ISSN: 2393-8048
International Advance Journal of Engineering, Science and Management (IAJESM)
Multidisciplinary, Multilingual, Indexed, Double Blind, Open Access, Peer-Reviewed, Refereed-International Journal.
SJIF Impact Factor = 8.35, July-December 2026, Submitted in July 2026

बाराबंकी जनपद के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता एवं स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य संबंध का अध्ययन

सुशील कुमार गुप्ता, शोधार्थी, शिक्षाशास्त्र विभाग, जवाहर लाल नेहरू मेमोरियल पीजी कालेज, बाराबंकी (उ.प्र.)
डॉ. बी. के. गुप्ता, प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष, शिक्षाशास्त्र विभाग, जवाहर लाल नेहरू मेमोरियल पीजी कालेज, बाराबंकी (उ.प्र.)
email- bkg3302@gmail.com

सारांश

प्रस्तुत शोध का मूल उद्देश्य उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता एवं स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के बीच विद्यमान संबंध को गहराई से समझना था। इसके लिए बाराबंकी जनपद के 160 विद्यार्थियों का चयन यादृच्छिक नमूना तकनीक द्वारा किया गया। आंकड़ों के संकलन हेतु सर्वेक्षण पद्धति का प्रयोग किया गया। स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग से संबंधित जानकारी एकत्र करने के लिए डॉ. विजय श्री एवं डॉ. अंसारी द्वारा निर्मित स्मार्ट फोन की लत मापनी तथा भावनात्मक परिपक्वता के आकलन हेतु तारा सभापति द्वारा निर्मित भावनात्मक परिपक्वता मापनी का उपयोग किया गया। संकलित आंकड़ों का माध्य एवं सहसंबंध गुणांक की सहायता से सांख्यिकीय विश्लेषण किया गया। अध्ययन के परिणाम स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता और स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के बीच सार्थक एवं नकारात्मक सहसंबंध पाया गया, जो यह इंगित करता है कि स्मार्ट मोबाइल फोन का अत्यधिक उपयोग विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करता है।

मुख्य शब्द : भावनात्मक परिपक्वता, स्मार्ट मोबाइल फोन, उच्च माध्यमिक स्तर।

प्रस्तावना

वर्तमान समय में सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी मानव जीवन का अभिन्न अंग बन चुकी है। तकनीकी प्रगति ने समाज के प्रत्येक क्षेत्र में गहरा प्रभाव डाला है, जिनमें शिक्षा, व्यवसाय, स्वास्थ्य, सामाजिक संबंध और मनोरंजन प्रमुख हैं। इन सभी में मोबाइल प्रौद्योगिकी सबसे अधिक सुलभ, प्रभावी और सर्वव्यापक माध्यम के रूप में सामने आई है। पहले मोबाइल फोन का उपयोग केवल बातचीत और संदेश प्रेषण तक ही सीमित था, किंतु अब यह स्मार्ट मोबाइल फोन के रूप में विकसित होकर जीवन का अनिवार्य हिस्सा बन गया है। स्मार्टफोन ने पारंपरिक डेस्कटॉप कंप्यूटरों की सीमाओं को समाप्त कर दिया है, क्योंकि अब इंटरनेट, शिक्षा–सामग्री, मनोरंजन, बैंकिंग सेवाएँ, ऑनलाइन लेन–देन, ई–लर्निंग और सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म्स जैसे विविध कार्य कहीं भी और कभी भी संपन्न किए जा सकते हैं।

आज के समय में स्मार्टफोन न केवल वयस्कों में बल्कि किशोरों और विशेषकर विद्यार्थी वर्ग में अत्यधिक लोकप्रिय हो गया है। विद्यार्थी अपनी शैक्षणिक आवश्यकताओं जैसे ऑनलाइन क्लास, ई–लाइब्रेरी, ई–बुक्स, वर्चुअल लर्निंग प्लेटफॉर्म और डिजिटल नोट्स तक पहुँच के लिए इसका उपयोग करते हैं। यद्यपि यह शिक्षा को सहज एवं सुलभ बनाता है, किंतु इसका अत्यधिक और अनियंत्रित प्रयोग विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक स्थिरता पर नकारात्मक प्रभाव भी डाल रहा है।

विशेषकर देखा जा रहा है कि विद्यार्थी वर्ग स्मार्टफोन पर लंबा समय व्यतीत करता है और धीरे–धीरे आभासी दुनिया को ही वास्तविक जीवन मानने लगता है। सोशल मीडिया पर प्राप्त होने वाले लाइक्स, कमेंट्स और फॉलोअर्स को महत्व देकर वे अतिसंवेदनशील बन जाते हैं। परिणामस्वरूप, छोटी–छोटी बातों पर तनाव, चिड़चिड़ापन और भावनाओं पर नियंत्रण न रख पाने जैसी स्थितियाँ उत्पन्न होती हैं। इससे उनकी भावनात्मक परिपक्वता प्रभावित होती है, जो किशोरावस्था और प्रारंभिक यौवनावस्था के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण मानी जाती है।

शोधों से यह स्पष्ट होता है कि भावनात्मक परिपक्वता ही व्यक्ति को परिस्थितियों में संतुलन बनाए रखने, दूसरों के प्रति सहानुभूति रखने, आत्म–नियंत्रण विकसित करने और सकारात्मक सामाजिक संबंध स्थापित करने में सक्षम बनाती है। किंतु स्मार्टफोन की लत विद्यार्थियों को आत्मकेंद्रित, संवेदनशील और भावनात्मक रूप से असंतुलित बना सकती है। इस संदर्भ में यह अध्ययन अत्यंत प्रासंगिक है क्योंकि यह विद्यार्थियों के स्मार्टफोन उपयोग और भावनात्मक परिपक्वता के बीच संबंध की वास्तविक स्थिति को स्पष्ट करता है।

अतः आवश्यक है कि विद्यार्थी स्मार्टफोन का प्रयोग केवल शैक्षणिक एवं रचनात्मक गतिविधियों तक सीमित करें। अभिभावकों एवं शिक्षकों को भी चाहिए कि वे विद्यार्थियों को इसके सकारात्मक एवं नियंत्रित उपयोग

के प्रति जागरूक करें ताकि वे स्मार्टफोन के दुष्प्रभावों से बच सकें और अपने व्यक्तित्व तथा भावनात्मक विकास को संतुलित दिशा में आगे बढ़ा सकें।

साहित्य का अवलोकन

- सिंह, सरिता एवं डॉ. शैलबाला (2024) द्वारा किए गए शोध ''उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता पर सोशल मीडिया के प्रभाव'' में यह स्पष्ट हुआ कि सोशल मीडिया उच्च माध्यमिक स्तर के छात्र–छात्राओं की भावनात्मक परिपक्वता को सकारात्मक दिशा में प्रभावित करता है। उनके अध्ययन से यह संकेत मिलता है कि सोशल मीडिया का संतुलित एवं उद्देश्यपूर्ण उपयोग विद्यार्थियों की भावनात्मक संवेदनशीलता तथा परिपक्वता के विकास में सहायक सिद्ध हो सकता है।
- अग्रसेन (2020) ने अपने शोध "ए स्टडी ऑफ द इमोशनल मैच्योरिटी एण्ड पर्सनेलिटी ऑफ स्टूडेन्ट्स यूजिंग इंटरनेट इन सीनियर सेकण्डरी स्कूल्स" में यह निष्कर्ष प्रस्तुत किया कि राजकीय एवं गैर–राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थियों में इंटरनेट के उपयोग के आधार पर भावनात्मक परिपक्वता में महत्वपूर्ण अंतर पाया गया। इस शोध से यह स्पष्ट होता है कि इंटरनेट का प्रभाव विद्यार्थियों की व्यक्तित्व संरचना एवं भावनात्मक विकास में भिन्न–भिन्न रूपों में प्रकट होता है।
- शफीक, निखत यास्मीन (2019) द्वारा संपन्न शोध "कम्पैरेटिव स्टडी ऑफ इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ सेकण्डरी स्कूल स्टूडेन्ट्स इन रिलेशन टू अकेडमिक अचीवमेंट" में यह प्रतिपादित किया गया कि विद्यार्थियों की शैक्षिक उपलब्धि एवं भावनात्मक परिपक्वता के मध्य सकारात्मक सहसंबंध पाया जाता है। इस निष्कर्ष से यह ध्वनित होता है कि जिन विद्यार्थियों का शैक्षिक प्रदर्शन उच्च स्तर का होता है, वे भावनात्मक रूप से भी अधिक परिपक्व पाए जाते हैं।

अध्ययन की प्रासंगिकता

वर्तमान युग में स्मार्ट मोबाइल फोन मात्र संचार का साधन न रहकर शिक्षा, मनोरंजन, सामाजिक संपर्क, आर्थिक लेन–देन तथा दैनिक जीवन की विविध गतिविधियों का अभिन्न आधार बन चुका है। विशेषतः किशोर एवं विद्यार्थी वर्ग इसके सबसे बड़े उपभोक्ता के रूप में उभरे हैं। यद्यपि स्मार्टफोन विद्यार्थियों को नवीनतम शैक्षिक साधनों, ऑनलाइन अध्ययन सामग्री एवं डिजिटल संसाधनों तक त्वरित एवं सहज पहुँच प्रदान करता है, किंतु इसका अत्यधिक, अनियंत्रित एवं अविवेकपूर्ण उपयोग अनेक चुनौतियों को जन्म दे रहा है।

किशोरावस्था जीवन का अत्यंत संवेदनशील एवं संक्रमणशील चरण है, जिसमें भावनात्मक परिपक्वता का विकास अनिवार्य माना जाता है। यही परिपक्वता विद्यार्थियों में आत्म–नियंत्रण, आत्मविष्वास, सामाजिक अनुकूलन एवं संतुलित निर्णय क्षमता का संवर्धन करती है। किंतु वर्तमान परिप्रेक्ष्य में स्मार्टफोन पर विद्यार्थियों की बढ़ती निर्भरता उन्हें आभासी संसार में उलझाकर वास्तविक सामाजिक एवं भावनात्मक अनुभवों से विमुख कर रही है। परिणामस्वरूप, वे अति–संवेदनशीलता, तनाव, चिड़चिड़ापन तथा भावनात्मक असंतुलन की स्थिति का शिकार हो सकते हैं।

विभिन्न शोधों से यह प्रतिपादित हुआ है कि स्मार्टफोन का दुरुपयोग न केवल विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धियों को प्रभावित करता है, बल्कि उनके मानसिक स्वास्थ्य, पारिवारिक संबंधों एवं सामाजिक अनुकूलन क्षमता पर भी प्रतिकूल प्रभाव डालता है। यही कारण है कि विद्यार्थियों में स्मार्टफोन उपयोग एवं भावनात्मक परिपक्वता के मध्य संबंध का अध्ययन न केवल आवश्यक, बल्कि अत्यंत प्रासंगिक हो जाता है।

इस अध्ययन की प्रासंगिकता इस तथ्य में भी निहित है कि यह न केवल विद्यार्थियों में स्मार्टफोन की लत एवं उसके दुष्परिणामों को उजागर करता है, बल्कि अभिभावकों, शिक्षकों एवं शिक्षा–नीति निर्माताओं के लिए भी यह दिशा प्रदान करता है कि वे विद्यार्थियों को स्मार्टफोन का संतुलित, नियंत्रित एवं रचनात्मक उपयोग करने हेतु किस प्रकार प्रेरित एवं मार्गदर्शित कर सकते हैं।

अध्ययन के उद्देश्य

1. उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य संबंध का अध्ययन करना।

अध्ययन की परिकल्पनायें

1. उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य कोई सार्थक संबंध नहीं पाया जाता है।

ISSN: 2393-8048
International Advance Journal of Engineering, Science and Management (IAJESM)
Multidisciplinary, Multilingual, Indexed, Double Blind, Open Access, Peer-Reviewed, Refereed-International Journal.
SJIF Impact Factor = 8.35, July-December 2026, Submitted in July 2026

2. उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य कोई सार्थक संबंध नहीं पाया जाता है।
3. उच्च माध्यमिक स्तर के छात्राओं की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य कोई सार्थक संबंध नहीं पाया जाता है।

शोध प्रविधि

इस अध्ययन हेतु बाराबंकी जनपद के उच्च माध्यमिक स्तर के 160 विद्यार्थियों (80 छात्र एवं 80 छात्राएँ) को न्यादर्श के रूप में चयनित किया गया। इनका चयन यादृच्छिक नमूना तकनीक से किया गया, जिससे अध्ययन की निष्पक्षता और विष्वसनीयता सुनिश्चित हो सके। शोध के संचालन में सर्वेक्षण विधि को अपनाया गया। आंकड़ों के संकलन के लिए दो मानकीकृत उपकरणों का प्रयोग किया गया—डॉ. विजय श्री एवं डॉ. अंसारी द्वारा निर्मित स्मार्ट फोन की लत मापनी तथा तारा सभापति द्वारा निर्मित भावनात्मक परिपक्वता मापनी। संकलित आंकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण माध्य और सहसंबंध गुणांक की सहायता से किया गया, जिससे अध्ययन के निष्कर्षों को वैज्ञानिक आधार प्राप्त हो सके।

प्रदत्त विश्लेषण, व्याख्या एवं परिणाम

संपूर्ण न्यादर्ष से प्राप्त आंकड़ों का सारणीयन, व्याख्या एवं परिणाम निम्नलिखित है–

सारणी : 1

उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग में कोई सार्थक सहसंबंध नहीं पाया जाता।

समूह	चर	समूह संख्या	मध्यमान	सहसंबंध गुणांक
उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थी	भावनात्मक परिपक्वता	160	82.45	–0.11
	स्मार्ट मोबाइल फोन का उपयोग	160	79.97	

सारणी 1 के अवलोकन से स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता का मध्यमान 82.45 तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग का मध्यमान 79.97 प्राप्त हुआ है तथा सहसंबंध गुणांक –0.11 प्राप्त हुआ है। अतः स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता एवं स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य अति निम्न ऋणात्मक सहसंबंध है।

सारणी : 2

उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग में कोई सार्थक सहसंबंध नहीं पाया जाता।

समूह	चर	समूह संख्या	मध्यमान	सहसंबंध गुणांक
उच्च माध्यमिक स्तर के छात्र	भावनात्मक परिपक्वता	80	79.16	–0.182
	स्मार्ट मोबाइल फोन का उपयोग	80	84.36	

सारणी 2 के अवलोकन से स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों की भावनात्मक परिपक्वता का मध्यमान 79.16 तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग का मध्यमान 84.36 पाया गया है तथा सहसंबंध गुणांक –0.182 प्राप्त हुआ है। अतः स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक स्तर के छात्रों की भावनात्मक परिपक्वता एवं स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य अति निम्न ऋणात्मक सहसंबंध है।

सारणी : 3

उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग में कोई सार्थक सहसंबंध नहीं पाया जाता।

समूह	चर	समूह संख्या	मध्यमान	सहसंबंध गुणांक
उच्च माध्यमिक स्तर के छात्र	भावनात्मक परिपक्वता	80	80.45	–0.112
	स्मार्ट मोबाइल फोन का उपयोग	80	81.40	

सारणी 3 के अवलोकन से स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं की भावनात्मक परिपक्वता का मध्यमान 79.16 तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग का मध्यमान 84.36 पाया गया है तथा सहसंबंध गुणांक –0.112 प्राप्त हुआ है। अतः स्पष्ट है कि उच्च माध्यमिक स्तर की छात्राओं की भावनात्मक परिपक्वता एवं स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य अति निम्न ऋणात्मक सहसंबंध है।

निष्कर्ष

इस अध्ययन में बाराबंकी जनपद के उच्च माध्यमिक स्तर (कक्षा–11) के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता तथा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग के मध्य संबंध का विश्लेषण किया गया। अध्ययन से यह तथ्य सामने आया कि दोनों के बीच निम्न स्तर का ऋणात्मक सहसंबंध विद्यमान है। इसका तात्पर्य यह है कि विद्यार्थियों द्वारा स्मार्ट मोबाइल फोन के उपयोग में वृद्धि के साथ उनकी भावनात्मक परिपक्वता का स्तर घटता है। अर्थात्, स्मार्ट मोबाइल फोन का अत्यधिक उपयोग विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करता है, जिसके कारण उनके व्यक्तित्व विकास, आत्म–नियंत्रण, सामाजिक व्यवहार एवं निर्णय–क्षमता पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है।

सुझाव

- **नियंत्रित उपयोग** – विद्यार्थियों को स्मार्ट मोबाइल फोन का उपयोग केवल आवश्यक शैक्षणिक और रचनात्मक कार्यों के लिए करने के प्रति प्रेरित किया जाए। मनोरंजन या सोशल मीडिया पर अधिक समय व्यतीत करने से बचना चाहिए।
- **अभिभावक एवं शिक्षक मार्गदर्शन** – अभिभावकों और शिक्षकों को चाहिए कि वे विद्यार्थियों के मोबाइल उपयोग पर निगरानी रखें और समय–समय पर उन्हें भावनात्मक संतुलन और आत्म–नियंत्रण के महत्व को समझाएँ।
- **समय प्रबंधन** – विद्यार्थियों के लिए मोबाइल उपयोग का समय–निर्धारण किया जाए ताकि वे अध्ययन, खेलकूद, पारिवारिक गतिविधियों और सामाजिक सहभागिता में संतुलन बना सकें।
- **सह–पाठ्यक्रमीय गतिविधियाँ** – विद्यालयों में खेल, कला, नाटक, संगीत, समूह–चर्चा आदि गतिविधियों को बढ़ावा दिया जाए, जिससे विद्यार्थियों को मोबाइल से हटकर अपनी भावनाओं को व्यक्त करने और परिपक्व बनाने के अवसर प्राप्त हों।
- **डिजिटल साक्षरता कार्यक्रम** – विद्यार्थियों को यह सिखाने हेतु विशेष कार्यक्रम चलाए जाएँ कि तकनीक का सकारात्मक और रचनात्मक उपयोग कैसे किया जाए।
- **परामर्श सेवा** – विद्यालयों में परामर्शदाताओं की व्यवस्था की जाए ताकि विद्यार्थी अपनी भावनात्मक समस्याओं को साझा कर सकें और उन्हें उचित मार्गदर्शन मिल सके।
- **सकारात्मक विकल्पों की उपलब्धता**– विद्यार्थियों को पुस्तक पठन, योग, ध्यान, आउटडोर गेम्स और सामूहिक गतिविधियों के माध्यम से भावनात्मक परिपक्वता विकसित करने के विकल्प दिए जाएँ।

संदर्भ सूची

- सिंह, सरिता तथा डॉ. षैलबाला (2024). उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की भावनात्मक परिपक्वता पर सोषल मीडिया के प्रभाव. *International Journal for multidisciplinary research*, 6(3).
- अग्रसेन (2020). अ स्टडी ऑफ द इमोशनल मैच्योरिटी एण्ड पर्सनेलिटी ऑफ स्टूडेन्सट यूजिंग इन्टरनेट इन सीनियर सैकण्डरी स्कूल्स- http://hdl.handle.net/10603/312164
- शफीक, निरवत, यास्मीन एवं तकीब, (2015). कम्पैरेटिव स्टडी ऑफ इमोशनल मैच्योरिटी ऑफ सैकण्डरी स्कूल स्टूडेन्ट्स इन रिलेशन टू एकेडमिक अचीवमेन्ट. *Valley International Journals The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention,* 2(6), 1437-1444.
- स्मार्टफोन की बढ़ती yr- http://mental healthecare.in.?P=257.
- भटनागर, सुरेश (2001). *अधिगम एवं विकास के मनो–सामाजिक आधार.* मेरठ : इन्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस।