

निर्देश

(कृपया इसे ध्यान से पढ़िये)

हम सभी अपने और किसी के व्यवहार और व्यक्तिगत विशेषताओं के लिये कुछ वाक्यों/बातों का प्रयोग करते हैं। ऐसे ही कुछ वाक्यों/बातों आगे के कुछ पृष्ठों में दी गई हैं। प्रत्येक व्यक्ति (बालक अथवा बालिका में) कुछ अच्छाई तथा कुछ कमियाँ होती हैं जिन्हें उसके अलावा अन्य कोई भी नहीं जानता है। इसमें आपको केवल यह बतलाना है कि सही मायने में आप स्वयं अपने आपको कैसा समझते हैं।

**याद रखिये** इन कथनों के लिये कोई भी सही या गलत उत्तर नहीं है। आपके उत्तर पूरी तरह गुप्त रखे जायेंगे इसलिये बिना किसी झिझक (संकोच) के उत्तर लिखिये। **यह भी ध्यान रखिये** कि कोई भी कथन आपके द्वारा बिना उत्तर दिये छूट न जायें। **कृपया किसी भी स्थिति में किसी कथन संख्या के सामने लिखे सभी विकल्पों में निशान न लगावें। जो उचित लगे कृपया उसी पर निशान लगायें।**

नाम - ----- कक्षा -----  
आयु - ----- लिंग- बालक/बालिका, जाति - अनु.जाति/अनु.जनजाति/अ.पि.व./सामान्य  
शहरी / आदिवासी/ग्रामीण ----- निवास करने की अवधि -----  
पिता का नाम ----- पिता की शिक्षा -----  
पिता का व्यवसाय ----- पिता का मासिक आय -----  
माता का नाम ----- माता की शिक्षा -----  
माता का व्यवसाय ----- माता की मासिक आय -----  
पूरा पता-----  
ई-मेल----- फोन नं./मो.नं.-----  
विद्यालय-----  
रुचि - 1.----- 2.----- 3.----- 4.----- 5.-----  
लक्ष्य - -----  
शिक्षक के साथ संबंध - अच्छा / औसत / खराब

हस्ताक्षर

निर्देश

इस प्रपत्र में आपसे संबंधित कुछ प्रश्न दिये गये हैं जिनका उत्तर आपको प्रत्येक प्रश्न के सामने दिये गये पांच विकल्पों में से किसी एक को चुनकर देना है तथा जो विकल्प आपके लिये उपयुक्त हो उसी के सामने बने खाने (BOX) में सही चिन्ह (✓) लगा देना है। अत्यधिक सहमत के लिये (1) पर, सहमत के लिये (2) पर, तटस्थ के लिये (3) पर, असहमत के लिये (4) पर, अत्यधिक असहमत के लिये 5 पर सही (✓) लगा देना है। किसी भी कथन को छोड़ना नहीं है। आपको विश्वास दिलाते हैं कि आपके द्वारा दी गई जानकारी पूर्णतः गोपनीय रखी जायेगी तथा इसका उपयोग सिर्फ शोध कार्य के लिये किया जायेगा।

INSTRUCTIONS

This Inventory has some statements related to you. In front of each statement 5 response options are given you have to put right (✓) mark in the Boxes. The options are 1<sup>st</sup>. at best strongly agree, 2<sup>nd</sup>. Agree, 3<sup>rd</sup>. Neutral, 4<sup>th</sup>. Disagree and 5<sup>th</sup> Strongly Disagree. Your responses will be kept strictly confidentially so feel free to give your response.

## शैक्षणिक प्रतिबल मापनी

1 2 3 4 5

1. मेरा शैक्षिक कार्य इतना बढ चुका है कि मुझे रोने का मन करता है ।       
My academic work has been heavy that I cry.
2. मैं भावुक हूं ऐसा मुझे लगता है ।       
I feel emotional.
3. मेरे विचार मुझे पढ़ने से रोकते हैं ।       
My emotions stop me to study.
4. मेरे शैक्षिक कार्य पूर्ण न होने पर परिवार के सदस्य या दोस्तों पर गुस्सा करता हूं ।       
I shout at my family and friends.
5. मुझे ऐसा लगता है शैक्षिक संस्थान भावहीन है ।       
I feel emotionally drained by academic institution.
6. शैक्षिक कार्य करने पर मैं आलस अनुभव करता हूं ।       
I feel lethargic when I have to do academic work.
7. मैं दिये गये शैक्षिक कार्य की उपेक्षा करता हूं ।       
I avoid the given assignments.
8. कक्षा में मेरा ध्यान भंग हो जाया करता है ।       
I have been distracted in class.
9. मैं आवश्यकता अनुसार अध्ययन करने में असमर्थ हूं ।       
I am unable to study necessary, required amount.
10. मुझे कक्षा में ध्यान लगाने में परेशानी होती है ।       
It is difficult for me to pay attention at class.
11. यदि संभव हो तो मैं कक्षा से बचने की कोशिश करता हूं ।       
If it is possible I try to bunk the class.
12. मैं अच्छी तरह अध्ययन करने के लिये शराब या नशीले पदार्थ का उपयोग करता हूं ।       
I take alcohol or drugs to study well.
13. मुझे अपने नोट्स याद करने में परेशानी होती है ।       
It is difficult for me to learn my notes.
14. मैं सांस नहीं ले पाता ।       
I can not breath.
15. मुझे खाना खाने में परेशानी होती है ।       
I face difficulty to eat my food.
16. मेरे हाथ पसीने से गीले रहते हैं ।       
My palm is sweating.
17. मुझे नींद जल्दी नहीं आती ।       
It is very difficult for me to sleep.
18. मुझे सिर दर्द होता है ।       
I suffer from headache.
19. मुझे लगता है कि अध्ययन की मांग मुझे हरा देती है ।       
I feel defeated by the demands of study.
20. मुझे अपनी पढ़ाई की चिन्ता लगी रहती है ।       
I worry for my studies.
21. शिक्षा में इतना कुछ हो रहा उसके बारे में मैं ठीक से सोच नहीं सकता ।       
There is so much going on that I can't think straight.
22. मैं अपने कक्षाओं में ज्यादातर अनुपस्थित रहता हूं ।       
I remain absents from most of my lectures.
23. मैं अपने बहुत सारे पाठ विषय वस्तु को याद करने की कोशिश करता हूं ।       
I memorize most of my content.
24. मुझे पता नहीं है कि मेरी पढ़ाई में रुचि है ।       
I am not sure that I have interest in studies.
25. कई बार मैं अपने आप को शब्दों में व्यक्त करने में असमर्थ महसूस करता हूं ।       
Many time I feel unable to express my self in work.



	1	2	3	4	5
26. मैं कक्षा में बोलने या चर्चा करने से घबराता हूँ। _____ I fear to speak and discuss in classroom.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. शैक्षिक कार्यक्रम मुझे बहुत बोझिल लगते हैं। _____ I feel fear that academic work is very difficult for me.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. मैं अध्ययन पर ध्यान नहीं लगा पाता हूँ। _____ I can not concentrate in studies.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. मुझे प्रभावी ढंग से अध्ययन करने में कठिनाई होती है। _____ I have difficulty to study effectively.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. कभी-कभी मैं अध्ययन करना पसंद नहीं करता हूँ। _____ Sometimes I do not like to study.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. मैं महसूस करता हूँ कि मैं दूसरों की तुलना में पढ़ाई में धीमा हूँ। _____ I feel that I am slow at learning than others.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. परीक्षा में प्राप्त होने वाले अंकों के प्रति मैं बहुत चिंतित होता हूँ। _____ I worry about my marks which I get in exams.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. मुझे लगता है कि मुझे कम अंक प्राप्त हो रहे हैं। _____ I feel I get less marks in exams.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. मैं विद्यालय जाना बंद करना चाहूंगा। _____ I don't like to go to school.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. मेरे पास घर में अध्ययन करने की स्थायी जगह नहीं है। _____ I don't have a fixed place to study.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. मुझे अपने अध्ययन के विषय सच में पसंद नहीं हैं। _____ I really do not like, subjects of my study.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. मुझे लगता है कि कुछ पाठ्य पुस्तकों को समझना कठिन है। _____ I feel very difficult to understand some of my text books.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. शिक्षकों द्वारा दिये गये कुछ व्याख्यान को समझने में मुझे बहुत कठिनाई महसूस होती है। I feel very difficult to understand some of my lectures.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. मैं महसूस करता हूँ कि विद्यालय में व्याख्यान प्राप्त करने का समय बहुत अधिक थका देने वाला होता है। I feel so much restless while receiving lectures.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. विद्यालय के पुस्तकालय में पर्याप्त मात्रा में अच्छी पुस्तकें नहीं हैं। _____ There are insufficient good books in the library.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41. कुछ विषयों में बहुत अधिक अध्ययन करने की आवश्यकता होती है। _____ Few subjects need lot of hard work.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. मुझे लगता है कि कुछ पाठ्य विषय वस्तु के साथ तालमेल नहीं बैठ पा रहा हूँ। _____ I feel am not getting along with some content.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. मुझे लगता है कि कुछ शिक्षक छात्रों में कम रुचि लेते हैं। _____ I feel that few lectures pay less attention towards their students.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44. कुछ विषय बहुत अस्पष्ट और अरुचिकर हैं। _____ Some subjects are unclear and boring.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45. कुछ शिक्षक छात्रों के साथ मित्रता पूर्ण व्यवहार नहीं करते हैं। _____ Few lecturers are not friendly with students.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. मुझे लगता है कि कुछ शिक्षक छात्रों की भावनाओं का ध्यान नहीं रखते हैं। _____ I feel few lecturers do not care about the feeling of students.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. कुछ शिक्षक छात्रों से पक्षपात पूर्ण व्यवहार करते हैं। _____ Few lecturers give unfair behavior to students.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. मुझे लगता है कि मेरी याद करने की क्षमता कम है। _____ I feel that my memory is weak.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. मेरा शैक्षणिक कार्य मेरे मन में परेशानी उत्पन्न करता है। _____ I have trouble making up my mind about my academic work.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. मैं आसानी से हतोत्साहित हो जाता हूँ। _____ I get disappointed easily.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>













**निर्देश**—नीचे दिये गये कथनोंको पढ़ें तथा इन कथनों को पढ़ने के बाद जो कथन आपके लिये अधिकतर सही हो उस कथन के सामने हाँ के लिये सही  का चिन्ह/निशान बनाये तथा जो आपके लिये सही नहीं हो उस कथन के सामने नहीं  पर सही का चिन्ह लगायें ।

### आत्म प्रत्यय मापनी

	हाँ	नहीं
1. मैं विनम्र स्वभाव का छात्र/की छात्रा हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. कक्षा में सभी के सामने कुछ कहने में मुझे झिझक लगती है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. कक्षा के योग्य विद्यार्थियों में मेरी गिनती नहीं है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. बहुधा मैं गतिशील रहता/रहती हूँ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. मैं समय का /की पाबंद हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. अधिकतर मैं दूसरों के विचारों से अप्रभावित रहता /रहती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. मैं परेशान रहता /रहती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. अधिकतर लोग मेरी परवाह नहीं करते हैं।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. मैं अपने चेहरे की बनावट से संतुष्ट नहीं हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. मैं प्रायः खोया-खोया सा रहता/खोयी-खोयी सी रहती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. मैं जो कुछ भी पढ़ता/पढ़ती अथवा सीखता/सीखती हूँ जल्दी ही भूल जाता/जाती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. बहुधा मैं सावधान रहने वाला/वाली विद्यार्थी हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. मुझे कोई भी काम करने में प्रायः आलस्य लगता है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. मैं दूसरों के प्रति क्षमाशील हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. मैं अपने निर्णय स्वयं नहीं कर पाता/पाती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. किसी भी विषय में मुझे कम अंक मिलते हैं, तो मैं उन्हें किसी को नहीं बताता/बताती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. मैं हर बात का तत्काल उत्तर नहीं दे पाता/पाती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. विद्यालय और पास पड़ोस के लोग समझते हैं कि मैं अपनी बात पूरी नहीं करता/करती हूँ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. मैं स्वास्थ्य से दुर्बल हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. कोई भी काम करने से पूर्व मैं भविष्य की कभी नहीं सोचता/सोचती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. प्रायः मुझे डर सा लगता है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. मैं अनुभव करता/करती हूँ कि अभी तक मेरा जीवन सार्थक है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. मुझे समाज के लोगों से घृणा है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. खेल खेलने की अपेक्षा खेल देखना मुझे पसन्द है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. मैं जिम्मेदार विद्यार्थी हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. मैं अपने को असुरक्षित अनुभव करता/करती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. मेरा शरीर नाजुक है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. मेरे विचार दृढ़ हैं।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. मैं अपनी कक्षा को नेतृत्व प्रदान करने के लिये हमेशा तैयार रहता/रहती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. दूसरों की बातें जल्दी ही मेरी समझ में नहीं आती हैं।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. प्रायः मैं छोटी-छोटी सी बातों पर दूसरों से उलझ जाता/जाती हूँ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. किसी भी काम को करने का साहस मुझे जल्दी नहीं हो पाता है।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





I = 2019&20

'k&kf.kd i frcy dk eki u

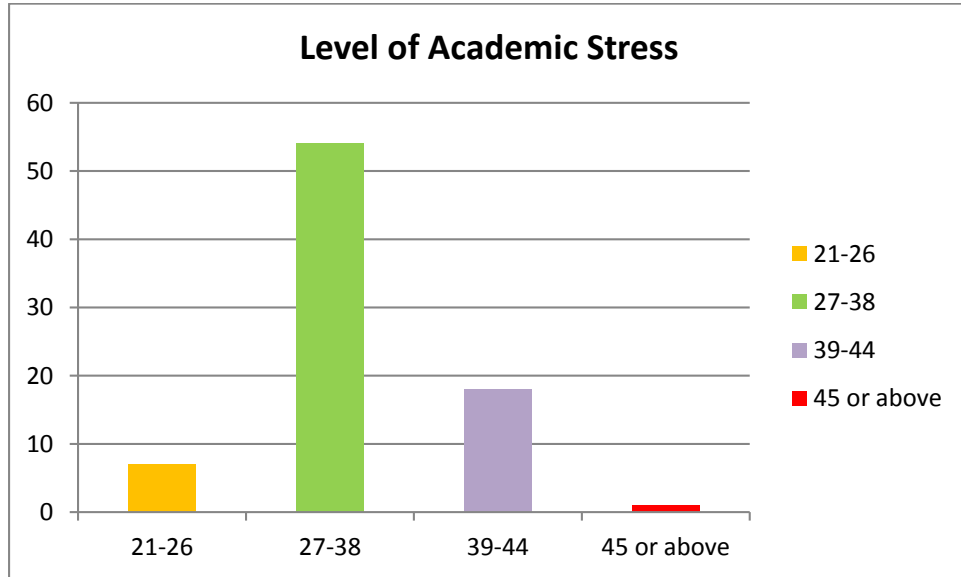
छात्रायें जब एक वातावरण (विद्यालय) से दूसरे वातावरण (महाविद्यालय) में आती हैं तो उन्हें नयी परिस्थितियों से समायोजन करना पड़ता है। नयी विषयवस्तु को सीखने, में नये वातावरण में समायोजन करने से एक प्रकार का दबाव उत्पन्न होता है जिसे मनोवैज्ञानिक भाषा में प्रतिबल (Stress) कहते हैं। शिक्षा प्राप्त करने के दौरान उत्पन्न होने वाले दबाव को शैक्षणिक प्रतिबल (Academic Stress) कहते हैं। शैक्षणिक प्रतिबल उत्पन्न होने के कारण है जैसे कि— विषय में अरुचि, अत्यधिक पाठ्यक्रम, शिक्षक—छात्र संबंध, कम समय में अधिक विषयवस्तु को सीखने का दबाव, छात्रों का अपने सहपाठियों से संबंध, कक्षा में अत्यधिक भीड़, सीखने की योग्यता का अभाव, निम्न सामाजिक, आर्थिक स्थिति, व्यक्तित्व, गृहवातावरण, स्वप्रत्यय आदि कारणों का शैक्षिक प्रतिबल पर प्रभाव पड़ता है। महाविद्यालय में शैक्षणिक प्रतिबल का मापन करने के लिये “शैक्षणिक प्रतिबल मापनी” “Student Academic Stress Scale” स्व निर्मित का उपयोग किया गया। परीक्षण की विषयवस्तु वैधता एवं विश्वसनीयता उच्च पायी गई। इस मापनी में 50 प्रश्न है प्रत्येक प्रश्न के सामने 05 विकल्प दिये गये हैं। छात्राओं का चयन साउद्देश्य विधि से किया गया। प्रतिदर्श का आकार 80 छात्रायें थी। छात्राओं को निर्देश दिया कि यह मापनी आपके शैक्षणिक प्रतिबल का मापन करेगी। इस मापनी में प्रत्येक पद से सामने पांच विकल्प दिये गये हैं। इन पांच विकल्पों में से किसी एक विकल्प का चयन करना अनिवार्य है। कृपया प्रत्येक प्रश्न का उत्तर दें। छात्राओं में बैठने का उचित प्रबंधन किया गया। छात्राओं द्वारा भरे गये प्रपत्र को वापस लिया और छात्राओं को धन्यवाद देकर विदा किया।

फलांकन के लिये प्रश्नों की प्रतिक्रिया में अत्यधिक सहमत के लिये 05 अंक, सहमत के लिये 04 अंक, तटस्थ के लिये 03 अंक, असहमत के लिये 0 अंक एवं अत्यधिक असहमत के लिये 01 अंक प्रदान किया गया। फलांकन के पश्चात् प्रदत्तों को सारणीबद्ध करके उनका विश्लेषण किया गया।



## शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर

शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर	शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर	छात्रों की संख्या
0-62	निम्न शैक्षणिक प्रतिबल	05
63-125	सामान्य शैक्षणिक प्रतिबल	42
126-186	उच्च शैक्षणिक प्रतिबल	30
187-250	अति उच्च शैक्षणिक प्रतिबल	03



## शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर

तालिका का विश्लेषण करने पर पता चलता है कि 05 छात्रों में शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर निम्न है। 42 छात्रों में शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर सामान्य है। 30 छात्रों में शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर उच्च है। 03 छात्रों में शैक्षणिक प्रतिबल अति उच्च है।

सामान्य शैक्षणिक प्रतिबल शैक्षणिक निष्पादन (परीक्षा परिणाम) को बढ़ा देता है। निम्न, उच्च एवं अति उच्च शैक्षणिक प्रतिबल कार्य निष्पादन को निम्न कर देता है। छात्रों में एकाग्रता की कमी हो जाती है। उनके शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को घटा देता है।

छात्राओं के शैक्षणिक प्रतिबल को जानने के पश्चात् उन्हें शैक्षणिक प्रतिबल का प्रबंधन करने के उपाय बताये गये। उन्हें परामर्श दिया गया कि उनका शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर सामान्य है तो ये एक अच्छी बात है इससे उनका शैक्षिक समायोजन अच्छा होगा लेकिन जिन छात्राओं का शैक्षणिक प्रतिबल का स्तर निम्न, उच्च या अति उच्च है उन्हें अपने जीवन एवं दैनिक दिनचर्या में कुछ बदलाव लाने की जरूरत है। जैसे कि वे स्वयं के बारे में सकारात्मक सोच रखें, नियमित योग एवं ध्यान करें, समय प्रबंधन करें, नियमित रूप से अध्ययन करें, अपनी समस्याओं के बारे में माता-पिता, शिक्षक एवं भाई-बहनों से चर्चा करें और उनसे सलाह लें। रात में कम से कम सात घण्टे की नींद लें। सुबह-सुबह हरी घास पर चलें। दिन में कुछ समय अपनी रुचियों को दें। अपने प्रतिबल को हटाने के लिये प्रयास करें।

निष्कर्ष स्वरूप हम कह सकते हैं कि महाविद्यालय की छात्राओं में सामान्य स्तर का शैक्षणिक प्रतिबल पाया जाता है जो उनके परीक्षा परिणाम को उच्च करता है।

### Loi R; ; dk eki u **Self-Concept**

आत्म प्रत्यय या स्व प्रत्यय (Self-Concept) का अर्थ है कि जिसमें व्यक्ति यह समझता है कि वह कौन है तथा वह क्या है, यह एक तरह का दर्पण प्रतिमा होती है जो व्यक्ति द्वारा किये गये अपनी भूमिकाओं का दूसरों के साथ संबंधों तथा उनके प्रति दूसरों के द्वारा किये गये प्रतिक्रियाओं द्वारा मूलतः निर्धारित होता है, आत्म प्रत्यय के मनोवैज्ञानिक पहलू में वे सारे सम्प्रत्यय सम्मिलित हैं जो व्यक्ति के अपनी क्षमता तथा अक्षमता, अपनी योग्यताओं तथा अन्य लोगों के साथ संबंध आदि के बारे में होता है। आत्म सम्प्रत्यय व्यक्तित्व पैटर्न का सार भाग है इससे शीलगुणों का विकास सीधे प्रभावित होता है।

यदि व्यक्ति आत्म सम्प्रत्यय धनात्मक होता है तो व्यक्ति में आत्मविश्वास, आत्मसम्मान तथा अपने आपको यथार्थपूर्ण संदर्भ में मूल्यांकन करने की क्षमता विकसित होती है यदि आत्म सम्प्रत्यय नाकारात्मक होती है तो व्यक्ति में हीनता तथा अपर्याप्तता विकसित होता है।

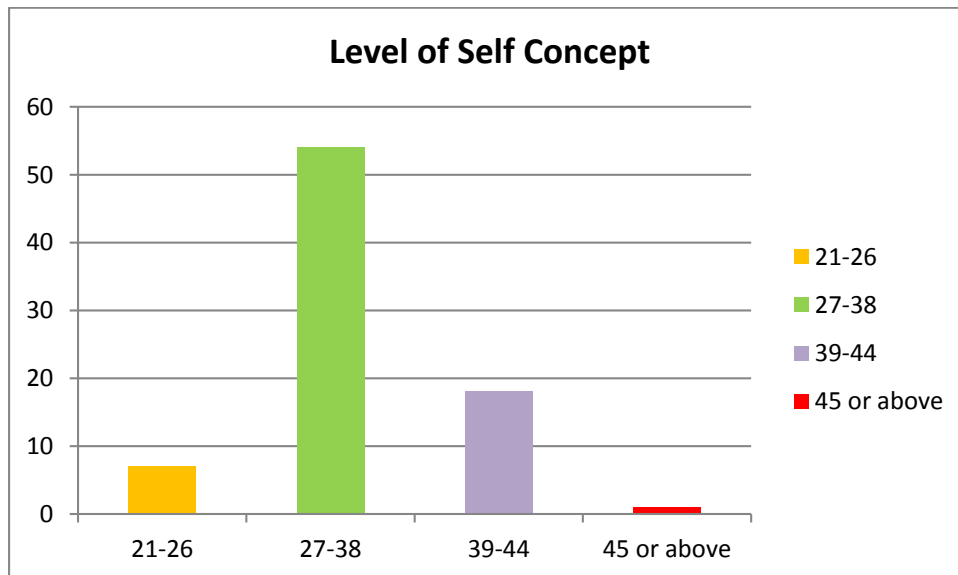


महाविद्यालय में स्नातक स्तर की प्रथम वर्ष की 80 छात्राओं का आकस्मिक विधि द्वारा चयन किया गया। स्व बोध प्रकाशन (SBP) परीक्षण प्रपत्र द्वारा छात्राओं के स्वप्रत्यय का मापन किया गया। इस मापनी का निर्माण डॉ. जी. पी. शेरी एवं डॉ. आर. पी. वर्मा द्वारा किया गया। यह एक मानकीकृत परीक्षण है। छात्राओं को परीक्षण भरने के लिये निर्देश दिये गये। उन्हें बताया गया कि इस परीक्षण में 48 पद हैं जिनके सामने दो विकल्प हाँ या नहीं दिये गये हैं उन्हें हर पद को पढ़ कर इन दो विकल्पों में से किसी एक विकल्प का चयन करना है। छात्राओं द्वारा प्रपत्र वापस करने के पश्चात् फलांकन कुंजी की सहायता से अंक प्रदान किये गये। प्रदत्तों को सारणीबद्ध एवं परिणामों का विश्लेषण किया गया।

rkfydk& 02 Nk=kvka ds Loi R; ; ea i klrkad

**Table-02 Interpretion of Raw Scores**

Raw Scores	Interpretion	Number of Students
21-26	Poor Self Concept	07
27-38	Average Self Concept	54
39-44	Good Self Concept	18
45 or above	Very Good Self Concept	01



Lo i R; ; dk xkQ }kjk in'ku

तालिका के विश्लेषण से पता चलता है कि 07 छात्राओं के स्व-प्रत्यय (स्वयं के बारे में अवधारणा) निम्न थी। छात्राओं को ऐसा लगता है कि वे स्वयं से कोई अच्छा कार्य नहीं कर सकती हैं। इसका प्रभाव यह हुआ कि उनमें आत्मविश्वास भी कम पाया गया।

54 छात्राओं में सामान्य स्तर का आत्मप्रत्यय पाया गया। ये छात्रायें कार्य एवं वातावरण में आने वाली समस्याओं, स्वयं के बारे में अवधारणा सामान्य थी किसी भी परिस्थितियों का सामना अच्छे ढंग से कर सकती है।

18 छात्राओं में स्व-प्रत्यय अच्छा पाया गया। उनकी स्वयं के बारे में अच्छी अवधारणा है कि वे स्वयं की शक्तियों से परिचित हैं, वे परिस्थिति का सामना आत्मविश्वास के साथ कर सकती है।

01 छात्राओं का स्व-प्रत्यय बहुत अच्छा पाया गया, वे स्वयं का मूल्यांकन अति अंकन करते हैं।

मापनी के विश्लेषण के द्वारा पता चलता है कि अधिकांश छात्राओं का आत्म-प्रत्यय औसत या औसत से अधिक है।

Nk=kvk ds x'gokrkoj .k dk eki u

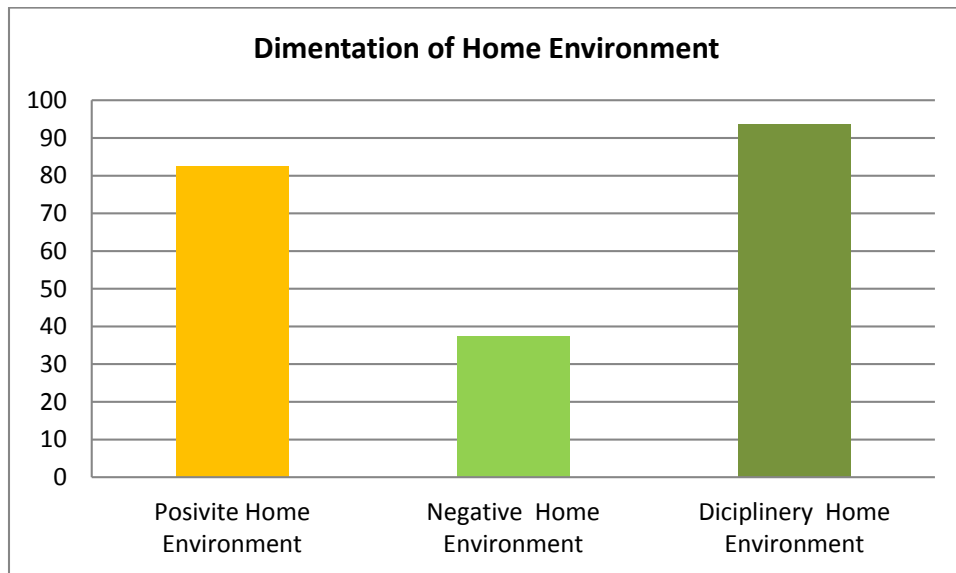
बालक जब जन्म लेता है तो वह एक असामाजिक प्राणी होता है। परिवार से ही उसके सामाजिकरण की प्रक्रिया प्रारम्भ होती है। घर का वातावरण यदि अनुकूल है तो बालक में सकारात्मकता की प्रवृत्ति का विकास होता है। माता-पिता से बच्चों को जब पर्याप्त स्नेह, संरक्षण एवं पुरस्कार प्राप्त होता है तो उनमें सामाजिकता का विकास होता है। जब घर में हमेशा कलह दण्ड एवं बच्चों को पर्याप्त स्नेह नहीं मिलता है तो बच्चों में असामाजिकता का विकास होता है। गृहवातावरण का सीधा प्रभाव छात्राओं में शैक्षणिक विकास पर होता है। महाविद्यालय में छात्राओं के गृहवातावरण को जानने के लिए स्नातक स्तर के प्रथम वर्ष की छात्राओं का डॉ. करुणा शंकर द्वारा निर्मित गृहवातावरण मापनी का (1989) उपयोग किया गया।



## rkfydk Øekad & 03

Nk=kvk ds x'gokrkoj .k dk e/; eku

छात्राओं की संख्या	सकारात्मक गृह वातावरण का मध्यमान	नकारात्मक गृह वातावरण का मध्यमान	अनुशासनात्मक गृह वातावरण का मध्यमान
80	42.45	37.3	93.64



xkQ }kjk x'g okrkoj .k dk i n' klu

तालिका क्रमांक 03 का अध्ययन करने से पता चला है कि छात्राओं से सकारात्मक गृहवातावरण का मध्यमान 82.45, नकारात्मक गृहवातावरण का मध्यमान 37.3 एवं अनुशासनात्मक गृहवातावरण का मध्यमान 93.64 आया। विश्लेषण करने से पता चलता है छात्राओं में सर्वाधिक अनुशासनात्मक गृहवातावरण पाया जाता है। अत्यधिक अनुशासन शैक्षिक प्रतिबल को बढ़ा देती है। जबकि सकारात्मक गृहवातावरण शैक्षिक प्रतिबल को घटा देती है।



Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704  
e-mail id : [gmsngc1989@gmail.com](mailto:gmsngc1989@gmail.com) [www.gmsngcbasp.co.in](http://www.gmsngcbasp.co.in)

बिलासपुर दिनांक.....

# रेडक्रॉस द्वारा स्वास्थ्य परीक्षा 06.9.19





Office of the Principal, Govt. Mata Shabari Naveen Girls PG College, Bilaspur (C.G)

Near Patwari Prashikshan Kendra, Seepata Road Bilaspur (C.G) 495006

Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704

E-mail id : [gmsngc1989@gmail.com](mailto:gmsngc1989@gmail.com) [www.gmsngcbasp.co.in](http://www.gmsngcbasp.co.in)

AISHE Code:- C-22358



मैत्र-परीक्षण रेडक्रास द्वारा 6/9/2019 को आयोजित



स्त्रीरोग से संबंधित परामर्श





Office of the Principal, Govt. Mata Shabari Naveen Girls PG College, Bilaspur (C.G)

Near Patwari Prashikshan Kendra, Seepata Road Bilaspur (C.G) 495006

Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704

E-mail id : gmsngc1989@gmail.com www.gmsngcbasp.co.in

AISHE Code:- C-22358



दंत - परीक्षण रेडक्रॉस द्वारा आयोजित दिनांक 6/9/2019

त्वचा - परीक्षण





कार्यालय प्राचार्य, शासकीय माता शबरी नवीन कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,  
बिलासपुर (छ.ग.)



Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704  
e-mail id : gmsngc1989@gmail.com www.gmsngcbasp.co.in

बिलासपुर दिनांक.....

रेडक्रास द्वारा कैंसर जागरूकता व्याख्यान  
अपोलो से डॉ. कविता गव्वर द्वारा

01/06/18





कार्यालय प्राचार्य, शासकीय माता शबरी नवीन कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,  
बिलासपुर (छ.ग.)



Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704  
e-mail id: gmsngc1989@gmail.com www.gmsngcbasp.co.in

बिलासपुर दिनांक.....

रेडक्रास द्वारा मॉडर्न लाइफ स्टाइल एवं  
स्वास्थ्य पर कार्यशाला 15.9.18





Office of the Principal, Govt. Mata Shabari Naveen Girls PG College, Bilaspur (C.G)

Near Patwari Prashikshan Kendra, Seepata Road Bilaspur (C.G) 495006

Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704

E-mail id : gmsngc1989@gmail.com www.gmsngcbasp.co.in

AISHE Code:- C-22358

63

रेडक्रास द्वारा राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस 09.2.18

शासकीय माता शबरी नवीन कन्या महाविद्यालय बिलासपुर  
यूथ, रेडक्रास  
यूथ रेडक्रास संगठन का उद्देश्य युद्ध और शांतिकाल में  
मानवता की सेवा करना है।  
रेडक्रास के मूलभूत सिद्धांत  
सर्वव्यापकता मानवता  
स्वतंत्रता स्वयं



कृमि टेबलेट लेनी हुई हैं







Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704  
e-mail id: gmsngc1989@gmail.com www.gmsngcbasp.co.in

बिलासपुर दिनांक.....

रेडक्रास द्वारा रक्त समूह, हिमोग्लोबिन,  
रिक्त रक्त परीक्षा 29.1.18  
30.1.18







Contact No. 07752-240531, Mobile No. 8253021704  
e-mail id: gmsngc1989@gmail.com www.gmsngcbasp.co.in

बिलासपुर दिनांक.....

# रेडक्रास द्वारा Fit and Fine Nutrition Center द्वारा स्वास्थ्य परीक्षा 31.1.17



*Prof.*  
S. Naveen Girls College  
Bilaspur  
(C.G.)  
GOVT. M.