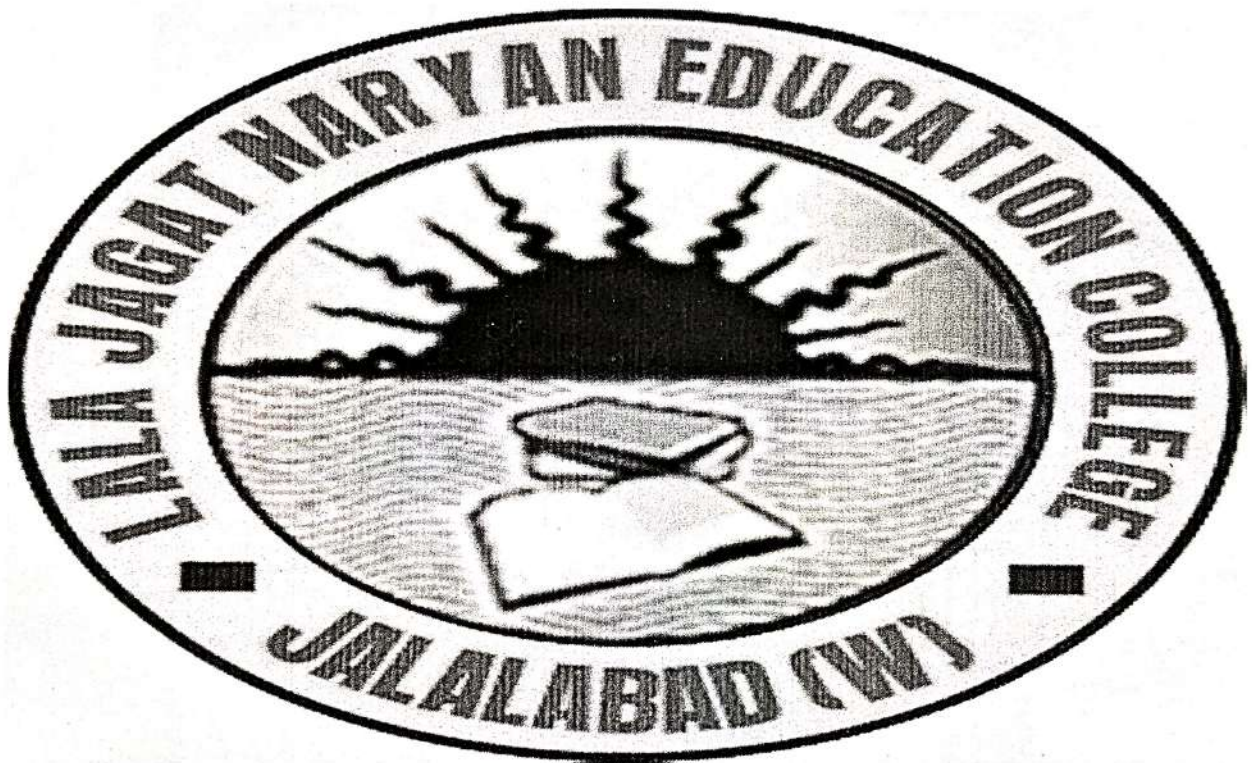


**Lala Jagat Naryan Education
College, Jalalabad (w)**



M.Ed. PRACTICAL

SESSION- 2025-27

SEMESTER- 2nd

Experiment - 3Adjustment InventoryStatement of the Experiment:-

To Interpret the Adjustment of subject using Adjustment Inventory.

Author of test:- Prof. A.K.P. Sinha
Prof. R.P. Singh

Publisher of test:- Manavayan Kendra
249, Noonia
Street Mercat Cantt (250001)

Introduction:- Human beings have distinctive capacity to aware of oneself to understand oneself. Beside man has a unique notion of living in formal society. Both these focus raise question of attaining a degree of inner harmony in interpersonal relation. These question relate to man's adjustment psychological or well as physiological.

The dictionary meaning of the word adjustment is to fit, make suitable, adapt, modify or harmonize. Thus, when we make adjustment between two things, we adopt or modify on or both of them.

There has been a continuous struggle between the needs of individual and external forces. Therefore, the adaptation or changing a one self or one surrounding according of external environment become an basic need for survival.

* Definitions:-

According to Webster:- Adjustment is the establishment of a satisfactory relationship or representing harmony, conformance, adaption or the living.

According to James Driver (1952)- Adjustment mean the modification to compensar or meet Special Condition.

* According to Shalfer (1961) - Adjustment

is the process by which living organisms maintain a balance between its needed an circumstances that influences the satisfactory of there needs.

It may be concluded that in Comport adjustment is a condition on stable in which the behaviour Comports to the demand of culture.

* Characteristic of A well adjusted person

A well adjusted person is supported to process the following.

* Awareness of his own strength and limitations.

* Respecting himself and others.

* An adquate of Absorption.

* Sotification of Basic needs.

* The Capacity to deal with any type of Circumstances.

Serial No.

Notes

Date

4

problems of Adjustment :- when some obstacles obstruct the individual from reaching his goals, it places adjustive demand on individual. Individual problems are classified into categories.

1. Frustration :- A condition of being wanted by obstacles that block progress towards a desired goal, leads in frustration. Frustration is a psychological state resulting from the blocking of goal.

2. Conflicts :- It is a state when two or more equally strong motives or values that can't be satisfied fully at the same time.

3. Pressure :- It is produced by the environment and can give rise to stress. Pressure may be from parents, school and even self. Pressure can originate from external and internal source. Students may feel under pressure to get good scores.

* Description of the Inventory :-

This inventory intended to use with highest school and college students ranging in age from 11 years to adulthood. There are separate sheets for males and females. The tool is chiefly meant for discriminating well adjusted student from poorly adjusted ones.

1. Home adjusted
2. Social adjusted
3. Health and emotional
4. School College Adjustment.
5. Emotional Adjustment

The inventory include all items equally distribution among five area of adjustment the respondents are required to record their responses in 2 categories "yes" or "No". The inventory is non-timed. In general students take 30 to 35 mint in going through the instruction and recording their responses.

Reliability :- Coefficient of reliability

was determined by (i) split-half method (ii) Hoyt's analysis of variance method (iii) $k-r$ formula - 20

Test retest reliability was also determined by administering the test after a period of 3 weeks on 228 students.

which is 10 percent of the total sample. The following the reliability coefficients determined by different methods

Validity :- In item analysis, validity coefficients were determined

for each item by bi-serial correlation method and only those items were retained

which yielded bi-serial correlation with both the criteria (i) total score, and (ii) area score,

significant at .001 level. Inter correlations among the five areas of the inventory were calculated. The correlation matrix is presented in

Topic

Notes

Date

Particulars of Subject

Name — Harmanjeet Singh

Age — 24

sex — Male

Qualification — B. Ed

Physical & Mental Health — Sound

Material required

Adjustment Inventory, pen, pencil etc.

Instruction :- After making the subject set properly and establishing rapport with her, subject was given instruction these are as follows.

This is an adjustment inventory. There were 50 statements from different areas of adjustment. Every question has 3 options "yes or No" circle one of the answers which you think is most suited to you. Read statement carefully.

There is no need to hesitate. Your answer will be kept

Secret.

After giving the Instruction, the subject was asked to start the test, after giving her test, after giving her list booklet. The subject took nearly 20 min to complete test and handed over to the expert.

Scoring - Each item is there are separate Scoring ~~the~~ sentencils for each page area will put appropriate ask by on the test shut on see hours many responses are enriched. Can't such responses for each page.

Interpretation -

My Subject score 14 in home, adjustment 11 in social adjustment 25 in health 29 Emotional adjustment and 18 in Educational Total Score was 87. on the basis of above row scores, we can calculate the percentage of individual the percentage of my subject is 85. still has overall adjustment.

Topic

Notes

Date

References :-

1. Dr. V.K. Mittal - "Adjustment Inventory"

2. Mangal K. K. - Psychological foundation.

3. Chohan S.S. - Advanced Educational psychology

Ans

REUSABLE BOOK

OF

ATCS

[Hindi Version]

Prof. A.K.P. Sinha (Patna)

Prof. R. P. Singh (Patna)



T.M. Regd. No. 584838
Copyright Regd. No. ©A-73258/2005 Dt. 13.5.05

Estd. 1971

© (0562) 2464926

NATIONAL PSYCHOLOGICAL CORPORATION

4 / 230, KACHERI GHAT, AGRA - 282 004 (U.P.) INDIA

3. You have this booklet in which some items relating to your personality are given and your answers are to be marked on the separate answer sheet provided.
4. You will find two cells against each item on the answer sheet. Look from your table, left hand cell is indicating 'Yes' response, while the right hand cell is indicative of 'No' response. Out of these two cells, you have to draw a circle around any one cell which is applicable to you. Keep in mind that no item is false or true. What is true concerning you, draw a circle around that only. If the answer of a item is 'Yes' about you, draw a circle around the left hand cell and if it is 'No', draw a circle around the right hand cell.
5. Your responses will be kept completely secret. So answer them without any hesitation.
6. There is no time limit, but try to finish it as early as possible.

INSTRUCTIONS FOR SCORING

The inventory is reusable with answer sheet for responses given by the students. Transparent scoring keys are provided separately for each area and the responses marked under circle are considered and each response has to be assigned a weightage of One (1) score.

Sr. No.	Adjustment Areas		Item No. Serial wise		Total
a क	HOME	YES	1, 6, 10, 15, 17, 20, 27, 34, 38, 49, 54, 58, 66, 100	14	16
		NO	45, 70	02	
b ख	HEALTH	YES	4, 7, 16, 21, 24, 28, 35, 36, 42, 46, 50, 59, 62, 67, 71	15	15
		NO	—	—	
c ग	SOCIAL	YES	5, 12, 32, 39, 51, 55, 72, 74, 77, 80, 83	11	19
		NO	18, 25, 63, 76, 85, 89, 91, 97	08	
d घ	EMOTIONAL	YES	2, 8, 11, 13, 19, 22, 26, 29, 31, 33, 40, 43, 47, 52, 56, 60, 64, 68, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 92, 95, 96, 98, 102	29	31
		NO	99, 101	02	
e च	EDUCATIONAL	YES	3, 9, 14, 23, 30, 37, 41, 44, 48, 53, 57, 65, 69, 73, 79, 86, 88, 94	18	21
		NO	61, 82, 93	03	
1 Score awarded each item				TOTAL	102

निर्देश

1. जब तक आपसे कहा न जाये, तब तक कोई पृष्ठ न पलटें।
2. इस पुस्तिका पर कुछ न लिखें तथा इसका उपयोग सावधानी से करें। जिसका इसका पुनः उपयोग किया जा सके।
3. इस पुस्तिका में कुछ कथन आपके व्यक्तित्व से सम्बन्धित हैं तथा आपको अपने उत्तरों को अलग उत्तर-सूची पर अंकित करना है।
4. उत्तर-सूची में आपको प्रत्येक कथन की संख्या के सामने खाने हैं, आपकी ओर से बायीं तरफ वाला खाना प्रत्युत्तर का तथा दायीं तरफ वाला खाना प्रत्युत्तर का संकेत-सूचक है। इन दोनों खानों में से आपको किसी एक, जो कि आपके लिए उपयुक्त होता हो, पर एक गोला खींचना है। यह ध्यान रखें कि कोई भी प्रश्न गलत या सही नहीं है। जो आपके सम्बन्ध में सही है केवल उसी पर गोल घेरा खींचना है। यदि आपका उत्तर है तो बायीं ओर वाले खाने में तथा यदि आपका उत्तर है तो दायीं ओर वाले खाने में गोल घेरा खींचिए।
5. आपके प्रत्युत्तरों को पूर्ण रूप से गुप्त रखा जायेगा इसलिए बिना संकोच के उत्तर दीजिए।
6. यद्यपि समय की कोई सीमा नहीं है, फिर भी आप कोशिश करें जितना शीघ्र हो सके काम समाप्त करें।

क्र.सं.

वक्तृत्व

1 क

क्या कभी आपको घर जाने की प्रबल इच्छा हुई है?

2 घ

क्या आप प्रायः दिवा-स्वप्न देखते हैं ?

3 च

क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके बहुत से दोस्तों का बहुत से विषयों पर आपसे कहीं अधिक अच्छा शिक्षा का आधार है।

4 ख

बाधा पहुँचाने लायक कोई हल्ला नहीं होते हुए भी क्या आपको कभी-कभी आने में कठिनाई होती है?

5 ग

किसी सार्वजनिक स्थान पर क्या आप अपने दोस्तों से मिलने से भागते हैं?

6 क

क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके घर में सच्चे प्रेम और स्नेह की कमी है?

7 ख

दिन के अन्त में क्या आपको बहुत थकावट मालूम होती है?

8 घ

क्या आप प्रायः कठिनाई का अनुभव करते हैं?

9 च

क्या आप अपनी कमजोर स्मृति के कारण चिन्तित रहते हैं?

10 क

क्या रुपयों की कमी के कारण आपका घर आपके लिए दुःखमय हो गया है?

11 ग

क्या आप आसानी से हतोत्साहित हो जाते हैं?

12 ग

क्या आप लजालु प्रकृति के हैं?

13 ग

क्या आप वाद-विवाद में उत्तेजित हो जाते हैं?

14 च

क्या आपकी दिलचस्पी विद्वानों से अधिक सिनेमा अभिनेताओं में है?

15 क

क्या आपके माता-पिता ने, जिन साथियों के साथ आप घूमते रहते हैं, उनके साथ रहने के लिए विरोध किया है?

16 ख

क्या आप कभी बड़े चीड़-फाड़ (ऑपरेशन) से गुजरे हैं?

17 क

क्या आपके माता या पिता बहुत जल्दी चिड़चिड़ा जाते हैं?

18 ग

क्या आप किसी सभा में वक्ता से सामान्यतः प्रश्न पूछते हैं?

19 ग

क्या आप अपने को अधीर (nervous) व्यक्ति मानते हैं?

20 क

क्या आप अपने भाईयों या बहनों से प्रायः झगड़ते हैं?

21 ख

क्या आपको प्रायः चक्कर आता है?

क.सं.

19. ख क्या आपको अपने विरुद्ध कही गई मामूली सी बात भी खलती है?
20. ख पढ़ी हुई चीज क्या आप आसानी से भूल जाते हैं?
21. ख क्या कभी-कभी देखने में आपकी आँखों पर जोर पड़ता है?
25. ग क्या आपने अपने आप किसी सामाजिक जलसे (कार्यक्रम) का आयोजन किया है?
26. ग क्या अपने मस्तिष्क में उठते हुए उलटे-पुलटे विचारों के कारण आप सो नहीं सकते हैं?
27. ख क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके माता-पिता आपके प्रति जरूरत से ज्यादा कठोर हैं?
28. ख सुबह उठने पर क्या आप थके हुए महसूस करते हैं?
29. ख अपमानजनक अनुभव से क्या आप देर तक चिन्तित रहते हैं?
30. ख भविष्य में आपका क्या पेशा होगा, इसके लिए क्या आप बहुत चिन्तित रहते हैं?
31. ख क्या आपको अपनी कठिनाइयों को अपने शिक्षक के सामने रखने में भय होता है?
32. ग क्या आपको जनता के बीच बोलने में कठिनाई होती है?
33. ख क्या आप मामूली सी बात पर रो पड़ते हैं?
34. क क्या आपके मन में अपने परिवार के सदस्यों के प्रति प्रेम और घृणा के विरोधाभासी भाव पैदा होते हैं?
35. ख क्या आपको प्रायः गले (throat) में तकलीफ होती है?
36. ख क्या आपको प्रायः मतली या उल्टी (कं) की शिकायत होती है?
37. ख क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके शिक्षक अन्य विद्यार्थियों का पक्ष लेते हैं?
38. क क्या आपके परिवार के किसी वरिष्ठ व्यक्ति ने आपके चेहरे की आलोचना कर आपको दुःखी किया है?
39. ग क्या आप लोगों के बीच रहते हुए भी अकेलेपन का अनुभव करते हैं?
40. ख परीक्षाओं के कम अंक पाने के कारण क्या आप खिन्न रहते हैं?
41. ख क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके दोस्तों का परीक्षाफल इसलिये अच्छा होता है क्योंकि उन्हें अच्छी सुविधाएँ प्राप्त हैं?
42. ख क्या आप बचपन में काफी बीमार रहे थे?

क्र.सं.

कक्षा

43. घ. जिस खुशी से दूसरे खुश हों उससे कभी आप ईर्ष्या करते हैं?
44. च. क्या आप परीक्षा देने से डरते हैं ?
45. क. क्या आप अपने घर के वर्तमान वातावरण से खुश और सन्तुष्ट हैं ?
46. ख. क्या आपको कभी-कभी तीव्र सिर दर्द होता है ?
47. ग. किसी ऊँची जगह पर चढ़ जाने पर क्या आपको कभी ऐसी आशंका होती है कि आप कूद न जायें ?
48. च. कक्षा में पढ़ाए गए विषयों को ग्रहण करने में क्या आपको कठिनाई होती है?
49. क. क्या आपको घर से बहुत कम सहायता मिलती है ?
50. ख. बीमारी के कारण क्या आप प्रायः कॉलेज से अनुपस्थित रहते हैं ?
51. ग. कक्षा में बोलने के डर से क्या आप कभी कक्षा में प्रश्नों के उत्तर नहीं दे सके हैं?
52. घ. क्या आप आसानी से क्रोधित हो जाते हैं?
53. च. क्या पढ़ाई में मन लगाने में आपको कठिनाई होती है?
54. क. क्या आप में ऐसी हीन भावना होती है कि आपके दोस्तों के घर के वातावरण आपसे अधिक सुखद हैं?
55. ग. क्या आप सड़क इसलिए पार कर जाते हैं कि किसी अमुक व्यक्ति से आपको मुलाकात न हो जाये?
56. घ. हीन भावना के कारण क्या आप दुःखी रहते हैं?
57. च. कक्षा में टिप्पणी लिखने में क्या आपको कठिनाई होती है?
58. क. क्या आप समझते हैं कि आपके माता-पिता पुराने विचारों के हैं?
59. ख. क्या कभी-कभी आप चर्म रोग से पीड़ित रहते हैं?
60. घ. आने वाली सम्भावित मुसीबतों से क्या आप चिन्तित रहते हैं?
61. च. क्या आप परीक्षा की तैयारी करना जानते हैं?
62. ख. क्या आप शारीरिक अस्वस्थता के कारण हमेशा चिन्तित रहते हैं?
63. ग. क्या आप आसानी से दोस्त बना लेते हैं?

क्र.सं.

कथन

- 86 च क्या आप ऐसा सोचते हैं कि आपके शिक्षकों को आपसे दिलचस्पी नहीं है?
- 87 घ क्या कभी-कभी लोग आपसे लाभ उठा लेते हैं?
- 88 ख क्या आप इसलिए चिन्तित रहते हैं कि आपके शिक्षक आपमें विद्यमान योग्यताओं एवं क्षमताओं का कम अनुमान लगाते हैं?
- 89 ग क्या आप किसी निर्जीव समूह में अगुआ बनकर उसमें जागृति ला देना चाहते हैं?
- 90 घ क्या आपका दिमाग कभी-कभी इतना भ्रमित हो जाता है कि आप कर रहे काम का सिलसिला भूल जाते हैं?
- 91 ग क्या आप समूह के साथ काम करना पसन्द करते हैं?
- 92 घ बिना किसी कारण के क्या आपको कभी सुख और कभी दुःख के भाव आते रहते हैं?
- 93 ख क्या आप ऐसा सोचते हैं कि आपने ऐसे पाठ्यक्रम का चुनाव किया है जो आपके लिए सबसे अधिक उपयोगी होगा?
- 94 ख कक्षा में जो प्रगति होती है उसके अनुकूल कार्य करने में क्या आपको कठिनाई होती है?
- 95 घ क्या आप ऐसा विचार करते हैं कि पढ़ाई समाप्त करने के बाद आपको अपनी रुचि के अनुसार कोई काम नहीं मिलेगा?
- 96 घ क्या आपको ऐसा लगता है कि आपका इस संसार में आना बेकार है?
- 97 ग क्या कॉलेज में आपके ऐसे बहुत से मित्र हैं जिन पर आपको विश्वास हो?
- 98 घ क्या आप कभी अनजाने में कुछ कार्य कर डालते हैं?
- 99 घ क्या आप अपने सहपाठियों के साथ छोटी-छोटी बातों पर झगड़ा करते हैं?
- 100 क घर में शान्ति रखने के लिए क्या आपको घर से बाहर रहना पड़ता है?
- 101 घ जब कोई शिक्षक किसी दूसरे छात्र की प्रशंसा करते हैं तो क्या आप दुःखी नहीं होते हैं?
- 102 घ क्या आप विचारों में इतना अधिक खोए रहते हैं कि आप यह नहीं देखते कि आसपास

क.सं.

वक्तृत्व

64. उ. क्या आप इस बात से परेशान रहते हैं कि सड़क पर लोग आप ही को देख रहे हैं?
65. च. क्या रात में काफी सो लेने के बावजूद आपको कक्षा में नींद आती है?
66. क. क्या आपको ऐसा लगता है कि आप अपने माँ बाप के लिए बोझ हैं?
67. ख. क्या आपका स्वास्थ्य हमेशा आपको परेशान करता है?
68. घ. क्या आप आलोचना से बहुत अधिक विचलित हो जाते हैं?
69. च. क्या आप कभी-कभी कॉलेज छोड़ देने की सोचते हैं?
70. क. क्या आप अपने भाइयों और बहनों के व्यवहार से सन्तुष्ट हैं?
71. ख. छूत-रोग लग जाने का डर क्या आपको प्रायः बना रहता है?
72. ग. जब कोई शिक्षक आपके यहाँ अचानक आ जाते हैं तो क्या आप घबड़ा जाते हैं?
73. उ. जो कुछ आप पढ़ते हैं उसकी उपयोगिता में क्या आपको सन्देह रहता है?
74. ग. किसी अपरिचित से बात शुरू करने में क्या आपको कठिनाई होती है?
75. घ. क्या आप आसानी से घबड़ा जाते हैं?
76. ग. क्या आप त्यौहार अथवा अन्य मनोरंजक आयोजनों में सम्मिलित होना चाहते हैं?
77. ग. जब किसी कमरे में कुछ लोग बैठे बातें कर रहे हों, तो आपको क्या उस कमरे में जाने में संकोच होता है?
78. घ. बिना किसी प्रकट कारण के क्या आपसी मानसिक स्थिति बिगड़ जाती है?
79. च. क्या आपको अपने विचारों को लिखकर व्यक्त करने में कठिनाई होती है?
80. ग. क्या आप प्रायः अकेलापन महसूस करते हैं?
81. घ. जब आप अकेले रहते हैं तो क्या अंधेरे में डर जाते हैं?
82. च. क्या आप ऐसा सोचते हैं कि आपको अपने शिक्षक से प्रोत्साहन मिलता है?
83. ग. दूसरे की भावनाओं को ठेस पहुँचाने वाली बात कहने में क्या आप सावधान रहते हैं?
84. घ. क्या आप कार्य उपलब्धि की अपेक्षा प्रशंसा से अधिक प्रसन्न होते हैं?
85. ग. अपने किसी महत्वपूर्ण उद्देश्य की पूर्ति के लिए क्या आप दूसरों की भावनाओं को अवहेलना करते हैं?