Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies,
Online ISSN 2278-8808, SJIF 2019 = 6.38, www.srjis.com
PEER REVIEWED & REFERRED JOURNAL, NOV-DEC, 2019, VOL- 7/55

विद्यार्थ्यांचे विवेकनिष्ठ विचार व सामाजिक समायोजन यामधील संबंधाचा अभ्यास

डॉ. सोनकांबळे चेतना प्रल्हाद[१] **Ph. D.** & श्री. सांजुरे दिपक प्रल्हाद[२]

[१]सहयोगी प्राध्यापक, शिक्षणशास्त्र अधिविभाग, शिवाजी विद्यापीठ, कोल्हापूर.

ई-मेल : kadambari6@rediffmail.com

[२]सहाय्यक प्राध्यापक, प्रा. डॉ. विनाथराव कराड अध्यापक महाविद्यालय, केज.

ई-मेल: dipaksanjure81@gmail.com

Abstract

मानवाच्या जन्मापासून ते मृत्यूपर्यंत त्याच्या मेंदूत अनेक विचार व मनामध्ये अनेक भावना निर्माण होतात. प्रत्येक विकासावस्थेच्या टप्प्यांवर विकासावस्थेच्या वैशिष्ट्यानुसार कमी-अधिक प्रमाणात विचार व भावना यांचा संघर्ष चालू असतो. प्रत्येक माणसाच्या मनातील विचारांचे उगमस्थान हे त्याच्या दृष्टीकोनात असते. यापैकी काही दृष्टीकोन विवेकी तर काही अविवेकी असतात. ज्या दृष्टीकोनामुळे व्यक्तीला त्याचे स्वत:चे उद्देश साध्य करता येतात त्यांना विवेकी दृष्टीकोन म्हणतात. माध्यमिक स्तरावरील इयत्ता नववीतील विद्यार्थ्यांना विवेकी व अविवेकी विचारांची जाणीव झाल्यास अविवेकी विचार टाळून विवेकी विचार रुजविणे व दृढ करणे शक्य होते. या अनुषंगाने इयत्ता नववीतील विद्यार्थ्यातील विवेकी विचारांचा व सामाजिक समायोजन क्षमतेचा शोध घेऊन त्यांच्यातील संबंध जाणून घेण्यासाठी सर्वेक्षण संशोधन पध्दती व सहसंबंधात्मक समायोजन पध्दतीचा आधार घेण्याता आला. या संशोधनात विद्यार्थी प्रश्नावलीतून विवेकी विचारांविषयी व डॉ. रोमा पॉल यांच्या सामाजिक समायोजन शोधिकेच्या आधारे सामाजिक समायोजनाविषयी माहिती संकलन केले गेले. तसेच शेकडेवारी व सहसंबंध गुणक या तंत्राच्या साह्याने प्राप्त माहितीचे विश्लेषण करण्यात आले. सदर संशोधनात विद्यार्थ्यांमधील विवेकनिष्ठ विचार व सामाजिक समायोजन यामध्ये मध्यम प्रतीचा सार्थ धन सहसंबंध आहे ही बाब स्पष्ट झाली. यामुळे नववीतील विद्यार्थ्यांमधील अविवेकी विचारांची जागा विवेकी विचार घेतील सामाजिक समायोजन उच्च दर्जाचे साध्य होईल. एकूण काय तर विद्यार्थ्यांनी ठरविलेली उद्दिष्ट साध्य होण्याचे प्रमाण वाढून त्यांची प्रगतीकडे वाटचाल चालू राहील.

मुख्य शब्द : *विवेकनिष्ठ विचार सामाजिक समायोजन.*

Scholarly Research Journal's is licensed Based on a work at www.srjis.com

प्रस्तावना:

सन १९५५ साली अल्बर्ट एलिस यांनी 'Rational Psychotherapy' या नावाने विवेकनिष्ठ मानसोपचारशास्त्र सुरु केले होते. याचे १९६१ मध्ये 'Rational- Emotive Theraphy' व नंतर 1994 saalaI 'Rational-Emotive Behaviour Theraphy' असे नामकरण झाले. विवेकनिष्ठ मानसोपचारशास्त्रामध्ये भावनिक अस्वस्थतेच्या सिद्धांताची मांडणी, मानसिक अस्वस्थता दूर करण्यासाठी वैचारिक, भावनिक व कृतीप्रधान तंत्राचा समावेश आणि मानवतावादी जीवन

तत्त्वज्ञान या तीन घटकांचा समावेश होतो. मानसिक समस्या सोडविण्यासाठी व व्यापक जीवन तत्त्वज्ञान प्राप्त करुन देण्यासाठी या घटकांची मदत मानवाला होते. एलिस यांनी विवेकी व अविवेकी दृष्टीकोनाची यादी तयार केली. एलिस यांनी विवेकनिष्ठ विश्लेषणाचे तंत्र मांडले. या तंत्राचे मुख्य सूत्र असे की, जर मनुष्य बुद्धीची कास धरुन वास्तव व तर्कशुद्ध पद्धतीने विचार करु लागला तर त्याचे जीवन जास्त समृद्ध तसेच भावनिकदृष्ट्या सुखी व समाधानी होईल. या तंत्रामध्ये चार पायऱ्या अवलंबल्या जातात. विवेकनिष्ठ मानसोपचारशास्त्र हे काही केवळ मानसोपचाराचे तंत्र नव्हे, ते एक जीवन तत्त्वज्ञान आहे. यातील मानसोपचार पद्धतीचा अवलंब करुन मनुष्याच्या केवळ समस्येचे निराकरण होत नाही तर एका व्यापक जीवनदृष्टीशी त्याचा परिचय होतो. विवेकनिष्ठ मानसोपचार हे केवळ हतवल झालेल्या माणसाला मदत करण्यापुरते मर्यादित नाही तर त्या समस्येच्या पलीकडे जाऊन जीवन अधिक सुखी, संपन्न, सृजनशील बनविण्यास मदत करते.

माणसाच्या मनात एखाद्या गोष्टी बद्दल निर्माण होणाऱ्या विचारांचे उगमस्थान म्हणजे त्याच्या मनातील दृष्टीकोन होय. माणसाच्या मनातील काही दृष्टीकोन विवेकी असतात, तर काही अविवेकी असतात. एलिस म्हणतात की, माणसाच्या मनातील जे दृष्टीकोन त्याला स्वत:ची उद्दिष्टे साध्य करुन घेण्यास मदत करतात त्यांची गणना विवेकी दृष्टीकोनातून होऊ शकते.

मानवाच्या जन्मापासून ते मृत्यूपर्यंत त्याच्या मेंदूत अनेक विचार व मनामध्ये अनेक भावना निर्माण होतात. या प्रत्येक विकासावस्थेच्या टप्प्यांवर, विकासावस्थेच्या वैशिष्ट्यानुसार कमी-अधिक प्रमाणात विचार व भावना यांचा संघर्ष चालू असतो. पूर्व किशोरावस्थेच्या तुलनेत उत्तर किशोरावस्थेत विचार निर्मितीची प्रक्रिया वेगवान झालेली असते. पुढे असे दिसून येते की, बालक कौमार्यावस्थेतून संक्रमित होत असतांना त्यांच्या मनात अनेक नवनवीन भावतरंग निर्माण होतात व त्यांच्या मनामध्ये 'काय करावे वा काय करु नये', असे प्रश्न निर्माण होतात. नैतिकतेचे संवोध मनात द्वंद्व निर्माण करतात. यामुळे बालकांची मानसिक व भावनिक अवस्था अत्यंत अस्थिर असते. म्हणून अशावेळी पुढील विकासासाठी समायोजन साधले जाणे अनिवार्य ठरते; कारण विसमायोजनाचे नकारात्मक परिणाम होतात. ज्याप्रमाणे व्यक्तीच्या वर्तनास व्यक्तीची विचार प्रक्रिया प्रभावित करते, त्याचप्रमाणे व्यक्तीच्या विचाराला वा विचार करण्याच्या क्षमतेला त्याच्या मनातील समजुती प्रभावित करतात. व्यक्तीचे वर्तन, त्याच्या भावना, त्याचे विचार आणि समजुती यामध्ये परस्पर संबंध असतो. व्यक्तीला भांबावून सोडणारे अनेक भावनिक प्रश्न व कितीतरी समस्यांची सोडवणूक ही व्यक्तीच्या विचारांच्या योग्य दिशेने शक्य होते. परंतु व्यक्ती निसर्गाकडून मिळवलेल्या या विचारशक्तीचा पुरेपूर वापर करत नाही. स्थूलमानाने अधिविचार त्यातून भावनांची निर्मिती आणि त्यातून आपले वर्तन घडून येत असते. प्रत्येकाचे स्वत: विषयीचे व भोवतालच्या जगाविषयीचे वैशिष्ट्यपूर्ण समजुतीचे विश्व किंवा तत्त्वज्ञान असते. आणि त्यातून तयार झालेले विचार उराशी बाळगून ती व्यक्ती जगत असते. बऱ्याचवेळा अनेकजणांच्या बाबतीत जस-जसे वय वाढत जाते तस-तसे अविवेकनिष्ठ विचारांचा दृष्टीकोन हा केवळ दृष्टीकोनापुरताच मर्यादित राहत नाही, तर तो त्याच्या जीवन तत्त्वज्ञानाचा अविभाज्य भाग बनतो. अविवेकनिष्ठ विचारसरणीमुळे समस्या कशा निर्माण होतात हे व्यक्तींनां त्यांच्या विद्यार्थीदशेत दाखवून दिले तर ते विवेकनिष्ठ विचार सहजपणे आत्मसात करु शकतात.

Copyright © 2017, Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies

परंतु समस्यांनी ग्रस्त व्यक्तीला तिच्या अविवेकनिष्ठ विचारांची जाणीव करुन देणे, त्यांना बदलून विवेकनिष्ठ विचार आत्मसात करण्यास प्रवृत्त करणे गरजेचे आहे. यामुळे माध्यमिक स्तरावरील विद्यार्थ्यांचे विवेकनिष्ठ विचार व सामाजिक समायोजन यामधील सहसंबंधाचा अभ्यास होणे गरजेचे ठरते.

संशोधनाची उद्दिष्टे:

- इयत्ता नववीमधील विद्यार्थ्यांच्या विवेकनिष्ठ विचारांचा शोध घेणे.
- इयत्ता नववीमधील विद्यार्थ्यांच्या सामाजिक समायोजनाचा शोध घेणे.
- विवेकनिष्ठ विचार व सामाजिक समायोजन यामधील परस्पर संबंधाचा अभ्यास करणे.

संशोधनाची चले:

- विवेकनिष्ठ विचार
- सामाजिक समायोजन

संशोधनाची व्याप्ती:

सदर संशोधनाची व्याप्ती कोल्हापूर शहरातील मराठी माध्यमाच्या माध्यमिक शाळेतील इयत्ता नववीच्या वर्गापुरती मर्यादित आहे.

संशोधन पध्दती:

माध्यमिक स्तरावरील इयत्ता नववीच्या विद्यार्थ्यांमधील सामाजिक समायोजन आणि विवेकनिष्ठ विचारांची सद्यस्थिती पाहण्यासाठी संशोधकाने सर्वेक्षण संशोधन पध्दती वापरलेली होती. तसेच इयत्ता नववीच्या विद्यार्थ्यांमधील सामाजिक समायोजन आणि विवेकनिष्ठ विचारामधील सहसंबंध पाहण्यासाठी सहसंबंधात्मक समायोजन पध्दतीचा वापर केलेला होता.

जनसंख्या:

मराठी माध्यमाच्या माध्यमिक शाळामधील इयत्ता नववी ही जनसंख्या होती.

न्यादर्शन:

संभाव्यता पध्दतीतील लॉटरी पध्दतीचा वापर केलेला होता. प्रतिसादक विद्यार्थ्यांची निवड करण्यासाठी सुगम यादृच्छिक नमुना निवड पध्दतीचा वापर केलेला होता.

नमुना:

मराठी माध्यमाच्या एकूण माध्यमिक शाळांपैकी सहा माध्यमिक शाळांपैकी सहा माध्यमिक शाळांची लॉटरी पध्दतीने निवड केली होती. तसेच कोल्हापूर शहरातील मराठी माध्यमाच्या निवडलेल्या सहा माध्यमिक शाळांमधील इयत्ता नववीच्या वर्गातील प्रत्येकी वीस असे एकूण एकशे वीस विद्यार्थ्यांची नमुना म्हणून निवड केलेली होती.

माहिती संकलनाची साधने:

Copyright © 2017, Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies

माहिती संकलनासाठी दोन साधनांचा वापर करण्यात आलेला होता. इयत्ता नववीमधील विद्यार्थ्यांच्या विवेकनिष्ठ विचारांचा शोध घेण्यासाठी संशोधक निर्मित प्रश्नावलीचा वापर करण्यात आलेला होता. तसेच विद्यार्थ्यांमधील सामाजिक समायोजनाचा अभ्यास करण्यासाठी डॉ. पॉल यांच्या सामाजिक समायोजन शोधिकेचा वापर करण्यात आलेला होता. प्रत्यक्षात या शोधिकेमध्ये साठ विधानांचा समावेश आहे. त्यामधील सामाजिक समायोजनाशी संबंधित ३० विधानांचा उपयोग माहिती संकलनासाठी केलेला होता.

सांख्यिकीय तंत्रे/ संख्याशास्त्रीय परिमाणे:

सदर संशोधनात संकलित माहितीवर प्रक्रिया करण्यासाठी संशोधकाने वर्णनात्मक सांख्यिकीमधील शेकडेवारी आणि सहसंबंध गुणक या तंत्राचा वापर केलेला होता.

विश्लेषण:

मराठी माध्यमाच्या सहा शाळेतील इयत्ता नववीतील १२० विद्यार्थ्यांकडून प्रश्नावलीच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांच्या विवेकनिष्ठ विचारांची माहिती संकलित करण्यात आली. या विद्यार्थी प्रश्नावलीमध्ये एकूण २० प्रश्न होते. प्रश्नावलीतील प्रश्नांच्या पर्यायांना विद्यार्थ्यांनी दिलेल्या प्रतिसादाचे मापन करुन सारणीकरण, निरीक्षण व विश्लेषण करण्यात आले. यातून पुढील बाबी स्पष्ट झाल्या. नंतर डॉ. रोमा पॉल यांच्या 'सामाजिक समायोजन शोधिका'(SAI) यातील एकूण साठ प्रश्नापैकी सामाजिक समायोजनाशी संबंधित तीस प्रश्नांची शोधिका विद्यार्थ्यांकडून सोडवून घेतली. या शोधिकेतील प्रश्नांसमोर 'होय/नाही' स्वरुपात प्रतिसाद नोंदवायचा होता.

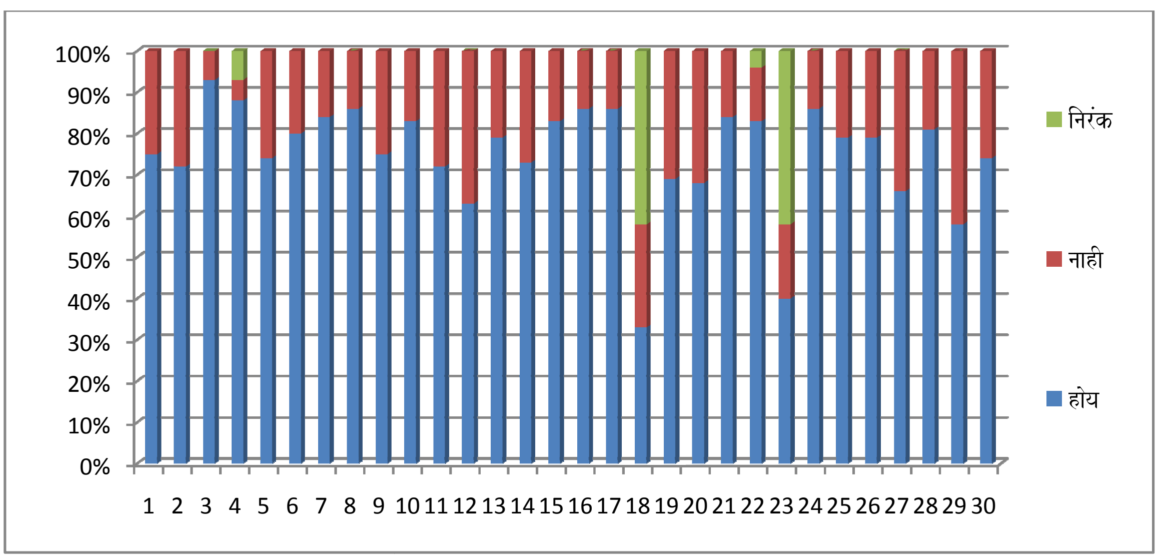

Figure १ सामाजिक समायोजन शोधिका संपादणुक विश्लेषण आलेख

या शोधिकेतील सामाजिक समायोजनाशी संबंधित प्रत्येक प्रश्नाला सत्तर टक्यापेक्षा अधिक सकारात्मक प्रतिसाद विद्यार्थ्यांनी दिल्याचे निरीक्षणावरुन निदर्शनास आले. तसेच दोन प्रश्नांना कमी विद्यार्थ्यांनी प्रतिसाद दिलेला आहे. या प्रश्नाविषयी त्यांच्या मनामध्ये स्पष्टता नव्हती. या शोधिकेतील विद्यार्थ्यांच्या प्रतिसादावरुन निदर्शनास आले की, समाजातील

Copyright © 2017, Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies

वयस्कर लोकांचा आदर करण्यात समाधान मिळते, सामाजिक कार्यात भाग घेणे, जुन्या प्रवृत्तीच्या जीवनाचे नेतृत्व करण्यास तयार असणे, कुटूंबातल्याच नव्हे तर सर्व शेजाऱ्यांनाही यांचे म्हणणे/ वागणे/ विचार आवडतात, कोणतीही योजना बनवितांना मित्र हमखास सूचना व मदत देतात, पैसा मिळवण्यापेक्षा चांगले मित्र बनवणे अधिक चांगले आहे, प्रवास करत असतांना लोक मित्र होतात, समाजात कनिष्ठ मानल्या जाणाऱ्या जातीच्या लोकांत मिसळण्यात कोणताही संकोच वाटत नाही, निवडणुकीत समाजाच्या विकासासाठी काम करणाऱ्या उमेदवारालाच मदत देतो.

इयत्ता नववीतील १२० विद्यार्थ्यांनी दिलेल्या प्रतिसादांआधारे विवेकनिष्ठ विचार आणि सामाजिक समायोजन यामधील सहसंबंधाचा शोध घेण्यासाठी सहसंबंध गुणक काढण्यात आला. ही सहसंबंध मात्रा ०.४३ इतकी आली असून हा सहसंबंध साधारण प्रतीचा धन सहसंबंध आहे.

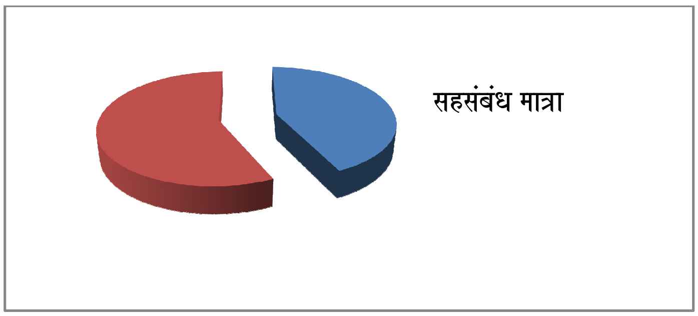

Figure २ सहसंबंध गुणक

यावरुन इयत्ता नववीमधील विद्यार्थ्यांचे विवेकनिष्ठ विचार चांगले असल्यास ते सामाजिक समायोजन चांगले करु शकतात, असे सिध्द झाले.

निष्कर्ष:

- विद्यार्थी शिक्षकांकडून प्रशंसा मिळविणे, शाळेतील अभ्यास संदर्भात सर्व विषयात चांगले गुण हवेत, अपेक्षेपेक्षा कमी गुण मिळणे या संदर्भात विद्यार्थी अविवेकनिष्ठ विचार करतात.
- विद्यार्थी जीवनातील एखादी घटना मनासारखी झाली नाही तर, एखाद्या गोष्टीचे दु:ख झाले तर, शिक्षकाने विचारलेल्या प्रश्नाचे उत्तर देता आले नाही तर, वर्गात धडा शिकतांना एखादी अडचण आली तर, चांगल्या पध्दतीने खेळ खेळता यावा यासाठी, परीक्षेत अपेक्षेपेक्षा कमी गुण मिळाल्यास, जवळच्या मित्राला अधिक गुण मिळाल्यास, शिक्षक ओरडल्यावर, जिवलग मित्र वाढदिवस विसरल्यावर, प्रकल्पाची जवाबदारी दिल्यावर आणि शिक्षकांनी एखाद्या गोष्टीसंदर्भात सल्ला देणे या संदर्भात विद्यार्थी विवेकनिष्ठ विचार करतात.
- विद्यार्थ्यांमध्ये सामाजिक समायोजन आहे.
- विद्यार्थ्यांमधील विवेकनिष्ठ विचार व सामाजिक समायोजन यामध्ये मध्यम प्रतीचा सार्थ धन सहसंबंध आहे.

समारोप:

Copyright © 2017, Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies

मानवाच्या विचार व भावनांच्या सहसंबंधाचा साकल्याने विचार करण्याची सुरुवात सन १९५५ मध्ये अल्बर्ट एलिस यांनी केली. एलिस यांनी विवेकनिष्ठ विश्लषणाचे तंत्र मांडले. या तंत्राचे मुख्य सूत्र असे की, जर मनुष्य बुध्दीची कास धरुन वास्तव व तर्कशुद्ध पद्धतीने विचार करु लागला तर त्याचे जीवन जास्त समृद्ध व भावनिकदृष्ट्या सुखी व समाधानी होईल. माणसाच्या मनातील विचारांचे उगमस्थान हे त्याच्या दृष्टीकोनात असते. माणसाचे काही दृष्टीकोन विवेकी तर काही अविवेकी असतात. एलिसच्या मते, माणसाच्या मनातील जे दृष्टीकोन त्याला स्वत:ची उद्दिष्टे साध्य करुन घेण्यास मदत करतात, त्यांचा समावेश विवेकी दृष्टीकोनात होऊ शकतो. व्यक्ती जीवनात घडणाऱ्या घटनांचा जसा अर्थ लावतो, त्यावर त्याच्या भावना व विचार अवलंबून असतात. विद्यार्थ्यांमध्ये विवेकनिष्ठ विचार विकसित होणे गरजेचे आहे. अविवेकनिष्ठ विचारसरणीमुळे समस्या कशा निर्माण होतात हे व्यक्तींना त्यांच्या विद्यार्थीदशेत दाखवून दिले तर ते विवेकनिष्ठ विचार सहजपणे आत्मसात करु शकतात. तसेच समस्यांनी ग्रस्त व्यक्तीला तिच्या अविवेकनिष्ठ विचारांची जाणीव करुन देणे, त्यांना बदलून विवेकनिष्ठ विचार आत्मसात करण्यास प्रवृत्त करणे गरजेचे आहे. या दृष्टीकोनातून इयत्ता नववीतील विवेकनिष्ठ विचार व सामाजिक समायोजन क्षमता यांचा शोध घेऊन यातील संबंधाचा अभ्यास करण्यासाठी संशोधन करण्यात आले.

विद्यार्थी प्रश्नावलीच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांतील विवेकनिष्ठ विचारांचा शोध घेण्यात आला. या प्रश्नावलीत विचारलेल्या वीस प्रश्नांना विद्यार्थ्यांनी दिलेल्या प्रतिसादावरुन स्पष्ट झाले की, विद्यार्थी शिक्षकांकडून प्रशंसा मिळविणे, शाळेतील अभ्यास संदर्भात सर्व विषयात चांगले गुण हवेत, अपेक्षेपेक्षा कमी गुण मिळणे या संदर्भात विद्यार्थी अविवेकनिष्ठ विचार करतात. विद्यार्थी जीवनातील एखादी घटना मनासारखी झाली नाही तर, एखाद्या गोष्टीचे दु:ख झाले तर, शिक्षकाने विचारलेल्या प्रश्नाचे उत्तर देता आले नाही तर, वर्गात धडा शिकतांना एखादी अडचण आली तर, चांगल्या पध्दतीने खेळ खेळता यावा यासाठी, परीक्षेत अपेक्षेपेक्षा कमी गुण मिळाल्यास, जवळच्या मित्राला अधिक गुण मिळाल्यास, शिक्षक ओरडल्यावर, जिवलग मित्र वाढदिवस विसरल्यावर, प्रकल्पाची जबाबदारी दिल्यावर आणि शिक्षकांनी एखाद्या गोष्टीसंदर्भात सल्ला देणे या संदर्भात विद्यार्थी विवेकनिष्ठ विचार करतात. विद्यार्थ्यातील सामाजिक समायोजन क्षमतेचा शोध घेण्यासाठी डॉ. रोमा पॉल यांच्या सामाजिक समायोजन शोधिकेतील तीस प्रश्नांचा आधार घेतला. यातील प्रतिसादावरुन इयत्ता नववीच्या विद्यार्थ्यांमध्ये सामाजिक समायोजन क्षमता असल्याचे स्पष्ट झाले. फक्त मदत करतेवेळी मी कधीही माझ्या तोट्यांचा विचार करत नाही आणि माझ्या मते, स्पर्धा आणि सहकार्य या दोन्ही गोष्टी समाजाच्या प्रगतीसाठी आवश्यक आहेत. या प्रश्नांना ४२ टक्के प्रतिसादकांनी प्रतिसाद दिलेला नाही. यावरुन या बाबतीत त्याचे मत स्पष्ट नसल्याचे निदर्शनास आले. पुढे विवेकनिष्ठ विचार आणि सामाजिक समायोजन यामधील संबंधाचा शोध घेण्यासाठी सहसंबंध गुणक काढला. या सहसंबंधाची मात्रा ०.४३ इतकी आली असून विवेकनिष्ठ विचार आणि सामाजिक समायोजन यामध्ये साधारण प्रतीचा धन सहसंबंध असल्याचे स्पष्ट झाले.

यावरुन इयत्ता नववीतील विद्यार्थ्यांमध्ये विवेकनिष्ठ विचार व सामाजिक समायोजन आढळून आले. काही बालकांमध्ये असलेल्या अविवेकनिष्ठ दृष्टीकोनाचे निर्मूलन करण्यासाठी शालेय बालकांमध्ये आढळणाऱ्या अविवेकनिष्ठ

Copyright © 2017, Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies

दृष्टीकोनाचा शोध घेऊन त्यांना विवेकनिष्ठ विचारांची जाणीव करुन देणे शिक्षकाचे काम आहे. यामुळे नववीतील विद्यार्थ्यांमधील अविवेकी विचारांची जागा विवेकी विचार घेतील, सामाजिक समायोजन उच्च दर्जाचे साध्य होईल. एकूण विद्यार्थ्यांनी ठरविलेली उद्दिष्टे साध्य होण्याचे प्रमाण वाढून त्यांची प्रगतीकडे वाटचाल चालू राहील.

संदर्भग्रंथ सूची:

Subrahmanyam, K. (2007). Social emotional & education adjustment problems of 10th class students in relation to their achievement. Unpublished doctoral thesis. Sri Venkateswara University.

Kour, Roopwant (2011). A study of adjustment & social mentality among the mentally retarded & normal children in relation to their socioeconomic status, unpublished doctoral thesis. University of Jammu.

Ali, Bashrat. Personal & Social adjustment physical fitness academic achievement & sports performance of rural & urban students of District Srinagar, University of Kashmir.

Hamidi, Farideh, Hosseini, Zanub (2010). The relationship between in rational and beliefs & social, emotional & educational adjustment among junior students, Procedia social & behavioral sciences, 5, 1531-1536.

Knauas, W. T. (2004). Rational Emotive Education. New York.

Wayne, Froggatt (2005). Rational Emotive Behaviours Therapy, retrived, Sep. 2, 2012 from htpp://www.enc.ed.gov.

गोर्ले, शिवराज (२००९). मजेत जगाव कसं. पुणे, राजहंस प्रकाशन.

जगताप, ह.ना. (२००६). शैक्षणिक व प्रायोगिक मानसशास्त्र. पुणे, नित्यनूतन प्रकाशन.

जोशी, अंजली (२०११). मी अल्बर्ट एलिस. पुणे, शब्द प्रकाशन.

फडके, कि.म., जोशी, अंजली (२०११). अल्बर्ट एलिस विचार दर्शन. पुणे, शब्द प्रकाशन.

Copyright © 2017, Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies