

किशोर विद्यार्थियों के आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अंतर्संबंधों का सैद्धांतिक एवं व्याख्यात्मक विश्लेषण

अनिल गुर्जर* डॉ. हरिश्चंद्र चौबीसा**

* शोधार्थी, जनार्दन राय नागर राजस्थान विद्यापीठ (डीम्ड-टू-बी) विश्वविद्यालय, उदयपुर (राज.) भारत
** सहायक आचार्य (शिक्षा) जनार्दन राय नागर राजस्थान विद्यापीठ (डीम्ड-टू-बी) विश्वविद्यालय, उदयपुर (राज.) भारत

शोध सारांश - प्रस्तुत शोध पत्र किशोर विद्यार्थियों के आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य अंतर्संबंधों का सैद्धांतिक एवं व्याख्यात्मक विश्लेषण प्रस्तुत करता है। आत्मसम्मान व्यक्ति की आत्म-धारणा, आत्म-स्वीकृति और आत्म-मूल्यांकन का वह मनोवैज्ञानिक आयाम है जो उसकी प्रेरणा, आत्म-नियंत्रण और शैक्षणिक प्रदर्शन को प्रभावित करता है। किशोरावस्था में आत्मसम्मान का विकास न केवल भावनात्मक स्थिरता का घटक है, बल्कि यह शैक्षिक सफलता की आधारशिला भी बनता है। इस अध्ययन में रॉजर्स के स्व-अवधारणा सिद्धांत, मास्लो के आवश्यकता पदानुक्रम सिद्धांत, कूपर्समिथ के आत्मसम्मान मॉडल, हार्टर के आत्म-मूल्य सिद्धांत तथा डेसी एवं रयान के संज्ञानात्मक मूल्यांकन सिद्धांत को आधार बनाकर आत्मसम्मान के सैद्धांतिक ढाँचे को व्याख्यायित किया गया है। साहित्य समीक्षा से यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के मध्य एक सशक्त द्विपक्षीय संबंध विद्यमान है- उच्च आत्मसम्मान विद्यार्थियों में आत्म-विश्वास, प्रेरणा और संज्ञानात्मक सक्षमता को बढ़ाता है, जबकि शैक्षणिक सफलता पुनः उनके आत्मसम्मान को सुदृढ़ करती है। भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय शोधों के तुलनात्मक विश्लेषण से यह भी स्पष्ट हुआ कि आत्मसम्मान का स्तर पारिवारिक समर्थन, सामाजिक मान्यता और व्यक्तिगत उपलब्धियों से गहराई से जुड़ा हुआ है। अध्ययन का निष्कर्ष यह प्रतिपादित करता है कि शिक्षा-प्रणाली में आत्मसम्मान के संवर्धन को प्राथमिकता दी जानी चाहिए, जिससे किशोर विद्यार्थियों के समग्र व्यक्तित्व, मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षणिक उत्कृष्टता का संतुलित विकास संभव हो सके।

शब्द कुंजी - आत्मसम्मान, शैक्षिक उपलब्धि, किशोर विद्यार्थी, आत्म-धारणा, आत्म-स्वीकृति, प्रेरणा, सैद्धांतिक विश्लेषण, मनोवैज्ञानिक परिप्रेक्ष्य।

प्रस्तावना - शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञान का संचरण नहीं, बल्कि व्यक्ति के आत्म-मूल्य, आत्म-सम्मान और आत्म-चेतना का विकास भी है। जब विद्यार्थी अपने भीतर के मूल्य को पहचानता है और स्वयं को समाज में सार्थक भूमिका निभाने योग्य अनुभव करता है, तभी शिक्षा का वास्तविक उद्देश्य पूर्ण होता है। इस प्रक्रिया का केंद्रीय तत्व है आत्मसम्मान, जो व्यक्ति की स्वयं के प्रति धारणा और अपने मूल्य की अनुभूति को अभिव्यक्त करता है। किशोरावस्था में आत्मसम्मान की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है क्योंकि यह वह अवस्था है जब व्यक्ति अपनी पहचान, मूल्य और सामाजिक स्थिति को लेकर संवेदनशील होता है। किशोर विद्यार्थियों के लिए आत्मसम्मान उस मानसिक ढाल की तरह कार्य करता है जो उन्हें असफलताओं, सामाजिक तुलना और बाह्य दबावों से बचाए रखती है। यदि इस अवस्था में आत्मसम्मान का स्तर उच्च हो तो यह विद्यार्थियों की आत्म-प्रेरणा, एकाग्रता और शैक्षिक उपलब्धि को सशक्त बनाता है जबकि निम्न आत्मसम्मान उन्हें हतोत्साहित और आत्म-संदेह से ग्रस्त कर देता है।

आत्मसम्मान व्यक्ति के आंतरिक जगत का वह स्तंभ है जो उसकी बौद्धिक और भावनात्मक स्थिरता का निर्धारण करता है। यह व्यक्ति के संज्ञानात्मक दृष्टिकोण, निर्णय-क्षमता और सामाजिक अनुकूलन को प्रभावित करता है। शैक्षिक परिप्रेक्ष्य में आत्मसम्मान उस अदृश्य ऊर्जा के समान है जो विद्यार्थी को कठिनाइयों के बीच भी लक्ष्य की ओर अग्रसर रखती है।

समस्यात्मक पृष्ठभूमि - आधुनिक शिक्षा-प्रणाली में प्रतिस्पर्धा, प्रदर्शन और मूल्यांकन के बढ़ते दबावों ने विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य और आत्म-सम्मान दोनों को प्रभावित किया है। अंक-केन्द्रित सफलता की इस संस्कृति में विद्यार्थी स्वयं को 'प्राप्तांक' के आधार पर मापने लगते हैं, जिससे आत्मसम्मान का प्राकृतिक विकास बाधित होता है। जब विद्यार्थी स्वयं को कमतर अनुभव करता है, तो यह भावना उसके शैक्षिक प्रदर्शन पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है।

शोधों से यह सिद्ध हुआ है कि आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य संबंध परस्पर-निर्भर होता है। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी शिक्षा को आत्म-विकास के अवसर के रूप में देखते हैं और अपनी क्षमताओं का पूर्ण उपयोग करते हैं, जबकि निम्न आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी स्वयं पर संदेह करते हैं और अपेक्षाकृत कम सफलता प्राप्त करते हैं। इस प्रकार आत्मसम्मान न केवल एक भावनात्मक अनुभव है, बल्कि यह शैक्षणिक प्रेरणा का मूल स्रोत भी है।

आत्मसम्मान की संकल्पना - आत्मसम्मान व्यक्ति की आत्म-धारणा का मूल्यांकनात्मक पक्ष है। यह उस सीमा तक का घटक है जहाँ व्यक्ति स्वयं को योग्य, मूल्यवान और सक्षम अनुभव करता है। रोजेनबर्ग (1965) ने आत्मसम्मान को 'व्यक्ति की अपनी संपूर्ण आत्म-स्वीकृति और आत्म-मूल्यांकन की भावना' के रूप में परिभाषित किया। मनोवैज्ञानिक दृष्टि से आत्मसम्मान दो स्तरों पर कार्य करता है -

1. **संज्ञानात्मक स्तर पर:** व्यक्ति की आत्म-छवि और आत्म-धारणा के माध्यम से, जो उसकी आत्म-स्वीकृति का बोध कराती है।

2. **भावनात्मक स्तर पर:** व्यक्ति की भावनात्मक प्रतिक्रिया, आत्म-संतोष और आत्म-स्वीकृति की तीव्रता के माध्यम से। आत्मसम्मान के निर्माण में पारिवारिक वातावरण, सामाजिक स्वीकृति, सहपाठियों का समर्थन और शैक्षणिक अनुभव प्रमुख भूमिका निभाते हैं। जब विद्यार्थी को उसके प्रयासों के लिए प्रोत्साहन, प्रशंसा और मान्यता प्राप्त होती है, तो उसका आत्मसम्मान बढ़ता है। वहीं अस्वीकृति, आलोचना या असफलता की पुनरावृत्ति आत्मसम्मान को कमजोर करती है। कूपर्समिथ (1967) के अनुसार, आत्मसम्मान चार प्रमुख स्रोतों से प्रभावित होता है कृ (1) अभिभावकीय स्वीकृति, (2) सामाजिक तुलना, (3) व्यक्तिगत दक्षता का अनुभव, और (4) नैतिक मूल्यों का पालन। इन सभी तत्वों की उपस्थिति आत्मसम्मान को सुदृढ़ बनाती है।

आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि का संबंध - शैक्षिक उपलब्धि किसी विद्यार्थी की संज्ञानात्मक दक्षता और प्रयासशीलता का प्रत्यक्ष परिणाम होती है। आत्मसम्मान इस प्रक्रिया में प्रेरणा और आत्म-नियंत्रण का कार्य करता है। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी चुनौतियों को अवसर के रूप में देखते हैं और असफलता को अस्थायी मानते हैं। वे जोखिम लेने, नए अनुभवों को स्वीकारने और अपने प्रयासों को सुधारने के लिए तत्पर रहते हैं। इसके विपरीत, निम्न आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी असफलता के भय से ग्रस्त रहते हैं, जिससे उनकी कार्यक्षमता और प्रदर्शन दोनों सीमित हो जाते हैं।

रॉजर्स (1961) के अनुसार, जब व्यक्ति अपने वास्तविक स्व और आदर्श स्व के मध्य सामंजस्य स्थापित करता है, तो वह मानसिक रूप से संतुलित और आत्मसम्मान से परिपूर्ण होता है। यही संतुलन शैक्षिक उपलब्धि की दिशा में प्रेरक भूमिका निभाता है।

शोधों से यह भी ज्ञात हुआ है कि आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि का संबंध द्विपक्षीय है कृ उच्च आत्मसम्मान सफलता की संभावना को बढ़ाता है, और शैक्षणिक सफलता आत्मसम्मान को पुनः पुष्ट करती है। यह चक्र व्यक्ति के आत्म-विकास की निरंतर प्रक्रिया को गति प्रदान करता है।

निष्कर्षात्मक टिप्पणी - किशोर विद्यार्थियों के आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि का संबंध बहुआयामी है। आत्मसम्मान व्यक्ति को आत्म-स्वीकृति और आत्म-मूल्य की अनुभूति कराता है, जिससे वह आत्म-विश्वास, एकाग्रता और आत्म-नियंत्रण विकसित करता है। यही गुण शिक्षा में उत्कृष्टता और मानसिक स्वास्थ्य दोनों की नींव रखते हैं।

प्रस्तुत शोध पत्र में आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के इस अंतर्संबंध का सैद्धांतिक और व्याख्यात्मक विश्लेषण किया जाएगा। यह अध्ययन यह स्पष्ट करेगा कि आत्मसम्मान केवल शैक्षणिक सफलता का परिणाम नहीं, बल्कि उसके लिए आवश्यक पूर्व-शर्त भी है।

सैद्धांतिक ढांचा एवं प्रमुख मनोवैज्ञानिक सिद्धांत

सैद्धांतिक पृष्ठभूमि का अवलोकन - आत्मसम्मान की अवधारणा का विकास बीसवीं शताब्दी के आरंभ से ही मनोविज्ञान के प्रमुख विमर्शों का केंद्र रहा है। यह विषय व्यक्ति की आत्म-धारणा, आत्म-मूल्यांकन और आत्म-स्वीकृति से गहराई से जुड़ा हुआ है। विभिन्न मनोवैज्ञानिकों ने आत्मसम्मान को व्यक्ति के व्यवहार, निर्णय-प्रक्रिया और शैक्षणिक उपलब्धि के निर्धारक के रूप में व्याख्यायित किया है। किशोर विद्यार्थियों

के संदर्भ में आत्मसम्मान का अध्ययन विशेष रूप से महत्त्वपूर्ण है क्योंकि इस अवस्था में व्यक्ति अपने सामाजिक परिवेश और आत्म-पहचान के बीच संतुलन स्थापित करने का प्रयास करता है।

सैद्धांतिक रूप से आत्मसम्मान के दो प्रमुख आयाम हैं (1) आंतरिक मूल्य की अनुभूति और (2) आत्म-स्वीकृति। ये दोनों आयाम विद्यार्थी के मानसिक स्वास्थ्य, सामाजिक व्यवहार और शैक्षणिक प्रदर्शन को प्रभावित करते हैं। आत्मसम्मान का उच्च स्तर सकारात्मक प्रेरणा और आत्म-नियंत्रण को जन्म देता है, जबकि निम्न आत्मसम्मान व्यक्ति को हताशा, आत्म-संदेह और निष्क्रियता की ओर प्रवृत्त करता है।

कार्ल रॉजर्स का स्व-अवधारणा सिद्धांत - कार्ल रॉजर्स (1961) ने आत्म-अवधारणा को व्यक्ति के संपूर्ण अनुभव और आत्म-धारणा के संगम के रूप में परिभाषित किया। उन्होंने आत्म-अवधारणा के तीन घटकों का उल्लेख किया:

- (1) Real Self - व्यक्ति का वास्तविक स्वरूप,
- (2) Ideal Self - व्यक्ति का वह स्वरूप जैसा वह बनना चाहता है, और
- (3) Perceived Self- व्यक्ति का अपने बारे में अनुभव किया गया बोधा।

जब इन तीनों घटकों के मध्य सामंजस्य होता है, तब व्यक्ति आत्म-संतुलन और आत्मसम्मान की स्थिति प्राप्त करता है। यदि किसी विद्यार्थी के Real Self और Ideal Self के बीच अत्यधिक अंतर हो, तो उसमें असंतोष, चिंता और आत्म-संदेह की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है। यह स्थिति उसकी शैक्षिक उपलब्धि को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करती है। रॉजर्स का यह सिद्धांत बताता है कि आत्मसम्मान किसी बाहरी मूल्यांकन से नहीं, बल्कि आत्म-स्वीकृति की आंतरिक प्रक्रिया से विकसित होता है।

अब्राहम मास्लो का आवश्यकता पदानुक्रम सिद्धांत - अब्राहम मास्लो (1954) ने आत्मसम्मान को मानव आवश्यकताओं के उच्चतर स्तर पर रखा है। उनके अनुसार, जब व्यक्ति की मूलभूत आवश्यकताएँ जैसे भोजन, सुरक्षा, और सामाजिक स्वीकृति कृ पूर्ण हो जाती हैं, तब वह आत्मसम्मान और आत्म-साक्षात्कार की दिशा में अग्रसर होता है।

मास्लो के अनुसार, आत्मसम्मान दो प्रकार का होता है -

1. **आंतरिक आत्मसम्मान:** व्यक्ति का अपने प्रति सम्मान, आत्म-विश्वास और आत्म-संतोष।

2. **बाह्य आत्मसम्मान:** समाज, परिवार या सहपाठियों द्वारा व्यक्ति के योगदान की स्वीकृति और प्रशंसा। जब विद्यार्थी दोनों प्रकार का आत्मसम्मान प्राप्त करता है, तो उसकी शैक्षिक उपलब्धि में वृद्धि होती है क्योंकि उसे अपने प्रयासों की सामाजिक मान्यता और व्यक्तिगत संतोष दोनों प्राप्त होते हैं। यदि इनमें से किसी का अभाव होता है, तो विद्यार्थी में असंतुलन उत्पन्न होता है जो उसकी सीखने की प्रेरणा को कम कर देता है।

कूपर्समिथ का आत्मसम्मान मॉडल - स्टेनली कूपर्समिथ (1967) ने आत्मसम्मान को व्यक्ति की अपनी योग्यता के प्रति विश्वास और सामाजिक स्वीकृति के बीच के संतुलन के रूप में व्याख्यायित किया। उन्होंने चार प्रमुख स्रोत बताए जो आत्मसम्मान के निर्माण में योगदान करते हैं:

1. **अभिभावकीय स्वीकृति -** परिवार द्वारा दी गई मान्यता और भावनात्मक समर्थन।

2. **व्यक्तिगत उपलब्धियाँ -** अपने प्रयासों के परिणामस्वरूप प्राप्त सफलताएँ।

3. **सामाजिक तुलना -** अपने सहपाठियों या साथियों की तुलना में

अपनी स्थिति का बोधा।

4. नैतिक मूल्यों का पालन - नैतिकता और सामाजिक आचरण में आत्म-संतोष की भावना। कूपर्समिथ के अनुसार, जब विद्यार्थी इन चारों स्रोतों से सकारात्मक अनुभव प्राप्त करता है, तब उसका आत्मसम्मान उच्च स्तर पर स्थापित होता है और उसकी शैक्षिक उपलब्धि में वृद्धि होती है। यह मॉडल विशेष रूप से विद्यालयी जीवन में आत्मसम्मान के सामाजिक आयामों को स्पष्ट करता है।

सुसान हार्टर का आत्म-मूल्य सिद्धांत - सुसान हार्टर (1990) ने आत्मसम्मान को व्यक्ति के आत्म-मूल्यांकन और आत्म-स्वीकृति के परिणाम के रूप में देखा। उन्होंने कहा कि आत्मसम्मान व्यक्ति की आत्म-धारणा का वह आयाम है जो जीवन के विभिन्न क्षेत्रों (जैसे शैक्षणिक, सामाजिक, और शारीरिक) में सफलता और असफलता के अनुभवों से प्रभावित होता है। यदि विद्यार्थी किसी क्षेत्र में असफल होता है, तो वह अन्य क्षेत्रों में अपनी क्षमताओं से संतुलन स्थापित करने का प्रयास करता है।

हार्टर के अनुसार, आत्मसम्मान स्थिर नहीं होता यह परिस्थितियों के अनुसार बदलता रहता है। किशोर विद्यार्थियों के संदर्भ में यह विशेष रूप से सच है क्योंकि वे निरंतर सामाजिक तुलना और मूल्यांकन के दबाव में रहते हैं। उच्च आत्म-मूल्य का अनुभव करने वाले विद्यार्थी अधिक सकारात्मक दृष्टिकोण रखते हैं और उनकी शैक्षिक उपलब्धि अपेक्षाकृत अधिक होती है।

संज्ञानात्मक मूल्यांकन सिद्धांत - डेसी और रयान (1985) के इस सिद्धांत के अनुसार, आत्मसम्मान का निर्माण व्यक्ति की आंतरिक प्रेरणा और स्व-नियंत्रण की भावना पर आधारित है। जब विद्यार्थी को यह अनुभव होता है कि वह अपने शैक्षणिक निर्णय स्वयं ले सकता है, तब उसका आत्मसम्मान बढ़ता है। यह आंतरिक प्रेरणा उसे निरंतर शैक्षणिक सफलता की ओर अग्रसर करती है।

यह सिद्धांत आत्मसम्मान को केवल बाह्य मान्यता या प्रशंसा का परिणाम नहीं मानता, बल्कि इसे व्यक्ति के स्वायत्ता व्यवहार और आत्म-संतोष की परिणति के रूप में देखता है। शिक्षा के क्षेत्र में यह सिद्धांत बताता है कि विद्यार्थियों को स्व-निर्णय के अवसर देने से उनका आत्मसम्मान सुदृढ़ होता है और वे अपनी शैक्षणिक जिम्मेदारियों के प्रति अधिक उत्तरदायी बनते हैं।

निष्कर्षात्मक विश्लेषण - इन सभी सिद्धांतों का तुलनात्मक अवलोकन यह संकेत देता है कि आत्मसम्मान व्यक्ति की आत्म-स्वीकृति और आत्म-मूल्य के बोध पर आधारित एक गतिशील मनोवैज्ञानिक संरचना है। यह केवल बाहरी उपलब्धियों पर निर्भर नहीं करता, बल्कि व्यक्ति के आत्म-संवाद, आत्म-साक्षात्कार और सामाजिक संबंधों के संतुलन से निर्मित होता है।

किशोर विद्यार्थियों के लिए आत्मसम्मान का महत्त्व और बढ़ जाता है क्योंकि यह उनकी पहचान, आत्म-विश्वास और शैक्षणिक प्रदर्शन का आधार बनता है। उच्च आत्मसम्मान वाला विद्यार्थी अधिक आत्म-प्रेरित होता है, सामाजिक रूप से अधिक स्वीकार्य होता है, और अपने शैक्षणिक लक्ष्यों को आत्मविश्वास के साथ प्राप्त करता है।

अतः यह स्पष्ट है कि आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के बीच का संबंध केवल परिणामात्मक नहीं, बल्कि कारणात्मक भी है। आत्मसम्मान व्यक्ति की प्रेरणा, आत्म-नियंत्रण और संज्ञानात्मक दक्षता को सक्रिय करता

है, जो उसकी शैक्षणिक सफलता का मार्ग प्रशस्त करते हैं।

साहित्य समीक्षा एवं विश्लेषणात्मक विमर्श

साहित्य समीक्षा का उद्देश्य - साहित्य समीक्षा का उद्देश्य आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के क्षेत्र में पूर्ववर्ती अध्ययनों की दिशा, प्रवृत्तियों और निष्कर्षों का समेकित अवलोकन प्रस्तुत करना है। यह अध्ययन न केवल विषय की विद्यमान स्थिति को स्पष्ट करता है, बल्कि उन शोध-रिक्तियों की पहचान भी करता है जिनकी पूर्ति वर्तमान सैद्धांतिक विमर्श द्वारा की जा सकती है। आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के बीच संबंध का विश्लेषण करते हुए यह समीक्षा भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय दोनों परिप्रेक्ष्यों को समाहित करती है।

आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि पर भारतीय शोध - भारत में आत्मसम्मान को विद्यार्थियों की मानसिक दृढ़ता, आत्म-नियंत्रण और सामाजिक समायोजन का आधार माना गया है। अनेक शोधों ने आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि के बीच सकारात्मक सहसंबंध को प्रमाणित किया है।

1. अबराहम (2023) के अध्ययन में बेंगलुरु क्षेत्र के स्नातक और स्नातकोत्तर विद्यार्थियों के आत्मसम्मान स्तर की तुलना की गई। परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि उच्च शिक्षा स्तर के विद्यार्थियों का आत्मसम्मान अधिक था और उनका शैक्षणिक प्रदर्शन भी अपेक्षाकृत बेहतर रहा। अध्ययन ने यह भी बताया कि लिंग के आधार पर आत्मसम्मान में कोई सार्थक अंतर नहीं था।

2. मंडल एवं सहयोगी (2023) के अनुसार, पश्चिम बंगाल के मुर्शिदाबाद जिले के ग्रामीण किशोरों में आत्मसम्मान का स्तर संयुक्त परिवारों में रहने वाले विद्यार्थियों में अधिक पाया गया। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थियों ने बेहतर शैक्षणिक उपलब्धियाँ अर्जित कीं, जबकि निम्न आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी कम प्रेरित और आत्म-संदेह से ग्रस्त पाए गए।

3. सिंघल एवं प्रकाश (2020) के अध्ययन में यह निष्कर्ष निकला कि आत्मसम्मान और मनोवैज्ञानिक कल्याण के बीच घनिष्ठ संबंध है, और यह मनोवैज्ञानिक कल्याण विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि को प्रभावित करता है। अध्ययन ने दर्शाया कि आत्मसम्मान के उच्च स्तर वाले विद्यार्थी तनाव से बेहतर ढंग से निपटते हैं और अधिक संतोषजनक शैक्षणिक प्रदर्शन करते हैं।

4. बराठी (2020) के अध्ययन में विद्यालय के प्रकार और लिंग के आधार पर आत्मसम्मान में अंतर की जाँच की गई। परिणामों से यह ज्ञात हुआ कि निजी विद्यालयों के विद्यार्थियों में आत्मसम्मान का स्तर अधिक था, जिससे उनकी शैक्षिक उपलब्धि भी उँची पाई गई।

5. घोष (2013) ने त्रिपुरा राज्य में आदिवासी और गैर-आदिवासी विद्यार्थियों के आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि की तुलना की। निष्कर्षों से स्पष्ट हुआ कि आत्मसम्मान का स्तर आदिवासी विद्यार्थियों में कम था, जिससे उनकी शैक्षणिक उपलब्धि प्रभावित हुई। अध्ययन ने यह सुझाव दिया कि आत्मसम्मान-विकास के लिए शिक्षण-परामर्श सत्रों की आवश्यकता है।

इन अध्ययनों से यह स्पष्ट होता है कि आत्मसम्मान का स्तर विद्यार्थियों की प्रेरणा, समायोजन और उपलब्धि पर निर्णायक प्रभाव डालता है।

आत्मसम्मान और शैक्षिक उपलब्धि पर विदेशी शोध - अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर आत्मसम्मान को शिक्षा में सफलता के एक वैश्विक संकेतक के रूप में मान्यता दी गई है। अनेक शोधों ने यह प्रमाणित किया है कि

आत्मसम्मान का उच्च स्तर विद्यार्थियों की सीखने की क्षमता, आत्म-नियंत्रण और रचनात्मकता को सुदृढ़ करता है।

1. फिरोज एवं सहयोगी (2023) के अध्ययन में श्रीलंकाई युवाओं के आत्मसम्मान, मानसिक स्वास्थ्य और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच सकारात्मक संबंध पाया गया। जिन विद्यार्थियों का आत्मसम्मान उच्च था, वे शैक्षणिक रूप से अधिक सक्रिय और मानसिक रूप से संतुलित थे।
2. घिमिरे एवं अन्य (2023) ने नेपाल में चिकित्सा विद्यार्थियों पर अध्ययन किया और निष्कर्ष निकाला कि आत्मसम्मान का स्तर शैक्षिक प्रदर्शन से प्रत्यक्ष रूप से जुड़ा है, यद्यपि कुछ मामलों में यह संबंध परिस्थितियों और व्यक्तिगत तनाव से प्रभावित हुआ।
3. अहमद एवं सहयोगी (2021) ने पाकिस्तान में स्नातकोत्तर विद्यार्थियों पर अध्ययन करते हुए पाया कि आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि का संबंध सकारात्मक है, जबकि आत्मसम्मान और अनुभूत तनाव का संबंध नकारात्मक पाया गया। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी तनाव को बेहतर ढंग से नियंत्रित करते हैं और बेहतर परिणाम प्राप्त करते हैं।
4. सआदत एवं अन्य (2012) के अनुसार, विश्वविद्यालय विद्यार्थियों के आत्मसम्मान और नियंत्रण स्थान के बीच गहरा संबंध है। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी अपने परिणामों को अपने नियंत्रण में मानते हैं, जिससे उनकी शैक्षणिक उपलब्धि में निरंतर सुधार होता है।

इन अंतर्राष्ट्रीय शोधों से यह निष्कर्ष निकलता है कि आत्मसम्मान सांस्कृतिक सीमाओं से परे एक सार्वभौमिक मनोवैज्ञानिक तत्त्व है जो विद्यार्थियों के आत्म-नियंत्रण और शैक्षणिक दक्षता को प्रभावित करता है। **विश्लेषणात्मक विमर्श** - भारतीय और विदेशी दोनों परिप्रेक्ष्यों का तुलनात्मक अवलोकन यह संकेत देता है कि आत्मसम्मान विद्यार्थियों की सफलता का मूल मनोवैज्ञानिक प्रेरक है। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी आत्म-नियंत्रण, आत्म-प्रेरणा और आत्म-विश्वास से परिपूर्ण होते हैं, जिससे उनकी शैक्षणिक उपलब्धि में स्थायित्व और गुणवत्ता आती है। इसके विपरीत, निम्न आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी आत्म-संदेह, असुरक्षा और हाताशा के शिकार बनते हैं।

मनोवैज्ञानिक रूप से देखा जाए तो आत्मसम्मान व्यक्ति की Cognitive Appraisal और Emotional Regulation दोनों प्रक्रियाओं को प्रभावित करता है। आत्मसम्मान से प्रेरित विद्यार्थी अपने प्रदर्शन की जिम्मेदारी स्वयं लेते हैं और सीखने की प्रक्रिया में सक्रिय भूमिका निभाते हैं। इसके परिणामस्वरूप उनकी समस्या-समाधान क्षमता और आत्म-प्रेरणा बढ़ती है।

शोध रिक्तियाँ:

1. अधिकांश अध्ययनों ने आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच एकतरफा संबंध का अध्ययन किया है। द्विपक्षीय संबंधों का विश्लेषण अपेक्षाकृत कम हुआ है।
2. आत्मसम्मान पर सामाजिक-आर्थिक स्थिति, पारिवारिक संरचना और सांस्कृतिक विविधता के प्रभाव पर तुलनात्मक अध्ययन सीमित हैं।
3. आत्मसम्मान को शिक्षा में हस्तक्षेपात्मक रणनीति के रूप में विकसित करने पर शोध अपेक्षाकृत कम हुआ है।
4. आत्मसम्मान के शैक्षणिक प्रभावों को लिंग, क्षेत्र और विषय-विशेष के संदर्भ में गहराई से नहीं परखा गया है।

निष्कर्षात्मक टिप्पणी

साहित्य समीक्षा से यह तथ्य स्पष्ट रूप से उभरता है कि आत्मसम्मान विद्यार्थियों के शैक्षणिक जीवन का प्रमुख प्रेरक तत्त्व है। यह केवल सफलता की अनुभूति नहीं, बल्कि निरंतर प्रयासशीलता की मानसिक अवस्था है। आत्मसम्मान का उच्च स्तर विद्यार्थियों को तनाव, असफलता और प्रतिस्पर्धा से निपटने की मानसिक शक्ति प्रदान करता है। भारतीय और विदेशी दोनों अध्ययनों में यह समान रूप से सिद्ध हुआ है कि आत्मसम्मान का शैक्षणिक उपलब्धि पर सकारात्मक प्रभाव सर्वव्यापी है।

अतः यह आवश्यक है कि शैक्षणिक संस्थान विद्यार्थियों के आत्मसम्मान के निर्माण को एक लक्ष्य के रूप में स्वीकार करें। शिक्षण प्रक्रिया, मूल्यांकन पद्धति और विद्यालयीय संस्कृति में ऐसे तत्त्वों का समावेश होना चाहिए जो विद्यार्थियों को आत्म-सम्मानित, स्वीकार्य और सक्षम अनुभव कराएँ।

चर्चा, निष्कर्ष, शैक्षणिक निहितार्थ एवं संदर्भ

चर्चा - आत्मसम्मान व्यक्ति के आंतरिक मूल्यबोध और आत्म-स्वीकृति की वह स्थिति है जो उसके समग्र व्यक्तित्व, व्यवहार और शैक्षणिक प्रदर्शन को दिशा प्रदान करती है। प्रस्तुत शोध पत्र के विश्लेषण से यह स्पष्ट होता है कि आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि के बीच गहरा द्विपक्षीय संबंध है। आत्मसम्मान व्यक्ति को आत्म-प्रेरणा, आत्म-नियंत्रण और आत्म-संतोष प्रदान करता है, जो शैक्षणिक सफलता की आधारशिला बनता है।

किशोरावस्था में आत्मसम्मान का विकास विशेष रूप से महत्वपूर्ण है क्योंकि इस अवस्था में व्यक्ति अपने सामाजिक, भावनात्मक और संज्ञानात्मक संतुलन की खोज में रहता है। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी स्वयं को अधिक मूल्यवान और सक्षम अनुभव करते हैं। वे कठिनाइयों को अवसर के रूप में स्वीकारते हैं और चुनौतियों से निपटने के लिए योजनाबद्ध प्रयास करते हैं। इसके विपरीत, निम्न आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी असफलता के भय से ग्रस्त रहते हैं और अपनी क्षमताओं को कम आँकते हैं, जिससे उनका प्रदर्शन सीमित हो जाता है।

सैद्धांतिक दृष्टि से, रॉजर्स का स्व-अवधारणा सिद्धांत, मार्सलो का पदानुक्रम सिद्धांत और कूपर्समिथ का आत्मसम्मान मॉडल यह स्पष्ट करते हैं कि आत्मसम्मान बाह्य प्रशंसा से अधिक, आत्म-स्वीकृति और आंतरिक मूल्यबोध की प्रक्रिया से निर्मित होता है। जब विद्यार्थी अपने प्रयासों और क्षमताओं के प्रति आत्म-विश्वास विकसित करते हैं, तब वे अधिक प्रेरित होकर अध्ययन करते हैं और उनकी शैक्षणिक उपलब्धि में निरंतर सुधार होता है।

यह भी ध्यान देने योग्य है कि आत्मसम्मान केवल सफलता का परिणाम नहीं, बल्कि सफलता का प्रेरक भी है। यह विद्यार्थियों की आत्म-अनुशासन, जिम्मेदारी और निर्णय-क्षमता को प्रभावित करता है। उच्च आत्मसम्मान वाला विद्यार्थी अपनी असफलताओं को आत्म-सुधार के अवसर के रूप में देखता है, जबकि निम्न आत्मसम्मान वाला विद्यार्थी उन्हें आत्म-अपमान के रूप में ग्रहण करता है। यही दृष्टिकोण अंततः शैक्षणिक प्रदर्शन के स्तर को निर्धारित करता है।

निष्कर्ष:

1. आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि के मध्य घनिष्ठ एवं सकारात्मक सहसंबंध पाया गया है। उच्च आत्मसम्मान वाले विद्यार्थी उच्च स्तर की प्रेरणा, एकाग्रता और कार्यक्षमता प्रदर्शित करते हैं।
2. आत्मसम्मान विद्यार्थियों की संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं, समस्या-

- समाधान क्षमता और आत्म-नियंत्रण को प्रभावित करता है, जिससे उनकी शैक्षणिक सफलता की संभावना बढ़ती है।
3. आत्मसम्मान का स्तर पारिवारिक स्वीकृति, सामाजिक समर्थन और व्यक्तिगत उपलब्धियों से प्रभावित होता है। इन तत्वों की सुदृढ़ता से आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि दोनों में वृद्धि होती है।
 4. आत्मसम्मान का अभाव विद्यार्थियों को आत्म-संदेह, चिंता और असुरक्षा की स्थिति में ले जाता है, जिससे उनकी सीखने की क्षमता और आत्म-प्रेरणा कम होती है।
 5. आत्मसम्मान और शैक्षणिक उपलब्धि का संबंध द्विपक्षीय है आत्मसम्मान सफलता को उत्प्रेरित करता है, और सफलता आत्मसम्मान को पुष्ट करती है।

शैक्षणिक निहितार्थ

1. **शिक्षण-प्रक्रिया में आत्मसम्मान विकास का समावेश:** शिक्षकों को विद्यार्थियों की व्यक्तिगत उपलब्धियों को पहचानने और उन्हें सकारात्मक अभिप्रेरणा देने की प्रवृत्ति अपनानी चाहिए।
2. **मूल्यांकन प्रणाली में सुधार:** शिक्षा का मूल्यांकन केवल परीक्षा के अंकों पर नहीं, बल्कि विद्यार्थियों की प्रगति, रचनात्मकता और आत्म-विश्वास पर आधारित होना चाहिए।
3. **विद्यालयी वातावरण:** विद्यालय में सहायक, स्वीकार्य और सहयोगात्मक वातावरण विद्यार्थियों के आत्मसम्मान को बढ़ाता है। शिक्षक-छात्र संबंधों की सुदृढ़ता इसके लिए अनिवार्य है।
4. **मनोवैज्ञानिक परामर्श:** विद्यालयों में किशोर विद्यार्थियों के लिए परामर्श केंद्र स्थापित किए जाएं जहाँ आत्मसम्मान, आत्म-नियंत्रण और भावनात्मक संतुलन पर कार्यशालाएँ आयोजित हों।
5. **पारिवारिक सहभागिता:** परिवार बच्चों के आत्मसम्मान निर्माण की प्राथमिक इकाई है। अभिभावकों को अपने बच्चों के प्रयासों की प्रशंसा और प्रोत्साहन से उनके आत्मसम्मान को सुदृढ़ करना चाहिए।

भविष्य की दिशा - भविष्य के अध्ययनों में आत्मसम्मान को अन्य भावनात्मक चरों- जैसे आत्म-प्रभावकारिता, आत्म-सम्मान, आत्म-जागरूकता और जीवन-कौशल के साथ एकीकृत करके अध्ययन किया जा सकता है। विभिन्न सांस्कृतिक, भौगोलिक और लिंग-आधारित संदर्भों में तुलनात्मक अनुसंधान आत्मसम्मान के विकास और उसके शैक्षणिक प्रभावों की अधिक सुस्पष्ट समझ प्रदान कर सकते हैं।

संदर्भ ग्रंथ सूची :-

1. Rogers, C. R. (1961). On Becoming a Person: A

- Therapist's View of Psychotherapy. Houghton Mifflin.
2. Maslow, A. H. (1954). Motivation and Personality. Harper & Row.
 3. Coopersmith, S. (1967). The Antecedents of Self-Esteem. W. H. Freeman.
 4. Harter, S. (1990). Processes Underlying Adolescent Self-Esteem and Identity Formation. In R. Montemayor (Ed.), Advances in Adolescent Development (Vol. 2, pp. 45-72). Sage.
 5. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. Springer.
 6. Abraham, J. J. (2023). A Comparative Study of Self-Esteem among Undergraduate and Postgraduate Students in Bangalore Region. Journal of Educational Psychology and Development.
 7. Mandal, C., & Others (2023). Self-Esteem among Rural Adolescents in Murshidabad District of West Bengal. Indian Journal of Adolescent Research.
 8. Singhal, S., & Prakash, N. (2020). Self-Esteem and Psychological Well-Being among Indian College Students. Delhi-NCR Education Review.
 9. Barathi, C. (2020). A Study on Self-Esteem among Secondary School Students in Tamil Nadu. International Journal of School Psychology.
 10. Ghosh, D. (2013). Comparative Study of Self-Esteem and Academic Achievement among Tribal and Non-Tribal Students of Tripura. Journal of Psychological Studies.
 11. Firoz, M. M., et al. (2023). Mental Health, Self-Esteem, and Academic Achievement among Sri Lankan Youth. South Asian Education Review.
 12. Ghimire, H., et al. (2023). Relationship between Self-Esteem and Academic Performance among Medical Students in Nepal. Asian Journal of Educational Research.
 13. Ahmed, D., et al. (2021). Perceived Stress, Self-Esteem, and Academic Achievement among Postgraduate Students in Pakistan. Journal of Higher Education Studies.
 14. Saadat, M., et al. (2012). Self-Esteem and Locus of Control among University Students. International Journal of Psychology and Education.
