेशेवर छात्रों में जीवनशैली संतुष्टि का मूल्यांकन करना है और साथ ही महिला और पुरुष कॉलेज छात्रों के बीच लैंगिक अंतर की भी जाँच करना है। इसके लिए, उदयपुर शहर, राजस्थान राज्य के विभिन्न कॉलेजों और संकायों से 180 छात्रों का नमूना यादृच्छिक रूप से चुना गया। डाटा संग्रह के लिए प्रो. एस. के. बाबाजी द्वारा विकसित ''लाइफ स्टाइल सैटिस्फैक्शन स्केल'' का उपयोग किया गया। यह स्केल चार आयामों से बना है। विश्लेषण हेतु टी–टेस्ट का प्रयोग किया गया। निष्कर्ष से शोध पत्र में जीवन शैली से सबंधित आयामों का विस्तृत विश्लेषण करने का प्रयास किया गया है।

संकेताक्षर : जीवन संतुष्टि, पेशेवर, गैर–पेशेवर, विद्यार्थी, लिंग ।

परिचय (प्दजतवकनबजपवद)

संतोष एक लैटिन शब्द है, जिसका अर्थ है पूरा करना या पर्याप्त करना। जीवन से संतुष्टि का अवलोकन करना कठिन है और इसे समझना भी आसान नहीं है। समर (1966) के अनुसार जीबन संतुष्टि ''व्यक्ति के जीवन की परिस्थितियों का एक सकारात्मक आकलन है, यह एक ऐसा निर्णय है जो आम तौर पर व्यक्ति की अपनी मानकों या अपेक्षाओं के आधार पर होता है।'' जीवन संतुष्टि का अर्थ है कि व्यक्ति अपने जीवन को संपूर्ण रूप से सकारात्मक रूप में आंकता है। रॉटरडैम के इरास्मस विश्वविद्यालय के छात्रों के अध्ययन के अनुसार ''जीबन संतुष्टि एक ऐसी भावना है, जो मानव जीवन का अंतिम लक्ष्य है।'' इसके बिना जीवन में असंतोष, निरर्थकता और बेचौनी होती है। यह संकट की स्थिति, मूल्य और कार्यक्षमता में कमी को दर्शाता है। जीवन संतुष्टि में आनंद लेने की क्षमता शामिल है। उच्च जीवन संतुष्टि वाला व्यक्ति वह है जो जो कुछ उसके पास है उससे आनंद ले सकता है। जितनी अधिकं खुशी होगी, उतनी ही अधिक जीवन संतुष्टि होगी और इसके विपरीत भी। जब जीवन संतुष्टि का स्तर कम होता है, तो यह संभावित समस्याओं का संकेत देता है।

अध्ययनों से ज्ञात है किः लिंग का पारस्परिक आकर्पण पर कोई महत्वपूर्ण प्रभाव नहीं है (बजाज व अन्य, 2018)।
रविकुमार व अन्य (2018) ने पाया कि पेशेवर और गैर–पेशेवर छात्रों में आत्महत्या की प्रवृत्ति और जीवनशैली में महत्वपूर्ण अंतर हैं।
पेशेवर छात्रों का जीवन अधिक अनुकूलित होता है और उनमें आत्महत्या के विचार अधिक पाए जाते हैं।

International Journal of Research in Social Sciences
Vol. 10 Issue 12, December 2020
ISSN: 2249-2496 Impact Factor: 7.081
Journal Homepage: http://www.ijmra.us, Email: editorijmie@gmail.com
Double-Blind Peer Reviewed Refereed Open Access International Journal - Included in the International Serial Directories Indexed & Listed at: Ulrich's Periodicals Directory ©, U.S.A., Open J-Gate as well as in Cabell's Directories of Publishing Opportunities, U.S.A

गैर–पेशेवर महिलाओं में केवल कैरियर प्रेरणा में बदलाव देखा गया।
रोहित व अन्य (2015) ने पाया कि विज्ञान और कला के छात्रों के बीच जीवन संतुष्टि में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं है।
महमूद व अन्य (2019) ने पाया कि गैर–पेशेवर छात्रों की जीवन संतुष्टि निवास स्थान और लिंग के आधार पर काफी भिन्न होती है।

1. कार्यविधि (डमजीवकवसवहल)

1.1 नमूना चयन (मसमबजपवद वf`उचसम)

वर्तमान शोध में नमूना आकार 180 छात्रों का था (जो पेशेवर और गैर–पेशेवर पाठ्यक्रमों की डिग्री प्राप्त कर रहे थे)।
उदयपुर शहर के कॉलेज। नमूने को छात्रों की दो प्रमुख श्रेणियों के 6 उपसमूहों में वर्गीकृत किया गया था। प्रत्येक स्ट्रीम (बी.ए.ध्बी.कॉमध्बी.एससी.) गैर–व्यावसायिक पाठ्यक्रम (एल.एल.बी.ध्एम.बी.बी.एस. ध्बी.ई.) व्यावसायिक पाठ्यक्रमों से समान संख्या में छात्रों (यानी (30) का चयन किया गया था, जिसमें क्रमशः पुरुष और महिला दोनों शामिल थे। और उनकी आयु सीमा 18–25 वर्ष के बीच थी।

1.2 डेटा संग्रह के उपकरण (ज्वවसे वित कंजं ब्वससमबजपवद)

लाइफस्टाइल संतुष्टि स्केल

यह स्केल प्रो. एस. के. बावा द्वारा विकसित किया गया। इसमें चार आयाम (Dimension) हैं।

1. कैरियर–उन्मुख जीवनशैली
2. सामाजिक रूप से उन्मुख जीवनशैली
3. प्रवृत्ति खोजने वाली जीवनशैली
4. पारिवारिक उन्मुख जीवनशैली

इस स्केल में कुल 40 आइटम हैं (30 सकारात्मक और 10 नकारात्मक), जो इन चार अलग–अलग आयामों से संबंधित हैं। प्रत्येक आइटम में पाँच विकल्प होते हैं, जैसे पूरी तरह सहमत ̎(जतवदहसल ।हतमम), सहमत (।हतमम), उदासीन तटस्थ (प्दकपििमितमदजध्छमनजतंस), असहमत (क्पेंहतमम), पूरी तरह असहमत ̎(जतवदहसल क्पेंहतमम)

1.3 डेटा संग्रह की विधि (डमजीवक वि कंजं ब्वससमबजपवद)

इस अध्ययन के लिए डेटा व्यक्तिगत रूप से संग्रहित किया गया। इसके लिए मानकीकृत प्र”नावली (Standardized Questionnaire) छात्रों को दी गई। प्रतिभागियों को निर्देश दिया गया कि वे प्रत्येक प्रश्न को ध्यानपूर्वक पढ़ें और उनके अनुसार उत्तर दें। प्र”नावली भरने के बाद तुरंत एकत्रित कर ली गई। संपूर्ण प्रश्नावजी भरने में लगभग 30–35 मिनट लगे।

1.4 डेटा विश्लेषण (कंजं ।दंसलेपे)

सभी डेटा को उपयुक्त रूप से कोडित (Coded), सारणीबद्ध (Tabulated), विश्लेषित (Analyzed) और व्याख्या (Interpreted) किया गया। इसके लिए सांख्यिकीय पैकेज फॉर सोशल साइंस (SPSS 17.0) का उपयोग किया गया। डेटा के विश्लेषण हेतु t-test का प्रयोग किया गया।

International Journal of Research in Social Sciences
Vol. 10 Issue 12, December 2020
ISSN: 2249-2496 Impact Factor: 7.081
Journal Homepage: http://www.ijmra.us, Email: editorijmie@gmail.com
Double-Blind Peer Reviewed Refereed Open Access International Journal - Included in the International Serial Directories Indexed & Listed at: Ulrich's Periodicals Directory ©, U.S.A., Open J-Gate as well as in Cabell's Directories of Publishing Opportunities, U.S.A

3. परिणाम और चर्चा (त्मेनसजे ंदक क्पेबनेपवद)

तालिका 3.1: पेशेवर छात्रों का संतुष्टि स्तर

क्पउमदेपवदे	स्स्ठ		डण्ठण्ठण्ैण्		ठण्म्		
कैरियर–उन्मुख जीवनशैली	संतुष्टि स्तर	%	संतुष्टि स्तर	%	संतुष्टि स्तर	%	कुल
	असंतुष्ट	0	असंतुष्ट	5.0	असंतुष्ट	0	1.67
	तटस्थ	25	तटस्थ	35.0	तटस्थ	35	31.67
	संतुष्ट	75	संतुष्ट	60.0	संतुष्ट	65	66.67
सामाजिक उन्मुख जीवनशैली	असंतुष्ट	0	असंतुष्ट	5.0	असंतुष्ट	13.0	6.11
	तटस्थ	65	तटस्थ	58.0	तटस्थ	60.0	61.11
	संतुष्ट	35	संतुष्ट	36.0	संतुष्ट	26.7	32.78
प्रवृति खोजने वाली जीवनशैली	असंतुष्ट	5	असंतुष्ट	5.0	असंतुष्ट	6.7	5.56
	तटस्थ	90	तटस्थ	95.0	तटस्थ	93.3	92.78
	संतुष्ट	5	संतुष्ट	0	संतुष्ट	0	1.67
पारिवारिक उन्मुख जीवनशैली	असंतुष्ट	0	असंतुष्ट	13.3	असंतुष्ट	0	4.44
	तटस्थ	65	तटस्थ	75.0	तटस्थ	85	75.0
	संतुष्ट	35	संतुष्ट	11.67	संतुष्ट	15	20.56

विश्लेषणः– तालिका 3.1 से यह देखा जा सकता है कि एल.एल.बी. के 75% एम.बी.बी.एस. के 60% और बी.ई. के 65% छात्र अपनी करियर–उन्मुख जीवनशैली से संतुष्ट हैं। सभी छात्र करियर–उन्मुख जीवनशैली से संतुष्ट हैं। व्यावसायिक छात्र अपनी सामाजिक जीवनशैली से न तो संतुष्ट हैं और न ही असंतुष्टः हालाँकि, अन्य व्यावसायिक छात्रों की तुलना में LLB के छात्र सामाजिक जीवनशैली से अधिक संतुष्ट हैं। अधिकांश छात्र 92.78% इस प्रवृत्ति से तटस्थ हैं।
यह भी देखा जा सकता है कि एमबीबीएस और बीई का कोई भी छात्र इस प्रवृत्ति से संतुष्ट नहीं है। 4.44% पेशेवर छात्र पारिवारिक जीवनशैली से असंतुष्ट हैं, जबकि 20.56% पेशेवर छात्र इससे संतुष्ट हैं। और 75% छात्र तटस्थ हैं। तीनों व्यावसायिक पाठ्यक्रमों में से, एलएलबी के छात्र पारिवारिक जीवनशैली से सबसे अधिक संतुष्ट हैं।

तालिका 3.2: गैर–पेशेवर छात्रों का संतुष्टि स्तर

Dimensions	B.A		B.Sc		B.Com		
कैरियर–उन्मुख जीवनशैली	संतुष्टि स्तर	%	संतुष्टि स्तर	%	संतुष्टि स्तर	%	कुल
	असंतुष्ट	5	असंतुष्ट	0	असंतुष्ट	11.7	5.56
	तटस्थ	50	तटस्थ	50	तटस्थ	40.0	46.67
	संतुष्ट	45	संतुष्ट	50	संतुष्ट	48.3	47.78
सामाजिक उन्मुख जीवनशैली	असंतुष्ट	5.0	असंतुष्ट	8.3	असंतुष्ट	6.7	6.67
	तटस्थ	40.0	तटस्थ	36.7	तटस्थ	43.3	40.0
	संतुष्ट	55.0	संतुष्ट	55.0	संतुष्ट	50.0	53.33

International Journal of Research in Social Sciences
Vol. 10 Issue 12, December 2020
ISSN: 2249-2496 Impact Factor: 7.081
Journal Homepage: http://www.ijmra.us, Email: editorijmie@gmail.com
Double-Blind Peer Reviewed Refereed Open Access International Journal - Included in the International Serial Directories Indexed & Listed at: Ulrich's Periodicals Directory ©, U.S.A., Open J-Gate as well as in Cabell's Directories of Publishing Opportunities, U.S.A

प्रवृति खोजने वाली जीवनशैली	असंतुष्ट	15.0	असंतुष्ट	0	असंतुष्ट	16.7	10.56
	तटस्थ	80	तटस्थ	100	तटस्थ	76.7	85.56
	संतुष्ट	5	संतुष्ट	0	संतुष्ट	6.7	3.89
पारिवारिक उन्मुख जीवनशैली	असंतुष्ट	0	असंतुष्ट	0	असंतुष्ट	6.7	2.22
	तटस्थ	75	तटस्थ	66.7	तटस्थ	70.0	70.56
	संतुष्ट	25	संतुष्ट	33.3	संतुष्ट	23.3	27.22

विश्लेषणः– तालिका 3.2 से यह देखा जा सकता है कि ठ.बवउ. (48.3ः) और बी.एससी. (50ः) के अधिकतम छात्र अपनी करियर–उन्मुख जीवनशैली से संतुष्ट हैं। वे अपनी सामाजिक–उन्मुख जीवनशैली से न तो संतुष्ट हैं और न ही असंतुष्टय हालाँकि, अन्य गैर–पेशेवर छात्रों की तुलना में, बी. ए. के छात्र सामाजिक–उन्मुख जीवनशैली से अधिक संतुष्ट हैं। गैर–पेशेवर छात्रों में से अधिकांश (85. 56ः)

ट्रेड–सीकिंग जीवनशैली से तटस्थ, तीन गैर–व्यावसायिक पाठ्यक्रमों में में, बी.ए. के चाष देश–मीकिंग जीवनशैली में सबसे कम संतुष्ट है, जबकि बी.एससी. के छात्र सबसे अधिक संतुष्ट है। केवल 2.22% गैर–व्यावसायिक छात्र पारिवारिक जीवनशैली में असंतुष्ट हैं, जबकि 27.22% छात्र इससे संतुष्ट हैं।

तालिका 3.3ः पेशेवर और गैर–पेशेवर छात्रों की जीवनशैली संतुष्टि के स्तर में अंतर को मापने हेतु T–परीक्षण

आयाम क्पउमदेपवदे	छात्र का प्रकार	औसत (Mean)	S.D.	T मूल्य	P मूल्य	परिणाम
कैरियर–उन्मुख जीवनशैली	पेशेवर	33.48	3.895	2.881	0.004	महत्वपुर्ण
	गैर पेशेवर	31.82	6.714			
सामाजिक उन्मुख जीवनशैली	पेशेवर	27.99	4.435	0.178	0.859	महत्वपुर्ण नही
	गैर पेशेवर	27.88	7.606			
प्रवृति खोजने वाली जीवनशैली	पेशेवर	32.6	4.567	0.927	0.355	महत्वपुर्ण नही
	गैर पेशेवर	32.06	6.422			
पारिवारिक उन्मुख जीवनशैली	पेशेवर	41.42	4.847	0.505	0.614	महत्वपुर्ण नही
	गैर पेशेवर	41.69	5.367			

महत्त्व का स्तर= 5ः

विश्लेषणः– जैसा कि तालिका 3.3 में दर्शाया गया है, व्यावसायिक और गैर–व्यावसायिक छात्रों की कैरियर उन्मुख जीवनशैली में सार्थक अंतर मापने के लिए टी–टेस्ट लागू किया गया और परिणाम प्रस्तुत किए गए हैंः व्यावसायिक छात्रों का कैरियर–उन्मुख जीवनशैली औसत स्कोर (33.48) और गैर–व्यावसायिक छात्रों का औसत स्कोर (31.82)। व्यावसायिक छात्रों की तुलना में गैर–व्यावसायिक छात्र अपने कैरियर से संतुष्ट नहीं हैं। अधिकांश गैर–व्यावसायिक छात्र ऐसे क्षेत्र भी चुनते हैं जिनमें उनकी रुचि नहीं होती, इसलिए वे जीवन में अपने लक्ष्यों को लेकर भ्रमित रहते हैं।

वे विभिन्न क्षेत्रों में उपलब्ध विकल्पों से अनभिज्ञ हैं। पेशेवर छात्रों की तुलना में, वे अपने जीवन के लक्ष्यों को लेकर भ्रमित नहीं हैं, बल्कि विभिन्न क्षेत्रों में उपलब्ध विकल्पों से अवगत हैं। वे अक्सर अपने

International Journal of Research in Social Sciences
Vol. 10 Issue 12, December 2020
ISSN: 2249-2496 Impact Factor: 7.081
Journal Homepage: http://www.ijmra.us, Email: editorijmie@gmail.com
Double-Blind Peer Reviewed Refereed Open Access International Journal - Included in the International Serial Directories Indexed & Listed at: Ulrich's Periodicals Directory ©, U.S.A., Open J-Gate as well as in Cabell's Directories of Publishing Opportunities, U.S.A

दोस्तों से अपने करियर के बारे में बात करते हैं। अधिकांश आयामों में, छात्र अपनी जीवनशैली से न तो संतुष्ट थे और न ही असंतुष्ट। जबकि बाकी आयामों में कोई खास अंतर नहीं है।

तालिका 3.4: पुरुष और महिला छात्रों की जीवनशैली संतुष्टि में अंतर को मापने हेतु T–परीक्षण

आयाम क्पउमदेपवदे	छात्र का प्रकार	औसत (Mean)	S.D.	T मूल्य	P मूल्य	परिणाम
कैरियर–उन्मुख जीवनशैली	पुरूष	32	4.492	1.844	0.066	महत्वपुर्ण नही
	महिला	33.09	6.13			
सामाजिक उन्मुख जीवनशैली	पुरूष	27.34	7.111	1.499	0.135	महत्वपुर्ण नही
	महिला	28.34	5.506			
प्रवृति खोजने वाली जीवनशैली	पुरूष	32.37	5.636	0.118	0.906	महत्वपुर्ण नही
	महिला	32.3	5.539			
पारिवारिक उन्मुख जीवनशैली	पुरूष	41.52	5.528	0.099	0.921	महत्वपुर्ण नही
	महिला	41.57	5.017			

विश्लेषणः– तालिका 3.4 से पता चलता है कि पुरुष और महिला छात्रों की जीवनशैली संतुष्टि के स्तर में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया। अर्थात, लिंग का प्रभाव जीवनशैली संतुष्टि पर नहीं है।

4. निष्कर्ष (ब्वदबसनेपवद)

बर्तमान अध्ययन में, हमने पाया कि जब पेशेवर और गैर–पेशेवर पाठ्यक्रमों के छात्रों की जीवनशैली संतुष्टि के उपायों पर तुलना की गई तो पाया गया कि पेशेवर पाठ्यक्रम के छात्र केवल कैरियर उन्मुख जीवनशैली से संतुष्ट थे और सामाजिक रूप से उन्मुख, प्रवृत्ति चाहने बाली जीवनशैली और परिवार–उन्मुख जीवनशैली में तटस्थ थे। गैर–पेशेवर पाठ्यक्रम के छात्रों की तुलना में कैरियर उन्मुख, सामाजिक रूप से उन्मुख, पैटर्न चाहने वाले और परिवार–उन्मुख में उदासीनता देखी गई। डायनर, सुह, लुकास, और स्मिथ (1999) बताते हैं कि पुरुष और महिलाएं अपने जीवन की संतुष्टि के समग्र स्तर में समान हैं। षशिक्षा सभी के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। यह मानसिक भ्रम को दूर करती है और इसके स्थान पर अच्छी सोच, उच्च आत्मसम्मान, ज्ञान, दृष्टिकोण, मूल्य आदि विकसित करती है, जो जीवन संतुष्टि लाने में मदद करती है। सभी छात्रों के पास अपने परिवार, सामाजिक भागीदारी, सामाजिक समर्थन, सामाजिक संज्ञानात्मक कौशल, पारिवारिक संबंधों, सामाजिक स्थिति और अन्य सामाजिक आउटलेट और जुड़ावों के लिए अधिक समय नहीं होता

5. सुझाव (नहहमेजपवदे)

- कॉलेज/विश्वविद्यालय में करियर काउंसलिंग अनिवार्य की जानी चाहिए।
- छात्रों को मित्रों के साथ प्रत्यक्ष बातचीत करनी चाहिए, पड़ोसियों के साथ अच्छे संबंध बनाए रखने चाहिए और सामाजिक गतिविधियों में भाग लेना चाहिए।
- कॉलेज और विश्वविद्यालयों को सेमिनार आयोजित करने चाहिए ।

International Journal of Research in Social Sciences
Vol. 10 Issue 12, December 2020
ISSN: 2249-2496 Impact Factor: 7.081
Journal Homepage: http://www.ijmra.us, Email: editorijmie@gmail.com
Double-Blind Peer Reviewed Refereed Open Access International Journal - Included in the International Serial Directories Indexed & Listed at: Ulrich's Periodicals Directory ©, U.S.A., Open J-Gate as well as in Cabell's Directories of Publishing Opportunities, U.S.A

6. संदर्भ (त्मिमितमदबमे)

1. Anjum 5. (2014) Influence of academic stress spiritual intelligence and life satisfaction on mental health among students of professional and nonprofessional courses. Thesis of Aligarh Muslim University.

2. Kimberly M. Factors related to relationship satisfaction in professional and non professional women: Traits desired in a partner, xiii attachment style and career motivation. Psychological Abstract 2005;66(1):61.

3. Shirazi M et al. Life satisfaction among professional and nonprofessional students in India, department of psychology, University of sistan and baluchestan 2019;3(4):109-113.

4. Bawa SK, Sumanpreet Kaur. A manual for Life Satisfaction Scale (L-S Scale). National Psychological Corporation Kacheri Ghat, AGRA, Uttar Pradesh.

5. Seema Bajaj, Aman Saluja. Study of Gender difference in Interpersonal Attraction and Life Style among Couples Journal of Exercise Science & Physiotherapy 2018;14:2 ISSN: 0973-2020

6. Rohit VK. Lifestyle: A comparative study of the Arts and Science students, The International Journal of Indian psychology 2015, 2(2). ISSN 2348-5396.

7. www.googal.com

8. www.wikipedia