टिप्पणी

1

मनोविज्ञान को समझना

मनुष्य जैविक जीव हैं। हमारे शरीर को चलाने वाली विभिन्न प्रणालियों में से तंत्रिका तंत्र का काम मानव शरीर की कार्यप्रणाली को नियंत्रित करना है। यह तंत्रिका कोशिकाओं से बना होता है जो हमारे शरीर के विभिन्न हिस्सों से सूचना प्रसारित करता है। यह हमारी इंद्रियों और हमारे पर्यावरण के संदर्भ में उपस्थित होने, ग्रहण करने, सोचने, सीखने, याद रखने, प्रत्याह्वान करने, महसूस करने और व्यवहार करने की हमारी क्षमताओं को नियंत्रित करता है। इन विविध प्रक्रियाओं को समझने की अत्यधिक आवश्यकता महसूस की जा रही है। मनोविज्ञान के प्रति आम आदमी का नजरिया एक प्रशिक्षित मनोवैज्ञानिक से काफी अलग होता है। वैज्ञानिक दृष्टिकोण मानता है कि मनोवैज्ञानिक अनुसंधान और अध्ययन हमें मानव व्यवहार और भावनाओं का निरीक्षण, वर्णन, नियंत्रण, भविष्यवाणी और सुधार करने में मदद करेंगे।

हमारे रोजमर्रा के जीवन के अधिकांश अनुभव मनोविज्ञान के सिद्धांतों पर आधारित हैं, जिनके बारे में हम शायद नहीं जानते होंगे। उदाहरण के लिए, अपनी बीमार दादी की देखभाल करना यह स्पष्ट करता है कि दया और प्यार महत्वपूर्ण हैं। एक और उदाहरण हो सकता है, एक बहुत मेहनती लड़की का जिसे आर्थिक असमर्थता के कारण स्कूल छोड़ना पड़ा था लेकिन वह अंशकालिक रूप से काम करके अपने परिवार को संभालने में सक्षम रही। उसका सकारात्मक व्यवहार उसके परिवार को आर्थिक चुनौतियों से निपटने में मदद करता है। आपमें से कुछ (उच्च 'इच्छाशक्ति' वाले) मानव व्यवहार में रुचि रखते हैं या सीखने के प्रति दृढ़ संकल्प रखते हैं, इसलिए आप इस पाठ्यक्रम में शामिल हुए हैं। इस विषय के अध्ययन हेतु समय प्रबंधित करने के लिए, आपको कुछ अपनी आवश्यकताओं या आपको आनंद देने वाले कार्यों को विलंबित करना पड़ सकता है। यह स्व-नियंत्रण को दर्शाता है और आप में से अनेकों द्वारा अभ्यास में लाया जाता है। अब आप अपने जीवन से ऐसे उदाहरणों को भी सोच सकते हैं। मनोविज्ञान की विषय-वस्तु विशाल है और इसमें मानव जीवन के प्रत्येक पहलू को शामिल किया गया है।

टिप्पणी

अधिगम के प्रतिफल

इस पाठ के अध्ययन के बाद, शिक्षार्थी:

- एक विद्याशाखा के रूप में मनोविज्ञान के अध्ययन की आवश्यकता की व्याख्या करते हैं;
- मनोविज्ञान की प्रकृति का वर्णन करते हैं;
- मनोविज्ञान एक विज्ञान और सामाजिक विज्ञान दोनों है बताना और व्याख्या करते हैं;
- मनोविज्ञान के विकास पर चर्चा करते हैं;
- अन्य विषयों के साथ मनोविज्ञान के संबंध को गिनाते हैं; और
- मनोविज्ञान के अनुप्रयोगों का वर्णन करते हैं।

1.1 मनोविज्ञान की प्रकृति

मनोविज्ञान सभी अनुभवों, व्यवहारों और मानसिक प्रक्रियाओं जैसे जानना, सोचना, तर्क करना, समझना आदि का वैज्ञानिक अध्ययन है, ये मानसिक प्रक्रियाएँ भी मानव संज्ञान का हिस्सा है। मनोविज्ञान का अध्ययन महत्वपूर्ण है क्योंकि यह लोगों के जीवन को बेहतर बनाने में मदद करता है। यह उन्हें अपने विचारों और कार्यों के बारे में अंतर्दृष्टि (सूझ) विकसित करने में सक्षम बनाता है।

मानव जीवों को सोचने की क्षमता प्राप्त है जो उन्हें अन्य प्राणियों से अलग बनाती है। इस पाठ्यक्रम को शुरू करने से पहले आपने यह जरूर सोचा होगा कि आपको मनोविज्ञान पढ़ना चाहिए या कोई अन्य विषय। आपने शायद इस की चर्चा अपने परिवार के सदस्यों या अपने दोस्तों के साथ भी की होगी। इसी तरह आपकी हर दिन आपके जीवन में किसी न किसी मुद्दे पर कई अन्य विचार आ सकते हैं। उदाहरण के लिए, जब आप सप्ताहांत में अपनी मौसी से मिलने जा रहे हों तो आपने भी सोचा होगा कि आपको क्या पहनना चाहिए। ऐसे कई विचार आपके मन में आते हैं। यह चिंतन हमें किसी न किसी ढंग से व्यवहार करने के लिए प्रेरित करता है। यह व्यवहार (कभी-कभी) अवलोकनत्मक व्यवहार हो सकता है, यानी दूसरे हमारे कार्यों को देख सकते हैं।

उदाहरण के लिए, जब आप क्रिकेट मैच खेल रहे हों तो हर कोई देख और जान सकता है कि आप खेल रहे हैं। इस प्रकार, खेलना एक अवलोकनत्मक व्यवहार है। दूसरी ओर, जब आप सांप और सीढ़ी का खेल खेल रहे होते हैं तो आपके आस-पास के लोगों को आपकी

टिप्पणी

अगली चाल के बारे में पता नहीं चल पाता है क्योंकि यह व्यवहार गुप्त होता है, यानी इसे दूसरों द्वारा नहीं देखा (पता नहीं किया) जा सकता है। पिछले व्यवहार और विचार आपको अपने अनुभव बनाने में मदद करेंगे। ये अनुभव बाहरी कारकों जैसे जलवायु, घर, परिवार, स्कूल, पड़ोस आदि से भी निर्धारित होते हैं। इनमें से कुछ कारक आपके नियंत्रण में नहीं हो सकते हैं। आपके अनुभव भी आपके लिए बहुत विशिष्ट हैं। उदाहरण के लिए, आपके गांव में मौसम की स्थिति के बारे में आपके अनुभव आपके चचेरे भाई के गांव के अनुभव से भिन्न हो सकते हैं। आपके अनुभव आपकी भावनाओं और संवेगों से भी निर्धारित हो सकते हैं जो आपके 'आत्म' का अंतर्निहित हिस्सा हैं। मनुष्य स्वयं को और अपने आस-पास के वातावरण को जानने का प्रयास करता है।

क्रियाकलाप

उन सभी के बारे में सोचने का प्रयास करें जो आपने कल किया या सोचा था। उन्हें विभिन्न व्यवहार या मानसिक प्रक्रियाओं के उपशीर्षक के अंतर्गत सूचीबद्ध करें।

पाठगत प्रश्न 1.1

1. मनोविज्ञान के अध्ययन में इसके बारे में अधिक जानना शामिल है

   (i.) अनुभव

   (ii.) व्यवहार

   (iii.) मानसिक प्रक्रिया

   (iv.) उपरोक्त सभी

2. ..... में चिन्तन, तर्क करना, एकाग्रता एवं अवधान सम्मिलित हैं

   (i.) मानव स्मृति

   (ii.) मानव संज्ञान

   (iii.) मानवीय भावनाएँ

   (iv.) मानवीय अनुभव

टिप्पणी

1.1.2 मनोविज्ञान एक प्राकृतिक विज्ञान है या एक सामाजिक विज्ञान?

क्रियाकलाप

निम्नलिखित कथनों को सत्य के लिए (स) और असत्य के लिए (अ) के रूप में चिह्नित करें:-

1. मनोविज्ञान सामाजिक संदर्भ में मानव व्यवहार का अध्ययन करता है।
2. मनोवैज्ञानिक धारणा पर संस्कृति के प्रभाव का अध्ययन करते हैं।
3. मनोवैज्ञानिक अध्ययन करते हैं कि पुरस्कार और दंड, व्यवहार को कैसे प्रभावित कर सकते हैं।
4. मनोवैज्ञानिक अंत:स्रावी ग्रंथियों की कार्यप्रणाली का अध्ययन करते हैं।
5. मनोवैज्ञानिक कार्य निष्पादन पर अभिप्रेरणा के प्रभाव का अध्ययन करते हैं।
6. मनोवैज्ञानिक शारीरिक चोट का भावनाओं पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करते हैं।
7. मनोवैज्ञानिक अध्ययन करते हैं कि हार्मोनल परिवर्तन संवेगों कैसे प्रभावित करते हैं।
8. मनोवैज्ञानिक मानव तंत्रिका तंत्र की कार्यप्रणाली का अध्ययन करते हैं।
9. मनोवैज्ञानिक अध्ययन करते हैं कि कैसे स्कूल, परिवार और साथियों जैसे समाजीकरण कारक एक बच्चे के व्यवहार और अधिगम को प्रभावित करते हैं।
10. मनोवैज्ञानिक सकारात्मक चिंतन और समग्र कुशल-क्षेम के बीच संबंध का अध्ययन करते हैं।

उपरोक्त सभी कथनों का उत्तर 'सत्य' है।

आइए अब मनोविज्ञान के बारे में कुछ मिथक जानते हैं:-

मिथक: मनोविज्ञान के विशेषज्ञ मन-पाठक (माइंड-रीडर) होते हैं।

मिथक: मनोविज्ञान वास्तव में एक विज्ञान नहीं है।

आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि मनोवैज्ञानिक मानव शरीर की शारीरिक कार्यप्रणाली का वैज्ञानिक रूप से अध्ययन करते हैं। वे मनुष्य पर संस्कृति और समाज के प्रभावों का भी सबसे वैज्ञानिक तरीके से अध्ययन करते हैं। मनोवैज्ञानिक विशाल सांस्कृतिक और जातीय विविधता से अवगत हैं। इन अंतरों को पहचाना गया है और मानव व्यवहार को समझने के लिए

टिप्पणी

मनोवैज्ञानिकों द्वारा किए गए प्रयासों में इन्हें शामिल किया गया है। मनुष्यों का उनकी संस्कृति के आधार पर, एक दूसरे के साथ संबंधों को समझने के लिए सामाजिक संदर्भ में अध्ययन किया जाता है। संस्कृति पर्यावरण का मानव निर्मित हिस्सा है। यह पीढ़ियों तक मनुष्यों को प्रभावित करता है। पालन-पोषण और समाजीकरण की प्रथाएँ बच्चे के पालन-पोषण की प्रथाओं, व्यवहारों, अंतर्वैयक्तिक संबंधों, अभिवृतियों और हमारे अधिकांश गुणों को प्रभावित करती हैं।

इस प्रकार, मनोविज्ञान मानवीय अनुभवों, संवेगों और कार्यों को समझने में सामाजिक-सांस्कृतिक (मूल्यों) वातावरण की प्रासंगिकता पर ध्यान देता है। इसलिए, मनोविज्ञान को एक सामाजिक विज्ञान के रूप में मान्यता प्राप्त है।

मनोविज्ञान ज्ञान का एक व्यवस्थित निकाय है। उसमें, इसका वैज्ञानिक अभिविन्यास है। वैज्ञानिक ज्ञान प्रयोगों के संचालन, व्यवस्थित प्रेक्षण और घटनाओं के मापन द्वारा एकत्र किया जाता है। संग्रहित और अभिलिखित प्रदत्त (डेटा) वस्तुनिष्ठ सत्यापन, प्रतिकृति और विश्लेषण के लिए खुला है। मनोविज्ञान में मापन और प्रदत्त संग्रहण कोई आसान काम नहीं है। मापी जा रही विशेषताएँ कभी-कभी अमूर्त हो सकती हैं। इस प्रकार, निष्पक्ष परिणाम प्राप्त करने के लिए कुछ नियम और नियंत्रण बनाए गए हैं।

मनोविज्ञान में प्रयोग भी एक परिकल्पना पर आधारित होते हैं। परिकल्पना एक अस्थायी कथन है जिसे शोध के माध्यम से सिद्ध किया जाता है। (आप इसके बारे में दूसरे अध्याय में और अधिक जानेंगे)। यह शोध के परिणामों का सारांश और व्याख्या करके भविष्यवाणी करने में भी मदद करता है। मनोविज्ञान को प्राकृतिक विज्ञान भी माना जाता है क्योंकि यह वैज्ञानिक तरीकों का उपयोग करता है। विभिन्न व्यवहार विज्ञान क्षेत्रों में किए गए अधिकांश शोधों की वैज्ञानिक प्रामाणिकता पर भी बहुत बहस हुई है। लेकिन यह हमारे लिए स्पष्ट है कि मनोविज्ञान एक विज्ञान और एक सामाजिक विज्ञान दोनों है।

पाठगत प्रश्न 1.2

1. मनोविज्ञान एक प्राकृतिक विज्ञान है क्योंकि यह

   (i.) आनुभविक, सत्यापन योग्य प्रदत्तों (डेटा) पर आधारित है।

   (ii.) जीवविज्ञान के पहलुओं का अध्ययन करता है।

   (iii.) भौतिकी के पहलुओं का अध्ययन करता है।

   (iv.) जीवविज्ञान और भौतिकी दोनों के पहलुओं का अध्ययन करता है।

टिप्पणी

2. मनोविज्ञान एक सामाजिक विज्ञान भी है क्योंकि

(i.) यह विभिन्न संस्कृतियों का अध्ययन करता है।

(ii.) यह किसी संस्कृति को प्रभावित करने वाली भौगोलिक परिस्थितियों के विभिन्न पहलुओं का अध्ययन करता है।

(iii.) यह सामाजिक और सांस्कृतिक संदर्भ में मनुष्य के बारे में अध्ययन करता है, जहां से प्रदत्त इकट्ठा करना मुश्किल हैं।

(iv.) यह समाजशास्त्र, अर्थशास्त्र और भूगोल से बहुत स्पष्ट रूप से संबंधित है।

1.2 मनोविज्ञान का विकास

प्रारंभिक मनोविज्ञानियों को यह सोचने के लिए प्रोत्साहित किया गया था कि मानसिक प्रक्रियाएं, व्यवहार और अनुभव वैज्ञानिक विधियों का उपयोग करके अध्ययन किए जा सकते हैं। मनोविज्ञान का अध्ययन लगभग 150 वर्ष पहले दर्शनशास्त्र से विकसित हुआ, जब वैज्ञानिक विचारों (नेतृत्व) ने मनोविज्ञान के क्षेत्र में प्रयोगात्मक प्रगति को जन्म दिया। मनोवैज्ञानिकों के लिए रुचि का विषय वर्षों में विकसित हुआ, क्योंकि अलग-अलग विचारधाराओं और सिद्धांतों के साथ विभिन्न विचारधाराएं उभरीं। मनोविज्ञान की प्रमुख विचारधाराएं निम्नलिखित हैं।

संरचनावाद (Structuralism):

संरचनावाद मनोविज्ञान की प्रारंभिक विचारधारा थी। संरचनावादियों ने स्थापित किया कि मनोविज्ञान मन और चेतना (जागरूकता) की संरचना का अध्ययन है। चेतन प्रक्रियाओं को समझने के लिए उनके द्वारा उपयोग की जाने वाली विधि अंतर्निरीक्षण (इंट्रास्पेक्शन) थी। अंतर्निरीक्षण के माध्यम से (Subject) अपने चेतन अनुभवों का वर्णन करता है। पहली मनोवैज्ञानिक प्रयोगशाला 1879 में जर्मनी के लीपजिग में एक संरचनावादी विलियम वुंड्ट द्वारा स्थापित की गई थी।

क्रियाकलाप

अपने माता-पिता, भाई-बहन या अपने पड़ोसी को देखें और उनकी मानसिक प्रक्रियाओं और अनुभवों के बारे में सोचें। अब, उनसे बात करें और उनके अपने अनुभवों और मानसिक प्रक्रियाओं के बारे में जानने का प्रयास करें। अगले स्तंभ में उनके द्वारा आपको बताए गए सभी विवरणों को लिखें।

टिप्पणी

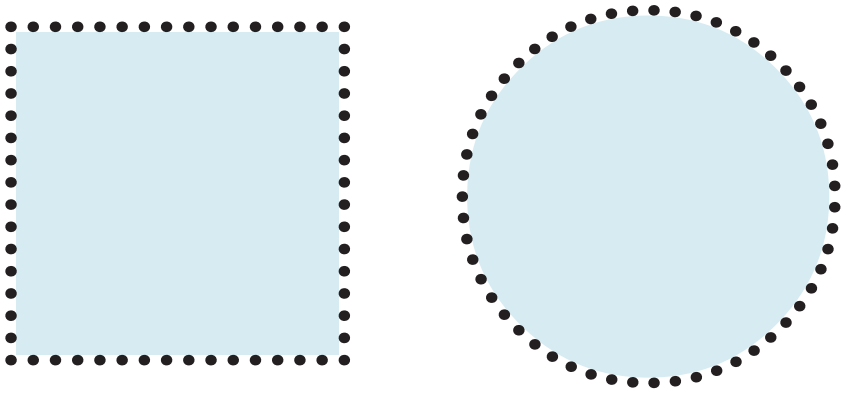
प्रकार्यवाद (Functionalism):

यह नया क्षेत्र मन की संरचना (संरचनावादी दृष्टिकोण) पर नहीं, बल्कि उसके कार्यों पर केंद्रित था। विलियम जेम्स, जॉन डेवी और जेम्स एंगेल जैसे मनोवैज्ञानिकों ने प्रस्तावित किया कि एक अध्ययन शाखा के रूप में मनोविज्ञान को मन के घटकों या संरचना के बजाय इस बात पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए कि व्यवहार कैसे कार्य करता है और मन क्या करता है। इस प्रकार, इस विचारधारा का प्रतिनिधित्व करने के लिए प्रकार्यवाद शब्द का उपयोग किया गया था।

गेस्टाल्ट परिप्रेक्ष्य:

मनोविज्ञान के गेस्टाल्ट विचारधारा की स्थापना जर्मनी में मैक्स वर्थाइमर और उनके सहयोगियों कर्ट कोफ्का और वोल्फगैंग कोहलर द्वारा की गई थी। गेस्टाल्ट विचारधारा इस बात पर जोर देता है कि प्रत्यक्षण संपूर्णता में व्यवस्थित होती है। वस्तुओं के बारे में हमारी प्रत्यक्षण और समझ उसके छोटे हिस्सों की तुलना में अधिक सार्थक है।

चित्र 1.1 (और) में यह देखा गया है कि चित्र केवल बिंदुओं का संग्रह नहीं है, बल्कि क्रमशः एक वर्ग और एक वृत्त का आकार है। इस प्रकार गेस्टाल्टवादियों के अनुसार संपूर्णता अपने भागों के योग से कहीं अधिक है।



चित्र 1.1

क्रियाकलाप

बिन्दुओं के साथ कुछ आकृतियाँ बनाएँ और अपने मित्रों से उन आकृतियों के नाम पूछें। आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि यद्यपि आकृतियाँ बिंदु हैं और खुली सतह वाली हैं फिर भी उन्हें समग्र रूप में देखा जाता है।

टिप्पणी

व्यवहारवादी परिपेक्ष्य:

इस विचारधारा ने सुझाव दिया कि मनोविज्ञान के अध्ययन को प्रेक्षणीय व्यवहार पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए जिस का वैज्ञानिक तरीके से प्रेक्षण और मापन किया जा सकता है। जॉन बी वॉटसन पहले व्यवहारवादी थे। उन्होंने प्रस्तावित किया कि जिस वातावरण में लोग काम करते हैं उसका अध्ययन और संशोधन करके व्यवहार की समझ हासिल की जा सकती है। मानव अधिगम में शामिल प्रक्रियाएँ व्यवहारवाद का आधार हैं। अनुकूलन और पुनर्बलन द्वारा सीखने का अध्ययन स्किनर और पावलोव द्वारा किया गया था। इसके बारे में आप अधिगम अध्याय में अधिक जानेंगे और अध्ययन करेंगे।

मनोगतिक परिपेक्ष्य:

मनोविश्लेषण की स्थापना मनोचिकित्सक (Sigmund Freud) द्वारा ऑस्ट्रिया के विएना में की गई थी। फ्रायड ने अचेतन प्रेरणा के विषय पर विस्तार से बताया। उनके अनुसार, मानव व्यवहार अचेतन उद्देश्यों आवश्यकताओं और इच्छाएँ की अभिव्यक्ति है, जिनके बारे में व्यक्ति को जानकारी नहीं होती। सम्मोहन और स्वप्न व्याख्या के क्षेत्र में फ्रायड का योगदान कई शोधकर्ताओं के लिए रुचिकर है।

मानवतावादी परिपेक्ष्य:

मानवतावादी दृष्टिकोण व्यक्ति की स्वयं की भावना पर जोर देता है। एक व्यक्ति को अपने आदर्श स्वयं को प्राप्त करने के लिए स्वयं की समझ को बढ़ाने की आवश्यकता है। कार्ल रोजर्स और (Carl Rogers & Abraham Maslow) इस बात पर जोर दिया कि किसी की क्षमता को समझकर और आत्म-बोध की दिशा में प्रयास करके वास्तविक स्व और आदर्श स्व के बीच विसंगति को कम किया जा सकता है। ये विभिन्न दृष्टिकोण हमें मनोविज्ञान के अध्ययन के विकास को समझने में मदद करते हैं।

संज्ञानात्मक परिप्रेक्ष्य:

यह परिप्रेक्ष्य मानव मस्तिष्क को एक सूचना प्रसंस्करण प्रणाली के रूप में देखता है जहां पर्यावरण से हमें जो जानकारी प्राप्त होती है, उसे कंप्यूटर की तरह संसाधित, रूपांतरित, संग्रहीत और प्रतिनयन किया जाता है। रचनावादियों के अनुसार मानव मस्तिष्क भौतिक और सामाजिक दुनिया में अन्वेषण के माध्यम से सक्रिय रूप से अपना निर्माण कर रहा है।

1.3 भारत में मनोविज्ञान का विकास

बीसवीं सदी की शुरुआत में मनोविज्ञान अपनी प्रारंभिक अवस्था में था। भारतीयों पर अंग्रेजों के प्रभाव के कारण पश्चिमी प्रभाव प्रबल था। अधिकांश प्रारंभिक भारतीय मनोवैज्ञानिक दार्शनिक थे। भारत में पहली मनोविज्ञानिक प्रयोगशाला की स्थापना 1916 में कलकत्ता में हुई,

टिप्पणी

जिससे मनोविज्ञान की एक अध्ययन के विषय में शुरुआत हुई। नरेन्द्र नाथ सेन गुप्ता एक हार्वर्ड शिक्षित भारतीय मनोविज्ञानी और दार्शनिक थे। सेन गुप्ता भारतीय मनोविज्ञान संघ के संस्थापक और भारत के पहले आधिकारिक मनोविज्ञान पत्रिका, इंडियन जर्नल ऑफ साइकोलॉजी के संपादक भी थे। भारतीय मनोवैज्ञानिक ने भारतीय संज्ञान के सिद्धांतों की तलाश भी शुरू कर दी थी। 1934 में, जदुनाथ सिन्हा ने प्रत्यक्ष (Perception) के भारतीय संज्ञान (Cognition) पर एक किताब लिखी और दूसरी अनुभूति पर। भारतीय मनोविज्ञान के क्षेत्र में अनेक पुस्तकें प्रकाशित हुई हैं।

आंध्र विश्वविद्यालय द्वारा प्रकाशित एक पत्रिका इंडियन साइकोलॉजी है। आंध्र विश्वविद्यालय में योग और चेतना का संस्थान भी है। प्राचीन भारतीय मनोविज्ञान को आधुनिक पश्चिमी मनोविज्ञान के साथ एकीकृत के लिए कई प्रयास किए जा रहे हैं।

पाठगत प्रश्न 1.3

1. संरचनावाद बताता है कि ..... व्यक्ति को जानने की एक महत्वपूर्ण विधि।

   (i.) मुक्त साहचर्य

   (ii.) अंतर्निरीक्षण (इंट्रोस्पेक्शन)

   (iii.) सम्मोहन

   (iv.) सपनों की व्याख्या

2. मानवतावादी परिप्रेक्ष्य व्यक्ति की ..... की आवश्यकता पर जोर देता है।

   (i.) स्वयं के बारे में समझ को बढ़ाने

   (ii.) वस्तुओं को समग्र रूप से देखने

   (iii.) किसी के सपनों की व्याख्या करने

   (iv.) अनुकरण के माध्यम से सीखने में सक्षम होने

1.4 मनोविज्ञान और अन्य विषय

इसकी विषयवस्तु अन्य विषयों पर भी आधारित है। वास्तव में, किसी भी विषय का अध्ययन अकेले नहीं किया जा सकता, क्योंकि सभी विषय आपस में जुड़े हुए हैं। यह दिलचस्प होगा कि मनोविज्ञान, एक शुद्ध विज्ञान और सामाजिक विज्ञान दोनों है, जिसका संबंध आज के शिक्षाविदों के रुझानों के साथ है। मनोविज्ञान अपना ज्ञान समाजशास्त्र, प्राणीशास्त्र जीवविज्ञान,

टिप्पणी

चिकित्सा, तंत्रिका विज्ञान, दर्शनशास्त्र, अर्थशास्त्र, राजनीति विज्ञान, कानून और अपराध विज्ञान, संगणक विज्ञान, वास्तुकला, अभियांत्रिकी, जनसंचार साहित्य, प्रदर्शन कला और संगीत के साथ साझा करता है। सभी विषय दूसरे विषयों से ज्ञान प्राप्त करते हैं और ज्ञान को साझा करते हैं। यह लोगों को दूसरों से सीखने और दुनिया को बेहतर समझने में सक्षम करता है। मनोविज्ञान के मुख्य विषयों से जुड़े प्रमुख विषय नीचे दिए गए हैं:

समाजशास्त्र

समाजशास्त्र इस बात का अध्ययन है कि सामाजिक, सांस्कृतिक और पर्यावरणीय कारक किसी व्यक्ति को कैसे प्रभावित करते हैं। समूह मानदंड, नेतृत्व, अभिवृत्ति, सामूहिक व्यवहार, सामाजिक-सांस्कृतिक कारक आदि से संबंधित कारक परस्पर जुड़े हुए हैं। वे सामाजिक मनोविज्ञान और समाजशास्त्र दोनों को विकसित करने और समझने में मदद करते हैं।

अर्थशास्त्र

अर्थशास्त्र का अध्ययन तब अधिक सार्थक है जब मानव व्यवहार को समझा जाए। मानवीय चाहतों (जो अनंत हो सकती हैं), उपभोक्ता व्यवहार, बचत, कार्यों के लिए धन आवंटित करना आदि को समझना एक अर्थशास्त्री को निर्णय लेने के व्यवहार को समझने में मदद करता है। मनोवैज्ञानिकों को भी आय के स्तर, जनसंख्या, ढांचागत सुधार, गरीबी, आय असमानताओं, योजना और अन्य आर्थिक चिंताओं के बारे में गहन जागरूकता की आवश्यकता है। व्यक्ति द्वारा चुने गए विकल्प एक अर्थशास्त्री को उपभोक्ता भावनाओं और आर्थिक विकास की भविष्यवाणी करने में मदद करते हैं। इसलिए, मनोविज्ञान की समझ के माध्यम से सूक्ष्म-स्तरीय आर्थिक व्यवहार का अध्ययन किया जाता है। व्यवहारिक अर्थशास्त्र एक उभरता हुआ विषय है जो इससे संबंधित है।

राजनीति शास्त्र

मनोविज्ञान के अध्ययन से नेतृत्व व्यवहार, शक्तियों का प्रयोग, मतदान व्यवहार, राजनीतिक संघर्ष, मानवाधिकार, लैंगिक समानता, भेदभाव, रूढ़िवादिता, अनुरूपता और सरकारों द्वारा शक्तियों के प्रयोग को समझने में मदद मिलती है। लोकतंत्रवादियों, समाजवादी, पूंजीवादी या यहां तक कि तानाशाहों द्वारा अपनाई जाने वाली प्रथाओं को मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण से समझा जा सकता है।

दर्शनशास्त्र

मनोविज्ञान दर्शन से उत्पन्न हुआ था और दर्शनशास्त्र का मुख्य चिंतन मानव मन की प्रकृति और व्यक्ति के विशेष तरीके से व्यवहार करने के बारे में जानने का था। 19वीं सदी के अंत एडवर्ड तिचेनेर (Edward Titchener) और अन्य संरचनावादी ने मानव प्रकृति के विभिन्न क्षेत्रों की समझ विकसित करने के लिए प्रयोगात्मक और प्रेक्षण विधियों का उपयोग किया।

टिप्पणी

इस तरह मनोविज्ञान एक विषय के रूप में विकसित हुआ।

चिकित्सा

दोनों ही मानव शरीर, मन और व्यवहार को समझने के लिए वैज्ञानिक तरीकों का उपयोग करते हैं। निदान, उपचार और स्वस्थ उपचार के लिए मन और शरीर अविभाज्य हैं। अधिकांश चिकित्सक इस पहलू के बारे में जानते हैं, इस प्रकार, एक सफल चिकित्सक चिंता विकार, हृदय रोग, एड्स, कैंसर, पक्षाघात आदि जैसी पुरानी बीमारियों से पीड़ित रोगियों के इलाज में एक नैदानिक और परामर्श मनोवैज्ञानिक की सहायता लेता है। इसलिए, दो विषयों की आवश्यकता है एक दूसरे के साथ सामंजस्य बनाकर कार्य करें।

कानून और अपराधशास्त्र

कानून मानव व्यवहार को विनियमित करना चाहता है, जबकि मनोविज्ञान मानव व्यवहार को एक विशेष संदर्भ में समझाने की कोशिश करता है। मनोविज्ञान का ज्ञान कानूनी अध्ययन और आपराधिक व्यवहार के अध्ययन में लागू किया जाता है। मनोविज्ञान कानूनी पेशेवरों को सामाजिक और संज्ञानात्मक सिद्धांतों जैसे प्रत्यक्षदर्शी स्मृति (ऑय विटनेस मेमोरी), न्यायपीठ पूर्वाग्रह (जूरी बायस), रचनात्मक स्मृति, निर्णयन, मुकद्दमा, जांच, नैतिक संहिता और मानवाधिकार, साक्षात्कार कौशल, सजा, पैरोल, पुनर्वास आदि की समझ विकसित करने में मदद करता है।

कंप्यूटर (संगणक) विज्ञान

कंप्यूटर विज्ञान के क्षेत्र में विकास ने मनोविज्ञान के ज्ञान और उसके अनुप्रयोग को बढ़ाने में सहायता की है। इसी प्रकार, कंप्यूटर सॉफ्टवेयर, एच. सी.आई.ई. (ह्यूमन-कंप्यूटर इंटरेक्शन इंजीनियरिंग), और ए.आई (कृत्रिम बुद्धिमत्ता) विकसित करने में मनोविज्ञान का अध्ययन अनिवार्य रहा है। संगणक अभियंता मनोविज्ञान में अनुसंधान पर भरोसा करते हैं और मानव मस्तिष्क की नकल करने वाले संगणक कार्यक्रम विकसित करने में मनोवैज्ञानिकों द्वारा विकसित अनुसंधान विधियों का उपयोग करते हैं। जिससे संज्ञानात्मक विज्ञान की समझ में वृद्धि होगी ।

अभियांत्रिकी और वास्तुकला

अभियंताओं (इंजीनियरों) का कार्य मानव उपयोग के लिए उत्पादों को डिजाइन और विकसित करना होता है। मानवीय संज्ञान और संवेगों की समझ से उन्हें उपयोगकर्ता योग्य उत्पाद बनाने में मदद मिलती है। वास्तुकारों को भी मनोवैज्ञानिकों के दृष्टिकोण से स्थानों की समझ होती है। इस प्रकार, शहरों, सड़कों, रेलवे स्टेशनों, मॉल, हवाई अड्डों आदि की बनावट और योजना इन सुविधाओं का उपयोग करने वाले लोगों के व्यवहार को ध्यान में रखकर की जाती है।

टिप्पणी

संगीत, ललित कला, नृत्य और अन्य प्रदर्शन कला

मनोवैज्ञानिकों का लक्ष्य किसी व्यक्ति के व्यवहार को समझना, उसमें सुधार करना है और उसका प्रदर्शन बढ़ाना है। अध्ययनों से पता चला है कि संगीत और राग मन को स्वस्थ रखते हैं। संगीत की लय का मनुष्य पर शांत प्रभाव पड़ता है। ललित कलाएँ, चित्रकला और चित्रकारी और प्रदर्शन कलाएँ व्यक्ति को नकारात्मक भावनाएँ बाहर निकालने में मदद करती हैं। व्यक्ति अपनी क्षमता को पहचानने और अधिक संतुष्टिपूर्ण जीवन जीने में सक्षम हो जाता है। नृत्य और रंगमंच चिकित्सा-सम्बन्धी है और मनोवैज्ञानिकों द्वारा इसका व्यापक रूप से उपयोग किया जाता है। यह व्यक्ति को स्वयं के बारे में समझ विकसित करने में सक्षम बनाता है।

पाठगत प्रश्न 1.4

सही विकल्प चुनकर रिक्त स्थान भरें।

1. एडवर्ड टिचनर और अन्य संरचनावादियों ने मानव प्रकृति के विभिन्न क्षेत्रों को समझने के लिए ..... और प्रेक्षण विधियों का उपयोग किया

   अ) केस अध्ययन

   ब) साक्षात्कार

   स) प्रश्नावली

   ड) प्रयोगात्मक

2. एक सफल डॉक्टर दीर्घकालिक मनोवैज्ञानिक विकारों से पीड़ित रोगियों के इलाज में ..... से सहायता लेता है।

   अ) नैदानिक एवं परामर्श मनोवैज्ञानिक

   ब) संगठनात्मक मनोवैज्ञानिक

   स) फोरेंसिक मनोवैज्ञानिक

   ड) शैक्षिक मनोवैज्ञानिक

टिप्पणी

क्रियाकलाप

किसी दो विषयों के विशेषज्ञों से बातचीत करें। उनके अध्ययन क्षेत्रों की तुलना करें और उनके द्वारा नामांकित घटकों के मानवीय प्रभाव और संबंध की मनोविज्ञान के साथ तुलना करें।

1.5 मनोविज्ञान का अनुप्रयोग

मनोविज्ञान में गहन अनुसंधान से विकसित सिद्धांतों को दैनिक जीवन की स्थितियों और परिस्थितियों में लागू और उपयोग किया जाता है। मनोविज्ञान का अध्ययन मानव विचारों, संवेगों और व्यवहारों की एक विस्तृत श्रृंखला को जानने और समझने में सहायक है। व्यावहारिक स्थितियों में ये सिद्धांत रोजमर्रा की जिंदगी की आवश्यकताओं के साथ मिश्रित होते हैं। मनोविज्ञान का अध्ययन मनुष्य को विभिन्न क्षेत्र और पेशे में अनेक प्रकार की समझ विकसित करने के लिए तैयार कर सकता है। इन वर्षों में, जैसे-जैसे मनोविज्ञान का यह वैज्ञानिक अध्ययन बढ़ा है, इसने विभिन्न उपक्षेत्रों को जन्म दिया है जहाँ लोग काम कर सकते है। निम्नलिखित कुछ क्षेत्र हैं जहां मनोवैज्ञानिक काम करते हैं।

नैदानिक मनोविज्ञान

नैदानिक मनोविज्ञान विकारों के कारणों, निदान और उपचार से संबंधित होता है। नैदानिक मनोवैज्ञानिक इन विकारों का निदान करने के लिए मानकीकृत परीक्षणों का उपयोग करते हैं। मनोचिकित्सकों के विपरीत उनके पास मेडिकल डिग्री नहीं होती है और वे विकारों के इलाज के लिए दवाएं नहीं लिख सकते हैं। उनके पास मनोविज्ञान में डिग्री होती है और उन्हें मनोचिकित्सा प्रदान करने के लिए प्रशिक्षित किया जाता है जिसमें सेवार्थी को चुनाव करना सीखने में मदद करना शामिल है, ताकि वे परेशानी वाले विचारों, भावनाओं और व्यवहारों से निपट सकें। मनोचिकित्सा का उद्देश्य सेवार्थी के संकट को कम करना है।

परामर्श मनोविज्ञान

मनोवैज्ञानिक परामर्श लोगों को उनके सामने आने वाली समस्याओं से निपटने में मदद करता है, जैसे कि आजीविका चुनना, शादी करना, परिवार का पालन-पोषण करना, काम पर अच्छा निष्पादन करना आदि। इन समस्याओं में मनोवैज्ञानिक विकार शामिल नहीं हैं। वे लोगों को यह निर्णय लेने में मदद करने के लिए व्यावसायिक परीक्षण प्रदान करते हैं कि कौन सा व्यवसाय उनकी क्षमताओं और रुचियों के लिए सबसे उपयुक्त है। वे ऐसे लोगों से निपटते हैं जिनकी संवेगात्मक और व्यक्तिगत समस्याएं हल्की होती हैं। वे कभी-कभी मनोचिकित्सा प्रदान करते हैं लेकिन नैदानिक मनोवैज्ञानिकों की तुलना में चिकित्सीय तकनीकों का सीमित ज्ञान हो सकता है।

टिप्पणी

शिक्षा और विद्यालय मनोविज्ञान

शिक्षा मनोवैज्ञानिकों के पास शैक्षिक प्रक्रिया के सभी पहलुओं का अध्ययन होता है। वे सीखने, प्रतीक्षा और प्रेरणा के सिद्धांतों को पाठ्यक्रम के लिए और अधिक प्रभावी रूप से संगठित करने के लिए लागू करते हैं। इस प्रकार, शैक्षिक मनोवैज्ञानिकों का अधिकांश कार्य पाठ्यक्रम नियोजन, शिक्षक प्रशिक्षण और पाठ योजना के क्षेत्र में समर्पित होता है। वे एक पाठ्यक्रम की योजना बनाते हैं जो छात्रों की क्षमताओं और आवश्यकताओं पर आधारित होती है। इसके अलावा, यह सुझाव दिया गया पाठ्यक्रम और शिक्षण पद्धति समावेशी, छात्रों के मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण को बढ़ावा देती है और उनकी रुचि को जगाने में मदद करती है। शैक्षिक मनोविज्ञान में विद्यालय मनोविज्ञान शामिल हो सकता है जहां मनोवैज्ञानिक शिक्षकों और कभी-कभी छात्रों के परिवारों के साथ काम करते हैं, विद्यालय में बच्चों के संज्ञानात्मक, संवेगात्मक और सामाजिक विकास को बेहतर बनाने के तरीके तैयार करते हैं। वे प्राथमिक और माध्यमिक विद्यालयों में उन बच्चों को परामर्श देने के लिए समर्पित हैं, जिन्हें शैक्षणिक, भावनात्मक या व्यवहार संबंधी समस्याएं हैं।

विकासात्मक मनोविज्ञान

विकासात्मक मनोवैज्ञानिक यह जांच करता है कि गर्भधारण के क्षण से लेकर मृत्यु तक लोग कैसे बढ़ते और बदलते हैं। जीवन काल के दौरान शारीरिक, पेशीय, संज्ञानात्मक, संवेगात्मक, व्यवहारिक, सामाजिक और भाषाई क्षेत्रों में विकासात्मक परिवर्तन होते रहते हैं। ये परिवर्तन विकासात्मक मनोवैज्ञानिकों के लिए रुचिकर हैं। वे विकास के किसी भी चरण में समस्याओं को कम करने के लिए परामर्श के माध्यम से रणनीति सुझाते हैं। वे व्यक्ति की उम्र और अनुभव के अनुसार मानसिक प्रक्रियाओं और व्यवहार के विकास पर शोध और शिक्षा देते हैं।

सामाजिक मनोविज्ञान

अन्य लोगों की उपस्थिति, (जिनके साथ हम बातचीत कर सकते हैं या नहीं भी कर सकते हैं,) हमें महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करती हैं। सामाजिक मनोविज्ञान सामाजिक व्यवहार और सामाजिक विचार के सभी पहलुओं का अध्ययन करता है। जब हम दूसरों के साथ बातचीत करते हैं तो हम कैसे और क्या सोचते हैं, यह किसी के समायोजन स्वरूप, आत्म-सम्मान और आत्म-मूल्य को निर्धारित करता है। यह इस बात का अध्ययन है कि लोगों के विचार, भावनाएँ और कार्य दूसरों से कैसे प्रभावित होते हैं। सामाजिक मनोवैज्ञानिक पारस्परिक प्रक्रियाओं, आक्रामकता, अंतरसमूह संघर्ष, अभिवृत्ति, रूढ़िवादिता, पूर्वाग्रह और भेदभाव, आत्म-अवधारणा, सामाजिक-संज्ञान, सामाजिक प्रभाव, समूह प्रक्रियाएं, ध्रूवीकरण आदि जैसे विषयों किक समझते हैं।

टिप्पणी

औद्योगिक/संगठनात्मक मनोविज्ञान

औद्योगिक/संगठनात्मक मनोविज्ञान का संबंध कार्यस्थल के मनोविज्ञान से है। कंपनियों द्वारा अपने नियुक्ति और स्थानन कार्यक्रमों में विभिन्न बुद्धिमत्ता और योग्यता परीक्षणों का उपयोग किया जाता है। कार्य समायोजन के सभी पहलू जैसे नेतृत्व, संगठन के भीतर संचार, कर्मियों का पर्यवेक्षण, उत्पादकता, पारस्परिक और अंतर समूह संबंध, औद्योगिक संघर्ष का कारण, कर्मचारियों को परामर्श देना, कार्य का आवंटन, टीम के मनोबल का प्रबंधन, लक्ष्य निर्धारण, अभिप्रेरणात्मक और संवेगात्मक चिंताएं, नौकरी की बनावट आदि। कार्यस्थल पर संगठनात्मक मनोवैज्ञानिकों द्वारा सहायता प्रदान की जाती है। कार्य समायोजन की स्थितियों में सुधार करने और कार्य की गुणवत्ता बढ़ाने के लिए, संगठनात्मक विकास के लिए विभिन्न हस्तक्षेप होते हैं।

समुदाय मनोविज्ञान

सामुदायिक मनोवैज्ञानिक समुदाय और संस्थानों को शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित समस्याओं के साथ-साथ रोजगार की कमी, सामाजिक भेदभाव, समूह निर्णयों में भागीदारी, स्वास्थ्य संवर्धन, बच्चों के पालन-पोषण के तरीकों, सकारात्मक बातचीत को प्रोत्साहित करने और भागीदारी जैसी समस्याओं को कम करने में मदद करते हैं। सामुदायिक कार्यक्रम वे विभिन्न पुनर्वास कार्यक्रमों जैसे कि बुजुर्गों की देखभाल, शारीरिक या मानसिक रूप से विकलांग लोगों को सहायता, या यहां तक कि नशामुक्ति कार्यक्रमों के माध्यम से मदद करने के लिए समुदाय तक पहुंचते हैं। वे उन सभी लोगों की मदद करते हैं जिन्होंने अपने कष्टों के कारण आशा खो दी है या वे प्रभावित हैं।

पर्यावरण मनोविज्ञान

पर्यावरण मनोवैज्ञानिक लोगों और उनके भौतिक पर्यावरण के बीच संबंधों पर विचार करते हैं। भूमि, वनस्पति, जलवायु, भीड़, प्रदूषण, आर्द्रता, प्राकृतिक आपदाएँ आदि जैसे भौतिक कारक किसी व्यक्ति के दैनिक कामकाज में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। पर्यावरण को सम्मानजनक मानने से पर्यावरण के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण स्थापित करने में मदद मिलती है। यह इसके किसी भी अन्य दोहन को रोकता है। इस प्रकार, पर्यावरणीय उत्पादों के तर्कसंगत और टिकाऊ उपयोग से रहने और काम करने की स्थितियों में सुधार होता है।

क्रियाकलाप

किन्हीं दो पेशेवरों को ढूंढें और उनके व्यवसायों में मनोविज्ञान के उपयोग से संबंधित उनके (मनोवैज्ञानिक) दृष्टिकोण को जानने के लिए उनका साक्षात्कार लें। अपने निष्कर्षों को लिखें।

टिप्पणी

पाठगत प्रश्न 1.5

1. मानव कार्यों के पारिस्थितिक परिणामों को सबसे अच्छी तरह..... से जाना जा सकता है।

   अ) परामर्श मनोवैज्ञानिक

   ब) नैदानिक मनोवैज्ञानिक

   स) सामाजिक मनोवैज्ञानिक

   ड) पर्यावरण मनोवैज्ञानिक

2. .....मादक द्रव्यों के सेवन और दुरुपयोग के दुष्प्रभावों को कम करने में मदद करने में सक्षम हैं। वे नशामुक्ति कार्यक्रमों के बाद पुनर्वास में भी मदद करते हैं।

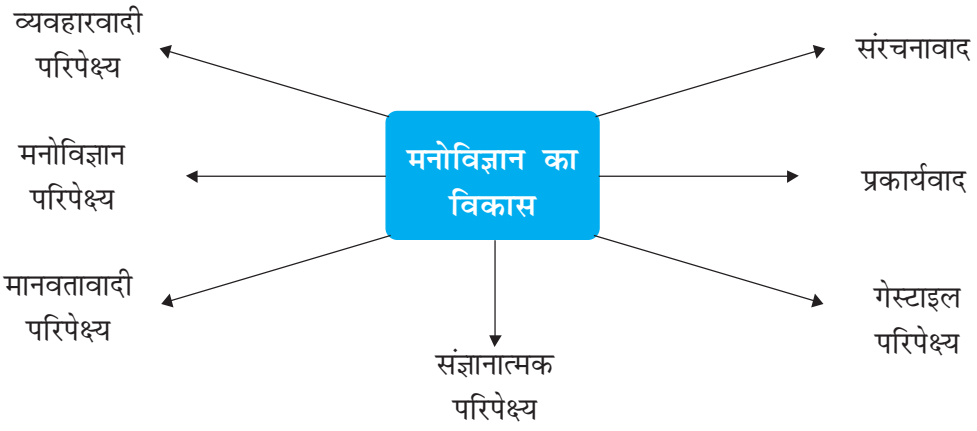
   अ) सामाजिक मनोवैज्ञानिक

   ब) विकासात्मक मनोवैज्ञानिक

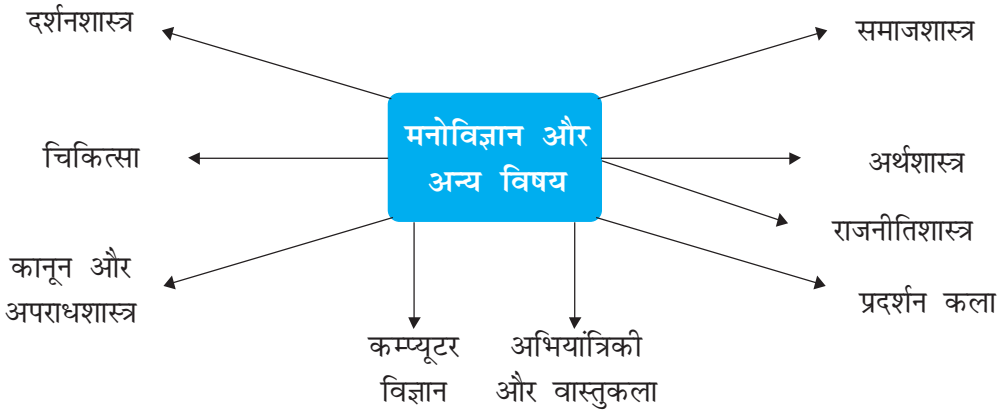
   स) सामुदायिक मनोवैज्ञानिक

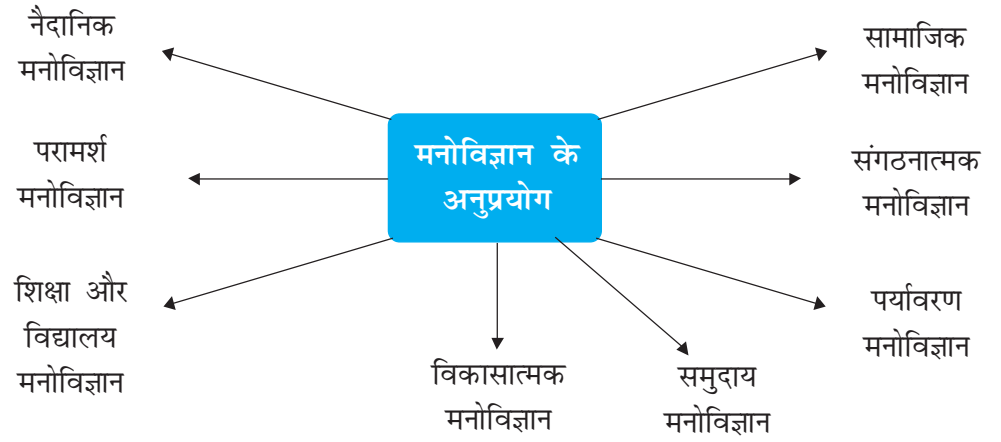
   ड) स्कूली मनोवैज्ञानिक

आपने क्या सीखा



टिप्पणी





पाठांत प्रश्न

1. एक विषय के रूप में मनोविज्ञान की प्रकृति क्या है?
2. क्या मनोविज्ञान प्राकृतिक विज्ञान है या सामाजिक विज्ञान? अपने उत्तर के लिए कारण बताएं।
3. व्यवहारवादी दृष्टिकोण संरचनात्मक और कार्यवादी दृष्टिकोण से कैसे अलग है?
4. भारत में प्राचीन भारतीय मनोविज्ञान को आधुनिक पश्चिमी मनोविज्ञान के साथ एकीकृत करने की कोशिश की जा रही है। भारत में मनोविज्ञान के विकास के संदर्भ में इस बयान की व्याख्या करें।
5. वर्ष 1890 से आधुनिक समय तक मनोविज्ञान के विकास की विकासात्मक प्रक्रिया को समझाएं।

टिप्पणी

6. संगीत, चित्रकला, नृत्य और अन्य प्रदर्शन कलाएं हमारे व्यवहार और ज्ञान पर कैसा प्रभाव डालती हैं?

7. 'मनोविज्ञान का विषयवस्तु अन्य विषयों पर आधारित है और उसके उल्लेखित घटकों पर भी'। इस बयान के संदर्भ में, निम्नलिखित के बीच संबंध को समझाएं।

   अ) मनोविज्ञान और अभियांत्रिकी

   ब) मनोविज्ञान और संगणक विज्ञान

8. आपके अन्य अध्ययन में मनोविज्ञान की उपयोगिता की व्याख्या करें।

9. अस्पतालों और संगठनों में मनोवैज्ञानिकों की भूमिका की व्याख्या करें।

10. शैक्षणिक और स्कूल मनोविज्ञान का क्षेत्र क्या है?

पाठगत प्रश्नों के उत्तर

1.1

1. (ड) उपरोक्त सभी
2. (ब) मानव संज्ञान

1.2

1. (अ) प्रमाणित, सत्यापनीय प्रदत्त पर आधारित होता है
2. (स) यह मानवों को सामाजिक और सांस्कृतिक संदर्भ में अध्ययन करता है, जहां प्रदत्त इकट्ठा करना कठिन होता है।

1.3

1. (ब) अंतर्निरीक्षण (इंट्रोस्पेक्शन)
2. (अ) स्वयं के बारे में समझ को बढ़ाने

1.4

1. (ड) प्रयोगात्मक
2. (अ) नैदानिक और सलाहकार मनोवैज्ञानिक

1.5

1. (ड) पर्यावरण मनोवैज्ञानिक
2. (स) सामुदायिक मनोवैज्ञानिक