

APPENDIX : 10

अग्रिम शिक्षा का केन्द्र

मनोविज्ञान व शिक्षा विभाग

महाराजा सयाजीराव विश्वविद्यालय, बड़ौदा

केवल शोध के लिए

आत्म सम्मान मापक

प्यारे मित्र,

यहाँ कुछ कथन दिए गए हैं। आपको हर कथन के सामने पाँच विकल्प दिए गए हैं। यानि “पूर्ण सहमत” “सहमत”, “अनिश्चित”, “असहमत”, “पूर्ण असहमत”। कृपया अपनी सहमती व असहमती सही विकल्प पर वृत्त लगाकर करें। यदि आप कथन से पूर्ण सहमत हैं तो “पू स” पर वृत्त लगाएं। यदि आप कथन से सहमत हैं तो “स” पर वृत्त लगाएं। यदि आप किसी कथन का निर्णय नहीं कर पाएं तो “अ” पर वृत्त लगाएं। यदि आप किसी कथन से असहमत हैं तो “अस” पर वृत्त लगाएं। यदि आप किसी कथन से पूर्ण असहमत हैं तो “पू अस” पर वृत्त लगाएं।

कृपया सभी कथनों पर अलग-अलग विचार करें। अपनी प्रतिक्रिया को वृत्त लगा कर सही विकल्प बताएं।

पूरी गोपनीयता रखी जाएगी।

तालिका

पूर्ण सहमत	-	पू स	अनिश्चित	-	अ
सहमत	-	स	असहमत	-	अस
			पूर्ण असहमत	-	पू अस

1.	मैं बातचीत शुरू करना बहुत अच्छी तरह जानता हूँ।	पू स	स	अ	अस	पू अस
2.	मुझे लगता है कि लोग मुझे ज़रूरी मानते हैं।	पू स	स	अ	अस	पू अस
3.	मुझे काम करने के लिए दूसरों से प्रेरणा चाहिए।	पू स	स	अ	अस	पू अस

4.	जब मुझे भरपूर सराहना न मिले तो काम जारी रखना कठिन लगता है।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
5	जिन वस्तुओं की मैंने इच्छा की है वह मेरे पास मौजूद है।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
6.	किसी समूह के सामने बात करना मुझे बहुत कठिन लगता है।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
7	मैं कम स्त्रोतों से भी उच्च कोटि के नतीजे पैदा कर सकता हूँ।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
8.	किसी दिए हुए कार्य को करने पर मैं उससे भी अच्छे नतीजे पेश कर सकता हूँ।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
9.	जिन विषयों के बारे में मैं अनभिज्ञ हूँ उन से कतराता हूँ।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
10	मेरे पड़ोसी मेरे से मैत्रीपूर्ण हैं।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
11	हम अवकाश के दौरान इकट्ठे बैठ कर चुटकुले सुनाते हैं।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
12	मेरे मित्र प्रतिभा व कला में मुझसे कहीं अधिक निपुण हैं।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
13	मुझे लोगों से मेलमिलाप बढ़ाना अच्छा लगता है।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
14	मुझे ज्ञान की खोज करना व नई बातें जानना अच्छा लगता है।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
15	जब कोई मुझे भावनात्मक रूप से चोट पहुँचाता है तो मैं रोता हूँ।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
16.	मैं साधारणतया अपनी गलती महसूस कर लेता हूँ और फिर उस गलती को दोबारा नहीं करता।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
17.	मुझे खोजबीन करना व बात की तह तक जाना नहीं आता।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
18.	मैं अपने मित्रों व गुरुजनों द्वारा अपनी गलतियाँ बताया जाना सहर्ष मान लेता हूँ।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस

19	मुझे ऐसा लगता है जैसे मैं बिल्कुल निकम्मा हूँ।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
20	मैं स्वयं कोई काम कुशलता पूर्वक नहीं कर पाता।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
21	मैं कठिन व जटिल समस्याएं भी आसानी से सुलझा सकता हूँ।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
22	मेरे गुरु किसी खास काम के लिए मेरा चुनाव नहीं करते।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
23	मुझे कोई भी नहीं समझता।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
24	लोग मुझे कार्यकुशलता की वजह से अलादीन का चिराग कहते हैं।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस
25	मुझे लगता है कि मुझे गुस्सा जल्दी आ जाता है।	पूरा	स	अ	अस	पूरा अस

● ● ● ● ● ●

APPENDIX : 10a

**CENTRE OF ADVANCED STUDIES IN EDUCATION
FACULTY OF EDUCATION & PSYCHOLOGY
M.S. UNIVERSITY OF BARODA
BARODA**

ONLY FOR RESEARCH

SELF-ESTEEM SCALE

Dear Friend,

Here some statements are given. In front of each of the statements, five options have been given, namely, 'Strongly Agree', 'Agree,' 'Undecided', "Disagree and 'Strongly Disagree. Please indicate your agreement or disagreement at the appropriate option by encircling it. If you strongly agree, mark the circle on 'SA', if you 'agree', mark on 'A', if you are undecided in your option, mark circle on 'U', if you 'disagree' on some option, mark on 'D' and if 'strongly disagree' on option, mark a circle on 'SD'.

Please think over all statements separately.

Indicate your reactions by marking a circle on the appropriate option.

complete confidentiality will be maintained,

LEGEND	
Strongly Agreed	'SA'
Agreed	'A'
Undecided	'U'
Disagree	'D'
Strongly Disagree	'SD'

Sr.	Statements	SA	A	U	D	SD
1.	I find it very easy to start conversation.	SA	A	U	D	SD
2.	I do feel I am important to people whom I know.	SA	A	U	D	SD
3.	I need the help/support of others to solve my problems.	SA	A	U	D	SD
4.	I find it hard to continue work when I do not get enough encouragement	SA	A	U	D	SD
5.	I have got the things I have desired.	SA	A	U	D	SD
6.	I find it hard to talk in front of a group.	SA	A	U	D	SD
7.	I can make best use of scanty resources.	SA	A	U	D	SD
8.	Given a task, I can produce effective results.	SA	A	U	D	SD
9.	I shirk new jobs about which I am ignorant.	SA	A	U	D	SD
10.	My neighbours are friendly to me.	SA	A	U	D	SD
11.	We sit during the break and share jokes.	SA	A	U	D	SD
12.	My friends are more talented artists than me.	SA	A	U	D	SD
13.	I enjoy mixing-up with people.	SA	A	U	D	SD
14.	I am always thirsty for knowledge and learning new things.	SA	A	U	D	SD
15.	I weep when somebody hurts me emotionally	SA	A	U	D	SD
16.	I usually realise my mistake and avoid repeating it.	1	2	3	4	5

Sr.	Statements	SA	A	U	D	SD
17.	I lack inquisitiveness and inquiring mind.	1	2	3	4	5
18.	When my friends/teachers criticise me, I take it sportingly.	1	2	3	4	5
19.	I feel I am good for nothing.	1	2	3	4	5
20.	I feel I am incapable of doing efficient work.	1	2	3	4	5
21.	I can solve even complicated problems easily.	1	2	3	4	5
22.	My teachers ignore me for any important job	1	2	3	4	5
23.	No one seems to understand me.	1	2	3	4	5
24.	People call me lamp of Aladin because of my efficiency to work.	1	2	3	4	5
25.	I feel I am short tempered.	1	2	3	4	5