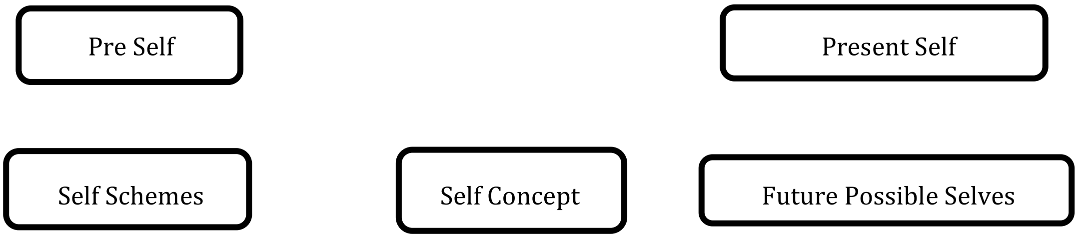
õh-¿epg (Self-Concept): A Study

Vijay O. Modhvadiya
Department of Psychology
Saurashtra University, Rajkot - 360005.

Received Dec. 07, 2017 Accepted Jan. 11, 2018



(1) âõsph_p (Introduction) :

õh-¿epg_u kpdpÞe ìep¿ep L¦fuA sp Ap`Z ApR›p-**પાતરો અંદાજ આવી જ જાય કે 'સ્વ' એટલે આપણે પોતાને ઓળખવું પણ** dpVp âñ A \**ાય કે શું ખરેખર આપણે આપણું પોતાનાં વિશે કે પોતાનાં સ્વ વિશે જાણી શકીએ કે નહિ તે ખરેખર બહું અઘરૂં** \**ઈ શકે તેમ છતાં** `Z Atl **ેડું સ્વ વિશે માહિતી નીચે મુજબ છે.**

❖ **'સ્વ' એટલે શું? (What is Self) :**

'સ્વ'ને વ્યક્તિતાનું કેન્દ્રબિંદુ માનવામાં Aph R›. LpfZ L¦ ìe[¼sÐh_p rhL¦pk "õh' `f r_cf \pe R›. "õh' A SqVg NÐepÐdL¦ âq¾ep R›. S› ìe[¼s_u rhL¦pkpÐdL¦ âq¾ep_u kp\-kp\ rhL¦rks **ાય છે. વ્યક્તિનાં 'સ્વ'નું નિર્માણ તેનાં અનુભવના પરિણામે** \pe R›. "õh' **વ્યક્તિનો આંતરિક સંસાર હોય છે. કારણ કે**

❖ **"õh' _u ìep¿epAp (Definition is Self) :**

'સ્વ' સંગઠિત સતત ખ્યાલાત્મક NõVpëV **છે. જે 'હું' 'ક' મનની વિશેષતાઓના પ્રત્યક્ષીકરણ**\u b_gp Ipe R›.

- fpS›k

sdpfp "õh-**ખ્યાલ' તમારૂં માનસિકરૂપ છે. તેમાં તમારૂં તમારા વિશેનું જ્ઞાન તમારી અપેક્ષાઓ અને તમારી જાત વિષેનું મૂલ્યાંકન રહેલું હોય છે.**

- L¦pgIp_ s\p AëgpV_

(2) õh-ખ્યાલ એટલે શું? (What is Self Concept) :

õh-**ખ્યાલ એ સ્વનું એકરૂપ છે. વ્યક્તિ પોતાનાં વિશે જે જ્ઞાન ધરાવે છે. તેજ તેનો સ્વ**-¿epg **એ સ્વનું એક રૂપ છે. વ્યક્તિ પોતાનાં** rh i S› op_ ^fph R›. sS› s_p õh-**ખ્યાલ કહેવામાં આવે છે.**

"Self-Concept is Keystone of Personality"

❖ **"õh-¿epg'_u ìep¿epAp (Definition is Self Concept) :**

""õh-**ખ્યાલ વ્યક્તિનાં વિચારો ભાવનાઓ, પ્રયત્નો, કલ્પનાઓ ત****ા મૂલ્યોનાં સંબંધમાં તેના મનોવલણનું સમિશ્રણ છે."**

- S›fq i ëX (1965)

""õh-**ખ્યાલ આપણી એકંદર સમજ કે સભાનતા છે."**

- Xau A_ hpÞN (2008)

"õh-**વિશેનાં ખ્યાલ સા**\ Ap`Z Apsâps \B Nep IpBA RuA. Ap`Z_ Ap`Zu õh_u ârsdp h^pf hpõsrhL¦ gpN R› s **આપણાં શરીર અંગેનાં અનુભવો પર અંકુશ રાખે છે.**

❖ **"õh-ârsdp' (Self Image) :**

Ap`Z dp-**બાપ, શિક્ષક અને મિત્રો સિવાય બીજા અનેક માણસોનાં સંપર્કમાં આવીએ છીએ. આ અન્ય માણસો આપણને વખાણે છે** L¦ hMpX R›. A_ Ap^pf õh-**ખ્યાલ ઘડાય છે. બાળકોને બીજાં કહે છે કે 'વેલડન' તો એજ કાર્ય ફરી કરવા તે લલચાય છે. એની સ્વ**-ârsdp' kpfu fus OXpe R›.

❖ **"ApV i l-õh' (Ideal Self) :**

આદર્શ એટલે તમે જે કાંઈ મેળવવા માંગો છો જે વાસ્તવિકતા\u AgN R›. s Å ApV i dmu Åe sp hpõsrhL¦sp b_u Åe **વ્યક્તિના નૈતિક આદર્શો, જીવન મૂલ્યો કેવાં હોવાં જોઈએ તેનો આદર્શ તેને જીવન ધ્યેય પુરું પાડે છે.**

❖ b|rh^ Åsp (Multiple Selves) :

õh-¿epg A LpB AL¾ ¿epg _\u. AL¾ b|`pð ¿epg R>. (bpN A_ Abe 2002) Ap`Zp ઉછેર દરમિયાન આપણે આપણાં વિશેનાં અનેક પ્રત્યક્ષીકરણો\| સંપન્ન \BA RuA. Ap`Zp Ap âÐenuLfZp Ap`Zp õh-¿epg_u ApLrs fQ R>.

(3) õh-¿epg_u dpmcps gpnrZL|spAp (Core Characteristics of the Self Concept) :

➢ õh-સુસંગતતા (Self-Consistency)

➢ ApÐd-Npfh (Self-Esteem)

dp-બાપનાં પ્રેમને લીધે બાળકોનું સ્વ-ગૌરવ વિકસે છે. આ બધું વિધાયક õh-પ્રતિમા ઘડે છે. કેટલાંક લોકોનું સ્વ-ગૌરવ નીચું હોય છે. આવા લોકો માટે ભાગે કડક વધુ પડતા ઉદાર મતવાદીક અસંગત ઘરીમાં ઉછર્યા હોય છે. આ ઉપરાંત આપણી સફળતા કે óamsp D`f õh-Npfh Ap^pf fpM R>. kamsp s_ r_ç_ b_ph R>. AS> fus AdL¾ rkqÙ_u Akf `Z õh Npfh_ h^pf R>.

Apd "õh' A\hp õh-ખ્યાલ વિશે જેટલું પણ લખીએ એટલું ઓછું પડે. અહિ

❖ સંદર્ભ :

(1) cË cfs S>., 2010, "Ýep_ L¾fsp A_ Ýep_ _ L¾fsp ÷u-`êj pમાં સ્વ-નિયંત્રણ મનોવૈજ્ઞાનિક સુખાકારી અને માનસિક સ્વાસ્થ્યનો તુલનાત્મક Aæepk.' `. 25, 26.

(2) Xp. Afthv ipl, bpbcpB Qp^fu "õh-સભાનતા અને વ્યક્તિત્વ' પૃષ્ઠ નં. ૪૯-50.

(3) www.google.in.com

(4) www.wikipedia.org.

The more we come out and do good to others, the more our hearts will be purified, and God will be in them.

~ Swami Vivekananda