



छात्रों में सामान्य मानसिक क्षमता अपसाद एवं भावनात्मक व सामाजिक परिपक्वता में पारिस्परिक संबंध

कु. जीनत फातिमा ^{1*}, डॉ. विनीता त्यागी ²

1. रिसर्च स्कॉलर, श्री कृष्णा विश्वविद्यालय, छतरपुर म.प्र., भारत

zeenzt.siddiqui0103@gmail.com ,

2. प्रोफेसर, श्री कृष्णा यूनिवर्सिटी, छतरपुर म.प्र., भारत

सारांश: प्रतिस्पर्धा के आधुनिक युग में सभी माता-पिता अपने बच्चों के भविष्य को लेकर चिंतित हैं। इसलिए माता-पिता, शिक्षकों और प्रशासकों के लिए उनकी सामान्य मानसिक क्षमता, चिंता, भावनात्मक परिपक्वता और सामाजिक परिपक्वता के स्तर को जानना और समझना महत्वपूर्ण है। इसलिए, इस क्षेत्र में एक शोध अध्ययन करना बहुत ही उचित और आवश्यक है ताकि शिक्षकों को छात्र की शैक्षणिक उपलब्धि के साथ सामान्य मानसिक क्षमता, चिंता, भावनात्मक परिपक्वता और सामाजिक परिपक्वता के संबंध को जानना चाहिए।

मुख्य शब्द: सामान्य मानसिक क्षमता, अपसाद, भावनात्मक परिपक्वता सामाजिक परिपक्वता,, छात्र

----- X -----

परिचय

कल के नागरिक आज के स्कूलों में पढ़ने वाले बच्चे हैं। उन बच्चों को भविष्य के प्रशासक, इंजीनियर, डॉक्टर और अंतिम लेकिन कम से कम देश के नागरिक होने की क्षमता में उन दायित्वों के योग्य तरीके से लाया जाना चाहिए जो वे अपने समुदाय और बड़े पैमाने पर अपने देश के लिए देते हैं। उन्हें अपने कर्तव्यों का पालन करने के लिए सामान्य रूप से सबसे अच्छा शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य होना चाहिए। लेकिन जब तक बच्चे की मदद के लिए कुछ नहीं किया जाता है, वह काम के भारी बोझ के कारण चिंता से ग्रस्त रहेगा। उच्च चिंता के कारण, बच्चे में कुछ व्यक्तित्व लक्षण विकसित होते हैं जो उसके उचित शारीरिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास को बाधित करते हैं। ये सभी कारक बच्चे के भावनात्मक तनाव को बढ़ाते हैं और उसे असंतुलित व्यक्तित्व बनाते हैं। बाद के वर्षों में ऐसा बच्चा अपने अल्प विकसित व्यक्तित्व के कारण किसी न किसी रूप में समाज के लिए बोझ बन जाता है।

इसके परिणामस्वरूप, बच्चा चिंतित हो जाता है और भावनात्मक रूप से असंतुलित और सामाजिक रूप से कुरूप हो जाता है। अपने सामाजिक संबंधों से प्रभावी ढंग से निपटने के लिए, एक व्यक्ति को सामाजिक कौशल हासिल करने की आवश्यकता होती है जो उसे लोगों के साथ चतुराई और समझ के साथ व्यवहार करने में सक्षम बनाता है। इसके अलावा, उज्ज्वल होने या वर्षों से पहले मानसिक उम्र होने से बच्चे को सामाजिक रूप से परिपक्व बना दिया जाता है। ऐसा बच्चा अपने आस-पास क्या हो रहा है, इसके बारे में अधिक जागरूक होता है। फिर भी एक अदृश्य स्तर पर, सतही विकास कभी-कभी सामाजिक मंदता का कारण बन सकता है। दरअसल परिपक्वता के ये आयाम आपस में जुड़े हुए हैं। जिन बच्चों की बुद्धि भागफल कम होता है और वे स्कूल में धीरे-धीरे सीखते हैं, उन्हें आसानी से पहचाना जा सकता है। कई मामलों में, वे आमतौर पर अपने सहपाठियों की तुलना में बड़े और बड़े होते हैं और यदि ऐसा है, तो उन्हें अकादमिक विफलताओं के रूप में और सामाजिक रूप से खारिज किए जाने के लिए और भी अधिक उत्तरदायी हैं। विज्ञान और प्रौद्योगिकी की इस आधुनिक दुनिया में परिवर्तन के अलावा कुछ भी शाश्वत नहीं है। हमारी यह पीढ़ी विज्ञान और प्रौद्योगिकी की दया पर जी रही है। ऐसा माना जाता है कि विज्ञान आधारित तकनीक हमारे जीवन का 'सोलम बुनम' है। इसके अलावा, जीवन के हर क्षेत्र में बहुत प्रतिस्पर्धा है। यहाँ डार्विन का योग्यतम के लिए जीवित रहने का नियम वास्तव में मान्य है। सफल होने वाले ही जीवित रह सकते हैं। वैज्ञानिक तकनीक के विकास के कारण मनुष्य के जीवन में आए इस तीव्र परिवर्तन ने मनुष्य के जीवन को आसान और आरामदायक बना दिया है, लेकिन साथ ही साथ कई जटिलताएं भी पैदा कर दी हैं। जाहिरा तौर पर, मनुष्य खुश प्रतीत होता है, लेकिन आंतरिक रूप से, वह संघर्षों से भरा है। माता-पिता और शैक्षणिक

संस्थान बच्चों पर अकादमिक और प्रदर्शन के अन्य क्षेत्रों में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए दबाव डालते हैं

सामान्य मानसिक क्षमता

खेलों में एथलीटों के लिए उच्च मानसिक क्षमता की आवश्यकता होती है। इस प्रकार, खेल के मैदान पर परिणाम न केवल एथलीट की शारीरिक क्षमता पर निर्भर करता है, बल्कि काफी हद तक उसकी मनोवैज्ञानिक रणनीतियों के प्रभाव पर भी निर्भर करता है। यदि कोई खेल के दौरान मनोवैज्ञानिक युद्ध नहीं जीत सकता है, तो वह पूरी तरह से निष्क्रिय स्थिति में आ जाएगा। इसके बजाय, एक सुपर-लेवल खेलने की संभावना होगी।

सामान्य मानसिक क्षमता (GMA) एक शब्द है जिसका उपयोग उस स्तर का वर्णन करने के लिए किया जाता है जिस पर एक व्यक्ति सीखता है, निर्देशों को समझता है और समस्याओं को हल करता है। सामान्य मानसिक क्षमता के परीक्षणों में ऐसे पैमाने शामिल होते हैं जो विशिष्ट निर्माणों जैसे मौखिक, यांत्रिक, संख्यात्मक, सामाजिक और स्थानिक क्षमता को मापते हैं। विशिष्ट क्षमताओं की तुलना में व्यक्तिगत प्रदर्शन में अधिक भिन्नता की व्याख्या करते हुए समग्र स्कोर को सबसे महत्वपूर्ण कारक माना जाता है। ग्रीन (1989) ने दिखाया कि प्रतिस्पर्धी स्थितियों में एथलीटों के प्रदर्शन को बेहतर बनाने के लिए मानसिक तकनीकें सबसे आम हैं। प्रत्यक्ष शारीरिक गति के अभाव में मानसिक अभ्यास एक शारीरिक कौशल का संज्ञानात्मक पूर्वाभ्यास है। यह कल्पना वास्तविक प्रदर्शन के दौरान उत्पन्न होने वाले समान तंत्रिका आवेगों के निर्माण की ओर ले जाती है। सीखने के कौशल और उच्च स्तर के प्रदर्शन को प्राप्त करने के साथ-साथ मन और शरीर के बीच समन्वय बनाने से महत्व प्राप्त होता है।

रेटब (2000) ने देखा कि मनोवैज्ञानिक क्षमता व्यक्तियों को सर्वश्रेष्ठ खेल अभ्यास प्राप्त करने के लिए अपने प्रयासों और शारीरिक ऊर्जा को जुटाने में मदद करती है जिसे विशेष प्रशिक्षण और इस उद्देश्य के लिए समर्पित कार्यक्रमों (यानी मनोवैज्ञानिक कौशल प्रशिक्षण कार्यक्रम) के माध्यम से विकसित किया जा सकता है। खेल मनोविज्ञान के शोधकर्ता और चिकित्सक, कोच, खेल टिप्पणीकार, खेल प्रशंसक और एथलीट खेल प्रदर्शन में मानसिक दृढ़ता के महत्व को स्वीकार करते हैं (गोल्डबर्ग, 1998; हॉज, 1994; ट्यूनी, 1987; विलियम्स, 1988)। लोहर (1982, 1986) बताते हैं कि एथलीट और कोच दोनों मानते हैं कि कम से कम पचास प्रतिशत सफलता मनोवैज्ञानिक कारकों के कारण होती है जो मानसिक स्थिरता को दर्शाती है। इसी तरह, गोल्ड एट अल। (1987) पुष्टि करता है कि कोच महसूस करते हैं कि सफलता प्राप्त करने और चैंपियन एथलीटों को विकसित करने में मानसिक स्थिरता महत्वपूर्ण है। डाहल्कोएटर (2003) खेल प्रदर्शन में मानसिक कारकों के महत्व पर जोर देते हुए तर्क देते हैं कि 'जहाँ भी मन निर्देशित करता है, सब कुछ उसका पालन करता है'। मिडलटन (2006) भी बेहतर खेल प्रदर्शन और खेल के उच्चतम स्तर तक पहुँचने से संबंधित मानसिक पहलुओं के महत्व पर बल देता है।

खेल और व्यायाम मनोवैज्ञानिकों ने ध्यान और विचार को नियंत्रित करने के महत्व पर चर्चा की है। हालाँकि, लोग खेल स्थितियों में विभिन्न तकनीकों का उपयोग करते हैं जिनमें कल्पना, लक्ष्य निर्धारण आदि शामिल हैं जो शायद इस संबंध में सबसे व्यापक तकनीकें हैं। यह पुनरुत्थान सामान्य मानसिक क्षमता (जीएमए) के संबंध में विशेष रूप से मजबूत रहा है, स्पीयरमैन (1904) द्वारा लगभग 100 साल पहले पहली बार पोस्ट और परिभाषित किया गया था। कई विकास और निष्कर्षों ने सामान्य मानसिक क्षमता (जीएमए) में नए सिरे से रुचि पैदा करने में योगदान दिया है। संचित साक्ष्य बहुत मजबूत हो गए हैं कि सामान्य मानसिक क्षमता (जीएमए) जीवन के परिणामों की एक विस्तृत विविधता के साथ सहसंबद्ध है, जोखिम भरे स्वास्थ्य संबंधी व्यवहारों से लेकर आपराधिक अपराधों तक, बस या सबसे सिस्टम (गॉटफेडसन, 1997) का उपयोग करने की क्षमता तक; लुबिंस्की और हम्फ्रीज़, 1997)।

चिंता

चिंता व्यक्ति की आंतरिक अशांति की स्थिति को इंगित करती है। यह आंतरिक उथल-पुथल की एक अप्रिय स्थिति है और अक्सर आवेगी व्यवहार, दैनिक समस्याओं और किसी तथ्य या घटना के बारे में अफवाह के साथ होती है। सीवी के शब्दों में। अच्छा (1973), 'चिंता' आशंका, तनाव या बेचैनी है जो भय, भय या अनिश्चितता की विशेषता है; इसका स्रोत व्यक्ति द्वारा अज्ञात और अपरिचित है; इसमें भविष्य की घटनाओं के साथ-साथ किसी भी विकल्प या निर्णय के लिए सामान्यीकृत भावनात्मक

प्रतिक्रियाओं की लगातार आशंका शामिल हो सकती है। यह आमतौर पर प्रदर्शन में गिरावट से जुड़ा एक निर्माण है (स्पीलबर्गर और वैग, 1995)।

भावनात्मक परिपक्वता

भावनाएं व्यक्ति के जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। यह हमारे व्यवहार को तुरंत प्रभावित करता है। वुडवर्थ (1945) ने 'संवेग' को व्यक्ति की 'आंदोलित या उत्तेजित' अवस्था के रूप में माना। सिंगारवेलु (2008) ने संवेग को व्यक्तिगत अनुभव के एक आयाम के रूप में परिभाषित किया है जो तीन चरों के बीच जटिल परस्पर क्रिया के परिणामस्वरूप उत्पन्न होता है। शारीरिक, संज्ञानात्मक और स्थितिजन्य। हॉकेनबरी और हॉकेनबरी (2007) के शब्दों में, भावना एक जटिल मनोवैज्ञानिक अवस्था है जिसमें व्यक्तिपरक अनुभव, मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रिया और अभिव्यंजक प्रतिक्रिया शामिल होती है। यह हमारी 'सोच' को 'प्रतिक्रियाओं' से जोड़ता है। ये मनो-शारीरिक भावनाएँ हैं जो व्यक्ति को एक निश्चित तरीके से प्रतिक्रिया करने और प्रतिक्रिया करने के लिए निर्देशित करती हैं।

फिर, परिपक्वता को आसानी से आत्म-नियंत्रण की क्षमता के रूप में समझा जा सकता है जो प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से हमारे व्यवहार, सीखने और सोच को प्रभावित करता है। परिपक्वता एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके माध्यम से लोग अपने पूरे जीवनकाल में बदलते, बढ़ते और विकसित होते हैं। परिपक्वता में व्यक्ति के सभी मनो-शारीरिक पहलू शामिल होते हैं। अलेक्जेंडर (1967) ने 'परिपक्वता' को एक जीवित जीव के विकास में एक महत्वपूर्ण चरण के रूप में परिभाषित किया। फिनले (1996) ने परिपक्वता को किसी व्यक्ति की अनिश्चितता, परिस्थितियों या पर्यावरण पर उचित तरीके से प्रतिक्रिया करने की क्षमता को सहन करने के लिए दिमाग की क्षमता के रूप में परिभाषित किया। परिपक्वता को कार्रवाई की सोच-विचार, परिपक्व विचार, उचित मुस्तैदी और पूर्ण या तैयार होने की स्थिति के रूप में समझा जा सकता है (सिंह, पंत, ध्यानी 2014)। 'परिपक्वता' शब्द का अर्थ केवल पर्यावरण के साथ समायोजन करने की क्षमता ही नहीं है, इसका अर्थ उन समायोजनों का पूर्ण रूप से आनंद लेना है।

'भावना' और 'परिपक्वता' की इन दो अलग-अलग अवधारणाओं को मिलाकर, हमें भावनात्मक परिपक्वता की अनूठी अवधारणा मिलती है, जिसका अर्थ है आजीवन अनुभवों के माध्यम से किसी व्यक्ति के भावनात्मक क्षेत्र में परिपक्वता प्राप्त करना। भावनात्मक परिपक्वता को एक ऐसी प्रक्रिया के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जिसमें व्यक्तित्व आंतरिक रूप से और व्यक्तिगत रूप से भावनात्मक स्वास्थ्य की अधिक समझ के लिए लगातार प्रयास कर रहा है (वाल्टर और स्मिटसन, 2004)।

भावनात्मक परिपक्वता व्यक्ति के दृष्टिकोण और व्यवहार को आकार देती है। यह लोगों को जिम्मेदार बनाता है, उन्हें निर्णय लेने में मदद करता है, दूसरों के साथ स्वस्थ संबंध विकसित करता है और स्वयं को भी बढ़ाता है। 'स्व' और 'स्व' के साथ समायोजन करने के लिए यह बहुत आवश्यक है

'समाज' भी। भावनात्मक परिपक्वता की उपस्थिति एक व्यक्ति को दूसरों की भावनाओं के साथ-साथ अपनी भावनाओं को समझने और प्रबंधित करने की अनुमति देती है, और उसे स्थिति की मांग के अनुसार उचित और प्रभावी ढंग से जवाब देने के लिए पर्याप्त कुशल बनाती है। भावनात्मक परिपक्वता को व्यक्ति की स्वस्थ भावनात्मक स्थिति के परिणाम के रूप में समझा जा सकता है। यह भावनाओं को सही समय पर उचित रूप और गुणवत्ता में विकसित करने और व्यक्त करने की एक प्रक्रिया है।

सामाजिक परिपक्वता

परिपक्वता की कुछ जानकारी से पहले सामाजिक परिपक्वता की जानकारी निम्नलिखित के रूप में प्राप्त करें:

ईसा पूर्व तीसरी शताब्दी के मध्य में अरस्तू ने टिप्पणी की थी कि मनुष्य मूल रूप से एक सामाजिक प्राणी है।

मनुष्य को यह गौरवशाली प्रमाण पत्र देते समय वह शायद बहुत उदार थे। हम पाते हैं कि मनुष्य सामाजिक न होकर अत्यधिक अहंकारी और स्वार्थी है। वह अपने 'स्वयं' में रुचि रखता है। वह अत्यधिक और अचूक आत्मकेंद्रित है। इस व्यवहार को स्वीकार कर समाजीकरण की क्रिया कहा जाता है और शिक्षा को संस्कृति का पर्याय या समकक्ष माना गया है।

सामाजिक परिपक्वता विकास व्यक्ति के लिए आवश्यक पहलू होने के साथ-साथ यह भी सत्य है कि परिपक्वता वृद्धि और विकास के अंत का प्रतीक है। विकास परिपक्वता और सीखने पर निर्भर करता है जिसका संबंध व्यक्ति के अंदर और बाहर बल से है। आमतौर पर परिपक्वता तीन प्रकार की होती है, शारीरिक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक परिपक्वता। अतः जिस व्यक्ति में सामाजिक जीवन में तालमेल बिठाने की समूह की इच्छा में अपनी भूमिकाओं के प्रति जागरूकता की विशेषताएं हैं, उसे सामाजिक रूप से परिपक्व व्यक्ति कहा जा सकता है। सामाजिक रूप से परिपक्व व्यक्ति को साथियों के साथ-साथ समाज द्वारा भी अच्छी तरह से स्वीकार किया जाता है। इस प्रकार सामाजिक परिपक्वता में आत्म-प्रभावकारिता, व्यावसायिक गतिविधियों, संचार, आत्म-निर्देशन और सामाजिक भागीदारी के रूप में सामाजिक क्षमताओं के विभिन्न पहलू होते हैं।

परिपक्वता कई प्रकार की होती है और सामाजिक परिपक्वता उनमें से एक है। सामाजिक परिपक्वता ही हमें स्वस्थ वयस्कों के रूप में कार्य करने में सक्षम बनाती है। उच्च स्तर की सामाजिक परिपक्वता का उच्च स्तर के सामाजिक कौशल से कुछ लेना-देना है। सामाजिक परिपक्वता आमतौर पर दो तरह से इस्तेमाल किया जाने वाला शब्द है जैसे व्यवहार के संदर्भ में जो वयस्कों के मानकों और अपेक्षाओं के अनुरूप होता है और दूसरा, उस व्यवहार के संदर्भ में जो व्यक्ति की उम्र के लिए उपयुक्त होता है। इस प्रकार, सामाजिक परिपक्वता सामाजिक परिवेश की अधिक विस्तृत धारणा की अनुमति देती है जो किशोरों को सामाजिक परिस्थितियों को प्रभावित करने और सामाजिक व्यवहार के स्थिर पैटर्न विकसित करने में मदद करती है। यदि कोई व्यक्ति सामाजिक व्यवहार के इन प्रतिमानों को अपनाने में धीमा है, तो उसे समाज द्वारा स्वीकार किए जाने और सामाजिक रूप से परिपक्व होने के लिए व्यवहार के अधिक परिपक्व पैटर्न को प्राप्त करने के लिए सामाजिक विकास में मंदबुद्धि माना जाता है।

सामाजिक परिपक्वता एक व्यक्तिगत प्रतिबद्धता है जिसे प्रत्येक व्यक्ति को उस दृष्टिकोण के रूप में करना चाहिए जो उसके दैनिक जीवन को प्रभावित करेगा। व्यक्तिगत स्कैन आत्म-संघर्ष के सामाजिक रूप से अपरिपक्व रवैये का विकल्प चुनते हैं या वे एक-दूसरे की कुल भलाई के लिए वास्तविक चिंता के सामाजिक रूप से परिपक्व रवैये का विकल्प चुन सकते हैं। वे स्वयं सहायता समूह का बहुत ही अनौपचारिक वातावरण हैं जहाँ व्यक्ति चर्चा करते हैं और अपनी समस्याओं और अपनी उपलब्धियों को एक दूसरे के साथ साझा करते हैं और शोषण किए जाने के डर के बिना साझा करते हैं (डिल्ड्स, 1982)।

निष्कर्ष

अन्वेषक ने उन कारकों का अध्ययन करने का प्रयास किया है जो हाई स्कूल के छात्रों की शैक्षिक उपलब्धि को प्रभावित करते हैं। मनोवैज्ञानिक और भावनात्मक रूप से संतुलित, बौद्धिक रूप से स्वस्थ और सामाजिक रूप से परिपक्व छात्र अपनी क्षमताओं को साकार करने में अधिक योगदान देंगे।

संदर्भ

1. अग्रवाल, वी.एल. (2007)। संज्ञानात्मक और गैर-संज्ञानात्मक चर के संबंध में किशोरों की सामाजिक परिपक्वता। अप्रकाशित पीएचडी थीसिस इन एजुकेशन, पंजाब यूनिवर्सिटी, चंडीगढ़।
2. अथानिमठ, जे.एस., और येंगी, जी. (2011)। II PUC विज्ञान के छात्रों में सामाजिक परिपक्वता और अवसाद का स्तर। कृषि पर कर्नाटक जर्नल, 24(4), 510-12।
3. ब्रोक्वार्ड, ए.जी. (2011)। कॉलेज छात्र मानसिक स्वास्थ्य: छात्र संबंध आकलन का उपयोग कर अवसाद और भावनात्मक बुद्धि के बीच संबंध। अर्कांसस विश्वविद्यालय।
4. दत्ता, ए. (2009)। छात्र शिक्षकों की भावनात्मक परिपक्वता बढ़ाने के लिए एक शैक्षिक कार्यक्रम को विकसित और कार्यान्वित करना।
5. गोयल, एस.पी., और गुप्ता, एम. (2010)। भावनात्मक परिपक्वता और किशोर लड़कियों के विवाह के प्रति दृष्टिकोण के बीच संबंध। जर्नल ऑफ़ कम्प्युनिटी गाइडेंस एंड रिसर्च, 362-366।

6. ग्रीन, एमजे (1989)। प्रतिस्पर्धी स्थितियों में एथलीटों के साथ मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप: एक समीक्षा, खेल मनोवैज्ञानिक, 3, 219-236।
7. ग्रीनबर्ग, ई।, जोसेलसन, आर।, केनर, सी।, और केनर, बी। (1995)। मनोसामाजिक परिपक्वता की माप और संरचना। युवा और किशोरावस्था का जर्नल, 4, 127-143.
8. केल्स, बी।, मैकक्रे, एन।, और ग्रीलिश, ए। (2020)। एक व्यवस्थित समीक्षा: किशोरों में अवसाद, चिंता और मनोवैज्ञानिक संकट पर सोशल मीडिया का प्रभाव। किशोरावस्था और युवा का अंतर्राष्ट्रीय जर्नल, 25(1), 79-93.
9. गुयेन, डी.टी., राइट, ई.पी., डेडिंग, सी., फाम, टी.टी., और बंडर्स, जे. (2019)। वियतनामी माध्यमिक विद्यालय के छात्रों में कम आत्म-सम्मान और चिंता, अवसाद और आत्महत्या के विचार के साथ इसका संबंध: एक क्रॉस-अनुभागीय अध्ययन। मनोचिकित्सा में फ्रंटियर्स, 698।
10. पेड्रेली, पी।, न्येर, एम।, येंग, ए।, जुलौफ़, सी।, और विलेंस, टी। (2015)। कॉलेज के छात्र: मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं और उपचार संबंधी विचार। अकादमिक मनोरोग, 39(5), 503-511।
11. सिंह, एस., और ठुकराल, पी. (2010)। हाई स्कूल के छात्रों की सामाजिक परिपक्वता और शैक्षणिक उपलब्धि। वैज्ञानिक और औद्योगिक अनुसंधान पर कैनेडियन जर्नल, 1(1), 6-9.
12. सिंह, एस., और ठुकराल, पी. (2011)। हाई स्कूल के छात्रों की भावनात्मक परिपक्वता और शैक्षणिक उपलब्धि। जर्नल ऑफ़ कम्युनिटी गाइडेंस एंड रिसर्च, 28(1), 91-93.
13. सुब्बारायण, के., और विश्वनाथन, जी. (2011)। कॉलेज के छात्रों की भावनात्मक परिपक्वता पर एक अध्ययन। विज्ञान और प्रौद्योगिकी में हालिया अनुसंधान, 3(1).
14. व्यास, सी. (2008)। सह-शिक्षा और यूनियन शिक्षा स्कूलों के किशोरों में चिंता, भावनात्मक परिपक्वता, सुरक्षा-असुरक्षा का तुलनात्मक अध्ययन। 20 मई, 2011 को लिया गया।
15. वांग, पी।, वांग, जे।, यान, वाई।, सी, वाई।, ज्ञान, एक्स।, और तियान, वाई। (2021)। चीनी जूनियर हाई स्कूल के छात्रों के बीच अकेलापन और अवसाद के बीच संबंध: इंटरनेट गेमिंग डिसऑर्डर, सोशल नेटवर्क उपयोग और सामान्यीकृत पैथोलॉजिकल इंटरनेट उपयोग की धारावाहिक मध्यस्थता भूमिकाएं। मनोविज्ञान में फ्रंटियर्स, 11, 4030।