

Psychological Test II

Bell's Adjustment Inventory (BAI)

बेल यांची समायोजन शोधिका

हेतु (PURPOSE)

डॉ. आर के ओझा यांची समायोजन शोधिका वापरून परीक्षणार्थीच्या समायोजन पातळीचे मापन करणे.

साहित्य (MATERIAL)

डॉ. आर के ओझा यांची बेल समायोजन शोधिका, उत्तरपत्रिका, मॅन्युअल (मार्गदर्शन पुस्तिका) पेपर, पेन्सिल, लाकडी पडदा इत्यादी.

प्रस्तावना (INTRODUCTION)

समायोजन ही व्यक्तिगत वर्तन पातळी आहे. दैनंदिन जीवनात वावरताना व्यक्तीला नेहमीच आपली मते प्रभावीपणे मांडता येत नाहीत. स्वतःच्या आवडी-निवडींना मुरड घालावी लागते. स्वतःच्या गरजा पूर्ण करण्यासाठी मनुष्य सभोवतालच्या परिस्थितीशी सतत विविध प्रकारे आंतरक्रिया करतो आणि स्वतःची जबाबदारी कशी पार पाडतो यावर त्याचे समायोजन अवलंबून असते. पण याचबरोबर सभोवताची परिस्थिती ही सतत बदलत असते आणि स्वतःच्या गरजा पूर्ण करण्यासाठी मनुष्य सभोवतालच्या परिस्थितीशी सतत विविध प्रकारे आंतरक्रिया करतो आणि स्वतःची जबाबदारी कशी पार पाडतो यावर त्याचे समायोजन अवलंबून असते. पण याचबरोबर सभोवताची परिस्थिती ही सतत बदलत असते आणि यानुसारच व्यक्तीला आपल्या वर्तनात बदल घडवून परिस्थितीशी समायोजन करावे लागते. यावरूनच समायोजनाच्या काही व्याख्या पुढीलप्रमाणे –

व्याख्या (definition)

- वैयक्तिक आवडी-निवडी, गरजा तसेच सामाजिक घटक यांना अनुसरून योग्य त्या समाजमान्य प्रतिक्रिया देणे म्हणजे समायोजन होय.
- बाह्य आणि अंतर्गत उद्दिष्टांना अनुसरून प्रतिक्रिया देणे म्हणजेच समायोजन होय.
- परिस्थितीच्या गरजेनुसार व्यक्ती वर्तनामध्ये घडून येणारे बदल म्हणजे समायोजन होय.
- समायोजन म्हणजे व्यक्ती आणि त्याच्या सभोवताची परिस्थिती यांच्यामधील आंतरक्रिया होय.

अशा पद्धतीने समायोजनाच्या काही व्याख्या सांगितल्या आहेत. ज्यावरून हे लक्षात येते की समायोजन ही एक मानसिक प्रक्रिया आहे की, ज्यामध्ये व्यक्ती स्वतःच्या आवडी-निवडी व गरजांना अनुसरून समाजमान्य प्रतिक्रिया देते. ज्यामध्ये व्यक्तीच्या अंतर्गत व बाह्य उद्दिष्टांचाही समावेश असतो. समायोजनामध्ये व्यक्ती व सभोवताची परिस्थिती यांच्यामध्ये आंतरक्रिया घडवून येते.

समायोजन प्रक्रिया (Adjustment Process)

समायोजन ही एक निरंतर चालणारी मानसिक प्रक्रिया आहे की, ज्याचा उगम मानसिक पातळीवर होतो. ही समायोजनाची प्रक्रिया पुढीलप्रमाणे

1) प्रेरणा (Motivational)

विविध शारीरिक व मानसिक घटकामुळे व्यक्ती एखादे उद्दिष्ट पूर्ण करण्यासाठी व्यक्ती प्रेरित होते. वर्तनामागील सातत्य हे प्रेरणेमुळेच होते. व्यक्तीला कार्यप्रवृत्त करण्यास प्रेरणाच महत्त्वपूर्ण असते. आणि प्रत्येक व्यक्तीच्या वर्तनामागे कोणती ना कोणती प्रेरणा असते. प्रेरणा हा समायोजन प्रक्रियेतील पहिला महत्त्वाचा टप्पा आहे.

2) वैफल्य किंवा विफलता (Frustration)

विविध प्रेरणेमुळे व्यक्ती ध्येय साध्य करण्यासाठी प्रवृत्त होते. मात्र कधी-कधी प्रेरणापूर्तीच्या मार्गात अडथळे येतात की, ज्यामुळे व्यक्ती विफल होते. शिक्षणाची तीव्रता असणाऱ्या तरुणाला केवळ घराच्या जबाबदाऱ्यामुळे शिक्षण अपूर्ण सोडावे लागत असेल तर अशा व्यक्तीमध्ये विफलता येते.

3) बहुविध प्रतिक्रिया

वैफल्यग्रस्त अवस्थेमधून बाहेर पडण्यासाठी वैफल्य दूर करण्यासाठी व्यक्ती बहुविध प्रयत्न करते की, ज्यामधून वैफल्य दूर करून व्यक्ती समस्यापूर्तीकडे वाटचाल करते. जसे की, नोकरी करून शिकणारी मुले. मात्र महाविद्यालयांमध्ये प्रवेश घेऊन बहिस्त विद्यार्थी म्हणून प्रवेश घेऊन मित्रांशी संपर्क साधून अशा विविध मार्गांनी शिक्षण पूर्ण करण्यासाठी प्रयत्न करतात.

4) समस्यापूर्ती

बहुविध प्रयत्नांमधून शेवटी समस्यापूर्ती होते अर्थात प्रेरणापूर्ती होते. समस्यापूर्ती ही समायोजन प्रक्रियेतील शेवटची अवस्था आहे. या ठिकाणी समायोजनाची प्रक्रिया पूर्ण होते.

एकंदरीत विशिष्ट प्रेरणेमुळे व्यक्ती क्रियाप्रवृत्त होते. मात्र काही अडथळ्यामुळे व्यक्तीमध्ये विफलता येते. ही विफलता दूर करण्यासाठी व्यक्ती विविध प्रयत्न करते व त्यातून शेवटी समस्येचे समाधान होऊन समायोजन प्रक्रिया संपुष्टात येते.

सुसमायोजित व्यक्तींची लक्षणे (Characteristic of well-adjusted persons)

कोणी पाहिलेले असो वा नसो, वस्तू मौल्यवान असो वा नसो ज्याची त्याला वस्तू परत करणे असा स्थायी स्वभाव ज्या व्यक्तीच्या वर्तनात आढळतो. अशा व्यक्ती सुसमायोजित होय. यापैकी काही वैशिष्ट्ये पुढीलप्रमाणे

1) वास्तववादी विचारसरणी

वाळूचे किल्ले न बनवता हवेत अधांतरी चालताना जमिनीवर पाय टेकले असावेत असा वास्तववादी विचार करणाऱ्या व्यक्ती सुसमायोजित असतात. समस्यात्मक परिस्थितीवर तोडगा काढताना आपल्या आवाक्यातील व वास्तवावर आधारित अशा मार्गांचा अवलंब करतात. कल्पना विश्वात रममान होण्याची ‘रोखचिल्ली वृत्ती’ अशा व्यक्तींमध्ये आढळत नाही. स्वतःच्या मर्यादा, कुवती यांची या व्यक्तीस यथार्थ जाणीव असते. पूर्वग्रह दूषित विचारसरणीला पूर्णपणे फाटा देऊन पूर्णपणे विश्लेषण करतात. समस्या टाळून पलायनवाद यांना मान्य नसतो. तसेच त्यांच्या वर्तनात सुसंगती, निश्चिंतता आढळते. यांचे विचार समतोल असतात. मुख्य म्हणजे विचार आणि आचार यांच्यात एक वाक्यता असते.

2) विधायक दृष्टिकोन

एक चांगला विचार हा दहा वाईट विचारांना मागे सारतो. या उक्तीप्रमाणे विधायक आचारात विचार हे सुसमायोजित व्यक्तीचे ठळक वैशिष्ट्य होय. वाईटातून चांगले निष्पादन करण्याकडे यांचा कल असतो. प्रतिकूल परिस्थितीमुळे खचून न जाता चिकाटीने उद्दिष्टप्राप्ती करणे महत्त्वाचे मानतात. “प्रतिकूलतेकडून अनुकूलतेकडे” हे त्यांचे ब्रीदवाक्य असते. शांत, संयमी, सहिष्णू, सहनशील भूमिकेशी कसलीही तडजोड न स्वीकारणाऱ्या व्यक्ती जीवनभर उदात्त ध्येयाने झपाटलेल्या असतात. उदा. मदर तेरेसा, बाबा आमटे, महात्मा फुले अशा व्यक्तींचा जीवन आलेख पाहिल्यास वरील विचारांची प्रचिती येते.

3) ताण-तणावांना सामोरे जाणे

जीवन म्हणजे यशापयशाचा लपंडाव होय. कधी यश मिळणार नाही तर कधी अपयश. सुखाने होरपळून जायचे नाही तर दुःखाने होरपळून निघायचे नाही. जीवनात ताण-तणाव चिंता हे सर्व असणारच. ताण-तणाव निर्माण करणाऱ्या परिस्थितीला टाळून कोणत्याही समस्या सुटत नाहीत. त्या परिस्थितीला सामोरे जाणे व समस्यात्मक परिस्थितीचे निराकरण करणे. हे सुसमायोजित व्यक्तीचे लक्षण होय. चिंता व ताण-तणाव यांनी खचून जाऊ नका. अगदी ज्वालामुखीच्या तोंडासमोर घर बांधून राहण्याइतके निर्भय असे कितीही तपशीलवार स्मीत बदलाचे कधी न पुरावे अशी त्याची वृत्ती असते.

4) सुरक्षितेची भावना

भीती वाटणे, अस्वस्थ होणे, चिंता, काळजी करणे हे नैसर्गिक वर्तन मांडले जाते. कधी-कधी काही व्यक्ती सदैव धास्तावलेल्या चिंताक्रांत असतात. सर्व जगाची चिंता करण्याचा ठेका जणू काही यांनीच घेतला असल्याप्रमाणे नेहमी चिंतातूर असतात. दैनंदिन जीवनातील अत्यंत साध्या-साध्या प्रसंगामुळे काही व्यक्तींना असुरक्षित वाटत असते. आकाशात वीज चमकली वगांचा गडगडाट, घरी जायला वेळ होणे, यामुळे त्यांच्या मनात अनाटायी असुरक्षितता निर्माण होते. ज्या व्यक्ती सुसमायोजित असतात अशा व्यक्तींना वास्तवाचे भान असते. तर्कशुद्ध विचार करता येतो. त्यामुळे त्यांना नेहमी सुरक्षित वाटत असते.

5) प्रेरणा व महत्त्वकांक्षी

विविध प्रेरणामुळे व्यक्ती वर्तन करत असते. प्रेरणांचे स्वरूप जसे बदलते तसे वर्तन बदलते. सुसमायोजित व्यक्ती आपल्या प्रेरणावर नियंत्रण ठेवते. सामाजिक स्वास्थ्य बिघडणार नाही याची खबरदारी घेते. अवास्तव/ अवाजवी महत्त्वकांक्षेमुळे संपूर्ण समाजजीवन विस्कळीत होते. उदा. बँकमधील कोट्यावधी रुपयांचा गैरव्यवहार हा संगनमताने केलेला गैरव्यवहार अशा समाजविघातक प्रवृत्तींना कोण सुसमायोजित म्हणणार. दोन्ही पाय नसलेल्या न्यूझीलंडच्या मार्क इंग्लिशने हिमालयामध्ये चढाई केली. इंग्लिशची जिद्द ही हिमालयाएवढी नव्हे का?

6) संघर्ष व वैफल्य कमी करणे

एकाच वेळी एका व्यक्तीला अनेक प्रेरणांची पूर्ती करता येणे अशक्य होत असते. यातील काही प्रेरणा अतृप्त राहतात तर काही परिणामांमुळे दुर्लक्ष करावे लागते. यावेळी व्यक्तीची दोलायमान अवस्था निर्माण होते. व्यक्तीपुढे पेचप्रसंग निर्माण होतो व व्यक्तींना विफलता येते. सुसमायोजित व्यक्ती द्विधा मनस्थितीमुळे चिंतातूर बनली आहेत असे आढळत नाहीत. तडजोड, माघार, प्रेरणांचे महत्त्व ओळखून प्रतिक्रिया देणे व वैफल्यावर तोंड देण्याची सुसमायोजित व्यक्तीची मानसिक तयारी झालेली असते.

7) मानसिक व सामाजिक परिपक्वता

सुसमायोजित व्यक्तीचे वर्तन पोरकट व बालिश असे नाही. कठीण प्रसंगांना डगमगून जाणे, अति आनंदाने हुरळून जाणे असे वर्तन आढळत नाही. त्यांचे वर्तन प्रगल्भ, संयमी व प्रसंगानुरूप असते. भावनांचा उद्रेक होऊन मानसिक व भावनिक तोल ढासळला असे न आढळता कठीण प्रसंगांना उत्तम प्रकारे भावनांचे नियंत्रण करू शकतात.

8) सर्जनशीलता

विधायक दृष्टिकोनातून सर्जनशीलता हे अंग सुसमायोजित व्यक्तीमध्ये आढळते. सतत नवीन बाबींचा शोध घेणे, नवनिर्माण व नवनिर्मिती सारख्या वर्तन प्रकाराचा मागवा घेत राहणे हे सुसमायोजित व्यक्तींना आवडते. जुन्या चाकोरीबद्ध विचारांना चिकटून राहणे हे त्यांना आवडत नाही. भावनिक-मानसिक संतुलन विधायक दृष्टिकोन, उच्च प्रतीचा बुद्धिगुणांक ही सर्जनशील व्यक्तींची इतर काही वैशिष्ट्ये आहेत.

9) परिवर्तनशीलता

10) आशावादी प्रवृत्ती

कुसमायोजन/ विसमायोजन (Maladjustment)

प्रत्येक व्यक्तीला प्रत्येक वेळी समायोजन करता येईलच असे नाही. प्राप्त परिस्थितीस काहीना सामोरे जाता येईल. तर काहीजण अपयशी होतात. आणि अशा अवघड परिस्थितीमध्ये व्यक्तीला तीव्र मानसिक ताण निर्माण होतो. तिच्या दैनंदिन जीवनात अडथळे निर्माण होतात आणि समस्या सोडविण्यात अपयश येते व शारीरिक व मानसिक समतोल बिघडतो. अशावेळी व्यक्तीकडून असमायोजित वर्तन घडून येते. यालाच कुसमायोजन असे म्हणतात. म्हणजेच विसमायोजन असेही म्हणतात. थोडक्यात समायोजनाचा अभाव म्हणजेच कुसमायोजन होय.

विसमायोजन

विसमायोजनाची वैशिष्ट्ये पुढीलप्रमाणे

- 1) सर्जनशील विचारांचा अभाव
- 2) अनियंत्रण वर्तन
- 3) व्यक्तिमत्त्व विचलन
- 4) समाजविरोधी भूमिका

समायोजनाचे प्रकार (Types of Adjustment)

प्रामुख्याने समायोजनाचे पाच प्रकार पडतात ते पुढीलप्रमाणे

1) व्यक्तिगत किंवा वैयक्तिक समायोजन (Individual Adjustment)

व्यक्तिगत पातळीवर व्यक्तीस करावयास लागणाऱ्या समायोजनास व्यक्तिगत समायोजन असे म्हणतात. जन्मताच लहान मूल जोर-जोराने रडू लागते. कारण श्वासोच्छ्वासाची जन्मानंतरची पहिलीच प्रक्रिया त्याला स्वतंत्रपणे करावी लागते. समायोजनाच्या दृष्टीने मुलाने टाकलेले ते पहिलेच पाऊल असते. अशाच

प्रकारे व्यक्तीस आपल्या शेजारचे मित्र-मैत्रीण, शेजारी यांच्या आवडीनिवडीनुसार समायोजन करावे लागते. हा व्यक्तिगत समायोजनाचा एक भाग आहे. किशोरावस्थेमध्ये व्यक्तिगत समायोजन हे अधिक दिसून येते. कारण या वयात लैंगिक विकासाची सुरुवात झालेली असते त्याचबरोबर स्व ची जाणीव झालेली असते.

2) सामाजिक समायोजन (Social Adjustment)

समायोजनाचा हा दुसरा प्रकार. शालेय जीवनाची सुरुवात म्हणजे सामाजिक समायोजनाची सुरुवात कारण. या अवस्थेपासून मुलांच्या सामाजिकरणास प्रारंभ होतो. मुलांचे इतरांशी सामाजिक संबंध प्रस्थापित होऊ लागतात. हे संबंध प्रस्थापित न झाल्यास सामाजिक समायोजनास खिळा बसतो. रूढी, नीती, नियम, रिवाज, परंपरा, मूल्ये व आदर्श यांना अनुसरून व्यक्तीस सामाजिक वर्तन करावे लागते. यातून सामाजिक समायोजनास चांगले घडून येते.

3) कौटुंबिक समायोजन (Family Adjustment)

व्यक्तिमत्त्वाच्या सर्वांगीण समायोजनाचा पाया हा कौटुंबिक समायोजनात असतो. कुटुंबाच्या सामाजिक-आर्थिक दर्जानुसार व्यक्तीला समायोजन करावे लागते. मातेच्या संस्कारातून मुलांची कौटुंबिक समायोजनशीलता विकसित होते. पालकांची नोकरी, कामातील व्यस्तता इ. कारणामुळे मुलांना कुटुंबाशी समायोजन करावे लागते.

4) शालेय समायोजन (School Adjustment)

वयाच्या चार-पाच वर्षांपासून मुलांच्या शालेय समायोजनास सुरुवात होते. शाळेत जायला सुरुवात झाल्यानंतर भिन्न-भिन्न आचार-विचारांच्या मित्र मैत्रिणींशी मुलांची ओळख होते. त्यामुळे व्यक्तिगत आवडी-निवडी बाजूला ठेवून मुले इतरांच्या मताशी जुळवून घ्यायला शिकतात. त्यामुळे व्यक्तिगत पातळीवर हे शालेय समायोजन आपोआपच घडून येते. त्याचबरोबर शाळेतील काही प्रसंगांशी ही मुलांना समायोजन करावे लागते. उदा. रॅगिंग. अशा पद्धतीने शालेय पातळीवर समायोजन घडवून येते.

5) आंतरव्यक्तिक समायोजन संबंध (Interpersonal Adjustment Relationship)

नातेसंबंधांमध्ये व्यक्तीचे प्रत्येकाशी संबंध येतात. यातून वैयक्तिक आंतरक्रिया घडून येतात की, ज्यामधून एकमेकांच्या विचारांची मुलांशी देवाण-घेवाण होते. या सर्वांमध्ये ही व्यक्तीला कमालीचे समायोजन करावे लागते. आज आंतरजाल (इंटरनेटच्या) व मोबाईलच्या सुपरफास्ट जमान्यात व्यक्तीला हजारो किलोमीटर दूर असणाऱ्या व्यक्तीशी चटकन संपर्क साधा येतो. मात्र सोबत असणाऱ्या व्यक्तीशी बोलण्यास दोन मिनिटे वेळ नाही. अशावेळी समायोजनाचा अभाव दिसून येतो.

चाचणी व्यवस्थापन (TEST ADMINISTRATION)

चाचणीचे वर्णन (Description of the Test)

डॉ. आर. के. ओझा यांच्या बेल समायोजन शोधिकेवरून बनवलेल्या चाचणीमध्ये 1) गृह (Home) 2) आरोग्य (Health) 3) सामाजिक (Social) 4) भावनिक (Emotional) असे एकूण चार भाग दिले आहेत. प्रत्येक भागामध्ये प्रत्येकी 35 कलमे असून असे एकूण 140 कलमांचा समावेश आहे. त्याचबरोबर प्रत्येक कलमासमोर 'होय' आणि 'नाही' असे दोन पर्याय देण्यात आले आहेत. संपूर्ण शोधिकेच्या आधारे परिक्षार्थीच्या समायोजनाचे मापन होते. मिळालेल्या कच्च्या गुणांकाच्या आधारे उत्कृष्ट ते पासून अतिअसमाधानकारक असे पाच प्रकारचे समायोजन पातळीचे स्पष्टीकरण शालेय विद्यार्थ्यांपासून ते पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांसाठी देण्यात आले आहे.

विश्वसनीयता (Reliability)

प्रस्तुत शोधिकेची विश्वसनीयता ही द्वि-विभागीय व चाचणी पुनर्चाचणी पद्धतीने तपासली आहे. द्वि-विभागीय विश्वसनीतेमध्ये सम-विषम कलमातील सहसंबंध पाहण्यासाठी स्पिरमन व ब्राऊन यांचे सूत्र वापरले आहे तर चाचणी-पुनर्चाचणी साठी 200 विद्यार्थ्यांवर दोन महिन्यांच्या अंतराने चाचणी प्रमाणित केली. अशा प्रकारे द्वि-विभागीय पद्धतीने गृह (Home) 0.84, आरोग्य (Health) 0.81, सामाजिक (Social) 0.87 आणि भावनिक (Emotional) 0.89 इतकी आली आहे. तर चाचणी पुनर्-चाचणी पद्धतीने अनुक्रमे वरील क्षेत्रांकरिता 0.91, 0.90, 0.89 आणि 0.90 आली आहे. एकंदरीत विश्वसनीयता समाधानकारक आहे.

यथार्थता (Validity)

के कुमार यांच्या समायोजन चाचणीशी या चाचणीची तुलना करण्यात आली. त्यामधून मिळालेला सहसंबंध गुणांक पुढीलप्रमाणे 1) गृह (Home) चा 0.72, 2) आरोग्य (Health) चा 0.79, 3) सामाजिक (Social) चा 0.82, आणि 4) भावनिक (Emotional) चा 0.81 इतका आहे. यथार्थता समाधानकारक आहे.

मानदंड (Norms)

चाचणी तिसऱ्या अवस्था मधून प्रमाणीकृत करून मानदंड ठरवण्यात आले. तिसऱ्या अवस्थेत 800 शालेय, माध्यमिक, पदवी आणि पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांवर चाचणीचे मानदंड ठरवते.

दक्षता व नियंत्रण (Precaution and control)

- 1) चाचणी चाचणी सुरू करण्यापूर्वी चाचणीचा हेतू परीक्षार्थीस माहित असावा.
- 2) चाचणी सुरू करण्यापूर्वी परीक्षार्थीशी थोडा सुसंवाद प्रस्थापित केलेला असावा.
- 3) चाचणी सुरू करण्यापूर्वी परीक्षार्थीला दाखवू नये
- 4) चाचणीचा हेतू परीक्षार्थीस माहित असावा.
- 5) चाचणीतील सर्व कलमांना परीक्षार्थीने क्रमाने प्रतिक्रिया द्यावी.
- 6) चाचणीतील कोणतेही विधान वगळू नये.
- 7) चाचणीच्या सूचना परीक्षार्थीला पूर्णपणे समजल्याची खात्री करून घ्यावी.
- 8) परीक्षार्थीस बाह्य उद्दीपकांचा अडथळा होणार नाही याची काळजी घ्यावी.

प्रत्यक्ष कृती (Actual Conduct)

चाचणीसाठी लागणारे सर्व साहित्य टेबलवर व्यवस्थित मांडून ठेवले. परीक्षार्थीला प्रयोगशाळेत बोलावून बसण्यास सांगितले व उत्तरपत्रिकेवरील सर्व प्राथमिक माहिती भरून घेतली व पुढील प्रमाणे सूचना दिल्या

सूचना (Instruction)

ही एक साधी मानसशास्त्रीय चाचणी आहे व यामधून तुमच्या समायोजन पातळीचे मापन होणार आहे. यामधील प्रत्येक कलमास (विधानास) दोन पर्याय दिलेले आहेत. त्यापैकी जो पर्याय तुम्हाला लागू होईल त्याची निवड करा. जर विधान तुमच्या बाबतीत लागू होत असेल व उत्तरपत्रिकेत त्या विधानासमोर 'होय' या रकान्यात अशी टिक करा आणि जर विधान तुमच्या बाबत लागू होत नसेल तर उत्तरपत्रिकेत त्या विधानासमोर 'नाही' या रकान्यात अशी टिक करा. ही कोणतीही परीक्षा नाही. त्यामुळे कोणत्याही कलमावर किंवा विधानावर जास्त विचार न करता प्रश्न वाचतात जो पर्याय तुमच्या मनात प्रथम येईल त्याची निवड करा. यातील कोणताही शब्द/ प्रश्न न समजल्यास पटकन विचारा. चाचणी सोडवण्यासाठी वेळेचे बंधन नाही तरी लवकरात लवकर चाचणी सोडवण्याचा प्रयत्न करा. तुमची सर्व माहिती गुप्त राखण्यात येईल. त्यामुळे निसंकोचपणे प्रतिक्रिया द्या.

निरीक्षण तक्ता (Observation table)

अनु. क्र.	क्षेत्रे	कच्चा गुणांक	स्पष्टीकरण
१			
२			
३			
४			

गुणांकन (Scoring)

'होय' या प्रतिक्रियेला 1 गुण देणे आणि 'नाही' या प्रतिक्रियेला 0 गुण देणे.

स्पष्टीकरण (Interpretation)

शालेय मुले (High School Students)

Interpretation	Range of score			
	गृह (Home)	आरोग्य Health	सामाजिक (Social)	भावनिक (Emotional)
उत्कृष्ट (Excellent)	4 and below	2 and below	6 and below	below 4
चांगला (Good)	5-7	3-4	7-9	2-4
सरासरी (Average)	8-14	5-9	10-16	5-11
असमाधानकारक Unsatisfactory	15-17	10-11	17-19	12-14
अति असमाधानकारक Very Unsatisfactory	18 and above	12 and above	20 and above	15 and above

माध्यमिक मुले (Intermediate Students)

Interpretation	Range of score			
	गृह (Home)	आरोग्य Health	सामाजिक (Social)	भावनिक (Emotional)
उत्कृष्ट (Excellent)	5 and below	2 and below	5 and below	1 and below
चांगला (Good)	6-7	3-4	6-8	2-4
सरासरी (Average)	8-12	5-9	9-15	5-13
असमाधानकारक Unsatisfactory	13-14	10-11	16-18	14-17
अति असमाधानकारक Very Unsatisfactory	15 and above	12 and above	19 and above	18 and above

पदवी मुले (Degree Students)

Interpretation	Range of score			
	गृह (Home)	आरोग्य Health	सामाजिक (Social)	भावनिक (Emotional)
उत्कृष्ट (Excellent)	3 and below	Below 1	6 and below	2 and below
चांगला (Good)	4-6	1-3	7-9	3-5
सरासरी (Average)	7-13	4-10	10-16	6-12
असमाधानकारक Unsatisfactory	14-16	11-13	17-19	13-15
अति असमाधानकारक Very Unsatisfactory	17 and above	14 and above	20 and above	16 and above

पदव्युत्तर मुले (Post Graduate Students)

Interpretation	Range of score			
	गृह (Home)	आरोग्य Health	सामाजिक (Social)	भावनिक (Emotional)
उत्कृष्ट (Excellent)	4 and below	Below 1	6 and below	Below 1
चांगला (Good)	5-7	1-3	7-9	1-3
सरासरी (Average)	8-14	4-10	10-16	4-12
असमाधानकारक Unsatisfactory	15-17	11-13	17-19	13-16
अति असमाधानकारक Very Unsatisfactory	18 and above	14 and above	20 and above	17 and above

References :

Ojha R. K. (2005). Bell's adjustment inventory, National Psychological Corporation, Agra.