11

किशोरावस्था और इसकी चुनौतियाँ

मानव जीवन की यात्रा विभिन्न अवस्थाओं से होकर पूर्ण होता है। जिसकी एक जीवंत अवस्था किशोरावस्था है। किशोरावस्था, बचपन से प्रौढ़ता की ओर संक्रमण काल है और यह सामाजिक एवं असामाजिक प्रौढ़ के निर्माण में एक निर्णायक भूमिका निभाता है। हम सभी इस अवस्था से गुजरते हैं जिसमें कई चुनौतियाँ हैं और ये उत्साह से परिपूर्ण हैं। इसके साथ ही कई मोर्चों पर इस समय सामंजस्य की भी मांग होती है।

जब हम इस संसार में आते हैं तो पूर्ण रूप से दूसरों पर निर्भर होते हैं और धीरे–धीरे सीखकर हम आत्मनिर्भर हो जाते हैं। भारतवर्ष में, किशोर कई कार्य स्वयं करते हें किन्तु कई क्षेत्रों में अंतिम निर्णय उनके माता–पिता ही लेते हैं। उदाहरण के लिए एक किशोर चलचित्र का आनंद लेना चाहता है किन्तु माता–पिता पहले अध्ययन पूर्ण करने पर बल देते हैं। माता–पिता दावा करते हैं कि उन्हें अधिक व्यावहारिक ज्ञान और अनुभव है और किशारों के साथ बच्चों जैसा व्यवहार करते हैं। यह पाठ आपको, किशोरावस्था की प्रकृति और कई कार्यों, उनके व्यक्तित्व को आकार देने वाले प्रभावों और कुछ महत्वपूर्ण समस्याओं जिनका सामना किशोरों को करना पड़ता है, को समझने में आपकी सहायता करेगा।

उद्देश्य

इस पाठ को पढ़ने के पश्चात आप :

- विकास की एक अवस्था के रूप में किशोरावस्था की प्रकृति की व्याख्या कर सकेंगे;
- किशोरावस्था के विकासात्मक कार्यों को सूचीबद्ध कर सकेंगे;
- किशोरावस्था के दौरान शारीरिक विकास की व्याख्या करने में सक्षम होंगे; और
- लिंगगत भूमिकाओं तथा पीढ़ी के अन्तराल को समझा सकेंगे।

11.1 किशोरावस्था की संकल्पना

किशोरावस्था, संक्रमण काल है, जब एक व्यक्ति बच्चे से व्यस्क बनने में, शारीरिक एवं मनोवैज्ञानिक रूप से रूपान्तरित होता है। यह ऐसा समय है जिसमें नई सामाजिक भूमिकाओं के लिए, द्रुत शारीरिक और मानसिक परिवर्तनों की मांग होती है। इन परिवर्तनों के कारण किशोरों को भ्रान्तियों और दुविधाओं का सामना करना पड़ता है। इस अवस्था में बच्चा निर्भरता से स्वायत्तता की तरफ कदम बढ़ाता है। इस समय शारीरिक और सामाजिक परिवर्तन के लिए महत्वपूर्ण सामंजस्य की आवश्यकता होती है।

भारतीय सामाजिक व्यवस्था में, किशोरावस्था ब्रह्मचर्य के अंतर्गत आती है। विकास की अवस्थाओं का यह प्रथम आश्रम (जीवन की अवस्था) है। इस अवस्था में बच्चा, अपने भविष्य की भूमिका निभाने के लिए एक उत्तरदायी व्यस्क की भाँति, आधारभूत कौशल सीखता है।

यह सत्य है कि सभी जीवित प्राणी विकास की कुछ मुख्य अवस्थाओं या चरणों से गुजरते हैं। ऐरिकसन का विश्वास था कि जीवन की प्रत्येक अवस्था में प्रतिस्पर्द्धी प्रवृत्तियों में एक विशेष संकट स्थिति या संघर्षपूर्ण स्थिति आती है।

यदि व्यक्ति इन सभी बाधाओं का सफलता पूर्वक सामना कर लेता है तो उसका विकास एक सामान्य और स्वस्थ तरीके से होता है। इस चरण में, किशोरों को इन सारी भूमिकाओं को एक स्थिर स्व–व्यक्तित्व विकसित करने में समाहित कर देना चाहिए। यदि वे ऐसा करने में असफल होते हैं, तो वे इस भ्रांति में रहते हैं कि वे कौन हैं?

11.2 किशोर संक्रमण काल

निस्संदेह किशोरावस्था संकट काल के समय की सबसे लंबी अवधि का प्रतिनिधित्व करती है। वस्तुतः यह अवस्था, तनाव, खिंचाव और आक्रामिक तेवर की है। यह जीवन में अनेक भ्रांतियां पैदा करती है। इस चरण में किसी को असल में ये पता ही नहीं होता कि वह कहाँ खड़ा है। ऐसी धारणा है कि किसी की भूमिका के बारे में यह अनिश्चितता कई द्विविधायें पैदा करती है। ये तो सर्वज्ञात तथ्य है कि किशोरावस्था में अपराध और आत्महत्या की दर में इतनी बढ़ोतरी व्याप्त होती है कि नशाखोरी की आदत भी प्रारम्भ हो सकती है, और उतनी ही पर्याप्त प्रसन्नता भी होती है। किशोरावस्था ऐसी भी अवस्था है जब संतोषजनक विषमलिंगी समायोजन सुसाध्य या बाधित होते हैं, जब जीविका की योजना बनाई जाती है और जीवन–दर्शन का निर्माण होता है।

11.3 किशोरावस्थाः जैविक या सामाजिक

किशोरावस्था की प्रकृति जैविक और सामाजिक दोनों में है। किशोरावस्था का आरम्भ लड़कों और लड़कियों में आए जैविक परिवर्तनों से आंका जाता है। वास्तव में यौवनारम्भ के ठीक पहले जो परिवर्तन होता है उसे किशोरावस्था पूर्व के विकास का प्रवेश कहते हैं। लड़कियों में यह

अधिकतर 9 से 12 वर्ष की आयु में होता है और लड़कों में 11 से 14 वर्ष की आयु में। इस अवधि के दौरान और उसके कुछ ही समय बाद गौण लैंगिक लक्षण उभरते हैं। लड़कियों में विचित्र रूप से कूल्हों का गोल होना, वक्ष विकसित होना, यौवनारंभ में बालों का आना और मासिक धर्म आरम्भ हो जाता है। लड़कों में कुछ गौण लैंगिक लक्षण, किशोरावस्था के आरम्भ को चिन्हित करते हैं, यौवनारंभ के बालों का आना, चेहरे पर बाल आना और स्वर में परिवर्तन होता है। ये परिवर्तन जैविक होते हैं।

लड़के और लड़कियों के लिए किशोरावस्था वृहद रूप से सामाजिक परिवर्तनों द्वारा चिन्हित होती है। इन कारकों जैसे जब एक किशोर घर छोड़ता है, नौकरी पाता है, और वोट दे सकता है, के बाद ही उसका बचपन से प्रौढ़ में रूपान्तरण पूर्ण होता है। इस प्रकार इस काल की समयावधि मूलतः एक सामाजिक घटना है।

विकास के इस लम्बे समय में, किशोर जिन समस्याओं का सामना करते हैं, उनकी जैविक और सामाजिक बुनियाद है। शारीरिक परिवर्तन और विचलन से कई समस्याएँ उत्पन्न होती हैं। समाज भी किशोरों के लिए समस्याएँ उत्पन्न करता है। पश्चिमी समाज के किशोर, पूर्वी समाज के किशोरों से भिन्न व्यवहार करते हैं क्योंकि उन्हें भिन्न समाज के मानदण्ड अपेक्षाएँ और परिवार की रचना मिलती है।

क्रियाकलाप 1

करके सीखना

कुछ ऐसे विषयों की सूची बनाइए जिसमें आप और आपके मित्र कठिनाई का अनुभव करते हों, क्योंकि आपके माता–पिता के हस्तक्षेप के कारण आप नौकरी करने के लिए स्वतंत्र नहीं हैं। अपने से बड़ों से वार्ता करिए कि क्या आप अपने माता–पिता के साथ हुए मतभेदों को समझौते द्वारा कम कर सकते हैं।

11.4 संक्रमण के नमूने को निर्धारित करने वाले कारक

किशोरावस्था का इष्टतम् विकास, शैशव और बाल्यकाल में हुए विकास के सफलतापूर्वक पूर्ण होने पर निर्भर करता है। किशोर के लिए प्रौढ़ावस्था में प्रवेश करना कितना आसान है ये अंशतः उस व्यक्ति पर, अंशतः परिवेश से प्राप्त सहायता या बाधाओं पर और अंशतः उनके द्वारा किए गए अनुभवों पर, निर्भर होता है। आइए हम इनमें से कुछ कारकों का अध्ययन करें–

संक्रमण की गतिः किशोरावस्था में परिवर्तन बड़ी तेज गति से होते हैं। किसी भी अन्य अवस्था में व्यक्ति इतने कम समय में इतने अचानक और कठिन परिवर्तन से नहीं गुजरता है और कोई अन्य आयु इस आयु में हुये परिवर्तनों जैसे परिवर्तनों को सुलझान के लिए कम ही तैयार होती है।

संक्रमण की लम्बाई: जो अधिक तीव्रता से परिपक्व होते हैं (शारीरिक विकास के संबंध में) के सामंजस्य में अधिक कठिनाई का अनुभव करते हैं। सामान्यतया उनसे वयस्कों जैसे व्यवहार की अपेक्षा की जाती है क्योंकि वे वयस्क जैसे दिखते हैं। दूसरी तरफ अधिक लम्बी किशोरावस्था भी समस्या लाती है। किशोर को निर्भर रहने की आदत पड़ जाती है और बाद में इससे छुटकारा पाना बड़ा कठिन होता है।

प्रशिक्षण में रुकावट: किशोरावस्था में तनाव एवं खिंचाव अधिकतर अभ्यास में रुकावट के कारण होता है। उदाहरण के लिए, किशोरावस्था में उत्तरदायित्व की कल्पना करना कठिन है क्योंकि बच्चे को निर्भर और आज्ञाकारी बनने की शिक्षा दी गई है।

निर्भरता की स्थिति: युवा किशोर कितने निर्भर हैं मुख्य रूप से यह बचपन में दिये गये प्रशिक्षण के स्वरूप पर निर्धारित होता है। अक्सर माता–पिता निर्भरता को प्रोत्साहन देते हैं क्योंकि वे सोचते हैं कि किशोर अपने व्यवहार का उत्तरदायित्व लेने के लिए अभी तैयार नहीं है।

अस्पष्ट स्थिति: भारत जैसे समाजों में बच्चे से अपेक्षा की जाती है कि वह अपने माता–पिता के पद चिन्हों पर ही चलें। यह उन्हें नकल करने के लिए व्यवहार का एक नमूना देता है। इसके विपरीत स्वतंत्र समाज में यह माना जाता है कि प्रत्येक व्यक्ति स्वयं के विकास के लिए अपना तरीका चुनने के लिए स्वतंत्र है।

विवादित माँगें: अक्सर, किशोर को, माता–पिता, शिक्षकों, साथियों और समाज द्वारा की गई मांगों का सामना करना पड़ता है।

यथार्थ स्थिति: जब किशोर प्रौढ़ जैसा दिखाई देने लगता है तो उसे कुछ अंश तक स्वतंत्रता मिलती है। यदि उसे शारीरिक या मनोवैज्ञानिक रूप से लगता है कि वह वयस्क की भूमिका निभाने के लिए तैयार नहीं है तो उसे असंतोष होता है।

प्रेरणा: किशोरावस्था में किशोर एक अद्भुत अवस्था से गुजरते हैं जिसमें वे सोचते हैं जीवन में आई नई समस्याओं से कैसे निपटेंगे। वे बढ़ना चाहते हैं किन्तु वे प्रौढ़ावस्था की चुनौतियों से निपटने की योग्यता के सम्बन्ध में अनिश्चित होते हैं। जब तक असुरक्षा की भावना रहेगी, प्रौढ़ावस्था में रूपान्तरण के लिए थोड़ी ही अभिप्रेरणा मिलेगी।

यदि माता–पिता, शिक्षक और समाज, विकास में आने वाली बाधाओं को कम या समाप्त कर दें तो किशोर, अपने लक्ष्य प्रौढ़ावस्था तक पहुंचने की दिशा में आराम से अग्रसर हो सकते हैं, और रूपान्तरण के लिए अभिप्रेरणा सामान्य रूप से बढ़ जाती है।

पाठगत प्रश्न 11.1

1. किशोर के रूपान्तरण के नमूने को निर्धारित करने वाले कारकों की व्याख्या कीजिए।

2. किशोरावस्था क्या है? एक किशोर को किन विभिन्न चुनौतियों का सामना करना पड़ता है?

11.5 विकासात्मक कार्य

''विकासात्मक कार्य'' का अर्थ है, वे समस्याएं जिनका व्यक्ति को जीवन की विभिन्न अवस्थाओं में सामना करना पड़ता है। एक शिशु या छोटे बच्चे को चलना, बात करना सीखने और मल–मूत्र विसर्जन पर नियंत्रण करने में प्रवीण होना चाहिए। मध्य बाल्यकाल में खेल खेलना सीखना और पढ़ना सीखना जैसे कौशल मुख्य महत्ता रखते हैं।

किशोरावस्था एवं इसकी चुनौतियाँ

जहाँ तक किशारों का प्रश्न है, विकासात्मक कार्य, जीवन्त समस्याएँ प्रस्तुत करते हैं जिनका बाल्यकाल से प्रौढ़ावस्था के रूपान्तरण की अवधि में समाधान मिलना अति आवश्यक है। किशोरावस्था में समस्याएँ पूर्ण रूपसे विचित्र होती हैं, किन्तु वे एक बार ही होती हैं यदि अन्ततः वे सफल प्रौढ़ की भूमिका निभाने की आशा करते हैं तो किशोरों को इन पर अवश्य ही कार्य करना चाहिए ।

किशोरों के लिए विकासात्मक कार्य

हैविंगहर्स्ट ने निम्नलिखित कार्यों की सूची बनाई है:

- दोनों लिंगों के समवय मित्रों के साथ नए और अधिक परिपक्व संबंधों की प्राप्ति।
- स्त्रीलिंग या पुल्लिंग सामाजिक भूमिका प्राप्त करना।
- अपने शारीरिक गठन को स्वीकारना और शरीर का प्रभावी उपयोग करना।
- माता–पिता और अन्य प्रौढ़ो की संवेगात्मक स्वतंत्रता प्राप्त करना।
- आर्थिक स्वतंत्रता का विश्वास प्राप्त करना।
- व्यवसाय का चयन और तैयारी करना।
- विवाह और पारिवारिक जीवन की तैयारी।
- नागरिक निुपणता के लिए बौद्धिक कुशलता और आवश्यक संकल्पनाओं का विकास करना।
- उत्तरदायी सामाजिक व्यवहार की इच्छा करना और प्राप्त करना।
- व्यवहार को निर्देशित करने के लिए मूल्यों और एक नीतिगत तंत्र की प्राप्ति।

पाठगत प्रश्न 11.2

1. किशोरों के विकासात्मक कार्यों में सम्मिलित हैं:

   a) विवाह और परिवार के लिए तैयारी

   b) खिसकना और रेंगना

   c) बच्चों जैसे व्यवहार का प्रदर्शन

   d) उपरोक्त में से कोई नहीं

2. रॉबर्ट हेविंगहर्स्ट ने कितने विकासात्मक कार्यों का उल्लेख किया था?

   अ) 10 ब) 6

   स) 9 द) 8

किशोरावस्था एक लम्बी अवधि है और बहुत से किशोर अपनी आयु के लिए विकासात्मक कार्यों में प्रवीण होने के लिए कम ही अभिप्रेरित हाते हैं। हालांकि, बाद की अवधि में वे अनुभव करते हैं कि प्रौढ़ावस्था तेजी से आ रही है। यह उन्हें, उनकी नई स्थिति की तैयारी के लिए आवश्यक अभिप्रेरणा प्रदान करती है। परिणामस्वरूप वे जैसे अपनी प्रारम्भिक किशोरावस्था में विकसित हुए थे, उससे अधिक तीव्रता से परिपक्वता के लक्ष्य की ओर पग बढ़ाते हैं।

जीवन में एक अवधि के लिए विकासात्मक कार्यों की सफलतापूर्वक प्राप्ति से बाद के कार्यों में भी सफलता की प्राप्ति होती है, जबकि असफलता न केवल व्यक्तिगत दुःख एवं निराश देती है बल्कि बाद के कार्यों में कठिनाई भी देती है।

जब वह आयु की वैधानिक परिपक्वता की आयु पर पहुँचता है, तो उसे अधिकतर प्रगतिशील संस्कृतियाँ स्वतः ही प्रौढ़ की पदवी दे देती हैं, चाहे उस किशोर ने विकासात्मक कार्यों में सफलतापूर्वक प्रवीणता प्राप्त की हो या नहीं। यह अधिकतर उन संस्कृतियों से अधिक साधारण संस्कृतियों के विपरीत है, जिनमें युवाओं को अपने बड़ों के समक्ष ''यौवनारंभ कृत्यों'' सुविधाओं और उत्तरदायित्वों में स्तर प्रदर्शित करना चाहिए।

11.6 शारीरिक विकास

किशोरावस्था, शारीरिक और दैहिक परिवर्तनों की एक आधारिक अवधि है। युवा व्यक्तियों की शारीरिक परिवर्तनों के प्रति प्रतिक्रिया गर्वीली और आनंदित अपेक्षाओं से लेकर आश्चर्य और भय तक की हो सकती है। जब किशोर एक दूसरे का मूल्यांकन करते हैं, विशेष रूप में जब वे विपरीत लिंगी के किन्हीं गुणों को जिन्हें वे पसन्द करते हैं, तो अक्सर ''सुन्दरता'' का उल्लेख होता है।

विशेष रूप से वे लड़कियों का उल्लेख करने में इन्हें लड़कों से अधिक महत्व देते हैं, किन्तु शारीरिक गठन, लम्बाई जैसी अन्य शारीरिक विशेषताओं पर ध्यान देते समय लड़के ऊपर आते हैं।

किशोरावस्था की अधिकांश विशेषताओं की एक मुख्य विशेषत आकार में वृद्धि है जैसे लंबाई और भार में। हालांकि किशोरावस्था के आरम्भ में, जिसे यौवनारंभ कहा जाता है, आकस्मिक और अर्थपूर्ण मनोवैज्ञानिक शारीरिक परिवर्तन होते हैं जबकि इनमें से कई शारीरिक परिवर्तन, जैसे लंबाई में वृद्धि और स्वर की गंभीरता, स्पष्ट और सामान्य रूप से दिखाई पड़ते हैं, कुछ अन्य परिवर्तन छिपे हुए या कम स्पष्ट किन्तु अर्थपूर्ण होते हैं।

अभिवृद्धि में आवेग

बाल्यकाल के अंत में अधिकांश लड़कियाँ दस या ग्यारह वर्ष की और लड़के बारह या तेरह वर्ष की अवस्था पर लंबाई और भार (सामान्य शारीरिक विकास), तीव्र अभिवृद्धि दर्शाते हैं। यह विकास की तीव्रता, पिट्यूटरी ग्रन्थि से निकलने वाले हार्मोन की बढ़ोत्तरी से जुड़ा होता है, जो न केवल अभिवृद्धि के उत्प्रेरक का कार्य करता है बल्कि अन्य ग्रंथियों (एड्रिनल ग्रन्थि, जनन ग्रंथि और थॉयरॉयड) के नियंत्रक के रूप में भी कार्य करता है जो ऊतकों की वृद्धि और कार्यों को निर्धारित करता है।

विकास की तीव्र गति लगभग 3 या 4 वर्ष तक की अवधि तक जारी रहती है, जिसके अन्तर्गत लड़कियों में औसतन 12.6 वर्ष की आयु तक और लड़कों में औसतन 14.8 वर्ष की आयु तक अधिकतम अभिवृद्धि होती है। इस अवधि में एक वर्ष के अन्तर्गत बच्चे की लंबाई 6 से 8 इंच और भार 18 से 22 किलोग्राम तक बढ़ना असाधारण नहीं है। इस अवधि में हुए शारीरिक विकास को विभिन्न कारणों से समकाल द्वारा चरित्रांकित करते हैं जो किशोर उनके माता–पिता और शिक्षकों की चिन्ता का विषय है। कंकाल और मांसपेशियों का विकास सीखने से अधिक तीव्रता से होता है जिसका उपयोग नई मांसपेशियों के भार और गतिक आदत के लिए आवश्यक होता है। शरीर को नया सीखने की आवश्यकता होती है। शारीरिक अनुपात में भी परिवर्तन होता है। चेहरे की रचना भी बदल जाती है क्योंकि चेहरे के निचले भाग का विकास, ऊपरी भाग के बाद होता है। सामान्यतः पैरों का विकास शरीर के धड़ की अपेक्षा अधिक तीव्रता से होता है, और हाथ एवं पंजे कई वर्षों तक व्यक्ति के शरीर के आकार के हिसाब से प्रत्याशित रूप से बढ़ते हैं।

सामान्य शारीरिक विकास, शरीरक्रिया विज्ञान के परिवर्तन द्वारा समानान्तर होता है जैसे हृदयवाहिका और श्वसन क्रिया में वृद्धि और चय–अपचय में परिवर्तन एवं प्रौढ़ता की अवस्था की ओर सामान्य गति करता है।

कंकाल की मांसपेशियाँ: अस्थियों से जुड़ी मांसपेशियाँ जो शरीर की विविध प्रकार की गति, जैसे पैरों की गति, को संभव बनाता है।

यौवनारम्भ और लैंगिक विकास

गतिशील विकास के साथ–साथ पिट्यूटरी ग्रन्थि अधिवृक्क प्रांतस्था (एड्रिनल कॉर्टेक्स) और यौन ग्रन्थि को अधिक सक्रियता प्रदान करती है। इससे पहले ऐंन्ड्रेजेनिक (पुरुष) और ईस्ट्रोजेनिक

टिप्पणी

(महिला) हार्मोन, अधिवृक्क प्रांतस्था के द्वारा, पूर्व पिट्यूटरी ग्रंथि के निर्देश के अनुसार, दोनों लिंगों के लिए उत्पादित होते हैं। अब हार्मोन की बढ़ी हुई मात्रा लिंगों में भिन्नता लाती है, पुरुष अधिक एंड्रोजेन और महिलाएं अधिक ईस्ट्रोजेन उत्पादित करती हैं। लिंग हार्मोन, वे पदार्थ हैं जिनका स्त्राव गोनेड द्वारा होता है और ये प्रजनन कार्यों और गौण यौन विशेषताओं का निर्धारण करते हैं, जैसे महिला में ईस्ट्रोजन और पुरुष में टेस्टोस्टेरोन। टेस्टोस्टेरोन पुरुष लिंग हार्मोन है जो परिपक्व हो जाने पर गौण यौन विशेषताओं के लिए उत्तरदायी होता है, जबकि महिला के शरीर में एस्ट्रोजन द्वारा यह भूमिका निभाई जाती है।

इसके अलावा जननांग और लिंग उपयुक्त ऊतक इन विशिष्ट हार्मोन्स के प्रति संवेदनशील होते हैं। लड़कों में इन परिवर्तनों का प्रारम्भ वृषण कोष के बढ़ने से परिलक्षित होता है। प्रत्येक लिंग में शारीरिक परिवर्तनों की एक श्रृंखला होती है जिसकी उपस्थिति अत्यधिक अपेक्षित है और जिसका अनुक्रम अटल है।

लड़कियो में वक्ष की वृद्धि और जननांग के बाल का विकास, मासिक धर्म और बगल के बाल में वृद्धि होती है। लड़कों में वृषण कोष की आरम्भिक वृद्धि के बाद जननांग के बाल, बगल के बाल, स्वर परिवर्तन और दाढ़ी इस क्रम में होता है।

इस प्रकार किशारों का निरीक्षण कर हमे यौवनारम्भ, जिस पर वे पहुँचे हैं, का निर्धारण करने में सरलता होती है। दिखाई देने वाले गौण लिंग लक्षण जैसे बगल के बालों का विकास और स्वर परिवर्तन लिंग परिवर्तन के बाद होता है। प्रारम्भिक लिंग के लक्षणों मं प्रजनन अंग जिनकी परिपक्वता लड़कियों के मासिक धर्म के आरम्भ से और लड़कों में प्रथम वीर्यस्खलन से पता चलती है, सम्मिलित होते हैं।

शक्ति, कौशल और स्वास्थ्य

शारीरिक विकास जैसा कि ऊपर बताया गया है, किशोरावस्था में होने वाले परिवर्तनों का केवल एक सामान्य चित्र है। इससे अधिक महत्वपूर्ण सम्भवतः, शक्ति और कौशल के विकास का प्रतिमान है। युवा लड़के, चाहे वह अपने मित्र के समान कालानुक्रमिक आयु के हों जिन्होंने अभी यौवनारम्भ में प्रवेश भी नही किया है, से निश्चित ही अधिक शक्तिशाली, अधिक फुर्तीले, गतिक समन्वय और शारीरिक कुशलताओं वाले हो सकते हैं। वास्तव में वह, उन लड़कियों से जल्दी ही आगे निकल जाते हैं जिनकी शक्ति उससे एक वर्ष पूर्व ही बढ़ चुकी है और उन्होने उसे ठोस चुनौती भी दी थी।

आप जानना चाहेंगे कि इस विकास के लिए कौन सी शक्तियाँ लगती हैं। सर्वप्रथम यह तो स्पष्ट है कि पुरुष के एन्ड्रोजन हार्मोन का तीव्र उत्पादन मांसपेशियों की शक्ति को बढ़ाता है। दूसरे, कंकाल के विकास की प्रकृति, कंधों की चौड़ाई, सीने की बड़ी गुहा और अंत में बड़ा फेफड़ों का आकार, हृदय का आकार और बढ़ा हुआ रक्तचाप, ये सभी बढ़ती हुई शारीरिक शक्ति की परिचायक स्थितियाँ हैं।

जहाँ, इनमें से कई समान परिवर्तन लड़कियों में भी होते हैं। उनकी शारीरिक शक्ति कम दर से बढ़ती है। इस उत्कृष्टता के दो कारण हैं 1. जैव वैज्ञानिक, लड़के चौड़े कन्धे, सीने की बड़ी गुहा और पाँव की उत्तम शक्ति से लाभान्वित होते हैं। 2. सांस्कृतिक, लड़कियाँ इस शक्ति के विकास के लिए कम उत्साह प्राप्त करती हैं। यह सत्य है कि उन्हें विपरीत दिशा कमजोर और निर्भर होने या कम से कम वे अपने होने का दिखावा करने के लिए उत्साहित किया जाता है।

शक्ति बढ़ने के साथ, गतिक समन्वय प्रतिक्रिया, गति और प्रत्यक्ष गतिक कौशल का विकास होता है। शारीरिक विकास का मूल्यांकन करने में एक महत्वपूर्ण विचार करना होता है कि इष्टतम क्या है। लंबाई–भार चार्ट, औसत पर निर्भर होता है, किन्तु जब युवाओं का एक बड़ा भाग अधिक भार वाला होात है तो उसका निर्णय दोषपूर्ण हो जाता है। निश्चित रूप से औसत अधिकतम नहीं होता है।

पाठगत प्रश्न 11.3

1. किशोरावस्था कैसे एक तीव्र शारीरिक विकास और लिंग विकास की अवस्था होती है, व्याख्या कीजिए।

11.7 लिंग भूमिका

लिंग एक अत्यधिक जटिल नाम है। यह समाज द्वारा दी गई मान्यताओं पुरुष और स्त्री के अपेक्षित लक्षणों से संबंध रखता है। लिंग भूमिका का तात्पर्य पुरुष और महिलाओं की अपेक्षित भूमिकाओं और उनके अपेक्षित व्यवहार से सम्बनिधत है। ऐसी अपेक्षाएं बच्चे के जन्म लेते ही प्रारंभ हो जाती हैं।

लिंग भूमिका की मान्यता हमें और हमारे व्यवहार को जीवन पर्यन्त प्रभावित करती हैं। बच्चों की पहचान कि वे एक लिंग अथवा दूसरे लिंग के हैं को 'लिंग पहचान' कहते हैं और ये किसी के जीवन की प्रारम्भिक आयु 3 या 4 वर्ष में ही स्थापित हो जाती है। इस समय पर, हांलांकि वे अनिश्चित होते हैं कि वे सदैव लड़का या लड़की रहेंगे। यह तब तक नहीं होता जब तक कि छह या सात वर्ष के बच्चे 'लिंग स्थिरता' नहीं प्राप्त कर लेते। यह समझ कि भले ही वे दूसरे लिंग के कपड़े, बाल शैली या व्यवहार अपनाएँ, किन्तु फिर भी वे अपनी वर्तमान लिंग पहचान में ही रहते हैं।

पाठगत प्रश्न 11.4

1. लिंग भूमिका की व्याख्या कीजिए।

आपने क्या सीखा

- किशोरावस्था, बचपन से प्रौढ़ता में परिवर्तन की अवस्था है और यह सामाजिक एवं असामाजिक प्रौढ़ के निर्माण में एक निर्णायक भूमिका रखती है।
- किशोरावस्था में इष्टतम विकास बचपन और बचपन के विकासात्मक कार्यों की सफल उपलब्धि पर निर्भर करता है।
- किशोरावस्था एक मौलिक शारीरिक एवं शरीर क्रिया परिवर्तन की अवधि है। किशोर विकास का एक महत्वपूर्ण लक्षण है, युवा व्यक्ति के शरीर में होने वाले परिवर्तन।
- बाल्यकाल के अंत में, लड़कियाँ, 10 या 11 वर्ष की और लड़के 12 या 13 वर्ष के उम्र में लंबाई और भार के एक तीव्र विकास से गुजरते हैं।
- लिंग भूमिका का तात्पर्य है कि पुरुष और स्त्री को किस तरह का व्यवहार करना चाहिए, और उनसे क्या व्यवहार अपेक्षित है।

पाठान्त प्रश्न

1. किशोरावस्था के दौरान प्राथमिक और माध्यमिक लक्षण क्या हैं?
2. किशोरों के विकासात्मक कार्य क्या हैं?
3. किशोरावस्था के दौरान किन प्रमुख चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, उनकी विस्तृत व्याख्या करिये।

पाठगत प्रश्नों के उत्तर

11.1

1. रूपान्तरण की अवधि, तीव्र शारीरिक और मानिसक परिवर्तन।

11.2

1. क

2. a

11.3

1. रूपान्तरण की गति, प्रशिक्षण, निर्भरता, स्थिति, मांग, यथार्थवाद की सीमा (डिग्री) और प्रेरणा।

2. विकास, ऊँचाई और भार, कंकाल और मांसपेशियों का विकास, लिंग हार्मोन, यौन विकास, लिंग हार्मोन, शक्ति और कौशल में वृद्धि।

11.4

1. समाज की, पुरुषों और स्त्रियों के व्यवहार की विशेषताओं की मान्यता। लिंग स्थिरता और पुरुषों और स्त्रियों का व्यवहार।

पाठांत प्रश्न के लिए संकेत

1. खंड 11.3 को देखें

2. खंड 11.6 को देखें

3. खंड 11.5 को देखें