International Journal of Social Science and Humanities
www.humanitiesjournals.com
Online ISSN: 2664-8628 Print ISSN: 2664-861X
Received: 17-08-2025, Accepted: 16-09-2025, Published: 30-09-2025
Volume 7, Issue 5, 2025, Page No. 41-44

ग्रामीण किशोरियों में गृह समायोजन और सामाजिक समायोजन के बीच संबंध का अध्ययन करना।

अरविन्द सिंह यादव [1], डॉ. योगर्षि राजपूत [2]
शोध छात्र स्नातकोत्तर मनोविज्ञान विभाग, वीर कुंवर सिंह विश्वविद्यालय, बिहार, भारत
असिस्टेंट प्रोफेसर, स्नातकोत्तर मनोविज्ञान विभाग, महर्षि विश्वामित्र महाविद्यालय, बिहार, भारत

सारांश
किशोरावस्था का समय व्यक्ति के जीवन मे निर्णायक माना जाता है। यह भविष्य की आधारशिला है। किशोरावस्था प्रायः अस्थिरता की अवस्था होती है। किशोरियों की मनःस्थिति के संदर्भ में कहा जाता हैं कि एक क्षण में उनका उत्साह उच्चतम शिखर पर पहुंच जाता है तो दूसरे क्षण में उनकी मनः स्थिति उदासी की गहराई में डूबने लगती है। संवेगात्मक परिपक्वता के अभाव में मानसिक द्वंद्व, मानसिक संघर्ष और मानसिक तनाव की स्थिति उत्पन्न हो जाती है। यद्यपि आज हमारे संविधान में एवं समाज में महिलाओं को समान अधिकार प्राप्त है, परन्तु आज भी कही– कही थोड़ा–बहुत समाज में विशेषकर ग्रामीण एवं पिछड़े क्षेत्रों में महिलाओं के साथ भिन्न व्यवहार देखा जा सकता है।
किशोरियों के प्रति माता– पिता, अभिभावकों एवं समाज का विशिष्ट नकारात्मक अभिवृत्ति, किशोरियों के सामाजिक और बौद्धिक विकास में बाधक है। घर तथा समाज के वातावरण का प्रभाव किशोरियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं शैक्षणिक समायोजन पर बहुत पड़ता है। बालिकाओं में सुरक्षा की भावना प्रेम एवं स्नेह से आती है, जोकि वो अपने माता– पिता एवं परिवार के अन्य सदस्यों से प्राप्त करते है।
प्रस्तुत शोध आलेख का उद्देश्य ग्रामीण किशोरियों के घर समायोजन एवं सामाजिक समायोजन के बीच संबंधों का अध्ययन करना है।
इस शोध में बक्सर जिला के स्नातक स्तर की 50 ग्रामीण किशोरियों का नमूना लिया गया। आंकड़ों के संग्रह हेतु (Bell Adjustment Inventory) शमशाद हुसैन द्वारा निर्मित प्रश्नावली का प्रयोग किया गया। प्राप्त आंकड़ों का विश्लेषण ज जमेज विधि द्वारा किया गया।
इस अध्ययन का उद्देश्य ग्रामीण किशोरियों में गृह समायोजन और सामाजिक समायोजन के बीच अंतर का विश्लेषण करना था। इसके लिए 50–50 प्रतिभागियों के दो समूहों का डेटा एकत्रित कर विश्लेषण किया गया।
परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि ग्रामीण किशोरियों के घर समायोजन और सामाजिक समायोजन के बीच सकारात्मक एवं सार्थक संबंध विद्यमान है। अर्थात, जो किशोरियाँ घर में संतोषजनक समायोजन कर पाती हैं, वे सामाजिक परिवेश में भी अपेक्षाकृत बेहतर समायोजन करती हैं।

मूल शब्दः ग्रामीण किशोरियाँ, घर समायोजन, सामाजिक समायोजन

किशोरावस्था

किशोरावस्था (Adolescence) मानव जीवन का वह महत्त्वपूर्ण चरण है जो बचपन और वयस्कता के बीच आता है। यह शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक रूप से परिवर्तन का समय होता है। आमतौर पर यह अवस्था 12 से 19 वर्ष की आयु के बीच मानी जाती है।
किशोरों और उनके माता–पिता दोनों के लिए किशोरावस्था को पारंपरिक रूप से मध्य बचपन के वर्षों की तुलना में विकास में अधिक कठिन अवधि माना जाता है। कई प्रमुख चिकित्सक और मनोविश्लेषण सिद्धांतकार अभी भी किशोरावस्था को एक मनोवैज्ञानिक रूप से अशांत अवस्था, तनाव और दबाव की अवधि के रूप में देखते हैं।
इस अवधि में घर एवं समाज का वातावरण व्यक्ति के व्यक्तित्व विकास में निर्णायक भूमिका निभाता है। ग्रामीण किशोरियों के लिए यह चरण विशेष रूप से चुनौतीपूर्ण होता है क्योंकि वे पारंपरिक पारिवारिक मूल्यों, सामाजिक अपेक्षाओं तथा आधुनिक शिक्षा के प्रभाव के बीच संतुलन साधने का प्रयास करती हैं।
समायोजन (Adjustment) का अर्थ है व्यक्ति का अपने वातावरण की माँगों एवं अपेक्षाओं के अनुसार स्वयं को ढालना।
घर समायोजन से तात्पर्य है पारिवारिक सदस्यों के साथ सामंजस्यपूर्ण संबंध एवं घर के वातावरण में संतोषजनक व्यवहार। सामाजिक समायोजन से अभिप्राय है मित्रों, शिक्षकों, पड़ोसियों तथा समाज के अन्य लोगों के साथ सकारात्मक संबंध स्थापित करना। ग्रामीण किशोरियों के लिए घर और समाज में सामंजस्य स्थापित करना उनके आत्मविश्वास, शिक्षा तथा भविष्य की उपलब्धियों पर प्रत्यक्ष प्रभाव डालता है।

किशोरावस्था के चरण (Stages of Adolescence)

किशोरावस्था के चरणों को तीन अवस्थाओं में विभाजित किया जा सकता है।

1. प्रारंभिक किशोरावस्था (लगभग 10–14 वर्ष)
2. मध्य किशोरावस्था (लगभग 15–17 वर्ष)
3. उत्तर किशोरावस्था (लगभग 18–19 वर्ष)

अमेरिकन एकेडमी ऑफ चाइल्ड एंड एडोलसेंट साइकियाट्री (2017) के अनुसार किशोरावस्था की प्रत्येक अवधि की अलग–अलग विशेषताएँ होती हैं, जो इस प्रकार हैं:

प्रारंभिक किशोरावस्था की विशेषताएँ

प्रारंभिक किशोरावस्था में होने वाले शारीरिक परिवर्तनों में शारीरिक और यौन परिपक्वता शामिल है। बच्चे शारीरिक रूप से महत्वपूर्ण रूप से विकसित होते हैं। ऊँचाई और वज़न में वृद्धि होती है। प्रारंभिक अवस्था के किशोरों के शौक और रुचियाँ बढ़ती हैं। संज्ञानात्मक रूप से, प्रारंभिक अवस्था के किशोर व्यावहारिक विचार कौशल प्राप्त करते हैं।
इस अवधि के दौरान, कम उम्र के किशोर इस बात को लेकर चिंतित हो सकते हैं कि वे कैसे दिखते हैं और उनके दोस्तों और साथियों का समूह उन्हें कैसे देखेगा। उनकी तार्किक रुचियाँ व्यापक होती हैं। वे अपने आस–पास की दुनिया से परे दुनिया के बारे में अधिक जागरूक हो जाते हैं। वे नैतिक मुद्दों के बारे में अधिक गहराई से सोचने लगते हैं। शुरुआती किशोरावस्था में स्वायत्तता और निजता की बढ़ती इच्छा दिखाई देने लगती हैं।

मध्य किशोरावस्था की विशेषताएँ

इस अवस्था के दौरान, लड़के और लड़की दोनों किशोरों में यौवन संबंधी परिवर्तन होते रहते हैं। लड़कों का शारीरिक विकास जारी रहता है, लेकिन लड़कियों का शारीरिक विकास धीमा हो जाता है। शारीरिक परिवर्तनों के अलावा, लड़के और लड़की दोनों किशोर कई तरह के भावनात्मक परिवर्तनों से गुजरते हैं।
इस अवधि के दौरान, किशोर जिज्ञासु रिश्ते और रोमांटिक मुस्लिमों में रुचि दिखाने लगते हैं।
मध्यम किशोरावस्था स्वतंत्रता प्राप्त करने का प्रयास करती है, और वे अक्सर अपने माता–पिता के साथ अधिक बहस करते हुए पाते हैं।
इस अवस्था में किशोर दीर्घकालिक लक्ष्य निर्धारित करना शुरू कर देते हैं, साथ ही जीवन के उद्देश्य में भी रुचि लेने लगते हैं।

उत्तर किशोरावस्था की विशेषताएँ

इस अवस्था की विशेषताएँ अधिक बौद्धिक और कम शारीरिक विकास हैं। उत्तर किशोरावस्था में पहचान की भावना अधिक दृढ़ होती है, भावनात्मक स्थिरता बढ़ती है और वे दूसरों के प्रति अधिक चिंता दिखाने लगते हैं।
इस अवस्था में, वे अक्सर अधिक आत्म–नियंत्रण प्रदर्शित करते हैं और जोखिम और पुरस्कार के बीच बेहतर संतुलन बनाने में सक्षम हो सकते हैं। सामाजिक और व्यक्तिगत संबंधों की स्थिरता बढ़ती है।

समायोजन (Adjustment)

"समायोजन" का तात्पर्य उस प्रक्रिया से है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी आन्तरिक आवश्यकताओं और बाह्य परिस्थितियों के बीच सामंजस्य स्थापित करता है ताकि सुखकारक क्रियाशीलता और मानसिक–शारीरिक संतुलन बना रहे। यह मनोवैज्ञानिक अर्थों में व्यक्तिगत व्यवहार, भावनात्मक नियंत्रण, और सामाजिक अनुकूलन से जुड़ा हुआ है। समायोजन का अध्ययन मनोविज्ञान, शैक्षणिक मनोविज्ञान, मनोचिकित्सा और मनो–सामाजिक शोध में केन्द्रिय रहा है।

समायोजन की परिभाषा (Definitions of Adjustment)

1. लेहनर और क्यूब के अनुसार, समायोजन हमारे और हमारे पर्यावरण के बीच अंतः क्रिया की एक प्रक्रिया है, इस प्रक्रिया में हम या तो पर्यावरण के साथ समायोजन करते हैं या अपने वातावरण में परिवर्तन करते हैं।
2. गेट्स के अनुसार, परिस्थिति और वातावरण के बीच सामंजस्य स्थापित करना व्यवहार में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति की सतत प्रक्रिया समायोजन है।
3. बोरिंग और लैंग फील्ड के अनुसार, "समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके माध्यम से व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति को प्रभावित करने वाले कारकों के बीच संतुलन बनाए रखता है।
4. कोलमैन के अनुसार, ष्समायोजन आवश्यकताओं की पूर्ति करने और समूह से मुक्त होने का प्रयास है।

समायोजन की अवधारणा (The concept of adjuntiment)

1. व्यक्ति का समाज के लोगों के साथ सौहार्दपूर्ण प्रयास. खुद के साथ, परिस्थिति के साथ और समाज और उसके व्यक्तियों के साथ समायोजन करना और उसके अनुसार व्यवहार करना।
2. प्रयासों से व्यक्ति की आवश्यकताओं की पूर्ति की चिंता और तनाव से मुक्ति मिलती है।
3. व्यक्ति की आवश्यकताओं और स्थितियों के बीच समायोजन करने का प्रभावी, सकारात्मक प्रयास।
4. समायोजन का अर्थ है अपनी भावनाओं को नियंत्रित करना और उन्हें उचित व्यवहार में ढालना।

व्यक्ति जितनी जल्दी और जल्दी समायोजन कर लेता है, वह उतना ही बेहतर जीवन जीता है। कहा जाता है, ष्विपत्ति का उपयोग मीठा होता हैष् कठिनाइयाँ हमें जीवन का सबसे बड़ा सबक सिखाती हैं और यही समायोजन का सबक है।
उपर्युक्त पंक्तियाँ परिस्थिति के साथ समायोजन के अच्छे संकेत देती हैं। व्यक्ति को सुख प्राप्त करने के लिए परिस्थिति के साथ स्वयं को समायोजित करना चाहिए। उसे अपने आस–पास की दुनिया और वातावरण के साथ समायोजन करना होगा। जो लोग परिवार, समाज, व्यवसाय और अन्य क्षेत्रों में समायोजित होते हैं, वे सुख प्राप्त कर सकते हैं। समायोजित होने के लिए व्यक्ति को प्रयास करना पड़ता है। समायोजन एक दोतरफा प्रक्रिया है। पति–पत्नी, माता–पिता–बच्चे, नौकर–मालिक सभी को परस्पर समायोजन करना पड़ता है। इसके लिए व्यक्ति के विशेष गुण और विशेष व्यक्तित्व की आवश्यकता होती है। इस प्रकार के व्यक्तित्व को व्यक्तिगत मनोविज्ञान के केंद्र में मानव व्यवहार कास्टवर्ड एटवाटर मनोवैज्ञानिक कठोरता के रूप में जाना जाता है। संक्षेप में, अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने और अपनी अपेक्षाओं को पूरा करने के लिए हम अपने आस–पास के लोगों के साथ समायोजन करते हैं और उनके साथ संतोषजनक संबंध बनाए रखते हैं और ऐसा करते हुए हम अपने भीतर कुछ बदलाव करते हैं, जिसे समायोजन कहा जाता है। विभिन्न परिभाषाओं और अवधारणाओं से यह कहा जा सकता है कि व्यक्ति जीवन में समायोजन के लिए निभाई जाने वाली विभिन्न भूमिकाओं के लिए सफल कार्यान्वयन को प्रभावित करने वाले कारकों और कार्यों के बारे में जागरूकता प्राप्त करता है। व्यक्ति अपनी योग्यता और समर्पण को ध्यान में रखते हुए बाहरी दुनिया का सामना करता है और समायोजन के लिए वास्तविक प्रयास करता है। वह विभिन्न अवधारणाओं को अपनाकर भ्रामक समस्याओं को समझता है और इस तरह समाज में अपनी स्थिति बनाए रखता है (पारिख 1995)
समायोजन के क्षेत्र या पहलू (Areas or aspect of adjustment)
व्यक्ति के समायोजन में व्यक्तिगत और पर्यावरणीय घटक शामिल होते हैं। समायोजन के इन दो क्षेत्रों के अलावा, इसे व्यक्तिगत और पर्यावरणीय कारकों के छोटे क्षेत्रों में भी विभाजित किया जा सकता है। सामान्यतया, ऐसे तीन क्षेत्र हैं जहां एक व्यक्ति को संतुलित जीवन जीने के लिए अच्छी तरह से समायोजित होने की आवश्यकता होती है। ये क्षेत्र हैं
परिवार या घर स्कूल, कॉलेज और विश्वविद्यालय समाज।

साहित्य समीक्षा

लवासनी एट अल. (2011) ने प्रदर्शित किया कि यद्यपि प्रभावकारिता दर्शाती है कि किशोर छात्र स्पष्ट रूप से महसूस करते हैं कि वे सक्षम हैं, वे यह मान सकते हैं कि जटिल कारक उन्हें सफल होने से रोकेंगे। आत्म–प्रभावकारिता के बारे में बंडुरा की वैचारिक रूपरेखा इस बात का प्रमाण प्रस्तुत करती है कि लोग संबंधित स्थितियों में समान हैं, लेकिन वे समान स्तर की पूर्ति प्रदर्शित नहीं करेंगे। जिन लोगों को यह विश्वास है कि वे कामों को कुशलतापूर्वक पूरा कर सकते हैं, वे उन लोगों से भिन्न हैं जो समान राय नहीं रखते हैं। वे आगे बढ़ने का इरादा रखते थे, भले ही उन्हें बाधाएँ हों क्योंकि उनके पास आत्म–नियमन होता है। इसलिए उनमें कार्यकुशलता की अनुकूली इच्छाएँ होती हैं जो उन व्यक्तियों के विपरीत होती हैं जो कार्य को पूरा करने में कोई दृढ़ विश्वास नहीं रखते हैं। वे अपने मिशन के बारे में प्रभावकारिता के विपरीत विश्वास रखते हैं।
सिंह (2006) ने स्कूल के सामाजिक, भावनात्मक और सामाजिक–भावनात्मक माहौल और लिंग का छात्रों के समायोजन

पर उनके अंतर्राष्ट्रीय प्रभावों के साथ–साथ प्रभावों की जाँच की। परिणामों से पता चला कि स्कूल का सामाजिक माहौल छात्रों के भावनात्मक और कुल समायोजन को काफी सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है। लड़कों का स्वास्थ्य और भावनात्मक समायोजन लड़कियों से काफी बेहतर था जबकि लड़कियाँ लड़कों की तुलना में अपने स्कूल समायोजन में काफी बेहतर हैं। स्कूल का भावनात्मक वातावरण स्वास्थ्य, भावनात्मक और कुल समायोजन को काफी प्रभावित करता है। स्कूल के भावनात्मक माहौल के विभिन्न स्तरों पर लड़कियाँ अपने घर और स्कूल समायोजन में लड़कों से काफी बेहतर पाई गईं जबकि लड़के अपने भावनात्मक समायोजन में काफी बेहतर थे। स्कूल का सामाजिक–भावनात्मक माहौल छात्रों के घर, सामाजिक, भावनात्मक और कुल समायोजन को काफी सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है। लड़कियों का घर और स्कूल समायोजन लड़कों से काफी बेहतर था

पूर्ववर्ती शोधों से यह स्पष्ट हुआ है कि घर और सामाजिक जीवन में समायोजन का आपसी संबंध गहरा है।

सिन्हा और सिंह (2002) ने पाया कि परिवारिक समर्थन का स्तर किशोरों के सामाजिक अनुकूलन को प्रभावित करता है।

वर्मा (2010) ने ग्रामीण परिवेश में किशोरियों के सामाजिक समायोजन को पारिवारिक वातावरण एवं शिक्षा से जुड़ा पाया।

अन्य शोधों ने संकेत दिया है कि सकारात्मक घर का वातावरण सामाजिक कौशल, आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता को प्रोत्साहित करता है।

यह शोध इस दिशा में ग्रामीण किशोरियों पर केंद्रित होकर एक नया दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है।

उद्देश्य (Objective)

ग्रामीण किशोरियों के गृह समायोजन और सामाजिक समायोजन के बीच संबंध का अध्ययन करना।

- सहसंबंध की सार्थकता की जाँच ज–जमेज द्वारा करना।

परिकल्पना (Hypothese)

ग्रामीण किशोरियों के घर समायोजन और सामाजिक समायोजन के बीच सकारात्मक संबंध होगा।

पद्धति (Methodology)

नमूना (Sample)

अध्ययन में 50 ग्रामीण किशोरियों को सम्मिलित किया गया।

उपकरण (Tool)

Bell Adjustment Inventory (BAI) का उपयोग किया गया, जिसमें गृह समायोजन और सामाजिक समायोजन दो आयाम मापे गए।

सांख्यिकीय तकनीक (Statistical Techniques)

औसत (Mean), मानक विचलन (SD) तथा t–test का प्रयोग किया गया।

आंकड़ों का विश्लेषण एवं परिणाम (Data analysis and Results)

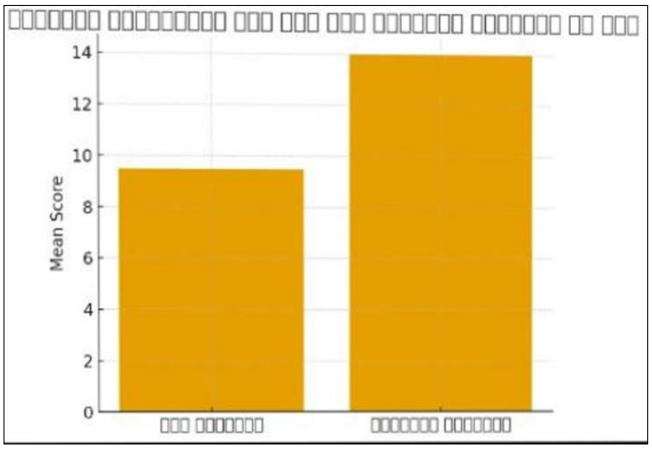
ग्रामीण किशोरियों के गृह समायोजन और सामाजिक समायोजन के बीच औसत, मानक विचलन एवं ज–जमेज का विश्लेषण निम्न प्रकार किया गया:

चर (Variable) N औसत (Mean) मानक विचलन (SD)
गृह समायोजन (Home) 50 9.50 5.57
सामाजिक समायोजन (Social) 50 14.00 4.56

स्वतंत्र नमूनों के लिए t–परीक्षण (Independent samples t-test) द्वारा प्राप्त परिणाम:

यह अंतर सांख्यिकीय दृष्टि से अत्यधिक महत्वपूर्ण है।

ग्राफ़ (Bar Chart)



चर्चा (Discussion)

परिणामों से स्पष्ट हुआ कि सामाजिक समायोजन का औसत गृह समायोजन की तुलना में अधिक है तथा यह अंतर सांख्यिकीय दृष्टि से अत्यधिक महत्वपूर्ण है। यह निष्कर्ष दर्शाता है कि ग्रामीण किशोरियाँ सामाजिक परिवेश में अपेक्षाकृत बेहतर ढंग से समायोजित हो पाती हैं, जबकि गृह परिवेश में उन्हें अधिक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है।

संभवतः सामाजिक परिवेश में साथियों एवं विद्यालय के सहयोग से उन्हें अधिक अवसर मिलते हैं, जबकि घर के वातावरण में पारंपरिक मानदंड और अपेक्षाएँ उनके समायोजन को सीमित करती हैं। यह निष्कर्ष पूर्ववर्ती शोधों से भी मेल खाता है।

निष्कर्ष (Conclusion)

अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि ग्रामीण किशोरियों का सामाजिक समायोजन स्तर गृह समायोजन की तुलना में अधिक है तथा यह अंतर सांख्यिकीय दृष्टि से अत्यधिक महत्वपूर्ण है। इस प्रकार यह कहा जा सकता है कि ग्रामीण किशोरियाँ सामाजिक परिवेश में बेहतर ढंग से समायोजित होती हैं, जबकि गृह वातावरण में उन्हें अधिक कठिनाइयाँ अनुभव होती हैं।

सुझाव (Implications / Suggestions)

1. **पारिवारिक सहयोग:** परिवार को चाहिए कि किशोरियों को घर के वातावरण में अपनी बात रखने और निर्णय प्रक्रिया में भागीदारी का अवसर दे।
2. **शैक्षिक हस्तक्षेप:** विद्यालय स्तर पर किशोरियों को गृह और सामाजिक समायोजन से जुड़ी चुनौतियों का समाधान करने हेतु काउंसलिंग एवं मार्गदर्शन कार्यक्रम आयोजित किए जाएँ।
3. **सामुदायिक सहयोग:** स्थानीय समुदाय को किशोरियों की भागीदारी और आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए समूह गतिविधियों, सांस्कृतिक कार्यक्रमों और प्रशिक्षण सत्रों का आयोजन करना चाहिए।
4. **नीतिगत कदम:** नीति निर्माताओं को चाहिए कि वे ग्रामीण किशोरियों के समग्र विकास हेतु विशेष योजनाएँ बनाएं।

5. **अभिभावक जागरूकता:** अभिभावकों के लिए कार्यशालाएँ आयोजित की जाएँ ताकि वे किशोरियों की भावनात्मक आवश्यकताओं और विकासात्मक चुनौतियों को समझ सकें।

संदर्भ (Reference)

1. चौहान, एस. एस. (2009). किशोर मनोविज्ञान. दिल्लीरू विकास पब्लिशिंग।
2. मिश्र, बी. एन. (2011). शैक्षिक मनोविज्ञान. आगरारू विनोद पुस्तक मंदिर।
3. प्रकाश, एस. (2014). किशोरावस्था एवं समायोजन. आगरारू एच. पी. प्रकाशन।
4. शर्मा, रामनाथ. (2007). बाल एवं किशोर मनोविज्ञान. दिल्लीरू सुरज पब्लिकेशन।
5. Sinha, A.K.P. & Singh, R.P. (2002). Adjustment Inventory for School Students (AIS).
6. Verma, S. (2010). Adjustment among Rural Adolescents: A Comparative Study. अन्य संबंधित शोध–पत्र, पुस्तकें और लेख।
7. अग्रवाल, के. (2003)। शैक्षणिक सफलता और विफलता के संबंध में किशोरों के समायोजन के स्तर का तुलनात्मक अध्ययन। इंडियन जर्नल ऑफ साइकोमेट्रिक एंड एजुकेशन, 34(2), 172–176।
8. अटवाल, के.के., और वांग, सी. (2019)। धार्मिक रूप से सिर ढंकना, विदेशी समझे जाना, उत्पीड़न, और सिख अमेरिकी किशोरों के बीच समायोजन, स्कूल मनोविज्ञान, 34(2), 233–243।
9. बिरेडा, ए.डी., (2015)। इथियोपियाई किशोरों के बीच माता–पिता की गर्मजोशी और समायोजन को महसूस किया गया। अफ़्रीका में मनोविज्ञान जर्नल. 25(5), 473–476
10. अहमद गुल, एस.बी. (2015)। जम्मू और कश्मीर में किशोरियों की शैक्षणिक उपलब्धि पर सामाजिक–भावनात्मक समायोजन का प्रभाव। एक बहुविषयक रेफरीड रिसर्च जर्नल, 5(3), 2–28।