نوٹس

2

نفسیات کے طریقے

(Methods of Psychology)

پچھلے سبق میں ہم نے پڑھا کہ ایک ماہر نفسیات کسی نفسیاتی مظہر (Psychological phenomenon) کی جو تشریح کرے گا وہ کسی ایرے غیرے کی تشریح سے مختلف ہوگی۔ ماہر نفسیات دراصل ایک باقاعدہ اور سائنٹفک طریقے کو اپناتا ہے اور اس نفسیاتی مظہر کی تشریح و توضیح کرنے میں اس کے ذریعے اپنائے گئے طریقے کی ایک مضبوط نظری اساس (Theoretical base) ہوتی ہے۔ نفسیاتی مظاہر کو سمجھنے اور ان کی تشریح کرنے کے کچھ اپنے اصولی طور طریقے یا طرز نظر (Approaches) ہوتے ہیں۔ ہم ان میں سے کچھ طرز نظر (Approaches) یہاں زیر بحث لائیں گے۔ لوگوں کا جواب حاصل کرنے کے لیے بہت سے نفسیاتی آلات (Psychological tools or instruments) کا بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ اس سبق میں ہم انہی پہلوؤں پر تفصیل کے ساتھ گفتگو کریں گے۔

مقاصد

اس سبق کو پڑھنے کے بعد آپ:

- نفسیاتی اعمال (Psychological processes) کے مطالعے کے جو مختلف طرز نظر ہیں، ان کی تشریح کرسکیں گے؛
- کچھ ایسے اہم طریقوں (Methods) کو بیان کرسکیں گے، جو انسانی کردار (Human behaviour) کو سمجھنے میں مدد کرتے ہیں؛
- ان مختلف آلات کا بیان کرسکیں گے جو کردار اور نفسیاتی اعمال کو سمجھنے میں کام آتے ہیں۔

نوٹس

2.1 نفسیاتی اعمال کے مطالعے کے طرزِ نظر

جیسا کہ ہم نے پچھلے سبق میں پڑھا کہ ماہرین نفسیات انسانی کردار اور اس کے ذہنی اعمال کو بیان کرنے ، ان کے بارے میں پیشین گوئی کرنے اور ان کو کنٹرول کرنے کے لیے مختلف طرز نظر کام میں لاتے ہیں۔ ذیل میں ہم کچھ خاص خاص طرز نظر بیان کریں گے۔

حیاتیاتی طرز نظر (Biological Approach): اس طرز نظر کے مطابق کردار کی حرکیات (Dynamics) کو سمجھنے کے لیے حیاتیاتی ساختوں یا مظاہر جیسے دماغ، جین (genes)، ہارمون، انڈوکرینی نظام (Endocrine system) اور عصبی مرسل پر خاص توجہ دی جاتی ہے۔ احساسات، جذبات، یادوں اور انسانی کردار کے دیگر پہلوؤں کو باقاعدگی عطا کرنے میں دماغ کے مختلف حصوں کے کام حیاتیاتی طرز نظر کی توجہ کا مرکزی نقطہ ہیں۔ اسی طرح انسانی کردار کو کنٹرول کرنے میں مختلف قسم کے ہارمونوں کے زیادہ افراد یا کم افراد کے اثرات بھی حیاتیاتی طرز نظر میں زیر بحث آتے ہیں۔ کردار کی جینیات (Behaviour genetics) میں جو کہ نفسیات کا ایک ذیلی شعبہ ہے، کردار کے جینیاتی تعین کنندہ عناصر (genetic determinats) سے بحث کی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ طرز نظر انسانی کردار کی نفسیاتی بنیاد کا بھی پتہ لگاتا ہے۔

تحلیل نفسی کا طرز نظر (Psychoanalytic Approach): سگمنڈ فرائڈ تحلیل نفسی کا موجد ہے، اس نے انسان کی موجودہ حالت کو بیان کرنے کے لیے لاشعوری شہوانی توانائی (Unconscious libidinal energy) پر اپنی توجہ مرکوز کی۔ اس نے ذہن کا مطالعہ شعور کی مختلف پرتوں (جیسے شعوری، ماقبل شعوری اور لاشعوری) کی شکل میں تجربات کی مدارجی ترتیب (Hierarchical Arrangements) کی حیثیت سے کیا۔ فرائڈ نے خوابوں، زبان کی لغزشوں، عصبی خلل (Neuroses)، جنون (Psychoses)، ادب پاروں اور رسوم کی تحلیل کے ذریعے لاشعور کی نوعیت اور اس کی کیفیت (quality) کی کھوج کی۔ اس نے یہ فرض کر لیا کہ بیشتر انسانی کرداروں کو جو چیز مہمیز کرتی ہے وہ لاشعوری تحریک (Unconscious Motivation) ہے، اس طرح موجودہ انسانی کرداروں کو سمجھنے کے لیے لاشعوری ذہنی مشمولات (Unconscious mental contents) کے تحلیل و تجزیہ کو بہت اہم مانا جاتا ہے۔

انسان پرستانہ طرز نظر (Humanistic Approach): فرائڈ کے برخلاف، انسان پرستانہ طرز فکر کے موجد کارل راجرس (Carl Rogers) نے موجود صورت حال کے شعوری تجربوں (Conseious Experience)، تمام زندگی کے دوران بین شخصی (Interpersonal) تجربوں کے رول اور نفسیاتی بلوغ کی طرف آگے بڑھنے کی لوگوں کی صلاحیت پر بہت توجہ دی ہے۔ اس طرز فکر میں بنیادی طور پر یہ بات مان لی گئی ہے کہ کوئی بھی شخص فعال اور خود تحقیقی عامل (Active and self-actualizing agent) ہوتا ہے اور اپنے

نوٹس

کردار کو متعین کرنے میں اس کی خود کی پسند ناپسند کو دخل ہوتا ہے۔ ایک خود تحقیقی عمل (Self - actualizing Process) کا حصہ ہونے کے ناتے کوئی بھی شخص خود اور تجربہ کے درمیان ایک اتحاد کو برقرار رکھنا چاہتا ہے۔ بہر حال مشروط مثبت لحاظ (Conditional positive regard) کے ساتھ پچھلے تجربات کی وجہ سے وہ ان تجربات کا انتظار کرسکتا ہے یا ان کو مسخ کرسکتا ہے، جو اس کے خود کے نظام (Self-system) کے لیے خطرہ ہوں۔ ایک معالج کسی معالجاتی صورت حال میں اپنی اصابت فکر، غیر مشروط مثبت لحاظ اور موکل (Client) کے مسائل کی پُر زور سمجھ کے ذریعے، خود کے سسٹم کو بدل سکتا ہے۔

کرداری طرز نظر (Behaviorist Approach): اس طرز نظر کے لیے تحلیل و تجزیہ کی اکائی صریح معروضی اور مخفی کردار ہوتی ہے اور اس کا رشتہ ماحولیاتی تحریک (Environmental stimulation) سے ہوتا ہے۔ کرداریت کے موجد جے بی واٹسن نے کردار کی معروضی تحلیل (Objective analysis) پر زور دیا ہے اور اس کی وکالت کی ہے کہ کردار پر زیادہ تر محرکات (Stumulus) اور جوابی عمل (Responses) کے درمیان ربط باہمی اثر انداز ہوتا ہے اور اسی ربط باہمی میں جوڑ توڑ کر کے کردار کو ایک مطلوبہ جہت میں ڈھالا جاسکتا ہے۔

وقوفی طرز نظر (Cognitive Approach)، وقوفی طرز نظر کرداریت کی میکانیتی تعریف کے متبادل کے طور پر ابھری ہے۔ اس طرز نظر کا مرکزی نقطہ کسی طرح کی ادراک، یادداشت، غور وفکر، زبان، استدلال، حل مسائل اور فیصلہ سازی کے حوالے سے معلومات کو پروسیس (Prosess) کرنے کی صلاحیت کا مطالعہ سے درج بالا سبھی اعمال اعلیٰ ذہنی اعمال (Higher mental processes) کہلاتے ہیں۔ اس طرز نظر کے مطابق ہم دنیا میں معلومات کے منتظر رہتے ہیں اور ہمارا کردار معلومات کی ترکیب وتعمیر (Processing) کے طریق پر منحصر ہوتا ہے۔ اس طرز نظر میں زیادہ تر حسابی نمونوں (Computational models) پر بھروسہ کیا جاتا ہے اور یہ مانا جاتا ہے کہ کردار اور ذہنی اعمال کو معلومات کی ترکیب وتعمیر (Processing) کے حوالے سے بہتر طور پر سمجھا جاسکتا ہے۔

درج بالا گفتگو سے یہ بات بھی واضح ہوگئی کہ ذہنی اعمال، تجربات اور کرداروں کو مختلف ترجیحی نقاط کی مدد سے سمجھا جاسکتا ہے۔ درحقیقت انسانی کردار پیچیدہ ہوتا ہے اور اس کے مختلف پہلوؤں کی قدر و قیمت کا الگ الگ طور پر تعین کیا جاسکتا ہے۔

متن پر مبنی سوالات 2.1

1۔ احساسات، جذبات، یادوں اور انسانی کردار کے دیگر پہلوؤں کو باقاعدگی عطا کرنے میں دماغ کے

نوٹس

مختلف حصوں کے کام ______________ کی توجہ کا مرکزی نقطہ ہیں۔

2۔ ______________ کا مرکزی نقطہ کسی فرد کی معلومات کو پروسیس (Process) کرنے کی صلاحیت کا مطالعہ ہے۔

3۔ ______________ طرز نظر میں یہ مان لیا گیا ہے کہ فرد فعال اور خود تحقیقی (Active and self actualizing) عامل ہے اور وہ اپنے کردار کو متعین کرنے میں خود اس کی اپنی پسند و ناپسند کو دخل ہوتا ہے۔

4۔ ______________ کے مطابق بیشتر انسانی کرداروں کو جو چیز مہمیز کرتی ہے، وہ لاشعوری تحریک ہے۔

5۔ ______________ کے تحلیل و تجزیہ کی اکائی صریح، معروضی اور مخفی کردار ہوتی ہے۔

2.2 نفسیاتی اعمال کو سمجھنے کے طریقے

انسانی کردار کو سمجھنے کے لیے بہت سے سائنٹفک طریقے استعمال کیے جاتے ہیں۔ ان طریقوں کے مطالعے یا ان کی تحقیقات کا مقصد اصولوں اور نظریوں کو فروغ دینا، ان کی آزمائش کرنا اور مختلف انسانی مسائل کے حل کرنے کے لیے ان کا استعمال کرنا ہے، اس طرح ہم ایک ایسی قابل انحصار سمجھ کو فروغ دیتے ہیں، جو مختلف حالات میں کردار کی رہنمائی کے لیے ہماری مدد کرتی ہے۔ چونکہ بنی نوع انسان پیچیدہ زندہ عضویے ہیں، اس لیے ایسے بہت سے عوامل جو انسانی کرداروں کو ڈھالتے ہیں، ان کے لیے ذاتی بھی ہیں اور غیر ذاتی بھی۔

سائنٹفک طریقے سے انجام دی گئی، نفسیاتی تحقیق میں معروضیت کی خصوصیات ہوتی ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ یہ تحقیق ہر قسم کی جانبداری اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے۔ اس کی کبھی بھی آزمائش کی جاسکتی ہے اور اس کی آزمائش کا ہر ایک کو حق ہے۔ کوئی بھی شخص اس کی معتبریت کی تصدیق و تائید اسی نتیجے کو اسی طریقہ کی پیروی کرکے کرسکتا ہے۔ اس تحقیق کی تصحیح خود (Self - correction) کی گنجائش ہوتی ہے۔ دوسرے لفظوں میں اگر کوئی غلطی ہو تو وہ اس پر نظر ثانی کرتا ہے اور اپنی تفہیم کو درست کرلیتا ہے۔ سائنسی مطالعوں میں نقل ثانی (Replication) کی بھی خصوصیات ہوتی ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ تحقیق کے نتائج کی تصدیق مختلف حالات میں کی گئی، اس طرح کی تحقیقات سے بھی کی جاسکتی ہے۔

اس طرح نفسیات میں سائنسی مطالعوں کو انجام دینے کے لیے بہت سے طریقے اپنائے جاسکتے ہیں۔ ان طریقوں پر ہم ذیل میں گفتگو کریں گے۔

مشاہدہ (Observation): بازار میں خریداری کرتے وقت آپ نے لوگوں کی مختلف قسم کی

سرگرمیوں کو دیکھا ہوگا۔ ان کی سرگرمیوں کا مطالعہ کرتے وقت آپ نے یہ بھی سوچا ہوگا کہ یہ لوگ ایسا کیوں کررہے ہیں اور غالباً آپ نے یہ نتیجہ بھی نکالا ہوگا کہ ان سرگرمیوں کے کیا اسباب ہیں۔ دوسروں کے بارے میں معلومات حاصل کرنے یا جاننے کا یہ طریقہ مشاہدہ کہلاتا ہے۔ بہر حال، درج بالا گفتگو کے مقابلے میں مشاہدہ تھوڑا اور آگے کی چیز ہے۔ حصول معلومات یا انکوائری کے ایک طریقے کی حیثیت سے کہا جاسکتا ہے کہ مشاہدہ/ واقعات کو باقاعدہ طور پر اور زیر تحقیق واقعہ کے سلسلے میں اس کے متغیرات میں کسی قسم کی مداخلت کی ارادی کوشش کے بغیر سمجھ لینا ہے۔

مشاہداتی طریقے کے بارے میں کچھ دلچسپ حقائق

شاید نشوونما نفسیات (Developmental Psychology) کی تاریخ میں سب سے مشہور رسمی مشاہدات وہ ہیں، جوجین پیاگے (Jean Piaget) نے اپنے تین بچوں پر اُس وقت کیے جب وہ شیر خوار تھے۔ یہ مشاہدات بڑھتے بڑھتے پیاگے کے نشوونمائی نظریہ کی تجربی بنیاد بن گئے۔ آپ بھی اپنے ننھے منّوں یا چھوٹے بھتیجوں کے نشوونمائی اوضاع (Developmental Patterns) کا مشاہدہ کرسکتے ہیں اور ان کے حسّی حرکی نشوونما (Sensori-motor development) اور نشوونما کے دیگر پہلوؤں کو سمجھ سکتے ہیں۔

یہ طریقہ لیبوریٹری اور فطری ماحول، دونوں میں استعمال ہوتا ہے۔ جب یہ طریقہ فطری ماحول میں رونما ہونے والے واقعات کے مطالعے کے لیے استعمال ہوتا ہے تو اس کو فطرتی مشاہدہ (Naturalisti observation) کہا جاتا ہے۔ مثلاً کھیل کے میدان میں بچوں کے کردار کا مشاہدہ۔ اس کیس میں مشاہد یا ماہر نفسیات کا غیر متعلق متغیرات (variables) پر کوئی کنٹرول نہیں ہوتا۔ وہ تو بس تمام سرگرمیوں کو محفوظ یا ریکارڈ کرتا ہے اور ان کا تحلیل و تجزیہ کرتا ہے۔ اس کے برخلاف لیبوریٹری مشاہدہ میں زیر مطالعہ واقعہ مشاہد کے زیر کنٹرول ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر کسی سونپی گئی ذمہ داری کی کارکردگی پر پیدا کردہ دباؤ کا اثر۔

مشاہدہ کی دو قسمیں ہیں شریک ٹائپ اور غیر شریک ٹائپ۔ اس کا انحصار مشاہد (مشاہدہ کرنے والا) کے رول پر ہوتا ہے۔ مشارکتی مشاہدے کے معاملے میں ایک محقق زیر مطالعہ واقعہ میں شریک ہوجاتا ہے اور پھر اس کا مطالعہ کرتا ہے، جبکہ غیر مشارکتی مشاہدہ میں محقق ایک مناسب فاصلہ برقرار رکھتا ہے اور زیر مطالعہ واقعہ پر اس کا بہت کم اثر ہوتا ہے۔

مشاہدہ کا سب سے اہم فائدہ یہ ہے کہ اس میں کرداروں کے ایک پورے سلسلے کا ایک ایسی شکل میں مطالعہ ہوجاتا ہے، جس شکل میں واقعات رونما ہو رہے ہیں۔ بہر حال، اس طریقہ میں زیادہ وقت درکار ہوتا ہے اور زیر مطالعہ واقعات پر کم اثر پڑتا ہے۔

نوٹس

مشغلہ 1

مشاہدہ کا طریقہ

کسی مشاہداتی وسیلہ (Obersavation tool) کو فروغ دینے کے لیے آپ کو مشاہدہ کے لیے کچھ نشانیاں (Indicators) قائم کرنے کی ضرورت ہوگی۔ آپ ماحول میں یا اس عمل میں جو کچھ پتہ لگانے کی توقع کر رہے ہیں، یہ نشانیاں اسی پر مبنی ہوں گی۔ دوسرا پہلو یہ ہے کہ آپ کو ہرا یک نشانی پر غور کرنا ہوگا اور ان کی موجودگی یا عدم موجودگی سے ان کی پیائش کرنی ہوگی۔

A۔ اب ڈیٹا کو اکٹھا کرنے کے لیے مشاہداتی طریقے کو استعمال کرنے کی کوشش کیجیے۔

کسی بھی فیملی فنکشن کی ویڈیو ریکارڈنگ کیجیے یا ایسی کسی ریکارڈنگ کو استعمال کر لیجیے، جو آسانی سے دستیاب ہو جائے۔ اب غیر لفظی ترسیلی اشارات کا مطالعہ کیجیے۔ کچھ نشانیوں کو جیسے مسکراہٹ، مصافحہ (ہاتھ ملانا)، سلام یا نمستے کہنا، ہاتھوں کا استعمال اور ایسی ہی دیگر نشانیوں کو متعین کر لیجیے۔ اب کسی حسابی شمار کنندہ کی مدد سے گِنیے کہ ویڈیو ریکارڈنگ میں لوگوں نے ان ترسیلی اشارات کو کتنی بار استعمال کیا۔ آپ قابل مشاہدہ کرداروں کے مختلف پہلوؤں کی ایک جدول بنا سکتے ہیں۔ اس سے آپ کو یہ سمجھنے میں آسانی ہوگی کہ ایک ہندوستانی ماحول میں کون سے غیر لفظی اشارے زیادہ استعمال کیے گئے۔ جنسی فرق کا بھی لحاظ رکھیے۔ کیا عورتوں کے مقابلے مرد زیادہ ہاتھ ملاتے ہیں، کیا مردوں کے مقابلے میں عورتیں بڑوں کے پیر زیادہ چھوتی ہیں؟ آپ خود اپنی پسند کے بہت سے سوال تیار کر سکتے ہیں۔

تجربہ کی انجام دہی: کسی تجربہ میں ایک تجربہ کرنے والا شخص ایک متغیر (Variable) کے ساتھ قصداً جوڑ توڑ کر کے اور اس کو کنٹرول کر کے ایک متغیر کے دوسرے متغیر پر رونما ہونے والے اثر کا مطالعہ کرتا ہے، جس متغیر کے ساتھ تجربہ کرنے والا جوڑ توڑ کرتا ہے اور اس کو کنٹرول کرتا ہے، اس متغیر کو آزاد متغیر (Independent Variable) کہتے ہیں اور جس متغیر پر مستقل متغیر کے اثر کا مطالعہ کیا جاتا ہے، اسے منحصر متغیر (Dependent Variable یا DV) کہا جاتا ہے۔ ایک سادے تجربہ میں دو گروپ تشکیل دیے جاتے ہیں۔ ایک تجرباتی گروپ، جس میں شرکا کے پاس مستقل متغیر ہوتا ہے اور دوسرا کنٹرول گروپ، جس میں کردار کا مطالعہ بنا کسی مستقل متغیر کے مشاہدہ کیا جاتا ہے۔ مستقل متغیر میں جوڑ توڑ کر کے تجربہ کرنے والا ایسی پوزیشن میں ہوتا ہے کہ وہ یہ بتا دے کہ ایک متغیر میں پیدا کی گئی تبدیلی، دوسرے متغیر میں تبدیلی لاتی ہے۔ ان متغیرات سے ہٹ کر، تجربہ کرنے والا ساتھ ہی ساتھ ان دوسرے متغیرات پر بھی دھیان رکھتا ہے، جو اس کے کنٹرول سے باہر ہیں۔ ایسے متغیرات (Variables) کو متعلق موضوع متغیرات (Relevent Variables) کہا جاتا ہے اور ان کو کنٹرول کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ یہ مستقل متغیرات کے اثر کو

نوٹس

گڈمڈ کر سکتے ہیں۔

تجرباتی مطالعے میں تین قسم کے متعلق موضوع متغیرات کو زیر غور رکھا جاتا ہے۔ یہ ہیں نامیاتی متغیرات (Organismic Variables)، موقفی متغیرات (Situational Variables) اور ترتیب وار متغیرات (Sequential Variables)۔ تاحیاتی متغیرات کا تعلق شرکا (Participants) کی شخصی خصوصیات جیسے عمر، جنس اور شخصیت کے خصائص (Personality features) سے ہوتا ہے۔ موقفی متغیرات کا تعلق تجربہ کے دوران مادی ماحول (جیسے درجۂ حرارت، نمی اور شور وغیرہ) کی کیفیت سے ہوتا ہے۔ ترتیب وار متغیرات کا تعلق تجربہ کی انجام دہی کے طریقۂ کار سے ہوتا ہے، جبکہ مختلف حالتوں کے تحت شریک کے ٹیسٹ کرنے کی بھی ضرورت ہو۔ اس طرح شریکوں کے مختلف حالتوں سے گزرنے کے سبب اور پریکٹس ہوجانے کے سبب اہلیت ومہارت بڑھ جائے گی یا اس تجربہ کے تئیں ان کے اندر تھکن اور بددلی پیدا ہوجائے گی۔

تجربہ کرنے والے متعلق موضوع متغیرات کے غیر مطلوبہ اثر کو کنٹرول کرنے کے لیے درج ذیل تکنیکیں استعمال کرتے ہیں:

(i) **اخراج (Elimination):** اس تکنیک میں غیر متعلق متغیرات کو تجرباتی پس منظر سے خارج کر دیا جاتا ہے۔

(ii) **حالتوں کو مستقل کرنا (Making Conditions Constant):** اس تکنیک میں ان غیر متعلق متغیرات کو جنھیں خارج نہیں کیا جا سکتا، مستقل بنا دیا جاتا ہے تاکہ پورے تجربہ کے دوران ان کا اثر یکساں رہے۔

(iii) **میل ملانا (Matching):** اس تکنیک کے ذریعے متعلق موضوع متغیرات کو مساوی بنا دیا جاتا ہے یا تجربہ کی تمام حالتوں کے دوران ان کو مستقل کر دیا جاتا ہے۔

(iv) **برعکس توازن (Counter Balancing):** اس تکنیک کا استعمال ترتیب یا سلسلے (Sequence) کے اثر کو کم کرنے کے لیے کیا جاتا ہے۔ یہ کام شرکا کو دو گروپوں میں بانٹ کر کیا جاتا ہے۔ پہلی مرتبہ آدھا گروپ (گروپ A) کام 1 اور دوسرے آدھے گروپ (گروپ B) کو کام 2 دیا جاتا ہے۔ پھر دوسری مرتبہ گروپ A کو کام 2 اور گروپ B کو کام 1 دیا جاتا ہے۔

(v) **بے قاعدہ تفویض (Random Assignment):** بے قاعدہ تفویض کے معاملے میں سب شرکا کو تجربہ میں حصہ لینے اور حالتوں کو کنٹرول کرنے کا مساوی موقع ملتا رہتا ہے۔ اس قسم کے تجربے میں گروپوں کے درمیان باقاعدہ اختلافات بھی رفع ہوجاتے ہیں۔

کنٹرول شدہ ماحول (لیبوریٹری تجربہ) میں انجام دیے گئے تجربات کے علاوہ، فطری زندگی کے ماحول میں بھی تجربات انجام دیے جاتے ہیں۔ ان کو ساختی تجربات (Field experiments) اور مشتبہ تجربات

نوٹس

(Quasi experiments) بھی کہا جاتا ہے۔لیبوریٹری تجربات کی طرح آزادمتغیر میں جوڑتوڑ کیا جاتا ہے اور شرکا کومختلف گروپوں میں بانٹ دیا جاتا ہے۔مشتبہ تجربات میں آزادمتغیر کا فطری ماحول میں جوڑتوڑ کیا جاتا ہے اور تجرباتی اور کنٹرول گروپ بنانے کے لیے فطری گروپوں کا استعمال کیا جاتا ہے۔

کیس اسٹڈی(Case study): آپ نے کسی ڈاکٹر کوضرور دیکھا ہوگا، جوکسی مریض سے بیماری سے متعلق معلومات کے علاوہ ذاتی نوعیت کی تفصیلات بھی پوچھتا ہے یا میڈیا سے متعلق کوئی شخص کسی مشہور شخصیت کا انٹرویو لیتے وقت زندگی کے مختلف پہلوؤں کے بارے میں سوالات پوچھتا ہے۔ایسے سوالات کے پس پردہ مقصد یہ ہوتا ہے کہ اس شخص کے تجربات، دوسرے لوگوں سے اس کے رشتے اور تعلقات وغیرہ کے بارے میں علم ہوجاتا ہے اور اس شخص کا ایک سوانحی خاکہ تیار ہوجاتا ہے۔نفسیات میں اس طریقہ کوکیس اسٹڈی کہا جاتا ہے۔

نفسیاتی پوچھ تاچھ کے میدان میں کیس اسٹڈی کے طریقہ کی اپنی ایک اہمیت اور معنویت ہے۔اس طریقہ میں تحلیل وتجزیہ کی خاص اکائی فرد اور زندگی کے مختلف حالات میں اس کے تجربات ہیں۔اس طریقہ میں کسی بھی فرد کے دوسری اہم شخصیات کے تعاملی اوضاع (Interactional patterns) اور زندگی کی مختلف حالتوں میں خود اس کے ذاتی تجربات پر بہت زور دیا جاتا ہے۔کیس کی پوری سرگذشت (History) تیار کرنے کے لیے مختلف ذرائع، مثلاً خاندانی حالات، تعلیمی کوائف، طبی تاریخ اور اس کی سماجی زندگی کے بارے میں ساری معلومات حاصل کی جاتی ہیں۔ یہ طریقہ کلینکی نفسیات اور زندگی کی نشوونمائی نفسیات میں بہت مقبول ہے۔

کیس کی پوری تاریخ تیار کرنے کے لیے عام طور پر انٹرویو، مشاہدہ اور نفسیاتی ٹیسٹوں کی مدد لی جاتی ہے تاکہ فرد کے بارے میں معلومات یا ڈیٹا حاصل ہوجائے۔ان تکنیکوں کے ذریعے حاصل شدہ ڈیٹا کا تفصیلی طور پر تجزیہ کیا جاتا ہے۔فرد کا ایک ایسا جامع خاکہ مرتب کیا جاتا ہے،جس میں اس کی زندگی کے واقعات کی جھلک پیش کی گئی ہو۔کیس اسٹڈی سے زندگی کے انوکھے تجربات، اس کی جذباتی زندگی اور جذباتی مسائل میں اس کی سازگاری (Adjustment) کی نشاندہی ہوجاتی ہے۔

اگرچہ کیس کی تاریخ سے کسی بھی فرد کی زندگی کی بھرپور تفصیل معلوم ہوجاتی ہے،لیکن ہم اس وقت تک کوئی جامع و مانع حتمی فیصلہ نہیں لے سکتے، جب تک مختلف ذرائع جیسے افراد خاندان، دوست احباب اور کچھ معیار بند نفسیاتی تدابیر اختیار کرکے اس معلومات کی صحت اور معتبریت کومستحکم نہ کرلیں۔

جائزہ (Survey): آپ واقف ہی ہیں کہ ٹی وی کے جنرل چینل یا پھر اخبارات آپ سے کہتے رہتے ہیں کہ آپ SMS کے ذریعہ قومی یا بین الاقوامی اہمیت کے تازہ ترین معاملات پر اپنی رائے بھیجیے۔ایسا کرکے وہ ان معاملات کے بارے میں لوگوں کی رائے معلوم کرنے کی کوشش کرتے ہیں تاکہ وہ ان کے نقطۂ

نوٹس

نظر کو حکومت اور خود سماج کے لوگوں تک پہنچا سکیں۔ مثلاً الیکشن کے زمانے میں اس لیے انتخابی رائے (Opinion Poll) کا انعقاد کرتے ہیں کہ لوگوں کی اکثریت کس سیاسی پارٹی کی حمایت کرتی ہے۔ اس قسم کے مطالعہ کو سروے ریسرچ کہتے ہیں۔ یہ نہ صرف نفسیات میں بلکہ دوسرے مضامین اور موضوعات جیسے سماجیات، سیاسیات معاشیات اور مینیجمینٹ وغیرہ میں بھی ایک مقبول عام تحقیقاتی طریقہ ہے۔

نفسیات میں جائزہ کا طریقہ عام طور پر لوگوں کی آراء، استعداد، عقائد اور اقدار کی وضع (Patterns) کا مطالعہ کرنے کے لیے کیا جاتا ہے۔ یہ طریقہ متغیرات کے رشتوں کے بارے میں مفروضے (Hypothesis) کی آزمائش کے لیے خاص طور پر اس وقت استعمال کیا جاتا ہے، جب کوئی واقعہ رونما ہوتا ہے۔ مثلاً ممبئی پر دہشت گردانہ حملوں کے بعد تمام ملک میں لوگوں کے جوابات کا تجزیہ کرنے کی کوشش کی۔ لوگوں سے ڈیٹا حاصل کرنے کے لیے مختلف قسم کے ذرائع کا استعمال کیا جاتا ہے، مثلاً شرکا سے براہ راست تعلق پیدا کرنا اور ان کا انٹرویو لینا، ای میل یا ڈاک کے ذریعے سوالنامہ بھیجنا، اور ان سے موبائل فون پر ایس ایم ایس بھیجنے کی درخواست کرنا۔ اس طرح جائزے یا سروے سے عام طور پر تحقیقات، سوالنامے یا انٹرویو کے ذریعے انجام پاتی ہیں۔ یہ طریقہ تنہا ایک فرد پر بھی ہوسکتا ہے اور کسی ایک گروپ پر بھی۔

متن پر مبنی سوالات 2.2

1۔ مشاہدہ کی دو قسمیں ہیں ________ اور ________ جن کا انحصار مشاہدہ کرنے والے کے رول پر ہوتا ہے۔

2۔ کسی تجربہ میں تجربہ کرنے والا شخص ________ قصداً ________ اور ________ ایک متغیر کے دوسرے متغیر پر رونما ہونے والے اثرات کا مطالعہ کرتا ہے۔

3۔ کیس اسٹڈی طریقے میں تجزیہ کی خاص اکائی ________ اور زندگی کے مختلف حالات میں اس کے تجربات ہیں۔

4۔ تجربہ کرنے والا، جس متغیر کے ساتھ جوڑ توڑ کر کے اس کو کنٹرول کرتا ہے، اسے ________ متغیر کہا جاتا ہے اور جس متغیر پر آزاد متغیر کے اثر کا مطالعہ کیا جاتا ہے، اسے ________ متغیر کہا جاتا ہے۔

5۔ نفسیات میں ________ عام طور پر لوگوں کی آرا، استعداد، عقائد اور اقدار کی وضع (Patterns) کا مطالعہ کرنے کے لیے کیا جاتا ہے۔

نوٹس

2.3 نفسیاتی سازوسامان

نفسیاتی تحقیقات کی انجام دہی میں شرکا سے ڈیٹا اور متعلقہ معلومات اکٹھا کرنے کے لیے مختلف سازو سامان کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ سامان کاغذ، آلات اور کمپیوٹر سافٹ ویئر وغیرہ کی شکل میں ہوسکتا ہے۔ ان اشیا کے استعمال سے ماہرین نفسیات کو زبانی، تحریری، کرداری یا عضویاتی جوابات حاصل کرنے میں مدد ملتی ہے۔ اس سیکشن میں چند ایسے عضویاتی (Physiological) سازوسامان کے بارے میں گفتگو کریں گے، جو تحقیقات کی انجام دہی میں اکثر استعمال کیے جاتے ہیں۔

نفسیاتی ٹیسٹ: آپ نے ایسے نفسیاتی ٹیسٹوں کے بارے میں سنا ہوگا جو ذہانت، استعداد اور دلچسپی کی پیمائش کرتے ہیں۔ نفسیاتی تحقیق میں ٹیسٹ کی نشوونما (Development of test) سرگرمی کا سب سے بڑا شعبہ ہے۔ ان ٹیسٹوں کو مختلف قسم کی نفسیاتی صفات حقیقی (Attributes) کی جانچ پرکھ کے لیے تیار کیا جانا اور انجام دیا جاتا ہے۔ مثلاً ذہانت کے ٹیسٹ کو ایک نظریۂ ذہانت کے بعد ہی فروغ دیا جاتا ہے۔ یہ ٹیسٹ کسی ایک فرد واحد یا گروپ کی شکل میں بھی انجام دیے جاتے ہیں۔ اس ٹیسٹ میں کسی فرد کا حاصل کردہ اسکور ان دیگر لوگوں کے حوالے سے اپنا مقام حاصل کرتا ہے، جنھوں نے اس ٹیسٹ کے جوابات دیے ہیں۔ اس طرح ایک نفسیاتی ٹیسٹ کسی فرد کے مختلف محاسن اور استعداد (Qualities and limitations) کی ایک معروضی جانچ (Objective assessment) مہیا کرتا ہے۔ صحت (Validity) اور معتبریت ایک معیار بند نفسیاتی ٹیسٹ کے اہم خصائص (Properties) ہیں۔ ٹیسٹ کی معتبریت (Reliability) کا مطلب ہے کہ جو قابل اعتماد اسکور حاصل ہوا ہے، اس میں توافق پایا جاتا ہے۔ ٹیسٹ کی صحت کا مطلب ہے کہ جن چیزوں کی پیمائش کے لیے مثبت انجام دیا گیا ہے، ان کی کس حد تک پیمائش ہوئی۔

ایک ٹیسٹ اپنی نوعیت اور اپنی انجام دہی کے حوالے سے یا تو زبانی ہوگا یا غیر زبانی۔ زبانی ٹیسٹ میں جوابات زبانی شکل میں ہوتے ہیں۔ غیر زبانی (یا کارکردگی ٹیسٹ) میں جوابات کسی خاص کردار کی کارکردگی (Performance) کی شکل میں لیے جاتے ہیں۔ نفسیاتی ٹیسٹوں کی ایک قسم یہ بھی ہے کہ یا تو وہ معروضی (Objective) ہوں یا اظلالی (Projective)۔ معروضی ٹیسٹ میں نفسیاتی تصور (Construct) کے بارے میں براہ راست مدیں (Items) ہوتی ہیں۔ ایک فرد کو معروضی ٹیسٹ کی مدوں کے جواب دینے میں بہت محدود آزادی ہوتی ہے۔ ایک اظلالی ٹیسٹ میں مبہم، غیر واضح اور غیر ہیئتی محرک (Unstructured stimuli) کا استعمال ہوتا ہے، جیسے تصویریں، روشنائی کے دھبے، ڈرائنگ، نامکمل جملے وغیرہ۔ اس قسم کے ٹیسٹ میں فرد اپنے جوابات میں آزاد ہوتا ہے۔

اس طرح کسی فرد کی حقیقی نفسیاتی صفات کی جانچ کے لیے متعدد ٹیسٹ استعمال ہوتے ہیں۔ ٹیسٹ کا

نوٹس

اسکور یہ ظاہر کرتا ہے کہ وہ شخص ان صفات کا کس حد تک حامل ہے۔ ان اسکوروں سے ماہرین نفسیات کو آئندہ کے لائحۂ عمل کے بارے میں فیصلہ لینے میں مدد ملتی ہے۔

سوالنامہ (Questionnaire): سوالنامہ میں ایسے سوالات ہوتے ہیں، جن کے جواب اس فرد سے مطلوب ہوتے ہیں۔ سوالنامے کے سوالوں کے جواب یا تو محصور (Closed-ended) شکل میں ہوں گے یا غیر محصور (Open-ended) شکل میں۔ محصور شکل میں فرد کو محدود جوابی متبادل ہی فراہم کیے جاتے ہیں اور اس کو انھی متبادلوں میں سے جواب منتخب کرنا ہوتا ہے، جو اس کے نقطۂ نظر کو ظاہر کرتا ہے۔ غیر محصور (Open ended) سوالوں میں کوئی فرد اپنے پسندیدہ طریقے پر جواب دے سکتا ہے۔ سوالوں کے جواب کس طرح دیے جائیں اس بارے میں ہدایات سوالنامے کے پہلے صفحے پر لکھی ہوئی ہیں، چونکہ سوالنامہ بیک وقت لوگوں کے گروپ کو دیا جاسکتا ہے، اس لیے بہت سے افراد کے بارے میں ڈیٹا ایک ہی وقت میں حاصل ہوسکتا ہے۔ سوالنامے کے سوال سادہ اور واضح زبان میں تحریر ہوتے ہیں تا کہ ہر شخص ان کو سمجھ سکے۔ سبھی سوال ایسے ہوتے ہیں، جو پیمائش کیے جانے والے تصورہ (Construct) کے سارے پہلوؤں پر محیط ہوتا ہے۔ سوالات 'عام سے خاص کی طرف' سلسلے میں ترتیب دیے جاتے ہیں۔

انٹرویو (Interview): یہ ڈیٹا اکٹھا کرنے کی ایسی تکنیک ہے، جس میں دو شخصوں کے درمیان طے شدہ مقاصد کے لیے آمنے سامنے گفتگو ہوتی ہے۔ جو شخص انٹرویو لیتا ہے اسے انگریزی میں انٹرویور (Interviewer) اور جس شخص کا انٹرویو لیا جاتا ہے اس کو انگریزی میں انٹرویوی (Interviewee) کہتے ہیں۔ انٹرویو ٹیلی فون، انٹرنیٹ اور ویڈیو کانفرسنگ کے ذریعے بھی ہوجاتے ہیں۔ انٹرویو لینے والے کو اس بات کا اہل ہونا چاہیے کہ وہ مختلف شخصی خصائص جیسے شخصی رجحانات، اقدار، دلچسپیاں اور ترجیحات کو سمجھ سکے۔

انٹرویوز کی دو قسمیں ایسی ہیں، جو اکثر معلومات حاصل کرنے کے لیے استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ ہیں ہیئتی انٹرویو (Structured Interview) اور غیر ہیئتی انٹرویو (Unstructured Interview)۔ ہیئتی انٹرویو میں پہلے سے ہی ایسے سوال تیار کر لیے جاتے ہیں، جن کے جواب کے کئی امکانی جوابی متبادل (Options) ہوتے ہیں، جس کا انٹرویو لیا جاتا ہے، اس سے یہ توقع ہوتی ہے کہ وہ کوئی ایک متبادل (Option) چُن کر ترتیب دیے گئے سوالوں کے کسی سیٹ کا جواب دے گا۔ مثال کے طور پر جگری دوست، اور عمومی دوست سے لے کر معمولی دوست کے متبادل (Option) دے کر صفت دوستی کی پیائش کی جاسکتی ہے۔ غیر ہیئتی انٹرویو میں ذرا لچک ہوتی ہے، اس میں بہت سے پابند سوالات ہوتے ہیں اور جس سے انٹرویو لیا جارہا ہے وہ بڑی آزادی سے جواب دے سکتا ہے۔ انٹرویو کے دوران بھی انٹرویو لینے والا سوالوں کو ایک سے زائد بار ترتیب دیتا ہے اور انٹرویو کے عمل کو آسان بناتا ہے۔ کسی نوکری کے کسی مناسب امیدوار کو منتخب کرنے کے لیے انٹرویو لینا غیر پابند انٹرویو کی اچھی مثال ہے۔

ایک انٹرویو لینے کے لیے انٹرویو لینے والا کچھ خاص مہارتوں کا حامل ہونا چاہیے، جن کی مدد سے وہ انٹرویو دینے والے شخص سے زیادہ سے زیادہ جوابات اگلوا سکے۔ ایک اچھا انٹرویو لینے والا پورے انٹرویو کے عمل کے دوران انٹرویو دینے والے کے شوق و ذوق کو تازہ کرکے اور اس کو ذہنی طور پر پُرسکون رکھ کر اس کے ساتھ بہتر اور خوشگوار روابط قائم کرسکتا ہے۔ اس کو اپنی زبان پر مکمل عبور ہونا چاہیے۔ اس سے وہ مشکل مسائل کو بھی آسان اور میٹھی زبان میں پیش کر سکے گا اور سوالات میں گہرائی پیدا کر سکے گا۔ اسے اپنے جذبات اور احساسات پر بھی قابو ہونا چاہیے تاکہ انٹرویو دینے والے کو کوئی اشارا نہ ملے۔

نفسیات کے میدان میں انٹرویو کا استعمال، نوکری، انتخاب، کونسلنگ، مارکٹنگ اور ایڈورٹائزنگ، نیز طبعی رجحانات کے جائزوں کے لیے کیا جاتا ہے۔

اس باب میں آپ نے ان بہت سے طرز رسائی (Approaches) کے بارے میں پڑھا جو انسانی کردار کی نوعیت اور علل کو سمجھنے میں مددگار ہیں اور ان مختلف طریقوں کے بارے میں بھی پڑھا جو ذہنی اعمال کے بارے میں بیشتر معلومات حاصل کرنے میں ہماری مدد کرتے ہیں۔

متن پر مبنی سوالات 2.3

1۔ ایک ________ کے مختلف محاسن و عدود کی ایک معروضی جانچ مہیا کرتا ہے۔

2۔ کسی ٹیسٹ کی ________ کا مطلب ہے کہ جو قابل اعتماد اسکور حاصل ہوا ہے، اس میں توافق پایا جاتا ہو۔

3۔ ٹیسٹ کی ________ کا مطلب ہے کہ جن چیزوں کی پیائش کے لیے ٹیسٹ انجام دیا گیا ہے، ان کی پیائش کس حد تک ہوئی۔

4۔ ایک ________ میں مبہم، غیر واضح غیر ہیئتی محرک (Unstructured Stimuli) کا استعمال ہوتا ہے، جیسے تصویریں، روشنائی کے دھبّے، ڈرائنگ اور نامکمل جملے وغیرہ۔

5۔ سوالنامے کے سوالات (آئٹم) یا تو ________ شکل میں ہوں گے یا ________ شکل میں۔

6۔ انٹرویو ڈیٹا اکٹھا کرنے کی ایک ایسی تکنیک ہے، جس میں طے شدہ مقاصد کے ساتھ دو شخصوں کے درمیان ________ ہوتی ہے۔

7۔ ________ کے معاملے میں پہلے سے ہی ایسے سوال طے کر لیے جاتے ہیں، جن کے کئی امکانی جوابی متبادل ہوتے ہیں۔

8۔ ________ میں بہت سے غیر پابند سوال ہوتے ہیں اور انٹرویو دینے والا بڑی آزادی سے اپنے

نوٹس

جواب دے سکتا ہے۔

آپ نے کیا سیکھا

- کرداروں اور ذہنی اعمال کی وضاحت، بیان، تشریح اوراق کو کنٹرل کرنے کے بہت سی طرز رسائی ہیں۔ اہم طرز رسائی ہیں: حیاتیاتی، نفسی تحلیل، کرداری، انسانی اور وقوفی۔ سائنٹفک طریقے کی خصوصیات یہ ہوتی ہیں کہ وہ معروضی، قابل آزمائش، خود اصلاحی (Self-Correcting) اور نقل ثانی کے قابل ہوتے ہیں۔
- انسانی کردار کو سمجھنے کے لیے مختلف طریقے اپنائے جاتے ہیں۔ مشاہداتی طریقے سے ہمیں کسی لیبوریٹری یا فطری ماحول میں کسی مظہر (Phenomenon) کو سمجھنے میں مدد ملتی ہے۔ یہ شریک بھی ہوسکتا ہے اور غیر شریک بھی۔
- تجرباتی طریقے میں ایک متغیرہ کو جوڑ توڑ کر کے اور دوسرے متغیرات کو کنٹرول کر کے ایک کے دوسرے پر اثر کا مطالعہ کیا جاتا ہے۔
- کیس اسٹڈی میں کسی ایک شخص پر توجہ ہوتی ہے۔ اہم معاملات کو سمجھنے کے لیے اس شخص کا تفصیلی مطالعہ کیا جاتا ہے۔
- سوالنامے میں ایسے سوالات ہوتے ہیں، جن کا 'جوابگو' جواب دیتا ہے۔ یہ سوالات پابند جوابی بھی ہوتے ہیں اور غیر پابند جوابی بھی۔
- انٹرویو میں کسی دیے گئے عنوان پر آمنے سامنے بات چیت ہوتی ہے۔ انٹرویو ہیئتی (Structured) بھی ہوتا ہے اور غیر ہیئتی بھی۔

اختتامی سوالات

1۔ ماہرین نفسیات ذہنی اعمال کو سمجھنے کے لیے کس خاص طرز رسائی کا استعمال کرتے ہیں۔ انسانی کردار کو سمجھنے کے لیے اتنے بہت سے طرز رسائی کی ضرورت کیوں ہے؟

2۔ سائنٹفک طریقے کی کیا خصوصیات ہیں؟ ڈیٹا اکٹھا کرنے کے لیے مشاہدہ کے استعمال کی وضاحت کیجیے۔

3۔ بتایئے کہ تجرباتی طریقہ ایک سائنٹفک طریقہ ہے۔ متعلقہ متغیرت کو کنٹرول کرنے کے لیے استعمال کی

نوٹس

جانے والی تکنیکوں کی نشاندہی کیجیے۔

4۔ وضاحت کیجیے کہ انسانی کردار اور ذہنی اعمال کو سمجھنے کے لیے نفسیاتی ساز و سامان کو کس طرح استعمال کیا جاتا ہے۔

متن پر مبنی سوالات کے جوابات

2.1

1۔ حیاتیاتی طرز رسائی
2۔ وقوفی طرز رسائی
3۔ انسان پسندانہ طرز رسائی
4۔ نفسیاتی طرز رسائی
5۔ کرداری طرز رسائی

2.2

1۔ شریک، غیر شریک
2۔ جوڑ توڑ کرکے، کنٹرول کرکے
3۔ فرد
4۔ آزاد، قابل اعتماد
5۔ جائزہ

2.3

1۔ نفسیاتی ٹیسٹ
2۔ معتبریت
3۔ صحت
4۔ اظلالی ٹیسٹ
5۔ پابند، غیر پابند
6۔ آمنے سامنے بات چیت
7۔ ہیئتی انٹرویو
8۔ غیر ہیئتی انٹرویو

اختتامی سوالات کے لیے اشارے

1۔ دیکھیے سیکشن 2.1
2۔ دیکھیے سیکشن 2.2
3۔ دیکھیے سیکشن 2.2
4۔ دیکھیے سیکشن 2.3