



MAED 608

Semester IV

निर्देशन एवं परामर्श

Guidance and Counselling



शिक्षाशास्त्र विद्याशाखा

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय , हल्द्वानी

| | | | |
|---|---|---|--|
| अध्ययन बोर्ड | | | |
| प्रोफेसर जे०के० जोशी निदेशक शिक्षाशास्त्र विद्याशाखा उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखंड | प्रोफेसर एन० एन० पाण्डेय(सदस्य) शिक्षा संकाय एम० जे० पी० रुहेलखंड, विश्वविद्यालय, बरेली, उत्तरप्रदेश | प्रोफेसर गिरिजेश कुमार (सदस्य) शिक्षा संकाय एम० जे० पी० रुहेलखंड, विश्वविद्यालय, बरेली, उत्तरप्रदेश | प्रोफेसर रोमेश वर्मा(सदस्य) शिक्षाशास्त्र विद्याशाखा उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखंड |
| डॉ० दिनेश कुमार सहायक प्रोफेसर उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखण्ड | डॉ० रजनी रंजन सिंह सहायक प्रोफेसर उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखण्ड | डॉ० प्रवीण कुमार तिवारी सहायक प्राध्यापक उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखण्ड | सुश्री ममता कुमारी सहायक प्रोफेसर उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखण्ड |
| डॉ० कल्पना पांडे लखेड़ा सहायक प्राध्यापक उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखण्ड | श्रीमती मनीषा पंत परमर्शदाता उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, उत्तराखण्ड | श्री सिद्धार्थ पोखरियाल संविदा शिक्षक उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखण्ड | |
| प्रोग्राम कोर्डिनेटर एवं संपादन | | इकाई संयोजक एवं संपादन | |
| डॉ दिनेश कुमार सहायक प्रोफेसर शिक्षाशास्त्र विद्याशाखा उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखंड | | डॉ दिनेश कुमार सहायक प्रोफेसर शिक्षाशास्त्र विद्याशाखा उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, उत्तराखंड | |
| इकाई लेखन | इकाई संख्या | इकाई लेखन | इकाई संख्या |
| डॉ० सोम सिंह सहायक प्रोफेसर, शिक्षा संकाय काशी हिंदू विश्वविद्यालय, वाराणसी | 1 & 3 | डॉ० सुशील चंद्र बहुगुणा सहायक प्रोफेसर, बी०एड० विभाग राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, गोपेश्वर, चमोली | 4, 6 |
| श्री निलेश सिंह सहायक प्रोफेसर मैत्रेयी कॉलेज ऑफ एजुकेशन हाजीपुर, बिहार | 2 | डॉ० दिनेश कुमार सहायक प्रोफेसर शिक्षाशास्त्र विद्याशाखा उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी | 5, 7 |

ISBN-13 -978-93-84632-48-9

समस्त लेखों/पाठों से सम्बंधित किसी भी विवाद के लिए सम्बंधित लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद का जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कापीराइट: उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय प्रकाशन वर्ष: जुलाई 2012 पुनः प्रकाशन -2022

संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

प्रकाशक: निदेशालय, अध्ययन एवं प्रकाशन

उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी-263139, (नैनीताल)

निर्देशन एवं परामर्श
Guidance and Counselling
MAED-608 SemesterIV

| इकाई सं० | इकाई का नाम | पृष्ठ सं० |
|----------|--|-----------|
| 1 | निर्देशन के उपकरण एवं प्रविधियाँ तथा निर्देशन एवं परामर्श में परीक्षणों का उपयोग Tools And Techniques of Guidance, Use of Tests In Guidance and Counselling | 1-29 |
| 2 | बुद्धि , अभिक्षमता, सृजनात्मकता , रुचि और व्यक्तित्व के परीक्षण - परीक्षणों का प्रशासन, अंकन एवं प्राप्तांकों का विवेचन Tests of Intelligence, Aptitude, Creativity, Interest and Personality- Administering, Scoring and Interpretation of Tests Scores. | 30-43 |
| 3 | निर्देशन कार्यक्रम का संगठन- शिक्षा के विभिन्न स्तर पर निर्देशन सेवाओं का आयोजन Organization of a Guidance Programme - Organizing Guidance Services at Different levels of Education | 44-59 |
| 4 | समायोजन के मनोवैज्ञानिक आधार, समायोजन में अभिप्रेरणा और प्रत्यक्षीकरण की भूमिका Psychological Foundation of Adjustment, Role of Motivation and Perception in Adjustment | 60-76 |
| 5 | मानसिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान की अवधारणा एवं अर्थ, मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के सिद्धान्त तथा प्रभावशाली समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य व समन्वित व्यक्तित्व विकास हेतु उसके अनुप्रयोग Concept and meaning of mental health and mental hygiene. Principles of Mental Hygiene and their implication for effective adjustment, mental health and development of integrated personality | 77-89 |
| 6 | समायोजन प्रक्रिया एवं उसकी विशेषताएँ कुण्ठा, अर्न्तद्वन्द और उनके समाधान Adjustment Mechanism and Its Characteristics, Frustration, Conflicts and their Resolution | 90-106 |
| 7 | कुसमायोजन के कारण एवं लक्षण Problem of Maladjustment Cause and Symptoms Of Maladjustment | 107-122 |

इकाई 1 – निर्देशन के उपकरण एवं प्रविधियाँ तथा निर्देशन एवं परामर्श में परीक्षणों का उपयोग

- 1.1 प्रस्तावना
- 1.2 उद्देश्य
- 1.3 निर्देशन के उपकरण एवं प्रविधियाँ
 - 1.3.1 प्रमापीकृत प्रविधियाँ
 - 1.3.2 अप्रमापीकृत प्रविधियाँ
- 1.4 परीक्षणों का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.1 बुद्धि परीक्षण का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.2 व्यक्तित्व परीक्षण का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.3 रुचि परीक्षण का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.4 अभिक्षमता परीक्षण का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.5 निर्धारण मापदंड का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.6 व्यक्ति अध्ययन का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.7 समाजमिति का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.8 अवलोकन का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.9 संचित अभिलेख का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
 - 1.4.10 साक्षात्कार का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग
- 1.5 सारांश
- 1.6 शब्दावली
- 1.7 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर
- 1.8 सन्दर्भ ग्रन्थ
- 1.9 सहायक उपयोगी/ पाठ्य सामग्री
- 1.10 निबंधात्मक प्रश्न

1.1 प्रस्तावना

किसी व्यक्ति के बारे में सूचनाओं को एकत्रित करना परामर्श एवं निर्देशन की नैदानिक अथवा मूल्यांकन सेवा के रूप में जाना जाता है। संकुचित अर्थ में नैदानिक अथवा मूल्यांकन से तात्पर्य किसी व्यक्ति के मनोसामाजिक विशेषताओं, बुद्धि, अभिक्षमता, दृष्टिकोण एवं पृष्ठभूमि से संबंधित अनेक सूचनाएं एकत्रित करने एवं उनको साझा रूप में समझने योग्य बनाने हेतु संश्लेषित करने से है। आधुनिक समय में माता-पिता अपने संतान की आवश्यकताओं तथा उनके गुणों, रुचियों, योग्यताओं आदि का ज्ञान प्राप्त किये बिना ही उनका भविष्य निश्चित करते हैं। अतः इसका परिणाम उपयोगी सिद्ध नहीं होता है। परन्तु यह देखा गया है कि बहुत से व्यक्तियों की वृत्तियां बदलती पायी गयी है। इस प्रकार के व्यक्तियों में किसी एक वृत्ति की कुशलता हासिल नहीं हो पाती। इस प्रकार के व्यक्ति को उचित मार्गदर्शन एवं परामर्श देने हेतु व्यक्ति विशेष का ज्ञान आवश्यक है। अतः प्रत्येक व्यक्ति के विषय में विभिन्न प्रकार की प्रविधियों का उपयोग करते हैं। इन प्रविधियों में हम प्रमापीकृत तथा अप्रमापीकृत परिक्षणों की सहायता से व्यक्ति के विषय में अध्ययन करते हैं तथा उनका मार्गदर्शन करते हैं। हम देख सकते हैं कि प्रत्येक व्यक्ति के विषय में अध्ययन करने के लिए परामर्शदाता को विभिन्न प्रकार की सूचनाओं की आवश्यकता पड़ती है और यही सूचनाएं निर्देशन तथा मार्गदर्शन कार्य में एक आधार कार्य करती है। अतः इन सूचनाओं को एकत्रित करने हेतु विभिन्न प्रकार की प्रविधियों का प्रयोग किया जाता है। इन प्रविधियों के अन्तर्गत हम विभिन्न प्रकार के परिक्षणों को सभी व्यक्तियों पर करते हैं तथा इन परिक्षणों से प्राप्त सूचनाओं के उपयोग के आधार पर हम प्रत्येक व्यक्ति के विषय में सम्पूर्ण जानकारी प्राप्त करके उन्हें निर्देशन तथा परामर्श दे सकते हैं।

1.2 उद्देश्य

प्रस्तुत इकाई के अध्ययन के पश्चात् आप

1. सभी प्रकार के उपकरण एवं प्रविधियों के विषय में जो कि, मार्गदर्शन अथवा निर्देशन में उपयोग में आता है जान सकेंगे।
2. इन उपकरण तथा प्रविधियों के उपयोग के विषय एवं उनकी क्रिया-विधि को बता सकेंगे।
3. इन उपकरण एवं प्रविधियों के कितने प्रकार तथा इनमें किस-किस परीक्षणों का उपयोग है, ये समझा सकेंगे।
4. प्रत्येक प्रविधि के अन्तर्गत आने वाली भिन्न-भिन्न परीक्षणों के विषय में तथा उनकी उपयोगिता के विषय में जान सकेंगे।
5. आप प्रत्येक परीक्षण को व्यक्तियों के समूह पर आयोजित करके महत्वपूर्ण सूचनाओं को एकत्रित कर सकेंगे।

6. इन उपकरण एवं प्रविधियों के अन्तर्गत आने वाली विभिन्न प्रकार के परीक्षणों का तुलनात्मक अध्ययन करके इनके गुण तथा दोषों के विषय में बता सकेंगे।
7. इन उपकरण तथा प्रविधियों के अन्तर्गत आने वाली सभी प्रकार के परीक्षणों का उपयोग किस प्रकार निर्देशन तथा परामर्श में हैं समझ सकेंगे।
8. सारणी बनाकर आप प्रत्येक परीक्षण का मार्गदर्शन में क्या उपयोग है इसकी व्याख्या कर सकेंगे।
9. बालकों के लिए किस प्रकार यह परीक्षण निर्देशन तथा मार्गदर्शन में उपयोगी है इसकी व्याख्या कर सकेंगे।

1.3 मार्गदर्शन अथवा निर्देशन के उपकरण एवं प्रविधियाँ

आप जानते होंगे की मार्गदर्शन अथवा निर्देशन में बहुत प्रकार के उपकरण तथा प्रविधियों का प्रयोग करके हम बालक के विषय में सूचनाएँ एकत्रित करते हैं तथा इन सूचनाओं के आधार पर ही परामर्शदाता प्रत्येक बालक के आवश्यकतानुसार उन्हें परामर्श भी प्रदान करता है।

आगे आप विभिन्न प्रकार के उपकरण एवं प्रविधि के कितने प्रकार हैं तथा इनमे क्या-क्या विशेषताएँ हैं इसका अध्ययन करेंगे।

निर्देशन के उपकरण एवं प्रविधिया

(Tools and Techniques of Guidance)

अप्रमापीकृत प्रविधियाँ (Non Standardized)

1. प्रश्नावली
2. आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख
3. निर्धारण मापदण्ड
4. आत्मकथा
5. व्यक्ति-वृत्त अध्ययन
6. समाजमीति
7. अवलोकन
8. सामुहिक अथवा संचित पत्र
9. साक्षात्कार

प्रमापीकृत प्रविधियाँ (Standardized)

1. बुद्धि-प्रकृति तथा परीक्षण
2. व्यक्ति परीक्षण
3. रूचि परीक्षण
4. अभिरूचि अथवा अभियोग्यता परीक्षण
5. उपलब्धि परीक्षण

सूचनाएँ एकत्रित करने की प्रविधियों को हम दो वर्गों में बाँट सकते हैं।

- i. प्रमापीकृत प्रविधियाँ
- ii. अप्रमापीकृत प्रविधियाँ

1.3.1 प्रमापीकृत प्रविधियाँ (Standardized Techniques)

प्रमापीकृत प्रविधियों में वे प्रविधियाँ शामिल हैं जिनकी रचना करते समय वैज्ञानिक सिद्धान्तों का प्रयोग किया गया हो तथा जिनकी वैधता और विश्वसनीयता का पता वैज्ञानिक ढंग से ज्ञात किया गया हो। प्रमापीकृत प्रविधियाँ निम्नलिखित हैं-

- i. बुद्धि परीक्षण (Intelligence Test)
- ii. व्यक्तित्व परीक्षण (Personality Test)
- iii. अभिक्षमता परीक्षण (Aptitude Test)
- iv. उपलब्धि परीक्षण (Achievement Test)
- v. रूचि परीक्षण (Interest Test)

बुद्धि परीक्षण (Intelligence Test)

सन् 1905 में बिने के प्रथम सफल बुद्धि परीक्षण के निर्माण से लेकर अब तक बुद्धि की प्रकृति के सम्बन्ध में विशेषज्ञों ने भिन्न-भिन्न मत प्रतिपादित किये जा चुके हैं। सन् 1911 में बिने ने बुद्धि को बोध पर आधारित तथा उद्देश्यपूर्णता व सही निर्णय से निर्धारित खोज परकता के रूप में स्पष्ट किया। इसके पश्चात् स्टर्न ने बुद्धि को परिभाषित किया। **स्टर्न के मतानुसार-** “बुद्धि एक व्यक्ति की सामान्य क्षमता है जिस से वह चेतनापूर्वक अपने विचारों को नवीन आवश्यकता से समायोजित करता है, वह नई समस्याओं तथा जीवन की परिस्थिति के प्रति सामान्य मानसिक ग्रहणशीलता है।

अतः अब आप जान गये होंगे कि बुद्धि परीक्षण के अन्तर्गत बुद्धि से क्या तात्पर्य है।

वैशालर के मतानुसार-“बुद्धि व्यक्ति की सामूहिक योग्यता होती है जो उसे उद्देश्यपूर्ण ढंग से कार्य करने, तर्कपूर्ण ढंग से विचार करने तथा वातावरण के साथ प्रभावशाली ढंग से समायोजन करने में सहायक है”।

आगे आप बुद्धि की विशेषताओं, सिद्धान्त तथा बुद्धि का मापन किस-किस प्रकार किया गया है अध्ययन करेंगे।

बुद्धि की विशेषताएं अथवा लक्षण

- i. बुद्धि को जन्मजात योग्यता माना गया है।
- ii. लिंग भेद का बुद्धि पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
- iii. वंशानुक्रम का बुद्धि पर बहुत प्रभाव होता है।
- iv. बुद्धि का विकास किशोरावस्था की मध्यअवधि तथा पूरा हो जाता है।
- v. भिन्न-भिन्न व्यक्तियों में बुद्धि भिन्न-भिन्न होती है।
- vi. बुद्धि मनुष्य को जटिल समस्याओं और परिस्थितियों को हल करने में सहायता करती है।
- vii. बुद्धि व्यक्ति को सीखने में सहायता करती है।
- viii. बुद्धि व्यक्तियों को वातावरण के अनुसार स्वयं को समायोजित करने में सहायता करती है।

बुद्धि का मापन

सर्वप्रथम बिने ने बुद्धि को एक अविभाज्य इकाई माना था इसके पश्चात स्पीयरमैन महोदय ने 1904 में कहा कि बुद्धि दो कारकों- g कारक तथा s कारक से मिलकर बनी है। सामान्य योग्यताकारक) जन्मजात है जो उपलब्धि व स्तर का निर्धारक है जबकि विशिष्ट योग्यता कारक विभिन्न मानसिक कार्यों हेतु विशिष्ट योग्यताओं का एक समूह होता है। किन्तु सन् 1909 में थार्नडाइक ने स्पीयरमैन के द्विकारक सिद्धान्त का खंडन करते हुए कहा कि बुद्धि असंख्य स्वतंत्र कारकों से बनी है। इन स्वतंत्र कारकों में से प्रत्येक कारक किसी विशिष्ट मानसिक योग्यताओं का आंशिक प्रतिनिधित्व करता है। इसके कुछ समय बाद सन् 1936 में थर्स्टन ने कहा कि बुद्धि न तो मुख्य रूप से सामान्य कारक से निर्धारित होती है तथा न ही असंख्य सूक्ष्म व विशिष्ट तत्वों से मिलकर बनी होती है। वरन् कुछ प्राथमिक कारकों से मिलकर बनी होती है। ये कारक हैं-

आंकिक कारक- (numerical factor) शाब्दिक कारक (verbal factor), स्थानिक कारक (spatial factor), वाकपटुता कारक (word fluency), तार्किक कारक (reasoning factor) तथा स्मृति कारक (memory factor) है। फिलिप वर्नन ने थर्स्टन के सिद्धान्त की यह कहते हुए आलोचना कि थर्स्टन ने केवल g कारक को समूह कारकों में विभाजित कर दिया है अन्यथा थर्स्टन की स्थिति भी बिलकुल स्पीयरमैन की तरह है। बर्ट तथा वर्नन (1947, 1961) ने स्पीयरमैन के द्विकारक सिद्धान्त को संशोधित किया और पदानुक्रमिक समूह कारक सिद्धान्त प्रस्तुत किया जिसमें उन्होंने g कारक को व्यक्ति की क्षमता का सर्वोच्च उभयनिष्ठ कारक बताया।

G कारक को वर्नन ने दो प्रमुख समूह कारकों शाब्दिक व शैक्षिक योग्यता तथा प्रयोगात्मक व निष्पादक योग्यताएं में विभक्त किया। कैटल ने सन् 1963 में द्रवीकृत बुद्धि तथा धनीकृत बुद्धि में अन्तर करते हुए कहा कि द्रवीकृत बुद्धि व्यक्ति के वंशानुक्रम से निर्धारित होती है जबकि धनीकृत

बुद्धि का संबंध व्यक्ति के वातावरण से होता है। कैटल का यह प्रत्यय वर्नन के v:ed-k:m के समकक्ष ही है।

वर्नन का v:ed मुख्य समूह कारक धनीकृत बुद्धि के तथा k:m मुख्य कारक द्रवीकृत बुद्धि के समान है। जे0पी0 गिलफोर्ड ने बुद्धि संरचना का त्रिविध प्रारूप प्रस्तुत किया। उनके अनुसार तीनों विमायें क्रमशः विषयवस्तु या सामग्री(content), सक्रिया (operation), परिणाम तथा उत्पाद (product) है। मानसिक कार्यों में निहित चार प्रकार की विषयवस्तु (आकृतिक, सांकेतिक, शाब्दिक तथा व्यावहारिक), पांच प्रकार की संक्रियाएं (संज्ञान, स्मरण, परम्परागत चिंतन, अपरम्परागत चिंतन, मूल्यांकन) तथा छह प्रकार के परिणामों (इकाईयां, इकाईयों के वर्ग, इकाईयों में सम्बन्ध, सूचना प्रणाली, प्रत्यावर्तन प्रणाली) के आधार पर गिलफोर्ड ने कहा कि कुल $120(4 \times 5 \times 6 = 160)$ भिन्न-भिन्न प्रकार की मानसिक योग्यताएं हो सकती हैं, जो एक सौ बीस भिन्न-भिन्न कार्यों में संलग्न होती है।

विशिष्ट बुद्धि परीक्षण

बुद्धि परीक्षण को प्रशासन की दृष्टि से व्यक्तिगत व सामूहिक बुद्धि परीक्षण दो रूपों में बांटा जा सकता है तथा प्रस्तुतीकरण की दृष्टि से शाब्दिक बुद्धि परीक्षण तथा अशाब्दिक बुद्धि परीक्षण में बाँटा जा सकता है। सामूहिक बुद्धि परीक्षण सामान्यतया शाब्दिक अथवा पेपर पेंसिल परीक्षण होते हैं तथा अशाब्दिक परीक्षण दो प्रकारों- निष्पत्ति परीक्षण तथा पेपर पेंसिल परीक्षण होते हैं। निर्देशन व परामर्श में उपयोग में आने वाले कुछ बहुप्रचलित विदेशी व भारतीय परीक्षणों को प्रस्तुत किया जा रहा है।

स्टैनफोर्ड-बिने निष्पत्ति बुद्धि परीक्षण

इसका निर्माण अलफ्रेड बिने ने सन् 1905 में किया। यह 1911 में साइमन से संशोधित किया इसे बिने-साइमन बुद्धि परीक्षण के नाम से जाना जाता है। सन् 1937 में इसे स्टैनफोर्ड विश्वस्कूल में टरमैन तथा मेरिल से पुनः संशोधित किया गया। अन्ततः इसको सन् 1962 में इंग्लैण्ड में संशोधित किया गया। भारत में इसे मनोविज्ञान ब्यूरो से स्वीकृत किया गया तथा हिन्दी में इसका रूपान्तरण भी किया गया। यह एक व्यक्तिगत निष्पत्ति परीक्षण है जो 2 वर्ष से लेकर युवावस्था के व्यक्तियों की बुद्धि को बुद्धिलब्धि के रूप में मापता है।

$$\text{बुद्धि लब्धि} = \frac{\text{मानसिक आयु (M A)} \times 100}{\text{वास्तविक आयु (C A)}}$$

यह बुद्धिलब्धि सापेक्षिक रूप से स्थिर होती है।

90 -100 IQ औसत बुद्धि प्राप्तांको को इंगित करती है।

वैशालर-बैलवन बुद्धि मापनी

इस मापनी के दो भाग- शाब्दिक मापनी व निष्पत्ति मापनी होते हैं। प्रत्येक भाग में 5 उपपरीक्षण हैं। यह परीक्षण प्राप्तांकों को बुद्धिलब्धि के रूप में प्रदर्शित करता है। इस परीक्षण के मानक 10 वर्ष के आयु से अधिक के व्यक्तियों पर निर्मित किए गये हैं। लेकिन इस मापनी का मुख्यतः अनुप्रयोग 20-60 वर्ष के लोगों के लिए है। जबकि इसे और भी आयु के लोगों पर भी इस्तेमाल किया जा सकता है। किन्तु 60 वर्ष से अधिक आयु के व्यक्तियों के प्राप्तांक अधिक विश्वसनीय नहीं होते हैं। यह मूल मापनी सन् 1955 में संशोधित एवं पुनः प्रमापीकृत की गयी और इसको वैशालर वयस्क बुद्धिमापनी नाम से प्रकाशित किया गया। इसके पश्चात् इस परीक्षण का एक और संशोधन बच्चों हेतु किया गया। इस वैशालर बुद्धि मापनी में 10 उप-परीक्षण हैं। इसका निर्माण मूल मापनी की तुलना में और अधिक अच्छी प्रकार से किया गया है। इससे 5-15 वर्ष की आयु वाले बच्चों की बुद्धि का मापन किया जाता है। इससे प्राप्त प्राप्तांकों को विचलन 'बुद्धिलब्धि प्राप्तांक' के नाम से जाना जाता है। जिसका मध्यमान 100 तथा मानक विचलन 15 है।

भाटिया बैट्री बुद्धि परीक्षण

इस व्यक्तिगत, निष्पत्ति बुद्धि परीक्षण का निर्माण डा० सी.एम. भाटिया से किया गया। यह परीक्षण 12 वर्ष एवं इससे अधिक आयु के बच्चों की बुद्धि का मापन करता है। इस परीक्षण में 5 उप-परीक्षण होते हैं।

1. कोह ब्लाक डिजाइन परीक्षण
2. पासएलांग परीक्षण
3. पैटर्न-ड्राइंग परीक्षण
4. स्मृति परीक्षण।
5. पिक्चर काम्पलिशन परीक्षण

प्रत्येक उप-परीक्षण में सात एकांश हैं। उनमें से प्रत्येक एक अलग योग्यता को मापता है। किन्तु सम्पूर्ण बैट्री सामान्य बुद्धि का मापन करती है। इससे प्राप्त प्राप्तांक बुद्धिलब्धि प्राप्तांक कहे जाते हैं। यह अत्यधिक प्रसिद्ध व्यक्तिगत बुद्धि परीक्षण है जिसका उपयोग भारत में सर्वत्र परामर्श एवं निर्देशन हेतु किया जाता है। इसके अतिरिक्त भारत एवं विदेशों में कई समूह बुद्धि परीक्षणों का निर्माण किया गया है।

विदेशी परीक्षण जैसे-

- i. ओटीस स्वयं प्रशासित मानसिक योग्यता परीक्षण (हाईस्कूल बालकों हेतु)
- ii. कैटल कल्चर फेयर बुद्धि परीक्षण
- iii. रेवन प्रोग्रेसिव मैट्रिसेस बुद्धि परीक्षण

भारतीय परीक्षण जैसे

- i. जलोटा सामान्य मानसिक योग्यता सामूहिक परीक्षण (13-16 वर्ष आयु के बच्चे हेतु)
- ii. प्रयाग मेहता सामान्य बुद्धि परीक्षण।
- iii. एम0सी0 जोशी बुद्धि परीक्षण।

अब आप बुद्धि अथवा बुद्धि परीक्षण से जुड़े सभी तथ्यों से अवगत हो गये होंगे। इसी क्रम में आप व्यक्तित्व परीक्षण से जुड़ी जानकारी आगे प्राप्त करेंगे। आप देखेंगे कि व्यक्तित्व क्या है तथा इस परीक्षण के प्रकार और क्या विशेषताएं होती हैं।

व्यक्तित्व परीक्षण - परामर्श एवं निर्देशन में व्यक्तित्व परीक्षणों का प्रयोग शुरूआत से हो रहा है।

व्यक्तित्व का अर्थ एवं प्रकृति

मनोवैज्ञानिकों ने व्यक्तित्व को परिभाषित किया है। जैसे- गेस्टाल्ट ने इसे समग्र रूप में देखा उनके अनुसार व्यक्तित्व एक समग्र इकाई है। जो कि जटिल और विश्लेषण न करने योग्य है।

मनोवैज्ञानिकों के एक समूह ने इसे दूसरे शब्दों में परिभाषित किया- “व्यक्तित्व किसी व्यक्ति की दूसरों के प्रति उत्पन्न प्रतिक्रियाएं हैं।”

तीसरे समूह ने व्यक्तित्व को शीलगुणों के रूप में परिभाषित किया। यह दृष्टिकोण व्यक्तित्व को विश्लेषण के योग्य तथा मापने योग्य बनाता है।

परामर्श तथा निर्देशन में रूचि रखने वाले मनोवैज्ञानिकों ने व्यक्तित्व के शीलगुण सिद्धान्त को अपने लिए अत्यधिक सहायक पाया वास्तव में अधिकांश व्यक्तित्व सिद्धान्त (कारक सिद्धान्तों तथा गतिशील सिद्धान्तों के अलावा) एक दुसरे से अलग नहीं हैं।

कारक सिद्धान्त अथवा शीलगुण सिद्धान्त व्यक्तित्व को कुछ निश्चित विमाओं एवं कारकों का एकीकरण के रूप में परिभाषित करते हैं।

गाल्टन, कैटल, वर्नन, आइसेन्जक, बिने तथा हल इसी मत को स्थापित करते हैं।

यह दृष्टिकोण व्यक्तित्व की शीलगुणों अथवा कारकों के रूप में मापने योग्य बनाता है। इस कारण व्यक्तित्व के इस उपागम ने निर्देशन के सिद्धान्तों एवं प्रयोगों को अत्यधिक प्रभावित किया है।

कैटल का विश्वास था कि व्यक्तित्व को कुछ विशिष्ट गुणों प्रकारों अथवा शीलगुणों के रूप में परिभाषित किया जाए जो मापने योग्य है। इस प्रकार एक व्यक्ति के व्यक्तित्व का विश्लेषण वस्तुनिष्ठ तरीके से किया जा सकता है।

आइसेन्क एवं कैटल ने व्यक्तित्व का अध्ययन करने के लिए मात्रात्मक प्रविधियों का इस्तेमाल किया।

निर्देशनकर्ताओं का सर्वाधिक ध्यान व्यक्तित्व के गत्यात्मक सिद्धान्तों की ओर आकर्षित हुआ। व्यक्तित्व के मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त तथा स्वयं सिद्धान्त ने परामर्श एवं निर्देशन को प्रभावित किया जो कि महत्वपूर्ण गत्यात्मक सिद्धान्त है। रोजर के सिद्धान्त के आत्मन ने परामर्श एवं निर्देशन को मजबूत आधार प्रदान किया। फ्रायड के मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त में आनुवांशिक संवेगों अथवा मूल प्रवृत्तियों के महत्व, व्यक्ति का मनोवैयक्तिक विकास व्यक्तित्व के विकास में उसके प्रारंभिक अनुभवों, जागरूकता के स्तरों (चेतन, अर्द्धचेतन तथा अचेतन) और इदं, अहं व अत्यहं घटकों पर जोर दिया। अचेतन तथा रक्षात्मक युक्तियों के संप्रत्यय मनोविश्लेषणात्मक थिरैपी हेतु महत्वपूर्ण है।

व्यक्तित्व का मापन

परामर्श एवं निर्देशन में व्यक्तित्व को नैदानिक बनाने का कारण समस्याओं को छांटना और बेहतर समायोजन करना है। फिशान्ट एवं हन्ना (1931) और कार्नर (1946) ने कुसमायोजन के कई उदाहरणों को प्रतिपादित किया जो प्रथम दृष्टया शैक्षिक, व्यावसायिक और व्यक्तिगत प्रकृति के होते हैं। कमजोर रूप से समाकलित व्यक्ति को शैक्षिक और व्यावसायिक स्थितियों में समायोजित करने में परेशानी होती है इसलिए उन्हें या तो छाँटकर निकाला जाता है या उन्हें अधिक प्रभावी समायोजन बनाने में मदद की जाती है। इस कारण परामर्श एवं निर्देशन में व्यक्तित्व का मापन महत्वपूर्ण है। इस उद्देश्य की पूर्ति हेतु विभिन्न प्रकार के परीक्षण और मापनी का निर्माण किया गया। व्यक्तित्व परीक्षणों को निम्नलिखित दो प्रकारों में विभाजित किया जाता है।

प्रक्षेपीय परीक्षण

इस प्रकार के दो परीक्षण अतिलोकप्रिय है।

i. रोशा मसि लक्ष्य परीक्षण

इस परीक्षण का निर्माण हरमन रोशा ने किया था। इस परीक्षण का निर्माण मनोचिकित्सकीय डिसऑर्डर का निदान करने के लिए किया जाता है। लेकिन वर्तमान में इसका उपयोग सामान्य व्यस्कों, किशोरों एवं बच्चों के लिए भी किया जाता है। इस परीक्षण में कुल 10 कार्ड होते हैं। जिसमें से प्रत्येक पर एक सममित मसि लक्ष्य बना होता है। प्रत्येक कार्ड व्यक्तिगत रूप से प्रशासित किया जाता है। ये कार्ड एक-एक करके एक निश्चित क्रम में व्यक्ति के सामने प्रस्तुत किये जाते हैं तथा पूछा जाता है कि मसि लक्ष्य में उसे क्या दिखाई दे रहा है या मसि लक्ष्य किस आकृति जैसा लग रहा है। व्यक्ति के दिये गये उत्तरों के आधार पर उसके व्यक्तित्व के संबंध में निष्कर्ष ज्ञात किये जाते हैं। प्रतिक्रियाओं को स्थिति (W, D, d, or dd i.e. समग्र, अंश, लघु अंश अथवा मिनट विवरण), रूप एवं गति/चलन के रूप में रिकार्ड किया जाता है। यह परीक्षण व्यक्ति के बौद्धिक क्रियाविधि, सांवेगिक

नियंत्रण, समायोजन, रूचियों, चिन्ता इत्यादि के बारे में सूचना प्रदान करता है। विभिन्न व्यवसायों में कार्यरत व्यक्तियों के व्यक्तित्व का मापन करने के प्रयास भी किए गए हैं। इस परीक्षण के आधार पर लोगों के नौकरी या व्यवसाय में सफल होने की भविष्यवाणी भी की गयी। इसका प्रयोग रक्षा विभाग में विभिन्न पदों पर व्यक्तियों की नियुक्ति हेतु भी किया गया है। इसका प्रयोग भारत के सभी केन्द्रों व अन्य देशों के केन्द्रों पर परामर्श एवं निर्देशन देने में किया गया।

ii. **प्रासंगिक अन्तर्बोध परीक्षण**

प्रक्षेपीय ढंग से व्यक्तित्व मापने के इस लोकप्रिय परीक्षण का निर्माण सन् 1935 में सी0डी0 मार्गन तथा एच0ए0 मुरे ने किया था। इस परीक्षण की आधारभूत मान्यता यह है कि जब व्यक्ति के सम्मुख कोई अस्पष्ट सामाजिक परिस्थिति प्रस्तुत की जाती है तथा उससे उस परिस्थिति के अनुरूप कोई काल्पनिक कहानी बनाने के लिए कहा जाता है तो उस कहानी के विभिन्न पात्रों से वह व्यक्ति अपने व्यक्तित्व की विशेषताओं को अप्रत्यक्ष रूप से अभिव्यक्त कर देता है। कहानी के कथानक से उस व्यक्ति की आवश्यकताओं, चिन्ताओं, इच्छाओं, विचार प्रतिक्रियाओं, परिपक्वता स्तर, आत्म प्रतिमा, सामाजिक समायोजन, दृष्टिकोण आदि का ज्ञान प्राप्त किया जा सकता है। इस परीक्षण में कुल 38 कार्ड होते हैं। एक-एक करके प्रत्येक कार्ड को दिखा व्यक्ति से कहानी बनाने को कहा जाता है इसके पश्चात् प्रयोज्यों से बनायी गयी कहानियों का अंकन व विश्लेषण करके उसके व्यक्तित्व का आंकलन करने का प्रयास किया जाता है। यह परीक्षण भारत में परामर्शदाताओं व निर्देशनकर्त्ताओं के बीच काफी लोकप्रिय है।

रोशा परीक्षण तथा प्रासंगिक अन्तर्बोध परीक्षण में मुख्य अन्तर इस बात का है कि रोशा परीक्षण की सहायता से व्यक्तित्व की संरचना तथा संगठन की जानकारी करने का प्रयास किया जाता है। जबकि प्रासंगिक अन्तर्बोध परीक्षण से व्यक्तित्व के गुणों को ज्ञात करने की कोशिश की जाती है।

अप्रक्षेपीय परीक्षण

● **एडवर्ड्स व्यक्तिगत पसंद अनुसूची**

इसका निर्माण सन् 1954 में मनोवैज्ञानिक कार्पोरेशन के तत्वाधान में किया गया इसका भारतीय रूपान्तरण सन् 1966 में डॉ0 आर0पी0 भटनागर से शोध हेतु किया गया था। यह मुरे (1938) के बताए गये 15 व्यक्तित्व माँगों को मापता है। यह परीक्षण हाईस्कूल एवं 12 वर्ष की आयु से अधिक के व्यक्तियों पर भी इस्तेमाल किया जा सकता है। यह परीक्षण की परामर्श एवं निर्देशन में प्रमुख रूप से इस्तेमाल किया जाता है।

● **बेल समायोजन मापनी**

स्टेनफोर्ड कालेज प्रेस से इस मापनी का निर्माण व्यक्तिगत समायोजन को चार क्षेत्रों (i) गृह (ii) स्वास्थ्य (iii) सामाजिक सम्बन्ध एवं (iv) सांवेगिक व्यवहार में जानने हेतु किया गया। यह छात्रों हेतु भी किया गया है। व्यस्कों के लिए भी इसका एक प्रारूप व्यवसायिक परामर्श हेतु किया जाता है।

● **थर्सटन टेम्परामेंट मापनी**

यह मापनी हाईस्कूल छात्रों के व्यक्तित्व के मापन हेतु प्रयोग की जाती है। इसमें कुल 140 एकांशों का सेट होता है जो सांवेगिक अभिव्यक्ति के 7 विविध पक्षों को मापता है। यह सात पक्ष हैं - (1) सक्रियता (2) विगोरस (3) इम्पलसिव (4) प्रभावी (5) स्थायी (6) सामाजिक (7) प्रतिवर्ती

कैलीफोर्निया व्यक्तित्व परीक्षण।

-एसीडेंस-सबमिशन प्रतिक्रिया अध्ययन

-व्यक्तित्व प्रश्नावली (बच्चों हेतु)

-हाईस्कूल व्यक्तित्व कारक प्रश्नावली

रूचि परीक्षण

रूचि का अर्थ- गिलफोर्ड के शब्दों में “रूचि किसी क्रिया वस्तु या व्यक्ति पर ध्यान देने, उस से आकर्षित होने, उसे पसन्द करने तथा उससे सन्तुष्टि पाने की प्रवृत्ति है”

रूचियों का मापन

रूचियों को ज्ञात करने या मापन करने की विधियों के आधार पर रूचियों को चार भागों में बांटा जा सकता है। सुपर के अनुसार रूचियों के चार प्रकार हैं -

- i. अभिव्यक्त रूचियाँ
- ii. प्रदर्शित रूचियाँ
- iii. आंकलित रूचियाँ
- iv. सूचित रूचियाँ

इनमें से प्रथम तीन प्रकार की रूचियों की जानकारी, अवलोकन साक्षात्कार व्यक्ति के से लिखित बातों, चेकलिस्ट, प्रश्नावली या सम्प्राप्ति परीक्षणों जैसे मापन उपकरणों जो किन्हीं अन्य उद्देश्यों के लिए बनाये गये होते हैं, इनके प्रयोग से प्राप्त परिणामों की व्याख्या करके अप्रत्यक्ष रूप से की जाती है जबकि चतुर्थ प्रकार की रूचियों का मापन विशेष रूप से तैयार किये गये प्रमापीकृत रूचि सूचियों के से किया जाता है।

व्यक्ति की रूचि का मापन करने हेतु कई रूचि मापनी का निर्माण किया गया जो कि विश्वसनीय है।

व्यवसायिक रूचियों का मापन करने के लिए-स्ट्रांग वोकेशनल रूचि बैंक तथा कुडर पसन्द रिकार्ड
दो महत्वपूर्ण मापनियाँ विश्व में सभी जगह इस्तेमाल की जाती हैं।

स्ट्रांग वेकेशनल रूचि बैंक

इस रूचि मापनी का निर्माण व संशोधित प्रकाशन 1959 में स्टेनफोर्ड कालेज प्रेस से प्रकाशित किया गया। तत्पश्चात् इसमें समय-समय पर संशोधन किए गये। वर्तमान में सन् 1966 में किया गया संशोधन ही सर्वत्र प्रयोग में लाया जा रहा है। यह स्कूली छात्रों एवं रोजगारपरक युवाओं की रूचि मापने के लिए प्रयोग किया जाता है। इसके माध्यम से 50 से अधिक व्यवसायों को मापा जाता है।

डार्ली के अनुसार इन प्रयोगों से प्राप्त ग्रेड प्राप्तांक के आधार पर रूचियों के पैटर्न को प्राथमिक सेकेन्डरी तथा तृतीयक के रूप में तैयार कर सकते हैं। प्रत्येक व्यक्ति सामान्यतः एक से अधिक व्यवसाय में रूचि रखता है। परन्तु उस व्यक्ति की रूचि किसी एक व्यवसाय में अत्यधिक होती है। यही तथ्य परामर्श एवं निर्देशन में उपयोगी है।

कुडर पसन्द रिकार्ड

(साइंस रिसर्च एसोसिएट्स 1939, व्यवसायिक रूप 1948, लघु औद्योगिक रूप 1957)

यह हाईस्कूल छात्रों के लिए तैयार किया गया प्रसिद्ध रूचि मापनी है। इसका प्रयोग व्यस्कों एवं कक्षा 8 के बालकों हेतु भी किया जा सकता है। इसमें 168 एकांश व्यवसायों के आधार पर पसन्द के रूप में व्यवस्थित होते हैं। यह दस प्रकार की रूचियों का मापन करता है। यह बाध्य-चयन प्रकार की मापनी है। इसका व्यावसायिक रूप रूचियों के निम्नलिखित दस क्षेत्रों का मापन करता है।

- (1) आउटडोर (2) यांत्रिक (3) संगणकीय (4) वैज्ञानिक (5) परसयुएसीव (6) आर्टिस्टिक (7) साहित्यिक (8) संगीतमय (9) समाज सेवा (10) क्लैरिकल

चटर्जी अभाषीय पसन्द रिकार्ड

यह एक भारतीय अभाषीय परीक्षण है जिसमें 150 एकांश हैं प्रत्येक एकांश में तीन स्टिक चित्रों (तीन व्यवसायों की क्रियाविधि को प्रदर्शित करते हुए) में से व्यक्ति को एक चुनना होता है। यह 10 प्रकार की रूचियों का मापन करता है।

- (1) आर्टिस्टिक (2) साहित्यिक (3) वैज्ञानिक (4) चिकित्सकीय (5) कृषि (6) तकनीकी (7) हस्तकला (8) आउटडोर (9) खेलकूद (10) घरेलू

उपर्युक्त परीक्षणों के अन्तर्गत भारत में कुछ रूचि परीक्षण उपलब्ध है। उनमें से आर0पी0 सिंह, एस0पी0 कुलश्रेष्ठ, टी0एस0 सोदी, एस0 भटनाकर, एम0एन0 पलसाने तथा साधना शर्मा से निर्मित कुछ परीक्षणों का उपयोग भी परामर्श एवं निर्देशन में होता है। व्यक्ति के रूचियों के विषय में प्राप्त जानकारी उसके आत्मप्रत्यय को समझने में सहायक है। जिससे उस व्यक्ति की शैक्षिक व्यवसायिक और व्यक्तिगत समस्याओं का समाधान परामर्श एवं निर्देशन से किया जाता है।

अभिक्षमता परीक्षण

सुपर के अनुसार 'अभिक्षमता' शब्द दो प्रकार से प्रयोग में लाया जाता है-

- अभिक्षमता शीलगुण एवं क्षमताओं का संयोग है जो कि किसी भी व्यक्ति के लिए किसी भी क्षेत्र अथवा नौकरी में सफलता अर्जित करने के लिए अनिवार्य है।
- दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि अभिक्षमता अलग प्रकार की एकाकी विशेषता है जो कि विभिन्न दिशाओं में भिन्न-भिन्न प्रकार के क्रियाकलापों तथा व्यक्ति के पेशे के लिए अत्यन्त महत्वपूर्ण है।

अभिक्षमता का मापन

मनोवैज्ञानिकों ने बहुत सारे विशेष मानसिक क्षमताओं की संख्या का निर्धारण किया। इस क्षेत्र में टी0एल0 केली, इ0एल0 थर्सटन, वर्नन गिलफोर्ड तथा फ्रेंच का मुख्य योगदान रहा है। परन्तु थर्सटन का प्राथमिक मानसिक क्षमताएं का विशेष योगदान व्यक्ति विशेष की अभिक्षमताओं का मापन करने में रहा तथा इसे सर्वत्र स्वीकृति भी मिली। बहुत से परीक्षणों का निर्माण किया गया थर्सटन से ज्ञात विशेष अभिक्षमताओं के मापने में जो सहयोग प्रदान कर सके।

प्राथमिक मानसिक अभिक्षमता का शिकागो परीक्षण छः अभिक्षमताओं का मापन करता है जो विश्व में सर्वत्र प्रयोग में लाया जाता है जो इस प्रकार निम्नलिखित है- शाब्दिक अर्थ स्पेस, शब्द प्रवाह, तर्क, स्मृति, संख्या

इन परीक्षणों में से कुछ प्रमाणीकृत अभिक्षमता परीक्षण इस प्रकार है।

प्रोफीसीएन्सी परीक्षण(Proficiency Test)

यह एक प्रकार का सम्प्राप्ति परीक्षण है। इसका प्रयोग अभिक्षमता परीक्षण की तरह किसी भी संबंधित क्रियाकलाप के लिए किया जाता है। इस प्रकार से अभिक्षमता का अर्थ है किसी भी व्यक्ति की कार्य कौशल को देखते हुए तथा उससे संबंधित और कार्यों में उसकी सफलता का मापन करके हम उस व्यक्ति के सफलता अर्जित करने की भविष्यवाणी कर सकते हैं।

प्रकार के कुछ प्रमापीकृत परीक्षण निम्नलिखित हैं-

- i. द कोओपेटीव अचीवमेन्ट परीक्षण
- ii. द इवा टेस्टस ऑफ एजुकेशनल डेवलपमेन्ट।
- iii. द ब्लैकस्टोन स्टीनोग्रैफी टेस्ट।
- iv. द एस.आर.ए. टाइपिंग स्किल्स टेस्टस।
- v. द परड्यु वोकेशनल टेस्टस।

अभी भारत में इस प्रकार के परीक्षण उपलब्ध नहीं है।

क्लरिफिकल अभिक्षमता परीक्षण

सुपर ने इस परीक्षण की प्रकृति के विषय में व्याख्या की है। वह यह मानते हैं कि अभिक्षमता, बुद्धि, आंकिक तथा शाब्दिक क्षमताएँ, गति तथा एक्युरिसी (परिशुद्धता), कौशल, मनोशारीरिक कौशल या हस्त कौशल का सम्मिश्रण है। नौकरी में सफलता हेतु भाषा तथा अंकगणित में व्यवसायिक दक्षता अति आवश्यक है। बुद्धि के सन्दर्भ में उन्होंने यह कहा वास्तव में यह नौकरी की सफलता के लिए आवश्यक कारक- “न्यूनतम वांछनीय बुद्धिलब्धि 95 से 100” है। कुछ अभिक्षमता परीक्षण निम्नलिखित हैं-

मिनेसोटा कार्पोरेशन कलर्केरियल परीक्षण

सन् 1959 में मनोवैज्ञानिक कार्पोरेशन से प्रकाशित परीक्षण का उपयोग 17 वर्ष आयु की लड़कियों एवं 19 वर्ष आयु के लड़कों के लिए किया जाता है। यह इससे अधिक आयु के बच्चों हेतु भी उपयोग में लाने योग्य है। यह अंक और नाम जांचने के माध्यम से आंकिक और शाब्दिक योग्यतायें मापता है। यह बहुतायत में इस्तेमाल होने वाला परीक्षण है।

हस्तकौशल परीक्षण- यह परीक्षण हस्त कौशल का मापन करता है।

यांत्रिक अभिक्षमता परीक्षण - यांत्रिक अभिक्षमता मापने का सार्थक प्रयास सन् 1928 में कॉक्स ने इंग्लैंड में किया था और इसके पश्चात 1930 में पैटरसन व उसके सहयोगियों ने मिनेसोटा कालेज में इसका निर्माण किया। मैक क्वैरी यांत्रिक योग्यता परीक्षण और स्टैनक्विस्ट असैम्बली परीक्षण प्राचीन यांत्रिक अभिक्षमता परीक्षणों में से एक है। यह प्रथम विश्वयुद्ध के समय बनाया गया था। यांत्रिक सिद्धान्तों पर आधारित चित्र और प्रश्नों को समाहित किये हुए बैनेट यांत्रिक अवबोध परीक्षण निर्मित किया गया जो पूरे विश्व में प्रचलित है।

व्यावसायिक अभिक्षमता परीक्षण - इसके अन्तर्गत इंजीनियरिंग, मेडिकल, कानून एवं शिक्षण परीक्षण आते हैं, इनका निर्माण उपर्युक्त व्यवसायों में बालक को शिक्षा हेतु चयनित करने हेतु किया

गया। शैक्षिक परीक्षण ब्यूरो का पूर्व इंजीनियरिंग मापनी और इंजीनियरिंग तथा भौतिक विज्ञान अभिक्षमता परीक्षण (मनोवैज्ञानिक कार्पोरेशन, 1943) का प्रयोग संयुक्त राज्य अमेरिका में इंजीनियरिंग में छात्रों के चयन हेतु बहुत उपयोग होता है। कैलीफोर्निया, कोलम्बिया, मिनेसोटा, आइवा इत्यादि कालेज में भी कानून की शिक्षा हेतु बालकों को चयनित करने हेतु परीक्षणों का निर्माण किया गया। शैक्षिक परीक्षण ब्यूरो ने भी कानून अभिक्षमता का निर्माण किया। इनमें से स्टैनफोर्ड कानून अभिक्षमता परीक्षण उच्च कोटि का परीक्षण है।

मेडिकल कालेज में बालकों के प्रवेश हेतु सन् 1944 में जार्ज वाशिंगटन कालेज से, मनोवैज्ञानिक कार्पोरेशन से निर्मित नर्सिंग प्रवेश परीक्षा कार्यक्रम तथा 1930 में अमेरिकन मेडिकल कालेज संगठन से निर्मित मॉस मेडिकल अभिक्षमता परीक्षण निर्मित किया गया। सन् 1930 में कॉक्स-आरलियन्स शिक्षण योग्यता नैदानिक परीक्षण निर्मित किया गया।

इसमें 5 उपपरीक्षण हैं- सामान्य सूचना, शिक्षण विधियों का ज्ञान, व्यावसायिक पाठ्य वस्तु को सीखने की योग्यता, शैक्षिक पठनयोग्य सामग्री और शैक्षिक समस्याओं के हल का अवबोध। उपर्युक्त परीक्षण भारत में भी निर्मित किये गये हैं।

परामर्श एवं निर्देशन में DAT, GATB, CZAS, MAT, FACT इत्यादि परीक्षण का उपयोग होता है इनमें से GATB तथा DAT विशेष रूप से लाभदायक है।

अतः अब आप जान गये होंगे कि प्रमाणीकृत विधियों में कितने प्रकार के परीक्षणों का समावेश है तथा प्रत्येक परीक्षण का निर्माण, क्रियाविधि एवं उपयोग क्या-क्या है।

अभ्यासप्रश्न

1. प्रमाणीकृत विधियों में कितने प्रकार के परीक्षण आते हैं तथा उनका नाम बताइए?
2. बुद्धि के कितने सिद्धान्त हैं तथा किन्ही दो बुद्धि परीक्षण के नाम बताइए?
3. व्यक्तित्व मापन हेतु कितने प्रकार के परीक्षण हैं किन्ही दो परीक्षण के नाम बताइए?
4. रुचि कितने प्रकार की होती है। इनके नाम बताइए?
5. अभिक्षमता के मापन हेतु किन-किन परीक्षणों का उपयोग करते हैं।

आगे आप अप्रमाणीकृत विधियों के अन्तर्गत आने वाले परीक्षणों के विषय में जानकारी एकत्रित करेंगे।

1.3.2 अप्रमाणीकृत विधियाँ

प्रश्नावली- प्रश्नावली प्रश्नों की वह लम्बी सूची होती है जो व्यक्ति से सूचनाएँ एकत्रित करने के लिये तैयार की जाती है तथा यह विधि अनुसंधान कार्य में भी प्रयुक्त होती है।

“सामान्यतः प्रश्नावली शब्द से अर्थ है वह साधन या प्रविधि है जो किसी व्यक्ति से एक प्रश्नों का फार्म प्रयोग करके उत्तर प्राप्त करने के लिए प्रयुक्त होती है।”

प्रश्नावली के प्रकार

पी0वी0 यंग ने प्रश्नावली को दो वर्गों में बाँटा है।

- i. रचित प्रश्नावली
- ii. अरचित प्रश्नावली

लुंडबर्ग ने भी प्रश्नावली को दो वर्गों में बाँटा है।

- i. तथ्य की प्रश्नावली
- ii. विचार और दृष्टिकोण की प्रश्नावली

जॉन बेस्ट ने प्रश्नावली को दो वर्गों में बाँटा है।

- i. बन्द फार्म
- ii. मुक्त फार्म

जे0एस0 वालिया ने अपनी पुस्तक शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन में प्रश्नावली के तीन वर्ग बताये हैं।

- i. प्रश्न-सूचक रूप
- ii. सूची रूप
- iii. चेक-लिस्ट फर्म

उत्तम प्रश्नावली की विशेषताएँ

ये बहुत व्यापक होती है ताकि संबंधित सूचनाएँ प्राप्त की जा सकें।

- प्रश्नावली में वस्तुनिष्ठ प्रश्न शामिल होने चाहिए।
- प्रश्नावली में प्रश्नों का क्रम उचित हो। यह क्रम सामान्य से विशिष्ट तथा सरल से जटिल की ओर होना चाहिए।
- प्रश्नों की व्यवस्था वर्गों के रूप में हो ताकि सही और आसान अनुक्रियाओं को प्राप्त किया जा सकें।
- प्रश्नावली में निर्देश स्पष्ट और पूर्ण दी जानी चाहिए।
- प्रश्नावली के अंकों का सारिणीकरण सरल होना चाहिए।
- यह स्पष्ट रूप से छपी हुई होती है।

उपरोक्त विवरण के आधार पर आप प्रश्नावली विधि के विषय में जान चुके होंगे। आगे हम आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख के विषय में देखेंगे।

आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख

आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख किसी अध्यापक से अवलोकन किया गया किसी बालक के व्यवहार और व्यक्तित्व का वस्तुनिष्ठ वर्णन है। यह रिकार्ड नियमित अवलोकन का परिणाम है जो कि बिना तैयारी के किया जाता है। इस प्रकार इसे अनौपचारिक अवलोकन भी कहते हैं।

आकस्मिक निरीक्षण के प्रकार

- i. **पहला प्रकार-** इस प्रकार के आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख के अन्तर्गत बालक में व्यवहार का वस्तुनिष्ठ अध्ययन होता है और इसमें किसी भी तरह के विचारों का समावेश नहीं किया जाता।
- ii. **दूसरा प्रकार-** इस प्रकार में बालक के व्यवहार के वर्णन में साथ-साथ संक्षिप्त सी टीका-टिप्पणी भी लिखी होती है।
- iii. **तीसरा प्रकार-** इस प्रकार में बालक के व्यवहार का विवरण एवं टीका-टिप्पणी के अतिरिक्त उसमें उपचार का सुझावों का भी उल्लेख होता है।

अच्छे आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख के गुण

- i. **वस्तुनिष्ठता-** एक अच्छे आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख में वस्तुनिष्ठता का होना अनिवार्य है। एक आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख को अध्यापन की रूचियों, अरूचियों, विद्वेष तथा पक्षपात से मुक्त होना चाहिए।
- ii. **पूर्ण चित्र-** एक अच्छे आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख की यह विशेषता होनी चाहिए कि वह किसी व्यक्ति के बारे में या घटना के बारे में पूर्ण चित्र प्रस्तुत करें।
- iii. **पृष्ठभूमि की जानकारी-** इसकी यह विशेषता होनी चाहिए कि वह व्यक्ति या बालक के बारे में पूर्ण पृष्ठभूमि की जानकारी प्रस्तुत करें।
- iv. **घटनाओं का विवरण तथा क्रम-** इसमें दर्ज घटनाएं क्रमानुसार होनी चाहिए तथा उनका विवरण भी क्रम में हो।
- v. **प्रमुख सूचनाएं-** एक अच्छे अभिलेख की यह भी विशेषता होती है कि उसमें केवल प्रमुख सूचनाएं ही रिकार्ड की जानी चाहिए उचित निदान तभी संभव है यदि केवल संबंधित तथा अर्थपूर्ण घटनाओं का ही आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख में उल्लेख किया गया हो।

अब आप आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख के विषय में पूर्ण रूप से परिचित हो गये होंगे। तत्पश्चात् आगे हम आत्मकथा के विषय में पढ़ेंगे।

आत्मकथा

आत्मकथा में व्यक्ति अपने जीवन के लक्ष्यों, उपलब्धियों, रूचियों, इच्छाओं, घटनाओं प्रतिक्रियाओं आदि का वर्णन वास्तविकता के पुट के साथ करता है, इस विधि में व्यक्ति को इस बात की स्वतंत्रता होती है कि वह अपने अनुभवों तथा जीवन की घटनाओं को जिस प्रकार चाहे लिख सकता है। इस प्रकार यह एक आत्मनिष्ठ विधि है।

आत्मकथा के प्रकार

- i. निर्देशित आत्मकथा।
- ii. अनिर्देशित आत्मकथा।
- iii. मिश्रित आत्मकथा

आत्मकथा के निम्नलिखित दो प्रकार भी बताये गये हैं-

- i. व्यक्तिगत इतिहास।
- ii. निर्देशित आत्मकथा।

अब आप आत्मकथा के विषय तथा प्रकार से भली-भांति परिचित हो गये होंगे। इसी क्रम में आगे बढ़ते हुए हम निर्धारण मापदंड के विषय में अध्ययन करेंगे।

निर्धारण मापदंड

निर्देशन कार्यक्रम में निर्धारण मापदंड का प्रयोग बहुत अधिक लोकप्रिय हो रहा है। इस विधि से हम किसी विशेष लक्षण के बारे में मत की अभिव्यक्ति को प्रणालीबद्ध करते हैं।

निर्धारण, निर्देशित अवलोकन है- रूथ स्ट्रैंग इस विधि से व्यक्तित्व तथा निष्पत्ति का मापन होता है। यह भी एक आत्मनिष्ठ विधि है। यह विधि कम विश्वसनीय एवं वैध है। आजकल इस विधि का प्रयोग औद्योगिक संस्थानों में कार्य कर रहे व्यक्तियों के वेतन में वृद्धि तथा पदोन्नति भरने के लिये किया जा रहा है।

निर्धारण मापदंड के प्रकार

- संख्यात्मक मापदंड
- वर्णनात्मक मापदंड
- पदक्रम मापदंड
- रेखांकित मापदंड
- समूह-प्रतिशत मापदंड
- युगल-तुलना मापदंड

- बलात-चयन मापदंड
- संचयी-अंक मापदंड

उपरोक्त विवरण के आधार पर आप निर्धारण मापदंड तथा उसके प्रकारसे परिचित हो गये होंगे। आगे हम व्यक्ति अध्ययन, उसके प्रकार तथा रूपरेखा के विषय में जानकारी प्राप्त करेंगे।

व्यक्ति अध्ययन

निर्देशन प्रक्रिया में व्यक्ति का इतिहास भी परामर्शदाता की बहुत सहायता करता है। व्यक्ति इतिहास में किसी व्यक्ति के बहुत से महत्वपूर्ण पक्षों का विस्तारपूर्वक विश्लेषण होता है।

ट्रेक्सलर के अनुसार- “व्यक्ति अध्ययन किसी व्यक्ति का उसके उत्तम समायोजन के लिए किया गया विस्तृत अध्ययन है”

व्यक्ति अध्ययनों के प्रकार

व्यक्ति अध्ययन निम्न प्रकार के होते हैं-

- औपचारिक अध्ययन
- अनौपचारिक अध्ययन

एक अन्य वर्गीकरण के अनुसार व्यक्ति अध्ययनों को तीन वर्गों में बाँटा जा सकता है।

व्यक्तियों से संबंधित अध्ययन

- संस्थाओं का अध्ययन
- समुदायों या सांस्कृतिक समूहों का अध्ययन

व्यक्ति अध्ययन की रूपरेखा

किसी भी व्यक्ति अध्ययन को करते समय उसकी रूपरेखा से ही तय कर लेनी चाहिये। इसकी रूपरेखा में निम्नलिखित सूचनाओं को शामिल किया जाना आवश्यक है-

- | | |
|-------------------------------|------------------------|
| i. उद्देश्य | v. शैक्षिक इतिहास |
| ii. सामान्य सूचनाएँ | vi. स्कूल इतिहास |
| iii. पारिवारिक इतिहास | vii. व्यावसायिक इतिहास |
| iv. व्यक्तित्व संबंधी सूचनाएं | viii. सामाजिक इतिहास |

उपरोक्त विवरण के आधार पर आप व्यक्ति अध्ययन के विषय से भली-भांति परिचित हो गये हैं तथा आगे आप समाजमिति के विषय में अध्ययन करेंगे।

समाजमिति

समाजमिति से व्यक्तियों के पारस्परिक सामाजिक संबंधी का पता लगाया जाता है। समाजमिति एक समूह के सदस्यों के बीच आपसी संबंधी को मापना है अर्थात् इस विधि से यह ज्ञात होता है कि कौन सा बालक या व्यक्ति अपने समूह में अपना स्थान नहीं बन पाया। ऐसी परिस्थिति में उस व्यक्ति या बालक की सामाजिकता की भावना को विकसित किया जा सकता है।

समाजमिति विधियों के प्रकार

राईटस्टोन, डस्टमैन और राबिन्सन ने समाजमिति की निम्नलिखित तीन विधियों का उल्लेख किया है-

- i. किसी एक व्यक्ति से यह पूछा जा सकता है कि वह अपने समूह में से कितने व्यक्तियों के साथ एक दिये हुए मापदंड के आधार पर रहना पसंद करेगा।
- ii. किसी एक व्यक्ति से अपने वर्ग के सभी सदस्यों का एक पूर्व-निर्धारित मान के अनुसार क्रम निर्धारण करने के लिये कहा जायेगा।
- iii. किसी एक व्यक्ति से अपने समूह के ऐसे सदस्यों को चुनने के लिये कहा जाये जिनमें कुछ विशेषताएँ दिखाई देती हों।

समाजमिति में प्रयुक्त होने वाली विधियाँ-

- i. प्रश्नावली विधि
- ii. निरीक्षण विधि

उपरोक्त व्याख्या के आधार पर आप समाजमिति प्रत्यय को समझ गये होंगे तथा समाजमिति में प्रयुक्त होने वाली विधियों के नाम भी जान गए होंगे। इसी क्रम में आगे बढ़ते हुए हम अवलोकन विधि के विषय में अध्ययन करेंगे।

अवलोकन

अवलोकन किसी व्यक्ति के विषय में जानकारी प्राप्त करने का महत्वपूर्ण साधन है। अवलोकन से निर्देशन प्रक्रिया में व्यक्ति के विषय में अध्ययन किया जाता है। अवलोकन से विभिन्न प्रकार के व्यवहारों एवं क्रियाओं का विवरण प्राप्त किया जाता है- इस विधि से व्यक्ति की प्रतिदिन की क्रियाओं एवं व्यवहारों का निश्चित समय पर एवं समय-समय पर विवरण इकट्ठा किया जाता है। अवलोकन विधि बहुत ही पुरानी विधि है।

अवलोकन के प्रकार

1. जर्सिल्ड और मीग्स का वर्गीकरण
 - i. स्वतंत्र अवलोकन

- ii. नियंत्रित अवलोकन
- iii. अर्ध-नियंत्रित अवलोकन
2. बोनी और हैम्पिलमैन का वर्गीकरण
 - i. आकस्मिक अवलोकन
 - ii. नियंत्रित अवलोकन
3. संख्या के अनुसार वर्गीकरण
 - i. व्यक्तिगत अवलोकन
 - ii. सामूहिक अवलोकन
4. स्थिति के अनुसार वर्गीकरण
 - i. प्रत्यक्ष अवलोकन
 - ii. अप्रत्यक्ष अवलोकन
5. प्रमापीकृत तथा स्वाभाविक अवलोकन
6. बाहरी तथा आन्तरिक अवलोकन
7. निर्देशित या उपपत्ति अवलोकन
8. प्रमापीकृत और स्वाभाविक अवलोकन

अवलोकन के सिद्धान्त

1. एक समय में एक ही बालक का अवलोकन
2. बालकों का अवलोकन नियमित क्रियाओं में
3. लम्बे समय तक अवलोकन
4. पूर्ण परिस्थिति का अवलोकन

उपरोक्त विवरण के आधार पर आप अवलोकन, अवलोकन के प्रकार तथा सिद्धान्तों से भलीभांति परिचित हो गए होंगे। आगे हम संचित अभिलेख के विषय में अध्ययन करेंगे।

संचित अभिलेख

बालकों को परामर्श और निर्देशन प्रदान करने के लिये बालक से सम्बन्धित विभिन्न प्रकार की सूचनाओं को इकट्ठा किया जाता है। उसे इकट्ठा करके जिस रूप में रखा जाता है उसे हम संचित अभिलेख कहते हैं।

“संचित अभिलेख- सूचनाओं का वह अभिलेख है जिनका संबंध बालक के मूल्यांकन से होता है और जिसे एक कार्ड पर लिखकर एक ही स्थान पर रखा जाता है।”-ऐलन

संचित अभिलेख पत्र की विशेषताएँ

इसमें निम्नलिखित विशेषताएँ हैं-

- (1) सरलता (2) रख-रखाव (3) वस्तुनिष्ठता (4) शब्दों और संकेतों का अर्थ पूर्ण प्रयोग (5) पूर्ण सूचनाएँ (6) सत्य सूचनाएँ (7) गोपनीयता (8) सामूहिक मूल्यांकन पर आधारित (9) समय-समय पर मूल्यांकन (10) निरंतरता (11) लचीलापन

संचित अभिलेख के उद्देश्य

1. दोहरे प्रयासों को रोकना
2. लाभकारी सूचनाएँ प्रदान करने के लिये
3. समस्या क्षेत्रों को चिन्हित करने के लिए
4. वस्तुनिष्ठ मूल्यांकन के लिये
5. बालक के लिये संचित अभिलेख

उपरोक्त विवेचन के आधार पर आपसंचित अभिलेख, विशेषताएँ तथा उद्देश्य से भली प्रकार परिचित हो गए होंगे। संचित अभिलेख के पश्चात् हम साक्षात्कार के विषय में अध्ययन करेंगे।

साक्षात्कार

अन्य विधियों की तरह साक्षात्कार भी निर्देशन और परामर्श में प्रयोग की जाने वाली सूचनाओं को इकट्ठा करने की एक मुख्य तथा महत्वपूर्ण विधि है।

साक्षात्कार को परामर्श का एक साधन भी कहा जाता है। वास्तव में साक्षात्कार विधि निर्देशन प्रक्रिया का एक अभिन्न अंग है। परामर्श में भी साक्षात्कार विधि को सबसे अधिक मूलभूत और निर्भर रहने योग्य विधि माना जाता है।

साक्षात्कार मूलभूत रूप में निश्चित उद्देश्य के साथ वार्तालाप है।

साक्षात्कार के स्वरूप

एक वर्गीकरण के अनुसार साक्षात्कार को उसके स्वरूप के आधार पर निम्नलिखित चार प्रकार का बताया गया है-

1. संरचित साक्षात्कार
2. आरचित साक्षात्कार
3. केन्द्रित साक्षात्कार
4. पुनरावृत्ति साक्षात्कार

साक्षात्कार के उद्देश्य

- किसी भी प्रकार के साक्षात्कार के निम्नलिखित उद्देश्य होते हैं-
- परामर्श प्राप्त कर्त्ताओं के साथ मैत्रीपूर्ण संबंध स्थापित करने के लिये जान-पहचान करना।
- व्यक्ति की शैक्षिक, व्यावसायिक तथा मनोवैज्ञानिक समस्या हल करने तथा समायोजन प्राप्त करने में सहायता देना।
- साक्षात्कार विधि से भावनाओं, अभिवृत्तियों तथा विचारों की जानकारी प्राप्त करना।
- मनोविश्लेषण-साक्षात्कारों से व्यक्तियों का उपचार करना।
- साक्षात्कार से व्यक्तियों की विभिन्न समस्याओं के संभावित कारणों का निदान करना।

उपरोक्त विवरण के आधार पर आप साक्षात्कार, साक्षात्कार के स्वरूप, उद्देश्य तथा सोपान के विषय में जान चुके होंगे।

अभ्यास प्रश्न

6. अप्रमापीकृत विधियाँ कितने प्रकार की होती है नाम बताइए?
7. निर्धारण मापदंड कितने प्रकार का होता है नाम बताइए?
8. समाजमिति से किस चीज का पता लगाया जाता है?
9. अवलोकन से क्या तात्पर्य है?
10. संचित अभिलेख की विशेषता बताइए?
11. साक्षात्कार के कितने प्रकार होते हैं?

1.4 मार्गदर्शन तथा परामर्श में परीक्षणों का उपयोग

आप विभिन्न परीक्षणों का परामर्श तथा निर्देशन में उपयोग देखेंगे-

1.4.1 बुद्धि परीक्षणों का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग-

- बुद्धि परीक्षणों से बालकों के मानसिक स्तर के विषय में अर्थात् मन्दबुद्धि, सामान्य तथा प्रतिभाशाली बुद्धि का पता चलता है।
- यह विभिन्न पाठ्यक्रम चयन करने में सहायता करता है।
- इस से निदान कार्य करना सरल हो जाता है।

1.4.2 व्यक्तित्व परीक्षणों का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग

व्यक्तित्व परीक्षण की सहायता से हम प्रत्येक व्यक्ति के व्यक्तित्व के विषय में पुरी जानकारी हासिल कर उनका मार्गदर्शन एवं परामर्श दे सकते हैं।

1.4.3 रूचि परीक्षण का परामर्श एवं मार्गदर्शन में उपयोग

रूचि परीक्षण की सहायता से बालक के रूचि से अवगत होकर परामर्शदाता बालक को उसके रूचि वाले विषय या व्यवसाय के चयन में मदद कर सकता है। रूचि परीक्षण परामर्श तथा निर्देशन में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करती है।

1.4.4 अभिक्षमता परीक्षणों का परामर्श एवं मार्गदर्शन में उपयोग

अभिक्षमता परीक्षणों के माध्यम से हम बालक के अन्दर निहित अभिक्षमता के विषय में सूचनाएँ एकत्रित कर सकते हैं। ये सूचनाएँ परामर्शदाता को परामर्श एवं निर्देशन देने में सहायता प्रदान करती है। इन परीक्षणों के माध्यम से बालक को उनके अन्दर निहित क्षमताओं से परिचित कराया जाता है।

1.4.5 निर्धारण मापदंड का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोगिता

इस विधि से निर्देशन प्रक्रिया में परामर्शदाता को सहायता मिलती है इससे वह व्यक्ति की नियुक्ति, पदोन्नति के बारे में अनुमान लगा सकता है।

- व्यक्ति के अध्ययन की अन्य विधियों को पूरक करने में यह विधि सहायक सिद्ध हुई है।
- निर्धारण मापदंडों की सहायता से बालक को भी अभिप्रेरणा प्राप्त होती है उसे अपनी कमियों का पता चलता है और वह इन्हें सुधारने का प्रयास करता है।
- यह विधि बालकों की शैक्षिक उपलब्धियों, व्यक्तित्व के लक्षणों और व्यवहार की विशेषताओं का ज्ञान प्राप्त करने के लिए उपयोगी है।

1.4.6 व्यक्ति अध्ययन का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग

- व्यक्ति अध्ययन में सारी सूचनाओं में निरन्तरता होती है। जिससे परामर्शदाता को इन तथ्यों के विषय में अध्ययन करने में सहायता मिलती है।
- व्यक्ति अध्ययन पर्याप्त तथा सही तथ्यों पर आधारित होता है। जिससे परामर्श एवं निर्देशन में सहायता मिलती है।

1.4.7 समाजमिति का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग

- समाजमिति विधि से प्राप्त जानकारी की सहायता से व्यक्ति के सामाजिक समायोजन संबंधी समस्याओं के समाधान ढुंढे जा सकते हैं।

- समाजमिति प्रविधि सामान्य रूचियों और कौशलों से युक्त व्यक्तियों के चयन में सहायक सिद्ध होती है।
- समाजमिति से बालकों में विकसित होने वाले अलोकतन्त्रीय व्यवहार को जाना जा सकता है।
- इस विधि से नेतृत्व के गुणों से युक्त व्यक्तियों की खोज की जा सकती है।

1.4.8 अवलोकन का परामर्श एवं निर्देशन में उपयोग

- व्यक्ति या बालक का अवलोकन स्वाभाविक परिस्थिति में किया जा सकता है। इससे प्राप्त आंकड़े की सहायता से परामर्शदाता, परामर्श दे सकते हैं।
- अवलोकन से व्यक्ति की भावात्मक एवं सामाजिक प्रतिक्रियाओं का अवलोकन सरलता से किया जा सकता है।
- यह विधि लचीली होती है और यह बहुत सी परिस्थितियों में प्रयुक्त किया जा सकता है जो परामर्श देने में सहायता प्रदान करता है।

1.4.9 संचित अभिलेख का परामर्श तथा निर्देशन में उपयोग

- शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन के लिये बालक से संबंधित भिन्न-भिन्न प्रकार की सूचनाओं की आवश्यकता पड़ती है अतः परामर्शदाता को ये सभी सूचनाएँ संचित अभिलेख पत्रों के माध्यम से ही उपलब्ध कराई जाती है। इसकी सहायता से कुसमायोजित एवं पिछड़े बालको की भी सहायता की जा सकती है।
- परामर्शदाताओं को बालकों की उन विशिष्ट योग्यताओं की खोज करने में सहायता देता है जिनका विकास किया जाता है।

1.4.10 साक्षात्कार का परामर्श तथा निर्देशन में उपयोग

- साक्षात्कार से प्रार्थी को सम्पूर्ण रूप से समझा जा सकता है। साक्षात्कार से अभिवृत्तियों, संवेगों तथा विचारों आदि का अध्ययन किया जा सकता है।
- साक्षात्कार ही एक ऐसी विधि है जिसके से व्यक्ति दृष्टिकोण, भावनाओं, प्रतिक्रियाओं आदि का अध्ययन किया जा सकता है।

अभ्यास प्रश्न

12. मार्गदर्शन में परीक्षण का दो उपयोग बताइए?

1.5 सारांश

इस इकाई को पढ़ने के पश्चात् आप यह जान चुके हैं कि बालकों के परामर्श एवं निर्देशन में किन-किन उपकरणों एवं प्रविधियों का प्रयोग किया जाता है। इन उपकरण एवं प्रविधियों के कितने प्रकार हैं तथा इन अप्रमापीकृत तथा प्रमापीकृत प्रविधियों के अन्तर्गत विभिन्न प्रकार के परीक्षण का प्रयोग किया जाता है। इन परीक्षणों की सहायता से हम प्रत्येक बालक के बुद्धि, व्यक्तित्व, रूचि, अभिरूचि, उपलब्धि तथा अन्य प्रकार की व्यक्तिगत एवं सामाजिक सूचनाओं को एकत्रित कर सकते हैं।

इन सूचनाओं की सहायता से परामर्शदाता प्रत्येक बालक को उसकी योग्यता तथा अभिरूचि के आधार पर सही पाठ्यक्रम तथा व्यवसाय चयन करने में सहायता करता है।

अब आप यह पूर्ण रूप से जान गये होंगे कि मार्गदर्शन तथा परामर्श में विभिन्न प्रकार के उपकरण तथा प्रविधियों का उपयोग अत्यन्त महत्वपूर्ण है।

1.6 शब्दावली

1. **प्रमापीकृत उपकरण** -ऐसा उपकरण जिसका निर्माण उपकरण हेतु निर्धारित चरणों के अनुसार किया जाता है साथ ही साथ उसकी वैधता, विश्वसनियता एवं मानक स्थापित किये जाते हैं, प्रमापीकृत उपकरण कहलाता है।
2. **समाजमिति** - समाजमिति, एक समूह के सदस्यों के बीच आपसी संबंध को मापता है।
3. **प्रश्नावली** - प्रश्नावली प्रश्नों की वह लम्बी सूची होती है जो व्यक्ति से सूचनाएं एकत्रित करने के लिये तैयार की जाती है।
4. **अवलोकन**- अवलोकन से विभिन्न प्रकार के व्यवहारों एवं क्रियाओं का विवरण प्राप्त किया जाता है।
5. **साक्षात्कार**- साक्षात्कार मूलभूत रूप से निश्चित उद्देश्य के साथ वार्तालाप।
6. **बुद्धि परीक्षण**- ऐसा परीक्षण जिस से व्यक्ति के सामान्य मानसिक ग्रहणशीलता का पता चलता है।
7. **रूचि परीक्षण**- ऐसा परीक्षण जिसके से किसी व्यक्ति की पसंद, नापसंद, किसी पर ध्यान देने, आकर्षित होने तथा सन्तुष्ट होने की प्रवृत्ति को ज्ञात करते हैं।

1.7 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. प्रमापीकृत प्रविधियों में पांच प्रकार के परीक्षण है। बुद्धि परीक्षण, व्यक्तित्व परीक्षण, रूचि परीक्षण, अभियोग्यता परीक्षण, उपलब्धि परीक्षण।

2. बुद्धि के 6 सिद्धान्त हैं। बुद्धि परीक्षण के दो नाम इस प्रकार हैं-
 - a. वैशालर-बैलवन बुद्धि मापनी।
 - b. भाटिया बैट्री बुद्धि परीक्षण।
3. व्यक्तित्व मापने के लिए मुख्य दो प्रकार के परीक्षण हैं। रोशा मसि लक्ष्य परीक्षण तथा प्रासंगिक अन्तर्बोध परीक्षण।
4. सुपर के अनुसार रूचि चार प्रकार की होती है। अभिव्यक्त रूचियां, प्रदर्शित रूचियां, आकलित रूचियां, सूचित रूचियां।
5. अभिक्षमता मापने हेतु प्रोफीसीएन्सी, क्लिरीकल मिनेसोता कार्पोरेशन क्लर्कैरियल, हस्तकौशल, यांत्रिक व्यावसायिक अभिक्षमता परीक्षणों का प्रयोग किया जाता है।
6. अप्रमापीकृत प्रविधियां नौ प्रकार की होती हैं।
 - a. प्रश्नावली, आकस्मिक निरीक्षण अभिलेख, निर्धारण मापदण्ड, आत्मकथा, वयक्तिवृत्त अध्ययन, समाजमिति, अवलोकन, संचित पत्र तथा साक्षात्कार।
7. निर्धारण मापदंड 8 प्रकार होते हैं संख्यात्मक, वर्णनात्मक, पदक्रम, रेखांकित, समूह-प्रतिशत, युगल-तुलना, बलात-चयन, संचयी अंक मापदंड है।
8. समाजमिति से समाज के लोगों के आपसी संबंधों के विषय में पता लगाया जाता है।
9. अवलोकन से विभिन्न प्रकार के व्यवहारों एवं क्रियाओं का विवरण प्राप्त किया जाता है।
10. संचित अभिलेख सरल, सत्य सूचना तथा सामूहिक मूल्यांकन पर आधारित होता है।
11. साक्षात्कार चार प्रकार के होते हैं।
12. परीक्षणों की सहायता से बालक की व्यक्तिगत तथा शैक्षिक सूचनाओं को एकत्रित करते हैं।

1.8 संदर्भ ग्रन्थ

1. ओबेराय, डॉ० सुरेश चन्द्र (2006), शैक्षिक तथा व्यवसायिक निर्देशन एवं परामर्श, इंटरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, मेरठ,
2. मंगल, डॉ० एस० के० एवं श्रीमती श्रुभ्रा (2003), मार्गदर्शन एवं परामर्श, आर्य बुक डिपो, मेरठ
3. गुप्ता, एस.पी. (2008), उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान, शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद
4. सिंह, ए. के. (2010), शिक्षा मनोविज्ञान, भारती भवन पब्लिशर्स, पटना
5. जायसवाल, एस. (2008), शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श, विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा
6. Bhatnagar, A & Gupta, N (1999). Guidance and Counselling: A theoretical Approach (Ed), New Delhi: Vikash Publishing House.
7. Das, B.N. (2010). Career Guidance and Counselling. Agra: Vinod Pustak Mandir

8. Kochhar, S.K, (1980) Guidance and Councelling, New Delhi: Sterling Publishers.
9. Mathur, S.S.(2012).Fundamentals of Guidance and Counselling.Agra: Vinod Pustak Mandir
10. NCERT(2008).Introduction to Guidance,Module-1, New Delhi: National Council Of Educational Research and Training,
11. NCERT(2008).Career Information in Guidance,Module-5 and 12, New Delhi: National Council Of Educational Research and Training,
12. Pandey, K.P. (2009).Educational and Vocational Guidance in India. Varanasi: Vishvidyalaya Prakashan.
13. Sharma, N.R. (2012). Educational and Vocational Guidance. Agra: Vinod Pustak Mandir

1.9 सहायक/ उपयोगी पाठ्य सामग्री

Books:-

1. Agarwal, J.C, (1985), Educational Vocational Guidance and Counseling, Doaba House, New Delhi.
2. Agrawal, R (2006). Educational, Vocational Guidance and Counselling, New Delhi, Sipra Publication.
3. Bhatnagar, A & Gupta, N (1999).Guidance and Counselling: A theoretical Approach(Ed), New Delhi, Vikash Publishing House.
4. Kapunan, R.R. (2004). Fundamentals of Guidance and Counselling, Rex Printing Company, Inc., Quezon City.
5. Kinra, A.K. (2008). Guidance and Counselling, Dorling Kindersley (India) Pvt. Ltd. New Delhi.
6. Jones, A.J.(19510.Principles of Guidance and Pupil Personnel work,New York,MiGraw Hill.
7. Mendoza, E. (2003), Guidance and Counselling Today. Rex Book Store (RBSI), Manila.
8. Nanda, S.K and Sharma S, (1992) Fundamentals of Guidance, Chandigarh.

Websites & E-links:-

- www.books.google.co.in
- www.education.go.ug/guidance
- <http://encyclopedia2.thefreedictionary.com>
- www.careersteer.com
- www.lotsofessays.com
- www.careerstrides.com
- www.wikipedia.org/wiki

1.10 निबंधात्मक प्रश्न

1. परामर्श तथा निर्देशन में प्रयोग होने वाले उपकरण एवं प्रविधियों के विषय में वर्गीकरण करके व्याख्या किजिए?
2. बुद्धि परीक्षण, व्यक्तित्व परीक्षण, अभिक्षमता परीक्षणों की व्याख्या किजिए तथा इनमें अन्तर स्पष्ट किजिए?
3. प्रमापीकृत तथा अप्रमापीकृत प्रविधियों में अन्तर बताइए तथा अप्रमापीकृत प्रविधि की व्याख्या किजिए?
4. विभिन्न प्रकार के परीक्षणों का निर्देशन तथा परामर्श में क्या-क्या उपयोगिता है। उदाहरण सहित व्याख्या किजिए?

**इकाई 2 बुद्धि , अभिक्षमता , सृजनात्मकता , रुचि और व्यक्तित्व के परीक्षण –
परीक्षणों का प्रशासन , अंकन एवं प्राप्तांकों का विवेचन**

- 1.1 प्रस्तावना
- 1.2 उद्देश्य
- 1.3 निर्देशन सेवा में परीक्षण : एक परिचय
- 1.4 बुद्धि परीक्षण
- 1.5 अभिक्षमता परीक्षण
- 1.6 सृजनात्मकता परीक्षण
- 1.7 रुचि परीक्षण
- 1.8 व्यक्तित्व परीक्षण
- 1.9 परीक्षणों का प्रशासन, अंकन एवं प्राप्तांकों का विवेचन
- 1.10 सारांश
- 1.11 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर
- 1.12 शब्दावली
- 1.13 संदर्भ ग्रंथ
- 1.14 निबंधात्मक प्रश्न

2.1 प्रस्तावना

निर्देशन एक अति व्यापक एवं अनवरत चलने वाली प्रक्रिया है। इस प्रक्रिया की शुरुआत अप्रत्यक्ष रूप से व्यक्ति के जन्म के साथ ही शुरू हो जाती है और अंत भी मृत्यु के साथ होती है। इस प्रक्रिया का उद्देश्य अति व्यापक होता है क्योंकि इसका संबंध व्यक्ति के अधिकतम संभव विकास से होता है। लेकिन ऐसा भी नहीं कहा जा सकता है कि यह सिर्फ व्यक्ति के विकास से ही संबंधित होता है। समाज भी इसके लिए उतना ही महत्व रखता है जितना कि व्यक्ति। अतः, यह सामाजिक हितों के संवर्द्धन एवं संरक्षण की चेष्टा करता है। अब चूँकि व्यक्ति समाज का अभिन्न अंग है और सामाजिक जीवन, व्यक्तिगत जीवन का समुच्चय है, अतः, दोनों अर्थात् व्यक्ति और समाज के मध्य सुन्दर तालमेल बनाए रखने के लिए निर्देशन प्रक्रिया का सहारा लिया जाता है। इस निर्देशन प्रक्रिया का आधार कुछ ठोस सूचनाएँ होती हैं। इन्हीं सूचनाओं के आधार पर निर्देशन कार्यक्रम क्रियान्वित किया जाता है। ये सूचनाएँ दो प्रकार की होती हैं:

1. व्यक्ति के बारे में सूचना जिसके अंतर्गत हम व्यक्ति के शारीरिक एवं मानसिक गुणों जैसे कि स्वास्थ्य, बुद्धि, रुचि एवं मानसिक गुण जैसे कि बुद्धि, रुचि, अभिवृत्ति, अभिक्षमता सृजनात्मकता, व्यक्तित्व आदि के संदर्भ में सूचना एकत्रित करते हैं।
 2. व्यक्ति के परिवेश के विषय में सूचना जिसके अंतर्गत हम उसके पारिवारिक वातावरण, पास-पड़ोस, मित्र, पूर्व विद्यालय का वातावरण, वर्तमान विद्यालय का वातावरण के संबंध में जानकारी एकत्रित करते हैं।
- उपरोक्त सूचनाएँ जो कि निर्देशन कार्यक्रम का आधार होती हैं, को एकत्रित करने के लिए विभिन्न मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का प्रयोग किया जाता है। प्रस्तुत इकाई उन्हीं मनोवैज्ञानिक परीक्षणों के परिचय, उनका प्रशासन एवं उन अंकों के विवेचन से संबंधित है।

2.2 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के पश्चात आप-

1. निर्देशन सेवा में परीक्षण के महत्व को बता सकेंगे
2. बुद्धि परीक्षण को परिभाषित कर सकेंगे
3. बुद्धि परीक्षण के विभिन्न प्रकारों का उल्लेख कर सकेंगे
4. अभिक्षमता परीक्षण को परिभाषित कर सकेंगे
5. अभिक्षमता परीक्षण के विभिन्न प्रकारों का वर्णन कर सकेंगे
6. रुचि एवं सृजनात्मकता परीक्षण को परिभाषित कर सकेंगे
7. व्यक्तित्व परीक्षण को परिभाषित कर सकेंगे
8. व्यक्तित्व मापन की विभिन्न विधियों को परिभाषित कर सकेंगे
9. बुद्धि, सृजनात्मकता, रुचि, अभिक्षमता एवं व्यक्तित्व परीक्षण आदि का वर्णन कर सकेंगे
10. परीक्षण के प्रशासन, अंकन एवं प्राप्तांकों के विवेचन का अर्थ स्पष्ट कर सकेंगे

2.3 निर्देशन सेवा में परीक्षण: एक परिचय

निर्देशन सेवा एक अति महत्वपूर्ण कार्यक्रम है जिसके कुछ ठोस आधार होते हैं। ये आधार निर्देशन सेवा प्राप्त करनेवाले व्यक्ति एवं उसके परिवेश से संबंधित कुछ सूचनाएँ होती हैं। ये सूचनाएँ वास्तव में व्यक्ति के शारीरिक एवं मानसिक गुणों से संबंधित होती हैं। इन सूचनाओं में से कुछ मुख्य सूचनाओं को नीचे सूचीबद्ध किया गया है:

- i. पारिवारिक पृष्ठभूमि
- ii. विद्यालय अभिलेख
- iii. बुद्धि का स्तर

- iv. रुचियाँ
- v. अभिक्षमता
- vi. अभिवृत्ति
- vii. सृजनात्मकता
- viii. व्यक्तित्व

अब चूँकि निर्देशन कार्यक्रम के उद्देश्य ही अत्यंत महत्वपूर्ण होते हैं और उपरोक्त सूचनाएँ निर्देशन कार्यक्रम को आधार प्रदान करती हैं, फलस्वरूप, ये सूचनाएँ भी महत्वपूर्ण हो जाती हैं और इन्हें एकत्रित करने के लिए मनोवैज्ञानिक विधियों की आवश्यकता पड़ती है। यहीं से निर्देशन कार्यक्रम में परीक्षणों की शुरुआत होती है।

इस इकाई में निर्देशन सेवा में प्रयुक्त किए जानेवाले विभिन्न परीक्षणों में से 5 मुख्य परीक्षणों का वर्णन किया गया है जो निम्नलिखित हैं:

- i. बुद्धि परीक्षण
- ii. अभिक्षमता परीक्षण
- iii. सृजनात्मकता परीक्षण
- iv. रुचि परीक्षण
- v. व्यक्तित्व परीक्षण

2.4 बुद्धि परीक्षण

बुद्धि अति प्राचीनकाल से ही मनुष्य के मन की उलझन रही है और इसको समझने के निरंतर प्रयास किए जाते रहे हैं। मनोवैज्ञानिकों द्वारा इसी क्रम में बुद्धि की अनेक परिभाषाएँ दी गई हैं एवं अनेक सिद्धांत प्रतिपादित किए गए हैं। इनमें स्टर्न द्वारा दी गई परिभाषा “बुद्धि नवीन परिस्थितियों में समायोजन की योग्यता है” लगभग विद्वानों द्वारा मानी जाती है। बुद्धि के स्वरूप को स्पष्ट करने के बाद बुद्धि से संबंधित जो दूसरा प्रश्न सामने आया वो ये था कि क्यों कि एक ही प्रकार के निर्देश पाने के बाद कुछ व्यक्ति शीघ्रता से सीखते हैं और कुछ मंद गति से, कुछ कम सीखते हैं, कुछ ज्यादा अर्थात् क्या बुद्धि भिन्न-भिन्न व्यक्तियों में भिन्न-भिन्न मात्रा में होती है ? और यहीं से बुद्धि को मापने की शुरुआत होती है जिसके लिए बुद्धि परीक्षण का निर्माण शुरु हुआ।

बुद्धि परीक्षण का इतिहास

बुद्धि परीक्षण का इतिहास 19वीं शताब्दी के उत्तरार्द्ध से माना जा सकता है, जब लगभग विश्व के विभिन्न देशों में इसके लिए प्रयास शुरु किए गए। इस दिशा में सर्वप्रथम प्रारंभिक प्रयास फ्रांस में इटार्ड ने किया और बुद्धि परीक्षणों के वैज्ञानिक स्वरूप का विकास भी फ्रांस में ही हुआ। फ्रांस के अल्फ्रेड बिने ने बुद्धि को वैज्ञानिक एवं व्यवस्थित रूप से मापने का प्रयास किया और सन् 1905 ई०

में बिने ने साइमन के सहयोग से पहले बुद्धि परीक्षण 'बिने – साइमन मापनी' का विकास किया। इस मापनी का मुख्य उद्देश्य पेरिस में अध्ययन कर रहे 3-16 वर्ष तक के बालकों के बुद्धि का मापन करना था। पुनः, इस मापनी में सन् 1908 में संशोधन कर 'संशोधित बिने-साइमन मापनी' का प्रकाशन किया। इस मापनी में पुनः एक बार सन् 1911 में संशोधन किया। सन् 1911 के बाद विश्व के विभिन्न देशों में इस मापनी का संशोधन एवं अनुकूलन होने लगा। जैसे- सन् 1913 में जर्मनी में बोबरटागा ने इसका जर्मन संशोधन प्रकाशित किया। टर्मन ने सन् 1916 में अमेरिका में इसका अमेरिका की परिस्थिति के लिए अनुकूलन किया। भारत में उत्तरप्रदेश मनोविज्ञानशाला ने इसका अपने देश की परिस्थिति के अनुकूल संशोधन एवं अनुकूलन किया। इस प्रकार बुद्धि परीक्षण के विकास के कार्य को गति मिली। बिने के परीक्षण के संशोधन एवं अनुकूलन के अलावा अन्य बुद्धि-परीक्षण भी विकसित हुए। जैसे मोरिल-पामर मापनी, मिनिसोटा पूर्व- विद्यालय मापनी, वान का चित्र शब्दावली परीक्षण, गुडएनफ का ड्रा ए मैन परीक्षण, वेश्लर वयस्क बुद्धि मापनी आदि। भारतीय परिप्रेक्ष्य में बुद्धि परीक्षण के विकास के क्षेत्र में सर्वप्रथम एफ0 जी0 कॉलेज, लाहौर के प्रिंसिपल डॉ0 सी0 एच0 राइस ने सन् 1922 ई0 में किया। उन्होंने बिने मापनी का हिन्दुस्तानी में अनुकूलन कर 'हिन्दुस्तानी बिने पफॉरमेंस पॉइण्ट स्केल' का नाम दिया। पुनः मुम्बई के कामथ ने सन् 1935 में भारतीय परिस्थितियों के अनुकूल बिने मापनी का संशोधन किया तथा इसे बिने परीक्षण का बंबई-कर्नाटक संशोधन नाम दिया। भारत में बुद्धि परीक्षण के विकास कार्य की गति में अब तक काफी तीव्रता आ चुकी थी और सन् 1955 तक गुजराती, कन्नड़, पंजाबी, तेलगु, उड़िया तथा बंगाली भाषा में बुद्धि परीक्षणों का निर्माण हो चुका था। 1969 में डॉ एम0 सी0 जोशी ने सामान्य मानसिक योग्यता परीक्षण का विकास किया। इसके अलावा भी कई अन्य बुद्धि परीक्षणों का विकास हुआ जिसमें डॉ0 सी0 एम भाटिया द्वार सन् 1955 में विकसित भाटिया बैटरी काफी प्रसिद्ध रहा है।

अभ्यास प्रश्न

1. स्टर्न द्वारा दी गई बुद्धि की परिभाषा को लिखें।
2. बिने ने साइमन के सहयोग से पहले बुद्धि परीक्षण 'बिने-साइमन मापनी' का विकास _____ किया।
3. टर्मन ने सन् _____ में 'बिने – साइमन मापनी' का अमेरिका में, अमेरिका की परिस्थिति के लिए अनुकूलन किया।
4. डॉ0 सी0 एच0 राइस ने सन् 1922 ई0 में बिने मापनी का हिन्दुस्तानी में अनुकूलन कर _____ नाम दिया।
5. डॉ एम0 सी0 जोशी ने सामान्य मानसिक योग्यता परीक्षण का विकास _____ में किया।
6. डॉ0 सी0 एम भाटिया द्वार सन् _____ में _____ के नाम से एक बुद्धि परीक्षण का विकास किया गया।

बुद्धि परीक्षणों के प्रकार

बुद्धि परीक्षणों को कई आधारों पर वर्गीकृत किया जाता है जिनमें से कुछ प्रमुख आधारों एवं उन आधार पर बुद्धि परीक्षण के प्रकारों का वर्णन रेखाचित्र संख्या 1 से प्रदर्शित किया गया है।

बुद्धि परीक्षण के वर्गीकरण का आधार**प्रशासन के आधार पर**

- व्यक्तिगत बुद्धि परीक्षण
- सामूहिक बुद्धि परीक्षण

माध्यम के आधार पर

- पेपर-पेंसिल बुद्धि परीक्षण
- निष्पादन बुद्धि परीक्षण

भाषा एवं विषयवस्तु के आधार पर

- शाब्दिक बुद्धि परीक्षण
- अशाब्दिक बुद्धि परीक्षण

संरूप के आधार पर

- गति मापक बुद्धि परीक्षण
- शक्ति मापक बुद्धि परीक्षण

रेखाचित्र संख्या -1

- व्यक्तिगत बुद्धि परीक्षण** – इस प्रकार के बुद्धि परीक्षण के माध्यम से एक समय में एक ही व्यक्ति के बुद्धि का मापन किया जा सकता है। जैसे- गुड एनफ का ड्रा ए मैन टेस्ट।
- सामूहिक बुद्धि परीक्षण** – जैसा कि नाम से ही स्पष्ट है, सामूहिक बुद्धि परीक्षण से आशय है कि इस प्रकार के परीक्षणों का प्रशासन एक समय में एक से अधिक व्यक्तियों के समूह पर किया जाता है। जैसे- जोशी का मानसिक दक्षता परीक्षण

- iii. **शाब्दिक बुद्धि परीक्षण** – जिन परीक्षणों के पदों के निर्माण में एवं उस पर प्रयोज्यों की अनुक्रिया लेने में भाषा का प्रयोग किया जाता है, उसे शाब्दिक परीक्षण कहते हैं। जोशी के मानसिक दक्षता परीक्षण को इस श्रेणी में भी रखा जाता है।
- iv. **अशाब्दिक बुद्धि परीक्षण** – इस प्रकार के परीक्षण में भाषा का प्रयोग नहीं किया जाता है बल्कि चित्रों एवं संकेत आदि का प्रयोग किया जाता है।
- v. **पेपर – पेंसिल परीक्षण** – जिन परीक्षणों के प्रशासन के लिए पेपर एवं पेंसिल की आवश्यकता पड़ती है, उन्हें पेपर-पेंसिल परीक्षण कहते हैं। सारे शाब्दिक परीक्षण इसी श्रेणी में आते हैं।
- vi. **निष्पादन बुद्धि परीक्षण**- यह अशाब्दिक बुद्धि परीक्षण के ही विशेष रूप होते हैं। इस प्रकार के परीक्षण में प्रयोज्य से समस्यात्मक अथवा व्यावहारिक कार्य करवाकर उसके बुद्धि का मापन किया जाता है।
- vii. **गति बुद्धि परीक्षण** – जब परीक्षण में समय सीमा और प्रश्नों की संख्या निश्चित कर दी जाती है और प्रयोज्य को यह निर्देश दिया जाता है कि आपको अमूक समय में अमूक संख्या में प्रश्न हल करने हैं तो वह गति परीक्षण कहलाता है।
- viii. **शक्ति परीक्षण** – जब परीक्षण में पदों को कठिनाई स्तर के आधार पर सरल से कठिन की ओर व्यवस्थित किया जाता है और यह जाँचने की कोशीश की जाती है कि प्रयोज्य अधिकतम किस कठिनाई स्तर तक के प्रश्नों को हल कर पा रहा है तो इसे शक्ति परीक्षण कहते हैं।

बुद्धिलब्धि

बुद्धिलब्धि से आशय बालक के मानसिक एवं वास्तविक आयु के अनुपात से होता है। इस संप्रत्यय का प्रतिपादन स्टर्न एवं टर्मन द्वारा किया गया। बुद्धिलब्धि ज्ञात करने के लिए निम्नलिखित सूत्र का प्रयोग किया जाता है:

मानसिक आयु

$$\text{बुद्धिलब्धि} = \text{-----} \times 100$$

वास्तविक आयु

यहाँ मानसिक आयु से आशय उस आयु से है, जिस आयु स्तर तक का मानसिक कार्य वह बालक कर लेता है या यूँ कहें कि जिस आयु स्तर के प्रश्नों को वह हल कर लेता है। उदाहरणार्थ यदि एक बालक की वास्तविक आयु 10 वर्ष की है लेकिन वह 12 वर्ष की आयु के बालक के लिए निर्धारित सारे प्रश्न हल कर लेता है तो उसकी मानसिक आयु 12 वर्ष की होगी। वास्तविक आयु से आशय बालक के जन्म के समय से लेकर परीक्षण लिए जाने तक की अवधि से होता है।

अभ्यास प्रश्न

7. बुद्धि परीक्षण के विभिन्न प्रकारों को सूचीबद्ध करें।

2.5 अभिक्षमता परीक्षण

‘अभिक्षमता शब्द अंग्रेजी भाषा के शब्द ‘एप्टिट्यूड’(Aptitude) का हिन्दी रूपांतर है जो स्वयं ग्रीक भाषा के ‘एप्टोस’ शब्द से बना है जिसका अर्थ होता है ‘फिटेड फॉर’(Fitted for) अर्थात् ‘उपयुक्त’। अति साधारण शब्दों में, किसी एक क्षेत्र या समूह में व्यक्ति की कार्यकुशलता की विशिष्ट योग्यता अथवा विशिष्ट क्षमता अभिक्षमता कहलाती है और इस क्षमता का पता लगाने वाले परीक्षणों को अभिक्षमता परीक्षण कहा जाता है।

भारत में अभिक्षमता परीक्षण का इतिहास

यूँ तो अभिक्षमता परीक्षण के विकास का कार्य भारत में बीसवीं सदी के तीसरे दशक से शुरू हो गया था लेकिन इस कार्य की गति में सन् 1950 के बाद से उल्लेखनीय वृद्धि हुई। बडोदा के एम0 वी0 बुच ने 1960 में ‘सोशल इण्टेलीजेंस अभिक्षमता परीक्षण’ की रचना की। एम0 एम0 शाह ने 1962 में माध्यमिक विद्यालयों के लिए अभिक्षमता परीक्षण बनाया तथा जबलपुर के एन0 सी0 राव ने 1962 में डिफरेंसियल अभिक्षमता परीक्षण माला का मानकीकरण किया। देहली के ए0 एन0 शर्मा ने सन् 1963 में यांत्रिक अभिक्षमता परीक्षण माला का मानकीकरण किया। दबे, 1964 ने विश्वविद्यालय स्तर पर एक वैज्ञानिक अभिक्षमता परीक्षण का विकास किया। देहली के जे0 एन0 ओझा ने 1965 में अमेरिकन डी0 ए0 टी0 का हाइस्कूल के छात्रों पर हिन्दी अनुकूलन किया। कलकत्ता की मायादेवी ने 1969 में इंजीनियरों के चयन हेतु एक इंजीनियरिंग अभिक्षमता परीक्षण की रचना की। अहमदाबाद के आर0 पी0 शाह ने 1971 में लड़के तथा लड़कियों के लिए न्युमेरिकल एप्टिट्यूड टेस्ट का मानकीकरण का कार्य सम्पन्न किया। पटना के आर0 पी0 सिंह एवं एस0 एन0 शर्मा ने 1974 में अध्ययन अभिक्षमता परीक्षणमाला की रचना एवं मानकीकरण किया। रुड़की के स्वर्ण प्रताप ने सन् 1981 में इंजीनियरिंग अभिक्षमता परीक्षणमाला के दो प्रारूपों को प्रकाशित किया। इस प्रकार अभिक्षमता परीक्षण के विकास के कार्य में निरंतर प्रगति हुई।

अभिक्षमता परीक्षण के प्रकार

अभिक्षमता परीक्षण के मुख्य रूप से दो भागों में बाँटा जा सकता है:

1. सामान्य या विभेद अभिक्षमता परीक्षण – जब एक ही परीक्षण में कई उप परीक्षण होते हैं और प्रत्येक उप परीक्षण किसी न किसी विशिष्ट अभिक्षमता का मापन करते हैं तब इसे सामान्य या विभेद अभिक्षमता परीक्षण कहते हैं।
2. विशिष्ट क्षेत्रों के अभिक्षमता परीक्षण – शिक्षा एवं व्यवसाय के विशिष्ट क्षेत्रों जैसे कि कला, संगीत, चिकित्सा, कानून, चित्रकारी आदि संबंधी क्षमताओं का मापन करने वाले अभिक्षमता परीक्षणों को विशिष्ट क्षेत्रों के अभिक्षमता परीक्षण कहा जाता है

अभ्यास प्रश्न

8. स्तंभ 'अ' को स्तंभ 'ब' से मिलाएँ

| स्तंभ 'अ' | स्तंभ 'ब' |
|--|-----------|
| 1. सोशल इण्टेलीजेंस अभिक्षमता परीक्षण' की रचना | (अ) 1969 |
| 2. डिफरेंसियल अभिक्षमता परीक्षण माला का मानकीकरण | (ब) 1971 |
| 3. मायादेवी द्वारा इंजीनियरिंग अभिक्षमता परीक्षण की रचना | (स) 1981 |
| 4. आर0 पी0 शाह द्वारा न्युमेरिकल एप्टिट्यूड टेस्ट का मानकीकरण | (द) 1960 |
| 5. स्वर्ण प्रताप द्वारा इंजीनियरिंग अभिक्षमता परीक्षणमाला के दो प्रारूपों का प्रकाशन | (य) 1962 |

2.6 सृजनात्मकता परीक्षण

सृजनात्मकता किसी समस्या के समाधान में नवीनतम विधियों का सहारा लेते हुए व्यक्ति के रचनात्मक कार्यों में मौलिकता एवं प्रवाह बनाए रखने की योग्यता का नाम है। यह प्रत्येक व्यक्ति में पाई जाती है लेकिन इसकी मात्रा एवं क्षेत्र प्रत्येक व्यक्ति में अलग-अलग होता है। व्यक्ति विशेष में इस योग्यता की उपस्थिति, मात्रा एवं क्षेत्र का पता लगाने वाले परीक्षण को सृजनात्मक परीक्षण कहा जाता है।

सृजनात्मकता परीक्षण का इतिहास

सृजनात्मकता परीक्षण 20वीं शताब्दी के चौथे दशक से शुरू होता है। थर्स्टन(1938), जे0 एल0 हॉलेण्ड(1960), जे0 पी0 गिलफोर्ड (1961), टॉरेंस(1968) आदि ने इस क्षेत्र में उल्लेखनीय

योगदान दिए। इस क्षेत्र में गिलफोर्ड और टॉरेस का परीक्षण बहुत लोकप्रिय है। भारतवर्ष में इस क्षेत्र में सी० आर० परमेश(1971) ने वालेश एवं कोगन के परीक्षण का भारतीय अनुकूलन कर अपना योगदान दिया है। श्रीमती उषा खेर ने 1970 में एक टेस्ट बैटरी का विकास एवं मानकीकरण किया जिसका आधार गिलफोर्ड का परीक्षण था। बी० के० पासी ने सन् 1972 में सृजनात्मकता के परीक्षण के लिए हिन्दी भाषा एवं आंग्ल भाषा में दो अलग-अलग परीक्षणों का निर्माण किया। दिल्ली के प्रो० बाकर मेंहदी ने सन् 1973 में सृजनात्मक चिंतन के मापन हेतु शब्दिक एवं अशाब्दिक दो परीक्षणों का निर्माण एवं प्रमापीकरण किया है। इस प्रकार भारत वर्ष में सृजनात्मकता परीक्षण के विकास का कार्य निरंतर प्रगति के पथ पर अग्रसर होता गया।

2.7 रुचि परीक्षण

रुचि से तात्पर्य किसी व्यक्ति, वस्तु या तथ्य को पसंद करने, उसके प्रति ध्यान केन्द्रित करने तथा उससे संतुष्टि पाने की प्रवृत्ति है। यह जन्मजात होने के साथ-साथ अर्जित भी होता है एवं इसका स्वरूप आयु में परिवर्तन के साथ-साथ बदलते रहता है। रुचि का स्वरूप परिवर्धन के सफर से भी गुजरता है। व्यक्ति विशेष में उपस्थित रुचि के क्षेत्र एवं उसकी मात्रा का पता एवं अनुमान लगाने के लिए परीक्षणों की आवश्यकता पड़ी। ऐसे परीक्षण 'रुचि परीक्षण' के रूप में परिभाषित किए गए।

रुचि परीक्षण का इतिहास

रुचि परीक्षण की शुरुआत माइनर(1918) के वैज्ञानिक अध्ययन से मानी जाती है जिसने रुचियों के मापन हेतु एक प्रपत्र तैयार किया था। मूर ने 1921 ई० में इंजीनियरों के सामाजिक एवं यांत्रिक रुचियों के मापन के लिए एक प्रपत्र का निर्माण किया। कार्नहाउजर ने सन् 1927 ई० में एक 'जेनरल इंटेस्ट इवेंट्री' का विकास किया। कूडर ने सन् 1938 ई० में 'कूडर प्रिफरेंस रिकार्ड' को निर्मित किया। इसका संशोधन सन् 1951 ई० में हुआ। तब से आज तक यह एक उपयोगी रुचि प्रपत्र रहा है। सन् 1953 ई० में थर्स्टन ने कारक विश्लेषण पर आधारित एक रुचि प्रपत्र की रचना की। जीस्ट द्वारा अशिक्षित व्यक्तियों की रुचियों के मापन के लिए एक अति महत्वपूर्ण तथा प्रचलित रुचि प्रपत्र 'जीस्ट पिकचर इंटेस्ट इवेंट्री' की रचना की गई। भारत में, इस क्षेत्र में सर्वप्रथम इलाहाबाद ब्यूरो द्वारा कार्य किया गया। ब्यूरो ने सन् 1956 ई० में 'कूडर रुचि प्रपत्र' के आधार पर एक 'व्यावसायिक रुचि प्रपत्र' का निर्माण किया। यह एक सामूहिक रुचि परीक्षण है। फिर के० आर० चौधरी द्वारा सन् 1957 ई० में 'वर्नन-रे चौधरी रुचि सर्वेक्षण' की रचना की। एस० बी० लाल भारद्वाज ने एक रुचि प्रपत्र का निर्माण किया जो दो भागों में विभक्त है तथा व्यावसायिक एवं अव्यावसायिक रुचियों का मापन करता है। आर० पी० सिंह (1969), मीरा जोशी तथा जगदीश पांडे (1969), लाभ सिंह (1969) ने भी रुचि परीक्षण का निर्माण किया तथा मानकीकरण किया। सन् 1975 ई० में देहरादून की उषा रानी तथा एस० पी० कुलश्रेष्ठ ने आई० एस० पी० टी० आई० संरचित व्यावसायिक रुचि परीक्षण की

रचना की गई। गोरखपुर के एस0 के0 सिंह तथा बी0 वी0 पांडे (1988) ने 'राजनैतिक रुचि मापनी' का भारतीय अनुकूलन किया। दिल्ली की निर्मला गुप्ता ने क्राइस्ट की कैरियर परिपक्वता मापनी का भारतीय अनुकूलन कर रुचि परीक्षण के विकास के क्षेत्र में अपना अनूठा योगदान दिया। इस प्रकार रुचि परीक्षण के विकास का कार्य उत्तरोत्तर प्रगति के पथ पर अग्रसर होता गया।

रुचि परीक्षण के प्रकार

रुचि परीक्षणों के मुख्यतः दो प्रकार होते हैं-

सामान्य या अव्यावसायिक परीक्षण – व्यक्ति के सामान्य जीवन एवं शिक्षा के क्षेत्र से जुड़ी रुचियों का मापन करने के लिए प्रयोग में लाए जानेवाले परीक्षण को सामान्य या अव्यावसायिक रुचि परीक्षण कहते हैं। इसमें प्रायः जाँच सूची एवं प्रश्नावली शामिल होते हैं।

व्यावसायिक रुचि परीक्षण – व्यक्ति के व्यावसायिक रुचि को मापने वाले परीक्षण को व्यावसायिक रुचि परीक्षण कहते हैं।

2.8 व्यक्तित्व परीक्षण

व्यक्तित्व को व्यक्ति के आंतरिक एवं बाह्य गुणों के एक जटिल समग्र के रूप में परिभाषित किया जात है जिनका एक विशिष्ट एवं गतिशील संगठन होता है तथा जो अपने वातावरण के प्रति अद्वितीय व्यवहार करते हैं। अब चूँकि वातावरण के प्रति अपूर्व या अद्वितीय व्यवहार व्यक्तित्व की एक प्रमुख विशेषता है फलस्वरूप व्यक्ति के व्यवहार के पीछे के कारणों को जानने के लिए व्यक्तित्व के मापन की आवश्यकता उत्पन्न हुई और इस आवश्यकता ने व्यक्तित्व परीक्षण को जन्म दिया।

व्यक्तित्व परीक्षण का इतिहास

व्यक्तित्व मापन का कार्य सर्वप्रथम फ्रांसिस गाल्टन द्वारा सन् 1880 ई0 में किया गया था। उन्होंने व्यक्तित्व मापन के लिए प्रश्नावली विधि का प्रयोग किया था। लेकिन वास्तविक रूप में व्यक्तित्व सूची का जन्म सन् 1918 ई0 में वुडवर्थ के द्वारा हुआ जिसने सैनिकों की संवेगात्मक अस्थिरता ज्ञात करने के लिए 'व्यक्तित्व प्रदत्त सूची' की रचना की। इसके बाद प्रैसी द्वारा सन् 1919 ई0 में 'एक कातने परीक्षण की रचना की गई। फ्रेड एवं हेडब्रेडर (1926) ने युंग के व्यक्तित्व वर्गीकरण सिद्धांत के आधार पर एक 'अंतर्मुखी-बहिर्मुखी' परीक्षण की रचना की। आलपोर्ट एवं आलपोर्ट ने सन् 1928 ई0 में 'प्रभावित अधीनता परीक्षण' की रचना की थी जो मुख्यतः स्नायुदौर्बल्यता का पता लगाना था। रोजर्स ने सन् 1913 ई0 में 'रोजर्स समायोजन अनुसूची' के नाम से एक व्यक्तित्व परीक्षण की रचना की। इस प्रकार व्यक्तित्व मापन के क्षेत्र में निरंतर कार्य होते गए और यह क्षेत्र प्रगति के पथ पर अग्रसर होता गया। भारत में इस क्षेत्र में कार्य बीसवीं शताब्दी के उत्तरार्द्ध से शुरु हो गए थे लेकिन इस क्षेत्र में हम अभी भी बहुत पीछड़े हुए हैं। इसके पीछे दो कारण हैं। प्रथम कार्य की

संख्या बहुत कम है तथा द्वितीय कार्य में मौलिकता का अभाव है। जो भी कार्य हुए हैं उनमें से अधिकांश विदेशों में निर्मित परीक्षणों के भारतीय अनुकूलन हैं। अतः, इस क्षेत्र में अभी और प्रयास की आवश्यकता है।

व्यक्तित्व मापन की विधियाँ

व्यक्तित्व मापन की कुछ प्रमुख विधियाँ निम्नलिखित हैं:

- i. **प्रक्षेपण विधि** – प्रक्षेपण विधि से आशय व्यक्तित्व मापन की उन विधियों से हैं जिनमें प्रयोज्य के प्रत्युत्तरों के आधार पर प्रयोज्य के मौलिक व्यक्तित्व संरचना तथा अभिप्रेरणाओं का प्रकाशन होता है। कुछ प्रमुख प्रक्षेपी परीक्षणों के नाम निम्नलिखित हैं:
रोर्शा स्याही धब्बा परीक्षण, टी0 ए0 टी0 (थिमैटिक एपर्सेशन टेस्ट), सी0 ए0 टी0 (चिल्ड्रेन एपर्सेशन टेस्ट)
- ii. **व्यक्तित्व अनुसूची** – प्रत्यक्ष कथनों एवं उससे संबंधित विकल्पों की एक सूची होती है।
- iii. **साक्षात्कार विधि** – साक्षात्कार में बातों का आदन-प्रदान होता है जिसमें साक्षात्कार कर्ता अन्य व्यक्ति या व्यक्तियों के समूह से सूचना प्राप्त करता है। इसमें प्रायः आमने-सामने की स्थिति होती है, लेकिन ऐसा ही होगा यह आवश्यक नहीं है।
- iv. **निरीक्षण विधि** – निरीक्षण नेत्रों के द्वारा सावधानी पूर्वक किए गए अध्ययन को कहते हैं।
- v. **व्यक्तिगत इतिहास विधि** – व्यक्तित्व के गहन अध्ययन के लिए इस विधि का प्रयोग किया जाता है। जैसा कि नाम से ही स्पष्ट है कि इसमें किसी एक व्यक्ति का ही अध्ययन एक बार में किया जाता है।

अभ्यास प्रश्न

9. टी0 ए0 टी0 का शब्द विस्तार करें।
10. रुचि परीक्षण कितने प्रकार के होते हैं?
11. 'अंतर्मुखी-बहिर्मुखी' परीक्षण की रचना किसने एवं कब की?
12. सी0 ए0 टी0 का शब्द विस्तार करें।
13. सन् 1988 में गोरखपुर के किन दो व्यक्तियों ने 'राजनैतिक रुचि मापनी' का भारतीय अनुकूलन किया

2.9 परीक्षण का प्रशासन, अंकन एवं प्राप्तांको का विवेचन

परीक्षण का प्रशासन – परीक्षण के प्रशासन से आशय परीक्षण को प्रयोज्य अर्थात् व्यक्ति या प्रयोज्यों के समूह को वितरित कर उनसे वापस इकट्ठा करने तक की सारी प्रक्रिया को कहते हैं। इसमें

परीक्षण को वितरित करना, प्रयोज्यों को निर्देश देना, उन्हें प्रतिक्रिया करने का समय देना एवं प्रतिक्रिया दे लेने के बाद परीक्षण की प्रश्न पुस्तिका को वापस संग्रहित करना शामिल होता है।

परीक्षण का अंकन – परीक्षण के प्रशासन के बाद अंकन की बारी होती है। अंकन की प्रक्रिया के अंतर्गत परीक्षण के पदों को परीक्षण निर्माणकर्ता द्वारा पूर्व निर्धारित नियम के अनुसार अंक प्रदान करते हैं।

प्राप्तांको का विवेचन – प्राप्तांको के विवेचन से आशय है कि प्राप्तांक क्या बता रहे हैं और ऐसा ही क्यों बता रहे हैं, का अनुमान लगाना। इस प्रक्रिया से पहले प्राप्तांको का सांख्यिकीय विश्लेषण, अध्ययन के उद्देश्य के अनुरूप किया जाता है और फिर विश्लेषण से प्राप्त निष्कर्ष के आधार पर विवेचन की क्रिया सम्पन्न की जाती है।

2.10 सारांश

प्रस्तुत इकाई में निर्देशन सेवा में परीक्षणों की आवश्यकता एवं उपयोगिता पर बल दिया गया है। साथ ही निर्देशन सेवा के लिए एकत्र की जानेवाली महत्वपूर्ण सूचनाओं के लिए आवश्यक, मनोवैज्ञानिक परीक्षणों जैसे कि बुद्धि परीक्षण, रुचि परीक्षण, अभिक्षमता परीक्षण आदि की चर्चा भी की गई है। इन विभिन्न मानसिक गुणों के मापन के इतिहास के विषय में जानकारी भी प्रदान की गई है। इन मानसिक गुणों के मापन के लिए निर्मित परीक्षणों के प्रकार की भी अति सुन्दर व्याख्या इस अध्याय में प्रस्तुत की गई है। इकाई के अंत में परीक्षणों के प्रशासन, अंकन एवं प्राप्तांको के विवेचन के अर्थ को सरल शब्दों में स्पष्ट किया गया है। यह इकाई निर्देशन सेवा से जुड़े व्यक्ति, शिक्षा शास्त्र एवं निर्देशन एवं परामर्शन पाठ्यक्रम के विद्यार्थियों एवं शिक्षकों के लिए अति उपयोगी है।

2.11 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. स्टर्न द्वारा दी गई परिभाषा “बुद्धि नवीन परिस्थितियों में समायोजन की योग्यता है”
2. 1905
3. 1916
4. ‘हिन्दुस्तानी बिने पफॉरमेंस पॉइण्ट स्केल’
5. 1969
6. 1955
7. व्यक्तिगत बुद्धि परीक्षण
सामूहिक बुद्धि परीक्षण
शाब्दिक बुद्धि परीक्षण

अशाब्दिक बुद्धि परीक्षण
पेपर -पेंसिल परीक्षण
निष्पादन बुद्धि परीक्षण
गति बुद्धि परीक्षण
शक्ति परीक्षण

8. (1) – द
(2) – य
(3) – अ
(4) – ब
(5) – स
9. थिमैटिक एपस्पेशन टेस्ट
10. 2
11. फ्रेड एवं हेडब्रेडर, 1926
12. चिल्ड्रेन एपस्पेशन टेस्ट
13. एस0 के0 सिंह तथा बी0 वी0 पांडे

2.12 संदर्भ ग्रंथ

1. Cronback, Lee J. (1972). Essentials of Psychology Testing. New York: Harper and Row.
2. Ebel, R.L. (1979). Measuring Educational Achievement. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice-Hall.
3. Freeman, Frank, S. (1971). Theory and Practice of Psychological Testing. New Delhi :Oxford & IBH Publishing Co. Pvt. Ltd.
4. Gupta, S.P. (2005). Modern Measurement and Evaluation. Allahabad, Sharada Pustaka Bhavana.
5. Super, D.E. & Crities, J.O. (1965). Appraising Vocational Fitness by Means of Psychological Tests. New York : Harper
6. भार्गव, महेश. आधुनिक मनोवैज्ञानिक परीक्षण + मापन. आगरा, एच0 पी0 भार्गव बुक हाउस।

2.13 निबंधात्मक प्रश्न

1. निर्देशन कार्यक्रम के लिए कौन-कौन सी सूचनाएँ आवश्यक होती हैं? उन्हें सूचीबद्ध करें।
2. बुद्धि परीक्षण से आप क्या समझते हैं? बुद्धि परीक्षण के इतिहास पर एक संक्षिप्त निबंध लिखें।
3. बुद्धि परीक्षण के वर्गीकरण के विभिन्न आधार कौन-कौन से हैं? उनका रेखाचित्रिय प्रदर्शन करें।
4. बुद्धि परीक्षण के विभिन्न प्रकारों का संक्षिप्त वर्णन करें।
5. अभिक्षमता परीक्षण पर एक संक्षिप्त निबंध लिखें।
6. सृजनात्मकता परीक्षण के इतिहास का एक संक्षिप्त वर्णन करें।
7. रुचि परीक्षण का अर्थ स्पष्ट करते हुए इसके इतिहास पर प्रकाश डालें।
8. रुचि परीक्षण के विभिन्न प्रकारों का वर्णन करें।
9. व्यक्तित्व परीक्षण से आप क्या समझते हैं।
10. व्यक्तित्व परीक्षण की विभिन्न विधियों का वर्णन करें।

इकाई-3 निर्देशन कार्यक्रम का संगठन-शिक्षा के विभिन्न स्तर पर
निर्देशन सेवाओं का आयोजन

- 3.1 प्रस्तावना
- 3.2 उद्देश्य
- 3.3 मार्गदर्शन कार्यक्रम का संगठन
- 3.4 शिक्षा के विभिन्न स्तर पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन सेवाओं का आयोजन
 - 3.4.1 प्राथमिक स्तर पर आयोजन
 - 3.4.2 पूर्व माध्यमिक स्तर पर आयोजन
 - 3.4.3 निम्न माध्यमिक स्तर पर आयोजन
 - 3.4.4 उच्च माध्यमिक स्तर पर आयोजन
 - 3.4.5 उच्च शिक्षा स्तर पर आयोजन
- 3.5 सारांश
- 3.6 शब्दावली
- 3.7 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर
- 3.8 संदर्भ ग्रंथ
- 3.9 सहायक उपयोगी पाठ्य सामाग्री
- 3.10 निबंधात्मक प्रश्न

3.1 प्रस्तावना

भारत में निर्देशन कार्यक्रम के संगठन तथा आयोजन का प्रारम्भ एक शैक्षिक विषय के रूप में किया गया। आप को यह ज्ञात हो कि कलकता विश्वविद्यालय को सन् 1938 में निर्देशन को अनुप्रयुक्त मनोविज्ञान विभाग के अनुभाग के रूप में शुरू करने का श्रेय प्राप्त है। इस अनुभाग का मुख्य उद्देश्य था, शैक्षिक तथा व्यावसायिक निर्देशन के क्षेत्र में अनुसन्धान करना। भारत में निर्देशन को आज भी अयायित संप्रत्यय माना जाता है। आपको यह बता दें कि सन् 1947 में उत्तर प्रदेश सरकार ने मनोवैज्ञानिक ब्यूरो खोला तथा उसे मान्यता मिली तत्पश्चात् वराणसी, लखनऊ, मेरठ, बरेली तथा कानपुर में भी जिला स्तर के निर्देशन ब्यूरो खोले गये। उत्तर प्रदेश सरकार के पश्चात् महाराष्ट्र सरकार ने सरकारी तौर पर स्कूल निर्देशन कार्यक्रम को मान्यता प्रदान की तथा सन् 1950 ई० में बम्बई का

व्यावसायिक निर्देशन ब्यूरो खोला गया तथा 1957 में इसका नाम व्यावसायिक निर्देशन इंस्टीच्यूट, बम्बई रखा गया।

अतः इसी क्रम में आपको बताते चलते हैं कि सन् 1952 में माध्यमिक शिक्षा आयोग ने भी शैक्षिक और व्यावसायिक निर्देशन पर अत्यधिक बल दिया तथा इस आयोग ने केन्द्रीय और राज्य स्तर पर निर्देशन ब्यूरो खोलने का सुझाव दिया। जो पूरे देश में निर्देशन गतिविधियों में समन्वय स्थापित करेंगे। सन् 1954 में केन्द्रीय शैक्षिक और व्यावसायिक निर्देशन ब्यूरो की स्थापना हुई इसे शिक्षा मंत्रालय नई दिल्ली में खोला गया था। तथा अब ऐसे ब्यूरो लगभग प्रत्येक राज्य में खुल चुके हैं। अतः हम देख सकते हैं कि निर्देशन कार्यक्रम के प्रति सरकार तथा विद्यालय दोनों ही प्रारम्भ से ही जागरूक रह हैं। निर्देशन के कार्यक्रम के तहत निर्देशन सेवाओं का आयोजन समय-समय पर प्राथमिक, माध्यमिक, उच्च माध्यमिक तथा उच्च शिक्षा के लिए किया जाता है जिसकी सहायता से विद्यालय के बालकों को अपना पाठ्यक्रम तथा व्यवसाय चुनने में सहायता प्राप्त हो सके।

अतः इस इकाई के अध्ययन के पश्चात् हमें यह ज्ञात होगा कि शिक्षा के भिन्न-2 स्तर पर निर्देशन सेवाओं का आयोजन किस प्रकार से करते हैं।

3.2 उद्देश्य

प्रस्तुत इकाई के अध्ययन के पश्चात् आप

1. मार्गदर्शन सेवाओं को शिक्षा के भिन्न-2 स्तर पर कैसे आयोजित करते हैं। इसकी व्याख्या कर सकेंगे।
2. शिक्षा के प्राथमिक स्तर पर मार्गदर्शन सेवा का आयोजन कैसे किया जाए इसका ज्ञान प्राप्त कर सकेंगे।
3. शिक्षा के माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन सेवा का आयोजन करने की क्रियाविधि जान सकेंगे।
4. शिक्षा के उच्च माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन सेवा को आयोजित करने की क्रियाविधि का जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।
5. उच्च शिक्षा में मार्गदर्शन सेवा के आयोजन का महत्व समझ सकेंगे।
6. विद्यार्थी जीवन में मार्गदर्शन सेवा कार्यक्रम आयोजन की महत्ता की व्याख्या कर सकेंगे।
7. निर्देशन अथवा मार्गदर्शन सेवा कार्यक्रम की उपयोगिता से भली-भांति परिचित हों सकेंगे।
8. शिक्षा के विभिन्न स्तर पर निर्देशन कार्यक्रम के आयोजन की महत्ता का विवेचन कर सकेंगे।
9. सभी प्रकार की निर्देशन अथवा मार्गदर्शन सेवाओं के आयोजन के विषय में तुलनात्मक अध्ययन कर सकेंगे।

3.3 मार्गदर्शन कार्यक्रम का संगठन विद्यालयी वातावरण के संदर्भ में

आपको ज्ञात हो कि निर्देशन अथवा मार्गदर्शन कार्यक्रम का संगठन करने से पूर्व कुछ उद्देश्य स्पष्ट होना चाहिए जो इस प्रकार है-

- i. मार्गदर्शन कार्यक्रम के संगठन के समय ही पूर्ण निर्देशन कार्यक्रम के उद्देश्यों को स्पष्ट रूप से परिभाषित कर लेना चाहिए
- ii. मार्गदर्शन कार्यक्रम के माध्यम से पूर्ण किये जाने वाले विभिन्न कार्यों की सूची पहले से ही बना सकते हैं।
- iii. मार्गदर्शन कार्यक्रम तभी सफल हो सकेगा यदि इस कार्यक्रम में हिस्सा लेने वाले सभी व्यक्तियों को कार्यों का वितरण पहले से ही कर दिया गया हो तथा इस कार्यों का वितरण व्यक्तियों की उनकी योग्यताओं के अनुरूप होनी चाहिए।
- iv. प्रत्येक व्यक्तियों को कार्यों का वितरण करने के पश्चात् उन्हें निश्चित अधिकार क्षेत्र सौंपना चाहिए जिसकी सहायता से वे उन अधिकारों का प्रयोग कर अपने कार्यों को और सहजता व सरलता से कर सकें।
- v. विद्यालय निर्देशन सेवा को संगठित करने से पूर्व इसके स्वरूप को भी निश्चित कर लेना चाहिए। जैसे-कर्मचारियों की संख्या, धन की व्यवस्था, आकार आदि। इसके स्वरूप का आधार संस्था के उद्देश्यों तथा आर्थिक साधन और स्कूल में बालकों की संख्या आदि हो।
- vi. विद्यालय मार्गदर्शन सेवा संगठन की प्रकृति सरल होनी चाहिए। क्योंकि सरल रूप रेखा वाले संगठन में प्रत्येक व्यक्ति को कार्य करने में सरलता होती है।
- vii. बालकों को स्वयं के लिए निर्देशन कार्यक्रम का मूल्य समझने की अवस्था में किस प्रकार प्रेरित किया जाए इस कार्य पर भी बल देना चाहिए।

निर्देशन अथवा मार्गदर्शन सेवाओं के संगठन का स्वरूप इस प्रकार है

आप देखेंगे, निर्देशन कार्यक्रम को विशेषज्ञों द्वारा कराना चाहिए क्योंकि यह निर्देशन कार्य में प्रशिक्षित होते हैं इस प्रकार के स्वरूप को केन्द्रीय स्वरूप कहते हैं। इससे अभिप्राय यह है कि अधिकांश निर्देशन क्रियाएं केन्द्रीय निर्देशन कार्यालय से संचालित एवं नियंत्रित होती है तथा इसमें सभी अध्यापक भी केन्द्रीय निर्देशक मंडल के निरीक्षण तथा आदेशों के अनुरूप ही अपने कर्तव्यों का पालन करते हैं।

- i. आपको ज्ञात हो कि निर्देशन कार्यक्रम संगठन का दूसरा स्वरूप विकेन्द्रीय रूप है। इसके तहत निर्देशन को प्रदान करना अध्यापकों का उत्तरदायित्व माना जाता है।
- ii. निर्देशन अथवा मार्गदर्शन के केन्द्रीय और विकेन्द्रीय रूप के अपने-2 गुण और दोष होते हैं। स्वतंत्र रूप से कोई भी निर्देशन व्यावहारिक दृष्टि से संभव नहीं हो पाता। अतः कुछ लोगों का मानना है कि निर्देशन कार्यक्रम का रूप इन दोनों स्वरूपों का मिश्रित रूप होना चाहिए।

मिश्रित रूप से तात्पर्य है कि अध्यापकों और विशेषज्ञों को सामूहिक रूप से निर्देशन करना चाहिए।

अभ्यास प्रश्न

1. मार्गदर्शन कार्यक्रम किस प्रकार के वातावरण में आयोजित किया जा सकता है?
2. मार्गदर्शन कार्यक्रम के संगठन से पूर्व कोई दो उद्देश्य स्पष्ट करें?
3. मार्गदर्शन सेवा के कितने स्वरूप हैं?

3.4 शिक्षा के विभिन्न स्तरों पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन सेवाओं का आयोजन

कोठारी आयोग (1964-66) के निर्देशन सम्बन्धी अपनी सिफारिशों में कहा है कि निर्देशन को शिक्षा का अभिन्न अंग समझा जाये और इसे प्राथमिक स्तर से ही शुरू किया जाये। इसी सिफारिश के अनुरूप ही स्कूल की क्रियाओं को बच्चों की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए उनके विकास के विभिन्न चरणों के अनुसार ही निर्देशन कार्यक्रम नियोजित किये जाने चाहिए ताकि वे बौद्धिक, सामाजिक, संवेगात्मक और व्यावसायिक क्षेत्रों में सुसमायोजित हो सके। इस दृष्टि से बच्चों के विकास की अवस्था के अनुरूप तथा विभिन्न स्कूल स्तरों के अनुरूप ही निर्देशन कार्यक्रमों के उद्देश्य तय किये जाते हैं। अर्थात् समय-2 पर स्कूलों तथा कालेजों में मार्गदर्शन तथा परामर्श कार्यक्रम का आयोजन करना आवश्यक है। मार्गदर्शन सेवाओं से बालकों को उचित पाठ्यक्रम चुनने, अन्य शैक्षिक समस्याओं को हल कर समायोजन करने, व्यवसाय चयन, व्यवसाय में समायोजन, व्यवसाय में सफलता, स्वास्थ्य, संवेगात्मक व्यवहार जैसी व्यक्तिगत समस्याओं के संबंध में सहायता प्रदान की जाती है। चूंकि स्कूलों में समायोजन संबंधी समस्याएँ प्राथमिक से लेकर उच्च शिक्षा तक के बालकों को हो सकती हैं। इस हेतु शैक्षिक निर्देशन शिक्षा के सभी स्तरों के बालकों के लिए आवश्यक है।

व्यवसाय चयन, व्यवसाय समायोजन व व्यवसाय में सफलता हेतु व्यावसायिक मार्गदर्शन उच्च मध्यमिक स्तर तथा उच्च शिक्षा स्तर के बालकों हेतु आवश्यक होता है।

व्यक्तिगत समस्याएँ किसी भी शिक्षा स्तर के बालक को हो सकती हैं। इसलिए व्यक्तिगत मार्गदर्शन सभी शिक्षा स्तर के बालकों के लिए आवश्यक है। उपर्युक्त शैक्षिक, व्यावसायिक तथा व्यक्तिगत निर्देशन का आयोजन स्कूलों में, विभिन्न मार्गदर्शन सेवाओं के माध्यम से किया जाता है। प्रत्येक शिक्षा स्तर के बालकों की आवश्यकताएँ एवं समस्याएँ भिन्न होती हैं। इन व्यक्तिगत विभिन्नताओं को ध्यान में रखते हुए शिक्षा के विभिन्न स्तरों पर मार्गदर्शन सेवाओं का आयोजन किया जाता है। अतः शिक्षा के विभिन्न स्तरों पर निर्देशन अथवा मार्गदर्शन सेवाओं का आयोजन निम्नलिखित प्रकार से किया जाता है।

3.4.1 प्राथमिक स्तर पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन सेवाओं का आयोजन

- प्राथमिक स्तर पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन सेवाओं के विशिष्ट उद्देश्य- इस स्तर में 6 से 11 वर्ष की आयु के बच्चे अर्थात् कक्षा 1 से 5 तक के बच्चे शामिल किये जाते हैं। इस स्तर पर निर्देशन कार्यक्रम के निम्नलिखित विशिष्ट उद्देश्य होते हैं-
- घर से स्कूल में बालकों का संतोषजनक परिवर्तन या समायोजन करवाने में सहायता करना।
- मूलभूत शैक्षिक कौशलों को सीखने में आ रही कठिनाईयों के निदान में सहायता करना।

बालकों को विशेष शिक्षा प्रदान करने के लिये जरूरतमंद बालकों को पहचान करने में सहायता जैसे-प्रतिभाशाली, पिछड़े तथा विकलांग बालक।

- संभावित स्कूल छोड़ने वाले बालकों को स्कूल में ठहराये रखना।
- विद्यार्थियों को उनकी आगामी शिक्षा या प्रशिक्षण की योजना बनाने में सहायता करना।

उपरोक्त विशिष्ट उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिये प्राथमिक स्तर पर कुछ क्रियाएं करनी होंगी। इस स्तर पर अध्यापक की केन्द्रीय भूमिका होती है क्योंकि अध्यापक बच्चों की रुचियों, योग्यताओं और आवश्यकताओं तथा प्रतिभाओं की खोज करने के लिए उत्तम स्थिति में होता है। प्राथमिक स्तर पर हम सूचना सेवा, ओरिएंटेशन सेवा, बचाव सेवा, परिसूची सेवा का आयोजन कर सकते हैं। सूचना सेवा की सहायता से बालकों को अपने आप को समायोजित करने, अपने सर्वांगीण विकास करने तथा भविष्य में ठीक प्रकार से अपना जीवनयापन करने में समर्थ होने हेतु विभिन्न प्रकार की सूचनाओं को प्रदान करते रहने की आवश्यकता होती है। ओरिएंटेशन सेवा के अंतर्गत स्कूल के नए बालकों तथा अध्येत बालकों को स्कूल के भौतिक तथा मानवीय संसाधनों के रूप से परिचित कराते हैं जिससे उन्हें स्कूल वातावरण में समायोजन करने में सहायता मिल सके। बचाव सेवा के अंतर्गत इस बात का ध्यान रखते हैं कि स्कूलों में सभी बालकों के मानसिक तथा शारीरिक स्वास्थ्य उत्तम रहे इसके लिए परामर्शदाता स्वास्थ्य विशेषज्ञों को स्कूलों में बुलाते हैं तथा समय-2 पर बालकों का परीक्षण कराते हैं।

प्राथमिक स्तर पर निर्देशन कार्यक्रम को आयोजित करने हेतु निम्नलिखित क्रियाएं कराई जाती हैं-

- i. बालकों के लिये अभिविन्यास कार्यक्रम आयोजित करना इसमें स्कूल वातावरण के बारे में बच्चों को तथा उनके माता-पिता को बताया जाता है। उनके माता-पिता को विद्यालय तथा निर्देशन कार्यक्रम में माता-पिता की भूमिका आदि के विषय में परिचित कराया जाता है।

- ii. निदानात्मक तथा मूलभूत कौशलों का परीक्षण समय-समय पर करना चाहिये। इस प्रकार के परीक्षणों का उपयोग प्राथमिक कक्षाओं में खूब किया जाना चाहिए इससे दोषपूर्ण पठन में सुधार कर हम वांछित परिणाम प्राप्त कर सकते हैं।
- iii. विशिष्ट प्रतिभा वाले बालकों को विभिन्न विधियों और प्रविधियों की सहायता से खोज की जाती है। इन प्रतिभाओं में वैज्ञानिक योग्यता, सर्जनात्मक योग्यता, नेतृत्व की योग्यता, नाटक की योग्यता तथा संगीत योग्यता आदि शामिल होती है।
- iv. स्कूलों में कुसमायोजित बालकों तथा विभिन्न दोषों से युक्त बालकों की खोज करना अति आवश्यक है। इस प्रकार की खोज के लिये विभिन्न तकनीकों जैसे निरीक्षण, परीक्षणों इत्यादि का प्रयोग किया जाता है। कुसमायोजनों और दोषों में सामान्य कुसमायोजन, आवेशपूर्ण व्यवहार, धीमीगति से सीखने वाले, न्यूनतम अभिप्रेरित बच्चे, वाणी दोष, अधिगम दोष, दृष्टि दोष, शारीरिक विकलांगता तथा विशेष स्वास्थ्य समस्याएं इत्यादि सम्मिलित हैं। इनके लिये उपयुक्त उपचारात्मक विधियों का प्रयोग किया जाता है ताकि यथासमय इनका उपचार किया जा सके। गरीबी, सामाजिक पिछड़ेपन आदि के निवारण के लिए विशेष विधियों का विकास करना पड़ेगा।

अभ्यास प्रश्न

4. प्राथमिक स्तर पर निर्देशन सेवाओं का आयोजन किस वर्ष से किस वर्ष तक के बच्चों के लिए किया जाता है?
5. प्राथमिक स्तर पर निर्देशन सेवा के अन्तर्गत कराये गये किन्हीं दो क्रियाओं का नाम बताइए?

3.4.2 पूर्व माध्यमिक स्तर पर निर्देशन अथवा मार्गदर्शन सेवाओं के विशिष्ट उद्देश्य

कक्षा 6 से 8 तक को पूर्व माध्यमिक स्तर कहते हैं। इन कक्षाओं में 11 से 14 वर्ष की आयु समूह शामिल होता है। इन वर्षों में बच्चे किशोर अवस्था में प्रवेश कर जाता है तथा इन अवस्था को संघर्ष एवं तूफान की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था में परिवार स्कूल तथा समाज में समायोजन समस्याएं प्रकट होनी शुरू हो जाती है। इस स्तर पर निर्देशन के उद्देश्य -

1. बालकों को परिवार, स्कूल और समाज में समायोजन में सहायता करना।
2. बालकों की योग्यताओं, अभिरूचियों और रूचियों को खोजना और उनका विकास करना।
3. बालकों को विभिन्न शैक्षिक और व्यावसायिक अवसरों और आवश्यकताओं के बारे में सूचनाएं प्राप्त करने के योग्य बनाना।
4. मुख्याध्यापक और अध्यापकों को उनके बालकों को समझने तथा अधिगम को प्रभावी बनाने में सहायता करना।

5. स्कूल छोड़ने वाले बालकों को उनके बालकों को समझने तथा अधिगम को प्रभावी बनाने में सहायता करना।

इस स्तर पर सूचना, ओरिएंटेशन, बचाव, परामर्श, परिसूची सेवाओं का आयोजन स्कूल स्तर पर समय-2 पर किया जाना चाहिए। इसकी सहायता से स्कूली बालकों को व्यक्तिगत, शैक्षिक, सामाजिक समायोजन करने मदद मिलती है।

इन उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिये निम्नलिखित कार्यक्रम या क्रियाएँ की जा सकती हैं

सामान्य क्रियाएँ

1. विद्यालय के मुख्याध्यापक के साथ निर्देशन कार्यक्रम पर विचार-विमर्श करना।
2. विद्यालय संकाय को परिचित कराना।
3. विद्यालय के मुख्यध्यापक द्वारा विद्यालय निर्देशन समिति बनाना जिस में कैरियर अध्यापक, शारीरिक शिक्षा अध्यापक और अध्यापक-अभिभावक संघ का एक प्रतिनिधि शामिल हों।

विशिष्ट क्रियाएँ

1. बालकों के तथ्यों को इकट्ठा करना जैसे पहचान सम्बन्धी सूचनाएँ, घर और परिवार की पृष्ठभूमि सम्बन्धी सूचनाएँ, घर और परिवार की पृष्ठभूमि सम्बन्धी आंकड़े तथा शैक्षिक उपलब्धियाँ।
2. अभिविन्यास कार्यक्रमों का आयोजन कराना जैसे स्कूल वातावरण, पाठ्यक्रम, स्कूल में सुविधाओं के बारे में परिचय नियमित अध्ययन आदतों से परिचय या अभिविन्यास तथा सामाजिक समायोजन के बारे में तथा खाली समय के सदुपयोग के बारे में अभिविन्यास।
3. नये बालकों के अभिभावकों का अभिविन्यास कार्यक्रम जैसे स्कूल और स्कूल निर्देशन में माता-पिता की भूमिका के बारे में अभिविन्यास।
4. संचित अभिलेख पत्र शुरू कराना।
5. अल्प उपलब्धि वाले और विद्यालय छोड़ने वाले बालकों की पहचान कराना।
6. बुद्धि परीक्षण की व्यवस्था करना।
7. अधिगम -वातावरण की व्यवस्था करना तथा इस व्यवस्था में सुधार करना
8. कमजोर बालकों के लिये उपचारात्मक कार्यक्रमों के आयोजन में सहायता करना।
9. बालकों के लिये उपचारात्मक कार्यक्रमों के आयोजन में सहायता करना।
10. बालकों को परामर्श देना तथा समस्या को ध्यान में रखते हुए विशेषज्ञों के पास भेजना।

अभ्यास प्रश्न

6. पूर्व माध्यमिक स्तर पर निर्देशन सेवाएं किस आयु वर्ग के बालकों को दी जाती है?
7. पूर्व माध्यमिक स्तर किस कक्षा से किस कक्षा को कहा जाता है।

3.4.3 निम्न माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन कार्यक्रम का आयोजन

निम्न माध्यमिक स्तर में 9 और 10वीं कक्षाएं शामिल होती हैं। इसमें 14 से 16वर्ष की आयु के बालकों को सम्मिलित किया जाता है। इस स्तर पर 10 वर्ष की शिक्षा विद्यार्थी पूरी कर लेता है। इसके पश्चात विद्यार्थी तीन मार्ग का चुनाव कर सकते हैं-

- वे किसी कार्य-शक्ति में प्रवेश लें।
- वे किसी व्यावसायिक कोर्स में प्रवेश लें।
- वे उच्च शिक्षा प्राप्त करें ताकि वे किसी कालेज या यूनिवर्सिटी में दाखिला ले सकें।

निम्न माध्यमिक स्तर पर सूचना, ओरिएंटेशन, परिसूची, बचाव, परामर्श, सलाह सेवाओं का आयोजन करना चाहिए। इन सेवाओं के आयोजन से स्कूली बालकों को सभी प्रकार की व्यक्तिगत, शैक्षिक, व्यावसायिक समायोजन में मदद मिलती है जिसकी सहायता से उन्हें सफलता अर्जित करने में मुश्किलों का सामना नहीं करना पड़ता है। अतः इस स्तर पर निर्देशन कार्यक्रम के उद्देश्य तथा क्रियाएँ इस प्रकार हैं।

निम्न माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन कार्यक्रम के आयोजन के विशिष्ट उद्देश्य इस प्रकार हैं

1. बालकों को उनकी दुर्बलताओं और शक्तियों को समझने के योग्य बनाना।
2. शैक्षिक और व्यावसायिक अवसरों और आवश्यकताओं के बारे में सूचना इकट्ठी करने के योग्य बनाना।
3. बालकों को शैक्षिक और व्यावसायिक चयन करने में सहायता करना।
4. बालकों को उनकी समस्याओं के समाधान में सहायता करना। इन समस्याओं में स्कूल और घर में व्यक्तिगत और सामाजिक समायोजन की समस्याएं भी शामिल हैं।
5. व्यावसायिक सूचनाओं के अवसर प्रदान करना।
6. व्यावसायिक सूचनाओं के अवसर प्रदान करना।
7. बालकों को संचित अभिलेखों, परीक्षणों-परिणामों आदि से उनके बारे में उन्हीं को सूचनाएं उपलब्ध करानी
8. बालकों में स्वयं प्रत्यय विकसित करना।

निम्न माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन या निर्देशन कार्यक्रम के आयोजन के विशिष्ट उद्देश्यों को पूरा करने हेतु विशिष्ट क्रियाएं

- i. योग्यताओं, अभिरूचियों, रुचियों, उपलब्धियों और अन्य मनोवैज्ञानिक चरों के बारे में आकड़े एकत्रित करना।
- ii. कार्यों से परिचित कराना।
- iii. क्षेत्र भ्रमणों का आयोजन करना।
- iv. कैरियर कान्फ्रेन्सिस और कैरियर प्रदर्शनी का आयोजन।
- v. कोर्स का चयन करने में सहायता करना।
- vi. अल्प-उपलब्धि और विद्यालय छोड़ने वाले बालकों की पहचान करना।
- vii. माता-पिता को निर्देशन प्रदान करना।
- viii. समस्या को देखते हुए विशेषज्ञों और परामर्शदाता के पास भेजना।

अभ्यास प्रश्न

8. निम्न माध्यमिक स्तर के निर्देशन कार्यक्रम में किस कक्षा से किस कक्षा तक के विद्यार्थी सम्मिलित होते हैं।
9. निम्न माध्यमिक स्तर पर निर्देशन कार्यक्रम के आयोजन के दो मुख्य उद्देश्य स्पष्ट करें?

3.4.4 उच्च माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन कार्यक्रम का आयोजन

इस स्तर में 11वीं और 12वीं कक्षाएं सम्मिलित हैं और इस स्तर का 15 से 18 वर्ष का आयु वर्ग शामिल होता है। इस स्तर की शिक्षा व्यवस्था में सूचना, ओरिएंटेशन, बचाव, परामर्श, सलाह, स्थानन, परिसूची सेवाओं का आयोजन किया जाना चाहिए जोकि बालक को हर प्रकार के समायोजन में सहायता प्रदान कर सके। इस स्तर के बालकों हेतु मार्गदर्शन तथा निर्देशन अति आवश्यक होती हैं क्योंकि इस स्तर के बालक मानसिक रूप से परिपक्व हो जाते हैं तथा उच्च माध्यमिक स्तर के उपरांत ही बालक अपने रुचि अनुसार विषय का चयन करके मेडिकल, इंजेनियरिंग अथवा उच्च शिक्षा में प्रवेश करते हैं अतः इस स्तर पर बालक को उसकी रुचि का ज्ञान होना अति आवश्यक है इस कार्य में शिक्षक को बालकों की सहायता करनी चाहिए जिससे वे अपने निर्धारित उद्देश्य को प्राप्त कर सकें। उच्च माध्यमिक स्तर के मार्गदर्शन अथवा निर्देशन सेवा के उद्देश्य तथा क्रियाएँ इस प्रकार हैं।

उच्च माध्यमिक स्तर मार्गदर्शन कार्यक्रम के आयोजन के विशिष्ट उद्देश्य

- उनकी शैक्षिक रुचियों के संदर्भ में उनके कैरियर के चयन में सहायता करना।
- व्यक्तिगत सामाजिक समायोजन के क्षेत्र में सहायता करना।

- इन विशिष्ट उद्देश्यों के अतिरिक्त निम्न माध्यमिक स्तर के विशिष्ट उद्देश्य भी उच्च सेकेन्डरी स्तर में शामिल किये जाते हैं।

उच्च माध्यमिक स्तर पर विशिष्ट उद्देश्यों को पूरा करने हेतु विशिष्ट क्रियाएं इस प्रकार हैं

1. **सूची सेवा:** व्यक्तिगत संचित अभिलेख पत्र रखना जारी रहता है। विद्यार्थी के व्यक्तित्व के विभिन्न पक्षों के बारे में सूचनाएं एकत्रित करने के लिये विभिन्न पक्षों के बारे में सूचनाएं एकत्रित करने के लिये विभिन्न परीक्षणों तथा विधियों का प्रयोग किया जा सकता है।
2. **व्यावसायिक सूचना सेवा:** इस स्तर पर स्थानीय व्यावसायिक अवसरों और स्वयं रोजगार अवसरों के बारे में सूचनाएं प्रदान करने पर अधिक बल दिया जाता है। इस उद्देश्य के लिये कैरियर कान्फ्रेंसिस क्षेत्रीय यात्राएं, कैरियर वार्ताएं आदि की व्यवस्था की जाती हैं लोकल रोजगार अवसरों के बारे में सूचनाएं इकट्ठी करने के लिये निर्देशन -कार्यकर्ता को रोजगार कार्यालय से मिलकर कार्य करना पड़ेगा और इसी प्रकार क्षेत्र के विभिन्न उद्योगों से मेल-जोल रखना पड़ेगा। इस स्तर पर विद्यार्थी को उसकी रुचि के व्यवसाय के विस्तृत अध्ययन में भी सहायता की जायेगी।
3. **परामर्श सेवा:** व्यक्तिगत, सामाजिक और शैक्षिक व्यावसायिक समस्याओं के समाधान के लिये बालकों को परामर्श सेवा उपलब्ध कराई जाये। यदि प्रशिक्षित व्यक्ति उपलब्ध नहीं है तो बालकों को अन्य अभिकरणों के पास भेजना चाहिए। परामर्शदाता विभिन्न निर्देशन सेवाओं के द्वारा बालकों की सही कोर्स चुनने में और कैरियर चुनने में तथा एक वयस्क की भूमिका निभाने की तैयारी में सहायता करता है।

अभ्यास प्रश्न

10. उच्च माध्यमिक स्तर के निर्देशन कार्यक्रम में कौन -2 सी कक्षाएं सम्मिलित हैं?
11. उच्च माध्यमिक स्तर के निर्देशन कार्यक्रम के विशिष्ट उद्देश्यों को पूरा करने हेतु दो क्रियाएं बताइए?

3.4.5 उच्च शिक्षा स्तर पर मार्गदर्शन अथवा निर्देशन सेवा का आयोजन

उच्च शिक्षा स्तर से तात्पर्य स्नातक, परास्नातक तथा अन्य व्यावसायिक कोर्सों को करने से है। इस शिक्षा स्तर पर सूचना, ओरिएंटेशन, परामर्श, सलाह, स्थानन, परिसूची, शोध एवं मूल्यांकन सेवाओं का आयोजन किया जाना चाहिए जिससे इस स्तर के बालकों को व्यक्तिगत, शैक्षिक, व्यवसाय चयन तथा विषय चयन में सहायता मिल सके। इस स्तर पर निर्देशन सेवाओं का विद्यार्थी जीवन में बहुत महत्त्व होता है। इस स्तर के बाद ही सभी बालकों का व्यावसायिक रोजगार की शुरुआत होती है। उच्च शिक्षा स्तर बालक के कैरियर के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण माना जाता है क्योंकि कोई भी

बालक इसी आधार पर भविष्य में अपनी दिशा तय करता है, एक अच्छे शिक्षक की भूमिका उच्च शिक्षा स्तर पर बढ़ जाती है शिक्षक को हर संभव प्रयास से बालक की मदद उसकी दिशा तय करने में करनी चाहिए। अतः इस स्तर के उद्देश्य तथा क्रियाएँ इसप्रकार हैं।

शिक्षा के इस स्तर पर मार्गदर्शन सेवाओं के आयोजन के विशिष्ट उद्देश्य इस प्रकार हैं

- i. बालकों को उच्च माध्यमिक कक्षाओं के उपरान्त उच्च शिक्षा में प्रवेश लने में मदद करना।
- ii. बालकों को उनके रुचि की पहचान कराके उनके विशिष्ट क्षेत्र जैसे-मेडीकल या इंजिनियरिंग क्षेत्र में जाने हेतु उन्हें प्रोत्साहित तथा सहायता प्रदान करना।
- iii. स्नातक तथा परास्नातक कक्षाओं में किन-किन विषयों का चयन किया जाए तथा उन विषयों का भविष्य में क्या-क्या संभावनाएं है इस बात से अवगत कराना।
- iv. बालकों को व्यावसायिक कोर्सों के विषय में बताना तथा अच्छे व्यावसायिक कोर्स में एडमिशन लेने में सहायता प्रदान करना जिससे आगे चल कर उन्हें व्यवसाय चयन करने में सहायता मिले।
- v. सर्वाधिक महत्वपूर्ण उद्देश्य यह है कि उच्च शिक्षा स्तर पर आने के बाद मार्गदर्शन सेवा की सहायता से प्रत्येक विद्यार्थी को अपने मनपसंद कार्यक्षेत्र में व्यवसाय अवश्य मिल जाए। तथा इस बात पर ध्यान देना चाहिए कि कोई विद्यार्थी बेरोजगार ना हो, उच्च शिक्षा प्राप्त करते-2 सभी को व्यवसाय मिल जाए।

उच्च शिक्षा स्तर पर विशिष्ट उद्देश्यों को प्राप्त करने हेतु विशिष्ट क्रियाएँ इस प्रकार हैं

- i. बालकों को व्यवसाय उपलब्ध कराने हेतु समय-समय पर कैम्पस इंटरव्यू का आयोजन करना चाहिए।
- ii. कमजोर बच्चों के लिए कालेजों में पार्ट टाइम क्लास की व्यवस्था करना चाहिए जिससे कमजोर बालक क्लास में समंजस्य स्थापित कर सकें।
- iii. कालेज में समय-समय पर सेमीनार तथा वर्कशाप का आयोजन करना चाहिए जिससे बालकों को और लोगों से मिलने तथा अपने ज्ञान में वृद्धि करने का अवसर प्राप्त हो सके।
- iv. विज्ञान के बालकों के अच्छे-2 से अच्छे विज्ञान विशेषज्ञ से व्याख्यान का आयोजन कराना।
- v. दूसरे कालेज में बालकों को ले जाकर विज्ञान तथा तकनीकी में हो रहे कार्यों का अवलोकन कराना।
- vi. स्कूलों में ले जाकर शिक्षक की भूमिका का अवलोकन कराना जिससे बालकों को शिक्षा क्षेत्र में व्यवसाय का चयन करने में मदद मिल सके।
- vii. स्कूलों तथा कॉलेज में प्रतियोगिता का समय-2 पर आयोजन करना चाहिए जिससे बालकों में प्रतिस्पर्धा की भावना का विकास हो सके। आज का युग प्रतिस्पर्धा का युग है।

स्कूलों में मार्गदर्शन सेवाओं के संगठन एवं आयोजन की जिम्मेदारी स्कूल प्रशासकों की होती है। इसलिए वो परामर्शदाता की नियुक्ति कर सकता है या स्कूल के ही शिक्षकों को इसकी जिम्मेदारी सौंप सकता है। स्कूल में मार्गदर्शन सेवाओं की सफलता प्राचार्य, सभी शिक्षकों एवं सभी वरिष्ठ बालकों की सक्रिय भूमिका पर निर्भर करती है। इस प्रकार आप उपरोक्त सूचनाओं के आधार पर आप यह जान गए हैं कि शिक्षा के विभिन्न स्तरों पर निर्देशन कार्यक्रमों के क्या-क्या विशिष्ट उद्देश्य एवं क्रियाविधि क्या-2 हैं।

अभ्यास प्रश्न

12. उच्च शिक्षा स्तर में किन-किन कक्षाओं का समावेश होता है?
13. उच्च शिक्षा स्तर पर बालकों के लिए कोई दो विशिष्ट क्रियाओं के नाम बताइए?

3.5 सारांश

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप यह जान चुके हैं कि मार्गदर्शन अथवा निर्देशन सेवा का संगठन तथा आयोजन का क्या महत्व एवं उपयोगिता है। आप यह भी जान चुके हैं कि किस प्रकार मार्गदर्शन सेवा का संगठन विद्यालयी वातावरण में करना चाहिए तथा एक शिक्षक एवं प्रशिक्षक की क्या भूमिका होनी चाहिए। आप निर्देशन सेवाओं के संगठन के स्वरूप से भलीभांति परिचित हो चुके हैं। आप यह भी जान चुके हैं कि किस प्रकार मार्गदर्शन सेवाएँ विद्यार्थी जीवन में तथा उनके कैरियर में उपयोगी हैं।

आप यह भी जान चुके हैं कि शिक्षा के विभिन्न स्तर पर मार्गदर्शन सेवाओं का आयोजन किस प्रकार किया जाये तथा इसका क्या महत्व है। जैसे प्राथमिक स्तर पर मार्गदर्शन सेवाओं के आयोजन का विवरण उनके विशिष्ट उद्देश्य क्या हैं, इन विशिष्ट उद्देश्यों को पूरा करने हेतु किन-किन क्रियाओं को कराना होगा।

- पूर्व माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन सेवाओं का आयोजन, उनके विशिष्ट उद्देश्य तथा क्रियाविधि
- माध्यमिक स्तर पर मार्गदर्शन सेवाओं का आयोजन, उनके विशिष्ट उद्देश्य तथा क्रियाविधि क्या-2 हैं।
- उच्च शिक्षा स्तर पर मार्गदर्शन सेवाओं के विशिष्ट उद्देश्य तथा क्रियाविधि क्या-2 है। इसके साथ ही अब आप मार्गदर्शन तथा परामर्श के की भूमिका स्कूलों तथा कॉलेज में क्या-2 होती है समझ गए हैं। इसलिए हर संभव प्रयास करके हमे स्कूलों तथा कॉलेज में मार्गदर्शन अथवा निर्देशन तथा परामर्श विषयों पर बल तथा इसके महत्व का प्रचार करना चाहिए।

3.6 शब्दावली

1. **विशेष शिक्षा-** ऐसी शिक्षा जो शारीरिक तथा मानसिक रूप से असमर्थ बालकों के आवश्यकतानुसार आयोजित होती है।
2. **अभिविन्यास कार्यक्रम-** ऐसा कार्यक्रम जिसमें विद्यार्थी तथा उनके माता-पिता को स्कूल के विषय में बताया जाता है।
3. **संचित अभिलेख पत्र** - यह सूचनाओं का वह अभिलेख है जिनको सम्बन्ध विद्यार्थी के मूल्यांकन से होता है।
4. **उपचारात्मक कार्यक्रम-** ऐसा कार्यक्रम जिसमें शिक्षण के उपरान्त बालकों को हो रहे कठिनाइयों का निदान करते हैं।
5. **व्यावसायिक कार्स** - ऐसा कोर्स जो बालकों को व्यवसाय उपलब्ध कराता है।
6. **स्वयं प्रत्यय-** यह एक बहुआयामी संकल्पना है जो किसी विशेषता के संबंध में व्यक्ति का स्वयं का प्रत्यक्षीकरण प्रदर्शित करता है।
7. **कैरियर कान्फ्रेन्सिस-** ऐसा सम्मेलन जिस में कैरियर से जुड़े मुद्दे तथा विविध पक्षों की चर्चा की जाती है।
8. **कैम्पस इंटरव्यू-** शिक्षण संस्थान में आयोजित ऐसे साक्षात्कार जो बालकों को व्यवसाय दिलाने हेतु आयोजित किया जाता है।

3.7 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. मार्गदर्शन कार्यक्रम स्कूली वातावरण में आयोजित करना चाहिए जिससे बालकों को अपने कैरियर में सहायता मिल सके।
2. मार्गदर्शन कार्यक्रम के सगठन से पूर्व सर्वप्रथम सभी कार्यों की सूची निर्मित कर लेनी चाहिए तथा मार्गदर्शन सेवा कार्यक्रम की सफलता हेतु सभी व्यक्तियों को उनके कार्यों का वितरण भली-भांति कर देना चाहिए तथा उन्हें कुछ अधिकार प्रदान कर देना चाहिए।
3. मार्गदर्शन सेवाओं के तीन स्वरूप होते हैं।
(i) केन्द्रीय स्वरूप (ii) विकेन्द्रीय स्वरूप (iii) मिश्रित स्वरूप
4. प्राथमिक स्तर पर निर्देशन सेवाओं के आयोजन 6 से 11 वर्ष के बच्चों को लिए किया जाता है।
5. प्राथमिक स्तर पर बालकों के लिए अभिविन्यास कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है तथा बच्चों के लिए निदानात्मक एवं मूलभूत कौशलों का परीक्षण समय-2 पर किया जाता है।
6. पूर्व माध्यमिक स्तर पर निर्देशन सेवा 11 वर्ष से 14 वर्ष के बच्चों को दी जाती है।
7. पूर्व माध्यमिक स्तर में कक्षा 6 से कक्षा 8 तक के बच्चे सम्मिलित होते हैं।

8. निम्न माध्यमिक स्तर के निर्देशन कार्यक्रम में कक्षा 9 से कक्षा 10 के विद्यार्थी सम्मिलित होते हैं।
9. निम्न माध्यमिक स्तर पर निर्देशन कार्यक्रम बालकों को उनकी दुर्बलताओं एवं शक्तियों से परिचित कराने तथा बालकों को शैक्षिक एवं व्यावसायिक अवसरों का चयन करने में सहायता देने में कराना चाहिए।
10. उच्च माध्यमिक स्तर के निर्देशन में कक्षा 11 तथा कक्षा 12 के विद्यार्थी सम्मिलित होते हैं।
11. उच्च माध्यमिक स्तर के निर्देशन को पूरा करने हेतु सूची सेवा, व्यावसायिक सूचना सेवा तथा परामर्श सेवा का आयोजन करना चाहिए।
12. उच्च शिक्षा स्तर में स्नातक, परास्नातक तथा व्यावसायिक कोर्स सम्मिलित होते हैं।
13. उच्च शिक्षा स्तर पर बालकों के लिए कैम्पस इंटरव्यू तथा सेमीनार एवं वर्कशाप का आयोजन करना चाहिए।

3.8 संदर्भ ग्रन्थ

1. ओबेराय, डॉ० सुरेश चन्द्र (2006), शैक्षिक तथा व्यवसायिक निर्देशन एवं परामर्श, इंटरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, मेरठ,
2. मंगल, डॉ० एस० के० एवं श्रीमती श्रुभ्रा (2003), मार्गदर्शन एवं परामर्श, आर्य बुक डिपो, मेरठ
3. गुप्ता, एस.पी. (2008), उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान, शारदा पुस्तक भवन, इलाहाबाद
4. सिंह, ए. के. (2010), शिक्षा मनोविज्ञान, भारती भवन पब्लिशर्स, पटना
5. जायसवाल, एस.(2008), शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श, विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा
6. Bhatnagar, A & Gupta, N (1999).Guidance and Counselling: A theoretical Approach(Ed), New Delhi: Vikash Publishing House.
7. Das, B.N. (2010). Career Guidance and Counselling. Agra: Vinod Pustak Mandir
8. Kochhar, S.K, (1980) Guidance and Counselling, New Delhi: Sterling Publishers.
9. Mathur, S.S.(2012).Fundamentals of Guidance and Counselling.Agra: Vinod Pustak Mandir
10. NCERT(2008).Introduction to Guidance,Module-1, New Delhi: National Council Of Educational Research and Training,

11. NCERT(2008).Career Information in Guidance,Module-5 and 12, New Delhi: National Council Of Educational Research and Training,
12. Pandey, K.P.(2009).Educationaland Vocational Guidance in India. Varanasi: Vishvidyalaya Prakashan.
13. Sharma, N.R. (2012). Educationaland and Vocational Guidance. Agra: Vinod Pustak Mandir

3.9 सहायक/ उपयोगी पाठ्य सामग्री

1. Agarwal, J.C, (1985), Educational Vocational Guidance and Counseling, Doaba House, New Delhi.
2. Agrawal, R (2006). Educational, Vocational Guidance and Counselling, New Delhi, Sipra Publication.
3. Bhatnagar, A & Gupta, N (1999).Guidance and Counselling: A theoretical Approach(Ed), New Delhi, Vikash Publishing House.
4. Kapunan, R.R. (2004). Fundamentals of Guidance and Counselling, Rex Printing Company, Inc., Quezon City.
5. Kinra, A.K. (2008). Guidance and Counselling, Dorling Kindersley (India) Pvt. Ltd. New Delhi.
6. Mendoza, E. (2003), Guidance and Counselling Today. Rex Book Store (RBSI), Manila.
7. Nanda, S.K and Sharma S, (1992) Fundamentals of Guidance, Chandigarh.

Websites & E-links:-

- www.books.google.co.in
- www.education.go.ug/guidance
- <http://encyclopedia2.thefreedictionary.com>
- www.careersteer.com
- www.lotsofessays.com
- www.careerstrides.com
- www.wikipedia.org/wiki

3.10 निबंधात्मक प्रश्न

1. निर्देशन कार्यक्रम के संगठन से क्या तात्पर्य है तथा निर्देशन कार्यक्रम के उद्देश्यों एवं स्वरूप की विस्तृत चर्चा कीजिए?
 2. शिक्षा को विभिन्न स्तर पर निर्देशन सेवाओं को आयोजन का क्या महत्व है। तथा प्राथमिक स्तर पर निर्देशन सेवा के आयोजन के विशिष्ट उद्देश्य तथा क्रियाविधि को स्पष्ट कीजिए?
 3. पूर्व माध्यमिक तथा उच्च माध्यमिक स्तर पर निर्देशन सेवाओं का आयोजन कैसे करेंगे तथा इन स्तर पर आयोजित निर्देशन सेवाओं में अन्तर स्पष्ट कीजिए?
 4. निम्न माध्यमिक तथा उच्च माध्यमिक स्तर पर निर्देशन सेवाओं के आयोजन का तुलनात्मक अध्ययन किजिए तथा उच्च शिक्षा स्तर पर निर्देशन सेवा के विशिष्ट उद्देश्यों की व्याख्या कीजिए?
- iv. वर्णन भी होता है।
- v. **चौथी प्रकार-** इस प्रकार में व्यवहार का वर्णन उसमे गुणों व दोषों के साथ होता है तथा भावी जीवन में उपचार हेतु

इकाई 4 – समायोजन के मनोवैज्ञानिक आधार, समायोजन में अभिप्रेरणा और प्रत्यक्षीकरण की भूमिका

- 4.1 प्रस्तावना
- 4.2 उद्देश्य
- 4.3 समायोजन के प्रकार
 - 4.3.1 समायोजन के अन्य प्रकार
- 4.4 समायोजन के मनोवैज्ञानिक आधार (रक्षा युक्तियां)
- 4.5 समायोजन में प्रेरणा का योगदान
 - 4.5.1 प्रेरणा एवं व्यवहार
 - 4.5.2 शारीरिक प्रेरणायें
 - 4.5.3 मनोवैज्ञानिक प्रेरणायें
 - 4.5.4 प्रेरणाओं का सामाजिक स्तर
- 4.6 प्रत्यक्षीकरण
 - 4.6.1 समायोजन में प्रत्यक्षीकरण का महत्व
- 4.7 सारांश
- 4.8 सन्दर्भ ग्रन्थ
- 4.9 निबंधात्मक प्रश्न

4.1 प्रस्तावना

यह निश्चित रूप से कहा जा सकता है कि हमारे समाज में, परिवार में तथा आस-पास के वातावरण में जो व्यक्ति पूर्णतः समायोजित होता है अथवा अपने को वातावरण के अनुसार समायोजित कर लेता है सामान्य व्यक्ति कहलाता है। समायोजन के अनेक आधार हैं, जिन व्यक्तियों में सफलता प्राप्त करने के लिये बाधाओं का मुकाबला प्राप्त करने की क्षमता है जो प्रतिकूल दशाओं में भी अपना मानसिक संतुलन को बनाये रखते हैं तथा अपने को परिस्थितियों के अनुकूल बना लेते हैं। उन्हें निश्चित ही आत्म संतोष के साथ सफलता प्राप्त होती है। असंतुलित व्यक्तित्व के लिये सुरक्षा प्रक्रियाओं (मनोरचनाओं) का सहारा समायोजन का मुख्य आधार है जिसके द्वारा विपरीत परिस्थितियों पर नियंत्रण पाया जा सकता है तथा मानसिक असंतुलन को नियंत्रण में रखते हुये संतुलित जीवन जिया

जा सकता है। जब लक्ष्य प्राप्ति के मार्ग में व्यवधान आते हैं तो व्यक्ति के मन में मस्तिष्क में अस्त-व्यस्तता (असंतुलन) की स्थिति आ जाती है तथा बाधाओं को दूर करने में जब अपने को असमर्थ पाता है तो उसके मन में हीनता (Inferiority) क्रोध (Anger) अथवा निराशा (Pessimism) की भावना उत्पन्न होती है जिससे उसके व्यक्तित्व में असंतुलन पैदा हो जाता है तथा इनसे बचने के लिये व्यक्ति सुरक्षा युक्तियों (Defence Mechanism) का सहारा लेता है जिससे उसका संतुलन बना रहे एवं समाज या वातावरण में उपयुक्त रूप से अपने आपको समायोजित कर सके। जो कि उसके समायोजन के प्रमुख मनोवैज्ञानिक आधार है।

4.2 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के पश्चात् आप-

1. समायोजन एवं समायोजन के प्रकार के बारे में समझ सकेंगे।
2. अपने वातावरण में समायोजन के लिये रक्षा युक्तियों के बारे में जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।
3. समायोजन में प्रेरणा का महत्व एवं उसकी भूमिका के बारे में समझ सकेंगे।
4. प्रत्यक्षीकरण एवं समायोजन में प्रत्यक्षीकरण का महत्व समझ सकेंगे।
5. अध्ययन के पश्चात् वे अपने आप को अच्छे तरीके से समायोजन करने का प्रयास कर सकेंगे।

समायोजन का तात्पर्य सामाजिक वातावरण की उन प्रतिक्रियाओं से है जो व्यक्ति के ऊपर थोप दी जाती हैं। वे आवश्यकतायें जिनके लिये व्यक्ति प्रतिक्रिया करता है, बाह्य एवं आन्तरिक दोनों प्रकार की हो सकती हैं। मनोवैज्ञानिकों ने दो महत्वपूर्ण दृष्टियों से समायोजन पर विचार किया है। एक दृष्टि में समायोजन एक उपलब्धि है तथा दूसरी दृष्टि में यह प्रक्रिया है। पहला दृष्टिकोण समायोजन की गुणवत्ता तथा दक्षता पर बल देता है तथा दूसरा प्रक्रिया को प्रमुख मानता है जिसके द्वारा एक व्यक्ति अपने बाह्य वातावरण के साथ सामंजस्य स्थापित करता है।

समायोजन शब्द काफी सामान्य और प्रचलित अर्थ है। इसके अर्थ को और अच्छी तरह स्पष्ट रूप से समझने के लिए हमें विभिन्न मनोवैज्ञानिकों द्वारा दी गई निम्न परिभाषाओं पर विचार करना अधिक उपयुक्त होगा:

1. एल.एस.शेफर (L.S. Shaffer)- “समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा कोई जीवधारी अपनी आवश्यकताओं तथा इन आवश्यकताओं की संतुष्टि से संबंधित परिस्थितियों में संतुलन बनाये रखता है”

Adjustment is the process by which living organism maintains a balance between its need and the circumstances that influence the satisfaction of these needs.

2. गेट्स, जैरसिल्ड एवं अन्य ;ळमजेए श्रमतेपसक ंदक व्जीमतेद्ध - “समायोजन एक ऐसी सतत् प्रक्रिया है जिसके द्वारा एक व्यक्ति अपने व्यवहार में इस प्रकार से परिवर्तन करता है कि उसे स्वयं तथा अपने वातावरण के बीच और अधिक मधुर संबंध स्थापित करने में मदद मिल सके”।

Adjustment is a continual process by which a person varies his behaviour to produce a more harmonious relationship between himself and his environment. **Gates, Jersild and Others**

4.3 समायोजन के प्रकार (Types of Adjustment)

सब प्रकार से समायोजित व्यक्ति वह होता है जो पहले तो अपने आप से ही संतुष्ट एवं समायोजन हो तथा अपने चारों ओर के वातावरण या परिवेश से उसका उचित तालमेल हो। समायोजन के क्षेत्र व्यक्ति के इर्द-गिर्द ही घूमती है।

व्यक्तिगत समायोजन **Personal Adjustment**

- i. शारीरिक विकास एवं स्वास्थ्य संबंधी समायोजन (Adjustment to Physical Development and Health)
- ii. मानसिक विकास एवं स्वास्थ्य समायोजन (Adjustment with Regard to Mental Development and Health)
- iii. संवेगात्मक समायोजन
- iv. लैंगिक समायोजन
- v. व्यक्तिगत आवश्यकताओं से संबंधित समायोजन

सामाजिक समायोजन (Social Adjustment)

- i. घर परिवार से समायोजन (Home and Family Adjustment)
- ii. भिन्न एवं संबंधियों से समायोजन (Adjustment with Friend and Relatives)
- iii. पड़ोसियों तथा समुदाय के अन्य सदस्यों से समायोजन (Adjustment with Neighbours and Other Members of the Community)

व्यावसायिक समायोजन (Occupational Adjustment)

4.3.1 कुछ अन्य प्रकार Some Other Types

- i. रचनात्मक समायोजन (Constructive Adjustment)

ii. स्थानापन समायोजन (Substitute Adjustment)

iii. मानसिक मनोरचनार्ये (Mental Mechanism)

1. **रचनात्मक समायोजन (Constructive Adjustment)**- जब कोई बालक लक्ष्य की प्राप्ति में कठिनाई का अनुभव करता है, तो वह कोई रचनात्मक काम करके सफलता प्राप्त करने की चेष्टा करता है। यदि बालक आन्तरिक परीक्षा में कम अंक प्राप्त करता है, तो वह रचनात्मक कार्य करके सफलता प्राप्त करने का प्रयास करता है। वह किसी मेधावी मित्र की सहायता लेकर कठिनाई को दूर करता है, अथवा पुस्तकालय में बैठकर भिन्न-भिन्न पुस्तकों को लेकर नोट्स तैयार करता है।
2. **स्थानापन समायोजन (Substitute Adjustment)**- जब कोई बालक किसी एक क्षेत्र में सफलता नहीं प्राप्त कर सकता, तो वह किसी दूसरे क्षेत्र में सफलता प्राप्त करके समायोजन कर लेता है। जब बालक पढ़ाई में अपेक्षित सफलता प्राप्त नहीं कर पाता, तो वह खेलों में प्रवीणता प्राप्त कर समायोजन कर लेता है।
3. **मानसिक मनोरचनार्ये (Mental Mechanism)**- ब्राउन ने मानसिक मनोरचनाओं की परिभाषा इस प्रकार से की है: “मनोरचनार्ये वे चेतन और अचेतन प्रक्रियाएं हैं, जिनमें आन्तरिक संघर्ष कम हो जाता है या समाप्त हो जाता है।”
ब्राउन ने उन मनोरचनाओं का वर्णन करते हुए लिखा है कि उनके द्वारा इदम् (Id), अहम् (Ego) और नैतिक मन (Super Ego) के बीच चेतन या अचेतन संघर्ष या अर्न्तद्वन्द भी समाप्त हो जाता है।

4.4 समायोजन के लिये सुरक्षा प्रक्रियायें (मनोवैज्ञानिक आधार)

सुरक्षा प्रक्रियायें समायोजन स्थापित करने में केवल आंशिक रूप से सहायक होती हैं। इनके सहारे समायोजन स्थापित करने में व्यक्ति जीवन के यथार्थ से दूर हो जाता है। इनका अत्यधिक उपयोग मानसिक रोग का कारण बन जाता है। सुरक्षा युक्तियों द्वारा व्यक्ति को दुखद अनुभूतियों से बहुत कुछ छुटकारा मिलता है तथा परिस्थितियों से आंशिक रूप से समायोजन स्थापित करने में सहायता मिलती है। लगभग सभी व्यक्ति किसी न किसी रूप में कमोवेश इन युक्तियों का प्रयोग करते हैं ये युक्तियां व्यक्ति का आन्तरिक संतुलन बनाये रखने में सहायक होती है। किन्तु जब इनका अत्यधिक प्रयोग होने लगता है, तब ये साधन न होकर साध्य हो जाती हैं। इससे व्यक्ति का व्यवहार असामान्य हो जाता है, उसमें कुसमायोजन उत्पन्न होने लगता है। व्यक्ति को अपने वातावरण में समायोजन के लिये निम्न रक्षा युक्तियों का आधार लेना पड़ता है जिससे वह समायोजित हो ये निम्न प्रकार हैं:

युक्तिकरण (औचित्य स्थापन) Rationalisation

इस सुरक्षा प्रक्रिया द्वारा व्यक्ति अपने व्यवहार के कारणों के स्थान पर जो उसे मान्य नहीं होते ऐसे कारण ढूँढ निकालता है जो उसे मान्य हो। इस मनोरचना में व्यक्ति अपने आत्मसम्मान और सामाजिक एवं व्यक्तिगत प्रतिष्ठा की रक्षा करता है। यह अचेतन मन का सुरक्षात्मक प्रयास है। यह ऐसी युक्ति है जिसमें व्यक्ति अपने तर्क द्वारा अपने को सदैव उचित ठहराकर अपने को समायोजित करने का प्रयास करता है। यह एक आवरण है जिसमें मनुष्य अपनी बुराइयों को छिपाने का प्रयास करता है और त्रुटियों की झूठे कारणों के द्वारा सही ठहराने का प्रयास करता है। इसके द्वारा अचेतन का तनाव कम होता है।

“By rationalization we mean the invention of consciously acceptable motives by the ego to cover up those unconscious motives, which it cannot accept, rationalization means to make rational.” (J.F. Brown op, cit, p-173).

उदाहरण - कोई व्यक्ति परीक्षा में फेल होने पर कहता है प्रश्न-पत्र ही पाठ्यक्रम से बाहर का था इत्यादि।

उन्नयन या उदात्तीकरण Sublimation

यह वह उक्ति है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी मूल इच्छाओं की अतृप्ति के कारण उत्पन्न होने वाली कुण्ठाओं की तृप्ति उन कार्यों या लक्ष्यों से करता है जिनकी स्वीकृति समाज ने दे रखी है। यह वह मनोरचना है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी मूल इच्छाओं की अतृप्ति के कारण उत्पन्न होने वाली कुण्ठाओं की तृप्ति उनके कार्यों या लक्ष्यों से करता है जिसकी स्वीकृति समाज ने दे रखी है।

फिशर का कथन है कि मूल प्रवृत्तियों अथवा प्रेरणों को नैतिक, सामाजिक, साहित्यिक विषयों की ओर प्रेरित करने की क्रिया ही उदात्तीकरण है। उदाहरणस्वरूप-गोस्वामी तुलसीदास ने अपने वासनात्मक प्रेम को साहित्य की ओर मोड़ दिया और उन्होंने रामचरित मानस जैसे अद्भुत महाकाल की रचना की, जिसमें पग-पग पर उनका श्रीराम-प्रेम झलकता है।

क्षतिपूर्ति Compensation

किसी क्षेत्र में अपनी कमी की पूर्ति के लिये व्यक्ति उसी क्षेत्र में या अन्य किसी क्षेत्र में विशिष्टता प्राप्त करने का प्रयास करता है जिसमें उसमें हीनता की भावना न आने पाये। कुरूप स्त्री-पुरुष अपनी शारीरिक हीनता की भावना को छिपाने के लिये शानदार, उच्च कोटि के कीमती कपड़ों एवं श्रृंगार का सहारा लेते हैं, जो अध्यापक कक्षाओं में पढ़ाते-लिखाते नहीं वे छात्रों के साथ दोस्तों सा व्यवहार करता है, जो बुद्धि में पिछड़े होते हैं वे परिश्रम के द्वारा सफलता प्राप्त करने का प्रयास करते हैं। इस प्रकार क्षतिपूर्ति वह मनोरचना है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी अवदमित इच्छाओं की तृप्ति किसी अन्य व्यवहार के द्वारा करता है।

James Drever said a mechanism by which the individual covers up a weakness or defect by exaggerating the manifestation of a relatively less defective, or more desirable characteristics.

इस प्रकार क्षतिपूर्ति की मनोरचना के द्वारा व्यक्ति अपनी उस भावना की रक्षा करता है जो उसे हीन और अनुपयुक्त कर (inferior and inadequate) होने की अनुभूति कराती है। यह प्रक्रिया सदैव लाभदायक नहीं होती है।

स्थानान्तरण Transfer

इस मनोरचना में प्रेम या घृणा की संवेगात्मक भावनायें एक व्यक्ति से हटकर दूसरे व्यक्ति पर केन्द्रित हो जाती है। कभी-कभी आक्रामक प्रवृत्तियों का भी स्थानान्तरण हो जाता है। यह मनोरचना उस समय अधिक महत्वपूर्ण हो जाती है जबकि परिवार या समाज के द्वारा व्यक्ति के जीवन में कामशक्ति से संबंधित अनेक कुण्ठायें उत्पन्न होने लगती हैं। ब्राउन ने कहा है, Transference signifies the shifting of the feeling of love-the erotic cathexis from one object or person to another.

तादात्म्य Identification

इस सुरक्षा प्रक्रिया द्वारा व्यक्ति अपने विचारों तथा क्रियाओं को दूसरों के अनुरूप बनाने का प्रयत्न करता है। व्यक्ति जिससे तादात्म्य स्थापित करता है उसकी विशेषताओं या गुणों का अनुकरण करता है। छोटे बच्चे इसी प्रक्रिया द्वारा अपने माता-पिता एवं शिक्षकों के गुणों तथा विशेषताओं का अनुकरण करते हैं।

ब्राउन का विचार है कि तादात्म्य एक ऐसी मानसिक रचना है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने अहं को दूसरे के सांचे में ढालने का प्रयास करता है और अपने व्यक्तित्व को उस व्यक्ति के अनुकूल बनाता है जिस पर उसे विश्वास होता है उसने अपने विचार इस प्रकार व्यक्त किये -

Identification refers to the mechanism through which a person attempts the mould his own ego or self after that someone else or believes himself to have some other person's personality.

तादात्म्य की प्रक्रिया के द्वारा व्यक्तित्व का विकास होता है। अहं की भावना बलवती होती है। अपने आदर्श व्यक्ति की प्रशंसा करके उसके अनुकूल आचरण करता है। अपनी हीनता की भावना और तनावपूर्ण स्थिति से मुक्ति पाता है। अनेक कुण्ठायें का निराकरण करता है।

कल्पना Fantasy

वास्तविक जीवन की निराशाजनक परिस्थितियों तथा कुण्ठा से बचने के लिये व्यक्ति दिवास्वप्न (Day dreaming) का सहारा लेता है। कल्पना लोक का निर्माण करके उसमें विचरण करके अतृप्त इच्छाओं की तृप्ति करता है तथा निराशा एवं कुण्ठापूर्ण स्थिति से कुछ समय के लिये छुटकारा पाता है एवं समायोजन करता है। व्यक्ति मन में हवाई किले बनाने लगता है। अर्न्तद्वन्द एवं कुण्ठा की स्थिति में व्यक्ति अपना मानसिक संतुलन बनाये रखने की चेष्टा करता है। परीक्षा में कम अंक लाने वाला किशोर दिवास्वप्न लेता है कि वह विश्वविद्यालय में प्रथम आया है, उसे पुरस्कार मिल रहे हैं और उसकी जय-जयकार हो रही है।

सुलह Compromise

जब किसी लक्ष्य प्राप्ति में व्यक्ति के सामने कोई कठिनाई होती है वह उस कठिनाई पर विजय प्राप्त करने के लिये सुलह करता है। उदाहरण-बच्चा यदि टॉफी चाहता है एवं पैसे नहीं हैं तो वह माँ या बाप जो भी टॉफी खरीद कर दे सकता है उसकी खुशामद करता है तथा घर में किसी को राजी कर पैसे प्राप्त करता है।

अपने आपको हटा लेना Withdrawal

यदि विजय या लक्ष्य प्राप्ति में कठिनाई महसूस कर रहा है या पहुंच के बाहर है तो वह वहां से अपने आपको हटा लेता है।

आक्रामक Aggression

कभी-कभी लक्ष्य प्राप्ति हेतु आक्रामकता का सहारा भी लिया जाता है, जब देखता है कि चीज का प्राप्त करने में कठिनाई हो रही है और खुशामद से भी वस्तु प्राप्त नहीं हो पा रही है तो वह छीन कर वस्तु प्राप्त करने की कोशिश करता है एवं रोना-पीटना भी शुरू कर सकता है।

दमन Repression

व्यक्ति की जो इच्छायें या आवश्यकतायें पूर्ण नहीं होती, उन्हें अचेतन मन में दबा दिया जाता है, इससे आंशिक रूप में यथार्थ जीवन में समायोजन स्थापित हो जाता है किन्तु यदि इस प्रकार दमन अधिक किया जाय तो दमित इच्छायें अचेतन मन में एकत्र होकर विस्फोट कर सकती हैं जो मानसिक रोग को जन्म देता है। अवदमन एक ऐसी सुरक्षात्मक प्रक्रिया है जिसके द्वारा मानसिक स्वास्थ्य की रक्षा की जाती है। अवदमन के द्वारा चिन्ताओं से कुछ हद तक मुक्ति मिल सकती है। यह अवदमन एवं परिस्थितियों पर निर्भर करता है।

कोलमैन-मनोरचना वह है जिसके द्वारा खतरनाक इच्छायें और असह्य स्मृतियों आदि चेतना से वहिष्कृत कर दी जाती है। फ्रायड का मत है कि दमित सामग्री अचेतन मन में पहुंच जाती है और व्यक्ति की स्थायी विस्मृति बन जाती है।

प्रक्षेपण Projection

इस सुरक्षा प्रक्रिया में व्यक्ति अपनी भावनाओं तथा दोषों को दूसरों पर आरोपित करता है। अपने दोषों या त्रुटियों के लिए दूसरों को दोष देना एक सामान्य प्रवृत्ति है इसके द्वारा अचेतन मन अपने दोषों तथा कमियों को दूसरे के सिर मढ़कर अपना भार हल्का करता है। Page ने प्रक्षेपण की परिभाषा इस प्रकार दी है।

“Attributing to and observing to others one’s own impulse and traits is called projection”.

उदाहरण - रिश्तत लेने वाला व्यक्ति कहता है रिश्तत तो बड़े-बड़े मंत्री एवं अफसर भी लेते हैं इत्यादि।

रूपान्तरण Conversion

रूपान्तरण वह मनोरचना है जो आधारभूत इच्छाओं की कुण्ठाओं से संबंधित अवदमित ऊर्जा (Repressed Energy) को शारीरिक रोगों के लक्षणों में बदल लेती है।

Conversion is the mechanism through which repressed energy connected with the frustration of basic drives is changed (converted) into the function symptoms of bodily disease.

प्रतिकरण या प्रतिक्रिया निर्माण Reaction Formation

बहुत सी ऐसी अतृप्त इच्छायें होती हैं जिनसे उत्पन्न दुखद अनुभूति से बचने के लिये व्यक्ति ठीक इनकी विरोधी वृत्तियों को चेतन स्तर पर अपना लेता है जिन मूल प्रवृत्तियों को अहं स्वीकार नहीं करता है, उनके दुख से बचने के लिये व्यक्ति अन्य विरोधी मूल प्रवृत्तियों को अपनाता है जैसे-जब अहं कामुकता की मूल प्रवृत्ति को स्वीकृति नहीं देता है तब व्यक्ति आदर्श की बात करने लगता है। प्रतिकरण अचेतन मन की प्रक्रिया है। यह अवदमन की प्रक्रिया को शक्ति प्रदान करती है। प्रतिकरण के द्वारा अनेक चरित्र विकृतियों के कारण और लक्षणों को आसानी से समझा जा सकता है। इस प्रकार अचेतन मन की इच्छाओं के प्रति विरोध प्रकट करने के लिये जिस व्यवहार का प्रदर्शन किया जाता है वह प्रतिकरण का ही रूप होता है।

प्रतिगमन Regression

जब व्यक्ति अपनी जीवन परिस्थितियों से असंतुष्ट रहता है और सुख एवं असंतोष के अभाव में सहन नहीं कर पाता है तो प्रतिगमन की स्थिति उत्पन्न होती है। इस युक्ति के अन्तर्गत कुण्ठा से उत्पन्न तीव्र दुःखद अनुभूति से मुक्ति पाने के लिये व्यक्ति अपने जीवन के पुराने अनुभवों की ओर लौट लड़ता है। वयस्क बच्चों सा व्यवहार करने लगता है, जब वर्तमान परिस्थिति असहनीय हो जाती है तो व्यक्ति शैशवकाल या बाल्यकाल के विकास के सोपानों की पुनरावृत्ति करने लगता है जिससे उसे परिस्थिति से छुटकारा मिले। प्रतिगमन के कारण प्रौढ़ व्यक्ति अपने मानसिक स्तर पर होने वाली प्रक्रियाओं का बाल्यावस्था की प्रक्रियाओं से समायोजन करता है। प्रतिगमन की मनोरचना के द्वारा व्यक्ति के मानसिक चिंतन के प्रवाह की दिशा को पीछे की ओर मोड़ दिया जाता है। इस प्रकार प्रतिगमन में व्यक्ति वर्तमान की अवस्था से बाल्यावस्था में लौटकर अपना समायोजन करता है। संक्षेप में प्रतिगमन अचेतन ढंग का पलायन है। इसके द्वारा आत्मसम्मान की रक्षा की जा सकती है। यह मनोरचना मानसिक परिपक्वता में बाधक है। मनोस्नायुविकृतियों और मनोवृत्तियों में इसका महत्व है।

विस्थापन Displacement

इस प्रक्रिया में व्यक्ति अपने किसी संवेग इच्छा एवं भावनाओं को जिनका संबंध वास्तविक रूप में संबंधित व्यक्तियों या पदार्थों से होता है, वहां से हटाकर नयी स्थिति पर लक्षित कर लेता है, पिता जब अपने पुत्र को पीटता है तो वह माँ के पास जाकर या तो खिलौने को तोड़ता है या अपने छोटे भाई-बहिन को धक्का देकर गिरा देता है। यहां बालक ने अपने क्रोध को जो पिता के प्रति उत्पन्न हुआ था खिलौने या छोटे भाई-बहिन पर उतारा। इस प्रकार के बदले हुये संवेग की स्थिति को विस्थापन कहते हैं।

यह प्रक्रिया अचेतन एवं चेतन दोनों प्रकार की स्थिति में काम करती है, बहुत सी भय एवं चिन्तायें, अतृप्त इच्छायें तथा विचलित भावनायें विस्थापन की प्रक्रिया का मुख्य कारण होती है। जब विवशता के कारण संवेगों की अभिव्यक्ति हम किसी व्यक्ति पर प्रत्यक्ष रूप से नहीं कर पाते तो उसकी अभिव्यक्ति किसी दूसरे व्यक्ति पर परोक्ष रूप से करते हैं।

अन्तर्निवेश Introjections

इस प्रक्रिया द्वारा व्यक्ति दूसरों के गुणों तथा विशेषताओं को अपने ही गुण अथवा विशेषताये समझने लगता है। यह तादात्मीकरण से भिन्न है। उदाहरण मनोविदलता (Schizophrenia) के रोगी में जब इस प्रकार के व्यामोह (Delusions) उत्पन्न हो कि वह अपने को देश के सबसे बड़े उद्योगपति, नेता, कलाकार, साहित्यकार आदि स्वयं समझने लगे तो इस प्रकार की स्थिति का अन्तर्निवेश कहते हैं। इस मनोरचना के द्वारा परम् अहम् ; (Super Ego) का विकास होता है यह समायोजन में सबसे अधिक सहायक होती है।

4.5 समायोजन में प्रेरणा की भूमिका (Role of Motivation in Adjustment)

प्रेरणा (Motivation) शब्द की उत्पत्ति व्यवहार से प्रदर्शित करने के लिये साधारण भाषा में हुयी है। मनोविज्ञान में इस शब्द का अर्थ और प्रयोग कुछ अलग प्रकार से होता है। मनोविज्ञानी यह जानने का प्रयत्न करता है कि व्यवहार क्या होता है। व्यवहार की उत्पत्ति मनुष्य की जीने की इच्छा पर आश्रित रहती है। सभी प्राणियों में बहुधा यह कहा जाता है कि जीने की इच्छा एक प्रधान और महत्वपूर्ण व्यापक प्रेरक है, किन्तु मनोविज्ञान यह मानकर चलता है कि मनुष्य में जीने की इच्छा ही प्रथम नहीं होती है, बल्कि वातावरण के साथ सक्रिय समायोजन बनाये रख जीने के लिये संघर्ष करना 'जीने की इच्छा से कहीं अधिक आवश्यक है।

यदि व्यक्ति वातावरण से सही एवं स्वस्थ समायोजन नहीं कर पाता है तो उसके व्यक्तित्व में असमायोजन की स्थिति उत्पन्न हो जाती है। व्यावहारिक रूप से यदि विभिन्न प्रकार के व्यक्तित्व की एक सूची तैयार की जाय तो वह सूची कभी भी पूर्ण नहीं की जा सकेगी जितने गुण होते हैं उतने ही व्यक्तित्व होते हैं कुछ गुणी हैं, कुछ अवगुणी (समाज द्वारा निर्धारित मानकानुसार) कुछ समायोजित है, कुछ असमायोजित। दोनों प्रकार के व्यक्तित्व का विकास अपने ढंग से होता है।

व्यक्तित्व विकास के मुख्य स्रोत तीन हैं:

- i. जैवकीय प्रेरणा (Biological Motivation)
- ii. मनोवैज्ञानिक प्रेरणा (Psychological Motivation)
- iii. सामाजिक प्रेरणा (Social Motivation)

अन्य शब्दों में कह सकते हैं कि किसी समायोजित व्यक्तित्व का विश्लेषण करने के लिये उपरोक्त तीनों के स्तर की जानकारी अति आवश्यक है।

4.5.1 प्रेरणा एवं व्यवहार

व्यवहार की भिन्नता व्यक्तित्व की प्रकृति पर आधारित होती है और व्यक्तित्व की गतिशीलता प्रेरकों (Motives) पर प्रत्येक व्यक्तित्व के विकास में प्रेरक की शक्ति बुनियाद का कार्य करती है। प्रेरकों की निष्क्रियता असंतुलन और अतृप्ति मानव व्यवहार के लिये असमायोजन पैदा कर मानव व्यवहार को छिन्न-भिन्न कर देती है जिसके कारण मानसिक अवस्था विकृतपूर्ण हो जाती है। इस प्रकार मानव जीवन में समायोजन के लिये प्रेरकों का सबसे अधिक महत्व है। प्रेरक सम्पूर्ण व्यवहार के संचालक है। बिना प्रेरणों के मनुष्य निष्क्रिय रहता है। मानव प्रेरणा में मनुष्य की मूलभूत आवश्यकतायें हैं। इन आवश्यकताओं की पूर्ति होते रहने के कारण व्यक्ति अपने वातावरण के साथ समायोजन बनाये रखता है। ये आवश्यकतायें दो प्रकार की होती हैं। संतुलन बनाये रखने के लिये मनुष्य जीवन में प्रेरणाओं की बहुत बड़ी भूमिका होती है।

आवश्यकतायें दो प्रकार की होती हैं:

- i. जैविक आवश्यकतायें (Biological Needs)
- ii. मनोवैज्ञानिक आवश्यकतायें (Psychological Needs)

मनोवैज्ञानिक भाषा में मूलभूत आवश्यकतायें प्रेरणाओं का ही स्वरूप होती हैं। शारीरिक आवश्यकतायें जैसे भूख, प्यास, काम नींद आदि जैविक आवश्यकतायें कहलाती हैं। इन शारीरिक आवश्यकताओं को जैविक प्रेरणाओं के नाम से भी पुकारा जाता है। इस प्रकार जैविक स्तर पर आवश्यकता एवं प्रेरणा में कोई अन्तर नहीं होता है। कोलमैन ने आवश्यकता को निम्न वर्गों में बांटा है, जो व्यक्ति के समायोजन में भूमिका निभाती है।

- i. आंतरांग आवश्यकतायें (Visceral Needs) - भोजन, पानी, ऑक्सीजन, नींद, मल-मूल निष्कासन आदि।
- ii. सुरक्षा (Safety) - शारीरिक क्षय एवं हानिक से बचने के लिये सुरक्षात्मक आवश्यकतायें
- iii. काम (Sex) - जननेन्द्रियों द्वारा उदित काम वासना की तृप्ति एवं कामोत्तेजना।
- iv. संवेदी तथा गतिवाही (Sensory and Motor) - जो शारीरिक कार्यों को समुचित रूप से संचालित करती है।

4.5.2 शारीरिक प्रेरणायें (Psychological Motivation)

आन्तरिक प्रेरक बिना सीखे हुये स्वाभाविक प्रेरक होते हैं। आन्तरिक प्रेरणायें वे शारीरिक आवश्यकतायें हैं जिनको लेकर व्यक्ति संसार में जन्म लेता है। मनोविज्ञान की भाषा में इनको जन्मजात प्रवृत्ति कहा जा सकता है। ये प्रेरणायें प्राण रक्षा एवं सामान्य जीवन में व्यक्ति को समायोजित करती हैं, ये अत्यन्त आवश्यक हैं। ये भिन्न हैं।

1. **लैंगिक प्रेरक (Sex Motives)** -शारीरिक संतुलन बनाये रखने के लिये और मानसिक क्रियाओं की सामान्यता के लिये कामेच्छा संबंधी प्रेरक जीवन हेतु महत्वपूर्ण अंग हैं। फ्रायड एवं उनके अनुयायियों ने काम शक्ति को एक व्यापक प्रेरक माना है। जीने की इच्छा काफी सीमा तक प्रेरणा का ही रूप है।
2. **भूख प्रेरक (Hunger Motives)** -भूख एक ऐसी भयानक स्थिति है जिसके द्वारा व्यक्ति का शारीरिक एवं मानसिक संतुलन बिगड़ जाता है। भूख एक शारीरिक अवस्था है। भूख से प्राणी चिड़चिड़ा हो जाता है। यह एक ऐसी प्रेरणा है जो संवेगात्मक है। भूख के कारण अनेक शारीरिक परिवर्तन होते हैं।
3. **प्यास प्रेरक (Thrust Motives)**- जीव के लिये भूख जितनी आवश्यक स्थिति है, प्यास भी उससे अधिक मानी जाती है। यदि कुछ समय जीवन को पानी न मिले जो उसके प्रत्येक अंग में बेचैनी एवं तनाव उत्पन्न होता है। पानी की कमी से कोशकीय क्रियायें असंतुलित हो जाती हैं।
4. **अन्य मूलभूत प्रेरणात्मक दशायें (Other Basic Motivational Condition)**- प्रेरणात्मक व्यवहार में वह एक विशेषता पायी जाती है कि शारीरिक अंग, जो प्रेरणाओं के

कारण कार्य करते हैं, जब तक अपने लाभ की प्राप्ति नहीं करपाते तब तक निरन्तर उनकी क्रियायें चलती रहती हैं।

प्रेरणात्मक शक्ति मनुष्य के व्यवहार में कार्य कर रही हैं या नहीं, यह इस बात का प्रमाण, प्राणी की बैचेनी से मिलता है। वह अपने उद्देश्य की प्राप्ति के लिये जिस प्राणी में जितनी ज्यादा बैचेनी होगी उसके अन्दर की प्रेरणा की मात्रा भी उतनी ही अधिक कार्य करेगी।

4.5.3 मनोविज्ञान प्रेरणायें (Psychological Motivation)

शारीरिक आवश्यकतायें मानव जीवन की बुनियादी प्रेरणायें हैं। लेकिन मनोवैज्ञानिक प्रेरणायें भी महत्वपूर्ण हैं। शारीरिक आवश्यकताओं की पूर्ति यदि होती रहे तो व्यक्ति स्वस्थ बना रहता है। परन्तु मन की आवश्यकताओं की तृप्ति न होने के कारण मानसिक विकृतियां उत्पन्न होने लगती हैं। मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण से ये प्रेरणायें महत्वपूर्ण हैं। कुछ महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक प्रेरणायें निम्न हैं जो समायोजन में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं।

1. **प्रेम (Love)** -व्यक्ति की जन्मजात प्रवृत्तियों में सबसे महत्वपूर्ण प्रेम की प्रकृति है। जन्म से मृत्यु तक वह प्रेम दूसरों से तथा दूसरे उसे प्रेम करें ऐसी आकांक्षा रखता है। फ्रायड ने प्रेम को मूल प्रवृत्ति माना है। यह एक ऐसी प्रेरणा है जो मनुष्य को जीने के लिए प्रेरित करती है। जब भी प्रेम रूपी प्रेरणा मन्द पड़ती है वह असंतुलित होकर असमायोजित हो जाता है। कुल मिलाकर प्रेम एक ऐसी प्रेरणा है जो व्यक्ति को समायोजन में मदद करती है।
2. **आत्म गौरव (Self-Esteem)**- व्यक्ति अपनी मान-मर्यादा, प्रतिष्ठा एवं सम्मान को सुरक्षित रखने के लिये सब कुछ कर सकता है। वह हार या दूसरे के सामने हीन नहीं दिखना चाहता। वह सदैव आत्म सम्मान के साथ जीना और उसे बरकरार रखना चाहता है।
3. **सामाजिक प्रतिष्ठा (Social Approval)**- प्रत्येक समायोजित व्यक्ति की यह प्रबल इच्छा होती है कि वह अपने समाज में एक प्रतिष्ठित व्यक्ति के रूप में जाना जाय, इसकी पूर्ति हेतु वह अपने स्तर से परिश्रम करता है, शिक्षा धन एवं सामाजिक कार्यों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लेता है। वह समाज द्वारा अपने अस्तित्व की स्वीकृति चाहता है।
4. **पर्याप्तता एवं सुरक्षा (Adequacy Competency)**- यह एक ऐसी प्रेरणा है जिसका संबंध मनुष्य की उस सामर्थ्य से होता है जिसके द्वारा वह विपरीत परिस्थितियों और वातावरण के साथ अपना समायोजन बना लेता है। जब उसे यह विश्वास हो जाता है कि वह कठिन परिस्थिति पर विजय प्राप्त कर सकता है तो उसे अनुभूति होती है कि वह एक कुशल और पर्याप्त (उपयुक्त) व्यक्ति है।
5. **सुरक्षा (Security)**- सुरक्षा एक ऐसी प्रेरणा है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने को संतुलित बनाये रखता है। समाज में रहकर वह धार्मिक, सामाजिक, राजनैतिक, आर्थिक स्तर पर पूर्णतया

सुरक्षित रहना चाहता है। वह स्वतंत्रता चाहता है, खुद को सुरक्षित रखकर सुनिश्चित होना चाहता है।

4.5.4 प्रेरणाओं का सामाजिक स्तर (Social Aspects of Motivations)

समाज की आवश्यकतायें भी महत्वपूर्ण हैं जिसके द्वारा व्यक्ति के व्यवहार की रूपरेखा निश्चित होती है। मनुष्य समाज में रहकर प्रत्येक विपरीत परिस्थिति में जीता है और समायोजित होने का प्रयास करता है। वह उसकी सामाजिक प्रेरणा का द्योतक है। मनुष्य की कुछ प्रेरणायें तो सदैव वातावरण के द्वारा संचालित और नियमित होती रही हैं, यही कारण है कि समय-समय पर मनुष्य की इच्छा शक्ति में परिवर्तन होता रहता है। समाज में रहकर व उससे प्रभावित होकर अपने जीवन का लक्ष्य निर्धारित करता है। सामाजिक वातावरण में रहकर वह अपने को प्रेरित कर समायोजित करने का प्रयास करता है। प्रायः मनुष्य अपने लक्ष्य का निर्धारण अपनी आवश्यकता के अनुसार नहीं करता बल्कि वह सामाजिक वातावरण से प्रेरित होकर भी जीवन लक्ष्य निर्धारित करता है। सामाजिक मान्यताओं और नियमों के द्वारा मनुष्य के मूल्यों का विकास होता है। वह अपनी मनोवृत्तियों, आदतों और मान्यताओं का आधार सामाजिक आवश्यकताओं को मानता है। मनुष्य सामाजिक वातावरण से प्रेरित होकर अच्छे कार्य करता है।

4.6 प्रत्यक्षीकरण Perception

वुडवर्थ के अनुसार 'वाह्य उद्दीपक के प्रति मस्तिष्क की प्रथम क्रिया संवेदन होती है। प्रत्यक्षीकरण का क्रम संवेदन के बाद आता है।

आइन्सैंक (Eyensenk, et al. 1972) ने लिखा है कि प्रत्यक्षीकरण वह मनोवैज्ञानिक प्रकार्य है जिसके द्वारा प्राणी वातावरण की स्थिति या परिवर्तन की सूचना ग्रहण करना है या सूचना की प्रोसेस करता है।

प्रत्यक्षीकरण परिस्थिति का अपरोक्ष ज्ञान करने वाली मानसिक प्रक्रिया है। प्रत्यक्षीकरण बालक के जीवन में अति महत्वपूर्ण इसलिये है कि प्रत्यक्षीकरण के द्वारा ही प्रत्ययों का निर्माण होता है। प्रत्यय बालकों को उसकी विचार क्रिया में सहायता करते हैं। प्रत्ययों का निर्माण बालकों की समझ में बहुत अधिक सहायक है। एक अध्ययन में (H. Haynes, B. L. White and R. Held, 1965) से यह स्पष्ट हुआ कि एक माह आयु के शिशु की आंखों में व्यवस्थापन (Accommodation) अर्थात् उद्दीपक की भिन्न दूरी के अनुसार आंखों का समायोजन नहीं पाया जाता है परन्तु दो माह की आयु में यह व्यवस्थापन प्रारम्भ कर देता है। लगभग चार माह की अवस्था तक वह लगभग बड़े व्यक्तियों की भांति व्यवस्थापन कर लेता है।

बालक में उचित प्रत्यक्षीकरण का निर्माण करने वाले माता-पिता अथवा अध्यापक ही हुआ करते हैं। जब प्रत्यक्षीकरण का उद्गम स्थल संवेदना ही है तब यह आवश्यक है कि विभिन्न प्रकार के उचित

व ठीक अनुभव ही बालकों को प्रदान करने चाहिए जिससे उनमें उचित व ठीक संवेदना का ही विकास हो सके। गलत अनुभव अथवा संवेदना गलत दृष्टिकोण या प्रत्यक्षीकरण का सृजन करेंगे। बालक को पुरातत्व, संग्रहालय, ऐतिहासिक इमारतों तथा भ्रमण इत्यादि स्थानों में ले जाकर ज्ञानेन्द्रियों संबंधी शिक्षा देनी चाहिए जिससे उनमें समायोजन ठीक प्रकार से हो सके।

बहुत से प्रत्यक्षीकरण ऐसे होते हैं जिन्हें बालक सुगमता व सरलता से सीख लेता है। उदाहरण के लिए नारंगी का आकार परिणाम, रंग एवं स्वाद आदि के बारे में आसानी से प्राप्त कर लेगा परन्तु गतिगामी वस्तुओं की चाल आदि के विषय में पूर्ण व ठीक प्रत्यक्षीकरण बालक के लिए आसान नहीं होते हैं। इसके लिए वस्तु की एक दूसरे से दूरी का जानना जरूरी है। इसके लिये ठीक व पूर्ण प्रत्यक्षीकरण करने हेतु दीर्घकालीन अनुभव की आवश्यकता पड़ती है। उसकी शिक्षा इसी प्रकार से हो कि वह अपने वातावरण के साथ प्रत्यक्षीकरण कर उचित समायोजन कर सके।

सामाजिक समायोजन के लिये तटस्थ और वस्तुनिष्ठ प्रत्यक्षीकरण की आवश्यकता होती है। व्यवहार की प्रक्रियायें तथा अधिगम, परिपक्वता, संवेदन, प्रत्यक्षीकरण तथा उत्प्रेरणा हमारे जीवन के लिए महत्वपूर्ण है क्योंकि अच्छे समायोजन की प्रक्रिया में इनका योगदान है। व्यक्तियों के बारे में हमारा प्रत्यक्षीकरण कि वे हमारे दृष्टिकोण से किस प्रकार के लगते हैं तथा हम उनके बारे में क्या सोचते हैं। प्रत्यक्षीकरण दूसरों के साथ व्यवहार करने और संबंधों का स्वरूप निश्चित करने में हमारा मार्गदर्शन करता है। दूसरे लोगों के बारे में जैसी जानकारी होती है उसके अनुसार ही उनके प्रति हमारे समायोजन का ढंग होता है।

बाल्यावस्था में प्रत्यक्षीकरण का उद्देश्य वातावरण की घटनाओं और उद्दीपकों को समझना है एवं प्रत्यक्षीकरण करना है। वह मुख्यतः चार प्रकार के उद्दीपकों का प्रत्यक्षीकरण करता है।

- i. स्थिर भौतिक वस्तुयें जैसे-वस्तुएं, रंग, गंध आदि
- ii. संख्यात्मक घटनायें-जो एक निश्चित समय पर घटित होती हैं। एक व्यक्ति किस प्रकार और कितनी देर में कुर्सी पर बैठता है, कितनी देर में कुर्सी से उठता है आदि।
- iii. वस्तुओं के दो आयामों वाले चित्र।
- iv. कूट संकेत जैसे-अक्षर, अंक और शब्द आदि।

किशोर अवस्था में प्रत्यक्षीकरण की प्रकृति में कुछ महत्वपूर्ण परिवर्तन होते हैं इसमें विशिष्टता आ जाती है। प्रत्यक्षीकरण अधिक तीव्र (Faster), अधिक दक्ष (Efficient) और अधिक शुद्ध (Accurate) होता जाता है।

4.6.1 प्रत्यक्षीकरण का महत्व

1. प्रत्यक्षीकरण बालक के ज्ञान को स्पष्टतया प्रदान कर उसे समायोजन में मदद करता है।
2. प्रत्यक्षीकरण बालकों के विचारों का विकास करता है।

3. Reyburn के अनुसार प्रत्यक्षीकरण व्याख्या करने की प्रक्रिया है। अतः वह बालक को व्याख्या करने योग्य बनाता है।
4. Reyburn के अनुसार प्रत्यक्षीकरण बालक को ध्यान केन्द्रित करने का प्रशिक्षण देता है।
5. प्रत्यक्षीकरण बालकों को विभिन्न बातों का वास्तविक ज्ञान देता है। अतः उसका परोक्ष ज्ञान प्रभावपूर्ण होता है।
6. प्रत्यक्षीकरण का आधार ज्ञानेन्द्रियां है। अतः बालक की ज्ञानेन्द्रियों को सबल रखने और स्वस्थ रखने का प्रयास करना चाहिए।
7. प्रत्यक्षीकरण बालक की स्मृति एक कल्पना की प्रक्रियाओं को क्रियाशील करता है जैसे किसी मैच को देखने के बाद वह उस पर निबन्ध लिख सकता है।
8. भाटिया के अनुसार प्रत्यक्षीकरण ज्ञान का वास्तविक आरम्भ है, इस हेतु ज्ञान प्राप्ति के लिए ज्ञानेन्द्रियों को प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
9. प्रत्यक्षीकरण के विकास हेतु बालक को उसके आस-पास के वातावरण संग्रहालय प्रसिद्ध इमारतों और अन्य उपयोगी स्थानों को देखने के अवसर देने चाहिए।
10. Dumville के अनुसार प्रत्यक्षीकरण एवं गति में गहरा संबंध है। बालक के प्रत्यक्षीकरण के विकास हेतु शारीरिक गतिविधि (खेलकूद दौड़ भाग) आदि की व्यवस्था करनी चाहिए जिससे वह समायोजन कर सके।
11. प्रत्यक्षीकरण के विकास हेतु स्वयं क्रिया द्वारा ज्ञान प्राप्त करने के लिये प्रोत्साहन देना चाहिए जिससे वह उस प्राप्त ज्ञान से जीवन में संतुलन स्थापित कर सके।

4.7 सारांश

यह निश्चित रूप से कहा जा सकता है कि हमारे समाज में, परिवार में तथा आस-पास के वातावरण में जो व्यक्ति पूर्णतः समायोजित होता है अथवा अपने को वातावरण के अनुसार समायोजित कर लेता है सामान्य व्यक्ति कहलाता है। समायोजन का तात्पर्य सामाजिक वातावरण की उन प्रतिक्रियाओं से है जो व्यक्ति के ऊपर थोप दी जाती हैं। वे आवश्यकतायें जिनके लिये व्यक्ति प्रतिक्रिया करता है, बाह्य एवं आन्तरिक दोनों प्रकार की हो सकती हैं। सब प्रकार से समायोजित व्यक्ति वह होता है जो पहले तो अपने आप से ही संतुष्ट एवं समायोजन हो तथा अपने चारों ओर के वातावरण या परिवेश से उसका उचित तालमेल हो। समायोजन के क्षेत्र व्यक्ति के इर्द-गिर्द ही घूमती है। समायोजन के प्रकार-व्यक्तिगत समायोजन, सामाजिक समायोजन, व्यावसायिक समायोजन एवं कुछ अन्य प्रकार के समायोजन जैसे रचनात्मक समायोजन, स्थानापन्न समायोजन एवं मानसिक मनोरचनायें हैं। समायोजन के लिये सुरक्षा प्रक्रियायें (मनोवैज्ञानिक आधार)-सुरक्षा प्रक्रियायें समायोजन स्थापित करने में केवल आंशिक रूप से सहायक होती हैं। इनके सहारे समायोजन स्थापित करने में व्यक्ति जीवन के यथार्थ से दूर हो जाता है। इनका अत्यधिक उपयोग मानसिक रोग का कारण बन जाता है।

सुरक्षा युक्तियों द्वारा व्यक्ति को दुखद अनुभूतियों से बहुत कुछ छुटकारा मिलता है तथा परिस्थितियों से आंशिक रूप से समायोजन स्थापित करने में सहायता मिलती है। व्यक्ति को अपने वातावरण में समायोजन के लिये निम्न रक्षा युक्तियों का आधार लेना पड़ता है जिससे वह समायोजित हो सके, इस प्रकार हैं: युक्तिकरण (औचित्य स्थापन), उन्नयन या उदात्तीकरण, क्षतिपूर्ति, स्थानान्तरण, तादात्म्य, कल्पना, सुलह, अपने आपको हटा लेना, आक्रामक, दमन, प्रक्षेपण, रूपान्तरण, प्रतिकरण या प्रतिक्रिया निर्माण, प्रतिगमन, विस्थापन, अर्न्तनिवेश। समायोजन में प्रेरणा की भूमिका-प्रेरणा शब्द की उत्पत्ति व्यवहार से प्रदर्शित करने के लिये साधारण भाषा में हुयी है। मनोविज्ञान में इस शब्द का अर्थ और प्रयोग कुछ अलग प्रकार से होता है। मनोविज्ञानी यह जानने का प्रयत्न करता है कि व्यवहार क्या होता है। व्यवहार की उत्पत्ति मनुष्य की जीने की इच्छा पर आश्रित रहती है। सभी प्राणियों में बहुधा यह कहा जाता है कि जीने की इच्छा एक प्रधान और महत्वपूर्ण व्यापक प्रेरक है, किन्तु मनोविज्ञान यह मानकर चलता है कि मनुष्य में जीने की इच्छा ही प्रथम नहीं होती है, बल्कि वातावरण के साथ सक्रिय समायोजन बनाये रख जीने के लिये संघर्ष करना 'जीने की इच्छा से कहीं अधिक आवश्यक है। कोलमैन ने आवश्यकता को निम्न वर्गों में बांटा है, जो व्यक्ति के समायोजन में भूमिका निभाती है-आंतरांग आवश्यकतायें-भोजन, पानी, ऑक्सीजन, नींद, मल-मूल निष्कासन आदि। सुरक्षा- शारीरिक क्षय एवं हानिक से बचने के लिये सुरक्षात्मक आवश्यकतायें, काम- जननेन्द्रियों द्वारा उदित काम वासना की तृप्ति एवं कामोत्तेजना, संवेदी तथा गतिवाही-जो शारीरिक कार्यों को समुचित रूप से संचालित करती है। शारीरिक प्रेरणायें-लैंगिक प्रेरक, भूख प्रेरक, प्यास प्रेरक एवं अन्य मूलभूत प्रेरणात्मक दशायें, मनोविज्ञान प्रेरणायें-प्रेम, आत्म गौरव, सामाजिक प्रतिष्ठा, पर्याप्तता एवं सुरक्षा तथा सुरक्षा आदि। प्रेरणाओं का सामाजिक स्तर-समाज की आवश्यकतायें भी महत्वपूर्ण हैं जिसके द्वारा व्यक्ति के व्यवहार की रूपरेखा निश्चित होती है। मनुष्य समाज में रहकर प्रत्येक विपरीत परिस्थिति में जीता है और समायोजित होने का प्रयास करता है। बालक में उचित प्रत्यक्षीकरण का निर्माण करने वाले माता-पिता अथवा अध्यापक ही हुआ करते हैं। जब प्रत्यक्षीकरण का उद्गम स्थल संवेदना ही है तब यह आवश्यक है कि विभिन्न प्रकार के उचित व ठीक अनुभव ही बालकों को प्रदान करने चाहिए जिससे उनमें उचित व ठीक संवेदना का ही विकास हो सके। गलत अनुभव अथवा संवेदना गलत दृष्टिकोण या प्रत्यक्षीकरण का सृजन करेंगे। बालक को पुरातत्व, संग्रहालय, ऐतिहासिक इमारतों तथा भ्रमण इत्यादि स्थानों में ले जाकर ज्ञानेन्द्रियों संबंधी शिक्षा देनी चाहिए जिससे उनमें समायोजन ठीक प्रकार से हो सके। प्रत्यक्षीकरण परिस्थिति का अपरोक्ष ज्ञान करने वाली मानसिक प्रक्रिया है। प्रत्यक्षीकरण बालक के जीवन में अति महत्वपूर्ण इसलिये है कि प्रत्यक्षीकरण के द्वारा ही प्रत्ययों का निर्माण होता है। प्रत्ययों का निर्माण बालकों की समझ में बहुत अधिक सहायक है। एक अध्ययन में से यह स्पष्ट हुआ कि एक माह आयु के शिशु की आंखों में व्यवस्थापन अर्थात् उद्दीपक की भिन्न दूरी के अनुसार आंखों का समायोजन नहीं पाया जाता है परन्तु दो माह की आयु में यह व्यवस्थापन प्रारम्भ कर देता है। लगभग चार माह की अवस्था तक वह लगभग बड़े व्यक्तियों की भांति व्यवस्थापन कर लेता है।

4.8 सन्दर्भ ग्रंथ

1. मंगल, एस0के0 (2008): शिक्षा मनोविज्ञान, प्रेंटिस हॉल ऑफ इंडिया प्रा0 लि0, नई दिल्ली, 110001
2. ओझा, राजकुमार (1972): असामान्य मनोविज्ञान, रस्तोगी पब्लिकेशन्स, प्रकाशक एवं मुद्रक शिवाजी रोड, मेरठ-2
3. वर्मा, प्रीती एवं श्रीवास्तव डी0एन0 (1984): बाल मनोविज्ञान, बाल विकास, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा-2
4. पाठक, पी0डी0 (1986-87): शिक्षा मनोविज्ञान, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा-2
5. शमार्, रामनाथ एवं शर्मा रचना (2004): उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान, एटलांटिक पब्लिशर्स एवं डिस्ट्रीब्यूटर्स, नई दिल्ली।
6. माथुर, एस0एस0: शिक्षा मनोविज्ञान, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा-7
7. भाई योगेन्द्र जीत: शिक्षा मनोविज्ञान, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा-2
8. पचौरी, गिरीश: शिक्षा के मनोवैज्ञानिक आधार, आर0लाल बुक डिपो, मेरठ।

4.9 निबंधात्मक प्रश्न

1. समायोजन के प्रकार के बारे में लिखिये।
2. व्यक्तिकरण एवं क्षतिपूर्ति युक्तियों के बारे में लिखिये।
3. शारीरिक प्रेरणाओं से आप क्या समझते हैं?
4. प्रत्यक्षीकरण के बारे में अपने विचार व्यक्त कीजिये।
5. समायोजन के लिये रक्षा युक्तियों (आधार) के बारे में विस्तारपूर्वक लिखिये।
6. समायोजन में प्रेरणा का क्या महत्व है? वर्णन कीजिये।

इकाई 5 - मानसिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान की अवधारणा एवं अर्थ, मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के सिद्धान्त तथा प्रभावशाली समायोजन, मानसिक स्वास्थ्य व समन्वित व्यक्तित्व विकास हेतु उसके अनुप्रयोग

5.1 प्रस्तावना

5.2 उद्देश्य

5.3 मानसिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान

5.3.1 मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ एवं परिभाषा

5.3.2 मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की विशेषताएं

5.4 मानसिक स्वास्थ्य की आवश्यकता

5.4.1 मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक

5.4.2 बालक के मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बनाने में शिक्षक की भूमिका

5.5 मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का अर्थ एवं परिभाषाएं

5.5.1 मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के उद्देश्य

5.5.2 मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के बारे में प्रमुख तथ्य

5.6 सारांश

5.7 शब्दावली

5.8 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

5.9 संदर्भ ग्रन्थ

5.10 सहायक उपयोगी पाठ्य सामग्री

5.11 निबन्धात्मक प्रश्न

5.1 प्रस्तावना

शिक्षा का प्रमुख कार्य एवं उद्देश्य व्यक्ति का सर्वांगीण विकास करना है। यह कथन है कि स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मन का वास ही शिक्षा है। व्यक्ति के शरीर में मस्तिष्क का महत्वपूर्ण स्थान है, क्योंकि व्यक्ति जो भी कार्य करता है वह अपने मस्तिष्क के संकेत पर या मन के अनुसार करता है।

जिन लोगों का मस्तिष्क स्वस्थ नहीं रहता वे जीवन की विभिन्न परिस्थितियों का सामना सफलतापूर्वक नहीं कर पाते, वे सदा एक प्रकार से मानसिक परेशानी या उलझन में रहते हैं। इसका कारण मानसिक दुर्बलता या किसी प्रकार का विकार होता है। उन्हें जीवन में पग-पग पर कठिनाइयों, निराशाओं का सामना करना पड़ता है। मानसिक उलझनों के कारण वे समाज में अपने को समायोजित नहीं कर पाते। संसार में वे ही व्यक्ति भौतिक और सामाजिक परिस्थितियों में अपने को समायोजित कर पाते हैं जिनका मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होता है। मानव जीवन में शारीरिक स्वास्थ्य के साथ ही मानसिक स्वास्थ्य की ओर ध्यान दिया जाना आवश्यक है। व्यक्तित्व का विकास तभी सम्भव है जब बालक का शरीर और मन पूर्ण रूप से स्वस्थ हो, क्योंकि शरीर और मन का घनिष्ठ सम्बंध है।

5.2 उद्देश्य

1. मानसिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का ज्ञान प्राप्त कर सकेंगे।
2. मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ, परिभाषाएं व मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की विशेषताओं का ज्ञान प्राप्त कर सकेंगे।
3. मानसिक स्वास्थ्य की आवश्यकता व मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों का ज्ञान प्राप्त कर सकेंगे।
4. मानसिक स्वास्थ्य में शिक्षक की भूमिका का ज्ञान कर सकेंगे।
5. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का अर्थ, परिभाषाएं व उद्देश्यों का ज्ञान प्राप्त कर सकेंगे।
6. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के प्रमुख तथ्यों को जान सकेंगे।

5.3 मानसिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान Mental Health and Mental Hygiene

मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान एक ऐसा विज्ञान है जो व्यक्तियों में मानसिक स्वास्थ्य (mental Health) को सुदृढ़ रखने तथा मानसिक बीमारी (Mental Illness) न होने देने संबंधित तथ्यों को उजागर करता है। मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के बारे में हमें अतीत काल में भी चर्चा का प्रसंग मिलता है, परन्तु इसकी वैज्ञानिक शुरुआत किल्फोर्ड बीयर्स (Clifford Bears) द्वारा 1990 में हुई। बीयर्स येल विश्वविद्यालय (Yale University) के स्नातक थे जो अनावश्यक मानसिक तनाव के कारण आत्महत्या कर लेना चाहते थे, परन्तु उन्हें आत्महत्या नहीं करने दी गई। जब वे मानसिक रूप से स्वस्थ होकर निकले तो उन्होंने अपनी आत्मकथा (Autobiography) 1908 में लिखी, जिसमें उन्होंने अमानवीय व्यवहारों का भी जिक्र किया, जो अस्पताल में उन्हें सहने पड़े थे। इसका परिणाम यह हुआ कि उस समय मानसिक अस्पतालों में रोगियों के साथ मानवीय व्यवहार किये जाने पर

एडोल्फ मायर्स (Adolf Meyers) के नेतृत्व में एक आन्दोलन चलाया गया, तभी से मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का विधिवत प्रयोग होने लगा। 1911 में मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के लिए पहला संघ (First Society) की भी स्थापना की गई। सन् 1919 में अमेरिका में स्वास्थ्य विज्ञान के लिए एक राष्ट्रीय संघ का निर्माण किया गया और आगे चलकर अंतर्राष्ट्रीय कमेटी (International Committee) में बदल गया।

5.3.1 मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ (Meaning of Mental Health)

मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ मानसिक रोगों की अनुपस्थिति नहीं है। इसके विपरीत यह व्यक्ति के दैनिक जीवन का सक्रिय और निश्चित गुण है। यह गुण उस व्यक्ति के व्यवहार में व्यक्त होता है, जिसका शरीर और मस्तिष्क एक ही दिशा में साथ-साथ कार्य करते हैं। उसके विचार, भावनाएं और क्रियाएं एक ही उद्देश्य की ओर सम्मिलित रूप से कार्य करती हैं। मानसिक स्वास्थ्य, कार्य की ऐसे आदतों और व्यक्तियों तथा वस्तुओं के प्रति ऐसे दृष्टिकोणों को व्यक्त करता है। जिनसे व्यक्ति को अधिकतम संतोष और आनन्द प्राप्त होता है। और व्यक्तियों तथा वस्तुओं के प्रति ऐसे दृष्टिकोणों को व्यक्त करता है। जिनमें व्यक्ति को अधिकतम संतोष और आनन्द प्राप्त होता है। व्यक्ति को यह संतोष और आनन्द उस समूह या समाज से जिसका कि वह सदस्य होता है तनिक भी विरोध किये बिना प्राप्त करना पड़ता है। इस प्रकार मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन की यह प्रक्रिया है। जिसमें समझौता और सामंजस्य, विकास और निरन्तरता का समावेश रहता है।

मानसिक स्वास्थ्य की परिभाषाएं (Definition of Mental Health)

कार्ल मेंनिगर (Karl Menninger) 1945 के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य अधिकतम खुश तथा प्रभावशीलता के साथ वातावरण एवं उसके प्रत्येक दूसरे व्यक्तियों के साथ मानव का समायोजन है। यह एक संतुलित मनोदशा, सतर्क बुद्धि, सामाजिक रूप से मान्य व्यवहार तथा खुशमजाज बनाये रखने की क्षमता है।”

स्ट्रेज (Strange) 1965 के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसी सीखे गए व्यवहार के वर्णन के अलावा कुछ नहीं है जो सामाजिक रूप से समायोजी होता है और जो व्यक्ति को जिन्दगी के साथ पर्याप्त रूप से अनुकूलन में मदद करता है।”

हेडफील्ड (Healdfield) के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य सम्पूर्ण व्यक्तित्व का पूर्ण सामंजस्य के साथ कार्य करना है।”

लैडेल (Ladel) के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ है वास्वविकता के धरातल पर वातावरण से पर्याप्त सामंजस्य करने की योग्यता”

कुप्पूस्वामी (Kupuswami) के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ है दैनिक जीवन में भावनाओं, इच्छाओं, महत्वाकांक्षाओं, आदर्शों में सन्तुलन रखने की योग्यता। इसका अर्थ है जीवन की वास्तविकताओं का सामना करने और स्वीकार करने की योग्यता।”

5.3.2 मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की विशेषताएं Characteristics of a Mentally Health Person

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की विशेषताएं निम्नलिखित हैं-

- i. **आत्मज्ञान Self Knowledge-** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की एक प्रमुख विशेषता यह है कि उसे अपनी प्रेरणा, इच्छा, भाव, आकांक्षाओं आदि का पूर्ण ज्ञान होता है। वह क्या कर रहा है, क्यों इसमें इस ढंग का भाव उत्पन्न हो रहा है, उसकी आकांक्षाएं क्या हैं आदि-आदि।
- ii. **आत्म मूल्यांकन Self Evolution-** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति आसानी से अपने गुण-दोष की परख कर लेता है। वह अपने व्यवहार का तटस्थ होकर अध्ययन करता है तथा अपने व्यवहार की परिसीमाओं (Limitation) की परख करता है।
- iii. **आत्म श्रद्धा Self Steam-** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में आत्म श्रद्धा काफी होती है, जिसके कारण उसमें आत्मविश्वास (Self Confidence) आत्मबल तथा अपने भावों (Feeling) को स्वीकार करते हुए कार्य करने की क्षमता होती है।
- iv. **संतोषनक संबंध बनाएं रखने की क्षमता (Ability to Form Satisfying Relationship)** - मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की एक विशेषता यह है कि वह दूसरों के साथ संतोषनक सम्बंध बनाए रखने में सक्षम होता है। वह कभी दूसरों के सामने अवास्तविक मांग नहीं पेश करता। अर्थात् उसक सम्बंध दूसरों के साथ हमेशा संतोषनक बना रहता है।
- v. **शारीरिक इच्छाओं की संतुष्टि (Satisfaction of Body Desire)-** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की एक विशेषता है कि वह अपने शारीरिक अंगों के कार्यों के प्रति एक स्वस्थ एवं धनात्मक मनोवृत्ति रखता है। वह इनके कार्यों से पूर्ण रूप से अवगत रहते हुए भी उनमें किसी भी आशक्ति (Indulgence) नहीं दिखाता है।
- vi. **उत्पादी एवं खुश रहने की क्षमता (Ability to be Productive and Happy)-** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अपनी क्षमता को उत्पादी कार्य (Productive Work) में

लगाते हैं तथा उस कार्य से वे काफी खुश रहते हैं। वह ऐसे कार्य में अच्छा उत्साह एवं मनोबल दिखाते हैं और अपने को खुशिमजाज दिखाते हैं।

- vii. **स्पष्ट जीवन लक्ष्य Clear Life Goal-** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति का एक स्पष्ट जीवन लक्ष्य होता है। वह जीवन लक्ष्य को निर्धारित कर उसे प्राप्त करने का हर सम्भव प्रयास करता है। प्रायः वह अपने जीवन लक्ष्य का निर्धारण करने में अपनी क्षमताओं, योग्यताओं एवं दुर्बलताओं को मजेदार रखता है।
- viii. **वास्तविक प्रत्यक्षण (Realistic Perception)-** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति किसी वस्तु, घटना या चीज का प्रत्यक्षण वस्तुनिष्ठ ढंग से करते हैं। वे इन चीजों का प्रत्यक्षण ठीक उसी ढंग से करने की कोशिश करते हैं जो हकीकत होती है। वे अपनी ओर से प्रत्यक्षण करते समय कुछ काल्पनिक तथ्यों का सहारा नहीं लेते।
- ix. **व्यक्तिगत सुरक्षा की भावना (Sense of Personal Safety)-** ऐसे व्यक्ति में व्यक्तिगत सुरक्षा की भावना होती है। वह अपने समूह में अपने को सुरक्षित समझता है। वह अपने समूह में अपने को सुरक्षित समझता है। वह जानता है कि उसका समूह उससे प्रेम करता है और उसे उसकी आवश्यकता है।

अभ्यास प्रश्न

1. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का आरम्भ किलफोर्ड बीयर्स द्वारा किया गया- (सत्य/ असत्य)
2. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के लिए प्रथम संघ बनाया गया-
(अ) सन् 1910 (ब) 1911 (स) 1919 (द) 1921
3. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान हेतु सन् 1919 में राष्ट्रीय संघ का निर्माण किस देश में हुआ?
4. मानसिक रोगी व्यक्ति को स्वयं निर्णय करने की शक्ति होती है- (सत्य/ असत्य)
5. मानसिक रोगी का आत्मज्ञान सामान्य व्यक्ति से श्रेष्ठ स्तर का होता है- (सत्य/ असत्य)
6. _____ के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ है वास्विकता के धरातल पर वातावरण से पर्याप्त सामंजस्य करने की योग्यता”

5.4 मानसिक स्वास्थ्य की आवश्यकता Need of Mental Health

बालक तथा शिक्षक के मानसिक स्वास्थ्य का शिक्षा में अत्यधिक ध्यान रखा जाता है। बालक भविष्य की नींव है, इसलिए उसका मानसिक रूप से बने रहना आवश्यक होता है। शिक्षक भविष्य

का निर्माता है। इसलिए, अगर निर्माता मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं होगा तो भावी समाज विकृत हो जाएगा। क्योंकि बालक तथा शिक्षक दोनों के मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना आवश्यक है। फ्रेंडसन के अनुसार-“ मानसिक स्वास्थ्य और अधिगम से सफलता का बहुत अधिक घनिष्ठ सम्बंध है।” उन शब्दों से यह स्पष्ट होता है कि बालक और शिक्षक दोनों का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होना अनिवार्य है। यदि शिक्षक प्रभावशाली, त्याग, कर्तव्यपरायण, नैतिक, सदाचारी है, तब इन गुणों का प्रभाव छात्रों के मस्तिष्क पर सकारात्मक रूप से पड़ता है, जिससे समाज का सही विकास होता है।

5.4.1 मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक Factor Influencing of Mental Health

बालकों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारक निम्नलिखित हैं:-

1. **शारीरिक स्वास्थ्य Physical Health** - मनोवैज्ञानिक अध्ययनों से यह स्पष्ट हो गया है कि शारीरिक स्वास्थ्य तथा मानसिक स्वास्थ्य में बहुत ही घनिष्ठ सम्बंध है। जिस बालक का शरीर निरोग होता है व स्वस्थ होता है। सह अत्यधिक खुश रहता है, तथा साथ ही साथ उसमें किसी प्रकार की चिन्ता, संघर्ष एवं विरोधाभास जैसे तत्व नहीं होते हैं।
2. **घरेलू वातावरण (Home Environment)**- हेडफील्ड (Headfield) 1962 के अनुसार जब बालक का घरेलू वातावरण ऐसा होता है जहाँ उसे विशेष दुलार-प्यार, स्नेह आदि मिलता है तथा उसकी अधिकतर आवश्यकताओं की पूर्ति होती है, तो ऐसे बालक का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होता है। यदि घरेलू वातावरण में झगड़ा अधिक व शांति कम पायी जाती है तो बालक तनावग्रस्त जीवन यापन करता है।
3. **स्कूल का वातावरण (School Environment)**- यदि बालक ऐसे स्कूल में पढ़ता है जहाँ का वातावरण अधिक सख्त होता है, तथा अनुशासन पर जरूरत से ज्यादा बल दिया जाता है तथा जहाँ के शिक्षक के व्यवहार छात्रों के प्रति नरम न होकर हृदयविदारक होते हैं वहाँ के बालकों का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा नहीं रहता है।
4. **माता-पिता का मानसिक रोग से पीड़ित होना (Mentally ill Person)**- यदि बालक ऐसा है जिसके माता-पिता दुर्भाग्यवश स्वयं ही मानसिक रोग से पीड़ित हैं तो उनका स्वास्थ्य अच्छा नहीं रहता तथा उसमें भी मानसिक रोग से पीड़ित हो जाने की सम्भावना अधिक बढ़ जाती है। इसके दो कारण हैं पहला कारण अनुवांषिकता है तथा दूसरा कारण ऐसे माता-पिता द्वारा एक दोषपूर्ण मॉडल (Faulty Model) के रूप में बालकों के समक्ष पेश आना माना जाता है।
5. **मुख्य आवश्यकताओं की संतुष्टी (Satisfaction of Primary Need)**-जब बालकों की मुख्य आवश्यकताएं- भूख, प्यास आदि, तथा अन्य प्राथमिक आवश्यकताएं- जैसे कागज,

पेंसिल की आवश्यकता, स्कूल आने जाने की सुविधा, समय पर स्कूल फीस जमा करने आदि की आवश्यकता पूर्ति समय पर हो जाती है तब बालक का मानसिक स्वास्थ्य ठीक रहता है अन्यथा मानसिक स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव पड़ता है।

6. **वास्तविक मनोवृत्ति की कमी (Lack of Relist ice Attitude)** यदि बालकों में घटनाओं, तथ्यों एवं अन्य व्यक्तियों के प्रति वास्तविक एवं वस्तुनिष्ठ मनोवृत्ति की कमी पायी जाती है तो इसमें बालकों में अवास्तविक एवं काल्पनिक चिन्तन को अधिक बढ़ावा मिलता है तब उसमें अन्तर्गस्ता (Involvement) बढ़ जाती है।

5.4.2 बालक के मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बनाने में शिक्षक की भूमिका (Role of Teacher in Improvement Mental Health of Children)

निम्नलिखित उपायों के माध्यम से शिक्षक बालकों के मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बना सकते हैं:-

- i. **अच्छी आदतों का निर्माण (Fostering Good Habit)** - शिक्षक छात्रों में अच्छी आदतों का निर्माण करके उनके मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बना सकते हैं। समय से स्कूल आना, गृहकार्य करके लाना, साफ सुथरे वस्त्र पहनना, नाखून तथा बाल न बढ़ने देना, ध्यान से शिक्षक की बात को सुनना आदि आदतें छात्रों में डालकर उनके मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बना सकते हैं।
- ii. **संतुलित पाठ्यक्रम (Balance Curriculum)** - शिक्षक छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य को एक अच्छा एवं संतुलित पाठ्यक्रम बनाकर भी उन्नत बना सकते हैं। पाठ्यक्रम संतुलित होने से बालक उसे पढ़ने एवं समझने में रूचि दिखाता है। इससे उनमें शैक्षिक उपलब्धि बढ़ती है तथा उनमें आत्मविश्वास पनपता है।
- iii. **अच्छे अनुशासन पर बल (Emphasis Upon Good Discipline)** - शिक्षक छात्रों में अच्छे आत्म अनुशासन की आदत डालकर उनके मानसिक स्वास्थ्य को मजबूत बना सकते हैं। स्कूल का अनुशासन यदि वे ऐसा रखते हैं जिसका पालन छात्र आसानी से कर सकते हैं तो निश्चित है उनका मानसिक स्वास्थ्य ठीक रहेगा।
- iv. **स्नेहपूर्ण एवं सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार Affecting and Sympathetic Behavior** - छात्र शिक्षकों के स्नेहपूर्ण एवं सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार के भूखे होते हैं शिक्षकों द्वारा इस तरह के व्यवहार मिलने से उन्हें इस ढंग की मानसिक शांति मिलती है। जैन्डन (Zanden) 1982 ने अपने अध्ययन में पाया कि जब शिक्षकों द्वारा लगातार बालकों के प्रति स्नेहपूर्ण एवं सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार किया जाता है तो इससे छात्रों में आत्मसम्मान (Self Respect) एवं आत्मविश्वास बढ़ता है तथा उनका मानसिक स्वास्थ्य मजबूत होता है।

- v. **शिक्षक निर्देश (Education Guidance)** - शिक्षक छात्र को उचित वैश्विक निर्देश देकर भी उनके मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बना सकते हैं। इस प्रकार उचित निर्देश पाकर छात्र सही दिशा की ओर बढ़कर अपने लक्ष्य की प्राप्ति शीघ्र कर सकते हैं।
- vi. **व्यक्तिगत निर्देश (Personal Guidance)** - अनेक छात्र ऐसे होते हैं जिनकी व्यक्तिगत समस्याएं एवं उलझनें इतनी अधिक होती हैं कि वे काफी कुंठित और निराश रहते हैं। शिक्षक छात्रों को व्यक्तिगत निर्देश देकर उनकी कुंठा एवं निराशा को दूर कर सकते हैं। इस तरह व्यक्तिगत समस्या का हल कर अध्यापक उनके मानसिक संतुलन को सही बनाये रख सकते हैं।

अभ्यास प्रश्न

7. क्या मानसिक स्वास्थ्य का अधिगम पर प्रभाव पड़ता है? (हाँ / नहीं / बहुत कम)
8. मानसिक रोगी को समाज से बहिष्कृत करना सही है?
- छोड़ देना चाहिए
 - उपचार कराना चाहिए
 - कोड़े लगाना चाहिए
 - भगवान के भरोसे छोड़ना चाहिए
9. घरेलू वातावरण भी मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डालता है-? (हाँ / नहीं)
10. मानसिक रोगी छात्र के लिए पाठ्यक्रम होना चाहिए-
- कठिन पाठ्यक्रम
 - सरल पाठ्यक्रम
 - संतुलित पाठ्यक्रम
 - श्रेष्ठ पाठ्यक्रम

5.5 मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का अर्थ (Meaning of Mental Hygiene)

मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का शाब्दिक अर्थ मानसिक क्रियाओं से सम्बंधित निरोग या रोगहीन दशा को कायम करने वाला विज्ञान है। जैसे-शारीरिक आरोग्य शरीर को स्वस्थ रखने के नियम तथा उपाय प्रतिपादित करता है वैसे ही मानसिक आरोग्य मन को स्वस्थ रखने के नियम तथा उपाय निकालता है। इस प्रकार हम कह सकते हैं कि मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान वह विज्ञान है जो मानसिक स्वास्थ्य को बनाये रखने, मानसिक रोगों को दूर करने और इन रोगों की रोकथाम के उपाय बताता है। मानसिक आरोग्य का काम केवल मानसिक चिकित्सकों के हाथ में नहीं है। अध्यापक, माता-पिता,

संरक्षक समाज सुधारक और साधु-संत आदि धार्मिक व्यक्तियों का भी उसमें महत्वपूर्ण योगदान है। सत्य तो यह है कि मानव मनोविज्ञान का ज्ञान और अन्तर्दृष्टि होने पर कोई भी व्यक्ति मानसिक आरोग्य में सहायक हो सकता है।

मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान की परिभाषाएं (Definition of Mental Hygiene)

क्रो एव क्रो के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान वह विज्ञान है जिसका सम्बंध मानव कल्याण से है और जो मानव सम्बंधों के सब क्षेत्रों को प्रभावित करता है।”

ड्रेबर के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का अर्थ-मानसिक स्वास्थ्य की रक्षा और मानसिक अव्यवस्थापन को दूर करने से है।”

कालसनिक के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान नियमों के समूह है जो व्यक्ति को स्वयं तथा दूसरों के साथ शांति से रहने के योग्य बनाता है।”

वेबस्टर्स डिक्सनरी (Webster's Dictionary) के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान वह विज्ञान है जिसके द्वारा हम मानसिक स्वास्थ्य को स्थिर रखते हैं तथा पागलपन और स्नायु सम्बंधित रोगों को पनपने से रोकते हैं। साधारण स्वास्थ्य विज्ञान से केवल शारीरिक स्वास्थ्य पर ही ध्यान दिया जाता है परन्तु मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान में मानसिक स्वास्थ्य के साथ-साथ शारीरिक स्वास्थ्य को भी सम्मिलित किया जाता है।”

ए.जे. रोजानफ के अनुसार- “मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान व्यक्ति की कठिनाइयों को दूर करने में सहायता करता है तथा कठिनाइयों के समाधान के लिए साधन प्रस्तुत करता है।”

5.5.1 मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के उद्देश्य (Aims of Mental Hygiene)

मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के विशिष्ट उद्देश्य निम्नलिखित हैं -

- i. **मानसिक बीमारियों का निरोध (Prevention of Mental Health)** -मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान उन सभी उपायों का वर्णन करता है, जिनसे व्यक्ति में किसी प्रकार की मानसिक बीमारी या मानसिक व्याधि उत्पन्न ही न हो। इनके लिए यह विज्ञान मानसिक तनाव को कम करने तथा मानसिक संघर्षों से छुटकारा पाने की मनोवैज्ञानिक एवं अन्य विधियों का विस्तृत रूप से उल्लेख करता है। इन विधियों को अपनाकर व्यक्ति अपने आपको चिन्ता एवं संघर्ष से दूर रखता है।
- ii. **मानसिक रोग का उपचार (Treatment of Mental Health)**- यदि कोई व्यक्ति मानसिक रोग का शिकार हो गया है तो उपयुक्त उपायों द्वारा उस व्यक्ति के रोग का उपचार करके पुनः

उसे एक स्वस्थ व्यक्ति बना दें। ऐसा करने के लिए मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान में उन तमाम प्रविधियों का उल्लेख होता है जिनका उपयोग नैदानिक मनोवैज्ञानिक (Clinical Psychology) एवं मनोचिकित्सक (Psychiatrists) लोग करते हैं।

- iii. **अपनी अन्तःशक्तियों से अनुभव कराना Realization of Owen Potentialities)** मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का एक प्रमुख उद्देश्य व्यक्ति को अपने अन्दर छिपी अन्तःशक्तियों (Potentialities) से परिचय कराना है ताकि व्यक्ति अपने आपको एक सही परिप्रेक्ष्य में समझ सके तथा मानसिक स्वास्थ्य की बागडोर को मजबूत कर सके।
- iv. **मानसिक स्वास्थ्य की सुरक्षा (Preservation of mental Health)** -मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को सुरक्षा प्रदान करता है। मानसिक विज्ञान के द्वारा कोई भी व्यक्ति व्यक्तिगत, सामाजिक एवं सांवेगिक समायोजन ठीक ढंग से करके अपने मानसिक स्वास्थ्य को बचाये रख सकता है।
- v. **मानसिक अस्पताल की अवस्थाओं में सुधार लाना (To Improve the Condition of Mental Health)**- मानसिक अस्पतालों में रोगियों के साथ मानवीय संबंधों में सुधार लाया जाए, क्योंकि यह विज्ञान मानसिक रोग को एक रोग मानता है भूत-प्रेत या पिशाच का प्रकोप नहीं। जब तक उनके साथ मानवीय व्यवहार नहीं किये जायेंगे, उनका रोग ठीक नहीं हो पाएगा।
- vi. **व्यक्तियों के आत्मविश्वास में परिवर्तन लाना (To Bring a change in General Belief of the People)**-मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का एक उद्देश्य यह भी है कि आम लोगों के इस विश्वास को गलत साबित कर दिया जाये कि मानसिक रोग असाध्य (Incurve) है। मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के कारण आम लोगों की वह पुरानी धारणा बदलने जा रही है जिसमें वे सोचा करते थे कि मानसिक रोग किसी पाप का परिणाम है और यह एक तरह का असाध्य रोग होता है।

5.5.2 मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के बारे में प्रमुख तथ्य (Some Main fact of Mental Hygiene)

मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के बारे में कुछ प्रमुख तथा निम्नलिखित हैं -

- i. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान में मानसिक एवं सांवेगिक कठिनाइयों को प्रारंभिक अवस्था में ही पता लगा लेने की कोशिश की जाती है।
- ii. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान यथासम्भव जल्द से जल्द मानसिक बिमारियों की पहचान कर उसे दूर करने के उपायों पर बल देता है।
- iii. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान मूलतः एक शैक्षिक कार्यक्रम है।
- iv. इस विज्ञान में व्यक्तियों का मानसिक स्वास्थ्य बना रहे, इसके लिए उपयुक्त रहन-सहन पर भी बल दिया जाता है।

- v. मानसिक विज्ञान में व्यक्तियों को आधुनिक समाज के एक सदस्य के रूप में जीवन व्यतीत करने पर अधिक बल दिया जाता है।
- vi. इस विज्ञान में मानसिक रोगियों के प्रति आम लोगों की एक वस्तुनिष्ठ एवं सहानुभूतिपूर्ण मनोवृत्ति विकसित करने का भरसक प्रयास किया जाता है।

अभ्यास प्रश्न

11. मानसिक आरोग्य का कार्य किया जाता है-
- (अ) अध्यापक द्वारा (ब) मानसिक चिकित्सक द्वारा (स) अभिभावक द्वारा (द) सभी के द्वारा
12. क्या मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान में मानसिक स्वास्थ्य के साथ-साथ शारीरिक स्वास्थ्य को भी सम्मिलित किया जाता है ? (हाँ / नहीं)
13. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान भूत-प्रेत या पिशाच को महत्व देता है- (सत्य/ असत्य)
14. मानसिक रोग असाध्य (incurable) है -(सत्य/ असत्य)
15. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान व्यक्तियों के सभी बिमारियों का इलाज करता है- (सत्य/ असत्य)

5.6 सारांश

मानव एक चिन्तनशील प्राणी है। वह हमेशा मानव विकास के बारे में चिन्तन करता रहता है। उसके इस चिन्तन का वह स्वयं व आने वाली पीढ़ी लाभ उठाती है, लेकिन यह चिन्तन तभी सम्भव हो पाता है जब उसका मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्य स्वस्थ बना रहे। यदि व्यक्ति किसी मानसिक रोग से ग्रस्त हो जाता है तब उसकी कार्यकुश्लता में कमी महसूस की जा सकती है। आज के तनाव व भागदौड़ भरी जिन्दगी में व्यक्ति स्वयं अपने स्वास्थ्य व खाने-पीने की ओर ध्यान न देकर केवल कार्य को महत्व दे रहा है, जिससे जिससे उसके स्वास्थ्य में गिरावट आ जाती है। शारीरिक स्वास्थ्य का मानसिक स्वास्थ्य पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। मानसिक अस्वस्थता के कारण व्यक्ति के सम्मान, सामाजिक सहयोग, कार्यकुश्लता, शिक्षण कार्य, कार्यक्षमता आदि में कमी पायी जाती है। इस कमी को पूरा करने के लिए स्वास्थ्य मानव विज्ञान व्यक्ति को स्वस्थ बनाने व रोग से निदान करने के उपाय बताता है, जिससे वह व्यक्ति निरोगी होकर पुनः कार्य करने लग जाता है। वह सामान्य व्यक्तियों की तरह अपना व्यवहार करता है। आज किसी भी बीमारी का उपचार सम्भव है, यदि हम उसका सही समय पर समाधान कर सके।

5.7 शब्दावली

1. **मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान (Mental Hygiene)** -मानसिक रोगों का उपचार करने वाला विज्ञान अमानवीय व्यवहार: ऐसा व्यवहार जो व्यक्ति के साथ निर्दयता, क्रूरता, पशुता जैसा व्यवहार अमानवीय व्यवहार है।
2. **आत्म ज्ञान (Self Knowledge)** -अपनी इच्छा, प्रेरणा, भाव, आकांक्षाओं आदि का पूर्ण ज्ञान।
3. **आत्म श्रद्धा (Self Esteem)** - आत्मविश्वास, आत्मबल अपने भावों के स्वीकार करने की क्षमता, आत्म श्रद्धा कहलाती है।

5.8 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. अ-सत्य
2. ब-1911
3. द-अमरीका
4. अ-सत्य
5. ब-असत्य
6. लैडेल
7. हाँ
8. उपचार कराना चाहिए,
9. हाँ
10. संतुलित पाठ्यक्रम
11. सभी के द्वारा
12. हाँ
13. असत्य
14. असत्य
15. असत्य

5.9 संदर्भ ग्रंथ

1. सिंह अरूण कुमार (1998), शिक्षा मनोविज्ञान, भारती भवन, पटना, पृष्ठ 593-605
2. पाठक पी.डी., (2005) शिक्षा मनोविज्ञान, विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा।

3. सारस्वत (डां) मालती (1997) शिक्षा मनोविज्ञान की रूपरेखा, आलोक प्रकाश, आगरा, पृष्ठ-524-335
4. शार्मा डां वी.एल. सक्सेना, डा. आर.एन. शिक्षा शास्त्र, सूर्या प्रकाश, मेरठा

5.10 सहायक उपयोगी पाठ्य सामग्री

1. शिक्षा मनोविज्ञान, सिंह अरूण कुमार (1998), भारती भवन, पटना, पृष्ठ 593-605
2. शिक्षा मनोविज्ञान, पाठक पी.डी., (2005) विनोद पुस्तक मंदिर, आगरा।
3. शिक्षा मनोविज्ञान की रूपरेखा, सारस्वत (डां) मालती (1997) आलोक प्रकाश, आगरा, पृष्ठ-524-335
4. शिक्षा शास्त्र, शार्मा डां वी.एल. सक्सेना, डा. आर.एन. सूर्या प्रकाश, मेरठा
5. शोध पत्र पत्रिकाएं, जरनल, इन्टरनेट, सीडी, टेप आदि।

5.11 निबन्धात्मक प्रश्न

1. मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों की विशेषताओं का वर्णन किजिए।
2. बालकों के मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बनाने में शिक्षक की भूमिका का वर्णन किजिए।
3. मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ बताते हुए इसके प्रमुख उद्देश्यों का वर्णन लिखिए।
4. मानसिक स्वास्थ्य की परिभाषाएं लिखिए व मानसिक स्वास्थ्य की आवश्यकता पर एक विस्तृत लेख लिखिए।
5. मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले प्रमुख कारकों का वर्णन लिखिए।
6. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के उद्देश्यों का विस्तृत वर्णन किजिए।
7. मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के प्रमुख तथ्यों का विस्तृत वर्णन किजिए।

इकाई 6 समायोजन प्रक्रिया एवं उसकी विशेषताएँ कुण्ठा, अर्न्तद्वन्द और उनके समाधान

- 6.1 प्रस्तावना
- 6.2 उद्देश्य
- 6.3 समायोजन का अर्थ
- 6.4 समायोजन प्रक्रिया
- 6.5 भलीभांति समायोजित व्यक्ति की विशेषतायें
- 6.6 कुण्ठा या भग्नाशा
 - 6.6.1 परिभाषायें
 - 6.6.2 कुण्ठा के स्रोत
- 6.7 अर्न्तद्वन्द: परिभाषायें
 - 6.7.1 द्वन्दों के प्रकार
 - 6.7.2 अर्न्तद्वन्द बचने के उपाय
- 6.8 सारांश
- 6.9 सन्दर्भ ग्रन्थ एवं उपयोगी पुस्तकें
- 6.10 निबंधात्मक प्रश्न

6.1 प्रस्तावना

मनुष्य जीवन चुनौतियों एवं संघर्षों से भरा पड़ा है अर्थात् परिपूर्ण है। बचपन से हमें जीवन की अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ता है जो मनुष्य या व्यक्ति जितने अच्छे ढंग से चुनौतियों का सामना करता जाता है वह उतनी ही सफलता या संतोषजनक जीवन व्यतीत करता है। प्रत्येक व्यक्ति या बालक किसी न किसी सामाजिक वातावरण में रहता है। इस वातावरण से ही उसकी विभिन्न मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति होती है। मूलभूत आवश्यकताओं के अतिरिक्त भी जीवन में हमें बहुत कुछ वस्तुओं की आवश्यकता होती है। बालक के चारों ओर के वातावरण में व्यक्ति और वस्तुयें समान रूप से महत्वपूर्ण नहीं होती इनमें से कुछ अधिक महत्वपूर्ण एवं कुछ कम। बालक की इच्छाओं एवं आवश्यकताओं की पूर्ति कभी बहुत सरल ढंग से हो जाती है तथा कभी इस पूर्ति में बाधा पड़ जाती है या समय अधिक लगता है जिससे उसमें तनाव उत्पन्न हो जाता है। तनाव की इस स्थिति में वह दुखी एवं निराश हो जाता है तथा कभी-कभी उसे इन परिस्थितियों में क्रोध आ जाता

है। कुछ दशाओं में और कुछ लोगों के साथ उसे प्रसन्नता एवं संतुष्टि मिलती है उनके साथ उसका अच्छा समायोजन होता है। कुछ लोगों एवं दशाओं में उसे अप्रसन्नता एवं असंतुष्टि मिलती है उनके साथ उसका समायोजन अच्छा नहीं होता है।

दुखी निराश एवं क्रोधी बालक (व्यक्ति) का समायोजन अपने परिवेश के साथ ठीक नहीं होता जबकि प्रसन्न एवं संतुष्ट बालक का समायोजन अपने परिवेश के साथ ठीक-ठीक होता है। व्यक्ति का भावी एवं वर्तमान जीवन कितना सुखी होगा कितना आनन्दपूर्ण होगा इस बात पर निर्भर करता है कि उसका अपने वातावरण के साथ समायोजन किस प्रकार का है।

6.2 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन के पश्चात् आप-

1. समायोजन के बारे में समझ सकेंगे।
2. समायोजन की प्रक्रिया के बारे में समझ सकेंगे।
3. भली-भांति समायोजित व्यक्ति की विशेषताओं के बारे में समझ सकेंगे।
4. कुण्ठा या भग्नाशा तथा उसके स्रोत के बारे में समझ सकेंगे।
5. अर्न्तद्वन्द, उसके प्रकार तथा उससे बचाव के बारे में समझ सकेंगे।

6.3 समायोजन का अर्थ

समायोजन को सामंजस्य, व्यवस्थापन या अनुकूलन भी कहते हैं। यह दो शब्दों से मिलकर बना है- सम और आयोजन, सम का अर्थ है भली-भांति अच्छी तरह या समान रूप से और आयोजन का अर्थ है व्यवस्था अर्थात् अच्छी तरह व्यवस्था करना। अतः समायोजन का अर्थ हुआ, सुव्यवस्था या अच्छे ढंग से परिस्थितियों को अनुकूल बनाने की प्रक्रिया जिससे कि व्यक्ति की आवश्यकतायें पूरी हो जाय एवं मानसिक द्वन्द न उत्पन्न हो।

समायोजन का अर्थ स्पष्ट करते हुये गेट्स एवं अन्य विद्वानों ने लिखा है कि समायोजन शब्द के दो अर्थ हैं, एक अर्थ के निरन्तर चलने वाली एक प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति स्वयं और पर्यावरण के बीच अधिक सामंजस्यपूर्ण संबंध रखने के लिये अपने व्यवहार में परिवर्तन कर देता है। दूसरे अर्थ में समायोजन एक संतुलित दशा है जिस पर पहुंचने पर हम उस व्यक्ति को सुसमायोजित कहते हैं। समायोजन वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा व्यक्ति अपने व्यवहार में परिवर्तन कर अपने वातावरण में सामंजस्य स्थापित करता है। मनोवैज्ञानिक दृष्टि से जीवन एक निरन्तर चलने वाला क्रम है जिसके द्वारा व्यक्ति वाह्य वातावरण एवं स्वयं की शारीरिक एवं मानसिक आवश्यकताओं की पूर्ति करने में लगा रहता है। व्यक्ति खाने-पीने के लिये, आश्रय एवं प्रेम ढूँढने के लिये, सहमति एवं मैत्री पाने सुरक्षा एवं सम्मान पाने इत्यादि में हमेशा लगा रहता है। समायोजन को एक ऐसी प्रक्रिया के रूप में

परिभाषित किया जा सकता है जिसके द्वारा व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं और परिस्थितियों की मांगों के मध्य शारीरिक एवं मानसिक सन्तुलन स्थापित करता है।

6.4 समायोजन प्रक्रिया

सभी जीवित प्राणी क्रियाशील होते हैं। मनुष्य भी दिन-रात क्रियाशील रहता है। सोना, जागना, चिन्तन करना, खेलना, कार्य करना वे सभी विभिन्न प्रकार की क्रियायें हैं। सहज क्रियाओं (**Reflex Actions**) के अतिरिक्त व्यक्ति के सभी व्यवहार प्रेरकों (**Motives**) पर आधारित होते हैं और उनका लक्ष्य होता है प्रेरकों के मूल में आवश्यकतायें होती हैं। इन्हीं आवश्यकताओं से प्रेरित होकर मनुष्य लक्ष्य-प्राप्ति की ओर अग्रसर होता है। जब तक लक्ष्य प्राप्ति नहीं हो जाती उसमें एक प्रकार का तनाव बना रहता है। जब लक्ष्य प्राप्ति हो जाती है तनाव समाप्त हो जाता है और मनुष्य संतोष का अनुभव करता है। इस प्रकार मनुष्य के अन्दर पुनः समस्थिति (**Homeostasis**) स्थापित हो जाती है।

बालक या व्यक्ति एक ऐसा प्राणी है जो विकास की अवस्था में है उसकी कुछ इच्छायें या कामनायें एवं आवश्यकतायें उसे क्रियाशील बनाती हैं इसके कारण ही वह व्यवहार करता है यह सर्वविदित है कि बिना आवश्यकताओं (और प्रेरणाओं) के व्यक्ति व्यवहार नहीं करता है उसके प्रत्येक व्यवहार के पीछे कुछ न कुछ आवश्यकतायें अवश्य होती हैं। बालक का व्यवहार इन आवश्यकताओं की पूर्ति वाले साधनों या लक्ष्यों की ओर अग्रसर होता है। यदि लक्ष्य की प्राप्ति हो जाती है तो निश्चित रूप से उसकी आवश्यकता की संतुष्टि हो जाती है। किसी भी आवश्यकता पूर्ति से संबंधित लक्ष्य का चुनाव करना एक जटिल कार्य है। बालकों के लिये यह कार्य और भी जटिल होता है क्योंकि उनमें अनुभवों की कमी के साथ-साथ उनकी शारीरिक एवं मानसिक योग्यतायें भी सीमित होती हैं। बालक के लक्ष्य का चयन कुछ प्रमुख कारकों से संबंधित होती है जैसे प्रत्यक्षपरक योग्यता (**Perceptual Ability**), अभिवृत्तियाँ (**Attitudes**), लक्ष्य या मूल्य (**Value of Goals or Object**) तथा आकांक्षा स्तर (**Level of Aspiration**) आदि। अध्ययनों में पाया जाता है कि वह बालक लक्ष्यों का चुनाव अधिक कुशलता में करते हैं जिनमें यह कारक जितनी अधिक मात्रा में उपलब्ध (विद्यमान) रहते हैं।

बालक अपने जन्म के उपरान्त ही वातावरण के साथ समायोजन स्थापित करना प्रारम्भ कर देता है लेकिन लक्ष्य प्राप्त करने में कुछ न कुछ बाधाएँ उत्पन्न होती रहती हैं ये रूकावटें लम्बे समय या कम समय के लिये हो सकती हैं जो कि बालक में तनाव व अर्न्तद्वन्द उत्पन्न कर देती है। ये स्थितियाँ उत्पन्न होना इस बात पर निर्भर करता है कि उस व्यक्ति या बालक की लक्ष्य प्राप्ति की वस्तु कितनी प्रिय एवं महत्वपूर्ण है। यदि लक्ष्य प्राप्ति हेतु बाधाओं की सफलतापूर्वक सम्पन्न होता है तो उस अवस्था में वातावरण के साथ उसका समायोजन सामान्य एवं अच्छा होता है। लक्ष्य प्राप्ति पर उसे संतुष्टि एवं सफलता का अनुभव होता है। यह स्वस्थ व्यक्ति समायोजन (**Healthy Personal**

Adjustment) है। जब लक्ष्य प्राप्ति में बालक की सामाजिक समर्थन या सामाजिक स्वीकृति भी होती है तो उसे सामाजिक समायोजन में रखते हैं। यदि लक्ष्य प्राप्ति के समय अधिक या असफलता मिलती है तो अन्तर्द्वन्द और तनाव उत्पन्न होता है और वातावरण के साथ उसका ठीक प्रकार से समायोजन स्थापित नहीं हो पाता। फलस्वरूप वह मानसिक रूप से अस्वस्थता की स्थिति में होता है।

समायोजन क्रिया (Adjustment Mechanism)

मनोरचनार्ये-ब्राउन के अनुसार दो प्रकार की होती हैं। ये मनोरचनार्ये व्यक्ति को अपने वातावरण से या व्यक्तित्व से समायोजन को भली प्रकार से व्यवस्थित करती हैं-

- i. प्रधान मनोरचनार्ये (**Major Mechanism**)
- ii. गौण मनोरचनार्ये (**Minor Mechanism**)

प्रधान मनोरचनार्ये - ये वे मनोरचनार्ये हैं जो अन्तर्द्वन्द का स्वयं ही समाधान करती हैं-

- i. अवदमन (**Repression**)
- ii. उदात्तीकरण (**Sublimation**)
- iii. प्रत्यागमन (**Regression**)
- iv. औचित्य स्थापन (**Rationalisation**)

गौण मनोरचनार्ये

- i. दिवास्वप्न (**Day Dreaming**)
- ii. तादात्म्य (**Identification**)
- iii. विस्थापन (**Displacement**)
- iv. क्षतिपूर्ति (**Compensation**)
- v. प्रक्षेपण (**Projection**)

6.5 भली-भांति समायोजित व्यक्ति के गुण (Characteristics of Well Adjusted Person)

1. शारीरिक दृष्टि से समायोजित
2. संवेगात्मक रूप से समायोजित
3. अपनी अच्छाईयों तथा कमजोरियों का ज्ञान।
4. अपने आपको पर्याप्त सम्मान देना तथा दूसरों का भी सम्मान करना।
5. सामाजिक रूप से समायोजित
6. महत्वाकांक्षा का उचित स्तर
7. मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति

8. आलोचक तथा दोष निकालने की प्रकृति का नहीं होना
9. व्यवहार का लचीलापन
10. अपने वातावरण संबंधी हालातों से संतुष्टि
11. हालातों से संघर्ष करने की क्षमता
12. वह स्वयं तथा पर्यावरण के बीच सन्तुलन बनाये रखता है।
13. वह अपनी आवश्यकता एवं इच्छा के अनुसार पर्यावरण एवं वस्तुओं का लाभ उठाता है।
14. अपनी आवश्यकता की पूर्ति हेतु समाज के अन्य लोगों को बाधा नहीं पहुंचाता है।
15. सुसमायोजित व्यक्ति पर्यावरण एवं परिस्थितियों का ज्ञान और नियंत्रण रखने वाला तथा उन्हीं के अनुकूल आचरण करने वाला होता है।
16. वह स्पष्ट उद्देश्य वाला साहसपूर्ण व ठीक ढंग से कठिनाईयों तथा समस्याओं का सामना करने वाला होता है।
17. सामाजिकता की भावना से युक्त आदर्श चरित्र वाला संवेगात्मक रूप से संतुलित और उत्तरदायित्व स्वीकार करने वाला होता है।
18. संक्षेप में सुसमायोजित व्यक्ति वह है जिसकी आवश्यकतायें एवं तृप्ति सामाजिक दृष्टिकोण तथा सामाजिक उत्तरदायित्व की स्वीकृति के साथ संगठित हो।

एक स्वस्थ तथा समायोजित व्यक्ति में कुछ प्रेक्षणीय व्यवहारगत प्रतिमान प्रतिविंबित होने चाहिए। ये व्यवहारगत प्रतिमान व्यक्ति की सामाजिक आकांक्षाओं के अनुरूप होने चाहिए जो निम्न हैं:

1. चिन्तन में परिपक्वता
2. भावनात्मक संतुलन
3. दूसरों के प्रति संवेदी समझ
4. दैनिक घटनाओं द्वारा जनित तनाव से मुक्ति
5. स्वतंत्र निर्णय लेने में सक्षम

6.6 कुण्ठा या भग्नाशा (Frustration)

व्यक्ति की अनेक इच्छायें और आवश्यकतायें होती हैं। वह उनको संतुष्ट करने का प्रयास करता है, लेकिन आवश्यक नहीं है कि वह ऐसा करने में सफल हो, उसके मार्ग में बाधायें आ सकती हैं। ये बाधायें उसकी आशाओं को पूर्ण रूप से या आंशिक रूप से भंग कर सकती हैं। ऐसी दशा में व्यक्ति 'भग्नाशा' का अनुभव करता है। सभी व्यक्तियों में सामान्यतया स्वभाववश आगे बढ़ने एवं कुछ न कुछ पाने की तमन्ना रहती है। बहुत सी महत्वाकांक्षाओं से व्यक्ति घिरा रहता है अपनी इच्छाओं को पूरा करने के लिये पूरी तरह से संघर्ष भी करते हैं। परन्तु अच्छी सी अच्छी योजना बनाकर कार्यपथ पर पूरे जोर-शोर से आगे बढ़ने पर कभी-कभी जैसे सोचा जाता है वैसी संतोषजनक उपलब्धि उन्हें नहीं मिल पाती। कभी ऐसी भी स्थितियों से उन्हें गुजरना पड़ता है और आशा की कोई किरण नजर नहीं आती तथा अपने प्रयत्नों में लगातार मिलने वाली विफलता उन्हें उस स्थिति या हालात में

लाकर खड़ा कर देती है जिसे मनोविज्ञान की भाषा में कुण्ठा, भग्नाशा या नैराश्य की स्थिति से संबोधित किया जाता है।

कुण्ठाओं की उत्पत्ति प्रायः दो प्रकार से होती है, एक तो हम जब किसी निश्चित उद्देश्य की प्राप्ति के रास्ते में बाधाओं से ग्रसित हो जाते हैं और दूसरा जब हमारा कोई निश्चित उद्देश्य नहीं होता है जो कुछ भी है, जब प्रेरणाओं की पूर्ति नहीं होती है तो कुण्ठाओं का जन्म होता है।

कोलमैन ने एक उदाहरण के द्वारा कुण्ठाओं की उत्पत्ति को इस प्रकार बताया है मानिये एक युवा लड़की अपने कॉलेज की पार्टी में जाने को तैयार हो जाती है, परन्तु माता-पिता जाने से रोक देते हैं, इस स्थिति में लड़की में कुण्ठा का जन्म हो जायेगा क्योंकि उसके उद्देश्य की प्राप्ति के रास्ते में बाधा उत्पन्न हो गयी है।

दूसरा उदाहरण हम प्रातःकाल 4 बजे की गाड़ी से दिल्ली जाना चाहते हैं हम समय से पहले उठने के लिये अलार्म लगा देते हैं, किसी कारणवश वह नहीं बज पाता एवं हम जाग नहीं पाते हैं एवं दिल्ली जाने से रह जाते हैं या हम समय पर स्टेशन नहीं पहुंच पाते, पर भीड़ के कारण टिकट हमें नहीं मिल पाता एवं हम गाड़ी पर बैठ नहीं पाते वह चली जाती है। दोनों ही दशाओं में दिल्ली जाने की हमारी इच्छा में अवरोध उत्पन्न होता है। वह पूर्ण नहीं होती है जिसके फलस्वरूप हम 'भग्नाशा' का शिकार हो जाते हैं।

इस प्रकार हम कह सकते हैं कि 'भग्नाशा' तनाव और असमायोजन की वह दशा है, जो हमारी किसी इच्छा या आवश्यकता के मार्ग में बाधा आने से उत्पन्न होती है। कुण्ठा व्यक्ति की वह मानसिक स्थिति एवं भावात्मक दशा है जो उसे अनेक अवरोध और परस्पर विरोधी विकल्पों का सामना करने पर प्राप्त होती है। एक विद्वान के अनुसार-कुण्ठा वह तीव्र अनुभूति है जो व्यक्ति को असफल होने पर या असंतुष्ट होने पर होती है।

कुण्ठा से जुड़ी हुयी यह स्थिति कैसी होती है इसे स्पष्ट करने के लिये कुछ मनोवैज्ञानिकों एवं लेखकों द्वारा दी गयी परिभाषाओं का उल्लेख आवश्यक है।

6.6.1 परिभाषायें

एन.एल.मन - कुण्ठा से आशय व्यक्ति विशेष की अपनी किसी मूलभूत आवश्यकता की पूर्ति में मिलने वाली विफलता है जो उसकी स्वयं की या बाहरी बाधाओं द्वारा उत्पन्न परिस्थितियों के कारण प्राप्त होती है।

Frustration is a state of organism resulting when the satisfaction of motivated behaviour is rendered difficult or impossible. **Munn, 1964**

कैरोल-“कुण्ठा को किसी भी अभिप्रेरक की संतुष्टि में आने वाली बाधा के फलस्वरूप उत्पन्न होने वाली स्थिति या परिस्थिति के रूप में जाना जा सकता है”

A frustration is the condition of being thwarted in the satisfaction of motives
Carrol

एमसल (Amsel) -कुण्ठा कुछ परिस्थितियों से उत्पन्न होती है ये परिस्थितियां हैं-

- i. लक्ष्य प्राप्ति में आंशिक या पूर्ण बाधाएँ
- ii. पुरस्कार समाप्त करना या कम करना
- iii. लक्ष्य प्राप्ति में विलम्ब
- iv. सफलता की आशा होने पर असफलता या दण्ड मिलना।

गुड “कुण्ठा से अभिप्राय किसी भी इच्छा या आवश्यकता की पूर्ति में आने वाली बाधा से उत्पन्न संवेगात्मक तनाव से है”

“Frustration means emotional tension resulting from the blocking of a desire or need” **Good 1959**

उपरोक्त परिभाषाओं के आधार पर हम कह सकते हैं कि -

कुण्ठा को पैदा करने के कारण व्यक्ति विशेष तथा उसके वातावरण दोनों में ही निहित पाये जाते हैं।

1. कुण्ठा व्यक्ति विशेष की उस अवस्था या स्थिति का द्योतक है जिसमें उसके प्रयत्नों के ऊपर विफलता का ही बोलबाला है।
2. लक्ष्य या आवश्यकतापूर्ति में बाधा या कठिनाई का स्तर जितना अधिक होता है, कुण्ठा की मात्रा में भी उसी अनुपात में वृद्धि होती रहती है।
3. लक्ष्य जितना महत्वपूर्ण होता है या आवश्यकतापूर्ति की चाह जितनी बलवती होती है उसकी प्राप्ति या पूर्ति न होना उतनी ही कुण्ठा पैदा करने वाला सिद्ध होता है।

कुण्ठा या भग्नाशा निम्नलिखित दो प्रकार की होती है -

- i. **वाह्य (External)**-वाह्य भग्नाशा इस परिस्थिति का परिणाम होती है जिसमें कोई वाह्य बाधा, व्यक्ति को अपना लक्ष्य प्राप्त करने से रोकती है।
उदाहरण-भौतिक बाधाओं, नियमों, कानूनों या दूसरे के अधिकारों या इच्छाओं का परिणाम-वाह्य भग्नाशा हो सकती है।
- ii. **आन्तरिक (Internal)**- आन्तरिक भग्नाशा उस बाधा का परिणाम होती है जो व्यक्ति के भीतर होती है। **उदाहरण**-भय जो व्यक्ति को अपने लक्ष्य प्राप्ति करने से रोकती है या व्यक्तिगत कमियों-पर्याप्त ज्ञान, शक्ति, साहस या कुशलता का अभाव-आन्तरिक भग्नाशा हो सकती है।

6.6.2 कुण्ठा के स्रोत Source of Frustration

प्राणी की क्रियायें मुख्यतः दो बातों पर निर्भर करती है-

- i. Strength of motivation
- ii. Distance from Goal

व्यक्ति में कितनी कुण्ठा होगी, कुण्ठा की मात्रा भी मुख्यतः इन्हीं दो बातों पर निर्भर करती है। यहां कुण्ठा उत्पन्न करने वाले सामान्य स्रोतों का संक्षिप्त विवरण निम्न है -

1. **प्रतिस्पर्धा Competition-** सामाजिक प्राणी के रूप में व्यक्ति की जो सुविधाएं और साधन उपलब्ध होते हैं, यह सभी व्यक्तियों के लिए समान नहीं होते हैं। समाज के अधिकांश व्यक्ति अपने पद प्रतिष्ठा आर्थिक स्तर आदि को दूसरों के बराबर करने हेतु एक-दूसरे से प्रतिस्पर्धा या होड़ करते हैं। प्रतिस्पर्धा की दौड़ में अक्सर एक व्यक्ति आगे निकल जाता है तथा दूसरा पीछे रह जाता है, पीछे रह जाने वाला व्यक्ति जब बाधाओं पर सफलता पाने में अपने को असमर्थ समझता है तब उस अवस्था में उसमें कुण्ठा उत्पन्न होती है। सफलता की आशा में असफलता की परिस्थिति भी व्यक्ति में कुण्ठा उत्पन्न करती है।
2. **उच्च आकांक्षा स्तर High Level of Aspiration-** जब व्यक्ति का आकांक्षा स्तर उसकी योग्यताओं की अपेक्षा बहुत अधिक उच्च होता है जब इस अवस्था में भी व्यक्ति सफलता की अनेक आशाएं करता है। परन्तु योजनाओं के अभाव में अक्सर उसे सफलता या निराशा ही मिलती है। इस प्रकार की परिस्थिति व्यक्ति में कुण्ठा उत्पन्न कर देता है। उच्च आकांक्षा स्तर और योग्यताओं के अभाव में सफलता के प्रयास में व्यक्ति को नुकसान या दण्ड भी उठाने पड़ सकते हैं यह परिस्थिति भी व्यक्ति में कुण्ठा उत्पन्न करती है।
3. **जन्मजात अयोग्यताएं Inborn Disabilities** - कुछ जन्मजात अयोग्यताएं, जैसे-अंधापन, बहरापन, लंगड़ापन, हकलाना या कोई गंभीर असाध्य रोग आदि अयोग्यताएं जन्मजात भी हो सकती हैं, अथवा जन्म के कुछ समय उपरान्त यह अयोग्यताएं उत्पन्न हो सकती हैं। इन अयोग्यताओं की उपस्थिति में व्यक्ति जीवन-संघर्ष में अपने आपको दूसरों से हीन पाता है तथा इस प्रकार की कल्पना करता है। हीनता की भावना की कल्पना की व्यवस्था में व्यक्ति जब किसी उद्देश्य की प्राप्ति के लिए प्रयास करता है जब असफल होना उसके लिए स्वाभाविक हो जाता है। हीनता की भावना और असफलता की अवस्था में व्यक्ति में कुण्ठा का उत्पन्न होना स्वाभाविक है।
4. **वाह्य कारक (External Factors)** वाह्य कारक निम्न हैं:
 - i. प्राकृतिक पर्यावरण से संबंधित कारक **Natural Environmental Factors:** जैसे बाढ़, भूकम्प, महामारी, अतिवृष्टि, अनावृष्टि, अग्नि प्रकोप, महामारी आदि भी व्यक्तियों की

लक्ष्य प्राप्ति में गंभीर बाधाएं हैं जिनमें कुण्ठा उत्पन्न होने की बहुत अधिक संभावनाएं होती हैं।

- ii. दुर्घटनाएं **Accidents**: विभिन्न प्रकार की दुर्घटनाएं भी व्यक्ति को आर्थिक, शारीरिक तथा मानसिक रूप से कमजोर कर सकती हैं और इस कमजोरी की अवस्था में व्यक्ति बाधाओं पर सफलता प्राप्त करने में असहाय हो जाता है तो कुण्ठा के उत्पन्न होने की संभावनाएं बढ़ जाती हैं।
- iii. राजनैतिक कारण **Political Causes**
- iv. सामाजिक बाधाएं (**Social Obstacles**) आदि भी कुण्ठा के अच्छे स्रोत हैं।

कुण्ठा के प्रति प्रतिक्रिया के तरीके

कठिनाईयों और कुण्ठा के प्रतिक्रिया करने के जो प्रत्यक्ष तरीके हैं उनका उपयोग व्यक्ति बहुधा छोटी कठिनाईयों या हल्की कुण्ठा की अवस्था में ही करता है। यह तरीके मुख्यतः तीन हैं - आक्रमण, सुलह, परिस्थिति में पीछे हटना।

जब बालकों के सामने समायोजन की समस्या आती है तो आमतौर पर वे तीन प्रकार से अपनी प्रतिक्रिया प्रकट करते हैं:

1. **परिस्थिति के साथ समझौता (Compromise)**- जब कोई बालक लक्ष्य प्राप्ति के मार्ग में कोई बाधा देखता है, तो वह परिस्थिति के साथ समझौता कर लेता है। मान लीजिए कोई बालक घर से बाहर खेलने के लिए जाना चाहता है परन्तु माँ मना कर रही है तो उस समय वह माँ की बात मान लेता है। कुछ समय के बाद जब माँ का मूड ठीक होता है तो वह माँ की खुशामद करके कहता है- 'माँ, तुम कितनी अच्छी हो! स्वसे अधिक प्यार तो मैं तुम्हें ही करता हूँ। थोड़ी देर के लिए बाहर खेलने चला जाऊँ? जल्दी आ जाऊँगा।' इस प्रकार वह माँ को मना कर बाहर खेलने चला जाता है।
2. **प्रत्यागमन Withdrawal**- जब बालक के सामने कोई कठिनाई होती है तो वह परिस्थिति से समझौता करके, कठिनाई से अपने आपको हटा लेता है। जब बालक देखता है कि खुशामद करने पर भी माँ उसे बाहर जाने की आज्ञा नहीं देती, तो वह बाहर जाकर खेलने का विचार छोड़ देता है। वह या तो पढ़ाई में लग जाता है, अथवा घर में ही अपने भाई-बहिनों से खेलने लगता है।
3. **आक्रामकता Aggressive**- कई बार देखा जाता है कि जब बालक की बात नहीं मानी जाती, तो उसका व्यावहार आक्रामक हो जाता है। जब खुशामद करने पर भी माँ बालक

को बाहर जाने की आज्ञा नहीं देती, तो वह अपने छोटे भाई-बहिनों का पीटने लगता है या वस्तुओं की तोड़-फोड़ करने लगता है।

फिशर ने कुण्ठा के प्रति प्रतिक्रियाओं के स्थान पर चार प्रतिक्रियायें बतायी हैं:

- i. Adjustive Reactions
- ii. Partially Adjustive Reactions
- iii. Non-adjustive Reactions
- iv. Maladjustive Reactions

भगनाशा से बचने के उपाय निम्न हैं:

- i. आवश्यकताओं की पूर्ति।
- ii. अनुचित इच्छाओं को न उठने देना।
- iii. असंगत लक्ष्यों को कम करना।
- iv. निर्देशन-1. शैक्षिक निर्देशन, 2. व्यवसायिक निर्देशन
- v. विद्यालय का वातावरण अच्छा होना चाहिए।
- vi. समाज का वातावरण भी अच्छा होना चाहिए।

6.7 अर्न्तद्वन्द Conflict

द्वन्द या संघर्ष शब्द का प्रयोग हम दिन-प्रतिदिन की जिंदगी में कई रूपों में करते रहते हैं। किन्हीं दो या दो से अधिक संस्कृतियों, मतावलम्बियों, धर्मों या संगठनों में हम प्रायः विभिन्न प्रकार के वैचारिक एवं सामाजिक संघर्ष देखने में मिल सकते हैं। परिवार एवं समाज में भी पति-पत्नी, बाप-बेटा, भाई-बहिन, गुरु एवं शिष्यों के बीच द्वन्द तथा संघर्ष की अनेक परिस्थितियां पैदा हो सकती हैं। संघर्ष का सामान्य अर्थ है - विपरीत विचारों, इच्छाओं, उद्देश्यों, आदि का विरोध। संघर्ष की दशा में व्यक्ति में संवेगात्मक तनाव उत्पन्न हो जाता है। उसकी मानसिक शक्ति नष्ट हो जाती है और वह किसी प्रकार का निर्णय करने में अपने आपको असमर्थ पाता है। संघर्ष के अनेक रूप हो सकते हैं। जैसे-एक व्यक्ति का दूसरे व्यक्ति से संघर्ष, व्यक्ति का उसके वातावरण से संघर्ष, पारिवारिक संघर्ष, सांस्कृतिक संघर्ष आदि। यह संघर्ष व्यक्ति के विचारों, संवेगों, इच्छाओं, भावनाओं, दृष्टिकोणों आदि में होता है।

यह सदैव आवश्यक नहीं है कि कुण्ठाओं का जन्म बाधाओं के कारण हो बल्कि दो आवश्यकताओं या मूल्यों में द्वन्द छिड़ जाने के कारण भी कुण्ठाओं का विकास संभव है। जब कभी दो उद्देश्यों की प्राप्ति या दो आवश्यकताओं की पूर्ति में एक ही उद्देश्य की प्राप्ति हो या किसी एक की आवश्यकता की पूर्ति हो तो हमारे मस्तिष्क में एक विशेष प्रकार का अर्न्तद्वन्द उत्पन्न हो जाता है। अर्न्तद्वन्द से कुण्ठा

उत्पन्न होने की अधिक संभावना होती है। अर्न्तद्वन्द में व्यक्ति कभी तो एक प्रेरणा से संबंधित प्रत्युत्तर को चुनता है तथा कभी-कभी यह होता है कि वह दोनों प्रत्युत्तरों को नहीं चुनता है। अर्न्तद्वन्द चेतन एवं अचेतन दोनों स्तरों पर हो सकते हैं परन्तु अधिकांश अर्न्तद्वन्द चेतन स्तर पर ही होते हैं। अचेतन स्तर के अर्न्तद्वन्द अधिकांशतः मानसिक रोगियों में अधिक पाये जाते हैं। अर्न्तद्वन्द में दो इच्छायें, महत्वाकांक्षायें, कतिपय आदर्श और विश्वास आदि कुछ भी हो सकते हैं परन्तु यह अर्न्तद्वन्द में उपस्थित प्रेरणाओं से संबंधित होते हैं।

संघर्ष का मुख्य आधार उचित और अनुचित का विचार होता है। उदाहरणार्थ-बालक जानता है कि उसके पिताजी के पैसे आलमारी में रखे रहते हैं वह उसके बारे में सोचने लगता है वह उनमें से कुछ पैसे निकालना चाहता है पर वह यह समझता है कि चोरी करना अनुचित कार्य है और यदि उसकी चोरी का पता लग जायेगा तो उसको दण्ड मिलेगा, वह इन विरोधी बातों पर विचार करता है फलस्वरूप उसमें मानसिक संघर्ष शुरू हो जाता है।

इस मानसिक संघर्ष में व्यक्ति के मन में एक प्रकार की उथल-पुथल मच जाती है, वह क्या करें? क्या न करें? वह जिस दिशा में पड़ जाता है उसे ही मनोवैज्ञानिक भाषा में मानसिक द्वन्द या संघर्ष कहते हैं।

परिभाषायें

क्रो एवं क्रो – “संघर्ष उस समय उत्पन्न होते हैं जब व्यक्ति को अपने वातावरण में ऐसी शक्तियों का सामना करना पड़ता है जो उसके स्वयं के हितों और इच्छाओं के विरुद्ध कार्य करती हैं”

Conflicts arise when an individual is faced with forces in his environment that act in opposition to his own interests and desires. Crow & Crow, p. 546

डगलस एवं होलेण्ड - अर्न्तद्वन्द एक ऐसी पीड़ादायक संवेगात्मक अवस्था है जो एक दूसरे को काटने वाली और विरोधी इच्छाओं से उत्पन्न तनाव के कारण अस्तित्व में आती है।

Conflicts means a painful emotional state which results from a tension between opposed and contradictory wishes) Douglas & Holland, 1947, p.216.

फ्रायड- “मानसिक द्वन्द का अर्थ स्पष्ट करते हुए फ्रायड ने लिखा है इदम, अहम एवं परम, अहम के बीच सामंजस्य का अभाव होने से मानसिक द्वन्द होता है”

“Mental conflict if caused by the lack of adjustment between id, ego and super ego” **Freud**

लेविन (Lavin. K.) अर्न्तद्वन्द व्यक्ति की वह अवस्था है, जिसमें विरोधी और समान शक्ति वाली प्रेरणायें एक ही समय में क्रियाशील होती हैं।

हानर और ब्राउन (Haner, C.F. & Brown, P.A.)- व्यक्ति के सामने दो या दो से अधिक उदीपीकरण के प्रतिफल होते हैं जिनमें संघर्ष होता है।

बोरिंग, लैंगफील्ड और वैल्ड (Boring Langfield & Weld)- अर्न्तद्वन्द व्यक्ति की वह अवस्था है जिसमें दो विरोधी और समान शक्तिशाली प्रेरणायें पैदा होती हैं तथा जिनको एक साथ तृप्त करना संभव नहीं होता।

उपर्युक्त परिभाषाओं के आधार पर कहा जा सकता है -

- i. अर्न्तद्वन्द की अवस्था में व्यक्ति को अधिक तीव्र संवेगात्मक तनाव से गुजरना पड़ता है।
- ii. अर्न्तद्वन्द अवस्था की परिस्थिति मानसिक अस्वस्थता में हो सकती है।
- iii. किसे पूरा किया जाय किसे छोड़ा जाय इस तरह का निर्णय न ले पाने की असहायता से ही अर्न्तद्वन्द नामक यह विषम स्थिति पैदा होती है।
- iv. अर्न्तद्वन्द व्यक्ति विशेष के द्वारा अनुभव की जाने वाली एक पीड़ादायक स्थिति या अवस्था होती है।
- v. इस स्थिति में व्यक्ति अव्यक्त तनाव एवं मानसिक पीड़ा से गुजरता हुआ एक ऐसी असमंजस एवं नियुक्ति अवस्था में पहुंच जाता है जहां क्या किया जाय यह निर्णय उसके लिये बेहद कठिन हो जाता है।

द्वन्द दो परस्पर विरोधी कार्यपद्धतियों की संक्रिया है। यह प्रेरणा, आवश्यकता, मूल्य, प्रवृत्ति और आवेग हो सकते हैं। एक व्यक्ति में दो द्वंदात्मक (परस्पर विरोधी) अवस्थाओं में से एक का वरण करना कठिन हो जाता है।

द्वन्द दो अवस्थाओं के कारण होता है। यह तब उत्पन्न होता है, जब दो समान रूप से महत्वपूर्ण लक्ष्यों आवश्यकताओं, प्रेरणाओं, मूल्यों, प्रवृत्तियों और आवेगों की पूर्ति की इच्छा होती है। द्वन्द की इस स्थिति को हम निम्नांकित उदाहरण द्वारा स्पष्ट करते हैं। मि० सिंह एक पुलिस निरीक्षक हैं, वे अपने काम में सच्चे और ईमानदार हैं समाज में उनकी अच्छी प्रतिष्ठा है। किसी भी जिम्मेदार पिता की तरह वे अपनी बेटी के विवाह की व्यवस्था करते हैं। दुर्भाग्य से विवाह का खर्चा उनके हिसाब से (बजट) से ज्यादा हो जाता है। उस समय उनकी पत्नी यह सलाह देती है कि वे अपने मित्रों से धन उधार ले लें। परन्तु श्री सिंह किसी से उधार लेने की सोच भी नहीं सकते हैं, क्योंकि वे आत्म सम्मान को बहुत महत्व देते हैं। अतः इस स्थिति में उनके मस्तिष्क में एक द्वन्द की स्थिति पैदा हो जाती है। अतः इस उदाहरण में आप देख सकते हैं कि आत्म सम्मान की मनोवैज्ञानिक आवश्यकता, सामाजिक आवश्यकता अथवा समाज में प्रतिष्ठा की भावना के बीच असंगति है।

दूसरे प्रकार के द्वन्द की स्थिति तब पैदा होती है जब एक आवश्यकता की पूर्ति के लिए दो विभिन्न प्रकार के लक्ष्य उपलब्ध हों। उदाहरणार्थ, एक युवती स्वयं को एक समाजविज्ञानों के रूप से स्थापित

करना चाहती है। वह एक प्रतिबद्ध शोधार्थी के रूप में कठिन परिश्रम करके अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकती है। वह विभाग के उच्च प्राधिकारियों की सहायता बिना भी अपने शैक्षिक सम्मान को अर्जित कर सकती है। वह एक भ्रम की स्थिति में है कि वह गंभीरतापूर्वक परिश्रम करके अथवा सरल उपायों के द्वारा अपने लक्ष्य को प्राप्त करे। प्रायः लोग जीवन में आगे आने के लिए सरल उपायों का ही आश्रय लेते हैं। अंततोगत्वा वे प्राप्त तो करते हैं इसके परिणामस्वरूप उनमें तनाव तथा चिंता उत्पन्न हो जाती है।

परीक्षा में उत्तम श्रेणी प्राप्त करने के दो मार्ग हैं, एक तो आप अपने विषय का गंभीरता तथा विस्तारपूर्वक अध्ययन करके तथा दूसरा मोटा-मोटा परन्तु परीक्षा में अपेक्षित विषय सामग्री का अध्ययन करके कर सकते हैं। विस्तृत अध्ययन से आपको उत्तम ज्ञान प्राप्त होगा, परन्तु विस्तृत अध्ययन में समय का प्रतिबंध अथवा दबाव है। अतएव गंभीर अध्ययन करने वाले छात्रों के मस्तिष्क में संघर्ष उत्पन्न हो जाता है। इस उदाहरण में आप देखते हैं कि छात्र को अपना लक्ष्य प्राप्त करने के लिए द्वन्द की स्थिति का सामना करना होता है।

6.7.1 द्वन्दों के प्रकार Types of conflict

द्वन्दों को तीन प्रकारों में बांटा जा सकता है। विभिन्न प्रकार के द्वन्दों को समझने के लिए निम्नांकित उदाहरण हैं:

1. **उपागम-उपागम द्वन्द:** उपागम-उपागम द्वन्द वह समस्या है जिसमें एक व्यक्ति दो परस्पर अपवर्जक लक्ष्यों के बीच फंस जाता है। ये दोनों ही लक्ष्य वांछित हैं किन्तु एक साथ प्राप्त करने के लिए असंभव है, उदाहरण के लिए एक छात्र अपनी परीक्षा के लिए तैयारी करता है तथा उच्च अंक प्राप्त करने के लिए उत्सुक रहता है। वह अपने परमप्रिय मित्र की शादी में भी सम्मिलित होना चाहता है, परीक्षा तथा मित्र की शादी दोनों कार्य एक ही दिन सम्पन्न होने हैं।
2. **उपागम-परिहार द्वन्द:** इसको निम्न उदाहरण से स्पष्ट किया जा सकता है कि एक पच्चीस वर्ष की लड़की एक ऐसे लड़के से विवाह करना चाहती है तो उच्च शिक्षा प्राप्त तथा अच्छे पद पर कार्यरत है। वह इस लक्ष्य को प्राप्त करने में भी हिचकिचा रही है, क्योंकि लड़के की जीवनशैली लड़की की जीवनशैली से पूरी तरह भिन्न है। वह सिगरेट तथा शराब पीता है। इसी प्रकार एक लड़का अपने पिता के पास इसी विचार से जाता है कि वह उसे दो विषयों में कृपा अंक दिलवाए। वह पिता के पास जाने में संकोच करता है क्योंकि उसने पिता को आश्वासन दिया था कि वह कक्षा में कोई उच्च स्थान लेकर दिखाएगा। इससे छात्र के मस्तिष्क में द्वन्द की स्थिति उत्पन्न हो जाती है इन उदाहरणों से स्पष्ट होता है कि जो व्यक्ति एक ही समय में किसी लक्ष्य का प्राप्त भी करना चाहता है और उसी समय उसे छोड़ देना भी चाहता है।

3. **परिहार-परिहार द्वन्द:** परिहार-परिहार द्वन्द एक समस्या है, जिसमें एक व्यक्ति दोनों ही लक्ष्यों से दूर हटने के लिए प्रेरित होता है। एक द्विविधात्मक स्थिति देखिए, कर्ण के मित्रों ने एक नई फिल्म देखने के लिए जोर दिया जिसे वह देखने का इच्छुक नहीं था। साथ ही वह अपने मित्रों को यह कहकर अप्रसन्न नहीं करना चाहता है कि वह फिल्म देखने नहीं जाएगा। इस परिस्थिति में वह दोनों ही लक्ष्यों को छोड़ना चाहता है और अंत में एक द्वंदात्मक समस्या का सामना करता है।

6.7.2 अन्तर्द्वन्द से बचने के उपाय Solution of Avoiding Conflicts

मन का कथन है निरन्तर रहने वाला संघर्ष कष्टदायक होने के साथ-साथ शारीरिक स्वास्थ्य के लिये भी हानिकारक है।

“Continued conflict in addition to being unpleasant, is also dangerous to physical health” **Munn, p. 216**

सोरन्सन के अनुसार इसके समाधान हेतु निम्नलिखित विधियों का प्रयोग किया जा सकता है-

1. बालकों के समक्ष किसी प्रकार की समस्या उपस्थित नहीं होनी चाहिए।
2. बालकों को समूहों के सदस्यों के रूप में विभिन्न परिस्थितियों का सामना करने के अवसर दिये जाने चाहिए।
3. बालकों को असंतोषजनक परिस्थितियों का सामना करने और उनको उपयुक्त समायोजन करने का प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
4. बालकों की शक्तियों को किसी लक्ष्य की प्राप्ति की दशा में निर्देशित करना चाहिए ताकि उनके मस्तिष्क संघर्षों के निवास स्थान न बन सकें।
5. बालकों की निराशाओं और असफलताओं का सामना करने के लिये प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
6. बालकों के समक्ष विरोधी बातों और विरोधी प्रश्नों में चुनाव करने की परिस्थिति नहीं आनी देनी चाहिए।
7. बालकों के सामने न तो उच्च आदर्श प्रस्तुत किये जाने चाहिए और न उनसे उनके पालन की आशा की जानी चाहिए।
8. परिवार एवं विद्यालय के वातावरण में किसी प्रकार का तनाव नहीं होना चाहिए, क्योंकि तनाव संवेगों में उथल-पुथल मचाकर संघर्ष को जन्म देता है।
9. बालकों को अपने से संबंधित मामलों पर निर्णय करने के लिये प्रोत्साहित करना चाहिए, पर निर्णय करने के बाद उनको उसके कारणों पर विचार करने की आज्ञा नहीं देनी चाहिए।
10. परिवार एवं विद्यालय का वातावरण विवके एवं समझदारी पर आधारित होना चाहिए।

11. भय एवं चिन्ता से उत्पन्न बालकों की मानसिक चिकित्सा की जानी चाहिए।

अर्न्तद्वन्द का समाधान करने के अन्य उपाय निम्न हैं -

1. प्रथम यह है कि जिन व्यक्तियों की अभिवृत्ति समाधान (**Problem Solving Attitude**) वाली होती है, उनमें अर्न्तद्वन्द अन्य व्यक्तियों की अपेक्षा कम उत्पन्न होता है। यदि किसी व्यक्ति में अर्न्तद्वन्द उत्पन्न होता है तो उस व्यक्ति को उस अर्न्तद्वन्द का समाधान करने के लिये प्रयास में समस्या समाधान अभिवृत्ति (**Problem Solving Attitude**) अपनानी चाहिए।
2. अर्न्तद्वन्द परिस्थिति के संबंध में व्यक्ति जो भी निर्णय लें, निर्णय का दृढ़ता से पालन करना चाहिए अन्यथा अर्न्तद्वन्द की परिस्थिति पुनः उत्पन्न हो जाती है।
3. जब किसी व्यक्ति में अर्न्तद्वन्द की परिस्थिति उत्पन्न हो तो उसे तुरन्त ही उस अर्न्तद्वन्द की परिस्थिति तथा तर्क-वितर्क प्रारम्भ कर देना चाहिए तथा जितनी जल्दी हो सके उतनी जल्दी अर्न्तद्वन्द की परिस्थिति के संबंध में दृढ़ निर्णय कर लेना चाहिए।
4. क्षतिपूर्ति प्रतिक्रियाओं, मनोरचनाओं (Compensatory Reactions or Mental Mechanism) द्वारा भी अर्न्तद्वन्द की परिस्थिति का समाधान होता है।
5. वास्तविकता स्वीकार करना।
6. समस्या स्थिति का विश्लेषण।
7. लक्ष्यों को प्राथमिकता प्रदान करना।
8. मूल्य निर्णय व विकास।
9. रुचि अपसरण।

6.8 सारांश

प्रस्तुत इकाई में समायोजन, उसका अर्थ एवं समायोजन प्रक्रिया भली-भांति समायोजित व्यक्ति के गुण, कुण्ठा, कुण्ठा के स्रोत, कुण्ठा के प्रति प्रतिक्रिया के तरीके, अर्न्तद्वन्द, उसके प्रकार तथा उससे बचने के उपायों की चर्चा की गयी है। मनुष्य जीवन चुनौतियों एवं संघर्षों से भरा पड़ा है अर्थात् परिपूर्ण है। बचपन से हमें जीवन की अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ता है जो मनुष्य या व्यक्ति जितने अच्छे ढंग से चुनौतियों का सामना करता जाता है वह उतनी ही सफलता या संतोषजनक जीवन व्यतीत करता है। कुछ दशाओं में और कुछ लोगों के साथ उसे प्रसन्नता एवं संतुष्टि मिलती है उनके साथ उसका अच्छा समायोजन होता है। कुछ लोगों एवं दशाओं में उसे अप्रसन्नता एवं असन्तुष्टि मिलती है उनके साथ उसका समायोजन अच्छा नहीं होता है। समायोजन को सामंजस्य, व्यवस्थापन या अनुकूलन भी कहते हैं। यह दो शब्दों से मिलकर बना है-सम और

आयोजन, सम का अर्थ है भली-भांति अच्छी तरह या समान रूप से और आयोजन का अर्थ है व्यवस्था अर्थात् अच्छी तरह व्यवस्था करना। समायोजन प्रक्रिया- सभी जीवित प्राणी क्रियाशील होते हैं। मनुष्य भी दिन-रात क्रियाशील रहता है। सोना, जागना, चिन्तन करना, खेलना, कार्य करना वे सभी विभिन्न प्रकार की क्रियायें हैं। मनोरचनार्ये-ब्राउन के अनुसार दो प्रकार की होती हैं। ये मनोरचनार्ये व्यक्ति को अपने वातावरण से या व्यक्तित्व से समायोजन को भली प्रकार से व्यवस्थित करती हैं-प्रधान मनोरचनार्ये गौण मनोरचनार्ये। एक स्वस्थ तथा समायोजित व्यक्ति में चिन्तन में परिपक्वता, भावनात्मक संतुलन, दूसरों के प्रति संवेदी समझ, दैनिक घटनाओं द्वारा जनित तनाव से मुक्ति, स्वतंत्र निर्णय लेने में सक्षम की योग्यता होनी चाहिए। 'भग्नाशा' तनाव और असमायोजन की वह दशा है, जो हमारी किसी इच्छा या आवश्यकता के मार्ग में बाधा आने से उत्पन्न होती है। कुण्ठा व्यक्ति की वह मानसिक स्थिति एवं भावात्मक दशा है जो उसे अनेक अवरोध और परस्पर विरोधी विकल्पों का सामना करने पर प्राप्त होती है। एक विद्वान के अनुसार-कुण्ठा वह तीव्र अनुभूति है जो व्यक्ति को असफल होने पर या असंतुष्ट होने पर होती है। कुण्ठा उत्पन्न करने वाले सामान्य स्रोत-प्रतिस्पर्धा, उच्च आकांक्षा स्तर, जन्मजात अयोग्यतायें, वाह्य कारक जिसमें प्राकृतिक पर्यावरण से संबंधित कारक, दुर्घटनायें, राजनैतिक कारण तथा सामाजिक बाधायें हैं। कुण्ठा के प्रति जब बालकों के सामने समायोजन की समस्या आती है तो आमतौर पर वे तीन प्रकार से अपनी प्रतिक्रिया प्रकट करते हैं-परिस्थिति के साथ समझौता, प्रत्यागमन और आक्रामकता। भग्नाशा से बचने के उपाय हैं- आवश्यकताओं की पूर्ति, अनुचित इच्छाओं को न उठने देना, असंगत लक्ष्यों को कम करना, शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन, विद्यालय का वातावरण अच्छा होना चाहिए, समाज का वातावरण भी अच्छा होना चाहिए। द्वन्द्व या संघर्ष शब्द का प्रयोग हम दिन-प्रतिदिन की जिंदगी में कई रूपों में करते रहते हैं। किन्हीं दो या दो से अधिक संस्कृतियों, मतावलम्बियों, धर्मों या संगठनों में हम प्रायः विभिन्न प्रकार के वैचारिक एवं सामाजिक संघर्ष देखने में मिल सकते हैं। परिवार एवं समाज में भी पति-पत्नी, बाप-बेटा, भाई-बहिन, गुरु एवं शिष्यों के बीच द्वन्द्व तथा संघर्ष की अनेक परिस्थितियां पैदा हो सकती हैं। द्वन्द्वों के प्रकार हैं-उपागम-उपागम द्वन्द्व, उपागम-परिहार द्वन्द्व, परिहार-परिहार द्वन्द्व। अर्न्तद्वन्द्व का समाधान करने के अन्य उपाय-प्रथम यह है कि जिन व्यक्तियों की अभिवृत्ति समाधान वाली होती है, उनमें अर्न्तद्वन्द्व अन्य व्यक्तियों की अपेक्षा कम उत्पन्न होता है। यदि किसी व्यक्ति में अर्न्तद्वन्द्व उत्पन्न होता है तो उस व्यक्ति को उस अर्न्तद्वन्द्व का समाधान करने के लिये प्रयास में समस्या समाधान अभिवृत्ति अपनानी चाहिए, अर्न्तद्वन्द्व परिस्थिति के संबंध में व्यक्ति जो भी निर्णय लें, निर्णय का दृढ़ता से पालन करना चाहिए अन्यथा अर्न्तद्वन्द्व की परिस्थिति पुनः उत्पन्न हो जाती है, जब किसी व्यक्ति में अर्न्तद्वन्द्व की परिस्थिति उत्पन्न हो तो उसे तुरन्त ही उस अर्न्तद्वन्द्व की परिस्थिति तथा तर्क-वितर्क प्रारम्भ कर देना चाहिए तथा जितनी जल्दी हो सके उतनी जल्दी अर्न्तद्वन्द्व की परिस्थिति के संबंध में दृढ़ निर्णय कर लेना चाहिए, क्षतिपूर्ति प्रतिक्रियाओं, मनोरचनाओं द्वारा भी अर्न्तद्वन्द्व की परिस्थिति का समाधान होता है इसके अलावा वास्तविकता

स्वीकार करना, समस्या स्थिति का विश्लेषण, लक्ष्यों को प्राथमिकता प्रदान करना, मूल्य निर्णय व विकास, रुचि अपसरण आदि भी हैं

6.9 सन्दर्भ सूची एवं उपयोगी पुस्तकें

1. मंगल, एस0के0 (2008): शिक्षा मनोविज्ञान, प्रेंटिस हॉल ऑफ इंडिया प्रा0 लि0, नई दिल्ली, 110001
2. ओझा, राजकुमार (1972): असामान्य मनोविज्ञान, रस्तोगी पब्लिकेशन्स, प्रकाशक एवं मुद्रक शिवाजी रोड, मेरठ-2
3. वर्मा, प्रीती एवं श्रीवास्तव डी0एन0 (1984): बाल मनोविज्ञान, बाल विकास, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा-2
4. पाठक, पी0डी0 (1986-87): शिक्षा मनोविज्ञान, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा-2
5. शर्मा रामनाथ एवं शर्मा रचना (2004): उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान, एटलांटिक पब्लिशर्स एवं डिस्ट्रीब्यूटर्स, नई दिल्ली।
6. माथुर, एस0एस0: शिक्षा मनोविज्ञान, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, आगरा-7
7. भाई योगेन्द्र जीत: शिक्षा मनोविज्ञान, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा-2
8. पचौरी, गिरीश: शिक्षा के मनोवैज्ञानिक आधार, आर0लाल बुक डिपो, मेरठ।

6.10 निबंधात्मक प्रश्न

1. समायोजन का क्या अर्थ होता है? सुसमायोजित व्यक्ति के गुण लिखिए?
2. कुण्ठा या भग्नाशा की विवेचना कीजिये।
3. अन्तर्द्वन्द से आप क्या समझते हैं? विस्तार पूर्वक लिखिए।

इकाई 7 कुसमायोजन के कारण एवं लक्षण

7.1 प्रस्तावना

7.2 उद्देश्य

7.3 कुसमायोजन के कारण एवं लक्षण

7.4 कुसमायोजन का अर्थ

7.5 बालकों में कुसमायोजन के कारण

7.5.1 भगनाशा या कुण्ठा का अर्थ

7.5.2 भगनाशा के कारण

7.6 मानसिक द्वन्द का अर्थ

7.6.1 मानसिक द्वन्द या संघर्ष के दुष्प्रभाव

7.6.2 संघर्ष की परिभाषा

7.6.3 द्वन्द या संघर्ष से बचने के सामान्य उपाय

7.7 कुसमायोजन के लक्षण

7.7.1 समायोजित व्यक्ति के लक्षण

7.7.2 मानसिक द्वन्द को सुलझाने एवं तनावों को कम करने के विशिष्ट उपाय

7.8 सारांश

7.9 शब्दावली

7.10 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

7.11 सन्दर्भ ग्रंथ

7.12 सहायक/उपयोगी पुस्तकें

7.13 निबन्धात्मक प्रश्न

7.1 प्रस्तावना

समायोजन की विपरीत स्थिति कुसमायोजन या विषमायोजन (Maladjustment) की स्थिति कहलाती है। समायोजन के विरुद्ध इस स्थिति में जीवित प्राणी अपनी आवश्यकतओं और उन

आवश्यकताओं की तुष्टि को प्रभावित करने वाली परिस्थितियों के संतुलन नहीं रख पाता। अतः इस स्थिति में ऐसे प्रतिक्रियायें दिखलाई पड़ती हैं जिनमें यह संतुलन बनने की अपेक्षा और भी बिगड़ता है। इस प्रकार की प्रतिक्रियाओं में से वे सभी व्यवहार आते हैं जो असामान्य कहे जा सकते हैं। उदाहरण के लिए सभी तरह के मानसिक रोग कुसमायोजित प्रतिक्रियाओं में गिने जायेंगे। इसी तरह अपराधी और किशोर अपराधी व्यवहार तथा समाज विरोधी व्यवहार कुसमायोजित माना जाएगा। कुसमायोजित व्यक्ति अपनी परिस्थितियों में समायोजन नहीं कर पाता और वस्तुस्थिति का सामना करने की बजाए उससे भागने का प्रयास करता है। उसमें नाना प्रकार के असामान्य भय और मानसिक रचनायें दिखलाई पड़ती हैं। उसमें सहयोग की सामर्थ्य बहुत कम होती है। वह दूसरों के साथ मिल-जुलकर नहीं रह सकता। बहुदा व अकेला रहना पसन्द करता है। और कल्पनालोक में डूबा रहता है। अत्यधिक दिवास्वपन देखना एक कुसमायोजित प्रतिक्रिया है।

7.2 उद्देश्य

1. कुसमायोजन का अर्थ व बालकों में कुसमायोजन के कारणों को जान सकेंगे।
2. भग्नाशा या कुन्ठा के कारणों को जान सकेंगे।
3. मानसिक द्वन्द या संघर्ष के दुष्प्रभाव के कारणों को जान सकेंगे।
4. द्वन्द या संघर्ष से बचने के उपायों को जान सकेंगे।
5. कुसमायोजन को लक्षणों को जान सकेंगे।
6. समायोजित व्यक्ति के लक्षणों को जान सकेंगे।

7.3 कुसमायोजन के कारण एवं लक्षण Problem of Mail adjusting Cause and Symptoms

व्यक्ति को सफल जीवन व्यतीत करने के लिए अपने वातावरण और परिस्थितियों के साथ समायोजन स्थापित करना आवश्यक हो जाता है। व्यक्ति के जीवन में अनेक प्रकार की अनुकूल एवं प्रतिकूल परिस्थितियां आती रहती हैं जिनका उसे सामना करना पड़ता है। प्रत्येक व्यक्ति अपनी अलग-अलग क्षमता के अनुसार समायोजन करने का प्रयत्न करते हैं। कुछ लोग प्रतिकूल परिस्थितियों का सामना करने में सफल हाते हैं और कुछ लोग अपना मानसिक संतुलन खो बैठते हैं। इस प्रकार के व्यक्ति असंतोष या भग्नाशा, मानसिक द्वन्द एवं तनाव का शिकार बन जाते हैं। और अपने को असमायोजित पाते हैं, जिससे वे समाज विरोधी कार्य करने लगते हैं, जिसका प्रभाव उन्हें जीवन के प्रत्येक पक्ष में देखने को मिलता है।

7.3.1 कुसमायोजन का अर्थ Meaning of Maladjustment

जब व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं (Needs) एवं इच्छाओं तथा वातावरण के उन कारकों, जिनसे उन इच्छाओं एवं आवश्यकताओं की सही ढंग से संतुष्टि होती है, के बीच एक संतुलन (Balance) बनाए रखता है, तब हम इस प्रक्रिया को समायोजन की संज्ञा देते हैं। परन्तु जब किसी कारणों से यह संतुलन बिगड़ जाता है तब इस अवस्था को कुसमायोजन (Maladjustment) कहा जाता है। शिक्षा मनोवैज्ञानिकों का मत है कि कुसमायोजन छात्रों में भी हो सकता है, तथा शिक्षकों में भी। अध्ययनों से पता चलता है कि कुसमायोजन की समस्या छात्रों में शिक्षकों की कुसमायोजन की समस्या के अधिक गंभीर होती है। यदि छात्र या शिक्षक में कुसमायोजन की स्थिति लम्बे अरसे से बनी रहती है तो इससे उसके व्यक्तित्व में असामान्यता (Abnormality) उत्पन्न होने की संभावना बढ़ जाती है।

7.3.2 बालकों में कुसमायोजन के कारण Cause of Maladjustment in the Children

प्रमुख मनोवैज्ञानिक फ्राइड (Freud) एडलर (Adler) युंग (Jung) आदि ने बालकों में कुसमायोजन के प्रमुख कारणों का वर्णन निम्नलिखित बताये हैं -

1. **कुंठा (Frustration)**- जब बालक की प्रमुख आवश्यकताओं (Needs) की संतुष्टि नहीं हो पाती, तो उनमें कुंठा उत्पन्न होती है। जब कुंठा की मात्रा धीरे-धीरे असहनीय हो जाती है तो बालकों का व्यवहार कुसमायोजित होने लगता है। अन्य बालकों के अलावा उनमें चिड़चिड़ापन एवं अक्रामकता बढ़ जाती है।
2. **गरीबी (Poverty)**- कुसमायोजन तथा गरीबी में घनात्मक सहसम्बंध (Positive Correlation) है। अधिकतर कुसमायोजित बालक निम्न आर्थिक, सामाजिक स्तर वाले परिवार से आते हैं। इसका मूल कारण है कि ऐसे परिवार के माता-पिता या अभिभावक अपने बच्चों की उचित आवश्यकताओं को पूरा करने में असमर्थ रहते हैं, जिससे इनमें कुसमायोजन की समस्या पैदा हो जाती है।
3. **ब्रोकेन होम्स (Broken Homes)**- ब्रोकेन होम्स से हमारा अभिप्राय ऐसे घरों से होता है जो माता-पिता में सम्बंध विच्छेद हो जाने के कारण, मृत्यु हो जाने के कारण, न्यायालय से माता-पिता से अलगाव हो जाने के कारण, बालकों को अपने माता-पिता या परिवार के अन्य सदस्यों से उचित प्यार, स्नेह, सहानुभूति, सुरक्षा आदि नहीं मिल पाता है। ऐसे बच्चों में कुसमायोजन विकसित होने लगता है।
4. **माता-पिता की मनोवृत्ति (Parental Attitude):** - माता-पिता की प्रतिकूल मनोवृत्ति (Unfavorable Attitude) से बालकों का व्यवहार कुसमायोजित हो जाता है। जब माता-पिता बालकों को अस्वीकृत कर देते हैं तो इससे उनके अहम को चोट पहुंचती है और वे अपना न्यूनांकलन (Underestimate) करने लगते हैं। उनमें असुरक्षा लाचारी

एवं अकेलापन का भाव उत्पन्न हो जाता है। ऐसे भाव बालकों को धीरे-धीरे कुसमायोजित बना देते हैं।

5. **शरीरिक (Physique)-** गिलवर्ग (1963) ने अध्ययन में पाया है कि जब बालकों की शरीरिक बनावट सामान्य बालक से हटकर कुछ अलग होती है तो ऐसे बालक की अन्य बालकों द्वारा खिल्ली उड़ायी जाती है। इससे बालक में हीनता का भाव पनपता है और वह कुसमायोजित हो जाता है।
6. **अंगीकरण (Adoption)-** अध्ययनों के आधार पर यह देखा गया है कि दत्तकी बालक (Adopted) सामान्य बालकों की अपेक्षा अधिक कुसमायोजित हो जाता है। इसका कारण यह है कि ऐसे बालक को जब उनके और माता-पिता के सम्बंधों की वास्तविकता का पता चलता है तो उसे मानसिक आघात लगता है और बालक कुसमायोजित हो जाता है।
7. **बालकों के प्रति यौन आधारित व्यवहार (Sex Behavior Towards Children)-** जिस परिवार में माता-पिता द्वारा लड़कों पर लड़कियों की अपेक्षा अधिक ध्यान दिया जाता है और उनको शिक्षा के अलावा अन्य कार्यों में वरीयता दी जाती है, तब लड़कियों में हीनता व कुण्ठा की भावना पनपने लगती है, जिसके कारण वे कुसमायोजित हो जाती हैं।
8. **मनोरंजन के साधन में कमी (Sex Based Behavior towards Children)-** जब बालकों के लिए मनोरंजन के पर्याप्त साधन स्कूल या घर में नहीं होते, तो उनमें एक तरह का घुटन हो जाती है, उनमें संवेगात्मक तनाव बढ़ जाता है और उनका व्यवहार चिड़चिड़ा तथा अन्य दृष्टिकोण से कुसमायोजित हो जाता है।
9. **धार्मिक विश्वास (Religious Beliefs)-** प्रत्येक बालक को अपने माता-पिता के धर्म को मानना होता है और उनके धार्मिक विश्वास के अनुकूल कुछ व्यवहार करना पड़ता है। कभी-कभी बालक को ऐसी क्रियायें, कर्मकांड करने पड़ते हैं जिसको बालक न तो समझ पाता है और न ही वह उसको करना चाहता है, ऐसी स्थिति में बालक में कुसमायोजन के गुण पैदा हो जाते हैं।

7.3.3 भनाशा या कुण्ठा का अर्थ (Meaning of Frustration)

व्यक्ति दिन में प्रतिक्षण प्रायः छोटी-छोटी कठिनाइयों और बाधाओं को सहन करता रहता है। उनमें से अधिकांश ऐसी होती हैं, जिन्हें आसानी से सुलझाया जा सकता है, परन्तु कभी-कभी ऐसी बाधाएं या अवरोध उत्पन्न हो जाते हैं जो व्यक्ति की आवश्यकताओं और प्रेरकों की पूर्ति में हस्तक्षेप करते हैं। अर्थात् वह लक्ष्य तक पहुंचने में रूकावट डालते हैं। व्यक्ति इन बाधाओं या अवरोधों को दूर करने का भरसक प्रयत्न करता है। जब बाधाओं को दूर करके अपने लक्ष्य तक पहुंचने में सफल हो जाता है तो उसे एक प्रकार की खुशी और संतोष की अनुभूति होती है। किन्तु जब अनेक प्रयास करने के

बावजूद भी वह बांधों या अवरोधों को दूर नहीं कर पाता और लक्ष्य तक नहीं पहुंच पाता तो उसे दुःख होता है, और एक प्रकार की विफलता या निराशा की अनुभूति होती है, जिसे मनोवैज्ञानिक भाषा में भग्नाशा या कुण्ठा कहते हैं। ऐसी स्थिति में छात्र या व्यक्ति कुसमायोजन का शिकार हो जाता है और समाज में अपने को समायोजन करने में काफी परेशानी हो जाती है।

7.3.4 भग्नाशा के कारण (Reason of Frustration)

भग्नाशा के अनेक कारण एवं स्रोत हो सकते हैं जिनमें से कुछ कारण निम्नलिखित हैं-

- i. व्यक्तिगत कारण- कुछ व्यक्ति अथवा बालक अपने मानसिक, संवेगात्मक या शरीरिक दोषों जैसे बुद्धि की कमी, भय हीनता की भावना, अकुशलता, अंधापन, बहरापन, लंगड़ापन आदि के कारण अपनी इच्छाओं और आवश्यकताओं की पूर्ति में असफल रह जाते हैं। इससे भी असंतोष और कुण्ठा की अनुभूति होती है।
- ii. आर्थिक कारण- आर्थिक परिस्थिति अच्छी न होने के कारण व्यक्ति अपनी बहुत से इच्छाओं और आवश्यकताओं को पूरी कर पाने में असमर्थ होता है और अपने लक्ष्य तक नहीं पहुंच पाता है।
- iii. भौतिक कारण- वातावरण में पाये जाने वाले अनेक भौतिक या प्राकृतिक तत्व जहां एक ओर व्यक्ति की आवश्यकताओं और प्रेरकों की पूर्ति में सहायक होते हैं वहीं दूसरी ओर अनेक भौतिक तत्व जैसे अकाल, बाढ़ या अनावृष्टि, भूचाल आदि आवश्यकताओं और प्रेरकों की पूर्ति में बाधक सिद्ध होते हैं जिससे व्यक्ति के मन में घोर निराशा और असंतोष उत्पन्न होता है।
- iv. सामाजिक कारण- समाज के कठोर नियम, रीति रिवाज, परम्पराएं, जाति-प्रजाति, धर्म और कानून भी व्यक्ति की स्वतंत्रता इच्छाओं और आवश्यकताओं की पूर्ति में बाधक होते हैं, जिससे व्यक्ति को निराशा और असंतोष का सामना करना पड़ता है, जिससे उसमें कुसमायोजन के भाव पनप जाते हैं।
- v. असंगत परिस्थितियां और दशाएं- सामाजिक महंगाई, निर्धनता, बेकारी, रहने का अनुपयुक्त स्थान, घर का अशांत वातावरण आदि के कारण बालक की बहुत सी आवश्यकताओं में एवं इच्छाएं अपूर्ण रह जाती हैं। इससे उसमें कुण्ठा पैदा हो जाती है और असामाजिक व्यवहार करने लगता है।

अभ्यास प्रश्न

1. कुसमायोजन व्यक्ति अपने को समायोजित नहीं कर पाता है -
(अ) समाज में (ब) परिवार में (स) विद्यालय में (द) सभी जगह

2. कुण्ठा व्यक्ति में एक निश्चित आयु पर अवष्य होती है। (सत्य / असत्य)
3. कमजोर आर्थिक स्थिति भी कुण्ठा के लिए उत्तरदायी होती है। (सत्य / असत्य)
4. ब्रोकन होम्स वाले प्रत्येक बच्चा कुसमायोजित होता है। (सत्य / असत्य)
5. कुसमयोजन तथा गरीबी में सहसंबंध है -

(अ) घनात्मक (ब) रिणात्मक (स) षून्यात्मक

7.4 मानसिक द्वन्द का अर्थ Meaning of Mental Health

मानव एक जिज्ञासु प्राणी है। उसकी एक इच्छा की पूर्ति के बाद उसकी दूसरी इच्छा जागृत हो जाती है। लेकिन यदि किसी कारणवश उसकी वह इच्छा पूर्ण नहीं हो पाती, तब उसके मन में एक प्रकार का संघर्ष उत्पन्न हो जाता है। जब व्यक्ति को दो बिल्कुल विरोधी वस्तुओं में से एक का चुनाव करना पड़ता है तो भी उसे संघर्ष का सामना करना पड़ता है। उदाहरण के लिए- एक विद्यार्थी जिसका पी.एच.डी. करने के लिए चयन हो जाता है, दूसरी ओर उसका अध्यापक के लिए भी चयन हो जाता है, तो ऐसी परिस्थिति में वह दोनों से मोह करता है। इससे उसके मन में द्वन्द की स्थिति पैदा हो जाती है। ऐसी परिस्थिति को द्वन्द्व कहते हैं, जिसका परिणाम कुसमायोजन होता है।

7.4.1 मानसिक द्वन्द्व (संघर्ष) के दुष्प्रभाव (Demerits of Mental Conflict)

मानसिक द्वन्द्व के कुछ दुष्प्रभाव निम्नलिखित हैं:-

- i. **असामान्य मानसिक क्रियाएं-** मानसिक द्वन्द्व की दशा में व्यक्ति की समस्त मानसिक प्रतिक्रियायें प्रभावित होती हैं। उसमें विस्मरण की मात्रा अधिक हो जाती है। स्वप्न अधिक देखने लगता है और प्रत्यक्षीकरण में कठिनाई का अनुभव करता है।
- ii. **असामान्य संवेग प्रदर्शन -** व्यक्ति में प्रसन्नता, दुःख, हास्य, उत्साहहीनता, उदासी आदि बिल्कुल असाधारण रूप में परिलक्षित होती है।
- iii. **आसामाजिक व्यवहार-** एकान्तप्रिय, समाजविमुखता और अन्तर्मुखी (Introversion) व्यवहार दिखलाई पड़ता है।
- iv. **मानसिक रूग्णता-** मानसिक द्वन्द्व के दुष्प्रभाव से व्यक्ति को अनेक स्नायुविक रोग हो जाते हैं एवं मानसिक तनाव बना रहता है।
- v. **अपराधी प्रवृत्तियां-** मानसिक द्वन्द्व की दशा में व्यक्ति का मानसिक संतुलन अस्त-व्यस्त हो जाता है। उसे भले बुरे का ज्ञान नहीं रह जाता है और वह सामाजिक और वैधानिक अपराध की ओर प्रवृत्त हो जाता है।

7.4.2 द्वन्द्व या संघर्ष की परिभाषाएं (Definition of Conflict)

व्यक्ति को लक्ष्य प्राप्ति के दौरान अनेक बाधाओं का सामना करना पड़ता है। कई बार समय कम होने, अनेक विकल्पों में से एक को चुनने और लक्ष्य प्राप्ति के बाद अगले लक्ष्य के निर्धारण में अनेक बाधाएं आती हैं। ऐसे समय में मानसिक द्वन्द्व सा संघर्ष उत्पन्न होने लगता है। यह स्थिति मानसिक उथल-पुथल की स्थिति होती है। संघर्ष या द्वन्द्व की कुछ परिभाषाएं दृष्टव्य हैं:-

डगलस व हालैन्ड - “संघर्ष का अर्थ है विरोध और विपरीत इच्छाओं में तनाव के परिणामस्वरूप उत्पन्न होने वाली कष्टदायक संवेगात्मक दशा।”

“Conflict means a painful emotion state. Which result from a tension between opposed and contradictory wishes” - Douglas and Holland

क्रो व क्रो - “संघर्ष उस समय उत्पन्न होता है जब व्यक्ति को अपने वातावरण में ऐसी शक्तियों का सामना करना पड़ता है, जो उसके स्वयं के हितों और इच्छाओं के विरुद्ध कार्य करती है।”

“Conflicts arise when an individual is faced with forces in his environment that act an opposition to his own Interest and desires” – Crow and Crow

फ्राइड - “इंद्र, अहम्, परम अहम् के मध्य सांमजस्य का अभाव होने से मानसिक द्वन्द्व उत्पन्न होता है”।

मन - “निरन्तर रहने वाला संघर्ष कष्टदायक होने के साथ-साथ शारीरिक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है”। ”

“ Continued conflict in addition to being unpleasant is also deleterious to physical health”-Munn

7.4.3 द्वन्द्व या संघर्ष से बचने के सामान्य उपाय (Method of General Avoiding Conflict)

सोरेनसन के अनुसार - संघर्ष से बचने के लिए निम्नलिखित विधियों का प्रयोग किया गया है:-

1. बालकों के समक्ष न तो अच्छा आदर्श प्रस्तुत किये जाने चाहिए और न उनसे उनके पालन की आशा की जानी चाहिए।
2. बालकों को असंतोषजनक परिस्थितियों का सामना करने और उनसे उपयुक्त समायोजन करने का प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
3. बालकों की शक्तियों को किसी लक्ष्य की प्राप्ति की दिशा में निर्देशित करना चाहिए, ताकि उनका मस्तिष्क, संघर्षों का निवास स्थान न बन सके।

4. भय और चिन्ता से उत्पन्न होने वाले मानसिक और संवेगात्मक संघर्षों का निवारण करने के लिए बालकों की मानसिक चिकित्सा की जानी चाहिए।
5. परिवार और विद्यालय का वातावरण, विवेक और समझदारी पर आधारित होना चाहिए।
6. बालकों में किसी प्रकार की समस्या उपस्थित नहीं होने देना चाहिए।
7. बालकों को निराशाओं और असफलताओं का सामना करने के लिए प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए।
8. बालकों के समक्ष विरोधी बातों और विरोधी प्रश्नों में चुनाव करने की परिस्थिति नहीं आनी चाहिए।
9. बालकों को समूहों के सदस्यों के रूप में विभिन्न परिस्थितियों का सामना करने के अवसर दिए जाने चाहिए।
10. बालकों के समक्ष न तो उच्च आदर्श प्रस्तुत किये जाने चाहिए और न ही उनसे उनके पालन की आशा की जानी चाहिए।

अभ्यास प्रश्न

6. मानसिक द्वन्द्व की स्थिति में व्यक्ति में बढ़ जाती हैं -
(अ) अपराधी प्रवृत्तियां (ब) सादगी
(स) कार्य करने की इच्छा (द) सहयोग की प्रवृत्तियां
7. इच्छाओं एवं आवश्यकताओं की सही ढंग से संतुलन की प्रक्रिया को की संज्ञा देते हैं:-
(अ) कुंठा (ब) समायोजन
(स) कुसमायोजित (द) असामान्यता
8. कुसमायोजित व्यक्ति का प्रमुख लक्षण है:-
(अ) आदर्श चरित्र (ब) संतुष्ट
(स) पर्यावरण का ज्ञान (द) संवेगात्मक रूप से असंतुलित
9. कुसमायोजित व्यक्ति में सुधार सम्भव है:- (हां / नहीं)
10. कुसमायोजित व्यक्ति अधिक अव्यवहारिक बन जाता है:- (सत्य / असत्य)

7.5 कुसमायोजन के लक्षण (Symptoms of Maladjustment)

छात्रों में कुसमायोजन की समस्या की पहचान करने के लिए कुछ प्रारम्भिक लक्षणों (Early symptoms) का वर्णन किया गया है। इन लक्षणों को निम्नलिखित तीन भागों में बांटा गया है:-

- i. शारीरिक लक्षण (Physical Symptoms)
- ii. व्यावहारात्मक लक्षण (Behavioural Symptoms)
- iii. सांवेगिक लक्षण (Emotional Symptoms)

शारीरिक लक्षण (Physical Symptoms) - बालकों में कुसमायोजन की स्थिति में स्पष्ट शारीरिक लक्षण दिखाई पड़ते हैं। शारीरिक लक्षण से तात्पर्य उन लक्षणों से होता है जिनका सम्बंध शारीरिक क्रियाओं (Bodily Activities) में उत्पन्न गड़बड़ी से होता है। बोलते समय हकला जाना, तुतलाकर बोल देना, उल्टी करना, सिर खुजलाना, सिर का बाल नोंचना, नाखून काटना, चेहरा फड़कना (Facial Twitching) आदि कुसमायोजन के प्रमुख शारीरिक लक्षण हैं।

व्यवहारात्मक लक्षण (Behavioral Symptoms)- कुसमायोजित बालकों के व्यवहारों में भी कुछ विचलन (Devotion) आ जाता है। कुसमायोजन की स्थिति में बालकों में चिड़चिड़ापन बढ़ जाता है तथा वे आक्रामक व्यवहार (Aggressive Behavior) अधिक करने लगते हैं। उनमें झूठ बोलने की प्रवृत्ति बढ़ जाती है। दूसरे बालकों को अकसर डराते-धमकाते रहते हैं। स्कूल की शैक्षिक उपलब्धि (Academic Achievement) में कमी आ जाती है तथा किशोरों में कुछ यौन व्यवहार सम्बंधी गड़बड़ी (Sex Disturbance) भी देखने को मिलता है।

सांवेगिक लक्षण (Emotional Symptoms)-कुसमायोजन की स्थिति में बालकों में चिंता, डर, हीनता का भाव, आत्मदोष, मानसिक तनाव, बैचेनी आदि जैसे सांवेगिक लक्षण भी स्पष्ट रूप से देखने को मिलते हैं।

इनके अलावा कुसमायोजित व्यक्ति को निम्नलिखित लक्षणों द्वारा पहचाना जा सकता है-

- i. कुसमायोजित व्यक्ति अपने को पर्यावरण के अनुकूलन बनाने में असमर्थ होता है।
- ii. वह अनिश्चित मन वाला, अस्थिर बुद्धि वाला, संवेगात्मक रूप से असंतुलित, अनिर्दिष्ट उद्देश्य वाला, घृणा, द्वेष और बदले की भावना वाला होता है।
- iii. वह असामाजिक, स्वार्थी और सर्वथा दुःखी होता है।
- iv. वह साधारण सी बाधा एवं समस्या उत्पन्न होने पर मानसिक संतुलन खो देने वाला होता है।
- v. स्नायु रोगों से पीड़ित, मानसिक द्वन्द्व एवं कुण्ठा से ग्रस्त तथा तनावयुक्त होता है।

7.5.1 समायोजित व्यक्ति के लक्षण (Characteristic of Well Adjusted Person)

समायोजित व्यक्ति में निम्नलिखित लक्षण दिखाई पड़ते हैं -

- i. समायोजित व्यक्ति पर्यावरण और परिस्थितियों का ज्ञान और नियंत्रण रखने वाला तथा उन्हीं के अनुकूल आचरण करने वाला होता है।

- ii. साधारण परिस्थितियों में भी संतुष्ट और सुखी रहकर अपनी कार्यकुशलता को बनाए रखता है।
- iii. अपनी आवश्यकता की पूर्ति के लिए समाज के अन्य लोगों को बाधा नहीं पहुंचता है।
- iv. यह अपनी आवश्यकता एवं इच्छा के अनुसार पर्यावरण एवं वस्तुओं का लाभ उठाता है।
- v. वह स्पष्ट उद्देश्य वाला तथा साहसपूर्ण व ठीक ढंग से कठिनाइयों तथा समस्याओं का सामना करने वाला होता है।
- vi. वह स्वयं तथा पर्यावरण के बीच संतुलन बनाये रखता है।

7.5.2 मानसिक द्वन्द्व को सुलझाने एवं तनावों को कम करने के विशिष्ट उपाय या विधियां (Methods of special Resolving the Conflicts and Tension Reduction)

मानसिक संघर्ष या तनाव की प्रचण्डता एवं तीव्र असन्तोष तथा संवेगात्मक उथल-पुथल के फलस्वरूप व्यक्ति का मानसिक संतुलन बिगड़ने लगता है। ऐसी दशा में इन कष्टदायी अनुभूतियों से बचने के लिए व्यक्ति अचेतन रूप से कुछ सुरक्षा प्रक्रियाओं का सहारा लेता है। मनोवैज्ञानिक कैमरन तथा शेफर एवं शोवेन ने समायोजन की युक्तियों को दो प्रकार का बताया है। रक्षात्मक युक्तियां और पलायन युक्तियां- रक्षात्मक युक्तियों का मुख्य कार्य व्यक्ति के अहम् की रक्षा करना है। पलायन युक्तियों का मुख्य कार्य व्यक्ति को तनावपूर्ण स्थिति से हटाकर उसे व्यक्तिगत समायोजन में सहायता प्रदान करना है।

मनोवैज्ञानिक कैमरन ने निम्नलिखित पांच रक्षात्मक युक्तियों का वर्णन किया है:-

- i. अवधान प्राप्ति (Attention Getting)
- ii. तादात्मीकरण (Identification)
- iii. प्रतिपूर्ति (Companion)
- iv. संयुक्तिकरण या औचित्य स्थापन (Rationalization)
- v. प्रक्षेपण (Projection)
 - क. प्रत्यक्ष उपाय (Direct Method)
 - ख. अप्रत्यक्ष उपाय (Indirect Method)
 - ग. क्षतिपूरक विधियां (Compensatory Method)
 - घ. आक्रामक उपाय (Aggressive Method)

(क) प्रत्यक्ष उपाय- प्रत्यक्ष उपाय द्वारा व्यक्ति चेतनावस्था में अपने तनाव को कम करने के लिए कुछ प्रयत्न करता है। उन उपायों को करने में वह अपनी तर्क शक्ति का सहारा लेता है। कुछ प्रत्यक्ष उपाय निम्नलिखित हैं-

- i. **बाधाओं को नष्ट या दूर करना** - व्यक्ति की आवश्यकता की पूर्ति में या लक्ष्य तक पहुंचने में जो अवरोध मार्ग में आते हैं वह उन्हें चेतन रूप से दूर करने या पूर्णरूपेण नष्ट करने का प्रयास करता है। इस प्रकार बाधाओं को दूर करने या नष्ट कर देने से व्यक्ति अपने उद्देश्य पूर्ति में सफल हो जाता है और उसका मानसिक तनाव दूर हो जाता है। उदाहरण के लिए बालक अपने लिखने की मंद गति को अभ्यास द्वारा दूर करके मानसिक तनाव को समाप्त कर सकता है।
- ii. **अन्य मार्ग खोजना** - जब व्यक्ति अपने उद्देश्य पूर्ति के मार्ग में आई बाधा को नष्ट या दूर नहीं कर पाता है तो वह दूसरा रास्ता ढूंढ निकालता है। दूसरा रास्ता ढूंढ लेने पर जब वह अपने उद्देश्य को पूरा कर लेता है तो उसका मानसिक तनाव अपने आप दूर हो जाता है।
- iii. **अवधान प्राप्ति की युक्ति** - जब एक व्यक्ति अपने को उपेक्षित अनुभव करता है तब वह इस युक्ति का प्रयोग दूसरे व्यक्तियों का ध्यान अपनी ओर आर्किर्षित करता है। इस विधि द्वारा वह चाहता है कि दूसरे उसकी ओर ध्यान दें। व्यक्ति की यह मनोवैज्ञानिक आवश्यकता होती है कि दूसरों द्वारा उसे अनुमोदन एवं मान्यता प्राप्त हो। माता-पिता द्वारा यदि किसी बच्चे को प्यार या दुलार न मिले तब वह सामाजिक समायोजन में कठिनाई अनुभव करता है।
- iv. **अन्य लक्ष्यों का प्रतिस्थापन** - जब व्यक्ति अपने उपाय और हर संभव प्रयास करने पर भी अपने मूल लक्ष्य तक पहुंचने में असमर्थ रह जाता है तो वह उसी लक्ष्य से मिलता-जुलता दूसरा लक्ष्य अपनाता है, जो आसानी से पूरा हो सके। इस प्रतिस्थापित लक्ष्य की पूर्ति से उसका मानसिक तनाव कुछ कम हो जाता है। उदाहरण के लिए यदि एक व्यक्ति विश्वविद्यालय में प्रोफेसर बनना चाहता है लेकिन यदि वह किसी कारण से नहीं बनता है तब वह कालेज में लेक्चरर होकर ही अपनी मानसिक इच्छा की पूर्ति से संतुष्टि प्राप्त करता है।
- v. **विश्लेषण एवं निर्णय** - जब व्यक्ति के सामने एक से अधिक विरोधी इच्छाएं या लक्ष्य होते हैं, तो उसके अन्दर मानसिक द्वन्द्व उत्पन्न होता है। और मानसिक तनाव बढ़ता है। ऐसी स्थिति उत्पन्न होने पर व्यक्ति दोनों लक्ष्यों के हर पहलू का भली-भांति विश्लेषण करता है। जो भी उसे अधिक समझ पड़ता है, उसी के पक्ष में निर्णय लेता है। ऐसा करते समय वह अपने पूर्ण अनुभवों की सहायता लेता है।

(ख)अप्रत्यक्ष उपाय- तनाव को कम करने के अप्रत्यक्ष उपाय वे हैं जिन्हें व्यक्ति अचेतन रूप से अपनाता है। तनाव से, अपनी मानसिक पीड़ा अथवा सुखद अनुभूतियों से बचने के लिए इन उपायों को सुरक्षा प्रक्रियाएं (Defence Mechanisms) कहा जाता है। ये सुरक्षा प्रक्रियाएं अचेतन मन के द्वारा स्वयं होती रहती हैं, जिनका व्यक्ति को ज्ञान नहीं होता है। ये रक्षात्मक युक्तियां व्यक्ति द्वारा संतोषजनक सामंजस्य (Adjustment) प्राप्त करने तथा अपने मानसिक द्वन्द्व को दूर करने का प्रयत्न है।

- i. **शोधन (Sublimation)**- शोधन अचेतन मन की वह मानसिक प्रक्रिया है जिसके अन्दर व्यक्ति की मूल-प्रवत्यात्मक शक्ति या संवेगात्मक शक्ति, पाशविक आवश्यकताएं या इच्छाएं आदि को ऐसे कृतिम पक्ष की ओर मोड़ दिया जाता है जिसे समाज की स्वीकृति प्राप्त है। इससे मूल प्रवृत्तियों का शोधन हो जाता है। इस विचार के समर्थक फ्राइड महोदय हैं।
- ii. **परावर्तन (Withdrawal)** - प्रायः व्यक्ति दुःखद या तनाव उत्पन्न करने वाली परिस्थितियों से अपने आप को अलग कर लेता है या पीछे हट जाता है। ऐसे व्यक्ति को पलायनवादी कहा जाता है। ये व्यक्ति किसी को कष्ट नहीं पहुंचाते, किन्तु जब इसका पलायन व्यवहार (परावर्तन) असाधारण रूप में समाजिक हो जाता है तो ये समायोजित होने में कठिनाई का अनुभव करते हैं। उदाहरण के रूप में कक्षा में जब बालक को चिढ़ाया या अपमानित किया जाता है तो वह अपने आपको सहपाठियों से अलग रखने लगता है।
- iii. **तदाम्य स्थापित करना (Identification)**- तदाम्य स्थापित करना समायोजन की एक साधारण अवस्था है। यह प्रवृत्ति लगभग सभी व्यक्तियों में पायी जाती है। जब व्यक्ति किसी क्षेत्र में असफल या गुणहीन होता है तो वह किसी अन्य सफल एवं गुणशील व्यक्ति के साथ तदाम्य स्थापित कर लेता है। अर्थात् उसके गुणों एवं कृत्यों को अपने में देखने लगता है। उदाहरण के लिए जैसे कोई बालक मंदबुद्धि है और उसके पिता कालेज में प्रोफेसर हैं तो वह अपना परिचय अपने पिता के बारे में बताकर देता है। इस तरह वह अपनी कमजोरी को कम कर लेता है।
- iv. **आश्रित होना (Becoming dependent)** - जब व्यक्ति बार-बार प्रयत्न करने के बाद भी लगातार असफल हो जाता है तो वह अपनी समस्या को सुलझाने का उत्तरदायित्व किसी सबल या अधिक बुद्धिमान को सौंप देता है और उसके सुझावों, निर्देशों और आज्ञाओं का पालन करता है। तब आश्रित व्यक्ति का बहुत हित होता है।
- v. **प्रक्षेपण (Projection)**- व्यक्ति अपनी असफलता का दोष वातावरण के अन्य पदार्थों या व्यक्तियों के सिर पर डाल देते हैं। उदाहरण के लिए किसी पद पर नियुक्ति के लिए अयोग्य ठहराये जाने पर और न चुने जाने पर व्यक्ति यह कहकर संतोष करता है कि किसी से कम योग्य नहीं था किन्तु चयन समिति (Selection Committee) ने पक्षपात किया है। इसी प्रकार परीक्षा में फेल होने वाला परिक्षार्थी सारा दोष प्रश्नपत्र और परीक्षक पर डाल देता है।

(ग) क्षतिपूर्ति विधियां (Compensatory Method)

क्षतिपूर्ति व्यक्ति प्रत्यक्ष या प्रत्यक्ष दो प्रकार से करता है:-

- i. प्रत्यक्ष ढंग - इस विधि द्वारा व्यक्ति परिश्रम करके उसी क्षेत्र में सफलता प्राप्त करता है, जिसमें कि वह कमी का अनुभव करता है। उदाहरण के लिए पढ़ाई लिखाई में कमजोर बालक अधिक मेहनत करके और रात-दिन पढ़ाई कर अच्छा विद्यार्थी बन जाता है।
- ii. अप्रत्यक्ष ढंग - इस विधि द्वारा व्यक्ति एक क्षेत्र में असफलता प्राप्त करने पर किसी दूसरे क्षेत्र में कुशल एवं प्रवीण होकर सफलता प्राप्त करता है। इस प्रकार उसकी हीनता की भावना जो पहले क्षेत्र में असफलता के कारण उत्पन्न हुई थी दूर हो जाती है और उसका मानसिक तनाव कम हो जाता है। उदाहरण के लिए पढ़ाई लिखाई में कमजोर बालक अच्छा खिलाड़ी, वक्ता, कलाकार आदि बनकर उसकी क्षतिपूर्ति करने का प्रयास करता है।

(घ) आक्रामक उपाय (Aggressive Method):

आक्रामक उपाय से तात्पर्य उस उपाय से है जिसमें व्यक्ति आवश्यकताओं की पूर्ति में बाधा पहुंचाने वाले या असंतोष उत्पन्न करने वाले व्यक्ति या वस्तु को चोट या हानि पहुंचाकर अपने मानसिक तनाव को कम करना चाहता है। आक्रामकता भी प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष दोनों प्रकार की हो सकती है:-

प्रत्यक्ष आक्रामकता - इस विधि में व्यक्ति उसी व्यक्ति या वस्तु पर आक्रमण करता जो उसके असंतोष का कारण होता है। उदाहरण के लिए परीक्षा में नकल करते हुए पकड़े जाने पर वह कक्ष निरीक्षक पर ही आक्रमण कर देता है।

अप्रत्यक्ष आक्रामकता - इसमें व्यक्ति असंतोष उत्पन्न करने वाले व्यक्ति या वस्तु पर आक्रमण न करके किसी दूसरे व्यक्ति या दूसरे पर आक्रमण करता है। इसे ही आक्रामकता प्रतिस्थापना (Displacement of Aggression) भी कहते हैं। जैसे उक्त परीक्षार्थी कक्ष निरीक्षक पर आक्रमण न करके बाहर आकर अपने दोस्तों या छोटे भाइयों से लड़ झगड़कर भी अपना तनाव दूर कर लेता है। कभी-कभी व्यक्ति अपने को ही दण्डित करता है। इसे अंतनिर्देशित आक्रामकता कहते हैं।

अभ्यास प्रश्न

11. कुसमायोजन के लक्षणों को कितने भागों में बांटा गया है ?
(अ) दो (ब) तीन (स) चार (द) पांच
12. शारीरिक कुसमायोजन के दो प्रमुख लक्षण के नाम लिखिए।
13. झूठ बोलने की प्रवृत्ति कुसमायोजन के किस लक्षण के अन्तर्गत आती है ?
(अ) शारीरिक लक्षण (ब) व्यवहारात्मक लक्षण (स) सांवेगिक लक्षण
14. बालकों में झूठ बोलने की प्रवृत्ति कुसमायोजन किस लक्षण के अन्तर्गत आती है ?

(अ) शारीरिक लक्षण (ब) व्यवहारात्मक लक्षण (स) सांवेगिक लक्षण

15. कैमरन की दो रक्षात्मक युक्तियों के नाम लिखिए।

7.6 सारांश

प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को सुखी, सम्पन्न व सम्मानजनक स्थिति में चाहता है। यह कुछ व्यक्ति को पैतृक प्राप्त होती है और कुछ व्यक्तियों को इसके लिए कड़ी मेहनत करनी पड़ती है, जिससे व्यक्ति अपनी सम्मानजनक स्थिति को बनाये रखता है। लेकिन कभी-कभी ऐसी स्थिति आ जाती है कि वह जो उद्देश्य बनाता है, उसको पूरा करने में असफल हो जाता है या उसको कोई व्यक्ति हानि पहुंचाता है, तब वह उसके प्रति आक्रोशित हो जाता है। उसके अन्दर एक मानसिक द्वन्द्व पैदा हो जाता है। यदि वह उससे बदला लेने में असमर्थ रहता है तब उसके अन्दर कुण्ठा की भावना पैदा हो जाती है। वह असामाजिक व्यवहार करने लगता है। उसमें कुसमायोजित के लक्षण पैदा हो जाते हैं। ऐसे व्यक्ति को समय व परिस्थितियों में सुधार करके सुधारा जा सकता है। उसका ध्यान किसी और कार्य में लगाकर समाजोपयोगी सदस्य बनाये रखा जाता है।

दूसरी ओर यदि छात्र ने विज्ञान विषय ले लिया, लेकिन वह उसमें सफल नहीं हो पाया, तब वह कुंठा से ग्रसित हो जाता है। यदि छात्र को खेल, कलाकारी या और विषय का अध्ययन कराकर जिसमें वह अच्छा परिणाम दे सकता है, तो इससे वह अपने पूर्व कुण्ठा को भूल कर नये सिरे से कार्य करने लगता है। अतः हमें छात्र व अन्य सभी व्यक्ति के साथ उचित सम्मानजनक व्यवहार करना चाहिए।

7.7 शब्दावली

1. **कुसमायोजन** -समाज में रहते हुए जब किसी कारण से कुण्ठा, भग्नाशा, मानसिक द्वन्द्व व्यक्ति के मस्तिष्क में पैदा हो जाती है, तब वह सामान्य व्यक्ति से हटकर समाज में असामान्य व्यवहार करता है। ऐसे व्यवहार को हम कुसमायोजन कहते हैं।
2. **ब्रोकेन होम्स** - ब्रोकेन होम्स से हमारा अभिप्रायः ऐसे परिवार से होता है जो किसी कारण माता-पिता से सम्बंध विच्छेद होने पर दोनों अलग-अलग रहते हैं। ऐसे परिवार के बच्चे प्यार व दुलार से वंचित रहते हैं, जिसके कारण ऐसे बच्चों में कुसमायोजन विकसित होने लगता है।
3. **सांवेगिक लक्षण (Emotional Symptoms)** : कुसमायोजन की स्थिति में बालकों में उत्पन्न चिन्ता, डर, हीनता का भाव, आत्मदोष, मानसिक तनाव, बैचेनी आदि जैसे लक्षण सांवेगिक लक्षण कहलाते हैं।

7.8 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

1. सभी जगह
2. असत्य
3. सत्य
4. असत्य
5. धनात्मक
6. अपराधी प्रवृत्तियां
7. समायोजन
8. संवेगात्मक रूप से असंतुलित
9. हां
10. सत्य
11. तीन
12. बोलते समय हकलाना , सिर खुजलाना
13. व्यवहारात्मक लक्षण
14. व्यवहारात्मक लक्षण
15. तदात्मीकरण, अवधान प्राप्ति

7.9 सन्दर्भ ग्रंथ

1. सिंह अरूण कुमार (1998), शिक्षा मनोविज्ञान, भारती भवन, कदमकुआं पटना।
2. सारस्वत (डॉ०) मालती (1997) शिक्षा मनोविज्ञान की रूपरेखा, आलोक प्रकाशन: लखनऊ।
3. पाठक पी.डी., शिक्षा मनोविज्ञान, विनोद पुस्तक: आगरा।
4. पाण्डा अनिल कुमार (2011), शिक्षा मनोविज्ञान, साहित्य रत्नालय: कानपुर।

7.10 सहायक/उपयोगी पुस्तकें

1. शिक्षा मनोविज्ञान, सिंह अरूण कुमार (1998), भारती भवन, कदमकुआं पटना।
2. शिक्षा मनोविज्ञान की रूपरेखा, सारस्वत (डॉ०) मालती (1997), आलोक प्रकाशन: लखनऊ।
3. शिक्षा मनोविज्ञान, पाठक पी.डी., विनोद पुस्तक: आगरा।
4. शिक्षा मनोविज्ञान, पाण्डा अनिल कुमार (2011), साहित्य रत्नालय: कानपुर।
5. शिक्षा मनोविज्ञान, मंगल. एस.के.

6. इन्टरनेट, कम्प्यूटर रिसर्च जर्नल आदि।
-

7.11 निबन्धात्मक प्रश्न

1. कुसमायोजन का अर्थ लिखिए। बालकों में कुसमायोजन होने के प्रमुख कारणों को लिखिए।
2. कुण्ठा से आप क्या समझते हैं? कुण्ठा के प्रमुख कारणों की विस्तार से व्याख्या किजिए।
3. मानसिक द्वन्द्व के दुष्प्रभावों का वर्णन किजिए।
4. द्वन्द्व की परिभाषाएं लिखिए। द्वन्द्व से बचने के सामान्य उपायों की व्याख्या किजिए।
5. कुसमायोजन के प्रमुख लक्षण की विस्तृत व्याख्या किजिए।
6. कुसमायोजन का मानव जीवन पर क्या प्रभाव पड़ता है? विस्तृत व्याख्या किजिए।
7. विद्यालय द्वारा कुसमायोजन को रोकने के उपायों का वर्णन किजिए।
8. कुसमायोजित व्यक्ति के साथ हम कैसे समायोजन करें? इसकी व्याख्या किजिए।