International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR)
E-ISSN: 2582-2160 ● Website: www.ijfmr.com ● Email: editor@ijfmr.com

माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का आत्म-सम्मान के प्रति जागरूकता

विनिता कुमारी[1], डॉ.सपना सुमन[2]

[1]पीएच.डी.शोधार्थी संत जेवियर्सकॉलेज ऑफ़ एजुकेशन (स्वायत्त), पटना
[2]असिस्टेंट प्रोफ़ेसर संत जेवियर्सकॉलेज ऑफ़ एजुकेशन(स्वायत्त),पटना

सारांश

आत्म-सम्मान व्यक्ति के स्वयं की अवधारणा से संबंधित है | यह अवधारणा व्यक्ति स्वयं के अनुभव एवं भावनाओं के आधार पर सकारात्मक अथवा नकारात्मक बनता है | व्यक्ति की स्वयं की जानकारी उसे सफलता की ओर अग्रसर करती है व्यक्ति का आत्म-सम्मान उसके संपूर्ण व्यक्तित्व पर प्रभाव डालती है अतः आत्म सम्मान की जागरूकता व्यक्ति को होना अत्यंत आवश्यक है वर्तमान अध्ययन माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का आत्म-सम्मान के प्रति जागरूकता से संबंधित है | अध्ययन का उद्देश्य लिंग, पिता के शिक्षा तथा माता के शिक्षा के आधार पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान के अंतर को ज्ञात करना है | अध्ययन के लिए प्रतिदर्श सरल यादृच्छिक विधि द्वारा 212 माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों को चुना गया है | आंकड़ों के संग्रहण के लिए स्व- निर्मित एवं वैधिकृत आत्म-सम्मान जागरूकता शोध मापनी का प्रयोग किया गया है | शोध परिणाम से ज्ञात होता है कि लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक है | पिता की शिक्षा एवं माता के शिक्षा के आधार पर विद्यार्थियों के आत्मसम्मान में भी सार्थक अंतर के साथ–साथ ये पाया गया कि इनकी शिक्षा जितनी अधिक है उनके बच्चों के आत्म-सम्मान में भी उतनी ही अधिकता पाई गई |

मुख्य बिंदु : आत्म-सम्मान, माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थी तथा जागरूकता |

परिचय

आत्म-सम्मान शब्द का शाब्दिक अर्थ स्वयं का सम्मान करना है | स्वयं के सामान से अभिप्राय व्यक्ति की स्वयं से जुड़ी समस्त पहलुओं को स्वीकार करने से है जो व्यक्ति से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से जुड़ी होती है | जैसे- व्यक्ति का व्यक्तित्व, उसका व्यवहार, सोच, क्रिया-कलाप, शारीरिक बनावट इत्यादि | जब व्यक्ति स्वयं से जुड़े समस्त पक्षों को स्वीकार करता है उसके प्रति सकारात्मक सोच रखता है तो ये कहा जा सकता है की वह व्यक्ति स्वयं का सम्मान करता है | जब कोई व्यक्ति स्वयं का सम्मान करता हो तभी वह व्यक्ति अन्य व्यक्तियों का सम्मान क्र सकता है , तथा दूसरे उसका का सम्मान कर पाते हैं | आत्म-सम्मान व्यक्ति के जीवन में अत्यंत महत्वपूर्ण होता है | आत्म-सम्मान का निरूपण लगभग बाल्यावस्था में ही हो जाति है | वह जिस तरह परिवार तथा समाज में अंतर्क्रिया करता है उसी अंतर्क्रिया के आधार पर उसके आम-सम्मान में उत्थान या पतन होता है | आत्म-सम्मान का निरूपण तथा वृद्धि आतंरिक प्रक्रिया है परन्तु कभी-कभी यह समाज के क्रिया-कलापों से भी प्रभावित होता है |

बच्चा के जन्म के साथ ही यदि उसे पूरी तरह स्वीकार किया जाए बिना किसी भेद-भाव के तब उसके आत्म-सम्मान की नीव मजबूत तथा सकारात्मक होती है | विद्यार्थियों में आत्म-सम्मान स्थापित हो इसके लिए विद्यालय भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है विद्यालय में पक्षपात की भावना को खत्म कर संपूर्ण गतिविधियों में चाहे वह शैक्षणिक गतिविधियां हो या फिर सह-शैक्षणिक गतिविधियां सभी क्षेत्रों में समान अवसर प्रदान किया जाता है जिससे प्रत्येक बच्चे कोएक समान अवसर प्राप्त हो सके, जिससे वे अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन कर सके | अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन कर बलकों में आत्मविश्वास विकसित होती है और यही आत्मविश्वास विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान को वृद्धि करने में सहायक होती है | जिस बालक का आत्म-सम्मान उच्च होगा वह अन्य बालों को की तुलना में अधिक प्रभावशाली हो सकता है तथा उसका सभी क्रियाकलापों में प्रत्यक्ष रुप से भागीदार होने की सम्भावना होती है |
अतः शोधार्थी ने माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का आत्म-सम्मान के प्रति जागरूकता की जानकारी करने के लिए सूचनाओं को एकत्रित कर जानकारियाँ हासिल करने की कोशिश की है |

संबंधित साहित्य समीक्षा

झाओ, झेंग, पैन और झोऊ (2021) ने किशोरों के बीच आत्म-सम्मान एवं शैक्षणिक जुड़ाव: एक माध्यम मध्यस्थता पर अध्ययन किया |इस शोध का उद्देश्य आत्म-सम्मान और शैक्षणिक जुड़ाव, शैक्षणिक आत्म- प्रभावकारिता के मध्यस्ता प्रभाव और कथित सामाजिक समर्थन के मध्यम प्रभाव के बीच संबंधों की जाँच करना था | निष्कर्ष बताते है कि किशोर आत्म-सम्मान, शैक्षणिक आत्म- प्रभावकारिता और कथित सामाजिक समर्थन प्रमुख कारक है जो किशोरों के शैक्षणिक उपलब्धि में प्रभाव डालते हैं|

अरशादी, जैदी तथा महमूद (2015) ने विश्वविद्यालय के छात्रों के बीच आत्म सम्मान और शैक्षणिक प्रदर्शन पर अध्ययन किया और निष्कर्ष में पाया कि आत्म सम्मान और शैक्षणिक प्रदर्शन के बीच सकारात्मक से संबंध है पुरुष और महिला छात्रों के बीच आत्मसम्मान और शैक्षणिक प्रदर्शन स्कूल दर्शाता है कि पूर्व छात्रों की तुलना में महिला छात्रों के शैक्षणिक प्रदर्शन में उच्च अंग है तथा महिला छात्र की तुलना में पुरुष छात्रों में आत्म सम्मान में उच्च अंक है |

जनवरी (2015) में आत्म सम्मान साहित्य समीक्षा पर शोध किया और पाया कि शिक्षकों के बीच आत्मसम्मान का मुद्दा पर सार्वजनिक और निजी क्षेत्र के उच्च शिक्षा संस्थान में मौजूद है आत्मसम्मान एक सतत मुद्दा है जिसके लिए निरंतर निगरानी की आवश्यकता होती है इस अध्याय के अध्ययन के निष्कर्षों से पता चलता है कि भविष्य करता हूं और मानदंड के बीच संबंध नकारात्मक है जिसका अर्थ है कि जैसे-जैसे आत्मविश्वास प्रदर्शन और सशक्तिकरण होता है उसे वैसे वैसे इसकी बहुत संभावना है संभावनाएं होती है |

फर्नाज और मेलोनाशी (2014) ने कोसोवो में आत्म सम्मान तथा मनोवैज्ञानिक कल्याण पर व्यवस्थित साहित्य समीक्षा की और पाया कि आत्म सम्मान और भावनात्मक के बीच संबंधों पर शोध निष्कर्ष अधिक सुसंगत है इस प्रकार आत्म सम्मान को चिंता अवसाद शर्मा और भावनात्मक कठिनाइयों से नकारात्मक रूप से संबंधित किया जा सकता है या अन्य देशों के शोध के अनुरूप भी है और कुछ अध्ययनों मादक द्रव्यों के सेवन के साथ कोई महत्वपूर्ण समझ नहीं पाया गया प्रशासनिक सफलता और जीवन संतुष्टि से सकारात्मक रूप से संबंधित किया गया है यह स्पष्ट है कि आत्मसम्मान को सकारात्मक परिणामों से जुड़ने वाले नकारात्मक व्यवहार परिणामों से संबंधित करने वाले की तुलना में बहुत कम है यह सुझाव दिया जा सकता है कि भविष्य के अनुसंधान को अपने सुरक्षात्मक आयाम विकासात्मक परिणामों के अलावा आत्मसम्मान के सशक्त आयाम पर अधिक ध्यान केंद्रित करना चाहिए |

अध्ययन की सार्थकता

आत्म-सम्मान प्रत्येक व्यक्ति के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण होती है | यह व्यक्ति के स्वयं की जागरूकता एवं स्वयं की स्वीकृति से संबंधित है | आत्म-सम्मान पर अनुवांशिकता, परिवार, समाज तथा दोस्तों का प्रभाव पड़ता है | यही कारण है कि प्रत्येक व्यक्ति के आत्म-सम्मान का स्तर भिन्न होता है | यदि माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की आत्म- सम्मान की बात की जाए तो यह वह अवस्था है जहां विद्यार्थियों का आत्म-सम्मान परिवर्तित होता रहता है | अतः प्रस्तुत शोध में इस बात को ध्यान में रखते हुए यह जानने का प्रयास किया गया है कि भारतीय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की आत्म-सम्मान के प्रति जागरूकता कितनी है ? तथा विद्यार्थियों का आत्म-सम्मान अभिभावकों की शिक्षा का क्या प्रभाव पड़ता है ?

समस्या कथन

"माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का आत्मसम्मान के प्रति जागरूकता"

संक्रियात्मक परिभाषा

आत्म-सम्मान: आत्म सम्मान से अभिप्राय माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के स्वयं की जानकारी एवं सम्मान से है विद्यार्थी स्वयं के से संबंधित पहलुओं को कितना जानते हैं तथा उसे किस रूप में स्वीकार करते हैं |

माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थी : भारतीय शिक्षा जगत में माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के रूप में कक्षा 9वी तथा विद्यार्थियों को दिया जाता है जो लगभग 14 वर्ष से 16 वर्ष की उम्र के अंतर्गत आते हैं

शोध उद्देश्य

1. लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर को ज्ञात करना|
2. पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर को जानना |
3. माता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर को जानना |

नल परिकल्पना

1. लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में कोई सार्थक अंतर नहीं है |
2. पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में कोई सार्थक अंतर नहीं है |
3. माता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में कोई सार्थक अंतर नहीं है |

शोध विधि

प्रस्तुत शोध में आंकड़ों के संग्रह के लिए सर्वे विधि का प्रयोग किया गया है |

जनसंख्या

वर्तमान अध्ययन की जनसंख्या पटना जिले के माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थी शामिल हैं |

प्रतिदर्श

वर्तमान अध्ययन सरल यादृच्छिक प्रतिदर्श चयन पर आधारित है | बिहार राज्य के पटना जिला के माध्यमिक विद्यालय के कक्षा 9 वीं के विद्यार्थी को प्रतिदर्श के रूप में लिया गया है | कुल 212 प्रतिदर्श शामिल हैं,जिसमें 94 बालिकाएँ तथा 118 बालक हैं |

शोध उपकरण

1. **आत्म-सम्मान जागरूकता मापनी** : प्रस्तुत शोध में शोधार्थी द्वारा स्वनिर्मित एवं वैधिकृत शोध उपकरण का प्रयोग किया गया है | आत्म-सम्मान जागरूकता शोध उपकरण के चार आयाम है जिसमें स्वयं की समझ, स्वयं की भावन की समझ, समाज की समझ तथा स्वयं की अभिप्रेरणा शामिल है |

सांख्यिकी प्रविधियां

आँकडो के विश्लेषण के लिए निम्नलिखित सांख्यिकी प्रविधियों का प्रयोग किया गया है :

- माध्य ,मानक विचलन,अनुपात परीक्षण (टी परीक्षा) तथा अनोवा
- एस.पी.एस.एस. सॉफ्टवेयर के माध्यम से विश्लेषण किया गया है |

नल परिकल्पनाओं का विश्लेषण

नल परिकल्पना-1 लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में कोई सार्थक अंतर नहीं है |

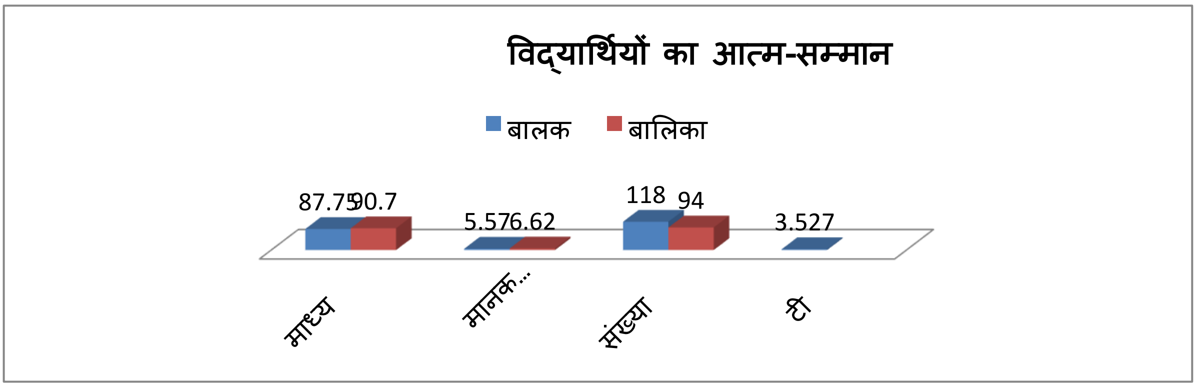
तालिका -1लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान की सार्थकता

पृष्ठभूमि चर	माध्य	मानकविचलन	संख्या	टी	पी	टिप्पणी
बालक	87.75	5.57	118	3.527	.001	सार्थक
बालिका	90.70	6.62	94			

(1% सर्थाकत स्तर पर 210 स्वतंत्रता अंश के लिए तालिका मूल्य 2.58)

विश्लेषण : उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि लिंग के आधार पर प्राप्त टी मूल्य का मान (3.527) है जो 1% सार्थकता स्तर के तालिका मान (2.58) सारणी मूल्य से अधिक है | इसलिए नल परिकल्पना अस्वीकार किया जाता है | अर्थात लिंग के आधार पर विद्यार्थियों का आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर है | माध्य से ज्ञात होता है कि बालिकाओं का आत्म-सम्मान बालकों के आत्म-सम्मान से बेहतर है |

आकृति -1 लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान के माध्य की तुलना



आकृति -1 में लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान का कुलावृति, मध्यमान और मानक विचलन के दंड आरेख का प्रदर्शन किया गया है |

नल परिकल्पना-2 पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में कोई सार्थक अंतर नहीं है |

तालिका -2 अनोवा

पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान का अनोवा परिणाम

आत्म-सम्मान	वर्गों का धन	डी.एफ.	माध्य वर्ग	एफ.	सार्थकता
अंतर समूह	840.304	2	420.152	11.972	.000
अंत:समूह	7335.017	209	35.096		
कुल	8175.321	211			

विश्लेषण : उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान का प्राप्त एफ. मूल्य (11. 972) है जो 1% सार्थकता स्तर के तालिका मान (4.7) सारणी मूल्य से अधिक है, इसलिए नल परिकल्पना को अस्वीकार किया जाता है | अर्थात पिता की शिक्षा के आधार पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर है |

पिता की शिक्षा के आधार पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक पाया अतः शोधार्थी ने पोस्ट हॉक विश्लेषण किया

पिता की शिक्षा के आधार बहु विश्लेषण के लिए पोस्ट हॉक

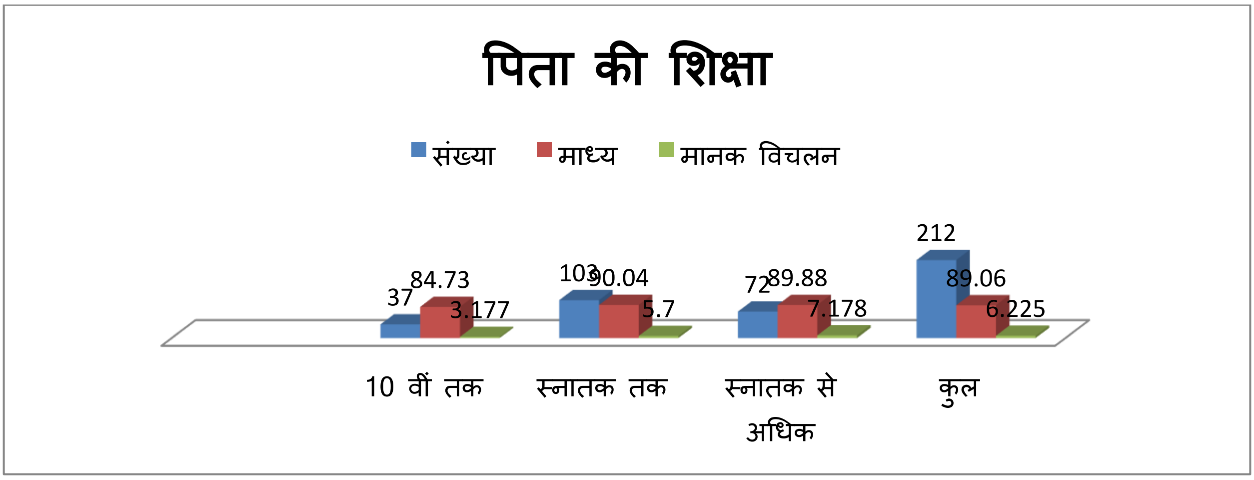
तालिका -3 बहु विश्लेषण

(I) पिता की शिक्षा	(J) पिता की शिक्षा	माध्य अंतर (I-J)	मानक त्रुटि	सार्थकता
10वीं तक	स्नातक तक	-5.309*	1.135	.000
	स्नातक से अधिक	-5.145*	1.198	.000
स्नातक तक	10वीं तक	5.309*	1.135	.000
	स्नातक से अधिक	.164	.910	1.000
स्नातक से अधिक	10वीं तक	5.145*	1.198	.000
	स्नातक तक	-.164	.910	1.000

(5% सर्थाकत स्तर पर 210 स्वतंत्रता अंश के लिए तालिका मूल्य 1.96)

विश्लेषण : उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान के माध्य में अंतर है |

आकृति -2 पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान के माध्य की तुलना



आकृति -2 में पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान का कुलावृति, मध्यमान और मानक विचलन को दंड आरेख पर प्रदर्शन किया गया है |

नल परिकल्पना-3 माता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में कोई सार्थक अंतर नहीं है |

तालिका - 4 अनोवा

माता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान का अनोवा परिणाम

आत्म-सम्मान	**वर्गों का धन**	**डी.एफ.**	**माध्य वर्ग**	**एफ.**	**सार्थकता**
अंतर समूह	4103.821	2	2051.911	105.330	.000
अंत:समूह	4071.500	209	19.481		
कुल	8175.321	211			

विश्लेषण : उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि माता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान का प्राप्त एफ. मूल्य (105.330) है जो 1% सार्थकता स्तर के तालिका मान (4.7) सारणी मूल्य से अधिक है, इसलिए नल परिकल्पना को अस्वीकार किया जाता है | अर्थात माता की शिक्षा के आधार पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर है |

माता की शिक्षा के आधार पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक पाया अतः शोधार्थी ने पोस्ट हॉक विश्लेषण किया

तालिका -5 (पोस्ट हॉक परीक्षण)

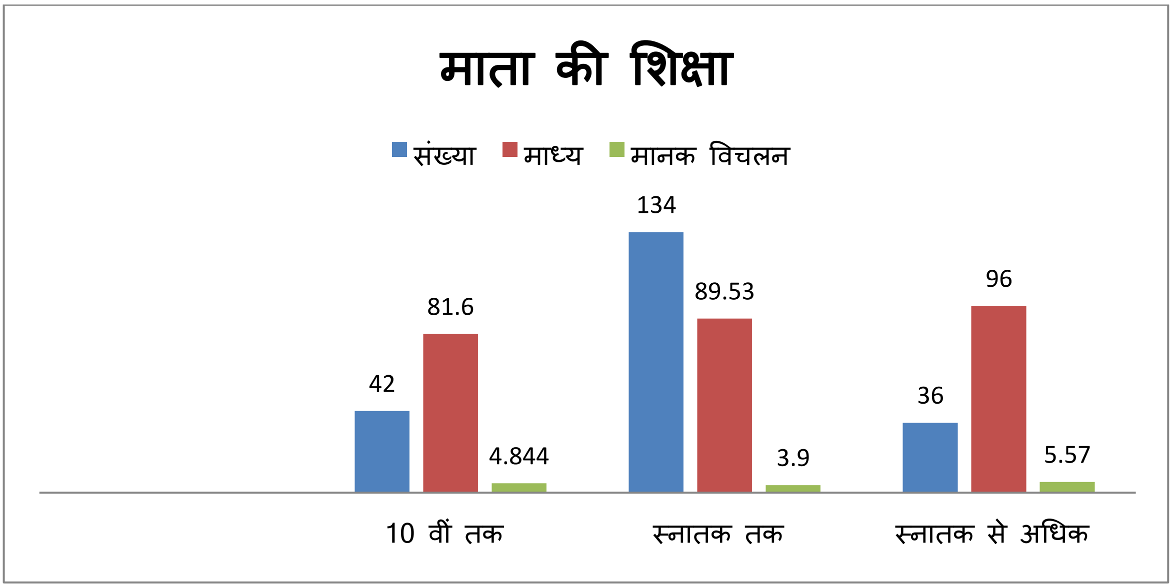
(I) माता की शिक्षा	**(J) माता की शिक्षा**	**माध्य अंतर (I-J)**	**मानक त्रुटि**	**सार्थकता**
10वीं तक	**स्नातक तक**	-7.935*	.781	.000
	स्नातक से अधिक	-14.405*	1.002	.000
स्नातक तक	**10वीं तक**	7.935*	.781	.000
	स्नातक से अधिक	-6.470*	.829	.000

स्नातक से अधिक	**10वीं तक**	14.405*	1.002	.000
	स्नातक तक	6.470*	.829	.000

(5% सर्थाकत स्तर पर 210 स्वतंत्रता अंश के लिए तालिका मूल्य 1.98)

विश्लेषण : उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान क माध्य में अंतर है |

आकृति -3 माता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मा न के माध्य की तुलना



आकृति -2 में माता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान का कुलावृति, मध्यमान और मानक विचलन को दंड आरेख पर प्रदर्शन किया गया है |

शोध परिणाम

उपर्युक्त विश्लेषण से कुछ परिणाम ज्ञात हुए है जिसका विवरण निम्नलिखित है :

- लिंग के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर है | माध्य मान के अनुसार बालिकाओं का मान (90.70) है, जो बालकों के माध्य मान (87.75) से अधिक है | अतः यह कहा जा सकता है कि बालकों की तुलना में बालिकाएँ आत्म-सम्मान के प्रति अधिक जागरूक है |
- पिता की शिक्षा के आधार पर माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर है | पिता की शिक्षा का तुलनात्मक अध्ययन करने के उपरान्त ज्ञात हुआ कि वैसे विद्यार्थी जिनकी पिता की शिक्षा स्नातक तक है उनका आत्म-सम्मान क प्रति जागरूकता अन्य विद्यार्थी जिनकी पिता की शिक्षा 10वीं तक तथा स्नातक से अधिक है, उनसे अधिक है |
- माता की शिक्षा के आधार पर विद्यार्थियों के आत्म-सम्मान में सार्थक अंतर है| माता की शिक्षा का तुलनात्मक अध्ययन करने के उपरान्त ज्ञात हुआ कि वैसे विद्यार्थी जिनकी माता की शिक्षा स्नातक तक है उनका आत्म-सम्मान क प्रति जागरूकता अन्य विद्यार्थी जिनकी माता की शिक्षा 10वीं तक है,उनसे बेहतर है, तथा वैसे विद्यार्थी जिनकी माता की शिक्षा स्नातक से अधिक है उनका आत्म-सम्मान के प्रति जागरूकता क्रमशः अन्य विद्यार्थी जिनकी माता की शिक्षा 10 वीं तक तथा स्नातक तक है उनसे अधिक है | अर्थात् यह कहा जा सकता है की जिन विद्यार्थियों की

माता की शिक्षा जितनी उच्च शिक्षा की तरफ वृद्धि हुई उतनी उनके आत्म-सम्मान के प्रति जागरूकता में भी वृद्धि होती चली गई |

निष्कर्ष

वर्तमान समय में आत्म-सम्मान विद्यार्थियों के विकास में अत्यंत आवश्यक है | आत्म-सम्मान के कारण उनके संपूर्ण व्यक्तित्व पर प्रभाव पड़ता है | जिस विद्यार्थी का आत्म-सम्मान उच्च होगा वह जीवन के प्रत्येक कार्य आत्मविश्वास के साथ काम करता है और उसे सफलता भी प्राप्त होती है | अतः एक शिक्षक का कर्तव्य होता है की विद्यार्थियों में आत्म-सम्मान विकसित करने के लिए सकारात्मक शिक्षण-अधिगम वातावरण स्थापित करें| पाठ्यक्रम में आत्म-सम्मान विकसित करने हेतु विविध गतिविधियों को शामिल करें |

सन्दर्भ सूची :

1. आरशदी मो. जैदी सै.मो. इ.है.और महमूद खा.(2015). विश्वविद्यालय के छात्रों के बीच आत्म-सम्मान और अकादमिक प्रदर्शन. *जर्नल ऑफ़ एजुकेशन एंड प्रैक्टिस. 6 |1|* 156- 159.
2. झाओ यी.,झेग.जे.,पैन चे.और झोऊ लू.(2021). किशोरों के बीच आत्म-सम्मान और शैक्षणिक जुड़ाव: एक मध्यम मध्यस्ता मॉडल. *फ्रंटियर्स इन साइकोलॉजी एजुकेशनल साइकोलॉजी* एचटीटीपी एस बी आई ओ आर जी 10. 33 89/ 20 21.16 9088
3. जनवरी का.,खान इ., खान मु.,खान स.,और सैफ न.(2015). आत्म-सम्मान : साहित्यक समीक्षा. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ अफ्रीका एंड एशियन स्टडीज, एड इंटरनेशनल पीयर रिविव जर्नल. 9|15|1-3. आई एस एस न 2409-6938.
4. पाठक पी.डी.(2005). “शिक्षा मनोविज्ञान” विनोद पुस्तक मंदिर आगरा .
5. फनाज नै. और मेलोनाशी ए.(2014). कोसोवो में आत्म-सम्मान तथा मनोवैज्ञानिक कल्याण.*ह्यूमन एंड सोसल साइंस अट कोमन कोंफेरेंस.17|*21| 103-108.