



Original Article

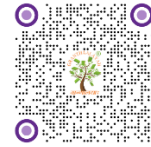
EFFECT OF GENDER ON THE SELF-SATISFACTION LEVEL OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर उनके लैंगिक स्तर का प्रभाव

Manoj Kumar ^{1*}, Dr. Jyoti Puri ²

¹ Research Scholar, Faculty of Education Teerthanker Mahaveer University, India

² Associate Professor, Faculty of Education Teerthanker Mahaveer University, India



ABSTRACT

English: The present study was conducted to examine the impact of gender on the self-satisfaction level of secondary school students. Self-satisfaction is an important psychological construct that contributes to emotional well-being, self-confidence, mental health, and overall personality development. In the present educational context, understanding factors influencing self-satisfaction is essential for promoting students' holistic development and adjustment. Therefore, the study aimed to determine whether gender has a significant effect on the self-satisfaction level of secondary school students. The study was conducted in Udham Singh Nagar district of Uttarakhand. A sample of 200 secondary school students was selected through random sampling, comprising 100 boys and 100 girls. Data were collected using a self-constructed questionnaire developed by the researcher to assess students' self-satisfaction. The tool was prepared after reviewing relevant literature and consulting experts in education and psychology. The collected data were analyzed using statistical techniques such as mean, standard deviation, and independent samples t-test. The findings revealed a significant difference in self-satisfaction levels between boys and girls. Female students were found to have higher self-satisfaction scores compared to male students. The results indicate that gender plays a significant role in influencing self-satisfaction among secondary school students. The study concludes that gender has a meaningful impact on students' self-satisfaction levels. The findings emphasize the need for a supportive school environment that promotes emotional well-being and positive self-perception among adolescents. The results may be useful for teachers, parents, counselors, and educational planners in designing interventions to enhance students' psychological well-being.

Hindi: प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि के स्तर पर लिंग के प्रभाव का परीक्षण करना था। आत्म-संतुष्टि एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक संरचना है, जो व्यक्ति के भावनात्मक कल्याण, आत्मविश्वास, मानसिक स्वास्थ्य तथा समग्र व्यक्तित्व विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। वर्तमान शैक्षिक संदर्भ में विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि को प्रभावित करने वाले कारकों को समझना उनके समग्र विकास और समायोजन को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक है। इसलिए, इस अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया गया कि क्या लिंग का माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि के स्तर पर कोई महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। यह अध्ययन उत्तराखंड के उधम सिंह नगर जिले में किया गया। अध्ययन हेतु 200 माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों का यादृच्छिक नमूना चयन किया गया, जिसमें 100 बालक तथा 100 बालिकाएँ शामिल थीं। आँकड़े एक स्व-निर्मित प्रश्नावली के माध्यम से एकत्र किए गए, जिसे शोधकर्ता द्वारा विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि के मूल्यांकन हेतु विकसित किया गया था। इस उपकरण का निर्माण संबंधित साहित्य के अध्ययन तथा शिक्षा एवं मनोविज्ञान के विशेषज्ञों के परामर्श

*Corresponding Author:

Email address: Manoj Kumar (Kumarmanoj766626@gmail.com), Dr. Jyoti Puri (puri20.j@gmail.com)

Received: 10 April 2026; Accepted: 25 May 2026; Published 19 June 2026

DOI: [10.29121/Shodhgyan.v4.i1.2026.126](https://doi.org/10.29121/Shodhgyan.v4.i1.2026.126)

Page Number: 160-167

Journal Title: ShodhGyan-NU: Journal of Literature and Culture Studies

Journal Abbreviation: ShodhGyan.NU J. Lit. Cul. Stu.

Online ISSN: 2584-1300, Print ISSN: 3108-2742

Publisher: Granthaalayah Publications and Printers, India

Conflict of Interests: The authors declare that they have no competing interests.

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Authors' Contributions: Each author made an equal contribution to the conception and design of the study. All authors have reviewed and approved the final version of the manuscript for publication.

Transparency: The authors affirm that this manuscript presents an honest, accurate, and transparent account of the study. All essential aspects have been included, and any deviations from the original study plan have been clearly explained. The writing process strictly adhered to established ethical standards.

Copyright: © 2026 The Author(s). This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

With the license CC-BY, authors retain the copyright, allowing anyone to download, reuse, re-print, modify, distribute, and/or copy their contribution. The work must be properly attributed to its author.

के आधार पर किया गया। एकत्रित आँकड़ों का विश्लेषण माध्य, मानक विचलन तथा स्वतंत्र नमूना *t*-परीक्षण जैसी सांख्यिकीय विधियों द्वारा किया गया। परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि बालकों और बालिकाओं की आत्म-संतुष्टि के स्तर में महत्वपूर्ण अंतर पाया गया। बालिकाओं के आत्म-संतुष्टि स्कोर बालकों की तुलना में अधिक पाए गए। परिणाम यह संकेत देते हैं कि लिंग आत्म-संतुष्टि को प्रभावित करने वाला एक महत्वपूर्ण कारक है। अध्ययन के निष्कर्ष में यह पाया गया कि लिंग का विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि पर सार्थक प्रभाव पड़ता है। यह निष्कर्ष एक ऐसे सहायक शैक्षिक वातावरण की आवश्यकता पर बल देता है जो किशोरों के भावनात्मक कल्याण और सकारात्मक आत्म-धारणा को प्रोत्साहित करे। यह अध्ययन शिक्षकों, अभिभावकों, परामर्शदाताओं तथा शैक्षिक योजनाकारों के लिए उपयोगी हो सकता है, जिससे वे विद्यार्थियों के मनोवैज्ञानिक कल्याण को बेहतर बनाने हेतु रणनीतियाँ विकसित कर सकें।

Keywords: Self-satisfaction, Gender, Secondary Education, Adolescence, Mental Health, आत्म-संतुष्टि, लिंग, माध्यमिक शिक्षा, किशोरावस्था, मानसिक स्वास्थ्य

प्रस्तावना

शिक्षा मानव जीवन के सर्वांगीण विकास का प्रमुख साधन है। आधुनिक शिक्षा केवल ज्ञानार्जन तक सीमित नहीं है, बल्कि यह विद्यार्थियों के बौद्धिक, सामाजिक, भावनात्मक एवं नैतिक विकास पर भी बल देती है। किसी विद्यार्थी का समुचित विकास तभी संभव है जब वह स्वयं के प्रति संतुष्ट एवं सकारात्मक दृष्टिकोण रखता हो। आत्म-संतुष्टि एक ऐसी मनोवैज्ञानिक अवस्था है जिसमें व्यक्ति अपने जीवन, उपलब्धियों, संबंधों एवं परिस्थितियों के प्रति संतोष अनुभव करता है। यह मानसिक स्वास्थ्य का एक महत्वपूर्ण सूचक है। आत्म-संतुष्टि का उच्च स्तर व्यक्ति में आत्मविश्वास, सकारात्मक सोच एवं सामाजिक समायोजन को बढ़ावा देता है। माध्यमिक स्तर के विद्यार्थी किशोरावस्था की अवस्था में होते हैं। इस अवस्था में व्यक्तित्व निर्माण तीव्र गति से होता है। बालक एवं बालिकाएँ सामाजिक एवं सांस्कृतिक अनुभवों के कारण भिन्न-भिन्न परिस्थितियों का सामना करते हैं, जिससे उनके आत्म-संतुष्टि स्तर में अंतर उत्पन्न हो सकता है। इसलिए लैंगिक स्तर एवं आत्म-संतुष्टि के संबंध का अध्ययन शिक्षा के क्षेत्र में अत्यंत महत्वपूर्ण है।

मानव जीवन में सुख, संतोष तथा आत्म-विकास की अवधारणाएँ सदैव से महत्वपूर्ण रही हैं। प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन में सफलता, सम्मान, मानसिक शांति तथा संतोष प्राप्त करने की आकांक्षा रखता है। आधुनिक युग में तीव्र प्रतिस्पर्धा, सामाजिक परिवर्तन, तकनीकी विकास तथा बढ़ती हुई जीवन-शैली संबंधी चुनौतियों के कारण व्यक्तियों के मानसिक स्वास्थ्य पर व्यापक प्रभाव पड़ रहा है। विशेष रूप से युवावस्था एवं विद्यालयी जीवन वह अवस्था है जिसमें व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, सामाजिक तथा भावनात्मक परिवर्तनों से गुजरता है। इस अवस्था में आत्म-संतुष्टि तथा आत्म-सम्मान जैसे मनोवैज्ञानिक घटक व्यक्ति के व्यक्तित्व विकास, मानसिक स्वास्थ्य तथा जीवन की गुणवत्ता को निर्धारित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

आत्म-संतुष्टि (Self-Satisfaction) व्यक्ति की वह मनोवैज्ञानिक अवस्था है जिसमें वह अपने जीवन, उपलब्धियों, संबंधों तथा व्यक्तिगत अनुभवों के प्रति संतोष एवं प्रसन्नता का अनुभव करता है। यह व्यक्ति के जीवन-संतोष, सकारात्मक भावनाओं तथा मानसिक संतुलन का महत्वपूर्ण सूचक माना जाता है। आत्म-संतुष्टि व्यक्ति को जीवन की चुनौतियों का सामना करने, तनाव को नियंत्रित करने तथा सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने में सहायता प्रदान करती है। जिन व्यक्तियों में आत्म-संतुष्टि का स्तर अधिक होता है, वे सामान्यतः जीवन के प्रति अधिक आशावादी, आत्मविश्वासी एवं मानसिक रूप से स्वस्थ पाए जाते हैं। मनोविज्ञान के क्षेत्र में आत्म-संतुष्टि एवं आत्म-सम्मान को सकारात्मक मनोविज्ञान (Positive Psychology) के महत्वपूर्ण घटकों के रूप में स्वीकार किया गया है। सकारात्मक मनोविज्ञान के अनुसार व्यक्ति की शक्तियों, सकारात्मक भावनाओं तथा जीवन के सकारात्मक अनुभवों का अध्ययन मानसिक स्वास्थ्य एवं कल्याण को समझने के लिए आवश्यक है। Martin Seligman (2011) ने अपने सकारात्मक मनोविज्ञान सिद्धांत में यह प्रतिपादित किया कि व्यक्ति का समग्र विकास केवल समस्याओं की अनुपस्थिति से नहीं, बल्कि जीवन में संतोष, उपलब्धि, सकारात्मक संबंध तथा आत्म-स्वीकृति की उपस्थिति से संभव होता है। विद्यालयी जीवन विद्यार्थियों के व्यक्तित्व निर्माण की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण चरण माना जाता है। इसी अवधि में विद्यार्थी अपने भविष्य, करियर, सामाजिक पहचान तथा व्यक्तिगत लक्ष्यों का निर्धारण करते हैं। वर्तमान समय में विद्यार्थियों को शैक्षणिक प्रतिस्पर्धा, रोजगार की अनिश्चितता, सामाजिक दबाव, पारिवारिक अपेक्षाएँ तथा डिजिटल माध्यमों के बढ़ते प्रभाव जैसी अनेक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। इन परिस्थितियों का प्रभाव विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि एवं आत्म-सम्मान पर प्रत्यक्ष रूप से पड़ता है। यदि विद्यार्थियों में आत्म-संतुष्टि एवं आत्म-सम्मान का स्तर उच्च होता है तो वे इन चुनौतियों का सामना अधिक प्रभावी रूप से कर सकते हैं। विभिन्न शोध अध्ययनों से यह प्रमाणित हुआ है कि आत्म-संतुष्टि एवं आत्म-सम्मान के मध्य घनिष्ठ संबंध पाया जाता है। जिन व्यक्तियों में आत्म-सम्मान का स्तर उच्च होता है, वे सामान्यतः अपने जीवन के प्रति अधिक संतुष्ट पाए जाते हैं। इसी प्रकार जीवन के प्रति संतोष की भावना व्यक्ति के आत्म-मूल्य एवं आत्म-विश्वास को भी सुदृढ़ करती है। अतः दोनों चर एक-दूसरे को प्रभावित करते हैं तथा व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य, सामाजिक समायोजन एवं शैक्षणिक उपलब्धि पर महत्वपूर्ण प्रभाव डालते हैं।

उत्तराखंड राज्य का उधम सिंह नगर जनपद सामाजिक, सांस्कृतिक एवं शैक्षिक दृष्टि से एक महत्वपूर्ण क्षेत्र है। इस जनपद में विभिन्न सामाजिक एवं आर्थिक पृष्ठभूमियों से आने वाले विद्यार्थी उच्च शिक्षा प्राप्त कर रहे हैं। क्षेत्रीय विविधताओं, ग्रामीण-शहरी अंतर तथा बदलते सामाजिक परिवेश के कारण यहाँ के विद्यार्थियों की मनोवैज्ञानिक विशेषताओं का अध्ययन विशेष महत्व रखता है। यद्यपि आत्म-संतुष्टि एवं आत्म-सम्मान पर अनेक अध्ययन किए जा चुके हैं, तथापि उधम सिंह नगर जनपद के विद्यालयी छात्रों के संदर्भ में इस विषय पर पर्याप्त शोध उपलब्ध नहीं है। उपरोक्त तथ्यों के आलोक में प्रस्तुत अध्ययन "विद्यालयी छात्रों में आत्म-संतुष्टि और आत्म-सम्मान के बीच संबंध का अध्ययन" विषय पर केंद्रित है। यह अध्ययन न केवल इन दोनों मनोवैज्ञानिक चरों के स्तर एवं संबंध को स्पष्ट करेगा, बल्कि विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य, व्यक्तित्व विकास तथा शैक्षिक उन्नति के लिए उपयोगी सुझाव प्रदान करने में भी सहायक सिद्ध होगा। इसके निष्कर्ष शिक्षकों, अभिभावकों, परामर्शदाताओं एवं शिक्षा-नीति निर्माताओं के लिए महत्वपूर्ण मार्गदर्शन उपलब्ध करा सकते हैं।

अध्ययन की आवश्यकता एवं महत्व

- 1) विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति को समझने हेतु।

- 2) बालक एवं बालिकाओं के आत्म-संतुष्टि स्तर में अंतर का अध्ययन करने हेतु।
- 3) विद्यालयी परामर्श कार्यक्रमों की प्रभावशीलता बढ़ाने हेतु।
- 4) शिक्षा नीति निर्माताओं को वैज्ञानिक आधार प्रदान करने हेतु।
- 5) किशोरावस्था संबंधी मनोवैज्ञानिक समस्याओं के समाधान हेतु।

समस्या का कथन (STATEMENT OF THE PROBLEM)

“माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर उनके लैंगिक स्तर का प्रभाव”

अध्ययन के उद्देश्य (OBJECTIVES)

- 1) माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर का अध्ययन करना।
- 2) बालक एवं बालिकाओं के आत्म-संतुष्टि स्तर का तुलनात्मक अध्ययन करना।
- 3) आत्म-संतुष्टि स्तर पर लैंगिक प्रभाव का विश्लेषण करना।
- 4) आत्म-संतुष्टि के संवर्धन हेतु शैक्षिक सुझाव प्रस्तुत करना।

परिकल्पनाएँ (HYPOTHESES)

शून्य परिकल्पना (H_0)

- माध्यमिक स्तर के बालक एवं बालिकाओं के आत्म-संतुष्टि स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

वैकल्पिक परिकल्पना (H_1)

- माध्यमिक स्तर के बालक एवं बालिकाओं के आत्म-संतुष्टि स्तर में सार्थक अंतर है।

साहित्य समीक्षा (REVIEW OF RELATED LITERATURE)

डेनर Diener (1984) ने आत्म-संतुष्टि को व्यक्तिपरक कल्याण (Subjective Well-being) का प्रमुख घटक माना।

रफ Ryff (1989) के अनुसार आत्म-स्वीकृति, जीवन उद्देश्य एवं सकारात्मक संबंध आत्म-संतुष्टि के प्रमुख आयाम हैं।

मेयर्स Myers एवं Diener (1995) ने पाया कि आत्म-संतुष्टि का संबंध सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य एवं सामाजिक सफलता से होता है।

हुएबनर Huebner (2004) ने किशोर विद्यार्थियों की जीवन संतुष्टि एवं शैक्षिक उपलब्धि के मध्य सकारात्मक संबंध पाया।

सेलिगमन Seligman (2011) Seligman ने Positive Psychology के अंतर्गत PERMA Model प्रस्तुत किया। अध्ययन में बताया गया कि सकारात्मक भावनाएँ, उपलब्धियाँ एवं सार्थक संबंध आत्म-संतुष्टि को बढ़ाते हैं तथा विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ करते हैं।

व्यास Vyas (2017) Vyas ने माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक विद्यार्थियों के आत्मविश्वास एवं विद्यालयी वातावरण का अध्ययन किया। निष्कर्षों से ज्ञात हुआ कि सकारात्मक विद्यालयी वातावरण विद्यार्थियों में आत्मविश्वास तथा संतुष्टि की भावना को विकसित करता है।

मेहता एवं पंचाल Mehta एवं Panchal (2020) अध्ययन में सरकारी एवं निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों के आत्मविश्वास स्तर की तुलना की गई। परिणामों से ज्ञात हुआ कि आत्मविश्वास एवं आत्म-संतुष्टि के मध्य सकारात्मक संबंध पाया जाता है।

सिंह एवं श्रीवास्तव Singh एवं Shrivastava (2015) शोधकर्ताओं ने आत्मसम्मान, आशावाद एवं व्यक्तिपरक कल्याण के मध्य संबंध का अध्ययन किया। निष्कर्षों से ज्ञात हुआ कि जिन व्यक्तियों का आत्मसम्मान उच्च था उनमें आत्म-संतुष्टि का स्तर भी अधिक पाया गया।

भारतीय संदर्भ में किए गए विभिन्न अध्ययनों से ज्ञात हुआ कि सामाजिक परिवेश, पारिवारिक सहयोग तथा लैंगिक भूमिकाएँ विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि को प्रभावित करती हैं।

शोध-अंतर (RESEARCH GAP)

साहित्य समीक्षा से ज्ञात होता है कि आत्म-संतुष्टि पर अनेक अध्ययन किए गए हैं, परंतु माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में लैंगिक प्रभाव से संबंधित अध्ययन अपेक्षाकृत सीमित हैं। विशेष रूप से भारतीय विद्यालयी संदर्भ में इस विषय पर और अधिक शोध की आवश्यकता है।

शोध विधि (METHODOLOGY)

शोध की प्रकृति: वर्णनात्मक सर्वेक्षण विधि (Descriptive Survey Method)

जनसंख्या: उधम सिंह नगर जनपद के समस्त माध्यमिक विद्यालयों के विद्यार्थी।

नमूना: उधम सिंह नगर के चयनित माध्यमिक विद्यालयों के 200 विद्यार्थी (100 बालक एवं 100 बालिकाएँ)

नमूनाकरण विधि: स्तरीकृत यादृच्छिक नमूनाकरण (Stratified Random Sampling)

शोध उपकरण: स्व निर्मित आत्म-संतुष्टि मापनी द्वारा छात्रों के स्कूल, आस-पड़ोस तथा स्वास्थ्य से संबंधित संतुष्टि का मापन किया गया है।

आँकड़ा संकलन: प्रस्तुत शोध में प्राथमिक आँकड़े प्रश्नावली के माध्यम से संकलित किए गए।

सांख्यिकीय तकनीक:

- माध्य (Mean)
- मानक विचलन (Standard Deviation)
- टी-परीक्षण (t-Test)

आँकड़ों का विश्लेषण एवं व्याख्या

सारणी 1

सारणी 1 बालक एवं बालिकाओं के आत्म-संतुष्टि स्तर का तुलनात्मक विश्लेषण						
क्र.सं.	समूह	N	माध्य	मानक विचलन	t-मूल्य	सार्थकता स्तर
01.	बालक	100	72.45	8.20	3.84*	0.5
02.	बालिका	100	76.81	7.65		

*0.05 स्तर पर सार्थक

व्याख्या

उपरोक्त सारणी से स्पष्ट है कि बालकों का आत्म-संतुष्टि माध्य स्कोर 72.45 तथा बालिकाओं का 76.81 प्राप्त हुआ। बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक पाया गया।

प्राप्त t-मूल्य 3.84 है, जो स्वतंत्रता की उपयुक्त डिग्री (df = 198) पर 0.05 एवं 0.01 स्तर के सारणीबद्ध t-मूल्य से अधिक है।

$$df=(n_1+n_2)-2$$

$$df=(100+100)-2=198$$

अतः शून्य परिकल्पना (H_0) अस्वीकृत की जाती है तथा वैकल्पिक परिकल्पना (H_1) स्वीकार की जाती है।

निष्कर्ष (FINDINGS)

अध्ययन के निष्कर्षों से ज्ञात हुआ कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों में आत्म-संतुष्टि का स्तर सामान्य से उच्च पाया गया। प्राप्त आँकड़ों के विश्लेषण से यह भी स्पष्ट हुआ कि बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक है। अध्ययन ने यह संकेत दिया कि लैंगिक स्तर आत्म-संतुष्टि को प्रभावित करने वाला एक महत्वपूर्ण कारक है। इसके अतिरिक्त विद्यालयी वातावरण तथा पारिवारिक समर्थन भी विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि को प्रभावित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर उनके लैंगिक स्तर के प्रभाव का अध्ययन करना था। इस उद्देश्य की पूर्ति हेतु उधम सिंह नगर जनपद के माध्यमिक स्तर के 200 विद्यार्थियों (100 बालक एवं 100 बालिकाएँ) का चयन किया गया तथा प्राप्त आँकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण किया गया।

अध्ययन से प्राप्त परिणामों के अनुसार बालकों का आत्म-संतुष्टि स्तर का माध्य 72.45 तथा मानक विचलन 8.20 पाया गया, जबकि बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर का माध्य 76.81 तथा मानक विचलन 7.65 पाया गया। दोनों समूहों के मध्य प्राप्त t-मूल्य 3.84 रहा, जो 0.05 स्तर पर सार्थक पाया गया। इससे स्पष्ट होता है कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर लैंगिक स्तर का प्रभाव विद्यमान है।

अध्ययन के परिणामों से यह ज्ञात हुआ कि बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक है। इसका तात्पर्य यह है कि बालिकाएँ अपने जीवन, शैक्षणिक अनुभवों, सामाजिक संबंधों तथा व्यक्तिगत उपलब्धियों के प्रति अपेक्षाकृत अधिक संतुष्टि का अनुभव करती हैं। वर्तमान सामाजिक एवं शैक्षिक परिवेश में बालिकाओं को शिक्षा, आत्म-अभिव्यक्ति एवं व्यक्तित्व विकास के पर्याप्त अवसर प्राप्त हो रहे हैं, जिसके कारण उनमें आत्म-संतुष्टि का स्तर अपेक्षाकृत उच्च पाया गया।

यह अध्ययन इस तथ्य की पुष्टि करता है कि आत्म-संतुष्टि केवल व्यक्तिगत विशेषताओं का परिणाम नहीं है, बल्कि सामाजिक, पारिवारिक, सांस्कृतिक तथा शैक्षिक परिस्थितियों से भी प्रभावित होती है। बालकों एवं बालिकाओं के पालन-पोषण, सामाजिक अपेक्षाओं, भावनात्मक अभिव्यक्ति तथा जीवन-अनुभवों में विद्यमान भिन्नताएँ उनके आत्म-संतुष्टि स्तर को प्रभावित कर सकती हैं।

अध्ययन के निष्कर्ष यह भी दर्शाते हैं कि आत्म-संतुष्टि विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य, आत्म-विश्वास, सामाजिक समायोजन तथा शैक्षणिक प्रगति से घनिष्ठ रूप से संबंधित है। जिन विद्यार्थियों में आत्म-संतुष्टि का स्तर अधिक होता है, वे सामान्यतः अधिक सकारात्मक, आत्मविश्वासी तथा जीवन के प्रति आशावादी दृष्टिकोण रखते हैं।

शैक्षिक दृष्टि से यह अध्ययन अत्यंत महत्वपूर्ण है। विद्यालयों में ऐसा सकारात्मक, सहयोगात्मक एवं प्रेरणादायी वातावरण विकसित किया जाना चाहिए जो बालक एवं बालिकाओं दोनों में आत्म-संतुष्टि की भावना को सुदृढ़ कर सके। शिक्षकों एवं अभिभावकों को विद्यार्थियों की भावनात्मक आवश्यकताओं को समझते हुए उन्हें प्रोत्साहन, मार्गदर्शन तथा सहयोग प्रदान करना चाहिए। विद्यालयों में परामर्श सेवाओं, जीवन-कौशल कार्यक्रमों तथा मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता गतिविधियों को बढ़ावा देकर विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर में वृद्धि की जा सकती है।

अंततः अध्ययन के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर लैंगिक स्तर का प्रभाव सार्थक रूप से विद्यमान है तथा बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक पाया गया। अतः विद्यार्थियों के समग्र विकास हेतु ऐसी शैक्षिक एवं सामाजिक परिस्थितियों का निर्माण आवश्यक है जो दोनों लिंगों के विद्यार्थियों में आत्म-संतुष्टि, आत्म-विश्वास एवं सकारात्मक व्यक्तित्व विकास को प्रोत्साहित करें।

शैक्षिक निहितार्थ (EDUCATIONAL IMPLICATIONS)

अध्ययन के आधार पर यह सुझाव दिया जा सकता है कि विद्यालयों में विद्यार्थियों के समग्र विकास हेतु नियमित परामर्श सेवाएँ उपलब्ध कराई जानी चाहिए। विद्यार्थियों में आत्म-स्वीकृति, आत्मविश्वास तथा सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने के लिए विशेष कार्यक्रम आयोजित किए जाने चाहिए। साथ ही, लैंगिक समानता को बढ़ावा देने वाली गतिविधियों का आयोजन किया जाना आवश्यक है ताकि सभी विद्यार्थियों को समान अवसर प्राप्त हो सकें। विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने के लिए जागरूकता कार्यक्रम संचालित किए जाने चाहिए। इसके अतिरिक्त शिक्षकों को विद्यार्थियों की भावनात्मक आवश्यकताओं को समझते हुए सहयोगात्मक एवं संवेदनशील वातावरण प्रदान करना चाहिए, जिससे उनकी आत्म-संतुष्टि और समग्र व्यक्तित्व विकास को प्रोत्साहन मिल सके। शिक्षक विद्यार्थियों की भावनात्मक आवश्यकताओं को समझें।

अध्ययन के निष्कर्षों से यह स्पष्ट हुआ कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर लैंगिक स्तर का प्रभाव पाया जाता है तथा बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक है। यह निष्कर्ष शिक्षा के क्षेत्र में अनेक महत्वपूर्ण संकेत प्रदान करता है। वर्तमान समय में शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञानार्जन तक सीमित नहीं है, बल्कि विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, मानसिक स्वास्थ्य, भावनात्मक संतुलन एवं जीवन-कौशल के विकास को भी समान महत्व दिया जाता है। इस दृष्टि से आत्म-संतुष्टि विद्यार्थियों के समग्र विकास का एक महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक घटक है।

अध्ययन के निष्कर्षों के आधार पर यह आवश्यक प्रतीत होता है कि विद्यालयों में ऐसा शैक्षिक वातावरण विकसित किया जाए, जहाँ प्रत्येक विद्यार्थी स्वयं को सुरक्षित, सम्मानित एवं स्वीकार्य अनुभव कर सके। जब विद्यार्थियों को विद्यालय में सकारात्मक वातावरण, प्रोत्साहन एवं सहयोग प्राप्त होता है, तब उनमें आत्म-संतुष्टि की भावना का विकास होता है। अतः शिक्षकों को विद्यार्थियों के प्रति संवेदनशील, सहयोगात्मक एवं प्रोत्साहनात्मक दृष्टिकोण अपनाना चाहिए।

चूँकि अध्ययन में लैंगिक स्तर के आधार पर आत्म-संतुष्टि में अंतर पाया गया है, इसलिए विद्यालयों में लैंगिक समानता (Gender Equality) को बढ़ावा देने वाली गतिविधियों का आयोजन किया जाना चाहिए। बालक एवं बालिकाओं दोनों को समान अवसर, समान सम्मान एवं समान भागीदारी प्रदान की जानी चाहिए। इससे विद्यार्थियों में आत्म-मूल्य की भावना विकसित होगी तथा आत्म-संतुष्टि के स्तर में वृद्धि होगी।

विद्यालयों में नियमित रूप से परामर्श एवं मार्गदर्शन (Guidance and Counseling) सेवाओं को सुदृढ़ किया जाना चाहिए। किशोरावस्था अनेक प्रकार के शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक परिवर्तनों का काल होती है। इस अवस्था में विद्यार्थियों को उचित परामर्श एवं भावनात्मक सहयोग की आवश्यकता होती है। विद्यालयी परामर्शदाता विद्यार्थियों की समस्याओं को समझकर उनके आत्म-विश्वास एवं आत्म-संतुष्टि को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं।

अध्ययन यह भी संकेत करता है कि विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि को बढ़ाने के लिए केवल शैक्षणिक उपलब्धियों पर बल देना पर्याप्त नहीं है। सह-पाठ्यक्रम एवं पाठ्यचर गतिविधियों जैसे खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रम, वाद-विवाद, कला, संगीत एवं सामाजिक सेवा कार्यक्रमों में विद्यार्थियों की सक्रिय सहभागिता सुनिश्चित की जानी चाहिए। इन गतिविधियों के माध्यम से विद्यार्थियों की रचनात्मकता, नेतृत्व क्षमता एवं आत्म-अभिव्यक्ति का विकास होता है, जिससे उनमें संतोष एवं आत्मविश्वास की भावना बढ़ती है।

अभिभावकों की भूमिका भी विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर को प्रभावित करने में अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। अतः विद्यालयों द्वारा अभिभावक जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए जाने चाहिए, जिससे अभिभावक अपने बच्चों की भावनात्मक आवश्यकताओं को समझ सकें तथा उन्हें सकारात्मक सहयोग प्रदान कर सकें। परिवार में सहयोगात्मक एवं स्नेहपूर्ण वातावरण विद्यार्थियों की आत्म-संतुष्टि के विकास में सहायक होता है।

शिक्षकों के प्रशिक्षण कार्यक्रमों में भी विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य, सकारात्मक मनोविज्ञान एवं भावनात्मक विकास से संबंधित विषयों को सम्मिलित किया जाना चाहिए। प्रशिक्षित शिक्षक विद्यार्थियों की मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं को बेहतर ढंग से समझ सकते हैं तथा उनके आत्म-संतुष्टि स्तर को बढ़ाने के लिए उपयुक्त शैक्षिक रणनीतियों का प्रयोग कर सकते हैं।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP-2020) में भी विद्यार्थियों के समग्र विकास, मानसिक स्वास्थ्य एवं जीवन-कौशल शिक्षा पर विशेष बल दिया गया है। प्रस्तुत अध्ययन के निष्कर्ष इस नीति के उद्देश्यों को सुदृढ़ करते हैं तथा यह संकेत देते हैं कि विद्यालयों में विद्यार्थियों के भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक विकास को शैक्षणिक विकास के समान महत्व दिया जाना चाहिए।

अंततः यह कहा जा सकता है कि विद्यार्थियों में आत्म-संतुष्टि का विकास शिक्षा का एक महत्वपूर्ण उद्देश्य होना चाहिए। विद्यालय, शिक्षक, अभिभावक एवं समाज के संयुक्त प्रयासों से ऐसा सकारात्मक एवं सहयोगात्मक वातावरण निर्मित किया जा सकता है, जिसमें प्रत्येक विद्यार्थी अपनी क्षमताओं का पूर्ण विकास कर सके तथा जीवन के प्रति संतोष, आत्मविश्वास एवं सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित कर सके। इससे न केवल विद्यार्थियों का शैक्षिक प्रदर्शन बेहतर होगा, बल्कि वे भविष्य में सफल, उत्तरदायी एवं मानसिक रूप से स्वस्थ नागरिक के रूप में विकसित हो सकेंगे।

उपसंहार (CONCLUSION)

प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर उनके लैंगिक स्तर के प्रभाव का अध्ययन करना था। वर्तमान समय में शिक्षा का उद्देश्य केवल विद्यार्थियों को शैक्षणिक ज्ञान प्रदान करना नहीं है, बल्कि उनके व्यक्तित्व, मानसिक स्वास्थ्य, भावनात्मक संतुलन तथा सामाजिक समायोजन का विकास करना भी है। आत्म-संतुष्टि व्यक्ति के मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य का एक महत्वपूर्ण सूचक है, जो उसके जीवन के प्रति दृष्टिकोण, आत्म-स्वीकृति, मानसिक संतुलन तथा समग्र कल्याण को प्रभावित करता है। इसी दृष्टिकोण से प्रस्तुत अध्ययन में माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर का लैंगिक आधार पर तुलनात्मक विश्लेषण किया गया।

अध्ययन हेतु उधम सिंह नगर जनपद के माध्यमिक स्तर के 200 विद्यार्थियों का चयन किया गया, जिनमें 100 बालक एवं 100 बालिकाएँ सम्मिलित थीं। प्राप्त आँकड़ों के विश्लेषण से यह ज्ञात हुआ कि बालकों का आत्म-संतुष्टि स्तर का माध्य 72.45 तथा मानक विचलन 8.20 था, जबकि बालिकाओं का माध्य 76.81 तथा मानक विचलन 7.65 पाया गया। दोनों समूहों के मध्य प्राप्त t-मूल्य 3.84 रहा, जो 0.05 स्तर पर सांख्यिकीय रूप से सार्थक पाया गया। इस प्रकार अध्ययन की शून्य परिकल्पना अस्वीकृत हुई तथा यह सिद्ध हुआ कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर लैंगिक स्तर का प्रभाव विद्यमान है।

अध्ययन का प्रमुख निष्कर्ष यह है कि बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक पाया गया। यह परिणाम इस तथ्य की ओर संकेत करता है कि वर्तमान सामाजिक एवं शैक्षिक परिस्थितियों में बालिकाएँ अपने जीवन, उपलब्धियों, पारिवारिक संबंधों तथा सामाजिक अनुभवों के प्रति अपेक्षाकृत अधिक संतुष्टि का अनुभव कर रही हैं। संभवतः इसका एक कारण यह भी हो सकता है कि आधुनिक समाज में बालिकाओं को शिक्षा, आत्म-अभिव्यक्ति, निर्णय लेने तथा व्यक्तिगत विकास के अधिक अवसर प्राप्त हो रहे हैं, जिससे उनमें आत्म-स्वीकृति एवं संतोष की भावना विकसित हो रही है।

यह अध्ययन इस तथ्य की पुष्टि करता है कि आत्म-संतुष्टि केवल एक व्यक्तिगत मनोवैज्ञानिक विशेषता नहीं है, बल्कि यह सामाजिक, सांस्कृतिक, पारिवारिक एवं शैक्षिक परिस्थितियों से भी प्रभावित होती है। विद्यार्थियों का पारिवारिक वातावरण, विद्यालयी अनुभव, सामाजिक संबंध, उपलब्ध अवसर तथा भविष्य के प्रति दृष्टिकोण उनके आत्म-संतुष्टि स्तर को प्रभावित करते हैं। बालकों एवं बालिकाओं के सामाजिक अनुभवों तथा अपेक्षाओं में विद्यमान अंतर उनके आत्म-संतुष्टि स्तर में भिन्नता उत्पन्न कर सकता है।

अध्ययन के परिणाम यह भी स्पष्ट करते हैं कि आत्म-संतुष्टि विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं व्यक्तित्व विकास से प्रत्यक्ष रूप से संबंधित है। जिन विद्यार्थियों में आत्म-संतुष्टि का स्तर अधिक होता है, वे सामान्यतः अधिक आत्मविश्वासी, सकारात्मक, आशावादी तथा सामाजिक रूप से समायोजित पाए जाते हैं। ऐसे विद्यार्थी जीवन की चुनौतियों का सामना अधिक प्रभावी ढंग से कर पाते हैं तथा उनकी शैक्षणिक उपलब्धियाँ भी अपेक्षाकृत बेहतर होती हैं। इसके विपरीत निम्न आत्म-संतुष्टि विद्यार्थियों में तनाव, असुरक्षा, निराशा तथा आत्म-विश्वास की कमी जैसी समस्याओं को जन्म दे सकती है।

अध्ययन के निष्कर्ष सकारात्मक मनोविज्ञान (Positive Psychology) की अवधारणाओं का भी समर्थन करते हैं। सकारात्मक मनोविज्ञान के अनुसार व्यक्ति के जीवन में संतोष, सकारात्मक भावनाएँ, आत्म-स्वीकृति एवं मानसिक कल्याण उसके समग्र विकास के लिए आवश्यक हैं। आत्म-संतुष्टि व्यक्ति को जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण प्रदान करती है तथा उसे मानसिक रूप से स्वस्थ एवं संतुलित बनाए रखने में सहायता करती है। प्रस्तुत अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि विद्यार्थियों के भावनात्मक एवं मनोवैज्ञानिक विकास को शैक्षणिक विकास के समान महत्व दिया जाना चाहिए।

उधम सिंह नगर जनपद के संदर्भ में यह अध्ययन विशेष महत्व रखता है क्योंकि यह क्षेत्र सामाजिक, आर्थिक एवं सांस्कृतिक विविधताओं से युक्त है। अध्ययन के निष्कर्ष यह संकेत देते हैं कि विद्यालयों में विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं आत्म-संतुष्टि के विकास हेतु विशेष प्रयास किए जाने चाहिए। विद्यार्थियों को ऐसा वातावरण प्रदान किया जाना चाहिए जिसमें वे अपनी क्षमताओं का स्वतंत्र रूप से विकास कर सकें तथा स्वयं को सुरक्षित, सम्मानित एवं स्वीकार्य अनुभव कर सकें।

प्रस्तुत अध्ययन के परिणाम शिक्षकों, अभिभावकों, परामर्शदाताओं एवं शिक्षा-प्रशासकों के लिए महत्वपूर्ण दिशा-निर्देश प्रदान करते हैं। शिक्षकों को विद्यार्थियों के साथ सहयोगात्मक एवं प्रेरणादायी संबंध स्थापित करने चाहिए, जबकि अभिभावकों को बच्चों की भावनात्मक आवश्यकताओं को समझते हुए उन्हें उचित मार्गदर्शन एवं प्रोत्साहन प्रदान करना चाहिए। विद्यालयों में जीवन-कौशल शिक्षा, परामर्श सेवाएँ तथा मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों का प्रभावी संचालन विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर को बढ़ाने में सहायक सिद्ध हो सकता है।

अंततः अध्ययन के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के आत्म-संतुष्टि स्तर पर लैंगिक स्तर का प्रभाव सार्थक रूप से विद्यमान है तथा बालिकाओं का आत्म-संतुष्टि स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक पाया गया। यह परिणाम इस तथ्य को रेखांकित करता है कि विद्यार्थियों के समग्र विकास के लिए उनकी मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं, भावनात्मक संतुलन तथा जीवन-संतोष पर विशेष ध्यान दिया जाना आवश्यक है। यदि विद्यालय, परिवार एवं समाज मिलकर सकारात्मक, सहयोगात्मक एवं प्रेरणादायी वातावरण का निर्माण करें, तो विद्यार्थियों में आत्म-संतुष्टि, आत्म-विश्वास एवं सकारात्मक जीवन-दृष्टिकोण का विकास किया जा सकता है, जो उन्हें भविष्य में सफल, संतुलित एवं उत्तरदायी नागरिक बनने में सहायता प्रदान करेगा।

ACKNOWLEDGMENTS

None.

REFERENCES

- Agrawal, M., and Teotia, A. K. (n.d.). Academic Achievement and Self-Concept of Secondary Level Students. *International Education and Research Journal*. <https://ierj.in/journal/index.php/ierj/article/view/22>
- Alam, A., and Mohanty, A. (2024). Effect of the Subject 'Happiness Engineering' on Indian Senior Secondary School Students. *Multidisciplinary Science Journal*. <https://malque.pub/ojs/index.php/msj/article/view/1496>
- Anchal, A., and Renubala. (2025). A Comparative Study of Happiness Among Secondary School Students With Reference to Gender and Types of School. *International Journal of Engineering Science and Humanities*. <https://www.ijesh.com/j/article/view/633>
- Best, J. W., and Kahn, J. V. (2006). *Research in Education* (10th ed.). Prentice Hall of India.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Gupta, S. P. (2018). *Sankhyiki Vidhiyan Evam Shiksha Anusandhan*. Sharda Pustak Bhawan.
- Gupta, S. P. (2018). *Statistical Methods and Educational Research (सांख्यिकी विधियाँ एवं शिक्षा अनुसंधान)*. Sharda Pustak Bhawan.
- Huebner, E. S. (2004). Research on Assessment of Life Satisfaction of Children and Adolescents. *Social Indicators Research*, 66(1–2), 3–33. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000007497.57754.e3>
- Jain, D. K., and Sharma, R. (2024). Examine The Trainee Teachers' Viewpoints Regarding Theater-Based Teaching (TBT). *ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts*, 675–690.
- Jain, D. V. K. (2024). Exploring Educator Communities of Practice on YouTube: Enhancing Professional Development and Collaborative Learning. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4842557>
- Jain, D. V. K., and Sharma, R. (2024). Examine The Viewpoints of Preschool Teachers Toward Music as Pedagogical Tools. *Swar Sindhu: National Peer-Reviewed/Refereed Journal of Music*, 12(01). <https://swarsindhu.pratibha-spandan.org/wp-content/uploads/v12i01a13.pdf>
- Jain, V. K. (2021). The Impact of Social Media on The Academic Development of School Students. *Asian Journal of Multidimensional Research*, 10(12), 644–648.
- Jain, V. K., Sharma, R., and Sharma, D. (2022). Women Empowerment Through Entrepreneurship: A Case Study of Moradabad Zone of UP, India. *Central European Management Journal*, 30(4), 469–475.
- Jain, V. K., and Sharma, R. (2023). Learners' Perception Towards Audio-Visual (AV) Resources Used in Lecture Classes. *ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts*, 4(2), 425–434.
- Jain, V. K., and Sharma, R. (2024). Examine The Viewpoints of B.Ed. Teachers Regarding Theater-Based Teaching (TBT). *ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts*, 5(1). <https://doi.org/10.29121/shodhkosh.v5.i1.2024.980>
- Kumar, M., and Jain, V. K. (2026). Challenges in The Implementation of National Education Policy 2020 in Higher Educational Institutions: A Qualitative Study. *International Journal of Research -GRANTHAALAYAH*, 14(5), 146–152. <https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v14.i5.2026.6946>
- Mehta, H. P., and Panchal, V. H. (2020). Self-Confidence of Public and Private School Students. *International Journal of Indian Psychology*, 8(4), 445–452. <https://ijip.in/articles/self-confidence-of-public-and-private-school-students/>
- Myers, D. G., and Diener, E. (1995). Who Is Happy? *Psychological Science*, 6(1), 10–19. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Pathak, P. D. (2017). *Principles of Educational Psychology (शैक्षिक मनोविज्ञान के सिद्धांत)*. Agrawal Publication.
- Pathak, P. D. (2017). *Shaikshik Manovigyan Ke Siddhant*. Agrawal Publication.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. Free Press. <https://books.google.com/books?id=YVAQVs0dAE8C>
- Sharma, D., Sharma, S., Jain, V. K., and Sharma, R. (2022). A Study of The Attitude of Female and Male Teacher Trainee Towards The Teaching Profession. *Journal of Positive School Psychology*, 6(11), 798–805.
- Sharma, D., and Jain, V. K. (2025). Transforming Through NEP2020: A Vision for Skill-Based Experiential Learning. *International Journal of Research-GRANTHAALAYAH*, 13(4), 184–193.
- Sharma, J., and Sharma, R. (2025). Effectiveness of Concept Mapping on Students' Academic Achievement in Biology at The Secondary School Level. *International Journal of Research-GRANTHAALAYAH*, 13(3), 437–444.
- Sharma, R. A. (2019). *Educational Research (शिक्षा अनुसंधान)*. R. Lal Book Depot.
- Sharma, R. A. (2019). *Shiksha Anusandhan*. R. Lal Book Depot.
- Sharma, S., Jain, V. K., and Sharma, R. (2025). Virtual Autism: Understanding The Effects of Excessive Screen Exposure on Cognitive and Social Development. *Disease and Health: Research Developments*, 10, 28.
- Shrestha, S. (2018). *Educational Psychology (शैक्षिक मनोविज्ञान)*. Vinod Pustak Mandir.

- Singh, A. P., and Shrivastava, P. K. (2015). Optimism, Self-Esteem and Subjective Wellbeing Among Trainees Under Sarva Shiksha Abhiyan.
- Singh, J., Singh, M., and Vikram, S. M. (2024). Role of Positive and Negative Affect, Stress and Depression in Life Satisfaction Among Higher Secondary School Students. *International Journal of Indian Psychology*, 12(1).
- Singh, R., Jain, V. K., and Yadav, S. (2025). Attitude of Secondary School Teachers Towards Inclusive Education. *International Journal of Research -GRANTHAALAYAH*, 13(3). <https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v13.i3.2025.6037>
- Tyagi, A., and Jain, V. K. (2025). A Study of Professional Attitude of Teachers Trainees in Different Teacher Training Institutions. *International Journal of Research -GRANTHAALAYAH*, 13(3). <https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v13.i3.2025.6026>
- Verma, M., and Sharma, R. (2021a). A Brief Review on The Ancient Close Eastern Culture. *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal*, 11(11), 950–956.
- Verma, M., and Sharma, R. (2021b). Education and Youth Crime: A Review of The Empirical Literature. *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal*, 11(12), 581–586.
- Verma, M., and Sharma, R. (2021c). A Review on Women’s Empowerment via Women’s Network Learning. *Asian Journal of Multidimensional Research*, 10(12), 604–610.
- Vyas, B. (2017). A Study of School Environment on Self-Confidence Among Secondary and Higher Secondary School Students. *International Journal of Indian Psychology*.